संपादकीय

होम डिलीवरी का संकट

कोविड लॉकडाउन के दौरान भारत में होम डिलीवरी का बाजार बहुत तेजी से बढ़ा था। लेकिन कोविड के बाद बदले हालात और दुनियाभर में छाए वित्तीय संकट ने इस कारोबार को भी संकटग्रस्त बना दिया है।

भारत में कोरोना काल के बाद से कई बड़ी कंपनियों ने दस-दस मिनट में घर के सामान और खाने की डिलीवरी वाली सेवाएं शुरू की। इनमें जोमैटो जैसी स्थापित कंपनी से लेकर जेप्टो और ब्लिंकिट जैसे स्टार्टअप तक शामिल थे। लेकिन किसी भी कंपनी को वैसी सफलता नहीं मिली, जिसकी उम्मीद की जा रही थी। हाल में ब्लिंकिट ने अपने डिलिवरी ब्वॉयज के लिए डिलीवरी चार्ज 25 से घटाकर 15 रुपये की, तो उसको लेकर बड़ा विवाद खड़ा हो गया। इसके पहले जनवरी में जोमैटो ने अपनी 10 मिनट की डिलीवरी सर्विस जोमैटो इंस्टैंट को बंद कर दिया। इसका कारण रहा कि कंपनी को इस बाजार में ना तो विस्तार नजर आ रहा था, ना मुनाफा। हालाकि कंपनी ने कहा कि वह अपनी रिब्रैंडिंग कर रही है, लेकिन मीडिया से बातचीत में कंपनी के अधिकारियों ने स्वीकार किया कि कंपनी को इतना काम भी नहीं मिल पा रहा था कि रोज का खर्च निकल सके। कुछ जानकारों के मुताबिक ये कंपनियां भी दस मिनट में डिलीवरी के वादे पूरे नहीं कर पा रही थीं। जिन लोगों ने इन सेवाओं को आजमाया, उन्हें बहुत ही खराब नतीजे मिले।

हाल के सालों में भारत में ऑनलाइन डिलीवरी का बाजार बहुत तेजी से बढ़ा है। आने वाले सालों में इसके और विशाल होने का अनुमान लगाया गया है। रेडसीअर कंपनी की एक रिपोर्ट के मुताबिक 2025 तक भारत का हाइपर-लोकल डिलीवरी बाजार 50-60 फीसदी बढक़र 15 अरब डॉलर तक पहुंच सकता है। लेकिन ऐसी डिलीवरी की अपनी लागत है। आरंभ में कारोबार फैलाने के लिए कंपनियों ने डिलीवरी ब्वॉयज को काफी इन्सेंटिव दी। लेकिन बाद में मुनाफा बढ़ाने की कोशिश में उन पर ही मार पड़ने लगी। वजह यह है कि ऑनलाइन डिलीवरी का खर्च उठाने की स्थिति में ज्यादातर भारतीय उपभोक्ता नहीं हैं। या कम से कम ऐसा करने की उनकी दिमागी तैयारी नहीं है। इसलिए ये कारोबार आज कई सवालों से घिर गया है। कोविड लॉकडाउन के दौरान भारत में होम डिलीवरी का बाजार बढ़ा था। लेकिन कोविड के बाद बदले हालात और दुनियाभर में छाए वित्तीय संकट ने इस कारोबार को भी संकटग्रस्त बना दिया है।

एयर इंडिया ने की प्रमुख डिजिटल प्रणाली में सुधार की घोषणा

कोलकाता। एयर इंडिया ने अपनी डिजिटल प्रणाली को आधुनिक बनाने की घोषणा करते हुए कहा कि इस दिशा में कई पहल पहले ही पूरी हो चुकी हैं और कई अन्य पूरा होने की दिशा में काम जारी हैं।

एयर इंडिया ने अपनी डिजिटल प्रणाली में सुधार करने के लिए दुनिया की अग्रणी प्रौद्योगिकी फर्मों के साथ साझेदारी में महत्वपूर्ण निवेश किया है।

एयरलाइन भारत में कोच्चि और गुरुग्राम के साथ-साथ अमेरिका में सिलिकॉन वैली में अपनी उपस्थिति दर्ज कराने के साथ एक अत्याधुनिक डिजिटल और प्रौद्योगिकी टीम बनाने के लिए भी निवेश कर रही है।

एयर इंडिया में डिजिटल और प्रौद्योगिकी आधुनिकीकरण का प्रयास टाटा समूह के अध्यक्ष नटराजन चंद्रशेखरन और एयर इंडिया के मुख्य कार्यकारी अधिकारी (सीईओ) कैंपबेल विल्सन के निर्देश पर किया जा रहा है।

उन्होंने कहा कि हम अपने ग्राहकों को खुश रखने और दुनिया की सर्वश्रेष्ठ डिजिटल तकनीकों को अपनाकर अपने संचालन में एक स्थायी प्रतिस्पर्धी लाभ बनाने के मिशन पर काम कर रहे हैं। एयर इंडिया में प्रौद्योगिकी परिवर्तन का दायरा व्यापक है और वाणिज्यिक, इंजीनियरिंग, संचालन, ग्राउंड हैंडलिंग, वित्त, मानव संसाधन और कॉर्पोरेट कार्यों सहित एयरलाइन के हर पहलू को शामिल करता है।

एयर इंडिया के मुख्य डिजिटल और प्रौद्योगिकी अधिकारी डॉ. सत्य रामास्वामी ने कहा कि हम कंपनी के सभी कर्मचारियों को सशक्त बना रहे हैं। हम अपनी सभी प्रौद्योगिकी पहलों के लिए क्लाउड-ओनली, मोबाइल-फ्रेंडली, डिज़ाइन-समृद्ध, एआई-इन्फ्यूज्ड, डिजिटल-फर्स्ट दृष्टिकोण अपना रहे हैं और इसे क्रियान्वित कर रहे हैं।

आईनॉक्सएपी ने उ प्र में चालू किया कैप्टिव सौर विद्युत संयंत्र

नई दिल्ली। औद्योगिक और चिकित्सा क्षेत्र में काम आने वाली गैसों की देश की सबसे बड़ी विनिर्माता कंपनी आईनॉक्सएपी कहा कि उसने उत्तर प्रदेश में 21.3 मेगावाट क्षमता का अपना ओपन एक्सेस कैप्टिव सोलर पावर प्लांट चालू किया है। 100 करोड़ के निवेश से निर्मित यह संयंत्र के उन्नाव के बांगरमऊ में स्थापित किया गया है।

कंपनी ने एक विज्ञप्ति में बताया कि यह उसका अक्षय ऊर्जा के क्षेत्र में किया गया सबसे बड़ा निवेश भी है। यह संयंत्र देश की ही सौर ऊर्जा ऊर्जा क्षेत्र की एक अग्रणी कंपनी सनश्योर एनर्जी की सहायता से स्थापित किया गया है। कंपनी का कहना है कि यह सौर ऊर्जा संयंत्र उत्तर प्रदेश में आईनॉक्सएपी की इकाइयों को 3.1 करोड़ यूनिट से अधिक हरित ऊर्जा की आपूर्ति करेगा, जिससे अगले 25 वर्षों के लिए हर साल 28,000 टन कॉर्बन डाई-आक्साइड उत्सर्जन की क्षतिपूर्ति हो सकेगी।

आईनॉक्स एयर प्रोडक्ट्स के प्रबंध निदेशक, सिद्धार्थ जैन ने कहा, विनिर्माण क्षेत्र में तीव्र विस्तार के लिए अपने कदमों का आगे बढ़ाते हुए , हम यह भी सुनिश्चित कर रहे हैं कि हरित ईंधन के साथ विनिर्माण करके और इस तरह हरित ऑक्सीजन और औद्योगिक गैसों की आपूर्ति करके हम अपने कर्तव्यों को पूरी तरह से टिकाऊ और जिम्मेदार तरीके से निभाएं।

कंपनी ने इस परियोजना को नौ महीने के रिकॉर्ड समय के भीतर पूरा किया है।

पुणे में जैन परिवार द्वारा इंडस्ट्रियल ऑक्सीजन कंपनी लिमिटेड के रूप में यह कंपनी 1963 में स्थापित की गयी थी। इसमें 1999 से अमेरिकी कंपनी एयर प्रोडक्ट्स एंड केमिकल्स इंक. 50 प्रतिशत की हिस्सेदार है। कंपनी का दावा है कि यह विनिर्माण क्षेत्र में सबसे लंबी भारत-अमेरिकी साझेदारी में से एक है।

वेलस्पन वन तमिलनाडु में 700 करोड़ रुपए के निवेश से दो वेयरहाउस परियोजना विकसित करेगी

मुंबई । एकीकृत कोष और विकास प्रबंधन मंच वेलस्पन वन लॉजिस्टिक्स पार्क्स (डब्ल्यूओएलपी) जीआरटी समूह के साथ संयुक्त उपक्रम में तमिलनाडु में 700 करोड़ रुपये के निवेश से दो वेयरहाउस परियोजनाएं विकसित करेगा। कंपनी ने मंगलवार को यह जानकारी दी। इस बाबत डब्ल्यूओएलपी ने पिछले वर्ष नवंबर में तमिलनाडु सरकार के साथ शुरुआती समझौता किया था। इस करार के तहत यह मंच पांच वर्ष के दौरान राज्य में करीब 2,500 करोड़ रुपये का निवेश करेगा। कंपनी ने बताया कि प्रत्येक पार्क 60 एकड़ भूमि में फैला होगा और इसमें 13 लाख वर्गफुट क्षेत्र विकसित किया जा सकता है। उसने बताया कि 'ए' श्रेणी की पहली वेयरहाउस परियोजना जीआरटी समूह और डब्ल्यूओएलपी के बीच 50:50 के अनुपात में संयुक्त उपक्रम में विकसित की जा रही है। डब्ल्यूओएलपी ने कहा कि इन परियोजनाओं में कुल 700 करोड़ रुपये का निवेश होगा और विकास चरणों के दौरान 3,000 रोजगार का सृजन होगा।

कंपनियों के मजबूत तिमाही परिणाम से झूमा शेयर बाजार

मुंबई

वैश्विक बाजार के मिलजुले रुख के बीच स्थानीय स्तर पर रिलायंस और आईसीआईसीआई बैंक जैसी दिग्गज कंपनियों के मजबूत तिमाही परिणाम से उत्साहित निवेशकों की चौतरफा लिवाली की बदौलत आज शेयर बाजार में जबरदस्त तेजी रही।

बीएसई का तीस शेयरों वाला संवेदी सूचकांक सेंसेक्स 401.04 अंक अर्थात 0.67 प्रतिशत की छलांग लगाकर डेढ़ सप्ताह बाद 60 हजार अंक के मनोवैज्ञानिक स्तर के पार 60056.10 अंक और नेशनल स्टॉक एक्सचेंज (एनएसई) का निफ्टी 119.35 अंक यानी 0.68 प्रतिशत की तेजी लेकर 17743.40 अंक पर पहुंच गया। इसी तरह बीएसई का मिडकैप 0.47 प्रतिशत उछलकर 24,961.78 अंक और स्मॉलकैप 0.34 प्रतिशत चढक़र 28,329.13 अंक पर रहा।

इस दौरान बीएसई में कुल 3755 कंपनियों के शेयरों में कारोबार हुआ, जिनमें से 1925 में लिवाली जबकि 1663 में बिकवाली हुई वहीं 167 में कोई बदलाव नहीं हुआ। इसी तरह एनएसई की 36 कंपनियां हरे जबकि 13 लाल निशान पर रहीं वहीं एक के भाव स्थिर रहे।

बीएसई में 15 समूहों में तेजी रही। इस दौरान कमोडिटीज 0.42, सीडी 0.24, ऊर्जा 0.24, एफएमसीजी 0.48, वित्तीय सेवाएं 1.21, इंडस्ट्रियल्स 0.53, आईटी 0.51, बैंकिंग 1.32, कैपिटल गुड्स 0.33, कंज्यूमर ड्यूरेबल्स 0.96, धातु 0.54, तेल एवं गैस 0.03, रियल्टी 1.05, टेक 0.21 और सर्विसेज समूह के शेयर 0.41 प्रतिशत चढ़ गए।

अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर मिलाजुला रुख रहा। इस दौरान ब्रिटेन का एफटीएसई 0.05, हांगकांग का हैंगसेंग 0.58 और चीन का शंघाई कंपोजिट 0.78 प्रतिशत लुढक़ गया जबकि जर्मनी का डैक्स 0.01 और जापान का निक्केई 0.10 प्रतिशत मजबूत रहा।

कोलकाता को रौंद कर चेन्नई अंकतालिका के शीर्ष पर

कोलकाता। गेंद और बल्ले से खुद को सर्वश्रेष्ठ साबित करते हुये चेन्नई सुपरकिंग्स ने कोलकाता नाइट राइडर्स (केकेआर) के खिलाफ न सिर्फ 49 रन की बड़ी जीत दर्ज की बल्कि आईपीएल के मौजूदा सत्र में ऊंची छलांग लगाते हुये अंकतालिका के शीर्ष पर पहुंचने में सफलता हासिल की।

ईडन गार्डन मैदान पर महेन्द्र सिंह धोनी की अगुवाई वाली सीएसके ने पहले बल्लेबाजी करते हुये चार विकेट पर 235 रन बनाये जो मौजूदा सत्र में अब तक का सर्वश्रेष्ठ स्कोर है वहीं बाद में बेहतरीन गेंदबाजी का मुजाहिरा करते हुये मेजबान टीम को दवाब में बनाये रखा जिसके चलते केकेआर 20 ओवरों में आठ विकेट पर 186 रन ही बना सकी और धोनी की टीम को 49 रन की एकतरफा जीत हासिल हुयी। कोलकाता का यह विशाल मैदान आज आक्रमक बल्लेबाजी का गवाह बना। पहले धोनी सेना ने चौके छक्कों की बारिश के साथ दर्शकों का मनोरंजन किया जबकि बाद में केकेआर के बल्लेबाजों ने भी चौके छक्के लगाकर खेल प्रेमी प्रशंसकों की वाहवाही लूटी। सीएसके के 235 रनों के स्कोर में 164 रन 18 छक्के और 14 चौके की मदद से आये वहीं हार का सामना करने वाले केकेआर के बल्लेबाजों ने भी कुल मिलाकर 12 छक्के और 14 चौके जमाये। सीएसके आंजिक्य रहाणे (71) ने मात्र 29 गेंदो की नाबाद पारी में छह चौके और पांच छक्के जड़े जबकि शिवम दुबे (50) ने सिर्फ 21 गेंदो पर अपना अर्धशतक पूरा किया जिसमें पांच छक्के और दो चौके शामिल थे। इससे पहले सलामी बल्लेबाज रितुराज गायकवाड ने 20 गेंदो पर 35 रन बनाये वहीं डेवान कॉनवे (56) ने चार चौके और तीन छक्के जड़े। रविन्द्र जडेजा (18) ने आठ गेंदो की संक्षिप्त पारी में दो छक्के लगाये।

केकेआर के वरूण चक्रवर्ती ने 49 रन खर्च कर एक विकेट झटका जबकि कुलवंत खेजरोलिया ने 44 रन देकर दो और सुयश शर्मा ने किफायती गेंदबाजी कर एक विकेट मात्र 29 रन देकर झटका। जीत के लिये 236 रन की जरूरत के साथ मैदान पर उतरी केकेआर की शुरूआत भी हालांकि फीकी रही मगर बाद में जेसन राय मात्र 26 गेंदो में 61 बनाकर मैच के रोमांच को बरकरार रखा वहीं आक्रामक रिंकू सिंह 53 रन बनाकर नाबाद लौटे। सीएसके की ओर से महेश ठीकशाना और तुषार देशपांडे ने दो दो विकेट झटके।

ओडिशा सरकार ने हॉकी इंडिया के साथ समझौते का विस्तार किया

भुवनेश्वर। ओडिशा सरकार ने भारतीय पुरुष और महिला हॉकी टीम (सीनियर और जूनियर) के प्रायोजन समझौते को 10 वर्षों तक बढ़ा दिया है। राज्य सरकार के खेल विभाग से जारी एक विज्ञप्ति के अनुसार, ओडिशा सरकार 2033 तक भारतीय टीमों को प्रायोजित करेगी। इस समझौते के तहत ओडिशा सरकार अगले 10 वर्षों में भारतीय टीमों पर कुल 434.12 करोड़ का व्यय करेगा।

ओडिशा सरकार ने विज्ञप्ति में कहा, ओडिशा सरकार हॉकी के खेल की प्रमुख प्रवर्तक रही है और हॉकी इंडिया के साथ राज्य की साझेदारी ने देश में इस खेल के पुनरुद्धार में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है। टोक्यो ओलंपिक में दोनों टीमों की उपलब्धियां, जहां पुरुषों की टीम ने 41 साल बाद कांस्य पदक जीता और महिला टीम पहली बार सेमीफाइनल में पहुंची, महत्वपूर्ण उपलब्धि रही है।

ओडिशा सरकार 2018 से पुरुष और महिला दोनों राष्ट्रीय हॉकी टीमों की आधिकारिक प्रायोजक रही है। इससे पहले, ओडिशा माइनिंग कॉर्पोरेशन लिमिटेड (ओएमसी) ने भारतीय हॉकी टीमों के प्रायोजन के लिये हॉकी इंडिया के साथ पांच साल का समझौता किया था।

विज्ञप्ति में कहा गया कि हॉकी इंडिया के अध्यक्ष दिलीप टिर्की अनुरोध के आधार पर ओएमसी लिमिटेड ने समझौते के विस्तार के लिये सरकार की मंजूरी मांगी थी, जिसे आज कैबिनेट की मंजूरी मिल गयी।

विज्ञप्ति में कहा गया, हॉकी ओडिशा में युवाओं के बीच व्यापक रूप से लोकप्रिय खेल है। इस निर्णय के साथ सरकार का लक्ष्य खेल को और बढ़ावा देना एवं अधिक युवा खिलाड़ियों को खेल की ओर आकर्षित करना है, जो राज्य में प्रतिभा की एक मजबूत कड़ी बनाने में मदद करेगा।

आज का राशिफल

मेष : आज आपके पास पर्याप्त समय होने पर भी व्यस्त ही रहेंगे। योगा, प्राणायाम अवश्य करें। आर्थिक तौर पर सुधार के चलते आप आसानी से काफ़ी वक़्त से लंबित बिल और उधार चुका सकेंगे।

वृष : आप आज ख़ुद को रोज़ाना की अपेक्षा कम ऊर्जावान महसूस करेंगे। स्वयं को ज़रूरत से ज़्यादा काम के नीचे न दबाएँ, थोड़ा आराम करें। अगर आप लम्बे वक़्त के लिए निवेश करें।

मिथुन : आप भावनात्मक तौर पर बहुत संवेदनशील हैं, इसलिए ऐसे हालात से बचें जो आपको चोट पहुँचा सकते हों। आपके द्वारा धन को बचाने के प्रयास आज असफल हो सकते हैं हालांकि आपको इससे घबराने की जरुरत नहीं है स्थिति जल्द ही सुधरेगी।

कर्क : घर की जरुरतों को देखते हुए आज आप अपने जीवनसाथी के साथ कोई कीमती सामान खरीद सकते हैं जिससे आर्थिक हालात थोड़े तंग हो सकते हैं। परिवार के साथ सामाजिक गतिविधियों में सहभागिता काफ़ी मानसिक दबाव पैदा कर सकती है।

सिंह : अपने शरीर की थकान मिटाने और ऊर्जा-स्तर को बढ़ाने के लिए आपको पूरे आराम की ज़रूरत है, नहीं तो शरीर की थकावट आपके मन में निराशावादिता को जन्म दे सकती है। ज़रूरत से ज़्यादा ख़र्च करने और चालाकी-भरी आर्थिक योजनाओं से बचें।

कन्या : आज आपका दिन मनोनुकूल रहेगख । शारीरक लाभ मिलेगा। अनुभवी लोगों से जुडक़र जानने की कोशिश करें कि उनका क्या कहना है। अगर कहीं बाहर जाने की योजना है तो वह आख़िरी वक़्त पर टल सकती है।

तुला : आज का दिन फ़ायदेमंद साबित होगा, क्योंकि ऐसा लगता है कि चीज़ें आपके पक्ष में जाएंगी और आप हर काम में अव्वल रहेंगे। धार्मिक रूचि बढेगी। जीवनसाथी के साथ मधुर सम्बंध बनाए रखें लक्ष्मी वास होगा।

वृश्चिक : आज आपका ऊर्जा से भरपूर, ज़िंदादिल और गर्मजोशी से भरा व्यवहार आपके आस-पास के लोगों को ख़ुश कर देगा। आज आप दूसरे दिनों की तुलना में अपने लक्ष्यों को कुछ ज़्यादा ही ऊँचा तय कर सकते हैं।

धनु : मौज-मस्ती और मनपसंद काम करने का दिन है। जो लोग शादीशुदा हैं उन्हें आज अपने बच्चों की पढ़ाई पर अच्छा खासा धन खर्च करना पड़ सकता है। मित्र मण्डली का सकारात्मक सहयोग रहेगा। ऐसे कई लोग होंगे, जो आपका उत्साह बढाएंगे।

मकर : आज का दिन आपके लिए मिला जुला रहेगा। अगर आप यात्रा पर जाने वाले हैं तो अपने कीमती सामान का ध्यान रखें। खुद के लिए समय निकालें।

कुंभ : आज आपको लाभ मिलेगा, क्योंकि परिवार के सदस्य आपके सकारात्मक रुख़ से प्रभावित होंगे और उसे सराहेंगे। नई चीज़ों को सीखने की आपकी ललक क़ाबिल-ए-तारीफ़ है।

मीन : अपनी शारीरिक चुस्ती-फुर्ती को बनाए रखने के लिए आप आज का दिन खेलने में व्यतीत कर सकते हैं। इस राशि के बड़े कारोबारियों को आज के दिन बहुत सोच समझकर पैसा निवेश करने की जरुरत है।

एग्जाम की तैयारी में टाइम मैनेजमेंट का है अहम रोल, इन टिप्स से पूरा कर सकेंगे गोल

नीट से लेकर सीयूईटी तक कुछ ही दिनों में कई बड़ी परीक्षाओं का आयोजन होना है. इस समय तक छात्र अपनी तैयारियों को अंतिम रूप देने में लगे होंगे. चूंकि एग्जाम में खास समय नहीं बचा है इसलिए इस वक्त टाइम मैनेजमेंट बहुत जरूरी हो जाता है. कई बार छात्र ये शिकायत करते हैं कि पेपर आता है लेकिन समय कम पड़ जाता है या दिन प्लान करने के बावजूद समय मैनेज नहीं कर पाते. अगर आप भी ऐसी ही समस्या से जूझ रहे हैं तो ये टिप्स आपके काम आ सकते हैं. ये आपको टाइम मैनेज करना सिखाएंगे. एग्जाम के समय ऐसे अपना टाइम मैनेज करें.

टाइम-टेबल बनाएं

परीक्षा के लिए तैयारी करते वक्त सबसे जरूरी ये हो जाता है कि समय बर्बाद न हो. हर विषय को प्रॉपर टाइम मिले और कुछ भी इंपॉर्टेंट न छूटे. इसके लिए जरूरी है कि आप टाइम टेबल बनाकर तैयारी करें. हर दिन के लिए विषयवार चीजें लिख लें कि किस दिन क्या करना है, कैसा करना है, कितने घंटे किस सब्जेक्ट को देने हैं और दिन खत्म होने पर क्या टारगेट पूरा हो जाना चाहिए.

कठिन काम पहले करें-

जो विषय या टॉपिक आपको नहीं आते उन्हें पहले पूरा करें. कई बार दिन अपने तय पैटर्न के हिसाब से चल रहा होता है लेकिन अंत में कुछ कठिन आ जाने पर आप उसे वहीं छोड़ देते हैं कि इसके लिए तो समय ही नहीं बचा. वहीं आसान एरिया बाद में करेंगे तो समय कम भी होगा तो आप ये सोच लेंगे कि इसमें तो बस थोड़ा ही एफर्ट डालना है और उसे अधूरा नहीं छोड़ेंगे.

प्रायॉरिटी तय करें-

इसी प्रकार अपनी प्रायॉरिटी तय करें और उसी हिसाब से काम करें. तब भी आपका समय उन चीजों में लगेगा जो जरूरी हैं. अपने काम की लिस्ट बनाएं और प्रायॉरिटी के हिसाब से उसे लिस्ट में ऊपर या नीचे स्थान दें.

ब्रेक लेने का भी टाइम फिक्स हो

पढ़ाई करने या एग्जाम की तैयारी करने का ये मतलब नहीं होता कि आप ब्रेक न लें या लगातार पढ़ते रहें. जैसे अपनी पढ़ाई और विषय का टाइम टेबल बनाते हैं वैसे ही अपने ब्रेक का भी बनाएं और जरूरत पडऩे पर ब्रेक जरूर लें. इससे आप रिफ्रेश होंगे और जो टाइम लाइन आपने जिस काम के लिए सेट की है वो जरूर पूरी कर पाएंगे. दिमाग को तरोताजा रखना बहुत जरूरी है. इसके साथ ही डिस्ट्रैक्शंस को खुद से दूर रखें. जो चीजें आपको समय पर काम करने से रोकती हों उन्हें खुद की पहुंच से दूर रखें.

एग्जाम वाले माहौल में मॉक टेस्ट दें

एग्जाम में समय कम पडऩे की समस्या से ऐसे जूझें कि घर में जब प्रैक्टिस पेपर सॉल्व करें तो बिलकुल एग्जाम वाले माहौल में ही सॉल्व करें. टाइमर लगाकर बैठें और जितने घंटे का पेपर हो उसे उतने घंटे में हल करने के बाद ही वहां से उठें. देखें कि कहां और कितना टाइम कम पड़ रहा है. जहां कमी हो उसे समय रहते दूर करें.

विद्युत जामवाल की फिल्म आईबी71 का ट्रेलर रिलीज, सीक्रेट मिशन पर निकले अभिनेता

अभिनेता विद्युत जामवाल काफी समय से फिल्म आईबी71 को लेकर सुर्खियों में हैं। इस फिल्म से जुड़ीं अब तक कई जानकारियां सामने आ चुकी हैं। कुछ ही दिन पहले विद्युत ने ऐलान किया था कि 24 अप्रैल को उनकी इस फिल्म का ट्रेलर रिलीज होने वाला है। तभी से प्रशंसक इसे लेकर बेसब्र थे। अब आखिरकार उनका यह इंतजार खत्म हो गया है। फिल्म का ट्रेलर रिलीज हो गया है। विद्युत ने भी सोशल मीडिया पर यह जानकारी दी है। ट्रेलर देख लगता है कि यह एक शानदार स्पाई थ्रिलर फिल्म होगी। विद्युत अंडरकवर एजेंट देव जामवाल बन देश को बचाने निकले हैं। उन्होंने अनुपम खेर के साथ मिलकर पाकिस्तान के खिलाफ एक सीक्रेट मिशन तैयार किया है। वो खुफिया मिशन, जिसके चलते भारत ने पाकिस्तान को 1971 के युद्ध में हराया था। विद्युत और अनुपम के डायलॉग ध्यान खींच रहे हैं। आईबी71 भारतीय खुफिया एजेंसियों और पाकिस्तानी एजेंसियों के बीच दो मोर्चों पर युद्ध के इर्द-गिर्द घूमती है।

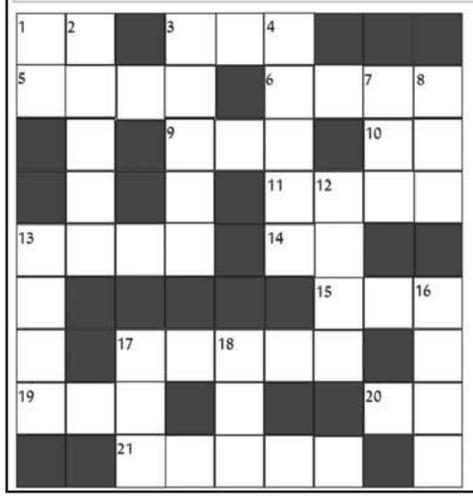
शब्द सामर्थ्य- 45

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 044 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- 45

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

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.044 का हल

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