संपादकीय

फैक्ट चेक यूनिट मौलिक अधिकारों का हनन

आज के दौर में न्यायपालिका की ओर से ऐसा दो टूक और साहसी हस्तक्षेप कभी-कभार ही होता है। इसके बीच फैक्ट चेक यूनिट खारिज करने के बॉम्बे हाई कोर्ट के ताजा फैसले को एक चमकती हुई मिसाल के रूप में देखा जाएगा।

सरकार की एजेंसी खबरों के फैक्ट चेक करे, यह सोच ही अतार्किक है। स्वाभाविक है कि ऐसी एजेंसी बनाने की सरकार की पहल को लेकर समाज में आरंभ से ही व्यग्रता देखी गई। यह आम समझ थी कि इस पहल के पीछे मंशा ऐसे तथ्यों को मीडिया से बाहर करना है, जो सरकार को असहज करने वाले हो सकते हैं। वर्तमान सरकार के दौर में फेक न्यूज और फैक्ट चेक विवादास्पद मुद्दे रहे हैं। ऐसे विवादों के क्रम में सरकार के अपने नजरिए को अक्सर एकतरफा माना गया है। इसीलिए फैक्ट चेकर यूनिट बनाने की उसकी पहल को दुर्भावनापूर्ण भी समझा गया था। अब इन सभी आशंकाओं की बॉम्बे हाई कोर्ट ने पुष्टि कर दी है। उसने नए सूचना तकनीक कानून में संबंधित संशोधन को खारिज कर दिया है। सरकार के खिलाफ कथित फर्जी खबरों और गलत सूचनाओं को रोकने के लिए बनाई गई तथ्य-जांच इकाइयों को अदालत ने असवैधानिक घोषित कर दिया है। अदालत ने यह उचित टिप्पणी की कि फैक्ट चेक यूनिट नागरिकों के मौलिक अधिकारों का हनन है।

आज के दौर में न्यायपालिका की ओर से ऐसा दो टूक और साहसी हस्तक्षेप कभी-कभार ही होता है। इसके बीच बॉम्बे हाई कोर्ट के फैसले को एक चमकती हुई मिसाल के रूप में देखा जाएगा। फैक्ट चेक यूनिट बनाने की पहल को कॉमेडियन कुणाल कामरा, एडिटर्स गिल्ड ऑफ इंडिया, न्यूज ब्रॉडकास्ट और डिजिटल एसोसिएशन ऑफ इंडियन मैगजीन्स ने कोर्ट में चुनौती दी थी। पहले हाई कोर्ट की दो जजों वाली बेंच में जस्टिस गौतम पटेल और जस्टिस नीला के. गोखले ने अलग-अलग फैसला सुनाया। इसके बाद इस मामले को तीसरे यानी टाई ब्रेकर जज के पास भेजा गया था। तीसरे जज जस्टिस अतुल एस. चंदूरकर ने अपने निर्णय में सरकारी संशोधन को असवैधानिक करार दिया। कहा कि यह संशोधन भारतीय सविधान के अनुच्छेद 14 और अनुच्छेद 19 का उल्लंघन है। इस निर्णय से मीडियाकर्मियों के साथ-साथ आम नागरिकों को भी बड़ी राहत मिली है। फैक्ट चेक यूनिट सक्रिय हो जातीं, तो आशंका थी कि हर वैसी खबर कार्रवाई के दायरे में आ जाएगी, जिसमें सरकारी नैरेटिव हट कर अलग कहानी बताई गई हो।

देसी बाजार में पीई फर्मों का दांव, वित्तीय और उपभोक्ता क्षेत्र में हुए ज्यादातर सौदे

नईदिल्ली

प्राइवेट इक्विटी सौदों में दो साल तक गिरावट रहने के बाद 2024 के पहले 9 महीनों में देश में ऐसे सौदे 8.9 फीसदी बढ़ गए। इस दौरान कुल 24.2 अरब डॉलर के सौदे किए गए, जबकि 2023 के पहले 9 महीनों में 22.23 अरब डॉलर के सौदे ही हुए थे। इस साल अभी तक सबसे अधिक 6.3 अरब डॉलर के सौदे वित्तीय सेवाओं के क्षेत्र में हुए हैं, जो कुल सौदों के 26 फीसदी हैं।

इसके बाद प्रौद्योगिकी क्षेत्र में 5 अरब डॉलर के सौदे किए गए। मंदी या आर्थिक सुस्ती से बेअसर रहने वाला (नॉन-साइक्लिकल) उपभोक्ता क्षेत्र 4.3 अरब डॉलर के सौदों के साथ तीसरे स्थान पर रहा। आर्थिक स्थितियों के मुताबिक बढ़ने या ठहरने वाले साइक्लिकल उपभोक्ता क्षेत्र (जैसे वाहन, इलेक्ट्रॉनिक्स, कंज्यूमर ड्यूरेबल आदि) में 3.5 अरब डॉलर के सौदे किए गए।

पिछले हफ्ते ईक्यूटी ने इंडोस्टार होम फाइनैंस में 1,750 करोड़ रुपये में 100 फीसदी हिस्सेदारी खरीदने की योजना की घोषणा की थी। मई में वारबर्ग पिनकस ने 4,630 करोड़ रुपये में श्रीराम हाउसिंग फाइनैंस का अधिग्रहण किया था। अगस्त में सीवीसी एडवाइजर्स ने आवास फाइनैंसर्स का अधिग्रहण कर केदार कैपिटल और पार्टनर्स ग्रुप को इससे बाहर निकलने का मौका दिया।

प्राइवेट इक्विटी (पीई) गतिविधियों में तेजी इन क्षेत्रों के लिए उत्साहजनक है क्योंकि इनका लक्ष्य भारत में अरबों डॉलर निवेश करने का है। साथ ही वे अपना पिछला निवेश कंपनियों से सफलतापूर्वक निकाल रहे हैं। शेयर बाजार की रिकॉर्ड ऊंचाई देखकर कई पीई फर्में बल्क सौदों और आरंभिक सार्वजनिक निर्गम के जरिये शेयर बेचकर कंपनियों में पहले किया गया निवेश निकाल रही हैं। ब्लूमबर्ग के आंकड़ों के अनुसार पीई फर्मों ने इस साल जनवरी से सितंबर तक रिकॉर्ड 859 सौदे किए, जबकि पिछले साल इसी अवधि में 701 सौदे किए गए थे। 2023 के पहले 9 महीनों में पीई सौदे 2022 की समान अवधि की तुलना में 46.6 फीसदी घट गए थे। 2021 के पहले 9 महीनों में पीई फर्मों ने 55.3 अरब डॉलर के रिकॉर्ड सौदे किए थे, जिनमें रिलायंस इंडस्ट्रीज की रिटेल और दूरसंचार इकाई के साथ किए गए सौदे प्रमुख थे।

ब्लूमबर्ग के आंकड़ों के अनुसार इस साल मई में सिकोया कैपिटल ने वाल्टन स्ट्रीट इंडिया में 1.5 अरब डॉलर का निवेश किया था, जो 2024 में अभी तक का सबसे बड़ा पीई सौदा है। दूसरा बड़ा सौदा एडवेंट इंटरनैशनल का था, जिसने कोहैन्स लाइफसाइंसेज में 1 अरब डॉलर का निवेश निकाला था।

पीई अधिकारी मान रहे हैं कि भारतीय अर्थव्यवस्था वृद्धि की राह पर है और उद्योग कई अरब डॉलर के सौदों के लिए तैयार है।

कामिंदु मेंडिस ने सचिन, विराट और गावस्कर को छोड़ा पीछे, इस मामले में बने नंबर-1 बल्लेबाज

नईदिल्ली

श्रीलंका क्रिकेट टीम के स्टार बल्लेबाज कामिंदु मेंडिस तूफानी अंदाज में बल्लेबाजी करते हुए आगे बढ़ रहे हैं. कामिंदु मेंडिस टेस्ट में सबसे तेज 1000 रन बनाने वाले एशियाई बल्लेबाज बन गए. जी हां, सचिन तेंदुलकर, विराट कोहली और सुनील गावस्कर जैसे दिग्गजों को पीछे छोड़ते हुए मेंडिस ने ये महारिकॉर्ड अपने नाम कर लिया है.

25 साल के विस्फोटक बल्लेबाज कामिंदु मेंडिस ने इतिहास रच दिया है. वह फास्टेस्ट 1000 टेस्ट रन बनाने वाले एशियाई बल्लेबाज बन गए हैं. मेंडिस ने न्यूजीलैंड के खिलाफ गाले में खेले जा रहे दूसरे टेस्ट के दौरान 1000 रनों का आंकड़ा छुआ. इसी के साथ उन्होंने सचिन तेंदुलकर, विराट कोहली और सुनील गावस्कर जैसे दिग्गज बल्लेबाजों को पछाड़ दिया है. श्रीलंकाई बल्लेबाज ने 8 टेस्ट की 13 पारियों में 1000 रन बनाने का कमाल किया.

कामिंदु मेंडिस ने 8 टेस्ट की 13 पारियों में 1000 रनों का आंकड़ा छू लिया है. इसी के साथ उन्होंने पूर्व दिग्गज बल्लेबाज सर डॉन ब्रैडमैन की बराबरी कर ली. ब्रैडमैन ने 7 टेस्ट की 13 पारियों में यह आंकड़ा छुआ था. वहीं, टेस्ट में सबसे तेज 1000 रन बनाने वाले बल्लेबाजों की लिस्ट में मेंडिस तीसरे पायदान पर आ गए हैं. लिस्ट में इंग्लैंड के पूर्व बल्लेबाज हर्बर्ट सटक्लिफ और वेस्टइंडीज के पूर्व बल्लेबाज एवर्टन वीक्स पहले नंबर पर हैं. दोनों ही बल्लेबाजों ने 9 टेस्ट की 12 पारियों में 1000 रनों का आंकड़ा छुआ था.

न्यूजीलैंड और श्रीलंका के बीच खेली जाने वाली 2 मैचों की टेस्ट सीरीज में कामिंदु मेंडिस लगातार अच्छा प्रदर्शन करते हुए आगे बढ़ रहे हैं. पहली पारी में उन्होंने 182(250) रनों की पारी खेली. इस दौरान उन्होंने 16 चौके और 4 छक्के लगाए. वह टेस्ट सीरीज में सबसे ज्यादा रन बनाने वाले दूसरे बल्लेबाज हैं.

भारत ने गैर-बासमती सफेद चावल के निर्यात पर प्रतिबंध हटाया

❐ व्यापारियों ने इस कदम की सराहना की

नईदिल्ली

केंद्र ने गैर-बासमती सफेद चावल के निर्यात पर प्रतिबंध तत्काल प्रभाव से हटा दिया। एक अधिसूचना में यह जानकारी दी गई। सरकार ने जुलाई 2023 में चावल की घरेलू आपूर्ति सुनिश्चित करने और कीमतों को नियंत्रण में रखने के लिए प्रतिबंध लगाया था।

निर्यातकों ने पाबंदी हटाने के फैसले की सराहना की और इसे क्षेत्र के लिए अहम करार दिया। 'राइस विला' के सीईओ सूरज अग्रवाल ने कहा, ''गैर-बासमती सफेद चावल के निर्यात पर प्रतिबंध हटाने का भारत का साहसिक फैसला कृषि क्षेत्र के लिए परिवर्तनकारी है।''

अधिसूचना में कहा गया है कि सरकार ने 'पारब्वॉइल्ड' चावल पर निर्यात शुल्क भी 20 प्रतिशत से घटाकर 10 प्रतिशत कर दिया है।

सीक्वेंट और वियश का होगा विलय, बनेगी भारत की सबसे बड़ी पशु स्वास्थ्य सेवा कंपनी

नईदिल्ली

कार्लाइल के निवेश वाली पशु स्वास्थ्य सेवा कंपनी सीक्वेंट साइंटिफिक और वियश लाइफ साइंसेज ने विलय की घोषणा की है। 8,000 करोड़ रुपये मूल्य के विलय सौदे के बाद बनने वाली नई इकाई भारत में पशु के लिए दवा बनाने वाली सबसे बड़ी कंपनी बन जाएगी।

विश्लेषकों के अनुसार नई कंपनी दुनिया में पशु स्वास्थ्य सेवा कारोबार में संभावनाओं का फायदा उठाने की मजबूत स्थिति में आ जाएगी। 2023 में दुनिया में यह बाजार लगभग 38 अरब डॉलर आंका गया था और माना जा रहा है कि यह लगभग 8 प्रतिशत की दर से बढ़कर 2027 तक 51 अरब डॉलर तक पहुंच जाएगा। भारतीय पशु स्वास्थ्य सेवा बाजार 2023 में 8,000 करोड़ रुपये आंका गया था और 2032 तक इसके बढ़कर 16,000 करोड़ रुपये तक पहुंचने का अनुमान है।

एकीकृत कंपनी की 150 देशों में पहुंच होगी। विलय के बाद नई इकाई का बहीखाता भी मजबूत हो जाएगा। जून में येस सिक्योरिटीज के भवेश गांधी ने कहा था कि सीक्वेंट अपने एपीआई कारोबार को लेकर उत्साहित है और दवा विनिर्माण कारोबार में भी इसे तेजी आने की उम्मीद है। कंपनी का घरेलू कारोबार भी पहले से बेहतर हो रहा है।

कार्लाइल ग्रुप की कंपनियों की विलय योजना के अनुसार वियश के शेयरधारकों को इसके प्रत्येक 100 इक्विटी शेयरों की तुलना में सिक्वेंट के 56 शेयर मिलेंगे। सीक्वेंट की ओर से जारी इन नए शेयरों का कारोबार एनएसई और बीएसई पर होगा। इससे सिक्वेंट का पूंजी आधार मौजूदा 24 करोड़ शेयरों से बढ़कर 42.8 करोड़ शेयर जा जाएगा।

प्रवर्तक एवं प्रवर्तक समूह की हिस्सेदारी नई इकाई में लगभग 62.4 प्रतिशत होगी। गुरुवार को कारोबार समाप्त होने के बाद शेयरों के मूल्य के आधार पर नई इकाई का मूल्य लगभग 8,176 करोड़ रुपये हो जाएगा। शुक्रवार को बीएसई पर सीक्वेंट का शयेर 14 प्रतिशत चढ़ गया और बाद में यह 217.35 रुपये पर बंद हुआ था।

पहला सेशन हुआ वॉश आउट, अभी भी ढका हुआ है ग्रीन पार्क स्टेडियम

कानपुर

कानपुर के ग्रीन पार्क में भारत और बांग्लादेश के बीच खेले जा रहे दूसरे टेस्ट मैच के दूसरा दिन भी खराब मौसम से प्रभावित हो रहा है. मैच सुबह 9.30 बजे शुरू होने वाला था. लेकिन, खराब मौसम को देखते हुए मैच देरी से शुरू होने वाला है. खुद बीसीसीआई ने सोशल मीडिया पर पोस्ट शेयर कर इस बात की जानकारी दी है.

कानपुर में बारिश रुक गई है. लेकिन, आउटफील्ड काफी गीला है, जिसपर सुपर सोपर्स काम कर रहे हैं. 11 बजे से सुपर सोपर का इस्तेमाल किया गया था लेकिन मैदान अभी भी काफी गीला है. बारिश तो रुक गई है, लेकिन फिर भी ग्राउंड्समैन ने कवर्स को नहीं हटाया है.

कानपुर के ग्रीन पार्क स्टेडियम से ताजा अपडेट सामने आ रही है कि सुपर सोपर्स ने कवर्स पर काम करना शुरू कर दिया है. हालांकि रोशनी में सुधार नहीं हुआ है. रिजर्व अंपायर वीरेंद्र शर्मा ग्राउंड्समैन से बात करते नजर आए. मैच के शुरू होने की उम्मीद कम ही दिख रही है.

कानपुर में बारिश रुक चुकी है, लेकिन मैदान अभी भी पूरी तरह से ढका हुआ है. लंच का समय हो गया है, इसलिए ऐसा कहना गलत नहीं होगा कि पहला सेशन वॉश आउट हो गया है. हालांकि, सुपर सोपर ने कवर पर काम करना शुरू कर दिया है.

कानपुर से क्रिकेट फैंस के लिए बुरी खबर आ रही है. दोनों टीम मैदान से होटल वापस लौट गई हैं और अगले इंसपेक्शन की कोई खबर नहीं है. मैदान पर कवर्स हैं और मौसम भी खराब है. ऐसे में लंच तक मैच शुरू होना मुश्किल लग रहा है.

कानपुर में लगातार हो रही बारिश के चलते टीम इंडिया के होटल वापस लौटने की खबर सामने आ रही है. अब तक मैच के शुरू होने की कोई आशंका नहीं दिख रही है.

भारत-बांग्लादेश के बीच खेला जा रहा टेस्ट मैच पूरा नहीं हो पाता या ड्रॉ पर खत्म होता है, तो टीम इंडिया 1-0 से इस सीरीज को जीत लेगी. हालांकि, वर्ल्ड टेस्ट चैंपियनशिप की अंक तालिका में टीम पहले नंबर पर बनी रहेगी.

कानपुर टेस्ट मैच के पहले दिन टॉस जीतकर भारतीय कप्तान रोहित शर्मा ने गेंदबाजी का फैसला किया. जहां, पहले बल्लेबाजी करने उतरी बांग्लादेश की टीम ने 35 ओवर बल्लेबाजी की, जिसमें 3 विकेट के नुकसान पर 107 रनों का स्कोर बनाया. हालांकि, इसके आगे बारिश के चलते मैच नहीं खेला जा सका.

चाइना ओपन: अल्काराज़ दूसरे दौर में, मेदवेदेव ने गाएल मोंफिल्स को हराया

बीजिंग

चार बार के प्रमुख चैंपियन कार्लोस अल्काराज़ ने साथी 21 वर्षीय जियोवानी एमपेटशी पेरीकार्ड को 6-4, 6-4 से हराकर दूसरे दौर में प्रवेश किया, जबकि तीसरे वरीय दानिल मेदवेदेव ने शुक्रवार को यहां चाइना ओपन के पुरुष वर्ग के पहले दौर में अनुभवी गाएल मोंफिल्स को 6-3, 6-4 से हराया।

इस साल फ्रेंच ओपन और विंबलडन जीतने वाले अल्काराज़ के लिए यह एक चुनौतीपूर्ण मैच था, क्योंकि उन्हें एटीपी टूर पर सबसे बड़ी सर्विस करने वाले खिलाड़ियों में से एक एमपेटशी पेरीकार्ड का सामना करना पड़ा क्योंकि उनके पास अपने नवीनतम अभियान से अभ्यस्त होने के लिए बहुत कम समय था।

हालांकि, शीर्ष वरीयता प्राप्त खिलाड़ी ने एमपेटशी पेरीकार्ड की मारक क्षमता के साथ जल्दी से तालमेल बिठाया और पहले दौर की जीत में शानदार प्रदर्शन किया। अल्काराज़ ने प्रत्येक सेट के शुरुआती गेम में फ्रांसीसी खिलाड़ी की सर्विस को तोडक़र 81 मिनट में अपने 21 वर्षीय साथी खिलाड़ी को हराया।

अल्काराज़ को शिन्हुआ ने यह कहते हुए उद्धृत किया, ईमानदारी से कहूं तो यह आसान नहीं था। वह वास्तव में एक शक्तिशाली खिलाड़ी है। बड़ी सर्विस, बेसलाइन से बड़े शॉट। इसलिए मुझे वास्तव में ध्यान केंद्रित करना था। यही योजना थी। बहुत अधिक गलतियाँ न करने और बेसलाइन से आक्रामक तरीके से खेलने की कोशिश करें।

अल्काराज़ ने ल्योन चैंपियन एमपेटशी पेरीकार्ड के साथ अपने पहले लेक्सस एटीपी हेड2हेड मुकाबले में अर्जित दोनों ब्रेक पॉइंट को भुनाया। हालांकि , इन्फोसिस एटीपी स्टैट्स के अनुसार, फ्रांसीसी खिलाड़ी ने अपनी पहली डिलीवरी के पीछे 83 प्रतिशत (20/24) अंक जीतकर मैच समाप्त किया, लेकिन प्रत्येक सेट की शुरुआत में चूक के कारण उनकी जीत की उम्मीद कमज़ोर पड़ गई।

आज का राशिफल

मेष- आज आपका दिन अच्छा रहेगा। आज आपका विवेक और सूझबूझ से लिया गया निर्णय अच्छा रहेगा और हर काम शांतिपूर्ण ढंग से संपन्न होंगे। संतान के पक्ष से कोई शुभ काम बनने से मन खुश रहेगा।

वृष- आज आपका दिन आपके अनुकूल रहेगा। कार्यक्षेत्र में सहयोगी यों और कर्मचारियों की मदद से उचित व्यवस्था बनी रहेगी और कार्य सुचारू रूप से संपन्न होते जाएंगे। साझेदारी संबंधी व्यवसाय आज गति पकड़ेंगे।

मिथुन- आज आपके दिन की शुरुआत स्लो रहेगी। आज कुछ परेशानियां रहेंगे परंतु इसके बावजूद आप अपनी संतुलित सोच द्वारा समाधान भी निकाल लेंगे। किसी आर्थिक समस्या का हल मिलने से सुकून रहेगा।

कर्क- आज आपका दिन लाभदायक रहेगा। आज अपना स्वभाव पॉजिटिव बनाए रखेंगे। इस समय किसी भी तरह का लेन-देन स्थगित रखना ही उचित है। राजनीतिक और सामाजिक गतिविधियों में अपनी उपस्थिति जरूर रखें।

सिंह- आज आपका दिन एक नया खास पल लेकर आएगा। रुपए-पैसे के मामले में किसी पर भी ज्यादा भरोसा ना करें। भावुकता और उदारता में लिए गए निर्णय नुकसान दे सकते हैं।

कन्या- आज आपका दिन उत्साह से भरा रहेगा। आज आप खुद को आर्थिक तौर पर मजबूत करने की कोशिश करेंगे और सफल भी रहेंगे। लेन-देन संबंधी कोई मामला किसी की मध्यस्थता से हल करने का प्रयास करेंगे तो निश्चित ही आपको सफलता मिलेगी।

तुला- आज आपका दिन शानदार रहेगा। अधिक भागदौड़ वाला काम होने के बावजूद भी आप पॉजिटिव रहेंगे। आज उचित समय पर उचित निर्णय लेना फायदेमंद साबित होगा। आज के सारे काम समय से पूरे होंगे।

वृश्चिक- आज आपका दिन लकी रहेगा। दोस्त आपका मनोबल बढ़ाएंगे। आज सोची हुई कार्य योजनाओं को पूर्ण करने मे सफलता मिलेगी। आज अपने लक्ष्य को पूरा करने में और अधिक मेहनत करेंगे। अपनी फिजूलखर्ची पर नियंत्रण रखें।

धनु- आज आपका दिन बेहद खुशहाल रहेगा। जीवनसाथी की हेल्प कारगार हो सकती है। आँखों की समस्या किसी अच्छे डॉक्टर को दिखायेंगे,आपको आराम मिलेगा। आज पिछले कुछ समय से जिन योजनाओं को पूरा करने के लिए प्रयासरत थे, अब उनका फलीभूत होने का उचित समय आ गया है।

मकर- आज आपका दिन बेहद खुशनुमा रहेगा। आज किसी भी परिस्थिति में आप अपना स्वाभिमान और आत्म बल कमजोर नहीं पडने देंगे। आज चुनौतियों का सामना करें और आर्थिक मामलों को और अधिक बढिय़ा बनाने की कोशिश करें।

कुंभ- आज आपका दिन मिला जुला रहेगा। पेरेंट्स बच्चों के साथ किसी शोपिंग मॉल में घूमने जायेंगे जिससे उनमे बहुत उत्साह देखने को मिलेगी। आपका शांतिपूर्ण व्यक्तित्व आपके कार्यों को योजनाबद्ध तरीके से व्यवस्थित करने में सहायक रहेगा।

मीन- आज आपका दिन ताजगी से भरा रहेगा। आज कोई भी गलत बात को बर्दाश्त ना करें और अपना आत्मविश्वास बनाकर रखें। यह व्यवहार आपको शुभ अशुभ दोनों पक्षों में बेहतर सामंजस्य बनाकर रखेगा।

फिल्म द सिग्नेचर का ट्रेलर रिलीज, बुढ़ापे की चुनौतियों से जंग लड़ते दिखे अनुपम खेर

दिग्ज अभिनेता अनुपम खेर ने अपने करियर में एक से बढक़र एक फिल्मों में काम किया है। उनकी आने वाली हर फिल्म की राह दर्शक बड़ी बेसब्री से देखते हैं।अनुपम की फिल्म द सिग्नेचर का भी दर्शकों को इंतजार है और यह इसलिए भी खास है, क्योंकि ये उनके करियर की 525वीं फिल्म है।अब उनकी इस फिल्म का ट्रेलर रिलीज हो गया है, जिसमें अनुपम ने एक बार फिर दर्शकों का दिल जीत लिया है।

जिंदगीभर तमाम जिम्मेदारियां निभाने के बाद बुढ़ापे में हर कोई आराम और सुकून की जिंदगी बिताना चाहता है, लेकिन असल में वृद्धावस्था की अपनी अलग चुनौतियां हैं।मां-बाप के बुढ़ापे में कैसे उसकी संतान का रवैया बदल जाता है, यही सब इस फिल्म के ट्रेलर में दिखाया गया है। अनुपम एक बुजुर्ग पिता की भूमिका में हैं, जो वृद्धावस्था की चुनौतियों से लड़ते दिख रहे हैंइस दिल छू लेने वाली कहानी का ट्रेलर काफी भावुक कर देने वाला है।

बेहद दर्दनाक होता है किसी को खो देना, पर बेहद खौफनाक होता है किसी को खो देने का डर, ट्रेलर की यह पंचलाइन किसी को भी भावुक कर दोट्रेलर देख एक यूजर ने लिखा, भाई ट्रेलर ने ऐसे रुला दिया।

हाउसफुल 5 की स्टारकास्ट की तस्वीरें वायरल, अक्षय कुमार के साथ कॉमेडी करेंगे ये स्टार्स

अक्षय कुमार ने अपनी अगली फिल्म हाउसफुल 5 की शूटिंग शुरू कर दी है. पिछली बार अक्षय कुमार को कॉमेडी ड्रामा फिल्म खेल-खेल में में देखा गया था. अक्षय कुमार बीते कुछ सालों से बॉक्स ऑफिस पर फेल साबित हो रहे हैं. बीते दो सालों में रिलीज हुईं 8 से ज्यादा फिल्मों में से अक्षय कुमार की एक भी फिल्म बॉक्स ऑफिस पर सक्सेस साबित नहीं हुई है. अब अक्षय कुमार अपनी कॉमेडी फ्रेंचाइजी हाउसफुल के 5वें पार्ट की तैयारियों में जुट गये हैं. फिल्म हाउसफुल की अब पूरी स्टारकास्ट सामने आ चुकी है. अक्षय कुमार और चंकी पांडे ने सेट से तस्वीरें शेयर की हैं.

अक्षय कुमार ने अपने इंस्टाग्राम अकाउंट पर एक तस्वीर शेयर की है, इस तस्वीर में अक्षय कुमार अपनी हाउसफुल टीम के साथ हैं. इन तस्वीर में अक्षय कुमार, रितेश देशमुख, अभिषेक बच्चन, दीनो मोरिया और जैकलीन फर्नांडिस दिख रही हैं.

ब्राउन ब्रेड खाना वाकई में होता है हेल्दी?

सुबह-सुबह ब्रेड और चाय खाना बहुत से लोगों को पसंद होता है. कुछ लोग व्हाइट ब्रेड तो कुछ ब्राउन ब्रेड खाते हैं. उनका मानना है कि नॉर्मल ब्रेड की तुलना में ब्राउन ब्रेड सेहत के लिए ज्यादा फायदेमंद होता है. इसे खाने से शरीर को कई लाभ मिलते हैं. ऐसे में सवाल उठता है कि क्या वाकई ब्राउन ब्रेड ज्यादा हेल्दी होता है. आखिर यह व्हाइट ब्रेड से अलग कैसे होता है. आइए जानते हैं जवाब...

ब्राउन ब्रेड क्यों हेल्दी माना जाता है

व्हाइट ब्रेड की तुलना में ब्राउन ब्रेड इसलिए ज्यादा जल्दी ऑप्शन माना जाता है, क्योंकि यह गेहूं से बनता है, जबकि व्हाइट ब्रेड रिफाइंड ग्रेन से बनाई जाती है. हेल्थ कॉन्शियस लोग ब्राउन ब्रेड का सेवन कर सकते हैं.

ब्राउन ब्रेड क्यों ज्यादा हेल्दी

1. ब्राउन ब्रेड होल वीट यानी गेहूं के आटे से बनती है. इसे बनाने के लिए आटे से चोकर भी नहीं हटाया जाता है. इसलिए इसमें फाइबर ज्यादा होता है.

2. साबुत गेहूं के आटे से बनने के कारण ब्राउन ब्रेड ज्यादा फायदेमंद होता है.

3. ज्यादा फाइबर की वजह से ब्राउन ब्रेड सॉफ्ट नहीं होता, क्योंकि इसे ज्यादा प्रॉसेस नहीं किया जाता है.

4. ब्राउन ब्रेड में नेचुरली ज्यादा खनिज पाया जाता है, जिससे अलग से विटामिन और मिनरल्स मिलाने की जरूरत नहीं पड़ती है.

क्या हर तरह के ब्राउन ब्रेड फायदेमंद

हेल्थ एक्सपर्ट्स के अनुसार, प्रोसेस्ड ग्रेन को होल ग्रेन के साथ मिलाकर खाने से ज्यादा नुकसान नहीं होता है. लेकिन अगर ब्राउन ब्रेड या डार्क कलर ब्रेड होने का मतलब यहन हीं कि वह वाकई पौष्टिक हो या होल व्हीट से बना हो. हर तरह की ब्राउन ब्रेड एक तरह से नहीं बनाई जाती है. इसलिए अगर सिर्फ रंग देखकर ब्रेड को हेल्दी मान रहे हैं तो यह एक भूल हो सकती है.

क्या सफेद ब्रेड नहीं खानी चाहिए

सफेद ब्रेड भी खा सकते हैं बस उसमें ब्राउड ब्रेड की तुलना में कम न्यूट्रीशन होते हैं. ब्राउन ब्रेड जब भी चुने तो उसके लेबल पर 100त्न होल व्हीट या होल ग्रेन लिखा होना चाहिए. ऐसे ब्रेड में फाइबर, मैग्नेशियम, विटामिन ई और कुछ फैटी एसिड्स मिल जाते हैं जो शरीर के लिए फायेदमंद होते हैं.

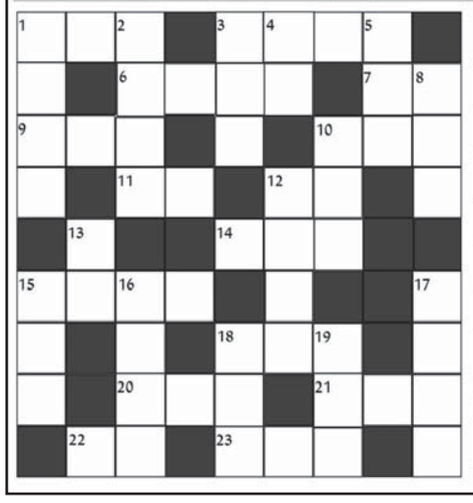
शब्द सामर्थ्य- 192

बाएं से दाएं

1. रूचिकर लगने वाली, रूचि के अनुकुल, चुनी हुई 3. राजाओं के बैठने का आसन 6. श्रमिक 7. कार्य, काज 9. वाद्ययंत्र आदि बजाने वाला 10. सहारा, सहायक वस्तु 11. शर्म, लाज, हया 12. मक्खन, माखन 14. श्रीमती राबड़ी देवी इस प्रदेश की मुख्यमंत्री हैं 15. चंद्रमा, रजनीश, चांद 18. पुस्तक 20. अवधि, समय 21. तर्क वितर्क और कहा-सुनी, जबानी झगड़ा 22. सूरत, आकार 23. झुका हुआ, नत।

ऊपर से नीचे

1. पंद्रह दिन का समय, शुक्ल या कृष्ण पक्ष 2. आग बुझाने की मशीन 3. हिंदु विवाहित स्त्री के मांग में भरने का लाल चूर्ण 4. पराजय, माला 5. मुंह ढकने का कपड़ा, घुंघट 8. चंदन, दक्षिण का एक पर्वत 10. व्यवस्थित करना, सजाना, स्वभाव आदि का परिष्कार, शुद्ध संबंधी कृत्य 12. विशालता, बड़प्पन, महान होने का भाव 13. अड़चन, रुकावट 15. जमीन के अंदर गहरा और लंबा रास्ता, अच्छे रंग का 16. बेवकूफ, मूर्ख, अहमक 17. औसत के हिसाब से 18. कृषक 19. अधिक, ज्यादा।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 191 का हल

ज	ल	■	आ	वा	जा	ही	■	■
मा	■	खू	ब	■	दू	र	स्थ	■
ना	दा	न	■	सा	ग	■	ल	क्ष्य
■	न	ख	■	त	र	ल	■	■
■	वी	रा	न	■	■	च	ट	क
■	र	ब	■	आ	ज	क	ल	■
■	■	■	आ	ग	■	दा	ना	■
■	अ	ग	र	म	ग	र	■	क्रो
भा	भी	■	ती	न	■	■	व	ध

सू-दोकू- 192

	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.191 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