



बारिया के मौसम में अपने कंफर्ट का ध्यान रखते हुए स्टाइलिश दिखना थोड़ा टफ होता है। लेकिन अगर आप कुछ बातों का ध्यान रखते हुए सुहाने मौसम में आपका लुक भी प्यारा नजर आएगा। मानसून में आपके लिए किस तरह की ड्रेसेस के अँगान रहेंगे बेट, डिटेल में बता रहे हैं आपको।

रिमझिम फुलारों के मौसम में स्टाइलिश-कंफर्टबल इसेस

द्रेसअप / निधि गोयल



लाकि सीजन के अनुसार हमारी ड्रेसअप बदल ही जाती है। लेकिन सीजन और कंफर्ट के अलावा स्टाइल का ध्यान रखना भी जरूरी होता है। इस लिहाज से मानसून में सब कुछ मैटेन करने के लिए कई बातों को फॉलो करना होता है। इसके लिए आप ऑफेजन के हिसाब से अपने लिए इस सेलेक्शन कर सकती हैं। यहां कुछ ऐसे ही बेहरीन ड्रेस ऑफेज के बारे में आपको बता रहे हैं।

नी लंथ स्टर्ट टॉप

अगर आप किसी की बर्थ डे पार्टी या किसी सहानी के साथ गेट ग्रॉपर में जा रही हैं तो आप स्टर्ट के साथ टॉप पी पहन सकती हैं। लेकिन इस सीजन में स्टर्ट आप नी लंथ तक ले तो सही रहेगा।

इससे आपको उठने बैठने में कोई परेशानी नहीं होगी। साथ ही इस स्टर्ट-टॉप को आप कहीं भी आसानी से विशेष कर सकती है और इसके ध्यान रखना भी खराब होने के चास भी कम रहेंगे। स्टर्ट फैब्रिक आप डेनिम या फिर कॉटन फैब्रिक में ले सकती है। इन दिनों स्टर्ट लुक स्टर्ट भी किसी पार्टी की जा रही है। इन्हें पहनकर उठने-बैठने में बिल्कुल दिक्कत नहीं आती है। इसके साथ आप कोई भी स्टाइलिश टॉप पहन सकती हैं।

शॉर्ट जंप स्टूट

जंप स्टूट में भी इन दिनों आपको काफी रेंज मिल जाएगी। इनमें आप किस तरह का जंप स्टूट पहनना चाहती है, वह आप पर निर्भर करता है। वैसे बारिश के साथ टॉप पी पहन सकती है। इससे आपको गर्मी नहीं पहनकर घूमने से थोड़ा ही नीचे तक होती है। इससे आपको गर्मी नहीं होना चाहिए। इन दिनों स्टर्ट के साथ टॉप पहन सकती है।

इट एटवाइस

डॉ. शीला सूर्यावत, डायटीशियन

आज के दौर में अधिकांश महिलाएं अपने करियर और घर-बाहर की व्यस्तताओं के चलते अपनी हेल्थ की अकसर अनदेखी कर रही हैं। यह बिलिसाम सालों में तक चलता रहता है। इस वज्र से 40 की उम्र तक आते-आते महिलाओं के शरीर में कई तरह के बदलाव आने लगते हैं, खासकर उनकी हाइड्रोग्लोबिन कमज़ोर होने लगती है। इसलिए उन्हें 40 वर्ष की एज के बाद अपनी बोस हेल्थ पर ज्यादा ध्यान देने की जरूरत होती है। यदि इस उम्र तक पहुंचने के बाद भी हाइड्रोग्लोबिन की एक्सट्राक्ट केरार नहीं की गई तो आगे चलकर सीरीयस हेल्थ प्रॉब्लम्स उत्पन्न होने की आशंका बढ़ सकती है। हो सकती हैं ये प्रॉब्लम्स: जरूरी ध्यान ना देने पर 40 की उम्र तक पहुंचने के बाद महिलाओं में हाइड्रोग्लोबिन से जुड़ी कुछ तकलीफें जैसे कमर में दर्द, जोड़ों में दर्द का समान करना पड़ता है। आर्थिटिस और ओस्टियोपोरोसिस भी महिलाओं में बोस हेल्थ के लिए लाइट लिप फॉक्शन के लिए लाइट लिप ग्लास का टच दे सकती है। अगर आप चाहें तो शिर लिप ग्लास का भी युज कर सकती है। लेकिन रेड या ब्राउन लिपस्टिक का युज ना करें।

न्यूट्रो शेड लिपस्टिक : चूकि डे लाइट फॉक्शन में हैवी वैश्वानी के बजाय डेन्ट ऑफेज को शामिल करता है, इसके लिए आपको इन फॉक्शन के लिए लाइट लिप ग्लास का टच दे सकती है। अगर आप चाहें तो शिर लिप ग्लास का भी युज कर सकती है। लेकिन रेड या ब्राउन लिपस्टिक का युज ना करें।

फॉक्शन लेड लाइट लिपस्टिक : चालीस की उम्र पार करने के बाद महिलाओं को अपनी बोस हेल्थ से रिलेटेड सबसे कमनी सम्पर्क होता है।

एसी लेड डाइट: चालीस की उम्र पार करने के बाद महिलाओं को अपनी बोस हेल्थ के प्रति विशेष सकरता बरतनी चाहिए।

कैल्चियम डाइट: चालीस की उम्र पार करने के बाद महिलाओं की मजबूती को बढ़ावा मिल सकता है। इसके साथ ही कैल्चियम जोड़ों में दर्द, आर्थिटिस जैसी परेशानी की मजबूती है।

कैल्चियम डाइट: चालीस की उम्र पार करने के बाद महिलाओं को अपनी बोस हेल्थ के प्रति विशेष सकरता बरतनी चाहिए।

दरअसल, इस एज में अगर आपकी बोस बीक हो रही है तो इसका कारण शरीर में हाइड्रोग्लोबिन कमज़ोर और मुख्यरुद्धी हो जाती है, जो जरा सी चोट में ही टूट भी सकती है।

कैल्चियम डाइट: चालीस की उम्र पार करने के बाद महिलाओं को अपनी बोस हेल्थ के प्रति विशेष सकरता बरतनी चाहिए।

दरअसल, इस एज में अगर आपकी बोस बीक हो रही है तो इसका कारण शरीर में हाइड्रोग्लोबिन कमज़ोर और मुख्यरुद्धी हो जाती है, जो जरा सी चोट में ही टूट भी सकती है।

कैल्चियम डाइट: चालीस की उम्र पार करने के बाद महिलाओं को अपनी बोस हेल्थ के प्रति विशेष सकरता बरतनी चाहिए।

दरअसल, इस एज में अगर आपकी बोस बीक हो रही है तो इसका कारण शरीर में हाइड्रोग्लोबिन कमज़ोर और मुख्यरुद्धी हो जाती है, जो जरा सी चोट में ही टूट भी सकती है।

कैल्चियम डाइट: चालीस की उम्र पार करने के बाद महिलाओं को अपनी बोस हेल्थ के प्रति विशेष सकरता बरतनी चाहिए।

दरअसल, इस एज में अगर आपकी बोस बीक हो रही है तो इसका कारण शरीर में हाइड्रोग्लोबिन कमज़ोर और मुख्यरुद्धी हो जाती है, जो जरा सी चोट में ही टूट भी सकती है।

कैल्चियम डाइट: चालीस की उम्र पार करने के बाद महिलाओं को अपनी बोस हेल्थ के प्रति विशेष सकरता बरतनी चाहिए।

दरअसल, इस एज में अगर आपकी बोस बीक हो रही है तो इसका कारण शरीर में हाइड्रोग्लोबिन कमज़ोर और मुख्यरुद्धी हो जाती है, जो जरा सी चोट में ही टूट भी सकती है।

कैल्चियम डाइट: चालीस की उम्र पार करने के बाद महिलाओं को अपनी बोस हेल्थ के प्रति विशेष सकरता बरतनी चाहिए।

दरअसल, इस एज में अगर आपकी बोस बीक हो रही है तो इसका कारण शरीर में हाइड्रोग्लोबिन कमज़ोर और मुख्यरुद्धी हो जाती है, जो जरा सी चोट में ही टूट भी सकती है।

कैल्चियम डाइट: चालीस की उम्र पार करने के बाद महिलाओं को अपनी बोस हेल्थ के प्रति विशेष सकरता बरतनी चाहिए।

दरअसल, इस एज में अगर आपकी बोस बीक हो रही है तो इसका कारण शरीर में हाइड्रोग्लोबिन कमज़ोर और मुख्यरुद्धी हो जाती है, जो जरा सी चोट में ही टूट भी सकती है।

कैल्चियम डाइट: चालीस की उम्र पार करने के बाद महिलाओं को अपनी बोस हेल्थ के प्रति विशेष सकरता बरतनी चाहिए।

दरअसल, इस एज में अगर आपकी बोस बीक हो रही है तो इसका कारण शरीर में हाइड्रोग्लोबिन कमज़ोर और मुख्यरुद्धी हो जाती है, जो जरा सी चोट में ही टूट भी सकती है।

कैल्चियम डाइट: चालीस की उम्र पार करने के बाद महिलाओं को अपनी बोस हेल्थ के प्रति विशेष सकरता बरतनी चाहिए।

दरअसल, इस एज में अगर आपकी बोस बीक हो रही है तो इसका कारण शरीर में हाइड्रोग्लोबिन कमज़ोर और मुख्यरुद्धी हो जाती है, जो जरा सी चोट में ही टूट भी सकती है।

कैल्चियम डाइट: चालीस की उम्र पार करने के बाद महिलाओं को अपनी बोस हेल्थ के प्रति विशेष सकरता बरतनी चाहिए।

दरअसल, इस एज में अगर आपकी बोस बीक हो रही है तो इसका कारण शरीर में हाइड्रोग्लोबिन कमज़ोर और मुख्यरुद्धी हो जाती है, जो जरा सी चोट में ही टूट भी सकती है।

कैल्चियम डाइट: चालीस की उम्र पार करने के बाद महिलाओं को अपनी बोस हेल्थ के प्रति विशेष सकरता बरतनी चाहिए।

दरअसल, इस एज में अगर आपकी बोस बीक हो रही है तो इसका कारण शरीर में हाइड्रोग्लोबिन कमज़ोर और मुख्यरुद्धी हो जाती है, जो जरा सी चोट में ही टूट भी सकती है।

कैल्चियम डाइट: चालीस की उम्र पार करने के बाद महिलाओं को अपनी बोस हेल्थ के प्रति विशेष सकरता बरतनी चाहिए।

दरअसल, इस एज में अगर आपकी बोस बीक हो रही है तो इसका कारण शरीर में हाइड्रोग्लोबिन कमज़ोर और मुख्यरुद्धी हो जाती है, जो जरा सी चोट में ही टूट भी सकती है।

कैल्चियम डाइट: चालीस की उम्र पार करने के बाद महिलाओं को अपनी बोस हेल्थ के प्रति विशेष सकरता बरतनी चाहिए।

दरअसल, इस एज में अगर आपकी बोस बीक हो रही है तो इसका कारण शरीर में हाइड्रोग्लोबिन कमज़ोर और मुख्यरुद्धी हो जाती है, जो जरा सी चोट में ही टूट भी सकती है।

कैल्चियम डाइ



19वें एशियन गेम्स 2023 में हाँकी के फाइनल मुकाबले में जापान को 5-1 से हराकर स्वर्ण पदक जीतने के बाद भारतीय पुरुष टीम।

एशियन गेम्स में भारत के रिकॉर्ड 100 पदक पक्के

अब तक 22 स्वर्ण, 34 रजत और 39 कांस्य समेत कुल 95 पदक जीते, 7 पदक मिलना तय

हांगझोउ, (एजेंसी)। चीन में खेले जा रहे 19 वें एशियन गेम्स में भारत के अब तक 22 स्वर्ण, 34 रजत और 39 कांस्य समेत कुल 95 पदक हो गए हैं। वहीं भारत के कबड्डी, तीरंदाजी, हाँकी, बैडमिंटन और क्रिकेट में कुल सात पदक पक्के हैं, इनके इवेंट्स होने के बाद भारत शनिवार को पहली बार एशियाई खेलों के इतिहास में सौ पदक पार कर ले गए।

भारत ने पिछली बार जकार्ता में 70 पदक जीते थे, जिसमें 16 स्वर्ण, 23 रजत और 31 कांस्य थे। इस बार भारत ने 22 और एथलेटिक्स में 29 पदक आए हैं, जिससे भारत समर्थक प्रदर्शन कर सका। 13वें दिन भारत ने एक स्वर्ण, दो रजत और 6 कांस्य पदक सहित नीचे पदक पक्के।

भारतीय पदलावानों ने जीते तीन पदक: टोक्यो



मलिक ने महिलाओं के फ्रीस्टाइल 62 किग्रा मुकाबले में चीन की लोगं जिया को हारकर कांस्य पदक जीता। बजरंग पुनिया ने 45 किग्रा में अपने पहले दो मुकाबलों में एक भी अंक गंवाए बनाए अपने खिताबों को डिफेंड करने के अधियांशु शुश्राव जीत की थी। टोक्यो 2020 के कांस्य पदक विजेता ने क्राउरफाइनल में बहरीन के अलीबेग सैगिडुग्सेन अलीबेगोव पर 4-0 से जीत से पहले अपने रार्डें औपांक 16 मुकाबले में तकनीकी श्रेष्ठता के आधार पर फ़िलीपीस के रोनिल दुबोग को हारया था। पुनिया सेमीफाइनल में पूर्व विश्व चैम्पियन और मौजूदा एशियाई चैम्पियन ईरान के रहमान अमीरजाहखलीली से फ़िडे, जहां वह 8-1 से हार गए। इसके बाद भारतीय पदलावान कांस्य पदक मुकाबले में कैकी यामाचुची से हारकर बाहर हो गए।

भारतीय पदलावानों ने जीते तीन पदक: टोक्यो

ओलंपियन सोनम मलिक, एशियाई चैम्पियन अमन

19वें दिन के पदक विजेता खिलाड़ी

- भारतीय पुरुष हाँकी टीम: स्वर्ण
- दूसरे रिकॉर्ड तीरदाजी (अंकित भक्त, भजन कौर और सिमरनजीत कौर): जीत
- मेस सिंगल्स बैडमिंटन (एचएस प्रैण्य): कांस्य
- रोपक टकरा महिला रेस्यू टीम: कांस्य
- इंडिया पुरुष रिकॉर्ड तीरदाजी टीम (अननु दास, धीरज बोमदेवा और तुषुर शेषक): रजत
- भारतीय पहलवान सोनम (महिला फ्रीस्टाइल 62 किग्रा): कांस्य
- क्रिकेट (कुश्ती में महिलाओं के फ्रीस्टाइल 76 किग्रा): जीत
- ब्रिज (तोलानी राजू, अजय प्रभाकर, राजेश्वर तिवारी और सुमित मुखुर्जी): रजत
- कुश्ती में अमन (पुरुषों की 57 किग्रा फ्रीस्टाइल): कांस्य

पदक तालिका

देश	स्वर्ण	जल	कांस्य	कुल
चीन	187	104	62	353
जापान	46	57	62	165
दक्षिण कोरिया	36	49	84	169
भारत	22	34	39	95
उज्जैस्तान	20	18	26	64
चीनी ताई	17	16	25	58
उत्तर कोरिया	11	17	10	38
थाईलैंड	10	14	30	54
दक्षिण	10	3	5	18
जाकार्ता	9	18	41	68

19वें दिन भारत ने जीते नौ पदक

19वें एशियन गेम्स के 19वें दिन भारत ने एक स्वर्ण, दो रजत और 6 कांस्य पदक सहित नौ पदक पक्के। भारत अब दूसरे में पदक का शक्ति पूरा करने से पांच पदक दूर है। 19वें दिन दुकुबर को भारत की पुरुष हाँकी टीम ने स्पैन दिया। इससे पहले महिला रिकॉर्ड तीरदाजी टीम ने कांस्य पदक जीता।

पाकिस्तान टीम का विजयी आगाज वनडे वर्ल्डकप: नीदरलैंड को 81 रन से हराया, हारिस के तीन विकेट

हैदराबाद, (एजेंसी)। मोहम्मद रिजावान (68) और मैन ऑफ द मैच सऊदी राकील (68) के बीच शतकीय साझेदारी के बाद धारादर गेंदबाजी की बदौलत पाकिस्तान ने शुक्रवार को नीदरलैंड को 81 रन से हराकर क्रिकेट विश्व कप में अपने अधियांश का आगाज किया।

पाकिस्तान ने पहले बल्लेबाजी करते होए 49 ऑवर में सभी

विकेट खोकर 286 रन बना कर

पर्सी टीम 41 ऑवर में 205 रन बना कर

पवेलियन लौट गयी। पहले बल्लेबाजी करते हुए पाकिस्तान एक समय मात्र 38 रन पर फ़खर जमान (12), इमाम उल हक (15) और बाबर आजम (5) का

विकेट खोकर कर मुश्किलों में फ़ंस गया था मार रिजावान और

सऊदी गेंद के गेंदबाजों का संयम से सामना करते हुए

टीम के स्टोरों को 158 रन पर पहुंचाया जबकि बाद में मोहम्मद

नवाज (39) और शादब खान (32) ने स्टोरों को चुनौतीपूर्ण

बनाने में महती भूमिका निभायी। पुल्लल शाहीन शाह अफरीदी (13 नाबाद) और हारिस रुफ़ (16) ने आखिरी ऑवरों में तेज रफ़ार से

रन बनाने की कोशिश की मार पूरी टीम 49 ऑवर में 286 रन बना कर

पवेलियन लौट गयी। नीदरलैंड के बास ड्लीड (62 रन पर चार विकेट)

संघर्षीकृत असदार गेंदबाज बन कर उभरे। इसके अलावा कालिन एकमैन ने बाबर आजम और हासिद रुफ़ के बिके ज़ाके।

लक्ष्य की पीछी करते हुए सलामी बल्लेबाज ड्लीड के गेंदबाज करते हुए

पर्सी टीम को 158 रन पर पहुंचाया जबकि बाद में मोहम्मद

नवाज (39) और शादब खान (32) ने स्टोरों को चुनौतीपूर्ण

बनाने में महती भूमिका निभायी। पुल्लल शाहीन शाह अफरीदी (13 नाबाद) और हारिस रुफ़ (16) ने आखिरी ऑवरों में तेज रफ़ार से

रन बनाने की कोशिश की मार पूरी टीम 49 ऑवर में 286 रन बना कर

पवेलियन लौट गयी। नीदरलैंड के बास ड्लीड (62 रन पर चार विकेट)

संघर्षीकृत असदार गेंदबाज बन कर उभरे। इसके अलावा कालिन एकमैन ने बाबर आजम और हासिद रुफ़ के बिके ज़ाके।

लक्ष्य की पीछी करते हुए सलामी बल्लेबाज ड्लीड के गेंदबाज करते हुए

पर्सी टीम को 158 रन पर पहुंचाया जबकि बाद में मोहम्मद

नवाज (39) और शादब खान (32) ने स्टोरों को चुनौतीपूर्ण

बनाने में महती भूमिका निभायी। पुल्लल शाहीन शाह अफरीदी (13 नाबाद) और हारिस रुफ़ (16) ने आखिरी ऑवरों में तेज रफ़ार से

रन बनाने की कोशिश की मार पूरी टीम 49 ऑवर में 286 रन बना कर

पवेलियन लौट गयी। नीदरलैंड के बास ड्लीड (62 रन पर चार विकेट)

संघर्षीकृत असदार गेंदबाज बन कर उभरे। इसके अलावा कालिन एकमैन ने बाबर आजम और हासिद रुफ़ के बिके ज़ाके।

लक्ष्य की पीछी करते हुए सलामी बल्लेबाज ड्लीड के गेंदबाज करते हुए

पर्सी टीम को 158 रन पर पहुंचाया जबकि बाद में मोहम्मद

नवाज (39) और शादब खान (32) ने स्टोरों को चुनौतीपूर्ण

बनाने में महती भूमिका निभायी। पुल्लल शाहीन शाह अफरीदी (13 नाबाद) और हारिस रुफ़ (16) ने आखिरी ऑवरों में तेज रफ़ार से

रन बनाने की कोशिश की मार पूरी टीम 49 ऑवर में 286 रन बना कर

पवेलियन लौट गयी। नीदरलैंड के बास ड्लीड (62 रन पर चार विकेट)

संघर्षीकृत असदार गेंदबाज बन कर उभरे। इसके अलावा कालिन एकमैन ने बाबर आजम और हासिद रुफ़ के बिके ज़ाके।

लक्ष्य की पीछी करते हुए सलामी बल्लेबाज ड्लीड के गेंदबाज करते हुए

पर्सी टीम को 158 रन पर पहुंचाया जबकि बाद में मोहम्मद

नवाज (39) और शादब खान (32) ने स्टोरों को चुनौतीपूर्ण

बनाने में महती भूम

शिक्षा के क्षेत्र में नई यहाँ



घर बैठे करें इस तरह गवर्नमेंट एजाम की तैयारी

एम्यू-समय पर विभिन्न सरकारी पद पर निकलने वाली भर्तियों के लिए प्रवेश परीक्षा का आयोजन किया जाता है। लाभगत सभी वैकेसों के लिए प्रवेश परीक्षा पास करने जल्दी होता है। यूं तो हर पद और विभाग के मुताबिक प्रवेश परीक्षा का फॉर्मेट, सिलेबस, प्रगति सब अलग होते हैं लेकिन उनको जाकी आवाज भी सुनी होती है। उनको आवाज में कुछ अलग होता है। अगर आपमें भी बात करने की कला और अच्छी आवाज है रेडियो के क्षेत्र आपके लिए बहुत साहारा है। आगे इस क्षेत्र में आसानी से अपने बेहतर, करियर का प्रोग्राम कर सकते हैं। अगर आप एंकर या रेडियो जॉकी नहीं बनना चाहते तब भी आगे इस क्षेत्र में उल्लङ्घन को सेंज करके अपने पद जैसे नियमित भैंजेर, प्रोग्राम रेडियो, कॉर्पोरेट, कॉर्पोरेट, सेल्स, प्रोग्राम इंजीनियर, न्यूज रिपोर्टर, रेडियो रिपोर्टर बनकर भी अपना सपना पूरा कर सकते हैं।

पहला स्टेप किसी भी परीक्षा में सफलता हासिल करने के लिए जरूरी है सही स्टडी मैट्रीरियल का इंजाम। एजाम का सिलेबस देखें और हर विषय के लिए सही किताबें, नोट्स आदि इकट्ठा कर लें। स्टडी मैट्रीरियल को लेकर कंप्यूटर न हों और सोच-समझकर किताबें चुनें औं अंक कर उन्हीं से पढ़ें। ज्यादा किताबें मालब ज्यादा कप्तान होते हैं जैसे तैयारी के समय कुछ पौंड्स हैं। इसलिए अगर कोई कार्यक्रम ज्ञान नहीं की है और घर से ही तैयारी कर रहे हैं तो इन बातों का रखें विशेष खाल।

मार्क टेस्ट करते हैं मरद आप तैयार के लिए बहुत से वर्चुअल मर्ग और कलासेस फी में जॉइन कर सकते हैं। इससे तैयारी करें और सिलेबस, स्टडी मैट्रीरियल के बाद एजाम वैर्टेन समझ लें। इससे तैयारी करने में मरद मिलते हैं। किसे सबल आते हैं, किस तरह के सबल ज्यादा आते हैं, ये देखें। इसके बाद देखें कि आपको किस एरिया में ज्यादा दिक्षित है, किसमें आसानी से अक्ष द्वारा दिक्षित है। इसी से आप इंटर्व्यू के लिए और गवर्नमेंट तक सब अंतर्ज कर सकते हैं। यहाँ तक कि टाइम ट्रेन के लिए इसमें भी मरद पा सकते हैं।

कॉर्ट एफेयर्स जल्दी किसी भी परीक्षा की तैयारी बिना करें अफेयर्स के नहीं हो सकती। इसके लिए अपेंटेड हैं। कोई युप ज्ञान इन कर लें जहाँ रोजे के रोज वारे में अपेंट आते रहें। नेशनल, इंटरनेशनल न्यूज, गवर्नमेंट पॉलिसीज, सोशियो इकोनोमिक डेवलपमेंट आदि पर पैनी नियाह रखें। इनके नोट्स बनाते चलें जो अंत में बहुत काम आते हैं।

टाइम मैनेजमेंट किसी भी परीक्षा में सफल होने के लिए टाइम मैनेजमेंट और राइटिंग प्रैक्टिस बहुत जल्दी है। जब तैयारी एक लेवल पर पहुंच जाए तो खबर मांक टेस्ट दें। इससे पता चलता कि आपको किस विषय के अंदर ये खत करने को किसियों के रोजे के रोज रिवीजन करें और प्रियला पक्का होने के बाद ही आगे बढ़ें। लेकिन इसमें समय का विशेष ध्यान रखें। उन टिप्पणी का ध्यान रखकर आप परीक्षा की तैयारी में मरद पा सकते हैं।

एयरफोर्स में भी इस तरह दे सकते हैं अपने भविष्य को नई उड़ान 12 वीं के बाद पायलट बनने के लिए सबसे ज्यादा जल्दी है कि साइंस स्ट्रीम में 10+2 पूरा किया जाए। हालांकि अब कई पायलट ट्रॉनिंग इस्टीट्यूट ऐसे हैं जो कॉर्मस के स्लैट्स को भी एडमिशन देने लगे हैं। यहीं बढ़ते करें उम सीमा की तो भारत में पायलट बनने के लिए इन्यूनेट अन्य सीमा 17 साल होती चाहिए। पायलट बनने के लिए आपको फिलेस और मेडिकल सर्टिफिकेट भी देना होता है।



एयरफोर्स में भी इस तरह दे सकते हैं अपने भविष्य को नई उड़ान

12 वीं के बाद पायलट बनने के लिए एयरफोर्स पायलट, स्पोर्ट्स पायलट, फ्लाइट इंजीनियर, इंस्ट्रुक्टर ऐलग ही सकते हैं। 12 वीं के बाद पायलट बनने के लिए Commercial Pilot Training प्रोग्राम में डाखिला ले सकते हैं। इसके लिए एंट्रेस एजाम पास करने होते हैं। इसके लिए प्रवेश परीक्षा के अलावा, इंटरव्यू शुट्ट और मेडिकल टेस्ट देना होता है। 12 वीं के बाद 15 से 20 लाख रुपये खर्च करके आप विदेश जाकर भी पायलट की ट्रेनिंग ले सकते हैं।

इंडियन एयरफोर्स में पायलट बनने के लिए NDA परीक्षा पास करनी होगी। यह एक सुनहरा अवसर होता है जो 12 वीं के बाद पायलट बनने में मरद करता है। 3 साल का कासं पूरा करने के बाद आपको फ्लाइंग ट्रॉनिंग में भी भाग लेना होगा। इसके बाद आप स्थानीय कमीशन अधिकारी के रूप में काम करेंगे।

रेडियो के क्षेत्र में रखें सुनहरे भविष्य की नींव

हमारे देश में बड़े से बड़े शहरों से लेकर दुर्गम स्थानों जैसे लह, लद्दाख तक आगर किसी एक चीज की पहुंच है तो वो है रेडियो। हम सब इस शब्द से अच्छी तरीके से बाकिफ होते हैं। आपने रेडियो पर प्रोग्राम सुने होंगे और उनको होस्ट करते हुए एंकर की आवाज भी सुनी होगी। उनको आवाज में कुछ अलग होता है। आगर आपमें भी बात करने की कला और अच्छी आवाज है रेडियो के क्षेत्र आपके लिए बहुत साहारा है। आगे इस क्षेत्र में आसानी से अपने बेहतर, करियर का प्रोग्राम कर सकते हैं। आगे इस क्षेत्र में उल्लङ्घन को सेंज करके अपने पद जैसे नियमित भैंजेर, प्रोग्राम रेडियो, कॉर्पोरेट, सेल्स, प्रोडक्ट इंजीनियर, न्यूज रिपोर्टर, रेडियो रिपोर्टर बनकर भी अपना सपना पूरा कर सकते हैं।

कोर्सेज रेडियो में करियर बनाने के लिए आप 12वीं के बाद ही इसकी शुरुआत कर सकते हैं। इस क्षेत्र में ग्रेजुएशन और पोस्ट-ग्रेजुएशन डिग्री, डिल्पोमा एवं सर्टिफिकेट सभी तरीके के कोर्स उपलब्ध हैं। इस क्षेत्र में मौजूद कुछ कोर्सेज निम्नलिखित हैं-

- वैचलर्स इन जर्नलिज्म एंड मास कम्युनिकेशन
- मास्टर से ऑफ जर्नलिज्म एंड मास कम्युनिकेशन
- डिप्लोमा इन रेडियो प्रोग्रामिंग एवं ब्रॉडकास्ट मैनेजमेंट
- डिप्लोमा इन रेडियो प्रोडक्शन एवं रेडियो जांकी
- पोस्ट-ग्रेजुएट डिल्पोमा इन रेडियो एंड ब्रॉडकास्ट मैनेजमेंट
- सर्टिफिकेट कोर्स इन रेडियो
- डिप्लोमा इन मास कॉम्युनिकेशन
- पीजी डिल्पोमा इन मास कॉम्युनिकेशन
- रोजगार

आज हर छोटे से बड़े



रेडियो स्टेशन स्थापित हैं। बहुत से प्राइवेट रेडियो स्टेशन एवं एफएम चैनल अपने यहाँ इन लोगों को हायर कर करते हैं।

इसके अलावा सरकारी

रेडियो चैनल्स के लिए भी समय-समय पर भवियां निकली जाती हैं जहाँ आप अप्लाई कर सकते हैं। आगे यहाँ रेडियो जांकी के अलावा रेडियो प्रोग्राम के लिए स्टोरी रेडिटिंग, एड राइटिंग करने के साथ ही रेडियो प्रोडक्शन अथवा ब्राडकास्टिंग आदि से भी जुड़ सकते हैं।



अच्छी दोस्ती भी बदल सकती है पर्सनेलिटी

अच्छी और मजबूत दोस्ती न के केवल दोस्ती ही है बल्कि ये आपके आत्मविश्वास को भी बढ़ा सकती है। अच्छी दोस्ती से आपको इमोशनल स्पैर्ट, प्रोत्साहन और पार्सनल डिविडिंग मिलती है, जो आपको खुद पर और अपनी क्षमताओं पर विश्वास करने में मदद कर सकती है। अच्छी दोस्ती के अलावा इमोशनल स्पैर्ट, प्रोत्साहन और पार्सनल डिविडिंग मिलती है, जो आपको खुद पर और अपनी क्षमताओं पर विश्वास करते हैं। इच्छा के अलावा इमोशनल स्पैर्ट और प्रोत्साहन और पार्सनल डिविडिंग के अलावा दोस्ती के अलावा दोस्ती को पहचानते हैं, तो इससे आपको भी सकारात्मक एहसास मिलता है। इससे आप उन लोगों में ज्यादा बहुत रहते होते हैं, जिनके बारे में एक्सप्लॉयट फैक्ट्री का काम करते हैं, जिनके बारे में एक्सप्लॉयट होते हैं।



पर और ज्यादा विश्वास करते हैं। दोस्त अपने प्रसंग सभासे बड़े चीज़रीडर्स हो सकते हैं, जो आपके अपने सपनों को पूरा करने और नई चीजों को आजमाने के लिए प्रोत्साहित करते हैं। जब आपके लिए आपको खुद सकते हैं, तो आपको अपनी विश्वासता है।

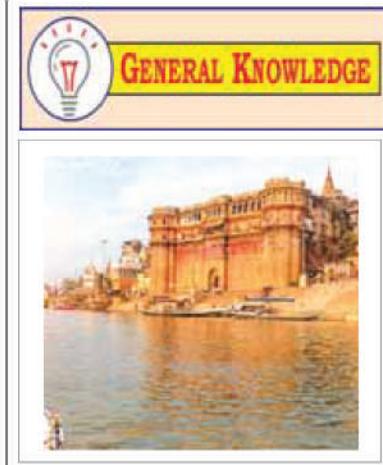
पास ऐसे दोस्त होते हैं जो आप पर विश्वास करते हैं, तो यह आपको खुद पर भी विश्वास करने में मदद मिलती है। अच्छी दोस्त आपको रिस्क लेने के लिए आगे बढ़ाती है।

पॉर्टफोलियो परीक्षा

दास्तों से आपको पॉर्टफोलियो फैक्ट्री का दोस्त होती है, जिससे आप और बेहतर करने के लिए आगे बढ़ते हैं। जब आपको दोस्त अपनी ताकत और उपलब्ध क्षमताओं को पहचानते हैं, तो इससे आपको भी सकारात्मक एहसास मिलता है। इससे आप उन लोगों में ज्यादा बहुत रहते होते हैं, जिनके बारे में एक्सप्लॉयट होते हैं।

अनुभव साझा करना

दोस्त अपने साथ अनुभव साझा करने के अलावा ज्यादा कॉर्पोरेट फैक्ट्री करने में मदद कर सकते हैं।



-भारत की सबसे लंबी नदी कौन सी है? उत्तर-भारत की सबस

