संपादकीय

ये नजरिया महिला विरोधी

गर्भावस्था की वजह से महिलाओं को जीवन में अवसरों से वंचित होते रहना पड़ा है। अगर समाज अब अपने को आधुनिक कहता है, तो उसे अपना यह नजरिया अवश्य ही बदलना चाहिए।

बुनियादी सवाल है। अगर महिलाएं सृष्टि को आगे बढ़ाने में अधिक बड़ी भूमिका निभाती हैं- इस क्रम में वे अधिक कष्ट सहती हैं, तो इसका बदले उन्हें पुरस्कृत किया जाना चाहिए या दंडित? पारंपरिक समाज का नजरिया दंडित करने का रहा है। गर्भावस्था एक ऐसी सूरत है, जिसकी वजह से महिलाओं को जीवन के कई क्षेत्रों और अवसरों से वंचित होते रहना पड़ा है। लेकिन अगर समाज अब अपने को आधुनिक कहता है और अधिक मानवीय होने का दावा करता है, तो उसे अपना यह नजरिया अवश्य ही बदलना चाहिए। इंडियन बैंक ने हाल में जो दिशा-निर्देश जारी किया, उसमें ऐसे बदलाव के संकेत नहीं मिले। इसलिए समाज के जागरूक तबकों में उसको लेकर नाराजगी पैदा हुई है। दिल्ली महिला आयोग ने उचित ही इंडियन बैंक को इस मामले में नोटिस जारी किया है। न इंडियन बैंक ने हाल ही में एक सर्कुलर में जारी किया था। उसमें बैंक में भर्ती की नई नीति बताई गई थी।

बैंक के सर्कुलर में कहा गया था- बारह सप्ताह या उससे अधिक की गर्भवती महिला को तब तक अस्थायी रूप से नौकरी पाने के अयोग्य घोषित किया जाना चाहिए, जब तक कि वह फिट नहीं हो जाती। महिला उम्मीदवार को प्रसव की तारीख के छह सप्ताह बाद फिटनेस प्रमाण पत्र के लिए फिर से जांच की जानी चाहिए और रजिस्टर्ड डॉक्टर से उसे फिटनेस सर्टिफिकेट प्राप्त करना चाहिए। जब इस सर्कुलर की चौतरफा आलोचना हुई, तब इंडियन बैंक ने सफाई दी। उसने कहा कि मौजूदा दिशा-निर्देशों में कोई बदलाव नहीं किया गया है और किसी महिला उम्मीदवार को रोजगार से वंचित नहीं किया गया है। बैंक ने कहा कि वह महिला कर्मचारियों की देखभाल और सशक्तीकरण को सर्वोपरि महत्व देता है। बैंक ने यह जानकारी भी दी कि उसके कार्यबल में 29 फीसदी महिलाएं हैं। लेकिन महिला अधिकार कार्यकर्ताओं ने ध्यान दिलाया था कि इस तरह के दिशा-निर्देश से गर्भवती महिलाओं की सेवा में भर्ती में देरी होगी और इसके बाद वे अपनी वरीयता खो देंगी। ये आशंका गलत नहीं है। बेहतर होता, बैंक ऐसा सर्कुलर जारी नहीं करता। बहरहाल, सुधार का रास्ता उसके सामने था। संभवतः उसने उसे अपना लिया है।

विश्व एथलेटिक्स चैंपियनशिप के लिए चुने गए 22 में से सेबल, नीरज चोपड़ा

मुंबई। ओलंपिक स्वर्ण पदक विजेता भाला फेंक खिलाड़ी नीरज चोपड़ा, शीर्ष पुरुष स्टीपलचेजर अविनाश सेबल और लॉन्ग जंपर एम श्रीशंकर 15-24 जुलाई से अमेरिका के ओरेगॉन के यूजीन में होने वाली विश्व एथलेटिक्स चैंपियनशिप में भारतीय टीम की अगुवाई करेंगे।

भारतीय एथलेटिक्स महासंघ (एएफआई) ने इस साल एथलीटों के लिए सबसे बड़ी प्रतियोगिता के लिए गुरुवार को पांच महिलाओं सहित 22 सदस्यीय टीम की घोषणा की।

नीरज, जिन्होंने हाल ही में तुकरू में पावो नूरमी खेलों में दूसरा स्थान हासिल किया, इस प्रक्रिया में 89.30 मीटर का राष्ट्रीय रिकॉर्ड बनाया और फिर कुओर्टेन खेलों में विपरीत परिस्थितियों में 86.60 मीटर के एक विश्वसनीय प्रयास के साथ स्वर्ण पदक जीता।

एएफआई के अध्यक्ष एडिले जे. सुमरिवाला ने कहा कि टीम का चयन उन लोगों में से किया गया है जिन्होंने या तो विश्व एथलेटिक्स द्वारा निर्धारित प्रवेश मानक हासिल किया था या अपनी विश्व रैंकिंग के आधार पर क्वालीफाई किया था।

व्यक्तिगत स्पधाओं में भाग लेने वाले 16 एथलीटों में से सात राष्ट्रीय रिकॉर्ड धारक हैं। इनमें सेबल, श्रीशंकर, तजिंदरपाल सिंह तूर, नीरज चोपड़ा, संदीप कुमार, अन्नू रानी और प्रियंका गोस्वामी शामिल हैं।

टीम:

पुरुष: अविनाश सेबल (3000 मीटर स्टीपलचेज), एमपी जाबिर (400 मीटर हर्डल्स), एम श्रीशंकर और मोहम्मद अनीस याहिया (लंबी कूद), अब्दुल्ला अबूबकर, प्रवीण चित्रवेल और एल्धोस पॉल (ट्रिपल जंप), तजिंदरपाल सिंह तूर (शॉट पुट), नीरज चोपड़ा और रोहित यादव (भाला फेंक), संदीप कुमार (20 किमी रेस वॉकिंग), अमोज जैकब, नोआ निर्मल टॉम, मोहम्मद अजमल, नागनाथन पांडी, राजेश रमेश और मोहम्मद अनस याहिया (4 गुणा 400 मीटर)।

महिला: एस धनलक्ष्मी (200 मीटर), ऐश्वर्या कैलाश मिश्रा (400 मीटर), पारुल चौधरी (3000 मीटर स्टीपलचेज), अन्नू रानी (भाला फेंक) और प्रियंका गोस्वामी (20 किमी वॉक)।

अमेरिका में बजरंग के साथ दीपक पुनिया लेंगे ट्रेनिंग

नई दिल्ली। तोक्यो ओलंपियन पहलवान दीपक पुनिया राष्ट्रमंडल गेम्स से पहले संयुक्त राज्य अमेरिका में मिशिगन विश्वविद्यालय में सरकार द्वारा वित्त पोषित ट्रेनिंग कैंप के लिए हमवतन और तोक्यो ओलंपिक के कांस्य पदक विजेता बजरंग पुनिया के साथ शामिल होंगे।

केंद्रीय खेल मंत्रालय की टारगेट ओलंपिक पोडियम योजना (टॉप्स) मिशिगन विश्वविद्यालय में 30 जुलाई तक चलने वाले शिविर के लिए दो पहलवानों के प्रशिक्षण, यात्रा, दैनिक खर्च और बोर्डिंग के लिए वित्तीय सहायता प्रदान करेगी।

बजरंग के फिजियोथेरेपिस्ट डॉ आनंद, भारतीय खेल प्राधिकरण (साई) ने एक विज्ञप्ति में बताया कि वह विदेशी शिविर के दौरान दीपक की जरूरतों को भी पूरा करेंगे।

संयुक्त राज्य अमेरिका में प्रशिक्षण कार्यकाल दो पहलवानों को राष्ट्रमंडल खेलों और विश्व चैम्पियनशिप जैसी आगामी प्रमुख प्रतियोगिताओं के लिए तैयार करने में मदद करेगा। बजरंग और दीपक दोनों अब यूके वीजा (सीडब्ल्यूजी के लिए) की प्रतीक्षा कर रहे हैं और जल्द ही यूएसए के लिए प्रस्थान करेंगे।

इस हफ्ते की शुरुआत में, दीपक पुनिया ने किर्गिस्तान के बिश्केक में अंडर-23 एशियाई कुश्ती चैंपियनशिप 2022 में 86 किग्रा फ्रीस्टाइल भार वर्ग में कांस्य पदक जीता था। उन्होंने पदक के लिए कजाकिस्तान के मकस्त सत्यबाल्डी को हराया था।

एलपीजी सिलेंडर के दामों में भारी गिरावट, आज से 198 रुपए कम हो गए दाम

नई दिल्ली। जुलाई का महीना बड़ी राहत की खबर लेकर आया है। देश की प्रमुख गैस कंपनियों ने एलपीजी गैस सिलेंडर की कीमतों में 198 रुपए की कटौती की है। इससे उपभोक्ताओं को भारी राहत मिलेगी। कंपनियों ने घरेलू रसोई गैस सिलेंडर की दरों में कोई बदलाव नहीं किया है, यानी वे यथावत रहेंगी। नई दरें आज एक जुलाई 2022 से प्रभावी हो गई हैं। उपभोक्ताओं को कॉमर्शियल सिलेंडरों के लिए पहले जहां 2,219 रुपए चुकाने पड़ते थे, वहीं अब इसके लिए उन्हें 198 रुपये कम देने होंगे। 19 किग्रा के सिलेंडर के लिए अब उपभोक्ताओं को 2,021 रुपये देने होंगे। हर महीने के पहले दिन कुछ बड़े बदलाव देखने को मिलते हैं, जो कि सीधे आम जनता की जेब पर असर डालते हैं। इन बदलावों से या तो बोझ बढ़ जाता है या फिर कुछ राहत मिलती है। इससे पहले एक जून को भी गैस कंपनियों ने एलपीजी सिलेंडर की कीमतों में कटौती की थी। तब कंपनियों ने कॉमर्शियल गैस सिलेंडर की कीमत 135 रुपये प्रति सिलेंडर घटाई थी। जिसके बाद दिल्ली में 19 किलोग्राम के गैस सिलेंडर की कीमत 2219 रुपये हो गई थी।

ख्वाजा, ग्रीन ने बारिश से प्रभावित दूसरे दिन श्रीलंका पर ऑस्ट्रेलिया को दिलाई बढ़त

गॉल। उस्मान ख्वाजा (71) और कैमरन ग्रीन (77) ने गुरुवार को अर्धशतक बनाकर श्रीलंका के खिलाफ दो मैचों की श्रृंखला के पहले टेस्ट में बारिश से बाधित दूसरे दिन ऑस्ट्रेलिया को शानदार स्थिति में पहुंचा दिया।

दिन का खेल खत्म होने तक ऑस्ट्रेलिया 313/8 था, जिसने श्रीलंका पर 101 रनों की बढ़त ले ली, जिसमें पैट कमिंस (26) और नाथन लियोन (8) क्रीज पर नाबाद थे।

खेल का पहला सत्र बारिश के कारण धुल गया। गॉल में अत्यधिक हवा की स्थिति ने कार्यवाही में और देरी की क्योंकि खिलाड़ियों ने दूसरे दिन के खेल का पहला सत्र ड्रेसिंग रूम में बिताया।

स्थानीय समयानुसार 13:45 बजे तक खेलना संभव नहीं था। अधिकांश हिस्सों में पिच ढकी हुई रहने के बावजूद, शुरुआत से ही स्पिनर का दबदबा था। ट्रेविस हेड के स्पिन के खिलाफ खेलने का फैसला उलटा पड़ गया क्योंकि धनंजय डी सिल्वा ने उन्हें जल्दी से पवेलियन भेज दिया।

उस्मान ख्वाजा का शानदार प्रदर्शन जारी रहा और उन्होंने एक और अर्धशतक लगाया। सतह पर स्पिन और उछाल ने बल्लेबाजों को परेशान करना जारी रखा, लेकिन ख्वाजा और कैमरन ग्रीन ने स्कोरबोर्ड को धैर्यपूर्वक आगे बढ़ाया।

जेफरी वांडरसे का पहला टेस्ट विकेट बनने से पहले ख्वाजा एक बड़े स्कोर के लिए तैयार दिख रहे थे, लेकिन उन्हें 71 रनों पर पथुम निसानका ने शॉर्ट लेग के करीब एक शानदार कैच लपका।

इसके बाद, ग्रीन और एलेक्स कैरी 21 रन की बढ़त के साथ ऑस्ट्रेलिया को सुरक्षित चाय तक ले गए।

40 के दशक में अंतिम सत्र में बल्लेबाजी करने उतरे उनमें से केवल एक ही अर्धशतक बनाने में सफल रहे। ग्रीन ने चौका लगाकर अपना अर्धशतक पूरा किया, लेकिन कैरी (45) को मेंडिस ने चलता किया।

ग्रीन और मिशेल स्टार्क ने सातवें विकेट के लिए 37 महत्वपूर्ण रन जोड़े, लेकिन दोनों ही अपना विकेट सस्ते में देकर पवेलियन लौट गए। इसके बाद कमान पैट कमिंस मैदान पर आए और बड़े-बड़े छक्के लगाए, इसके बाद खराब रोशनी के कारण अंपायरों ने दूसरे दिन के खेल को खत्म करने का फैसला लिया।

सोना खरीदने वालों को बड़ा झटका, सरकार ने गोल्ड इंपोर्ट ड्यूटी में किया 5 % का इजाफा

नई दिल्ली। देशभर में चल रही महंगाई के प्रकोप पर कब रोक लगेगी, इसका जवाब किसी के पास नहीं है। सोने-चांदी की कीमतें पहले ही आसमान छू रही हैं। इसी बीच एक बड़ी खबर आ रही है कि सोने के आयात पर लगाई जाने वाली इंपोर्ट ड्यूटी में 5 फीसदी की बढ़ोतरी कर दी गई है। सरकार ने गोल्ड पर बेसिक इंपोर्ट टैक्स में 5 फीसदी की बढ़ोतरी कर दी है, जिसके बाद ये 7.5 से बढक़र 12.5 प्रतिशत हो गई है। इसका सीधा मतलब ये हुआ कि अब सोना खरीदना और महंगा हो जाएगा।

सरकार द्वारा सोने के आयात पर इंपोर्ट ड्यूटी बढ़ाने का फैसला इंपोर्ट को काबू में लाने का एक प्रयास बताया जा रहा है क्योंकि डॉलर के मुकाबले भारतीय रुपया अपने रिकॉर्ड निचले स्तर पर पहुंच गया है। इतना ही नहीं, देश का व्यापार घाटा भी लगातार बढ़ता जा रहा है। मई में भारत का व्यापार घाटा बढक़र 24.29 बिलियन डॉलर के रिकॉर्ड स्तर पर पहुंच गया।

बीते 10 सालों की बात करें तो भारत ने पिछले साल सबसे बड़ी मात्रा में सोने का आयात किया। आपको जानकर हैरानी होगी कि भारत ने मई में 6.03 अरब डॉलर का सोना आयात किया, जो पिछले साल की तुलना में 9 गुना ज्यादा है।दरअसल, कोरोना महामारी से उबरने के बाद सोने की डिमांड में जबरदस्त उछाल आया था और लोगों ने दिल खोलकर सोने की खरीदारी की थी।

बताते चलें कि देश के प्रमुख ज्वैलर्स ने सोने की तस्करी पर काबू पाने के लिए सरकार से इंपोर्ट ड्यूटी घटाने की अपील की थी। ज्वैलर्स की मांग थी कि सोने के आयात पर लगाई जाने वाली इंपोर्ट ड्यूटी 7.5 फीसदी से घटाकर 4 फीसदी कर दी जाए। आपको ये जानना बहुत जरूरी है कि भारत दुनिया का दूसरे सबसे बड़ा सोने का उपभोक्ता है।

जहां एक तरफ भारत ने सोने के आयात पर इंपोर्ट ड्यूटी बढ़ाकर 7.5 से 12.5 फीसदी कर दी है तो वहीं दूसरी ओर चीन, अमेरिका और सिंगापुर जैसे देशों ने अपने-अपने घरेलू बाजारों को मजबूत बनाने के लिए सोने के आयात पर लगाए जाने वाली इंपोर्ट ड्यूटी को खत्म कर दिया है।

देशभर में सिंगल-यूज प्लास्टिक बैन, अब नहीं मिलेंगी ये 19 चीजें

नई दिल्ली। देश में आज से सिंगल यूज प्लास्टिक वस्तुओं के उत्पादन, बिक्री और उपयोग पर प्रतिबंध लगा दिया गया है।

प्लास्टिक कचरा प्रबंधन नियम के तहत सिंगल यूज प्लास्टिक की कुल 19 वस्तुओं पर यह प्रतिबंध लगाया गया है। इनमें थर्माकोल से बनी प्लेट, कप, गिलास, कटलरी जैसे कांटे, चम्मच, चाकू, पुआल, ट्रे, मिठाई के बक्सों पर लपेटी जाने वाली फिल्म, निमंत्रण कार्ड, सिगरेट पैकेट की फिल्म, प्लास्टिक के झंडे, गुब्बारे की छड़ें और आइसक्रीम पर लगने वाली स्टिक, क्रीम, कैंडी स्टिक और 100 माइक्रोन से कम के बैनर शामिल हैं।

अगस्त 2021 में अधिसूचित नियम और 2022 के दौरान सिंगल यूज प्लास्टिक को चरणबद्ध रूप से समाप्त करने के भारत के प्रयासों के तहत 31 दिसंबर, 2022 तक प्लास्टिक कैरी बैग की न्यूनतम मोटाई को मौजूदा 75 माइक्रोन से 120 माइक्रोन में बदल दिया जाएगा। मोटे कैरी बैग सिंगल यूज प्लास्टिक के उपयोग को समाप्त करने के उद्देश्य से लाए जाएंगे।

मंत्रालय ने कहा कि प्रतिबंध को प्रभावी ढंग से लागू करने के लिए राष्ट्रीय और राज्य स्तर पर नियंत्रण कक्ष स्थापित किए जाएंगे और अधिकारियों की टीम को प्रतिबंधित सिंगल यूज प्लास्टिक वस्तुओं के अवैध उत्पादन, आयात, वितरण, बिक्री रोकने का काम सौंपा जाएगा।

जल्द बनेगी हेरा फेरी 3, कहानी तैयार है

शायद ही कोई बॉलीवुड प्रशंसक हो जिसे अक्षय कुमार, सुनील शेट्टी और परेश रावल की ऑनस्क्रीन तिगड़ी न पसंद हो। हम बात कर रहे हैं फिल्म हेरा फेरी की स्टार कास्ट की। इस कल्ट कॉमेडी ड्रामा के प्रशंसकों के लिए अब एक खुशखबरी है। हेरा फेरी के निर्माता फिरोज नाडियाडवाला ने एक हालिया इंटरव्यू में पुष्टि की है कि इस फ्रैंचाइजी की अगली फिल्म पर काम चल रहा है। जल्द ही हेरा फेरी 3 की घोषणा हो सकती है।

हेरा फेरी 3 शायद बॉलीवुड की सबसे ज्यादा प्रतीक्षित सीक्वल है। रिपोर्ट के अनुसार हेरा फेरी 3 में इस फ्रैंचाइज की पुरानी तिगड़ी फिर से नजर आएगी। फिरोज ने कहा, आपको यह जल्द ही देखने को मिलेगी पुरानी स्टारकास्ट, अक्षय जी, सुनील जी और परेश भाई के साथ। निर्माता के अनुसार फिल्म की कहानी तैयार है और कुछ अन्य चीजों पर काम चल रहा है। हालांकि, अभी तक फिल्म का निर्देशक तय नहीं है।

फिरोज ने बताया कि मूल किरदार पहले वाले ही रहेंगे। कहानी में उनकी सरलता और मासूमियत को वैसे ही दिखाया जाएगा। बकौल फिरोज, हम पिछली सफलताओं को हल्के में नहीं ले सकते। हमें अपने कॉन्टेंट, कहानी और स्क्रीनप्ले को लेकर ज्यादा सावधान रहने की जरूरत है। हेरा फेरी 3 का दर्शकों को काफी समय से इंतजार है। विशेषज्ञों

अक्षय कुमार की फिल्म रक्षाबंधन से तीन अभिनेत्रियां करेंगी डेब्यू

बॉलीवुड के खिलाड़ी कुमार अक्षय कुमार की आने वाली फिल्म रक्षाबंधन से तीन अभिनेत्रियां डेब्यू करने जा रही हैं। अक्षय कुमार स्टारर फिल्म रक्षा बंधन फैमिली ड्रामा फिल्म है। आनंद एल राय के निर्देशन में बनी इस फिल्म में अक्षय,चार बहनों के साथ नजर आयेंगे। इनमें तीन अभिनेत्री डेब्यू कर रही हैं।शाहजमीन कौर फिल्म 'रक्षा बंधन' में अक्षय कुमार की बहन के किरदार में दिखाई देने वाली हैं।

शाहजमीन इसी फिल्म से एक्टिंग डेब्यू कर रही हैं। दीपिका खन्ना भी अक्षय की बहन के रोल में नजर आंएगी। इससे पहले दीपिका बहुत सारे टीवी शोज में नजर आ चुकी हैं। स्मृति श्रीकांत भी रक्षा बंधन में अक्षय की बहन के किरदार में नजर आएंगी।

आज का राशिफल

आज का राशिफल

मेष राशि:आज आपका दिन अच्छा रहेगा। स्वास्थ्य पहले की अपेक्षा बढिय़ा रहेगा। ऊर्जा और उत्साह के नये प्रवाह का अनुभव करेंगे। आज आपकी यात्रा सुखद और लाभदायक साबित होगी। आपकी कुछ ऐसे लोगों से मुलाकात होगी, जो आगे चलकर आपको फायदा पहुंचा सकते हैं। आपका आर्थिक पक्ष भी मजबूत रहेगा। आप किसी जरूरतमंद की हेल्प कर सकते हैं।

वृष राशि :आज आपका दिन उत्तम रहेगा। आज आप अपने दोस्तों और काम के बीच संतुलन बनाकर रखेंगे। खुद के साथ नये एक्सपेरिमेंट करेंगे। परिवार वालों के साथ कहीं बाहर घूमने का प्लान बना सकते हैं। अपने किसी दोस्त को भी साथ में ले जा सकते हैं। समाज की बेहतरी के लिये आपकी कोशिशों को सोसायटी में सम्मानित किया जा सकता है।

मिथुन राशि:आज आपका दिन अनुकूल रहेगा। स राशि के संचार सेवा और इंटरनेट से जुड़े लोगों के लिए दिन बेहतर रहेगा। किसी विदेशी कंपनी से जॉब के लिए कॉल आ सकती है। परिवार वालों को खुश करने के लिए उन्हें बाहर डिनर पर ले जा सकते हैं। आज आपका पूरा दिन घूमने-फिरने में जायेगा, जिससे आपके कुछ काम पेंडिंग रह सकते हैं।

कर्क राशि :आज आपका दिन मिला-जुला रहेगा। आपको काम के लिये विदेश यात्रा का मौका मिल सकता है, जिससे घर-परिवार की जिम्मेदारियों को लेकर आप थोड़ा परेशान हो सकते हैं। परिवार के सदस्यों में तालमेल बिठाने की कोशिश करेंगे। कारोबार बढ़ाने को लेकर आप बहुत दिनों के बाद आज किसी नतीजे पर पहुंच सकते हैं।

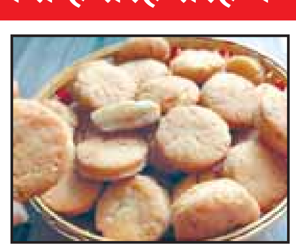
सिंह राशि :आज आपका दिन ठीक-ठाक रहेगा। आपको परिवार का पूर्ण सहयोग मिलेगा। कार्यशीलता से लाभ के साथ-साथ मान-प्रतिष्ठा में भी बढ़ोतरी होगी। परिवार के किसी फंक्शन में व्यस्त हो सकते हैं। मन में असंतोष की भावना आ सकती है। आज लेन-देन में समस्याएं आ सकती हैं। बेहतर होगा कि आज किसी के साथ लेन-देन करने से बचे रहें।

कन्या राशि:आज आपका दिन शानदार रहेगा। समय के साथ सभी काम पूरे हो जायेंगे। आसपास के लोग कोई शुभ समाचार लेकर आपके घर आ सकते हैं, जिससे आपको काफी खुशी होगी। आज आपको अपने जीवन में परिवर्तन लाने के कई अवसर मिलेंगे। इस राशि की महिलाओं का ध्यान आज घरेलू कामकाज में रहेगा। वो अपने जीवनसाथी की तरक्की में कोई सफल योगदान भी दे सकती हैं।

तुला राशि :आज आपका दिन सामान्य रहेगा। स्वास्थ्य में उतार-चढ़ाव हो सकता है। इस राशि के स्टूडेंट्स आज अपने दोस्तों के साथ इधर-उधर घूमने में अपना समय बिता सकते हैं। बाहर चाट का आनन्द भी ले सकते हैं। आज वाहन चलाते समय थोड़ी सावधानी बरतें। संतान की गतिविधि आपको थोड़ा परेशान कर सकती है, उन्हें समझाने का प्रयास करें। आज ऑफिस के किसी समारोह में जा सकते हैं।

वृश्चिक राशि:आज लवमेट के साथ किसी टूर पर जाने का प्लान बना सकते

घर पर बना सकते हैं तरह-तरह के स्वादिष्ट बिस्किट



बिस्किट दुनियाभर में अलग-अलग स्वाद में लोकप्रिय हो चुके हैं, जिनका मजा आप अपनी पसंदीदा चाय या फिर कॉफी के साथ ले सकते हैं। आइए आज हम आपको पांच तरह के बिस्किट की रेसिपी बताते हैं, जिन्हें आप घर पर बहुत आसानी से कुछ ही मिनटों में तैयार कर सकते हैं। यकीनन ये बिस्किट आपको और आपके परिवार को बेहद पसंद आएंगे।

केसर पिस्ता बिस्किट- सबसे पहले एक कटोरे में घी और चीनी मिला लें, फिर इसमें केसर-दूध का मिश्रण, इलायची का पाउडर और जायफल का पाउडर डालकर अच्छी तरह मिलाएं। इसके बाद इसमें मैदा और दूध डालकर नरम आटा गूंथ लें, फिर आटे को बेलिए और उसके ऊपर पिस्ता और बादाम छिडक़कर उसे चौकोर आकार में काट लें। अब 15 मिनट तक बिस्किट को बेक करें और जब ये ठंडे हो जाएं तो इन्हें एक एयरटाइट कंटेनर में स्टोर करें।

चॉकलेट और ओट्स बिस्किट- इसे बनाने के लिए सबसे पहले एक कटोरे में मैदा, बेकिंग पाउडर और बेकिंग सोडा को मिलाकर एक तरफ रख दें। इसके बाद एक अलग कटोरे में मक्खन और चीनी को साथ फेंटें, फिर इसमें अंडा, वनिला एसेंस, मैदे का मिश्रण, ओट्स, चॉकलेट चिप्स और कद्दूकस किया हुआ सेब डालकर अच्छी तरह मिलाएं। अब इस मिश्रण को घी लगी बेकिंग शीट पर चौकोर आकार में रखें और 15 मिनट तक बेक करने के बाद बिस्किट को ठंडा करके खाएं।

आटा बिस्किट- सबसे पहले एक कटोरे में साबुत अनाज का आटा, दालचीनी पाउडर और चीनी को मिलाएं, फिर इसमें थोडा मक्खन मिलाकर नरम और मुलायम आटा गूंथ लें। अब आटे को एक पेपर में लपेट कर आधे घंटे के लिए फ्रिज में रख दें, फिर उसे फ्रिज से निकालकर बेलिए और बिस्किट के आकार में काटकर दोबारा 10 मिनट के लिए फ्रिज में रखें। इसके बाद पहले से गर्म ओवन में 10 मिनट तक बिस्किट को बेक करें और उनका आनंद लें।

शब्द सामर्थ्य- 120

बाएं से दाएं

1. समाप्ति, खात्मा 3. रोगी, बीमार 5. गंभीरता, गहराई 6. बलपूर्वक, जबरदस्ती, व्यर्थ 9. लानत, तिरस्कार सूचक एक शब्द 10. लक्ष्मी, कमला 11. औषधालय 13. नाव खेने का लकड़ी का यंत्र 14. सतह, 'लेवल' 15. बिजली, तड़ित 17. चौकसी, सावधानी, बचाव 19. कहने वाला, वाचनकर्ता 20. सुंदर, अच्छा, बढ़िया 21. लगातार, तड़-तड़ करते हुए।

ऊपर से नीचे

1. शरीर का कोई भाग, शरीर 2. खोज-बीन, जांच-पड़ताल 3. वोट देने का हक 4. जो अत्यधिक शक्तिशाली व कठोर प्रकृति का हो, दृढ़, मजबूत 7. बरसात, पावस, बारिश 8. भरना, अटना, अंदर करना 12. घटना, हादसा, दुर्घटना 13. लिबाज़, पहनने का ढंग 16. नीला वस्त्र पहने वाला, नीला वस्त्र 17. ऐक्य, एक होने का भाव 18. दिल्ली स्थिति प्रसिद्ध जेल।

शब्द सामर्थ्य क्रमांक 119 का हल

वा	स्ता			सि	स	की		
जि		ल	प	ट		मा	चि	स
ब	द	ला		क			ल	
		ट		नी	ल	क	म	ल
ता	ली		का		की			हू
क		स	रो	का	र			लु
झां		ज	बा	न		म	सी	हा
क	च	ना	र		भा	र्या		न
	र्म			ज	र	दा		

सू-दोकू- 120

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

नियम

1. कुल 81 वर्ग हैं,जिसमें 9वर्गों का एक खंड बनता है।
2. हर खाली वर्ग में 1से 9 के बीच का कोई एक अंक रख सकते है।
3. बाएं से दाएं और ऊपर से नीचे के प्रत्येक कालम,कतार और खंड में 1से9अंक में से किसी भी अंक का इस्तेमाल एक बार ही कर सकते है।

सू-दोकू क्र.119 का हल

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