

సంపాదకీయం

ಇತ್ತಲ್ಲಿನ ಬಿಡುವೀಕ್ಯಾನ್

ದೇಶಂಲ್ಲೋ ಇಕ ವೇರೆ ಪಾಠೀಲು ಪೋಟೀ ಚೆಯದಂ ಅನವಸರಂ
ಎಂದುಕಂತೇ.. ಮೊದ್ದಿ ದೆಬ್ಜುಕು ದೇಶಮಂತಾ ಕಮಲಂ ಪಾಠೀನೇ
ಅಧಿಕಾರಂಲ್ಲೋಕಿ ವಸ್ತುಂದಿ. ಎಲಾ ವಸ್ತುಂದಿ? ಎಲಾ ವಸ್ತುಂದಿ?
ಅನ್ವಯಿಸಿ ಪಕ್ಷನು ಪೆಡಿತೇ ಇಕ ಏ ಎನ್ನಿತಲು ಜಿಗಿಣ ಮೊದ್ದಿ ಮುಂದು
ಇತರ ಪಾಠೀಲು ಮೊಕರಿಲ್ಲಿಂಚಾಲ್ಸಿಂದೆ. ಅನೇಕ ವಿಷಯಾಲು ಬೀಜೆಟ್‌
ವಿಜಯಾನಿಕಿ ಪನಿಚೇಸ್ತಾಯಿ. ಅದಿ ಬಯಟಕು ಚೆಪ್ಪಲೇನಿವಿ ಕೊನ್ನಿಂದ
ಅಯಿತೇ.. ಮೊದ್ದಿ ಇಮೇಜ್.. ಪರಿಪಾಲನ ಮರಿಕಾನ್ನಿ ಕಮಲಂ ಪಾಠೀನೀಕಿ
ಅನುಕೂಲಂಗಾ ಮಾರುತುನ್ನಾಯಿ. ವರಸಗಾ ಕೊನ್ನಿಂದ ದಶಾಭ್ಯಾಲುಗಾ
ಅಧಿಕಾರಾನಿಕಿ ದೂರಂಗಾ ಉಂಟುನ್ನ ರಾಫ್ರೋಲ್ಲೋ ಸಯತಂ ಬೀಜೆಟ್‌
ತನ ಹಾನು ಕೊನಸಾಗಿಸ್ತುಂದಿ. ಒಕ್ಕಟೀ ಕಾದು. ರೆಂದು ಕಾದು
ದೇಶಮಂತಾ ಕಾಷಾಯ ಜೆಂಡಾ ರೆಪರೆಪಲಾಡನುಂದಿ. ಇಕ ಇತರ
ಪಾಠೀಲು.. ಅಂತೇ ಪ್ರಾಂತಿಯ ಪಾಠೀಲು ಕೂಡಾ ತಾಮು ತಪ್ಪನಿಸಿರಿ
ಪರಿಸ್ಥಿತುಲ್ಲೋ ಬೀಜೆಟ್‌ಕಿ ತಲವಂಚಕ ತಪ್ಪು. ಒಕಪ್ಪುಪು ಉತ್ತರ
ಭಾರತಾನಿಕೆ ಪರಿಮಿತಮಯಿನ ಬೀಜೆಟ್ ಇಪ್ಪುಡು ದಕ್ಷಣಾದಿನ ಕೂಡಾ
ವಿಸ್ತರಿಸಿದಿ. ಹಾರ್ಯಾನಾ, ಮಹಾರಾಷ್ಟ್ರ, ಒಡಿಶಾ, ಅಂಧ್ರಪ್ರದೇಶ್‌
ಲಲ್ಲಿ ಅಧಿಕಾರಂಲ್ಲೋಕಿ ವಚ್ಚಿಂದಿ. ಬಲಹೀನಂಗಾ ಉನ್ನವೋಟ್‌
ಪೊತ್ತುಲತ್ತೇನೂ, ಬಲಮೈನ ಚೋಟ ಒಂಟರಿಗಾ ಪೋಟೀ ಚೇಸ್ತೂ ಬೀಜೆಟ್‌
ಸ್ವೀಪ್ ಚೇಸೆಸ್ತುಂದಿ. ಇಕ ತೆಲಂಗಾಣ, ತಮಿಳನಾಡುವೈ ತರ್ವಾತ
ಕಮಲನಾಡುಲ ಕನ್ನು ಪಡುತುಂದನಿ ಚೆಪಾಲಿನ ಅವಸರಂ ಎಂತ

జిల్లా రవాణా శాఖ కార్యాలయంలో 36వ జాతీయ రీడ్ము భద్రత పై క్రీడా స్కూల్ విద్యార్థీనులకు అవగాహన సద్గులాఃపంచి, కె రవీంద్ర కుమార్

కర్మాలు, ఫిబ్రవరి 10(తీవ్రక): కర్మాలు జిల్లా కర్మాలు మండలం బి తాండ్రపాదు గ్రామం లోని జిల్లా రవాణా శాఖ కార్యాలయంలో క్రేడ్స్ స్యాల్ట్ విద్యార్థినిలకు 3వె జాతీయ రహదారి భద్రతా మాసోత్సువాల కార్యక్రమాలు 25వ రోజు కొనసాగుతున్నాయి, డిప్యుటీ ట్రాన్స్ఫర్ కమిషనర్ ఎన్ శాంత కుమారి ఆదేశాల మేరకు నిర్వహించారు. మోటార్ వెహికల్ ఇన్స్పెక్టర్ కె రవీంద్ర కుమార్ పర్యవేక్షకులో రోడ్స్ భద్రత సదస్స కొనసాగింది. ల్రెడ్ స్యాల్ట్ 8,9,10, తరగతి విద్యార్థినులకు రోడ్స్ భద్రతపై అవాహన కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో స్యాల్ట్ బిన్ డ్రైవర్లు, కీసర్లు మరియు విద్యార్థులు విద్యార్థినిలు, పార్కశాల సిబ్బంది హేజరయ్యారు. స్యాల్ట్ పిల్లల బిన్ డ్రైవర్ క్రమం తప్పకుండా ఆరోగ్య పరీక్షలు చేయించుకోవాలని అన్నారు విద్యార్థులను ఇంటి నుండి పార్కశాలకు మరియు పార్కశాల నుండి నివాసానికి తీసుకెళ్ళడానికి మరియు భద్రతను గూర్చి బస్సు ఎక్కువపుడు దిగేటపుడు ఎలా ఎక్కాలి ఎలా దిగాలని సూచనలు తెలియజేశారు. బస్సులో అగ్ని ప్రమాదం జరిగినపుడు ఎలా ప్రాణాలను కాపాడుకోవాలని జాగ్రత్తలను పాటించడం నేర్చారు. ఈ సందర్భంగా మోటార్ వెహికల్ ఇన్స్పెక్టర్ రవీంద్ర కుమార్ మాట్లాడుతూ జనపరి 16 నుండి ఫిబ్రవరి 15 వరకు నిర్వహించే రోడ్స్ భద్రత మాసోత్సువాలలో భాగంగా, విద్యార్థులకు రహదారి భద్రతలో తీసుకోవాలన జాగ్రత్తలపై సంపూర్ణ అవాహన కల్పించరు. రవాణా కార్యాలయంలో ఆశ్చేన్ను సంబంధించి 83 సేవలను అనగా వాహనాల ట్రాన్స్ఫర్ ఫిల్ట్ర్స్ సర్టిఫికెట్ రోడ్స్ పర్టీట్ లైసెన్స్ సంబంధించి ఎల్ ఎల్ ఆర్ డ్రైవింగ్ లైసెన్స్ డ్రైవింగ్ లైసెన్స్ కెస్యూవర్ల్ డూప్లికేట్ లైసెన్స్ ఇంటర్వెన్షనల్ లైసెన్స్ భారీ వాహనాల ట్రాన్స్ఫర్ తదితర సేవలను అందిస్తున్నట్లు ఆయన విద్యార్థులకు తెలిపారు, ఎల్ ఎల్ ఆర్ ఎలా తీసుకోవాలి ఎల్ ఎల్ ఆర్ పరీక్షకు వచ్చినపుడు పది నిమిషాలు కాలపరిమితి ఉంటుందని, 20 ప్రశ్నలు ఉంటావి, 12 ప్రశ్నలకు జవాబు మార్కులు రావాలన్నారు. ఎల్ ఎల్ ఆర్ గడువు ఆరు నెలల కాలపరిమితి ఉంటుందన్నారు. ఎల్ఎల్ఆర్ వచ్చినవారు 30 రోజుల తర్వాత పర్సనెంట్ డ్రైవింగ్ లైసెన్స్ అపే చేసుకోవచ్చ అని తెలిపారు.



డ్రైవింగ్ పరీక్షలో వాహనం నడివేటప్పుడు సిగ్గుల్న ను గమనించి రెడ్ సిగ్గుల్ పడినప్పుడు బండి నిలుపుకోవాలన్నారు ఎల్లో సిగ్గుల్ పడినప్పుడు వెళ్ళడానికి సిద్ధంగా ఉండాలన్నారు. గ్రీన్ సిగ్గుల్ పడినప్పుడు ముండుకు వెళ్లాలని విద్యార్థినులకు సూచించారు. రవాణా శాఖ కార్యాలయంలో రోడ్స్ చిఫ్స్‌ల బోర్డులను చూపించి వాటి గురించి విద్యార్థులకు తెలియజేశారు. మొటార్ సైకిల్ సదుపుతుస్తుప్పుడు పోలైట్ తప్పినసరిగా ధరించాలి, రావ్ డ్రైవింగ్, అధిక వేగం అత్యంత ప్రమాదకరమన్నారు, వాహనదారులు మత్తు పదార్థాలు, మరియు మద్యం సేవించి వాహనం నడపకూడదన్నారు, ముఖ్యంగా సెల్ ఫోన్ మాటల్చాడుతూ వాహనాలు డ్రైవింగ్ చేయడం ఎంతో ప్రమాదకరమన్నారు. అదే విధంగా కారులో ప్రయాణిస్తుప్పుడు సీట్ బెల్ల్ ను ధరించడం దాని యొక్క ప్రాముఖ్యత గురించి వివరించారు. ఈ కార్బూకమంలో మొటార్ వెపికల్ ఇన్సెప్కర్చు ఎం బి సుధాకర్ రెడ్డి. నాగరాజు నాయక్, అసిస్టెంట్ మొటార్ వెపికల్ ఇన్సెప్కర్చు వి. బాబు కిషోర్, గణిష్ఠ బాబు, ట్రాన్స్పోర్ట్ హెడ్ కానిస్టేబుల్లు చలపతి, వి. విజయ భాస్కర్, మరియు హోమ్ గార్డు. క్రేడ్స్ సుమార్ల్ విద్యార్థులు, క్రేడ్స్ సుమార్ల్ బన్ డ్రైవర్లు క్లినర్లు చూగిను ద్వారా వాచున్నారు. తురితరూణా పోల్స్-ఎస్

చెట్టేహళ్లలీ స్వశానవాటిక సమస్యను పరిష్కరించండి -జాయింట్ కలెక్టర్ కు వినతిపత్రం



మంత్రాలయం ఫిబ్రవరి 10, (తీవ్రక): మంత్రాలయం మండపంలోని చెట్టుహాళ్ళిగ్రామంలో ఉన్న స్వశానవాటిక సమస్యను పరిష్కరించాలని బిసి సొమాజిక వర్గం నాయకులు చాపల నాగేవ్వు మేకల మల్లేష్, మాజీ సర్పంచ వెంకటేష్, సర్పంచ అంజీనేయులు ఉప సర్పంచ వీరనాగప్పలు కర్మాలు జిల్లా జాయింట్ కలెక్టర్ నవ్వు కు మొరపెట్టుకున్నారు. సోమవారం కర్మాలు జిల్లాల్ కలెక్టర్ కార్యాలయం ముందు సుమారు 100 మందితో మాకు న్యాయం కావాలని ధర్మ నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా వారి మాట్లాడుతూ 113 నస్తులోని రస్తా పోరంబోకు భూమిలో గప్పుత్వం ఇంటి పట్టాలు ఇచ్చింది. ఆక్కడికి సమాపంలోనే శృశాన

ఉండని, గ్రామంలో తరతరాలుగా ఎవరైనా చనిపోవాలని అంత్యక్రియలు చేయడానికి వెళ్లినప్పుడల్లా దళితులు అభ్యంతరం చేస్తున్నారని వాపాయారు. ఈ సమస్యను త్వరగా పరిషురించాలని వినతిపత్రం అందజేశారు. ఈ కార్యక్రమానికి చెట్టుహాళ్లి గ్రామస్తులు ఉన్నారు.

శ్రీ పరశురామ్ గోల్డ్ టెస్టింగ్ సెంటర్ ప్రారంభించిన తేజ వెంకట్



కర్మాలు , ఫిబ్రవరి 10(తీవ్రక) : కర్మాలు జిల్లా కేంద్రంలో కొడారెడ్డి బురుజు వద్ద వేంకటేశ్వర కాంప్లెక్స్ నందు పైప్ నెంబరు 18నందు శ్రీపరశురామ్గోర్ టేస్టింగ్ సెంటర్ ను మార్కెట్ రాజ్యసభ సభ్యుడు టీజీ వేంకటేష్ ప్రారంభించారు. ఈసందర్భంగా టీజీ వేంకటేష్ మాట్లాడుతూ, వ్యాపారులు తమ దుకాణాలను మంచిగా ఏర్పాటు చేసి ప్రజలకు బంగారం వెండిపై సంపూర్ణ అవగాహన కల్పించాలని యజమాని దనాజీ పరశురామ్ భవా

కు తేలిపారు . ఈ కార్బూకమంలో బీసి సంక్షేప సంఘం రాపాధ్యక్షులుగుడిసె శివస్నిభిదిపి ప్రముఖ నాయకురాలు విజయ అయ్యన్న యాదవ్, బిసి సంక్షేప సంఘం జిల్లా అధ్యక్షుడు కొన్ఱ దేవేందర్, సంద్యాల జిల్లా అధ్యక్షులు నాగశేషు, యస శ్రీనివాసులు, యాదవ్ రాములు గౌడ్, బిజిపి జిల్లా ఉపాధ్యక్షులు శ్రీరామ్ యాదవ్, బిసి సంక్షేప సంఘం జిల్లా ప్రధాన కార్బూ నాగార్పున గౌడ్ తదితరులు పొల్చినారు.

ស៊ីវិជ្ជី អនុការុយល ឯកសារ ក្រុមហ៊ុន ក្រុមហ៊ុន រាងការ និង ក្រុមហ៊ុន ក្រុមហ៊ុន

సినిమా ప్రమోషనల్ కల్ల రాలీక్టహోటునాన్ని బివరణ

ಅಮರಾವತಿ, ಫಿಲಿಪರಿ 10(ಅರ್ವನ್ನೆ): ಗುಂಟೂರು ಸೀಟಿದ್ದೆ ಅಧಿಕಾರು ಎದುಂ ವಿಚಾರಣಕು ಡೈರಕ್ಟರ್ ರಾಂಗೋಪಾಲ್ ವರ್ಗ ಗೈರ್ಹಾಜಿರ್ಯಾರ್ಡ್ ಸೋಮವಾರಂ ವಿಚಾರಣಕು ರಾಖಾಲ್ಪಿಂದಿಗೆ ಅರ್ಜೀವೀಕಿ ಸೀಟಿದ್ದೆ ನೋಟಿಸುಲು ಇವ್ವಿಂದಿ. ಅಯಿತೆ ತಾನು ಸಿನಿಮಾ ಪ್ರಮೇಷನ್‌ಲೋ ಉನ್ನಂದು ವಿಚಾರಣಕು ರಾಲೆನಿ ನಿನ್ನನೇ ಸೀಟಿದ್ದೆ ಸಮಾಚಾರಂ ಇಚ್ಛಾರು. ಈ ಕ್ರಮಂಲೋ ಸೋಮವಾರಂ ಅರ್ಜೀವೀ ತರಪುನ ಅತನಿ ಸ್ಯಾಯವಾದಿ ನಾನ್ ಬಾಬು ಗುಂಟೂರು ಸೀಟಿದ್ದೆ ಕಾರ್ಯಾಲಯಾನಿಕಿ ವಚ್ಚಾರು. ಎನಿಮಿದಿ ವಾರಾ ಪಾಟು ವಿಚಾರಣಕು ಹೋಜರುಕಾಲೇರನಿ.. ಎನಿಮಿದಿ ವಾರಾಲ ಪಾಟ ಸಮಯಂ ಇವ್ವಾಲನಿ ಲಿಫಿತ ಪೂರ್ವಕಂಗಾ ಸೀಟಿದ್ದೆ ಅಧಿಕಾರುಲು ವಿನಾ ಪತ್ರಂ ಇಚ್ಛಾರು. ಅಯಿತೆ ಈ ನೋಟಿಸುಲ್ಲವೈ ಸೀಟಿದ್ದೆ ಅಧಿಕಾರುಲು ಎಲ್ಲ ಸ್ವಂದಿಸ್ತಾರನೆ ಆಸಕ್ತಿ ನೆಲಕೊಂಡಿ. ತಮ್ಮ ಮನೋಭಾವಾಲು ದೆಖ್ವಿತಿಗೇಲೆ ಸಿನಿಮಾ ಉಂದನಿ ಅರ್ಜೀವೀಪೈ ಫಿರ್ಯಾದುಲ್ಲೋ ಹೇರ್ಕುನ್ನಾರು. ಇಪ್ಪತ್ತಿ ಪ್ರಕಾಶಂ ಜಿಲ್ಲಾ ಎಸ್ಟ್ ಅಧ್ಯರ್ಥಂಲ್ ಅರ್ಜೀವೀ ವಿಚಾರಣ ಜರಿಗಿಂದಿ. ಈ ನೇವದ್ವಾರಂ ಇಪ್ಪುದು ಸೀಟಿದ್ದೆ ಕರಾಡಾ ಅರ್ಜೀವೀನಿ ವಿಚಾರಿಂಚಾಲ ನಿರ್ಜಂ ಯಂತಿಂದಿ. ಅಂತು ಸೀಟಿದ್ದೆ ವಿಚಾರಣಕು ದರ್ಶಕುಡು ಗೈರ್ಹಾಜಿರವದಂತೋ ತದುಪರಿ ಕಾರ್ಯಾಲಯ ಎಲ್ಲ ಉಂಡಬೋತುಂದಿ ಅಲ್ಲ ಆಸಕ್ತಿ ಸರ್ವೋತ್ತಮಾ ನೆಲಕೊಂಡಿ. ಸೋಮವಾರಂ ಸೀಟಿದ್ದೆ ಅಧಿಕಾರುಲು ವಿಚಾರಣ ಕೋನಂ ಡೈರಕ್ಟರ್ ರಾಂಗೋಪಾಲ್ ವರ್ಗನು ಗುಂಟೂರು ಸೀಟಿ ಕಾರ್ಯಾಲಯಾನಿಕಿ ರಮ್ಮುನ್ನಾರ್ನಿ.. ವಿಚಾರಣ ಹೋಜರುಕಾವಡಾನಿಕಿ ಕೊಂ ಬೈಂ ಅಡಿಗಾಮಮನಿ ಸ್ಯಾಯವಾದಿ ಸಾನಿಬಾಬು ತೆಲಿಪಾರು. ದಾನಿ



సంబంధించిన వినతి పత్రాన్ని అధికారులకు అందించామనా సీటిడీ విచారణకు హోజరుకావడానికి రాంగోపాల్ వర్కు 8 వార్తెట్రో అడిగారని ఆర్జిష్టీ అడ్యకేట్ నానిభాయి వెల్లడించారు. కా ఇటీవల ఒంగోలు సీటి ముందు ఆర్జిష్టీ విచారణకు హో విషయం తెలిసిందే. ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు, డిప్యులీ సి పవన్ కళ్యాణ్, మంత్రి నారా లోకేష్ ఫోటోలు మార్పింగ్ రాంగోపాల్ వర్కు ఎక్స్‌పోస్ట్ చేశారు. దీనిపై గత ఏడాది నవమి 10న వర్కుపై మర్యిపాడు పోలీస్ స్టేషన్లో కేను నమోదైన నవంబర్ 19, 25 తేదీల్లో రెండు సార్లు నోటీసులు ఇచ్చినా ఆ విచారణకు హోజరుకాలేదు. పోలీస్ విచారణకు హోజరుకాక కొద్ది రోజులు అజ్ఞాతంలోకి వెళ్లిపోయారు. అయితే ఈ కే పోలీసులు అరెస్ట్ చేయకుండా ఉండేందుకు న్యాయసాధా ఆశ్రయించి ముందస్తు బెయిల్ పొందారు ఆర్జిష్టీ. ఈనెల విచారణకు రావాలని పోలీసులు మరోసారి నోటీసులు ఇప్పు కుంటే 7వ విచారణకు హోజరుగాయారు.

**ಬ್ರಹ್ಮಕ್ಕಾಗಿ ವಾರ್ಷಿಕ ದಾರ್ಶನ ತೆಪ್ಪಣಿಗೆ ಸಂಪನ್ಮೂಲ ಪೊತ್ತು ಟ್ರೇಡ್
ರ್‌ರಿಂಚಾರ್ಟ್ - ಸೀಬಿ ರಾಮ್ಯಾನ್‌ನಿಜಿಲು**



మంత్రాలయం ఫిబ్రవరి 10,(తీవ్రక) : ద్వివ్యక్త వాహనదారులు తప్పనినరిగా హెల్పెట్ ధరించి ప్రయాణం చేయాలని మంత్రాలయం సిఱ రామానుజులు సూచించారు. సోమవారం ఉన్నతాధికారులు ఆదేశాలు మేరకు పత్రిక ప్రకటన విడుదల చేశారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ మధ్యం సేవించి ద్వివ్యక్త వాహనాలు నడపరాదన్నారు. కార్ డ్రైవింగ్ చేసేవారు తప్పనినరిగా సీట్ బెల్ట్ ధరించాలన్నారు. మైనర్లకు వాహనాలు ఇస్తే తల్లిదండ్రులపై కేసులు నమోదు చేస్తాం హెచ్చరించారు. అటోలో పరిమితికి మించి జనాన్ని ఎక్కించకూడదు, ఎక్కించిన యొదల కేసులు నమోదు చేస్తాం. రాఘవేంద్రస్నామి దర్శనానికి కు వచ్చే భక్తులకు ఇబ్బందులు కలగకుండా ట్రాఫిక్ నియమ

ఎస్టేను మర్యాదపూర్వకంగా
కలిసిన టీడ్పీ నాయకులు

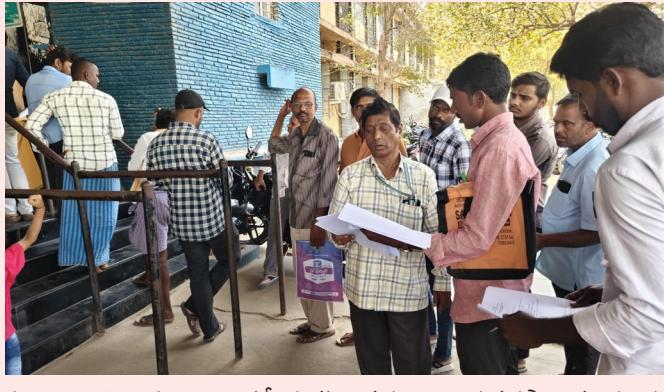


మంత్రాలయం, ఫిబ్రవరి 10, (శ్రీచక్త) :మంత్రాలయం ఎస్టే
శివాంజులను మంత్రాలయంటోన్ ఇంచార్స్ వరదరాజులు , అశోక్
రెడ్డి, రాఘవేంద్రలుమర్యాదహర్షకంగా సోమవారం సాయంత్రం
కలిశారు. అనంతరం ఎన్సి కు శాలువా కప్పి , పూలమాలతో
సత్కరించారు. మంత్రాలయంఅసాంఖ్యిక కార్యక్రమాలు పరిరక్షిం
చాలని కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో డీసీ తిమ్మప్ప , జిట్టిపెచ్
సుళ్ల చెర్చన్ నరసింహాలు , తెలుగుదేశం పార్టీ కార్యక్రమ
ఏదిక నుండిఏదో తొలోనారు.

క్రీ నెఱ్యాపై దూకుడు పెంచిన సీట్స్‌బృంద మరో కొండలి అరెస్టుకు రంగం సిద్ధం

ఆమరావతి, ఫిబ్రవరి 10 తిరుమల లడ్డు తయారీకి కళ్ళీ నెయ్యి సరఫరా కేసులో సిట్ బృందం దూకుడు పెంచింది. మరికొందరు కీలక వ్యక్తుల ప్రమేయంపై సీబీఐ ఆధ్వర్యంలోని సిట్ టీఎం ఆరా తీస్టోంది. గత రాత్రి అరెస్ట్ చేసిన నలుగురు నిందితులను తమ కష్టదీకి ఇవ్వాలని తిరుపతి కోర్టులో సిట్ టీఎం పిబీపస్సు దాఖలు చేసింది. బోలె బాబా డెయిరీ ద్రెక్షణర్లు విఫిన్ జైన్, పోవిల్ జైన్, వైష్ణవి డెయిరీ సీకశి అపూర్వ విజయకాంత్ చావ్లా, ఏఅర్ డెయిరీ ఎండీరాజు రాజేశేఖరన్లను సిట్ అరెస్ట్ చేసింది. ఈ నలుగురిని 10 రోజుల పాటు తమ కష్టదీకి ఇవ్వాలని సీబీఐ ఆధ్వర్యంలోని సిట్ టీఎం కోరింది. తదనంతర దర్శావ్రులో ఎటువంటి ప్రణాళికతో ముందుకు వెళ్ళాలి అనే అంశంపై సిట్ బృందం నమావేశమైంది. దర్శావ్రులో కీలక ఆధారాలు లభించడంతో త్వరలో మరిన్ని అరెస్ట్లు జరిగే అవకాశం ఉన్నట్లు తెలుస్తోంది. సీబీఐ బాన్ అనుమతి తీసుకున్న వెంటనే రేపో మాపో మరికొంతమంది కీలక వ్యక్తులను పోలీసులు అదుపులోకి తీసుకోనునారు.

మొరాయించిన సర్వర్కు అభికారుల చీరవతో మోక్కం



కర్నాలు, ఫిబ్రవరి 10 (తీవ్ర): కర్నాలు నగరపాలక సంస్థ కార్యాలయంలోని పన్న వసూళ్ళ కేంద్రంలో సోమవారం గంటస్వర పాటు వెళ్లేట సర్వర్ మొరాయించింది. దీంతో పన్న చెల్లింపుదార్లు క్యాలో నిరీక్షించారు. ఈ విషయాన్ని మేనేజర్ ఎన్.విస్వరాముడు తెలుసుకుని అదనపు కమిషనర్ ఆర్.జి.వి. క్రిష్ణ దృష్టికి తీసుకొళ్ళారు. వెంటనే రాష్ట్ర పురపాలక శాఖ ప్రీకుల్ సిబ్బందితో మాట్లాడి సమస్య పరిప్యారించారు. అనంతరం పన్న చెల్లింపుదార్ల వర్డుకు మేనేజర్ సముదాయించారు.

ଶିଚାର୍ଥ ଜାଇଁ ଚେଲ୍ପାର୍ଥଙ୍ଗ ନାଁ ଯୁଗ ଚେତ୍ତୁ

ప్రజా ఫిర్యాదుల పరిషోధ వేదిక ద్వారా స్వీకరించిన ఫిర్యాదుల పై
త్వరితగతిన స్పందించి, పరిషురించాలని పోలీసు అధికారులను
ఆదేశించిన ... జీల్లా ఎస్టీ విక్రాంత్ పాటీల్



०० नु०चे की॒दल प॒ठ अ॒नकि॑ प॒०चु॑

జిల్లా కలెక్టర్ పి.రంజిత్ బాపో
 కర్నూలు సోప్ప, ఫిబ్రవరి 10 (శ్రీ చక్ర) : విద్యార్థులు చిన్న తనం నుంచే క్రీడల పట్ల అన్కి పెంచుకోవాలని జిల్లా కలెక్టర్ పి.రంజిత్ బాపో పేరొన్నారు.
 మినిష్ట్రీ యూట్ ఆప్టైన్, సోప్ప అధారిటీ అప్ ఇండియా, ఆంధ్రప్రదేశ్ రగ్భు అసోసియేషన్ నంయుక్ ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించినఅస్విత రగ్భు ఉమ్నీ లీగ్ పోటీల్లో గిలుపొందిన విద్యార్థినులకు సోమవారం కలెక్టరేట్ లోని సునయన ఆడిటోరియంలో జిల్లా కలెక్టర్ ప్రోత్సాహక నగదు బహుమతులను అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ క్రీడల ద్వారా శారీరక దారుణ్ణం, మానసిక ఉల్లాసంతో పాటు క్రమశిక్షణ అలవడదం, ఆత్మ విశ్వాసం, నాయకత్వ లక్షణాల వంటి సామర్థ్యాలను పెంచాందించుకోవచ్చని పేరొన్నారు. కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు క్రీడాభివృద్ధికి తగిన ప్రాధాన్యత ఇస్తున్నాయని కలెక్టర్ తెలిపారు. ఉమ్మడి నంద్యాల ఆస్తీఎం కళాశాలలో జిరిగిన పోటీల్లో అన్ని ప్రభుత్వ ప్రైవేటు, కేజీబీ, ఇంజనీరింగ్ డిగ్రీ కళాశాల జట్లు పోటీవడ్డాయని ఇందులో పోటీ పడి కంబాలపాదు, దిన్నెవేరపాదు, లక్ష్మీపురం, ఆళ్ళగడ్డ ఏపీఎస్బ్లూఆర్ విద్యా సంస్థలకు చెందిన విద్యార్థినులు రూ.2 లక్షలు ట్రైజ్ మసీ గిలుమక్కున్నారని కలెక్టర్ వారిని అభినందించి నగదు బహుమతులను విద్యార్థినులకు అందజేశారు.
 అనంతరం గురుకుల పారశాలలో కువ తరగతి, ఇంటర్వీడీయట్ ప్రవేశాలకు సంబంధించిన పోస్టర్లను జిల్లా కలెక్టర్ ఆవిష్కరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో గురుకుల పారశాల కో-ఆర్డినేటర్ డా.శ్రీదేవి, డిఎస్టిఐ భూపతిరావు, కె.ఎ.కుమారు, పోటీపారు,



ស៊ិរី ការប្លាស់ប្រជាពលរដ្ឋ សាសនា ពិធីការ និង សំណង់សំណង់ នៃការប្រជាពលរដ្ឋ នៅក្នុង សាសនា ពិធីការ

పిజిఆర్వెన్ లాగిన్ లో వచ్చిన అర్జీలను
చూడడం లో జాప్యం ఉండకూడదు
జిల్లా కలెక్టర్ పి.రంజిత్ బాణో

కర్మాలు, ఫిలివరి, 10 (లీచక్): సిఎం కార్యాలయం నుండి వచ్చిన అర్ణీలను వేగవంతంగా పరిష్కరించాలని జిల్లా కలెక్టర్ పి.రంజిత్ బాహ్య అధికారులను ఆదేశించారు. సోమవారం కలెక్టర్ సునయన అడిటోరియంలో “ప్రజా సమస్యల పరిషాధ్ర వేదిక” (పబ్లిక్ గ్రీవెన్స్ రెడిసెల్ సిస్టమ్ - పిజిఆర్ఎస్) కార్యక్రమం ద్వారా జిల్లా కలెక్టర్ ప్రజల నుంచి వినతులను స్వీకరించారు. ఫిర్యాదుల స్వీకరణ అనంతరం జిల్లా కలెక్టర్ ఫిర్యాదుల పరిషాధ్రంపై అధికారులతో సమాక్షించారు. సిఎం కార్యాలయం నుండి వచ్చిన అర్ణీలను త్వరితగతిన పరిష్కరించాలని కలెక్టర్ అధికారులను ఆదేశించారు.. పత్రికాండ అర్దీంటకు సంబంధించి 17, సబ్ కలెక్టర్ అదోని కి సంబంధించి 16, కర్మాలు అర్దీంటకు సంబంధించి 12, డిఎస్టికు సంబంధించి 2, జిల్లా పురావస్తు అధికారి, కోఆపరేటివ్ అధికారి, జిల్లా రిజిస్ట్రార్, జిల్లా పోర సరఫరాల అధికారి, హాసింగ్ పిడి, వక్క బోర్డుకు



పరిష్కారించాలని కలెక్టర్ అధికారులను ఆదేశించారు.. పరిష్కారంలో ఎలాంటి నిర్లక్ష్యం ఉండకూడదని కలెక్టర్ అధికారులను ఆదేశించారు. పిజిఆర్ఎస్ కు సంబంధించి లాగిన్ లను ఓపెన్ చేసి దరఖాస్తులను చూడడం లో జాప్యం చేసిన అధికారులపై కలెక్టర్ ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు.. ఎప్పటికప్పుడు లాగిన్ ను ఓపెన్ చేసి అర్జీలను చూడడంలో ఎందుకు జాప్యం చేస్తున్నారని అధికారులను ప్రశ్నించారు.. డిఎస్టి, సి.బెలగల్ తహాళీల్సార్, ఏపిఐఐసి జోనల్ మేనేజర్, అలూరు, అస్సరి ఎంపిడింగ్ల లాగిన్ లలో వచ్చిన దరఖాస్తులను ఇంకా ఓపెన్ చేసి చూడలేదని, వెంటనే లాగిన్ లను ఓపెన్ చేసి చూసి అర్జీలను పరిష్కారించాలని కలెక్టర్ అధికారులను ఆదేశించారు. ప్రజా నమస్కారం పరిష్కారంలో నిర్లక్ష్యం ఉండకూడదని కలెక్టర్ పేర్కొన్నారు. సమావేశంలో జాయింట్ కలెక్టర్ దా.బి.నమ్మ, అసిస్టెంట్ కలెక్టర్ చల్లా కళ్యాణి, డిఆర్ఎంబి సి.వెంకట నారాయణమ్మ, స్నేహల్ డిప్యూటీ కలెక్టర్ బికె.వెంకటేశ్వర్రు, కొండయ్య, జిల్లా స్థాయి అధికారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

స్వరమైన అభివృద్ధిగా పెంచండించేడంలో గ్యాకార్ గ్యంఘాలది కీలకపాత్ర

అంతర్జాతీయ సహకార సంవత్సరాన్ని
విజయవంతం చేయండి
జిల్లా కలెక్టర్ పి.రంజిత్ బాణా



కర్నాలు, ఫిబ్రవరి 10 (తీవ్రక): స్థిరమైన అభివృద్ధిని పెంపాందించడంలో సహకార సంఘాలు కీలకపాత పోషిస్తాయని జిల్లా కలకర్క పి.రంజిత్ బాపా

చిన్నారుల ఆరోగ్య కరమైన భవిష్యత్తు కోసం జాతీయ నుపిపురుగుల నివారణ కార్బూక్సమం

ప్రాణీకావోర లోపం, రక్తశీఖను నించారించు అభ్యండజోలు
మాత్రమే వున్నాయి. ఈ కావోర లోపం కిలోగ్రామంలో ఒక రెట్లు వున్నాయి.

కర్మన్నలు, ఫిబ్రవరి 10 (త్రిచక్త): చిన్నారుల అరోగ్య కరపైన భవిష్యత్తు కోసం రాష్ట్ర ప్రభుత్వం జాతీయ నుపురుగుల నివారణ కార్యక్రమాన్ని నిర్వహిస్తోందని జిల్లా కలెక్టర్ పి.రంజిత్ బాపొ పేర్కొన్నారు. సోమవారం స్థానిక ఇందిరాగాంధీ స్వార్క నగరపాలక ఉన్నత పారశాలలో జాతీయ నుపురుగుల నిర్మాలన కార్యక్రమంలో భాగంగా విద్యార్థులకు ఆల్ఫోండజోల్ మాత్రలను కలెక్టర్ అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ చిన్న పిల్లల్లో, బాల బాలికల్లో శాష్ట్రీకాహిర లోపం, రక్తహీనతకు కారణమయ్యే నుపురుగులను నివారించేందుకు గాను రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఉచితంగా ఆల్ఫోండజోల్ మాత్రలను పంపిణి చేస్తుందన్నారు.. నుపురుగుల నివారణ కార్యక్రమంలో భాగంగా విద్యార్థులు ప్రతి ఒకరు ఆల్ఫోండజోల్ మాత్రలను వేసుకొని ఆరోగ్యంగా ఉండాలన్నారు.... ఏదైనా కారణం చేత 10 వ తేదిన మాత్రలు అందని పిల్లలకు 17 వ తేదిన మాత్రలను అందచేస్తారని కలెక్టర్ తెలిపారు. నుపురుగులు శరీరంలో ఉంటే రక్త హీనత కు గురి కావల్సి వస్తుందని, అందువల్ల విద్యార్థులందరూ ఆల్ఫోండజోల్ మాత్రలను వేసుకోవాలిని సూచించారు. జాతీయ నుపురుగుల నిర్మాలన కార్యక్రమానికి



మార్క ఎస్టుల కల్పకు వ్యాధాన్త

మార్క పసుతుల కల్పకు వ్యాధాన్వత

అదనపు కమిషనర్ ఆర్.జి.వి కృష్ణ



కర్మాలు, ఫిబ్రవరి, 10 (తీవ్రక): నగరంలో వసతుల కల్పనకు సంబంధించిన ఫిర్యాదుల పరిష్కారానికి ప్రత్యేక ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలని నగరపాలక అదనపు కమిషనర్ ఆర్.జి.వి. కృష్ణ అన్నారు. సోమవారం నగరపాలక కార్యాలయంలో నిర్వహించిన ప్రజా ఫిర్యాదుల పరిష్కార వేదిక కార్యక్రమానికి 16 ఆర్డర్లు వచ్చాయి. వాటి పరిష్కారానికి చర్చలు తీసుకోవాలని

కమిషనర్ అధికారులను ఆదేశించారు. కార్బూక్యూమంలో మేనేజర్ ఎన్.చిన్నరాముడు, ప్రజారోగ్య అధికారి డాక్టర్ కె.విశ్వేశ్వర్ రెడ్డి, ఎస్.ఈ రాజశేఖర్, టిపిఆర్ఎం వెంకటలక్ష్మి, టిడ్డు అధికారి పెంచలయ్య, పాల్గొన్నారు. వచ్చిన అర్జీల్లో వీకర్ సెక్షన్ కాలనీలో సమాపంలోని దిలీప్ నగర్ నందు సిసి రహదారి నిర్మించాలని స్థానికులు జానకి రామిరెడ్డి, రమణ రెడ్డి, సంతోష్ కుమార్ తదితరులు విన్నవించారు. వెంకటనాయుడు కళ్యాణ మంటపం సమాపంలోని బాలాజీ నగర్ నందు రహదారులు, మురుగు కాలువలు నిర్మించాలని స్థానికులు చంద్రశేఖరయ్య, సత్యనారాయణ రెడ్డి కోరారు. 21వ వార్డు శ్రీలక్ష్మి నగర్ నందు మురుగు కాలువపై శాస్వత నిర్మాణాలు వల్ల పూడికతీత పనులు చేపట్టక మురుగు నీరు ప్రవాహానికి ఆటంకంగా మారిందని స్థానికులు బి.శ్రీనివాసులు ఫిర్యాదు చేశారు. 105వ సచివాలయ పరిధిలో విజయలక్ష్మి నగర్ నందు మట్టి రహదారి అధ్యానంగా ఉందని, సిసి రహదారి నిర్మించాలని స్థానికులు ప్రవీణ్ భాను, నాగరాజు, రవి తదితరులు విన్నవించారు. 17వ వార్డు సప్తగిరి నగర్ నందు మురుగు కాలువ సక్రమంగా లేక, మురుగు నీరు రహదారిపైకి వస్తుందని, 20వ వార్డు కళావతి నగర్లోని వీధి దీపాలు వెలగటం లేదని సిపిఐ పౌర్ణి ప్రతినిధి పి.రామకృష్ణ రెడ్డి, స్థానికులు మహేష్, పవన్ తదితరులు విన్నవించారు. చిదంబరావు వీధి నందు రహదారి మధ్యన నిరుపయోగ బోరు పైపు వల్ల ప్రమాదకరం ఉందని, వెంటనే దానిని తొలగించాలని స్థానికుడు జి.పురుషోత్తం విన్నవించారు.

క్రీడలు చారీర ఆరోగ్యానికి దశపూదం...!

హన్ బాధ సర్వంచ సతీష్ రావు.



రామచంద్రవరం, ఫిబ్రవరి 10(తీవ్రక)క్రీడలు శారీరక ఆరోగ్యానికి దోహదవడతాయని, ఆనన్ బాద గ్రామ సర్పంచ్ నాగిరద్ది సతీవ్ రావు అన్నారు. ఈ మేరకు రామచంద్రవరం మండలం హనున్ బాధ గ్రామంలో జ్ఞాభీమ్ ప్రెంట్ సరిగ్గు హనున్ బాద వారి ఆద్వర్యంలో గత వారం లోజులుగా నిర్మపిస్తున్న క్రికెట్ టోర్సుమెంట్ లో భాగంగా సర్పంచ్ నాగిరద్ది సతీవ్ రావు టుస్ వేసి మ్యాచ్ ప్రారంభించారు. అనంతరం కొంతసేపు క్రీడాకారులతో మ్యాచ్ ను సతీవ్ రావు ఆడారు. విజేతలకు బహుమతులు సతీవ్ రావు చేతులవిచారుగా అందజేశారు. ఫిబ్రవరి 14 వరకూ ఈ టోర్సుమెంట్ కొనసాగున్నట్లు నిరాపాకులు తసందర్భంగా తెలియజేసారు.

కొండకు వేట్టాడారు పేస్ పుస్తకాలు అచ్చిన పెద్ద కటుబాటు రెవెన్యూ అధికారులు,

కొండలో పత్రి మిరప పంట వేసినట్లు
 ధృవీకరిస్తున్న వ్యవసాయ శాఖ అధికారులు
 అక్రమ పట్టదారు పాసుపుస్తకంతో, 10
 లక్షలుప్రభుత్వ సౌమ్య దిగిమింగుతున్న వైనం,



రాత్రి అంధుల ఉద్యోగ సంఘాల మేండ్ సబ్కు ముఖ్య అతిథిగా పోజురైన డాక్టర్ మల్లెలల్చ్చెడ్ రాజు,

ఎమ్ముగనురు, ఫిబ్రవరి, 10 (శ్రీ చక్ర) : - ఎమ్ముగనురు పట్టణంలో జిల్లా అంధుల జేపిసీ నాయకులు మారెవు, వీరేవ్ మిాడియా ముఖంగా మాట్లాడుతూ మొన్న శనివారం విజయవాడలోని “బసపున్నయ్య ఆడిటోరియం” లో జిరిగిన రాష్ట్ర “అంధుల ఉద్యోగ సంఘాల మహా సభ” ను నిర్వహించడం జరుగుతుందని ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిలుగా సామాజిక వేత్త, రాష్ట్ర “దివ్యాంగుల సంక్షేప సేవా సంఘాల గౌరవాధ్యక్షులు, మల్లేల గ్రూపు అధినేత శ్రీలైఫ్ఫ్డ్ రాజు గారు ముఖ్య అతిథిగా హాజరయ్యారని, ఈ కార్యక్రమంలో ఆయన మాట్లాడుతూ అంధుల సంకల్ప బలం ముందు సకలాంగులు సాటి కారు అని, ముఖ్యంగా నేడు రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా ఉన్న అన్ని రకాల దివ్యాంగులు మాడు రూపాయల పెన్నం నుంచి ఆరు వేల రూపాయలు పెన్నం పొందుతున్నారంటే అది గత ఎన్నికలకు ముందు దివ్యాంగులందరిని క్రోడీకరించి చేపట్టిన “దివ్యాంగుల పోరు బాట యాత్ర” మరియు “దివ్యాంగుల సింహ గర్జన” తదితర ఉద్యమాల రూపంలో నేడు సాధించిన ఘలితాలని పేరొన్నారని, అదెవిధంగా రాబోయే రోజుల్లో కాదా దివ్యాంగుల సామాజిక సంక్షేమాభివృద్ధి సాధన కోసం చేపట్టబోయే ఎటువంటి కార్యక్రమాలకైనా ముందుంటామని తెలిపారని పేరొన్నారు, ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న



పలువురు వక్తలు మాట్లాడుతూ సామాజిక వేత్త మల్లేలట్టెడ్ రాజు గారు దివ్యాంగుల సంక్లేషమ సాధికారత కోసం సంబంధించినటువంటి చేపడుతున్నటువంటి శ్రద్ధ హర్షంచదగ్గ విషయం అని తెలియజేస్తూ, ఆయన ను ఘనంగా సన్మానించారని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా ఉన్న అన్ని దివ్యాంగుల సంక్లేషమ సేవా సంఘాల సమాఖ్య ముఖ్య నాయకులు హజరు అయ్యారని తెలిపారు

వాలిడేషన్ వాణిజ్యకరణ వంటి దనల ధ్వరా ఆలోచనలను వాస్తవ ప్రపంచ అనువర్తనాలుగా మారుస్తుంది.-ప్రోఫెసర్ పవన్ కుమార్

భీమవరం ఫిబ్రవరి 10 (శ్రీ చక్ర)స్నానిక డి.ఎన్.ఆర్ కాలేజీ అఫ్ ఇంజనీరింగ్ అండ్ పెక్కాలజీలో ఈసికః దీపార్శ్వంట ఆధ్వర్యంలో “ ప్రాసెన్స్ అఫ్ ఇన్స్ట్రీవేషన్ డెవలమెంట్, పెక్కాలజీ రెడీనెన్ లెవెల్, కమర్సీయిజిషన్ అఫ్ ల్యాబ్ పెక్కాలజీన్ అండ్ పెక్కాలజీ-ట్రాన్స్ఫర్ ” అనే అంశంపై సోమవారం ఎక్స్పర్ట్ లెక్చర్ డి.ఎన్.ఆర్ కాలేజీ అఫ్ ఇంజనీరింగ్ అండ్ పెక్కాలజీ పాలకవర్గ సెక్రటరీ అండ్ కరస్పాండెంట్ గాదిరాజు సత్యనారాయణరాజు (బాబు) ప్రారంభించారు. ఈ ఎక్స్పర్ట్ లెక్చర్ బోధించడానికి అసిస్టెంట్ ప్రాఫెనర్ పవన్ కుమార్ కూరెళ్ల ఎన్.ఆర్.కె. ఆర్. ఇంజనీరింగ్ కాలేజీ, మాట్లాడుతూ ప్రస్తుతం ఇన్స్ట్రీవేషన్ అభివృద్ధి ఆలోచనలను వాస్తవ ప్రపంచ అనువర్తనాలుగా మార్పుదానికి కానైప్పు అభివృద్ధి, వాలిదేషన్ వాణిజ్యకరణ వంటి దశల ద్వారా జరుగుతుందని తెలిపారు. సాంకేతిక సంసిద్ధత స్నాయిలు ప్రాథమిక పరిశోధన నుంచి హూర్తి మొహరింపు వరకు పరిపక్వతను కొలుస్తాయి. ల్యాబ్ పెక్కాలజీలు పాపీ ప్రాటెక్షన్, ఘండింగ్, మార్కెట్ వాలిదేషన్ మరియు స్నేచ్ఛింగ్ ద్వారా వాణిజ్యకరించబడతాయి. అని ఆయన తెలిపారు. అలాగే ఈ కార్బూకమంలో డా. ఎన్.రవి చంద్ ఐ.ఐ.సి. కస్టినర్, డి.ఎన్.ఆర్.సెట్, ప్రాఫెనర్ ఇన్ ఈ.సి.ఈ. దీపార్శ్వంట మాట్లాడుతూ ఇన్స్ట్రీవేషన్ డెవలమెంట్ ద్వారా కానైప్పు డెవలవ్ మెంట్, ప్రోటోటైపింగ్, వాలిదేషన్ వాణిజ్యకరణ వంటి దశల ద్వారా ఆలోచనలను వాస్తవ



ప్రపంచ అనువర్తనలుగా మారుస్తుందని విద్యార్థులకు తెలియజేశారు. ఈ సందర్భంగా కళాశాల బ్రిస్టిపాల్డాక్టర్ ఎం. అంజన కుమార్ మాట్లాడుతూ, ఇన్నోవేషన్ డెవలప్మెంట్ ఆలోచనలను ప్రస్తుతం ఉన్న అప్లికేషన్లను మార్చి కొత్త విషయాలను అభివృద్ధి చేస్తుందని, తద్వారా నమాజునికి, దేశ అవసరాలకు ఉపయోగపడుతుందని తెలిపారు. ఈ కార్బూక్మంలో ఈసేకసి డిపార్ట్మెంట్ ఇన్చార్స్ కె. శేఖర్ బాబు మాట్లాడుతూ, ఇన్నోవేషన్ డెవలప్మెంట్లో ఐడియా జనరేషన్, ఫీజిలిలిటీ అనాలిసిస్, ప్రోటోటైపింగ్ ఇ వాల్ఫేషన్, స్నేలింగ్ ఇ మాన్యఫ్యూక్చరింగ్ కమర్షియలైజేషన్ వివరించారు. ఇది సమస్యను గుర్తించడం, సాధ్యసాధ్యాలను పరీక్షించడం, ప్రోటోటైప్ల ద్వారా శుద్ధి చేయడం, స్నేలిలిలిటీని నిర్దారించడం మరియు ఐపీ రక్షణ మరియు నిధులతో మార్కెట్లో ప్రారంభించడం ద్వారా ప్రారంభమవుతుంది. ఈ కార్బూక్మం లో ఈకసికసి డిపార్ట్మెంట్ హెడ్ డా. కె.బి.వీ.ఎస్.ఆర్.సులువుఱ్ఱం మాట్లాడుతూ ఇది సమస్యను గుర్తించడం, సాధ్యసాధ్యాలను పరీక్షించడం, ప్రోటోటైప్ల ద్వారా శుద్ధి చేయడం, స్నేలిలిలిటీని నిర్దారించడం ఐపీ రక్షణ మరియు నిధులతో మార్కెట్లో ప్రారంభించడం ద్వారా ప్రారంభమవుతుంది. అని విద్యార్థులకు తెలియజేసారు. ఈ ఒక రోజు ఎక్స్‌ప్రెస్ లెక్కర్ లో అధ్యాపకులు, విద్యార్థి విద్యార్థినిలు పాల్సోనార్లు .

**పేరాట శిబిరం పై దాడి ఐదుగురుపై కేసు నేమాదు....!
గాల్చపాలం ఎన్నప మోహన్ కుమార్.**

గాల్లపాలెం ఎన్నిప మోహణ్ కుమార్.

కాజులూరు, ఫిబ్రవరి 10(శ్రీచక్ర) గొల్లపాలెం పోలీస్ స్టేషన్ పరిధిలో పేకాట ఆడుతున్న శిబిరంపై గొల్లపాలెం పోలీసులు దాడి చేసి ఐదుగురు వ్యక్తులను అదుపులోకి తీసుకున్నారు. ఈ మేరకు సోము వారం గొల్లపాలెం ఎస్టేషన్ ఎం.మోహన్ కుమార్ మండల కేంద్రమైన కాజులూరు గ్రామంలో పేకాటాలయ్యతున్నారన్న సమాచారం తన సిబ్బందితో వెళ్లి పేకాట ఆడుతున్న శిబిరంపై దాడి చేశారు . ఈ దాడిలో 5 గురు వ్యక్తులను అదుపులోనికి తీసుకొని 11,500 రూపాయలు నగదు సీజ్ చేశారు. దీంతో దాడిలో అదుపులో తీసుకున్న ఐదుగురుపై కేను నమోదు చేసి నట్టు ఎస్టేషన్ కుమార్ తెలియజేశారు . ఈ దాడిలో గొల్లపాలెం స్టేషన్ సిబ్బంది పిసి శేఫర్, హాచ్ సి లు శేఘు, నాగేశ్వరరావు లు పాల్గొన్నారు.

ବିଦ୍ୟୁତ୍କୁଳ ଚନ୍ଦ୍ର ପ୍ରିଜଙ୍ଗି କି ପୂର୍ବପଣୀ ଓ ଉପରେ -ଏହି ଶୀଘ୍ରମୁଲ



మంత్రాలయం , ఫీబ్రవరి 10,(శ్రీచక్ర) : ఈవ్ బెంజింగ్ కు విద్యార్థులు దూరంగా ఉండాలని మంత్రాలయం ఎన్సి శివాంజలు సూచించారు. సోమవారం మండల కేండ్రవైన మంత్రాలయం లోని ప్రభుత్వ జూనియర్ కళాశాలలో విద్యార్థులకు అవగాహన సదన్సు నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ విద్యార్థులు సైబర్ నేరాలు పై అప్రమత్తంగా ఉండాలన్నారు. మహిళలు వట్ల అనభ్యకరంగా ప్రవర్తించరాదన్నారు. ద్విచక్ర వాహనాల నదీపేటప్పదు తప్పనిసరి హెల్పెట్ ధరించాలన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో కళాశాల ప్రిన్సిపాల్ రమేష్ , లెక్కర్ విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

**డి.ఎన్.ఆర్ కళారాలలో ఎన్.ఎస్.ఎస్. వాలంటీర్
ఆద్వర్షమ్యుల్రో ఆలైస్జాల్రో మండలు పొంపిణీ**



భీమవరం ఖిబువరి 10(శ్రీచక్ర) డి.ఎన్.ఆర్. కళాశాలలో రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ఆదేశాల మేరకు ఆలైన్జోల్ మందులను ఎన్. ఎన్. ఎన్. యునిట్ల ఆచ్చర్యములో విధ్యార్థులకు సోమవారం పంపిణీ చేయడం జరిగినదని ప్రిన్సిపాల్ జి. మొజెన్ తెలిపారు. ఆలైన్జోల్ మందుల ఉపయోగాలను విధ్యార్థులకు వివరించారు. అనంతరం కళాశాలలో 19 సంవత్సరముల కంటే తక్కువ వయస్సున్న విధ్యార్థులకు ఈ మందులను ఎన్.ఎన్.ఎన్ వాలంటీర్లు ప్రతీ తరగతి గదికి వెళ్లి పంపిణీ చేయడం జరిగినది. ఈ కార్యక్రమములో ఎన్.ఎన్.ఎన్ అధికారులైన కె. సోమయ్య ఎన్. అనిల్ దేవ్ వాలంటీర్లు పాల్గొన్నారు. వీరిని కళాశాల పాలకవర్గ అధ్యక్షులు జి. వి. నరసింహరాజు , కళాశాల సెక్రటరీ మరియు కరస్పాండెంట్ జి. సత్యనారాయణ రాజు(బాబు) , కళాశాల ఉపాధ్యక్షులు జి. పాండురంగ రాజు పరిపాలనాధికారి పి. రామకృష్ణం రాజు అభినందించారు.

ఒత్తేడి అవగమనస్తే పీరీక్కల్లో విజయం తెంధ్యం..

విద్యార్థులకు ప్రధాని మోడి వీటియో చాస్టర్ రెస్ట్ ద్వారా స్కాచ్‌సెల్



realme Shot on realme 8s 5G

కోట ఫైబరి 10 (శ్రీచక్ర) : ఒత్తిడిని అధిగమించి పరీక్షలను బాగా రాయాలని ప్రథాని నరేంద్ర మోదీ విద్యార్థులకు పిలుపునిచ్చారు. ఈ సందర్భంగా సోమవారం ఛిల్లీ సుందర్ నర్జరీలో ప్రథాని మోదీ పరీక్ష పే చర్చ కార్యక్రమం నిర్వహించడం జరిగింది. ఈ నేపథ్యంలో కోట మండలంలో స్థానిక మండల విద్యాశాఖ అధికారి దారా.మస్తానయ్య ఆధ్వర్యంలో మండలంలోని కోట జిఫ్టీపోచెవన్,జిప్టీ జి పోచెవన్, నెల్లారు వల్లి కొత్తపాలెం జిప్టీపోచెవన్ లో ప్రథానోపాధ్యాయులు, ఉ పాధ్యాయులు, విద్యార్థుల నమక్షంలో వీడియో కాస్పిరెన్స్ ద్వారా ప్రథానమంత్రి మోదీ చే నిర్వహించిన పరీక్ష పే చర్చ కార్యక్రమాన్ని వీక్షించడం జరిగింది.సరైన పోషకాహిరం, సరైన నిద్ర కూడా ముఖ్యమని మోదీ విద్యార్థులకు వీసి ద్వారా తెలిపారు.వైపుల్యాలు నుంచి పాటాలు నేర్చుకోవాలి అన్నారు. అంతేకండా స్థానిక మండల విద్యాశాఖ అధికారి దారా.మస్తానయ్య ప్రథానోపాధ్యాయులకు, ఉపాధ్యాయులకు, విద్యార్థులకు “ పరీక్ష పే చర్చ ” “పైన పలు సూచనలు, సలహోలను అందజేశారు. ప్రతి విద్యార్థి పరీక్షల ముందు భయాందోళనకు గురికాకుండా ఒత్తిడిని తట్టుకునే శక్తి సామర్థ్యాన్ని పెంచుకునే విధంగా పరీక్షలు కు సంసిద్ధత (రెఫీనెన్)కావాలన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో పల పారశాలల ప్రథానోపాధ్యాయులు, ఉపాధ్యాయులు, విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

విశ్వరూపానుమిత్తి

ବ୍ୟାକ ପାଇଁ ଶୁଣ୍ଡିଲ୍ ଦେବ.. ଜୈଷା କୀଳକ ବ୍ୟାଖ୍ୟାତି



ప్రోత్సహించాలని ఈ మేరకు పిలుపునిచ్చాడు. భారతదేశంలో అవయవ దానం ఒక కీలకమైన వైద్య అవసరంగా మారింది. వేలాది మంది రోగులు ప్రాణాలను రక్కించేందుకు అవయవాల మార్పిడి కోసం ఎదురు చూస్తున్నారు. వైద్య శాస్త్రంలో పులోగతి ఉన్నప్పటికీ, మరణానంతరం అవయవాలను దానం చేయాలనే అవగాహన, సంిద్ధత తక్కువగానే ఉంది. నరేంద్ర మాడి స్టేడియంలో నిర్వహించున్న ఈ కార్బూక్షమం, అవయవ దానం ప్రభావం గురించి ప్రజలకు అవగాహన కల్పించడం ద్వారా ఈ అంతరాన్ని తగ్గించడానికి ప్రణాళికలు వేస్తోంది. “ప్రజలను ఏకం చేసే శక్తి ల్రీడలకు ఉంది. అందుకు ఫిబ్రవరి 12న అహృదాభాగ్లో జరగబోయే మూడో వస్తే నందర్ఘంగా ‘అవయవాలను దానం చేయండి, ప్రాణాలను కాపాడండి అనే అవగాహన కార్బూక్షమాన్ని ప్రారంభించడం మాకు గర్వకారణం. అవయవ దానం విషయంలో ముందడుగు వేయాలని.. ప్రజలను చైతన్యప్రచాలని రెండో వస్తేలో ఇంగ్లాండ్‌ను 4 వికట్లు తేడాతో ఓడించి, సిరీస్‌ను 2-0తో భారత జట్టు కైవసం చేసుకుంది. భారత కెప్పెన్ రోహాత్ శర్మ అద్భుతమైన సెంచరీతో తిరిగి థామ్సోకి వచ్చాడు. 305 పరుగుల లక్ష్మీన్ని ఛేదించే క్రమంలో రోహాత్ 90 బంతుల్లో 12 బొండరీలు, 7 సిక్కర్లతో 119 పరుగులు చేసి ఆతిథ్య జట్టును సునాయాన విజయానికి నడిపించాడు. శుభ్రమాన్ గిల్ 60 పరుగులు చేయగా, అక్షర్ పటీల్ 41x పరుగులు చేసి 33 బంతులు మిగిలి ఉండగానే విజయం సాధించింది.

జగ్గ వింక్ ను ఛాంబియన్స్ ట్రీప్లిక్ స్టార్ ఇల్ రెండర్ కూరం

టీమిండియాపై పరున ఓటములతో.. మరో మ్యాచ్ మిగిలి ఉండగానే మూడు వస్తేల సిరీస్‌ను చేజార్పుకుండి ఇంగ్లాండ్. తాజాగా జరిగిన రెండో వస్తేలో 4 వికెట్లు తేడాతో భారత్ పై ఓడిపోయి సిరీస్ ను కోల్పోయింది. అయితే సిరీస్ కోల్పోయిన బాధలో ఉన్న ఇంగ్లాండ్ కు తాజాగా మరో భారీ షాక్ తగిలింది. ఆ జట్లు స్టోర్ ఆల్రోండర్ జాకబ్ బెథ్లెల్ గాయపడ్డాడు. దీంతో ఇప్పటికే రెండో వస్తేకు దూరమైన అతడు.. ఇప్పుడు మూడో వస్తే మ్యాచ్ తో పాటు ఛాంపియన్స్ ట్రోఫీకి దూరమయ్యాడు. ఈ విషయాన్ని కెప్పేన్ జోన్ బట్టర్ తెలిపాడు. "ఛాంపియన్స్ ట్రోఫీ నుంచి జాకబ్ బెథ్లెల్ గాయపడ్డాడు. ఇది అతడికి నిజంగా బాధ కలిగించే విషయం. ఎదురు దెబ్బు లాంటిది. అతడు గొప్ప ఆటగాడు. గాయం వల్ల అతడు ఆటకు దూరమవ్వడం బాధకరమైన విషయం " అని పేర్కొన్నాడు. కాగా, తొడకండరాల గాయంతో జాకబ్ భాదపడుతున్నట్లు సమాచారం అందింది. రోహిత్ ఆగయా.. జాకబ్.. నాగ్పర్ వేదికగా టీమిండియాతో జరిగిన తొలి వస్తే మ్యాచ్లో ఇంగ్లాండ్ జట్లు ఓడిపోయినప్పటికి అతడు మంచి ప్రదర్శనే చేశాడు. బ్యాట్ తో పాటు బొలింగ్ లోనూ పర్యాలేదనిపించాడు. 64 బంతులు ఎదురొస్తు అతడు 3 ఫోర్స్, 1 సిక్స్ సాయంతో 51 పరుగులు చేశాడు. బొలింగ్లో మూడు ఓవర్లు వేసి, 18 పరుగులు ఇచ్చి ఓ వికెట్ పడగొట్టాడు. పౌకిస్టాన్ వేదికగా ఫిబ్రవరి 19 నుంచి ప్రతిష్ఠాత్మక ఛాంపియన్స్ ట్రోఫీ ఆరంభం కానుంది. ఈ బసీసీ మెగా టోర్నీలో ఇంగ్లాండ్ జట్లు తమ తొలి మ్యాచ్ ను ఫిబ్రవరి 22న ఆప్స్టేలియాతో పోటీ పడనుంది. అనంతరం ఫిబ్రవరి 26న అఫ్సానిస్తానతో పోటీపడనుంది. ఆ తర్వాత మార్చి 1న దక్కిణాప్రియాతో ఢీ కొననుంది. ఇకపోతే ఫిబ్రవరి 12లోగా.. ఇప్పటికే ప్రకటించిన జటలో మార్పులు చేసుకునేందుకు టోర్నీలో పాల్గొనే దేశాలకు అవకాశం ఉంది.



జాతీయన్స్‌య కరాట్ టప్‌ర్యూమెంట్ లో
జే ఎన్ కే ఎన్ విద్యుత్తిన విద్యుర్లుల హవా

భల్క బెల్లీ విభాగంలో ర్రాండ్ ఛాంపియన్స్‌తో బిజేట్ ఎం ముక్కీశ్రీ	
రామగుండం:నర్సుంపేట లోని ఎం. ఏ. ఆర్ గార్డెన్స్ లో షట్టోకాన్ జపాన్ కరాట్ దు ఇండియా హంబ్ నేపనల్ ఇన్విటేషన్ కరాట్ 2024 -25 ఈ టోర్చుమెంట్ లో పలు రాష్ట్రాల నుండి విద్యార్థిని విద్యార్థులు పాల్గొనగా పెద్దపల్లి జిల్లా గోదావరిభాని కి చెందిన జపాన్ షిటోరియో కరాట్ స్కూల్ విద్యార్థిని విద్యార్థులు ప్రత్యేకమైన ప్రతిభ కనబలిచి కట్టాన్ మరియు కుమితి విభాగం లో బంగారు, వెండి, కాంస్య పతకాలు సాధించారు.	కలర్ బెల్లీ కుమితి విభాగములో పి రోహన్ వెండి పతకం కీర్తి మహాజి బంగారు పతకం ఎం కార్తికేయన్ వెండి పతకం సంయుక్త బంగారు పతకం పి మసన్సిన్చి బంగారు పతకం ఈ ఇన్విటేషన్ నేపనల్ కరాట్ టోర్చుమెంట్ లో పతకాలు సాధించిన విద్యార్థినీ విద్యార్థులను మరియు కోచ్ కరాట్ శ్రీనివాస్ ను జపాన్ షిటోరియో కరాట్ స్కూల్ ప్రెసిడెంట్ తగరపు శంకర్, జపాన్ షిటోరియో కరాట్ స్కూల్ సెక్రెటరీ ఎం రమేష్, సీనియర్ ఇన్స్చ్యూక్షన్ ఎన్ శ్రీనివాస్, శ్రావణ్ కుమార్ పటేల్, నిదిష్ కుమార్, రోహిత్ కుమార్, సంజన, శభ్రీ, అభిజ్ఞస్సోర్స్ కౌన్సిల్ సెక్రెటరీ గణేష్ రాజ్, సృందన కళ్ళ సెక్రెటరీ వీరవిహార్ మరియు చిరంజీవి ఆదిత్య్, వంశీకృష్ణ తల్లిదండ్రులు ప్రత్యేకంగా అభినందించారు.
బ్లాక్ బెల్లీ కట్టాన్ విభాగం లో బంగారు, వెండి, కాంస్య పతకం	కె కార్తిక వెండి పతకం
పోమలత మహాజి బంగారు పతకం ది శ్రీ వర్ణిని వెండి బతకం	ఎం కార్తికేయన్ వెండి పతకం
స్నేహ సుల్తానా బంగారు పతకం	ఎం కార్తికేయన్ వెండి పతకం
ఎం ముక్కీశ్రీ బంగారు పతకం	పి మొహాత్ బంగారు పతకం
బ్లాక్ బెల్లీ కుమితి విభాగంలో	కీర్తి మహాజి వెండి పతకం
పోమలత మహాజి, బంగారు పతకం సిహెవ్ అశ్విన్ వెండి పతకం	ఎ మనస్సిని వెండి పతకం
ఎం ముక్కీశ్రీ బంగారు పతకం	ఎ మనస్సిని వెండి పతకం
సునీహసుల్తానా వెండి పతకం	సంయుక్త వెండి పతకం
కలర్ బెల్లీ కట్టాన్ విభాగంలో	టి పవన్ కుమార్ వెండి పతకం
పి రోహన్ వెండి పతకం	రిషి వరుత్ కె వెండి పతకం
డి అక్షిత్ రెడ్డి వెండి పతకం	ఎండి సుహన్ వెండి పతకం
ఒ శివాష్ బంగారు పతకం	పి శ్రీ రాజ్ వెండి పతకం

ବ୍ୟାକ୍ ଚିଠ୍ଠୀ ବିଭାଗରେ ରୂପାନ୍ତି ଘାମିଯନ୍ତୁଥିଲା ବିଜେତ ଏଠ ମୁକ୍ତିଶୀଳ

పెద్దవల్లి జిల్లా గోదావరిభని కి చెందిన జపాన్ షిటోరియో కరాబేసుక్కుర్	కలర్ బెల్స్ కుమితి విభాగముల్లో
విద్యార్థిని విద్యార్థులు ప్రత్యేకమైన ప్రతిభ కనబరిచి కటూన్ మరియు	పి రోహన్ వెండి పతకం
కుమితి విభాగం లో బంగారు, వెండి, కాంస్య పతకాలు సాధించారు.	కీర్తి మహాజి బంగారు పతకం
బ్లాక్ బెల్స్ కటూన్ విభాగం లో కే కార్తిక వెండి పతకం	ఎం కార్తికేయన్ వెండి బతకం
హేమలత మహాజి బంగారు పతకం డి శ్రీ వర్ణిని వెండి బతకం	సంయుక్త బంగారు పతకం
స్నేహ నుల్లానా బంగారు పతకం	ఏ మనస్సిని బంగారు పతకం
ఎం ముక్కిశీ బంగారు పతకం	పి మోహిత్. బంగారు పతకం
బ్లాక్ బెల్స్ కుమితి విభాగంలో	కీర్తి మహాజి వెండి పతకం
హేమలత మహాజి, బంగారు పతకం సిహెచ్ అశ్విన్ వెండి పతకం	ఎం ముక్కిశీ బంగారు పతకం
సునీహసుల్లానా వెండి పతకం	ఎ మనస్సిని వెండి పతకం
కలర్ బెల్స్ కటూన్ విభాగంలో	సంయుక్త వెండి పతకం
పి రోహన్ వెండి పతకం	టి పవన్ కుమార్. వెండి పతకం
డి అక్షిత్ రెడ్డి వెండి పతకం	రిషి చరువు కె వెండి పతకం
ఐ శివాష్ బంగారు పతకం	ఎండి సుహోన్ వెండి పతకం
	పి శ్రీ రాజ్ వెండి పతకం

’మా అంద్ర అమ్మాయి బంగారం’ - నేపనల్ గేమ్సుల్ జీవ్యతికి హాట్‌ట్రిక్ గోల్డ్

ఉత్తరాభండ వేదికగా ప్రతిష్టాత్మకంగా 38వ జాతీయ క్రీడలు కొనసాగుతోను సంగతి తెలిసిందే. ఈ నేపసల్ గేమ్స్ తెలుగు అధ్యోట్ల జోరు కొనసాగుతోంది. తెలుగు రాష్ట్రాల భాతాల్లో వరుసగా పతకాలు వచ్చి చేరుతున్నాయి. తాజాగా ఈ క్రీడల్లో ఆంధ్రప్రదేశ్ అమృతయురాజి జ్యోతిష్ హృద్రేక్ స్వర్ణాన్ని అందుకుంది. వరుసగా మూడోసారి మహాళల 110 మిటర్ల హర్దిల్స్లో గోల్డ్ మెడల్ ను ముద్దాడింది. తాజా క్రీడల్లో జ్యోతిష్ పరుగును 13.10 సెకన్సల్లో పూర్తి చేసి తాలి స్థానంలో నిలిచింది. అంతకుముందు 2022 గుజరాత్, 2023 గోవా జాతీయ క్రీడల్లోనూ ఈ విభాగంలోనే పసిడి పతకాలను సాధించింది జ్యోతిష్.

బ్యాటింగ్‌లోనే కాదు భయ్యా.. ఆ దిష్టయంలోనూ కింగ్ కోహ్లొకి సాటి లేదునా..!



విరాట్ కోప్పొ అద్భుతమైన బ్యాట్స్‌మన్ అని అందరికి తెలిసిందే. అతను సాధించిన పరుగుల లక్ష్మీ దానికి నిదర్శనం. దీనితో పాటు, కింగ్ కోప్పొ అద్భుతమైన ఫీల్డర్ కూడా. ఇప్పుడు, విరాట్ కోప్పొ ఫీల్డింగ్ ద్వారా కొత్త రికార్డు వైపు అడుగు వేశాడు. ఇంగ్లాండ్‌తో జరిగిన రెండో వసేలో విరాట్ కోప్పొ రెండు క్యాచ్‌లు పట్టాడు. ఈ క్యాచ్‌లలో, అంతర్జాతీయ క్రికెట్‌లో అత్యధిక క్యాచ్‌లు తీసుకున్న ఫీల్డర్ జాబితాలో అతను పె స్థానానికి ఎదిగాడు. విశేషమేమిటంటే అతను ఆప్సైలియాకు చెందిన స్టీవ్ స్క్రీట్‌ను అధిగమించాడు. స్టీవ్ స్క్రీట్ ఆప్సైలియా తరపున 348 అంతర్జాతీయ మ్యాచ్‌లు ఆడాడు. 453 ఇన్నింగ్స్‌లలో ఫీల్డింగ్ చేశాడు. ఈ సమయంలో అతను మొత్తం 327 క్యాచ్‌లు పట్టాడు. విరాట్ కోప్పొ ఇప్పుడు స్క్రీట్‌ను అధిగమించి ఆరో స్థానానికి చేరుకున్నాడు. విరాట్ కోప్పొ ఇప్పటివరకు భారతదేశం తరపున 544 మ్యాచ్‌లు ఆడాడు. ఈ సమయంలో, అతను 653 ఇన్నింగ్స్‌లలో ఫీల్డింగ్ చేశాడు. మొత్తం 329 క్యాచ్‌లు తీసుకున్నాడు. దీనితో, అతను భారతదేశం తరపున అత్యధిక క్యాచ్‌లు పట్టిన 2వ ఆటగాడిగా నిలిచాడు. ఈ జాబితాలో రాహుల్ ద్రవిడ్ అగ్రస్థానంలో ఉన్నాడు. ద్రవిడ్ టీం ఇండియా తరపున 509 మ్యాచ్‌లు ఆడాడు. 571 ఇన్నింగ్స్‌లలో ఫీల్డింగ్ చేశాడు. ఈ సమయంలో, అతను 334 క్యాచ్‌లు పట్టి భారతదేశంలో అత్యంత విజయపంతమైన ఫీల్డర్ అయ్యాడు. రాహుల్ ద్రవిడ్ పేరిట ఉన్న ఈ గొప్ప రికార్డును బిడ్డలు కొట్టడానికి విరాట్ కోప్పొకి కేవలం 6 క్యాచ్‌లు మాత్రమే అవసరం. అందువల్ల, రాబోయే ఛాంపియన్స్ ట్రోఫీలో కింగ్ కోప్పొ ఈ రికార్డును సాధించడం కోసం మనం ఎదురుచూడవచ్చు. క్రికెట్ చరిత్రలో అత్యధిక క్యాచ్‌లు పట్టిన ప్రపంచ రికార్డు శీలంక ఆటగాడు మహేల జయవర్ధనే పేరిట ఉంది. జయవర్ధనే అంతర్జాతీయ క్రికెట్‌లో 652 మ్యాచ్‌లు ఆడాడు. 768 ఇన్నింగ్స్‌లలో ఫీల్డింగ్ చేశాడు. ఈ సమయంలో, అతను మొత్తం 440 క్యాచ్‌లు పట్టడం ద్వారా ప్రపంచ రికార్డు సృష్టించాడు.

రోహింత్ సెంచలీవ్ ప్రశ్నార్థకంగా ముగ్గురు
భారత ఆటగాళ్ భవిష్యత్.. ఇకపై నోచాన్నా?



రోహిత్ శర్మ ఇంత అద్భుతంగా పునరాగమనం చేస్తాడని ఎవరూ ఊహించలేదు. గత రెండు నెలలుగా పరుగుల కోసం తపిస్తున్న భారత కెప్టెన్, ఆదివారం కటక్లో ఇంగ్లాండ్తో జరిగిన వన్నే మ్యాచ్లో అద్భుతమైన ఇన్నింగ్స్తో ఆకట్టుకున్నాడు. రోహిత్ శర్మ దూకుడుగా బ్యాటీంగ్ చేయడంతో బ్రిటిష్ ప్లేయర్లు కూడా ఆశ్చర్యపోయారు. దీంతో భారత జట్టు ఏకపక్క విజయం సాధించింది. 90 బంతుల్లో 119 పరుగులు, 12 ఫోర్లు, 7 సిక్స్రల్లు బాదిన ఈ ప్రదర్శన టీం ఇందియాకు అతిపెద్ద శుభవార్త. కానీ, ముగ్గురు టీమిండీయా ఆటగాళ్లకు దేంజల్ బెల్న్ మెగాయి. వారెవరో ఓసారి చూదాం..

1. సాయి సుదర్శన్.. 2023లో అంతర్జాతీయంగా అరంగేట్రం చేయనున్న సాయి సుదర్శన్‌ను లాంగ్ రస్టర్‌గా పరిగణించారు. దక్కిణాప్రికాతో జరిగిన వన్నే ఫార్మాట్‌లో అరంగేట్రం చేసిన తర్వాత, అతను తన బ్యాట్ గర్జనతో దీనిని నిరూపించాడు. తొలి మ్యాచ్‌లోనే అతను 43 బంతుల్లో 55 పరుగుల అధ్యుతమైన ఇన్నింగ్స్ ఆడాడు. ఆ తర్వాత రెండో వన్నేలో అతను 83 బంతుల్లో 62 పరుగులు చేసి రాణించాడు. తీం ఇండియా రెండు మ్యాచ్‌లను గెలిచింది. ఈ ప్రదర్శన తర్వాత, సుదర్శన్‌కు ఇప్పుడు స్థిరమైన అవకాశాలు లభిస్తాయని భావించారు. కానీ, అది జిరగలేదు. తదుపరి పిరించ్ శీలంకతో జరిగింది. ఆకుడు పీనియర్ ఆటగాళందరూ తిరిగి వచారు.

2. రజత్ పాటిదార్..సాయి సుదర్శన్ అరంగేట్రం చేసిన సిరీస్‌లోనే రజత్ పాటిదార్ అరంగేట్రం చేశాడు. అయితే, అతనికి ఒక ఒక శామలో అవకాశం లభించింది. ఇందులో అతను 22 పరుగులు చేశాడు. ఆ తర్వాతు అతను మళ్ళీ ఎప్పుడూ వస్తేల్లో ఆడలేదు. కానీ, అతనికి ఖచ్చితంగా పెస్టుల్లో అవకాశాలు వచ్చాయి. ఇంగ్లాండ్‌తో జరిగిన 6 ఇన్నింగ్స్‌లలో అతను కేవలం 63 పరుగులు మాత్రమే చేశాడు. అప్పటి నుంచి, రజత్ నిరంతరం విస్మరించబడాడు. దేశీయ కికెట్లో అతని ఇన్నింగ్స్ కూడా తిరిగి రావడానికి సరిపోవు. మరొపేవు, ఇప్పుడు

రోహిత్ శర్మ సెంచరీ చేసిన తర్వాత, రజత్తను విస్మరించడం గురించి ఎవరూ మాట్లాడటం లేదు.

3. యశ్శి జైస్యాల్.. రోహిత్ శర్మ స్థానంలో చేరేందుకు సిద్ధమైన ఆటగాడు యశ్శి జైస్యాల్. గత ఒక సంవత్సరం పాటు, అతను టెస్ట్, టీ20 మ్యాచ్లలో రాణిస్తున్నాడు. కానీ, ఇప్పటివరకు అతను ఒకే ఒక వన్డే మ్యాచ్ ఆడి 14 పరుగులు చేసి నిరాశపరిచాడు. అతను ఛాంపియన్స్ ట్రోఫీ 2025 15 మంది సభ్యుల జట్టులో ఎంపికయ్యాడు. అతనికి ఓ పెనింగ్ బాధ్యత కూడా ఇచ్చే అవకాశం ఉంది. కానీ, ఇప్పుడు రోహిత్ శర్మ సెంచరీ, శుభ్మమాన్ గిల్ 2 అర్ సెంచరీలతో, యశ్శి తన వంతు కోసం చాలా కాలం వేచి ఉండాల్సి ఉంటుందని స్పష్టమైంది.

వించిరా ఈ విధ్యంసీరి.. అరంగేట్ర మ్యాచ్ లోనే బూట్ ప్లైయర్ వెర్ల్ లకార్డ్ తాజాగా తన అరంగేట్ర వస్తే మ్యాచ్ లోనే ప్రపంచ రికార్డును నెలకొల్పాడు ఓ క్రికెటర్. అరంగేట్రంలోనే 150 పరుగులు చేసిన తొలి అటగాడిగా ఘనత సాధించాడు. పాకిస్తాన్ వెదికగా న్యూజిలాండ్, సౌతాఫ్రికా, పాక మధ్య ముక్కొఱపు వస్తే సిరీస్ ఈ అరుదైన రికార్డుకు వెదిక్కెంది. ఈ ముక్కొఱపు సిరీస్లో భాగంగా తాజాగా లాహోర్ గడాఫీ స్టేడియం వెదికగా న్యూజిలాండ్, సౌతాఫ్రికా తలపడుతున్నాయి. ఈ మ్యాచ్తో సౌతాఫ్రికా బ్యాటర్ 26 ఏళ్ల మాధ్యా ట్రీట్స్కే అరంగేట్రం చేశాడు. అలా అరంగేట్రం చేసిన అతడు వచ్చి రాగానే.. తన తొలి మ్యాచ్లోనే అధ్యుతమైన ఆటతీరుతో ఆకట్టుకున్నాడు. 148 బంతులు ఎదుర్కొన్న అతడు ఏకంగా 11 ఫోర్సు, 5 సిక్సుల్ల సాయంతో 150 పరుగులు సాధించాడు. తద్వారా ఓ ప్రపంచ రికార్డును తన భాతాలో వేసుకున్నాడు.వన్సేల్లో అరంగేట్ర మ్యాచ్ లోనే 150 పరుగులు సాధించిన తొలి ప్లైయర్ గా వరల్డ్ రికార్డు క్రియేట్ చేశాడు ట్రీట్. గతంలో వన్సేల్లో అరంగేట్ర మ్యాచ్ లోనే అత్యధిక సోర్కు సాధించిన రికార్డు డెస్యూండ్ హేస్స్ పేరిట ఉంది. అతడు 1978లో ఆస్ట్రేలియాపై 148 పరుగులు చేసింది.కాగా, ఐపీఎల్ 2025 సీజన్లో ట్రీట్స్కేను లభ్యనవ్వా సూపర్ జెయింట్స్ జట్టు కొనుగోలు చేసింది. రూ. 75 లక్షలకు సాంతం చేసుకుంది. దీంతో ఇప్పుడు అతడు ఐపీఎల్ 2025 సీజన్ లో కీలకంగా వ్యవహరిస్తాడని లభ్య నప్పు అభిమానులు ఆశిసున్నారు.

పీరాడ్ యొలకులు కలిపి తీసుకుంటున్నారా?

ବକ୍ତୃସାର ଧରି ତେବୁନ୍ତିରେ!



యాలకులను ఆహారంలో జోడించడం వల్ల రుచినే కాదు సువాసనను అందిస్తుంది. భారతీయ వంటకాల్లో వీటి ప్రాధాన్యత ఎక్కువ. ఈ మసాల దినుసును బిర్యానీ, కూరలు, టీ, పానీయాల వరకు అన్నింటిలో ఉపయోగిస్తారు. ముఖ్యంగా టీలో యాలకులు వేసి తీసుకోవడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి. యాలకులు సువాసన, రుచిని పెంచడమే కాకుండా, ఆరోగ్యానికి కూడా చాలా మంచివి. జీర్ణక్రియను మెరుగుపరుస్తుంది: యాలకులు జీర్ణ వ్యవస్థకు చాలా మంచివి. ఇవి జీర్ణ ఎంజైమ్లను ఉత్సేపించడానికి సహాయపడతాయి, దీని వలన ఆహారం సులభంగా జీర్ణం అవుతుంది. కడుపు ఉబ్బరం, గ్రౌన్, మలబద్దకం వంటి సమస్యలను నివారించడానికి యాలకులు సహాయపడతాయి.

రోగినిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది: యాలకులలో యాంటీఆస్కిడెంట్లు పుష్టలంగా ఉంటాయి, ఇవి రోగినిరోధక శక్తిని పెంచడానికి సహాయపడతాయి. ఇవి శరీరానికి హోనికరమైన ప్రీరాడికల్స్ నుండి రక్షిస్తాయి . వ్యాధులను నివారించడంలో సహాయపడతాయి. గుండె ఆరోగ్యానికి మంచిది: యాలకులు గుండె ఆరోగ్యానికి కూడా చాలా మంచివి. ఇవి రక్తపోటును తగ్గించడానికి , కొల్పెస్టాల్ స్థాయిని నియంత్రించడానికి సహాయపడతాయి. యాలకులు గుండె జబ్బుల ప్రమాదాన్ని తగ్గించడంలో కూడా సహాయపడతాయి. ఒత్తిడిని తగ్గిస్తుంది: యాలకుల సువాసన చాలా ఆహారానికి రంగా ఉంటుంది. ఇది ఒత్తిడిని తగ్గించడానికి సహాయపడుతుంది. యాలకులు మెదడును శాంతపరచడానికి , మానసిక స్థితిని మెరుగుపరచడానికి కూడా సహాయపడతాయి. వీర్యంతో సౌందర్యం... సెలట్రిలీలు బ్యాటీ రహస్యా! “ నోటి ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది: యాలకులు నోటి ఆరోగ్యానికి కూడా చాలా మంచివి. ఇవి నోటి దుర్వాసనను నివారించడానికి , చిగుళ్ళను ఆరోగ్యంగా ఉంచడానికి

ఉయ్యాబెటిన్ రోగులకు ఘవ్యాష్టం.. రైస్కు బదులు ఉన్న తీసుకుంటే రెట్టింపు ప్రయోజనం!



చేస్తాయి, దీని వలన చక్కెర స్థాయి అకస్మాత్తుగా పెరగదు. “వీర్యంతో శాందర్భం... సెలటిటీల బ్యాటీ రహస్యం!“ గుండె ఆరోగ్యానికి మంచిది జొన్న సంగతిలో పైబర్ , యాంతీఆస్కిడెంట్లు పుష్టలంగా ఉంటాయి, ఇవి గుండె ఆరోగ్యానికి చాలా మంచివి. పైబర్ కొత్తప్రాల్ స్థాయిని తగిన్నంది , యాంతీఆస్కిడెంట్లు గుండె జబ్బుల ప్రమాదాన్ని తగిన్నాయి. ఎముకలను బలపరున్నంది జొన్న సంగతిలో కాల్చియం , ఫాస్పరన్ పుష్టలంగా ఉంటాయి, ఇవి ఎముకలను బలపరుస్తాయి. ఇది ఎముకల సాంద్రతను పెంచడానికి సహాయపడుతుంది. బోలు ఎముకల వ్యాధిని నివారిస్తుంది. రోగినిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది జొన్న సంగతిలో విటిమిన్లు, ఖనిజాలు పుష్టలంగా ఉంటాయి, ఇవి రోగినిరోధక శక్తిని పెంచడంలో సహాయపడతాయి. ఇది శరీరాన్ని వివిధ రకాల ఇన్సైక్స్ నుండి రక్కిస్తుందికఱ్చు నృమసకంచారటం వెనుక కారణాలు ఇవే... జాగ్రత్త!” చర్చ ఆరోగ్యానికి మంచిది జొన్న సంగతిలో యాంతీఆస్కిడెంట్లు పుష్టలంగా ఉంటాయి, ఇవి చర్చ ఆరోగ్యానికి చాలా మంచివి. ఇవి చర్చాన్ని ట్రీ రాడికల్ నుండి రక్కిస్తాయి, చర్చాన్ని యవ్వనంగా ఉంచడంలో సహాయపడతాయి. జట్టు ఆరోగ్యానికి మంచిది జొన్న సంగతిలో ఏర్పన్ , జింక్ పుష్టలంగా ఉంటాయి, ఇవి జట్టు ఆరోగ్యానికి చాలా మంచివి. ఇవి జట్టు పెరుగుదలను ప్రోత్సహిస్తాయి మరియు జట్టు రాలడాన్ని తగిన్నాయి. అంతే కాకుండా జొన్న సంగతి శరీరానికి శక్తిని అందిస్తుంది. ఇది శరీరంలోని వేడిని తగిన్నంది. కండరాలను బలపరున్నంది. మానసిక ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది. జొన్న సంగతిని ప్రతిరోధించి తినడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను పొందవచ్చు. ఇది ఒక సంపూర్ణ ఆహారం, ఇది ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలికి చాలా ముఖ్యమైనది.

పోలు నల్గొ ఇచ్చే జంతువు ఏదీ తెలుసు..?

క్షీరదాల ద్వారా ఉత్పత్తి చేయబడే ఒక పోషకవైన ద్రవమే పాలు. ఇది నీరు, చక్కర, కొవ్వు, ప్రోటీన్ మరియు ఖనిజాలతో సహా అనేక రకాల పోషకాలను కలిగి ఉంటుంది. పాలు సాధారణంగా తెలుపు రంగులో ఉంటాయి అయినప్పటికే ఇది ఉత్పత్తి చేసే జంతువు యొక్క జాతిని మరియు ఆహారాన్ని బట్టి మారవచ్చు. అయితే పాలు నల్గా ఇచ్చే జంతువు ఒకటి ఉండని చాలామందికి తెలియదు. పాలు నల్గా ఇచ్చే జంతువు ఖడ్డమృగం. దాని పాలు నల్గా నల్గా ఉంటాయి. ఖడ్డమృగం పాలు నల్గా ఉండటానికి గల ప్రధాన కారణం వాటిలో ఉండే అధిక మొత్తంలో ఐరస్. ఖడ్డమృగాల ఆపరేషన్లో ఐరస్ ఎక్కువగా ఉండటం వల్ల, వారి పాలలో కూడా ఐరస్ శాతం పెరుగుతుంది. ఈ ఐరస్ పాలలోని ప్రోటీన్లతో కలిసి నల్లటి రంగును ఇస్తుంది. ఖడ్డమృగం పాలలో కొవ్వు శాతం చాలా తక్కువగా ఉంటుంది. దామినేట్ చేసిన విక్రైక ఫీలో ఆవు పాలు, గేడ పాలలో కొవ్వు ఎక్కువగా ఉండటం వల్ల అవి తెలుపు రంగులో ఉంటాయి. ఖడ్డమృగం పాలు నీలం రంగులో కూడా ఉంటాయి. ఇది కాంతిని పరావర్తనం చేసే విధానంపై ఆధారపడి ఉంటుంది. ఖడ్డమృగం పాలు మానవులకు అంతగా ఉపయోగపడవు. ఎందుకంటే వాటిలో పోషకాలు తక్కువగా ఉంటాయి. ఖడ్డమృగం పాలు చాలా అరుదుగా లభిస్తాయి. ఎందుకంటే ఖడ్డమృగాలు ఆంతరించిపోతున్న జంతువులు మరియు వాటినీ సంరకించడం చాలా ముఖించాలి.

కళ్ళ మనకబారటం వెనుక కారణాలు ఇవే... జాగ్రత్త!



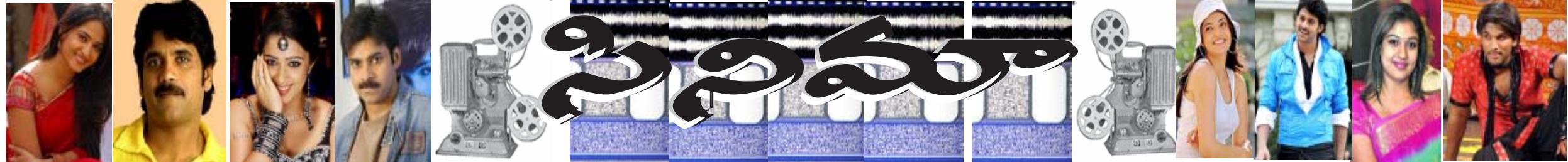
సర్వోంద్రియానాం నయనం ప్రధానం అంటారు. అన్ని ఇంద్రియాలలోకి కళ్ళు చాలా ముఖ్యమైనవి. మనకు చూపిగా ఉంటేనే ఏ పడైనా చేయగలుగుతాం. అటువంటి కళ్లు విషయంలో ఎవ్వడూ నిర్ణయంగా ఉండడం మంచిది కాదు. కళ్లు అలోగ్గాన్ని నిర్ణయం చేస్తే ఒకోపోరి చూపుకే ప్రమాదం వస్తుంది. చాలామందికి ఒక్కోపోరి చూపు మనక మనసకగా కనిపిస్తూ ఉంటుంది. అందుకు ఎన్నో కారణాలు ఉంటాయి. కళ్ళు మనసకబారటం వెనుక కారణాలు చూపు మనసక సమస్య ఉంటే నిర్ణయం చేయకుండా వైద్యుడిని సంప్రదించాలి. అనఱు ఎందుకు కళ్ళు మనసకబారాతాయి అంటే.. అనేక కారణాలతో కళ్ళు మనసకబారే సమస్య వస్తుంది. కళ్లుల్లో శుక్కలు ఉన్నా, గ్రోకోమా వంటి సమస్యలతో బాధపడుతన్న, మయోపియా, హైపర్ మెల్టోఫియా వంటి కంటి సమస్యల వల్ల కళ్ళు మనసకబారాతాయి. అంతేకాదు దయాబెటీన్ బాధితులకు కళ్ళు మనసకబారే సమస్య వస్తుంది. దయాబెటీన్ కంటిలోని రక్తనాళాలను దెబ్బతీస్తుంది. దీనివల్ల కూడా చూపు మనసకబారుతుంది. సాయి పల్లవిని డామినేట్ చేసిన ఏట్కెక హోమందులు, ఈ లోపాలతోనూ కళ్ళు మనసకబారే సమస్య అంతేకాదు ఆధిక రక్తపోటు కంటినరాలను దెబ్బతీస్తుంది. దీని వల్ల కూడా చూపు మనసకబారుతుంది. ఇక మనం ఉపయోగించే కొన్ని రకాల మందులు కళ్ళు మనసకగా కనిపించేలా చేస్తాయి. ఈ సమయంలో వెంటనే దాక్టర్ ను సంప్రదిస్తే మంచిది. అంతేకాదు విటమిన్ ఏ, విటమిన్ సి, విటమిన్ ఈ వంటి కొన్ని విటమిస్ట లోపం వల్ల కూడా కళ్ళు మనసక బారుతాయి. కంటి చూపు తగ్గటం వెనుక ఈ సమస్యలు కొంతమంది శరీరంలో నీటి శాతం తగ్గడం వల్ల కూడా కళ్ళు మనసకగా కనిపిస్తాయి. అందుకే నీళ్లు ఎక్కువగా తాగాలి. కళ్లు చూపు మందగించటం వెనుక ఇంకా ఎన్నో కారణాలు ఉంటాయి. చాలామంది నిద్రలేమి సమస్యలో బాధపడుతూ ఉంటారు. తగినంత నిద్ర లేకోపోవడం వల్ల కూడా కళ్ళు మనసకగా కనిపిస్తాయి. స్ట్రోక్ తోనూ కంటి చూపు మందగింపు అందుకే ఎనిమిది గంటలు నిద్రపోవాలని వైద్యులు సూచిస్తారు. ఎవరికైనా స్ట్రోక్ వస్తే కూడా చూపు మనసకబారుతుంది స్ట్రోక్ కంటికి రక్తాన్ని సరఫరా చేసే నరాలను దెబ్బతీస్తుంది దీనివల్ల చూపు మనసకబారుతుంది ఈ సమస్య ఉంటే వెంటనే వైద్యులను సంప్రదిస్తే మంచి ఘలితం ఉంటుంది.

పొన్నగండి కూర తింటున్నారా.. ? ఆదుతే జరిగేటి ఇదే !

పొన్నగంటి కూర అనేది అమరాంధీసి కుటుంబానికి చెందిన ఒక ఆకుకూర. ఇది మంచి పోషక విలువలు గలిగిన ఆకుకూర. దీనిని పప్పులో వేయడం కన్నా వట్టిదే వేయించి తింటే చాలా రుచికరంగా వుంటుంది. ఇది అతి సులభంగా, అతి తొందరగా అభివృద్ధి చెందే ఆకు కూర. పొన్నగంటి కూర ఆకులు ఏదాది పొదవునా లభిస్తాయి. బరువు తగ్గాలనుకునే వారు ఈ ఆకు కూరను తరచూ తింటే మంచిది. ఇందులో కొల్పిస్తాల్ తక్కువగా ఉంటుంది. తరచూ తీసుకోవడం వల్ల శరీరంలో రోగినిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. పొన్నగంటి కూరలో ఉండే ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు పొన్నగంటి కూరలో విటమిన్లు, ఖనిజాలు పుష్పాలంగా ఉంటాయి, ఇవి రోగినిరోధక శక్తిని పెంచడానికి సహాయపడతాయి. పొన్నగంటి ఆకుల్ని నూనె పదార్థాలు అధిక రక్తపోటును తగ్గించి, గుండె సమస్యలను ఆదుపులో ఉంచుతాయి. ఇది రక్తంలో చెడు కొల్పిస్తాల్ చేరకుండా కూడా కాపాడుతుంది. పొన్నగంటి కూర జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచడానికి సహాయపడుతుంది. ఇది మలభద్రుకం వంటి సమస్యలను నివారిస్తుంది. పొన్నగంటి కూరలో విటమిన్ ఎ పుష్పాలంగా ఉంటుంది. 47 ఏళ్ల ముసలి సీఎం రహస్యంగా పెళ్లి చేసుకున్న నందమూరి హీరోయిన్ ఇది కంటి చూపును మెరుగుపరచడానికి సహాయపడుతుంది. పొన్నగంటి కూర చర్యానికి కూడా మంచిది. ఇది చర్యాన్ని తేమగా ఉంచడానికి మరియు చర్య సంబంధిత సమస్యలను నివారించడానికి సహాయపడుతుంది. పొన్నగంటి కూరలో కేలరీలు తక్కువగా ఉంటాయి మరియు పైబర్ ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఇది బరువు తగ్గడానికి సహాయపడుతుంది. పొన్నగంటి కూరలో కాల్చియం, ఐరన్, పొట్టాయిం వంటి ఖనిజాలు కూడా ఉంటాయి. ఇవి ఎముకలను బలోపేతం చేయడానికి మరియు రక్తహీనతను నివారించడానికి సహాయపడతాయి. పొన్నగంటి కూరను సూప్, కూర, పప్పు వంటి వివిధ రూపాల్లో తీసుకోవచ్చు. ఇది ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిది మరియు ప్రతి ఒక్కరూ దీనిని తమ ఆహారంలో చేర్చుకోవాలని సిఫార్సు చేయబడింది. పొన్నగంటి కూరను ఎలా వండాలో ఇక్కడ కొన్ని చిట్టాలు ఉన్నాయి పొన్నగంటి కూరను శుభ్రంగా కడిగి చిన్నగా తరుగుకోవాలి. నూనెలో ఆవాలు, జీలకర్ర వేసి వేయించాలి. తరువాత ఉల్లిపాయ, పచ్చిమిర్చి వేసి వేయించాలి. పొన్నగంటి కూర వేసి కాసేపు వేయించాలి. రుచికి తగినంత ఉపు, కారం వేసుకోవాలి. కొద్దిగా నీరు పోసి మూత పెట్టి ఉడికించాలి. కూర ఉడికిన తరువాత కొత్తమిచు వేసి దించుకోవాలి. పొన్నగంటి కూరను వారానికి ఒకసారెనా తీసుకోవడం మంచిది.

**కీళ నిప్పులకు దివ్యాషధం.. రోజుా ఒక స్వాన్ తః
గింజలు తింటే ఇక జన్మలో రావు!**

జనపనారతో సంచలు కుడతారు. ఈ నారతో తాళ్లు , అల్లీకలు అల్లుతారని తెలుసు . కానీ జనప విత్తనాలు తినొచ్చని మనలో చాలామందికి తేలీదు. ఇవి ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తాయని ఆరోగ్యానికి నిపుణులు చెబుతున్నారు. జనప విత్తనాలు, శాస్త్రియ నామం కార్బోన్ బిటోరియన్. పోషకాలతో నిండి ఉన్నాయి . వీటిని ఆహారంలో చేర్చుకోవడం వల్ల కలిగే లాభాలను చూడ్దాం.. పోషకాలతో నమ్మడి: జనప విత్తనాలలో పైబర్, ప్రోటీన్, విటమిన్లు ఖనిజాలు (కాల్చియం, ఐరన్, మెగ్నీషియం, పొటాషియం), యూంటీఅక్సిడెంట్లు పుష్టిలంగా ఉంటాయి. తెలుగు రాష్ట్రాల నుంచి తొలి వందేభారత స్లీపర్ - రూట్ ఖారారు...!! రోగినిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది: జనప విత్తనాలలో విటమిన్ సి , యూంటీఅక్సిడెంట్లు పుష్టిలంగా ఉంటాయి, ఇవి రోగినిరోధక శక్తిని పెంచడానికి సహాయపడతాయి. శరీరాన్ని ఇస్పెక్షన్ నుండి రక్కిస్తాయి. జీర్ణక్రియకు తోడ్పాటు: జనప విత్తనాలలో అధిక పైబర్ కంటెంట్ ఉంటుంది, ఇది జీర్ణక్రియను మెరుగుపరుస్తుంది. మలబద్ధకం వంటి నమస్కరణ ను నివారిస్తుంది. గుండ ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది: జనప విత్తనాలలో ఒమ్గా-3 ఫ్యాటీ యాసింస్ ఉంటాయి, ఇవి గుండ ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచడానికి సహాయపడతాయి, చెడు కొల్పాల్స్ ను తగ్గిస్తాయి. భీషణానీవిపనిటపట ‘కళ్లు మసకబారటం వెనుక కారణాలు ఇవే... జాగ్రత్త!’ ఎముకలను బలపరుస్తుంది: జనప విత్తనాలలో కాల్చియం, మెగ్నీషియం , ఫాస్పరన్ వంటి ఖనిజాలు ఉంటాయి, ఇవి ఎముకలను బలపరుస్తాయి , బోలు ఎముకల వ్యాధిని నివారిస్తాయి. కీళనొప్పుల నుంచి బయటపడొచ్చు. తరచూ వీటిని తీసుకోవడం వల్ల ఉపసమనం పొందవచ్చు. చర్చ ఆరోగ్యానికి తోడ్పడుతుంది: జనప విత్తనాలలో విటమిన్ ఇ, యూంటీఅక్సిడెంట్లు ఉంటాయి, ఇవి చర్చ ఆరోగ్యానికి మెరుగుపరుస్తాయి . వృద్ధాప్య సంకేతాలను తగ్గిస్తాయి. బరువు తగ్గడానికి సహాయపడుతుంది: జనప విత్తనాలలో పైబర్ ఎక్స్ప్రెస్ గా ఉంటుంది. క్యాలారీలు తక్కువగా ఉంటాయి, ఇది బరువు తగ్గడానికి సహాయపడుతుంది. జసీబీ ‘పీటీ ఇంటర్ ప్రోకిల్ హోల్డికెట్లు దొన్ లోడ్ చేసుకున్నా..?’ రకంలో చక్కని సాయిని నియంత్రిసుంది:



విష్ణు జన్మలీల్ ఆ హీరోయిన్ నా ప్రట్టాలనుండి: అగిల్ రాబిప్రాడి



పటున్ సినిమాతో డైరెక్టర్ గా ఇండప్రైలోకి అడుగుపెట్టిన అనిల్ రావిపూడి ఆ తర్వాత స్టోర్ హీరోలతో సినిమాలను చేసుకుంటూ వారితో కామెడీ పండిస్తూ ష్యామిలీ ఆడియన్స్ ను టార్గెట్ చేసి సినిమాలు తీసి సూపర్ హిట్లు అందుకుంటూ వస్తున్నాడు. టాలీవుడ్ లో ఇప్పటివరకు అవజయమెరగని డైరెక్టర్ గా రాజమాళి తర్వాత అనిల్ రావిపూడినే ఉన్నాడు. తాజాగా మొన్సు నంకూంతికి విఫ్కరీ వెంకట్టే తో కలిసి నంకూంతికి వస్తున్నాం సినిమాతో ప్రేక్షకుల్ని పలకరించి బ్లౌక్ బస్టర్ అందుకున్నాడు అనిల్. క్రిమ్ ట్రిలర్ నేపథ్యంలో

ట్రయాగిల్ లవ్ కామెడీగా తెరకెక్కిన ఈ సినిమా బాక్సోఫిస్ వద్ద రూ.300 కోట్లకు పైగా వసూలు చేసి కలెక్షన్ వర్గం కురిపించింది. ఈ సినిమా వల్ల నిర్మాతలు, డిప్రైబ్యూటర్లు, ఎవ్బిటర్లు ప్రతీ ఒకరూ లాభపడ్డారు. 10 శీలనీ సంక్రాంతికి వస్తున్నాం సినిమా తర్వాత అనిల్, మొగాస్టర్ చిరంజీవితో ఓ కామెడీ ఎంటర్టెన్మెంట్ ను చేయసున్నట్టు ఇప్పటికే క్లారిటీ వచ్చేసింది. పైన్ స్ట్రోన్ బాయసర్ లో సాహు గారపాటి అనిల్ - చిరంజీవి సినిమాను నిర్మించనున్నారు. త్వరలోనే ఆ సినిమాకు సంబంధించిన స్క్రిప్ట్ వర్క్ ను అనిల్ మొదలుపెట్టసున్నాడని సమాచారం. ఇదిలా ఉంటే రీసెంట్ గా విశ్వక్ సేన్ హీరోగా నిటిస్తున్న లైలా సినిమా ప్రీ రిలీజ్ ఈవెంట్ కు చిరంజీవి చీఫ్ గెస్టుగా హోజరవగా, అనిల్ రావిపూడి కూడా మరో గెస్టుగా వచ్చాడు. ఈవెంట్ లో యాంకర్ సుమ వచ్చే జన్మలో ఆడిటిల్లగా పుట్టి ఖాన్స్ ఉంటే ఏ హీరోయిన్ గా పుట్టాలనుకుంటున్నారని అనిల్ ను అడింది. దానికి అనిల్ చెప్పిన సమాధానం ఇప్పుడు నెట్టింట వైరలవుతోంది. అప్పటి జెనరేషన్ లో అయితే శ్రీదేవి లాగా అని, ఇప్పుడైతే తమన్నా లాగా పుట్టాలని కోరుకుంటున్నట్టు అనిల్ సమాధానం చెప్పడంతో ఆక్కడ మొత్తం అరుపులు, కేకలు వినిపించాయి. దీన్ని బట్టి చూస్తుంటే అనిల్ కు శ్రీదేవి, తమన్నా అంటే ఇప్పమని అర్థమవుతుంది. ఇక లైలా విషయానికాస్తే విశ్వక్ సేన్ రెండు పాత్రల్లో కనిపించిన ఈ సినిమా ఫిబ్రవరి 14న వాలెంటైన్స్ దే సందర్భంగా రిలీజ్ కానుంది.

‘తండేల్’ కోసం ఫీబ్రవరి 14 న లిఫీవెడ్ లవర్స్!



A scene from the movie 'Rangasthalam' showing Allu Arjun and Kajal Aggarwal smiling and laughing together. Arjun is on the left, wearing a black shirt, and Kajal is on the right, wearing a grey dress with a yellow flower garland. They are outdoors with a temple in the background.

‘జాబలమ్మ నీకు అంత కోపమా’ త్రైలర్.. మేనుల్లడితశ ధనుష్ లవ్ గేమ్



ప్రేమ, భావోద్వీగాలతో పాటు కామెడీ సమపాళలో మేళవిస్తూ తెరకెక్కినట్లు కనిపిస్తోంది. నార్కుల్ స్టోర్ లైన్ లోనే కొత్త తరహ ఎలిమెంట్స్ ను ప్రైలెట్ చేసినట్లు తెలుస్తోంది. లవ్ కి, లవ్ ఫెయిల్యూర్ కి మధ్యలో ఉండే ఎమోషన్స్ తో అబ్బాయి ప్రేమకథగా ఉండనున్నట్లు అర్థమవుతుంది పెళ్లి రోజు మహేష్ పోస్ట్ వైరల్ అలాగే ఎక్కు గర్జ ఫ్రెండ్ పెళ్లిలో అబ్బాయి ఎదుర్కొనే అనుభవాలను డిఫరెంట్ గా చూపించనున్నట్లు అర్థమవుతుంది. నిర్మణ సంస వుండర్ బార్, భీషి ప్రాడకన్ బ్యానర్ పే రూపొందిన ఈ సినిమా ఇపుత్తికే తమిళ ప్రేకుల్ మంచి అంచనాలు ఏర్పరుచుంది.



ବୈଜନିକ, ସ୍ଥାନିକ ରାଜବଳୀ

ବ୍ୟାକ୍ ପାଇଁ ମୁହଁରୀ!

సూపర్ స్టార్ రజనీకాంత్ 171 చిత్రం ‘కూలీ’ లోక్కు కనగరాజ్ దర్శకత్వంలో భారీ అంచనాల మధ్య తెరకెక్కుతోన్న సంగతి తెలిసిందే. గ్యాంగ్ స్టర్ బ్యాక్ డ్రాప్ లో తెరకెక్కుతోన్న చిత్రమిది. ఇందులో రజనీ గోల్డ్ స్క్రీన్ పాత్రలో కనిపించనున్నారు. ఇప్పటికే రిలీఫ్ అయిన రజనీ ఘన్ లుక్ సహా ప్రచార చిత్రాలన్నీ భారీ బణ్ ని తీసుకొచ్చాయి. ఈ సినిమా కొన్ని నెలలుగా సెట్ట్ లోనే ఉంది. ఈ నేపథ్యంలో తాజాగా ఘాటింగ్ ముగింపు దశకు చేరుకున్నట్లు తెలుస్తోంది.అనిల్ రావిపూడి ప్రస్తుతం ఘాటింగ్ చెచ్చెలో జరుగుతోంది. చెచ్చె విమానశర్యంలో రజనీకాంత్ పై కీలక సన్నిఖేశాలు చిత్రీక రించారు. దీంతో అక్కడ షెడ్యూల్ ముగిసినట్లు తెలుస్తోంది. త్వరలో వైజాగ్ లో కొత్త షెడ్యూల్ మొదలవుతుంది. అక్కడ కొన్ని కీలక సన్నిఖేశాలు చిత్రీకరించనున్నారు. వైజాగ్ లోనే పది రోజులకు పైగా ఘాటింగ్ చేస్తారని సమాచారం. అనంతరం అదే షెడ్యూల్ లోబాగంగా పైదరాబాద్ లో నూకాంత పార్ట్ ఘాటింగ్ కంటున్నాటీగా ఉంటుందని తెలుస్తోంది.అలాగే ఇదే నెలలో సినిమాకి సంబంధించిన తొలి గ్రింప్స్ రిలీజ్ చేయాలని మేకర్స్ ప్లాన్ చేస్తున్నారట. దీనిపై వచ్చే వారంలో స్పెష్చల వస్తుందని సమాచారం. ఈ చిత్రాన్ని మేలో రిలీజ్ చేయాలని తొలుత ప్లాన్ చేసారు. అయితే ఘాటింగ్ సహా పోస్ట్ ప్రాడక్షన్ పనులు అనుకున్నటిమ్ లో పూర్తిచేయగల్లితేనే మే లో రిలీజ్ అవుతుంది. లేదంటే? చిత్రాన్ని ఆగస్టులో నే రిలీజ్ చేయాలని మరో ప్రపాజల్ కూడా తెరపెకి వసోంది. ఈ సినిమా రిలీజ్

