

## महत्वपूर्ण एवं खास

साली व जीजा के साथ गाली-गलौज कर  
मारपीट, रिपोर्ट दर्ज

रायपुर(आरएनएस)। साली व जीजा के साथ गाली-गलौज कर मारपीट किये जाने की रिपोर्ट अमानका थाने में दर्ज करायी गई है। मिली जानकारी के अनुसार डबरापारा शिवाजी नगर महेवाबाजार निवासी कुमारी निशा शर्मा 16 वर्ष पिता गोविंद शर्मा ने रिपोर्ट दर्ज करायी है कि डबरापारा शिवाजी नगर में रामअवतार पिता नरसिंह राय ने बिना कारण गाली-गलौज करते हुये जान से मारने की धमकी देकर मुझे व मेरे जीजा के साथ मारपीट कर चोट पहुंचाया। नाबालिंग युवती की रिपोर्ट पर पुलिस ने आरोपी के खिलाफ धारा 294,506,323 के तहत अपराध कायम कर मामले को जांच में लिया है।

### तेज रफ्तार बाईंक की ठोकर से फैशन सवार दो घायल

रायपुर(आरएनएस)। दो मोटरसाइकिल आपस में टकराजाने से दो व्यक्ति के घायल हो जाने की रिपोर्ट पुरानी बस्ती थाने में दर्ज की गई है। मिली जानकारी के अनुसार हाउसिंग बोर्ड कालोनी अमलेश्वर दुर्ग निवासी अशोक कुमार धरमगढ़े 27 वर्ष पिता स्व. लखन लाल धरमगढ़े ने रिपोर्ट दर्ज करायी है कि भाटांगांव ब्रह्म आयरोवेदिक कालेज के पास तेज रफ्तार मोटरसाइकिल क्रमांक सीजी 04-सीआर/0583 का चालक ने फैशन प्रो-मोटरसाइकिल क्रमांक सीजी 04-एमएच/1917 को टकर मार दिया जिससे मोटरसाइकिल सवार मोहित सिन्हा व दीपक सिन्हा घायल हो गये। प्रार्थी की रिपोर्ट पर पुलिस ने मोटरसाइकिल चालक के खिलाफ धारा 279,337 के तहत अपराध कायम कर मामला दर्ज कर लिया है।

### द्यूशन जाते समय युवती का रास्ता

#### रोककर हाथ-बाह पकड़ा, मामला दर्ज

रायपुर(आरएनएस)। द्यूशन जा रही युवती का रास्ता रोककर हाथ-बाह पकड़ बैंडज़त करने का प्रयास किये जाने की रिपोर्ट कबीरनगर थाने में दर्ज की गई है। मिली जानकारी के अनुसार सीतानगर कबीरनगर निवासी युवती 19 वर्ष ने रिपोर्ट दर्ज करायी है कि 18 फरवरी के दिन कबीरनगर में द्यूशन जाते समय सीतानगर कबीरनगर रायपुर निवासी निर्भय सिंह 21 वर्ष पिता सम्भूत अस्थिंश ने रास्ता रोककर हाथ-बाह पकड़ बैंडज़त करने का प्रयास किया। व विरोध करने पर जान से मारने की धमकी दिया। प्रार्थी की रिपोर्ट पर पुलिस आरोपी के खिलाफ धारा 294,506,354 के तहत अपराध कायम कर मामला दर्ज कर लिया है।

#### रोजगार मेला का आयोजन 23 को

कोरबा (आरएनएस)। राष्ट्रीय ग्रामीण आजीविका मिशन योजनानंतर दीनदयाल उपाध्याय ग्रामीण कौशल योजना के तहत जिले के सभी विकासखंडों में रोजगार मेला आयोजित किया जा रहा है। विकासखंड पाली के ग्राम पंचायत भवन डुमरकछार में 22 फरवरी, कटघोरा विकासखंड के ग्राम धर्वांपुर में सोनालएफ भवन में 23 फरवरी, पोडीउपरोड़ा के ग्राम पंचायत गुरसियां में 25 फरवरी, सन्द्रवना भवन करतला में एक मार्च और लाईवलीहुड कालेज कोलाख में दो मार्च को रोजगार मेले आयोजित किया जायेगा। रोजगार मेला में डिलीवरी ब्वाय, सेल्स ऐप्रेसेटिव, सुपरवाइजर, सिक्युरिटी गार्ड, गनमैन, मजदूर, गार्ड, मार्केटिंग, टेलीकालर, पंचायत एजुकेशन, सेल्स अप्सिसर, मास्टर ट्रेनर, सेल्स अप्सिसर आपरेशन एवं सेक्युरिटी, सिलाई मशीन आपरेटर, नर्सिंग, बिजेनेस डेवलपमेंट मैनेजर, मेनेजर, मेनेजर्स डार्टमेंट, सेल्स अप्सिसर एजेन्ट ट्रेड में इच्छुक प्रतिभागी सभी आवश्यक प्रमाण पत्र सहित उपस्थित होकर लाभ ले सकेंगे। रोजगार मेला प्रातः 10 बजे से अपराह्न तीन बजे तक आयोजित किया जायेगा। इस संबंध में विस्तृत जानकारी के लिए जिला रोजगार अधिकारी जे.पी.खांडे (मो.नं. 9165156998) एवं जिला कार्यक्रम प्रबंधक (मो.नं. 7000464699) से संपर्क किया जा सकता है।

#### 54 छात्राओं को बांटी गयी सायकलें

रायगढ़ (आरएनएस)। बस्तर विकास खण्ड अन्तर्गत ग्राम पंचायत भवन में फिल्ड आउटरीच ब्लूरो सुचना एवं प्रसारण मंत्रालय कार्यालय द्वारा प्रधानमन्त्री उज्ज्वला योजना के विशेष जन संचार कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इसी कार्यक्रम में निःशुल्क सरस्वती साइकिल योजना के तहत शा. उ मा वि घाटलोहांगा के 9वीं क्लास के 54 छात्राओं को प्राचार्य एआर नोनहरे के सहाति से और ग्राम सरपंच मोमबत्ती बघेल उपसरपंच मुनालाल यादव के में साइकल वितरण किया गया।

## हाई ब्लड प्रेशर में फायदेमंद है केला

ऑर्नेनाइजेशन डब्ल्यूप्रॉचो के अनुसार

2016 में दुनियाभर के तकरीबन 17.9

मिलियन लोग यानी 1 करोड़ 80 लाख

लोगों की मौत कॉर्डियोवस्कूलर

बीमारियों से हुई थी जो कि विश्व भर में

हुई कुल मौतों का 31 फीसदी है। इनमें

से 85 प्रतिशत मौतें हार्ट एटैक और

स्ट्रोक से हुईं। हाई ब्लड प्रेशर और दिल

से जुड़ी किसी भी तरह की बीमारी के

पीछे खराब फूड हैंडिंग और गलत

लाइफस्टाइल जिम्मेदार है।

केले में सोडियम से हुई बीमारियों से जुड़ी बीमारियों में खून का प्रवाह पूरी तरीके से बहते हैं।

इसके अलावा एक अच्छा स्त्रोम और एसपर्ट्स हाईपरटेंशन और हाई ब्लड

प्रेशर के मरीजों को सेहतमंद रहने के

लिए केला खाने की सलाह देते हैं।

इसके अलावा केले में सोडियम भी

काफी कम मात्रा में पाया जाता है, हाई

ब्लड प्रेशर के मरीजों को सोडियम लेने

से परहेज करने की सलाह दी जाती है।

केले में मौजूद पौटीशेयम वासोडिलेटर

का काम करता है, जो कि सोडियम के

प्रभाव को कम करता है और यूरीन के

रास्ते शरीर से अतिरिक्त सोडियम को

बाहर निकालता है।

ज्यादा केला न खाएं, हो सकते हैं साइड इफेक्ट्स

आग फैलने की बहुत अधिक मात्रा

में खाना नुकसानदेह हो सकता है।

दिल से जुड़ी बीमारियों से हुई

1.80 करोड़ लोगों की मौत

हाई ब्लड प्रेशर या हाईपरटेंशन की

ऐसी परिस्थिति है जिसमें आपकी रक्त

धमनियों में खून का प्रवाह पूरी तरीके से

और प्रेशर के साथ होता है। वर्तन्ते हैं

इसके अलावा केले में सोडियम भी

महानदी का किया गान, रामधुनी, भजन व जगराता का भी हुआ प्रदर्शन

राजिम माधी पुन्नी मेले के दूसरे दिन रंगांग कार्यक्रमों का चला दोर

तरह छठे ऋतमें सोरिद खुर्द, पिंशेर से

पहुंचे खिलावन साहू ने जगराता भजन

के साथ ही देश भक्ति गीतों का भी गायन

मंच के माध्यम से दिया।

योगदान के दोषों से आए कलाकारों ने

अपने अकार्यक्रम प्रस्तुतियों से दर्शकों में

शमा बाधा। किसी के कार्यक्रम की

प्रस्तुति देते पैर थिके को किसी ने

मंच पर ले लिया। इसके बाद जगराता

की धमनी वाली भजन की शुरूआत

हो गई। इसके बाद जगराता भजन

के साथ देश भक्ति गीतों का गायन

मंच के माध्यम से दिया।

योगदान के दोषों से आए कलाकारों

ने अपने अकार्यक्रम प्रस्तुतियों से

दर्शकों को बचाया। इसके बाद जगराता

की धमनी वाली भजन की शुरूआत

हो गई। इसके बाद जगराता भजन

के साथ देश भक्ति गीतों का गायन

मंच के माध्यम से दिया।

योगदान के दोषों से आए कलाकारों

ने अपने अकार्यक्रम प्रस्तुतियों से

दर्शकों को बचाया। इसके बाद जगराता