

खुद को महान एक्टर नहीं मानते सूर्यी भाई कार्ति को लेकर बोले- ‘मैं उनके जैसी फिल्में नहीं कर सकता’



तमिल स्टार सूर्या इन दिनों अपनी हालिया रिलीज फिल्म 'रेट्रो' को लेकर चर्चाओं में बने हुए हैं। फिल्म को दर्शकों और क्रिटिक्स की मिली-जुली प्रतिक्रिया मिल रही है। अब फिल्म की चर्चाओं के बीच सूर्या ने अपने भाई और तमिल अभिनेता कार्ति को लेकर बात की। उन्होंने बताया कि आखिर क्यों वो कार्ति द्वारा चुनी गई फिल्मों को नहीं कर सकते। साथ ही उन्होंने अपने और भाई कार्ति के फिल्म चयन को लेकर भी बात की। 'मैं कभी कार्ति जैसा नहीं हो

अभिनेता कार्ति को लेकर बात की। उन्होंने बताया कि आखिर क्यों वो कार्ति द्वारा चुनी गई फिल्मों को नहीं कर सकते। साथ ही उन्होंने अपने और भाई कार्ति के फिल्म चयन को लेकर भी बात की।
 ‘मैं कभी कार्ति जैसा नहीं हो

मेट गाला के रेड कारपेट पर सबसे ज्यादा चमकीं प्रियंका चोपड़ा, आलिया व दीपिका भी हुए शामिल

न्यूयॉर्क का मेट्रोपॉलिटन म्यूजियम ऑफ आर्ट हर साल मई के पहले सोमवार को फैशन की दुनिया का सबसे बड़ा उत्सव 'मेट गाला' आयोजित करता है। इस साल यह सोमवार 5 मई 2025 को आयोजित किया जाएगा। भारतीय समयनुसार इसे मंगलवार सुबह 3:30 बजे देखा जा सकता है। इस साल मेट गाला भारतीय सिनेमा और फैशन के लिए खास होने वाला है क्योंकि बॉलीवुड के बादशाह शाहरुख खान से लेकर अभिनेत्री कियरा आडवाणी तक, कई भारतीय सितारे रेड कारपेट पर अपनी मौजूदगी दर्ज कराएंगे। इस खबर में पढ़िए 'मेट गाला' से जुड़ी हर एक जानकारी...
मेट गाला क्या है?
मेट गाला को 'फैशन का ऑस्कर' भी कहा जाता है, न्यूयॉर्क के मेट्रोपॉलिटन म्यूजियम ऑफ आर्ट के कॉस्ट्र्यूम इंस्टीट्यूट के लिए फेंड जुटाने वाला एक वार्षिक आयोजन है। 1948 में शुरू हुआ यह इवेंट पहले एक साधारण डिनर पार्टी था, लेकिन अब यह फैशन, कला और संस्कृति का सबसे बड़ा मंच बन चुका है। हर साल एक खास थीम के ईर्द-गिर्द सितारे अपने



शॉर्ट रेड फ्रेस पहन निया शर्मा ने दिखाया हूसन का जलवा

निया शर्मा टीवी की सबसे पॉपुलर एक्ट्रेस में से एक हैं। वे आए दिन अपनी तस्वीरों से इंटरनेट का पारा बढ़ाए रहती हैं। उनकी लेटेस्ट तस्वीरें भी फैस के दिलों को धायल कर रही हैं। निया शर्मा ने टीवी पर कई सीरियल्स में काम किया है और घर-घर पहचान बनाई है। फिलहाल एक्ट्रेस लाप्टर शोफ टू में अपनी कुकिंग स्किल दिखाती है।

के साथ काफी अट्रैक्टिव थी हालांकि पूरी ड्रेस सिंपल थी लेकिन हेमलाइन पर की ग डिटेलिंग ने पूरे लुक को और बेहतर बना दिया थी। ड्रेस के हेमलाइन टिवस्टेड फैब्रिक से सजी हुई थी जो गुलाबों व बुटीक की तरह लग रही थी। उन्होंने इस फिटेड मिनी ड्रेस के फेरणामों के रेड बेज हील्स के साथ पेयर किया था।

नजर आ रही हैं। निया शर्मा एक फैशनिस्टा भी हैं और अक्सर अपने ग्लैमरस अंदाज से सुर्खियों में छाई रहती हैं। निया ने हाल ही में रेड कलर की मिनी ड्रेस में अपनी कई तस्वीरें शेयर की हैं, और उनके फैस उनके अट्रैक्टिव लुक को देखते हुए बहुत चाहा गया हैं। एकसेरीज के लिए, निया ने थी लेयर वाला नेकलेस, एवं बिह हूप इयररिंग, ब्यूटिफुल गोल्ड कंगन और गोल्ड रिंग्स का एक सेट पहना हुआ है। निया ने अपने बालों को सॉफ्ट कर्ल किया हुआ है और ग्लैमरस मेकअप में वै बला की हसीला लागत ही है। इस तम्तमीमें दिया

दखकर दग रह गए हैं। निया शर्मा ने अपने इंस्टाग्राम पर रेड कलर की मिनी ड्रेस में अपनी कई तस्वीरें शेयर की हैं। फोटोज में वह कुछ ग्लैमरस पोज देती नजर आ रही हैं। निया ने अपने शानदार लुक के लिए स्लीवलेस मिनी ड्रेस चुनी जो प्लांजिंग वी-नेकलाइन लग रहा है। इस तस्वीर में निया अपनी कातिल अदाओं से दीवाना बनाती नजर आ रही है। निया ने रेड कलर की ड्रेस में एक से बढ़कर एक पोज दिए हैं। निया की ये तस्वीरें सोशल मीडिया पर अब आग लगा रहे हैं। फैंस एक्ट्रेस के इस रेड लुक के दीवाने हो गए हैं।

लाप्टॉप शेफ्स शो के समर्थ जुरेल ने कहा- अंकिता लोखडे जैसी गलफ्रिंड चाहिए



रहा था, इसलिए मनना के साथ सिर्फ दोस्ती है। शो के एक मजेदार हिस्से में अमन ने समर्थ से उनके लापटर शेफ्स के साथियों को मिर्च, चीनी, नींबू कड़वा जैसे नाम देने को कहा। समर्थ ने सुदेश लेहरी को नींबू कहा, क्योंकि वे अनुभवी होने के बावजूद वैसे ही हैं। विक्की जैन को चीनी यानी मीठा बताया, क्योंकि वे पार्टी में सभी मेहमानों का गर्मजोशी से स्वागत करते हैं। समर्थ ने कहा, मैंने उनसे यह सीखा है। समर्थ ने एकता कपूर की तारीफ पर खुशी जताई। उन्होंने कहा, एकता मैम ने मेरे काम की सराहना की, यह मेरे लिए बड़ा मौका है।

लॉप्टप शेफ शो सीजन 2

समथ लाफ्टर शफ्स 2 म
अंकिता, विक्की, रुबीना, सुदेश
लेहरी, एल्विश यादव, कृष्णा
अभिषेक, निया शर्मा, करण कुंद्रा
और राहुल वैद्य के साथ दिख रहे
हैं। शो को भारती सिंह होस्ट
करती हैं और शेफ हरपाल सिंह
सोची जज करते हैं।

एजाज खान पर लगा रेप का आरोप
काम दिलवाने और धर्म बदलकर¹
शादी करने का किया था वादा

हाउस अरेस्ट फेम एक्टर एजाज खान की मुश्किलें बढ़ गई हैं। हाउस अरेस्ट मामले में एफआईआर दर्ज होने के बाद अब एजाज खान के खिलाफ मुंबई के चारकोप पुलिस स्टेशन में रेप का मामला दर्ज हुआ है। एक्ट्रेस की शिकायत पर चारकोप पुलिस ने एजाज के खिलाफ दुष्कर्म का मामला दर्ज किया।



हॉलीवुड में डेब्यू करेंगी सलमान की गर्लफ्रेंड
यूलिया वंतूर, इस एक्टर का मिलेगा साथ

सलमान खान की रूमर्ड गर्लफ्रेंड यूलिया वंतूर जल्द ही हॉलीवुड फिल्म में नजर आने वाली हैं। आज ही यह जानकारी सोशल मीडिया पर आई है, जिससे इस बात की पुष्टि होती है कि वह जल्द ही 'ईकोज ऑफ अस' में नजर आएंगी।

ईकोज ऑफ अस' की स्टार कास्ट और थ्रिलिंग

ईकोज ऑफ अस' एक अंग्रेजी भाषा की फिल्म होगी, जिसमें यूलिया वंतूर के अलावा पूजा बत्रा, दीपक तिजोरी और स्पेनिश अभिनेत्री एलसेंद्रा व्हेलन मैरिज नजर आएंगी। इस फिल्म का निर्देशन जो राजन करेंगे, जिन्होंने लव यू सोनियो से अपने निर्देशन करियर की शुरुआत की थी। बहरहाल, फिल्म की शुटिंग आज से शुरू हो चुकी है। इस फिल्म में यूलिया महत्वपूर्ण भूमिका निभाएंगी।

अभिनेत्री पूजा बत्रा के एलायंस मीडिया प्राइवेट लिमिटेड के तहत किया जाएगा।

यूलिया का करियर और चर्चा

यूलिया वंतूर एक रोमानियाई अभिनेत्री, गायिका और मॉडल हैं। यूलिया ने रोमानिया में मॉडलिंग और टेलीविजन प्रस्तुतकर्ता के रूप में काम किया।

भारत में आने के बाद, उन्होंने संगीत में भी हाथ आजमाया और कई गानों में अपनी आवाज दी है, जैसे कि हिमेश रेशमिया के साथ एवरी नाइट एंड डे। यूलिया ने बॉलीवुड में कई फिल्मों में आइटम नंबर किए हैं। हालांकि, उन्हें सबसे ज्यादा सलमान खान के साथ उनके संवर्धों के कारण जाना जाता है। यूलिया ने सलमान खान की फिल्म राधे: योर मोस्ट वांटेड भाई

भूमका में नजर आएंगा। फिल्म का निर्माण के गाने सोटामार में भी अपनी आवाज दी है।

प्रियामणि ने मनोज बाजपेयी के बारे में किया बड़ा खुलासा, हैरान रह गए फैंस

ਪ੍ਰਾਚੀ ਪ੍ਰਾਚੀਨੀ ਦੀ ਲਿਖਿਤ

मनाज बाजपया का माननीय बॉलीवुड के दिग्गज कलाकारों में होती है। वो अपनी इंटरेस एक्टिंग के लिए जाने जाते हैं। दर्शक इन दिनों मनोज बाजपेयी की सुपरहिट वेब सीरीज 'द फैमिली मैन' के तीसरे सीजन का बेसब्री से इंतजार कर रहे हैं। इस सीरीज में मनोज बाजपेयी श्रीकांत तिवारी के किरदार में नजर आए हैं। अब सीरीज में श्रीकांत तिवारी की पत्नी

का रोल निभाने वाली प्रियामणि ने
अपने सह-कलाकार मनोज
बाजपेयी को लेकर एक रोचक

तथ्य साझा किया है। जो उनके बारे में एक बड़ा खुलासा भी है।
मनोज बाजपेयी एक बेहतरीन डांसर है
मनोज बाजपेयी के अभिनय का तो हर कोई कायल है। लेकिन मनोज बाजपेयी को डांस करते काफी कम देखा गया है। मनोज बाजपेयी कभी भी खुद को डांसर नहीं मानते हैं। अब प्रियामणि ने मनोज बाजपेयी को लेकर एक बड़ा खुलासा करते हुए उन्हें एक बेहतरीन डांसर बताया है। ह्यूमन्स ऑफ टॉप्से मेरे बात करते दिया



प्रियामणि ने द फैमिली मैन से जुड़ा एक रोचक किस्सा सुनाया। अभिनेत्री ने कहा, “मनोज बाजपेयी के साथ काम करना और उन्हें स्क्रीन पर देखना बेहद मजेदार है। मुझे नहीं लगता कि किसी ने इसे रिकॉर्ड किया है, लेकिन मनोज सर ने वास्तव में विककी कौशल के गाने ‘तौबा तौबा’ का स्टेप किया, जिसे देखकर हम पागल हो गए।”

कॉपी किया ‘तौबा-तौबा’ का हुक्म स्टेप



स्वतंत्र वार्ता, हैदराबाद

मंगलवार, 6 मई 2025

9

यूरिक एसिड बढ़ने का सता रहा है डर? शुरू कर दीजिए ये उपाय



यूरिक एसिड बढ़ने की समस्या के बारे में आपने भी ज़रूर सुना होगा, ये स्थिति कई प्रकार की दिक्कतों को बढ़ावा लाती हो सकती है। यूरिक एसिड हमारे शरीर में पाया जाने वाला एक प्रकार का अपशिष्ट पदार्थ है जो यूरीन नामक यौगिकों के ब्रेकडाउन से बनता है। यूरीन पदार्थों में प्राकृतिक रूप से पापाजाते हैं। शरीर यूरीन को तोड़ता है, यह यूरिक एसिड का उत्पादन करता है। इन चीजों से बचाव के लिए ज़रूरी है कि आप विवर और शरीर, उच्च वसा वाले खाद्य पदार्थ, जैसे डेप्टर उत्पाद और रेड बीट का सेवन करें।

बजन को रखें कंट्रोल

यूरिक एसिड और इसके कारण होने वाली समस्याओं से बचाव का दूसरा उपाय है—बजन को कंट्रोल में रखना। शरीर आपको यूरिक एसिड को बाहर निकाल देती है, हालांकि अगर इसकी मात्रा बढ़ जाए तो इससे गाउट या आर्थराइटिस की समस्या आपको खाली चीजों में पाया जाता है। सामान्यतौर पर हमारी किडनी शरीर से अतिरिक्त यूरिक एसिड को बाहर निकाल देती है, हालांकि अगर इसकी मात्रा बढ़ जाए तो इससे गाउट या आर्थराइटिस की समस्या आपको खाली चीजों में पाया जाता है।

हाई यूरिक एसिड की स्थिति में गाउट, उगलियों में दर्द, किडनी स्टोन जैसी समस्याओं का खतरा बढ़ जाता है, इसलिए आहार और लाइफस्टाइल को ठीक रखते हुए विशेषज्ञ सलाह देते हैं कि सभी लोग अपने वन को नियन्त्रित करने के लिए प्रयास करें। बजन को कंट्रोल में रखने से डायबिटीज और हृदय रोगों के जोखिम को कम किया जा सकता है।

इन बातों की रखें ध्यान

यूरिक एसिड को कंट्रोल में रखने लिए आपको नियमित रूप से कुछ ज़मा हो सकता है। यूरिक एसिड का बढ़ना शरीर में कई प्रकार की समस्याओं का कारण बन सकता है। यदि आपके शरीर में यूरिक एसिड की मात्रा अधिक है, तो यूरिक एसिड को नियमित रूप से कुछ ज़मा हो सकता है। यूरिक एसिड का बढ़ना शरीर में कई प्रकार की समस्याओं का खतरा बढ़ जाता है। यदि आपके शरीर में यूरिक एसिड की मात्रा अधिक है, तो यूरिक एसिड को नियमित रूप से कुछ ज़मा हो सकता है। यूरिक एसिड का बढ़ना शरीर में कई प्रकार की समस्याओं का कारण बन सकता है।

फुटोज और शुगर का सेवन करें, विशेष रूप से सॉफ्ट डिंक्स की मात्रा अधिक है। यूरिक एसिड को नियमित रूप से कुछ ज़मा हो सकता है। यूरिक एसिड का बढ़ना शरीर में कई प्रकार की समस्याओं का कारण बन सकता है। यदि आपके शरीर में यूरिक एसिड की मात्रा अधिक है, तो यूरिक एसिड को नियमित रूप से कुछ ज़मा हो सकता है। यूरिक एसिड को नियमित रूप से कुछ ज़मा हो सकता है। यदि आपके शरीर में यूरिक एसिड की मात्रा अधिक है, तो यूरिक एसिड को नियमित रूप से कुछ ज़मा हो सकता है। यदि आपके शरीर में यूरिक एसिड की मात्रा अधिक है, तो यूरिक एसिड को नियमित रूप से कुछ ज़मा हो सकता है। यदि आपके शरीर में यूरिक एसिड की मात्रा अधिक है, तो यूरिक एसिड को नियमित रूप से कुछ ज़मा हो सकता है।

रोजाना 30 मिनट की वाँक या किडनी की अच्छी समस्याओं का भी जोखिम हो सकता है। आप कुछ सुधरता है और कई प्रकार की शरीरिक समस्याओं का जोखिम कम होता है।

दफ्तर जाने वाली महिलाओं के बैग में ज़रूर होने चाहिए ये स्किन केयर प्रोडक्ट

कमकाजी महिलाएं इस गर्मी के मौसम और प्रदूषण भेरे माहील में घर से निकलती हैं, जिसका असर उनकी त्वचा पर साफ दिखता है। शाम को जब घर पहुंचती है तो धूल मिट्टी और पसीने से उनका चेहरा अपनी प्राकृतिक रसंत खो सकता है। ऐसे में दफ्तर जाने वाली महिलाओं को दिनभर की भागदाढ़ी और प्रदूषण भेरे माहील में त्वचा की देखभाल करना बेहद ज़रूरी है। उन्हें अपनी त्वचा को सुरक्षित और साफ रखने के लिए रोजाना दफ्तर और घर के कामों में व्यस्तता महिलाएं इसे नवरअंडाज कर सकती हैं। लेकिन महज पांच स्किन केयर प्रोडक्ट हैं, जिसे महिलाओं को दफ्तर जाने समय अपने बैग में रख लेना चाहिए। वह स्किन केयर उत्पाद आपको पूरा लाइफ और ग्लोबलिंग दिखाने में मदद करते हैं। आइए जानते हैं उन पांच उत्पादों के बारे में जो दफ्तर जाने वाली महिलाओं को अपने बैग में ज़रूर रखना चाहिए।

फेस वाइप

दिनभर धूल-मिट्टी और पसीने की वजह से चेहरा चिपचिपा हो सकता है। ऐसे में फेस वाइप से चेहरा तुरंत साफ कर फ्रेश पाया जा सकता है।

सनलक्रीन लोशन या स्प्रे



दफ्तर आते-जाते धूप और UV क्रिएण्स से बाम चेहरे को फ्रेश लुक देता है।

फेस गिर्ल

दिनभर की थकान और ड्राइ स्किन से रहत पाने के लिए फेस मिस्ट बहुत कारगर है। चेहरे पर हाल्का स्प्रे करने से स्किन नुतंत रिफ्रेश और लगाना जा सकता है। एसपीएफ 30 से अधिक, खासकर एसपीएफ 50 वाला सनस्क्रीन साथ स्प्रे बोतल साथ रख सकते हैं।

हैंड क्रीम

दिनभर कंप्यूटर, फोन और कागजों के छुते समय हाथ रुख्ख हो सकते हैं। एक अच्छी हैंड क्रीम से हाथों को मुलायम रखें। अपने बैग में एसपीएफ युक्त लिप लाम होना देता है। हल्का टिटेड लिप

बुजुर्ग ही नहीं अब बच्चों में भी बढ़ रहे हैं गठिया के मामले, क्या है इसकी वजह?



आर्थराइटिस (हड्डियों की समस्या) परे शरीर की संरचना को प्रभावित करने वाली ही सकती है। आपत्तौर पर इसे उन बढ़ने के साथ होने वाली समस्या के तौर पर जाना जाता है, पर हाल के तौर पर एक आंख के चाहे भी देरी होती है। इस कारण जोड़ों को स्थायी तौर पर नक्सन पहुंचता है यह बीमारी जोड़ों को ही नहीं किडनी सहित शरीर के दूसरे अंगों को भी प्रभावित करती है।

चौंक ये सोच रही है कि आर्थराइटिस सिर्फ उम्र बढ़ने के साथ ही होती है इसलिए बच्चों में इसके लक्षणों पर ध्यान नहीं दिया जाता है, जिसके कारण उनका समय पर इलाज नहीं हो पाता है। कैसे जानें कहीं आपका बच्चा भी तो नहीं हो गया शिकायत?

स्वास्थ्य विशेषज्ञ बताते हैं, आर्थराइटिस (जोड़ीए) को मुख्य रूप से स्वास्थ्य विशेषज्ञ ऑटोइम्यून डिजीज मानते हैं, जिसमें शरीर की प्रतिरक्षा प्रणाली स्वास्थ्य कोशिकाओं पर एक टेक करते हैं जिससे बच्चों में सूजन और दर्द की विकास होती है।

कुछ अध्ययन बताते हैं कि जोड़ीए की स्थिति जोड़ों के अलावा समय पर पता न चल पाने का एक बड़ा कारण ये रहत है कि बच्चे अपनी समस्या को पहचान नहीं पाते हैं और जोड़ों के दर्द की शिकायत नहीं होती है। अगर इसका उपचार न किया जाए तो इसके कारण कई प्रकार की स्वास्थ्य संबंधित जिलताओं को सबसे पायादेंदर पाया जाता है।

केवल दो सप्ताह के बाद ही, डैश डाइट का पालन करने से रक्तचाप को काफ़ी सुधार आया। इससे कोलेस्ट्रॉल को खत्तर होता है और वार्षिक डिसेंट्रल प्लान के लिए डैश डाइट प्लान को लेकर बदलने में भी मदद मिलती।

हृदय को स्वास्थ रखने के लिए क्या क्या

खाना टीका है?

स्वास्थ्य विशेषज्ञ कहते हैं, हैंट को बीमारियों से बचाए रखने में आर्थराइटिस (जोड़ीए) को आधार में सूजन और दर्द की विकास होती है। इन प्रतिरक्षितों के आधार पर जाना चाहिए।

स्वास्थ्य विशेषज्ञ कहते हैं, हैंट को बीमारियों से बचाए रखने के लिए एक अच्छी विकास होती है। इन प्रतिरक्षितों के आधार पर जाना चाहिए।

स्वास्थ्य विशेषज्ञ कहते हैं, हैंट को बीमारियों से बचाए रखने के लिए एक अच्छी विकास होती है। इन प्रतिरक्षितों के आधार पर जाना चाहिए।

स्वास्थ्य विशेषज्ञ कहते हैं, हैंट को बीमारियों से बचाए रखने के लिए एक अच्छी विकास होती है। इन प्रतिरक्षितों के आधार पर जाना चाहिए।

स्वास्थ्य विशेषज्ञ कहते हैं, हैंट को बीमारियों से बचाए रखने के लिए एक अच्छी विकास होती है। इन प्रतिरक्षितों के आधार पर जाना चाहिए।

स्वास्थ्य विशेषज्ञ कहते हैं, हैंट को बीमारियों से बचाए रखने के लिए एक अच्छी विकास होती है। इन प्रतिरक्षितों के आधार पर जाना चाहिए।

स्वास्थ्य विशेषज्ञ कहते हैं, हैंट को बीमारियों से बचाए रखने के लिए एक अच्छी विकास होती है। इन प्रतिरक्षितों के आधार पर जाना चाहिए।

स्वास्थ्य विशेषज्ञ कहते हैं, हैंट को बीमारियों से बचाए रखने के लिए एक अच्छी विकास होती है। इन प्रतिरक्षितों के आधार पर जाना चाहिए।

स्वास्थ्य विशेषज्ञ कहते हैं, हैंट को बीमारियों से बचाए रखने के लिए एक अच्छी विकास होती है। इन प्रतिरक्षितों के आधार पर जाना चाहिए।

स्वास्थ्य विशेषज्ञ कहते हैं, ह

