

మీకు నిజం రాసే ధైర్యం ఉందా?

అందుకు వార్త సంధ్య మీ వేదిక! రండి - ప్రజల గళంగా, నిజం కోసం మాతో కలవండి. ఇప్పుడే రిపోర్టర్ గా చేరండి
vaarthasandhya@gmail.com

vaartha sandhya

వార్త సంధ్య

తెలుగు దిన పత్రిక నిజం నిర్భయంగా మీ ముందుకు



Published From : Rangareddy e - paper.vaarthasandhya.com సంపుటి : 01 సంచిక : 162 ఆదివారం 31 - 05 - 2026 ఎడిటర్ : సెగ్గెం కిరణ్ కుమార్ పేజీలు : 08 వెల : 6/-
Published From : Rangareddy e - paper.vaarthasandhya.com VOLUME : 01 Issue : 162 Sunday 31 - 05 - 2026 Editor : Seggem Kiran Kumar Pages : 08 Price : 6/-

నాలుగు సార్లు రైతుబంధు ఎగ్గొట్టారు



- ▶ బీఆర్ఎస్ పర్మిట్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్
- ▶ ముషీరాబాద్ బీఆర్ఎస్ మెంబర్షిప్ డ్రైవ్లో పాల్గొన్న కేటీఆర్
- ▶ గ్రామాల్లో జనాలు కాంగ్రెస్ ను దారుణంగా తిడుతున్నారని వ్యాఖ్య
- ▶ కరెంటు కూడా సరిగా ఇవ్వడం లేదని విమర్శ

వార్త సంధ్య, హైదరాబాద్, మే 30 : తెలంగాణలో అధికార, ప్రతిపక్షాల మధ్య రాజకీయ సెగలు మరింత రాజుకున్నాయి. ముషీరాబాద్ నియోజకవర్గంలో నిర్వహించిన బీఆర్ఎస్ మెంబర్షిప్ - మిగతా 2 లో

మోటార్లకు మీటర్లు పెడితే ఎన్నికల్లో పోటీ చేయం

- తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి
- బీఆర్ఎస్కు ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి సవాల్
- ఉచిత విద్యుత్ కొనసాగిస్తే బీఆర్ఎస్ ఎన్నికల నుంచి తప్పుకుంటుందా అని ప్రశ్న
- కేసీఆర్ రైతుల ముసుగులో రాజకీయ లబ్ధి కోసం ప్రయత్నిస్తున్నారని విమర్శ



వార్త సంధ్య, హైదరాబాద్, మే 30 : బీఆర్ఎస్కు సీఎం రేవంత్ రెడ్డి సవాల్ విసిరారు. మోటార్లకు మీటర్లు పెడితే, రైతులకు ఉచిత విద్యుత్ నిలిపివేస్తే తాము ఎన్నికల్లో పోటీ చేయబోమని స్పష్టం చేశారు. ఉచిత విద్యుత్ కొనసాగిస్తే బీఆర్ఎస్ ఎన్నికలకు దూరంగా ఉంటుందా అని ప్రశ్నించారు. మాజీ సీఎం కేసీఆర్ రైతుల ముసుగులో రాజకీయ లబ్ధికి ప్రయత్నిస్తున్నారని విమర్శించారు. అన్నదాతలకు 24 గంటల ఉచిత విద్యుత్ అందించేందుకే రైతు డిస్కం ఏర్పాటు చేస్తున్నామని, ఉచితంగా అందిస్తున్న విద్యుత్ - మిగతా 2 లో



- నన్ను జైల్లో పెట్టి పైశాచిక ఆనందం పొందాలనుకుంటున్నారు
- ▶ బీఆర్ఎస్ నేత, మాజీ ఎమ్మెల్యే బాల్క సుమన్
 - ▶ తెలంగాణ భవన్ వద్ద ఉద్రిక్తతల మధ్య బాల్క సుమన్ అరెస్ట్
 - ▶ పోలీసులను అడ్డుకుని, నినాదాలు చేసిన బీఆర్ఎస్ కార్యకర్తలు
 - ▶ ఇది కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వ రాజకీయ కక్ష సాధింపేనన్న బాల్క సుమన్



2 లో

దేశరక్షణ కోసం 'ధర్మ హింస' అవసరమే

- ▶ ఉత్తరప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి యోగి ఆదిత్యనాథ్
- ▶ కేవలం అహింసతోనే సమస్యలు పరిష్కారం కావన్న ఆదిత్యనాథ్
- ▶ దేశాన్ని ధర్మాన్ని కాపాడేందుకు ధర్మ హింస కూడా అవసరమేనని వ్యాఖ్య
- ▶ సైనికుల త్యాగాలను ప్రతి ఒక్కరూ గౌరవించాలని సూచన



2 లో

ఒక్క పరీక్షను సరిగ్గా నిర్వహించడం లేదు

- ▶ కాంగ్రెస్ అగ్రనేత రాహుల్ గాంధీ
- ▶ మోడీ 'విశ్వగురు' అంటుంటారు కానీ ఒక్క పరీక్షను సరిగ్గా నిర్వహించడం లేదు
- ▶ సీయాకాబీ యూజీ 2026 పరీక్షలో సాంకేతిక లోపం
- ▶ పలు కేంద్రాల్లో రెండో షిఫ్ట్ పరీక్ష ఆలస్యంగా ప్రారంభం
- ▶ సమస్యను పరిష్కరించామని, అడనప్ప సమయం ఇస్తామని ఎన్డీఏ ప్రకటన

కర్ణాటక ముఖ్యమంత్రిగా డీకే శివకుమార్



- ▶ జూన్ 3న డీకే ప్రమాణస్వీకారం
- ▶ స్వయంగా ప్రకటించిన కేపీసీసీ పర్మిట్ ప్రెసిడెంట్ చంద్రశేఖర్
- ▶ మాజీ సీఎం సిద్ధరామయ్య డీకే పేరును ప్రతిపాదించగా ఎమ్మెల్యేలంతా సమర్థించారు
- ▶ కేవలం పది నిమిషాల్లోనే సీఎల్సీ భేటీ ముగియడం గమనార్హం

వార్త సంధ్య, బెంగళూరు, మే 30 : కర్ణాటక తదుపరి ముఖ్యమంత్రిగా డీకే శివకుమార్ పగ్గాలు చేపట్టనున్నారు. శనివారం సాయంత్రం బెంగళూరులో జరిగిన కాంగ్రెస్ శాసనసభాపక్ష సమావేశంలో సీఎల్సీ నేతగా డీకే శివకుమార్ ఏకగ్రీవంగా ఎన్నికయ్యారు. మాజీ సీఎం సిద్ధరామయ్య డీకే పేరును ప్రతిపాదించగా ఎమ్మెల్యేలంతా - మిగతా 2 లో

రాజస్థాన్లో భారీ ఇసుక తుపాను... పట్టపగలే చీకట్లు!



- ▶ రాజస్థాన్లోని పలు జిల్లాలను ముంచెత్తిన ఇసుక తుపాను
- ▶ మరు, బికనీర్, శ్రీ గంగానగర్పై తీవ్ర ప్రభావం
- ▶ అరగంట పాటు దట్టమైన ధూళితో అంధకారంగా మారిన వాతావరణం
- ▶ పశ్చిమ అలజడల కారణంగానే ఈ తుపానులు అని వెల్లడి
- ▶ ప్రస్తుతానికి ప్రాణనష్టంపై ఎలాంటి సమాచారం లేదు

వార్త సంధ్య, రాజస్థాన్, మే 30 : రాజస్థాన్లోని పలు జిల్లాలను శనివారం శక్తిమంతమైన ఇసుక తుపాను ముంచెత్తింది. దట్టమైన ధూళి మేఘాలు ఆకాశాన్ని కమ్మేయడంతో వాతావరణం ఒక్కసారిగా అంధకారంగా మారింది. ఇసుక తుపాను అనంతరం భారీ వర్షం కురిసింది. - మిగతా 2 లో

జిందాల్ 'వేస్ట్ టు ఎనర్జీ' ప్లాంట్ను సందర్శించిన పవన్ కల్యాణ్

- ▶ నాయుడుపేటలోని జిందాల్ ప్లాంట్లో చెత్త నుంచి విద్యుత్ తయారీ
- ▶ ఉత్పత్తి, వ్యయం తదితర వివరాలను తెలుసుకున్న పవన్ కల్యాణ్
- ▶ కాకినాడ జిందాల్ ప్లాంట్ పై ఆరా తీసిన డిప్యూటీ సీఎం



వార్త సంధ్య, అమరావతి, మే 30 : ఆంధ్రప్రదేశ్లో ఉపముఖ్యమంత్రి పవన్ కల్యాణ్ నెల్లూరు జిల్లా నాయుడు పేటలోని జిందాల్ 'వేస్ట్ టు ఎనర్జీ' (చెత్త నుంచి విద్యుత్ తయారుచేసే) ప్లాంట్ను సందర్శించారు. ఈ సందర్భంగా ప్లాంట్ నిర్వహణ, విద్యుత్ ఉత్పత్తి ప్రక్రియను ఆయన నిశితంగా పరిశీలించారు. ప్లాంట్ ప్రతినిధులతో - మిగతా 2 లో

ఖరీఫ్ సాగునీటి సరఫరాపై కీలక నిర్ణయాలు

- ▶ రాష్ట్ర సినిమాలోగ్రఫీ, పర్యాటక శాఖ మంత్రి కందుల దుర్గేశ్
- ▶ మే 31 నుంచి భవశేఖరం బ్యారేజీ నుంచి కాలువలకు నీరు విడుదల చేయాలని నిర్ణయం
- ▶ సాగునీటికి రైతులు ఇబ్బంది పడకుండా చర్యలు తీసుకుంటామన్న దుర్గేశ్
- ▶ నాట్లు వేసుకునేందుకు రైతులు సిద్ధం కావాలని సూచన

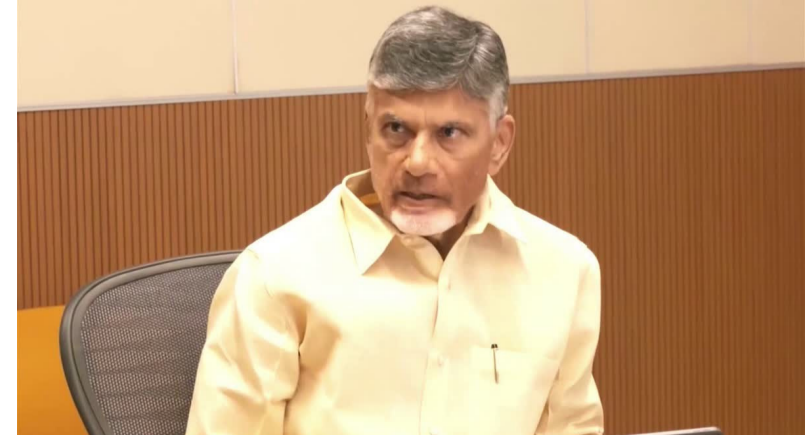


వార్త సంధ్య, అమరావతి, మే 30 : ఆంధ్రప్రదేశ్లో రాబోయే ఖరీఫ్ సీజన్కు సాగునీటి సరఫరాను క్రమబద్ధీకరించేందుకు నీటిపారుదల సలహా మండలి సమావేశంలో కీలక నిర్ణయాలు తీసుకున్నారు. రాష్ట్ర - మిగతా 2 లో

సినిమాలోగ్రఫీ, పర్యాటక శాఖ మంత్రి కందుల దుర్గేశ్ ఆధ్వర్యంలో జరిగిన ఈ భేటీలో ఎమ్మెల్యేలు నల్లమిల్లి రామకృష్ణారెడ్డి, గోరంట్ల బుచ్చయ్య చౌదరి, బలరామకృష్ణ, ఎమ్మెల్సీ సోమ విరాజ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు. ఈ సమావేశంలో - మిగతా 2 లో

తెలుగువారు ఎక్కడ ఉన్నా తెలుగుజాతి ఒక్కటే

- ఆంధ్రప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు
- తెలుగుదేశం పార్టీ పుట్టిందే తెలంగాణ గడ్డపై
- టీడీపీ అవిర్భావం తరువాత తెలంగాణలో సామాజిక న్యాయం, అభివృద్ధికి బాటలు పడ్డాయి
- తెలుగుదేశం ప్రకటించిన మహిళలకు 33 శాతం
- రిజర్వేషన్ దేశ రాజకీయాల్లో చర్చనీయాంశంగా మారింది



వార్త సంధ్య, అమరావతి, మే 30 : చంద్రబాబు ప్రాంతీయ కోఆర్డినేటర్లతో సమావేశం నిర్వహించారు. అబద్ధాలతో మైండ్ గేమ్ అడే గొడ్డలి పార్టీ పట్ల పూర్తి అప్రమత్తంగా ఉంటూ, వారి కుట్రలను సమర్థంగా తిప్పికొట్టాలని దిశానిర్దేశం చేశారు. ప్రాంతీయ - మిగతా 2 లో

కోఆర్డినేటర్లు తమ తమ నియోజకవర్గాల పరిధిలోని క్షేత్రస్థాయి పరిస్థితులను ఎప్పటికప్పుడు అధ్యయనం చేస్తూ పూర్తి అప్రమత్తంగా ఉండాలని సూచించారు. జగన్ కుట్ర రాజకీయాలను క్షేత్రస్థాయిలో ఎక్కడికక్కడ ఎండగట్టాలని చంద్రబాబు స్పష్టంచేశారు. ఏపీతో పాటు - మిగతా 2 లో

ఈసారి తెలంగాణలోని పలు ప్రాంతాల్లో మహానాడు బాగా జరిగిందని నేతలు, చంద్రబాబుకు వివరించారు. మహానాడు కార్యక్రమంలో తెలంగాణ టీడీపీ అధ్యక్షుడు బక్సీ సర్పంచులు చేసిన వ్యాఖ్యలు సరికాదని ముఖ్య మంత్రి పేర్కొన్నారు. ఎంతో చరిత్ర, - మిగతా 2 లో

తెలంగాణ ఉద్యమకారుల ఆత్మీయ సమ్మేళనాని విజయవంతం చేయండి:డాక్టర్ పిడమర్తి రవి



హైదరాబాద్ సీటీ ప్రతినిధి (వార్తా సంస్థ) మే 30 : జూన్ 21 2026 ఇందిరా పార్కులో నిర్వహించిన తలవెట్టిన ఉద్యమకారుల ఆత్మీయ సమ్మేళనాన్ని విజయవంతం చేయాలని ఎన్సీ కార్యదేశ్ మాజీ చైర్మన్ కాంగ్రెస్ పార్టీ రాష్ట్ర నాయకులు డాక్టర్ పిడమర్తి రవి పిలుపునిచ్చారు. తెలంగాణ ఉద్యమకారుల ఆత్మీయ సమ్మేళనం సన్నాహ సమావేశంలో భాగంగా ఈరోజు మేడ్చల్ మెదక్ కామరెడ్డి నిజామాబాదులో పర్యటించిన పిడమర్తి రవి తెలంగాణ ఉద్యమకారులకు 250 గజాల ఇందిర స్టంపింగ్ గుర్తింపు కార్డు ఇవ్వాలి అనే ప్రధాన డిమాండ్తో ఈ కార్యక్రమం నిర్వహిస్తున్నట్లు తెలిపారు. ఉద్యమంలో పాల్గొన్న ఉద్యమకారులందరూ జూన్ 21న వేలాదిగా తరలి వచ్చి కార్యక్రమాన్ని విజయవంతం చేయాలని పిలుపునిచ్చారు.

దుమ్ముతో ముసురుకున్న బైపాస్ రోడ్..

- ప్రమాదాలకు నిలయాంగా మారుతున్న మార్గం
- లక్ష్మీవేపల్లి మండలంలో ప్రజల ఆవేదన
- దుమ్ము మేఘాల్లో కనిపించని వాహనాలు
- ప్రాణాలను అరచేతిలో పెట్టుకుని ప్రయాణిస్తున్న ప్రజలు
- భారీ వాహనాల రాకపోకలతో తీవ్ర ఇబ్బందులు
- రోడ్డు పూర్తి చేయాలని స్థానికుల డిమాండ్
- ప్రమాదాలు జరిగే ముందే అధికారులు స్పందించాలి



భద్రాద్రి జిల్లా బ్యారో, మే 30 (వార్తా సంస్థ) : లక్ష్మీవేపల్లి మండలం లోని పోస్ట్ ఆఫీస్ సెంటర్ నుంచి కేఫిగిరి సగర్, హేమవరం ప్రభృత రైల్వే ట్రాక్ మీదుగా వెళ్తూ ఈ బైపాస్ రోడ్ ప్రస్తుతం దుమ్ముతో నిండిపోయి ప్రయాణికులకు తీవ్ర ఇబ్బందులు కలిగిస్తోంది. ఈ మార్గంలో భారీ వాహనాలు, లారీలు, టిప్పర్లు నిరంతరం రాకపోకలు సాగిస్తుండటంతో రోడ్డుపై దుమ్ము విపరీతంగా ఎగిసిపడుతోంది. దుమ్ము కారణంగా ఎదురుగా లేదా వెనుక నుంచి వస్తున్న వాహనాలు స్పష్టంగా కనిపించక పరిస్థితులు నెలకొంటున్నాయి. ముఖ్యంగా ద్వినక వాహనదారులు, పాదారులు తీవ్ర ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్నారు. ఇప్పటికే పలు సందర్భాల్లో ప్రమాదాలు తప్పిస్తున్న స్థానికులు చెబుతున్నారు. రోడ్డు నిర్మాణ పనులు పూర్తి కాకపోవడం వల్ల సమస్య మరింత తీవ్రంగా మారిందని ప్రజలు ఆవేదన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. సంబంధిత అధికారులు వెంటనే స్పందించి రోడ్డుపై నీల చల్లడం, దుమ్ము నియంత్రణ చర్యలు చేపట్టడంతో పాటు పెండింగ్లో ఉన్న రోడ్డు పనులను త్వరితగతిన పూర్తి చేయాలని స్థానికులు డిమాండ్ చేస్తున్నారు.

ఫేస్ బుక్ పరిచయం.. రూ.23 లక్షల టోకరా!

- సోషల్ మీడియా స్వేచ్ఛా.. లక్షల నష్టం
- సినిమా ఛాన్స్ అంటూ మహిళను బురిడీ కొట్టించిన కేటాగూడు
- బ్యాంక్ ఖాతా వివరాలు ఇచ్చి చిక్కుల్లో పడిన బాధితురాలు
- సైబర్ నేరగాళ్ల వలెనే అమాయకులు
- మణుగురూలో వెలుగుచూసిన భారీ సైబర్ మోసం

ఫేస్ బుక్ పరిచయం.. రూ.23 లక్షల టోకరా!
సినిమా అవకాశాల పేరుతో మహిళను మోసం

భద్రాద్రి జిల్లా బ్యారో, మే 30 (వార్తా సంస్థ) : సోషల్ మీడియాలో ఏర్పడిన పరిచయం ఓ మహిళకు భారీ నష్టాన్ని మిగిల్పింది. మణుగురూకు చెందిన ఓ మహిళ ఫేస్ బుక్ ద్వారా పరిచయమైన వ్యక్తిని నమ్మి డికరా రూ.23 లక్షలు కోట్లయిన ఘటన అలస్యంగా వెలుగులోకి వచ్చింది. సమాచారం ప్రకారం, విశాఖపట్నానికి చెందిన ఎల్.వి. ప్రసాద్ అనే వ్యక్తి ఫేస్ బుక్ ద్వారా భారీత మహిళతో పరిచయం పెంచుకున్నాడు. కొంతకాలం స్నేహంగా మాట్లాడి నష్టం సంపాదించిన

అనంతరం, "సినిమాల్లో అవకాశాలు కలిగిస్తాను" అంటూ మాయమాటలు చెప్పాడు. ఈ క్రమంలో మహిళ నుంచి బ్యాంక్ ఖాతా వివరాలు సేకరించిన నిందితుడు, అమ్మ ఖాతాను దుర్వినియోగం చేసి భారీ మొత్తాన్ని కొట్టాడు. అనంతరం ఆ డబ్బుతో లగ్గర్ కారు కొనుగోలు చేసినట్లు సమాచారం. తన ఖాతాలో డబ్బు మాయమైన విషయం గుర్తించిన మహిళ వెంటనే సైబర్ క్రిమ్ పోలీసులను ఆశ్రయించింది. బాధితురాలి ఫిర్యాదు మేరకు కేసు నమోదు చేసిన పోలీసులు దర్యాప్తు చేపట్టారు. సోషల్ మీడియా వేదికగా జరుగుతున్న సైబర్ మోసాలపై ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని అధికారులు సూచిస్తున్నారు.

మంత్రి శ్రీధర్ బాబు నాయకత్వమే మాకు ఆదర్శనీయం

కాంగ్రెస్ నియర్ నాయకులు పెరవేలి లింగయ్య యాదవ్



మంధని, మే 30(వార్తా సంస్థ) : మీ నాయకత్వమే మాకు ఆదర్శమని, మీ నాయకత్వంలో పనిచేయడం మాకు ఎంతో ఆనందాన్ని ఇస్తుందని కాంగ్రెస్ సీనియర్ నాయకులు పేరవేలి లింగయ్య యాదవ్ అన్నారు. శనివారం మంత్రి దుద్దిళ్ళ శ్రీధర్ బాబు జన్మదినం సందర్భంగా ఆయనను శాలువతో ఘనంగా సన్మానించారు. తండ్రి దివంగత మాజీ స్పీకర్ శ్రీపాదరావు తనయనగా ప్రజాసేవకే అంకితమైన మీ నాయకత్వం మంధని నియోజకవర్గానికి ఎంతో ఆవనరమన్నారు. ఈ ప్రాంతానికి కాకుండా యావత్ రాష్ట్ర ప్రజలకు ఎనలేని సేవలు అందిస్తుండడం మాకు ఎంతో గర్వంగా ఉందన్నారు. మంధని పట్టణానికి అనేకమైన నిధులు తీసుకువస్తూ పేద నిరుపేదలకు ఇందిరపట్టు ఇండ్లు ఇప్పిస్తున్నారని ఆపద సమయంలో ఆసుపత్రుల్లో ఉన్నవారిని ఆక్యుప్ చేర్చుకుంటున్నారని ఆయన ఈ సందర్భంగా గుర్తు చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో సింగిల్ విండో చైర్మన్ కొత్త త్రినివాస్, బండారి ప్రసాద్, కాంగ్రెస్ సీనియర్ నాయకులు ప్రజా ప్రతినిధులు, గ్రామ శాఖ అధ్యక్షులు, గ్రామ యూత్ అధ్యక్షులు, గ్రామ ప్రజలు పాల్గొన్నారు.

ప్రభుత్వ ఆసుపత్రిలో మందులకు "నో స్టాక్"..

- బయట కొనుక్కోండి అంటూ రోగులకు సూచనలు!
- మాతా-శిశు ఆరోగ్య కేంద్రంలో బిబిపాల కొరకే పై రోగుల ఆవేదన
- "నో స్టాక్"తో రోగుల విరాళ
- బయట మెడికల్ షాపులకు పరుగులు
- పేదలకు పెరుగుతున్న వైద్య ఖర్చులు
- ఆసుపత్రి నిర్మాణం వైఖరిపై విమర్శలు
- విచారణ జరిపి బాధ్యులపై చర్యలు తీసుకోవాలని డిమాండ్



భద్రాద్రి జిల్లా బ్యారో, (వార్తా సంస్థ) : పేద ప్రజలకు ఉచిత వైద్య సేవలు అందించేందుకు ప్రభుత్వం కోట్ల రూపాయలు ఖర్చు చేస్తూ ప్రభుత్వ ఆసుపత్రుల్లో అవసరమైన మందులు అందుబాటులో ఉండాలని అదేశాలు జారీ చేస్తున్నప్పటికీ, క్షేత్రస్థాయిలో పరిస్థితి అందుకు భిన్నంగా ఉండే ఆరోపణలు వినిపిస్తున్నాయి. భద్రాద్రి కొత్తగూడెం జిల్లా రామవరం మాతా-శిశు ఆరోగ్య కేంద్రంలో వైద్యులు రాసిన మందులు ఆసుపత్రి మెడికల్ స్టాక్లో అందుబాటులో లేకపోవడంతో రోగులు తీవ్ర ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్నట్లు ఆరోపణలు వ్యక్తమవుతున్నాయి. ఆసుపత్రికి వచ్చే రోగులకు వైద్యులు మందులు రాసి ఇవ్వగా, వాటిని తీసుకోవడానికి మెడికల్ స్టాక్కు వెళ్లివచ్చును "నో స్టాక్" అంటూ సిబ్బంది

సమాధానం చెబుతున్నారని బాధితులు వాపోతున్నారు. అంతేకాకుండా, అవసరమైన మందులను బయట ప్రైవేట్ మెడికల్ షాపుల్లో కొనుగోలు చేసుకోవాలని సూచిస్తున్నారని పలువురు రోగులు చెబుతున్నారు. ప్రభుత్వ ఆసుపత్రుల్లో ఉచితంగా లభించాల్సిన మందులు అందుబాటులో లేకపోవడంతో పేద, మధ్యతరగతి కుటుంబాలు అదనపు ఆర్థిక భారం భరించాల్సి వస్తోందని స్థానికులు ఆవేదన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. ప్రతి వీని మందుకు కూడా బయట దుకాణాల చుట్టూ తిరగాల్సి వస్తోందని, ప్రభుత్వ వైద్య సేవల ఉద్దేశమే దెబ్బకొట్టారని విమర్శిస్తున్నారు. కొంతమంది రోగులు ఈ విషయాన్ని సిబ్బంది దృష్టికి తీసుకెళ్లగా,

"ఎక్కడైనా ఫిర్యాదు చేసుకోండి" అనే విధంగా నిర్లక్ష్యంగా సమాధానాలు ఇస్తున్నారనే ఆరోపణలు వినిపిస్తున్నాయి. దీంతో ఆసుపత్రిలో మందుల సరఫరా, నిల్వల నిర్వహణపై పలు అనుమతాల వ్యక్తమవుతున్నాయి. ప్రభుత్వ ఆసుపత్రుల్లో మందులు లేకపోవడం వెనుక కారణాలపై జిల్లా వైద్య ఆరోగ్య శాఖ అధికారులు వెంటనే విచారణ చేపట్టి, రోగులకు అవసరమైన అన్ని రకాల మందులు అందుబాటులో ఉండేలా చర్యలు తీసుకోవాలని ప్రజలు డిమాండ్ చేస్తున్నారు. ముఖ్యంగా పేద ప్రజల కోసం ఏర్పాటు చేసిన ప్రభుత్వ ఆసుపత్రుల్లో మందుల కొరకే లేకుండా చూడాలని బాధ్యత అధికారులపై ఉందని పేర్కొంటున్నారు.

వివి విధానాలు, ఉద్యమకారుల సమాచార సేకరణ

హైదరాబాద్ సీటీ ప్రతినిధి (వార్తా సంస్థ) మే 30 : తెలంగాణ ఉద్యమకారుల గుర్తింపు, గౌరవం కోసం ప్రభుత్వం నియమించిన కమిటీ శనివారం డాక్టర్ బి.ఆర్. అంబేద్కర్ రాష్ట్ర సచివాలయంలో చైర్మన్ డా. కె.కేశవరావు అధ్యక్షతన సమావేశం అయ్యింది. కమిటీ సభ్యులు రాష్ట్ర రవాణా, టీసీ సంక్షేమ శాఖ మంత్రి పాస్చుల ప్రభాకర్, ప్రభుత్వ విప్ అధికారి రమేశ్వర్, ఎమ్మెల్యే ప్రొఫెసర్ ఎం. కోదండరామ్, మాజీ ఎమ్మెల్యే ఎస్. రాములు నాయక్, మాజీ శోభన్ రెడ్డి లు సంబంధిత ఉన్నతాధికారులతో జరిపిన ఈ సమావేశంలో వివిధ విధానాలు, ఉద్యమకారుల సమాచార సేకరణ తదితర అంశాలపై చర్చించారు. తెలంగాణ ఉద్యమకారుల గుర్తింపు, గౌరవం కోసం ప్రభుత్వం ఈ నెల 15వ తేదీన జీవ్ నెంబర్679 జారీ చేసింది. ప్రభుత్వ ఉత్తర్వుల మేరకు కమిటీ సచివాలయంలో మొదటి సారి నేడు సమావేశమైంది. జూన్ 4వ తేదీన అన్ని పార్టీల ప్రతినిధులతో అభివృద్ధి సమావేశం నిర్వహించి తన సూచనలు, సలహాలు స్వీకరించాలని కమిటీ నిర్ణయించింది. తెలంగాణ రాష్ట్ర సాధన కోసం అనాడు ఉద్యమంలో ప్రత్యక్షంగా, పరోక్షంగా పాల్గొన్న వారందరిని గుర్తింపు ప్రభుత్వం సముచితంగా గౌరవించాలని ప్రభుత్వ లక్ష్యమని కమిటీ చైర్మన్ డా. కె.కేశవరావు తెలిపారు. అమరవీరుల కుటుంబాలు, తెలంగాణ ఉద్యమం తొలి, మలి దశ



లో క్షేత్రస్థాయిలో ఉద్యమంలో పాల్గొన్న వారి వివరాలు సేకరించి పారదర్శకంగా అర్హుల జాబితా తయారీకి తగు కార్యాచరణ రూపొందించాలని అధికారులకు కమిటీ ఆదేశించింది. ఉద్యమకారుల గుర్తింపు ప్రమాణాలు, జైలు శిక్షలు అనుభవించిన వారు, పలు పోలీస్ కేసుల సమయం, ఉద్యమంలో పాల్గొన్న మేధావులు, కళాకారులు, రచయితలు, ఉద్యోగులు, జర్నలిస్టులు, అడ్వకేట్ లు, విద్యార్థులు, ఆర్.టి.సి కార్మికులు, సింగరేణి కార్మికులు, వారందరిని గుర్తించి, సముచితంగా గౌరవించాలన్నది ప్రభుత్వ లక్ష్యమని రాష్ట్ర రవాణా, టీసీ సంక్షేమ శాఖ మంత్రి పాస్చుల ప్రభాకర్ తెలిపారు. రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి ఎ.రేవంత్ రెడ్డి తెలంగాణ ఉద్యమకారులను గుర్తించడం, అలాగే వారి సేవలు, త్యాగాలకు తగిన గౌరవం కల్పించేందుకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఈ కమిటీని ఏర్పాటు

చేసింది ఆయన తెలిపారు. తెలంగాణ రాష్ట్ర సాధనలో విశేష కృషి చేసిన ఉద్యమకారులకు ప్రభుత్వం తరఫున తగిన గౌరవం, గుర్తింపు అందేలా సిఫార్సులు చేయాలని కమిటీ నిర్ణయించింది. తెలంగాణ ప్రజల ఆకాంక్షల మేరకు ప్రజా ప్రభుత్వం పనిచేస్తున్నదని, సమాచార సేకరణలో ఎటువంటి విమర్శలకు తావు లేకుండా ఉద్యమంలో పాల్గొన్న వారందరిని గుర్తించి సముచితంగా గౌరవించాలని ప్రభుత్వ లక్ష్యమని మంత్రి తెలిపారు. ఈ సమావేశంలో రెవెన్యూ శాఖ కార్యదర్శి లోకేశ్ కుమార్, ఆర్థిక శాఖ ప్రత్యేక కార్యదర్శి నిజా పట్నాయక్, జ్యో శాఖ ముఖ్యకార్యదర్శి శిఖా గోయల్, జి.ఎ.డి కార్యదర్శి రఘునందన్ రావు, జి.ఎ.డి ప్రోగ్రామ్ కార్యదర్శి హరీష్, సాంస్కృతిక శాఖ డైరెక్టర్ సర్వేంద్ర రెడ్డి, న్యాయ శాఖ కార్యదర్శి పాపి రెడ్డి, తదితర అధికారులు పాల్గొన్నారు.

మంధనిలో ఘనంగా మంత్రి శ్రీధర్ బాబు జన్మదిన వేడుకలు

మంధని, మే 30(వార్తా సంస్థ) : మంధని పట్టణంలోని శ్రీ దత్తేశ్వర స్వామి వారి దేవాలయంలో జన్మదినయనైత మంధని నియోజకవర్గ అభివృద్ధి ప్రధాన బిందువు బలహీన వర్గాల ఆశాజ్యోతి మద్దిళ్ళ శ్రీధర్ బాబు జన్మదిన సందర్భంగా శ్రీధర్ బాబు ఆయురారోగ్యాలతో, అష్టశతాబ్దాలతో, ఉన్నత విద్యలు అధిరోపించాలని మంధని మండలం కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షులలో ప్రత్యేక పూజలు, అభిషేకాలు నిర్వహించారు. స్వామివారి తీర్థప్రసాదాలు స్వీకరించి మంత్రి పేదల ఆర్థిక సాయం చేయించారు. అనంతరం మంధని అంబేద్కర్ చౌరస్తాలో జనసందాయ శాల్పా, భారీ కేక్ కట్ చేసి, ఒకరికొకరు స్వీట్లు తినిపించుకుంటూ, శుభాకాంక్షలు తెలుపుకున్నారు. పండుగ వాతావరణంలో వేడుకలు జరిపారు. అనంతరం ఎన్సీ సెల్ అధ్యక్షులలో ప్రభుత్వ ఆసుపత్రి లో రోగులకు మరిన్ని సిబ్బందికి పండ్ల పంపిణీ చేశారు. మున్సిపల్ చైర్మన్ అధ్యక్షులలో మంధని మున్సిపాలిటీలో భారీ కేక్ కట్ చేసి, ఒకరికొకరు తినిపించుకుంటూ, శుభాకాంక్షలు తెలుపుకున్నారు. అనంతరం మాజీ మండల యూత్ కాంగ్రెస్ అధ్యక్షులు ఎరుకల ప్రవీణ్ అధ్యక్షులలో మంధని బస్టాండ్ లో ప్రయాణికులకు, మజ్జిగ ప్యాకెట్లను పంపిణీ చేశారు. ఎండలు మండిపోతున్న వేళ ప్రజలకు, ప్రయాణికులకు ఉరల కలిగించేందుకు దేవా కార్యక్రమం నిర్వహించినట్లు తెలిపారు. అనంతరం మంధని మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్ అధ్యక్షులలో మార్కెట్ కేక్ కట్ చేసి, రైతులకు స్వీట్లు తినిపించుకుంటూ శుభాకాంక్షలు తెలుపుకున్నారు. మార్కెట్ యార్డ్ లో కూడా రైతులందరూ వైభవంగా పండుగ వాతావరణం



ఏర్పడింది. మంధని మండల యూత్ కాంగ్రెస్ అధ్యక్షులు సాదుల శ్రీకాంత్ అధ్యక్షులలో మంధని మండలంలోని గాజులపల్లి గ్రామంలోని ఉపాధి హామీ కార్యకర్తల మజ్జిగ ప్యాకెట్లను పంపిణీ

చేశారు. ఈ సందర్భంగా మంధని మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షులు అయి ప్రసాద్, మంధని మున్సిపాలిటీ చైర్మన్ వేదాల త్రినివాస్, మంధని వ్యవసాయ మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్ కుడుదుల వెంకన్న, ప్యాక్ చైర్మన్ కొత్త త్రినివాస్, ఎన్సీ సెల్ డివిజన్ అధ్యక్షులు మంధని సత్యం, విద్యుత్ నియంత్రణ మండలి సభ్యులు శశిభాషణ్ కాచే, మాజీ ఎంపీపీ కొండ శంకర్, మాజీ మండల యూత్ కాంగ్రెస్ అధ్యక్షులు ఎరుకల ప్రవీణ్, ఆర్పీఎం మంధని సురేష్, మాజీ ఎంపీ చైర్మన్ అశోక్ ఖాన్, కౌన్సిల్మన్ లైసెన్సీ రజిత, ఎరుకల ప్రవంతి మాట్లాడుతూ... బిడ్డ శాఖ మంత్రి శ్రీధర్ బాబు కి జన్మదిన శుభాకాంక్షలు తెలియజేసి, శ్రీధర్ బాబు తెలంగాణ రాష్ట్ర దిక్పాది, విద్యుత్తులకు, నిరంతరం రాష్ట్ర మరియం మంధని నియోజకవర్గ అభివృద్ధి కోసం కృషి చేస్తున్నారని, పేదలకు ఇందిరపట్టు ఇండ్లు, సన్న బియ్యం అందించి ఒక ఇంటి పెద్దతాకు లాగా అయిందని, రోడ్డు, ప్రభుత్వ హాస్పిటల్స్, మౌలిక సదుపాయాలు కల్పించి, యువతకు ఉపాధి కల్పిస్తున్నారని, శ్రీధర్ బాబు ఇలాంటి జన్మదిన వేడుకలు నింది సూర్యే జరుపుకోవాలని ఈ సందర్భంగా తెలియజేశారు. నిరంతరం ప్రజాసేవలో తరస్తూ, అనంతరం గడ్డను ప్రగతి పతాకో సమీపిస్తున్న మన ప్రయత్న నాయకులు దుద్దిళ్ళ శ్రీధర్ బాబు కి వ్యధాపూర్వక జన్మదిన శుభాకాంక్షలు. ఈ కార్యక్రమంలో ప్రజా ప్రతినిధులు, సీనియర్ నాయకులు, మాజీ ప్రజా ప్రతినిధులు, యూత్ కాంగ్రెస్ నాయకులు, మహిళ కాంగ్రెస్ నాయకులు, అన్ని విభాగాల నాయకులు, కాంగ్రెస్ పార్టీ అభిమానులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

బెస్ట్ అవైలబుల్ స్కూల్స్లో ప్రవేశం కొరకు దరఖాస్తుల ఆహ్వానం

- జిల్లా కలెక్టర్ కోయ శ్రీ హర్ష
- జూన్ 10న లాల్ బి పద్ధతి ద్వారా విద్యార్థుల ఎంపిక
- 1వ, 5వ తరగతుల్లో ప్రవేశం కొరకు జిల్లాలోని ఎన్సీ విద్యార్థులు దరఖాస్తు చేసుకోవాలి



పెద్దపల్లి జిల్లా ప్రతిని, మే 30 (వార్తా సంస్థ) : 2026-27 విద్యా సంవత్సరానికి గాను పెద్దపల్లి జిల్లాలోని బెస్ట్ అవైలబుల్ స్కూల్స్ (రెసిడెన్షియల్, నాన్ రెసిడెన్షియల్) పాఠశాలల్లో 1వ తరగతి, 5వ తరగతుల్లో ప్రవేశం కొరకు జిల్లాకు చెందిన అర్హులైన షెడ్యూల్డ్ కులాల విద్యార్థిని విద్యార్థులు దరఖాస్తు చేసుకోవాలని జిల్లా కలెక్టర్ కోయ శ్రీ హర్ష శనివారం ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. బెస్ట్ అవైలబుల్ స్కూల్ నందు 1వ తరగతి (నాన్ రెసిడెన్షియల్)లో 70 స్థానాలు, 5వ తరగతి (రెసిడెన్షియల్) లో 73 స్థానాలు ఉండడం జరిగిందని ఆయన వివరించారు. కుటుంబ వార్షిక ఆదాయం గ్రామీణ ప్రాంతాల వారికి రూ. 1,50,000/- లోపు, పట్టణ ప్రాంతాల వారికి రూ. 2,00,000/- లోపు ఉండాలని, 1వ తరగతి నాన్ రెసిడెన్షియల్ ప్రవేశం కోర్ విద్యార్థులు 01.06.2020 నుండి 31.05.2021 మధ్య జన్మించి ఉండాలి, ఒక కుటుంబం నుండి ఒకరికి మాత్రమే ప్రవేశానికి అర్హత ఉంటుందని తెలిపారు. ఆసక్తి గల వారు దరఖాస్తు ఫారాలను మే 16 నుండి జూన్ 05 వరకు జిల్లా కలెక్టర్ కాంప్లెక్స్ లోని జిల్లా షెడ్యూల్డ్ కులాల అభివృద్ధి అధికారి కార్యాలయం నుండి పొందవచ్చును. పూర్తి చేసిన దరఖాస్తులను తగిన ప్రతిపత్తితో పత్రాలతో (కులం, ఆదాయం, పుట్టి తేదీ, ఆరోగ్య కార్డు మొదలైనవి) జతపర్చి జూన్ 06వ తేదీ సాయంత్రం 5.00 గంటల లోపు అదే కార్యాలయంలో సమర్పించాలని సూచించారు. వచ్చిన దరఖాస్తుల నుండి జూన్ 10న లాల్ బి పద్ధతి ద్వారా స్థానాలు నిండదలచిన ప్రకారం ఎంపిక ప్రక్రియ జరుగుతుందని, ఇతర వివరాల కొరకు జిల్లా షెడ్యూల్డ్ కులాల అభివృద్ధి అధికారి కార్యాలయంలో లేదా ఫోన్ నెంబర్ 9014327045, 9989354155 నందు సంప్రదించవచ్చని జిల్లా కలెక్టర్ ఒక ప్రకటనలో పేర్కొన్నారు.

రామవరం డిస్పెన్సరీ మూసివేత కుట్రను యాజమాన్యం విరమించుకోవాలి

- వైద్యుల నియామకం చేపట్టకుండా ఆస్పత్రిని మూసివేయడం దుర్మార్గం
- స్టాఫ్ లేరన్ సాకుతో వందలాది కార్మిక కుటుంబాల ఆరోగ్యంతో అటూరిచ్చి
- ఆస్పత్రిని తక్షణమే పునరుద్ధరించి, పూర్తిస్థాయి వైద్య నిర్మాణాన్ని నియమించాలి
- నింగరేణి కాలనీస్ వర్కర్స్ యూనియన్ (ఐఐఐఐఎస్) కేంద్ర కమిటీ ప్రచార కార్యదర్శి వంగా వెంకట



భద్రాద్రి జిల్లా బ్యారో, మే 30 (వార్తా సంస్థ) : రామవరం సింగరేణి డిస్పెన్సరీ మూసివేత కుట్రను యాజమాన్యం తక్షణమే విరమించుకోవాలని, ఆస్పత్రిని పునరుద్ధరించాలని గుర్తింపు సంఘం సింగరేణి కాలనీస్ వర్కర్స్ యూనియన్ ప్రచార కార్యదర్శి వంగా వెంకట డిమాండ్ చేశారు. శనివారం ఆయన మీడియాతో మాట్లాడుతూ రామవరం ప్రాంతంలో నివసిస్తున్న వందలాది మంది సింగరేణి కార్మికులు, మాజీ కార్మికులు, వారి కుటుంబాలతో పాటు కాంట్రాక్టు కార్మికులకు ఈ వైద్యశాల ఎంతో కాలంగా వైద్య సేవలు అందిస్తోందని, ఈ ఆస్పత్రిలో కొత్త వైద్యుల నియామకం చేపట్టకుండా, కేవలం ఇద్దరు స్టాఫ్తో మందులు ఇచ్చేలా యాజమాన్యం కుట్రపూరితంగా పూర్తిచేసి ఉద్యోగి పదవీ విరమణ పొందడంతో, కొత్తవారిని నియమించడంకా ఆస్పత్రిని ఏకంగా సీల్ చేయడం సరైనది కాదన్నారు. ఈ ఆస్పత్రిలో కొత్త వైద్యుల నియామకం చేపట్టకుండా, కేవలం ఇద్దరు స్టాఫ్తో మందులు ఇచ్చేలా యాజమాన్యం కుట్రపూరితంగా పూర్తిచేసి ఉద్యోగి పదవీ విరమణ పొందడంతో, కొత్తవారిని నియమించడంకా ఆస్పత్రిని ఏకంగా సీల్ చేయడం సరైనది కాదన్నారు. ఈ ఆస్పత్రిలో కొత్త వైద్యుల నియామకం చేపట్టకుండా, కేవలం ఇద్దరు స్టాఫ్తో మందులు ఇచ్చేలా యాజమాన్యం కుట్రపూరితంగా పూర్తిచేసి ఉద్యోగి పదవీ విరమణ పొందడంతో, కొత్తవారిని నియమించడంకా ఆస్పత్రిని ఏకంగా సీల్ చేయడం సరైనది కాదన్నారు. ఈ ఆస్పత్రిలో కొత్త వైద్యుల నియామకం చేపట్టకుండా, కేవలం ఇద్దరు స్టాఫ్తో మందులు ఇచ్చేలా యాజమాన్యం కుట్రపూరితంగా పూర్తిచేసి ఉద్యోగి పదవీ విరమణ పొందడంతో, కొత్తవారిని నియమించడంకా ఆస్పత్రిని ఏకంగా సీల్ చేయడం సరైనది కాదన్నారు.

బెల్లంముక్కతో ఎన్నో సమస్యలు దూరం

వీటితో కలిపి తింటే సూపర్ బెనిఫిట్స్!

జీపీ, రక్తహీనత, అజీర్ణ నెలసరి సమస్యలకు చెక్

విటమిన్లతో పాటు అనేక ఖనిజాలు పుష్కలం!

జీర్ణ సంబంధిత సమస్యలతో ఇబ్బంది పడుతున్నారా? అయితే బెల్లం తినాల్సిందే! మలబద్ధకం సమస్య వేధిస్తోందా? దానికి బెల్లం వరిపాస్తం! నెలసరి నొప్పులతో బాధపడుతున్నారా? బెల్లం ఉందిగా! ఇలా చెప్పుకుంటూ పోతే బెల్లం తింటే నయం కాని అనారోగ్యమంటూ ఉండదంటే అది అతిశయోక్తి కాదని నిపుణులు చెబుతుంటారు. అయితే ఈ బెల్లం నేరుగా కంటే కొన్ని పదార్థాలతో కలిపి తీసుకుంటే దాని సుగుణాలు రెట్టింపు అవుతాయంటున్నారు. ఫలితంగా ఆయా ఆరోగ్య సమస్యల్ని తగ్గించడంలో బెల్లం మరింత ప్రభావవంతంగా పని చేస్తుందని వెల్లడిస్తున్నారు. అజీర్ణ దగ్గర నుంచి అకలిని అదుపు చేసే దాకా, నెలసరి సమస్యల్ని తగ్గించడం నుంచి చనుబాలు ఉత్పత్తి చేసే దాకా ఇలా ప్రతి ఒక్కరూ బెల్లంతో ముడిపడి ఉంటుందని వివరిస్తున్నారు. ఈ నేపథ్యంలోనే బెల్లంను ఏదో పదార్థాలతో కలిపి తీసుకుంటే ఎలాంటి ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు చేకూరతాయో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం. బెల్లంలో క్యాల్షియం, మెగ్నీషియం, పొటాషియం వంటి ఎన్నో ఖనిజాలు ఉంటాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఇంకా బి-కాంప్లెక్స్, సి, డి, 2, ఇ వంటి విటమిన్లు నిండి ఉన్న బెల్లంను తీసుకుంటే ఎన్నో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు చేకూరతాయని వెల్లడిస్తున్నారు. దీని వల్ల జీపీవీ అదుపు చేయడం, శరీరానికి తక్కువ శక్తిని అందించడం, నెలసరి నొప్పులు నుంచి ఉపశమనం కలిగించడం, రక్తహీనతను తగ్గించడం వివరిస్తున్నారు.



ఇది నోటి దుర్వాసనను దూరం చేస్తుంది. అంతేకాకుండా దంతాలపై పాచి పెరుకుపోకుండా చూసుకోవచ్చు.

బెల్లం మెంతులు

ఇలా రెండు కలిపి తీసుకుంటే జుట్టు ఆరోగ్యం రెట్టింపు అవుతుంది. కుదుళ్లు దృఢంగా మారడమే కాకుండా... తెల్ల జుట్టు రాకుండా జాగ్రత్తపడచ్చు.

బెల్లం గోండ్

ఎముకల్ని దృఢంగా చేయడానికి ఈ ఫుడ్ కాంబినేషన్ చక్కగా ఉపయోగపడని నిపుణులు అంటున్నారు. అలాగే పాలిచ్చే తల్లులు తీసుకుంటే చనుబాలు పుష్కలంగా ఉత్పత్తి అవుతాయని తెలిపారు.

బెల్లం అల్ప గింజలు

మనం తీసుకునే ఆహారంలోని ఫోలికామ్, ఐరన్ ను శరీరం త్వరగా గ్రహించేందుకు ఈ ఫుడ్ కాంబినేషన్ తోడ్పడుతుంది

తెలిపారు. ఇక చర్మంపై ఏర్పడిన పిగ్మెంటేషన్ తగ్గించడంలో పాలు జుట్టు పెరుగుదలకా దోహదం చేస్తుందని వివరించారు.

బెల్లం నువ్వులు

ఈ రెండింటిని కలిపి తినడం వల్ల దగ్గు, జలుబు, ప్లూ వంటివి దరిచేరకుండా కాపాడుతుంది.

బెల్లం పప్పులు

శరీరంలో సత్తువను పెంచడానికి, అకలిని అదుపు చేయడానికి, ఆహారపు కోరికల్ని తగ్గించడానికి ఈ ఫుడ్ కాంబినేషన్ అద్భుతంగా పని చేస్తుందని నిపుణులు అంటున్నారు.

బెల్లంపండు: ఈ రెండూ కలిపి తీసుకుంటే రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుకోవచ్చని చెబుతున్నారు.

బెల్లంకాండ్ పాడి: వీటిని కలిపి తినడం వల్ల జ్వరం నుంచి త్వరగా కోలుకోవచ్చు. ఇంకా శరీరంలోని వాపును తగ్గించడానికి ఇది దోహదం చేస్తుంది.

ఇవి తింటే స్ట్రోక్ వచ్చే ఛాన్స్ తక్కువట



మీకు 30 ఏళ్లు చాలాయా? అయితే మీరు తినే ఆహారంలో ఈ పదార్థాలు చేర్చుకుంటే మంచిదట! వీటిని మీ డైట్లో జతచేసుకోవడం వల్ల స్ట్రోక్ వచ్చే అవకాశాలు తక్కువని నిపుణులు చెబుతున్నారు. మన జీర్ణవ్యవస్థకు మెదడు ఆరోగ్యానికి మధ్య సంబంధం ఉందని 18వ శతాబ్దంలోనే శాస్త్రవేత్తలు కనిపెట్టారు. ఈ నేపథ్యంలోనే వాటిపైన మరింత అధ్యయనం చేశారు. ఇందులో భాగంగా జీర్ణవ్యవస్థలోని సూక్ష్మజీవులు, మంచి బ్యాక్టీరియా... మెదడు ఆరోగ్యాన్ని ఎలా ప్రభావితం చేస్తుందో పరిశీలించారు. ఇందులో శరీరంలోని రెండు ప్రధాన భాగాలైన జీర్ణవ్యాపక, కేంద్ర నాడీ వ్యవస్థ మధ్య పరస్పర కమ్యూనికేషన్ జరిగిందని తేల్చారు. ప్రోబయోటిక్స్ గుణాలను ఆహారం తీసుకోవడం వల్ల జీర్ణవ్యవస్థ ఆరోగ్యంగా ఉండి మెదడును మరింత రక్షిస్తుందని వెల్లడించారు. మరోవైపు జీర్ణవ్యవస్థలోని సూక్ష్మజీవులు, మంచి బ్యాక్టీరియా సంఖ్య పెరగడం వల్ల దీర్ఘకాలంలో స్ట్రోక్ వచ్చే అవకాశాలు తక్కువగా ఉన్నట్లు తేల్చారు. 2025లో అనే అధ్యయనంలో తేలింది. ఈ నేపథ్యంలోనే జీర్ణవ్యవస్థ మెదడు మధ్య ఉన్న సంబంధంపై నైపుణులు చెందిన పుణాస్ యూనివర్సిటీ పరిశోధకులు అధ్యయనం చేశారు. నేషనల్ హెల్త్ అండ్ న్యూట్రీషన్ ఎగ్జామినేషన్ పర్యటన డేటాను సేకరించి పరిశీలించారు. ఇందులో 20 ఏళ్లు దాటిన వివిధ ప్రాంతాలు, వివిధ ఆహారపు అలవాట్లు ఉన్న 48,677 మంది వివరాలు సేకరించారు. వీటి జీర్ణవ్యవస్థ ఆరోగ్యాన్ని పెంచే అవకాశాలు, బ్రోకోలీ, కాఫీ, శనగలు, క్రాన్?బెర్రీలు, డయిల్ పదార్థాలు, సోయా, తృణధాన్యాలు ఆధారంగా ఎక్కువ స్కోర్లు ఇచ్చారు. దీంతో పాటు ప్రాసెస్ చేసిన ఆహారం, మాంసం తీసుకున్నవారికి తక్కువ స్కోర్లు ఇచ్చి నిభేదించారు. ఇందులో 20-29 ఏళ్ల మధ్య ఉన్నవారిలో ఎలాంటి మార్పులను గమనించలేదని పరిశోధకులు వెల్లడించారు. అదే 30 ఏళ్లు దాటినవారిలో జీర్ణవ్యవస్థ ఆరోగ్యంగా ఉండే... స్ట్రోక్ వచ్చే అవకాశం తగ్గినట్లు కనిపెట్టారు. ముఖ్యంగా ఆకుకూరలు, వివిధ రకాల పోషకాలు ఉన్న ఆహారం తీసుకోవాలి స్ట్రోక్ లాంటి దీర్ఘకాలిక వ్యాధులు, ఆరోగ్య సమస్యలు వచ్చే అవకాశం తక్కువగా ఉంటుంది. మరోవైపు జీర్ణవ్యవస్థ ఆరోగ్యంగా లేకపోవడం వల్ల స్ట్రోక్ వచ్చే అవకాశం ఎక్కువగా ఉందని 2022లో అధ్యయనంలో తేలింది. జీర్ణవ్యవస్థలోని సూక్ష్మజీవుల సమతుల్యంగా లేకపోవడం వల్ల హైవర్ టెన్షన్, డయాబెటిస్, ఊబకాయం, జీర్ణక్రియ సమస్యలు వచ్చే అవకాశం ఉందని తెలిపారు. ఇవన్నీ దీర్ఘకాలంలో స్ట్రోక్కు కారకాలే ప్రమాదం ఉందని వివరించారు. అధిక రక్తపోటు, అధిక చక్కెర స్థాయిలు, జీర్ణక్రియ సమస్యలు వల్ల మెదడులో రక్తం గడ్డకటన అవకాశం ఉంటుందని వెల్లడించారు.

రోజూ ఇవి వాడితే కిడ్నీలు ఫెయిల్ అయ్యే ఛాన్స్

పెయిన్ కిల్లర్స్ అతిగా వాడడం వల్ల కిడ్నీ ఫెయిల్ కిడ్నీలు దెబ్బతినుకుండా తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలవే



మన శరీరంలో అత్యంత ముఖ్యమైన అవయవాలలో మూత్రపిండాలు ఒకటి. ఆహారం జీర్ణమయ్యే సమయంలో ఏర్పడి మూతలు, శరీరంలో జరిగే జీవక్రియలో ఏర్పడి వ్యర్థ పదార్థాలను ఎక్కువగా తొలగించే ఆరోగ్యంగా ఉండేలా కిడ్నీలు సాయపడతాయి. అయితే, అదీవల కాంతో అనేక కారణాల వల్ల చాలా మంది కిడ్నీ సంబంధిత సమస్యలతో బాధపడుతున్నారు. దీనికి కారణం సరైన ఆహారం తీసుకోకపోవడం, అధిక రక్తపోటు అని చాలా మంది అనుకుంటారు. కానీ, రోజూవారి జీవితంలో ఉపయోగించే కొన్ని వస్తువుల వల్ల కూడా మన మూత్ర పిండాలు దెబ్బతింటాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఈ నేపథ్యంలోనే అవేంటో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం. ఫెయిల్ నెన్ క్రిమిలు: చాలా మంది ఉపయోగించే ఫెయిల్ నెన్ క్రిమిలు వల్ల కిడ్నీలు దెబ్బతింటాయని నిపుణులు అంటున్నారు. ఇందులో మెలినీ ఉత్పత్తిని అడ్డుకునేందుకు వాడే హానికారక మెయ్యర్ ఆఫెన్లు ఉంటుంది... దీనిని చర్మం గ్రహించడం వల్ల శరీరంలోకి చేరి కిడ్నీలు చెడిపోయే ప్రమాదం ఉందని వెల్లడించారు. దీర్ఘకాలం పావురంను తీసుకుంటే కూడా సౌందర్య ఉత్పత్తులను వాడడం వల్ల కిడ్నీ ఫెయిల్ అయ్యే అవకాశం ఉందని హెచ్చరిస్తున్నారు. అందుకోసమే ఇలాంటి ఉత్పత్తులు కొనేముందు అందులోని పదార్థాలను చూడాలి.. అవసరమైతే దెర్మాలజిస్టును సంప్రదించాలని సూచించారు.

హెర్బల్ సప్లిమెంట్లు : హెర్బల్ సప్లిమెంట్లను పాశ్చాత్య మందులకు ప్రత్యామ్నాయంగా భావిస్తుంటారు చాలా మంది. అయితే, వీటిపై నేపరల్, హెర్బల్ అని పెట్టిన సరే.. సరిగ్గా పరిశీలించాకపోవడం వల్ల కొన్ని ఉత్పత్తుల్లో హానికారక రసాయనాలు కలిపి అవకాశం ఉందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఇందులో ఆర్బిసి, రెడ్, మెయ్యర్ వంటి విషపూరిత పదార్థాలను వాడడం వల్ల అవి శరీరంలో పేరుకుపోయే కిడ్నీలను దెబ్బతీస్తాయని తెలిపారు. అందుకే హెర్బల్ ఉత్పత్తులను వాడే ముందు డాక్టర్ ను సంప్రదించాలి.. మంచి పేరున్న బ్రాండ్ ఉత్పత్తులను వాడాలి సూచిస్తున్నారు.

పెయిన్ కిల్లర్స్ : మనందరి చాలా మంది కంట, కండరాల నొప్పులు లేదా ఇతర ఇబ్బందులు ఎదురైనప్పుడు నేరుగా పాపునకు వెళ్లి పెయిన్ కిల్లర్స్ తీసుకుంటారు. అయితే, ఈ మందులు స్వల్పకాలం నొప్పిని తగ్గించినా.. దీర్ఘకాలంలో అనేక ఇబ్బందులను తెస్తాయని నిపుణులు వెల్లడించారు. వీటిని ఎక్కువగా తీసుకోవడం వల్ల కిడ్నీలు దెబ్బతినే ప్రమాదం ఉందని వివరిస్తున్నారు. వీటిని తరచుగా తీసుకోవడం వల్ల కిడ్నీలకు రక్త సరఫరాను తగ్గి ఫలితంగా కిడ్నీలు ఫెయిల్ అయ్యే అవకాశం ఉందని తెలిపారు.

గ్రీన్ డి : ప్రపంచంలోనే ఆరోగ్యకరమైన పానీయాల్లో గ్రీన్ డి ప్రత్యేక స్థానం ఉంటుంది. ఇందులోని యాంటీ ఆక్సిడెంట్ల వల్ల అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉంటాయని నిపుణులు అంటుంటారు. కానీ, గ్రీన్ డిని ఎక్కువగా తాగడం వల్ల (రోజూ అర లీటర్ కంటే ఎక్కువ) కిడ్నీలు ఫెయిల్ అవుతాయని మీకు తెలుసా? ఇందులో ఉండే ఆక్సాలిక్, క్యాల్షియంతో కలిసి కిడ్నీలో రాళ్లు ఏర్పడేలా చేస్తాయని వెల్లడించారు. అలా అని మొత్తంగా గ్రీన్ డిని మానేయాల్సిన అవసరం లేదని.. కానీ ఎక్కువ మోతాదులో తీసుకోకూడదని సూచిస్తున్నారు. మీకు ఇప్పటికే కిడ్నీలో రాళ్లు సమస్య ఉంటే తక్కువ మోతాదులో తాగాలని సలహా ఇస్తున్నారు.

ప్రాటీన్ సప్లిమెంట్లు : రోజూకాక రోజు ముఖ్యంగా జీమీకు వెళ్లడాని వ్యాయామంలో భాగంగా ప్రాటీన్ సప్లిమెంట్లను తీసుకుంటారు. కండరాల పెరగడానికి చాలా మంది పొడర్లు, పేక్స్ తీసుకుంటారు. అయితే, వీటిని అతిగా తీసుకోవడం వల్ల కిడ్నీలు తీవ్ర ప్రభావం పడుతుందని నిపుణులు అంటున్నారు. మనం తీసుకునే ప్రాటీన్లను ఫిల్టర్ చేసే బాధ్యత కిడ్నీలపై ఉంటుంది. ఈ క్రమంలోనే ప్రాటీన్లను ఎక్కువగా తీసుకోవడం వల్ల వాటిని ఫిల్టర్ చేయలేక కిడ్నీలు ఒత్తిడి పెరిగి సమస్యలు వస్తాయని వివరించారు. అందుకే వీటిని మరీ ఎక్కువగా కాకుండా.. తగిన మోతాదులో తీసుకోవాలని అవసరమైతే వైద్యులను సంప్రదించాలని సూచిస్తున్నారు. హెయిల్ స్ట్రెయిటింగ్ ఉత్పత్తులు: కొంతమంది తరచుగా హెయిల్ స్ట్రెయిటింగ్ చేసుకుంటారు. ఇందుకోసం మార్కెట్లో దొరికే కొన్ని ఉత్పత్తులను వాడుతుంటారు. అయితే, ఇందులో ఉండే గైయాక్టాలిక్ యాసిడ్ చర్మం ద్వారా శరీరంలోకి చేరి కిడ్నీలను దెబ్బ తీస్తాయని వెల్లడిస్తున్నారు.



'ఇవి తింటే యూరిక్ యాసిడ్ తగ్గిపోతుంది'

బెస్ట్ రిజల్ట్ కోసం ఎప్పుడు తినాలి ? ఈ 6 పదార్థాలు తీసుకుంటే యూరిక్ యాసిడ్ తగ్గతుందట!

ఎలా తీసుకుంటే మంచి లాభాలు ఉంటాయో తెలుసా ?

ఈ మధ్య కాలంలో చాలా మంది యూరిక్ యాసిడ్ సమస్యతో బాధపడుతున్నారు. శరీరంలో యూరిక్ యాసిడ్ రెవల్వ్ పెరగడం వల్ల నొప్పితో పాటు గోల్డ్, కిడ్నీలో రాళ్లు వంటి సమస్యలు వచ్చే అవకాశం ఉంటుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. దీంతో అనేక మందులతో పాటు ఆహార నియమాలు పాటిస్తుంటారు. అయితే కొన్ని ప్రత్యేక తీసుకోవడం వల్ల ఈ సమస్య నుంచి తప్పించుకోవచ్చని సూచిస్తున్నారు. ఇందులోని యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ గుణాలు.. యూరిక్ యాసిడ్ స్థాయిలను తగ్గేలా చేస్తాయని వెల్లడిస్తున్నారు. ఈ నేపథ్యంలోనే అవేంటి వాటిని ఎప్పుడు, ఎలా తినాలి? ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం. యూరిక్ యాసిడ్ ఎలా ఏర్పడుతుంది. మనం రోజూ తీసుకునే ఆహారంలోని ప్రోటీన్ల నుంచి ప్యూరిన్ అనే రసాయనం విచ్ఛిన్నం చెంది యూరిక్ యాసిడ్గా ఏర్పడుతుంది. ఇలా ఏర్పడిన యూరిక్ యాసిడ్ ఎక్కువగా మూత్రం ద్వారా బయటకు వెళ్లిపోతుంది. కానీ కొన్ని సందర్భాల్లో యూరిక్ యాసిడ్ ఎక్కువగా ఉత్పత్తి కాగా, అంత స్థాయిలో మూత్రం ద్వారా సరిగ్గా బయటకు వెళ్లనప్పుడు సమస్య వస్తుంది. యూరిక్ యాసిడ్ విసర్జన సరిగ్గా జరగక అది రక్తంలోని నిలిచిపోతుంది. అలా నిలిచిపోయిన యూరిక్ యాసిడ్ స్థూలికాలుగా మారి కీళ్లు, కీళ్ల చుట్టూ ఉండే కణజాలాల్లో పేరుకుపోయి హైపర్ యూరికెమియాకు దారి తీస్తుంది.



వోట్ నట్స్ : ఇందులో పుష్కలంగా ఉండే ఒమెగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్స్ వాపు, నొప్పిని తగ్గించడంలో బాగా ఉపయోగపడుతుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఇంకా యూరిక్ యాసిడ్ ను తొలగించి కిడ్నీ పనితీరును మెరుగవరచడంలోనూ సాయపడుతుందని వెల్లడిస్తున్నారు. 2-3 వాల్ నట్స్ ను ముందు రోజు రాత్రి నీటిలో నానబెట్టాలి. ఆనంతరం పరగంపునే తినవచ్చని లేదా న్యూజీలు, సలాడ్తో పాటు తీసుకోవాలని చెబుతున్నారు.

వేయించకుండా, ఎలాంటి ఉప్పు లేకుండా తీసుకోవాలని సూచిస్తున్నారు. ఉప్పుతో తీసుకుంటే కిడ్నీ పనితీరు చెదు ప్రభావం చూపిస్తుందని తెలిపారు.

బాదం : బాదంలో జీర్ణక్రియను పెంచే, యూరిక్ యాసిడ్ రెవల్వ్ ను అదుపులో పెట్టే మెగ్నీషియం పోషకాలు ఉన్నాయని చెబుతున్నారు. ఇది శరీరంలోని యూరిక్ యాసిడ్ ను బయటకు పంపడంలో పాలు కిడ్నీ పనితీరును పెంచుతుందని వివరిస్తున్నారు. 5-6 బాదంను రాత్రి పూట నీటిలో నానబెట్టి ఉదయాన్నే వాటి పొట్లను తీసి ఖాళీ కడుపుతో తినాలని చెబుతున్నారు. అలా తినలేకపోతే మిక్స్ పట్టి పాలల్లో లేదా ఓట్ మీల్తో కలిపి తాగాలని అంటున్నారు.

జీడిపప్పు : మెగ్నీషియంతో పాటు హెల్త్ ఫ్యాట్ లభించే అద్భుతమైన పదార్థాల్లో జీడిపప్పు ఒకటి. ఇది వాపును తగ్గించడంలో పాటు జీర్ణక్రియను పెంచడంలో సహాయం చేయడానికే నిపుణులు వెల్లడిస్తున్నారు. ఇందులో ప్యూరిన్ తక్కువగా ఉండడం వల్ల యూరిక్ యాసిడ్ అదుపులో ఉంటుందని వివరిస్తున్నారు. ఉదయాన్నే 4-5 జీడిపప్పులను ఎలాంటి ఉప్పు లేకుండా అనినాని చెబుతున్నారు. వీల్చే ఇతర నట్స్ తో తీసుకుంటే సమతుల్య పోషకాలు అందుతాయని తెలిపారు.

డేజీ (ఖర్జూ) : ఇందులో ఫైబర్, పొటాషియం లాంటి పోషకాలు పుష్కలంగా ఉంటాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఇవి రెండూ యూరిక్ యాసిడ్ ను బయటకు పంపడంలో పాటు కిడ్నీ పనితీరును మెరుగవరచేస్తాయని అంటున్నారు. ఇంకా సహజంగానే శక్తిని పెంచేలా చేస్తుందని వివరిస్తున్నారు. ఉదయాన్నే 1-2 డేజీ నేరుగానే తినాలని లేదా న్యూజీలు, సలాడ్తో కలిపి తీసుకోవచ్చని చెబుతున్నారు.

బ్రెజిల్ నట్స్ : ఇందులో వాపును తగ్గించే యాంటీ ఆక్సిడెంట్ గుణాలు ఉన్న సెలినియం పుష్కలంగా ఉంటుందని తెలిపారు. ఇంకా ఇది యూరిక్ యాసిడ్ ను బయటకు పంపి కిడ్నీలు ఆరోగ్యంగా ఉండేలా చేస్తుందని వివరిస్తున్నారు. రోజూ 1-2 బ్రెజిల్ నట్స్ తినాలి.. అతిగా తింటే సెలినియం శరీరానికి హానికరమని అంటున్నారు. ఉదయాన్నే నేరుగా లేకపోతే గ్రెండ్ చేసి తీసుకోవచ్చని చెబుతున్నారు. ఇక్కడ మీకు అందించిన ఆరోగ్య సమాచారం, సూచనలు అన్నీ మీ అవగాహన కోసం మాత్రమే. శాస్త్ర పరిశోధనలు, అధ్యయనాలు, చైతన్య ఆరోగ్య నిపుణులు సూచనల ప్రకారమే మేము ఈ సమాచారాన్ని అందిస్తున్నాం. వీటిని పాటించే ముందు కచ్చితంగా మీ వ్యక్తిగత వైద్యుల సలహాలను తీసుకోవడమే మంచిది.

షుగర్ పేషెంట్లు ఈ 6 పండ్లను అసలు తినకూడదట!

గైసెమిక్ ఇండెక్స్ ఎక్కువైతే షుగర్ లెవల్స్ పెరుగుతాయట!

ఇవి ఎక్కువగా ఉండే పండ్లు

ప్రతి రోజూ వండ్లను తినడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉంటాయని నిపుణులు చెబుతుంటారు. కానీ, మధుమేహంతో బాధపడే వారు మాత్రం వండ్లు తినాలంటే భయపడుతుంటారు. వండ్లలో చక్కెరస్థాయి ఎక్కువగా ఉంటుంది.. వాటిని తింటే రక్తంలో షుగర్ స్థాయిలు పెరుగుతాయని భయపడుతుంటారు. ముఖ్యంగా కొన్ని పండ్లను తీసుకుంటే మాత్రం చక్కెర స్థాయిలు పెరుగుతాయని



నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. 2002లో అనే అధ్యయనంలోనూ ఈ విషయం తేలింది. ఈ నేపథ్యంలోనే ఆ పండ్లు ఏంటో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం. మనం రోజూ తీసుకునే ఆహారంలో ఉండే కార్బోహైడ్రేట్స్ వల్ల రక్తంలోని చక్కెర స్థాయిలు పెరుగుతుంటాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఇలా రక్తంలో చక్కెర స్థాయి ఎంత మేర పెరుగుతుందో తెలిపే కొలమానాన్నే గైసెమిక్ ఇండెక్స్ అంటుంటారు. తీసుకునే ఆహారంలో చక్కెర స్థాయి 55కి ఎంతవరకు ఉండే తక్కువ గైసెమిక్ ఇండెక్స్ అని, 56-69 మధ్య ఉంటే మధ్యస్థ, 70కి మించి ఉంటే అధిక గైసెమిక్ ఇండెక్స్ అంటుంటారు. అయితే, మధుమేహం ఉన్నవారు తక్కువ గైసెమిక్ ఇండెక్స్ ఉన్న పండ్లను తినాలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. మధ్యస్థ గైసెమిక్ ఇండెక్స్ ఉన్న పండ్లను తక్కువగా తింటే మంచిదని సలహా ఇస్తున్నారు. (విటాల్ కోసం ఇక్కడ క్లిక్ చేయండి)

పువ్వుకాయ : వేసవిలో వచ్చే పువ్వుకాయలో అనేక పోషకాలు ఉంటాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. కానీ ఇందులో 72-80 వరకు గైసెమిక్ ఇండెక్స్ ఉంటుంది.. ఫలితంగా ఎక్కువ షుగర్ స్థాయిలు

ఉంటుంది. దీంతో ఎక్కువగా తింటుంటారు. ఇందులో 51-60 గైసెమిక్ ఇండెక్స్ ఉంటుంది, ప్రక్కోత్, నూకోత్ కాతం సైతం అధికంగా ఉంటుందని చెబుతున్నారు. చక్కెర స్థాయిలు పెరగకుండా ఉండాలంటే దీనిని తక్కువగా తీసుకోవాలని సూచిస్తున్నారు.

ద్రాక్ష : ఇందులో గైసెమిక్ ఇండెక్స్ తక్కువగానే ఉంటుంది.. కానీ చిన్నగా ఉండడం వల్ల ఎక్కువగా తీసుకుంటామని అంటున్నారు. ఫలితంగా చక్కెర స్థాయిలు పెరుగుతాయని చెబుతున్నారు. అందుకే వీటిని తక్కువగా ద్రాక్షను తినాలని సూచిస్తున్నారు.

చెర్రీలు : చెర్రీల్లో గైసెమిక్ ఇండెక్స్ స్థాయిలు రకరకాలుగా ఉంటాయని నిపుణులు అంటున్నారు. వీల్చినంత తక్కువగా తినాలని సూచిస్తున్నారు. ఇక్కడ మీకు అందించిన ఆరోగ్య సమాచారం, సూచనలు అన్నీ మీ అవగాహన కోసం మాత్రమే. శాస్త్ర పరిశోధనలు, అధ్యయనాలు, చైతన్య ఆరోగ్య నిపుణులు సూచనల ప్రకారమే మేము ఈ సమాచారాన్ని అందిస్తున్నాం. వీటిని పాటించే ముందు కచ్చితంగా మీ వ్యక్తిగత వైద్యుల సలహాలను తీసుకోవడమే మంచిది.





అయిదుగురు హీరోయిన్లతో సినిమా?

గమ్యం, వేదం, కృష్ణంవందే జగద్గురుమ్, కంచె వంటి గొప్ప సినిమాలను తెరకెక్కించి అభిరుచి గల దర్శకుడిగా కితాబులందుకున్నారు దర్శకుడు క్రిష్ జాగర్లమూడి. సందేశాత్మక కథలకు వాణిజ్యఅంశాలను జోడించి జనరంజక చిత్రాలను అందించడం క్రిష్ ప్రత్యేకత. అయితే.. గత కొన్నేళ్లుగా క్రిష్ కెరీర్ సరైన ట్రాక్ లో లేదు. ఎస్వీయార్ కథానాయకుడు, మహానాయకుడు, కొండపొలం, ఘాటీ చిత్రాల ఫలితాలు ఆయన కెరీర్ పై తీవ్రమైన ప్రభావాన్నే చూపాయి. అందుకే.. గత వైభవాన్ని దక్కించుకునేందుకు ఈ సారి పకడ్బందీ వ్యూహంతో ముందుకెళ్తున్నారు క్రిష్. ఈ సారి కాస్టింగ్ పై కాకుండా కథపైనే ఎక్కువ శ్రద్ధపెట్టి, ఓ విభిన్నమైన కాన్సెప్ట్ ని ప్రేక్షకులకు అందించే ప్రయత్నాల్లో ఆయన బిజీగా ఉన్నారు. అయిదుగురు అమ్మాయిల నేపథ్యంతో కూడిన ఓ కథను ఆయన ప్రస్తుతం తెరకెక్కిస్తున్నట్లు తెలిసింది. ఈ అయిదు ప్రధాన భూమికలకు అయిదుగురు యంగ్ హీరోయిన్లను ఎంపిక చేసినట్లు వినికిడి. ఇప్పటికే ఎలాంటి హడావిడి లేకుండా చిత్రీకరణ కూడా మొదలైంది. క్రిష్ గత చిత్రాల మాదిరిగానే ఆలోచింపజేసే కథ, కథనాలతో ఈ సినిమా ఉంటుందట. ఫస్ట్ ఫ్రేమ్ ఎంటర్టైన్మెంట్స్ పతాకంపై రాజీవ్ రెడ్డి, జాగర్లమూడి సాయిబాబు ఈ చిత్రాన్ని నిర్మిస్తున్నారు.



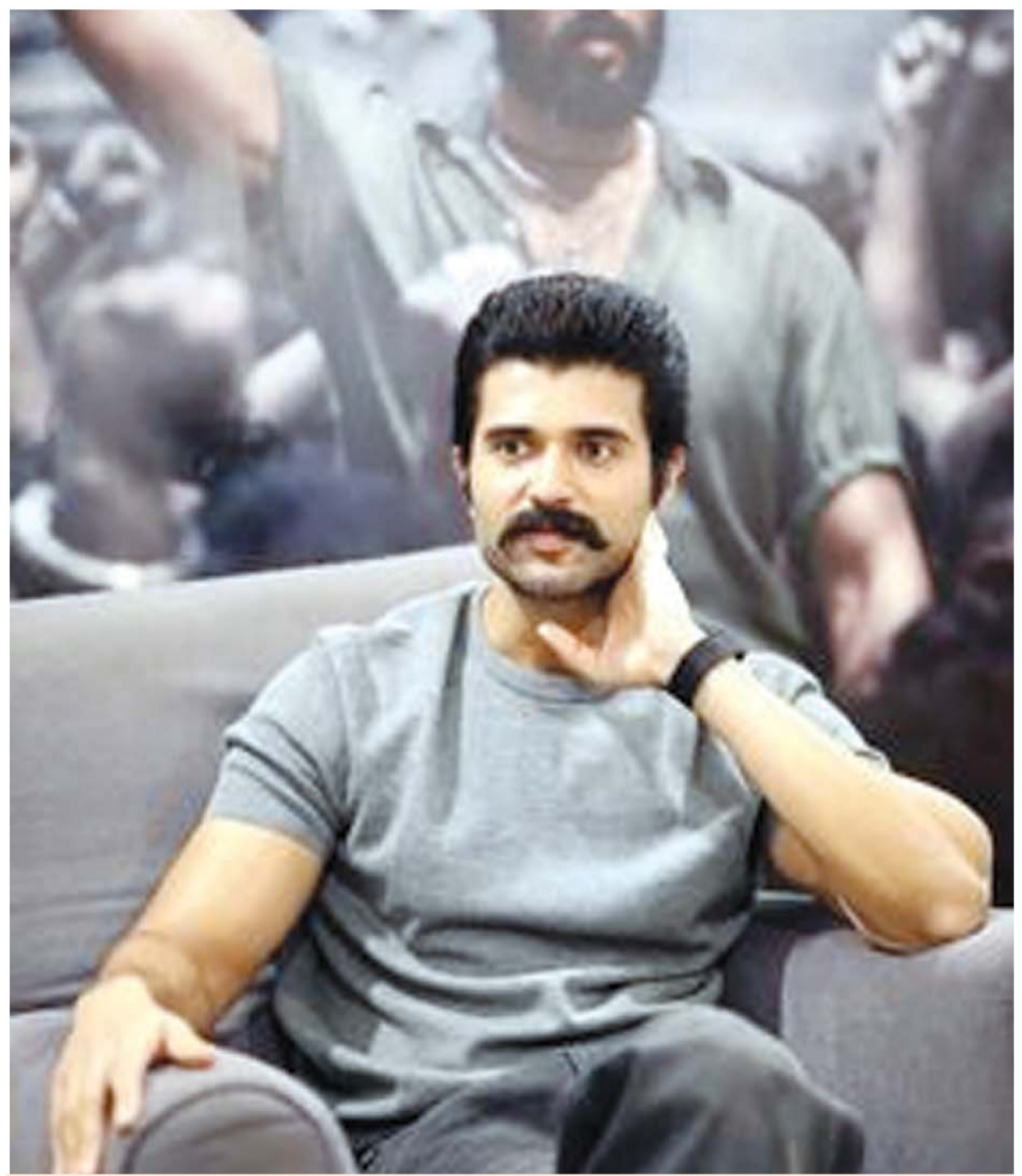
పెద్ది మేకర్స్ అలర్ట్.. ఆ ఇద్దరిపై పోలీసులకు ఫిర్యాదు..!

రామ్ చరణ్ పెద్ది మేకర్స్ రిలీజ్ కు ముందు అన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకుంటున్నారు. ఇప్పటికే మూవీ పైరసీ, లీక్ విషయంలో మద్రాస్ హైకోర్టును ఆశ్రయించగా.. వీరికి అనుకూలంగా ఉత్తర్వులు జారీ చేసింది. ఈ సినిమాకు సంబంధించిన సన్నివేశాలు, పాటలు ఇంటర్నెట్ లో అవలోడ్ చేయడం, ప్రసారం చేయడం, కాపీ చేయడాన్ని నిరోధిస్తూ న్యాయస్థానం ఆదేశాలిచ్చింది. దీంతో ముందస్తు లీక్లు కాకుండా చర్యలకు మార్గం సుగమమైంది. తాజాగా పెద్దిపై అసత్య ప్రచారం చేస్తున్న వారిపై చర్యలకు దిగింది. ఈ సినిమాపై కొందరు అసత్య ప్రచారం చేస్తున్నారనే ఆరోపణలతో ఇద్దరిపై కేసు నమోదైనట్లు తెలుస్తోంది. గుంటూరు, హైదరాబాద్ కు చెందిన ఇద్దరు యువకులు కావాలనే నెగటివ్ ప్రచారం చేస్తున్నట్లు పెద్ది టీమ్ దృష్టికి వచ్చింది. దీంతో పోలీసులకు మేకర్స్ ఫిర్యాదు చేసినట్లు సమాచారం. దీనిపై మరింత క్లారిటీ రావాల్సి ఉంది. సుప్రీంకోర్టు మార్గదర్శకాల మేరకు సోఫల్ మీడియా కార్యకలాపాలపై పెద్ది మూవీ టీమ్ కఠిన చర్యలకు సిద్ధమవుతోంది. బుచ్చిబాబు డైరెక్షన్ లో వస్తోన్న పెద్ది మూవీ జూన్ 4న ప్రపంచవ్యాప్తంగా థియేటర్లలో సందడి చేయనుంది.



ఈ అభిమానం ఇలాగే ఉండాలి

శ్రద్ధాకపూర్ కొత్త రికార్డును సమాధు చేసింది. మే 2026 లెక్కల ప్రకారం ఇన్స్టాగ్రామ్ లో అత్యధిక ఫాలోవర్లు కలిగిన కథానాయికగా ఆమె అవతరించింది. తాజాగా బయటకొచ్చిన అత్యధిక ఫాలోవర్లు కలిగిన టాప్ హీరోయిన్ల అధికారిక ఇన్స్టా జాబితాలో, మిగతా స్టార్ హీరోయిన్లందరినీ వెనక్కి నెట్టి, ఏకంగా 93 మిలియన్లు అనగా, 9కోట్ల 3లక్షల ఫాలోవర్లతో టాప్ లో నిలిచింది శ్రద్ధాకపూర్. ఈ పోటీలో శ్రద్ధా.. ప్రియాంక చోప్రా గట్టి పోటీనే ఇచ్చింది. 92 మిలియన్ల ఫాలోవర్లతో ఆమె రెండో స్థానంలో నిలవడం విశేషం. ఈ విజయంపై ఇన్స్టా ద్వారా శ్రద్ధా ఆనందాన్ని వ్యక్తం చేస్తూ.. 'మీ అభిమానమే నాకు కొండంత బలం. ఈ అభిమానం కలకాలం ఇలాగే ఉండాలి' అని పేర్కొన్నది. ఎప్పటికప్పుడు మారే ఈ సంబర్ల రేస్ లో ఈసారి మాత్రం శ్రద్ధా కపూర్ నంబర్ వన్ అనిపించుకుంది. వచ్చే ఏడాది ఈ స్థానంలో మరో హీరోయిన్ ఉండొచ్చు.



విజయ్ దేవరకొండ బాలీవుడ్ చిత్రం?

పాన్ ఇండియా సినిమాల ద్వారా దేశవ్యాప్తంగా ప్రేక్షకులకు సుపరిచితుడయ్యారు అగ్రహీరో విజయ్ దేవరకొండ. తాజా సమాచారం ప్రకారం ఆయన తొలి హిందీ స్ట్రీయింగ్ చిత్రానికి సన్నాహాలు జరుగుతున్నట్లు తెలిసింది. వైవిధ్య చిత్రాల దర్శకుడు విక్రమ్ కె కుమార్ డైరెక్షన్ లో విజయ్ దేవరకొండ ఓ చిత్రాన్ని చేయబోతున్నారని గతకొంతకాలంగా వార్తలు వస్తున్నాయి. యూవీ క్రియేషన్స్ ఈ సినిమా నిర్మాణం చేపట్టనుందని ప్రచారం జరిగింది. తాజా పరిణామాల నేపథ్యంలో ఈ చిత్రాన్ని బాలీవుడ్ అగ్ర నిర్మాణ సంస్థ మ్యూద్ డాక్ ఫిల్మ్స్ తెరకెక్కించనుందని సమాచారం. ఇటీవల ముంబయిలోని ఆ సినిమా ఆఫీసులో విజయ్ దేవరకొండ, విక్రమ్ కె కుమార్ ఇద్దరూ కనిపించడంతో ఈ వార్తలకు మరింతగా బలం చేకూరినట్లుంది. ఈ సినిమా స్క్రిప్ట్ వర్క్ జరుగుతున్నదని, ఓ యూనివర్సల్ కాన్సెప్ట్ తో దర్శకుడు విక్రమ్ కె కుమార్ ఈ చిత్రాన్ని రూపొందించబోతున్నారని సమాచారం. అయితే ఈ విషయంలో స్పష్టత రావాలంటే చిత్రబృందం నుంచి అధికారిక ప్రకటన రావాల్సిందే. ప్రస్తుతం విజయ్ దేవరకొండ 'రణబాలి' 'రాడీ జనార్దన్' చిత్రాల షూటింగ్ లో బిజీగా ఉన్నారు. ఈ ఏడాదిలోనే ఇవి ప్రేక్షకుల ముందుకురానున్నాయి.

ఈ ప్రేమకథ 'రోమాంచకం'

అర్జున్ రెడ్డి, కబీర్ సింగ్, యానిమల్ వంటి పాన్ ఇండియా ఖ్యాతిపెచ్చులను అందించిన నిర్మాణ సంస్థ భద్రకాళీ పిక్చర్స్ తెరకెక్కిస్తున్న తాజా తెలుగు చిత్రానికి 'రోమాంచకం' అనే టైటిల్ ను ఖరారు చేశారు. అగ్ర దర్శకుడు సందీప్ రెడ్డి వంగా సమర్పకుడిగా వ్యవహరిస్తున్న ఈ చిత్రాన్ని ఆయన సోదరుడు ప్రణయ్ రెడ్డి వంగా నిర్మిస్తున్నారు. సుమంత ప్రభాస్, అనంతిక సనీల్ కుమార్ జంటగా నటిస్తున్న ఈ సినిమా ద్వారా వేణుగోపాల్ రెడ్డి దర్శకుడిగా పరిచయమవుతున్నాడు. శుక్రవారం ఈ సినిమా టైటిల్ పోస్టర్ ను విడుదల చేశారు. యూత్ ఫుల్ అండ్ పొయెటిక్ ఫీల్ తో పోస్టర్ అకట్టుకునేలా ఉంది. ప్రేమ, హాస్యం, ఉత్సాహ అనే ట్యాగ్ లైన్ కథపై ఆసక్తినిరేత్తిస్తున్నది. నవ్యత కలబోసిన ప్రేమకథా చిత్రమిదని, త్వరలో మరిన్ని అవేదేట్స్ అందిస్తామని మేకర్స్ తెలిపారు. ఉపేంద్ర లిమయె, వెంకటేష్ కాకుమాను, సరేంద్ర రవి తదితరులు నటిస్తున్న ఈ చిత్రానికి సంగీతం: వాసుకి వైభవ్, సమర్పణ: సందీప్ రెడ్డి వంగా, నిర్మాత: ప్రణయ్ రెడ్డి వంగా, రచన-దర్శకత్వం: వేణుగోపాల్ రెడ్డి.

