

सेना के कमांडर को कार सवार युवकों ने पीटा

-चक्रवादा टोल के पास कार टकराने को लेकर हुआ था विवाद, 5 गिरफतार

उन्नजैन, (आरएनएस)। कश्मीरी के उरी सेक्टर में पोस्टरेड सेना के कमांडर अपनी कार से परिवार के साथ उन्जैन आए थे। वह उड़ेल रोड चक्रवादा टोल के पास से गुजर रहे थे तभी दूसरी कार से टकर हो गई। इसको लेकर कार से उत्तरकर युवकों ने कमांडेंट के साथ आरोपीत कर दी। भैरवगढ़ थाना पुलिस ने मामले में केस दर्द कर पांच अरोपियों को गिरफतार किया है। पुलिस ने बताया कि कैलाश परिसर सुभानुरा बड़ोदरा (युजरात) में रहने वाले सेना के कमांडर अनुपम कुमार दुबे पिता राजेन्द्र आर. दुबे अपने परिवार के साथ कार से उन्जैन आए थे। वहाँ से लौटते समय सीमेवार करीब 7 बजे वह उड़ेल रोड चक्रवादा टोल नाके के पास से गुजर रहे थे तभी दूसरी कार से उत्तरकर टकर हो गई। कमांडर अनुपम कुमार ने अपनी कार से उत्तरकर दूसरी कार में बैठे अशोक, सेवारुप, अनुजन, रितेश, भरत को समझाने का प्रयास किया तो पांचों ने उनके साथ गाली-गालौज शुरू कर दी। अनुपम दुबे कुछ समझ पाते इन्हीं देर में बदमाशों ने उन पर हमला कर घायल कर दिया।

एक फंदे पर मिली 2 लाश, लगाकर हुजूर दंपति ने की खुदकुशी, सामने आई सुसाइड की खौफनाक घजह

जबलपुर (आरएनएस)। मध्यप्रदेश श्रमजीवी पत्रकार संघ की निर्वाचित प्रदेश कार्यसमिति की प्रथम बैठक रतलाम (आरएनएस)। मध्यप्रदेश श्रमजीवी पत्रकार संघ की निर्वाचित प्रदेश कार्यसमिति के लिए बीमारी जी का जंजाल बन गई। जिससे तांग आकर दीनों ने मौत को गले लगा लिया। इस घटना के बाद से इलाके में सनसनी फैल गई है। जबकि पुलिस मामले की जांच पड़ावाल में जुट गई है। यह घटना मझगांव थाना क्षेत्र के सिंगुली गांव की है। दरअसल, सुबह जब बुजूर्ग दंपति कर्मर से कापी दे रहे तक बाहर नहीं निकलते तो उसके लड़के ने दरवाजा तोड़कर अंदर गया और उसकी ओर खफ्फी की पटी रह गई। क्योंकि दंपति ने फौंसी लगाकर खुदकुशी कर ली थी। एक ही साथ दोनों का शव लटकता मिला। कुछ ही देर में यह खबर पूरे गांव में फैल गई और मौके पर लोगों की भौंड लग गई।

लवे समय के बाद इंदौर में दो कोरोना मरीज आए सामने

इंदौर (आरएनएस)। पॉजिटिव मरीज मिलने के बाद स्वास्थ महकों में हलचलकोविड पॉजिटिव महिला की इलाज के दौरान भौंड, किडनी की बीमारी से थी। प्रसिंतव युवक का इलाज जारीयुक्त मूल रूप से देवास का रहने वाला इंदौर मुख्य स्वास्थ एवं चिकित्सा अधिकारी ने देवास स्वास्थ विभाग को भेजी जानकारी कांटेक्ट ट्रेसिंग के लिए स्वास्थ विभाग का अमला तैनात युवक के परिवार के लोगों के लिए जाएंगे। सैंपल कोविड पॉजिटिव युवक को आइसोलेशन बांद में किया गया शिफ्ट...।

आनंद विभाग द्वारा नैनोद ग्राम में अल्पविराम परिचय सत्र का किया गया आयोजन



दिनेश चौधरी और मीनाक्षी मिश्र द्वारा सत्र का संचालन किया गया। आनंद विभाग का परिचय से कार्यक्रम की शुरुआत की गई। साथ ही संस्थान का परिचय एवं कार्यक्रमों की विस्तार से जानकारी प्रदान की गई। कार्यक्रम में सही समझ व आंतरिक आनंद को विकसित करने हेतु विभिन्न टूल्स प्रस्तुत कर बताया गया कि कैसे हम अपने जीवन को हल्का और आनंदित बना सकते हैं। कार्यक्रम के माध्यम से ग्रामीण जनों ने अपने जीवन में सही समझ व आनंद के साथ अपने कार्य क्षेत्र एवं व्यक्तिगत जीवन को कैसे जीवा है, इसकी प्रक्रिया को विभिन्न टूल्स के माध्यम से समझा। उन्जैवल प्रकाश स्वामी ने हास्य गतिविधियों के माध्यम से संघी को आनंदित किया। ग्राम सरपंच कंवर सुरेंद्र सिंह ठाकुर द्वारा बताया गया कि कार्यक्रम में आनंद मिलने के जीवन बहुत सरल हो गया है, जो जीवन बहुत सरल हो गया है।

श्रमजीवी पत्रकार संघ प्रदेश कार्यसमिति की बैठक 29 जून को रतलाम में, प्रदेश भर से जुटेंगे सैकड़ों पत्रकार

रतलाम (आरएनएस)। मध्यप्रदेश श्रमजीवी पत्रकार संघ की निर्वाचित प्रदेश कार्यसमिति की प्रथम बैठक रतलाम आगामी 29 जून को रतलाम में होगी? बैठक में प्रदेश प्रशिक्षकरियों सहित प्रदेश के सभी सभाग संघ जिले के विवाचीरकों के लिए रतलाम पहुंचेंगे जहाँ जानकारी संघरूप सहित प्रदेश के संघों का शर्द जोरी शासन और संगठन समन्वय समिति के प्रदेश संघों का शर्द जोरी शासन और संगठन समन्वय समिति के संघों का शर्द प्रोहेंट, प्रदेश सचिव डॉ. नंदेंद्र सिंह राजवत, प्रदेश के संसुखक सचिव प्रीतपाल सिंह राणा, उन्जैन संघरूप के अध्यक्ष मनोज जैन एवं संभाग के महासचिव राजेंद्र अग्रवाल द्वारा विशेष रूप से उपस्थित थे। बैठक में जिलाध्यक्ष जारेश जैन, महासचिव दिनेश दवे, उपाध्यक्ष कुरेशी, विजय मीणा, मनोज भंडारी, कोषाध्यक्ष किशोर जोशी, सचिव कैलाश टांक सहित अन्य सदस्यों ने अतिथियों का स्वागत किया।



जिले के स्व-सहायता समूहों की दीदियों को मिला सिटी मॉल में काउण्टर लगाने का अवसर

आकर्षण का केन्द्र बने समूहों के उत्पाद

ग्वालियर (आरएनएस)। जिले के स्व-सहायता समूहों में संगठित दीदियों के हाथों से बने उत्पाद अब केवल हाट बाजार तक ही समित नहीं रहे हैं। बड़े-बड़े मॉल में भी स्व-सहायता समूहों को अपने उत्पादों की विक्री का अवसर मिल रहा है। कलेक्टर श्रीमती रुचिका चौहान एवं जिला पंचायत के मुख्य कार्यपाल अधिकारी विवेक कुमार की पहल पर दीनदयाल सिटी मॉल में जिले में मध्य प्रदेश डे रेझ ग्रामीण आजीविका मिशन के तहत गठित स्वयं सहायता समूह द्वारा बनाए गए उत्पादों का विक्री सही प्रदर्शन किया गया। दीनदयाल मॉल में जय राम लला स्वयं सहायता समूह कुलैथ द्वारा आचार, बड़ी, चिप्स, मूँग दाल बड़ी, पापड़ व आजीविका ही का काउण्टर लगाया गया है। इसी प्रकार प्रोइव्यूसर गृप उदयपुर द्वारा शहद व जय माता दी स्वयं सहायता समूह द्वारा सभी प्रकार के मसाले, महामाया स्वयं सहायता समूह द्वारा धी एवं गोवर के उत्पाद विक्री के लिये रखे गए हैं। इन समूहों का प्रतिनिधित्व क्रमशः श्रीमती वर्षा, सुधा, श्रीमती फूलकली, श्रीमती सुनीता द्वारा किया गया गया द्वारा जिले के स्वयं सहायता समूहों की विक्री करते हुए कहा कि आपको कक्षाओं में निरंतरा ही आपको सफलता के लिए रामबाण सवित्र होती है। उन्होंने बताया कि जबलपुर में प्रतियोगी परीक्षा की तैयारी कर रहे हैं।

त्यापार समाचार

GOLD ने रचा इतिहास, पहली बार 1,00,000 रुपये पहुंची कीमत, जानिए आखिर क्यों बढ़ रहे हैं दाम



नई दिल्ली (आरएनएस)। सोना ने मंगलबार को नया ऑल-टाइम हाई बनाया और पहली बार कीमत 1,00,000 रुपये प्रति 10 ग्राम हो गई है। इंडिया बुलियन एंड चेलर्स एसोसिएशन (आईजीजेए) के मुताबिक, 24 कैरेट सोने की कीमत बढ़कर 1,00,000 रुपये प्रति 10 ग्राम हो गई है। इससे पहले 24 कैरेट के 10 ग्राम सोने का भाव 96,670 रुपये था, जो दिखाता है कि बीते 24 घंटे में सोने की कीमत में 3,300 रुपये प्रति 10 ग्राम का इजाफा हुआ है। 22 कैरेट सोने की कीमत बढ़कर 97,600 रुपये प्रति 10 ग्राम, 20 कैरेट सोने का भाव बढ़कर 89,000 रुपये प्रति 10 ग्राम और 18 कैरेट सोने की कीमत बढ़कर 81,000 रुपये प्रति 10 ग्राम हो गई है। इसके बाद यदि जैन एवं संभाग के महासचिव राजेंद्र अग्रवाल द्वारा शहद व जय माता दी स्वयं सहायता समूह द्वारा सभी प्रकार के मसाले, महामाया स्वयं सहायता समूह द्वारा धी एवं गोवर के उत्पाद विक्री के लिये रखे गए हैं। इन समूहों का प्रतिनिधित्व क्रमशः श्रीमती वर्षा, सुधा, श्रीमती फूलकली, श्रीमती सुनीता द्वारा किया गया गया द्वारा जिले के स्वयं सहायता समूहों की विक्री होती है। इसके बाद यदि जैन एवं संभाग के महासचिव राजेंद्र अग्रवाल द्वारा शहद व जय माता दी स्वयं सहायता समूह द्वारा सभी प्रकार के मसाले, महामाया स्वयं सहायता समूह द्वारा धी एवं गोवर के उत्पाद विक्री के लिये रखे गए हैं।

गाड़ियों के हाँने अब नहीं करेंगे दिमाग खराब, नितिन गडकरी ला रहे नया कानून

नई दिल्ली (आरएनएस)। सड़क पर ट्रैफिक के करक्षण हाँने से परेशान लोगों के लिए जल्द ही रहत भरी खबर आ सकती है। कंदोयी सड़क परिवहन और राजमार्ग मंत्री नितिन गडकरी वाहनों के हाँने को बदलने के लिए एक नया जन्म लाने की योजना बना रही है। इसका कानून के तहत त्रिवेदी गाड़ियों की सुधी ध्वनि का इस्तेमाल करता है। इसी लोगों की विक्री की अवसर मिल रही है। कलेक्टर श्रीमती रुचिका चौहान एवं जिला पंचायत के मुख्य कार्यपाल अधिकारी विवेक कुमार की विक्री के लिए जालीन शाह का कहा, सोने की कीमतों में ऑल-टाइम हाई पर होने की विक्री अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर भी सोने की कीमतों में तेजी बढ़ी हुई है। सोने का भाव 3,480 डॉलर प्रति ऑस पर बना रहा है, जो सोने का अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर अब तक का सबसे उच्चतम स्तर है। कामा ज्वेलरी के एमडी कॉलिंस शाह का कहा, सोने की कीमतों में ऑल-टाइम हाई पर होने की विक्री अंतर्राष्ट्रीय ट्रैटिंग के बीच बढ़ी है। इसके बाद यदि जैन एवं संभाग के महासचिव राजेंद्र अग्रवाल द्वारा शहद व जय माता दी स्वयं सहायता समूह द्वारा धी एवं गोवर के उत्पाद विक्री के लिये रखे गए हैं।

नई दिल्ली (आरएनएस)। भारतीय रिजर्व बैंक ने बच्चों को वित्तीय रू

सम्पादकीय



अभियंति हमारा जब सिद्ध अधिकार है,
सत्य प्रसूत करना हमारा कर्तव्य

बांगलादेश लोकतंत्र और धर्मनिरपेक्षता की राह पर लौटेगा

बांगलादेश की अपस्थ प्रधानमंत्री शेख हसीना निर्वाचन के दूर और पौँडा से धेरे-धीरे उत्तर रही है। बांगला नववर्ष 'पोहेला बैशाही' के अवसर पर अपनी पार्टी अवामी लीग के कार्यकर्ताओं और देशवासियों के लिए जारी अपने संदेश में उन्होंने कहा है, 'आज स्वतंत्रता-विशेषी ताकतों ने बांगलादेश में अवैध रूप से सत्ता पर कब्जा कर लिया है।

वे सक्रिय रूप से बांगलाती संस्कृति को नष्ट करने की कोशिश कर रही हैं।' उन्होंने दो दूक कहा, 'जो लोग अब बांगलादेश का शासन चला रहे हैं, वे राह और हमारी संस्कृति के दुरुम हैं,' लोगों को याद होगा कि पिछले वर्ष अगस्त में कट्टूपंथियों ने शेष हसीना की निर्वाचित सरकार का तख्ता पलट दिया था। उसके बाद से वे भारत में निर्वाचित हैं। हाल-फिलहाल बांगलादेश में जो कुछ हो रहा है, उससे प्रतीत होता है कि वहां इस खामोशाती में रहे कि ट्रंप ने हमें उतना नहीं मारा जितना चीन को और उसके साथ विएतनाम, कंपूचिया को मारा! हमें औकात दिखाई बावजूद इसके हम गौरवान्वित थे।' चीन ने बताये रियल महाशक्ति के अमेरिका से कहा- 'हम चुनौती के आगे झुकावे वाले नहीं हैं। हम अखिर तक लड़ेगे।' और वैश्विक वित्तीय हल्कों में अफवाह है कि अमेरिकी ट्रेजरी के दीर्घिकालीन बांड्स की बाजार में धड़ाधड़ बिक्री (कोई 29 डिलियन डालर के) हुई तो ट्रंप के हाथ पांव फूले।

उन्होंने चीन को छोड़े सभी देशों पर लगे टैरिफ को 9 जुलाई तक टाला। सोचे, कौन जुका, कौन घबराया? डोनाल्ड ट्रंप। चीन में इतना सोचना-विचारना, हिमाया और दीर्घिकालीन तैयारी है जिससे वह हर तरह की तैयारी में है। यदि वैश्विक वित्तीय बाजार में निवेश का सर्वाधिक सुरक्षित-खरा औंजार अमेरिकी ट्रेजरी के बांड्स माने जाते हैं। और ये सर्वाधिक किसके पास हैं? जापान नंबर एक पर है और उसके बाद चीन के पास 761 बिलियन डालर के अमेरिकी बांड्स हैं। यदि चीन अकेले अमेरिकी बांड्स में बेचे शुरू करे वे जापान भी इसी रास्ते पर चल पड़े तो अमेरिका की वित्तीय ताकत कुछ ही घंटों में राखे बदल जाएगी।

तभी ट्रंप के हाथ-पांव फूले। चीन को अपना दुम्पन चिह्नित कर वाकि देशों पर अतिरिक्त टैरिफ रोका। कहते हैं जापान ने भी कुछ अमेरिकी बांड्स निकाले। उधर योरोपीय संघ के 27 देशों में से 26 देशों ने अमेरिका के खिलाफ टैरिफ की तैयारियों पर सहमति दी। कनाडा और मैक्सिकों ने बदले के कदम उठाए। पूरी तरह निर्यात पर टिक दक्षिण

जैसे को तैसा जवाब देने का इरादा

हरिशंकर व्यास



भारत गजब की मायावी विश्वगुरुता में है। युजेर सप्ताह पूरी दुनिया में डोनाल्ड ट्रंप से उथलपुथल हुई। सभी देश ट्रंप प्रशासन से बैंझत हुए। ट्रंप ने बड़ी इकॉनोमी में चीन के बाद भारत पर 26 प्रतिशत टैरिफ लगा उसे नंबर दो पर रखा। मगर हममें इसकी कोई प्रतिक्रिया, कोई विचार नहीं हो।

इस खामोशाती में रहे कि ट्रंप ने हमें उतना नहीं मारा जितना चीन को और उसके साथ विएतनाम, कंपूचिया को मारा। हमें औकात दिखाई बावजूद इसके हम गौरवान्वित थे। चीन ने बताये रियल महाशक्ति के अमेरिका से कहा- 'हम चुनौती के आगे झुकावे वाले नहीं हैं। हम अखिर तक लड़ेगे।' और वैश्विक वित्तीय हल्कों में अफवाह है कि अमेरिकी ट्रेजरी के दीर्घिकालीन बांड्स की बाजार में धड़ाधड़ बिक्री (कोई 29 डिलियन डालर के) हुई तो ट्रंप के हाथ पांव फूले।

उन्होंने चीन को छोड़े सभी देशों पर लगे टैरिफ को 9 जुलाई तक टाला। सोचे, कौन जुका, कौन घबराया? डोनाल्ड ट्रंप। चीन में इतना सोचना-विचारना, हिमाया और दीर्घिकालीन तैयारी है जिससे वह हर तरह की तैयारी में है। यदि वैश्विक वित्तीय बाजार में निवेश का सर्वाधिक सुरक्षित-खरा औंजार अमेरिकी ट्रेजरी के बांड्स माने जाते हैं। और ये सर्वाधिक किसके पास हैं? जापान नंबर एक पर है और उसके बाद चीन के पास 761 बिलियन डालर के अमेरिकी बांड्स हैं। यदि चीन अकेले अमेरिकी बांड्स में बेचे शुरू करे वे जापान भी इसी रास्ते पर चल पड़े तो अमेरिका की वित्तीय ताकत कुछ ही घंटों में राख जाएगी।

तभी ट्रंप के हाथ-पांव फूले। चीन को अपना दुम्पन चिह्नित कर वाकि देशों पर अतिरिक्त टैरिफ रोका। कहते हैं जापान ने भी कुछ अमेरिकी बांड्स निकाले। उधर योरोपीय संघ के 27 देशों में से 26 देशों ने अमेरिका के खिलाफ टैरिफ की तैयारियों पर सहमति दी। कनाडा और मैक्सिकों ने बदले के कदम उठाए। पूरी तरह निर्यात पर टिक दक्षिण



कोरिया, विएतनाम, कंपूचिया ने अपने प्रतिनिधि वाशिंगटन दौड़ा कर देश के व्यापार को बचाने की कोशिशों की।

और भारत ने क्या किया? कुछ नहीं! मानों हम न तीन में और न पांच में टिक भी बात है। विश्व व्यापार में भारत का कुल हिस्से सिर्फ 2.4 प्रतिशत है। कि अमेरिका ने सबसे बड़ा वह देश है जिसे वह हर तरह की तैयारी में है। मगर गडबड यह है कि अमेरिका ने बदलने के लिए सरकार पर दबाव बनाया सरकार ने इसका नाम बदलने के लिए सरकार पर दबाव बनाया सरकार ने इसका नाम बदल कर 'आंदोरे शोभायात्रा' कर दिया। आश्र्य की बात यह है कि लोकतंत्र और व्यापारिका को दुर्दृश्य देने वाले अमेरिका और पश्चिमी देश बांगलादेश में इस्लामी पहचान की बकलत करने वाली ताकतों का समर्पण कर रहे हैं। इस हड्डीकत को नजरअंदाज कर रहे हैं कि इस्लामी कट्टूपंथी का जिज्ञा बोतल से बाहर आ गया है जो धेरे-धेरे पूरे समाज को धर्मान्धारा की ओर धकेल देगा। सबको यह बोयह स्थिति वह हो सकती है कि बांगलाती संस्कृति बाताय यह देश नया अफगानिस्तान या सीरिया न बन जाए उम्मीद की जानी चाहिए कि बांगलादेश का मौन बहुत धेरे-धेरे अपनी आजाव बुलंद करने लगे। कुछ महीने पूर्व यहां लालों लालों ने 'आमार सोनार बांग्ला' का सामूहिक रूप से गायन किया था। शेख हसीना के यह संदेश से उनकी पार्टी के कार्यकर्ताओं में नया जोश और उत्साह भरेगा। सबको इस दिन का इंजार है जब बांगलादेश लोकतंत्र और धर्मनिरपेक्षता की राह पर लौटेगा।

पांच चालता है कि भारत न अपने बाजार में चीन की आर्थिक लूट को रोकने के विचार में समर्थ है और न अमेरिका या विश्व व्यापार में कोई ठोस, बराबरी का रिश्ता बना सकने का रोडमैप है।

इसलिए कि इस सबके लिए सोच-विचार का दिमाग है कि कहाँ? बस, एक ही इलाहाम, एक ही ख्याल है कि हम विश्वगुरु! सोचे, पिछले दस वर्षों में दुनिया की बड़ी घटनाओं, विकास और ट्रेंड में क्या-क्या है? ट्रंप के व्यापार युद्ध से पहले, डिजिटल-हमारे युद्ध, रस्स-यूकैन युद्ध है। चीन ने भारत की सीमा पर दावायारी दिखाई। पता नहीं भारत का किनाना इलाका कब्जाया। अफगानिस्तान में तालिबानी वर्चवता बनी। दीक्षण एसिया के हर देश में चीन का दबदबा फैला। भारत में भी जलाया परिवर्तन और मौसम की जानलेवा मार का टैंक हूँ। वैश्विक पैमाने पर अटिफिशियल बुद्धीमत्ता की छानांगे, स्पेस दौड़, मेटावर्स-एआरवीआर, क्रियोकॉर्सों में क्या-क्या है?

जबकि भारत की थिकिंग, नैरेटिव, प्राथमिकता क्या है? हमें फी बांटने, रैचिंगों की व्यवस्था बनानी है। हमें धर्म और जाति से चुनाव जीतना है। हमारी भीड़ हमारी ताकत है। भीड़ की भक्ति, भोंडापन देश का विकास है। हिंदू-मुस्लिम की मूर्गा लड़ाई हमारे राष्ट्रीय एकीकरण और राष्ट्र निर्माण का रास्ता है। डोनाल्ड ट्रंप ने 'अमेरिका फर्स्ट' के फिरूत में सभी देशों को इस सोच-विचार के लिए मजबूर किया कि तब द्वारा रखता है।

हम कैसे अपने आपको बढ़ाव देते? क्या नया सोचे? विश्व की तमाम तरह की व्यवस्थाओं के सिनेरियों में भ्रिटेन, योरोपीय संघ, जापान, चीन, आस्ट्रेलिया आदि लगभग सभी देशों ने अपने आप पर विचार, पुर्विचार किया है, कर रहे हैं। वही भारत में इस समाज वैक्फ बोर्ड बिल, कांग्रेस अधिवेशन में पिछड़ों के आकर्षण, सीपीआईएम के अधिवेशन में 'धर्म' की चिंता और प्रधानमंत्री मौदी द्वारा एक मुख्यमंत्री स्टालिन को नसीहत थी कि तमिल में दस्तखत तो कर दिखाएं।

व्यवस्थापिका और न्यायपालिका आमने सामने, सोविधान की अनुच्छेद 368 पर मतभेद

अजय दीक्षित

तमिलनाडु के राज्यपाल आर एन रवि द्वारा तमिलनाडु सरकार द्वारा पेश और विधायक सभा के लिए 10 बिलों को स्वीकृत करने में दरीको को लेकर हप्ते भर पहले सरकार की ओर लोकतंत्र और व्यापारिका की तैयारी के लिए एक विश्वायात्रा की जारी रखा गया। जिसके दौरान राज्यालय ने राज्यपालों को लेकर देखा तो विधायिका की सुनवाई के दौरान राज्यालय ने राज्यपालों को लेकर देखा तो विधायिका की तैयारी के दौरान राज्यालय ने राज्यपालों को लेकर देखा तो विधायिका की सुनवाई के दौरान राज्यालय ने राज्यपालों को लेकर देखा तो विधायिका की तैयारी के दौरान राज्यालय ने राज्यपालों को लेकर देखा तो विधायिका की सुनवाई के दौरान राज्यालय ने राज्यपालों को लेकर देखा तो विधायिका की तैय

शिंग्रा गोयल का इंस्टाग्राम पर दिखता है
ग्लैमर और फैशन से भरा अवतार



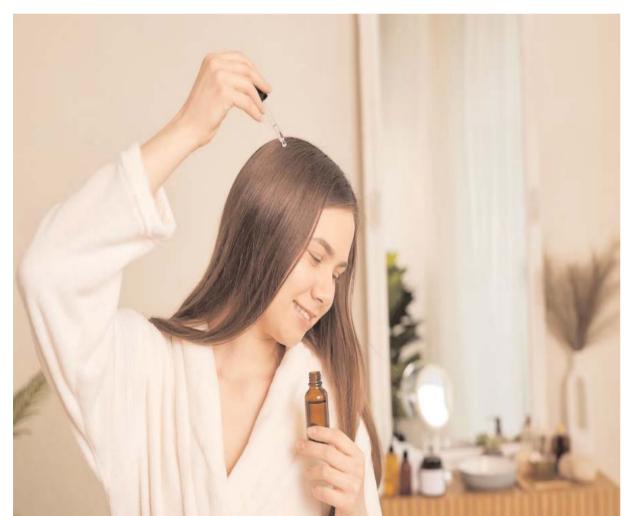
मशहूर सिंगर शिंग्रा गोयल सिर्फ अपनी आवाज के लिए ही नहीं, बल्कि अपने ग्लैमरस अंदाज और फैशनेबल लुक्स के लिए ही जानी जाती हैं। गोल्डी देसी क्लू के साथ कई हिट गाने देने वाली शिंग्रा गोयल सोशल मीडिया, खासकर इंस्टाग्राम पर बेहत एक्टिव रहती हैं। वह अपने फैंस को अपने प्रोफेशनल और पर्सनल लाइफ की ज़िलखियां देती रहती हैं। हाल ही में उन्होंने कुछ बेहद खूबसूरत तस्वीरें शेयर की हैं, जिनमें उनका ग्लैमरस लुक, फैशन सेंस और आत्मविश्वास देखने ही बनता है। कभी सार्किली गाउन में तो कभी मॉम डॉटर ट्रेनिंग मोर्निंग में, शिंग्रा हर लुक में गौर्ज़ीयस नजर आती हैं। उनके इंस्टाप्रोफेशनल पर शेयर की गई फोटोज़ में उनका स्टाइल और एटीट्यूड फैंस को खूब पसंद आ रहा है। यही बजह है कि शिंग्रा के इंस्टाग्राम पर 1.3 मिलियन फैलोज़ और यह आंकड़ा देखी से बढ़ रहा है। शिंग्रा गोयल न सिर्फ एक टैलेंड आर्टिस्ट हैं, बल्कि वह यांग जनरेशन के लिए फैशन और एफिनिन ग्रेस को आइकन बनती जा रही हैं। उनके फोटोज़ हर बार ये सबित करते हैं कि वह म्यूजिक और स्टाइल दोनों की छीन हैं।

बॉक्स ऑफिस पर सनी देओल की जाट की पकड़ बरकरार, 11वें दिन कमाए इतने करोड़ रुपये



सनी देओल इन दिनों फिल्म जाट को लेकर चर्चा में हैं। उनकी यह फिल्म बीते 10 अप्रैल को सिनेमाघरों में रिलीज़ हुई थी और यह पहले दिन से ही बॉक्स ऑफिस पर बढ़िया प्रदर्शन कर रही है। फिल्म देखने के लिए टिकट खिड़की पर दर्शकों की भीड़ उमड़ रही है, जिसका असर इसकी कमाई पर भी दिख रहा है। बॉक्स ऑफिस ट्रैकर सैकिनिक के मुताबिक, जाट ने अपनी रिलीज के 11वें दिन यानी दूसरे रिलीज को 5.15 करोड़ रुपये को कारोबार किया, जिसके बाद इसका कुल बॉक्स ऑफिस कलेक्शन 74.55 करोड़ रुपये हो गया है। इस फिल्म का बजट 100 करोड़ रुपये है जिसे मैं सभी का सामना रणदीप हुआ से हो रहा है। रणदीप फिल्म में विलेन बने हैं। उनकी अदाकारी की तारीफ हो रही है सातवें जैसे—माने निर्देशक गोपीचंद मलिनेनी ने जाट का निर्देशन किया है रणदीप और सभी के अलावा बूकुरा सिंह ने भी इस फिल्म में अहम भूमिका निभाई है। जीरो व्हान और सेयामी खेर जैसे सितारे भी इस फिल्म का हिस्सा हैं। यह एक पैन-इंडिया फिल्म है।

बालों के झड़ने की समस्या से राहत दिला सकते हैं ये सीरम, जानिए बनाने का तरीका



आजकल बालों का झड़ना एक आम समस्या बन गई है। इसके पीछे कई कारण हो सकते हैं, जैसे नानव, गतर खान-पान, प्रदूषण आदि।

हालांकि, बालों की देखभाल के लिए महंगे प्रोडक्ट्स की बजाय आप कुछ धेरेल सीरम का इस्तेमाल करने का तरीका: एक कटोरे में नारियल तेल और नींबू के रस को मिलाएं। अब इस मिश्रण को अपने सिर पर लगाएं और हल्के हाथों से मालिश करें। 30 मिनट बाद अपने सिर को शैंपू से धो लें। लाभ: नारियल तेल बालों को गहराई से पोषण देता है और नींबू का रस स्कैल्प की सफाई करता है, जिससे बालों का झड़ना कम होता है।

आवला का तेल और भूंगराज का अर्क

सामग्री: दो बड़ी चम्मच आवला का तेल और एक चम्मच भूंगराज का अर्क। सीरम बनाने और इस्तेमाल करने का तरीका: एक कटोरे में आंवला का तेल और भूंगराज का अर्क मिलाएं। अब इस मिश्रण को अपने सिर पर लगाएं और हल्के हाथों से मालिश करें। 30 मिनट बाद अपने सिर को शैंपू से धो लें। लाभ: जैतून का तेल बालों को पोषण देता है, जबकि भूंगराज का अर्क बालों की जड़ों को मजबूत करता है।

जैतून का तेल और बादाम का अर्क

सामग्री: दो बड़े चम्मच जैतून का तेल और एक चम्मच बादाम का अर्क। सीरम बनाने और इस्तेमाल करने का तरीका: एक कटोरे में जैतून का तेल और बादाम का अर्क मिलाएं। अब इस मिश्रण को अपने सिर पर लगाएं और हल्के हाथों से मालिश करें। 30 मिनट बाद अपने सिर को शैंपू से धो लें। लाभ: जैतून का तेल बालों को पोषण देता है, जबकि बादाम का अर्क बालों को मजबूती प्रदान करता है।

सरसों का तेल और लहसुन का अर्क

सामग्री: दो बड़े चम्मच सरसों का तेल और एक चम्मच लहसुन का अर्क। सीरम बनाने और इस्तेमाल करने का तरीका: एक कटोरे में सरसों का तेल और लहसुन का अर्क मिलाएं। अब इस मिश्रण को अपने सिर पर लगाएं और हल्के हाथों से मालिश करें। 30 मिनट बाद अपने सिर को शैंपू से धो लें। लाभ: एलोवेरा रॉफल्प को हाइड्रेट करता है और बालों को मजबूत बनाता है, जबकि जैतून का तेल बालों को नमी प्रदान करता है।

लाभ: यह मेल खून के प्रवाह को बढ़ाता है, जिससे बालों का झड़ना कम होता है।

नारियल तेल और नींबू का रस

सामग्री: एक बड़ी चम्मच एलोवेरा जैल और एक छोटी चम्मच जैतून का तेल सीरम बनाने और इस्तेमाल करने का तरीका: एक कटोरे में एलोवेरा जैल और जैतून का तेल मिलाएं। अब इस मिश्रण को अपने सिर पर लगाएं और हल्के हाथों से मालिश करें। 30 मिनट बाद अपने सिर को शैंपू से धो लें। लाभ: एलोवेरा रॉफल्प को हाइड्रेट करता है और बालों को मजबूत बनाता है, जबकि जैतून का तेल बालों को नमी प्रदान करता है।

नारियल तेल और नींबू का रस

सामग्री: दो बड़ी चम्मच एलोवेरा जैल और एक छोटी चम्मच जैतून का तेल सीरम बनाने और इस्तेमाल करने का तरीका: एक कटोरे में एलोवेरा जैल और जैतून का तेल मिलाएं। अब इस मिश्रण को अपने सिर पर लगाएं और हल्के हाथों से मालिश करें। 30 मिनट बाद अपने सिर को शैंपू से धो लें। लाभ: एलोवेरा रॉफल्प को हाइड्रेट करता है और बालों को मजबूत बनाता है, जबकि जैतून का तेल बालों को नमी प्रदान करता है।

नारियल तेल और नींबू का रस

सामग्री: दो बड़ी चम्मच एलोवेरा जैल और एक छोटी चम्मच जैतून का तेल सीरम बनाने और इस्तेमाल करने का तरीका: एक कटोरे में एलोवेरा जैल और जैतून का तेल मिलाएं। अब इस मिश्रण को अपने सिर पर लगाएं और हल्के हाथों से मालिश करें। 30 मिनट बाद अपने सिर को शैंपू से धो लें। लाभ: एलोवेरा रॉफल्प को हाइड्रेट करता है और बालों को मजबूत बनाता है, जबकि जैतून का तेल बालों को नमी प्रदान करता है।

नारियल तेल और नींबू का रस

सामग्री: दो बड़ी चम्मच एलोवेरा जैल और एक छोटी चम्मच जैतून का तेल सीरम बनाने और इस्तेमाल करने का तरीका: एक कटोरे में एलोवेरा जैल और जैतून का तेल मिलाएं। अब इस मिश्रण को अपने सिर पर लगाएं और हल्के हाथों से मालिश करें। 30 मिनट बाद अपने सिर को शैंपू से धो लें। लाभ: एलोवेरा रॉफल्प को हाइड्रेट करता है और बालों को मजबूत बनाता है, जबकि जैतून का तेल बालों को नमी प्रदान करता है।

नारियल तेल और नींबू का रस

सामग्री: दो बड़ी चम्मच एलोवेरा जैल और एक छोटी चम्मच जैतून का तेल सीरम बनाने और इस्तेमाल करने का तरीका: एक कटोरे में एलोवेरा जैल और जैतून का तेल मिलाएं। अब इस मिश्रण को अपने सिर पर लगाएं और हल्के हाथों से मालिश करें। 30 मिनट बाद अपने सिर को शैंपू से धो लें। लाभ: एलोवेरा रॉफल्प को हाइड्रेट करता है और बालों को मजबूत बनाता है, जबकि जैतून का तेल बालों को नमी प्रदान करता है।

नारियल तेल और नींबू का रस

सामग्री: दो बड़ी चम्मच एलोवेरा जैल और एक छोटी चम्मच जैतून का तेल सीरम बनाने और इस्तेमाल करने का तरीका: एक कटोरे में एलोवेरा जैल और जैतून का तेल मिलाएं। अब इस मिश्रण को अपने सिर पर लगाएं और हल्के हाथों से मालिश करें। 30 मिनट बाद अपने सिर को शैंपू से धो लें। लाभ: एलोवेरा रॉफल्प को हाइड्रेट करता है और बालों को मजबूत बनाता है, जबकि जैतून का तेल बालों को नमी प्रदान करता है।

नारियल तेल और नींबू का रस

सामग्री: दो बड़ी चम्मच एलोवेरा जैल और एक छोटी चम्मच जैतून का तेल सीरम बनाने और इस्तेमाल करने का तरीका: एक कटोरे में एलोवेरा जैल और जैतून का तेल मिलाएं। अब इस मिश्रण को अपने सिर पर लगाएं और हल्के हाथों से मालिश करें। 30 मिनट बाद अपने सिर को शैंपू से धो लें। लाभ: एलोवेरा रॉफल्प को हाइड्रेट करता है और बालों को मजबूत बनाता है, जबकि जैतून का तेल बालों को नमी प्रदान करता है।

नारियल तेल और नींबू का रस

सामग्री: दो बड़ी चम्मच एलोवेरा जैल और एक छोटी चम्मच जैतून का तेल सीरम बनाने और इस्तेमाल करने का तरीका: एक कटोरे में एलोवेरा जैल और जैतून का तेल मिलाएं। अब इस मिश्रण को अपने सिर पर लगाएं और हल्के हाथों से मालिश करें। 30 मिनट बाद अपने सिर को शैंपू से धो लें। लाभ: एलोवेरा रॉफल्प को हाइड्रेट करता है और बालों को मजबूत बनात

