संपादकीय

देशभर के डॉक्टर गुस्से में

कोलकाता में मशहूर अस्पताल में अगर महिला डॉक्टर सुरक्षित नहीं हैं, तो क्या उसकी सीधी जिम्मेदारी राज्य सरकार एवं उसके प्रशासन पर नहीं आती? इस सवाल का सीधा उत्तर देने के बजाय उग्र बातें करना कोई समाधान नहीं हो सकता।

कोलकाता को अपने 'निर्भया क्षण' से गुजरना पड़ रहा है। वहां के मशहूर आरजी कर मेडिकल कॉलेज एवं अस्पताल की एक डॉक्टर के साथ बलात्कार और फिर उनकी हत्या के मामले ने सारे देश को झकझोर दिया है। सोमवार को देश भर में डॉक्टरों ने विरोध दिवस मनाया। लोगों के भडक़े गुस्से के कारण मुख्यमंत्री ममता बनर्जी को अपनी पुलिस को चेतावनी देनी पड़ी है कि हफ्ते भर के अंदर उसने मामला नहीं सुलझाया, तो वे जांच सीबीआई को सौंप देंगी। उधर उनके भतीजे और तृणमूल कांग्रेस के प्रमुख नेता अभिषेक बनर्जी ने तो मांग कर दी है कि ऐसे जुर्म में शामिल अपराधियों को एनकाउंटर करने का कानून बनाया जाना चाहिए। उनका एनकाउंटर करने से मतलब शायद यही है कि जिस पर मुजरिम होने का शक हो, उसे सीधे गोली मार दी जाए। भारत में पिछले डेढ़ दशक से बनी राजनीतिक संस्कृति में ऐसी बातें स्वीकार्य हो गई हैं। वरना, इस तरह की सोच कानून के राज के मूलभूत सिद्धांत के विरुद्ध हैं और अक्सर ऐसी बातें प्रशासनिक नाकामी पर परदा डालने के लिए कही जाती हैं।

मुद्दा यह है कि अगर कोलकाता में एक महिला डॉक्टर सुरक्षित नहीं है, तो क्या उसकी सीधी जिम्मेदारी राज्य सरकार एवं उसके प्रशासन पर नहीं आती है? इस सवाल का सीधा उत्तर देने के बजाय उग्र बातें करना कोई समाधान नहीं हो सकता। गौरतलब है कि आरजी कार मेडिकल कॉलेज पश्चिम बंगाल के सबसे बड़े अस्पतालों में से एक है। 26 एकड़ में फैले इस अस्पताल में मरीजों को भर्ती करने के लिए 1200 बिस्तर हैं, जबकि ओपीडी में औसतन 2500 मरीज़ रोजाना आते हैं। इसके अलावा इमरजेंसी विभाग में भी एक हज़ार से अधिक मरीज़ रोज पहुंचते हैं। मगर वहां डॉक्टर तक सुरक्षित नहीं हैं। लाजिमी है कि इस घटना के बाद से देशभर के डॉक्टर गुस्से में हैं। सोमवार तक इस मामले में पुलिस ने अभियुक्त को गिरफ्तार किया गया था। गिरफ्तार अभियुक्त सीधे तौर पर अस्पताल से नहीं जुड़ा है। वह कोलकाता पुलिस के साथ काम करने वाला एक वॉलंटियर रहा है। जाहिर है, कोलकाता पुलिस नाराजगी के निशाने पर है।

लुसाने डायमंड लीग 2024: दूसरे स्थान पर रहे नीरज चोपड़ा, इस सीजन अपना सर्वश्रेष्ठ थ्रो फेंका

नईदिल्ली

भारत के स्टार भाला फेंक खिलाड़ी नीरज चोपड़ा लुसाने डायमंड लीग 2024 के पुरुषों की स्पर्धा में दूसरे स्थान पर रहे।हाल ही में पेरिस ओलंपिक 2024 में रजत पदक जीतने वाले नीरज ने अंतिम दौर में 89.49 मीटर दूर थ्रो फेंका। यह इस सीजन उनका सर्वश्रेष्ठ थ्रो है।ग्रेनेडा के एंडरसन पीटर्स ने 90.61 मीटर के अपने अंतिम प्रयास के साथ पहले स्थान पर रहे। इस खिलाड़ी ने पेरिस ओलंपिक में कांस्य पदक जीता था।

टोक्यो ओलंपिक में स्वर्ण पदक जीतने के बाद नीरज ने अब तक 20 टूर्नामेंट खेले हैं। इन सभी टूर्नामेंट में यह खिलाड़ी शीर्ष-2 में रहा है।मुकाबले की बात करें तो पहले 4 थ्रो में नीरज 85 मीटर दूर तक भी नहीं पहुंच सके थे।उनका पहला थ्रो 82.10 मीटर, दूसरा 83.21 मीटर, तीसरा 83.31 मीटर, चौथा 82.34 मीटर का रहा था। उन्होंने अपने 5वें थ्रो में 85.58 मीटर दूर भाला फेंका। उनका आखिरी थ्रो 89.49 मीटर का रहा। अब नीरज अगले महीने ब्रुसेल्स में होने वाले डायमंड लीग फाइनल में खेलेंगे और उनका लक्ष्य 2022 में जीती गई ट्रॉफी को फिर से हासिल करना होगा। पाकिस्तान के अरशद नदीम इन खेलों में हिस्सा नहीं ले रहे हैं।

सितंबर 2022 में नीरज ने डायमंड लीग का खिताब जीतकर नया इतिहास लिख दिया था। उन्होंने स्विट्जरलैंड के ज्यूरिख में 88.44 मीटर के थ्रो के साथ शीर्ष स्थान हासिल किया था।हर प्रतियोगिता के साथ नया कीर्तिमान स्थापित करने वाले नीरज डायमंड लीग का खिताब जीतने वाले पहले भारतीय एथलीट बने थे।चेक गणराज्य के ओलंपिक रजत पदक विजेता जैकब वाडलेज 86.94 मीटर के सर्वश्रेष्ठ थ्रो के साथ दूसरे स्थान पर रहे थे।

नीरज ने पेरिस ओलंपिक के फाइनल में 89.45 मीटर के सर्वश्रेष्ठ प्रयास के साथ दूसरा स्थान हासिल किया था। इस स्पर्धा का स्वर्ण पाकिस्तान के अरशद ने 92.97 मीटर के थ्रो के साथ जीता था।इसके साथ ही टोक्यो ओलंपिक के स्वर्ण पदक विजेता नीरज अपने स्वर्ण का बचाव नहीं कर सके।अरशद ने नॉर्वे के एंड्रियास थोरकिल्डसन का ओलंपिक रिकॉर्ड तोड़ा था, जिन्होंने 2008 बीजिंग में 90.57 मीटर की दूरी तय की थी।

नीरज ओलंपिक खेलों में भारत के लिए 2 पदक (व्यक्तिगत स्पर्धा में) जीतने वाले सिर्फ 5वें खिलाड़ी बने थे।एथलेटिक्स में उनसे पहले नॉर्मन प्रिचर्ड 2 रजत (पुरुषों की 200 मीटर और पुरुषों की 200 मीटर बाधा दौड़) जीत चुके हैं।कुश्ती में सुशील कुमार 1 रजत और 1 कांस्य पदक जीत चुके हैं। बैडमिंटन में पीवी सिंधु 1 रजत और 1 कांस्य अपने नाम कर चुकी है, जबकि निशानेबाजी में मनु भाकर ने 2 कांस्य पदक जीते हैं।

अपने स्वर्ण पदक का बचाव करने के लिए उत्सुक हूं: पैरा शटलर कृष्णा नागर

नई दिल्ली

गौरव की राह परीक्षणों और कष्टों से भरी है। भारत की पैरा-बैडमिंटन सनसनी कृष्णा नागर के लिए भी यह कुछ अलग नहीं रहा, जिन्हें 2021 में टोक्यो पैरालंपिक में एसएच6 श्रेणी में स्वर्ण पदक जीतने के रास्ते में कई बाधाओं को पार करना पड़ा।

1999 में राजस्थान के जयपुर के हलचल भरे शहर में जन्मे नागर को दो साल की उम्र में ही बौनेपन का पता चला था, लेकिन उन्होंने कभी भी अपनी स्थिति को अपनी सीमा निर्धारित नहीं करने दी। पेरिस पैरालंपिक खेल नजदीक आने के साथ, नागर पैरालंपिक खेलों में स्वर्ण पदक बरकरार रखने की उम्मीद कर रहे हैं। डोपिंग प्रतिबंध के कारण प्रमोद भगत के बाहर होने के बाद, नागर लगातार पैरालंपिक खेलों में स्वर्ण पदक जीतने वाले पहले भारतीय पैरा-बैडमिंटन खिलाड़ी बनकर इतिहास रचने की उम्मीद कर रहे हैं।

टोक्यो में 2020 पैरालंपिक में अपनी पहली उपस्थिति में, नागर स्वर्ण पदक जीतने वाले पांच भारतीयों में से एक थे। हालांकि प्रमोद भगत ने एक अलग डिवीजन में स्वर्ण पदक जीता, इसलिए वह ऐसा करने वाले पहले भारतीय नहीं थे।

नागर ने बताया, मेरे पास कोई विशिष्ट लक्ष्य नहीं है, लेकिन हां, मैं अपने स्वर्ण पदक का बचाव करने के लिए उत्सुक हूं और मैं इसके लिए तैयार हूं। मुझे पता है कि टोक्यो बहुत समय पहले था और मैं भी लंबे समय से कोर्ट से बाहर हूं लेकिन मेरी तैयारी अच्छी है और मैं पदक वापस लाने की पूरी कोशिश करूंगा।

लंबे समय तक कोर्ट से बाहर रहने से आपके प्रतिद्वंद्वी को सुधार करने का मौका मिलता है लेकिन मेरा यह भी मानना है कि मेरे खेल में भी काफी सुधार हुआ है। मेरे स्मैश, जो मेरी ताकत हैं, मजबूत हैं। मैं अच्छी जगह पर हूं, छलांग अच्छी है, और नेट गेम अच्छा है, हां, यह कठिन होगा लेकिन मैं तैयार हूं।

ईवी इकोसिस्टम के विकास और स्थानीय मैन्युफैक्चरिंग को बढ़ाने के लिए प्रतिबद्ध सरकार : केंद्रीय मंत्री

नई दिल्ली । सरकार देश में इलेक्ट्रिक व्हीकल (ईवी) इकोसिस्टम एवं स्थानीय मैन्युफैक्चरिंग को बढ़ाने और स्थिर विकास करने के लिए प्रतिबद्ध है। केंद्रीय भारी उद्योग और स्टील मंत्री एचडी कुमारस्वामी की ओर से यह जानकारी दी गई है।

राष्ट्रीय राजधानी में आयोजित किए गए एक पोस्ट-बजट वेबिनार में कुमारस्वामी ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी का विजन भारत को 2047 तक विकसित बनाना है। साथ ही 2070 तक नेट जीरो कार्बन उत्सर्जन के लक्ष्य को प्राप्त करना है।

मंत्री ने आगे कहा कि सरकार पीएलआई, फेम, ईएमपीएस और एडवांस कैपिटल गुड्स स्कीम के जरिए भारत के ईवी इकोसिस्टम के विकास और स्थानीय मैन्युफैक्चरिंग और स्थिर विकास के लिए प्रतिबद्ध है। इससे देश की आत्मनिर्भरता की तरफ बढऩे की गति और तेज होगी।

केंद्रीय राज्यमंत्री भूपति राजू श्रीनिवास वर्मा ने कहा कि भारत 5 ट्रिलियन डॉलर की अर्थव्यवस्था बनने की तरफ आगे बढ़ रहा है और इसमें ऑटोमोटिव सेक्टर एक बड़ी भूमिक निभाने वाला है।

वेस्टइंडीज बनाम दक्षिण अफ्रीका: पहले टी-20 मुकाबले की ड्रीम इलेवन, प्रीव्यू और जरुरी आंकड़े

नईदिल्ली

दक्षिण अफ्रीका क्रिकेट टीम और वेस्टइंडीज क्रिकेट टीम के बीच 3 मैचों की टी-20 सीरीज का आगाज भारतीय समयानुसार आज रात 12:30 बजे (24 अगस्त) से होगा।कैरेबियाई टीम टी-20 प्रारूप में ज्यादा सफल मानी जाती है और आगामी सीरीज में घरेलू परिस्थितियों का फायदा उठाने का भी प्रयास करेगी।टी-20 विश्व कप 2024 के फाइनल में पहुंची दक्षिण अफ्रीका टीम भी सीरीज में उसे कड़ी टक्कर देना चाहेगी।

अब तक दोनों टीमों के बीच टी-20 क्रिकेट में कड़ा मुकाबला देखने को मिला है।खेल के सबसे छोटे प्रारूप में दोनों टीमें कुल 23 मैचों में आमने-सामने हुई हैं, जिसमें से 12 मैच दक्षिण अफ्रीका ने और 11 मैच वेस्टइंडीज ने अपने नाम किए हैं।कैरेबियाई टीम ने अपने घर पर खेलते हुए प्रोटियाज टीम को 5 टी-20 मुकाबलों में हराया है और 6 टी-20 में उसने हार का सामना किया है।

इस सीरीज में वेस्टइंडीज के लिए आंद्रे रसेल, जेसन होल्डर और अलजारी जोसेफ खेलते हुए नजर नहीं आएंगे। इन सभी अनुभवी खिलाडिय़ों को आराम दिया गया है।ऐसे में अन्य खिलाडिय़ों को खुद को साबित करने का मौका होगा। निकोलस पूरन और शाई होप जैसे खिलाडिय़ों से अच्छे प्रदर्शन की उम्मीद होगी।वेस्टइंडीज की संभावित एकादश: जॉनसन चार्ल्स (विकेटकीपर), होप, रोस्टन चेज, पूरन, शिमरन हेटमायर, रोवमैन पॉवेल (कप्तान), रोमारियो शेफर्ड, अकील होसेन, ओबेद मैककॉय, शमर जोसेफ और गुडाकेश मोती।

कगिसो रबाडा, केशव महाराज और मार्को येंसन को इस सीरीज से आराम दिया गया है, वहीं, एनरिक नोर्खिया, क्विंटन डिकॉक और हेनरिक क्लासेन को अलग-अलग कारणों से टीम में नहीं चुना गया है।ऐसे में एडेन मार्करम अपनी युवा टीम के साथ वेस्टइंडीज को पटखनी देना चाहेंगे।दक्षिण अफ्रीका की संभावित एकादश: रीजा हेंड्रिक्स, रयान रिकेल्टन (विकेटकीपर), मार्कराम (कप्तान), रासी वैन डेर डुसेन, ट्रिस्टन स्टब्स, वियान मुल्डर, डोनोवन फरेरा, नंद्रे बर्गर, लुंगी एनगिडी, ब्योर्न फोर्टुइन और ओटनील बार्टमैन।

बाजार में ए1 और ए2 के नाम से अब नहीं बिकेगा दूध, घी और मक्खन, एफएसएसएआई ने लगाई रोक

नई दिल्ली

अब बाजार में कंपनियां ए1 और ए2 के नाम से दूध, घी और मक्खन नहीं बेच सकेंगी। दरअसल, खाद्य सुरक्षा नियामक एफएसएसएआई ने गुरुवार को ई-कामर्स कंपनियों सहित सभी खाद्य कारोबारियों को पैकेजिंग के ऊपर से ए1 और ए2 प्रकार के दूध और दूध उत्पादों के दावों को हटाने का निर्देश दिया है।

एफएसएसएआई ने कहा कि उसने ए1 और ए2 संबंधी दावों के मुद्दों की जांच की और पाया कि ए1 और ए2 दूध में अंतर बीटा कैसिन प्रोटीन की संरचना से जुड़ा है, जो गाय की नस्ल के आधार पर भिन्न होता है। नियामक ने कहा कि वर्तमान में जो नियम हैं, वह इस अंतर को मान्यता नहीं देते हैं।

नियामक ने कहा, उसने दूध का व्यवसाय करने वाली कंपनियों से अपने उत्पादों से ऐसे दावों को हटाने का निर्देश दिया है। साथ ही ई-कामर्स प्लेटफार्म को भी अपने उत्पादों और वेबसाइटों से इन दावों को तुरंत हटाने के लिए कहा गया है। कंपनियों को पहले से ही मुद्रित पैकेजिंग को खत्म करने के लिए छह महीने का समय दिया गया है और भविष्य में इस समयसीमा को नहीं बढ़ाया जाएगा।

नियामक ने इस निर्देश का सख्ती से अनुपालन करने का निर्देश दिया है। आदेश का स्वागत करते हुए पराग मिल्क फूड्स के चेयरमैन देवेंद्र शाह ने कहा कि एफएसएसएआइ का आदेश सही दिशा में उठाया गया कदम है। उन्होंने कहा कि ए1 और ए2 दावे मार्केटिंग रणनीति के तहत गढ़े गए शब्द हैं। यह जरूरी है कि उपभोक्ताओं को गलत जानकारी देने वाले भ्रामक दावों को हम खत्म करें। उन्होंने कहा कि ए1 या ए2 दूध उत्पाद श्रेणी कभी अस्तित्व में नहीं थी और वैश्विक स्तर पर भी यह प्रवृत्ति खत्म हो रही है।

ए1-यूरोप, अमेरिका, आस्ट्रेलिया और न्यूजीलैंड से आने वाली विदेशी गायों का दूध ए1 होता है। ए1 बीटा कैसिन में पेप्टाइड्स को अमीनो एसिड्स में ब्रेक नहीं किया जा सकता। इसी कारण से ये पचाने योग्य नहीं होता है, जो कई तरह के रोगों को जन्म देता है।ए2-ए2 बीटा कैसिन भारत की गायों से मिलने वाला दूध है। दरअसल, दूध में जो प्रोटीन होता है, वह पेप्टाइड्स में तब्दील होता है। बाद में यह अमीनो एसिड्स का स्वरूप लेता है। इस तरह का दूध पचाने में आसान रहता है।

आरबीआई की नए फ्रॉड को लेकर यूजर्स को चेतावनी, बताए हैकर्स से बचने के उपाय

नई दिल्ली

भारतीय रिजर्व बैंक ने हाल ही में यूजर्स को एक नए फ्रॉड के बारे में चेतावनी दी है जिसमें साइबर अपराधी कुरियर के नाम पर लोगों को ठग रहे हैं। आरबीआई ने एसएमएस के जरिए लोगों को सतर्क करते हुए कहा है कि किसी भी अनजान लिंक पर क्लिक न करें और अपनी निजी व वित्तीय जानकारी किसी से साझा न करें।

आरबीआई के अनुसार, अपराधी फर्जी कॉल, मेल या एसएमएस के माध्यम से गैरकानूनी वस्तुओं के बारे में जानकारी मांगते हैं और लोगों को भ्रमित करते हैं। ऐसे मामलों में घबराने की आवश्यकता नहीं है और किसी भी संदेहास्पद लिंक पर क्लिक करने से बचना चाहिए।

इंडिया पोस्ट और दूरसंचार विभाग ने भी इस फ्रॉड के प्रति लोगों को जागरूक किया है। इंडिया पोस्ट ने अपने एक्स हैंडल (पूर्व में ट्विटर) पर एक फर्जी मैसेज का स्क्रीनशॉट साझा किया है, जिसमें एक धोखाधड़ी लिंक शामिल है। इंडिया पोस्ट ने ऐसे किसी भी अनजान मैसेज या लिंक पर क्लिक न करने की सलाह दी है और इन मामलों को भारत सरकार के संचार साथी पोर्टल पर रिपोर्ट करने की अपील की है।

हैकर्स से बचने के उपाय

किसी भी अज्ञात नंबर से भेजे गए एसएमएस लिंक को खोलने से बचें।

इंडिया पोस्ट कभी भी कुरियर डिलीवरी के लिए पैसे नहीं मांगता है।

अपनी निजी जानकारी किसी के साथ शेयर न करें।

अगर कोई फर्जी एसएमएस या कॉल प्राप्त होती है, तो उसे तुरंत संचार साथी पोर्टल पर रिपोर्ट करें।

स्कैम से बचने के लिए सतर्क रहना अत्यंत महत्वपूर्ण है।

आज का राशिफल

मेष: आज का दिन आपके लिए सामान्य रहने वाला है। आज आपके बिजनेस की गति धीमी रहने के कारण आप परेशान रहेंगे। आज आलस और सुस्ती अपने ऊपर हावी न होने दें और समय की कीमत को पहचानिए।

वृष: आज का दिन खुशियां लेकर आया है। आज किसी भी स्थिति में आपको अपने समय का ख्याल रखना चाहिए। याद रखिए अगर समय की कदर नहीं करेंगे, तो इससे आपको ही नुकसान होगा।

मिथुन: आज का दिन आपके लिए बेहतर रहने वाला है। आपका कोई काम समय से पूरा ना होने के कारण आपको थोड़ी समस्या होगी। आज आपकी योग्यता लोगों के सामने आएगी, इसलिए लोगों की परवाह न करके अपने कार्यों पर ध्यान रखें।

कर्क: आज का दिन आपके लिए बेहतरीन रहने वाला है। जो लोग नौकरी कर रहे हैं, उन्हें अपने कार्यक्षेत्र में दिए गए कार्यों को समय पर पूरा करना होगा। उच्च अधिकारियों द्वारा आपको शुभ समाचार की प्राप्ति होगी।

सिंह: आज का दिन आपके लिए बढ़िया रहने वाला है। परिवार का सहयोग मिलेगा। परिवार के सभी लोग मिलकर किसी धार्मिक स्थान पर घूमने जाने की योजना बनाएंगे। नौकरी कर रहे लोगों को अपनी नौकरी में तरक्की के अवसर मिलेंगे।

कन्या: आज का दिन आपके लिए ख़ास रहने वाला है। आज किसी नए काम की शुरुआत करने के लिए अच्छा रहने वाला है। किसी कानूनी मामले में भी आज आपको जीत मिलने के योग बन रहे है।

तुला: आज का दिन आपके लिए ख़ास होने वाला है। आज आप ऑफिस में बॉस द्वारा दिये गये काम को अपनी पूरी ईमानदारी व निष्ठा के साथ करेंगे तो आपका इन्क्रीमेंट हो सकता है। इस राशि के छात्रों के अंदर कॉम्पिटिशन के प्रति जागरूकता पैदा होगी।

वृश्चिक: आज का दिन आपके लिए अच्छा रहेगा। आज परिवार वालों की सलाह आपके लिये महत्वपूर्ण रहेगी। आज आपके भौतिक सुख-सुविधाओं में बढ़ोतरी होगी। छात्र आज कुछ नया करने की कोशिश करेंगे, आपको अपने दिनचर्या में कुछ बदलाव करने की जरुरत है।

धनु: आज का दिन आपके लिए समान्य रहेगा। आज आपके विरोधी भी आपके काम की सराहना करेंगे। आज आप अपनी बुद्धिमानी से सब काम संभाल लेंगे। नौकरी करने वाले लोगों को सहयोगियो से मदद मिलेगी जिससे आपका कार्य जल्दी पूरा हो जायेगा।

मकर: आज का दिन आपके लिए ठीक-ठाक रहने वाला है। आज आप किसी समारोह में शामिल होंगे आपकी उपस्थिति को महत्त्व मिलेगा। आज आपकी किसी ऐसे व्यक्ति से मुलाकात होगी जिससे आपको प्रभावित होंगे।

कुंभ: आज का दिन आपके लिए अच्छा रहने वाला है। इस राशि के स्टूडेंट आज अपनी पढ़ाई में विशेष ध्यान देंगे जल्द ही आपकी सफलता के योग बन रहे हैं। राजनीति से जुड़े लोगों का आज समाज में दबदबा बना रहेगा।

मीन: आज का दिन आपके लिए ठीक-ठाक रहने वाला है। आप अपने आप को काफी तरोताजा महसूस करेंगे, जिससे आप अपने सभी कार्यों को समय पर पूरा करने में सफल होंगे। आज का दिन आनंद से भरा रहेगा, आप जिंदगी को पूरी तरह जिएंगे।

रानी मुखर्जी की मर्दानी को पूरे हुए 10 साल, यशराज फिल्म्स ने एक वीडियो शेयर कर किया मर्दानी 3 का एलान

बॉक्स ऑफिस पर स्त्री 2 की सफलता के बीच रानी मुखर्जी स्टारर मर्दानी 3 का एलान हो गया है. यशराज फिल्म्स ने मर्दानी फ्रेंचाइजी के 10 साल पूरे होने पर मर्दानी 3 की एलान किया है. रानी मुखर्ज को एक बार फिर मुंबई क्राइम ब्रांच की सीनियर इंस्पेक्टर शिवानी शिवाजी रॉय के रोल में देखा जाएगा. मर्दानी 3 का एलान कर यशराज फिल्म्स ने एक वीडियो भी शेयर किया है. मर्दानी फ्रेंचाइजी महिला लीड स्टारर फिल्मों की टॉप लिस्ट में शामिल है.

साल 2014 में यशराज फिल्म्स ने मर्दानी बनाई थी और इसके पांच साल बाद फिल्म मर्दानी 2 आई थी. अब एक बार फिर पांच साल बाद मर्दानी 3 आ रही है. यशराज फिल्म्स ने मर्दानी 3 का एलान कर एक वीडियो शेयरक किया है, जिसमें मर्दानी और मर्दानी 2 में रानी मुखर्ज का धांसू कॉप लुक में एक्शन दिख रहा है. वहीं, वीडियो के आखिर में फिल्म मर्दानी 3 का एलान किया गया है.

मर्दानी 3 का एलान कर यशराज फिल्म्स ने लिखा है, मर्दानी के 10 साल पूरे और अगले का इंतजार है, डेयरिंग शिवानी शिवाजी रॉय और मर्दानी की स्पिरिट का जश्न मना रहे हैं, एक दशक से इतना प्यार देने के लिए धन्यवाद, इस प्यार की बदौलत हम दोबारा प्रेरित हो रहे हैं, रानी मुखर्जी और मर्दानी के 10 साल.

केके मेनन की मुर्शिद का ट्रेलर जारी, 30 अगस्त को जी5 पर रिलीज होगी वेब सीरीज

केके मेनन अभिनीत गैंगस्टर गाथा मुर्शिद के निर्माताओं ने आगामी सीरीज का ट्रेलर जारी किया, जिसका निर्देशन श्रवण तिवारी ने किया है। एक मिनट 32 सेकंड के इस वीडियो में केके माफिया डॉन मुर्शिद पठान की भूमिका में हैं। ट्रेलर में अपराध, एक्शन और ड्रामा का शानदार मिश्रण दिखाया गया है।

मुंबई की व्यस्त सडक़ों से लेकर दुबई की जगमगाती गलियों और इलाहाबाद की ऐतिहासिक गलियों तक, मुर्शिद दर्शकों को एक ऐसी दुनिया में ले जाता है, जहां हर भाई आपका भाई नहीं होता और पारिवारिक रिश्ते साजिश के जाल में बदल सकते हैं।ट्रेलर दर्शकों को मुंबई के आपराधिक अंडरवर्ल्ड की दुनिया में ले जाता है, जहां रिटायर डॉन मुर्शीद पठान अनिच्छा से उस जीवन में वापस आ जाता है जिसके बारे में उसने सोचा था कि वह पीछे छूट गया है।

चेहरे की रंगत को दोगुना कर देगा जूस

अगर आप अपने चेहरे की रंगत को निखारना चाहते हैं, तो यह जूस आपकी मदद कर सकता है. इस जूस को रोजाना पीने से आपकी त्वचा में चमक बढ़ेगी और रंगत दोगुनी हो जाएगी.

जूस की सामग्री:

* **सेब:** सेब एंटीऑक्सीडेंट्स से भरपूर होता है, जो त्वचा को प्रदूषण और उम्र बढऩे के प्रभावों से बचाता है. सेब का रोजाना खाने से त्वचा को ताजगी और निखार देता है.

* **चुकंदर:** चुकंदर में आयरन, फोलेट, और विटामिन सी होते हैं, जो खून की कमी को दूर करते हैं और त्वचा को गुलाबी और चमकदार बनाते हैं. यह शरीर में रक्त संचार को भी बेहतर बनाता है, जिससे त्वचा की कोशिकाओं को अधिक ऑक्सीजन मिलती है और वे स्वस्थ रहती हैं.

* **गाजर:** गाजर में बीटा-कैरोटीन होता है, जो विटामिन ए में बदल जाता है और त्वचा को प्राकृतिक चमक देता है. गाजर खाने से त्वचा को धूप के हानिकारक प्रभावों से भी बचाता है और उम्र बढऩे के लक्षणों को कम करता है.

* **आंवला:** आंवला में विटामिन सी प्रचुर मात्रा में पाया जाता है, जो त्वचा के लिए एक प्राकृतिक टॉनिक का काम करता है. यह त्वचा की इम्यूनिटी को बढ़ाता है और उसे हेल्दी रखता है.

* **अदरक:** अदरक में एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण होते हैं, जो शरीर की सूजन को कम करने में मदद करते हैं और त्वचा को साफ-सुथरा रखते हैं.

* **नींबू का रस:** नींबू का रस जूस में ताजगी और अतिरिक्त विटामिन सी जोड़ता है, जो त्वचा की रंगत को निखारने में मदद करता है.

जूस बनाने की विधि9 इस जूस को बनाने के लिए सबसे पहले चुकंदर, गाजर, सेब, आंवला और अदरक को अच्छी तरह धोकर छोटे टुकड़ों में काट लें. इन्हें मिक्सर या जूसर में डालकर अच्छी तरह पीस लें. पीसने के बाद, इसमें नींबू का रस मिलाएं और जूस को तुरंत पी लें. इसे सुबह खाली पेट पीना सबसे फायदेमंद होता है.

जूस के फायदे9 इस जूस का रोजाना पीने से त्वचा की रंगत को निखारने के साथ-साथ कई अन्य लाभ भी देता है. यह जूस शरीर से विषाक्त पदार्थों को निकालता है, जिससे त्वचा की प्राकृतिक चमक बरकरार रहती है.

शब्द सामर्थ्य- 156

बाएं से दाएं

1. याद, स्मरण 3. अग्नि, आग, पवित्र करने वाला 6. गौ जाति का नर 8. निशाचर, रात में विचरण करने वाला 10. मुस्कुराहट, तबस्सुम 11. खारा, नमक के स्वाद जैसा 14. मुख्यभाग, निचोड़ 16. पिंडली व एड़ी के बीच की दोनों ओर उभरी हड्डी, गुल्फ 18. अद्भुत, विचित्र 21. सम्राट, बादशाह, नरेश 22. कृति, निर्माण करना, बनाना 23. बड़ी थाली 24. समूह, दल 26. एहसानमंद, कृतज्ञ 27. ध्वनि, सदा 28. श्रीकृष्ण के बड़े भाई, हलधर।

ऊपर से नीचे

2. अपमान, अनादर, अवज्ञा 3. जल, नीर, अम्बु 4. वाणी, वादा, कथन 4. कर्म शब्द का अपभ्रंश, भाग्य 7. लकड़ी का घूमने वाला एक गोल खिलौना, बिजली का बल्ब 9. लोग, प्रजा 10. यात्री, राही, पथिक 12. कीड़ा 13. चोचला, अदा 15. दंड 17. अवैध, अनुचित 18. जो आधिकारिक न हो, जो अधिकार प्राप्त न हो 19. जैसा होना चाहिए ठीक वैसा, सत्यपरक, वाजिब 20. ताकत, शक्ति 24. प्रश्न, समस्या 25. घटना, घटना का वर्णन 26. एक प्रसिद्ध पक्षी जो रात में विचरण करता है, लक्ष्मीजी की सवारी 27. पानी, चमक।

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			

शब्द सामर्थ्य क्रमांक 155 का हल

टे	ढ़ा	मे	ढ़ा	■	म	हा	र	त
क	■	ह	■	■	■	■	ज	न
■	जा	न	की	■	क	म	नी	य
■	■	त	म	क	ना	■	■	■
म	■	■	त	ह	त	■	दा	ब
सी	मा	■	■	ला	■	स	न	द
हा	थ	म	ल	ना	■	वा	■	च
■	■	द	■	■	घा	ल	मे	ल
■	ब	द	ह	वा	स	■	■	न

सू-दोकू- 156

	7				1		3	
1		9				5		
			3				1	
		5						3
3					2		5	
				3				2
	4						7	
7		8		1		6		
	6		7		9			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 र सकते है।
3. बाएं से दाएं और उपर 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.155 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