

BRIEF NEWS

वॉकआउट फुटबॉल

द्रूनमेट आयोजित



ROURKELA : रातड़ेकोला के

सेक्टर 6 ग्रास गार्डन में लाजरस

लकड़ा मैमोरियल का समारोह समरोह

हुआ। इस टूर्नामेंट का आयोजन

फ्रेंड्स क्लब द्वारा किया गया।

सुंदरगढ़ के सांसद जुएल ओरम

मुख्य अतिथि के रूप में और

सामाजिक कार्यक्रम अमिताभ सामल

और बिमल विसी राधाकृष्णन

के रूप में अतिथि थे।

अतिथि के रूप में रोहिंत ताती

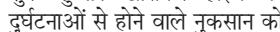
और पुरुषोत्तम ताती भी शामिल

हुए।

हेलमेट चेकिंग फिर से

शुरू, 20 बाइक चालकों

से वसूला गया जुर्माना



ROURKELA : विरमित्रपुर में

हेलमेट चेकिंग सेमेवार के फिर से

शुरू हुआ। खासकर हाइवे पर

दृष्टिकोण से होने वाले नुकसान का

राजने के लिए विरमित्रपुर पुलिस

द्वारा हज जान किया जा रहा है। आने

वाले दिनों में हेलमेट के साथ वाहन

के कागजात की भी जांच किया

जायगा। पहले दिन 143 राश्ट्रीय

राजमार्गों में जांच की रही और मोर

वाहन उनको का उल्लंघन करने पर

20 बाइक चालकों पर जुर्माना

लगाया गया। जैसे-जैसे चुनाव

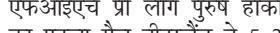
नजदीक आ रहे हैं। बताया गया है

कि इस तरह का जांच को आगे और

सख्त कर दिया जाएगा।

नीदरलैंड ने ऑस्ट्रेलिया

को 5-3 से हराया



ROURKELA : विरसा मुंडा हॉकी

स्टेडियम में सोमवार को

एफआईचंग प्रो लीग पुरुष हॉकी

का पहला मैच नीदरलैंड ने 5-3

गोल से जीत लिया। नीदरलैंड ने

3 फॉल्ड गोल और दो मेल्टी

कॉर्नर को परिवर्तित करके 5 गोल

किए, जबकि ऑस्ट्रेलिया

ने 2 फॉल्ड गोल और एक मेल्टी

कॉर्नर को परिवर्तित करके निर्धारित

समय में केवल 3 गोल किए।

स्विस्ति सहित्य संसद का

वार्षिक उत्सव



ROURKELA : रातड़ेकोला स्पैश्टि

साहित्य संसद का 43वां वार्षिक

काव्य महोत्सव बीरमित्रपुर में

आयोजित किया गया है। इसका

आयोजन उड़िया भाषा की बढ़ावा देने

के लिए विरमित्रपुर जैसे उनरीय

क्षेत्रों में संठानों द्वारा किया गया था।

काव्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में

पूर्व उपाध्यक्ष जॉर्ज तिक्का शमिल

हुए। उड़िया की समस्याओं को सुना

औं। सरकार तथा अखबार

प्रचार-प्रसार के लिए इस तरह के

काव्यक्रम का आयोजन निर्तात

आवधारक है। काव्यक्रम में प्रदर्शन के

विभिन्न जिलों से आगे काव्यों और

शायरों ने भाषा लिया और कविता पाठ

किया। बीरमित्रपुर में उकल सम्मेलन

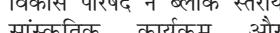
का एक शाश्वत काव्यालय खोलने का

कानिंग लिया गया।

ब्लॉक स्टरीय सांस्कृतिक

एवं वाद्ययंत्र, खेल सामग्री

वितरण कार्यक्रम आयोजित



ROURKELA : रातड़ेकोला स्पैश्टि

साहित्य संसद का 43वां वार्षिक

काव्य महोत्सव बीरमित्रपुर में

आयोजित किया गया है। इसका

आयोजन उड़िया भाषा की बढ़ावा

देने के लिए विरमित्रपुर जैसे

उनरीय

क्षेत्रों के लिए आगे

शायरों ने भाषा लिया और कविता

पाठ किया। आयोजन में उकल सम्मेलन

का एक शाश्वत काव्यालय खोलने का

नियन्त्रण किया गया।

ब्लॉक स्टरीय सांस्कृतिक

एवं वाद्ययंत्र, खेल सामग्री

वितरण कार्यक्रम आयोजित



टाटानगर रेलवे स्टेशन पर आयोजित समारोह में शामिल हुए राज्यपाल, बोले-विकास की दिशा में व्यापक प्रतिबद्धता को दर्शाता है अमृत भारत स्टेशन योजना

PHOTON NEWS JAMSHEDPUR :

राज्यपाल सीपी राधाकृष्णन ने

प्रधानमंत्री के प्रति आभार व्यक्त

करते हुए कहा कि अमृत भारत

स्टेशन योजना भारतीय रेलवे

नेटवर्क की दशकों और बुनियादी

दाँचे के विकास की दिशा में

व्यापक प्रतिबद्धता को दर्शाता है।

उन्होंने कहा कि भारतीय रेलवे

नेटवर्क विश्व स्तर पर सबसे बड़ी

और सबसे विकसित प्रणालियों में

से एक है, जो देशभर में लोगों एवं

वस्तुओं के आवागमन की दिशा में

एक महत्वपूर्ण भूमिका का निवहन

करता है।

राज्यपाल पूर्वी सिंहभूम

(जमशेदपुर) टाटानगर रेलवे

स्टेशन पर सोमवार को आयोजित

समारोह हो रहे हैं।



कार्यक्रम के तीनों दिनों के दूसरे दिन राज्यपाल द्वारा शामिल हुए।

राज



खु शबू का इतिहास कितना पुराना है ये तो नहीं कहा जा सकता लेकिन फूलों का वर्णन तो धर्मिक ग्रंथों में भी है। माँ लक्ष्मी कमल पर विराजती है तो भगवान ब्रह्म का प्रिय पुष्प ब्रह्म कमल को माना जाता है। ये अनुमान लागता जा सकता है कि जितना पुराना इतिहास फूलों का है उतना ही पुराना इतिहास सुधार का भी है। राजमहाराजाओं के काल से विभिन्न प्रकार के इत्सुधारिके उपयोग किए जाने के प्रमाण हैं। मुगल शासन में तो रानियां अपने स्थान के पानी में भी इतर या इसी तरह के

अर्ज, लेमन, कपूर, नेरोली, यांग-यांग, बर्गमोट। सामान्य त्वचा- पामारोज, गाजर, जिरेनियम, लेवेण्डर, कुसुम, चमेली, नेरोली, यांग-यांग, लोबान, चंदन, पैचौली। असामान्य त्वचा- जिरेनियम, लेवेण्डर, कुसुम, कपूर, यूकेलिप्टस थाइम गंधरस। संवेदी त्वचा- जिरेनियम, लेवेण्डर, कुसुम। स्कीन के लिए खूशबू फैशियल आइल्स सामान्य त्वचा- बैंजेनिन, गाजर, कुसुम, लोबान, सीप्रेस, जिरेनियम, चमेली, जूनिपर, लेवेण्डर, लेमन, मार्जीनम, आर्ज, पामारोज, पैचौली, पिपरान्ट, पेंटी ग्रैन, रोजेनरी, यांग-यांग। सूखी त्वचा- बैंजेनिन, गाजर, कुसुम।

खूबसूरत और महकती त्वचा

सुधारित चीजों का उपयोग करती थी। केसर, गुलाब, कंबड़ा, पामारोज, चमेली, चंदन तथा लोभान आदि सुधार न सिर्फ तरोताजी से भर देते हैं बल्कि इनके द्वारा रोगों का उपचार भी किया जाता था। इहीं प्राचीन उपचार पर्ददर्तीयों को आजकल फिर से अपनाया जा रहा है।

सूखी त्वचा- बैंजेनिन, पामारोज, पैचौली, गाजर, जिरेनियम, पेंटी ग्रैन, लेवेण्डर, कुसुम, गुलाब, चंदन। आइली स्कीन - लेवेण्डर,

जिरेनियम, हीसोप, लेमन, नेरोली, पामारोज, पैचौली, गुलाब, रोजेनरी, चंदन। शुष्क त्वचा- गाजर, जिरेनियम, लेवेण्डर। नम त्वचा- गाजर, सीप्रेस, जिरेनियम, हीसोप, लेवेण्डर, लेमन, पामारोज, पैचौली, गुलाब, चंदन। संवेदी त्वचा- गाजर, कुसुम, जिरेनियम, लेवेण्डर। असामान्य त्वचा- गाजर, कुसुम, लोबान, जिरेनियम, हीसोप, जूनिपर, लेवेण्डर, लेमन, पैचौली, पामारोज, चंदन।

प्रेग्नेंसी में रखें खाना पान का ध्यान

पर तुरंत डॉक्टर से संपर्क करें। इस दौरान जितना हो सजाव दूरी के सफर से बचना चाहिए।

बैंजीटेबल : आठ से नौ सप्ताह में शिशु वाँछ का विकास होता है, इसलिए इहें भोजन प्राथमिकता दें। इसमें पाए जाने वाले विटामिन ए और सी के साथ अन्य विटामिन्स, मिनरल्स और फाइबर कार्बोरिपेशन को दूर करने में मददगार हैं। विटामिन सी युक्त जैसे गोभी, ग्रीन बीन्स और टमाटर बैंडी कर्मिशियम एवं जॉर्बर कर में हेल्प करते हैं।

प्रेग्नेंसी में क्या खाएं, क्या ना खाएँ खान-पान पर दें विशेष ध्यान प्रेग्नेंसी के दौरान महिलाओं को विटामिन, प्रोटीन, दूध, फल, जूस का सेवन नियमित स्पै से करना चाहिए। ऐसे समय में फास्ट फूड, आइली, साइड्स फूट अबाइड करना चाहिए। इस दौरान फैलिक एसिड, डीएचए टेबलेट भी अनिवार्य स्पै से लेना चाहिए।

सावधानी जरूरी : अधिक उम्र में प्रेग्नेंसी में महिलाओं को विशेष सावधानी रखनी चाहिए। ऐसे समय में थाइराइड, ब्लडप्रेशर, शुगर का रोयलर चेकअप कराते रहें। बच्चे के डेवलपमेंट की जानकारी के लिए समय-समय पर सोनेग्राफी अवश्य कराएं। कोई भी समस्या आने

गर्भियों में त्वचा को दें राहत

गर्भियों के दौरान सफेद चंदन या चंदन चूर्ण को पानी में मिलाकर इस्तेमाल किया जा सकता है। यह एंटी बैक्टीरियल होता है जिससे त्वचा साफ-स्वच्छ और शीतल बनती है। इसी तरह नीम, तुलसी, गुलाब की पंखुड़ियों और चंदन (बराबर मात्रा में) में कच्चा दूध मिलाकर तैयार लेप का प्रयोग करने से त्वचा में उजलापन आता है और मुहासीन से भी राहत मिलती है। इस लेप को कम से कम एक घंटे तक लगाए रखें और फिर पानी से धो दें। इस उपचार से आपकी त्वचा मुलायम और नरम बनेगी। 10 ग्राम सूखे नीम के पत्तों और सात काली मिर्च का चूर्ण बनाकर मिलाएँ और इसमें पानी मिलाकर इसे छान लें। घर में तैयार इस टॉनिक के सेवन से त्वचा संबंधी कई विकारों से राहत मिलती है। एक सप्ताह तक इस नुस्खे को आजमाएँ और खुद ही फॉक देख लें।

पीरियड्स के दौरान कौन सी एक्सरसाइज करें

अ

कर सकियों को इस बात का भ्रम होता है कि पीरियड्स के दौरान होने वाली समस्याओं से बचने के लिए ज्यादा काम या एक्सरसाइज नहीं करनी चाहिए। सिर्फ बेड रेस्ट करना चाहिए। ऐसा आपने अक्सर बड़ी उम्र की गिरियों से सुना होगा कि उन दिनों में एक्सरसाइज जरूर करना नुकसानदेह होता है। जबकि ऐसा सोचना गलत है, पीरियड्स के दौरान एक्सरसाइज जरूर करने से न सिर्फ आपकी बॉडी शेप में रहती है। बल्कि उस दौरान होने वाले दर्द (बैंक पेन और एड्डमिनिल क्रैम्प्स) से भी छुटकारा मिलता है।

एक्सरसाइज मेटाबोलिज्म को मजबूत करती है और आपको एनर्जी प्रदान करती है। यह आपके उन दिनों के लिए बहुत ही जरूरी है, क्योंकि तब आपको अतिरिक्त शक्ति और ऊर्जा की जरूरत होती है। एक्सरसाइज करने से एंड्रोट्रांस्फर बाहर निकालती है।

जरूरत होती है। एक्सरसाइज जरूर करने से एंड्रोट्रांस्फर बाहर निकालती है।

एक्सरसाइज से हमारे शरीर में एक प्रकार का नैचुरल पैरेकिल विकसित होता है जो पीरियड्स के दौरान होने वाले दर्द और मूड के बदलाव को ठीक करने में मदद करता है। यहां तक कि वर्कआउट से पेट की सूजन भी कम होती है। यहां हम आपको कुछ ऐसी एक्सरसाइज के बारे में बता रहे हैं जिन्हें आप पीरियड्स के दिनों में आसानी से कर सकती हैं। हालांकि जो युवतियां शुरू से लगातर एरोबिक्स करती रही हैं उन्हें उन दिनों में किसी प्रकार की मनाही नहीं होती। बस एक बात का ध्यान रखना महत्वपूर्ण है कि लोवर बॉडी पार्ट की एक्सरसाइज न की जाए।

1. आप आप कार्डियोवैसकूलर एक्टीविटी करना चाहीए हैं तो बेहतर होगा कि आप जरूर से ज्यादा मूवमेंट करने के लिए जाता है, ऐसे में हल्की-फुलकी एरोबिक्स करने से मूड भी अच्छा होगा।

जैसे जपिंग, रनिंग या किंकिंग हाई न करें।

दरअसल, उन दिनों सहनशक्ति का स्तर कम हो जाता है, ऐसे में हल्की-फुलकी एरोबिक्स करने से मूड भी अच्छा होगा।

और आपको एनर्जी भी मिलेगी।

लेकिन बहुत ही नियंत्रित और

संतुलित मूवमेंट अपनाएँ जिसमें आपके आर्म्स और अपर बॉडी की एक्सरसाइज हो।

2. कार्डियोवैसकूलर की सबसे अच्छी एक्सरसाइज है 30-40 मिनट टहलना।

ब्रिस्क तथा वॉक करने से ज्यादा तेज़ करते हैं तो यूट्स की

बाहर की लाइनिंग जो पीरियड्स के दौरान

बहुत संवेदनशील हो जाती है, उस पर बहुत दबाव पड़ सकता है। इस कारण पीरियड्स का

फलो ज्यादा हो सकता है या फिर बिलकुल ही बंद हो सकता है

अॉरेंज, लेमन, कपूर, नेरोली, यांग-यांग, बर्गमोट।

सामान्य त्वचा- पामारोज, गाजर, जिरेनियम, लेवेण्डर, कुसुम, चमेली, नेरोली, यांग-यांग, लोबान, चंदन, पैचौली।

असामान्य त्वचा- जिरेनियम, लेवेण्डर, कुसुम, कपूर, यूकेलिप्टस थाइम गंधरस।

संवेदी त्वचा- जिरेनियम, लेवेण्डर, कुसुम।

सूखी त्वचा- बैंजेनिन, गाजर, कुसुम।

खबू का इतिहास कितना पुराना है ये तो नहीं कहा जा सकता लेकिन फूलों का वर्णन तो धर्मिक

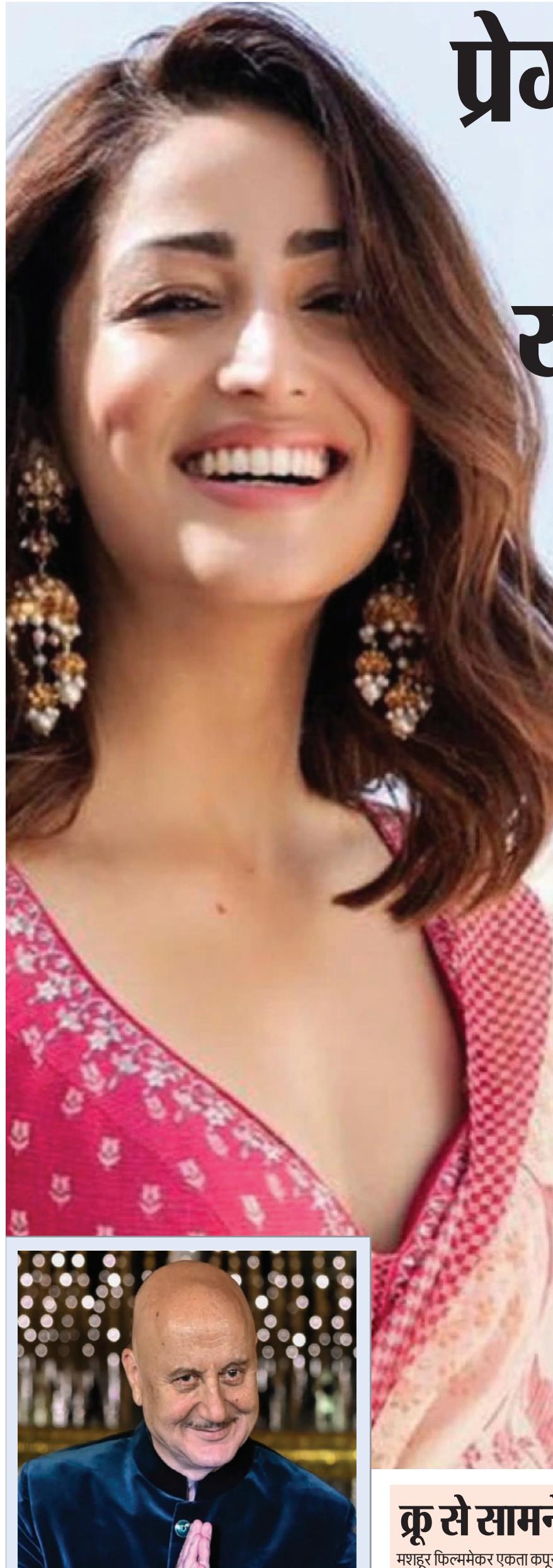
ग्रंथों में भी है। माँ लक्ष्मी कमल पर विराजती है तो भगवान ब्रह्म का प्रिय पुष्प ब्रह्म कमल को माना जाता है। ये अनुमान लागता जा सकता है कि जितना पुराना इतिहास फूलों का है उतना ही पुराना इतिहास सुधार का भी है। राजमहाराजाओं के काल से विभिन्न प्रकार के इत्सुधारिके उपयोग किए जाने के प्रमाण हैं। मुगल शासन में तो रानियां अपने स्थान के पानी में भी इतर या इसी तरह के

इसलिए ब्रिस्क वॉक की जगह हमें नॉर्मल वॉक करना चाहिए।

3. कोशिश करें कि सीधे ज्यान पर न बैठकर वज्रासन लगाकर बैठें ताकि आपके यूट्स और ओवरी को कोई हानि न पहुंचे और साथ-साथ उनकी टोनिंग भी हो पाए।

4. इस दौरान ठंडी चीजें जैसे कोल्ड ड्रिंक्स वॉर्हैट कम से कम लें। ठंडी चीजें खाने से ओवरी पर सूजन आने की संभावना रहती है।

5. योग में नौकासन, हलासन बिलकुल न करें। योगुख आसन या पिनर धनुरासन कर सकती हैं। इस दौरान प्राणायाम बहुत उपयोगी रहेंगे। प्राणायाम में अनुलोप-विलोप, शीताली, शित



**हर किसी को विरोध
करने का अधिकार है
लेकिन...**

अनुभवी अभिनेता अनुपम खेर का मानना है कि कलाकारों को कार्यकर्ता के रूप में काम नहीं करना चाहिए। प्रदर्शनों और रैलियों का नकारात्मक प्रभाव उनकी अगली फिल्म कागज 2 का विषय है। वीके प्रकाश द्वारा निर्देशित, यह फिल्म विरोध प्रदर्शनों और रैलियों के कारण आम व्यक्तियों की कठिनाइयों को उजागर करती है।

खेर ने एक साक्षात्कार में बताया अभिनेताओं और मनोरंजनकर्ताओं को योद्धा नहीं माना जाता है। व्यक्तिगत क्षमता में, मैंने उस चीज़ के बारे में आवाज़ उठाई है जिसने मुझे परेशान किया है और उसके परिणाम भी भुगते हैं। मैं कई लोगों के बीच अलोकप्रिय हो गया लेकिन इससे कोई फर्क नहीं पड़ता। दिन के अंत में, मुझे अपने विचारों के साथ शांति से सोना है।

2011 में इंडिया अग्रेस्ट कराशन आंदोलन में भाग लेने वाले अभिनेता ने कहा कि मुझे को हल करने का आदर्श तरीका खबातचीतक है। उन्होंने कहा 'हम एक स्वतंत्र देश में हैं, (महात्मा) गांधी जी द्वारा किए

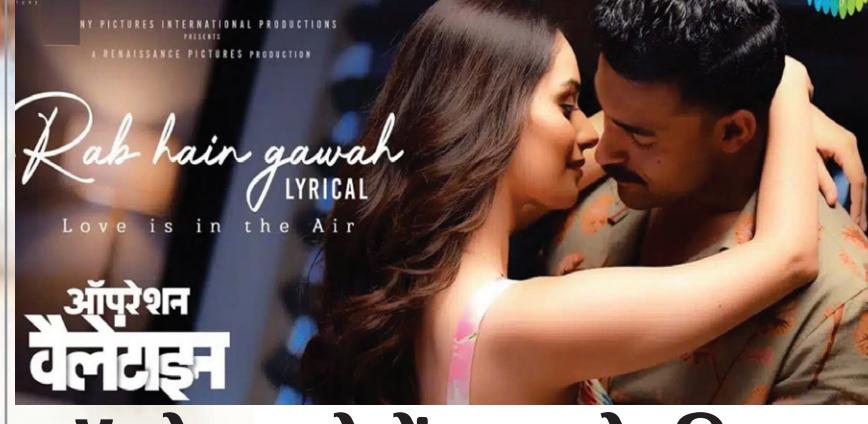
उंहाना कहा है कि त्यारी पर दरा नहीं (भोजना)। यापा जो क्षत्रिय के गए 'आंदोलन' के लिए धन्यवाद। हम भारत छोड़ो आंदोलन, असहयोग आंदोलन का परिणाम हैं, लेकिन भारत के लोग एक साथ थे, यह कुछ ऐसा नहीं था जो सिर्फ हो आपकी (कुछ लोगों की) मदद कर रहा हूँ, दूसरों की नहीं।'

दिल्ली एनसीआर की सीमा पर चल रहे किसानों के विरोध प्रदर्शन के बारे में बात करते हुए, अभिनेता ने कहा, हर किसी को घूमने की स्वतंत्रता, अभिव्यक्ति की स्वतंत्रता का अधिकार है, लेकिन अन्य लोगों की असुविधा का नहीं। यह हमारे देश में वर्तमान परिदृश्य है, विरोध, सिर्फ इसलिए कि इसे किसान विरोध कहा जाता है, मुझे नहीं लगता कि पूरे देश के किसानों को ऐसा लगता है, किसान अन्नदाता है। हमें यह कहकर रक्षात्मक महसूस कराया जाता है कि हम अन्नदाता के बारे में बात कर रहे हैं...मुझे लगता है कि जो लोग कर चुकाते हैं वे भी देश के विकास में योगदान दे रहे हैं। मुझे लगता है कि आम लोगों की जिंदगी को दयनीय बनाना ठीक नहीं है।'

प्रैरनेंसी गलो साफ देखने को मिला यामी के चेहरे पर

बालीवुद एकट्रेस यामी गौतम की फिल्म आर्टिकल 370 सिनेमाघरों में रिलीज हो गई। इससे पहले मुंबई में फिल्म की स्पेशल स्क्रीनिंग रखी गई। इसमें फिल्म की पूरी टीम एक साथ दिखी। इसके अलावा फिल्म इंडस्ट्री से जुड़ी और कई हस्तियां नजर आईं। ये तस्वीरें सोशल मीडिया पर वायरल हो रही हैं। यह फिल्म काफी समय से सुर्खियां बढ़ाव रही है। नेशनल अवार्ड विनर डायरेक्टर आदित्य सुहास जांभले की इस फिल्म में यामी के साथ अरुण गोविल, किरण करमरकर, प्रियामणि, दिव्या सेठ शाह, राज अर्जन और खावर अली भी हैं। स्क्रीनिंग के दौरान यामी पति फिल्ममेकर आदित्य धर के साथ पहुंची। यामी ने रेड कलर का सूट पहना था। साथ ही उन्होंने बालों को खुला छोड़ा और इयरिंग केरी किए हुए थे। उनके चेहरे पर

प्रेरणेंसी ग्लो साफ देखने को मिला। वे अपने बैबी बंप को पलाँन्ट कर रही थीं। आदित्य ने लैक आउटफिट चुना। यामी और आदित्य ने पिछले दिनों फिल्म के ट्रेलर रिलीज पर बताया था कि वे जल्द ही बच्चे का स्वागत करने वाले हैं। स्क्रीनिंग में अरुण गोविल पत्नी श्रीलेखा के साथ पहुंचे। अरुण ने लैक टी-शर्ट, ड्वाइट ठैकेट और लैक पैंट केरी की थी। इस मौके पर एकटर मनोज जोशी, मृणाल ठाकुर, आदिपुरुष के डायरेक्टर ओम राउत, विक्की कौशल के भाई सनी व पिता शाम कौशल, अर्जन बाजवा सहित और भी कई स्टार दिखे। बता दें कि उरी-द सर्जिकल स्ट्राइक के बाद आर्टिकल 370 आदित्य और यामी के बीच दूसरा सहयोग है। फिल्म आर्टिकल 370 को निरस्त करने की पृष्ठभूमि पर आधारित है, जिसने जम्मू और कश्मीर को एक विशेष दर्जा दिया था।



ऑपरेशन वेलेंटाइन के लिए एकट्रेस ने की विशेष तैयारी

बालीवुड एक्टर वरुण तेज और मानुषी छिल्लर अभिनीत फिल्म ऑपरेशन वैलेंटाइन के बारे में मानुषी छिल्लर कहती हैं, ऑपरेशन वैलेंटाइन के लिए मेरी तैयारी में वायु सेना की संरचना को समझने, एक रडार अधिकारी को क्या करना चाहिए, यह समझने, बड़ी लैंगेज जैसी बुनियादी चीजें शामिल थीं। आपकी आवाज की तान और एक निश्चित कमांड कैसे देनी है। ये कुछ चीजें हैं जिन पर मुझे काम करना था। सोनी पिक्चर्स इंटरनेशनल प्रोडक्शन्स, एक स्टूडियो जिसने मेजर जैसी देशभक्तिपूर्ण फिल्मों का भी समर्थन किया है, ने सुनिश्चित किया कि पूरी शूटिंग के दौरान फिल्म के सेट पर कोई था, जिससे चरित्र में प्रामाणिकता और स्टीकिंग सुनिश्चित हो सके। सोनाभाग्य से, हमारे पास सेट पर भारतीय वायु सेना टीम से कोई था। इसलिए, जब भी हमें किसी अतिरिक्त जानकारी की आवश्यकता होती थी या जहां भी मैं इस बात से दूर जा रहा होता था कि एक सामान्य रडार अधिकारी एक निश्चित काम कैसे करेगा, तो सेट पर मुझे हमेशा मार्गदर्शन मिलता था। इसलिए, यह बहुत सारी बुनियादी बातें सीख रहा था। यह सिर्फ यह नहीं सीख रहा था कि एक रडार अधिकारी को कैसे चित्रित किया जाए, बल्कि यह भी सीख रहा था कि वायु सेना में क्या होता है, या निकासी जैसे बुनियादी शब्द और किस प्रकार के विमान उड़ रहे हैं। तो, वह सब समझना एक पूरी तरह से नई दुनिया थी। मैं एक डीआरडीओ की बच्ची हूं, तो जाहिर है, मैं चीजों को सतह से जानती हूं, लेकिन यह मैं इसकी गहराई में जा रही थी, वह आगे कहती हैं। बता दें कि वरुण तेज और मानुषी छिल्लर अभिनीत फिल्म ऑपरेशन वैलेंटाइन के रिलीज होने में कुछ ही दिन बचे हैं। जिसके चलते एव्ट्रेस ने एक रडार अधिकारी की भूमिका निभाने की प्रक्रिया के बारे में एक दिलचस्प जानकारी दी।



डेट पर बिल पे करने वाली लड़कियां बेवकूफ़ : जया बच्चन

अपनी नातिन नव्या नवेली नंदा के पॉडकास्ट शो के लेटेस्ट एपिसोड में एकट्रेस और पॉलिटिशियन जया बच्चन ने कहा कि जो महिलाएं और लड़कियां डेट पर जाती हैं और फिर बिल स्प्लिट करती हैं, वे बेवकूफ हैं। पुरुषों को ही बिल भरना चाहिए। दरअसल नव्या ने पहले फेमिनिज्म पर बात करते हुए कहा कि महिलाएं अब ज्यादा सशक्त महसूस कर रही हैं। बहुत सी चीजें वो स्वतंत्र रूप से करना चाहती हैं। इसके बाद नव्या ने उदाहरण दिया कि अगर आप किसी लड़की को डेट पर ले जाते हैं और कहते हैं कि आप बिल भरेंगे, तो कुछ लड़कियां इससे नाराज हो जाती हैं, क्योंकि महिलाओं को लगता है कि वो भी समान रूप से इसकी हकदार हैं। नव्या की बात को बीच में ही काटते हुए जया ने कहा कि वो महिलाएं बेवकूफ हैं, जो ऐसा करती हैं उन्होंने कहा कि कितनी बेवकूफ हैं बिल स्प्लिट करने को कहने वाली महिलाएं बल्कि पुरुषों को ही शौश्यिंग और रेस्तरां का बिल भरने देना चाहिए। इस दौरान जेंडर स्टीरियोटाइप वाले मुद्दे पर अपनी बात रखते हुए जया ने बताया कि वह आर्मी ज्याइन करना चाहती थीं, लेकिन उस समय महिलाओं को भर्ती नहीं किया जाता था। महिलाओं को सिर्फ बौतर नरस ही रखा जाता था। यह बताते हुए जया के घेहरे पर निराशा दिखी। बता दें कि अमिताभ बच्चन की पत्नी एकट्रेस और पॉलिटिशियन जया बच्चन बेबाकी के लिए जानी जाती हैं। जया इन दिनों अपनी नातिन नव्या नवेली नंदा के पॉडकास्ट शो के चलते सुर्खियों में हैं। वह इस दौरान दिल खोलकर बोलती नजर आती हैं।



सामने आया नेहां के पॉडकास्ट शो का प्रोमो

बालीवुड एक्ट्रेस नेहा धूपिया के पॉडकार्स्ट शो का प्रोमो सामने आ चुका है। शो में बालीवुड एक्टर शाहिद कपूर हंसी मजाक करते हुए बॉलीवुड की कुछ ऐसी बातों का जिक्र करेंगे जो दर्शकों को पता नहीं होंगी। इस दौरान शाहिद ने खेलासा किया कि उन्हें रंग दे बसंती फिल्म की पेशकश की गई थी। शाहिद ने कहा कि अमिर खान की रंग दे बसंती वह फिल्म थी, जो पहले मुझ ॲफर की गई थी। उस वक्त मेरे पास ढेर सारी फिल्में थीं इसलिए मैंने वह भी नहीं की। बाद में फिल्म देखने के बाद मुझे अफसोस हुआ कि मैंने रंग दे बसंती क्यों नहीं की। उल्लेखनीय है कि रंग दे बसंती साल 2006 में सिनेमाघरों में रिलीज हुई थी और इसे दर्शकों का खूब प्यार मिला। फिल्म के डायरेक्टर राकेश ओमप्रकाश मेहरा थे। जब शाहिद से पूछा गया कि अगर उन्हें 'कबीर सिंह' की भूमिका दोबारा निभाने का मौका मिले तो क्या वह कुछ बदलाव करेंगे? शाहिद ने कहा कि अगर ऐसा कुछ होता है तो मैं कुछ भी नहीं बदलूँगा। मेरी भूमिका व काम किरदार निभाना था, इसके लिए लोगों को प्रेरित करना नहीं। आपको 'कबीर' पसंद नहीं, तो भी बढ़िया और है तो भी बढ़िया वयोंकि मैं यहां आपको कोई किरदार पसंद करने के लिए मनाने नहीं आया। मैं फिल्म में किरदार निभाने के लिए था। सिनेमा को ऐसा ही होना चाहिए। बता दें कि नेहा धूपिया इन दिनों अपने पॉडकार्स्ट शो को लेकर खासी चर्चाओं में है।



सनी लियोन की स्प्लिट्सविला फाइव के होस्ट के रूप में वापरी

अभिनेत्री सनी लियोन उन मशहूर हस्तियों में से एक हैं जो टेलीविजन के साथ-साथ फ़िल्म उद्योग में भी अपने लिए जगह बनाने में सफल रही हैं।

जबकि दर्शक उहें ऑन-स्क्रीन पसंद करते हैं। वह सबसे प्रसिद्ध भारतीय डेटिंग शो, स्प्लॉट्सविला में एक होस्ट के रूप में लोकप्रिय हो गई है। अब, अभिनेत्री शो के नए सीजन की होस्ट के रूप में वापसी करने के लिए पूरी तरह तैयार है, जिसे अस्थायी रूप से स्प्लॉट्सविला एक्स5 नाम दिया गया है। सनी, जिन्होंने सलमान खान द्वारा होस्ट किए गए थे और उन्हें बहुत लोकप्रिय हो गया था।

जाने वाले शो बिंग बॉस के कई सीजन में भाग लिया है और अतिथि के रूप में दिखाई दी हैं, निश्चित रूप से स्प्लिटसविला एक्स-5 में कुछ आकर्षण, लालित्य और ओम्फ फैक्टर लाएँगी। इसके पहले अजुन बिजलानी, निखिल चिनपा और राणविजय सिंह के रूप में इस शो को ऐसे अभिनेताओं द्वारा सह-होस्ट किया गया था। अन्य रियलिटी शो होस्टों के विपरीत, सनी को प्रतियोगियों के साथ शांत, संयुक्त और मैत्रीपूर्ण व्यवहार करते देखा गया है। दर्शकों ने अक्सर उन्हें अपने सह-मेजबानों के साथ एक अद्भुत बंधन साझा करते हुए भी देखा है। निखिल चिनपा ने सनी के साथ काम करने के बारे में बात करते हुए बताया कि अभिनेत्री कैसे सुपर प्रोफेशनल हैं और नकली नहीं हैं। उन्होंने बताया कि कैसे सनी सेट पर दो मिनट लेट होने पर भी लोगों से माफी मांगती हैं।

हैं जहाँ पिछले सीजन में अजून बिजलानी ने शो की मेजबानी की थी,
वहीं तनुज विरवानी को आगामी सीजन में सभी लियोन के साथ
रियलिटी शो की सह-मेजबानी के लिए संपर्क किया गया है। यह देखना
रोमांचक होगा कि तनुज और सभी की जोड़ी शो, प्रतियोगियों और
दर्शकों के लिए कैसा काम करेगा।