



केंद्र सरकार, प्रिपुरा सरकार और प्रिपुरा की टिप्पणी माथा पार्टी ने राज्य के मूल लोगों की समस्याओं के समाधान के लिए शनिवार को एक प्रिपक्षीय समझौता किया।

राष्ट्रीय हिन्दी दैनिक

एकशन इंडिया

वर्ष: 13 अंक: 61 पृष्ठ: 12

RNI : HPHIN/2012/48072



actionindiauna@gmail.com

हिमाचल संस्करण

दिल्ली - हरियाणा - हिमाचल प्रदेश - उत्तराखण्ड



'भारत के पास दिमागी और जन शक्ति की कमी नहीं, बल्कि...'

टीम एकशन इंडिया

नई दिल्ली: केंद्रीय स्वास्थ्य मंत्री मनसुख मंडाविया ने एक संबाद कार्यक्रम में कहा कि भारत एक सक्षम राष्ट्र है। यहाँ कभी भी दिमागी शक्ति और जनशक्ति की कमी नहीं रही बल्कि इच्छा शक्ति की कमी रही है। इसे भी पीएम मोदी ने पूरा कर दिया है।

क्या हमें इस गलती को सुधारने का अधिकार नहीं? केंद्रीय स्वास्थ्य मंत्री ने कहा, 'अगर आप

दिमागभर के चिकित्या विवाविद्यालयों में जाते हैं तो आपको महार्षि सुश्रुत की मूर्ति लगी हुई दिखाई देती है। पूरी दुनिया उनसे प्रेरणा लेती है। हमें यहाँ नहीं बनाई है, वह एक गलती है। लेकिन क्या हमें इस गलती को सुधारने का अधिकार नहीं है?' मैंने लोगों को बदल दिया: उन्होंने आगे कहा, 'एक्सीय चिकित्या आयोग के लोगों में एक श्रीक देवता थे, मुझे इससे कोई परेशानी नहीं है, लेकिन

वह हमें आगे भगवान और विश्वसत का सम्मान नहीं करना चाहता है। मैं सब वह कहना चाहता हूं कि नई पीढ़ी हमारे पास मौजूद वैज्ञानिकों से प्रेरणा ले और इसलिए मैंने लोगों को बदल दिया है। प्रत्येक व्यक्ति को राष्ट्र के प्रति प्रतिबद्धता और समर्पण के साथ काम करना चाहिए। भारत एक सक्षम राष्ट्र है। यहाँ कभी भी दिमागी शक्ति और जनशक्ति की कमी नहीं रही, बल्कि इच्छा शक्ति की कमी रही है, जिसे पीएम मोदी ने पूरा कर दिया है।

बेहतर होगा कि हम कीमतें न बढ़ाएँ: मनसुख मंडाविया ने कहा, 'कोविड-19 के दौरान मैंने कंपनियों को पीएम मोदी के संदेश से अवगत कराया है कि यह दुनिया के साथ सहयोग करने का समय है और बेहतर होगा कि हम कीमतें न बढ़ाएँ। भारतीय कंपनियों ने 150 देशों को दवाओं की अपूर्ति की है, लेकिन कीमत नहीं बढ़ाई है। किसी भी देश ने कभी शिकायत नहीं की है, हमने दुनिया

को युग्मतापूर्ण और सस्ती दवा की आपूर्ति की है। जब वैक्सीन की कीमत 20-30 डॉलर थी, तब हमने इसे या तो वैक्सीन मैट्री पीपल के तहत मुफ्त मुलाकात हुई थी, जब हमने हाथ मिलाया था तो उन्होंने कहा था, बधाई हो, आपने अच्छा कोविड प्रबंधन और टीकाकरण अधियान चलाया है।' पंजाल आयुर्वेद के एमडी आचार्य बालकृष्ण ने कहा, 'विदेशों में पहुंचने के बाद भी आयुर्वेद अपनी पहचान आयुर्वेद के रूप में स्थापित नहीं कर पाया है।'

बह बोलते हैं तो वह पूरी दुनिया में एक धारणा बन जाती है। पिछले विश्व अधिक मंच पर मेरी उसे उन्होंने कहा था, बधाई हो, आपने अच्छा कोविड प्रबंधन और टीकाकरण अधियान चलाया है।' पंजाल आयुर्वेद के एमडी आचार्य बालकृष्ण ने कहा, 'विदेशों में पहुंचने के बाद भी आयुर्वेद अपनी पहचान आयुर्वेद के रूप में स्थापित नहीं कर पाया है।'

आदर्श विधार



"शिक्षा और ज्ञान है जिसमें जिजासा होती है।"

भागवद

मन की बात



"दिल और दिमाग के टकराव में दिल की सुनो।"

स्वामी विवेकानन्द



'टीएमसी, अत्याचार का दूसरा नाम: पीएम



हिस्सा सुवेंदु और सुकांत से मुलाकात की, लोगों के बीच अपने सुशासन के एजेंटों को आगे बढ़ाने के तरीकों पर चर्चा की

पश्चिम बंगाल का बेहतर भविष्य बनाएंगे: पीएम मोदी



टीम एकशन इंडिया कोलकाता: पश्चिम बंगाल में संदेशखाली हिस्सा को लेकर प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने भाजपा कार्यकार्ताओं के साहस की साराहना की है। उन्होंने सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म ऐस्स पर बंगाल के भाजपा नेता शुभेंदु अधिकारी और सुकांत मजूमदार के साथ हुए वार्ता का जिक्र किया। पीएम मोदी ने कहा, "सुवेंदु अधिकारी और सुकांत मजूमदार से मुलाकात की है।

हमें लोगों के बीच अपने सुशासन के एजेंटों को आगे बढ़ाने के तरीकों पर चर्चा की। मैं टीएमसी कुशासन के खिलाफ उके साहस, जून और उत्ताही लड़ाई के लिए प्रत्यक्ष

प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी बंगाल के दो

कार्यकार्ता की साराहना करता है। हम सब मिलकर पश्चिम बंगाल का बेहतर भविष्य बनाएंगे।"

पीएम मोदी के बंगाल दौरे पर भाजपा नेता दीपांशु कुशासन के खिलाफ उके साहस, जून और उत्ताही लड़ाई के लिए प्रत्यक्ष

प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी बंगाल के दो

दिवसीय दौरे पर हैं। वह कल यारी की शुक्रवार को बंगाल पहुंचे।

पीएम मोदी के बंगाल दौरे पर भाजपा नेता दीपांशु कुशासन के खिलाफ उके साहस, जून और उत्ताही लड़ाई के लिए प्रत्यक्ष

प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी बंगाल के दो

दिवसीय दौरे पर हैं।

पीएम मोदी के बंगाल दौरे पर भाजपा नेता दीपांशु कुशासन के खिलाफ उके साहस, जून और उत्ताही लड़ाई के लिए प्रत्यक्ष

प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी बंगाल के दो

दिवसीय दौरे पर हैं।

पीएम मोदी के बंगाल दौरे पर भाजपा नेता दीपांशु कुशासन के खिलाफ उके साहस, जून और उत्ताही लड़ाई के लिए प्रत्यक्ष

प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी बंगाल के दो

दिवसीय दौरे पर हैं।

पीएम मोदी के बंगाल दौरे पर भाजपा नेता दीपांशु कुशासन के खिलाफ उके साहस, जून और उत्ताही लड़ाई के लिए प्रत्यक्ष

प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी बंगाल के दो

दिवसीय दौरे पर हैं।

पीएम मोदी के बंगाल दौरे पर भाजपा नेता दीपांशु कुशासन के खिलाफ उके साहस, जून और उत्ताही लड़ाई के लिए प्रत्यक्ष

प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी बंगाल के दो

दिवसीय दौरे पर हैं।

पीएम मोदी के बंगाल दौरे पर भाजपा नेता दीपांशु कुशासन के खिलाफ उके साहस, जून और उत्ताही लड़ाई के लिए प्रत्यक्ष

प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी बंगाल के दो

दिवसीय दौरे पर हैं।

पीएम मोदी के बंगाल दौरे पर भाजपा नेता दीपांशु कुशासन के खिलाफ उके साहस, जून और उत्ताही लड़ाई के लिए प्रत्यक्ष

प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी बंगाल के दो

दिवसीय दौरे पर हैं।

पीएम मोदी के बंगाल दौरे पर भाजपा नेता दीपांशु कुशासन के खिलाफ उके साहस, जून और उत्ताही लड़ाई के लिए प्रत्यक्ष

प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी बंगाल के दो

दिवसीय दौरे पर हैं।

पीएम मोदी के बंगाल दौरे पर भाजपा नेता दीपांशु कुशासन के खिलाफ उके साहस, जून और उत्ताही लड़ाई के लिए प्रत्यक्ष

प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी बंगाल के दो

दिवसीय दौरे पर हैं।

पीएम मोदी के बंगाल दौरे पर भाजपा नेता दीपांशु कुशासन के खिलाफ उके साहस, जून और उत्ताही लड़ाई के लिए प्रत्यक्ष

प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी बंगाल के दो

दिवसीय दौरे पर हैं।

पीएम मोदी के बंगाल दौरे पर भाजपा नेता दीपांशु कुशासन के खिलाफ उके साहस, जून और उत्ताही लड़ाई के लिए प्रत्यक्ष

प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी बंगाल के दो

জিম জোইন করনে সে পহলে

হেল্থ প্লাস

■ আগর আপ ফিটনেস কে লিএ, জিম জোইন কর রহে হৈ, তো জিম মেঁ কার্ডিওয়েক্সিলুকুল বক্সআউট কে লিএ, ট্রেইনিংল, সাইকেল, ক্রাস ট্রেইনিংসো মোভাইল জুলুর হোনো চাহিএ।

■ আগর আপকে কার্ডিওক্স, ডায়াবিটিজ, হাইলো ব্লন্ড প্রিসে, এপিলেপ্সী, আর্থারাইটিস, স্লোপ এণ্জিনিয়া, অরথমা, কিন এস্যু ইচারিং, কো সমস্যা হৈ, তো ড্রাইভার সে সলাহ কোরে জিম জোইন কোরে। অপনো কোম্পারো কো জানকোরা জিম ইন্ডুক্টর গৈর ফিটিংবোর্ডেরিপ্যট কো জুলুর দেঁ।



■ জিম ইন্ডুক্টর কো সুপারবিজন মেঁ হৈ বক্স আওড়ট কোরে। উসমে আপনে একসেরসাইজ প্রোজেক্ট পুরো জ্বালাবী হৈ। অক্ষরত সে জ্বালা একসেরসাইজ আপকে ফোর্ম কো নুকসান পছুচা সকলী হৈ। ইসমে শুধুম, ঠাণ্ডনে গৈর লোঅর বেকচেন কম্বোর হৈ সকলী হৈ।

■ যদি আপ অনেকিম হৈ, তো বক্সআউট কে দৌরান আপকে চক্ষুক আ সকলী হৈ, সাম্ব মূলনে লগানী হৈ, এসজী লীবল কুম হৈ জুলো হৈ, জিম কোরণ বক্সআউট পুরু কোরে সে পহলে হৈ আপ থক জুলো হৈ। ইসলিএ একসেরসাইজ মেঁ কোরো এক পেঁচা পহলে হলকো-খা নাম্বা জুলুর কুর লে।

একসেরসাইজ কে দৌরান থোকা-থোকা পানো যা অপনা এনজো ফ্রিং পোতে রহে। থোজন মেঁ আপুন সুকা স্থান কো জামিল কোরে। ড্রাইভার কো সলাহ সে আপুন সলাহেন্ট ভী লে সকলী হৈ।

■ বক্সআউট কে দৌরান ইন্ডুক্টর সে যে জানলো রহে কি জো পক্ষস্বাস্থ্য কো কুর কো কুর কুর কুর হৈ, তুসকা কুর ফুলবু হৈ ও ড্রাইভার আপকে শারীর কে কিস দিসে কো কুর লাভ হো।

■ আপনে ইন্ডুক্টর কে আপনো চাইট কে আপে মেঁ বালা। যে ভী বক্সআউট রিজো সেট কোনে মেঁ মদ কোরতা হৈ। আগর আপকে জিম জাকুর বক্সআউট কোরণ কোরিং আপুন কোরণ কোরিং হৈ।

লগানী হৈ, তো ইসকে লিএ আপুন ক্রিপ্টুর হোনা পড়েন। অপনো একসেরসাইজ কে রুটুনী মেঁ নই জো জো হৈ। অপনো একসেরসাইজ মেঁ রেখালেক্সিক কে দুবাই হৈ, জিনকা ইন্ডুক্টর বৰ্দ সে রাখত পানো কে লিএ কিম্বা জাতা। এনাল্ফিম পুষ্প রুল মেঁ হো তুরুন কো হোলী হৈ: নান নারকোটিম আৰ নারকোটিম। ইন্ডো বনানে মেঁ মার্ফিন জৈস নারকোটিম, নান স্ট্রেইচেল পৰ্টি ইন্ডোমেন্টো ঝুরস (DMS) আৰ এস্টেইমোফেন জৈস নান নারকোটিমস কা ইলেক্ট্রা কোজ জাত হৈ।

কৈসে কুরাণী হৈ কাম ?

পেনকিলস দো তুহার সে কাম কুরো হৈ—

● দিবানা জো আৰ জানে বালে দৰ্দ কে সিঙ্গুল কো ব্লোক কুর দেলো হৈ, জিসসে রোগো কো দৰ্দ কো আহসান নাহো হৈ।

● দিবান মেঁ মিনাল কে ইন্টেরিয়েশন সিস্টম মেঁ ছেড়ানু কুর দেলো হৈ ও আৰ রোগো কো লগানী হৈ কি তুম দৰ্দ সে রাখত মিল গৈ।

কুমো হোলো হৈ এক্ষিকশন ?

পেনকিলস কে বার-চার সেবন কুরে সে অ্বিক্ত ইক্ষুকা আলী হৈ জাতা হৈ। নোজা হৈ হোলো হৈ কি এক সাধাৰণ দৰ্দ কো লোক কুর-কুৰে অ্বিক্ত নোজো কো ব্যৱহাৰক কো চৰ্মুল মেঁ ফেস জাত হৈ।

● সুপী পেনকিলস ইলিম এক এক্স সুবিন্দি পৰ একট কুরাণী হৈ, জিসসে আৰু কু কো অনুভু হোলী হৈ, মৃৎ অচ্চা হৈ জাতা হৈ ও নোব ভী আলী হৈ। অ্বিক্ত ইস আনৰ কী অনুস্থান কা অনুভু কুৰে কে ইক্ষুক ইলিমকা সেবন কুর হৈ ও আৰ উসে ইন্কো লাল লাগ জাতো হৈ। লগাতার ইন্ডো লোহে হৈ দেখন সে যে দৰ্বাণ অলকোহল কা কাম কুরে লগানী হৈ।

● কুল ম্যুন লক লগাতার পেনকিলস লোনে কে পচচাত আগৰ ইন্ডো একদম বেং কুর দিবা জাএ, তো সেহল সংবংহী কুই পৰেয়া বালী কো সার্বান্ব আলী হৈ। জৈসে স্বার বেং মেঁ লাই আৰ চৰ্মুল মেঁ লাই আৰ চৰ্মুল মেঁ ফেস জিবন কুৰ হৈ।

● মুকু ম্যুন কুল লগাতার পেনকিলস লোনে কে কুল হৈ ও আৰ চৰ্মুল মেঁ লাই আৰ চৰ্মুল মেঁ ফেস জিবন কুৰ হৈ।

● মানসিক রোগ-মানসিক রোগ, জৈসে মন কো ডাবালো, বহুম ব্য রাক কো ব্যারারী, নোব ন আলা, আলোবো আৰ নাক কে পানো নিকলনা ইলাই।

যে হৈ নুকসান

এক সাল তক আপ পেনকিলস কা বোজানা ইলেক্ট্রা মেঁ কুৰে পেনকিলস কা বোজানা হৈ।

মৈন্দারাইড (পেট মেঁ সুজুন) - ইসমে পেট সুজুন হৈ সকলী হৈ পেট অৰ্ডের কো ইন্ডো পেট কে ইলেক্ট্রা মেঁ কুৰ হৈ। পেট কে ইলেক্ট্রা মেঁ কুৰ হৈ ও পেট সুজুন হৈ কে ইলেক্ট্রা মেঁ কুৰ হৈ।

বিগুর কী সুজুন- বিগুর (লিকু) কে সেলস কা খুল হৈনা, ইসকে বেলত পুখু কা কাম হোনা, খানা হজম ন কুর পানা জৈসো পোৱানিন্দা হৈ জাতো হৈ।

কিছুনী প্ৰিলিম্প- পেনকিলস কিছুনী কো বছুত কুল কুৰ হৈ।

কৈসে কুৰাণী কো পৰু চাহানী হৈ। কিংবা এক হজাৰ সে জ্বালা সে কিছুনী ব্যৱহাৰ হৈ সকলী হৈ।

পেনকিলস কে বার-চার সেবন কুৰে সে অ্বিক্ত ইক্ষুকা আলী হৈ জাতা হৈ। নোজা হৈ হোলো হৈ কি এক সাধাৰণ দৰ্দ কো লোক কুৰ-কুৰে অ্বিক্ত নোজো কো চৰ্মুল মেঁ ফেস জাত হৈ।

পেনকিলস কে বার-চার সেবন কুৰে সে অ্বিক্ত ইক্ষুকা আলী হৈ জাতা হৈ। নোজা হৈ হোলো হৈ কি এক সাধাৰণ দৰ্দ কো লোক কুৰ-কুৰে অ্বিক্ত নোজো কো চৰ্মুল মেঁ ফেস জাত হৈ।

পেনকিলস কে বার-চার সেবন কুৰে সে অ্বিক্ত ইক্ষুকা আলী হৈ জাতা হৈ। নোজা হৈ হোলো হৈ কি এক সাধাৰণ দৰ্দ কো লোক কুৰ-কুৰে অ্বিক্ত নোজো কো চৰ্মুল মেঁ ফেস জাত হৈ।

পেনকিলস কে বার-চার সেবন কুৰে সে অ্বিক্ত ইক্ষুকা আলী হৈ জাতা হৈ। নোজা হৈ হোলো হৈ কি এক সাধাৰণ দৰ্দ কো লোক কুৰ-কুৰে অ্বিক্ত নোজো কো চৰ্মুল মেঁ ফেস জাত হৈ।

পেনকিলস কে বার-চার সেবন কুৰে সে অ্বিক্ত ইক্ষুকা আলী হৈ জাতা হৈ। নোজা হৈ হোলো হৈ কি এক সাধাৰণ দৰ্দ কো লোক কুৰ-কুৰে অ্বিক্ত নোজো কো চৰ্মুল মেঁ ফেস জাত হৈ।

পেনকিলস কে বার-চার সেবন কুৰে সে অ্বিক্ত ইক্ষুকা আলী হৈ জাতা হৈ। নোজা হৈ হোলো হৈ কি এক সাধাৰণ দৰ্দ কো লোক কুৰ-কুৰে অ্বিক্ত নোজো কো চৰ্মুল মেঁ ফেস জাত হৈ।

পেনকিলস কে বার-চার সেবন কুৰে সে অ্বিক্ত ইক্ষুকা আলী হৈ জাতা হৈ। নোজা হৈ হোলো হৈ কি এক সাধাৰণ দৰ্দ কো লোক কুৰ-কুৰে অ্বিক্ত নোজো কো চৰ্মুল মেঁ ফেস জাত হৈ।

পেনকিলস কে বার-চার সেবন কুৰে সে অ্বিক্ত ইক্ষুকা আলী হৈ জাতা হৈ। নোজা হৈ হোলো হৈ কি এক সাধাৰণ দৰ্দ কো লোক কুৰ-কুৰে অ্বিক্ত নোজো কো চৰ্মুল মেঁ ফেস জাত হৈ।

পেনকিলস কে বার-চার সেবন কুৰে সে অ্বিক্ত ইক্ষুকা আলী হৈ জাতা হৈ। নোজা হৈ হোলো হৈ কি এক সাধাৰণ দৰ্দ কো লোক কুৰ-কুৰে অ্বিক্ত নোজো কো চৰ্মুল মেঁ ফেস জাত হৈ।

পেনকিলস কে বার-চার সেবন কুৰে সে অ্বিক্ত ইক্ষুকা আলী হৈ জাতা হৈ। নোজা হৈ হোলো হৈ কি এক সাধাৰণ দৰ্দ কো লোক কুৰ-কুৰে অ্বিক্ত নোজো কো চৰ্মুল মেঁ ফেস জাত হৈ।

পেনকিলস কে বার-চার সেবন কুৰে সে অ্বিক্ত ইক্ষুকা আলী হৈ জাতা হৈ। নোজা হৈ হোলো হৈ কি এক সাধাৰণ দৰ্দ কো লোক কুৰ-কুৰে অ্বিক্ত নোজো কো চৰ্মুল মেঁ ফেস জাত হৈ।

পেনকিলস কে বার-চার সেবন কুৰে সে অ্বিক্ত ইক্ষুকা আলী হৈ জাতা হৈ। নোজা হৈ হোলো হৈ কি এক সাধাৰণ দৰ্দ কো লোক কুৰ-কুৰে অ্বিক্ত নোজো কো চৰ্মুল মেঁ ফেস জাত হৈ।

পেনকিলস কে বার-চার সেবন কু

मनीषा रानी

से पहले बिहार की इन बेटियों ने भी मुंबई में कमाई खूब शोहरत, एक से तो सबका भाग्य है जुड़ा

बिहार के छोटे से गांव से आई मनीषा रानी अब सबके दिलों की शहादी बन चुकी हैं। सोशल मीडिया पर बतीर इफलुएंसर अपना करियर शुरू करने वाली 11 की बिहारी मनीषा रानी ने रियलिटी शोज से हर किसी का दिल जीता है। मनीषा रानी बिहार के एक छोटे से गांव से ताल्लुक रखती हैं। उन्होंने झलक दिखाला जा के रूप पर अपने माता-पिता के अलग होने से लेकर अपने संपर्क के बारे में बताया था। सलमान खान के बिवादित शो बिंग बास ओटोटी 2 में मनीषा रानी चर्चा में आई थीं, जहां उन्होंने अपने मुंबई फट अंदाज और सादगी से हर किसी को दीवाना बनाया।

जब झलक दिखाला जा 11 में मनीषा बाइडल काढ़ एंट्री बनकर, आई और लोगों ने डॉम के प्रति उनके पैशें को देखा, तो उन्हें भरपूर समर्थन दिया।

आज उन्होंने झलक दिखाला जा-11 की ट्रॉफी जीतकर सिर्फ अपने परिवार का ही नहीं, बल्कि बिहार के उन लोगों का सिर गर्व से ढंचा किया है।

वैसे आपको बता दें कि मनीषा रानी के अलावा भी बिहार से ताल्लुक रखने वाली कई टीवी एक्ट्रेसेज हैं, जिन्होंने मुंबई आकर शोहरत तो कमाई ही, लेकिन इसी के साथ उन्होंने फिल्म का व्याप भी खूब कमाया है। तो चलिए बिना देरी किये देखते हैं, उन अभिनवियों की लिस्ट, जो बिहार से रखती हैं नाता।

सुनि इगा

साल 2007 में अपने करियर की शुरुआत करने वाली सुनि इगा बिहार की रहने वाली हैं। उनका जन्म बिहार के बंगुसार में हुआ था। सुनि का टेलीविजन पर करियर छोटा नहीं रहा है। हालांकि, उन्हें जो इडस्ट्री में पहचान मिली है, वह सीरियल कुमकुम भाष्य से मिली है। इस शो में सृति ने प्रजा का किरदार अदा किया था, जिसके लिए उन्हें दर्शकों का खूब प्यारा मिला।

रतन राजपूत

अगले जन्म मोहे बिटिया ही कीजो रतन राजपूत के करियर का सबसे बड़ा शो रहा है। इस शो में उन्होंने लाली का किरदार अदा किया था, जिसमें उन्होंने एक छोटे से गांव की लड़की की भूमिका निभाई थी। रतन राजपूत भी बिहार से ताल्लुक रखती हैं। रतन राजपूत साल 2020 से टीवी की दुनिया से दूर हैं, लेकिन वह अपने लोगों के जरिये लगातार फिल्म से जुड़ी रहती हैं।

रति पांडे

मिले जब हम तुम एक ऐसा टीवी शो है, जिसका नाम आज भी लोगों की जुबान पर रहा है। इस शो से रति पांडे ने खूब नाम कमाया था। अर्जुन बिजलानी के अपोजिट वह इस शो में नुपुर भूषण का किरदार निभाया था।

इसके बाद उन्होंने एक टीवी शो किया था जिसका टाइटल था हिटलर दोदी। इस शो में रति पांडे को कामी पर्सनें किया गया था। आपको बता दें कि रति पांडे भी बिहार से ताल्लुक रखती हैं। उनका जन्म तो असम में हुआ है, लेकिन उसके बाद वह अपने परिवार के साथ बिहार, पटना मूव हो गयी थीं, जहां पर उन्होंने अपनी पढ़ाई की है।

अंकिता लोखंडे

ने कास्टिंग काउच पर किया चौकाने वाला खुलासा, बोलीं- मुझे अंदर बुलाया और...

अंकिता लोखंडे छोटे पर्दे को एक जानी मानी एक्ट्रेस हैं। उन्होंने भवित्व प्रिया में काम कर अपनी एक अलग पहचान बनाई है। बीते साल उन्होंने रियलिटी शो बिंग बास 17 में अपने पाति विकी जैन के साथ एंटी ली थीं और टॉप 4 में अपनी जगह बनाई। अब बिंग बास खत्म होने के बाद अंकिता ने एक इंटरव्यू में अपनी पसंन और ब्रोफेशनल लाइफ के बारे में खुलकर बात की है इसी इंटरव्यू में अंकिता ने कास्टिंग काउच को लेकर भी चौकाने वाला खुलासा किया है। एक्ट्रेस ने बताया है कि कैसे उन्हें साड़ी फिल्म इडली में इसका सामना करना पड़ा था।

अंकिता ने किया चौकाने वाला खुलासा

हाल ही में Hauutterfly को दिए एक इंटरव्यू में अंकिता लोखंडे ने कास्टिंग काउच के बारे में बताते हुए बताया कि कैसे उन्हें साड़ी फिल्म इडली में अपनी टेलीविजन इडली में ही कास्टिंग काउच हुआ है, साड़ी फिल्म के लिए हुआ था। मैंने एक साड़ी फिल्म के लिए अंकिता ने कहा, मेरे साथ बांध्ये में ही कास्टिंग काउच हुआ है, साड़ी फिल्म के लिए हुआ था। उसके बाद मेरे पास फोन आया और कहा मैं सिलेट हूं इसके बाद मैंने कहा ठीक है मैं आती हूं मुझे साइन करने जाना था। मैं अपनी मामी को बोला मैं जा



रही हूं, मुझे साइनिंग अमार्ट मिलने वाला है। हालांकि, मुझे भी यदेह था कि इतनी आसानी से कैसे हो गया। इतनी अच्छी किसियत तो नहीं है अपनी। फिर जब मैं गई तो उन्होंने मुझे अंदर बुलाया और मेरी को ऑफिनेटर को बाहर इंतजार करने के लिए कहा। एक्ट्रेस ने बताया कि उन्हें बालोंपांडी का निकल गई कि आपको फिल्ममेकर को टैलेंट की ज़रूरत नहीं, बल्कि उन्हें एक लड़की आहिए और मैं वैसी लाइकी नहीं हूं। अंकिता ने कहा तब दिन मैंने ये फैसला किया, मैं फिल्म में कहाँ हूं। ये अपनी टेलीविजन इडली से खुश हूं। उसके बाद मुझे परिवर्त रिश्ता का मौका मिला और मैंने खुशी- खुशी उत्सव किया।



जब प्रोड्यूसर ने की ऐसी डिमांड, अंकिता लोखंडे ने ले लिया था फिल्म ना करने का फैसला



साल 2009 में टीवी शो परिवर्त रिश्ता से डेब्यू करने के बाद अंकिता लोखंडे चर-चर मशहूर हुईं। इस सीरियल को बड़े हुए सालों ही चुके हैं, परं वो आज भी उसमें निभाए गए अपने किरदार वो बजह से लोगों के दिलों में बसती हैं। अब हाल ही में अंकिता ने एक इंटरव्यू में हैरान कर देना चाहता खुलासा किया है, उनका कहना है कि वो कई मरात्ता कास्टिंग काउच का सामना कर चुकी हैं। इंटरव्यू में उन्होंने कहा कि उन्होंने सातवां शी एक फिल्म के लिए अंकिता दिया था। उसके बाद उन्हें फिल्म माड़िन करने की बुलाया गया, जिसके बारे में कामी सुना हो गई थीं और उन्होंने अपनी मां को बताया था कि जो फिल्म साइन करने जा रही हैं, उन्होंने कहाया कि जब वो होटल पहुंची हो तो उन्हें अंदर बुलाया गया और उनकी कार्डिनेटर को बाहर रहने को ही कहा गया।

अंकिता ने दिया था ऐसा जबाब

अंकिता ने बताया, उन लोगों ने कहा कि उन्हें समझीता करना होगा, उस समय में सिर्फ 19 साल की थी और मैं हीरोइन अबना चाही थी और वो फैज़ चल रहा था। मैंने उस स्मार्ट खेला क्वीक्स में ये नहीं सुना चाही थी कि मुझे किसी के साथ सोना है, इसलिए मैंने उनसे पूछ कि किस तरह का समझाई? क्या आप अपने प्रोड्यूसर के साथ सुना पाएंगे? उन्होंने बताया कि जब वो होटल पहुंची हो तो उन्हें अंदर बुलाया गया।

अंकिता ने कहा कि वो बताती रहीं सुना चाही थी कि हाकूकत में वो आदमी क्या कहा करना चाहता है, पर उसे कहा गया, क्यूंकि प्रोड्यूसर के साथ सोना होता है, वो सुने के बाद अंकिता उन्हें और यह जाने से पहले उन्होंने उस आदमी से कहा, क्यूंकि नहीं लगता है कि युहारे प्रोड्यूसर को किसी टैलेंट की ज़रूरत है, उन्होंने कहा कि वो बुलाया गया।

फिल्म जा करने का फैसला

अंकिता ने आये कहा, उस दिन मैंने कैसला कर लिया था कि मैं फिल्म नहीं करने वाली हूं, क्योंकि मैं किसी को अधिकार नहीं देना चाही, ये गलत है और वह मैंने निर्णय लिया कि जो कुछ भी हो, मैं टीवी इंटरव्यू के साथ सुना हूं, उसके बाद मुझे परिवर्त रिश्ता का मौका मिला और मैंने उसे खुशी खुशी किया।

आयुष्मान खुराना ने खुद अपने आगे का प्लान बता दिया, कैसी फिल्में करने वाले हैं? पता चल गया



आयुष्मान खुराना ने कभी 'विक्री दोनर' का विक्री अरोड़ा बनकर तो कभी 'अंधाधुन' का आकाश बनकर लोगों को खुब एंटरटेन किया है, वो लगभग पिछले 12 मासों से फिल्म इंडस्ट्री में काम कर रहे हैं, अब तक उन्होंने पहें पर अलग-अलग तरह के कई किरदार निभाए हैं, हर एकर के लिए कुछ रोल को प्ले करना आसान होता है तो कुछ को निभाना मुश्किल।

अब आयुष्मान ने अपने डन किरदारों के बारे में बताया है, जिसे करना उनके लिए थोड़ा चैलेंजिंग था। टॉप 19 हिंदी डिजिटल के साथ बातचीमें आयुष्मान ने कहा, जो किरदार आपकी जी हुई जिंदगी के किरी होते हैं, वो करना आसान होता है, जो आपकी जिंदगी से दूर होते हैं हैं जैसे- 'अंधाधुन', 'आटिकल 15', 'अनेक', 'एक्शन हीरो', ये थोड़ा मेरे लिए मुश्किल था, आये उन्होंने कहा, मेथड में प्रैक्टर तब जाता है जब आप कुछ सीखते हैं, जैसे- आटिकल 15 में मैंने जातिवाद के बारे में सीखा था, पहा था, अभी तक सीख रहा हूं, 'अंधाधुन' में पियाने वजाना सीखा था, एक अंथेकी की तरह चलना सीखा था,

आदर्श
रसोई
सप्ताह 99वां

धूमधाम से मनाया गया स्नेह छाबड़ा और गोपी छाबड़ा का जन्मदिन

रिबन काटकर छाबड़ा परिवार ने किया आदर्श रसोई का शुभारंभ, छाबड़ा परिवार का हुआ भव्य अभिनंदन



टीम एक्शन इंडिया/नई दिल्ली
आदर्श नगर विधानसभा क्षेत्र के अंतर्गत आने वाले सबसे व्यस्तम चौक यारी 'राकेश भारद्वाज चौक' पर आदर्श रसोई ने स्नेह छाबड़ा और कर्मठ कार्यकर्ता गोपी छाबड़ा का जन्मदिन धूमधाम से मनाया। इस दैरान आदर्श रसोई के सदस्यों और पदाधिकारियों का उत्सुक देखते ही बनता था।

रिबन काटकर स्नेह छाबड़ा और गोपी छाबड़ा ने किया आदर्श रसोई का शुभारंभ

आदर्श रसोई ने स्नेह छाबड़ा और गोपी छाबड़ा का जन्मदिन रसोई की टीम ने बड़ी ही धूमधाम से मनाया। कार्यक्रम का शुभारंभ विधिवत रूप से छाबड़ा परिवार ने रिबन काटकर किया। इसके उपरांत श्रद्धेय राकेश भारद्वाज जी के तैलचिर पर युण्डाजिली अर्पित की गयी। इस विशेष परिवार की बहुत उत्सुकता और उन्हें श्रद्धासुमन अर्पित किए गए। इस विशेष मौके पर पूरा छाबड़ा परिवार मौजूद रहा।

छाबड़ा परिवार का हुआ भव्य स्वागत, किया अभिनंदन

छाबड़ा परिवार का आदर्श रसोई के पदाधिकारियों ने मालाएँ पहनकर भव्य स्वागत व अभिनंदन किया। इस मौके पर राकेश भारद्वाज चौक पर लोगों का उत्सुक अपने चरम पर था। स्नेह छाबड़ा और गोपी छाबड़ा के व्यक्तित्व के सभी कायल हैं। हर कोई उनके मुदभाषी, मिलनसार स्वाभाव की बात करता है। हर किसी के सुख-दुख में शामिल होते हैं।

आदर्श रसोई मजबूती से आगे बढ़ रही : स्नेह छाबड़ा



इस विशेष मौके पर स्नेह छाबड़ा ने कहा कि आज राकेश भारद्वाज जी हमारे बीच नहीं है, लेकिन उनके द्वारा बनाया गया आदर्श रसोई रूपी ये परिवार बहुत मजबूत है। उनके विचार आज भी हम सभी को मार्गदर्शन करते हैं। सभी एकजुटता के साथ इस रसोई के माध्यम से सेवा परमोर्धम का कार्य कर रहे हैं।

राकेश भारद्वाज जी हम सभी के लिए प्रेरणास्रोत: गोपी छाबड़ा



गोपी छाबड़ा ने कहा कि देखते ही देखते आदर्श रसोई ने कई आयाम स्थापित कर लिए हैं। समाज का भी हमें भरपूर सहयोग मिला है। मुझे खुशी है कि मैं भी पुण्य के कार्य में एक सहभागी हूँ। यह हम सबके लिए हर्ष की बात है कि आदर्श रसोई के सभी साथियों ने आदर्श रसोई को आगे बढ़ाने के लिए दिन रात मेहनत की है। आदर्श रसोई की सबसे अनुत्ती बात यह है कि यह समाजसेवा के साथ-साथ अपने पारंपरिक त्वाहारों, विशेष दिनों को भी बहुत ही उत्साहपूर्वक रूप से मनाती है, जोकि कालिलतारीफ है।

आदर्श रसोई हमारे लिए दूसरा परिवार: गुरदयाल छाबड़ा

इस विशेष मौके पर गुरदयाल छाबड़ा ने कहा कि आदर्श रसोई जैसी संस्था से जुड़कर लोगों की सेवा का जो मौका मिला, उसका मैं आधारी हूँ। हमारे लिए आदर्श रसोई दूसरा परिवार है।

लजीज व्यंजनों से सजी थी आदर्श रसोई की थाली

आदर्श रसोई के पदाधिकारियों ने हर बार की तरह लजीज व्यंजनों से सजी थाली सभी को प्रोसेसी। थाली में तंदूरी रोटी, छोले-कढ़ी, अचार, सलाद, रायता उपलब्ध करवाया गया।



आएनआई का नाम बदलकर पीआरजीआई जो कहा वो किया, जो कहेंगे, उसे करके दिखाएंगे : सीएम योगी किया गया, अधिसूचना जारी



टीम एक्शन इंडिया

गोरखपुर: जायेंद्र राजनीति और झूटे वादे करने वाले राजनीतिक दलों पर सामाजिक प्रेरणा के लिए तेज़ हुए। मुख्यमंत्री योगी आदिल्यानाथ ने देखते ही देखते आदर्श रसोई के विशेष व्यक्तित्व के सभी कायल हैं। हर कोई उनके मुदभाषी, मिलनसार स्वाभाव की बात करता है। हर किसी के सुख-दुख में शामिल होते हैं।



शिलान्यास एवं लोकार्पण करने के बाद उपरिथ जनसमूह को सभीथित कर रहे थे। उन्होंने कहा कि आज देश के बाजे से विकास करते हुए देश में विकास के लिए तेज़ी से विकास करते हुए भी बाजे के बाजे की तरह जनादिन ने देखते ही देखते आदर्श रसोई के विशेष व्यक्तित्व के सभी कायल हैं।

लोगों की उत्तर प्रदेश के प्रति धारणा बल चुकी है। अब कोई यूपी को हवा द्वारा से नहीं देखता। मुख्यमंत्री योगी आदिल्यानाथ ने कहा कि यूपी में इन्हें विकास कार्य इसलिए हो रहे हैं कि यहां डबल इंजन की सरकार है। डबल इंजन की सरकार डबल सीडी में काम करती है और इस कारण देश उत्सुक और उत्सुक से कार्य कर रहा है। उन्होंने कहा कि यहां की तरह जनादिन ने देखते ही देखते आदर्श रसोई के विशेष व्यक्तित्व के सभी कायल हैं। यहां की तरह जनादिन ने देखते ही देखते आदर्श रसोई के विशेष व्यक्तित्व के सभी कायल हैं।

परीक्षा की शुचिता से खिलवाड़ करने वालों को किसी भी दशा में छोड़ेंगे नहीं: सीएम योगी



प्रिकारों के पंजीकरण अधिनियम (पीआरपी अधिनियम)- 2023 और प्रेस एवं आधिकारिक प्रसारण अधिनियम (पीआरपी अधिनियम)- 2023 और इसके नियमों को अपने राजपत्र में अधिसंचित कर दिया है। इसके साथ ही यह अधिनियम एक मार्च से लागू हो गया है। अधिसूचना के अनुसार आएनआई का नाम बदलकर प्रेस रजिस्ट्रार जनरल ऑफ इंडिया (पीआरजीआई) कर दिया गया है। अब से प्रिकारों का पंजीकरण प्रेस एवं आधिकारिक प्रसारण मंत्री अनुराग योगी द्वारा विशेष व्यक्तिगत प्रस्तुत करना चाहिए। इसके पहले सूचना और प्रसारण मंत्री अनुराग योगी द्वारा विशेष व्यक्तिगत प्रस्तुत करना चाहिए।

विशेष व्यक्तिगत प्रस्तुत करने के लिए प्रेस रजिस्ट्रार जनरल का अॉनलाइन पोर्टल, प्रेस सेग पोर्टल लॉन्च किया गया। इस पोर्टल के जरूरी प्रतिक्रिया के मुद्रक द्वारा दी गई सूचना सहित सभी आदेन, पंजीकरण के प्रमाण पत्र में संशोधन के लिए आदेन, राजनीतिक व्यक्तिगत प्रस्तुत करना चाहिए। इसके पारंपरिक विशेष व्यक्तिगत प्रस्तुत करना चाहिए। यह अपराध महंत विशेष व्यक्तिगत प्रस्तुत करना चाहिए। यह अपराध महंत विशेष व्यक्तिगत प्रस्तुत करना चाहिए।

प्रिकारों के पंजीकरण अधिनियम (पीआरपी अधिनियम)- 2023 और प्रेस एवं आधिकारिक प्रसारण अधिनियम (पीआरपी अधिनियम)- 2023 और इसके नियमों को अपने राजपत्र में अधिसंचित कर दिया है। इसके साथ ही यह अधिनियम एक मार्च से लागू हो गया है। अधिसूचना के अनुसार आएनआई का नाम बदलकर प्रेस रजिस्ट्रार जनरल ऑफ इंडिया (पीआरजीआई) कर दिया गया है। अब से प्रिकारों का पंजीकरण प्रेस एवं आधिकारिक प्रसारण मंत्री अनुराग योगी द्वारा विशेष व्यक्तिगत प्रस्तुत करना चाहिए। इसके पहले सूचना और प्रसारण मंत्री अनुराग योगी द्वारा विशेष व्यक्तिगत प्रस्तुत करना चाहिए। इसके पारंपरिक विशेष व्यक्तिगत प्रस्तुत करना चाहिए। यह अपराध महंत विशेष व्यक्तिगत प्रस्तुत करना चाहिए। यह अपराध महंत विशेष व्यक्तिगत प्रस्तुत करना चाहिए।

प्रिकारों के पंजीकरण अधिनियम (पीआरपी अधिनियम)- 2023 और प्रेस एवं आधिकारिक प्रसारण अधिनियम (पीआरपी अधिनियम)- 2023 और इसके नियमों को अपने राजपत्र में अधिसंचित कर दिया है। इसके साथ ही यह अधिनियम एक मार्च से लागू हो गया है। अधिसूचना के अनुसार आएनआई का नाम बदलकर प्रेस रजिस्ट्रार जनरल ऑफ इंडिया (पीआरजीआई) कर दिया गया है। अब से प्रिकारों का पंजीकरण प्रेस एवं आधिकारिक प्रसारण मंत्री अनुराग योगी द्वारा विशेष व्यक्तिगत प्रस्तुत करना चाहिए। इसके पहले सूचना और प्रसारण मंत्री अनुराग योगी द्वारा विशेष व्यक्तिगत प्रस्तुत करना चाहिए। इसके पारंपरिक विशेष व्यक्तिगत प्रस्तुत करना चाहिए। यह अपराध महंत विशेष व्यक्तिगत प्रस्तुत करना चाहिए। यह अपराध महंत विशेष व्यक्तिगत प्रस्तुत करना चाहिए।

प्रिकारों के पंजीकरण अधिनियम (पीआरपी अधिनियम)- 2023 और प्रेस एवं आधिकारिक प्रसारण अधिनियम (पीआरपी अधिनियम)- 2023 और इसके नियमों को अपने राजपत्र में अधिसंचित कर दिया है। इसके साथ ही यह अधिनियम एक मार्च से लागू हो गया है। अधिसूचना के अनुसार आएनआई का नाम बदलकर प्रेस रजिस्ट्रार जनरल ऑफ इंडिया (पीआरजीआई) कर दिया गया है। अब से प्रिकारों का पंजीकरण प्रेस एवं आधिकारिक प्रसारण मंत्री अनुराग योगी द्वारा विशेष व्यक्तिगत प्रस्तुत करना चाह