















दिन में यदि थकान रहती हैं तो... इन वजहों पर करें गौर

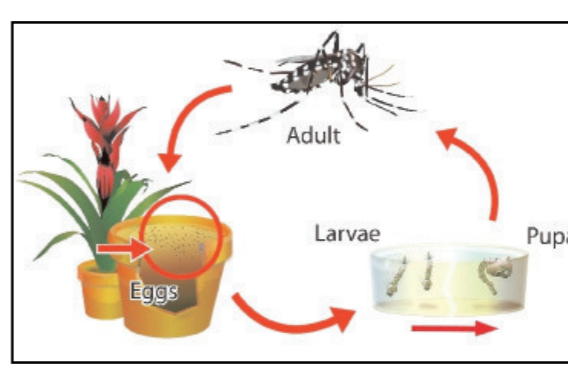


क्या हर समय जम्हाई लेना, सोना और आलस करना आपकी हॉबी में शुमार हो चुका है? लगता है आप हमेशा थके रहने वाले लोगों में शामिल हो चुके हैं...

बच्चों को ऐसे बचाएं डेंगू से ध्यान रखने योग्य बातें

ये तो आप जानते ही हैं डेंगू एंडिस इजिप्टी मच्छर के काटने से होने वाला वायरल इंफेक्शन है। इस इंफेक्शन के शरीर में फैलने से फीवर होने लगता है और शरीर पर लाल चकते पड़ने लगते हैं।

एशियाई और लैटिन अमेरिकी देशों में बच्चों को इंफेक्शन पर डेंगू वायरल हो रहा है। बेशक अभी डेंगू का कोई ठोस इलाज मौजूद नहीं है लेकिन सही समय पर इसका इलाज और इससे बचाव ही एकमात्र उपाय है।



दरअसल बच्चे बेहद संवेदनशील होते हैं, ऐसे में बच्चों को डेंगू से बचाने के लिए बच्चों की एकटा केयर करना बेहद जरूरी है।

सोने का अनुचित समय : रात की नींद ठीक तरह से पूरी करनी चाहिए। आपको छह से सात घंटे तक बिना डिस्टर्ब हुए सोना चाहिए।

दिनभर फ्रेश रहने के लिए क्या करें : अगर दिन में बहुत नींद आ रही है तो आधे घंटे की झपकी ले सकते हैं।

कॉफी न पिएं, तनाव से दूर रहें = अवसाद, क्रोध आदि जैसी चीजें नींद के पैटर्न पर बहुत प्रभाव डालती हैं।



शारीरिक नकारात्मक फोर्स : कई लोग शुरू से ही आलसी होते हैं और उनके जीवन का नजरिया हमेशा ही नकारात्मक होता है।

अच्छी तरह सोने के लिए क्या करें : अपने कमरे की खिड़कियां और दरवाजे हमेशा खुले रखें, जिससे फ्रेश हवा और रोशनी आए।

घर के आसपास पानी जमा न होने दें क्योंकि डेंगू का मच्छर साफ पानी में पनपता है। बच्चों को पूरी बाजू के कपड़े पहनाकर रखें। साथ ही ट्राउजर भी ऐसे पहनाएं जिससे बच्चे के पैर पूरी तरह ढके रहें।

एयरकंडीशन होने से भी मच्छर नहीं आते : बच्चे को डेंगू प्रभावित जगहों पर न लेकर जाएं। बच्चे को गंदगी वाली जगहों से दूर रखें यदि बच्चे को कहीं बाहर डस्ट में लेकर भी जा रहे हैं तो फेसमास्क पहनाएं।

टाइम पास

आज का राशिफल
मेष: मेल-मिलाप से काम बनाने को कोशिश लाभ देगी।
मिथुन: मेहमानों का आगमन होगा।
सिंह: मांजी नु मे मो टा टी डू टे

लॉफिंग ज़ोन
चार व्यक्तियों को अदालत में पेश किया गया। इल्जाम था कि वे पार्क में बैठे जुआ खेल रहे थे।
दूध वाला - बीबी जी, कल से दूध पचास पैसे महंगा हो जायेगा।

काकुरो पहेली - 4088
खाली वर्गों में 1 से 9 तक के अंक लिखकर नीचे से ऊपर व दाएं से बाएं की जोड़ हल्के रंग के आधे वर्ग की संख्या से मेल खानी चाहिए...

फिल्म वर्ग पहेली-4088
ऊपर से नीचे:-
1. बंधा ये विदास है गीत वाली फिल्म-2
2. विकास भद्र, काजोल की फिल्म-3

संज्ञा
संज्ञा
संज्ञा
संज्ञा

सूडोकू -4088
प्रत्येक पंक्ति में 1 से 9 तक के अंक परे जाने आवश्यक हैं।
प्रत्येक आड़ी और खड़ी पंक्ति में एवं 3x3 के वर्ग में किसी भी अंक की पुनरावृत्ति न हो इसका विशेष ध्यान रखें।

शब्द पहेली -4088
बाएं से दाएं
1. बलगम-2
2. धर्म आदेश-3
3. ज्ञाप, मंत्र पाठ-2

शब्द पहेली -4088
बाएं से दाएं
1. बलगम-2
2. धर्म आदेश-3
3. ज्ञाप, मंत्र पाठ-2

शब्द पहेली 4087 का हल
य ती य खान म हा को र
क ली म ना ह क र स
ह ना न से स र मा आ

शब्द पहेली 4087 का हल
य ती य खान म हा को र
क ली म ना ह क र स
ह ना न से स र मा आ









# कियारा आडवाणी

## के एटीट्यूड को लेकर एयरहोस्टेस का इंटरनेट पर वीडियो हुआ वायरल, देखते ही यूजर्स बोले- हर किसी का...

बॉलीवुड एक्ट्रेस कियारा आडवाणी (Kiara Advani) इंडस्ट्री की टॉप एक्ट्रेसज में से एक हैं। एक्ट्रेस को आखिरी बार फिल्म कार्तिक आर्यन के साथ फिल्म सत्यप्रेम की कथा में देखा गया था। जो साल 2023 में रिलीज हुई थी दर्शकों ने इस फिल्म को काफी पसंद किया था। वहीं अब वह साउथ के सुपरस्टार राम चरण के साथ नजर आने वाली हैं, लेकिन फिल्म से पहले एक्ट्रेस को लेकर सोशल मीडिया पर एक वीडियो वायरल हो रहा है, जिसमें कहा जा रहा है कि कियारा एक एटीट्यूड एक्ट्रेस है। आइए जाने क्या है ये पूरा मामला।



**क्या एटीट्यूड वाली है कियारा आडवाणी ?**

कियारा आडवाणी अक्सर फ्लाइट में ट्रेवल करती रहती हैं। इस दौरान वह कई क्रू मेंबर्स से भी मिलती हैं। वहीं अब एक एयर होस्टेस का वीडियो वायरल हो रहा है, जिसमें वह कियारा को एटीट्यूड वाली एक्ट्रेस बता रही हैं। हिंदुस्तान टाइम्स की रिपोर्ट के मुताबिक, एक यूट्यूब चैनल के साथ हाल ही में एक इंटरव्यू में एक केबिन क्रू ने खुलासा किया कि उनका और उनके सहयोगियों का एक्ट्रेस कियारा के साथ अच्छा अनुभव नहीं था। वह बहुत अधिक एटीट्यूड रखती हैं। क्रू मेंबर ने कियारा को लेकर कही ये बात

सोशल मीडिया पर वीडियो भी वायरल

हो रहा है, जिसमें क्रू मेंबर बोलती नजर आ रही है कि, जब मेरे साथियों ने कियारा को काजू और बादाम दिए तो उन्होंने बहुत ही बेरहमी से इनकार कर दिया और उनसे अपने असिस्टेंट को बुलाने के लिए कहा ताकि वो उन्हें काजू दे सकें।

**जाह्नवी-अनन्या की तारीफ की**

इस इंटरव्यू में केबिन क्रू मेंबर ने कहा कि जान्हवी कपूर और अनन्या पांडे बहुत अच्छी हैं। जाह्नवी संग एक किस्सा शेयर करते हुए कहा है कि, जब क्रू ने उन्हें नौद से उठाया तो उन्होंने बिलकुल भी गुस्सा नहीं किया आया था।

**गेम चेंजर समेत इन फिल्मों में दिखाई देंगी कियारा**

कियारा आडवाणी के वर्कफ्रंट की बात करें तो जल्द राम चरण के साथ गेम चेंजर में नजर आएंगी। इसके अलावा रणवीर सिंह के साथ डॉन 3 में भी नजर आएंगी।



## जहां हुई 'पंचायत 3'- 'लापता लेडीज' की शूटिंग, कार्तिक आर्यन-तृप्ति डिमरी की ये बड़ी फिल्म वहीं होगी शूट



इस वक्त कार्तिक आर्यन की फिल्म 'चंद्र चैंपियन' थिएटर में लगी है, जनता उनको एक्टिंग की तारीफ कर रही है, उनकी एक और बड़ी फिल्म 'भूल भुलैया 3' का शूट चालू है, कुछ दिन पहले कोलकाता से तस्वीरें आई थीं, बीच में 'चंद्र चैंपियन' के प्रमोशन की वजह से 'भूल भुलैया 3' की शूटिंग रुकी थी, तृप्ति डिमरी भी वेंकेशन पर थीं, अब शूटिंग फिर से चालू करने की बात कही जा रही है।

**अब यहां होगा शूट**

ऐसा कहा जा रहा है कि महीने के अंत से शूटिंग शुरू हो सकती है, पर ज्यादा संभावना है कि जून एंड की जगह शेड्यूल को जुलाई में शुरू किया जाए, कोलकाता और मुंबई में मैराथन शूट के बाद अब अनिस बन्नी फिल्म को मध्य प्रदेश लेकर जा रहे हैं, हिंदुस्तान टाइम्स की रिपोर्ट के मुताबिक अब फिल्म की शूटिंग एमपी के ओरछा में होगी, वहां फिल्म में पुराने शहर और हवेलियों को एस्टैब्लिश करने में मदद मिलेगी, एमपी आजकल फिल्ममेकर्स की शूट के लिए नई पसंदीदा जगह बना हुआ है, यहीं पर 'पंचायत 3' की शूटिंग हुई थी, यहीं 'लापता लेडीज' भी शूट हुई है, अब 'भूल भुलैया 3' की शूटिंग भी जुलाई से शुरू होने जा रही है।

**जुलाई भर होगी शूटिंग**

कार्तिक और तृप्ति जून के अंत में फिल्म के नेक्स्ट शेड्यूल के लिए ओरछा जाएंगे, लोकेशन फिल्म को पुरानी वाइब देगी, जो कहानी की डिमांड है, जुलाई भर वहां टीम रहेगी, इसके बाद फिल्म का एक और शेड्यूल प्लान किया जाएगा, ये फिल्म का आखिरी शेड्यूल होगा, इसके बाद शूट रैप हो जाएगा।

**'सिंघम अगेन' से होगी टकर**

फिल्म को इसी साल दिवाली पर रिलीज करना है, इसकी टकर 'सिंघम अगेन' से होनी है, यदि फिल्म को टाइम पर रिलीज करना है, तो इसका पोस्ट प्रोडक्शन भी जल्द ही शुरू करना होगा, नहीं तो सिर्फ चार महीने में फिल्म पूरी करना एक बड़ा टास्क होगा, एडिट टेबल पर कुछ समय लगेगा, जुलाई के बाद फिल्म का एक और शूट शेड्यूल बाकी होगा, इसलिए अब मेकर्स को तेजी से काम करना होगा, 'भूल भुलैया 3' में कार्तिक आर्यन के साथ तृप्ति डिमरी लीड रोल में हैं, विद्या बालन की इस फेंचाइज में वापसी हो रही है, माधुरी दीक्षित का भी स्पेशल रोल होने की बात कही जा रही है, अनिस बन्नी फिल्म को डायरेक्ट कर रहे हैं।

## शाहरुख खान के बाद अब सलमान संग जमेगी एटली की जोड़ी, जवान से भी कुछ बड़ा करने की है प्लानिंग



बॉलीवुड सुपरस्टार सलमान खान का चार्म दुनियाभर में देखने को मिलता है, उन्होंने अपने करियर में कई सारी सुपरहिट्स दी हैं, जितनी हिट्स उन्होंने अपने पिछले एक दशक में दी हैं उतनी शायद की किसी और एक्टर ने दी हों, लेकिन पिछले कुछ समय से उनकी फिल्में कोई खास कमाल नहीं दिखा पा रही हैं, या वैसा कलेक्शन नहीं कर पा रही हैं जैसा सलमान की फिल्में करती आई हैं, ऐसे में बॉलीवुड सुपरस्टार ने अब साउथ की तरफ अपना रुख कर लिया है, इसे लेकर पहले से ही खबरें आ रही थीं, ताजा रिपोर्ट्स की मानें तो सलमान खान जल्द ही साउथ डायरेक्टर एटली के साथ हाथ मिला रहे हैं, दोनों के अपकमिंग प्रोजेक्ट पर अपडेट आया है।

सलमान खान और एटली के इस प्रोजेक्ट को सन पिचर्स प्रोड्यूस करेगा, दोनों स्टार को इस फिल्म के लिए मोटी रकम भी मिलेगी, अभी एटली इस फिल्म की स्क्रिप्ट लॉक करने में बिजी हैं, इस साल इस मूवी की शूटिंग नहीं होगी, साल 2025 में सलमान खान इस पर काम शुरू कर देंगे, अभी सलमान खान पहले से ही ए आर मुरुगदोस की फिल्म सिकंदर की शूटिंग में बिजी हैं, ये मूवी ईद 2025 को रिलीज होगी, इस फिल्म की शूटिंग खत्म करने के बाद सलमान खान और एटली इस प्रोजेक्ट पर काम शुरू करेंगे।

**अगले साल शुरू होगी शूटिंग**

पहले एटली साउथ सुपरस्टार अल्लु अर्जुन के साथ ये फिल्म करना चाहते थे, लेकिन अल्लु अर्जुन के पास पहले से ही कई कमिटमेंट्स थे और इसलिए उन्होंने कोई सटीक जवाब इसपर नहीं दिया, ऐसे में एटली ने नई स्क्रिप्ट तैयार की और अब उन्होंने बॉलीवुड के सबसे दबंग स्टार संग हाथ मिला लिया है, अब ऐसे में धमाल तो मचेगा ही, साल 2023 में शाहरुख खान और एटली की फिल्म जवान आई थी, फिल्म ने ताबड़तोड़ कमाई की और हिंदी भाषा की अब तक की सबसे ज्यादा कमाई करने वाली मूवी बन गई, फिल्म ने दुनियाभर में करीब 1150 करोड़ रुपये का कलेक्शन किया था।

# राधिका मर्चेट

## के प्री-वेडिंग गाउन में लिखी थी प्रेम कहानी, रिया कपूर ने फोटो शेयर कर किया खुलासा

मुकेश अंबानी और नीता अंबानी के छोटे बेटे अनंत अंबानी जुलाई में दूल्हे राजा बनने जा रहे हैं। वह अपनी मंगेतर राधिका मर्चेट से 12 जुलाई को शादी को सात फेरे लेने वाले हैं, हाल ही में इस कपल का प्री-वेडिंग फंक्शन देखने को मिला था, जो इटली में हुआ था। बता दें, ये इस कपल का दूसरा ग्रेंड प्री-वेडिंग फंक्शन था फंक्शन खत्म हो चुका है, लेकिन सोशल मीडिया पर अब से लिब्रे शान की फोटोज और वीडियो सामने आ रही हैं।

राधिका मर्चेट की फोटोज और वीडियो सोशल मीडिया पर लगातार वायरल हो रहे हैं। रविवार को अनिल कपूर की बेटे रिया कपूर ने राधिका की कई फोटोज शेयर की। राधिका मर्चेट का प्री-वेडिंग लुक

रिया कपूर ने रविवार को इंस्टाग्राम पर अंबानी परिवार की होने वाली छोटी बहू राधिका मर्चेट की कई खूबसूरत फोटोज साझा की है और साथी की प्यारा सा कैप्शन भी लिखा है। इन तस्वीरों में राधिका ने सबका ध्यान अपनी तरफ खींच लिया है। राधिका ने इस मौके पर यूं तो कई एक से बढ़कर एक ड्रेस कैरी की, लेकिन ये गाउन बेहद खास था।



वुन।

**क़र्रुज पर हुआ था सेलिब्रेशन**

अनंत और राधिका के लिए दूसरी प्री वेडिंग पार्टी का आयोजन किया गया। इस बार क़र्रुज पर चार दिनों तक चला था। इस दौरान बॉलीवुड से लेकर हॉलीवुड के कई सितारे मौजूद रहे।

