संपादकीय

लोगों का प्रति महीने उपभोग खर्च बढ़ा

बढ़े उपभोग खर्च में महंगाई की भी एक भूमिका है। सरकार की ओर से मासिक उपभोग खर्च के बारे में जारी आंकड़ों से आंकना कठिन है कि कितना उपभोग बढ़ा और कितनी वृद्धि उपभोग की चीजों की महंगाई के कारण हुई।

मासिक प्रति व्यक्ति उपभोग सर्वेक्षण (एमपीसीई) रिपोर्ट तो कुछ पहले आई थी, लेकिन अब केंद्र ने इसकी एक तथ्य तालिका जारी की है।

इसमें भी वही दिखाने की कोशिश है कि अगस्त 2023 से सितंबर 2024 की अवधि में उसके पहले वाले वर्ष की तुलना में लोगों का प्रति महीने उपभोग खर्च बढ़ा।

स्पष्टतः सरकार इसे शहर से गांवों तक में आय और खुशहाली बढने़ के प्रमाण के रूप में पेश किया है। मगर जो सवाल सर्वे रिपोर्ट जारी होने के समय उठे, उनका कोई जवाब नहीं दिया गया है।

विशेषज्ञों ने ध्यान दिलाया है कि सबसे ज्यादा खर्च खाद्य पदार्थों पर बढ़ा। जिस अवधि में यह सर्वे हुआ, उसमें खाद्य मुद्रास्फीति की दर ऊंची रही।

फिर पुराने सर्वेक्षणों की तुलना में सर्वे विधि में जो परिवर्तन किए गए, उन्हें ध्यान में रखते हुए यह आंकना और मुश्किल हो गया है कि लोगों के उपभोग पैटर्न में सचमुच कितना बदलाव आया।

खुद ताजा रिपोर्ट से ही जाहिर हुआ कि टॉप 10 प्रतिशत आबादी के उपभोग में पर्याप्त वृद्धि हुई, जबकि सबसे निचली पांच फीसदी आबादी के वास्तविक खर्च में बढ़ोतरी मद्धम रही।

निचली आर्थिक श्रेणी की आबादी में जो वृद्धि दिखती है, उसमें बड़ा योगदान सरकार की तरफ से दिए जा रहे पांच किलो अनाज और प्रत्यक्ष नकदी हस्तांतरण योजनाओं का है।

जाहिर है, इसे कमाई से होने वाली आमदनी की स्थिति में सुधार नहीं कहा जा सकता। एक अन्य तथ्य यह सामने आया है कि ग्रामीण इलाकों में जो उपभोग खर्च बढ़ा, खाद्य के अलावा उसका सबसे बड़ा हिस्सा इलाज, परिवहन, वस्त्र और जूते-चप्पल के हिस्से में गया।

इन चीजों की लागत में भी महंगाई की एक भूमिका है। इसलिए आंकना कठिन है कि कितना उपभोग बढ़ा और कितनी वृद्धि पहले जितनी चीजों की महंगाई के कारण हुई।

ये सारे उल्लेख सरकार की नकारात्मक छवि बनाने के लिए नहीं किए जा रहे हैं। मगर अपने आंकड़ों को लेकर विश्वास का संकट खुद सरकार ने खड़ा किया है।

वह सभी दायरों के विशेषज्ञों को लेकर संवाद और विश्लेषण के लिए तैयार हो, तो अविश्वास का हल निकल सकता है। क्या सरकार ऐसा करेगी?

भारत 5 साल में एफएंडबी, कृषि और समुद्री उत्पादों में 100 बिलियन डॉलर के निर्यात लक्ष्य को कर सकता है हासिल

नई दिल्ली

वाणिज्य एवं उद्योग मंत्री पीयूष गोयल ने कहा कि भारत में अगले पांच वर्षों में खाद्य एवं पेय पदार्थ (फूड एंड बेवरेज), कृषि और समुद्री उत्पाद उद्योगों में संयुक्त निर्यात 100 बिलियन डॉलर तक पहुंचने की क्षमता है।

इंडसफूड 2025 के दौरान एफएंडबी (फूड एंड बेवरेज) इंडस्ट्री के हितधारकों संग बातचीत में केंद्रीय मंत्री ने इस बात पर जोर दिया कि यह लक्ष्य बहुत महत्वाकांक्षी नहीं है क्योंकि उद्योगों को 14-15 प्रतिशत की संयुक्त दर से बढने़ की जरूरत है।

उन्होंने पिछले साल भारत से 50 बिलियन डॉलर के सामान निर्यात में कृषि और प्रसंस्कृत खाद्य उत्पाद निर्यात विकास प्राधिकरण (एपीईडीए) और समुद्री उत्पाद निर्यात विकास प्राधिकरण (एमपीईडीए) द्वारा महत्वपूर्ण भूमिका निभाने को लेकर सराहना की।

केंद्रीय मंत्री ने यह भी बताया कि सरकार ने एफएंडबी सेक्टर में 100 प्रतिशत प्रत्यक्ष विदेशी निवेश (एफडीआई) की अनुमति दी है, इसके अलावा सरकार उन लोगों के लिए आसानी से वर्क परमिट भी देती है जो भारत में काम करना या व्यवसाय स्थापित करना चाहते हैं।

केंद्रीय मंत्री गोयल ने भारतीय कंपनियों से इनोवेशन, बेहतर पैकेजिंग,सस्टेनेबिलिटी में निवेश करने और अपनी प्रक्रियाओं को अधिक स्वच्छ बनाने के लिए मैकेनाइज करने का आग्रह किया।

उन्होंने उपस्थित हितधारकों को पोषण पर उच्च मूल्य वाले उत्पाद लाने के लिए प्रोत्साहित किया, जिनका उपयोग सरकार देश में अपने खाद्य सुरक्षा कार्यक्रमों के लिए कर सकती है।

फूड इंडस्ट्री में सस्टेनेबिलिटी को बढ़ावा देने पर केंद्रीय मंत्री ने इस बात पर प्रकाश डाला कि सरकार खेती की प्रक्रियाओं को सस्टेनेबल बनाने को प्राथमिकता दे रही है और ऑर्गेनिक फार्मिंग और फूड प्रोडक्ट को बढ़ावा देने के लिए काम कर रही है।

उन्होंने कहा कि ऑर्गेनिक फार्मिंग में जबरदस्त विकास की संभावना है।

केंद्रीय मंत्री गोयल ने यह भी कहा कि सरकार पूरे देश में फूड टेस्टिंग लैब्स का विस्तार करना चाहती है और हाई-क्वालिटी टेस्टिंग लैब सुविधाओं की स्थापना के लिए जरूरी इक्विपमेंट और प्रक्रियाओं पर सुझावों का स्वागत करेगी।

केंद्रीय मंत्री ने हितधारकों से भारत के दूसरे हिस्सों की यात्रा करने का आग्रह किया, ताकि देश में उपलब्ध अलग-अलग स्वादों और जायकों के बारे में विचार प्राप्त किए जा सकें।

उन्होंने आशा व्यक्त की कि भारतीय एफएंडबी इंडस्ट्री और उसके साझेदार इनोवेशन पर ध्यान देते रहेंगे और देश में वैश्विक मानक लाएंगे साथ ही भारतीय उत्पादों को दुनिया भर में ले जाएंगे।

2025 भारत में आईपीओ के लिए एक और रिकॉर्ड तोड़ने वाला साल हो सकता है साबित

नई दिल्ली

एक लेटेस्ट रिपोर्ट के अनुसार, मजबूत बुनियादी बातों और लचीली अर्थव्यवस्था की वजह से भारतीय इक्विटी बाजारों में आरंभिक सार्वजनिक पेशकश (आईपीओ) के लिए एक और रिकॉर्ड तोडऩे वाला साल देखने को मिल सकता है।

देश में अब तक सभी क्षेत्रों में फंडराइजिंग एक्टिविटी व्यापक रही हैं।

कोटक इन्वेस्टमेंट बैंकिंग की रिपोर्ट के अनुसार, भू-राजनीतिक जोखिमों और बाजार में उतार-चढ़ाव के बीच घरेलू निवेश ने लचीलापन प्रदान किया।

निवेश बैंक के अनुसार, पिछले साल 500 मिलियन डॉलर के 30 से अधिक सौदों के साथ, अलग-अलग उत्पादों में सौदों का आकार लगातार बढ़ रहा है।

बहुराष्ट्रीय कंपनियां (एमएनसी) अपनी सहायक कंपनियों को भारतीय शेयर बाजारों में पहली बार लिस्ट कर भारत को लिस्टिंग डेस्टिनेशन के रूप में पसंद करती हैं।

पिछले साल कम से कम 91 कंपनियों ने सार्वजनिक रूप से लगभग 1.60 लाख करोड़ रुपये जुटाए।

रिपोर्ट के अनुसार, पिछले साल आईपीओ, फॉलो-ऑन ऑफर और क्वालिफाइड इंस्टीट्यूशनल प्लेसमेंट (क्यूआईपी) सहित कुल मिलाकर, फर्मों ने इक्विटी बाजार से 3.73 लाख करोड़ रुपये से अधिक जुटाए।

पिछले साल हुंडई के मेगा 3.3 बिलियन डॉलर आईपीओ के बाद, एलजी इलेक्ट्रॉनिक्स अब 1.3 बिलियन डॉलर आईपीओ की योजना के साथ भारत की बाजार क्षमता पर नजऱ गड़ाए हुए है।

एलजी इलेक्ट्रॉनिक्स के सीईओ चो जू-वान ने कहा है कि भारतीय बाजार में अपार व्यावसायिक संभावना के कारण ही कंपनी ने देश में आईपीओ लाने का फैसला किया है।

दक्षिण कोरियाई कंपनी ने दिसंबर की शुरुआत में अपनी भारतीय यूनिट एलजी इलेक्ट्रॉनिक्स इंडिया लिमिटेड के आईपीओ के लिए भारतीय शेयर बाजार संचालक के पास एक ड्राफ्ट दाखिल किया।

आईसीसी चैंपियंस ट्रॉफी 2025 टूर ने ऑस्ट्रेलियाई चरण का किया समापन

नई दिल्ली । आईसीसी पुरुष चैंपियंस ट्रॉफी 2025 ट्रॉफी टूर ने अपने रोमांचक ऑस्ट्रेलियाई चरण का समापन किया। टूर्नामेंट का आगामी नौवां संस्करण, 19 फरवरी से 9 मार्च तक पाकिस्तान और संयुक्त अरब अमीरात में आयोजित किया जाना है। इस जीवंत दौरे के दौरान, ट्रॉफी ने मेलबर्न और सिडनी में प्रतिष्ठित स्थानों का दौरा किया, जहां प्रशंसकों ने विभिन्न गतिविधियों और क्रिकेट दिग्गजों की प्रस्तुतियों के साथ दर्शकों का मनोरंजन किया। ऑस्ट्रेलियाई चरण ने प्रशंसकों और मीडिया को पूर्व ऑस्ट्रेलियाई ऑलराउंडर और दो बार के आईसीसी चैंपियंस ट्रॉफी विजेता शेन वॉटसन से बातचीत करने का अवसर भी दिया, जिन्होंने इस आयोजन की अनूठी प्रकृति और आगामी संस्करण के लिए अपनी भविष्यवाणियों के बारे में विस्तार से बताया। ट्रॉफी को बॉर्डर-गावस्कर ट्रॉफी के दौरान भी प्रदर्शित किया गया था, जो मेलबर्न और सिडनी में आयोजित चौथे और पांचवें टेस्ट में दिखाई दी, जहां इरफान पठान, एडम गिलक्रिस्ट, माइकल वॉन और जस्टिन लैंगर जैसे पूर्व क्रिकेट सितारों ने ट्रॉफी के साथ पोज़ दिया।

पीएम मोदी का लक्ष्य भारत को इलेक्ट्रॉनिक्स विनिर्माण का केंद्र बनाना है : अश्विनी वैष्णव

चेन्नई

केंद्रीय रेल और इलेक्ट्रॉनिक्स एवं आईटी मंत्री अश्विनी वैष्णव ने शुक्रवार को कहा कि वह भारत को इलेक्ट्रॉनिक्स विनिर्माण का केंद्र बनाने के प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के बड़े दृष्टिकोण का हिस्सा बनकर बहुत खुश हैं।

सिरमा एसजीएस टेक्नोलॉजी लिमिटेड और एमएसआई की लैपटॉप असेंबली लाइन का उद्घाटन करते हुए मंत्री ने कहा कि इस प्लांट से उन्हें बहुत खुशी हुई, खासकर युवा महिलाओं को असेंबली लाइन पर काम करते देखकर।

मंत्री ने यहां मीडियाकर्मियों से कहा, इन हाई-टेक मशीनों पर काम करने से उन्हें जो संतुष्टि मिलती है, जो प्रशिक्षण उन्हें मिला है और जिस फोकस के साथ वे काम करते हैं वह प्रेरणादायक है। उनमें से कई आसपास के गांवों से हैं और उनकी प्रतिभा देखकर खुशी हुई।

इलेक्ट्रॉनिक्स सिस्टम डिजाइन और विनिर्माण क्षेत्र की अग्रणी कंपनी सिरमा एसजीएस ने घरेलू बाजार के लिए लैपटॉप बनाने के लिए भारत में विनिर्माण साझेदार के रूप में एआई पीसी और गेमिंग क्षेत्र की वैश्विक अग्रणी कंपनी एमएसआई के साथ समझौता किया है।

इस रणनीतिक सहयोग के माध्यम से सिरमा एसजीएस अपनी अत्याधुनिक चेन्नई में एमएसआई के लिए लैपटॉप असेंबल करेगा।

एमएसआई के इंडिया एनबी महाप्रबंधक जॉन हंग के अनुसार, भारत हमेशा एमएसआई के लिए एक प्रमुख बाजार रहा है और जैसा कि हम यहां अपनी उपस्थिति का विस्तार करना जारी रखते हैं, हमारे उत्पादों के लिए स्थानीय रूप से उत्पादित होने के साथ-साथ विश्व स्तर पर प्रतिस्पर्धी बने रहना महत्वपूर्ण है।

हंग ने कहा, यह सहयोग नवाचार, गुणवत्ता और भारत के विनिर्माण पारिस्थितिकी तंत्र को मजबूत करने के लिए हमारी साझा प्रतिबद्धता को दर्शाता है। हम अपने ग्राहकों को हाई-टेक उत्पाद देने और भारतीय अर्थव्यवस्था के विकास में योगदान देने के लिए उत्साहित हैं।

एसए20 लीग : सुपर जायंट्स ने आखिरी गेंद पर रोमांचक मुकाबले में कैपिटल्स को दो रन से हराया

डरबन

एसए20 लीग के तीसरे सीजन में डरबन सुपर जायंट्स ने किंग्समीड में खेले गए रोमांचक मैच में प्रिटोरिया कैपिटल्स को आखिरी गेंद पर मात्र दो रन से हराकर रोमांचक जीत हासिल की।

रहमानुल्लाह गुरबाज की विस्फोटक 89 रन की पारी और विल जैक्स के साथ 154 रन की शानदार ओपनिंग साझेदारी के बावजूद, कैपिटल्स 210 रन के लक्ष्य से चूक गए और उनकी पारी 207/6 पर समाप्त हुई।

सुपर जायंट्स ने न्यूजीलैंड के कप्तान केन विलियमसन (नाबाद 60) और वियान मुल्डर (19 गेंदों पर नाबाद 45) के योगदान की बदौलत 209/4 का स्कोर बनाया था।

प्रिटोरिया कैपिटल्स ने अच्छी बल्लेबाजी की। 16वें ओवर तक कैपिटल्स ने चार विकेट खोकर 183 रन बना लिए थे। अब महज 4 ओवर में बाकी के रन बनाने थे। ऐसा लग रहा था कि कैपिटल्स आसानी से जीत हासिल कर लेगी।

लेकिन अफगानिस्तान के नूर अहमद और नवीन-उल-हक की शानदार गेंदबाजी के आगे कैपिटल्स दबाव में आई। कैपिटल्स को आखिरी ओवर में 14 रन बनाने थे। जिससे बनाने से वे दो रनों से चूक गए। नूर अहमद ने 34 रन देकर दो विकेट लिए और नवीन-उल-हक ने 35 रन देकर एक विकेट झटका।

नूर ने रहमानुल्लाह गुरबाज और विल जैक्स का विकेट लिया तो वहीं केशव महाराज ने भी खतरनाक लियाम लिविंगस्टोन को पवेलियन का रास्ता दिखाया।

नवीन-उल-हक के अंतिम ओवर में 14 रन कैपिटल्स को बनाने थे और उनके युवा खिलाड़ी स्टीव स्टोक स्ट्राइक पर थे। इस रोमांचक ओवर में आखिरी गेंद पर चार रन की जरूरत थी। लेकिन नवीन ने अंतिम गेंद पर केवल लेग बाई दी और अपनी टीम को मैच जिताने में भूमिका अदा की।

गुरबाज और विल जैक्स के बीच 154 रनों की विस्फोटक ओपनिंग साझेदारी के कारण कैपिटल्स का रन-चेज सही दिशा में आगे बढ़ता दिख रहा था। जैक्स ने पिछले दो सीजन में अपने शानदार स्ट्रोक-प्ले से एसए20 दर्शकों का भरपूर मनोरंजन किया है। इस लिस्ट में अफगानिस्तान के बल्लेबाज गुरबाज भी शामिल हुए।

शिवा, सचिन पुरुष राष्ट्रीय मुक्केबाजी के क्वार्टर फाइनल में

बरेली

शिवा थापा और सचिन सिवाच ने अपना शानदार प्रदर्शन जारी रखते हुए 8वीं एलीट पुरुष राष्ट्रीय मुक्केबाजी चैंपियनशिप के चौथे दिन जोरदार जीत हासिल की और क्वार्टर फाइनल में प्रवेश किया।

असम का प्रतिनिधित्व कर रहे थापा ने वेल्टरवेट (60-65 किग्रा) वर्ग में हिमांशु सांगवान पर 5-0 की जीत के साथ अपना दबदबा बरकरार रखा, जबकि पूर्व विश्व युवा चैंपियन सचिन ने अपने मुकाबले में एक और शानदार प्रदर्शन करते हुए मणिपुर के किंगसन पुखरामबम को इसी अंतर से हराया।

राजस्थान के देवेंद्र सोलंकी अब तक टूर्नामेंट के सबसे बेहतरीन प्रदर्शन करने वालों में से एक रहे हैं। फ्लाईवेट (47-50 किग्रा) वर्ग में प्रतिस्पर्धा करते हुए सोलंकी ने एक बार फिर अपने कौशल और दृढ़ संकल्प का परिचय देते हुए चैंपियनशिप में अपनी लगातार तीसरी जीत हासिल की।

उन्होंने मिजोरम के ज़ोरमुआना को सर्वसम्मति से हराकर अंतिम आठ चरण में प्रवेश किया। इस बीच, हिमाचल प्रदेश के अभिनाश जामवाल ने 2022 के युवा विश्व मुक्केबाजी चैंपियन (63.5 किग्रा) वंशज कुमार को 5-0 के शानदार फैसले से हराकर क्वार्टर फाइनल में प्रवेश किया।

रिंग में वापस आकर, पंजाब के गोपी ने गोविंद साहनी के प्रभावशाली प्रदर्शन को समाप्त कर दिया, उन्होंने फ्लाईवेट श्रेणी में राउंड 3 की जीत हासिल की और स्ट्रैंड्जा मेमोरियल रजत पदक विजेता की प्रगति को रोक दिया। इस बीच, आंध्र प्रदेश के भानु प्रकाश ने गोवा के उमेश चव्हाण पर नॉकआउट जीत के साथ एक शानदार प्रदर्शन किया और अगले दौर में प्रवेश किया। कुल मिलाकर, यह सर्विसेज स्पोर्ट्स कंट्रोल बोर्ड के लिए एक और बेहतर दिन था, क्योंकि उन्होंने चैंपियनशिप में अपना दबदबा कायम रखा। सचिन के अलावा हितेश गुलिया (लाइट मिडलवेट), दीपक (वेल्टरवेट), जुगनू (क्रूजरवेट) और विशाल (हैवीवेट) ने भी जीत हासिल कर क्वार्टर फाइनल में जगह बनाई, जिससे प्रतियोगिता में एसएससीबी की पकड़ और मजबूत हुई।

अक्षय कुमार की फिल्म स्काई फोर्स का पहला गाना माये जारी

❒ दिखी देशभक्ति की झलक

इस साल की फिल्म स्काई फोर्स में अक्षय कुमार और वीर पहाडिय़ा मुख्य किरदार में नजर आएंगे। मैडॉक फिल्म्स ने स्काई फोर्स का माई पूरा रिलीज कर दिया है, जिसमें जांबाजों की कहानी को इस कदर दिखाया गया है कि हर कोई उनपर नाज करेगा। इस गाने को बी पराग ने गाया है।

मैडॉक ने कुछ ही देर पहले फिल्म स्काई फोर्स का माई सॉन्ग इंस्टाग्राम और यूट्यूब पर रिलीज किया है। इंस्टाग्राम पर फिल्म निर्माताओं ने लिखा, अपने शहीदों की शान में, जिन्होंने हमारे अपने देश को हर चीज से आगे रखा। पेश है माई सॉन्ग, द एंथम ऑफ हीरोज... साथ ही नीचे यूट्यूब का लिंक भी दिया गया।

स्काई फोर्स में अक्षय कुमार एक वायुसेना अधिकारी के किरदार में नजर आएंगे। हाल ही में फिल्म का मोशन पोस्टर रिलीज किया गया था, जिसमें फिल्म की रिलीज डेट भी सामने आई। फिल्म का ट्रेलर 5 जनवरी को रिलीज किया जा चुका है। आज फिल्म का माई गाना रिलीज किया गया है, जिसे बी पराग ने गाया है।

अभिषेक अनिल कपूर द्वारा अपनी पहली निर्देशित देशभक्ति फिल्म स्काई फोर्स के माई गाने के बाद प्रशंसक की उत्सुकता फिल्म को लेकर और अधिक बढ़ गई है। फिल्म 24 जनवरी,2025 को रिलीज होने वाली हैं। यह फिल्म भारत के पहले और सबसे घातक हवाई हमले की कहानी है।

रामायण को मिली नई रिलीज तारीख, चार भाषाओं में एनिमेशन में देख पाएंगे रामकथा

रामायण: द लीजेंड ऑफ प्रिंस रामा, 1993 में बनी जापानी-भारतीय एनीमे फिल्म है। आखिरकार इस फिल्म को भारतीय सिनेमाघरों में रिलीज डेट मिल गई है। इस एनिमेटेड फिल्म को पहले 18 अक्टूबर, 2024 को 4के फॉर्मेट में रिलीज किया जाना था। लेकिन अब यह 24 जनवरी, 2025 को रिलीज होगी।

इसे ओरिजनल इंग्लिश वर्जन के साथ हिंदी, तमिल और तेलुगु में नए डब के साथ रिलीज किया जाएगा। रामायण: द लीजेंड ऑफ प्रिंस राम को गीक पिक्चर्स इंडिया, एए फिल्म्स और एक्सेल एंटरटेनमेंट ने पूरे भारत में डिस्ट्रीब्यूट किया है। 'रामायण: द लेजेंड ऑफ प्रिंस रामा' को भारत में 1993 में 24वें भारतीय अंतरराष्ट्रीय फिल्म महोत्सव में प्रदर्शित किया गया था, लेकिन इसे सिनेमाघरों में रिलीज नहीं किया गया था। इसके बाद साल 2000 में इसे टीवी चैनलों पर दिखाया गया जिसके बाद ये भारतीय दर्शकों के बीच लोकप्रिय हुई।

आज का राशिफल

मेष : आज आपका दिन बढिय़ा रहने वाला है। आज आप किसी काम के बारे में नए सिरे से सोच सकते हैं। मार्केट में किसी तरह का निवेश करने जा रहे हैं तो पूरी तरह से रिसर्च के बाद ही निवेश करें। इससे आपको फायदा मिलेगा।

वृष : आज का दिन आपके लिए बहुत अच्छा रहेगा। किसी जरूरी काम या मीटिंग की वजह से आपको ऑउट ऑफ स्टेशन या फिर विदेश यात्रा पर भी जाना पड़ सकता है। दोस्त से मुलाकात करने उनके घर जायेंगे, वे आपको देखकर सरप्राइस महसूस करेंगे।

मिथुन : आज आपका दिन अच्छा रहेगा। जो लोग लंबे समय से नौकरी की तलाश में हैं, उनकी तलाश आज पूरी हो सकती है। जो छात्र कॉम्पटीशन की तैयारी कर रहे हैं, उनको आज अच्छी खबर मिल सकती है।

कर्क : आज आपका दिन मिली-जुली प्रतिक्रिया देने वाला रहेगा। शुरुआत में आपको लगेगा कि आपके काम पूरे हो रहे हैं, लेकिन शाम होते-होते कुछ काम पूरे होने से रह सकते है। इसलिए आज जरूरी काम करने से पहले घर के बड़ों या किसी अनुभवी व्यक्ति से राय जरूर ले लें।

सिंह : आज आपका दिन ठीक-ठाक रहेगा। इस राशि के जो छात्र विदेश में हॉयर एजुकेशन के लिए जाना चाहते हैं, वे किसी से इस बारे में राय ले सकते हैं। आज रुपये पैसों की लेन-देन में आपको थोड़ी सावधानी रखने की जरूरत है।

कन्या : आज आपका दिन बहुत ही अच्छा रहने वाला है। आज आपके काम जरूर सफल होंगे। जो लोग लंबे समय से अपनी कन्या के लिए वर की तलाश कर रहे हैं, उनकी तलाश आज पूरी हो सकती है।

तुला : आज आपका दिन ठीक रहेगा। आज किसी प्रभावशाली व्यक्ति से आपकी मुलाकात हो सकती है। आने वाले समय में वह आपके लिए बहुत ही उपयोगी साबित होगा। ऑफिस के काम में आपको सहकर्मियों का सहयोग मिलेगा।

वृश्चिक : आज आपका दिन अच्छा रहेगा। आज आपको मन मुताबिक परिणाम मिलेंगे। अगर आप अपने बिजनेस को किसी दूसरी जगह पर शिफ्ट करना चाह रहे हैं, तो एक बार जगह अच्छे से देख लें। किसी के साथ साझेदारी के लिए दिन अच्छा रहेगा।

धनु : आज आपका दिन बहुत ही बढिय़ा रहने वाला है। आज आपके मन में नए-नए विचार आयेंगे, जिन्हें आप अपनी दिनचर्या में उतारने में कामयाब रहेंगे। इससे आप खुद के सपनों को पूरा कर पाएंगे।

मकर : आज आपका दिन शानदार रहने वाला है। किसी सरकारी परीक्षा की तैयारी करने वाले छात्रों को पहले से ज्यादा मेहनत करनी पड़ेगी। आज स्वास्थ्य पर ध्यान देने की जरूरत है। अगर मन में उलझन बनी हुयी है, तो अपने दोस्तों से शेयर करेंगे।

कुंभ : आज आपका दिन अच्छा रहेगा। आज घर और बाहर हर जगह आपकी तारीफ होगी। लोग आपसे अच्छा व्यवहार करेंगे। आज समाज से जुड़े कार्यों को करने के लिए दिन उत्तम है।

मीन : आज आपका दिन अच्छा बितेगा। कला और साहित्य से जुड़े लोगों को आज सफलता मिलेगी। आपको किसी बड़े ग्रुप से जुडऩे का मौका मिलेगा। आज ज्यादा से ज्यादा समय आप अपने घरवालों के साथ गुजार सकते हैं।

बाल झड़ने से हैं परेशान तो अपनाएं ये 6 तरीके

बालों का झडऩा पुरुषों और महिलाओं दोनों के लिए एक बड़ी समस्या है. आमतौर पर तनाव, प्रदूषण, अनहेल्दी लाइफस्टाइल, खराब सेहत और आहार में गड़बड़ी, बाल झडऩे का कारण माने जाते हैं, इसके साथ ही बालों का झडऩा हार्मोनल बदलाव के कारण भी होता है. पोषक तत्वों की कमी और स्कैल्प पर रूसी का होना भी बाल झडऩे का कारण है. ज्यादातर लोग इस समस्या से निजात पाने के लिए कई तरीके आजमाकर थक चुके हैं. हालांकि, आज इस खबर में नचुरल तरीकों को आजमाकर बालों को झडऩे से कैसे रोकें और बालों के विकास को बढ़ावा देने के क्या करें, इसके बारे में जानें...

मेथी- मेथी बालों के स्वास्थ्य को बनाए रखने में बहुत मददगार है. मेथी में प्रोटीन और एंटीऑक्सीडेंट प्रचुर मात्रा में होते हैं. यह बालों के विकास को बढ़ावा देता है और बालों का गिरना कम करता है. इसके लिए मेथी के दानों को भिगोकर उसे अच्छे से पीसकर स्कैल्प पर लगाएं। 20 मिनट बाद धो लें.

नींबू का रस- नींबू साइट्रिक एसिड का बहुत अच्छा स्रोत है. इससे सिर की त्वचा का श्च। संतुलित रखने में मदद मिलेगी. यह बालों की ग्रोथ बढ़ाने और डैंड्रफ से छुटकारा दिलाने में फायदेमंद है.इसके लिए थोड़े से पानी में नींबू का रस डालकर मिला लीजिए. इसे स्कैल्प पर लगाएं. 20 मिनट बाद धो लें.

ब्राह्मी- ब्राह्मी में एल्कलॉइड और ट्राइटरपेनॉइड सैपोनिन होते हैं. यह स्कैल्प को पोषण देने और बालों के रोमों को मजबूत बनाने में मदद करता है. ब्राह्मी बालों के झडऩे को रोकने और सिर पर जमा गंदगी और रूसी को हटाकर बालों के विकास को बढ़ावा देने में फायदेमंद है.

आंवला- आंवला विटामिन, खनिज, अमीनो एसिड, फाइटोन्यूट्रिएंट्स और एंटीऑक्सिडेंट का एक अच्छा स्रोत है, जो बालों के स्वास्थ्य की रक्षा करता है. यह बालों के रोमों को भी मजबूत करता है और खोपड़ी में रक्त के प्रवाह को बढ़ाता है. इसके साथ ही यह बालों के विकास को बढ़ावा देता है. इसके लिए आंवले के साथ नारियल का तेल सिर और बालों पर लगाएं. 30 मिनट बाद हल्के शैम्पू से धो लें.

अंडा- अंडे में प्रोटीन और अमीनो एसिड प्रचुर मात्रा में होता है. यह बालों को मजबूत बनाता है और बालों का झडऩा रोकने में मदद करता है. अंडे बालों को मुलायम बनाए रखने में भी मदद करते हैं. इसके लिए एक अंडे को अच्छे से फेंट लें और इसे स्कैल्प और बालों पर लगाएं. 20 से 30 मिनट बाद हल्के शैम्पू से धो लें.

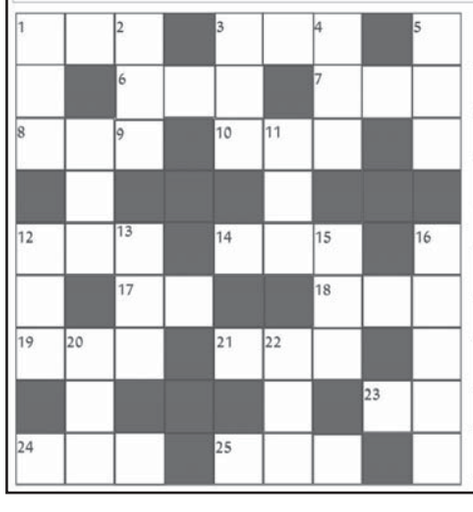
शब्द सामर्थ्य- 294

बाएं से दाएं

1. जीत, फतेह 3. राशन सामान बेचने वाली एक जाति, वैश्य 6. मुर्गी की जाति की एक पक्षी, आधा... आधा बटेर 7. कमल, पंकज, भारत के एक दिवंगत प्रधानमंत्री का नाम 8. नहाने का स्थान, स्नानागार 10. ख्वाब, स्वप्न 12. बुलावा, निमंत्रण 14. तबाही, बर्बादी 17. कत्ल, वध 18. क्षतिपूर्ति, मुआवजा 19. करार, चैन, आराम 21. दृष्टि, निगाह 23. नाश करने योग्य 24. लाडला, प्यारा 25. सीताजी, जनकनंदनी।

ऊपर से नीचे

1. शादी, ब्याह 2. अनाथ, निराश्रित 3. साल, वर्ष 4. दोस्ताना, यारी 5. सुर, देव, भगवान 9. मनुष्य, इंसान, आदमी 11. पाटा जाना, चुकता करना, बात तय करना 12. कार्यक्षेत्र, गोल घेरा, वृत्त 13. अधीनता, मातहती, अधिकार 15. नगर 16. गैरजरूरी 20. दृष्टांत, सुपुर्दगी, उदाहरण 22. धरती, भूतल, धरातल।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 293 का हल

अं	त		म	री	ज			
ग	ह	न	ता		ब	र	ब	स
	की		धि	क्का	र		र	मा
	का		का		द	वा	खा	ना
प	त	वा	र		स्त	र		
ह						दा	मि	नी
ना		ए	ह	ति	या	त		लां
वा	च	क		हा			खू	ब
		ता	ब	ड़	तो	ड़		र

सू-दोकू- 294

	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 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.293 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