

JAI BHEEM TV GROUP OF ORGANISATIONS

01. Jai Bheem Telugu Daily News paper
02. Jai Bheem Enterprises
03. Jai Bheem Outsourcing Agency
04. Jai Bheem Payback to Society
05. SC Journalist Welfare Society
06. Jai Bheem Marriage Bureau
07. Jai Bheem Business Development
08. Jai Bheem TV Paraskar Award
09. Jai Bheem Chittam
10. Jai Bheem Bhakti Sana
11. South India Journalist Union

సంపుటి : 5 సంచిక : 365 గురువారం 21- 11- 2024 ఎడిటర్ : బరిగెల శివ ■ పేజీలు : 4 ■ వెల : 5.00

పబ్లిషర్స్ : తెలంగాణ హైదరాబాద్, ఆంధ్రప్రదేశ్ విజయవాడ, ఢిల్లీ, కర్ణాటక, బెంగళూర్, తమిళనాడు చెన్నై, మహారాష్ట్ర, ముంబై, గోవా, కేరళ, ఉత్తరప్రదేశ్, పంజాబ్, పశ్చిమబెంగాల్, లాహోర్, అండమాన్, ఆస్ట్రేలియా, దుబాయ్, మనీట్



అభివృద్ధి ఆరాటం ఉరుకులాటకు.. ఉబలాటం

హైదరాబాద్ జై భీమ్ డెస్క్:-
 అంతరించిన రాజకీయ విలువలకు నాయకుల వర్గంలో తోడతూ ప్రజాసేవ కుంటుపడుతుందని డాక్టర్ బరిగెల శివ అభిప్రాయపడ్డారు. అశాశ్వతమైన రాజకీయ పదవుల కోసం ఉబలాటంతో ఉరకలేస్తున్న నాయకులు రాజకీయాలను శాసించాలని పట్టుదలతో ప్రజాస్వామ్య విలువలకు అడ్డుపడుతూ రాజకీయ అభివృద్ధిని శాసించే విధంగా ప్రయత్నాలు చేస్తుండడం తీవ్రంగా విమర్శనాత్మకమైనదన్నారు. పంతాలు వీడి ప్రజలకు మేలు చేయకపోతే రాజకీయ సన్యాసం మేలని అభివృద్ధిని రాజకీయాల్లో హుందాగా వ్యవహరించాల్సిన నాయకులు పట్టించుకోవాలి. పంతాలతో కుస్తీలకు దిగడం ప్రజాసేవ మేలుకు పూర్తిగా విరుద్ధమన్నారు. ఏ పార్టీ నాయకులైన రాజకీయ శక్తులుగా ఎదిగిన సందర్భంలో రాజకీయ హుందాతనాన్ని వ్యవహరించాలని సూచించారు. ప్రజా జీవితంలో రాజకీయ జీవితంలో పార్టీలకతీతంగా ప్రజలకు మేలు జరగాలి గాని రాగద్వేషాలకు, విద్వేషాలకు స్థానం ఉండదన్నారు. ప్రభుత్వం పాలిస్తుంటే ప్రతిపక్షం ప్రశ్నించాలన్నారు. ప్రభుత్వ విధి విధానాల్లో భిన్నమైన మార్పులు సంభవించి ప్రజా వ్యతిరేక విధానాలను అవలంబిస్తున్న సందర్భంలో ప్రతిపక్షాలు సూటిగా

నేరుగా ప్రశ్నించే హక్కు కలిగి ఉంటాయన్నారు. ప్రజా సంక్షేమ పథకాల అమలులో అవినీతి సంభవించిన ఏ రీతిగానైనా ఉద్యమాలు చేసుకునే హక్కు ప్రతిపక్ష నాయకులకు ఉంటాయన్నారు. అన్నిటిని మించి ప్రభుత్వ అవినీతిని ప్రభుత్వ అక్రమాలను ప్రశ్నించే క్రమంలో ప్రతిపక్షాలు ప్రజాపక్షాలు ప్రజా సంఘాలు ప్రభుత్వ నాయకులు హుందాగా వ్యవహరించాలని సూచించారు. లేనిపోని అబద్ధాలు సిద్ధపరచుకొని సూటి పోటీ ఉద్యమాలకు తెరలేపుతుండడం అవివేకమన్నారు. ప్రభుత్వ నాయకులు ప్రతిపక్షాలను గౌరవించుకోవాలి గాని రాక్షాతో దాడులు చేస్తూ అడ్డుకుంటూ తరిమికొడతాం అనడం సరైనది కాదన్నారు. అదే తరహాలో ప్రతిపక్షాలు ప్రజల మధ్య రాగద్వేషాలను రేపుతూ ప్రభుత్వం పైకి ఉసిగొల్పడం మానుకోవాలని సూచించారు. ప్రస్తుతం తెలంగాణ రాష్ట్రాన్ని పట్టి పీడిస్తున్న అధికార దాహం ఎవరికీ అంతుచిక్కని రహస్య కుట్రల రాజకీయాలను కొనసాగిస్తుందని దానిని ఆడిలోనే అంతం చేయకుంటే రానున్న కాలం కరుడుగట్టిన గడ్డు పరిస్థితులను ఎదుర్కోవాల్సి వస్తుందని పేర్కొన్నారు. దేశ రాజకీయాల్లో తెలంగాణ రాష్ట్ర రాజకీయాలు ప్రత్యేకమైనవిగా నిలిచిపోగలవని అభివర్ణించారు. ప్రభుత్వం.. **4లో..**

- ▶ రాజకీయ ఆధిపత్య వర్గపోరు దేనికోసం.
- ▶ పగలు, పంతాలు మాని ప్రజలకు మేలు జరిగేలా చూడండి.
- ▶ ప్రభుత్వం పాలించాలి ప్రతిపక్షాలు ప్రశ్నించాలి రెండూ అద్భుతమే ప్రజలకే నష్టం..
- ▶ రాష్ట్ర రాజకీయాలకు వణుకు పుట్టిస్తున్న వర్గపోరు.
- ▶ సొంత ప్రజలకు మేలు చేయడంమాని ప్రాంతాల విద్వేషాలు రెచ్చగొడుతున్నారు.
- ▶ ప్రాణం ఖరీదుకు విలువ లేని రాజకీయాలను చూస్తున్నాం..
- ▶ రాష్ట్ర రాజకీయాలను శాసిస్తున్న ఆధిపత్య పోరు.
- ▶ ప్రజాసేవకు ప్రయమైన నాయకులెవరు.. పగస్తులెవరు.
- ▶ రాజకీయ హుందాతనం తగ్గిపోతుంది ఉబలాటం ఉరకలేస్తుంది.
- ▶ నేను నాది అనే అహం వీడి ప్రజలకు సేవ చేయండి.
- ▶ రాజకీయ నాయకులు ప్రజలకు మేలు చేస్తేనే విలువుంటుంది : డాక్టర్ బరిగెల శివ.



గ్రూప్-1 పిటిషన్లపై విచారణ నవంబర్ 26కు వాయిదా
హైదరాబాద్, జై భీమ్ న్యూస్
 గ్రూప్-1 నోటిఫికేషన్లపై దాఖలైన పిటిషన్లను హైకోర్టు బుధవారం విచారించింది. విచారణ అనంతరం తదుపరి విచారణను నవంబర్ 26వ తేదీకి కోర్టు వాయిదా వేసింది. జీవో-29, ట్రాన్స్ జెండర్ రిజిస్ట్రేషన్లు, లోకల్, నాన్ లోకల్ అంశాలపై దాఖలైన పిటిషన్లను హైకోర్టు డివిజన్ బెంచ్ విచారించింది. కోర్టు తీర్పు వెలువడే వరకు గ్రూప్-1 ఫలితాలు విడుదల చేయొద్దని పిటిషన్ల తరపు అడ్వోకేట్స్ డివిజన్ బెంచ్ ను కోరారు. ఇందుకు జడ్జిలు అంగీకరించారు. అయితే అన్ని కేసులు కలిపి వింటామని జడ్జిలు చెప్పారు. అన్ని పిటిషన్లను అదే వారంలో కంప్లీట్ చేద్దామని జడ్జిలు చెప్పినట్లు అనూహ్యం. ఈ పిటిషన్లపై కొంటరిలకు ప్రభుత్వ తరపు అడ్వోకేట్లు సిద్ధంగా ఉండాలని జడ్జిలు చెప్పారు. వాదనలకు పిటిషన్ల తరపు అడ్వోకేట్ సుధీర్ కు కూడా అవకాశం ఇస్తామని జడ్జిలు వెల్లడించారు.

రాజన్న సిరిసిల్ల జిల్లాపై సీఎం రేవంత్ వరాలజల్లు



రాజన్న సిరిసిల్ల, జై భీమ్ న్యూస్ :
 రాజన్న సిరిసిల్ల జిల్లాపై ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి వరాల జల్లు కురిపించారు. జిల్లాలో పర్వత సందర్భంగా పలు అభివృద్ధి పనులకు సీఎం శంకుస్థాపనలు, భూమి పూజలు చేయనున్నారు. ప్రజాపాలన తొలి ఏడాదిలోనే మొత్తం రూ. 694.50 కోట్లతో వివిధ అభివృద్ధి పనులు శ్రీకారం చుట్టారు సీఎం. రూ. 76 కోట్లతో చేపట్టే శ్రీ రాజరాజేశ్వర స్వామి దేవాలయ అభివృద్ధి పనులకు ధర్మగుండం వద్ద శంఖుస్థాపన చేయనున్నారు. రూ. 35.25 కోట్లతో చేపట్టే అన్నదానం సత్రం నిర్మాణ పనులు ప్రారంభించనున్నారు. రూ. 45 కోట్లతో చేపట్టే మూల వాగు బ్రిడ్జి నుంచి దేవస్థానం వరకు రోడ్డు విస్తరణ పనులకు శంకుస్థాపన.. **2లో..**

విద్యార్థులకు మెరుగైన వైద్యం అందించాలి



హైదరాబాద్ జై భీమ్ న్యూస్
 నారాయణపేట జిల్లాలోని మాగనూరు హైస్కూల్లో మధ్యాహ్న భోజనం ఏకటించి విద్యార్థులు విద్యార్థులు అస్వస్థతకు గురైన ఘటనపై ముఖ్యమంత్రి ఎ.రేవంత్ రెడ్డి ఆరా తీశారు. విద్యార్థుల ఆరోగ్య పరిస్థితిని అడిగి తెలుసుకున్నారు. వారికి మెరుగైన వైద్యం అందించాలని అధికారులను ఆదేశించారు. ఈ సంఘటనకు సంబంధించిన పూర్తి వివరాలను తెలుసుకోవాలని, కారణాలేమిటో దర్యాప్తు చేసి బాధ్యులెవరో నివేదిక సమర్పించాలని జిల్లా కలెక్టర్ ను సీఎం ఆదేశించారు.

వరంగల్ మీటింగ్ లో తిట్ల పురాణం

మహబూబ్ నగర్, జై భీమ్ న్యూస్ :
 వరంగల్ మీటింగ్ లో తిట్ల పురాణం తప్ప ప్రజలకు, మహిళలకు పనికొచ్చే ఒక మాట కూడా సీఎం రేవంత్ రెడ్డి చెప్పలేదని మాజీ మంత్రి హరీశ్ రావు తీవ్ర ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. కేసీఆర్ కలుపు మొక్క కారు కల్పవృక్షం అని స్పష్టం చేశారు. కురుమూర్తి దైవదర్శనం అనంతరం మీడియా సమావేశంలో హరీశ్ రావు మాట్లాడారు. సీనియర్ కాంగ్రెస్ నాయకులను తొక్కుకుంటూ అడ్డదారుల ముఖ్యమంత్రి అయ్యావు. గెలిచిన తర్వాత పేదలను రైతులను తొక్కుకుంటూ అధికారం అనుభవిస్తున్నావు. రేవంత్ రెడ్డి మాటల్లో శబ్దం ఎక్కువ విషయం తక్కువ. రేవంత్ రెడ్డి నిన్న వరంగల్ ప్రసంగంలో 50 సార్లు కేసీఆర్ పేరు జపం చేశాడు. ప్రజలు కేసీఆర్ ను గుర్తు చేసుకుంటున్నారు. ఓటమి భయం మొదలై కేసీఆర్ పై ఇష్టానుసారంగా మాట్లాడుతున్నారని హరీశ్ రావు ధ్వజమెత్తారు. కేసీఆర్ కు రేవంత్ రెడ్డికి నక్కకు నాగలోకానికి ఉన్న వ్యత్యాసం ఉంది. ఈ రాష్ట్రానికి నువ్వు ముఖ్యమంత్రి అయ్యావు అంటే అది కేసీఆర్ పెట్టిన భిక్షనే. కేసీఆర్ ఆదేశిస్తే మూడుసార్లు రాజీనామా చేశాను. పండ్రాగస్థు లోపల పూర్తి రుణమాఫీ నువ్వు చేసుంటే రైతుల కోసం నేను రాజీనామా చేసేవాడిని. నిన్న వరంగల్ సభలో



ఎదైనా ప్రజలకు ఇచ్చిన హామీలు అమలు చేస్తారేమో అని ఆశపడ్డాను. పూర్తి రుణమాఫీ చేస్తానని చెప్పాడేమో అనుకున్నాము కానీ చెప్పలేదని హరీశ్ రావు పేర్కొన్నారు. మహబూబ్ నగర్ బిడ్డనని చెప్పుకుంటూ మహబూబ్ నగర్ పేరును చెడగొడుతున్నాడు రేవంత్ రెడ్డి. మాటతప్పి పాలమూరు పేరు చెడగొడుతున్నాడు రేవంత్ రెడ్డి. రేవంత్ రెడ్డి అబద్ధాల నోటికి మొక్కులి. అబద్ధాలు ఆడడమే రేవంత్ రెడ్డి డిఎన్ఎ. కాంగ్రెస్ అధికారంలోకి వచ్చిన తర్వాత ఎవరు ఏమీ కోల్పోలేదు అని రేవంత్ రెడ్డి అంటున్నారు. రైతుబంధు, కేసీఆర్ కిట్, న్యూట్రిషన్ కిట్, బతుకమ్మ చీరలు, దళిత బంధును ప్రజలు కోల్పోయారని హరీశ్ రావు గుర్తు చేశారు.

ఫుడ్ పాయిజన్.. విద్యార్థులకు అస్వస్థత

మహబూబ్ నగర్, జై భీమ్ న్యూస్ :
 రాష్ట్రంలోని విద్యాల యాల్లో మరోసారి ఫుడ్ పాయిజన్ ఘటన వెలుగులోకి వచ్చింది. నారాయణపేట జిల్లా మాగనూరు జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాలలో మధ్యాహ్న భోజనం ఏకటించి 50 మంది విద్యార్థులు అస్వస్థతకు గురయ్యారు. పాఠశాలలో మధ్యాహ్న భోజనం చేస్తుండగా ఒక్కసారిగా వాంతులు చేసుకున్నారు. ఇది గమనించిన పాఠశాల సిబ్బంది, ఉపాధ్యాయులు, తల్లిదండ్రులు వెంటనే విద్యార్థులను స్థానిక ఆస్పత్రికి తరలించారు. అక్కడ సరైన వైద్య సౌకర్యాలు లేకపోవడం తో ప్రాథమిక చికిత్స అందించిన అనంతరం 9 మంది విద్యార్థులను మక్తల్ ప్రభుత్వ దవాఖానకు తరలించారు. మరో 9 మందిని మహబూబ్ నగర్ ప్రభుత్వ ఆస్పత్రికి తరలించారు. ఫుడ్ పాయిజన్ కు గురైన ఘటనలో 8 మంది విద్యార్థుల పరిస్థితి విషమంగా ఉంది. మాగనూరు ప్రభుత్వ పాఠశాలలో 450 మంది విద్యార్థులు చదువు తున్నారు. మధ్యాహ్న భోజనంలో.. **2లో..**



మంత్రులతో కలిసి వేములవాడ రాజన్నను దర్శించుకున్న సీఎం రేవంత్ రెడ్డి

హైదరాబాద్ జై భీమ్ న్యూస్
దక్షిణ కాశీగా ప్రఖ్యాతి చెందిన వేములవాడ శ్రీ రాజరాజేశ్వర స్వామి వారిని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి దర్శించుకున్నారు. స్వామి వారికి ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. దేవాలయం చేరుకున్న సందర్భంగా అర్చకులు సీఎం రేవంత్ పూజారితో స్వాగతం పలికారు. రాజన్న దర్శనానికి ముందు ఆలయ ఆవరణలో ధర్మగుండం వద్ద 76 కోట్లతో చేపట్టే అలయ అభివృద్ధి పనులకు శంకుస్థాపన చేసి భూమి పూజ నిర్వహించి అభివృద్ధి ప్రణాళి కలపై అధికారులకు పలు సూచనలు చేశారు. తర్వాత ఆలయంలో ధ్యజన్తం భం వద్ద సీఎం రేవంత్ మొక్కులు చెల్లించుకున్నారు. ఆలయంలో శ్రీ లక్ష్మీ గణపతి స్వామి, రాజరాజేశ్వరీ అమ్మ వారు వద్ద అర్చన, శ్రీ రాజరాజేశ్వర స్వామి వారి అభిషేకం వంటి ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. పూజల అనంతరం ముఖ్యమంత్రి, మంత్రి వర్గం ఆలయ పందితులు చేద ఆశీర్వాదం అందజేశారు. రాజన్న వారి దర్శనం సందర్భంగా సీఎం రేవంత్ పాటు మంత్రులు ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి, దుద్దిళ్ల శ్రీధర్ బాబు, దావాదర రాజనర్సింహ, కొండా సురేఖ, పొన్నం ప్రభాకర్, ప్రభుత్వ విప్ ఆది శ్రీనివాస్, ఎమ్మెల్యే, పీసీసీ అధ్యక్షుడు మహేశ్ కుమార్ గౌడ్ తో పాటు ఉమ్మడి కరీంనగర్ జిల్లా ప్రజాప్రతినిధులు పాల్గొన్నారు.



వేములవాడలో ప్రజాపాలన ప్రజా విజయోత్సవ సభ



రాజన్న సిరిసిల్ల జిల్లా, జై భీమ్ న్యూస్
రాష్ట్రంలో అభివృద్ధి జరగాలంటే, యువతకు ఉపాధి ఉద్వేగవకాశాలు లభించాలంటే పరిశ్రమలు స్థాపించాలి. అవసరమైన చోట భూ సేకరణ జరగాల్సింది. అయితే, భూమి రైతుల ఆత్మగౌరవంతో ముడిపడి ఉంటుంది. భూ సేకరణ చట్టం ప్రకారం తగిన పరిహారం ఇవ్వలేని పరిస్థితి ఉన్నందున, భూ సేకరణ చేసే ప్రాంతాల్లో భూముల విలువ మూడింతలు పెంచాలని ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శికి, కలెక్టర్లకు ఆదేశాలిచ్చాం" అని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి

చెప్పారు. రాజన్న సిరిసిల్ల జిల్లా వేములవాడ గుడి చెరువు మైదానంలో ఏర్పాటు చేసిన 'ప్రజాపాలన %-% ప్రజా విజయోత్సవ' కార్యక్రమంలో ముఖ్యమంత్రి పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా మంత్రులు, ప్రజాప్రతినిధులతో కలిసి దాదాపు వెయ్యి కోట్ల రూపాయల విలువ చేసే వివిధ అభివృద్ధి పనులకు శంకుస్థాపన చేశారు. నేతన్నలు ఎంతోకాలంగా ఎదురుచూస్తున్న యార్డ్ డిపోను ఈ వేదిక నుంచి వర్చువల్ గా ప్రారంభించారు. సీఎం రేవంత్ సభను ఉద్దేశించి మాట్లాడుతూ భూ సేకరణలో భూములు కోల్పోయే రైతుల బాధలను ప్రజా ప్రభుత్వం అర్థం చేసుకోవాలి. శాశ్వత అభివృద్ధి కోసం రాష్ట్ర పునర్నిర్మాణ ప్రక్రియలో త్యాగం చేస్తున్న భూ యజమాన కుటుంబాలను ఆదుకోవడానికి నష్టపరిహారం పెంచాలి. అప్పుడే రైతులు ముందుకొస్తారు. అందుకే నష్టపరిహారానికి సంబంధించిన చట్టాన్ని సవరించాలని ఆదేశాలిచ్చాం. పది సంవత్సరాల ఈ తెలంగాణను ఒక గొప్ప అభివృద్ధి చెందిన రాష్ట్రంగా తీర్చిదిద్దకుండా. మీ ప్రాంత అభివృద్ధి మా బాధ్యత. ఈ దేశంలో ఏ రాష్ట్రమైనా తెలంగాణను చూసి కాశీ కొట్టాల్సింది. తెలంగాణను చూడటానికి రాష్ట్రానికి రావాల్సింది. ఆ విధంగా అభివృద్ధి చేసుకుంటూ ముందుకు వెళదాం. రాజన్న సిరిసిల్ల జిల్లా అభివృద్ధికి నిధులిచ్చాం. గత ప్రభుత్వ హయాంలో వేములవాడ ఆలయ అభివృద్ధి నిర్మాణానికి గురైంది. గత పదేళ్లు చేయలేని పనులను ప్రజా ప్రభుత్వం పది నెలల్లో చేసి చూపిస్తోంది. ఉమ్మడి కరీంనగర్ జిల్లాలో అనంపూర్తిగా ఉన్న ప్రాజెక్టులను పూర్తి చేయడానికి చర్యలు తీసుకుంటాం. ఈ విషయంలో నవంబర్ 30 లోగా జిల్లాలో మంత్రి ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి సమీక్ష చేస్తారు. గల్ఫ్ కార్మికుల సంక్షేమం కోసం ప్రత్యేకంగా ఒక బోర్డును ఏర్పాటు చేయడంతో పాటు ప్రమాదపశాత్తు మరణించిన గల్ఫ్ కార్మికుల కుటుంబాలకు రూ. 5 లక్షల చొప్పున ఆర్థిక సహాయం అందిస్తున్నాం. కేవలం పది నెలల్లో రాష్ట్రంలో 50 వేల ఉద్యోగాలు ఇచ్చాం. ఈ విషయంలో చర్యలు సిద్ధంగా ఉన్నాం. ఈ దేశానికి స్వాతంత్ర్యం వచ్చినప్పటి నుంచి అధికారంలోకి వచ్చిన 10 నెలల్లో 50 వేల ఉద్యోగాలు ఏ రాష్ట్రంలోనూ ఇవ్వలేదు. కాశీశ్వరం నుంచి మక్కలూరు పార్కున్నా రాష్ట్రంలో 66 లక్షల ఎకరాల్లో రికార్డు స్థాయిలో 1.53 కోట్ల మెట్రిక్ టన్నుల పరిధాన్యం పండింది. ప్రతి గింజా కొనుగోలు చేయడమే కాకుండా సన్న రకానికి రూ.500 బోనస్ కూడా చెల్లిస్తున్నాం. ఈ కార్యక్రమంలో మంత్రులు ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి గారు, దుద్దిళ్ల శ్రీధర్ బాబు, దావాదర రాజనర్సింహ, తుమ్మల నాగేశ్వర రావు, కొండా సురేఖ, పొన్నం ప్రభాకర్, ప్రభుత్వ విప్ ఆది శ్రీనివాస్, ఎమ్మెల్యే, పీసీసీ అధ్యక్షుడు మహేశ్ కుమార్ గౌడ్ తో పాటు ఉమ్మడి కరీంనగర్ జిల్లా ప్రజాప్రతినిధులు పాల్గొన్నారు.

ఆధిపత్య ఆరాటం.. ఉరుకులాటకు ఉబలాటం

మొదటిపేజీ తరువాయి
ప్రధాన నాయకులు ప్రతిపక్ష ప్రధాన నాయకులు అలాయి... బలాయి కాద పండుగలు,పబ్బాలు కాద ఫంక్షన్స్ వేళల్లో ఆప్యాయతగా కలుసుకుంటూ, పలకరించుకుంటూ రాజకీయాలనేసరికి రాళ్లురువుకునే స్థాయికి దిగజారుతుండడం ప్రజలు గమనిస్తున్నారన్న సంగతిని మర్చిపోవద్దన్నారు. రాజకీయాలు వేరు ప్రజాసేవ వేరంటూ రాజకీయాల్లో ఉంటేనే ప్రజా సేవ చేయాలనే సంకల్పం ఏమీ లేదని ఏ స్థాయిలో ఉన్న ప్రజాసేవ చేసుకునే హక్కు స్వతహాగా కల్పించబడిందన్నారు. తోటి వాళ్లకు సహాయం చేయలేని రాజకీయం ఉన్నా ఒకటే లేకున్నా ఒకటేనని ఏ స్థానంలోవున్న ప్రజలకు మేలు జరగాలని ఆలోచన నేటి రాజకీయాల్లో గట్టిగా బలపడాలన్నారు. రాజకీయ రొంపులు రాసుకొని రాక్షసుల కన్నా హీనంగా తయారవుతున్నారని తీవ్రంగా ధ్వజమెత్తారు. శాశ్వత రాజకీయాలకు నిజాయితీ ఒకటే మార్గంగా నిలిచిపోగలదని ముఖ్య నేతలు అంతా ముందు వరుసలో నిర్ణీని గమనించాలని కోరారు. పేరు ప్రఖ్యాతల కోసం రాజకీయాలు చేయకండి అంటూ అధికారం శాశ్వతం కాదని తెలిపినప్పటికీ పదవుల కోసం పాకులాడడం పదవులు ఎప్పుడు మనతోవుండవని గమనించి మెనులుకోవాలన్నారు. కీడును తలపెట్టే వాళ్లకు మేలు చేకూర్చే వాడే ప్రజాప్రతినిధులుగా వెలుగొండగలరని పేర్కొన్నారు ఖరీదైన రాజకీయాలు ఖద్దరు చొక్కాకు బానిసత్వాలూ మారిపోతున్న నేటి రాజకీయాల్లో రాత్రికి రాత్రే విషపూరితమైన కుట్రలు వెలుగు చూస్తూ ఉదయం మొదలుకొని రాత్రి వరకు ఉద్యమాల రూపంలో విద్యేషాలు కొనసాగుతున్నాయన్నారు. రాజకీయ విశ్వాసం రాళ్లురువుకోవడమేనానంటూ ప్రశ్నించారు. ప్రభుత్వ పరిపాలన విధానాలను ప్రశ్నించే క్రమంలో హుందాగా వ్యవహరించడం కోసం మీడియా డిబేట్లతో ఎలక్ట్రానిక్ మీడియాను ప్రింట్ మీడియాను ఉపయోగించుకొని ఎలాంటి సందేశాత్మకమైన విమర్శన అంశాలవైనా ప్రజలకు సునాయాసంగా చేరవేయవచ్చునని సూచించారు. అలాకాకుండా ధర్మాలు రాసారోకోలు రాళ్లురువుకోవడాలు తిట్లకోవడం బూతు పదాలాలతో ఒకరిపై మరొకరు రెచ్చిపోవడాలు రాజకీయాల్లో సర్వసాధనమైపోయినప్పటికీ వాటికి చరమగీతం పాడినప్పుడే ప్రజలకు ప్రజాభివృద్ధికి మేలు చేకూర్చిన వారౌతారన్నారు. వ్యక్తిగత అవసరాల కోసం రాజకీయాలు చేసే రోజులు తగ్గిపోవాలన్నారు. నిజాయితీ రాజకీయాలు తలపెట్టాలంటే నిలువెత్తు మంచితనం ఉండాలన్నారు. తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రజల ముందు ఉన్న ఏకైక లక్ష్యం తెలంగాణ ప్రాంతం అభివృద్ధి చెందాలనేది మాత్రమేనని అన్ని పార్టీల నాయకులు పసిగట్టాలన్నారు. ఏది చేసిన ఆధిపత్యపోరును కొనసాగించాలనుకోవడం ప్రజా ఆగ్రహానికి గురికావాల్సి వస్తుందని గుర్తించాలన్నారు. సంపన్నులకు మాత్రమే రాజకీయాల్లో స్థానముంటున్న నేటి రోజుల్లో సామాన్యులు కూడా రాజకీయ శక్తులుగా ఎదగాలన్నారు. అన్ని రాజకీయ పార్టీల విలువలు దిగజారి పోవడానికి ప్రధాన కారణం అవసరాల కోసం ఆస్తుల రక్షణ కోసం కబ్జాల కోసం నీతిమాలిన రాజకీయాలు చేస్తూ పార్టీలు మారడం ప్రజాసేవను కొంపముంచుతున్నాయన్నారు. రాజ్యాంగంలో ఎక్కడ లేనివిధంగా పార్టీ ఫిరాయింపులు ఎన్నికలలో జరుగుతుండగా ఎన్నికల అయ్యకూ కూడా ద్వితీయ శ్రేణి తృతీయ శ్రేణి నాయకులందరూ అధికార దాహం కోసం పార్టీలు మారుతుండడం రాజకీయాలను నాశనం చేయడమేనన్నారు. ప్రజల మన్ననలను పొందుకోవాళంటే ప్రజాసేవను ప్రాణంకన్నా ఎక్కువగా తరించాలన్నారు. ప్రజా విశ్వాసాన్ని కూడగట్టుకోవడం మామూలు విషయం కాదని తెలిపినప్పటికీ ఆర్థికాల కోసం ఆరాటాల కోసం పాకులాడడం కన్నా ప్రజాసేవకు సహకరించి ప్రజలకు తోడ్పాటును అందించాలన్నారు. మేలు చేయడం కన్నా కీడును ఎక్కువగా తలపెట్టే నాయకులు చరిత్ర హీనులుగా నిలిచిపోవడం తద్యమన్నారు. సత్యదూరమైన అంశాలను మీడియా ముందు ప్రస్తావించే నాయకులు సిగ్గుతో తలదించుకోవాలన్నారు. నిజాయితీగా సేవ చేయాలంటే కావలసినంత ధైర్యం ఉండాలని ప్రజాసేవకు శాశ్వత శత్రుత్వం ఉండకుండా అంతరించబోయిన తెలంగాణ విలువలని అందరూ ఒకటై కాపాడండన్నారు. డబ్బు సంపాదన ముఖ్యం అనుకుంటే వ్యాపారాలు చేసుకుంటే సరిపోతుంది అన్నారు. ఇప్పటికే తెలంగాణ రాష్ట్రం చాలా వెనుకబడిపోయిందని దానిని తిరిగి నిర్మించుకోవడం కోసం అగపాట్లు పడుతున్న ప్రభుత్వానికి సహకరించకపోయిన పర్యాలేదు గాని ప్రజల్ని రెచ్చగొట్టే ధోరణి మానుకోవాలని సూచించారు. గత 10 ఏండ్ల కాలంలో ఏం కొలిపోయామో నేడు ఏం సాధించాలనుకుంటున్నామో ప్రభుత్వానికి క్షారిటీ ఉన్నప్పటికీ ప్రతిపక్షాలకు ఇతర నాయకులకు క్షారిటీ లేకుండా పోయిందన్నారు. ప్రజాసేవకు అడ్డుపడితే ప్రజల ప్రాణాలను పరోక్షంగా హరించివేసినట్లేనన్నారు. తెలంగాణ రాష్ట్రాన్ని, తెలంగాణ ప్రజల్ని, తెలంగాణ సమాజాన్ని, తెలంగాణ ప్రజాస్వామ్యాన్ని, తెలంగాణ ఆస్తులను, తెలంగాణ విలువలను, తెలంగాణ పునర్నిర్మాణాన్ని, తెలంగాణ పరిరక్షణను, కాపాడుకోవడం నాలుగు కోట్ల మంది ఆకాంక్షగా భావిస్తూ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ముందుకు సాగాలని సూచించారు.

గ్యాంగ్స్టర్లకు అడ్డాగా మారింది..!

న్యూఢిల్లీ, జై భీమ్ న్యూస్
ఢిల్లీ నగరం గ్యాంగ్స్టర్లకు అడ్డాగా మారిందని ఢిల్లీ సీఎం అతిశీ అన్నారు. ఢిల్లీ లా అండ్ ఆర్డర్స్ ను చేతిలో పెట్టుకుని కేంద్రం ఏం చేస్తోందని ఆమె మండిపడ్డారు. ఇటీవల ఢిల్లీలో హత్యకు గురైన యువకుడి కుటుంబాన్ని పరామర్శించిన అతిశీ.. కేంద్ర మంత్రి అమిత్ షాపై తీవ్ర విమర్శలు గుప్పించారు. ఢిల్లీలో శాంతిభద్రతలు పూర్తిగా క్షీణించాయన్నారు. ఇటీవల సుందర్ నగర్ లో ఇద్దరు యువకులు ఓ మహిళను వేధిస్తుండగా ఆమె కుటుంబీకులు, బంధువులు మందలించి పంపించారని, అది మనుసులో పెట్టుకున్న ఆ ఇద్దరు యువకులు తిరిగి కత్తులతో వచ్చి దాడికి పాల్పడ్డారని, ఆ దాడిలో 28 ఏళ్ల వ్యక్తి ప్రాణాలు కోల్పోయాడని అతిశీ వెల్లడించారు. ఇవాళ మృతుడి కుటుంబాన్ని కలిసిన ఆమె రూ.10 లక్షల పరిహారం ప్రకటించారు. ఈ సందర్భంగా మాట్లాడిన ఆమె.. ఢిల్లీ గ్యాంగ్స్టర్లకు



రాజధానిగా మారిందని, నేరస్థులు, దోపిడీదారులు, గూండాలకు భయం లేకుండా పోయిందని అన్నారు. నేరస్థులపై పోలీసులు కఠిన చర్యలు తీసుకోకపోవడంతో నేరాలు పెరుగుతున్నాయని ఆమె ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. కేంద్ర హోమంత్రి అమిత్ షా నుంచి తాను ఓ విషయం తెలుసుకోవాలని అనుకుంటున్నానని, ఢిల్లీ శాంతిభద్రతల బాధ్యత ఆయన చేతుల్లో పెట్టుకుని ఏం చేస్తున్నారని అతిశీ ప్రశ్నించారు. ఆయనకు ఎన్నికల ప్రచారం మీద ఉన్న ధ్యానం ఢిల్లీలో శాంతిభద్రతలపై లేదని విమర్శించారు.

రూ. 28 లక్షలు దక్కించుకోండి..

జై భీమ్ న్యూస్, బజనెస్:

మీరు తక్కువ మొత్తంలో పెట్టుబడులు చేసి మంచి ఆదాయాన్ని పొందాలని చూస్తున్నారా. అందుకు ప్రభుత్వ పథకాలలో ఒకటైన లో జీవన్ తరుణ్ స్కీం అనే మంచి స్కీం ఉంది. దీనిలో మీరు మీ పిల్లల కోసం ఒక పెట్టుబడి విధానాన్ని ఎంపిక చేసుకోవచ్చు. అందుకోసం ప్రతి రోజు మీరు కనీసం రూ. 150 చెల్లించి మీ పిల్లల భద్రతకు భరోసా కల్పించుకోవచ్చు. రోజుకు రూ. 150 ఇన్వెస్ట్ చేస్తే ఏడాదికి రూ. 54000 ఆదా చేసుకోవచ్చు. ఆ క్రమంలో మీరు ఎనిమిదేళ్లు చెల్లించాలి. ఈ పథకం ప్రయోజనాలను పొందడానికి మీ పిల్లల కనీస వయస్సు 3 నెలల లేదా గరిష్టంగా 12 సంవత్సరాలు ఉండాలి. మీ బిడ్డకు 20 ఏళ్లు వచ్చే వరకు ప్రీమియం చెల్లించాలి. దీనికి 5 సంవత్సరాల లాక్ ఇన్ పీరియడ్ ఉంటుంది. మీ బిడ్డకు 25 సంవత్సరాలు నిండినప్పుడు, ఆ మొత్తం కలిపి ఫీజులు లేదా వివాహానికి కూడా చెల్లించడానికి వచ్చే మొత్తం డబ్బును ఉపయోగించుకోవచ్చు. బీమా చేసిన మొత్తానికి గరిష్ట పరిమితి లేదు. పిల్లల వయస్సు 12 సంవత్సరాలు అయితే, పాలిసీ వ్యవధి 13 సంవత్సరాలుగా ఉంటుంది. ఈ సందర్భంలో కనీస బీమా మొత్తం రూ. 5 లక్షలు కూడా అందజేస్తారు. ఆ క్రమంలో మీరు ప్రతి ఏటా రూ. 54000 ప్రీమియం చెల్లిస్తే, మీరు మొత్తం రూ. 4,32,



000 పెట్టుబడి చేస్తారు. ఆ తర్వాత మరో ఎనిమిది సంవత్సరాల లాక్ ఇన్ పీరియడ్ తర్వాత మీరు రూ. 8,44,500 పొందుతారు. ఈ నేపథ్యంలోనే మీ పిల్లల వయస్సు 18 సంవత్సరాల వరకు రోజుకు రూ. 171 పెట్టుబడి పెడితే, మీరు రూ. 1089196 పెట్టుబడి చేస్తారు. కానీ 23 ఏళ్ల

తర్వాత మీకు వచ్చే మొత్తం రూ. 28,24,800 అవుతుంది. మీరు జీవన్ తరుణ్ స్కీమ్లో పెట్టుబడి పెట్టడం ద్వారా మంచి ఫండ్స్ సృష్టించుకోవచ్చు. మెచ్చూరిటీలో మీరు రూ. 28 లక్షల కంటే ఎక్కువ మొత్తం తిరిగి పొందుతారు. అన్ని వయసుల వారు, సమాజంలోని అన్ని వర్గాల సేవింగ్స్

ఉత్పత్తులను ఉపయోగించుకోవచ్చు. మీరు జీవన్ తరుణ్ స్కీంలో మీరు చేసే పెట్టుబడిని బట్టి మీకు వచ్చే మొత్తం ఆధారపడి ఉంటుంది. ప్రతి నెలలో మీరు ఎక్కువ మొత్తాన్ని తక్కువ సమయంలో పెట్టుబడులు చేసినా కూడా మంచి మొత్తాన్ని దక్కించుకోవచ్చు.

పుతిన్ ప్రతీకార దాడి చేయించేనా..?



జై భీమ్ న్యూస్, బజనెస్:

పాశ్చాత్య దేశాలు సరఫరా చేసిన క్షిపణులను ఉపయోగించి ఉక్రెయిన్ ప్రభుత్వం రష్యాపై తొలి దాడి చేసింది. రష్యాపై లాంగ్ రేంజ్ క్షిపణులను ప్రయోగించేందుకు అమెరికా అధ్యక్షుడు బైడెన్ ఉక్రెయిన్ కు అనుమతి ఇచ్చారు. బైడెన్ అనుమతి ఇచ్చిన 24 గంటల్లోనే ఉక్రెయిన్ ప్రభుత్వం పాశ్చాత్య దేశాలు సరఫరా చేసిన క్షిపణులను ఉపయోగించి రష్యా సరిహద్దులపై తొలి దాడికి పాల్పడింది. దాంతో రష్యా త్వరలో ప్రతీకారం తీర్చుకోవచ్చనే ఆందోళన వ్యక్తమవుతోంది. ఎందుకంటే రష్యాపై ఉక్రెయిన్ నాటో దళం పంపిన క్షిపణుని ప్రయోగించింది. ఇది తనపై పరోక్షంగా నాటో దాడిగా రష్యా భావిస్తే పరిస్థితి చేయి దాటిపోతుంది. అణ్యాయుధ రహిత దేశాలపై అణ్యాయుధాల ప్రయోగానికి రష్యా అధ్యక్షుడు పుతిన్ ఇవాళే ఆమోదం తెలిపారు. దాంతో ఉక్రెయిన్ సహా అణ్యాయుధరహిత దేశాలపై అణ్యాయుధాలను ప్రయోగించాలని ప్రయోగించేందుకు రష్యా సైన్యానికి అనుమతి లభించింది. దీనినంతటికీ కారణం ఒక విధంగా అమెరికా అధ్యక్షుడు జో బైడెన్ అని చెప్పవచ్చు. జో బైడెన్ చేసిన తప్పిదం వల్ల ప్రపంచ స్థాయిలో అణ్యాయుధం వచ్చే ప్రమాదం పొంచి ఉంది. అమెరికా తీసుకున్న నిర్ణయం మనం నాటోతో ప్రత్యక్ష యుద్ధంలో ఉన్నామని తెలియజేస్తోందని పుతిన్ ఇప్పటికే తన కార్యవర్గంతో అన్నారు. ఇప్పుడు బైడెన్ నిర్ణయంతో ఉక్రెయిన్ క్షిపణి దాడికి పాల్పడటం రష్యాకు మరింత ఆగ్రహం తెప్పిస్తోంది.

ఇప్పుడు రూ.4300 కోట్ల సంపదకు..



జై భీమ్ న్యూస్, బజనెస్:

చాలా మందికి వ్యాపారం చేయాలని కోరిక ఉంటుంది. కానీ కొంత మంది మాత్రమే ధైర్యం చేసి ముందడుగు వేస్తారు. అలాంటి వారిలో ఓ యువకుడు కూడా ఇటీవల చేరాడు. అంతటితో ఆగకుండా ఇప్పుడు వేల కోట్ల సంపదకు వారసుడిగా నిలిచాడు. ఆయనే ఆదిత్ పాలిచా సహ వ్యవస్థాపకుడు. ఆదిత్ ఈ కంపెనీని ప్రారంభించడానికి ముందు తన చదువును మధ్యలోనే వదిలేశాడు. కానీ

ఇప్పుడు మాత్రం రూ. 4,300 కోట్ల నికర విలువతో 2024 హారుస్ ఇండియా రిచ్ లిస్ట్లో రెండో అతి పిన్న వయస్కుడిగా ఘనతను సాధించాడు. అమెరికాకు వెళ్లే ముందు, ఆదిత్ పాలిచా తన 17 సంవత్సరాల వయస్సులో తన స్టార్టప్, గోపూల్తో తన వ్యాపార ప్రయాణాన్ని ప్రారంభించాడు. అయితే గోపూల్ ప్రత్యేకంగా ఏమీ అభివృద్ధి చెందలేదు. ఆ తర్వాత పాలిచా మరోసారి చదువు వైపు దృష్టి సారించాడు. ఆ సమయంలో ఆయన వోడ్రోతో కలిసి

సుమారు 10 నెలల పాటు నడిచిన కిరానాకార్డ్ను ప్రారంభించాలని నిర్ణయించుకున్నాడు. కానీ వారు కంపెనీని మూసివేయాలని నిర్ణయించుకున్నారు. ఆ తర్వాత ఇద్దరూ కలిసి కొత్త మెరుగైన ట్రాండ్ (2021లో)తో తిరిగి మార్కెట్లోకి వచ్చారు. ఇప్పుడు జెప్టో మార్కెట్ విలువ 5 బిలియన్ డాలర్లు (రూ. 4,21,92,31,25,500) ఉండటం విశేషం. పట్టణ ప్రపంచంలో నివసించే అనేక మందికి సమయాన్ని ఆదా చేయడానికి జెప్టో ఇప్పుడు ఒక అవకాశంగా మారింది. దీని ద్వారా మీ ఇంట్లో ఏ వస్తువునైనా నిమిషాల్లో ఆర్డర్ చేసుకోవచ్చు. ఈ కంపెనీని స్థాపించిన ఆదిత్ పాలిచా జెప్టో సహ వ్యవస్థాపకుడి గా ఉన్నారు. ఆదిత్ పాలిచా 2001లో ముంబైలో జన్మించారు. ఆయన కంప్యూటర్ సైన్స్లో డిగ్రీ సంపాదించడానికి స్టాన్ఫోర్డ్ విశ్వవిద్యాలయానికి వెళ్ళాడు. కానీ అతను తన చదువును మధ్యలోనే వదిలేసి తన సొంత పనిని ప్రారంభించాలని నిర్ణయించుకున్నారు. ఆ క్రమంలో క్రైవల్స్ వోడ్రోతో కలిసి జెప్టోను ప్రారంభించారు. క్రైవల్స్ వోడ్రో కూడా ఆదిత్తో పాటు చదువును మధ్యలోనే వదిలేశారు. జెప్టో సహ వ్యవస్థాపకుడు ఆదిత్ పాలిచా (22) ప్రస్తుతం భారతదేశపు రెండో అతి పిన్న వయస్కుడైన బిలియనీర్ గా నిలిచాడు. అతని సహచరుడు క్రైవల్స్ వోడ్రో (21) నంబర్ వన్లో ఉన్నారు. ఆదిత్ ఆస్తుల విలువ రూ.4,300 కోట్లు. కాగా క్రైవల్స్ వోడ్రో నికర విలువ గురించి మాట్లాడితే అది రూ. 3,600 కోట్లు. ఇషా, ఆకాష్, అనంత్, అదానీల పిల్లల పేర్లు కూడా బిలియనీర్ల జాబితాలో ఉన్నాయి.

ఆ దేశ పౌరులకు వీసాలు బంద్..!



జై భీమ్ న్యూస్, బజనెస్:

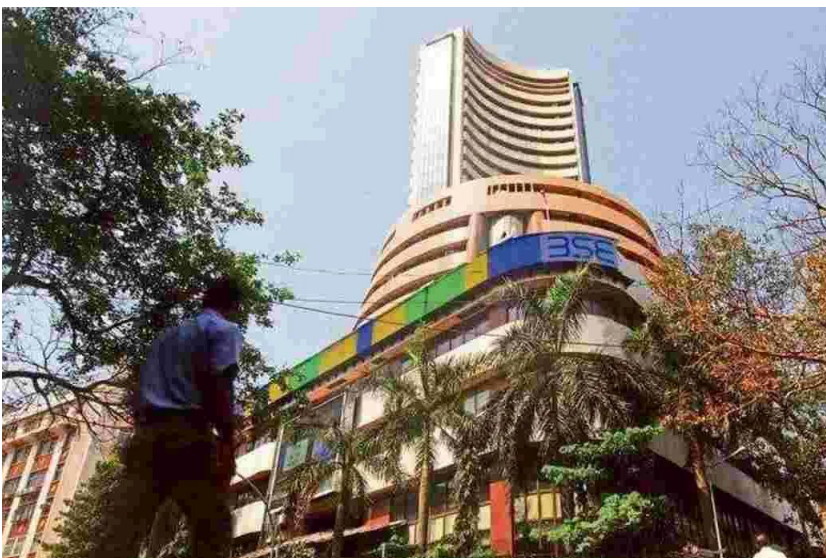
యునైటెడ్ అరబ్ ఎమిరేట్స్ కిలక నిర్ణయం తీసుకున్నది. పాక్ పౌరులకు వీసాలు ఇప్పడాన్ని నిలిపివేసింది. దాంతో పాక్ పౌరులు, యూఏఈకి వెళ్లేందుకు వీసా సమస్యలను ఎదుర్కొంటున్నారు. పాకిస్తాన్ సెలబ్రిటీలు, వ్యాపారవేత్తలు సైతం యూఏఈ వీసాలు అందక ఇబ్బందులు పడుతున్నట్లుగా యూఏఈలోని పాకిస్తాన్ రాయబారి ఫైనల్ నియాజ్ తిర్మిజీ సైతం అంగీకరించారు. తమకు యూఏఈ వీసాలు రావడం లేదని పాకిస్తాన్లోని సామాన్యులు సోషల్ మీడియాలో పోస్టులు పెడుతున్నారు. ఈ క్రమంలో యూఏఈలోని పాకిస్తాన్ ఎంబీసీ తన ఎక్స్ (టీవీట్టర్) ఖాతా నుంచి ఓ వీడియోను పోస్ట్ చేసింది. పాక్ రాయబారి ఫైనల్ నియాజ్ తిర్మిజీ మాట్లాడుతూ పాకిస్తాన్లకు వీసాల జారీలో సమస్యలను పరిష్కరించేందుకు ప్రయత్నాలు జరుగుతున్నాయన్నారు. వీసాలు తీసుకువాలంలో రిటర్న్ టికెట్లతో పాటు హోటల్ బుకింగ్స్, 3వేల డిర్హామ్లు ఉండాలి. వాస్తవానికి పాక్ పౌరులు యూఏఈకి వెళ్తూ వీసా నిబంధనలు ఉల్లంఘిస్తున్నారు. సకీలీ పత్రాలతో ప్రయాణించడంతో పాటు యూఏఈలో నేర కార్యకలాపాలకు పాల్పడుతున్నట్లుగా ఆరోపణలున్నాయి. ఆయా అంశాల ఆధారంగా పాకిస్తాన్ పౌరులపై నిషేధం విధించాలని యూఏఈ కేబినెట్ ప్రతిపాదించింది. ఈ విషయాన్ని పాక్ రాయబారి కార్యాలయం ఇస్తామాబాద్ కి అధికారికంగా సమాచారం ఇచ్చింది. ఇందులో పాకిస్తాన్ జాతీయులు రాజకీయ కార్యకలాపాల్లో పాల్గొనడం.. దేశంలోని నిరసనలు చేయడం ఎమిరాట్ చట్టాలను ఉల్లంఘించడమేనని యూఏఈ అధికార వర్గాలు పేర్కొంటున్నాయి. యూఏఈ ప్రభుత్వ విధానాలను విమర్శిస్తూ కొందరు సోషల్ మీడియా వేదికగా పాకిస్తాన్లను చేసిన పెట్టిన పోస్టులు దీనికి మరింత ఆజ్ఞుం పోశాయి. సకీలీ డిగ్రీలు, ఫేక్ గుర్తింపు కార్డులు, పాస్పోర్టులకు సంబంధించి కేసులు సమాధియ్యాయి. ఇతర ప్రవాస దేశీయులతో పోలిస్తే దొంగతనాలు, మోసం, భిక్షాటన, వ్యభిచారం, మదకద్రవ్యాల సంబంధిత నేర కార్యకలాపాల్లో పాకిస్తాన్ జాతీయుల ప్రమేయం ఎక్కువగా ఉందని అధికారులు పేర్కొంటున్నారు. భద్రతతో పాటు యూఏఈ జో టాలెన్స్ విధానం ఈ సమస్యల తీవ్రతను నొక్కి చెబుతుందని.. ఆయా అంశాలపై కేబినెట్లో చర్చించి.. పాకిస్తాన్ పౌరులకు వీసాలపై ఆంక్షలు విధించినట్లు యూఏఈ పేర్కొంది.

నేడు స్టాక్ మార్కెట్కు సెలవు.. కానీ సాయంత్రం మాత్రం..

జై భీమ్ న్యూస్, బజనెస్:

నేడు (నవంబర్ 20) బుధవారం స్టాక్ మార్కెట్లో ఉదయం సమయంలో ట్రేడింగ్ ఉండదు. ఈరోజున ఈక్విటీ, ఫ్యూచర్స్ అండ్ ఆప్షన్స్ (ఎఫ్ అండ్ ఓ), సెక్యూరిటీస్ లెండింగ్ అండ్ బారోయింగ్ విభాగాల్లో ఎలాంటి ట్రేడింగ్ ఉండదని నేషనల్ స్టాక్ ఎక్స్చేంజ్, బీఎస్ఈలు ప్రకటించాయి. అయితే మహారాష్ట్రలో ఈరోజు అసెంబ్లీ ఎన్నికల ఓటింగ్ నేపథ్యంలో ఈ మేరకు నిర్ణయం తీసుకున్నారు. ఈ నేపథ్యంలో కమోడిటీ మార్కెట్ బుధవారం ఉదయం 9 గంటల నుంచి సాయంత్రం 5 గంటల వరకు మూసివేయబడుతుంది. అయితే సాయంత్రం సెషన్లో మల్టీ కమోడిటీ ఎక్స్చేంజ్లో ట్రేడింగ్ కొనసాగుతుంది. ఇది సాయంత్రం 5 గంటల నుంచి రాత్రి 11:55 గంటల వరకు తెరిచే ఉంటుంది. కొన్ని వ్యవసాయ ఉత్పత్తుల క్రయవిక్రయాలు రాత్రి 9 గంటల వరకు జరుగుతాయి. ఎన్నికల సంఘం మహారాష్ట్ర అసెంబ్లీ ఎన్నికల తేదీలను అక్టోబర్ 15, 2024న ప్రకటించింది. ఈ క్రమంలో 288 స్థానాలకు ఒకే దశలో ఎన్నికలు జరుగుతుండగా, 4,136 మంది అభ్యర్థులు బరిలో ఉన్నారు. ఓట్ల లెక్కింపు శనివారం నవంబర్ 23, 2024న జరుగుతుంది. రిజర్వ్ బ్యాంక్ ఆఫ్ ఇండియా క్వాలిడర్ ప్రకారం నవంబర్ 20 న మహారాష్ట్ర అంతటా అన్ని బ్యాంకులు మూసివేయబడతాయి. అంతరాయం లేని ఆర్థిక లావాదేవీలను నిర్ధారించడానికి, యూనిఫైడ్

సేమెంట్ ఇంటర్ ఫేస్ ప్లాట్ ఫారమ్లు, ఆన్లైన్ బ్యాంకింగ్ వంటి డిజిటల్ అప్లికేషన్లకు సేవలు అందుబాటులో ఉంటాయని అధికారులు ప్రకటించారు. భారత స్టాక్ మార్కెట్లో వరుసగా ఏడు రోజు క్షీణిత మంగళవారంతో ముగిసింది. సెన్సెక్స్ 239.37 పాయింట్ల లాభంతో 77,578.38 వద్ద, నిఫ్టీ-50 64.70 పాయింట్ల లాభంతో 23,472.75 వద్ద ముగిశాయి. హెచ్డీఎఫ్సీ బ్యాంక్, మహింద్రా అండ్ మహింద్రా షేర్ డిగ్రెడం మార్కెట్ ను బలపరిచింది. దేశీయ ఇన్వెస్టర్ల కొనుగోళ్లు కూడా ఇండెక్స్ కు మద్దతునిచ్చాయి. ట్రేడింగ్ సమయంలో సెన్సెక్స్ 1,100 పాయింట్లు పెరిగింది. అయితే నిఫ్టీలోని 50 కంపెనీలలో 27 కంపెనీల షేర్లు చివరి గంటలో అమ్మకాల కారణంగా లాభాలు పరిమితమయ్యాయి. కానీ ట్రేడింగ్ చివరి గంటలో రష్యా, ఉక్రెయిన్ మధ్య పెరుగుతున్న ఉద్రిక్తత



కారణంగా విదేశీ పెట్టుబడిదారులు భారీ అమ్మకాల కారణంగా మార్కెట్ లాభాలను కోల్పోయింది. మంగళవారం నాటి సెషన్లో విదేశీ ఇన్వెస్టర్ల రూ. 3411 కోట్ల విలువైన షేర్లను విక్రయించగా, దేశీయ సంస్థాగత ఇన్వెస్టర్లు రూ. 2783.89 కోట్ల విలువైన షేర్లను కొనుగోలు చేశారు. అక్టోబర్ 2024 తర్వాత విదేశీ పెట్టుబడి దారుల అమ్మకాలు నవంబర్ నెలలో కొనసాగుతాయి. నవంబర్ మొదటి పక్షం రోజుల్లో విదేశీ ఇన్వెస్టర్లు రూ. 22420 కోట్ల విలువైన షేర్లను విక్రయించారు.

డైరెక్టర్ స్పందన ఇదే..!

జై భీమ్ న్యూస్ సినిమా :

దర్శకుడు వంశీ గురించి ప్రత్యేకంగా పరిచయం అవసరం లేదు. రచయిత గాను ఆయనకు మంచి పేరున్నది. ఆయన సినిమాలకు ఇప్పటికీ ఎంతో మంది అభిమానులు ఉన్నారు. సీనియర్ నటి భానుప్రియను సినిమా ఇండస్ట్రీకి పరిచయం చేసింది ఆయనే. ఆయన దర్శకత్వంలో భానుప్రియ సితార, అన్వేషణ, ఆలాపన తదితర సినిమాలో నటించింది. ఈ సినిమాలు ఎవర్ గ్రీన్ గా నిలిచిపోయాయి. తాజాగా ఓ మీడియా ఇంటర్వ్యూలో దర్శకుడు వంశీ పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన అనేక అంశాలపై ప్రస్తావించారు. కెరియర్ మొదటలో ఏ సినిమా చేస్తే బాగుంటుందనే విషయంలో తన సలహాలు, సూచనలను భానుప్రియ అడిగి తెలుసుకుంటుండేదని చెప్పారు. గ్లామర్స్, మోడ్రన్ లుక్ లో కనిపించే రోల్స్ తనకు రావడం లేదనే అంశాన్ని గుర్తొచ్చి వంశీ గుర్తు చేసుకున్నారు. దాంతో అన్వేషణ మూవీలో మోడ్రన్ గా కనిపించే అమ్మాయిలా చూపించానన్నారు. అప్పటి నుంచే ఆ తరహా పాత్రలు వచ్చాయని భానుప్రియ చెప్పిందని తెలిపారు. భానుప్రియ చూసి దాదాపు 35 సంవత్సరాలు అవుతుందని తెలిపారు. ఇదిలా ఉండగా.. భానుప్రియను పెళ్లి చేసుకోవాలని డైరెక్టర్ వంశీ భావించినట్లు



ఆ రోజుల్లో ప్రచారం జరిగిందే. ఈ విషయంపై ఆయనను ప్రశ్నించగా.. ఆయన స్పందించలేదు. అదంతా గతమని.. చాలా ఏళ్లనాటి పాత కథ



అంటూ దాటవేశారు. ఈ రోజు వరకు నాకు ఎవరూ లేరని.. తన భార్య కూడా చనిపోయిందని వాపోయారు. ఇద్దరు కూతుళ్లు ఉన్నారు.. ఒకరు హైదరాబాద్

ఒకరు, చెన్నైలో మరొకరు స్థిరపడ్డారని చెప్పారు. మొదటి నుంచి పిల్లలిద్దరికీ సినిమాలపై పెద్దగా ఆసక్తి లేదంటూ వంశీ వివరించారు.

క్రేజీ టాక్ నిజమయ్యేనా..?



జై భీమ్ న్యూస్ సినిమా :

ఇటీవలే దేవర్ సినిమాతో బాక్సాఫీస్ ను షేక్ చేశాడు గ్లోబల్ స్టార్ యాక్టర్ జునియర్ ఎస్వీఆర్. ప్రస్తుతం దేవర్ పార్టు 2తో పాటు కేజీఎఫ్ ఫేం ప్రశాంత్ సీల్ డైరెక్టర్ మూవీని కూడా లైన్ లో పెట్టాడని తెలిసింది. ఇప్పటికే ఈ చిత్రం గ్రాండ్ గా పూజా కార్యక్రమాలతో లాంఛ్ అయింది. దీంతోపాటు హిందీ ప్రాజెక్ట్ వార్ 2 షూటింగ్ తో కూడా బిజీగా ఉన్నాడు. కాగా ఇప్పుడు తారక్ కొత్త సినిమాకు సంబంధించిన వార్త ఒకటి ఇండస్ట్రీ సర్కిల్ లో రాండ్మ్ చేస్తోంది. తాజా టాక్ ప్రకారం జైలర్ డైరెక్టర్ నెల్సన్ దిలీప్ కుమార్ తో సినిమాకు రెడీ అవుతున్నాడట. టాలీవుడ్ లో వన్ ఆఫ్ ది లీడింగ్ బ్యానర్ గా కొనసాగుతున్న సితార ఎంటర్టైన్ మెంట్స్ ఈ చిత్రాన్ని తెరకెక్కించనుందని ఇన్ సైడ్ టాక్. ప్రస్తుతం తారక్ ప్రశాంత్ సీల్ సినిమాతోపాటు వార్ 2 ను పూర్తి చేయాల్సి ఉంది. ఈ ప్రాజెక్టుల షూటింగ్ పూర్తవగానే నెల్సన్ దిలీప్ కుమార్ సినిమాపై స్పష్టత వచ్చే అవకాశాలున్నాయని ఫిలింనగర్ సర్కిల్ టాక్. ఒకవేళ ఇదే నిజమైతే తారక్ తో చేయబోయే సినిమా సితార ఎంటర్టైన్ మెంట్స్ కు భారీ పాస్ ఇండియా సినిమాగా అరుదైన మైల్ స్టోన్ అవడం ఖాయమైనట్లే.

అల్లు అర్జున్ బన్నీ ఆసక్తికర పోస్ట్

జై భీమ్ న్యూస్ సినిమా :

టాలీవుడ్ ఐకాన్ స్టార్ అల్లు అర్జున్ గురించి ప్రత్యేకంగా చెప్పనక్కర్లేదు. ఆయనకు సోషల్ మీడియాలో విపరీతమైన ఫ్యాన్ ఫాలోయింగ్ ఉంది. బన్నీ సోషల్ మీడియాలో ఎంత ఫేమస్నో.. ఆయన గారాల పట్టి అల్లు అర్జున్ కూడా అంతే ఫేమస్. ఇక నెట్టింట తండ్రి కూతురు చేసే అల్లరి అంతా ఇంతా కాదు. వీరిద్దరికీ సంబంధించిన వీడియోలను బన్నీ భార్య సైహా రెడ్డి ఎప్పటికప్పుడు సోషల్ మీడియా ద్వారా పంచుకుంటుంటారు. ఆవి చూసిన బన్నీ ఫ్యాన్స్ తెగ ఖుషీ అవుతుంటారు. వీడియోల్లో అర్జున్ తన ముద్దు ముద్దు మాటలతో నెటిజన్లను ఆకట్టుకుంటుంటుంది. తాజాగా అర్జున్ ఓ ఆసక్తికర పోస్ట్ పెట్టారు ఈ ఐకాన్ స్టార్. 'అల్లు అర్జున్ అంటే డాడీస్ డాటర్ అనుకుంటివా.. డాడీస్ ప్రిన్సెస్' అంటూ పుష్ప చిత్రంలోని పుష్పరాజ్ సైల్లో రాసుకొచ్చారు. ఈ మేరకు కుమార్తెతో ఉన్న క్యూట్ ఫోటోను పంచుకున్నారు. ప్రస్తుతం ఈ పోస్ట్ నెటిజన్లను విశేషంగా ఆకట్టుకుంటోంది. అల్లు అర్జున్ నటిస్తున్న తాజా చిత్రం పుష్ప ది రూల్. సుకుమార్ దర్శకత్వంలో వస్తున్న ఈ చిత్రం డిసెంబర్ 05 వరల్డ్ వైడ్ గా ప్రేక్షకుల ముందుకు రానుంది. పుష్ప-2లో రష్యన్ మందన్నా హీరోయిన్ గా నటిస్తుంది. ఫహద్ ఫాజిల్, రావు రమేష్, సునీల్, అనసూయ భరద్వాజ్ కీలకపాత్రలు పోషిస్తున్నారు. దేవిశ్రీ ప్రసాద్ సంగీతం అందిస్తుండగా.. సుకుమార్ రైటింగ్, మైత్రీ మూవీ మేకర్స్ బ్యానర్ పై నవీన్ ఎల్వేని, యలమంచిలి రవిశంకర్ భారీ బడ్జెట్ తో నిర్మిస్తున్నారు.

డిసెంబర్ 20న ప్రపంచవ్యాప్తంగా గ్రాండ్ గా థియేటర్లలోకి ఎంట్రీ



జై భీమ్ న్యూస్ సినిమా :

కన్నడ స్టార్ హీరో ఉపేంద్ర నటిస్తోన్న పాస్ ఇండియా ప్రాజెక్ట్ 'యుటా' ఉపేంద్ర కథనందిస్తూ.. డైరెక్ట్ చేస్తున్నాడు. రీష్యూ నాసయ్య ఫి మేల్ లీడ్ రోల్ లో నటి పోషిస్తోంది. చాలా రోజుల తర్వాత ఈ మూవీ తెలుగు వెర్షన్ కు సంబంధించిన ఆసక్తికర వార్తను షేర్ చేశారు మేకర్స్. యూటా పంపిణీ హక్కులను పాపులర్ డిస్ట్రిబ్యూషన్ హౌస్ అల్లు అరవింద్ సారథ్యంలోని గీతా ఫిలిం డిస్ట్రిబ్యూటర్స్ సొంతం చేసుకుంది. ఈ తుఫాను గతంలో ఎన్నడూ లేనంత పెద్దదిగా ఉండబోతుంది.. అంటూ షేర్ చేసిన తాజా వార్తతో సినిమాపై తెలుగు ప్రేక్షకుల్లో అంచనాలు అమాంతం పెరిగిపోతున్నాయి. మనోహరన్-శ్రీకాంత్ కేపి సంయుక్తంగా తెరకెక్కిస్తున్న ఈ మూవీకి కాంతార ఫేమ్ అజనీష్ లోక్ నాథ్ మ్యూజిక్, బ్యాక్ గ్రౌండ్ స్కోర్ అందిస్తున్నాడు. ఉపేంద్ర అశ్వంపై యుద్ధవీరుడిలా కనిపిస్తున్న లుక్ తోపాటు మేకింగ్ లో హిస్టరీ.. సినిమాను మరోసారి పునర్నిర్మించేందుకు డిసెంబర్ 20న ప్రపంచ వ్యాప్తంగా గ్రాండ్ గా థియేటర్లలోకి ఎంట్రీ ఇవ్వబోతున్నాడని మరోసారి తెలియజేశారు. ఈ చిత్రాన్ని కన్నడ, తెలుగు, తమిళం, మలయాళం, హిందీ భాషల్లో గ్రాండ్ గా విడుదల చేయనున్నారు. ఇప్పటికే లాంచ్ చేసిన సౌండ్ ఆఫ్ యూటా (సినిమా ఎలాంటి థీమ్ తో ఉండబోతుందో హింట్ ఇచ్చేస్తూ .. క్యూరియాసిటీ పెంచేస్తుంది. ఈ మూవీని లహరి ఫిలిమ్స్, వీనస్ ఎంటర్టైన్ మెంట్స్ సంయుక్త నిర్మాణంలో తెరకెక్కిస్తున్నారు.

చైనాను ఓడించిన మహిళల జట్టు



జై భీమ్ స్క్వాడ్, సాక్సీట్ :

భారత మహిళల హాకీ జట్టు అద్భుత ప్రదర్శనతో ఆసియా కప్ టైటిల్ ని నెగ్గింది. ఆసియా ఛాంపియన్స్ ట్రోఫీ పై నల్ల చైనాను 1-0తో ఓడించి టైటిల్ ను కైవసం చేసుకుంది. తద్వారా భారత మహిళల జట్టు మూడోసారి టైటిల్ ను కైవసం చేసుకుంది. మూడో క్వార్టర్ లో దీపికా భారత్ తరపున గోల్ చేయడంతో గెలుపు వరించింది. 31వ నిమిషంలో పెనాల్టీ క్వార్టర్ లో దీపిక గోల్ చేసి జట్టుకు ఆధిక్యాన్ని అందించింది. నిర్ణీత సమయానికి చైనా జట్టు గోల్ చేయకపోవడంతో

ఓటమిపాలు కావాల్సి వచ్చింది. టోర్నీ దక్షిణ కొరియా మూడుసార్లు విజేతగా నిలువగా.. టీమిండియా సమం చేసింది. బీహార్ స్పోర్ట్స్ యూనివర్సిటీ స్టేడియంలో జరిగిన ఆసియా కప్ ఫైనల్ మ్యాచ్ లో టీమిండియా డిఫెండింగ్ ఛాంపియన్ గా బరిలోకి దిగింది. మ్యాచ్ లో ఆధ్యాంతం రాణించి.. అద్భుతమైన ప్రదర్శనతో టైటిల్ ను కాపాడుకోగలిగింది. ఫైనల్ లో భారత్ కు చైనా గట్టి పోటీ ఇచ్చింది. దాంతో తొలి రెండు క్వార్టర్ లో ఇరుజట్టు గోల్స్ చేయలేకపోయాయి. అయితే, మూడో క్వార్టర్ లో దీపికా గోల్ చేసి

భారత్ ను ఆధిక్యంలో వెళ్లెలా చేసింది. ఈ టోర్నీలో దీపికకు ఇది 11వ గోల్ కావడం విశేషం. గతేడాది రాంచీలో 2016లో సింగపూర్ లో ఈ టైటిల్ ను గెలుచుకున్న భారత జట్టు అద్భుతంగా సమస్యయం చేస్తూ ఓపికతో చైనాను నిలువరించింది. తొలి అర్ధభాగంలో ఎలాంటి గోల్ చేయకపోయినా.. ద్వితీయార్ధం తొలి నిమిషంలో దీపికా పెనాల్టీ క్వార్టర్ లో గోల్ చేసి అభిమానుల్లో జోష్ నింపింది. మూడో క్వార్టర్ లోనే భారత్ కు ఆధిక్యాన్ని రెట్టింపు చేసి సువర్ణావకాశం లభించింది. అయితే 42వ నిమిషంలో పెనాల్టీ ట్రోక్ లో దీపిక

కొట్టిన షాట్ ను చైనా గోల్ కీపర్ కుడివైపు డైవ్ చేసి కాపాడింది. మూడో క్వార్టర్ లో భారత్ కు పెనాల్టీ క్వార్టర్ లభించినా.. గోల్ గా మలచలేకపోయారు. అయితే, మూడో చివరలో మరోసారి భారత క్రీడాకారులు తడబడ్డారు. జపాన్ తో జరిగిన సెమీఫైనల్ లో 16 పెనాల్టీ క్వార్టర్ లో ఒక్కదాన్ని కూడా గోల్ గా మలచలేకపోయిన విషయం తెలిసిందే. ఫైనల్ లో మొదటి 30 నిమిషాల్లోనూ నాలుగు పెనాల్టీ క్వార్టర్ వుణ్ణి అయ్యాయి. పెనాల్టీ క్వార్టర్ లో గోల్ సాధించడం భారత్ కు బలహీనంగా మారింది.

పుట్ బాల్ అభిమానులకు గుడ్ న్యూస్..



జై భీమ్ స్క్వాడ్, సాక్సీట్ :

పుట్ బాల్ లెజెండ్ రీ ఫ్లేయర్ లియోనెల్ మెస్సితో పాటు అర్జెంటీనా జట్టు వచ్చే ఏడాది కేరళలో పర్యటించనున్నారు. అక్కడ ఓ ఇంటర్నేషనల్ మ్యాచ్ ఆడనున్నారు. కేరళ క్రీడాశాఖ మంత్రి అబ్దురహ్మాన్ ఈ విషయాన్ని తెలిపారు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ఆధీనంలోనే ఆ మ్యాచ్ ను నిర్వహించనున్నట్లు ఆయన చెప్పారు. అర్జెంటీనా జట్టు కేరళలో రెండు మ్యాచ్ లు ఆడనున్నట్లు ఆయన తెలిపారు. కొచ్చి వేదికను ఖరారు చేశారు. అయితే అర్జెంటీనాతో తలపడే జట్టు కోసం ఇంకా అంచనా వేస్తున్నారు. ఖతార్ లేదా జపాన్ తో అర్జెంటీనా తలపడే అవకాశాలు ఉన్నట్లు ఊహాగానాలు వినిపిస్తున్నాయి. అర్జెంటీనా పుట్ బాల్ అసోసియేషన్ తో స్పెయిన్ లో జరిగిన చర్చలు దీనిపై నిర్ణయం తీసుకున్నట్లు మంత్రి వెల్లడించారు. ఏఎఫ్ ఏకు చెందిన బృందం త్వరలో కేరళలో పర్యటించనున్నారు. ఆ మ్యాచ్ లకు స్వాస్థ్యరీతి వ్యవహరించేందుకు కేరళ వ్యాపార సంఘాలు సిద్ధంగా ఉన్నట్లు మంత్రి వెప్పారు.

ఎంట్రీ ఇచ్చిన నలుగురు వీళ్లే..!

జై భీమ్ స్క్వాడ్, సాక్సీట్ :

ఇండియన్ ప్రీమియర్ లీగ్ -2025కి ముందు మెగావేలం నవంబర్ 24, 25 తేదీల్లో సౌదీ అరేబియాలోని జెద్దా వేదికగా జరుగుతున్నది. యువ క్రీకెటర్లతోపాటు సీనియర్ ఆటగాళ్లు వేలానికి రానున్నారు. ఐపీఎల్ యువ ఆటగాళ్లకు కీలకంగా మారనున్నది. ఐపీఎల్ లో మంచి ప్రదర్శన కనబరిస్తే జాతీయ జట్టులో ఎంపికయ్యే అవకాశాలున్నాయి. ఇప్పటికే పలువురు ఆటగాళ్లు ఐపీఎల్ లో రాణించి.. జాతీయ జట్టులో చోటు సాధించారు. ఈ సారి వేలం పూల్ లో 318 మంది అన్ క్యాన్డైడ్ ఇండియన్ ఫ్లేయర్స్, 12 మంది అన్ క్యాన్డైడ్ ఫ్లేయర్స్ సహా మొత్తం 574 మంది ఆటగాళ్లు ఉన్నారు. ఫార్ట్ లిస్ట్ చేసిన ఆటగాళ్ల జాబితాలో 366 మంది భారతీయ ఆటగాళ్లు, 208 మంది విదేశీ క్రీకెటర్లు ఉన్నారు. ఈ వేలం యువ క్రీకెటర్లకు కీలకం కానున్నది. 204 మంది ఆటగాళ్లను ప్రాంచైజీలు తీసుకోనుండా.. ఇందులో 70 మంది విదేశీ ఆటగాళ్లకు చోటు కల్పించనున్నది. ఇప్పటి వరకు జరిగిన లీగ్ వేలం చరిత్రలో అత్యంత పిన్న వయస్సుల ఆటగాళ్ల గురించి ఓసారి తెలుసుకుందాం..! ముజీబ్ ఉర్ రెహమాన్ ఆఫ్ఘనిస్తాన్ మిస్టరీ స్పిన్నర్. 2048లో 16 సంవత్సరాల 296 రోజుల వయసులో ఐపీఎల్ వేలంలో అత్యంత పిన్న వయస్కుడైన ఆటగాడిగా చరిత్ర సృష్టించాడు. ఫార్ట్ లిస్ట్ అయిన తర్వాత అతన్ని పంజాబ్ కింగ్స్ (అప్పటి పంజాబ్ కింగ్స్) రూ.4 కోట్లకు తీసుకుంది. అదే సంవత్సరంలో అతను 11 మ్యాచ్ లో 14 వికెట్లు పడగొట్టాడు. అదే ఏడాది భారత్ తో జరిగిన చారిత్రాత్మక తొలి టెస్టు మ్యాచ్ లో ఆఫ్ఘనిస్తాన్ కు ప్రాతినిధ్యం వహించాడు. ఆ తర్వాత మరో మైలురాయిని సాధించాడు. తర్వాతి రెండుసీజన్లలో పంజాబ్ ప్రాంచైజీ అతన్ని కొనసాగించింది. కానీ, ఏడు మ్యాచ్ లో కేవలం మూడు వికెట్లతో నిరాశపరిచాడు. ఆ తర్వాత అతన్ని సన్ రైజర్స్ హైదరాబాద్ తీసుకుంది. ఆడిన ఒక్క మ్యాచ్ లో రెండు వికెట్లు పడగొట్టాడు. ఈ సారి మరోసారి వేలంలోకి రానున్నాడు. బెంగాల్ కు చెందిన ప్రయాస్ రే బర్మాన్ 2019 ఐపీఎల్ వేలంలోకి ఎంట్రీ ఇచ్చాడు. రాయల్ ఛాలెంజర్స్ బెంగళూరు అతన్ని రూ.1.5 కోట్లకు కొనుగోలు చేసింది. 16 సంవత్సరాల 54 రోజుల వయస్సులో ఐపీఎల్ లో కాంట్రాక్ట్ సంపాదించిన అతి పిన్న వయసుగల ఆటగాళ్లలో ఒకడు. మార్చి 31, 2019న సన్ రైజర్స్ హైదరాబాద్ తో జరిగిన మ్యాచ్ లో అరంగేట్రం చేశాడు. ఆ సీజన్ లో నాలుగు ఓపర్లు చేసినా వికెట్లు పడగొట్టలేకపోయాడు. బ్యాట్ తో 19 పరుగులు చేసినా ఆ తర్వాత మ్యాచ్ లో అవకాశం దక్కలేదు. అతను ఆడిన ఏకైక ఐపీఎల్ మ్యాచ్ ఇదే. దురదృష్టవశాత్తు 2020 సీజన్ కు ముందు ఆరీబీ విడుదల చేసింది. అప్పటి నుంచి ఐపీఎల్ లో మళ్లీ కనిపించలేదు. బెంగాల్ జట్టు తరఫున ఆడినా పెద్దగా రాణించలేకపోయాడు. అల్లా గజనీఫర్ ఆఫ్ఘన్ ఆటగాడు. ఐపీఎల్ 2023లో ఎంట్రీ ఇచ్చాడు. కేవలం 15 ఏళ్ల 161 రోజుల వయస్సులో ఐపీఎల్ వేలంలోకి ప్రవేశించి వార్షికో నిలిచాడు. అయితే, అతను అప్పట్లో అమ్ముడవలేదు. 2024లో ముజీబ్ ఉర్ రెహమాన్ స్థానంలో కోల్ కతా నైట్ రైడర్స్ లో చేరా.. అద్భుతం మారింది. ముంబయి ఇండియన్స్ గత సీజన్ కు ముందు అతన్ని నెట్ బోలెర్ గా తీసుకుంది. అయితే, వీసా కారణాలతో రాలేకపోయాడు. ఇటీవల షార్కాల్ బంగ్లాదేశ్ తో జరిగిన మ్యాచ్ లో 26 పరుగులిచ్చి ఆరు వికెట్లు పడగొట్టాడు. ఈ బోలెర్ స్పెల్ లో బంగ్లాదేశ్ కేవలం 11 పరుగులకే ఏడు వికెట్లు కోల్పోయింది. ఇప్పటికే ఎనిమిది వళ్లలో ఆఫ్ఘనిస్తాన్ కు ప్రాతినిధ్యం వహించిన గజనీఫర్ ఎమర్లింగ్ ఆసియా కప్ 2024లో కూడా మంచి ప్రదర్శన కనబరిచాడు. బీహార్ కు చెందిన వైభవ్ సూర్యవంశీ కేవలం 13 ఏళ్ల 242 రోజుల వయసులో ఐపీఎల్ వేలానికి అర్హత సాధించిన అతి పిన్న వయస్కుడిగా చరిత్ర సృష్టించాడు. అన్ క్యాన్డైడ్ బ్యాట్స్ మన్ విభాగంలో 491వ స్థానంలో ఈ ఎడమచేతి వాటం బ్యాట్స్ మన్ ఉన్నాడు. చిన్న వయస్సులోనే బ్యాట్ తో గొప్ప ప్రదర్శన చేశాడు. జనవరి 2024లో బీహార్ తరఫున ఫస్ట్-క్లాస్ అరంగేట్రం చేసిన తర్వాత.. సెప్టెంబర్ ఇండియా ఆస్ట్రేలియా 19 యాత్ టెస్ట్ సిరీస్ లో సూర్యవంశీ అద్భుతమైన సెంచరితో అందరి దృష్టిని ఆకర్షించాడు. సూర్యవంశీ రాబోయే అందర్-19 ఆసియా కప్ లో భారతదేశానికి ప్రాతినిధ్యం వహించే అవకాశం ఉంది. భవిష్యత్ లో మరింత రాణిస్తే ప్రాంచైజీలు అతని కోసం పోటీపడే అవకాశాలున్నాయి.

మూడోస్థానానికి చేరిన యువ సంచలనం

జై భీమ్ స్క్వాడ్, సాక్సీట్ :
ఐసీసీ తాజాగా టీ20 ర్యాంకింగ్స్ ను విడుదల చేసింది. దక్షిణాఫ్రికాతో జరిగిన టీ20 సిరీస్ లో వరుస సెంచరీలు సాధించిన టీమిండియా యువ స్టార్ బ్యాటర్ తిలక్ వర్మ ఏకంగా 69 స్థానాలను మెరుగుపరుచుకొని ఏకంగా టాప్-కి చేరుకున్నాడు. తిలక్ టీ20 బ్యాట్స్ మెన్ ర్యాంకింగ్ లో టాప్-10లో చోటు సంపాదించడం ఇదే తొలిసారి. ఇంగ్లండ్ ఆటగాడు లియామ్ లివింగ్ స్టోన్ ను వెనక్కి నెట్టి భారత స్టార్ ఆల్ రౌండ్ ర్ హార్దిక్ పాండ్యా నెంబర్ వన్ ఆల్ రౌండ్ ర్ గా నిలిచాడు. ఇటీవల దక్షిణాఫ్రికాతో జరిగిన సిరీస్ లో పాండ్యా బ్యాట్ తో పాటు బాల్ తోనూ అద్భుత ప్రదర్శన చేశాడు. నాలుగు మ్యాచ్ లు సిరీస్ ను టీమిండియా 3-1 తేడాతో గెలుచుకున్నది. టీ20 ఆల్ రౌండ్ డ్ర బ్యాట్ తో హార్దిక్ నెంబర్ వన్ ర్యాంక్ కు చేరుకోవడం ఇది రెండోసారి. ఐసీసీ తాజా ర్యాంకింగ్ లో ఆస్ట్రేలియా ఆటగాడు మార్కస్ స్టోయినిస్ నాలుగో స్థానంలో, శ్రీలంక మాజీ కెప్టెన్ వనిందు హసరంగ ఐదో స్థానంలో నిలిచారు. దక్షిణాఫ్రికాతో జరిగిన టీ20 సిరీస్ లో టీమిండియా యువ ఆటగాడు తిలక్ 280 పరుగులు సాధించాడు. ఇందులో రెండు సెంచరీలు ఉన్నాయి. దాంతో ఐసీసీ టీ20

ర్యాంకింగ్ లో 69 స్థానాలను మెరుగుపరుచుకొని మూడోస్థానానికి చేరుకున్నాడు. నెంబర్ వన్ బ్యాట్స్ మెన్ గా ఆస్ట్రేలియా ఆటగాడు ట్రావిస్ హెడ్ కొనసాగుతుండగా.. రెండోస్థానంలో ఇంగ్లండ్ ఆటగాడు ఫిల్ సాల్ట్ ఉన్నాడు. ఇక టీ20 కెప్టెన్ సూర్యకుమార్ యాదవ్ ఒక స్థానం దిగజారి నాలుగో స్థానానికి చేరుకున్నాడు. దక్షిణాఫ్రికాతో జరిగిన టీ20 సిరీస్ లో రెండు సెంచరీలు సాధించిన సంజూ శాంసన్.. టీ20 బ్యాట్స్ మెన్ ర్యాంకుల జాబితాలో 17 స్థానాలను మెరుగుపరుచుకొని 22వ స్థానానికి చేరాడు. ట్రిస్టన్ స్టబ్స్ మూడు స్థానాలు ఎగబాకి 23వ స్థానానికి, హెన్రీ క్లాసెన్ ఆరు స్థానాలు ఎగబాకి 59వ స్థానానికి చేరుకున్నారు. శ్రీలంక కుడిచేతి వాటం బ్యాట్స్ మెన్ కుశాల్ మెండిస్ టీ20 బ్యాట్స్ మెన్ ర్యాంకింగ్ లో 12వ ర్యాంక్ కు చేరుకోగా, వెస్టిండీస్ కు చెందిన షాయ్ హెంసె 16 స్థానాలు ఎగబాకి 21వ స్థానానికి చేరుకున్నాడు. కాగా, పాకిస్థాన్ పై హాఫ్ సెంచరీ చేయడంతో ఆస్ట్రేలియా ఆటగాడు మార్కస్ స్టోయినిస్ 10 స్థానాలు ఎగబాకి 45వ స్థానానికి చేరుకున్నాడు. భారత ఫాస్ట్ బౌలర్ అర్షద్ దీప్ సింగ్ మూడు స్థానాలు ఎగబాకి తొమ్మిదో స్థానానికి చేరుకున్నాడు. అతని కెరీర్లో ఇదే టెస్ట్ ర్యాంకింగ్ కావడం విశేషం.



కొలెస్ట్రాల్ ఎక్కువ ఉన్నట్లే..!



జై భీమ్ న్యూస్, ఆరోగ్యం:

శరీరంలో అధికంగా కొలెస్ట్రాల్ పేరుకుపోతే గుండె జబ్బులు వస్తాయన్న సంగతి అందరికీ తెలిసిందే. శరీరంలో కొలెస్ట్రాల్ నిల్వలు ఎక్కువైతే రక్తనాళాల్లో పూడికలు ఏర్పడుతాయి. ఫలితంగా రక్త సరఫరాకు అటంకం కలుగుతుంది. దీంతో బీపీ పెరుగుతుంది. ఇది దీర్ఘకాలంలో ఉంటే హార్ట్ ఎటాక్ లేదా కార్డియాక్ అరెస్టుకు దారితీస్తుంది. అప్పుడు ప్రాణాలు పోతాయి. ప్రస్తుతం చాలా మంది ఈ రకంగానే ఎక్కువగా చనిపోతున్నారు. హార్ట్ ఎటాక్ లేదా కార్డియాక్ అరెస్టు వచ్చేందుకు అనేక కారణాలు ఉంటున్నా చాలా మంది మాత్రం కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలు పెరగడం వల్లే వాటి బారిన పడుతున్నారు. అయితే శరీరంలో కొలెస్ట్రాల్ ఎక్కువగా ఉంటే శరీరం మనకు కొన్ని లక్షణాలను తెలియజేస్తుంది. ఇవి అందరిలోనూ కనిపించకపోవచ్చు. కానీ కొలెస్ట్రాల్ మరీ ఎక్కువైతే మాత్రం అందరిలోనూ ఈ లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. వీటిని పరిశీలించి ముందుగానే జాగ్రత్త పడితే హార్ట్ ఎటాక్ రాకుండా చూసుకోవచ్చు. శరీరంలో కొలెస్ట్రాల్ లెవల్స్ మరీ ఎక్కువగా ఉంటే కణాలకు ఆక్సిజన్ సరిగ్గా అందదు. రక్తనాళాల్లో కొలెస్ట్రాల్ చేరి రక్త సరఫరాకు అటంకం ఏర్పడుతుంది. దీంతో కణాలకు రక్తం చేరదు. ఆక్సిజన్ లభించదు. ఫలితంగా శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బందులు ఎదురవుతాయి. దీన్నే %ఘృష్ణ-వతీశీంఎత్తీంఅం% అని కూడా అంటారు. చిన్నపాటి వ్యాయామం లేదా శారీరక శ్రమ చేసినా, కొన్ని సార్లు ఎలాంటి శారీరక శ్రమ చేయకపోయినా కూడా కొందరికి శ్వాస తీసుకోవడం కష్టంగా ఉంటుంది. ఇలా గనుక ఎవరికైనా జరుగుతుంటే వెంటనే కొలెస్ట్రాల్ టెస్ట్ చేయించుకోవాలి. కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలు ఎక్కువగా ఉంటేనే ఈ లక్షణం కనిపిస్తుంది. కనుక ఈ లక్షణం కనిపించిన వెంటనే అప్రవృత్తం అవ్వాలి ఉంటుంది. లేదంటే హార్ట్ ఎటాక్ బారిన పడతారు. శరీరంలో కొలెస్ట్రాల్ ఎక్కువగా ఉంటే వికారం, వాంటికి వచ్చినట్లు ఉండడం వంటి లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. కొందరికి జీర్ణ సమస్యల కారణంగా కూడా ఇలా జరుగుతుంది. అయితే నిరంతరాయంగా ఈ సమస్యలు గనక ఉంటే కొలెస్ట్రాల్ లెవల్స్ ఎక్కువగా ఉన్నాయోమోసని అనుమానించాలి. వెంటనే డాక్టర్‌ను సంప్రదించి పరీక్షలు చేయించుకోవాలి. ఇక కొలెస్ట్రాల్ లెవల్స్ ఎక్కువగా ఉంటే చేతులు, కాళ్లు చల్లగా ఉంటాయి. చేతులు, కాళ్లలో రక్త సరఫరా సరిగ్గా జరగదు. కనుక ఆయా భాగాల్లో చల్లగా ఉంటే ఏమాత్రం నిర్లక్ష్యం చేయకూడదు. శరీరంలో కొలెస్ట్రాల్ లెవల్స్ ఎక్కువగా ఉంటే పాదాల్లో అయ్యే గాయాలు లేదా పుండ్లు త్వరగా మానవు. ఆ భాగంలో రక్త సరఫరా సరిగ్గా జరగదు కనుక గాయాలు లేదా పుండ్లు మానేందుకు చాలా సమయం పడుతుంది. ఈ లక్షణం ఎవరిలో అయినా ఉన్నా కూడా దాన్ని అధిక కొలెస్ట్రాల్‌గా అనుమానించాలి. వెంటనే డాక్టర్‌ను కలిసి కొలెస్ట్రాల్ పరీక్షలు చేయించుకోవాలి. ఒకవేళ కొలెస్ట్రాల్ ఎక్కువగా ఉన్నట్లు పరీక్షల్లో తేలితే వెంటనే డాక్టర్ నుచూస మేరకు చికిత్స తీసుకోవాలి. దీంతో హార్ట్ ఎటాక్‌ను ముందుగానే అడ్డుకోవచ్చు. ప్రాణాలను కాపాడుకోవచ్చు.

పొట్ట దగ్గరి కొవ్వు కరుగుతుంది..!

జై భీమ్ న్యూస్, ఆరోగ్యం:

అధిక బరువును, పొట్ట దగ్గరి కొవ్వును తగ్గించుకునేందుకు చాలా మంది అనేక రకాలుగా ప్రయత్నాలు చేస్తుంటారు. అందులో భాగంగానే డైట్‌ను పాటిస్తుంటారు. అలాగే వ్యాయామం కూడా చేస్తుంటారు. అయితే పలు రకాల ఆహారాలను తీసుకోవడం వల్ల బరువు తగ్గడం సులభతరం అవుతుంది. అలాంటి ఆహారాల్లో సువ్వులు కూడా ఒకటిని చెప్పవచ్చు. సువ్వులను తినడం వల్ల అనేక లాభాలు కలుగుతాయి. సువ్వుల్లో క్యాలియం సమృద్ధిగా ఉంటుంది. అందువల్ల సువ్వులను తింటే ఎముకలు బలంగా మారుతాయి. దీంతోపాటు బరువు కూడా తగ్గవచ్చు. అయితే సువ్వులను రోజూ నేరుగా తినలేమని అనుకునేవారు సువ్వులతో పలు ఆహారాలను తయారు చేసి తినవచ్చు. బరువు తగ్గేందుకు సువ్వులను ఎన్ని రకాలుగా తీసుకోవచ్చో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం. సువ్వులతో సహజంగానే చాలా మంది లడ్డూలను తయారు చేస్తుంటారు. అయితే ఈ లడ్డూల్లో చక్కెర లేదా బెల్లం ఉంటుంది. కానీ ఈ రెండింటికీ బదులుగా విత్తనాలను తీసిన ఖర్జూరాలను తీసి కోసం ఉపయోగించవచ్చు. సువ్వులను కాస్త వేయించి వాటికి ఖర్జూరాల పేస్టును కలిపి లడ్డూలలా తయారు చేసి రోజుకు ఒక లడ్డూను తినవచ్చు. ఇవి రుచిగా ఉండడమే కాదు, బరువును తగ్గిస్తాయి. ముఖ్యంగా పొట్ట దగ్గరి కొవ్వు కరిగిపోతుంది. మీరు రోజూ సూర్యతీలను కనుక తాగుతుంటే ఆ సూర్యతీల్లో సువ్వులను కలిపి తీసుకోవచ్చు. దీంతో బరువు తగ్గాలనుకునే మీ ప్రణాళిక కచ్చితంగా అమలవుతుంది. సువ్వులను ఇలా సూర్యతీలలో కలిపి తీసుకుంటే ఎంతో బోన్స్‌గా ఉంటాయి. దీంతో పొట్ట దగ్గరి కొవ్వును కూడా సులభంగా కరిగించుకోవచ్చు. సువ్వుల సూర్యతీల ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు, ప్రోటీన్లు, ఫైబర్ సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ఇవి మిమ్మల్ని ఎక్కువ సేపు ఉన్నా సరే ఆకలి అవకుండా చూస్తాయి. దీంతో ఆహారం తక్కువగా తింటారు. ఫలితంగా ఇది బరువు తగ్గేందుకు సహాయ పడుతుంది. మీరు రోజూ సలాడ్స్‌ను గనుక తింటుంటే సలాడ్స్‌పై కాసిన్ని సువ్వులను చల్లి తీసుకోవచ్చు. దీంతో సలాడ్ మరింత ఆరోగ్యవంతం అవుతుంది. దీంతోపాటు క్రంపీ లేట్స్‌గా వస్తుంది. ఇలా సలాడ్‌ను తీసుకుంటే బరువు కూడా తగ్గుతారు. అలాగే మీరు ఇంట్లోనే గ్రనోలా బార్‌ను తయారు చేసి తినవచ్చు. కాన్పి, ఓట్స్, నట్స్, గుప్పెడు సువ్వులను తీసుకుని వాటికి తేనె కలిపి గ్రనోలా బార్‌ను బేక్ చేయండి. దీన్ని మీరు మీల్స్ మధ్యలో స్నాక్స్ లా తీసుకోవచ్చు. దీంతో బరువు తగ్గుతారు. ఇవే కాకుండా మీరు రోజూ తినే పలు ఇతర ఆహారాల్లోనూ సువ్వులను ఏదో ఒక విధంగా కలిపి తింటే అధిక బరువును సులభంగా తగ్గించుకోవచ్చు. అలాగే పొట్ట దగ్గరి కొవ్వు కూడా కరుగుతుంది. దీంతోపాటు సువ్వుల్లో ఉండే పోషకాలు కూడా మనకు లభిస్తాయి.



మందార పువ్వుల్లో ఎన్నో ఔషధ గుణాలు

జై భీమ్ న్యూస్, ఆరోగ్యం:

మన చుట్టూ ప్రకృతిలో అనేక రకాల మొక్కలు పెరుగుతుంటాయి. వాటిల్లో మందార పువ్వు మొక్క కూడా ఒకటి. ఇది అనేక రకాలు ఉంటాయి. అయితే ఒకే రెక్క కలిగిన ఎరుపు రంగు మందార పువ్వుల్లో ఎన్నో ఔషధ గుణాలు ఉంటాయి. మందార పువ్వులను ఎండబెట్టి వాటితో టీ తయారు చేసుకుని తాగవచ్చు. ఈ విధంగా రోజూ తాగడం వల్ల ఎన్నో అద్భుతమైన ప్రయోజనాలు కలుగుతాయి. మందార పువ్వుల టీని తాగితే తాజాగా అనిపిస్తుంది. ఈ పువ్వుల్లో అనేక యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, విటమిన్లు, మినరల్స్ ఉంటాయి. కనుక ఈ పువ్వులతో టీ తయారు చేసి తాగితే మనకు అనేక పోషకాలు లభించడంతోపాటు అనేక రోగాలు కూడా నయమవుతాయి. మందార పువ్వుల టీని కనీసం రోజుకు 1 కప్పు అయినా తాగితే ఎన్నో లాభాలను పొందవచ్చు. మందార పువ్వుల టీలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ఇవి శరీరంలోని ఫ్రీ ర్యాడికల్స్‌ను నాశనం చేస్తాయి. ఈ యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు మన శరీరంలోని కణాలు ద్వారానే అవకుండా కాపాడుతాయి. దీంతోపాటు వాపులను తగ్గిస్తాయి. దీని వల్ల క్యాన్సర్, గుండె పోటు వంటి ప్రాణాంతక వ్యాధులు రాకుండా అడ్డుకోవచ్చు. మందార పువ్వుల టీని తాగడం వల్ల అధిక రక్తపోటు తగ్గుతుంది. అధ్యయనాలు చెబుతున్న ప్రకారం రోజుకు ఒక కప్పు మందార పువ్వుల టీని తాగితే సిస్టోలిక్, డయాస్టోలిక్ బీపీ తగ్గుతుంది. అందువల్ల మందార పువ్వుల టీ బీపీ రోగులకు ఎంతగానో మేలు చేస్తుందని చెప్పవచ్చు. మందార పువ్వుల టీని సేవించడం వల్ల కేవలం బీపీ తగ్గడం మాత్రమే కాదు కొలెస్ట్రాల్ లెవల్స్



కూడా తగ్గుతాయి. మన శరీరంలో రెండు రకాల కొలెస్ట్రాల్స్ ఉంటాయి. ఒకటి ఎల్‌డిఎల్. దీన్నే చెడు కొలెస్ట్రాల్ అంటారు. ఇంకొకటి హెచ్‌డిఎల్. దీన్ని ర్యాడికల్స్‌ను నాశనం చేస్తాయి. మందార పువ్వుల టీని తాగితే ఎల్‌డిఎల్ తగ్గుతుంది. హెచ్‌డిఎల్ పెరుగుతుంది. దీని వల్ల గుండె ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. గుండె పనితీరు మెరుగు పడుతుంది. గుండె జబ్బులు రాకుండా చూసుకోవచ్చు. మందార పువ్వుల టీని తాగడం వల్ల శరీర మెటబాలిజం పెరుగుతుంది. దీంతో క్యాలరీలు వేగంగా ఖర్చవుతాయి. ఫలితంగా శరీరంలోని కొవ్వు కరిగిపోతుంది. కనుక బరువు తగ్గాలని చూస్తున్న వారికి ఈ టీ ఎంతగానో మేలు చేస్తుంది. బరువును నియంత్రించుకోవడానికి మందార పువ్వుల టీని తాగడం మంచి మార్గం. కాబట్టి ఈ టీని రోజూ సేవించాలి. మందార పువ్వుల టీలో అనేక యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు ఉంటాయి. ఇవి లివర్ లోని వ్యర్థాలను

బయటకు పంపి డిటాక్స్ చేస్తాయి. దీంతో లివర్ పనితీరు మెరుగు పడుతుంది. తరచూ మందార పువ్వుల టీని సేవించుకుంటే లివర్‌ను ఆక్సికరణ నుంచి రక్షించుకోవచ్చు. దీంతో శరీరంలోని వ్యర్థాలను లివర్ మరింత సమర్థవంతంగా బయటకు పంపుతుంది. మనల్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. మందార పువ్వుల టీని తాగడం వల్ల జీర్ణక్రియ మెరుగు పడుతుంది. మనం తిన్న ఆహారం సరిగ్గా జీర్ణమవుతుంది. దీంతోపాటు కడుపు ఉబ్బరం, అజీర్ణం నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. మందార పువ్వుల టీలో లాక్సేటివ్ గుణాలు ఉంటాయి. కనుక మలబద్ధకం తగ్గుతుంది. రోజూ సుఖ విరేచనం అవుతుంది. మందార పువ్వుల టీలో విటమిన్ సి ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఇది రోగ నిరోధక వ్యవస్థను పటిష్టం చేసి రోగ నిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది.

దీంతో శరీరం ఇన్‌ఫ్లేక్షన్‌కు వ్యతిరేకంగా పోరాడుతుంది. వ్యాధులను రాకుండా చూస్తుంది. ఈ టీలో యాంటీ మైక్రోబియల్, యాంటీ ఇన్‌ఫ్లామేటరీ లక్షణాలు అధికంగా ఉంటాయి. అందువల్ల సీజనల్ వ్యాధులైన దగ్గు, జలుబు నుంచి ఉపశమనం పొందవచ్చు. మందార పువ్వుల టీని తాగడం వల్ల రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు తగ్గుతాయి. డయాబెటిస్ అదుపులో ఉంటుంది. షుగర్ ఉన్నవారు ఈ టీని రోజూ సేవించడం వల్ల శరీరం ఇన్సులిన్‌ను మరింత సమర్థవంతంగా ఉపయోగించుకుంటుంది. దీంతో షుగర్ లెవల్స్ తగ్గుతాయి. డయాబెటిస్ నియంత్రించుకోవడానికి ఉంటుంది. ఇలా మందార పువ్వుల టీని సేవించడం వల్ల అనేక లాభాలను పొందవచ్చు. కనుక రోజూ ఒక కప్పు తాగడం మంచివిపోకండి.

కనిపిస్తే విడిచిపెట్టకుండా తెచ్చుకోండి..



జై భీమ్ న్యూస్, ఆరోగ్యం:

మార్కెట్లో మనకు అనేక రకాల పండ్లు లభిస్తుంటాయి. అయితే వాటిలో కేవలం మనం కొన్ని పండ్లను మాత్రమే తింటుంటాం. కొన్ని పండ్లను అసలు చూసే చూడనట్లు వ్యవహరిస్తాం. కానీ అలాంటి పండ్ల గురించి తెలిస్తే మీరు ఆశ్చర్యపోవాల్సిందే. అవును, ఎందుకంటే చాలా మంది అంతగా ప్రయోజనం కోని ఆ పండ్ల అద్భుతమైన ప్రయోజనాలను అందిస్తాయి. ఇక అలాంటి పండ్లలో పియర్ పండు కూడా ఒకటి. ఇవి గ్రీన్ లేదా పసుపు రంగులో మనకు దర్శనమిస్తుంటాయి. మార్కెట్ లో మనకు ఇవి కనిపిస్తాయి. కానీ ధర ఎక్కువ అని చెప్పి చాలా మంది ఈ పండ్లను తినరు. కానీ ఈ పండ్లను తినడం వల్ల మనకు అనేక అద్భుతమైన ప్రయోజనాలు కలుగుతాయి. ఈ

పండ్లతో మనం అనేక లాభాలను పొందవచ్చు. పియర్స్ పండ్లలో పోషకాలు సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ముఖ్యంగా ఫైబర్‌తోపాటు విటమిన్లు, మినరల్స్ అధికంగా ఉంటాయి. అందువల్ల ఈ పండ్లను తింటే మనం అన్ని విధాలుగా ఆరోగ్యంగా ఉంటాం. పియర్స్ పండ్లలో రెండు రకాల ఫైబర్లు ఉంటాయి. సాల్యబుల్, ఇన్‌సాల్యబుల్ ఫైబర్లు రెండూ ఇందులో ఉంటాయి. అందువల్ల ఈ పండ్లను తింటే షుగర్ లెవల్స్ కంట్రోల్ అవుతాయి. కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలు నియంత్రించుకోవచ్చు. ఈ పండ్లలో ఉండే ఫైబర్ జీర్ణవ్యవస్థ వ్యవస్థ పటిష్టంగా మారుతుంది. రోగ నిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. దీంతోపాటు బరువు కూడా నియంత్రించుకోవచ్చు. పియర్స్ పండ్లలో ఉండే ఫైబర్, నీటి శాతం వల్ల ఈ పండ్లను తింటే ఎక్కువ సేపు ఉన్నా మలబద్ధకం తగ్గుతుంది. పియర్స్ పండ్లలో అధికంగా ఉండే ఫైబర్ గుండెను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను ఈ పండ్లు

తగ్గిస్తాయి. దీంతో గుండె ఆరోగ్యం మెరుగు పడుతుంది. రక్త సరఫరా పెరుగుతుంది. దీని వల్ల గుండె జబ్బులు, హార్ట్ ఎటాక్ వచ్చే అవకాశాలు తగ్గుతాయి. పియర్స్ పండ్లలో ఉండే ఫ్రీ బయోటిక్ ఫైబర్ వల్ల జీర్ణ వ్యవస్థలో ఉండే మంచి బాక్టీరియా వృద్ధి చెందుతుంది. దీంతో జీర్ణశక్తి పెరుగుతుంది. రోగ నిరోధక వ్యవస్థ పటిష్టంగా మారుతుంది. రోగ నిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. దీంతోపాటు బరువు కూడా నియంత్రించుకోవచ్చు. పియర్స్ పండ్లలో ఉండే ఫైబర్, నీటి శాతం వల్ల ఈ పండ్లను తింటే ఎక్కువ సేపు ఉన్నా అనేక ప్రయోజనాలు పొందవచ్చు. కనుక మీకు మార్కెట్లో ఈ పండ్లు కనిపిస్తే విడిచిపెట్టకుండా ఇంటికి తెచ్చుకోండి.

తరచూ ఆహారంలో భాగం చేసుకోవడం వల్ల అధిక బరువు తగ్గుతారు. ఈ పండ్లలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ముఖ్యంగా ఈ పండ్లలో ఉండే పాలిఫినాల్స్ కణాలు నాశనం అవకుండా చూస్తాయి. ఫ్రీ ర్యాడికల్స్‌ను నిర్మూలిస్తాయి. దీంతో క్యాన్సర్, గుండె జబ్బులు రాకుండా ఉంటాయి. పియర్స్ పండ్లలో సాల్ఫిటాల్ అనే సమ్మేళనం ఉంటుంది. ఇది నాచురల్ లాక్సేటివ్‌గా పనిచేస్తుంది. అందువల్ల మలబద్ధకం తగ్గుతుంది. రోజూ సుఖ విరేచనం అవుతుంది. జీర్ణవ్యవస్థ ఆరోగ్యం మెరుగు పడుతుంది. ఇలా ఈ పండ్లతో అనేక ప్రయోజనాలు పొందవచ్చు. కనుక మీకు మార్కెట్లో ఈ పండ్లు కనిపిస్తే విడిచిపెట్టకుండా ఇంటికి తెచ్చుకోండి.