महत्वपूर्ण एवं खास

सड़क हादसों में सात गंभीर

बिलासपुर (आरएनएस)। अलग-अलग स्थानों पर हुए सड़क हादसों में घायल सात लोगों को सिम्स में उपचार के लिए भर्ती कराया गया है। बलौदा बाजार जिले के ग्राम खपरी निवासी जलेश्वर जांगड़े पिता धर्मेंद्र जांगड़े (20) और रामदुलार पिता रघुनाथ(15) दगौरी के पास हुए हादसे में घायल हो गया। इसी प्रकार पचपेड़ी थाना क्षेत्र के ग्राम भरारी निवासी जितेंद्र पिता नरेश कुमार (20), सतकुमार पिता हनुमान प्रसाद (15)कटहागांव में, सिटी कोतवाली थाना क्षेत्र के दयालबंद निवासी जसपाल सिंह पिता जगमोहन सिंह (42) घर के पास तो तेलीबांधा निवासी राजेश्वर पिता स्व. हरिओम (65) और सरकंडा थाना क्षेत्र के अशोकनगर निवासी इंद्रकुमार पिता अंधन दास (57) घुरु अमेरी में हुए सड़क हादसों में घायल हो गए।

युवती ने फांसी लगाकर की खुदकुशी

कोरबा (आरएनएस)। बालको थाना क्षेत्रांतर्गत चेकपोस्ट लालघाट के खान मोहल्ला में रहने वाली एक 19 वर्षीय युवती ने अज्ञात कारणों के चलते फांसी लगाकर खुदकुशी कर ली। पुलिस मामले में मर्ग कायम कर विवेचना प्रारंभ कर दी है।

फर्जी दस्तावेज के जरिए बैंक से 20 लाख का ऋण लेने वाला गिरफ्तार

रायपुर (आरएनएस)। सेंट्रल बैंक ऑफ इंडिया के राजधानी स्थित ब्रांच से फर्जी दस्तावेज के जरिए कार खरीदी के लिए 20 लाख रूपए का ऋण लेने का मामला प्रकाश में आया है। पुलिस ने बैंक से धोखाधड़ी करने वाले आरोपी को गिरफ्तार कर लिया है।

मतगणना के दिन सुबह 7 बजे खुलेगा स्ट्रांग रूम

रायपुर (आरएनएस)। विधानसभा निर्वाचन 2018 के अंतर्गत रायपुर जिले की सातों विधानसभा क्षेत्रों की मतणगना शासकीय इंजीनियरिंग महाविद्यालय सेजबहार रायपुर में 11 दिसंबर को सुबह 8 बजे से प्रारंभ होगी। इसके लिए स्ट्रांग रूम सुबह 7 बजे खोला जाएगा। इसी तरह मतगणना हॉल के इनर कार्डन में मतगतणना की तैयारी के लिए मुख्य निर्वाचन पदाधिकारी कार्यालय से 10 दिसंबर को सुबह 10:30 बजे से शाम 5:30 बजे तक प्रवेश की अनुमति दी गई है।

तेज रफ्तार बस अनियंत्रित होकर पलटी, 1 की मौत

25 यात्री घायल, 13 घायल हुए रायपुर रेफर

महासमुंद (आरएनएस)। बागबाहरा से पिथौरा जा रही एक तेज रफ्तार बस कुम्हारीमुड़ा के पास अनियंत्रित होकर पलट गई। इससे एक अज्ञात व्यक्ति की मौत हो गई। वहीं 25 यात्री गंभीर रूप से घायल हो गए। घायलों को उपचार के लिए सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र पिथौरा में उपचार के लिए भर्ती कराया गया। 13 यात्री की हालत को देखते हुए रायपुर रेफर कर दिया गया।

दुकान का शटर उठाकर गल्ले से 13700 रूपये की चोरी

रायपुर (आरएनएस)। शहर के न्यू राजेन्द्रनगर अमलीडीह शासकीय स्कूल के सामने स्थित आईके ट्रेडर्स की दुकान का शटर उठाकर अज्ञात चोर ने बीती रात गल्ले से 13 हजार 700 रूपये पार कर दिया। घटना की रिपोर्ट प्रार्थी इमरान खान निवासी नेताजी सुभाषचंद चौक ने राजेन्द्रनगर थाना में दर्ज कराई है।

नक्सलियों ने फेंके पर्चे, सरकार के खिलाफ उगला जहर

कांकेर (आरएनएस)। जिलें में नक्सली लगातार जगह-जगह पर्चे फेंककर दहशत फैलाने की कोशिश कर रहे हैं। भानुप्रतापपुर से पखांजुर जाने वाले मुख्य मार्ग पर नक्सलियों ने एक बार फिर पर्चे फेंककर केंद्र सरकार के खिलाफटिप्पणी की है। बड़गांव के पुल पर नक्सली पर्चे मिलने से इलाके में दहशत फैल गई है। नक्सलियों ने पर्चे में एक बार फिर आरआरएस संगठन को गांव से मार भगाने जैसी बातें लिखी है। इसके साथ ही बाहरी कंपनियों को मार भगाने और केंद्र सरकार के खिलाफटिप्पणी की है। बड़गांव के पुलिया के ऊपर भी पर्चे फेंकेगए हैं। मामले की जानकारी होते ही दल बल सहित मौके पर पहुंच कर पुलिस ने पर्चा जब्त किया है।

कोरबा को हराकर बिलासपुर ने जीता विवि सलेक्शन मैच

बिलासपुर (आरएनएस)। विश्वविद्यालय सलेक्शन मैच का दूसरा मुकाबला शनिवार को रायगढ़ में खेला गया। इसमें कोरबा को मात देकर बिलासपुर ने जीत दर्ज की। बिलासपुर ने टॉस जीतकर पहले बैटिंग का फैसला किया। बिलासपुर की टीम पहले बैटिंग करते हुए 114 रनों पर आउट हो गई। इसमें राजेश ने 31, कुंदन ने 28 व महेंद्र ने 16 रनों का योगदान दिया। इसके जवाब में कोरबा की पूरी टीम 82 रन पर आलआउट हो गई। बिलासपुर की ओर से मेहताब ने शानदार गेंदबाजी करते हुए पांच विकेट लिए। शुभम व राकेश ने दो-दो व पवन ने एक विकेट लिया।

बिलासपुर टीम के कोच अभिषेक चतुर्वेदी रहे।

कभी भी हो सकती है फर्नीचर लाइन में तोड़फोड़

बिलासपुर (आरएनएस)। चुनाव खत्म होते ही फिर एक बार सीवरेज के बचे हुए काम को शुरू कराकर पूरा कराने की तैयारी निगम कर रहा है। इसके लिए फर्नीचर लाइन को तोड़कर वहां पंपिंग स्टेशन बनाने की तैयारी है। निगम यहां कभी भी कार्रवाई कर सकता है।

एग्जिट पोल के बाद कई वरिष्ठ नेता दिल्ली पहुंचे

दिल्ली पहुंचने वालों में ज्यादातर सीएम के दावेदार

रायपुर (आरएनएस)। छत्तीसगढ़ में विधानसभा चुनाव को लेकर एग्जिट पोल में बढ़त मिलने से खुश कांग्रेस के वरिष्ठ नेताओं में अब मुख्यमंत्री एवं मंत्री बनने की होड़ शुरू हो गई। इसे लेकर मुख्यमंत्री एवं मंत्री बनने के दावेदार दिल्ली दौरे पर है।

ज्ञात हो कि 11 दिसंबर को प्रदेश में चुनाव के परिणाम घोषित होंगे। चुनाव परिणाम से पहले 7 दिसंबर को एग्जिट पोल आया, जिसमें कांग्रेस को बढ़त मिलते दिखाया जा रहा है। एग्जिट पोल के नतीजे के बाद कांग्रेस को बहुमत के साथ अपनी सरकार बनते नजर आ रही है। अगर एग्जिट पोल सही साबित हुआ और कांग्रेस बहुमत से सरकार बनाती है तो सबसे पहले कांग्रेस को मुख्यमंत्री के नाम की घोषणा करनी होगी। चूंकि छत्तीसगढ़ कांग्रेस से मुख्यमंत्री के 4 से 5 लोग दावेदार माने जा रहे है। इनमें सबसे पहले नेताप्रतिपक्ष टीएस सिंहदेव का नाम सामने आ रहा है जो पार्टी के सबसे लोकप्रिय नेता है। इसके बाद दूसरे नंबर पर वरिष्ठ नेता चरणदास महंत, तीसरे नंबर पर भूपेश बघेल, चौथे नंबर पर ताम्रध्वज साहू का नाम है। ऐसी कवायत है कि कांग्रेस की सरकार आने पर इन चारो चेहरों में से एक चेहरे को मुख्यमंत्री बनाया जा सकता है। एग्जिट पोल के बाद ये चारों नेता दिल्ली दौरे पर है। इसके अलावा मंत्रिमंडल में शामिल होने के लिए भी कई नेता दावेदारी करने दिल्ली पहुंचे हुए है। इधर सियासी गलियारों में यह खबर है कि सोनिया गांधी के जन्मदिन के बहाने ये सभी नेता दिल्ली पहुंचे है।

एसपी ने आरक्षक को निलंबित किया

जगदलपुर (आरएनएस)। राजिव गांधी वार्ड के आकाश नगर में मामूली विवाद के बाद आरक्षक दिनेश सिंह के द्वारा गोली चलाने के मामले में एसपी बस्तर डी श्रवण ने आरक्षक दिनेश सिंह को निलंबित कर दिया।

प्राप्त जानकारी के अनुसार आरक्षक दिनेश सिंह राजिव गांधी वार्ड में पवन गुप्ता के यहां किरायेदार है। मामूली विवाद पर मकान मालिक पवन गुप्ता के साथ मारपीट एवं अपने सर्विस रायफल एके-47 से गोली चलाने के मामले पर आरक्षक दिनेश सिंह को एसपी ने निलंबित कर दिया है। वहीं मामले के दोनों पक्षों के खिलाफ बोधघाट पुलिस ने मारपीट की चांटर एफआइआर दर्ज की है। पवन गुप्ता ने शिकायत दर्ज कराई थी कि किरायेदार आरक्षक दिनेश सिंह ने विवाद के बाद गोली चला दी साथ ही मारपीट का मामला दर्ज करवाया था। इसकी शिकायत बोधघाट थाने में दर्ज कराये जाने पर आरक्षक ने कहानी गढ़ते हुए कहा कि घर में रायफल की सफाई के दौरान गोली चली थी। पुलिस द्वारा रिपोर्ट दर्ज करने में हीला हवाला किये जाने के बाद पीड़ित पवन गुप्ता की पत्नि पूर्णिमा गुप्ता ने एसपी बस्तर को शिकायत आवेदन देकर जांच की मांग की थी। मामले को सज्ञान में लेते हुए आरोपी आरक्षक को एसपी ने निलंबित करने का आदेश दिया है।

फेसबुक पर अश्लील एमएमएस अपलोड किया

चार छात्रा व दो छात्र के खिलाफ आपराधिक प्रकरण पंजीबद्ध

कोरबा (आरएनएस)। स्कूली छात्राओं ने अपनी ही एक सहपाठी छात्रा का एमएमएस स्कूल के ही एक छात्र के साथ तैयार कर लिया और उसे वायरल करने की धमकी देते हुए आठ हजार रुपये छात्र से मांगने लगे। इसके लिए छात्राओं ने लगातार छात्र को धमकियां भी दी। छात्र ने रुपये नहीं दिए तो अंततः एक छात्रा ने सहपाठी छात्रा व छात्र का अश्लील एमएमएस फेसबुक पर अपलोड कर दिया। इस सनसनीखेज मामले में पुलिस ने चार छात्रा व दो छात्र के खिलाफ आपराधिक प्रकरण पंजीबद्ध किया है।

एक कॉलरी क्षेत्र के कॉलोनी में संचालित स्कूल में पढ़ने वाली एक किशोरी के परिजन घर पर नहीं थे। उसने अपनी दो सहेलियों को बुलाया और स्कूल में ही पढ़ने वाली एक अन्य सहेली का एमएमएस स्कूल में ही पढ़ने वाले छात्र के साथ बनाने की योजना तैयार कर ली। बताया जा रहा है कि एक अन्य छात्रा से मोबाइल पर संपर्क कर उसे भी इस योजना में शामिल किया गया और पीड़ित छात्रा को झांसा देकर उसके ब्वाय फ्रेंड के साथ घर बुला लिए। ब्वाय फ्रेंड के साथ उसका एक दोस्त भी पहुंचा था। जोड़े को एक कमरे में भेज दिया गया। जहां पहले से ही मोबाइल छिपाकर रखा गया था, जिसमें अश्लील वीडियो तैयार किया गया।

बर्फबारी के बाद मलारी की सुन्दरता पर चार चांद लगे

गोपेश्वर (आरएनएस)। चमोली जिले की सीमांत मलारी घाटी की सुंदरता में इन दिनों चार चांद लगे हुए हैं। घाटी में बर्फबारी के बाद यहां की सुंदरता देखते बन रही है।

पर्यटक भी घाटी का दीदार करने के लिए पहुंच रहे हैं। हालांकि सड़क पर बर्फ जमा होने के चलते मलारी से आगे बड़े वाहनों या फिर सेना, आइटीबीपी के वाहनों से ही आवाजाही हो पा रही है।

चीन सीमा से लगी मलारी घाटी छह माह बर्फ से लकदक रहती है। ग्रीष्मकाल में घाटी के दर्जनभर गांवों में भोटिया जनजाति के लोग निवास करते हैं। लेकिन, शीतकाल में भारी बर्फबारी के चलते ये लोग नीचे उतरकर अन्य गांवों में रहते हैं। इन दिनों मलारी घाटी के गांव सुनसान पड़े हैं, लेकिन यहां की वादियां देखते बन रही हैं।

चोटियों के अलावा मलारी, नीती, गमशाली, फरकिया, बाम्पा समेत अन्य गांवों में भी बर्फ की सफेद चादर बिछी है। यहां बर्फबारी के बाद वादियों का आनंद उठाने के लिए स्थानीय लोगों के अलावा पर्यटक भी इन वादियों की सैर करने पहुंच रहे हैं।

नीती गांव के प्रेम सिंह फोनिया बताते हैं कि बर्फबारी के चलते जनजाति के लोग शीतकाल में पलायन कर नीचे चले जाते हैं लेकिन, इन दिनों घाटी में पर्यटकों की चहलकदमी बनी हुई है।

केदारनाथ फिल्म धाम की गरिमा और हमारी संस्कृति के विपरीत: निशंक

ऋषिकेश (आरएनएस)। पूर्व मुख्यमंत्री और हरिद्वार के सांसद रमेश पोखरियाल निशंक ने कहा कि केदारनाथ फिल्म केदारनाथ धाम की गरिमा और हमारी संस्कृति के विपरीत है। इस पर रोक लगाया जाना उचित है।

नगर आगमन पर बातचीत में सांसद निशंक ने कहा कि इस फिल्म में उनकी पुस्तक प्रलय के बीच का भी सहयोग लिया गया

है। मगर हकीकत में फिल्म में सिर्फ नाम केदारनाथ का है और अंदर सब कुछ विपरीत है। राजस्थान, मध्य प्रदेश और छत्तीसगढ़ के चुनाव परिणाम रुझान की बाबत सांसद निशंक ने कहा कि 2019 के लोकसभा चुनाव में इसका कोई असर नहीं पड़ेगा। उन्होंने कहा कि जनता ने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी को केंद्र में रखकर लोकसभा के लिए मतदान करना है। वैसे भी निकाय पंचायत और विधानसभा चुनाव स्थानीय मुद्दों पर आधारित होते हैं। इस दौरान नगर निगम के महापौर अनीता ममगाई, पूर्व पालिकाध्यक्ष स्नेहलता शर्मा आदि ने उनसे मुलाकात की।

नए फोटोशूट में काफी हॉट और स्टनिंग लग रही हैं जाह्नवी कपूर

जाह्नवी कपूर ने बॉलिवुड में भले ही अभी एक ही फिल्म की हो लेकिन इतने कम समय में ही वह काफी मेच्योर हो गई हैं। एक ही फिल्म से उन्होंने अच्छा खासा स्टारडम कमा लिया है। भले ही अभी

जाह्नवी की अगली फिल्म आने में समय है लेकिन अपने फैशन के कारण वह अक्सर चर्चा में रहती हैं। अब उनका एक और फोटोशूट चर्चा में है जिसमें उनका बदला हुआ अंदाज नजर आ रहा है।

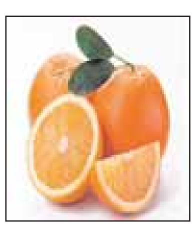
जाह्नवी कपूर ने मैगजीन एल आफिसियल इंडिया के कवर के लिए फोटोशूट कराया है। इस फोटोशूट में वह काफी हॉट और स्टनिंग लग रही हैं।

इसके अलावा इस फोटोशूट के बिहाइन्ड द सीन तस्वीरें भी वायरल हो रही हैं।

इसके पहले भी जाह्नवी कपूर अन्य मैगजीन्स के लिए फोटोशूट करा चुकी हैं। उनके पुराने फोटोशूट्स की भी काफी चर्चा हुई थी।

रोज खाएं संतरा, स्किन से लेकर आंखें तक रहेंगी हेल्दी

संतरा ऐसा फल है जिसकी खटास किसी को पसंद आती है तो किसी को नहीं। कुछ लोग ऐसे संतरे लेना पसंद करते हैं जिनकी खटास कम हो तो कोई संतरे के किसी भी टेस्ट को चखना पसंद करते हैं। वैसे संतरे के टेस्ट को छोड़ अगर यह बात करें कि यह फल गुणों से भरपूर है तो कोई भी इससे इंकार नहीं कर पाएगा।



संतरा है हेल्थ के लिए हेल्दी

सर्दी को रखेगा दूर

संतरे में मौजूद विटामिन सी सर्दी को दूर रखने में मदद करता है। यह भी कहा जाता है कि सर्दी होने पर इस फल को खाना चाहिए, इससे बीमारी जल्दी दूर हो जाती है। हालांकि, हाल की कुछ स्टडीज में सामने आया था कि एक बार कोल्ड होने पर संतरा उसे दूर नहीं कर पाता। हालांकि, रोज इसका सेवन हो तब उस स्थिति में जरूर व्यक्ति इस बीमारी से बच सकता है। इसके साथ ही यह कान को भी इंफेक्शन से बचाता है।

स्किन नहीं होगी डैमेज

संतरे में एंटी-ऑक्सिडेंट तत्व भी होते हैं जो स्किन को झुर्रियों से बचाते हैं। कहा जाता है कि यदि संतरे का रोजाना सेवन किया जाता है तो यह यंग लुक को बनाए रखने में मदद करता है।

ब्लड प्रेशर में फायदेमंद

संतरे में बी6 विटामिन बड़ी मात्रा में होता है। यह शरीर में हिमोग्लोबिन बढ़ाने में मदद करता है। वहीं फल में मौजूद हेस्परिडिन ब्लडप्रेशर को कंट्रोल करने में मदद करता है।

कोलेस्ट्रॉल करता है कम

संतरा कोलेस्ट्रॉल को कम करने में भी मदद करता है। इसमें मौजूद कोलेस्ट्रॉल को ज्यादा प्रभावी तरीके से कम करता है। माना जाता है कि संतरे का यह गुण कोलेस्ट्रॉल कम करने वाली कुछ दवाइयों से भी बेहतर है।

आंखों के लिए अच्छा है संतरा

संतरा कैरोटेनोइड्स का रिच सोर्स है। इसमें मौजूद विटामिन-ए आंख में मौजूद म्यूकस मेंबरेन को हेल्दी बनाए रखने में मदद करता है। इतना ही नहीं यह उम्र के साथ नर्व को होने वाले नुकसान, जिससे व्यक्ति अंधा भी हो सकता है, उस स्थिति से भी बचाता है।

वैज्ञानिकों का दावा, मात्र एक गोली से कम होगा वजन

आजकल अधिकतर लोग मोटापे से पीड़ित हैं. मॉडर्न लाइफस्टाइल इसकी अहम वजहों में से एक है. मोटापे को कम करने के लिए कई लोग डाइटिंग करते

हैं, तो कुछ जिम में घंटों पसीना बहाते हैं. लेकिन तमाम कोशिशों के बाद भी लोगों का मोटापा कम ही नहीं होता है. आजकल अधिकतर लोग मोटापे से पीड़ित हैं. मॉडर्न लाइफस्टाइल इसकी अहम वजहों में से एक है. मोटापे को कम करने के लिए कई लोग डाइटिंग करते हैं, तो कुछ जिम में घंटों पसीना बहाते हैं. लेकिन तमाम कोशिशों के बाद भी लोगों का मोटापा कम ही नहीं होता है. फ्लिंडर्स यूनिवर्सिटी के शोधकर्ताओं ने ये स्टडी चूहों पर की है, जिसमें दो तरह के चूहों को शामिल किया गया है. पहला जिन चूहों में RCAN1 जीन मौजूद नहीं था. दूसरा, जिन चूहों में RCAN1 जीन मौजूद था.

कभी नहीं सोचा था 4 वर्ष बाद काम करूंगी : जेनेलिया

चार वर्ष बाद अभिनेता-पति रितेश देशमुख के साथ आगामी मराठी फिल्म मौली में काम कर रहीं अभिनेत्री जेनेलिया देशमुख ने कहा कि उन्होंने कभी नहीं सोचा था कि इतने वर्षो बाद उन्हें कैमरे का सामना करना पड़ेगा। जेनेलिया ने रितेश के साथ होली के विशेष गीत सुर्फ लावुन धुवुन ताक में ठुमके भी लगाए हैं, जिसे रविवार को जारी किया गया।

पर्दे पर वापसी और रितेश के साथ चार वर्षो के लंबे अंतराल बाद काम करने के बारे में पूछे जाने पर जेनेलिया ने इंस्टाग्राम पर लिखा, हे भगवान पर्दे पर काम किए चार वर्ष बीत चुके हैं। महसूस नहीं हुआ। रितेश का शुक्रिया कि धुवुन ताक के लिए भरोसा किया, यह सचमुच विस्फोट है।

जेनेलिया ने चार साल पहले रितेश की पहली मराठी फिल्म लाइ भारी के लिए भी एक गीत किया था। आदित्य सरपोतदार द्वारा निर्देशित मौली 14 दिसंबर को रिलीज होगी। वहीं रितेश ने कहा, मैं जेनेलिया के साथ काम का मौका नहीं छोड़ सकता। मैंने इस गीत के लिए उन्हें मजबूर किया। उन्होंने कहा, चार वर्ष बाद उनके साथ काम करना और अजय-अतुल की धुन पर थिरकना शानदार है। उम्मीद है दर्शक इसका उतना ही आनंद लेंगे, जितना हमने लिया।