

स्कूलों के आधुनिकीकरण के लिए सीएम योगी ने दिए 404 करोड़ रु.

बोले- पीएम श्री स्कूल आज की जरूरत, यह अभिनव प्रयोग है

लखनऊ। मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने कहा कि प्रधानमंत्री नंदेंद मंत्री का आभार कि जिस समय पूरी दुनिया कोरोना से ग्रस्त थी उस समय देश की 140 करोड़ की आबादी को बचाने के साथ ही नई शिक्षा नीति की आधार शिला रखी और नए विजय के साथ आगे बढ़ने की प्रणाली दी। पीएमसी खुले योजना इसी दिशा में एक कदम है। कई बार योजना की धोषणा के बाद काम में समय लगता है लेकिन वहाँ शिक्षा मंत्री धर्मेंद्र प्रधान पूरी टीम के साथ आगे है। प्रदेश के पांच बड़े बच्चों के लिए नई योजना शुरू होगी। इस योजना के तहत पहले चरण में प्रदेश के 928 विद्यालय चयनित किए गए हैं। इनके तहत 1 से 12वीं कक्षास तक अपग्रेड करेंगे। मुख्यमंत्री योगी बृहस्पति वार को लखनऊ के लालभद्र में 404 करोड़ रुपये की धनराशि से पीएम श्री स्कूलों के आधुनिकीकरण का शुभार्थ एवं 'प्रोजेक्ट अलंकार' के अंतर्गत माध्यमिक विद्यालयों के संतुलितरकरण हुए 347 करोड़ रुपये की धनराशि का अंतर्णाल प्रक्रिया के अंतर्गत समूह 'ख' के



योगी आदित्यनाथ के कारण प्रभु श्रीराम के दिव्य भव्य मंदिर के लोकप्रिय की घड़ी आ गई है। पीएम दुनिया भारत की तरफ देख रही है। यूपी इसका केंद्र बिंदु है। दुनिया रामधार है। उन्होंने कहा कि पीएम मंत्री की उपस्थिति में हाल में मुख्य संस्थाकी वैठक हुई थी। प्रोजेक्ट कायाकल्प की ओर इस बैठक में चर्चा हुई थी। मुख्यमंत्री योगी को नई शिक्षा नीति और अंप्रेशन कायाकल्प हूबूलू लागू करने के लिए बहार्दार हुआ। शिक्षा मंत्री को कहा कि विदेश मंत्री शहर में हाल में भीषण बम विफोटों से दुखी है। इस कठिन घड़ी लोगों के साथ अपनी एकजुट है। विदेश मंत्रालय के प्रवक्ता रणधीर जयसवाल ने अपने एक्सप्रेस देश पर दुख व्यक्त किया। साथ ही भारत ने ईरान में हूबूलू का लेकर दुख रखा है। ईरान की कैमिन में हुए बम विफोट पर दुख व्यक्त किया। ईरान की राष्ट्रपति रामचंद्र पौडेल से मुलाकात करने के बाद भारत-नेपाल संयुक्त आयोग की बैठक में हुए शामिल हुए।

खबर संक्षेप



विस्फोट में हमास के शीर्ष अधिकारी की मौत

लेबनान : लेबनान के दक्षिणी बरेत के उपनगर में हुए एक विस्फोट में हमास के शीर्ष अधिकारी सालेह अरैरी की मौत हो गई है। इसकी पुष्टि लेबनान के हिजबुल्ला समूह के टैलीविजन स्टेशन ने की है। हमास की सैन्य शाखा के संस्थापकों में से एक सालेह अरैरी ने वेस्ट बैंक में समूह का नेतृत्व किया था। 7 अक्टूबर को हमास-इजराइल युद्ध के बाद पीएम नेतृत्वाहुने अरैरी की जान लेने की धमकी दी थी।

पाक: हमले में 4 आतंकियों की मौत



इस्लामाबाद। पाकिस्तान आतंकवाद से बुरी तरह ज़दा रहा है। पहले आतंकियों को पाला पोसा, अब वे ही पाकिस्तान में हमले कर रहे हैं। इसी बीच पाकिस्तान में सुरक्षा बलों से मुठभेड़ में आतंकाती हमलावर समेत 4 आतंकवादी मारे जाने की खबर है। खैबर पख्तूनख्वा प्रांत में अधिकारियों के तहत सुरक्षा बलों ने मुठभेड़ के दौरान एक आतंकाती हमलावर समेत 4 वांछित आतंकवादियों को मार गिराया।

पीटाम्बीन अफसरों का सम्मेलन आज से

नई दिल्ली। राज्यसभा के उपसभापाल हीरेंवर्ष पूर्वी अफ्रीकी देश युगांडा की राजधानी कंपाला में

04 से 06 जनवरी तक होने वाले राष्ट्रमंडल के अध्यक्षों एवं पीटाम्बीन अधिकारियों के 27वें सम्मेलन को संबोधित करेंगे। हीरेंवर्ष एक भारतीय प्रतिनिधिमंडल के साथ युगांडा रवाना हो गए हैं।

गिरफ्तारी का विरोध नागरा ने किया प्रदर्शन बैगलुरु। कर्नाटक में हिंदू कार्यकर्ता की गिरफ्तारी पर बवाल मच गया है। कर्नाटक पुलिस ने अयोध्या राम मंदिर के लिए 1992 में एक आंदोलन में कथित भारीबारी के सिलसिले में श्रीकांत पुजारी को गिरफ्तार किया है। इस गिरफ्तारी के खिलाफ भारतीय राज्य में विरोध प्रदर्शन किया।

गोल्डी पर शिकंजा, लेकिन कल का रहस्य अनसुलझा नई दिल्ली। पंजाबी सिंगर सिद्धू, मूरेवाला की हत्या की गुरुची अभी

अनसुलझी ही है। इस बीच, सरकार ने इस हत्या के मास्टरमाईंड गैंगस्टर गोल्डी बरार पर शिकंजा सखा किया है। मूरेवाला की हत्या 29 मई, 2022 की थी। मौसी के घर जाने की बात कर निकले थे। दो लोग और थे। तीनों 'महिंद्रा थार' गाड़ी से गए थे। गाड़ी भी साथ नहीं ले गए थे। मां को अनहोनी की आशंका डारा रही थी। मां चरण कौर उन्हें 'फॉर्म्यूनर' गाड़ी में जाने के लिए कहा थी। बात दें कि मूरेवाला ने करीब 22 लाख रुपए खर्च कर इस गाड़ी को बुलेटप्रूफ बनवा रखा था।

युवा पहलवान हुए एकजुट, कुश्ती को बर्बाद करने का लगाया आरोप

साक्षी, बजरंग और विनेश के खिलाफ जंतर मंतर पर प्रदर्शन

भारतीय कुश्ती में पिछले एक साल से सरकारी टीक नहीं लग रहा है। सीनियर पहलवानों के प्रदर्शन के बाद भारतीय कुश्ती संघ के पूर्व अध्यक्ष बृन्दावण शहर विंह को आपनी कुर्सी गवानी पड़ी। उसके बाद युवावान हुए तो खिलाड़ियों ने नए अध्यक्ष संघर्ष विंह का विरोध किया। साली मालिक ने संघर्ष का एलाज कर दिया और बजरंग पूर्निया-विनेश फोगाट ने अपने पुरस्कार वापस कर दिए। खेल मंत्रालय ने फिर कुश्ती संघ को ही निलंबित कर दिया।

एजेंसी ► नई दिल्ली

अब बुधवार (तीन जनवरी) को एक बार फिर पहलवान जंतर-मंतर पर पहुंचकर प्रदर्शन कर रहे हैं, लेकिन इस बार यह विरोध कुश्ती संघ या उसके अधिकारियों के खिलाफ नहीं बल्कि बजरंग, साक्षी और विनेश फोगाट के खिलाफ है।

भारतीय कुश्ती में चल रहे संकट ने बुधवार को एक नया भोड़ ले लिया जब सैकड़ों जूनियर पहलवान अपने करियर के एक महत्वपूर्ण वर्ष के नुकसान के विरोध में जंतर-मंतर पर एकत्र हो गए। इस स्थिति के लिए उन्होंने शार्प पहलवान बजरंग पूर्निया, साक्षी मालिक और विनेश को दोषी ठहराया। बसों में भरकर, जूनियर पहलवान उत्तर प्रदेश, हरियाणा और दिल्ली के विभिन्न हिस्सों से पहुंचे जूनियर पहलवान तक नहीं लगाया जाए।

छाल बाटे

■ विवादों के साथ में है सालभर से भारतीय कुश्ती

■ उत्तर प्रदेश, हरियाणा और दिल्ली के विभिन्न हिस्सों से पहुंचे जूनियर पहलवान



बजरंग, साक्षी और विनेश के खिलाफ लगाया जाए।

शीर्ष तीन पहलवानों को मिला था भारी समर्थन

लगभग 300 लोग उत्तराली, बागापत में आर्य समाज अस्साड़े से आए थे, जबकि कई अन्य ज़रेल में वीरेंद्र कुश्ती अकादमी से आए थे। कई लोग अपनी मी बसों में मरे हुए हैं। सभी आपके सहयोगियों के साथ प्रदर्शन में शमिल होने की योजना बना रही है।

सुरक्षाकर्मियों को उन्हें नियंत्रित करने के लिए संरक्षण करना चाहा रहा है। बहु बजरंग, साक्षी और विनेश के खिलाफ नारे लगा रहे हैं। प्रशंसकारियों के दाथ में बैरां थे जिन पर लिखा था, "गूँडब्ल्यूडब्ल्यू हमारी कुश्ती को इन तीन पहलवानों से बचाए।"

पहलवानों की मांग

इन तीनों को अब अपने सम्बद्ध के भीतर से विरोध का सामना करना पड़ रहा है और जंतर-मंतर पर इकड़ा हुए लोगों ने उन पर अपना करियर बर्बाद करने का आरोप लगाया है। जनवरी 2023 से शारीय शिविर और प्रतियोगिताएं स्की हुई हैं क्योंकि भारतीय कुश्ती संघ को दो बार निलंबित कर दिया गया है। अब एक तर्थ ऐनल खेल का संचालन कर रहा है। बुधवार को विरोध करने से बचाए।

श्रमजीवी विस्फोट : 14 लोगों की हुई थी मौत आतंकियों को फांसी की सजा पांच-पांच लाख का जुर्माना



एजेंसी ► लखनऊ

में 28 जुलाई 2005 की शाम 5:20 बजे सिंगाराम के हरिहरपुर स्टेशन के बीच रापलांज़ क्रासिंग पर आपें आतंकी हेलाल और नफीकूल विश्वास को फांसी की सजा सुनाई गई है। साथ ही पांच-पांच लाख रुपये अर्थांदं भी लगाया गया है। मंगलवार को अपर सत्र न्यायाधीश प्रथम राजश कुमार राय के न्यायालय में सजा के निर्धारण पर सुनवाई पूरी हो गई। बता दें कि राजीव बिहारी से चलकर नई दिल्ली जाने वाली श्रमजीवी एक्सप्रेस के जनरल बोगी निर्धारित किया गया था।

अलग-अलग अर्जी

प्रकरण में दोनों पक्षों ने अलग-अलग अर्जी दी गई है। एसआरआई ने बीते 18 दिसंबर को दो बंद लिफाफे में जिला जज की अदालत में सर्वेक्षण रिपोर्ट सौंपी थी। रिपोर्ट सौंपने की भनक लगते ही हिन्दू पक्ष की महिलाओं की ओर से अदालत से सर्व रिपोर्ट बिना साल लिफाफे में देने और सार्वजनिक करने की मांग की गई।

विदेश मंत्री आज जाएंगे काठमांडू

132 के वीए की 3 ट्रांसमिशन लाइन का करेंगे शुभारंभ

◆ एस जयरांकर भारत-नेपाल संयुक्त आयोग की 7वीं बैठक की सह-अध्यक्षता करेंगे

एजेंसी ► नई दिल्ली

विदेश मंत्री डॉ. एस. जयरांकर, 4 व 5 जनवरी को नेपाल दौरे पर जाएंगे। नेपाल के विदेश मंत्री एन.पी. सल्लद के नियंत्रण पर काठमांडू का दौरा करेंगे। इस दौरान वे दोनों नेता भारत-नेपाल संयुक्त आयोग की 7वीं बैठक की सह-अध्यक्षता करेंगे।

इस बैठक के बाद दोनों देशों के बीच दीर्घकालिक विद्युत व्यापार समझौता किया जाएगा। भारत अगले 10 सालों में 10 हजार विदेशी विदेशी और नेपाली और मैत्रीदाता लाइन भरता रहा है। यह दोनों देशों के बीच दीर्घकालिक विद्युत व्यापार समझौता किया जाएगा। भारत अगले 10 सालों में 10 हजार मेगावाट बिजली की खरीद करेगा।

प्रदीप सिंह 'प्रथम नीति'

भारत-नेपाल संयुक्त आयोग की स्थापना 1987 में की गई थी। इह दोनों देशों की द्विपक्षीय साझेदारी के लिए एक मंच प्रदान करती है। औरतबल हो कि 'प्रदीप सिंह' जी ने तहत वेपाल भरत का प्रथमीकरण भारीदार है। यह यात्रा दो बीजी और मैत्रीदाता प्रदीपसिंह के द्वारा उच्चस्तरीय आदान-प्रदान के परिपार के अनुरूप है।

आग का 'पुल'

प्लाईओवर डिवाइडर से टकराकर धूक उठा आया

प्लाईओवर डिवाइडर से टकराकर पलटने से उसका आइल नेशनल हाईवे पर फैल गया और आग लग गई। इसके बाद गहरा धूंआ और और आग की लालों को दृश्य दिखाई देने लगा। इससे हाईवे पर यात्रायात रुक गया और इन्हरेंजी सर्विसेज को तत्काल हालात को नियंत्रित करने के लिए, घटनास्थल पर गया। खना के पास फ्लूटैकर के लिए घना काला धुंआ फैला गया।

इस बैठक के बाद दोनों देशों के बीच दीर्घकालिक विद्युत व्यापार समझौता किया जाएगा। भारत अगले 10 सालों में 10 हजार मेगावाट बिजल



कैश डाइट नुकसान कर सकती है

इसके स्थायी परिणाम हो सकते हैं

मोटापे से
पीड़ित 278
वयस्कों के एक
अध्ययन में

प्रतिदिन 810
कैलोरी के 12-
सप्ताह के कैश
डाइट से उन लोगों
की तुलना में 12
महीनों के बाद

अधिक वजन कम
हुआ, जिन्होंने

केवल नियमित

भोजन से कुछ भाग

कम करके अपनी

कैलोरी कम की

थी। कैश डाइट

समूह का वजन

औसतन लगभग

11 किलोग्राम कम

हुआ जबकि आहार

का कुछ भाग कम

करने वाले समूह

का वजन केवल 3

किलोग्राम कम

हुआ।

लैकेस्टर (द कन्वरसेशन)। जो लोग अपना वजन कम करना शुरू करने की कोशिश कर रहे हैं या शायद किसी बड़े कार्किंग माझे या छुट्टी से महले कुछ वजन कम करना चाहते हैं, वे कैश डाइट आमतौर पर तक आवश्यक हो सकते हैं। हालांकि यह सच है कि वजन कम करने के लिए आपको अपने शरीर प्रतिदिन उपयोग की ज्ञान वाली कैलोरी से कम कैलोरी खाने की आवश्यकता होती है, लेकिन कैश डाइट वास्तव में आपके इशारों के खिलाफ काम कर सकती है और वजन कम करना अधिक कठिन बना सकती है। कैश डाइट का चलन वर्षों से है, लैकेस्टर प्रभावशाली लोगों और सोशल मीडिया की बौलैट हाल ही में लोकप्रिय हुई है। आमतौर पर, इन आहारों में कुछ हफ्तों के लिए कैलोरी की मात्रा को 800-1,200 कैलोरी प्रति दिन तक कम करना शामिल होता है। इन डाइट के समर्थकों का दावा है कि इससे तेजी से वजन कम हो सकता है, जो यह बता सकता है कि उनमें इन्होंने महत्वपूर्ण अपील की रखी है। दरअसल, शोध से पता चला है कि ये आहार वास्तव में कुछ लोगों के लिए बहुत फायदे हो सकते हैं। मोटापे से पीड़ित 278 वयस्कों के एक समय में कुछ हफ्तों के लिए कैलोरी की मात्रा को 800-1,200 कैलोरी प्रति दिन तक कम करना शामिल होता है। इन डाइट से उन लोगों में 12 महीनों के बाद अधिक वजन कम हुआ, जो वजन कम करने के लिए अपनी कैलोरी कम की थी। कैश डाइट समूह का वजन औसतन लगभग 11 किलोग्राम कम हुआ जबकि आहार का कुछ भाग कम करके अपनी कैलोरी कम की थी। कैश डाइट समूह वाला आहार टाइप 2 मधुमेह वाले लोगों के लिए फायदेमंद हो सकता है।

कैश डाइट और चयापचय

आपका चयापचय शरीर में सभी राशनिक प्रतिक्रियाओं का योग है। यह हमारे द्वारा खाए जाने वाले भोजन के लिए उत्तरी ऊर्जा में परिवर्तित करने और अतिरिक्त ऊर्जा को वसा के रूप में संग्रहीत करने के लिए जिम्मेदार है। आपका चयापचय कई ऊर्जाएँ से प्रभावित होता है - जिसमें आहार, व्यायाम और आपके हार्मोन शामिल हैं। कैश डाइट इन सभी घटकों को प्रभावित करती है और कैश डाइट के साथ, आप सामान्य से बहुत कम भोजन खाते हैं। इसका भावनावाल यह है कि आपके शरीर को आपने द्वारा खाए गए खाद्य पदार्थों को घासने और अवशेषित करने के लिए उत्तरी ऊर्जा (कैलोरी) का वायोग आपके शरीर को आपने द्वारा खाए गए खाद्य पदार्थों से बहुत कम होता है। यह हमारी चयापचय दर (आपके शरीर को खुद को बनाए रखने के लिए आवश्यक कैलोरी की संख्या) को विनियमित करने में महत्वपूर्ण है। टीउ स्तर में लंबे समय तक बदलाव से हाइपोथायरायडिज्म और वजन बढ़ सकता है।

भावना पैदा हो सकती है, जिससे कोई भी गतिविधि (वर्कआउट) की तो बात ही छोड़ दें। करना चुनौतीपूर्ण हो जाता है। ऐसा इसलिए है कि कैश डाइट की ऊर्जा उपलब्ध है - और जो उपलब्ध है उसे जीवन नियंत्रित करने के लिए प्राथमिकता दी जाती है। लंबी अवधि में, कैश डाइट हमारे शरीर के हार्मोन ढांचे को बदल सकती है। वे हमारे तनाव हार्मोन, जैसे कोटिसोल, को बदलते हैं। और लंबे समय तक, आम तौर पर महीनों में, उच्च कोर्टिसोल स्तर हमारे शरीर में अधिक वसा जमा कर सकता है। कैश डाइट हार्मोन टीउ के स्तर को भी कम कर सकती है, जो चयापचय घृणा नियंत्रित होता है। यह हमारी चयापचय दर (आपके शरीर को खुद को बनाए रखने के लिए आवश्यक कैलोरी की संख्या) को विनियमित करने में महत्वपूर्ण है। टीउ स्तर में लंबे समय तक बदलाव से हाइपोथायरायडिज्म और वजन बढ़ सकता है।



धीरे-धीरे खाना कम करना

यदि आप वजन कम करने की कोशिश कर रहे हैं, तो सबसे अच्छी रणनीति दीर्घकालिक, कमिक वजन घटाने वाले आहार का पालन करना है। यह देखा गया है कि क्रमिक आहार अधिक टिकाऊ होते हैं और कैश डाइट में आपके चयापचय दर पर कम नकारात्मक प्रभाव डालते हैं। धीरे-धीरे आहार लेने से व्यायाम के लिए पर्याप्त ऊर्जा स्तर बनाए रखने में भी मदद मिल सकती है, जिससे आपको वजन कम करने में मदद मिल सकती है। इस प्रकार के आहार हमारे माइटोकॉडिया को कार्य की भी संरक्षित करते हैं - जो हमारी मांसपेशियों में कैलोरी जलाने वाले खाइरातस हैं। इससे डाइटिंग खत्म करने के बाद भी कैलोरी बन्द करने की अधिक क्षमता पैदा होती है। आर्द्ध आहार वह है जो प्रति सप्ताह 0.5 से 1 किलोग्राम तक शरीर का वजन कम करता है। आपको प्रति दिन कितनी कैलोरी खाने की आवश्यकता होगी यह आपके शुरुआती वजन और आप शारीरिक रूप से किनते सकिये हैं, इस पर निर्भर करेगा।

अयोध्या में लता मगेशकर

चौक बना नया सेल्फी केंद्र

अयोध्या (भाषा)। अयोध्या में मशहूर गायिका लता मगेशकर को समर्पित चौक स्थानीय निवासियों और यहां आने वाले पर्यटकों के लिए मुख्य आकर्षण का केंद्र बन गया है। इस चौक पर लोग उत्साह के साथ सेल्फी ले रहे हैं। कलाना में लोगों को अपनी ओर खींचने की शक्ति होती है और इस चौक पर केंद्र में स्थापित 14 टन वजनी एक विशाल अलंकृत वीणा की प्रस्तुति है। अपना यह काम बरूबी कर रही है अधिकारियों ने पहले बताया था कि 40 फुट लंबी और 12 मीटर ऊंची इस प्रतिकृति को प्रियद्व भूमिका राम सुतार ने बताया। इसे करीब 7.9 करोड़



रुपये की अनुमानित लागत से बनाया गया है। लता मगेशकर चौक राम पथ और धर्म पथ के चौराहे पर स्थित है। राम मंदिर के आगामी सेवाएँ दोनों पथों को सुन्दर प्रकाशनात्मक समारोह से व्याप्त होते हैं। अयोध्या और पड़ोसी जिलों से सेल्फी लोग 31 दिसंबर की रात को नववर्ष का जश्न मनाने के लिए लता मगेशकर चौक पर एक चौराहे पर आना शुरू कर रहा है। यह प्रत्येक आहार माइटोकॉडिया को कार्य की भी संरक्षित करते हैं - जो हमारी मांसपेशियों में कैलोरी जलाने वाले खाइरातस हैं। इससे डाइटिंग खत्म करने के बाद भी कैलोरी बन्द करने की अधिक क्षमता पैदा होती है। आर्द्ध आहार वह है जो प्रति सप्ताह लगभग 0.5 से 1 किलोग्राम तक शरीर का वजन कम करता है। आपको प्रति दिन कितनी कैलोरी खाने की आवश्यकता होगी यह आपके शुरुआती वजन और आप शारीरिक रूप से किनते सकिये हैं, इस पर निर्भर करेगा।

प्रीति जिंटा

ने मनाया कलरफुल नव वर्ष

मुंबई (आईएएनएस)। एक्ट्रेस प्रीति जिंटा ने बुधवार को नए साल के जनन की फोटो शेयर की और बताया कि वह साल 2024 की शुरुआत कलरफुल तरीके से कर रही है। 'बीर जारा' एक्ट्रेस से कलरफुल पर अपनी डिप्पल वाली स्नाइल फ्लॉट कर रही है। उन्होंने पोस्ट को कैशन दिया: 2024 की शुरुआत कलरफुल तरीके से करने की अपेक्षा है।

भोजपुरी गाना 'लङ्कन के कमी नहँखे' रिलीज

एक्टर्स को डेट करना 'टेंशन वाला काम है' जान्हवी कपूर

बॉबी देओल संग नजर आए आर्यमन देओल

मुंबई (आईएएनएस)। एक्ट्रेस जान्हवी कपूर ने एक्टर्स को डेट करने के सवाल पर खुलकर बात की। उन्होंने कहा है कि एक्टर कंपनीटिटिव और बीर बीर्ड होते हैं। जान्हवी बॉबी देओल और खुशी कपूर के बीच जो लोगों के बीच होती है वह आर्यमन के लिए बहुत अच्छी है। दोनों अपने करियर, फैमिली और लव लाइफ को लेकर वर्षों में हैं। करण ने कहा, आपकी एक फिल्मोंसी भी है कि जिसके बारे में हमने बात की है कि आप एक्टर्स को डेट नहीं करना चाहती, क्योंकि आपको लगता है कि यह कहीं न हो कहीं टेंशन देगा। जबाब देते हुए जान्हवी ने कहा, आपको भी खुद के साथ इसका बहुत अच्छा लगता है। एक्ट्रेस ने कहा, आपको किसी एक्टर को डेट नहीं करेंगी, क्योंकि आप अभी जान्हवी हैं, वहां आप कंफर्टेबल हैं? एक्ट्रेस ने जवाब दिया: 'एनीमल' की ओर देख रही हैं। इस पोस्ट पर एक्ट्रेस प्रीति जिंटा ने रेड हार्ट और फायर वाले हमार्जो कंटेनर सेब्सन में शेयर किया। 'एनीमल' की ओर स्थित रही हैं। जान्हवी ने एक्टर्स को डेट करने के लिए बहुत अच्छी है।

मुंबई (आईएएनएस)। हाल ही में रेलीज हुई एक्ट्रेस नजर आए रही है। जिसके बारे में लोगों के बीच बहुत अच्छी है। जान्हवी ने एक्टर्स को डेट करने के लिए बहुत अच्छी है। जान्हवी ने एक्टर्स को डेट क

