

సంపాదకీయం

చిన్న గల్లీలు...మెడ్ఫ్ ప్రమోదాలు !

వేసవి అగాసే ఎక్కడో ఒకబోట పెద్ద అగ్నిప్రమాదం అన్నది చూస్తూనే ఉన్నాను. గత నాల్గుఇంద్ర అవాహనాలు చూస్తే, అగ్నిప్రమాదాలు జరగడం సర్వసాధారణంగా మారింది. అప్పటికప్పుడు సహాయక చర్యలు తీసుకోవడం మినపో పెద్దగా మంచంస్త చర్యలు శుస్తుం. ఇకపోతే ప్రమాదాలు మానవ తప్పిదాలే అన్నది తెలుసుకోవాలి. ఇందులో ప్రభుత్వాన్ని దేఖించేం. కాకపోతే ప్రమాదాలకు కారణాలను వెతికి నివారణ చర్యలు నూచించాల్సింది ప్రభుత్వమే. నిబంధనల ఉఱ్మంఘనలు, మాలిక లోపాలు, భద్రత పట్ల నిర్విక్తుం వంటి పలు అంశాల పర్వసానమే ప్రమాదాలకు కారణమని గుర్తించాలి. ఈ వివరటల విష వలయం సుండి బయటపడాలంటే, మన సగరాలు ఎందుకు అగ్నికి ఆపూర్వతున్నాయో సమగ్రంగా విశేషమంచి, భవానాలను నిర్మించే, నియంత్రించే, నివసించే విధానంలో సమూల మార్పులు తీసుకూరావాలి. అయితే ఎవ్వడు ప్రమాదాలు చేత్తా చెదారం, పాతపవాలు, గ్యాస్ పేలుళ్లు, ప్లాస్టిక్ సామాన్సు గోదార్లోనే జరుగుతున్నాయి. దీనికి కేవలం ప్రజల నిర్విక్తంగా చూడాలి. ప్రైదారాబాద్ గుల్లార్ హాజ్యోల్ కిటీపల సంభవించిన ఫోర అగ్ని ప్రమాదం, ఎనిమిది మంది చిన్నారులతో నహా వదిహేడు నిండు ప్రాణాలను బిలిగాంది. ఇది కేవలం వారి తప్పిదమే కారణమని తెలుసుకోవాలి. ప్రమాదం జరిగినప్పుడు అగ్నిప్రమాదక సిబ్బంది వెళ్లడానికి కూడా వీలేని ఇరుకు మెట్లను చూడవచ్చు. వేగంగా విస్తరిస్తున్న పట్ల ప్లాంటల అగ్ని ప్రమాదాలకు కేంద్రాలూగా ఎలా మార్పుతున్నాయో ఈ రుష్టున మరోసారి స్పష్టం చేసింది. వ్యవస్థాకృత లోపాలు, మాలిక సదుపాయాల కొరక, సవిష్టి బాధ్యతలో ఉన్న వైపులాల కారణంగా పదే పదే ప్రమాదాలు సంభవిస్తున్నాయిదానికి ఇది నిర్వసం. ఇలాంటి ప్రమాదాలు యాద్యుచ్చికంగా జరిగినా, ఇందులో పారపాట్లు కూడా ఇమిడి ఉన్నాయి. ప్రమాదం జరిగినప్పుడు వెళ్లడానికి వీలు లేనంత ఇరుకుగా మెట్ల మార్పులు ఉంటున్నాయి. వీటిపై మల్లీ పై అంతస్తులు అనధికారికంగా నిర్మిస్తున్నాయి. ఇలాంటివి నిర్మించే వీలుంది. ఇలాంటి భవానాలను గుర్తించి అధికారులు చర్యలు తీసుకోవచ్చు. నిప్పు రప్పులు మంటలు చెలరేగడానికి ముఖ్యా కారణాలు చూస్తే నివసిస్తున్న వారి నిర్విక్తుం కనిపిస్తుంది. భవాన్లో ఎప్పుడో వేసిన విధ్యుత్ తీగుల వేలాడుతుంటాయి. నాసిరకం విధ్యుత్ వైఎంగి, నిర్విషాళ సరిగా లేని పొత వ్యవస్తలు, వాటిపై అధిక లోడు వేలా ఎసిలు, ప్రైజ్లు, ఇతర గ్రహాపకరణాలు ఉపయోగించడం చూడవచ్చు. తొల్పాలిక మరమ్మతులతో ప్లాట్ సర్కార్లాట్లు, క్రొంగ్ కాలిపోవడానికి ప్రధాన కారణాలుగా తెలుస్తోంది. ముఖ్యంగా పురుతన భవానలలో, నిబంధనలకు విరుద్ధంగా చేసిన విస్తరించిన నిర్విక్తున్నాయి. ఇలాంటివి నిర్మించే వీలుంది. ఇలాంటి భవానాలను గుర్తించి అధికారులు చర్యలు తీసుకోవచ్చు. నిప్పు రప్పులు మంటలు చెలరేగడానికి ముఖ్యా కారణాలు చూస్తే నివసిస్తున్న వారి నిర్విక్తుం కనిపిస్తుంది. భవాన్లో ఎప్పుడో వేసిన విధ్యుత్ తీగుల వేలాడుతుంటాయి. నాసిరకం విధ్యుత్ వైఎంగి, నిర్విషాళ సరిగా లేని పొత వ్యవస్తలు, వాటిపై అధిక లోడు వేలా ఎసిలు, ప్రైజ్లు, ఇతర గ్రహాపకరణాలు ఉపయోగించడం చూడవచ్చు. తొల్పాలిక మరమ్మతులతో ప్లాట్ సర్కార్లాట్లు, క్రొంగ్ కాలిపోవడానికి ప్రధాన కారణాలుగా తెలుస్తోంది. ముఖ్యంగా పురుతన భవానలలో, నిబంధనలకు విరుద్ధంగా చేసిన విస్తరించిన నిర్విక్తున్నాయి. ఇలాంటివి నిర్మించే వీలుంది. ఇలాంటి భవానాలను గుర్తించి అధికారులు చర్యలు తీసుకోవచ్చు. నిప్పు రప్పులు మంటలు చెలరేగడానికి ముఖ్యా కారణాలు చూస్తే నివసిస్తున్న వారి నిర్విక్తుం కనిపిస్తుంది. భవాన్లో ఎప్పుడో వేసిన విధ్యుత్ తీగుల వేలాడుతుంటాయి. నాసిరకం విధ్యుత్ వైఎంగి, నిర్విషాళ సరిగా లేని పొత వ్యవస్తలు, వాటిపై అధిక లోడు వేలా ఎసిలు, ప్రైజ్లు, ఇతర గ్రహాపకరణాలు ఉపయోగించడం చూడవచ్చు. తొల్పాలిక మరమ్మతులతో ప్లాట్ సర్కార్లాట్లు, క్రొంగ్ కాలిపోవడానికి ప్రధాన కారణాలుగా తెలుస్తోంది. ముఖ్యంగా పురుతన భవానలలో, నిబంధనలకు విరుద్ధంగా చేసిన విస్తరించిన నిర్విక్తున్నాయి. ఇలాంటివి నిర్మించే వీలుంది. ఇలాంటి భవానాలను గుర్తించి అధికారులు చర్యలు తీసుకోవచ్చు. నిప్పు రప్పులు మంటలు చెలరేగడానికి ముఖ్యా కారణాలు చూస్తే నివసిస్తున్న వారి నిర్విక్తుం కనిపిస్తుంది. భవాన్లో ఎప్పుడో వేసిన విధ్యుత్ తీగుల వేలాడుతుంటాయి. నాసిరకం విధ్యుత్ వైఎంగి, నిర్విషాళ సరిగా లేని పొత వ్యవస్తలు, వాటిపై అధిక లోడు వేలా ఎసిలు, ప్రైజ్లు, ఇతర గ్రహాపకరణాలు ఉపయోగించడం చూడవచ్చు. తొల్పాలిక మరమ్మతులతో ప్లాట్ సర్కార్లాట్లు, క్రొంగ్ కాలిపోవడానికి ప్రధాన కారణాలుగా తెలుస్తోంది. ముఖ్యంగా పురుతన భవానలలో, నిబంధనలకు విరుద్ధంగా చేసిన విస్తరించిన నిర్విక్తున్నాయి. ఇలాంటివి నిర్మించే వీలుంది. ఇలాంటి భవానాలను గుర్తించి అధికారులు చర్యలు తీసుకోవచ్చు. నిప్పు రప్పులు మంటలు చెలరేగడానికి ముఖ్యా కారణాలు చూస్తే నివసిస్తున్న వారి నిర్విక్తుం కనిపిస్తుంది. భవాన్లో ఎప్పుడో వేసిన విధ్యుత్ తీగుల వేలాడుతుంటాయి. నాసిరకం విధ్యుత్ వైఎంగి, నిర్విషాళ సరిగా లేని పొత వ్యవస్తలు, వాటిపై అధిక లోడు వేలా ఎసిలు, ప్రైజ్లు, ఇతర గ్రహాపకరణాలు ఉపయోగించడం చూడవచ్చు. తొల్పాలిక మరమ్మతులతో ప్లాట్ సర్కార్లాట్లు, క్రొంగ్ కాలిపోవడానికి ప్రధాన కారణాలుగా తెలుస్తోంది. ముఖ్యంగా పురుతన భవానలలో, నిబంధనలకు విరుద్ధంగా చేసిన విస్తరించిన నిర్విక్తున్నాయి. ఇలాంటివి నిర్మించే వీలుంది. ఇలాంటి భవానాలను గుర్తించి అధికారులు చర్యలు తీసుకోవచ్చు. నిప్పు రప్పులు మంటలు చెలరేగడానికి ముఖ్యా కారణాలు చూస్తే నివసిస్తున్న వారి నిర్విక్తుం కనిపిస్తుంది. భవాన్లో ఎప్పుడో వేసిన విధ్యుత్ తీగుల వేలాడుతుంటాయి. నాసిరకం విధ్యుత్ వైఎంగి, నిర్విషాళ సరిగా లేని పొత వ్యవస్తలు, వాటిపై అధిక లోడు వేలా ఎసిలు, ప్రైజ్లు, ఇతర గ్రహాపకరణాలు ఉపయోగించడం చూడవచ్చు. తొల్పాలిక మరమ్మతులతో ప్లాట్ సర్కార్లాట్లు, క్రొంగ్ కాలిపోవడానికి ప్రధాన కారణాలుగా తెలుస్తోంది. ముఖ్యంగా పురుతన భవానలలో, నిబంధనలకు విరుద్ధంగా చేసిన విస్తరించిన నిర్విక్తున్నాయి. ఇలాంటివి నిర్మించే వీలుంది. ఇలాంటి భవానాలను గుర్తించి అధికారులు చర్యలు తీసుకోవచ్చు. నిప్పు రప్పులు మంటలు చెలరేగడానికి మ

డ್ರೆನೇಜೀಪೈ ಅಕ್ರಮಲು ತೊಲಗಿಂಚಾಗ್ನಿಂದೆ

సమావేశంలో ఏకగ్రివంగా ఆమోదం.

మంగళవారం నుండి పనులు ప్రారంభానికి శ్రీకారం



కాజులూరు మే 23(తీవ్రక్) కాజులూరు మండలం గొల్లపాలెంలో కాకినాడ - కోచీపల్లి ఆర్ అండ్ బి ప్రదాన రహదారి వెంబడి ఉన్న డ్రైసేట్ పై ఆక్రములు తొలగించి డ్రైన్ లో సిల్ఫ్ తీసేందుకు అధికారులు మంగళవారం నుంచి పనులకు శ్రీకారం చుట్టునున్నారు. ఈ మేరకు శుక్రవారం గ్రామపంచాయతీ వద్ద కార్యదర్శి కె.వి రవి ప్రసాద్ ఏర్పాటు చేసిన ప్రత్యేక సమావేశానికి పంచాయతీ పాలకవర్గంతో పాటు గ్రామానికి చెందిన పలువురు రాజకీయ నేతలు, వ్యాపారస్తులు, గ్రామస్తులు హోజరయ్యారు. దీంతో సమావేశంలో డ్రైసేట్ పై ఆక్రమణాలు కారణంగా డ్రైసేట్లో సిల్ఫ్ తీయడానికి వీలు పడతలేదని కొడ్దిపాటి వర్షానికి రహదారిపై నీళ్ళ నిలబడి పోవటం, ప్రయాణికులకు సైతం అసాకర్యం కలిగించడాన్ని సమావేశానికి హోజరైన వారందరూ కూలంకషంగా చర్చించుకున్నారు. దీంతో సమస్య ఇది ఏంక్రూర్డి కాదని ప్రజలు సమస్యగా భావించి దీన్ని ప్రతి ఒక్కరు అంగీకరించి తీర్చాల్చిందని ఒక నిర్దయానికి వచ్చి సమావేశానికి హోజరైన ప్రతి ఒక్కరు ఏకగ్రించంగా ఆక్రమణాలు తొలగించి డ్రైన్ లో సిల్ఫ్ తీయడానికి ఆమోదించారు. అయితే ఇదే సమస్యపై ఏక తరబడి పంచాయతీలో పలు సందర్భాల్లో పలుమార్లు తీర్చానాలు చేసినప్పటికీ ఏదో రూపంలో ఆటంకాలు ఏర్పడుతూ ఇప్పటివరకు ఈ ఆక్రమణపై అదికారులు ఏఖధమైన చర్యలు తీసుకోలకపోయారు. ఎట్లకేలకు ఆక్రమణాలు తొలగించడానికి సైతం సమావేశానికి హోజరైన ప్రతి ఒక్కరు ఆమోదించటం ఇది మంచి శుభ పరిణామాని సమావేశానికి హోజరైన పాలకవర్గం, ప్రజాప్రతినిధులు తోపాటు గ్రామస్తులు హర్షం వ్యక్తం చేస్తున్నారు.మంగళవారం నుండి పనులు ప్రారంభం: కార్యదర్శి రా రవి ప్రసాద్.గొల్లపాలెంలో డ్రైసేట్ పై ఆక్రములు తొలగించడానికి శుక్రవారం జరిగిన సమావేశంలో ఏకగ్రించంగా ఆమోదించడంతో మంగళవారం నుండి పనులు ప్రారంభించేందుకు ఏర్పాట్లు చేస్తున్నట్లు పంచాయతీ కార్యదర్శి కెవి రవి ప్రసాద్ ఆంధ్రప్రభ ప్రతినిధికి తెలియజేశారు. శని ఆది సోమ వారాల్లో నేరుగా వ్యాపారములను కలిసి విషయం తెలియజేసి వారి నుండి సంతకాలు సైతం తీసుకుని పనులు ప్రారంభిస్తామన్నారు. గ్రామంలో దండోరా వేయిస్తున్ఱటే సరిగా వినబడటం లేదని తమకు తెలియలేదని తరచూ పలువురు తెలియజేయడాన్ని దృష్టిలో పెట్టుకుని తాము ఇలా చేస్తున్నామని కార్యదర్శి స్పష్టం చేశారు. గ్రామ సర్వంచ పోతురాజు ప్రసన్నమానిక, తాడి వాసు రెడ్డి, మాజీ సర్వంచ పోతురాజు బాబురావు, కూటమి నేతలు గుబ్బల ఏనురాజు, తోట కృష్ణ అంగర క్రిష్ణ, అంగర శ్రీను, కోకా హరి, పిల్లలరి శెట్టి రామచంద్రరావు, వడ్డాది ధరణి వడ్డి వీరబాబు, గొల్లపల్లి చిన్న, శాఖ శ్రీ

బహిరంగ ప్రదేశాలలో చేపలు,
మాంసం విక్రయాలపై నిషేధం



కాజులూరు, మే 23 (శ్రీచత్ర)బహిరంగ ప్రదేశాలలో చేపలు, మాంషం విక్రయాలను నిషేధించాలని గొల్లపొలెం గ్రామ పంచాయతీ కార్యదర్శి కె.వి రివిప్రసాద్ అన్నారు. శుక్రవారం తన కార్యాలయంలో ఆయన మాట్లాడుతూ గ్రామంలోని ప్రధాన రహదారుల వెంబడి విచల విడిగా చేపలు, మాంషం విక్రయాలు చేస్తున్నారన్నారు. వీటి వలన బారీ వర్షాల నేపద్యంలో పరిశరాలు అస్థవ్యఘంగా తయారై ఆపారిపుఢ్య వాతావరణ ఏర్పడి ప్రజలు ఆనారోగ్యాలపాలయ్య ప్రమాదం తలత్తిందన్నారు. అంతేకాకుండా వ్యాపారులు చేపలు, మాంషం వ్యర్థాలు ప్రక్కనే ఉన్న డ్రైనేజీలలో పడవేయటంతో నీటి ప్రవాహం నిలిచిపోయి కొద్దిపాచి వర్షాలకే వీదులు, రహదారులు జలమయమౌతున్నాయన్నారు. గ్రామంలోని మార్కెట్ సెంటరులో ప్రభుత్వం చేపలు, మాంషం విక్రయాదారులకోసం ప్రతేక మార్కెట్ షెడ్యుల్ నిర్మించినా వ్యాపారులు వాటిని వినియోగించటం లేదన్నారు. పంచాయతీ పాలకవర్గ తీర్మానం మేరకూ బహిరంగ ప్రదేశాలలో చేపలు, మాంసం విక్రయాలను నిషేధించాలని వ్యాపారులకు నోటీసులు జారీ చేసామన్నారు. వ్యాపారులు అవసరమైతే మార్కెట్ షెడ్యుల్ వినియోగించుకోవాలని నోటీసులలో పేర్కొన్నామన్నారు. ।

- కేంద్రమంత్రి శ్రీనివాస్ వర్కు కు చేసోడువాదోడుగా ఈ ప్రాంత అభివృద్ధికి కృషి చేస్తా
 - రాజ్యసభకు కొత్తగా ఎంపికైన పాక సత్యనారాయణ ప్రకటన.
 - పాకా కు రాజ్యసభ ఇవ్వటం ఓ సంచలనం: బిజపి జిల్లా ఆదుకురాలు శీర్షదేవి వాళ్ళు

భీమవరం, మే 23: శ్రీ చక్ర ఒక ప్రాంతంలో ఒకే చోట భారతీయ జనతా పార్టీ ఒక పార్లమెంటు సభ్యుడు ఉండగా, ఇంకో పార్లమెంటు సభ్యుడు ఎంపిక అనేది చాలా ఆశ్చర్యం కలిగించే విషయం... అని రాజ్యసభకు ఏకగ్రీవంగా ఎంపికైన బిజెపి సీనియర్ నాయకులు పాక వెంకట సత్యనారాయణ పేరొన్నారు. నర్సాపురం పార్లమెంటుకు శ్రీనివాసు వర్ష విషయాన్ని ప్రస్తావిస్తూ... భౌగోళిక0గా మేమిద్దరము ఒకే ఊరికి చెందిన వాళ్ళమే తప్ప... అయితే తాను యావదాంద్ర ప్రదేశ్ అంతర్లా పనిచేస్తున్న విషయం పార్టీ అధిష్టానానికి తెలుసన్నారు. భీమవరం లోని బిజెపి జిల్లా పార్టీ కార్యాలయంలో జిల్లా బిజెపి అధ్యక్షులు అయినంపూడి శ్రీదేవితో కలిసి శుక్రవారం నాడు తొలిసారి మిాడియా సమావేశం ఏర్పాటు చేశారు. తన ఎంపిక అంశాలతో పాటు ఈనెల 28న ప్రమాణ స్క్వారం చేస్తున్న విషయం కూడా ఆయన ప్రకటించారుతనను రాజ్యసభకు అరుదైన ఎంపికచేయటం వల్ల భౌగోళికంగా పార్టీకి కలిసి వచ్చే విధంగా, మా ప్రాంత అభివృద్ధిలో లోక్సభ సభ్యుడు మంత్రి శ్రీనివాస్ వర్ష కు తాను కూడా చేదోడు వాదోడుగా ఉండటానికి ఈ ప్రాంతం నుంచే అవకాశం కలగడం ద్వారా ఎక్కువ అభివృద్ధి చేయడానికి వీలు కలుగుతుందని పాక అన్నారు. ఇలా కేంద్రంలో రెండు సభల నుంచి కూడా ఈ ప్రాంతానికి ప్రాతినిధ్యం అవకాశం కలగడం ద్వారా అనేక అభివృద్ధి అంశాలు, ఈ రాష్ట్రానికి చెందిన అంశాలను కూడా ప్రస్తావించడానికి వీలు కలుగుతుందన్నారు. అంద్రప్రదేశ్ నుంచి భారీగా ఉన్న రాజ్యసభ సీటును ఎన్నీవీ కూటమాలో భాగంగా భారతీయ జనతా పార్టీకి కేటాయించి, దానిని తనకు కేటాయించడం ద్వారా అంద్రప్రదేశ్లో బిజెపి విధానం ఎలా ఉండో స్పష్టంగా చేసిందని పాక పేరొన్నారు. ఇందుకు రాష్ట్ర కేంద్ర భారతీయ జనతా పార్టీల కి కృతజ్ఞతలు తెలియజేసుకుంటున్నానని చెప్పారు. రెండు స్పష్టమైన విధానాలను భారతీయ జనతా పార్టీ తెలియజేసిందని, ఇందులో ఒకటికష్టపడి పని చేసే కార్యకర్తకు గుర్తింపు ఇష్టగలిగిన సత్తా కలిగిన పార్టీ అని, రెండోదిఱక వెనుకబడిన తరగతుల

ప్రక్క గృహాల నిర్మాణంపై
సమాక్ష సమావేశం...,

పలు శాఖాభికారులతో మాట్లాడుతున్న ఎంపిడివీ బిలీవ్ కుమార్ నాయక్..



కోట మే 23 (శ్రీచక్ర) : కోట మండలం స్థానిక ఎంపిడిచ దిలీష్ కుమార్ నాయక్ ఆధ్వర్యంలో ఇంజనీరింగ్ అసిస్టెంట్లు, ఎన్ ఆర్ ఈ జి ఎన్ వీఫీవో, పొదుపు ఏపిఎం, హోసింగ్ ఏంజెల్ లతో పక్కా గృహాల నిర్మాణంపై క్ల్యాప్టంగా సమాక్ష సమావేశం నిర్వహించడం జరిగింది. అయితే ఈ సమావేశంలో భాగంగా గృహాల నిర్మాణ దశలు నిమిత్తము జనవరి 1 నుంచి ఇప్పటివరకు నిర్దయించినటువంటి 160 గృహములకు గాను ఇప్పటివరకు 53 గృహములు పూర్తి చేయగా మిగతా 107 గృహములను పూర్తి చేయుటకు సంబంధించిన పథకాలను చెందిన పిఎం ఏవై గ్రామిణ 16-17, 18-21-22 అలాగే పిఎంఎవై జాతి 2022-23 పథకములకు సంబంధించిన లభ్యిదారుల గురించి లినీటిల్ లెవెల్, రూఫ్ లెవెల్, ఆర్పి లో ఉన్నటువంటి 107 గృహములను పూర్తి చేయుటకు ఇంజనీరింగ్ అసిస్టెంట్లు అందరికి తగు సూచనలు, సలహాలు ఇప్పుడం జరిగింది. దీనిపై లభ్యిదారులకు టకెపి వారి ద్వారా అదనముగా బుఱణములు మంజూరు చేయు నిమిత్తం ఏపిఎం, ఏ పీ ఓ లతో 90 రోజుల పని దినములుకు సంబంధించి వారితో చర్చించి బిల్లులు మంజూరు చేయవలసినటువంటి నగదును వెంటనే విడుదల చేయుటకు వారికి ఆదేశాలు ఇప్పుడం జరిగింది. దీనిలో భాగంగా కోట మండలంలోని ఇంజనీరింగ్ అసిస్టెంట్లు, పొదుపు ఏపిఎమ్ అనీలా, ఎన్ ఆర్ ఈ జి ఎన్ పూర్తిమ, హోసింగ్ ఏంజెల్ భాసుర్ రావు లు పాల్గొన్నారు.

କୁଳ୍ଲେରୁ ଭୂମିଲାଭେ ବିଷାଦ୍ଧ ଚାଲୁଲାତୀ ସମ୍ବନ୍ଧେ ହିନ୍ଦୁଶିଳ୍ପିଙ୍କ ଜ୍ଞ. ଶ୍ରୀରାମଲୀ କୁମାର ରାଣ୍ଡା

భీమవరం మే 23 శ్రీ చక్ర కొల్లెర్ల ఎకో జోన్ నిర్ధారణపై గ్రామసభల ద్వారా అందిన విజ్ఞాపనలను పరిశీలించి, సంబంధిత పరిధిలోని ప్రజలకు ఏకోజోన్ ఏర్పాటుపై అవగాహన కల్పించి తదుపరి చర్యలు చేపట్టాలని జిల్లా జాయింట్ టి.రాహుల్ కుమార్ రెడ్డి సంబంధిత శాఖల అధికారులను ఆడేశించారుపుక్కవారం కల్పకర్టేచ్ పశిష్ట కాశ్వరెన్స్ హోలు నందు జిల్లా జాయింట్ కల్పకర్ట్ టి.రాహుల్ కుమార్ రెడ్డి ఎకో సెన్సిటీవ్ జోన్ నిర్ధారణపై గ్రామ సభల ద్వారా అందిన అభిప్రాయాలపై నవిస్కరించారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా జాయింట్ కల్పకర్ట్ టి.రాహుల్ కుమార్ రెడ్డిమాట్లాడుతూ నుట్రీంకోర్ప్ ఆదేశాలు మేరకు కొల్లేరు నుండి పది కిలోమీటర్ల వరకు ఈ.ఎస్.డిఎస్ (ఎకో సెన్సిటీవ్ జోన్) నిర్ధారించాల్సి ఉండన్నారు. ఎకో సెన్సిటీవ్ జోన్ పరిధిలో గల ఐదు మండలాలలోని 31 గ్రామాల ప్రజల అభిప్రాయాలను తెలుసుకునేందుకు నిర్వహించిన గ్రామసభలలోని అర్థర్లను పరిశీలించి, ఏకోజోన్ ఏర్పాటుపై వారి సందేహాలను నివృత్తి చేసి తిరిగి అభిప్రాయాలు స్నేకరించాలన్నారు. ఈ సందర్భంగా జాయింట్ కల్పకర్ట్ మాట్లాడుతూ గతంలో నిర్వహించిన గ్రామసభలు అనుసరించి వాటిలో ప్రజల నుండి వచ్చిన వినతులను బట్టి సంబంధించిన శాఖల వారి, గ్రామసభల్లో ప్రజలు ఏమైతే ప్రస్తావించారో వారికి ఇంకా విపులముగా, అర్థమయ్యేలా ప్రచారం చేసి అవగాహన కల్పించాలన్నారు. తదుపరి



సమావేశమునకు ట్రోండ్ లెవెల్ లో ఈ ఎన్ జెడ్ పై ప్రజలకు ఉన్న సందేహాలు నివృత్తి చేసి, వారి యొక్క సూచనలు, ఇబ్బందులు తెలుసుకుని రిపోర్టు రూపంగా సమర్పించాలని జిల్లా జాయింట్ కలెక్టర్ టి.రాఘుల్ కుమార్ రెడ్డి, అధికారులను అదేశించారు. తదుపరి సమావేశం నకు సంబంధిత శాఖల జిల్లాస్టాయి, మండలస్టాయి అధికారులతో నిర్వహించి అనంతరం తుది నిర్దయం తీసుకోవడం జరుగుతుందని ఆయన అన్నారు. ఈ కార్బూక్రమంతో ఆర్థికో కె. ప్రవీణ్ కుమార్ రెడ్డి, పశ్చిమగోదావరి జిల్లా డివిషనల్ ఆశా కిరణ్, ఏలూరు వైల్డ్ లైఫ్ డివిషన్ ఓ.బి.విజయ, ఇంచార్జ్ డిపిఎస్. రెడ్డి, జిల్లా పరిశ్రమల శాఖ అధికారి యు.మంగపతి రావు, జిల్లా మత్స్య శాఖ అధికారి కె.ఎస్.వి నాగలింగచార్యులు, జిల్లా పశు సంవర్ధక శాఖ అధికారి కె.మురళీకృష్ణ, జిల్లా విద్యుత్ శాఖ అధికారి ఏ.రఘునాథ్ బాబు, జిల్లా ట్రోండ్ వాటర్ అధికారి కె.గంగాధర్ రావు, ట్రైన్స్ ఈ ఈ సి.పొన్ సత్యనారాయణ, ఫారెన్స్ రెంజ్ అధికారి కె.వి.రామలింగా చార్యులు, ఆకిపీడు, గణపవరం కాళ్ల, ఉండి, పెంటపాడు, మండలాల తాసిలూరు, తదితరులు పాల్గొన్నారు

ಒಕೆ ಚೀಟು ಒಕೆ ಪ್ರಾಂತಂಲ್ಲೋ ಎಂಹಿ ಉಂಡಗಾ ಮರ್ಕೋ ಪಾಠ್ಮಾಂಟು
ಸಭ್ಯುದ್ದಿನಿ ಎಂಹಿಕ ಚೇಯಟಂ ಅರ್ಪಧೈನ ವಿಷಯಂ



కు చెందిన నాయకుడికి గుర్తింపు ఇస్తూ... సముచిత స్థానం కల్పించిన పార్టీగా నిరూపించుకుండన్నారు. ఇలా బిజెపినా ఎంపిక ద్వారా నవూజానికి పార్టీ ఈ రెండు నంకేతాలు స్పృష్టింగా ఇచ్చిందన్నారు. దేశంలో అత్యస్తుత పదవిగా భావించే రాజ్యసభకు ఎంపిక చేసే వారిని కులమతాలు చూడకుండా పార్టీకి నిబద్ధత క్రమశికిణి ఆధారంగానే కాకుండా విషయాల పట్ల అవగాహన ఇలా అన్నిటిని ప్రామాణికంగా తీసుకుని, ఈ వదవిని కి నన్ను ఎంపిక చేసిందన్నారు. నాలుగు సార్లు ఆంధ్రప్రదేశ్లో ఎన్నికలు మేనిఫెస్టో డాట్ల ఇన్ కమిటీలో మెంబర్లు ఉన్న కారణంగా, అనేక సందర్భాల్లో రాష్ట్ర కార్యవర్గ సమావేశాల్లో ముసాయిదా తీర్మానాలను ప్రవేశపెట్టిన అంశాలను పరిగణలోకి తీసుకోవటం, వ్యవసాయం, వ్యవసాయ ఆధార ఆదాయం వ్యయం, అనేక పరిశ్రమలకు సంబంధించి విషయాలను స్పృజిస్తూ ఆనేక ప్రాంతాలలో హోలిక వసతుల కల్పన, వంటి ఆలోచనలు అన్నిటిని క్రోడీకరించి ఇలా అన్ని అంశాలను పరిశీలించి తన ఎంపికకు అవకాశం కల్పించారన్నారు. తన ఎంపిక విషయంలో తెలుగుదేశం పార్టీ అధినేత చంద్రబాబు నాయుడు, జనసేన పార్టీ అధినేత పవన్ కళ్యాణ్ లకు ప్రత్యేక ధన్యవాదాలు తెలియజేసుకుంటున్నట్లు చెప్పారు. కూటమి ధర్మాన్ని పాటిస్తూ, కూటమిని బలోపేతం చేసే పనిలో ఖారంగా రావుల్లో ఐపివుది విషయాల్లో తన వంతు సౌత్ బోస్సిపానవి

చెప్పారు. తన ఎంపికపై ఇది ఒక అనుపోసుడు కాండేట్లా.. అంటే ఇంకొకరు ఎవరు నామినేషన్ వేయకుండా, తన ఎంపిక ఏకగ్రీవానికి అవకాశం కల్పించారు అన్నారు. రాష్ట్ర అధ్యక్షులు పురందరేశ్వరి తో పాటు ఈ రాష్ట్రం నుండి పార్లమెంటుకు ప్రాతినిధ్యం వహించే సభ్యులు, రాష్ట్రానికి ప్రాతినిధ్యం వహించే ప్రతినిధులు, పార్టీ అధ్యక్షులు కార్యదర్శులు అందరి నుంచి ఒకే ఒక్క పేరు తన పేరు ప్రతిపాదించడం చూస్తే తన వచ్చిన పదవి కంటే అందరి మనసును గలిచిన ఆనందం తనకు మిగిలింది అన్నారు. ఇటువంటి ఏకాభిప్రాయం ఇటువంటి ఏక ఆలోచన ఈర్పు ద్వేషం అసూయలకు దూరంగా, ఒక పేరే భారారు చేసి, ఉత్తమమైన సాంప్రదాయాలతో కూడుకున్నటువంటి, విలువలతో నడిచే రాజకీయాలసంస్కృతి అంధ్రప్రదేశ్లో భారతీయ జనతా పార్టీ నాయకత్వానికి ధన్యవాదాలు తెలియజేస్తున్నాన్నారు. 28వ తేదీన 12.30 గంటల తరువాత నా ప్రమాణస్వీకారానికి ఉపరాష్టపతి అవకాశంరాజ్యసభ సభ్యుడిగా నా ప్రమాణస్వీకారం 28వ తేదీన 12.30 గంటల తరువాత ఉపరాష్టపతి అవకాశం కల్పించాలని పాక తెలిపారు. ప్రస్తుతం ఉన్న పరిస్థితుల్లో ప్రోటోకాల్ ను గౌరవిస్తూ ఈ ప్రమాణ స్వీకార కార్యక్రమం ఏర్పాటు చేశారన్నారు. దృష్టిలో ఉంచుకుని మొత్తం ఆ రోజున 10 మంది ప్రమాణస్వీకారానికి అవకాశం కల్పించారని, ఈ కార్యక్రమానికి ధిల్లీ వెళుతున్నానని పాక సత్యనారాయణ పేర్కొన్నారు. పాకా సత్యనారాయణకు రాజ్యసభ ఇవ్వటం ఓ సంచలనం: బిజెపి జిల్లా అధ్యక్షులాలు శ్రీదేవిబిజెపి పార్టీ అధిష్టానం సీనియర్ నాయకులు పాక వెంకట సత్యనారాయణ కు ఏకగ్రీవంగా రాజ్యసభ సీటు ఇవ్వటం ఓ సంచలనమని భారతీయ జనతా పార్టీ జిల్లా అధ్యక్షులాలు అయినంపూడి శ్రీదేవి అన్నారు. ఆయన పార్టీ కి 45 సంవత్సరాలుగా సేవలందిస్తూ అంకితభావంతో పనిచేశారని అన్నారు. పార్టీ కోసం నిబంధితతో కష్టపడి పని చేసిన కార్యకర్తలకు ఎలా గుర్తింపు ఉంటుందో అనేది పాకాకు రాజ్యసభ ఇవ్వటం ద్వారా నిరూపితమైందన్నారు. ఇప్పటికే భూపతిరాజు శ్రీనివాస వర్మకు మంత్రి పదవి కూడా ఇవ్వటం.. వీరిద్దరూ నర్సాపురం పార్లమెంటు నియోజకవర్గానికి అదర్చమన్నారు. ఇలా ఇద్దరికి భీమవరం ప్రాంతంలో వదవులు రావడం కార్యకర్తలో చాలా ఉత్సాహంన్ని పెంచిందని, చాలా సంతోషంగా ఉన్నారని అన్నారు. ఈనెల 28వ తేదీన రాజ్యసభ సభ్యునిగా ధిల్లీలో ప్రమాణ స్వీకారం చేస్తున్న సందర్భంగా పార్టీలో పండగ వాతావరణం నెలకొన్నది అన్నారు. జిల్లా పార్టీ తరఫున ఆయనకు శుభాకాంక్షలు తెలుపుతున్నట్లు శ్రీదేవి పేర్కొన్నారు. ఈ సమావేశంలో బిజెపి జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శిలు అల్లారి సాయి దుర్గరాజు, కోమటీ రవికుమార్, జిల్లా మాజీ అధ్యక్షుడు నారిన తాతాజీ, భారతీయ జనతా పార్టీ పట్టణ తూర్పుగా భాగం అధ్యక్షుడు అడబ్లా శివ, అధ్యక్షుడు వచ్చిలిశెట్టి ప్రసాదరావు, మహిళా మోర్చా జిల్లా అధ్యక్షులాలు అల్లారి పద్మ వర్మ, పట్టణ మాజీ అధ్యక్షుడు కాగిత సురేంద్ర, బిజెపి కృష్ణ జిల్లా ఇన్చార్జి ఉన్నమట్ల కపర్తి, దళిత మోర్చా జిల్లా అధ్యక్షుడు ఇంజెటీ వెంకటేశ్వరరూ రాష్ట్ర కార్యవర్గ సభ్యుడు, పెద్దపోలు రాఘవులు, కీటీసీ జిల్లా మోర్చా అధ్యక్షుడు పుల్లాజి, తోట గంగరాజు, లీగల్ సెల్ కస్టినర్ గంగుల ప్రసాద్ తదితర నాయకులు పాల్మానారు.

- × 31 అభివృద్ధి పనులకు మంత్రి టీజి భరత్ శంకుస్థాపనలు
 - × 19 వార్డుల్లో రూ. 12.28 కోట్లలో హాలిక వసతుల కల్పన
 - × వైజాగ్ తరహ కర్యాలును తీర్చిదిద్దుతాం
 - × దశాబ్దాల సమస్యల పరిష్కారానికి ప్రత్యేక దృష్టి
 - × యస్.వి.పి. క్యాంపులో బైపాస్ నిర్మాణానికి శంకుస్థాపన



కర్కాలు, మే 23 (శ్రీవత్క): నగరంలో వౌలిక సదుపాయాల కల్పనకు పెద్దపీట వేస్తున్నామని రాష్ట్ర పరిశ్రమలు, వాణిజ్యం, ఘడ్ ప్రాసెసింగ్ శాఖ తీజీ భరత అన్నారు. పుక్కవారం ఆయన కర్కాలు నియోజకవర్గ పరిధిలోని 19 వార్డుల్లో రూ. 12.28 కోట్ల వ్యయంతో 31 అభివృద్ధి పనులకు శంకుస్థాపనలు చేశారు. 1వ వార్డుల్లో రూ. 4.45 లక్షలతో, 3వ వార్డు రూ. 40 లక్షలతో, 6వ వార్డుల్లో రూ. 35 లక్షలతో, 10వ వార్డుల్లో రూ. 30 లక్షలతో, 14, 15వ వార్డుల్లో రూ. 45 లక్షలతో, 16వ వార్డుల్లో రూ. 18.50 లక్షలతో, 8, 14 వార్డుల్లో రూ. 15 లక్షలతో, 15వ వార్డుల్లో రూ. 30 లక్షలతో, 13వ వార్డుల్లో రూ. 2.22 కోట్లతో, 18వ వార్డుల్లో రూ. 15 లక్షలతో, 23, 24వ వార్డుల్లో రూ. 50 లక్షలతో, 23వ వార్డుల్లో 1.74 కోట్లతో, 43వ వార్డుల్లో రూ. 20 లక్షలతో, 44, 45వ వార్డుల్లో రూ. 50 లక్షలతో 48వ వార్డుల్లో రూ. 95 లక్షలతో, 49వ వార్డుల్లో రూ. 70 లక్షలతో, 42వ వార్డుల్లో రూ. 85 లక్షలతో, 46వ వార్డుల్లో రూ. 1.30 కోట్లతో సిని రహదారులు, డ్రైవేజీ కాలువలు, మరుగుదొడ్డు

మాలక సదువాయాల కల్పనకు పెద్దశేష



విజయవాడ, మే 23,దేశంలో కోవిడ కేసులు పెరుగుతున్న నేపథ్యంల్లో రాష్ట్ర ప్రభుత్వం చర్యలు ప్రారంభించింది. దక్కిణాది రాష్ట్రాల్లో కోవిడ కేసులు నమోదువుతున్న నేపథ్యంలో ఏఫీలో కోవిడ నియంత్రణ కోసం చేపట్టాల్సి చర్యలైపై మార్గదర్శకాలను వైద్య ఆరోగ్య శాఖ జారీ చేసింది. కోవిడ కేసులు పెద్ద సంఖ్యలో నమోదువుతున్న నేపథ్యంలో రాష్ట్ర ప్రభుత్వం అప్రమత్తమైంది దక్కిణాది రాష్ట్రాల్లో కోవిడ కేసులు నమోదు అవుతుండటంతో ముందస్తు చర్యలు చేపట్టింది.దేశంలో మళ్ళీ కోవిడ కేసులు నమోదువుతున్న నేపథ్యంల్లో ఆరోగ్య శాఖ ప్రజలకు పలు సూచనలు జారీ చేసింది. ఆరోగ్య శాఖ అధికారులు ప్రజలకు అవగాహన కల్పించాలని ఉత్తర్వుల్లో పేర్కొన్నారు. ప్రార్థన సమావేశాలు, సామాజిక సమావేశాలు, పార్టీలు, బహిరంగ కార్యక్రమాలు వంటి అన్ని సామూహిక సమావేశాలను తప్పణం నిలిపి వేయాలని పేర్కొన్నారు. రైల్వే స్టేషన్లు, బస్ స్టోండ్లు, విమానాశ్రయాలల్ల అన్ని ఆయాఎఅ-19 ప్రవర్తన నియమావళి పాటించాలని స్పష్టం చేశారు వ్యధులు (60 ఏళ్ల పైబడిన వారు) గర్వించే స్టీల్లను ఖచ్చితంగా ఇంటిలోపలే ఉండాలని సూచించారు. మంచి పరిశుద్ధతను పాటించాలని-క్రమ తప్పకుండా చేతులు కడుక్కేవడం, దగ్గు/తుమ్ములు వచ్చినప్పుడు నోటిస్ కప్పి, పదేపదే ముఖాన్ని తాకడం వంటి పనులు చేయుద్దని సూచించారు. ప్రమాదకర ప్రాంతాలలో మాన్సులు ధరించాలని, రధ్దీ ప్రదేశాలు, తక్కుగాలి ప్రసరణ ఉన్న ప్రదేశంలో ఉంటే, మాన్సు ధరించడం ద్వారా వైరింగ్ వ్యాపిని తగ్గించడంలో సహాయ పదులుండని సూచించారు. కోవిడ సంబంధించి లక్ష్మణాలు ఉంటే వెంటనే పరీక్షించుకోవాలని-ఆయాఎఅ-19 కేసులను ముందుగానే గుర్తించడంలో నిర్దారణ పరీక్ష కీలకంగా ఉంటుందన్నారు. కోవిడ ప్రభావిత దేశాలకు ప్రయాణించిన వ్యక్తికి వరీక్షల చేయించుకోవాలని, సాధారణ లక్ష్మణాలలో లక్ష్మణాలు వ్యక్తిని బట్టి మారుతున్న ఉంటాయని తేలికపాటి నుండి మిత్రున లక్ష్మణాలలో జ్వరం, చలి, దగ్గు అలనట, గొంతు నొప్పి, రుచి లేదా వాసన కోలోపోవడం, తలనొప్పి కండరాలు లేదా శరీర నొప్పులు, ముక్కు కారటం లేదా ముక్కు దిబ్బడి వికారం, వాంతులు లేదా విరేచనాలు ఉంటాయి. ఇలాంటి లక్ష్మణాల గమనించినట్టయితే నిర్దారణ మరియు చికిత్స కోసం సమాపంలోని ఆరోగ్య

సంఖగ్రం బార్స్ ఆడియో వెర్ల్

గుంటూరు, మే 23, ఆలూ లేదు చూలు లేదు కొడుకు పేరు సోమలింగం అన్నాడు ఉంది ఏపీలో వైయస్పార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ నేతల పరిస్థితి. కూటమి అధికారంలో వచ్చి ఏడాది అవతోంది. ఇంకా కూటమికి నాలుగేళ్ళ పదవీకాలం ఉంది. అయిని 2029 ఎన్నికల్లో అధికారంలోకి వచ్చేది తామేనంటూ వైయస్పార్ కాంగ్రెస్ నేతతో ఫీమా వ్యక్తం చేస్తున్నారు. మరికొందర్లతే పలనా పదవి తమదేనంటూ చెప్పుకొస్తున్నారు. మరోవైపు నేతల భార్యలు సైతం పెద్ద పెద్ద పదవులు తమ వేనంటూ బాహారుం చెబుతున్నారు. అసలు రాజకీయాలతో సంబంధం లేని వారు సైతం ఇటువంటి వ్యాఖ్యలు చేస్తున్డడం విశేషం. అయితే తాజాగా మాజీ ఎంపీ నందిగాం సురేం భార్య బేటి లత అయితే.. తనను హోం మంత్రి వైరల్ అవతోంది. తీవ్ర చర్చ దారితీస్తోంది. బాపట్ల మాజీ ఎంపీ నందిగాం సురేణ్ ఇటీవల అరెస్ట్ అయిన సంగతిల్లిసిందే. కూటమి అధికారంలోకి వచ్చిన తర్వాత ఆయనను ఓ హత్యకేసులు అరెస్ట్ చేశారు. సుమారు మూడు నెలల పాటు ఆయన గుంటూరు జైల్లోనే గడిపారా మొన్న ఆ మధ్యన బియల్ వైపు విడుదలయ్యారు. బయటకు రాలేదు. ఆయన అరెస్ట్ అయిన తర్వాత తరచూ జైల్లుకు రావడం, బియల్ ప్రయత్నాలు చేయడం వంటి చేస్తూ వస్తున్నారు. అయితే ఆమె ఓ మహిళ న్యాయవాదితో చేసిన సంభాషణ ఒక సోషల్ మిదియాలో వైరల్ అవతోంది. వచ్చే ఎన్నికల్లో తప్పకుండా వైయస్పార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ గెలుస్తున్దని.. మిారు హోం అలానే అంటున్నారని.. అలా అనడు చాలా ఆనందంగా ఉండని బేటి లత బదులు ఇవ్వడం విశేషం. మాజీ ఎంపీ సురేం తరపున ఆయన కేసులను వాదిస్తున్న ఓ మహిళా న్యాయవాది ఇటీవల ఆయన భాబేటి లతకు భోన్ చేశారట. ఈ సందర్భంగా వారి మాటలు మధ్యలో ఈసారి సురేం బదులుగా బేటి లతకు ఎవ్వుల్సే టికెట్ ఇస్తారని.. ఎమ్ముల్సేగా గిలిచిన తర్వాత రాహోం మంత్రి అవతారంటూ ఆ న్యాయవాది చెప్పినట్లు ఆ ఆడియో లో ఉంది.

వసువుత్తు కార్బూక్యూలాటేర్ ప్రస్తుతి



A portrait of Pawan Kalyan, a man with dark hair and glasses, wearing a white hoodie, sitting at a desk and looking directly at the camera.

నాట్య తీర్మానాన్ని సీగియుద్దు...

కాకినాడ, మే 23, తెలుగుదేశం పార్టీలో అక్కడక్కడ అసంతృప్తులు వినిపిస్తున్నాయి. ముఖ్యంగా మంత్రి

ಬ್ಯಾಂಕ್...ಗೀತಾ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯಂದ್ರಾ...



స్టోర్స్ నువ్వులు

ఆరెంజ్ ఆర్ట్రీ చేతిలార్ ఆర్గెసిబి భవిత్తియ్యా..?



పిఎల్ 2025 సీజన్లో మరో భూటాప్పర్ మ్యాచ్ కు రంగం సిద్ధమైంది. లక్ష్మీ వేదికగా నేడు(శుక్రవారం) జిగీ మ్యాచ్లో రాయల్ ఫాలెంజర్స్ డెంగురు(ఆర్గెసిబి), సన్వీజన్స్ ప్రైదాబాద్ తలపడున్నాయి. ఈ మ్యాచ్ గిలిచి టాప్-2 స్లైన్సు ఖారు చేసుకోవాలని ఆర్గెసిబి భావిస్తుంది. మరోపైపు ఆరెంజ్ అర్ట్రీ పరుపు కోసం పాకులాడుతోంది. గత మ్యాచ్లో లక్ష్మీ సూపర్ జెయింట్సు ఓడించి ఆ జట్లు స్లైప్స్ అప్పు అవకాశాలను దెబ్బతిసిన సన్వీజన్స్ ప్రైదాబాద్.. ఇప్పుడు ఆర్గెసిబి టాప్-2 అవకాశాలను గల్లంతు చేయాలనుకుంటుంది. ఈ క్రమంలోనే ఈ మ్యాచ్ ప్రైదాబాద్ తలపడున్నాయి. రెండు మ్యాచ్లు ఓడించి ఆ జట్లు స్లైప్స్ అప్పు అవకాశాలను దెబ్బతిసిన సన్వీజన్స్ ప్రైదాబాద్.. ఇప్పుడు ఆర్గెసిబి టాప్-2 అవకాశాలను గల్లంతు చేయాలనుకుంటుంది. ఈ క్రమంలోనే ఈ మ్యాచ్ ప్రైదాబాద్ తలపడున్నాయి. రెండు మ్యాచ్లు ఓడించి ఆ జట్లు స్లైప్స్ అప్పు అవకాశాలను దెబ్బతిసిన సన్వీజన్స్ ప్రైదాబాద్.. ఇప్పుడు ఆర్గెసిబి 12 మ్యాచ్లో 8 విజయాలు ఓ మ్యాచ్ రద్దుతో 17 పాయింట్లతో రెండో స్థానంలో కొనసాగుతోంది. సన్వీజన్స్ పై విజయం సాధిస్తే 19 పాయింట్లతో టీబుల్ టాపర్గా నిలుస్తోంది. అప్పుడు లక్ష్మీ మ్యాచ్ గిలిచినా.. రద్దుయా టాప్-2 స్లైప్ ఖారుపడోతోంది. ఓడించి మ్యాచ్ అతర జట్లు ఘటిలాపై అధారపడాల్సి ఉంటుంది. రెండు మ్యాచ్లు గిల్సే మ్యాచ్ ప్రైదాబాద్ తలపడున్నాయి. ఈ మ్యాచ్ గిలిచి టాప్-2 స్లైన్సు ఖారు చేసుకోవాలని ఆర్గెసిబి భావిస్తుంది. మరోపైపు ఆరెంజ్ అర్ట్రీ పరుపు కోసం పాకులాడుతోంది. గత మ్యాచ్లో లక్ష్మీ సూపర్ జెయింట్సు ఓడించి ఆ జట్లు స్లైప్స్ అప్పు అవకాశాలను దెబ్బతిసిన సన్వీజన్స్ ప్రైదాబాద్.. ఇప్పుడు ఆర్గెసిబి టాప్-2 అవకాశాలను గల్లంతు చేయాలనుకుంటుంది. ఈ క్రమంలోనే ఈ మ్యాచ్ ప్రైదాబాద్ తలపడున్నాయి. రెండు మ్యాచ్లు ఓడించి ఆ జట్లు స్లైప్స్ అప్పు అవకాశాలను దెబ్బతిసిన సన్వీజన్స్ ప్రైదాబాద్.. ఇప్పుడు ఆర్గెసిబి 12 మ్యాచ్లో 8 విజయాలు ఓ మ్యాచ్ రద్దుతో 17 పాయింట్లతో రెండో స్థానంలో కొనసాగుతోంది. సన్వీజన్స్ పై విజయం ఉన్నాయి. ఆర్గెసిబి 11 గెలవగా.. మరో మ్యాచ్ ఘలితం తేలలేదు. గత సీజన్లో ఇరు జట్లు వేరో మ్యాచ్ గిలిచాయి. తదని జట్లు (అంపనా)

సన్వీజన్స్ ప్రైదాబాద్ : 1 బ్రావిన్ హెచ్, 2 అభిషేక్ శర్మ, 3 జిప్పాన్ కిషన్ (వికెల్ కీపర్), 4 నితీష్ రెడ్డి, 5 ప్రైఫ్రై క్లాసెన్, 6 అనికేత్ వర్మ, 7 అభినవ్ మనోరామ్, 8 ప్రైట్ కమిస్ (కెప్టెన్), 9 హర్షల్ పట్లే, 10 హర్ష దూజే, 11 జిమ్ మలింగ, 12 జయ్ దుర్గత్.

రాయల్ ఫాలెంజర్స్ డెంగురు: 1 ఫిల్ సాట్, 2 విరాల్ కోప్స్, 3 మయాంక్ అగర్వాల్, 4 రజత్ పాలీదార్ (కెప్టెన్), 5 జిత్ప్రే శర్మ (వికెల్ కీపర్), 6 రొమారియా షెవ్రె, 7 లీమ్ దేవిన్, 8 కృష్ణాల్ పాంధ్య, 9 భువనేశ్వర్ కుమార్, 10 యుష్ దయాల్, 11 లంగి ఎగింగి, 12 సుయుష్ శర్మ

గిలికి మీరీ తీగ్గంచుచోచెం అంటే ఇంటే.. సిరాట్ భాయ్!

పిఎల్ 2025 సీజన్లో భాగంగా గుజరాత్ టైటాన్స్, లక్ష్మీ సూపర్ జెయింట్ మధ్య జరిగిన మ్యాచ్లో ఆస్తీకిర ఘుటన చోటు చేసుకుంది. గుజరాత్ టైటాన్స్ స్టోర్స్ పేసర్, క్లైపర్ బాదా అంటుంది. రెండు మ్యాచ్లు గిల్సే మ్యాచ్ ప్రైదాబాద్ తలపడున్నాయి. లక్ష్మీ విధుంసకర భూటాప్పర్ నికోల్స్ ప్రార్థన ప్రైకంగి దిగారు. సిరాట్ కవ్వింపులకు శ్రూందించిని పూర్వాన.. భూటాప్పర్ బదులిచ్చాడు. ప్రసుతం ఇందుకు సంబంధించిన వీడియో నెట్టింట టైటాన్స్ మారింది. గెలికి మరీ తన్నించుకోవడం అంటే ఇదే.. సిరాట్ భాయ్! అని నెలిఱిను కామెంట్ చేసున్నారు.లక్ష్మీసూపర్ జెయింట్ ఇచ్చింగ్ సంర్ధంగా సిరాట్ వేసిన 16 ఓవర్లలో ఈ ఘుటన చోటు చేసుకుంది. ఈ ఓవర్ల నాలగ్గో బంతించి సిరాట్ ప్రైస్టీర్ సంర్ధంగా అంపై వైట్ ఇచ్చాడు. తర్వాత భాయ్ కు కొనసాగించి కొడా బోస్ప్రీగా వేయడంలో పూర్వక వదిలేసాడు. ఆ తర్వాత పూర్వక సిరాట్ తన మాటలో కవ్వించాడు. సిరాట్ స్టోర్స్ ప్రైకంగి స్పూన్డింగ్ కు పూర్వించాడు. మయ్యాడి రెండు బంతులను, 6, 4గా తరలించి తన భూటాప్పర్ జెయింట్ షయిల్ కిస్ ఇచ్చాడు. సిరాట్ ఇలా స్టోర్స్ ప్రైకంగి దిగడం కొత్తుమా

పిఎల్ 2025 సీజన్లో భాగంగా గుజరాత్ టైటాన్స్, లక్ష్మీ సూపర్ జెయింట్ మధ్య జరిగిన మ్యాచ్లో ఆస్తీకిర ఘుటన చోటు చేసుకుంది. గుజరాత్ టైటాన్స్ స్టోర్స్ పేసర్, క్లైపర్ బాదా అంటుంది. సిరాట్ ఇలా చేసుంటాడు. కొనసాగించి మధ్య మార్కెట్ ప్రైస్ కీపర్ దిగారు. సిరాట్ భాయ్! అని నెలిఱిను కామెంట్ చేసున్నారు.లక్ష్మీసూపర్ జెయింట్ ఇచ్చింగ్ సంర్ధంగా సిరాట్ వేసిన 16 ఓవర్లలో ఈ ఘుటన చోటు చేసుకుంది. ఈ ఓవర్ల నాలగ్గో బంతించి సిరాట్ ప్రైస్టీర్ సంర్ధంగా అంపై వైట్ ఇచ్చాడు. ఆ తర్వాత పూర్వక సిరాట్ ఇచ్చింగ్ కు పూర్వించాడు. మయ్యాడి రెండు బంతులను, 6, 4గా తరలించి తన భూటాప్పర్ జెయింట్ షయిల్ కిస్ ఇచ్చాడు. సిరాట్ ఇలా స్టోర్స్ ప్రైకంగి దిగడం కొత్తుమా

పిఎల్ 2025 సీజన్లో భాగంగా గుజరాత్ టైటాన్స్, లక్ష్మీ సూపర్ జెయింట్ మధ్య జరిగిన మ్యాచ్లో ఆస్తీకిర ఘుటన చోటు చేసుకుంది. గుజరాత్ టైటాన్స్ స్టోర్స్ పేసర్, క్లైపర్ బాదా అంటుంది. సిరాట్ ఇలా చేసుంటాడు. కొనసాగించి మధ్య మార్కెట్ ప్రైస్ కీపర్ దిగారు. సిరాట్ భాయ్! అని నెలిఱిను కామెంట్ చేసున్నారు.లక్ష్మీసూపర్ జెయింట్ ఇచ్చింగ్ సంర్ధంగా సిరాట్ వేసిన 16 ఓవర్లలో ఈ ఘుటన చోటు చేసుకుంది. ఈ ఓవర్ల నాలగ్గో బంతించి సిరాట్ ప్రైస్టీర్ సంర్ధంగా అంపై వైట్ ఇచ్చాడు. ఆ తర్వాత పూర్వక సిరాట్ ఇచ్చింగ్ కు పూర్వించాడు. మయ్యాడి రెండు బంతులను, 6, 4గా తరలించి తన భూటాప్పర్ జెయింట్ షయిల్ కిస్ ఇచ్చాడు. సిరాట్ ఇలా స్టోర్స్ ప్రైకంగి దిగడం కొత్తుమా

పిఎల్ 2025 సీజన్లో భాగంగా గుజరాత్ టైటాన్స్, లక్ష్మీ సూపర్ జెయింట్ మధ్య మార్కెట్ ప్రైస్ కీపర్ దిగారు. సిరాట్ భాయ్! అని నెలిఱిను కామెంట్ చేసున్నారు.లక్ష్మీసూపర్ జెయింట్ ఇచ్చింగ్ సంర్ధంగా సిరాట్ వేసిన 16 ఓవర్లలో ఈ ఘ

ଦେଖିବାରେ କିମ୍ବା କିମ୍ବା କିମ୍ବା



వైన్ తాగితే అందం వెరుగుతుందా?

దీనిలో లిజమెంత?

వైన్ అనేది పులియబెట్టిన ద్రాక్ష నుండి తయారు చేయబడిన మద్య పాసీయం దీని తయారీ ప్రక్రియ చాలా సున్నితవైనది . వైన్ తాగితే అందం పెరుగుతుందనేది ఒక సాధారణ నమ్మకం . కానీ ఇది పూర్తిగా నిజం కాదు వైన్లోని కొన్ని పదార్థాలు చర్యానికి మేలు చేయవచ్చు అనేది నిజమే . ఉదాహరణకు, రెడ్ వైన్లో ఉండే రెస్పూరాట్రాల్ అనే యాంటీ ఆక్సిడెంట్ చర్యాన్ని వృధ్యం నుండి కాపాడుతుంది . రెడ్ వైన్, ఆరోగ్యానికి, అందానికి కొన్ని ప్రయోజనాలను అందిస్తుందని పరిశోధనలు సూచిస్తున్నాయి . వైన్ తాగడం వల్ల అందం పెరుగుతుందని చెప్పడం కంటే, వైన్లోని కొన్ని పదార్థాలు చర్యానికి మేలు చేస్తాయి అని చెప్పడం స్వర్ణంది . “మందబాబులకు గట్టి ఛాకిచిహన తెలంగాణ ప్రభుత్వం” 1. చర్చం ఆరోగ్యం వైన్లో యాంటీఆక్సిడెంట్లు చర్యాన్ని ల్ఫ్రీ రాడికల్స్ నుండి రక్షించి, దాని మెరుగును మెరుగుపరచడంలో సహాయపడతాయి . ఇది కోలాజన్ ఉత్పత్తిని పెంచడంతో చర్చం గట్టి మరియు సజీవంగా కనిపిస్తుంది . రెగ్యులర్గా తక్కువ మోతాదులో వైన్ తీసుకోవడం వల్ల వృధ్యం లక్ష్మణాలు ఆలస్యంగా కనిపించవచ్చని కొన్ని అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి . 2. రక్త ప్రసరణలో మెరుగుదల వైన్ తాగడం వల్ల రక్త ప్రసరణ సజూవుగా ఉండి, చర్యానికి సరిపడిన ఆక్సిజన్ అందేలా చేస్తుంది ఇది సహజంగా చర్చం మెరిసేలా చేస్తుంది . రెడ్ వైన్లోని యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు కొన్ని రకాల క్యాన్సర్లను నిరోధించడంలో సహాయపడతాయి . 3. గుండం

ఉదయాన్వేగండు కట్టిరా నీతిగా తాగితే

మార్కెట్ లో వేరీకించి తిరుగుండడు!!

గోండు కటీరా ఒక సహజమైన పదార్థం, ఇది చెట్ల నుండి వచ్చే ఔషధ రసాయనంగా ప్రసిద్ధి చెందింది. ఇది ముఖ్యంగా వేడి వాతావరణంలో శరీరానికి ఉపశమనం కలిగించడంలో, శరీర ఉష్ణోగ్రతను నియంత్రించడంలో సహాయపడుతుంది. గోండు కటీరా నీటిని ప్రతిరోజు తాగడం ద్వారా అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు పొందవచ్చు. శరీరాన్ని చల్లబరచడం, డిటాక్స్ చేయడం, జీర్జిశక్తి పెంచడం వంటి ప్రయోజనాలతో ఇది ఒక సహజమైన ఆరోగ్యవర్ధక పానీయంగా నిలుస్తుంది.

1. శరీర ఉష్ణోగ్రతను నియంత్రించడం గోండు కటీరా శరీరాన్ని చల్లబరచే గుణాలను కలిగి ఉంటుంది. వేసవికాలంలో దీన్ని తాగడం ద్వారా ఒక్కిడిని తగ్గించడమే కాకుండా, గాలి వేడి నుంచి రక్షణ పొందవచ్చు. ఇది శరీరంలోని వేడి తగ్గించడానికి సహాయపడుతుంది. గోండు కటీరాలో శక్తినిచ్చే సమ్మేళనాలు ఉన్నాయి. ఇది శరీరాన్ని రీప్లోడ్రేట్ చేయడంలో సహాయపడుతుంది. ముఖ్యంగా వ్యాయామం తర్వాత లేదా వేడి వాతావరణంలో శక్తిని తిరిగి పొందడానికి ఇది సహకరిస్తుంది. “శరీరంలో యూరిక్ యూసిడ్ పెంచే కూరగాయలు.. ఎక్కువ తిన్నాలో..?”
2. జీర్జిశక్తి మెరుగుదల గోండు కటీరా నీటిని తాగడం జీర్జిష్టవస్తును మెరుగుపరుస్తుంది. ఇది అజీర్జం, గ్యాన్, మరియు చర్చ నమన్యలను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. ఇది ప్రాభయాలీక్ లక్ష్మణాలతో కూడి ఉండడం వల్ల జీర్జం సాఫీగా జిరిగేలా చేస్తుంది. గోండు కటీరాలో ఉన్న పైబర్ మలబద్ధకాన్ని తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. కడుపు సమస్యలతో బాధపడుతన్న వారు దీన్ని సహజమైన చిట్టగ్రా ఉపయాగించవచ్చు.
3. మధుమేహ నియంత్రణ

ప్రసంగాలు, చట్టనమ్మతంకాని సమాచారాలను ప్రచారం చేయకుండా ఉండటం కోసం ప్రత్యేకంగా 'డిజిటల్ సర్వీస్'ను రూపొందించారు. అదే విధంగా అభ్యంతరకరమైన మాటలు, అబద్ధపు మాటలు, ప్రసంగాలు 24 గంటల్లోనే సోపల్ మిాడియా నుంచి తొలగించడానికి వీలగా 'ఈయహోట్ స్మిచ్ కోడ్'ను రూపొందించారు. జర్జునీలో అభ్యంతరకరమైన అబద్ధపు మాటలు, ప్రసంగాలు 24 గంటల్లోనే సోపల్ మిాడియా నుంచి తొలగించని పక్షంలో పెద్ద మొత్తంలో జరిమానా విధించే విధంగా 'నెట్వర్క్ ఎన్ఫోర్స్ మెంట్ ఆఫ్'ను రూపొందించారు. ఆప్సైలియాలో సోపల్ మిాడియాను నియంత్రించడానికి 'ఆన్లైన్ సెప్టీ ఆఫ్' అమల్లోకి తెచ్చారు. అదేవిధంగా చైనా, సింగపూర్లలో కూడా సోపల్ మిాడియా నియంత్రణకు పట్టిప్పమైన చట్టాలు అమలవుతున్నాయి. ఆయా దేశాలలో ఫేస్బుక్ టైప్టర్, యూట్యూబ్ వంటి సంస్థలన్నీ పైన తెలిపిన చట్టాలకు లోబదే సేవలందిస్తున్నాయి. న దేశంలో ప్రస్తుతం అమలులో ఉన్న సోపల్ మిాడియా చట్టాలు చాలా బలహీనంగా ఉన్నాయి. భారతదేశంలో సోపల్ మిాడియా నియంత్రణకు సంబంధించి 2021లో ఇన్ఫర్మేషన్ పెక్కాలజీ (ఇంటర్వీయిటర్ గైడ్లెన్) అండ్ డిజిటల్ మిాడియా ఎఫ్క్స్ కోడ్) రూల్స్ ఒక చట్టం రూపొందించారు. ఈ చట్టం ప్రకారం ఆన్లైన్లో అసాంఘీకరం అంశాలు, ఉద్రిక్తతలు రెచ్గోట్టే ప్రసంగాలు, చట్టనమ్మతం కానీ సమాచారాలను నియంత్రించాల్సి ఉంది. అయితే ఇందుకు అవసరమైన నిపుణులను, ఇతర సిబ్బందిని ప్రభుత్వాలు తగినంతగా నియమించలేదు. ఈ కారణంగా సోపల్ మిాడియా దారుణంగా దుర్బినియోగం అవుతోంది ముఖ్యంగా ఎన్నికల నమయంలో ఓట్ల నంపాదన, అధికారవేషపరమావధిగా చేయకూడని ప్రచారమంతా చేస్తున్నారు. సోపల్ మిాడియా ఉచితంగా లభించే వేదిక కావడం వల్ల మరింతగా రెచ్చిపోతున్నారు. ఎవరకి వారు ప్రచారం చేసుకొనే నమయంలో తమ గురించి తాము ఎంత గొప్పగా ప్రచారం చేసుకున్నప్పటికీ ఇబ్బంది లేదు, కానీ ఎదుట్ట వ్యక్తుల వ్యక్తిత్వాన్ని హననం చేసే విధంగా కామెంట్ చేయడం జీవితాలను అతలాకుతలం చేస్తోంది. ఎన్నికలలో విజయం సాధించడానికి కొన్ని సంస్థలు రాజకీయ పార్టీలకు ఇచ్చే సూచనలు నీచంగా ఉంటున్నాయి. సోపల్ మిాడియా నియంత్రణకు సంబంధించి ఏ రాష్ట్రానికి ఆ రాష్ట్రం చట్టాలు చేసుకోవడమే కాకుండా దేశం మొత్తంగా అమలయ్యే విధంగా ఒక నియంత్రణ చట్టాన్ని రూపొందించాలి. ఈ మేరకు మేధావులు సాంకేతిక నిపుణుల సహకారం తీసుకోవాలి. ఇదే నమయంలో సోపల్ మిాడియా నియంత్రణకు చాలీచాలని స్థానిక పోలీసులతో కాకుండా నైపుణ్యం కలిగినవారితో ప్రత్యేకంగా పోలీసింగ్ వ్యవస్థను ఏర్పాటు చేయాలి. సోపల్ మిాడియా నియంత్రణకు సంబంధించి ఏ రాష్ట్రానికి ఆ రాష్ట్రం చట్టాలు చేసుకోవడమే కాకుండా దేశం మొత్తంగా అమలయ్యే విధంగా ఒక నియంత్రణ చట్టాన్ని రూపొందించాలి.

జ్యోరం వచ్చినప్పుడు వటన్ తింటువల్లారా..?



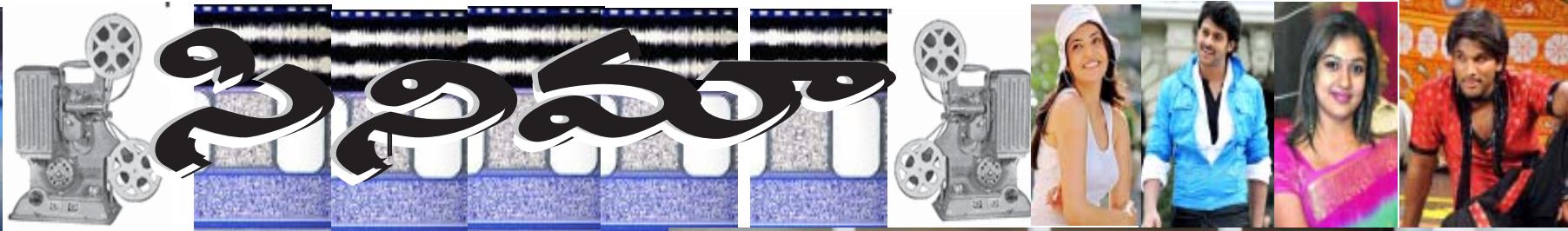
జ్వరం వచ్చినప్పుడు ఏం తినాలి, ఏం తినకూడదు అన్నది చాలామందికి సందేహం. మటన్ లాంటి మాంసాహిరం తినడం వల్ల లాభాలు, నష్టాలు ఏంతో చాలామందికి తెలియదు. సాధారణంగా జ్వరం వచ్చినప్పుడు తేలికగా జీర్ణమయ్యే ఆహారాలను తీసుకోవడం మంచిది. మటన్ లాంటి మాంసాహిరం జీర్ణం కావడానికి కాస్త ఎక్కువ సమయం పడుతుంది. అంతేకాకుండా, జ్వరం వల్ల శరీరం బలహీనంగా ఉన్నప్పుడు మాంసం జీర్ణం కావడం కషమపుతుంది. ఇది జీర్ణ సంబంధిత సమస్యలకు దారితీయవచ్చ. కానీ, ఈ విషయంలో ఒక నిరిష్ట నియమం లేదు. కొంతమంది వైద్య నిపుణులు జ్వరం తీవ్రత, వ్యక్తి ఆరోగ్య పరిస్థితులు బట్టి మాంసాహిరం తీసుకోవడం గురించి వేర్పేరు సలహాలు ఇస్తారు. ప్రయోజనాలు: మటన్లో ప్రోటీన్లు ఎక్కువగా ఉంటాయి. జ్వరం వల్ల శరీరం బలహీనపడినప్పుడు, ఈ ప్రోటీన్లు శరీరాన్ని తిరిగి బలహీనపేతం చేయడానికి సహాయపడతాయి. మటన్లో ఐరన్ పుష్టలంగా ఉంటుంది. జ్వరం వల్ల రక్తహీనత వచ్చే అవకాశం ఉంటుంది. ఈ సమయంలో ఐరన్ శరీరానికి చాలా అవసరం. మటన్లో విటమిన్ బి12, జింక్ పంటి ఇతర ముఖ్యమైన పోవకాలు కూడా ఉంటాయి. ఇవి శరీరరోగ నిరోధక శక్తిని పెంచడానికి సహాయపడతాయి. “చికెన్: కోడి మాంసాన్ని పొపు నుంచి తెచ్చాక కడగకూడదా? వాప్సి చేస్తే ప్రమాదమా? మరి ఎలా వండాలి?” నష్టాలు: జ్వరం వచ్చినప్పుడు జీర్ణ వ్యవస్థ బలహీనంగా ఉంటుంది. మటన్ లాంటి భారీ ఆహారాన్ని జీర్ణించుకోవడం కష్టం కావచ్చు. ఇది జీర్ణ సమస్యలకు దారితీయవచ్చ. కొంతమందికి మటన్ తినడం వల్ల జ్వరం మరింత పెరగవచ్చు. ఎందుకంటే మటన్ శరీర ఉష్ణోగ్రతను పెంచే గుణం కలిగి ఉంటుంది. మటన్లో కొవ్వు శాతం ఎక్కువగా ఉంటుంది. జ్వరం వచ్చినప్పుడు కొవ్వు శాతం ఎక్కువగా ఉండే ఆహారాన్ని తినడం మంచిది కాదు. ముగింపు: జ్వరం వచ్చినప్పుడు మటన్ తినాలా వద్ద అనే నిర్ణయం వ్యక్తి ఆరోగ్య పరిస్థితులు, జ్వరం తీవ్రత, వైద్యుని సలహా ఆధారంగా తీసుకోవాలి. సాధారణంగా తేలికపాటి ఆహారాలను తీసుకోవడం మంచిది. గమనిక: ఈ సమాచారం కేవలం సాధారణ సమాచారం కోసం మాత్రమే. ఏదైనా ఆరోగ్య సమస్య ఉన్నప్పుడు వైద్యుని సలహా తీసుకోవడం చాలా ముఖ్యం.

ପ୍ରାଚୀଣ ପୁଣ୍ୟ ଅଧିକଠା ତିର୍ଯ୍ୟକରାରେ ? କାହୁନ୍ତିର,

గుండి పోటు స్వమీగ్న్యలను కఱి తెచ్చుకున్నాటే?

ప్రాజెన్ ఘడ్స్ (ఈతీసీబివి ఈసీసీటబి) అనేవి నేటి శ్రామిక జీవితంలో సాలభ్యంగా తినదగిన ఆహారంగా మారాయి. ఇవి తక్కువ సమయం తీసుకొని సులభంగా తయారవుతాయి. కాబట్టి అందరి జీవితాలలో సాధారణంగా మారాయి. అయితే, ప్రాజెన్ ఘడ్స్ ఎక్కువగా తినడం అనారోగ్య సమస్యలకు దారితీస్తుంది. ప్రాసెన్ చేయబడిన విధానం, రసాయనాలు, సింధటిక్ పదార్థాల వల్ల వీటి ప్రభావం శరీరానికి దీర్ఘకాలికంగా హనికరంగా ఉంటుంది. 1. అధిక సోడియం ప్రాజెన్ ఘడ్స్ ను నిల్వ చేసేందుకు అధిక ఉప్పు (సోడియం)ను ఉపయోగిస్తారు. ఈ అధిక సోడియం కారణంగా రక్తపోటు (బిపీ) పెరగడం, గుండె సంబంధిత సమస్యలు రావడం వంటి సమస్యలు ఉత్పన్నమవుతాయి. దీర్ఘకాలికంగా వీటిని తరచూ తినడం గుండెపోటు ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది. “వాము ఇచ్చే అద్భుత ప్రయోజనాలు తెలిస్తే వామ్యు అనాల్చిందే!” 2. జీర్జు సంబంధిత సమస్యలు ప్రాజెన్ ఘడ్స్లో రసాయన పదార్థాలు, ప్రిజ్యోటిప్ప్స్ ఎక్కువగా ఉంటాయి. ఇవి జీర్జువ్హవస్థ మిాద ప్రతికూల ప్రభావం చూపించవచ్చు. షైబర్ లేకపోవడం వల్ల అజీర్జం, జీర్జాశయ సమస్యలు కలుగుతాయి. 3. కొల్పొల్ పెరుగుదల ప్రాజెన్ ఘడ్స్లో అధిక కావ్వు, ప్రాసెన్ చేసిన నూనెలు ఉపయోగిస్తారు. ఇవి మంచికాల్పొట్టుల్ (డ్యూఅబ్) తగ్గించి, చెడు కొల్పొల్స్థాయిని పెంచుతాయి. దీని వల్ల గుండె సంబంధిత వ్యాధులు వచ్చే అవకాశం ఉంటుంది. 4. బరువు పెరగడం ప్రాజెన్ ఘడ్స్లో అధిక క్యాలెరిలు, చక్కర, ప్రాసెన్ చేసిన కార్బోప్లైట్టెట్లు ఉంటాయి. ఇవి క్రమంగా బరువు పెరగడానికి దారితీస్తాయి. ఫోస్ట్ ఘడ్స్ తరహాలో ఉన్న ఈ ఆహారం తరచూ తింటే ఒబేసిటీ రిస్క్ ఎక్కువగా ఉంటుంది. “సీతాఫలాలు వీళ్ళు అనలేతినొద్దు. దేంజర్!” 5. డయాబెటిన్ ప్రమాదం ప్రాజెన్ ఘడ్స్లో అధికంగా చక్కరను ఉపయోగిస్తారు. ఇవి రక్తంలోని గూడుకోజ్ స్థాయిని పెంచడం ద్వారా టైప్ 2 డయాబెటిన్ వచ్చే ప్రమాదాన్ని పెంచుతాయి. ప్రాజెన్ ఘడ్స్ తయారీ ప్రక్రియలో పోషకాలు దెబ్బతింటాయి. విటమిన్లు, ఖనిజాలు వంటి పోషిక పదార్థాలు తగ్గిపోతాయి. దీని వల్ల శరీరం అవసరమైన పోషికతను పొందలేకపోవడం అనారోగ్యానికి దారితీస్తుంది. 7. క్యాస్టర్ ముఖ్య ప్రాజెన్ ఘడ్స్లో ఉపయోగించే కొన్ని ప్రిజ్యోటిప్ప్స్ (బీవు) కలపులు, సోడియం సైట్రెట్ వంటి రసాయనాలు దీర్ఘకాలంలో క్యాస్టర్ ప్రమాదాన్ని పెంచుతాయి. ముఖ్యంగా ప్రాసెన్ చేసిన మాంసం కలిగిన ఘడ్స్ విషయంలో ఇది ఎక్కువగా కనిపిస్తుంది. 8. హారోఫ్స్ అనమతుల్యత ప్రాజెన్ ఘడ్స్లో ఉపయోగించే కొన్నిరకాల రసాయనాలు, ఆర్ట్రిఫిషియల్ ఫ్లైవర్స్ హారోఫ్స్ అనమతుల్యతకు దారితీస్తాయి. ఇది ముఖ్యంగా పెరుగుతున్న పిల్లల శరీరాభివృద్ధిద్యై ప్రతికూల ప్రభావాన్ని చూపిస్తుంది. “అర్థరాత్రి వరకు మేల్చూటున్నారా? నిద్ర తగ్గే ఎంత దేంజర్ తెలుసా?” అరోగ్యకరమైన ప్రత్యామ్నాయాలు గృహంలో తయారుచేసిన తాజా ఆహారం తీసుకోవడం ఆరోగ్యానికి మంచిది. తక్కువ ప్రాసెన్ చేసిన ఆహారం ఎంపిక చేసుకోవాలి. ప్రాజెన్ ఘడ్స్ కొనుగోలు చేసేమందు వాటి పోషక సమాచారం చదవడం అలవాటు చేసుకోవాలి. పండ్లు, కూరగాయలు, తేలికపాటి ధాన్యాలు వంటి ఆరోగ్యకర ఆహారాన్ని మిా ఆహారంలో చేర్చుకోవాలి. ప్రాజెన్ ఘడ్స్ అందుబాటులో సులభమైనవి అయినప్పటికీ, ఎక్కువగా తినడం ఆరోగ్యంపై దుష్పుభావాలు చూపిస్తుంది. దీన్ని పరిమితంగా తీసుకోవడం, పోషికమైన ఆహారం కోసం కృషి చేయడం చాలా ముఖ్యం.





నయన్ అప్పుడే మరో అవకాశం..?

కోల్పుడ్ స్టార్ హీరోయిన్ నయనతార ఈమ్ రు కూడా శాం కోల్పుయట్లు అనిపించించామ్ తిరిగి వరుస ఛాన్స్ లు అందుకుంటుంది. తమిళ్ లోనే కాదు తెలుగులో కూడా నయన్ తిరిగి అవకాశాలు అందుకుంటుంది. మొస్టర్ చిరంజివి అలీర్ రాబిష్టాడి కాంబినేషన్ సినిమాలో నయనతార హీరోయిన్ గా లాక్ అయ్యంది. ఆ సినిమా ఓకే అవ్యాప్తమే అలస్యం నయనతారికి తెలుగులో మళ్ళీ వరుస ఛాన్స్ లు వస్తువుట్లు తెలుస్తుంది. మొగా 157 ఆఫర్ అందుకున్న అమ్మడు ఆ సినిమా లో ఆన్ బోర్డు అని అన్నాన్ చేయడమే అలస్యం మరీ ఆఫర్ కూడా అమ్మడికి వచ్చినట్టు తెలుస్తుంది. ఒక క్రేస్ స్టార్ హీరో సినిమాలో నయనతార ని హీరోయిన్ గా తీసుకోవాలని అనుకుంటువుట్లు తెలుస్తుంది. నయనతార కూడా ఆ మేకర్స్ కి గ్రెం సిగ్రూల్ ఇభ్రిస్టు తెలుస్తుంది. ఐతే ఆ ప్రాజెక్ట్ ఏంటి దాని విపరాలు మాత్రం బయటక రాలేదు. తమిళ్ లో స్టార్ గా కొనసాగుతున్న ట్రైల్ లో కూడా తెలుగు ఆఫర్ను కాదనుకుండా చేస్తూ వచ్చింది నయనతార. మన స్టార్ అయిన ప్రభాన్, ఎన్ టీ ఆర్ లతో కలిసి వసిచేసిన నయనతార సినియర్ స్టార్ చిరంజివి బాలకృష్ణ వెంకటేం నాగార్జునలతో కలిసి నటించింది. ఐతే కొన్నాళ్ళగా తెలుగు సినిమాలకు దూరంగా ఉన్న ఈ అమ్మడు మళ్ళీ చిరు సినిమాతో రీ ఎంట్రీ ఇస్తుంది. ఐతే చిరు సినిమా ఇలా సైన్ చేసిందో లేదో మరో అవకాశం కూడా అమ్మడి తలపు త్థిందని తెలుస్తుంది. దేంజర్లో స్టార్ హీరో! నయనతార మో సినిమాతో పాటు చేయస్తున్న ఆ సెక్ష్ట్ సినిమా ఏది అ ఛాన్స్ ఎవర అందుకుంటున్నారు అన్నది తెలియాలి ఉంది. ఐతే ఓ వక్క కోల్పుడ్ లో కూడా తన ఛాం ఏమాత్రం తగ్గకుండా కొనసాగిస్తుంది నయనతార. లేదీ సూపర్ స్టార్ ట్ర్యాన్ కి న్యాయం చేస్తా నయన్ చేస్తుస్తూ సినిమాలు వాటి ఘనితాలు అమె



ఛాన్స్ ని సూపర్ సెట్టెస్ చేస్తున్నాయి. మరి నయన్ దూకుడు చూస్తుంచే మళ్ళీ తెలుగు తమిళ్ లో అదరగాట్టేదుకు సిద్ధించుతుండనిపిస్తుంది. నయన్ తమిళ్ లో కూడా రెండు సినిమాలు చేస్తుంది. వాలీతో కూడా మరోసారి తన స్టామినా చూపించాలని ఫీక్స్ ఆయ్యంది. ఐతే నయన్ తెలుగు రీ ఎంట్రీ ఆపె ఛాన్స్ కి సూపర్ జోవ్ అందిస్తుంది.



OFFICIAL TRAILER

కవక్ పేజైట్ శ్రీలీల కవియంపులు

తెలుగు సినిమా ఇండ్స్ట్రీలో 'పెళ్ళి సందర్భి' సినిమాతో అడుగు పెళ్లిన మధ్యగుమ్మ శ్రీలీల. తెలుగు మాలాలు ఉన్న తెలుగు అమ్మాయి కాపరాంతో శ్రీలీలకు టాలీవుడ్లో పెళ్ళ సినిమాల్లో నలిచే అవకాశాలు రాకాలేవు అని అంతా అనుకున్నారు. కానీ శ్రీలీల తెలుగు అమ్మాయి అయినప్పటికీ పుట్టి పెరిగింది ఎక్కువ శాత బయట రాప్టోల్ కనుక లక్కో ఆమెకు తెలుగు అమ్మాయి అనే ముద్ర పడలేదు. దాంతో టాలీవుడ్లో టాప్ హీరోలకు జోడీగా నలించే అవకాశాలు రక్కుతున్నాయి. గత ఏవాది ఏకంగా సూపర్ స్టార్ మహేష్ బాబుతో కలిసి గుంటూరు కారం సినిమాతో ప్రైక్సుల ముండుకు వచ్చింది. ఆ సినిమా నిరాశ పరచినా శ్రీలీలకు ల్యేజ్ పెరిగింది. ధమకా విజయంతో శ్రీలీల చాలా సినిమా ఆఫర్సు సాంతం చేసుకుంది. టాలీవుడ్లో ఒకానకా సమయంలో ఏకంగా సూపర్ స్టార్ మహేష్ బాబుతో కలిసి గుంటూరు కారం సినిమాతో ప్రైక్సుల ముండుకు వచ్చింది. ఆ సినిమా నిరాశ పరచినా శ్రీలీలకు ల్యేజ్ పెరిగింది. ధమకా విజయంతో శ్రీలీల చాలా సినిమా ఆఫర్సు సాంతం చేసుకుంది. సినిమాతో చాలా జోడీగా ఉండే శ్రీలీల మౌడియాలో తన ఫాలోవర్స్కి పుల్ కిక్ ఇస్తూ ఉంటుంది. తాజగా ప్రమం పస్యాజెన్ ఎల్ కవర్ పేజ్ పై ఎక్కింది. ఎల్ మే 2025 ఎడిషన్ కవర్ పేజ్ పై శ్రీలీల చాలా అందుగా కనిపిస్తుంది. కవర్ కి అందం తెల్పిందని, ఎల్ మంది హీరోయిన్ కవర్ ఫాలోవర్స్ ఇస్తూ ఇచ్చిన శ్రీలీల ఫాటోలు చాలా స్పెషల్ అస్ట్రోస్ టాక్ వినిపిస్తుంది. ఎల్ మే 2025 ఎడిషన్ కవర్ పేజ్ పై శ్రీలీల చాలా అందుగా కనిపిస్తుంది. కవర్ కి అందం తెల్పిందని, ఎల్ మంది హీరోయిన్ కవర్ ఫాలోవర్స్కి పుల్ కిక్ ఇస్తూ ఉంటుంది. తాజగా ప్రమం పస్యాజెన్ ఎల్ కవర్ పేజ్ పై ఎక్కింది. ఎల్ మే 2025 ఎడిషన్ కవర్ పేజ్ పై శ్రీలీల చాలా అందుగా కనిపిస్తుంది. కవర్ కి అందం తెల్పిందని, ఎల్ మంది హీరోయిన్ కవర్ ఫాలోవర్స్ ఇస్తూ ఇచ్చిన శ్రీలీల ఫాటోలు చాలా స్పెషల్ అస్ట్రోస్ టాక్ వినిపిస్తుంది. ఎల్ మే 2025 ఎడిషన్ కవర్ పేజ్ పై శ్రీలీల చాలా అందుగా కనిపిస్తుంది. కవర్ కి అందం తెల్పిందని, ఎల్ మంది హీరోయిన్ కవర్ ఫాలోవర్స్కి పుల్ కిక్ ఇస్తూ ఉంటుంది. తాజగా ప్రమం పస్యాజెన్ ఎల్ కవర్ పేజ్ పై ఎక్కింది. ఎల్ మే 2025 ఎడిషన్ కవర్ పేజ్ పై శ్రీలీల చాలా అందుగా కనిపిస్తుంది. కవర్ కి అందం తెల్పిందని, ఎల్ మంది హీరోయిన్ కవర్ ఫాలోవర్స్ ఇస్తూ ఇచ్చిన శ్రీలీల ఫాటోలు చాలా స్పెషల్ అస్ట్రోస్ టాక్ వినిపిస్తుంది. ఎల్ మే 2025 ఎడిషన్ కవర్ పేజ్ పై శ్రీలీల చాలా అందుగా కనిపిస్తుంది. కవర్ కి అందం తెల్పిందని, ఎల్ మంది హీరోయిన్ కవర్ ఫాలోవర్స్కి పుల్ కిక్ ఇస్తూ ఉంటుంది. తాజగా ప్రమం పస్యాజెన్ ఎల్ కవర్ పేజ్ పై ఎక్కింది. ఎల్ మే 2025 ఎడిషన్ కవర్ పేజ్ పై శ్రీలీల చాలా అందుగా కనిపిస్తుంది. కవర్ కి అందం తెల్పిందని, ఎల్ మంది హీరోయిన్ కవర్ ఫాలోవర్స్ ఇస్తూ ఇచ్చిన శ్రీలీల ఫాటోలు చాలా స్పెషల్ అస్ట్రోస్ టాక్ వినిపిస్తుంది. ఎల్ మే 2025 ఎడిషన్ కవర్ పేజ్ పై శ్రీలీల చాలా అందుగా కనిపిస్తుంది. కవర్ కి అందం తెల్పిందని, ఎల్ మంది హీరోయిన్ కవర్ ఫాలోవర్స్కి పుల్ కిక్ ఇస్తూ ఉంటుంది. తాజగా ప్రమం పస్యాజెన్ ఎల్ కవర్ పేజ్ పై ఎక్కింది. ఎల్ మే 2025 ఎడిషన్ కవర్ పేజ్ పై శ్రీలీల చాలా అందుగా కనిపిస్తుంది. కవర్ కి అందం తెల్పిందని, ఎల్ మంది హీరోయిన్ కవర్ ఫాలోవర్స్ ఇస్తూ ఇచ్చిన శ్రీలీల ఫాటోలు చాలా స్పెషల్ అస్ట్రోస్ టాక్ వినిపిస్తుంది. ఎల్ మే 2025 ఎడిషన్ కవర్ పేజ్ పై శ్రీలీల చాలా అందుగా కనిపిస్తుంది. కవర్ కి అందం తెల్పిందని, ఎల్ మంది హీరోయిన్ కవర్ ఫాలోవర్స్కి పుల్ కిక్ ఇస్తూ ఉంటుంది. తాజగా ప్రమం పస్యాజెన్ ఎల్ కవర్ పేజ్ పై ఎక్కింది. ఎల్ మే 2025 ఎడిషన్ కవర్ పేజ్ పై శ్రీలీల చాలా అందుగా కనిపిస్తుంది. కవర్ కి అందం తెల్పిందని, ఎల్ మంది హీరోయిన్ కవర్ ఫాలోవర్స్కి పుల్ కిక్ ఇస్తూ ఉంటుంది. తాజగా ప్రమం పస్యాజెన్ ఎల్ కవర్ పేజ్ పై ఎక్కింది. ఎల్ మే 2025 ఎడిషన్ కవర్ పేజ్ పై శ్రీలీల చాలా అందుగా కనిపిస్తుంద