संपादकीय

लोकप्रिय सरकार का होगा गठन

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी जम्मू-कश्मीर के श्रीनगर में थे। लगातार तीसरी बार प्रधानमंत्री बनने के बाद उनका कश्मीर का यह पहला दौरा है।

आतंकी हमलों के बीच मोदी का कश्मीर दौरा काफी अहम माना जा रहा है। उन्होंने अपने भाषण में आतंकवादियों को कड़ा संदेश दिया। पिछले दिनों यहां लगातार चार आतंकी हमले हुए जिन्होंने सुरक्षा बलों और गृह मंत्रालय की चिंता बढ़ा दी थी। प्रधानमंत्री मोदी ने आतंकवादियों को चेतावनी देते हुए कहा कि जम्मू-कश्मीर के दुश्मनों को सबक सिखाने में हिचकिचाएंगे नहीं।

लोक सभा का चुनाव यहां शांतिपूर्ण हुआ और लोगों ने उत्साह के साथ मतदान में भाग लिया। जाहिर है इसके कारण मतदान प्रतिशत में भारी इजाफा हुआ। अलगाववादियों और आतंकवादियों को यह पसंद नहीं आया और उन्होंने एक के बाद एक हमले किए जिनमें तीर्थयात्री भी शामिल थे। वास्तव में आतंकी विश्व जनमत को संदेश देना चाहते थे कि कश्मीर में सबकुछ सामान्य नहीं है। संविधान के अनुच्छेद 370 के निरस्त होने के बाद पहली बार प्रदेश में लोक सभा के चुनाव हुए।

इस चुनाव में लोग अपने मताधिकार का इस्तेमाल करने के लिए जिस उत्साह से घरों से बाहर निकले उससे प्रधानमंत्री मोदी भी उत्साहित हुए। उन्होंने कहा कि सबको बांटने वाले अनुच्छेद 370 की दीवार अब गिर चुकी है।

वास्तव में 5 अगस्त, 2019 का ऐतिहासिक दिन कश्मीर और समूचे भारतवासियों के लिए बंदिशों से आजादी का दिन था। अब यहां पर्यटक बेखौफ होकर आ रहे हैं। युवा वर्ग अपने करियर के बारे में जागरूक हो गया है। अनुकूल वातावरण को देखकर प्रधानमंत्री मोदी ने कहा कि प्रदेश में जब भी विधानसभा के चुनाव होंगे और इस केंद्रशासित प्रदेश को पूर्ण राज्य का दर्जा मिलेगा।

उन्होंने कश्मीर के बारे में पूर्व प्रधानमंत्री अटल बिहारी वाजपेयी के नजरिये 'इंसानियत, जम्हूरियत और कश्मीरियत' को याद करते हुए कहा कि इसे हम हकीकत में बदलते हुए देख रहे हैं।

उम्मीद की जानी चाहिए कि प्रदेश में विधानसभा चुनाव जल्द होंगे और लोकप्रिय सरकार का गठन होगा। लेकिन केंद्र सरकार को सतर्क रहना होगा क्योंकि आतंकवादी चुनाव प्रक्रिया को बाधित करने का हरसंभव प्रयास करेंगे।

केंद्र सरकार ने शुरू की 96,238 करोड़ रुपए के टेलीकॉम स्पेक्ट्रम की नीलामी

नई दिल्ली

केंद्र सरकार ने मंगलवार को ऐलान किया कि टेलीकॉम सर्विसेज के लिए 96,238.45 करोड़ रुपये के स्पेक्ट्रम की नीलामी शुरू कर दी गई है।

संचार मंत्रालय द्वारा कहा गया कि इसमें अलग-अलग बैंड के 10,522.35 मेगाहर्ट्ज के स्पेक्ट्रम की नीलामी की जाएगी। इसका रिजर्व प्राइस 96,238.45 करोड़ रुपये रखा गया है।

इस नीलामी में 800 मेगाहर्ट्ज, 900 मेगाहर्ट्ज, 1800 मेगाहर्ट्ज, 2100 मेगाहर्ट्ज, 2300 मेगाहर्ट्ज, 2500 मेगाहर्ट्ज, 3300 मेगाहर्ट्ज और 26 गीगाहर्ट्ज बैंड के लिए बोलियां लगाई जाएंगी। ये नीलामी प्रक्रिया सुबह 10 बजे से शुरू हो गई है।

इस नीलामी प्रक्रिया में भारती एयरटेल, वोडाफोन आइडिया और रिलायंस जियो इन्फोकॉम भाग लेंगी।

1800 मेगाहर्ट्ज वाले बैंड का रिजर्व प्राइस 21,752.40 करोड़ रुपये रखा गया है। वहीं, 800 मेगाहर्ट्ज वाले बैंड का रिजर्व प्राइस 21,341.25 करोड़ रुपये रखा गया है।

मंत्रालय ने कहा कि यह सरकार की ओर से सभी नागरिकों को किफायती दर पर अच्छी गुणवत्ता की टेलीकॉम सर्विसेज उपलब्ध कराने की प्रतिबद्धता के अनुरूप है।

दूरसंचार विभाग की ओर से स्पेक्ट्रम की प्रक्रिया 8 मार्च को शुरू की गई थी।

स्पेक्ट्रम 20 वर्ष की अवधि के लिए दिया जाएगा। बोली जीतने वाली कंपनियों को अगले 20 वर्षों में 20 किस्तों में इसका भुगतान करना होगा। हालांकि, इस दौरान कंपनियों को एनपीवी पर 8.65 प्रतिशत का ब्याज देना होगा।

मंत्रालय ने कहा कि इस नीलामी में खरीदे गए स्पेक्ट्रम को कंपनी न्यूनतम 10 वर्ष बाद सरेंडर कर सकती है। साथ ही कोई स्पेक्ट्रम यूसेज चार्ज (एसयूसी) कंपनियों से नहीं लिया जाएगा।

ट्राई ने स्पैम कॉल और मैसेज रोकने के लिए टेलीकॉम कंपनियों को दिए निर्देश

नई दिल्ली

मोबाइल फोन पर स्पैम कॉल और मैसेज रोकने के लिए सरकार की ओर से टेलीकॉम सेवा प्रदाताओं को नए निर्देश जारी किए गए हैं।

टेलीकॉम रेगुलेटरी अथॉरिटी ऑफ इंडिया (ट्राई) की ओर से टेलीकॉम सेवा प्रदाता कंपनियों को अपने मोबाइल ऐप और वेब पोर्टल को अधिक यूजर फ्रेंडली बनाने को कहा गया है जिससे अनचाही कमर्शियल कम्युनिकेशन (यूसीसी) की आसानी से शिकायत दर्ज कराई जा सके।

ट्राई के दिए निर्देश के अनुसार अब टेलीकॉम ऑपरेटरों को अपने मोबाइल एप्लीकेशन और वेबसाइट में यूसीसी की शिकायत दर्ज कराने का विकल्प देना होगा।

ट्राई ने कहा है कि शिकायत दर्ज के लिए जरूरी जानकारी ऑटोमेटिक रूप से भरी जानी चाहिए। अगर यूजर अपने कॉल लॉग और अन्य जरूरी डेटा तक पहुंच की अनुमति देता है।

ट्राई ने परफॉर्मेंस मॉनिटरिंग रिपोर्ट फॉर्मेट्स (पीएमआरएस) में बदलाव लागू कर दिए हैं। अब सभी मोबाइल सेवा प्रदाता कंपनियों को मासिक आधार पर पीएमआर जमा कराने होंगे। पहले यह तिमाही आधार पर जमा करना होता था।

इस महीने की शुरुआत में ट्राई की ओर से 160 मोबाइल फोन सीरीज को आरबीआई, सेबी, आईआरडीएआई और पीएफआरडीए या विनियमित इकाइयों के लिए सर्विस वॉइस कॉल करने के लिए आवंटित किया गया था, जिससे फ्रॉड करने वालों से नागरिकों को बचाया जा सके। जैसे ही यह 160 मोबाइल फोन नंबरों की सीरीज लागू हो जाएगी, आसानी से कॉल करने वाली कंपनियों की पहचान की जा सकेगी।

शेयर बाजार में तेजी जारी, 200 अंक उछला सेंसेक्स

मुंबई। भारतीय शेयर बाजार में तेजी जारी है। मंगलवार को बाजार के ज्यादातर सूचकांक हरे निशान में खुले। सुबह 9:35 पर सेंसेक्स 203 अंक या 0.26 प्रतिशत की तेजी के साथ 77,544 और निफ्टी 53 अंक या 0.23 प्रतिशत की बढ़त के साथ 23,591 पर था। बाजार में तेजी की वजह सकारात्मक ग्लोबल संकेतों को माना जा रहा है। छोटे और मझोले शेयरों में भी खरीदारी हो रही है। निफ्टी मिडकैप 100 इंडेक्स 325 अंक या 0.59 प्रतिशत बढ़कर 55,902 पर और निफ्टी स्मॉलकैप 100 इंडेक्स 187 अंक या 1.03 प्रतिशत की तेजी के साथ 18,404 पर था। बाजार में ऑटो, पीएसयू बैंक, फिन सर्विस, मेटल, मीडिया और पीएसई इंडेक्स में तेजी है। आईटी और रियल्टी शेयरों में बिकवाली है। शुरुआती कारोबार में एनएसई पर 1,698 शेयर हरे निशान में और 389 शेयर लाल निशान में बने हुए हैं। सेंसेक्स पैक में एचडीएफसी बैंक, अल्ट्राटेक सीमेंट, एसबीआई, बजाज फाइनेंस, रिलायंस, भारती एयरटेल, एक्सिस बैंक, एलएंडटी और टेक महिंद्रा टॉप गेनर्स हैं। कोटक महिंद्रा बैंक, एचसीएल टेक, एनटीपीसी, टाइटन, एशियन पेंट्स और बजाज फिनसर्व टॉप लूजर्स हैं।

अदाणी ग्रुप का पोर्टफोलियो बहुत मजबूत, सबसे अच्छा समय आना अभी बाकी : गौतम अदाणी

अहमदाबाद

अदाणी ग्रुप के चेयरमैन गौतम अदाणी ने सोमवार को कहा कि अपने इतिहास में सबसे दमदार नतीजे, मजबूत कैश पोजीशन और सबसे कम डेट रेश्यो के साथ ग्रुप का पोर्टफोलियो का रास्ता बड़ी उपलब्धियों के वादों के साथ रोशन है। बता दें, अदाणी ग्रुप का प्रदर्शन वित्त वर्ष 2023-24 में काफी शानदार रहा है।

अदाणी एंटरप्राइजेज की एनुअल जनरल मीटिंग (एजीएम) में गौतम अदाणी ने अपने शेयरधारकों से कहा कि वित्त वर्ष 2023-24 में हमने 45 प्रतिशत की वृद्धि के साथ अब तक का सबसे अधिक 82,917 करोड़ रुपये (करीब 10 अरब डॉलर) का ईबीआईटीडीए हासिल किया है। इसके कारण हमारा टैक्स के बाद मुनाफा सालाना आधार पर 71 प्रतिशत बढ़कर 40,129 करोड़ रुपये हो गया है। वहीं, हमारा डेट टू ईबीआईटीडीए 2.2 गुना पर आ गया है जो कि पहले 3.3 गुना पर था। शानदार प्रदर्शन के कारण अदाणी ग्रुप की लिक्विडिटी ऑल टाइम हाई पर पहुंच गई है और कैश बैलेंस 59,791 करोड़ रुपये है।

ग्रुप के चेयरमैन ने कहा कि ये प्रदर्शन हमारी स्थिरता को दिखाता है। इसी के कारण हमारी कंपनियों की रेटिंग और आउटलुक अपग्रेड हुए हैं। मौजूदा समय में अंबुजा, एसीसी और अदाणी पोर्ट एएए रेटिंग की कंपनियां हैं। ग्रुप की फ्लैगशिप कंपनी अदाणी एंटरप्राइजेज लिमिटेड (एईएल) के लिए भी ये वर्ष काफी शानदार रहा है। गौतम अदाणी ने शेयरधारकों से कहा कि हमारे एयरपोर्ट्स पर यात्रियों की संख्या की वृद्धि दर दोहरे अंक में है और यह 8.86 करोड़ पहुंच गई है। साथ ही हमें यह भी सौभाग्य मिला कि लखनऊ अंतर्राष्ट्रीय हवाई अड्डे पर अत्याधुनिक टर्मिनल 3 का उद्घाटन प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने किया।

एईएल के पोर्टफोलियो के तहत मुंद्रा में मौजूद कच्छ कॉपर लिमिटेड ने अपनी ग्रीनफील्ड कॉपर रिफाइनरी में परिचालन शुरू कर दिया है। गौतम अदाणी ने आगे कहा कि हमारा लक्ष्य इस दशक के अंत तक इसे एक लोकेशन पर मौजूद दुनिया की सबसे बड़ी कॉपर स्मैलटर बनाना है। इसकी क्षमता एक एमएमटीपीए की होगी। इससे भारत को अपनी मेटल की आवश्कताओं में आत्मनिर्भर बनने में मदद मिलेगी।

रोहित की 92 रन की तूफानी पारी से भारत सेमीफाइनल में

ग्रॉस आइलेट

कप्तान और प्लेयर ऑफ द मैच रोहित शर्मा की 41 गेंदों पर सात चौकों और आठ छक्कों की मदद से सजी 92 रन की तूफानी पारी की बदौलत भारत ने ऑस्ट्रेलिया को टी20 विश्व कप के सुपर आठ के ग्रुप एक मुकाबले में सोमवार को 24 रन से पराजित कर सेमीफाइनल में प्रवेश कर लिया।

भारत ने पांच विकेट पर 205 रन का मजबूत स्कोर बनाया और ऑस्ट्रेलिया की चुनौती को सात विकेट पर 181 रन पर थाम लिया। भारत ने इस जीत से ऑस्ट्रेलिया से पिछले साल वनडे विश्व कप के फ़ाइनल में मिली हार का बदला चुका लिया। भारत का सेमीफाइनल में इंग्लैंड से 27 जून को मुकाबला होगा।

भारत ने सेमीफ़ाइनल में जगह पक्की कर ली है और इस मैच में उनका प्रदर्शन काबिलेतारीफ़ रहा। बल्लेबाज़ी में रोहित शर्मा ने पहली गेंद से ही अपने इरादे साफ़ कर दिए थे और उनके द्वारा दिखाई गई शुरुआत के चलते भारत ने एक बड़ा स्कोर खड़ा किया था। दूसरी पारी में मिचेल मार्श और ट्रेविस हेड भारत के लिए सिरदर्द बने थे लेकिन कुलदीप के स्पैल ने भारत को वापसी का मौक़ा दिया। बुमराह हर बार की तरह इस बार भी शानदार रहे। उन्होंने हेड का महत्वपूर्ण विकेट निकाला। हेड ने 43 गेंदों में नौ चौकों और चार छक्कों की मदद से 76 रन बनाये।

इस हार के बावजूद ऑस्ट्रेलिया अब भी सेमीफाइनल की होड़ में बना हुआ है। ऑस्ट्रेलिया को अब उम्मीद करनी होगी कि सुपर 8 के अंतिम मैच में मंगलवार को सुबह बांग्लादेश की टीम अफ़ग़ानिस्तान को हरा दे। भारत की तरफ से अर्शदीप सिंह ने 37 रन पर तीन विकेट और कुलदीप यादव ने 24 रन पर दो विकेट लिए। बुमराह ने हेड का विकेट निकाला। अक्षर पटेल को भी एक विकेट मिला।

इससे पहले रोहित ने कप्तानी की जिम्मेदारी के साथ खेलते हुए रिकार्डो से भरपूर पारी खेली और भारत को विराट कोहली के शून्य पर आउट होने के झटके से उबारा। रोहित ने मिचेल स्टार्क के पारी के तीसरे ओवर में चार छक्के और एक चौका लगाकर 29 रन बटोरे।

टी20 सीरीज के लिए टीम इंडिया का ऐलान, पहली बार शुभमन गिल को मिली कप्तानी

नई दिल्ली

भारतीय टीम इस वक्त टी20 वर्ल्ड कप के लिए वेस्टइंडीज में मौजूद है। इसी बीच बीसीसीआई ने वर्ल्ड कप के ठीक बाद जिम्बाब्वे के खिलाफ टी20 सीरीज के लिए अपने स्क्वाड का ऐलान कर दिया है। इस सीरीज के लिए बीसीसीआई की सेलेक्शन कमेटी ने पूरी तरह से युवा टीम को चुना है। वहीं टीम की कप्तानी भी एक ऐसे युवा खिलाड़ी के हाथों में है जिसने अभी तक भारतीय टीम की कप्तानी नहीं की है। यह खिलाड़ी कोई और नहीं बल्कि शुभमन गिल हैं। गिल पहली बार किसी भी सीरीज में टीम इंडिया की कप्तानी करेंगे। वहीं इस टीम में कई खिलाड़ी ऐसे भी हैं, जिन्हें पहली बार भारतीय टीम के स्क्वॉड में शामिल किया गया है।

जिम्बाब्वे सीरीज के लिए टीम इंडिया के कप्तान बनाए गए शुभमन गिल के सामने एक बड़ी चुनौती होगी। गिल ने आईपीएल 2024 के दौरान गुजरात टाइटंस की कप्तानी की थी। गिल की कप्तानी में गुजरात के लिए आईपीएल 2024 बेहद खराब रहा था। उनकी कप्तानी में टीम लीग स्टेज से ही बाहर हो गई और उन्होंने 14 मैचों में सिर्फ पांच में ही जीत हासिल की। ऐसे में भारतीय टीम की कप्तानी शुभमन गिल के लिए आसान नहीं होगी। उन्हें बतौर कप्तान इस सीरीज के दौरान खुद को साबित करना होगा। गिल के लिए इस सीरीज में एक बड़ा मौका होगा। दरअसल भारतीय टीम आने वाले समय में उनके जैसे युवा खिलाड़ियों को और भी बड़े मौके देगी।

पांच टी20 मैचों की खेलनी है सिरीज- भारतीय टीम जिम्बॉब्वे में पांच टी20 मैचों की सिरीज खेलेगी। टीम में टी20 वर्ल्ड कप स्क्वॉड से दो खिलाड़ियों, संजू सैमसन और यशस्वी जायसवाल को मौका दिया गया है। टी20 वर्ल्ड के रिजर्व में शामिल, रिंकू सिंह, खलील अहमद और आवेश खान को भी टीम में चुना गया है। वहीं, शुभमन गिल को रिजर्व से उठाकर सीधे कप्तान बना दिया गया है।

आज का राशिफल

मेष- आज का दिन आपके लिए सुनहरा रहने वाला है। आज आपको कुछ ऐसा मिलेगा जिसकी आपको बहुत दिनों से ख्वाहिश थी। आज किसी इम्पोर्टेन्ट कार्य में अपने से बड़े या किसी अनुभवी से सलाह लेकर ही आगे बढ़ने की कोशिश करें।

वृष- आज का दिन आपके लिए व्यस्तता से भरा हो सकता हैं। गृहस्थ जीवन की जिम्मेदारियों को निभाने का पूरा प्रयास करेंगे। छात्र अपने अधूरे काम पूरा कर लेंगे। परिवार में धार्मिक आयोजन के योग बन रहे हैं, आज अपने खान- पान पर कंट्रोल रखें।

मिथुन- आज का दिन सफलता दिलाने वाला है। इंजीनियरिंग करने वाले छात्रों के लिए आज जॉब के अच्छे ऑफर मिल सकते है। आज आपको अपने खर्चों पर नियंत्रण करने की आवश्यकता है।

कर्क- आज का दिन आपके लिए उमंग से भरा रहने वाला है। आज निजी जीवन में सकारात्मकता लाने की कोशिश करेंगे और इसके लिए आप किसी महापुरुष का अनुशरण करेंगे। आज आपकी ज्यादातर योजनाएं पूरी हो सकती है।

सिंह- आज आपका दिन खुशियों से भरा रहेगा। आज आपके शत्रु परास्त होंगे। अगर आप नया वाहन लेने का विचार कर रहे है तो परिवार वालों से आपको मदद मिल सकती है।

कन्या- आज आपका दिन शानदार रहेगा। आज जिम्मेदारियों को अच्छी तरह निपटाने में आप बहुत हद तक सफल रहेंगे। अपनी तरफ से हर मामले पर आपको सकारात्मक रहना होगा। व्यवहार में धैर्य और विनम्रता बनाये रखें।

तुला- आज का दिन कॉन्फिडेंस से भरा रहेगा। आज आपका आर्थिक पक्ष मजबूत रहेगा। किसी विशेष कार्य के प्रति चल रहे प्रयासों से आज बेहतर परिणाम मिलेंगे। लेकिन अपने उसूलों के साथ आप किसी भी प्रकार का समझौता नहीं करेंगे।

वृश्चिक- आज का दिन आपके लिए सकारात्मक परिणाम लेकर आयेगा। भाई-बहनों के साथ रिश्ते में मजबूती आएगी। किसी काम में उनका सहयोग भी मिलेगा। आज आपकी कोई निजी समस्या सुलझ सकती है।

धनु- आज का दिन बेहतरीन रहने वाला है। आज आपके नए विचार आपके आत्मविश्वास तथा आत्मबल को बढ़ाएंगे। आज कोई रुका हुआ या उधार दिया हुआ पैसा वापस मिल सकता है।

मकर- आज का दिन अच्छा बना रहेगा। अपने करियर को लेकर आप किसी अनुभवी व्यक्ति से सलाह मशविरा करेंगे। आप अपने गुरु से करियर के बारे में परामर्श ले सकते है। आज ऑफिस के कामों में उलझनें आएंगी।

कुंभ- आज का दिन परिवार वालों के साथ बितेगा। आज आपको जो अच्छा लगता है, उस काम में समय बीताएं, इससे आपको शांति और ऊर्जा मिलेगी। आज आप अपने कामों को बहुत सावधानी और कुशलता से करेंगे।

मीन- आज का दिन अच्छा रहेगा। आपको बिजनेस में कोई बड़ी डील मिल सकती है। इससे आपको धनलाभ होगा। किसी शुभ समाचार के मिलने का योग नजर आ रहा है। आज आपकी मेहनत और सूझबूझ से कोई रुका हुआ काम पूरा हो जाएगा।

शर्माजी की बेटी का ट्रेलर हुआ रिलीज, साक्षी, दिव्या और सैयमी का दिखा मजेदार अंदाज

प्राइम वीडियो की आगामी फिल्म शर्मा जी की बेटी का ट्रेलर आज जारी हो गया है। यह फिल्म इसी महीने इस ओटीटी प्लेटफॉर्म पर रिलीज होगी। इस फिल्म का निर्देशन ताहिरा कश्यप ने किया है। यह निर्देशन में उनका डेब्यू है। आज जारी हुए ट्रेलर में भारत के मध्यमवर्गीय परिवारों की महिलाओं की कहानी दिखाई गई है। यह कहानी दिखाई गई है शर्मा बुमंस-ज्योति शर्मा, किरण शर्मा और तन्वी शर्मा के जरिए। प्राइम वीडियो के सोशल मीडिया हैंडल से ट्रेलर जारी किया गया है। इसके साथ कैप्शन लिखा है, आपस में जुड़ी हुई पांच जिंदगियां, पांच मजबूत महिलाएं, पांच खूबसूरत कहानियां, जो नियति से बंधी हुई हैं। यह फिल्म 28 जून को रिलीज होगी। फिल्म में साक्षी तंवर, दिव्या दत्ता और सैयामी खेर मुख्य भूमिकाओं में हैं। साथ ही वंशिका तपारिया, अरिस्ता मेहता, शारिब हाशमी और परवीन भी हैं।

फिल्म का ट्रेलर देखकर यह कहा जा सकता है कि यह आम महिलाओं की कहानी को बड़े खूबसूरत अंदाज में कहने वाली फिल्म है। परिवार और बच्चों की जिम्मेदारियों के बीच अपने लिए जगह ढूंढने वाली महिलाओं को यह कुछ अपनी-अपनी सी कहानी लगेगी। फिल्म में साक्षी तंवर ज्योति शर्मा के रोल में हैं। दिव्या दत्ता किरण शर्मा और तन्वी शर्मा की भूमिका में सैयामी खेर हैं।

ट्रेलर देखते हुए लग रहा है कि फिल्म में कॉमेडी भी भरपूर देखने को मिलेगी। ज्योति तंवर (साक्षी) एक ऐसी महिला के रोल में हैं, जो खुद एक शिक्षिका हैं।

प्रभास की फिल्म कल्कि 2898 एडी की एडवांस बुकिंग शुरू, नया पोस्टर आया सामने

नाग अश्विन के निर्देशन में बन रही फिल्म कल्कि 2898 एडी की रिलीज की उल्टी गिनती शुरू हो चुकी है।प्रभास, दीपिका पादुकोण और अमिताभ बच्चन जैसे सितारों से सजी फिल्म यह इस साल की बहुप्रतीक्षित फिल्म में से एक है।कल्कि 2898 एडी 40 से ज्यादा देशों में 27 जून, 2024 को रिलीज होने वाली है।अब फिल्म की एडवांस बुकिंग शुरू हो गई है। निर्माताओं ने नया पोस्टर साझा कर इस खबर की जानकारी दी है।

कल्कि 2898 एडी एक पौराणिक साइंस फिक्शन फिल्म है, जिसे 600 करोड़ रुपये की लागत में बनाया गया है। इसे अब तक की सबसे महंगी भारतीय फिल्म बताया जा रहा है।फिल्म में प्रभास का किरदार भगवान विष्णु के 10वें अवतार कल्कि से प्रेरित है, वहीं अश्वथामा का किरदार अमिताभ ने निभाया है।

सेहतमंद रहना है तो कच्चा दूध पीने से बचें

दूध पोषण का खजाना माना जाता है. इसमें कैल्शियम, फॉस्फोरस, प्रोटीन और कई तरह के मिनरल्स होते हैं. दूध पीने से हड्डियां और मसल्स मजबूत होते हैं. दूध पचने में आसान होता है, इसलिए इसे किसी समय पी सकते हैं. दूध ठंडा भी पी सकते हैं और गर्म भी. हालांकि, बहुत से लोग कच्चा दूध पीना पसंद करते हैं.

हालांकि, इसके कई नुकसान हो सकते हैं. दूध को बिना उबाले पीने से कई साइड इफेक्ट्स देखने को मिल सकते हैं. ऐसे में आइए जानते हैं कच्चा दूध पीने से क्यों मना किया जाता है.

दूध क्यों उबाला जाता है- दूध उबालने के बाद उसका पोषण बदल जाता है. उबालने के बाद दूध में मौजूद मिनरल्स और विटामिन्स का ब्रेकडाउन होता है. इससे दूध पचाना आसान हो जाता है. उबालने से दूध में मिलने वाले बैक्टीरिया भी समाप्त हो जाते हैं, इसलिए दूध को उबालकर ही पीने की सलाह दी जाती है. कई एक्सपर्ट्स का कहना है कि दूध को हमेशा उबालने के बाद ही इस्तेमाल करना चाहिए.

दूध कितनी देर उबालना चाहिए- नेशनल सेंटर फॉर बायोटेक्नोलॉजी इंफॉर्मेशन के एक अध्ययन में बताया गया है कि गाय का कच्चा दूध हमेशा 95 डिग्री सेल्सियस टेंपरेचर पर ही उबालकर पीना चाहिए. इससे उसमें मौजूद बैक्टीरिया पूरी तरह खत्म हो सकता है. इससे फूडबोर्न डिजीज का रिस्क भी बेहद कम हो जाता है और यह दूध शरीर में सही तरह लगता भी है.

दूध उबालने से क्या-क्या फायदा होता है- दूध में लैक्टोज नाम के कार्ब्स पाए जाते हैं. जब दूध को उबालते हैं तो लैक्टोज में बदलाव होने लगता है और लैक्टुलोज नाम के एक शुगर में बदल जाता है. इस शुगर के कारण से उबले हुए दूध को पचाने में कच्चे दूध की तुलना में बहुत ज्यादा आसान होता है. इसलिए दूध को कच्चा नहीं उबालकर पीना चाहिए.

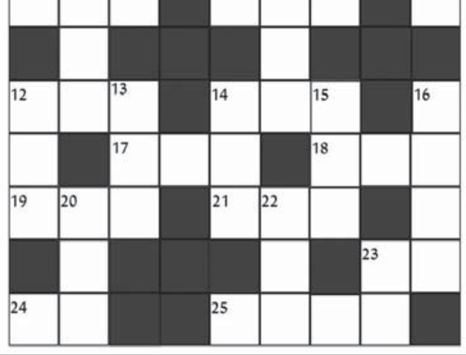
शब्द सामर्थ्य- 99

बाएं से दाएं

1. आय व्यय का लेखा-जोखा, गणित, एकाउंट 3. विनती, अदब 6. दृष्टांत, सुपुर्दगी, उदाहरण 7. मूल्यवान, बहुमूल्य 8. अच्छे ढंग में गाया जाने वाला सुंदर गीत 10. बराबर, सम 12. मुख, चेहरा 14. अनुकृति, अनुकरण, असल का विलोम 17. दिमाग, मस्तिष्क 18. मनोहर, सुंदर, इच्छित, प्यारा 19. गर्मी, ताप 21. रसिया, प्रेमी, रसपान करने वाला 23. दबाव, भार 24. भीख 25. काम से जी चुराने वाला, आलसी।

ऊपर से नीचे

1. साहस, वीरता, बहादुरी 2. बहिन, प्रवाहित होना 3. प्रणय क्रीडा, सुखोपभोग, हावभाव 4. विश्वास, प्रतीति 5. इंतजार 9. खाने-पीने का सामान, रसद 11. नशीला, मदभरा 12. घायल, जख्मी 13. झुकना, प्रणाम, नमस्कार 14. दृष्टि, निगाह 15. तीव्रइच्छा 16. अर्थ, अभिप्राय, स्वार्थ 20. इम्तिहान, योग्यता आदि को परखना 22. जुल्म, अन्याय 23. पत्नी, बीवी, एक प्रत्यय।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 098 का हल

दा	ढ़ी		की		खा	सो	आ	म
वा		त	म	न्ना			जा	
न	जा	क	त		बा	अ	द	ब
ल		ली		वि	ला	प		हा
	अ	फ	सा	ना		मा	हि	र
दा	ब			श	गु	न		
न		उ	प	का	र		शि	
व		त्स		र		त	क	ला
	सा	व	न		गु	रु	वा	र

सू-दोकू- 99

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

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 भर 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.098 का हल

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