महत्वपूर्ण एवं खास

झीरम घटना की जांच के लिए गठित एसआईटी की पहली बैठक हुई

रायपुर (आरएनएस)। छत्तीसगढ़ के बहुचर्चित झीरम नक्सली घटना की नये सिरे से जांच के लिए राज्य शासन द्वारा गठित की गई एसआईटी की प्रथम बैठक शनिवार को पुलिस मुख्यालय रायपुर में हुई।

21 आवेदनों में 14 पुलिस कर्मियों का किया गया स्थानांतरण

रायपुर (आरएनएस)। छत्तीसगढ़ में कांग्रेस की सरकार आने के बाद अब पुलिस कर्मियों को भी राहत मिलने लगी है। पुलिस महानिदेशक डी.एम. अवस्थी ने 14 पुलिस कर्मियों द्वारा किए गए आवेदन पर उनका स्थानांतरण आदेश जारी किया है।

ध्वनि यंत्रों पर प्रतिबंध की मांग

रायपुर (आरएनएस)। भाजपा जिलाध्यक्ष राजीव अग्रवाल ने रायपुर कलेक्टर व एसपी को ज्ञापन सौंपकर ध्वनि यंत्रों पर प्रतिबंध की मांग की है। उन्होंने कहा कि आगामी दिनों में स्कूलों व कालेजों की परीक्षा है असमय ध्वनि यंत्रों शोर से छात्रों व आम लोगों को परेशानियों का सामना करना पड़ता है। उसके साथ ही सुप्रीम कोर्ट के निर्देशों का पालन नहीं हो रहा है।

पूर्ण शराब बंदी के लिए अध्ययन की आवश्यकता नहीं - भाजपा

रायपुर (आरएनएस)। भाजपा किसान मोर्चा अध्यक्ष पूनम चंद्राकर ने कहा है कि कांग्रेस पार्टी अपने चुनावी वादे से पीछे हट रही है। कांग्रेस ने जनघोषणा पत्र में सभी किसानों का सभी बैंकों का कर्ज माफकरने की बात की थी लेकिन केवल अल्पकालीन ऋृण माफ करने की बात कहकर कांग्रेस किसानों के साथ धोखा कर रही है।

विभागीय परीक्षा 7 से

रायपुर (आरएनएस)। छत्तीसगढ़ शासन के गृह-सी विभाग द्वारा अधिकारी- कर्मचारियों के लिए विभागीय परीक्षा 7 जनवरी से 14 जनवरी तक आयोजित होगी। रायपुर और दुर्ग संभाग के अधिकारी-कर्मचारी राजधानी रायपुर के बैरन बाजार स्थित शासकीय छत्तीसगढ़ महाविद्यालय में बनाए गए परीक्षा केन्द्र में सम्मिलित होंगे।

सीधी भर्ती पर रोक लगाने अनियमित कर्मचारी महासंघ ने सीएम से लगाई गुहार

धमतरी (आरएनएस)। कांग्रेस पार्टी के जनघोषणा पत्र को सरकार बनते ही मुख्यमंत्री ने तत्कालीन मुख्य सचिव को सौपते हुए जल्द से जल्द क्रियान्वयन के निर्देश दिए थे। उक्त जनघोषणा पत्र के बिंदु क्रमांक 11 एवं 30 में समस्त अनियमित कर्मचारियों को नियमितीकरण की बात की गई थी। इसके बावजूद विभिन्न विभागों में सीधी भर्ती की प्रक्रिया जारी की गई है जिससे 180000 अनियमित कर्मचारियों के भविष्य पर खतरा मंडरा रहा है एवं विभागों द्वारा जो जानकारी सम्बन्धित शाखाओं से नियमितीकरण के सम्बंध में मांगी जा रही है उसमें केंद्र प्रवर्तित योजनाओं की जानकारी नही मांगी जा रही है।

रेलवे जीएम का कल वार्षिक निरीक्षण कार्यक्रम

रायपुर (आरएनएस)। दक्षिण पूर्व मध्य रेलवे के महाप्रबंधक सुनील सिंह सोइन कल 7 जनवरी को रायपुर मंडल के वार्षिक निरीक्षण पर सुबह 9 बजे रेलवे स्टेशन पहुंचेंगे।

बिलासपुर से बोइंग भरेगी उड़ान, बनेगा नया टर्मिनल

बिलासपुर (आरएनएस)। राज्य के लिए बड़ी खुशखबरी है कि बिलासपुर और जगदलपुर दोनों शहर अब अंतर्राज्यीय विमान सेवा से जुड़ने वाला है। इसमें बिलासपुर सबसे ज्यादा फायदे में है। यहां दिल्ली से उड़कर बोइंग पहुंचेगी।

सुप्रीम कोर्ट के निर्देशानुसार नगर सैनिकों के वेतन में वृद्धि की मांग

रायपुर (आरएनएस)। छत्तीसगढ़ होमगार्ड परिवार सहयोग संघ के प्रदेशाध्यक्ष हनुमंत बाघ ने प्रेस विज्ञप्ति जारी कर बताया कि सुप्रीम कोर्ट द्वारा राज्यों में कार्यरत नगर सैनिकों के वेतनमान में वृद्धि का आदेश जारी किया गया है। बावजूद इसके छत्तीसगढ़ शासन द्वारा आदेश का पालन नहीं किया गया है। आदेश के अनुसार नगर सैनिकों का वर्ष 2017-18 के एरियर्स का 45 करोड़ रुपये दिया जाना है। साथ ही नगर सैनिकों के खाते में शासन द्वारा प्रतिसैनिक 45 हजार रुपये जमा किया जाना था। बाघ ने विज्ञप्ति में बताया कि उक्त

नगर सैनिकों के वेतन का रुपया होमगार्ड के डीजी ने रोक दिया है। उन्होंने गृहमंत्री एवं मुख्यमंत्री से नगर सैनिकों के वेतनमान संबंधी वृद्धि का आदेश डीजी होमगार्ड को तत्काल देने की मांग की है। बाघ के अनुसार संघ के मुख्यालय स्थित सैक्टर 19 के नया रायपुर के पते पर क्रमांक 235/ प्र.शि./2017 दिनांक 27 जनवरी 2018 के जारी आदेश के अनुसार सातवां वेतनमान के अनुक्रम में पुलिस आरक्षक के समरुप न्यूनतम वेतन 19500 रुपये करते हुए नगर सैनिकों को रैंकवाइस रुपये 600 प्रतिमाह वृद्धि किये जाने का प्रस्ताव विभाग के पत्र क्रमांक 16/566/ वित्त-2/ बजट/ 8 सितंबर 2017 दिनांक 18 सितंबर को पूर्व में जारी आदेश शासन को भेजा गया है। उन्होंने वेतनमान के रुप में 19 हजार 500 रुपये की वेतन वृद्धि का आदेश उपरोक्त आदेशों के मद्देनजर जारी करने की मांग मुख्यमंत्री से करते हुए नगर सैनिकों की अर्थसमस्या पर सहानुभूति पूर्वक विचार करने की मांग की है।

गणतंत्र दिवस की तैयारियां स्कूल कॉलेजों में चल रही जोरशोर से

रायपुर। प्रतिवर्ष की भांति इस वर्ष भी गणतंत्र दिवस का पर्व धूमधाम से मनाने की तैयारियां शहर में चल रही है। मिली जानकारी के अनुसार गणतंत्र पर्व के अवसर पर स्कूल कालेजों शासकीय, अशासकीय संस्थानों में सुबह ध्वजारोहण के साथ सांस्कृतिक कार्यक्रमों का आयोजन किया जायेगा। स्कूल कालेज में देशभक्तिपूर्ण गीतों एवं लोकनृत्यों की प्रस्तुति के लिए अभ्यास जारी है। गणतंत्र दिवस की परेड में भाग लेने वाले प्रतिभागी एनसीसी कैडेट सुबह-सुबह अपने स्कूल एवं कालेज परिसरों में निरंतर अभ्यास कर रहे है।

पांच साल बीत गए बेटी के हत्यारों की नहीं हुई गिरफ्तारी

देहरादून (आरएनएस)। ग्राम भटाड़ पोस्ट ऑफिस लाखामंडल, तहसील चकराता जनपद देहरादून निवासी श्याम दत्त जोशी ने कहा है कि पिछले पांच वर्षों से वह अपनी पुत्री प्रियंका जोशी के हत्यारों की गिरफ्तारी के लिए दर-दर की ठोकरें खा रहे है लेकिन कहीं से भी उन्हें आज तक न्याय नहीं मिल पाया है।

उत्तरांचल प्रेस क्लब में पत्रकारों से बातचीत करते हुए उन्होंने कहा कि उनकी पुत्री की हत्या 28 फरवरी 2013 को दून स्थित विजय पार्क में हुई थी और जिसमें तत्कालीन मुख्यमंत्री द्वारा पुलिस महानिदेशक को भी जांच व न्याय दिलाये जाने का अनुरोध किया गया लेकिन आज तक उन्हें किसी भी प्रकार का कोई न्याय नहीं मिल पाया है और जिसके कारण हत्यारे खुले आम घूम रहे है। उन्होंने कहा कि पूर्व में प्रधानमंत्री कार्यालय से एक पत्र कार्यवाही के लिए शासन स्तर पर आया लेकिन आज तक उस पर किसी भी प्रकार की कोई कार्यवाही नहीं हो पाई है। उन्होंने कहा कि केन्द्र व राज्य सरकार बेटी बचाओ बेटी पढाओ का नारा देती आ रही है ले किन एक बेटी की पांच वर्षों से पुलिस महकमा व राज्य सरकार मर्डर केस का खुलासा नहीं कर पाई है और पीड़ित परिवार दर-दर की ठोकरें खाने को विवश है और न्याय न मिलने के कारण उनका परिवार मानसिक परेशानियों से व्यथित हो गया है।

नक्सलियों ने सड़क निर्माण में लगे वाहन फूंके

दंतेवाड़ा (आरएनएस)। जिले के बारसूर इलाके में नक्सलियों ने सड़क निर्माण में लगे लगभग आधा दर्जन वाहनों में आग लगा दी वहीं काम कर रहे मजदूरों को अगवा कर ले गये जिन्हें कुछ घंटे बाद नक्सलियों ने रिहा कर दिया।

7 ईनामी नक्सलियों ने किया आत्मसमर्पण

समर्पितों में 3 महिलाएं एवं 4 पुरूष

कांकेर (आरएनएस)। नक्सली आंदोलन से तंग आकर कांकेर जिले के पखांजूर थाना क्षेत्र में विभिन्न दलम में कार्यरत 49 लाख 50 हजार रुपए के इनामी 7 नक्सलियों ने जिला पुलिस के सामने आत्मसमर्पण कर दिया है। इनमें 3 महिलाएं और 4 पुरुष हैं। आत्मसमर्पितों में दो उपकमांडर हैं।

तदाशय की जानकारी देते हुए कांकेर एसपी केएल ध्रुव ने बताया कि आत्मसमर्पितों में राही

दलम सदस्य वैशाली बाबुराव वेलादी (18), टिपागड दलम सदस्य सूरज ऊर्फ आकाश ऊर्फ धनाबू हुर्रा (25), छग के कोडेलियर जन मिलिशिया दलम सदस्य विकास ऊर्फ साधु पोदाली (27), भामरागड़ दलम सदस्य मोहन ऊर्फ दुलसा केसा कोवसी (19), गट्टादलम का उपकमांडर नवीन ऊर्फ अशोक पेका (25), कंपनी क्रमांक 4 ए सेक्शन उपकमांडर जत्री ऊर्फ कविता हेवड़ा धुर्वा (26) और टिपागड़ दलम में एसीएम पद पर कार्यरत रत्तो ऊर्फ जनीला ऊर्फ दुर्गी गेबा पुंगाटी (29) शामिल हैं।

मंत्रियों को बंगले अलॉट : संक्रांति के बाद हो सकते हैं शिफ्ट

रायपुर (आरएनएस)। राज्य में सत्ता परिवर्तन के बाद अब मंत्रियों ने अपने-अपने विभागों का चार्ज भी ले लिया है। शासकीय आवास और बंगले भी अलॉट हो चुके हैं, अब उनके गृहप्रवेश का इंतजार किया जा रहा है। जानकारों की माने तो अधिकांश मंत्री मकर संक्रांति पर्व के बाद नए आवास में प्रवेश करना चाहते हैं। इधर मुख्यमंत्री भूपेश बघेल भी सीएम हाउस में शिफ्ट होने को लेकर कोई हड़बड़ी नहीं कर रहे हैं। इस लिहाज से यह तय माना जा रहा है कि सीएम सहित सभी मंत्री अब मकर संक्रांति के बाद ही नए बंगलों में शिफ्ट होंगे।

सत्ता परिवर्तन के बाद मुख्यमंत्री भूपेश बघेल ने मंत्रिमंडल के सदस्यों से उनके पसंद के आवास की जानकारी ली थी। मंत्रिमंडल के सदस्यों ने अपनी-अपनी पसंद भी जाहिर कर दी थी। इसके बाद मंत्रियों को यथासंभव उनके पसंद का बंगला अलॉट कर दिया गया है। मंत्रियों ने जहां विभागीय कामकाज संभाल लिया है तो वहीं उन्होंने नए आवास में शिफ्ट का कार्यक्रम फिलहाल स्थगित कर दिया गया है। जानकारों की माने तो मुख्यमंत्री भूपेश बघेल के लिए अभी तक सीएम हाउस खाली नहीं हो सका है, इसी तरह कुछ बंगले भी अभी तक खाली नहीं हो पाया है। दूसरी ओर मकर संक्रांति का पर्व भी नजदीक है, दूसरी ओर बंगला खाली होने में अभी वक्त है, इसी के चलते अधिकांश मंत्रियों की मंशा है कि वे अब मकर संक्रांति पर्व के बाद ही नए बंगलों में शिफ्ट हों।

20 हजार में 6 हजार बच्चों कुपोषित मिले

जगदलपुर (आरएनएस)। महिला बाल विकास विभाग के अंतर्गत इस वर्ष वजन त्योहार के साथ आंगनबाड़ी व अन्य पोषण केंद्रों में आने वाले बच्चों का वजन लेकर उनके स्वास्थ्य की जानकारी ली गई।

कुल 20 हजार से अधिक बच्चों का परिक्षण हुआ और इनमें से 5946 से अधिक बच्चे कुपोषित पाये गये, जिनके तुरंत ही उपचार कराने की आवश्यकता थी, लेकिन विभाग ने इस दिशा में कोई भी गंभीरता नहीं दिखाई और इन बच्चों में से मात्र 1000 का ही उपचार शुरू हुआ है। बाकी बच्चे भगवान भरोसे हैं। विभाग की लापरवाही के कारण बस्तर में कुपोषण की समस्या अभी भी बनी हुई है और बस्तर का भविष्य बिगड़ रहा है, का अभी तक उपचार शुरू नहीं हुआ है।

प्रधान पाठक भुवनलाल मरकाम निलंबित

कोरबा (आरएनएस)। कलेक्टर एवं जिला निर्वाचन अधिकारी मो. कैसर अब्दुल हक द्वारा प्राथमिक शाला तिवरता के प्रधानपाठक भुवनलाल मरकाम को निलंबित कर दिया गया है। जारी आदेश के अनुसार भुवनलाल मरकाम प्रधान पाठक प्राथमिक शाला तिवरता को कार्यालय रिटर्निंग आफिसर 23 पाली-तानाखार विधानसभा क्षेत्र द्वारा 22 नवंबर 2018 को कारण बताओ सूचना पत्र जारी किया गया था।

2 वारंटी नक्सली जनमिलिशिया सदस्य गिरफ्तार

जगदलपुर (आरएनएस)। छत्तीसगढ़ की सुकमा जिला पुलिस ने दबिश देकर 2 जनमिलिशिया सदस्यों व स्थायी वारंटी नक्सलियों को गिरफ्तार करने में सफलता हासिल की है, जो संगीन वारदातों में वांछित रहे हैं। बस्तर आईजी विवेकानंद सिंहा ने बताया कि नक्सल विरोधी अभियान में संयुक्त पुलिस पार्टी कूकानार थाने से चुलेरास एवं कातुलमारी की ओर रवाना की गयी थी। गश्त सर्चिंग के दौरान जंगल में दो संदिग्ध व्यक्ति लुकने-छिपने का प्रयास कर रहे थे, जिन्हें पुलिस पार्टी द्वारा घेराबंदी कर पकड़ा गया। पूछताछ करने पर उन्होंने अपना नाम मड़कामी हिड़मा एवं मड़कामी मुया बताया। दोनों की नक्सली जनमिलिशिया के सदस्य और स्थायी वारंटी हैं।

200 भाजपा नेताओं को जारी हुआ नोटिस

देहरादून (आरएनएस)। नगर निगम चुनाव में भितरघात करना भाजपाइयों को महंगा पड़ सकता है। भाजपा महानगर ने भितरघात के आरोपी 200 नेताओं को कारण बताओ नोटिस भेजने शुरू कर दिए हैं। इसमें कार्यकर्ता और पदाधिकारी दोनों शामिल हैं। एक सप्ताह में संतोषजनक जवाब नहीं मिलने पर अनुशासनात्मक कार्रवाई होगी। इसमें निष्कासन तक हो सकता है। नवंबर माह में हुए नगर निगम चुनाव में भाजपा ने 60 वार्डों में जीत हासिल की। 34 वार्ड कांग्रेस और छह वार्ड निर्दलीयों के खाते में गए। चुनाव परिणाम घोषित होने के बाद भाजपा में भितरघात की शिकायतें आनी लगी थीं। सबसे ज्यादा शिकायतें उन वार्डों से आई जहां भाजपा को हार का सामना करना पड़ा। खुद हारे पार्षद प्रत्याशी महानगर कार्यालय में शिकायत लेकर पहुंचे और कार्रवाई की मांग की। भाजपा महानगर ने भितरघात करने वाले सभी पदाधिकारी और कार्यकर्ताओं सूचीबद्ध कर दिया है। कुल 200 लोग ऐसे हैं जिनके खिलाफ चुनाव में पार्टी प्रत्याशी के खिलाफ काम करने का आरोप है। भाजपा की ओर से नोटिस महानगर महामंत्री आदित्य चौहान और राजेंद्र सिंह ढिल्लो द्वारा भेजे जा रहे हैं। एक सप्ताह में संतोषजनक जवाब नहीं मिला तो अनुशानात्मक कार्रवाई की जाएगी।

जानिए फायदे की जगह नुकसान भी पहुंचा सकता हैं घर में रखा मनी प्लांट

अधिकतर घरों और ऑफिसों में मनी प्लांट का पौधा देखने को जरूर मिल जाता है। इस पौधे के बार में ऐसा कहा जाता है, कि इस पौधे को लगाने से घर पर सुख-समृद्धि और पैसा आता है। मगर जानकारी के अभाव के चलते बहुत सारे लोग मनी प्लांट के पौधे को लगाते वक्त कुछ गलतियां कर देते हैं। वास्तुशास्त्र में हर एक पौधे को लगाने की दिशा बताई गई है। अगर पौधा सही दिशा में है, तो व्यक्ति को फायदा ही फायदा मिलता है। वहीं दूसरी तरफ गलत दिशा में लगाए पौधे व्यक्ति की परेशानियों का बढ़ा सकते हैं। वास्तुशास्त्र में मनी प्लांट के पौधे की दिशा के बारे में बताया गया है। जिसका जरूर ध्यान रखना चाहिए। मनी प्लांट को कभी भी उत्तर-पूर्व की दिशा यानी की ईशान कोण में नही रखना चाहिए। मनी प्लांट के पौधे के लिए यह दिशा सबसे नकारात्मक दिशा मानी जाती है। इस दिशा में इसे रखने से आर्थिक नुकसान की संभावना बढ़ जाती है। मनी प्लांट के पौधे को कभी भी मुरझाने नहीं दें। रोजाना इसे पानी देना चाहिए। क्योंकि पौधे का सूख जाना घर के लिए अच्छा नहीं होता है। वहीं मनी प्लांट की बेलों को कभी भी जमीन पर नहीं फैलाना चाहिए। इसे हमेशा दीवारों के सहारे ऊपर की ओर बढ़ाना चाहिए। इससे धन सम्पदा में वृद्धि होती है।

जानिए कि दिशा में रखा मनी प्लांट दिलाता हैं फायदा

वास्तुशास्त्र के मुताबिक मनी प्लांट के पौधे को आग्नेय दिशा यानी दक्षिण पूर्व में ही रखना सबसे ज्यादा शुभ दिशा मानी जाती है। यह दिशा जल तत्व की दिशा मानी जाती है, और इस दिशा के प्रतिनिधि शुक्र ग्रह हैं। यहां रखा मनीप्लांट सुख समृद्धि बढ़ाता है।

ऐश्वर्या राय बच्चन की इंस्टाग्राम फोटो ने इंटरनेट पर ढाया कहर

एक्ट्रेस ऐश्वर्या राय बच्चन इस नए साल यानी 2019 को अपनी ज़िंदगी का सबसे यादगार साल बनाना चाहती हैं और उन्होंने इसकी शुरुआत भी कर दी है। अपने पति अभिषेक बच्चन और बेटी आराध्या के साथ न्यू इयर सेलिब्रेट करने से लेकर अपनी शादी की सुनहरी यादों को फिर ताजा करने तक,

ऐश्वर्या हर एक पल का जैसे ऐल्बम बनाकर सहेज रही हैं। इस साल से ऐश्वर्या को कितनी उम्मीदें हैं, यह तो वहीं जानें लेकिन उनकी आंखों में तैरते सपने इस फोटो में साफ नज़र आ रहे हैं, जो ऐश्वर्या ने अपने इंस्टाग्राम अकाउंट पर शेयर की है। इस फोटो में ऐश्वर्या गजब के खूबसूरत लग रही हैं। इस फोटो में सबसे कैची है उनकी आंखें, जो मानों काजल रूपी जंगल में भी उम्मीदों की रोशनी बिखेर रही हों। इस फोटो को 2 घंटे के अंदर की ढाई लाख से ज्यादा लोग लाइक कर चुके हैं और ढेरों कॉमेंट कर रहे हैं। किसी ने उन्हें धरती पर सबसे खूबसूरत महिला कहा, तो कोई उनकी तारीफों के पुल बांधते नहीं थक रहा।

मेरी पत्नी सुपरवूमेन जैसी : रेमो

कोरियोग्राफर एवं फिल्म निर्माता रेमो डिसूजा ने डांस रियलिटी शो डांस प्लस 4 के सेट पर अपनी निजी जिंदगी और पत्नी लिजेल के बारे में खुलकर बात की। बयान के मुताबिक, रेमो की प्रेम कहानी का उस समय खुलासा हुआ, जब शो के एक प्रतिभागी समूह फील करू ने रेमो और लिजेल की जर्नी को दर्शाते संवादों पर डांस किया। यह जोड़ा 19 सालों से साथ है।

इस एक्ट को देखने के बाद रेमो ने कहा, मेरी प्यारी पत्नी के साथ मेरे 19 वर्षों के

सफर की मेरी यादें एक बार फिर मेरे सामने फ्लैशबैक की तरह आ गई हैं।

वह उस समय चौंक भी गए, जब उन्हें पता चला कि उनकी पत्नी लिजल ने इस एक्ट के लिए वॉयसओवर किया है।

रेमो ने कहा,जब हमारी शादी हुई, तब हम बहुत युवा थे। उस समय मैं इंडस्ट्री में पैर जमाने की कोशिश कर रहा था। हम दोनों ने कड़ा संघर्ष किया लेकिन वह लिजेल का विश्वास और सहयोग था, जिसने मुझे प्रेरित किया और हम दोनों ने मिलकर इस अग्निपरीक्षा को पार किया।

चीकू के नियमित सेवन से रहेंगे सेहतमंद

सर्दी के इस मौसम में अपनी डायट में चीकू जरूर शामिल करें। इसे शामिल करने के पीछे वजह इसका स्वाद नहीं है बल्कि इसका सेहतमंद होना है। चीकू खाने के कई फायदे हैं। ये फल आपके अग्नाशय को मजबूत करता है, इम्यूनिटी को बूस्ट करता है। इसके साथ ही साथ इसमें विटामिन सी पाया जाता है जिससे बैक्टीरियल इंनफेक्शन से होने वाली बीमारियों से बचा जा सकता

है। इस स्वादिष्ट ट्रॉपिकल फ्रूट को डायट में शामिल करने के कई कारण हैं.....

ये तो हम सब जानते हैं कि फाइबर से भरपूर फलों से डाइजेशन सही होता है। इससे आंते भी स्वस्थ रहती हैं। चीकू में काफी मात्रा में डायट्री फाइबर पाया जाता है जिसका इस्तेमाल कई दवाओं को बनाने में भी किया जाता है। चीकू खाने से कब्ज में भी आराम मिलता है।

परफेक्ट एंटी -इंफ्लामेटरी एजेंट

चीकू में टैनिन की अधिक मात्रा के कारण ये एंटी -इंफ्लामेटरी एजेंट की तरह काम करता है। जिससे पेट और आंतो से जुड़ी कई समस्याएं से बचा जा सकता है। जिससे आपका पाचन तंत्र सही से फंक्शन करने में सफल हो पाता है।

जुकाम और खांसी में राहत

ठंड के समय ज्यादातर लोग सर्दी जुकाम से परेशान रहते हैं। इस समय चीकू खाना आपके लिए काफी फायदेमंद हो सकता है। चीकू खाने से फंसी हुई कफ या बलगम नाक के रास्ते बाहर निकल जाता है।