महत्वपूर्ण एवं खास

नक्सलियों ने एसआई को अगवा कर की हत्या

दूसरा अपहृत शिक्षक अब भी नक्सलियों के कब्जे में

दंतेवाड़ा (आरएनएस)। छत्तीसगढ़ के दंतेवाड़ा जिले से आज शाम नक्सलियों ने जिला बल के एसआई ललित कुमार कश्यप व शिक्षक जय सिंह कुटेटी को अगवा कर लिया। ताजातरीन खबरों के मुताबिक नक्सलियों ने एसआई ललित कुमार की हत्या कर दी है और शिक्षक अब तक नक्सलियों के कब्जे में है।

विक्रम उसेंडी को भाजपा अध्यक्ष बनने पर बधाई, भाजपा जीतेगी 11 लोकसभा सीटें: जाल

रायपुर (आरएनएस)। भारतीय जनता पार्टी के बस्तर के आदिवासी वरिष्ठ नेता विक्रम उसेंडी के प्रदेश अध्यक्ष बनने पर युवा उत्कल प्रकोष्ठ के अध्यक्ष शरद जाल ने बधाई देते हुए बताया कि भाजपा देश की एक मात्र पार्टी है जो आदिवासी बहुल प्रदेश के आदिवासी नेताओं का सम्मान करती है।

देर रात सड़कों पर बाईकर्स का उत्पात जारी, पुलिस का नहीं है नियंत्रण

शहर की शांति भंग होने से लोग हो रहे परेशान

रायपुर (आरएनएस)। देर रात तक सड़कों पर फटाका बाईकर्स के उत्पात पर कमी नहीं होने से शहर के अनेक पाश इलाकों सहित अंदरुनी क्षेत्रों में भी शांति भंग होने के कारण लोगों की नींद खराब हो रही है। अनेकों बार पुलिस प्रशासन द्वारा बाईकर्स को पकड़कर केवल चालान किया गया है। जबकि वरिष्ठ नागरिकों की समिति के अध्यक्ष एस के भार्गव, महासचिव एसडी शर्मा एवं सचिव जीएस राममूर्ति ने तत्कालीन पुलिस अधीक्षक डॉ. संजीव शुक्ला को ज्ञापन सौपकर बाईकर्स के खिलाफ आपराधिक मुकदमा दर्ज करने की मांग की थी।

अमित जोगी ने मुख्य चुनाव अधिकारी को लिखा पत्र

सुकमा पुलिस अधीक्षक के स्थानांतरण और सरकारी विज्ञापन देने को बताया आचार संहिता का खुला उल्लंघन

निष्पक्ष चुनाव के लिए की कड़ी कार्रवाही की मांग

रायपुर (आरएनएस)। जनता कांग्रेस छत्तीसगढ़ के अध्यक्ष अमित जोगी ने मंगलवार को मुख्य चुनाव अधिकारी को एक पत्र लिखा है जिसमें उन्होंने प्रदेश में राज्य सरकार द्वारा आचार संहिता का उल्लंघन करने का आरोप लगाया है।

साढ़े 8 लाख के गांजा समेत दो तस्कर गिरफ्तार

कोंडागांव (आरएनएस)। जिले की केशकाल पुलिस ने वाहनों की चेकिंग के दौरान 140 किलो गांजा बरामद करने में सफलता हासिल की है। इस सिलसिले में दो तस्करों को गिरफ्तार किया गया है। बरामद गांजे का बाजार मूल्य साढ़े 8 लाख रुपए आंका गया है।

मुखबिरी के संदेह में स्वास्थ्य कर्मी की नक्सली हत्या

दंतेवाड़ा (आरएनएस)। दंतेवाड़ा जिले के बारसूर थाना क्षेत्र में कल शाम नक्सलियों ने स्वास्थ्य कर्मी संतोष लेकामी की पुलिस मुखबिरी के संदेह में हत्या कर दी।

बिजली विभाग के अनियमित कर्मचारी हड़ताल पर

साल भर से वेतन के लिए भटक रहे हैं

सुकमा (आरएनएस)। बीते एक साल में विद्युत विभाग के सब स्टेशन को संचालित करने वाले अनियमित कर्मचारियों को वेतन नहीं मिला है। इससे परेशान होकर जिले के सभी ऑपरेटर हड़ताल पर चले गए हैं। जिसके बाद जिले में विद्युत व्यवस्था प्रभावित हो रही है। इधर अधिकारियों का कहना है कि ठेकेदार से बातचीत की जा रही है और भुगतान करने की प्रक्रिया शुरू हो चुकी है। बीते दिन जिले के सभी विद्युत सब स्टेशन में काम कर रहे ऑपरेटर अनिश्चितकालीन हड़ताल पर चले गए है।

दो नाबालिग लापता, गुम इंसान का मामला दर्ज

रायपुर (आरएनएस)। खमतराई व पण्डरी थाना क्षेत्र से दो नाबालिक युवतियों के लापता हो जाने की रिपोर्ट थाने में दर्ज की गई है। मिली जानकारी के अनुसार रावाभाठा खमतराई रायपुर निवासी प्रार्थी 50 वर्ष ने रिपोर्ट दर्ज करायी है कि 5 मार्च से 11 मार्च के मध्य किसी ने नाबालिग बेटी आयु 16 साल 7 माह को किसी ने बहला फुसलाकर अपने साथ भगा ले गया है। वही चंद्रशेखरनगर पण्डरी रायपुर निवासी महिला 37 वर्ष ने रिपोर्ट दर्ज करायी है कि 9 मार्च को चंद्रशेखरनगर पण्डरी स्थित घर से किसी ने किशोरी बेटी आयु 13 वर्ष 8 माह को बहला फुसलाकर अपने साथ ले गया है।

कार चालक की ठोकर से वृद्ध की मौत

महासमुंद (आरएनएस)। साइकिल सवार वृद्ध को जगदीशपुर के पास एक वाहन ने ठोकर मार दी। डायल 112 की मदद से उन्हें बसना सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र पहुंचाया गया जहां उपचार की दौरान उनकी मौत हो गई। इस संबंध में बसना पुलिस से मिली जानकारी के मुताबिक खेमड़ा निवासी प्यारीलाल पिता प्रीतकुमार (70) साइकिल से घर जा रहा था। इस दौरान सामने से आ रही कार सीजी 06 जे 1266 ने उन्हें ठोकर मार दी। सामुदायिक स्वास्थ केन्द्र में उपचार के दौरान उनकी मौत हो गई। पुलिस ने मामला दर्ज कर विवेचना में लिया है।

सोते रहे मकान मालिक, अज्ञात चोर ने मोबाइल, सिलेंडर और चूल्हा कर दिया पार

महासमुंद (आरएनएस)। स्थानीय पुराना मछली मार्केट के एक मकान से तीन दिन पूर्व अज्ञात चोरों ने मोबाइल व गैस सिलेंडर सहित करीब 16 हजार रूपए के सामान पार कर दिए। घटना के दौरान प्रार्थी घर में ही सो रहा था। चोरी की जानकारी सुबह उठने पर हुई। चोरी की शिकायत प्रार्थी ने पुलिस में की है। पुराना मछली मार्केट निवासी नियाज अशरफी पिता राशिद असरफी ने पुलिस को बताया है कि 8 मार्च की रात्रि 9.30 बजे वह और उनका भाई सानू खान अपने कमरे में सोने चले गए।

केंद्र के 60 महीने बनाम छ.ग. सरकार के 60 दिन के बीच होगा मुकाबला : भूपेश बघेल

बिलासपुर (आरएनएस)। छत्तीसगढ़ प्रदेश कांग्रेस मीडिया विभाग ने लोकसभा चुनाव में 80 दिन की कांग्रेस सरकार की उपलब्धियां एवं पांच साल पूरा कर चुके मोदी सरकार की विफलताओं को बेहतर तरीके से मिडिया में रखने के लिये जिला संगठनों एवं मोर्चा प्रकोष्ठ विभाग के प्रवक्ताओं को प्रशिक्षण देने एक दिवसीय कार्यशाला का आयोजन राजीव भवन कांग्रेस मुख्यालय में हुई। प्रदेश कांग्रेस अध्यक्ष एवं मुख्यमंत्री भूपेश बघेल ने प्रशिक्षण शिविर कार्यक्रम का शुभारंभ किया। प्रदेश

कांग्रेस अध्यक्ष एवं मुख्यमंत्री भूपेश बघेल ने कहा कि कांग्रेस राष्ट्रीय अध्यक्ष राहुल गांधी यर्थाथवादी नेता है। उन्होंने जनता से जो वादा किया उसको पूरा किया है। राहुल गांधी ने छत्तीसगढ़ में सरकार बनने पर 10 दिन के भीतर किसानों की कर्जामाफ की घोषणा की थी और कांग्रेस की सरकार बनने के दो घंटे के भीतर किसानों की कर्जामाफ धान का मूल्य 1750 रू. प्रतिक्विंटल से बढ़ाकर 2500 रू. प्रतिक्विंटल किया गया। बिजली बिल हाफ तेंदूपत्ता का मानक दर 2500 से बढ़ाकर 4000 रू., टाटा के उद्योग लगाने के लिये किसानों की छिनी गयी जमीन को लौटाया गया, चरण पादुका में भ्रष्टाचार खत्म करने नगद देने का निर्णय लिया गया, आदिवासियों को वन अधिकार पट्टा दिया गया एवं माननीय सर्वोच्च न्यायालय में आदिवासियों को जंगल से बेदखल करने के आदेश पर आदिवासियों का पक्ष रखा गया। शराब के 50 दुकानों को बंद किया गया एवं शराब बंदी के लिये सभी राजनैतिक दलों को शामिल कर अध्ययन दल का गठन किया गया। शासकीय कर्मचारियों एवं पुलिसकर्मियों के डीए में 4 प्रतिशत की बढ़ोत्तरी की गयी। पुलिसकर्मियों को सप्ताह में एक दिन की छुट्टी दी गयी। महाविद्यालयों 1354 पद, पुलिस विभाग में 2000 पद एवं 15000 से अधिक शिक्षकों की भर्ती निकाली गयी।

मोदी सरकार की उल्टी गिनती शुरू, 72 दिनों बाद नये भारत का होगा उदय - कांग्रेस

रायपुर (आरएनएस)। देश में आम चुनाव का बिगुल बज चुका है। केंद्रीय चुनाव आयोग की घोषणा के पश्चात समूचे देश मे आदर्श आचार संहिता लागू हो गया है।

छत्तीसगढ़ प्रदेश कांग्रेस कमेटी के प्रवक्ता घनश्याम राजू तिवारी ने लोकसभा चुनाव के तिथि घोषित होने के पश्चात केंद्र की भारतीय जनता पार्टी प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की सरकार पर सीधा हमला बोलते हुए कहा है कि मोदी सरकार की उल्टी गिनती शुरू हो चुकी है 72 दिनों बाद नए भारत का उदय होगा। देश की जनता आगामी लोकसभा चुनाव में भ्रष्टाचार, महंगाई, बेरोजगारी, वादाखिलाफी, जुमलेबाजी, नोटबन्दी, जीएसटी जैसी बड़ी विफलता, के खिलाफ मतदान अवश्य करेगी।

छत्तीसगढ़ प्रदेश कांग्रेस कमेटी के प्रवक्ता घनश्याम राजू तिवारी ने राहु काल में हुई चुनाव की तारीखों की घोषणा पर मोदी और भाजपा की विदाई तय बताते हुए कहा कि, रविवार दिनांक 10 मार्च 2019 को राहुकाल शाम 4:58 मिनट से प्रारंभ होकर 6:24 मिनट तक था, सनातन परंपरा एवं पंचांग के अनुसार इस काल में कोई भी शुभ कार्य वर्जित है। चुनाव आयोग द्वारा अशुभ समय में तारीखों की घोषणा मोदी को सिंहासन से उतारने एवं देश में पूर्ण बदलाव का स्पष्ट संकेत है। ज्योतिषाचार्यों के मुताबिक चुनाव तारीखों की घोषणा के समय ने मोदी और भाजपा की हार निश्चित कर दी है, अब देश में सत्ता परिवर्तन निश्चित है।

4 प्रतिशत महंगाई भत्ते की घोषणा कर 2 प्रतिशत देना वादा खिलाफी : वीरेन्द्र नामदेव

रायपुर (आरएनएस)। मुख्यमंत्री भूपेश बघेल ने नियमित कर्मचारियों एवं पेंशनरों को केन्द्र के समान 4 प्रतिशत महंगाई भत्ता देने की घोषणा की थी। इस पर सभी कर्मचारी संगठनों ने मुख्यमंत्री के प्रति आभार व्यक्त किया किन्तु आज जारी आदेश के अनुसार पेंशनरों को जनवरी 2018 से बकाया केवल 2 प्रतिशत महंगाई भत्ता देने का आदेश जारी कर मुख्यमंत्री की घोषणा को वित्त विभाग द्वारा झुठलाया गया। उक्ताशय की जानकारी छत्तीसगढ़ राज्य संयुक्त पेंशनर्स फेडरेशन के प्रदेश अध्यक्ष वीरेन्द्र नामदेव ने जारी प्रेस विज्ञप्ति में देते हुए बताया कि उक्त घोषणा मुख्यमंत्री के आदेश का अवहेलना है।

मुक्तिधाम में हुआ बोर, डेढ़ इंच निकला पानी

महासमुंद (आरएनएस)। इमलीभाठा के नवनिर्मित मुक्तिधाम में सोमवार को बोर कराया गया। छह घंटे तक बोर करने के बाद यहां डेढ़ इंच पानी मिला, तब जनप्रतिनिधियों ने राहत महसूस की। पालिकाध्यक्ष पवन पटेल के अध्यक्ष मद से लोक स्वास्थ्य यांत्रिकी विभाग को राशि जारी की गई, जिससे पीएचई की बोर गाड़ी सोमवार को वार्ड दो-तीन के मध्य स्थित मुक्तिधाम में लगाई गई। यहां सुबह नौ बजे से खनन कार्य प्रारंभ किया गया।

ढाई बजे तक यहां डेढ़ इंच पानी निकला, जिससे मौके पर मौजूद लोगों ने राहत महसूस की। सुबह पालिकाध्यक्ष पवन पटेल, पार्षद शकील खान, दिनेश बेहरा, शोभा शर्मा, नागरिक जीआर इंगोले, छोटू स्वामी की मौजूदगी में खनन कार्य प्रारंभ हुआ। जल कार्य प्रभारी विजय श्रीवास्तव ने बताया कि डेढ़ इंच पानी मुक्तिधाम के लिए आवश्यक कार्य के लिए पर्याप्त है। यहां हैंडपंप लगाया जाएगा, जिससे शोक के कार्यक्रम में पहुंचने वाले लोगों के लिए पेयजल की व्यवस्था सुलभ होगी। इसी तरह वार्ड तीन स्थित मसीही कब्रस्तान में रविवार को बोर कराया गया। यहां 320 फीट गहराई में खोदाई करने के बाद भी पानी नहीं निकला। जलकार्य प्रभारी विजय श्रीवास्तव ने बताया कि यहां पुन: मशीन लगाकर खनन कराया जाएगा।

दो साल से नहीं मिल रहा पेंशन योजना का लाभ

कोरबा (आरएनएस)। जिला मुख्यालय से 120 किलोमीटर दूर पोड़ी. उपरोड़ा ब्लॉक के ग्राम पंचायत छिंदिया के बुजुर्गों को शासन की पेंशन योजना का लाभ पिछले दो साल से नहीं मिल रहा। जिले के सीमावर्ती ग्राम होने के कारण प्रशासनिक अधिकारी भी सुध नही ले रहे। पेंशन योजना में नाम शामिल होने के बाद भी भुगतान नहीं होना का मुकम्मल कारण जनपद के अधिकारी नहीं बता रहे हैं।

इस आशय की शिकायत लेकर खासी तादाद में ग्राम छिंदिया के बुजुर्ग सोमवार को कलेक्टोरेट पहुंचे थे। उन्होंने बताया कि सरकार की महत्वाकांक्षी पेंशन योजना में उन्हें प्रति माह दिए जाने वाली राशि का भुगतान दो साल से नहीं किया गया है। इसके कारण किराए के वाहन से लंबी दूरी तय कर कलेक्टोरेट आना पड़ा।

हितग्राही छिंद कुंवर ने बताया कि उसके पति का स्वर्गवास हो चुका है, ऐसे में वह असहाय है। पेंशन की राशि से अपने स्वयं का खर्च चलाती थी। उसे भी रोक दिया गया, जिसके कारण जरूरत की वस्तुएं नहीं ले पा रही।

जनप्रतिनिधियों एवं ग्रामीणों के दबाव में नक्सलियों ने छोड़ा अपहृतों को : एसपी

पुलिस नियमावली के उल्लंघन के आरोप में रिहा सब इंस्पेक्टर ललित निलंबित

दंतेवाड़ा (आरएनएस)। दंतेवाड़ा जिले के कटेकल्याण क्षेत्र में एसआई समेत शिक्षक का अपहरण और हत्या के मामले का खुलासा करते हुए एसपी अभिषेक पल्लव ने बताया कि दोनों ही अपहृत सकुशल लौट आये हैं। दरअसल नक्सलियों ने उनकी हत्या की भ्रामक

खबर फैलाकर एम्बुश लगाया हुआ था, ताकि पुलिस बल आनन-फानन में घटना स्थल की ओर कूच करे और उनके चक्रव्यूह में फंस जाये। एसपी अभिषेक पल्लव ने बताया कि समेली ग्राम में पोस्टेड शिक्षक जय सिंह कुरेटी के नाम बैंक लोन का नोटिस आया था, चूंकि वे गांव में नहीं थे इसीलिए बैंक वालों ने स्कूल के समीप स्थित सीआरपीएफ कैंप में मौजूद सब इंस्पेक्टर ललित कुमार कश्यप को दे दिया।

ललित ने उक्त नोटिस अगले दिन शिक्षक को बुलाकर सौंपा और इसी तरह दोनों में दोस्ताना संबंध हो गये। कल सुबह ही ललित कुमार कश्यप शिक्षक जयसिंह के साथ ग्राम जबेली गया हुआ था।

शस्त्र लायसेंस निलंबित

राजगढ़ (आरएनएस)। कलेक्टर एवं जिला दण्डाधिकारी सुश्री निधि निवेदिता ने जिले में लोकसभा निर्वाचन 2019 को दृष्टिगत रखते हुए मतदान शांतिपूर्ण सम्पन्न कराने तथा आम मतदाता अपने मतों का प्रयोग निर्भीकता एवं स्वतंत्रता से कर सकें इस हेतु शस्त्र अधिनियम की धाराओं के तहत प्रदत्त शक्तियों का उपयोग करते हुए जिले के समस्त शस्त्र अनुज्ञप्तिधारियों को प्रदत्त शस्त्र अनुज्ञप्तियाँ तत्काल प्रभाव से निलंबित करने के आदेश जारी कर दिए है। उक्त आदेश आगामी आदेश तक प्रभावशील रहेगा। कलेक्टर एवं जिला दण्डाधिकारी द्वारा जारी आदेश में अनुज्ञप्तिधारियों को निर्देश दिए गए है कि मय आग्नेय शस्त्र संबंधित पुलिस थाना में जमा कराया जाना सुनिश्चित करें। उक्त आदेश में कानून एवं व्यवस्था के कार्य में लगे पुलिस अधिकारियों, कर्मचारियों, कार्यपालिका दण्डाधिकारियों एवं अन्य लोक सेवाओं को छूट दी गई है।

पंप खरीदी पर आचार संहिता की ब्रेक!

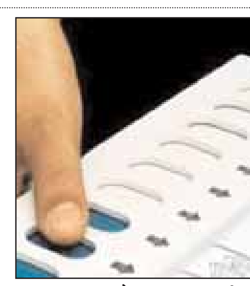
निविदा खोलने जिला प्रशासन से की जाएगी मांग

महासमुंद (आरएनएस)। शहर में बंद पड़े बोर में नए पंप लगाने और रिजर्व में पंप रखने के लिए करीब 10 लाख रुपए की लागत से की जाने वाली पंपों की खरीदी पर आचार संहिता ने ब्रेक लगा दी है। पंपों की खरीदी के लिए निविदा मिलने के बाद आचार संहिता लगने से पालिका इन्हें नहीं खोल पा रही है। निविदा नहीं खुलने से पंपों की खरीदी न होने के कारण शहरवासियों को गर्मी में जलसंकट की स्थिति से जूझना पड़ सकता है।

96 महिलाओं समेत 7512 कर्मचारी करवाएंगे चुनाव

बस्तर सीट के लिए 18 मार्च से होगी नामांकन प्रक्रिया

जगदलपुर (आरएनएस)। सत्रहवीं लोकसभा के लिए भारत निर्वाचन आयोग की ओर से चुनाव कार्यक्रम की घोषणा के साथ ही बस्तर लोकसभा की सीट पर चुनाव की तैयारी शुरू कर दी गई है। पहले चरण में छत्तीसगढ़ के अकेले बस्तर लोकसभा सीट पर चुनाव होना है। इसके लिए 18 मार्च को अधिसूचना जारी करने के साथ ही नाम निर्देशन शुरू हो जाएगा। इस बार 7512 मतदान



अधिकारी और कर्मचारियों को मतदान के लिए तैयार किया गया है, जिसमें 96 महिला मतदान अधिकारी और कर्मचारी भी शामिल हैं।

कलेक्टर डॉ. अय्याज तंबोली ने बताया कि निर्वाचन कार्यालय द्वारा 4035 बैलेट यूनिट, 2669 कंट्रोल यूनिट और 2415 वीवीपैट मशीन को तैयार रखा है। लोकसभा चुनाव के लिए इस बार सिर्फ वोटर पर्ची रहने से ही मतदान करने नहीं दिया जाएगा। मतदाता को पर्ची के अलावा पहचान के लिए आयोग द्वारा निर्धारित 11 पहचान पत्र में से किसी एक को लाना जरूरी है।

कुली नंबर 1 के रीमेक में वरुण धवन के ऑपोजिट होंगी सारा अली खान?

अभिषेक वर्मन की फिल्म कलंक में नजर आनेवाले वरुण धवन ने हाल ही में बताया था कि सलमान की जुड़वा रीमेक के बाद अब वह गोविन्दा की फिल्म कुली नंबर 1 पर काम करेंगे।

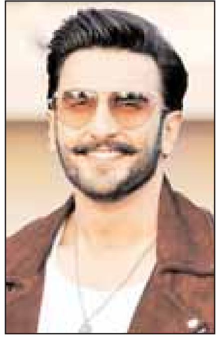
गोविन्दा की इस फिल्म में उनके ऑपोजिट नजर आई थीं करिश्मा कपूर और दर्शकों को उनकी यह फिल्म काफी पसंद आई थी। बता दें कि गोविन्दा की इस फिल्म को डायरेक्ट किया था वरुण धवन के पिता डेविड धवन ने। जब वरुण से इस फिल्म को लेकर किए गए सवालों में यह पूछा गया कि फिल्म में लीडिंग लेडी कौन होंगी तो इस बारे में उन्होंने ज्यादा कुछ खुलकर नहीं कहा। इसके बाद जब उन्हें आलिया भट्ट और सारा अली खान का ऑप्शन दिया गया तो वरुण ने झट से कहा कि फिलहाल वह आलिया के साथ अभी कोई फिल्म नहीं करेंगे, क्योंकि उन्होंने साथ में कई फिल्में कर ली हैं। उन्हें लगता है कि ऐसे में लोग उनकी ऑन-स्क्रीन केमिस्ट्री को ग्रांटेड लेने लगेंगे। हालांकि, वरुण ने सारा के नाम पर चुप्पी बनाए रखी।

वर्कफ्रंट की बात करें तो फिलहाल वरुण धवन आलिया के साथ कलंक की तैयारी में लगे हैं। इस फिल्म में सोनाक्षी सिन्हा, आदित्य रॉय कपूर, माधुरी दीक्षित, संजय दत्त जैसे और भी स्टार्स शामिल हैं।

रणवीर सिंह ने बताया अपना रिटायरमेंट प्लान

रणवीर सिंह बॉलिवुड के सबसे इन डिमांड एक्टर्स में से एक हैं। अगर यह कहा जाए कि वह अपने करियर के पीक पर हैं तो शायद गलत नहीं होगा। आपको शायद हैरानी हो कि एक के बाद एक सफलता का स्वाद चख रहे इस ऐक्टर ने पहले से ही प्लान कर रखा है कि वह रिटायरमेंट के बाद कैसे अपनी जिंदगी बिताएंगे।

हाल ही में एक मैगजीन को दिए गए इंटरव्यू में रणवीर सिंह ने इस बारे में बात की। उन्होंने बताया कि रिटायरमेंट के बाद वह गोवा में रहना पसंद करेंगे। वे गोवा में एक सी-फेसिंग विला चाहूंगा जिसमें स्विमिंग पूल हो और जिसके पास मैं कुक कर सकूं, पेंटिंग बना सकूं, मूवी देख



सकूं और योगा कर सकूं। साथ ही चाहूंगा कि मेरे ढेर सारे बच्चे वहां मेरे साथ मौजूद रहें।

वैसे रणवीर सिंह से जब बेबी प्लानिंग को लेकर एक प्रेस मीट में सवाल किया था तब उन्होंने कहा था कि यह फैसला दीपिका ही लेंगी। उन्होंने कहा था कि, यह मेरा फैसला कम दीपिका का ज्यादा है। मैंने इस बारे में उन पर फैसला छोड़ा है।

बता दें कि, दीपिका और रणवीर दोनों ही इन दिनों अपने फिल्म प्रॉजेक्ट्स को लेकर काफी बिजी हैं।

बुढ़ापे पर ब्रेक लगाता है योग

अगर आप नियमित रूप से योग करते हैं तो आप के शरीर पर उम्र बढ़ने का असर जिसे हम सिंपल शब्दों में बुढ़ापा भी कह सकते हैं का असर नहीं दिखता यानी योग आपको बूढ़ा नहीं होने देता। ऐसा हम नहीं कह रहे बल्कि एम्स की एक स्टडी के नतीजे बताते हैं। अगर आप रेग्युलरली योग करते हैं तो उम्र बढ़ने के बावजूद भी आपका शरीर और मन बूढ़ा नहीं होगा। एम्स ने 96 स्वस्थ्य लोगों पर अपनी स्टडी कर इस बात को साबित किया है।

क्यों आता है बुढ़ापा?

दरअसल, उम्र बढ़ने के साथ शरीर में बायोलॉजिकल बदलाव होने लगते हैं जिससे इंसान में बीमारियां बढ़ती हैं और वह बूढ़ा होने लगता है। हमारे शरीर के डीएनए के अंदर टेलोमेरे होता है। यह समय के साथ छोटा होता जाता है। इसके छोटे होने से बुढ़ापा आता है। योग शरीर में होने वाले उसी बायोलॉजिकल बदलाव को रोक देता है। बीमारियां नहीं होतीं और व्यक्ति उम्र बढ़ने के बाद भी बूढ़ा नहीं होता।

96 लोगों को 12 हफ्ते तक कराया गया योग

नई दिल्ली स्थित एम्स के ऐनाटॉमी डिपार्टमेंट की डॉक्टर रीमा दादा ने कहा कि उनकी टीम ने 96 लोगों को शामिल किया गया था और सबसे पहले उन सभी लोगों की जांच की गई।