

విలేకరులు కావాలేను
 కర్నూలు నుండి వెలువడుతున్న 'విజయ సారథి' తెలుగు దినపత్రికలో పనిచేయుటకు అనుభవం ఉన్న విలేకరులు కావాలేను.. తెలుగు రాష్ట్రాలలోని అన్ని జిల్లాలు మరియు అన్ని మండల కేంద్రాలలో సాంఘిక సదుపాయాలపై పోరాడేందుకు ఆసక్తి ఉన్న లిపోర్టర్లు వెంటనే సంప్రదించండి.. సెల్ నెం: 97003 70499

సీనియర్ జర్నలిస్ట్, ఎడిటర్ : పి.వెంకటేశ్వర్లు

విజయ RNI / APTEL/2015/64956

సారథి

తెలుగు దినపత్రిక

టీవీ లిపోర్టర్లు కావాలేను
 రెండు తెలుగు రాష్ట్రాలలో సంచలనం సృష్టించును విజయ టీవీలో లిపోర్టర్లు & పీడియో గ్రాఫర్లు, కెమెరామెన్లు కావాలేను. ఆసక్తి ఉన్న వారు వెంటనే సెం|| సెల్ నెం: 97003 70499

యండి. పి.వెంకటేశ్వర్లు

చీఫ్ ఎడిటర్ : పీఠాపా గు వెంకటేశ్వర్లు శుక్రవారం 04-04-2025 సంపుటి : 11 సంఠిక : 77 పేజీలు : 8 వెల : రూ 3-00

కర్నూలు, నంద్యాల, అనంతపురం, కడప, చిత్తూరు, తిరుపతి, ప్రకాశం, గుంటూరు, నెల్లూరు, విజయవాడ, విజయనగరం, తూర్పుగోదావరి, పశ్చిమగోదావరి, శ్రీకాకుళం, కాకినాడ, విశాఖపట్నం, హైదరాబాద్.

డ్రాన్ కార్పొరేషన్ స్వతంత్ర విభాగంగా ఏర్పాటు

అనకాపల్లి జిల్లాలో క్యాపిటివ్ ఫార్ముకు అనుమతి ప్రీమియం హోటల్ బారీ లైసెన్స్ ఫీజు తగ్గింపు ఖాతాపాతనం అక్రిడేషన్ల నిబంధనలకు అమోదం ఎపి కేబినెట్ లో పలు అంశాలపై చర్చ



అమరావతి, ఏప్రిల్ 3: ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు అధ్యక్షతన జరిగిన ఏపీ కేబినెట్ లో పలు కీలక నిర్ణయాలు తీసుకున్నారు. డ్రాన్ కార్పొరేషన్ స్వతంత్ర విభాగంగా ఏర్పాటుకు అమోదం తెలిపారు. అనకాపల్లి జిల్లాలో క్యాపిటివ్ ఫార్ముకు కేబినెట్ అనుమతి ఇచ్చింది. విద్యుత్ శాఖలో రూ.710 కోట్ల రుణం కోసం హాడ్వేర్ ప్రభుత్వ గ్యారెంటీ ఇస్తూ కేబినెట్ అమోదం ముద్ర వేసింది. సాగర్ ఎదుమ కాలువ రిటైనింగ్ వాల్ నిర్మాణానికి గ్రీన్ సిగ్నల్ ఇచ్చింది. ఏపీలో త్రిస్టర్ సహా ఇతర ప్రీమియం హోటల్ల అభివృద్ధికి బారీ లైసెన్స్ ఫీజు తగ్గింపు ప్రతిపాదనకు మంత్రి వర్గం అమోదం తెలిపింది. యువజన సర్వీసులు, పర్యాటక, సాంస్కృతిక శాఖల్లో వివిధ జీవోల రీటిఫికేషన్ కు కూడా ఏపీ కేబినెట్ అమోదం ముద్ర వేసింది. మిడియా అక్రిడేషన్ల నూతన నిబంధనలకు అమోదం తెలిపింది. నాగార్జునసాగర్ ఎడమ కాలువపై చింతలపూడి ఎత్తిపోతల పథకంలో భాగంగా వెంపాడులో రిటైనింగ్ వాల్ నిర్మాణానికి సుమారు రూ.45 కోట్ల నిధుల మంజూరుకు అమోదం తెలిపింది. పోలవరం-బనకచర్ల అనుసంధాన ప్రాజెక్టును జలహారతి కార్పొరేషన్ పేరిట ప్రత్యేక వాహక ప్రాజెక్టుగా పరిగణిస్తూ ఎపి కేబినెట్ అమోదం తెలిపింది. ఆంధ్రప్రదేశ్ డ్రాన్ కార్పొరేషన్ (ఏపీడీసీ) ఆంధ్రప్రదేశ్ స్టేట్ ఫైబర్ నెట్ లిమిటెడ్-డీ (ఏపీఎస్ఎఫ్ఎల్) నుంచి విడదీసి స్వతంత్ర సంస్థగా ఏర్పాటు - చేసేందుకు క్యాబినెట్ అమోదం తెలిపింది. రాష్ట్రంలో డ్రాన్ సంబంధిత అంశాలన్నింటికీ నోడల్ ఐజెస్సీగా ఏపీడీసీ వ్యవహరించనుంది. యువజన, పర్యాటక శాఖ జీవోల ర్యాటిఫికేషన్ కు అమోదం తెలిపింది. జలహారతి కార్పొరేషన్ ఏర్పాటు - చేసేందుకు అమోదం. జలహారతి కార్పొరేషన్ ద్వారా పోలవరం-బనకచర్ల అనుసంధాన ప్రాజెక్టు రూపకల్పనకు అమోదం ఇచ్చింది. ఈ సమావేశంలో డిప్యూటీ- సీఎం పవన్ కళ్యాణ్, ఆర్థికమంత్రి పర్యవేక్షణ కేసవ్, వివిధ శాఖల మంత్రులు, ప్రభుత్వ ముఖ్య అధికారులు పాల్గొన్నారు.

థాయ్ లాండ్, శ్రీలంకలో పర్యటన



న్యూఢిల్లీ, ఏప్రిల్ 3: ప్రధాని మోడీ బ్యాంకాక్ చేరుకున్నారు. అక్కడ ఘన స్వాగతం లభించింది. రెండు దేశాల పర్యటన కోసం గురువారం బయల్దేరి వెళ్లారు. గురువారం నుంచి థాయ్ లాండ్, శ్రీలంకలో పర్యటించనున్నారు. థాయ్ లాండ్ రాజధాని బ్యాంకాక్ ఎయిర్ పోర్టులో దిగగానే మోడీకి ఘన స్వాగతం లభించింది. థాయ్ లాండ్ అధికారులతో పాటు భారతీయులు భారీ స్వాగతం పలికారు. తొలుత రెండు రోజుల పాటు థాయ్ లాండ్ లో మోడీ పర్యటించనున్నారు. థాయ్ లాండ్ లో 6వ బిమ్ స్పెక్ శిఖరాగ్ర సమావేశంలో మోడీ పాల్గొన్నారు. పర్యటనలో భాగంగా థాయ్ లాండ్ ప్రధాని పేట్ ఓంగ్ టార్న్ షివత్రాతో కూడా భేటీ అయి ఇరు దేశాల ద్వైపాక్షిక సంబంధాలపై చర్చించనున్నారు. ఇక సాయంత్రం బిమ్ స్పెక్ సదస్సులో మోడీ పాల్గొంటారు. ఈ సదస్సులో భారత్ తో పాటు- థాయ్ లాండ్, బంగ్లాదేశ్, శ్రీలంక, నేపాల్, మయన్మార్, భూటాన్ దేశాల అధినేతలు పాల్గొనున్నారు. ఇక ఈ సదస్సులో సాంకేతిక, ఆర్థిక సహకారంపై చర్చించనున్నారు.

రెడ్ బుక్ దెబ్బ తో వైసీపీ నేతల్లో..

అమరావతి, ఏప్రిల్ 3: రాష్ట్రంలో జేసీబీ పాలన పోయి పేదలకు పట్టాల్నిచ్చే ప్రభుత్వం వచ్చిందని మంత్రి నారా లోకేశ్ అన్నారు. గురువారం మంగళగిరి నియోజకవర్గం ఉండవల్లిలో మన ఇల్లు మన లోకేశ్ కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఇందులో భాగంగా రాజమండ్రి గోవిందు, సీతామహాలక్ష్మి దంపతులకు ఉండవల్లిలో తొలి శాశ్వత ఇంటి పట్టాను మంత్రి అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ.. కూటమి ప్రభుత్వం ఏర్పడిన 10 నెలల్లో మంగళగిరిలో తొలి పట్టాకు శ్రీకారం చుట్టామన్నారు. లోకేశ్ గెలిస్తే మంగళగిరిలో ఉన్న ఇళ్లు పిక్కెస్తారంటూ చేసిన అసత్య ప్రచారం నోర్లు 10 నెలల్లో మూయించామని తెలిపారు. మూడు దశల్లో అన్ని సమస్యలు పరిష్కారం చేసి తీరుతామని స్పష్టం చేశారు. రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా అమలు చేసే కీలక హామీ మంగళగిరి నుంచి ప్రారంభిస్తున్నందుకు సంతోషంగా ఉండవచ్చు. తొలిదశలో 3 వేల ఎంపిడికి మంగళగిరిలోనే ఇళ్ల పట్టాలు, బట్టలు పెట్టి మరీ అందిస్తున్నామన్నారు. అధికారంలో లేనప్పుడే సొంత ఖర్చులతో 26 సంక్షేమ పథకాలు అందచేశామన్నారు. స్వచ్ఛ మంగళగిరి పేరిట స్వచ్ఛతలో మంగళగిరి దేశంలో మొదటి స్థానంలో ఉండేలా కృషి చేస్తున్నామన్నారు. ఇటీవల మంత్రివర్గంలో అమోదం పొందిన 100 పడకల అనుపత్రికీ త్వరలో శంకుస్థాపన చేస్తామన్నారు. కేంద్ర - రాష్ట్ర ప్రభుత్వాల సాయంతో



50కి పైగా పథకాలు మంగళగిరిలో అమలయ్యేలా చర్యలు చేపట్టామన్నారు. అన్ని రంగాల్లో మంగళగిరిని నెంబర్ 1 స్థానంలో నిలబెట్టేందుకు స్థానిక ఎమ్మెల్యేగా కృషి చేస్తున్నానని తెలిపారు. రెడ్ బుక్ కోసం పోలీసులు పనిచేస్తే తప్పేముంది మంత్రి ప్రశ్నించారు. చట్టవిరుద్ధంగా పని చేసిన వారిని రెడ్ బుక్ లో చేర్చుతామని నాడు చెప్పా.. ఇప్పుడు పోలీసులు చట్ట ప్రకారం పనిచేస్తున్నారని తెలిపారు. రాష్ట్రంలో రాజారెడ్డి రాజ్యాంగం పోయి తిరిగి అంబేద్కర్ రాజ్యాంగం అమలువుతోందన్నారు. రెడ్ బుక్ దెబ్బకి ఒకరికి గుండె పోటు వస్తే మరొకరు చెయ్యి విరకొట్టుకున్నారుంటూ

పవన్ కళ్యాణ్ తో నాగబాబు భేటీ అన్నకు శుభాకాంక్షలు తెలిపిన తమ్ముడు

అమరావతి, ఏప్రిల్ 3: ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర ఉప ముఖ్యమంత్రి పవన్ కళ్యాణ్ ను గురువారం జనసేన రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి, ఎమ్మెల్యే నాగబాబు మర్యాద పూర్వకంగా కలిశారు. విజయ వాడలో వీరద్దూరు ప్రత్యేకంగా సమావేశం అయ్యారు. అయితే, ఎమ్మెల్యేగా ప్రమాణ స్వీకారం చేసిన తర్వాత నాగబాబుకు డిప్యూటీ సీఎం పవన్ శుభాకాంక్షలు తెలియ జేశారు. కాగా, ఇటీవల ఎమ్మెల్యే కోటా ఎమ్మెల్యేగా ఎన్నికైన కొణిదెల నాగబాబు..

వల్లభనేని వంశీకి ఊరటం

ముందస్తు బెయిల్ ఇచ్చిన నూజివీడు కోర్టు
 విజయవాడ, ఏప్రిల్ 3: వైఎస్ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ నేత, గన్నవరం మాజీ ఎమ్మెల్యే వల్లభనేని వంశీకి నూజివీడు కోర్టులో ఊరటం దక్కింది. వల్లభనేని వంశీ మోహన్ కి ముందస్తు బెయిల్ మంజూరు చేసింది. మల్లవల్లి భూముల్లో తమకు రావాల్సిన పరిహారం వల్లభనేని వంశీ తనకు అనుకూలంగా ఉన్న వారికి ఇప్పించారని వంశీపై కేసు నమోదు చేశారు హనుమాన్ జంక్షన్ పోలీసులు.. అయితే, ఈ కేసులో ముందస్తు బెయిల్ ఇవ్వాలని పిటిషన్ వేశారు వల్లభనేని వంశీ.. ఇక, దీనిపై విచారణ జరిపి ముందస్తు బెయిల్ ఇచ్చింది నూజివీడు కోర్టు.. అయితే, వల్లభనేని వంశీకి ముందస్తు బెయిల్ వచ్చినా.. ఆయన జైలులోనే గడపాల్సిన పరిస్థితి.. మరెక్కానూ కేసుల్లో వల్లభనేని వంశీ రిమాండ్ ఖైదీగా ఉన్నారు.. ఇక, వంశీ బెయిల్ పిటిషన్ పై రేపు తీర్పు ఇవ్వనుంది విజయవాడలోని జిల్లా కోర్టు.. ఆతూర్పులో 8 ఎకరాలు కట్టా చేశారని వంశీపై కేసు నమోదు చేశారు పోలీసులు.. ఈ కేసులో బెయిల్ ఇవ్వాలన్న వంశీ పిటిషన్ పై విచారణ ప్రారంభం కాగా.. రేపు తీర్పు ఇవ్వనుంది జిల్లా కోర్టు.. మరోవైపు.. గన్నవరం టీ-డీపీ కార్యాలయంపై దాడి కేసులో ఏ1గా ఉన్న వల్లభనేని వంశీ ప్రధాన అనుచరుడు రంగా రెండో రోజు కస్టడీ పూర్తి అయ్యింది.. ఉదయం నుంచి సాయంత్రం వరకు రంగాను విచారించారు సీబీఐ అధికారులు.. దాడి వెనుక ఉన్న వారి పాత్రపై సీబీఐ అధికారులు అడిగిన ప్రశ్నలకి తనకు గుర్తు లేదని తెలియదనే రంగా సమాధానాలు ఇచ్చినట్లు - సమాచారం.. ఇక, రేపటితో రంగా కస్టడీ ముగిసిపోనుంది.



తిరుపతి-పళని బస్ సర్వీస్ ప్రారంభం

పుణ్యక్షేత్రాల సందర్శనకు మంచి అవకాశం మంగళగిరిలో ప్రారంభించిన డిప్యూటీ సీఎం పవన్

అమరావతి, ఏప్రిల్ 3: తిరుపతి - పళని బస్సు సర్వీసును డిప్యూటీ- సీఎం పవన్ కళ్యాణ్ ప్రారంభోత్సవం చేశారు. భక్తుల అవసరాలను అర్థం చేసుకున్నాను.. అందుకే తిరుపతి-పళని బస్సు సర్వీసును ప్రారంభిస్తున్నాం అన్నారు.. మంగళగిరి జనసేన కార్యాలయంలో తిరుపతి - పళని బస్సు సర్వీస్ ప్రారంభోత్సవ కార్యక్రమం నిర్వహించారు.. ముఖ్య అతిథిగా డిప్యూటీ- సీఎం పవన్ కళ్యాణ్ హాజరుకాగా.. ఈ కార్యక్రమంలో మంత్రి రాంప్రసాద్ రెడ్డి, ఆర్టీసీ చైర్మన్ కొనకల్ల నారాయణ, ఎంపీ ద్వారకా తిరుమలరావు పాల్గొన్నారు.. కార్యక్రమంలో భాగంగా జ్యోతి ప్రజ్వలన చేసిన డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కళ్యాణ్ కు వేద అశీర్వాచనం చేశారు వేద పండితులు.. ఈ సందర్భంగా పవన్ కళ్యాణ్ మాట్లాడుతూ.. మురుగన్ ఆలయాల సందర్శనలో భాగంగా పళని ఆలయానికి వెళ్లినప్పుడు కొందరు భక్తులు తిరుపతి బస్సు కావాలని విజ్ఞప్తి చేశారు.. భక్తుల విజ్ఞప్తి మేరకు సీఎం చంద్రబాబు దృష్టికి తీసుకువెళ్లగానే అమోదించారు.. తిరుపతి - పళని బస్సు సర్వీస్ ప్రారంభించటం ఆనందకరంగా ఉండవచ్చు.. మురుగన్ భక్తుల కోరిక బలీయంగా ఉంది కాబట్టి అనుకున్న అర గంటలోనే శాంక్షన్ వచ్చింది.. ఇది భక్తులకు చాలా సౌకర్యంగా ఉంటుంది.. ఎంతో కాలంగా పళని వాసులు తిరుపతి బస్సు సర్వీస్ కోసం ఎదురు చూశారు.. ఫిట్నెస్ లో నేను వెళ్లిన సమయంలో భక్తుల అవసరాలను అర్థం చేసుకుని బస్సు ఏర్పాటు - చేశాం అన్నారు.. కొత్త సర్వీస్ తో ప్రయాణ సమయం తగ్గుతుంది.. ఈ బస్సుతో సమీప ఆలయాలు కూడా సందర్శించవచ్చు.. ఈ బస్సు వల్ల రెండు ప్రాంతాల భక్తులకు ఉపయోగకరంగా ఉంటుంది.. బస్సు సర్వీస్ కు తోడ్పడిన సీఎం చంద్రబాబుకు డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కళ్యాణ్.. ధన్యవాదాలు తెలిపారు



కాకాణి హైద్రాబాద్.. పోలీసులకు సహకరించని మాజీ మంత్రి

నెల్లూరు, ఏప్రిల్ 3: అక్రమ మైనింగ్ కేసులో మాజీ మంత్రి కాకాణి గోవర్ధన్ రెడ్డి హైద్రాబాద్ కౌన్సెలరు అయ్యారు. పోలీసులకు సహకరించానని.. విచారణకు వస్తానని చెబుతూనే తప్పించుకుని తిరుగుతున్న మాజీ మంత్రి. మూడవ సారి కూడా పోలీసుల విచారణకు కాకాణి గైర్హాజరు అయ్యారు. అక్రమ మైనింగ్ కేసులో ఇప్పటి వరకు మూడు సార్లు కాకాణికి పోలీసులు నోటీసులు జారీ చేశారు. ఆయనను కలిసి నోటీసులు ఇవ్వాలని పోలీసులు ప్రయత్నించిన ప్రతిసారి కాకాణి మాత్రం తప్పించుకుని తిరుగుతూనే ఉన్నారు. దీంతో ఆయన బంధువులకు నోటీసులు ఇస్తున్నారని పోలీసులు, నిన్ను (బుధవారం) కూడా కాకాణి హైదరాబాద్ లో ఉన్నారని వక్కా సమాచారంతో ఏపీ పోలీసులు ఎన్ఆర్ నగర్ లోని నివాసానికి వెళ్లారు. కాకాణి నివాసంలో ఓ ఫంక్షన్ కోసం ఏర్పాట్లు జరుగుతున్నాయి. ఉదయం నుంచి ఇంట్లోనే ఉన్న ఆయన.. పోలీసులు వస్తున్నారని తెలుసుకుని అక్కడి నుంచి బయట అయ్యారు. తీరా అక్కడకు వెళ్లిన పోలీసులు నిరాశే ఎదురైంది. కాకాణి లేదని తెలుసుకున్న పోలీసులు అక్కడ ఆయన బంధువులకు నోటీసులు ఇచ్చి వెళ్లారు. అక్రమ మైనింగ్ కేసులో ఏప్రిల్ 3న (గురువారం) నెల్లూరు రూరల్ డివిజన్ ఎదుట విచారణకు హాజరు కావాలని నోటీసుల్లో పేర్కొన్నారు. ఈసారి కచ్చితంగా విచారణ రావాలని పోలీసులు స్పష్టం చేశారు. అయితే మూడో సారి కూడా సీఎం సీన్ రిపీట్ అయ్యింది.

హైదరాబాద్ లో దంచెకొట్టిన వాన్..



హైదరాబాద్, ఏప్రిల్ 3: నగరంలో ఒక్కసారిగా వాతావరణం మారిపోయింది. కొద్దిరోజులుగా భానుడి ప్రతాపంతో అల్లాడిపోయిన నగర వాసులకు వర్షం రాకతో కొంత ఉపశమనం లభించింది. మధ్యాహ్నం వరకు ఎండ, ఉ కృష్ణిత ఇబ్బందులు వడగా.. ఆ తరువాత భాగ్యనగరం ఒక్కసారిగా చల్లబడిపోయింది. గ్రేటర్ హైదరాబాద్ లో పలు ప్రాంతాల్లో ఈదురు గాలులతో కూడిన వర్షం కురుస్తోంది. నగరంలోని జూబ్లీహిల్స్, బంజారాహిల్స్ తో పాటు బిస్మిల్ బాగ్, సైఫాబాద్, అబిడ్స్, కోల్, కూకట్ పల్లి పరిసర ప్రాంతాల్లో వర్షం పడుతోంది. బోరబండ, మధురానగర్, అమిర్ పేట, సనత్ నగర్ లో వర్షం కురుస్తోంది. ఎర్రగడ్డ, యూసుఫ్ నగర్, కృష్ణానగర్, ఖైరతాబాద్, వంజాగుట్ట ప్రాంతాల్లో భారీగా వర్షం పడుతోంది.

ఉలవల వలన కలిగే ప్రయోజనాలతో మీ ఆరోగ్యం రేసుగుర్తం



ఉలవలు.. మనకు ఎన్నో పోషకాలను ఇచ్చే, మన ఆరోగ్యానికి ఎంతగానో దోహదం చేసే గింజ ధాన్యాలలో ఉలవలు ఒకటి. ఉలవలలో ఉండే ప్రయోజనాలు మరే ఆహార పదార్థాలలోను ఉండవు అంటే నమ్మి తీరాలిందే. అయితే ఉలవలు మనకు ఇచ్చే ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను చూడండి. ఉలవలతో ఆరోగ్యం ఉలవలు రుచికే కాదు ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిది. ఉలవల్లో ఫైబర్, ప్రోటీన్ ఎక్కువగా ఉంటాయి. ఉలవల్లో ప్రోటీన్, ఐరన్, కాల్షియం, ఫాస్ఫరస్, పీచుపదార్థం వంటి పోషకాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఉలవల్లో ఫైబర్ ఎక్కువగా ఉండటం వల్ల జీర్ణశక్తి మెరుగుపడుతుంది. ఊబకాయం సమస్య ఉన్నవారు ఉలవలను ఆహారంలో భాగంగా చేసుకుంటే మంచిది. చెడు కొలెస్ట్రాల్ ను తగ్గిస్తుంది అయితే వీరు ఉలవలను ఎలా ఆహారంలో చేర్చుకోవాలి అంటే ఉలవలను ఉడకబెట్టిన నీటిని చారుగా కాచి, ఉలవచారును తీసుకుంటే చాలా మంచిది. ఇది చెడు కొలెస్ట్రాల్ ను తగ్గిస్తుంది. దీంతో క్రమ క్రమంగా ఊబకాయానికి చెక్ పెట్టవచ్చు. లావుగా ఉన్నవాళ్ళు క్రేక్ ఫాస్ట్ లో ఉలవ పచ్చడి చేసుకొనే తింటే సన్నబడిపోతారు. ఉలవ పచ్చడి తినే వారు క్రమం తప్పకుండా వ్యాయామం చేస్తే మరింత లెట్ కనిపిస్తుంది. రక్త హీనతకు ఉలవలు బెస్ట్ క్రమం తప్పకుండా పీరియడ్స్ రాని మహిళలకు ఎనిమిది గంటలు నానబెట్టిన ఉలవలు తినడం వలన ఆ సమస్యకు చెక్ పెట్టవచ్చు. ఉలవలు తీసుకునే సమయాల్లో మంచి నీరు ఎక్కువగా తాగాలి. రక్తహీనతతో బాధపడేవారు తొందరగా అలసటకు గురవుతారు. ఎప్పుడు నీరసంగా ఉంటారు మామూలు ఆహారంతో సరైన పోషకాలు అందక ఎప్పుడూ బలహీనంగా కనబడుతుంటారు. వారిలో చూపు మందగిస్తుంది, జ్ఞాపక శక్తి కోల్పోతారు. ఇలాంటివారికి మంచి ఆహారం ఉలవలు అని చెప్పొచ్చు. తాటి ముంజలు తింటే భలే ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు.. అసలే వదిలిపెట్టరా! ఈ సమస్యలకు ఉలవలతో చెక్ ఉలవలు మన శరీరానికి కావాల్సిన శక్తిని ఇస్తాయి. ఉలవలు రక్త నాళాలలో పేరుకుపోయిన కొలెస్ట్రాల్ ని కరిగించడంలో సహాయపడతాయి. ఉలవలు జీర్ణ శక్తిని మెరుగుపరుస్తాయి. ఆకలిని పెంచుతాయి. ఉలవలు కఫాన్ని తగ్గిస్తాయి. చర్మ సమస్యలు నివారణలో, కీళ్ళ నొప్పుల నివారణలో బాగా పని చేస్తాయి.

జ్ఞాపకశక్తి మందగిస్తుందా.. అయితే మెదడును షార్ప్ గా ఉంచే ట్రిక్స్ ఆవిగా!

మన రోజువారీ జీవనశైలి, ఆహారం, ఒత్తిడి, శారీరక శ్రమలతో మానసిక సామర్థ్యం ప్రభావితమవుతుంది. కొన్నిసార్లు మతిమరపు సమస్యలు, సాధారణంగా గందరగోళం, ఏదైనా గుర్తు పట్టలేకపోవడం, ఏదైనా పని మరిచిపోవడం అనేవి సాధారణమే. కానీ దీర్ఘకాలికంగా జ్ఞాపకశక్తి మందగిస్తే, అది ఆందోళనకరమైన విషయం కావచ్చు. అయితే, సరైన ఆహారం, వ్యాయామం, మానసిక శ్రమ, జీవనశైలి మార్పులు ద్వారా మెదడును ఆరోగ్యంగా ఉంచుకోవచ్చు. మెదడుకు సరైన ఆహారం అందించాలి శరీరానికి, ముఖ్యంగా మెదడుకు అవసరమైన పోషకాలు అందకపోతే జ్ఞాపకశక్తి మందగించవచ్చు. అందుకే, పోషకాహారం తీసుకోవడం అనేది అత్యంత కీలకం. ఒ.మే.గా-3 ఫ్యాటీ యాసిడ్స్ ఉన్న ఆహారాలను తీసుకోవాలి. ముఖ్యంగా చేపలు, అవిసె గింజలు, వాల్ నట్స్ తినడం మెదడుకు మేలు చేస్తాయి. యాంటీఆక్సిడెంట్లు ఎక్కువగా ఉండే బెర్రీ పండ్లు, గ్రీన్ టీ, క్యారెట్, బీట్ రూట్ లాంటి ఆహారాలు మెదడును ఉత్తేజితం చేస్తాయి. పెరుగును తినడం వల్ల దానిలోని ప్రొటెయిన్లు ఉండటం వల్ల మెదడు పనితీరు మెరుగుపడుతుంది. డార్క్ చాక్లెట్ కూడా జ్ఞాపకశక్తిని పెంచుతుంది. ఇది మెదడుకు కావాల్సిన యాంటీఆక్సిడెంట్లు అందిస్తుంది. అంతే కాకుండా సహితా, యావిల్, అవకాడో, స్పినచ్ వంటి ఆహార పదార్థాలు మెదడును శక్తివంతంగా ఉంచుతాయి. వ్యాయామం ఉ ద్వారానే మెదడును సక్రియం చేయడం శారీరక శ్రమ లేకపోతే మెదడు నెమ్మదిచిపోతుంది. కాబట్టి వ్యాయామాన్ని నిత్యత్రయంగా చేసుకోవాలి. నడక, జాగింగ్, యోగా వల్ల రక్త ప్రసారణను మెరుగుపరిచి మెదడుకు ఆక్సిజన్ ను సరఫరా చేస్తాయి. ధ్యానం ఉ ప్రాణాయామం చేస్తే ఒత్తిడిని తగ్గించడంతో పాటు మెదడును ప్రశాంతంగా ఉంచుతాయి. శరీర ధృఢత్వాన్ని పెంచే వ్యాయామాలైన స్ట్రెచింగ్, స్విమ్మింగ్, డాన్స్ వంటి శారీరక శ్రమలు మెదడు కణాలను ఉత్తేజితం చేస్తాయి. మెదడును శక్తివంతంగా ఉంచే అలవాట్లు క్రాస్ వర్క్, పజిల్స్, సుదోకు వంటి అలవాట్లు పెంచుకోండి. ఇది మెదడు చురుకుగా ఉండటానికి సహాయపడతాయి. పుస్తకాలు చదవడం వల్ల జ్ఞాపకశక్తిని పెంచుతుంది. కొత్త భాష లేదా నైపుణ్యాన్ని అభ్యాసం చేయడం వల్ల మెదడు వినియోగం నివారించడంలో సహాయపడుతుంది. చిత్రలేఖనం, సంగీతం, క్రియేటివ్ ఆర్ట్స్ మీ మెదడు ఉత్తేజితంగా ఉండేందుకు సహాయపడతాయి. ఒత్తిడిని నియంత్రించుకోవడానికి ప్రయత్నించండి. రోజుకు 7-8 గంటలు నిద్రపోవడం ద్వారా మెదడు విశ్రాంతి తీసుకుంటుంది. అధిక బరువు మెదడు పనితీరును దెబ్బతీస్తుంది. పాజిటివ్ గా ఉండడం అలవాటు చేసుకోండి. ఇది సంతోషంగా ఉండే వ్యక్తుల మెదడు చురుకుగా పనిచేస్తుంది. ంటీబనీ ఫీవర్లు, ఖర్చుల తింటే రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు పెరుగుతాయా? ఇంకెన్ని సమస్యలు వస్తాయో తెలుసా? ఇంటి చిట్టలు బాదం ఉ గుడ్లు తీసుకోండి. రోజు 5-6 బాదం తినడం మెదడు చురుకుగా ఉండేందుకు సహాయపడుతుంది. అదే విధంగా మెంతులు ఉ జీలకర్ర నీళ్లు తాగడం అలవాటు చేసుకోండి. ఇవి మెదడుకు అవసరమైన పోషకాలను అందిస్తాయి. తులసి, అశ్వగంధ, బ్రాహ్మి వంటివి తీసుకోండి. ఇవి మెదడు శక్తిని పెంచే సహజమైన ఆయుర్వేద మూలికలుగా పనిచేస్తాయి. జ్ఞాపకశక్తి మందగించకుండా ఉండాలంటే, సరైన ఆహారం, వ్యాయామం, నిద్ర, మెదడుకు మానసిక శ్రమ ఇవన్నీ సమతుల్యంగా ఉండాలి. మన మెదడును ఉపయోగంలో ఉంచే ప్రయత్నం చేయాలి. జీవితంలో చిన్న మార్పులతో మెదడు సామర్థ్యాన్ని మెరుగుపరుసుకోవచ్చు. ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలి పాటించడం ద్వారా మెదడు చురుకుగా ఉండేలా చూసుకోవచ్చు.



ఎక్కువసేపు కూర్చోంటున్నారా? అయితే ఈ డేంజర్ జబ్బులను ఆహ్వానించినట్లే!

నేటి ఆధునిక జీవనశైలిలో కూర్చోవడం సర్వ సాధారణమైపోయింది. మనం ఆఫీస్ లో పని చేయడానికి, బస్సులో ప్రయాణం చేయడానికి, విశ్రాంతి తీసుకోవడానికి, వినోదం కోసం ఇలా అన్నింటికీ కూర్చోబిట్టాము. వ్యాయామం, నడక తగ్గిపోయింది. కానీ మీరు ఎక్కువసేపు కూర్చోంటే ఆరోగ్యం ప్రమాదంలో పడుతుంది. లేనిపోని ఆరోగ్య సమస్యలు తెచ్చుకుంటున్నాం. తాజాగా అధ్యయనాల్లో ఊహించని విషయాలు వెలుగులోకి వచ్చాయి. ఇది మన ఆరోగ్యాన్ని ఎలా దెబ్బతీస్తుందో తెలుసుకుందాం.. కూర్చోవడం గుండెకు శత్రువు! ఎక్కువసేపు కూర్చోవడం వల్ల మీ రక్త ప్రసారణ మందగిస్తుంది, రక్త నాళాలు గట్టిపడతాయి, గుండె జబ్బులు వచ్చే ప్రమాదం పెరుగుతుంది. వ్యాయామం చేయకపోవడం, ఎక్కువసేపు కూర్చోవడం వల్ల రక్తంలో కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలు పెరుగుతాయి, ఇది గుండె జబ్బులకు మరో కారణం. మధుమేహం వ్యాధికి ఆహ్వానం ఎక్కువసేపు కూర్చోవడం వల్ల మీ శరీరం ఇన్సులిన్ ను సరిగ్గా ఉపయోగించలేకపోతుంది, ఇది మధుమేహం (టైప్ 2 డయాబెటిస్) వచ్చే ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది. వ్యాయామం చేయకపోవడం, ఎక్కువసేపు కూర్చోవడం వల్ల బరువు పెరుగుతారు, ఇది కూడా మధుమేహానికి దారితీస్తుంది. బరువు పెరగడానికి రహదారి ఎక్కువసేపు కూర్చోవడం వల్ల మీరు తక్కువ కేలరీలు బర్న చేస్తారు, ఇది బరువు పెరగడానికి దారితీస్తుంది. వ్యాయామం చేయకపోవడం, ఎక్కువసేపు కూర్చోవడం వల్ల మీ జీవక్రియ మందగిస్తుంది, ఇది కూడా బరువు పెరగడానికి కారణమవుతుంది. ఊబకాయం అనేక ఇతర ఆరోగ్య సమస్యలకు దారితీస్తుంది, కాబట్టి బరువును అదుపులో ఉంచుకోవడం చాలా ముఖ్యం. వెన్ను నొప్పి, మెద నొప్పి ఎక్కువసేపు కూర్చోవడం వల్ల మీ వెన్ను, మెదపై ఒత్తిడి పెరుగుతుంది, ఇది వెన్ను నొప్పి, మెద నొప్పికి దారితీస్తుంది. తప్పు భంగిమలో కూర్చోవడం వల్ల ఈ సమస్యలు మరింత తీవ్రమవుతాయి. సరైన భంగిమలో కూర్చోవడం, క్రమం తప్పకుండా లేచి తిరగడం వెన్ను నొప్పి, మెద నొప్పిని నివారించడంలో సహాయపడుతుంది. తాజా అధ్యయనంలో షాకింగ్ విషయాలు వెలుగులోకి! క్యాన్సర్ కారకం కావచ్చు. కొన్ని అధ్యయనాలు ఎక్కువసేపు కూర్చోవడం వల్ల కొన్ని రకాల క్యాన్సర్లు వచ్చే ప్రమాదం పెరుగుతుందని సూచిస్తున్నాయి, ముఖ్యంగా పెద్దపేగు క్యాన్సర్, ఎండోమెట్రియల్ క్యాన్సర్. దీనికి ఖచ్చితమైన కారణం ఇంకా తెలియకపోయినా, ఎక్కువసేపు కూర్చోవడం వల్ల శరీరంపై అనేక ప్రతికూల ప్రభావాలు ఉంటాయని భావిస్తున్నారు, ఇది క్యాన్సర్ అభివృద్ధికి దోహదం చేస్తుంది. మానసిక ఆరోగ్యంపై దెబ్బ ఎక్కువసేపు కూర్చోవడం వల్ల మీ మానసిక ఆరోగ్యం కూడా దెబ్బతింటుంది. వ్యాయామం చేయకపోవడం, ఎక్కువసేపు కూర్చోవడం వల్ల ఒత్తిడి, ఆందోళన పెరుగుతాయి. శారీరక శ్రమ లేకపోవడం వల్ల మెదడులో సెరోటోనిన్ వంటి రసాయనాల ఉత్పత్తి తగ్గుతుంది, తద్వారా మత్స్యతని తగ్గుతుంది. కూర్చోవడం తగ్గించడానికి మార్గం లేదా? ఎక్కువసేపు కూర్చోవడం వల్ల వచ్చే ప్రమాదాల గురించి తెలుసుకున్న తర్వాత, కూర్చోవడం తగ్గించడానికి కొన్ని మార్గాలను చూడటం ముఖ్యం. మీరు ఎక్కువసేపు కూర్చోవాలని వస్తే, ప్రతి 30 నిమిషాలకు ఒకసారి లేచి నిలబడండి, కొన్ని నిమిషాలు నడవండి లేదా సాగదీయడం చేయండి. వీలైతే, నిలబడి పనిచేయడానికి ప్రయత్నించండి. మీరు స్టాండ్ డెస్క్ ఉపయోగించవచ్చు లేదా మీ ల్యాప్ టాప్ ను ఎత్తుగా ఉంచి నిలబడి పనిచేయవచ్చు ప్రయాణం చేయడానికి కారు లేదా బస్సుకు బదులుగా నడవడం లేదా సైకిల్ తొక్కడం ఎంచుకోండి. లిఫ్ట్ లేదా ఎస్కేటర్ ఉపయోగించకుండా మెట్లు ఎక్కడానికి ప్రయత్నించండి. క్రమం తప్పకుండా వ్యాయామం చేయడం వల్ల ఎక్కువసేపు కూర్చోవడం వల్ల వచ్చే అనేక ఆరోగ్య సమస్యలను నివారించవచ్చు. రోజుకు కనీసం 30 నిమిషాల పాటు వ్యాయామం చేయడానికి ప్రయత్నించండి.



కూల్ డ్రింక్స్ తో నోటి క్యాన్సర్ ముప్పు.. తాజా అధ్యయనంలో షాకింగ్ విషయాలు వెలుగులోకి!

ఆరోగ్యమే మహాభాగ్యం అంటారు పెద్దలు. కానీ నేటి ఆధునిక జీవనశైలిలో ఆహారపు అలవాట్లు మార్చి మారిపోయాయి. ముఖ్యంగా యువతరం కూల్ డ్రింక్స్, స్వీట్ డ్రింక్స్ అంటూ తీపి పానీయాలకు బానిసలవుతున్నారు. వీటివల్ల కలిగే అసర్వాల గురించి తెలిసినా ఏ మాత్రం పట్టించుకోవడం లేదు. తాజాగా జరిగిన ఒక అధ్యయనంలో షాకింగ్ విషయాలు వెలుగులోకి వచ్చాయి. రోజుకు ఒక్క తీపి పానీయం తాగే మహిళలకు నోటి క్యాన్సర్ వచ్చే ప్రమాదం ఐదు రెట్లు ఎక్కువ అని తేలింది! నోటి కుహరంలో ఏర్పడే క్యాన్సర్ మహిళల్లో వేగంగా పెరుగుతోందని వాషింగ్టన్ విశ్వవిద్యాలయం నిర్వహించిన తాజా అధ్యయనంలో వెల్లడైంది. ముఖ్యంగా షాగిత్రాగని, మధ్యం సేవించని యువతల్లో ఈ క్యాన్సర్ కేసులు అధికంగా సమాధు కావడం వైద్య నిపుణులను సైతం ఆందోళనకు గురిచేస్తోంది. దీనికి ప్రధాన కారణం ఆహారపు అలవాట్లనే వరిశోధకులు చౌబులనారు. జువా ఓటోలానిస్ లాంటి ఆండ్ నెక్ సర్జరీ జర్నల్లో ప్రచురించబడిన ఈ అధ్యయనం ప్రకారం, తీపి పానీయాలకు పెద్ద పేగు, జీర్ణశయాంతర క్యాన్సర్లతో సంబంధం ఉందని తెలిపింది. కానీ, తల, మెదడు క్యాన్సర్లతో వాటి సంబంధంపై ఇప్పటివరకు పెద్దగా పరిశోధనలు జరగలేదు. ఈ నేపథ్యంలో వాషింగ్టన్ విశ్వవిద్యాలయం చేసిన ఈ అధ్యయనం ఎన్నో ఆసక్తికర



విషయాలను వెల్లడించింది. అయితే “నోటి కుహర క్యాన్సర్.. రొమ్ము, పెద్దపేగు క్యాన్సర్ కంటే తక్కువ. ప్రతి సంవత్సరం 100,000 మందికి 4-4.3 కేసులు సమాధవుతున్నాయి. అయితే, షాగిత్రాగని, మధ్యం సేవించని మహిళల్లో నోటి కుహర క్యాన్సర్ కేసులు పెరుగుతుండటం ఆందోళన కలిగిస్తోంది” అని అధ్యయన ప్రధాన రచయిత, వాషింగ్టన్ యూనివర్సిటీ సూల్ ఆఫ్ మెడిసిన్ యొక్క ఓటోలానిస్ లాంటి ఆండ్ నెక్ సర్జరీ అసిస్టెంట్ ప్రొఫెసర్ డాక్టర్ బ్రెన్డన్ పేర్సాన్లు. తీపి పదార్థాలు నేరుగా క్యాన్సర్ కు కారణం కానప్పటికీ, వాటిని ఎక్కువగా తీసుకోవడం వల్ల ఊబకాయం వస్తుంది. ఊబకాయం అనేక రకాల క్యాన్సర్లకు ముఖ్యంగా నోటి క్యాన్సర్ కు ప్రధాన ప్రమాద కారకం అని వైద్య నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. అంతేకాదు, తీపి పానీయాలు ఎక్కువగా తాగడం వల్ల శరీరంలో మంట, డయాబెటిస్ వంటి ఇతర ఆరోగ్య సమస్యలు కూడా వస్తాయి. ఇవి కూడా క్యాన్సర్ కు కారణమయ్యే అని చెబుతున్నారు. ఈ ఆకులు దొరికితే ఆహారంలో చేర్చుకోండి!” నోటి క్యాన్సర్ అంటే ఏమిటి? నోటి క్యాన్సర్ మీ నోటి లోపల ఏర్పడుతుంది. ఇది పెద్దపులు, చిగుళ్లు, నాలుక, బుగ్గలు, నోటి సైకిల్ లేదా నోటి దిగువ భాగంలో ఏర్పడే సంభవించవచ్చు. సాధారణంగా నోటిలో వచ్చే సమస్యల్లో ఇది కూడా మొదలవుతుంది. తెల్లటి మచ్చలు లేదా రక్తస్రావం అయ్యే పుండ్లు వంటివి కనిపిస్తాయి. కానీ సాధారణ సమస్యలకు, క్యాన్సర్ కు మధ్య తేడా ఏమిటంటే, ఈ మార్పులు రెండు వారాల్లో తగ్గుతాయి. చికిత్స చేయకుండా వదిలేస్తే, నోటి క్యాన్సర్ మీ నోరు, గొంతు నుండి తల, మెదలోని ఇతర భాగాలకు వ్యాపిస్తుంది. నిపుణుల అభిప్రాయం ప్రకారం, నోటి కుహర క్యాన్సర్ నిర్ధారణ అయిన బద్దే తర్వాత 63 శాతం మంది మాత్రమే జీవించి ఉన్నారు. అందుకే, నోటి క్యాన్సర్ ను ప్రారంభ దశలోనే గుర్తించడం చాలా ముఖ్యం. నోటి క్యాన్సర్ సంకేతాలు, లక్షణాలు: నోటి క్యాన్సర్ కు సంబంధించిన అనేక సంకేతాలు, లక్షణాలు సాధారణ సమస్యలు లేదా నోటిలో వచ్చే మార్పులుగా పొరబడే అవకాశం ఉంది. పెద్దపేపు లేదా నోటి లోపల పుండ్లు సులభంగా రక్తస్రావం అవుతాయి, రెండు వారాల్లో నయం కావు. నోటిలో కారణం లేకుండా రక్తస్రావం అవడం. ముఖం, మెదపై లేదా నోటిలో తిమ్మిరి, నొప్పి లేదా నున్నితత్వం కనిపించడం. సమలడం లేదా మింగడం, మాట్లాడటం లేదా దవడం లేదా నాలుకను కదిలించడంలో ఇబ్బంది. కారణం లేకుండా బరువు తగ్గడం. దీర్ఘకాలిక దుర్వాసన రావడం వంటి లక్షణాలు కనిపించవచ్చు. కాబట్టి, వీటిని తేలికగా తీసుకోకుండా వెంటనే వైద్యులను సంప్రదించడం మంచిది. ” అనారోగ్యాల పాలు చేస్తున్న తీపి పానీయాలు తాగడం తగ్గించండి. ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం తీసుకోండి. నోటి ఆరోగ్యంపై శ్రద్ధ వహించండి. నోటిలో ఎలాంటి మార్పులు కనిపించినా వెంటనే వైద్యులను సంప్రదించండి. ముందు జాగ్రత్తలు తీసుకుంటే, నోటి క్యాన్సర్ ముప్పును నివారించవచ్చు.



ఆస్కార్ బరికి పంపిన మూవీపై పెద్ద కాపీ క్యాట్ వివాదం



బాలీవుడ్ ప్రముఖ హీరో అమిర్ ఖాన్ మాజీ భార్య, దర్శకురాలు కిరణ్ రావు తెరకెక్కించిన 'లాపాటా లేడిన్' ఆస్కార్ రేసులోను పోటీకి దిగిన సంగతి తెలిసిందే. ఇది ఒక సెటైరికల్ కామెడీ మూవీ. ఈ చిత్రం 2019లో వచ్చిన 'బుర్కా సిటీ' అనే అరబిక్ లభ్య చిత్రానికి కాపీ అంటూ ఆరోపణలు వస్తున్నాయి. ఇటీవల 'బుర్కా సిటీ' నుండి వచ్చిన ఒక వీడియో క్లిప్ సోషల్ మీడియాలో వైరైంది. ఇది చూశాక.. కిరణ్ రావు బాలీవుడ్ సినిమా ఒరిజినల్ నా? కాదా అనే సందిగ్ధత మొదలైంది. వైరల్ 'అరబిక్' సినిమా కథాంశం ప్రకారం.. ఒక సూతన వరుడు తన భార్య కోసం వెతుకులాడుతూ ఉంటాడు. అమె స్నానంలో బుర్కా ధరించిన మరొక మహిళ పొరపాటున వచ్చి చేరుతుంది. ఆ తర్వాత ఏం జరిగిందనేది సినిమా. ఇదే లైన్ తో 'లాపాటా లేడిన్' కూడా తెరకెక్కింది. దీంతో నెటిజనులు ఖంగు తిన్నారు. అంత పెద్ద స్టార్ హీరో వైఫ్.. ప్రముఖ దర్శకురాలు ఇలా కాపీ క్యాట్ సినిమా చేయడమే గాక, ఆస్కార్ అవార్డ్ రేసుకి పంపుతారా? అంటూ నెటిజనులు విస్మయం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. కిరణ్ రావు అరబిక్ సినిమా థీమ్ ను కాపీ చేశారా? అంటూ ఆశ్చర్యపోయారు. బాలీవుడ్ లో అన్నీ కాపీ క్యాట్ సినిమాలే. ఏదీ ఒరిజినల్ కథాంశంలా అనిపించదు. అవన్నీ వేరే చోట నుండి కాపీ పేస్ చేసినవే. సిగ్గులేకుండా ఒరిజినల్ రచనగా పబ్లిసిటీ చేసుకుంటారు!" అని ఒక నెటిజన్ ఘాటుగా స్పందించారు. భారతదేశంలో దోపిడీ కథలే కానీ, కొత్త కథలేవీ ఉండవు.. అని మరొకరు విమర్శించారు. లాపాటా లేడిన్ ఒరిజినల్ సినిమా అని నేను భావించాను.. కాదు అని తేలింది! అని మరో వ్యక్తి అన్నారు. లాపాటా లేడిన్ 2024 మార్చి 1న థియేటర్లలో విడుదలైంది. కిరణ్ రావు

దర్శకత్వం వహించిన ఈ చిత్రంలో స్పర్డ్ శ్రీవాస్తవ, ప్రతిభా రంథా, నితాన్ని గోయల్, రవి కిషన్ ప్రధాన పాత్రల్లో నటించారు. విలేజ్ నేవధ్యంలో ఆద్యంతం కామెడీ సెటైరికల్ కంటెంట్ తో ఇది రూపొందింది. రైలు ప్రయాణంలో ఇద్దరు పెళ్లి కొడుకులు తమ పెళ్లికూతుళ్లు మారిపోయాక ఎలా షాక్ కి గురయ్యారు? ఆ తర్వాత కథేమిటి? అన్నది తెరపై ఆవిష్కరించారు. మారిపోయిన వధువుల కోసం భర్తల వెతుకులాట, ఆరాటం నేవధ్యంలో సినిమా ఆద్యంతం రక్తి కట్టిస్తుంది. అమిర్ ఖాన్ ప్రొడక్షన్స్ -కింగ్స్ ప్రొడక్షన్స్ బ్యానర్లలో నిర్మించిన ఈ చిత్రంలో ప్రధానమైన పాయింట్ ఆకర్షిస్తుంది. ధోబీ ఫూట్ తర్వాత కిరణ్ రావు దర్శకురాలిగా రీఎంట్రీ ఇచ్చిన చిత్రమిది. థియేటర్లలో విడుదలకు ముందు ఈ చిత్రం 2023లో ప్రతిష్టాత్మక టొరంట్ ఇంటర్నేషనల్ ఫిల్మ్ ఫెస్టివల్ (ఎంకూఈ)లో ప్రదర్శితమైంది. ఉత్సవంలో హాజరైన ప్రేక్షకుల నుండి దీనికి స్టాండింగ్ ఒవేషన్ లభించింది. 2025 ఆస్కార్లలో అంతర్జాతీయ ఫీచర్ ఫిల్మ్ విభాగంలో భారతదేశం తరపున అధికారికంగా 'లాపాటా లేడిన్' పోటీబరిలో నిలిచింది.

దేవర2పై ఇంట్రెస్టును పెంచిన ఎన్టీఆర్

మ్యూజ్ ఆఫ్ మా సెన్ ఎన్టీఆర్ హీరోగా కొరటాల శివ దర్శకత్వంలో తెరకెక్కిన సినిమా దేవర1. గతేడాది సెప్టెంబరులో రిలీజైన ఈ సినిమా మంచి హిట్ గా నిలిచింది. బాక్సాఫీస్ వద్ద కూడా దేవర మంచి కలెక్షన్లను రాబట్టింది. ఇదిలా ఉంటే రీసెంట్ గా ఈ సినిమా జపాన్ లో రిలీజైన విషయం తెలిసిందే. దేవర జపాన్ లో రిలీజవుతున్న సందర్భంగా హీరో ఎన్టీఆర్, కొరటాల శివ జపాన్ వెళ్లి దేవర ప్రమోషన్స్ లో పాల్గొన్నారు. సినిమా ప్రీమియర్ తర్వాత ఎన్టీఆర్, కొరటాల శివ అక్కడి మీడియాతో మాట్లాడారు. ఈ సందర్భంలో ఎన్టీఆర్ కు దేవర2కు సంబంధించిన ప్రశ్న ఎదురైంది. దేవర చాలా పెద్ద కథ అని, దేవర1 అందరిలో సగం మాత్రమేనని, నెక్స్ట్ పార్ట్ చాలా అద్భుతంగా ఉండబోతుందని ఎన్టీఆర్ చెప్పాడు. దేవర1లో అందరూ దేవర గురించి చాలా తెలుసుకున్నారు. కానీ ఈసారి వర తో పాటూ దేవరకు అసలు ఏం జరిగిందో తెలుసుకుంటారని చెప్పాడు ఎన్టీఆర్. ఆల్రెడీ దేవర2 కు సంబంధించిన స్క్రిప్ట్ ఆలోస్ట్ కంప్లీట్ అయిందని, 2026 ఫిబ్రవరిలో దేవర2 సెట్స్ పైకి వెళ్లనుందని ఎన్టీఆర్ తెలిపాడు. అంటే ఈ లోపు ఎన్టీఆర్ తన ఒప్పుకున్న సినిమాలను పూర్తి చేయాల్సి ఉండవచ్చు. యువ సుధ ఆర్ట్స్ మరియు ఎన్టీఆర్ ఆర్ట్స్ బ్యానర్లు సంయుక్తంగా నిర్మించనున్న ఈ సినిమా చాలా గొప్ప మూవీ అవుతుందనే నమ్మకముందని ఎన్టీఆర్ చెప్పాడు. జానీస్ కపూర్ హీరోయిన్ గా నటించనున్న ఈ మూవీలో సైబ్ అలిఖాన్ తో పాటూ బాబీ దియోల్ కూడా విలన్ పాత్ర చేయనున్నాడని అంటున్నారు. దేవర2కు



కూడా అనిరుద్ధ్ సంగీతం అందిస్తాడు. హ్యూటిక్ రోషన్ తో కలిసి వారి2 చేసిన ఎన్టీఆర్, ఇప్పుడు ప్రకాంత్ సీల్ దర్శకత్వంలో ఓ యాక్షన్ ఎంటర్టైనర్ చేస్తున్న సంగతి తెలిసిందే. ప్రకాంత్ సీల్ సినిమా ఆల్రెడీ సెట్స్ పైకి వెళ్లి షూటింగ్ జరుపుకుంటుంది. వచ్చే ఏడాది సంక్రాంతికి సీల్ - ఎన్టీఆర్ సినిమా రిలీజ్ కానుండగా, ఈ ఇయర్ నవంబర్ ఎండింగ్ కు షూటింగ్ పూర్తి చేసి సినిమా రిలీజయ్యాక దేవర2 ను సెట్స్ పైకి తీసుకెళ్లాలని ప్లాన్ చేసుకున్నారు ఎన్టీఆర్.

విశ్వంభరలో మెగాస్టార్ గాయకుడిగా!



మెగాస్టార్ చిరంజీవి కథానాయకుడిగా వశిష్ట దర్శకత్వంలో సోషియా ఫాంటసీ డ్రిల్లర్ 'విశ్వంభర' తెర కెక్కుతోన్న సంగతి తెలిసిందే. రెండు పాటల చిత్రీకరణ మినహా షూటింగ్ అంతా పూర్తయింది. ఇప్పటికే పోస్ట్ ప్రొడక్షన్ పనులు కూడా శర వేగంగా జరుగుతున్నాయి. సోషియా ఫాంటసీ చిత్రం కావడంతో సీజీ వర్క్ కూడా ఎక్కువగానే ఉంది. దీంతో హాంకాంగ్ సహా హైదరాబాద్ లోనూ ఆ పనులు జరుగుతున్నాయి. ఈ సినిమా కోసం చిరంజీవి గాయకుడిగా మారబో తున్నారు. ఆయన ఓ పాట పాడుతున్నారు. సంగీత దర్శకుడు కీరవాణి ఆ పాటకు

చిరంజీవి వాయిస్ అయితే బాగుంటుందని భావించి పాడలని కోరారు. చిరంజీవి తొలుత తన వల్ల కాదు అన్నీ కీరవాణి పట్టుబట్టడంతో అంగీకరించినట్లు నన్నిహితవుల సమాచారం. - ఆస్కార్ బరికి పంపిన మూవీపై పెద్ద కాపీ క్యాట్ వివాదం మరి చిరంజీవి పాడబోయే ఆ పాట సంగీతంలో అధికారికంగా ప్రకటిస్తే గానీ క్షారిటీ రాదు. చిరంజీవి కి పాటలు పాడటం కొత్తే కాదు. ఇప్పటికే కొన్ని సినిమాల్లో అవసరం గాయకుడిగా గొంతు సవరించారు అయితే అది జరిగి చాలా కాలమవుతోంది. 'చూడాలని వుంది', 'మృగరాజు', 'మాస్టర్' లాంటి చిత్రాల్లో పాటలు పాడారు. ఆ తర్వాత మళ్లీ అలాంటి ఛాన్స్ తీసుకోలేదు. మధ్యలో రాజకీయాల్లోకి వెళ్లడంతో సినిమాలకు గ్యాప్ ఏర్పడింది. కంబ్యాక్ తర్వాత మరే సినిమాలోనూ పాడే అవకాశం రాలేదు. మళ్లీ ఇంత కాలనికి కీరవాణి చొరవ తీసు కోవడంతో గాయకుడిగా మారుతున్నారు.



గ్లింప్స్ సీజీకే కోటి మల సినిమాకు ఎంత ఖర్చు చేస్తారో?

ఈ మధ్య సినిమా కాన్సెప్ట్స్ బట్టి గ్లింప్స్లు చేయడం అలవాటుగా మారింది. దీని కోసం కొంత మంది డైరెక్టర్లు నామినల్ గా ఖర్చు చేస్తుంటే మరి కొంత మంది డైరెక్టర్లు మాత్రం భారీగా ఖర్చు చేస్తున్నారు. దాంతో షూటింగ్ కు ముందే ప్రాజెక్ట్ పై ప్రేక్షకుల్లో అంచనాల్ని పెంచేస్తున్నారు. ఈ విషయంలో యంగ్ డైరెక్టర్ శ్రీకాంత్ ఓదెల ముందు వరుసలో నిలుస్తున్నారు. 'దసరా' సినిమాతో దర్శకుడిగా గుర్తింపుని సొంతం చేసుకున్న శ్రీకాంత్ మరో సారి నానితో భారీ సినిమాకు శ్రీకారం చుట్టిన విషయం తెలిసిందే. 'దసరా' షూటింగ్ కు ముందు గ్లింప్స్ ని రిలీజ్ చేసి అందరి దృష్టిని ఆకర్షించిన శ్రీకాంత్ ఓదెల ప్రస్తుతం నేమరల్ స్టార్ నానితో చేస్తున్న 'ది ప్యారడైజ్' మూవీకి కూడా అదే ఫార్ములాని ఫాలో అవుతున్నాడు. 'దసరా' పాన్ ఇండియా హిట్ తో నాని వంద కోట్ల క్లబ్ లో చేరిన శ్రీకాంత్ 'ది ప్యారడైజ్' ని ఓ రేంజ్ లో తెరపైకి తీసుకురాబోతున్నాడు. ఇటీవలే ఈ మూవీకి సంబంధించిన గ్లింప్స్ ని విడుదల చేయడం తెలిసిందే. 'రా ట్రూత్ రా ల్యాంగ్వేజ్' పేరుతో విడుదల చేసిన గ్లింప్స్ అందులో వాడిన రా కంటెంట్ ఇండస్ట్రీ వర్గాల్లోనే కాకుండా ఆడియన్స్ లోనూ చర్చకు దారితీసింది. లేడీ వాయిస్ తో నాని క్యారెక్టర్ ని తెలియజేస్తూ రూపొందించిన గ్లింప్స్ టాక్ ఆఫ్ ది ఇండస్ట్రీ గా నిలిచింది. ఓ వర్గం కోసం నాయకుడిగా నిలబడిన ఓ యువకుడి కథగా ఈ సినిమాని శ్రీకాంత్ ఓదెల తెరకెక్కిస్తున్నట్లుగా గ్లింప్స్ ని బట్టి స్పష్టమైంది. అయితే ఈ గ్లింప్స్ సీజీ కోసం మేకర్స్ ఏకంగా కోటి ఖర్చు చేశారట. ప్రస్తుతం ప్రీ ప్రొడక్షన్ దశలో ఉన్న ఈ మూవీ గ్లింప్స్ ని మొత్తం సీజీలోనే రూపొందించారు. దీంతో దీని కోసం కోటి పైనే ఖర్చు చేయాల్సి వచ్చిందట. మరి గ్లింప్స్ కే కోటి ఖర్చు చేస్తే సినిమాకు ఎంత బడ్జెట్ కేటాయింబోతున్నారో అనే చర్చ మొదలైంది. 'దసరా'తో భారీ విజయాన్ని అందించిన శ్రీకాంత్ పై ఉన్న నమ్మకంతో నిర్మాత చెరుకూరి సుధాకర్ భారీ బడ్జెట్ తో ఈ మూవీని తెరపైకి తీసుకొస్తున్నారని తెలిసింది. మ్యూక్సిమమ్ మ్యూడ్ నెస్ ఉండే ఈ మూవీ నాని నమ్మకాన్ని ఏ మేరకు నిలబెడుతుందో వేచి చూడాలి.



జాగ్రత్త! హైదరాబాద్ రకము (అ 43/మహేంద్ర రకము) ప్రభుత్వ కనీస మద్దతు ధరకు కానుకలు కేంద్రాల ఏర్పాటు చేసినట్లు జాయింట్ కలెక్టర్ సి విష్ణు చిర్రే తెలిపారు



నంద్యాల(విజయ సారథి): ప్రస్తుతము జొన్నలు కనీస మద్దతు ధర క్వింటాలుకు రూ.3,371/- రైతులందరూ జొన్నలను పొర సరఫరాల సంస్థ ద్వారా ప్రభుత్వ కనీస మద్దతు ధరకు విక్రయించాలన్నారు. ఈ నెల 1న ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర పౌర సరఫరాల సంస్థ ఇన్చేజర్ సర్కులర్ ఆదేశాల ప్రకారం నంద్యాల జిల్లాలో పండించిన జొన్నలు అయిన హైబ్రిడ్ రకము అయిన (సి43/మహేంద్ర రకము), జొన్నలను ప్రభుత్వ కనీస మద్దతు ధరకు రైతు సేవా కేంద్రాల ద్వారా కొనుగోలు చేయటం ఆదేశాలు జారీ చేయడం జరిగినదన్నారు. రైతులందరూ తమ సమీప రైతు సేవా కేంద్రాల నందు ఈ క్రాప్, ఈ కేవైసీ తో పాటు తమ పేర్లను నమోదు చేయించుకొనాలన్నారు. ఈ క్రాప్, ఈ కేవైసీ తో పాటు తమ పేర్లను నమోదు చేయించుకున్న రైతులు మాత్రమే కొనుగోలుకు అర్హులని తెలిపారు. జిల్లాలోని రైతు లందరికీ తెలియచేయడం ఏమనగా, రైతులు తాము పండించిన జొన్నలను ప్రభుత్వం నిర్ణయించినట్లువంటి కనీస మద్దతు ధర క్వింటా కు రూ.3,371/- చొప్పున ప్రభుత్వం నిర్దేశించిన నాణ్యత ప్రమాణాలకు లోబడి కొనుగోలు జరపాలన్నారు. హామీలను రైతులే ఏర్పాటు చేసుకుంటే హామీల ఖర్చులను ప్రభుత్వమే అదనంగా ఇస్తుందన్నారు. గోనే సంచలను మరియు జొన్నలను రవాణా చేయటం గల రవాణా ఖర్చులను ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర పౌర సరఫరాల సంస్థ భరిస్తుందన్నారు. కొనుగోలు చేసిన వెంటనే ప్రభుత్వం నిర్ణయించిన కనీస మద్దతు ధర మొత్తాన్ని రైతుల బ్యాంక్ ఖాతాలో నేరుగా జమచేయడం జరుగుతుందన్నారు. కావున ఈ అవకాశాన్ని జిల్లాలోని రైతులందరూ సద్వినియోగం చేసుకోవలసినదిగా జిల్లా జాయింట్ కలెక్టర్ సి విష్ణు చిర్రే తెలిపారు. x

శ్రీ సుబ్రహ్మణ్యస్వామివారికి విశేష అభిషేకం

శ్రీవైలం(విజయ సారథి):లోక కల్యాణం కోసం దేవస్థానం షష్ఠిని పురస్కరించుకుని గురువారం ఉదయం ఆలయప్రాంగణంలోని శ్రీసుబ్రహ్మణ్యస్వామి (కుమారస్వామి) వారికి విశేష పూజలను నిర్వహించడంప్రతి మంగళవారం మరియు కృత్తికానక్షత్రం, షష్ఠి తిథి రోజులలో శ్రీ సుబ్రహ్మణ్యస్వామి వారికి ఈ విశేష అభిషేకం మరియు పూజాదికాలు చేపట్టడం సేవగా (నర్కారీ సేవగా) నిర్వహించబడుతున్నాయి. కుమారస్వామివారికి పూజల జరపడం వలన లోకకల్యాణమే కాకుండా ప్రతి ఒక్కరికీ ఉద్యోగ, వ్యాపార, వ్యవహారాలలో ఆటంపోట్లు తొలగి ఆయా వసులు నక్షత్రంగా జరుగుతాయి. సుబ్రహ్మణ్యస్వామి అనుగ్రహంతో శత్రుభాదలు, గ్రహపీడలు, దృష్టి దోషాలు మొదలైనవి తొలగిపోతాయి. అలాగే సంతానం కోసం పూజించేవారికి తప్పక సంతానభాగ్యం లభిస్తుందని చెప్పబడుతోంది. ఈ అభిషేకానికి ముందుగా దేశం శాంతిభాగాలతో విలసిల్లాలని, ప్రకృతివైపరీత్యాలు సంభవించకుండా సకాలంలో తగినంత వర్షాలు కురిసి, పంటలు బాగా పండాలని, పాడి సమృద్ధిగా ఉండాలని, జనులకు ఆయురారోగ్యాల కలిగి వారికి అకాలమరణాలు రాకుండా ఉండాలని, దేశంలో అగ్నిప్రమాదాలు, వాహన ప్రమాదాలు మొదలైనవి జరగకుండా ఉండాలని, జనులందరూ నుఖశాంతలతో ఉండాలంటూ అర్చకస్వాములు నంకల్పాన్ని వరించారు. తరువాత కార్యక్రమం నిర్విఘ్నంగా జరిగేందుకు మహాగణపతిపూజ జరిపించబడింది. ఆనంతరం శ్రీసుబ్రహ్మణ్యస్వామివారికి అభిషేకము, అర్చన తరువాత సుబ్రహ్మణ్యస్తోత్ర పారాయణలు చేయబడ్డాయి. సుబ్రహ్మణ్యస్వామి అభిషేకంలో స్వామివారికి వంచామృతాలైన పాలు, పెరుగు, తేనె, నెయ్యి, కొబ్బరి నీళ్ళు మరియు వివిధ పండ్ల రసాలతో అభిషేక కార్యక్రమం నిర్వహించడం జరిగింది. ముఖ్యంగా వివిధ పండ్ల రసాలతో చేసే అభిషేకంతో ఎంతో ఫలితం ఉంటుందని ఆగమాలను చెబుతున్నాయి.



ఆదీజం పిల్లల అభివృద్ధిపై ప్రత్యేక కథనం

నంద్యాల(విజయ సారథి):ఆదీజం (సాధారణ పిల్లలలా లేకపోవడం) ఏదీ హెచ్చి, మోటార్ స్క్రీన్ అలశ్యం వంటి సమస్యలు వున్న పిల్లలు డిసిబి సెంటర్ ద్వారా సాధారణ జీవితానికి చేరుకోని శారీరక, మానసికంగా అభివృద్ధి చెందుతున్నారు. జిల్లా కలెక్టర్ శ్రీమతి జి రాజకుమారి గురువారం నంద్యాల పట్టణంలోని ప్రభుత్వ సర్వజన వైద్యశాలలో ఆదీజం సెంటర్ ను సందర్శించి పిల్లల ఎదుగుదల గురించి సమీక్షించారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ జి. రాజకుమారి మాట్లాడుతూ ఆదీజం సంబంధిత వైకల్యాలుపై ప్రత్యేక శిక్షణ, సరైన మార్గదర్శకత్వం ఉంటే ఈ పిల్లలు సాధారణ జీవనానికి దగ్గర అయ్యే అవకాశం ఉందని తెలిపారు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఈ దిశగా ప్రత్యేక శిక్షణ కార్యక్రమాలను అమలు చేస్తుందని, ఆదీజం కలిగిన పిల్లలకు స్పీచ్ థెరపీ, బిహేవియర్ మోడిఫికేషన్, ఫిజియోథెరపీ వంటి సేవలను అందించేందుకు చర్యలు తీసుకుంటుందని తెలిపారు. అవై సెంటర్ ద్వారా శిక్షణ పొందుతూ శారీరక, మానసికంగా అభివృద్ధి చెందుతున్నారు. ప్రత్యేక శిక్షణ, స్పీచ్ థెరపీ, బిహేవియర్ మోడిఫికేషన్, ఫిజియోథెరపీ వంటి విధానాల ద్వారా వీరు సామాజికంగా మేలిమి మార్పులు సాధించారు. ఈ కేంద్రంలో శిక్షణ పొందిన చాలా మంది పిల్లలు స్కూల్కు వెళ్ళే స్థాయికి చేరుకోవడం, స్వతంత్ర జీవన నైపుణ్యాలు మెరుగుపరుచుకోవడం, ఇతరులతో మెలగడం వంటి అనేక అంశాలలో పురోగతి సాధించారు. డిసిబి సెంటర్ లో అందిస్తున్న సేవల వల్ల ఈ ప్రత్యేక అవసరాలను పిల్లలు విశ్వాసంతో ముందుకు సాగుతున్నారని క్రింద పేర్కొన్న విజయ గాథలు నిరూపిస్తున్నాయి. x1) హార్షన్ - ఆదీజం పై విజయం ముందుగా ఉన్న సమస్యలు?? ఐ కాంటాక్ట్ లేకపోవడం?? పేరు పెట్టి పిలిచే స్పందించకపోవడం?? తనలో తాను మాట్లాడుకోవడం, ఎక్కువగా ఏద్యం అభివృద్ధి? ప్రస్తుతం పేరు పెట్టి స్పందిస్తున్నాడు? కొంతవరకు మాటలు మాట్లాడుతున్నాడు? ఇతరులతో కలిసే అలవాటు పెంచుకున్నాడు? కొన్ని బాడీ పార్ట్స్ గుర్తించడం, ఇంట్లో చిన్న పనులు చేయడం నేర్చుకున్నాడు? 2) విహాన్ - స్కూల్ కి వెళ్ళే స్థాయికి చేరిన బాలుడు ప్రారంభ సమస్యలు?? పదేపదే ఒకే పదాలను పలుకుతుండేవాడు? ఇతరులతో కమ్యూనికేషన్ లో సమస్య?? టాయిలెట్ కు త్రవ్వకం అలవాటు లేకపోవడం అభివృద్ధి? స్కూల్ కి వెళ్ళడం ప్రారంభించాడు? అక్షరాలు రాయడం, చిన్న మాటలు మాట్లాడడం నేర్చుకున్నాడు? తనే స్వతంత్రంగా బట్టలు మార్చుకోవడం, టాయిలెట్ అలవాటు చేసుకోవడం సాధ్యమైంది. 3) తంజీల్ - అంజీజి అ మోటార్ స్క్రీన్ అభివృద్ధి ముందుగా ఉన్న సమస్యలు?? మోటార్ స్క్రీన్ లో అలశ్యం?? టాయిలెట్ కూర్చోని చేయలేకపోవడం?? ఎక్కువగా ఏద్యం, ఇతరులతో కలవకపోవడం అభివృద్ధి? స్కూల్ కి వెళ్ళడం ప్రారంభించాడు? ఇతర పిల్లలతో కలిసిపోవడం, అక్షరాలు రాయడం ప్రారంభించాడు? స్వతంత్రంగా టాయిలెట్ అలవాటు చేసుకున్నాడు. ఆదీజం పిల్లల అభివృద్ధిపై ప్రత్యేక కథనం విభిన్న ప్రతిభావంతులకు ఎస్టిఆర్ భరోసా పెన్షన్ పథకం నంద్యాల జిల్లాలో 3.16 లక్షల మందికి ఎస్టిఆర్ భరోసా పెన్షన్లు పంపిణీ జరుగుతుందని, ఇందుకు ప్రతి నెలా ?93 కోట్లు వెచ్చిస్తున్నామని కలెక్టర్ తెలిపారు.?? వృద్ధాప్య, వితంతు

బ్యాంకు నిబంధనలు ఖాతాదారులు తెలుసుకోవాలి: ఆర్బిఐ

గోనెగండ్ల(విజయ సారథి): ట్రెనింగ్ హాల్ నందు గురువారం రిజర్వ్ బ్యాంక్ ఆఫ్ ఇండియా సౌజన్యంతో, సొసైటీ ఫర్ రూరల్ ఎకో డెవలప్మెంట్ వారి ఆధ్వర్యంలో, డిపాజిటర్ విద్య అవగాహన కార్యక్రమం, ఫండే స్కీమ్ సదస్సు నిర్వహించారు. సమస్త ఆధ్వర్యులు దామోదర్ రెడ్డి, ఏపీఎం. ఎస్. హేమలత, ఎస్పిఐ నుండి రాజ్ కుమార్, పంశీకృష్ణ, కౌన్సిల్, రిపోర్ట్ పర్సన్, కొమ్ము పాలెం శ్రీనివాస్, వెంకటేశ్వర్లు పాల్గొన్నారు. దామోదర్ రెడ్డి ఏపీఎం హేమలత, మాట్లాడుతూ, ఖాతాదారులు నాలుగు నామినేలుగా పెట్టుకోవచ్చు, కేంద్ర ప్రభుత్వం ఇటీవల పార్లమెంటులో ఆమోదించినదన్నారు. 2014లో డిపాజిటర్ ఎడ్యుకేషన్ అండ్ అవేర్నెస్ ఫండే ను, రిజర్వ్ బ్యాంక్ నెలకొల్పింది. పదేళ్లపాటు లావాదేవీలు లేని ఖాతాలోని డబ్బును, క్లీన్ చేయని డిపాజిటర్లు అండ్ క్రెడిట్ డిపాజిట్ గా పరిగణించి, బ్యాంకులు ఆ ఫండ్ను బదిలీ చేయాలి ఉంటుంది. ఇలాంటి క్రెడిట్ చేయని డిపాజిట్లు తిరిగి ఖాతాదారులకు చెల్లించడాన్ని 100 రోజులు 100 డిపాజిట్ చెల్లింపు కార్యక్రమాన్ని రిజర్వ్ బ్యాంక్ ప్రారంభించింది. అందులో భాగమే ఈ అవగాహన కార్యక్రమం అని తెలియజేశారు. ఎస్పిఐ కుమార్, పంశీకృష్ణ, కౌన్సిల్ మరయు రిపోర్ట్ పర్సన్ కొమ్ము పాలెం శ్రీనివాస్, వెంకటేశ్వర్లు మాట్లాడుతూ, ఖాతాదారులు బ్యాంకు రూల్స్ తెలుసుకోవాలి, లేకపోతే నష్టమే. ఒక్కొక్క వ్యక్తికి రెండు , మూడు, బ్యాంకు ఖాతాలు ఉన్నాయి. అవి అన్ని వినియోగములో లేకుండా , కేవలం ఒకటి మాత్రమే వినియోగిస్తుంటారు . అలాంటి అప్పుడు వినియోగదారులకు భారీ నష్టం జరగనున్నది. బ్యాంకు ఖాతాల నియమ, నిబంధనలు, ఎప్పటికప్పుడు , ఆర్బిఐ రూల్స్ ప్రకారం మారుతున్నాయి . ఈ సంవత్సరం ఏప్రిల్ 25 నుంచి రెండు , మూడు, ఖాతాలు ఉంటే వారిలో మినీమం బాలన్స్ విల్ డ్రాకు సంబంధించిన నియమ, నిబంధనలు మారాయి. మినీమం బాలన్స్ కంటే తక్కువ బ్యాలెన్స్ కలిగి ఉన్నందున, మీరు జరిమానాలు తప్పకుండా చెల్లించాల్సి ఉంటుంది. ఏటీఎం కలిగిన బ్యాంకు అయితే, నెలలో మూడుసార్లు మాత్రమే ఉచితంగా డబ్బులు తీసుకోవచ్చును . ఆ తర్వాత డ్రా చేసిన ప్రతి లావాదేవీ కి 20 నుంచి 25 రూపాయలు వరకు చార్జి చెల్లించాల్సి ఉంటుంది. సొత్త బ్యాంకు నుంచి మూడు పర్యాయాలు కంటే ఎక్కువ తీసుకున్నట్లయితే, ఇప్పుడు 17 రూపాయలు ఏప్రిల్ నెల నుండి, 19 రూపాయలు చెల్లించాలి, అదేవిధంగా బ్యాంకు స్టేట్మెంట్ బ్యాలెన్స్ చెక్ చేసుకున్న వారికి కూడా , ప్రతి లావాదేవీకి ఏడు రూపాయలు చెల్లించాల్సి ఉంటుంది. బ్యాంకు నియమా నిబంధన ప్రకారం వినియోగదారులు వ్యవహరించకుంటే , జరిమానాలు తప్పవు. రిజర్వ్ బ్యాంక్ ఆఫ్ ఇండియా, ఈ ఏడాది నుంచి అమలవుతున్న రూల్స్ ను ఖాతాదారులు తెలుసుకోవాలి. ఈ కార్యక్రమంలో సిసి లు మౌలావి, జయన్న, శ్రీనివాసులు, రమేష్ పాల్గొన్నారు.

ఘనంగా శ్రీచౌడేశ్వరీమాత జ్యోతి మహోత్సవం

బనగానపల్లె(విజయ సారథి):బనగానపల్లె మండల పరిధిలోని నందవరం గ్రామంలో వెలసిన శ్రీ కాశీ విశాలాక్షి ప్రతిరూపమైన శ్రీ చౌడేశ్వరీమాత ఉంది ఉత్సాహాల్లో భాగంగా బుధవారం ఆర్ధరాత్రి ప్రారంభమైన జ్యోతి మహోత్సవం గురువారం ఉదయం జ్యోతులన్నీ ఆలయం ఎదురుగా ఉన్న అగ్నిగుండం ప్రవేశం అనంతరం అమ్మవారి సన్నిధికి చేరుకోవడంతో ముగిసింది. రాష్ట్ర ఆర్ అండ్ బి శాఖ మంత్రి బీసీ జనార్దన్ రెడ్డి సతీమణి బీసీ ఇందిరమ్మ గురువారం ఉదయం నందవరం వచ్చి చెన్నకేశవ ఆలయం వద్దనుంచి జ్యోతిని తలపై పెట్టుకుని పాదయాత్రగా అమ్మవారి సన్నిధికి వెళ్లి ఆలయంలో అమ్మవారిని దర్శించుకుని నందవరం వచ్చి చెల్లింపుకు అందగా ఉండగా ఈ ఏడాది జ్యోతి ఉత్సవంలో పెద్ద సంఖ్యలో 1000 పైగా జ్యోతులు ఊరేగింపుగా రావడంతో నందవరం పుర వీధులు జ్యోతి దీపోత్సవకాంతలతో కనులపండుగా మారాయి. ఆలయ ఉప కమిషనర్, ముఖ్య కార్యనిర్వాహణాధికారి జి కామేశ్వర్లు , మాజీ చైర్మన్ పీవీ కుమారస్వామి రెడ్డి ఆధ్వర్యంలో ఈ జ్యోతి ఉత్సవం అత్యంత వైభవంగా నిర్వహించారు. తెల్లవారుజామున శ్రీవిశ్వబ్రాహ్మణ భూస్థలయ్య అమ్మవారికి దృష్టి చుక్క పెట్టడం, అమ్మవారి ఆలయం ఎదురుగా నిప్పును రాజేయడం ద్వారా జ్యోతి ఉత్సవాలకు అంకురార్పణ జరిగింది. ఆనంతరం ఈఓ కామేశ్వర్లు, ఆలయ కమిటీ వహీకర్ రాజేశ్వర్లరావు గ్రామంలోని జ్యోతి మండపం వద్దకు వెళ్లి పూజలు నిర్వహించి జ్యోతి ఊరేగింపు ఉత్సవాన్ని ప్రారంభించారు. ముందుగా సర్కార్ జ్యోతి బయలుదేరగా , అమ్మవారికి మొక్కు చెల్లించేవారు గోధుమపిండి, నెయ్యి ద్రవ్యాలతో జ్యోతిని తయారుచేసి, వివిధారకలుగా అలంకరించి దానిని తలపై వుంచుకుని వాద్య బృందాలు, మేళతాల మధ్య లయబద్ధంగా నృత్యం చేస్తూ భక్తిగీతాలు ఆలాపిస్తూ అమ్మవారి ఆలయం వద్దకు చేరుకున్నారు. ఆర్ధరాత్రి 1.30 నుంచి ఉదయం 10 గంటల వరకూ జ్యోతి ఉత్సవం కొనసాగింది. భక్తులు అమ్మవారి ఆలయం వద్ద ఏర్పాటుచేసిన అగ్నిగుండంలోని నిప్పుకనికలపై నడచి అపై జ్యోతితో అమ్మవారిని దర్శించుకున్నారు. ఈ యేడాది ఎప్పుడూ లేనివిధంగా పెద్దవత్సవం జ్యోతి ఉత్సవం తిలకించేందుకు తరలివచ్చారు. భక్తుల రద్దిన దృష్టితో ఉంచుకుని ప్రత్యేక పూజలు, గర్భాలయ ప్రవేశాన్ని తాత్కాలికంగా రద్దు చేసి కేవలం అమ్మవారి దర్శనాన్ని మాత్రమే కల్పించారు. జ్యోతి ఉత్సవంలో ఎలాంటి సంఘటనలు చోటు చేసుకుండా బనగానపల్లె సిఐ ప్రవీణ్ కుమార్, మంజునాథ్ రెడ్డి, నందివరం బనగానపల్లె ఎన్నికల దుగ్గిరెడ్డి, వెంకటసుబ్బయ్యలు పెద్ద సంఖ్యలో పోలీసులతో బందోబస్తు నిర్వహించారు. పలుకూరు పి హెచ్చి వైద్యులు వైద్యసేవలు అందించారు. బనగానపల్లె ఆర్టీసీ డిపోవారు భక్తుల రాకపోకలకు అనుగుణంగా ప్రత్యేక బస్సులను నడిపారు. గ్రామ రైతు సంఘం సభ్యులు ఉ

మానసిక వైకల్యం తొలగించడమే రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ధ్యేయం ప్రత్యేక శిక్షణతో ఆదీజం గల పిల్లలలో విశేష పురోగతి జిల్లా కలెక్టర్ శ్రీమతి రాజకుమారి గణించారు



పెన్షన్ ? ?4,000?? విభిన్న ప్రతిభావంతులకు పెన్షన్ ? ?6,000?? మెడికల్ పెన్షన్ (డయాలిసిస్, మంచం మీద ఉన్నవారు) ? ?10,000 ? ?15,000జిల్లాలో 25,000 మంది విభిన్న ప్రతిభావంతులకు పెన్షన్ అందుతున్నట్లు ఆమె తెలిపారు. పెన్షన్ దారుల రీ-వెరిఫికేషన్ ప్రక్రియ కొనసాగుతుందని, ప్రతి రోజూ 300 మందిని వెరిఫై చేసి డేటా అప్డేట్ చేస్తామని వివరించారు. ఎండ తీవ్రత పెరిగిన దృష్ట్యా, రీ-వెరిఫికేషన్ కోసం వచ్చే వారికి తాగునీరు, చలువ పందిళ్లు ఏర్పాటు చేయాలని అధికారులను ఆదేశించారు.

కేంద్ర రైల్వే మంత్రి అశ్విని వైష్ణవ్ కలిసిన రాష్ట్ర మంత్రి టి.జి భరత్

పలు రైల్వే ప్లాజెక్టులపై కేంద్ర మంత్రితో చర్చించిన టి.జి భరత్ ఆభివృద్ధి చెందుతున్న ఓర్వకల్లు ఇండస్ట్రియల్ హాబ్ గురించి చర్చించిన టి.జి భరత్

ధిల్లీ/కర్నూలు(విజయ సారథి):కేంద్ర రైల్వే మంత్రి అశ్విని వైష్ణవ్ రాష్ట్ర పరిశ్రమలు, వాణిజ్యం, పుడ్ ప్రాసెసింగ్ శాఖ మంత్రి టి.జి భరత్ బుధవారం రాత్రి ధిల్లీలో కలిశారు. ఈ సందర్భంగా కర్నూలు నుండి మంత్రికి మరియు కర్నూలు నుండి విజయవాడకు కొత్త రైలు సర్వీసులను ప్రవేశపెట్టాలని కేంద్ర మంత్రిని కోరినట్లు టి.జి భరత్ తెలిపారు. ఆంధ్ర రాష్ట్రం ఏర్పడినపుడు కర్నూలు రాజధానిగా ఉన్న విషయాన్ని గుర్తు చేస్తూ ఈ ప్రాంతాన్ని రైల్వే పరంగా అభివృద్ధి చేసేందుకు కృషి చేయాలని విన్నవించారు. దీంతో పాటు ఆంధ్రప్రదేశ్లో ఓర్వకల్లు ఇండస్ట్రియల్ పార్క్లో ఎన్నో పరిశ్రమలు రానున్నట్లు కేంద్ర మంత్రికి వివరించారు. భవిష్యత్తులో ప్రధాన పారిశ్రామిక కేంద్రంగా ఓర్వకల్లు మారబోతుందన్నారు. ఈ ప్రాంతానికి దేశంలోని ప్రధాన నగరాలతో రైలు రాకపోకలు ఉండాలని అవసరం ఉందని తెలిపారు. ఈ ప్రతిపాదనలపై కేంద్ర మంత్రి అశ్విని వైష్ణవ్ సానుకూలంగా స్పందించినట్లు టి.జి భరత్ తెలిపారు. ఈ రైల్వే సౌకర్యాలపై తప్పకుండా పరిశీలిస్తామని ఆయన చెప్పారన్నారు.



జ్యోతి మహోత్సవానికి పోటెత్తిన భక్తజనం రికార్డులు స్థాయిలో 1000 జ్యోతుల ఊరేగింపు



త్సవాలకు వారివంతు సహకారం అందించారు. ఈ జ్యోతుల ఉత్సవాన్ని తిలకించేందుకు రాష్ట్రం నుంచే కాకుండా ఇతర రాష్ట్రాల నుంచి భక్తులు అధిక సంఖ్యలో తరలివచ్చారు. కార్యనిర్వహణాధికారి కామేశ్వర్లమ్మ ఆధ్వర్యంలో భక్తుల కోసం తాత్కాలిక వైద్య శిబిరం నిర్వహించారు.

రామానాయుడు స్టూడియోస్కు షాకాజ్ నోటీసులు

15.17 ఎకరాలను స్వాధీనం చేసుకోవాలని నిర్ణయం అమరావతి, ఏప్రిల్ 3: విశాఖపట్నం రామానాయుడు స్టూడియోలో నివాస స్థలాల అంశంపై పీఠీ ప్రభుత్వం కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది. నివాస స్థలాలుగా మార్పు చేయాలని తలపెట్టిన 15.17 ఎకరాల భూ కేటాయింపు రద్దు చేయాలని నిర్ణయించింది. నిర్దేశించిన ప్రయోజనం కోసం ఇచ్చిన భూమిని అప్రయోజనం కోసం వినియోగిస్తే రద్దు చేయాలన్న నుటీం కోర్టు తీర్పు ప్రకారం.. రెవెన్యూశాఖ ప్రత్యేక ప్రధాన కార్యదర్శి ఆర్.పి. సి.సోడియా ఉత్తర్వులు జారీ చేశారు. ఈ మేరకు రామానాయుడు స్టూడియోకు షాకాజ్ నోటీసులు జారీ చేయాలని జిల్లా కలెక్టర్ ను ఆర్పి సి.సోడియా ఆదేశించారు.