

ఎడిటర్ : చంద్ర శేఖర్ యం
అక్షరాస్య అయిదంగా మలుచున్న పత్రిక

ప్రకటనదారులకు, వెబ్ సైటులకు మా సమస్యమంజులలు...

16వ వార్షికోత్సవ సందర్భంగా ప్రకటనల మంజూరు చేయటం గురించి పాఠకులారా! ఉత్తేజిత దినపత్రికను హృదయపూర్వకంగా అభిమానించినందుకు మేనేజ్మెంట్ మీకు అభినందనలు తెలియజేస్తుంది.

జన వాక్కులే వార్తలుగా మలుచుకొని నిజాన్ని ఇబ్బంగా చేసుకొని నిరంతరం నూతన వరచదిలో పత్రికను మీ ముందుకు తెస్తున్నామన్న విషయం మీకోరికే తెలిసిందే.

పత్రిక సడవాలంటే ఆర్థిక మూలాలు ముఖ్యం. కావున మీరంతా వార్షికోత్సవ సందర్భంగా ప్రకటనల మంజూరు చేసి పత్రికావృద్ధికి మీ పంతు సహాయ సహకారాలు ఎన్నివేళలా అందజేయవలసిందిగా ఆహ్వానిస్తున్నాము....

మీ... ఉత్తేజిత దినపత్రిక ఎడిటర్

16th ANNIVERSARY

వార్షికోత్సవ ప్రత్యేక సంచిక

ఆంధ్రప్రదేశ్

బ్యాక్ కవర్ పేజీ ముద్రికల: 50,000/-	బ్యాక్ 6 వైట్ పేజీ బ్యాక్ పేజీ : 20,000/-
ఇన్సర్ట్ ముద్రికల పేజీ : 20,000/-	ఇన్సర్ట్ పేజీ : 20,000/-
ఫ్రంట్ ముద్రికల పేజీ : 70,000/-	ఫ్రంట్ పేజీ : 30,000/-

గమనిక : సకాలంలో ప్రకటనల అంశాలకు ఫోటోలు మరియు మోటివేషన్లు ఉత్తేజిత తెలుగు దినపత్రిక బెర్రెట్టులకు అందజేయవలసిందిగా కోరడమైనది.

ప్రకటనదారులకు విజ్ఞప్తి...

అసెంబ్లీలో చర్చ పెడితే ఎండగడతాం

కాళేశ్వరం నివేదికలో మొత్తం గ్యాస్, ట్రాప్ లీకులు ఇబ్బి వార్తలు రాయించుకుంటున్నారు

నాగారం భూదాన్ భూములపై విచారణ

విత్తరా చేసుకోవాలని పిటిషనర్ ను ఎందుకు బెదిరిస్తున్నారని హైకోర్టు ఆగ్రహం వ్యక్తం చేసింది.

కాళేశ్వరంపై సిబిఐ విచారణను పట్టించుకోని కాంగ్రెస్

అసెంబ్లీలో కాళేశ్వరం నివేదిక పెట్టిన తర్వాత స్పందిస్తామని, కాళేశ్వరం నివేదిక ప్రభుత్వానిదా.. కాంగ్రెస్ దా అని చెప్పాలని డిమాండ్ చేశారు.

ఉచిత బస్సు పథకంపై చర్చ

నేడు ఎపి కేబినెట్ సమావేశం

అమరావతి: ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు అధ్యక్షతన బుధవారం ఆంధ్రప్రదేశ్ కేబినెట్ సమావేశం జరగనుంది.. సచివాలయంలో జరిగిన ఈ కేబినెట్ సమావేశంలో పలు కీలక అంశాలపై మంత్రివర్గం చర్చించి అమోదం తెలపనుంది.. ముఖ్యంగా.. ఎంతోకాలంగా ఎదురుచూస్తోన్న మహిళలకు ప్రభుత్వం శుభవార్త చెప్పబోతోంది.. కేబినెట్ సమావేశంలో మహిళల ఆర్థిక బలస్థితిలో ఉచిత ప్రయాణంపై చర్చించబోతున్నారు.. ఆర్థిక బలస్థితిలో మహిళల ఉచిత ప్రయాణానికి సంబంధించి అధికారికంగా పేరు ఖరారు చేసి ప్రకటన చేయనుంది ప్రభుత్వం.. పలు సంస్థలకు భూ కేటాయింపులపై కూడా చర్చించనున్నారు.. నాలా చట్ట సవరణకు సంబంధించి కేబినెట్ లో చర్చిస్తారు.. ఎల్ఆర్ఎస్.. బీఆర్ఎస్ పై కూడా కేబినెట్ లో చర్చించే అవకాశం ఉంది.. సీఎం అండ్ టీం సింగపూర్ టూర్ పై చర్చించనుంది మంత్రివర్గం.. ఇక, కేబినెట్ సమావేశం తర్వాత తాజా పరిణామాలపై సీఎం చంద్రబాబు మంత్రులతో చర్చించనున్నారు.. లిక్కర్ కేసులు.. నగదు బయట పడడం.. ఆరెస్ట్ లకు సంబంధించి కూడా చర్చించనున్నారు.. కాగా, స్వాతంత్ర్య దినోత్సవం సందర్భంగా ఆగస్టు 15వ తేదీ నుంచి రాష్ట్రంలోని మహిళలందరికీ ఉచిత బస్సు సౌకర్యాన్ని కల్పించేందుకు సిద్ధమైంది కూటమి ప్రభుత్వం.. దీనిపై ఇప్పటికే అధికారులు ఎ-కై-ఓ-నజ్ పూర్తి చేశారు.. అంతర్జాతీయ పరిధిలో ఎక్కడి నుంచి ఎక్కడి-కై-నా మహిళలు జీరో టికెట్ తో ఉచితంగా ప్రయాణించేలా చర్యలు తీసుకుంటున్నారు.. మహిళా ఉద్యోగులు, ట్రాన్స్ జెండర్లకు కూడా ఈ సౌకర్యం కల్పించబోతున్నారు.. మొత్తం బస్సుల్లో 74 శాతం బస్సులున్న పల్లె వెలుగు, అల్పా పల్లెవెలుగు, సిటీ- ఆర్డినరీ, ఎక్స్ ప్రెస్, మెట్రో ఎక్స్ ప్రెస్ కేటగిరీ బస్సుల్లో ఈ ఉచిత ప్రయాణం కల్పిస్తున్నామని ఇప్పటికే రవాణాశాఖ మంత్రి మండిపల్లి రాంప్రసాద్ రెడ్డి వెల్లడించారు.. ఆధార్, ఓటర్ ఐడి, రేషన్ కార్డుల్లో ఏదైనా ఒకటి చూపించినా మహిళలకు బస్సుల్లో ఉచిత ప్రయాణ సౌకర్యం ఉంటుంది.

స్టార్ట్ కార్డ్ తరహాలో రేషన్ కార్డు

25 నుంచి కొత్త రేషన్ కార్డుల పంపిణీ

రేషన్ షాపులు ద్వారా జీసీసీ ఉత్పత్తులు అందించే యోచన

వయస్సుపైలడ్ వ్యధ్యులకు, వికలాంగులకు ఇంటివద్దకే సరుకులు పార సరఫరాల శాఖ మంత్రి నాదెండ్ల మనోహర్ వెల్లడి

రేషన్ షాపులు ద్వారా జీసీసీ ఉత్పత్తులు అందించే నిర్ణయం తీసుకున్నట్లు- చెప్పారు. నాలుగు కోట్ల మందికి రేషన్ సరుకులు అందిస్తామని భీమా వ్యక్తం చేశారు. గ్యాస్ రాయితీ విషయంలో కూడా డిజిటల్ వారెంట్ కూపన్ను అందిస్తున్నట్లు- తెలిపారు. మూడు రోజులు ఉత్తరాంధ్రలో పర్యటించినట్లు- మంత్రి నాదెండ్ల మనోహర్ గుర్తు చేశారు.

మరిన్ని సుంకాలు పెంచుతాం

భారత్ కు ట్రంప్ హెచ్చరికలు

వాషింగ్టన్: అమెరికా అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్ మరోసారి కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. ఆగస్టు 1వ తేదీ నుంచి ట్రంప్ విధించిన 25 శాతం సుంకాల నిర్ణయం అమలులోకి వచ్చింది. 6వ తేదీ నుంచి భారతీయ సరుకులపై ఈ సుంకాల వసూళ్లు ఆరంభం అవుతాయి. అయితే మరోసారి ట్రంప్ సుంకాల పెంపు విషయంలో మరోసారి కఠిన నిర్ణయం తీసుకున్నారు. రానున్న 24 గంటల్లో భారత్ పై సుంకాలను గణనీయంగా పెంచుతామని ఓ అంతర్జాతీయ వార్తా సంస్థకు ఇచ్చిన ఇంటర్వ్యూలో ట్రంప్ తెలిపారు. అమెరికాకు భారత్ మంచి వాణిజ్య భాగస్వామి కాదని అన్నారు. అమెరికాలో భారత్ పెద్ద ఎత్తున వ్యాపారం నిర్వహిస్తుంది.. కానీ, అమెరికా మాత్రం భారత్ తో వ్యాపారం చేయదని స్పష్టం చేశారు. రష్యా నుంచి భారత్ చమురు కొనుగోలు చేస్తోందని.. తద్వారా ఉక్రెయిన్ యుద్ధానికి ఆజ్ఞం వోస్తోందని ఆక్రోశాన్ని వెళ్లగక్కారు.

2^వ

బజెపి వైపు బిఆర్ఎస్ మాజీ ఎమ్మెల్యేల చూపు

త్వరలోనే పాటిల్ కి చేరుతారని ప్రచారం

2^వ

నగరంలో మరోమారు భారీ వర్షం

బంజారాహిల్స్, కూకట్ పల్లిలో కుంగిన రోడ్లు

మునుగోడుకోసం అవసరమైతే మళ్ళీ రాజీనామా

మంత్రి పదవి ఇస్తే ప్రజలకు ఉపయోగ పడేది

పదవిని అడ్డం పెట్టుకుని ఫైరవీలు చేసే రకం కాను

మునుగోడు ఎమ్మెల్యే రాజగోపాల్ రెడ్డి సంచలన వ్యాఖ్యలు

ఆరు లైన్ల రహదారిగా విజయవాడ హైవే

కేంద్రమంత్రి గడ్కరీని కలిసి కోలిన మంత్రి తమ్ముడికి మంత్రిపదవి ఇప్పించే స్థాయి కాదన్న కోమటిరెడ్డి

న్యూఢిల్లీ: మల్కాపూర్ నుంచి విజయవాడ వరకు రహదారిని 4 వరుసల నుంచి 6 వరుసలుగా విస్తరించడంతో పాటు- నర్సీస్ రోడ్లను నిర్మించాలని కేంద్ర గడ్కరీని తెలంగాణ రాష్ట్ర మంత్రి కోమటిరెడ్డి వెంకట్ రెడ్డి కోరారు. కేంద్ర మంత్రి గడ్కరీతో మంత్రి కోమటిరెడ్డి వెంకట్ రెడ్డి సమావేశ మయ్యారు. వచ్చే వారం ప్రధాన మంత్రితో సమావేశం అవుతున్నారు. రాష్ట్రంలో పెండింగ్ లో ఉన్న జాతీయ రహదారుల మంజూరీపై గడ్కరీతో సుదీర్ఘంగా చర్చించారు. మంత్రితోపాటు తెలంగాణ ఎంపీలు పాల్గొన్నారు. అనంతరం మంత్రి మీడియాతో మాట్లాడారు. ఢిల్లీలో తెలంగాణ భవన్ నిర్మాణం గురించి ప్రయత్నాలు చేస్తున్నాం.. ఫ్లాస్క్ జరుగుతున్నాయన్నారు. పటోడి హౌస్ లో రెండు నెలల్లో పనులు మొదలు పెట్టాలని ప్రయత్నం చేస్తున్నామని తెలిపారు. ఢిల్లీలో అసమతుల్య కోసం కొంత ఆలస్యం అవుతోందన్నారు. రాజగోపాల్ రెడ్డి ఎమిసోడ్ పై మంత్రి స్పందించారు. నేను మా సోదరుడికి మంత్రి పదవి ఇప్పించే స్వేచ్ఛ లో లేను. కేంద్ర పెద్దలు మాట్లాడిన విషయం నాకు తెలియదు. నా చేతుల్లో ఏం లేదు. అధిష్టానం, ముఖ్యమంత్రి మంత్రి పదవుల విషయంలో నిర్ణయాలు తీసుకుంటారు. నేను ఢిల్లీకి రాతేనే. మంత్రి పదవి అదగలేదు అని స్పష్టం చేశారు. తెలుగు సిని పరిశ్రమలో కార్మికుల 30శాతం వేతన పెంపు డిమాండ్ తో జరుగుతున్న సమ్మె వివాదంపై కోమటిరెడ్డి వెంకట్ రెడ్డి స్పందించారు. ఈ సమస్య పరిష్కారం కోసం ప్రముఖ నిర్మాత దిల్ రాజుకు బాధ్యతలు అప్పగించినట్లు- ఆయన తెలిపారు.

మహిళలు ఆర్థికంగా అభివృద్ధి చెందడమే ప్రభుత్వ లక్ష్యం.

కమిషనర్ ఎన్.మౌర్య

తిరుపతి, ఉత్తేశ ప్రతినిధి, ఆగస్టు 05.

మహిళలు ఆర్థికంగా అభివృద్ధి చెందేందుకు ప్రభుత్వం అనేక కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తున్నదని వాటిని సద్వినియోగం చేసుకోవాలని నగరపాలక సంస్థ కమిషనర్ ఎన్.మౌర్య విలుపునిచ్చారు. నగరపాలక సంస్థ, మెప్పా ఆధ్వర్యంలో మంగళవారం కచ్చపి ఆడిటోరియం మహిళా సంఘాలలోని స్టార్ పెర్ఫార్మర్ మహిళలకు లీప్ (%తీరిఅబజవట్టితీని వఅమ్మఅవవవత్ ఖఅం ఖంజాఅతిఅఅత్త వత్తీవజూతీవ - అవబతీం జూతీతీవత్తీవ - ాజూరా%) ఆధ్వర్యంలో ఒక్క రోజు శిక్షణా కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా కమిషనర్ మాట్లాడుతూ ఒక కుటుంబం - ఒక వ్యాపారస్థుడు అనే నినాదంతో ప్రతి మహిళా సంఘంలో ఒకరిని వ్యాపారస్థుడిని చేయాలనే లక్ష్యంతో రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి పని



చేస్తున్నారని అన్నారు. అందులో భాగంగానే మెప్పా ఎస్.ఎం.ఈ ఫోరంత్ ఒప్పందం కుదుర్చుకున్నట్లు తెలిపారు. పట్టణాల్లో స్వయం సహాయక సంఘాలలో అత్యున్నత ప్రమాణాలతో వ్యాపారం చేస్తున్న వారిని స్టార్ పెర్ఫార్మర్స్ గా గుర్తించడం జరిగిందని అన్నారు. వీరి వ్యాపారం మరింత మెరుగ్గా చేపట్టేందుకు అవసరమైన అవకాశాలు, నైపుణ్యాలను తెలిపింది

ఇలాంటి కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తున్నామని అన్నారు. వీటిని మహిళలు సద్వినియోగం చేసుకోవాలని పిలుపునిచ్చారు. ముఖ్యంగా రిటైల్, టెక్స్టైల్స్, ఫుడ్, బ్యూటీ %౧౧ వెల్ నెస్, ఫర్నిచర్ %౧౧ వుడ్ (ప్రాడక్ట్స్ వంటి వాటిలో మహిళా వ్యాపారవేత్తలకు స్థానిక స్థాయి నుండి గ్లోబల్ స్థాయికి వ్యాపారాన్ని వృద్ధి చేసుకోవడానికి ఆచరణాత్మక నైపుణ్యాలు, సెక్టార్-నిర్దిష్ట

చర్యలు, నిపుణుల మెంటర్షిప్ అందించబడుతుందని తెలిపారు. అలాగే ఉద్యమ్ రిజిస్ట్రేషన్, %౧౧ +వవీ% రిజిస్ట్రేషన్, %౧౧ ౧% కంప్యూటర్, నాణ్యత %౧౧ ప్యాకేజింగ్, డిజిటల్ టూల్స్, మార్కెట్ యాక్సెస్ (ఆన్లైన్ %౧౧ ఆఫ్లైన్), ఐ పి ఆర్ రిజిస్ట్రేషన్, బ్యాంకింగ్ సపోర్ట్ %౧౧ ప్రభుత్వ పథకాలకు సంబంధించిన హెల్ప్ డెస్కులు అందుబాటులో ఉంటాయని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎన్.యూ.ఎల్.ఎం. డైరెక్టర్ సునీల్ కుమార్ యాదవ్ మహిళలతో ముఖాముఖి చర్చించి వారి సందేహాలను నివృత్తి చేశారు. లీప్ (ప్రాజెక్ట్ డైరెక్టర్ భవ్య శర్మ, ప్రాజెక్ట్ హెడ్ షీలా శ్రీనివాస్ లు ప్రాజెక్టులు, దరఖాస్తు చేసుకునే విధానం తదితర వాటిపై శిక్షణ ఇచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో డిప్యూటీ కమిషనర్ అమరయ్య, పథక సంచాలకులు రాఘవ రెడ్డి, సి.ఎం.ఎం.లు కృష్ణవేణి, సోమ కుమార్, లతో పాటు మహిళలు పాల్గొన్నారు. స్టార్ పెర్ఫార్మర్లకు సర్టిఫికేట్స్ అందజేశారు.

స్టార్ మీటర్లను ఉపసంహరించుకోవాలి- సిపిఐ

బేతంచెర్ల : ఉత్తేశ ప్రతినిధి :



రాష్ట్ర ప్రభుత్వం స్టార్ మీటర్లను ఇళ్లకు బిగించడం ఒకసారిచుకోవాలని సిపిఐ జిల్లా కార్యవర్గ సభ్యుడు భార్గవ్,మండల సహాయ కార్యదర్శి తిరుమలేష్,దస్తగిరి,లు డిమాండ్ చేశారు. బేతంచర్ల పట్టణంలోని విద్యుత్ సబ్ స్టేషన్ ఎదురుగా సిపిఐ ఆధ్వర్యంలో నిరసన కార్యక్రమం చేపట్టారు.అదాని కంపెనీలతో ఒప్పందాలను ఉపసంహరించుకొని స్టార్ మీటర్లను బిగించే నిర్ణయాన్ని రద్దు చేయాలని డిమాండ్ చేశారు.అనంతరం డిమాండ్స్ తో కూడిన వినతి పత్రాన్ని విద్యుత్ రూరల్ ఏఈ శ్రీసువాసులకు అందజేశారు.ఈ కార్యక్రమంలో ఏబిఎస్ఎఫ్ జిల్లా ఉపాధ్యక్షుడు ఉదయ్,సిపిఐ నాయకులు సోమన్న,నాగేశ్వరరావు,శ్రీరాములు, తిమ్మయ్య,ధనుజయ్య,బాబు,బుజ్జి ఏబిఎస్ఎఫ్, ఏబిఎస్ఎఫ్,మండల కార్యదర్శులు ప్రదీప్,మధు, భారద్,ఫారుక్,ఎలా కృష్ణ,సంతోష్,జ్ఞానేశ్వర్, భాస్కర్,సిపిఐ నాయకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ప్రధానమంత్రి ఫసల్ బీమా యోజన గడువు పెంపు: ఏ.పి మల్లేష్ కుమార్

సి.బెళగల్ ఉత్తేశ న్యూస్ఆగస్టు 5

ప్రధానమంత్రి ఫసల్ బీమా యోజన గడువును ఆగస్టు చివర వరకు పెంచడం జరిగిందని, కావున రైతులందరూ పంటల బీమా ఇన్సూరెన్స్ చేసుకోవాలని మండల వ్యవసాయ అధికారి జి మల్లేష్ కుమార్ రైతులకు సూచించారు. మంగళవారం సి.బెళగల్ మండలం కొండాపురం, ముడుమాల గ్రామాలలో పొలం పిలుస్తోంది కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా మండల వ్యవసాయ క్షేత్రస్థాయిలో పత్తి పంటలను పరిశీలించారు. పత్తి పంటలో గులాబి రంగు పురుగు నివారణకు తీసుకోవలసిన జాగ్రత్తలను రైతులకు తెలిపారు. పత్తి పంటలో లింగాకర్షణ బుట్టలను ఎకరాకు 8 నుంచి 10, పసుపు, తెలుపు జిగురు ఆటలను ఏర్పాటు చేసుకోవాలని తెలిపారు. అలాగే ప్రధానమంత్రి ఫసల్ బీమా యోజన పథకం గడువు ఈనెల చివర వరకు పెంచడం జరిగిందని అలాగే రైతులందరూ తమ గ్రామంలోని రైతు సేవా కేంద్రం ఇన్సూర్లను సంప్రదించి పంటల బీమా ఇన్సూరెన్స్ చేసుకోవాల్సిందిగా తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో వ్యవసాయ సిబ్బంది విహెచ్ఎ జయలక్ష్మి, విఎం అప్రీన్, ఎంపీఈఓ వెంకటేశ్వర్లు, రైతులు పాల్గొన్నారు.



శ్రీవారి ఆలయంలో శాస్త్రోక్తంగా పవిత్రోత్సవాలు ప్రారంభం



తిరుమల, ఉత్తేశ ప్రతినిధి, ఆగస్టు 05.

తిరుమల శ్రీవారి ఆలయంలో పవిత్రోత్సవాలు మంగళ వారం శాస్త్రోక్తంగా ప్రారంభమయ్యాయి. మొదటిరోజు పవిత్ర ప్రతిష్ఠ నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఉదయం శ్రీదేవి, భూదేవి సమేత శ్రీ మలయప్పస్వామివారిని పవిత్ర



మండపంలోని యాగశాలకు వేంచేపుచేశారు. అక్కడ హోమాలు తదితర వైదిక కార్యక్రమాలు చేపట్టారు. అనంతరం సంవంగి ప్రాకారంలో వేడుకగా స్వపన తిరుమంజనని నిర్వహించారు. ఇందులో పాలు, పెరుగు, తేనె, చందనం, పసుపు తదితర సుంగంధద్రవ్యాలతో విశేషంగా అభిషేకం చేశారు. ఈ సందర్భంగా వేద పండితులు

పంచసూక్తాలను పఠించారు. ఆ తర్వాత పవిత్ర ప్రతిష్ఠ జరిగింది. మధ్యాహ్నం స్వామి, అమృతార్చకు విశేష సమర్పణ చేశారు. అనంతరం సాయంత్రం శ్రీదేవి, భూదేవి సమేత శ్రీమలయప్పస్వామివారు ఆర్చకులు, దైవ్యులీ ఈవ్ శ్రీ లోకనాథం, పేపూర్ శ్రీ రామకృష్ణ, భక్తులు యాగశాలలో వైదిక కార్యక్రమాలు

కె.ఎల్.వర్మకు పుట్టినరోజు శుభాకాంక్షలు

తిరుపతి, ఉత్తేశ ప్రతినిధి, ఆగస్టు 05

బాపట్ల ఆర్కస్ డెవెలప్మెంట్ అథారిటీ అధ్యక్షునిస్టేషన్ ఆఫీసర్, ఏపి మునిసిపల్ ఎంప్లాయిస్ అసోసియేషన్ రాష్ట్ర అధ్యక్షులు కె.ఎల్. వర్మ పుట్టినరోజు సందర్భంగా మంగళవారం తిరుపతిలోని ఆయన నివాసంలో కలిసి, సాలువతో సత్కరించి పుట్టినరోజు శుభాకాంక్షలు తెలియజేసిన ఆంధ్రప్రదేశ్ మీడియా ఫెడరేషన్ రాష్ట్ర ఆర్గనైజింగ్ సెక్రటరీ కల్లుపల్లి సురేందర్ రెడ్డి, తిరుపతి జిల్లా జాయింట్ సెక్రటరీ మునిచంద్రా రెడ్డి



తిరు-చానూరులో వరలక్ష్మీ వ్రతానికి విస్తృత ఏర్పాట్లు

దీదీడి ఆలయాల్లో 'సాభాగ్యం' కార్యక్రమం
తిరుపతి, ఉత్తేశ ప్రతినిధి, ఆగస్టు 05.

ఆగస్టు 8వ తేది వరలక్ష్మీ వ్రతాన్ని పురస్కరించుకుని తిరుచానూరులోని శ్రీ వర్ణావతి అమ్మవారి ఆలయంలో దీదీడి ప్రత్యేక ఏర్పాట్లు చేపట్టింది. భక్తులు అమ్మవారి దర్శనాన్ని సౌకర్యవంతంగా పొందేందుకు ఆలయ అధికారులు విస్తృత ఏర్పాట్లు చేపట్టారు. ఈ సందర్భంగా తిరుచానూరు ఆలయం పరిధిలో ప్రత్యేక క్యూ లైన్లు, భక్తులకు అన్నప్రసాదం, తాగునీటి సరఫరా, కోభాయమానంగా విద్యుద్విపాల్ అలంకరణలు, పుష్పాలంకరణ, పారిశుధ్య చర్యలు చేపట్టారు.ఈ కార్యక్రమంలో భాగంగా ఉదయం 10 నుండి 12 గంటల వరకు ఆస్థాన మండపంలో వరలక్ష్మీ



వ్రతం నిర్వహించబడుతుంది. భక్తులు ఈ కార్యక్రమాన్ని విజ్ఞించేందుకు ఆలయం పరిధిలో ఎల్ఈడి స్క్రీన్లు

ఏర్పాటు చేయడంతో పాటు ఎస్వీబీసీ ద్వారా ప్రత్యక్ష ప్రసారాలు అందించనున్నారు.అదే రోజు సాయంత్రం అమ్మవారు స్వరధంబ మోడ వీధులలో విహరిస్తారు. ఈ తోభాయాత్ర భక్తులను కనువిందు చేయనుంది.దీదీడి ఆలయాల్లో కార్యక్రమం ద్వారా అమ్మవారి అనుగ్రహం అందేలా చర్యలు చేపట్టారు.అదేవిధంగా, రెండు తెలుగు రాష్ట్రాల్లోని 51 దీదీడి స్థానిక ఆలయాల్లో నిర్వహించే 'సాభాగ్యం' కార్యక్రమం ద్వారా మహిళా భక్తులకు ఆక్షింతలు, పసుపు దావాలు, కుంకుమ, కంకణాలు, శ్రీలక్ష్మీ అష్టోత్తర శతనామావళి పుస్తకం, గాజులు వంటి పవిత్ర సామగ్రిని పంపిణీ చేయనున్నారు.దీదీడి ఆలయాల్లో సదరు అధికారులు, సిబ్బంది ఈ ఏర్పాట్లను పర్యవేక్షిస్తున్నారు.

కన్నడనాట అత్యాచార కాండ !

ధర్మస్తలి....ప్రజ్వల్ రేవణ్ణ ఈ రెండు పేర్లు దేశానికి ఇప్పుడు బాగా తెలిసి పోయాయి. ముఖ్యంగా కర్ణాటక ప్రజల నోళ్లలో నిత్యం నానుతున్న పేర్లుగా చెప్పుకోవాలి. రెండూ ఒకే తరహా కేసులుగా చూడొచ్చు. ధర్మస్తలిలో అమ్మాయిలపై అత్యాచారం చేసి చంపేస్తున్నారని, అధ్యక్షం అయిన కేసుల్లో ఇప్పటికీ ఆహూతి దక్కలేదని గుర్తించారు. అనేకమంది అమ్మాయిల మరణాలు ఇప్పటికీ మిస్టరీగానే ఉన్నాయి. ఒకరిద్దరు మాత్రమే ఫిర్యాదు చేశారు. బాటిపై చర్యలు తీసుకోలేదు. ఈ విషయంలో నాటి బిజెపి ప్రభుత్వం, నేటి కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం పెద్దగా సీరియస్గా లేవు. అందుకే ప్రజల్లో ఉన్న సీరియస్ నెస్ ఇక్కడ కానరావడం లేదు. అందుకే దర్యాప్తు నత్తనడకన సాగిస్తున్నారు. సిటీను వేసినా పెద్దగా ఉపయోగం లేదన్న చర్చ కూడా మొదలయ్యింది. ధర్మస్తలి వ్యవహారంలో పెద్ద తలకాయలు ఉన్నాయని, మాఫియా ఉందని అంటున్నారు. బాగా పలుకుబడి ఉన్న వ్యక్తుల ప్రమేయం ఉండడంతోనే అసలు నిజాలు బయటకు రావడం లేదని తెలుస్తోంది. అయితే ఈ కుంభస్థలం ఎప్పుడో బద్దలు కాక తప్పదు. మాజీ

సానిటేషన్ ఉద్యోగి ఇచ్చిన ఫిర్యాదుతో కొంత కదలిక వచ్చినా, పాలకుల్లో ఏ మాత్రం చిత్తశుద్ధి లోపించినా దర్యాప్తు ముందుకు సాగదు. ఇకపోతే ప్రజల్లో రేవణ్ణ గురించి ప్రత్యేకంగా చెప్పుకోవాలి. ఈ కేసు ప్రధాని దేవగాడ కుమారుడిగా, ఎంపీగా సాగించినా అత్యాచారకాండ అంతాఇంతా కాదు. దీనిపై చర్చించడం కూడా అవసరం. ఇలాంటి దగ్గర్నాటిల పాపం పండి జైలు శిక్ష పడింది. లేకపోతే మరింతగా విప్రవీగేవారు. ఎన్డిఎ కూటమి పార్టీ జెడిఎస్ మాజీ ఎంపి ప్రజ్వల్ రేవణ్ణపై లైంగిక దాడి కేసులు నమోదైనప్పుడు కనీసమాత్రంగా కూడా నేతలు స్పందించలేదు. ప్రజలల్లో తీర్పును స్వాగతించలేదు. న్యాయస్థానం శిక్ష విధించకూ కూడా మోడి నుంచి కాని, బిజెపి నుంచీకాని ఎలాంటి స్పందన లేదంటే మహిళలపై నేరాలకు పాల్పడ్డ వారికి మద్దతిచ్చినట్లుగా భావించాలి. ప్రజ్వల్పై ఒక కేసులోనే శిక్ష పడింది. మరిన్ని కేసులు విచారణలో ఉన్నాయి. వాటిలోనూ బాధితులకు న్యాయం జరిగేలా, నిందితుని శిక్ష పడేలా అన్ని పలుకుబడి, దబ్బు ఉన్న ప్రజ్వల్ పైకోర్టులను ఆక్రమించే అవకాశం

లేకపోలేదు. తప్పించుకోకుండా పోలీసులు, బాధితులు అప్రమత్తంగా ఉండాలి. ఇకపోతే కేసు వివరాల్లోకి వెళితే..ప్రజ్వల్ రేవణ్ణ నిజంగానే ఓ దుర్మార్గుడు. ఎందరో మహిళల భగవంతుడు దోచుకున్న దుండగుడు. అతనికి జీవితఖైదు విధించడం సరైనదే. దీనిపై దేశవ్యాప్తంగా చర్చ జరిగింది. ఇకపోతే రేవణ్ణ కేసులు చూస్తే ఆశ్చర్యం కలగమనదు. ఇంకో పనిమనిషిపై పలుమార్లు అత్యాచారం జరిపిన కేసులో అభియోగాలు రుజువు కావడంతో మాజీ ఎంపి ప్రజ్వల్ రేవణ్ణకు బెంగళూరు ప్రజాప్రతినిధుల న్యాయస్థానం జీవిత ఖైదు విధించింది. ప్రజ్వల్ను దోషిగా నిర్ధారించిన కోర్టు, యావజ్జీవంతోపాటు 11.35 లక్షల రూపాయలు జరిమానా విధించి, దానిలో 11 లక్షలు బాధితురాలికి చెల్లించాలని కోర్టు ఆదేశించింది. మహిళలను కట్టుబాసినలుగా, వారిని సెక్స్ వర్గుల్లగా చూస్తున్న ప్రస్తుత సమయంలో న్యాయస్థానం వెలువరించిన ఈ తీర్పు మహిళలకు ఆశాకరణం. రోజూరోజుకు స్త్రీలపై అఘాయిత్యాల పరివర కానసాగుతున్న వేళ మహిళల్లో ఆత్మవిశ్వాసం నింపిందనే చెప్పాలి.

ప్రజ్వల్పై మూడు లైంగిక దాడి కేసులు, పోలీస్ కేసులతో వేధింపుల కేసు నమోదుకాగా మొదటి కేసులోనే శిక్ష పడింది. మిగతా కేసులు విచారణలో ఉన్నాయి. మైసూర్ ఆర్డె నగర్కు చెందిన ఒక మహిళ తనపై ఫాంచాస్లో ప్రజ్వల్ పలుమార్లు అత్యాచారం చేశాడని ఫిర్యాదు చేయడంతో తొలికేసు నమోదైంది. గత సార్వాత్రిక ఎన్నికల్లో రెండవ తదవ హసన్ నియోజకవర్గం నుంచి ప్రజ్వల్ ఎంపి అభ్యర్థిగా పోటీ చేశారు. పోలింగ్ ముగిశాక కేసు నమోదు కావడంతో జర్నలికి పారిపోయాడు. ప్రత్యేక దర్యాప్తు బృందం అతన్ని స్వదేశానికి రప్పించి గతేడాది మే 31న అరెస్ట్ చేసింది. అప్పటి నుంచి రిమాండ్ ఖైదీగా ప్రజ్వల్ జైలు ఊచలు లెక్కిస్తున్నారు. కేసు దర్యాప్తు సమయంలో సిట్ కనుగొన్న విషయాలను విన్నగల్తోలా ఉన్నాయి. ప్రజ్వల్ రేవణ్ణ ప్రజాప్రతినిధిగా సమన్వయ తన దగ్గరకొచ్చే మహిళలపై లైంగికదాడికి ఒడిగట్టాడు. బెదిరించో బలవంతంగానో లోబరుచుకునో లైంగిక దాడులకు బరితెగిపోయారు. అత్యాచారం చేసిన ప్రతిసారి తన ఐ-ఫోన్లో ఆ దృశ్యాలను తానే రికార్డు చేసుకున్నాడు.

ఆవులు పండుల యజమానులు సహకరించాలి



బేతంచెర్ల : ఉత్తేశ ప్రతినిధి :

బేతంచర్ల పట్టణంలోని పంటలకు నష్టం కలిగిస్తున్న ఆవులు పండుల నియంత్రణకు యజమానులు సహకరించాలని నగర పంచాయతీ కమిషనర్ హరి ప్రసాద్,సూపర్డెంట్ దస్తగిరి బాబు,ఆర్ఐఐ హేమంత్ రెడ్డి,ఎస్పె కేసి తిరుపాలు, కోరారు.మంగళవారం రైతులు పశువు యజమానులతో సమావేశం నిర్వహించారు. ఆవులను యజమానులు ఇళ్ల దగ్గర కట్టేసుకోవాలని పండులను దూర ప్రాంతాలకు తరలించాలని సూచించారు.లేదంటే జంతువుల యాక్టివ్ ప్రకారం ఎవరైనా కంప్లైంట్ చేస్తే యజమానులపై కేసులు నమోదు చేస్తామని అన్నారు.పది రోజులలో ఎవరి పశువులను వారు ఇళ్లకు తరలించుకోవాలని లేదంటే ఆవులను గోశాలకు తరలిస్తామని అన్నారు.ఈ కార్యక్రమంలో పశువుల వైద్యుడు వీఆర్సీలు రైతులు యజమానులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

జనసేన పార్టీ కార్యకర్తల ఆత్మీయ సమ్మేళనం



సి.బెళగల్ ఉత్తేశ న్యూస్ఆగస్టు 5

ఆగస్టు 8వ తేదీన సి.బెళగల్ మండల కేంద్రంలో జనసేన కార్యకర్తల ఆత్మీయ సమ్మేళన కార్యక్రమం నిర్వహించబడునని సి.బెళగల్ జనసేన నాయకులు దస్తగిరి, గోపి తెలిపారు. ఆత్మీయ సమ్మేళన కార్యక్రమానికి మండలంలోని 24 గ్రామాలకు చెందిన జనసేన కార్యకర్తలందరూ హాజరవ్వాలని తెలిపారు. అలాగే ఈనెల 22వ తేదీన సి.బెళగల్ మండల కేంద్రంలో జనసేన పార్టీ కార్యాలయం ప్రారంభించబడునని వారు తెలిపారు.ఈ కార్యక్రమంలో జనసేన కార్యకర్తలు దస్తగిరి, ఫారుక్, గోపి, బాలముని, బాలచంద్ర తదితరులు పాల్గొన్నారు.

భౌజనం తర్వాత ఆసనాలు



ఈ రోజుల్లో జీర్ణ సమస్యల కారణంగా చాలామంది ఇబ్బంది పడుతున్నారు. భోజనం తర్వాత కొన్ని యోగాసనాలు ప్రాక్టీస్ చేస్తే జీర్ణక్రియ మెరుగుపడుతుంది. ఉదాహరణగా ఒత్తిడి పెరగడం, చెడు ఆహార అలవాట్లు, లైఫ్ స్టైల్ మార్పులు, శారీరక శ్రమ లేకపోవడం వంటి కారణాల వల్ల చాలామంది జీర్ణ సమస్యలతో ఇబ్బందిపడుతున్నారు. చిన్నవయస్సులో ఉన్నవారు కూడా.. తిన్న ఆహారం సరిగ్గా అరిగించుకోలేక ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్నారు. అజీర్ణ, కడుపు ఉబ్బరం, గ్యాస్ట్రిక్, ఎసిడిటీ వంటి సమస్యలతో ఇబ్బంది పడుతున్నారు. జీర్ణవ్యవస్థను గాఢీ పెట్టుకోవడానికి, జీర్ణక్రియ సక్రమంగా

జరగడానికి.. కొన్ని యోగాసనాలు సహాయపడతాయని నిపుణులు అంటున్నారు. భోజనం చేసిన తర్వాత.. కొన్ని యోగాసనాలు ప్రాక్టీస్ చేస్తే జీర్ణక్రియ సక్రమంగా జరగడమేకాదు, బరువు కూడా కంట్రోల్లో ఉంటుందని నిపుణులు అంటున్నారు. అవేంటో ఈ స్టోరీలో చూసేయండి. వజ్రాసనం.. తిన్న ఆహారం సరిగ్గా జీర్ణంకాక కడుపుబ్బరం, తేన్నులతో బాధపడుతున్నారా? అయితే వజ్రాసనం చేయటం సాధన చేయండి. ఇది మలద్వారం, జననాంగాలకు మధ్య ఉండే వజ్రనాడిని ప్రభావితం చేస్తుంది. వజ్రాసనం చేయడానికి ముందుగా రెండు కాళ్ళను తిన్నూ చాచి కూర్చోవాలి. ఒకదాని తర్వాత మరో

కాలును మోకాళ్ల దగ్గర వంచుతూ వెనక్కి తీసుకురావాలి. పాదాలను పిరుదుల కిందికి తీసుకురావాలి. మడమలు ఎడంగా ఉంచుతూ.. బొటనవేళ్లు తాకిలా చూసుకోవాలి. అరచేతులను మోకాళ్ల మీద ఆనించి ఉంచాలి. శరీర బరువు పిరుదుల మీద సమానంగా పడేలా చూసుకోవాలి. తల, వెన్నెముక నిటారుగా ఉంచాలి. కళ్లు మూసుకొని నిదానంగా శ్వాసను తీసుకోవాలి. కొద్దిసేపు అలాగే ఉండి తిరిగి ముఖాలు స్థితికి చేరుకోవాలి. వజ్రాసనం వేసేటప్పుడు ద్వాసన శ్వాస మీద కేంద్రీకరించాలి. ఉన్నట్టే ప్రసారిత పదానం.. ఈ రివర్స్ భంగిమ.. మీ జీర్ణవ్యవస్థను శాంతపరచడానికి

అద్భుతమైన మార్గం. రక్త ప్రవాహాన్ని రివర్స్ చేయడం ద్వారా.. మీ పేగుల నుంచి వ్యర్థాలు, వాయువులు తరలించడానికి గురుత్వాకర్షణ సహాయపడుతుంది. ఈ ఆసనం రోజూ ప్రాక్టీస్ చేస్తే.. జీర్ణక్రియ మెరుగుపడుతుంది. కడుపు ఉబ్బరం వంటి జీర్ణక్రియ సమస్యలు తగ్గుతాయి. ఉర్ధ్వ ప్రసారిత పదానం వేయడానికి.. మీరు గోడకు దగ్గరగా నేల మీద వెలకిలా పడుకోండి. ఆ తర్వాత గోడకు కాళ్ళను ఆనించి ఉంచండి. మీ చేతులను చాపి విక్రంతి తీసుకోండి. సాధారణంగా శ్వాస తీసుకుంటూ.. 5 నుంచి 10 నిమిషాల వరకు ఈ ఆసనంలో ఉండండి.? నువ్వు బద్ధకానం.. ఈ సున్నితమైన భంగిమ

ఉదర అవయవాలను ప్రేరేపిస్తుంది, ఆరోగ్యకరమైన జీర్ణక్రియను ప్రోత్సహిస్తుంది. ఇది పాక్షికకడుపు, పాక్షికకడుపులో ఉద్రిక్తతను కూడా విడుదల చేస్తుంది. ఈ ఆసనం వేయడానికి ముందుగా వెలకిలా పడుకుని.. మీ అరికాళ్ళను దగ్గరకు తీసుకురండి. మీ మోకాళ్ళను బయటకు విస్తరించండి. చేతులను పొట్టపై ఉంచి. 5 నుంచి 10 నిమిషాల పాటు ఈ స్థితిలో ఉండిండి. గోమూతాసనం.. ఈ ఆసనం రోజూ ప్రాక్టీస్ చేస్తే.. జీర్ణక్రియ మెరుగుపడుతుంది. ఈ ఆసనం.. పాక్షికకడుపు కందరాలను విస్తరించి, వాటి పనితీరును మెరుగుపరుస్తుంది, కడుపులో ఆసాకర్మాన్ని తగ్గిస్తుంది. ఈ ఆసనం

వేయడానికి.. ముందుగా కాళ్ళను నేలకి సమాంతరంగా చాచి కూర్చోవాలి. తర్వాత కుడి మడమను ఎడమ కాలి తుంటిభాగం తగిలేలా, ఎడమ మడమను కుడికాలి తుంటిభాగానికి దగ్గరగా తీసుకురావాలి. రెండు మోకాళ్లు ఒకదానిపై ఒకటి వచ్చేలా చూసుకోవాలి. ఒత్తిడి లేకుండా కాళ్ళను సర్దుబాటు చేసుకుంటూ వెన్నెముక నిటారుగా ఉంచాలి. శ్వాస మామూలుగా తీసుకుంటూ.. రెండు చేతులను వీపు వెనక్కి పెట్టి రెండు చేతుల వేళ్లను లాక్ చేయాలి. తల, వెన్నెముక నిదానంగా ఉండేటట్లు సరిచేసుకోవాలి. ఈ ఆసనంలో నిమిషం పాటు ఉంచాలి.

బాదం ఎక్కువగా తింటున్నారా..?

డ్రైఫ్రూట్స్లో బాదం గురించి స్పెషల్గా చెప్పనవసరం లేదు. దీనిలో పోషకాలు అధికంగా ఉంటాయి. బాదంలో ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు, ప్రోటీన్లు, మెగ్నీషియం, కాపర్, మాంగనీస్, ఒమేగా-3, 6 ఫ్యాట్ యాసిడ్స్ అధికంగా ఉంటాయి. ఇది చెడు కొలెస్ట్రాల్ను తగ్గించి మంచి కొలెస్ట్రాల్ను పెంచుతుంది. బాదంలోని విటమిన్ ఇ గుండె ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తుంది. చర్మంలోని కొలాజెన్ను రక్షించి చర్మం ఎక్కువ కాలంపాటు యువ్వంగా ఉండేలా చేస్తుంది. వీటిని రోజూ తింటే.. క్యాన్సర్, అల్టిమర్స్ లాంటి భయానక వ్యాధులనూ నిరోధిస్తుంది. బ్లడ్ షుగర్ స్థాయిని విలుతుస్తుంది. అయితే, చాలామంది బాదం ఆరోగ్యానికి మంచిదనే ఉద్దేశంతో అతిగా తింటుంటారు. అయితే, చాలామంది బాదం అనేక దుష్ప్రభావాల ఎదురవుతాయని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. జీర్ణ సమస్యలు ఎదురవుతాయి.. బాదం పప్పులు అతిగా తింటే.. కడుపు ఉబ్బరం, మలబద్దకం వంటి సమస్యలు ఎదురవుతాయి. బాదంలో ఫైబర్ ఎక్కువగా ఉంటుంది. శరీరం ఫైబర్ ఎక్కువగా తీసుకోలేదు. మీ ఫైబర్ ఎక్కువగా తీసుకుంటుంటే.. నీళ్లు ఎక్కువగా తాగేలా చూసుకోండి. అయితే, బాదం అతిగా తినడం కూడా నివారించండి. విటమిన్ ఇ మితిమీరిపోతుంది.. 100 గ్రాముల బాదంపప్పులో మీరు బాదం అతిగా



తీసుకుంటుంటే..

మీ శరీరానికి ఎంత విటమిన్ ఇ అందుతుంటే అర్థం చేసుకోండి. శరీరంలో విటమిన్ ఇ స్థాయిలు ఎక్కువైతే.. అతిసారం, బలహీనత, అస్పష్టమైన దృష్టి వంటి సమస్యలు ఎదురవుతాయి. బరువు పెరుగుతారు.. బాదంపప్పులో ఫ్యాట్ కంటెంట్, క్యాలరీలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. సుమారు 100 గ్రాముల బాదంపప్పు మీకు 50 గ్రాముల కొవ్వును అందిస్తుంది, అయితే ఇందులో ఎక్కువ భాగం

మోనోసాచురేటెడ్ కొవ్వులు ఉంటాయి, ఇవి గుండెకు ఆరోగ్యకరం. కానీ మీకు శారీరక శ్రమ తక్కువగా ఉంటే.. శరీర కొవ్వు పేరుకుపోతుంది. కిడ్నీలో రాళ్ల ముప్పు పెరుగుతుంది.. బాదం అతిగా తీసుకుంటే.. కిడ్నీలో రాళ్ల ముప్పు పెరుగుతుంది. శరీరంలో కాల్షియం అక్సలేట్లు ఎక్కువగా ఉండి, ప్రవించనప్పుడు కిడ్నీలో రాళ్లు ఏర్పడతాయి. బాదంపప్పులో అక్సలేట్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. కిడ్నీ సమస్యలు ఉన్నవారు, మీ కుటుంబ సభ్యుల్లో కిడ్నీ స్టోన్స్ సమస్య ఉంటే.. బాదం మితంగా తీసుకుంటేనే మంచిది. అల్లెల ఇబ్బంది పెడతాయి.. బాదం గింజలను మితంగా తినడం వల్ల మీకు ఎలాంటి హాని ఉండదు. కానీ వీటిని ఎక్కువ మోతాదులో తీసుకుంటే ఎల్లర్జి కారణంగా దద్దుర్లు, చర్మ సమస్యలు ఎదురయ్యే



అవకాశం ఉంది. కాబట్టి, మీరు బాదం గింజలను తీసుకున్న తర్వాత అల్లెలను గుర్తిస్తే దాక్షర్మ కలవడం మేలు. వ్యర్థాలు పేరుకుంటాయి.. బాదం పప్పులు అతిగా తింటే.. మీ శరీరంలో విష పదార్థాలు పేరుకునే ప్రమాదం ఉంది. ఈ నట్స్లో హైడ్రోసీయానిక్ యాసిడ్ ఉంటుంది. ఇది అతిగా తీసుకుంటే.. శ్వాస సమస్య, నరాల విచ్ఛిన్నం, చికాకు వంటి సమస్యలు ఎదురవుతాయి. గర్భిణులకు మరింత హానిచేస్తుంది.

ఈ సమస్యలు ఉన్న వ్యక్తులు.. కాఫీ తాగొద్దు..!

కప్పు కాఫీ తాగినదే చాలామందికి రోజూ స్ట్రెస్ కాదు. పని ఒత్తిడి తగ్గించుకోవడానికి..బద్ధకాన్ని వదిలించుకోవడానికి..తలనొప్పి నుంచి ఉపశమనం పొందడానికి.. రియాక్టివేట్ అవుతానని కాఫీ తాగుతుంటారు. కాఫీ మితంగా తీసుకుంటే.. టైమ్ 2 దయాజెన్టిల్ ముప్పు తగ్గుతుందని, డిప్రెషన్, ఒత్తిడి కంట్రోల్ చేయడానికి సహాయపడుతుందని నిపుణులు అంటున్నారు. అంతేకాదు బరువు తగ్గడానికి తోడ్పడుతుందని అంటున్నారు.



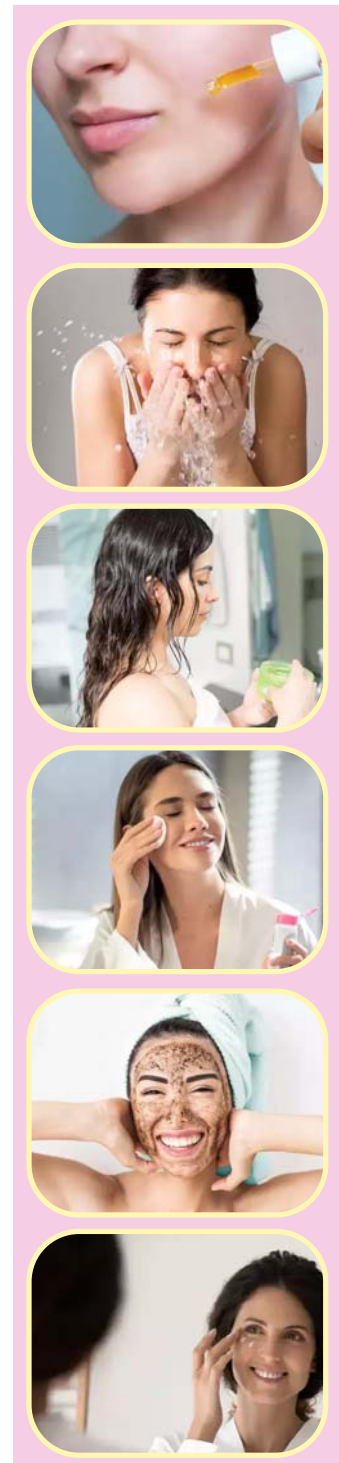
అయితే, కాఫీ ప్రతి ఒక్కరూ తాగకూడదని నిపుణులు అంటున్నారు. నిద్రలేమితో బాధపడే వ్యక్తులు.. నిద్రలేమి సమస్యతో బాధపడే వ్యక్తులు.. కాఫీని హార్టీగా దూరం పెట్టాలని నిపుణులు చెబుతున్నారు. కాఫీలో అధికంగా ఉండే కెఫెన్ మీ నిద్ర పక్కానికి భంగం కలిగిస్తుంది. కెఫెన్ మిమ్మల్ని యాక్టివ్గా ఉంచుతుంది, తక్కువ నిద్రపోయినా మీరు సంతుష్టి ఫీల్ అవుతుంటారు. ఇది మీరు పొందే లోతైన, స్టే-వేట్ స్లీప్ మోతాన్ని కూడా తగ్గిస్తుంది, ఇది మరుసటి రోజు రిఫ్రెష్గా ఉండటానికి కీలకమైన దశ. మన మేల్కొనే సమయంలో మెదడులో ఉత్పత్తి అయ్యే నిద్రను ప్రోత్సహించే రసాయనమైన ఆడెనోసిన్ గ్రాహకాలను నిరోధించి.. కెఫెన్ మెదడును ప్రభావితం చేస్తుంది. నిద్రలేమి సమస్యతో బాధపడేవారు.. కాఫీ తాగితే, వారి సమస్య తీవ్రమయ్యే ప్రమాదం ఉంది.

జీవక్రియ తక్కువగా ఉన్నవారు.. జీవక్రియ తక్కువగా ఉండే వ్యక్తులు కాఫీకి దూరంగా ఉండాలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. అంతగా మానలేకపోతే.. ఉదయం పూట ఒక కప్పు మాత్రమే తాగాలని సూచిస్తున్నారు. నిపుణుల అభిప్రాయం ప్రకారం, కెఫెన్ డ్రింగ్ కొన్ని విటమిన్లు, ఖనిజాల శోషణను నిరోధిస్తాయి. ఇది దీర్ఘకాలంలో ఉబ్బరం, వాపుకు దారితీస్తుంది. జీవక్రియ తక్కువగా ఉండే వ్యక్తులు కెఫెన్ను సరిగ్గా ప్రాసెస్ చేయలేరని నిపుణులు అంటున్నారు. దీంతో ఆండోళన, చికాకు వంటి సమస్యలు ఎదురవుతాయని అంటున్నారు. ఆండోళనతో బాధపడే వ్యక్తులు.. నిపుణుల అభిప్రాయం ప్రకారం, కెఫెన్ కొన్నిసార్లు భయంకరమైన, వేగవంతమైన హృదయ స్పందన వంటి ఆండోళన లక్షణాలను ప్రభావితం చేస్తుంది. మీరు ఆండోళనతో బాధపడుతుంటే.. కాఫీకి దూరంగా ఉండండి. కెఫెన్ తలనొప్పి, అలసట, చికాకు, నొర్రుకు కారణమవుతుంది. జీర్ణక్రియ సమస్యలున్న వారు కాఫీకి దూరంగా ఉంటే మంచిది. మరి తప్పదుకుంటే రోజుకు ఒక కప్పు మాత్రమే తీసుకోవాలి.

గర్భం ధరించిన మహిళలు... పాలిచ్చే తల్లులు కాఫీ తాగకపోవడమే మేలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. ఒకవేళ తాగాలనుకుంటే మాత్రం దాక్షర్ సలహాలు తీసుకోవాలంటున్నారు. ఎసిడిటీ సమస్యలు ఉన్నవారు కూడా కాఫీని దూరం పెట్టడం మేలు. ఒకవేళ కాఫీని కచ్చితంగా రుచి చూడాలనుకుంటే మాత్రం భోజనం చేసిన తర్వాత తాగడం మంచిది.

అలాంటిప్పుడు, ముందుగా మాట్లాడండి. ఒకరికొకరు అర్థం చేసుకునే ప్రయత్నం చేసి తర్వాత రిలేషన్షిప్ మెదలుపెట్టండి. అందరినీ చూసి.. మన చుట్టూ ఉన్నవారు పెళ్ళి, ప్రేమలతో బిజీగా ఉన్నారు. మనం కూడా మెదలెట్టాల్సిందేనని రిలేషన్ షిప్ స్టార్ట్ చేయండి. ఇలాంటి కారణాలతో రిలేషన్ షిప్ స్టార్ట్ చేస్తే మీరు, మీతో పాటు మీ పార్టనర్ కూడా హ్యాపీగా ఉండలేరు. త్వరగానే బోర్గా ఫీల్ అయ్యే.. కొందరికి ఏ పనులపైనా అయినా కూడా త్వరగా బోర్ అనే ఫీలింగ్ వస్తుంది. దీని వల్ల మీకు మీ రిలేషన్షిప్ కూడా

ఈ ఆయిల్ రాస్తే 40లోనూ అందంగా..



స్కిన్ కేర్ అనేది చాలా ముఖ్యం. ఏ వయసులో అయినా అందంగా కనిపించాలని కోరుకుంటారు. ఈ నేపథ్యంలో 40 ఏళ్ళావాక స్కిన్ మెరెంజులతో కొన్ని టిప్స్ ఫాలో అవ్వాలి. అవేంటో తెలుసుకోండి. కొన్ని నేచురల్ ప్రోడక్ట్స్ మిమ్మల్ని యువ్వంగా, కాంతివంతంగా చేస్తుంది. అలాంటి కొన్ని ప్రోడక్ట్స్ గురించి తెలుసుకుని వాటిని ఫాలో అయితే చర్మాన్ని మెరించుకోవచ్చు. అలాంటి కొన్నింటి గురించి తెలుసుకుందాం. ఇండిలోనే చిన్నరలుకు అవసరమైన ఆహారం తయారుచేసుకోవడం ఎలా?? బక్రీమ్.. బక్రీమ్ అన్న పదం వల్ల మీ ముఖంలో అత్యంత సున్నితమైన చర్మం, కాబట్టి, వాటిని కూడా కాపాడుకుని అవసరం ఎంతైనా ఉంది. దానికోసం బక్రీమ్ వాడడం చాలా మంచిది. దీని వల్ల కంటి చుట్టూ ఉన్న చర్మం ఈవెన్గా కనిపిస్తుంది. నైట్ క్రీమ్.. ఇక నైట్ టైమ్ గ్రేమ్ సీడ్ ఆయిల్ ఉన్న క్రీమ్, మాయిశ్చరైజర్ వాడడం మంచిది. దీని వల్ల స్కిన్ హైడ్రేటెడ్గా ఉంటుంది. అందంగా కనిపిస్తుంది. కాబట్టి కచ్చితంగా క్రీమ్ వాడేలా చూసుకోండి. ఎక్స్ ఫోలియెషన్.. గ్లైకోలిక్ యాసిడ్, లాక్టిక్ యాసిడ్ సరిగ్గా పనిచేస్తుంది. ముడతలని తగ్గించి స్కిన్ మెరింసేలా చేస్తుంది. వారానికి 2 సార్లు కంటి ఎక్కువగా వాడొద్దు. టోనర్.. సహజమైన రెదీనోల్ ఉన్న టోనర్తో క్లీన్ చేయండి. దీని వల్ల చర్మం కాంతివంతంగా, బిగుతుగా మారుతుంది. కాబట్టి, దీనిని కూడా వాడొచ్చు. ఇందులో నేచురల్గా ఉన్నవాటిని ఎంచుకుంటే మంచి రిజల్ట్ ఉంటాయని గుర్తుపెట్టుకోండి. మాయిశ్చరైజర్.. పగటిపూట ఎస్సీఎఫ్ ఉన్న మాయిశ్చరైజర్ రాయండి. యూవీఏ, యూవీబి ఉన్న మాయిశ్చరైజర్ చర్మాన్ని ఎండ నుంచి వచ్చే హానికరమైన ప్రభావాల నుండి కాపాడుతుంది. క్లెన్సర్.. క్లెన్సర్లలో హైలరోనిక్ యాసిడ్ ఉన్న ప్రోడక్ట్ వాడొచ్చు. దీని వల్ల చర్మం హైడ్రేట్ అవుతుంది. దీని వల్ల చర్మంపై గీతలు, ముడతలు తగ్గుతాయి. చర్మాన్ని మెరుగ్గా చేస్తుంది. విటమిన్ ఈ ఆయిల్.. విటమిన్ ఈ ఆయిల్ కూడా స్కిన్ టోనీక్ మేలు చేస్తుంది. దీని వల్ల చర్మ క్యాన్సర్ కి కారణమయ్యే ఫ్రీ రాడికల్స్ తో పోరాడుతుంది. కాబట్టి, దీనిని కూడా రెగ్యులర్గా అప్లై చేయాలి.

పడుకున్న వెంటనే నిద్రపట్టాలంటే



నిద్రపోతారు. అయితే పడుకోవడానికి రెండు గంటల ముందు వింటే మనసు ప్రశాంతంగా మారుతుంది. స్లీప్ హ్యాన్స్ కారణంగా కూడా చక్కగా నిద్రపోతారు. పడుకోవడానికి గంట ముందుగానే తీవ్రమైన, ఫోన్ దూరం పెట్టి స్లీప్ హ్యాన్స్ వేసుకోండి. దీని వల్ల మీ కళ్లు ఆలోమేట్ నిద్రకి రిడి అయిపోయినట్లుగా ఉంటాయి. కాబట్టి, హ్యాన్స్ నిద్రపోతారు. ఇలాంటి కొన్ని టిప్స్ ఫాలో అయిపోతే త్వరగా పడుకుంటారని మర్చిపోవద్దు.

పెళ్ళి చేసుకోకపోవడమే మంచిది..

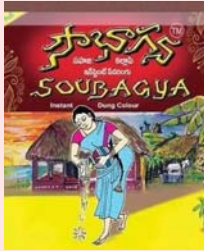
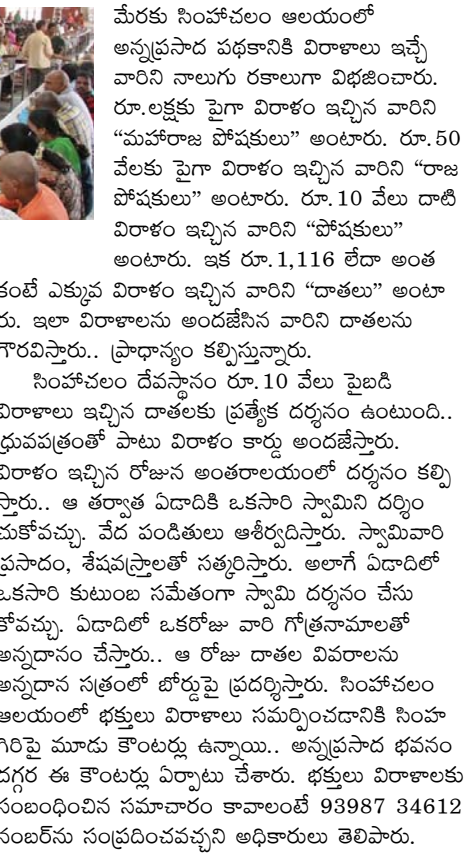
ప్రతి ఒక్కరి జీవితంలో ప్రేమ, రిలేషన్ షిప్ అనే ఫీలింగ్స్ ని ఎంజాయ్ చేయాలనుకుంటారు. అయితే, కొంతమంది వీటిలోకి అడుగుపెట్టాలంటే భయపడుతుంటారు. దీనికి కొన్ని కారణాలు ఉన్నాయి. వాటి నుంచి ఎలా బయటపడాలో తెలుసుకోండి. ఎవరు ఎవరితోనైనా ప్రేమలో పడొచ్చు. వారితో లైఫ్ స్టైల్ చేయొచ్చు. అయితే, రిలేషన్షిప్ స్టార్ట్ చేసే ముందు మీరు అన్ని విధాలుగా సిద్ధంగా ఉండాలి. అప్పుడే ఆది హ్యాపీగా ఉంటుంది. కానీ, కొంతమందికి కొన్ని భయాలుంటాయి. దీనికి చాలానే కారణాలు ఉంటాయి. అలాంటి సమస్యలు ఏంటి. వాటిని ఎలా ఎదుర్కోవాలో తెలుసుకోండి.

ప్రశాంతంగా లేనప్పుడు.. ఏ పని చేసేప్పుడైనా మనం, మన మనస్థితి ప్రశాంతంగా ఉండాలి. అప్పుడే ఆ రిలేషన్ బావుంటుంది. ఎంజాయ్ చేస్తారు. అలా లేనప్పుడు ఆ రిలేషన్ స్టార్ట్ చేసినా ఎంజాయ్ చేయలేరు. కాబట్టి, ఏ ఆలోచనలతోనో మీరు రిలేషన్షిప్ మెదలుపెట్టడానికి భయపడతారు. కాబట్టి, మీరు ఎప్పుడైతే మానసికంగా, శారీరకంగా ప్రశాంతంగా ఉన్నప్పుడే రిలేషన్షిప్ మెదలు పెట్టడం మంచిది. కనెక్ట్.. ప్రేమైనా, పెళ్ళైనా సరే కాబోయే పార్టనర్ తో కనెక్ట్ అయినప్పుడే సక్సెస్ అవుతుంది. కాబట్టి, మీకు ఇష్టం లేకపోయినా ఆ రిలేషన్షిప్ కెళ్ళే బదులు సోలోగా ఉండడమే సో బెటర్ అనుకుంటారు.



అలాంటిప్పుడు, ముందుగా మాట్లాడండి. ఒకరికొకరు అర్థం చేసుకునే ప్రయత్నం చేసి తర్వాత రిలేషన్షిప్ మెదలుపెట్టండి. అందరినీ చూసి.. మన చుట్టూ ఉన్నవారు పెళ్ళి, ప్రేమలతో బిజీగా ఉన్నారు. మనం కూడా మెదలెట్టాల్సిందేనని రిలేషన్ షిప్ స్టార్ట్ చేయండి. ఇలాంటి కారణాలతో రిలేషన్ షిప్ స్టార్ట్ చేస్తే మీరు, మీతో పాటు మీ పార్టనర్ కూడా హ్యాపీగా ఉండలేరు. త్వరగానే బోర్గా ఫీల్ అయ్యే.. కొందరికి ఏ పనులపైనా అయినా కూడా త్వరగా బోర్ అనే ఫీలింగ్ వస్తుంది. దీని వల్ల మీకు మీ రిలేషన్షిప్ కూడా

బోర్ అనే ఫీలింగ్ వస్తుంది. కాబట్టి, అలా చేయకుండా కమిటీమెంట్గా ఉంటేనే ముందుకెళ్ళడం మంచిది. స్నేహంగా ఉండాలనుకుంటే.. కొంతమందికి కమిటీమెంట్గా ఉండడం అస్సలు నచ్చదు. తమని వేరేవారు క్యూస్ వేయకూడదు ఎలాంటి రిస్క్ టేక్ అందొచ్చు. ఇలాంటిప్పుడు మీరు అలాంటి రిలేషన్షిప్ లోకి వెళ్ళకుండా ఉండడమే మంచిది. ఎందుకంటే సమస్యలు ఉంటాయి. కొన్ని బాధ్యతలు ఉంటాయి. వీటన్నింటిని మీరు హ్యాండ్ల చేయడం ఇబ్బందిగా ఫీల్ అవుతారు. కొంతమందికి ఎక్స్ టాలుకూ జ్ఞాపకాలు, ఆ ఆలోచన నలు బంధంలోకి వెళ్ళకపోవడం మంచిది. దీంతో మీరు మానసికంగా కనెక్ట్ కాలేకపోవచ్చు. కాబట్టి, వీటికి దూరంగా ఉండడం మంచిది.





తెలంగాణ: వృద్ధులకు జెరియాట్రీక్ వార్డులు ఎంతో ఉపయోగపడుతున్నాయి. మేల్ ప్రారంభమైన ఈ వార్డుల ద్వారా కేవలం రెండు నెలల్లోనే 2.59 లక్షల మంది ఓపీ సేవలు, 32 వేల మంది ఇన్ పేషెంట్ సేవలు పొందారు. ఇక్కడ ఉచితంగా లభించే ఫిజియోథెరపీ సేవలు వృద్ధులకు ఆర్థికంగా ఊరటనిస్తున్నాయి. ఈ వార్డుల్లో కాకుండా, ప్రభుత్వం ప్రతి గురువారం ప్రత్యేక

ఉచితంగా ఫిజియోథెరపీ సేవలు..

వరంగా మారిన సర్కార్ నిర్ణయం

క్షినిక్లు, ఇంటి వద్దకే వైద్య సేవలు వంటి కార్యక్రమాలు చేపట్టి, వృద్ధుల ఆరోగ్య సంరక్షణకు ప్రాధాన్యత ఇస్తోంది. తెలంగాణ ప్రభుత్వం రాష్ట్రంలోని వృద్ధుల ఆరోగ్య సంరక్షణ కోసం ఏర్పాటు చేసిన జెరియాట్రీక్ వార్డులు గొప్ప వరంగా మారాయి. ఈ ఏడాది మే నెలలో రాష్ట్రంలోని 33 జిల్లాల్లోని బోధనాస్పత్రుల్లో ఈ వార్డులను ప్రారంభించారు. వదనీ పడకలతో ప్రారంభమైన ఈ వార్డులు వృద్ధుల నుంచి విశేష స్పందన పొందుతున్నాయి. వైద్యారోగ్య శాఖ వివరాల చేసిన కాలంలోనే ఈ జెరియాట్రీక్ వార్డుల ద్వారా లక్షలాది మంది వృద్ధులు వైద్య సేవలు పొందారు. 2,59,880 మంది ఓపీ (ఓపీఎంబి) సేవలు, 32,313 మంది ఇన్ పేషెంట్ సేవలు, 19,685 మంది ఫిజియోథెరపీ సేవలు వినియోగించుకున్నారు. ముఖ్యంగా ఆర్థో, ఈఎన్టీ, జనరల్ మెడిసిన్, మానసిక వైద్య సేవలు పొందుతున్న వృద్ధుల సంఖ్య ఎక్కువగా ఉన్నట్లు అధికారులు తెలిపారు. వృద్ధాప్యంలో మోకాళ్లు, ఇతర కీళ్ల నొప్పులు సాధారణ సమస్య. వీటికి ఫిజియోథెరపీ ఎంతో ఉపకరణం కలిగిస్తుంది. ప్రైవేట్ ఆసుపత్రుల్లో ఒక్కో సెషన్ కు రూ.500 నుంచి రూ.1000 వరకు ఖర్చవుతుంది. కానీ జెరియాట్రీక్ వార్డుల్లో ఈ సేవలు పూర్తిగా ఉచితంగా లభిస్తున్నాయి. ఇది వృద్ధులకు ఆర్థికంగా ఎంతో ప్రయోజనకరంగా మారింది.



2.5 కోట్ల మందికి ఆయుష్మాన్ భారత్ హెల్త్ కార్డులు..

తెలంగాణ: డిజిటల్ హెల్త్ కార్డుల జారీ వేగవంతమైంది. ఇప్పటికే 2.50 కోట్ల మంది అభ్యా కార్డులు పొందగా.. 68 లక్షల మంది తమ ఆరోగ్య రికార్డులను లింక్ చేసుకున్నారు. 14 అంతెల ప్రత్యేక బడి ద్వారా రోగుల హెల్త్ హిస్టరీ మొత్తం ఒకేచోట నిక్షిప్తమవుతుంది. దీనివల్ల డాక్టర్లు చికిత్స సులభంగా అందించవచ్చు. ఆసుపత్రుల్లో ఓపీ రిజిస్ట్రేషన్ కోసం క్యూలో నిలబడాల్సిన అవసరం లేకుండా, యాప్ ద్వారా టోకెన్ పొందే మెనుబాటు కూడా ఈ కార్డుతో లభిస్తుంది. కేంద్ర ప్రభుత్వం ప్రవేశపెట్టిన ఆయుష్మాన్ భారత్ డిజిటల్ మిషన్ కింద డిజిటల్ హెల్త్ కార్డుల జారీలో తెలంగాణ రాష్ట్రం వేగంగా దూసుకుపోతోంది. ఇప్పటి వరకు రాష్ట్రంలో 2.50 కోట్ల మంది ఆయుష్మాన్ భారత్ హెల్త్ ఆకౌంట్(అభా) పొందారు. వీరిలో 68 లక్షల మంది తమ హెల్త్ రికార్డులను అభాతో అనుసంధానం చేసుకున్నారు. ఒక్క జూలై నెలలోనే 2.36 లక్షల మంది తమ రికార్డులను డిజిటల్ గా లింక్ చేసుకున్నారు. హెల్త్ రికార్డులను డిజిటలైజ్ చేసి రోగులకు మెరుగైన వైద్య సేవలు అందించడమే ఈ చర్యకం ముఖ్య ఉద్దేశ్యం. ప్రతి అభా కార్డుకు 14 అంతెల యూనిక్ బడి కేటాయింబడుతుంది. ఈ బడి సహాయంతో ఆరోగ్య సమస్యలు, ల్యాబ్ రిపోర్టులు, మందుల వివరాలు, గతంలో తీసుకున్న చికిత్సలు వంటి అన్ని మెడికల్ రికార్డులను ఒకే చోట నిక్షిప్తం చేయవచ్చు. రోగి ఏ ఆసుపత్రికి వెళ్లినా, డాక్టర్లు ఈ ఆకౌంట్ ద్వారా వారి హెల్త్ హిస్టరీని త్వరగా తెలుసుకొని సరైన చికిత్స అందించడం సులభమవుతుంది.

అభా ఆకౌంట్ ఎలా పొందాలి? అభా ఆకౌంట్ పొందడం చాలా సులభం. రెండు మార్గాల ద్వారా దీన్ని పొందవచ్చు రాష్ట్రంలోని అన్ని ప్రభుత్వ ఆసుపత్రుల్లోని సిబ్బంది అభా బడిని జనరేట్ చేసి ఇస్తారు. దీనికోసం ఆధార్ నంబర్ లేదా డ్రెవింగ్ లైసెన్స్ వంటి గుర్తింపు కార్డు అవసరం. రోగులు స్వయంగా కూడా ఆయుష్మాన్ భారత్ డిజిటల్ మిషన్ అధికారిక వెబ్సైట్ abdm.gov.in లోకి వెళ్లి కార్డు పొందవచ్చు. ఈ వెబ్సైట్లో ఆధార్ లేదా డ్రెవింగ్ లైసెన్స్ వివరాలను సమారు చేసి, సులభంగా అభా ఆకౌంట్ క్రియేట్ చేసుకోవచ్చు.

అభా కార్డుతో చాట్టాలు అభా కార్డు ఉన్న రోగులకు ఓపీ రిజిస్ట్రేషన్ కోసం క్యూలో నిలబడాల్సిన అవసరం లేదు. అభా బడిను మొబైల్ డౌన్లోడ్ చేసుకొని, ఆసుపత్రిలోని క్యూఆర్ కోడ్ ను స్కాన్ చేయడం ద్వారా టోకెన్ పొందవచ్చు. ఇంటి నుంచే టోకెన్ జనరేట్ చేసుకునే సౌలభ్యం కూడా ఉంది. పేషెంట్ హెల్త్ హిస్టరీ మొత్తం ఆకౌంట్లో నిక్షిప్తమై ఉండటం వల్ల డాక్టర్లు సమస్యను త్వరగా అర్థం చేసుకొని చికిత్స అందించడం సులభమవుతుంది. ఈ డిజిటల్ హెల్త్ మిషన్ ద్వారా దేశవ్యాప్తంగా ఆరోగ్య రికార్డులను ఏకీకృతం చేసి, భవిష్యత్తులో ప్రజలకు మరింత నాణ్యమైన వైద్య సేవలు అందించడమే కేంద్ర ప్రభుత్వం లక్ష్యంగా పెట్టుకుంది. ఈ కార్డుల జారీని తప్పనిసరి చేయాలని నేషనల్ మెడికల్ కమిషన్ కూడా మెడికల్ కాలేజీలు, ఆసుపత్రులకు ఆదేశాలు జారీ చేసింది.

ఫోన్ నుంచే బర్త్, డెత్ సర్టిఫికెట్లు..

ఈజిగా డౌన్లోడ్ చేసుకోవచ్చు..

హైదరాబాద్: జనన, మరణ ధ్రువీకరణ పత్రాల జారీలో పారదర్శకత కోసం జీహెచ్ఎస్ఐ కొత్త విధానాన్ని ప్రవేశపెడుతోంది. నకిలీ సర్టిఫికెట్లు జారీని అరికట్టేందుకు, మొబైల్, వెబ్ ఆధారిత సివిల్ రిజిస్ట్రేషన్ సిస్టమ్ ను ఆమలు చేయనుంది. ఈ ప్రాజెక్టుకు పురపాలక శాఖ ఆమోదం తెలిపింది. ఈ విధానం వల్ల మీ సేవా కేంద్రాలపై అధారపడకుండా నేరుగా దరఖాస్తు చేసుకోవచ్చు. అంతేకాకుండా, సీఆర్ఎస్ సేవలు ఉచితం కావడంతో జీహెచ్ఎస్ఐకి ఏటా రూ.5 కోట్ల వరకు ఆదా అవుతుంది. జనన, మరణ ధ్రువీకరణ పత్రాల జారీలో అక్రమాలను అరికట్టేందుకు గ్రేటర్ హైదరాబాద్ మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ నూతన, పారదర్శక విధానం అమలుకు సిద్ధమవుతోంది. ప్రస్తుతం ఉన్న మీ సేవా కేంద్రాలపై అధారపడకుండా, పొరుగు నేరుగా తమ మొబైల్ లేదా వెబ్ ద్వారా దరఖాస్తు చేసుకుని, సర్టిఫికెట్లను డౌన్లోడ్ చేసుకునేలా అత్యాధునిక సాంకేతికతను తీసుకురావాలని భావిస్తోంది. గతంలో మెరుగైన పౌరసేవల పేరుతో తక్షణ ఆమోదం విధానాన్ని ప్రవేశపెట్టారు. అయితే, కొన్ని మీ సేవా కేంద్రాల నిర్వాహకులు, జీహెచ్ఎస్ఐ ఉద్యోగులు దీన్ని దుర్వినియోగం చేసి దాదాపు 26 వేల నకిలీ జనన, మరణ ధ్రువీకరణ పత్రాలు జారీ చేశారు. ఈ తరహా అక్రమాలకు అడ్డుకట్ట వేయడానికి ఈ కొత్త విధానం ఉపయోగపడుతుంది.

కొత్త విధానంలో, సంబంధిత అధికారి క్షణికంగా పరిశీలించిన తర్వాతే జనన, మరణ ధ్రువీకరణ పత్రాలకు గ్రీన్ సిగ్నల్ ఇస్తారు. దీనివల్ల అవకతవకలకు అస్సారం ఉండదు. జీహెచ్ఎస్ఐ ఇప్పుడు భారత రిజిస్ట్రార్ జనరల్ కార్యాలయం పరిధిలో సివిల్ రిజిస్ట్రేషన్ సిస్టమ్ ను ఉపయోగించాలని నిర్ణయించింది. ఈ వ్యవస్థ ద్వారా మొబైల్ లేదా వెబ్ ఉపయోగించి నేరుగా దరఖాస్తు చేసుకోవచ్చు. సర్టిఫికెట్లను ఆన్ లైన్ లోనే డౌన్లోడ్ చేసుకోవచ్చు. దరఖాస్తుల స్టేట్స్ ట్రాక్ చేయవచ్చు. ఈ కొత్త ప్రతిపాదనకు పురపాలక శాఖ ఇప్పటికే ఆమోదం తెలిపింది.

ప్రస్తుతం ఈ ఫైలు ఆరోగ్య శాఖ ముఖ్య కార్యదర్శి పరిశీలనలో ఉంది. ప్రస్తుతం, జీహెచ్ఎస్ఐ పరిధిలో ఏటా సుమారు 2 లక్షల వరకు జననాలు, 60 వేల నుంచి 70 వేల వరకు మరణాలు నమోదవుతున్నాయి. భారీ సంఖ్యలో పత్రాలు జారీ చేయాల్సి ఉన్నందున, వచ్చే సంవత్సరం వ్యవస్థ అవసరం ఎంతైనా ఉంది. ప్రస్తుతం జనన, మరణ ధ్రువీకరణ పత్రాల జారీ కోసం జీహెచ్ఎస్ఐ సెలెబ్ షర్ గుర్తీ గవర్నెన్స్ అనే సంస్థ సాంకేతిక సేవలను ఉపయోగించుకుంటోంది. దీనికోసం జీహెచ్ఎస్ఐ ఏటా రూ.5 కోట్ల వరకు చెల్లిస్తోంది. అయితే, సాంకేతిక సేవలు ఉచితం. దీనివల్ల జీహెచ్ఎస్ఐకి ఏటా రూ.5 కోట్ల వరకు ఆదా అవుతుంది.

ఇక సిగ్నల్ ప్లీ జల్నీ

హైదరాబాద్: కేబీఆర్ పార్కు చుట్టూ ట్రాఫిక్ సమస్యను పరిష్కరించడానికి రూ.1090 కోట్లతో కొత్తగా ఫ్లైఓవర్లు, అండర్పాస్లు నిర్మించడానికి జీహెచ్ఎస్ఐ సిద్ధమవుతోంది. ఎకో సెన్సిటివ్ జోన్ దెబ్బతినకుండా కొత్త డిజైన్ ను రూపొందించారు. ఈ ప్రాజెక్టు కోసం 1,942 చెట్లను తొలగించాల్సి ఉండగా.. వాటిలో సగాన్ని తిరిగి నాటతారు. మరోవైపు.. ఏటా రోడ్ల సమస్యకు పరిష్కారంగా 6 కిలోమీటర్ల ఎలివేటెడ్ కారిడార్ కు టెండర్లు పిలిచారు. ఈ ప్రాజెక్టులు పూర్తయితే సగరంలో ట్రాఫిక్ కష్టాలు తీరుతాయి. హైదరాబాద్ సగరంలో ట్రాఫిక్ సమస్యగా మారింది. కొన్ని ప్రాంతాల్లో అయితే కి.మీ మీర సిగ్నల్ వద్ద బారులు తీరాల్సిన పరిస్థితి. పెరుగుతున్న సగర జనాభా, వాహనాల వినియోగం పెరగటంతో ట్రాఫిక్ సమస్యలు పెరిగాయి. దీంతో సగరంలో కొత్తగా ఫ్లైఓవర్లు, అండర్పాస్లు, రహదారుల నిర్మాణానికి తెలంగాణ సర్కార్ సిద్ధమైంది. ఇప్పటికే చాలా ప్రాంతాల్లో ఇవి అందుబాటులోకి రావటమే కాకుండా ట్రాఫిక్ కష్టాలను దాదాపుగా తీరుస్తున్నాయి. తాజాగా.. హైదరాబాద్ నడిబొడ్డున కొత్త ఫ్లైఓవర్లు, అండర్పాస్లు అందుబాటులోకి రానున్నాయి. కాసు (బ్రహ్మసంధ రెడ్డి (కేబీఆర్) పార్కు చుట్టూ ట్రాఫిక్ సమస్యలను పరిష్కరించేందుకు కీలక ప్రాజెక్టు పట్టావుతుంది. సుమారు రూ.1090 కోట్లతో ఫ్లైఓవర్లు, అండర్పాస్లు నిర్మాణ పనులను చేపట్టేందుకు గ్రేటర్ హైదరాబాద్ మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ సిద్ధమవుతోంది. గతంలో ఈ ప్రాజెక్టుపై దాఖలైన న్యాయస్థాన కేసులన్నీ కొలిక్కి రావడంతో, కొత్త డిజైన్ తో ఈ పనులను వేగవంతం చేయాలని ప్రభుత్వం నిర్ణయించింది. గత ప్రభుత్వ హయాంలో కింద రూపొందించిన డిజైన్ ప్రకారం పనులు చేపడితే, పార్కు చుట్టూ ఉన్న ఎకో సెన్సిటివ్ జోన్ దెబ్బతించుందని, పెద్ద సంఖ్యలో చెట్లను తొలగించాల్సి వస్తుందని పర్యావరణవేత్తలు ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. దీనిపై అనేక కేసులు కూడా నమోదయ్యాయి. దీనిని దృష్టిలో ఉంచుకుని, ప్రస్తుత ప్రభుత్వం వీటి డిజైన్ ను మార్చి కొత్త ప్రణాళికలను రూపొందించింది. కొత్త డిజైన్ ప్రకారం.. ఫ్లైఓవర్లు, అండర్పాస్లు సెన్సిటివ్ జోన్ నకు దూరంగా ప్రస్తుతం ఉన్న రోడ్డుపైనే నిర్మిస్తారు. ఈ మార్పుల వల్ల పర్యావరణానికి జరిగే నష్టం తగ్గుతుందని అధికారులు చెబుతున్నారు. అయితే ఈ కొత్త డిజైన్ అమలు కోసం మొత్తం 1,942 చెట్లను తొలగించాల్సి ఉంటుందని జీహెచ్ఎస్ఐ ముఖ్య ఇంజనీరు భాస్కర్ రెడ్డి తెలిపారు. ఇందులో సగం చెట్లను వేర్వేరు ప్రాంతాల్లో తిరిగి నాటడానికి ఏర్పాట్లు చేస్తున్నట్లు ఆయన వివరించారు. ఈ ప్రాజెక్టు నిర్మాణానికి అవసరమైన భూమిని సేకరించడం ఒక పెద్ద సమస్యగా మారింది. పార్కు చుట్టూ ఉన్న ఆరు కూడళ్ల వద్ద దాదాపు 307 అన్నపూర్ణ సేకరించాల్సి ఉందని జీహెచ్ఎస్ఐ కమిషనర్ ఆర్కే కర్కన్ తెలిపారు. భూసేకరణ ప్రక్రియను వేగవంతం చేయడానికి అన్ని చర్యలు తీసుకుంటున్నట్లు ఆయన స్పష్టం చేశారు. ఈ ప్రక్రియ పూర్తయితే పనులు వెంటనే ప్రారంభమవుతాయి.

కన్నేట్లు తెప్పిస్తున్న ఇంటర్ విద్యార్థిని లేఖ..

హన్మకొండ: ఏ విద్యార్థికి అయినా పదో తరగతి వరకు ఇంటి దగ్గర స్కూల్లో చదువుతారు కాబట్టి.. అంత పెద్దగా కష్టం అనిపించదు. ఇంటర్మీడియట్ నుంచి దాదాపు సిటీలో చదవాల్సిన పరిస్థితి ఉంటుంది. అలాంటి సందర్భాల్లో కొందరు విద్యార్థులు ఇంటి నుంచి వెళ్లేందుకు ఇష్టపడరు. ఒకవేళ వెళ్లినా అక్కడ పరిస్థితులు నచ్చకపోవడం.. తీసుకున్న కోర్సు కూడా వాళ్లకు ఇష్టం లేకపోవడం వంటివి జరుగుతాయి. ఆ విషయాలను తల్లిదండ్రులతో చెప్పలేకపోయేవారు కొంతమంది ఉంటే.. మరికొంత మంది చెప్పినా వాళ్లు ఎంతకపోవడం జరుగుతుంది. ఇలాంటి తరుణాల్లో ఎంతో మంది విద్యార్థిని విద్యార్థులు తమ ప్రాణాలను కోల్పోతున్నారు. ఇటువంటి ఘటనే ఒకటి హన్మకొండ జిల్లా పరిధిలో చోటు చేసుకుంది.

మానసిక స్థితిని గుర్తించడం ఎలా..? బిల్లులను ఇష్టంలేని చదువులు చదవమని బలవంతం చేస్తే, మొదట్లో ఒప్పుకున్నా, రాసురాసు ఒత్తిడికి లోనవుతారు. మెరుగైన ఫలితాలు రానప్పుడు, అటు తల్లిదండ్రులకు, ఇటు కళాశాల అధ్యాపకులకు కారణం వివరించలేక మానసికంగా కుంగిపోతారు. ఇదే సమయంలో ఆత్మహత్య చేసుకోవాలనే ఆలోచనలకు పునాది పడుతుంది. ఆ స్థితిని గుర్తించి, ఓడార్చుకోగలిగితే, ఆలోచనల నుంచి వారిని బయటపడేయవచ్చని నిపుణులు చెబుతున్నారు. కళాశాల యాజమాన్యాలు కూడా విద్యార్థుల మానసిక ఒత్తిడి నివారణ అంశాలపై ప్రతిరోజూ కొంత సమయం కేటాయించి పోషించాలి. వెనుకబడిన విద్యార్థులు కుంగిపోకుండా, వారి ఇష్టాలను గుర్తించేలా తల్లిదండ్రులకు కౌన్సిలింగ్ ఇవ్వాలి. ఈ ఘటనపై విద్యార్థి సంఘాలు, తల్లిదండ్రులు సీరియస్ గా స్పందిస్తూ, నిష్పక్షపాతంగా విచారణ జరిపించాలని డిమాండ్ చేస్తున్నారు. కళాశాల ఎదుట బైతాయింది నిరసన చేపట్టారు. పోలీసులు పూర్తి విషయాలను వెలికితీసేందుకు విచారణ ప్రారంభించారు.

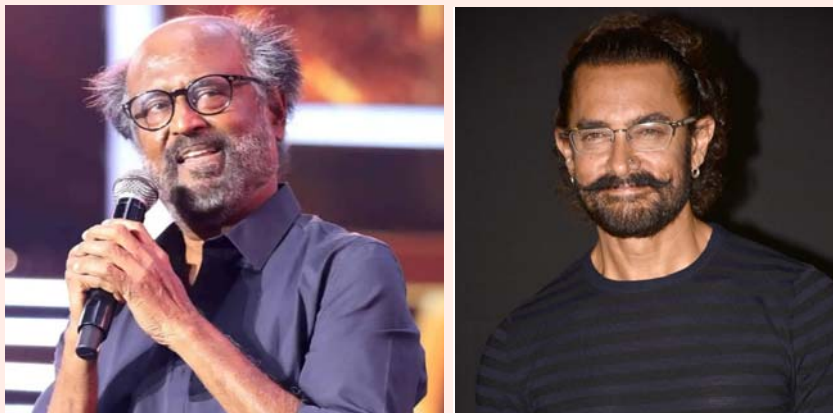
తీవ్రస్థాయికి చేరి.. చివరికి ప్రాణాలను తీసుకునే దారుణ నిర్ణయాలకు దారితీస్తోంది. ఇలాంటి

హృదయ విచారక ఘటనే ఒకటి హన్మకొండ జిల్లా పరిధిలో చోటు చేసుకుంది. హన్మకొండలోని నయూమ్ నగర్ లో ఉన్న ఎస్.ఆర్. జూనియర్ కళాశాలలో చదువుతున్న మిట్టపల్లి శివాని (16) అనే ఎం.పి.సి మొదటి సంవత్సరం విద్యార్థిని అనుమానాస్పదంగా మృతి చెందింది. మంచిర్యాల జిల్లాకు చెందిన శివాని కళాశాల ప్రాంగణంలోనే కన్నుమూసింది. ఈ విషయంపై కళాశాల యాజమాన్యం వ్యవహరించిన తీరు మంచిత ఆగ్రహం తెప్పించింది. శివాని కుటుంబ సభ్యులకు ఎలాంటి సమాచారం ఇవ్వకుండా.. మృతదేహాన్ని నేరుగా పరంగల్ ఎంజీఎం ఆసుపత్రి మార్చురికి తరలించారు. ఈ చర్యపై శివాని బంధువులతో పాటు ఇతర విద్యార్థులలోనూ తీవ్ర నిరసన వ్యక్తమైంది. ఘటనా స్థలంలో ఒక సాఫ్ట్ నోట్ లభించింది. ఆ లేఖలో శివాని తన ఆవేదనను వెళ్లగక్కినట్లు తెలుస్తోంది. 'కళాశాలలో చేర్చే ముందు ఒక్కసారి ఆలోచించాల్సింది' అంటూ ఆమె తన మానసిక తలవృద్ధులను వ్యక్తం చేసింది. ఈ లేఖ శివాని తల్లిదండ్రులు, తోబుట్టువుల పట్ల ఉన్న ప్రేమను, ఆదే సమయంలో తనపై ఉన్న చదువుల భారాన్ని స్పష్టంగా చూపించింది. 'మమ్మీ' అంటూ ఆంగ్లంలో మెదలుపెట్టి రాసిన ప్రతి అక్షరంలోనూ ఆమె మనోవేదన కనిపిస్తోంది. తల్లిదండ్రులు తనను అర్థం చేసుకోలేని తీరును.. దాని వల్ల తాను పడిన గోసను వివరించింది.

ప్రతీ అక్షరం ఆలోచింపజేసే విధంగా..

చదవలేక ఎంతగా సరిగిపోయిందో వెల్లడించింది. చివరికి 'నాకు చాచే దిక్కుయింది' అంటూ లేఖ ముగించి ఒత్తిడితో తాను పడిన బాధను వివరించింది. తనలాంటి ఒత్తిడి చెల్లి పడకూడదని, ఆమెను బాగా చదివించమని తల్లిదండ్రులను వేడుకుంటూ తన ప్రేమను చాలు కుంది. పనివాదు పుట్టినప్పటి నుంచి తల్లిదండ్రులు ఎన్నో ఆశల పెంచుకుంటారు. వాడిని పెంచి పెద్ద చేయడంలో తమ సంతోషాన్ని భవిష్యత్తును చూసుకుంటారు. అలాంటి బిడ్డ అనుకోకుండా అర్థాంతరంగా తమ జీవితాన్ని ముగించుకుంటే, ఆ తల్లిదండ్రుల బాధ పరమాతీతం. చిన్నప్పటి నుంచి తల్లిదండ్రులు కావడా, ఎన్నో త్యాగాలు చేసి, రేపటి భవిష్యత్తును కలగన్న తల్లిదండ్రులు, ఇలాంటి ఘటనలతో కుప్పకూలిపోతారు. వారి ఆశలు అడియోశలవుతాయి. డా. బి. చిన్నకృష్ణ, అసిస్టెంట్ ప్రొఫెసర్, డిపార్ట్ మెంట్ ఆఫ్ సైకియాట్రి, ఎంజీఎం ఆసుపత్రి వంటి మానసిక ఆరోగ్య నిపుణులు ఇదే విషయంపై నష్టతనిస్తున్నారు. చాలామంది తల్లిదండ్రులు తమ బిడ్డలు గొప్పవారు కావాలని కోరుకుంటూ, తమ ఆశలను వారిపై రుద్దుతారు. అయితే.. ఆ పిల్లలు దానికి మానసికంగా, శారీరకంగా సిద్ధంగా ఉన్నారా లేదా అనేది గుర్తించాలి. పిల్లలు ఏ రంగంలో ఆసక్తి చూపుతారో, 10వ తరగతి దశలోనే గుర్తించి.. వారికి తగిన చదువునే ఇంటర్ స్థాయిలో ఎంచుకునేలా ప్రోత్సహించాలి.

రజనీకాంత్ కాళ్లు మొక్కిన ఆమిర్ఖాన్..



సూపర్ స్టార్ రజనీకాంత్, లోకేష్ కనగరాజ్ కాంబినేషన్లో వస్తున్న 'కూలీ' చిత్రం ట్రైలర్ లాంచ్ చెప్పేలో ఘనంగా జరిగింది. ఈ వేడుకలో ఆమిర్ ఖాన్ ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలిచారు. రజనీకాంత్ను ఆమిర్ ఖాన్ పాదాభివందనం చేయగా, రజనీకాంత్ ఆయన్ని అపూర్వంగా కొగిలించుకున్నారు. ఈ చిత్రంలో నాగార్జున, ఉపేంద్ర, శ్రుతి హాసన్ వంటి భారీ తారాగణం ఉండటం విశేషం.

సూపర్ స్టార్ రజనీకాంత్ ప్రధాన పాత్రలో లోకేష్ కనగరాజ్ దర్శకత్వంలో తెరకెక్కుతున్న మోస్ట్ అవైటెడ్ మూవీ 'కూలీ'. ఇందులో కింగ్ అక్కినేని నాగార్జున, ఉపేంద్ర, శ్రుతి హాసన్, హివీస్ షాహిర్, సత్తూరాజ్ వంటి స్టార్ క్యాస్టింగ్ నటీమణి ఈ పాన్ ఇండియా సినిమాపై భారీ అంచనాలు నెలకొన్నాయి. బాలీవుడ్ స్టార్ ఆమిర్ ఖాన్ కూడా ఓ స్పెషల్ క్యూమియో రోల్ ప్లే చేసిన సంగతి తెలిసిందే. పోస్ట్ ప్రొడక్షన్ వివర దశలో ఉన్న ఈ చిత్రం ఆగస్టు 14న ప్రేక్షకుల ముందుకు రానుంది. శనివారం చెన్నైలో గ్రాండ్ గా ట్రైలర్ లాంచ్ ఈవెంట్ నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఓ ఆసక్తికరమైన సంఘటన చోటు చేసుకుంది.

'కూలీ' ఈవెంట్ కి రజనీకాంత్, నాగార్జునతో పాటుగా ఇతర ప్రధాన నటీనటులు, సాంకేతిక నిపుణులు హాజరయ్యారు. ముంబై నుంచి ఆమిర్ ఖాన్ కూడా ఈ కార్యక్రమానికి వచ్చారు. ఈ సందర్భంగా రజనీ పాదాలకు ఆమిర్ నమస్కరించారు. వెంటనే రజనీ ఆయన్ని పైకి తీసుకొని అపూర్వంగా గట్టిగా కొగిలించుకున్నారు. దీనికి సంబంధించిన ఫోటోలు, వీడియోలు సోషల్ మీడియాలో వైరల్ అవుతున్నాయి. ఆమిర్ పెద్ద హీరో అయ్యిందీ తన సహ నటుడికి గౌరవంగా పాదాభివందనం చేయడం ఎంతో గొప్ప విషయమని నెటిజన్లు ప్రశంసిస్తున్నారు. లోకేష్ కనగరాజ్, అనిరుధ్ కూడా రజనీ కాళ్లు మొక్కి టైప్సింగ్స్ తీసుకున్నారు.

ఈ సందర్భంగా ఆమిర్ఖాన్ మాట్లాడుతూ.. "లోకేష్ నన్ను కలిసినప్పుడు ఈ స్టోరీ, రిలీజ్ డేట్ గురించి నేను ఆయన్ను అడగలేదు. ఎందుకంటే ఇది రజనీ సర్ ఫిల్మ్. అంతకుముందైన విశేషం ఇంకేముంటుంది. మాదిరిగ్ ఎప్పుడు మొదలు పెడుతున్నాం అని మాత్రమే నేను లోకేష్ ను అడిగాను" అని చెప్పారు.

మళ్ళీ దొరికేసిన తమన్..

పవన్ కల్యాణ్ నటిస్తున్న 'ఓజీ' సినిమా నుంచి విడుదలైన ఫస్ట్ సింగిల్పై ప్రశంసలే వచ్చాయి. భమన్ అందించిన బ్యాగ్రౌండ్ స్కోరికి గూన్ బంప్స్ వచ్చాయని అభిమానులు స్పందించారు. అయితే బాలీవుడ్ మూవీ 'బేబీ జాన్'లోని ఓ మ్యూజిక్ వీడియోని పోలి ఉండటంతో కాపీ ట్యాగ్ అంటూ ట్రోల్స్ మొదలయ్యాయి. దీనిపై సోషల్ మీడియాలో పెద్ద ఎత్తున వ్యంగ్యాలు, మిమ్మీ వస్తున్నాయి. ప్రభాస్ నటిస్తున్న 'ది రాజాసాబ్' చిత్రం నుంచి కూడా భమన్ తమన్ మొదలయ్యా అభిమానులు కామెంట్లు పెడుతున్నారు.

'జాలాయి'లో ఓ డైలాగ్ ఉంటుంది. 'చిక్కు దొంగతనం చేసినా నిమిషాల్లో దొరికిపోవడం వాడి స్పెషలిటీ' అని బ్రహ్మానందం గురించి రాజేంద్రప్రసాద్ చెబుతాడు. సరిగ్గా ఇప్పుడు ఇదే డైలాగ్ పట్టుకుని తమన్ ని అడేసుకుంటున్నారని ప్రభాస్ ఫ్యాన్స్, ప్రస్తుతం తెలుగులో టాప్ మ్యూజిక్ డైరెక్టర్లలో ఒకడిగా కొనసాగుతోన్న తమన్పై కాపీ మాస్టర్ అన్న అపవాదు ఎప్పటి నుంచో ఉంది.



ఇంగ్లీష్, హిందీ సినిమాల్లోని ట్యాగుడ్ కాపీ కొట్టేసి తెలుగులో సాంగ్స్ కంపోజ్ చేస్తుంటాడని తనపై ఆరోపణ. దీనిపై చాలామంది హీరోల ఫ్యాన్స్ గతంలో సాక్ష్యాలు కూడా బయటపెట్టి తమన్ ఇరకంటలోకి నెట్టారు. అయితే తనపై ఎంత ట్రోలింగ్ జరుగుతున్నా తాను మాత్రం కాపీలు కొట్టడం మానసే అన్నట్లుగా తయారైంది తమన్ పరిస్థితి.

పవన్ కల్యాణ్, సుజీత్ కాంబినేషన్లో తెరకెక్కుతోన్న 'ఓజీ' చిత్రంపై భారీ అంచనాలున్న సంగతి తెలిసిందే. దసరా సందర్భంగా సెప్టెంబర్ 25న ఈ చిత్రాన్ని రిలీజ్ చేసేందుకు మేకర్స్ సన్నాహాలు చేస్తున్నారు. ఈ నేపథ్యంలోనే శనివారం ఈ మామిడి సంబంధించి ఫస్ట్ సింగిల్ని రిలీజ్ చేశారు. హీరో పాత్రని ఎలివేట్ చేస్తూ సాగిన ఈ పాటకి తమన్ అందించిన మ్యూజిక్ స్పెషల్ అట్రాక్షన్ గా నిలిచింది. ఆ పాట వింటుంటే గూన్ బంప్స్ వస్తున్నాయని, తమన్ అదరగొట్టేతాడని పవన్ ఫ్యాన్స్ కామెంట్లు చేశారు. అయితే సాంగ్ అలా రిలీజ్ అయ్యిందో లేదో తమన్ బాగోతాన్ని కొందరు బయటపెట్టేశారు. 'ఓజీ' ఫస్ట్ సింగిల్.. బాలీవుడ్ చిత్రం 'బేబీ జాన్'లోని ఓ మ్యూజిక్ వీడియోను పోలి ఉందని, తమన్ అక్కడి నుంచి కాపీ కొట్టాడని నెటిజన్లు ట్రోలింగ్ మొదలుపెట్టేశారు. పవర్ స్టార్ పవన్ కల్యాణ్ సినిమాకి కూడా ఇలా కాపీ కొట్టేస్తే ఎలా బాసా అంటూ కామెంట్లు వర్షం కురిపిస్తున్నారు.

ఎంత పెళ్లి సుట్టి చావుకొచ్చినట్లుగా 'ఓజీ' కాపీ రిలే ఇష్టా ' ది రాజా సాబ్ 'పై పడింది. ఈ చిత్రానికి కూడా తమన్ మ్యూజిక్ అందిస్తున్న సంగతి తెలిసిందే. దీంతో ఇప్పుడు ప్రభాస్ ఫ్యాన్స్ అతడిని దారుణంగా ట్రోల్ చేస్తున్నారు. ప్లీజ్ రద్దుచేసి రాజా సాబ్ మూవీ నుంచి తమన్ ని తీసేయాలని డిమాండ్ చేస్తూ.. చక్కిట్టాగిని వైరల్ చేస్తున్నారు. చిన్న హీరోల సినిమాలకు ఏదో బిజీతో కాపీ ట్యాగుడ్ ఇచ్చారంటే అర్థమవుతుంది గానీ.. వందల కోట్ల బడ్జెట్తో పెద్ద హీరోలతో తీసే సినిమాలకి కూడా ఇలా కాపీ ట్యాగుడ్ కొట్టడం ఏంటని నిలదీస్తున్నారు. 'భమన్ ఇప్పటివరకు ఏ హీరో మూవీకి మ్యూజిక్ ఇచ్చాడో చెప్పండి.. అందులోంచి ఏదోకటి కాపీ చేసి ది రాజా సాబ్ కి కొట్టేస్తాడు' అంటూ ట్రోల్ చేస్తున్నారు.



సంప్రదారు పట్టు పంచెతో విశాల్ ఎన్ ఫ్రెండ్లీగా కనిపించ గా, అభిమానులు కూడా శుభాకాంక్షలు చెబుతున్నారు. ఇటీవల అనారోగ్యంతో బాధపడిన విశాల్ ఇప్పుడు పూర్తిగా కోలుకున్నారు. ఆయన బుక్ చేసిన నెటిజన్ల విశాల్తో పెళ్లి కళ కనిపిస్తోందని కామెంట్లు చేస్తున్నారు.

ఎన్నో చిత్రాల్లో నటించి తమిళ, తెలుగు ప్రేక్షకుల్ని మెప్పించిన హీరో విశాల్ ఈ విధాది వివాహం బంధంలోకి అడుగుపెట్ట బోతున్నట్లు ప్రకటించిన సంగతి తెలిసిందే. హీరాయిన్

నా జీవితానికి అది చాలు

'కింగ్డమ్' విజయంతో విజయ్ దేవరకొండ చాలా ఆనందంగా ఉన్నారు. గౌతమ్ తిన్నసూరి దర్శకత్వంలో తెరకెక్కిన ఈ సినిమాకి అన్ని ప్రాంతాల్లో మంచి రెస్పాన్స్ వస్తోంది. ఈ సినిమా చూసే సుకుమార్ ఫోన్ చేసి అభినందించారని విజయ్ తెలిపారు. రెండు భాగాల కథగా మొదటి ప్లాన్ చేశామని, రెండో భాగం మరింత అద్భుతంగా ఉంటుందని అన్నారు. 'కింగ్డమ్ 2'లో ఓ పెద్ద స్టార్ హీరో కనిపిస్తాడని హిట్ ఇచ్చారు. సుకుమార్తో సినిమా చేసే కోరిక ఎప్పటి నుంచో ఉందని, త్వరలోనే అది నిరవేరుతుందని ఆశిస్తున్నట్లు చెప్పారు నేను ఏం చేసినా ప్రేక్షకులకి మంచి సినిమా ఇవ్వాలన్న కసితోనే చేస్తాను అంటున్నారు రౌడీ స్టార్ విజయ్ దేవరకొండ . తాజాగా 'కింగ్డమ్'తో ప్రేక్షకుల ముందుకొచ్చిన ఆయన ఆ చిత్రం సక్సెస్ ని ఎంతామో చేస్తున్నారు. తొలిరోజు ప్రపంచవ్యాప్తంగా రూ.39 కోట్ల గ్రాస్ కలెక్షన్లు రాబట్టిన ఈ చిత్రం మూడు రోజులకి కలిపి ఇండియాలో రూ.33 కోట్ల నెట్ కలెక్షన్లు రాబట్టింది. అదివారం ఆద్యాన్స్ బుకింగ్స్ బాగానే ఉండటంతో మంచి కలెక్షన్ వచ్చే అవకాశాలు కనిపిస్తున్నాయి.

ఈ చిత్రం విజయంపై తాజాగా మీడియాతో మాట్లాడిన విజయ్ దేవరకొండ ఎన్నో విశేషాలు పంచుకున్నారు.

సినిమా విడుదలకు ముందుకు అందరిలాగే నాకూ ఒత్తిడి ఉంటుంది. 'కింగ్డమ్' హిట్తో చాలారోజుల తర్వాత నా అభిమానుల కళ్లలో ఆనందం చూశాను. మొదటి షో చూడగానే 'మనం హిట్

కోట్లినం' అంటూ చాలామంది పోస్టులు పెట్టడం సంతోషంగా అనిపించింది. తెలుగు రాష్ట్రాల నుంచే కాకుండా ఓవర్సీస్ నుంచి కూడా చాలామంది ఫోన్స్ చేసి విషెస్ చెప్పారు. డైరెక్టర్ సుకుమార్ కూడా ఫోన్ చేసి.. సినిమా తనకు ఎంతగానో సచ్చిందని చెప్పారు. ఆయన ప్రశంస నాకు రెట్టింపు సంతోషాన్నిచ్చింది. ఈ స్టోరీని గౌతమ్ చెప్పినప్పుడు ఆసక్తికరంగా అనిపించింది. కుటుంబ అనుబంధాలని, ఎమోషన్స్ ని ఆయన డీల్ చేసిన తీరు నాకు చాలా ఇష్టం. ఈ మూవీలో ఏ ఒక్క యాక్టర్ సీక్వెన్స్ కూడా బలవంతంగా ఇరికించినట్లుగా ఉందదు. ప్రతి పోటాం చుట్టూ బలమైన భావోద్వేగాలు పండేలా చేస్తూనే హీరో పాత్రను కొత్తగా, ఆసక్తికరంగా తీర్చిదిద్దారు.

'కింగ్డమ్' కథ మొత్తం విస్తృత దీన్ని 3 గంటల్లో ప్రేక్షకులకి చెప్పడం కష్టమనిపించింది. అందుకే తొలి పార్ట్లో సూరి జర్నీని చూపిస్తూ.. అన్నని వెతుక్కుంటూ వెళ్లడం వరకే చూపించాం. కానిస్టేబుల్ గా మొదలుపెట్టి ఓ తెగకు రాజుగా మారడం వరకే తొలి భాగంలో చూపించాం. రెండో భాగం దేశభక్తి నేపథ్యంలో ఉంటుంది. ఫస్ట్ పార్ట్తో పోలిస్తే సెకండ్ పార్ట్ మరింత అద్భుతంగా ఉంటుంది. 'కింగ్డమ్ 2'లో ఓ పెద్ద స్టార్ కచ్చితంగా కనిపిస్తారు. ఆయన ఎవరు అన్నది అప్పటివరకు సస్పెన్స్ గా ఉంటుంది. ఈ సినిమాకి ముందుగా 'దేవర నాయక్' అనే టైటిల్ అనుకున్నాం. కానీ ఎన్టీఆర్ 'దేవర' కోసం మా టైటిల్ ను పడులుకోవాల్సి వచ్చింది' అని చెప్పుకొచ్చారు విజయ్ దేవరకొండ.

'నా కెరీర్లో 'అర్జున్ రెడ్డి' మరిచిపోలేని చిత్రం. దానికి డెన్స్ యాక్టర్ అవార్డు



తీసుకున్నప్పుడు గర్భంగా అనిపించింది. ఆ సినిమాకి నేను తీసుకున్న రెమ్యునరేషన్ రూ.6 లక్షలు మాత్రమే. ఆ సినిమాకి సంబంధించి నాకొచ్చిన అవార్డును వేలం వేస్తే రూ.25 లక్షలు వచ్చాయి. అంత డబ్బు జీవితంలో ఎప్పుడూ చూడలేదు. దాన్ని కొన్ని మంచి పనులకు వినియోగించాను. పడేళ్ల క్రితం నేను ఎవరికీ తెలియదు. కానీ ఇప్పుడు నా సినిమాలు చూడటానికి లక్షలాది మంది ప్రేక్షకులు థియేటర్లకి వస్తున్నారు. ఈ జీవితానికి అది చాలు. 'అర్జున్ రెడ్డి' టైమ్ నుంచి సుకుమార్తో సినిమా చేయాలని అనుకుంటున్నారు. భవిష్యత్తులో చేసే అవకాశాలున్నాయి. ప్రస్తుతం రాశులే సంకల్పాన్ని డైరెక్షన్లో ఓ సినిమా చేస్తున్నాను. ఇది రాయలసీమ నేపథ్యంలో ఉంటుంది. దాంతో పాటు కోలా రవికిరణ్తో మరో సినిమా చేస్తూన్నా అని తన కెరీర్ గురించి వివరించాడు విజయ్ దేవరకొండ.



బిగ్ బాస్ సీజన్ 3 ఫేమ్ అషు రెడ్డి తాజా ఇన్స్టాగ్రామ్ పోస్టుతో మళ్ళీ సోషల్ మీడియాలో వైరల్ అయ్యింది. భాక్తీ దీప్తి, బోర్న్ జీన్స్లో స్టైలిష్గా మెరిసిన అషు, "నేను డ్రెస్ చేస్తాను, నన్ను ముందు సీటులో కూర్చోనిస్తావా?" అనే క్యాప్షన్ జోడించింది. అయితే ఈ గ్లామర్ షోపై నెటిజన్లు స్పందించారు. స్టైలిష్గా ఉన్నావని కొందరు, ఇదేం ప్యాషన్ అని మరికొందరు ఆమెను తీవ్రంగా ట్రోల్ చేస్తున్నారు. తరచూ ఇలాంటి పోస్టులతో అషు విమర్శల పాలు అవుతుంటుంది, మరికొందరు మాత్రం ఆమె స్టైల్ కు మద్దతు పలుకుతున్నారు.అషు రెడ్డి ... బుల్లితెర ప్రేక్షకులకి పరిచయం అక్కర్లేని పేరు. చూడటానికి హీరోయిన్ సమంతలా ఉండటంతో అందరూ ఆమెను జూనియర్ సమంత అని పిలుస్తుంటారు. సోషల్మీడియా ద్వారా ఫేమస్ అయిన అషు రెడ్డి బిగ్ బాస్ ద్వారా మరింత క్రేజ్ తెచ్చుకుంది. తన అందచందాలను అన్నలు దాచుకోకుండా సోషల్మీడియా ద్వారా నెటిజన్లు అలరిస్తూ ఉంటుంది. అందం ఉన్నా అద్భుతం కలిసిరాకపోవడంతో సినీ ఇండస్ట్రీలో రాణించలేకపోతోంది. కొన్ని సినిమాలు, వెబ్ సిరీస్ లో నటించినా పెద్దగా ఆకట్టుకోలేకపోయింది. దీంతో బుల్లితెరపై టీవీ షోలు చేస్తూ కెరీర్ కొనసాగిస్తోంది. సోషల్మీడియాలో అషు రెడ్డి వదిలే పోస్టులు తెగ వైరల్ అవుతుంటాయి. ఆమె వదిలే గ్లామర్ డ్రీట్ కు నెటిజన్లు కొంటె కామెంట్లతో రిప్లయ్ ఇస్తుంటారు.

చిరిగిన ప్యాంట వేసుకున్న జూనియర్ సమంత..

తాజాగా అషు రెడ్డి తన ఇన్స్టాగ్రామ్ అకౌంట్లో కొన్ని ఫోటోలు షేర్ చేసింది. అందులో పైన భాక్తీ దీప్తి, కింద బోన్ జీన్స్ వేసుకుని గాగుల్స్ పెట్టుకుని కేటీఎం స్పోర్ట్స్ బైక్ వద్ద ఫోటోలు దిగింది. వాటిని ఇన్స్టాలో పోస్ట్ చేస్తూ "నేను డ్రెస్ చేస్తాను... నన్ను ముందు సీటులో కూర్చోనిస్తావా" అంటూ క్యాప్షన్ జోడించింది. అయితే బోన్ జీన్స్ మరీ చిరిగిపోయి ఆమె తొనలు కనిపిస్తున్నాయి. దీంతో నెటిజన్లు కొంటె కామెంట్లతో ఆమెను అటవడ్డిస్తున్నారు. నీ డ్రెస్ అదిరింది.. పాపం మంచి ప్యాంటో కొనుక్కోవడానికి డబ్బులేక చిరిగిన ప్యాంటో వేసుకుంటున్నావా.. పాపం పేద అమ్మాయి, ఎక్కడ చించాలో అక్కడే చించావ్.. అంటూ వరుస కామెంట్లతో హెరెటిక్స్ వస్తున్నారు. బిగ్ బాస్ సీజన్ 3, బిగ్ బాస్ నాన్ స్టాప్ షోల ద్వారా తెలుగు ప్రేక్షకులకు చేరువైన అషు రెడ్డి ప్రస్తుతం పలు టీవీ కార్యక్రమాలు, సినిమాలు, వెబ్ సిరీస్ లతో తీరక తిరుగుతూ ఉన్నారు. సోషల్ మీడియాలో చురుగ్గా ఉంటూ.. తన వ్యక్తిగత, వృత్తిపరమైన విషయాలను అభిమానులతో పంచుకుంటూ ఉంది. గతంలో రామ్ గోపాల్ వర్మతో ఆమె చేసిన ఒక బోల్డ్ ఇంటర్వ్యూ సంచలనం సృష్టించింది. ఇటీవల అషుకి టైయన్ సర్వర్ జరిగింది. సర్వరీకి ముందు, తర్వాత తాను ఎదుర్కొన్న పరిస్థితుల్ని ఆమె సోషల్మీడియాలో షేర్ చేసుకుంది. జూన్ నెలలో అన్నారోని ప్రసిద్ధ కామ్యూనిటీ దేవి ఆలయాన్ని సందర్శించిన ఆమె ప్రముఖ జ్యోతిషుడు వేణు సామెతో కలిసి ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. ఈ పూజలకు సంబంధించి ఫోటోలు, వీడియోలను అషురెడ్డి తన ఇన్ స్టాగ్రామ్ ఖాతాల్లో పోస్ట్ చేశారు.

ఎన్టీఆర్ విశ్వరూపం..

చిన్నబోయిన హృతిక్..



యంగ్ టైగర్ ఎన్టీఆర్, హృతిక్ రోషన్ కాంబినేషన్లో వస్తున్న మల్టీస్టార్ 'వార్ 2'పై అంచనాలు అకాశాన్ని తాకుతున్నాయి. యువ్ రాజ్ ఫిల్మ్స్ నిర్మిస్తోన్న ఈ బిగ్ బడ్జెట్ సినిమాను తెలుగు రాష్ట్రాల్లో సినీార ఎంటర్టైన్మెంట్స్ విడుదల చేయనుంది. తాజా సమాచారం మేరకు కథ మొత్తం ఎన్టీఆర్ చుట్టూ తిరుగుతుందని, హృతిక్ కంటే ఎన్టీఆర్ పాత్ర చాలా పవర్ ఫుల్ గా ఉంటుందని తెలుస్తోంది. ఎన్టీఆర్ నటన హృతిక్ ను దామినేట్ చేసిందని, డీజర్, ట్రైలర్ జస్ట్ శాంపిల్ మాత్రమేనని బాలీవుడ్ వర్గాలు వెల్లడించాయి. ఆగస్టు 14న విడుదల కాబోతున్న ఈ సినిమా ఎన్టీఆర్ అభిమానులకు డబుల్ ధమాకా ఇచ్చే అవకాశం ఉంది. యంగ్ టైగర్ ఎన్టీఆర్ , హృతిక్ రోషన్ కలిసి నటించిన మల్టీస్టార్ యాక్టర్ మూవీ ' వార్ 2 ' విడుదలకు సిద్ధమవుతోంది. ఇప్పటికే విడుదలైన గ్లింప్స్, డీజర్, ట్రైలర్ సినిమాపై అంచనాల్ని భారీగా పెంచేశాయి. ఇది ఎన్టీఆర్ కి బాలీవుడ్లో తొలి సినిమాయే అయినా హృతిక్ రోషన్ కంటే ఎక్కువ రెమ్యునరేషన్ తీసుకున్నాడన్న వార్త ఆయన ఫ్యాన్స్ కి కిక్కిరిస్తోంది. ఎన్టీఆర్ ఏకంగా రూ.60 కోట్ల రెమ్యునరేషన్ అందుకుంటే.. హృతిక్ రోషన్ కి రూ.48 కోట్ల ఇవ్వాలి. ఈ సినిమాలో ఇద్దరు స్టార్ హీరోలు ఉండగా హీరాయిన్ కియారా అద్వానీ బికినీ డ్రీట్తో క్రిడీట్ మొత్తం తానే కొట్టేసింది.