



सोने एवं चांदी
आभूषणों
के विक्रेता

माँ दुर्गा ज्वेलर्स

(उत्तम व्याज में गिरवी रखी जाती है)

शॉप नं. 69, सी-मार्केट, सेक्टर-6, मिलाई
मो. 9424124911

वर्ष- 14 अंक - 357

www.shreekanchanpath.com

सांघ दैनिक

RNI. Reg. No. CHHIN/2009/30534
डाक पंजीयन क्रं.-छ.ग./ दुर्ग /94/2023-25

श्रीकंचनपथ

लीपा पोती नहीं सिर्फ सच

संस्थापक एवं प्रेरणास्रोत- स्व. श्रीमती रजनी अग्रवाल

| मिलाई, सोमवार 9 अक्टूबर 2023 |

पृष्ठ 8- मूल्य 1/-

दोनों चरणों का मतदान प्रभावित करेगा त्यौहारी सीजन, 7 और 17 को वोटिंग

श्रीकंचनपथ न्यूज डेरक

भिलाई। छत्तीसगढ़ की जिन 2 तारीखों में चुनाव कराने का निर्वाचन आयोग ने किया है, उससे मतदान का प्रतिशत व्यापक रूप से प्रभावित होने की सभावना है। दरअसल, 12 नवंबर को दीपावली का त्यौहार है। यह देश का सबसे बड़ा त्यौहार माना जाता है। इस दीपावली के रूपयों का व्यापार होता है। इसी व्यापार के लिए व्यापारी सालभर की भरपाई करते हैं। इसके अलावा त्यौहार के बाद छाई मंदी के चलाए लोग घूमने के लिए दीपावली के बीच बड़ी संख्या में जाते हैं। राज्य में दो चरणों में चुनाव का ऐलान किया गया है। इसके पहले चरण में 7 नवंबर और दूसरे चरण में 17 नवंबर को मतदान होना है। मतदान के लिए जिहाज से पहला चरण किया गया है। इसके पहले दो चरणों की संख्या के बारे में जाकरी दी। अधिकारियों ने बताया कि प्रदेश में कुल चुनाव की संख्या 2 करोड़ से अधिक है। यहाँ 90 विधानसभा सीटों पर चुनाव होना है। इनके लिए 24 हजार से अधिक पोलिंग बूथ बनाए गए हैं। इसके आयोग ने चुनाव में मतदान के बोट डालने के लिए निर्वाचन आयोग ने 24 दिन तक वोटिंग की घोषणा करने से छठीसगढ़ चुनाव में मतदान के बोट डालने के लिए निर्वाचन आयोग ने चुनाव तारीख की घोषणा करने से छठीसगढ़ चुनाव में पहले चरण का मतदान होना है। इसी दिन राज्यों में भवगना एक ही दिन 4 दिवंगत के लिए चुनाव तारीखों का एलान होने के साथ ही आज से आदर्श आवरण सहित भी प्रभावी हो गई है। मुख्य चुनाव आयुक्त ने बताया कि इन राज्यों में कुल 16.14 करोड़ मतदाता हैं। इनमें 8.2 करोड़ पुरुष मतदाता, 7.8 करोड़ महिला मतदाता होंगे। इस बार 60.2 लाख नए मतदाता पहली बार वोट डाल सकेंगे।



होने की सभावनाओं को भी नकारा नहीं जा सकता।

छत्तीसगढ़ समेत 5 राज्यों में होने वाले चुनावों की तारीखों का आज निर्वाचन आयोग ने ऐलान किया। आयोग ने चुनाव तारीख की घोषणा करने से छठीसगढ़ चुनाव में मतदान के बोट डालने के लिए निर्वाचन आयोग ने 24 दिन तक वोटिंग की घोषणा करने से पहले प्रदेश में वोटरों की संख्या के बारे में जाकरी दी।

अधिकारियों ने बताया कि प्रदेश में कुल चुनाव की संख्या 2 करोड़ से अधिक है।

यहाँ 90 विधानसभा सीटों पर चुनाव होना है।

इनके लिए 24 हजार से अधिक पोलिंग बूथ बनाए गए हैं। निर्वाचन आयोग ने बताया कि मतदाता अपना नाम नाम 30 नवंबर तक जुड़वा सकते हैं। आयोग ने बताया कि 3 जनवरी 2024 को सरकार का कार्यकाल खत्म होगा। छत्तीसगढ़ में दो चरणों में चुनाव होंगे। परिणामों की घोषणा

बाकी राज्यों ने ऐसी है दिथि

मध्य प्रदेश में विधानसभा चुनाव के लिए मतदान 17 नवंबर को होना। इसी दिन छत्तीसगढ़ में दूसरे चरण की घोषणा होनी है। वहीं, राजस्थान में विधानसभा चुनाव के लिए मतदान 23 नवंबर को होना।

तेलंगाना में विधानसभा चुनाव के लिए मतदान 30 नवंबर को होगा। मिजोरम में विधानसभा चुनाव 7 नवंबर को होगा। इसी दिन छठीसगढ़ के प्रत्याशियों के नामों पर अंतिम रूप से मुहर लालार्ज जाएगी। इस बैठक में शामिल होने के लिए पीसीसी चीफ दोपक बैज, सीएम भूपेश बघेल, डिस्ट्रीक्यूमेंट एस रिहान समत एवं अन्य कलाकारों द्वारा हुए थे।

भिलाई। कोग्रेस की बालवे समय से चल रही प्रत्याशी चुनाव की कवायद अब अंतिम पड़ाव में पहुंच गई है। रायपुर में केंद्रीय बैठक के बाद आज दिल्ली में केन्द्रीय चुनाव कमेटी की बैठक होने जा रही है। इस बैठक में छठीसगढ़ के प्रत्याशियों के नामों पर अंतिम रूप से मुहर लालार्ज जाएगी।

सीएम भूपेश बघेल, डिस्ट्रीक्यूमेंट एस रिहान समत एवं अन्य कलाकारों द्वारा हुए थे।

छत्तीसगढ़ में विधानसभा चुनाव के लिए मतदान 30 नवंबर को होना है। इसी दिन लालार्ज जाएगी।

छत्तीसगढ़ में विधानसभा चुनाव के लिए जिहाज की घोषणा करने के साथ ही आज से आदर्श आवरण

सहित भी प्रभावी हो गई है। मुख्य चुनाव आयुक्त ने बताया कि इन राज्यों में कुल 16.14 करोड़ मतदाता होंगे। इनमें 8.2 करोड़ पुरुष मतदाता, 7.8 करोड़ महिला मतदाता होंगे। इस बार 60.2 लाख नए मतदाता पहली बार वोट डाल सकेंगे।

प्रदेश ने बड़ा महिलाओं का ऐश्वर्य

निर्वाचन आयोग ने जानकारी देते हुए बताया कि प्रदेश में महिलाओं का कोटा बढ़ा है। प्रदेश में महिला

की संख्या 90 विधानसभा सीटों पर चुनाव होना है।

इनके लिए 24 हजार से अधिक पोलिंग बूथ बनाए गए हैं। निर्वाचन आयोग ने बताया कि अधिकारियों

ने बताया कि जो मतदाता पोलिंग बूथ पर नहीं पहुंच पा रहे हैं। या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं।

या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं। या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं।

या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं। या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं।

या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं। या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं।

या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं। या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं।

या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं। या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं।

या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं। या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं।

या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं। या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं।

या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं। या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं।

या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं। या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं।

या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं। या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं।

या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं। या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं।

या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं। या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं।

या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं। या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं।

या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं। या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं।

या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं। या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं।

या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं। या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं।

या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं। या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं।

या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं। या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं।

या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं। या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं।

या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं। या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं।

या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं। या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं।

या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं। या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं।

या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं। या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं।

या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं। या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं।

या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं। या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं।

या फिर जिनके बारे में रुक्ते हुए हैं। या फिर

खास खबर...



गोवर्धन पूजा पर एहेगा सार्वजनिक अवकाश, भाईदूज पर स्थानीय अवकाश घोषित

रायपुर। राज्य सासन द्वारा गोवर्धन पूजा पर्व के अवसर पर सार्वजनिक अवकाश घोषित किया गया है। सामान्य प्रशासन विभाग द्वारा जारी आदेशानुसार गोवर्धन पूजा पर एहेगा सार्वजनिक अवकाश घोषित किया गया है। इसके अवसर पर 13 नवंबर 2023 के पूर्व में नवा रायपुर अटल नगर एवं रायपुर शहर में स्थित शासकीय कार्यालय एवं संस्थाओं के लिए धोनिया स्थानीय अवकाश को सार्वजनिक अवकाश घोषित किया जाने के फलस्वरूप 15 नवंबर को भाईदूज पर्व के अवसर पर नवा रायपुर अटल नगर तथा रायपुर शहर में स्थित शासकीय कार्यालयों एवं संस्थाओं के लिए स्थानीय अवकाश घोषित किया गया है। यह स्थानीय अवकाश बैंक, कोपालय और उप कोपालय के लिए लागू नहीं होगा।

मध्याह्न जोगन में अतिरिक्त पोषण आहार के रूप में सात जिलों के स्कूली छात्रों को निलेगा अपड़ा

रायपुर। प्रदेश के 7 जिलों - बलरामपुर, संगमनगर, जशपुर, रायपुर, सूरजपुर, नारायणपुर और कोणारक में संचालित सभी स्कूलों में प्रधानमंत्री पोषण शक्ति निर्माण योजना (मध्याह्न भोजन) के तहत अतिरिक्त पोषण आहार के रूप में अपड़ा दिया जाएगा। अपड़ा वितरण करने के प्रस्ताव पर प्रशासकीय अनुमोदन कर आवश्यक कार्यवाही के लिए स्कूल शिक्षा विभाग और अजीम प्रेमजी फाउंडेशन के साथ एसओयू पर हाल ही में हस्तांतर किया गया है।

लोक शिक्षण संचालनालय द्वारा जारी आदेश में कहा गया है कि इन जिलों में संचालित सरसर स्कूलों में प्रधानमंत्री पोषण शक्ति निर्माण योजना (मध्याह्न भोजन) से लाभान्वित सभी छात्र-छात्राओं को प्रत्येक शाल दिवस में मध्याह्न भोजन में अपड़ा प्रदाय किया जाएगा। अपड़ा प्रदान करने की प्रक्रिया और इसके लेखा संधारण के संबंध में विस्तृत दिया निर्देश लेखा ही जारी किए जाएंगे। मध्याह्न भोजन के साथ ही अपड़ा वितरण शीर्षी ही प्रारंभ किया गया है।

लोक शिक्षण संचालनालय द्वारा जारी आदेश में कहा गया है कि इन जिलों में संचालित सरसर स्कूलों में प्रधानमंत्री पोषण शक्ति निर्माण योजना (मध्याह्न भोजन) से लाभान्वित सभी छात्र-छात्राओं को प्रत्येक शाल दिवस में मध्याह्न भोजन में अपड़ा प्रदाय किया जाएगा। अपड़ा प्रदान करने की प्रक्रिया और इसके लेखा संधारण के संबंध में विस्तृत दिया निर्देश लेखा ही जारी किए जाएंगे। मध्याह्न भोजन के साथ ही अपड़ा वितरण शीर्षी ही प्रारंभ किया गया है।

अगले पांच दिनों तक तापमान ने नहीं होगा बदलाव

रायपुर (ए)। दक्षिण पश्चिमी मानसून की प्रदेश से अब मानसून की विराई लगभग ही चूकी है। मौसम विभाग के अनुसार पूर्वी प्रदेश के शेष भाग, विहार के कुछ भाग, झारखण्ड, अंडिशा, छत्तीसगढ़, तेलंगाना, महाराष्ट्र के कुछ भाग तथा मध्य अंडेश सागर के कुछ भाग के लिए अनुकूल परिस्थिति बनी हुई है। अब प्रदेश में मौसम के शुक्र रहने की संभावना जर्जर जा रही है। अगले पांच दिनों तक अधिकतम तीव्र सान्धारण की संभावना नहीं है। सोमवार को राजधानी का मौसम मुख्यतः साफरहने के असार हैं। अधिकतम तापमान 35 डिग्री सेल्सियस, न्यूनतम तापमान 23 डिग्री सेल्सियस के बीच रहने के असार हैं। रविवार को राजधानी सहित प्रदेशभर में मौसम शुष्क रहा। वहाँ, मौसम सहित एक दो स्थानों में हल्की बारिश हुई। प्रदेश में सर्वाधिक तापमान 36.5 डिग्री सेल्सियस तिल्ला में और न्यूनतम तापमान 18.9 डिग्री सेल्सियस कीरिया में दर्ज किया गया।

वहाँ से तो दक्षिण पश्चिमी मानसून की विराई के लिए व्यापक तीव्र अनुकूल हैं, इसके बावजूद एक द्रौपिणी क्षेत्र छत्तीसगढ़ के मध्य भाग से तक्षण तमिलनाडु तक तेलंगाना एवं आंद्रेश्वर कर्नाटक होते हुए समुद्र तल से 0.9 किमी की ऊँचाई तक विस्तारित हैं। इसके प्रभाव से प्रदेश में वर्षा की विशेष संभावना नहीं है। सोमवार को राजधानी का मौसम मुख्यतः साफरहने के असार हैं। अधिकतम तापमान 35 डिग्री सेल्सियस, न्यूनतम तापमान 23 डिग्री सेल्सियस के बीच रहने के असार हैं। रविवार को राजधानी सहित प्रदेशभर में मौसम शुष्क रहा। वहाँ, मौसम सहित एक दो स्थानों में हल्की बारिश हुई। प्रदेश में सर्वाधिक तापमान 36.5 डिग्री सेल्सियस तिल्ला में और न्यूनतम तापमान 18.9 डिग्री सेल्सियस कीरिया में दर्ज किया गया।

वहाँ से तो दक्षिण पश्चिमी मानसून की विराई के लिए व्यापक तीव्र अनुकूल हैं, इसके बावजूद एक द्रौपिणी क्षेत्र छत्तीसगढ़ के मध्य भाग से तक्षण तमिलनाडु तक तेलंगाना एवं आंद्रेश्वर कर्नाटक होते हुए समुद्र तल से 0.9 किमी की ऊँचाई तक विस्तारित हैं। इसके प्रभाव से प्रदेश में वर्षा की विशेष संभावना नहीं है।

चुनाव के दौरान सतर्क रहें सभी अधिकारी-कर्मचारी: आईजी डांगी

आईजी-एसएसपी ने ली अधिकारियों की बैठक

रायपुर। पुलिस महानिरीक्षक आरएल डांगी और एसएसपी प्रशासन अविवाल ने रविवार को सिविल लाईन स्थित सी/4 के सभाकक्ष में सभी पुलिस राजपत्र अधिकारियों और थाना प्रभारियों का बैठक ली।

आईजी डांगी और एसएसपी अविवाल ने आगामी विधानसभा चुनाव को देखते हुए चुनावी रैलियों, वीआईपी व्यक्तियों के प्रवास, प्रदर्शन इत्यादि के दौरान कानून व्यवस्था डिल्टी को अलर्ट रहकर संयम पूरक करने कहा। चुनावी आमसाधारणों के चुनाव से संबंधित हर छोटी-छोटी घटनाओं को अन्य रखते हुए हुए हो आवश्यक वैधानिक कार्यवाही करने के लिए निर्देश दिये।



नशीले पर्याप्त और चुनाव से संबंधित अन्य सामग्रियों के अवैध परिवहन को रोकने व कार्यवाही करने के लिए निर्देश दिये।

चुनाव डिल्टी में तैनात अधिकारी-कर्मचारियों को पोस्टल बैलेट के माध्यम से अनिवार्य रूप से मतदान देने कहा गया। इस संबंध में प्रशासन द्वारा नियुक्त नोडल अधिकारी द्वारा पोस्टल बैलेट का प्रयोग करने के लिए निर्देश दिये। साथ ही गश्त विधानसभा चुनाव के महेनजर शराब,

गुण्डा-निगरानी बदमाश, असमाजिक तत्वों के विरुद्ध अधिक से अधिक धारा 109, 110, 107/116, 151 जा.फो. के तहत कार्यवाही करने के लिए निर्देश देने के साथ ही किसी प्रकार की घटना घटित होने पर तस्वीर कार्यवाही करने के भी निर्देश दिये गये। रात्रि गश्त में थाना क्षेत्रों में घावाइन्ट बढ़ाने तथा गश्त को और अधिक मुर्ताई पूर्वक करने विधिशत किया गया।

गुण्डा-निगरानी

बदमाश, असमाजिक तत्वों के विरुद्ध अधिक से अधिक धारा 109, 110, 107/116, 151 जा.फो. के तहत कार्यवाही करने के लिए निर्देश देने के साथ ही किसी प्रकार की घटना घटित होने पर तस्वीर कार्यवाही करने के भी निर्देश दिये।

गुण्डा-निगरानी

बदमाश, असमाजिक तत्वों के विरुद्ध अधिक से अधिक धारा 109, 110, 107/116, 151 जा.फो. के तहत कार्यवाही करने के लिए निर्देश देने के साथ ही किसी प्रकार की घटना घटित होने पर तस्वीर कार्यवाही करने के भी निर्देश दिये।

गुण्डा-निगरानी

बदमाश, असमाजिक तत्वों के विरुद्ध अधिक से अधिक धारा 109, 110, 107/116, 151 जा.फो. के तहत कार्यवाही करने के लिए निर्देश देने के साथ ही किसी प्रकार की घटना घटित होने पर तस्वीर कार्यवाही करने के भी निर्देश दिये।

गुण्डा-निगरानी

बदमाश, असमाजिक तत्वों के विरुद्ध अधिक से अधिक धारा 109, 110, 107/116, 151 जा.फो. के तहत कार्यवाही करने के लिए निर्देश देने के साथ ही किसी प्रकार की घटना घटित होने पर तस्वीर कार्यवाही करने के भी निर्देश दिये।

गुण्डा-निगरानी

बदमाश, असमाजिक तत्वों के विरुद्ध अधिक से अधिक धारा 109, 110, 107/116, 151 जा.फो. के तहत कार्यवाही करने के लिए निर्देश देने के साथ ही किसी प्रकार की घटना घटित होने पर तस्वीर कार्यवाही करने के भी निर्देश दिये।

गुण्डा-निगरानी

बदमाश, असमाजिक तत्वों के विरुद्ध अधिक से अधिक धारा 109, 110, 107/116, 151 जा.फो. के तहत कार्यवाही करने के लिए निर्देश देने के साथ ही किसी प्रकार की घटना घटित होने पर तस्वीर कार्यवाही करने के भी निर्देश दिये।

गुण्डा-निगरानी

बदमाश, असमाजिक तत्वों के विरुद्ध अधिक से अधिक धारा 109, 110, 107/116, 151 जा.फो. के तहत कार्यवाही करने के लिए निर्देश देने के साथ ही किसी प्रकार की घटना घटित होने पर तस्वीर कार्यवाही करने के भी निर्देश दिये।

गुण्डा-निगरानी

बदमाश, असमाजिक तत्वों के विरुद्ध अधिक से अधिक धारा 109, 110, 107/116, 151 जा.फो. के तहत कार्यवाही करने के लिए निर्देश देने के साथ ही किसी प्रकार की घटना घटित होने पर तस्वीर कार्यवाही करने के भी निर्देश दिये।

गुण्डा-निगरानी

कंगना रनौत की तेजस का ट्रेलर इलीज एक्शन अवतार में दिखीं एकट्रेस

कंगना रनौत की फिल्म तेजस काफी दिनों से चर्चा में है। 8 अक्टूबर का वायुसेना दिवस के मौके पर इस फिल्म का ट्रेलर जारी कर दिया गया है जिसे दिनों जब फिल्म का टीजर आया था, तो कंगना को वायुसेनिक पायलट के रूप में देखकर उनके प्रशंसक उत्साहित हो गए। तब से ही उन्हें फिल्म के ट्रेलर का इंतजार था। सर्वेश मेवाड़ी की यह फिल्म 27 अक्टूबर को सिनेमाघरों में दस्तक देगी।



फिल्म में कंगना ने तेजस गिल नाम की वायुसेना की एक पायलट का किरदार निभाया है। ट्रेलर में उनका देशभक्ति से लबरेज जावाज अंदेज नजर आ रहा है। फिल्म की कहानी पाकिस्तानी आतंकियों के खिलाफ भारतीय वायुसेना के एक मिशन पर केंद्रित है। ट्रेलर में कंगना यह संदेश देती दिख रही है कि आतंकियों को खाल करने के लिए हर याकिं को इसे अपना निजी मामला समझना होगा। वीनेफर सपर पर फिल्म लड़ाकू विमानों की उड़ान भी नजर आ रही है। फिल्म में दिखाया जाएगा कि वायुसेना के पायलट देश की रक्षा के लिए विस हद तक जाते हैं और उन्हें किन कुनौतियों का समान करना पड़ता है। कंगना इस फिल्म के लिए उन्होंने कड़ी ट्रेनिंग भी ली है। फिल्म का निर्देशन और लेखन सर्वेश मेवाड़ी ने किया है, जबकि रॉनी स्कूवाला इसके निर्माता हैं। तेजस के

सिर्फ जूस पीकर नहीं कम किया जा सकता है वजन!

सिर्फ जूस पीकर वजन कम किया जा सकता है? यह सवाल का अपर सीधे तरों पर जवाब होगा नहीं। क्योंकि शरीर को चाहिए पोषण और सिर्फ जूस पीकर अपके शरीर को भरपूर पोषण नहीं मिल पाएगा। ऐसे में यह खाल मलत है कि जूस पीकर वजन कम किया जा सकता है। अमर लॉन्टर्ट में वजन कम करना है तो जरूरी है कि आप पोषण और प्रोटीन से भरपूर खाना खाए खाएं। कई लोगों को ऐसा लगता है कि वह खाना कम खाएं और जादा जूस पिएं तो उनका बेहार लाओ करेगा। लेकिन अपको जानकारी के लिए बता दें कि फ्रूट हो या वेजेटेबल जूस यह आपको पोषिक डाइट के ऊपर से लेना चाहिए। तभी आपके शरीर पर इसका असर दिखाई देगा। हल्द्य एक सर्पत हमेशा यह सलाह देते हैं कि कभी भी सिर्फ जूस पर निर्भर नहीं रहना चाहिए बल्कि हमेशा एक व्यक्ति को अपनी शरीर के हिसाब से प्रौपर डाइट फॉलो करनी चाहिए। सिर्फ जूस लेना आपकी सेहत के लिए खतरनाक साबित हो सकता है।

संयोग से, आप इस ऊर्जा घाटे को कम करने के लिए उच्च चीजों वाले खावा पदार्थों तक पहुंच सकते हैं। इससे वजन घटाने के आपके सभी प्रयास विफल हो सकते हैं, क्योंकि आप अधिक खाना करते हैं, जो वसा के रूप में जमा हो जाती है। प्रोटीन की मात्रा कम होती है:- फाइबर के अलावा जूस-डाइट में प्रोटीन की मात्रा भी कम होती है। प्रोटीन मासेपेशियों में निर्माण में मदद करते हैं और वजन घटाने के लिए जरूरी होता है। तभी आपके शरीर पर इसका असर दिखाई देगा। हल्द्य एक सर्पत हमेशा यह सलाह देते हैं कि कभी भी सिर्फ जूस पर निर्भर नहीं रहना चाहिए बल्कि हमेशा एक व्यक्ति को अपनी शरीर के हिसाब से प्रौपर डाइट फॉलो करनी चाहिए। सिर्फ जूस लेना आपकी सेहत के लिए खतरनाक साबित हो सकता है।



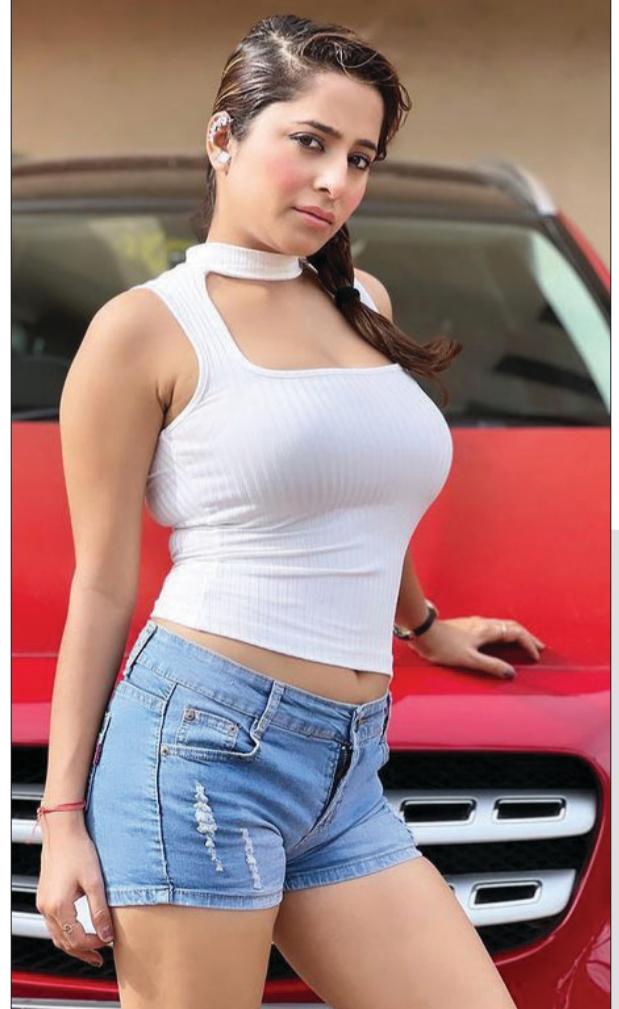
अक्षय की निशन रानींग जी की कमाई ने आई रपतार

6 अक्टूबर को अक्षय कुमार की निशन रानींग जी को पहले दिन भले ही शुरुआत सुन्त रही हो, लेकिन दूसरे दिन इस फिल्म ने अच्छी कमाई कर ली है। साथ ही वीकेंड पर फिल्म की कमाई और भी ज्यादा बढ़ सकती है। मिशन रानींग जी ने पहले दिन 2.8 करोड़ का कलेक्शन किया था। अब दूसरे दिन इस फिल्म ने वीकेंड के मुताबिक फिल्म ने दूसरे दिन कीरब 4.70 करोड़ का कलेक्शन किया है। जिसके बाद टोटल कलेक्शन 7.50 करोड़ ही गया है। अब वाले दिनों में ये देखना होगा कि 55 करोड़ के बजट में वर्ती फिल्म मिशन रानींग जी का कमाल दिखा पाती है। फिल्म में अक्षय ने रियल लाइफ हीरो जैसवंत गिल का किरदार निभाया है।

रवीना टंडन-स्टारर अरण्यक के अलावा स्टीमिंग शो एस्केप लाइ और दफ्टीलासर से बहाने वाली अभिनेत्री ब्रेशना खान जल्द ही संतोष सिवन की अनटाइटल्ड प्रोजेक्ट के दिखाई देंगी। अभिनेत्री ने अपने पहले शेंडूल की शूटिंग शुरू करेंगी। फिल्म एक पीरियड ड्रामा है। इसमें तीन एट हैं, ब्रेशना पहले एट में मुख्य भूमिका निभाएंगी और पूरी फिल्म में उनकी उपस्थिति बनी रहेंगी।

फिल्म के बारे में बात करते हुए अभिनेत्री ने कहा, यह 500 साल पहले कश्मीर पर आधारित एक पीरियोडिक फिल्म है, जिसका निर्देशन संतोष सिवन ने किया है। कहानी को तीन अंकों में विभाजित किया गया है। मैं पहले एट में एक मुख्य किरदार निभा रही हूं जो पूरी फिल्म में एक मुख्य किरदार बनी रहेंगी। अभिनेत्री ब्रेशना खान ने आगे उल्लेख किया, मैंने जो पहले किया है,

केट शर्मा के ग्लैमर के आगे फेल हैं बॉलीवुड एक्ट्रेस, कर्वी फिंगर देख फैस से मरने लगते हैं आहे



टीवी एक्ट्रेस केट शर्मा हमेशा अपनी हॉट और ग्लैमरस तब्बों इंस्टाग्राम पर शेयर कर फैस के बीच सुखियों बटोरती रहती हैं। उनका हर एक लुक सोशल मीडिया पर पोस्ट होते ही वायरल होने लगता है। हाल ही में एक्ट्रेस ने अपने लेटेस्ट फोटोशूट की तस्वीरें इंस्टाग्राम पर शेयर कर फैस का अंतेशन अपनी ओर खींच लिया है। इन तस्वीरों में उनकी हॉटेनेस देखकर फैस का दिल तेजी से धड़कने लगा है। एक्ट्रेस केट शर्मा आप दिन अपनी ग्लैमरस तब्बों का जलवा फैस के बीच बिखेर कर इंटरनेट का तापमान बढ़ा देती हैं। वो जब भी अपनी फॉटोज इंस्टाग्राम पर पोस्ट करती हैं तो फैस उनके बोल्ड लुक को देखकर लोग आहें भरने लगते हैं। अब हाल ही में एक्ट्रेस केट शर्मा की लेटेस्ट तस्वीरें इंस्टाग्राम पर पोस्ट होते ही वायरल होने लगी हैं। इन तस्वीरों में देख सकते हैं केट शर्मा ने व्हाइट कलर का क्रॉप टॉप और साथ ही ब्लू डेनिम शार्ट्स पहना हुआ है। अभिनेत्री अपनी इन तस्वीरों में काफी सिजलिंग और हॉट नज़र बनी रही हैं। साथ ही फैस उनके इंस्टाग्राम पर पोस्ट करती हैं तो लोग उनकी से नज़रें भी नहीं होती हैं। केट शर्मा जब भी फैस उनके बोल्ड लुक को देखकर लोग आहें भरने लगते हैं। इन फोटोज में आग देख सकते हैं केट शर्मा कार के पास खड़े होकर हॉट और किलर पोज देती हुई दिखाई दे रही हैं। बता दें कि एक्ट्रेस के हर एक पोस्ट का फैस को बेसब्री से इंतजार रहता है। उनका हर एक लुक सोशल मीडिया पर आते ही ट्रैंड करने लगता है।

भगवंत केसरी से अर्जुन रामपाल का आकर्षक फर्स्ट-लुक पोस्टर जारी

अपने कैलेंडर में 19 अक्टूबर, 2023 को निहित करें, क्योंकि नंदमुरी बालकृष्ण अभिनीत बहुप्रतीक्षित भगवंत केसरी एक भव्य रिलीज के लिए तैयार है। फिल्म दर्शकों के बीच कार्यक्रमों को अर्जुन रामपाल का फर्स्ट-लुक पोस्टर देखने की मिला, जो इस प्रोडक्शन में अपनी तेलुगु फिल्म की शुरुआत कर रहे हैं। आकर्षक पोस्टर में, गहन लाल चंचली की भूमिका निभा रहे अर्जुन रामपाल, काले सूट में सुरुचिपूर्ण ढंग से बैठे हुए परिष्कृत दिख रहे हैं। यह फिल्म बालकृष्ण और अर्जुन रामपाल के बीच एक महत्वपूर्ण आपाना-सामान का प्रतीक है, जिससे प्रत्याशा बढ़ गई है। थमन का संगीत इस एक्शन से भरपूर नाटक के लिए माहौल तैयार करता है।



दुर्ग, सुपेला और कोहका प्रतिष्ठित संस्थान विज्ञापन के लिए संपर्क करें:- 9303289950, 9827806026, 8962815243


Paul Sir

**BANK P.O.
&
CLERK,
MBA,
RLY.,
SSC.**

रामा कोचिंग

135, NEW CIVIC CENTER,
Bhilai Ph. 0788-6560005

चौरसिया ज्वेलर्स

आकर्षक सोने चांदी के आभूषणों के निर्माता एवं विक्रेता

बेटेरेस एवं ग्रहल उपलब्ध याहां
उचित व्याज दर पर गिरी रही जाती है।

मुकिताम रोड, रामनगर, सुपेला, भिलाई
9827938211, 9827171332

खास-खबर



पैदा होते ही नवजात को झाड़ियों में छोड़ गई थीं, पुलिस ने पहुंचाया

अस्पताल

मुंगेली। छत्तीसगढ़ के मुंगेली जिले में रेविवार को एक नवजात बच्चा झाड़ियों में मिला। बच्चे के रोने की आवाज सुनकर ग्रामीण की नज़र पड़ी। इसके बाद ग्रामीण की सूचना पर मौके पर पुलिस ने नवजात को अस्पताल पहुंचाया। यहाँ तक नवजात का अस्पताल में इलाज जारी है। वहाँ पुलिस नवजात के माता पिता की तलाश में तुरंत गई है।

मिली जानकारी के अनुसार मुंगेली जिले के लोरमी थाना क्षेत्र के झाड़ियों का नवजात का पकड़ी के लावारिश हालत में मिला। रेविवार को सुनहरा गांव का राम गोपाल साहू बच्चे की रोने की आवाज सुनकर रुका। जहाँ से रोने की आवाज आ रही थीं वहाँ जाकर देखा तो नवजात बिना कपड़ा के पड़ा हुआ था। तकलीन गोपाल साहू ने पुलिस को सूचना दी। पुलिस ने मौके पर पहुंचकर नवजात को अस्पताल में भर्ती कराया जाहां उसका उपचार जारी है। पुलिस को आशंका है कि किसी ने अवैध संबंध में हारे बच्चे को लोकलाज के डर से मने के लिए छोड़ दिया है। मामले में पुलिस ने जांच शुरू कर दी है।

दुकान का शटर काटकर घोरी, दो शाति गिरफ्तार

गयपुर (ए)। हनुमान कुमारवत ने थाना टिकिरापारा में रियाई दर्ज कराया कि बह कृष्ण नगर रायपुर में रहता है तथा एक ग्रामीण विवाही एचारी पेट्रोल पांप के बाजू देवपुरी पवित्र ग्रेनाई नामक दुकान का संचालन करता है। 04 अक्टूबर 2023 को रात्रि करीब 08.00 बजे प्रार्थी अपने दुकान को बंद कर बाहर शटर में ताला लगाकर अपने घर चला गया। 05 अक्टूबर 2023 को सुबह करीब 09.00 बजे अपने थाई के साथ दुकान गया तो देखा कि दुकान का शटर खुला हुआ था, शटर में लगा ताला कटा हुआ था, दुकान के अंदर जाकर देखा तो कांक का दरवाजा ढूँढ़ा गया था एवं दुकान का समान बिखरा पड़ा हुआ था। प्रार्थी द्वारा दुकान के सामान को चोर करने पर पता चला कि दुकान के अंदर रखा 20 नग रमराम कंपनी का नल नहीं था। कोई अज्ञात चोर प्रार्थी के दुकान का शटर का ताला काटकर अंदर प्रवेश कर उक्त मशरुका को चोरी कर फरार हो गया था। जिस पर अज्ञात आरोपी के विरुद्ध थाना टिकिरापारा में अपराध क्रमांक 525/2023 धारा 457, 380 भादवि. का अपराध घंडीबद्ध किया गया।

श्रीकंचनपथ न्यूज़

बिरनपुर में आगजनी करने वाले सभी आरोपी बरी, नहीं मिले गवाह तो कोर्ट ने किया दोषमुक्त

जांच करने दीजीपी व दुर्ग आईजी को निर्देश दिए हैं।

बेसेतर। जिले के के साजा थाना क्षेत्र स्थित ग्राम बिरनपुर में 10 अप्रैल 2023 को हुई आगजनी के मामले में पकड़े गए। इसके बाद ग्रामीण की सूचना पर मौके पर पुलिस ने नवजात को अस्पताल पहुंचाया। यहाँ तक नवजात का अस्पताल में इलाज जारी है। वहाँ पुलिस नवजात के माता पिता की तलाश में तुरंत गई है।

मिली जानकारी के अनुसार मुंगेली जिले के लोरमी थाना क्षेत्र के झाड़ियों का नवजात का पकड़ी के लावारिश हालत में मिला। रेविवार को सुनहरा गांव का राम गोपाल साहू बच्चे की रोने की आवाज सुनकर रुका। जहाँ से रोने की आवाज आ रही थीं वहाँ जाकर देखा तो नवजात बिना कपड़ा के पड़ा हुआ था। तकलीन गोपाल साहू ने पुलिस को सूचना दी। पुलिस ने मौके पर पहुंचकर नवजात को अस्पताल में भर्ती कराया जाहां उसका उपचार जारी है। पुलिस को आशंका है कि किसी ने अवैध संबंध में हारे बच्चे को लोकलाज के डर से मने के लिए छोड़ दिया है। मामले में पुलिस ने जांच शुरू कर दी है।



पुलिस ने कुल आठ लोगों को आरोपी बनाया था। इस मामले में पुलिस ने दूर्घात सभी आरोपी बनाया था।

इस मामले में पुलिस ने प्रदीप रजक

पिता अनुज रजक (21), दिनेश रजक (21), दिनेश रजक (23), दुर्गेश पिता होरी लाल वर्मा (19), अजय रजक (27) को प्रतीक्षा कुमार साहू पिता काशीराम साहू (27) सभी निवासी ग्राम पेंडवरामी, जिला खेंगाड़, संभी उर्फ संतोष साहू पिता पारस राम साहू (20) निवासी ग्राम रामेश्वर थाना सहस्रपुर लोहारा जिला कबीराधाम, मनीष उर्फ दुर्गेश धुर्वे पिता फेरहाराम धुर्वे (21) व शिवा पिता राम मडावी (22) निवासी ग्राम चिलमुड़ा, जिला खेंगाड़, जिला खेंगाड़ धुर्वे की धारा 147, 148, 149 व 436 के तहत अप्रैल महीने में गिरपतार कर जेल भेज दिया था।

इसके बाद से ही इस प्रकरण में सुनाई ग्रथम अतिरिक्त सत्र न्यायाधीश पंकज कुमार सिंहा की कोर्ट में चल रही थी। इस मामले में कोर्ट में चली सुनाई इकाई विवेचना में इकार कर दिया। इसके अलावा विवेचना में कई प्रकार की लापवाही भी बरती गई। केवल वीडियो पुटेज, मोबाइल लोकेशन समेत अन्य आधार पर आरोपी बनाया गया। इस मामले में कोर्ट ने 31 ऐसे मैं फैसला दिया है। फैसला आने तक सभी अधियुक्त जेल में ही रहे। अब यह सभी इस मामले में दोषमुक्त हो गए हैं।

दो सगी बहनों से दुष्कर्म, शौच के लिए निकली थीं तभी जंगल में ले जाकर किया दुष्कर्म

जयपुर (ए)। जिले के कंसाबेल थाना क्षेत्र में दो सगी बहनों से रेप की बारदात हुई है। पुलिस ने दो आरोपीयों को हिरासत में लिया है, जिसमें एक नाबालिंग आरोपी भी शामिल है। पूरा मामला दोकड़ा चौकी क्षेत्र का है।



तालाब के पास पड़ी मिलीं। होश में आने के बाद भी दोनों काली डरी सहीरी थीं। पांडित बहनों ने होश में आने के बाद से-रो-रोकर परिजनों को रात की पूरी आपबीती सुनाई। जिसके बाद परिजन उहें फौरन थाने लेकर पहुंचे और रिपोर्ट दर्ज कराई।

आरोपीयों में एक नाबालिंग है

पुलिस ने बताया कि रिपोर्ट दर्ज करने के बाद दोनों आरोपीयों को गिरफ्तार कर लिया है। पूछताछ में दोनों ने अपना जुर्म भी दीकोराकर लेकर लिया है। इसमें एक आरोपी का नाम आयुष टोप्पे है, जबकि दूसरा नाबालिंग है। नाबालिंग को बाल सुधार गृह में भेजा गया है। पुलिस ने इस केस में पॉक्सो एक्ट के तहत कार्रवाई की है।

रायगढ़ में शराब तस्करी करने वाले तीन आरोपी गिरफ्तार

रायगढ़। वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक सदानंद कुमार द्वारा अवैध शराब पर प्रभावी कार्यवाही के दिए गए दिशा निर्देशों पर आज साइबर सेल पर्यवेक्षण अधिकारी दीपक मिश्र के मार्गदर्शन पर थाना प्रभारी को तोतवाली शनिपर रात्रे के तूतव में अपने गुमटीनुमा होटल, घर में अवैध रूप से समेत धान को तोतवाली लाया गया। आरोपीयों पर थाना को तोतवाली रायगढ़ में धारा 34(2), 59(क) आवाकारी एक्ट के तहत पृथक-पृथक कार्यवाही की जा रही है।

तैनात किये गये मुख्यियों से अवैध शराब के संबंध में जानकारी लिया गया, जिसमें शहर के दिमारपुर में साहिल खान, जोरीडिया में बैजनाथ सारीया और केवड़ाबाड़ी के पास अजय गुर्ज और अभिषेक भट्ट नाम के युवक अपने गुमटीनुमा होटल, घर में अवैध रूप से समेत धान को तोतवाली लाया गया। आरोपीयों पर थाना को तोतवाली रायगढ़ में धारा 34(2), 59(क) आवाकारी एक्ट के तहत पृथक-

पृथक कार्यवाही की जा रही है।

उप स्वास्थ्य केन्द्र से लाखों के सामान पार, आरोपी गिरफ्तार

रायगढ़। उप स्वास्थ्य केन्द्र नूनदरहा से बैटरी, पंखे, कूलर चौरी करने वाले आरोपी को आज घरघोड़ा पुलिस द्वारा गिरफ्तार कर न्यायिक रिमांड पर भेजा गया है, आरोपी से एक आरोपी भी चौरीकार लौटाया गया है। इसके बाद एक आरोपी का नाम सुधार गृह द्वारा दिया गया है। नाबालिंग को बाल सुधार गृह में भेजा गया है। पुलिस ने इस केस में पॉक्सो एक्ट के तहत कार्रवाई की है।



निवासी नुनदरहा, थाना घरघोड़ा को हिरासत में लेकर पूछताछ किया गया जो दिनांक 03 अक्टूबर 2023 के रात्रि अपहृत मस्तका को चौरी करना स्वीकार किया। आरोपी भारतीय राजिया उम 23 वर्ष सा. नुनदरहा, थाना घरघोड़ा, जिला रायगढ़ (छ.ग.) के मोरोंडम कथन पर चौरी संपत्ति एक एक्सराइज कंपनी बैटरी द्वारा थाना घरघोड़ा में लेकर पूछताछ किया गया था। आरोपी घरघोड़ा एक पाइपोर्टर के पास राजिया ने सुबह 01 बीपी मर्शिन, 01 बीटे मर्शिन और 03 नग रजस्टर को कोई अज्ञात चोर द्वारा गति में उप स्वास्थ्य केन्द्र नूनदरहा के दरवाजा को ताला बोल करके अपने सुसुराल रायगढ़ गृही थी। दूसरे दिन दिनांक 04 अक्टूबर 2023 के सुबह वापस उप स्वास्थ्य केन्द्र में चोरी को लेकर 04 अक्टूबर 2023 को रामीण संयोजक अमला टिप्पांग द्वारा थाना घरघोड़ा में लेकर पूछताछ किया गया था। आरोपी एक पाइपोर्टर के पास राजिया ने सुबह कर लिया गया था। आरोपी घरघोड़ा पुलिस द्वारा न्यायिक रिमांड पर भेजा गया है।

नशा करने के लिए पैसे न देने पर ट्रांसपोर्ट से मारपीट, चाकू भी लहराया, युवक गिरफ्तार

श्रीकंचनपथ न्यूज़

भिलाई। सुपेल

