संपादकीय

बजट में विशेष प्रावधान

उप्र की योगी सरकार ने वित्तीय वर्ष 2025-26 के लिए आठ लाख करोड़ का सबसे बड़ा बजट पेश किया। इसकी खासियत इंफ्रास्ट्रक्चर, गरीब, युवा, किसान, महिलाएं, धार्मिक पर्यटन रहा।

मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ के नेतृत्व में वित्तमंत्री सुरेश खन्ना ने पर्यटन स्थलों के लिए 400 करोड़ रुपये प्रस्तावित किए। अयोध्या व मथुरा के लिए क्रमश: 150-125 करोड़ रुपये तथा नैमीषारण्य के लिए सौ करोड़ की व्यवस्था प्रस्तावित है। मलिन बस्तियों के विकास के लिए 400 करोड़ व अर्बन फ्लड स्टार्म वाटर ड्रेनेज योजना को हजार करोड़, स्मार्ट सिटी योजना को 450 करोड़, बेसहारा पशुओं के आश्रय के लिए 450 करोड़ रुपये का ऐलान किया।

देश के अन्य राज्यों की खुद के कर प्राप्तियों में उप्र का अंश 2024-25 में 11.6न्न रहा, जो महाराष्ट्र के बाद सर्वाधिक है। चूंकि जनवरी 24 से दिसम्बर 24 के दरम्यान राज्य में 65 करोड़ से ज्यादा पर्यटक आए। जिनमें विदेशी पर्यटकों की संख्या 14 लाख बताई जा रही है। इसी माह केवल महाकुंभ के दौरान प्रयागराज आने वालों की संख्या 54 करोड़ आंकी जा रही है। इस सबसे सरकार को होने प्राप्त वाले जीएसटी, राजस्व व अन्य करों का सहज अंदाजा लगाया जा सकता है।

मदिरों को चढने वाले चढ़ावे में राम मदिर तीसरे स्थान पर आ चुका है। ऊर्जा, लिंक-एक्सप्रेस-वे, सडक़ों व पुलों के निर्माण के लिए बजट में विशेष प्रावधान करने के पीछे सरकार की मंशा आम नागरिक को प्रभावित करने की भी है। हालाकि कृत्रिम मेधा व साइबर सुरक्षा को 5 व 3 करोड़ रुपये देने के ऐलान ने स्पष्ट किया कि सरकार कुछ मामलों में सिर्फ खानापूर्ति कर रही है। इन आठ सालों में सडक़ों की स्थिति बेहतर हुई है, मगर सरकार के पास वाहनों के लगातार बढ़ते दबाव व सडक़ दुर्घटनाओं को रोकने की कोई स्कीम नहीं है।

सडक़ों, एक्सप्रेस-वे, पुलों व मेट्रो के निर्माण के चलते शहरों/महानगरों की व्यवस्था चरमरा जाती है। शिक्षा-व्यवस्था, छात्रों व बेरोजगारों के साथ ही स्वास्थ्य सेवाओं में सुधार लाने के लिए सरकार को बेहतर कदम उठाने होंगे। हर सेक्टर को धन मुहैया कराने की आंकड़ेबाजी तो बस रवायत है। इसका असर निचले स्तर पर व्यावहारिक तौर पर नजर भी आना जरूरी है।

एसबीआई ने 2055 में अपने शताब्दी वर्ष के लिए नेट जीरो उत्सर्जन लक्ष्य किया निर्धारित

मुंबई

भारतीय स्टेट बैंक (एसबीआई) अपने शताब्दी वर्ष 2055 तक उत्सर्जन में नेट जीरो होने का लक्ष्य रखा है। एसबीआई के चेयरमैन चल्ला श्रीनिवासुलु सेट्टी ने हाल ही में यह जानकारी दी।

सेट्टी ने यह घोषणा एसबीआई ग्रीन मैराथन सीजन 5 कार्यक्रम में की, जिसे उन्होंने 5 किमी, 10 किमी और 21 किमी कैटेगरी में भाग लेने वाले 10,000 से ज्यादा रनर्स-कम ग्रीन इंडिया एम्बेसडर के साथ हरी झंडी दिखाकर रवाना किया।

2018 में अपनी स्थापना के बाद से, एसबीआई ग्रीन मैराथन भारत के मिशन लाइफ : पर्यावरण के लिए जीवन शैली' के प्रति बैंक के ठोस समर्पण का प्रतीक बन गया है। यह बैंक की एक स्थायी भविष्य के लिए इसकी दीर्घकालिक प्रतिबद्धता को दिखाता है।

इस रोमांचक कार्यक्रम में प्रतिभागियों ने अलग-अलग दौड़ की कैटेगरी में बेहतरीन प्रदर्शन किया, जिसमें शीर्ष प्रदर्शन करने वालों को 21 किमी की दौड़ में 15,000 रुपये, 10,000 रुपये और 7,000 रुपये का नकद पुरस्कार दिया गया। इसी तरह 10 किमी की दौड़ में 10,000 रुपये, 7,000 रुपये और 5,000 रुपये का नकद पुरस्कार दिया गया।

एसोसिएशन ऑफ इंटरनेशनल मैराथन एंड डिस्टेंस रेस द्वारा मैराथन के प्रमाणन ने प्रतिभागियों को प्रोत्साहित किया, जिससे उन्हें मैराथन समुदाय के भीतर वैश्विक मान्यता मिली।

सभी प्रतिभागियों को और अधिक प्रेरित करने के लिए, इस कार्यक्रम में दिग्गज धावक विनोद कुमार शर्मा, बरुन कुमार, विशाक कृष्णस्वामी, आशीष आर्य मौजूद थे।

इसके अलावा, भारतीय नौसेना, भारतीय वायु सेना और भारतीय सेना की भागीदारी इस कार्यक्रम का मुख्य आकर्षण थी।

मुंबई और जयपुर के बाद, एसबीआई ग्रीन मैराथन 2 मार्च को भोपाल और 9 मार्च, 2025 को दिल्ली में समाप्त होगी।

12 शहरों में अपने सीजन 5 की यात्रा के हिस्से के रूप में, एसबीआई ग्रीन मैराथन पहले ही विशाखापत्तनम, लखनऊ, चंडीगढ़, अहमदाबाद, पुणे, गुवाहाटी, भुवनेश्वर और पटना में आयोजित की जा चुकी है।

कंपनी के बयान के अनुसार, एसबीआई ग्रीन मैराथन हरित और अधिक सस्टेनेबल भारत के लिए बैंक की अटूट प्रतिबद्धता का प्रमाण है।

एसबीआई संपत्ति, जमा, शाखाओं, ग्राहकों और कर्मचारियों के मामले में देश का सबसे बड़ा वाणिज्यिक बैंक है।

यह देश का सबसे बड़ा बंधक ऋणदाता भी है, जिसने अब तक 30 लाख से अधिक भारतीय परिवारों के घर खरीदने के सपने को पूरा किया है।

बैंक का होम लोन पोर्टफोलियो 6.93 लाख करोड़ रुपये को पार कर गया है। दिसंबर 2023 तक बैंक के पास 47.62 लाख करोड़ रुपये से अधिक का जमा आधार है, जिसका सीएएसए अनुपात 41.18 प्रतिशत है और 35.84 लाख करोड़ रुपये से अधिक का एडवांस है।

फिर लाल निशान में खुला शेयर बाजार, इन शेयरों ने बड़े उतार-चढ़ाव के साथ शुरू किया कारोबार

मुंबई

शेयर बाजार आज एक बार फिर गिरावट के साथ लाल निशान में खुला। हालांकि, आज बाजार ने मामूली गिरावट के साथ कारोबार शुरू किया। मंगलवार को बीएसई सेंसेक्स 14.11 अंकों की गिरावट के साथ 74,440.30 अंकों पर खुला। वहीं दूसरी ओर, एनएसई का निफ्टी 50 इंडेक्स भी 36.9 अंकों की गिरावट के साथ 22,516.45 अंकों पर खुला। बताते चलें कि सोमवार को बाजार में भयानक गिरावट दर्ज की गई थी। कल सेंसेक्स 856.65 अंकों के नुकसान के साथ 74,454.41 बंद हुआ। जबकि निफ्टी 242.55 अंक गिरकर 22,553.35 अंकों पर बंद हुआ था।

सेंसेक्स के इन शेयरों में में सबसे ज्यादा उछाल और गिरावट- सेंसेक्स की 30 में से 16 कंपनियों के शेयर बढ़त के साथ हरे निशान में खुले, जबकि बाकी की 13 कंपनियों के शेयर गिरावट के साथ लाल निशान में खुले और एक कंपना का शेयर बिना किसी बदलाव के साथ खुला। इसी तरह, निफ्टी 50 की भी 50 में से 25 कंपनी के शेयर तेजी के साथ हरे निशान में खुले और 24 कंपनियों के शेयर नुकसान के साथ लाल निशान में खुले जबकि एक कंपनी का शेयर बिना किसी बदलाव के साथ खुला। आज सेंसेक्स की कंपनियों में शामिल महिंद्रा एंड महिंद्रा का शेयर सबसे ज्यादा 1.02 प्रतिशत की बढ़त के साथ खुला और टीसीएस के शेयर सबसे ज्यादा 0.93 प्रतिशत की गिरावट के साथ खुले।

बाकी कंपनियों के शेयर की कैसी रही ओपनिंग- इनके अलावा, आज आईसीआईसीआई बैंक के शेयर 0.97 प्रतिशत, जोमैटो 0.92 प्रतिशत, टाटा स्टील 0.58 प्रतिशत, बजाज फिनसर्व 0.51 प्रतिशत, कोटक महिंद्रा बैंक 0.40 प्रतिशत, टाटा मोटर्स 0.35 प्रतिशत, इंडसइंड बैंक 0.35 प्रतिशत, भारती एयरटेल 0.32 प्रतिशत, अडाणी पोर्ट्स 0.30 प्रतिशत, मारुति सुजुकी 0.27 प्रतिशत, एचडीएफसी बैंक 0.26 प्रतिशत, एसबीआई 0.22 प्रतिशत की बढ़त के साथ खुले। वहीं दूसरी ओर, लार्सन एंड टुब्रो के शेयर 0.86 प्रतिशत, एचसीएल टेक 0.56 प्रतिशत, एक्सिस बैंक 0.44 प्रतिशत, टाइटन 0.39 प्रतिशत, टेक महिंद्रा 0.25 प्रतिशत, बजाज फाइनेंस 0.13 प्रतिशत, सनफार्मा 0.09 प्रतिशत, एशियन पेंट्स 0.08 प्रतिशत की गिरावट के साथ खुले।

पेटीएम ने व्यापारियों के लिए लॉन्च किया भारत का पहला सोलर साउंडबॉक्स

जयपुर । पेटीएम (वन 97 कम्युनिकेशंस लिमिटेड) जो भारत की अग्रणी भुगतान और वित्तीय सेवा वितरण कंपनी है तथा क्यूआर कोड, साउंड बॉक्स और मोबाइल भुगतान की अग्रणी रही है, ने व्यापारियों के लिए 'पेटीएम सॉलर साउंडबॉक्स' लॉन्च किया है, जो भारत में अपनी तरह का पहला उपकरण है।

यह इनोवेशन हल्की धूप में भी जल्दी चार्ज होकर पूरे दिन की पावर प्रदान करता है, जिससे छोटे दुकानदारों और व्यापारियों को बिना किसी परेशानी के भुगतान और विश्वसनीय सेवा मिलती है। भारत में बना यह पेटीएम सॉलर साउंड बॉक्स एक एनवायरमेंट फ्रेंडली समाधान है, जो कम लागत वाले वैकल्पिक ऊर्जा स्रोत का उपयोग करता है।

यह ग्रामीण और दूरस्थ क्षेत्रों के साथ-साथ उन स्थानों में भी व्यापारियों को डिजिटल इकोसिस्टम का हिस्सा बनने में सक्षम बनाता है जहां बिजली की कमी होती है। इसके साथ, पेटीएम व्यापारियों को समर्थन देना, वित्तीय समावेशन को बढ़ावा देना और पूरे देश में स्थायी प्रथाओं को प्रोत्साहित करना जारी रखता है।

चैंपियंस ट्रॉफी 2025 : ऑस्ट्रेलिया और दक्षिण अफ्रीका के बीच बड़ा मुकाबला

नई दिल्ली

आईसीसी चैंपियंस ट्रॉफी 2025 का सातवां मुकाबला 25 फरवरी को ऑस्ट्रेलिया और दक्षिण अफ्रीका के बीच रावलपिंडी में खेला जाएगा। दोनों ही टीम अपने पहले मैच में जीत दर्ज कर प्वाइंट टेबल में शीर्ष दो स्थानों पर काबिज हैं। इस मैच में जीत दर्ज करने वाली टीम नॉकआउट में अपना स्थान लगभग पक्का कर लेगी। चैंपियंस ट्रॉफी में नॉकआउट के तौर पर एक ग्रुप से शीर्ष की दो टीमों को सीधे सेमीफाइनल में जगह मिलेगी। ऑस्ट्रेलिया और दक्षिण अफ्रीका की टीमें एक-एक मैच जीतकर ग्रुप बी में दो-दो अंक हासिल कर शीर्ष स्थान पर हैं। हालांकि नेट रन रेट के आधार पर दक्षिण अफ्रीकी टीम ग्रुप बी में शीर्ष स्थान पर बनी हुई है।

दक्षिण अफ्रीका की टीम ने अफगानिस्तान के खिलाफ 107 रनों की बड़ी जीत हासिल की थी। इसलिए प्वाइंट टेबल में उसका नेट रन रेट 2.14 है, जबकि ऑस्ट्रेलिया का नेट रन रेट 0.475 है। इस मैच में हारने वाली टीम के पास जीतकर नॉकआउट में क्वालीफाई करने का एक मौका और होगा। ग्रुप बी में इंग्लैंड और अफगानिस्तान की टीमें क्रमश: तीसरे और चौथे स्थान पर हैं। दोनों टीमों को खाता खोलना बाकी है। हालांकि इन टीमों के पास खेलने के लिए दो मैच बाकी हैं। दोनों ही टीमों को क्वालीफाई करने के लिए अपने दोनों ही मैच अच्छे अंतर से जीतने होंगे।

ऑस्ट्रेलिया और दक्षिण अफ्रीका के हेड टू हेड वनडे रिकॉर्ड की बात करें तो दोनों के बीच अब तक 110 मुकाबले खेले जा चुके हैं, जिनमें से 55 मैचों में दक्षिण अफ्रीका ने जीत हासिल की, जबकि ऑस्ट्रेलिया ने 51 बार बाजी मारी। तीन मुकाबले टाई रहे और एक मैच का कोई नतीजा नहीं निकल सका। पिछले साल यानी 2023 से अब तक दोनों टीमें सात बार आमने-सामने आई हैं, जिसमें दक्षिण अफ्रीका ने चार बार और ऑस्ट्रेलिया ने तीन बार जीत दर्ज की है।

वूमेन प्रीमियर लीग : यूपी वॉरियर्स ने बनाया शानदार रिकॉर्ड, सुपर ओवर में आरसीबी को हराया

नई दिल्ली

वूमेन प्रीमियर लीग 2025 में 9वां मैच बेहद रोमांचक अंदाज में यूपी वारियर्स वूमेन टीम की जीत के रूप में समाप्त हुआ। यूपी वॉरियर्स को यह जीत रॉयल चैलेंजर्स बेंगलुरू के खिलाफ सुपर ओवर में मिली क्योंकि दोनों ही टीमों ने 20 ओवरों में 180 रनों का स्कोर बनाया था, जिसके बाद मुकाबला टाई होकर सुपर ओवर में गया।

बेंगलुरू के एम चिन्नास्वामी स्टेडियम में खेले गए इस मैच में सोफी एक्लेस्टोन ने गेंद और बल्ले से शानदार प्रदर्शन किया और उन्हें प्लेयर ऑफ द मैच भी दिया गया। वूमने प्रीमियर लीग में लगातार तीन मैच हारने के बाद यह आरसीबी के खिलाफ यूपी वारियर्स की पहली जीत थी।

इस मैच में यूपी वॉरियर्स ने 20वें ओवर में तूफानी बैटिंग करते हुए 17 रन बनाए। यह भी अपने आप में एक बड़ा रिकॉर्ड है क्योंकि यह महिला प्रीमियर लीग में दूसरा सबसे बड़ा स्कोर है जो जीत या टाई रिजल्ट में बना है। इससे पहले, 2023 में डीवाई पाटिल स्टेडियम में यूपी वारियर्स ने गुजरात जायंट्स के खिलाफ 19 रन बनाकर जीत हासिल की थी।

सोफी एक्लेस्टोन इस मैच में यूपी वॉरियर्स टीम की जीत की सूत्रधार साबित हुई। उन्होंने केवल 19 गेंदों पर 1 चौके और चार छक्के के साथ 33 रनों की पारी खेली। महिला प्रीमियर लीग में नंबर 9 या उससे नीचे बैटिंग करते हुए यह किसी भी बल्लेबाज द्वारा बनाया गया सबसे ज्यादा स्कोर है। सोफी एक्लेस्टोन के अलावा एक और दिग्गज ऑलराउंडर एलिस पैरी भी इस मुकाबले का हिस्सा थीं। आरसीबी की इस खिलाड़ी ने नंबर तीन पर 56 गेंदों का सामना करते हुए 90 रनों की तेज पारी खेली। उन्होंने गेंदबाजी में भी 2 ओवर में 10 रन देकर 1 विकेट लिया।

महिला प्रीमियर लीग में पैरी अपनी क्लास दिखाने में सफल रही हैं क्योंकि यह इस लीग में उनका 7वां अर्धशतक था। महिला प्रीमियर लीग में इतने अर्धशतक केवल दिल्ली कैपिटल्स की मैग लेनिंग ने लगाए हैं। इसके बाद मुंबई इंडियंस की हरमनप्रीत कौर का नंबर आता है जिन्होंने इस लीग में अब तक 6 अर्धशतक लगाए हैं। ताजा हार के बावजूद आरसीबी चार मैचों में दो मुकाबले जीतकर चार अंक और बेहतर रन रेट (+0.619) के आधार पर टॉप पर है। जबकि यूपी वारियर्स वूमेन (+0.167) टीम इतने ही मैच जीतकर तीसरे नंबर पर है।

आईपीएल 2025 शुरू होने से पहले चेन्नई ने लिया बड़ा फैसला, श्रीधरन श्रीराम को सौंपी बड़ी जिम्मेदारी

चेन्नई

मार्च में शुरू होने वाले आईपीएल 2025 से पहले चेन्नई सुपर किंग्स ने बड़ा फैसला लिया है। श्रीधरन श्रीराम को सहायक गेंदबाजी कोच नियुक्त किया है। में पहले सहायक गेंदबाजी कोच की जिम्मेदारी ड्वेन ब्रावो संभाल रहे थे। लेकिन अब वह कोलकाता नाइट राइटर्स के मेंटर बन गए हैं। बता दें कि टीम महेंद्र सिंह धोनी की कप्तानी में पांच बार आईपीएल का खिताब जीती है। वहीं, श्रीधरन श्रीराम साल 2016 से 2022 तक ऑस्ट्रेलियाई टीम के सहायक कोच थे। उन्होंने आरसीबी की टीम के साथ बल्लेबाजी और स्पिन गेंदबाजी कोच के रूप में काम किया। फिर अगस्त 2022 में उन्हें एशिया कप और टी20 विश्व कप से पहले बांग्लादेश का टी20 सलाहकार भी नियुक्त किया गया था। वह बांग्लादेश की टीम के लिए टेक्निकल कंसलटेंट की जिम्मेदारी भी निभा चुके हैं।

अब चेन्नई सुपर किंग्स की टीम में वह हेड कोच स्टीफन फ्लेमिंग, बैटिंग कोच माइक हसी के साथ काम करने के लिए उत्सुक होंगे। सीएसके की टीम में रविचंद्रन अश्विन, रवींद्र जडेजा और नूर अहमद जैसे स्पिनर्स शामिल हैं। रुतुराज गायकवाड़ को टीम का कप्तान बनाया गया है।

पहले मुकाबला 23 मार्च को- बता दें कि आईपीएल 2025 में चेन्नई सुपर किंग्स अपना पहला मुकाबला 23 मार्च को मुंबई इंडियंस के खिलाफ खेलेगी। पिछले सीजन गायकवाड़ की कप्तानी में चेन्नई सुपर किंग्स की टीम प्लेऑफ के लिए क्वालीफाई नहीं कर पाई थी। आईपीएल 2025 के लिए ष्टस्य की टीम में राहुल त्रिपाठी, रचिन रवींद्र, डेवोन कॉन्वे, दीपक हुड्डा और मुकेश चौधरी जैसे प्लेयर्स शामिल हैं।

सीएसके की टीम के प्लेयर्स:- रुतुराज गायकवाड़, मथीशा पथिराना, शिवम दुबे, रवींद्र जडेजा, एमएस धोनी, डेवोन कॉन्वे, राहुल त्रिपाठी, रचिन रवींद्र, आर. अश्विन, खलील अहमद, नूर अहमद, विजय शंकर, सैम कुरेन, शेख रशीद, अंशुल कंबोज, मुकेश चौधरी, दीपक हुडा, गुरजापनीत सिंह, नाथन एलिस, जेमी ओवरटन, कमलेश नागरकोटी, रामकृष्ण घोष, श्रेयस गोपाल, वंश बेदी, आंद्रे सिद्दार्थ।

गजराज राव की दुपहिया का ट्रेलर जारी, एक मोटरसाइकिल के चक्कर मचा घमासान

प्राइम वीडियो ने अपनी आगामी ओरिजिनल सीरीज़ दुपहिया का दिलचस्प ट्रेलर जारी किया. सलोना बैंस जोशी और शुभ शिवदासानी द्वारा उनके बैनर बॉम्बे फिल्म कार्टेल के तहत रचित और कार्यकारी निर्मित है. सोनम नायर द्वारा निर्देशित और अविनाश द्विवेदी एवं चिराग गर्ग द्वारा लिखित और रचित यह सीरीज़ एक काल्पनिक गांव धडक़पुर की पृष्ठभूमि पर आधारित एक कॉमेडी-ड्रामा है, जो छोटे शहर के आकर्षण के साथ हास्य और नाटक का अनूठा मिश्रण पेश करती है. मज़ेदार किरदारों, अराजकता और रहस्यमयी घटनाओं के बेहतरीन मेल के साथ, इस ओरिजिनल सीरीज़ को एक शानदार और बहुप्रतिभाशाली कलाकारों की टीम ने जीवंत बनाया है, जिसमें गजराज राव, रेणुका शहाणे, भुवन अरोड़ा, स्पर्श श्रीवास्तव, शिवानी रघुवंशी, और यशपाल शर्मा मुख्य भूमिकाओं में नज़र आएंगे. यह सीरीज 7 मार्च को भारत और दुनिया भर के 240 से अधिक देशों और क्षेत्रों में प्राइम वीडियो पर विशेष रूप से स्ट्रीम की जाएगी.

ट्रेलर की शुरुआत काल्पनिक गांव धडक़पुर से होती है, जिसे बिहार का बेल्जियम भी कहा जाता है. यह गांव अपने 25 वर्षों तक अपराध-मुक्त रहने का जश्न मनाने की तैयारी कर रहा है. लेकिन तभी अराजकता फैल जाती है, जब शादी के तोहफे के रूप में खरीदी गई एक अनोखी मोटरसाइकिल शादी से ठीक 7 दिन पहले चोरी हो जाती है!

28 फरवरी को सिनेमाघरों में दोबारा रिलीज होगी दिल तो पागल है

फरवरी का महीना का प्यार का महीना माना जाता है। इस प्यार के महीने में शाहरुख खान की फिल्म दिल तो पागल है रिलीज होने वाली है। ये फिल्म रोमांटिक है। फिल्म में शाहरुख खान, माधुरी दीक्षित और करिश्मा कपूर ने अदाकारी की है।

यश राज फिल्म्स ने सोमवार को इंस्टाग्राम के जरिए जानकारी दी है कि शाहरुख खान की फिल्म दिल तो पागल है इसी हफ्ते रिलीज होने वाली है। यशराज फिल्म्स की तरफ से शेयर किए गए पोस्टर में लिखा है कि प्यार और रोमांस का दौर इस हफ्ते वापस आ रहा है। 28 फरवरी से दिल तो पागल है फिर से देख सकते हैं।

इस पोस्ट पर कई यूजर ने बेहतरीन कमेंट किए हैं। एक यूजर ने लिखा है कि वाव.. ये मेरी सबसे पसंदीदा फिल्म है। एक दूसर ने लिखा है कि इसको दोबारा देखे बिना नहीं रह सकते।

चेहरे पर कच्चा दूध लगाने की न करें गलती

दूध में कैल्शियम, प्रोटीन और आयोडीन समेत कई पोषक तत्व मौजूद होते हैं। इस खाद्य पदार्थ को कई लोग त्वचा की देखभाल के लिए भी इस्तेमाल करते हैं, क्योंकि यह त्वचा की चमक को बढ़ा सकता है।

हालांकि, विशेषज्ञों की मानें तो हमें अपनी त्वचा पर कच्चा दूध नहीं लगाना चाहिए। ऐसा करने से त्वचा को नुकसान हो सकता है और संक्रमण का खतरा हो सकता है।

आइए जानते हैं चेहरे पर कच्चा दूध लगाने से क्या होता है।

रहता है संक्रमण का खतरा- कच्चे दूध को पकाया नहीं गया होता है, जिसके कारण उसमें मौजूद हानिकारक बैक्टीरिया मर नहीं पाते हैं।

इसके कारण उसमें जीवित सूक्ष्मजीवों की भरमार हो जाती है, जिनमें श्व कोलाई, साल्मोनेला और लिस्टेरिया जैसे बैक्टीरिया शामिल होते हैं।

जिन लोगों की त्वचा संवेदनशील होती है, उन्हें कच्चे दूध के कारण संक्रमण हो सकता है। इससे त्वचा फट सकती है, फुंसी हो सकती हैं, जलन हो सकती है या त्वचा लाल पड़ सकती है।

निकलते हैं मुंहासे- कई लोग मानते हैं कि त्वचा पर कच्चा दूध लगाने से मुंहासों का सफाया हो जाता है। हालांकि, यह वास्तव में सच नहीं है।

दूध में मौजूद तत्व अतिरिक्त तेल उत्पादन को बढ़ा सकते हैं, जिसके कारण त्वचा के रोमछिद्र बंद हो जाते हैं। इसके परिणामस्वरूप मुंहासे और ब्लैकहेड्स की समस्या भी बढऩे लगती है।

अगर आपके चेहरे पर दाने निकलते हैं तो भूलकर भी कच्चा दूध न लगाएं। इससे उनका उपचार तो नहीं होगा, बल्कि वे बढ़ जाएंगे।

हो सकता है पीएच असंतुलन- स्वस्थ त्वचा के लिए सामान्य पीएच स्तर 4.7 और 5.75 के बीच होता है। यह त्वचा को बैक्टीरिया, प्रदूषकों और जलन पैदा करने वाले तत्वों से बचाने में मदद करता है।

कच्चे दूध का पीएच स्तर अधिक होता है और इसमें प्राकृतिक एंजाइम होते हैं, जो इस नाजुक संतुलन को बिगाड़ सकते हैं।

इसके कारण त्वचा अधिक शुष्क हो सकती है और उसकी सुरक्षात्मक परत कमजोर पड़ सकती है। इसके परिणामस्वरूप जलन और लालपन का खतरा बढ़ जाता है।

शब्द सामर्थ्य- 338

बाएं से दाएं

1. राजद प्रमुख 6. रखवाला, रक्षा करने वाला 7. दयालु, रहम करने वाला (उ.) 10. युग्म, जोड़ा, एक राशि, एक फिल्म अभिनेता 13. कैदखाना, जेल, हिरासत 15. जानकी, जनकनंदनी 17. व्यर्थ की बात, बकबक 18. नारी, स्त्री, महिला 21. विक्रय करना 22. वाणी, कथन, वादा 24. ताश में दस अंकों वाला पत्ता 25. नगर का, नागरिक, चतुर।

ऊपर से नीचे

1. बेफ्रिक, निश्चिंत, जिसे कोई परवाह न हो 2. मूर्ति 3. दोस्त, प्रेमी 4. कुशल, विशेषज्ञ 5. बगुला 8. झुका हुआ, झुकाया गया, नत 9. इधर-उधर, पास पड़ोस 11. किस्मत, तकदीर, भाग्य 14. बंदर, मर्कट, कपि 16. शक्तिशाली, बलवान 18. संतान, संतति 19. अस्तबल, घुड़साल 20. राजी करना, रूठे हुए को प्रसन्न करना 23. सरिता, नदिया, नद।

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			■	

शब्द सामर्थ्य क्रमांक 337 का हल

मा	म	ला	■	सि	वा	य	■	कि
लि	■	चा	ह	त	■	म	म	ता
क	सू	र	■	म	ग	न	■	ब
■	र	■	■	■	द	■	■	■
क	मा	न	■	पा	र	स	■	स
मी	■	म	जा	ल	■	न	क	ली
ना	दा	न	■	ना	र	द	■	का
■	मि	■	■	■	तौं	■	■	■
सु	नी	ल	■	अ	धी	र	■	जी

सू-दोकू- 338

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

नियम

1. कुल 81 वर्ग है,जिसमें 9वर्गो 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.337 का हल

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

आज का राशिफल

मेष : आज का दिन आपके अनुकूल रहने वाला है। आज आपके मकान, प्लॉट, दुकान को खरीदने की इच्छा पूरी होगी। संतान को अच्छी नौकरी मिलने से माता-पिता काफी खुश नजर आएंगे।

वृष : आज का दिन आपके अनुकूल रहने वाला है। आज कार्यक्षेत्र में आपके सहकर्मी और सीनियर आपकी परफॉर्मेंस से खुश रहेंगे और आपकी तारीफ करेंगे। आज सभी जरूरी काम आसानी से पूरा कर लेंगे।

मिथुन : कार्यक्षेत्र में आज आपको काफी हद तक सफलता हासिल होगी। पारिवारिक मामलों में आज आपको शांत मन से सोचने की जरूरत है, परिणाम आपके पक्ष में रहेंगे। आज भाई अपने काम में आपकी मदद मांगेंगे।

कर्क : आज का दिन जीवन में एक नई दिशा लेकर आएगा। आज आप अपना ध्यान किसी रचनात्मक कार्य में लगायेंगे, जिससे आपका अनुभव और अधिक बढ़ेगा। कुछ विरोधी आपके काम में समस्याएं डालने की कोशिश कर सकते हैं।

सिंह : आज का दिन आपके लिए सुनहरा रहने वाला है। आपका विनम्र स्वभाव साराहा जाएगा। आपका धन कहां खर्च हो रहा है, इस पर आपको नजर बनाए रखने की जरूरत है, नहीं तो आने वाले समय में आपको पैसों की जरूरत पड़ सकती है।

कन्या: आज आपका दिन शानदार रहने वाला है। आज व्यापार की गति थोड़ी धीमी होने से उलझन होगी, लेकिन बाद में अच्छा लाभ मिलने से उनकी प्रसन्नता का ठिकाना नहीं रहेगा। आपका किसी नए वाहन को खरीदने का सपना आज पूरा होगा।

तुला : आज का दिन आपके लिए ठीक-ठाक रहने वाला है। आज आप खुद को बदली हुई भूमिका में महसूस करेंगे। पैसों का उपयोग सही तरीके से करेंगे। जीवन में संतुलन बनाए रखने की कोशिश करेंगे।

वृश्चिक: आज का दिन आपके लिए अनुकूल रहने वाला है। लोगों की नजरों में आपकी पॉजिटिव इमेज बनेगी। एक साथ कई काम हाथ लगने से आपको समझ नहीं आएगा कि किसे पहले करें और किसे बाद में।

धनु : आज का दिन आपके लिए उत्तम रहने वाला है। आज का दिन तरक्की के नए नये मार्ग खोलेगा। विद्यार्थी अपनी पढ़ाई पर पूरा फोकस बनाए रखें, जल्द ही आपको परीक्षा में सफलता हासिल होगी। प्राइवेट जॉब कर रहे लोगों को आज प्रमोशन मिल सकता है।

मकर : आज का दिन आपके लिए अच्छा रहने वाला है। आज आप अपने व्यापार को आगे बढ़ाने के लिए कुछ ऐसी योजनाएं बनाएंगे, जिससे आपको फायदा ही फायदा होगा। पारिवारिक समस्याओं को सॉल्व करने में बड़े-बुजुर्गों का सहयोग प्राप्त होगा।

कुंभ: आज किस्मत का पूरा साथ मिलेगा। जो लोग बैंक में कार्य करते है वह आज अपना काम बहुत जल्द निपटा लेंगे। लवमेट आज साथ में समय बिताएंगे। रुका हुआ पैसा आपको वापस मिलेगा।

मीन : आज का दिन ठीक-ठाक रहने वाला है। आज ऑफिस में वर्कलोड बढ़ सकता है। जिसके लिए आपको ओवर टाइम करना पड़ेगा। रुपए- पैसों के मामले में लापरवाही नहीं करेंगे तो नुकसान से बच जाएंगे।