

जिम सप्लीमेंट्स के छिपे जोखिम के बारे में जागरूक एवं सावधान किया

समाचार गेट ब्लूरे

फरीदाबाद। मैटिंगों एवं शिया हार्मिटेस के फरीदाबाद समाज में युवा आवाजी द्वारा सलीमेंट्स के अनियमित सेवन के कारण होने वाले दुष्प्रभावों के बारे में जागरूकता पैदा करता है। फिटनेस जलन के बढ़ने और आर्किक बांही बनाने की इच्छा के चलते, जिम सलीमेंट्स फिटनेस प्रेमियों के बीच एक पॉपुलर प्रथम बन गए हैं। हालांकि, हाल के अध्ययनों और विशेषज्ञों की एवं ने इन प्रोडक्ट्स से जुड़े सामाजिक स्वास्थ्य जोखिमों के बारे में चिंताएं जताए हैं। डॉ. गणेश सुद, वेयरमैनज़ुयरोलोंजी, रोबोटिक एवं किड्स स्लॉलो, मैटिंगों एवं शिया हार्मिटेस फरीदाबाद कहते हैं, हल्दन अनियमित सलीमेंट्स के सेवन से होने वाले जोखिमों को समझना महत्वपूर्ण है, जिन्हें जल्द से जल्द रिटर्न या भेजने के लिए उपयोग की सलाह दी जाती है। प्रोटीन यांडर, प्री-वक्त्रांडर, फैट बर्नर और मसल एन्हाइस (मासेपेंसी बढ़ाने वाले) सहित जिम सप्लीमेंट्स अक्सर जल्द मसल मास बढ़ाने, परफॉर्मेंस (स्पीफ्री के साथ ठीक ट्रक काम करने की स्थिती) बढ़ाता बनाने और तेजी से फैट कम करने जैसे पारेशाय देने के बायदे करते हैं। हालांकि ये बादे कई लोगों की आकर्षित करते हैं, सेवन से उत्सर्जित खाने की एवं स्वास्थ्य की स्थिती है। आवार एवं ओवर ड कार्डियर उपत्यका होने वाली इन सप्लीमेंट्स पर डॉक्टर द्वारा लिखी गई दायांओं को तहत कही जानवर तहत लिखी जाती है, जिसके कारण संभावित दुरुपयोग और हानिकारक परिणामों की संभावना बढ़ जाती है।

जेआरसी का पोषक थाली से संतुलित आहार का संदेश



समाचार गेट ब्लूरे

फरीदाबाद। शिक्षा विभाग के अदेशनुसार राजकीय आदर्श वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय सराय खाजा की जूनियर रेक्रोस, दैन जान एवं बुलेटिन बिंडर और गाइड्स ने संयुक्त रूप से प्राचार्य रविंद्र कुमार मनवन्दा की अध्यक्षता में राष्ट्रीय पोषक माह के अंतर्गत विद्यार्थी के अध्यक्षता स्वास्थ्य के लिए जिम ननवन्दा ने कहा कि राष्ट्रीय पोषक मास के अंतर्गत यह मास मानव शरीर के लिए बहुत पोषण के महत्व और भूमिका पर प्रकाश दालता है। अवारकी पोषक तरावों और कैलोरी के संयोजन के साथ संतुलित आहार मानव शरीर के सुचारा कार्य करने और विकास के लिए अत्यधिक महत्वपूर्ण है। जब भारत तेजी से और गहना से यह सुनिश्चित करने के लिए कि सभी के भजन में मात्र अन एवं अन्य योग्यिक तर मस्तिष्क लिया जाए तो यह अवश्यक है कि अपने आहार में सून्हाएं पोषक तत्वों की समीक्षित करना। प्राचार्य मनवन्दा ने बताया कि आहार में विविध और पौष्टिकाकारी के बढ़ाने के लिए बाजार, दालें, बाहर मास उपत्यका होने वाले और भौमीकौ स्थानीय संवर्जनों, फलों आदि का उपयोग करने के लिए छात्र छात्राओं की जागरूक किया गया। प्राचार्य मनवन्दा ने कहा कि पोषक माह के बारों सपाह के थोक इस प्रकार हैं प्रथम सराय पोषण वार्कार्प, दौतीय सराय के लिए योग्य और आयुक्त तीसरी सपाह के लिए श्रीमती विष्णु, एसएम बच्चों की बालक सराय पर यह चान के लिए अभियान, बच्चों में एसएम के प्रसार से नियन्त्रण के लिए एक पहल के रूप में एसएम बच्चों के लिए पर्यावरणीय पूरक आहार कार्यक्रम पोषक वर्ष की आयु तक, तीव्र कुपोषण के सामुदायिक प्रबंधन के लिए स्वेच्छाकर्मा आदि कार्यक्रम सरकार द्वारा बहुद सराय पर बताया जा रहा है। इस अवसर पर प्राचार्य मनवन्दा ने सभी अध्यापक, अध्यापिकाओं, छात्र और छात्राओं को अपने आहार में योग्यिक भोजन और मिलेंट्स लेने के लिए ऐरिट किया।

गणेश जी की प्रतिमा का पूजा के बाद किया विसर्जन



समाचार गेट/कविता

फरीदाबाद। श्री महावीर मंदिर सेवा समिति ट्रस्ट व आरडब्ल्यूए महावीर नगर ओल्ड फरीदाबाद द्वारा गण 7 सिंगरेंडर से श्री महावीर मंदिर में अयोग्य त्री गणेश प्रतिमा लोटसेट कार्यक्रम का पैंडिल औमकार शास्त्री के सानिध्य में गणपति विष्णु की आयोग्य अगले बार त जल्दी आ... की गूंज के साथ शुक्रवार की पौरी श्रावण व गांव, जावे के साथ गणेश प्रतिमाओं विसर्जन के साथ संस्कृत हो गया। इससे पूर्व गणेश प्रतिमाओं की विशेष पूजा-अवर्वदा कर भौग लगाया गया। समारोह के सफल आयोजन में श्री महावीर मंदिर सेवा समिति ट्रस्ट से सेवादार टेक्करंड नंदोगो (टोनी पहलवान), सचिव अनिल गुप्ता, आरडब्ल्यूए महावीर नगर ओल्ड फरीदाबाद के प्रधान चरण रिंग मैनो, सचिव योगेश चालवा, कैशियर सुनील शर्मा, अनिल बर्मा, धीरेंद्र, टीटी मटकेवाला, पं. शिवप्रसाद शर्मा, अनिल गुप्ता, सतपाल चौधरी, धर्मधीर चौधरी, के.डी. शर्मा, पिंडी बैनी, राजेश तनेजा, संचिव सलजा, राजु गिरावतीनी तथा समस्त गुरुद्वारा भगवानी मंदिरों में द्वारा लिया गया गणपति विष्णु की आयोग्य विशेषकारी व गणेश प्रतिमा विसर्जन में पूरी तरह योग्यता के साथ भाग लिया। गणेशोसाव के दौरान विशेषकर छोटे बच्चे व युवा खासे उत्सवाद्वारा आए, जो शोभायात्रा के आगे ही आगे नाचते झूमते चल रहे हैं। इसके बाद प्रतिमाओं की शोभायात्रा निकालकर जलासार्वी में विसर्जन किया गया। गत शनिवार से चल रहे सात दिवसीय समारोह के तहत प्रतिदिन भजन कीर्तन का आयोजन किया जा रहा था। ब्रह्मतूल्यों ने सुख-समृद्धि की कामना करते हुए द्वारा उपवास रखे। उत्तर जून, भजन कीर्तन आत्मी के साथ महाप्रसाद का वितरण किया गया।

चुनावी शंखनाद : धर्मक्षेत्र कुरुक्षेत्र की पावन धरा से भाजपा के चुनावी प्रचार को धार देंगे प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी

धर्माचार गेट ब्लूरे

क्रान्ती नरेंद्र मोदी भाजपा की जीत का शंखनाद, दो दर्जन विधानसभा सीटों पर भाजपा की चुनावी जीती जीती और जोखिमों को समझना महत्वपूर्ण है, जिन्हें जल्द से जल्द रिटर्न पाने के लिए उपयोग की सलाह दी जाती है। प्रोटीन यांडर, प्री-वक्त्रांडर, फैट बर्नर और मसल एन्हाइस (मासेपेंसी बढ़ाने वाले) सहित जिम सप्लीमेंट्स अक्सर जल्द मसल मास बढ़ाने, परफॉर्मेंस (स्पीफ्री के साथ ठीक ट्रक काम करने की स्थिती) बढ़ाता बनाने और तेजी से फैट कम करने जैसे पारेशाय देने के बायदे करते हैं। हालांकि ये बादे कई लोगों की आकर्षित करते हैं, सेवन से उत्सर्जित खाने की एवं स्वास्थ्य की स्थिती है। आवार एवं ओवर ड कार्डियर उपत्यका होने वाली इन सप्लीमेंट्स पर डॉक्टर द्वारा लिखी गई दायांओं को तहत कही जाती है। प्रोटीन यांडर, प्री-वक्त्रांडर, फैट बर्नर और मसल एन्हाइस (मासेपेंसी बढ़ाने वाले) सहित जिम सप्लीमेंट्स अक्सर जल्द मसल मास बढ़ाने, परफॉर्मेंस (स्पीफ्री के साथ ठीक ट्रक काम करने की स्थिती) बढ़ाता बनाने और तेजी से फैट कम करने जैसे पारेशाय देने के बायदे करते हैं। हालांकि ये बादे कई लोगों की आकर्षित करते हैं, सेवन से उत्सर्जित खाने की एवं स्वास्थ्य की स्थिती है। आवार एवं ओवर ड कार्डियर उपत्यका होने वाली इन सप्लीमेंट्स पर डॉक्टर द्वारा लिखी गई दायांओं को तहत कही जाती है। प्रोटीन यांडर, प्री-वक्त्रांडर, फैट बर्नर और मसल एन्हाइस (मासेपेंसी बढ़ाने वाले) सहित जिम सप्लीमेंट्स अक्सर जल्द मसल मास बढ़ाने, परफॉर्मेंस (स्पीफ्री के साथ ठीक ट्रक काम करने की स्थिती) बढ़ाता बनाने और तेजी से फैट कम करने जैसे पारेशाय देने के बायदे करते हैं। हालांकि ये बादे कई लोगों की आकर्षित करते हैं, सेवन से उत्सर्जित खाने की एवं स्वास्थ्य की स्थिती है। आवार एवं ओवर ड कार्डियर उपत्यका होने वाली इन सप्लीमेंट्स पर डॉक्टर द्वारा लिखी गई दायांओं को तहत कही जाती है। प्रोटीन यांडर, प्री-वक्त्रांडर, फैट बर्नर और मसल एन्हाइस (मासेपेंसी बढ़ाने वाले) सहित जिम सप्लीमेंट्स अक्सर जल्द मसल मास बढ़ाने, परफॉर्मेंस (स्पीफ्री के साथ ठीक ट्रक काम करने की स्थिती) बढ़ाता बनाने और तेजी से फैट कम करने जैसे पारेशाय देने के बायदे करते हैं। हालांकि ये बादे कई लोगों की आकर्षित करते हैं, सेवन से उत्सर्जित खाने की एवं स्वास्थ्य की स्थिती है। आवार एवं ओवर ड कार्डियर उपत्यका होने वाली इन सप्लीमेंट्स पर डॉक्टर द्वारा लिखी गई दायांओं को तहत कही जाती है। प्रोटीन यांडर, प्री-वक्त्रांडर, फैट बर्नर और मसल एन्हाइस (मासेपेंसी बढ़ाने वाले) सहित जिम सप्लीमेंट्स अक्सर जल्द मसल मास बढ़ाने, परफॉर्मेंस (स्पीफ्री के साथ ठीक ट्रक काम करने की स्थिती) बढ़ाता बनाने और तेजी से फैट कम करने जैसे पारेशाय देने के बायदे करते हैं। हालांकि ये बादे कई लोगों की आकर्षित करते हैं, सेवन से उत्सर्जित खाने की एवं स्वास्थ्य की स्थिती है। आवार एवं ओवर ड कार्डियर उपत्यका होने वाली इन सप्लीमेंट्स पर डॉक्टर द्वारा लिखी गई दायांओं को तहत कही जाती है। प्रोटीन यांडर, प्री-वक्त्रांडर, फैट बर्नर और मसल एन्हाइस (मासेपेंसी बढ़ाने वाले) सहित जिम सप्लीमेंट्स अक्सर जल्द मसल मास बढ़ाने, परफॉर्मेंस (स्पीफ्री के साथ ठीक ट्रक काम करने की स्थिती) बढ़ाता बनाने और तेजी से फैट कम करने जैसे पारेशाय देने के बायदे करते हैं। हालांकि ये बादे कई लोगों की आकर्षित करते हैं, सेवन से उत्सर्जित खाने की एवं स्वास्थ्य की स्थिती है। आवार एवं ओवर ड कार्डियर उपत्यका होने वाली इन सप्लीमेंट्स पर डॉक्टर द्वारा लिखी गई दायांओं को तहत कही

सिवानी कोर्ट में थक्कवार को डिस्ट्रिक्ट एंड सेशन जज देशराज चालिया ने सिवानी कोर्ट परिसर का निरीक्षण किया



सिवानी मंडी। सोनिका सूरा
सिवानी कोर्ट में थक्कवार को डिस्ट्रिक्ट एंड सेशन जज देशराज चालिया ने सिवानी कोर्ट परिसर का निरीक्षण किया। निरीक्षण के दौरान वार सोसाइटीन से संबंधित कार्यों के बारे में चर्चा की गई। इस दौरान कैमिली कोर्ट के जज जस्तीन सिंह सुनील दीक्षित के बारे में चर्चा की गई। इस दौरान कैमिली कोर्ट के जज जस्तीन सिंह सुनील दीक्षित के बारे में चर्चा की गई। इस दौरान कैमिली कोर्ट के जज जस्तीन सिंह सुनील दीक्षित के बारे में चर्चा की गई। इस दौरान कैमिली कोर्ट के जज जस्तीन सिंह सुनील दीक्षित के बारे में चर्चा की गई।

कनीना कोर्ट में आज आयोजित होगी राष्ट्रीय लोक आदलत

कनीना सुनील दीक्षित पूर्व निरीक्षित विधायक और अधिकारी आज 14 सिंबंबर, शनिवार को एसोसिएशन कोर्ट कनीना के आधारीय लोक आदलत का आयोजन किया जायेगा। वार एसोसिएशन कनीना के आधारीय लोक आदलत का आयोजन किया जायेगा। उन्होंने कहा कि इस लोक आदलत में दोनों पार्टी की समर्पित से विभिन्न प्रकार के वारों का नियांत्रण किया जायेगा। उन्होंने कहा कि गण्य विधिक सेवा प्राधिकरण के द्वारा नियंत्रण में आयोजित होने वाली लोक आदलत में कोर्ट में लोक वाद वा कोर्ट में नई पहुंचा है, उसे आपसी समझौते से समान से निपटा सकते हैं। उन्होंने बताया कि राष्ट्रीय लोक आदलत में वैकं रिकवरी, वैयासन, वैयाकाहिक पारिवारिक विधिक अधिकारीय वाद, भूमि अधिकारीय मामले, उपयोगी प्रियकारीय मामले, टेलीफोन विल विवाद, अन्य दैवानीय मामले जैसे विभाजन, कब्जे के मामले से संबंधित, किराया संबंधी मामले, इवार्डेंटी की अधिकारी व कार्डकैटस संबंधी मामले नियंत्रण के लिए रखे जाएंगे।

बारिश होने से खरीफ फसल में बनने लगी नुकसान की संभावना

कनीना सुनील दीक्षित कनीना शेष में पिछों घटनाकाले भर से लगभग प्रतिदिन हो रही बारिश से खरीफ फसल में नुकसान की संभावना बनने लगी है। ज्येष्ठ-आषाढ़ मास सूखा रहने के चलते शेष में दो महीने फसल बिजाई की वृद्धि जो अब वकाव का ओर है। बारिश होने से बाजारों की फसल गिरने लगा है वहीं कारापास की फसल में फौल कम व बढ़वार अधिक सहित सूखी की प्रक्रिया होने लगा है। रामगांव के किसान सल्वत्यांक सिंह, छिट्ठरानी के नरेंद्र सिंह, सुखवार सिंह ने बताया कि मौसमी साफ रहने पर बाजारों की बैंक पैदावार का बढ़वार है। दूसरी ओर से बाजारों के नरेंद्र सिंह, सुखवार सिंह ने बताया कि मौसमी साफ रहने पर बाजारों की बैंक पैदावार का बढ़वार है। उसमें बारिश का पानी जमा होने से नाला अवश्य हो गया है। उसमें बारिश का पानी जमा होने से नाला अवश्य हो गया है। उसमें बारिश का पानी जमा होने से नाला अवश्य हो गया है।

कनीना में अज्ञात चोरों ने बंद मकान का ताला तोड़कर जेवरात उड़ाए

कनीना सुनील दीक्षित अज्ञात चोरों ने बंद मकान का ताला तोड़कर उसमें रखे जेवरात व कीमती सामान चोरी कर लिया। इस बारे में वार्ड 4 निवासी अश्वनी ने कनीना शहर थाना पुलिस को दी शिकायत में बताया कि कनीना बस स्टैंड के नजदीक उसकी हार्डवेर की टुक्रान है। बहुस्थानीय चोरों के हार्डवेर को साथ 4 बजे जल व अपने रह पहुंचा तो देखा कि उसके पड़ीसी चंद्रकान्त गुना को मकान का ताला टूटा था है जबकि उसका पड़ीसी वृप्ती के नामपात्र मग्न हुआ है। इस घटना की जानकारी उन्होंने दूधभाल पर चंद्रकान्त को दी। जिस पर उन्होंने बताया कि घट पर ज्वलरी सहित अन्य कीमती सामान रखा हुआ था। जिसकी डिटेल वापिस लौटने के बाद चंद्रकान्त बताएगा। पुलिस ने अश्वनी को शिकायत पर अज्ञात चोरों के खिलाफ केस दर्ज कर छानबीन शुरू कर दी है।

खेल समाचार

बांग्लादेश के खिलाफ पहले टेस्ट के लिए चेन्नई पहुंची भारतीय क्रिकेट टीम

नई दिल्ली (एजेंसी)। नई दिल्ली = बांग्लादेश के खिलाफ आगामी टेस्ट सीरीज के लिए भारतीय क्रिकेटर मुश्वर गत तेज़ हुए।

पहला टेस्ट मैच 19 सिंबर को एग्ज़िक्यूटिव स्टेडियम में खेला जाना होगा। यह सोमवारी 2020 विश्व कप के बाद भारत की टेस्ट क्रिकेट में वापसी को बहली सीरीज होगी। प्रभुख खिलाड़ी जसप्रीत बुमराह, जस्ते पंत और केण्ठ रहुल को टीम बनाने में चुने देखा गया, जो टेस्ट प्रारूप में अपनी वापसी का संकेत है।

दूसरा अधिकार के खिलाफ टी20 विश्व कप फैफ्टन में अपने नामनाम प्रदर्शन के बाद से बुपराह ने कोई टेस्ट नहीं खेला है। दिसंबर 2022 में एक गंभीर कार दुर्घटना के बाद उन्हें वापसी कर दिये गए। वोट के कारण इन्हें सीरीज

में होने वाले गहल भी टीम में शामिल हो गए हैं। योहित शर्मा की अगुआई बली टीम में खिलाड़ी कोहली जैसे अनुभवी खिलाड़ी शामिल है।

कोहली अपने बेटे के बाय के बाद बेक लेकर घेरल मैदान पर इन्हें सीरीज के चुकने के बाद टेस्ट क्रिकेट में वापसी कर दिये गए।

बांग्लादेश ने हाल ही में पाकिस्तान के खिलाफ 2-0 से टेस्ट सीरीज जीती थी। इसलिंग क्षेत्रों के कारण उन्हें बदला किए हैं, जिसमें तेज गेंदबाज रामेश राम, जस्ते पंत (विकेटकीपर), धूम जुल (विकेटकीपर), आर अश्विन, आर जडेजा, अश्व फटेल, कुलदीप गोवर, मोहम्मद सिंह, अकाश दीप, जसप्रीत बुमरा, यश दाला।

और अस्ट्रेलिया में होने वाली बॉर्ड-गावस्कर टीम के लिए मंच तैयार करती है। स्टर खिलाड़ियों को वापसी और उच्च दर्द के साथ, भारत-बांग्लादेश टेस्ट सीरीज के दिनकाम होने की नमी दी गई।

योहित शर्मा (काशन), यशस्वी जयसवाल, युमन गिल, विराट कोहली, केलन राहुल, सरफराज राम, जस्ते पंत (विकेटकीपर), धूम जुल (विकेटकीपर), आर अश्विन, आर जडेजा, अश्व फटेल, कुलदीप गोवर, मोहम्मद सिंह, अकाश दीप, जसप्रीत बुमरा, यश दाला।



इंडस्ट्री में डर और निराशा का सामना किया दीया मिर्जा ने



अपने हालिया इंटरव्यू में एवट्रेस दीया मिर्जा ने बताया कि कैसे उन्होंने इंडस्ट्री में अपने पहले दिनों में डर और निराशा का सामना किया। दीया मिर्जा ने आईसी 814-द कंधार हाईजैक में अपनी हालिया भूमिका के लिए प्रशंसा प्राप्त की है, लेकिन उनके करियर की शुरुआत आसान नहीं थी। दीया ने उन दिनों की यादें साझा की जब उनकी कुछ फ़िल्में सफ़ल नहीं हुईं और वह बॉलीवुड में अपनी पहचान बनाने के लिए संघर्ष कर रही थीं। दीया ने खुलासा किया, मैं दुखी थी और डर से भरी हुई थी। मीडिया और इंडस्ट्री ने हमारे दिमाग में यह बैठा दिया था कि औरतों की शैलक लाइफ होती है। अगर आप 20 साल की हैं, तो आपको किसी बड़े स्टार के साथ कास्ट नहीं किया जाएगा। मैल सुपरस्टार्स को आपकी एक निश्चित उम्र चाहिए और एक निश्चित लुक में होना चाहिए। दीया ने बताया कि अब स्थिति में सुधार हुआ है। उन्होंने कहा, मुझे लगता है कि अब लोगों को यह समझा आ गया है कि यह एक नौकरी है, आपकी पूरी पहचान नहीं है। यह एक हिस्सा है, लेकिन यह सबकुछ नहीं है। अब यह समझा जाने लगा है कि यह जुनून है, लेकिन हमारे अस्तित्व को नियंत्रित नहीं कर सकता। दीया ने यह भी कहा कि कैसे कार्यस्थल पर महिलाएं अभी भी संघर्ष कर रही हैं। मुझे पता है कि महिलाओं को कैसे शादी करने वाली महिलाओं को काम पर नहीं रखा जाता है। यह वास्तविकता है कि एक नौकरी आपके सभी निर्णयों को प्रभावित कर सकती है, लेकिन हमें इसे लेकर जागरूक रहना होगा। दीया मिर्जा के अनुसार, बॉलीवुड में अब एक बदलाव आ रहा है जहां महिलाओं की स्थिति और भी बहतर हो रही है। उन्होंने उम्मीद जताई कि आने वाले समय में महिला एवट्रेस को अधिक सम्मान और अवसर मिलेंगे।

15 साल से ऊपर के हर शख्स को दें सीपीआर की ट्रेनिंग : काजोल



गेकी भूमिका में शाहरुख को पहचानना मुश्किल

आपको जानकर हेरानी होगी कि बालीवुड एवं टर शाहरुख खान ने असल में हिंदी से नहीं, बल्कि अंग्रेजी भाषा में दर्नी एक फ़िल्म से अपने सिनेमा की दुनिया में कदम रखा था। सोशल मीडिया पर शाहरुख खान का एक पुराना वीडियो इन दिनों इंटरनेट पर खूब वायरल हो रहा है। इसमें किंग खान एक समलैंगिक किरदार में नजर आ रहे हैं। ये फ़िल्म एक आदर्शवादी छात्र आनंद ग्रोवर/एनी की कहानी है, जो पढ़ाई करने के बजाय भारत की समस्याओं के लिए काल्पनिक समाधान के बारे में सोचना पसंद करता है। यहाँ तक कि अरुधति को भी आनंद की प्रेमिका बोहेमियन राधा की भूमिका में दिखाया गया है। इसमें रोशन सेट, ऋतुराज सिंह और चार बार राष्ट्रीय पुरस्कार विजेता मनोज बाजपेयी भी नजर आए थे। अरुधति के एक संहारण द्वारा निर्देशित इन विवरणों को दो राष्ट्रीय पुरस्कार मिले। एक इसकी स्क्रीन

प्ले के लिए जो राय को मिला और दुसरा सर्वश्रेष्ठ ड्ग्रेनेश फीचर फिल्म के लिए जो प्रदीप को मिला । यह फिल्म 1989 में रिलीज हुई थी । इसमें दिली में 1970 के दशक के अंत में छात्र जीवन की झालक मिलती है । वरस शाहरुख ने मनोरंजन की दुनिया में इससे एक साल पहले ही कदम रख दिया था । फैमस टीवी सीरियल फौजी से एविटंग करियर की शुरुआत की थी । इसके बाद वे कई अन्य टीवी सीरियल में दिखे जिसमें उमीद और वागले की दुनिया और अजीज मिर्जा की सर्कस शामिल है । आज, शाहरुख खान दुनिया के सबसे बड़े फिल्म सितारों में से एक हैं और सबसे अमीर भी । एविटंग से अलग उनके प्रोडक्शन हाउस रेड चिलीज एटरटेनमेंट और उनकी आईपीएल टीम कॉलकाता नाइट राइडर्स जैसे कई व्यवसायों से उनकी कमाई और बढ़ जाती है । शाहरुख खान जल्द किंग में दिखाई देंगे, जिसमें उनकी बेटी सुहाना खान भी होंगी । बता दें कि बॉलीवुड के मशहूर एक्टर शाहरुख खान ने हिंदी सिनेमा में बहुत ही साधारण तरीके से शुरुआत की थी । लोकन छाटी-मोटी भूमिकाओं से आगाज करने वाला ये एक्टर आज बॉलीवुड का बादशाह है । मौजूदा दौर में जिस एक्टर के सितारे चमक रहे हैं उसके जीवन में एक समय ऐसा था, जब किरदारों के साथ एक्सप्रिमेट करने में उसने गुरुज नहीं किया ।

57 साल के हो गए अक्षय कुमार, शेयर की ‘भूत बंगला’ की झालक

बालीवुड के खतरों के खिलाड़ी यानि कि एक्टर अक्षय कुमार अपनी अपक्रिया हॉरर कॉमेडी मूरी 'भूत बंगला' की पहली इलक शेयर की। हिंदी सिनेमा में स्मार्ट और हैंडसम लुपस से अभिनेत्रियों के दिलों पर राज करने वाले अक्षय ने एक्स पर फिल्म का मौशन पोर्टर शेयर किया। तस्वीर में अक्षय एक कट्टरी में दृष्टि पीटे हुए नजर आ रहे हैं और उनके कंधे पर एक काली बिल्ली खड़ी है। अक्षय कुमार ने कैफ्शन में लिखा, साल दर साल मेरे जन्मदिन पर आपके प्यार के लिए बध्नवाद। इस साल का जश्न भूत बंगला के फर्स्ट लुक के साथ। मैं 14 साल बाद प्रियदर्शन के साथ फिर से जुड़ने को लेकर बेहद उत्साहित हूं। इस ड्रीम कॉलेबोरेशन को काफी समय हो गया है। इस जर्नी को आप सभी के साथ शेयर करने के लिए इंतजार नहीं कर सकता। मैजिक के लिए बने रहें।

फिल्म की ज्यादा डिटेल शेयर नहीं की गई और यह 2025 में रिलाज होगी। अक्षय और प्रियदर्शन ने साथ में कई लॉकबस्टर फिल्में दी हैं। जिनमें हरा फेरी, दे दना दन, भूल भूलैया, गरम मसाल और खट्टा मीठा जैसी फिल्में शामिल हैं। इससे पहले, बॉलीवुड के एक्शन हीरो और सुपरस्टार अक्षय कुमार ने गणेश चतुर्थी के शुभ मीक पर अपने नए प्रोजेक्ट का संकेत दिया था। उन्होंने सोशल मीडिया पोर्ट पर अपनी अपक्रिया फिल्म की पहली इलक भी दिखाई, जिसे देखकर हर कोई दंग रह गया था। एक्टर ने सोशल मीडिया पोर्ट के कैफ्शन में लिखा था, गणपति बृप्ता मोरया, आज के दिन से बेहतर दिन और वया हो सकता है, जब आप कुछ खास होने का संकेत दें। मेरे जन्मदिन पर इसका खलासा होगा। इंतजार कोट्परेट क्षेत्र में काम किया। हालांकि



A black and white portrait of Hrithik Roshan. He is wearing dark sunglasses and has a well-groomed beard. He is looking off to his left with a thoughtful expression. The background is a plain, light-colored wall.

हाल ही में फेमस एक्ट्रेस काजोल ने हार्ट आटैक से मरने वालों की बढ़ती संख्या पर अपनी चिंता जाहिर की है और लोगों का खास सलाह दी है। एक्ट्रेस काजोल ने लोगों से अपील की कि 15 साल से ऊपर के हर व्यक्ति को सीपीआर देना सीखना चाहिए। सीपीआर देकर कार्डियक अरेस्ट से पीड़ित व्यक्ति को बचाया जा सकता है। उन्होंने वीडियो शेयर कर लोगों को सीपीआर की ट्रेनिंग लेने के लिए जागरूक किया और कहा - नमस्ते। कार्डियक अरेस्ट से होने वाली मौतों का आंकड़ा बढ़ता जा रहा है। अगर कार्डियक अरेस्ट के पीड़ितों को सीपीआर नहीं दिया गया तो उसका बचना मुश्किल होता है। उन्होंने कहा, रिवाइव हार्ट फाउंडेशन के साथ जुड़कर 2024 में चलिए एक कौशिकर करें। 15 साल से ऊपर के हर शख्स को सीपीआर की ट्रेनिंग दें। आप अपनी जान पहचान के कार्डियोलॉजिस्ट से भी सीपीआर देना सीख सकते हैं। ये मुश्किल नहीं हैं, लेकिन किसी के मुश्किल वर्त में काम जरूर आ सकता है। वहीं इस वीडियो को शेयर करते हुए काजोल ने कैषण में लिखा, मैं

कार्डियक अरेस्ट अवैयरनेस वीक के कैपेन एम्बेसेडर के रूप में रिवाइव हार्ट फाउंडेशन के अविभासनीय काम का सपोर्ट करने के लिए सम्मानित महसूस कर रही हूँ। इस वर्ष, यह कार्डियक अरेस्ट के बारे में जागरूकता पैदा करने और यह सुनिश्चित करने के बारे में है कि ज्यादा से ज्यादा लोग सीधी आर सीखें। हमारा उद्देश्य 15 वर्ष से अधिक उम्र के सभी लोगों को ट्रेनिंग देना और उन्हें भविष्य में किसी की जान बचाने में मदद करने के लिए सशक्त बनाना है।

बता दें, हाल ही में टीवी एवटर विकास सेठी का निधन भी हार्ट अटैक से हुआ है। एवटर को नीद में सोते वक्त दिल का दौरा पड़ा और 48 की उम्र में इस दुनिया को अलविदा कह गए। देश दुनिया में कार्डियक अरेस्ट से होने वाली मौतों के मामले दिन-ब-दिन बढ़ते जा रहे हैं। बहुत कम उम्र में ही लोग हार्ट अटैक की वजह से अपनी जान गंवा रहे हैं। फिल्म और टीवी इंडस्ट्री से भी अब तक कई सोलेस दिल का दौरा पड़ने से अपनी जान गंवा चुके हैं।



विक्रांत मैसी ने सेवटर 36 में लिया बिल्फुल अलग चैलेंज

फिल्म 12वीं फेल में अपने अभिनय की छाप छोड़ने वाले बलीवुड एक्टर विक्रांत मैसी ने सेवटर 36 के साथ एक बिल्कुल अलग घैलैंज लिया है, जो एक सच्ची कहानी से इंस्पायर एक काल्पनिक क्राइम थ्रिलर है। मैडॉक फिल्म्स के द्वारा प्रोड्यूस और आदित्य निबालकर के द्वारा डायरेक्ट किया गया, सेवटर 36 एक स्लम में, सेवटर 36 से, कई बच्चों के गायब होने की रहस्यमयी कहानी है। एक इंस्पायरिंग बायोग्राफी से एक टैंस्ट और सरपेंस से भरे थ्रिलर में उनका बदलाव विक्रांत की वर्सेटिलिटी और अलग-अलग रोल को अपनाने की उनके डेढ़ीकेशन को दिखाता है, जो उनकी पहले से ही शानदार करियर में एक बोल्ड और नए डायरेक्शन की निशानी है। सेवटर 36 का ट्रेलर विक्रांत के किरदार की एक झलक दिखाता है, जो फैंस को उत्साहित करता है। फिल्म में विक्रांत एक सीरियल किलर का रोल निभाने वाले हैं, जिसमें हमने विक्रांत को पहले कभी नहीं देखा है। जैसे-जैसे उत्साह बढ़ता जा रहा है, फैंस यह देखने के लिए उत्सुक हैं कि विक्रांत अपने करियर के इस नए चैप्टर को कैसे सभालेंगे। अपने टैलेंट और वर्सेटिलिटी के साथ, वे इस इंटैंस क्राइम थ्रिलर में अपने अनोखे स्टाइल को जोड़ने और अपनी उपलब्धियों की जबरदस्त लिस्ट में एक और शानदार परफॉर्मेंस जोड़ने जा रहे हैं। सेवटर 36 का पहला गाना ठमरु कल रिलीज किया गया है। इसमें फिल्म के कुछ सीन्स और विलप शामिल हैं। विक्रांत मैसी और दीपक डोबरियाल स्टारर यह फिल्म 13 सितंबर से नेटप्रिलिक्षन पर अवैलेबल होगी। मालूम हो कि 12वीं फेल में विक्रांत ने मनोज कुमार शर्मा के रोल में अपनी छाप छोड़ी, जो एक प्रेरणादायक कहानी थी और इस तरह से इसने दर्शकों के साथ गहरा कनेक्शन बनाया। फिल्म में एक ऐसे इसान के सधर्घ और सफलता को दिखाया गया है, जो अपने सपनों को हासिल करने के लिए चुनौतियों का सामना करता है। विक्रांत के डिटेल्ड परफॉर्मेंस ने किरदार में इमोशनल गहराई जोड़ दी है, जिसने उन्हें इंडस्ट्री के सबसे टैलेंट एक्टर्स में से एक के रूप में स्थापित किया है। इस साल के शुरू में, एक्टर ने फिर आई हरी दिलरुबा में रिशु का रोल अदा किया है। इस रोल में, वो एक ऐसा पति के किरदार में हैं, जो अपनी पत्नी से बेहद प्यार करता है और उसके लिए कुछ भी कर सकता है। ये किरदार दिखाता है कि विक्रांत कैसे अलग-अलग और डाइर्वर्स किरदारों को चुनते हैं और हमेशा अपनी भूमिकाओं को गहरा और कई लियर के साथ उन्हें निभाया करते हैं।

अंकिता और विक्की जैन की जोड़ी पर खूब प्यार लगा रहे प्रशंसक

बालीतुड अभिनेत्री अकिता लोखडे ने सोशल मीडिया पर पति विक्की जैन के साथ एक तस्वीर शेयर की, जिसपर उनके प्रशंसक जमकर प्यार लुटा रहे हैं। इस फोटोशूट ने इंटरनेट पर धूम मचा दी है और उनके प्रशंसक उनकी जोड़ी को बहुत प्रसंद कर रहे हैं। अभिनेत्री अकिता लोखडे ने इस्टाग्राम पर एक रील शेयर की। जोड़ी दमदार लग रही है। ब्लैक कलर की ड्रेस पहन रखी है। नेचुरल मेकअप लुक चुना है। बालों का पोनीटेल बनाया है और स्टॉट इयररिस और ब्लैक हॉल्स के साथ लुक को पूरा किया है। उनके पति विक्की जैन सफेद टी-शर्ट, मैचिंग ब्लैजर और ड्राइवर में शानदार दिख रहे थे। वीडियो में दोनों एक दूसरे को गले लगाते और कैमरे के सामने पोज देते नजर आ रहे हैं। विलप में आगे अकिता को बाथट्रब में पोज देते हुए दिखाया गया है। अकिता लोखडे ने कैप्शन में लिखा, हमने अपना मिडिल नाम हॉट एंड सेसी रखा है। उनके एक प्रशंसक ने अभिनेत्री की पोस्ट पर टिप्पणी की, यह सबसे हॉट जोड़ी है। एक अन्य यूजर्स ने कहा, यह हॉट है। बता दें कि अभिनेत्री अकिता लोखडे 14 दिसंबर 2021 को मुझई में एक पारपरिक समारोह में बिजनेसमैन विक्की जैन के साथ शादी के बंधन में बंधी थी। अकिता लोखडे ने साल 2009 में पवित्र रिश्ता में अर्चना की भूमिका निभाई थी। उनके एक्टिंग करियर को इस शो ने ऊँचाइयों तक पहुंचाया। इस शो में अभिनेता सुशांत सिंह राजपूत ने मानव की भूमिका निभाई थी। अकिता लोखडे (39) को आखिरी बार विनायक दामोदर सावरकर के जीवन

