जयपुर
माहेश्वरी पत्रिका

वर्ष 16 ■ अंक 07 ■ दिसंबर 2025 ■ मूल्य 10 रु.

श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर की प्रस्तुति

2026
नव वर्ष
की हार्दिक शुभकामनाएँ

पारंपरिक व्यंजन
तिल, गजक, रेवड़ी
और गोंद के लड्डू,
मूंगफली चिक्की...

अन्नं ब्रह्मा
रसो विष्णुः
भोक्ता देवो
महेश्वरः

गरम मसालों
की महक
रसोई घर
से...

शीत ऋतु-आरोग्य एवं आहार विशेषांक

64 वर्षों से आपके विश्वास पर खरी...
माहेश्वरी चाय
स्थापित-1961
माहेश्वरी चाय
आपके कप की चाय
CTC DUST
दानेदार चाय
आसाम के बागानों की चुनिंदा चाय
मौसम वही,
सर्दी वही,
वही दिलकश दिसंबर
और चाय भी वही
आपकी अपनी
माहेश्वरी चाय
SIDDHI
माहेश्वरी टी कम्पनी प्रा. लि., जयपुर (राज.) फोन : 0141 - 2740919, 2312723
contact@maheshwaritea.com www.maheshwaritea.com
www.instagram.com/maheshwari_chai www.facebook.com/maheshwaritea

वर्ष 16 | अंक 07 | दिसंबर, 2025
RNI NO. RAJBIL/2010/36984

2621644
2623500
2621100
8233681813

जयपुर
माहेश्वरी पत्रिका
JAIPUR MAHESHWARI PATRIKA

प्रशासनिक कार्यालय : तृतीय तल, एम.पी.एस. इंटरनेशनल स्कूल, तिलक नगर, जयपुर-04
पंजीकृत कार्यालय : श्री माहेश्वरी भवन, सिंघी जी का रास्ता, चौड़ा रास्ता, जयपुर-03
Email : shrimaheshwarisamaj.jaipur@gmail.com
jmpatrika@gmail.com
Website : www.maheshwarisamajjaipur.com

सेवा त्याग सदाचार
श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर
100 वर्षों की विरासत

संपादकीय

परामर्श मंडल
देवेन्द्र झंवर
चन्द्रमोहन शारदा
श्रीकिशन अजमेरा
नारायण लाल परतानी
बिट्ठल चौधरी
रमेश मूंदड़ा (पूर्व पार्षद)
विमल लढ्ढा
संजय कचोलिया
अखिल माहेश्वरी (शकुन ग्रुप)

सह-संपादक
राजेन्द्र मूंधड़ा
बालकृष्ण जाजू 'बालक'
महेश मालपानी (हरमाड़ा)
डॉ. सुनीता पेड़ीवाल
श्रुति लाहोटी

संपादकीय टीम
अरुण मंत्री
हेम प्रकाश बाहेती
कमल पेड़ीवाल
पुरुषोत्तम लढ्ढा
मंजू मंत्री
सुमन साबू (मुरलीपुरा)
मितेश चितलांग्या
पुरुषोत्तम काबरा
नरेश झंवर

विज्ञापन संयोजक
रामकृष्ण बागला

विज्ञापन सहसंयोजक
महेश परवाल (MTC)
श्रीकिशन मालपानी
कमल किशोर मंत्री
अनिल नोवाल
अशोक लढ्ढा
रेखा बिड़ला
नीलेश भूतड़ा

विज्ञापन संकलन टीम
दामोदर प्रसाद अटल
भगवान जाजू
शिव मूंदड़ा (मुरलीपुरा)
राकेश झंवर (बंबाला)
लक्ष्मीकांत बांगड़
रघुनन्दन राठी
सुभाष भारती खटोड़
विमल राठी
आलोक लढ्ढा

विजय सारड़ा
प्रचार मंत्री
98281-12198

मोहन तोषनीवाल
प्रधान संपादक
98290-67553

मधु भूतड़ा 'अक्षरा'
संपादक
98281-53965

प्रिंसा (चारु) बांगड़
संयोजक
99115-00431

कैलेंडर के बदलते नए पन्नों के संग
फिर बढ़ चला है उम्मीदों का कारवां
हर तारीख लाए नव ऊर्जा नए सपने
स्वस्थ सुंदर हो तन-मन का आसमां।

शीत ऋतु में शरीर को ऊष्मा आहार से मिलती है, और संतुलित दिनचर्या- आरोग्य के दो महत्त्वपूर्ण स्तंभ हैं।

'स्वस्थ शरीर सुंदर काया, बाकी सब मोह माया।'

'शीत ऋतु - आरोग्य और आहार' विशेषांक का Main Key Points यही है।

'स्वस्थता ही जीवन का वास्तविक धन है।'

किसी भी क्षेत्र में अमूल्य सेवा प्रदान करने के लिए स्वस्थ तन और मन दोनों का होना अत्यंत आवश्यक है और ऋतु के अनुसार संतुलित आहार-विहार, नियमित व्यायाम एवं सकारात्मक सोच ही दीर्घायु और आरोग्य का आधार है।

दिनचर्या जितनी सुंदर होगी, उतनी ही आरोग्यता बनी रहेगी, इसके लिए पौष्टिक आहार और पर्याप्त नींद की अत्यंत आवश्यकता है, परंतु तेज रफ्तार की जीवन शैली में दिनचर्या की यह अनियमितता, तनाव एवं बासी पैकेट के भोजनों ने कई दीर्घ बीमारियों को आमंत्रित किया है, यह चिंताजनक है, जबकि कृषि प्रधान भारत देश की उपजाऊ मिट्टी में अमूल्य खजाना निहित व सृजित है। जब बीज अंकुरित होता है, खेत-खलिहान लहलहाते हैं, सब्जियाँ, फल, फूल, पत्ते, जड़ व अनाजों से समस्त प्रकृति मुस्कुराती है, ऐसे अनमोल आहारों का उचित ढंग से सेवन किया जाए, तो निश्चित ही जीवन भी खिलखिलाने लगता है।

इस पत्रिका का लक्ष्य है कि पाठकों को वह सामग्री प्राप्त हो, जिससे प्रत्येक जीवन स्वस्थ, सुंदर और श्रेष्ठ बने।

माहेश्वरी पत्रिका के सौजन्य से इस अंक को प्रभावशाली बनाने का अथक प्रयास किया गया है, आपको कैसा लगा ? अवश्य बताएं।

सार्थक प्रतिक्रिया एवं संदेशों को आगामी पत्रिका में विशेष स्थान दिया जाएगा।

गुड़, तिल, गजक और रेवड़ी की मधुर मिठास के संग मकर संक्रांति के रंगीन पतंग उत्सव की सभी समाज बंधुओं को अग्रिम बधाई एवं शुभकामनाएँ।

– मधु भूतड़ा 'अक्षरा'

kolorsworld.com

KOLORS®
make life better

Enchanting experience for extraordinary spaces:
Our commitment to setting new benchmarks.

Corp Office: Kolors India Private Limited, Mumbai - 053
Toll-free: 1800 221 470 | E: sales@kolorsworld.com | Follow us on :

MAHESHWARI ELECTRICALS
G-71-72, Agrasen Tower, Back Side of PNB Bank, Central Spine, Vidhyadhar Nagar, Jaipur -302039
M: +91 93524 79947

प्रिय समाज बंधुओं,

नवीन कैलेंडर वर्ष 2026 के शुभारंभ पर आप सभी स्वजन, परिवारजन एवं समाज बंधुओं को हार्दिक शुभकामनाएँ

राम-राम

समयचक्र के अनुसार शांति, समृद्धि और शुभ ऊर्जा अर्थात शीत ऋतु का आगमन हो चुका है।

शीत ऋतु के साथ-साथ नया वर्ष परिवर्तन नहीं, बल्कि चिंतन, आचरण और संकल्पों के नवीनीकरण का अवसर भी है। यही भाव हमें अधिक स्वस्थ, अधिक सजग और अधिक सुदृढ़ व्यक्तित्व की ओर ले जाते हैं।

शीत ऋतु अपने साथ स्वास्थ्य, संयम और साधना का संदेश लेकर आती है। इस मौसम में शरीर और मन, दोनों को विशेष देखभाल की आवश्यकता होती है। हमारे पूर्वजों ने सदैव कहा है कि ठंड के दिनों में भोजन शुद्ध हो, दिनचर्या नियमित हो और मन में संतुलन व संयम बना रहे यही स्वस्थ जीवन का आधार है।

आज के समय में व्यस्तता बढ़ी है, जीवन की गति तेज हुई है, परंतु हमारी परंपरागत जीवन-शैली ही हमें स्थिर और संतुलित रखती है। तिल-गुड़, सादा-सात्विक आहार, प्रातः भ्रमण, योग, प्राणायाम और समय,अनुशासन ये सब शीत ऋतु में शरीर को सुदृढ़ और मन को प्रसन्न रखते हैं।

हमारा जीवन-दर्शन मध्यम मार्ग पर आधारित है, जहाँ **श्रम** भी है, **संयम** भी है, **स्वास्थ्य** भी है और **प्रसन्नता** भी है।

नए वर्ष में हम सब मिलकर यह संकल्प लें कि समाजहित, संस्कार, शिक्षा और सेवा के मार्ग पर और अधिक दृढ़ता से आगे बढ़ेंगे। आपका सतत् सहयोग और आशीर्वाद ही समाज को नई ऊँचाइयों तक ले जा सकता है।

आगामी वर्ष 2026 में नव संकल्पों की यात्रा में समाज द्वारा आयोजित प्रत्येक कार्यक्रम में आप सपरिवार उत्साहपूर्वक पधारें और समाज को भी स्वस्थ एवं सुगठित बनाने हेतु अपना पूर्ण सहयोग प्रदान करें।

सप्रेम वंदन!

मकर संक्रांति की हार्दिक शुभकामनाएँ।

उमेश सोनी
अध्यक्ष

उत्तरार्द्ध सूरज की किरणें
जीवन में उजियारा लातीं
पतंगों संग जुड़ी प्रेम की डोर
मन में ढेरों उमंग सजातीं
तिल-गुड़ पकवानों की खुशबू
घर-आँगन को खूब महकातीं
रंग खुशियों के भरे कण-कण में
शीत ऋतु की यह मकर संक्रांति।

At 265 DEGREE CONSULTANTS, we offer India's most structured, scientific approach to VASTU.

CALL FOR APPOINTMENT
+91-9782549090
+91-9929811117

Struggling with stress, slow growth, or bad vibes at home or work?
It could be your VASTU. Here's how we fix it — *without breaking a single wall!*

7 SIMPLE STEPS TO SET YOUR SPACE RIGHT:

1. Share your floor plan & Google location.
2. We do a 20+ point Vastu check
3. Suggest easy, practical fixes (no demolition!)
4. Guide you on interiors & colours
5. Use your birth details for personalized AstroVastu
6. Visit to install metal remedies & Manjusha Kalash
7. See the shift — in health, money, mood & energy

INSTAGRAM
@265degreeconsultants

WEBSITE
www.265degreeconsultants.com

PAN-INDIA
Online & On-Site Consultations Available

TRUSTED BY HOMEOWNERS, ENTREPRENEURS, BUILDERS, AND INDUSTRY LEADERS ACROSS INDIA.

- **No breaking walls.**
- **No big changes.**
- **Just smart Vastu corrections.**

Send us your floor plan and we'll guide you from there!

जय श्री कृष्ण,

नववर्ष 2026 की हार्दिक बधाइयाँ और शुभकामनाएँ।।

प्रिय स्वजन,

महेश भगवान् से प्रार्थना है कि-

नव वर्ष की शुभ बेला में, खिलें सभी के मन के फूल,
आपस में बढ़े अपनापन, मिटें मन के सभी शूल।
स्वास्थ्य, धन और प्रेम से, जीवन मधुरिम हो जाए,
नए सपनों, नए इरादों से, मन में उमंगें फिर मुस्काएँ।
सेवा-त्याग-सदाचार की धारा, हर दिल में फिर से बह जाए।
हमारे प्यारे समाज में, हर घर में खुशहाली आए।

आमंत्रण है आपको, श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर के 101 वें वार्षिकोत्सव - सूर्यसप्तमी कार्यक्रम में दिनांक 25 जनवरी, 2026 को। समाज की प्रतिभाओं का इस दिन हम सम्मान कर उनका उत्साहवर्धन भी करते हैं। आप से आग्रह है कि वर्ष 2025 में अपनी प्रतिभा से सफलता के झंडे फहराने वाले समाज बंधुओं को सम्मान हेतु अपना नामांकन भरने के लिए प्रेरित करें। कुछ नवाचार यहाँ आपका इन्तजार कर रहे हैं, जिन्हें शब्दों में बयाँ करना मुश्किल है, सो पधारें सा।

समाज की साधारण सभा रविवार, दिनांक 28 दिसंबर, 2025 को MPS, तिलक नगर प्रांगण में रखी गयी है। इसमें आपकी उपस्थिति और समाजहित में आपके सुझाव सादर आमंत्रित हैं। इसी कड़ी में समाज विधान एवं नियमावली के लिए भी आप के बहुमूल्य सुझाव 31 दिसंबर, 2025 तक आमंत्रित हैं।

अब समाजबन्धु 'गोल्ड कार्ड स्कीम' सुविधा से जुड़े SUVIRA अस्पताल एवं Getwell Poly Clinic & Hospital से अपने बिल पर डिस्काउंट प्राप्त कर सकेंगे।

समाज के प्रकल्पों के लिए आपके बहुमूल्य सुझाव आमंत्रित हैं।

आपके साथ - सहयोग-समर्थन की अभिलाषा में,

सीए. रोहित (माहेश्वरी) परवाल

msjmahamantri@gmail.com

सीए. रोहित माहेश्वरी (परवाल)
महामंत्री

नवाचार की लौ जले तो
बदलते हैं हर विचार,
नव-निर्माण की राह चले
तो सँवरता है संसार।
नई उड़ानें देतीं हर सूझ,
हर नव-कल्पना का प्रहार,
बनता है उजला भविष्य
जब मिलकर रचें नया संसार।

IIHMR UNIVERSITY

Admission Open 2026

Two-year full-time programs

- MBA (Hospital and Health Management)
- MBA (Pharmaceutical Management)
- MBA (Healthcare Analytics)
- MBA (Development Management)
- Master of Public Health
- Master of Public Health
  Offered by Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health, USA
  in cooperation with IIHMR University, Jaipur, India

Executive Programs

- Executive MPH
- Executive MHA
- Executive MBA (CSR & ESG Management)
- Executive Program in Epidemiology and Public Health Practice

PhD Programs

Full-time and part-time in
Hospital Management, Health Management,
Public Health, Pharmaceutical Management,
Healthcare Analytics, Development Management

40+ Years

Legacy in
Health Management
Research

#1

Ranking from
Education World

For Admission
Scan this QR Code
APPLY NOW

+91-9358893199, +91-9358821088

admissions@iihmr.edu.in www.iihmr.edu.in

श्री माहेश्वरी महिला परिषद्, जयपुर

(अन्तर्गत श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर)

स्नेहलता साबू
अध्यक्ष
श्री माहेश्वरी महिला परिषद्

ज्योति हुरकट
सचिव
श्री माहेश्वरी महिला परिषद्

जय श्रीकृष्ण,

शीत ऋतु अपने साथ ताजगी, ऊर्जा और नए उमंग का संदेश लेकर आती है। यह मौसम जहाँ हम सबको सुकून देता है, वहीं दूसरी ओर शरीर को थोड़ी अतिरिक्त देखभाल और संतुलित पोषण के लिए सीजन के एक्स्ट्रा फूड का सेवन भी करने के लिए संदेश देता है।

बच्चों को विशेष रूप से चाहिए कि वे अपने खान-पान में मोटा अनाज, ज्वार, बाजरा, हरी पत्तेदार सब्जियां, सूप, ड्राई फ्रूट्स, गोंद, तिल, मेथी के लड्डू, शकरकंद इत्यादि का सेवन करें।

अपनी सेहत का ध्यान रखते हुए प्रतिदिन योग-व्यायाम एवं प्राणायाम करते हुए जीवन शैली को अच्छी और आरोग्यता की ओर ले जाएं। अपने भविष्य के निर्माण की तरफ स्वस्थ होकर आगे बढ़े, क्योंकि हम स्वस्थ रहेंगे, सकारात्मक ऊर्जा एवं विचार होंगे, तभी हमारा परिवार और समाज भी स्वस्थ एवं सुंदर होगा।

आने वाली पीढ़ी ही हमारी शक्ति है।

आओ, हम सब एक दूसरे का ध्यान रखते हुए आगे बढ़ें और स्वस्थ वातावरण का निर्माण करें।

कैलेंडर नव वर्ष 2026 की आप सभी को हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएं!

श्री माहेश्वरी नवयुवक मण्डल, जयपुर

(अन्तर्गत श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर)

प्रिय समाज बंधुओं एवं नवयुवक साथियों,

नवयुवक मंडल सभी समाजजनों को मकर संक्रांति के पावन पर्व की हार्दिक शुभकामनाएँ प्रेषित करता है। यह उजास, उत्साह और नई ऊर्जा का पर्व हमारे जीवन में सुख-समृद्धि लेकर आए, इसी मंगलकामना के साथ हम सब मिलकर समाजहित के कार्यों में आगे बढ़ने का संकल्प लेते हैं।

समाज में युवा शक्ति को एकजुट करने एवं स्वस्थ प्रतिस्पर्धा को प्रोत्साहित करने हेतु मंडल द्वारा बॉक्स क्रिकेट लीग का आयोजन किया जा रहा है। यह आयोजन न केवल खेल भावना को बढ़ाता है, बल्कि युवाओं के बीच भाईचारा, टीमवर्क और सकारात्मक ऊर्जा भी विकसित करता है।

शीत ऋतु अपने साथ सेहत संबंधी चुनौतियाँ भी लाती है। अतः मंडल सभी से अपील करता है कि इस मौसम में गरम भोजन, पर्याप्त जल सेवन, सुबह की धूप, नियमित व्यायाम तथा बुजुर्गों की विशेष देखभाल पर ध्यान दें। सामूहिक स्वास्थ्य और सजगता ही समाज की सशक्त पहचान है।

मंडल सदैव समाज सेवा, सांस्कृतिक गतिविधियों और युवा विकास के लिए प्रतिबद्ध है। आप सभी का सहयोग हमें ऊर्जा प्रदान करता है।

सीए. अखिल भाला
अध्यक्ष

सीए. प्रवीण परवाल
सचिव

WEDDING WORLD EVENTS
Presents
In Association With
ANGEL RESORT
& AMUSEMENT WATER PARK
(Managed by Orange Hospitality)
AUDIO BAT
riomusic
NEON NIGHT 2026
NEW YEAR EVE CELEBRATION
PASSES AVAILABLE ON:
district BY ZOMATO | bookmyshow
DEC. | 31 | 2025
OFFLINE PASSES CONTACT:
+918114426447, +918949854845
+916375931292
ANGEL RESORT, RAJAWAS, HIGHWAY, JAIPUR, RAJASTHAN
LIVE DJ NIGHT | NEON & LED VISUAL EXPERIENCE | FIREWORKS COUNTDOWN SHOW
BIGGEST DANCE FLOOR SETUP | COUPLE & FAMILY FRIENDLY | PHOTO BOOTH / SELFIE ZONE
VIP & VVIP TABLES | DEDICATED SECURITY & MANAGEMENT TEAM
For Sponsorship & Other Queries Contact: Himalay Singh +918114426447 & Tushar Jhalani +918949854845

शीत ऋतु का आगमन-करते हैं सुस्वागतम्

"खेत-खेत में सरसों की यह फुलवारी महकी है
बर्फ की श्वेत चादर पर बयार प्रेम की बहकी है।
किटकिटाते दांत, ठिठुरते हाथ, गुदगुदा बिछौना
घर की चौखट पर देखो शीत ऋतु आ चहकी है।"

भारतीय पारंपरिक संस्कृति एवं आयुर्वेद के अनुसार भारत में छह ऋतुएं हैं, उनमें से एक शीत ऋतु है, ठंडे तापमान वाली ऋतु, जिसमें जनवरी और फरवरी का मास मुख्य होता है। वैज्ञानिक तौर पर शीत ऋतु की अवधि नवंबर से फरवरी तक मानी जाती है। शीत ऋतु में सूरज की किरणें शिथिल होने लगती है, चारों ओर धुंध के बादल दिखाई देते हैं, कंपकपाती हवाओं में गलन का एहसास होने लगता है, कम तापमान वाली सूर्य की रोशनी के कारण सर्दियों के दिन अच्छे और सुहावने लगते हैं। अन्य मौसम की तुलना में इस मौसम में कई बदलाव दिखाई देते हैं जैसे कि लंबी रातें, छोटे दिन, ठंडा मौसम, सर्द तूफान, हल्की-फुल्की बारिश, घना कोहरा, बर्फ का गिरना आदि। पृथ्वी के सूर्य से दूर झुके होने के कारण शीत ऋतु का आगमन होता है।

सर्दी का मौसम अपने साथ नैसर्गिक सुंदरता लेकर आता है। यह समय स्वास्थ्य, पोषण, पारंपरिक व्यंजनों, पौष्टिक खाद्य पदार्थों, उत्सवों एवं यात्राओं के आनंद लेने का है। इस मौसम में अच्छी जीवनशैली एवं खान-पान अपनी सेहत को अधिक मजबूत एवं ऊर्जा, स्फूर्ति और रोग-प्रतिरोधक क्षमताओं को बढ़ाया जा सकता है। जैसे-जैसे तापमान गिरता है, शरीर भी संकेत देने लगता है, जैसे कि त्वचा खिंचने लगती है, खांसी जुकाम परेशान करते हैं, तन को आलस्य जकड़न देता है, कंबल से बाहर निकलने को मन नहीं करता है, परन्तु प्रतिदिन नियमित रूप से प्रातःकाल सैर की जाए, तो शुद्ध एवं ठंडी हवा जो चेहरे को स्पर्श करती है, वह तन और मन में अनोखा एहसास जगाती है। ऐसे में सर्द हवाओं से ऊनी मफलर, टोपी, मोजे और कार्डीगन पहन कर स्वयं की सुरक्षा आवश्यक है। इस समय हल्की-फुल्की कसरत, प्राणायाम, योग व ध्यान सेहत को संवारने के लिए काफी है और संतुलित भोजन, गरम पेय और सही दिनचर्या से यह ऋतु वरदान साबित होती है। कहा जाता है कि तीन महीने की श्रेष्ठतम जीवन शैली, सजगता, सात्विक आहार, व्यायाम एवं पर्याप्त धूप, बारह महीने का आरोग्य लाभ देती है।

शीत ऋतु का शुभ आगमन, करते हैं उसका सुस्वागतम्

इसी के साथ आइए जानते हैं कि शीत ऋतु में ऐसी कौन-कौन सी विशेष चीजें हैं, जिनसे आरोग्य प्राप्त किया जा सकता है।

सबसे पहले एक नजर डालते हैं, सब्जियां और फलों पर, जो शीत ऋतु में उगती हैं। आजकल विज्ञान की प्रगति के कारण प्रत्येक सब्जी एवं फल वर्षभर मंडी में प्राप्त होते हैं, परंतु चिकित्सकों का मानना है कि ऋतु के गुणानुसार ही इनका सेवन स्वस्थता देता है, तो शीत ऋतु में प्राप्त होने वाली शाक-सब्जियां एवं फलों की गुणवत्ता को जानने का प्रयास करते हैं।

मौसमी सब्जियाँ - धरती की पोषण भरी देन

सर्दियों में धरती अपनी कोमलता से हमें वो फल और सब्जियाँ देती है, जो शरीर और मन दोनों को ऊर्जा प्रदान करती हैं।

गाजर

गाजर में बीटा केरोटिन नामक औषधीय तत्व के साथ विटामिन-बी कॉम्प्लेक्स, B, C, E, G और K भी मिलता है। सोडियम, पोटेशियम, कैल्शियम, मैग्नीशियम एवं लौह तत्व भी मौजूद होते हैं। यह आँखों को चमक और त्वचा को नमी देती है। बवासीर, क्षय रोग तथा पित्त रोगों में गाजर बहुत उपकारी पाई गई है।

मटर

मटर में मुख्य रूप से विटामिन A, B, C और K, साथ ही फाइबर, प्रोटीन, आयरन और पोटैशियम पाए जाते हैं, पाचन में सुधार, कब्ज से राहत, और डायबिटीज में शुगर को नियंत्रित करने में मदद करता है। पोटैशियम और फाइबर हृदय को स्वस्थ रखने में सहायक होते हैं। ये शरीर को ऊर्जा देने के साथ-साथ पोषण भी उपलब्ध कराते हैं।

मूली

यह सस्ती, पौष्टिक एवं औषधीय गुणों से भरपूर होती है। जलीय तत्व मूली में विटामिन C, B6, फोलिक एसिड, साथ ही फाइबर, पोटैशियम, कैल्शियम और एंटीऑक्सीडेंट भरपूर मात्रा में पाए जाते हैं। इसके पत्ते भी साग में उपयोग लिए जाते हैं। पेट की गैस, कब्ज व एसिडिटी में राहत देती है, पाचन क्रिया को सुधारती है। इसके अलावा लिवर और किडनी को साफ रखने में सहायक मानी जाती है। पोटैशियम रक्तचाप को नियंत्रित करता है और विटामिन C प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने में मदद करता है।

चुकंदर

यह रक्त एवं ऊर्जा बढ़ाता है। इसमें विटामिन A, B 9 (फोलेट), C, तथा आयरन, पोटैशियम, फाइबर और एंटीऑक्सीडेंट भरपूर होते हैं। इसकी प्राकृतिक लाल रंगत भी पोषक तत्वों का संकेत देती है। यह ब्लड प्रेशर नियंत्रित करता है, पाचन सुधारता है और शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाता है। इसके एंटीऑक्सीडेंट हृदय को स्वस्थ रखने और त्वचा में निखार लाने में सहायक है।

बीन्स

बीन्स में विटामिन A, C, K साथ ही फाइबर, प्रोटीन, आयरन, कैल्शियम और पोटैशियम अच्छी मात्रा में पाए जाते हैं। पाचन सुधारने, कब्ज दूर करने, और वजन नियंत्रित रखने में सहायक है। इसमें मौजूद फाइबर और खनिज दिल को स्वस्थ रखते हैं, जबकि विटामिन C प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाता है। यह हड्डियों को मजबूत करने और रक्त में शुगर को संतुलित रखने में भी मदद करती है।

पालक, बथुआ और मेथी

पालक, बथुआ और मेथी तीनों ही सर्दियों की हरी पत्तेदार सब्जियाँ हैं, जो विटामिन A, C, K, फोलिक एसिड, आयरन, कैल्शियम और फाइबर से भरपूर होती हैं। ये शरीर को ऊर्जा और पोषण देने के साथ-साथ खून बढ़ाने, पाचन सुधारने और रोग प्रतिरोधक क्षमता मजबूत करने में मदद करती हैं।

इनमें मौजूद खनिज हड्डियों को मजबूत बनाते हैं, जबकि फाइबर कब्ज दूर कर पाचन तंत्र को दुरुस्त रखता है। मेथी शुगर और कोलेस्ट्रॉल नियंत्रित करने में सहायक है, वहीं पालक और बथुआ खून को शुद्ध करते हैं और त्वचा को चमक प्रदान करते हैं।

सरसों और शलगम

गर्म तासीर की ये सब्जियां पौष्टिक हैं, जिनमें विटामिन A, C, K, फाइबर, कैल्शियम, पोटैशियम और एंटीऑक्सीडेंट भरपूर मिलते हैं। ये शरीर की प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने, पाचन सुधारने, और खून व हड्डियों को मजबूत बनाने में मदद करते हैं। सरसों का साग ऊर्जा और खून बढ़ाने में लाभकारी है, जबकि शलगम गैस, कब्ज और रक्तचाप नियंत्रित करने में सहायक होता है।

कच्ची हल्दी

कच्ची हल्दी प्राकृतिक रोगनाशक और प्रतिरक्षा बढ़ाने वाली उत्तम आयुर्वेदिक आहार है। कच्ची हल्दी में कुरकुमिन, विटामिन C, B6 और एंटीऑक्सीडेंट भरपूर मात्रा में होते हैं। यह शरीर की प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने, सूजन कम करने, और पाचन सुधारने में बेहद उपयोगी है। कच्ची हल्दी खून को शुद्ध करती है, त्वचा को निखार देती है और सर्दी-खांसी में राहत पहुँचाती है।

ये शीत ऋतु की सब्जियां जब रसोई घर में पकती हैं, तो सिर्फ स्वाद ही नहीं, घर का वातावरण भी महकने लगता है और बीमारियाँ आस-पास भी नहीं फटकती हैं।

मौसमी फल-सर्दियों का मिठास भरा उपहार

संतरा, मौसमी और नारंगी - ये तीनों ही खट्टे-मीठे स्वाद वाले फल हैं, जिनमें विटामिन C, एंटीऑक्सीडेंट, कैल्शियम, पोटैशियम और फाइबर भरपूर मात्रा में पाए जाते हैं। ये फल रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने, सर्दी-खांसी से बचाव, और त्वचा को चमकदार बनाने में बेहद सहायक होते हैं। शरीर में पानी की कमी पूरी करते हैं और थकान दूर करके ताजगी प्रदान करते हैं।

सेब और नाशपाती

हल्की मिठास और मन को सुकून देते ये फल। विटामिन C, A, K, थोड़े B-विटामिन, फाइबर, पोटैशियम और एंटीऑक्सिडेंट होते हैं। दोनों रक्त शर्करा को संतुलित रखने, हाइड्रेशन बढ़ाने, सूजन कम करने और शरीर को ऊर्जा देने में भी सहायक होते हैं और इम्यूनिटी बढ़ाते हैं तथा दिल को स्वस्थ, वजन नियंत्रण और त्वचा के लिए फायदेमंद होते हैं।

अमरूद और अनार

दोनों फल खून साफ करते हैं और हीमोग्लोबिन बढ़ाते हैं। दोनों में विटामिन C, A, E, थोड़े B-विटामिन, फाइबर, पोटैशियम और एंटीऑक्सिडेंट भरपूर होते हैं। ये इम्यूनिटी और पाचन शक्ति बढ़ाते हैं, ब्लड शुगर व ब्लड प्रेशर संतुलित रखने में सहायक होते हैं और शरीर को ऊर्जा देते हैं।

सीताफल

सीताफल एक मीठा फल है, जिसकी तासीर ठंडी होती है। किंवदंतियों के अनुसार वनवास के दौरान माता सीता ने भगवान श्री राम जी को यह फल उपहार स्वरूप दिया, तब से यह सीताफल कहा जाता है। इसमें कैल्सियम, पोटेशियम, फॉस्फोरस, प्रोटीन, जिंक, कॉपर और कार्बोहाइड्रेड होता है, जो हेल्थ के लिए फायदेमंद है। इसे सर्दी-जुकाम व शुगर के मरीजों को नहीं खाना चाहिए।

कीवी और स्ट्रॉबेरी

यह खट्टे-मीठे फल हैं। दोनों में विटामिन C, विटामिन K, फाइबर, पोटैशियम, फोलेट और शक्तिशाली एंटीऑक्सिडेंट पाए जाते हैं। ये इम्यूनिटी बढ़ाने, पाचन सुधारने, त्वचा चमकाने, दिल को स्वस्थ और शरीर से सूजन कम करने में मदद करते हैं तथा शरीर को ताजगी और ऊर्जा देते हैं। एक कटोरी ताजे फलों का स्वाद सर्दियों के दिनों को और जीवंत बनाता है।

आंवला

आंवला में सामान्य फलों की तुलना में विटामिन C लगभग 20-30 गुना अधिक पाया जाता है। आंवला सर्दी-जुकाम, खांसी, पाचन की समस्याएँ जैसे कब्ज, गैस और अम्लता, खून की कमी में मदद करता है, त्वचा और बालों को स्वस्थ बनाता है, शुगर नियंत्रण में सहायक होता है, हृदय तथा लिवर को मजबूत रखने में मदद करता है। आंवला सीधे रोग ठीक नहीं करता, लेकिन शरीर की प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाकर कई परेशानियों में सुधार लाता है।

खजूर

खजूर में विटामिन B-कॉम्प्लेक्स, पोटैशियम, मैग्नीशियम, फाइबर और प्राकृतिक शुगर भरपूर होती है। यह ऊर्जा बढ़ाता है, पाचन क्रिया के साथ हड्डियों को मजबूत बनाता है, हृदय के लिए फायदेमंद होता है और खून की कमी (एनीमिया) में भी सहायक होता है।

पारंपरिक व्यंजन
तिल, गजक, रेवड़ी और गोंद के लड्डू, मूंगफली चिक्की

अब हम बात करते हैं ऐसे पारंपरिक व्यंजनों की, जो शीत ऋतु में विशेष प्रचलित है। इनमें भरपूर मिठास होती है व स्वास्थ्य के लिए अत्यंत फायदेमंद हैं।

तिल और गुड़

तिल को सुपर फूड और गुड़ को अमृत तुल्य आहार माना जाता है। इनके सेवन से पाचन, खून की सफाई, शुगर कंट्रोल से लेकर भरपूर एनर्जी मिलती है। कैल्शियम और ऊर्जा का स्रोत, ठंड से बचाव।

गजक

शरीर को गर्म रखना, एनर्जी बूस्टर, हड्डियों को मजबूत करना, पाचन सुधारना, खून साफ और ताकत बढ़ाने वाला।

रेवड़ी

देसी घी में तिल और गुड़ से बनी रेवड़ी में आयरन एवं अन्य खनिज भरपूर होते हैं। मन और शरीर दोनों के लिए आनंद। खाने के बाद इसे खाने से हाजमा ठीक होता है।

गोंद के लड्डू

हड्डियों और जोड़ों को ताकत देने वाले यह लड्डू शीत ऋतु का विशेष व्यंजन हैं। हड्डियां मजबूत करने और प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने के लिए इसे घर-घर में बनाकर खाया जाता है, प्रसव के बाद महिलाओं को भी खिलाया जाता है, जिससे ताकत एवं दूध उत्पादन सही हो पाए।

मूंगफली चिक्की

ऊर्जा, प्रोटीन, स्वस्थ वसा, हेल्दी फैट, B-विटामिन, आयरन व मैग्नीशियम से भरपूर। यह खराब कोलेस्ट्रॉल को कम करके अच्छे कोलेस्ट्रॉल को बढ़ाता है। प्रतिरक्षा प्रणाली को बढ़ावा देकर कब्ज जैसी शिकायतों को कम करता है।

सूखे मेवे यानि ड्राई फ्रूट्स और उनका महत्व

सर्दी और सूखे मेवे का गहरा संबंध है। सूखे मेवे सूखे और भिगो कर दोनों तरीके से खाए जा सकते हैं, यह मेवे स्वास्थ्यवर्धक होते हैं। सर्दियों में सूखे मेवे शरीर को गर्म, ताकतवर और स्वस्थ रखने में मदद करते हैं। इनका सेवन बच्चों के मस्तिष्क विकास में और बुजुर्गों के जोड़ों के लिए भी अत्यधिक फायदेमंद है। प्रतिदिन उचित मात्रा में खाने से वात, कफ और पित्त का संतुलन बना रहता है और शीत ऋतु के दौरान देह में उष्णता की वृद्धि होती है। यह बात जरूर है कि ड्राई फ्रूट्स के ओवर ईटिंग से बचना चाहिए।

ड्राई फ्रूट्स में कैलोरी और हेल्दी फैट अधिक होती है, जो शरीर को गर्म रखती हैं और ऊर्जा बढ़ाती है। विटामिन, मिनरल और एंटीऑक्सिडेंट से सर्दियों में बीमारियों से बचाव होता है।

कैल्शियम, मैग्नीशियम और प्रोटीन से हड्डियाँ और मांसपेशियाँ मजबूत रहती है। विटामिन E और ओमेगा फैटी एसिड त्वचा को रूखापन और बालों को टूटने से बचाते हैं।

बादाम

सर्दी में अमृत है बादाम। यह पौष्टिक मेवा है, जिसमें प्रोटीन, फाइबर, विटामिन ई, कैल्शियम, मैग्नेशियम और आयरन जैसे पोषक तत्व होते हैं, यह स्वस्थ वसा का भी अच्छा स्त्रोत है।

काजू

वैज्ञानिक तौर पर काजू को फल का बीज कहते हैं, जिसमें विटामिन K, खनिज आयरन, मैग्नीशियम, फॉस्फोरस, जिंक, मैंगनीज और कॉपर भरपूर होता है।

अखरोट

यह सख्त खोल में बंद गोल या अंडाकार गिरी है, जो मस्तिष्क के आकार की है और इसका सेवन मस्तिष्क के लिए बेहद गुणकारी है। यह भीतर के अंगों की ऑयलिंग करता है और उन्हें सुचारू रूप से चलाने में सहयोगी है। यह प्रोटीन, फाइबर, विटामिन ई, बी6, मैग्नीशियम, कैल्सियम, फॉस्फोरस जैसे पोषक तत्वों से भरा हुआ है। इसमें ओमेगा 3 फैटी एसिड कैंसर, रक्तचाप, हृदय संबंधी रोग और वजन को नियंत्रण करने में मदद करता है।

पिस्ता

यह छोटा हरा पौष्टिक मेवा है। यह मीठे और कुरकुरे स्वाद के लिए जाना जाता है। इसमें फाइबर, एंटी ऑक्सीडेंट और स्वस्थ वसा होती है, जो कार्बोहाइड्रेड की मात्रा को घटाकर ब्लड शुगर को नियंत्रित करता है। यह स्वास्थ्य के लिए हितकारी है।

किशमिश

अंगूर को धूप में सुखाकर किशमिश तैयार होती है। इसमें फाइबर, आयरन, मैग्नीशियम, पोटेशियम और कैल्शियम जैसे पोषक तत्व मौजूद हैं। प्राकृतिक शर्करा की मात्रा अधिक होने के कारण इसका सेवन सीमित होना चाहिए। इसी का बड़ा स्वरूप मुनक्का होता है, वह सर्दी जुकाम खांसी को ठीक करने में अत्यंत लाभदायक है।

अंजीर

यह मीठा गूदे दार फल है जो बाहर से भूरे रंग का और भीतर गुलाबी लाल रंग का होता है, जिसमें सैकड़ों बीज होते हैं। यह उच्च पौष्टिक आहार है, जिसमें प्रचुर मात्रा में खनिज और विटामिन हैं। यह प्रजनन, पाचन संबंधी समस्याओं को ठीक करता है और प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाता है।

छुहारा

खजूर को सुखाकर छुहारा बनाया जाता है। इसमें कैलोरी, प्रोटीन, विटामिन, कैल्शियम आरोग्यता देते हैं। यह एनर्जी बूस्टर है।

चिलगोजा

हिमालय और कन्नौर जिले में पाया जाने वाला यह मीठा और पौष्टिक सूखा मेवा है, जिसे अंग्रेजी में 'पाइन नट्स' कहते हैं। यह चीड़ के पेड़ से मिलता है। यह दुनिया के महंगे मेवों में से एक है। इसमें ओमेगा 3 फैटी एसिड पाया जाता है। यह कुरकुरा एवं मक्खनी स्वाद वाला होता है।

इनमें प्रोटीन, कैल्शियम, विटामिन E, ओमेगा-3 फैटी एसिड प्रचुर मात्रा में होता है।

इनको सुबह के नाश्ते में, दूध/शेक के साथ एवं लड्डू, चूरमा, खीर, पंजीरी, पाक इत्यादि में विविध रूप से खाया जा सकता है।

तन और मन को प्रफुल्लित करते शीत ऋतु के हिंदू उत्सव

लोहड़ी

अग्नि के चारों ओर खड़े होकर तिल और मूँगफली अर्पित करते हुए ढोल नगाड़े संग त्यौहार को मनाया जाता है।

मकर संक्रांति

तिल-गुड़ के बने व्यंजनों के साथ अंग्रेजी नव वर्ष में ऊर्जा और उमंग भरते हैं। मकर राशि में सूरज का प्रवेश होता है और इस दिन तिल, धूप का सेवन हड्डियों को मजबूती प्रदान करता है।

पोंगल

दूध और गुड़ का मधुर संगम, स्वाद और स्वास्थ्य का प्रतीक है यह पर्व।

ये पर्व पूरे देश में उमंग और उल्लास भरते हैं, खेत-खलिहान, फसल, धन-धान्य से समृद्ध व स्वस्थ जीवन की मंगलकामना का उपहार देते हैं।

आरोग्यता प्रदान करती शीतकालीन यात्राएं

शीत ऋतु में भारत की नैसर्गिक सुंदरता चरम सीमा पर होती है। बर्फ से ढके पहाड़, कोहरे से भरी घाटियां, ठंडी हवाओं की सरसराहट और सूरज की किरणों का बर्फ पर झिलमिलाना, पत्तों पर छनती हल्की धूप, यूँ लगता है कि प्रकृति का सौंदर्य धरती पर निखर गया हो। शीतकालीन यात्राएं अनोखा एहसास कराती है तथा हृदय के कण-कण को रोमांचित एवं आह्लादित करती हैं, यह अनुभव मन में शांति व सुकून और तन में सुंदरता व ताजगी भरता है। सर्द हवाओं में पत्तियों की सरसराहट, नृत्य करते पेड़-पौधे पर बिछी श्वेत चादर और हर क्षेत्र में अलौकिक वातावरण यात्रा को स्वप्निल बना देते हैं।

इस मौसम में पहाड़ों पर जाना हो या रेगिस्तान के धोरों पर टेंट लगाकर रहना हो, जैसे किसी कविता का हिस्सा बन जाना लगता है।

हिमाच्छादित चोटियाँ सूरज की सुनहरी किरणों में झिलमिलाती हैं, झीलें और नदियाँ शीतल तरंगों में प्रतिबिंबित होती हैं, वहीं दूसरी ओर रेत के धोरों में कंपकपाती ठंडी हवाएं चेहरे को चूमती हैं, हर दृश्य जीवन के ऐसे सौंदर्य का आभास कराता है, जो मन में अपार शांति भर देता है।

शीत ऋतु में प्राकृतिक कारणों से मानवीय कार्यक्षमता कम हो जाती है और घरों में उत्सव, उमंग, उल्लास मनाया जाता है, लोकगीतों की गूंज चहुं ओर सुनाई देती है।

सर्वविदित है मन प्रसन्न हो तो बीमारियां स्वत: ही दूर हो जाती हैं, इसलिए यह शीतकालीन यात्राएं केवल बाहर की दुनियां का अनुभव नहीं, बल्कि आत्मा की भी यात्रा है।

भारत के साथ-साथ विश्व के अधिकांश देश रोशनी से नहाते हैं और चारों ओर सैलानियों की भरमार होती है, यात्री खुशी से झूमते हैं, जिससे हर क्षण अमूल्य और हर दृश्य अविस्मरणीय होता है, अत: शीत ऋतु की यात्रा न केवल रोमांचक और सुखद है, बल्कि यह मन और आत्मा को नयी ऊर्जा और ताजगी भी प्रदान करती है।

पहाड़ों पर गर्मागर्म सूप व मैगी और राजस्थान की रेत में सिंकती हुई मूंगफली का स्वाद, आलू टिकिया, छोले-कुलचे, पावभाजी जो सर्द ऋतु में छेड़ते हैं मन का राग।

मक्का, बाजरा, गेहूं, बेजड़ की रोटी एवं सरसों का साग, स्वादिष्ट चटनी, रायता, सलाद, अचार अहा!!!

कुल मिलाकर शीत ऋतु की सब्जियाँ, फल, देशी व्यंजन, भोजन, मिठाई, आहार, उत्सव और ऐसी यात्राएं मानव जीवन में सुख और आरोग्यता भरती हैं।

'आपका स्वास्थ्य ही है, जो वास्तविक धन है, जिसके पास स्वास्थ्य है, उसके पास आशा है, जिसके पास आशा है, उसके पास सब कुछहै।'

■ माहेश्वरी पत्रिका टीम के सौजन्य से

आई शीत ऋतु मनभावन

आई शीत ऋतु मन भावन
बरसे अमृत रस घर-आँगन
विहसित पुष्प मुदित है
पल्लव सुखद कुनकुनी धूप।
आई शीत ऋतु मनभावन.......

सुन सर्दियों की चपल आहट,
मन में हसरतों की सुगबुगाहट
कल्पनाओं को पंख लगे हैं
कलम रही है घूम।
आई शीत ऋतु मनभावन......

सीताफल अमरूद पके हैं
सब्जियों के ढेर सजे हैं
मेथी, पालक, मूली, गाजर
मटर-पराठों की धूम।
आई शीत ऋतु मनभावन.....

शाल स्वेटर कंबल रजाई
पेटी से सब निकले भाई
चाय कॉफी काढ़ा भाए
अंगीठी सेंको खूब।
आई शीत ऋतु.......

पौष्टिक खाओ सेहत बनाओ
बादाम अखरोट का हलवा खाओ
मेथी-दाना मेवे के लड्डू बनाओ
ताकत बढ़ाए खूब।
आई शीत ऋतु मनभावन......

तिलपट्टी गुड़ पट्टी सब को भाए
बाजरे की रोटी सबको ललचाए
मकर-संक्रांति पर पतंग उड़ाएं
हंसी-ठहाकों के संग सब झूम
आई शीत ऋतु मनभावन.......

सर्दियों की शातिर ठिठुरन में
पिया प्रेम की तपिश हृदय में
यादों की सुंदर सौगातें निखरें
प्रीत का अलौकिक रूप।
आई शीत ऋतु मनभावन..

❑ मीना माहेश्वरी 'माही'

भोजन के साथ मूली, खीरा, ककड़ी भी खाएं और गरिष्ठ भोजन से बचें।

शीत ऋतु

धर्म एवं आध्यात्मिक चेतना का विलक्षण संगम

भारत की सांस्कृतिक परंपरा में ऋतुओं का आगमन केवल मौसम परिवर्तन भर नहीं, बल्कि आध्यात्मिक जागरण और धार्मिक अनुष्ठानों की नई ऊर्जा के साथ जुड़ा हुआ है। इन्हीं ऋतुओं में शीत ऋतु का विशिष्ट स्थान है। वर्षा के पश्चात् जब प्रकृति धूल-धूसरित होकर पुनः स्वच्छ, सौम्य और प्रकाशमय रूप में प्रकट होती है, तब शीत का आगमन मानव मन में भी शांति, संतुलन और पवित्रता का स्पर्श कराता है।

शीत ऋतु : पवित्रता और निर्मलता का समय

धर्मग्रंथों में शीत ऋतु को शुद्धता, सौम्यता और उजास का काल माना गया है। वातावरण साफ, आकाश निर्मल और चांदनी श्रेष्ठतम रूप में दिखाई देती है। प्रकृति का यह शांत रूप साधना, उपासना और आध्यात्मिक चिंतन के लिए अत्यन्त उपयुक्त माना जाता है। यही कारण है कि अनेक महत्वपूर्ण धार्मिक पर्व इसी ऋतु में संपन्न होते हैं।

साधना व तप का अनुकूल वातावरण

शीत का संतुलित और शांत मौसम ऋषि-मुनियों द्वारा ध्यान के लिए सर्वोत्तम माना गया है।

इस ऋतु में-

मन अधिक स्थिर रहता है

एकाग्रता सहज बनती है

मौन, जप, स्वाध्याय और तपस्या में सफलता की संभावना बढ़ती है

प्रकृति का यह संतुलन साधक के मन में भी आंतरिक संतुलन और स्पष्टता का संचार करता है।

धर्म और शांति का संदेश

शीत ऋतु प्रकृति के माध्यम से हमें एक संदेश देती है-

'जैसे वर्षा के बाद धरती नवीन, स्वच्छ और निर्मल हो जाती है, वैसे ही जीवन में भी नकारात्मकता को दूर कर प्रकाश और पवित्रता को अपनाओ।'

धार्मिक दृष्टि से यह ऋतु सत्य, संयम, सौहार्द और आत्मचिंतन को बढ़ावा देती है।

आध्यात्मिक दृष्टि से यह अंतर-उजाले की ओर ले जाने वाला काल है।

संस्कृति, आध्यात्म और धर्म- तीनों के सुंदर समन्वय से युक्त शीत ऋतु वर्ष का वह पावन समय है, जो मनुष्य को बाहरी सौंदर्य के साथ-साथ आंतरिक शांति, साधना और आत्म-जागरण की दिशा में प्रेरित करता है।

अपने शीतल स्पर्श, उज्ज्वल चांदनी और शांतिमय वातावरण के साथ यह ऋतु हमें जीवन को निर्मलता, संतुलन और आध्यात्मिक दृष्टि से देखने की प्रेरणा प्रदान करती है।

नववर्ष एवं मकर संक्रांति की हार्दिक शुभकामनाओं के साथ....।

■ विजय सारड़ा (रेनवाल)- प्रचार मंत्री

मुँह में छाले हों तो भोजन के बाद थोड़ी सी सौंफ चबाएं।

गुड़

गुड़ जिसका सेवन सबसे ज्यादा ठंड में किया जाता है, पर कुछ लोग बहुत थोड़ी मात्रा में सेवन करते हैं, इस सोच के साथ कि ज्यादा गुड़ खाने से नुकसान होता है। इसकी प्रवृति गर्म होती है, लेकिन ये एक गलतफहमी है, गुड़ हर मौसम में खाया जा सकता है और पुराना गुड़ हमेशा औषधि के रूप में काम करता है। आयुर्वेद संहिता के अनुसार यह शीघ्र पचने वाला, खून बढ़ाने वाला व भूख बढ़ाने वाला होता है। इसके अतिरिक्त गुड़ से बनी चीजों के खाने से बीमारियों में राहत मिलती है।

- गुड़ और काले तिल के लड्डू खाने से सर्दी में अस्थमा परेशान नहीं करता है। रोजाना गुड़ का सेवन हाई ब्लडप्रेशर को कंट्रोल करता है। जिन लोगों को खून की कमी हो उन्हें रोज थोड़ी मात्रा में गुड़ जरूर खाना चाहिए। इससे शरीर में हिमोग्लोबिन का स्तर बढ़ता है।
- गुड़ का हलवा या लड्डू खाने से स्मरण शक्ति बढ़ती है। शरीर से जहरीले तत्वों को बाहर निकालता है व सर्दियों में, यह शरीर के तापमान को नियमित करने में मदद करता है।
- गुड़, सेंधा नमक, काला नमक मिलाकर चाटने से खट्टी डकारें आना बंद हो जाती हैं।
- गुड़ में भरपूर विटामिन और मिनरल्स होते हैं, जो स्किन को पोषण देते हैं। एसिडिटी में आराम मिलता है।
- ना झुर्रियां पड़ती हैं, ना पिंपल्स की टेंशन रहती हैं।
- गुड़ में मौजूद पोटैशियम और मिनरल्स फैट को कंट्रोल करते हैं और मेटाबॉलिज्म बढ़ाते हैं। खाने के बाद गुड़ का छोटा टुकड़ा खा लीजिए- पेट साफ रहेगा, पाचन ठीक रहेगा, और एसिडिटी भी गायब।
- गुड़ में आयरन की भरपूर मात्रा होती है। नींबू या आंवले के साथ खाने से बाल बनते हैं घने, लंबे और काले। सप्ताह में दो बार गुड़ + मुल्तानी मिट्टी + दही का पैक लगाने से बालों में नेचुरल चमक आती है।
- अगर शरीर में जहरीले तत्व जमा हो गए हैं।
- गुड़ खाने से लिवर की सफाई खुद-ब-खुद हो जाती है। गुड़ में मौजूद कैल्शियम हड्डियों को मजबूत बनाता है। अदरक के साथ थोड़ा गुड़ खाने से जोड़ों का दर्द दूर होता है और ज्वॉइंट्स मजबूत बनते हैं।
- गुड़ में जिंक, सेलेनियम और एंटीऑक्सीडेंट्स होते हैं- जो शरीर की रक्षा करते हैं और बीमारियों से लड़ने की ताकत बढ़ाते हैं।

■ भारती मूंदड़ा

हेल्थ टिप्स

- रात्रि में सोते समय होठों पर बादाम रोगन लगाकर सोयें, सूखी पपड़ी दूर होकर होंठ मुलायम होंगे।
- गाय के दूध से बनी छाछ में स्वादानुसार नमक और काली मिर्च मिलाकर पीने में अजीर्ण में आराम आ जाता है।
- व्रत-उपवास में सिंघाड़े का सेवन करने से शरीर को भरपूर शक्ति प्राप्त होती है।
- 20 ग्राम मक्खन में 20 ग्राम मिश्री और 5 नग कालीमिर्च का चूर्ण मिलाकर खाने से स्मरणशक्ति का विकास होता है।

भूल जाइये पुरानी समस्त तकनीकों को अब घुटना प्रत्यारोपण कराये
AI (Artificial Intelligence) & AR (Augmented Reality) तकनीक द्वारा
Robotic AI और AR तकनीक के फायदे
रोबोटिक तकनीक से नी रिप्लेसमेन्ट सर्जरी
सबसे उन्नत और सटीक
जटिलताओं का जोखिम कम
बेहतर परिणाम
पहले से और भी सुरक्षित
PARTANI CLINIC
MISSO Planner
Robotic Arm
डॉ. अरुण परतानी
एडिशनल डायरेक्टर
ऑर्थोपेडिक्स एंड जॉइंट रिप्लेसमेंट
16 वर्षों का सफल अनुभव
DENTAL IMPLANTS
not only replace your teeth but improve your confidence and quality of life!
डॉ. भारती परतानी
BDS, MDS
Prosthodontist & Implantologist
15 वर्षों का सफल अनुभव
Quality Dental Care
Dental Implants
Teeth Whitening
Root Canal
Composite Filings
Ceramic or
Porclain Crowns
And Many More......
किफ़ायती दरों में Dental सेवाएँ माहेश्वरी डाइग्नॉस्टिक सेंटर निर्माण नगर पर भी 9 am-12 pm तक उपलब्ध है।
175, Gali No. 7, Barkat Nagar, Tonk Phatak, Jaipur-302015
For Queries 9783788887, 8742067974, 9887302501

सर्दियों के स्वास्थ्यवर्धक पुष्प

गेंदा

रंग - पीला, नारंगी
गुण - जीवाणुरोधी, सूजनरोधी
प्रदेश - उत्तर भारत
औषधीय प्रयोग - घाव, सूजन
उपयोग विधि - फूल कूटकर घाव पर लेप करें या उबले पानी से धोएँ।

गुलाब

रंग : लाल, गुलाबी
गुण : शीतल, त्वचा हितकारी
प्रदेश : पूरे भारत में
औषधीय प्रयोग : आंख, त्वचा, तनाव
उपयोग विधि : गुलाबजल आँखों पर छिड़कें या पंखुड़ियों का लेप बनाएं।

चमेली/मोगरा

रंग : सफेद
गुण : शांतिदायक
प्रदेश : दक्षिण व उत्तर भारत
औषधीय प्रयोग : सिरदर्द, तनाव
उपयोग विधि : फूलों की सुगंध से कमरे में माहौल शीतल करें।

सदाबहार

रंग : गुलाबी, सफेद
गुण : रक्त शोधन
प्रदेश : दक्षिण भारत
औषधीय प्रयोग : मधुमेह, रक्तचाप
उपयोग विधि : पत्तों का हल्का काढ़ा बनाकर पीएँ।

नागकेशर

रंग : सफेद-पीला
गुण : रक्तस्राव रोकने वाला
प्रदेश : पश्चिमी घाट
औषधीय प्रयोग : नकसीर, दस्त
उपयोग विधि : चूर्ण के रूप में सेवन करें या हल्का काढ़ा बनाएं।

शंखपुष्पी

रंग : नीला/सफेद
गुण : मस्तिष्कवर्धक
प्रदेश : पूरे भारत में
औषधीय प्रयोग : तनाव, स्मरण शक्ति
उपयोग विधि : फूल और पत्तियों का काढ़ा बनाकर पीएँ।

अपराजिता

रंग : नीला, सफेद
गुण : एंटीऑक्सीडेंट
प्रदेश : पूर्व भारत
औषधीय प्रयोग : आंख, तनाव
उपयोग विधि : फूलों को उबालकर पानी का सेवन करें।

हिबिस्कस (गुड़हल)

रंग : लाल
गुण : रक्त शोधन, बाल पोषक
प्रदेश : भारत
औषधीय प्रयोग : बाल झड़ना, रक्तचाप
उपयोग विधि : फूलों का पेस्ट बालों में लगाएँ या चाय बनाकर पीएँ।

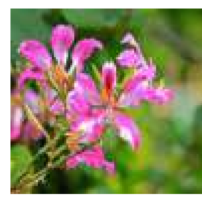
पारिजात (हरसिंगार)

रंग : सफेद-नारंगी
गुण : ज्वरनाशक
प्रदेश : उत्तर भारत
औषधीय प्रयोग : बुखार, जोड़ों का दर्द
उपयोग विधि : पत्तों का हल्का काढ़ा पीएँ या प्रभावित हिस्से पर लेप करें।

हौलीहॉक

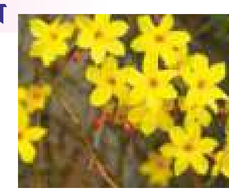
रंग : गुलाबी, बैंगनी
गुण : सूजनरोधी
प्रदेश : उत्तर भारत
औषधीय प्रयोग : गले की सूजन
उपयोग विधि : फूलों का गरारा पानी बनाएँ या प्रभावित हिस्से पर लेप करें।

कचनार



ा : गुलाबी, सफेद
ण : पाचन सुधारक
देश : उत्तर भारत
षधीय प्रयोग : थायरॉयड
उपयोग विधि : कचनार की सब्जी या काढ़ा पीएँ।

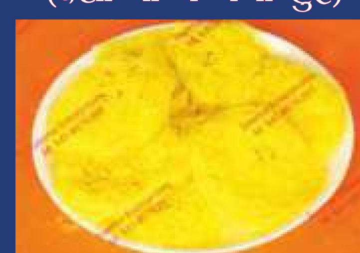
विंटर जैस्मिन



रंग : पीला
गुण : तनाव कम
प्रदेश : उत्तर भारत
औषधीय प्रयोग : सिरदर्द, तनाव
उपयोग विधि : फूलों की सुगंध फैलाएँ या जैस्मिन तेल से मालिश करें।

✪ माहेश्वरी पत्रिका टीम के सौजन्य से।

सरदारशहर की स्पेशल फीणी
(देशी घी में बनी हुई)



मीठी और फीकी दोनों उपलब्ध हैं
नोट : कोरियर सुविधा सभी प्रमुख शहरों के लिये उपलब्ध है।
जितेन्द्र बियानी 9414079397
सीमा बियानी 9351648239
सीमा एंटरप्राइजेज, विद्याधर नगर, जयपुर

श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर

जनोपयोगी भवन

"अभिनन्दन"

कृष्णा सागर कॉलोनी, पत्रकार कॉलोनी रोड

वी.टी. रोड के सामने, मानसरोवर, जयपुर-302020

सम्पर्क : फोन : 0141-2980659, मो.: 7414038883

Location (GPS) : 26.84000, 75.75102

चैक इन टाइम : 12 PM • चैक आउट टाइम : 9 AM

अत्याधुनिक सुविधा सम्पन्न

- 70 वातानुकूलित कमरे (8 डॉरमेट्री सहित+ 2 पूजा रूम सहित)
- भव्य वातानुकूलित बैंक्वेट हॉल (105'x 78'-डबल हाइट)
- सुसज्जित वातानुकूलित डायनिंग हॉल एवं मंडप एरिया (ग्राउंड फ्लोर पर)
- 2 मिनी बैंक्वेट हॉल, 2 डायनिंग हॉल
- 4 किचन, 2 पैसेंजर व 1 लगेज लिफ्ट
- प्रत्येक कमरे में मिनि फ्रिज एवं टी-कैटल सुविधा
- डबल बैसमेंट सहित वैलेट पार्किंग सुविधा
- सम्पूर्ण भवन wi-fi & CCTV सुविधायुक्त
- प्रत्येक कमरे में डिजिटल लॉकर व इंटरकॉम सुविधा
- 24 hrs Room Services, Receptionist & House Keeping Staff, Security Guard, Electricity Backup Facility Available.

ग्राउण्ड फ्लोर (Unit-I) : डायनिंग हॉल, लॉन व किचन

द्वितीय तल (Unit-II) : 22 कमरे (4 डॉरमेट्री सहित)

चतुर्थ तल (Unit-V) : 13 कमरे (पूजा रूम सहित), 1 मिनी हॉल, 1 डायनिंग हॉल, किचन

प्रथम तल (Unit-II) : मुख्य बैंक्वेट हॉल (डबल हाइट)

तृतीय तल (Unit-IV) : 13 कमरे (पूजा रूम सहित), 1 मिनि हॉल, 1 डायनिंग हॉल, किचन

पंचम तल (Unit-VI) : 22 कमरे (4 डॉरमेट्री सहित)

उमेश सोनी
अध्यक्ष
श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर

सीए. रोहित माहेश्वरी (परवाल)
महामंत्री
श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर

संचालन समिति (सत्र 2025-28)

रमेश सोमानी — चेयरमैन

विमल किशोर सारड़ा — वाईस चेयरमैन (वित्त)

राधामोहन तोतला — वाईस चेयरमैन (संचालन)

राजेश कुमार सोढ़ानी — सचिव

विनेश कुमार मालपानी — सह सचिव

सुरेन्द्र कुमार मांधना — भवन मंत्री

सीए. दिनेश कुमार भट्टड़ — कोषाध्यक्ष

सदस्यगण : गिरिराज प्रसाद कालानी, पवन कुमार आगीवाल, रामअवतार तोषनीवाल, सूर्यप्रकाश गगरानी

गरम मसालों की महक रसोई घर से...

स र्दियों में रसोई की सौंधी खुशबू गरम मसालों से होती है। रसोईघर में मौजूद गर्म तासीर के ये मसाले न केवल स्वाद बढ़ाते हैं बल्कि सेहत को भी सुधारते हैं।

शीत ऋतु के आते ही रसोई में एक अनोखी महक फैल जाती है। भोर में अदरक वाली चाय की महक और कढ़ाई में मसालों के छौंक की सुगंध शरीर को ऊर्जा, पोषण, ऊष्मा और ताकत प्रदान करते हैं तथा अपने औषधीय गुणों के साथ भोजन को लजीज व स्वास्थ्यवर्धक बनाते हैं।

इसी समय गरम मसाले अपने असली रूप में चमकते हैं। यह सिर्फ स्वाद बढ़ाने वाले तत्व नहीं, बल्कि आयुर्वेद के अनमोल रत्न हैं, जो शरीर में ऊर्जा जगाते, पाचन सुधारते, रोगों से रक्षा करते और ठंड के मौसम में एक प्राकृतिक कवच बनाते हैं।

आइए, एक-एक गरम मसाले के चमत्कारी लाभ समझते हैं...

✦ दालचीनी (Cinnamon)

तासीर - गरम

खेती- केरल, तमिलनाडु, कर्नाटक

लाभ- शीत ऋतु में रक्त संचार बढ़ाकर शरीर को गर्म रखती है।

मधुमेह में ब्लड शुगर नियंत्रित करती है।

सर्दी-जुकाम में काढ़े में डालने से ताकत बढ़ाती है।

बीमारियों से बचाव- डायबिटीज, सर्दी-जुकाम, अपच।

✦ लौंग (Clove)

तासीर- तीव्र गरम

खेती- तमिलनाडु, केरल

लाभ- एंटी-वायरल गुण, सर्दियों में संक्रमण से सुरक्षा।

दाँत दर्द एवं गले की खराश में उपयोगी।

बीमारियों से बचाव- सर्दी-खांसी, दंत समस्याएँ, पाचन कमजोर।

✦ काली मिर्च (Black Pepper)

तासीर- गरम

खेती - मलाबार, वायनाड (केरल)।

लाभ - सर्दियों में मेटाबॉलिज्म बढ़ाती है। भोजन का पाचन आसान करती है। एंटीऑक्सीडेंट, ठंड में सुस्ती दूर करती है।

बीमारियों से बचाव- सर्दी, मोटापा कम करती है।

✦ हल्दी

तासीर- गरम

खेती- महाराष्ट्र, तमिलनाडु

लाभ- प्रतिरक्षा शक्ति बढ़ाती है। ठंड में होने वाले संक्रमण दूर करती है।

शरीर को भीतर से गर्म रखती है।

✦ बड़ी इलायची (Black Cardamom)

तासीर- गरम

खेती- सिक्किम, दार्जिलिंग

लाभ- फेफड़ों को बल देती है। ठंड में सांस संबंधी रोगों में सहायक। काढ़े में डालने से शरीर को भीतर से गर्म करती है।

बीमारियों से बचाव- दमा, सर्दी, खांसी।

✦ तेजपत्ता (Bay Leaf)

तासीर- गरम

खेती- उत्तराखंड, हिमाचल प्रदेश।

लाभ- शरीर में सर्दी से होने वाली जकड़न कम करता है। पाचन और रक्त शुद्धि में कारगर है।

✦ जीरा (Cumin)

तासीर- गरम

खेती- राजस्थान, गुजरात

लाभ- सर्दियों में पाचन को दुरुस्त रखता है। गैस, अपच, भारीपन दूर करता है।

✦ सौंफ (Fennel)

तासीर- मध्यम गर्म

खेती- गुजरात, राजस्थान

लाभ- ठंड में भी पाचन और भूख जगाती है। बलगम को पतला कर सांस लेने में राहत देती है।

✦ धनिया (Coriander Seeds)

तासीर- हल्की गरम

खेती- राजस्थान, मध्यप्रदेश।

लाभ- भूख बढ़ाता है। ठंड के मौसम में शरीर को संतुलित रखता है।

✦ जायफल (Nutmeg)

तासीर- अत्यंत गरम

खेती- केरल

लाभ- नींद न आने पर उपयोगी, सर्दियों में सर्दी-जुकाम दूर करता है। अपच में लाभदायक।

✦ जावित्री (Mace)

तासीर- तीव्र गरम

खेती- केरल

लाभ- सर्दियों में रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाती है। दर्द व ठंड की सनसनी में राहत देती है।

✦ अदरक (सूखी सौंठ)

तासीर- गरम

खेती- मेघालय, गुजरात, केरल

लाभ- ठंड में काढ़े का मुख्य आधार। जोड़ों के दर्द में आराम मिलता है।

✦ छोटी इलायची (Green Cardamom)

तासीर- हल्की गरम

खेती- केरल, तमिलनाडु

लाभ- पाचन सुधारती है। ठंड के मौसम में भारीपन और गैस रोकती है।

✦ मेथी दाना

तासीर- गरम

खेती- राजस्थान, उत्तर प्रदेश।

लाभ- सर्दियों में जोड़ों के दर्द में राहत। शुगर नियंत्रित करता है।

गरम मसाले स्वाद का नहीं, स्वास्थ्य का भी अनमोल खजाना हैं।

शीत ऋतु शरीर को भीतर से मजबूत करने का मौसम है। रसोई के ये गरम मसाले दालचीनी से लेकर जावित्री तक घर-घर के छोटे आयुर्वेदाचार्य हैं। ये मसाले न केवल भोजन को लाजवाब बनाते हैं, बल्कि स्वास्थ्य को ऊर्जा और रोग-प्रतिरोधक क्षमता भी देते हैं। सर्दियों के दिनों में भोजन में सही मात्रा में इनका प्रयोग शरीर के लिए वरदान साबित होता है। **इन गरम मसालों में स्वाद भी, सेहत भी, और प्राकृतिक सुरक्षा भी।**

❁ स्वाति जैसलमेरिया

मुलहठी का आधा चम्मच चूर्ण पान में रखकर खाने से श्वास नली की सूजन कम हो जाती है।

अन्नं ब्रह्मा रसो विष्णुः भोक्ता देवो महेश्वरः

हमारी सनातन संस्कृति में अन्न को देवों की उपाधि दी गई है अन्न ब्रह्मा की तरह निर्माण करता है, विष्णु की तरह पालन कर्ता है एवं महेश की तरह शरीर के विकारों का संहार करता है ।

शास्त्रों में हमारे भोजन की तीन मुख्य विशेषताएँ बतायी गई हैं।

हित भुक् भोजन अर्थात हमारे लिए हितकर पोषण से भरपूर भोजन, मित भुक् भोजन अर्थात् संतुलित एवं कम मात्रा में भोजन एवं ऋत भुक् भोजन अर्थात ऋतु अनुसार भोजन जैसे गर्मी में तरबूज तो सर्दी में आंवला खाया जाता है। यह भोजन मनुष्य की देश काल परिस्थिति पर भी निर्भर करता है, साथ ही मनुष्य की वात पित्त कफ प्रकृति पर भी निर्भर करता है। जब भोजन इन तीनों परिस्थितियों को देखकर किया जाता है, तो वह औषधि का काम करता है।

शरद ऋतु का आयुर्वेद में विशेष महत्व है क्योंकि यह वह समय है, जब वर्ष भर के लिए ऊर्जा को शरीर में संचित किया जाता है और इसी मौसम में खाने पीने के लिए सर्वाधिक वस्तुएँ भी होती हैं, शरद ऋतु में घी, मेवे, फल, सब्जियां, आयुर्वेदिक औषधियाँ एवं गरम मसाले आदि सभी चीजों का सेवन बहुतायत से किया जाता है।इन सभी वस्तुओं का अलग-अलग व्यंजन बनाकर हम सभी सेवन करते हैं।

देसी गाय का बिलौना निर्मित घृत अमृत तुल्य होता है, इसका भोजन में तो सेवन होता ही है, साथ ही घृत नैति (नासिका से सूंघना), नाभि में डालना व संपूर्ण शरीर की मालिश द्वारा शरीर को पोषित किया जाता है।

मेवों का सेवन भी उचित मात्रा में अपनी शारीरिक स्थिति के अनुसार जरूर करना चाहिए।वैसे मुट्ठी भर मेवे एक व्यक्ति के लिए काफी होते हैं।

सब्जियों में इस समय सभी प्रकार की पत्तेदार सब्जियां पालक, मेथी, बथुआ, सरसों, हरा धनिया, फिर गाजर, मूली, गोभी, मटर फलियाँ, आदि सभी का सेवन साग एवं सूप के रूप में किया जाना चाहिए।

आंवला को तो 'किंग ऑफ विंटर' कहें तो अतिशयोक्ति नहीं होगी कच्ची हल्दी, लहसुन, अदरक, तुलसी सभी चीजें इस मौसम में बहुउपयोगी हैं।

सभी प्रकार के गर्म मसाले एवं आयुर्वेदिक औषधियों का सेवन का ये सबसे सही समय होता है।

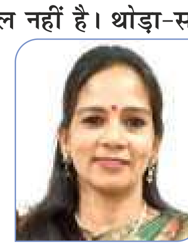
सेवन करने के लिए इस मौसम में बहुत ज्यादा सामान है, परंतु क्या-क्या खाएँ और कैसे खाएँ? यह सबसे बड़ा सवाल बन जाता है, तो आज मैं एक बेसिक डाइट चार्ट भी यहाँ पर आप सबसे शेयर कर रही हूँ-

- सोंफ, धनिया, जीरा, अजवायन, मैथी समभाग मिलाकर रख लें, रात को एक चम्मच पानी में भिगोकर छोड़ दें सुबह दो ग्लास पानी बनाकर पीए। इसमें दो चम्मच कच्ची हल्दी का रस व एक चम्मच शहद भी मिला सकते हैं।
- अदरक, तुलसी, काली मिर्च को उबालकर छान लें। गुड़, नींबू डालकर देसी चाय का स्वाद लें। अगर आपके पास लेमन ग्रास है, तो आप उसकी कुछ कटिंग भी इसमें डाल सकते हैं।
- नाश्ते में खूब सारे फल, सब्जियों का रस, सूखे मेवे का खजूर के साथ बना लड्डू, शक्करकंद की चाट।

  कोर्न चाट/साबुत बाजरे की चाट/जौ की चाट/खूब सारी वेजिटेबल डाल कर पोहा/ स्प्राउट्स चाट/हलवा आदि बदल-बदलकर सेवन कर सकते हैं।
- भोजन से पहले प्लेट भरकर गाजर-मूली आदि सलाद लें।
- सुबह के भोजन में मक्का या बाजरा आदि की रोटी, साग/हरे पत्ते डालकर बाजरे की रोटी, दही, गुड़, मिक्स वेजिटेबल, अचार या वेजिटेबल पराठे/बाजरे की खिचड़ी/गेहूं का खिचडा/गुड़ के चावल, दाल आदि अनेक व्यंजन हैं, जो हम खा सकते हैं।
- शाम के भोजन में सूप/गुड राब या राबड़ी आदि हल्का भोजन ही रखें।
- रात्रि सोने से पूर्व एक चम्मच च्यवनप्राश लेना अच्छा रहता है, क्योंकि च्यवनप्राश में 40-50 तरह की औषधियां (हर्ब) एवं 10-15 तरह के गर्म मसाले डाले जाते हैं।

एक कप हल्दी वाला गर्म दूध अवश्य सेवन करें।यह आपकी इम्यूनिटी स्ट्रोंग करता है तथा आपको युवा बनाए रखने में मदद करता है।

मेरा मानना है स्वस्थ रहना इतना भी मुश्किल नहीं है। थोड़ा-सा योग,प्राणायाम, थोड़ा खाने-पीने का ध्यान रखना, उचित मात्रा में पानी, धूप एवं निद्रा आपको स्वस्थ बनाए रख सकती है। उम्मीद करती हूँ आप सब इन तथ्यों का ध्यान रखेंगे।



■ डॉ. पूनम कन्हैया करवा
प्राकृतिक चिकित्सक

अदरक के दो-तीन टुकड़े लेकर उस पर थोड़ा सेंधा नमक और नींबू रस डालकर चूसें। ऐसा प्रतिदिन खाने से भूख खुल कर लगती है।

Recipe कॉर्नर

हल्दी की सब्जी

सामग्री :

1 kg हल्दी
50 ग्राम अदरक
6 - 7 हरी मिर्च
500 ग्राम दही
10 - 12 काजू
हरा धनिया पत्ता
100 ग्राम घी
जीरा, हींग
लाल मिर्च पाउडर
धनिया पाउडर
नमक स्वाद अनुसार

हल्दी बनाने की विधि :

सर्वप्रथम हल्दी को अच्छे से धो लेंगे, धोने के बाद उसे कद्दूकस कर लेंगे। उसके पश्चात् अदरक और हरी मिर्च का पेस्ट बना लेंगे। एक कढ़ाई में घी लेकर उसमें जीरा और हींग का तड़का लगाएंगे, फिर उसमें बनाया हुआ अदरक एवं हरी मिर्च का पेस्ट डाल देंगे, इसे करीबन मंदी आंच में तीन से चार मिनट के लिए पकाएंगे, पकने के साथ ही कद्दूकस की हुई हल्दी इसमें डाल देंगे और इसे बढ़िया से पकाएंगे, 10 से 15 मिनट तक घी में हल्दी को अच्छे से पकने देंगे, एक बाउल में दही को फेंट कर रख लेंगे, उसमें लाल मिर्च पाउडर,धनिया पाउडर और स्वाद अनुसार नमक डालेंगे, हल्दी जब अच्छे से पक जाए तो उसमें यह दही मिक्स करेंगे और कुरछी से धीरे-धीरे हिलाएंगे, जिससे दही फटना नहीं चाहिए, इसे अच्छे से तब तक हिलाते जाएंगे, जब तक सब्जी घी न छोड़ने लगे और जब वह पक जाएगी, उसमें घी में रोस्ट किए हुए काजू को बनी हुई हल्दी की सब्जी के ऊपर डाल देंगे और हरा धनिया पत्ता से सजाकर उसकी परोसगारी करेंगे। हल्दी का पीला, काजू का भूरा और धनिया पत्ता का हरा रंग पौष्टिक हल्दी की सब्जी के सजावट पर चार चांद लगाता है। शरीर के इम्यून को मजबूत करने वाली इस कच्ची हल्दी की सब्जी को शीत ऋतु में ही खाया जाता है।

❑ अनुपमा अरुणेश माहेश्वरी

गाजर का इंस्टेंट अचार

सामग्री :

6 छोटी, लंबी कटी गाजर
लाल मिर्च पाउडर
सौंफ, पिसी राई
सरसों का तेल - 2 छोटे चम्मच (कच्चा)
पीली सरसों पिसी हुई - 1 छोटा चम्मच
चुटकी भर हींग
काला नमक : ¼ चम्मच
नमक स्वाद अनुसार

बनाने की विधि : सबसे पहले ½ कप गरम पानी में गाजर को 5 मिनट डालकर रख दें। फिर गाजर को छलनी/जाली में फैला दें और थोड़ा सूखने दें। अब इन्हें एक काँच के बाउल में डालें।

मसाला अच्छी तरह मिलाएँ और बाउल को 1 घंटे धूप में रख दें।

बस आपका इंस्टेंट अचार तैयार है : तुरंत खाएँ और 4 दिन तक आराम से चल जाएगा।

❑ श्रुति लाहोटी

स्वादिष्ट तिल मावा लड्डू

सामग्री : तिल 1 कप 1 चम्मच घी
1 कप मावा 150 ग्राम पिसी हुई चीनी

1. तिल रोस्ट कर लें, उसे प्लेट में निकाल लें।
2. मावा को घी (Ghee) डाल के अच्छी तरह पका लें।
3. तिल को मिक्सी में पीस लें।
4. पिसे हुए तिल में मावा डालें, चीनी डालें।

कुछ ड्राई फ्रूट्स डालें जैसे बादाम और काजू (इलायची)।

सभी को एक बड़े बर्तन में डालें और मिला लें।

धीरे-धीरे गोल लड्डू बनाएं।

और किसी साफ कंटेनर में रख लें।

स्वादिष्ट और झटपट।

◆ ज्योति मंत्री

गोंद की राब

सामग्री

- 1 बड़ा चम्मच घी
- ½ (आधा) चम्मच गोंद
- 1 कप पानी
- 1 छोटा चम्मच चीनी
- एक चुटकी इलायची पाउडर
- 8-10 कुटे हुए बादाम
- 1 छोटा चमचा नारियल का बूरा
- 7-8 रेशे केसर के
- चुट्की भर सोठ

बनाने की विधि :

सबसे पहले घी डालकर गरम करें, फिर उसमें गोंद डालें। गोंद अच्छे से फ्राई हो जाए, तो उसमें पानी डालें। उसे लगातार चलाते रहें जब तक गोंद पानी में घुल नहीं जाए, फिर उसमें गुड़ या चीनी डालें फिर बादाम कतरन, इलाइची, सौंठ का पाउडर, नारियल का बुरा मिलाएं, गर्मा गर्म परोसें।

❑ बबीता करवा

मूली के पत्तों का रस एक या दो चम्मच सेवन करने से हिचकी बंद हो जाती है।

सहजन (मोरिंगा) : प्रकृति का चमत्कारी वृक्ष

सहजन, जिसे मोरिंगा कहा जाता है, भारत का एक बहुउपयोगी पौधा है। यह पोषण, औषधीय गुणों और कृषि तीनों दृष्टियों से अत्यंत महत्त्वपूर्ण माना जाता है। राजस्थान में, विशेषकर जयपुर और आसपास के क्षेत्रों में इसकी खेती तेजी से बढ़ रही है।

खाने में सहजन का उपयोग

सहजन की फली भारतीय भोजन में विशेष स्थान रखती है। दक्षिण भारत में इसका उपयोग मुख्य रूप से सांभर में किया जाता है, लेकिन अब राजस्थान और जयपुर के घरों में भी इसे दाल, कढ़ी और सब्जियों में शामिल किया जाने लगा है। सहजन की पत्तियों का पाउडर चाय, सूप और थेपलों में मिलाकर पौष्टिकता बढ़ाने के लिए प्रयोग किया जाता है। यह पोषण में भी समृद्ध मानी जाती है।

सहजन के प्रमुख फायदे-

सहजन को सुपरफूड के रूप में माना जाता है, क्योंकि इसमें लगभग 90 प्रकार के पोषक तत्व पाए जाते हैं। यह खून को साफ करता है, डायबिटीज और ब्लड प्रेशर को नियंत्रित रखने में सहायक है और शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाता है। इसकी पत्तियों और फली में प्रोटीन, विटामिन और खनिज प्रचुर मात्रा में होते हैं, जो बच्चों से लेकर वृद्धजन तक सभी के लिए उपयोगी हैं। त्वचा, हड्डियों और मानसिक स्वास्थ्य के लिए भी यह एक प्राकृतिक लाभकारी पौधा है।

– लक्ष्मी मांधना

हमारे 'वो' बड़े नखराले
बात-बात पर गाल फुला लें
बोले, मैं, ये, तुरई न खाऊँ!
ग्वार फली को दूर भगाऊँ

लौकी का तो स्वाद न भाए,
शिमला मिर्च से मतली आए
आलू फिर भी ठीक है थोड़ा,
प्याज तो मैंने कब से छोड़ा

गाजर,मटर से ऊबता हूँ,
बेसन गट्टे से डरता हूँ
दाल तो कितनी बार बन गई,
खिचड़ी से भी मेरी ठन गई

दिमाग न मेरा दौड़े सरपट,
रोज की है ये कैसी खटपट
चूल्हा चौका बंद, हुआ रे,
अब पकने को क्या ही बचा रे

तुरंत,एक,फिर युक्ति आई,
सारी सब्जी, सँग मिलाई
मक्खन धनिया खूब सजाया
बड़े प्रेम से उन्हें खिलाया,

महक मसालों की जब आई
मुख उनके, मुस्कान ही लाई
भर कर प्लेट सभी ने खाया,
स्वाद का व्यंजन इसे बताया,

आज तो खाना खूब बनाया
खाकर सबका दिल हर्षाया
खुश हो मेरा मन भर आया
पाव भाजी ने आज बचाया...
पाव भाजी ने आज बचाया!

-प्रेरणा मंत्री

ग्लिसरीन, गुलाब जल, नींबू को समान मात्रा में रख लें। शीत ऋतु में रात को सोते समय चेहरे पर लगायें, कुछ ही दिनों में त्वचा मुलायम, चमकदार और सुंदर हो जाएगी।

सर्द हवा की मधुर सरगम
धूप सुनाए स्वर्णिम संगम,
तन को मिले कोमल गरमाहट
मन में खिले उजला आलम।

तिल-गुड़ की मीठी झंकार
रसोई में फैले सुखद संसार,
बाजरे की खिचड़ी की खुशबू
हर थाली करती उपकार।

मक्के की रोटी सरसों का साग
सर्दी गाए स्वाद का राग,
मेथी-बथुआ-पालक की हरियाली
तन को दे ऊर्जा का भाग।

कोहरे वाली सुबह का आलिंगन
धीरे-धीरे खुलता मंजर,
गर्म चाय की पहली चुस्की
मन को कर दे शांत समंदर।

मूंगफली की खनखन धुन
सर्द शामों का मीठा जुनून,
हर दाना खुशियाँ गुनगुनाए
मन में जगे अपनापन सुकून।

धूप बने औषधि-सी नरम
पैरों को दे कोमल स्पर्श,
योग-सांस से जागी ऊर्जा
तन-मन पाए संतुलित हर्ष।

बुजुर्गों का रखें विशेष ध्यान
धूप, गरम कपड़ों का मान,
उनकी मुस्कान, उनका आशीष
सबसे पावन, सबसे दान।

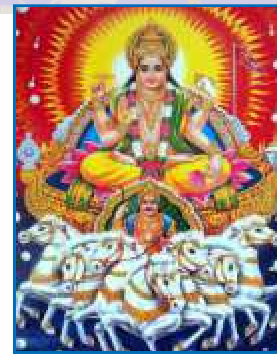
रात का दूध गुनगुन-सा
दिन भर का मीठा आराम,
सर्दी कहे,स्वास्थ्य सँभालो
जीवन को दो नया धाम।

शीत ऋतु का स्नेह अनोखा
मन में जगाए सुख का वेश,
सरलता, गर्माहट, संतुलन
हर दिल में रचे नया देश।

■ मीना माहेश्वरी (जैथलिया)

।। श्री महेश्वराय नमः।।

श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर



'सूर्य सप्तमी'

रविवार, 25 जनवरी 2026

सायं 6.00 बजे से

101वाँ वार्षिकोत्सव एवं प्रतिभा सम्मान समारोह

स्थान : समाज जनोपयोगी भवन 'अभिनन्दन', पत्रकार कॉलोनी, मानसरोवर, जयपुर

आप सपरिवार सादर आमंत्रित हैं।

विनीत

उमेश सोनी
अध्यक्ष

सीए. रोहित परवाल
महामंत्री

कमल किशोर साबू
उपाध्यक्ष (समाज)

पूनम चन्द भाला
उपाध्यक्ष (अर्थ)

भवानी शंकर बाहेती
संयुक्त मंत्री

रामअवतार काबरा
संयुक्त मंत्री

सीए. नटवर सारड़ा
अर्थमंत्री

सुशील जाजू
कोषाध्यक्ष

देवेन्द्र झंवर
संगठन मंत्री

विजय सारड़ा
प्रचार मंत्री

अनिल कोठ्यारी
सांस्कृतिक मंत्री

स्नेहलता साबू
अध्यक्ष

ज्योति हुरकट
सचिव

श्री माहेश्वरी महिला परिषद्, जयपुर

अनिल साबू
कार्यक्रम संयोजक
7976107173

सीए. अखिल भाला
अध्यक्ष

सीए. प्रवीण परवाल
सचिव

श्री माहेश्वरी नवयुवक मण्डल, जयपुर

प्रतिभा सम्मान के मापदण्ड

समाज के प्रतिभावान बालक-बालिकाओं, युवक-युवतियों, बन्धुओं एवं महिलाओं को [जो निम्नलिखित मापदण्डों (Criteria) को पूरा करते हैं] सम्मानित किया जायेगा। प्रतिभा सम्मान हेतु श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर के जिन बन्धुओं द्वारा कैलेण्डर वर्ष 2025 में निम्नानुसार योग्यता अर्जित की है, वही पात्र हैं। प्रतिभा सम्मान हेतु निम्नलिखित मापदण्ड (Criteria) हैं:

(1) शिक्षा के क्षेत्र में :

(i) सीनियर सैकेण्डरी/सैकेण्डरी की परीक्षा में 97 प्रतिशत अथवा उससे अधिक अंक प्राप्त किये गये हों।

(ii) भारत सरकार/राज्य सरकार द्वारा अनुदान प्राप्त विश्वविद्यालय अथवा यूजीसी द्वारा जारी रैंकिंग में प्रथम बीस महाविद्यालयों से स्नातक (B.Tech/MBBS सहित) एवं स्नातकोत्तर (MBA/M.Tech सहित) की परीक्षा में विश्वविद्यालय एवं महाविद्यालय द्वारा जारी योग्यता सूची में प्रथम/द्वितीय/तृतीय स्थान प्राप्त किया गया हो।

(iii) सी.ए/सी.एस./सी.एम.ए. के इन्स्टीट्यूट द्वारा जारी की गई योग्यता सूची में नाम हो।

(iv) भारत सरकार/राज्य सरकार द्वारा अनुदान प्राप्त विश्वविद्यालय से डॉक्टर ऑफ फिलॉसफी (Ph.D.)/डी.लिट/एम.डी/एम.एस. की उपाधि/योग्यता प्राप्त की हो।

(v) प्रतिष्ठित परीक्षा IIT/IIM/NEET में चयन होने पर।

(2) खेलकूद एवं सांस्कृतिक क्षेत्र में:

शिक्षा विभाग/खेलकूद परिषद् द्वारा आयोजित अन्तर्राष्ट्रीय/राष्ट्रीय/राज्य स्तर पर खेलकूद/सांस्कृतिक प्रतियोगिताओं में वैयक्तिक रूप से प्रथम/द्वितीय स्थान प्राप्त किया गया हो (जिला, स्थानीय एवं विद्यालय स्तर पर आयोजित प्रतियोगिताओं के विजेता इस सम्मान हेतु पात्र नहीं होंगे)।

(3) राजकीय सेवा के क्षेत्र में:

(i) अखिल भारतीय/प्रादेशिक स्तर की प्रशासनिक सेवा अथवा न्यायिक सेवा में चयनित होने पर।

(ii) भारत सरकार/राजस्थान सरकार द्वारा राजकीय कार्य निष्पादन हेतु सम्मानित किया गया हो।

(4) राजनीतिक क्षेत्र में:

(I) लोकसभा/राज्य सभा/विधानसभा/नगर निगम/पंचायत एवं राष्ट्रीय स्तर पर किसी संस्था में किसी पद पर चुने जाने पर।

नोट: (i) मैंटल अर्थमेटिक/अबेकस/यूसीमास एवं समकक्ष प्रतियोगिता में चयनित प्रतियोगी तथा औद्योगिक संघ/व्यापारिक संगठन/धार्मिक-रचनात्मक संगठन/क्लब्स आदि द्वारा चयनित एवं निर्वाचित प्रतिनिधि प्रतिभा सम्मान समारोह के लिए पात्र नहीं होंगे। (ii) कॉलेज स्तर पर योग्यता सूची में नाम आने पर पात्रता नहीं होगी। (iii) चयन समिति का निर्णय अन्तिम होगा। (iv) चयन सम्बन्धित आपत्ति पर 15 जनवरी, 2026 के पश्चात् कोई कार्यवाही नहीं की जाएगी।

☛ उपरोक्त आधार पर पात्र बन्धुओं से अनुरोध है कि सम्मान हेतु संलग्न आवेदन फॉर्म भरकर श्री माहेश्वरी समाज के प्रशासनिक कार्यालय: समाज परिसर, तृतीय तल, MPS इंटरनेशनल स्कूल, तिलक नगर, जयपुर-04 में 12 जनवरी, 2026 को सायं 6 बजे तक पहुँचाने का श्रम करें। इसके पश्चात् प्राप्त आवेदनों पर विचार नहीं किया जा सकेगा। समाज द्वारा सम्मान हेतु चयनित किए गये बंधुओं को समय पर सूचित कर दिया जायेगा। फॉर्म की फोटोस्टेट कॉपी भी उपयोग में ली जा सकती है।

॥ श्री महेश्वराय नमः॥

फोन : 0141-2621644
0141-2621100
0141-2623500

श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर

प्रशासनिक कार्यालय : समाज परिसर, तृतीय तल, एम.पी.एस. इंटरनेशनल स्कूल, तिलक नगर, जयपुर-04
Email : shrimaheshwarisamaj.jaipur@gmail.com

कैलेण्डर वर्ष 2025 में विशिष्ट उपलब्धि पर प्रतिभा सम्मान हेतु

मापदण्ड क्रमांक

आवेदन पत्र

फोटो

नाम ________________ पुत्र/पुत्री/पत्नी श्री ________________

परिवार के मुखिया का नाम ________________ जोन ________ चौकड़ी का नाम ________

पता ________________________________

____

जन्म दिनांक D D M M Y Y Y Y ________________ मोबाइल नं. ________________

प्रतिभा सम्मान हेतु पात्रता का विवरण:

____

____

____

____

दिनांक ________________ ह. आवेदक ________________

आवेदक का नाम ________________

नोट : कृपया संबंधित प्रमाण-पत्र एवं अंकतालिका आदि की स्वयं द्वारा प्रमाणित फोटोकॉपी एवं एक पासपोर्ट साइज फोटो इस फॉर्म के साथ संलग्न करें। मूल प्रमाण पत्र आदि मांगने पर अवलोकनार्थ प्रस्तुत करें।

- -

नाम ________________ पुत्र/पुत्री/पत्नी श्री ________________

से दिनांक ________________ को प्रतिभा सम्मान हेतु प्रविष्टि पत्र प्राप्त हुआ।

ह. प्राप्तकर्ता

SHRI MAHESHWARI NAVYUVAK MANDAL JAIPUR
(UNDER: SHRI MAHESHWARI SAMAJ, JAIPUR)
Date
January
08 to 11
Venue
MHS
Tilak Nagar
MBCL
MAHESHWARI
BOX CRICKET LEAGUE
2026
ENTRY FEES
Women's Team
Rs. 7500
(Including 6 Players)
Men's Team
Rs. 17000
(Including 5 Players)
Single player man - Rs. 1000
Single player woman - Rs. 500
Scan here
for payment
VIBRANT SHOES
For team and sponsorship details, contact:
Convener
Raghav Falor
9414513434
Convener
Priyal Nowal
9407144773
Treasurer
Aman Soni
6367453561
Akhil Bhala
(President)
Ankit Kabra
(Vice President)
Praveen Parwal
(Secretary)
Ankit Sodhani
(Sports Secretary)
Aditya Soni
(Joint Secretary)
Abhishek Malpani
(Treasurer)
Aditya Jhanwar
(Sangthan & Prachar Secretary)
Gaurav Jajoo
(IT & Skill Development Secretary)

माहेश्वरी महिला परिषद् द्वारा आयोजित 'नई दिशाएं'

श्री माहेश्वरी महिला परिषद् द्वारा समाज के बच्चों और युवाओं के सर्वांगीण विकास हेतु नई दिशाएं नामक एक विशेष प्रेरणात्मक मनोरंजक कार्यक्रम दिनांक 28 दिसंबर, 2025 को बनीपार्क संस्कृति स्कूल में आयोजित किया जाएगा।

'नई दिशाएं' का उद्देश्य समाज के युवा वर्ग को नई सोच, नई संभावनाएं और सकारात्मक दिशा प्रदान करना है। कार्यक्रम के माध्यम से बच्चों और युवाओं को विभिन्न विषयों पर मार्गदर्शन दिया जाएगा जैसे-व्यक्तित्व विकास, नेतृत्व कौशल, सांस्कृतिक एवं रचनात्मक प्रतिभा का विकास के साथ भरपूर मनोरंजन।

श्री माहेश्वरी महिला परिषद् की अध्यक्ष श्रीमती स्नेहलता साबू, सचिव श्रीमती ज्योति हुरकट के नेतृत्व में यह आयोजन संपन्न होगा। कार्यक्रम का संयोजन श्रीमती मोनिका पटवारी द्वारा किया जा रहा है।

जोन अनुसार संयोजक निम्नानुसार हैं- सर्वश्रीमती रश्मि मालपानी, शोभना मालपानी, गौरांगी मंत्री, नीरज मांधना, चारू दरगढ़, नूपुर मोदानी।

इस कार्यक्रम में युवाओं के बीच में विशेष लोकप्रिय श्री कृतेश अग्रवाल (founder of act to action) को आमंत्रित किया गया है। यह बच्चों और युवा पीढ़ी को प्रेरणा, क्रिएटिविटी और नए अवसर की दिशा मार्गदर्शन करेंगे। 15 से 25 साल के युवा वर्ग को ध्यान में रखते हुए इस आयोजन की रूपरेखा तैयार की गई है तो सभी माहेश्वरी बंधुओं से निवेदन है कि बच्चों को प्रोत्साहित करें एवं इस समारोह का हिस्सा बनें।

माहेश्वरी बहनों के लिए

सुनहरा अवसर

माहेश्वरी पत्रिका में प्रकाशित करवाएं रियायती दर विज्ञापन

माहेश्वरी बहनें जो स्वतंत्र रूप से अपना घरेलू कार्य/कुटीर उद्योग जैसे पापड़, मंगौड़ी, अचार, अगरबत्ती, हस्तशिल्प, सिलाई-कढ़ाई इत्यादि का कार्य करती हैं और उसे विस्तार करने में इच्छुक हैं, तो ऐसी माहेश्वरी बहनों के लिए माहेश्वरी पत्रिका द्वारा विशेष ऑफर।

अब अपने गृह उद्योग उत्पादों का क्लासीफाइड विज्ञापन करवाइए-
वह भी मात्र ~~800~~ 300 + GST में!

आपके लिए यह ऑफर बहुत खास है।

फायदे एक नहीं अनेक

1.घर बैठे अपने कार्य का प्रचार
2.नए ग्राहकों तक पहुँचने का सुनहरा मौका
3. उद्योग को विस्तार देने की नई राह

हुनर को दीजिए पहचान, अपने सपनों को इक नई उड़ान!

विज्ञापन बुकिंग हेतु संपर्क सूत्र

विजय सारड़ा 9828112198

श्रुति लाहोटी 9829599642, मंजू मंत्री 9829264257

जयपुर माहेश्वरी पत्रिका -आपकी आवाज, आपके साथ

समाज जनगणना में नवीन सदस्यता एवं प्रपत्रों की जांच हेतु उप-समिति का गठन

समाज कार्यकारणी की सभा दिनांक 09 दिसम्बर 2025 में 5 सदस्यों की उप-समिति का गठन एवं नवीन सदस्यता के प्राप्त सदस्यता-प्रपत्रों का निरीक्षण के लिए निम्नांकित उप-समिति सदस्यों का मनोनयन किया गया-

श्री देवेन्द्र झंवर (संगठन मंत्री)	9829054556
उप-समिति सदस्य	**मो.नं.**
1. श्री अरूण बाहेती	9314138851
2. श्री दीपक राठी	9653823692
3. श्री हितेश चांडक	9413752539
4. श्री मनोज तोषनीवाल	9828426639
5. श्री श्रवण बियानी	9314507972

भूमि क्रय समिति

समाज कार्यकारणी (सत्र 2025-28) की सभा दिनांक 09 दिसम्बर 2025 में समाज के आगामी प्रकल्पों हेतु योग्य भूमि के चयन एवं क्रय करने हेतु 5 सदस्यों की निम्नलिखित समिति का गठन किया गया है-

1. श्री उमेश सोनी-समाज अध्यक्ष
2. श्री रोहित परवाल- महामंत्री
3. श्री बजरंग जाखोटिया
4. श्री बजरंग लाल बाहेती
5. श्री अरूण दरगड़
6. श्री कैलाश परवाल
7. श्री अनुराग जाजू

निर्माण समिति के चेयरमैन एवं सचिव की नियुक्ति

सर्वधर्म मोक्षधाम, बी-2 बाईपास, टोंक रोड़ निर्माण समिति

	चेयरमैन	सचिव
निर्माण	श्री गिरिराज प्रसाद मोदानी	श्री अजय मालपानी
अर्थ	श्री सुभाष परवाल	श्री अशोक सारड़ा

सुदामा नगर स्थित भूखण्ड पर निर्माण हेतु निर्माण समिति

	चेयरमैन	सचिव
निर्माण	श्री अनिल कचौलिया	श्री अशोक सारडा
अर्थ	श्री गिरधर झंवर	श्री आशीष चौधरी

सर्वाइकल कैंसर टीकाकरण अभियान में लगाये टीके

रामजी दास मोदानी फाउण्डेशन के अध्यक्ष ने बताया कि 5 दिसम्बर 2025 को भगवान महावरी कैंसर हॉस्पिटल, जयपुर में सबुह 9.00 बजे से 12.00 बजे तक सर्वाइकल कैंसर टीकाकरण के अन्तर्गत 9 साल से 14 साल तक की बालिकाओं के एवं 15 से 26 साल तक की 101 बालकाओं के टीके लगाये गये, इसमें Cervavac Serum (Indian) एवं Gardisil-4 M.SD. (Imported) एवं Gardasil-9 MSD (Imported) के टीके लगाये गये। भगवान महावीर कैंसर हॉस्पिटल में 25 मई को प्रथम टीकाकरण शुरू किया था। उन सब बालिकाओं के 6 महीने बाद का आखिरी टीका लगाया गया। यह टीका 9 साल से 26 साल तक के लड़कों के भी बहुत ही लगाया जा रहा है। लड़कों को एचपीवी टीका लगाना चाहिए। भगवान महावीर कैंसर हास्पिटल में अगला कैम्प 1 फरवरी, 2026 को लगाया जावेगा।

इस शिविर में श्री लक्ष्मीनारायण नारायण मोदानी- वेदान्त मोदानी पुष्पकान्ता मोदानी-राजेन्द्र तिवाड़ी-सुलभा शारदा एवम् सुगन्धा लढ्ढा ने सहयोग दिया। अब तक 900 बालिकाओं के सर्वाइकल कैंसर के टीके लगाये जा चुके है। अगला कैम्प 18/25 जनवरी, 2026 को रौल्वी हॉस्टिपल में लगाया जावेगा।

श्री माहेश्वरी महिला परिषद, जयपुर
(अंतर्गत श्री माहेश्वरी समाज)
स्वाद संगम
2026
(फूड फेस्टिवल)
मुख्य संयोजक - पिंकू सोमानी
जोन- 1 : कल्पना माहेश्वरी
जोन - 2 : मंजू मंत्री
जोन - 3 : मनीषा चांडक
जोन- 4 : रेनू नोवाल
जोन - 5 : सुनीता झंवर
जोन - 6 : इंदिरा लोहिया
मुख्य आकर्षण
03 January
• LIVE MUSIC
• COOKERY SHOW by Manju Chandak
• Special Guest- Smt. Manju devi Somani & Gitika Anupam Somani
04 January
• SANSKRITIK PROGRAM
• Millets Cookery Show
अध्यक्ष स्नेह लता साबू
सचिव ज्योति हुरकट
प्रचार एवं संगठन मंत्री अंजू फलोड
कोषाध्यक्ष स्वाति तोतला
सांस्कृतिक मंत्री अनिला मेघा झंवर
BOOK YOUR STALL NOW
स्टाल बुकिंग के लिए संपर्क करे-+91 98287 85881 (स्नेह लता साबू),
+91 94142 79901 (पिंकू सोमानी), +91 90011 77555 (ज्योति हुरकट)
दिनांक 03-04 जनवरी'26 स्थान MHS SCHOOL तिलकनगर प्रांगण

हमें आप पर गर्व है! हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएँ

ध्रुव पेड़ीवाल सुपुत्र श्री आशीष-(Dr.) CA सुनीता पेड़ीवाल का चयन Harvard Business School में Two years full time MBA program के लिए हुआ है । हार्वर्ड बिजनेस स्कूल (HBS) दुनिया के सबसे प्रतिष्ठित बिजनेस स्कूलों में से एक है।

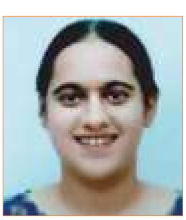
अनुज सुपुत्र श्रीमती नीतू- नवल किशोर सोमानी को ICAI द्वारा आयोजि चार्टर्ड अकाउंटेंट (CA) परीक्षा उत्तीर्ण करने पर।

प्रवीण सुपुत्र श्रीमती पूनम-महेंद्र चाण्डक को ICAI द्वारा आयोजित चार्टर्ड अकाउंटेंट (CA) परीक्षा उत्तीर्ण करने पर।

प्रज्ञा सुपुत्री श्रीमती बबीता -विष्णु असावा को शोध पत्र "Adverse childhood experiences, emotion regulation and subjective happiness among young adults" को अंतर्राष्ट्रीय पत्रिका 'Discover Public Health' में ऑनलाइन प्रकाशित होने पर।

डॉ. निखिल भंडारी सुपुत्र श्रीमती गायत्री-दिनेश चन्द्र भंडारी को प्रतिष्ठित प्रधानमंत्री अनुसंधान फैलोशिप योजना के तहत राष्ट्रीय प्रौद्योगिकी संस्थान, तिरुचिरापल्ली से डॉक्टरेट की उपाधि प्राप्त की।

श्री कौशल सोनी को राजस्थान प्रदेश कांग्रेस कमेटी उद्योग एवं व्यापार प्रकोष्ठ की प्रदेश कार्यकारिणी में प्रदेश उपाध्यक्ष नियुक्त किये जाने पर।



Nitisha Chandak D/o Sh. Vimal Chandak won 2nd prize in Heritage photo and painting competition at ITC Rajputana.

Jay Prakash Mohata Jury to evaluate case studies of industries in 19th Chapter Convention on Quality Concepts hosted by Quality Council of India Jaipur Sub Chapter.

श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर

साधारण सभा की सूचना

समाज के समस्त आदरणीय, सम्मानित एवं समाजसेवी सदस्यगण को सादर निवेदित है कि हमारी सामूहिक चेतना, समाजोन्नति की परिकल्पना तथा भविष्य-निर्माण के संकल्प पर गहन विमर्श हेतु साधारण सभा का आयोजन सुनिश्चित किया गया है।

यह सभा केवल एक औपचारिक उपस्थिति भर नहीं, बल्कि समाज के विकास-पथ के निर्धारण, हमारी संगठनात्मक शक्ति के संवर्द्धन तथा माहेश्वरी समाज, जयपुर की आदर्श परंपराओं को नई दिशा देने का एक प्रखर अवसर है।

आपकी सशक्त भागीदारी, आपके निर्णायक विचार, और समाजहित में आपका सजग सहयोग- इस सभा को न केवल सफल बनाएगा, बल्कि आने वाले वर्षों में समाज को नई ऊर्जा, दृष्टि और दिशा प्रदान करेगा।

अतः समाज के परम हित एवं संगठन की प्रगाढ़ एकता के लिए आप सभी से विनम्र, किंतु महत्वाकांक्षी अपेक्षा है कि इस महत्वपूर्ण सभा में अनिवार्य रूप से उपस्थित रहें और अपनी छाप छोड़ने वाले विचारों से समाज के भविष्य को सार्थक नेतृत्व प्रदान करें।

यदि इस संबंध में आपका कोई सुझाव हो तो कृपया रजिस्टर में अपना नाम एवं मोबाइल नंबर अंकित कर देवें, ताकि आपको सूचीबद्ध तरीके से अपनी बात रखने का अवसर प्रदान किया जा सके। इसके अतिरिक्त वहाँ सुझाव पेटिका भी उपलब्ध रहेगी।

कार्यक्रम की रूपरेखा

- दीप प्रज्वलन के साथ कार्यक्रम का शुभारंभ।
- स्वागत भाषण।
- वर्ष 2025 में संपन्न विकासात्मक कार्यों की जानकारी।
- आगामी कार्यक्रमों एवं भावी योजनाओं का परिचय।
- सुझाव हेतु खुला मंच (Open House)।
- आभार ज्ञापन एवं समापन।

आपसे अनुरोध है कि अपने बहुमूल्य सुझाव वहाँ रखे Suggestion Box में भी समुचित रूप से प्रेषित कर सकते है।

आयोजन तिथि : रविवार, 28 दिसम्बर, 2025
समय : प्रातः 9.30 बजे से दोपहर 12 बजे तक
आयोजन स्थल : MPS, विजयपथ, तिलक नगर

उमेश सोनी
अध्यक्ष

एवं समस्त कार्यकारिणी सदस्यगण
(सत्र 2025-28)

सीए. रोहित परवाल
महामंत्री

जनोपयोगी भवन 'उत्सव' के चुनाव सम्पन्न

श्री माहेश्वरी समाज जनोपयोगी भवन ''उत्सव'' की प्रबन्ध समिति सत्र 2025-2028 के पदाधिकारियों का निर्वाचन रविवार, दिनांक 16 नवम्बर 2025 को श्री हरि प्रसाद जी साबू (निर्वाचन अधिकारी) के कुशल नेतृत्व एवं श्री मनोहर लाल सारड़ा (उप निर्वाचन अधिकारी) व सलाहकार समिति श्री सीताराम मालपानी, श्री राधेश्याम जी खटोड़ व श्री नटवर गोपाल मालापानी के सहयोग एवं मागर्दशन में सौहार्दपूर्ण वातावरण में निर्विरोध सम्पन्न हुये।

श्री सुधीर जाजू : चेयरमैन, श्री सुनील बिहाणी : सचिव, श्री संजय बाहेती : वाईस चेयरमैन (संचालन), श्री श्यामसुन्दर तोतला : वाईस चेयरमैन (वित्त), श्री रमेश मून्दड़ा : सहसचिव, श्री बंकट लाल माहेश्वरी : भवन मंत्री एवं श्री द्वारका प्रसाद मून्दड़ा : कोषाध्यक्ष पद पर निर्वविरोध निर्वाचित घोषित किये गये। श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर, अध्यक्ष श्री उमेश सोनी एवं उपस्थित गणमान्य सदस्यों द्वारा नवनिर्वाचित सदस्यों को माल्यार्पण कर सम्मानित किया गया एवं आगामी कार्यकाल के लिये शुभकामनाऐं दी गई।

नवनिर्वाचित चेयरमैन श्री सुधीर जाजू एवं सचिव श्री सुनील बिहाणी द्वारा आगामी सत्र में ''उत्सव'' भवन नवीनीकरण एवं सुधार कार्यों को आगे बढ़ाते हुये ''उत्सव'' की ख्याति को और बढ़ाने का निश्चय किया एवं धन्यवाद दिया।

''ऋतुराज बसंत विशेषांक''

के लिए आलेख एवं काव्य रचना आमंत्रित

जयपुर माहेश्वरी पत्रिका का आगामी जनवरी, 2026 अंक ''ऋतुराज बसंत विशेषांक'' निर्धारित किया गया है। इस विषय पर समाजजनों से आलेख एवं काव्य रचना आमंत्रित हैं। बसंत ऋतु से संबंधित अपने मौलिक आलेख एवं काव्य रचनाएं दिनांक 10 जनवरी 2026 तक जयपुर माहेश्वरी पत्रिका के मेल आईडी jmpatrika@gmail.com अथवा मो. नं. 8233681813 पर व्हाट्सएप करने का श्रम करें। प्राप्त उत्कृष्ट प्रविष्टियों को पत्रिका में स्थान दिया जायेगा। रचनाएँ प्रकाशन का अंतिम निर्णय संपादक मंडल का रहेगा। -संपादक

अभिनन्दन प्रबन्ध समिति (सत्र 2025-28) के पदाधिकारियों की निर्वाचन प्रक्रिया सम्पन्न

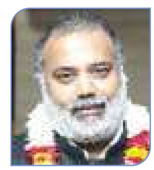
मानसरोवर में स्थित श्री माहेश्वरी समाज जनोपयोगी भवन ''अभिनन्दन'' (अन्तर्गत संचालित-श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर) की प्रबन्ध समिति (सत्र 2025-28) के पदाधिकारियों का निर्वाचन रविवार दिनांक 23 नवम्बर 2025 को श्री द्वारका दास सोमानी (निर्वाचन अधिकारी) व श्री रमेश चन्द जाखोटिया (उप निर्वाचन अधिकारी) के कुशल नेतृत्व एवं सलाहकार समिति सदस्य श्री बंकट लाल तोषनीवाल, श्री रमेश कुमार भैया व श्री सत्यनारायण नुवाल के सहयोग एवं मार्गदर्शन में सौहार्दपूर्ण वातावरण में सम्पन्न हुये। निर्विरोध निर्वाचित घोषित पदाधिकारी निम्नानुसार हैं :-

रमेश सोमानी
चेयरमैन

विमल किशोर सारड़ा
वाईस चेयरमैन (वित्त)

राधामोहन तोतला
वाईस चेयरमैन (संचालन)

राजेश कुमार सोढ़ानी
सचिव



विनेश कुमार मालपानी
सह सचिव

सुरेन्द्र कुमार मांधना
भवन मंत्री

सीए. दिनेश कुमार भट्टड
कोषाध्यक्ष

श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर के अध्यक्ष श्री उमेश सोनी, महामंत्री श्री रोहित माहेश्वरी (परवाल) एवं उपस्थित गणमान्य सदस्यों द्वारा नवनिर्वाचित पदाधिकारियों का माल्यार्पण कर स्वागत किया एवं आगामी कार्यकाल के लिए शुभकामनाएें दीं।

TIDY TWIGS
By Sneha Karwa Lahoti

From a Small Table... to a Creative Studio Full of Joy!

Tidy Twigs began with a few personalised kids' gifts crafted at a small home table. What we lacked in space, we made up for in passion. Today, that passion has grown into a creative workspace where ideas, colours and personalised designs come alive every day.

Tidy Twigs mission is to make every child feel special.

Whether it's swimming bags, stationery kits, medical kits, school accessories, return gifts or festive hampers—every piece is designed with care, quality and the joyful spark of childhood. Trusted by thousands, Tidy Twigs is where creativity meets craftsmanship to bring smiles to children everywhere.

Customized • Thoughtful • Unique • Perfect for birthdays • school gifts • return gifts • festive hampers

tidytwigs.in www.tidytwigs.in +91 7738536744

श्री माहेश्वरी समाज द्वारा मेगा मेडिकल कैम्प का सफल आयोजन

श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर एवं Eternal Heart Care Centre (EHCC) के संयुक्त तत्वावधान में रविवार, दिनांक 14 दिसंबर, 2025 को सान्दीपनि सभागार, MPS Intl., तिलक नगर, जयपुर में विशेषज्ञ डॉक्टर्स के मार्गदर्शन मेगा मेडिकल कैम्प का आयोजन किया गया। समाज अध्यक्ष श्री उमेश सोनी ने बताया कि कैम्प में 500 से अधिक समाज बंधुओं ने विशेषज्ञ चिकित्सकों से परामर्श लिया तथा 775 से अधिक विभिन्न चिकित्सकीय जाँचें निःशुल्क की गईं। समाज महामंत्री सीए. रोहित परवाल ने बताया कि शिविर में EHCC से 11 विशेषज्ञ चिकित्सक ASG Eye से एक विशेषज्ञ चिकित्सक तथा महावीर कैंसर हॉस्पिटल से दो विशेषज्ञ चिकित्सक एवं उनकी टीम ने सेवाएँ प्रदान कीं। इसके साथ ही श्री माहेश्वरी डायग्नोस्टिक सेंटर विद्याधर नगर एवं श्री माहेश्वरी डायलिसिस, डायग्नोस्टिक एवं रिसर्च सेंटर, निर्माण नगर का भी पूर्ण सहयोग रहा। इस सेवा कार्य में श्री ओ. पी. दरगड़ फाउंडेशन सहित EHCC, BMCHRC, ASG Eye का भी विशेष योगदान रहा। आयोजन को सफल बनाने में स्वास्थ्य मंत्री डॉ. महेश जी भूतड़ा, कार्यक्रम संयोजक श्री सत्यनारायण मोदानी, श्री मोहन तोषनीवाल, स्वास्थ्य जागरूकता समिति, महिला परिषद्, नवयुवक मंडल एवं समस्त सहयोगकर्ताओं का महत्वपूर्ण योगदान रहा, आप सभी का कोटि कोटि धन्यवाद और आभार।

वार्षिकोत्सव

'MPS : आवर लिविंग प्लेनेट' में साकार हुई एक सदी की सुखद यात्रा

3 दिसंबर, 2025 को एम.पी.एस., तिलक नगर, जयपुर की कक्षा V से XII के विद्यार्थियों का वार्षिकोत्सव 'एम.पी.एस. : आवर लिविंग प्लेनेट' का आयोजन किया गया, जिसमें मुख्य अतिथि डॉ. राधिका अग्रवाल, प्रसिद्ध कंटेंट क्रिएटर एवं फूड ब्लॉगर, विशिष्ट अतिथि श्री अधीश काबरा, एम.एस.एम.ई स्ट्रेटजिस्ट एवं इम्पेक्ट इन्वेस्टर विद्यालय के वाइस चेयरमैन श्री निर्मल दरगड़, महासचिव शिक्षा श्री कमल सोमानी, मानद् सचिव श्री वैभव सोमानी, कोषाध्यक्ष श्री अरुण कुमार मालू, भवन मंत्री श्री अजय नोवाल ने विद्यालय प्रबन्ध समिति के पदाधिकारीगण, प्राचार्य डॉ. अरुणेश सक्सेना के साथ दीप प्रज्वलित कर कार्यक्रम का शुभारंभ किया। वार्षिकोत्सव की थीम 'एम.पी.एस. : आवर लिविंग प्लेनेट' पर आधारित सांस्कृतिक कार्यक्रम में सरस्वती वंदना, शिव स्तुति, लघुनाटिका तथा एम.पी. एस. की सुखद प्रगति यात्रा की प्रस्तुतियों से दर्शकों को भावविभोर कर दिया।

वार्षिकोत्सव : 'रेट्रो टू मैट्रो'

में दर्शाया महाभारतकाल से आधुनिक प्रगति तक का समन्वय

02 दिसंबर, 2025 को एम.पी. एस. तिलक नगर की कक्षा Nursery से IV के वार्षिकोत्सव 'रेट्रो टू मैट्रो' का आयोजन किया गया, जिसमें मुख्य अतिथि डॉ. नरेश सोमानी, डायरेक्टर ऑन्कोलॉजी एवं एच.ओ. डी. मेडिकल ऑन्कोलॉजी एच.सी. जी. कैंसर सेन्टर, मानसरोवर, जयपुर, विद्यालय के चेयरमैन श्री उमेश सोनी, वाइस चेयरमैन श्री निर्मल दरगड़, महासचिव शिक्षा श्री कमल सोमानी, मानद् सचिव श्री वैभव सोमानी, कोषाध्यक्ष श्री अरुण कुमार मालू, भवन मंत्री श्री अजय नोवाल ने विद्यालय प्रबन्ध समिति के पदाधिकारीगण व प्राचार्य डॉ. अरुणेश सक्सेना के साथ दीप प्रज्वलित कर कार्यक्रम का शुभारंभ किया। बाल कलाकारों ने 'रेट्रो टू मैट्रो' थीम पर आधारित सांस्कृतिक कार्यक्रम में महाभारत काल से लेकर आधुनिक काल तक की प्रगति को विभिन्न रंगारंग प्रस्तुतियों द्वारा साकार किया।

48वाँ वार्षिकोत्सव समारोह : सांस्कृतिक कार्यक्रम व पुरस्कार वितरण

15.11.2025. को प्राइमरी वर्ग का वार्षिकोत्सव समारोह पुरस्कार वितरण व सांस्कृतिक कार्यक्रम के रूप में आयोजित हुआ। समारोह के मुख्य अतिथि श्री बिट्ठल तोषनीवाल, सुप्रसिद्ध व्यवसायी व समाजसेवी तथा विशिष्ट अतिथि श्री सुशील डागा, एडवोकेट व कंपनी सेक्रेटरी थे। दिनांक 29.11.2025 को सीनियर वर्ग (कक्षा-6 से 12) का 48वाँ वार्षिकोत्सव समारोह पुरस्कार वितरण व सांस्कृतिक कार्यक्रम के रूप में आयोजित समारोह के मुख्य अतिथि श्री सतीश पूनिया, पूर्व विधानसभा सदस्य (राजस्थान सरकार) तथा विशिष्ट अतिथि श्री गोपाल गिलड़ा, सुप्रसिद्ध व्यवसायी व समाजसेवी थे। दोनों ही वार्षिकोत्सवों में माहेश्वरी शिक्षा समिति व विद्यालय के अध्यक्ष श्री उमेश सोनी, उपाध्यक्ष श्री निर्मल दरगड़, महासचिव शिक्षा श्री कमल सोमानी, मानद सचिव श्री (सी.ए) संजय बांगड़, कोषाध्यक्ष श्री अरुण मालू, भवनमंत्री श्री प्रवीण लढ्ढा, समाज महामंत्री सी.ए रोहित (माहेश्वरी) परवाल, माहेश्वरी महिला परिषद की अध्यक्ष श्रीमती स्नेहलता साबू, विद्यालय की प्रधानाचार्या श्रीमती रीता भार्गव तथा शिक्षा समिति व समाज के अन्य गणमान्य पदाधिकारी उपस्थित थे।

कार्यक्रम का शुभारम्भ मुख्य अतिथि व विशिष्ट अतिथि द्वारा सरस्वती मंदिर में दीप-प्रज्वलन के साथ हुआ। अध्यक्ष श्री उमेश सोनी ने मुख्य अतिथि, विशिष्ट अतिथि और आगंतुकों का स्वागत व अभिनंदन करते हुए प्रेरक उद्बोधन दिया। महासचिव शिक्षा श्री कमल सोमानी ने दी एज्यूकेशन कमेटी ऑव द माहेश्वरी समाज (ईसीएमएस) के विज़न तथा मानद सचिव सी.ए संजय बांगड़ ने विद्यालय के विकास-कार्यों के बारे में बताते हुए विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास व गुणवत्तापूर्ण शिक्षा के प्रसार के बारे में भावी योजनाओं की परिकल्पना प्रस्तुत की। प्रधानाचार्या श्रीमती रीता भार्गव द्वारा प्रस्तुत की गई विद्यालय की वार्षिक रिपोर्ट में शैक्षणिक, खेलकूद और सह-पाठ्यक्रम गतिविधियों में छात्रों की उत्कृष्ट उपलब्धियों का विस्तृत ब्यौरा दिया गया। मंचासीन मुख्य अतिथि, विशिष्ट अतिथि, प्रबंध समिति और प्रधानाचार्या ने अनेक प्रतियोगिताओं एवं वर्षभर आयोजित गतिविधियों में अव्वल रहे छात्रों को पुरस्कृत किया। समारोह में विद्यालय की 'स्कूल मैगजीन/लिप बुक' (ARCHWAY) का अनावरण भी किया गया। मुख्य अतिथि व विशिष्ट अतिथि ने अपने उद्बोधन के माध्यम से शिक्षा समिति व विद्यालय की शिक्षा-प्रणाली की प्रशंसा करते हुए छात्रों को अपने कौशलों का विकास करके समाज व देश की प्रगति में योगदान हेतु प्रोत्साहित व प्रेरित किया।

समारोह का मुख्य आकर्षण छात्र-छात्राओं द्वारा प्रस्तुत सांस्कृतिक कार्यक्रम-श्रृंखला रही जिसका शुभारंभ 'गणेश वन्दना' व शिव वंदना के साथ हुआ। प्राथमिक वर्ग में आगे के सभी कार्यक्रम नाट्य कथानक 'स्वप्निल संसार' व सीनियर वर्ग में 'शून्य से शिखर तक' नाटक पर आधारित थे। कार्यक्रमों में छात्र-छात्राओं के भारतीय-पाश्चात्य शैली के नृत्य, गायन आदि के साथ ही आकर्षक कड़ी के रूप में ऑर्केस्ट्रा (वाद्यवृंद) रहा। छात्र-प्रतिनिधियों ने सभी के प्रति धन्यवाद ज्ञापित किया। राष्ट्रगान के साथ ही कार्यक्रम का समापन हुआ।

बाल दिवस के उपलक्ष्य में सांस्कृतिक कार्यक्रमों का आयोजन

तक्षशिला सभागार में 13.11.2025 को बाल दिवस के उपलक्ष्य में हर्षोल्लास के साथ विविध सांस्कृतिक कार्यक्रमों का आयोजन किया गया जिसमें जूनियर एवं सीनियर वर्ग के विद्यार्थियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया और अपनी प्रतिभा का सुंदर प्रदर्शन किया। कार्यक्रम का शुभारंभ विशिष्ट अतिथियों द्वारा दीप-प्रज्वलन व सरस्वती वंदना के साथ हुआ। सम्मान्य विशिष्ट अतिथि के तौर पर श्री अभिषेक मारू, सीए व सीएफए (सीनियर वाईस प्रेसीडेंट, एन ए वी फंड्स सर्विसेज इंडिया) और श्री दिलीप मालपानी, सुप्रसिद्ध चार्टर्ड अकाउंटेंट व समाजसेवी का भारतीय परंपरा के अनुसार स्वागत सत्कार किया गया। कार्यक्रम की शुरुआत 'बच्चे मन के सच्चे.......' बाल-गीत से हुई। विद्यार्थियों ने हिंदी में कवि सम्मेलन, टॉक शो, सिनेमा पर आधारित प्रश्न मंच, ऑर्केस्ट्रा, बिगेस्ट ब्रैग तथा गीत-संगीत के माध्यम से बाल दिवस की भावना को जीवंत कर दिया।

प्राचार्य पदग्रहण समारोह

12 नवम्बर, 2025 विद्यालय के लिए एक ऐतिहासिक और हर्षोल्लास से भरा दिन रहा। विद्यालय के कार्यवाहक प्राचार्य श्री पवन माहेश्वरी को स्थायी प्राचार्य पद पर औपचारिक रूप से नियुक्त किया गया। पूरे परिसर में हर्ष, गर्व और आत्मीयता का अद्भुत वातावरण देखने को मिला। इस गरिमामयी अवसर पर ECMS अध्यक्ष श्री उमेश सोनी, महासचिव शिक्षा श्री कमल सोमानी, उपाध्यक्ष समाज श्री कमल किशोर साबू, कोषाध्यक्ष श्री अरुण मालू, विद्यालय सचिव एडवोकेट द्वारकादास मालू, भवन मंत्री श्री हरिकिशन बाहेती, एम.पी.एस. इंटरनेशनल सचिव श्री राधामोहन कचौलिया, प्रबंध समिति एवं समाज के गणमान्य अतिथिगण उपस्थित रहे। सभी अतिथियों ने प्राचार्य महोदय को पुष्पहार, साफा पहनाकर सम्मानित किया तथा अपने प्रेरक उद्बोधन को प्रस्तुत करते हुए प्राचार्य महोदय के प्रति गौरव, विश्वास और शुभकामनाएँ व्यक्त कीं। सभी पदाधिकारियों ने एक स्वर में कहा कि- आपके मार्गदर्शन में विद्यालय अनुशासन, शिक्षा, संस्कार और नवाचार के नए मानक स्थापित करेगा। विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास, उन्नति हेतु अपने श्रेष्ठ प्रयास जारी रखते हुए माहेश्वरी शिक्षण संस्थान की गरिमा को और अधिक ऊँचाइयों तक पहुँचाएंगे। अपने प्रति व्यक्त सम्मान और स्नेह के लिए प्राचार्य ने हृदय से आभार व्यक्त करते हुए कहा कि आप सभी का विश्वास, मार्गदर्शन का प्रकाश है, जिसकी ऊर्जा से संस्थान का वातावरण निरंतर सौहार्द, प्रगति की दिशा में अग्रसर रहेगा।

अर्द्धवार्षिक परीक्षा का संचालन

6 नवम्बर से 19 नवम्बर तक कक्षा प्रथम से बारहवीं तक अर्द्धवार्षिक परीक्षाओं का सु-संचालन किया गया। विद्यालय की समस्त छात्राओं ने पूर्ण उत्साह एवं तैयारियों के साथ अपनी उपस्थिति दर्ज करवाई।

निस्वार्थ सेवा की ओर एक कदम: इंटरेक्टर्स का नेत्रहीनों के संग सौहार्द मिलन

'परमार्थ ही मानवता का सच्चा आभूषण है।' इसी भावना को साकार करते हुए 26 नवम्बर, 2025 को विद्यालय के इंटरेक्टर्स ने राजस्थान नेत्रहीन कल्याण संघ, जयपुर का सौहार्दपूर्ण दौरा किया। यह संघ दृष्टिबाधित विद्यार्थियों का आश्रय स्थल है, जहाँ 120 से अधिक विद्यार्थी शिक्षा ग्रहण कर रहे हैं।

विद्यालय के इंटरेक्टर्स ने नेत्रहीन विद्यार्थियों को नाश्ते के रूप में खाद्य सामग्री वितरित करते हुए उनको जलपान करवाया गया तथा उनसे आत्मीय संवाद स्थापित किया। इस सेवा कार्य में विद्यालय के मानद् सचिव एडवोकेट द्वारकादास जी मालू, प्राचार्य श्री पवन माहेश्वरी तथा उपप्राचार्य श्री प्रमोद जाजू ने स्नेहपूर्ण सहभागिता निभाई। सभी ने बच्चों को प्रोत्साहित किया और उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की।

विद्यालय ने धूमधाम से मनाया अपना वार्षिकोत्सव

जयपुर के प्रतिष्ठित विद्यालय माहेश्वरी गर्ल्स पब्लिक स्कूल ने 25 वर्षों की रजत यात्रा के पूर्ण होने पर एमजीपीएस संस्कृति और कक्षा एक व दो के स्तर के बच्चों का वार्षिक उत्सव 'वो पल' दिनांक 14 नवंबर 2025 को विद्यालय सभागार 'कलानिधि' में जोर-शोर से मनाया। इस अवसर पर कार्यक्रम के मुख्य अतिथि श्री राजेंद्र सोमानी, विशिष्ट अतिथि श्री देवेंद्र बाहेती, चौयरमेन श्री उमेश सोनी, महासचिव शिक्षा श्री कमल सोमानी, मानद् सचिव श्री आशीष जाखोटिया, कोषाध्यक्ष श्री अरुण कुमार मालू, भवनमंत्री श्री दामोदर फलोड़, प्रबंधन समिति के सभी सदस्यगण व कार्यवाहक प्रधानाचार्य श्री विवेकजी भार्गव ने सभी अतिथियों का स्वागत किया ।कार्यक्रम की शुरुआत माँ सरस्वती के समक्ष दीप प्रज्वलन के साथ हुई। सभी अतिथियों का स्वागत माला, साफा व पटका पहनाकर किया।

बच्चों की उनके विद्यालय में 100% उपस्थित पर पारितोषिक वितरण किया गया। इस कार्यक्रम में लगभग 150 छात्राओं ने भाग लिया। वहीं कक्षा 3 से 12 तक के वार्षिक उत्सव 'रजत किरणों के पाखी' का भव्य आयोजन 21नवंबर, 2025 को आदर्श विद्या मंदिर स्कूल, अंबाबाड़ी में किया गया। इस समारोह की मुख्य अतिथि श्रीमती सुमन मालीवाल उप महानिरीक्षक कारागार, राजस्थान जेल सेवा, कारागार रेंज जयपुर-भरतपुर, जयपुर तथा विशिष्ट अतिथि प्रमुख व्यवसायी तथा समाजसेवी श्री सत्यनारायण काबरा (अंबाबाड़ी) थे।

कार्यक्रम में ई.सी.एम.एस चेयरमैन श्री उमेश सोनी ने विद्यालय के सफलतापूर्वक 25 वर्ष पूर्ण होने की खुशी में सभी को बधाई दी और विद्यालय के ऐसे ही निरंतर बुलंदियों को छूने की कामना की। महासचिव शिक्षा श्री कमल सोमानी ने अभिभावक गण को यह विश्वास दिलाया कि वे अपने नौनिहालों को इस विद्यालय में शिक्षा प्राप्त करवाकर निश्चिंत रह सकते हैं क्योंकि यहाँ तकनीकी के साथ संस्कारों के बीज भी बोए जाते हैं। विद्यालय मानद सचिव श्री आशीष जाखोटिया ने अपने भाषण में बच्चों को प्रोत्साहित करते हुए विभिन्न प्रतियोगिताओं में पारितोषिक प्राप्त करने वाले बच्चों को हार्दिक शुभकामनाएँ दीं। कार्यवाहक प्रधानाचार्य श्री विवेक भार्गव ने विद्यालय की वार्षिक रिपोर्ट प्रस्तुत की ।

समारोह में लगभग 450 बच्चों ने रंगारंग कार्यक्रम की प्रस्तुति दी, लगभग 75 बच्चों ने लाइव आर्केस्ट्रा से कार्यक्रम में समां बाँध दिया। वार्षिकोत्सव की थीम 'रजत किरणों के पाखी' के माध्यम से विद्यालय की 25 वर्षों की ऐतिहासिक उपलब्धियों की रजत यात्रा को प्रस्तुत किया गया। शैक्षणिक और सह-शैक्षणिक क्षेत्र में उपलब्धियाँ प्राप्त करने वाली छात्राओं को सम्मानित किया। विद्यालय की भूतपूर्व छात्राएँ भी इस कार्यक्रम का हिस्सा रहीं। कार्यक्रम में विद्यालय के प्रथम दिवस से आज तक कार्यरत 8 शिक्षक- शिक्षिकाओं को 25 वर्षों की अबाध सेवा के लिए सम्मानित किया गया। कार्यक्रम में चेयरमैन श्री उमेश सोनी, वाइस चेयरमैन श्री निर्मल दरगड़, महासचिव शिक्षा श्री कमलकिशोर सोमानी, विद्यालय मानद सचिव श्री आशीष जाखोटिया, कोषाध्यक्ष श्री अरुण कुमार मालू, भवन मंत्री श्री दामोदर फलोड, समाज के पदाधिकारीगण ने उपस्थित रहकर बच्चों को प्रोत्साहित किया और उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की।

बास्केटबॉल खेल प्रतियोगिता में जीते पदक

श्रीगंगानगर में आयोजित 69th SGFI राज्य स्तरीय बास्केटबॉल टूर्नामेंट की U-19 श्रेणी में हिमांशी राठौड़ ने स्वर्ण पदक जीतकर विद्यालय का मान बढ़ाया। वहीं आरवी आबूसरिया और कामाक्षी भाटी ने रजत पदक हासिल किया।

गर्विता शर्मा ने राष्ट्रीय स्तर पर जीता कांस्य पदक

जम्मू यूनिवर्सिटी, JK में आयोजित SGFI राष्ट्रीय ताईक्वांडो चौंपियनशिप प्रतियोगिता 2025 में U-19 व U-46 भर वर्ग में विद्यालय की प्रतिभावान ताईक्वांडो खिलाड़ी गर्विता शर्मा ने कांस्य पदक जीत कर विद्यालय का नाम राष्ट्रीय स्तर पर दर्ज किया।

विषय चुनाव के लिए मिले दिशा- निर्देश

29 दिसंबर 2025 को कक्षा 10 की छात्राओं को विभिन्न विषयों के चुनाव व उनसे जुड़े विभिन्न कार्यक्षेत्रों की जानकारी देने हेतु विद्यालय के सभागार में कार्यशाला का आयोजन किया गया। जहाँ विभिन्न विषयों के वरिष्ठ अध्यापकों ने उन्हें विषयों के चुनाव, उनसे जुड़े कैरियर की जानकारी दी और उनकी जिज्ञासाओं को शांत किया।

19 वीं राष्ट्रीय जम्बूरी लखनऊ में राजस्थान प्रथम विजेता, mgps का भी विशेष योगदान

भारत स्काउट गाइड, राष्ट्रीय मुख्यालय, नई दिल्ली के अंतर्गत 19 वीं राष्ट्रीय जम्बूरी, 23 नवंबर से 29 नवंबर, 2025 तक लखनऊ में आयोजित की गई। इस अवसर पर देश-विदेश के स्काउट एंड गाइड के विद्यार्थियों ने भाग लिया। राजस्थान का प्रतिनिधित्व करने वाले स्काउट एवं गाइड में एम पी एस की आठ प्रतिभावान छात्राओं ने भाग लिया और विद्यालय की

सफलता में चार चाँद लगा दिए।

कार्यक्रम के समापन समारोह की मुख्य अतिथि भारत की माननीया राष्ट्रपति श्रीमती द्रौपदी मुर्मू तथा विशिष्ट अतिथि के रूप में माननीया राज्यपाल, उत्तर प्रदेश, श्रीमती आनंदीबेन पटेल तथा माननीय मुख्यमंत्री, उत्तर प्रदेश श्री योगी आदित्यनाथ रहे।

एम.जी.पी.एस की छात्राएँ सृष्टि अग्रवाल, वृंदा शर्मा, नेहल सोनी, सिद्धिका शर्मा, भव्यांजलि, नीतू मील, मानवी गोयल, गुरमीत कौर ने विद्यालय स्काउट एवं गाइड कोच श्रीमती सोनिका कुमावत के निर्देशन में आयोजित प्रतियोगिताओं में अपने कौशल का बेहतरीन प्रदर्शन किया।

बाल दिवस समारोह में बच्चों ने बिखेरी खुशियों की रंगत

14 नवम्बर को बाल दिवस बड़े हर्षोल्लास और उमंग के साथ मनाया गया। इस अवसर पर बच्चों के लिए विविध मनोरंजक एवं शैक्षिक गतिविधियाँ आयोजित की गईं। कार्यक्रम की शुरूआत प्रार्थना सभा में बच्चों द्वारा प्रस्तुत मनमोहक सामूहिक गीत से हुई। इसके बाद विद्यालय के सभागार में बच्चों को प्रेरणादायक व मनोरंजक कहानियाँ सुनाई गईं, जिससे उनमें सकारात्मक सोच का संचार हुआ।

एमपीएस संस्कृति के बच्चों के बीच मिठाई वितरण गतिविधि भी आयोजित की गई, जिसमें सभी बच्चों ने बढ़-चढ़कर भाग लिया। साथ ही विभिन्न खेलों और नृत्य गतिविधियों के माध्यम से बच्चों ने पूर्ण मनोयोग से भाग लेकर इस दिन को खास बना दिया। तत्पश्चात बच्चों को ज्ञानवर्धक फिल्म दिखाई गई, जिसे देखकर वे अत्यंत उत्साहित और आनंदित हुए। समारोह के अंत में बच्चों के चेहरों पर खुशी और उत्साह देखते ही बनता था। बाल दिवस का यह आयोजन अविस्मरणीय और आनंद से भरपूर रहा।

विद्यार्थियों ने समझा संविधान दिवस का महत्व

विद्यालय में 26 नवम्बर को संविधान दिवस गरिमापूर्ण ढंग से मनाया गया। प्रार्थना सभा में छात्र द्वारा संविधान के महत्व तथा लोकतंत्र में इसकी आवश्यकता पर विचार प्रस्तुत किए गए। जिससे सभी विद्यार्थी संवैधानिक मूल्यों के प्रति जागरूक हुए। इस अवसर पर विद्यालय के प्रिंसिपल श्री अशोक वैद ने अपने प्रेरणादायक संबोधन में संविधान के महत्व, उसकी विशेषताओं तथा नागरिकों के कर्त्तव्यों पर प्रकाश डाला। कार्यक्रम से छात्रों में नागरिक दायित्वों के प्रति सजगता और राष्ट्र के प्रति गर्व की भावना उत्पन्न हुई।

अपने हुनर से हासिल कीं उपलब्धियाँ

विद्यालय के प्रतिभाशाली विद्यार्थियों ने विभिन्न मंचों पर उत्कृष्ट प्रदर्शन करते हुए अनेक सम्मान प्राप्त किए। ये उपलब्धियाँ न केवल विद्यार्थियों की मेहनत और समर्पण का परिणाम हैं, बल्कि विद्यालय के सर्वांगीण विकास की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम है।

- 19 नवंबर, 2025 को जेईसीआरसी यूनिवर्सिटी, जयपुर द्वारा आयोजित India's Research Conference में कक्षा 11 की छात्रा इशिता जैन ने मेंटल वैलनेस विषय पर उत्कृष्ट प्रस्तुति देकर Next Researcher Recognition Award प्राप्त किया।

- 24 नवंबर, 2025 को भारत सरकार द्वारा आरआईसी में आयोजित राज्य स्तरीय पेंटिंग प्रतियोगिता में कक्षा 8 की छात्रा आशी नाथावत ने शानदार प्रदर्शन करते हुए 7500/- की नकद राशि, प्रमाण पत्र तथा अन्य उपहार प्राप्त किए।
- 30 अक्टूबर से 10 नवंबर, 2025 तक अलवर, राजस्थान में आयोजित 'एक भारत श्रेष्ठ भारत' शिविर में अनुज्ञ माहेश्वरी ने अपनी प्रतिभा का प्रदर्शन करते हुए टग ऑफ वॉर प्रतियोगिता में स्वर्ण पदक जीता।
- 14 नवंबर से 16 नवंबर, 2025 तक उत्तराखंड में आयोजित 18वीं जी एफ आई नेशनल चैंपियनशिप में कक्षा 4 के छात्र ओजस जिंदल ने ग्रेपलिंग एक्टिविटी में शानदार प्रदर्शन कर दो रजत पदक जीते।
- 16 नवंबर, 2025 को जयपुर में आयोजित कराटे महासंग्राम प्रतियोगिता में कक्षा 5 की छात्रा अद्विका सिंह ने इंडिविजुअल सब-जूनियर 45 किलोग्राम कैटेगरी में उत्कृष्ट प्रदर्शन करते हुए स्वर्ण पदक जीता।
- विद्यालय के विद्यार्थी याश्री गर्ग, तन्वी खंडेलवाल, परिधि शर्मा, चेल्सी गुप्ता, पीयूष मूलचंदानी, आरव खंडेलवाल दक्ष जैन, विजय शर्मा व अनिष्का अग्रवाल ने सीए फाउंडेशन 2025 में परीक्षा उत्तीर्ण कर विद्यालय को गौरवान्वित किया।
- तन्वी खंडेलवाल व सौम्या खंडेलवाल ने सीए इंटरमीडिएट 2025 परीक्षा उत्तीर्ण कर विद्यालय को गौरवान्वित किया।
- कशिश जैन, अर्पिता तोषनीवाल, प्राची गर्ग और मुस्कान झालानी ने प्रतिष्ठित सीए फाइनल 2025 उत्तीर्ण करके अपने अल्मा मेंटर की प्रतिष्ठा बढ़ाई।

माहेश्वरी पब्लिक स्कूल, प्रताप नगर को डिस्ट्रिक्ट एजुकेशन ऑफिसर (हेडक्वार्टर), सेकेंडरी, जयपुर द्वारा आयोजित सांसद खेल महोत्सव 2025 में भाग लेने का अवसर मिला। एम.पी.एस प्रताप नगर के विद्यार्थियों को विशेष तौर पर 10 नवंबर, 2025 को सुबह 9:00 बजे एसएमएस स्टेडियम, जयपुर में अपने योग कौशल का प्रदर्शन करने हेतु आमंत्रित किया गया ताकि वे जयपुर शहरी क्षेत्र के लिए आयोजित प्रतिष्ठित संसदीय खेल कार्यक्रम की सफलता में अपना योगदान दे सकें।

दी एज्यूकेशन कमेटी ऑव् दी माहेश्वरी समाज (सोसायटी), जयपुर

माहेश्वरी पी.जी. कॉलेज, प्रताप नगर ✆ 9649418880, 9649318880

महाविद्यालय प्रबंध समिति की द्वितीय सभा का आयोजन

महाविद्यालय प्रांगण में दिनांक 22 नवम्बर को प्रबंध समिति की द्वितीय सभा का आयोजन गरिमामय वातावरण में संपन्न हुआ। सभा का शुभारंभ मां सरस्वती के समक्ष दीप प्रज्वलन के साथ किया गया।

इस अवसर पर अध्यक्ष श्री उमेश सोनी, उपाध्यक्ष (शिक्षा) श्री निर्मल दरगड, महासचिव (शिक्षा) श्री कमल सोमानी, कोषाध्यक्ष श्री अरुण कुमार मालू, महाविद्यालय सचिव एडवोकेट श्री मनीष गगरानी, भवन मंत्री श्री सतीश कुमार सारडा सहित प्रबंध समिति के सभी सम्मानित सदस्य उपस्थित रहे। सभा में महाविद्यालय के विभिन्न शैक्षणिक, प्रशासनिक एवं विकास संबंधी पहलुओं पर विस्तारपूर्वक चर्चा की गई।

CA Intermediate Exam June 2025 में महाविद्यालय का गौरव बढ़ाया

कॉलेज के बी.कॉम. पंचम सेमेस्टर के प्रतिभाशाली विद्यार्थी पीयूष शर्मा एवं दिशा महेश्वरी ने CA Intermediate Exam June 2025 उत्तीर्ण कर कॉलेज का नाम गौरवान्वित किया है। दोनों विद्यार्थियों की इस उत्कृष्ट उपलब्धि ने महाविद्यालय की शैक्षणिक गुणवत्ता एवं मार्गदर्शी वातावरण को पुन: प्रमाणित किया है। इस उल्लेखनीय सफलता पर महाविद्यालय मानद् सचिव एडवोकेट श्री मनीष गगरानी एवं भवन मंत्री श्री सतीश सारडा ने विद्यार्थियों को हार्दिक बधाई एवं उज्ज्वल भविष्य के लिए शुभकामनाएँ दीं।

प्लेसमेंट सेल द्वारा विद्यार्थियों को मिले उत्कृष्ट रोजगार अवसर

महाविद्यालय के प्लेसमेंट सेल द्वारा विद्यार्थियों को रोजगार के अवसर उपलब्ध कराने के उद्देश्य से एक कार्यशाला का सफल आयोजन किया गया। कार्यशाला के दौरान विद्यार्थियों की क्षमताओं, कौशल एवं व्यक्तित्व का मूल्यांकन किया। इस प्रक्रिया में KBD Credit Pvt. Ltd. कंपनी द्वारा महाविद्यालय की प्रतिभावान छात्राओं लक्षिता सोनी, मनीषा कुमारी, कोमल महावर तथा माही महेश्वरी का चयन किया गया।

संभाग स्तरीय कार्यशाला में सहभागिता

आयुक्तालय, कॉलेज शिक्षा, जयपुर द्वारा आयोजित एक दिवसीय संभाग स्तरीय कार्यशाला में महाविद्यालय की छात्रा लक्षिता कुमावत एवं एनएसएस कार्यक्रम अधिकारी डॉ. कीर्ति रावत ने सहभागिता की। यह कार्यशाला उच्च शिक्षा के उन्नयन, नवाचार, नेतृत्व विकास तथा छात्र-कल्याण से जुड़े महत्वपूर्ण विषयों पर केंद्रित रही।

वंदे मातरम् के 150 वर्ष : राज्यस्तरीय भव्य समारोह में महाविद्यालय की सहभागिता

जयपुर के ऐतिहासिक सवाई मानसिंह स्टेडियम में वंदे मातरम् के 150 वर्ष पूर्ण होने के उपलक्ष में राज्यस्तरीय भव्य कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस विशेष अवसर पर देशभक्ति और सांस्कृतिक गौरव से ओत-प्रोत वातावरण में महाविद्यालय के विद्यार्थी, प्राध्यापकगण तथा समस्त कर्मचारीगण ने उत्साहपूर्ण सहभागिता दर्ज की।

खेलो इंडिया यूनिवर्सिटी गेम्स 2025 : महाविद्यालय की सहभागिता

खेलो इंडिया यूनिवर्सिटी गेम्स 2025 का भव्य उद्घाटन समारोह दिनांक 24 नवंबर 2025 को जयपुर के एसएमएस स्टेडियम में आयोजित किया गया। यह प्रतिष्ठित आयोजन 24 नवंबर 2025 से 5 दिसंबर 2025 तक आयोजित किया जा रहा है, जिसमें देशभर के विश्वविद्यालयों के खिलाड़ी भाग ले रहे हैं। इस महत्वपूर्ण राष्ट्रीय खेल महोत्सव में महाविद्यालय ने उत्साहपूर्वक सहभागिता दर्ज की।

माहेश्वरी पब्लिक स्कूल, बगरू © 2983705, 8114410588

विद्यालय में नवंबर माह की गतिविधियाँ विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास की दिशा में प्रभावशाली रहीं- चाहे वह कला हो, भाषा, खेल, पाक-कला या रचनात्मक कौशल।

एमपीएस संस्कृति अजमेर रोड

बाल दिवस पर संस्कृति विद्यालय के नन्हे मुन्ने बच्चों ने बैगलेस डे मनाया गया। नृत्य सत्र और मनोरंजक फिल्म शो ने बच्चों के दिन को और भी खास बना दिया। विद्यालय में थिएटर जैसा जीवंत वातावरण देखने को मिला, जहाँ बच्चों ने दोस्तों के साथ आनंदपूर्ण समय बिताया।

'जंगल सफारी' थीम पर आयोजित वार्षिक खेल दिवस में आकर्षक सजावट, पीटी ड्रिल, माश-पश एक्ट और विभिन्न थीम-आधारित दौड़ों ने बच्चों के उत्साह, अनुशासन और खेल भावना को प्रदर्शित किया। पूरे कार्यक्रम को अभिभावकों और शिक्षकों ने मिलकर यादगार बनाया।

'हमारे सहायक' विषय पर आयोजित अंग्रेजी कविता पाठ प्रतियोगिता में बच्चों ने डॉक्टर, शिक्षक, किसान, पुलिसकर्मी आदि सामुदायिक सहायकों पर लिखी गई कविताओं का प्रभावी और आत्मविश्वासपूर्ण प्रस्तुतीकरण किया।

एमपीएस, अजमेर रोड

'कुक विदाउट फायर' गतिविधि में बच्चों ने बिस्किट, दूध, दही, सब्जियों आदि का उपयोग करके सरल व पौष्टिक व्यंजन तैयार किए। इस गतिविधि ने उनकी टीमवर्क क्षमता, रचनात्मकता और स्वस्थ खान-पान के प्रति जागरूकता को बढ़ाया।

'मुहावरे एवं लोकोक्ति की दुनिया' विषय पर अंतर्सदनीय प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। विद्यार्थियों ने दैनिक जीवन की परिस्थितियों को मुहावरे एवं लोकोक्तियों का उपयोग करते हुए रोचक संवादों के माध्यम से प्रस्तुत किया, जिससे उनकी भाषा अभिव्यक्ति और कल्पनाशक्ति का सुंदर विकास हुआ।

'कार्टून स्ट्रिप डिजाइन' गतिविधि में विद्यार्थियों ने दैनिक जीवन की परिस्थितियों को रोचक चित्रों एवं संवादों के माध्यम से प्रस्तुत करते हुए बहुत ही सुंदर एवं संदेशपूर्ण स्ट्रिप्स बनाई।

14 नवंबर को बाल दिवस के अवसर पर 'बचपन के खेल' शीर्षक के अंतर्गत विभिन्न कक्षाओं के लिए रोचक खेलों और रचनात्मक गतिविधियों का आयोजन किया गया। जिसकी जिम्मेदारी हाउस कैप्टन के नेतृत्व में सम्पन्न हुई। कुछ प्रमुख गतिविधियाँ व खेल इस प्रकार रहे-

वॉल हैंगिंग, स्टोरी वीविंग, डूडल आर्ट, बुक कवर डिजाइन, कैलीडोस्कोप, मेहंदी एवं साफा निर्माण, Collage मेकिंग, पेपर टावर गतिविधि, लूडो, कैरम, खो-खो, uno कार्ड्स आदि।

इन गतिविधियों और खेलों ने बच्चों की रचनात्मक सोच, समूह कार्य, नेतृत्व क्षमता और सौंदर्यबोध को सुदृढ़ किया।

रोमांचक इंटर हाउस प्रतियोगिताओं का लिया आनंद

कक्षा 1 से 5 के विद्यार्थियों के लिए हर्डल रेस, सेक रेस, थ्री-लेग रेस, स्केटिंग रेस, ग्रुप डांस, जुंबा तथा कक्षा 6 से 12 में वाद-विवाद, प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता, खेल प्रतियोगिताओं में वॉलीबॉल, क्रिकेट, बैडमिंटन, पोस्टर मेकिंग, म्यूजिक और डांस प्रतियोगिता का आयोजन किया किया गया।

विद्यालय में आयोजित किया गया मोटिवेशनल एवं पर्सनैलिटी डेवलपमेंट कार्यक्रम

कक्षा 11 के विद्यार्थियों के लिए विशेष मोटिवेशनल एवं पर्सनैलिटी डेवलपमेंट कार्यक्रम आयोजित किया गया। मैनेजमेंट डेवलपमेंट अकादमी, जयपुर के चेयरमैन प्रोफेसर रमेश के. अरोड़ा ने 'विनिंग पर्सनेलिटी' विषय पर, सीनियर मैनेजर श्रीप्रिया ने 'एग्जाम में अच्छा कैसे करें' विषय पर व प्रोग्राम डायरेक्टर डॉ. कमलिनी द्रविड़ ने 'टाइम मैनेजमेंट' विषय पर विद्यार्थियों को समय के प्रभावी उपयोग, प्राथमिकताओं के निर्धारण तथा लक्ष्य प्राप्ति की तकनीकों से अवगत कराया।

नन्हें-मुन्ने हाथों ने दिखाया हुनर, एमपीएस इंटरनेशनल में हुआ 'कुकिंग विदाउट फायर'

विद्यालय में आयोजित 'कुकिंग विदाउट फायर' गतिविधि में कक्षा 1 व 2 के नन्हें

विद्यार्थियों ने स्प्राउट्स, भेलपुरी, चॉकलेट मोदक, चॉकलेट सैंडविच, रोज डिलाइट, गोलगप्पे, कुकुंबर बोट और फ्रूट चाट जैसे विविध स्वादिष्ट व पौष्टिक व्यंजन तैयार कर सभी को प्रभावित किया।

विशेष उपलब्धियाँ

एम यू एन 2025 में वेदांश भार्गव ने प्राप्त किया 'हाई कमेंडेशन' पुरस्कार

कक्षा 7 के प्रतिभाशाली छात्र वेदांश भार्गव ने एम.यू.एन. 2025 में उत्कृष्ट प्रदर्शन करते हुए 'हाई कमेंडेशन' पुरस्कार प्राप्त कर विद्यालय को गौरवान्वित किया। विद्यालय के एम यू एन संयोजक महावीर राव के निर्देशन में वेदांश ने 'ऑल इंडिया पॉलिटिकल पार्टी मीट' विषय पर विचार प्रस्तुत करते हुए सर्वोत्कृष्ट प्रदर्शन किया।

सी.जी.सी.सी. प्रतियोगिता में अरायना तोषनीवाल का राष्ट्रीय स्तर के लिए हुआ चयन

कक्षा 6 की प्रतिभाशाली छात्रा अरायना तोषनीवाल ने विद्यालय संयोजक कान सिंह के मार्गदर्शन में 'चिन्मय गीता चेंटिंग' प्रतियोगिता के स्टेट राउंड में तृतीय स्थान प्राप्त किया । अरायना को प्रमाण पत्र, ₹ 2100 का नकद पुरस्कार तथा मेडल देकर सम्मानित किया एवं राष्ट्रीय स्तर के लिए चयन सुनिश्चित किया।

रुद्र माहेश्वरी ने रचनात्मकता व अद्भुत कल्पनाशक्ति से जीता सभी का मन, राष्ट्रीय स्तर के लिए हुए चयनित

कक्षा 7 के रुद्र माहेश्वरी ने ब्यूरो ऑफ एनर्जी एफिशिएंसी, मिनिस्ट्री ऑफ पावर, भारत सरकार द्वारा आयोजित स्टेट लेवल पोस्टर मेकिंग प्रतियोगिता में तृतीय स्थान प्राप्त कर राष्ट्रीय स्तर के लिए चयन सुनिश्चित किया एवं कक्षा 10 की रिद्धिमा माहेश्वरी ने भी सांत्वना पुरस्कार प्राप्त किया।

विद्यालय द्वारा उठाया गया अभिनव कदम

विद्यालय में प्लास्टिक मुक्त परिसर सुनिश्चित करने हेतु एक विशेष अभियान चलाया जा रहा है। इसके अंतर्गत विद्यालय में आने वाले मेहमानों को काँच के गिलास में ही पानी परोसा जाता है। साथ ही विद्यार्थियों को प्लास्टिक के टिफिन एवं पानी की बोतलें लाने से पूर्णतः परहेज करने के लिए प्रेरित किया जा रहा है। विद्यालय परिसर में यह सकारात्मक परिवर्तन पर्यावरण संरक्षण की दिशा में एक प्रभावी कदम साबित हो रहा है।

विद्यालय शिक्षा सचिव की कलम से.....

विद्यालय माँ सरस्वती का मंदिर है जहाँ भविष्य की चुनौतियों का सामना करने हेतु विद्यार्थियों में साहस, क्षमता और कौशल विकसित किए जाते हैं।

Radha Mohan Kacholia (CA)
Hon. Secretary

दी एज्यूकेशन कमेटी ऑव् दी माहेश्वरी समाज (सोसायटी), जयपुर

माहेश्वरी पब्लिक स्कूल, कालवाड़ रोड ✆ 7412949000, 7410968000

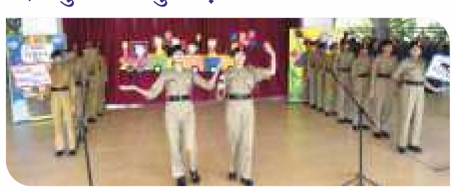
वार्षिकोत्सव 'एकत्व' भव्य आयोजन

28 नवम्बर, 2025 को विद्यालय के वार्षिकोत्सव 'एकत्व' का भव्य आयोजन किया गया। कार्यक्रम का आरंभ माँ सरस्वती के समक्ष दीप प्रज्वलन, वैदिक मंत्रोच्चारण तथा राम स्तुति के साथ किया गया। विद्यालय की ऑर्केस्ट्रा ने स्वर लहरियों से समाँ बाँधने का कार्य किया। विद्यालय के मानद् सचिव श्री आशीष मंत्री ने बताया कि हमें शैक्षणिक एवं गैर शैक्षणिक उपलब्धियों के साथ-साथ शारीरिक एवं चरित्र निर्माण पर भी अधिक जोर देना चाहिए। शिक्षा, खेल तथा कला के क्षेत्र में विशेष उपलब्धि प्राप्त करने वाले विद्यार्थियों को सम्मानित किया गया। इस अवसर पर मुख्य अतिथि के पद को राजस्थान की सम्माननीया उपमुख्यमंत्री श्रीमती दीयाकुमारी ने, विशिष्ट अतिथि पद को, श्री ललित माहेश्वरी, पूर्व आई पी एस, महानिरीक्षक पुलिस (ACB) ने, विशेष अतिथि पद को श्री बजरंगलाल जाखोटिया, पूर्व अध्यक्ष, श्री माहेश्वरी समाज जयपुर व श्री अशोक बाहेती, प्रतिष्ठित उद्योगपति एवं समाजसेवी ने सुशोभित किया। श्रीमती दीयाकुमारी ने विद्यार्थियों एवं अभिभावकों को संबोधित करते हुए कहा कि वर्तमान समयानुरूप बच्चों की रुचि एवं क्षमताओं को पहचानकर कर तकनिकी शिक्षा प्रदान करनी चाहिए जिससे अनावश्यक तनाव से मुक्ति मिल सके। इस सुअवसर पर ECMS के अध्यक्ष श्री उमेश सोनी, उपाध्यक्ष श्री निर्मल दरगड, महासचिव शिक्षा श्री कमल सोमानी, विद्यालय के मानद् सचिव श्री आशीष मंत्री, कोषाध्यक्ष श्री अरुणकुमार मालू, भवन मंत्री श्री रवि पेडीवाल व प्रबंध समिति के सदस्य उपस्थित रहें। विद्यालय की प्रधानाचार्या डॉ. सुनीता वशिष्ठ ने वार्षिक प्रतिवेदन प्रस्तुत किया।

बाल दिवस

14 नवंबर 2025 को बाल दिवस पर विद्यालय के शिक्षकों द्वारा विद्यार्थियों हेतु विशेष प्रार्थना सभा का आयोजन करते हुए विद्यार्थियों के समस्त कर्तव्यों का निर्वहन किया।शिक्षकों ने गीत, कविता एवं संबोधन के माध्यम से इस विशेष दिवस के महत्व पर प्रकाश डाला।इस अवसर पर विद्यार्थियों के कुकिंग विदाउट फायर, बुक मार्क मेकिंग, नृत्य आदि गतिविधियों का आयोजन किया गया। द्वितीय सत्र में विद्यार्थियों को कौटिल्य सभागार में बाल फिल्म नरसिम्हा दिखाई गई। इस अवसर पर विद्यार्थियों को प्रेरणा देते हुए प्राचार्या डॉ. सुनीता वशिष्ठ ने बताया कि विद्यार्थी बगीचे के फूल हैं, इन्हें हमेशा मुस्कराते रहना चाहिए।

नशा मुक्ति पर नुक्क्ड़ नाटक



विद्यालय के एन सी सी कैडेट्स द्वारा दिनांक 14 नवंबर को नशा मुक्ति पर जागरूकता एवं नशे की लत से दूर रहने के संदेश के साथ नुक्कड़ नाटक का मंचन किया। नाटक के माध्यम से नशे के मानव जीवन पर पड़ने वाले दुष्परिणाम, युवाओं में बढ़ती नशे की लत आदि को विद्यार्थियों के समक्ष प्रभावी ढंग से प्रस्तुत किया गया। इसके पश्चात विद्यार्थियों ने विशाल रैली के रूप में महेश वाटिका, अंशल, सुशांत सिटी, श्रीधर सिटी, परी चौक पर नारों एवं लोगों से वार्ता कर नशा मुक्ति हेतु चेतना फैलाई।

दक्ष शर्मा का राजस्थान की क्रिकेट अंडर 16 टीम में चयन

राजस्थान क्रिकेट एसोसिएशन द्वारा घोषित की गई अंडर 16 क्रिकेट टीम में विद्यालय के छात्र दक्ष शर्मा का चयन हुआ। पिछले दिनों आयोजित हुई क्रिकेट प्रतियोगिता में दक्ष ने अपने उत्कृष्ट खेल का प्रदर्शन करते हुए चयनकर्ताओं का ध्यान आकर्षित किया और अंतिम एकादश में अपना स्थान पक्का किया। दक्ष शर्मा का चयन टीम में तेज गेंदबाज के रूप में हुआ है। इसी क्रम में विद्यालय के कबड्डी खिलाड़ी चैतन्य स्वामी ने 35वीं सब जूनियर स्टेट कबड्डी प्रतियोगिता में उत्कृष्ट खेल का प्रदर्शन करते हुए स्वर्ण पदक प्राप्त किया।

CHILDREN'S DAY

14 November 2025

Celebrating the joy and innocence of childhood!

Grand Parents Day
Community Helpers Activity
FASHION DESIGNER
TRAFFIC POLICE
MASTER CHEF
ADVOCATE
ZOMATO AGENT
BEAUTICIAN
Medical Health Camp & Society Event

'सशक्त नारी–सशक्त समाज' (महिला स्वावलम्बन की ओर)

C1 certified 5 years of exp.

Learn German Language @ Rashi Rathi

200+ satisfied students worldwide
4000+ hours of teaching

Free Demo Class

- 1-1 or group batches
- Grammar worksheets
- School-oriented
- Level-wise packages
- Zoom classes
- Goethe exam preparation

+91 8882170331 germanwithrashi@gmail.com
http://sites.google.com/view/germanwithrashi/

Ghar ka Paan

घर का पान

4–5 दिन तक फ्रेश

कुछ पल खास...

ममता माहेश्वरी (जाखोटिया)
मो. 9351450440, 9214988098

हमारे यहाँ ठाकुर जी के सभी उत्सव के लिए पान की बुकिंग ली जाती है।
शादी पार्टीयों के ऑर्डर भी लिये जाते है।
713, जाट के कुऐं का रास्ता, चांदपोल बाजार, जयपुर

www.parnsudha.in

पर्ण Sudha

हर Bite में, अपनेपन की मिठास

Paan Anytime
Choclate paan
Fruit Paan
Seed Paan
Arid (Dry) Paan

Delivery across Jaipur

100% Natural Paan
ना चूना, ना कत्था, ना सुपारी, No-पीक पान

Anuradha Mandhana 9351623232

Shivani Chitlangiya 8290001155

Party, wedding & function orders accepted. Customized packing available.

Swad ka Dabba

by

Renu Newar Maheshwari

100% HOMEMADE-
- Dry snacks (mathri, sankh, shakarpare, etc.)
- Lunch box or meal service (home delivery available)
- Sweets (goond/besan/methi ladoos, gajar ka halwa)

Scan for menu

+91 9799493909

98, Parvati Marg, Paschim Vihar, Vaishali Nagar, Jaipur

सूर्य प्रकाश गगराणी
प्रशासनिक अधिकारी शिक्षा विभाग
एवं
गौरी गगराणी
राजकीय अध्यापिका

का दिनांक 19 जनवरी 2026
शादी की वर्षगांठ की आपको
हार्दिक शुभकामनाएँ

शुभेच्छु
श्रीमती गीता देवी गगराणी (माताजी)
श्री अमर सक्सेना (साला)
एम–14, महेश कॉलोनी, टोंक फाटक, जयपुर
मोबाइल नं. 9214682000

महेश सेवा कोष

महेश सेवा कोष के द्वारा शिक्षा, चिकित्सा एवं भरण-पोषण हेतु वृद्धजनों, विधवाओं एवं दिव्यांगों को निरन्तर सहायता प्रदान की जा रही है। जरूरतमंद समाजबंधुओं को सत्र 2025-28 में सहायता राशि प्राप्त करने के लिए NEW सहायता फॉर्म के समस्त कॉलम्स भरना एवं सभी जरूरी दस्तावेजों के साथ, चौकड़ी कार्यकारिणी सदस्य, चौकड़ी संयोजक तथा जोन संयोजक के हस्ताक्षर सहित समाज कार्यालय में 31 जनवरी, 2026 तक जमा करवाना आवश्यक है।

(सहायता फार्म इस पत्रिका में प्रकाशित किया गया है)

श्री संदीप मूंदड़ा, महेश सेवा कोष मंत्री 9314648505

क्र. सं.	नाम	चौकड़ी	संयोजक/ सदस्या	मोबाइल नम्बर
	जोन-1 : संयोजक-श्री मुकेश कालानी, मो.नं. 9982240743			
1.	श्री राजरूप मालू	मोती डूंगरी	संयोजक	9828165663
2.	श्री लोकेश झंवर	चारदीवारी दक्षिण	संयोजक	9414249663
3.	श्री हितेश चांडक	चादीवारी उत्तर	संयोजक	9413752539
4.	श्रीमती सीमा मनिहार		सदस्या	9460382028
	जोन-2 : संयोजक-सीए. लोकेश कासट, मो.नं. 9887570010			
1.	श्री महेश मालपानी	विद्याधर नगर	संयोजक	9351503977
2.	श्री नीलेश भूतड़ा	शास्त्री नगर	संयोजक	9829092514
3.	श्रीमती शोभा खटोड़		सदस्या	9351222708
	जोन-3 : संयोजक-श्री अनिल अजमेरा, मो.नं. 9799394967			
1.	श्री रघुनन्दन राठी	झोटवाड़ा	संयोजक	9214090436
2.	श्री भगवान जाजू	मुरलीपुरा	संयोजक	9460183330
3.	श्रीमती दीपिका रांधड़		सदस्या	8949103254
	जोन-4 : संयोजक-श्री चेतन प्रकाश मूंदड़ा, मो.नं. 9414058832			
1.	श्री हरीश मालू	वैशाली नगर	संयोजक	9829013030
2.	श्री विष्णु बियानी	बनीपार्क	संयोजक	9829010665
3.	श्रीमती संगीता चांडक		सदस्या	9784874863
	जोन-5 : संयोजक-श्री दीपक बिड़ला, मो.नं. 9829473733			
1.	श्री अनिल साबू	मानसरोवर	संयोजक	7976107173
2.	श्री लक्ष्मीनारायण मोदानी	श्याम नगर	संयोजक	9460069917
3.	श्रीमती पूजा भाला		सदस्या	8890422663
	जोन-6 : संयोजक-श्री चन्द्र प्रकाश लखोटिया, मो.नं. 9928010922			
1.	श्री आलोक लढ्ढा	टोंक फाटक	संयोजक	9309099652
2.	श्री मुकेश काबरा	बापू नगर	संयोजक	9314588184
3.	श्री सुरेश जैथलिया	सांगानेर	संयोजक	9828466258
4.	श्रीमती रचना करवा		सदस्या	8078649643

।। श्री महेश्वराय नमः।।

श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर
एवं
जयपुर जिला माहेश्वरी सभा समिति

वरिष्ठजन सम्मान समारोह

श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर एवं जयपुर जिला माहेश्वरी सभा समिति के संयुक्त तत्वावधान में वरिष्ठजन सम्मान समारोह का आयोजन आगामी 18 जनवरी, 2025 रविवार को 'तक्षशिला ऑडिटोरियम' माहेश्वरी पब्लिक स्कूल (MPS), जवाहर नगर, जयपुर में किया जा रहा है। इसी के साथ जिला सभा के स्थापना दिवस के उपलक्ष्य में जयपुर शहर एवं जयपुर जिले में निवासरत ऐसे वरिष्ठजन (एकल) या दम्पत्तियों में (पति या पत्नी) से किसी एक की आयु 80 वर्ष या अधिक हो (31 दिसंबर, 2025 तक) का अभिनन्दन किया जायेगा।

पंजीयन प्रपत्र प्रारूप

श्री/श्रीमती .... एवं ....

....

(दम्पत्ति हो तो दोनों का नाम) पिता/पति/पत्नी श्री/श्रीमती ....

.... (एकल होने पर)

जन्मतिथी .... निवासी ....

....

मोबाइल नं. (जिस पर आवश्यक सूचना देनी हो तो) ....

का प्रपत्र पंजीकरण हेतु प्रेषित है।

दिनांक : .... आवेदक हस्ताक्षर

संयोजक

श्री बिट्ठलदास चौधरी (BTC) 9828073247

श्री बृजेश कुमार लढ्ढा 9829031100

नोट : इस कार्यक्रम में समय सीमा की वजह से प्रथम प्राप्त 125 प्रविष्टियों को ही शामिल करना संभव हो सकेगा। कृपया यथाशीघ्र पंजीकरण करने हेतु उपरोक्त नंबर पर फार्म प्रारूप को भरकर व्हाट्सएप करें।

Manish Jajoo
निवर्तमान अध्यक्ष : पूर्वोत्तर राजस्थान युवा संगठन
कार्यकारणी सदस्य : माहेश्वरी समाज जयपुर
9414058504

CERATEC Build with experience

GOVINDAM
Tiles & Sanitary

QUTONE STONEWARE

Dinesh Jajoo
9887487818

Mfr Tile Adashive, Wallputty, Grout, Admix, Waterproofing Eppoxy

A House of Ceramic Tiles, Sanitary & Bath Fitting

Shop No. 61, Santosh Nagar, Opp. Metro Piller No. 40, Gopalpura Bypass, Jaipur-20

प्राप्ति क्रमांक :................

श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर

जारी दिनांक :...................

प्राप्ति दिनांक :...................

प्रशासनिक कार्यालय : तृतीय तल, MPS Int. स्कूल,
तिलक नगर, जयपुर, फोन नं. 2621644 (Whatapps No.01412623500)
पंजी. कार्यालय : श्री माहेश्वरी भवन, सिंधी जी का रास्ता, चौड़ा रास्ता, जयपुर

महेश सेवा कोष के अन्तर्गत सहायता हेतु आवेदन-पत्र 2025-28

1. आवेदक का नाम .... पत्नी/पुत्र .... गोत्र........................
2. निवास का पता ....
....चौकडी.................................. जोन नं..................
3. मोबाईल नं..................................... मकान स्वंय का/किराये का मासिक किराया रू...................(कियायानामा की कॉपी संलग्न करें)
4. जयपुर में निवास की अवधि .... मूल निवास स्थान.......................
5. परिवार में कुल सदस्यों की संख्या– अविवाहित .... विवाहित...........
6. सहायता की आवश्यकता का कारण ....
7. परिवार के सदस्यों की कुल मासिक आय...............................
8. समाज सदस्य क्रमांक..

पासपोर्ट

साईज फोटो

परिवार में कमाने वाले सदस्यों के व्यवसाय या नौकरी का विवरण

(i) नाम..व्यवसाय या सर्विस..
नियोक्ता फर्म मालिक का नाम/पता..मो. नं.....................................फर्म का पेन ....
व्यवसाय या सर्विस से प्राप्त आय रूपये.......................................

(ii) नाम..व्यवसाय या सर्विस..
नियोक्ता फर्म मालिक का नाम./पता ....मो. नं.....................................फर्म का पेन ....
व्यवसाय या सर्विस से प्राप्त आय रुपये.......................................

8. कब से सहायता ले रहे हैं ....
9. पूर्व में कौनसी सहायता ली गई ....
10. प्रार्थी द्वारा अभी किस मद में सहायता चाही गई है ....

11. **परिवार के सदस्यों का विवरण :–**

क्र.स.	नाम	संबंध	उम्र	सर्विस/व्यवसाय	मासिक आय	छात्र की स्कूल का नाम /कक्षा
1.						
2.						
3.						
4.						
5.						

12. परिवार में उपयोग लिये जाने वाले वाहनों की संख्या ....
मोटरसाईकिल/स्कूटर/कार...

हस्ताक्षर आवेदक

नोटः फार्म के सम्पूर्ण कॉलम भरकर नियम के अनुसार सभी दस्तावेज संलग्न करना अनिवार्य है।

13. अपनी चौकड़ी के समाज कार्यकारिणी सदस्य (2025-28) की अनुशंसा :-

(सभी समाज कार्यकारिणी सदस्यों से विनम्र आग्रह है कि 'महेश सेवा कोष' के सहायता फार्म के नियमों को ध्यानपूर्वक पढ़कर उसका सत्यापन स्वयं के विवेक से करें क्योंकि समाज हित सर्वोपरि है ताकि वास्तविक जरूरतमंद को सहायता का लाभ मिल सकें)

टिप्पणी : मैनें उपरोक्त तथ्यों की फार्म में संलग्न दस्तावेज की जाँच कर ली है। सहायता दी जा सकती है/नहीं दी जा सकती है।

टिप्पणी : ....

चौकड़ी संयोजक का नाम ....चौकड़ी संयोजक हस्ताक्षर..

टिप्पणी : ....

चौकड़ी कार्यकारिणी सदस्य का नाम ....चौकड़ी कार्यकारिणी सदस्य के हस्ताक्षर ....

टिप्पणी : ....

.... स्वीकृत/अस्वीकृत..............................

.... दिनांक : ....

जोन संयोजक

हस्ताक्षर ....

संदीप मूंदड़ा

महेश सेवा कोष मंत्री

नियम व शतें

1. **विधवा सहायता** हेतु पति के **मृत्यु प्रमाण पत्र** की फोटोकॉपी लगाना अनिवार्य है तथा किसी प्रकार की पारिवारिक आय नहीं होने पर ही सहायता देय होगी।
2. स्थानीय माहेश्वरी परिवारों की जिनकी कुल **मासिक आय रु.10,000/-** रूपये है। ये ही परिवार **शिक्षा एवं चिकित्सा** सहायता के पात्र हैं।
3. उपरोक्त सहायता का भुगतान आवेदक को NEFT द्वारा किया जाता है। अतः आवेदनकर्ता स्वयं का **बैंक खाता संख्या व IFSC कोड** अवश्य दें।
4. परिवार के सभी सदस्यों के समस्त बैंक खातों का **1 दिसम्बर, 2024 से अब तक** का बैंक स्टेटमेन्ट संलग्न करना अनिवार्य है।
5. **पेन कार्ड, जनआधार कार्ड एवं आधार कार्ड** की कॉपी लगाना अनिवार्य है।
6. शिक्षा व चिकित्सा सहायता के **बिल 2 माह** से अधिक पुराने होने पर बिलों का भुगतान नहीं किया जायेगा।
7. चिकित्सा बिल **राजकीय अस्पतालों अथवा महेश अस्पताल** के ही मान्य होंगे।
8. बिजली के बिलों की **विगत 1 वर्ष की फोटोकॉपी यदि किराये का मकान होने की स्थिति में स्वयं के बिजली खपत का बिल मकान मालिक से सत्यापित करवाकर** संलग्न करना आवश्यक है।
9. वेतन प्रमाण पत्र की **मूल प्रति** संलग्न करें एवं आवेदनकर्ता (**आयकर दाता** हैं तो) रिर्टन फाइल संलग्न करना अनिवार्य है।
10. वेतन प्रमाण पत्र पर फर्म की स्टेम्प व पैन कार्ड नम्बर, फर्म मालिक का नाम, पता व मोबाइल नं. व ई-मेल अंकित होना आवश्यक है।
11. महेश सेवा कोष समिति द्वारा आवेदनकर्ता की वित्तीय स्थिति की **जांच निष्पक्षता से की जायेगी**, क्योंकि समाज का उद्देश्य जरूरतमंद समाज बंधुओं की वित्तीय सहायता करना ही है। यदि समिति ने जांच के दौरान पाया कि आवेदनकर्ता को वित्तीय सहायता की जरूरत नहीं है तो महेश सेवा कोष से सहायता नहीं दी जायेगी। समिति का निर्णय अंतिम एवं मान्य होगा।
12. सहायता स्वीकृत करने की अधिकतम **प्रक्रिया अवधि 2 माह** है।
13. शपथ पत्र भरना अनिवार्य है।

शपथ पत्र

मैं, भगवान महेश को साक्षी मानकर घोषणा करता हूँ कि उक्त दी गई जानकारी मेरे अनुसार पूर्णतः सत्य है। अगर इसमें किसी भी प्रकार की असत्यता पाई गई तो मेरे द्वारा प्राप्त की गई समाज की सहायता की राशि लौटाने को जिम्मेदार हूँ व समाज को भविष्य में दी जाने वाली सहायता राशि को बंद करने का अधिकार होगा।

हस्ताक्षर

शपथग्रहिता

(आवेदनकर्ता)

शीत ऋतु जब आती है,
मन में उत्सव की लौ जगाती है।
दीवाली की रौनक, भाई दूज की मिठास,
क्रिसमस की घंटियाँ, नए साल की आस।

गाजर का हलवा, गुड़-मूंगफली का स्वाद,
हरी सब्जियों संग रोटी का संवाद।
मक्का-बाजरे की खुशबू मन भाती,
सर्द हवाएँ गीत सुनातीं।

अंगीठी की आग में हाथ सेंकते,
गीतों की लय में मन को रंगते।
शादी की बहार, व्यंजन का संसार,
हर दिन लगता है, जैसे त्योहार।

रात में रजाई का आलिंगन प्यारा,
नींद का संगम, सपनों का सहारा।
पर सुबह की सैर जब ठंडी हवा लाए,
नए दिन की ताजगी मन को भाए।

यही है आनंद शीत ऋतु का,
हर क्षण में छिपा सुख का सूत्र।
सर्दी का मौसम सबको भाता,
जीवन में उत्साह नया जगाता।

■ संदीप भंडारी

इस कड़ाके की ठंड में

बड़े दिनों में छा गया, सर्दी का ये कोप।
ठिठुरन से जमने लगे, हुआ धूप का लोप।।

छूट रही है धूजनी, घर-घर जले अलाव।
सूरज के कुछ ताप से, होता नहीं सराव।।

तिल, गुड़, लड्डू, सोगरा, दे ऊष्मा भरपूर।
प्रतिदिन के उपयोग से, रहती सर्दी दूर।।

मौसम की इस मार का, करते हैं सब शोर।
धरती की ये सिसकियाँ, पहुँची नभ के छोर।।

विनीता काबरा

नर सेवा, नारायण सेवा :
श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर सेवा प्रकल्प

स्व. श्री श्याम किशोर लखोटिया की स्मृति में उनकी धर्मपत्नी समाजसेविका श्रीमती सुधा देवी लखोटिया के सहयोग से जरूरतमंद बन्धुओं को गुरुवार, दिनांक 20.11.2025 को जे.के.लॉन हॉस्पिटल के बाहर लगाए गए सेवा केंद्र पर लगभग 450 जरूरतमंद भाइयों और बहनों को भोजन प्रसादी एवं मिठाई का वितरण किया गया। इस अवसर पर श्रीमती सविता बियानी, श्रीमती बबीता नागौरी, श्री पूनम चन्द भाला, श्री नवीन लखोटिया, श्रीमती सुनीता मूंदड़ा सहित समाज के गणमान्य व प्रबुद्ध जन एवं कार्यकर्ता मौजूद रहे।

स्व. श्री राधेश्याम जाजू की स्मृति में जाजू परिवार के सहयोग से जरूरतमंद बन्धुओं को गुरुवार, दिनांक 27.11.2025 को जे.के.लॉन हॉस्पिटल के बाहर लगाए गए सेवा केंद्र पर लगभग 500 जरूरतमंद भाइयों और बहनों को भोजन प्रसादी एवं मिठाई का वितरण किया गया। इस अवसर पर श्री मुरली श्याम, श्री कृष्ण दास, श्री चन्द्रगोपाल जाजू, समाज उपाध्यक्ष (अर्थ) श्री पूनम चन्द भाला, श्री श्याम सुन्दर भण्डारी सहित समाज के गणमान्य व प्रबुद्ध जन एवं कार्यकर्ता मौजूद रहे।

समाजसेवी श्री सुशील जी जाजू के सहयोग से जरूरतमंद बन्धुओं को गुरुवार, दिनांक 4 दिसंबर, 2025 को जे.के.लॉन हॉस्पिटल के बाहर लगाए गए सेवा केंद्र पर लगभग 450 जरूरतमंद भाइयों और बहनों को भोजन प्रसादी एवं मिठाई का वितरण किया गया। इस अवसर पर जाजू परिवार सहित समाज के गणमान्य व प्रबुद्ध जन एवं कार्यकर्ता मौजूद रहे।

अन्न सेवा का पुण्य अवसर

श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर द्वारा 'नर सेवा, नारायण सेवा' प्रकल्प के अन्तर्गत जे.के. लॉन अस्पताल के बाहर साप्ताहिक अन्न सेवा आयोजित की जाती है, जिसके अन्तर्गत लगभग 400-500 जरूरतमंद भाई-बहनों को भोजन प्रसादी का वितरण किया जा रहा है। यह सेवा समाज द्वारा पिछले तीन वर्षों से सुचारू रूप से संचालित की जा रही है, जिससे समाज बंधु परोपकार के भागीदार बन पुण्य लाभ कमा रहे हैं।

सेवा भावना से प्रेरित बंधुजनों से अनुरोध है कि आप भी 'अन्न सेवा' करवाकर इस पवित्र कार्य का पुण्य लाभ प्राप्त करें।

दिवस : प्रत्येक गुरुवार

स्थान : जे.के. लॉन अस्पताल, जे.एल.एन. मार्ग

सहयोग राशि : 8,100/-

सम्पर्क सूत्र :

श्री विकास मोहता- संयोजक, अन्न सेवा मोबाईल नं. : 99280 82094

समाज परिसर, थर्ड फ्लोर, एमपीएस इन्टरनेशनल, तिलक नगर, भाभा मार्ग, जयपुर फोन न. 0141-2623500

(भोजन प्रसादी : चपाती, दो सब्जी, अचार, मिठाई-आगरे का पेठा।)

।। श्री महेश्वराय नमः।।

'उत्सव'

श्री माहेश्वरी समाज जनोपयोगी भवन

(अन्तर्गत : श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर)

पी–10, सेक्टर 2, विद्याधर नगर, जयपुर

फोन नं. 0141–2236743–44

Website: www.utsavjaipur.in | E-mail: utsavjaipur@yahoo.com

यूनिट	विवरण
	ब्लॉक ए
I	भोजन व्यवस्था के लिये उपयुक्त लॉन 2 एसी विश्राम कक्ष एवं रसोई सहित
II	1000 व्यक्तियों के लिये सुसज्जित एसी बैंक्वेट हॉल, फूडकोर्ट, 1 पूजा कक्ष, 1 एसी शयनकक्ष एवं रसोई सहित
III	एसी मिनी हॉल, 17 एसी कमरे (58 स्थापित बैड), रसोई, भोजन कक्ष
IV	एसी मिनी हॉल, 17 एसी कमरे (58 स्थापित बैड), रसोई, भोजन कक्ष अतिरिक्त शयनकक्ष मेजेनाईन तल पर (डबल बैड 5 कमरे) प्रथम तल एवं द्वितीय तल पर ट्रांसिट रूम-2 (डॉरमिटॉरी 8 बैड)
V	1 सुईट, 4 सेमी सुइट रूम सहित अत्याधुनिक 22 कमरे, डाईनिंग हॉल, किचन, पार्लर रूम, पूजा रूम, लॉबी सहित
	ब्लॉक बी
VI	11 एसी कमरे (30 स्थापित बैड) व पूजा घर अतिरिक्त शयनकक्ष (डबल बैड 3 कमरे)
VII	300 व्यक्तियों के लिये सुसज्जित एसी हॉल रसोई व भोजन कक्ष सहित

विशेष : ★ भवन के सभी कमरों में कुल 230 बैड स्थापित है एवं 85 अतिरिक्त बैड लगाने की व्यवस्था है।

- माहेश्वरी परिवारों को मांगलिक कार्यक्रमों के लिये किराया राशि में 50% छूट।
- माहेश्वरी परिवारों को धार्मिक आयोजनों हेतु एसी हॉल (भूतल) सहित 4 दिन या उससे अधिक के लिये आरक्षण करवाने पर मूल किराया राशि में 60% छूट।
- यूनिट III व IV में आवश्यकतानुसार कमरों, मिनी हॉल अथवा भोजन कक्ष व किचन की बुकिंग अलग-अलग भी की जा सकती है। (कार्यक्रम से अधिकतम 15 दिवस पूर्व)
- श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर बर्तन भंडार हलवाई के बर्तनों हेतु।
- सभी कमरे मिनी फ्रिज, इलैक्ट्रिक कैटल, टी.वी., गीजर, इंटरकॉम आदि सभी सुविधा सम्पन्न।
- 3 पैसेंजर लिफ्ट एवं 1 सर्विस लिफ्ट
- बेसमेंट कार पार्किंग एवं वैलेट पार्किंग की सुविधा।
- 2 स्टाफ रूम की सुविधा उपलब्ध (10 व्यक्ति प्रति रूम)
- 24 घंटे पावर बैकअप, स्वागत कक्ष पर डिजिटल डिस्प्ले, टी-कॉफी वेंडिंग मशीन एवं फ्री वाई-फाई सम्पूर्ण भवन में।

भवन के वीडियो टूर के लिये स्कैन करें।

अग्रिम बुकिंग का समय : प्रातः 10:00 बजे से सायं 6:00 बजे तक
सम्पर्क : 9251033701, 9251033703

चैक इन टाइम – 12:00 PM
चैक आउट टाइम – 09:00 AM

संचालन समिति
(सत्र 2025–28)

उमेश सोनी – अध्यक्ष
सीए. रोहित परवाल – महामंत्री
सुधीर जाजू – चेयरमैन
सुनील बिहाणी – सचिव

श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर

संजय बाहेती – वाईस चेयरमैन (वित्त)
श्यामसुन्दर तोतला – वाईस चेयरमैन (संचालन)
रमेश मून्दड़ा – सह–सचिव
बंकटलाल माहेश्वरी – भवन मंत्री
द्वारका प्रसाद मूंदड़ा – कोषाध्यक्ष

सदस्य : सत्यनारायण काबरा (अम्बाबाड़ी), रामसहाय मांधना, नवीन सोमानी, विकास खटोड़।

दिनांक 16.11.2025 को श्री माहेश्वरी पंचायत बोर्ड, ब्यावर के अध्यक्ष श्री दिलीप कुमार जाजू के सौजन्य से वृद्धाश्रम प्रवासियों को पुष्कर तीर्थ यात्रा करवाई गई। यात्रा को आनंदमय बनाने में इनकी पत्नी श्रीमती प्रभा जाजू और मित्र पत्रकार श्री राकेश का उल्लेखनीय सहयोग रहा। जाजू जी द्वारा सभी तीर्थ यात्रियों को ब्यावर की प्रसिद्ध गजक भेंट की गई। इस अवसर पर वृद्धाश्रम की तरफ से श्रीमती प्रभा-दिलीप जी जाजू को उनके सहयोग के लिए माला पहनाकर सम्मानित किया गया और स्मृति चिन्ह भेंट किया गया। श्री प्रमोद लखोटिया द्वारा सभी प्रवासियों को ड्रायफ्रूट पैकेट्स वितरित किए गए।

वृद्धाश्रम में दिनांक 8.12.2025 को श्रीमती विजया-पवन लढ्ढा के सौजन्य से श्याम बाबा के पाठ का आयोजन एवं आश्रमवासियों के लिए रात्रि भोजन की व्यवस्था की गई। इस अवसर पर भजन गायिका श्रीमती तृप्ति लढ्ढा द्वारा भजन प्रस्तुती दी गई। सभी प्रवासियों का लढ्ढा परिवार द्वारा शॉल पहनाकर सम्मान किया गया। इस अवसर पर लढ्ढा परिवार को स्मृति चिन्ह भेंट कर आभार व्यक्त किया गया।

दिनांक 07.12.2025 को महादेव माहेश्वरी क्लब जयपुर के सौजन्य से वृद्धाश्रम में निवासरत वरिष्ठजनों को हाऊजी खेल खिलाया व रात्रि भोजन करवाया गया। वृद्धाश्रम की तरफ से स्मृति चिन्ह क्लब सदस्यों को भेंट किया गया।

दिनांक 30.11.2025 को मानसरोवर निवासी लक्षीता जालान सुपुत्री श्री विशाल जालान ने वृद्धाश्रम में वरिष्ठजनों के साथ अपना जन्मदिन मनाया। भव्य सुंदरकांड और रात्रि प्रसादी का आयोजन भी किया गया। कार्यक्रम आयोजन श्री देवीप्रसाद बियानी टोंक रोड की प्रेरणा से हुआ। इस अवसर पर वृद्धाश्रम परिवार द्वारा स्मृति चिन्ह भी भेंट किया गया।

दिनांक 20.11.2025 को श्रीमती विनीता-विनोद जाजू (चित्रकूट) द्वारा अपनी 25वीं वैवाहिक वर्षगांठ मनाई गई। इस अवसर पर गायक श्री रवि मालपानी और श्री पुष्पेंद्र ने भजन और फिल्मी संगीत सुनाकर सब श्रोताओं को मंत्र मुग्ध कर दिया। सभी वरिष्ठजनों को उपहार बांटे गए। वृद्धाश्रम परिवार द्वारा उनको स्मृति चिन्ह भेंट किया गया।

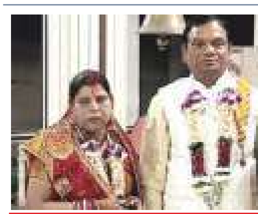
समस्त सहयोगकर्ता का हृदय से आभार

नियमित नये जुड़े मासिक सहयोगी

(न्यूनतम अवधि एक वर्ष तक के लिए)

क्र. सं.	विवरण	सहयोग राशी
1.	Inayrah Samdani D/o Sh. Rishabh (मेडिकल)	2,500
2.	श्रीमती गीता देवी गग्गड़-श्री रतन लाल गग्गड़ (मौलासर) जयपुर-(मेडिकल)	2,100
3.	श्री कमल किशोर बसंत कुमार गग्गड़, मौलासर (मेडिकल)	2,100
4.	श्री सुनील कुमार- अनुप कुमार गग्गड़, मौलासर (मेडिकल) (क्र.सं. 3 व 4 प्रेरक : श्री रतन लाल गग्गड़)	2,100
5.	नम्रता जी मंगल (बनीपार्क), जयपुर (मेडिकल)	2,100
6.	श्रीमती चन्दा-श्री रामबिलास जाजू (बड़ी खाटू) सूरत (मेडिकल)	2,100
	अन्य सहयोगी :-	
1.	श्री पी.के. गुप्ता- 44 गर्म शॉल (लागत)	6,000
2.	श्री गोपाल बल्दुआ (मेडिकल कोष) सहयोग राशि	5,100
3.	श्री विशिष्ट खंडेलवाल-22 शॉल (लागत)	5,000

दिनांक 15.11.25 को वृद्धाश्रम में श्री श्याम चरण रज सेवा परिवार द्वारा श्री श्याम भजन संध्या का भव्य आयोजन हुआ। श्रीमती दिव्या कपूर द्वारा उक्त कार्यक्रम आयोजन करवाया गया। गायक नितिन मोदी, रवि शर्मा और विभा पारीक द्वारा शानदार प्रस्तुति दी गई। इस अवसर पर मण्डल महिला अध्यक्ष एवं मण्डल अध्यक्ष, पदाधिकारी सदस्य एवं अन्य सदस्य उपस्थित रहे। इस कार्यक्रम को श्री उज्ज्वल फलोड़ के प्रयासों से कृष्णधाम वृद्धाश्रम में आयोजित किया गया।



वृद्धाश्रम की वर्तमान प्रवासी चंदा बाहेती का विवाह श्री रामबिलास जाजू- राजाराम जाजू बड़ी खाटू (नागोर) वर्तमान निवासी सूरत के साथ दिनांक 17.11.25 को सम्पन्न हुआ।
प्रेरक : श्री अशोक मालू, सत्यनारायण करवा।

कृष्णधाम वृद्धाश्रम

(श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर द्वारा संचालित)

उत्सव जनोपयोगी भवन के पास, पी-10ए, सेक्टर-2, विद्याधर नगर, जयपुर-39

जन्मदिन, वैवाहिक वर्षगांठ एवं आपके अन्य खुशी का दिन वृद्धाश्रम में निवासरत आदरणीय वृद्धजनों के साथ मनायें व उनका असीम आशीर्वाद प्राप्त करें।

प्रातः नाश्ता : 2,100/- (समय : प्रातः 9:00 से 9:30 बजे)

दोपहर भोजन : 5,100/- (समय : दोपहर- 12 से 1 बजे)

रात्रि भोजन : 5,100/- (समय : शाम- 7:00 से 8:00 बजे)

विशेष : मेजबान नाश्ता 50/- एवं लंच/डीनर 100/- रुपये प्रति व्यक्ति अतिरिक्त।

BANK A/C Detail

SHRI MAHESHWARI SAMAJ VRADHASHRAM, JAIPUR
A/c No. 2111000000000151 • IFSC : AUBL0002163
Bank Name : AU Small Finance Bank Ltd., Ambabari

सम्पर्क सूत्र : 9079018860

श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर
का
नवीन प्रकल्प

विशेष सूचना

सदस्यता : 'आनन्दम्' श्री माहेश्वरी समाज, जनोपयोगी भवन, जगदम्बा नगर, वैशाली नगर के निर्माण का कार्य अन्तिम चरण में है। समाजबंधुओं के लिए इसकी सदस्यता खोली गई है। दानदाता सदस्यों की श्रेणी एवं विवरण निम्नानुसार है:

1 फरवरी, 2026 से बुकिंग प्रारंभ

क्रस	सदस्यता श्रेणी	सहयोग राशि
(i)	आजीवन सदस्य	11 लाख रुपए या उससे अधिक की राशि
(ii)	अतिविशिष्ट सदस्य	5 लाख रु. या उससे अधिक एवं 11 लाख रु. से कम
(iii)	विशिष्ट सदस्य	3 लाख रु. या उससे अधिक व 5 लाख रु. से कम
(iv)	प्रमुख सदस्य	1 लाख रु. या उससे अधिक व 3 लाख रु. से कम
(v)	साधारण सदस्य	11,000 रु. या उससे अधिक व 1 लाख रु. से कम

बुकिंग हेतु संपर्क करें 8104521525

उपरोक्त श्रेणियों में सदस्यता प्राप्त करने हेतु इच्छुक समाजबन्धु आवेदन पत्र समाज कार्यालय से प्राप्त कर सदस्यता राशि **श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर** के नाम से चैक या सीधे बैंक खाता संख्या 211100000000501, IFSC Code : AUBL0002449 में जमा करवाकर संबंधित सदस्यता प्राप्त कर सकते हैं।

उमेश सोनी
अध्यक्ष

सीए. रोहित माहेश्वरी (परवाल)
महामंत्री

कमल किशोर साबू उपाध्यक्ष (समाज)

पूनम चन्द भाला उपाध्यक्ष (अर्थ)

सुशील जाजू कोषाध्यक्ष (समाज)

सीए. नटवर सारड़ा अर्थमंत्री

कमलेश लढ्ढा भवन मंत्री (समाज)

भवन निर्माण समिति

विष्णु लढ्ढा (वैशाली नगर) चेयरमैन (निर्माण)

राधेश्याम काबरा चेयरमैन (वित्त)

हरीश मालू सचिव (निर्माण)

हरीश भराड़िया सचिव (वित्त)

विकास मोहता (चित्रकूट) समन्वयक (भवन)

आरोग्यम्

A NATUROPATHY CENTER

(श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर द्वारा संचालित)

6th Floor, C-1/1, जयसिंह हाइवे, बनीपार्क, जयपुर-16

प्रवेश तुलसी मार्ग गेट से

सेवा त्याग सदाचार
श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर
वर्षों की विरासत

सभी रोगों का प्राकृतिक तरीके से उपचार

मोटापा, मधुमेह, रक्तचाप, रक्ताल्पता, कब्ज, अपच, वायु विकार, आँव, एसिडिटी, जोड़ों का दर्द, आर्थराइटिस, कमर दर्द, घुटनों का दर्द, सरवाईकल-लम्बर, स्पोंडिलाइटिस, साइटिका, पक्षाघात, अनिद्रा, मानसिक तनाव, माइग्रेन, जुकाम, सायनस, एलर्जी, अस्थमा, पीलिया, पथरी, मासिक धर्म रोग, श्वेत प्रदर, दुर्बलता आदि अनेक रोगों का उपचार किया जाता है।

उपचार सुविधाएँ

- गर्म ठण्डा सेंक
- मिट्टी पट्टी
- सर्वांग मिट्टी लेप
- कटि स्नान
- रीढ़ स्नान
- गर्मपाद स्नान
- भाप स्नान
- आयुर्वेदिक सर्वांग मालिश
- एक्यूप्रेशर
- आहार चिकित्सा
- शुद्धिकरण क्रियाएँ- कुंजल, जलनेति
- फिजियोथैरेपी
- वैक्स बाथ
- चुम्बक चिकित्सा
- चादर लपेट

उपचार दरें

पंजीकरण (One Time)	₹ 100
परामर्श शुल्क (One Time)	₹ 100
दैनिक उपचार	₹ 300
साप्ताहिक उपचार	₹ 1300
पाक्षिक उपचार	₹ 2,500
मासिक उपचार	₹ 4,500
वार्षिक उपचार (12 आ. मालिश सहित)	₹ 25,000
आयुर्वेदिक सर्वांग मालिश + भाप स्नान	₹ 400 +100
सर्वांग मालिश + भाप स्नान	₹ 400 +100
फिजियोथैरेपी/वैक्स/एक्यूप्रेशर (प्रतिदिन)	₹ 100
फिजियोथैरेपी/वैक्स/एक्यूप्रेशर [साप्ताहिक-6 दिन]	₹ 500

संयोजक : मनीष मांधना- 94140 55412

सम्पर्क करें : डॉ. शेखर शर्मा (कन्सलटेन्ट) योग नैचुरोपैथी एवं लाईफ स्टाईल | 9680058890 9829058890

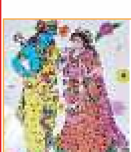
समय : प्रातः 7:30 बजे से दोपहर 2:30 बजे तक (सोमवार का साप्ताहिक अवकाश)

किड्स जोन

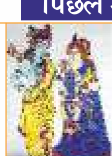
पत्रिका के इस अंक में बच्चों के लिए किड्स जोन के दो पृष्ठ दिये गये हैं, जिनमें आपके लिए विभिन्न रोचक गतिविधियाँ दी गई हैं। कृपया इनको पूर्ण कर अपनी प्रविष्टियाँ नाम, उम्र व मोबाइल नंबर सहित पत्रिका कार्यालय अथवा मेल आईडी jmpatrika@gmail.com पर प्रेषित करें। प्राप्त प्रथम 50 उत्कृष्ट प्रविष्टियों में से 5 प्रविष्टियों को ड्रॉ द्वारा पुरस्कृत किया जायेगा। – **संपादक**

रंग भरकर चित्र को सुंदर बनाइए

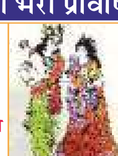
पिछले अंक में दी गई रंग भरो प्रविष्टियों में से प्राप्त प्रथम 5 उत्कृष्ट प्रविष्टियां



नाम
नव्या अजमेरा
सुपुत्री
श्री संजय अजमेरा
आयु 10 वर्ष



नाम
आध्या माहेश्वरी
सुपुत्री
श्री बालमुकुंद माहेश्वरी
आयु 10 वर्ष



नाम
काव्या माहेश्वरी
सुपुत्री
श्री राहुल माहेश्वरी
आयु 9 वर्ष

नाम
प्रहर्ष तापड़िया
सुपुत्र
श्री महीप तापड़िया
आयु 8 वर्ष

नाम
श्रेयश लढ्ढा
सुपुत्र
श्री मोहित लढ्ढा
आयु 10 वर्ष

Find 10 Hidden Objects in The Picture

वर्ग पहेली-22

1	2		3		4	5	6	
7					8			
	9			10			11	12
13			14			15		
16		17				18	19	
		20	21		22		23	
24	25		26					
	27	28					29	30
31					32			

संकेत– बाएँ से दाएँ

1. विद्यालय (4)
4. एक समान (4)
7. श्वश्रू (2)
8. भूरी गाय (3)
9. कटुता (5)
11. खुदा, ईश्वर (5)
13. मतलब यह है कि (2)
14. बचत (4)
16. सरस्वती (3)
18. सहित (3)
20. सूफी संत की समाधि (4)
23. प्रत्येक (2)
24. पुंज, समूह (2)
26. सजधज युक्त (5)
27. आकांक्षा (3)
29. वातरोग (2)
31. भूखा (4)
32. सुंदर स्त्री (4)

ऊपर से नीचे–

1. चौपड़ का खेल, गोटी (2)
2. घमंडी (5)
3. निरुत्तर (4)
4. निर्निमेष (4)
5. बंदर (2)
6. नायक (3)
10. पारिजात का पेड़ व फूल (5)
12. श्रेष्ठ (5)
13. उर्दू मजलिस (4)
15. वैसा (2)
17. चकत्तेदार चर्म रोग (2)
19. कृपा (5)
21. लाल रंग का (4)
22. काँपना, दहलना (4)
25. रहने की सुविधावाली नाव (2)
28. बड़ा, विशाल (2)
30. निर्धन, दयनीय (2)
30. अप्सरा (2)

वर्ग पहेली 21 का हल

1 प्र	2 ति	शो	3 ध		4 व	5 न	6 मा	ला
7 भा	ल		न		8 गै	र	त	
	9 मि	थ्यो	प	10 चा	र		11 मी	12 न
13 पा	ला		14 ति	ल	ह	15 न		ह
16 क	ना	17 त		च		18 द	19 रा	र
शा		20 म	21 त	ल	22 बी		23 ज	नी
24 ला	25 ज		26 ज	न	जा	गृ	ति	
	27 मा	28 न	वी		क्ष		29 ल	30 हू
31 स	त	ल	ज		32 र	त्ला	क	र

WORD POWER

Received Best Entries

The Clever Escape

The jungle was filled with ferocious animals, and Mira, a naive traveler, had lost her way. She soon realized she was trapped, unable to find a path out. Suddenly, a shrewd fox appeared and offered to help her.

At first, the fox seemed kind, but its servile tone made Mira suspicious—it was obeying her too easily. She knew animals were rarely so polite! The fox then tried to deceive her by leading her toward a lion's cave. Mira quickly used her strategy to trick the fox instead.

She smiled and became sugary sweet, pretending to flatter the fox with compliments until it got distracted. Then, she ran as fast as her legs could carry her out of the jungle. Later, when she told her friends the story, they laughed at how ridiculous the situation had been—but Mira had learned to never trust appearances again.

Kanishka Heda

Use some words and write a story

Billy the Witch

Once upon a time, there was a scary, violent and cruel witch named Billy. One day, some children were playing in the park near the jungle. Billy, the witch, lived in that jungle. The children were very innocent and simple.

Billy said to the children, "Come to my house, it is very beautiful!" All the children agreed, but one girl named Kriti said, "No, we should not go."

Kriti's parents were waiting for her at home. Kriti was very clever. She went to the park and told everything to her mother. Her parents were shocked and ran fast into the jungle.

They found out that the witch Billy was very dangerous. Billy wanted to use a chemical to harm the children. Billy went to find the chemical, but when she came back, all the children were safe. Kriti's parents had already saved them.

Billy could not find the children, and all the children went home safely and happily.

Moral: Never go anywhere without your parents. Kriti had a sharp mind, and she helped save the children.

Purvi Jaju

नवदाम्पत्य वर-वधू को आशीर्वाद व मंगलमय दाम्पत्य जीवन की शुभकामनाएँ

दिनांक	वर	वर के पिता/माता	वधू	वधू के पिता/माता
02.11.2025	आशीष	श्री कैलाश चन्द्र मालपानी	वैष्णवी	श्री तरूण प्रकाश जी
16.11.2025	शिवम	श्री अविनाश जी	ग्रेसी	श्री सुरेश चन्द लोहिया
16.11.2025	मुकुंद	श्री अनिल कुमार लढ्ढा	प्रेरणा	श्री गिरीश जी
16.11.2025	तन्मय	श्री हरि प्रकाश काबरा	प्रियांशी	श्री महावीर सोमानी
18.11.2025	राजुल	श्री अरुण कुमार माहेश्वरी	दिव्या	श्री हरीश कुमार माहेश्वरी
22.11.2025	तनुज (अश्वनी)	श्री अनिल लढ्ढा	भावना	श्री रामावतार मालपानी
22.11.2025	मुकुन्द	श्री विपिन जाजू	तनुश्री	श्री ओमप्रकाश मालू
22.11.2025	निकुंज	श्री घनश्याम सोढ़ानी	नन्दिनी	श्री प्रकाश बिड़ला
22.11.2025	आदित्य	श्री प्रदीप काबरा	चंचल	श्री सुरेश सारड़ा
22.11.2025	नीलेश	श्री अरुण कुमार मालपानी	गरिमा	श्री अनिल कुमार काबरा
23.11.2025	शिवम	श्री रवि काबरा	निकिता	श्री दिलीप सोमानी
24.11.2025	हर्ष	श्री रमेश काबरा	अदिति	श्री सुरेश कुमार लढ्ढा
24.11.2025	माधव	श्री मनीष बहेड़िया	शिप्रा	श्री बसंत जी
25.11.2025	राघव	श्रीमती अनुभा जी	अन्तिमा	श्री रामगोपाल आगाल
25.11.2025	नमन	श्री माधव माहेश्वरी	आयुषी	श्री नीरज तोषनीवाल
25.11.2025	मोहित	श्री उमेश परवाल	पूर्ति	श्री राजेश काबरा
27.11.2025	उदित	श्री विकास परवाल	सौम्या	श्री मुरारी सोमानी
27.11.2025	वैभव	श्री दामोदर माहेश्वरी	मुदिता	श्री राकेश कुमार जी
27.11.2025	हर्ष	श्री राजेश मालपानी	अनुजा	श्री आनन्द बियानी
27.11.2025	हिमांशु	श्री गजानन्द जी	सलोनी	श्री दिनेश कुमार लाहोटी
27.11.2025	रौनक	श्री रमेश चितलांग्या	शिवानी	श्री तेजप्रकाश असावा
30.11.2025	प्रखर	श्री रामकृष्ण जी	कविता	श्री अनिल कुमार बांगड़
30.11.2025	उदित	श्री नरेन्द्र फलोड़	शिवानी	श्री अरूण काबरा
30.11.2025	वरूण	श्री अरूण फोफलिया	विधि	श्री विरेन्द्र लढ्ढा
30.11.2025	श्याम	श्री रवि राठी	कनिका	श्री मनोज रांदड़
30.11.2025	रितिक	श्री मनोज फलोड़	पूर्वी	श्री सूरज जी
30.11.2025	कनक	श्री मनोज जी	छवी	श्री राजाराम माहेश्वरी
03.12.2025	राघव	श्री संदीप मोहता	दीक्षा	श्री तारा चन्द जी
04.12.2025	प्रफुल्ल	श्री देवेन्द्र बाहेती	आयुषी	श्री मनोज काबरा
04.12.2025	प्रखर	श्री श्रृंगऋषि जी	हर्षिता	श्री बालगोपाल डागा
04.12.2025	डॉ. नागेन्द्र	श्री राजेन्द्र प्रसाद खटोड़	डॉ. अंकिता	श्री ज्वाला प्रसाद जी
04.12.2025	आदित्य	डॉ. सुषुम्ना	पूर्वा	श्री मुरली मनोहर तोषनीवाल
06.12.2025	कपिल	श्री कूंजीराम जी	गरिमा	श्री कमल बियानी
11.12.2025	आदित्य	श्री प्रकाश चन्द अजमेरा	साक्षी	श्री सुनील हेड़ा
11.12.2025	प्रभात	श्री मुकेश कुमार बियानी	राधिका	श्री सुनील कुमार फोफलिया
11.12.2025	रोनक	श्री पवन कुमार साबू	हिमानी	श्री राजेश फलोड़
11.12.2025	गौरव	श्रीमती सुमन देवी राठी	अपूर्वा	श्रीमती नीलम देवी कचौलिया
11.12.2025	पराग	श्री अनिल कुमार सोमानी	शिवांगी	श्री मनोज कुमार चितलांग्या
12.12.2025	सारांश	श्री अखिलेश जी	ध्वनि	श्री अरविन्द केला
14.12.2025	ललित	श्री दीपक कुमार जी	आयुषी	श्री मनमोहन भूतड़ा

वैवाहिक वर्षगांठ

27.11.2025	श्रीमती संगीता एवं श्री राजेन्द्र प्रसाद बियानी	25वीं वर्षगांठ (रजत जयंती)
28.11.2025	श्रीमती चन्द्र किरण एवं श्री श्याम दास मालपानी	50वीं वर्षगांठ (स्वर्ण जयंती)
07.12.2025	श्रीमती अनिता एवं श्री चन्द्र प्रकाश धूत (सीपी)	25वीं वर्षगांठ (रजत जयंती)
11.12.2025	श्रीमती सुशीला देवी एवं श्री गणेश नारायण फलोड़	50वीं वर्षगांठ (स्वर्ण जयंती)

समाज बन्धुओं द्वारा अपने पुत्र-पुत्री के परिणयोत्सव एवं वैवाहिक वर्षगांठ के शुभ अवसर पर समाज को आर्थिक सहयोग प्रदान करने पर आभार

सहयोगकर्ता	राशि
श्री अनिल कुमार लढ्ढा	31,000
श्री हरिकृष्ण सोढानी	21,000
श्री देवेन्द्र बाहेती	11,000
श्री अनिल कुमार बांगड़	11,000
श्री रमेश काबरा	11,000
श्री अरुण कुमार मालपानी	5,100
श्री रवि राठी	5,100
श्री सुनील हेड़ा	5,100
श्री अरविन्द केला	5,100
श्री राजाराम माहेश्वरी	5,100
श्री विरेन्द्र लढ्ढा	5,100
श्री अरुण फोफलिया	5,100
श्री नरेन्द्र फलोड़	5,100
श्री सुरेश कुमार लढ्ढा	5,100
श्री रामगोपाल आगाल	5,100
श्री महावीर सोमानी	5,100
श्री हरि प्रकाश काबरा	5,100
श्री घनश्याम सोढ़ानी	3,100
श्री दामोदर माहेश्वरी	3,100
श्री राजेन्द्र प्रसाद बियानी	3,100
श्री दिनेश कुमार लाहोटी	3,100
श्री प्रदीप काबरा	3,100
श्री रामवतार मालपानी	3,100
श्री अनिल लढ्ढा	3,100
श्री सुरेश चन्द लोहिया	3,100
श्री प्रकाश बिड़ला	2,100
श्री कैलाश चन्द्र मालपानी	2,100
श्री मनोज रान्दड़	2,100
श्री मनोज कुमार चितलांग्या	2,100
श्री अनिल कुमार सोमानी	2,100
श्री मनोज काबरा	2,100
श्री राजेश काबरा	2,100
श्री अरुण काबरा	2,100
श्री मनीष बहेड़िया	2,100
श्री सुरेश सारड़ा	2,100
श्री राजेश मालपानी	2,100
श्री दिलीप सोमानी	2,100
श्री रवि काबरा	2,100
श्री अनिल कुमार काबरा	1,100
श्रीमती सुमन देवी राठी	1,100
श्रीमती नीलम देवी कचौलिया	1,100
श्री गणेश नारायण फलोड़	1,100
श्री राजेश फलोड़	1,100
श्री पवन कुमार साबू	1,100
श्री मुकेश कुमार बियानी	1,100
श्री मुरलीमनोहर तोषनीवाल	1,100
श्री राजेन्द्र प्रसाद खटोड़	1,100
श्री कमल बियानी	1,100
श्री संदीप मोहता	1,100
श्री तेजप्रकाश असावा	1,100
श्री रमेश चितलांग्या	1,100
श्री माधव माहेश्वरी	1,100
श्री हरीश कुमार माहेश्वरी	1,100
श्री अरुण कुमार माहेश्वरी	1,100
श्री मनमोहन भूतड़ा	500
श्री नीरज तोषनीवाल	500

Nahe Maheshwari
Ganesh Maheshwari
Mob. : 7982328389
9828750430

Neha's Kitchen
WE ALWAYS PROVIDE FRESH FOOD
1272, Kisan Marg, Tonk Phatak, Jaipur

जय श्री कृष्णा प्रोपर्टीज एण्ड बिल्डर्स
Reg. No.-SCA/2016/14/993369

- डूप्लेक्स/विला/फ्लेट
- खाली भूखण्ड/रेन्टल इन्कम प्रोपर्टीज
- व्यवसायिक/औद्योगिक भूखण्ड क्रय-विक्रय हेतु
- शॉर्ट टाईम व लोंग टाईम इन्वेस्टमेंट

बिल्डिंग मेटेरियल सामान सहित भवन निर्माण हेतु
भवानी माहेश्वरी (छापरवाल) 9314651206
H.O. श्री श्याम मन्दिर के पास, रोड नं. 5 के सामने, मुरलीपुरा, सीकर रोड, जयपुर
B.O. गाँधी पथ, वैशाली नगर, जयपुर 8766111100
skgroup.jaipur@gmail.com www.shreekrishnagroupindia.com

Deepak Bhandari
+91-9829051091
+91-9460951091

Satkaar Event & Decorators
Satkaar Caterers
Your Trust & Safety is Our Responsibility

Rahul Jajoo
+91-9828112085

Wedding Planner & Event Management (Sangeet, Birthday Parties, Get Togethers)
Outdoor Food Catering, Online Sweets & Food Service's

Off. Add. :- 1156, Nirwan Marg, Jhotwara Road, Jaipur
Workshop Add. :- 34, Bansi Vihar, Gurjar Ki Thadi, Jaipur
Place Your Order (Before One Day):
Paytm 9024643576 or Cash on Delivery

Web. : www.satkaarevents.com

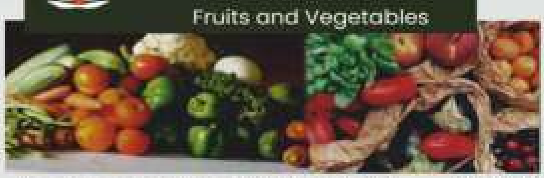
EXIDE
Authorised Distributor
HARI OM BATTERY
HIND MOTORS
(SINCE 1965)

DEALS IN

HEMANT MACHHAR 99287-89449
HARI KISHAN MACHHAR 94140-73249

OPP. AGARWAL COLLEGE, AGRA ROAD, JAIPUR 302004
EXIDE DEALERS
EXIDE BATTERY - TWO WHEELER, FOUR WHEELER & HEAVY VEHICLES
EXIDE INVERTORS & INVERTOR BATTERY • UPS BATTERY & SMF BATTERY

SHREE MAHESH
Fruits and Vegetables



Fresh from the farm straight to your plate
- Fresh and healthy
- Wholesale and Retail
- Home Delivery
- Resonable prices
- Desi and Foreign varities available

Brij Mohan Bhandari (Maheshwari)
+919928955080
shrimahesh30@gmail.com

MITSUBISHI ELECTRIC
Changes for the Better
eco Changes
for a greener tomorrow

Raj Engineers

Vikas Kumar Maheshwari
Preferred Sales & Service Dealer For
Mistsubishi Electric India Pvt. Ltd.
Contact for Sale, Service, Repair, Installation of AC
502-A, Vth Floor, Gordhan Sky Mall, Khatipura Road, Jhotwara, Jaipur-12
Mobile : 9828269798, 8079071116 • email : rajengjaipur@gmail.com

जयपुर माहेश्वरी पत्रिका
नहीं मिलने पर संपर्क करें

समाज बंधुओं से विनम्र आग्रह है कि जयपुर माहेश्वरी पत्रिका को समाज कार्यालय से प्रत्येक माह की 21 तारीख को भारतीय डाक की साधारण डाक सेवा से प्रेषित किया जाता है, यदि किसी कारणवश पत्रिका आपको प्राप्त नहीं होती है, तो सर्वप्रथम संबंधित डाकघर में संपर्क करें। उचित समाधान न होने पर समाज **संगठन मंत्री श्री देवेन्द्र झंवर (9829054556)** को सूचित करें।

Shri PARASRAM Holdings Pvt. Ltd.
ANAND AJMERA
9828111112
9828019221

Shri Parasram Holdings Pvt. Ltd.
Corp. Member : NSE (CASH & FO), BSE, MCX, NCDX, DP - NSDL, CDSL

SDC Classic, G-1, Plot No. H-34, Tagore Path, Behind K.P. Automotives
Jaisingh Highway, Bani Park, JAIPUR-302016 (Raj.)
Tel. : 0141-4922271, 2207774 • Trading : 0141-4025858 Back Off
E-mail : zeesab1@hotmail.com

Ray-Ban ELLE VOGUE fastrack LACOSTE TOMMY HILFIGER ESPRIT

UP TO DISCOUNT FOR MAHESHWARI'S ONLY 30%*

Mukesh Baheti
+91 98290 48022

Baheti Optician

WHOLESALE DEALERS IN ALL KIND OF OPTICAL FRAMES & GLASSES & GOGGLE

A-13, Mall Road, Sect-1, Vidhyadhar Nagar, Jaipur-13
9929076022

Seema Jajoo
8079010467

Seema Creations

Deals in : Designer Suits, Kurtis, Leggings & Dupatta etc.

M.S. No. 5&6, Jaipur Heritage Bazar, A.C. Market Basement, Opp. National Handloom, Galaxy Star Mall Central Spine, Vidhyadhar Nagar, Jaipur (Raj.)

।।श्री महेश्वराय नमः।।

आलोक झँवर

सुपौत्र स्व. श्री कन्हैया लाल जी झँवर (घी वाले)
सुपुत्र श्री नवल किशोर झँवर
व्यवसाय : रत्न व्यवसायी एवं वास्तु सलाहकार
म.नं. 8, शिव मार्ग, राजभवन के पीछे, सिविल लाईन्स, जयपुर
0141-4003155 (O) मो. : 9829068442

ॐ ASTRO-KNOWLEDGE ॐ

ज्योतिष आचार्या सीमा लोहिया

- हस्तरेखा विश्लेषण
- वास्तु परामर्श
- कुंडली विश्लेषण
- व्यापारिक समाधान
- वैवाहिक परामर्श
- कुंडली मिलान
- कैरियर समाधान
- स्पिरिचुअल हीलिंग
- न्यायिक परामर्श
- लव/अरेंज मैरिज
- संतति परामर्श

समय:
सुबह: 11am to 1 pm
शाम: 5 pm to 7:30 pm

C-23, Bhagat Singh Marg, Tilak Nagar, Jaipur - 302004
8949268569 @astroknowledge.seema

विद्याधर नगर जयपुर में

Cloud KITCHEN

(A Unit of Buffet Badshah)

नितिन माहेश्वरी
98290-28642
एक बार सेवा का मौका अवश्य दें

10 Pax		20 Pax	
1600 Rs	2200 Rs	2800 Rs	4000 Rs
दाल तड़का 2 Kg	दाल मखानी 2 Kg	दाल तड़का 4 Kg	दाल मखानी 4 Kg
मिक्स वेज 2 Kg	पनीर लबाबदार 2 Kg	मिक्स वेज 4 Kg	पनीर लबाबदार 4 Kg
जीरा राईस 2 Kg	वेज रायता 2 Kg	जीरा राईस 4 Kg	वेज रायता 4 Kg
30 बटर चपाती ग्रीन सलाद	जीरा राईस 2 Kg	60 बटर चपाती ग्रीन सलाद	जीरा राईस 4 Kg
	30 बटर चपाती ग्रीन सलाद		60 बटर चपाती ग्रीन सलाद

सब्जियां kg में	
1. पनीर बटर मसाला	-380 /-
2. पनीर लबाबदार	- 360/-
3. कढ़ाई पनीर	- 360/-
4. शाही पनीर	- 360/-
5. मिक्स वेज	- 320/-
6. दाल फ्राई	- 260/-
7. दाल तड़का	- 280/-
8. दाल मखानी	- 340/-
9. जीरा राईस	- 200/-
10. वेज पुलाव	- 220/-
11. वेज बिरयानी	- 240/-
12. चपाती (सादा)	-10/-
13. चपाती (बटर में)	-15/-

STARTERS	Per Kg.
Chilli Potato	280/-
Honey Chilli Potato	300/-
Chilli Paneer (Dry)	360/-
Chilli Paneer (Gravy)	360/-
Hakka Noodles	280/-
Veg Chowmein	280/-
Veg Manchurian (Dry)	320/-
Veg Manchurian (Gravy)	320/-
Veg Fried Rice	280/-
Mix Veg Pakoda	320/-
Red Sauce Pasta	350/-
White Sauce Pasta	380/-

Delivery in Complete Jaipur

श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर

द्वारा

मानव कल्याणार्थ सर्व समाज हेतु

महेश बैकुंठ रथ (मोक्ष वाहिनी)

की सेवाएँ संचालित हैं।

सम्पर्क सूत्र

97859-85000, 99502-69470, 96948-68177

नितिन माहेश्वरी 9829028642

विनायक मेडिकल स्टोर

(21 वर्षों से आपकी सेवा में समर्पित)

FREE DELIVERY

माहेश्वरी बंधुओं को सभी दवाईयों पर 15% तक की छूट

3000/- की दवाईयों पर 18% तक की छूट

Call Us 982 9028 642

23, खेतान हॉस्पिटल के सामने, सीकर रोड, जयपुर

स्मृतिशेष स्वजनों को श्रद्धांजलि एवं श्रद्धासुमन

विगत दिनों समाज के कुछ बंधु/बहनों का परलोकगमन हो गया। समाज अध्यक्ष, महामंत्री एवं कार्यकारिणी सदस्यों की ओर से उनके शोक संतप्त परिजनों को गहरी संवेदनाएँ प्रेषित हैं। ईश्वर से प्रार्थना है कि दिवंगात्माओं को अपने श्रीचरणों में स्थान प्रदान करें।

श्री अनुज मंत्री
15.11.2025

श्रीमती नीतू भंडारी
16.11.2025

श्रीमती गुलाब देवी परवाल
18.11.2025

श्रीमती गीता तोतला
19.11.2025

श्रीमती सुमन काबरा
19.11.2025

श्री रमेश चन्द्र नागौरी
24.11.2025

श्री रामशंकर परवाल
28.11.2025

श्री मनीष मोदानी
01.12.2025

श्री शिवरतन साबू
02.12.2025

श्रीमती रेखा करवा
06.12.2025

विद्युत चालित एवं पारदर्शी "जागृति अन्तिम दर्शनिका"

अन्तिम संस्कार में देरी की संभावना हो तो, मृत शरीर को ज्यों का त्यों बिना बर्फ आदि के कई दिनों तक 'जागृति अन्तिम दर्शनिका' में अन्तिम दर्शन हेतु यथा स्थिति में आपके घर पर ही रखा जा सकता है। मृत शरीर के डीकम्पोज होने व इससे होने वाले संक्रमण से परिवार व मित्र बच पाते हैं। यह सुविधा 24 घण्टे पूर्ण रूप से निःशुल्क उपलब्ध है।

सम्पर्क सूत्र :- जयकृष्ण जाजू-98290 53031, सुदर्शन फोमरा-93140 36672, आनन्द दम्मानी-93145 00979

गणगौर सेवा केन्द्र

★ मेडिकल पलंग ★ व्हील चेयर ★ ऑक्सीजन कॉन्संट्रेटर ★ यूरिन पॉट ★ टॉयलेट पॉट ★ टॉयलेट चेयर ★ वाकर ★ स्टिक ★ बैसाखी ★ बैक रेस्ट ★ वॉटर बेड ★ एयर बेड

मानव सेवार्थ निःशुल्क (सामान्य अमानती राशि पूर्णतः वापसी योग्य) उपलब्ध

प्रातः 8:00 से 11:00 बजे तक
[illegible]
0141-2235363
+91-9314242432, +91-9024088439

प्रातः 8:00 से रात्रि 8:00 बजे तक
[illegible]
0141-4015444
+91-9309485200

कमल डाइग्नोस्टिक एवं रिसर्च सेन्टर

KAMAL DIAGNOSTIC & RESEARCH CENTRE KDRC JAIPUR

0-5, हॉस्पिटल मार्ग, एस.एम.एस. हॉस्पिटल के सामने, सी-स्कीम, जयपुर-302001

(M): 93140 24888 Ph.: 0141- 2374777, 4039727 E-mail: kdrc2374777@gmail.com

Estt since 2011

सुविधाएँ

- M.R.I.
- C.T. SCAN
- सोनोग्राफी (3D/4D)

- कलर डॉपलर
- डिजिटल एक्सरे
- ईको
- ई.सी.जी.
- ई.ई.जी
- सी.टी.एम.टी.
- एन.सी.वी.
- बायोप्सी
- एफ.एन.ए.सी.
- ऑडियोमेट्री

एम्बुलेंस सुविधा उपलब्ध

सभी प्रकार के बायोकेमिकल, हेमटोलोजिकल लेबोरेटरी टेस्ट की सुविधाएँ।

निर्मल मूंदड़ा - 98290-50202

श्री माहेश्वरी डायग्नोस्टिक सेन्टर

(श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर द्वारा संचालित)

पी-10ए, सेक्टर 2, उत्सव भवन के पास, विद्याधर नगर, जयपुर-39

फोन : 0141-2230511, 7976420180, 7976453416

Website : www.shrimaheshwaridiagnostic.com

समय : प्रातः 7.30 बजे से सायं 7 बजे तक (सोमवार से शनिवार)

प्रातः 7.30 बजे से सायं 3.30 बजे तक (रविवार)

सेवा त्याग सदाचार — श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर — वर्षों की विरासत

3D व 4D कलर सोनोग्राफी सुविधा

आधुनिक मशीनों एवं उपकरणों द्वारा जाँचें

CT एवं Digital X-Ray

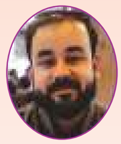
सोनोग्राफी के लिए रजिस्ट्रेशन सुबह 7:30 बजे से प्रारंभ हो जाता है।

डॉ. विजेता सुल्तानिया
MBBS, DMRD
कन्सलटेन्ट रेडियोलोजिस्ट
2D-ECHO
Timing : 9.30 AM to 1:30 PM

डॉ. आर.सी. गुप्ता
Sr. Doctor & Gen. Physician
Ex. Sr. MO,
Govt. H.B. Kanwatia Hospital
Physician in various famous hospitals
Timing : 9.30 AM to 1.30 PM

डॉ. दीपक अग्रवाल
MBBS, MD, DNB
हृदय रोग विशेषज्ञ
2D-ECHO
8.00 AM on Call

डॉ. विकल्प वशिष्ठ
MBBS (Ortho), DNB, MNAMS, MS (Ortho)
FJRS, JAF (Joint Replacement) & Arthroscopic Surgen
भारत के सुविख्यात जोड़ प्रत्यारोपण एवं अस्थि रोग विशेषज्ञ
10.30 AM - On Call



डॉ. मनीष जैन
MBBS, MD (Skin & VD)
चर्म एवं सौन्दर्य रोग विशेषज्ञ
11:30 AM to 12:30 PM
(सोमवार एवं गुरुवार)

डॉ. ख्याति माहेश्वरी
Phisiotherapist
COMP, CDNP, CIASTM, CDCT, CKTT
9 AM to 2 PM

डॉ. नेहा अग्रवाल तापड़िया
B.D.S. (Gold Medalist)
M.D.S. (Pedodontics & Preventive Dentistry)
Ex. Medical Officer at Govt. Hospital
10 AM to 1 PM

डॉ. संजय खटोड़
(M.B.B.S., M.D. Physician)
श्वांस, दमा एवं एलर्जी रोग विशेषज्ञ
Timing : 11.30 AM TO 1.30 PM

डॉ. विवेक मालपाणी
(M.S.E.N.T.)
नाक, कान, गला व एलर्जी रोग विशेषज्ञ
Timing : 3.30 PM TO 6.00 PM

स्वास्थ्य के क्षेत्र में श्री माहेश्वरी समाज के बढ़ते कदम

50% OFF FOR ALL MAHESHWARI'S

*TERMS AND CONDITION APPLY

जाँचें बहुत ही किफायती दरों पर की जाती हैं। नोट : सैम्पल कलैक्शन की सुविधा भी उपलब्ध है (शुल्क अतिरिक्त)

PREVENTIVE HEALTH CHECKUP (खाली पेट)

Special Price ₹2600/-

With Physician Consultation

- CBC
- LIPID PROFILE
- FASTING BLOOD SUGAR
- POST PARANDIAL BLOOD SUGAR
- BLOOD UREA
- CREATININE
- URIC ACID
- VITAMIN D3
- VITAMIN B12
- T3, T4, TSH
- HBAIC
- LIVER FUNCTION TEST
- ESR
- CALCIUM
- URINE ROUTINE
- PSA (MALE) / PRL (FEMALE)

घर से सैम्पल के लिए सम्पर्क करें 7976420180

X-Ray Chest PA, ECG

Blood Sugar 35/-	SGOT 50/-
Cholesterol 40/-	Creatinine 45/-
SGPT 50/-	Urine R/E 50/-
Calcium 60/-	Uric Acid 60/-
CBC 120/-	E.C.G. 100/-
Thyroid Profile 300/-	CRP 150/-
Liver Function 250/-	Hb A1C 250/-
Lipid Profile 300/-	RFT 450/-

CARDIO DIABETES PACKAGE (खाली पेट)

Special Price ₹700/-

- CBC • FASTING BLOOD SUGAR
- POST PARANDIAL BLOOD SUGAR
- CREATININE • SGOT • URINE ROUTINE
- HbA1C • LIPID PROFILE • SGPT

WHOLE BODY CHECKUP (खाली पेट)

Special Price ₹1299/-

- CBC • ESR • BLOOD SUGAR FASTING
- BLOOD SUGAR 2 HRS. PP • LFT
- RFT • LIPID PROFILE • IRON • TIBC
- URINE ROUTINE • ECG • X-RAY CHEST

MRI 3.0 Tesla से

Special Price ₹3500/-

प्रबंध समिति 2025-2028

उमेश सोनी	सी.ए. रोहित माहेश्वरी (परवाल)	डॉ. महेश भूतड़ा	मुरारी लाल बिड़ला	संदीप जाजू	कपिल सोमानी
अध्यक्ष	महामंत्री	स्वास्थ्य मंत्री	चेयरमैन	समन्वयक	संयोजक

SHRI MAHESHWARI DIALYSIS DIAGNOSTIC & RESEARCH CENTER

(A Unit of Shri Maheshwari Samaj, Jaipur)

सेवा त्याग सदाचार
श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर
100 वर्षों की विरासत

ओपीडी

210-ए, डॉ. राजेन्द्र प्रसाद नगर, गौतम मार्ग, निर्माण नगर, जयपुर-19

फोन : 0141-2948760, 8306300304 • Email : smddrclab@gmail.com

General Medicine
Dr. Ravindra Mathur
M.D. (General Medicine)
Senior Consultant Physician & Diabetes, Thyroid Specialist
TIMING 12:00 PM to 1:00 PM
(SUNDAY CLOSE)

Gynaecologist
Dr. Vinita Gupta
M.B.B.S., DGO
Consultant Obstetrician and Gynaecology
TIMING 12:00 PM to 1:00 PM
(THURSDAY OFF)

Consultant - Orthopaedic Shoulder, Knee & Hip Surgeon
Dr. Prashant Bhutani
M.B.B.S., DNB Ortho
Shoulder, Knee, Hip, Surgeon, Sports Injury, Joint Replacement
TIMING 2:30 PM to 3:30 PM (Monday to Saturday)

Dental Care
Dr. Bharti Maheshwari
BDS, MDS
Prosthodontist & Implantologist
TIMING 9:00 AM TO 12:00 PM
(SUNDAY CLOSE)

Physiotherapist
Dr. Anoop Sharma & TEAM
BPT, MPT (Ortho), COMT
Consultant Physiotherapist
TIMING 8:00 AM To 2:00 PM
(SUNDAY CLOSE)

Gynecologist
Dr Priyanka Goel
MBBS, DNB (OBG), GOLD MEDALIST
Laparoscopic and Surgeon
Fellowship in Gynecological Oncology (GCRI, Ahmedabad)
Timings 5.30 pm to 6:30 pm
Monday-Saturday (Sunday off)

Dr. Deepak Agarwal
MBBS, MD, DNB
(Cardiologist) 2D-ECHO
Timing : 4.30 PM to 5.00 PM

Dr. Ajay Singh
MBBS, MD, DM
(Nephrologist)

Dr. Muskan Maheshwari
BDS, M.Sc.
(Clinical Nutritionist & Dietician)
Timing : 11.00 AM to 1.00 PM

PHYSIOTHERAPHY
START / ₹250/-
- Assessment and Diagnosis
- Rehabilitation Sessions
- Individualized Treatment Plans

लैब का समय
प्रातः 8:00 बजे से सायं 7 बजे (सोमवार से शनिवार)
प्रातः 8:00 बजे से दोपहर 3 बजे (रविवार)

उचित दरों पर एम्बुलेन्स की सुविधा उपलब्ध

CT एवं 2D-ECHO की सुविधाएं भी रियायती दरों पर उपलब्ध

DIALYSIS
START / ₹850/-

सोनोग्राफी
प्रातः 9 से दोपहर 1 बजे तक

Digital X-Ray 200/- से शुरु

PREVENTIVE HEALTH CHECKUP (खाली पेट)

Special Price / ₹ 2600/-

- CBC
- LIPID PROFILE
- FASTING BLOOD SUGAR
- POST PARANDIAL BLOOD SUGAR
- BLOOD UREA
- CREATININE
- URIC ACID
- VITAMIN D3
- VITAMIN B12
- T3, T4, TSH
- LIVER FUNCTION TEST
- HBAIC
- ESR
- CALCIUM
- URINE ROUTINE
- PSA (MALE) / PRL (FEMALE)
- X-Ray Chest digital
- ECG

सैंपल कलेक्शन की सुविधा भी उपलब्ध है, शुल्क अतिरिक्त

Blood Sugar 35/-	SGOT 40/-
Cholesterol 40/-	Creatinine 45/-
SGPT 50/-	Urine R/E 50/-
Calcium 60/-	Uric Acid 60/-
CBC 120/-	E.C.G. 100/-
Thyroid Profile 300/-	CRP 150/-
Liver Function 250/-	Hb A1C 250/-
Lipid Profile 300/-	RFT 450/-

CARDIO DIABETES PACKAGE (खाली पेट)

Special Price / ₹700/-

- CBC • FASTING BLOOD SUGAR
- POST PARANDIAL BLOOD SUGAR
- CREATININE • SGOT • URINE ROUTINE
- HbA1C • LIPID PROFILE • SGPT

WHOLE BODY CHECKUP (खाली पेट)

Special Price / ₹1299/-

- CBC • ESR • BLOOD SUGAR FASTING
- BLOOD SUGAR 2 HRS. PP • LFT
- RFT • LIPID PROFILE • IRON • TIBC
- URINE ROUTINE • ECG • X-RAY CHEST

MRI 1.5, 3.0 Tesla से

Special Price / ₹3500/-

आधुनिक मशीनों एवं उपकरणों द्वारा जांचें

स्वास्थ्य के क्षेत्र में श्री माहेश्वरी समाज के बढ़ते कदम

ब्लड कलेक्शन सेन्टर

महेश सत्संग भवन, नियर जे.पी. अंडरपास, महेश कॉलोनी जयपुर,
फोन:0141-3517910, 8306300165

87, सरती नगर, जनपथ, श्याम नगर, जयपुर-19,
फोन: 0141-4924112

कलेक्शन सेन्टर्स का समय
प्रातः 8 बजे से सायं 4 बजे तक

स्वत्त्वाधिकारी श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर के लिए प्रकाशक- मुद्रक मनोज मूंदड़ा, महामंत्री द्वारा रेनबो प्रिन्टर्स, जयपुर से मुद्रित एवं श्री माहेश्वरी भवन, सिंघी जी का रास्ता, चौड़ा रास्ता, जयपुर-302003 से प्रकाशित। सम्पादक- संजय बियानी

शिकायत

प्रति,
श्रीमान डाकपाल महोदय,

उक्त पत्रिका प्राप्तकर्ता को इसी पते पर प्रतिमाह पोस्ट की जाती है लेकिन विगत कई माह से लगातार 'जयपुर माहेश्वरी पत्रिका' प्राप्तकर्ता को नहीं मिल रही है। विशेष सतर्कता के साथ वितरण करावें। शिकायत उच्च अधिकारियों से की गई है।

सम्पादक, जयपुर माहेश्वरी पत्रिका