

ఆంధ్రప్రదేశ్ & తెలంగాణ లో
మీకు నిజం రాసే ధైర్యం ఉందా?
 అందుకు
వార్త సంధ్య మీ వేదిక!
 రండి - ప్రజల గళంగా,
 నిజం కోసం మాతో కలవండి.
 ఇప్పుడే రిపోర్టర్ గా చేరండి



Published From : Rangareddy, Hyderabad e - paper.vaarthasandhya.in సంపుటి : 01 సంచిక : 76 ఆదివారం 01 - 03 - 2026 ఎడిటర్ : సెగ్గెం కిరణ్ కుమార్ పేజీలు : 08 వెల : 6/-
 Published From : Rangareddy, Hyderabad e - paper.vaarthasandhya.in VOLUME : 01 Issue : 76 Sunday 01 - 03 - 2026 Editor : Seggema Kiran Kumar Pages : 08 Price : 6/-

విజన్ 2047 లక్ష్యంతో ప్రభుత్వం ముందుకు

- తెలంగాణ రాష్ట్ర మంత్రి కోమటిరెడ్డి వెంకట్ రెడ్డి
- నిర్మాణ రంగం అంటే కేవలం కాంట్రాక్టు కాదు రాష్ట్ర, దేశ నిర్మాణం
- మౌలిక వసతుల అభివృద్ధికి ప్రభుత్వం ప్రత్యేక ప్రాధాన్యత ఇస్తోందన్న మంత్రి
- రోడ్లు, భవనాల నిర్మాణంలో నాణ్యతకు అత్యంత ప్రాధాన్యం కల్పిస్తున్నట్లు వెల్లడి
- విజన్ 2047 లక్ష్యంతో ప్రభుత్వం ముందుకు సాగుతోందన్న మంత్రి



వార్త సంధ్య, హైదరాబాద్, ఫిబ్రవరి 28 :
 నిర్మాణ రంగం అంటే కేవలం కాంట్రాక్టు కాదని, అది రాష్ట్ర, దేశ నిర్మాణమని తెలంగాణ రాష్ట్ర మంత్రి కోమటిరెడ్డి వెంకట్ రెడ్డి బిల్డింగ్ అసోసియేషన్ ఆఫ్ ఇండియా ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన సేవనల్ మేనేజింగ్ కమిటీ అండ్ జనరల్ కౌన్సిల్ మీటింగ్-2025-26 కార్యక్రమంలో ఆయన పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ, రాష్ట్రంలో మౌలిక వసతుల అభివృద్ధికి ప్రభుత్వం ప్రత్యేక ప్రాధాన్యత ఇస్తుందని అన్నారు. రోడ్లు, భవనాల నిర్మాణంలో నాణ్యతకు అత్యంత ప్రాధాన్యం కల్పిస్తూ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి నాయకత్వంలో వేగవంతమైన - మిగతా 2 లో



మక్కా బస్సు ప్రమాద మృతుల కుటుంబాలకు పరిహారం అందజేత
 గత ఏడాది నవంబర్లో మృతి చెందిన 44 మంది
 మృతుల కుటుంబాలకు రూ.5 లక్షల పరిహారం అందజేత
 గాయపడిన వారికి రూ.3 లక్షల చొప్పున అందజేత

రేవంత్ రెడ్డి, పార్టీ అభివృద్ధికి మీద విశ్వాసం ఉంది



వార్త సంధ్య, హైదరాబాద్, ఫిబ్రవరి 28 :
 తనకు రాజ్యసభ అవకాశం కల్పించే విషయంలో ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి, డీపీసీసీ చీఫ్ మహేశ్ కుమార్ గౌడ్, పార్టీ అభివృద్ధికి మీద పూర్తి విశ్వాసం ఉందని తెలంగాణ కాంగ్రెస్ పార్టీ సీనియర్ నాయకుడు వి హనుమంతరావు అన్నారు. తెలంగాణలో రెండు రాజ్యసభ స్థానాలు ఖాళీ కానుండగా, వాటి - మిగతా 2 లో

సర్వైకల్ క్యాన్సర్ పై సమరం

- ▶ దేశవ్యాప్త హెచ్పీవీ వ్యాక్సినేషన్ ప్రారంభించిన ప్రధాని మోదీ
- ▶ 14 ఏళ్లు పైబడిన బాలికల కోసం దేశవ్యాప్త హెచ్పీవీ టీకా కార్యక్రమం ప్రారంభం
- ▶ రాజస్థాన్ లో పలు కీలక మౌలిక సదుపాయాల ప్రాజెక్టులకు శంకుస్థాపన
- ▶ 21,800 మందికి పైగా కొత్త ఉద్యోగులకు నియామక పత్రాల పంపిణీ



వార్త సంధ్య, ఢిల్లీ, ఫిబ్రవరి 28 :
 సర్వైకల్ క్యాన్సర్ పై ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ దేశవ్యాప్త పోరాటానికి తీవ్రంగా చుట్టారు. మహిళల్లో క్యాన్సర్ మరణాలకు ప్రధాన కారణాల్లో ఒకటైన గర్భాశయ ముఖద్వార క్యాన్సర్ నిర్మూలించే లక్ష్యంతో 14 ఏళ్లు పైబడిన బాలికల కోసం రూపొందించిన హెచ్పీవీ (HPV) వ్యాక్సినేషన్ కార్యక్రమాన్ని రాజస్థాన్ లోని అజ్మీర్ నుంచి లాంఛనంగా ప్రారంభించారు. ఈ కార్యక్రమంలో భాగంగా ప్రధాని సమక్షంలో పలువురు పాఠశాల విద్యార్థినులకు టీకా వేశారు. ఆనంతరం మోదీ వారికి ముచ్చటించారు. ఈ బృహత్ కార్యక్రమం ద్వారా

ఇరాన్ పై ఇజ్రాయెల్ మెరుపు దాడులు



- ▶ భారతీయులకు ఎంబీసీ అడ్డైజర్
- ▶ అప్రమత్తంగా ఉండాలని టెల్ అవీవ్ రాయబారి సూచన
- ▶ షెల్లర్లకు సమీపంలోనే ఉండాలని హెచ్చరికలు
- ▶ టెహ్రాన్ లోని ఖమేనే ఆఫీసుకు సమీపంలో క్షిపణి దాడి
- ▶ సుప్రీం లీడర్ క్షేమంగానే ఉన్నారన్న అధికారులు

వార్త సంధ్య, ఢిల్లీ, ఫిబ్రవరి 28 :
 ఇరాన్ రాజధాని టెహ్రాన్ పై ఇజ్రాయెల్ జరిపిన మెరుపు దాడులతో పశ్చిమ ఆసియాలో ఉద్రిక్తత నెలకొంది. ఈ పరిణామాల నేపథ్యంలో ఇజ్రాయెల్ లో నివసిస్తున్న భారతీయ పౌరులు అప్రమత్తంగా ఉండాలని టెల్ అవీవ్ లోని భారత రాయబార కార్యాలయం హెచ్చరిక జారీ చేసింది. భద్రతా మార్గదర్శకాలను కచ్చితంగా పాటించాలని సూచించింది. పరిస్థితిని నిరంతరం సమీక్షిస్తున్నామని, భారత పౌరులకు అవసరమైన సహాయం అందించేందుకు స్థానిక అధికారులతో టుట్ - మిగతా 2 లో



మార్గమధ్యలోనే వెనుదిరిగిన ఎయిరిండియా విమానం

- ▶ ఇరాన్ పై భీకర దాడులు
- ▶ ఇరాన్ పై ఇజ్రాయెల్ మెరుపు దాడులతో ఉద్రిక్తత
- ▶ ఢిల్లీ నుంచి టెల్ అవీవ్ బయల్దేరి ఎయిర్ ఇండియా విమానం వెనక్కి మళ్లింపు
- ▶ టెహ్రాన్ లో పలుచోట్ల భారీ పేలుళ్లు.. దట్టమైన పొగలు
- ▶ మధ్యప్రాచ్యంలో గగనతలం మూసివేత.. దారి మళ్లిన విమానాలు
- ▶ ఇజ్రాయెల్ లో స్కూళ్లు బంద్.. ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని సూచన

కుమ్మర బాధితులకు అండగా ఉంటాం

- ▶ ఓయూ విద్యార్థులు
- ▶ కుల దాడిని తీవ్రంగా ఖండించిన విద్యార్థి సంఘాలు
- ▶ నిందితులపై కఠిన చర్యలు, పోలీసు అధికారుల సన్నిహితీ దిమాండ్
- ▶ బాధితులకు కోటి రూపాయల ఎక్స్ గ్రేషియా, ప్రభుత్వ ఉద్యోగం కోరిన ప్రాధాన్యం
- ▶ స్పందించని ప్రభుత్వంపై ధర్మయుద్ధం హెచ్చరిక



వార్త సంధ్య, హైదరాబాద్, ఫిబ్రవరి 28 :
 నాగర్ కర్నూల్ జిల్లా కుమ్మర గ్రామంలో చోటుచేసుకున్న కుల దురాహంకార దాడిని ఓయూ విద్యార్థులు తీవ్రంగా ఖండించారు. బాధితులతో కలిసి ఓయూ కాలేజ్ ఎదుట నిరసన తెలిపి ఆనంతరం ఏర్పాటు చేసిన ప్రెస్ మీట్ లో విద్యార్థి సంఘాల నాయకులు, ప్రాఫెసర్లు పాల్గొని బాధితులకు పూర్తి మద్దతు ప్రకటించారు. ప్రెస్ మీట్ లో ప్రా. రామ్ శేఖర్, ప్రా. వెంకట్ దాస్, ప్రా. రమేష్ పాల్గొని సంఘటనపై తీవ్ర ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. బిసి ఎస్సీ ఎస్సీ జేపీసీ చైర్మన్, ధర్మ సమాజ్ పార్టీ అధ్యక్షులు విశారద్ మహారాజ్, టి.యూ జేపీసీ రాష్ట్ర అధ్యక్షులు తుమ్మల ప్రసాద్ రామిరెడ్డి తదితరులు పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా విద్యార్థి నాయకులు మాట్లాడుతూ కుమ్మర ఘటనలో నిందితులను వెంటనే అరెస్టు చేసి చట్టపరంగా కఠిన శిక్షలు విధించాలని డిమాండ్ చేశారు. కేసును నీరుగార్చే ప్రయత్నం చేస్తూ బాధితులపైనే కేసులు నమోదు చేసిన వైసీపీ, సీఐ, డిఎస్సీ లను తక్షణమే సస్పెండ్ చేయాలని ప్రభుత్వాన్ని కోరారు. ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి సొంత జిల్లా నియోజకవర్గంలో జరిగిన ఈ దారుణ ఘటనపై ఇప్పటికే స్పందించకపోవడం సిగ్గుచేటని విమర్శించారు. పది రోజులైనా బాధితులకు న్యాయం జరగకపోవడంపై ముఖ్యమంత్రి బాధ్యత వహిస్తూ రాజీనామా చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. యూనివర్సిటీ ప్రాధాన్యం బాధితులకు కుటుంబానికి కోటి రూపాయల

బాణసంచా తయారీ కేంద్రంలో భారీ పేలుడు

- 21కి చేరిన మృతుల సంఖ్య
- కాకినాడ జిల్లా సూర్యశ్రీ ఫైర్ వర్క్ కేంద్రంలో భారీ పేలుడు
- బాణసంచా తయారీ కేంద్రంలో భారీ పేలుడు
- పేలుడు ధాటికి పంటపొలాల్లోకి ఎగిరిపడిన మృతదేహాలు
- బాణసంచా పరిశ్రమలో ఇంకా కొనసాగుతున్న పేలుళ్లు
- ఘటనా స్థలంలోనే 18 మంది దుర్మరణం
- మరో 9 మంది పరిస్థితి విషమం
- ఐదు కోటిమీటర్ల మేర వినిపించిన భారీ శబ్దం
- తీవ్రతకు పక్క గ్రామంలోని స్కూల్ స్లాబ్ కు పగుళ్లు



వార్త సంధ్య, అమరావతి, ఫిబ్రవరి 28 :
 కాకినాడ జిల్లా బాణసంచా తయారీ కేంద్రంలో పేలుడుకు 21 మంది అహతయ్యారు. మండలంలోని వేట్లపాలెం పరిధి గోదావరి కెనాల్ పక్కన ఉన్న సూర్యశ్రీ ఫైర్ వర్క్ కేంద్రంలో శనివారం మధ్యాహ్నం 2 గంటల సమయంలో ఒక్కసారిగా పేలుడు సంభవించింది. ఈ ఘటనలో 21 మంది ప్రాణాలు కోల్పోయారు. భారీ ఎత్తున మంటలు ఎగిసిపడడంతో ఆ ప్రాంతమంతా దట్టమైన పొగ వ్యాపించింది. వేట్లపాలెం, జి.మేడపాడు మధ్య పంట పొలాల్లో బాణసంచా తయారీ చేస్తున్నారు. అడపా చాని అనే వ్యక్తి పొలాల్లో చదును చేసి బాణసంచా తయారీ కేంద్రం నిర్వహిస్తున్నారు. పరిపాలన మధ్య ఎవరూ రాలేని ప్రాంతంలో ఈ బాణసంచా కేంద్రం నిర్వహిస్తున్నారు. ఇక్కడ రోజూ 25 నుంచి 30 మందికి పైగా కార్మికులు పని చేస్తున్నారు. వీరిలో ఎక్కువగా మహిళలే ఉన్నారు. ఇవూ కూడా అధిక సంఖ్యలో మహిళలు బాణసంచా తయారీలో - మిగతా 2 లో

మావోయిస్టు రహితంగా తెలంగాణ

గ్రేహౌండ్స్, ఎన్ఐఐ ఇక కనుమరుగు!
గ్రేహౌండ్స్, ఎన్ఐఐ విభాగాలను ఎత్తయాలని కేంద్రం లేఖ!
మావోయిస్టులతో పాటు ప్రత్యేక విభాగాలు కూడా కనుమరుగు
అసలేంటి గ్రేహౌండ్స్, ఎన్ఐఐ ఎవరు ఏర్పాటు చేశారు? వారి విషయంలో?



సుమారు 45 సంవత్సరాల పాటు పాదచేరించిన వామపక్ష తీవ్రవాదం చివరి దశకు చేరడంతో పోలీస్ శాఖలో పలు వ్యవస్థాపరమైన మార్పులు చేర్పులు జరగనున్నట్లుగా తెలుస్తోంది. ఎన్ఐ, ఏఐఐగా మావోయిస్టులపై పోరాటంలో నిమగ్నమైన గ్రేహౌండ్స్ కమాండో దళం, ప్రత్యేక నిఘా విభాగాల పాత పరిమితం కానున్నట్లుగా తెలుస్తోంది. ఈ నేపథ్యంలోనే ఈ విభాగాల్లో ఉన్న సిబ్బంది సంఖ్య, వెబ్సైట్లు, ఖర్చును కుదించనున్నారు. మావోయిస్టు రహిత రాష్ట్రంగా తెలంగాణ మారడంతో ఇవి క్రమంగా కనుమరుగు కానున్నాయి. రాష్ట్రంలో మావోలే లేరని చెబుతున్నప్పుడు వారికోసమే పెట్టిన వ్యవస్థల అవసరం ఏమంటుందని ఇటీవల జరిగిన ఓ హైలెట్ మీటింగ్లో ప్రభుత్వం ప్రశ్నించినట్లుగా సమాచారం. మరో పక్క వామపక్ష తీవ్రవాదంపై పోరాటంపై ఏర్పాటు చేసినటువంటి ప్రత్యేక విభాగాలను రద్దు చేయాలని కేంద్రం రాష్ట్రానికి లేఖలు రాసినట్లుగా తెలుస్తోంది.

గ్రే హౌండ్స్ విభాగ రూపొందించిన వ్యాస : బంగాలోని నక్కల్ బరిలో వున్న నక్కలైట్ ఉద్యమం ఉమ్మడి ఏపీలోని త్రీకాకణంలో ప్రవేశించి అనంతరం మిగతా ప్రాంతాలకు ముఖ్యంగా తెలంగాణకు విస్తరించింది. అనంతరంలోనే ఈ ఉద్యమం ప్రభుత్వానికి సవాలు ఏసిన స్థాయికి చేరింది. గెరిల్లా దారులతో కంటిమీద కుసుకు లేకుండా చేస్తున్న వీరిని అదే తరహాలో ఎదుర్కోవాలి ఉద్దేశంతో అప్పటి ఐపీఎన్ అధికారి వ్యాస గ్రేహౌండ్స్ విభాగానికి రూపకల్పన చేశారు. నాటి తెలుగుదేశం ప్రభుత్వం ఇచ్చినటువంటి సహకారంతో దాదాపు 700 ఎకరాల్లో శిక్షణ కేంద్రాన్ని ఏర్పాటు చేశారు. మావోయిస్టుల ఆదర్శంలో ఉండి ఏ విధంగా దారులు చేస్తారో అలానే ఎదురుదారులు చేసేవిధంగా కమాండోలకు శిక్షణ ఇస్తారు.

మొత్తాన్ని భరిస్తుంది. మరణిస్తే ఆ కుటుంబంలో ఒకరికి ప్రభుత్వ ఉద్యోగం, ఇంటి స్థలం ఇవ్వడంతో పాటు మరణించిన ఉద్యోగి దుర్గాలోనే ఉన్నట్లుగా పరిగణించి, పదవీ విరమణ వయసు వచ్చే వరకు ఆ కుటుంబానికి నెలవారీ జీతభత్యాలను చెల్లిస్తుంది. అందుకే గ్రేహౌండ్స్ విభాగానికి ప్రతి ఏటా బడ్జెట్లో ప్రత్యేక నిధులను కేటాయిస్తారు. గత ఏడాది ఈ విభాగానికి రూ.34.91 కోట్లు కేటాయించారు. ఉమ్మడి రాష్ట్రంలో 3000 మంది కమాండోలు ఉండేవారు. ఇప్పుడు తెలంగాణలో వీరి సంఖ్య సుమారు 1500.

కనుమరుగుచేసిన ఎన్ఐఐ, గ్రేహౌండ్స్ : ఈ విభాగంలో పనిచేసే సిబ్బంది సొంత సమాచార వ్యవస్థతో ఎప్పుడీకప్పుడు మావోయిస్టుల కదలికలను వెనగడతారు. వీరి ఆధారంగానే గ్రేహౌండ్స్ కమాండోలు మెరుపు వేగంతో దారులకు దిగివారు. గ్రేహౌండ్స్లో పనిచేసే వారికి ఇచ్చే రాయితీలన్నీ ఎన్ఐఐ వారికి కూడా ఇస్తున్నారు. ప్రస్తుతం తెలంగాణ ఎన్ఐఐలో సుమారు 100 మంది విధులు నిర్వహిస్తున్నారు. తెలంగాణ రాష్ట్రంలో మావోయిస్టు ఉద్యమం ఇంచుమించు వివరదశకు చేరుకోవడం, ఇంకో 11 మంది మాత్రమే మిగిలారని డీజీపీ శివధర్మర్షి స్వయంగా ప్రకటించిన సంగతి విధితమే. దీంతో మావోయిస్టులే లేనప్పుడు గ్రేహౌండ్స్, ఎన్ఐఐ విభాగాలు ఎందుకు అనే ప్రశ్న మొదలైంది. ఇదిలా ఉంటే వామపక్ష తీవ్రవాదంపై (మావోయిస్టులపై) పోరాటంపై కేంద్ర ప్రభుత్వం కూడా బాధిత రాష్ట్రాలకు పెద్దవిత్తన నిధులిచ్చింది. ఇక మీదట ఈ నిధులను అప్రెంటిసు అనధికారికంగా చెప్పిన కేంద్రం, ప్రత్యేక విభాగాలను ఎత్తయాలని లేఖ రాసినట్లుగా సమాచారం. దాంతో పోలీసు శాఖలో ప్రతిష్టాత్మకమైన గ్రేహౌండ్స్, ఎన్ఐఐలు మరొక్క రోజుల్లో కనుమరుగుయ్యే అవకాశం ఉంది.

హయత్ నగర్ పాత గ్రామం తోట్లబస్టోలో 30 లక్షల వ్యయంతో కమ్యూనిటీ హాల్ నిర్మాణ పనులు ప్రారంభం..!



హయత్ నగర్ ప్రతినిధి, వార్త సంస్థ, ఫిబ్రవరి 28 : హయత్ నగర్ పాత గ్రామంలోని తోట్లబస్టో దాదాపు రూ.30 లక్షల వ్యయంతో నిర్మించనున్న జాంబవంత కమ్యూనిటీ హాల్ భవన నిర్మాణ పనులకు స్థానిక తాజా మాజీ కార్పొరేటర్ కళ్లం నవజీవ్ రెడ్డి సమక్షంలో బోర్ వేయడం ద్వారా శుభారంభం జరిగింది. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ, తోట్లబస్టో ప్రజల చాలా కాలంగా ఉన్న కమ్యూనిటీ హాల్ అవసరాన్ని దృష్టిలో ఉంచుకొని ఈ భవన నిర్మాణానికి నిధులు మంజూరు చేయించినట్లు తెలిపారు. ఈ కమ్యూనిటీ హాల్ నిర్మాణం పూర్తయిన తర్వాత తాము పాత గ్రామం సామాజిక, సాంస్కృతిక కార్యక్రమాలు, సమావేశాలు, శుభకార్యాలు నిర్వహించుకోవడానికి ఎంతో ఉపయోగపడుతుందని చెప్పారు. అభివృద్ధి విషయంలో ఎలాంటి పార్టీ భేదాలు లేకుండా ప్రతి కాలానికి సమాన ప్రాధాన్యత ఇస్తూ ప్రజల అవసరాలతో ప్రాధాన్యం ఇస్తామని పేర్కొన్నారు. హయత్ నగర్ పాత గ్రామ అభివృద్ధి కోసం తాము ఎల్లప్పుడూ కట్టుబడి పనిచేస్తామని హామీ ఇచ్చారు. స్థానిక ప్రజలు కమ్యూనిటీ హాల్ నిర్మాణ పనులు ప్రారంభమైతే అనందం వ్యక్తం చేస్తూ కళ్లం నవజీవ్ రెడ్డి కి కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమం లో భారతీయ జనతా పార్టీ డివిజన్ అధ్యక్షులు గంగాని శ్రీనివాస్, మంయూ జాంబవంత యువజన సంక్షేమ సంఘం సభ్యులు, బస్టి పాసులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

హయత్ నగర్ వర్డ్ అండ్ డీడ్ హైస్కూల్లో ఘనంగా సైన్స్ డే వేడుకలు



హయత్ నగర్ ప్రతినిధి, వార్త సంస్థ, ఫిబ్రవరి 28 : హయత్ నగర్ లోని వర్డ్ అండ్ డీడ్ హైస్కూల్లో సైన్స్ డే ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా పాఠశాల ప్రాంగణంలో సైన్స్ డే ప్రదర్శనను ఏర్పాటు చేశారు. విద్యార్థులు రూపొందించిన వివిధ శాస్త్రీయ సమానాలు ఆకట్టుకున్నాయి. కార్యక్రమానికి ప్రాథమిక, మాధ్యమిక, ఎలెమెంటరీ డివిజన్ల ఛాన్సెలర్, సి.ఎఫ్.ఓ. ఓ.సి.స్వరూప్ కుమార్ లు ముఖ్య అతిథులుగా హాజరై ప్రారంభించారు. అనంతరం ప్రదర్శన స్థానం సందర్శించి విద్యార్థుల ప్రాశ్నోత్తరాలను పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ సైన్స్ విజ్ఞానం సమాజ అభివృద్ధికి వునది అని తెలిపారు.

విద్యార్థులు ప్రశ్నించే తత్వాన్ని అలవచుకుని పరిశోధనాత్మక దృక్పథంతో ముందుకు సాగాలని సూచించారు. ఈ సందర్భంగా సౌరశక్తి, పర్యావరణ పరిరక్షణ, జీవశాస్త్రం, భౌతిక శాస్త్రానికి సంబంధించిన సమానాలు విద్యార్థులు ప్రదర్శించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ప్రెసిడెంట్ ఎన్.డి.వి. ప్రియదర్శిని, ఉపాధ్యాయులు, విద్యార్థులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

టేకులపల్లి గ్రామసభలో గ్రామాభివృద్ధికి ప్రజలే దిక్సూచు



టేకులపల్లి, ప్రతినిధి ఫిబ్రవరి 28: (వార్త సంస్థ) : టేకులపల్లి గ్రామపంచాయతీ గ్రామ సభ సందర్భంగా గ్రామాభివృద్ధిపై చర్చించడం జరిగింది. ఈ సభలో మూడు గణేష్ మాట్లాడుతూ, గ్రామ పంచాయతీ అధ్యక్షుడు సంబంధించిన సీన్ కెమెరాలు, పెయింటింగ్, బాత్రూం టైల్స్, ఫర్నిచర్ వంటివి ప్రంబింగ్ కి సంబంధించిన ట్యాంకు అభివృద్ధి పనులు గురించి చర్చించారు. గ్రామ పంచాయతీ పాలకవర్గాన్ని సమావేశం పెట్టి చర్చించుకున్న తరువాత టీకూలంలో ఏ జెండా ఏర్పాటు చేసిన తర్వాత అభివృద్ధి పనుల గురించి నిర్ణయం తీసుకోవాలని సర్పంచ్ ను డిమాండ్ చేశారు. టేకులపల్లి గ్రామపంచాయతీలో ప్రధానంగా కోతులతో ప్రజలందరూ ఇబ్బంది పడుతున్నారని, రైతులకు గాని వీధిల్లో నివసించే ప్రజల మీద కోతులు ఇబ్బంది పెడుతున్నాయని తెలిపారు. పెండింగ్ లిబ్బి వెంటనే క్లియర్ చేయాలని, గ్రామ పంచాయతీ లో ఉన్న సమస్యలతో పాటు టేకులపల్లి గ్రామ పంచాయతీలో ఉన్న ప్రధాన మైన సమస్య కోతులు వాటి ని నిధులు రాగానే ముందుగా కోతులను పట్టించే కార్యక్రమం మొదలు పెట్టాలని సర్పంచ్ కు అలాగే కార్యదర్శి కి గ్రామ ప్రజల సమక్షంలో తెలియజేశారు. ఈ గ్రామ సభలో సమావేశానికి విచ్చేసిన ప్రజలందరికీ ధన్యవాదాలు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో చౌసంగి ఓ. ఇ. గణేష్, ఇంచార్జి కార్యదర్శి శేఖర్, సర్పంచ్ బాలు నాయక్, ఉప సర్పంచ్ అనంతలు. వసంతగా, వార్త సంస్థ, అంగన్వాడీ దీపర్, ఏ.పి.ఎం.ఎ. లైన్ మైన్ పవన్, మల్లపర్వణి వర్మ, గ్రామ పెద్దలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మా దేశంలో పాలనను మార్చడం అసాధ్యం

ట్రంప్పై ఇరాన్ మంత్రి ఆగ్రహం
మాకు ఎవరి సహాయం అవసరం లేదు.. ముమ్మల్లి మేం రక్షించుకోగలమని వ్యాఖ్య
మా దేశానికి వ్యతిరేకంగా సైనిక చర్యలు ప్రారంభించినా పాలనను మార్చలేంనని మంత్రి
ఇరుదేశాలు కలిసి తమపై చేస్తున్న యుద్ధం చట్టవిరుద్ధమన్న అబ్బాసి అరామ్మి

తమ దేశంలో పాలనను మార్చడం అసాధ్యమని ఇరాన్ విదేశాంగ మంత్రి అబ్బాసి అరామ్మి అన్నారు. తమకు ఎవరి సాయం అవసరం లేదని, ముమ్మల్లి మేం రక్షించుకోగలమని పేర్కొన్నారు. తమ దేశానికి వ్యతిరేకంగా అమెరికా, ఇజ్రాయెల్ సైనిక చర్యలను ప్రారంభించి ఉండవచ్చని, కానీ పాలనను మార్చడం మార్చలేదని అన్నారు. ఉద్ధిక్రమం తగ్గించుకోవడం అవసరమని అభిప్రాయపడ్డారు. ఇజ్రాయెల్ ప్రధాని నెతనయూహు, అమెరికా అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్ కలిసి తమపై చేస్తున్న యుద్ధం చట్టవిరుద్ధమని విదేశాంగ మంత్రి మండిపడ్డారు. అమెరికా ఫస్ట్ అనే దినాన్ని డొనాల్డ్ ట్రంప్ ఇజ్రాయెల్ ఫిర్యాదు మార్గరని విమర్శించారు. దురాక్రమణులకు తమ సాయం లభించే సరైన గుణాత్మక చర్యలు అవసరం అన్నారు. ఇలాంటి సహకారం ఇజ్రాయెల్ సాయంతో నగరంలో ఒక బానికల పాఠశాలపై జరిగిన దాడిలో 40 మందికి మృతి చెందినట్లు సైనిక మీడియా తెలిపింది. ఈ దాడిలో మరో 45 మంది గాయపడ్డారు. దాడి సమయంలో పాఠశాలలో 170 మంది విద్యార్థులు ఉండగా, మృతుల సంఖ్య పెరిగి అవకాశం ఉందని అధికారులు తెలిపారు. ఇరాన్ పాఠశాలను మిస్సైల్ ద్వారా దాడి చేసింది.

తొమ్మిదో తరగతి విద్యార్థులకు ఇస్తో పిలుపు

ఎలా దరఖాస్తు చేసుకోవాలంటే?
విద్యార్థుల్లో చిన్ననాటి నుంచే అంతరిక్షంపై ఆసక్తి కలిగించేలా ఇస్తో కార్యక్రమాలు
తొమ్మిదో తరగతి విద్యార్థులకు ప్రతి ఏటా యువ విజ్ఞాన కార్యక్రమం (యువికా)

నిర్వహిస్తున్న ఇస్తో
దేశంలో ప్రముఖ ప్రాంతాల్లో నిర్వహణ

'చందమామ రావే - జాబిల్లి రావే' అని అమ్మ తన బిల్లలకు చంద్రున్ని చూపిస్తూ అన్నం పెడుతుంది. ఈ నేపథ్యంలో విద్యార్థులకు చంద్రుడెవ్వ, ఆకాశంలో మెరిసే నక్షత్రాలన్నా ఎంతో ఇష్టం ఏర్పడుతుంది. దీంతో అంతరిక్షానికి సంబంధించిన విషయాలను చెబితే బిల్లలు ఆసక్తికరంగా వింటారు. ఇలా విద్యార్థులకు పాఠశాల దశ నుంచే అంతరిక్షంపై అవగాహన కల్పిస్తే, భవిష్యత్తులో వారు ఆ రంగంలో ఉన్నత స్థానాలకు చేరుకునే అవకాశం ఉంటుంది. దీనిని దృష్టిలో ఉంచుకుని వారికి విద్యార్థి దశలోనే అంతరిక్ష జ్ఞానం పెంపొందించేందుకు భారత అంతరిక్ష పరిశోధన సంస్థ (ఇస్తో) ప్రతి సంవత్సరం యువ విజ్ఞాన కార్యక్రమాన్ని (యువికా) నిర్వహిస్తోంది. దీనిలో భాగంగా ఈ సంవత్సరం దేశవ్యాప్తంగా 9వ తరగతి చదువుతున్న విద్యార్థులను ఆహ్వానిస్తోంది. ఇస్తో తన ప్రయాణంలో ఎన్నో మైలు రాళ్లను అధిగమించింది. ఈ నేపథ్యంలో ఇటీవల పండకు హైగా ప్రయోగాలను పూర్తి చేసుకుంది. దీంతో అగ్ర దేశాలకు దీటుగా పరిశోధనలు చేపడుతోంది. విద్యార్థులకు అంతరిక్ష పరిజ్ఞానాన్ని సుపేరుకు ఇలాంటి కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తోంది.

శిక్షణ ఎక్కడంటే? : తెలంగాణ రాష్ట్రంలోని హైదరాబాద్, ఆంధ్రప్రదేశ్ లోని సూర్యనాథపేట, కేరళ రాష్ట్రంలోని తిరువనంతపురం, గుజరాత్ రాష్ట్రంలోని అహ్మదాబాద్, మేఘాలయా రాష్ట్రంలోని షిల్లాంగ్, ఉత్తరాఖండ్ లోని దేహ్రాడూన్, కర్ణాటక రాష్ట్రంలోని బెంగళూరు ప్రాంతాల్లో ఈ శిక్షణ కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తున్నారు.

దరఖాస్తు విధానం ఇలా : ప్రభుత్వ ప్రైవేటు పాఠశాలలకు చెందిన 9వ తరగతి చదువుతున్న విద్యార్థులు ఎవరైనా దరఖాస్తు చేయవచ్చు. దీనికోసం అధికారిక వెబ్సైట్లో దరఖాస్తు సమర్పించాలి. అధికారిక వెబ్సైట్ : <https://jigyasa.iirs.gov.in/yuvika>

ఎంపిక విధానం : పై లింక్ ఆధారంగా రిజిస్ట్రేషన్ చేసుకున్న తర్వాత మరో లింక్ వస్తుంది. ముందుగా దీనిలో నిర్వహించే క్విజ్ పోటీలో పాల్గొనాలి. దీనిలో పల్లిన మార్కులు ఆధారంగా 10 శాతం వెయిటేజీ ఇస్తారు. ఈ క్విజ్ పూర్తయిన తర్వాత విద్యార్థులకు సంబంధించిన వ్యక్తిగత వివరాలతో పాటు చదువుకు సంబంధించిన వివరాలను సమాధు చేయాలి ఉంటుంది. దీనిలో పాల్గొన్న విద్యార్థులు 8వ తరగతి మార్కులకు 50 శాతం, ఎన్ఐసీ, ఎన్ఐఎస్ఎల్లో చేరి ఉంటే మరో 5 శాతం, సైన్స్ ఫెయిర్లో గతంలో పాల్గొని ఉంటే 10 శాతం, దీనితో పాటు గ్రామీణ విద్యార్థులకు 15 శాతం వెయిటేజీ మార్కులు ఇచ్చి చివరగా ఎంపిక చేస్తారు.



ఏప్రిల్ 13న తొలి జాబితా : మనం ఆన్లైన్లో సమాధు చేసుకున్న దరఖాస్తులు పరిశీలించి ఏప్రిల్ 13న ఎంపికైన విద్యార్థుల తొలి జాబితాను ప్రకటిస్తారు. తర్వాత రెండో జాబితాను ఏప్రిల్ 20న విడుదల చేస్తారు. ఆసక్తి కలిగిన విద్యార్థులు పేర్లు సమాధు చేసుకునేందుకు చివరి గడువు తేదీ మార్చి 31. దీనిలో ఎంపికైన విద్యార్థులు మే 11 నుంచి 22 వరకు దేశవ్యాప్తంగా జరిగే కేటాయింబిన ప్రాంతాల్లో యువికాలో పాల్గొంటారు. విద్యార్థుల భోజన, వసతి, రవాణాలకు ఆయోజ్య పూర్తి ఖర్చును ఇస్తో భరిస్తుంది. ప్రభుత్వ గర్భంపై కలిగిన పాఠశాలల్లో 2026 జనవరి 1 నాటికి 9వ తరగతి చదువుతున్న విద్యార్థులు మాత్రమే ఈ కార్యక్రమానికి అర్హులు.

ఇస్తో జైత్రయాత్ర : అంతరిక్ష సాంకేతికత సామాన్య జైత్రయాత్రలో ఆడుగులు వేస్తోంది. తక్కువ ఖర్చుతోనే అత్యంత కష్టతంతో వందలాది స్వదేశీ, విదేశీ ఉపగ్రహాలను నిర్మిత కక్ష్యలో ప్రవేశ పెడుతోంది. దీంతో ప్రపంచ అంతరిక్ష వాణిజ్య రంగంలో ఇస్తో అగ్రగామిగా నిలిచింది. ఇప్పటికే ఇస్తో అనేక శాటిలైట్ కమ్యూనికేషన్, రిమోట్ సెన్సింగ్, వాతావరణ అంచనాలకు అవసరమైన అనేక ఉపగ్రహాలను నింగిలోకి పంపింది. అవి విజయవంతమై, వాటి పనులు నిర్వహిస్తున్నాయి. ఈ నేపథ్యంలో ఇస్తో చంద్రయాన-1 ప్రయోగం ద్వారా చంద్రునిపై సీటీ జాడను గుర్తించింది. మొదటి ప్రయత్నంలోనే అంగారకమీద కక్ష్యలోకి ప్రవేశించి విజయవంతంగా ఎగరవేసింది. అంతరిక్షంలో దాకింగ్ టెక్నాలజీని అభివేది సొంతం చేసుకుంది. ఇలా చెప్పుకుంటూ పోతే విజయాలు అనేకం.

వాహనం ఆపకర్లేకుండానే వెళ్లిపోవచ్చు

కృత్రిమ బారియర్లను తొలగిస్తామని వాహనం ఆపాటిం అవసరం లేకుండానే దూసుకెళ్లిపోయేందుకు మళ్లీ లేన్ ఫ్రీ ప్లాకె విధానం
యువీఐ చెల్లింపు కాకుండా, నగదు చెల్లించేందుకు ఏర్పాటు
విజయవాడ బైపాస్, కాజి ప్లాజాల్లో ఏర్పాటు



హైవేపై రేయిరేయి మంటూ వాహనాలు ఎంత వేగంగా వెళ్లినా, టోల్ ప్లాజా వద్ద మాత్రం కొన్ని సెకన్లు ఆగాక తప్పదు. ఫాస్టాగ్ ఉన్నప్పటికీ, అది రివీ అయ్యాక, ఆ టోల్ బాక్ ముందు ఉండే గ్రీన్ లైట్ వెలిగి, అక్కడి బారియర్ పైకి లేస్తేనే వాహనం ముందుకు వెళ్లాలి ఉంటుంది. ఇక వీకెండ్, పండగ సెలవులు అప్పుడు వాహనదారులు టోల్ ప్లాజా దాటడానికి మరింత ఎక్కువ సమయం నిర్లక్ష్యం తప్పదు లేదు. అయితే వాహనం ఇకపై ఆపాటిం అవసరం లేకుండానే దూసుకెళ్లి పోయేందుకు మళ్లీ లేన్ ఫ్రీ ప్లాకె విధానాన్ని జాతీయ రహదారుల ప్రాధికార సంస్థ (వీ.నా.ఓ) త్వరలో అమలు చేయనుంది. ఈ నూతన విధానాన్ని కోల్కతా-చెన్నై హైవేలో విజయవాడ-గుంటూరు మధ్య ఉన్న కాజి టోల్ ప్లాజాలో పాటు విజయవాడ బైపాస్లో వెంకటపాఠం వద్ద ఉండే టోల్ ప్లాజాల్లో అమలు చేయనున్నారు.

టోల్ ఫ్రీజాలో మరో 25 శాతం అదనంగా : ఫాస్టాగ్ లేని వాహనాలు చివరి లైన్ వరకు వెళ్లి, అక్కడ ఉండే క్యూఆర్ కోడ్ స్కాన్ చేసి లేదా యూపీఐ చెల్లింపు చేసి వెళ్లవచ్చు. దీని వల్ల టోల్ ఫ్రీజాలో అదనంగా మరో 25 శాతం చెల్లింపాలి ఉంటుంది. అలాగే యూపీఐ చెల్లింపు లేకుండా నగదు చెల్లింపు సౌకర్యం కూడా ఉంటుంది. కానీ టోల్ ఫ్రీజాకు రెడ్డింపు చెల్లింపాలి ఉంటుంది.

మీరూ పెట్టుబడి పెట్టాలి : విజయవాడ నుంచి చిలకలూరిపేట వరకు 69.4 కిలో మీటర్ల మేర వరకు ఉన్న కోల్కతా-చెన్నై హైవేలో ప్రజలు పెట్టుబడి పెట్టేందుకు జాతీయ రహదారుల ప్రాధికార సంస్థ అవకాశం కల్పిస్తోంది. పబ్లిక్ ఇన్వెస్ట్ మేంట్ పెట్టుబడులు స్వీకరించనుంది. ప్రస్తుతం వివిధ హైవేల్లో టోల్ ఆపేరేట్ అండ్ ట్రాన్స్ ఫర్ (సూ) విధానం అమలలో ఉంది. ఓ టోల్ ప్లాజా పరిధిలో 15 సంవత్సరాలకు ఎన్ని వాహనాలు వెళ్లాయో అంచనా వేస్తారు. తర్వాత ఆ మొత్తాన్ని మండే చెల్లింపు చేసేందుకు మాత్రమే ఆ సెక్టర్ను

అప్పగిస్తారు. రాష్ట్రంలో రాజమహేంద్రవరం-అనకాపల్లి మధ్య కొన్ని టోల్ ప్లాజాల్లో డిజిటీ విధానం ఉంది. ఇలాంటి వాటిలో ప్రజలు కూడా పెట్టుబడులు పెట్టేందుకు అవకాశం కల్పించాలని ఎన్ఐఎస్ఐఐ నిర్ణయం తీసుకుంది. అందులోని పబ్లిక్ ఇన్వెస్ట్ మెంట్ ట్రాన్స్ ఫర్ 15 సంవత్సరాల్లో టోల్ ద్వారా వచ్చే మొత్తాన్ని అంచనా వేస్తారు. దానిని ప్రజల నుంచి పెట్టుబడులుగా స్వీకరించి ఎన్ఐఎస్ఐఐ ఇస్తుంది. పబ్లిక్ ఇన్వెస్ట్ మెంట్ అక్కడి టోల్ నిర్వహిస్తారు. టోల్ వసూళ్లలో పెట్టుబడి కంటే అదనంగా వచ్చే మొత్తాన్ని ప్రజలకు లాభాలు రూపంలో చెల్లించనుంది. దీనికి దేశ వ్యాప్తంగా 5 సెక్టర్లకు ఎంపిక చేశారు. ఇందులో మన రాష్ట్రంలోని విజయవాడ-చిలకలూరిపేట సెక్టర్ ఉంది. ఇదే హైవేలో తమిళనాడు పరిధిలో తడ-చెన్నై సెక్టర్ 33 కిలో మీటర్ల మేర ఎంపిక చేయడం గమనార్హం. త్వరలో దీనికి సంబంధించిన పూర్తి వివరాలు తెలుస్తాయని ఎన్ఐఎస్ఐఐ అధికారులు తెలిపారు.

రోజూ రాత్రి పూట నిద్రకు ముందు గ్లాస్ పసుపు పాలను తాగండి.. చెప్పలేనన్ని లాభాలు కలుగుతాయి..!



పసుపును మనం నిత్యం వంటల్లో వేస్తూనే ఉంటాం. దీన్ని ఎంతో కాలంగా మనం వంటి ఇంటి పదార్థంగానే కాక ఔషధంగా కూడా ఉపయోగిస్తున్నాం. గాయాలు అయినప్పుడు ఎక్కువగా పసుపు రాస్తుంటారు. పసుపును మనం నిత్యం వంటల్లో వేస్తూనే ఉంటాం. దీన్ని ఎంతో కాలంగా మనం వంటి ఇంటి పదార్థంగానే కాక ఔషధంగా కూడా ఉపయోగిస్తున్నాం. గాయాలు అయినప్పుడు ఎక్కువగా పసుపు రాస్తుంటారు. దీంతో యాంటీ సెప్టిక్ లా పనిచేస్తుంది. గాయం త్వరగా మానడమే కాకుండా, ఇన్ ఫెక్షన్ అవకుండా ఆడ్డుకుంటుంది. ఇదే కాకుండా పసుపుతో ఇంకా ఎన్నో లాభాలు కలుగుతాయి. అలాగే పాలను కూడా చాలా మంది రోజూ తాగుతూనే ఉంటారు. అయితే రాత్రి పూట పాలలో పసుపును కలిపి

తాగితే ఎన్నో లాభాలను పొందవచ్చని ఆయుర్వేద వైద్యులు చెబుతున్నారు. పసుపు కలిపిన పాలనే గోడైన్ మిల్క్ అని కూడా పిలుస్తారు. ఈ మిశ్రమం పలు వ్యాధులను తగ్గించడంలో అద్భుతంగా పనిచేస్తుంది. రాత్రి పూట ఈ పాలను తాగడం వల్ల అనేక వ్యాధులను నయం చేసుకోవడంలో పాలు అరోగ్య ప్రయోజనాలు కూడా కలుగుతాయి.

వాపులు, నొప్పులు..
పసుపు పాలలో శక్తివంతమైన యాంటీ ఇన్ ఫ్లామేటరీ గుణాలు ఉంటాయి. అందువల్ల ఈ పాలను సేవిస్తే కణజాల స్థాయిలో వాపు తగ్గిపోతాయి. ముఖ్యంగా ఆర్థరైటిస్ ఉన్నవారికి ఎంతగానో మేలు జరుగుతుంది. నొప్పులు, వాపుల నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. పసుపు పాలను తాగడం వల్ల శరీరంలో అంతర్గతంగా ఏర్పడే వాపుల సైతం తగ్గిపోతాయి. దీంతో గుండె పోటు, క్యాన్సర్ వంటి ప్రాణాంతక వ్యాధులు రాకుండా సురక్షితంగా ఉండవచ్చు. పసుపులో అనేక యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు ఉంటాయి. ఇవి ఆక్సికరణ ఒత్తిడిని తగ్గిస్తాయి. శ్రీ ర్యాడికల్స్ ను నిర్మూలిస్తాయి. దీంతో కణాలకు జరిగే నష్టం నివారించబడతుంది. చర్మ కణాలు అరోగ్యంగా ఉంటాయి. వృద్ధాప్య ఛాయలు తగ్గుతాయి. చర్మం కాంతివంతంగా మారి వ్యుద్రుహగా ఉంటుంది. యువ్యనంగా కనిపిస్తారు. ముఖపై

కంటే మెటిమలు, మచ్చలు తొలగిపోతాయి. చర్మం అరోగ్యంగా ఉంటుంది.

రోగ నిరోధక శక్తి..
పసుపు కలిపిన పాలలో యాంటీ ఇన్ ఫ్లామేటరీ, యాంటీ మైక్రోబియల్ గుణాలు ఉంటాయి. ఇవి రోగ నిరోధక శక్తిని పెంచుతాయి. దీని వల్ల సీజన్ లో వ్యాధులకు చెక్ పెట్టవచ్చు. ముఖ్యంగా దగ్గు, జలుబు వంటి వ్యాధులు తగ్గుతాయి. ఇన్ ఫెక్షన్ నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. వైరస్ లు, బ్యాక్టీరియాలు పై శరీరం పోరాటం చేస్తుంది. గొంతు నొప్పి, ఇతర శ్వాసకోశ సమస్యలను తగ్గించుకోవచ్చు. పసుపు కలిపిన పాలను తాగితే ఊర్ధ్వ వ్యవస్థ అరోగ్యంగా ఉంటుంది. పైత్య రసాలు సరిగ్గా ఉత్పత్తి అవుతాయి. మనం తిన్న ఆహారంలో ఉండే కొవ్వులను శరీరం సులభంగా జీర్ణం చేస్తుంది. అజీర్ణ, తగ్గుతాయి. పసుపు కలిపిన పాలను తాగుతుంటే ఒత్తిడి, అందోళన తగ్గుతాయి. మైండ్ రికవరీ అయి మానసిక ప్రకాశం తగ్గిస్తుంది. నిద్ర చక్కగా పడుతుంది. పడుకున్న వెంటనే గాఢ నిద్రలోకి జారుకుంటారు. నిద్రలేమి నుంచి బయట పడవచ్చు.

మెదడు పనితీరుకు..
పసుపులో ఉండే కర్బుకృమిన్ మెదడు పనితీరును మెరుగు పరుస్తుంది. నాడీ మండల గా ఏర్పడేలా చేస్తుంది. దీంతో మెదడు యాక్టివ్ పనిచేస్తుంది. ఉత్తేజంగా ఉంటారు. ఏకాగ్రత, జ్ఞాపకశక్తి పెరుగుతాయి. మతిమరుపు తగ్గుతుంది. కర్బుకృమిన్ యాంటీ డిప్రెస్సివ్ గా కూడా పనిచేస్తుంది. అందువల్ల పసుపు పాలను తాగితే మూడ్ మారుతుంది. డిప్రెషన్ నుంచి బయట పడవచ్చు. ఇలా పసుపు పాలు మనకు అనేక విధాలుగా మేలు చేస్తాయి. కనుక ఈ పాలను రోజూ తాగుతుంటే ఎంతగానో ఫలితం ఉంటుంది

మతిమరుపు సమస్య ఇబ్బందులకు గురి చేస్తుందా..? అయితే ఈ ఆహారాలను రోజూ తినండి..!



వయస్సు మీద పడుతున్న కొద్దీ సహజంగానే ఎవరికైనా సరే మెదడు పనితీరు మందగిస్తుంది. దీంతో జ్ఞాపకశక్తి, ఏకాగ్రత తగ్గిపోతాయి. ఏ విషయంపై కూడా దృష్టి సారించలేకపోతుంటారు. ముఖ్యంగా మతిమరుపు సమస్య వస్తుంది. వయస్సు మీద పడుతున్న కొద్దీ సహజంగానే ఎవరికైనా సరే మెదడు పనితీరు మందగిస్తుంది. దీంతో జ్ఞాపకశక్తి, ఏకాగ్రత తగ్గిపోతాయి. ఏ విషయంపై కూడా దృష్టి సారించలేకపోతుంటారు. ముఖ్యంగా మతిమరుపు సమస్య వస్తుంది. ఇది తీవ్రతరం అయితే అల్జీమర్స్ కు దారి తీస్తుంది. అయితే కొందరు యుక్త వయస్సులో ఉన్నప్పటికీ మతిమరుపు సమస్యతో బాధపడుతుంటారు. మెదడు పనితీరు మందగించినట్లు అనిపిస్తుంది. దేనిపై కూడా దృష్టి పెట్టలేకపోతుంటారు. ఏకాగ్రత లోపిస్తుంది. అలాంటి వారు కొన్ని రకాల ఆహారాలను తీసుకుంటే ఎంతగానో మేలు జరుగుతుంది. మతిమరుపు అనేది పలు రకాల కారణాల వల్ల వస్తుంది. విటమిన్లు, మినరల్స్, యాంటీ ఆక్సిడెంట్ లోపం ఉంటే ఈ సమస్య ఎదురవుతుంది. అందుకు గాను కొన్ని ఆహారాలను తీసుకోవచ్చు ఉంటుంది. ఆ ఆహారాలు ఏమిటో ఇప్పుడు తెలుసుకుందా

చేపలు..
చేపలు మన ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తాయి. వీటిల్లో ఒమెగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్స్ అధికంగా ఉంటాయి. అలాగే డోకోసాక్సాక్సాన్ యాసిడ్ (డీపాన్) కూడా ఉంటుంది. ఇవి మెదడు కణాలను నిర్మించేందుకు సహాయం చేస్తాయి. దీని వల్ల మెదడు, నాడీ మండల వ్యవస్థ కణాలు ఉత్తేజితం అవుతాయి. మెదడు పనితీరు మెరుగు పడుతుంది. జ్ఞాపకశక్తి, ఏకాగ్రత పెరుగుతాయి. మతిమరుపు తగ్గుతుంది. వారంలో కనీసం 2 సార్లు చేపలను తింటుంటే మతిమరుపు సమస్య నుంచి బయట పడవచ్చు. అలాగే మనకు అనేక రకాల బెల్లీ పండ్లు సైతం అందుబాటులో ఉన్నాయి. బ్లూబెర్రీలు, స్ట్రాబెర్రీలు, ఖాకి బెర్రీలు, రాస్ బెర్రీలను తరచూ ఆహారంలో భాగం చేసుకోవాలి. ఈ బెర్రీ పండ్లలో ఫ్లేవనాయిడ్స్, ఆంథో సయినన్స్ అనబడే యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి యాంటీ ఇన్ ఫ్లామేటరీ గుణాలను కూడా కలిగి ఉంటాయి. ఇవి మెదడుపై పడే ఆక్సికరణ ఒత్తిడిని తగ్గిస్తాయి. దీంతో మెదడు కణాలు వాపులకు గురి కాకుండా ఉంటాయి. మెదడు కణాలు ఉత్తేజితం చెంది అరోగ్యంగా ఉంటాయి. దీని వల్ల మెదడు చురుగ్గా మారుతుంది. మతిమరుపు తగ్గుతుంది.

అకుకరలు..
అకుకరలు కూరగాయలు, అకుకరలను మెదడుకు అద్భుతమైన ఆహారంగా చెప్పవచ్చు. పాలకూర ఈ జాతిలో ప్రధమ స్థానంలో నిలుస్తుంది. ఇందులో విటమిన్ కె, లూటీన్, ఫోలేట్, బీటా కెరోటిన్ అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి మానసిక ఆరోగ్యాన్ని మెరుగు పరుస్తాయి. మెదడు యాక్టివ్ పనిచేలా చేస్తాయి. మెదడు కణాలను నిర్మించేందుకు సహాయం చేస్తాయి. దీంతో జ్ఞాపకశక్తి పెరుగుతుంది. మతిమరుపు తగ్గుతుంది. అలాగే వాలీ నట్స్, బాదంపప్పు, గుమ్మడి విత్తనాలు, పొద్దు తిరుగుడు విత్తనాలను రోజూ తింటున్నా కూడా ఎంతో మేలు జరుగుతుంది. వీటిల్లో విటమిన్ ఇ అధికంగా ఉంటుంది. ఇవి మెదడు కణాలకు జరిగే నష్టాన్ని నివారిస్తాయి. మెదడు కణాలను అరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. వీటిలో ఉండే ఒమెగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్స్, ఇంక్, మెగ్నీషియం, కాపర్, ఇరన్ వంటి పోషకాలు నాడీ మండల వ్యవస్థను అరోగ్యంగా ఉంచుతాయి. మతిమరుపు సమస్య తగ్గిలా చేస్తాయి.

కోడిగుడ్డు..
రోజూ ఒక కోడిగుడ్డును తింటే అరోగ్యంగా ఉండవచ్చని, ఎలాంటి రోగాలు రావని వైద్యులు చెబుతుంటారు. అయితే రోజూ ఒక గుడ్డును తింటే మెదడు సైతం అరోగ్యంగా ఉంటుంది. యాక్టివ్ పనిచేస్తుంది. కోడిగుడ్డులో కోలీన్ ఉంటుంది. ఇది అనివైరల్ కోలీన్ అనే సూపర్ ఫోస్ఫోలిప్ డిలీవర్ ఉత్పత్తి అయ్యేలా చేస్తుంది. దీని వల్ల జ్ఞాపకశక్తి పెరుగుతుంది. మానసిక ఆరోగ్యం మెరుగు పడుతుంది. గుడ్డులో ఉండే విటమిన్ బి6, బి12, ఫోలేట్ వయస్సు మీద పడడం వల్ల మెదడు కణాలు క్షీణించే రేటును తగ్గిస్తాయి. దీంతో మెదడు ఎల్లప్పుడూ ఉత్తేజంగా ఉంటుంది. మతిమరుపు తగ్గిపోతుంది. అయితే కోడిగుడ్డులో ఉండే పచ్చని సొసేజ్ ఈ లాభాలు కలుగుతాయి. అలాగే పసుపు కూడా మెదడు అరోగ్యానికి మేలు చేస్తుంది. పసుపు కలిపిన పాలను తాగుతుంటే మెదడు అరోగ్యంగా ఉండడమే కాకుండా మెదడు కణాలు నిర్మాణమవుతాయి. దీంతో మతిమరుపు తగ్గుతుంది. జ్ఞాపకశక్తి, ఏకాగ్రత పెరుగుతాయి. ఇలా పలు ఆహారాలను తరచూ తీసుకుంటుంటే మతిమరుపు సమస్యను తగ్గించుకోవచ్చు

నిమ్మ ఆకులను ఇలా వాడితే ఎన్నో ప్రయోజనాలు.. ఏయే వ్యాధులకు పనిచేస్తాయంటే..?

నిమ్మకాయలను వాడడం వల్ల ఎన్ని ఉపయోగాలు కలుగుతాయో అందరికీ తెలిసిందే. నిమ్మరసం అనేక ప్రయోజనాలను అందిస్తుంది. దీన్ని మనం తరచూ వంటల్లో ఉపయోగిస్తూనే ఉంటాం. నిమ్మరసాన్ని కొందరు నేరుగా తాగుతారు. నిమ్మకాయలను వాడడం వల్ల ఎన్ని ఉపయోగాలు కలుగుతాయో అందరికీ తెలిసిందే. నిమ్మరసం అనేక ప్రయోజనాలను అందిస్తుంది. దీన్ని మనం తరచూ వంటల్లో ఉపయోగిస్తూనే ఉంటాం. నిమ్మరసాన్ని కొందరు నేరుగా తాగుతారు. కొందరు గోరు చేప్పని నీటిలో కలిపి సేవిస్తుంటారు. ఆయుర్వేద ప్రకారం నిమ్మరసం మనకు అనేక లాభాలను అందిస్తుంది. ఎంతో పురాతన కాలం నుంచే నిమ్మకాయలను ఆహారంగా, ఔషధంగా ఉపయోగిస్తున్నారు. అనేక సంప్రదాయ వైద్య విధానాల్లోనూ నిమ్మకాయలను వాడుతారు. అయితే కేవలం నిమ్మకాయలు మాత్రమే కాదు, నిమ్మ ఆకులు కూడా మనకు ఎంతగానో మేలు చేస్తాయి. ఈ ఆకుల్లో అనేక ఔషధ గుణాలు ఉంటాయి. ఇవి వ్యాధులను తగ్గిస్తాయి. మనల్ని అరోగ్యంగా ఉంచుతాయి. నిమ్మ ఆకులతో అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉంటాయని ఆయుర్వేద వైద్యులు చెబుతున్నారు. నిమ్మ ఆకులను నీటిలో వేసి మరిగించి ఆ నీళ్లను పడకట్టి అందులో కొద్దిగా తేనె కలిపి తాగవచ్చు. ఈ మిశ్రమం అద్భుతమైన ఔషధంగా పనిచేస్తుంది. దీన్ని ఒక కప్పు మోతాదులో రోజుకు 2 సార్లు తాగవచ్చు. మీరు రోజూ తాగే టీ, కాఫీలకు బదులుగా ఈ నిమ్మ ఆకుల టీని సేవిస్తుంటే ఎంతగానో ఉపయోగం ఉంటుంది. నిమ్మ ఆకుల టీలో అల్లం రసం కలిపి కూడా తాగవచ్చు. దీంతో ఇంకా ఎక్కువ లాభాలు కలుగుతాయి. నిమ్మ ఆకుల టీని సేవిస్తుంటే ఒత్తిడి, అందోళన తగ్గుతాయి. మైండ్ రికవరీ అవుతుంది. మెదడు ప్రకాశం మారుతుంది. మానసిక ఆరోగ్యం మెరుగు పడుతుంది. రాత్రి పూట చక్కగా నిద్ర పడుతుంది. పడుకున్న వెంటనే గాఢ నిద్రలోకి జారుకుంటారు. నిద్రలేమి నుంచి బయట పడవచ్చు. ఈ ఆకుల టీని సేవిస్తుంటే నాడీ మండల వ్యవస్థ ప్రకాశం మారుతుంది. టెన్షన్ మొదలై తగ్గిపోయి ప్రకాశం మారుతారు. అలసట, నీరసం తగ్గిపోతాయి. నిమ్మ ఆకుల టీని సేవిస్తుంటే జీర్ణక్రియ మెరుగు పడుతుంది. తిన్న ఆహారం సులభంగా జీర్ణం అవుతుంది. గ్యాస్, అసిడిటీ, కడుపు ఉబ్బరం నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. ఆకలి పెరుగుతుంది. నిమ్మ ఆకుల్లో అనేక యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు ఉంటాయి. ఇవి శ్రీ ర్యాడికల్స్ బారి నుంచి శరీరానికి జరిగే నష్టాన్ని నివారిస్తాయి. కణాలు అరోగ్యంగా ఉంటాయి. దీంతో గుండె పోటు, క్యాన్సర్ వంటి ప్రాణాంతక వ్యాధులు రాకుండా సురక్షితంగా ఉండవచ్చు. ఈ ఆకులతో తయారు చేసిన టీని రోజుకు 2 సార్లు తాగుతుంటే సీజన్ లో వ్యాధులకు చెక్ పెట్టవచ్చు. ఈ ఆకుల్లో ఉండే విటమిన్ సి రోగ నిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది. దీంతో దగ్గు, జలుబు



తగ్గిపోతాయి. జ్వరం నుంచి త్వరగా కోలుకుంటారు. నిమ్మ ఆకులు అరోగ్యానికి మేలు చేసే అయినప్పటికీ వీటిని చెట్టు నుంచి తెచ్చిన తరువాత ఖద్దరంగా కడగాలి. లేదంటే ఆకుపై ఉండే కృత్రిమ పురుపులు, క్రిమి సంహారక మందుల తాలూకు అవశేషాలు మన శరీరంలోకి వెళ్లే ప్రమాదం ఉంది. వీలైనంత వరకు సేంద్రీయ పదార్థాలతో పె సేకరించిన ఆకులను వాడితే మంచిది. కొందరికి నీట్రస్ అల్లర్తి ఉంటుంది. అలాంటి వారు నిమ్మ ఆకులను ఉపయోగించకూడదు. గర్భిణీలు, వాడే ముందు డాక్టర్ సలహా తీసుకోవడం మంచిది. నిమ్మ ఆకులతో తయారు చేసిన నీళ్లను స్నానం చేసి నీటిలో పోసి ఆ నీటిలో స్నానం చేస్తే శరీరం తాజాగా మారుతుంది. సెమల వాసన రాకుండా ఉంటుంది. నిమ్మ ఆకులను పేస్ట్ లా చేసి అందులో కొద్దిగా తేనె కలిపి ఆ మిశ్రమాన్ని ముఖానికి రాసికాస్తే అద్భుతకర్మియాలి. ఇలా చేస్తుంటే ముఖం గారింపును నయం చేసుకుంటుంది. నిమ్మ ఆకుల పేస్ట్ లో పెరుగు కలిపి జుట్టుకు రాస్తే జుట్టు రాలడం తగ్గిపోతుంది. శిరీశాల ఒత్తిడి పెరిగి దుర్బలంగా మారుతాయి. కాంతివంతంగా కనిపిస్తాయి. ఇలా నిమ్మ ఆకులతో అనేక ప్రయోజనాలను పొందవచ్చు

నాలుక పగలకుండా ఉండాలంటే పైనాపిల్ పండ్లను అసలు ఎలా తినాలి..?



వీటిలో కలిగే లాభాలు ఏమిటి..? పైనాపిల్ పండ్ల మనకు దాదాపుగా ఏదీదీ పోషకాన్ని అన్ని సీజన్లలోనూ అందుబాటులో ఉంటాయి. ఈ పండ్లను నేరుగా తినలేరు. కానీ జ్యూస్ చేసుకుని మాత్రం తాగుతారు. అయితే పైనాపిల్ పండ్లను నేరుగా తింటే నాలుక పగిలినట్లు అవుతుంది. పైనాపిల్ పండ్ల మనకు దాదాపుగా ఏదీదీ పోషకాన్ని అన్ని సీజన్లలోనూ అందుబాటులో ఉంటాయి. ఈ పండ్లను నేరుగా తినలేరు. కానీ జ్యూస్ చేసుకుని మాత్రం తాగుతారు. అయితే పైనాపిల్ పండ్లను నేరుగా తింటే నాలుక పగిలినట్లు అవుతుంది. అందుకనే ఈ పండ్లను నేరుగా తినేందుకు ఇష్టపడరు. పైనాపిల్ పండ్లలో ట్రోపియన్ అనే ఎంజైమ్ మనం తింటే నాలుక పగిలినట్లు అవుతుంది. అయితే ఇలా జరగకుండా

ఉండాలంటే ఈ పండ్ల ముక్కలపై కాస్త ఉప్పు చల్లి తినాలి. లేదా పైనాపిల్ ముక్కలను పెంచినపై కాస్త వేయించి రోస్ట్రా చేసి తినాలి. దీంతో ట్రోపియన్ ప్రభావం తగ్గుతుంది. నాలుక పగలదు. ఇక పైనాపిల్ పండ్లను రోజూ ఒక కప్పు మోతాదులో తినాలని పోషకాహార నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. దీంతో అనేక లాభాలు కలుగుతాయని అంటున్నారు.

నాన్ వెజ్ సులభంగా జీర్ణం..
పైనాపిల్ పండ్లలో ఉండే ట్రోపియన్ అనే ఎంజైమ్ మనం తిన్న ఆహారాన్ని జీర్ణం చేసేందుకు సహాయం చేస్తుంది. ముఖ్యంగా ప్రోటీన్లను త్వరగా జీర్ణం అయ్యేలా చేస్తుంది. అందువల్ల నాన్ వెజ్ వంటి ఆహారాలను తింటే సులభంగా జీర్ణం అయ్యేందుకు గాను పైనాపిల్ ముక్కలను తినాలి. ఈ పండ్లను తింటే అజీర్ణ తగ్గుతుంది. ఆహారం సులభంగా జీర్ణం అవుతుంది. అలాగే గ్యాస్, కడుపు ఉబ్బరం, అసిడిటీ వంటి సమస్యలను అర్ధం చేస్తుంది. పైనాపిల్ పండ్లను రోజూ ఒక కప్పు మోతాదులో తింటే మనకు రోజూ కావల్సిన విటమిన్ సిలో 100 శాతం లభిస్తుంది. ఇది యాంటీ ఆక్సిడెంట్ గా పనిచేస్తుంది. రోగ నిరోధక వ్యవస్థను పటిష్టంగా మారుస్తుంది. ఇన్ ఫెక్షన్లు, వ్యాధుల నుంచి శరీరాన్ని రక్షిస్తుంది.

ఎముకల దృఢత్వానికి..
పైనాపిల్ పండ్లలో ఉండే ట్రోపియన్ అనే ఎంజైమ్ యాంటీ

ఇన్ ఫ్లామేటరీ గుణాలను సైతం కలిగి ఉంటుంది. అందువల్ల ఈ పండ్లను తింటే శరీరంలో ఉండే వాపులు, నొప్పులు తగ్గిపోతాయి. ముఖ్యంగా ఆర్థరైటిస్ ఉన్నవారికి మేలు జరుగుతుంది. విరిగిన ఎముకలు త్వరగా అతుక్కొంటుంటే పైనాపిల్ పండ్లను రోజూ తింటుంటారు. దీంతో మేలు జరుగుతుంది. పైనాపిల్ పండ్లలో మాంగనీస్ అధికంగా ఉంటుంది. ఇది ఎముకల నిర్మాణానికి దోహదం చేస్తుంది. ఎముకలు దృఢంగా మారేలా చేస్తుంది. పైనాపిల్ పండ్లను రోజూ ఒక కప్పు మోతాదులో తింటే చాలు మనకు రోజూ కావల్సిన మాంగనీస్ లభిస్తుంది. ఇది ఎముకల పేస్ట్ లా చేసి అందులో కొద్దిగా తేనె కలిపి ఆ మిశ్రమాన్ని ముఖానికి రాసికాస్తే అద్భుతకర్మియాలి. ఇలా చేస్తుంటే ముఖం గారింపును నయం చేసుకుంటుంది. నిమ్మ ఆకుల పేస్ట్ లో పెరుగు కలిపి జుట్టుకు రాస్తే జుట్టు రాలడం తగ్గిపోతుంది. శిరీశాల ఒత్తిడి పెరిగి దుర్బలంగా మారుతాయి. కాంతివంతంగా కనిపిస్తాయి. ఇలా నిమ్మ ఆకులతో అనేక ప్రయోజనాలను పొందవచ్చు

శ్వాసకోశ సమస్యలకు..
పైనాపిల్ పండ్లలో ఉండే యాంటీ ఇన్ ఫ్లామేటరీ గుణాలు శ్వాసకోశ సమస్యలను తగ్గిస్తాయి. ముఖ్యంగా సీజన్ లో గా వచ్చే దగ్గు, జలుబు, ముక్కు దిబ్బడ వంటి సమస్యల నుంచి ఉపశమనాన్ని అందిస్తాయి. గొంతు, ఉబ్బితిత్తుల్లో ఉండే కష్టం కలిగిపోతుంది. శ్వాస నాళాల్లో ఉండే అడ్డంకులు తొలగిపోయి గారి సరిగ్గా లభిస్తుంది. అయితే పైనాపిల్ పండ్ల ఆరోగ్యకరమే అయినప్పటికీ రోజూ ఒక కప్పుకు మించి తినరాదు. తింటే సైడ్ ఎఫ్ ఫెక్ట్ వచ్చే అవకాశాలు ఉంటాయి. పొట్టలో అసౌకర్యం ఏర్పడుతుంది. కొందరికి పైనాపిల్ పండ్లలో ఉండే ట్రోపియన్ పడదు. వికారం, వాతులను కలగజేసే అవకాశాలు ఉంటాయి. అలాంటి వారు కూడా ఈ పండ్లను తినకూడదు

ఈ సీజన్ లో అల్లం టీని రోజూ 2 సార్లు తాగాలి.. ఎందుకంటే..?

వర్షాకాలం కారణంగా చాలా మంది శ్వాసకోశ సమస్యలతో ఇబ్బందులు పడుతున్నారు. దగ్గు, జలుబు, ముక్కు దిబ్బడ, గొంతు నొప్పి వంటి సమస్యలు చాలా మందికి వస్తున్నాయి. వర్షాకాలం కారణంగా చాలా మంది శ్వాసకోశ సమస్యలతో ఇబ్బందులు పడుతున్నారు. దగ్గు, జలుబు, ముక్కు దిబ్బడ, గొంతు నొప్పి వంటి సమస్యలు చాలా మందికి వస్తున్నాయి. అయితే ఈ సమస్యలకు ఇంజిన్ మెడిసిన్ ను వాడాలని పనిలేదు. మన ఇంట్లో ఒక పదార్థంతోనే వీటికి చెక్ పెట్టవచ్చు. అదే.. అల్లం. దీన్ని మనం రోజూ వంటల్లో వేస్తుంటాం. దీంతో వంటలకు చక్కని రుచి, వాసన వస్తాయి. ఆయుర్వేద ప్రకారం అల్లం ఎన్నో ఔషధ గుణాలను కలిగి ఉంటుంది. పలు ఔషధాల తయారీలోనూ దీన్ని ఉపయోగిస్తారు.

అల్లంతో టీ తయారు చేసుకుని తాగితే ఈ సీజన్ లో ఎన్నో లాభాలు కలుగుతాయి. ఒక పాత్రలో తగినంత నీళ్లను తీసుకుని అందులో కొద్దిగా తురిమిన అల్లాన్ని వేసి 10 నిమిషాల పాటు మరిగించాలి. తరువాత పడకట్టి గోరు చేప్పగా ఉన్నప్పుడు అందులో కాస్త తేనె, నిమ్మరసం కలిపి తాగివాలి. ఇలా అల్లం టీని రోజూకు 2 సార్లు ఉదయం, సాయంత్రం తాగితే అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను పొందవచ్చు. వికారం, జీర్ణ సమస్యలకు, జీర్ణ వికారం, వాంతికి వచ్చినట్లు ఉండడం వంటి సమస్యలు తగ్గిపోతాయి. ప్రయాణంలో వాతులు కాకుండా ఉండాలన్నా లేదా గర్భిణీలు వాతులను అపానాన్ని అల్లం టీని తాగితే ఉపశమనం లభిస్తుంది. క్యాన్సర్ కోసం కీమో థెరపీ చేయించుకునేవారికి తరచూ



సులభంగా కదులుతుంది. దీని వల్ల అజీర్ణం ఉండదు. కడుపు ఉబ్బరం, గ్యాస్ తగ్గుతాయి. అల్లం టీని తాగితే జీర్ణశక్తి ఎంజైమ్ లు ఉత్పత్తి అవుతాయి. ఇవి మనం తిన్న ఆహారం సులభంగా జీర్ణం అయ్యేలా చేస్తాయి.



రాకాస టీజర్ విడుదల తేదీ ఫిక్స్

మ్యాడ్, మ్యాడ్ స్టేజర్ మూవీలతో మంచి గుర్తింపును సంపాదించుకున్న నటులలో సంగీత్ శోభన్ ఒకరు. ఈయన ఇప్పటివరకు తక్కువ సినిమాల్లో నటించినా మంచి గుర్తింపును సంపాదించుకున్నాడు. ప్రస్తుతం ఈ నటుడు రాకాస అనే చిత్రంలో హీరోగా నటిస్తున్నాడు. ఇందులో సయన్ సారిక్ హీరోయిన్గా కనిపించనుండగా, పిక్చి ఎలిఫెంట్ పిక్చర్స్ బ్యానర్ పై నిహారిక కొడిదల ఈ చిత్రాన్ని నిర్మిస్తుంది. వెన్నెల కిషోర్, బ్రహ్మాజీ, తనికెళ్ల భరణి వంటి ప్రముఖ నటులు కీలక పాత్రల్లో కనిపించనున్న ఈ చిత్రానికి మానస శర్మ దర్శకత్వం వహిస్తుంది. ఈ చిత్రాన్ని ఏప్రిల్ 3వ తేదీన విడుదల చేయనున్నారు. ఈ మూవీ విడుదల తేదీ దగ్గర పడడంతో ప్రమాదవల్ల స్టీడును పెంచారు. తాజాగా ఈ మూవీ యూనిట్ ఈ సినిమాకు సంబంధించిన టీజర్ విడుదల తేదీని అనౌన్స్ చేసింది. మార్చి 1వ తేదీన ఈ చిత్ర టీజర్ను రిలీజ్ చేయనున్నట్లు అధికారికంగా ప్రకటించారు. ఈ మూవీ టీజర్ గమక ప్రేక్షకులను బాగా ఆకట్టుకున్నట్లుయితే ప్రేక్షకుల్లో ఈ హార్డర్ ఫాంటసీ చిత్రంపై అంచనాలు భారీగా పెరిగే అవకాశం చాలా వరకు ఉంది. కొన్ని రోజుల క్రితం నిహారిక ఈ సినిమా ఈవెంట్ లో మాట్లాడుతూ... ఇదొక వివాదమైన ఫాంటసీ కామెడీ డ్రామా అని, ప్రేక్షకులకు సరికొత్త అనుభూతిని ఇస్తుందని ధీమా వ్యక్తం చేసింది. గతంలో విహారిక, సంగీత్ శోభన్ ప్రధాన పాత్రలో రూపొందిన ఒక చిన్న ఫ్యామిలీ స్టోరీ అనే వెబ్ సిరీస్కు కూడా నిర్మించింది. దీనికి మంచి ప్రేక్షకదండం లభించింది. మరి వీరి కాంబోలో రూపొందుతున్న రాకాస చిత్రం జనాల్ని ఆకట్టుకుంటుందో లేదో చూడాలి.



సూపర్ హిట్ కాంబోలో సాయి పల్లవి

సూపర్ హిట్ కాంబో విజయ సేతుపతి, మణిరత్నం మరోసారి జతకట్టబోతున్నారు. లైకా ప్రొడక్షన్స్ సమర్పణలో మద్రాసు టూకీస్ బ్యానర్ పై రూపొందిన 'చెక్క చివంద వానమ్' అనే చిత్రంతో ఇప్పటికే ఈ కాంబో ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకుంది. ఈ మూవీ తెలుగులో 'సవాబ్' పేరుతో విడుదలైంది. అయితే ఇప్పుడు విజయ సేతుపతి, మణిరత్నం కాంబోలో రాబోతున్న ఈకొత్త సినిమా మునుపటి ప్రాజెక్ట్ కంటే పూర్తిగా భిన్నంగా ఉంటుందని ఇప్పటికే సేతుపతి పంచుకున్నారు. ఇప్పటికే ఈ సినిమాకు సంబంధించిన స్క్రిప్ట్ వర్క్ కూడా కంప్లీట్ అయినట్లు తమిళ వర్గాల్లో టాక్ నడుస్తుంది. దీంతో ఈ చిత్రం ఎప్పుడు పట్టాలెక్కనుందని ఆడియన్స్ చూస్తుండగా.. తాజాగా ఈ ప్రాజెక్టుకు సంబంధించి మరో ఇంట్రెస్టింగ్ బజ్ నెట్టింట దర్శనమిచ్చింది. ఇందులో ఫిమేల్ లీడ్ కోసం నేమరల్ బ్యూటీ సాయిపల్లవినీ సంప్రదించారని సమాచారం. కథ నచ్చడంతో సాయి పల్లవి కూడా ఈ ప్రాజెక్ట్ ఓకే చేసిందని తెలుస్తుండగా.. దీనిపై అఫీషియల్ అనౌన్స్మెంట్ రావాల్సి ఉంది.



మరో భారీ మల్టీ స్టారర్ రెడీ

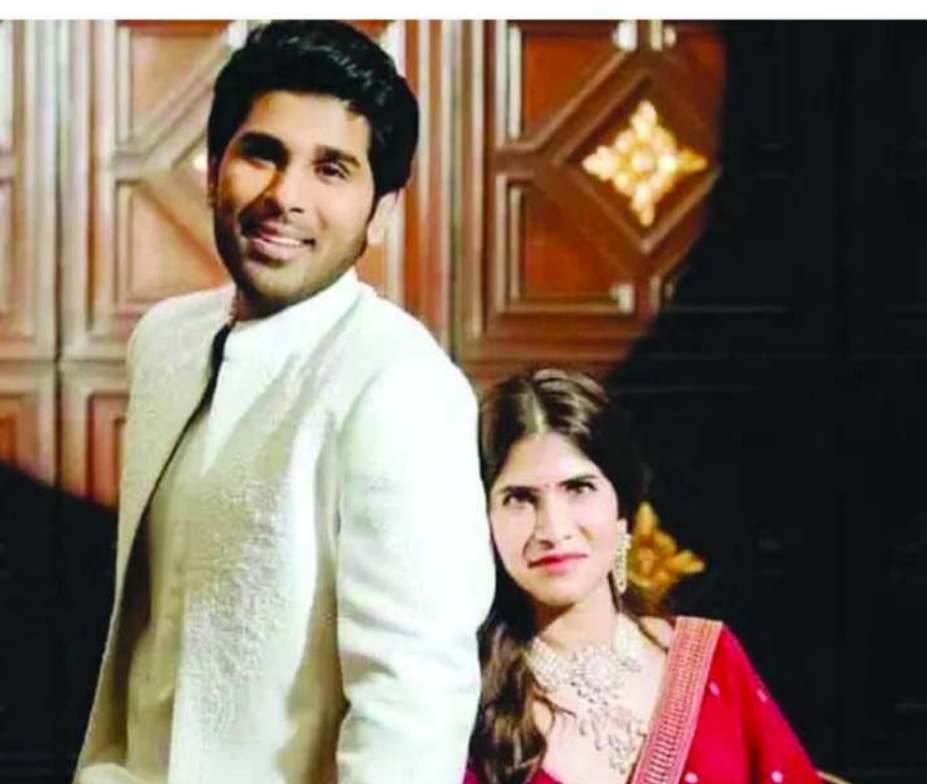
భాక్ బస్టర్ హిట్ మెషిన్ అనిల్ రావిపూడి తన మన్ ఎవైటెడ్ నెక్స్ట్ మూవీ అనౌన్స్మెంట్లో మరోసారి అందరిలో ఆసక్తిని పెంచారు. వరుసగా తొమ్మిది బాక్సాఫీస్ విజయాలతో అదరగొట్టిన అనిల్ రావిపూడి కొత్త ప్రాజెక్ట్లో విక్టర్ వెంకటేష్, సందమూరి కళ్యాణ్ రామ్ హీరోలుగా నటించనున్నారు. ఈ2, ఈ3, సంక్రాంతికి వస్తున్న వంటి భాక్ బస్టర్ ఎంటర్టైన్మెంట్ తర్వాత అనిల్, వెంకటేష్ కలయికలో వస్తున్న ఐదవ చిత్రం కావడం విశేషం. అలాగే సంచలనాత్మక భాక్ బస్టర్ పటాన్ తర్వాత కళ్యాణ్ రామ్ తో రెండవ చిత్రం. దర్శకుడు అనిల్ రావిపూడి దగ్గుబాటి, సందమూరి కుటుంబాల నుంచి వచ్చిన స్టార్స్ కలిపి ఈ కొత్త చిత్రాన్ని ఒక క్లీన్, టిపికల్ అనిల్ ఎంటర్టైన్మెంట్ అండర్ కనెక్ట్ అయ్యే కథాంశంతో రూపొందిస్తున్నారు. ఈ సినిమా అన్ని వర్గాల ప్రేక్షకులతో కనెక్ట్ అయ్యే కంప్లీట్ ఎంటర్టైన్మెంట్ గా ఉండబోతుంది. ఈ చిత్రం ప్రస్తుతం ప్రీ-ప్రొడక్షన్ దశలో ఉంది, ప్రాజెక్ట్ చుట్టూ ఉన్న భారీ అంచనాలను తగ్గట్టుగా దర్శకుడు స్క్రిప్ట్ను జాగ్రత్తగా మెరుగుపరుస్తున్నాడు. సాంకేతిక బృందం గురించి వివరాలు, ఇతర నటీనటుల వివరాలు త్వరలో తెలియజేస్తారు. ఈ చిత్రం 2027 సంక్రాంతికి విడుదల కానుంది.

22 ఏళ్లకే హీరోయిన్.. ఇప్పుడు అలాంటి పరిస్థితుల్లో బ్యూటీ

సినిమా ఇండస్ట్రీలో కొంతమందికి ఎన్నో సినిమాల్లో నటించినా రాని క్రేజ్, కొంతమంది బ్యూటీలకు మాత్రం ఒక్క సినిమాతోనే ఓవర్ నైట్ లో వచ్చేస్తూ ఉంటుంది. అలా ఒక్క సినిమాతో అదిరిపోయే రేంజ్ క్రేజ్ రావాలంటే, కచ్చితంగా ఆ సినిమా సూపర్ సాల్డ్ విజయాన్ని అందుకుని ఉండాలి, లేదంటే అందులో ఆ నటి మంచి సటనైనా కనబరచి ఉండాలి. అలా చేసిన మొదటి సినిమాతోనే మంచి విజయాన్ని ఓవర్ నైట్ లో స్టార్ హీరోయిన్ క్రేజ్ను సంపాదించుకున్న బ్యూటీలలో అనీత్ పద్ద ఒకరు. ఈమె పోయిన సంవత్సరం విడుదల అయిన సయ్యారా చిత్రంతో వెండితెరకు పరిచయం అయింది. ఈ బాలీవుడ్ చిత్రం పెద్దగా అంచనాలు లేకుండా విడుదల అయింది. కానీ రిలీజ్ అయిన తర్వాత మాత్రం అద్భుతమైన రీతిలో ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకుంది. దానితో ఈ మూవీ ఏకంగా ప్రపంచవ్యాప్తంగా 570 కోట్లకు పైగా వసూళ్లను రాబట్టి, పోయిన సంవత్సరం హిందీ సినీ పరిశ్రమలో భారీ విజయాన్ని అందుకున్న సినిమాల లిస్టులో చేరిపోయింది. ఈ చిత్రం పోయిన సంవత్సరం జూలై 18వ తేదీన విడుదల అయింది. ఈ చిత్రం విడుదల అయిన సమయానికి ఈ ముద్దుగుమ్మ వయస్సు కేవలం 22 సంవత్సరాలు మాత్రమే. 22 సంవత్సరాల వయస్సులోనే ఈమెకు అద్భుతమైన విజయం దక్కడంతో ఓవర్ నైట్ లో ఈమెకు స్టార్ హీరోయిన్ క్రేజ్ వచ్చింది. అలాగే ఈ సినిమా చూసిన వారంతా కూడా ఇందులో అనీత్ పద్ద నటన అద్భుతంగా ఉందని, ఈ బ్యూటీకి చాలా మంచి ఫ్యూచర్ ఉందని ప్రశంసల వర్షం కురిపిస్తున్నారు. మొదటి చిత్రంతోనే మంచి విజయాన్ని అందుకున్న ఈమె ప్రస్తుతం బాలీవుడ్ ఇండస్ట్రీలో అద్భుతమైన క్రేజ్ ఉన్న నటిగా గుర్తింపును సంపాదించుకుంది.



మెగా ఫ్యామిలీలో మోగనున్న పెళ్లి బాజాలు



మెగా ఫ్యామిలీలో పెళ్లి బాజాలు మెగాబోతున్నాయి. నిర్మాత అల్లు అరవింద్ తనయుడు, హీరో అల్లు శిరీష్ వివాహ తేదీ దగ్గరపడుతుండటంతో సెలబ్రేషన్స్ మొదలైత్యారు. తన ప్రియురాలు నయనికతో కలిసి మార్చి 6వ తేదీన పెళ్లిపీటలు ఎక్కబోతున్నట్లు అధికారికంగా ప్రకటించారు. మార్చి 2వ తేదీన అల్లు స్టూడియోలో ప్రీవెడ్డింగ్ సెలబ్రేషన్స్ ఉంటాయని పేర్కొన్నారు. ఈ మేరకు శిరీష్ సోషల్ మీడియా వేదికగా పోస్టు పెట్టారు. దీంతో అల్లు వారి ఇంట వేడుకలు ఆరంభం అయ్యాయి. ప్రస్తుతం హల్లీ ఫంక్షన్ వేడుకగా సాగుతోంది. దీనికి సంబంధించిన కొన్ని ఫోటోలను అల్లు శిరీష్ వదిలిన, అల్లు అర్జున్ భార్య స్నేహా రెడ్డి సోషల్ మీడియాలో విడుదల చేశారు. అల్లు శిరీష్, నయనికల నిశ్చితార్థ వేడుక గత ఏడాది అక్టోబర్ 31వ తేదీన జరిగిన విషయం తెలిసిందే. కుటుంబ సభ్యులు, సన్నిహితుల మధ్య ఘనంగా ఈ కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించింది అల్లు అరవింద్ కుటుంబం. ఈ సందర్భంగా వారు ఉంగరాలు మార్చుకున్నారు. అప్పట్లో పెళ్లి తేదీని వెల్లడించలేదు. ఈ ఏడాది పెళ్లి జరుగుతుందనే హింట్ అప్పుడే ఇచ్చారు. దీనికి అనుగుణంగానే తాజాగా మార్చి 6వ తేదీన ముహూర్తాన్ని ఖరారు చేశారు.