CCI NG 3.7 Product: LucknowMasalamixBS PubDate: 28-12-2025 Zone: Lucknow Edition: 1 Page: LTMMFP User: cci Time: 12-28-2025 00:10 Color:

सारा ने बताई सशक्त महिला की परिभाषा Page 3

नवभारत टाइम्स NBT

Lucknow Times OF INDIA masalamix

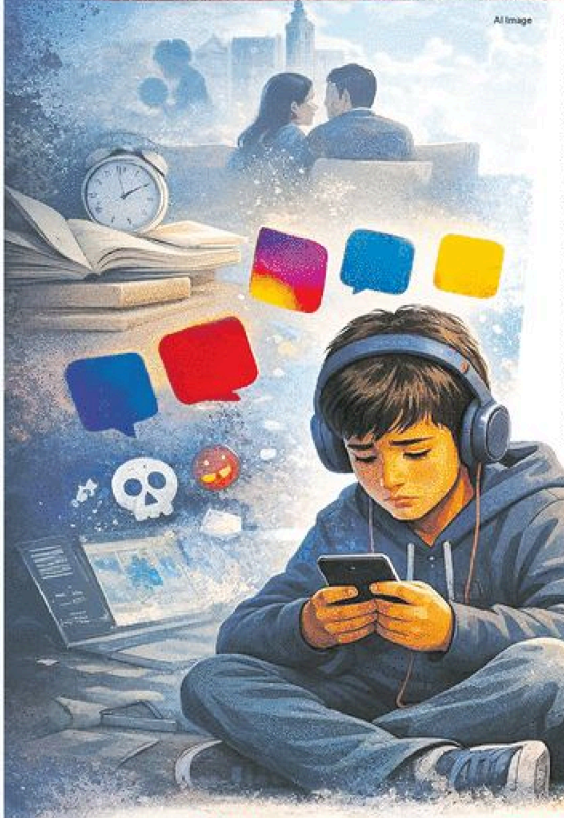
I ADVERTORIAL ENTERTAINMENT PROMOTIONAL FEATURE

नवभारत टाइम्स, कानपुर (कानपुर व लखनऊ में एक साथ प्रसारित), रविवार, 28 दिसंबर 2025

'अपने आंसू पब्लिक को नहीं दिखाती' Page 2

बच्चों की डिजिटल दुनिया से आज़ादी को बॉलिवुड भी सहमत

ऑस्ट्रेलिया में बच्चों के सोशल मीडिया पर बैन के बाद भारत में भी उठी मांग


AI Image

कोविड के बाद सोशल मीडिया बच्चों की जिंदगी का ऐसा हिस्सा बन गया कि पढ़ाई, नींद, व्यवहार और सोच, सब पर इसका असर साफ दिखने लगा। यही वजह है कि ऑस्ट्रेलिया ने 16 साल से कम उम्र के बच्चों के सोशल मीडिया अकाउंट बंद कर दिए, ताकि उन्हें एल्गोरिदम की लत, साइबरबुलिंग और खतरनाक ऑनलाइन कॉन्टेंट से बचाया जा सके। इस कदम के बाद भारत में भी बहस तेज हो गई। एक्सपर्ट्स के साथ कई बॉलिवुड सेलिब्रिटीज भी सवाल उठा रहे हैं कि क्या अब भारत में भी बच्चों के लिए सख्त सोशल मीडिया पॉलिसी की जरूरत है? पेश है वर्तुल अवस्थी की एक रिपोर्ट-

टीनएजर्स के मानसिक विकास को रोक रहा

सोशल मीडिया एक्सपर्ट अनूप मिश्रा बताते हैं, 'आज भारत में लगभग 55 करोड़ सक्रिय सोशल मीडिया यूजर्स हैं। इसमें लगभग 70% टीनएजर्स हैं, जो औसतन 4-6 घंटे प्रतिदिन स्क्रॉलिंग पर बिता देते हैं। कई अंतरराष्ट्रीय अध्ययन से पता चलता है कि लंबा स्क्रीन टाइम बच्चों की अटेंशन स्पैन और वास्तविक लाइफ इंटरैक्शन को प्रभावित कर सकता है। एल्गोरिदम बेस्ड कॉन्टेंट उन्हें डोपामाइन-ड्रिवन स्क्रॉलिंग की आदत डालता है, जिससे अटेंशन स्पैन घटता और डिसिप्लिन कमजोर पड़ता है। उनका फोकस भी कमजोर पड़ता है। भारत में बैन नहीं तो कम से कम रिस्ट्रिक्टेड यूज और टाइम मैनेजमेंट टूल्स बेहद जरूरी हैं। यह मानसिक स्वास्थ्य और एजुकेशनल फोकस को संतुलित रख सकते हैं।'

> रिसर्च के मुताबिक, 12 साल की उम्र में अगर किसी बच्चे को पर्सनल मोबाइल मिल जाता है तो उनके मानसिक बीमारी के चांस पांच से छह गुना ज्यादा बढ़ जाते हैं।
> *- डॉ. आदर्श त्रिपाठी, मनोचिकित्सक*

संवाद नहीं स्क्रॉलिंग बढ़ गई है

डिजिटल एक्सपर्ट बताते हैं कि पहले लोग परिवार के साथ समय बिताते थे, अब वे ज्यादा डिजिटल दुनिया से जुड़े दिखाई देते हैं। परिवार में बातचीत की जगह स्क्रीन के सामने बैठकर निरंतर स्क्रॉलिंग ने रिश्तों की गहराई को प्रभावित किया है। साइबर बुलिंग, फेक न्यूज और एडिक्टिव कॉन्टेंट्स ने भी किशोरों के सामाजिक जुड़ाव को प्रभावित किया है, जिससे कुछ माता-पिता अब डिजिटल डिटॉक्स की बात कर रहे हैं।

सोशल मीडिया VS डिजिटल प्लेटफॉर्म में फर्क है

एक आम भ्रम यह है कि इंटरनेट ही सोशल मीडिया है। असल में, ऐसा नहीं है। सोशल मीडिया इंटरैक्टिव नेटवर्क होता है, जहां आपका डेटा और एंगेजमेंट ही पैसा कमाने का साधन बनते हैं। (उदाहरण के लिए फेसबुक, वॉट्सऐप, इंस्टाग्राम, ट्विटर आदि)। डिजिटल प्लेटफॉर्म्स जैसे ब्लॉग, वेबसाइट, ई-कॉमर्स साइट्स, शैक्षिक पोर्टल्स सूचना और सेवाओं पर केंद्रित होते हैं।

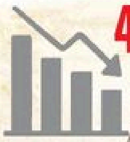
इसलिए लगा ऑस्ट्रेलिया में बैन

ऑस्ट्रेलिया ने 10 दिसंबर से 16 साल से कम उम्र के बच्चों के लिए सोशल मीडिया बैन कर दिया गया है। सरकार का कहना है कि इसका मकसद बच्चों को लत लगाने वाले एल्गोरिदम, साइबरबुलिंग, ऑनलाइन फ्रॉड और मानसिक असर से बचाना है। इंस्टाग्राम, फेसबुक, यूट्यूब, टिकटॉक, स्नैपचैट समेत 10 बड़े प्लेटफॉर्म्स पर यह नियम लागू है। कंपनियों को यह साबित करना होगा कि उन्होंने नाबालिग अकाउंट बंद किए हैं, नहीं तो भारी जुर्माना लगेगा। डिस्कॉर्ड, रोब्लॉक्स, वॉट्सऐप और यूट्यूब किड्स जैसी कुछ साइट अभी बैन में शामिल नहीं हैं। सरकार इस कदम को बच्चों की सेहत, नींद, पढ़ाई और व्यवहार सुधारने की कोशिश के रूप में देख रही है।

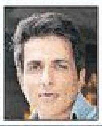
CONTINUED ON 2

80% के करीब आठ से 12 वर्ष के बच्चों ने 2024 में सोशल मीडिया का इस्तेमाल किया था और ऐज लिमिट्स को बायपास करने की कोशिश की थी। यह ऑस्ट्रेलियाई eSafety कमिश्नर की रिपोर्ट है।

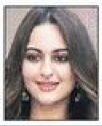
93% के करीब टेक्नोलॉजी-युग के किशोर सोशल मीडिया का इस्तेमाल करते हैं। एक रिपोर्ट के मुताबिक, उनमें से अधिकतर के पास एक से अधिक अकाउंट हैं। औसतन 4 घंटे से ज्यादा समय वे हर दिन स्क्रॉल करते हैं।


44% किशोरों ने अमेरिका के सर्वे में लगभग अपने सोशल मीडिया इस्तेमाल को कम किया। कई ने माना भी है कि यह उनके जीवन पर नकारात्मक प्रभाव डाल रहा है।

ऑस्ट्रेलिया जैसी पहल बच्चों को असली बचपन जीने का मौका देती है, स्क्रीन एडिक्शन से आजादी जरूरी है।
-सोनू सूद, अभिनेता



भारत में भी ऐसे विचारों पर सोचने की जरूरत है, जब तक बच्चा खुद सही-गलत समझने लायक न हो जाए।
-सोनाक्षी सिन्हा, अभिनेत्री



किशोर बच्चों के माता-पिता के लिए यह एक राहत भरी खबर है। उम्मीद है भारत में भी इस तरह के फैसले पर विचार किया जाएगा।
-शिल्पा शेट्टी, अभिनेत्री

एपी ढिल्लों के साथ स्टेज पर तारा सुतारिया

एपी ढिल्लों के कॉन्सर्ट में झूमे तारा-संजू बाबा

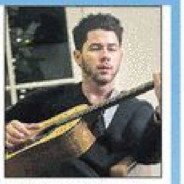
एपी ढिल्लों के मुंबई में हुए कॉन्सर्ट में अचानक से तारा सुतारिया और संजय दत्त की एंट्री ने सबको चौंका दिया है। इवेंट के दौरान तारा सुतारिया स्टेज पर पहुंचीं तो एपी ढिल्लों ने उनके साथ डांस किया। इससे जुड़े एक विडियो में तारा एपी ढिल्लों साथ स्टेज पर नजर आ रही हैं, वहीं एक अन्य विडियो में उनके बॉयफ्रेंड वीर पहाड़िया स्टेज के नीचे खड़े दिख रहे हैं। इसी दौरान का एक विडियो भी सामने आया है जिसमें एपी ढिल्लों तारा को कैजुअल किस करते दिख रहे हैं।

इसी कॉन्सर्ट में संजय दत्त ने भी खूब रंग जमाया। जैसे ही संजू बाबा स्टेज पर आए, तो एपी ने पहले उनकी तारीफ की। एपी ने संजय के बारे में कहा, 'यो मुंबई, इस ऐक्टर के लिए जोरदार शोर मचाओ।' एपी ने स्टेज पर संजय दत्त के पैर भी छुए। इस पर संजय ने कहा, 'यह मेरा छोटा भाई है।'

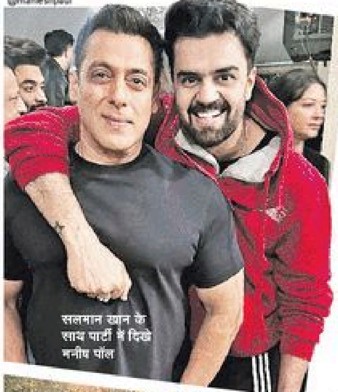
संजय दत्त के साथ एपी ढिल्लों

फैमिली संग प्रियंका मना रही हैं छुट्टियां

प्रियंका चोपड़ा ने नए साल का सेलिब्रेशन शुरू कर दिया है। वह इन दिनों अपने पति और परिवार के साथ छुट्टियां बिता रही हैं। उन्होंने इस दौरान की कुछ तस्वीरें एक विडियो के रूप में साझा कीं। इन तस्वीरों में उनके पति निक जोनस और बेटी मालती मैरी चोपड़ा जोनस का प्यारा रिश्ता नजर आ रहा है। कहीं पर निक गिटार हाथ में लिए गाना गा रहे हैं तो कहीं पर वह मालती के खिलौने ठीक करते हुए दिख रहे हैं। इस पोस्ट को शेयर करते हुए प्रियंका ने लिखा, 'यह सचमुच साल का सबसे अच्छा समय है। सभी को हैपी हॉलिडेज।' इस विडियो में उनके क्रिसमस सेलिब्रेशन की तस्वीरें भी दिखाई दे रही हैं। फोटो देखकर अंदाजा लगाया जा सकता है कि उन्होंने क्रिसमस अपने घर पर ही सेलिब्रेट किया है।



@manieshpaul


सलमान खान के साथ पार्टी में दिखे मनीष पॉल

पनवेल के फार्महाउस पर करीबियों संग भाई का बड्डे

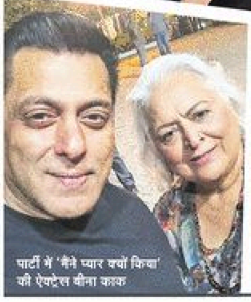
सलमान खान ने अपना 60वां जन्मदिन फैंस और अपने करीबियों के साथ धूमधाम से मनाया। सलमान ने जन्मदिन की शुरुआत पैपराजी और फैंस के साथ केक काट कर की। वहीं दूसरी ओर सलमान खान के बर्थडे पर मुंबई शहर भी जश्न में शामिल नजर आया। इस मौके पर बांद्रा-वर्ली सी लिंक को खास तरह से रोशन किया गया और शानदार तरीके से सलमान को जन्मदिन की शुभकामनाएं दीं।

जन्मदिन पर उनके पनवेल स्थित फार्महाउस में बर्थडे पार्टी रखी गई थी जिसमें परिवार और करीबी दोस्त पहुंचे। पार्टी में सलमान के माता-पिता और परिवार के बाकी सदस्य मौजूद थे। दोस्तों में रणदीप हुड्डा, जेनेलिया देशमुख, एमएस धोनी, मनीष पॉल आदि सितारे शामिल हुए। सलमान के बर्थडे पर कटरीना कैफ ने भी सोशल मीडिया पर उन्हें बधाई दी।

@katrinakaif

> Tiger Tiger Tiger....
> Happiest 60th Birthday
> To the Super Human that you are...May everyday be full of Love and Light

अपने जन्मदिन पर सलमान खान ने फैंस के साथ केक काटा और खूब मस्ती की


पार्टी में 'मैंने प्यार क्यों किया' की ऐक्ट्रेस बीना काक

सलमान के पिता सलीम खान और बीना काक

पार्टी में सलमान के साथ एम एस धोनी और बाकी दोस्त

CCI NG 3.7 Product: LucknowMasalamixBS PubDate: 28-12-2025 Zone: Lucknow Edition: 1 Page: LTMMPG2 User: vartul.awasthi Time: 12-27-2025 23:26 Color:

'अपने आंसू पब्लिक को नहीं दिखाती'

शहनाज गिल मौजूदा वक्त में इंडस्ट्री का बड़ा नाम हैं। यह नाम उन्होंने काफी संघर्ष से बनाया है। शहनाज की जर्नी में काफी उतार-चढ़ाव भी आए लेकिन उन्होंने कभी हिम्मत नहीं हारी। हाल ही में उन्होंने अपनी फैन को मजबूत रहने की सलाह दी।

शहनाज से एक फैन ने बताया कि बतौर जूनियर आर्टिस्ट वह कितना स्ट्रगल कर रही है। ये सब बताते हुए वह रोने लगी। फैन को दिलासा देते हुए शहनाज ने कहा कि हम भी रोते हैं। मैंने भी काफी बार ये सब झेला है। मैंने हमेशा ये कोशिश की है कि अपने ये आंसू किसी को भी पब्लिक में ना दिखाऊं। फैन को समझाते हुए शहनाज ने कहा, 'आपको मजबूत बनना होगा। खुद के लिए खड़ा होना होगा और ये सोचना बंद करना होगा कि दुनिया क्या सोच रही है। ये चीजें हर किसी के साथ होती हैं। आप इस दुनिया में अकेले नहीं हो अगर अपने आसपास देखोगे तो हर कोई संघर्ष कर रहा है। हां, बाहर से लोग हंस रहे हैं, बल्कि हम एक्टर्स भी आपको हंसते दिखेंगे, लेकिन हम भी दुखी हैं। हम भी रोते हैं। हम लोग इसलिए नहीं दिखाते क्योंकि हमारी जिंदगी पब्लिक में है और लोग जज करेंगे, ट्रोल करेंगे पर आप स्ट्रॉन्ग रहो। ये कलयुग है। अगर आप अपना दुख खुले में दिखाओगे, लोग आपका फायदा उठाएंगे। इस दुनिया में ऐसे ही लोग भरे हुए हैं इसलिए खुद को मजबूत रखो तो आप आगे बढ़ पाओगे।'

'रणवीर की एनर्जी बहुत पॉज़िटिव है'

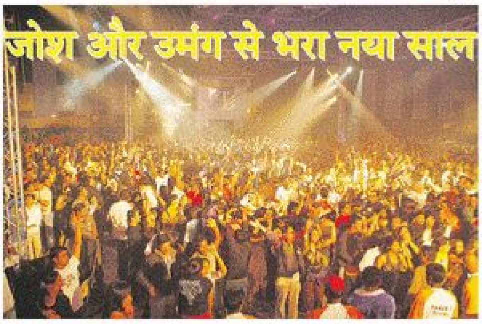
फिल्म धुरंधर में अक्षय खन्ना और रणवीर सिंह के अभिनय की जमकर तारीफ हो रही है। इसमें दानिश पंडोर ने रणवीर सिंह के जोड़ीदार उजैर बलोच का किरदार निभाया है। अब उन्होंने अपने को-स्टार के बारे में बात की है।

दानिश ने कहा, 'हमने पिछले साल जुलाई के आसपास शूटिंग शुरू की थी। मेरे ज्यादातर सीन रणवीर भाई के साथ थे। मुझे मेंशन का पहला दिन याद है। वे मेरे पास आए, गले लगाया और बोले कि दानिश हम कमाल कर देंगे। रणवीर जैसे बड़े सुपरस्टार का इतना प्यार और भरोसा देना बड़ी बात है। वह लोगों को स्पेशल फील कराते हैं। वे प्रेरित करते हैं, हौसला बढ़ाते हैं। उनकी एनर्जी बहुत पॉजिटिव है। वे आत्मविश्वास से भरे, निःस्वार्थ और सह-कलाकार के रूप में बहुत उदार हैं। ऐसे गुण हर कोई उम्मीद करता है, जब इतने बड़े कलाकार के साथ काम कर रहा हो। पर्दे पर हम दोनों की केमिस्ट्री हंसी-मजाक और आपसी समझ पर आधारित थी। बड़े कलाकारों को निराश न करने का दबाव और पूरी तैयारी के बावजूद उन्होंने इतना अच्छा माहौल बनाया कि सब कुछ आसान लगता था।'

एक नई शुरुआत

न्यू ईयर स्पेशल

READER ENGAGEMENT INITIATIVE



एक और साल को विदा होने जा रहा है और नई ऊर्जा के साथ नए साल का स्वागत करने का समय आ गया है। नए साल को यादगार बनाने के लिए कुछ शानदार चीजें की जा सकती हैं, आइए इसके बारे में जानते हैं

Response.UP
@timesofindia.com

रोजमर्रा की भागदौड़ में हम अक्सर अपने पड़ोसियों से मिलना-जुलना भूल जाते हैं। नए साल पर उनसे जुड़ने का एक बेहतरीन तरीका है अपनी अपार्टमेंट की छत पर 'डिनर पार्टी' आयोजित करना। आप एक 'पॉटलक' रख सकते हैं, जहां हर कोई कुछ खास और स्वादिष्ट पकवान बनाकर लाए। यह न केवल जश्न मनाने का शानदार मौका होगा, बल्कि अलग-अलग उम्र के लोगों को बेहतरीन व्यंजनों का लुत्फ उठाने का अवसर भी देगा। यहां एक ही मेज पर मां के हाथों की खीर और पास्ता साथ मिल खा सकते हैं।

एक होममेकर दीक्षा गांधी कहती हैं, "इस नए साल पर हम भीमताल जाने की योजना बना रहे हैं। तारों से भरे आसमान के नीचे, अपनों के साथ बोनफायर और बारबेक्यू का आनंद लेने से बेहतर और क्या हो सकता है।"

शहर के कई होटलों में नए साल की पार्टियों का आयोजन किया जाएगा, जिनमें स्थानीय लोगों और सैलानी, दोनों शामिल होकर जश्न मनाएंगे।

डिनर और लॉन्ग ड्राइव

31 दिसंबर की शाम अपने परिवार या दोस्तों के साथ किसी अच्छे रेस्टोरेंट में बिताएं। इस समय कई रेस्टोरेंट शानदार 'बुफे' पेश करते हैं। डिनर के बाद, रात तक एक लंबी ड्राइव पर निकलें। शहर के कई होटलों में न्यू ईयर बैश (पार्टियां) आयोजित की जा रही हैं। आप अपने दोस्तों के साथ शहर की नाइटलाइफ का आनंद लेते हुए 'पार्टी हॉपिंग' भी कर सकते हैं।

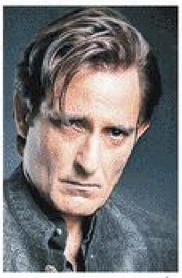
बच्चों के लिए खास पार्टी

इस वीकेंड बच्चों की छुट्टियों का अंत एक धमाकेदार पार्टी के साथ करें। बच्चों के लिए खेल, संगीत और डिनर की शाम आयोजित करें। इसे और दिलचस्प बनाने के लिए आप 'स्टोरी टेलिंग' या किसी थीम का सहारा ले सकते हैं। बच्चों को उनके पसंदीदा कार्टून या सुपरहीरो की तरह तैयार होने को कहें। इंटरनेट पर ऐसे कई

गेम्स मौजूद हैं जिन्हें आप तुरंत तैयार कर सकते हैं। उनके पसंदीदा पकवान और आइसक्रीम के साथ इस शाम को यादगार बनाएं।

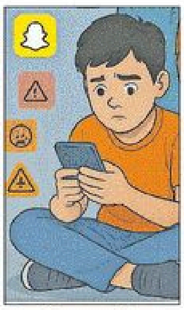
मूवी मैराथन

क्या काम की व्यस्तता के कारण आप सिनेमा हॉल नहीं जा पाए? तो यह वीकेंड उन सभी फिल्मों को देखने का सही समय है, जो आपसे छूट गई हैं। अपने नजदीकी थिएटर में जाएं और परिवार या दोस्तों के साथ 'मूवी मैराथन' का आनंद लें। सस्पेंस ड्रामा से लेकर हॉलीवुड की रोमांटिक कॉमेडी और एक्शन थ्रिलर तक, जो भी आपको पसंद हो उसे जरूर देखें।



अक्षय खन्ना को दृश्यम के मेकर ने भेजा नोटिस

अक्षय खन्ना इन दिनों आदित्य धर की फिल्म धुरंधर को लेकर चर्चा में हैं। फिल्म में वे रहमान डकैत के किरदार में सबका दिल जीत रहे हैं। इसके अलावा अब वे फिल्म दृश्यम 3 को लेकर भी सुर्खियों में आ गए हैं। दरअसल, शूटिंग शुरू होने से महज कुछ दिन पहले ही उन्होंने फिल्म छोड़ दी है, जिससे फिल्म के मेकर्स काफी नाराज हैं। दृश्यम 3 के प्रोड्यूसर्स ने अक्षय खन्ना के खिलाफ लीगल एक्शन लेने की बात कहते हुए उन्हें टॉक्सिक बताया है। फिल्म के प्रोड्यूसर कुमार मंगत पाठक ने कहा है कि फिल्म से अक्षय के बाहर होने से उन्हें नुकसान हुआ है, जिसके लिए उन्होंने अक्षय खन्ना को लीगल नोटिस भेजा है।' उन्होंने कहा, 'वह सेट तोड़ दिया गया है। अब सेट दोबारा लगेगा। मैं इसके लिए अक्षय से मुआवजा जरूर लूंगा।' बता दें कि दृश्यम 2 में अक्षय खन्ना ने अहम किरदार निभाया था।



फिजिकली और मेंटली पड़ता है असर

CONTINUED FROM 1

केजीएमयू के पूर्व प्रोफेसर डॉ. आदर्श त्रिपाठी ने बताया कि प्री-मैच्योर बच्चों के सोशल मीडिया इस्तेमाल से फिजिकल और मेंटल दोनों पर गहरा असर पड़ता है। एक रिसर्च के मुताबिक, 12 साल की उम्र में अगर किसी बच्चे को पर्सनल मोबाइल मिल जाता है तो उनके मानसिक बीमारी के चांस पांच से छह गुना ज्यादा बढ़ जाते हैं। इसके अलावा, साइकोलॉजिकल रूप से भी युवाओं में आत्मविश्वास की कमी और स्ट्रेस देखने को मिलता है। वहीं, सोशल मीडिया का कॉन्टेंट ऐसा है कि वो टीनएजर्स को अधिक प्रभावित करता है। आजकल कोई टोका-टोकी नहीं है। एक बारह साल का लड़का भी सेक्सुअल और वायलेंस कॉन्टेंट देखता है, इसके परिणाम गंभीर होते हैं। यह एक ऐसी लत है, जिससे जितनी जल्दी छुटकारा पा लिया जाए उतना बेहतर है। हम अभी बहुत पीछे हैं, जिस तरह हमारे यहां नशा मुक्ति केंद्र बनाए गए हैं, वैसे ही साउथ कोरिया, ताइवान जैसी कई कंट्री ऐसी हैं, जहां पर डिजिटल डिटॉक्स केंद्र बनाए गए हैं। वहां पर सोशल मीडिया और इंटरनेट एडिक्टेड लोगों को रखा जाता है। मेरा मानना है कि एक सीमित उम्र तक के लोगों के लिए सोशल मीडिया को बैन किया जाना जरूरी है।

> **समाज को अब वर्चुअल कनेक्शन की जगह मानव इंटरैक्शन पर दोबारा फोकस करना चाहिए। साथ ही डिजिटल लिटरेसी को बढ़ाने पर भी फोकस करने की जरूरत है।**
> *- अनूप मिश्रा, सोशल मीडिया एक्सपर्ट*

CCI NG 3.7 Product: LucknowMasalamixBS PubDate: 28-12-2025 Zone: Lucknow Edition: 1 Page: LTMMPG3 User: ccl Time: 12-27-2025 23:02 Color:

सारा ने बताई सशक्त महिला की परिभाषा

सैफ अली खान और उनकी पहली पत्नी अमृता सिंह की बेटी सारा अली खान ने हाल ही में एक सशक्त महिला की परिभाषा बताई है। अदाकारा ने कहा, 'मेरे लिए एक सशक्त महिला वह है, जो अपनी बात कहने से नहीं डरती। आज समाज विकसित हो चुका है और महिलाएं अधिक स्वतंत्र हो गई हैं, लेकिन मुझे लगता है कि इसकी शुरुआत भीतर से होती है। खुद को सशक्त बनाने की क्षमता, अपने विश्वासों के लिए खड़े होने की क्षमता और अपने हक के लिए आवाज उठाने की क्षमता, यही असली ताकत है।'

उन्होंने आगे कहा, 'मुझे हमेशा अपनी बात कहने का अधिकार मिला है। मुझे कभी खुद को चुप नहीं कराना पड़ा। घर में बड़े होते समय भी, सवालों और विचारों का हमेशा स्वागत किया जाता था। मैं नहीं जानती कि आवाज न होने का क्या मतलब होता है। यह हर किसी को नहीं मिलता और उन लोगों को सलाम जो ऐसी दुनिया में रहते हैं, जो हमेशा उनका साथ नहीं देती।'

मूवी रिव्यू कॉर्नर

फिस्स निकली इस 'एनाकोंडा' की हिस्स

Upma.Singh@timesofindia.com

इस फिल्म में एक सीन है, जहां इसे रीमेक करने वाली टीम की सदस्य कहती है, 'आजकल ओरिजिनल कहानियों का अभाव है' और यह बात इन दिनों धड़ाधड़ आ रहे हॉलिवुड क्लासिक फिल्मों के रीबूट पर बिल्कुल सटीक बैठती है। बीते कुछ समय से पुरानी हिट और क्लासिक हॉलिवुड फिल्मों के रीमेक और सीक्वल की झड़ी लगी हुई है, जो अपनी मूल फिल्मों के कद के साथ न्याय नहीं कर पा रही हैं। निर्देशक टॉम गॉर्मिकन की एनाकोंडा भी इसी कतार में नया नाम है। 2017 की विख्यात हॉरर फिल्म एनाकोंडा की यह कॉमिकल रीमेक न तो ठीक से हंसा पाती है, न ही डरा पाती है।

फिल्म पुरानी एनाकोंडा की यादें ताजा करती एक मेटा रीबूट वाली नई कहानी है, जहां इस फिल्म के तगड़े फैन रहे चार बचपन के दोस्त डग (पॉल रुड), ग्रिफ (जैक ब्लैक), क्लेयर (थैंडीवे न्यूटन) और केनी (स्टीव जान) इस फिल्म को अपने ढंग से रीबूट करने का फैसला करते हैं। अपनी-अपनी जिंदगी से नाखुश ये चारों इस रोमांचक यात्रा पर अमेजन के जंगलों में एनाकोंडा के साथ शूटिंग करने निकलते हैं, जहां उनका सामना असल एनाकोंडा से हो जाता है। ऐसे में, वे इस विशालकाय जीव से कैसे अपनी जान बचाते हैं, यह जानने के लिए फिल्म देखनी होगी। हालांकि, टॉम गॉर्मिकन और केविन एटेन की लिखी यह कहानी काफी साधारण रह गई है। शुरू-शुरू में अवैध रूप से सोने की तस्करी करने वाली एना (डैनिएला मेलकिओर) की एंट्री से ऐसी आस बंधती है कि कुछ रोचक प्लॉट ट्विस्ट और सांसें थामने वाले सीन देखने को मिलेंगे लेकिन अफसोस कि ऐसा होता नहीं है। एक तो फिल्म में एनाकोंडा से मुठभेड़ वाले सीन कम हैं, फिर जो हैं वे भी कोई खौफ पैदा नहीं कर पाते। कॉमेडी के भी कुछ ही सीन रोचक हैं, जबकि क्लाइमैक्स समेत कई सीन खासे बचकाने हैं। टॉम का निर्देशन भी ढीला-ढाला सा ही है। थोड़ी-बहुत इज्जत ऐक्टर्स की अदाकारी बचाती है। पॉल रुड, जैक ब्लैक, स्टीव जान, थैंडीवे न्यूटन, डैनिएला मेलकिओर और सेल्टन मेलो सभी ने अपनी तरफ से दर्शकों को हंसाने की ईमानदारी से कोशिश की है, लेकिन कमजोर लेखन के चलते वे भी कुछ खास प्रभाव नहीं छोड़ पाते। विजुअल अपील की बात करें, तो जंगल वाले कुछ सीन आकर्षक हैं, जबकि वीएफएक्स हॉलिवुड स्तर का नहीं लगता। कुल मिलाकर, यह फिल्म नाम बड़े और दर्शन छोटे वाले मुहावरे को चरितार्थ करते हुए निराश करती है।

फिल्म
एनाकोंडा
रेटिंग ★★☆☆☆
निर्देशक: टॉम गॉर्मिकन
कलाकार: पॉल रुड, जैक ब्लैक, स्टीव जान, थैंडीवे न्यूटन, डैनिएल मेलकिओर और सेल्टन मेलो आदि।
अवधि: 1 घंटे 40 मिनट
जॉनर: हॉरर, कॉमिडी

क्यों देखें
पॉल रुड, जैक ब्लैक के फैन हैं तो ही देखें। नहीं देखेंगे तो भी कुछ नुकसान नहीं होगा।

जन्मदिन की शुभकामनाएं

इस वर्ष शनि, शुक्र, गुरु का मिश्रित प्रभाव आपको पूरे वर्ष शुभ फल प्रदान करेगा। जीव स्वामिनी, देवगुरु प्रधान का गुरु-सौम्य ग्रहों से युक्त होकर दशम कर्म केंद्र में महत्वपूर्ण पद-प्राप्ति व मनोवांछित सिद्ध करता है। दिसंबर से जनवरी 2026 में अत्यधिक सक्रियता के कारण आपके स्वास्थ्य पर विपरीत प्रभाव पड़ सकता है, सावधान रहें और अपने खान-पान का भी विशेष ध्यान रखें। फरवरी महीने की शुरुआत से लेकर मार्च महीने के अंत तक में नियमित कार्यों में बदलाव लाने से यथोचित लाभ हो जाएगा। अप्रैल माह से लेकर मई महीने में सभी कार्य कुछ रुकावटों के बाद संपन्न करने से बन जाएंगे। इस दौरान आप जिस भी कार्य की शुरुआत करेंगे, उसमें सफलता जरूर मिलेगी। जून माह से लेकर जुलाई महीने तक किसी मंगल कार्य की योजना बनेगी। समय का आनंद उठाएं। अगस्त में धन की सार्थक यात्रा का योग बन रहा है। इस दौरान की गई यात्रा सफल होगी और यात्रा के दौरान कोई जरूरी जानकारी मिलेगी। सितंबर से अक्टूबर तक पर्यटन और मनोरंजन पर व्यय करना लाभदायक सिद्ध होगा। इससे आपकी कीर्ति दूर होगी और आपके आस-पास वालों का मन भी लगा रहेगा। नवंबर से दिसंबर तक विशेष लाभ के लिए मीठे पीले चावल बनाकर कुलदेवता को भोग लगाएं।

-आचार्य कृष्ण दत्त शर्मा

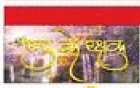
कल का पंचांग (सोमवार, 29 दिसंबर 2025)

राष्ट्रीय मिति पौष 7, शक संवत 1947, पौष, शुक्ल, नवमी, सोमवार, विक्रम संवत 2082। सौर पौष मास प्रविष्टे 15, रज्जब 8, हिजरी 1447 (मुस्लिम) तद अनुसार अंग्रेजी तारीख 29 दिसंबर 2025 ई.। सूर्य उत्तरायण, दक्षिण गोल, शिशिर ऋतु। राहुकाल प्रातः 7 बजकर 30 मिनट से 9 बजे तक। नवमी तिथि प्रातः 10 बजकर 13 मिनट तक उपरांत दशमी तिथि का आरंभ। रेवती नक्षत्र प्रातः 7 बजकर 41 मिनट तक उपरांत अश्विनी नक्षत्र का आरंभ। परिघ योग प्रातः 8 बजे तक उपरांत शिव योग का आरंभ। कौलव करण प्रातः 10 बजकर 13 मिनट तक उपरांत गर करण का आरंभ। चंद्रमा प्रातः 7 बजकर 48 मिनट तक मीन उपरांत मेष राशि पर संचार करेगा। आज के व्रत त्योहार - अन्नपूर्णा अष्टमी, शाकम्भरी पूजा आरंभ।

सुडोकू

6	3	2				1	4	
			9				3	8
	9					7		6
				7	2			
7			8		1			4
			5	9				
3		5					6	
9	2				7			
	7	6				9	5	2

TELEVISION



big magic

09:00 बबलू डबलू	13:30 भ से भाड़
10:00 बदतूर बुड़बक	14:00 चक्रधारी अजेय कृष्णा
11:00 रुद्र के रक्षक	15:00 लिटिल कृष्णा
12:00 चक्रधारी अजेय कृष्णा	17:00 बबलू डबलू
12:30 हम पांच	19:00 चक्रधारी अजेय कृष्णा
13:00 रुद्र के रक्षक	

12 राशियां और आपका दिन

ARIES 21 Mar - 19 Apr
आज का दिन शुभ है। सायंकाल से रात्रि तक पत्नी व बच्चों के साथ आस-पास की यात्रा का योग है। आज व्यवसाय में प्रगति से आपको काफी हर्ष होगा। वैवाहिक जीवन भी आज आनंददायक बीतेगा। विद्यार्थियों को मानसिक बोझ से छुटकारा महसूस होगा। उनकी मेहनत रंग लाएगी।

TAURUS 20 Apr - 20 May
राशि स्वामी शुक्र की अष्टम आयु भाव में स्थिति और चंद्रमा का मीन राशि पर संचार आश्चर्य और संतोष देने वाला है। किसी परिणाम से भी हर्ष होगा। रात्रि का समय परिवार संग हास्य-विनोद में व्यतीत होगा। दिनभर भागदौड़ रहने से थकान महसूस करेंगे। शाम का समय रिलैक्स करने में बिताएं।

GEMINI 21 May - 21 Jun
राशि अधिपति बुध षष्ठक भाव में तथा चंद्रमा मीन राशि का है। इसके फलस्वरूप आज जो भी काम आप करेंगे वह सरलता से हो जाएगा। व्यर्थ के कार्यों में अपना समय बर्बाद न करें। खर्च में कटौती करना बहुत आवश्यक है। कार्यक्षेत्र में आपकी तरक्की देख विरोधियों का मनोबल गिरेगा।

CANCER 22 Jun - 22 July
राशि से द्वादश व्यय भाव में मिथुन राशि का गुरु और नवम भाव में चंद्रमा आज सर्वत्र सफलता देने वाला है। पराक्रम वृद्धि से शत्रुओं का मनोबल गिरेगा। घर-परिवार में सुख-शांति बनी रहेगी। दूसरों की मदद करने से सुकून मिलेगा। सायंकाल में किसी विद्वान से मिलने का अवसर प्राप्त हो सकता है।

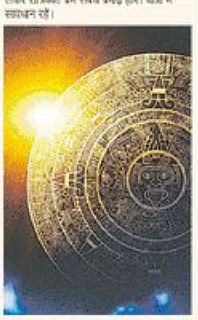
LEO 23 July - 22 Aug
राशि का स्वामी सूर्य तृतीयक पंचम भाव में तथा अष्टम भाव में चंद्रमा। इनसे सांसारिक सुख-भोग, सम्मान वृद्धि, भाग्य विकास का योग चल रहा है। आज के दिन नई खोजों में रुचि बढ़ेगी। पुराने मित्रों के मिलने से नई आशाओं का संचार होगा, घर में उत्सव जैसा माहौल बनेगा। समय का आनंद उठाएं।

VIRGO 23 Aug - 22 Sep
आज किसी प्रिय व्यक्ति के स्वास्थ्य को लेकर आप चिंतित रहेंगे। उसके लिए कुछ पैसों का इंतजाम भी करना पड़ सकता है। काम का भार भी आज कुछ ज्यादा अनुभव करेंगे। अपने जूनियर्स से काम निकालने के लिए मधुर वाणी का प्रयोग करें। घर में भी वातावरण हल्का फुल्का बनाए रखें।

LIBRA 23 Sep - 22 Oct
आज का दिन मिलाजुला प्रभाव रहेगा। किसी भी मामले में फैसला जल्दबाजी में न करें। व्यक्तिगत मामलों को व्यावसायिक मामलों के बीच में लाने से हानि हो सकती है। प्रेमी या किसी अन्य निकट के व्यक्ति से कोई गलतफहमी हुई है, तो उसे बातचीत से सुलझाया जा सकता है।

SCORPIO 23 Oct - 21 Nov
आज आपकी अपने साथियों के बीच लोकप्रियता बढ़ेगी। किसी ऐसे व्यक्ति से दोस्ती होगी, जो आगे चलकर भविष्य में आपके काम आएगा। उसके अनुभवों से सीखते रहें। विद्यार्थियों को सलाह है कि अपना अधिक से अधिक समय अध्ययन में लगाएं। सायंकाल का समय धार्मिक अनुष्ठान में व्यतीत होगा।

SAGITTARIUS 22 Nov - 21 Dec
आज आपके विरोधी भी परास्त होंगे। पारिवारिक जीवन सुखमय रहेगा। राजनीतिक सहयोग भी मिलेगा किंतु वाणी पर संयम रखें। रुपए-पैसे के लेन-देन में थोड़ी सावधानी बरतें। दिया हुआ धन आज फंस सकता है। सायंकाल से लेकर रात्रिकाल प्रेम संबंध प्रगाढ़ होंगे। यात्रा में सावधान रहें।



CAPRICORN 22 Dec - 19 Jan
आज आपको कोई प्रिय व्यक्ति उपहार देगा। किसी पुराने महिला मित्र से अचानक धन लाभ का हर्ष हो सकता है। रोजगार की दिशा में भी सफलता मिलेगी। सायंकाल से लेकर रात्रिपर्यंत अकस्मात यात्रा का योग है। यात्रा लाभदायक सिद्ध होगी, रिश्तेदारों से भी भेंट संभव है। समय का आनंद उठाएं।

AQUARIUS 20 Jan - 18 Feb
राशि का स्वामी शनि उदय हो चुका है। पंचम द्वितीय धन कोष में चंद्रमा सायन पक्ष से हर्ष और लक्ष्मी की वृद्धि मात्रा में प्राप्ति से कोष वृद्धि कारक है। अपनी उत्तम कार्यशैली व मृदु व्यवहार का आज भी आपको लाभ मिलेगा। दूसरों से सहयोग लेने में आप सफल होंगे।

PISCES 19 Feb - 20 Mar
राशि स्वामी देव गुरु बृहस्पति मिथुन राशि पर विराजमान होने से आपका उत्कर्ष कर रहा है। आज सुबह से ही भागदौड़ रहेगी। किसी मांगलिक या धार्मिक आयोजन की व्यवस्थाओं में व्यस्त रहेंगे। कार्यक्षेत्र में आपके कार्यकौशल की प्रशंसा होगी। उच्चाधिकारियों के आशीर्वाद से नई जिम्मेदारियां मिलेंगी।

GET NOTICED
TIMES interact
Connecting People, Connecting Needs.

HEALTH & WELLNESS
TIMES interact

CCI NG 3.7 Product: LucknowMasalamixBS PubDate: 28-12-2025 Zone: Lucknow Edition: 1 Page: LTMM4 User: c-amul.rastogi Time: 12-27-2025 19:18 Color:

स्कूल टाइम

READER ENGAGEMENT INITIATIVE

अच्छी स्कूलिंग सिर्फ किताबों का ज्ञान नहीं देती, बल्कि बच्चों के संपूर्ण विकास की नींव भी बनाती है। सही माहौल, योग्य टीचर्स के साथ-साथ खेल, कला, नई टेक्नॉलजी और लाइफ स्किल्स सीखना बच्चों में आत्मविश्वास और जिम्मेदारी की भावना विकसित करता है। यही समग्र विकास भविष्य में उन्हें बेहतर इंसान और सफल नागरिक बनने में मदद करती है।

अच्छी स्कूलिंग से निखरता है बच्चों का भविष्य

PIC: ISTOCK

Abhishek.Singh2
@timesofindia.com

बच्चे जब घर की दहलीज से बाहर निकलते हैं तो स्कूल उनका दूसरा घर बन जाता है। स्कूल न जाने की जिद से स्कूलिंग की शुरुआत होती है और धीरे-धीरे बचपन को स्कूल प्यारा लगने लगता है। आखिर क्या जादू होता है इन स्कूलों में, जो अपने घर जैसे लगने लगते हैं। समय के साथ टीचर्स के लिए मान-सम्मान बढ़ता जाता है और स्कूल की दोस्ती की तो बस पूछिए ही नहीं। ऐसे में पता ही नहीं लगता और जाने-अनजाने में बचपन की नींव मजबूत होती जाती है।

यह सच है कि पूरे व्यक्तित्व के निर्माण में घर और स्कूल दोनों की ही भूमिका अहम होती है। एक्सपर्ट मानते हैं कि 6 से 7 साल की उम्र तक बच्चों की पर्सनैलिटी डिवेलप हो जाती है और साइंस का भी ऐसा ही मानना है कि इस उम्र तक दिमाग का भी ज्यादातर हिस्सा विकसित हो जाता है। यानी इस उम्र तक मूर्ति का ढांचा बन चुका होता है। इसके बाद तो सिर्फ तराशने का काम हो सकता है, इसलिए यहां पर स्कूलिंग का महत्व काफी बढ़ जाता है।

क्लास में बच्चों की क्षमता का रखें ख्याल

यह सही है कि बच्चों की एक मुस्कान कई परेशानियों को पलक झपकते ही दूर कर देती है। जब आपका बच्चा मुस्कुराते हुए स्कूल से आता है, तो दिल खुश हो जाता है। यहां पर स्कूल की जिम्मेदारी और भी बढ़ जाती है। पैरेंट्स भरोसे के साथ अपने बच्चे स्कूल भेजते हैं। जहां तक दिल्ली एनसीआर की बात है, तो कहा जा सकता है कि यहां अच्छी स्कूलिंग के ग्राफ में तेजी से इजाफा हो रहा है। आज के दौर में पैरेंट्स को अपने बच्चे के लिए बेस्ट स्कूल चाहिए होता है। उन्हें ऐसे स्कूल की दरकार होती है, जो बच्चों में समग्र विकास पर जोर दें। ऐसे में बच्चों की क्लासेज में संख्या का अहम रोल हो गया है। स्कूल्स में हर क्लास में सीमित बच्चे होते हैं, तो टीचर्स भी अच्छे से ध्यान दे पाते हैं।

स्टडी से बाहर की दुनिया

किसी भी दौर में शिक्षा का मकसद सिर्फ किताबी ज्ञान देना नहीं रहा है। आज के दौर में बच्चों के लिए आसमान खुले हैं। वे मनचाही ऊंचाई छू सकते हैं और तेज गति से भाग सकते हैं। बच्चों के डिवेलपमेंट में स्टडी के साथ-साथ स्पोर्ट्स का रोल भी महत्वपूर्ण हो गया है। यही कारण है कि स्कूलिंग एज में स्कूल्स स्पोर्ट्स पर भी ध्यान दे रहे हैं। एक एक्सपर्ट मोहित बंसल कहते हैं कि स्कूल में बच्चों को स्विमिंग, गोल्फ, बास्केटबॉल, फुटबॉल, क्रिकेट और ऐसे ही इंडोर गेम्स की सुविधाएं देने का चलन तेजी से बढ़ा है। ये गेम्स उन्हें शारीरिक रूप से विकसित होने का अवसर प्रदान करते हैं। बच्चों को उनकी रुचि के हिसाब से निखारना जरूरी है। खेल की ही बात करें तो समझना जरूरी है कि किस बच्चे को किस खेल में ज्यादा इंटरेस्ट है। इसके बाद उसे स्पेशल ट्रेनिंग देने की जरूरत होती है।

बच्चों को समझना भी है अहम

यही बात स्टडी के समय में भी लागू होती है। स्कूलिंग प्रोसेस का यह अहम हिस्सा होता है कि स्कूल बच्चों के इंटरेस्ट को समझें और उसे निखारने में उसकी हेल्प करें। जैसे कोई स्टूडेंट साइंस, मैथ में इंटरेस्ट शो कर रहा है, तो उसे ऐसे मोल्ड करना होता है कि आगे चलकर वह अपने करियर के सही विकल्प को चुन सके। इसके साथ ही स्कूल का कैरीकुलम ऐसा होना चाहिए कि वह स्कूल आने में अपना इंटरेस्ट शो करे। क्योंकि स्कूल जाने में उसे रुचि नहीं होगी, तो सारी मेहनत जाया हो सकती है। एक तरीके से उसके लर्निंग प्रोसेस पर ब्रेक लग सकता है। इसलिए स्कूल्स को यह ध्यान रखना होता है कि उनके सिलेबस में स्टडी के अलावा एक्टिविटीज भी शामिल हो। एक एजुकेशन स्पेशलिस्ट पंकज सिंह कहते हैं कि एक्टिविटी एजुकेशन का प्रमुख हिस्सा होना चाहिए। ऐसे में स्कूल्स की कोशिश होनी चाहिए कि वे तय करें कि स्कूल की ओर से की जाने वाली एक्टिविटीज में सभी बच्चे हिस्सा लें।

रेगुलर काउंसलिंग है जरूरी

अच्छी क्लासेज और बच्चों को दी जाने वाली तमाम सुविधाओं के अलावा उन्हें समझना भी जरूरी है। यही कारण है कि आजकल स्कूल्स काउंसलर की भी व्यवस्था कर रहे हैं। एक एक्सपर्ट संदीप नोवल कहते हैं कि कई बार ऐसा होता है कि बच्चों की परेशानी को टीचर्स समझ नहीं पाते हैं या समझने के बावजूद सही स्टेप नहीं उठा पाते हैं। दूसरा, इसमें पैरेंट्स का इन्वॉल्वमेंट भी जरूरी होता है। एक काउंसलर इन स्थितियों को समझते हुए सही राय देता है और इससे बच्चे की परेशानी को दूर हो जाती है। जब कोई बच्चा स्कूल में कदम रख देता है, तो पैरेंट्स से ज्यादा हमारी जिम्मेदारी और जवाबदेही बन जाती है।

उठाएं टेक्नॉलजी का फायदा

टेक्नॉलजी का दौर है और इसने हमारी सोच को बदलकर रख दिया है। इसका असर स्कूल्स और स्कूलिंग सिस्टम पर भी दिखाई दे रहा है। स्कूल्स मोबाइल पर ऐप के जरिए पैरेंट्स से टच में रहते हैं। टाइम टू टाइम स्कूल मीटिंग्स के अलावा उन्हें बच्चों की रिपोर्ट फोन पर दी जाती है। मसलन बच्चे का परफॉर्मेंस सब्जेक्ट वाइज कैसा है। स्पोर्ट्स में वह कैसा कर रहा है। एक प्राइवेट स्कूल में पढ़ाने वाली टीचर अरपिता सेन कहती हैं कि स्कूल एडमिनिस्ट्रेशन की ओर से सभी को यह आदेश दिए गए हैं कि वे खुद को टेक्नॉलजी से अपडेट रखें। इसके मद्देनजर वर्कशॉप का भी आयोजन किया जाता है। वह दिन दूर नहीं है जब स्कूल्स बच्चों के अलावा टैब का इस्तेमाल करने लगेंगे। इससे बच्चों को काफी लाभ मिल सकेगा। उनके टैब में सिलेबस होने के कारण उन्हें किताबों के भारी बैग को उठाने से छूट मिल जाएगी।

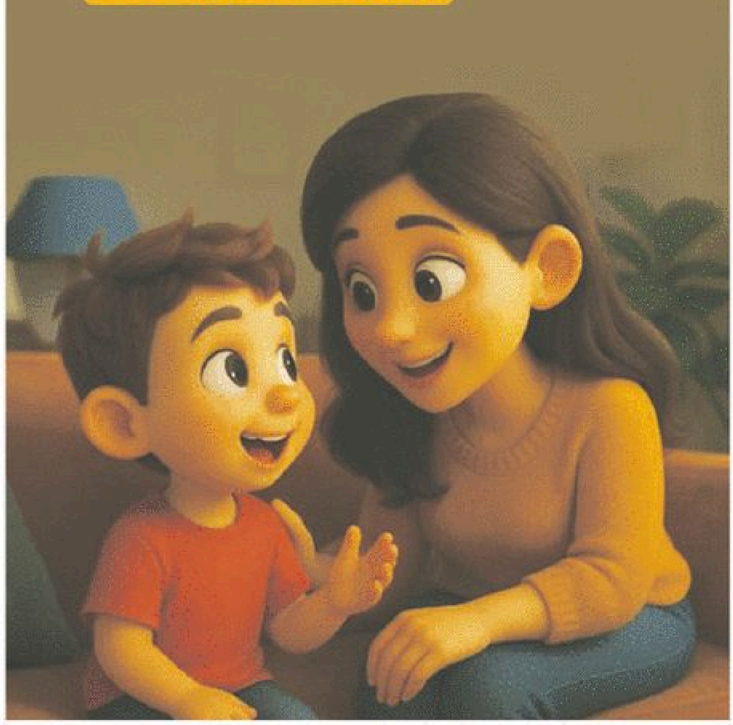
ये हैं फायदे

- मिलता है बच्चों को मजबूत शैक्षणिक आधार
- व्यक्तित्व का होता है विकास
- सामाजिक कौशल का विकास
- सीखते हैं अनुशासन और टाइम मैनेजमेंट के गुर
- मिलती है भावनात्मक मजबूती
- खेल और शारीरिक विकास
- करियर को सही दिशा

LUMINA TERRA
SCHOOL OF NATIONS
Where we follow the child, not the calendar
EXCLUSIVE. INNOVATIVE. SUSTAINABLE.
LT WINTER UNSCHOOL
2-10 January 2026
Group A (3–6):
Ambidexterity, story + arts & crafts, creative coding, music & percussion, SEL, nature play, integrated games.
Group B (7–12):
Shooting & archery, chess, table tennis, sheet music, drums, guitar, keyboard, ukulele, basics of Kathak/Bharatanatyam.
What's the Buzz?
CIRCULAR LEARNING SPACES
Let's Find Out!

Register on:
luminaterra.org/event
Whole Child. Deep Roots. Small Classes.
Opposite Palassio Mall
Next to Omaxe Palace
740 840 5000
An exciting journey for 2+ to 12 year-olds this year.
Upcoming K-12 Cambridge / CBSE / IBDP

EMOTIONAL SAFETY
A PROMISE EVERY CHILD DESERVES.
Do our children feel safe to make mistakes?
At home. At school. At the playground. At public spaces. In every small moment — we are shaping what love, trust, and courage mean.
Emotional safety begins with the way we listen, the patience in our tone, the warmth in how we correct, and the respect with which we hold their feelings.
Where there is emotional safety, children grow to be strong and happy.



Emotional Safety begins from our homes. Scan QR to get the parent guide
5 signs of an emotionally safe home.
A public service initiative by **Modern School, Aliganj** to help communities nurture emotionally safe environments for every child in Lucknow. +91 95549 33337
MODERN SCHOOL
Aliganj, Lucknow
Know Thyself
Grades 6-12
Nur-5

NOTE : -

[: राजस्थान पत्रिका , दैनिक जागरण delhi, नवभारत टाइम्स delhi, अमर उजाला delhi, हिन्दुस्तान delhi, Pioneer hindi delhi, जनसत्ता delhi,]

English NEWSPAPERS
[Times Of India delhi, Indian Express delhi, The Hindu delhi, Financial Express delhi, economic times delhi , the Pioneer english delhi , the tribune delhi] ETC.

We are providing all news paper pdf hindi and English want to read daily newspapers by pdf please msg me on telegram

2. आकाशवाणी (AUDIO)

whatsapp Group ka link pane ke liye Newspaper_pdf_bot par jaye.

Click here to contact:-https://t.me/Newspaper_pdf_bot
Or type in Search box of Telegram
@Newspaper_pdf_bot And you will find a channel
BACKUP GROUP LINK
https://t.me/joinchat/5P9EL1JaqoYzNTI1

Hindi-English News Paper Website:- onlineftp.in