www.toliadugudaily.com
www.epaper.toliadugudaily.com

తొలిఅడుగు

తెలుగు దిన పత్రిక

హైదరాబాద్ | సంపుటి : 01 | సంచిక : 130 | మంగళవారం | 25- 03 - 2025 | ఎడిటర్ : పి. జయరాం | పేజీలు : 8 | వెల : 4

అమీన్ పూర్, బొల్లారం పోలీసు స్టేషన్ లను ఆకస్మిక తనిఖీ

3

నిందితుడి ఇంటిపై బుల్డోజర్ చర్య

☐ సోషల్ మీడియాలో వదంతులు వ్యాప్తి చేయడంతో ఉద్రిక్తత

తొలిఅడుగు, ఇంటర్నెట్ డెస్క్: మహారాష్ట్రలోని నాగ్‌పూర్‌లో ఇటీవల చోటుచేసుకున్న హింసాత్మక ఘటనలకు కారకుడైన ప్రధాన నిందితుడు ఫహీమ్‌ఖాన్‌కు చెందిన అక్రమ నిర్మాణాలపై ప్రభుత్వం చర్యలు చేపట్టింది. నాగ్‌పూర్ మున్సిపల్ శాఖ అధికారులు సోమవారం ఉదయం అతడి 2

రాజకీయాల్లో ప్రయాణం చాలా కఠినంగా ఉంటుంది

- ఆయనకు మంచి జరగాలని కోరుకుంటున్నా.. - విజయ్ పార్టీపై పవన్ ఆసక్తికర వ్యాఖ్యలు

తొలిఅడుగు, అమరావతి : ఏపీ డిప్యూటీ సీఎం, జనసేన అధినేత పవన్ కల్యాణ్ ఇటీవల ఓ తమిళ మీడియా ఛానెల్‌కు ఇంటర్వ్యూ ఇచ్చారు. ఇందులో భాగంగా దళపతి విజయ్ టీవీకే పార్టీ ప్రస్తావన వచ్చింది. విజయ్ రాజకీయాల్లో దూకుడు పెంచారు... మీరు ఆయన పార్టీని గమనిస్తున్నారా? అని జనసేనానిని యాంకర్ ప్రశ్నించారు. ఈ ప్రశ్నకు పవన్ బదులిచ్చారు. "నేను ప్రత్యేకంగా దృష్టిసారించలేదు. విజయ్ పార్టీ గురించి వాళ్లు, వీళ్లు మాట్లాడుకుంటుంటే విన్నాను. ఆయన అంటే నాకు చాలా గౌరవం. ఒకే ఒక్కసారి కలిశాం. రాజకీయాల్లో ప్రయాణం చాలా కఠినంగా ఉంటుంది. ఓపిక, సహనం ఉండాలి. ఆయనకు అంతా మంచి జరగాలని కోరుకుంటున్నా" అని పవన్ చెప్పారు. దీంతో ఈ ఇంటర్వ్యూకు సంబంధించిన వీడియో ప్రస్తుతం నెట్టింట వైరల్ అవుతోంది. విజయ్ అభిమానులతో పాటు జనసైనికులు తెగ షేర్ చేస్తున్నారు.

ఇక అలాంటి పనులు చేయను

ఇకపై బెట్టింగ్ లు ప్రమోట్ చేయనని వ్యాఖ్య

తొలిఅడుగు, డెస్క్ : ఆన్ లైన్ బెట్టింగ్ ను ప్రమోట్ చేశారనే కేసులో వైసీపీ నాయకురాలు, యాంకర్ శ్యామల పోలీసు విచారణకు హాజరయ్యారు. హైదరాబాద్ పంజాగుట్ట పోలీస్ స్టేషన్ లో శ్యామలను పోలీసులు 2

వారంలో విస్తరణ!

- ☐ రాష్ట్ర మంత్రివర్గంలోకి నలుగురికి అవకాశం
- ☐ రేసులో సుదర్శన్‌రెడ్డి, రాజగోపాల్, వివేక్, వాకిటి శ్రీహరి
- ☐ పలువురి శాఖల్లోనూ భారీగా మార్పులు!
- ☐ క్యాబినెట్‌పై ఇదే చివరి భేటీ అంటున్న మహేశ్ కుమార్
- ☐ లంబాడాల నుంచి ఒకరికి డిప్యూటీ స్పీకర్ అవకాశం?

తొలిఅడుగు, న్యూఢిల్లీ : తెలంగాణ మంత్రివర్గ విస్తరణ ఎట్టకేలకు కొలిక్కి వచ్చినట్టు తెలుస్తోంది. ఈ నెలాఖరులోగా మంత్రివర్గ కూర్పు పూర్తయ్యే అవకాశముందని కాంగ్రెస్ పార్టీ వర్గాల ద్వారా తెలిసింది. సోమవారం ఢిల్లీలోని ఏఐసీసీ ప్రధాన కార్యాలయంలో కాంగ్రెస్ అగ్రనేతలు మల్లికార్జున ఖర్గే, రాహుల్‌గాంధీ, కేసీ వేణుగోపాల్‌తో ముఖ్యమంత్రి రేవంత్‌రెడ్డి, ఉప ముఖ్యమంత్రి భట్టి విక్రమార్క, మంత్రి ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి, పీసీసీ అధ్యక్షుడు మహేశ్ కుమార్ గౌడ్ సుదీర్ఘంగా భేటీ అయ్యారు. సాయంత్రం 6.30 గంటలకు మహేశ్ కుమార్ గౌడ్ ఏఐసీసీ కార్యాలయానికి వెళ్లగా, 7 గంటల సమయంలో ముఖ్యమంత్రి, ఉప ముఖ్యమంత్రి ఒకేసారి అక్కడికి చేరుకున్నారు. ఉత్తమ్ ఆలస్యంగా వెళ్లి, అందరి కంటే ముందే బయటికి వచ్చేశారు. రెండు గంటలకు పైగా జరిగిన ఈ సమావేశంలో ఎప్పటి 2

పార్లమెంట్‌లో అరకు కాఫీ స్టాల్ ప్రారంభం

తొలిఅడుగు, న్యూఢిల్లీ : ఇకపై పార్లమెంట్‌లో ఎంపీలంతా ఇకపై అరకు కాఫీని టేస్ట్ చెయ్యొచ్చు.. ఇందుకోసం సోమవారం క్యాంటీన్ సంగం-1లో అరకు కాఫీ స్టాల్‌ను పార్లమెంటరీ వ్యవహారాల మంత్రి కిరణ్ రిజిజు ప్రారంభించారు.. కేంద్ర గిరిజన శాఖ మంత్రి జువల్ ఓరం, పౌర విమానయాన 2

తిరుమలలో ఈ రూల్స్ పాటించాల్సిందే

తొలిఅడుగు, తిరుమల: తిరుమల తిరుపతి దేవస్థానం చైర్మన్ బీఆర్ నాయుడు అధ్యక్షతన టీటీడీ పాలకమండలి ఇవాళ(సోమవారం) సమావేశం అయింది. ఈ సమావేశంలో పలు 2

తెలంగాణ హైకోర్టులో గ్రూప్-1 అభ్యర్థుల పిటిషన్

2

తెలుగు రాష్ట్రాలకు హెచ్చరిక

తొలిఅడుగు, హైదరాబాద్ : గత కొద్దిరోజుల నుంచి వాతావావరణంలో పెను మార్పులు చోటుచేసుకుంటున్నాయి. వారం రోజుల ముందు వరకు ఎండలు దంచికొట్టాయి. 40 డిగ్రీలకుపైనే ఎండలు పెట్టాయి. కానీ, ఇప్పుడు మాత్రం ఎండలు బాగా తగ్గాయి. అప్పుడప్పుడు వర్షాలు కూడా పడుతున్నాయి. అకాల వర్షాల కారణంగా రైతులు అల్లాడిపోతున్నారు. పంటనష్టం సంభవిస్తోంది. ఈ నేపథ్యంలోనే భారత వాతావరణ శాఖ తెలుగు రాష్ట్రాల ప్రజలకు హెచ్చరికలు జారీ చేసింది. వచ్చే మూడు రోజులు తెలుగు రాష్ట్రాల్లో పలు చోట్ల భారీ వర్షాలు పడే అవకాశం ఉందని తెలిపింది. అంతేకాదు.. తెలంగాణ వ్యాప్తంగా ఈ రోజు వర్షం పడే అవకాశం ఉందని వెల్లడించింది. అసిఫాబాద్, మంచిర్యాల, జగిత్యాల, సిరిసిల్ల, కరీంనగర్, భూపాలపల్లి, ములుగు, భద్రాద్రి, ఖమ్మం, నల్గొండ, వరంగల్, జనగామ, సిద్దిపేట, రంగా రెడ్డి, 2

ఏపీలో క్యాన్సర్ కేసులపై ఆరా

ఏపీ వ్యాప్తంగా భలబద్రపురంలో అత్యధిక క్యాన్సర్ కేసులు నమోదు

తొలిఅడుగు, అమరావతి : క్యాన్సర్ వ్యాధి కేసులు ఎక్కువగా నమోదవుతున్న తూర్పుగోదావరి జిల్లా బిక్కవోలు మండలం బలభద్రపురంలో ఇంటింటి సర్వే, వైద్యశిబిరాలు కొనసాగుతున్నాయి. ప్రభుత్వం ఎప్పటికప్పుడు ఈ కేసులపై ఆరా తీస్తుంది. ఇందుకు సంబంధించి మంత్రి సత్యకుమార్ యాదవ్ మీడియాతో మాట్లాడారు. ఏపీ వ్యాప్తంగా భలబద్రపురంలో అత్యధిక క్యాన్సర్ కేసులు నమోదు అవుతున్నాయని అనపర్తి ఎమ్మెల్యే అసెంబ్లీలో పేర్కొన్నారని మంత్రి సత్యకుమార్ యాదవ్ చెప్పారు. దీంతో వెంటనే 31 మెడికల్ టీంలను అక్కడికి పంపామని అన్నారు. నాన్ కమ్యూనికబుల్ 3.0 సర్వేలో భాగంగా నాన్ కమ్యూ 2

నిందితుడి ఇంటిపై బుల్డోజర్ చర్య

మొదటిపేజీ తరువాయి

నివాసంతో పాటు ఇతర నిర్మాణాలను బుల్డోజర్‌తో కూల్చివేశారు. ఈ అక్రమ నిర్మాణాలకు సంబంధించి ఇదివరకే నోటీసులు జారీ చేశామని, నిబంధనలకు విరుద్ధంగా నిర్మించినందువల్లే ఈ చర్యలు తీసుకుంటున్నట్లు అధికారులు వెల్లడించారు. మార్చి 17న నాగపూర్‌లో కొందరు వ్యక్తులు మతపరమైన వ్యాఖ్యలు చేయడంతో రెండు వర్గాల మధ్య ఘర్షణ చోటుచేసుకుంది. అనంతరం, మతపరమైన వస్తువులను దగ్ధం చేసినట్లు కొందరు సామాజిక మాధ్యమాల్లో తప్పుడు సమాచారం వ్యాప్తి చేయడంతో ఉద్రిక్తత నెలకొందని అధికారులు తెలిపారు. ఈ తప్పుడు వదంతుల కేసులో ఫహీమ్‌ఖాన్‌తో సహా ఆరుగురిపై దేశద్రోహం కేసు నమోదు చేశారు. సైబర్ విభాగం నమోదు చేసిన నాలుగు ఎఫ్ఐఆర్‌లలో వీరి పేర్లు ఉన్నాయి. ఇప్పటివరకు 200 మంది నిందితులను గుర్తించామని, మరో వెయ్యి మందిని సీసీటీవీ కెమెరాల ద్వారా గుర్తించే పనిలో ఉన్నామని ఓ సీనియర్ పోలీసు అధికారి తెలిపారు.

ఇక అలాంటి పనులు చేయను

మొదటిపేజీ తరువాయి

దాదాపు రెండున్నర గంటలకు పైగా విచారించారు. విచారణ ముగిసిన అనంతరం మీడియాతో శ్యామల మాట్లాడుతూ... బెట్టింగ్ ను ఇకపై ప్రమోట్ చేయనని చెప్పారు. బాధ్యతగల పౌరురాలిగా ఇలాంటి వాటికి దూరంగా ఉంటానని చెప్పారు. బెట్టింగ్ యాప్స్ ద్వారా ప్రాణాలు కోల్పోయిన వారి లోటును ఎవరూ భర్తీ చేయలేరని అన్నారు. బెట్టింగ్ లకు పాల్పడటం, బెట్టింగ్ యాప్స్ ను ప్రమోట్ చేయడం తప్పేనని శ్యామల చెప్పారు. తాను చట్టాన్ని గౌరవిస్తానని... విచారణకు పూర్తిగా సహకరిస్తానని తెలిపారు. కేసు కోర్టు పరిధిలో ఉన్నందున... మాట్లాడటం సరికాదని చెప్పారు.

ఏపీలో క్యాన్సర్ కేసులపై ఆరా

మొదటిపేజీ తరువాయి

నిరబుల్ డీసీజ్ క్యాన్సర్ స్క్రీని ంగ్ మొదలు పెట్టామని చెప్పారు. ఇప్పటి వరకూ కోటి 93 లక్షల మందికి స్క్రీనింగ్ నిర్వహించగా వీరిలో లక్షా నలభై ఐదు వేల 649మంది వేర్వేరు క్యాన్సర్‌లతో బాధపడుతున్న అనుమానిత కేసులు వచ్చాయని తెలిపారు. ఛులబ్రద్రపురానికి సంబంధించి రెండు రోజుల పాటు 10800 మంది జనాభాలో 3500 ఇండ్లు ఉన్నాయని తెలిపారు. వీరిలో 2803 ఇండ్లవద్దకు వెళ్లి 8830మందికి పరీక్షలు చేయగా 38కేసులు బయటపడ్డాయని తెలిపారు. దీనిలో గతంలో క్యాన్సర్ ఉన్న కేసులు ఉన్నాయన్నారు. ఇండియాలో 14లక్షల 13 వేల కొత్త క్యాన్సర్ కేసులు వచ్చాయన్నారు.లక్ష జనాభాకు 367 మంది అంటే 10వేలు జనాభా ఉన్న ఛులబ్రద్రపురంలో 32కేసులు ఉన్నాయని తెలిపారు. అనపర్తి ఎమ్మెల్యే రామకృష్ణా రెడ్డిను ప్రత్యేకంగా అభినందిస్తున్నామని అన్నారు. ఆయన అసెంబ్లీలో మాట్లాడటం వల్ల మీడియాలో, పేపర్లలో హైలెట్ అయ్యి అందరికీ తెలిసిందని అన్నారు. అనపర్తి నియోజకవర్గాన్ని యూనిట్‌గా తీసుకుంటే లక్షా 19వేల మందికి స్క్రీనింగ్ చేయగా 736 సస్పెక్టెడ్ కేసులు వచ్చాయని వివరించారు. క్యాన్సర్ ట్రీట్మెంట్‌ను 2022-25 మధ్య ఎన్టీఆర్ వైద్యసేవ కింద లక్ష 13 వేల 363 మందికి చికిత్స చేశారని తెలిపారు. ఛులబ్రద్రపురంలో క్యాన్సర్ అనుమానిత కేసులు అసాధారణంగా పెరగలేదని అన్నారు. స్క్రీనింగ్ ట్రైయిన్డ్ సీహెచ్ సెంటర్లలో ఉండే వారు చేస్తారు... ఆశా వర్కర్లు కాదని మంత్రి సత్యకుమార్ యాదవ్ పేర్కొన్నారు.

తెలంగాణ హైకోర్టులో గ్రూప్-1 అభ్యర్థుల పిటిషన్

తొలిఅడుగు, హైదరాబాద్ :

గ్రూప్-1 అభ్యర్థులు తెలంగాణ హైకోర్టును ఆశ్రయించారు. గ్రూప్-1 మెయిన్స్ పరీక్ష పేపర్లను రీవాల్యుయేషన్ జరిపించాలంటూ హైకోర్టులో అభ్యర్థులు పిటిషన్ వేశారు. గ్రూప్ 1 మెయిన్స్ రీవాల్యుయేషన్ జరిపించాలని పిటిషన్‌లో పేర్కొన్నారు. గ్రూప్ 1 మూల్యాంకనం లోపభూయిష్టంగా జరిగిందని పిటిషనర్లు తెలిపారు. 18 రకాల సబ్జెక్టులుంటే 12 సబ్జెక్టుల నిపుణులతోనే దిద్దించారన్నారు. 3 భాషల్లో పరీక్ష జరిగినా తగిన నిపుణులతో దిద్దించలేదని వెల్లడించారు. ఒకే మాధ్యమంలో నిపుణులైన వారితో రెండు భాషల (తెలుగు, ఇంగ్లీష్) పేపర్లు దిద్దించారని.. దీంతో మూల్యాంకనంలో నాణ్యత కొరవడిందన్నారు. తెలుగు మీడియం అభ్యర్థులకు అన్యాయం జరిగిందని పిటిషనర్లు చెప్పుకొచ్చారు. పిటిషనర్ల వాదనలు విన్న హైకోర్టు.. టీజీపీఎస్సీకి నోటీసులు జారీ చేసింది. నాలుగు వారాల్లో కౌంటర్ వేయాలని టీజీపీఎస్సీని హైకోర్టు ఆదేశించింది. గ్రూప్-1 మెయిన్స్‌పై తదుపరి విచారణను హైకోర్టు ధర్మాసనం నాలుగు వారాలకు వాయిదా వేసింది.

పార్లమెంట్‌లో అరకు కాఫీ స్టాల్ ప్రారంభం

మొదటిపేజీ తరువాయి

శాఖ మంత్రి రామ్మోహన్ నాయుడితోపాటు కూటమి ఎంపీలంతా అరకు కాఫీ స్టాల్ ప్రారంభోత్సవ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు. అరకు కాఫీకి విస్తృత ప్రచారం కల్పించేందుకు లోక్‌సభ స్పీకర్ ఓం బిర్లా అవకాశం ఇవ్వడంతో పార్లమెంట్ ఆవరణలో ఇవాళ్టి నుంచి అరకు కాఫీ స్టాల్ అందుబాటులోకి వచ్చింది. 2 కాఫీ స్టాల్స్ ఏర్పాటు చేసుకోవడానికి అనుమతి ఇవ్వడంతో సంగం 1, 2 కోర్ట్ యార్డ్ వద్ద ఈ స్టాల్స్ ఏర్పాటు చేశారు.. దీనికి సంబంధించి ఇవాళ్టి నుంచి కాఫీ స్టాల్స్ అందుబాటులోకి రానున్నాయి. కాఫీ స్టాల్స్ ప్రారంభం కోసం రెండ్రోజుల ముందే గిరిజన కోఆపరేటివ్ సొసైటీ అధికారులు ఢిల్లీకి వెళ్లారు. ఏపీ మంత్రి గుమ్మడి సంధ్యారాణి కూడా అక్కడే ఉన్నారు. అరకు కాఫీకి ఈ స్థాయి గుర్తింపు రావడం ఎంతో ఆనందంగా ఉందన్నారు. ఏపీ గిరిజనుల కష్టాన్ని ప్రపంచం గుర్తించబోతున్నందుకు గర్వంగా కూడా ఉందని తెలిపారు.

తెలుగు రాష్ట్రాలకు హెచ్చరిక

మొదటిపేజీ తరువాయి

జిల్లాలకు కూడా ఎల్లో అలర్ట్ జారీ చేసింది. వర్షాలు తగ్గిన తర్వాత మళ్లీ ఎండలు దంచికొడతాయని, 2-3 డిగ్రీలు పెరిగే అవకాశం ఉందని అంది. ఉత్తర కోస్తా , యానాంలలో ఈ రోజు తేలికపాటి నుంచి మోస్తరు వర్షాలు లేదా ఉరుములతో కూడిన జల్లులు పడే అవకాశం ఉందని తెలిపింది. రేపు, ఎల్లుండి పొడి వాతావరణం ఉంటుందని వెల్లడించింది. తర్వాతినుంచి ఎండలు మరింత పెరుగుతాయని పేర్కొంది. దక్షిణ కోస్తా, ఆంధ్రప్రదేశ్‌లలో ఈ రోజు తేలికపాటి నుంచి మోస్తరు వర్షాలు పడే అవకాశం ఉంది. ఒకటి రెండు చోట్ల ఉరుములతో కూడిన జల్లులు కురిసే అవకాశం ఉంది. తర్వాతినుంచి ఎండలు పెరుగుతాయి. ఇక, రాయలసీమలోనూ ఈ రోజు తేలికపాటి నుంచి మోస్తరు వర్షాలు కురిసే అవకాశం ఉంది. కొన్ని చోట్ల ఉరుములతో కూడిన జల్లులు పడే అవకాశం ఉంది. ఈదురుగాలులు గంటకు 30 నుంచి 40 కిలోమీటర్ల వేగంతో వీచే అవకాశం ఉంది. రేపటి నుంచి ఎండలు రెండు, మూడు డిగ్రీలు పెరిగే అవకాశం ఉంది. కాగా, అకాల వర్షాలు, వడగండ్ల వాన కారణంగా వివిధ జిల్లాల్లో జరిగిన పంటనష్టంపై ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు సమీక్ష నిర్వహించారు. వడగళ్ల వాన కారణంగా కడప, అనంతపురం, సత్యసాయి, ప్రకాశం జిల్లాల్లోని 10 మండలాల్లో.. దాదాపు 40 గ్రామాల్లో పంటనష్టం జరిగిందని అధికారులు వివరించారు. తెలంగాణలోని కరీంనగర్ జిల్లాలోని 13 గ్రామాల్లో 336 ఎకరాల్లో పంట నష్టం జరిగిందని వ్యవసాయ అధికారులు అంచనా వేస్తున్నారు.

తిరుమలలో ఈ రూల్స్ పాటించాల్సిందే

మొదటిపేజీ తరువాయి

నిర్ణయాలు తీసుకున్నారు. 2025-26వ సంవత్సరం వార్షిక బడ్జెట్‌ను రూ.5258.68 కోట్లతో పాలకమండలి ఆమోదం తెలిపింది. పాలకమండలిలో తీసుకున్న నిర్ణయాలను మీడియాకు టీటీడీ చైర్మన్ బీఆర్ నాయుడు వెల్లడించారు. ముంతాజ్ హోటల్ నిర్మాణానికి వేరేచోట భూమి కేటాయించాలని సీఎం చంద్రబాబు టీటీడీని ఆదేశించారని తెలిపారు. అలిపిరి వద్ద ఉన్న 35.24 ఎకరాలతో పాటు 15ఎకరాల టూరిజం భూమిని టీటీడీ స్వాధీనం చేసుకొని.. ప్రత్యామ్నాయంగా 50ఎకరాల భూమిని మరో ప్రదేశంలో ప్రభుత్వానికి కేటాయిస్తామని టీటీడీ చైర్మన్ బీఆర్ నాయుడు స్పష్టం చేశారు. మన దేశంలోనే కాక ఇతర దేశాల్లో కూడా శ్రీవారి ఆలయాలను నిర్మిస్తామని టీటీడీ చైర్మన్ బీఆర్ నాయుడు తెలిపారు. శ్రీవాణి ట్రస్టుతో పాటు నూతనంగా ఏర్పాటు చేయబోయే మరో ట్రస్టు ద్వారా వచ్చే విరాళాలతో ఈ ఆలయాలను నిర్మిస్తామని అన్నారు. శ్రీవారి ఆస్తులు అన్యాక్రాంతం కాకుండా ప్రత్యేకంగా కమిటీని నియమిస్తున్నామని చెప్పారు. శ్రీవారి ఆస్తులకు సంబంధించి న్యాయస్థానాల్లో పెండింగ్‌లో ఉన్న కేసులను త్వరగా పరిష్కరించడానికి చర్యలు తీసుకుంటున్నామని అన్నారు. టీటీడీలో అన్యమత ఉద్యోగస్తులను తొలగిస్తామని ప్రకటించారు. దేశంలోని అన్ని రాష్ట్రాల రాజధానుల్లో శ్రీవారి ఆలయాలు నిర్మిస్తాం..ఇప్పటికే పలువురు సీఎంలు ఆలయ నిర్మాణాలకు ఆమోదం తెలిపారని గుర్తుచేశారు. ఏపీలో పలు చోట్ల నిలిచిపోయిన దేవాలయాలను పునర్ నిర్మించాలని ఈ సమావేశంలో నిర్ణయించామని టీటీడీ చైర్మన్ బీఆర్ నాయుడు వెల్లడించారు. పోటు కార్మికులకు జీవన్ భారం లేకుండా జీతం రూ.43 వేలు చెల్లించేలా నిర్ణయం తీసుకున్నామని టీటీడీ చైర్మన్ బీఆర్ నాయుడు అన్నారు. సైన్స్ సిటీకి టీటీడీ కేటాయించిన 20 ఎకరాల స్థలాలను రద్దు చేశామన్నారు. టీటీడీ ఉద్యోగులకు మూడు నెలలకు ఒక్కసారి సుపథం ద్వారా దర్శనం కల్పిస్తామని ప్రకటించారు. లైసెన్స్ లేని హ్యాకర్ల నిర్మూలనకు రెవెన్యూ, విజిలెన్స్ శాఖ ఆధ్వర్యంలో టాస్క్‌ఫోర్స్ ఏర్పాటు చేస్తామని అన్నారు. టీటీడీ ఉద్యోగుల నేమ్ బ్యాడ్జీలు ఏర్పాటుపై అధ్యయనం చేశామని తెలిపారు. వీఐపీ బ్రేక్ దర్శనాలు గతంలో మాదిరిగానే ఉదయం 6 గంటలకు ప్రారంభించాలని సూచించామని చెప్పారు. తిరుపతి గంగమ్మ, తలకోన, కర్నూల్ జిల్లాలో బుగ్గ, అనకాపల్లిలోని ఉపమాక, ధర్మవరం, తెలంగాణలోని కొడంగల్, సికింద్రాబాద్, కరీంనగర్‌లలో నూతనంగా ఆలయాలు నిర్మిస్తున్నామని ప్రకటించారు. 180 మంది కాంట్రాక్టు లెక్చరర్లకు జీత భత్యాల పెంపుపై కమిటీ వేశామని చెప్పారు. వికలాంగులు, వృద్ధులకు ఆఫ్‌లైన్‌లో టికెట్స్ జారీపై కమిటీ వేశామని అన్నారు. పాత ఆగమ సలహా మండలిని రద్దు చేశామని.. త్వరలోనే నూతన కమిటీని నియమిస్తామని స్పష్టం చేశారు. శ్రీనివాసం స్పోర్ట్స్ కాంప్లెక్స్ అభివృద్ధికి కోటి రూపాయలు నిధులు మంజూరు చేశామని అన్నారు. గూగుల్ సంస్థ ద్వారా తిరుమల కార్యకలాపాల్లో ఆర్టిఫిషియల్ ఇంటెలిజెన్స్ వినియోగిస్తున్నట్లు టీటీడీ చైర్మన్ బీఆర్ నాయుడు పేర్కొన్నారు.

వారంలో విస్తరణ!

మొదటిపేజీ తరువాయి

నుంచో వాయిదా పడుతూ వస్తున్న మంత్రివర్గ విస్తరణ కొలిక్కి వచ్చినట్టు తెలిసింది. అసెంబ్లీ సమావేశాల తర్వాత జరిగేది మంత్రివర్గ పునర్ వ్యవస్థీకరణ అని పార్టీ వర్గాలు చెబుతున్నాయి. మంత్రివర్గంలో నలుగురికి అవకాశం కల్పించడంతో పాటు పలువురు మంత్రుల శాఖల్లో మార్పులు జరిగే చాన్స్ ఉన్నట్టు అభిప్రాయపడుతున్నాయి.

ఎన్నికలకు ముందు పార్టీలో చేరిన కొంతమంది కీలక నేతలకు ఇచ్చిన హామీలను నిలబెట్టుకునే అంశంపై సమావేశంలో కీలకంగా చర్చించినట్టు తెలిసింది. ఉమ్మడి నల్లగొండ జిల్లాకు చెందిన మునుగోడు ఎమ్మెల్యే కోమటిరెడ్డి రాజగోపాల్‌రెడ్డి, ఉమ్మడి ఆదిలాబాద్ జిల్లాకు చెందిన చెన్నూర్ ఎమ్మెల్యే గడ్డం వివేక్ వెంకటస్వామిలకు అవకాశం ఇవ్వాలనే అంశంపై చర్చ జరిగినట్టు సమాచారం. మహబూబ్‌నగర్ జిల్లా నుంచి ముదిరాజ్ సామాజిక వర్గానికి చెందిన వాకాటి శ్రీహరి, ఉమ్మడి నిజామాబాద్ జిల్లాకు చెందిన సుదర్శన్‌రెడ్డిల పేర్లు ప్రధానంగా చర్చకు వచ్చినట్టు తెలిసింది. సుదర్శన్ రెడ్డికి అవకాశం ఇవ్వాలని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్‌రెడ్డి పట్టుబట్టినట్టు విశ్వసనీయ వర్గాల సమాచారం. సుదీర్ఘంగా చర్చించిన తర్వాత నెలకొన్న పరిస్థితిలో కోమటిరెడ్డి రాజగోపాల్ రెడ్డి, గడ్డం వివేక్, వాకాటి శ్రీహరి ముదిరాజ్, సుదర్శన్ రెడ్డి పేర్లు ముందు వరసలో ఉన్నట్లు ఆ పార్టీ వర్గాల ద్వారా తెలిసింది. రాష్ట్ర మంత్రివర్గంలో మొత్తం ఆరుగురికి చోటు కల్పించే అవకాశం ఉన్నప్పటికీ ప్రస్తుతానికి నలుగురికే చోటు కల్పించాలని నిర్ణయించినట్లు తెలుస్తోంది. మరో రెండు మంత్రి పదవుల భర్తీపై ఎలాంటి చర్చ జరగలేదని పార్టీ వర్గాల ద్వారా తెలిసింది.మంత్రివర్గంలో ఎస్టీ లంబాడా సామాజిక వర్గానికి అవకాశం కల్పించలేని పక్షంలో డిప్యూటీ స్పీకర్‌గా అవకాశం ఇస్తారని జోరుగా ప్రచారం జరుగుతోంది. పీసీసీ, కార్పొరేషన్ పదవులపైనా చర్చ జరిగినట్టు తెలిసింది. మంత్రివర్గ విస్తరణ విషయంలో కాంగ్రెస్ అధిష్టానిదే తుది నిర్ణయమని పీసీసీ అధ్యక్షుడు మహేషకుమార్ గౌడ్ స్పష్టం చేశారు. విస్తరణ, పీసీసీ పదవులు, సంక్షేమ పథకాలపై అధిష్టానం పెద్దలతో చర్చించామన్నారు. అన్ని విషయాలను వారికి వివరించామని అన్నారు. ఏఐసీసీ బయట ఆయన మీడియాతో మాట్లాడారు. ఏడాదిన్నర పాలనలో అభివృద్ధి, సంక్షేమ కార్యక్రమాలపై మల్లికార్జునఖర్గే, రాహుల్ గాంధీ వివరాలు అడిగి తెలుసుకున్నారని చెప్పారు. ఆరోగ్యం, విద్యపై ప్రత్యేక శ్రద్ధ పెట్టాలని రాహుల్ చెప్పారన్నారు. రాష్ట్రంలో ఆ రెండూ అమలు అవుతున్న తీరును ఆరా తీశారని చెప్పారు. సమీకృత గురుకులాల గురించి అడిగి తెలుసుకున్నారని చెప్పారు. కార్పొరేషన్ చైర్మన్లు, బోర్డుల నియామకంపై కూడా చర్చ జరిగిందని వెల్లడించారు. త్వరలోనే అధిష్ఠానం నిర్ణయం తీసుకుంటుందన్నారు. మంత్రివర్గ విస్తరణ, పీసీసీ కార్యవర్గాలపై అధిష్ఠానంతో ఇదే చివరి సమావేశమని ఒక ప్రశ్నకు సమాధానంగా చెప్పారు.

బెట్టింగ్ లకు పాల్పడితే కఠిన చర్యలు : హత్నూర ఎస్ ఐ కె.సుభాష్

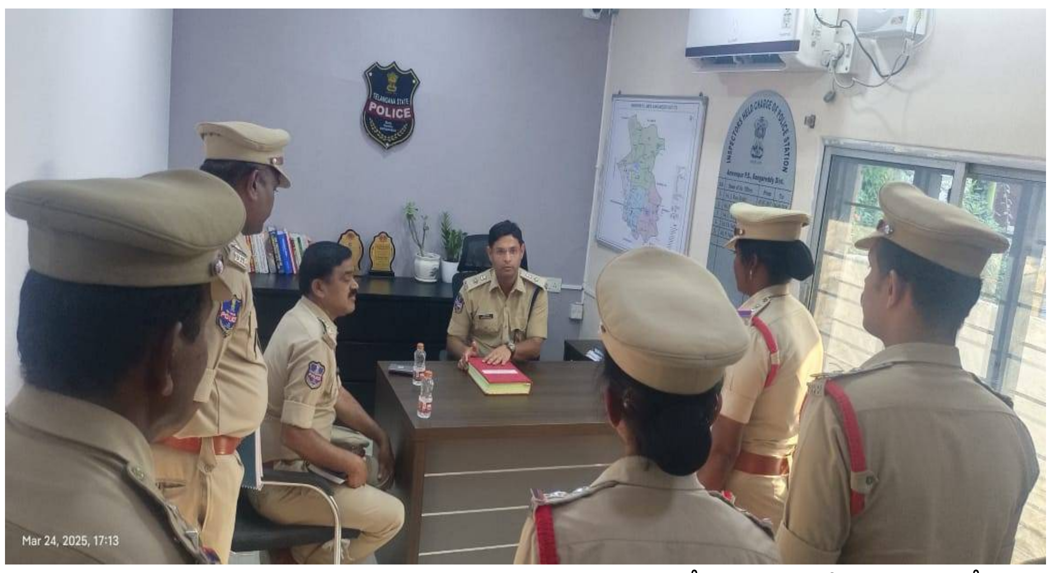
తొలిఅడుగు, హత్నూర, మార్చి 24 : హత్నూర మండలం యువత ఐపిఎల్ బెట్టింగ్ పాల్పడవద్దని క్రమశిక్షణతో మంచిగా చదివి ఉన్నత స్థాయికి ఎదగాలని హత్నూర మండల ఎస్ఐ కే. సుభాష్ అన్నారు. ఆయన విలేకరులతో మాట్లాడుతూ ఎవరైనా హత్నూర మండల పరిధిలో క్రికెట్ బెట్టింగ్ లకు పాల్పడుతున్నట్లు తెలిస్తే తమకు సమాచారం అందించాలన్నారు. అదే విధంగా బెట్టింగ్ లకు పాల్పడిన వారిని ఉపేక్షించేది లేదని వారి పైన కఠినమైన చర్యలు తీసుకుంటామని చెప్పారు. పిల్లల పట్ల తల్లిదండ్రులు జాగ్రత్తగా ఉండాలని ఆయన పేర్కొన్నారు.

జనగామ అమ్మ ఫౌండేషన్

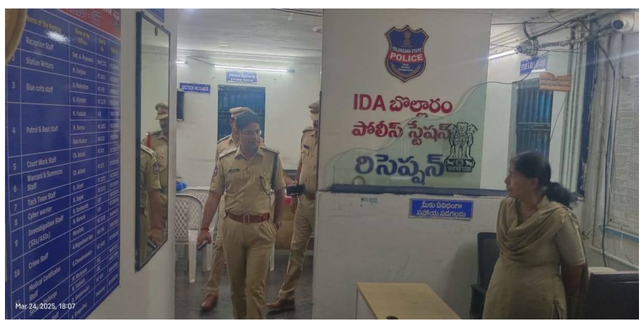
తొలిఅడుగు, జనగామ, మార్చి 24 : పట్టూరి సాయిరాం పుట్టినరోజు సందర్భంగా తల్లిదండ్రులు పట్టూరి సావిత్రి శ్రీనివాస్ జనగామ పట్టణంలోని రైల్వే స్టేషన్ వద్ద నిరాశ్రయులకు అనాధలకు ఒక పూట ఆకలి తీర్చి మహా అన్నదాన కార్యక్రమం నిర్వహించి ఘనంగా జన్మదిన వేడుకలు జరిపించారు. ఈ సందర్భంగా జనగామ అమ్మ ఫౌండేషన్ వ్యవస్థాపక అధ్యక్షుడు మంతెన మణికుమార్ ముఖ్య సలహాదారుడు వంగ భీమ్ రాజు మాట్లాడుతూ ... జనగామ అమ్మ ఫౌండేషన్ ఆలోచన ఆశయంలో పట్టూరి శీనన్న నిరంతరం తోచినంత అన్నదానం అల్పాహారం పంపిణీ చేస్తూ మానవత్వాన్ని చాటుకుంటున్నారని సోమవారం పుట్టినరోజు జరుపుకుంటున్న సాయిరాం కి అమ్మ ఫౌండేషన్ టీం తరఫున జన్మదిన శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో జనగామ అమ్మ ఫౌండేషన్ టీమ్ సభ్యులు మద్దెల కార్తిక్,బింగి నర్సింహులు,మహమ్మద్ అఫ్రోజ్,మహమ్మద్ యాకూబ్,కొత్తపల్లి సుధాకర్,రాజ్, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

అమీన్ పూర్, బొల్లారం పోలీసు స్టేషన్ లను ఆకస్మిక తనిఖీ

- అండర్ ఇన్వెస్టిగేషన్ కేసుల చేదనకు ప్రత్యేక ప్లాన్ ఆఫ్ యాక్షన్ ఉండాలి.
- ఆన్లైన్ బెట్టింగ్స్, సైబర్ క్రైమ్స్ నివారణ కోసం ప్రజల్లో అవగాహన కార్యక్రమాలు నిర్వహించాలి..
- ఎస్పీ పరితోష్ పంకజ్



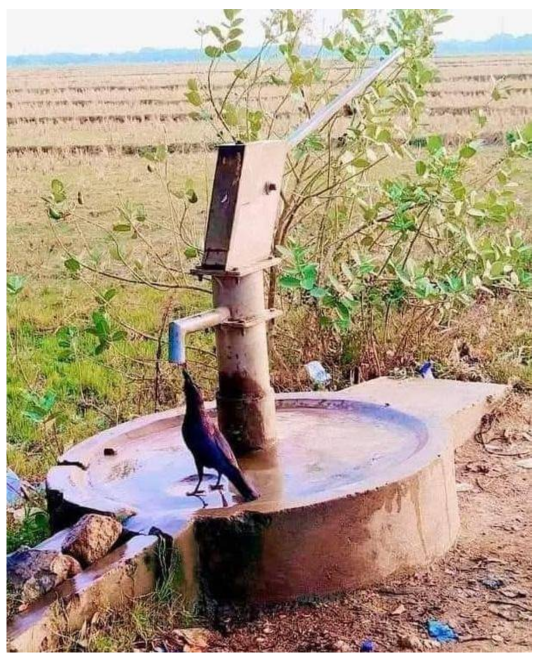
తొలిఅడుగు, బొల్లారం: సంగారెడ్డి జిల్లా అమీన్ పూర్, బొల్లారం పోలీసు స్టేషన్లను జిల్లా ఎస్పీ ఆకస్మిక సోమవారం తనిఖీ చేశారు. ఎస్పీ పరితోష్ పంకజ్ ఈ సందర్భంగా పోలీసు స్టేషన్ పరిసరాల పరిశుభ్రతను, స్టేషన్ రికార్డ్లను తనిఖీ చేశారు. అండర్ ఇన్వెస్టిగేషన్ లో ఉన్న కేసుల వివరాలను అడిగి తెలుసుకున్నారు. అండర్ ఇన్వెస్టిగేషన్ కేసుల చేదనకు ప్రత్యేక ప్లాన్ ఆఫ్ యాక్షన్ ఉండాలని సూచించారు. ప్రతీ కేసులో నాణ్యమైన ఇన్వెస్టిగేషన్ చేయాలని ఎస్.హెచ్.ఓ లకు సూచనలు చేశారు. జిల్లాలో పటాన్ చెర్వు సబ్-డివిజన్ ప్రాంతాలలో అధికంగా సైబర్ నేరాలు జరుగుతున్నాయని, సైబర్ క్రైమ్స్ నివారణ గురించి వివిధ పాఠశాలలు, కళాశాలలో, సోషల్ మీడియా ద్వారా అవగాహన కల్పించాలని సూచించారు. సులభ మార్గంలో అధిక డబ్బులు సంపాధించాలనే అత్యాశతో యువత ఆన్లైన్ బెట్టింగ్స్ ఆన్లైన్ గేమ్స్ ఆడుతూ.. సైబర్ మోసగాళ్ల పన్నిన వలలో పడుతున్నారని, ఈజీ మనీ అనేది సైబర్ నేరగాళ్ల పన్నాగం అని గుర్తించాలని అన్నారు. ప్రతి రోజు ఉదయం, సాయంత్రం ఉద్యోగుల తాకిడి, స్కూల్స్, కళాశాలల బస్సుల వలన అధిక ట్రాఫిక్ రద్దీ మరింత పెరిగి వాహనదారులు ట్రాఫిక్ సమస్యలను ఎదుర్కుంటున్నారని, దీనిని అధిగమించడానికి ప్రధాన కూడళ్లలో ఫ్రీ లెఫ్ట్ ఏర్పాటు చేయడం, సంబంధిత అధికారులతో మాట్లాడి బోలార్డ్స్ వేయించడం చేయాలని అన్నారు. ట్రాఫిక్ ఎన్ఫోర్స్మెంట్ లో భాగంగా డ్రంక్ అండ్ డ్రైవ్ టెస్ట్ లు నిర్వహించాలని సూచించారు. అదేవిధంగా రోడ్డు ప్రమాదాల నివారణకు ప్రజలలో అవగాహన కార్యక్రమాలు నిర్వహించాలని, ఎస్.హెచ్.ఓ కు పలు సూచనలు చేశారు. ఎట్టి పరిస్థితుల్లో ఈ విషయాలపై అప్రమత్తంగా ఉండాలన్నారు. అందుకు పోలీసు సిబ్బంది కృషి చేయాలన్నారు.



వరంగల్ పోలీస్ కమిషనర్ సన్ ప్రీత్ సింగ్ ని బీఎస్పీ ప్రతినిధులు

తొలిఅడుగు, జనగామ, మార్చి 24 : వరంగల్ జిల్లా అధ్యక్షులు బాస్కె నాగరాజు మరియు బీఎస్పీ స్టేషన్ ఘనపూర్ నియోజకవర్గ అధ్యక్షులు లిజలగం ప్రవీణ్ మర్యాదపూర్వకంగా కలవడం జరిగింది. ఈ సందర్భంగా వారికి పూల గుచ్ఛం అందజేసి శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. నగరంలో శాంతిభద్ర అంశాలు, ప్రజా సమస్యలు, స్థానిక ఎన్నికల నేపథ్యం, ఎన్నికల ప్రవర్తన నియమావళి పలు అంశాల గురించి చర్చించడం జరిగింది.

మూగజీవాల కోసం నీటితొట్టిలు ఏర్పాటు చేయాలి



తొలిఅడుగు, జనగామ, మార్చి 24 : ఎండలు ఎక్కువ ఉన్నాయి కాబట్టి పక్షులకు మూగజీవులకు అందుకు వాటికి అందుబాటులో మంచినీళ్లు ఏర్పాటు చేసి పుణ్యం కట్టుకోండిలి.. మన తాతలు చెరువుల్లో చూశారు, మన తండ్రులు బావుల్లో చూశారు, మనం చకుళాయిల్లో చూశాం, మన పిల్లలు బాటిల్స్ లో చూస్తున్నారు, వాళ్ల పిల్లలు బాటిల్ మూతల్లో చూస్తారు, మనం గనుక జాగ్రత్తగా ఉండక పోతే నీళ్ళు కన్నీళ్ల లో చూడవలసి వస్తుంది నీటిని ఎంత పొదుపుగా వాడుకుంటే అంత మంచిది. పర్యావరణ పరిరక్షణకు ప్రతి ఒక్కరూ నిలబడాలి. అప్పుడే ప్రకృతి నుండి సహజ సిద్ధంగా లభించే అవకాశం ఉంటుంది.

క్యూటీక్యూ రెస్టారంట్ పై చెర్యలేమి-మామూళ్ల మత్తులో అధికారులు

- హోటల్లో పరిశుభ్రతను పాటించాలని కలెక్టర్ రిజ్వాన్ భాష కి వినతి పత్రం అందజేసిన సిపిఎం బృందం
- సిపిఎం పట్టణ కమిటి సభ్యుడు బొట్ల శ్రావణ్

తొలిఅడుగు, జనగామ, మార్చి 24 : జనగామ పట్టణ కేంద్రం క్యూటీక్యూ రెస్టారంట్ లో 20న గురువారం వినియోగదారులు బిర్యాని తింటుండగా బోధింక రావటం వలన మున్సిపల్ సానిటరీ ఇన్స్పెక్టర్ మరియు ఫుడ్ ఇన్స్పెక్టర్ తనిఖీ చేసి సీజ్ చేసి జరిమానా వేశారు. కానీ ఫుడ్ ఇన్స్పెక్టర్ ఎటువంటి సాంపిల్ తీసుకోనివేళ్లకుండా నామమాత్రంగా ఫైన్ వేయటం సరికాదని 21 వ తారీకు మున్సిపల్ కమిషనర్ కి దరఖాస్తు ఇచ్చిన స్పందించకుండా క్యూటీక్యూ హోటల్ ను కాపాడే ప్రయత్నం మున్సిపల్ అధికారులు ఫుడ్ ఇన్స్పెక్టర్ అధికారులు చేస్తున్నారు .. క్యూటీ క్యూ హోటల్ కాపాడడం కోసం మున్సిపల్ అధికారులు మామూల మత్తులో మునిగిపోయారని అన్నారు...క్యూటీక్యూ హోటల్ ను మరియు ఇతర అశుభ్రత పాటించే హోటల్ లపై చెర్యలు తీసుకోవాలని జనగామ జనగామ జిల్లా కలెక్టర్ రిజ్వాన్ పాషా కి వినతి పత్రం ఇవ్వడం జరిగింది అధికారులు స్పందించి హోటల్లో పట్ల చర్యలు తీసుకోకపోతే ప్రజలందరినీ ఐక్యం చేసి దశల వారి ఉద్యమాలకు రూపకల్పన చేస్తామని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో సిపిఎం పట్టణ పార్టీ నాయకులు వేముల రవీందర్ సురేష్ సుధాకర్ యాదగిరి మల్లేష్ తదితరులు పాల్గొన్నారు .

చదవడానికి ఏకాగ్రత అవసరమే..

నేటి డిజిటల్ యుగంలో "లుకింగ్ కల్చర్ పెరుగుతూ, రీడింగ్ కల్చర్ సన్నగిల్లుతోంది". చదవడం అనే కళ క్రమంగా కళావిహీనం అయిపోతున్నది. చదవడం అంటే తెలియని విషయాలను తెలుసుకోవడం, అజ్ఞాన చీకట్ల నుంచి నుంచి జ్ఞాన వెలుగుల వైపు అడుగులు వేయడం. చదవడానికి ఏకాగ్రత కావాలి. చదవడాన్ని అమితంగా ఇష్టపడితే ఏకాగ్రత దానంతట అదే వస్తుంది. స్మార్ట్ ఫోన్ వచ్చాక సామాజిక మాధ్యమాల్లోంచి బయట పడడం అసాధ్యంగా తోస్తున్నది. ప్రతి నెల లేదా సంవత్సరంలో ఇన్ని పుస్తకాలు చదవాలనే నియమం పెట్టుకొండి. పుస్తకాలు కొనడం అలవాటు చేసుకోవాలి. ప్రపంచ పోకడలకు అనుగుణంగా మనం ఎదగడానికి అవసరమైనది చదువు మాత్రమే. విద్యార్థులు పాఠ్య పుస్తకాల చదువుకు తప్పనిసరిగా సమయం ఇస్తారు. వారు ఇతర పుస్తకాలను కూడా చదవడం అలవాటు "స్వానుభవంతో నేర్చుకున్న వారు మూర్ఖులు, ఇతరుల అనుభవాలతో నేర్చుకున్న వారు విజ్ఞానవంతులు" అనే నినాదం విన్నాం. "నేను పుస్తకాలు కొన్న తర్వాత డబ్బు మిగిలితేనే తినుబండారాలు కొంటాను" అనే విధంగా పుస్తకాలు కొనడానికి అధిక ప్రాధాన్యం ఇవ్వాలి. చదివితే తెలివి పెరుగుతుంది. తెలివితో సరైన ఉద్యోగం దొరుకుతుంది. ఉద్యోగంతో జీవితంలో స్థిరత్వం పెరుగుతుంది. స్థిరత్వంతో సమాజంలో మంచి గౌరవం లభిస్తుంది. పుస్తకాలు కొనడం, చదవడానికి సమయం ఇవ్వడం మంచి ప్రతిఫలాలను ఇస్తుందని తెలుసుకోవాలి. పుస్తకాలు కొని చదవకపోతేనే మనం వెచ్చించిన ధనం వృథా అవుతుంది. ఇంట్లో పుస్తకాలు ఉంటే రోజు ఒక గంటైనా చదవడం మంచిదని గమనించాలి. ప్రతి ఏట వంద లేదా ఆ పైన పుస్తకాలు చదువే విధంగా మన జీవనశైలి ఉండాలి. వారాంత సెలవుల్లో చదవడానికి కొంత ఎక్కువ సమయాన్ని కేటాయించాలి. మీ జీవనశైలిని బట్టి చదవడానికి సమయం కేటాయించాలి. మీరు ఎక్కువగా ప్రయాణాలు చేసినట్లయితే ప్రయాణ సమయాన్ని పుస్తక పఠనానికి కేటాయించవచ్చు. బిడ్డకు పాలు పట్టే తల్లి కూడా పుస్తకాలను చదవవచ్చు. మనం తినేటప్పుడు, కార్యాలయాల్లో, పని ప్రదేశంలో, చివరికి వాష్ రూమ్‌లో కూడా ఆసక్తిగల వారు చదవవచ్చు. వారానికి 6 నుంచి 8 గంటలు చదివే అలవాటు ఉన్న వారు ఏడాదికి దాదాపు వంద పుస్తకాలు చదవవచ్చు. స్మార్ట్ ఫోన్ లేదా ల్యాప్టాప్ తెరలపై సమయాన్ని వృథా చేయడం కన్న పుస్త పఠనానికి సమయం ఇవ్వడం సముచితంగా ఉంటుంది.

పదవ తరగతి పరీక్షా కేంద్రాన్ని పరిశీలించిన జిల్లా కలెక్టర్ జితేష్ వి. పాటిల్.

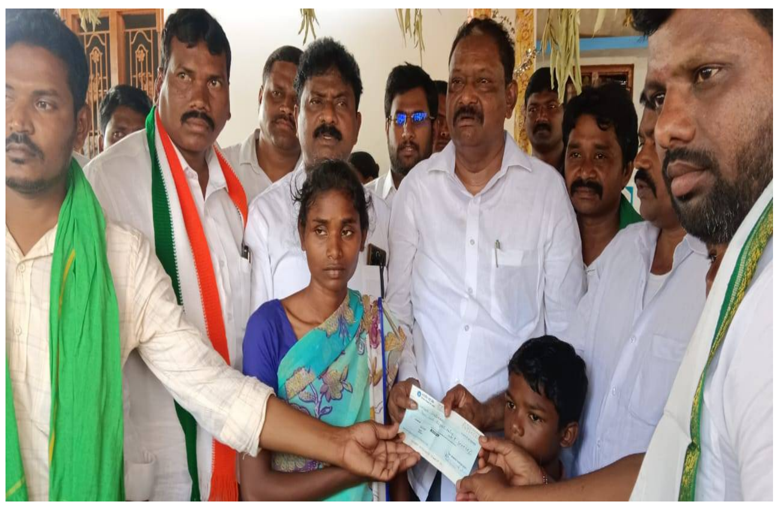
తొలిఅడుగు, అశ్వాపురం: అశ్వాపురం మండలం మల్లెలమడుగు గ్రామంలో ఉన్న జెడ్ పి ఎస్ ఎస్ పాఠశాలలో నిర్వహిస్తున్న పదవ తరగతి పరీక్షా కేంద్రాన్ని జిల్లా కలెక్టర్ జితేష్ వి పాటిల్ సోమవారం ఆకస్మికంగా తనిఖీ చేశారు. ఈ పరిశీలనలో భాగంగా కలెక్టర్ అన్ని గదులను కలెక్టర్ కలియ తిరిగారు. ఎలక్ట్రిసిటీ, తాగునీరు తదితర మౌలిక వసతులను క్షుణ్ణంగా పరిశీలించారు. పరీక్షల నిర్వహణ పైన చీఫ్ సూపరింటెండెంట్ కి పలు సూచనలు అందించారు. వార్షిక పరీక్షలకు ఎంతమంది విద్యార్థులు హాజరయ్యారు అనే వివరాలను, పరీక్షా కేంద్రంలోని ఏర్పాట్లను గురించి కలెక్టర్ అడిగి తెలుసుకున్నారు. పరీక్షల నిర్వహణ పకడ్బందీగా ఉండాలని కలెక్టర్ పేర్కొన్నారు. పరీక్షల నిర్వహణకు సంబంధించిన రికార్డులను, ప్రశ్న పత్రాలు, పరీక్షల అనంతరం జవాబు పత్రాల తరలింపునకు సంబంధించిన వివరాలను అధికారులను కలెక్టర్ అడిగి తెలుసుకున్నారు. ఎటువంటి ఎలక్ట్రానిక్ పరికరాలు పరీక్ష కేంద్రాల్లోకి తీసుకురాకుండా నిశితంగా పరిశీలించాలని అన్నారు.ఎక్కడ కూడా కాపీయింగ్‌కు ఆస్కారం ఉండకుండా పకడ్బందీ చర్యలు తీసుకోవాలని, కాపీయింగ్‌కు పాల్పడితే మాల్ ప్రాక్టీస్ కేసులు బుక్ చేయాలని నిర్వాహకులను కలెక్టర్ ఆదేశించారు. పరీక్షలు ముగిసేంత వరకు కూడా ఎంతో అప్రమత్తతతో పకడ్బందీగా విధులు నిర్వర్తించాలని సూచించారు. ప్రశ్న పత్రాలను తప్పనిసరిగా తగిన పోలీసు బందోబస్తు మధ్య కేంద్రాలకు తరలించాలని, ఎలాంటి తప్పిదాలకు అవకాశం ఇవ్వకుండా పూర్తి పారదర్శకంగా, పక్కాగా పరీక్షలు జరిపించాలని ఆదేశించారు. క్షేత్రస్థాయిలో ఏమైనా ఇబ్బందులు ఉంటే తమ దృష్టికి తీసుకురావాలని కలెక్టర్ అధికారులకు తెలిపారు.

బాణాపురం బైపాస్ రోడ్డు పై అండర్ పాస్ బ్రిడ్జిని ఏర్పాటు చేయాలని సిపిఎం రిలే నిరాహార దీక్షలు 59 వ రోజు

- స్పందించి అండర్పాస్ బ్రిడ్జిని ఏర్పాటు చేయాలి - బత్తుల అరుణ ఐద్వా మహిళా సంఘం పట్టణ నాయకురాలు

తొలిఅడుగు, జనగామ, మార్చి 24 : జనగామ పట్టణంలోని హైదరాబాద్ ఎన్హెచ్ బైపాస్ రోడ్డు మీద అండర్పాస్ బ్రిడ్జిని తప్పనిసరి వెంటనే నిర్మించాలని సిపిఎం పార్టీ ఆధ్వర్యంలో రిలే నిరాహ దీక్షలు సోమవారం 59 వ రోజు ఐద్వా మహిళా సంఘం పట్టణ నాయకురాలు బత్తుల అరుణ దండ వేసి నిరాహార దీక్షలు ప్రారంభించారు ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ జిల్లా కలెక్టర్ స్పందించి అండర్పాస్ బ్రిడ్జిని ఏర్పాటు చేసి ప్రజల కష్టాలను తీర్చాలని అన్నారు. ప్రభుత్వం మరియు అధికారులు పట్టించుకోకపోవడం చాలా బాధాకరమని అన్నారు ఇప్పటికైనా ఎంపీ మరియు అధికారులు స్పందించి అండర్ పాస్ బ్రిడ్జి తక్షణమే ఇవ్వాలి ఇక్కడున్న మహిళలందరినీ ప్రజలను చైతన్యం చేసి జిల్లా వ్యాప్తంగా పూర్తి మద్దతు ఉంటుందని అన్నారు ఇక్కడ మొత్తం మహిళలు ఉదయం లేచి మున్సిపల్ లో హోటల్లో పని చేసుకుని రాత్రి పూట ఇంటికి కాలునడకన వస్తుంటారు కాబట్టి వారి న్యాయమైన కోరికను అండర్పాస్ బ్రిడ్జి ఏర్పాటు చేయాలని వారు ప్రభుత్వాన్ని డిమాండ్ చేశారు ఇక్కడ ఉండే ప్రజలు దళితులు మైనార్టీలు మహిళలు రోజువారిగా పని చేసుకుంటూ జీవనం కొనసాగే వారు కాబట్టి వారు పనికి వెళ్తూ వస్తూ ఉన్న సమయంలో అనేకమైన ప్రమాదాలకు గురికాకుండా ఉండడం కోసం అండర్పాస్ బ్రిడ్జిని ఏర్పాటు చేయాలని వారు అన్నారు లేకపోతే వీరు చేస్తున్న రిలే నిరాహార దీక్షలకు ప్రజానాట్యమండలి కళాకారుల సంగం నుండి జిల్లా వ్యాప్తంగా ఉద్యమాలకు శ్రీకారం చుడతామని వారు హెచ్చరించారు ప్రభుత్వాన్ని హెచ్చరిస్తూ వెంటనే ప్రభుత్వ కలెక్టర్ స్పందించి అండర్పాస్ బ్రిడ్జి నిర్మాణం కొరకు సాంక్షన్ చేయించాలని వారు అన్నారు. ప్రజల పక్షన నిలబడి అండర్ పాస్ బ్రిడ్జిని సాంక్షన్ చేయించాలని అన్నారు. ప్రజా సమస్యలు అండర్పాస్ బ్రిడ్జి నీ నిర్మించాలని వారు అన్నారు . అండర్పాస్ బ్రిడ్జి నిర్మించకపోతే కాలనీ ప్రజలకు గ్రామాల ప్రజలకు తీవ్రమైన నష్టం జరిగేటటువంటి ప్రమాదం ఉంది. ఇట్టి విషయం ఇప్పటికే ఉన్నత అధికారుల దృష్టికి రాజకీయ పార్టీల దృష్టికి తీసుకుపోవడం జరిగింది ఈక్కడ అండర్ పాస్ గురించి నిర్మాణం కోసం అన్ని పార్టీలను కలుపుకొని ఇక్కడ పెద్ద ఎత్తున ఉద్యమం నిర్వహిస్తాం ఇప్పటికైనా కేంద్ర రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు ఈ ప్రజల యొక్క విజ్ఞప్తి గుర్తించుకొని ప్రజల యొక్క బాధలను జిల్లా కలెక్టర్ స్పందించి ప్రజల ఇబ్బందులను దృష్టిలో పెట్టుకొని నిర్మాణం చేయాలి ఏదైనా అభివృద్ధి జరిగిందని ప్రజలకు ఉపయోగకరంగా ఉండాలి తప్ప ప్రజలకు నష్టం చేసే విధంగా అభివృద్ధి కాదు అని అన్నారు ఈ రిలే నిరాహార దీక్ష తోటి ప్రభుత్వాలు స్పందించకపోతే పెద్ద ఎత్తున ఆందోళన పోరాటాలు కు రూపకల్పన చేస్తామని వారు హెచ్చరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో బూడిది ప్రశాంత్ దీక్షలు కూర్చున్నవారు సిపిఎం శాఖ కార్యదర్శి లింగాల సుగుణ శిధిరాల ఉపేందర్ బూడిది రాజ్యలక్ష్మి మహేశ్వరం అఖిల కొంపెల్లి యాదమ్మ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

బాధితులకు న్యాయం చేస్తా



- ఏ పార్టీ వారైనా ఉపేక్షించేది లేదు..

- అటవీ అభివృద్ధి సంస్థ చైర్మన్ పొదెం వీరయ్య...

- పార్టీకి మచ్చ తేవాలని చూస్తే చర్యలు తప్పవు..

- అన్ని విషయాలను ముఖ్యమంత్రి దృష్టికి తీసుకెళ్తా..

- అక్రమ కేసులకు ప్రజా ప్రభుత్వం లో తావులేదని స్పష్టీకరణ..

తొలిఅడుగు, నూగురు వెంకటాపురం మండలం : కార్పొరేట్ కంపెనీల ఒప్పంద వ్యవసాయం లో మారుమూల ఏజెన్సీ ప్రాంతా ఆదివాసీ రైతులు ప్రాణాలు కోల్పోతున్నారు. బాండ్ మొక్కజొన్న సాగులో తీవ్రంగా నష్టపోయి నలభై రోజుల నుండి ఆందోళన చేస్తున్న నేపథ్యలో కచ్చులపు చందర్ రావు , లేకం మధు కృష్ణ అను ఇద్దరు ఆదివాసీ రైతులు బలవన్మరణాలకు పాల్పడ్డారు. ఈ నేపథ్యం లో మల్టి నేషనల్ కంపెనీల భారిన పడి అప్పుల పాలు అయి నష్టపోయి గత్యంతరం లేక బలవన్మరణాలకు రైతులు సిద్ధపడుతున్నారు. ఇంత జరుగుతున్నా స్థానిక ఎమ్మెల్యే తెల్లం వెంకట్రావు బాధితులను పరామర్శించక పోవడం తో మీడియా లో పెద్ద ఎత్తున ప్రకటనలు వస్తున్నాయి. ఈ క్రమంలో మాజీ ఎమ్మెల్యే పొదెం వీరయ్య వెంకటాపురం మండలం లోని చిరుతపల్లి గ్రామానికి సోమవారం వచ్చి మృతుల కుటుంబ సభ్యులను పరామర్శించారు.తన ప్రగాఢ సానుభూతి ప్రకటించారు. రైతుల నుండి కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకుల పైన స్థానిక ఎమ్మెల్యే తెల్లం వెంకట్రావు పైన తీవ్ర స్థాయిలో ఆగ్రహం వ్యక్తం అయింది. నెల రోజులుగా మొక్కజొన్న రైతులు నష్టపరిహారం కోసం కొట్లడుతూ ఉన్నారని అన్నారు. రైతుల పైన , రైతుల పక్షాన పోరాటం చేస్తున్న కొర్స నరసింహమూర్తి పైన, వార్తలు రాస్తున్న వాసం నాగరాజు పైన అక్రమ కేసులు పెట్టించాలని ఆర్గనైజర్లు కుట్ర చేస్తున్నారని పొందెం వీరయ్య దృష్టికి తీసుకెళ్ళారు. ఎమ్మెల్యే తెల్లం వెంకట్రావు బాధితులను పరామర్శించక పోగా,రైతులే కంపెనీలను, ఆర్గనైజర్ లను మోసం చేస్తున్నారని జిల్లా కలెక్టర్ ను తప్పుత్రోవ పట్టించడం పైన రైతులు మండిపడ్డారు. ఆర్గనైజర్ లకు కొమ్ముకాసేది ఎమ్మెల్యే అని విమర్శించారు. అన్నదాతలు ఎవరూ ఆందోళన చెందొద్దు అని ఫారెస్ట్ కార్పొరేషన్ చైర్మన్ పొందేం వీరయ్య రైతులు అందరికీ విజ్ఞప్తి చేశారు. అండగా ఉంటానని చెప్పారు. రైతులు ఎవరూ బలవన్మరణాలకు పాల్పడొద్దు అని సూచించారు . కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం అన్నదాతలకు న్యాయం చేస్తుందని హామీ ఇచ్చారు. పార్టీకి మచ్చ తేవాలని చూస్తే చర్యలు తప్పవని మీడియా ముఖంగా స్పష్టం చేశారు. ఆర్గనైజర్ లు ఏ పార్టీకి చెందిన వారైనా ఉపేక్షించేది లేదని అన్నారు. చనిపోయిన ఇద్దరు రైతులకు కంపెనీ నుండి ఎక్స్ గ్రేసియా అందేలా చేస్తానని చెప్పారు. రైతులను అప్పులు కట్టాలని బెదిరించాలని చూస్తే చర్యలు తప్పవని హెచ్చరించారు.చనిపోయిన మధు కృష్ణ భార్య ప్రసన్నకు మూడు లక్షలు రూపాయలు చెక్కు పొందేం వీరయ్య అందజేశారు .చందర్ రావు కుటుంబానికి కూడా ఆర్గనైజర్ నుండి కంపెనీ నుండి ఎక్స్ గ్రేసియా వచ్చేలా చేస్తానని తెలిపారు .సెల్ అధ్యక్షులు రావుల నాని పార్టీ శ్రేణులు ,కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు..

ఇఫ్తార్ విందులో పాల్గొన్న ఎమ్మెల్యే ముత్తుముల

తొలిఅడుగు, ఆంధ్రప్రదేశ్ :రంజాన్ పవిత్ర మాసం సందర్భంగా కంభం పట్టణం, రైల్వే స్టేషన్ సమీపంలో %చీ=×% టీడీపీ రఫీ ఆధ్వర్యంలో ముస్లిం సోదరులకు ఇఫ్తార్ విందు ఏర్పాటు చేయగా కంభం పట్టణంలోని ముస్లిం సోదరులు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.. ఈ కార్యక్రమంలో గిద్దలూరు ఎమ్మెల్యే ముత్తుముల అశోక్ రెడ్డి ముఖ్య అతిధిగా పాల్గోని ముస్లిం కుటుంబాలకు పండుగ సరుకులు అందచేశారు. అనంతరం ఉపవాసం ముగించిన ముస్లిం సోదరులకు ఇఫ్తార్ విందు వడ్డీంచి వారితో పాటు ఇఫ్తార్ విందు చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో ముస్లిం సోదరులు, కంభం పట్టణ తెలుగుదేశం నాయకులు, కార్యకర్తలు అభిమానులు పాల్గొన్నారు..

పష్ట కేంద్రాలను పరిశీలించిన తాసిల్దార్ నరేష్

తొలిఅడుగు, పినపాక : పినపాక జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాలలో పదవ తరగతి పరీక్ష కేంద్రాన్ని సోమవారం పినపాక తహసీల్దార్ అద్దంకి నరేష్ పరిశీలించారు. పరీక్షా గదులను తనిఖీ చేశారు. గదులలో వెంటిలేషన్, తాగు నీటి వసతి చక్కగా ఉండే విధంగా నిర్వాహకులు శ్రద్ధ వహించాలని సూచించారు. విద్యార్థులకు ఎలాంటి అసౌకర్యం కలగకుండా ఏర్పాట్లు ఉండాలన్నారు. ఈ సందర్భంగా పలు విషయాలను సెంటర్ సూపరింటెండెంట్‌ను అడిగి తెలుసుకున్నారు.పరీక్ష కేంద్రాల వద్ద ఎలాంటి అవాంఛనీయ ఘటనలు చోటు చేసుకోకుండా అప్రమత్తంగా ఉండేలా చర్యలు తీసుకోవాలని సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో రెవెన్యూ ఇన్స్పెక్టర్ రమేష్, సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

సంపాదకీయం

న్యాయబద్ధంగా పునర్విభజన ప్రక్రియ

2026వ సంవత్సరం సమీపిస్తున్న కొద్దీ పార్లమెంటు, అసెంబ్లీ నియోజక వర్గాల పునర్విభజన సమస్య ప్రజల దృష్టిని ఆకర్షిస్తూ వివాదాస్పదంగా మారుతున్నది. నియోజక వర్గాలను స్తంభింపచేసిన గడువు ముగిసే సంవత్సరం ఇదే. 2026 తర్వాత నిర్వహించే తొలి జనాభా లెక్కలతో తదుపరి దఫా పునర్విభజన తప్పక చేపట్టవలసి వుంటుంది. 1976 ఎమర్జెన్సీలో ఆమోదించిన 42వ రాజ్యాంగ సవరణ ఈ విధంగా స్తంభింప చేయాలని తొలుత నిర్ణయించింది. తరువాత వాజ్‌పేయి హయాంలో ఈ స్తంభనను 2026 వరకూ పొడిగించారు. నియోజకవర్గాల పునర్విభజనలో రెండు అంశాలున్నాయి. 1. ప్రతి పదేళ్లకోసారి జరిగే జనాభా లెక్కల తర్వాత అక్కడ నమోదైన జనాభాను జాతీయ జనాభాతో పోల్చి ఆ నిష్పత్తి ఆధారంగా ప్రతి రాష్ట్రానికి వచ్చే పార్లమెంటరీ సీట్ల సంఖ్య, అలాగే అసెంబ్లీ నియోజకవర్గాల సంఖ్యను పున:పరిశీలన చేయడం. 2. జనాభా రీత్యా సాపేక్షంగా సమాన స్థాయిలో వుండేలా పార్లమెంటరీ అసెంబ్లీ నియోజకవర్గాల ప్రాదేశిక సరిహద్దులను పున:నిర్ణయించడం. 1976 రాజ్యాంగ సవరణ, తత్పర్యవ సానంగా వాజ్‌పేయి ప్రభుత్వం 2001లో చేసిన సవరణ కారణంగా 1981, 1991, 2001 దశాబ్దాల జనాభా లెక్కల తర్వాత పునర్విభజన కమిషన్లేవీ ఏర్పాటు కాలేదు. ఈ స్తంభన 2026తో ముగుస్తుంది గనక రాజ్యాంగ నిబంధనల ప్రకారం ఈ సమస్య ముందుకొచ్చింది. తాజా జనాభా ఆధారంగా పునర్విభజన జరిపితే దక్షిణాది రాష్ట్రాలు పార్లమెంటులో రాజకీయ ప్రాతినిధ్యం తగ్గి పోతుందనేది ఇక్కడ ప్రాథమికంగా వస్తున్న అభ్యంతరం.

రాష్ట్రాల జనాభా పెరుగుదల రేట్లలో హెచ్చు తగ్గులే ఈ వ్యత్యాసానికి కారణం అవుతున్నాయి. కొన్ని రాష్ట్రాలు సమర్థవంతమైన జనాభా నియంత్రణ చర్యలతో పెరుగుదల రేట్లు బాగా తగ్గించగలిగాయి. అదే సమయంలో కొన్ని రాష్ట్రాలలో ఇది చెప్పుకోదగినంతగా పెరిగింది. దీని ఫలితమేమంటే జనాభాను అదుపు చేయడంలో జయప్రదమైన రాష్ట్రాలకు శిక్ష విధించబడుతుంది. మరో వంక ఆ పని చేయని వాటికి ఎక్కువ సీట్లను బహూకరించి నట్లవుతుంది. పంజాబ్, ఒరిస్సా, పశ్చిమ బెంగాల్, హిమాచల్ ప్రదేశ్, ఉత్తరాఖండ్ వంటి రాష్ట్రాలు కూడా కొన్ని సీట్లు కోల్పోతాయని అంచనా వేస్తున్నారు. జనాభా నియంత్రణకు నాయకత్వం వహించిన దక్షిణాది రాష్ట్రాలు పునర్విభజనకు జనాభా లెక్కలను ప్రాతిపదికగా తీసుకోవడాన్ని అందుకే వ్యతిరేకిస్తున్నాయి. మీడియాలో కథనాలు వస్తున్నట్టుగా మొత్తం లోక్‌సభ సీట్ల సంఖ్యను ఇప్పుడున్న 543 నుంచి 848కి పెంచినా జనాభా ప్రాతిపదికన అయితే అయిదు దక్షిణాది రాష్ట్రాలకు 40 సీట్లు మాత్రమే పెరుగుతాయి. అదే మరోవైపున ఉత్తరప్రదేశ్ ఒక్కదానికే 63 సీట్లు, బీహార్‌కు 39 సీట్లు పెరుగుతాయి. ఈ విధంగా సీట్ల పంపిణీలో ఈ అసమానతలనే దక్షిణాది రాష్ట్రాలు వ్యతిరేకిస్తున్నాయి. తాజా జనాభా లెక్కల ప్రాతిపదికన పునర్విభజన ప్రక్రియ చేపట్టడం పట్ల వ్యక్తమవుతున్న ఈ వ్యతిరేకతకు సమాధానం గానే కేంద్ర హెూం మంత్రి అమిత్ షా మాట్లాడుతూ ఏ దక్షిణాది రాష్ట్రానికీ సీట్లు తగ్గబోవనీ పైగా నిష్పత్తి సూత్రంతో పెరుగు తాయనీ పేర్కొన్నారు. అయితే ఈ ప్రకటన కూడా అస్పష్టమైందిగానే వుంది. ఎందుకంటే నిష్పత్తి సూత్రం ప్రస్తుత జనాభా లెక్కల ప్రకారం తీసుకుంటారా లేక ప్రస్తుత సీట్ల నిష్పత్తి ప్రకారమా అనే స్పష్టత లేదు. జనాభా ప్రకారమే అయ్యేట్టయితే అప్పుడు ఉత్తరాది రాష్ట్రాలకు సీట్లలో నిష్పత్తికి మించి వాటా వస్తుంది.

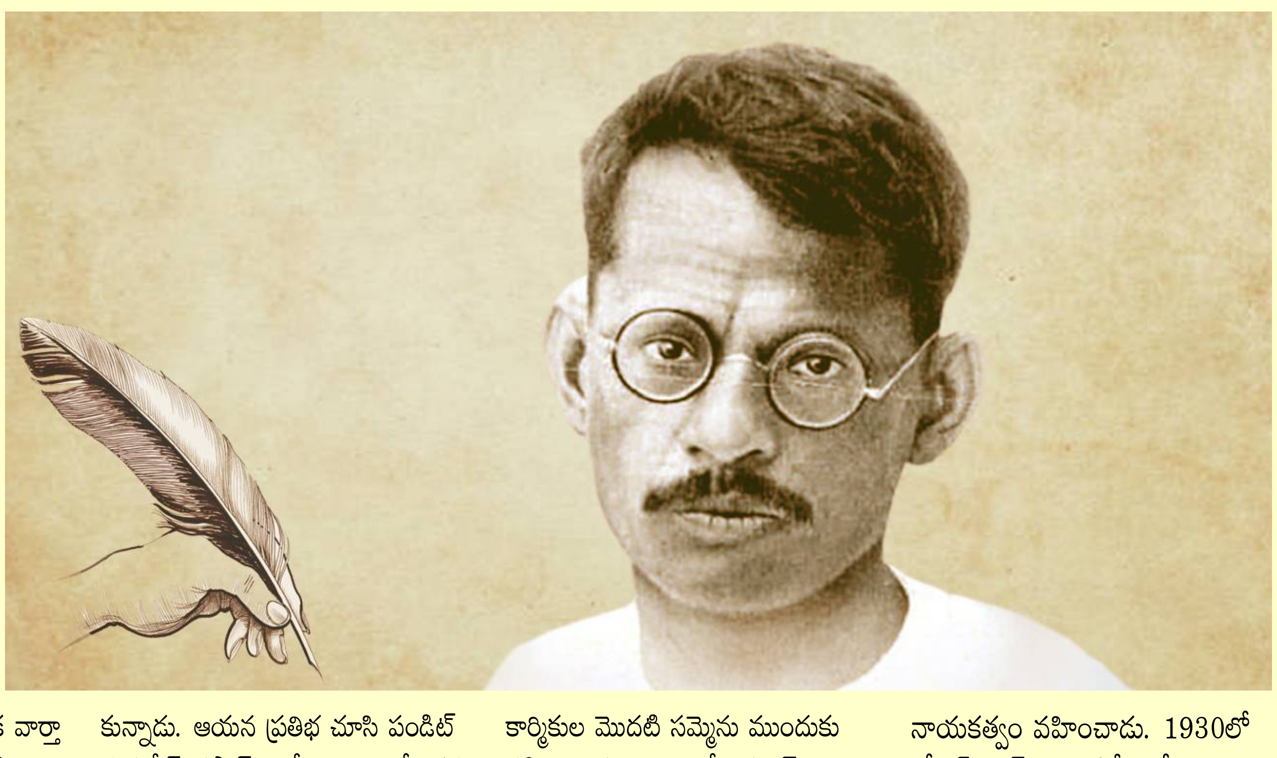
ప్రస్తుత పరిస్థితిలో అనుసరించదగిన అత్యుత్తమ పద్ధతి ఏమంటే ప్రస్తుతం ఒక్కో రాష్ట్రానికి వున్న సీట్ల నిష్పత్తికి అనుగుణంగా పెంపుదల చేయడం. దీనివల్ల ప్రజలకు ప్రాతినిధ్యం వహించేందుకు మొత్తం సీట్ల సంఖ్య పెంచడంతో పాటు రాష్ట్రాల మధ్యలో ప్రస్తుతం వున్న సీట్ల నిష్పత్తిని కాపాడినట్లవుతుంది. జనాభా పెరుగుదల ప్రకారంగాక ఇప్పుడున్న సీట్ల కేటాయింపు మేరకే ప్రతి రాష్ట్రం అదనంగా సీట్లు పొందుతుంది. ఉదాహరణకు మొత్తం సీట్లు 800కు పెంచితే అప్పుడు తమిళనాడుకు వున్న 39 స్థానాలకు మరో 18 తోడై 57కు చేరుతుంది. ఆ విధంగా మొత్తం సీట్ల సంఖ్యలో ఇప్పుడున్న నిష్పత్తి అలాగే వుంటుంది. ఇదే ఫార్ములా ప్రకారం చేస్తే కేరళకు తొమ్మిది సీట్లు ఎక్కువగా పెరిగి 29కి చేరతాయి. ఇప్పుడు 80 స్థానాలున్న ఉత్తరప్రదేశ్‌కు 38 పెరిగి 118 అయితే...25 సీట్ల పెంపుతో బీహార్‌కు 79 అవుతాయి. ఇవి ఇప్పుడు వాటికి వున్న దామాషా కొనసాగింపే అవుతాయి. కనుక మరింత మెరుగైన ప్రాతినిధ్యం కోసం మొత్తం సీట్ల సంఖ్యను పెంచే సందర్భంలో ఏ రాష్ట్రం కూడా వున్న సీట్లను కోల్పోకుండా చూసినట్లు అవుతుంది. ఏమైనా ఈ పద్ధతిపై ఏకాభిప్రాయం కుదరని పక్షంలో వుండే ఒకే ఒక ప్రత్యామ్నాయం పునర్విభజన ప్రక్రియను మరో పాతికేళ్లు వాయిదా వేయడమే. ఈ సమస్య చర్చించేందుకూ ఒక ఉమ్మడి వైఖరికి వచ్చేందుకుగాను తమిళనాడు ముఖ్యమంత్రి స్టాలిన్ మార్చి 22న దక్షిణాది రాష్ట్రాల ముఖ్యమంత్రులూ పంజాబ్, ఒరిస్సా, పశ్చిమ బెంగాల్ నుంచి ప్రధాన పార్టీలనూ ఆహ్వానించారు.

దేశం గర్వించదగ్గ శాస్త్రవేత్త గోవారికర్

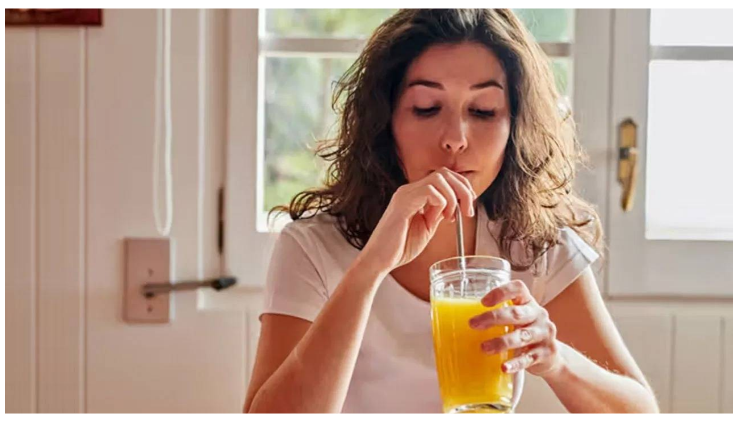
భారత దేశం గర్వించదగిన శాస్త్రవేత్తలలో గోవారికర్ ప్రముఖులు. ఆయన అంతరిక్ష రంగంలో మరిచి పోలేని విశేష పరిశోధనలు చేసారు. భారత దేశంలో సైన్స్, టెక్నాలజీ శాఖ కార్యదర్శిగా,1991%-%1993 మధ్యకాలంలో అప్పటి భారత ప్రధాని దివంగత పి.వి.నరసింహారావుకు శాస్త్రీయ సలహాదారుగా వ్యవహరించారు. భారత మాన్సూన్ నమూనా పితామహుడిగా పేరు గాంచిన ఆయన తొలిసారిగా స్వదేశీ పరిజ్ఞానంతో వాతావరణ మార్పులను సూచించే వ్యవస్థను రూపొందించిన తొలి శాస్త్రవేత్త. ఆయన ఇస్రో కు ఛీఫ్ గా తన సేవలందించారు. వాతావరణం, జనాభా రంగాలలో కూడా తన సేవలనందించారు. 'పద్మశ్రీ, పద్మ భూషణ్ అవార్డుల గ్రహీత. వసంత్ రాంచోండ్ గోవారికర్ (1933 మార్చి 25 - 2015 జనవరి 2) పూణేలో లో ఒక బ్రాహ్మణ కుటుంబంలో మార్చి 25, 1933 న జన్మించారు. తరువాత ఆయన మహారాష్ట్ర లోని కోల్హాపూర్ జిల్లాలో ప్రారంభ విద్య, గ్రాడ్యుయేషన్ చేసారు.1950ల ప్రారంభంలో పరిశోధనల నిమిత్తం ఇంగ్లాండు వెళ్లారు. ఆయన ఎం.ఎస్.సి, కెమికల్ ఇంజనీరింగ్ లో పి.హెచ్.డి లను డా.ఎఫ్.హెచ్.గార్నర్ అధ్వర్యంలో చేసారు. ఆయన పరిశోధనల ఫలితం "గార్నర్-గోవారికర్ సిద్ధాంతం". ఈ సిద్ధాంతం ఘన పదార్థాల నుండి ప్రవాహులకు ఉష్ణము, ద్రవ్యరాశిల బదిలీ గూర్చి విశ్లేషణ చేయబడిన గ్రంథము. 1959 నుండి 1967 వరకు ఇంగ్లాండ్‌లో ఉన్న సమయంలో, ఆయన మొదట హార్వెల్‌లోని (బ్రిటిష్) అటామిక్ ఎనర్జీ రీసెర్చ్ ఎస్టాబ్లిష్‌మెంట్‌లో, తరువాత సమ్మర్ ఫీల్డ్‌లో పనిచేశారు. ఈ సంస్థ రాకెట్ మోటారుల ఉత్పత్తిలో పేరెన్నిక గన్నది. ఆయన ఆక్స్ఫర్డ్ తో పాటు కేంబ్రిడ్జ్ ఎగ్జామినేషన్ బోర్డ్ యొక్క ఎగ్జామినర్స్ బయటి ప్యానెల్ సభ్యుడిగా మరియు పెర్గామోన్ యొక్క బాహ్య సంపాదకీయ సిబ్బందిగా కూడా పని చేశారు. అక్కడ అనేక శాస్త్రీయ పుస్తకాలను సవరించడంలో సహాయం చేశారు. డాక్టర్ విక్రమ్ సారాభాయ్ సారథ్యంలో, డాక్టర్ గోవారికర్ 1967 లో తిరువనంత పురంలోని తుంబాలోని అంతరిక్ష కేంద్రంలో ప్రొపెల్లెంట్ ఇంజనీర్‌గా చేరారు. తరువాత ఈ కేంద్రం ఇతర అంతరిక్ష పరిశోధన సంస్థలతో కలిసి 1972 లో విక్రమ్ సారాభాయ్ స్పేస్ సెంటర్ (వి.ఎస్.ఎస్.సి) గొడుగు కిందకు వచ్చింది. డాక్టర్ గోవారికర్ 1973 లో కెమికల్స్ అండ్ మెటీరియల్స్ గ్రూప్ డైరెక్టర్ అయ్యారు, చివరకు 1979 లో సెంటర్ డైరెక్టర్ అయ్యారు. 1985 వరకు ఆ పదవిలో కొనసాగారు.1994 - 2000 మధ్య మరాఠీ విజ్ఞాన్ పరిషత్‌కు ఛైర్మన్‌గా ఉన్నారు. భారత దేశంలో మొట్ట మొదటి ప్రయోగ వాహనం ఎస్ఎల్వి 3, వి.ఎస్.ఎస్.సి డైరెక్టర్ గా ఉన్న కాలంలో విజయ వంతమైన విజయాన్ని సాధించింది. భారత దేశం యొక్క ప్రయోగ వాహనాల కోసం క్లిష్టమైన ఘన ఇంధన సాంకేతిక పరిజ్ఞానాన్ని పూర్తిగా స్వదేశీగా... అభివృద్ధి చెందిన దేశాలతో పోల్చడంలో డాక్టర్ గోవారికర్ వృత్తి పరమైన నాయకత్వాన్ని అందించారు. ఇస్రో సంబంధిత 'సాలిడ్ ప్రొపెల్లెంట్ స్పేస్ బూస్టర్ ప్లాంట్' ఆయన నాయకత్వంలో 5,500 ఎకరాలకు పైగా భూమిని ఏర్పాటు చేశారు. ఆయన అంతరిక్ష పరిశోధన, వాతావరణ అంచనా, ఇతర అంశాల పై పరిశోధనలు చేశారు. గోవారికర్ యూకే అటామిక్ ఎనర్జీ అథారిటీలో కూడా పనిచేశారు. ఆయన శాస్త్ర, సాంకేతిక మంత్రిత్వశాఖ కార్యదర్శిగా పనిచేశారు. ఆయన 1995 నుండి 1998 మధ్య పూణే విశ్వ విద్యాలయ ఉపకులపతిగా పనిచేశారు. ఆయన దేశంలోని మొట్టమొదటి రుతుపవనాల సూచన నమూనా వెనుక ఉన్న వ్యక్తి అయినందున 'ఫాదర్ ఆఫ్ ఇండియన్ మాన్‌సూన్ మోడల్' గా ప్రసిద్ధి చెందారు. 1988 నుండి, ప్రభుత్వ వాతావరణ శాస్త్రవేత్తలు ఈ నమూనాను గోవారికర్ పేరు పెట్టారు. చాలా ఖచ్చితమైన రుతుపవనాల అంచనాలను ముందుగానే ఉపయోగిస్తున్నారు. పౌర సరఫరా, పంట పద్ధతులు, చమురు విత్తనాల దిగుమతి రంగాలలో తగిన సర్దుబాట్లు చేయడానికి ప్రణాళిక దారులకు ఈ నమూనా చాలా సహాయకారిగా నిరూపించ బడింది. దేశ ఉపగ్రహ పరిశోధన కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభించిన ప్రఖ్యాత శాస్త్రవేత్తల బృందంలో ఎపిజె కలాం, ఇ.వి. చిట్నిస్, ప్రమోద్ కాలే, యు.ఆర్. రావు వంటి వారి బృందంలో గోవారికర్ ఉన్నారు. ఆయనకు భారత దేశంలో ప్రతిష్టాత్మకమైన పద్మశ్రీ 1984 లో, పద్మభూషణ్ 2008 లో వచ్చాయి. ఆయన జనవరి 2 2015 శుక్రవారం నాడు పుణేలోని దీనానాథ్ మంగేష్కర్ ఆస్పత్రిలో తుదిశ్వాస విడిచారు.

చరితార్థుడైన జర్నలిస్టు గణేశ్ శంకర్

భారత స్వాతంత్ర్య పోరాటంలో ఎందరో ఎన్నో త్యాగాలు చేశారు. అందులో కొందరు గుర్తింపు లేకుండా పోయారు. ఆలాంటి వారిని సందర్భం వచ్చినప్పుడల్లా గుర్తు చేసుకోవాల్సిన అవసరం అనివార్యంగా ఉంది. భగత్ సింగ్, రాజ్‌గురు, సుఖ్‌దేవ్‌లను ఉరితీసిన రెండు రోజుల తరువాత, మరొక అమర వీరుడు భారత దేశం కోసం తన ప్రాణాలను అర్పించాడు. 40ఏళ్ల వయసులో ఒక లక్ష్యం కోసం ప్రాణాలను పోగొట్టుకున్న అసలు సిసలైన దేశ భక్తుడు. అయితే దురదృష్ట వశాత్తూ చాలామంది ఆయనను, ఆయన త్యాగాన్ని మరచి పోయారు. ఆయన భగత్ సింగ్ లాంటి విప్లవ వీరులతో కలిసి పోరాడిన స్వాతంత్ర్య పోరాట యోధుడు, పాత్రికేయుడు, భారత జాతీయ కాంగ్రెస్ నాయకుడు, జాతీయోద్యమ కారుడు. అను వాదకుడు, ముఖ్యంగా హిందీ వార్తాపత్రిక "ప్రతాప్" వ్యవస్థాపక సంపాదకుడిగా సుపరిచితుడు. ఒక వార్తా పత్రిక వేదికగా,18 సంవత్సరాల పాటు బ్రిటిష్ వలస పాలనపై రాజీ లేని పోరు సల్పి పోరాడిన దమ్మున్న ఎడిటర్. విద్యార్థి ఆయనే గణేశ్ శంకర్ విద్యార్థి. అరుదైన వ్యక్తిత్వం కలిగిన గణేష్ శంకర్ తనకు తానే తన పేరు చివర "విద్యార్థి" (జ్ఞానాన్ని కోరేవాడు) అనే పదాన్ని చేర్చుకున్నాడు. గణేశ్ శంకర్ విద్యార్థి (26 అక్టోబర్ 1890- 25 మార్చి 1931) ఫతేపూర్ జిల్లా హాథ్‌గావ్ అనే గ్రామంలో ఒక క్షత్రియ కుటుంబంలో జన్మించాడు. మంగోలి అనే గ్రామంలో ఒక మాధ్యమిక పాఠశాలలో ఉపాధ్యాయుడిగా పనిచేసే తండ్రి జయ నారాయణ్ శిక్షణలో ప్రాథమిక విద్యను అభ్యసించి తర్వాత మంగోలి, విదిశలలో హైస్కూలు విద్య చదివాడు. పేదరికం కారణంగా చదువు కొనసాగించ లేక గుమాస్తాగా, అధ్యాపకునిగా కాన్పూరులో పనిచేశాడు. ప్రజా జీవితం పట్ల, జర్నలిజం పట్ల ఆసక్తి కలిగివుండి జాతీయోద్యమం పట్ల ఆకర్షితుడయ్యాడు. విప్లవ భావాలను ప్రచారం చేస్తున్న కర్మయోగి, స్వరాజ్య అనే హిందీ ఉర్దూ పత్రికలకు ఆయన పంపిణీ దారుగా పనిచేస్తూ క్రమేపీ ఆ పత్రికలలో రచనలు చేయడం ప్రారంభించాడు. ఆ క్రమంలో "విద్యార్థి" అనే కలం పేరును పెట్టు కున్నాడు. ఆయన ప్రతిభ చూసి పండిట్ మహావీర్ ప్రసాద్ ద్వివేది 1911లో తన హిందీ సాహిత్య మాసపత్రిక "సరస్వతి"లో ఉప సంపాదకునిగా ఉద్యోగం ఇచ్చాడు. అయితే సాహిత్యం కంటే వర్తమాన విషయాలు, రాజకీయాలలో ఉన్న ఆసక్తితో హిందీ రాజకీయ వారపత్రిక "అభ్యుదయ"లో ఉప సంపాదకునిగా ఆయన చేరాడు. 1913లో కాన్పూరుకు తిరిగి వచ్చి పాత్రికేయుడిగా, స్వాతంత్ర్య సమర యోధుడిగా తన జీవితాన్ని మలుచు కున్నాడు. "ప్రతాప్" అనే విప్లవాత్మక వారపత్రికను స్థాపించి తను మరణించే వరకు 18 సంవత్సరాలపాటు నడిపాడు. ఆ పత్రిక అనతి కాలంలోనే అన్నిరకాల అణచివేతలు వ్యతిరేకంగా పోరాడే పత్రికగా గుర్తింపు పొందింది. ఆ పత్రిక ద్వారా గణేష్ శంకర్ రాయబరేలీ రైతుల పక్షాన, కాన్పూరు మిల్లు కార్మికుల పక్షాన నిలిచి ప్రభుత్వానికి వ్యతిరేకంగా పోరాడాడు. ఫలితంగా పలుమార్లు న్యాయస్థానాలలో అభియోగాలను ఎదుర్కొని భారీ జరిమానాలను చెల్లించాడు. ఐదు సార్లు జైలుకు వెళ్ళి వచ్చాడు. 1916లో లక్నోలో మహాత్మా గాంధీని ఆయన తొలిసారి కలిసి జాతీయోద్యమంలో చేరాడు. 1917-18లలో హెూమ్ రూల్ ఉద్యమానికి నాయకత్వం వహించాడు. కాన్పూర్ జౌళీ కార్మికుల మొదటి సమ్మెను ముందుకు నడిపించాడు. 1920లో ప్రతాప్ దినపత్రిక ఎడిషన్‌ను ఆరభించాడు. అదే ఏడాది రాయ్‌బరేలీ రైతాంగ పోరాటంలో అరెస్ట్ అయ్యి రెండేళ్ళు కఠిన కారాగారశిక్ష అనుభవించాడు. 1922లో విడుదలైన వెంటనే ఫతేగఢ్‌లో ఒక సభలో రాజ్య ద్రోహాన్ని ప్రేరేపించే విధంగా ప్రసంగించాడనే కారణంతో తిరిగి వెంటనే అరెస్టు చేశారు. ఫతేగఢ్‌లో జరిగిన ప్రావిన్షియల్ పొలిటికల్ కాన్ఫరెన్స్ అధ్యక్షుడిగా శంకర్‌కు దేశద్రోహ ప్రసంగానికి జైలు శిక్ష విధించ బడింది.1924లో భగత్‌సింగ్‌కు సన్నిహితుడై ఆయన భగత్‌సింగ్‌తో కలిసి పోరాడాడు. తరువాత చంద్రశేఖర్ అజాద్‌కు కూడా సన్నిహితుడయ్యాడు. 1925లో స్వరాజ్ పార్టీ తరఫున ప్రావెన్షియల్ శాసన సభలకు జరిగిన ఎన్నికలలో కాన్పూర్ నుండి శాసన సభ్యుడిగా ఎన్నికై 1929 వరకు కొనసాగాడు. 1929లో కాంగ్రెస్ పార్టీలో చేరాక తన సభ్యత్వానికి రాజీనామా చేశాడు. 1928లో మజ్దూర్ సభను స్థాపించి మరణించే వరకూ నాయకత్వం వహించాడు.1929లో యునైటెడ్ ప్రావిన్స్ కాంగ్రెస్ కమిటీ అధ్యక్షుడిగా నియమించ బడ్డాడు. ఆ ప్రాంతంలో సత్యాగ్రహ ఉద్యమానికి నాయకత్వం వహించాడు. 1930లో గోరఖ్ పూర్, న్యూ ఢిల్లీలలో జరిగిన హిందీ సాహిత్య సమ్మేళనాలకు హాజరయ్యాడు. అదే సంవత్సరం తిరిగి అరెస్టయి జైలుకు వెళ్ళాడు. గాంధీ - ఇర్విన్ సంధి ప్రకారం 1931 మార్చి 9న విడుదలయ్యాడు. కరాచీలో జరిగే కాంగ్రెస్ సమావేశాలకు హాజరు కావాలని తయార వుతుండగా అదే సమయంలో కాన్పూరులో మత ఘర్షణలు చెలరేగాయి. గణేశ్ శంకర్ విద్యార్థి అల్లరి మూకల మధ్య నిలబడి వారిని వారించి వేలాది మంది అమాయకుల ప్రాణాలను కాపాడాడు. వారిలో హిందువులు, ముస్లిములు కూడా ఉన్నారు. ఈ ప్రయత్నంలో ఆయనను ఒక అల్లరి మూక దారుణంగా పొడిచి చంపింది. అలా మత పరమైన ఘర్షణలు అడ్డుకునే క్రమంలో 1931 మార్చి 25న అమరుడు అయినాడు.



ఈ డ్రింక్స్‌ని తాగి చూడండి..!



కొలెస్ట్రాల్ దానంతట అదే తగ్గిపోతుంది..!

కొలెస్ట్రాల్ ఎక్కువగా ఉండడం వల్ల గుండె సమస్యలు, రక్తపోటు, స్ట్రోక్ వంటి ఆరోగ్య సమస్యలు తలెత్తే అవకాశం ఉంది. కానీ కొలెస్ట్రాల్‌ను సహజంగా తగ్గించుకోవచ్చు. నిమ్మరసం అల్లం, ద్రాక్ష రోజ్ మేరీ, ఆరెంజ్ పసుపు నీరు వంటి కొన్ని ప్రత్యేకమైన డ్రింక్ లు కొలెస్ట్రాల్ నియంత్రణలో సహాయపడుతాయి. కొలెస్ట్రాల్ అనేది రక్తంలో ఉండే ఒక ముఖ్యమైన కొవ్వు పదార్థం. శరీరం దాన్ని కొన్ని ముఖ్యమైన పనుల కోసం వాడుతుంది. కానీ అది అధికంగా ఉన్నప్పుడు గుండె సమస్యలు, రక్తపోటు, స్ట్రోక్ వంటి సమస్యలు తలెత్తుతాయి. అధిక కొలెస్ట్రాల్ గుండె ఆరోగ్యానికి హానికరం కావడంతో పాటు ఇతర రోగాల ప్రమాదాన్ని కూడా పెంచుతుంది. కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను సహజంగా తగ్గించుకోవడం ద్వారా ఈ సమస్యలను నివారించవచ్చు. కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను తగ్గించడానికి నిమ్మ అల్లం నీరు చాలా ప్రభావవంతంగా ఉంటుంది. నిమ్మలో విటమిన్ సి, ఫ్లేవనాయిడ్లు ఉన్నాయి. ఇవి రక్తంలో లిపిడ్ స్థాయిలను నియంత్రించడంలో సహాయపడుతాయి. నిమ్మ రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడంలో కూడా దోహదపడుతుంది. అల్లం యాంటీ-ఆక్సిడెంట్, యాంటీ-ఇన్ఫ్లమేటరీ లక్షణాలతో నిండివుంటుంది. ఇది శరీరంలో మంటను తగ్గించడంలో, కొలెస్ట్రాల్ తగ్గించడంలో సహకరిస్తుంది. రోజూ ఈ నీటిని తాగడం వల్ల కొలెస్ట్రాల్ నియంత్రణలో ఉంటుంది. ద్రాక్షలో నరింగెనిన్ అనే సహజ పదార్థం ఉంటుంది. ఇది శరీరంలోని కొవ్వు కణాలను కరిగించడంలో సహాయపడుతుంది. ద్రాక్షలోని యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు కూడా శరీర ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తాయి. రోజ్ మేరీ అనే మొక్కలో యాంటీ-ఆక్సిడెంట్ లక్షణాలు ఉన్నాయి. ఇవి శరీరంలో మంటను తగ్గించడం ద్వారా ఆరోగ్యానికి దోహదం చేస్తాయి. ద్రాక్ష, రోజ్ మేరీ కలిపి తీసిన ఈ నీరు అధిక కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. ఆరెంజ్‌లో విటమిన్ సి, ఫ్లేవనాయిడ్లు ఉంటాయి. ఇవి రక్తంలో లిపిడ్ ప్రొఫైల్‌ను మెరుగుపరచడంలో సహాయపడుతాయి. పసుపులో కర్కుమిన్ అనే పదార్థం ఉంది. ఇది శరీరంలో మంటను తగ్గించడంలో బాగా ఉపయోగపడుతుంది. ఈ డ్రింక్ అధిక కొలెస్ట్రాల్‌ను తగ్గించడంలో, రక్తపోటు నియంత్రణలో సహాయపడుతుంది.కీర దోసకాయలో పొటాషియం సమృద్ధిగా ఉంటుంది. ఇది రక్తపోటు తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. పుదీనాలోని యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు శరీరంలో మంటను తగ్గిస్తాయి. ఈ డ్రింక్ తాగడం ద్వారా కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలు తగ్గించుకోవచ్చు. అలాగే శరీరంలోని అసమతుల్యతలను సరిచేయడంలో కూడా ఇది సహాయపడుతుంది. ఆపిల్‌లో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, ఫైబర్ ఉంటాయి. ఇవి శరీరంలోని కొవ్వు లిపిడ్ స్థాయిలను తగ్గించడంలో సహాయపడుతాయి. దాల్చిన చెక్కలో యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ లక్షణాలు ఉండడం వల్ల శరీరంలో మంట తగ్గుతుంది. ఆపిల్, దాల్చిన చెక్క కలిపి తాగడం వల్ల కొలెస్ట్రాల్

అరటిపండు తింటే ఎన్ని లాభాలో......

అరటిపండు తినడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి. ఇది శరీరానికి శక్తినిచ్చి, జీర్ణక్రియను మెరుగుపరిచే అద్భుతమైన పండు. రక్తపోటు నియంత్రణ, బరువు తగ్గడం, మానసిక ఆరోగ్యానికి మేలు చేయడం వంటి అనేక లాభాలున్నాయి. అలాగే చర్మ ఆరోగ్యానికి సహాయపడుతుంది. ప్రతి రోజు అరటిపండు తినడం ద్వారా ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుచుకోవచ్చు. ప్రతిరోజు అరటిపండు తినడం వల్ల ఆరోగ్యానికి కలిగే లాభాలు ఎన్నో. ఇది తేలికగా దొరికే పండు మాత్రమే కాదు.. ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిది. అరటిపండు తీపిగా ఉండటంతో పాటు ఇందులో పోషకాలు కూడా చాలా ఉన్నాయి. వాటి వల్ల శక్తి పెరుగుతుంది. శరీరానికి అవసరమైన విటమిన్లు, ఖనిజాలు అందుతాయి. అరటిపండు తినడానికి 8 ముఖ్యమైన కారణాలు ఉన్నాయి. అరటిపండ్లలో సహజ చక్కెరలు (గ్లూకోజ్, ఫ్రక్టోజ్, సుక్రోజ్) ఎక్కువగా ఉంటాయి. ఇవి తక్షణ శక్తిని ఇస్తాయి. ఉదయం పూట లేదా వ్యాయామం ముందు తినడం ద్వారా మిమ్మల్ని చురుకుగా ఉంచుతుంది. ఇది సహజంగా శక్తిని అందించే పండు.ఫైబర్ ఎక్కువగా ఉండే అరటిపండ్లు జీర్ణక్రియను మెరుగుపరుస్తాయి. ఇందులోని పెక్టిన్, రెసిస్టెంట్ స్టార్చ్ ప్రేగుల కదలికలను సరిగ్గా ఉంచడం, మలబద్ధకాన్ని తగ్గించడం, ప్రేగుల్లో మంచి బ్యాక్టీరియాను పెంచడంలో సహాయపడతాయి. ఆరోగ్యకరమైన జీర్ణక్రియ కోసం ఇది చాలా మంచిది.అరటిపండ్లు పొటాషియంతో నిండిన పండ్లు. పొటాషియం రక్తపోటును సరిచేయడంలో సహాయపడుతుంది. క్రమం తప్పకుండా తినడం ద్వారా రక్తపోటు నియంత్రణలో ఉంటుంది. గుండె సంబంధ వ్యాధులు వచ్చే ప్రమాదం తగ్గుతుంది. అరటిపండ్లలో ట్రిప్టోఫాన్ అనే అమైనో ఆమ్లం ఉంటుంది. ఇది సంతోషం కలిగించే హార్మోన్ సెరోటోనిన్ ఉత్పత్తిని పెంచుతుంది. ఇది మానసిక స్థితిని మెరుగుపరచడం, ఒత్తిడిని తగ్గించడం, మంచి నిద్ర రావడానికి సహాయపడుతుంది. అరటిపండ్లు తీపిగా ఉన్నప్పటికీ.. తక్కువ కేలరీలు కలిగి ఉంటాయి. ఫైబర్ అధికంగా ఉండటం వల్ల కడుపు నిండిన భావన కలుగుతుంది. దీని వల్ల ఎక్కువగా తినకుండా నియంత్రించవచ్చు. బరువు నిర్వహణకు ఇది ఒక మంచి చిరుతిండిగా పనిచేస్తుంది.పొటాషియం, మెగ్నీషియం ఎక్కువగా ఉన్న అరటిపండ్లు ఎముకలకు బలం చేకూర్చుతాయి. కాల్షియం నష్టాన్ని తగ్గించి ఎముకల ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుతాయి. దీర్ఘకాలంలో ఎముకలు బలంగా ఉండేలా చేయడంలో ఇది సహాయపడుతుంది. అరటిపండ్లు విటమిన్ సి, యాంటీఆక్సిడెంట్లు ఎక్కువగా కలిగి ఉంటాయి. ఇవి రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతాయి. శరీరాన్ని ఇన్ఫెక్షన్ల నుంచి రక్షించి ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుతాయి. విటమిన్ సి, బి6 అధికంగా ఉండే అరటిపండ్లు చర్మానికి తక్కువ వయసు కనిపించడంలో సహాయపడతాయి. చర్మానికి మెరుగైన ఆకృతిని,

ఉల్లిపాయలను వేసవిలో ఇలా తినండి..

ప్రతి ఒక్కరి ఇంట్లోని వంట గదిలో లభించే ఉల్లిపాయకు కొన్ని వేల ఏళ్ల చరిత్ర ఉంది. ఉల్లి పాయలో ఎన్నో ఔషధ గుణాలు ఉన్నాయి. ఆహార రుచిని పెంచుతుంది. చాలా మంది ఉల్లి పాయని వివిధ రూపాల్లో తింటారు. అయితే వేసవిలో ఉల్లిపాయలను తినడం.. అది కూడా పచ్చి ఉల్లిపాయలు తినడం వలన ఎన్నో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలున్నాయి. ప్రతి ఇంటిలోనూ పచ్చి ఉల్లిపాయలు తప్పని సరిగా ఉంటుంది. ఉల్లిపాయలను వివిధ వంటకాల్లో ఉపయోగిస్తారు. ఆహారానికి అదనపు రుచిని పెంచడానికి ఉల్లిపాయలను వంటల్లో ఉపయోగిస్తారు. అయితే, చాలా మంది పచ్చి ఉల్లిపాయలను తింటారు. ఉల్లిపాయలను తరచుగా సలాడ్లలో ఉపయోగిస్తారు. ఉల్లిపాయలు లేని కూర రుచి ఉండదని.. తినడానికి కూడా ఇష్టపడరు కొందరు. మటన్, చికెన్ కూరల్లోనే కాదు పప్పు, పులుసు, వేపుడుల్లో కూడా ఉల్లిపాయలను ఉపయోగిస్తారు. అయితే వేసవిలో ఉల్లిపాయలను పచ్చిగా తినడం ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తుంది. వేసవి నెలల్లో మధ్యాహ్న భోజన సమయంలో పచ్చి ఉల్లిపాయలు తినడం శరీరానికి చాలా ప్రయోజనకరంగా ఉంటుంది. ఉల్లిపాయల్లో సోడియం, పొటాషియం, విటమిన్ సి, విటమిన్ ఇ, ఫోలేట్ వంటి వివిధ రకాల పోషకాలు ఉన్నాయని పోషకాహార నిపుణురాలు ప్రియా పలివాల్ అన్నారు. అందువల్ల ఉల్లిపాయలను సలాడ్‌గా తినడం వల్ల శరీరానికి అనేక ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి. జీర్ణక్రియ మెరుగుదల వేసవిలో గ్యాస్, మలబద్ధకం వంటి జీర్ణ సమస్యలు తరచుగా సంభవిం చవచ్చు. పచ్చి ఉల్లిపాయలు జీర్ణక్రియను మెరుగుప రుస్తాయి. ఇందులో చాలా డైటరీ ఫైబర్ ఉంటుంది. ఇది కడుపును శుభ్రపరుస్తుంది. ఉల్లిపాయ కడుపును ఏ రకమైన బాక్టీరియల్ ఇన్ఫెక్షన్ బారిన పడకుండా రక్షిస్తుంది. జీర్ణవ్యవస్థను బలపరుస్తుంది. రోగని రోధక శక్తిని బలపరుస్తుంది. పచ్చి ఉల్లిపాయల్లో విటమిన్ సి పుష్కలంగా ఉంటుంది. ఇది శరీరం రోగనిరోధక శక్తిని బలోపేతం చేయడానికి సహాయపడుతుంది. అదనంగా శరీరాన్ని వైరల్, బాక్టీరియల్ ఇన్ఫెక్షన్ల నుంచి రక్షిస్తుంది. కనుక సలాడ్లలో పచ్చి ఉల్లిపాయలను చేర్చుకోవడం మంచిదని పోషకాహార నిపుణులు చెప్పారు. చర్మానికి మంచిది ఉల్లిపాయల్లో సల్ఫర్, విటమిన్ సి ఉంటాయి. కనుక అవి చర్మానికి మేలు చేస్తాయి. చర్మపు చికాకు ను తగ్గించడానికి, మొటిమలను నివారిం చడానికి సహాయపడుతుంది. వేసవిలో అధిక చెమట, కాలుష్యం చర్మానికి హాని కలిగిస్తాయి. పచ్చి ఉల్లిపాయలు తింటే

గుమ్మడికాయ గింజల ప్రయోజనాలు

గుమ్మడికాయ గింజలు చిన్నవిగా కనిపించినా.. అందులోని పోషకాలు శరీరానికి ఎన్నో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను అందిస్తాయి. మెగ్నీషియం, జింక్, ఫైబర్, ప్రోటీన్ లాంటి ముఖ్యమైన పోషకాలు ఇందులో పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇవి రక్తపోటును నియంత్రించడం, చక్కెర స్థాయిలను తగ్గించడం, జీర్ణక్రియ మెరుగుపరచడం, గుండె ఆరోగ్యాన్ని కాపాడడం వంటి ప్రయోజనాలను అందిస్తాయి. గుమ్మడికాయ గింజలు చిన్నవిగా కనిపించినా.. వాటిలో అనేక ఆరోగ్యకరమైన పోషకాలు ఉంటాయి. వీటిని తింటే శరీరానికి అవసరమైన కొవ్వులు, మెగ్నీషియం, జింక్ వంటి కీలక పోషకాలు లభిస్తాయి. నేషనల్ లైబ్రరీ ఆఫ్ మెడిసిన్ ప్రకారం.. గుమ్మడికాయ గింజలు తినడం వల్ల ఆరోగ్యానికి ఏడు ప్రధాన ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి. గుమ్మడికాయ గింజలు రక్తంలో చక్కెరను తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి. వీటిలో అధికంగా ఉండే మెగ్నీషియం చక్కెర స్థాయిని నియంత్రించడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. టైప్ 2 డయాబెటిస్ ఉన్న వారు ఈ గింజలు తీసుకోవడం వల్ల రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను తగ్గించు కోవచ్చు. గుమ్మడికాయ గింజలు క్రమం తప్పకుండా తీసుకోవడం ద్వారా డయాబెటిస్ నియంత్రణ సాధ్యమవు తుంది. గుమ్మడికాయ గింజలు చిన్నవిగా ఉండవచ్చు. కానీ వాటిలో ప్రోటీన్, ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు, ఫైబర్, మెగ్నీషియం, జింక్, ఐరన్ వంటి ముఖ్యమైన పోషకాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఈ పోషకాలు శరీరానికి అవసరమైన రోగ నిరోధక శక్తిని పెంచుతాయి. వీటిని తినడం వల్ల శక్తి స్థాయిలు మెరుగు పడుతాయి. శరీరం ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. గుమ్మడికాయ గింజలు యాంటీఆక్సిడెంట్లు, ఫ్లేవనాయిడ్లు, ఫినోలిక్ ఆమ్లాలు, విటమిన్ ఇ వంటి సమృద్ధిగా ఉండే పదార్థాలతో నిండి ఉంటాయి. ఇవి శరీరంలోని వాపు తగ్గిం చడంలో సహాయపడతాయి. యాంటీఆక్సిడెంట్లు కణాలను రక్షించి శరీ రాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచుతాయి. ఇవి వృద్ధాప్య సమస్యలను ఆలస్యం చేస్తాయి. హానికంమైన రోగాల నుంచి కాపాడుతాయి. గుమ్మడికాయ గింజలు మెగ్నీషియంలో పుష్కలంగా ఉంటాయి. మెగ్నీషియం అనేది శరీరంలో చాలా ముఖ్యమైన పోషకం. ఇది రక్తపోటును నియంత్రిం చడం, ఎముకల బలాన్ని పెంచడం, రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రిం చడం వంటి అనేక శరీర విధులకు అవసరం. రోజూ ఈ గింజలు తీసుకోవ డం ద్వారా మెగ్నీషియం అవసరాలను నెరవేర్చుకోవచ్చు. గుమ్మడికాయ గింజలు ఫైబర్ సమృద్ధిగా కలిగి ఉంటాయి. ఇవి జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచడంలో సహాయ పడతాయి. ఫైబర్ జీర్ణాశయంలో బాగా పనిచేసి మలబద్ధకం వంటి సమస్యలను నివారిస్తుంది. అలాగే గుండె జబ్బులు, టైప్ 2 డయాబెటిస్, ఊబకాయం వంటి ఆరోగ్య సమస్యలను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. గుమ్మడికాయ గింజలు నిద్ర సమస్యలను తగ్గించడంలో కూడా సహాయపడుతాయి. వీటిలో ఉండే ట్రిప్టోఫాన్ అనే పదార్థం శరీరంలో సెరోటొనిన్, మెళటోనిన్ వంటి నిద్ర హార్మోన్ల ఉత్పత్తిని ప్రోత్సహిస్తుంది. దీంతో నిద్ర నాణ్యత మెరుగుపడుతుంది. గుమ్మ డికాయ గింజలు పచ్చిగా లేదా కాల్చి తినవచ్చు. వీటిని సలాడ్‌లు, స్మూతీలకు జోడిరచి తింటే ఆరోగ్యకరమైన చిరుతిండి అవుతాయి. వీటిని నానబెట్టి లేదా మొల కెత్తించి తీసుకుంటే పోషకాలు మరింతగా అందుతాయి. దీని వల్ల శరీరం ఆహారంలోని పోషకాలను సులభంగా గ్రహించుకోగలదు. గుమ్మడ కాయ గింజలు తినడం వల్ల శరీరానికి ఇలా పలు రకాల ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు లభిస్తాయి.

రోజుకో ఆరెంజ్ తింటే

నమ్మలేని ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు..

టైప్-2 డయాబెటిస్ ప్రమాదాన్ని కూడా తగ్గిస్తుంది. మచ్చ లేని, ప్రకాశవంతమైన చర్మాన్ని కోరుకునేవారికి నారింజ ఒక గొప్ప ఎంపిక అవుతుంది. నారింజలోని యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, కొల్లాజెన్ బూస్టింగ్ లక్షణాలు చర్మాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచడంలో, ముడతల నుండి రక్షించడంలో సహాయపడతాయి. అంతే కాకుండా గ్లోయింగ్ స్కిన్ కోసం చాలా మేలు చేస్తాయి. నారింజ అనేది విటమిన్ సి కి పవర్‌హౌస్.. ఇది మీ శరీరం రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది. ప్రతి రోజూ ఒక ఆరెంజ్ తినడం వల్ల జలుబు, ఇన్ఫెక్షన్ల నుండి ఉపశమనం లభిస్తుంది. రోగ నిరోధక శక్తి తక్కువగా ఉన్న వారు నారింజ తినడం వల్ల అద్భుత లాభాలు ఉంటాయి. నారింజ పండ్లు ఫైబర్ గొప్ప మూలం. ఇది జీర్ణక్రియను మెరుగుపరుస్తుంది. మలబద్ధకాన్ని తగ్గిస్తుంది. తరచుగా నారింజ తినడం వల్ల అద్భుతమైన లాభాలు ఉంటాయి. జీర్ణ సంబంధిత సమస్యలతో ఇబ్బంది పడే వారు నారింజ తినడం వల్ల అనేక మంచి ఫలితం ఉంటుంది. అంతేకాదు.. రెగ్యులర్‌గా ఆరెంజ్ తింటే మెదడు ఆరోగ్యం కూడా బాగుంటుంది. నారింజలో ఉండే పొటాషియం, ఫ్లేవనా యిడ్లు అధిక రక్తపోటును అదుపులో ఉంచుతాయి. అంతే కాకుండా ఇవి గుండె జబ్బుల ప్రమాదాన్ని కూడా తగ్గిస్తాయి. గుండె జబ్బులు ఉన్నవారు దీన్ని తప్పకుం డా తినాలి. తక్కువ కేలరీలు, అధిక ఫైబర్ కంటెంట్ నారింజలో ఉంటాయి. అందుకే నారింజ ఎక్కువసేపు కడుపు నిండుగా ఉన్న భావనను కలిగిస్తుంది. ఇది అతిగా తినే అలవాటును కూడా తగ్గిస్తుంది. బరువును కూడా అదుపులో ఉంచుతుంది. ఆరెంజ్ తీసుకోవడం వల్ల వృద్ధాప్య ఛాయలు త్వరగా ముఖంపై కనిపించవు. నారింజ పండు మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులకు ప్రయోజనకరంగా ఉంటుంది. అంతే కాకుండా ఇది రక్తంలో చక్కెర స్థాయిని సమతుల్యం చేయడంలో సహాయపడుతుంది. టైప్-2 డయాబెటిస్ ప్రమాదాన్ని కూడా తగ్గిస్తుంది. మచ్చ లేని, ప్రకాశవంతమైన చర్మాన్ని కోరు కునేవారికి నారింజ ఒక గొప్ప ఎంపిక అవుతుంది. నారింజలోని యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, కొల్లాజెన్ బూస్టింగ్ లక్షణాలు చర్మాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచడంలో, ముడతల నుండి రక్షించడంలో సహాయ పడతాయి. అంతే కాకుండా గ్లోయింగ్ స్కిన్ కోసం చాలా

తొలిఅడుగు
తెలుగు దిన పత్రిక

మళ్లీ 'రంగ్ దే' కాంబో?

కొన్ని సినిమాలు ఫ్లాప్ అయినా సరే.. అందులో హీరో హీరోయిన్ల జంట అందరినీ ఆకట్టుకుంటుంది. వాళ్లను సక్సెస్ ఫుల్ పెయిర్‌గానే చూస్తారు. నితిన్, కీర్తి సురేష్‌లది అలాంటి జంటే అని చెప్పాలి. వీళ్లిద్దరి కలయికలో వచ్చిన 'రంగ్ దే' సినిమా అంచనాలను అందుకోలేకపోయింది. కానీ ఈ మూవీలో వీళ్లిద్దరి కెమిస్ట్రీ మాత్రం బాగా పండిరది. ప్రమోషన్లలో కూడా ఈ జంట హుషారుగా కనిపించింది. ఇద్దరూ మంచి కెమిస్ట్రీతో సినిమాను ప్రమోట్ చేశారు. సినిమాలో కూడా ఇద్దరి మధ్య సన్నివేశాడు బాగానే పండాయి. పాటల్లో కూడా ఈ జంట చూడముచ్చటగా కనిపించింది. కానీ సినిమా సరిగా ఆడకపోవడంతో మళ్లీ ఈ కాంబినేషన్ చూసే అవకాశం ప్రేక్షకులకు రాలేదు. కానీ ఇప్పుడు అనుకోకుండా వీళ్లిద్దరూ మళ్లీ జంట కట్టబోతున్నారన్నది తాజా సమాచారం. నితిన్ హీరోగా 'బలగం' వేణు దర్శకత్వంలో 'యల్లమ్మ' సినిమా త్వరలోనే మొదలు కానున్న సంగతి తెలిసిందే. ఈ చిత్రాన్ని ముందు నానితో అనుకున్నాడు వేణు. కానీ అది కుదరక నితిన్‌తో చేస్తున్నాడు. ఈ చిత్రానికి కథానాయికగా కూడా ముందు అనుకున్నది వేరొకరిని. సాయిపల్లవిని నటింపజేయాలని చూశారు. కానీ ఆమెకు డేట్లు సర్దుబాటు చేయడం కుదర్లేదు. దీంతో ఇప్పుడు కీర్తిని ట్రై చేస్తున్నారట. ఆమె దాదాపుగా ఓకే చెప్పినట్లు సమాచారం. దీంతో మళ్లీ 'రంగ్ దే' జోడీని చూసే అవకాశం ప్రేక్షకులకు దక్కనుంది. ఇది గ్రామీణ నేపథ్యంలో సాగే రగ్డ్ మూవీ అని సమాచారం. 'దసరా' స్టయిల్లో ఉంటుందట. హీరో హీరోయిన్లిద్దరూ డీగ్లామరస్ రోల్స్‌లో కనిపిస్తారట.

అట్లీ డబుల్ ఫార్ములా...

దర్శకుడు అట్లీతో అల్లు అర్జున్ చేయబోయే ప్యాన్ ఇండియా సినిమా తాలూకు ప్రకటన కోసం ఫ్యాన్స్ ఎదురు చూస్తున్నారు. దానికి రంగం సిద్ధమవుతోంది. వచ్చే నెల ఏప్రిల్ 8 బన్నీ పుట్టినరోజు సందర్భంగా అఫీషియల్ అనౌన్స్ మెంట్ ఉండొచ్చని సమాచారం. ప్రస్తుతం దుబాయ్ లో దీనికి సంబంధించిన చర్చలతోనే హీరో దర్శకుడి బృందాలు బిజీగా ఉన్నట్టు తెలిసింది. త్రివిక్రమ్ శ్రీనివాస్ తో చేయాల్సిన ఫాంటసీ మూవీకి ఇంకాస్త ఎక్కువ టైం పట్టేలా ఉంది కాబట్టి ఈలోగా ఆరేడు నెలల్లో అట్లీ మూవీ పూర్తి చేసేలా ప్రణాళిక వేస్తున్నారట. అయితే అట్లీకి కథలపరంగా ఒక ఫార్ములా సెంటిమెంట్ ఉంది.తన గత మూడు సినిమాల్లో హీరో ద్విపాత్రాభినయం ఉంటుంది. 'జవాన్'లో షారుఖ్ ఖాన్ తండ్రి కొడుకులగా దర్శనమిచ్చాడు. 'బిగిల్' (విజిల్) లో లో విజయ్ చేసింది ఇదే. 'మెర్సల్' (అదిరింది) లోనూ దీన్ని వదిలిపెట్టలేదు. అంతకు ముందు 'తేరి'లో డబుల్ ఫోటో కాకపోయినా బేకరీ ఓనర్, పోలీస్ ఆఫీసర్ గా విజయ్ కి రెండు షేడ్స్ పెట్టాడు. డెబ్యూ చేసిన 'రాజా రాణి' వీటికి భిన్నంగా ప్రేమకథ కాబట్టి అందులో డ్యూయల్ రోల్ లేదు. సో ఇప్పుడు అల్లు అర్జున్ తో చేయబోయే చిత్రంలోనూ అట్లీ ఇదే ఫాలో అవుతున్నట్టు వినికిడి. కాకపోతే రెండో పాత్రకు కొంచెం నెగటివ్ టచ్ ఉంటుందని అంటున్నారు. ప్రస్తుతానికి ఇవన్నీ పుకార్ల దశలోనే ఉన్నాయి కానీ ఒక్కసారి ప్రాజెక్టు పట్టాలు ఎక్కితే ఒక్కోదానికి సంబంధించిన స్పష్టత వస్తుంది. హీరోయిన్ ఎవరనేది కూడా గుట్టుగా ఉంచుతున్నారు. ఏవేవో పేర్లు వినిపిస్తున్నాయి కానీ అట్లీ ఎవరిని లాక్ చేయలేదని అంటున్నారు. నయనతార ఆప్షన్ వైపు బన్నీ ఆసక్తి చూపించలేదని టాక్.

భైరవిగా తమన్నా

అద్భుతంగా నటించారు

మిల్కీ బ్యూటీ తమన్నా భాటియా 'ఓదెల 2'లో నెవర్ బిఫోర్ క్యారెక్టర్‌లో అలరించడానికి సిద్ధంగా ఉన్నారు. సూపర్ నేచురల్ థ్రిల్లర్ 'ఓదెల రైల్వే స్టేషన్'కి సీక్వెల్ ఇది. అశోక్ తేజ దర్శకత్వంలో మధు క్రియేషన్స్, సంపత్ నంది టీమ్‌వర్క్స్‌పై డి.మధు ఈ చిత్రాన్ని నిర్మిస్తున్నారు. తమన్నా నాగ సాధువుగా మిస్టరీ ఎనర్జీతో కూడిన పాత్రను పోషిస్తున్నారు. ఈ సినిమా టీజర్ అంచనాలని నెక్స్ లెవెల్‌కి తీసుకెళ్ళింది. ఈ సినిమా ఏప్రిల్ 17న థియేటర్స్ లో విడుదల కానుంది. హెబ్బా పటేల్, వశిష్ట ఎన్ సింహ ఈ చిత్రంలో ముఖ్యమైన పాత్రలు పోషిస్తున్నారు. థ్రిల్లింగ్ యాక్షన్‌ను కథలలో అద్భుతంగా మిళితం చేయడంలో పేరుతెచ్చుకున్న సంపత్ నంది ఓదెల 2ని పర్యవేక్షిస్తున్నారు. ప్రెస్‌మీట్‌లో హీరోయిన్ తమన్నా భాటియా మాట్లాడుతూ "ఓదెల సినిమాని డైరెక్టర్ అశోక్ చాలా అద్భుతంగా తీశారు. ఆ సినిమా చూసినప్పుడే దానికి పార్ట్ 2 ఉండాలని భావించాను. సంపత్ నంది పార్ట్- 2 ఐడియా చెప్పినప్పుడు ఆసక్తికరంగా అనిపించింది. ఇది ఈజీ జోనర్ కాదు. ఒక పల్లెటూరి కథని ఇంత ఆసక్తికరంగా థ్రిల్లింగ్ గా చెప్పడం మామూలు విషయం కాదు. డైరెక్టర్ అశోక్ సినిమాని నెక్స్ లెవెల్‌లో తీశారు"అని అన్నారు. మూవీ క్రియేటర్ సంపత్ నంది మాట్లాడుతూ "సినిమాలో భైరవి పాత్రలో తమన్నా చాలా అద్భుతంగా నటించారు. ఈ పాత్ర తమన్నా కోసమే పుట్టింది. ఆమెను వెతుక్కుంటూనే వెళ్ళింది"అని పేర్కొన్నారు. నిర్మాత డి.మధు మాట్లాడుతూ "మహా కుంభమేళాలో రిలీజ్ చేసిన ఈ సినిమా టీజర్‌కి చాలా అద్భుతమైనటువంటి స్పందన వచ్చింది. చాలా ఆర్గానిక్‌గా ఒక విలేజ్‌లో జరిగే స్టోరీ ఇది. కంటెంట్ ని నమ్ముకుని ఎక్కడా రాజీపడకుండా ఈ సినిమా చేయడం జరిగింది. తమన్నా ఈ సినిమాలో అద్భుతంగా నటించారు"అని తెలియజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో డైరెక్టర్ అశోక్ తేజ, పూజ, వశిష్ట సింహ, నాగమహేష్, గగన్ పాల్గొన్నారు.

మా అందాల సిరి.........

తన తొలి సినిమా 'సినిమా బండి'తో ప్రశంసలు అందుకున్న దర్శకుడు ప్రవీణ్ కండ్రేగుల తాజాగా 'పరదా'తో వస్తున్నారు. అనుపమ పరమేశ్వరన్, దర్శన రాజేంద్రన్, సంగీత వంటి తారాగణం ఈ చిత్రంలో నటిస్తున్నారు. 'ఫ్యామిలీ మ్యాన్' సిరీస్‌తో పాపులరైన రాజ్, డికె ఈ చిత్రానికి మద్దతు ఇస్తున్నారు. ఆనంద మీడియా బ్యానర్ పై శ్రీనివాసులు పివి, శ్రీధర్ మక్కువతో కలిసి విజరు దొంకడ ఈ సినిమాని నిర్మిస్తున్నారు. ఇప్పటికే విడుదల ఫస్ట్‌లుక్ పోస్టర్, కాన్సెప్ట్ వీడియో, సినిమా టీజర్‌కు అద్భుతమైన రెస్పాన్స్ వచ్చింది. ఆదివారం మేకర్స్ 'మా అందాల సిరి..' సాంగ్‌ని రిలీజ్ చేసి, మ్యూజిక్ ప్రమోషన్స్ స్టార్ చేశారు. గోపీ సుందర్ ఈ సాంగ్‌ని క్యాచీ బీట్స్‌తో, బ్యూటీఫుల్ నెంబర్‌గా కంపోజ్ చేశారు. శ్రీ కృష్ణ, రమ్య బెహరా వోకల్స్ పాటకి మరింత ఆకర్షణ తీసుకొచ్చాయి. వనమాలి రాసిన మీనింగ్ ఫుల్ లిరిక్స్ ఆకట్టుకున్నాయి. ట్రెడిషన్ ఉట్టిపడే ఈ సాంగ్‌లో విజువల్స్ ప్లజెంట్‌గా ఉన్నాయి. అనుపమ పరమేశ్వరన్ ఎలిగెంట్ డ్యాన్స్ మూమెంట్స్ ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలిచాయి. ఇన్‌స్టంట్ హిట్‌గా నిలిచిన ఈ సాంగ్ ఆల్బమ్‌కు చార్ట్ బస్టర్ స్టార్ట్‌ని అందించింది అని చిత్ర యూనిట్ తెలిపింది.

....

309 స్ట్రైక్‌రేట్‌తో సన్‌రైజర్స్‌కి దడపుట్టించాడు

పాన్ అమ్మే వ్యాపారి కొడుకు.. ఐపీఎల్ లో అదరగొట్టాడు. ఓడిపోతున్న మ్యాచ్ లో సిక్సర్లతో విరుచుకుపడ్డాడు. మిడిలార్డర్ లో బ్యాటింగ్ చేసే ఈ ప్లేయర్ ను.. ఇప్పుడు ఫినిషర్ స్థానంలో బరిలోకి దిగాడు. ఆ ఆటగాడు ఎవరు.? ఐపీఎల్ 2025 సీజన్‌ను రాజస్థాన్ రాయల్స్ ఓటమితో మొదలుపెట్టింది. తొలి మ్యాచ్‌లో సన్‌రైజర్స్ హైదరాబాద్ చేతిలో ఘోర పరాజయాన్ని చవిచూసింది. రాజస్థాన్ జట్టు ఓడిపోయినప్పటికీ, ఈ మ్యాచ్‌లో ఆ జట్టు బ్యాటర్ ఒకడు ఆకాశమే హద్దుగా చెలరేగిపోయాడు. అది మరెవరో కాదు.. శుభమ్ దూబే. రాజస్థాన్ ఓటమిలో కూడా ఈ ఆటగాడు మెరిశాడు. దూబే కేవలం 11 బంతులలోనే సిక్సర్లతో సన్‌రైజర్స్ బౌలర్లపై విరుచుకుపడ్డాడు. తన పేలుడు బ్యాటింగ్‌తో హైదరాబాద్ జట్టుకు చుక్కలు చూపించాడు. 287 పరుగుల లక్ష్యాన్ని ఛేదించే క్రమంలో రాజస్థాన్ రాయల్స్ జట్టులోని సగం మంది ఆటగాళ్లు 15వ ఓవర్ అయ్యేసరికి పెవిలియన్ చేరారు. అయితే ఆ తర్వాత ధృవ్ జురెల్, సంజూ శాంసన్ ఇద్దరూ కూడా జట్టుకు ఇంకా 34 బంతుల్లో 126 పరుగులు చేయాల్సి ఉండగా అవుట్ అయ్యారు. ఆపై బరిలోకి దిగిన శుభమ్ దూబే బ్యాట్ ర%ఝ%్ళిపించాడు. జట్టు గెలవడం కష్టం అనిపించినా.. తుఫాన్ ఇన్నింగ్స్‌తో చివరి వరకు పోరాడుతూనే ఉన్నాడు. 11 బంతుల్లో 309 స్ట్రైక్ రేట్‌తో అజేయంగా 34 పరుగులు చేసి అభిమానులను అలరించాడు. ఈ తరుణంలో, అతడి బ్యాట్ నుంచి 1 ఫోర్, 4 సిక్సర్లు వచ్చాయి. రాజస్థాన్ జట్టు ఈ మ్యాచ్‌లో గెలవలేకపోయినా, స్కోరు 242కి చేరుకోవడంలో.. దూబే కీలక పాత్ర పోషించాడు. శుభమ్ దూబే సాధారణంగా మిడిల్ ఆర్డర్‌లో బ్యాటింగ్ చేస్తాడు. పెద్ద షాట్లు ఆడటంలో క్రేజ్ సంపాదించాడు. భారత దేశవాళీ %్న%20 టోర్నమెంట్ సయ్యద్ ముష్తాక్ అలీ ట్రోఫీలో కొన్ని పేలుడు ఇన్నింగ్స్‌లు ఆడటం ద్వారా వైరల్‌గా మారాడు. దీని తర్వాత గత సీజన్‌లో రాజస్థాన్ రాయల్స్ ఈ విదర్భ బ్యాట్స్‌మెన్‌ను రూ. 5.80 కోట్లుకు వేలంలో కొనుగోలు చేసింది. ఈ సీజన్‌లో కూడా రాజస్థాన్ అతన్ని అట్టిపెట్టుకుని మెగా వేలంలో రూ.80 లక్షలు వెచ్చించింది. ఈసారి లోయర్ ఆర్డర్‌లో ఫినిషర్ పాత్రను అప్పగించింది. దీంతో హైదరాబాద్‌పై అతడు ఓ చిన్న సినిమా చూపించాడు. శుభమ్ దూబే ఇప్పటివరకు 30 టీ20 మ్యాచ్‌లు ఆడాడు. ఇందులో అతడు 38.35 సగటుతో 652 పరుగులు చేశాడు. అతడి స్ట్రైక్ రేట్ 152గా ఉంది.

ఉప్పల్‌లో పరుగుల వరద
సన్‌రైజర్స్ 286 పరుగుల భారీస్కోరు

ఉప్పల్ మ్యాచ్‌లో సన్‌రైజర్స్ హైదరాబాద్ 44 పరుగుల తేడాతో గెలుపొందింది. సన్‌రైజర్స్ బ్యాటర్లు ఇషాన్ కిషన్ (106 నాటౌట్, 47 బంతుల్లో 11 ఫోర్లు, 6 సిక్స్‌లు) సెంచరీతో, ట్రావిశ్ హెడ్ (67, 31 బంతుల్లో 9 ఫోర్లు, 3 సిక్స్‌లు) అర్ధ సెంచరీతో విశ్వరూపం చూపించారు. నితీశ్ కుమార్ రెడ్డి (30, 15 బంతుల్లో 4 ఫోర్లు, 1 సిక్స్), హెన్రిచ్ క్లాసెన్ (34, 14 బంతుల్లో 5 ఫోర్లు, 1 సిక్స్) అదరగొట్టారు. రికార్డు స్కోరు ఛేదనలో రాజస్థాన్ రాయల్స్ 20 ఓవర్లలో 242 పరుగులే చేసింది. ధ్రువ్ జురెల్ (70, 35 బంతుల్లో 5 ఫోర్లు, 6 సిక్స్‌లు), సంజు శాంసన్ (66, 37 బంతుల్లో 7 ఫోర్లు, 4 సిక్స్‌లు) అర్ధ సెంచరీలతో మెరువగా.. హెట్‌మయర్ (42, 23 బంతుల్లో 1 ఫోర్, 4 సిక్స్‌లు), శుభమ్ దూబె (34 నాటౌట్, 11 బంతుల్లో 1 ఫోర్, 4 సిక్స్‌లు) ధనాధన్ షో చేశారు. సెంచరీ హీరో ఇషాన్ కిషన్ 'ప్లేయర్ ఆఫ్ ది మ్యాచ్'గా నిలిచాడు. ఓపెనర్లు అభిషేక్ శర్మ (24, 11 బంతుల్లో 5 ఫోర్లు), ట్రావిశ్ హెడ్ (67) సీజన్ తొలి మ్యాచ్‌లోనే తమదైన బాదుడు చూపించారు. ట్రావిషేక్ జోడీ19 బంతుల్లోనే 45 పరుగులు పిండుకుంది. పేసర్ ఫరూకీపై విరుచుకుపడిన అభిషేక్ ఐదు బౌండరీలతో దండెత్తాడు. స్పిన్నర్ తీక్షణ మాయకు అభిషేక్ నిష్క్రమించినా.. పవర్ షో ఆగలేదు. ఇషాన్ కిషన్ (106 నాటౌట్)తో కలిసి హెడ్ ఊచకోత కొనసాగించాడు. తీక్షణపై నాలుగు ఫోర్లు బాదిన హెడ్.. ఏ బౌలర్‌ను వదిలిపెట్టలేదు. ఆరు సిక్సర్లు కొట్టిన హెడ్.. కౌవ్ కార్నర్, లాంగ్ ఆన్, బ్యాక్‌వర్డ్ పాయింట్ సహా ఆరు భిన్న కోణాల్లో బంతిని ఫెన్సింగ్ దాటించాడు. 23 బంతుల్లోనే 50 పరుగులు చేసిన హైదరాబాద్ 42 బంతుల్లో 100 మార్క్ చేరింది. ట్రావిశ్ హెడ్ ఆరు ఫోర్లు, మూడు సిక్సర్లతో 21 బంతుల్లోనే అర్ధ సెంచరీ సాధించాడు. దీంతో పవర్‌ప్లేలో (6 ఓవర్లు) సన్‌రైజర్స్ 94/1 పరుగులు చేసింది. ఐపిఎల్ చరిత్రలో ఇది ఐదో అత్యుత్తమ పవర్‌ప్లే స్కోరు. 14 పరుగుల దూరంలో..! : గత సీజన్ తరహాలోనే తొలి మ్యాచ్‌ను సన్‌రైజర్స్ దూకుడుగా మొదలెట్టింది. ఐపిఎల్‌లో అత్యధిక స్కోరు రికార్డులు నిలకడగా బద్దలుకొడుతూనే ఉంది. 20 ఓవర్లలో 6 వికెట్లకు 286 పరుగులు చేసి.. 300 మార్క్‌కు 14 పరుగుల దూరంలో నిలిచిపోయింది.

ఐపిఎల్ 2025: చెన్నై బోణి

ఐపిఎల్ 2025లో చెన్నై సూపర్ కింగ్స్ శుభారంభం చేసింది. సొంతగడ్డపై ఆదివారం ముంబయి ఇండియన్స్‌తో జరిగిన మ్యాచ్‌లో చెన్నై నాలుగు వికెట్లతో ఘన విజయం సాధించింది. ముంబయి విధించిన 156 పరుగులు లక్ష్యాన్ని ఇంకా ఐదు బంతులు మిగిలిఉండగానే ఆరు వికెట్ల మిగిలిఉండగానే చెన్నై ఛేదించింది. లక్ష్యసాధనకు దిగిన చెన్నై జట్టులో ఓపెనర్ రచిన్ రవీంద్ర అర్ధసెంచరీతో (65, 45 బంతుల్లో నాలుగు సిక్స్‌లు, రెండు ఫోర్లు)తో అజేయంగా నిలిచి జట్టు విజయంలో కీలక పాత్ర పోషించాడు. 19 ఓవర్లు ముగిసే సమయానికి విజయానికి నాలుగు పరుగులు అవసరమైన స్థితిలో 20 ఓవర్ తొలి బంతిని రవీంద్ర సిక్స్‌గా మలిచి జట్టుకు విజయాన్ని అందించాడు. మరో ఓపెనర్ రాహుల్ త్రిపాటి (2) నిరాశపర్చినా ఫస్ట్ డౌన్‌లో వచ్చిన కెప్టెన్ రుతురాజ్ గైక్వాడ్ ముంబయి బౌలర్లపై విరుచుకుపడ్డాడు. కేవలం 26 బంతుల్లోనే మూడు సిక్స్‌లు, ఆరు ఫోర్లతో వేగంగా 53 పరుగులు చేసి, మూడో వికెట్‌గా అవుటయ్యాడు. ఈ తరువాత వరసగా వికెట్లు పడతున్నా రవీంద్ర జోరుగా ఆడి మ్యాచ్‌ను ముగించాడు. ఈ మ్యాచ్‌లో ముందుగా టాస్ ఓడి తొలుత బ్యాటింగ్ చేసిన ముంబయి ఇండియన్స్ 20 ఓవర్లలో 9 వికెట్లకు 155 పరుగులు చేసింది. చెన్నై బౌలర్లు నూర్ అహ్మద్ (4/18), పేసర్ ఖలీల్ అహ్మద్ (3/29) వికెట్లలో మెరిశారు. కాగా, ఇప్పటి వరకూ

ముంబై ఆటగాడ్ని బ్యాట్‌తో కొట్టిన ఎంఎస్ ధోనీ..

ఐపీఎల్ 2025 మూడో మ్యాచ్‌లో ఐదుసార్లు ఛాంపియన్ చెన్నై సూపర్ కింగ్స్ ముంబై ఇండియన్స్‌ను నాలుగు వికెట్ల తేడాతో ఓడిరచింది. ఈ మ్యాచ్‌లో వెటరన్ క్రికెటర్ ఎంఎస్ ధోని కూడా చెన్నై తరఫున బ్యాటింగ్ చేయడానికి వచ్చాడు. అయితే కేవలం రెండు బంతులు మాత్రమే ఆడి పరుగులేమీ చేయలేదు. జూఖ తరుపున 65 పరుగులతో బలమైన ఇన్నింగ్స్ ఆడిన రచిన్ రవీంద్ర.. చివరి ఓవర్ బౌలింగ్ చేయడానికి వచ్చిన మిచెల్ సాంట్నర్ వేసిన తొలి బంతికే సిక్సర్ కొట్టి జట్టుకు విజయాన్ని అందించాడు. జట్టు విజయంపై ధోనీ చాలా సంతోషంగా ఉన్నాడు. అనంతరం ముంబై ఆటగాళ్లందరితో ధోనీ కరచాలనం చేశాడు. ఈ సమయంలో ఒక దృశ్యం అందరి దృష్టిని ఆకర్షించింది. ఇక్కడ ధోనీ.. ముంబై స్టార్ ఫాస్ట్ బౌలర్ దీపక్ చాహర్‌తో సరదాగా ఆట పట్టించాడు. అతనిని సరదాగా బ్యాట్‌తో కొట్టాడు. వీరిద్దరి వీడియో సోషల్ మీడియాలో బాగా వైరల్ అవుతోంది. ధోనీ, దీపక్ చాహర్ ఒకరికొకరు చాలా మంచి బంధాన్ని ఏర్పాటు చేసుకున్నట్లు ఈ వీడియోలో స్పష్టం అవుతోంది. ఇద్దరూ ఇంతకు ముందు చాలా సార్లు ఒకరితో ఒకరు సరదాగా గడిపారు. జూఖతో జరిగిన మ్యాచ్‌లో ముంబై ఆటగాడు చాహర్.. బంతితో, బ్యాటింగ్‌తో అద్భుతంగా రాణించాడు. అతను మొదట బ్యాటింగ్‌లో తన సత్తాను ప్రదర్శించాడు. కేవలం 15 బంతుల్లో 28 పరుగులు చేశాడు. దీంతో ముంబై స్కోరు 150 దాటింది. దీని తర్వాత అతను బంతితో రాణించాడు. మొదటి ఓవర్‌లోనే తన జట్టుకు వికెట్ అందించాడు. చెన్నై ఓపెనర్ రాహుల్ త్రిపాఠి వికెట్ తీసిన తర్వాత ఘనంగా సంబరాలు చేసుకున్నాడు. బాల్, బ్యాట్‌తో దీపక్ చేసిన ఈ ప్రదర్శన ముంబైకి సానుకూల అంశాలలో ఒకటి.ఈ మ్యాచ్‌లో తొలుత బ్యాటింగ్ చేసిన ముంబై జట్టు తిలక్ వర్మ 31 పరుగులు, కెప్టెన్ సూర్యకుమార్ యాదవ్ 29 పరుగులు, దీపక్ 28 పరుగుల ఆధారంగా 20 ఓవర్లలో తొమ్మిది వికెట్లకు 155 పరుగులు చేసింది. చెన్నై తరఫున నూర్ అహ్మద్ 18 పరుగులిచ్చి నాలుగు వికెట్లు తీశాడు. ఈ బలమైన ఇన్నింగ్స్‌లో రవీంద్ర 45 బంతుల్లో అజేయంగా 65 పరుగులు చేసి ప్లేయర్ ఆఫ్ ది మ్యాచ్‌గా ఎంపికయ్యాడు. ఈ న్యూజిలాండ్ ఆటగాడితో ఓపెనింగ్ కాకుండా మూడో నంబర్‌లో బ్యాటింగ్ చేసిన కెప్టెన్ రుతురాజ్ గైక్వాడ్ 26 బంతుల్లో 53 పరుగులు చేశాడు. ఐపీఎల్ ఏ సీజన్‌లోనైనా ముంబై తన తొలి మ్యాచ్‌లో ఓడిపోవడం ఇది 13వ సారి అని మనకు తెలిసిందే. టోర్నీలో చివరిసారిగా 2012లో తొలి మ్యాచ్‌లో ముంబై విజయం సాధించింది.