महत्वपूर्ण एवं खास

6 लाख का ब्राउन शुगर के साथ एक गिरफ्तार

अंबिकापुर(आरएनएस)। अंबिकापुर पुलिस ने एक युवक को ब्राउन शुगर के साथ गिरफ्तार किया है। आरोपी के पास से करीब 6 लाख रूपये का ब्राउन शुगर जब्त किया है। आरोपी ब्राउन शुगर झारखंड से लाकर अंबिकापुर में खपाया करता था। नगर पुलिस अधीक्षक आरएन यादव ने मामले का खुलासा करते हुए बताया कि कोतवाली थाना प्रभारी कृष्णकांत सिंह को मुखबिर से सूचना मिली थी कि राजू नामदेव नामक व्यक्ति अपने पास बड़ी मात्रा में ब्राउन शुगर रखकर ब्राम्हणपारा के पास ग्राहक की तलाश कर रहा है। इस सूचना पर कोतवाली पुलिस की संयुक्त टीम तुरंत मौके पर पहुंचकर हुलिया बताए अनुसार मौजूद युवक को घेराबंदी कर धर-दबोचा। उसकी तलाशी लेने पर उसके पास से 30.45 ग्राम ब्राउन शुगर बरामद किया। बरामद ब्राउन शुगर की अंतराष्ट्रीय बाजार में कीमत करीब 6 लाख रूपये आंकी गई है। पुलिस की पूछताछ में आरोपी ने बताया कि वह झारखंड से ब्राउन शुगर लाकर अंबिकापुर में खपाता था। पुलिस ने आरोपी के खिलाफ एनडीपीएस एक्ट के तहत कार्रवाई की है। इस कार्रवाई में थाना प्रभारी कृष्णकांत सिंह, उप निरीक्षक अमित गुप्ता, आरक्षक संजीव चौबे, लाल भुवन सिंह, मुकेश पांडे, सीनू फ्रिदौसी, साइबर क्राइम सेल प्रभारी मनीष यादव, आरक्षक भोजराज पासवान, जयदीप सिंह, दीनदयाल सिंह, अमृत सिंह, वीरेंद्र पैकरा व महिला आरक्षक स्मिता रागिनी शामिल थीं।

30 जून तक दोपहर में पशुओं के उपयोग पर प्रतिबंध

कोरबा (आरएनएस)। कोरबा जिले में आगामी दिनों में गर्मी की भीषणता को ध्यान में रखते हुए दोपहर में पशुओं के उपयोग पर 30 जून तक प्रतिबंध लगा दिया गया है। यह प्रतिबंध दोपहर 12 बजे से लेकर तीन बजे तक रहेगा। पशुओं के प्रति करूरता निवारण '' परिवहन एवं कृषिक पशुओं पर करूरता निवारण नियम 1965 के नियम 6(3)'' के निर्देशों पर अमल करते हुए यह प्रतिबंध लागू किया गया है। पशु चिकित्सा विभाग के अधिकारियों ने आज यहां बताया कि भीषण गर्मी की स्थिति में प्रतिदिन दोपहर 12:00 बजे से 03:00 के बीच 370ब् (डिग्री सेल्सियस) से अधिक तापमान निरंतर बना रहता है। इस दौरान भारवाहक पशुओं पर सामग्री रखकर या सवारी हेतु उपयोग करने से अथवा टांगा/ बैलगाड़ी/ भैंसागाड़ी/ ऊंटगाड़ी/ खच्चर/ टट्टू गाड़ी एवं गधे पर वजन ढोने के उपयोग करने से पशु अधिक तापमान से बीमार हो जाते हैं अथवा लू के कारण उनकी मृत्यु भी हो जाती है। इसलिए जिला कोरबा के सीमा अंतर्गत दोपहर 12:00 बजे से 03:00 के बीच ऐसे पशुओं का उपयोग 30 जून 2019 तक प्रतिबंधित किया गया है।

लेखा प्रशिक्षण के लिए आवेदन आमंत्रित

रायपुर (आरएनएस)। संचालनालय कोष, लेखा एवं पेंशन द्वारा लेखा प्रशिक्षण का आयोजन जुलाई से अक्टूबर 2019 तक किया जाएगा। प्रशिक्षण के लिए कर्मचारियों से 31 मई 2019 तक आवेदन आमंत्रित किए गए है। यह प्रशिक्षण रायपुर, दुर्ग एवं बस्तर संभाग के शासकीय कार्यालयों के लिपिक वर्गीय कर्मचारियों हेतु शासकीय लेखा प्रशिक्षण शाला, रायपुर में आयोजित किया जाएगा। तीन वर्ष की नियमित सेवा पूरी कर चुके लिपिक वर्गीय कर्मचारियों से संबंधित कार्यालय प्रमुख द्वारा प्रेषित आवेदन पत्र शासकीय लेखा प्रशिक्षण शाला, नगर घड़ी चैक रायपुर को 31 मई 2019 को कार्यालयीन समय तक प्राप्त हो जाना चाहिए। 31 मई 2019 के पश्चात् प्राप्त आवेदनों पर विचार नहीं किया जाएगा। पूर्व में आवेदन कर चुके कर्मचारियों को भी इस सूचना के प्रकाशन उपरांत प्रवेश हेतु पुनः आवेदन करना अनिवार्य होगा।

दो युवकों के साथ अवैध शराब बरामद

महासमुंद (आरएनएस)। बसना पुलिस ने 30 अप्रेल को दो प्रकरण में अवैध रूप से बिक्री के लिए रखे 6840 एमएल शराब बरामद की। जानकारी के मुताबिक भंवरपुर चौकी क्षेत्र के राम भांठा चनाट में रात 8 बजे गांव के तुलसी राम पिता पंचराम पटेल के कब्जे से 3600 एमएल अंग्रेजी शराब बरामद किया। इसी प्रकार पिरदा पेट्रोल पंप के सामने रामपुर निवासी परस राम भारद्वाज पिता राम लाल के कब्जे से 3240 एमएल देशी प्लेन शराब बरामद की। जिसपर आबकारी एक्ट 34 ए के तहत कारज्वाई की गई।

कमरे में सोए ग्रामीण को सूड़ से खींचकर हाथी ने पटक कर मार डाला

» दूसरे कमरे में सो रहे अन्य लोगों ने छिपकर बचाई जान

कोरबा (आरएनएस)। गोल्हर क्षेत्र में हुई घटना की याद पिछली रात ताजा हो गई। यहां हाथी ने एक घर के कमरे में सो रहे ग्रामीण को सूड़ से खींचकर बाहर निकाला और फिर पटक दिया। ग्रामीण की तुरंत मौत हो गई। इस वाक्ये से दूसरे कमरे में सोए लोग भयभीत हो गए। उन्होंने किसी तरह छिपकर अपनी जान बचाई। घटनाक्रम से कुदमुरा व छाल रेंज के अनेक ग्रामों में डर का वातावरण बना हुआ है। इधर वन विभाग ने ग्रामीणों को सतर्क रहने की सलाह दी है। कोरबा जिला मुख्यालय से 70 किमी दूर पिथरा गांव में यह घटना आज सुबह 04 बजे के लगभग हुई।

वन मण्डल कोरबा के कुदमुरा रेंज के सीमांत क्षेत्र में हुई घटना ने लोगों को बालकोनगर रेंज के गोल्हर फुटहामुड़ा में तीन महीने पहले हाथी द्वारा एक महिला और बच्चे को पटककर मार डालने की याद ताजा कर दी। यह घटना गांव के आंगनबाड़ी भवन में हुई थी, जहां हाथियों के हमले से बचाने वन विभाग ने लोगों को यहां ठहराया था। 04 मई को हुई घटना के बारे में विभागीय सूत्रों ने बताया कि छाल परिक्षेत्र में पिथरा गांव आता है, जहां के ग्रामीण इसदु लकड़ा 68 वर्ष की मौत हो गई। पिथरा में अनुसूचित जनजाति वर्ग की आबादी अधिक संख्या में है। मुख्य गांव से हटकर बाहरी क्षेत्र में एक्का-दुक्का मकान लोगों ने बना रखे हैं। जिन पर अक्सर जंगली जानवरों के हमले का डर बना रहता है। इसदु का मकान भी इसी क्षेत्र में स्थित है। नजदीक से ही घना जंगल लगा हुआ है। लकड़ा यहां पर पत्नी, बहू और बच्चों के साथ निवासरत था। बीती रात्रि सदस्यों ने भोजन किया और सो गए। सामने के कमरे में इसदु लकड़ा सोया हुआ था। आज तड़के जंगल की तरफ से हाथी यहां पहुंचे। जिस तरह की जानकारी मिली, उसमें कहा गया कि हाथी ने कमरे के दरवाजे को तोड़ने के साथ ग्रामीण को सूड़ से बाहर खींच लिया और पटकने के साथ कुचल दिया। ग्रामीण की इस घटना में मौके पर ही मृत्यु हो गई। हाथी की आहट और इंसान की चीख सूनने के साथ परिवार के लोग अनहोनी से कांप उठे। उन्होंने अपनी जान बचाने के लिए दूसरे कमरे में खुद को छिपाया। घटना की जानकारी आम होने पर कुछ घंटे बाद वन विभाग के अधिकारी और कर्मचारी यहां पहुंचे।

मंत्री रविन्द्र चौबे के स्वास्थ्य में आ रहा तेजी से सुधार

रायपुर (आरएनएस)। वरिष्ठ कांग्रेस नेता और मंत्री रविन्द्र चोबे के स्वास्थ्य में तेजी से सुधार आ रहा है, इसके अलावा अब चिकित्सकों ने उन्हें चलने-फिरने की भी अनुमति दे दी है। सूत्रों की माने तो वर्तमान में आईसीयू में भर्ती मंत्री चौबे के स्वास्थ्य में तेजी से सुधार आ रहा है। बताया गया कि अब उन्हें सामान्य भोजन भी दिया जा रहा है, पूरी तरह से सचेत और शुभचिंतकों से लगातार बातचीत कर रहे है। चौबे के स्वास्थ्य में आ रहे सुधार से चिकित्सक और समर्थक दोनों खुश हैं। चिकित्सकों के अनुसार उनके शरीर के बाकी अंग सामान्य रूप से काम कर रहे हैं और उन्हें अब चलने-फिरने की भी अनुमति चिकित्सकों ने दी है, बताया जाता है कि उन्हें जल्द ही आईसीयू से सामान्य वार्ड में शिफ्ट किया जा सकता है।

ट्रेन हाइजेक मामले में हाईकोर्ट ने उपेन्द्र सिंग को मिली थोड़ी राहत

» हाईकोर्ट ने इस प्रकरण से किया बरी

भिलाई (आरएनएस)। दुर्ग में जनशताब्दी एक्सप्रेस हाइजेक कांड में नया मोड़ आ गया है। इस मामले में उपेंद्र सिंह सहित 10 अन्य आरोपी थे। उन्हें रेलवे एक्ट 150 (1) बी में सेशन कोर्ट से उम्र कैद की सजा सुनाई गई। आरोपी पक्ष मामले को लेकर हाईकोर्ट गया। जहां से बुधवार को उक्त धारा के तहत दिए गए उम्रकैद से हाईकोर्ट की बैंच ने उन्हें बरी कर दिया।

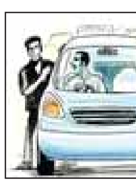
न्यायाधीश मणिंद्र मोहन श्रीवास्तव व रजनी दुबे की बैंच ने यह फैसला सुनाया। कोर्ट ने माना कि रेलवे एक्ट 150 (1)ब का अपराध नहीं बनता। आरोपी पक्ष के वकील बीपी सिंह ने तर्क रखा कि यह धारा रेलवे संपत्ति को नुकसान पहुंचाए जाने की दशा में लगती है। जबकि आरोपियों के तरफ से किसी प्रकार से संपत्ति को नुकसान नहीं पहुंचाया गया।

इस मामले में तीन अलग-अलग मामले बनाए गए। पहला मामला कार मालिक केशवर राव की शिकायत पर, जिसकी कार छीनकर आरोपी भागे थे। दूसरा मामला आरक्षक सचित कुमार की शिकायत पर और तीसरा रेलवे में ड्रायवर दीपक ठाकुर की शिकायत पर दर्ज किया गया। मामले में दुर्ग के एडीजे मंसूर अहमद के न्यायालय में सुनवाई हुई। आरोपियों पर दोष सिद्ध पाया गया।

उपेंद्र उर्फ कबरा जयचंद वैद्य अपहरण कांड का मुख्य आरोपी है।

क्राइम ब्रांच का भय दिखाकर सिंचाई विभाग के क्लर्क से कार की लूट, तीन हिरासत में

» आरोपियों ने डरा-धमका कार के ट्रांसफर फार्म में कराया प्रार्थी से हस्ताक्षर

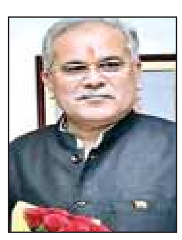


रायपुर (आरएनएस)। राजधानी में एक अनोखा मामला सामने आया है। सिंचाई विभाग के एक क्लर्क को क्राइम ब्रांच का भय दिखाकर उसी के विभाग की एक युवती ने अपने अन्य दो साथियों के साथ मिलकर कार के ट्रांसफर फार्म में जबरदस्ती हस्ताक्षर कराकर कार लूटकर ले गये है। इस मामले की शिकायत पर पुलिस ने अपराध पंजीबद्ध किया है। खबर है कि पुलिस ने मामले में युवती व उसके साथी युवको को हिरासत में ले लिया है। आरोपी युवकों में एक पुलिस आरक्षक भी बताया जा रहा है।

प्राप्त जानकारी के मुताबिक सिंचाई विभाग में क्लर्क के पद पर कार्यरत दिलीप कुमार कंवर निवासी म.एच 10 सिंचाई कालोनी शांतिनगर को 2 अप्रैल को देर शाम में करीब 7.30 बजे उसके विभाग में ही संविदा के पद पर कार्यरत युवती रेणुका साहू ने फोन कर मिलने के लिए बुलाया। इसके बाद दोनों कार से नया रायपुर गए, जहां घटना स्थल पर एक अन्य कार सवार दो युवक रंजित सिंह 38 वर्ष एवं सूरज यादव 23 वर्ष युवती के कहने पर प्रार्थी दिलीप कंवर को क्राइम ब्रांच का भय दिखाते हुए उससे उसकी मारूति सिफ्ट कार क्रमांक सीजी04 एम7773 का नाम ट्रांसफर कराने के लिए जबरन फार्म 29, 30 में हस्ताक्षर कराकर कर को लूटकर ले गये। कार की कीमत 5 लाख रूपये बतायी जा रही है।

संकट की घड़ी में छत्तीसगढ़ सरकार ओडिशा के लिए हर संभव मदद को तैयार : भूपेश बघेल

» मुख्यमंत्री ने ओडिशा सीएम से फोन पर की चर्चा



रायपुर (आरएनएस)। राज्य सरकार ने ओडिशा सरकार को हर संभव मदद का आश्वासन दिया है। राज्य सरकार ने भीषण तूफान से जिन परिवारों के जान-माल का नुकसान हुआ है, उनके प्रति सहानुभूति भी जताई है।

छत्तीसगढ़ के मुख्यमंत्री भूपेश बघेल ने आज ओडिशा के मुख्यमंत्री नवीन पटनायक से दूरभाष पर चर्चा कर ओडिशा में आए चक्रवाती तूफान फेनी के संबंध में चर्चा की तथा वर्तमान स्थिति की जानकारी ली है। बताया जाता है कि मुख्यमंत्री बघेल ने ओडिशा में आए इस विनाशकारी तूफान के बाद छत्तीसगढ़ की ओर से हर संभव मदद करने की बात कही है। बघेल ने इस तूफान से जिन परिवारों के जान-माल का नुकसान हुआ है, उनके प्रति राज्यवासियों की ओर से सहानुभूति जताई है। बघेल ने ओडिशा के सीएम पटनायक से कहा कि संकट की इस घड़ी में छत्तीसगढ़ सरकार और प्रदेशवासी ओडिशा के साथ खड़ा है और राज्य की ओर से हर संभव मदद को तैयार है। मुख्यमंत्री भूपेश बघेल ने ओडिशा प्रदेश कांग्रेस कमेटी के अध्यक्ष निरंजन पटनायक से भी चर्चा की और वर्तमान परिस्थितियों की जानकारी ली।

झीरम घाटी में नक्सली प्रभाव हुआ कमजोर

जगदलपुर (आरएनएस)। बस्तर में पिछले वर्ष 2013 को कांग्रेस के शीर्ष नेताओं की नक्सलियों ने विस्फोट कर जो वारदात की थी उसके बाद उनकों नियंत्रण में लाने तथा झीरम घाटी में उनका प्रभाव कम करने के उद्देश्य से जो उपाय किये गये उससे आज झीरम घाटी में नक्सलियों का प्रभाव कमजोर हो चुका है और आज यहां के ग्रामीण नक्सलियों के विरूद्ध खड़े होकर अपने क्षेत्र व गांवों में विकास की मांग करते हुए खड़े हो रहे हैं। इस बात की जानकारी देते हुए बस्तर आईजी विवेकानंद सिन्हा ने कहा कि बस्तर की झीरम घाटी में नक्सलियों ने 25 मई 2013 को एक बड़ी हिंसक घटना को अंजाम दिया था। इसमें कांग्रेस के शीर्ष नेताओं सहित 31 लोगों की मौत हुई थी। अब इसी झीरम घाटी में वर्ष 2017 के बाद से नक्सली बैकफुट पर नजर आ रहे हैं। उल्लेखनीय है कि झीरम घाटी में हमला करने वाले बड़े नक्सली नेता तो मारे गए जबकि कई नक्सली पुलिस के डर से पलायन कर गए हैं या जान से हाथ धोने के डर से सरेंडर कर चुके हैं।

अब बस्तर में होगी लीची की खेती, कम दाम पर दिए जाएंगे पौधे

जगदलपुर(आरएनएस)। बस्तर के किसान अब अमरूद और पपीते के बाद आने वाले दिनों में मुजफ्फरपुर में होने वाली लीची की खेती करेंगे। खेती के लिए पौधे बस्तर में ही मिलेंगे वो भी कम दामों में पर दिए जाएंगे। पांच साल के अंदर तैयार होने वाले इस पौधे की खेती को विकसित करने की योजना के तहत किसानों को लीची के पौधे शहर के डोंगाघाट की सरकारी नर्सरी से 40 रुपए प्रति नग के हिसाब से दिए जाएंगे। जानकारी के मुताबिक उद्यानिकी विभाग बीज उत्पादन व अन्य वेरायटी के पौधों को तैयार करने के बाद अब उन्हें कम दाम पर पौधे बेचकर बागवानी फसलों की तरफ किसानों को आकर्षित करने में लगा हुआ है। इसके लिए शहर से लगे डोंगाघाट नर्सरी में लीची के पौधे को तैयार करने की तैयारी शुरू कर दी गई है।

अब तक इस नर्सरी से किसानों को आम के बारहमासी और दशहरी, कटहल, सीताफल, अमरूद, चीकू, पपीता, नारियल, काजू और फूलों में गुलाब के साथ क्रोटान, ड्रेसिना और अरेलिया, फुटबाल लिली के साथ ही अन्य फूलों की कई प्रजातियां उपलब्ध करवाई जा रही थी। उपसंचालक उद्यानिकी अजय सिंह कुशवाहा ने कहा कि बस्तर का मौसम लीची के लिए अच्छा है। किसानों की आमदनी बढ़ाने के लिए यह योजना बनाई है। जल्द ही पौधे तैयार कर किसानों को दिए जाएंगे।

डोंगाघाट नर्सरी प्रभारी करन सोनकर ने बताया कि किसानों को कम दाम पर फल और फूलदार पौधे उपलब्ध करवाने के लिए विभाग पिछले कई सालों से कोशिश कर रहा था, जो अब जाकर सफल हुई है। किसान पारंपरिक फसलों के साथ ही फल और फूलदार पौधों की खेती कर आर्थिक रूप से सक्षम हो रहे हैं।

पानीपत में मराठी रोल निभाना चुनौती:कृति सेनन

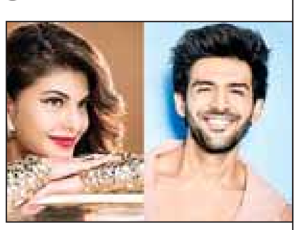
एक्ट्रेस कृति सेनन इन दिनों अपनी आने वाली पीरियड ड्रामा फिल्म पानीपत की शूटिंग में बिजी हैं। हाल ही में उन्होंने एक न्यूज एजेंसी से बातचीत में फिल्म और अपने रोल को लेकर बात की।

पहली बार पीरियड ड्रामा पर काम करने के बारे में बात करते हुए कृति ने कहा, यह मेरे लिए पूरी तरह से नई दुनिया है। नार्थ इंडियन होने के नाते मराठी कैरेक्टर को प्ले करना चुनौती है लेकिन आशुतोष (आशुतोष गोवारिकर) ने इसे आसान कर दिया और सुखद बना दिया।

कृति ने आगे कहा, उन्होंने (आशुतोष) पार्वती बाई के किरदार को बेहतरीन ढंग से आकार दिया है। साथ ही उसे काफी मजबूत और स्वतंत्र बना दिया है। बता दें, फिल्म में अर्जुन कपूर और संजय दत्त भी अहम रोल में हैं।

गौरतलब है कि फिल्म पानीपत में पानीपत की तीसरी लड़ाई के बारे में दिखाया जाएगा। फिल्म में कृति, पार्वती बाई के रोल में हैं जो कि सदाशिवराव भाऊ की दूसरी पत्नी थीं। सदाशिवराव मराठा आर्मी के कमांडर इन चीफ थे।

चश्मे बद्दूर के सीक्वल में होंगे कार्तिक आर्यन और जैकलीन फर्नांडिस?



बॉलिवुड ऐक्टर कार्तिक आर्यन इन दिनों सभी फिल्ममेकर्स की पसंद बने हुए हैं। अब खबरें आ रही हैं कि वह चश्मे बद्दूर के सीक्वल में भी नजर आएंगे।

मीडिया रिपोर्ट्स के मुताबिक, फिल्म में कार्तिक के ऑपोजिट जैकलीन फर्नांडिस को कास्ट किया जा सकता है। फिल्म के प्रड्यूसर्स दोनों ऐक्टर्स के पास सीक्वल की कहानी लेकर पहुंचे थे। उन्हें उम्मीद है कि दोनों कलाकारों को फिल्म में कास्ट कर लिया जाएगा।

यही नहीं, रिपोर्ट्स की मानें तो जैकलीन को स्टोरी पसंद आई है, बस फिल्म को साइन करने भर की देर है। इस डिवेलपमेंट से जुड़े एक सूत्र ने बताया, प्रड्यूसर्स कार्तिक को चाहते हैं क्योंकि उनके आने से न सिर्फ प्रॉजेक्ट की वैल्यू बढ़ेगी बल्कि फिल्म का बिजनस भी बेहतर हो सकता है।

सूत्र ने आगे बताया, कार्तिक की फिल्में अब 80 से 100 करोड़ का बिजनस कर रही हैं। जिस तरह की फिल्में वह करते हैं, उसी तरह चश्मे बद्दूर भी मजेदार कॉमिडी है। जब कार्तिक उदयपुर से फिल्म लव आज कल 2 के दूसरे शेड्यूल से लौट आएंगे, वह डायरेक्टर से मिलेंगे और फैसला लेंगे कि वह फिल्म का हिस्सा होंगे या नहीं।

गर्मी में लस्सी पीना बहुत फायदेमंद, इन समस्याओं से पाएं राहत

गर्मी के मौसम में हमारे शरीर को अधिक मात्रा में पानी की जरूरत होती है। इसके चलते पेय पदार्थों की मांग बढ़ जाती है। इसके अलावा लोग कोशिश करते हैं कि ऐसे पेय पदार्थों का सेवन करना चाहिए जो हमारी सेहत के लिए फायदेमंद होने के साथ ही स्वादिष्ट भी हो। ऐसे में आपकी सेहत के लिए सबसे बेहतर होने के साथ-साथ स्वादिष्ट पेय पदार्थ लस्सी है। लस्सी पीने से कैल्शियम, पोटैशियम, फॉस्फोरस आदि जैसे पोषक तत्व आपके शरीर को मिलते हैं। इससे आप गर्मी के मौसम में स्वस्थ रहते हैं। इसके अलावा लस्सी पीने के हमारे शरीर को बहुत फायदे होते हैं।

गर्मी से राहत- गर्मी में पानी को कमी को दूर करने के लिए लस्सी का सेवन करना चाहिए। लस्सी पीने से इसमें म ौ ज ू द इलेक्ट्रोलाइट और पानी शरीर की नमी बरकरार रहती है और शरीर की गर्मी को नियंत्रित रहती है।

2. पाचन तंत्र मजबूत करे- लस्सी के सेवन से हमारा पाचन तंत्र मजबूत रहता है क्योंकि इसमें पर्याप्त मात्रा में बैक्टीरिया होते हैं। यदि आपको पेट से जुड़ी कोई समस्या है तो लस्सी पीने से फायदा होता है।

3. एसिडिटी में आराम- कुछ भी खाने लेने के कारण आजकल एसिडिटी की समस्या आम हो गई है। गर्मी के मौसम में यह कुछ ज्यादा ही बढ़ जाती है। एसिडिटी की समस्या में लस्सी पीने से बहुत फायदा होता है। लस्सी की तासीर ठंडी होती है, इस कारण अपच की समस्या में भी राहत मिलती है।

4. हड्डियों के लिए फायदेमंद- लस्सी में कैल्शियम पर्याप्त मात्रा में होता है, जिसके कारण यह हड्डियों को मजबूत बनाती है। हड्डियों की समस्या को दूर करने के लिए रोजाना लस्सी पीना बहुत फायदेमंद होता है।

5. ब्लड प्रेशर को कंट्रोल करे- लस्सी पीने से ब्लड प्रेशर कंट्रोल में रहता है। कई शोध में यह बात सामने आई है।