Postail Licence No. L/KNL/3-19(D). 2016 - 2018

ఉత్తేజిత దినపత్రిక

ఎడిటర్ : చంద్ర శేఖర్ యం

Published from Kurnool ---- Circulated by Andhrapradesh, Telangana & New Delhi

సంపుటి :04 సంచిక : 208 పేజీలు 8 వెల : 5 మంగళవారం 24 ఫిబ్రవరి 2026

విలేకరులు కావలెను

తెలుగు పత్రికా రంగంలో
మరో సంచలనం

వినూత్న రీతిలో వెలువడుతూ విశేష ఆదరణ పొందుతున్న ఉత్తేజిత తెలుగు దినపత్రికకు మరియు UV9 కేబుల్ Tv చానల్ కు తెలంగాణ మరియు ఆంధ్రప్రదేశ్ ల నందు పనిచేయుటకు జిల్లాల వారిగా స్టాఫ్ రిపోర్టర్లు నియోకవర్గాల వారిగా ఆర్.సి.ఇన్‌చార్జిలు మండలాల వారిగా విలేకరులు కావలెను

ఉత్తేజిత దినపత్రిక UV9

Contact : 94401 40418, 63038 17489

సత్ప్రవర్తన ఖైదీలకు క్షమాభిక్ష

ప్రభుత్వం సానుకూలంగా ఉందన్న హోంమంత్రి

జైళ్లు, సంస్కరణల చట్టం సవరణపై బిల్లుపై అనిత

2లో..

సుబ్రహ్మణ్యస్వామికి సుప్రీంకోర్టులో చుక్కెదురు

ఏకసభ్య కమిషన్ విచారణపై పిటిషన్ కొట్టివేత

కల్తీ నెయ్యి వ్యవహారంలో దర్యాప్తునకు మార్గమం సుగమం

2లో..

పకడ్బందీగా ఏర్పాట్లు చేసిన అధికారులు

గంటముందే కేంద్రాలకు చేరుకున్న విద్యార్థులు

2లో..

ఎపిలో ప్రారంభమైన ఇంటర్ పరీక్షలు

తిరుమల లడ్డూ కల్తీ వ్యవహారం

నేడు అసెంబ్లీలో వివరాలు ప్రవేశ పెడతాం

వైకాపా దేవదేవుడిని రోడ్డుకు లాంగింది

మీడియాతో చిట్చాట్‌లో మంత్రి

సభకు రావటం సభ్యులుగా వారి బాధ్యత అని గుర్తుచేశారు. దేవుడిని కూడా వైకాపా నేతలు రోడ్డు మీదకు తీసుకురావవడం బాధాకరమని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. దేవుడి ఫొటోలతో చట్టసభల్లో ర్యాలీలు ఆక్షేపణీయమన్నారు.

ఉగాదికి జాబ్ క్యాలెండర్ విడుదల డిఎస్సీ కూడా అందులోనే ఉంటుంది ప్రశ్నోత్తరాల సమయంలో మంత్రి లోకేశ్ సమాధానం

అమరావతి: తిరుమలో కొలువుదీరిన దేవదేవుడికి జరిగిన మహాపచారం అసెంబ్లీ వేదికగా బయటపెడతామని ఆంధ్రప్రదేశ్ ఐటీ, విద్యా శాఖల మంత్రి నారా లోకేశ్ వెల్లడించారు. శ్రీవారి లడ్డూ కల్తీకి సంబంధించిన వాస్తవాలన్నీ మంగళవారం అసెంబ్లీలో పెడతామని తెలిపారు. సోమవారం అసెంబ్లీ లాబీలో నిర్వహించిన ఇష్టాగోష్ఠిలో మంత్రి లోకేశ్ మాట్లాడారు. సభకు రావడం సభ్యులుగా వారి బాధ్యత అంటూ వైసీపీ ఎమ్మెల్యేలకు ఆయన సూచించారు. అసెంబ్లీకి రమ్మని ఎవ్వరూ బొట్టుపెట్టి పిలవరంటూ ఈ సందర్భంగా వారికి చురకలంటించారు. దేవుడిని సైతం వైసీపీ రోడ్డు మీదకు తీసుకురావడం బాధాకరమన్నారు. దేవుడి ఫొటోలతో చట్టసభల్లో ర్యాలీలు చేయడం అభ్యంతరకరమని లోకేశ్ వ్యాఖ్యానించారు. జగన్ ప్రభుత్వ హయాంలో తిరుమల శ్రీవారి లడ్డూ తయారీలో కల్తీ నెయ్యి వినియోగించినట్లు ఆరోపణ వెల్లువెత్తాయి. దీనిపై కూటమి ప్రభుత్వం ప్రత్యేక దర్యాప్తు సంస్థ(సిట్)ను ఏర్పాటు చేసింది. ఈ నివేదికను ఇటీవల ప్రభుత్వానికి అందజేసింది సిట్. అయితే ఈ వ్యవహారంలో తమ తప్పేమీ లేదంటూ వైసీపీ నేతలు వ్యాఖ్యలు చేస్తున్నారు. అంతేకాకుండా.. కూటమి ప్రభుత్వం తమపై అసత్య ప్రచారం చేస్తోందంటూ వైసీపీ నేతలు తీవ్రంగా స్పందిస్తున్నారు. అసెంబ్లీ లాబీలో మీడియా ప్రతినిధులు అడిగిన ప్రశ్నలకు లోకేశ్ తనదైన శైలిలో సమాధానమిచ్చారు. తిరుమల శ్రీవారి లడ్డూ కల్తీకి సంబంధించిన వాస్తవాలను అసెంబ్లీలో మంగళవారం ప్రవేశపెడతామని మంత్రి నారా లోకేశ్ తెలిపారు. దేవదేవుడికి జరిగిన మహాపచారం అసెంబ్లీ వేదికగానే బయటపెడతామన్నారు. అసెంబ్లీకి రమ్మని ఎవరూ బొట్టుపెట్టి పిలవరని వైకాపా ఎమ్మెల్యేలను ఉద్దేశించి ఎద్దేవా చేశారు.

అసంఘటిత కార్మికులకు మేలు చేయాలి: ఎమ్మెల్యే పార్థసారథి

అమరావతి: ఏపీలో అసంఘటిత రంగ కార్మికుల సంక్షేమానికి ప్రభుత్వం కృషి చేయాలని ఆదోని నియోజకవర్గం భాజపా ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ పార్థసారథి అన్నారు. సోమవారం అసెంబ్లీలో ఆయన మాట్లాడారు. కోవిడ్ బాధితులకు సహాయం కోసం ఈశ్రమ్ పోర్టల్‌ను అమల్లోకి తీసుకొస్తే, గత వైకాపా ప్రభుత్వంలో చాలా తక్కువ మంది పేర్లు నమోదు చేసుకున్నట్లు చెప్పారు. ప్రస్తుత కూటమి ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వచ్చిన 20 నెలల్లోనే 18 లక్షల మంది కార్మికులు పేర్లు నమోదు చేసుకోవడం హర్షించదగిన విషయమన్నారు. గత వైకాపా పాలనలో విశ్వకర్మ యోజన జీవనజ్యోతి అటల్ పెన్షన్ వంటి సంక్షేమ పథకాలు సైతం కార్మికులకు అందలేదన్నారు. ఆయుష్మాన్ భారత్ కింద కేంద్రం రూ.5 లక్షలు, రాష్ట్ర ప్రభుత్వం అందిస్తున్న రూ.25 లక్షలు వైద్య సేవలు, ఎక్కడైనా రేషన్ తీసుకునే అంశంపై మంత్రి స్పందించాలని కోరారు.

బంగాళాఖాతంలో అల్పపీడన ప్రభావం

పలు జిల్లాల్లో ఈదురుగాలులతో కూడిన వర్షం

హైదరాబాద్‌లో పలుచోట్ల మోస్తరు వర్షం

2లో..

మరోమారు భారీగా పెరిగిన బంగారం ధరలు

అంతర్జాతీయ పరిణామాలే కారణమన్న నిర్మలా సీతారామన్

2లో..

బంగాళాఖాతంలో అల్పపీడన ప్రభావం

హైదరాబాద్: బంగాళాఖాతంలో అల్పపీడన ప్రభావంతో భాగ్యనగరంలో పలుచోట్ల వర్షం కురిసింది. సోమవారం మధ్యాహ్నం వరకు భానుడు తన ప్రతాపం చూపినప్పటికీ, మధ్యాహ్నం తర్వాత ఒక్కసారిగా వాతావరణం మారిపోయింది. ఆకాశం మబ్బుపట్టి చల్లని గాలులు వీచడంతో నగరంలో ఆహ్లాదకరమైన పరిస్థితులు నెలకొన్నాయి. చాలా రోజుల తర్వాత కురిసిన చిరు జల్లులు భాగ్యనగరాన్ని మురిపించాయి.ఇప్పుడిప్పుడే ఎండలు ముదురుతున్న తరుణంలో హైదరాబాద్ నగర ప్రజలను వరుణుడు పలకరించాడు. నగరంలో ఆకాశం మేఘావృతం కాగా.. ఖైరతాబాద్, ముషీరాబాద్, ఆర్టీసీ క్రాస్ రోడ్, కాచిగూడ సహా పలుచోట్ల చిరు జల్లులు కురుస్తున్నాయి. మరోవైపు మేడ్చల్ మల్కాజిగిరి జిల్లాలో వాతావరణం ఒక్కసారిగా మారింది. ఈదురుగాలులతో కూడిన వర్షం కురుస్తోంది. నైరుతి బంగాళాఖాతంలో ఏర్పడిన ద్రోణి ప్రభావం వల్లే వర్షాలు కురుస్తున్నట్లు వాతావరణశాఖ అధికారులు వెల్లడించారు. ముఖ్యంగా అబిడ్స్, బషీర్ బాగ్, సైఫాబాద్, ట్యాంక్ బండ్, సికింద్రాబాద్ పరిసర ప్రాంతాల్లో తేలికపాటి వర్షం కురిసింది. అలాగే మీర్ పేట్, బడంగ్ పేట్ ప్రాంతాల్లోనూ వాన పడింది. ఎల్బీ నగర్, మలక్ పేట్, సరూర్ నగర్, చార్మినార్, బీఎన్ రెడ్డి, ఉప్పల్, నాగోల్, అంబర్ పేట్, వనస్థలిపురం, హయత్ నగర్ వంటి ప్రాంతాల్లో ఈదురు గాలులు బలంగా వీచాయి. వికారాబాద్ ప్రాంతంలో వీస్తున్న భారీ ఈదురు గాలులు ప్రస్తుతం హైదరాబాద్ దిశగా వేగంగా కదులుతున్నాయి. ఈ ప్రభావంతో సాయంత్రం 6 గంటల తర్వాత
గచ్చిబౌలి, రాజేంద్ర నగర్, లింగంపల్లి పరిసర ప్రాంతాల్లో బలమైన గాలులతో కూడిన చిరు జల్లులు కురిసే అవకాశం ఉందని వాతావరణ నిపుణులు అంచనా వేస్తున్నారు. నగరంలో వాతావరణం చల్లబడితే, జిల్లాల్లో మాత్రం ఈదురు గాలులు బీభత్సం సృష్టించాయి.. జయశంకర్ భూపాలపల్లి జిల్లా మహాదేవపూర్ మండలం కాళేశ్వరంలో ఈదురు గాలులతో కూడిన భారీ వర్షం పడింది. గాలుల ధాటికి పలుచోట్ల చెట్లు విరిగిపడటంతో విద్యుత్ సరఫరాకు తీవ్ర అంతరాయం ఏర్పడింది. సిద్దిపేట జిల్లాలోని దుబ్బాకలో ఉరుములు, మెరుపులతో కూడిన వడగండ్ల వాన (రాళ్ల వర్షం) కురిసింది. భారీ గాలుల కారణంగా షాపుల బోర్డులు, ఫ్లెక్సీలు ఎగిరిపోయాయి. కొన్ని రేకుల ఇళ్లు పాక్షికంగా ధ్వంసమయ్యాయి. రోడ్లన్నీ జలమయం కావడంతో వాహనదారులు తీవ్ర ఇబ్బందులు పడ్డారు.

రాహుల్ గాంధీ ప్రధాని చేసేందుకు సిద్ధం కండి

వికారాబాద్: రాహుల్ గాంధీ ప్రధానమంత్రి అయితేనే ఈ దేశంలోనే రుగ్మతలకు పరిష్కారం లభిస్తుందని, ఆయనను ప్రధానమంత్రిగా చేసే వరకు రెండు రాష్ట్రాల జిల్లా కాంగ్రెస్ అధ్యక్షులు నిరంతరం పనిచేయాలని డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్క అన్నారు. రెండు రాష్ట్రాల్లో అత్యధిక ఎంపీ స్థానాలు గెలుచుకునేలా కృషి చేయాలని డిప్యూటీ సీఎంఅన్నారు. వికారాబాద్ లో నిర్వహిస్తున్న జిల్లా కాంగ్రెస్ అధ్యక్షుల శిక్షణ శిబిరంలో సోమవారం ఆయన మాట్లాడారు. కుల సమస్యలు, రిజర్వేషన్లు, కాంగ్రెస్ వాదిగా కుల వివక్ష నిర్మూలనకు ఎలా పోరాటం చేయాలన్న అంశంపై డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్క ప్రసంగించారు. దేశంలో అంటరానితనం, వివక్ష సమస్య ఎక్కడ ఎదురైనా రాహుల్ గాంధీ అక్కడ ప్రత్యక్షం అవుతారని తెలిపారు. హైదరాబాద్ సెంట్రల్ యూనివర్సిటీలో రోహిత్ వేముల కుల వివక్షను భరించలేక బలవన్మరణానికి పాల్పడితే రాహుల్ గాంధీ నేరుగా యూనివర్సిటీకి చేరుకొని విద్యార్థులతో చర్చించి పోరాట విధానాన్ని ఖరారు చేశారని తెలిపారు. ఆ సమయంలో కాంగ్రెస్ నాయకులు కార్యకర్తలను ఎవరిని కూడా యూనివర్సిటీలోకి రానివ్వలేదు అంటరానితనం సమస్యను సమస్యగా చూడాలి తప్ప రాజకీయ జోక్యం ఉండకూడదన్నది ఆయన ఆలోచన అని వివరించారు. ఆయన ఆలోచన మేరకు కర్ణాటక, తెలంగాణ రాష్ట్రాల్లో రోహిత్ వేముల చట్టం తెచ్చేందుకు ప్రయత్నాలు జరుగుతున్నాయని వివరించారు. ఈ రాష్ట్రంలో అధికారంలోకి వస్తాం రాగానే వనరులు సంపద సమానంగా పంచుతామని ఎన్నికల ముందు రాహుల్ గాంధీ ప్రకటించారు ఆయన ప్రకటించినట్టుగా అధికారంలోకి రాగానే ప్రజా ప్రభుత్వం ఆధ్వర్యంలో అభివృద్ధి, సంక్షేమ కార్యక్రమాలు జరుగుతున్నాయని తెలిపారు. దేశ స్వాతంత్రం అనంతరం ఎక్కడా జరగని కుల గణనను ప్రజా ప్రభుత్వం 50 రోజుల్లో పూర్తి చేసి శాసనసభలో ప్రవేశపెట్టి ఏకగ్రీవంగా ఆమోదం పొందాలని వివరించారు.దేశానికి స్వాతంత్రం సాధించడంతోపాటు ఆర్థిక, సామాజిక, రాజకీయ సమానత్వం సాధించేందుకు అనేక విప్లవాత్మక చట్టాలు చేసిన కాంగ్రెస్ పార్టీని కనుమరుగు చేసేందుకు బీజేపీ కుట్రలు చేస్తుందని తెలిపారు. స్వాతంత్రం ముందు నుంచి దేశంలోని రుగ్మతల పరిష్కారం కోసం ఉద్యమిస్తున్న కాంగ్రెస్ పార్టీని దేశంలో లేకుండా చేసేందుకు బీజేపీ కాంగ్రెస్ ముక్తభారత్ చేస్తాం, రాజ్యాంగాన్ని మారుస్తాం అంటుంది అన్నారు. ఈ సమాజం సామాజికంగా, ఆర్థికంగా విభజన జరిగి ఇలాగే ఉండాలని కొన్ని రాజకీయ పార్టీలు కోరుకుంటున్నాయని తెలిపారు. కులం అనేది భారతదేశంలో ఒక వాస్తవం, తాను కుల వివక్షణ ఎదుర్కొన్నానని వివరించారు. ఈ సమాజంలో కుల వివక్ష ఉంటుంది అన్న వాస్తవాన్ని మదిలో పెట్టుకుని బలమైన సంకల్పంతో అనుకున్న లక్ష్య సాధనకు ముందుకు పోతున్న క్రమం లో వివక్ష ఎదురైన అది మన లక్ష్యాలను దెబ్బతీయలేదని వివరించారు. అఖిలభారత కాంగ్రెస్ కమిటీ ఒక రాజకీయ పార్టీగా మాత్రమే కాదు దేశంలో అంటరానితనం, బాల్య వివాహం, వితంతు వివాహం వంటి అనేక రుగ్మతలపై దశాబ్దాలుగా ప్రజలను చైతన్యం చేస్తూ ముందుకు పోతుందని తెలిపారు. దేశ స్వాతంత్ర సంగ్రామం ఒకవైపు, సామాజిక అంశాలపై ఆందోళనలో మరోవైపు ఈ దేశంలో రెండు అంశాలను అఖిల భారత కాంగ్రెస్ కమిటీ సమాంతరంగా ముందుకు తీసుకువెళ్లిందని వివరించారు. కాకినాడలో జరిగిన అఖిల భారత కాంగ్రెస్ కమిటీ సమావేశంలో అంటరానితనం పూర్తిగా నిర్మూలించాలని, దేవాలయాల్లో అందరికీ ప్రవేశం కల్పించాలని ꠰ఐ మాధవన్ తీర్మానం చేసిన విషయాన్ని గుర్తు చేశారు. కేరళలో వైకాం సత్యాగ్రహ, మహారాష్ట్రలో డాక్టర్ బి.ఆర్ అంబేద్కర్ ఆధ్వర్యంలో చౌదర్ సత్యాగ్రహం వంటి కార్యక్రమాలను అఖిలభారత కాంగ్రెస్ కమిటీ చేపట్టింది అన్నారు. గాంధీజీ ఆధ్వర్యంలో హరిజనోద్ధరణ పేరిట పెద్ద యాత్ర చేపట్టారని దళితుల దేవాలయల ప్రవేశం, దళిత వాడల్లో పారిశుద్ధ్యం వంటి కార్యక్రమాలు ఈ దేశంలో అంటరానితనాన్ని తొలగిస్తారని గాంధీ ఓ నమ్మకాన్ని ఏర్పరిచారని తెలిపారు.స్వాతంత్రం వచ్చిన తర్వాత ప్రధాని నెహ్రూ, డాక్టర్ బి.ఆర్ అంబేద్కర్ ఆధ్వర్యంలో దేశంలో అంటరాని తనం నిర్మూలనకు 1049లో ఆర్టికల్ 17 ద్వారా అవకాశం కల్పించారని తెలిపారు. ఎస్సీ ఎస్టీ అట్రాసిటీ చట్టాన్ని తీసుకురావడం, ఎస్సీ, ఎస్టీ సబ్ ప్లాన్ ను పూర్తిగా అమలు చేయడం కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వాల ద్వారానే సాధ్యమైంది అన్నారు. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం తీసుకొచ్చిన భూ సంస్కరణలు, బ్యాంకుల జాతీయ కరణ ద్వారా ఆర్థికంగా, సామాజికంగా వెనుకబడిన వర్గాలకు ఆర్థిక స్వాతంత్రం లభించిందని తద్వారా సామాజిక వివక్షను ఎదుర్కొనేందుకు చేయూత లభించిందని డిప్యూటీ సీఎం వివరించారు. సమావేశంలో పిసిసి అధ్యక్షుడు మహేష్ కుమార్ గౌడ్, డాక్టర్ వంశీ చందర్ రెడ్డి, ఏ ఐ సి సి నాయకులు విశ్వనాథన్, సావంత్, సచిన్ రావు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సత్ప్రవర్తన ఖైదీలకు క్షమాభిక్ష

అమరావతి: జైలులోని ఖైదీలకు క్షమాభిక్ష విషయంలో కూటమి ప్రభుత్వం సానుకూలంగా ఉందని రాష్ట్ర హోంశాఖ మంత్రి వంగలపూడి అనిత స్పష్టం చేశారు. సోమవారం అసెంబ్లీ బడ్జెట్ సమావేశాల్లో ఆమె మాట్లాడారు. జైళ్లు, సంస్కరణల చట్టం సవరణపై బిల్లును అసెంబ్లీలో హోంమంత్రి అనిత ప్రవేశపెట్టారు. ఈ సందర్భంగా హోం మంత్రి అనిత మాట్లాడుతూ.. ఖైదీల సంస్కరణల కోసం ప్రభుత్వం చర్యలు చేపట్టిందన్నారు. కేంద్రం తెచ్చిన చట్టం మేరకు ఇక్కడ కూడా సంస్కరణలు అమలు చేస్తున్నామన్నారు. ఖైదీలు జైలులో ఉండి చదువుకునేలా అవకాశాలను మెరుగుపరుస్తున్నామని చెప్పారు. ఖైదీల్లో పరివర్తన తీసుకురావటం కోసం చట్టంలో మార్పులు తీసుకు రావాల్సిన అవసరం ఉందన్నారు. మహిళా ఖైదీల పిల్లల కోసం జైలులో ప్రత్యేకంగా అంగన్‌వాడీ కేంద్రాలు ఏర్పాటు చేస్తున్నట్లు వివరించారు. ఖైదీల నేరచరిత్ర, ప్రవర్తన ఆధారంగా కేటగిరీలుగా విభజిస్తామని పేర్కొన్నారు. ఖైదీలు మారేందుకు, మానసిక పరివర్తన తెచ్చేలా ఓపెన్ ఎయిర్ జైళ్లు ఏర్పాటు చేస్తున్నట్లు తెలిపారు. ఖైదీలు.. వ్యవసాయంతో పాటు ఇతర వృత్తులు నిర్వహించేలా చర్యలు చేపడతామన్నారు. ఇక ఈ బిల్లుపై చర్చలో పొన్నూరు ఎమ్మెల్యే దూళిపాళ్ల నరేంద్ర పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ.. జైళ్ల శాఖ ఎదుర్కొంటున్న సమస్యలపై ఈ చట్టంలో ప్రస్తావన లేదన్నారు. జైళ్లలో ఖైదీల సంఖ్య పెరిగినా సౌకర్యాలు మాత్రం పెరగటం లేదంటూ ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. జైళ్ల శాఖలో 30 శాతం సిబ్బంది పోస్టులు ఖాళీగానే ఉన్నాయని వివరించారు. జైళ్లలో మహిళా సిబ్బంది కొరత చాలా ఎక్కువగా ఉందని గుర్తు చేశారు. అండర్ ట్రయల్ ఖైదీలు న్యాయ సహాయం లేకపోవడంతో జైళ్లలోనే ఉండిపోతున్నారని గుర్తు చేశారు. చిన్న చిన్న కేసుల్లో రిమాండ్ ఖైదీలుగా ఉన్న వారి సత్ ప్రవర్తన ఆధారంగా బయటకు పంపించాలన్నారు. ఖైదీలు జైలు నుంచి బయటకు వచ్చాక జనజీవన స్రవంతిలో కలిసేలా చర్యలు తీసుకోవాలని ప్రభుత్వానికి సూచించారు. వైసీపీ ప్రభుత్వంలో తాము సైతం జైలుకు వెళ్లాల్సి వచ్చిందని చెప్పారు. జీవిత ఖైదు పడిన ఖైదులు 60 ఏళ్లు వయసు దాటిన వారికి క్షమాబిక్ష ప్రసాదించాలంటూ ప్రభుత్వానికి సూచించారు. క్షమాబిక్ష కోసం జైళ్లలోని చాలామంది ఖైదీలు ఎదురు చూస్తున్నారన్నారు. ఆ తర్వాత జైళ్ళు, సంస్కరణల చట్టం సవరణ బిల్లును శాసనసభ ఆమోదించింది.

ఎపిలో ప్రారంభమైన ఇంటర్ పరీక్షలు

అమరావతి: రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా ఇంటర్మీడియట్ పరీక్షలు ప్రారంభమయ్యాయి. సోమవారం ఉదయం 9:00 గంటలకు ఈ పరీక్షలు ప్రారంభమయ్యాయి. పరీక్ష సమయానికి ఒక్క నిమిషం ఆలస్యమైనా అనుమతించబోమని ఇప్పటికే ఇంటర్మీడియట్ బోర్డు స్పష్టం చేసింది. ఈ నేపథ్యంలో విద్యార్థులంతా పరీక్ష ప్రారంభ సమయం కంటే దాదాపు గంట ముందే పరీక్ష కేంద్రాలకు చేరుకున్నారు. రాష్ట్రంలో ఈ ఏడాది ఇంటర్ పరీక్షలకు మొత్తం 10,57,899 మంది విద్యార్థులు హాజరుకానున్నారు. మొదటి సంవత్సరం పరీక్షకు 5,31,275 మంది విద్యార్థులు హాజరయ్యారు. రేపటి నుంచి అంటే మంగళవారం నుంచి మొదలయ్యే ద్వితీయ సంవత్సరం పరీక్షలకు 5,26,264 మంది విద్యార్థులు హాజరుకానున్నారు. రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా ఇంటర్ పరీక్షల కోసం1,537 కేంద్రాలను ప్రభుత్వం ఏర్పాటు చేసింది. పరీక్ష కేంద్రాల్లోకి మొబైల్ ఫోన్లు, స్మార్ట్ వాచ్‌లు సహా ఎలాంటి గాడ్జెట్‌లకు అనుమతి లేదని ఇప్పటికే విద్యార్థులకు బోర్డు స్పష్టం చేసింది. ప్రతి పరీక్ష కేంద్రం వద్ద సీసీటీవీ కెమెరాలతో నిఘా ఏర్పాటు చేసింది. అలాగే ఆ
ప్రాంతంలో 144 సెక్షన్ అమలు చేస్తున్నారు. మార్చి 24వ తేదీ వరకు పరీక్షలు జరగనున్నాయి. విద్యా సంవత్సరంలో చేపట్టిన సంస్కరణల నేపథ్యంలో మొదటి సంవత్సరం గణితం, ఫిజిక్స్, కెమిస్ట్రీ, ఎకనామిక్స్, సివిక్స్, కామర్స్, హిస్టరీ స్జబెక్టులకు 32 పేజీల బుక్‌లెట్ ఇవ్వనున్నారు. మిగిలిన, బ్యాక్‌లాగ్ స్జబెక్టులకు, రెండో సంవత్సరం అన్ని స్జబెక్టులకూ 24 పేజీల బుక్‌లెట్‌ను అందజేయనున్నారు. ఈ బుక్‌లెట్‌లోనే విద్యార్థులు జవాబులు రాయాల్సి ఉంటుంది. అదనపు జవాబు పత్రాలు ఇవ్వరు.విద్యార్డులను క్షుణ్ణంగా పరిశీలించి ఎటువంటి ఎలక్ట్రానిక్ పరికరాలు వెంట తీసుకెళ్లకుండా పరిశీలించి లోపలికి అనుమతించారు. బాలురు కు పురుషులు, బాలికలకు మహిళా సిబ్బంది చెక్ చేసి లోపలికి అనుమతించారు. మొదటి పరీక్ష కావడంతో విద్యార్డులు వెంట తల్లి తండ్రులు వచ్చి పరీక్ష కేంద్రాలకు తీసుకెళ్లారు..విద్యార్డులు ఉత్సాహంగా ఒకరిని ఒకరు శుభాకాంక్షలు చెప్పుకుంటూ లోపలికి వెళ్ళారు. ఉదయం చేరుకున్న విద్యార్డులు వారి యొక్క హాల్ టికెట్స్ నెంబర్ల సరి చూసుకొని పరీక్ష కేంద్రం లోపలికి వెళ్ళారు.

మరోమారు భారీగా పెరిగిన బంగారం ధరలు

అంతర్జాతీయ పరిణామాలే కారణమన్న నిర్మలా సీతారామన్

న్యూఢిల్లీ:దేశీయ మార్కెట్లో విలువైన లోహాల ధరలు చుక్కలు చూపిస్తున్నాయి. సోమవారం ట్రేడింగ్‌లో వెండి ధర ఏకంగా కిలోకు రూ.15,000 పైగా పెరగగా, బంగారం ధర 10 గ్రాములకు రూ.3,000 పైగా ఎగబాకింది. ఈ అసాధారణ పెరుగుదలపై కేంద్ర ఆర్థిక మంత్రి నిర్మలా సీతారామన్ స్పందిస్తూ.. పెట్టుబడిదారులకు మరియు వినియోగదారులకు కీలక విషయాలు వెల్లడించారు.. ఆర్బీఐ బోర్డు సమావేశం అనంతరం ఆర్థిక మంత్రి నిర్మలా సీతారామన్.. బంగారం, వెండి ధరల పెరుగుదల వెనుక ఉన్న అంతర్జాతీయ పరిణామాలను వివరించారు.. కేంద్ర బ్యాంకుల కొనుగోళ్లు.. గతంలో కేవలం భారత్, చైనా డిమాండ్ వల్లే ధరలు పెరిగేవి. కానీ, ఇప్పుడు ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఉన్న అన్ని దేశాల కేంద్ర బ్యాంకులు భారీగా బంగారాన్ని కొనుగోలు చేసి నిల్వ చేసుకుంటున్నాయి. ఇదే ప్రస్తుత పెరుగుదలకు ప్రధాన కారణం అని వెల్లడించారు. అమెరికా–ఇరాన్ ఉద్రిక్తతలు మరియు అమెరికా అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్ విధిస్తున్న కొత్త సుంకాల హెచ్చరికల వల్ల స్టాక్ మార్కెట్లు అస్థిరంగా ఉన్నాయి. దీంతో సురక్షితమైన పెట్టుబడిగా భావించే బంగారం వైపు ఇన్వెస్టర్లు మొగ్గు చూపుతున్నారని ఆర్థిక మంత్రి పేర్కొన్నారు..భారత్ తన బంగారం అవసరాల కోసం పూర్తిగా దిగుమతులపైనే ఆధారపడుతోంది.. దేశీయంగా తగినంత వెలికితీత వనరులు లేకపోవడం కూడా ధరలపై ప్రభావం చూపుతోందని వెల్లడించారు ఆర్థిక మంత్రి నిర్మలా సీతారామన్.. తాజా ధరల వివారల్లోకి వెళ్తే.. 24 క్యారెట్ల 10 గ్రాముల బంగారం ధర రూ.3,724 పెరిగి.. రూ.1,60,600కి చేరింఇ.. ఇదే సమయంలో కిలో వెండి ధర రూ.15,931 పెరిగి రూ.2,68,875కు ఎగబాకింది.. అయితే, బంగారం, వెండి ధరల పెరుగుదలపై
ఆందోళన చెందాల్సిన అవసరం లేదని.. ఆర్బీఐ పరిస్థితిని నిరంతరం పర్యవేక్షిస్తోంది. కొనుగోళ్లు ఇంకా పరిమితి దాటలేదు‘ అని పేర్కొన్నారు ఆర్థికశాఖ మంత్రి నిర్మలా సీతారామన్..

రేవంత్‌వి డైవర్షన్ పాలిటిక్స్

మున్సిపల్ ఎన్నికలల్లో డ్రామా నడిపించారు

డ్రామాలతో కాలం గడుపుతున్న సిఎం రేవంత్

మండిపడ్డ కోరుట్ల ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ సంజయ్

హైదరాబాద్: సీఎం రేవంత్ రెడ్డి డైవర్షన్ పాలిటిక్స్ చేస్తున్నారని కోరుట్ల ఎమ్మెల్యే కల్వకుంట్ల సంజయ్ విమర్శించారు. మున్సిపల్ ఎన్నికలు మొత్తాన్ని ఒక డ్రామా నడిపించారని అన్నారు. హైదరాబాద్‌లోని తెలంగాణ భవన్‌లో మెతుకు ఆనంద్‌తో కలిసి ఆయన మీడియాతో మాట్లాడారు. ఈ సందర్భంగా సీఎం రేవంత్ రెడ్డిపై తీవ్ర విమర్శలు గుప్పించారు. సీఎం రేవంత్ రెడ్డి ఏ ఒక్క రోజూ మున్సిపాలిటీల అభివృద్ధి గురించి చెప్పలేదని సంజయ్ అన్నారు. ప్రజాస్వామ్యాన్ని నమ్ముకున్న వ్యక్తిగా, ఒక డాక్టర్‌గా, రాజ్యాంగాన్ని నమ్ముకున్న వ్యక్తిగా అన్ని వాస్తవాలను ప్రజల ముందు పెడుతున్నానని తెలిపారు. మున్సిపల్ ఎన్నికల ముందు మా నాయకుడు హరీశ్‌రావు సిట్ పేరుతో నోటీసులు ఇచ్చి మొదటి డ్రామాకు తెరలేపారని తెలిపారు. ఫోన్ ట్యాపింగ్ కేసులో ఏమైనా ఉందా అంటే మన్ను లేదు మశానం లేదని అన్నారు. దావోస్ పేరుతో ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి విహార యాత్రకు చేశాడని.. మొత్తం 12 రోజుల పాటు వెళ్లిన ముఖ్యమంత్రి , దావోసు నుండి తెలంగాణకు వచ్చిన పెట్టుబడులు గురించి చెప్పలేదని పేర్కొన్నారు. పెట్టుబడులపై మంత్రి శ్రీధర్ బాబు అయినా మాట్లాడతాడని అనుకుంటే ఆయన కూడా మాట్లాడలేదని చెప్పారు. అందుకే ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి దావోస్ పర్యటనను విహార యాత్ర అంటున్నామని విమర్శించారు. డైవర్షన్ పాలిటిక్స్‌లో భాగంగా తెలంగాణ జాతిపిత అయిన కేసీఆర్‌కు ఫోన్ ట్యాపింగ్ కేసులో సిట్ నోటీసులిచ్చి రెండో డ్రామాకు తెరలేపారని సంజయ్ మండిపడ్డారు. ప్రజల దృష్టి మరల్చడంలో రేవంత్ రెడ్డి ఆయనకు ఆయనే సాటి అని అన్నారు. గ్రామ పంచాయతీ ఎన్నికలు ఉన్నప్పుడు మున్సిపాలిటీల్లో సభలు నిర్వహిస్తాడని.. మున్సిపల్ ఎన్నికలు ఉన్నప్పుడు గ్రామ పంచాయతీలో సభలు నిర్వహిస్తాడని చెప్పారు. ఏదో ఒక రకంగా ప్రజలను రేవంత్ రెడ్డి మభ్య పెడుతున్నాడని మండిపడ్డారు. ఇతర పార్టీలతో అంటకాగేది రేవంత్ రెడ్డి అని.. కానీ బీఆర్ఎస్‌కు బీజేపీకి లింక్ పెడుతున్నారని విమర్శించారు. వీణా వాణి గురించి నీచంగా మాట్లాడిన వ్యక్తి రేవంత్ రెడ్డి అంటూ ధ్వజమెత్తారు. ఈ రాష్ట్రానికి ముమ్మాటికి జాతిపిత కేసీఆరే అని స్పష్టం చేశారు. ప్రజలు అన్ని గమనిస్తూనే ఉన్నారని.. తగిన సమయంలో రేవంత్ రెడ్డికి బుద్ధి చెప్పడం ఖాయమని సంజయ్ స్పష్టం చేశారు. మున్సిపల్ ఎన్నికలు ముగిసే వరకు కేసీఆర్ ను తిట్టడం తప్పా, అభివృద్ధి గురించి మాట్లాడడం లేదని తెలిపారు. తప్పులు చేస్తే చెప్పండి అని మాట్లాడుతున్న రేవంత్ రెడ్డి, ప్రతిరోజు తప్పులు చేస్తూనే ఉన్నాడని పేర్కొన్నారు. రాబోయే బడ్జెట్ సమావేశాల్లో ప్రతిపక్ష బీఆర్ఎస్ పార్టీకి సమస్యలపై మాట్లాడే అవకాశం ఇవ్వాలని డిమాండ్ చేశారు. ఈ బ్జడెట్ సమావేశాల్లో నిజాయితీగా ప్రజల సమస్యల పై చర్చ చేయాలన్నారు. ఈ బ్జడెట్ లో మహిళలకు, రైతులకు, నిరుద్యోగులకు ఇస్తామని చెప్పిన హామీలకు నిధులు కేటాయించకపోతే వారందరూ కలిసి కాంగ్రెస్‌కుబుద్ధి చెప్పడం ఖాయమని స్పష్టం చేశారు. ఈ బ్జడెట్ సమావేశాల్లో రేవంత్ రెడ్డికి ఫేవరేట్ స్జబెక్ట్ అయిన రియల్ ఎస్టేట్ గురించి మాట్లాడుదామని తెలిపారు. సమావేశాలకు వచ్చే ముందు దేవాదుల ఏ బేసిన్‌లో ఉందో తెలుసుంటే బావుంటుందని రేవంత్ రెడ్డిపై సెటైర్లు వేశారు. ఎట్టకేలకు దేవాదుల ప్రాజెక్టు దగ్గరకు వెళ్లినందుకు సీఎం రేవంత్ రెడ్డికి ధన్యవాదాలు తెలిపారు. కాళేశ్వరం ప్రాజెక్టు తెలంగాణకు శ్రీరామ రక్ష అని రేవంత్ రెడ్డికి తెలుసు అని సంజయ్ అన్నారు. అందుకే కాళేశ్వరం ప్రాజెక్టు రిపేర్ చేయాల్సిందేనని తెలిపారు. బ్జడెట్ సమావేశాల్లో మాకు మైక్ ఇవ్వమని చెప్పండి, జలాల పై చర్చకు సిద్ధమని పేర్కొన్నారు. ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి గజిని లాంటి వాడు, ఆయన చెప్పేది ఒకటి చేసేది ఒకటి అని విమర్శించారు.

సుబ్రహ్మణ్యస్వామికి సుప్రీంకోర్టులో చుక్కెదురు

న్యూఢిల్లీ: మాజీ ఎంపీ సుబ్రహ్మణ్య స్వామికి సుప్రీంకోర్టులో చుక్కెదురైంది. తిరుమలకు కల్తీ నెయ్యి సరఫరా వ్యవహారంపై ఏపీ ప్రభుత్వం ఏకసభ్య కమిషన్‌ను నియమించ డాన్ని సవాల్ చేస్తూ ఆయన దాఖలు చేసిన పిటిషన్‌ను సర్వోన్నత న్యాయస్థానం కొట్టివేసింది. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఏర్పాటు చేసిన ప్రత్యేక కమిటీ ఓవర్ లాపింగ్ కిందకు రాదని.. పరిపాలనాపరమైన లోపాల గుర్తింపునకు ఏర్పాటు చేసిందని సీజేఐ ధర్మాసనం పేర్కొంది. కల్తీ నెయ్యి సరఫరా వ్యవహారంపై దర్యాప్తు కోసం సుప్రీంకోర్టు ప్రత్యేక దర్యాప్తు బృందాన్ని ఏర్పాటుచేసినా దానికి అతీతంగా రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రత్యేక విచారణ కమిషన్,కమిటీని ఏర్పాటుచేయాలని ఈ నెల 3వ తేదీన జరిగిన మంత్రివర్గ సమావేశంలో నిర్ణయించడాన్ని సవాలుచేస్తూ మాజీ ఎంపీ సుబ్రహ్మణ్యస్వామి సుప్రీంకోర్టులో రిట్ పిటిషన్ దాఖలుచేశారు. కల్తీ నెయ్యి వ్యవహారంపై దర్యాప్తు కోసం సుప్రీంకోర్టు ప్రత్యేక సిట్ ఏర్పాటుచేసినా దానికి అతీతంగా కార్యనిర్వాహక ఉత్తర్వుల ద్వారా రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రత్యేక కమిషన్/కమిటీని ఏర్పాటుచేయడం ఎంతవరకు సబబు అని ప్రశ్నించారు. ఈ నేపథ్యంలో విచారణ చేపట్టిన సుప్రీంకోర్టు.. సోమవారం సుబ్రహ్మణ్యస్వామి పిటిషన్‌ను కొట్టివేసింది.తిరుమల లడ్డూ తయారీలో కల్తీ నెయ్యి వినియోగం వ్యవహారంలో ఏక సభ్య కమిటీ ఏర్పాటుపై సుప్రీంకోర్టు కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది. ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం నియమించిన ఏక సభ్య కమిటీకి గ్రీన్ సిగ్నల్ ఇచ్చింది. ఈ అంశంపై సోమవారం విచారణ చేపట్టిన సర్వోన్నత న్యాయస్థానం ఈ మేరకు తీర్పు వెలువరించింది. శ్రీవారి లడ్డూ వ్యవహారంపై సీబీఐ నేతృత్వంలోని ప్రత్యేక దర్యాప్తు బృందం(సిట్) ఇచ్చిన నివేదికపై రిటైర్డ్ ఐఏఎస్ అధికారి దినేశ్ కుమార్ ఆధ్వర్యంలో ఏకసభ్య కమిటీని ఏర్పాటు చేయాలని ఏపీ ప్రభుత్వం నిర్ణయించింది. దీన్ని సవాల్ చేస్తూ సుప్రీంకోర్టులో బీజేపీ సీనియర్ నేత సుబ్రహ్మణ్య స్వామి పిటిషన్ దాఖలు చేశారు. ఈ పిటిషన్‌పై సీజేఐ జస్టిస్ సూర్యకాంత్ నేతృత్వంలో ధర్మాసనం విచారణ చేపట్టింది.

రాజమండ్రిలో పాలకల్తీతో కిడ్నీ ఫెయిల్యూర్

ఇప్పటికే నలుగురు మృతి..మరో నలుగురి పరిస్థితి విషమం

పాలవ్యాపారి గణెళిశ్ అరెస్ట్.. పరీక్షలకు పాల నమూనాలు

రాజమహేంద్రవరం: రాజమహేంద్రవరంలో కిడ్నీ సమస్యలతో ఆస్పత్రుల్లో చేరిన వారిలో మరో ఇద్దరు మృతిచెందారు. దీంతో మృతుల సంఖ్య నాలుగుకు చేరింది. చికిత్స పొందుతూ లాలాచెరువు చౌడేశ్వరినగర్‌కు చెందిన ఎన్.శేషగిరిరావు (72), రాధా కృష్ణమూర్తి (74) సోమవారం ఉదయం చనిపోయారు. మరో నలుగురి పరిస్థితి విషమంగా ఉంది. వీరంతా పాలు కల్తీ కావడంతో మరణించారని తెలుస్తోంది. దీంతో పాలు పోసే వ్యక్తి గాణెళిశ్‌ను అరెస్ట్ చేశారు. పాలను పరీక్షలకు పంపారు. రాజమహేంద్రవరంలోని ఒకే ప్రాంతానికి చెందిన పలువురు కిడ్నీ వ్యాధి బారిన పడి ఆస్పత్రుల్లో చేరడంతో స్థానికంగా తీవ్ర కలకలం రేగిన సంగతి తెలిసిందే. లాలాచెరువు సమీపంలోని చౌడేశ్వరినగర్ పరిసర ప్రాంతాల్లో ఈ నెల 15 తర్వాతి నుంచి వాంతులవడం, మూత్రవిసర్జన కాకపోవడం, పొట్ట ఉబ్బడం తదితర సమస్యలతో ఒక్కొక్కరుగా 14 మంది ఆసుపత్రిలో చేరారు. వీరిలో భాగిశెట్టి కనకరత్నం (76), తాడి కృష్ణవేణి (75) ఇప్పటికే మృతిచెందారు. బాధితుల్లో ఎక్కువ మంది 60 ఏళ్లు పైబడినవారే కాగా 5 నెలల శిశువు, మూడేళ్ల బాలుడు కూడా ఉన్నారు. ఒకే కుటుంబానికి చెందిన నలుగురు అనారోగ్యానికి గురవడంతో వారు ఆదివారం అధికారులకు సమాచారం ఇచ్చారు. దీంతో ఈ విషయం వెలుగులోకి వచ్చింది. ఆసుపత్రుల పాలైన బాధితులందరికీ ఒకే వ్యక్తి పాలు పోస్తుండటంతో అక్కడే కల్తీ జరిగి ఉండొచ్చని వైద్యాధికారులు, బాధితులు పోలీసులకు తెలిపారు. శివరాత్రి రోజు పాలు, పెరుగు చేదుగా అనిపించాయని కొంతమంది బాధితులు చెప్పారు. కోరుకొండ మండలానికి చెందిన గణెళిష్ అనే వ్యాపారి వీరందరికీ పాలు పోస్తున్నట్లు గుర్తించడంతో పోలీసులు అదుపులోకి తీసుకుని విచారిస్తున్నట్లు సమాచారం.

వాట్సాప్ ద్వారా విద్యుత్ సేవలు

సేవలను సులభంగా చేయాలన్న లక్ష్యం

టీజీఎస్పీడీసీఎల్ సీఎండీ ముషారఫ్ ఫారూఖీ

హైదరాబాద్: దక్షిణ తెలంగాణ విద్యుత్ పంపిణీ సంస్థ(టీజీఎస్పీడీసీఎల్) వినియోగదారులకు మరింత సులభమైన సేవలు అందించేందుకు ఆధునిక సాంకేతిక పరిజ్ఞానాన్ని అందుబాటులోకి తెచ్చింది. విద్యుత్ సేవలను నేరుగా తమ మొబైల్ ఫోన్ ద్వారానే పొందేలా వాట్సాప్ చాట్ సేవలను ప్రారంభించినట్లు టీజీఎస్పీడీసీఎల్ సీఎండీ ముషారఫ్ ఫారూఖీ ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. విద్యుత్ వినియోగదారులు తమ వాట్సాప్‌లో 8712441912 నంబర్‌ను సేవ్ చేసుకుని హాయ్ అని మెసేజ్ పంపడం ద్వారా ఫిర్యాదుల నమోదు, బిల్లింగ్ వివరాలు, విద్యుత్ సరఫరా స్థితి, సమాచారం వంటి వివిధ సేవలను సులభంగా పొందవచ్చని తెలిపారు. సైబర్ నేరగాళ్లు పంపించే మెసేజ్‌లకు వాట్సాప్ చాట్‌బాట్ చెక్ పెడుతుందన్నారు సీఎండీ. విద్యుత్ సరఫరాలో ఫిర్యాదుల నమోదుతో పాటు బిల్లు జారీచేయకపోయినా, ఆన్‌లైన్ బిల్లు చెల్లించాక ఆ సమాచారం అప్డేట్ కాకపోయినా, ట్రాన్స్‌ఫార్మర్ వద్ద ఏవైనా సమస్యలు తలెత్తినా, విద్యుత్ లైన్లకు చెట్లకొమ్మలు తగిలినా, విద్యుత్ స్తంభాలు ప్రమాదకరంగా ఉన్నా.. ఇలా పలురకాల ఫిర్యాదులను వాట్సాప్ చాట్ ద్వారా ఫిర్యాదు చేయవచ్చని ఆయన పేర్కొన్నారు.

వందవరోజుకు చేరిన ఆదోని జిల్లా ఆందోళన

ఆదోని: ఆదోనిని జిల్లాగా ప్రకటించాలని డిమాండ్ చేస్తూ ఆదోని పట్టణంలో ఐక్య ఆధ్వర్యంలో చేపట్టిన రిలే నిరాహార దీక్షలు కొనసాగుతున్నారు. ఈ దీక్షలు సోమవారం 100వ రోజుకు చేరుకున్నాయి. ఈ సందర్భంగా ఐక్య ఆధ్వర్యంలో నాయకులు ప్రజాసంఘాలు వివిధ పార్టీల నాయకులు ప్రజలు కలిసి కుంబాల ప్రదర్శన నిర్వహించారు. అనంతరం 100 మంది సీపీఐ నాయకులు, కార్యకర్తలు రిలే నిరాహార దీక్షలు చేపట్టారు. ఆదోని జిల్లా సాధించేంతవరకు ఈ ఉద్యమం ఆగదని నాయకులు పేర్కొన్నారు. జిల్లాల పునర్విభజన ఆలోచన చేసిన ప్రభుత్వం ఆదోనిని విస్మరించిందని మండిపడ్డారు. అతిపెద్ మార్కెట్ కేంద్రంగా, వ్యాపార కేంద్రంగా ఉన్న ఆదోనిని విస్మరించడం తగదన్నారు.

ఆగినా ఆదాయ వనరూ...!

ఉత్తేజిత న్యూస్ ఫిబ్రవరి 23 సి.బెళగల్

ఏ గ్రామంలో అయినా! ఏ పట్టణంలో అయినా! ఏ నగరంలో అయినా! నాయకులు వేరైనా,వర్గాలు వేరైనా,పార్టీలు వేరైనా, గ్రామాల అభివృద్ధికి అందరు కలిసి సహకరిస్తూ ఉంటారు. అయితే ఇందుకు భిన్నంగా! సి.బెళగల్ మండల కేంద్రంలో మండల అభివృద్ధి కోసం మండల ప్రజా పరిషత్ కార్యాలయం ఎదుట,15% కార్యాలయ నిర్వహణ మరియు కార్యాలయ పరికరాల స్థాపన ఖర్చు గ్రాంటు 2022/2023 కింద,మండల కమిటీ తీర్మానంతో ఐదు గదుల వాణిజ్య సముదాయం కోసం, 20 లక్షల నిధులు కేటాయిస్తూ, తీర్మానం చేశారు. తీర్మానం ప్రకారం ఆర్డర్ ప్రతులను అందుకున్న కాంట్రాక్టర్లు, పునాదులు తవ్వి, పిల్లర్లు వేసి,బేస్మెంట్ వరకు మూడు గదులు పూర్తిచేసి,బేస్మెంట్ పై పిల్లర్లు కూడా వేశారు. అయితే నాయకుల నిర్లక్ష్యమో,అధికారుల నిర్లక్ష్యమో,వాణిజ్య సముదాయము మధ్యలోనే ఆగిపోవడంతో ,మండలానికి ఆదాయాన్ని సృష్టించే ఆదాయ వనరును మధ్యలోనే !ఆపివేసారంటూ మండల ప్రజలు గుసగుసలాడుకుంటున్నారు. పని ప్రారంభించిన కాంట్రాక్టర్లు, వాణిజ్య సముదాయము మధ్యలోనే ఆగిపోవడంతో ఖర్చు చేసిన డబ్బంతా వృధా అవుతుందని వేదన చెందుతున్నారు. నాయకులు చొరవ తీసుకొని కార్యాలయం ఎదుట ఉన్న వాణిజ్య సముదాయాన్ని త్వరగా పూర్తి చేయాలని మండల ప్రజలు కోరుకుంటున్నారు.

నీటి కోసం ఎదురుచూస్తున్న రైతులకు ఊరటనిచ్చిన మాండ్ర శివానందరెడ్డి ఎమ్మెల్యే జయసూర్య ..

నందికొట్కూరు, ఉత్తేజిత ప్రతినిధి..ఫిబ్రవరి 23:

నందికొట్కూరు నియోజకవర్గంలోని రైతులు సాగు నీరు లేక తీవ్ర ఇబ్బందులు పడుతున్న సమయంలో ప్రజాప్రతినిధులు వెంటనే స్పందించి నీటి విడుదలకు చర్యలు చేపట్టారు. పగిడ్యాల మండలం ముచ్చుమర్రి ఎత్తిపోతల పథకం మరియు నందికొట్కూరు మండలం మల్యాల హెచ్ఎన్ఎస్ఎస్ ఎత్తిపోతల పథకాల పరిధిలోని రైతులు పంట పొలాలకు నీరు అందక ఆందోళన చెందుతున్నారు. ఈ సమస్యను గుర్తించిన నంద్యాల పార్లమెంట్ ఇన్‌చార్జ్ మాండ్ర శివానందరెడ్డి మరియు నందికొట్కూరు ఎమ్మెల్యే గిత్త జయసూర్య వెంటనే జల వనరుల శాఖ మంత్రి నిమ్మల రామానాయుడుతో మాట్లాడి సాగు నీరు విడుదల చేయించారు. వారి చొరవతో సోమవారం మల్యాల హెచ్ఎన్ఎస్ఎస్ ఎత్తిపోతల పథకం నుంచి కె.సి కాలువకు ఒక పంపు ద్వారా 330 క్యూసెక్కుల నీరు, అలాగే ముచ్చుమర్రి ఎత్తిపోతల పథకం నుంచి మరో పంపు ద్వారా 247 క్యూసెక్కుల నీరు విడుదల చేశారు. సాగు నీరు అందడంతో పంటలు ఎండిపోతాయనే భయం తొలగి రైతులు ఊపిరి పీల్చుకున్నారు. రైతుల సమస్యలను వెంటనే పరిష్కరించిన ప్రజాప్రతినిధులకు రైతులు కృతజ్ఞతలు తెలిపారు

నందికొట్కూరు పట్టణానికి మంచినీటి సమస్యకు శాశ్వత పరిష్కారం

ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు

మున్సిపల్ శాఖ మంత్రి నారాయణ సహకారాలతో

మున్సిపల్ చైర్మన్ దాసి సుధాకర్ రెడ్డి

ఉత్తేజిత ప్రతినిధి నందికొట్కూరు ఫిబ్రవరి 23 :

నందికొట్కూరు పట్టణ వాసుల చిరకాల స్వప్నమైన మంచినీటి సమస్యకు శాశ్వత పరిష్కారం లభించనుంది. ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు మరియు మున్సిపల్ శాఖ మంత్రి నారాయణసహకారంతో రూ. 129.87 కోట్ల భారీ బడ్జెట్‌తో పట్టణంలోని 29 వార్డులకు నిరంతర మంచినీటి సరఫరా చేసేందుకు ప్రభుత్వం జీవో జారీ చేసి టెండర్లు పిలవడం జరిగింది. ఈ సందర్భంగా మున్సిపల్ చైర్మన్ దాసి సుధాకర్ రెడ్డి విలేకరుల సమావేశంలో మాట్లాడుతూ,సమీపంలోని అలగనూరు రిజర్వాయర్ నుండి పంపింగ్ పద్ధతి ద్వారా నీటిని సేకరించి పట్టణానికి తరలించడం జరుగుతుంది అని అన్నారు. నీటి నిల్వ మరియు సరఫరా కోసం పట్టణంలోని కీలక ప్రాంతాల్లో 4 భారీ ఈ ల్ స్ ర్ (ఎలేవేటెడ్ లెవెల్ సర్వీస్ రిజర్వుర్) ట్యాంకుల నిర్మాణాలు పూర్తి కావస్తున్నాయి అని అన్నారు. పట్టణంలోని మొత్తం 29 వార్డులలోని ప్రతి ఇంటికి ప్రాజెక్టు ద్వారా స్వచ్ఛమైన తాగునీరు అందుతుంది అని,ఈ ప్రాజెక్టు పూర్తయిన తర్వాత నందికొట్కూరు పట్టణంలో దశాబ్దాలుగా ఉన్న తాగునీటి ఎద్దడి పూర్తిగా తొలగిపోనుంది అని అన్నారు. ముఖ్యంగా వేసవి కాలంలో ఎదురయ్యే నీటి ఇబ్బందుల నుండి ప్రజలకు విముక్తి కలుగుతుంది అనిమంచినీటి శుద్ధి కేంద్రం (డబ్ల్యు టీ పి) ద్వారా నాణ్యమైన నీటిని అందించడం వల్ల ప్రజల ఆరోగ్యం మెరుగుపడటంతో పాటు జీవన ప్రమాణాలు పెరుగుతాయి అని వారు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో మున్సిపల్ కౌన్సిలర్ చాంద్ భాష మరియు వి.ఆర్ శ్రీను పాల్గొన్నారు.

మాదకద్రవ్యాలపై యుద్ధం ప్రకటించాలి !

మాదక ద్రవ్యాలను అరికట్టేందుకు చేస్తున్న ప్రయత్నాలు ఫలించడం లేదు. అడపాదడపా గంజాయిని, ఇతర మత్తు పదార్థాలను పట్టుకుంటున్నా..అదేమంత పెద్ద మొత్తంలో కాదని తెలుస్తోంది. చాపకింద నీరులా ఈ వ్యాపారం మూడుపువ్వులు ఆరుకాయలుగా విస్తరిస్తోంది. రోజూ ఎక్కడోచోట దాడుల్లో మత్తు పదార్థాలను పట్టుకుంటూనే ఉన్నారు. అయినా రవాణా ఆగడం లేదు. దొరికిన వారిని ఎన్‌కౌంటర్ చేస్తే తప్ప రవాణా ఆగదేమో అన్న ఆందోళన కలుగుతోంది. నిరుద్యోగులు దీనిని ఓ ఉపాధిగా ఎంచుకోవడం వల్లనే రవాణా సులభంగా మారింది. దీనికితోడు దీంతో డబ్బులు కూడా బాగా రావడంతో యువత దీనిని ఉపాధిగా ఎంచుకుని ఈ ఉచ్చులో దిగుతున్నారు. దీనికి ప్రభుత్వం అనుసరిస్తున్న విధానాలు కూడా ఓ కారణంగా చూడాలి. కేంద్ర రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు ఉమ్మడిగా పెద్ద ఎత్తున ఆపరేషన్ చేపట్టాల్సి ఉంది. యువత పెడమార్గం పట్టకుండా వారికి ఉపాధి చూపాలి. స్కూలుస్థాయిలోనే పిల్లల పట్ల తల్లిదండ్రులు జాగ్రత్త వహించాలి. కాలేజీల్లో నిఘా పెంచాలి. తెలుగు రాష్ట్రాల్లో ఈగల్ టీమ్‌లు పనిచేస్తున్నా పరిస్థితికి అడ్డుకట్ట పడడం లేదు. ముఖ్యంగా యువత మత్తుకు అలవాటు పడి దుర్మర్గాలకు దిగుతున్నారు. మత్తు మనిషిలోని విచక్షణను హరించి వేస్తోంది. ఎలాంటి దారుణాలకు దారి తీస్తుందో చెప్పటానికి అన్నమయ్య జిల్లా మదనపల్లెలో ఇటీవల జరిగిన బాలిక హత్యాచార దుర్మార్గం ఓ హెచ్చరిక కావాలి. ఇదొక్కటే కాదు ఇలాంటి ఘటనలు చాలానే జరుగుతున్నాయి. మత్తులో ఓ మైనార్ బాలికను కొందరు సామూహిక అత్యాచచరం చేసారు. అభంశుభం తెలియని పసిపాపను చిదిమేసిన ఘటనలో కులవర్ధన్ అనే దుర్మార్గుడు ఆత్మహత్ చేసుకున్నా సంతోషించడానికి లేదు. నెల్లూరు నగరంలో పట్టపగలే అందరూ చూస్తుండగానే- పెంచలయ్య అనే ప్రజాకళాకారుడిని గంజాయి మూక పొట్టన పెట్టుకొంది. నిజామాబాద్ జిల్లాలో ఎక్సైజ్ శాఖ కానిస్టేబుల్ సౌమ్యను ఈ ఏడాది జనవరిలో మత్తు మాఫియా కారుతో గుద్ది, ప్రాణాలు బలిగొంది. గంజాయికి అలవాటు పడ్డ ముఠాలు హత్యలకు, అత్యాచారాలకు పాల్పడుతున్న దారుణ ఉదంతాలు తరచూ చూస్తూనే ఉన్నాం. ఏ పార్టీ అధికారంలో ఉంటే ఆ పార్టీకి అంటకాగుతూ ఈ ముఠాలు తమ దౌర్జన్యాలను చెలాయిస్తున్నాయి. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఈ సమస్యను తీవ్రంగా పరిగణనలోకి తీసుకోవాలి. పైపై చర్యలతో ఈ గంజాయి సామ్రాజ్యం నశించిపోదని గ్రహించాలి. అన్ని రాజకీయ పార్టీలను కలుపుకొని ఒక ఖచ్చితమైన కార్యాచరణ రూపొందించాలి. గంజాయి, ఇతర మాదకద్రవ్యాలతో సంబంధం ఉన్న ముఠాలను పార్టీల నుంచి వెలివేయాలి. రాజకీయ దన్నుతో విర్రవీగుతున్న గంజాయి సామ్రాజ్యాన్ని సామాజికంగా, రాజకీయంగా అన్ని విధాలా ఒంటరిపాటు చేసినప్పుడే ? దాని నియంత్రణ, నిర్మూలన సాధ్యమవుతుంది. ఈ ఘటన యువతలో మార్పు తీసుకుని వస్తుందని అనుకోవడం భ్రమే అవుతుంది. తెలుగు రాష్ట్రాల్లో మాదక ద్రవ్యాల విచ్చలవిడి వినియోగం ఆందోళన కలిగించేలా ఉంది. దాని నియంత్రణకు,నిర్మూలనకు కట్టుదిట్టమైన చర్యలు తీసుకుంటున్నా లాభం లేకుండా పోతోంది. ఉభయ తెలుగు రాస్ట్రాల్లో వరుస ఘటనలు ఆందోళన కలిగిస్తున్నాయి. వరుసపెట్టి ఈ తరహా దారుణాలు జరుగు తున్నందుకు కఠిన చర్యలు తీసుకోకపోవటం క్షంతవ్యం కాదు. వరుసగా జరుగుతున్న చాలా నేరాల వెనుక మత్తు, మాదకద్రవ్యాలు విపరీతంగా పనిచేస్తున్నాయని ప్రభుత్వాలు గుర్తించాలి. నిందితుల ప్రాణాలు తీసేస్తోనో, జైల్లో వేస్తోనే, లేదా వారే తీసుకుంటేనో ఈ సమస్యకు పరిష్కారం దక్కదు. విస్తరిస్తున్న మాదక ద్రవ్యాల రవాణాను సవాల్‌గా తీసుకోవాలి. కూకటివేళ్లతో సహా పెకలించాలి. దానికి నిరంతరమైన, నిర్దిష్టమైన కార్యాచరణతో ప్రభుత్వాలు నిచేయాలి. అవసరమైతే ఉభయ తెలుగు రాష్ట్రాలు కలిసి పనిచేయాలి. ఇటీవల కాలంలో రాష్ట్రంలోనూ, దేశంలోనూ గంజాయి, ఇతర మాదక ద్రవ్యాల వినియోగం విపరీతంగా పెరిగిందనే వార్తలు ఆందోళన కలిగిస్తున్నాయి. పన్నెండేళ్ల వయసు పిల్లలు మొదలుకొని యువకుల వరకూ ఎక్కువగా వినియోగిస్తున్నట్టు అధికారిక లెక్కలు చెబుతున్నాయి. అందమైన భవిష్యత్తును నిర్మించుకోవాల్సిన విద్యార్థులు మత్తుకు బానిసలై జీవితాలను వ్యర్థం చేసుకుంటున్న ఉదంతాలు కోకొల్లలుగా ఉన్నాయి. మత్తు బానిసలను ఆ ఊబి నుంచి

బయటకు తెచ్చే వైద్యానికే దేశంలో ఏటా రూ.15 వేల కోట్ల ఖర్చవుతుందని ఒక అంచనా. చికిత్సకు వెళ్లకుండానే కొందరు మత్తులనే కుప్పకూలి పోతున్నవారు దేశంలో 2003 - 2013 మధ్య పోలీసు తనిఖీల్లో రూ.40 వేల కోట్ల విలువైన 26 లక్షల కేజీల మాదకద్రవ్యాలు పట్టుబడితే- తరువాతి పదేళ్ల కాలంలో అంటే 2014

- 2025 మధ్య కాలంలో రూ.1.65 లక్షల కోట్ల విలువైన కోటి కిలోల మాదకద్రవ్యాలు దొరికాయి. విచ్చలవిడిగా పెరుగుతున్న మత్తు ద్రవ్యాల వినియోగానికి ఈ గణాంకాలు ఒక ఉదాహరణ. దొరికిన మాదకద్రవ్యాలే ఇంత పెద్దఎత్తున ఉంటే దేశమంతా విస్తరించి వినియోగమైనది ఎంత ఉంటుందో ఊహించవొచ్చు! మాదకద్రవ్య వినియోగం తొలుత సరదాగా మొదలై, ఉత్తేజం ఇస్తున్నట్టుగా అనిపించి, తరువాత మనిషి సర్వ శారీరక వ్యవస్థలనూ నిర్వీర్యం చేస్తుంది. మత్తుకు బానిసయ్యేలా మార్చేసి, విచక్షణను, వివేచనను చంపేస్తుంది. సామాజిక కట్టుబాట్లను, నాగరిక విలువలను కాలదన్ని, మనిషిని మృగంలా మార్చేస్తుంది. ఫలితంగా తీవ్రమైన నేరాలూ, దారుణాలు చోటు చేసుకుంటున్నాయి. మాదకద్రవ్యాల కారణంగా ఎన్నో కుటుంబాలు అస్తవ్యస్త మవుతున్నాయి. ముఖ్యంగా నైజీరియాన్స్ వీసా గడవువ ముగిసినా ఇక్డే తిష్టవేసి మత్తు వ్యాపారం చేస్తున్నారు. వీరిని ముందుగా గుర్తించాలి. మత్తు పదార్థాల రవాణను అరికట్టేందుకు ఆపరేషన్ చేపట్టాల్సిందే. ఇందుకోసం పెద్ద ఎత్తున బలగాలను వినియోగించాలి. యువతను కాపాడుకోవడానికి ఎంత కఠినమైన చర్యలకైనా వెనకాడరాదు.

డంప్ యార్డులో బాలిస్టిక్ సెపరేటర్ మిషన్‌ను ప్రారంభించిన

ఉత్తేజిత ప్రతినిధి నందికొట్కూరు ఫిబ్రవరి 23 :

: చెత్త రహిత పట్టణంగా తీర్చిదిద్దడమే మరియు రైతులకు మేలు చేయడమే ప్రభుత్వ లక్ష్యం

:మున్సిపల్ చైర్మన్ దాసి సుధాకర్ రెడ్డి

నందికొట్కూరు మున్సిపాలిటీ పరిధిలోని డంపింగ్ యార్డులో సంవత్సరాల తరబడి పేరుకుపోయిన చెత్తను అధునాతన "బాలిస్టిక్ సెపరేటర్" మిషన్ ద్వారా క్లీన్ చేస్తున్నట్లు మున్సిపల్ చైర్మన్ దాసి సుధాకర్ రెడ్డి మరియు మున్సిపల్ కమీషనర్ జి. వెంకటరామి రెడ్డి మీడియా సమావేశంలో తెలిపారు."బాలిస్టిక్ సెపరేటర్ మిషన్ ను ప్రారంభించిన సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ, "యార్డులోని పాత వ్యర్థాలను మిషన్ ద్వారా ప్రాసెస్ చేసి, అందులోని ?"ప్లాస్టిక్ కవర్లు, సీసాలు,రాళ్లు, గాజు ముక్కలు,లోహపు వస్తువులు,?వంటి అశుద్ధులను పూర్తిగా తొలగించడం జరుగుతుంది అని అన్నారు. ఈ ప్రక్రియ తర్వాత లభించే శుద్ధమైన మట్టి (ఫైన్ సోయిల్) లో పోషక విలువలు అధికంగా ఉంటాయని, దీనిని పొలాల్లో ఎరువుగా వాడుకోవడం వల్ల భూమి సారవంతం అవుతుందని పేర్కొన్నారు. ఈ మట్టిని వాడటం వల్ల రసాయనిక ఎరువుల ఖర్చు తగ్గుతుంది. ఆసక్తి గల రైతులు ఈ అవకాశాన్ని ఉపయోగించుకుని, తమ పొలాలకు ఈ ఎరువును తరలించుకోవాలని కోరారు. మరిన్ని వివరాల కోసం నందికొట్కూరు మున్సిపల్ కార్యాలయంలో కానీ, లేదా నేరుగా డంపింగ్ యార్డు వద్ద గానీ సంప్రదించవచ్చు రైతు సోదరులకు మీడియా ద్వారా తెలియజేశారు.?"పర్యావరణ పరిరక్షణలో భాగంగా చెత్త రహిత పట్టణంగా తీర్చిదిద్దడమే కాకుండా, రైతులకు మేలు చేయడమే మా లక్ష్యం." అని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో మున్సిపల్ కౌన్సిలర్ లు పి.చాంద్ భాష, లాలు ప్రసాద్, వి.ఆర్ శ్రీను, మున్సిపల్ డీఈఈ నాసీర్, ఏఈ దినేష్ కుమార్ పాల్గొన్నారు.

దిగుమతులపై సుంకాల విధింపు నిలిపివేత

వాషింగ్టన్: దిగుమతులపై సుంకాల విధింపును మంగళవారం నుంచీ నిలిపి వేయనున్నామని అమెరికా కస్టమ్స్ శాఖ తాజాగా ఒక ప్రకటనలో తెలిపింది. ఆర్థిక ఎమర్జెన్సీ పేరిట ట్రంప్ ప్రభుత్వం విధిస్తున్న సుంకాలు చెల్లవంటూ అమెరికా సుప్రీం కోర్టు ఇటీవల తీర్పునిచ్చిన నేపథ్యంలో యూఎస్ కస్టమ్స్ అండ్ బోర్డర్స్ ప్రొటెక్షన్ శాఖ ఈ ప్రకటన విడుదల చేసింది. ఇంటర్నేషనల్ ఎమర్జెన్సీ ఎకనమిక్ పవర్స్ చట్టం కింద సుంకాల వసూళ్లను నిలిపివేస్తున్నట్టు తెలిపింది. అమెరికా కాలమానం ప్రకారం, మంగళవారం అర్ధరాత్రి 12.01 నుంచి ఇది అమల్లోకి వస్తుందని పేర్కొంది. సుప్రీం కోర్టు తీర్పు వెలువడిన మూడు రోజులకు కస్టమ్స్ శాఖ ఈ ప్రకటన విడుదల చేసింది. వెంటనే సుంకాల వసూలును ఎందుకు నిలిపివేయలేదో చెప్పలేదు. ఇప్పటివరకూ వసూలు చేసిన సుంకాల డబ్బును రీఫండ్ చేయడంపై కూడా క్లారిటీ ఇవ్వలేదు. అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్ దిగుమతులపై కొత్తగా 10 శాతం కనీస సుంకాన్ని ప్రకటించిన విషయం తెలిసిందే. తాజాగా దాన్ని 15 శాతానికి పెంచారు. ఐఈఈపీఏ చట్టానికి బదులు వాణిజ్య చట్టం-1974లోని సెక్షన్ 122 కింద సర్‌చార్జ్ పేరిట ఈ సుంకాలకు తెరతీశారు. అయితే, అమెరికా చట్టసభల అనుమతి లేనిదే వీటిని కూడా 150 రోజులకు మించి పొడిగించే అవకాశం లేదు. ఇక జాతీయ భద్రత పేరిట స్టీల్, అల్యూమినియం, సెమీకండక్టర్స్, ఆటో రంగాలపై గతంలో విధించిన సుంకాలనూ ట్రంప్ కొనసాగిస్తున్నారు. ఈ నేపథ్యంలో శాశ్వత ప్రాతిపదికన సుంకాలు విధించేందుకు మార్గాలను అన్వేషించాలని వాణిజ్య విభాగానికి ఆయన సూచించినట్టు అంతర్జాతీయ మీడియాలో కథనాలు వెలువడ్డాయి. ఇకపోతే సుంకాల విధింపు చెల్లదంటూ అమెరికా సుప్రీం కోర్టు తీర్పు నేపథ్యంలో ట్రంప్ ప్రభుత్వానికి కొత్త చిక్కులు మొదలయ్యాయి. సుంకాల వల్ల ఇప్పటివరకూ అధిక ధరలు చెల్లించిన అమెరికన్ కస్టమర్లు తమకు రీఫండ్స్ కావాలని పట్టుబడుతున్నారు. ఈ జాబితాలో ట్రంప్ రాజకీయ ప్రత్యర్థులతో పాటు కార్పొరేట్ కంపెనీలు కూడా ఉన్నాయి. అయితే, ఈ పక్రియ అంత సులభం కాదని అక్కడి నిపుణులు చెబుతున్నారు. తాను విధించిన సుంకాల భారం విదేశీ ఎగుమతిదారులపై తప్ప సామాన్య అమెరికన్లు, అమెరికా దిగుమతి దారులపై లేదని ట్రంప్ ఇప్పటివరకూ చెబుతూ వచ్చారు. అయితే, ఆయన రాజకీయ ప్రత్యర్థులు మాత్రం ఈ వాదనతో మొదటి నుంచీ విభేదిస్తున్నారు. అధిక సుంకాల భారాన్ని సామాన్య అమెరికన్లే భరించాల్సి వచ్చిందని మండిపడేవారు. ఇక సుప్రీం తీర్పు తరువాత ఇల్లినాయ్ రాష్ట్ర గవర్నర్ సుంకాల రీఫండ్స్ కోరుతూ ట్రంప్‌నకు బిల్లులు పంపించారు. సుంకాల కారణంగా తమ రాష్ట్రం 9 బిలియన్ డాలర్లు అధికంగా చెల్లించాల్సి వచ్చిందని అన్నారు. తమ రాష్ట్రంలోని ఒక్కో కుటుంబంపై సగటున 1,700 డాలర్ల అదనపు భారం పడిందని అన్నారు. ఇక కార్పొరేట్ కంపెనీలు కూడా రీఫండ్స్‌కు సిద్ధమవుతున్నాయి. కాస్ట్‌కో, రెవ్లాన్ వంటి పలు సంస్థలు ఇప్పటికే కేసులు దాఖలు చేశాయి. ఇప్పటివరకూ ట్రంప్ ప్రభుత్వం సుంకాల పేరిట 133 బిలియన్‌ల నుంచి 175 బిలియన్ డాలర్ల మేర వసూలు చేసి ఉంటుందని అమెరికా వర్గాలు భావిస్తున్నాయి. సుంకాల డబ్బులో ఎంతో కొంత తిరిగిస్తామని ట్రంప్ వర్గం ఇప్పటికే పలుమార్లు తెలిపింది. అయితే, ఇది అంత ఆషామాషీ వ్యవహారం కాదని అక్కడి నిపుణులు చెబుతున్నారు. సామాన్య ప్రజలకు నేరుగా రీఫండ్స్ అందే అవకాశాలు తక్కువని ట్రెజరీ సెక్రెటరీ స్కాట్ బెస్సెంట్ కూడా పేర్కొన్నారు. రీఫండ్స్‌లో అధికభాగం దిగుమతిదారులు, అమెరికన్ కంపెనీలకే వెళుతుందని చెబుతున్నారు. విదేశీ ఉత్పత్తుల దిగుమతి సమయంలో వీరే కస్టమ్స్ శాఖకు నేరుగా సుంకాల రూపంలో అధిక ధరలను చెల్లించారని వివరిస్తున్నారు. రీఫండ్స్ పక్రియ కూడా సంక్లిష్టంగా ఉంటుందని ఇప్పటికే జస్టిస్ ఏమీ కోనీ బేరెట్, జస్టిస్ బ్రెట్ కేవనా హెచ్చరించారు. ఈ విషయంలో కోర్టు కేసులు కొలిక్కి వచ్చేసరికి రెండు నుంచి నాలుగేళ్ల సమయం పడుతుందని ట్రంప్ కూడా ఇటీవల ఓ సందర్భంలో స్వయంగా అంగీకరించారు. వేల కొద్ది దిగుమతిదారుల రిఫండ్స్ అభ్యర్థనలను పరిశీలించడం కస్టమ్స్ శాఖకూ భారంగా మారుతుందని అంటున్నారు. ఇక అంతర్జాతీయ స్థాయిలో కూడా ట్రంప్ సర్కారు పలు కేసులు ఎదుర్కోవాల్సి వస్తుందని వాణిజ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. న్యూయార్క్ ఫెడ్, జేపీ మోర్గన్, కీల్ ఇన్‌స్టిట్యూ?ట్ అంచనా ప్రకారం, కస్టమ్స్ శాఖ వసూలు చేసిన సుంకాల్లో 90 నుంచి 96 శాతం అమెరికన్ల జేబుల్లోంచే వెళ్లాయి. భారత్, చైనా, మెక్సికో లాంటి దేశాలు తమ ఉత్పత్తుల ధరల తగ్గింపు రూపంలో 4-10 శాతం మాత్రమే సుంకాల భారాన్ని భరించాయి.

తిరుమలలో నాకాబందీ

తిరుమల: తిరుమలలో యాత్రికుల భద్రతను దృష్టిలో ఉంచుకుని అసాంఘిక కార్యకలాపాలపై ఉక్కుపాదం మోపేందుకు తిరుపతి జిల్లా పోలీస్ శాఖ పటిష్ట చర్యలు చేపట్టింది. తిరుమల డీఎస్పీ పర్యవేక్షణలో బాలాజీ నగర్ ప్రాంతంలో విస్తృత స్థాయి నాఖాబందీ కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో పోలీస్ శాఖతో పాటు టీటీడీ విజిలెన్స్, ఏపీ ఫారెస్ట్, టీటీడీ ఫారెస్ట్, ఫైర్ శాఖ, టీటీడీ రెవెన్యూ, రెవెన్యూ శాఖ, బిడి టీమ్స్, ఎక్సైజ్ శాఖ, హెల్త్ శాఖలకు చెందిన సుమారు 90 మంది సిబ్బంది పాల్గొన్నారు. మొత్తం 6 ప్రత్యేక బృందాలుగా ఏర్పడి ఏకకాలంలో బాలాజీ నగర్ ప్రాంతంలో క్షుణ్ణంగా తనిఖీలు నిర్వహించారు. తనిఖీలలో భాగంగా టీటీడీ కేటాయించిన నివాసాల్లో అనుమతిపొందిన వ్యక్తులే ఉంటున్నారా లేదా కొత్త వ్యక్తులు అనుమానాస్పదంగా నివసిస్తున్నారా అనే కోణంలో పరిశీలన చేపట్టబడింది. ప్రతి విభాగం వారు తమ తమ శాఖలకు సంబంధించిన అంశాలపై సమగ్ర తనిఖీలు నిర్వహించారు. ఈ నాఖాబందీ కార్యక్రమంలో మొత్తం 820 ఇళ్లను తనిఖీ చేయగా, సరైన గుర్తింపు కార్డులు లేని 16 మంది అనుమానితులను అదుపులోకి తీసుకు న్నారు. అలాగే గుర్తింపు పత్రాలు లేని 11 వాహనాలను స్వాధీనం చేసుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా పోలీసు అధికారులు స్థానికులతో సమావేశమై, తమ ఇళ్లను అపరిచిత వ్యక్తులకు బాడుగకు ఇవ్వవద్దని, సరైన గుర్తింపు లేకుండా ఎవరినీ పనులకు నియమించవద్దని సూచించారు. తిరుమల పవిత్రతకు భంగం కలిగించే విధంగా ఎవరూ ప్రవర్తించరాదని స్పష్టం చేశారు.

షుగర్ లెవల్స్ పెరగకుండా..

క్రిస్మస్ రానే వచ్చింది. క్రిస్టియన్స్‌కి అతి పెద్ద పండుగ అయిన ఈ రోజున చాలా మంది స్వీట్స్ తింటారు. అలాంటప్పుడు షుగర్ ఉన్నవారు ఎలాంటి జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలో తెలుసుకోండి. క్రిస్మస్, న్యూ ఇయర్‌కి షుగర్ లెవల్స్ పెరగకుండా ఇలా కంట్రోల్ చేసుకోండి.. క్రిస్మస్, న్యూ ఇయర్ బ్యాక్ టూ బ్యాక్ వస్తుంటాయి. ఈ టైమ్‌లో చాలా మంది స్వీట్స్‌తో సెలబ్రేట్ చేసుకుంటారు. అలాంటప్పుడు షుగర్ పెరిగే అవకాశం ఉంది. కాబట్టి, షుగర్ టెస్ట్ చేసుకోవడం ద్వారా మధుమేహాన్ని అదుపులో ఉంచుకోవాలి. షుగర్ ఉన్నవారు తమ ఆరోగ్యం పట్ల మరింత జాగ్రత్త తీసుకోవాలి. డాక్టర్ సూచించిన టైమ్‌కి ట్యాబ్లెట్స్ తీసుకోవడం, ఇన్సులిన్ తీసుకోవాలి. ఆహారం విషయంలో కూడా జాగ్రత్తలు పాటించాలి. అందులో కొన్ని టిప్స్ ఫాలో అవ్వాలి. అవేంటో తెలుసుకోండి.

స్వీట్స్ తినే ముందు..
దీంతో షుగర్ లెవల్స్ బ్యాలెన్స్ అవుతాయి. తిన్న వెంటనే షుగర్ లెవల్స్ పెరగవు. అయితే, షుగర్ కంట్రోల్ అవ్వని వారు భోజనానికి ముందు, తర్వాత షుగర్ లెవల్స్‌ని చెక్ చేసుకోవాలి. డైట్‌లో ఏం తినాలి.. వీలైనంత వరకు రెగ్యులర్ డైట్ ఫాలో అవ్వాలి. డైట్‌లో సాధారణ కార్బోహైడ్రేట్స్ తీసుకోండి.

గ్రిల్డ్ చికెన్, చేపలు, కూరగాయలు తీసుకోవచ్చు. సలాడ్ తినొచ్చు. జంక్ ఫుడ్ అవాయిడ్ చేయడం మంచిది. హైడ్రేటెడ్.. అదే విధంగా శరీరానికి సరిపడా నీటిని తీసుకోండి. ఇది డీహైడ్రేషన్ అవ్వకుండా కాపాడుతుంది. తక్కువ కేలరీలను వినియోగిస్తుంది. చక్కెర, ఉప్పుని తగ్గిస్తుంది. శరీరం డీహైడ్రేట్ అయితే గ్లూకోజ్ కంటెంట్ స్పీడ్‌గా మీ బాడీపై ఎఫెక్ట్ చూపిస్తుంది. అందుకే షుగర్ ఉన్నవారికి ఎక్కువగా దాహం ఉంటుంది. టైమ్‌కి తినడం.. ఫెస్టివల్ సీజన్‌లో సాధారణంగా పనిలో పడి తినరు. కానీ అలా చేయొద్దు. ఇలా భోజనం మానేస్తారు. దీని వల్ల షుగర్ లెవల్స్ మారుతుంటాయి. దీంతో వికారం, విరోచనాలు కూడా అయ్యే అవకాశం ఉంటుంది.

స్నాక్స్ ఫ్రై చేసిన నూనెని ఇలా క్లీన్ చేయండి..

మనం సాధారణంగా చాలా పదార్థాలని నూనెలో ఫ్రై చేస్తుంటాం. ఈ నూనెని మళ్ళీ వాడాలంటే అందులో కొన్ని మిగిలిన పదార్థాలు అలానే ఉండిపోతాయి. ఈ నూనెని ఎలా క్లీన్ చేయాలో ఇప్పుడు చూద్దాం.

మనం స్నాక్స్ చేసినప్పుడు గిన్నె అడుగు భాగంలో నూనె అలా ఉండిపోతుంది. దీనిని పూర్తిగా క్లీన్ చేయాలంటే కొన్ని ఈజీ టిప్స్ ఉన్నాయి. దీని వల్ల గిన్నెలో మిగిలిన నూనెని క్లీన్ చేయొచ్చు. పైగా అడుగు భాగంలోని నూనెని కూడా పూర్తిగా వాడుకోవచ్చు. అదెలానో ఇప్పుడు చూద్దాం.

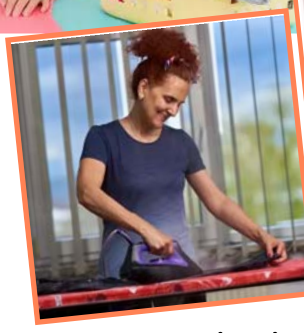
కార్న్‌ఫ్లోర్.. ముందుగా కార్న్‌ఫ్లోర్ తీసుకోండి. అందులో కొద్దిగా నీరు కలిపి బజ్జీ పిండిలా చేయాలి. దీనిని మరిగే నూనెలో వేయండి. అప్పుడు అది నూనె అడుగు భాగంలోకి వెళ్ళి పిండి తాలుకూ అవశేషాలను అతుక్కునేలా చేస్తాయి. దీంతో ఈజీగా వాటిని బయటికి తీసేస్తే పదార్థాల తాలుకూ మొత్తం అవశేషాలు వచ్చేసి నూనె క్లీన్ అవుతాయి.

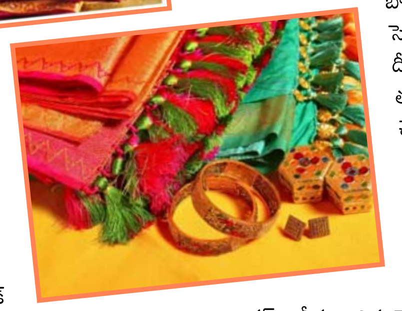
మిగిలిన నూనెలో.. అదే విధంగా ఇప్పుడు క్లీన్ అయిన నూనెని మనం తీసి వాడుకోవచ్చు. ఇప్పుడు అడుగు భాగంలోని నూనె కూడా వేస్ట్ అవ్వొద్దనుకుంటే అందులో ఆమ్లెట్, దోశలు వేయొచ్చు. దీని వల్ల వల్ల నూనె మొత్తం మనం వాడినట్లుగా అవుతుంది.

గిన్నెని క్లీన్ చేయండి.. ఇప్పుడు ఈ గిన్నెల్ని మనం నిమ్మరసం, సబ్బుతో కలిపి క్లీన్ చేస్తే గిన్నె మొత్తం క్లీన్ అవుతుంది. జిడ్డు కూడా ఉండదు.

ఇవి మరువొద్దు.. అయితే, ఒక్కటి గుర్తుపెట్టుకోండి. ఒకసారి వాడిన నూనెని మరోసారి ఉపయోగించకపోవడమే మంచిది. ఈ నూనెని మళ్ళీ మళ్ళీ వాడడం వల్ల ఆరోగ్య సమస్యలొస్తాయి. కాబట్టి ఫ్రై చేసేటప్పుడే తక్కువ పరిమాణంలో ఫ్రై చేయడం, చేయాలి. ఎయిర్ ఫ్రైయర్స్ వాడండి. దీని వల్ల ఎక్కువగా నూనె వేస్ట్ అవ్వొదు. నూనె పదార్థాలు ఎక్కువగా వాడడం వల్ల అధిక బరువు, కొలెస్ట్రాల్ పెరుగుతుంది. అందుకే, వీలైనంత వరకూ ఈ ఆయిలీ ఫుడ్స్, స్నాక్స్‌కి దూరంగా ఉండడం మంచిది.

పట్టు చీరలు ఇస్త్రీ చేసేటప్పుడు మర్చిపోవద్దు..





పట్టు చీరలు కట్టుకుంటే ఎంత బావుంటాయో అంతే అందంగా మెంటెయిన్ చేయాలి. ఇందులో భాగంగా వీటిని ఇస్త్రీ చేయాలంటే కొన్ని టిప్స్ ఫాలో అవ్వాలి. అవేంటో తెలుసుకోండి. ఇస్త్రీచేస్తే బట్టలు కొత్తవాటిలా మెరుస్తాయి. అందుకే పట్టు చీరలు ఎప్పటికీ కొత్తగా కనిపించాలంటే కొన్ని టిప్స్ ఫాలో అవ్వాలి. అందులో ఐరన్ కూడా ఒకటి. ఇంట్లోనే ఇస్త్రీ చేయాలంటే కొన్ని టిప్స్ ఫాలో అవ్వాలి. దీంతో పట్టు చీరలు ఎప్పటికీ కొత్తవాటిలానే కనిపిస్తాయి.

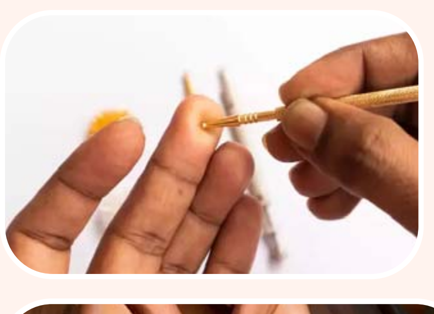
లేబుల్ చెక్ చేయడం.. ముందుగా పట్టు చీరలు కొనేటప్పుడే వాటి గురించి అడిగి తెలుసుకోండి. ఇస్త్రీ చేయొచ్చో లేదో అడిగండి. లేబుల్ ఉంటే దానిని చెక్ చేయండి. దీంతో చీరలు పాడవ్వకుండా చూడొచ్చు.

కాటన్ క్లాత్.. ఏదైనా పట్టు చీరలు ఐరన్ చేసేటప్పుడు వాటిపై కాటన్ క్లాత్ ఉంచి వాటిపై నుంచి ఐరన్ చేయండి. అప్పుడు ఎలాంటి ఇబ్బంది లేకుండా చీరలు కూడా చక్కగా ఐరన్ అవుతాయి.

సెట్టింగ్.. అదే విధంగా ఈ చీరల్ని ఐరన్ చేసేటప్పుడు ఐరన్ బాక్స్‌లోని సిల్క్ సెట్టింగ్ చేయాలి. దీని వల్ల చీరలకి తగ్గట్టుగా ఐరన్ చేయొచ్చు. అందుకే అందులోని సిల్క్ సిట్టింగ్ చేయండి.

ముందుగా బార్డర్.. చీరలు ఎప్పుడైనా ముందుగా బార్డర్ నుంచి ఐరన్ చేయాలి. తర్వాత చీరని మధ్యలో ఐరన్ చేయండి. అలా చేయడం వల్ల చీర చక్కగా ముడతలు పోతాయి. అయితే, ఎక్కువసేపు ఒకే దగ్గర పెట్టొద్దు. చీర కొంగుని మడిచి చక్కగా ఇరన్ చేయండి. చీర కొంగులో ఇలాంటి ఎలాంటి ముడతలు లేకుండా ఐరన్ చేయండి. ఐరన్ అయ్యాక.. ఐరన్ చేశాక చీరని మడతపెట్టొద్దు. హ్యాంగర్‌కి పెట్టి వేలాడదీయండి. అంతేకానీ, డ్రాయర్‌లో పెట్టొద్దు. దీంతో ఇలా ముడతలు ఏర్పడతాయి. అదే విధంగా, వీటిని ప్లాస్టిక్ కవర్‌లో పెట్టొద్దు. దీని వల్ల తేమ వస్తుంది. కాబట్టి, అలా పెట్టొద్దు.

పెయిన్ కిల్లర్స్ వాడే బదులు వీటిని అప్లై చేస్తే నొప్పులు తగ్గుతాయ్..



మనకి కొన్నిసార్లు విపరీతమైన బాడీ పెయిన్స్ ఉంటాయి. అవి తగ్గించేందుకు పెయిన్ కిల్లర్స్ వాడుతుంటారు. వాటి వల్ల సైడ్ ఎఫెక్ట్స్ వస్తాయి. అలా కాకుండా ఉండాలంటే కొన్ని టిప్స్ ఫాలో అవ్వొచ్చు. అవేంటో తెలుసుకోండి.

పెయిన్ కిల్లర్స్ వాడే బదులు వీటిని అప్లై చేస్తే నొప్పులు తగ్గుతాయ్.. కడుపు నొప్పి, తలనొప్పి ఇతర నొప్పులతో చాలా మంది బాధపడతారు. దీనికి అప్పటికప్పుడు రిలాక్స్ అయ్యేందుకు పెయిన్ కిల్లర్స్ వాడతారు. దీని వల్ల చాలా ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటారు. సైడ్ ఎఫెక్ట్స్ వస్తుంటాయి. అలా కాకుండా నొప్పుల నుండి రిలాక్స్ అవ్వాలంటే కొన్ని మెడిసిన్స్ కాకుండా కొన్నిసహజ పద్ధతులు వాడొచ్చు. అవేంటో తెలుసుకోండి.

అల్లం, పసుపు.. అల్లంని మెత్తగా చేసి అందులో పసుపు కలిపి అప్లై చేయాలి. దీని వల్ల యాంటీ ఇన్‌ఫ్లమేటరీ లక్షణాలు సహజ నొప్పి నివారణిగా పనిచేస్తాయి. మంటను తగ్గించేందుకు నొప్పిని తగ్గించడంలో ఈ రెండు బాగా పనిచేస్తాయి.

కోల్డ్ కంప్రెస్.. నొప్పి, వాపుని తగ్గించేందుకు కోల్డ్ కంప్రెస్ ఓ సాధారణ, ఎఫెక్టివ్ మార్గం. ఓ ఐస్ క్యూబ్‌ని ఓ క్లాత్‌లో చుట్టి నొప్పిని ఉన్న ప్లేస్‌లో అప్లై చేస్తే రక్త నాళాలు శాంతించి వాపు, బెణుకులు తగ్గుతాయి. దీని వల్ల తీవ్రమైన గాయాలు కూడా తగ్గుతాయి. స్కిన్ ప్రాబ్లమ్ రాకుండా ఉండేందుకు ఒక్కోసారి 15 నుంచి 20 నిమిషాల పాటు ఉంచాలి.

ఆయిల్ మసాజ్.. అరోమాథెరపీ, లావెండర్, పిప్పర్‌మెంట్, యూకలిప్టస్ వంటి ఆయిల్స్‌ని మసాజ్ చేస్తే నొప్పి, ఒత్తిడి తగ్గుతుంది. అందుకోసం మీరు ఇష్టపడే నూనె తీసుకుని నొప్పి ఉన్న చోట మసాజ్ చేయండి. దీనిని వాసన ఒత్తిడిని తగ్గిస్తుంది. దీని వల్ల నొప్పి చాలా వరకూ తగ్గుతుంది.

ఆక్యుపంక్చర్.. ఇది చైనీస్ బెస్ట్ ఆక్యుపంక్చర్.. దీని వల్ల నొప్పి తగ్గుతుంది. శరీర నరాలను శాంతపరుస్తుంది. ఇది జీవశక్తిని కూడా ఉంచుతుంది. కొన్ని సూదులలాంటి వస్తువులతో వేళ్ళపై ఒత్తిడితో ఈ పద్ధతులు నొప్పిని ఎఫెక్టివ్‌గా తగ్గిస్తాయి.

స్పెషల్ దోశ.. చేయడం కూడా ఈజీనే..

కుట్టు కా ఆటా లేదా బుక్వీట్ పిండి ఉపవాస కాలంలో ఎక్కువగా తీసుకునే ఫుడ్. ఇది ఎంతో హెల్దీ అంతే టేస్టీ కూడా.. దీనిని తయారు చేసుకోవడం కూడా అంతే ఈజీ మరి ప్రాసెస్ ఏంటో తెలుసుకోండి. బుక్వీట్ అనేది పండ్ల విత్తనం, ఇది సోరెల్, నాట్వీడ్, ర్హుబర్బ్ లకు సంబంధించినది. నవరాత్రి ఉపవాస సమయంలో ఇది తినొచ్చు. బుక్వీట్లో మొత్తం తొమ్మిది ముఖ్యమైన అమైనో ఆమ్లాలు ఉన్నాయి. ఇవి మన శరీరం యొక్క ప్రోటీన్ యొక్క బిల్డింగ్ బ్లాక్స్. ఇందులో ఫైబర్, యాంటీఆక్సిడెంట్స్, మెగ్నీషియం కూడా పుష్కలంగా ఉంటాయి. దీంతో ఆరోగ్యకరమైన వంటకాలు చేసుకోవచ్చు. కుట్టు ఉపవాసం సమయంలో సాధారణ పిండికి సరైన ప్రత్యామ్నాయం, ఎందుకంటే ఇది చాలా మంచిది! కుట్టుతో మీరు ఏమి చేయాలో అని ఆలోచిస్తున్నట్లయితే, అద్భుతంగా దోస చేయొచ్చు. అదే ఎలా చెయ్యాలో ఇక్కడ ఉంది.

దక్షిణ భారత ఆహారంలో దోశ ఆరోగ్యకరమైన, తేలికపాటి, రుచికరమైనది. ఇది అల్పాహారంగా లేక భోజనం బదులు కూడా తీసుకోవచ్చు. సాధారణంగా దోశను మినపపిండి, బియ్యం పిండితో తయారు చేస్తారు. ఉపవాస వ్రతంలో తినే పిండి మరియు పదార్థాల కలయికను ఉపయోగించి దోస పిండిని తయారు చేయొచ్చు. కుట్టు కా దోస యొక్క ఈ రెసిపీలో, లోపల పెట్టడం కోసం బంగాళాదుంప, రాక్ సాల్ట్‌తో తయారు చేస్తారు. ఈ పిండిలో అర్బి, బుక్వీట్ పిండి, ఎర్ర కారం, పచ్చిమిర్చి మరియు ఉప్పు ఉండటం వల్ల మెత్తగా ఉంటుంది. పిండి ఉడికించి, లోపల వేయించిన బంగాళాదుంపతో చేసిన కూరను పెట్టి పాన్ మీద కాలుస్తారు.

తయారీ విధానం: కుట్టు కా దోస కు కావలిసిన పదార్థాలు:
పొటాటో ఫిల్లింగ్ కోసం: ఉడకబెట్టిన మూడు బంగాళాదుంపలు నెయ్యి వేయించడానికి సరిపడా, ఉప్పు రుచికి సరిపడా, అర టీస్పూన్ కారం, అర టీస్పూన్ తరిగిన అల్లం
దోశ కోసం: 5 టేబుల్ స్పూన్ల బుక్వీట్ పిండి కుట్టు, 2 టేబుల్ స్పూన్ల ఉడకబెట్టిన అర్బి (కోలోకాసియా), ఉప్పు రుచికి సరిపడా.. అర టీస్పూన్ అజ్వైన్ (క్యారమ్ సీడ్స్), అర టీస్పూన్ కారం 1 స్పూన్ తరిగిన అల్లం, 1 స్పూన్ తరిగిన పచ్చిమిర్చి, కాచిన నెయ్యి కొంచెం.

పొటాటో ఫిల్లింగ్ తయారీ విధానం: బాణలిలో నెయ్యి వేడి చేసి, బంగాళాదుంపలను చూర్ణం చేసి మిగిలిన పదార్థాలలో కలపాలి. బంగాళదుంప మిశ్రమాన్ని లేత గోధుమ రంగు వచ్చేవరకు కొన్ని నిమిషాలు వేపాలి. వేపిన బంగాళాదుంప మిశ్రమాన్ని బయటకు తీసి పక్కన ఉంచండి.

దోశ తయారీ విధానం: ఒక గిన్నెలో, అర్బీని మాష్ చేసి పిండి మరియు ఉప్పుతో కలపండి. కొంచెం నీరు వేసి బాగా కలపాలి. అజ్వైన్, కారం, అల్లం, పచ్చిమిర్చి వేసి మళ్లీ కలపాలి. పిండి మృదువుగా జాలువారే వరకు నీటిని జోడించి, కలపండి. ఒక ఫ్లాట్ పాన్ వేడి చేసి, దానిపై కొంచెం నెయ్యి వేసి, దోస వెయ్యండి. కొన్ని నిమిషాలు ఉడికించనివండి, అంచులు క్రిస్పీగా రావాలంటే చుట్టూ ఎక్కువ నెయ్యి వెయ్యండి. ఇప్పుడు దోసను తిప్పండి మరియు మరొక వైపు ఉడికించాలి. ఇప్పుడు పైన కొంత పొటాటో ఫిల్లింగ్ కొంచెం వేసి ఉంచండి. తరువాత దోసను మడవండి. పుదీనా మరియు కొబ్బరి పచ్చడితో తింటే చాలా బాగుంటుంది.

ముల్లంగి ఆకులు పారేస్తున్నారా..?

శీతాకాలంలో ముల్లంగి ఎక్కువగా దొరుకుతుంటుంది. ముల్లంగి పచ్చడి, పరాటాలు, సలాడ్, ముఖ్యంగా సాంబార్ ముల్లంగి వేస్తే.. చాలా ఇష్టంగా తింటారు. చాలామంది ముల్లంగి దుంపను వంటకు వాడి.. ముల్లంగి ఆకులను చెత్తగా భావించి బయట పారేస్తూ ఉంటారు. మీరూ ఈ కోవకు చెందితే.. పెద్ద తప్పు చేస్తున్నట్లే. ముల్లంగి ఆకుల్లో పోషకాలు సమృద్ధిగా ఉంటాయని నిపుణులు అంటున్నారు. ఈ ఆకుల్లో విటమిన్ కె, విటమిన్ సి, ఐరన్, మెగ్నీషియం, ఫోలేట్, కాల్షియం వంటి పోషకాలు నిండి ఉంటాయి. ముల్లంగి అకుల రుచి కూడా అద్భుతంగా ఉంటాయి. ముల్లంగి ఆకులతో పప్పు, కర్రీ, పరాటా, ముల్లంగి ఆకులు ఆలూ కర్రీ ఇలా రకరకాలు వండుకోవచ్చు. ముల్లంగి ఆకులు మన ఆహారంలో చేర్చుకుంటే.. అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు పొందవచ్చని నిపుణులు అంటున్నారు.

ముల్లంగి ఆకుల్లో ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది. ఇది జీర్ణవ్యవస్థ పనితీరును మెరుగుపరుస్తుంది. పేగుల కదలికలను సులభతరం చేస్తుంది. మలబద్ధకం, ఎసిడిటీ, కడుపు ఉబ్బరం వంటి సమస్యల నుంచి రక్షిస్తుంది. మీరు జీర్ణ సమస్యల కారణంగా ఇబ్బంది పడుతుంటే.. మీ డైట్‌లో ముల్లంగి ఆకులను కచ్చితంగా చేర్చుకోండి.

రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది.. శీతాకాలంలో రోగనిరోధక శక్తి కొంత మందగిస్తుంది. దీనికారణంగా.. జలుబు, ఫ్లూ, ఇన్ఫెక్షన్లు ఎక్కువగా దాడి చేస్తాయి. ముల్లంగి ఆకుల్లో విటమిన్ సి ఉంటుంది. విటమిన్ సి శక్తివంతమైన యాంటీఆక్సిడెంట్‌గా పనిచేస్తుంది. ఇది ఇమ్యూనిటీని బూస్ట్ చేస్తుంది, ఇన్ఫెక్షన్ల నుంచి రక్షిస్తుంది. ఈ సీజన్‌లో ఇమ్యూనిటీని బూస్ట్ చేసుకోవడానికి.. డైట్‌లో ముల్లంగి ఆకులు చేర్చుకోండి. లో బీపీ ఉన్నవారు.. వారి డైట్‌లో ముల్లంగి ఆకులు చేర్చుకుంటే మేలు జరుగుతుందని నిపుణులు అంటున్నారు. ముల్లంగి ఆకుల్లో సోడియం ఉంటుంది. ఇది రక్తపోటును స్థిరీకరించడానికి తోడ్పడుతుంది.

దయాబెటిస్ ఫ్రెండ్లీ.. దయాబెటిస్ పేషెంట్స్ ముల్లంగి గొప్ప డైట్ ఆప్షన్ అని నిపుణులు అంటున్నారు. ముల్లంగి ఆకులు రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను కంట్రోల్‌లో ఉంచడానికి సహాయపడతాయి. దీనిలో ఫైబర్ బ్లడ్ షుగర్ లెవల్స్ కంట్రోల్ ఉంచుతాయి.

ప్రయాణికులకు ఆర్టీసీ షాక్

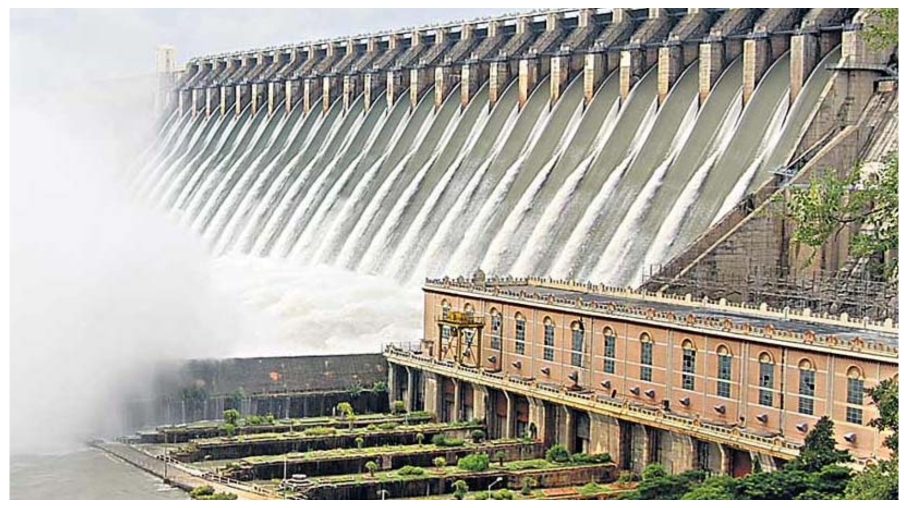
సిటీ బస్సుల్లో ఛార్జీల పెంపు

సోమవారం నుంచి అమల్లోకి ఛార్జీలు

హైదరాబాద్: టీజీఎస్ఆర్టీసీ ప్రయాణికులకు షాక్ ఇచ్చింది. సిటీ బస్సుల్లో ఛార్జీలు పెంచుతున్నట్లు ప్రకటించింది. హైదరాబాద్, సికింద్రాబాద్ పరిధిలో నడిచే అన్ని బస్సుల్లో ఛార్జీలు పెంచుతున్నట్లు పేర్కొంది. సిటీ ఆర్డినరీ, మెట్రో ఎస్ప్రెస్, ఈ–ఆర్డినరీ, ఈ–ఎక్స్ ప్రెస్, మెట్రో డీలక్స్, ఈ–మెట్రో, ఏసీ సర్వీసుల్లో ఛార్జీల పెంచుతున్నట్లు చెప్పింది. మొదటి మూడు స్టేజిలకు రూ.5, 4వ స్టేజి నుంచి రూ.10 అదనపు ఛార్జీల వసూలు చేయనున్నట్లు సమాచారం. మెట్రో డీలక్స్, ఈ–మెట్రో ఏసీ సర్వీసుల్లో మొదటి స్టేజీకి రూ.5, రెండో స్టేజీ నుంచి రూ.10 అదనపు ఛార్జీలు వసూలు చేయనుంది. అయితే.. పెరిగిన ఛార్జీలు సోమవారం నుంచి అమల్లోకి రానున్నాయి. తాజాగా ఛార్జీల పెంపుపై టీజీఎస్ఆర్టీసీ స్పందించింది. ఆర్థిక భారాన్ని మోయలేకపోతున్నామని తేల్చి చెప్పింది. సిటీ బస్సుల్లో మెరుగైన వసతులు కల్పించాలంటే ఛార్జీలు పెంచక తప్పట్లేదు అని వివరించింది. పెరిగిన ఛార్జీలు సోమవారం నుంచి అమల్లోకి రానున్నట్లు ప్రకటించింది. సిటీ బస్సుల్లో పెరిగిన ఛార్జీలపై నగరవాసులు సహకరించాలని టీజీఎస్ఆర్టీసీ విజ్ఞప్తి చేసింది. ఈ మేరకు తాజాగా ఓ ప్రకటన విడుదల చేసింది. ఈ ప్రకటనలోని వివరాల ప్రకారం.. టీజీఎస్ఆర్టీసీ ఇప్పుడున్న పరిస్థితుల్లో ఈ ఆర్థిక భారాన్ని మోయలేదు. ప్రభుత్వం, ప్రజల సహకారంతో ఈ వ్యవస్థను ముందుకు తీసుకెళ్లాలని కోరుకుంటోంది. ఈ నేపథ్యంలోనే ఎలక్ట్రిక్ బస్సుల మౌలిక సదుపాయాల వ్యయాన్ని సమకూర్చుకునేందుకు సిటీ బస్సుల్లో అదనపు ఛార్జీని విధించేందుకు అనుమతి ఇవ్వాలని రాష్ట్ర ప్రభుత్వానికి టీజీఎస్ఆర్టీసీ యాజమాన్యం ప్రతిపాదించింది. ఈ ప్రతిపాదనను సెప్టెంబర్ 23న రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఆమోదించింది. హైదరాబాద్, సికింద్రాబాద్ పరిధిలో నడిచే అన్ని బస్సుల్లో అదనపు ఛార్జీని సంస్థ వసూలు చేయనుంది. హైదరాబాద్ భవిష్యత్ బాగు కోసం వాడకంలోకి తీసుకువస్తోన్న ఎలక్ట్రిక్ బస్సులను ప్రజలు ఆదరించాలని, నగర ప్రజా రవాణా ముఖచిత్రాన్ని పూర్తిగా మార్చబోతున్న

ఈ గ్రీన్ జర్నీలో ప్రతి ఒక్కరు భాగస్వామ్యం కావాలని సంస్థ కోరుతోంది. ఈ పర్యావరణహిత కార్యక్రమానికి సహకరించి.. గతంలో మాదిరిగానే ఆర్టీసీ సేవలను ప్రోత్సహించాలని విజ్ఞప్తి చేస్తోంది. రాబోయే 2800 కొత్త ఎలక్ట్రిక్ బస్సుల కోసం 19 డిపోల్లో ఛార్జింగ్ కోసం హెచ్‌టీ కనెక్షన్లను సంస్థ ఏర్పాటు చేయనుంది. అలాగే, ఎలక్ట్రిక్ బస్సుల ద్వారా హైదరాబాద్ లో ప్రజా రవాణాను మరింతగా విస్తరించేందుకు కొత్తగా 10 డిపోలను ఏర్పాటు చేయాలని నిర్ణయించింది. అలాగే, కొత్తగా 10 ఛార్జింగ్ స్టేషన్లను ఏర్పాటు చేయనుంది. ఈ మౌలిక సదుపాయాలకు రానున్న సంవత్సరంలో రూ.392 కోట్ల మేర వ్యయమవుతుందని టీజీఎస్ఆర్టీసీ అధికారులు అంచనా వేశారు.

సాగర్‌కు భారీగా వరద..26గేట్లు ఎత్తివేత



నల్లగొండ: నాగార్జునసాగర్ జలాశయానికి వరద ప్రవాహం కొనసాగుతోంది. ఎగువనుంచి భారీగా వరదనీరు చేరుతోంది. దీంతో అధికారులు 26 గేట్లను ఎత్తి నీటిని దిగువకు విడుదల చేస్తున్నారు. ప్రస్తుతం జలాశయానికి 2.70 లక్షల క్యూసెక్కుల ఇన్‌ఎ÷–లో వచ్చి చేరుతుండగా.. ఔట్ ఎ÷–లో కూడా అంతే మొత్తంలో విడుదల చేస్తున్నారు. సాగర్ కుడి కాల్వకు 10,040 క్యూసెక్కులు, ఎడమ కాల్వకు 8,193 క్యూసెక్కులు, పవర్ హౌస్‌కు 33,291 క్యూసెక్కుల నీరు విడుదల చేస్తున్నారు. స్పిల్ వే ద్వారా 2.16 లక్షల క్యూసెక్కులు విడుదల చేస్తున్నారు. జలాశయం పూర్తిస్థాయి నీటిమట్టం 590 అడుగులు.. కాగా ప్రస్తుతం 587.30 అడుగులుగా ఉంది. పూర్తిస్థాయి నీటి నిల్వ సామర్థ్యం 312.04 టీఎంసీలు కాగా.. ప్రస్తుతం 305.68 టీఎంసీలుగా నమోదైంది. మరోవైపు జూరాల ప్రాజెక్టుకు 2,63,370 క్యూసెక్కుల వరద వస్తుండగా, 2,70,754 క్యూసెక్కుల నీటిని దిగువకు విడుదల చేస్తున్నారు.

కొత్త మద్యం దుకాణాలకు టెండర్లు

నోటిఫికేషన్ విడుదల చేసిన ఎక్సైజ్ శాఖ

హైదరాబాద్: డిసెంబర్ 1 నుండి తెలంగాణలో ప్రారంభం కానున్న నూతన మద్యం దుకాణాల కోసం రాష్ట్ర ఎక్సైజ్ శాఖ తాజాగా నోటిఫికేషన్ విడుదల చేసింది. ఈ నూతన దుకాణాలకు సంబంధించిన దరఖాస్తులు సెప్టెంబర్ 26 నుంచి స్వీకరిస్తున్నారు. ఇప్పటికే శనివారం వరకు రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా మొత్తం 447 దరఖాస్తులు నమోదు అయ్యాయని ఎక్సైజ్ శాఖ అధికారులు తెలిపారు. సోమవారం నుండి దరఖాస్తుల సంఖ్య మరింత పెరిగే అవకాశం ఉందని సమాచారం ఉంది. మేడ్చల్ యూనిట్ పరిధిలో ఉన్న 118 కొత్త మద్యం దుకాణాల కోసం ఇప్పటివరకు 20 దరఖాస్తులు వచ్చాయని అధికారులు పేర్కొన్నారు. మొత్తం దరఖాస్తుల స్వీకరణ అక్టోబర్ 18 వరకు కొనసాగుతుంది. రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ఉన్న 2,620 మద్యం దుకాణాలకు నిర్వహకులను ఎంపిక చేసుకోవడం కోసం అక్టోబర్ 23న లాటరీ పక్రియ నిర్వహించనున్నారు. దరఖాస్తు ఫారంతో పాటు ప్రతి దరఖాస్తుదారు రూ. 3 లక్షల డీడీ లేదా

చలాన్ రూపంలో చెల్లించిన రశీదు జతపరచాల్సి ఉంటుంది. ఈ కొత్త దుకాణాల్లో గౌడ కులస్థులకు 15 శాతం, ఎస్సీ కేటగిరీకి 10 శాతం, ఎస్టీ కేటగిరీకి 5 శాతం రిజర్వేషన్లు కేటాయించబడ్డాయి. డీడీలు మరియు చలాన్లను

జిల్లా ప్రొహిబిషనర్ / ఎక్సైజ్ అధికారి పేరునే తీయాల్సి ఉంటుంది. రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా దరఖాస్తులు, రిజర్వేషన్ల వివరాలు, దరఖాస్తు గైడ్‌లైన్స్‌ను అధికారిక వెబ్‌సైట్‌లో పొందుపరచినట్లు ఎక్సైజ్ శాఖ పేర్కొంది.

ట్రంప్ చర్యలతో అప్రమత్తంగా ఉండాల్సిందే

న్యూఢిల్లీ: అమెరికా అధ్యక్షుడు ట్రంప్ పుణ్యమా అని అనేక అనూహ్య ఘటనలు జరుగుతున్నాయి. ముఖ్యంగా భారత్ అనేక పాఠాలు నేర్చుకోవాల్సి ఉంది. ట్రంప్ ఏ రోజు ఎలాంటి ఆంక్షలు తెస్తారో తెలియకుండా ఉంది. మేకిన్ ఇండియా అంటున్న భారత్ ప్రధాని అందుకు తగ్గట్లుగా కార్యాచరణకు దిగాలి. స్వయం సమృద్ధి సాధించేలా ప్రయత్నాలు ప్రారంభించాలి. ముఖ్యంగా యువత ఊనైపుణ్యాలకు పదను పెట్టాలి. ఇకపోతే దాదాపు ఐదేళ్ల తర్వాత అక్టోబర్ 26 నుండి భారత్– చైనాల మధ్య విమాన రాకపోకల పున:ప్రారంభానికి కేంద్రం గ్రీన్ సిగల్ ఇచ్చింది. ఈ విషయాన్ని తాజాగా ఓ సీనియర్ ప్రభుత్వాధికారి వెల్లడించారు. శీతాకాలం ప్రారంభమయ్యే కాలంలో భారత్– చైనాల మధ్య నేరుగా విమాన రాకపోకల్ని అక్టోబర్ 26 నుండి పున:ప్రారంభించడానికి అంగీకరించినట్లు భారత విదేశాంగ మంత్రిత్వశాఖ ప్రకటించింది. మరోవైపు అక్టోబర్ 26 నుండి కోల్‌కతా–గ్వాంగ్‌జౌ రోజువారీ సేవలను ప్రారంభించనున్నట్లు ఇండిగో విమానయాన సంస్థ తెలిపింది. ఇరు దేశాల మధ్య నియంత్రణ ఆమోదాలు అమల్లోకి వచ్చిన తర్వాత న్యూఢిల్లీ నుండి చైనాకు రోజువారీ విమాన సేవలను అందుబాటులోకి తేనున్నట్లు ఇండిగో తెలిపింది. చైనా సదరన్ ఎయిర్‌లైన్స్, సిచువాన్ ఎయిర్‌లైన్స్‌లు కార్గో విమానాలకు అనుమతి కోరాయి. భారతీయ విమానయాన సంస్థలు ఇరు దేశాల మధ్య సేవల్ని కొనసాగించడానికి ఒప్పందానికి కట్టుబడి ఉన్నాయి. ప్రస్తుత ద్వైపాక్షిక ఒప్పందం ప్రకారం ఆరు గమ్యస్థానాలకు చేరుకోవడానికి వీలుకల్పిస్తుంది. అయితే వారంలో 42 విమానాల కంటే ఎక్కువ నడపకూడదని ఒప్పందంలో ఉంది. చైనా విమానాలు ప్రతివారం 42 విమానాలను నడుపుతున్నాయి. వాటిలో ఎయిర్ చైనా (బీజింగ్–ముంబై) వారానికి నాలుగుసార్లు, బీజింగ్ –ఢిల్లీకి ఐదుసార్లు సార్లు ప్రయాణీకుల రాకపోకల్ని కొనసాగిస్తున్నాయి. చైనా సదరన్ ఎయిర్‌లైన్స్ ఢిల్లీ–గ్వాంగ్‌జౌకు రోజుకు రెండుసార్లు సర్వీసుల్ని కొనసాగిస్తుంది. చైనా ఈస్టర్న్ ఎయిర్‌లైన్స్ వారానికి ఎనిమిది, వాటిలో రోజువారీ ఢిల్లీ– షాంఘై విమానాలను నడుపుతుంది. షాన్డాంగ్ ఎయిర్‌లైన్స్ కున్మింగ్ నుండి ఢిల్లీకి వారానికి నాలుగుసార్లు విమానాలను నడుపుతుంది. రువాండాకు చెందిన రువాండ్ ఎయిర్‌లైన్స్ కూడా వారానికి మూడుసార్లు గ్వాంగ్జౌ– ముంబైల మధ్య విమాన సర్వీసుల్ని కొనసాగిస్తుంది. భారతీయ విమానయాన సంస్థల్లో ఒకటైన ఎయిర్ ఇండియా న్యూఢిల్లీ నుండి వారానికి ఐదుసార్లు షాంఘైకి విమానాలను నడుపుతుంది. ఇండిగో కూడా చెంగ్డు– ఢిల్లీ, గ్వాంగ్జౌ– కోల్‌కతాల మధ్య రోజువారీ విమానలను నడిపింది. ఈ నేపథ్యంలో ప్రయాణీకుల, కార్గో విమానాల కోసం ఐదు చైనా ఎయిర్‌లైన్స్ డైరెక్టరేట్ జనరల్ ఆఫ్ సివిల్ ఏవియేషన్ (డిజిసిఎ)ని సంప్రదించాయి. ఃాగా, విమానాల రాకపోకలు పున:ప్రారంభించడానికి ఇక ఆలస్యం చేయకూడదని భారత్– చైనా నేతలు కోరుకుంటున్నారని ప్రభుత్వాధికారి పేర్కొన్నారు. ఇక ఇరు దేశాల మధ్య సంబంధాలు బలోపేతం చేసుకోవడానికి, ప్రభుత్వ వ్యూహంలో భాగంగా ఈ సంవత్సరం ప్రారంభం నుండి రెండు దేశాలు సాంకేతికస్థాయి చర్చలు జరుపుతున్నాయని, ఇందులో విమాన సేవా ఒప్పందం కూడా ఉందని భారత విదేశాంగశాఖ గురువారం విడుదల చేసిన ప్రకటన పేర్కొంది. ఇండిగోతోపాటు, ఎయిర్ ఇండియా కూడా ఈ ఏడాది చివరి నుంచి షాంఘైకి విమాన సర్వీసులను ప్రారంభించాలని యోచిస్తోంది. ఇక ఆకాశ విమానయాన సంస్థ కూడా అదే ఆలోచనలో ఉంది. చైనా నుంచి భారత్‌కు చేరే ప్రయాణీకుల కోసం చైనా కూడా షాంఘై –ఢిల్లీ (వారానికి ఐదు విమానాలు) విమాన సర్వీసులను ప్రారంభించింది. వీటికి డిజిసిఎ అనుమతినిచ్చింది. ప్రయాణీకుల విభాగంలో ఎయిర్ చైనా, షాన్డాంగ్‌లు దరఖాస్తు చేసుకున్నాయి. వీటితోపాటు ఇతర విమానయాన సంస్థలు కూడా దరఖాస్తు చేసుకున్నాయి.

కరూర్ లాంటి ఘటనలు ఆపలేమా ?

దేశంలో రాజకీయ పార్టీల కార్యకలాపాలు నానాటికీ శృతి మించుతున్నాయి. ప్రజల ప్రాణాలంటే లెక్క లేకుండా పోయింది. ప్రజలను ఏమార్చడం, సెంటిమెంట్లను రెచ్చగొట్టడం, అధికారం సంపాదించడం అలవాటు చేసుకున్నారు. ఈ క్రమంలో రాజకీయ పార్టీల విన్యాసాలు ప్రజల ప్రాణాల మీదకు తెస్తున్నాయి.

కరూర్ ఘటనపై మద్రాస్ హైకోర్టు సిట్‌ను వేసింది. దర్యాప్తు జరిపి నిజానిజాలు వెలికి తీసినా అందుకు కారకులైన ఆ పార్టీ వారిమీద ఎలాంటి చర్యలు ఉంటాయన్నది వేరుగా చెప్పాల్సిన అవసరం లేదు. గతంలో ఇలాంటి ఘటనలు చూశాం. ఎపిలో చంద్రబాబు హయాంలో గోదావరి పుష్కరాల సందర్భంగా పదుల సంఖ్యలో చనిపోయారు. జగన్ మొన్నటికి మొన్నర్యాలీలో ఒకరిద్దరు చనిపోయారు. రాజకీయ నేతల హత్యలుగా వీటిని పరిగణించి చర్యలు తీసుకుని ఉంటే కరూర్ ఘటన జరిగివుండేది కాదు. భారీగా బహిరంగ సభలు నిర్వహించడం, ర్యాలీలు చేపట్టడం వల్ల ప్రజల ప్రాణాలు పోతున్నాయి. అయినా ఆయా పార్ఈల నేతల్లో కించిత్తు కూడా పశ్చాత్తాపం లేదు. తమిళనాడు కరూర్‌లో టివికె నాయకుడు, సినీ నటుడు విజయ్ సభలో చోటుచేసుకున్న మహా విషాదం మాటలకందనిది. నిర్వాహకుల భద్రతా లోపాలే తొక్కిసలాటగా మారి 41 మంది ప్రాణాలను బలిగొనడం ఏమాత్రం క్షంతవ్యం కాదు. ఇలాంటి ర్యాలీలు చేపట్టి ఏం ఉద్ధరిస్తారన్నది ప్రజలు కూడా ఆలోచించాలి. వీరంతా మన ఓట్లను కొల్లగొట్టే యంత్రాలని గుర్తించాలి. మనదగ్గర ఓటు ఆయుధం ఉందని గుర్తించి మసలుకోవాలి. నటుడు విజయ్‌ను చూడడానికి వచ్చిన 41మంది చనిపోతే ఆ కుటుంబాలు ఏం కావాలి. తీవ్రంగా గాయపడిన 80 మందిలో ఐదుగురి పరిస్థితి నేటికీ విషమంగానే ఉంది. ప్రాణాలు కోల్పోయిన, గాయపడిన వారంతా అణగారిన వర్గాలు, ఆర్థికంగా వెనుకబడిన కుటుంబాలకు చెందిన వారే. వారిని ఆదుకునేందుకు ఎలాంటి ప్రణాళిక ఉందో చెప్పడం లేదు. వారి కుటుంబాలకు భరోసా ఎవరు ఇస్తారో చెప్పడం లేదు. పోలీసులు ఇలాంటి ర్యాలీలకు అనుమతి ఇచ్చేముందు ఎందుకు ఆలోచించరన్నది కూడా ముఖ్యమే. హీరో విజయ్ వచ్చే ఏడాది జరగనున్న ఎన్నికల కోసం ఈ నెల 13 నుంచి రాష్ట్రవ్యాప్తంగా వీకెండ్ రోడ్ షోలు ప్రారంభించారు. విజయ్ ను చూసేందుకు అత్యధిక సంఖ్యలో సభలకు తరలివస్తున్నారు. వారికి తగిన భద్రత కల్పించడం, వారు ఇళ్లకు క్షేమంగా చేరుకునేలా ఏర్పాట్లు చేయడం నిర్వాహకుల బాధ్యత. అలాంటి బాధ్యతలను గాలికి వదిలేయడంతో తొక్కిసలాట ఘటనలు చోటుచేసుకుంటున్నాయి. తమ పార్టీపై పోలీసులు ఆంక్షలు విధిస్తున్నారంటూ టివికె పార్టీ చేస్తున్న వాదనలో నిజం లేదు. ఎందుకంటే ఇలాంటి ర్యాలీలు నిర్వహించి ఏం చేస్తారన్నది చెప్పాలి. తగిన భద్రతా ప్రమాణాలు పాటించడం లేదని, ఆస్తుల విధ్వంసం చేస్తున్న వారిపై నిర్వాహకులకు నియంత్రణ ఉండటం లేదంటూ తమిళనాడు ప్రభుత్వం మద్రాసు హైకోర్టులో నాలుగు రోజుల క్రితమే వాదనలు వినిపించాయి. ఆస్తినష్టం జరగకుండా ముందస్తుగా సభల నిర్వాహకుల నుంచి డిపాజిట్లు వసూలు చేయాలంటూ హైకోర్టు ఆదేశించింది. బహిరంగ సభలు, ఊరేగింపులు తదితర సందర్భాల్లో మార్గదర్శకాలపై నివేదిక సమర్పించాలంటూ ధర్మాసనం ఆదేశించినా, సరైన జాగ్రత్తలు తీసుకోలేదనడానికి కరూర్ ఉదంతమే సాక్ష్యం. కరూరులో అభిమానులు రాత్రి 7.30 గంటలకు విజయ్ వచ్చేవరకూ ఎండలో, కనీసం తాగునీళ్లిచ్చే దిక్కులేక, ఆహారం లేక అలమటించాల్సి వచ్చింది. 10 వేల మంది సభకు వస్తారని నిర్వాహకులు అనుమతి తీసుకుని, 30 వేల మందికిపైనే మూడు జిల్లాల నుంచి సమీకరించారు. విజయ్ ను దగ్గర నుంచి చూడాలంటూ కొందరు అభిమానులు చెట్టు ఎక్కగా, ఆ చెట్టు కొమ్మ విరిగిపడటమే తొక్కిసలాటకు కారణమని చెబుతున్నారు. నీరసంగా ఉన్న అభిమానుల కోసం విజరు తన కాన్వాయ్ నుంచి నీళ్ల సీసాలు విసరడం, కొందరు అత్యుత్సాహంతో కాన్వాయ్ వద్దకు తోసుకెళ్లడమూ గందరగోళానికి కారణమైందంటున్నారు. భారీ సంఖ్యలో అభిమానులు చేరుకోవడం, నిర్వాహకులు, స్థానిక అధికారుల మధ్య గందరగోళం, నిర్వహణాలోపమే ఘటనకు ప్రధాన కారణం. వెనువెంటనే సంఘటనా స్థలానికి సిఎం వచ్చి, పరామర్శించడం, ప్రభుత్వ యంత్రాంగాన్ని పరుగులు పెట్టించడం

, మృతదేహాలకు

వెంటనే పోస్టుమార్టం నిర్వహించి కుటుంబాలకు అందించడం, నష్టపరిహారం ప్రకటించడం ఉపశమనం కలిగించేవే! రాష్ట్రప్రభుత్వం ఏర్పాటుచేసిన జస్టిస్ అరుణా జగదీశన్ నేతృత్వంలోని ఏకసభ్య కమిషన్ ఇప్పటికే క్షేత్రస్థాయిలో పర్యటిస్తోంది. పరిహారం ప్రకటించిన విజయ్ బాధిత కుటుంబాలను పరామర్శించ కుండా వెనుదిరగడమూ చర్చనీయాంశమైంది. దీనిని మద్రాస్ హైకోర్టు కూడా తప్పు పట్టింది. ఇక వారే సిబిఐ విచారణ కోరడం మరీ దారుణం. ఆయన కానీ, వారి పార్టీ నాయకులు గానీ క్షతగాత్రులకు వైద్యమందించిన ఆసుపత్రులకైనా వెళ్లకపోవడం శోచనీయం. రాజకీయ సభలైనా, మతపరమైనవైనా, ఏ కార్యక్రమమైనా? అక్కడికి వచ్చే ప్రజల ప్రాణాలను కాపాడి, క్షేమంగా ఇళ్లకు చేర్చాల్సిన బాధ్యత నిర్వాహకులదే. ఇరుకుగా ఉండే ప్రదేశాలను జనాకర్షణ కలిగిన నేతల భారీ సభల కోసం, రోడ్‌షోల కోసం వినియోగించకుండా, విశాల ప్రదేశాల్లోనే సభలు నిర్వహించేలా చూడటం అవసరం. పదుల సంఖ్యలో అమాయక ప్రజల మరణానికి కారణమైన ఇటువంటి తొక్కిసలాట ఘటనల సందర్భంగా జరిగిన నిర్వహణ వైఫల్యాలు, పాలనా యంత్రాంగం లోపాలు వంటివి సమీక్షించి, తగు చర్యలు తీసుకోవడం ద్వారా ఇలాంటి దుర్ఘటనలు పునరావృతం కాకుండా చూడాలి. మద్రాస్ హైకోర్టు సూచనల మేరకు ఇలాంటి ర్యాలీలపై నిషేధం విధించాలి. అప్పుడే కొంతవరకైనా మేలు కలుగుతుంది. జనాలు కూడా వేలం వెర్రిలాగా ర్యాలీలకు, సభలకు వెళ్లకుండా ఉండడం కూడా మంచిది.

దగ్గు సిరప్‌ల దారుణం

జైపూర్: కలుషితమైన దగ్గు సిరప్‌ల వల్ల మధ్యప్రదేశ్‌లో 9 మంది, రాజస్థాన్‌లో ఇద్దరు చిన్నారులు మృతి చెందారు. దీంతో దేశవ్యాప్తంగా దగ్గుమందులపై ఆందోళన మొదలయ్యింది. అయితే తమ మందుల్లో విషకారకాలు లేవని సదరు ఫర్మా సంస్థ ప్రకటించింది. ఈ నేపథ్యంలో రాజస్థాన్ ప్రభుత్వం నాణ్యతా ప్రమాణాలు పాటించని మందుల కంపెనీపై చర్యలు తీసుకుంది. జైపూర్‌కి చెందిన కేసన్స్ ఫార్మా కంపెనీ తయారు చేసిన మందుల పంపిణీని ప్రభుత్వం నిలిపివేసినట్లు అధికారులు తెలిపారు. ఈ ఘటనపై రాజస్థాన్ ముఖ్యమంత్రి భజన్‌లాల్ శర్మ స్పందించారు. చిన్నారుల మృతుల ఘటనపై సమగ్ర దర్యాప్తు చేయాలని, తదనుగుణంగా వారిపై కఠినమైన చర్యల్ని తీసుకోవాలని సిఎం అధికారులను ఆదేశించారు. ఈ సమస్యపై విచారణకు ఆయన నిపుణుల కమిటీని కూడా ఏర్పాటు చేయనున్నారు. ఈ ఘటనపై ఆ రాష్ట్ర వైద్యఆరోగ్యశాఖా మంత్రి గజేంద్ర సింగ్ కూడా విచారణకు ఆదేశించారు. ఈ కేసన్స్ ఫార్మా కంపెనీ తయారు చేసే 19 మందుల సరఫరాను తదుపరి ఆదేశాలు వచ్చేవరకు వైద్య–ఆరోగ్య శాఖ నిలిపివేసిందని అధికారులు తెలిపారు. దీంతోపాటు డెక్ట్రోమెథోర్ఫాన్ కలిగిన అన్ని ఇతర దగ్గు సిరప్‌ల పంపిణీని కూడా వైద్య ఆరోగ్యశాఖ అధికారులు నిలిపివేశారు. అక్రమ పద్ధతిలో ఔషధ ప్రమాణాలను నిర్ణయించే పక్రియను ప్రభావితం చేశారనే ఆరోపణలపై ఆ కంపెనీ డ్రగ్ కంట్రోలర్ రాజారామ్ శర్మను వైద్య ఆరోగ్య శాఖ సస్పెండ్ చేసింది. నాలుగు సంవత్సరాల కంటే తక్కువ వయసున్న పిల్లలకు డెక్ట్రోమెథోర్ఫాన్ సిరప్ ఇవ్వకూడదని కేంద్ర ప్రభుత్వం 2021లో అడ్వైజరీ జారీ చేసిందని తాజాగా వైద్య ఆరోగ్యశాఖ ప్రిన్సిపల్ సెక్రటరీ గాయత్రి రాథోడ్ తెలిపారు. ఇదిలా ఉండగా.. కేసన్స్ ఫార్మా కంపెనీ నాణ్యతా ప్రమాణాలను పాటించదని రాజస్థాన్ మెడికల్ సర్వీసెస్ కార్పొరేషన్ లిమిటెడ్ (ఆర్‌ఎంఎస్‌సిఎల్) గతంలోనే నిర్ధారించింది. 2012లో పదివేలకు పైగా కేసన్స్ ఫార్మా ఔషధాల నమూనాలను పరీక్షిస్తే.. వాటిలో 42 మందుల తయారీలో నాణ్యతా ప్రమాణాలను పాటించలేని ఆర్‌ఎంసిఎస్‌సిఎల్ మేనేజింగ్ డైరెక్టర్ పుఖ్రాజ్ సేన్ తెలిపారు.

జగన్ దెబ్బకు దిగొచ్చిన చంద్రబాబు

అమరావతి: సీఎం చంద్రబాబు, డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్, మంత్రి లోకేష్‌పై మాజీ మంత్రి పేర్ని నాని ఫైర్ అయ్యారు.. తాజాగా ఆయన మీడియాతో మాట్లాడారు. చంద్రబాబు, పవన్, లోకేష్ ముగ్గురూ కలిసి మూడు ఖాకీ చొక్కాలేశారన్నారు. ఆటో డ్రైవర్ సేవలో పేరుతో డ్రైవర్లకు డబ్బులేశామని చెబుతున్నారన్నారు. ఎన్నికల్లో రాష్ట్రమంతా మహిళలకు బస్సు ప్రయాణం ఫ్రీ అన్నారని చెప్పారు. ఎవరైనా అడిగితే నా పేరు చెప్పాలని చంద్రబాబు తెలిపారు. ఎవరైనా ప్రశిస్తే తోలు తీస్తామన్నారని గుర్తు చేశారు. ఏడాదైనా ఫ్రీ బస్సు ఇవ్వకపోవడంతో విమర్శల పాలయ్యారన్నారు. జగన్ మోహన్ రెడ్డి , ప్రజలు, ప్రతిపక్షాల దెబ్బకు చంద్రబాబు ప్రభుత్వం దిగొచ్చిందని చెప్పారు. ఫ్రీ బస్సులో జిల్లాల సరిహద్దులు దాటడానికి వీల్లేదని సాక్షాత్తూ మంత్రులే చెప్పారన్నారు. తీవ్ర వ్యతిరేకత రావడంతో పల్లె వెలుగులో రాష్ట్రమంతా తిరగొచ్చని ప్రకటించారని ప్రకటించారు. బస్సులను తగ్గించేశారని చెప్పారు. చంద్రబాబు దెబ్బకు ఆటోవాళ్లంతా రోడ్డెక్కారని మాజీ మంత్రి పేర్ని నాని అన్నారు. 'ఎన్నికల్లో ఊకదంపుడు ప్రసంగం చేసిన చంద్రబాబు, పవన్ ను నిలదీశారు. 2,90,669 మంది ఆటో డ్రైవర్లకు 436 కోట్లు వేశామని చంద్రబాబు చెబుతున్నారు. భూ ప్రపంచం మీద తనే ఆటో డ్రైవర్లను ఆదుకున్నానని బిల్డప్ ఇచ్చారు. చంద్రబాబు స్పీచ్ దెబ్బకు ఆటో డ్రైవర్లకు చెవుల వెంట రక్తం ఒక్కటే తక్కువ. ఆటో వాళ్ల కోసం యాప్ పెడతా.. కంట్రోల్ రూమ్ పెడతానంటున్నారు. ఆటో, క్యాబ్, మ్యాక్సిక్యాబ్ డ్రైవర్లకు పండగే పండగ అని చంద్రబాబు చెబుతున్నారు. చంద్రబాబు తీరు సినిమాలో బ్రహ్మానందం క్యామెడీ సీన్ లా ఉంది. వాహన మిత్ర పథకం ప్రారంభించింది జగన్ మోహన్ రెడ్డి. పాదయాత్రలో జగన్ మోహన్ రెడ్డి ఆటో డ్రైవర్ల కష్టాలు తెలుసుకున్నారు. మచిలీపట్నంలో ఆటో డ్రైవర్ల సమస్యలు స్వయంగా విన్నారు. తమకు ఏడాదికి పది వేలైనా ఇవ్వమని ఆటో డ్రైవర్లు అడిగారు. సొంతంగా ఆటో కొనుక్కుని నడుపుకుంటున్న వారికి 10 వేలు ఇస్తామని ఏలూరు వేదికగా ప్రకటించారు. జగన్ సీఎం అయిన వెంటనే.. 2 లక్షల 36 వేల మందికి వాహనమిత్ర ఇచ్చారు. ఎన్నికల సంవత్సరం కూడా జగన్ మోహన్ రెడ్డి 2 లక్షల 75 వేల మందికి వాహన మిత్ర ఇచ్చారు. ఇప్పుడు జగన్ కంటే చంద్రబాబు కేవలం 14 వేల మందికి మాత్రమే అదనంగా ఇచ్చారు.

ఫైనల్ మ్యాచ్‌కు పెద్ద మార్పులు!

ప్రసిద్ధ్ కృష్ణకు ఉద్వాసన పలికే చాన్స్

నితీష్ కుమార్ రెడ్డికి అవకాశం!!

నేడు దక్షిణాఫ్రికాతో భారత్ మూడో వన్డే

భారత్– దక్షిణాఫ్రికా మధ్య వన్డే సిరీస్ ఇప్పుడు కీలక దశకు చేరుకుంది. విశాఖపట్నంలో జరిగే మూడో, చివరి వన్డే రెండు జట్లకు 'డూ ఆర్ డై' మ్యాచ్ అవుతుంది. మొదటి మ్యాచ్‌లో విజయం సాధించిన తర్వాత, భారత్ రెండో వన్డేలో ఘోరంగా దెబ్బతింది. దక్షిణాఫ్రికా 359 పరుగుల భారీ లక్ష్యాన్ని సులభంగా ఛేదించింది. కాబట్టి, ఇప్పుడు కెఎల్ రాహుల్ కెప్టెన్సీలోని జట్టుపై ఒత్తిడి రెట్టింపు అయింది. రెండో వన్డేలో భారత బౌలర్లు పూర్తిగా విఫలమయ్యారు. ముఖ్యంగా ఫాస్ట్ బౌలర్ ప్రసిద్ధ్ కృష్ణ. 8.2 ఓవర్లలో 85 పరుగులు సమర్పించుకున్నాడు. ఒక్క వికెట్ కూడా తీయలేదు. అతని ప్రదర్శన మొత్తం సిరీస్‌లో సాధారణంగా ఉంది. నిరంతరం పరుగులు ఇవ్వడం, ఎటువంటి ప్రభావాన్ని చూపించలేకపోవడంతో, సెలెక్టర్లు, టీమ్ మేనేజ్‌మెంట్ ఇప్పుడు మార్పులకు మాత్రమే అవకాశం ఉంది. నిర్ణయాత్మక మ్యాచ్‌లో ప్రసిద్ధ్ కృష్ణను జట్టు నుంచి ఉద్వాసన పలకాలని భావిస్తున్నారు.నివేదికల ప్రకారం, అతని స్థానంలో యువ ఆల్ రౌండర్ నితీష్ కుమార్ రెడ్డిని ప్లేయింగ్ 11లో చేర్చవచ్చు. నితీష్ రెడ్డి దేశవాళీ క్రికెట్‌లో అద్భుతమైన ఫామ్‌లో ఉన్నాడు. డెత్ ఓవర్లలో వేగంగా పరుగులు చేయడంతో పాటు వికెట్లు తీసే సామర్థ్యాన్ని కూడా కలిగి ఉన్నాడు. విశాఖపట్నం పిచ్ బ్యాటింగ్‌కు సహకరిస్తుంది. కాబట్టి, జట్టుకు బ్యాటింగ్‌లో లోతును అందించగల ,బౌలింగ్‌లో ఆరో ఆప్షన్‌గా సహాయపడే ఆల్ రౌండర్ అవసరం. గత రెండు మ్యాచ్‌లలో టీమ్ ఇండియా చివరి ఓవర్లలో పరుగులు సాధించడంలో ఇబ్బంది పడింది. అటువంటి పరిస్థితిలో, నితీష్ రెడ్డిని చేర్చడం భారత బ్యాటింగ్‌కు బలాన్ని చేకూరుస్తుంది. జట్టు సమతుల్యతను కూడా మెరుగుపరుస్తుంది.ప్రసిద్ధ్ కృష్ణను తొలగిస్తే, బౌలింగ్ యూనిట్ ఈ విధంగా ఉండవచ్చు, అర్ష్‌దీప్ సింగ్, హర్షిత్ రాణా, కుల్దీప్ యాదవ్, రవీంద్ర జడేజా, వాషింగ్టన్ సుందర్, నితీష్ రెడ్డి ఆరో బౌలర్‌గా ఉంటారు. ఈ కలయిక జట్టుకు బ్యాటింగ్, బౌలింగ్ విభాగాలలో స్థిరత్వాన్ని అందిస్తుంది. ఆఖరి వన్డేలోనూ టీమిండియా తుది జట్టులో మార్పులు చేసే అవకాశం లేదు. శ్రేయస్ అయ్యర్ గైర్హాజరీలో వచ్చిన అవకాశాన్ని రుతురాజ్ గైక్వాడ్ అందుకున్నాడు. అద్భుత సెంచరీతో ఆకట్టుకున్నాడు. దాంతో రిషభ్ పంత్, తిలక్ వర్మ, ధ్రువ్ జురెల్ బెంచ్‌కే పరిమితం కావాల్సిన పరిస్థితి ఏర్పడింది. మరోవైపు శుభ్‌మన్ గిల్ గైర్హాజరీలో వచ్చిన అవకాశాలను యశస్వి జైస్వాల్ అందిపుచ్చుకోలేకపోయాడు.వరుసగా రెండు మ్యాచ్‌ల్లో విఫలమయ్యాడు. అయితే మూడో వన్డేలో అతనికి ఆఖరి అవకాశం దక్కనుంది. ఒకవేళ జైస్వాల్‌ను తప్పించాలనుకుంటే రుతురాజ్ గైక్వాడ్‌ను ఓపెనర్‌గా ఆడించాల్సి ఉంటుంది. ఆ సాహసం గంభీర్ చేయకపోవచ్చు. ఇప్పటికే బ్యాటింగ్ ఆర్డర్‌లో చేసిన ప్రయోగాలపై సర్వత్రా విమర్శలు వ్యక్తమవుతున్నాయి. తొలి రెండు వన్డేల్లో సుందర్ అంచనాలను అందుకోలేకపోయాడు. కేఎల్ రాహుల్ సూపర్ ఫామ్‌లో ఉండగా.. రవీంద్ర జడేజా ఫినిషర్ పాత్ర పోషించాల్సి ఉంది. స్పెషలిస్ట్ స్పిన్నర్‌గా కుల్దీప్ యాదవ్ సత్తా చాటాలి. రెండో వన్డేలో విఫలమైన భారత పేసర్లు అర్ష్‌దీప్ సింగ్, హర్షిత్ రాణా , ప్రసిధ్ కృష్ణ మెరుగ్గా బౌలింగ్ చేయాలి. ఫీల్డింగ్ కూడా మెరుగుపడాలి. అప్పుడే భారత్‌కు విజయం సాధ్యమవుతుంది. బెంచ్ ప్లేయర్లు ధ్రువ్ జురెల్, రిషభ్ పంత్, తిలక్ వర్మలకు నిరాశే ఎదురవ్వనుంది.

ఇక విశాఖపట్నంలో వన్డే ఫార్మాట్‌లో భారత జట్టు రికార్డు అద్భుతంగా ఉంది. టీమ్ ఇండియా ఈ మైదానంలో ఇప్పటివరకు 10 మ్యాచ్‌లు ఆడింది. ఇందులో 7 మ్యాచ్‌లలో భారత జట్టు విజయం సాధించగా, రెండు మ్యాచ్‌ల్లో ఓడిపోయింది. ఒక మ్యాచ్‌లో ఫలితం రాలేదు. స్టేడియం పిచ్ బ్యాటింగ్‌కు అనుకూలంగా ఉంటుంది. ఈ పిచ్‌లో అత్యధిక స్కోర్లు భారత్ జట్టువే. డిసెంబర్ 18, 2019న భారత్ వెస్టిండీస్‌పై 5 వికెట్ల నష్టానికి 387 పరుగులు చేసింది. అదేవిధంగా, ఏప్రిల్ 5, 2005న పాకిస్థాన్‌తో జరిగిన మ్యాచ్‌లో భారత జట్టు 9 వికెట్ల నష్టానికి 356 పరుగులు చేసింది. రెండు మ్యాచ్‌ల్లోనూ భారత జట్టు విజయం సాధించింది. అత్యల్ప స్కోరు రికార్డు న్యూజిలాండ్‌పై ఉంది. అక్టోబర్ 29, 2016న భారత్‌తో జరిగిన మ్యాచ్‌లో న్యూజిలాండ్ 79 పరుగులకు ఆలౌట్ అయింది. రెండో అత్యల్ప స్కోరు భారత్‌ది. మార్చి 19, 2023న ఆస్ట్రేలియాతో జరిగిన మ్యాచ్‌లో భారత జట్టు 117 పరుగులకు ఆలౌట్ అయింది. పరుగుల తేడాతో అతిపెద్ద విజయాన్ని భారత్ 2016లో న్యూజిలాండ్‌పై నమోదు చేసింది. భారత జట్టు 190 పరుగుల తేడాతో గెలిచింది. వికెట్ల తేడాతో అతిపెద్ద విజయం ఆస్ట్రేలియా పేరున ఉంది. ఆస్ట్రేలియా 2023లో భారత్‌ను 10 వికెట్ల తేడాతో ఓడించింది.

తుది జట్టు(అంచనా)

రోహిత్ శర్మ, యశస్వి జైస్వాల్, విరాట్ కోహ్లీ, రుతురాజ్ గైక్వాడ్, వాషింగ్టన్ సుందర్/నితీష్ కుమార్ రెడ్డి/, కేఎల్ రాహుల్(కెప్టెన్), రవీంద్ర జడేజా, కుల్దీప్ యాదవ్, ప్రసిధ్ కృష్ణ, అర్ష్‌దీప్ సింగ్, హర్షిత్ రాణా.

కోహ్లి ముందు అతిపెద్ద రికార్డులు

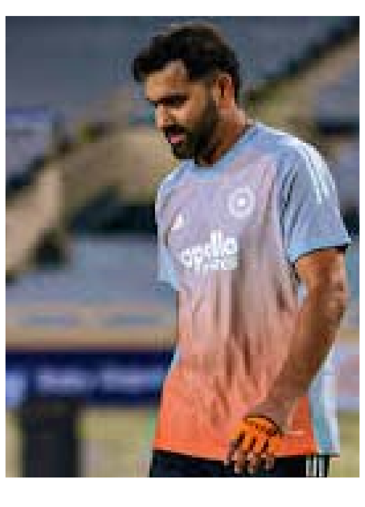
భారత్ వర్సెస్ దక్షిణాఫ్రికా మూడో, నిర్ణయాత్మక వన్డే మ్యాచ్ డిసెంబర్ 6 శనివారం నాడు విశాఖపట్నంలో జరగనుంది. ప్రస్తుతం సిరీస్ 1–1తో సమానంగా ఉంది. మూడో మ్యాచ్ గెలిచిన జట్టు సిరీస్ విజేతగా నిలుస్తుంది. ఈ సిరీస్‌లో విరాట్ కోహ్లీ ఇప్పటివరకు అత్యధిక పరుగులు చేసిన ఆటగాడిగా నిలిచాడు. అతను రెండు మ్యాచ్‌ల్లో సెంచరీలు సాధిస్తూ 118.50 సగటుతో 237 పరుగులు చేశాడు. ఇప్పటివరకు అతను సిరీస్‌లో అనేక రికార్డులను బద్దలు కొట్టాడు. మూడో వన్డేలో విరాట్ కోహ్లీ తన పేరు మీద సాధించగలిగే 3 రికార్డులు ఉన్నాయి. వాటిని కూడా బ్రేక్ చేసి సరికొత్త చరిత్ర సృష్టిస్తాడని అభిమానులు ఎదురు చూస్తున్నారు. అందుకే ఆయన కోసం భారీ స్థాయిలో టికెట్లు సేల్ అయ్యాయి. విరాట్ కోహ్లీ, దక్షిణాఫ్రికాపై వన్డే మ్యాచ్‌ల్లో ఇప్పటికే సెంచరీల హ్యాట్రిక్ సాధించాడు. ప్రస్తుత సిరీస్‌లోని రెండు మ్యాచ్‌లలో అతను వరుసగా 135, 102 పరుగులు చేశాడు. ఇంతకుముందు 2023 వన్డే ప్రపంచ కప్‌లో కూడా దక్షిణాఫ్రికాపై సెంచరీ సాధించాడు. ఇప్పుడు మూడో వన్డే మ్యాచ్‌లో కూడా సెంచరీ సాధిస్తే, విరాట్ వన్డే క్రికెట్‌లో దక్షిణాఫ్రికాపై వరుసగా 4 ఇన్నింగ్స్‌ల్లో సెంచరీలు సాధించిన తొలి క్రికెటర్ అవుతాడు.విరాట్ కోహ్లీ ఇప్పటివరకు 555 అంతర్జాతీయ మ్యాచ్‌లలో 27910 పరుగులు చేశాడు. అత్యధిక పరుగులు చేసిన వారిలో అతను మూడో స్థానంలో ఉన్నాడు. రెండో స్థానంలో ఉన్న కుమార సంగక్కరను అధిగమించడానికి అతను 107 పరుగులు చేయాలి. సంగక్కర 28016 పరుగులు చేశాడు. విరాట్ మూడో వన్డేలో మరో 107 పరుగులు చేస్తే, అతను అంతర్జాతీయ క్రికెట్‌లో అత్యధిక పరుగులు చేసిన రెండో బ్యాట్స్‌మన్ అవుతాడు.రెండు మ్యాచ్‌లలో విరాట్ కోహ్లీ ఆడిన విధానంతో విశాఖ వన్డేపై భారీ అంచనాలు నెలకొన్నాయి. ఆంధ్ర క్రికెట్ అసోసియేషన్ మీడియా అండ్ ఆపరేషన్స్ బృందం నుంచి వై వెంకటేష్ ఇంగ్లీష్ ఛానల్స్‌తో మాట్లాడుతూ ఇలా పేర్కొన్నాడు: "మొదటి దశ టిక్కెట్లు నవంబర్ 28న అమ్మకానికి వచ్చాయి. స్పందన అంతా లేదు. కానీ రెండో దశ టిక్కెట్లు అమ్మకానికి ఒక రోజు ముందు, కోహ్లీ రాంచీలో ఆ సెంచరీ చేశాడు. దీంతో అంతా మారిపోయింది." "అతనికి ఇక్కడ అద్భుతమైన రికార్డు ఉందని మనందరికీ తెలుసు... కాబట్టి రెండో మూడో దశ టిక్కెట్లు ఆన్‌లైన్‌లోకి వచ్చినప్పుడు, అవి నిమిషాల్లోనే అమ్ముడయ్యాయి." అని ఆయన చెప్పారు. రాంచీలో సెంచరీ తర్వాత, విరాట్ కోహ్లీ రాయ్‌పూర్‌లో భారతదేశం– దక్షిణాఫ్రికా మధ్య జరిగిన రెండవ వన్డే మ్యాచ్‌లో మరో సెంచరీ సాధించాడు. ఆ రోజు రుతురాజ్ గైక్వాడ్ కూడా ఫార్మాట్‌లో తన తొలి అంతర్జాతీయ సెంచరీని నమోదు

కోహ్లీ, రోహిత్‌తో పెట్టుకోవద్దు

గంభీర్‌ను హెచ్చరించిన మాజీ కోచ్ రవిశాస్త్రి

టీమిండియా స్టార్ బ్యాటర్లు విరాట్ కోహ్లీ, రోహిత్ శర్మలతో పెట్టుకోవద్దని హెడ్ కోచ్ గౌతమ్ గంభీర్‌ను మాజీ కోచ్ రవిశాస్త్రి హెచ్చరించాడు. వ్యక్తిగత అజెండాతో వారిని ఇబ్బంది పెట్టడమంటే కొరివితో తల గోక్కోవడమేనని తెలిపాడు. వాళ్లకు చిర్రెత్తుకొస్తే అందరూ దెబ్బతింటారని వార్నింగ్ ఇచ్చాడు. టీ20, టెస్ట్ ఫార్మాట్‌లకు రిటైర్మెంట్ ప్రకటించిన కోహ్లీ, రోహిత్ శర్మ కేవలం వన్డే ఫార్మాట్‌లోనే ఆడుతున్నారు. వన్డే ప్రపంచకప్ 2027 ఆడటమే లక్ష్యంగా పెట్టుకున్నారు.ప్రస్తుతం ఈ ఇద్దరూ సూపర్ ఫామ్‌లో ఉన్నారు. కానీ మరో రెండేళ్ల వరకు జట్టులో కొనసాగుతారా? అనే సందేహాలు వ్యక్తమవుతున్నాయి. అదే సమయంలో హెడ్ కోచ్ గౌతమ్ గంభీర్‌తో రోహిత్, కోహ్లీకి పడటం లేదనే వార్తలు కలకలం రేపుతున్నాయి. ఈ నేపథ్యంలోనే రవిశాస్త్రి మాట్లాడుతూ.. గంభీర్‌ను హెచ్చరించాడు.'ఆటలో కోహ్లీ, రోహిత్ తాతలు. వైట్‌బాల్ ఫార్మాట్ దిగ్గజాలు. వాళ్లను అనవసరంగా కెలకొద్దు. వాళ్లకు చిర్రెత్తుకొచ్చిందంటే అందరూ దెబ్బతింటారు. అనుభవాన్ని అంగట్లో కొనుక్కోలేం. ఒకరు ఛేజింగ్ కింగ్ అయితే.. మరొకరు మూడు వన్డే డబుల్ సెంచరీలు సాధించాడు.'అని రవిశాస్త్రి చెప్పుకొచ్చాడు. టీమిండియా మాజీ స్పిన్నర్ హర్భజన్ సింగ్ కూడా గంభీర్, చీఫ్ సెలెక్టర్ అజిత్ అగార్కర్‌పై విమర్శలు గుప్పించాడు. వారి పేర్లను నేరుగా ప్రస్తావించకుండా పరోక్ష వ్యాఖ్యలు చేశాడు. కెరీర్‌లో పెద్దగా సాధించని వ్యక్తులు రోహిత్, కోహ్లీ భవిష్యత్తును నిర్ణయిస్తుండటం దురదృష్టకరమని భజ్జీ అభిప్రాయపడ్డాడు. 'ఏం సాధించని కొందరు ఆటగాళ్ల కెరీర్‌లను శాసిస్తుంటారు. నా విషయంలోనూ ఇలా జరిగింది. నా సహచరుల్లో చాలా మందికి ఇలా జరిగింది. చాలా దురదృష్టకరం. దీని గురించి ఎప్పుడూ ఎవరం మాట్లాడం. చర్చించం. విరాట్ కోహ్లీ లాంటి ఆటగాడు మెరుగైన ప్రదర్శన చేస్తుంటే చాలా సంతోషంగా ఉంది. రోహిత్ శర్మ కూడా గొప్పగా ఆడుతున్నాడు. వాళ్లిద్దరూ పరుగులు చేస్తున్నారు. కెరీర్‌లో ఏ ఘనతలు అందుకొని వ్యక్తులు రోహిత్, కోహ్లీ భవిష్యత్తును నిర్ణయిస్తుండటం దురదృష్టకరం.'అని హర్భజన్ సింగ్ తెలిపాడు.

భారీ రికార్డుకు అడుగుదూరంలో రోహిత్ శర్మ



టీమిండియా మాజీ కెప్టెన్ రోహిత్ శర్మ భారీ రికార్డుకు అడుగుదూరంలో ఉన్నాడు. అతడు శనివారం విశాఖ వేదికగా దక్షిణాఫ్రికాతో జరగనున్న మూడో వన్డే మ్యాచ్‌లో 27 పరుగులు చేస్తే.. అంతర్జాతీయ క్రికెట్‌లో 20 వేల పరుగుల మైలురాయిని పూర్తి చేసుకుంటాడు. ఈ ఘనత సాధించిన నాలుగో భారత ప్లేయర్‌గా రికార్డులకు ఎక్కుతాడు.ఇప్పటివరకూ భారత్ తరపున సచిన్ టెండూల్కర్, విరాట్ కోహ్లీ, రాహుల్ ద్రవిడ్‌లు మాత్రమే అంతర్జాతీయ క్రికెట్‌లో 20 వేల కంటే ఎక్కువ పరుగులు సాధించారు.రోహిత్ శర్మ ఇప్పటి వరకు 504 అంతర్జాతీయ మ్యాచ్‌లు (67 టెస్టులు, 278 వన్డేలు, 159 టీ20లు)ఆడాడు. 19,973 పరుగులు (టెస్టుల్లో 4301, వన్డేల్లో 11441, టీ20ల్లో 4231) సాధించాడు. మొత్తంగా 50 సెంచరీలు, 110 హాఫ్ సెంచరీలు అతడి ఖాతాలో ఉన్నాయి. మరోవైపు మూడు మ్యాచ్‌ల వన్డే సిరీస్ ప్రస్తుతానికి 1–1తో సమంగా ఉంది. రాంచీ వేదికగా జరిగిన తొలి మ్యాచ్ లో టీమిండియా విజయం సాధించగా.. రాయ్‌పూర్ వేదికగా జరిగిన రెండవ వన్డే

రెండో టెస్ట్‌లో ఆస్ట్రేలియా భారీ ఆధిక్యం

ప్రతిష్టాత్మక యాషెస్ సిరీస్‌లో భాగంగా ఇంగ్లండ్‌తో జరుగుతున్న రెండో టెస్ట్‌లో ఆస్ట్రేలియా భారీ ఆధిక్యం దిశగా సాగుతోంది. బ్రిస్బేన్ వేదికగా జరుగుతున్న ఈ మ్యాచ్‌లో ఆసీస్ బ్యాటర్లు అద్భుత ప్రదర్శన కనబర్చారు. దాంతో రెండో రోజు ఆట ముగిసే సమయానికి ఆసీస్ 73 ఓవర్లలో 6 వికెట్లకు 378 పరుగులు చేసింది. జేక్ వెదరాల్డ్(78 బంతుల్లో 12 ఫోర్లు, సిక్స్‌తో 72), మార్నస్ లబుషేన్(78 బంతుల్లో 9 ఫోర్లు, సిక్స్‌తో 65), స్టీవ్ స్మిత్(85 బంతుల్లో 5 ఫోర్లు, 2 సిక్స్‌లతో 61) హాఫ్ సెంచరీలతో రాణించాడు.ట్రావిస్ హెడ్(43 బంతుల్లో 3 ఫోర్లు, సిక్స్‌తో 33), కామెరూన్ గ్రీన్(57 బంతుల్లో 7 ఫోర్లతో 45) మరోసారి దూకుడుగా ఆడాడు. అలెక్స్ క్యారీ(45 బంతుల్లో 5 ఫోర్లతో 46 బ్యాటింగ్)తో పాటు మైఖేల్ నేజర్(15 బ్యాటింగ్) క్రీజులో ఉన్నారు. ఇంగ్లండ్ బౌలర్లలో బ్రైడన్ కార్స్(3/113) మూడు వికెట్లు తీయగా.. బెన్ స్టోక్స్(2/93) రెండు వికెట్లు పడగొట్టాడు.జోఫ్రా ఆర్చర్ ఒక వికెట్ తీసాడు. ప్రస్తుతం ఆసీస్ 44 పరుగుల ఆధిక్యంలో ఉంది. వన్డే తరహా బ్యాటింగ్‌తో ఆసీస్ దూకుడుగా ఆడింది. 5.17 రన్‌రేట్‌తో వేగంగా పరుగులు రాబట్టింది. మూడో రోజు ఆటలో తొలి సెషన్ మొత్తం ఆడినా ఆసీస్ ఆధిక్యం 150 పరుగులకు చేరుతుంది. అప్పుడు మ్యాచ్‌పై పట్టు చిక్కుతుంది. తొలి టెస్ట్‌లో ఆసీస్ విజయం సాధించిన సంగతి తెలిసిందే. అంతకుముందు 325/9 ఓవర్‌నైట్ స్కోర్‌తో రెండో రోజు ఆటను కొనసాగించిన ఇంగ్లండ్ తొలి ఇన్నింగ్స్‌లో 334 పరుగులు చేసింది.

పాత చీరల్ని ఇలా చేస్తే కొత్తగా మారతాయి..

కొన్నిసార్లు చీరలు ఎక్కువసార్లు కట్టడం వల్ల మనకి వాటిని వాడాలనిపించదు. అలాంటప్పుడు వాటిని ఎలా వాడుకోవచ్చో ఇప్పుడు చూద్దాం. చీరలు మనకి ఎక్కువగా ఉన్నా, కొత్త చీరలు కొన్నప్పుడు పాతవాటిని వాడాలనిపించదు. అలాంటప్పుడు కొన్ని మెరుగులు దిద్దితే వాటిని మళ్ళీ చక్కగా కట్టుకోవచ్చు. అలాంటి మెరుగులు ఏంటి వీటిని వాడితే లుక్ ఎలా మారుతుందో తెలుసుకోండి.

చీరలకి రంగులు వేయడం కొత్త కళని తీసుకొచ్చి కొత్తవాటిలా చేస్తుంది. ముఖ్యంగా పట్టుచీరలకి ఇవి బాగా పనిచేస్తాయి. ఎక్కువగా వాడినవి ఓ రకమైన రంగులు వెలసిపోయినట్లుగా ఉంటాయి. అలాంటి వాటికి డై వేస్తే చక్కగా కొత్తగా మెరిసిపోతాయి.

డ్రెస్సెస్.. ఇవన్నీ కుదరవు అనిపిస్తే మీ చీరల్ని చక్కగా అందమైన పంజాబీ, కుర్తాలు వేసుకోవచ్చు. లేదా చక్కని లెహంగా కుట్టించుకుని మంచి క్రాప్‌టాప్‌తో స్టైల్ చేయొచ్చు. దీని వల్ల వాటిని వాడుకున్నట్లుగా కూడా ఉంటుంది.

బ్లౌజెస్.. అదే విధంగా, బ్లౌజెస్ కొత్తవి వర్క్‌వి తీసుకోండి. చీర ఓ మోస్తరుగా ఉన్న జాకెట్ స్టైలిష్, అందంగా ఉంటే ఆ చీరలు కట్టుకోవడానికి చాలా బావుంటాయి. చక్కని ఫ్యాషన్‌గా కనిపిస్తారు.

లేస్.. ఇక కొన్ని జార్జెట్ చీరలకి ఈ లేస్ మా బాగా సరిపోతాయి. చక్కని లేస్‌ని తీసుకొచ్చి బార్డర్స్‌కి వేయండి. దీంతో మీకు ఇష్టం లేని చీరైనా చక్కగా కొత్తగా మారి కొత్త లుక్‌ని ఇస్తుంది. కచ్చితంగా కట్టుకుంటారు.

అందంగా డెకరేట్ చేసుకోండి

మన ఇంటిలో అతి ముఖ్యమైన ప్రదేశాలలో డైనింగ్ రూమ్ ఒకటి. ఇక్కడ కుటుంబ సభ్యులు, ఫ్రెండ్స్ అంతా కలిసి భోజనం చేస్తూ.. ఆ రోజు వారికి జరిగిన అనుభవాలి, వారి జ్ఞాపకాలను, కథలను షేర్ చేసుకుంటూ ఉంటారు. అందుకే డైనింగ్ రూమ్ స్పెషల్‌గా, అందంగా ఉండాలి. మీరు కొత్త ఇంటిని డెకరేట్ చేసుకోవాలనుకున్నా, మీ డైనింగ్ రూమ్‌ను రెనోవేట్ చేయాలనుకుంటున్నారు.. మీరు డైనింగ్ రూమ్‌ను అందంగా అలంకరించడానికి మేము మీకు సహాయం చేస్తాం.

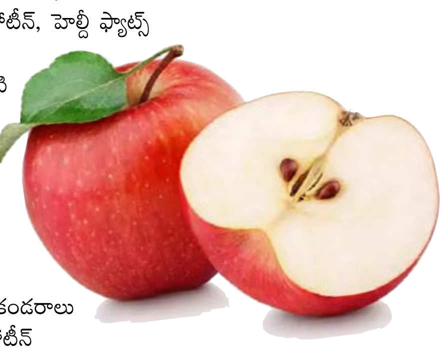
లైటింగ్.. లైటింగ్ అనేది ఇంటి అలంకరణలో ముఖ్యమైన అంశాలలో ఒకటి, ఇది డైనింగ్ రూమ్‌కు కూడా వర్తిస్తుంది. డైనింగ్ రూమ్‌లో లైటింగ్ బాగుంటే.. మీ కుటుంబ సభ్యులకు, అతిథులకు స్వాగతించే వాతావరణాన్ని సృష్టిస్తుంది. డైనింగ్ టేబుల్ పైన షాన్డిలియర్, లాకెట్టు లైట్ హ్యాంగ్ చేయండి. మీ డైనింగ్ రూమ్ పెద్దదిగా ఉంటే.. లేయర్డ్ లైటింగ్ యాడ్ చేయండి, మరిన్ని లైటింగ్ ఫిక్చర్‌లను జోడించడానికి ప్రయత్నించండి.?

ఫర్నిచర్.. డైనింగ్ రూమ్‌లోని ఫర్నిచర్.. డైనింగ్ రూమ్ రూపాన్ని, అనుభూతిపై గణనీయమైన ప్రభావాన్ని చూపుతుంది. ఎక్కువ కాలం పాటు మన్నే.. హై క్వాలిటీ టేబుళ్లు, కుర్చీలను కొనుగోలు చేయడానికి ప్రయత్నించండి. మీ డైనింగ్ రూమ్ చిన్నగా ఉంటే, మరింత సన్నిహిత వాతావరణాన్ని సృష్టించడానికి రౌండ్ టేబుల్ ప్రిఫర్ చేయండి. ప్రత్యేకమైన, పరిశీలనాత్మక రూపాన్ని సృష్టించడానికి మీరు రకరకాలు కుర్చీలను వేయవచ్చు. మీ డైనింగ్ రూమ్ మరింత అందంగా, స్పెషల్‌గా డెకరేట్ చేయడానికి.. వాల్ డెకల్ గొప్ప మార్గం అని చెప్పొచ్చు. మీ గొడకు వాల్ గ్యాలరీ వేలడదీయండి. మీ గోడకు అద్దాలు కూడా తయారు చేయవ చ్చు, అవి గదికి కాంతిని ఇస్తాయి, స్థలాన్ని పెద్దవిగా చేస్తాయి.

టేబుల్ డెకర్.. డైనింగ్ టేబుల్ అనేది మీ డైనింగ్ రూమ్‌లో అలంకార అంశాలను చేర్చడానికి ఒక అద్భుతమైన ప్రదేశం. ఫ్లవర్ వాజ్, ఫ్రూట్ బౌల్ వంటి వాటిని టేబుల్‌పై ఉంచండి. మీరు మీ డైనింగ్ స్పేస్ కలర్ థీమ్‌కు సరిపోయేలా.. ప్లేస్‌మ్యాట్‌లు, న్యాప్‌కిన్‌లు, ఇతర ఉపకరణాలు యాడ్ చేయండి.

ఈజీగా బరువు తగ్గుతారట..

ఎక్సర్‌సైజ్ చేసే ముందు కొద్దిగా ఏమైనా తిని చేయడం చాలా మంచిది. అయితే, ఎలాంటి ఫుడ్స్ తినాలో తెలుసుకోవాలి. చాలా మంది రెగ్యులర్‌గా వర్కౌట్ చేస్తారు. దీని వల్ల ఫిట్‌గా ఉంటారు. హెల్త్ ప్రాబ్లమ్స్ కూడా దూరమవుతాయి. అయితే, ఎక్సర్‌సైజ్ చేసే ముందు ఎలాంటి ఫుడ్స్ తినాలి. ఏ ఫుడ్స్ తినడం వల్ల లాభాలు ఉన్నాయో పూర్తి వివరాలు తెలుసుకోవాలి. కొన్ని ఫుడ్స్ తీసుకుంటే బరువు తగ్గడమే కాకుండా ఏకాగ్రత పెరుగుతుంది. అదే విధంగా కండరాలకి చాలా మంచిది.



అవోకాడో, ఎగ్.. అవోకాడో, ఎగ్స్ కూడా ప్రోటీన్, హెల్దీ ఫ్యాట్స్ ఉంటాయి. ఇవి రుచిగా ఉండడమే కాకుండా శక్తిని కూడా అందిస్తాయి. మీకు చాలా సేపటి వరకూ కడుపు నిండుగా ఉంటాయి. ఏంచక్కా వీటిని హ్యాపీగా తినొచ్చు.

స్మూతీస్.. స్మూతీస్ కూడా శక్తిని అందిస్తాయి. పండ్లు, కూరగాయలతో తయారైన స్మూతీస్‌లో కార్బోహైడ్రేట్స్ ఉంటాయి. ఇవి శక్తిని అందిస్తాయి. అయితే, ప్రోటీన్ పౌడర్ కండరాలని బాగు చేస్తాయి. కండరాలు మెరుగ్గా మారతాయి. కాబట్టి, స్మూతీస్‌లో ప్రోటీన్ పౌడర్ కలపండి. దీని వల్ల చాలా లాభాలు ఉన్నాయి.

డ్రై ఫ్రూట్స్.. నట్స్, డ్రై ఫ్రూట్స్‌ని కూడా కలిపి తినొచ్చు. వీటిలో కార్బోహైడ్రేట్స్, ప్రోటీన్స్, హెల్దీ ఫ్యాట్స్ బ్యాలెన్స్‌డ్‌గా ఉంటాయి. వీటి వల్ల అప్పటికప్పుడు శక్తి లభిస్తుంది. ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిది. హ్యాపీగా వీటిని తినొచ్చు. అయితే, వీటిని నానబెట్టి తినాలి. ఆ నానబెట్టిన నీటిని కూడా పారబోయకుండా తాగడం అలవాటు చేసుకోండి.

ఓట్స్.. ఓట్స్.. కూడా కార్బోహైడ్రేట్స్, ఫైబర్‌కి మూలం. వీటిని తీసుకోవడం వల్ల జీర్ణ క్రియ సరిగ్గా ఉంటుంది. దీంతో పాటు బరువు కూడా తగ్గుతారు. ఓట్స్‌ని ఏవైనా పండ్లతో కలిపి తినడం మంచిది. అయితే, ఇందులో మసాలా ఓట్స్ దొరుకుతాయి. వాటిని తినకపోవడమే మంచిది. అంతలా కావాలనుకుంటే ప్లెయిన్ ఓట్స్‌తో మీరే ఉప్మాలా చేసుకుని తీసుకోవచ్చు.

ఆపిల్స్.. ఆపిల్స్ తీసుకోవడం చాలా మంచిది. వీటిని తినడం వల్ల హెల్దీ కార్బోహైడ్రేట్స్, ప్రోటీన్ అందుతుంది. అదే విధంగా బాడీకి త్వరగా ఎనర్జీ అందుతుంది. కాబట్టి హ్యాపీగా వీటిని తిని ఏంచక్కా వర్కౌట్ చేయొచ్చు. దీని వల్ల కడుపులో హెవీగా కూడా ఉండదు. ఈజీగా వర్కౌటట్ చేయొచ్చు.

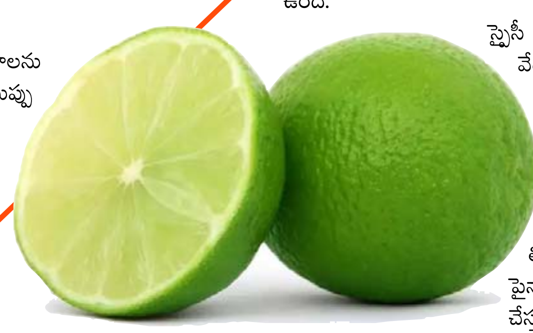
ఎగ్స్.. గుడ్లలో ప్రోటీన్ ఎక్కువగా ఉంటుంది. వీటిని తీసుకోవడం వల్ల బాడీకి శక్తి అందుతుంది. ప్రోటీన్ ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిది. గుడ్లపై కొద్దిగా కారం, ఉప్పు చల్లి తినండి.

ఈ ఫుడ్స్ అన్నీ కూడా వర్కౌట్ చేయడానికి సరిపడా శక్తిని అందించి కండరాలను హెల్దీగా చేయడంలో సాయపడే కార్బోహైడ్రేట్స్, ప్రోటీన్స్, హెల్దీ ఫ్యాట్స్‌ని అందిస్తాయి.

నిమ్మరసంతో ఇవి కలిపి తింటున్నారా..

బిర్యానీలో, చికెన్ కర్రీ, మజ్జిగలో నిమ్మరసం వేసుకుని చాలామంది టేస్ట్ ఎంజాయ్ చేస్తూ ఉంటారు. అయితే కొన్ని ఆహార పదార్థాల్లో నిమ్మరసం కలిపి తీసుకోకూడని నిపుణులు అంటున్నారు.పసుపు పచ్చని రంగుతో మిలమిల మెరిసిపోయే నిమ్మను పోషకాల స్టోర్‌హౌస్ అనొచ్చు. ఈ పుల్లటి గుండ్రని పండులో ప్రోటిన్, కొవ్వు, విటమిన్ సి, కాల్షియం, ఫోలేట్, పొటాషియం వంటి పోషకాలు మెండుగా ఉంటాయి. నిమ్మకాయలో సి-విటమిన్ అధికంగా ఉంటుంది.. ఇది రోగ నిరోధకశక్తిని పెంచుతుంది. ఇందులోని సిట్రిక్ యాసిడ్ చర్మం ముడతలు పడకుండా, కిడ్నీలో రాళ్లేర్పడకుండా చేస్తుంది. ఇందులోని యాంటీఆక్సిడెంట్లు కణాలను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతాయి. క్యాన్సర్‌తో కారకాలతో పోరాడతాయి. కాల్షియం ఎముకలను దృఢంగా ఉంచుతుంది. అందుకే.. రోజూ మన ఆహారంలో నిమ్మరసం కచ్చితంగా తీసుకోవాలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. అయితే, నిమ్మను కొన్ని ఆహార పదార్థాలతో కలిపి తీసుకుంటే జీర్ణ సమస్యలు ఎదురవుతాయని, ఆహారం రుచి, ఆకృతిని నాశనం చేస్తుందని అంటున్నారు. నిమ్మకాయలతో కలిపి తినకూడని ఆహార పదార్థాలు ఏమిటో ఈ స్టోరీలో చూద్దాం.

పాలు, పాల ఉత్పత్తులు.. నిమ్మరసంలో సిట్రిక్ యాసిడ్ ఉంటుంది. పాలు, పాల ఉత్పత్తులలో నిమ్మరసం కలిపి తీసుకుంటే.. వాటికి రియాక్ట్ అయ్యి విరిగిపోవడం, వాటి ఆకృతి పాడయ్యే అవకాశం ఉంది. అంతే కాకుండా, ఈ రెండింటిని తీసుకోవడం వల్ల యాసిడ్ రియాక్షన్ కారణంగా గుండెల్లో మంట, ఎసిడిటీ వంటి జీర్ణ సమస్యలు ఎదురయ్యే అవకాశం ఉంది.



స్పైసీ ఫుడ్.. నిమ్మరసంలో ఎసిడిక్ గుణాలు ఉంటాయి, ఇది స్పైసీ ఫుడ్స్ వేడిని తీవ్రతరం చేస్తుంది. స్పైసీ ఫుడ్‌లో నిమ్మరసం యాడ్ చేసుకుంటే.. అవి మరింత స్పైసీగా, ఘాటుగా మారతాయి.సీ ఫుడ్స్‌లో నిమ్మరసం యాడ్ చేసుకుని చాలా మంది ఎంజాయ్ చేస్తూ ఉంటారు. అయితే సోల్, ఫ్లౌండర్ వంటి కొన్ని రకాల చేపలలో నిమ్మరసం కలిపి తీసుకోకూడదు, , ఎందుకంటే ఇది వాటి సున్నితమైన రుచులను డామినేట్ చేస్తుంది.

తియ్యటి పండ్లు.. పైనాపిల్, పుచ్చకాయ, జామపండు, మామిడి వంటి పండ్లులో నిమ్మరసం వేసుకుని తింటే.. వాటి టేస్ట్‌ను నిమ్మరసం డామినేట్ చేస్తుంది. నిమ్మరసం ఎసిడిక్‌గా ఉంటుంది, పాలకూర వంటి ఆల్కలీన్ కూరగాయలతో ఇది కలిపి తీసుకుంటేముదురు రంగులోకి మారుతాయి. వాటి శక్తివంతమైన ఆకుపచ్చ రూపాన్ని కోల్పోతాయి. దీన్ని నివారించడానికి, వడ్డించే ముందు అటువంటి కూరగాయలకు నిమ్మరసం జోడించండి.

పనీర్ తింటే ఎముకలు స్ట్రాంగ్...

నాన్‌వెజ్ తినని వాళ్లకి పనీర్ బెస్ట్ ఆప్షన్. ఒక పనీర్‌తో పాలక్ పనీర్, కడాయ్ పనీర్, పనీర్ 65, పనీర్ బటర్ మసాలా, పనీర్ టిక్కా ఇలా అనేక వెరైటీలు ఎంజాయ్ చేయవచ్చు. పన్నీర్‌తో చేసిన వంటకాలే కాదు.. దీనిలో పోషకాలూ సూపర్‌గా ఉంటాయి. పాలను విరగొట్టి చేసే.. పనీర్‌లో కాల్షియం, విటమిన్ డి, విటమిన్ ఇ, సెలీనియం, యాంటీఆక్సిడెంట్లు మెండుగా ఉంటాయి. పనీర్‌ను తరచుగా మన డైట్‌లో చేర్చుకుంటే అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు పొందవచ్చని నిపుణులు చెబుతున్నారు.

ఎముకలు దృఢంగా ఉంటాయ్.. పనీర్‌లో విటమిన్ డి, కాల్షియం సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ఈ పోషకాలు ఎముకలు, దంతాలను దృఢంగా ఉంచుతాయి. పనీర్‌ను తరచు డైట్‌లో చేర్చుకుంటే.. గుల్లబారిన ఎముకలు గట్టిపడతాయి, ఆస్టియోపోరోసిస్ ముప్పు తగ్గుతుంది. కీళ్ల నొప్పులు దరిచేరకుండా ఉంటాయ్.

మహిళలకు మేలు చేస్తుంది.. మహిళలు పనీరు తరచు తీసుకుంటే.. ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు జరుగుతుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. పనీర్ తీసుకుంటే.. రొమ్ము, కోలన్ వంటి క్యాన్సర్లు వచ్చే ముప్పు తగ్గుతుందని అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి. పనీర్‌లో ఉండే మంచి కొవ్వు, ప్రొటీన్ల వల్ల గర్భిణులకు వేవిళ్లు, అలసట, బలహీనత వంటి సమస్యలు రాకుండా ఉంటాయి. ఇందులో ఉండే క్యాల్షియం, ఫాస్ఫరస్ ఈ రెండూ కడుపులోని బిడ్డ ఎదుగుదలకు, తల్లీబిడ్డల్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచేందుకు సహాయపడతాయి. పనీర్‌లోని పోషకాలు మహిళలకు మెనోపాజ్ దశలో ఎదురయ్యే చిరాకు, ఒత్తిడి నుంచి ఉపశమనం కలిగిస్తాయి.

గుండెకు మేలు చేస్తుంది.. పనీర్‌లోని లిపిడ్లు, పొటాషియం హైపర్‌టెన్షన్‌ను కంట్రోల్‌లో ఉంచుతుంది. తద్వారా గుండె సమస్యలు రాకుండా రక్షిస్తుంది. పనీర్‌లోని ఒమేగా-3, ఒమేగా-6 ఫ్యాటీ యాసిడ్స్ రుమటాయిడ్ ఆర్థరైటిస్, ఇతర ఎముక సంబంధిత సమస్యల నుంచి రక్షిస్తాయి. పనీర్‌లో ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది. ఫైబర్ జీర్ణక్రియకు మేలు చేస్తుంది. ఫైబర్ కడుపును నిండుగా ఉంచుతుంది, తద్వారా బరువు అదుపులో ఉంటుంది. పనీర్‌లోని మోనోశ్యాచురేటెడ్, పాలీఅన్ శ్యాచురేటెడ్ కొవ్వులు.. బరువును కంట్రోల్‌లో ఉంచుతాయి.

రోగనిరోధక శక్తి మెరుగుపడుతుంది.. పనీర్‌లోని పోషకాలు మనలో వ్యాధినిరోధకశక్తిని పెంచుతాయి. ఈ సీజన్‌లో పనీర్ తీసుకోవాలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. వర్షాకాలంలో వచ్చే ఇన్‌ఫెక్షన్ల నుంచి శరీరానికి రక్షణ దొరుకు తుంది.చర్మాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది.. విటమిన్ ఇ, సెలీనియం, యాంటీ ఆక్సిడెం ట్లు చర్మాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచుతాయి. ఇది తరచు డైట్‌లో చేర్చుకుంటే ముతలు త్వరగా రావు. ఇందులో ఉండే కాపర్ వల్ల జుట్టు కూడా దృఢంగా తయారవుతుంది.

ముందుకే కాదు, వెనక్కీ నడవండి..

మన ఆరోగ్యాన్ని రక్షించుకోవడానికి.. రోజుకు కనీసం 30 నిమిషాలైనా వ్యాయామం చేయాలని నిపుణులు చెబుతున్నారు. నడక చాలా తేలికైన, చవకైన అందరికీ అందుబాటులో ఉండే అందరూ చేయదగిన వ్యాయాయం. నడవడానికి ప్రత్యేకమైన పరికరాలేవీ అవసరం లేదు. నడక రోగనిరోధకశక్తిని మెరుగుపరుస్తుంది. గుండె సమర్థంగా పనిచేస్తుంది. గుండెపోటు రాకుండా కాపాడుతుంది. హైపర్‌టెన్షన్ కంట్రోల్ ఉంటుంది. రోజు నడిస్తే.. మంచి కొలెస్ట్రాల్ (హెచ్‌డీఎల్) పెరుగుతుంది. చెడ్డ కొలెస్ట్రాల్ (ఎల్‌డీఎల్) తగ్గుతుంది. రక్తంలో గ్లూకోజు స్థాయి తగ్గుతుంది. ముందుకు నడవడమే కాదు.. వెనక్కి నడిస్తే మరిన్ని ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు పొందవచ్చని నిపుణులు చెబుతున్నారు.

కేలరీలు ఎక్కువగా బర్న్ అవుతాయి.. రివర్స్ వాకింగ్‌లో మామూలు నడకకంటే.. ఎక్కువ కేలరీలు బర్న్ అవుతాయి. దీనిలో కండరాలు ఎక్కువగా కష్టపడతాయి. అమెరికన్ కాలేజ్ ఆఫ్ స్పోర్ట్స్ మెడిసిన్ ప్రకారం గంటకు 3.5 మైళ్ల వేగంతో నడిస్తే.. 4.3 లు క్యాలరీలు బర్న్ అవుతాయి, అదేసమయంలో రివర్స్ వాకింగ్ వల్ల.. 6.0 లు బర్న్ అవుతాయని స్పష్టం చేసింది. కాబట్టి ప్రకారం, వేగంగా నడవడం కంటే రివర్స్ వాకింగ్ నిమిషానికి 40% ఎక్కువ కేలరీలు బర్న్ చేస్తుంది. మీ వ్యాయామాల తీవ్రతను పెంచడానికి ఇది గొప్ప మార్గం. దీనివల్ల త్వరగా బరువు తగ్గగలరు.

అర్థరైటిస్ ఉన్నవారికి మేలు చేస్తుంది.. ఈ రకమైన నడక ఆస్టియో ఆర్థరైటిస్, జువెనైల్ రుమటాయిడ్ ఆర్థరైటిస్ ఉన్నవారికి పలు రకాల ప్రయోజనాలిస్తుంది. కండరాలను బలోపేతం చేస్తుంది. మోకాళ్లు, నడుము నొప్పి ఉన్నవారికి ఉపశమనాన్నిస్తుంది. రివర్స్ వాకింగ్ నడక వేగం, సమతుల్యత మెరుగుపరుస్తుంది. ఇతర ఫిజికల్ థెరపీ చికిత్సలతో కలిపినప్పుడు, మోకాలి ఆస్టియో ఆర్థరైటిస్, జువెనైల్ రుమటాయిడ్ ఆర్థరైటిస్, గాయాలు ఉన్నవారిలో రివర్స్ వాకింగ్ మేలు చేస్తుంది.

కార్డియోస్పిరేటరీ ఫిట్‌నెస్‌ని మెరుగుపరుస్తుంది.. రివర్స్ వాకింగ్.. గుండె, ఊపిరితిత్తుల ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది. రివర్స్ వాకింగ్ మీ కార్డియోస్పిరేటరీ ఫిట్‌నెస్‌కు మేలు చేస్తుంది. రివర్స్ వాకింగ్.. గుండె, ఊపిరితిత్తులకు ఆక్సిజన్‌ను మరింత సమర్థవంతంగా అందించడానికి సహాయపడుతుంది. రివర్స్ వాకింగ్ శరీరంలో కొవ్వు, మెరుగైన కార్డియోస్పిరేటరీ ఫిట్‌నెస్‌ను తోడ్పడుతుందని ఓ అధ్యయనం స్పష్టం చేసింది.?

బుర్రకు పదును పెడుతుంది.. వెనక్కి నడిస్తే.. నడవడం వల్ల ఆలోచనా నైపుణ్యాలను పదును పెడుతుంది. అభిజ్ఞా నియంత్రణను పెంచుతుంది. ఇది కళ్లకు చాలా ఉపయోగకరంగా కూడా పని చేస్తుంది. ముఖ్యంగా మన శరీరంలోని ఇంద్రియాలను పదునుపెట్టి.. మానసిక, శారీరక సమన్వయాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది.

మోకాళ్ల నొప్పిని తగ్గిస్తుంది.. బయోమెకానిక్స్ జర్నల్‌లో ప్రచురించబడిన ఒక అధ్యయనం ప్రకారం ముందుకు వాకింగ్ చేయడం కంటే వెనక్కి నడవటం వల్ల మోకాలి నొప్పిని తగ్గిస్తుందని పేర్కొంది. వెనక్కి నడవటం కార్డియోస్పిరేటరీ ఫిట్‌నెస్‌ను మెరుగుపరుస్తుందని పేర్కొంది. బాడీని స్టిమ్యులేట్ చేస్తుందని మరో అధ్యయనం పేర్కొంది.

మిస్ అవుతున్నాను

పాన్ ఇండియా స్టార్ ప్రభాస్ తన వ్యక్తిగత జీవితానికి సంబంధించిన ఒక ఆసక్తికర విషయాన్ని పంచుకున్నారు. తాను పుట్టి పెరిగిన చెన్నై నగరంతో తనకున్న అనుబంధాన్ని గుర్తుచేసుకున్నారు. హైదరాబాద్‌కు రాకముందు తన బాల్యం అక్కడే గడిచిందని, అప్పుడప్పుడు ఆ నగరాన్ని చాలా మిస్ అవుతుంటానని తెలిపారు.

ఇటీవల హిట్టయిన 'కపుల్ ఫ్రెండ్లీ' చిత్ర బృందంతో ప్రభాస్ ముచ్చటించారు. ఈ సినిమాలో సంతోష్ శోభన్, మానస వారణాసి జంటగా నటించారు. సినిమా కథలో ఎక్కువ భాగం చెన్నై నేపథ్యంలో సాగుతుంది. ఈ సందర్భంగా దర్శకుడు అశ్విన్ చంద్రశేఖర్.. "మీరు చెన్నై నుంచి ఇక్కడికి వచ్చారని విన్నాను. చెన్నై గురించి మీకేం గుర్తుంది?" అని ప్రభాస్‌ను అడిగారు. దీనికి ప్రభాస్ బదులిస్తూ, "నేను పుట్టింది అక్కడే. చెన్నైలోని డాన్ బాస్కో స్కూల్‌లో చదువుకున్నాను. హైదరాబాద్ వచ్చాక తమిళం దాదాపు మర్చిపోయాను. కానీ, రాజు మాస్టర్, ప్రభు మాస్టర్ వంటి వారితో పాటు తెలుగు పరిశ్రమలో పనిచేసే చాలా మంది టెక్నీషియన్లు తమిళులే.

వారితో మాట్లాడుతూ ఉండటం వల్ల నా తమిళం మళ్లీ మెరుగైంది. ఇప్పటికీ చెన్నై వెళ్లినప్పుడు డాన్ బాస్కో స్కూల్ ను చూస్తుంటాను. ఆ నగరం నాకెంతో ఇష్టం" అని తన జ్ఞాపకాలను పంచుకున్నారు.

'కపుల్ ఫ్రెండ్లీ' సినిమాను యూవీ కాన్సెప్ట్స్ పతాకంపై అజయ్ కుమార్ రాజు నిర్మించగా, యూవీ క్రియేషన్స్ సమర్పిస్తోంది.

డిమాండ్

బాక్సాఫీస్‌ను షేక్ చేసిన 'ధురంధర్' సక్సెస్ తర్వాత బాలీవుడ్ స్టార్ హీరో రణ్‌వీర్ సింగ్‌కు బెదిరింపులు రావడం కలకలం రేపుతోంది. వాట్సాప్ వాయిస్ నోట్ ద్వారా కోట్ల రూపాయలు డిమాండ్ చేస్తూ గుర్తుతెలియని వ్యక్తి బెదిరించినట్లు సమాచారం. ఈ విషయం ముంబయి పోలీసుల దృష్టికి వెళ్లడంతో క్రైమ్ బ్రాంచ్ దర్యాప్తు ప్రారంభించింది. బెదిరింపుల నేపథ్యంలో రణ్‌వీర్ నివాసం వద్ద భద్రతను పెంచారు.

ధురంధర్' మూవీతో బాక్సాఫీస్‌ను షేక్ చేసిన బాలీవుడ్ స్టార్ హీరో రణ్‌వీర్ సింగ్ తాజాగా తీవ్ర బెదిరింపులను ఎదుర్కొనడం ఇప్పుడు సినీ వర్గాల్లో కలకలం రేపుతోంది. డిసెంబర్‌లో విడుదలై సంచలన విజయం సాధించిన 'ధురంధర్' సినిమాతో రూ.1300 కోట్లకు పైగా వసూళ్లు సాధించిన రణ్‌వీర్ సింగ్‌కు, వాట్సాప్ వాయిస్ నోట్ ద్వారా గుర్తుతెలియని వ్యక్తి నుంచి బెదిరింపులు వచ్చినట్లు సమాచారం. కోట్ల రూపాయలు డిమాండ్ చేస్తూ పంపిన ఈ వాయిస్ మెసేజ్ బాలీవుడ్‌లోనే కాదు, భద్రతా వర్గాల్లోనూ ఆందోళన కలిగిస్తోంది. ఈ బెదిరింపు వాయిస్ నోట్‌లో డబ్బులు ఇవ్వకపోతే తీవ్ర పరిణామాలు ఎదుర్కోవాల్సి ఉంటుందని హెచ్చరించినట్లు తెలుస్తోంది. ఈ వ్యవహారం ముంబయి పోలీసుల దృష్టికి వెళ్లడంతో వెంటనే క్రైమ్ బ్రాంచ్ రంగంలోకి దిగింది. వాయిస్ నోట్ పంపిన వ్యక్తి తనను తాను లారెన్స్ బిష్ణోయ్ గ్యాంగ్‌తో సంబంధం ఉన్నవాడిగా పేర్కొన్నట్లు ప్రాథమిక సమాచారం. అయితే ఈ అంశంపై పోలీసులు అధికారికంగా ఇంకా ఎలాంటి ప్రకటన చేయలేదు. ప్రస్తుతం ఆ వాయిస్ నోట్ ట్రేస్ చేయడం, కాల్ డేటా, డిజిటల్ ఆధారాల ఆధారంగా దర్యాప్తు కొనసాగుతోంది. బెదిరింపుల నేపథ్యంలో రణ్‌వీర్ సింగ్ నివాసం వద్ద భద్రతను భారీగా పెంచారు. ముంబయి జుహులో ఉన్న ఆయన ఇంటి చుట్టూ పోలీసు బలగాలు, ప్రైవేట్ బాడీగార్డులను మోహరించారు. రణ్‌వీర్ సింగ్, ఆయన భార్య దీపికా పదుకొనే నివసించే హౌసింగ్ సొసైటీలోనూ కట్టుదిట్టమైన భద్రతా ఏర్పాట్లు చేపట్టారు. అయితే పెద్ద సంఖ్యలో ఆయుధాలతో ఉన్న గార్డులు మోహరించడంపై కొంతమంది నివాసితులు అసౌకర్యం వ్యక్తం చేయడంతో, సొసైటీ యాజమాన్యం పోలీసులకు లేఖ రాసినట్లు సమాచారం.

అంచనాలు పెంచేలా..

కథానాయకుడు యశ్ నటించిన 'టాక్సిక్ : ఎ ఫెయిరీటేల్ ఫర్ గ్రోన్-అప్స్' నుంచి మేకర్స్ న్యూ పోస్టర్‌ను రిలీజ్ చేశారు. ఈ సినిమా టీజర్‌ను నేటి (శుక్రవారం) ఉదయం 9:35 గంటలకు విడుదల చేస్తామని టీం ప్రకటించింది. ఈ మేరకు రిలీజ్ చేసిన న్యూ పోస్టర్ అందరిలోనూ అంచనాల్ని పెంచేసింది. ఇందులో రాయ పాత్రలో యశ్ రక్తాన్ని ఏరులై పారించినట్టుగా కనిపిస్తోంది. మంచు ప్రాంతమైనా కూడా ఎర్రని రక్తంతో నిండిపోయింది. ఇక అలా రక్తపాతాన్ని సృష్టించిన అనంతరం యశ్ మత్తులో మునిగేందుకు మందు తాగుతున్నట్లు కనిపిస్తోంది. ఇక ఈ మూవీ నుంచి మరి కొంత కథను రివీల్ చేసేలా టీజర్‌ను కట్ చేశారు. కథ, కథనం ప్రభావం అన్ని భాషల్లో ఒకేలా ఉండేందుకు టీజర్‌ను ఒకే భాషలో విడుదల చేస్తామని మేకర్స్ తెలిపారు.

ఈ సినిమా 1970ల కాలంలోని గోవా డ్రగ్ మాఫియా, అండర్‌వర్ల్డ్ నేపథ్యంలో సాగనున్నట్లు సమాచారం. యష్‌ని ఇందులో ఇప్పటివరకు చూడని స్టైలిష్, రగ్డ్ లుక్‌లో కనిపించబోతున్నారని టీజర్‌ని బట్టి చూస్తుంటేనే తెలుస్తోంది. కమర్షియల్ ఎలిమెంట్స్‌తో పాటు గీతూ మోహన్ దాస్ స్పెషల్ మేకింగ్ కలగలసి కంటెంట్ పరంగా భిన్నంగా ఉండబోతోందని యూనిట్ చెబుతోంది. ఈ సినిమాపై ఉన్న అంచనాల నేపథ్యంలోనే అన్ని ఏరియాల్లోనూ భారీ ధరకి థియేట్రికల్ రైట్స్ అమ్ముడుపోయాయి. తెలుగులో ప్రముఖ నిర్మాత దిల్ రాజు దాదాపు రూ.120 కోట్లకు వాటిని సొంతం చేసుకున్నట్లు తెలుస్తోంది. ఓవర్సీస్‌లోనూ కళ్లు చెదిరే ధరకి రైట్స్ సేల్ అయినట్లు ట్రేడ్ వర్గాలు చెబుతున్నాయి.

వైరల్ న్యూస్

వరుస విజయాలతో దూసుకుపోతున్న రష్మిక మందన్న, ఇప్పుడు మరో ప్రయోగాత్మక పాత్రతో ప్రేక్షకులను అలరించడానికి సిద్ధమవుతున్నారు. బాలీవుడ్‌లో మోస్ట్ అవేటెడ్ మూవీగా భావిస్తున్న 'కాక్‌టెయిల్ 2'లో ఆమె పోషిస్తున్న పాత్ర గురించి ప్రస్తుతం సోషల్ మీడియాలో ఒక ఆసక్తికరమైన వార్త వైరల్ అవుతోంది. షాహిద్ కపూర్ ప్రధాన పాత్రలో రానున్న ఈ చిత్రంలో కృతి సనన్, రష్మిక మందన్న కీలక పాత్రలు పోషిస్తున్నారు. బాలీవుడ్ మీడియా సమాచారం ప్రకారం.. ఈ సినిమాలో వీరిద్దరూ స్వలింగ ప్రేమికులుగా కనిపించనున్నట్లు తెలుస్తోంది. దీనిపై అధికారిక సమాచారం రాకపోయినప్పటికీ వీరి పాత్రల గురించి ప్రచారం మాత్రం జోరుగా సాగుతోంది. ఇదొక విభిన్నమైన ట్రయాంగిల్ లవ్ స్టోరీ అని, రష్మిక-కృతి పాత్రల మధ్య కెమిస్ట్రీ సినిమాకే హైలైట్‌గా నిలవనుందని టాక్ వినిపిస్తోంది. దీనిపై అధికారిక ప్రకటన రాకపోయినప్పటికీ, ఈ వార్త సినీ వర్గాల్లో చర్చనీయాంశంగా మారింది.

హోమీ అదజానియా దర్శకత్వంలో తెరకెక్కుతున్న ఈ సినిమా షూటింగ్ జనవరి 31వ తేదీతో పూర్తయింది. 2012లో సైఫ్ అలీ ఖాన్, దీపికా పదుకొణె నటించిన సూపర్ హిట్ 'కాక్‌టెయిల్' చిత్రానికి ఇది సీక్వెల్‌గా వస్తోంది. ఈ సినిమాలో షాహిద్ మునుపెన్నడూ చూడని సరికొత్త లుక్‌లో కనిపిస్తారని దర్శకుడు వెల్లడించారు. త్వరలోనే ఈ మూవీ రిలీజ్ డేట్‌ను ప్రకటిస్తామని చెప్పారు. విభిన్న పాత్రలతో తన మల్టీటాలెంట్‌ను నిరూపించుకుంటున్న రష్మికకు, ఈ 'కాక్‌టెయిల్ 2' బాలీవుడ్‌లో మరో పెద్ద బ్రేక్ ఇస్తుందేమో చూడాలి.

భాగస్వాములుగా..

అల్లు అర్జున్ వరుసగా రెండు భారీ చిత్రాల్లో నటిస్తున్నారు. అందులో ఒక చిత్రాన్ని ప్రస్తుతం అట్లీ కుమార్ దర్శకత్వంలో 'సన్ పిక్చర్స్' సంస్థ అత్యంత భారీ వ్యయంతో నిర్మిస్తోంది. ఈ ప్రాజెక్ట్ పూర్తి కాగానే లోకేశ్ కనగరాజ్‌దర్శకత్వంలో బన్నీ నటించే చిత్రం మొదలవుతుంది. ఈ చిత్రాన్ని మైత్రీ మూవీ మేకర్స్ సంస్థ నిర్మించనుంది. లోకేశ్ కనగరాజ్ సినిమాలో తనకు అత్యంత ఆప్తులైన బన్నీ వాస్, చిన్ననాటి స్నేహితులు స్వాతి, నటరాజ్, సందీప్‌ను కూడా భాగస్వాములుగా చేస్తున్నారట బన్నీ.

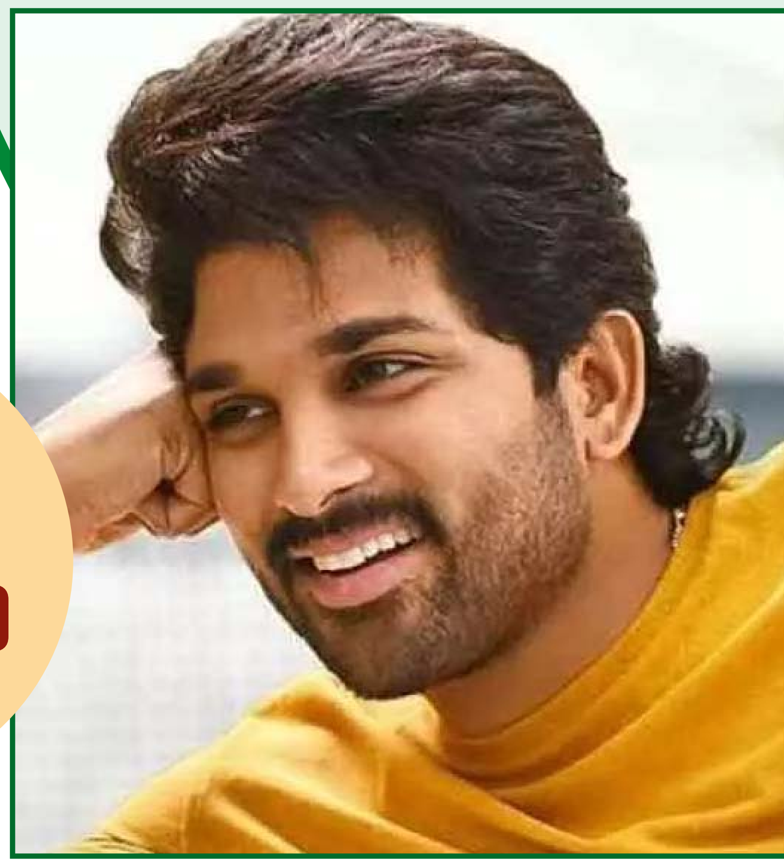
ప్రస్తుతం టాలీవుడ్‌లో ఈ విషయాన్ని విశేషంగా ముచ్చటించుకుంటున్నారు. అల్లు అర్జున్‌కు బన్నీ వాస్ అత్యంత సన్నిహితుడన్న విషయం టాలీవుడ్ లో అందరికీ తెలుసు. వీరిలో నటరాజ్, సందీప్ బన్నీకి స్కూల్ మేట్స్ కాగా, స్వాతి సమీప బంధువు, చిన్ననాటి నేస్తమని తెలుస్తోంది. గతంలో తన తల్లి వైపు బంధువులైన 'ముత్తంశెట్టి మీడియా' సంస్థను 'పుష్ప-1'లో భాగస్వామిగా చేశారు బన్నీ. ఇప్పుడు అదే తీరున తన 23వ చిత్రంలో బన్నీ చిన్ననాటి మిత్రులను భాగస్వాములుగా చేయడం విశేషంగా మారింది.

స్నేహబంధంలో మధురాతి మధురాన్ని ఆస్వాదించే బన్నీకి అభిమానులన్నా ఎంతో ప్రీతి! తనను ఎంతగానో అభిమానిస్తూ, కొన్నిసార్లు ఎంతో దూరం నుంచి తనను కలవడానికి వచ్చే ఫ్యాన్స్‌ను బన్నీ సాదరంగా ఆహ్వానిస్తుంటారు. అంతేకాదు, బన్నీ ఫ్యాన్స్ ఓ సైన్యంగా మారి తమ హీరో పేరు ప్రఖ్యాతులను దశదిశలా మారుమోగేలా చేసేందుకు కృషి చేస్తుంటారు. ఇటీవల బెంగళూరులో అల్లు అర్జున్ ఫ్యాన్స్ అసోసియేషన్‌ను నెలకొల్పారు అభిమానులు.

అక్కడే భవిష్యత్‌లో బన్నీ ఫ్యాన్స్ ఎలా నడచుకోవాలి అన్న అంశంపై ప్రణాళిక రూపొందించారట. రెండు తెలుగు రాష్ట్రాలతో పాటు బన్నీని ఎంతగానో అభిమానించే కేరళ స్టేట్‌లోనూ, కన్నడ, తమిళ సీమల్లోనూ ఆయన ఫ్యాన్స్ అసోసియేషన్స్‌ను ఓ పద్ధతి ప్రకారం ఏర్పాటు చేసేందుకు ప్రణాళిక రచించారట. 'పుష్ప-2' తరువాత బన్నీకి ఉత్తరాదిన సైతం మంచి ఫాలోయింగ్ ఏర్పడింది. దీనిని దృష్టిలో పెట్టుకొని నార్త్ ఇండియాలోనూ బన్నీ ఫ్యాన్స్ అసోసియేషన్‌ను నెలకొల్పే యోచనలో ఉన్నారు అభిమానులు.

బన్నీ తన సన్నిహితులను నిర్మాతలుగా మార్చడం, ఫ్యాన్స్‌ను ఓ పద్ధతి ప్రకారం నడిపించడం గురించి తెలుగు చిత్రసీమలో పలువురు చర్చిస్తున్నారు.

ఒకప్పుడు చిరంజీవి ఫ్యాన్స్‌ను ఓ క్రమశిక్షణతో మెలిగేలా చేయడంలో బన్నీ తండ్రి అల్లు అరవింద్ కీలక పాత్ర పోషించారు. ఇప్పుడు తండ్రి బాటలోనే పయనిస్తూ బన్నీ తన అభిమానులను క్రమశిక్షణ కలిగిన సైనికుల్లా తీర్చిదిద్దనున్నారని వినిపిస్తోంది. బన్నీ తరపున చేసే సేవా కార్యక్రమాల్లోనూ పాలు పంచుకోవడమే కాకుండా, ఆయన సినిమాల విడుదల సమయంలో ఎలాంటి అవాంఛనీయ సంఘటనలు జరగకుండా ఫ్యాన్స్ జాగ్రత్తలు తీసుకుంటారట! ఏది ఏమైనా రాబోయే బన్నీ రెండు చిత్రాలకు ఎంతో క్రేజ్ ఉంది. ఆ సినిమాల విడుదల సమయంలో బన్నీ ఫ్యాన్స్ ఏ తీరున వ్యవహరిస్తారో చూడాలి.



గద్దర్ అవార్డ్స్...

తెలంగాణ ప్రభుత్వం ప్రతిష్ఠాత్మకంగా ఇస్తున్న గద్దర్ ఫిల్మ్ అవార్డ్స్ 2025 జ్యూరీ కమిటీలో కీలక మార్పులు చేశారు. స్పెషల్ జ్యూరీ ఛైర్మన్ గా నిర్మాత, విశ్లేషకుడు తమ్మారెడ్డి భరద్వాజను నియమించారు. లెజెండరీ డైరెక్టర్ రాఘవేంద్రరావు స్థానంలో తమ్మారెడ్డికి బాధ్యతలు అప్పగించారు. ఈ మేరకు తెలంగాణ ఫిల్మ్ డెవలప్ మెంట్ కార్పొరేషన్ ఈరోజు ఉత్తర్వులు జారీ చేసింది. ఉగాది సందర్భంగా మార్చి 19న గద్దర్ సినీ అవార్డులను ప్రదానం చేయనున్నారు. గద్దర్ పేరు మీద ఇస్తున్న ఈ అవార్డులు సినీ పరిశ్రలో ఉత్తేజాన్ని నింపుతాయని ప్రభుత్వం భావిస్తోంది. 2024-25లో విడుదలైన సినిమాలలో ఉత్తమ ప్రతిభ కనబరిచిన నటీనటులు, సాంకేతిక నిపుణులను అవార్డులకు ఎంపిక చేయనున్నారు.

10 రోజులే

ప్రముఖ సంగీత దర్శకుడు దేవిశ్రీ ప్రసాద్ (డీఎస్పీ) హీరోగా అరంగేట్రం చేయబోతున్నాడు. 'బలగం' చిత్రంతో సంచలనం సృష్టించిన వేణు యెల్దండి దర్శకత్వంలో తెరకెక్కుతున్న 'ఎల్లమ్మ' సినిమాతో ఆయన కథానాయకుడిగా పరిచయం కానున్నాడు. సంగీత దర్శకుడిగా అత్యంత బిజీగా ఉన్నప్పటికీ, ఈ సినిమా కోసం నెలలో కేవలం పది రోజులు మాత్రమే కేటాయించేలా నిర్మాత దిల్ రాజుతో ప్రత్యేక ఒప్పందం కుదుర్చుకున్నట్లు డీఎస్పీ స్వయంగా వెల్లడించాడు. నిజానికి దేవిశ్రీని హీరోగా పరిచయం చేయాలని దర్శకుడు సుకుమార్ ఎప్పుడో ప్లాన్ చేశాడు. అయితే, తన తండ్రి మరణించడంతో ఆ ప్రాజెక్టుపై దృష్టి పెట్టలేకపోయానని, అందుకే అది ఆగిపోయిందని డీఎస్పీ తాజాగా ఓ ఇంటర్వ్యూలో తెలిపాడు. సుకుమార్‌తో పాటు దర్శకులు త్రివిక్రమ్, హరీశ్ శంకర్, నిర్మాత దిల్ రాజు వంటి వారు తనను ఎప్పటినుంచో నటన వైపు ప్రోత్సహించారని ఆయన గుర్తుచేసుకున్నాడు. ఎట్టకేలకు 'ఎల్లమ్మ' చిత్రంతో ఆయన నటుడిగా మారాలన్న కల నెరవేరుతోంది. గ్రామీణ నేపథ్యంలో దైవిక అంశాలతో ముడిపడిన ఈ కథలో డీఎస్పీ ఒక డప్పు కళాకారుడి పాత్రలో కనిపించనున్నాడు. ఈ సినిమా గురించి దేవిశ్రీ మాట్లాడుతూ.. "నిర్మాత దిల్ రాజు నన్ను సంప్రదించి, ఈ సినిమా కోసం నెలలో పది రోజులు కేటాయిస్తే చాలని, మిగిలిన సమయంలో నా సంగీత ప్రస్థానాన్ని కొనసాగించవచ్చని భరోసా ఇచ్చాడు. సంగీత దర్శకుడిగా నా తొలి సినిమా 'దేవి'.

650కి పైగా

బన్నీవాస్, వంశీ నందిపాటి నిర్మాతల ద్వయం తాజాగా నందిపాటి ఎంటర్‌టైన్‌మెంట్స్, బన్నీ వాస్ వర్క్స్ బ్యానర్స్ పై 'హే బల్‌వంత్' అనే చిత్రాన్ని నేడు (శుక్రవారం) ప్రేక్షకుల ముందుకు తీసుకురాబోతున్నారు. గోపీ అచ్చర దర్శకత్వంలో త్రిశుల్ విజనరీ స్టూడియోస్ పతాకంపై బి.నరేంద్ర రెడ్డి ఈ చిత్రాన్ని నిర్మించారు. వంశీ నందిపాటి మాట్లాడుతూ,'650 పైగా స్క్రీన్లలో మా సినిమాను రిలీజ్ చేయబోతున్నాం. ఇది మా కాన్ఫిడెన్స్‌కి నిదర్శనం. నేడు రిలీజ్ అవుతుండగా.. గురువారం సాయంత్రం నుంచే చాలా చోట్ల పెయిడ్ ప్రీమియర్లను స్టార్ట్ చేశాం. అందరూ వచ్చి హాయిగా నవ్వుకుని వెళ్లండి. మేం కచ్చితంగా హిట్టు కొట్టబోతున్నాం' అని అన్నారు. 'ఇది నా కెరీర్‌లో బిగ్గెస్ట్ రిలీజ్, బిగ్గెస్ట్ సక్సెస్ అని అనుకోవచ్చు. మా మూవీని ఈ రేంజ్‌కు తీసుకు వచ్చిన వంశీకి థ్యాంక్స్.

Uttejitha:-Printed,editor,Pablished And owned By M.chandrasek her.46-801u2.Budhawerpeta.kurnool.andrapradesh.pin 518002.printed At Uttejitha -Printers.Kurnool.Ap.cell 9440140418. RNI ApTEEL2008/24570.