





## फूड इंडस्ट्री में अपने भविष्य को उड़ान

कुछ लोग ऐसे भी होते हैं, जिन्हें न सिर्फ तरह-तरह के पक्कावन खाना अच्छा लगता है, बल्कि वे अच्छे स्वाद को भी भली-भांति पहचान लेते हैं। अगर आप भी उन्हींने से एक हैं, तो जिन्हें विशिष्ट प्रकार के व्याजों से विशिष्ट लगाव है तो आप अपने इसी लगाव को अपना भविष्य बना सकते हैं। फूड इंडस्ट्री में विकल्पों की भरमार है। लीक से हटकर यह कैपिटल बेहद दिलासपूर्ण होने के साथ-साथ युनिटरीपूर्ण भी है। आइए फूड इंडस्ट्री में नौजूद विकल्पों के बारे में जानें।

### फूड क्रिटिक

मार्केट में कौन-से नए फूड प्रोडक्ट आए हैं, इससे लेकर किस रेस्तरां में कौन-से स्वादिष्ट व्याजन मिलते हैं, इसकी पूरी जानकारी अपनी राइटिंग रिकल के लिए लोगों का पहुंचाना फूड क्रिटिक का महत्वपूर्ण काम होता है। फूड क्रिटिक खाने के टेटर के साथ ही रेस्तरां की सर्विस के बारे में पूरी जानकारी देते हैं। फूड क्रिटिक बनने के लिए विशिष्ट शैक्षणिक योग्यता की जरूरत नहीं होती लेकिन बेचलर डिग्री होनी जरूरी है। बर्शर आपमें खाने का स्वाद पहचानने, उसे बनाने का तरीका जानने और लिखने की कला होती है।

### न्यूट्रीशनिस्ट

यदि आप फूड के बारे में वैज्ञानिक तौर पर काफी कुछ जानते हैं तो आप न्यूट्रीशनिस्ट बन सकते हैं। आपको यदि ज्यादा से ज्यादा फूड के बारे में जानकारी है कि कौन सा फूड कैसा असर करता है। मोटे होने के लिए क्या खाएं और कृष्ण अपने खाने का रेस्तरां के लिए क्या खाएं। डायबीटिज में क्या खाना फायदेमंद है, हांट अटेक से बचने के लिए किन चीजों का सेवन करे या किन चीजों का करें, इस तरह की जानकारियां यदि आपको अच्छी लगती हैं और आपकी इनमें गहरी होती हैं तो आप एक न्यूट्रीशनिस्ट के रूप में अपने कैरियर को सवार सकते हैं।

### फूड स्टाइलिस्ट

जिन खाने में टेस्ट का होना जरूरी है, उन्हाँने ही खाने का बेहतर और ट्रिप्टिंग दिखाना भी जरूरी है। खाने को परोसा कर देने का तरीका भी खाने को बेहतर बनाता है। अगर आप में यह रिक्त है कि आप किसी भी तरीके के खाने को अच्छी तरह से खाना कराने की जानकारी अपनी अच्छी लगती है और आपकी इनमें गहरी होती है तो आप एक न्यूट्रीशनिस्ट के रूप में अपने कैरियर को सवार सकते हैं।

### कलिनरी ट्रेंडोलॉजिस्ट

सिर्फ़ फैशन की उनियां में ही नहीं, बल्कि फूड इंडस्ट्री में भी ट्रेंड बदलते रहते हैं। कलिनरी ट्रेंडोलॉजिस्ट समय-समय पर फूड को लेकर ग्राहकों की बदलती पसंद या नापसंद की जानकारी अपने लोकांतर के तरह होती है। किस रेस्तरां में कौन-कौन से आइटम परोसे जा रहे हैं। किस रेस्तरां की क्रिस खास वीज को लोग ज्यादा पसंद कर रहे हैं, ये सारी जानकारियां जुटाने का काम कलिनरी ट्रेंडोलॉजिस्ट का ही है। वे फूड इंडस्ट्री में होने वाले बदलावों को जानने के लिए फूड लॉगर्स पर भी अपनी नजर बना रखते हैं।

### प्रमुख कार्स

- कैटरिंग टेक्नोलॉजी और कलिनरी आईटी
- फूड प्रोडक्शन में क्राप्ट सर्टिफिकेट कार्स
- फूड और बेवरेज सर्विस में डिलोमा
- बैकरी और कॉफी-शॉप नाइटरी में डिलोमा
- किनन मेजेजेट में डिलोमा
- हाउसर्सीपिंग मेनेजमेंट में डिलोमा
- कलिनरी आईटी में एडवांस डिलोमा
- पोर्ट ग्रंजुएट डिलोमा
- हॉस्पिटैलिटी एडमिनिस्ट्रेशन में एमएससी
- डाइटेटिंग और फूड सर्विस मेजेजमेंट में एमएससी

### फूड फोटोग्राफर

जिन लोगों को खाना काफी प्रसंग है और वे कुछ क्रिएटिव करना चाहते हैं तो वे इन चीजों के साथ फूड फोटोग्राफी वर्तमान में एक अच्छी कैरियर ऑप्शन बनकर रासायन आया है, जिसकी ओर युवा काफी आकर्षित भी हैं। बौती और फूड फोटोग्राफर आप किसी भी रेस्तरां या मैगजीन के लिए काम कर सकते हैं।

### रेस्तरां प्रचारक

किसी रेस्तरां या होटल को फूड लॉगर, मीडिया हाउसेस, मैगजीन या टीवी शो प्रोड्यूसर के माध्यम से अलग लोगों के बीच लोकप्रिय बनाने की जिम्मेदारी रेस्तरां प्रचारक की होती है। इनका अहम मकसद ज्यादा से ज्यादा ग्राहकों को अपनी रेस्तरां की तरफ आकर्षित करना है।



## School Psychology



# स्कूल साइकोलॉजी की दुनिया में तराशे रोजगार



### कहां काम करते हैं स्कूल साइकोलॉजिस्ट

- पब्लिक और प्राइवेट स्कूल
- गृनिवर्सिटीज
- स्कूल आधारित स्वास्थ्य और मानसिक स्वास्थ्य केंद्र
- कार्यालयी आधारित डीट्रीटमेंट या आवासीय क्लीनिक और अस्पताल
- बाल न्याय केंद्र
- प्राइवेट प्रैविटेस

- बच्चों के अच्छे समायोजन में मदद करता है और उन्हें कृसमायोजन से बचाता है।
- स्कूल मनोविज्ञानिक बच्चों वाले बच्चों की समस्याओं एवं आशयकताओं की जानकारी शिक्षक को देता है, जिससे शिक्षक उन बच्चों को अपनी क्लास में पहचान सके और उनकी आवश्यकतानुसार मदद कर सके। उनके लिए विशेष क्षात्रों का आयोजन कर सकते हैं और फिर उन्हें परामर्श दे सकते हैं।
- मानसिक रूप से स्वास्थ्य बच्चों के लक्षणों को पहचानना और ऐसा प्रयास करना कि उनकी इस वर्षता को बनाए रखा जा सके, यह तो वह अपने छात्रों को भली प्रकार समझ सकता है और छात्रों को उत्तीर्ण करने के लिए प्राप्ति में निर्देशन देकर उनको लक्ष्य प्राप्ति में सहायता कर सकता है। इस बारे में पूर्ण जानकारी भी स्कूल साइकोलॉजिस्ट ही देता है।

कार्य भी स्कूल साइकोलॉजिस्ट का ही होता है।

### शैक्षणिक योग्यता

आप किसी भी विषय में इंटरमीडिएट पास करने के बाद साइकोलॉजी विषय में ग्रेजुएशन कर सकते हैं। आप तीरी पर इसमें बेचत और आटेस यानी बी-ए की क्लास में पहचान सके और उनकी आवश्यकतानुसार मदद कर सकें। उनके लिए विशेष क्षात्रों का आयोजन कर सकते हैं और फिर उन्हें परामर्श दे सकते हैं। मानसिक रूप से स्वास्थ्य बच्चों के लक्षणों को पहचानना और ऐसा प्रयास करना कि उनकी इस वर्षता को बनाए रखा जा सके, यह तो वह अपने छात्रों को भली प्रकार समझ सकता है और छात्रों को उत्तीर्ण करने के लिए निर्देशन देकर उनको लक्ष्य प्राप्ति में सहायता कर सकता है।

- लेडी श्रीमान कॉलेज फॉर विमन
- जीसस पंड मैनेजरी कॉलेज
- प्रेसिडेंसी कॉलेज, वेन्नई
- क्रिस्ट यूनिवर्सिटी, क्रिस्ट कॉलेज
- सोफिया कॉलेज फॉर विमन
- कमला नेहरु कॉलेज फॉर विमन
- मिटिबाई कॉलेज ऑफ आटेस

### कहां से करें पढ़ाई

- यूनिवर्सिटी ऑफ कोलकाता
- बानरास विद्युत यूनिवर्सिटी
- गार्गी कॉलेज
- जय हिंद कॉलेज
- जामिया मिलिया इस्लामिया

- ज्योति निवास कॉलेज
- विल्सन कॉलेज, मुंबई
- एमिटी यूनिवर्सिटी, जयपुर
- यूनिवर्सिटी ऑफ लखनऊ
- आशुषोष कॉलेज
- नेयानल डिग्री कॉलेज, जया नगर
- भीम राव अव्वेडकर कॉलेज

# प्रेजेटेशन एक्स्प्रेस से मिलेगी कामयाबी



जार होते हैं। फिर भी जरूरी है कि आप मुख्य बिंदुओं की पहचान कर लें। यह जरूरी होता होता कि प्रत्येक डिटेल श्रोताओं के समान रखी जाए।

### स्टाइल पर ध्यान दें

प्रेजेटेशन में सामने वाले को बोर नहीं, बल्कि ड्रेस करें। तब आपको कामयाबी मिलेगी। सबसे असरदार कंटेट भी बिल्कुल बेसर हो जाता है, जब प्रेजेटर का स्टाइल उसके नहीं। काइट लोग प्रेजेटेशन के दौरान नवर्स हो जाते हैं, जिसका असर उनके बॉडी और वॉटर्स द्वारा पहचान दिया जाता है। अपने फैशन विकल्पों को अपने कंटेट के साथ लाना चाहिए। आपको अपने फैशन विकल्पों को अपने कंटेट के साथ लाना चाहिए। आपको अपने फैशन विकल्पों को अपने कंटेट के साथ लाना चाहिए।

### पूरी जानकारी दें

बेहतर प्रेजेटेशन वर्षों को विषय के बारे में अतिरिक्त जानकारी दें। इसलिए जरूरी है कि विषय की आउटलाइन से शुरुआत की जाए। श्रोताओं को बताएं कि आप क्या विषय उठाना चाहते हैं, ताकि उनकी अपेक्षाएं शुरू में ही स्पष्ट हो जाएं। इससे विषय के प्रति कोहुल भी बना रहता है।

### उदाहरण से बनेगी बात

एक अन्य तथ्य यह है कि प्रेजेटेशन की शुरुआत और अंत















## राम चरण की फिल्म आरसी16 में हुई दिव्येंदु की एंट्री

तेलुगु सुपरस्टार राम चरण अपनी आगामी फिल्म आरसी16 (अरथाई नाम) को लेकर चर्चा में है। फिल्म में जानहीं कपूर के नजर आने की वर्चा बीते कुछ समय से काफी ज्यादा चल रही थी। इस बीच इस फिल्म में अब एक और सितारे की एंट्री हो गई है। वेब सीरीज मिजाजुर में मुश्त्रा भैया का किरदार निभाने वाले दिव्येंदु अब राम चरण के साथ पर्दे पर नजर आने वाले हैं।

फिल्म में हुई मुश्त्रा भैया की एंट्री

हाल ही में निर्माताओं ने सोशल मीडिया के जरिए इस बात की जानकारी फेस के साथ पोर्ट में लिखा है, हमारे पसंदीदा मुश्त्रा भैया, उनके लिए खास तौर पर तैयार की गई शानदार भूमिका में बड़े पर्दे पर आएंगे। इस पोर्ट पर लाग काफी ज्यादा उत्साहित नजर आए और उन्होंने दिव्येंदु को राम चरण के साथ पर्दे पर देखने की अपनी उत्सुकता बताई है। उन्होंने एसस पर लिखा, हमारे और आपके भैया...मुश्त्रा भैया...फिल्म में आपका स्वागत है...आइए धमाल मचाते हैं।

निर्माताओं ने दी जानकारी

इस एक्स पोर्ट में दिव्येंदु खतरनाक लुक में नजर आ रहे हैं, अभिनेता के फोटो के साथ पोर्ट में लिखा है, हमारे पसंदीदा मुश्त्रा भैया, उनके लिए खास तौर पर तैयार की गई शानदार भूमिका में बड़े पर्दे पर आएंगे। इस पोर्ट पर लाग काफी ज्यादा उत्साहित नजर आए और उन्होंने दिव्येंदु को राम चरण के साथ पर्दे पर देखने की अपनी उत्सुकता बताई है। उन्होंने एसस पर लिखा, हमारे और आपके भैया...मुश्त्रा भैया...फिल्म में आपका स्वागत है...आइए धमाल मचाते हैं।

**स्पोर्ट्स ड्रामा फिल्म है आरसी 16**  
आरसी 16 की बात करें तो इसे एक स्पोर्ट्स ड्रामा फिल्म माना जा रहा है। हाल ही में मेसूर जाते हुए राम चरण की एक तस्वीर भी सोशल मीडिया पर वायरल हुई थी। कथित तौर पर आरसी 16 की शृंखला 22 नवंबर को मैसूर में शुरू हुई थी। फिल्म में एआर रहमान ने सांगीत लोगों को सुनने को मिलेगा। बुधी बाबू सना रांगचालम और उपेना जैसी शानदार फिल्में लिख चुके हैं। यहीं बजह है कि फेस को उनकी इस फिल्म का बेसबोंड से इंतजार है।



## पति पत्नी और वो 2 में नजर आ सकती हैं रवीना टंडन

कार्तिक आर्यन, भूषि पेडनेकर का आक आमचा पांडे की फिर पति पत्नी और वो को दर्शकों का खुब ध्याय मिला। यह फिल्म 6 दिसंबर 2019 को सिनेमाघरों में रिलीज हुई थी और इसने घरेलू बॉक्स ऑफिस पर 86.89 करोड़ रुपए से अधिक का कारोबार किया था। पति पत्नी और वो के सीक्ल का ऐलान पहले ही हो चुका है। अब खबर आ रही है कि फिल्म की स्टार कार्स में रवीना टंडन भी शामिल हो सकती हैं। रिपोर्ट के मुताबिक... पति पत्नी और वो 2 में मुख्य भूमिका निभाने लिए निर्माताओं ने रवीना से संपर्क किया है। फिल्म के निर्देशक मुदससर अजीज और रवीना के बीच बहाना सहयोग होना चाहिए। और रवीना के बीच पहला सहयोग होना चाहिए।

कहा जा रहा है कि अगले साल की शुरुआत में फिल्म की शूटिंग शुरू हो जाएगी।



## पुष्पा 2 के लिए उत्साहित हैं रेमिक्स का मंदाना

अग्रिमेत्री रेमिक्स का मंदाना ने गुणवार को इपाफी गोवा के 55वें संस्करण में पुष्पा 2 फिल्म को लेकर बात की। उन्होंने कहा कि फिल्म का सीक्ल गुणवार को रिलीज होने वाला है। फिल्म पुष्पा-द दाइज काफी भावुक करने वाली कहानी ही है।

पुष्पा 2 को लेकर बोली रेमिक्स का रेमिक्स का लिए घर की तरह ही था। उन्होंने कहा, फिल्म की शूटिंग खम्स होने के बावे थोड़ी परेशान हो गई थी। फिल्म के दूसरे हिस्से की रिलीज को लेकर रेमिक्स का बहुत ही उत्साहित है। 5 दिसंबर को रिलीज होने वाली है पुष्पा 2 फिल्म बॉक्स ऑफिस पर 5 दिसंबर को रिलीज होने वाली है। फिल्म का निर्देशन सुकुमार ने किया। फिल्म में रेमिक्स मंदाना और फहाद फाजिल भी नजर आने

वाली है। उन्होंने कहा, मैं पिछले सात-आठ सालों से इंडस्ट्री में हूं, जिनमें से पांच साल में पुष्पा के सेट पर रही हूं। मेरे लिए पुष्पा मेरा घर है।

अभिनेता को कहा, मैं दुनिया में कहीं भी जाता हूं, मैं पुष्पा के सेट पर वापस घर लौटती हूं। मेरे लिए, यह मेरे दिमाग में अवधेतन रुप से चलता रहता है कि मैं दुनिया में कहीं भी जाता, मैं वापस घर आऊंगी। यह थोड़ा दुखद है लेकिन साथ ही मैं एक अधिभूत स्थिरिया में हूं, जहाँ मुझे नहीं पता कि वास्तव में क्या महसूस करना है। मैं दुखी हूं लेकिन साथ ही मैं उत्साहित भी हूं।

पुष्पा 2 को लेकर बोली रेमिक्स का रेमिक्स ने एक तरीका किया है। इसके लिए घर की तरह से एकशन से भरपूर फिल्म होगी, लेकिन यह बेद भावनामक है। इसमें एक पारिवारिक पहल भी है, जो कि अधिकांश भाग में है। इसलिए जितना आप पुष्पा के रेखा और एकशन का इंतजार कर रहे हैं, उन्हाँना ही भावनामक ड्रामा का भी इंतजार कर रहे हैं। यह सब कुछ का मिश्रण होने जा रहा है।

5 दिसंबर को रिलीज होने वाली है पुष्पा 2 फिल्म बॉक्स ऑफिस पर 5 दिसंबर को रिलीज होने वाली है। फिल्म का निर्देशन सुकुमार ने किया। फिल्म में रेमिक्स मंदाना और फहाद फाजिल भी नजर आने

## शाहिद कपूर की आगामी एक्शन फिल्म के लिए उत्साहित हैं विद्या बालन

शाहिद कपूर और पूजा हेंगड़े की बहुतीकिंतु एकशन फिल्म देवा के साथ दर्शकों का मनोरंजन करने के लिए पूरी तरह योग्य है। रोशन एंट्रीज द्वारा निर्देशित यह फिल्म 31 जनवरी, 2025 को सिनेमाघरों में रिलीज होगी। टीम द्वारा फिल्म की रिलीज डेट द्वारा ही मैं दुनिया की गई है, जिससे प्रांसंकों के बीच फिल्म को लेकर और अधिक जारी है। विद्या बालन से विकाकौशल के अलावा अक्षय खन्ना ने और गजेंद्र का किरदार निभाया है। फिल्म में रेमिक्स का मंदाना, आशुरोष राणा, दिव्या दता, नील भूपालम और सतेष जुवेकर भी प्रमुख भूमिकाओं में हैं। दिनेश विजान की मैडॉक फिल्स के बैर तले इसका निर्माण हुआ है।



## विविकी कौशल ने पत्नी कैटरीना कैफ को क्यों कहा सूबेदार?

विविकी कौशल अपनी पत्नी कैटरीना कैफ की तारीफ करते नहीं थकते। अक्षय अभिनेता अपने अभिनय कौशल या डांस मूल्य के लिए अभिनेत्री को श्रेय देते नजर आते हैं लेकिन इस बार, उन्होंने अपने अभिनेत्री को श्रेय देते नजर आते हैं एक इंवेट के रेड कार्पेट पर रैंप वॉक किया। अभिनेता ने हाल ही में एक

इंवेट के रेड कार्पेट पर रैंप वॉक किया। कैटरीना उनके अक्षय कौशल को कैटरीना को श्रेय देते हैं। विविकी कौशल ने हाल ही में एक फैशन हैंडिकॉप बताया और साझा किया कि कैटरीना उनके अक्षय कौशल को फैशन हैंडिकॉप बताया और प्रेजेटेबल दिखने के लिए वह अपनी टीम पर निर्भर है। विविकी कौशल है, मैं वास्तव में एक फैशन हैंडिकॉप इंसान हूं। मैं खुद का कैटरीना को श्रेय देता हूं।

### पति को बताया स्टाइल टीम का सूबेदार

जब उनसे पूछा गया कि क्या कैटरीना कभी किसी कार्यक्रम में जाने से फ़रले उनसे अपना पहनावा बदलने के लिए कहती है, तो अभिनेता ने तुरंत कहा, हाँ, निश्चित रुप से वह स्टाइल टीम की सूबेदार है। सिर्फ विविकी ही नहीं कैटरीना भी अपने पति विविकी की तारीफ करने का कोई मौका नहीं छोड़ती।

### कैटरीना भी बांध चुकी हैं पति की तारीफों के पुल

इस साल की शुरुआत में एक इंटरव्यू के द्वारा अभिनेत्री ने उन दिनों के बारे में बात की थी जब उन्हें अच्छा महसूस नहीं हो रहा था और उन्हें अपनी असुखाओं से निपटने के लिए आश्वासन की जरूरत थी। वह याद करती है कि कैटरीना उनके पति उन्हें खुद के साथ नम्र रहने की याद दिलाने में मदद करता है।

## 'महायोगी' 13 दिसंबर को सिनेमाघरों में

ईश्वर ने बड़े प्रेम से मानव जाति को बनाया है और इसनामों में अपने ही प्रेम की छाति तालाश करते हैं। आज हर तरफ श्रीलाली ताकतें सर उत्तरी ही जा रही हैं। इंसान भूल चुका है कि वह साक्षात् ईश्वर का ही स्वरूप है। ऐसे में महायोगी हम सब से कहने आये हैं, कि अब ऐसा नहीं होगा। अब मानवता के जागने की बारी आ गई है। कलनाम अपने अंतिम चरण पर और धरती माता, प्रकृति, पूरा ब्रह्माण्ड और स्वर्य ईश्वर, आ दुर्दीया का दमान करते हैं। उन्होंने महायोगी के माध्यम से हम सब को आह्वान किया है कि हम धार्मिक, सामाजिक और आंतरिक भेदभाव भूल कर अपर्सी प्रेम, शांति और वैचिक एकत्र के रासने पर चल पड़ें। इभी लंगुयोग का अंत और सत्याग्रह का आरम्भ होगा। निर्माता निर्देशक राजन लूथरा अपनी पिल्स कूफमहायोगी हाईवे 1 दूरवानेस्फ के माध्यम से ईश्वर की यादी बोली तोक पहुंचा रहे हैं। और कहीं नहीं। 13 दिसंबर 2024 को आपके नज़दीकी जाएगी। और वह ही प्रमेश्वर के सन्देश को आप तक पहुंचाने वाले महायोगी। प्रिया मूरीज के राकेश सभराल फिल्म को अ