

देश में तेजी से बढ़ रहा डब कंटेंट का चलन महामारी के बाद आया बड़ा बदलाव

देश में इन दिनों डब कंटेंट की डिमांड तेजी से बढ़ती जा रही है। साउथ फिल्में हों या हॉलीवुड कंटेंट डब किए गए ये कंटेंट लोगों को काफी पसंद आ रहे हैं। रिपोर्ट्स की मानें तो देश में औसत एवरज पेड स्ट्रीमिंग ऑडियंस 4.6 भाषाओं में बने कंटेंट देखते हैं, जिनमें से केवल 50 प्रतिशत ऐसे हैं, जिन्हें यह भाषा समझ आती हैं। डब कंटेंट की बढ़ती डिमांड ने हॉलीवुड के साथ-साथ स्पेनिश और कोरियाई जैसी अन्य विदेशी भाषाओं के कंटेंट के विकास को भी बढ़ावा दिया है। हाल ही में सामने आई ऑरमैक्स ओटीटी ऑडियंस प्रोफाइलिंग रिपोर्ट 2022 में यह सामने आया कि कैसे डबिंग ने भारतीय वीडियो कंटेंट के लिए एक उज्ज्वल भविष्य के द्वार खोल दिए हैं।



ओपनिंग डे में भारत में जो कलेक्शन किया, वह महामारी शुरू होने के बाद से कोई भी हिंदी फिल्म नहीं कर पाई। फिल्म का लगभग 50% कलेक्शन डब संस्करणों यानी हिंदी, तमिल और तेलुगू से आया है। भारत में डब कंटेंट करीब दो दशकों से मौजूद है। हिंदी मूवी चैनल बीते लंबे समय से साउथ एक्शन फिल्मों के हिंदी-डब संस्करणों को प्रसारित कर रहे हैं। वहीं वजह है कि पिछले 15 वर्षों में दक्षिण भारतीय डब्स की लाइसेंस फीस में दम गुना या ज्यादा की वृद्धि हुई है।

डबिंग के बढ़ते चलने के दो मुख्य कारण हैं। पहला कारण था बाहुबली फ्रेंचाइजी। फिल्म बाहुबली ने रातों-रात दक्षिण भारतीय डब कंटेंट को कई पायदान ऊपर दिया। उसी दौरान मार्बल सिनेमैटिक यूनिवर्स ने भारत में अपना

फैनबेस बनाना शुरू कर दिया था, जिससे भारत में हॉलीवुड बॉक्स ऑफिस में वृद्धि हुई, जो साल 2014 से 2019 तक कई गुना बढ़ गई है। इसके बाद अगला बड़ा बदलाव महामारी के बाद आया जब ओटीटी का चलन देशभर में तेजी से बढ़ गया। इस दौरान दर्शकों के एक बड़े वर्ग ने भाषा समर्थन के जरिए गैर-देशी भाषाओं के कंटेंट (फिल्म और श्रृंखला) को देखना शुरू किया। इसमें न केवल भारतीय भाषाएं और अंग्रेजी शामिल हैं, बल्कि अन्य विदेशी भाषाएं जैसे कोरियाई, स्पेनिश, जर्मन, आदि भी शामिल हैं। स्पेनिश श्रृंखला मनी हाइस्ट 2021 में भारत में सबसे अधिक देखी जाने वाली नेटफ्लिक्स सामग्री थी, जो सभी भारतीय सीरीज और फिल्मों से आगे थी।

काम की बात: कोलेस्ट्रॉल को कंट्रोल करना होगा बेहद आसान, बस साल में दो बार करना होगा ये काम

बढ़े हुए कोलेस्ट्रॉल को हृदय रोगों के प्रमुख कारक के रूप में जाना जाता है। कोलेस्ट्रॉल वैसे तो शरीर के लिए आवश्यक होता है, यह स्वस्थ कोशिकाओं के निर्माण में विशेष भूमिका निभाता है, हालांकि इसकी अधिकता कई प्रकार की समस्याओं का कारण भी बन सकती है। कोलेस्ट्रॉल, दो प्रकार का होता है- गुड़ कोलेस्ट्रॉल और बैड कोलेस्ट्रॉल। रक्त में बैड कोलेस्ट्रॉल का स्तर बढ़ना, हृदय की गंभीर समस्याओं और कुछ स्थितियों में हार्ट अटैक के खतरे को भी बढ़ा सकता है।



कोलेस्ट्रॉल को नियंत्रित रखने के लिए सभी लोगों को स्वस्थ आहार और दिनचर्या को ठीक रखने की सलाह दी जाती है। पर क्या लाख कोशिशों के बाद भी आप कोलेस्ट्रॉल के स्तर को कंट्रोल नहीं कर पा रहे हैं? बढ़े हुए कोलेस्ट्रॉल के स्तर को नियंत्रित करने के लिए विशेषज्ञों ने एक खास तरीके के बारे में लोगों के बताया है। इसके लिए आपको किसी दवा के सेवन की भी जरूरत नहीं होगी। साल भर में बस आपको दो इंजेक्शन लेना होगा जो कोलेस्ट्रॉल के स्तर को नियंत्रित बनाए रखने में काफी मददगार हो सकेगी। अध्ययन के परिणाम को न्यू

इंग्लैंड जर्नल ऑफ मेडिसिन में प्रकाशित किया गया है। हाई कोलेस्ट्रॉल की समस्या के शिकार लोगों के लिए इसे काफी बेहतरीन उपाय के तौर पर देखा जा रहा है।

दो इंजेक्शन से बन जाएगा काम

इंजेक्शन के कोलेस्ट्रॉल को कम करने वाले प्रभावों के बारे में जानने के लिए शोधकर्ताओं ने अध्ययन में पाया कि यह आपकी समस्या को कम करने में काफी सहायक हो सकती है। इनक्लिंसिन नामक इस इंजेक्शन को साल में बस दो बार लेने

की जरूरत होगी, जो एलडीएल यानी बैड कोलेस्ट्रॉल के जोखिम को कई गुना तक कम करने में मददगार पाई गई है। प्रारंभिक नैदानिक परीक्षण के आंकड़े इसमें काफी संतोषजनक पाए गए हैं। हालांकि बिना डॉक्टरों की सलाह के यह इंजेक्शन लेना आपके लिए नुकसानदायक हो सकता है।

वया कहते हैं विशेषज्ञ?

इंपीरियल कॉलेज लंदन में प्रोफेसर डॉ कोसिक रे कहते हैं, शोध में पाया गया है कि यह दवा, इंजेक्शन के रूप में लेने से

एलडीएल कोलेस्ट्रॉल को आधा या उससे अधिक कम करने में सहायक है। इसका प्रभाव चार से छह महीने तक रहता है। शोधकर्ताओं का मानना है कि हृदय रोगों के बढ़ते खतरे को कम करने में इसकी महत्वपूर्ण भूमिका हो सकती है। एलडीएल कोलेस्ट्रॉल, वैश्विक स्तर पर तेजी से रिपोर्ट की जा रही गंभीर समस्याओं में से एक है, जिसे कंट्रोल में रखना बहुत आवश्यक माना जाता है।

एलडीएल कोलेस्ट्रॉल को कम करने के लिए अन्य उपाय

स्वास्थ्य विशेषज्ञों का कहना है कि सभी उम्र के लोगों को कोलेस्ट्रॉल को नियंत्रित रखने के उपाय करते रहना चाहिए। इसके लिए आहार और दिनचर्या को ठीक रखना सबसे प्रभावी तरीका माना जाता है। फल, सब्जियां, साबुत अनाज और बीन्स जैसी चीजों का सेवन बढ़ाने के साथ वसा के सेवन को कम करें। प्रोटीन के लिए पौधे पर आधारित आहार के सेवन पर अधिक ध्यान दें। रिफाईंड अनाज आदि का सेवन कम करें और नियमित रूप से वॉक करने की आदत बनाकर इस गंभीर समस्या को आसानी से नियंत्रित करने में मदद मिल सकती है।



तबियत बिगड़ने की वजह से नकुल मेहता हुए हॉस्पिटल में एडमिट

टीवी एक्टर नकुल मेहता की हाल ही में तबियत बिगड़ गई और इस वजह से उन्हें हॉस्पिटल में एडमिट कराना पड़ा। इस खबर के सामने आते ही उनके फैंस एक्टर की तबियत के जल्द ठीक होने की प्रार्थना कर रहे हैं। रिपोर्ट्स के मुताबिक हॉस्पिटल आने के बाद डॉक्टरों ने उनकी छोटी सी सर्जरी भी की है। इस बीच खबरें यह भी आ रही हैं कि नकुल ने कुछ दिनों के लिए 'बड़े अच्छे लगते हैं 2' की शूटिंग से ब्रेक ले लिया है। अब नकुल शो पर कब वापसी करेंगे। इस बात की

जानकारी अब तक सामने नहीं आई है।

39 साल के नकुल ने 2012 में प्रसारित हुए सीरियल 'प्यार का दर्द है, मीठा-मीठा प्यार-प्यार' से टेलीविजन डेब्यू किया था। नकुल ने मुंबई यूनिवर्सिटी से मास्टर ऑफ कॉमर्स की डिग्री ली है। कॉलेज के दिनों में ही वो थिएटर से जुड़ गए थे। इस दौरान उन्होंने जैज, हिप हॉप, ब्रेक, फॉक, साल्सा और कंटेम्प्टरी सीखा था। वो टीवी में एक्टिंग के साथ-साथ मॉडलिंग और कई म्यूजिक वीडियो में भी नजर आ चुके हैं।

फिल्म रिलीज से पहले अक्षय कुमार बोले, हमें भारतीय राजाओं से ज्यादा आक्रमणकारियों के बारे में पढ़ाया गया

बॉलीवुड अभिनेता अक्षय कुमार की आगामी फिल्म 'सम्राट पृथ्वीराज' सिनेमाघरों में रिलीज के लिए पूरी तरह से तैयार है। इस शुक्रवार (3 जून) रिलीज होने वाली इस फिल्म के लिए अक्षय जमकर प्रमोशन कर रहे हैं। इस बीच अक्षय ने एक इंटरव्यू में केंद्रीय शिक्षा मंत्री धर्मेंद्र प्रधान से एक खास अपील की है। एक्टर ने सम्राट पृथ्वीराज और महाराणा प्रताप जैसे भारतीय राजाओं से संबंधित कहानियों को इतिहास की पाठ्यपुस्तकों में शामिल करने की अनुरोध किया है। एएनआई को दिए इंटरव्यू में अक्षय ने कहा कि इतिहास की पाठ्यपुस्तकों में भारतीय राजाओं के बारे में शायद ही कोई उल्लेख है। जबकि आक्रमणकारियों के बारे में ज्यादा बताया गया है। उन्होंने कहा कि इसके बारे में लिखने वाला कोई नहीं है।



बता दें कि चंद्रप्रकाश द्विवेदी द्वारा निर्देशित 'सम्राट पृथ्वीराज' वीर और पराक्रमी राजा पृथ्वीराज चौहान की जीवन पर आधारित है। यह फिल्म कर्नू आक्रमणकारी मुहम्मद गोरी के खिलाफ महान योद्धा की लड़ाई का वर्णन करती है। इस फिल्म में अक्षय कुमार लीड रोल में नजर आने वाले हैं। वहीं, मानुषी खिल्लर राजकुमारी संयोगिता के किरदार में दिखेंगी। फिल्म को यशराज फिल्म्स ने बनाया है। फिल्म को भव्य बनाने के लिए मेकर्स ने इस प्रोजेक्ट पर पानी की तरह पैसा बहाया है।

ये चार आदतें छोड़कर करीब 20 बीमारियों से रह सकते हैं सुरक्षित, कहीं आप भी तो नहीं करते हैं ये काम?

शरीर को स्वस्थ और फिट बनाए रखने के लिए आहार और जीवनशैली को ठीक रखना सबसे आवश्यक माना जाता है। इनमें होने वाली कोई भी गड़बड़ी कई तरह की गंभीर बीमारियों के जोखिम को बढ़ा देती है। पिछले कुछ समय से बढ़ती बीमारियों की सूची देखें तो स्पष्ट होता है कि ज्यादातर रोग आहार और जीवनशैली की खराबी से ही संबंधित हैं, यानी कि अगर इसमें सुधार कर लिया जाए तो जीवन को स्वस्थ बनाए रखा जा सकता है। हालांकि ज्यादातर लोगों को पता ही नहीं होता है कि रोजाना वह जाने-अनजाने कई ऐसे काम करते रहते हैं जिनसे बीमारियों का खतरा काफी बढ़ जाता है।



को काफी कम कर सकते हैं।

नींद पूरी न करना

जिन लोगों की रोजाना रात में नींद पूरी नहीं होती है या जो रोज रात में 6 घंटे से कम सोते हैं उनकी उत्पादकता और कार्यक्षमता पर नकारात्मक असर देखा जा सकता है। नींद की कमी उच्च रक्तचाप, मधुमेह, मोटापा, अवसाद, दिल का दौरा पड़ने और स्ट्रोक जैसी गंभीर स्वास्थ्य स्थितियों का कारण बन सकती है। वयस्कों को हर रात 7-8 घंटे की नींद की आवश्यकता होती है। कोशिश करें कि जल्दी सो जाएं और पर्याप्त नींद लें ताकि आपका शरीर बेहतर तरीके से काम कर सके।

गतिहीन जीवशैली

व्यायाम की कमी या एक ही जगह पर लंबे समय तक बैठे रहने की आदत आपकी सेहत के लिए

BANK P.O. & CLERK, MBA, RLY., SSC.

समा कोचिंग

135, NEW CIVIC CENTER, Bhilai Ph. 0788-6560005

शराब और सिगरेट सबसे नुकसानदायक

शराब और सिगरेट के सेवन की आदत शारीरिक और मानसिक दोनों तरह के स्वास्थ्य को गंभीर रूप से प्रभावित करती है। कम मात्रा में भी इनके सेवन के गंभीर नुकसान हो सकते हैं। सिगरेट को फफड़े-हृदय सहित मस्तिष्क से संबंधित कई तरह की बीमारियों का कारण माना जाता है, इसी प्रकार शराब का सेवन शरीर के कई अंगों को गंभीर क्षति पहुंचा सकता है। इस आदत को छोड़कर आप कई गंभीर बीमारियों के खतरे

दुर्ग, सुपेला और कोहका प्रतिष्ठित संस्थान

विज्ञापन के लिए संपर्क करें:-

9303289950, 9827806026, 8962815243

SHRI SAI

COMMERCE COACHING

A Complete Commerce Solution

ONLINE CLASS XIth XIIth B.COM CA/CS/CMA

Registration Open

KHOABI SIR- Director

Sirsa Road, Kohka, Bhilai, Mo.-98935-82241

www.shri.sai.commercecoaching.com

कलश ज्वेलर्स

सोने एवं चांदी के आभूषण के निर्माता एवं विक्रेता

हमारे यहां उचित ब्याज पर गिरवी रखी जाती है।

देवांगन होटल के बाजू में, मुखियधाम रोड, रामनगर, मिलाई, जिला-दुर्ग

9074621825

हरे कृष्ण S.S.D

firstcave of Kids

Rajendra Choithramani

Mob. 9111830803

न्यू नन्हे उस्ताद

Kids Wear

Specialist of all Kinds of Kid's Wear, Cosmetics, Toys & Many More...

हमारे प्रतिष्ठान में अनुभवी कर्मचारियों की आवश्यकता है

पता: मढ़रिया कामप्लेक्स के सामने, आदर्श नगर, दुर्ग (छ.ग.)

चौरसिया ज्वेलर्स

आकर्षक सोने चांदी के आभूषणों के निर्माता एवं विक्रेता

केन्द्रेक्स एवं ग्रहहस्त उपलब्ध यहां

उचित ब्याज दर पर गिरवी रखी जाती है

मुखियधाम रोड, रामनगर, सुपेला, मिलाई

9827938211, 9827171332

