



हर खबर पर हमारी पकड़

नजफगढ़ मैट्रो



पेज-11: विराट के वनडे कप्तानी पर भी खतरा

वर्ष: 12, अंक: 24, पृष्ठ: 12 || नई दिल्ली 16 सितंबर से 30 सितंबर 2021 RNI No. DELHIN/2009 28409 || मूल्य: ₹ 5

पेज-12: उर्वशी किरी से भिड़ने को तैयार

न्यूज फ्लैश

न्यूजीलैंड ने रद्द किया पाकिस्तान का दौरा

रावलपिंडी: न्यूजीलैंड क्रिकेट टीम ने सुरक्षा कारणों का हवाला देते हुए पाकिस्तान का दौरा रद्द कर दिया है।

इमरान खान ने की थी न्यूजीलैंड की पीएम से बात: पाकिस्तान ने इस दौर के बचने की पूरी कोशिश की।

हरियाणा: पांच जिलों में आज से पहले में होगी महिला सिपाही परीक्षा

चंडीगढ़: हरियाणा महिला पुलिस परीक्षा कड़े सुरक्षा पहरे में शनिवार और रविवार को पांच जिलों में होगी।

हिमाचल में 22 सितंबर से स्कूल खोलने की तैयारी

शिमला: हिमाचल प्रदेश में 22 सितंबर से पांचवीं सहित आठवीं से बारहवीं कक्षा के विद्यार्थियों के लिए स्कूलों को खोलने की तैयारी है।

नजफगढ़-ढांसा बस स्टैंड के बीच आज से दौड़ेगी मेट्रो, पुरी और केजरीवाल करेंगे उद्घाटन

नई दिल्ली: दिल्ली मेट्रो की ग्रे लाइन पर नजफगढ़ और ढांसा बस स्टैंड स्टेशन के बीच शनिवार शाम पांच बजे से यात्रियों के लिए सेवाएं शुरू कर दी जाएंगी।

सिद्ध पॉलिटिक्स के राखी सावंत: आप

चंडीगढ़/एजेसी आम आदमी पार्टी (आप) पंजाब के सह प्रभारी और दिल्ली से विधायक राघव चड्ढा ने नवजोत सिंह सिद्ध को पंजाब की राजनीति का राखी सावंत बताया है।



खिलाफ रोजाना बयानबाजी कर रहे थे लेकिन आलाकमान की फटकार के बाद वह चुप हैं।

जीएसटी: कोविड-कैंसर की दवाएं हुई सस्ती, ऐप से खाना मंगाना पड़ा महंगा

नई दिल्ली/एजेसी कोविड के बाद पहली बार हुई जीएसटी काउंसिल की फिजिकल मीटिंग में कई अहम फैसले लिए गए।



डिलीवरी की जाएगी। कोई नया टैक्स नहीं लगाया गया है, लेकिन कई आइटम के टैक्स रेट में बढ़ोतरी की गई है।

किए जाने के बाद से लगता रहा है। सरकार ने इसको लेकर क्लेरिफिकेशन जारी किया है।



उर्वशी रौतेला

किसी से भी भिड़ने के लिए तैयार, खुलेआम दे दी चुनौती!

खूबसूरती के मामले में सबको पीछे छोड़ने वाली एक्ट्रेस उर्वशी रौतेला (Urvashi Rautela) सोशल मीडिया पर खूब एक्टिव रहती हैं। उर्वशी अपनी हसीन तस्वीरों और वीडियो सोशल मीडिया पर साझा करती रहती हैं। अब उन्होंने एक ऐसी तस्वीर साझा की है, जिसे देखने के बाद आप एक बार जरूर घबराएंगे। उर्वशी की ये तस्वीर सोशल मीडिया पर छाई हुई है। तस्वीर शेयर करने के साथ ही उर्वशी ने फैंस को एक चैलेंज के साथ ही चेतावनी भी दे दी है।

उर्वशी बन गई हैं योद्धा

उर्वशी रौतेला (Urvashi Rautela) इस तस्वीर में हाथ में रॉड पकड़े नजर आ रही हैं। उर्वशी रौतेला पूरी तरह एक योद्धा की तरह तैयार हैं। उर्वशी ने अपने ट्रेनिंग सेशन के दौरान ये तस्वीर क्लिक कराई है। उर्वशी की फिट बॉडी तस्वीर में साफ नजर आ रही है। लोगों को उर्वशी का ये अंदाज शानदार लग रहा है। इन दिनों उर्वशी वर्कआउट पर खूब ध्यान दे रही हैं। उर्वशी की मेहनत भी उनकी फिट बॉडी को देखने के बाद साफ नजर आती है।

उर्वशी ने दी चुनौती

उर्वशी रौतेला (Urvashi Rautela) ने अपने फॉलोअर्स को इस फोटो को पोस्ट करने के साथ ही चुनौती दे दी है। उर्वशी ने कैप्शन में लिखा, क्या तुम मुझसे लड़ना चाहते हो? अब समय है। क्या तुम मुझसे लड़ना चाहते हो? लाइन में खड़े हो। क्या तुम मुझसे लड़ना चाहते हो? हाथों हाथ। क्या तुम मुझसे लड़ना चाहते हो? अब आपका मौका है। चलो इसे करते हैं।

इस सीरीज में आएंगी नजर

उर्वशी रौतेला (Urvashi Rautela) ने फोटो शेयर करते हुए कैप्शन में लिखा, खोजिए अगर आप मुझे खोज सकते हैं तो, बेस्ट कैप्शन विंस सबेबीउर्वी सहेडगर्ल। इस तस्वीर पर खूब लाइक्स और कमेंट आ रहे हैं। उर्वशी रौतेला के फैंस उनकी तारीफें करते नहीं थक रहे हैं। बता दें, हाल ही में उर्वशी (Urvashi Rautela) अरब के सुपरस्टार मोहमद रजमान के साथ वर्साचे बेबी (Versace Baby) में नजर आई थीं। आने वाले समय में वह जिओ स्टूडियो की आने वाली वेब सीरीज इम्पेक्टर अविनाश में रणदीप हुड्डा के साथ नजर आने वाली हैं।



यशदास या निखिल जैन नहीं कुछ और है नुसरत जहां के बच्चे के पिता का नाम, सामने आया बर्थ सर्टिफिकेट



जानी-मानी बांग्ला एक्ट्रेस और टीएमसी सांसद नुसरत जहां इन दिनों अपनी पर्सनल लाइफ को लेकर जबरदस्त सुर्खियों में हैं। उन्होंने कुछ समय पहले ही बेटे को जन्म दिया है। नुसरत, पति निखिल जैन से अलग हो चुकी हैं और बॉयफ्रेंड यशदास गुप्ता उनके साथ कई मौकों पर नजर आ चुके हैं। इन सबके बीच इस बात को लेकर सस्पेंस बना हुआ था कि नुसरत अपने बच्चे के पिता का नाम किसे देंगी। वहीं, अब ये सस्पेंस खत्म हो चुका है। नुसरत जहां के बेटे का बर्थ सर्टिफिकेट सामने आया है, जिसमें पिता का नाम भी लिखा हुआ है। लेकिन पिता का नाम देखकर कई लोग कंप्यूज हो रहे हैं, क्योंकि ये ना तो यश है और ना ही निखिल।

कोलकाता म्युनिसिपल कॉर्पोरेशन के डॉक्यूमेंट के मुताबिक नुसरत जहां ने अपने बच्चे का नाम ईशान जे दासगुप्ता रखा है। वहीं, बच्चे के पिता का नाम लिखा है- देबाशीश दासगुप्ता... अगर आप भी ये नाम देखकर कंप्यूज हो गए तो बता दें कि ये असल में यशदास गुप्ता का ही रियल नाम है। वहीं, इसके साथ ही ये साफ हो गया है कि नुसरत जहां के बेटे के पिता यशदास गुप्ता ही हैं। यश, नुसरत की प्रेग्नेसी से लेकर डिलिवरी के दौरान भी उनके साथ खड़े नजर आए थे। वहीं, जब नुसरत बच्चे को लेकर अस्पताल से घर लौट रही थीं तो उस दौरान भी गाड़ी यश ही चलाते दिखाई दिए थे।

बता दें कि नुसरत ने 26 अगस्त को एक बेटे को जन्म दिया था। उन्होंने जब अपनी प्रेग्नेसी का ऐलान किया था तब वो अपने पति निखिल जैन से अलग हो चुकी थीं और यश दासगुप्ता को डेट कर रही थीं। नुसरत और निखिल की शादी 2019 को तुर्की में हुई थी। लेकिन कुछ समय बाद ही उनके रिश्ते में दरार आ गई और दोनों ने ही अलग होने का फैसला कर लिया।

श्रद्धा कपूर का Fitness Secret जान लिया तो आप भी रखें खुद को Fit, 'यादा मुशिकल नहीं है एक्ट्रेस का Workout Routine



एक्ट्रेस श्रद्धा कपूर (Shraddha Kapoor) अपनी शानदार एक्टिंग और खूबसूरती के अलावा फिटनेस के लिए भी लोगों के बीच चर्चा में रहती हैं। सोशल मीडिया पर श्रद्धा (Shraddha Kapoor) अक्सर फिटनेस वीडियो शेयर करती हैं। हालांकि श्रद्धा (Shraddha Kapoor) अपनी फिटनेस को बनाए रखने के लिए काफी मेहनत करती हैं। वो कई तरह की एक्सरसाइज करने के साथ-साथ अपने खाने का खास खयाल रखती हैं।

श्रद्धा हर दिन वर्कआउट करती हैं। जिम में श्रद्धा फैट बर्निंग कार्डियो के साथ-साथ योगा और मेडिटेशन भी करती हैं। इसके अलावा जब कभी वो जिम नहीं जा पातीं तब वो डांस जरूर करती हैं। श्रद्धा को जुंबा, बेली डांस और हिप-हॉप करना पसंद है।

फिट रहने के लिए वर्कआउट के साथ-साथ सही डाइट बेहद जरूरी होती है और ये बात श्रद्धा कपूर अच्छी तरह से जानती हैं। श्रद्धा कपूर को घर का खाना पसंद है। मीडिया रिपोर्ट्स के मुताबिक, एक्ट्रेस श्रद्धा के वक्त भी अपना खाना घर से पैक करवा कर ले जाती हैं। श्रद्धा अपनी डाइट में एग, फिश, ताजा फल और सब्जियों को जरूर शामिल करती हैं।

ब्रेकफास्ट नाश्ते में श्रद्धा को उपमा, पोहा, अंडे का सफेद भाग या फिर ऑमलेट खाना पसंद है।

लंच दोपहर में श्रद्धा अपने खाने में दाल, रोटी और हरी सब्जियों को शामिल करती हैं। डिनर रात में श्रद्धा दाल, ग्रिल्ड फिश या फिर फिश करी के साथ रोटी या ब्राउन राइस खाती हैं।

मीडिया रिपोर्ट्स के मुताबिक, श्रद्धा 8 बजे से पहले अपना डिनर कर लेती हैं और 11 बजे तक सो जाती हैं। साथ ही खुद को हाइड्रेट रखने के लिए दिन भर में खूब सारा पानी पीती हैं।

शिल्पा शेट्टी

मां वैष्णों देवी के मंदिर पर माथा टेकने पहुंची कटरा, रास्ते भर जपती रहीं माता का नाम



बॉलीवुड एक्ट्रेस शिल्पा शेट्टी और उनके पति राज कुंद्रा पर मुंबई पुलिस की फ़ाइल में सप्लीमेंट्री चार्जशीट फाइल की थी। पोन केस में ये नई जानकारी सामने आने के बाद शिल्पा शेट्टी की कुछ तस्वीरें सोशल मीडिया पर वायरल हो रही हैं। हाल ही में जम्मू-कश्मीर के कटरा में स्पॉट हुई हैं। यहां पर वो माता वैष्णो देवी के मंदिर में माथा टेकने पहुंची थीं।

इस दौरान एक्ट्रेस ने अपने चेहरे को मास्क से ढक रखा है और साथ में उनकी टीम के कुछ लोग भी दिखाई दे रहे हैं।

शिल्पा शेट्टी बुधवार को मुंबई एयरपोर्ट पर ट्रेडिशनल लुक में नजर आई थीं। इसके बाद वो जम्मू-कश्मीर के कटरा में नजर आईं। न्यूज एजेंसी एएनआई ने शिल्पा की कुछ तस्वीरें शेयर की हैं, जिसमें वो अपनी टीम के साथ माता के दर्शक को जाती दिख रही हैं। उन्होंने चेहरे को मास्क से ढका हुआ है। एक तस्वीर में घोड़े की सवारी करती भी नजर आ रही हैं। बताया जा रहा है एक्ट्रेस 13 किलोमीटर चल कर माता के मंदिर तक पहुंचीं, उन्होंने कटरा बेसकैंप से घोड़े पर बाकी की यात्रा की।

एक्ट्रेस की सुरक्षा करते पुलिसकर्मी भी तस्वीरों में नजर आ रहे हैं। बताया जा रहा है कि इस दौरान एक्ट्रेस ने मीडिया से भी बात की और कहा- %में यहाँ आकर बहुत खुश हूँ। माता के बुलावे पर मैं इतनी दूर से उनके दर पर माथा टेकने यहाँ तक आ पाई हूँ%। एक्ट्रेस अपनी पूरी यात्रा के दौरान %जय माता दी% जपती रहीं।