संपादकीय

सबसे बिगाड़ की नीति!

भारत सरकार की अगर यह गणना है कि अपनी चीन संबंधी चिंताओं के कारण पश्चिम हर हाल में भारत पर अपना दांव लगाए रखेगा, तो कहा जा सकता है कि इस सोच का ठोस आधार नहीं है। इसलिए मौजूदा नीति पर पुनर्विचार जरूरी हो गया है।

देर-सबेर भारतवासियों को नरेंद्र मोदी सरकार के कनाडा के 41 राजनयिकों को देश से निकालने के फैसले पर अडिग रहने के परिणामों पर अवश्य ही विचार करना होगा। कनाडाई राजनयिकों के लौटने के बाद अमेरिका और ब्रिटेन की तीखी प्रतिक्रिया पश्चिमी खेमे से भारत के बढ़ते दुराव का संकेत देती है। मुद्दा यह है कि क्या इस वक्त पर इस खेमे से ऐसा टकराव भारत के दीर्घकालिक हित में है? कुछ समय पहले तक भारत सरकार के रणनीतिकार कहते थे कि एक समय देश निगुर्टता- यानी किसी भी महाशक्ति की तरफ झुकाव ना रखने की नीति (नॉन-एलाइंग्ड) पर चलता था, जबकि मोदी सरकार सबके साथ रिश्ता रखने (ऑल-एलाइंग्ड) की राह पर चल रही है। मगर कुछ महीनों के भीतर चीजें इस तरह बिगड़ी हैं कि अब भारत सबसे टकराव मोल लेता नजर आ रहा है। बेशक चीन-पाकिस्तान से रिश्तों में कड़वाहट की लंबी पृष्ठभूमि है। ऐसे में उपयुक्त नीति यह मानी जाती थी कि पास-पड़ोस के अन्य देशों को भारत उन दोनों के पाले में ना जाने दे। जबकि हाल में श्रीलंका, नेपाल, भूटान और मालदीव ने जिस तरह चीन के साथ जुड़ाव बढ़ाया है, उससे नहीं लगता कि भारत सरकार पास-पड़ोस में कोई प्रभावी विदेश नीति अपना रही है।

उधर हमास के हमलों के बाद पहले भारत सरकार ने पूरी तरह इजराइल के पक्ष में खड़े होकर और फिर अरब एवं खाड़ी देशों में हुई आलोचना के बाद फिलस्तीन के पक्ष में अपनी परंपरागत नीति जता कर दोनों तरफ भ्रम बना दिया है। इन घटनाक्रमों के बीच कूटनीति विशेषज्ञों के लिए यह समझना कठिन हो गया है कि भारत कहां खड़ा है और वैश्विक मामलों में उसकी क्या सोच है? अमेरिका-ब्रिटेन की प्रतिक्रिया को इसी प्रश्न के आईने में देखा जाना चाहिए। उनसे भी दुराव कर अकेले पड़ने की यह नीति कतई देश के हित में नहीं है। भारत सरकार की अगर यह गणना है कि अपनी चीन संबंधी चिंताओं के कारण पश्चिम हर हाल में भारत पर अपना दांव लगाए रखेगा, तो कहा जा सकता है कि इस सोच का ठोस आधार नहीं है। इसलिए मौजूदा नीति पर पुनर्विचार जरूरी हो गया है।

डीजीसीए ने सर्दियों में फ्लाईट का शेड्यूल किया जारी, 118 एयरपोर्ट से 23,732 फ्लाइट्स भरेंगे उड़ान

नई दिल्ली। नागरिक उड्डयन महानिदेशालय (डीजीसीए) ने 2023 के लिए घरेलू शीतकालीन कार्यक्रम जारी किया है, जो घरेलू हवाई यात्रा में उल्लेखनीय वृद्धि का संकेत देता है। शेड्यूल 2023 के तहत 118 हवाईअड्डों को जोडऩे वाली कुल 23,732 साप्ताहिक उड़ानें होंगी। 29 अक्टूबर, 2023 से 30 मार्च, 2024 तक प्रभावी रहने वाला यह शेड्यूल लगातार दो वर्षों तक कम घरेलू उड़ान संचालन के बाद एक उल्लेखनीय सुधार का प्रतीक है।

डीजीसीए के अनुसार, इस शीतकालीन कार्यक्रम की असाधारण विशेषताओं में से एक साप्ताहिक प्रस्थान में उल्लेखनीय वृद्धि है, जिसमें 118 हवाईअड्डों से आने-जाने के लिए कुल 23,732 उड़ानें संचालित होने वाली हैं। यह पिछली ग्रीष्मकालीन अनुसूची में 110 हवाईअड्डों से 22,907 साप्ताहिक प्रस्थानों की तुलना में काफी वृद्धि दर्शाता है।

डीजीसीए के एक वरिष्ठ अधिकारी ने कहा, इन 118 हवाईअड्डों में से भटिंडा, जैसलमेर, लुधियाना, नांदेड़, शिवमोगा, सलेम, उत्केला, हिंडन और जीरो अनुसूचित एयरलाइनों द्वारा प्रस्तावित नए अतिरिक्त हवाईअड्डे हैं। हालांकि, गोंदिया हवाईअड्डा 2023 की शीतकालीन अनुसूची में परिचालन का हिस्सा नहीं होगा। डीजीसीए ने कहा कि एलायंस एयर 914, एयर इंडिया 2,367, एयर एशिया 1,457, इंडिगो 13,119, स्पाइसजेट 2,132, विस्तारा 1,902, स्टार एयर 247, एयर इंडिया एक्सप्रेस 483, अकासा एयर 790 और पवन हंस 18 अतिरिक्त उड़ानें संचालित करेगा।

एयरलाइन के अनुसार, एलायंस एयर ने 3.04 प्रतिशत, एयर इंडिया ने 8.68 प्रतिशत, गो एयर ने परिचालन में 100 प्रतिशत की कमी देखी, एयर एशिया में न्यूनतम 0.07 प्रतिशत की वृद्धि, इंडिगो में 14.43 प्रतिशत की महत्वपूर्ण वृद्धि, स्पाइसजेट में 4.82 प्रतिशत की वृद्धि दर्ज की गई। गिरावट, विस्तारा में 2.48 प्रतिशत की वृद्धि, स्टार एयर में 5.56 प्रतिशत की वृद्धि, एयर इंडिया एक्सप्रेस में उल्लेखनीय 36.59 प्रतिशत की वृद्धि, अकासा एयर में 5.19 प्रतिशत की वृद्धि दर्ज की और इसमें पवन हंस ने प्रवेश किया।

ग्रीष्मकालीन अनुसूची 2023 की तुलना में शीतकालीन अनुसूची 2023 के लिए प्रस्थान की संख्या में कुल वृद्धि 3.60 प्रतिशत है। डीजीसीए के अनुसार, शीतकालीन अनुसूची 2022 की तुलना में शीतकालीन अनुसूची 2023 के लिए प्रस्थान की संख्या में संचयी वृद्धि 8.16 प्रतिशत है।

इस व्यापक कार्यक्रम में शामिल हवाईअड्डों की संख्या बढक़र 118 हो गई है, जो भारत के हवाईयात्रा नेटवर्क की बढ़ती पहुंच और उपलब्धता को दर्शाता है।

सुमित अंतिल ने जेवलिन में जीता गोल्ड, पुष्पेंद्र सिंह ने ब्रॉन्ज मेडल किया अपने नाम

नई दिल्ली। सुमित अंतिल और पुष्पेंद्र सिंह ने चौथे एशियन पैरा गेम्स के तीसरे दिन पुरुष जेवलिन थ्रो- एफ64 के फाइनल में बेहतरीन प्रदर्शन करते हुए गोल्ड व ब्रॉन्ज मेडल अपने नाम किए। सुमित अंतिल ने 73.29 मीटर के थ्रो के साथ एशियन पैर गेम्स रिकॉर्ड, वर्ल्ड रिकॉर्ड और एशियन रिकॉर्ड तोड़ा। सुमित ने दिन के अपने तीसरे प्रयास में इस मार्क पर पहुंचे और गोल्ड मेडल जीता। श्रीलंका के अरचचिगे समित ने 62.42 मीटर के थ्रो के साथ सिल्वर मेडल जीता। पुष्पेंद्र सिंह ने 62.06 मीटर के थ्रो के साथ ब्रॉन्ज मेडल अपने नाम किया।

भारत ने एशियन पैरा गेम्स में अब तक कुल 36 मेडल जीत लिए हैं, जिसमें 10 गोल्ड, 12 सिल्वर और 14 ब्रॉन्ज मेडल शामिल हैं। भारत पांचवें स्थान पर काबिज है। भारतीय दल की कोशिश पहले दिन की सफलता को दोहराने की होगी जब उसने 6 गोल्ड, 6 सिल्वर और 5 ब्रॉन्ज सहित कुल 17 मेडल जीते थे। इस बार भारत ने 303 एथलीट्स का दल (191 पुरुष और 113 महिला) को एशियन पैरा गेम्स में भेजा है जो कि अब तक का सबसे बड़ा दल है। याद दिला दें कि 2018 एशियन पैरा गेम्स में भारत ने 190 एथलीट्स का दल भेजा था और कुल 72 मेडल जीते थे। इसमें 15 गोल्ड शामिल थे।

प्राची यादव ने पैरा कैनो में देश को दिलाया गोल्ड, पति मनीष कौरव ने भी जीता पदक

हांगझोउ। चीन में चल रहे एशियाई पैरा खेलों में भारत की प्राची यादव ने कैनो महिला केएल 2 स्पर्धा में स्वर्ण पदक जीता है। एथलीट प्राची यादव ने पैरा कैनो महिला केएल2 स्पर्धा में 54.962 समय के साथ भारत के लिए स्वर्ण पदक जीता। वहीं, प्राची के जीवनसाथी मनीष कौरव ने पुरुषों की पैरा कैनो केएल 3 स्पर्धा में कांस्य पदक जीता।

प्राची का एशियन पैरा खेल 2022 में यह दूसरा पदक है। इससे पहले प्राची यादव ने पैरा डोंगी चालन महिला वीएल2 स्पर्धा के फाइनल में रजत पदक जीता था। इसके अलावा भारत की सिमरन वत्स ने इस मल्टी इवेंट टूर्नामेंट में देश के लिए सिल्वर मेडल जीता। सिमरन ने महिलाओं की 100 मीटर टी12 स्पर्धा में 12.68 के प्रभावशाली समय के साथ रजत पदक हासिल किया। दीप्ति जीवनजी ने महिलाओं की 400 मीटर-टी20 में 56.69 के शानदार समय के साथ स्वर्ण पदक पर कब्जा जमाया। दीप्ति जीवनजी ने नया एशियाई पैरा रिकॉर्ड और गेम्स रिकॉर्ड भी स्थापित किया।

हेल्थकेयर स्टाफिंग स्टार्टअप नोमैड हेल्थ ने की 17 प्रतिशत कर्मचारियों की छंटनी

सैन फ्रांसिस्को। हेल्थकेयर स्टाफिंग स्टार्टअप नोमैड हेल्थ ने अपने कॉर्पोरेट कार्यबल में से 17 प्रतिशत को नौकरी से निकाल दिया है, क्योंकि महामारी के बाद नर्सों और अन्य अस्थायी स्वास्थ्य कर्मियों की मांग कम हो गई है।

नोमैड के सह-संस्थापक और सीईओ एलेक्सी नाज़ेम ने फोर्ब्स से पुष्टि की कि कर्मचारियों की संख्या 691 से घटकर 572 हो गई है।

नाज़ेम ने कर्मचारियों को एक ईमेल में लिखा, हेल्थकेयर स्टाफिंग बाजार मात्रा और कीमत दोनों में अनुमान से कहीं अधिक तेज गति से कम हो रहा है।

प्रभावित कर्मचारियों को न्यूनतम छह सप्ताह का मूल वेतन और एक महीने का भुगतान स्वास्थ्य बीमा कवरेज विच्छेद के रूप में मिलेगा।

नोमैड कर्मचारियों को कार्यालय लैपटॉप रखने और नौकरी विस्थापन सेवाएं प्रदान करने की भी अनुमति दे रहा है।

सीईओ नाजेम ने कहा,हमने इस नतीजे से बचने के लिए बहुत कोशिश की है। हमने गैर-कार्मिक संबंधी खर्चों में कटौती की है। नोमैड प्रबंधन टीम के सभी लोगों ने वेतन में भी कटौती की है।

2015 में स्थापित, अमेरिका स्थित नोमैड हेल्थ ने आज तक इक्विटी और ऋण वित्तपोषण में 200 मिलियन डॉलर से अधिक जुटाए हैं।

नाज़ेम ने कहा कि नोमैड हेल्थ पूरे बाज़ार की तुलना में बहुत तेज़ी से बढ़ा।

अमेजॅन ने आईओएस व वेब पर उपयोगकर्ताओं के लिए शुरू किया पासवर्ड रहित साइन-इन

नई दिल्ली। अमेज़ॅन ब्राउज़रों और मोबाइल शॉपिंग ऐप्स (आईओएस उपयोगकर्ताओं) पर पासकी समर्थन शुरू कर रहा है, इससे ग्राहकों के लिए पासवर्ड रहित साइन-इन के साथ अपने खातों तक पहुंच आसान और सुरक्षित हो जाएगी।

ग्राहक अब अपनी अमेज़ॅन सेटिंग्स में पासकी सेट कर सकते हैं, इससे उन्हें अपने डिवाइस को अनलॉक करने के लिए उपयोग किए जाने वाले उसी चेहरे, फिंगरप्रिंट या पिन का उपयोग करने की अनुमति मिलती है।

अमेज़ॅन में ई-कॉमर्स के वरिष्ठ उपाध्यक्ष डेव ट्रेडवेल ने कहा, यह ग्राहकों को उनके अमेज़ॅन अनुभव में एक साथ उपयोग में आसानी और सुरक्षा प्रदान करने के बारे में है।

हालांकि निकट भविष्य में भी पासवर्ड मौजूद रहेंगे, यह सही दिशा में एक रोमांचक कदम है। ट्रेडवेल ने कहा, हम इस नई प्रमाणीकरण पद्धति को जल्दी अपनाने से रोमांचित हैं, इससे अधिक सुरक्षित, पासवर्ड रहित इंटरनेट के लिए हमारे दृष्टिकोण को साकार करने में मदद मिलेगी।

ई-कॉमर्स दिग्गज ने सोमवार देर रात एक बयान में कहा कि ब्राउजऱ का उपयोग करने वाले सभी अमेज़ॅन ग्राहकों के लिए पासकी समर्थन उपलब्ध है और इसे धीरे-धीरे आईओएस अमेज़ॅन शॉपिंग ऐप पर भी उपलब्ध कराया जा रहा है, साथ ही एंड्रॉइड अमेज़ॅन शॉपिंग ऐप पर भी जल्द ही समर्थन मिलने लगेगा।

पासवर्ड के विपरीत, पासकी को लिखा या अनुमान नहीं लगाया जा सकता है, जिससे हैकर के साथ पासकी के आकस्मिक साझाकरण को रोकने में मदद मिलती है।

अमेज़ॅन ने कहा,जब कोई ग्राहक अपने डिवाइस पर पासकी का उपयोग करता है, तो यह साबित होता है कि उनके पास उनका डिवाइस है और वे इसे अनलॉक करने में सक्षम हैं। ग्राहकों को अब अद्वितीय पासवर्ड याद रखने या नाम या जन्मदिन जैसे आसानी से अनुमान लगाने वाले पहचानकर्ताओं का उपयोग करने के बारे में चिंता करने की ज़रूरत नहीं है। ग्राहक ऐप्स और साइटों में साइन इन करने के लिए पासकी का उपयोग उसी तरह कर सकता है, जैसे वे अपने डिवाइस को फिंगरप्रिंट, फेस स्कैन या लॉक स्क्रीन पिन के साथ अनलॉक करते हैं।

कंपनी ने कहा कि पासवर्ड और टेक्स्ट संदेशों में वन-टाइम कोड की तुलना में पासकीज़ फ़िशिंग हमलों के प्रति कम संवेदनशील होते हैं, इससे वे अधिक सुरक्षित विकल्प बन जाते हैं।

एशियन शूटिंग चैंपियनशिप : सरबजोत ने पुरुषों की 10 मीटर एयर पिस्टल स्पर्धा में जीता कांस्य और पेरिस ओलंपिक कोटा

चांगवोन। कोरिया के चांगवोन में 15वीं एशियाई निशानेबाजी चैंपियनशिप के पहले दिन भारत ने सफलता का स्वाद चखा, जब सरबजोत सिंह ने पुरुषों की 10 मीटर एयर पिस्टल में कांस्य पदक जीता और इसके साथ ही निशानेबाजी में आठवां पेरिस 2024 ओलंपिक कोटा हासिल किया।

पिस्टल स्पर्धाओं में यह पहला कोटा था। सरबजोत ने फाइनल में 221.1 का स्कोर किया और क्रमश: दो चीनी झांग यिफान (स्वर्ण, 243.7) और लियू जिनयाओ (242.1) से पीछे रहे। सरबजोत ने पहले 581 के स्कोर के साथ शीर्ष आठ के लिए क्वालीफाई किया, जिससे उन्हें आठवां स्थान हासिल करने में मदद मिली।

चूंकि चीन ने पहले ही इस स्पर्धा में अपने दो कोटा समाप्त कर लिए थे और दो कोरियाई खिलाडिय़ों में से केवल एक ही पात्र था, सरबजोत को एक उच्च फिनिश की आवश्यकता थी। उन्होंने पहले पांच शॉट्स के बाद बढ़त बना ली जो महत्वपूर्ण थी और जैसे ही दो चीनी खिलाड़ी आगे बढ़े, सरबजोत अपना संयम बनाए रखने में सफल रहे और एक और अंतर्राष्ट्रीय पोडियम फिनिश दर्ज की।

पुरुष एयर पिस्टल में अन्य पुरुषों में, वरुण तोमर (578) और कुणाल राणा (577) 16वें और 17वें स्थान पर रहे, जबकि शिवा (576) 20वें और सौरभ चौधरी (569) 35वें स्थान पर रहे।

आज का राशिफल

मेष- आज किसी रुके हुए कार्य को पूरा करने में बड़ों की सलाह लेना उचित रहेगा। विवाहित लोगों के जीवन में खुशियों का आगमन होगा। युवाओं के लिए सफलता के नए दरवाजे खुलेंगे।

वृष- आज आपका मन आनंदित रहेगा। आपकी निजी समस्या सुलझ जाने से मानसिक शांति मिलेगी। कार्यस्थल में आपका काम अच्छे से पूरे होंगे। आपको किसी काम में मदद की जरूरत रहेगी।

मिथुन- आज आपका दिन खुशियों से भरा रहेगा। आज आपके व्यवहार में विनम्रता और लचीलापन ही आपको सफलता दिला सकता है। आज पारिवारिक रिश्ते में अपनापन बढ़ेगा।

कर्क- आज आपका दिन सामान्य रहेगा। आपको संभलकर फैसले लेने की जरूरत है। अगर आप खुद का बिजनेस करते हैं, तो आपको किसी से भी बात करते समय अपने शब्दों पर ध्यान देना चाहिए।

सिंह- आज के दिन आप हर तरह से चिंता मुक्त रहेंगे। महिलाओं के लिए दिन बड़ा ही अच्छा रहेगा। कॉमर्स फील्ड से जुड़े छात्रों को कुछ अच्छा सीखने को मिलेगा। नौकरी कर रहे लोगों का आज पदोन्नति होने के योग बने हुए है।

कन्या- आज हर कोई आपके साथ चलने की कोशिश करेगा। जो लोग कोर्ट-कचहरी के मामलों से जुड़े हैं, उनके कार्य आज समय से हो जायेंगे। आपको ऑफिस में मिले नये प्रोजेक्ट को पूरा करने में जूनियर्स का सहयोग मिलेगा।

तुला- आज आपके रूके हुए जरूरी काम समय से पूरे हो जायेंगे। जो लोग थियेटर से जुड़े हैं, उन्हें आज सुनहरे अवसर मिलने वाले है। राजनीति से जुड़े लोगों को आज नई जिम्मेदारी मिलने वाली हैं।

वृश्चिक- आज पूरे दिन आपके मन में प्रसन्नता बनी रहेगी। आज आप जिस भी काम की शुरुआत करेंगे। वह समय से पूरा हो जायेगा। किसी नए रिश्ते की शुरुआत करने का मौका मिलने की संभावना है।

धनु- आज का दिन आपके लिए ख़ास है। आज आपको जीवन में नया मुकाम प्राप्त होगा। आज आपको बिजनेस में लाभ लेने के लिए किसी की मदद लेनी पड़ेगी। साथ ही आज आपको वाद-विवाद से दूर रहना होगा ताकि आप अपना मन काम में लगा सके।

मकर- आज आपका दिन सामान्य रहने वाला है। आँखों की समस्या के समाधान के लिए आज किसी अच्छे डॉक्टर को दिखायेंगे, आपको कुछ अच्छा फील होगा। पूरी मेहनत से काम को करेंगे जिससे उसका परिणाम आपके पक्ष में आएगा।

कुंभ- आज आपका दिन बहुत अच्छा रहने वाला है। आप में साहस बढ़ेगा और साहसपूर्ण काम करने में सक्षम रहेंगे। आपको गृह भूमि का लाभ मिलेगा। जो लोग लेखक हैं, आज उनके विचारों का सम्मान होगा। आज सोशल मीडिया पर एक्टिव रहना आपके लिए बहुत फायदेमंद साबित होगा।

मीन- आज आप अपने सोचे हुये कार्यों को जल्दी पूरा करने में सफल होंगे। इस राशि के जो लोग लोहे का बिजनेस करते हैं, आज उनको उम्मीद से अधिक मुनाफा होगा। भाई से आज आपको कोई उपहार मिलेगा। आज आपको घर के बुजुर्गों के सेहत का खास ख्याल रखने की जरुरत है।

रोजाना एक कप नींबू की चाय का करें सेवन

सुबह के समय एक कप नींबू की चाय का सेवन न केवल आपको तरोताजा महसूस करा सकता है, बल्कि इससे कई स्वास्थ्य लाभ भी मिल सकते हैंइसमें एंटी-ऑक्सीडेंट्स, विटामिन-ए, विटामिन-बी कॉम्प्लेक्स, विटामिन-सी और विटामिन-डी के साथ-साथ कई बायोएक्टिव यौगिक होते हैं, जो मुधमेह और कैंसर जैसी कई बीमारियों के जोखिमों को कम करने में मदद कर सकते हैंआइए जानते हैं कि डाइट में नींबू की चाय को शामिल करने से क्या-क्या फायदे मिल सकते हैं।

कैंसर का खतरा कम करने में है सहायक

नींबू की चाय का सेवन कैंसर से सुरक्षित रखने और कैंसर को विकास को रोकने में मदद कर सकता है। इसका कारण है कि इस चाय में एंटी-कैंसर गुण होते हैं, जो कैंसर फैलाने वाली कोशिकाओं को पनपने से रोकने में मदद करते हैंइसके अलावा इसमें कई तरह के फेनोल्स और फ्लेवोनोइड भी होते हैं, जो कैंसर के प्रभाव को धीरे-धीरे खत्म कर सकते हैं। हालांकि, कैंसर मरीज डॉक्टर की सलाह के बाद ही इस चाय का सेवन करें।

गैस्ट्रोइंटेस्टाइनल समस्याओं का इलाज करने में है कारगर

नींबू की चाय को पाचन क्रिया में सुधार करने में लाभदायक माना जाता हैइसे पीने से एसिडिटी और सूजन से राहत मिल सकती है। यह पाचन क्रिया में ब्लड सर्कुलेशन को बढ़ाने में भी मदद कर सकती हैकई अध्ययनों के मुताबिक, गैस्ट्रोइंटेस्टाइनल समस्याओं का इलाज करने में नींबू की चाय पीना अच्छा है। इसके अलावा यह इर्रिटेबल बाउल सिंड्रोम के लक्षणों को भी कम कर सकती है।

वजन घटाने में कर सकती है मदद

नींबू की चाय का सेवन करते हैं तो इसकी एंटी-बैक्टीरियल गतिविधियां आपको कई लाभ दे सकती हैं।

एक शोध के मुताबिक, नींबू की चाय में एंटी-बैक्टीरियल गतिविधि पाई जाती है, जो शरीर को बैक्टीरियल संक्रमण से बचाने में मदद कर सकती है।इसलिए बदलते मौसम में तो इसका सेवन जरूर करें।

हृदय को स्वस्थ रखने में है प्रभावी

नींबू की चाय में एंटी-ऑक्सीडेंट और एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण होते हैं, जो स्वस्थ हृदय के लिए लाभकारी माने जाते हैं क्योंकि ये हृदय से जुड़े कई घातक कारकों के खतरे को कम करता है।साथ ही ये हृदय में ब्लड सर्कुलेशन को सुधारने में मदद कर सकते हैं, जिसकी वजह से ब्लड क्लॉटिंग नहीं होता और शरीर में ब्लड प्रेशर के स्तर को संतुलित बनाए रखने में मदद मिलती है।

थलपति विजय की लियो ने वर्ल्डवाइड भी काटा बवाल, चार दिनों में 300 करोड़ का आंकड़ा कर लिया पार

थलपति विजय की फिल्म 'लियो' बॉक्स ऑफिस पर कमाई के रिकॉर्ड तोड़ रही है. फिल्म रिलीज के पहले दिन से ही धुंआधार कमाई कर रही है. घरेलू बाजार में फिल्म ने दो दिनों में ही 100 करोड़ का आंकड़ा पार कर लिया था वहीं वर्ल्डवाइड भी फिल्म गर्दा उड़ रही है. चलिए .हां जानते हैं 'लियो' ने रिलीज के चौथे दिन वर्ल्डवाइड कितनी कमाई की है.

थलपति विजय की फिल्म 'लियो' घरेलू बॉक्स ऑफिस पर सुनामी बन चुकी है. फिल्म ताबड़तोड़ नोट छाप रही है. रिलीज के चार दिनों में 'लियो' ने घरेलू बाजार में 181.35 करोड़ रुपये की कमाई कर इतिहास रच दिया है. वहीं वर्ल्डवाइड भी फिल्म का कलेक्शन काबिलेतारीफ है. लियो रिलीज के तीन दिनों में ग्लोबली 290 करोड़ के पार जा पहुंची थी. वहीं अब फिल्म के चौथे दिन की ग्लोबली कमाई के आंकड़े भी आ गए हैं और ये 300 करोड़ से ज्यादा की कमाई कर चुकी है.

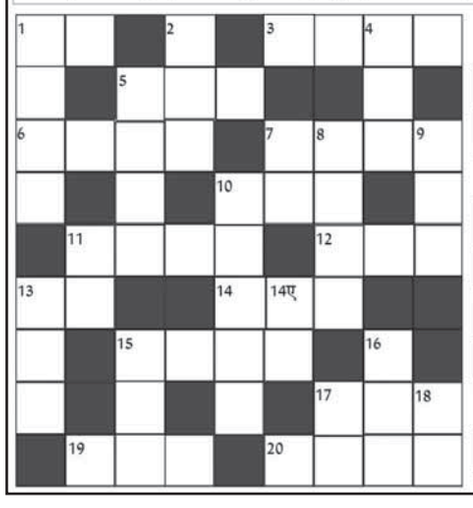
शब्द सामर्थ्य- 223

बाएं से दाएं

1. ठुड्डी पर के बाल, ठुड्डी, ठोढ़ी 3. विशेष और सामान्य (आदमी), आम और खास लोग (उ.) 5. इच्छा, हसरत, अभिलाषा 6. शारीरिक कोमलता, सुकुमारता (उ.) 7. सविनय, विनती पूर्वक 10. बिलख-बिलख कर रोना 11. कहानी, उपन्यास 12. कुशल, दक्ष, विशेषज्ञ 13. भार, दबाव 14. शुभ-अशुभ की पूर्व सूचना, शुभ अवसर पर होने वाला मंगल कार्य संबंधी गीत 15. एहसान, भलाई, हित 17. सूत काटने, लपेटने में काम आने वाली चर्खे से लगी सलाई 19. एक हिन्दी महीना, श्रावण 20. सप्ताह का एक दिन, बृहस्पतिवार।

ऊपर से नीचे

1. जंगल में लगी आग, दावाग्नि 2. मूल्य, दाम 4. स्वतंत्र, स्वाधीन 5. संकट, कष्ट, दर्द 7. लकड़ी, कन्या, कानों में पहनने का छल्ला, श्रेष्ठ 8. बेइज्जती, अनादार 9. शोभा, सुंदरता, बसंत ऋतु 10. तबाह करने वाला,विनाशक 11. इस समय 13. असुर, राक्षस, दैत्य 14 ए. गुरुमंत्र, बहुत अच्छी युक्ति 15. पर्व, त्यौहार 16. शिकायत, उलाहना, ग्लानि 17. वृक्ष, पेड़ 18. मुंह से निकलने वाला थूक जैसा पदार्थ।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 222 का हल

खा	म	खां			इं			
स	ह		ब	र	सा	त		प
	क	हा	नी		न	क	च	ढ़ा
त			स्व			ली		ई
क	या	म	त		क	फ	न	
दी		र्दा		बा	बू		ह	वा
र	ह	ना		ल	त	खो	र	
	वा		नौ	क	र			सा
भा	ई		का			बा	द	ल

सू-दोकू- 223

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

नियम

1. कुल 81 वर्ग है,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.222 का हल

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