R.N.I.No. 22705 / 72

सरसवाणी

वर्ष: 56 अंक : 09 सितम्बर 2026 विक्रम सम्वत् 2083 भाद्रपद पृष्ठ 12 लागत मूल्य : ₹ 6

वार्षिक साधारण सभा की सूचना

माहेश्वरी प्रगति मण्डल की 68वीं वार्षिक साधारण सभा मंगलवार, दि. 29 सितम्बर 2026 को सायं 6 बजे माहेश्वरी भवन, 603, जगन्नाथ शंकरशेट रोड, गिरगांव, मुम्बई - 400 002 में होगी, जिसकी सूचना विषय सूची के साथ अगस्त 2026 सरसवाणी में प्रकाशित की गई है।

प्रिय स्वजनों,

जय श्रीकृष्ण।

माहेश्वरी प्रगति मण्डल का अध्यक्ष मेरे लिए एक बड़ा दायित्व एवं सेवा का अवसर रहा है। आज जब मैं पीछे मुड़कर देखता हूँ तो गत दो वर्षों के अनुभव, स्मृतियाँ और भावनाएँ मन में उमड़ती है। यह सामाजिक कार्य का सफर मेरे लिए सीखने, समझने, समाजबन्धुओं एवं कार्यकर्ताओं से जुड़ने का सुअवसर रहा। मण्डल के पूर्व अध्यक्षों, पदाधिकारियों, कार्यकर्ताओं एवं समाजबन्धुओं ने बहुत अच्छा सहयोग दिया जिससे मण्डल को अविरत कामयाबी की ओर बढ़ाने में हम प्रयत्नशील रहे। जो भी उपलब्धियाँ प्राप्त हुई उसमें कार्यकर्ताओं का परिश्रम, सहयोग व समर्पण सराहनीय रहा। विशेषरूप से उन कार्यकर्ताओं को मेरा नमन जो पर्दे के पीछे रहकर संगठन व समाज के लिए निरन्तर कार्य करते रहे हैं। मैं आप सभी के प्रति कृतज्ञता व्यक्त करता हूँ। मण्डल की नियमित गतिविधियों के साथ जो विशेष कार्य इस सत्र में सम्पन्न हुए हैं, उनका उल्लेख करना आवश्यक समझता हूँ।

- 'एक कार्यकर्ता-एक समिति' की पद्धति अपनाई गई जिससे अनेक समाजबन्धुओं को कार्यकर्ता के रूप में मण्डल से जुड़ने का अवसर मिला तथा नये कार्यकर्ताओं के विचारों से मण्डल भी लाभान्वित हुआ।
- समितियों के पदाधिकारियों के साथ मण्डल के पदाधिकारियों की One to One बैठकें हुई जिससे उनके सुझावों को समझकर उचित कार्रवाई की गई।
- दि. 20 अप्रैल 2025 को माहेश्वरी भवन अंधेरी के सामनेवाले मार्ग का श्रीराम तापडिया मार्ग से नामकरण सम्पन्न हुआ।
- वरिष्ठजनों को उनके हम उम्र के समाजबन्धुओं से मेल मिलाप एवं कार्यक्रम हेतु वरिष्ठ नागरिक उपसमिति का गठन किया गया।
- मण्डल की गितिविधियां अधिक सुचारू रूप से कार्यन्वित करने हेतु मण्डल की मार्गदर्शिका में आवश्यक संशोधन करने के उपरान्त इसकी पुस्तिका प्रत्येक कार्यकर्ता को प्रेषित की गई।
- MPM App में अधिकाधिक Features add करके उसकी उपयोगिता बढ़ाई गई।
- चिकित्सा के क्षेत्र में बृहद कार्य करने के लिए मुम्बई के डॉक्टर्स की बैठक आयोजित की गई थी। तत्पश्चात् दि. 18 नवम्बर 2025 को चिकित्सा सहयोग समिति का गठन किया गया।
- राधकृष्ण लाहोटी कोष द्वारा प्रदान की जानेवाली सहायता राशि में वृद्धि की गई।
- पुरूषोत्तम मास के पर्व पर संस्कार एवं सत्संग समिति द्वारा सामूहिक भागवत कथा का आयोजन पहली बार हुआ।
- दि. 21 जून 2026 को महेशनवमी उत्सव पर माहेश्वरी भवन अंधेरी में शितल जल सेवा केन्द्र का शुभारम्भ हुआ।
- मण्डल के पदाधिकारियों एवं समितियों के पदाधिकारियों में पारिवारिक सौहार्द हेतु with spouse पिकनिक एवम् यात्रा का आयोजन किया गया।
- शिक्षा, चिकित्सा, जरुरतमंदों को आर्थिक सहयोग आदि सेवा कार्यो में हमने सराहनीय प्रगति की है।

सरसवाणी एवं विभिन्न कार्यक्रमों के माध्यम से कार्यकर्ताओं एवं समाजबन्धुओं से एक अटूट रिश्ता बन गया है। जाने अनजाने में किसी बात से यदि कोई साथी कार्यकर्ता अथवा समाजबन्धु को ठेस पहुंची हो तो मै हृदय से क्षमाप्रार्थी हूँ। संगठन व्यक्ति से बड़ा है, समाज संगठन से बड़ा है और समाज हित से बड़ा कोई उद्देश्य नहीं है। आप सभी का स्नेहपूर्ण सहयोग मेरे लिये सदैव अमूल्य व यादगार रहेगा। नवरात्रि एवं विजयादशमी की मंगलकामनाएँ।

जय महेश।

विनम्र

मुम्बई

दिनांक : 15 सितम्बर 2026

Narayan Malpani

नारायण मालपानी (अध्यक्ष) 98198 09211

क्षेत्रीय समितियों के चुनाव सत्र 2026-28 सम्बन्धी नियमों के मुख्य बिन्दु

1) सभी क्षेत्रीय समितियों, क्षेत्रीय महिला समितियों एवम् बोरीवली, मालाड़, गोरेगांव, अधेरी, दक्षिण मुम्बई एवम् मध्य मुम्बई क्षेत्रीय युवा समितियों में अधिकतम 21 सदस्य रहेंगे। इनमें से 13 सदस्यों का चुनाव होगा। निवृत्तमान अध्यक्ष एवम् संयोजक पदेन सदस्य रहेंगे तथा बाकी 6 सदस्यों का सहवरण किया जायेगा।

घाटकोपर एवम् मुलुण्ड क्षेत्रों में युवा समिति अधिकतम 15 सदस्यों की होगी अतः 9 सदस्यों का चुनाव होगा, निवृत्तमान अध्यक्ष एवम् संयोजक पदेन सदस्य रहेंगे बाकी 4 सदस्यों का सहवरण होगा।

2) क्षेत्र के प्रत्येक उपनगरों से कम से कम एक सदस्य समिति में रहे ऐसा प्रयास अवश्य करना चाहिए।

3) क्षेत्रीय समितियों के सदस्यों के चुनाव हेतु सम्बन्धित क्षेत्र के उपस्थित सदस्य जो 31 मार्च 2026 तक सदस्य बन गए हैं, वे ही मतदान कर सकेंगे।

4) क्षेत्रीय समितियों के चुनाव हेतु आयोजित बैठक में कोरम निम्नानुसार रहेगा :-

1)	क्षेत्रीय समिति	:	सम्बन्धित क्षेत्र के कम से कम 31 मण्डल सदस्य
2)	क्षेत्रीय महिला समिति	:	सम्बन्धित क्षेत्र के कम से कम 21 मण्डल की महिला सदस्या
3)	क्षेत्रीय युवा समिति	:	सम्बन्धित क्षेत्र के कम से कम 31/21 मण्डल के युवा सदस्य जहाँ पर क्रमशः 13/9 सदस्यों का चुनाव होना है।

निश्चित समय पर कोरम की निर्धारित संख्या न होने पर तीस मिनट के पश्चात् उपस्थित मण्डल सदस्य चुनाव कार्य पूर्ण कर सकेंगे।

5) क्षेत्र की तीनों समितियों के चुनाव मण्डल द्वारा नियुक्त पर्यवेक्षक की निगरानी में सम्पन्न होंगे।

6) अनुपस्थित प्रत्याशी / उम्मीदवार की उम्मीदवारी व नाम वापसी की लिखित स्वीकृति आवश्यक है।

7) यदि चुनाव निर्विरोध नहीं होते हैं तथा 13/9 से अधिक प्रत्याशी हैं तो यथासम्भव उसी बैठक में चुनाव की प्रक्रिया पूर्ण करने का प्रयास करना चाहिए। पर्यवेक्षक को यदि लगे कि व्यवस्था की दृष्टि से उसी बैठक में चुनाव करवाना सम्भव नही है तो परिस्थितियों का आंकलन कर वह उसी दिन कुछ समय बाद अथवा किसी अन्य दिन चुनाव करवाने का निर्णय लेकर चुनाव का स्थान, समय एवम् तिथि की जानकारी उसी बैठक में दी जायेगी। अलग से पत्र या किसी अन्य माध्यम से सूचना नहीं दी अथवा भेजी जायेगी। केवल वे प्रत्याशी ही चुनाव में रहेंगे जिनके नाम चुनाव की बैठक में आये हों। Voting Right उन्हीं सदस्यों को होंगे जो उक्त बैठक में उपस्थित थे तथा जिनका नाम उपस्थिति रजिस्टर में दर्ज है एवं जिस पर पर्यवेक्षक के हस्ताक्षर है।

8) चुनाव हेतु 13 / 9 सदस्यों से कम के नामांकन प्राप्त होने की स्थिति में भी चुनाव प्रक्रिया पूर्ण की जायेगी। जितने सदस्यों का नामांकन प्राप्त होगा उन्हें निर्वाचित घोषित किया जायेगा परन्तु सभा में उन अनुपस्थित सदस्यों का चुनाव नहीं किया जा सकेगा जिनका नाम प्रस्तावित करने एवम् वापिस लेने की लिखित स्वीकृति नहीं होगी। शेष संख्या की पूर्ती क्षेत्रीय समिति के पदेन सदस्य, निर्वाचित सदस्य तथा क्षेत्र के व्यवस्थापिका सभा के सदस्य, न्यासी एवं मण्डल के पूर्व अध्यक्ष व पूर्व मंत्री मिलकर करेंगे जिससे 13/9 सदस्यों की संख्या पूर्ण हो सके।

नोट : एक कार्यकर्ता किसी एक समिति में ही सदस्य रह सकता है। आवश्यकतानुसार वह कार्यकर्ता किसी एक अन्य समिति में विशेष आमंत्रित सदस्य रह सकता है।

क्षेत्रीय समितियों के चुनाव सम्बन्धी सूचना

मण्डल विधान की धारा **5.3 (b)** के अन्तर्गत व्यवस्थापिका सभा के निर्णयानुसार सत्र 2026-2028 के लिये क्षेत्रीय समितियों, क्षेत्रीय महिला समितियों एवम् क्षेत्रीय युवा समितियों के चुनाव, निम्नानुसार आयोजित किये जायेंगे :-

क्षेत्र	क्र.	क्षेत्र एवं समिति का नाम	दिन व समय	स्थान
घाटकोपर क्षेत्र	1.	घाटकोपर क्षेत्रीय समिति अधिकतम सदस्य 21 चुनाव 13	रविवार, दि. 04.10.2026 प्रातः 11.10 बजे से	माहेश्वरी भवन घाटकोपर C-1, प्रथम मंजिल यूनियन बैंक के उपर गाड़ोदिया शॉपिंग सेन्टर गाड़ोदिया नगर, घाटकोपर मुम्बई - 400 077
	2.	घाटकोपर क्षेत्रीय महिला समिति अधिकतम सदस्य 21 चुनाव 13	रविवार, दि. 04.10.2026 अपराह्न 03.00 बजे से	
	3.	घाटकोपर क्षेत्रीय युवा समिति अधिकतम सदस्य 15 चुनाव 9	रविवार, दि. 04.10.2026 अपराह्न 12.30 बजे से	
गोरेगांव क्षेत्र	4.	गोरेगांव क्षेत्रीय समिति अधिकतम सदस्य 21 चुनाव 13	रविवार, दि. 18.10.2026 सायं 04.30 बजे से	माहेश्वरी भवन अंधेरी द्वितीय मंजिल माहेश्वरी भवन चौक श्रीराम तापड़िया मार्ग अंधेरी (प.) मुम्बई - 400 053
	5.	गोरेगांव क्षेत्रीय महिला समिति अधिकतम सदस्य 21 चुनाव 13	रविवार, दि. 18.10.2026 अपराह्न 02.00 बजे से	
	6.	गोरेगांव क्षेत्रीय युवा समिति अधिकतम सदस्य 21 चुनाव 13	रविवार, दि. 11.10.2026 अपराह्न 3.00 बजे से	
बोरीवली क्षेत्र	7.	बोरीवली क्षेत्रीय समिति अधिकतम सदस्य 21 चुनाव 13	रविवार, 11.10.2026 अपराह्न 03.30 बजे से	माहेश्वरी प्लॉट बोरीवली योगी नगर के पास न्यू लिंक रोड बोरीवली (प.) मुम्बई - 400 091
	8.	बोरीवली क्षेत्रीय महिला समिति अधिकतम सदस्य 21 चुनाव 13	रविवार, 11.10.2026 सायं 05.30 बजे से	
	9.	बोरीवली क्षेत्रीय युवा समिति अधिकतम सदस्य 21 चुनाव 13	रविवार, 11.10.2026 अपराह्न 02.00 बजे से	
अंधेरी क्षेत्र	10.	अंधेरी क्षेत्रीय समिति अधिकतम सदस्य 21 चुनाव 13	रविवार, 11.10.2026 सायं 04.00 बजे से	माहेश्वरी भवन अंधेरी प्रथम मंजिल माहेश्वरी भवन चौक श्रीराम तापड़िया मार्ग अंधेरी (प.) मुम्बई - 400 053
	11.	अंधेरी क्षेत्रीय महिला समिति अधिकतम सदस्य 21 चुनाव 13	रविवार, 11.10.2026 सायं 04.30 बजे से	
	12.	अंधेरी क्षेत्रीय युवा समिति अधिकतम सदस्य 21 चुनाव 13	रविवार, 11.10.2026 सायं 05.00 बजे से	

	क्षेत्र	क्षेत्र एवं समिति का नाम	दिन व समय	स्थान
13.	मुलुण्ड क्षेत्र	मुलुण्ड क्षेत्रीय समिति अधिकतम सदस्य 21 चुनाव 13	रविवार, दि. 11.10.2026 सायं 06.00 बजे से	सोसायटी हॉल पी 2 लेवल सिल्विनो बिल्डींग सेनरुफ कॉम्प्लेक्स एमजीएलआर, नाहूर मुलुण्ड (पूर्व) मुम्बई - 400 081
14.	मुलुण्ड क्षेत्र	मुलुण्ड क्षेत्रीय महिला समिति अधिकतम सदस्य 21 चुनाव 13	रविवार, दि. 11.10.2026 सायं 04.00 बजे से	
15.	मुलुण्ड क्षेत्र	मुलुण्ड क्षेत्रीय युवा समिति अधिकतम सदस्य 15 चुनाव 9	रविवार, दि. 11.10.2026 सायं 05.00 बजे से	
16.	दक्षिण मुम्बई क्षेत्र	दक्षिण मुम्बई क्षेत्रीय समिति अधिकतम सदस्य 21 चुनाव 13	रविवार, दि. 04.10.2026 प्रातः 11.00 बजे से	माहेश्वरी भवन 603, जगन्नाथ शंकरशेट रोड, गिरगांव मुम्बई - 400 002
17.	दक्षिण मुम्बई क्षेत्र	दक्षिण मुम्बई क्षे. महिला समिति अधिकतम सदस्य 21 चुनाव 13	शनिवार, दि. 03.10.2026 सायं 04.00 बजे से	
18.	दक्षिण मुम्बई क्षेत्र	दक्षिण मुम्बई क्षेत्रीय युवा समिति अधिकतम सदस्य 21 चुनाव 13	शनिवार, दि. 03.10.2026 सायं 05.00 बजे से	
19.	मालाड क्षेत्र	मालाड क्षेत्रीय समिति अधिकतम सदस्य 21 चुनाव 13	शनिवार, दि. 10.10.2026 सायं 06.00 बजे से	माहेश्वरी भवन गोरेगांव ए/3, फ्लॅट नं. 6, महेश नगर, एस.वी. रोड गोरेगांव (प.) मुम्बई - 400 062
20.	मालाड क्षेत्र	मालाड क्षेत्रीय महिला समिति अधिकतम सदस्य 21 चुनाव 13	शनिवार, दि. 10.10.2026 सायं 04.30 बजे से	
21.	मालाड क्षेत्र	मालाड क्षेत्रीय युवा समिति अधिकतम सदस्य 21 चुनाव 13	शनिवार, दि. 10.10.2026 सायं 07.30 बजे से	
22.	मध्य मुम्बई क्षेत्र	मध्य मुम्बई क्षेत्रीय समिति अधिकतम सदस्य 21 चुनाव 13	रविवार, दि. 11.10.2026 सायं 05.00 बजे से	माहेश्वरी भवन 603, जगन्नाथ शंकरशेट रोड, गिरगांव मुम्बई - 400 002
23.	मध्य मुम्बई क्षेत्र	मध्य मुम्बई क्षे. महिला समिति अधिकतम सदस्य 21 चुनाव 13	रविवार, दि. 11.10.2026 अपराह्न 03.00 बजे से	
24.	मध्य मुम्बई क्षेत्र	मध्य मुम्बई क्षे. युवा समिति अधिकतम सदस्य 21 चुनाव 13	रविवार, दि. 11.10.2026 सायं 04.00 बजे से	

व्यवस्थापिका सभा के आदेशानुसार

अशोक भराड़िया - मंत्री

मुम्बई
दिनांक : 12 सितम्बर 2026

GEN – Z (जनरेशन-जी)

कुछ वर्षो पूर्व हम सिर्फ तीन पीढ़ीयों की बात ही करते थे। पहले बुजुर्ग, दूसरे युवा, तीसरे बच्चे। समय के साथ साथ ये पीढ़ीयां चार वर्ग में विभाजित हुई। अब इनका रूप स्वरूप उम्र के साथ-साथ बदल गया है व आने वाले समय में और भी बदल कर आयेगा। अब पीढ़ीयों का विभाजन उम्र के निश्चित बरसों में ठहर गया है। इसे अलग - अलग जनरेशन के नाम से जान जाने लगा है।

इस समय जिस पीढ़ी की सर्वाधिक चर्चा है उसे GEN - Z यानी वो पीढ़ी जिसका जन्म (1997 - 2012) के बीच हुआ है। उम्र के हिसाब से ये पीढ़ी इस समय 15-29 साल की है। स्पष्ट है, इसका जन्म, बचपन, शिक्षा, दीक्षा, रहन-सहन, खान-पान, आचार-विचार पूरी तरह से परिवर्तित वातावरण में आगे बढ़ रहे है। इसके पहले वाली पीढ़ीयां अलग परिवेश, अलग वातावरण व अलग अनुशासन में पली बढ़ी है अतएव अब इस पीढ़ी को जिसे GEN - Z कहा जाता है, समझना आवश्यक है।

पिछले 2-3 बरसों में इस पीढ़ी का व्यापक रूप स्वरूप, राजनैतिक क्षेत्र में नेपाल, म्यानमार, बंगलादेश, श्रीलंका में ही नहीं अभी अभी भारत में भी देखने को मिला है। समझने वाली बात यह है ये GEN - Z पीढ़ी कहां रहती है और अचानक कहां से इस तरह गुप चुप में इकट्ठी होकर दिखाई देने लगी। वास्तव में ये पीढ़ी और कहीं नहीं हमारे अपने घर परिवार में ही रहती है।

समझने वाली बात ये है की ये पीढ़ी रहती तो हमारे साथ ही है लेकिन इसकी जीवन शैली व भविष्य की योजनाऐं, हमारी पीढ़ी से बिल्कुल भिन्न है। इनकी भिन्नता को समझने की आवश्यकता है।

- ★ पहले वाली पीढ़ी अपनों से डरने वाली, बड़ो का अनुशासन मानने वाली, चुप रहके कार्य करने वाली रही।
- ★ ये पीढ़ी अपनी बात खुलकर कहने वाली, अपने सपनों को साकार करने में लगने वाली, हर बात को समय के साथ समझने वाली है।
- ★ ये पीढ़ी टैक्नोलोजी के साथ जन्मी है व इसके साथ ही आगे बढ़ रही है, इसलिए दुनिया को बहुत ज्यादा जानती है।
- ★ इस पीढ़ी में अपने कार्यों के प्रति लगन व दृढ़ता है, ये अपने रास्ते स्वयं बनाने की क्षमता रखते हैं।
- ★ GEN - Z पीढ़ी में ईमानदारी है, ये अपनी बात बिना लाग लपेट की कहती और करती है।
- ★ पहले वाली पीढ़ी अपने बड़ों की हर बात चाहे उन्हें समझ आये या नहीं उन्हे मान लेती थी। ये पीढ़ी प्रश्न करती है जवाब से सन्तुष्ट होने पर ही बात मानती है।
- ★ आज पूरी दुनिया टैक्नोलोजी के निरन्तर विस्तार के कारण बहुत छोटी हो गई। कहाँ क्या नया हुआ है, इनके लिए क्या फायदेमंद है इस बात को ये कुछ ही देर में समझ जाती है।
- ★ हमारी समझ में जो संस्कार व संस्कृति है इनकी नजर में इसकी विभिन्नता है। ये खान-पान, वस्त्र-परिधान, मौज-मनोरंजन, रहन-सहन और आचार-विचार अपने ढंग से जो इस समय चल रहा है उसी में जीते हैं।
- ★ ये हमारे पूर्वज कैसे थे यानी भूतकाल और भविष्य में हमारी सन्तान कैसी होनी चाहिए इस चिन्ता से परे वर्तमान में जीते हैं।
- ★ GEN - Z पीढ़ी जेन्डर भेद नहीं मानती ये लड़के / लड़की को पूरी समानता से देखती है। इस कारण से विवाह करना, नहीं करना, निभाना, तलाक लेना, लिव-इन में रहना, सन्तान का निर्माण नहीं करना इन बातों पर पूरी तरह स्वयं के निर्णय लेने लगी।
- ★ अब समय आ गया है कि हमारी पीढ़ी को GEN - Z पीढ़ी को सही अर्थ में समझना चाहिए। हमारे आचार-विचार, संस्कार इन्हें अवश्य समझायें पर इन्हें मानने को बाध्य नहीं करें अन्यथा ये पीढ़ी हमारे से परे चली जाएगी। हम हर वक्त अगर कुंठित रहेंगे, इस पीढ़ी में दोष निकालेंगे, इसे संस्कार हीन, अनुशासनहीन मानेंगे तो ये हमारी भूल

होगी। समझने वाली बात यह है हर युग में समय परिवर्तन के साथ जीवनशैली बदलती है और प्रत्येक समझदार व्यक्ति को इस बदलाव को समझते हुए सामंजस्य बनाना होता है।

GEN - Z पीढ़ी जो हमारे घरों में है उसे समझने, उसके साथ जीने की, उसे सही रूप में अपना स्नेह, प्यार, सहयोग व सम्मान देने की अवश्यकता है। हम क्या थे, हमारे जीने के तौर-तरीके क्या थे, हम अपनों की कितना कहना मानते थे। ये सब बाते करके हम GEN - Z पीढ़ी को अपना नहीं बना सकते। हम उनसे मित्रवत भाव रखकर, उनकी भावनाओं को समझकर ही अपना बना सकते हैं।

ये बात सदैव ध्यान में रखें उनमें हमारा ही DNA है अत: हमसे परे नहीं जाएंगे। इस समय तीर्थ स्थानों पर GEN - Z की भीड़ व भजन जैमिंग में उनका हरि भक्ति पर झूम उठना इस बात का प्रमाण है। हम इस पीढ़ी को समझे व दिल से अपनाएं, ताकि वो भी हमारे प्रति सम्मान के भाव बनाऐं रखें।

। इति शुभम् ।

रमेश मरदा, मुम्बई (सामाजिक व मोटिवेशनल चिन्तक) मो. 98210 98196

MAHESHWARI PRAGATI MANDAL

LILAVATI HOSPITAL AND RESEARCH CENTRE

(Health Check-Up Package for Members)

M → Rates Offered ₹8800

F → Rates Offered ₹9800

Sr. No.	Test	Male	Female	Sr. No.	Test	Male	Female
1	CBC	✓	✓	15	HBSAG	✓	✓
2	ESR	✓	✓	16	Urine Routine	✓	✓
3	Blood Group	✓	✓	17	Stool Routine	✓	✓
4	FBS+PPBS	✓	✓	18	ECG	✓	✓
5	HBAIC	✓	✓	19	2D Echo/ Stress Test	✓	✓
6	Lipid Profile Package	✓	✓	20	X-Ray Chest	✓	✓
7	LDL Cholesterol	✓	✓	21	Spirometry	✓	✓
8	Liver Profile	✓	✓	22	Audiometry	✓	✓
9	Renal Profile	✓	✓	23	PSA Total	✓	—
10	TSH	✓	✓	24	Pap Smear	—	✓
11	T3	✓	✓	25	Mammography	—	✓
12	T4	✓	✓	26	USG Abdomen & Pelvis	✓	✓
13	Vitamin D3	✓	✓	27	Primary Physician Consultation	✓	✓
14	Vitamin B12	✓	✓	28	Secondary Gyneologist Consultation	—	✓
Package includes **Breakfast** and **Lunch**.				29	Secondary Ophthalmologist Consultation	✓	✓

Lilavati Hospital and Research Centre
More than Healthcare, Human Care
A-791, Bandra Reclamation Rd,
Bandra (W) Mumbai_400050

- ✓ Member should collect letter from Maheshwari Pragati Mandal, Girgaum to avail the scheme.
- ✓ Member will take an appointment for the Health Check-up with the Hospital at least 48 hours in advance.
- ✓ Payment will be made by the members directly at the Hospital on the day of the Check-up.
- ✓ Any additional test or consultation (other than those covered in the Health Check-up package) will be charged as per the standard rates.

For Appointments: +91 86578 96447 | **Valid upto : 31st-Dec-2026**

NOW ADDED SECONDARY DENTAL CONSULTATION

मुम्बई प्रदेश माहेश्वरी युवा संगठन

अखिल भारतवर्षीय माहेश्वरी युवा संगठन के आगामी आठवें सत्र (2026-2029) के लिए सदस्यों का चुनाव / चयन रविवार, दिनांक 18 अक्टूबर 2026 को प्रात: 11 बजे, माहेश्वरी भवन अंधेरी में सुनिश्चित है।

गौरी डागा - अध्यक्षा
93237 13534

सीए अजित तापड़िया – मंत्री
99207 10121

केन्द्रीय समितियों की सदस्यता हेतु निवेदन

मण्डल के सदस्यों को सूचित किया जाता है कि व्यवस्थापिका सभा के निर्णयानुसार वर्ष 2026-28 हेतु मण्डल की केन्द्रीय समितियों का गठन आगामी कुछ ही दिनों में किया जायेगा। अत: सदस्यों से निवेदन है कि वे जिस समिति में कार्य करने की रुचि रखते हों उस समिति के लिए अपना नाम प्रेषित करें। कृपया अपना आवेदन मण्डल कार्यालय में यथाशीघ्र प्रेषित करें ताकि समिति के गठन के समय सम्बन्धित समिति के संयोजक आपके नाम पर विचार कर सकें।

आपकी रुचि व इच्छा को ध्यान में रखते हुए आपके द्वारा सुझाई गई समिति में आपको स्थान देने का प्रयास किया जायेगा। यदि किन्ही कारणों से ऐसा सम्भव नहीं होता है तो अन्य समिति में स्थान देने का पूर्ण प्रयास किया जायेगा।

अशोक भराड़िया - मंत्री

बदलती जीवनशैली में दृष्टि संरक्षण की आवश्यकता

डॉ. नम्रता काबरा (नेत्र रोग विशेषज्ञ)

★ आज के डिजिटल युग में हमारी दिनचर्या का अधिकांश समय मोबाइल, कम्प्यूटर, लैपटॉप, टेलीविजन एवं अन्य डिजिटल उपकरणों के साथ व्यतीत होता है। सुबह जागने से लेकर रात को सोने तक लगातार स्क्रीन के संपर्क में रहने के कारण आँखों पर पहले की तुलना में कहीं अधिक दबाव पड़ रहा है।

★ अत्यधिक Screen Time केवल आँखों की थकान तक सीमित नहीं है, बल्कि इसके कारण आँखों में सूखापन (Dry Eyes), जलन, लालपन, पानी आना, सिरदर्द, धुंधला दिखाई देना, आँखों का जल्दी थक जाना तथा ध्यान केंद्रित करने में कठिनाई जैसी समस्याएँ तेजी से बढ़ रही हैं। यदि इन लक्षणों को समय रहते गंभीरता से नहीं लिया जाए, तो भविष्य में दृष्टि संबंधी परेशानियाँ बढ़ सकती हैं।

★ विशेष रूप से बच्चों एवं किशोरों में मोबाइल एवम् टैबलेट का अत्यधिक उपयोग होने के कारण Myopia (निकट दृष्टि दोष) के मामलों में लगातार वृद्धि हो रही है। पहले जहाँ कम उम्र में चश्मा लगना अपवाद माना जाता था, वहीं आज यह एक सामान्य समस्या बनती जा रही है। इसका प्रमुख कारण बच्चों का खुले वातावरण में कम समय बिताना तथा प्राकृतिक प्रकाश के बजाय कृत्रिम रोशनी एवं स्क्रीन पर अधिक समय देना है।

★ आँखें हमारे शरीर का अत्यंत संवेदनशील अंग हैं और उन्हें भी समय-समय पर विश्राम की आवश्यकता होती है। इसी उद्देश्य से विश्वभर में प्रचलित एवं वैज्ञानिक रूप से उपयोगी 20-20-20 नियम अपनाने की सलाह दी। इसके अनुसार प्रत्येक 20 मिनट तक स्क्रीन देखने के बाद कम से कम 20 फीट दूर स्थित किसी वस्तु को 20 सेकंड तक ध्यानपूर्वक देखें तथा इस दौरान सामान्य से अधिक बार Mindful Blinking करें। यह अभ्यास आँखों की मांसपेशियों को आराम देता है, आँसुओं की प्राकृतिक परत को बनाए रखने में सहायता करता है तथा Dry Eyes जैसी समस्या से बचाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है।

★ बच्चों को भोजन के समय मोबाइल या टेलीविजन देखने की आदत बिल्कुल न डालें। बच्चों का स्क्रीन टाइम उनकी आयु के अनुसार सीमित रखें तथा उन्हें प्रतिदिन कुछ समय खुले मैदान, पार्क अथवा प्राकृतिक वातावरण में खेलने के लिए प्रेरित करें। सुबह की प्राकृतिक धूप आँखों के सामान्य विकास के लिए लाभदायक होती है तथा मायोपिया की बढ़ती समस्या को नियंत्रित करने में भी सहायक मानी जाती है।

★ आँखों की स्वच्छता एवम् सुरक्षा हेतु आँखों के आसपास अत्यधिक कॉस्मेटिक्स का प्रयोग करने से बचना चाहिए तथा उपयोग किए जाने वाले उत्पादों की गुणवत्ता का भी ध्यान रखना चाहिए। कॉन्टैक्ट लेंस पहनने वाले लोगों को उसकी नियमित सफाई, समय पर परिवर्तन तथा चिकित्सकीय निर्देशों का पूरी तरह पालन करना चाहिए। लापरवाही बरतने से संक्रमण, एलर्जी एवं कॉर्निया को नुकसान पहुँचने का खतरा बढ़ सकता है।

★ संतुलित एवं पौष्टिक आहार आँखों के स्वास्थ्य में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। भोजन में गाजर, पालक, हरी पत्तेदार सब्जियाँ, आँवला, अखरोट, अलसी, मौसमी फल तथा एंटीऑक्सीडेंट एवं ओमेगा-3 से भरपूर खाद्य पदार्थों को नियमित रूप से शामिल करें, जिससे आँखों की कोशिकाओं को सुरक्षा मिलेगी, रेटिना का पोषण होगा तथा बढ़ती उम्र में होने वाली कई नेत्र समस्याओं के जोखिम को कम करने में सहायक होते हैं।

★ Diabetes और आँखों के गहरे संबंध है। अनियंत्रित मधुमेह के कारण रेटिना की सूक्ष्म रक्त वाहिनियाँ प्रभावित हो सकती हैं, जिससे Diabetic Retinopathy जैसी गंभीर बीमारी विकसित हो सकती है। यदि समय पर इसकी पहचान न हो तो दृष्टि पर स्थायी प्रभाव पड़ सकता है। इसलिए प्रत्येक मधुमेह रोगी को नियमित अंतराल पर नेत्र विशेषज्ञ से आँखों की जाँच अवश्य ही करानी चाहिए।

★ आँखों में किसी प्रकार की जलन, बार-बार सिरदर्द, लगातार धुंधला दिखाई देना, बार-बार चश्मे का नम्बर बदलना अथवा पढ़ते समय परेशानी होना जैसे लक्षणों को सामान्य मानकर अनदेखा नहीं करना चाहिए। समय पर विशेषज्ञ की सलाह लेने से अधिकांश समस्याओं का प्रभावी उपचार संभव है।

★ आँखें केवल देखने का माध्यम नहीं, बल्कि जीवन की सुंदरता और अनुभवों का सबसे अनमोल द्वार हैं। यदि हम कुछ छोटी-छोटी अच्छी आदतों को अपने दैनिक जीवन का हिस्सा बना लें - जैसे स्क्रीन टाइम सीमित रखना, नियमित अंतराल पर आँखों को विश्राम देना, संतुलित आहार लेना, पर्याप्त नींद लेना और समय-समय पर नेत्र परीक्षण कराना - तो हम लंबे समय तक अपनी दृष्टि को स्वस्थ एवं सुरक्षित रख सकते हैं।

- बोरीवली क्षेत्रीय महिला समिति द्वारा शुक्रवार, दि. 24 एवं शनिवार, दि. 25 जुलाई 2026 को लोनावला पिकनिक हर्षोल्लास से सम्पन्न हुई। 20 बहनें इस पिकनिक में सम्मिलित हुई थी। सुनीता लोया - संयोजिका
- मध्य मुम्बई क्षेत्रीय समिति द्वारा श्रावण मास के पावन पर्व पर रविवार, दि. 2 अगस्त 2026 को श्री केदारेश्वर महादेव मन्दिर, वरली में रुद्राभिषेक एवं भजन कीर्तन का कार्यक्रम भक्तिभाव से सम्पन्न हुआ। लगभग 125 समाजबन्धुओं ने इसका लाभ लिया। निलय राठी - संयोजक
- मालाड क्षेत्रीय महिला समिति द्वारा शनिवार, दि. 8 अगस्त 2026 को माहेश्वरी भवन अंधेरी में आयोजित तीज महोत्सव का कार्यक्रम उत्साह, उमंग एवं सौहर्दपूर्ण वातावरण में सम्पन्न हुआ। इस अवसर पर आयोजित विविध प्रतियोगिताओं में बहनों ने बडे उत्साह से भाग लेते हुए अपनी प्रतिभा का सुन्दर एवं सृजनात्मकता प्रदर्शन किया। विजेताओं को पुरस्कृत किया गया। लगभग 300 बहनों की उपस्थिति रही। सुनीता सारड़ा - संयोजिका
- मध्य मुम्बई क्षेत्रीय युवा समिति द्वारा रविवार, दि. 9 अगस्त 2026 को Metwork 3.0 Maheshwari Networking का आयोजन Peninsula Business Park लोअर परेल में सुचारू रूप से सम्पन्न हुआ। 7 माहेश्वरी युवा Panelist एवं 64 सहभागियों ने इस आयोजन में सक्रियता से भाग लिया। आदित्य मुन्दड़ा - संयोजक
- अंधेरी क्षेत्रीय युवा समिति द्वारा रविवार, दि. 9 अगस्त 2026 को Boards & Brains, Chess, Carrom & Ludo Tournament माहेश्वरी भवन अंधेरी में हर्षोल्लास से सम्पन्न हुआ। 108 प्रत्याशियों ने इसमें भाग लिया। विजेताओं को पुरस्कृत किया गया। कविता तापड़िया - संयोजिका
- गोरेगांव क्षेत्रीय महिला समिति द्वारा मंगलवार, दि. 11 अगस्त 2026 को छोटी तीज का सिंझारा कार्यक्रम माहेश्वरी भवन अंधेरी में हर्षोल्लास से सम्पन्न हुआ। लगभग 65 बहनों की उपस्थिति रही।
  समिति द्वारा शनिवार, दि. 15 अगस्त को छोटी तीज का सामूहिक उद्यापन सुचारू रूप से सम्पन्न हुआ। 8 बहनों के उद्यापन करवाएँ गये। लगभग 180 बहनों की उपस्थिति रही। लता परवाल - संयोजिका
- घाटकोपर क्षेत्रीय महिला समिति द्वारा गुरूवार, दि. 13 अगस्त 2026 को तीज सिंझारा का कार्यक्रम उमंग और उल्लास के साथ माहेश्वरी भवन घाटकोपर में सम्पन्न हुआ। उपस्थिति लगभग 50 बहनों की रही। उर्मिला सिंगी - संयोजिका
- घाटकोपर क्षेत्रीय युवा समिति द्वारा स्वतन्त्रता दिवस के अवसर पर शनिवार, दि. 15 अगस्त 2026 को माहेश्वरी भवन घाटकोपर में ध्वजारोहण, देशभक्ति गीत एवं खेलकूद प्रतियोगिताएँ सुचारू रूप से सम्पन्न हुई। विजेताओं को पुरस्कृत किया गया। लगभग 40 समाजबन्धुओं की उपस्थिति रही। पुर्णिमा मालपाणी - संयोजिका
- बोरीवली क्षेत्रीय समितियों द्वारा शनिवार, दि. 15 अगस्त 2026 को स्वतन्त्रता दिवस के अवसर पर ध्वजारोहण, देशभक्ति गीत एवं कविता पाठ का कार्यक्रम हर्षोल्लास से सम्पन्न हुआ। लगभग 30 समाजबन्धुओं की उपस्थिति रही। धनेश बंग - संयोजक
- बोरीवली क्षेत्रीय युवा समिति द्वारा शनिवार, दि. 15 अगस्त 2026 को TSG Badminton Court, Borivali (E) में Badminton Championship प्रतियोगिता का आयोजन हर्षोल्लास से सम्पन्न हुआ। लगभग 60 समाजबन्धुओं ने विविध श्रेणियों में भाग लिया। विजेताओं को पुरस्कृत किया गया। मोनाली लड्ढा - संयोजिका
- दक्षिण मुम्बई क्षेत्रीय समिति द्वारा स्वतन्त्रता दिवस के उपलक्ष्य में शनिवार, दि. 15 अगस्त 2026 को माहेश्वरी भवन गिरगांव में ध्वजारोहण का कार्यक्रम सुचारू रूप से सम्पन्न हुआ। उपस्थिति लगभग 25 समाजबन्धुओं की रही।
  समिति द्वारा शनिवार, दि. 15 एवं रविवार, दि. 16 अगस्त को आयोजित औद्योगिक भ्रमण एवं तीर्थ स्थल यात्रा का कार्यक्रम उत्साह, उमंग व भक्तिभाव से सम्पन्न हुआ। सोलापुर स्थित श्री राकेशजी सोमानी की Towel Factory, श्री वासुदेवजी बंग की BNG Dataforms, Woven Sac Manufacturing Company एवं Precision Camshaft Ltd. का भ्रमण किया गया।

पंढरपुर - विठ्ठल मंदिर, स्वामी समर्थ मंदिर - अक्कलकोट, तुळजापुर - शक्ति पीठ माता भवानी मंदिर के दर्शन का लाभ सभी यात्रियों ने लिया। कुल 34 समाजबन्धु इस आयोजन में सम्मिलित हुए। किशन सोमानी - संयोजक

- केन्द्रीय महिला समिति एवं सभी क्षेत्रीय महिला समितियों के संयुक्त तत्वावधान में आयोजित सातुचूर्ण एवं तैयार सातु वितरण का कार्य सुचारू रूप से सम्पन्न हुआ। मंगलवार, दि. 18 अगस्त को सिंझारा का कार्यक्रम हर्षोल्लास से होने के पश्चात् सातुचूर्ण एवं तैयार सातु वितरण का उद्‌घाटन समारोह सम्पन्न हुआ। सभी क्षेत्रीय वितरण केन्द्रों पर एवं गिरगांव भवन में शनिवार, दि. 22 अगस्त से मंगलवार, दि. 25 अगस्त 2026 को यह कार्य सम्पन्न हुआ।

शालिनी कासट- संयोजिका

- संस्कार एवं सत्संग समिति एवं केन्द्रीय युवा समिति के संयुक्त तत्वावधान में रविवार, दि. 23 अगस्त 2026 को Parenting - आज की बात कल का भविष्य विषय पर श्रीधाम वृन्दावन वासी श्रीमती रेणुकाजी पुण्डरीकजी गोस्वामी का व्याख्यान सुचारू रूप से सम्पन्न हुआ। बच्चों की परवरिश में माता-पिता को ध्यान रखने एवं पालन करने की बातों को हंसते हंसाते सरल भाषा में अपनी ओजस्वी वाणी द्वारा समझाया। लगभग 200 समाजबन्धुओं की उपस्थिति रही।

गजानन्द गग्गड़ - संयोजक - संस्कार एवं सत्संग समिति

- अन्धेरी क्षेत्रीय समिति द्वारा शनिवार, दि. 15 अगस्त 2026 को नित्यानन्द स्कूल, विलेपार्ले में ध्वजारोहण, सांस्कृतिक कार्यक्रम एवं शालोपयोगी वस्तु वितरण सुचारू रूप से सम्पन्न हुआ।

  समिति द्वारा रविवार, दि. 23 अगस्त 2026 को माहेश्वरी भवन अन्धेरी में रुद्राभिषेक का कार्यक्रम भक्तिभाव से सम्पन्न हुआ। 42 दम्पति इस आयोजन में सम्मिलित हुए। श्रीनिवास बाहेती - संयोजक

- मण्डल के आजीवन सदस्य श्री रामचन्द्रजी भट्टड के अनुज श्री वेणुगोपालजी भट्टड (मण्डल सदस्य) का वैकुण्ठवास शनिवार, दि. 12 सितम्बर 2026 को 68 वर्ष की आयु में गोरेगांव में हो गया। स्व. श्री वेणुगोपालजी गोरेगांव क्षेत्रीय महिला समिति की पूर्व अध्यक्षा श्रीमती सुनिताजी भट्टड के पति थे।
- श्री सतीशजी झंवर की पूजनीय माताजी श्रीमती शारदादेवी धर्मपत्नी स्व. हिरालालजी झंवर (मण्डल सदस्या) का वैकुण्ठवास बुधवार दि. 9 सितम्बर 2026 को 98 वर्ष की आयु में विलेपार्ले में हुआ। आपने वर्ष 1989 से 1993 तक अंधेरी क्षेत्रीय महिला समिति की अध्यक्षा का पद विभूषित किया था।
- मण्डल के आजीवन सदस्य श्री हेमंतजी बिनानी एवम् श्रीमती राखीजी निलेशजी जाजू की पूजनीय पिताजी श्री जीवनलालजी बिनानी मण्डल सदस्य का वैकुण्ठवास शनिवार, दि. 5 सितम्बर 2026 को 79 वर्ष की आयु में कल्याण में हो गया।
- मण्डल के आजीवन सदस्य श्री अनिलजी, श्री राजेशजी एवम् श्री प्रदीपजी बिहानी की पूजनीय माताजी श्रीमती कमलादेवी मदनमोहनजी बिहानी का वैकुण्ठवास सोमवार, दि. 31 अगस्त 2026 को 90 वर्ष की आयु में अंधेरी में हो गया। आप केन्द्रीय महिला समिति की सदस्या श्रीमती स्वातीजी बिपीनचन्द्रजी काबरा की पूजनीय माताजी थी।
- श्री विकासजी बिरला एवम् श्री आकाशजी बिरला के पूजनीय पिताजी श्री अनिलकान्तजी ओमप्रकाशजी बिरला (मण्डल सदस्य) का वैकुण्ठवास सोमवार, दि. 24 अगस्त 2026 को 74 वर्ष की आयु में अंधेरी में हो गया।
- मण्डल के आजीवन सदस्य श्री कान्ताप्रसादजी मानधना एवम् श्री रमाकान्तजी मानधना के पूजनीय पिताजी श्री हरिगोविन्दजी मानधना का वैकुण्ठवास रविवार, दि. 23 अगस्त 2026 को 86 वर्ष की आयु में गोरेगांव में हो गया।
- श्री विश्वजित लाहोटी के पूजनीय पिताजी श्री रामप्रसादजी रामजीदासजी लाहोटी का वैकुण्ठवास शनिवार, दि. 22 अगस्त 2026 को काला चौकी, मुम्बई में हो गया।
- मण्डल के आजीवन सदस्य श्री रमेशजी कलंत्री के पूजनीय पिताजी श्री ओमप्रकाशजी सुपुत्र स्व.श्री श्रीगोपालजी कलंत्री का वैकुण्ठवास शुक्रवार, दि. 7 अगस्त 2026 को अंधेरी में हो गया।
- मण्डल के आजीवन सदस्य श्री अविनाशजी माहेश्वरी (तोतला) की पूजनीय माताजी श्रीमती विद्यादेवीजी धर्मपत्नी स्व. श्री चौथमलजी तोतला का वैकुण्ठवास गुरूवार, दि. 25 जून 2026 को 86 वर्ष की आयु में गोरेगांव में हो गया।

मण्डल परिवार, दिवंगत आत्मा की चिरशांति हेतु भगवान महेश के चरणों में प्रार्थना करता है। - मंत्री

Post Reg.No. MCS / 047 / 2025-27 RNI No. 22705 / 72 Posted at Mumbai Patrika Channel Sorting Office, GPO.Mumbai 400 001.Published on 15th of every month & posting on 16th / 17th of every month.

सरसवाणी

विज्ञापन

kolorsworld.com

KOLORS®
make life better

THE SOUND OF
A WARM WELCOME.

Kolors India Private Limited
401, Vastu Prestige, Sundarban Complex, Link Road, Andheri (W), Mumbai - 400 053
Toll-free : 1800 221 470 | E : sales@kolorsworld.com | Follow us on:

To know more about Kolors scan the QR code

Printed, published & edited by Vishnu Madanlal Malpani on behalf of **Maheshwari Pragati Mandal,** printed at Sundaram Art Printing Press, 12, Wadala Udyog Bhawan, Naigaum X road, Wadala,Mumbai – 400 031 & published from Maheshwari Bhawan, 603, J.S.S. Road, Girgaum, Mumbai – 400 002 **टे.: 022 - 2200 5026 / 27 /28**
website.www.mumbaimaheshwari.com **Email:**info@mpmmumbai.in **Editor:**Vishnu Madanlal Malpani