

बॉलीवुड के प्रसिद्ध गायक और संगीत निर्देशक एसडी बर्मन

सचिन देव बर्मन
(एसडी)

बर्मन (एसडी) के नाम से प्रसिद्ध बॉलीवुड के एक प्रसिद्ध गायक और संगीत निर्देशक थे। उन्हें बर्मन दा के नाम से भी जाना जाता है और उन्हें भारतीय संगीत उद्योग के प्रमुख संगीतकारों में से एक माना जाता है। उन्हें भारतीय संगीत उद्योग में संगीत के ग्रॅंड ऑल्ड मैन के रूप में जाना जाता है।

बर्मन का जन्म एक अक्टूबर

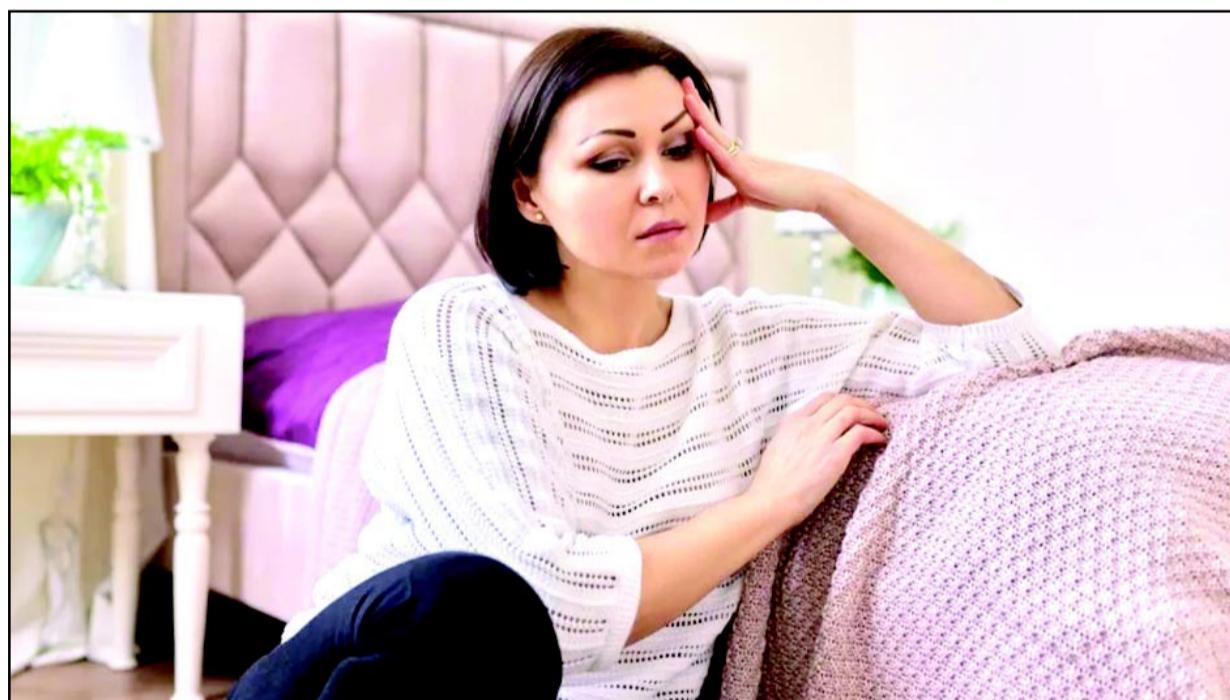
1906 को त्रिपुरा के कोमिला में हुआ था। उनके पिता का नाम महामान्यबर राजकुमार नबद्वीपचंद देव बर्मन था और माता निर्मला देवी मणिपुरी की राजकुमारी थीं। उनके 6 भाई-बहन थे। जब वे दो वर्ष के थे, तब उनकी माता का निधन हो गया। उन्होंने अपनी स्कूली शिक्षा अगरतला, त्रिपुरा में हुई थी। उनके बाद उन्होंने कुमार बोर्डिंग और यु.सु.फॉर्स कूल, कोमिला से की। उन्होंने विक्रोरि या



कॉलेज, कोमिला से कला में स्नातक की पढ़ाई पूरी की। सचिन को संगीत की शुरुआती तालीम अपने पिता से मिली। 1925 से 1930 तक उन्होंने केसीडे से गायन का व्यावसायिक प्रशिक्षण प्राप्त किया। बाद में उन्हें भीष्मदेव चट्टोपाध्याय, खलीफा बादल खान (सारंगी बादल) और सरोद बादल उस्ताद अलाउद्दीन खान ने प्रशिक्षित किया गया। बीसवीं शताब्दी के उत्तरार्ध में उन्होंने एआईआर कलकत्ता में एक रेडियो गायक के रूप में काम शुरू किया। 1932 में उनका पहला रिकॉर्ड खमाज के साथ जारी किया गया था।

वर्ष 1934 में उन्होंने अखिल भारतीय संगीत सम्मेलन और बंगल संगीत सम्मेलन, कालकाता में तुमरी गाई, जिसका उद्घाटन रवींद्रनाथ टैगोर ने किया था। एक अक्टूबर 2007 को, अगरतला में, उनकी 101वीं जयंती पर, भारतीय डाक विभाग ने एक स्मारक डाक टिकट जारी किया। प्रसिद्ध संगीतकार और गायक एसडी बर्मन को उनके जीवन में कई पुरस्कारों से सम्मानित किया गया था। 1974 में लक्वे का आघात लगा जिसके बाद 31 अक्टूबर 1975 को बर्मन दादा का निधन हो गया।

मेनोपॉज के बाद बढ़ जाता है हार्ट डिजीज का खतरा



एक महिला आपने जीवन में कई सारे पड़ावों से गुजरी है। एक्सरसाइज करना बेहद जरूरी है। एक्सरसाइज करना करना करना पड़ता है, तो वहीं थोड़ी और उम होने पर उन्हें मेनोपॉज से गुजरना पड़ता है। मेनोपॉज एक महिला के जीवन का एक महत्वपूर्ण पड़ाव है। यह एक नेतृत्व प्रोसेस है, जिसकी वजह से उनके जीवन में कई सारे बदलाव आते हैं। ऐसकी वजह से न सिर्फ शारीरिक और मानसिक बदलाव होते हैं, बल्कि सेहत पर भी गहरा असर पड़ता है। मेनोपॉज के बाद महिलाओं हामोनल परिवर्तन और अन्य कारकों के कारण दिल की बीमारी का खतरा बढ़ जाता है। ऐसे में आप इन टिप्पणी की मदद से अपने दिल का खाल रख सकते हैं। बढ़ती उम के साथ ही अक्सर बीमारी की समस्या होने लगती है। ऐसे में नियमित रूप से अपने ब्लड प्रेशर की नियंत्रण करें। दिल की सेहत के लिए इसे 140/90 मिमी एचजी से नीचे रखना जरूरी है। अगर आपका बीपी बढ़ा हुआ है, तो जीवनशैली में बदलाव का तरीका के लिए बीमारियों के लिए एक्सपर्ट की मदद लें। हाई कोलेस्ट्रोल दिल की बीमारियों की वजह बढ़ा देता है। ऐसे में अगर आप शराब पीती हैं, तो इसे छोड़ दें या सीमित मात्रा में इसका सेवन करें। द्यूस दिल से जुड़ी बीमारियों समेत कई समस्याओं का खतरा बढ़ा जाता है। ऐसे में अगर आप शराब पीती हैं, तो इसे छोड़ दें या सीमित मात्रा में इसका सेवन करें। द्यूस दिल से जुड़ी बीमारियों का खतरा काफ़ी बढ़ा देता है। ऐसे में मेनोज करने के लिए जरूरी कदम

स्थल एक्सरसाइज करना बेहद जरूरी है। एक्सरसाइज करने के साथ ही अक्सर बीमारी की समस्या बढ़ा जाती है। ऐसे में नियमित रूप से अपने ब्लड प्रेशर की नियंत्रण करें। दिल की सेहत के लिए इसे 140/90 मिमी एचजी से नीचे रखना जरूरी है। अगर आपका बीपी बढ़ा हुआ है, तो जीवनशैली में बदलाव का तरीका के लिए बीमारियों की वजह बढ़ा देता है। ऐसे में अगर आप शराब पीती हैं, तो इसे छोड़ दें या सीमित मात्रा में इसका सेवन करें। द्यूस दिल से जुड़ी बीमारियों का खतरा काफ़ी बढ़ा देता है। ऐसे में मेनोज करने के लिए जरूरी कदम

केबीसी के नाम ठगी, बिग बी ने प्रतिभागियों को दी चेतावनी

कौन बनेगा करोड़पति 15 के नए एपिसोड में अमिताभ बच्चन उन प्रतिभागियों के साथ स्कैम कोलेस्ट्रोल लेवल पर नजर रखते हुए ब्लड गुड कोलेस्ट्रोल (गुड कोलेस्ट्रोल) लेवल को 40 मिलीग्राम/डीजील से ऊपर रखते हुए, वहीं, इसके विपरीत, ट्राइलिसराइड्स और एलडीएल (खारां कोलेस्ट्रोल) के कम करने के लिए प्रयास करते हैं। अगर आप डियाटिक बीमारी के लिए एपिसोड के लिए बीमारी की वजह बढ़ा देते हैं। ऐसे में अपनी कार्मचारी के तौर पर काम करने वाले मंडल कुमार अमिताभ बच्चन उन प्रतिभागियों के साथ स्कैम कोलेस्ट्रोल लेवल लेवल के दोस्त उस्ताद भीड़ में अपनी योग्यता के लिए देखना चाहते थे। ऐसे में दोनों इसके लिए एक कोशिश करते थे। इसी कड़ी मंडल ने एक और चौकाने वाला खुलासा किया। फिलहाल शाम हिस्सा लेने की चाहत रखने वाले प्रतिभागी कई स्कैम कॉल का शिकार हो रहे हैं। इन्हाँ नहीं मंडल कुमार द्वारा यह कहनी सुनाए जाने के बाद अमिताभ ने सभी से एक सार्वजनिक अपील भी की।



अंतर्राष्ट्रीय वरिष्ठ नागरिक दिवस

1 अक्टूबर

शुभकामना संदेश

समाज के विभिन्न क्षेत्रों में वरिष्ठ नागरिकों का बहुमूल्य योगदान रहा है। सामाजिक हितों के प्रति उनके योगदान तथा शारीरिक और मानसिक दिशा में जागरूकता पैदा करने के उनके प्रयासों के कारण संयुक्त राष्ट्रसंघ के सिद्धांत के अनुसार प्रत्येक वर्ष 1 अक्टूबर को अंतर्राष्ट्रीय वरिष्ठ नागरिक दिवस मनाया जाता है। इस दिवस के महत्व को अधिक लोकप्रिय बनाने तथा वरिष्ठ नागरिकों की समस्याओं के समाधान हेतु असम सरकार के न्याय एवं अधिकारिता विभाग के तहत वरिष्ठ नागरिक कल्याण परिषद ने राज्य में कई कदम उठाए हैं। अंतर्राष्ट्रीय वरिष्ठ नागरिक दिवस आयोजन के माध्यम से वरिष्ठ नागरिकों को अपने अधिकारों के प्रति जागरूकता बढ़ाने के लिए प्रयास किए जा रहे हैं। इसी उद्देश्य से वरिष्ठ नागरिक कल्याण परिषद सक्रिय भूमिका निभा रही है।

समाज के विभिन्न क्षेत्रों में वरिष्ठ नागरिकों का बहुमूल्य योगदान रहा है। सामाजिक हितों के प्रति उनके योगदान तथा शारीरिक और मानसिक दिशा में जागरूकता पैदा करने के उनके प्रयासों के कारण संयुक्त राष्ट्रसंघ के अनुसार प्रत्येक वर्ष 1 अक्टूबर को अंतर्राष्ट्रीय वरिष्ठ नागरिक दिवस मनाया जाता है। इस दिवस के महत्व को अधिक लोकप्रिय बनाने तथा वरिष्ठ नागरिकों की समस्याओं के समाधान हेतु असम सरकार के न्याय एवं अधिकारिता विभाग के तहत वरिष्ठ नागरिक कल्याण परिषद ने राज्य में कई कदम उठाए हैं। अंतर्राष्ट्रीय वरिष्ठ नागरिक दिवस आयोजन के माध्यम से वरिष्ठ नागरिकों को अपने अधिकारों के प्रति जागरूकता बढ़ाने के लिए प्रयास किए जा रहे हैं। इसी उद्देश्य से वरिष्ठ नागरिक कल्याण परिषद सक्रिय भूमिका निभा रही है।

अंतर्राष्ट्रीय वरिष्ठ नागरिक दिवस के इस शुभ अवसर पर मैं प्रत्येक वरिष्ठ नागरिकों को अपनी श्रद्धा भाव प्रकट करता हूं एवं शुभकामनाएं देता हूं।

— डॉ. हिमंत विश्व शर्मा

जनसंयोग | my GOV
द्वितीय संसद

सूचना एवं जनसंपर्क निदेशालय, असम द्वारा प्रकाशित

Connect with us [Facebook](#) [Twitter](#) [YouTube](#) [Instagram](#) [diprassam](#) [diprassam.gov.in](#)