

తెనాలి మీడియా

మన యాసే.. మన బలం

తెలుగుదినపత్రిక సంపుటి :3 సంచిక: 16 గురువారం 5 ఫిబ్రవరి 2026 పేజీలు :8 వెల రూ.5
Published from : Karimnagar Circulated to : Adilabad, Warangal, Hyderabad, Khammam, Nalgonda, Mahbubnagar, Medak, Nizambad, Rangareddy

లిపోర్టర్లు కావాలేను



జర్నలిజంలో ఆసక్తి ఉన్నవారికి
తెనాలి మీడియా
ఆహ్వానం పలుకుతుంది
తెలుగు రాష్ట్రాలలో జిల్లా, నియోజకవర్గ,
మండల స్థాయిలో లిపోర్టర్లుగా
పని చేసేందుకు ఆసక్తి, అనుభవం ఉన్నవారు
ఈ క్రింది నంబర్లలో సంప్రదించగలరు.

77309 83966 98491 98098

ఐదు నిమిషాలకే లోక్ సభ వాయిదా



- నరవణి పుస్తకంపై భయపడుతున్న ప్రభుత్వం
- కాంగ్రెస్ ఎంపీ ప్రియాంక గాంధీ విమర్శలు

విపక్ష సభ్యుల ఆందోళనల మధ్య లోక్ సభ నేటికి (గురువారం)కి వాయిదా పడింది. షెడ్యూల్ ప్రకారం బడ్జెట్ పై రాష్ట్రపతి ప్రసంగానికి ధన్యవాదాలు తెలిపే తీర్మానంపై ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ.. లోక్ సభలో ప్రసంగించాల్సి ఉంది. అయితే మోదీ ప్రసంగానికి ముందే సభను స్పీకర్ గురువారానికి వాయిదా వేశారు.

4



కొరియన్ గేమ్ మరణశాసనం

- ఆన్ లైన్ గేమ్ కు బానిసలై యూపిలో ముగ్గురు అక్కాచెల్లెళ్ల బలవన్తరణం

4



మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో

కాంగ్రెస్ నే గెలిపించండి

సన్నబియ్యం తీసుకున్న వారంతా ఓటేయాలి

- మున్సిపల్ ఎన్నికల తరవాత రైతుభరోసా
- రైతులకు గిట్టుబాటు ధరతో పాటు రూ.500 బోనస్ ఇస్తున్నాం
- తెలంగాణ జాతిపిత ప్రాఫెసర్ జయశంకర్
- తెలంగాణ తల్లి మన సోనియమ్మ
- మిర్యాలగూడలో సీఎం రేవంత్ రెడ్డి



మిర్యాలగూడ, ఫిబ్రవరి 4: రాష్ట్రంలో జరిగిన అభివృద్ధిని చూసి మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో ప్రజలు తీర్పు ఇవ్వాలని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి విజ్ఞప్తి చేశారు. మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్ ను గెలిపించాలి. ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్ కు ఎదురే లేదు.. విజయాన్ని అడ్డుకోలేరని అన్నారు. మిర్యాలగూడ మండలం గూడూరులో యంగ్ ఇండియా రెసిడెన్షియల్ స్కూల్ కు శంకుస్థాపన చేసిన అనంతరం ఏర్పాటు చేసిన ప్రజా పాల్స - ప్రజా విజయోత్సవ సభలో సీఎం ప్రసంగించారు. రేవంత్ కార్చుల కోసం గతంలో పదేళ్ల పాటు ఎదురుచూడాల్సిన పరిస్థితి, ప్రస్తుతం రాష్ట్రంలో 3.17 కోట్ల మందికి 6 కిలోల చొప్పున సన్న బియ్యం ఇస్తున్నాం. సన్న బియ్యం వచ్చిన వారు కాంగ్రెస్ పార్టీకి ఓటు వేయాలని పిలుపునిచ్చారు. రాబోయే మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్ ఘన విజయం సాధించడం భాయమని ధీమా వ్యక్తం చేశారు. కాంగ్రెస్ అధికారంలోకి వచ్చిన తర్వాత అమలు చేస్తున్న అభివృద్ధి, సంక్షేమ పథకాలను చూసి ప్రజలు కాంగ్రెస్ కే ఓటు వేయాలని పిలుపునిచ్చారు. వరి ఉత్పత్తిలో మిర్యాలగూడ ఆసియాలోనే ముందుంది.

మిగతా 2 లో



ముస్లింల ఓట్ల కోసం కాంగ్రెస్ ఆరాటం

- ఎస్సీ ఎస్టీ నిధులు మైనార్టీలకు మళ్లంపు
- నిజాం నిరంకుశానికి అంకుశం వేసిన గడ్డ ఇదే
- ఎన్నికల హామీలను తుంగలో తొక్కిన సీఎం రేవంత్
- బీజేపీ జాతీయ అధ్యక్షుడు నితిన్ నబీన్

4

జగిత్యాల ఎమ్మెల్యేకు క్లీన్ చిట్

పార్టీ మారిన దాఖలాలు లేవన్న స్పీకర్



3



విద్యాసంస్థల్లో బీసీ విద్యార్థుల జాబితా

- తెలంగాణ వెనుకబడిన తరగతుల కమిషన్ సమీక్ష

2

చిత్ర పరిశ్రమకు పెద్దపీట

- సినీ పరిశ్రమ కేంద్రంగా హైదరాబాద్
- అన్ని భాషల వారు తరలివచ్చినా ప్రోత్సాహం
- ఉగాది రోజు గద్దర్ అవార్డుల ప్రధానం
- మీ డియాతో డివ్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్క

హైదరాబాద్, ఫిబ్రవరి 4: తెలుగు సినీ పరిశ్రమకు తెలంగాణ ప్రభుత్వం పూర్తి ప్రాధాన్యత ఇస్తోందని డివ్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్క స్పష్టం చేశారు. బుధవారం సచివాలయంలో గద్దర్ అవార్డుల జ్యూరీ సభ్యులతో డివ్యూటీ సీఎం కీలక సమావేశం నిర్వహించారు. హైదరాబాద్ ను ఫిల్మ్ ఇండస్ట్రీ కేంద్రంగా చేయాలనే లక్ష్యంతో ప్రభుత్వం పనిచేస్తోందని అన్నారు. అన్ని భాషల సినీ పరిశ్రమలు ఇక్కడికి విస్తరించేలా అనుకూల వాతావరణం కల్పిస్తామన్నారు. దీని ద్వారా సినీ రంగంలో యువత, టెక్నీషియన్లకు ఉపాధి అవకాశాలు పెరుగుతాయని తెలిపారు. సినీ ప్రపంచ మార్కెట్ కు హైదరాబాద్ కేంద్రంగా మారుతుందని వెల్లడించారు. కళల ద్వారా సమాజానికి తన జీవితాన్ని అర్పించిన మహానుభావుడు

మిగతా 2 లో



జర్నలిస్టుల కుటుంబాలకు ప్రభుత్వం అండ

- శాసన మండలి చైర్మన్ గుత్తా సుఖేందర్ రెడ్డి

2

మిర్చి రైతుకు గుడ్ న్యూస్

- ఎనుమాముల మార్కెట్లో భారీగా పెరిగిన ధరలు
- దేశీ మిర్చి క్వింటా 41,200 రూపాయలకు అమ్మకం



2



విద్యుత్తు కనెక్షన్లకు కొత్త రూల్స్

మార్గదర్శకాలు విడుదల చేసిన ఈఆర్సీ

2

స్కూళ్లలో పిల్లలతో వెట్టిపై వార్తా కథనాలు

మానవహక్కుల కమిషన్ సుమోటిో కేసు

2



మిర్చి రైతుకు గుడ్ న్యూస్

ఎనుమాముల మార్కెట్లో భారీగా పెరిగిన ధరలు

దేశీ మిర్చి క్వింటా 41,200 రూపాయలకు అమ్మకం

వరంగల్, ఫిబ్రవరి 4: తెలంగాణలో మిర్చి ధరలు గణనీయంగా పెరుగుతున్నాయి, రైతులకు ఆశాజనకంగా మారాయి. వరంగల్ జిల్లా ఏనుమాముల వ్యవసాయ మార్కెట్లో దేశీ మిర్చి క్వింటా 41,200 రూపాయలకు, ఎల్లో మిర్చి క్వింటా 44,000 రూపాయలకు అమ్ముడయ్యింది. వందర్ హాట్ మిర్చి ధర ఒక్కరోజులో 5,000 రూపాయలు పెరిగి క్వింటా 37,100కి చేరింది. అంతర్జాతీయ డిమాండ్ పెరుగుదల, ఇతర రాష్ట్రాల్లో ఉత్పత్తి తగ్గడం ఈ ధరల పెరుగుదలకు ప్రధాన కారణమని వ్యాపారులు తెలిపారు. గత కొన్ని సంవత్సరాలుగా తక్కువ ధరల కారణంగా బాధపడ్డ రైతులకు ఈ పరిస్థితి పెద్ద ఊరటనిస్తుంది. వివిధ రకాల మిర్చి ధరలు ఊహించనంత వేగంగా పెరుగుతుండడం రైతుల ఆదాయాన్ని గణనీయంగా పెంచింది. ఎల్లో, దేశీ, వందర్ హాట్ మిర్చి వంటి రకాల డిమాండ్ అంతర్జాతీయంగా కూడా ఎక్కువగా ఉండటంతో మార్కెట్ ఉత్సాహంగా ఉంది. రైతులు తమ ఉత్పత్తిని పెద్ద ధరకు విక్రయించగలిగితే, ఆర్థిక స్థితి మెరుగుపడుతుంది. వరంగల్ ఎనుమాముల మార్కెట్లో ప్రతి రకానికి ప్రత్యేక ధరలు ఉన్నాయని, ధరల పెరుగుదల కొనసాగుతుందని అధికారులు తెలిపారు. ధరల పెరుగుదల రైతుల ఉత్సాహాన్ని పెంచింది, కానీ నిలకడైన ఆదాయం కోసం మంచి మార్కెట్ వ్యాప్తులు అవసరం. పంటలను సరైన సమయంలో మార్కెట్లో విడుదల చేయడం, నిల్వ మరియు రవాణా సదుపాయాలను మెరుగుపరచడం కీలకం. అంతర్జాతీయ మార్కెట్ ట్రెండ్లను గమనించి, ధరల మార్పులపై రైతులు సరిగా నిర్ణయం తీసుకోవాలి. ఈ పరిస్థితులు, రైతుల ఆర్థిక స్థితిని బలోపేతం చేస్తూ, స్థిరమైన లాభాలను అందించగలవని విశ్లేషకులు పేర్కొన్నారు.

విద్యాసంస్థల్లో బీసీ విద్యార్థుల జాబితా

తెలంగాణ వెనుకబడిన తరగతుల కమిషన్ సమీక్ష



హైదరాబాద్, ఫిబ్రవరి 4: రాష్ట్రంలో వివిధ విద్యాసంస్థల్లో చదువుతున్న విద్యార్థుల సమాచారాన్ని కులాల వారిగా సేకరించే విషయంలో బీసీ కమిషన్ కార్యాలయంలో జరిగిన సమావేశంలో స్కూల్ ఎడ్యుకేషన్ డైరెక్టర్ డా. ఇ. సవీన్ నికోలన్, స్టేట్ కౌన్సిల్ ఆఫ్ హైయర్ ఎడ్యుకేషన్ సెక్రటరీ డా. కె. రామ్ వెంకటేశ్, రిజిస్ట్రార్, కాళోజీ నారాయణరావు యూనివర్సిటీ ఆఫ్ హెల్త్ సైన్సెస్ డా. కె. నాగార్జున రెడ్డి, సెక్రటరీ, ఇంటర్మీడియట్ ఎడ్యుకేషన్ డిపార్ట్మెంట్ కష్టాడిత్యలతో బీసీ కమిషన్ చైర్మన్ జి. నిరంజన్, సభ్యులు రాబోలు జయప్రకాష్, తిరుమలగిరి సురేందర్, బాలలక్ష్మి, మెంబర్ సెక్రటరీ బాల మాయా దేవి, ఐఏఎస్., గారు సవివరంగా చర్చించడం జరిగింది. సమావేశంలో డిప్యూటీ డైరెక్టర్ యు. శ్రీనివాసరావు, సహాయ కార్యదర్శి కె. మనోహర్ రావు, ప్రత్యేక అధికారి కుమారి ఎస్. సునీత, సెక్షన్ ఆఫీసర్ జి. సతీష్ కుమార్, రిసెర్చ్ ఆఫీసర్ జి. లక్ష్మీనారాయణ మరియు తదితర అధికారులు కూడా పాల్గొన్నారు. బీసీ కమిషన్ చైర్మన్ మరియు అధికారులు రాష్ట్రంలో విద్యార్థుల డేటా సేకరించడంలో తీవ్రమైన జాప్యం జరుగుతున్నందున దీని ప్రాధాన్యతను గుర్తించి, సమాచారం సేకరించి, కమిషన్లో అందించాలని కోరడం జరిగింది. సమాచారం ఆధారంగా బీసీ విద్యార్థుల్లో ఏ కులానికి, ఏ వర్గానికి చెందినవారు విద్యకు దూరంగా ఉంటున్నారో గుర్తించి, వారిని ప్రోత్సహించే అవకాశం కలుగుతుందని వివరించి చెప్పడం జరిగింది. సమావేశానికి హాజరైన అధికారులందరూ వెంటనే ఈ సమాచారాన్ని సేకరించి కార్యక్రమానికి స్వీకారం చుడతారని, ఈ సంవత్సరం మార్చి లోపు వివరాలు అందిస్తామని చెప్పడం జరిగింది. సెక్రటరీ, స్టేట్ కౌన్సిల్ ఆఫ్ హైయర్ ఎడ్యుకేషన్ మాట్లాడుతూ ఈ సంవత్సరం నుండే అడ్మిషన్లోనూ రాబోయే విద్యా సంవత్సరం నుండి జరిగే ప్రవేశ పరీక్షలోను కుల సంబంధిత సమాచారాన్ని కూడా సేకరించబోతున్నామని స్పష్టం చేయడం జరిగింది.

స్కూళ్లలో పిల్లలతో వెట్టిపై వార్తా కథనాలు

మానవహక్కుల కమిషన్ సుమోటో కేసు



హైదరాబాద్, ఫిబ్రవరి 4: విద్యార్థులే.. స్వేచ్ఛలు అనే వార్తా కథనాన్ని ఆధారంగా తీసుకొని తెలంగాణ మానవ హక్కుల కమిషన్ సుమోటోగా విచారణ స్వీకరించింది. ఎయిడెడ్ పాఠశాలల్లో స్వేచ్ఛలు అందుబాటులో లేకపోవడం కారణంగా, 1వ తరగతి నుండి 10వ తరగతి వరకు విద్యార్థులను ఊడ్చడం, చెత్త వెసుకెళ్లడం, మెట్లు తుడవడం వంటి తుణ్ణుపరచే మరియు ఇతర

పనులు చేయించడంతో పాటు, తిరస్కరించిన విద్యార్థులను బెదిరించడం మరియు శారీరక శిక్షలు విధించడం జరుగుతున్నట్లు ఆరోపణలు ఉన్నాయని కమిషన్ గమనించింది. ఇవి బాలల హక్కులకు తీవ్ర భంగం కలిగించడమే కాకుండా, విద్యా హక్కు చట్టం, 2009 మరియు బాలల సంరక్షణ మరియు రక్షణ చట్టం, 2015 నిబంధనలకు విరుద్ధమని కమిషన్ అభిప్రాయపడింది. తెలంగాణ ప్రభుత్వ పాఠశాల విద్యార్థుల ప్రధాన కార్యదర్శి మరియు హైదరాబాద్ జిల్లా విద్యాశాఖ అధికారి వారల సవివర నివేదికలు 24వ తేదీలోపు సమర్పించవలసిందిగా ఆదేశించింది.

మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్నే గెలిపించండి

ముదటి పీజీ తరువాత

మిర్యాలగూడ మున్సిపాలిటీలో బీఆర్ఎస్ బీసీపీ మోడ పోటీ చేస్తున్న ఆడబిడ్డలకు కూడా ఆర్టీసీలో ఉచితంగా బస్సు ప్రయాణం కల్పించాం. సంక్షేమ పథకాల అమలులో ఎక్కువ వివక్ష చూపలేదు. రైతు రుణమాఫీ కింద 25.35 లక్షల మందికి రూ.21 వేల కోట్లు ఖర్చు చేశాం. రైతులకు గిట్టుబాటు ధరతో పాటు రూ.500 బోనస్ ఇస్తున్నాం. రైతు భరోసా కింద రూ.6వేల చొప్పున రూ.9వేల కోట్లు ఇచ్చాం. మున్సిపల్ ఎన్నికలు ముగిశాక రైతు భరోసా నిధులు జమ చేస్తాం. దేశంలో అత్యధికంగా రైతుల కోసం రూ.1.10 లక్షల కోట్లు ఖర్చు చేశాం. ఏప్రిల్లో కొత్త బ్లడ్ బోల్ లక్షలాది ఇళ్లు పేదలకు ఇస్తాం. పేదల ఆత్మగౌరవం పెంచే బాధ్యత తీసుకుంటాం. నల్గొండ జిల్లాపై కోవంతో ఎన్ఎల్బీసీని పక్కనపెట్టారు. ఎన్ఎల్బీసీ అగిపోతే మామ, అల్లుళ్లు దావతు చేసుకున్నారు. నల్గొండ ప్రజలు ఛోరైడ్ నీళ్లు తాగడానికి కారణం బీఆర్ఎస్. రెండేళ్లలో పూర్తి చేసే లక్ష్యంతో ఎన్ఎల్బీసీ పనులు చేపట్టాం. కేసీఆర్కు పోటీనులు నోటీసు ఇస్తే.. తెలంగాణ జాతికి ఇచ్చినట్లు చెబుతున్నారని సీఎం విమర్శించారు. గత ప్రభుత్వం సంక్షేమ పథకాలను మార్చి, అభివృద్ధిని పూర్తిగా నిర్లక్ష్యం చేసిందని సీఎం విమర్శించారు. సన్నబియ్యం పొందుతున్న లబ్ధిదారులంతా కాంగ్రెస్ను అశీర్వదించాలని కోరారు. ముఖ్యంగా మున్సిపల్ ఎన్నికలు ముగిసిన వెంటనే రైతు భరోసా అందిస్తామని సీఎం హామీ ఇచ్చారు. మహిళలకు ఉచిత బస్సు పథకం నిజంగా వరంగా మారందని, ఆర్టీసీ



బస్సుల్లో టికెట్ లేకుండా ప్రయాణిస్తున్న మహిళలు కాంగ్రెస్కు ఓటేస్తే.. బీఆర్ఎస్ అడ్డంకు అవుతుంది అంటూ వ్యాఖ్యానించారు. అలాగే ఇతర నాయకులకు కూడా 200 యూనిట్లు ఉచిత విద్యుత్ అందుతుందని, సంక్షేమ పథకాల అమలులో ఎలాంటి వివక్ష లేదని స్పష్టం చేశారు. 10 ఏళ్లపాటు అధికారంలో ఉన్న కేసీఆర్కు పేదవాళ్లకు ఇళ్లు ఇవ్వాలనే ఆలోచన రాలేదని సీఎం విమర్శించారు. రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ఇందిరమ్మ ఇళ్ల కోసం డిమాండ్ ఉందని, రాబోయే బడ్జెట్లో ఇందిరమ్మ ఇళ్ల నిర్మాణానికి భారీగా నిధులు కేటాయించి పేదల ఆత్మగౌరవాన్ని కాపాడతామని హామీ ఇచ్చారు. గత ప్రభుత్వం నల్లగొండ జిల్లా ప్రజలపై కోవంతో ఊజుల ప్రాజెక్టును నిర్లక్ష్యం చేసిందని ఆరోపించారు. ఊజుల ప్రమాదంలో 8 మంది మృతి చెందితే మామ? అల్లుళ్లు

సంబరాలు చేసుకున్నారని ఇంట్రస్టింగ్ వ్యాఖ్యలు చేశారు. గంజి గతి లేని నాయకులు బెంజ్ కార్లు కొనుగోలు చేశారని ఎద్దేవా చేశారు. ఎన్నికల్లో మిగతా నేతలు డబ్బులు ఇస్తే తీసుకోండి, కానీ ఓటు మాత్రం కాంగ్రెస్కే వేయాలని పిలుపునిచ్చారు. గత ప్రభుత్వం ఫోన్ ట్యాపింగ్కు పాల్పడిందని సీఎం ఆరోపిస్తూ.. జాతిపిత ఎవరన్న ప్రశ్నకు సమాధానంగా, తెలంగాణ కోసం సర్పం త్యాగం చేసిన ప్రొఫెసర్ జయశంకర్నే జాతిపిత అని, తెలంగాణ ఇచ్చిన సోనియా గాంధీనే తెలంగాణ తల్లి అని స్పష్టం చేశారు. రెండేళ్లలో జరిగిన తెలంగాణ రాష్ట్ర అభివృద్ధిని చూసి మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్కు ఓటు వేయాలని సీఎం పిలుపునిచ్చారు. మరో ఎనిమిదేళ్లు కాంగ్రెస్ అధికారంలో ఉంటుందని ధీమా వ్యక్తం చేస్తూ, 'కాంగ్రెస్ గెలిస్తే పేదవారు గెలుస్తారు' అని సీఎం అన్నారు.

తెలుగు చిత్ర పరిశ్రమకు పెద్దపీట

ముదటి పీజీ తరువాత

ప్రజా గాయకుడు గద్దర్ అని అన్నారు. అందుకే గద్దర్ పేరు మీ ద సినిమా అవార్డులను ప్రారంభించి సినీ రంగాన్ని ప్రోత్సహిస్తున్నామని తెలిపారు. ప్రతిభ, పారదర్శకత ఆధారంగానే అవార్డులు ఇవ్వాలని జ్యూరీ సభ్యులకు సూచించారు. ఊది రోజు మార్చి 19న ఘనంగా అవార్డుల పంపిణీ జరగనుందని డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్క పేర్కొన్నారు. ఈ సమావేశంలో జ్యూరీ సభ్యులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు. కాగా, ఫిబ్రవరి 6 నుంచి గద్దర్ అవార్డుల స్ట్రీనింగ్ పక్రియ ప్రారంభమవుతుంది. దేశవ్యాప్తంగా ఫిలిం ఇండస్ట్రీకి హైదరాబాదును కేంద్రంగా చేయాలన్న ఆలోచనతో ప్రజా ప్రభుత్వం పనిచేస్తుందని భట్టి విక్రమార్క అన్నారు. బాంబే, కలకత్తా, చెన్నై వంటి పట్టణాల్లో సినీ ఇండస్ట్రీ పెరగడానికి అంతగా అవకాశాలు లేవు, కానీ దేశంలో ఉన్న అన్ని భాషల ఇండస్ట్రీలను హైదరాబాద్లో విస్తరించడానికి సానుకూల అంశాలు అనేకం ఉన్నాయని తెలిపారు. సకల భాషల సినీ ఇండస్ట్రీ, హైదరాబాద్కు తరలి వస్తే రాష్ట్ర యువతకు, టెక్నీషియన్లు, రైటర్లు, డైరెక్టర్లు ఉపాధి లభిస్తుంది. సినీ ప్రపంచ మార్కెట్కు హైదరాబాద్ కేంద్రంగా మారుతుందని పేర్కొన్నారు. ఇందుకు సంబంధించిన బిల్లు ఫ్రీంట్ ప్రభుత్వం తయారు చేస్తుందని చెప్పారు. గత ప్రభుత్వం దశాబ్ది కాలం పాటు సినీమా రంగానికి సంబంధించిన అవార్డుల విషయంలో నిర్లక్ష్యం వహించి వదిలేస్తే, సమాజంలో అత్యంత ప్రభావం చూపే సామాజిక పరివర్తన తీసుకొచ్చే సినీ రంగాన్ని సీఎం దేవేంద్ రెడ్డి నాయకత్వంలోని ప్రజా ప్రభుత్వం అవార్డులు ఇచ్చి తిరిగి ప్రోత్సహించడం



ప్రారంభించిందని వివరించారు.సమాజం కోసం కళల ద్వారా తన జీవితాన్ని త్యాగం చేసిన గొప్ప మహాసభావుడు గద్దర్ అని డిప్యూటీ సీఎం కొనియాడారు. తెలంగాణ అంటే కళలు, విప్లవం, ప్రశ్నించడం, సున్నిత మనసుతో, ప్రేమానురాగాలతో కూడినదని, తెలంగాణ కళలు, సంస్కృతిని ప్రపంచానికి చాటిన గొప్ప వ్యక్తి గద్దర్ అని పేర్కొన్నారు. అందుకే వారి పేరు మీద గత సంవత్సరం నుంచి సినీమా అవార్డులు ఇవ్వడం ప్రారంభించి, సినీ రంగాన్ని ప్రోత్సహిస్తున్నామని తెలిపారు. ప్రతిభ, పారదర్శకతతో ప్రమాణంగా సినీమా అవార్డుల ఎంపిక ఉంటుందని, గత సంవత్సరం జ్యూరీ సభ్యులు అవార్డుల ఎంపికను గొప్పగా నిర్వహించి, అభినందనలు పొందిన విషయాన్ని డిప్యూటీ సీఎం ఈ సందర్భంగా గుర్తు చేశారు. సినీ రంగ ప్రముఖులకు ఉన్న అనుభవాన్ని, నిబద్ధతను, సినీమా రంగం పట్ల వారికున్న అభిమానాన్ని

దృష్టిలో పెట్టుకొని ఎఫ్ డి సి ద్వారా అందరితో సంప్రదింపులు జరిపి జ్యూరీ సభ్యులను ఎంపిక చేశారని, ప్రభుత్వ నుంచి కావలసిన సహకారాన్ని పూర్తిస్థాయిలో అందజేస్తామని తెలిపారు. ప్రతి పని సమాజానికి ఉపయోగపడాలి, ప్రజలకు జవాబు దారిగా ఉండాలన్న లక్ష్యంతో ప్రజా ప్రభుత్వం పని చేస్తుందని తెలిపారు. గద్దర్ అవార్డుకు ఎంపిక చేసే సినీమాలో కమర్షియల్ అంశంతో పాటు సామాజిక సందేశం తప్పనిసరిగా ఉండేలా జాగ్రత్త తీసుకుంటే రాబోయే రోజుల్లో సమాజంలో మంచి సినీమాలను ప్రోత్సహించేందుకు అవకాశం ఉంటుందని అన్నారు. ఈనెల 6 నుంచి గద్దర్ సినీమా అవార్డుల స్ట్రీనింగ్ కార్యక్రమం ప్రారంభమవుతుందని, 19న ఉగాది పండుగ రోజు గద్దర్ అవార్డుల పంపిణీ కార్యక్రమం ఉంటుందని చెప్పారు. ఈ సమావేశంలో జ్యూరీ సభ్యులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

విద్యుత్తు కనెక్షన్లకు కొత్త రూల్స్

తెలంగాణలో కొత్త విద్యుత్ కనెక్షన్ల జారీ విధానంలో కీలక మార్పులు చోటుచేసుకోనున్నాయి. రాష్ట్ర విద్యుత్ నియంత్రణ మండలి ఈ మేరకు కొత్త మార్గదర్శకాలను జారీ చేసింది. ఈ మార్పులు గురువారం నుంచి రాష్ట్రవ్యాప్తంగా అమల్లోకి రానున్నాయి.

మార్గదర్శకాలు విడుదల చేసిన ఈ ఆర్డీ

హైదరాబాద్, ఫిబ్రవరి 4: రాష్ట్రంలో కొత్త విద్యుత్తు కనెక్షన్ల జారీకి ఈ ఆర్డీ (విద్యుత్తు నియంత్రణ మండలి) సూత్ర సహజమార్గదర్శకాలు విడుదల చేసింది. ఇది వరకు విద్యుత్తు లైన్ నుంచి వినియోగదారుడి ఇంటి వరకు లైన్ వేసేందుకయ్యే వ్యయాన్ని వినియోగదారులే భరించాల్సి వచ్చేది. విద్యుత్తు స్తంభాలు, లైన్ల ఏర్పాటు కోసం దూరాన్ని బట్టి అధికారాలు అంచనాలు రూపొందించే వారు. వాటి ఆధారంగా వినియోగదారుల నుంచి చార్జీలు వసూలు చేసేవారు. కానీ, ఇక నుంచి ఎలాంటి అదనపు చెల్లింపులు ఉండవు. వ్యవసాయ కనెక్షన్లకు సంబంధించి అన్ని లోడ్లకు కిలోవాట్లకు రూ.1,000 మాత్రమే వసూలు చేస్తారు.

జర్నలిస్టుల కుటుంబాలకు ప్రభుత్వం అండ

హైదరాబాద్, ఫిబ్రవరి 4: వృత్తిరీత్యా అక్షరాస్య ఆయుధంగా మలచుకుని పనిచేస్తూ అకాల మరణం చెందిన జర్నలిస్టుల కుటుంబాలకు ప్రభుత్వం పూర్తి భరోసా కల్పిస్తుందని తెలంగాణ శాసన మండలి చైర్మన్ గుత్తా సుఖేందర్ రెడ్డి అన్నారు. బుధవారం నాంపల్లిలోని తెలంగాణ మీడియా అకాడమీ ఆడిటోరియంలో మరణించిన జర్నలిస్టుల కుటుంబాలకు ఆర్థిక సాయం చెక్కుల పంపిణీ మరియు ప్రముఖ జర్నలిస్టుల జీవిత విశేషాలతో కూడిన చిత్రవ్యవహారం చేపరం చెందిన 18 మంది జర్నలిస్టుల కుటుంబాలకు లక్ష రూపాయల చొప్పున, ప్రమాదస్థితి గురైన ఒక జర్నలిస్టుకు 50 వేల రూపాయల ఆర్థిక సాయాన్ని అందజేసినట్లు వెల్లడించారు. ఇదే వేదికపై అబ్ది

లక్ష్మ రూపాయల ఆర్థిక సాయంతో పాటు, ఐదేళ్ల పాటు పెన్షన్ సదుపాయం కల్పించడం అభినందనీయమన్నారు. ఎలక్ట్రానిక్ మీడియాలో ఎన్ని మార్పులు వచ్చినా, వార్తాపత్రికలు చదివితేనే తనకు సంపత్తి కలుగుతుందని ఆయన తన అభిప్రాయాన్ని పంచుకున్నారు. అనంతరం కె. కేశవరావు మాట్లాడుతూ, ప్రముఖ జర్నలిస్టుల చరిత్రను మోనోగ్రాఫ్స్ (చిరుపుస్తకాలు) రూపంలో తీసుకురావడం గొప్ప విషయమని, ఇది భావితరాల పాత్రికేయులకు స్ఫూర్తినిస్తుందని పేర్కొన్నారు. సోషల్ మీడియాపై నియంత్రణ ఎవరితరం కాదని, అయితే జర్నలిస్టులు వర్తమానుల ద్వారా దీనిపై చర్చించి సానుకూల మార్పుకు కృషి చేయాలని సూచించారు. మీడియా అకాడమీ చైర్మన్ కె. శ్రీనివాస్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ, అకాల మరణం చెందిన 18 మంది జర్నలిస్టుల కుటుంబాలకు లక్ష రూపాయల చొప్పున, ప్రమాదస్థితి గురైన ఒక జర్నలిస్టుకు 50 వేల రూపాయల ఆర్థిక సాయాన్ని అందజేసినట్లు వెల్లడించారు. ఇదే వేదికపై అబ్ది



- ఎలీ-2 క్యాటగిరీ వినియోగదారులు** ఒక కిలోవాట్లకు రూ.1,000, ఐదు కిలోవాట్లకు రూ.1,000తోపాటు అదనంగా ప్రతి కిలోవాట్లకూ రూ.1,200 చొప్పున, 20 కిలోవాట్లకు రూ.5,800తోపాటు అదనంగా ప్రతి కిలోవాట్లకూ రూ.2 వేల చొప్పున చెల్లించాలి.
- 20 కిలోవాట్ల దాటే వినియోగదారులు** ప్రతి కిలోవాట్లకు రూ.10 వేలు చెల్లించాలి.
- ఎలీ-3 క్యాటగిరీలో** పరిశ్రమల యజమానులు 20 కిలోవాట్లకు రూ.40 వేలు, 20 కిలోవాట్ల దాటే ప్రతి కిలోవాట్లకూ రూ.10 వేల చొప్పున చెల్లించాలి ఉంటుంది.



అబ్దిఖాన్, పొత్తూరి వెంకటేశ్వరరావు, ఎ.బి.కె. ప్రసాద్, జి.ఎస్. వరదాచారి వంటి పదిమంది ప్రముఖ పాత్రికేయుల జీవిత విశేషాలపై అకాడమీ ముద్రించిన పుస్తకాలను అవిష్కరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో మీడియా అకాడమీ కార్యదర్శి నాగులపల్లి వెంకటేశ్వర రావు మరియు పలువురు సీనియర్ జర్నలిస్టులు పాల్గొన్నారు.



సంపాదకీయం

గాడితప్పుతున్న పార్లమెంటు సమావేశాలు!

పార్లమెంటు సమావేశాలు గాడి తప్పాయి. సభలో చర్చలకు ఆస్కారం లేదు. రూల్స్ పాటించడం లేదు. అటు ప్రభుత్వం, ఇటు విపక్షం రెండు పక్షాలు కూడా పంతాలకు పోతూ ప్రజాధనాన్ని, సమయాన్ని వృథా చేస్తున్నాయి. పోడియంలోకి దూసుకుని రావడం, అరవడం, కేకలు పెట్టడం సభనుంచి వెళ్లిపోవడం ఏ రకమైన ప్రజాస్వామ్యమో కాంగ్రెస్ చెప్పాలి. గత మూడు రోజులుగా ఇదే తంతు సాగుతోంది. గతంలో లాగానే ఈ బడ్జెట్ సమావేశాల్లో కూడా ఇది కనిపిస్తోంది. సమస్యలను చర్చించడానికి ఉన్న పద్ధతులను వదిలేసి కాంగ్రెస్ సభాస్పంభన అస్సైస్ని ఉపయోగించుకుంటోంది. కేవలం సభా కార్యక్రమాలకు అవరోధం లేదా, అంతరాయం కల్పించడం ద్వారా సభా కార్యక్రమాలు సాగకుండా చేస్తోంది. గతంలో అనేక సందర్భాల్లో ఇదే పద్ధతిని అవలంబించింది. సాధారణంగా బడ్జెట్ సమావేశాల్లో రాష్ట్రపతి ప్రసంగంపై చర్చ, ఆ తరువాత బడ్జెట్పై చర్చలు ప్రధానంగా ఉంటాయి. ఈ సందర్భంగా ఏదేని అంశాన్ని చర్చించే అవకాశం ఉంటుంది. కానీ కాంగ్రెస్ చర్చ కోరుకోవడం లేదు. కేవలం రచ్చనే కోరుకుంటోంది. దీంతో ప్రచారం వస్తుందన్న ధీమాలో ఉంది. ఇకపోతే ప్రధానంగా మాజీ ఆర్మీ చీఫ్ సరవణ్ సేన్ కాంగ్రెస్ అధికారం వైన సరిహద్దుల్లో పరిస్థితులు, అమెరికాతో ఒప్పందం పైనా చర్చించాలని రాహుల్ లేదా కాంగ్రెస్ కోరుకుంటోంది. అయితే దీనికి కొన్ని రూల్స్ ఉన్నాయి. ఈ మేరకు చర్చకు ప్రతిపాదించి, చర్చ చేయవచ్చు. ఇకపోతే అమెరికాతో వాణిజ్య ఒప్పందంపై ప్రభుత్వం ప్రకటన చేయకముందే కాంగ్రెస్ హాజీగా చేస్తోంది. ఇంతకాలం ట్రేడ్ డీల్ జరగనందుకు మోడీపై దుమ్మెత్తి పోసారు. మన సమస్యలపై పట్టించుకోవడం లేదన్నారు. ఇప్పుడు ట్రేడ్ డీల్ కుదరగానే అదేదో డ్రోహం జరిగినట్లుగా లేదా మోడీ అమెరికాకు అమ్ముడు పోయినట్లుగా ఆరోపిస్తున్నారు. పార్లమెంటులో ప్రభుత్వం ప్రకటనకు సిద్ధంగా ఉన్న సమయంలోనే సమావేశాల్లో రచ్చ చేయడం కాంగ్రెస్-+కే చేల్చింది. అమెరికా-భారత్ మధ్య వాణిజ్య ఒప్పందం జరిగిందని అమెరికా అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్ సెషన్ మోడియాలో ప్రకటించటం, ఆ తరువాత మన ప్రధాని మోడీ అవుసర్లుట్టుగా ట్రంప్ నకు ధన్యవాదాలు చెప్పుకోవటం జరిగింది. భారతదేశ ఆత్మగౌరవాన్ని, ఆర్థిక ప్రయోజనాలను పరిరక్షించేదిగా ఉన్నదీ లేదని చర్చిస్తే తెలుస్తుంది. ఏకపక్షంగా అదనపు సుంకాలు విధించటం దగ్గర నుంచి మన ఆర్థిక వ్యవస్థను అవహేళన చేయటం దాకా ట్రంపు సాగించిన బెదిరింపులపై భారత్ ఓపిక పట్టింది. యూరోపియన్ యూనియన్ తో ఒప్పందం కుదరగానే ఇప్పుడు ట్రంప్ డిగ్రిట్ వచ్చారు. అయితే దీనిని సానుకూలంగా చూడాలి విపక్షాలు ప్రభుత్వం లోంగిపోయిందని విమర్శలకు దిగడం ఎంతవరకు సమంజసమో సమాధానం చెప్పాలిందే! దేశ అవసరాలను బట్టి, అవకాశాలను బట్టి మనం వివిధ దేశాలతో వాణిజ్య ఒప్పందాలు చేసుకోవటం సాధారణ విషయం. కాంగ్రెస్ అధికారంలో ఉన్నా ఇదే చేస్తుంది. నిజానికి అవసరకారపూరితంగా అమెరికా అధ్యక్షుడు బెరెంసెస్ ధోరణితో వ్యవహరించారు. మన దేశం చౌకగా రష్యా నుంచి చమురు కొనుగోలు చేస్తుంటే- వద్దని అడ్డం పడ్డాది. మన దేశ రైతాంగాన్ని దారుణంగా దెబ్బ తీసేవిధంగా తన వ్యవసాయోత్పత్తులను ఏగుమతి చేసుకోవాలని ఒత్తిడి తెచ్చారు. మనం ఏయే దేశాలతో వాణిజ్య సంబంధాలను కలిగి ఉండాలి, కూడదో అదే నిర్దేశించాలని చూశారు. ఇలాంటి తలబిరుసు పెత్తనానికి భారత్ ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ తలవొంచకూడదని నిర్ణయించి, ఇంతకాలం ట్రేడ్ డీల్ ను పక్కన పెట్టింది. పాకిస్తాన్-ఇండియా యుద్ధాన్ని తానే ఆహ్వానించి అనేకసార్లు ప్రకటించుకున్నా భారత్ పై సుంకాలను భారీగా విధించినా, అక్రమ వలసల పేరిట భారతీయులకు సంకెళ్లు వేసి, దేశంలో దింపిపోయినా- భారత్ ఓపిక పట్టింది. ఇప్పుడు కూడా ట్రంప్ ప్రకటించేదాకా ఒప్పందంపై మనం ముందుకు రాలేదు. అమెరికా అధ్యక్షుడిగా ట్రంప్ రెండోసారి ఎన్నికయ్యాక- తన దారిలోకి రాని దేశాలపై ఎడావలకు సుంకాలు విధించటం ఒక వ్యూహంగా ఎంచుకున్నాడు. కెనడా, బ్రిటన్, దక్షిణ కొరియా వంటి మిత్రదేశాలపైనా, రష్యా, చైనా వంటి పోటీ దేశాలపైనా విరుచుకుపడ్డాడు. సుంకాల విధింపుతో ఆయా దేశాల వాణిజ్యానికి తాత్కాలికంగా నష్టం కలిగించారు. అయితే ధరలు పెరిగి అమెరికా పౌరులకు కూడా అంతే సమస్య ఎదురవుతుంది. దీంతో, ట్రంప్ దూకుడుకు వ్యతిరేకంగా అమెరికాలోనూ పెద్దఎత్తున నిరసనలు వ్యక్తమయ్యాయి. సుంకాలు ఎదుర్కొన్న అనేక దేశాలు సైతం అదే పద్ధతిలో సమాధానం చెప్పాయి. నీకు మేముంట దూరమో మాకు సువ్వు అంతే దూరం అని సమాధానం ఇచ్చాయి. భారత్ కూడా అదే పద్ధతిని అవలంబించింది. మోడీ ప్రభుత్వం ఏ మాత్రం లొంగుబాటుకు ఒప్పుకోలేదు. మనపట్ల అమెరికాలోనే సానుకూలత వ్యక్తం అయ్యింది. అమెరికాలో ఒత్తిడి తట్టుకోలేక ట్రంప్ భారత్ తో ఓ రకంగా కాల్పు పోరానికి వచ్చాడని చెప్పాకోవాలి. అంతేగానీ భారత్ పరువు పోయిందని, మోడీ లొంగిపోయాడని విమర్శించే వారికి అంతర్జాతీయ వ్యవహారాలు తెలియవను కోవాలి. ఈ విషయంలో కాంగ్రెస్, కమ్యూనిస్టులు ముందున్నారు. ట్రంప్ బెదిరింపులకు లొంగివుంటే ఎప్పుడో ఒప్పందం ఖరారు అయ్యేది. అయితే ఇవన్నీ చర్చించాల్సిన అంశాలే. కాదని ఎవరూ అనడం లేదు. పార్లమెంటులో చర్చకు ముందే గలాభా స్పష్టంచడం ద్వారా కాంగ్రెస్ రాజకీయ పైత్యాన్ని చాటుకుంది. మోడీ ప్రకటన చేసే వరకు అలాగే. తాము కోరుకున్నట్లు ఇప్పుడే..ఈ క్షణమే చర్చ జరగాలని అనుకోవడం దుర్మార్గం తప్ప మరేదీ కాదు. పార్లమెంటులో సమస్యలపై చర్చించకుండా, జారుకోవడం కాంగ్రెస్ దిగజారుడు రాజకీయాలకు పరాకాష్ఠగా చూడాలి.

ఐదు నిమిషాలకే లోక్ సభ వాయిదా

- సరవణ్ సేన్ పుస్తకంపై భయపడుతున్న ప్రభుత్వం
- కాంగ్రెస్ ఎంపీ ప్రియాంక గాంధీ విమర్శలు

న్యూఢిల్లీ, ఫిబ్రవరి 4: పార్లమెంటు బడ్జెట్ సమావేశాల్లో యూరోపియన్ యూనియన్, అమెరికాతో చేసుకున్న ఒప్పందాల వివరాలను పార్లమెంటు ముందుంచాలని ప్రతిపక్ష సభ్యులు డిమాండ్ చేశారు. దీంతో బుధవారం కూడా లోక్ సభ ప్రారంభం అవ్వగానే ప్రతిపక్ష సభ్యులు ఈ ఒప్పందాలపై చర్చ పెట్టాలని డిమాండ్ చేశారు. దీంతో సభలో గందరగోళం నెలకొంది. ఈ పరిణామాలతో సభ ప్రారంభమైన ఐదు నిమిషాలకే మధ్యాహ్నం 12 గంటల వరకు స్పీకర్ వాయిదా వేశారు. మరోవైపు రాష్ట్రపతి ప్రసంగంపై ధన్యవాదాలు తెలిపే తీర్మానంపై ప్రధాని మోడీ మాట్లాడడమన్నారు. ఇకపోతే భారత సైన్యం మాజీ అధిపతి ఎంఎం సరవణ్ పుస్తకంలోని ఓ అంశంపై వివాదం కొనసాగుతోంది. దీనిపై తాజాగా కాంగ్రెస్ ఎంపీ ప్రియాంక గాంధీ స్పందించారు. ఆ పుస్తకం చదివితే చైనా మన సరిహద్దుల్లోకి వచ్చినప్పుడు మన దేశ నాయకత్వం దానిపై ఎలా స్పందించిందనే విషయం బయటపడిపోతుందని ప్రభుత్వం భయపడుతోందన్నారు. అందుకే తమ పార్టీ అగ్రనేత రాహుల్ గాంధీని ఈ విషయంపై పార్లమెంటులో మాట్లాడనియ కూడా చేస్తున్నారని ఆరోపించారు. పార్లమెంటు ప్రాంగణంలో విలేకరులతో మాట్లాడుతూ ప్రియాంక ఈ వ్యాఖ్యలు చేశారు. భాజపా నాయకులు మాట్లాడటప్పుడు కూడా పుస్తకాలు, పత్రికల గురించి ప్రస్తావిస్తారన్నారు. ఈ సందర్భంగా గతంలో ప్రభుత్వమైనా, ప్రతిపక్షమైనా తమ అభిప్రాయాలను నిర్భయంగా వ్యక్తం చేసేవి. కానీ, ఇప్పుడు ఓ వ్యక్తి అభిప్రాయాన్ని మాత్రమే ముందుకు తీసుకొస్తున్నారని విమర్శలు చేశారు. వారికి సంబంధించి ఏ విషయాలు బయటపడతాయోనని ప్రభుత్వం భయపడుతోందన్నారు.



తోందన్నారు. అందుకే ఆ పుస్తకం ప్రచురణకు అనుమతించడం లేదని ఆరోపించారు. ఇంకా ప్రచురణ కాని సరవణ్ రాసిన పుస్తకాన్ని విపక్ష నేత రాహుల్ గాంధీ పార్లమెంటు ప్రాంగణంలో ప్రదర్శించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మీడియాతో మాట్లాడుతూ.. నేడు ప్రధాని మోడీ లోక్ సభకు వస్తారని తాను అనుకోవడం లేదన్నారు. ఒకవేళ మోడీ వస్తే.. తానే స్వయంగా ఆయన వద్దకువెళ్లి ఈ పుస్తకాన్ని అందజేస్తానన్నారు.

మోడీ ప్రసంగానికి ముందే..

: విపక్ష సభ్యుల ఆందోళనల మధ్య లోక్ సభ గురువారం నాటికి వాయిదా పడింది. షెడ్యూల్ ప్రకారం రాష్ట్రపతి ప్రసంగానికి ధన్యవాదాలు తెలిపే తీర్మానంపై ప్రధానమంత్రి

సరేంద్ర మోడీ.. లోక్ సభలో ప్రసంగించాల్సి ఉంది. అయితే మోడీ ప్రసంగానికి ముందే సభను స్పీకర్ గురువారానికి వాయిదా వేశారు. రాష్ట్రపతి ప్రసంగానికి ధన్యవాదాలు తెలిపే క్రమంలో అధికార, విపక్ష సభ్యుల మధ్య మాటల యుద్ధం కొనసాగుతుండటంతో సభ బుధవారం మూడుసార్లు వాయిదా పడింది. తొలుత సభ ప్రారంభం కాగానే భారత్-అమెరికా వాణిజ్య ఒప్పందంపై చర్చ జరపాలంటూ విపక్ష సభ్యులు పట్టుబట్టడంతో గందరగోళ పరిస్థితుల మధ్య మధ్యాహ్నం 12 గంటల వరకూ లోక్ సభ వాయిదా పడింది. దీంతో విపక్ష సభ్యులు పార్లమెంటు మెట్ల వద్ద ఘోరార్థంతో నిరసనకు దిగారు. మోడీ సహృదీకృత వ్యతిరేకంగా నివాదాలు చేశారు.

న్యాయదేవత దుఃఖిస్తోంది : మమతా బెనర్జీ

న్యూఢిల్లీ, ఫిబ్రవరి 4: ఎలక్షన్ కమిషన్ ఆఫ్ ఇండియా చేపట్టిన స్పెషల్ ఇంటెన్సివ్ రివిజన్ (సర్) వివాదంపై మమతా బెనర్జీ కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. బుధవారం ఈ అంశంపై సుప్రీంకోర్టులో విచారణ సందర్భంగా కోర్టుకు హాజరైన ఆమె.. తన పిటిషన్ పై స్వయంగా వాదనలు వినిపించారు. ఈ క్రమంలో పలు కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. ‘తలుపుల వెనుక న్యాయ దేవత దుఃఖిస్తోంది’ అని అన్నారు. సుప్రీంకోర్టులో అయినా తమకు న్యాయం జరగాలని ధర్మాసనాన్ని అభ్యర్థించారు మమత. పశ్చిమ బెంగాల్ లో స్పెషల్ ఇంటెన్సివ్ రివిజన్ (సర్) ప్రక్రియను వ్యతిరేకిస్తూ సీఎం మమతా బెనర్జీ, మోస్సారి బాసు, డీఎంసీ ఎంపీలు డెడ్ ఓట్లయన్, డోలా సేన్ సుప్రీంకోర్టులో పిటిషన్ వేశారు. ఎన్ ఐఆర్ ప్రక్రియను రద్దు చేయాలని అభ్యర్థించారు. ఈ పిటిషన్లు అన్నింటినీ ప్రధాన న్యాయమూర్తి జస్టిస్ సాగుంకార్ తో, జస్టిస్ జోయ్ మల్ల్య బాగ్చి, జస్టిస్ విశ్వల్ నంబ్ వంటోలతో కూడిన ధర్మాసనం విచారించింది. ఈ సందర్భంగా తన పిటిషన్ పై స్వయంగా వాదనలు



వినిపించిన సీఎం మమతా బెనర్జీ.. ఎన్నికల సంఘాన్ని ‘వాట్సాప్ కమిషన్’గా అభివర్ణించారు. ఎన్ ఐఆర్ ప్రక్రియ

అంతా గందరగోళంగా ఉందని ఆరోపించారు. ప్రభుత్వం జారీ చేసిన ద్రుపదత్రాలు చూపించినా ఎన్ ఐఆర్ అధికారులు అంగీకరించడం లేదని మమతా బెనర్జీ ఆరోపించారు. ఈ ఏడాది చివర్లో ఎన్నికలు జరుగనున్న అసోంలో కాకుండా.. పశ్చిమ బెంగాల్ లో ఎన్ ఐఆర్ ను చేపడుతున్నారంటూ ఈసీ తీరుపై మమతా బెనర్జీ అభ్యంతరం వ్యక్తం చేశారు. ఎన్నికలు ఉన్న అసోంలో ఎందుకు ఎన్ ఐఆర్ ప్రక్రియ చేపట్టడం లేదని ప్రశ్నించామి. బీఎల్ ఓలపై ఒత్తిడి తెచ్చి ఓట్లను తొలగిస్తున్నారని.. ఈ అంశంపై ఈసీకి ఆరుసార్లు లేఖ రాసినా పట్టించుకోలేదన్నారు. ఎన్ ఐఆర్ ప్రక్రియతో బెంగాల్ లో వంద మంది చనిపోయారన్నారు. సుప్రీంకోర్టులో అయినా న్యాయం జరుగుతుందని భావిస్తున్నామన్నారు సీఎం. ‘ప్రజాస్వామ్యాన్ని కాపాడండి, ప్రజల హక్కులను కాపాడండి’ అని సీట్లకి మమతా బెనర్జీ విజ్ఞప్తి చేశారు. మమత అభ్యర్థనపై స్పందించిన సుప్రీంకోర్టు.. కేంద్ర ఎన్నికల సంఘానికి నోటీసులు జారీ చేసింది.

గుహలో దాక్కున్న ఉగ్రవాదులు

స్పెషల్ ఆపరేషన్ తో ఖతం

జమ్మూ ఉదంపూర్ లో ఎన్ కౌంటర్

కశ్మీర్: జమ్మూ కశ్మీర్ లోని ఉదంపూర్ జిల్లాలో భద్రతా దళాలు బుధవారం స్పెషల్ ఆపరేషన్ తో ఉగ్రవాదుల్ని మట్టుబెట్టాయి. జైష్-ఎ-మొహమ్మద్ కు చెందిన ఇద్దరు ఉగ్రవాదులు ఓ గుహలో తలదాచుకోవడం తీవ్ర కలకలం రేపింది. అయితే పక్కా సమాచారం అందుకున్న బలగాలు ఎన్ కౌంటర్ లో వాళ్లను హతమార్చి ఆపరేషన్ పూర్తి చేశాయి. భద్రతా దళాలు ప్రాంతాన్ని పూర్తిగా ముట్టడి చేసి, స్థానిక ప్రజలకు ఎలాంటి ప్రమాదం కలగకుండా జాగ్రత్తలు తీసుకున్నాయి. ఉగ్రవాదులు గుహలో దాక్కుపడడం.. ఆపరేషన్ క్లిష్టంగా మారినా, సైన్యం వ్యూహాత్మకంగా ముందుకు సాగి వారిని అంతం చేసింది. ఈ ఆపరేషన్ లో.. గుహ నుంచి రైఫిళ్లు, పేలుడు వదార్తలు, ఇతర ఆయుధాలను భద్రతా బలగాలు స్వాధీనం చేసుకున్నాయి. మరికొందరు ఉగ్రవాదులు కాల్యునాలో అనే అనుమానంతో గాలింప చర్యలను ముమ్మరం చేశాయి. జైష్-ఎ-మొహమ్మద్ గతంలో కూడా



జమ్మూ కశ్మీర్ లో అనేక దాడులకు పాల్పడిన విషయం తెలిసిందే. అయితే మధ్యలో ఆ దాడుల ఆగిపోయాయి. ఇప్పుడు తాజాగా మళ్లీ ఆ సంస్థ యాక్టివ్ అయ్యింది. భద్రతా బలగాలు సకాలంలో స్పందించడంతో దాడుల ముప్పు తగ్గింది. మంగళవారం సైతం ఉదంపూర్ జిల్లా బసంతగర్, మజిల్లా ప్రాంతంలో ఉగ్రవాదులకు, భద్రతా బలగాలకు కాల్పులు జరిగాయి. అయితే ఉగ్రవాదులు ఆ కాల్పుల నుంచి తప్పించుకున్నారు. ఆ వెంటనే భద్రతా బలగాలు తనిఖీలు ప్రారంభించాయి. ఇవాళ్టి ఉదంపూర్

గుహ ఎన్ కౌంటర్ లో మరణించింది.. ఆ ఉగ్రవాదులే అయ్యి ఉండొచ్చని అధికారులు అంటున్నారు. దీనిపై స్పష్టమైన ప్రకటన రావాల్సి ఉంది. ఇటీవల కిష్టూర్ జిల్లాలో జరిగిన “ఆపరేషన్ ట్రాప్-1” పేరిట భద్రతా బలగాలు స్పెషల్ ఆపరేషన్ చేపట్టాయి. ఆ ఆపరేషన్ లో జైష్-ఎ-మొహమ్మద్ మిలిటెంట్లతో సుదీర్ఘ కాల్పులు జరిగి, ఒక పాఠా ట్రూప్ మరణించగా, పది మంది సైనికులు గాయపడ్డారు. తాజాగా ఉదంపూర్ లో జరిగిన ఆపరేషన్ దీనికి కొనసాగింపుగా తెలుస్తోంది.

కొరియన్ గేమ్ మరణశాసనం

లక్నో, ఫిబ్రవరి 4: ఉత్తరప్రదేశ్ లో దారుణ సంఘటన చోటుచేసుకుంది. ఆన్ లైన్ కొరియన్ గేమ్ ముగ్గురు అక్కాబైళ్ల ప్రాణం తీసింది. ఆన్ లైన్ గేమ్ ఆడవద్దని తల్లిదండ్రులు మందలించటంతో ముగ్గురు అక్కాబైళ్ల 9వ అంతస్తు నుంచి కిందకు దూకి ప్రాణాలు తీసుకున్నారు. ఈ సంఘటన మంగళవారం రాత్రి 2.30 గంటల ప్రాంతంలో చోటుచేసుకుంది. వివరాలికి.. ఘజియాబాద్ కు చెందిన 16 ఏళ్ల నివాసి, 14 ఏళ్ల స్త్రీ, 12 ఏళ్ల పబ్లి ఎంతో అన్యోన్యంగా ఉండేవారు. అన్ని పనులు కలిసి చేసేవారు. కోవిడ్ సమయంలో ముగ్గురు అక్కాబైళ్లకు ట్యాగ్ బేస్ కొరియన్ ఆన్ లైన్ గేమ్ ‘కొరియన్ లవర్ కు బానిసలుగా మారారు. గంటలు, గంటలు గేమ్ ఆడుతూ గడిపేవారు. అంతేకాదు.. తమ పేర్లు మార్చుకుని కొరియన్ పేర్లు పెట్టుకున్నారు. గేమ్ అడిక్ట్ కారణంగా స్కూలుకు కూడా సరిగా వెళ్లేవారు కాదు. పిల్లలు పూర్తిగా గేమ్ కు బానిసలుగా మారటంతో తల్లిదండ్రులకు కోపం వచ్చింది. వారిని ఇక్కడ గేమ్



ఆడవద్దని మందలించారు. దీంతో ముగ్గురు మనస్తాపానికి గురయ్యారు. గేమ్ ఆడకుండా బతకలేమని భావించారు. ఈ నేపథ్యంలోనే ముగ్గురు కలిసి చనిపోవాలని నిశ్చయించుకున్నారు. మంగళవారం 8 పేజీల సూసైడ్ నోట్ రాశారు. రాత్రి 2.30 గంటల ప్రాంతంలో 9వ అంతస్తులో ఉన్న తమ ఎ+ -లాల్ కిటీకి నుంచి ఒకరి తర్వాత ఒకరు కిందకు దూకి ప్రాణాలు

తీసుకున్నారు. బిల్డింగ్ దగ్గర పెద్ద శబ్దం రావటంతో స్థానికులు అక్కడికి వచ్చారు. నేలపై రక్తపు మడుగుతో పడి ఉన్న వారిని చూసి వాళ్ల అలయ్యారు. వెంటనే పోలీసులకు సమాచారం ఇచ్చారు. సమాచారం అందుకున్న వెంటనే పోలీసులు సంఘటనా స్థలానికి చేరుకున్నారు. ముగ్గురిని ఆస్పత్రికి తరలించారు. అప్పటికే వారు చనిపోయినట్లు డాక్టర్లు ధృవీకరించారు. మాన సూసైడ్ పై కేసు నమోదు చేసుకున్న పోలీసులు దర్యాప్తు చేపట్టారు. అక్కా+ -లరెక్ గదిలోకి వెళ్లి పరిశీలించగా అక్కడ సూసైడ్ నోట్ దొరికింది. ఆ సూసైడ్ నోట్ లో వారు తమ బాధనంతా వివరంగా రాసుకోవచ్చు. తల్లిదండ్రులకు క్షమాపణ సైతం చెప్పారు. పోలీసుల ప్రాథమిక దర్యాప్తులో ఏం తేలిందో.. స్త్రీల వివరంగా మొత్తం ఫోన్ వాడేది. ఆమె కారణంగానే మిగిలిన ఇద్దరూ ఆన్ లైన్ గేమ్ ‘కొరియన్ లవర్ కు బానిసలుగా మారారు. చివరకు గేమ్ అడిక్ట్ కారణంగానే ముగ్గురు ప్రాణాలు కోల్పోయారు.

బీసీలను రాజ్యాధికారానికి దూరం చేస్తున్న మోడీ ప్రభుత్వం జనగణనలోనే కులగణన చేయాలి



శెనార్తి మీడియా, బోధ్:

కేంద్రంలోని మోడీ ప్రభుత్వం బీసీ ప్రధానమంత్రి అని చెబుతూ బీసీలను రాజ్యాధికారానికి దూరం చేస్తుంది అని మార్కెట్ చైర్మన్ గంగారెడ్డి మరియు కాంగ్రెస్ పార్టీ జిల్లా అధికార ప్రతినిధి పసుల చంటి అన్నారు బోధ్ మండల కేంద్రంలోని వ్యవసాయ మార్కెట్ కమిటీ ఆవరణలో వ్యవసాయ మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్ బొడ్డు గంగారెడ్డి తో కలిసి పాత్రికేయ సమావేశం నిర్వహించారు ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ ఏప్రిల్ 30 2025న కేంద్ర కేబినెట్ జనగణన లోనే కులగణన నిర్వహిస్తామని చెప్పి జనవరి 22న కేవలం జనగణన కోసం నోటిఫికేషన్ విడుదల చేశారని తెలిపారు తెలంగాణ రాష్ట్రంలో ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి ఆధ్వర్యంలో కులగణన జరిపి దేశానికే రోల్ మోడల్ గా నిల్చుమని, కులాల వారిగా వాటాలు తేల్చి రాజకీయ రిజర్వేషన్లు కూడా కల్పించామని పేర్కొన్నారు జనగణలో కేవలం ఎన్నీ ఎన్టీల జనగణ మాత్రమే చేస్తున్నారని అన్నీ కులాలు, ఉప కులాల వారిగా నిర్ధారించి ఇద్దెట్ కేటాయింపులు, సంక్షేమ ఫలాలు, ప్రత్యేక రాయితీలు కల్పించే అవకాశం ఉంటుందని మేమెంతో మాకంతా నినాదాన్ని తుంగలో తొక్కి దొడ్డి దారిలో రాజ్యాధికారానికి దూరం చేస్తుందని విమర్శించారు రాష్ట్రంలోని బీసీ సంఘాలు బిజెపి ఎంపీలపై ఒత్తిడి పెంచి పార్లమెంట్లో చర్చ జరిపించే విధంగా ఒత్తిడిచేయాలని పిలుపునిచ్చారు ఈ కార్యక్రమంలో ఆయా గ్రామ సర్పంచ్ పెండూర్ పృథ్వీరాజ్, అడప నవీన్ కుమార్, ఎల్ల రోహిణి వినయ్ రెడ్డి, సుద్దుల అరుణ్ రెడ్డి, మార్కెట్ డైరెక్టర్ మహమ్మద్ అజ్రార్, సీనియర్ నాయకులు మెరుగు భోజన్న, పన్నాల చమేందర్ రెడ్డి, కోలా ప్రశాంత్, తరుణ్, యువ నాయకులు అమృతానంద రెడ్డి, ఎస్టీ సెల్ జిల్లా నాయకులు ఉమేష్ జాడవ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు

నిబంధనలు పాటించకపోతే చర్యలు తప్పవు



శెనార్తి మీడియా, బోధ్:

ఆదిలాబాద్ జిల్లా అటవీ అధికారి శ్రీ ప్రశాంత్ బిజిరావ్ పాటిల్ ఆదేశాల మేరకు ఎఫ్డీఓ చిన్న బుసా రెడ్డి మరియు రేణ్ అధికారి ప్రణయ్ ఆధ్వర్యంలో అటవీ పరిధిలో అక్రమ కార్యకలాపాలపై బోధ్ మండలం లో ప్రత్యేక నిఘా నిర్వహించరూ ఈ సందర్భంగా అటవీ ప్రాంతానికి సమీపంలో అక్రమంగా అటవీ ఉత్పత్తులను సేకరించి ఇంట్లో నిల్వ ఉంచుకున్న ఘటనలను గుర్తించడం జరిగింది. పరిశీలనలో భాగంగా నిర్వహించిన తనిఖీల్లో భోజ్ సురేష్ మరియు మాడవి బాపురావు అనే వ్యక్తులు అటవీ ఉత్పత్తులకు సంబంధించిన కలపను అక్రమంగా నిల్వ ఉంచుకున్నట్లు గుర్తించి వారి నుండి కలప స్వాధీనం చేసుకున్నారు కలప విలువ సుమారు ఇరవై వేల రూపాయల విలువ కట్టే స్వాధీనం చేసుకున్నారు ఈ ఘటనకు సంబంధించి అటవీ చట్టాల ప్రకారం కేసు నమోదు చేసారు మరియు షేక్ మెయిన్ అనే వ్యక్తి అక్రమంగా అటవీ ఉత్పత్తులను రవాణా చేస్తున్నట్లు గుర్తించి, అతని వద్ద నుండి కలపను స్వాధీనం చేసుకోవడం జరిగింది. ఈ ఘటనకు సంబంధించి కూడా అటవీ చట్టాల ప్రకారం కేసు నమోదు చేసారు ఈ తనిఖీల్లో అటవీ శాఖ సిబ్బంది అనిల్, గోవింద్, ఎఫ్ఎస్ఓ ముమాజ్, నాగోరావు, ఇతర అటవీ సిబ్బంది పాల్గొన్నారు. అటవీ సంపదను సంరక్షించడానికి ఇలాంటి నిఘా చర్యలు కొనసాగుతాయని తెలిపారు



ముఖ్యమంత్రి పర్యటనకు సర్వం సిద్ధం

పటిష్ట బందోబస్తును కలెక్టర్ పమేలా సత్వతి తో కలిసి సమీక్షించిన సీపీ గాప్ ఆలం

శెనార్తి మీడియా, బోధ్ : ముఖ్యమంత్రి ఎనుముల రేవంత్ రెడ్డి గురువారం (ఫిబ్రవరి 5న) కరీంనగర్ జిల్లా, చొప్పదండి నియోజకవర్గంలోని గుమ్మాపూర్ శివారులో పర్యటించనున్నారు. ఈ పర్యటన నేపథ్యంలో బుధవారం నాడు జిల్లా కలెక్టర్ పమేలా సత్వతితో కలిసి పోలీస్ కమిషనర్ (సీపీ) క్షేత్రస్థాయిలో ఏర్పాట్లను పర్యవేక్షించారు. గుమ్మాపూర్ వద్ద ఏర్పాటు చేసిన సభా ప్రాంగణం, హెలిపాడ్ మరియు పార్కింగ్ స్థలాలను అధికారులు క్షుణ్ణంగా పరిశీలించారు. ముఖ్యమంత్రి పర్యటన సందర్భంగా ఎలాంటి అవాంఛనీయ సంఘటనలు జరగకుండా, ప్రజలకు ఇబ్బందులు కలగకుండా పకడ్బందీ చర్యలు తీసుకోవాలని సీపీ అధికారులను ఆదేశించారు. పటిష్ట బందోబస్తు: బందోబస్తు విధుల్లో పాల్గొనే పోలీసు అధికారులకు, సిబ్బందికి, సీపీ హ్యాప్ డ్యూరా రూల్ హ్యాప్ మరియు విధులను వివరించారు. ఎక్కడా చిన్నపాటి లోటుపాట్లు లేకుండా భారీ పోలీస్ మోహరింపును ఏర్పాటు చేసినట్లు సీపీ స్పష్టం చేశారు. సభా ప్రాంగణం మరియు చుట్టుపక్కల ప్రాంతాలను డ్రోన్ కెమెరాల ద్వారా నిరంతరం పర్యవేక్షిస్తున్నారు. భాగోళిక పరిస్థితులకు అనుగుణంగా భద్రతా చర్యలు చేపట్టారు. ట్రాఫిక్



మరియు పార్కింగ్: సభకు వచ్చే భారీ జనం మరియు వాహనాల దృష్ట్యా ప్రత్యేక పార్కింగ్ స్థలాలను కేటాయించారు. ట్రాఫిక్ జామ్ కాకుండా ముందస్తు ప్రణాళికలు సిద్ధం చేయాలని ట్రాఫిక్ విభాగాన్ని ఆదేశించారు. సౌకర్యాలు: సభా ప్రాంగణంలో బారికేడ్ల నిర్మాణం, ప్రజల రాకపోకల మార్గాలను పరిశీలించి,

భద్రతా ప్రమాణాల మేరకు సూచనలు చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో పోలీస్ అధికారులతో పాటు రెవెన్యూ, ఫైర్, ఆర్ అండ్ బి (R&B), ఫారెన్స్, వైడ్స్, ఎక్స్జే, మరియు ఐ అండ్ పిఆర్ (I&PR) విభాగాల అధికారులు, స్థానిక ప్రజాప్రతినిధులు పాల్గొన్నారు.



ప్రజా బలంతోనే బరిలో ఉంటా

శెనార్తి మీడియా, కరీంనగర్:

ప్రజా బలంతో కరీంనగర్ కార్పొరేషన్ ఎన్నికల బరిలో నిలిచి, గెలిచి పుట్టిన గడ్డ రుణంగా తీర్చుకుంటానని 10వ డివిజన్ స్వతంత్ర అభ్యర్థి సోగాని కొమురయ్య స్పష్టం చేశారు. కరీంనగర్ కార్పొరేషన్ 10వ డివిజన్ నుంచి స్వతంత్ర అభ్యర్థిగా పోటీ చేస్తున్న సోగాని కొమురయ్య ఇంటిం టా ప్రచారం విస్తృతం చేశారు. తమ అనుచరులు, మద్దతు దారులతో కలిసి ఓటర్లను స్వయంగా కలుస్తున్నారు. కార్పొరేటర్ గా తనను గెలిపిస్తే తాను చేసే అభివృద్ధి విమిటో ప్రజలకు వివరిస్తున్నారు.

**కరీంనగర్ రాజకీయాల్లో
అనూహ్య పరిణామాలు**

కరీంనగర్ నగర రాజకీయాల్లో టిక్కెట్ల కేటాయింపులో అనూహ్య పరిణామాలు చోటుచేసుకున్నాయి. కరీంనగర్ కార్పొరేషన్ పరిధిలోని 10వ డివిజన్ బీసీలకు రిజర్వు అయ్యింది. దాదాపు మూడు దశాబ్దాలకు విద్యా ప్రదాత పేరొందిన సోగాని కొమురయ్యకు కార్పొరేటర్ టిక్కెట్ ఇస్తామని హామీ ఇచ్చి బీజేపీ నాయకులు పార్టీలో చేర్చుకున్నారు. డివిజన్లో ప్రచారం చేసుకోవాలని చెప్పడంతో ప్రజల్లోకి వెళ్లారు. అయితే టిక్కెట్ కేటాయింపు సమయంలో ఆ పార్టీ నిరయం మారింది. డివిజన్తో సంబంధం లేని వ్యక్తి టిక్కెట్ ఇవ్వడంతో సోగాని కొమురయ్య అనుచరులు అసం



తృప్తి వ్యక్తం చేశారు. హామీ ఇచ్చి టిక్కెట్ ఇవ్వకపోవడంతో అసహనం వ్యక్తం చేశారు. నగరంలో విద్యా రంగంలో విశేష సేవలందిస్తున్న సోగాని కొమురయ్య సామాజిక, ఆధ్యాత్మిక కార్యక్రమాల్లో చురు

కుగా పాల్గొంటూ మరింత గుర్తింపు పొందారు. ప్రజలకు సేవ చేయాలనే ఉద్దేశంతోనే రాజకీయాల్లోకి వచ్చారని అనుచరు లు తెలిపారు. టిక్కెట్ హామీ నేపథ్యంలోనే పార్టీ సభ్యత్వం తీసుకున్నట్లు చెబుతున్నారు.

■ పుట్టిన గడ్డ ఋణం తీర్చుకుంటా
■ కరీంనగర్ కార్పొరేషన్ 10వ
డివిజన్ స్వతంత్ర అభ్యర్థి,
సోగాని కొమురయ్య

ఈ అంశంపై స్పందించిన సోగాని కొమురయ్య బీజేపీ నాయకులు తనకు ఇచ్చిన మాట నిలబెట్టుకోలేదనే ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. ఆ పార్టీ నాయకులు చేసిన ద్రోహానికి వెన్ను చూపేది లేదని, ప్రజల మద్దతుతో ముందుకే సాగుతానని స్పష్టం చేశారు. డివిజన్ ప్రజలు, విద్యావంతులు, యువకులు, మహిళా సంఘాలు, కుల సంఘాల సహకారంతో స్వతంత్ర అభ్యర్థిగా తన ప్రచారాన్ని మరింత ముమ్మరంగా నాగిస్తున్నారు. పుట్టిన గడ్డ అభివృద్ధి లక్ష్యంగా పనిచేస్తానని చెప్పారు.



ఫ్యాటీ లివర్ తో బాధపడుతున్నారా..? అయితే ఈ ఆహారాలను తీసుకోండి..!

మన శరీరంలోని విష పదార్థాలను బయటకు పంపించడంలో కాలేయం ముఖ్య పాత్ర పోషిస్తుంది. రక్తం నుండి విషాన్ని తొలగించడంలో, హానికరమైన పదార్థాలను విచ్ఛిన్నం చేయడంలో, అనారోగ్య సమస్యలకు వాడే మందుల నుండి వచ్చే విషాలను తొలగించడంలో ఇలా అనేక రకాలుగా కాలేయం తన విధులను నిర్వహిస్తుంది. అలాగే పిత్తాన్ని విడుదల చేసి జీర్ణక్రియలో కూడా కాలేయం కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. కొవ్వులను విచ్ఛిన్నం చేయడంలో, శరీరం పోషకాలను గ్రహించేలా చేయడంలో ఈ పిత్త రసం పాత్ర ఎంతో ఉంది. కానీ మారిన మన జీవన విధానం కారణంగా మనలో చాలా మంది కాలేయ సంబంధిత సమస్యల బారిన పడుతున్నారు. ముఖ్యంగా ఫ్యాటీలివర్ సమస్యతో బాధపడే వారి సంఖ్య రోజురోజుకీ పెరుగుతోంది. కనుక కాలేయ ఆరోగ్యంపై కూడా జాగ్రత్త వహించడం చాలా అవసరం.

గుమ్మడి గింజలు..

జీవన శైలిలో మార్పులు చేసుకోవడంతో పాటు సరైన ఆహారాలను తీసుకోవడం వల్ల మనం కాలేయ ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవచ్చు. అలాగే మెట్టమీయం ఎక్కువగా ఉండే ఆహారాలను తీసుకోవడం వల్ల ఫ్యాటీ లివర్ సమస్య వచ్చే అవకాశం తక్కువగా ఉంటుందని వైద్యులు చెబుతున్నారు. మెట్టమీయం ఉండే ఆహారాలు ఫ్యాటీ లివర్ సమస్యను తగ్గించడంతో పాటు శరీర ఆరోగ్యానికి కూడా ఎంతో మేలు చేస్తాయని వారు చెబుతున్నారు. గుమ్మడి గింజలను అవకాశాతో కలిపి తీసుకోవడం వల్ల కాలేయ ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుంది. అవకాశో చెడు కొలెస్ట్రాల్ ను తగ్గించడంతో పాటు కాలేయ పనితీరుకు కూడా మద్దతును ఇస్తుంది. ఇందులో ఉండే మోనోశాచురేటెడ్ కొవ్వులు కాలేయం డిటాక్సిఫికేషన్ ను మెరుగుపరచడంలో దోహదపడతాయి. ఇక గుమ్మడి గింజలల్లో ఉండే మెట్టమీయం, ఒమెగా 3 కొవ్వు ఆమ్లాలు కాలేయం వాపును



తగ్గించడంలో, అక్సీకరణ ఒత్తిడిని తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి.

పాలకూర, ఆలివ్ ఆయిల్..

అదే విధంగా పాలకూర, ఆలివ్ ఆయిల్ ను కలిపి తీసుకోవడం వల్ల ఫ్యాటీ లివర్ వచ్చే అవకాశం తక్కువగా ఉంటుంది. పాలకూరలో క్లోరోఫిల్ అధికంగా ఉంటుంది. ఇది కాలేయం

పనితీరును మెరుగుపరచడంతో పాటు కాలేయంలో కొవ్వు పేరుకుపోవడాన్ని తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. పాలకూరలో ఉండే నైట్రేట్స్, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు కాలేయ ఎంజైమ్ ల స్థాయిలను మెరుగుపరుస్తాయి. అలాగే ఆలివ్ ఆయిల్ శోధ నిరోధక లక్షణాలను కలిగి ఉంటుంది. దీనిని తీసుకోవడం వల్ల కాలేయ వాపు తగ్గుతుంది. ఇక పొట్టు మినపప్పు కూడా కాలేయ ఆరోగ్యాన్ని

మెరుగుపరచడంలో మనకు ఎంతగానో సహాయపడుతుంది. దీనిలో ఫైబర్ తో పాటు పోషకాలు కూడా ఎక్కువగా ఉంటాయి. మినపప్పును తీసుకోవడం వల్ల రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు అదుపులో ఉండడంతో పాటు కాలేయంలో కొవ్వు పేరుకుపోవడం కూడా తగ్గుతుంది. దీనిలో ఉండే ఫ్లేవనాయిడ్స్, పాలిఫినాల్స్ అక్సీకరణ ఒత్తిడిని తగ్గించి కాలేయ వ్యాధులు రాకుండా కాపాడతాయి.

దార్క్ చాక్లెట్..

కాలేయ ఆరోగ్యాన్ని కాపాడడంలో దార్క్ చాక్లెట్ కూడా మనకు ఉపయోగపడుతుంది. దీనిలో ఎపికాటెచిన్, కాటెచిన్ అనే శక్తివంతమైన యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు ఉంటాయి. ఇవి అక్సీకరణ ఒత్తిడిని తగ్గించి కాలేయ వాపును తగ్గిస్తాయి. దీనిని క్రమం తప్పకుండా తీసుకోవడం వల్ల ఫ్యాటీ లివర్ సమస్య వచ్చే అవకాశాలు కూడా చాలా వరకు తగ్గుతాయి. సోయాబీన్స్ కూడా కాలేయంలో కొవ్వు పేరుకుపోవడాన్ని తగ్గిస్తాయి. సోయాలో జెనిస్టీన్, డైజిస్టీన్ అనే సమ్మేళనాలు ఉంటాయి. ఇవి కాలేయంలో కొవ్వు పేరుకుపోవడాన్ని తగ్గిస్తాయి. అలాగే బాదం, జీడిపప్పులో కూడా మెట్టమీయం అధికంగా ఉంటుంది. వీటిని తీసుకోవడం వల్ల శరీరంలో చెడు కొలెస్ట్రాల్ తగ్గడంతో పాటు మంచి కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలు పెరుగుతాయి. దీంతో ఫ్యాటీలివర్ సమస్య వచ్చే అవకాశాలు చాలా వరకు తగ్గుతాయి. వీటిని తీసుకోవడం వల్ల అక్సీకరణ ఒత్తిడి తగ్గి కాలేయ వ్యాధుల ప్రమాదం కూడా తగ్గుతుంది. ఈ విధంగా ఈ ఆహారాలను తీసుకోవడం వల్ల ఫ్యాటీ లివర్ తో పాటు ఇతర కాలేయ సమస్యలు వచ్చే అవకాశాలు చాలా తక్కువగా ఉంటాయని వైద్యులు సూచిస్తున్నారు. అంతేకాకుండా ఈ ఆహారాల్లో పోషకాలు కూడా అధికంగా ఉంటాయి కనుక వీటిని తీసుకోవడం వల్ల శరీర మొత్తం ఆరోగ్యానికి మేలు కలుగుతుందని వైద్యులు సూచిస్తున్నారు.

ఎల్లప్పుడూ యవ్వనంగా కనిపించాలంటే.. ఇలా చేయండి..



వయసు పైబడే కొద్దీ వృద్ధాప్యం రావడం సహజం. వృద్ధాప్యం కారణంగా శరీరంలో ఇతర అవయవాల పనితీరు తగ్గినట్లుగానే చర్మం కూడా వృద్ధాప్య లక్షణాలను చూపిస్తుంది. చర్మం ముడతలు పడడం, చర్మం పదులుగా అవ్వడం, స్థిరత్వాన్ని కోల్పోవడం వంటివి జరుగుతూనే ఉంటాయి. చాలా మంది చర్మం చూపించే ఈ వృద్ధాప్య లక్షణాలను నివారించడానికి మేకప్ వేసుకోవడంతో పాటు చర్మం బిగుతుగా అవ్వడానికి శస్త్ర చికిత్సలు వంటివి కూడా చేయించుకుంటారు. అయితే ఇవన్నీ అవసరం లేకుండా మన రోజువారీ అలవాట్ల ద్వారా కూడా చర్మాన్ని ఎక్కువ కాలం యవ్వనంగా, శక్తివంతంగా ఉండేలా చేసుకోవచ్చు. జీవనశైలిలో మార్పులు చేసుకోవడం వల్ల చర్మాన్ని, శరీరాన్ని సహజంగా అందంగా, యవ్వనంగా మార్చుకోవచ్చు. చర్మం ఎక్కువకాలం పాటు యవ్వనంగా ఉండడానికి జీవనశైలిలో ఎటువంటి మార్పులు చేసుకోవాలో.. తెలుసుకుందాం.

నిద్ర ఆవశ్యకత..

రోజూ తగినంత నిద్రించాలి. నిద్రించడం వల్ల రోగనిరోధక వ్యవస్థ బలపడుతుంది. దీంతో కణాల మరమ్మత్తు జరుగుతుంది. దీంతో వృద్ధాప్యం నెమ్మదిస్తుంది. కనుక రోజూ 7 నుండి 8 గంటల పాటు నిద్రించడం చాలా అవసరం. అలాగే పండ్లు, కూరగాయలు, ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు ఉండే ఆహారాలను తీసుకోవాలి. వీటిలో యాంటీ

ఆక్సిడెంట్లు ఎక్కువగా ఉంటాయి. ఇవి చర్మ స్థితిస్థాపకతను, కణాల మరమ్మత్తును ప్రోత్సహిస్తాయి. దీంతో వృద్ధాప్యం త్వరగా రాకుండా ఉంటుంది. క్రమం తప్పకుండా రోజూ వ్యాయామం చేయాలి. ఇలా చేయడం వల్ల రక్తప్రసరణ పెరుగుతుంది. శరీరం శక్తి కూడా పెరుగుతుంది. రక్తప్రసరణ పెరగడం వల్ల చర్మానికి పోషకాలు ఎక్కువగా అందుతాయి. దీంతో చర్మ ఆరోగ్యం, అందం రెండూ పెరుగుతాయి.

ఒత్తిడిని తగ్గించుకోవాలి..

అదే విధంగా వృద్ధాప్యం త్వరగా రాకుండా ఉండాలంటే ఒత్తిడి తగ్గించుకోవాలి. యోగా, ధ్యానం వంటివి చేయడం వల్ల మానసిక ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుంది. ఒత్తిడి హార్మోన్ అయిన కార్టిసోల్ ఉత్పత్తి తగ్గుతుంది. ఇది చర్మానికి, శరీర ఆరోగ్యానికి కూడా మేలు చేస్తుంది. సూర్యుడి నుండి వచ్చే యూవీ కిరణాలు చర్మంపై నేరుగా పడడం వల్ల నల్ల మచ్చలు, ముడతలు రావడంతో పాటు దీర్ఘకాలిక చర్మ నష్టం కలుగుతుంది. కనుక చర్మంపై నేరుగా సూర్యుడి కిరణాలు పడకుండా జాగ్రత్త తీసుకోవాలి. ఈ విధంగా మన జీవనశైలిలో మార్పులు చేసుకోవడం వల్ల సహజంగానే చర్మం వృద్ధాప్య ఛాయలను తగ్గించుకోవచ్చని నిపుణులు చెబుతున్నారు. జీవన శైలిలో వచ్చే ఈ మార్పులు చర్మానికి కాకుండా మొత్తం ఆరోగ్యానికి కూడా మేలు కలిగిలా చేస్తాయని నిపుణులు తెలియజేస్తున్నారు.

షుగర్ ఉన్నవారు ఈ మిల్లెట్లను తీసుకోవాలి.. ఎంతో మేలు జరుగుతుంది..!

మధుమేహ వ్యాధి గ్రస్తులు ఆహారం తీసుకునే విషయంలో ప్రత్యేకంగా ఒక సవాల్ ను ఎదుర్కొంటారని చెప్పవచ్చు. ఎందుకంటే వీరు తీసుకునే ఆహారం తక్షణమే రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను పెంచుతుంది, అనారోగ్యానికి కూడా దారి తీస్తుంది. కనుక ఆహార విషయంలో మధుమేహ వ్యాధి గ్రస్తులు చాలా జాగ్రత్తగా ఉండాలి. చాలా మంది చక్కెర స్థాయిలను అదుపులో ఉంచుకోవడానికి చపాతీలను తీసుకుంటూ ఉంటారు. వీటిని తీసుకోవడం వల్ల రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు అదుపులో ఉంటాయని ఇవే సరైన ఆహారం అని నమ్ముతారు. అయితే ఇవే కాకుండా మిల్లెట్స్ తో చేసిన ఆహారాలను తీసుకోవడం మంచిదని వైద్యులు చెబుతున్నారు. చిరుధాన్యాలు తక్కువ గైసెమిక్ ఇండెక్స్ ను కలిగి ఉంటాయి. దీంతో రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు వెంటనే పెరగకుండా ఉంటాయి. వీటిలో ఫైబర్ ఎక్కువగా ఉంటుంది కనుక నెమ్మదిగా జీర్ణమవుతాయి. దీంతో ఇన్సులిన్ సెన్సిటివిటీ పెరగడంతో పాటు స్థిరమైన శక్తి విడుదల అవుతుంది.

సామలు..

మిల్లెట్స్ అన్నీ మేలు చేసేవే అయినప్పటికీ సజ్జలు, సామలు, కొర్రలు అనే ఈ మూడు రకాల మిల్లెట్స్ మరింత మేలు చేస్తాయని వైద్యులు తెలియజేస్తున్నారు. ఈ మిల్లెట్స్ లో ఫైబర్ తో పాటు పోషకాలు, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు కూడా ఉంటాయని వీటిని తీసుకోవడం వల్ల మధుమేహ వ్యాధి గ్రస్తులకు ఎంతో మేలు కలుగుతుందని వారు సూచిస్తున్నారు. సామలు తక్కువ గైసెమిక్ ఇండెక్స్ ను కలిగి ఉంటాయి. రక్తంలో గ్లూకోజ్ ను నెమ్మదిగా విడుదల చేయడంలో ఇవి సహాయపడతాయి. దీంతో రక్తంలో చక్కెర పెరుగుదల నివారించబడుతుంది. వీటిలో ఉండే అధిక ఫైబర్ గ్లూకోజ్ ను నియంత్రించడంతో పాటు ఇన్సులిన్



సెన్సిటివిటీని కూడా పెంచుతుంది. సామల్లో ఉండే యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు అక్సీకరణ ఒత్తిడిని తగ్గించి మొత్తం శరీరానికి మేలు చేస్తాయి. వీటిలో ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది కనుక జీర్ణశక్తి కూడా మెరుగుపడుతుంది. మలబద్ధకం వంటి సమస్యలు తగ్గుతాయి.

కొర్రలు..

కొర్రలు వాటి తక్కువ గైసెమిక్ ఇండెక్స్ కు, ఫైబర్ కు ప్రసిద్ధి చెందాయని చెప్పవచ్చు. రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను తగ్గించడంలో, ఇన్సులిన్ నిరోధకతను తగ్గించడంలో ఇవి ఎంతో సహాయపడతాయి. వీటిలో పొటాషియం, మెట్టమీయం వంటి ఖనిజాలు కూడా ఉంటాయి. కనుక కొర్రలను తీసుకోవడం వల్ల రక్తపోటు అదుపులో ఉ

ంటుంది. శరీరంలో కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలు నియంత్రితంలో ఉంటాయి. మంచి బ్యూటీరియాను పెంపొందించడంలో, జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచడంలో, శరీరంలో రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడంలో కూడా కొర్రలు మనకు సహాయపడతాయి.

సజ్జలు..

సజ్జల్లో మెట్టమీయం, ఐరన్, క్యాల్షియం వంటి ఖనిజాలు ఉంటాయి. వీటిని తీసుకోవడం వల్ల ఎముకలు దృఢంగా తయారవుతాయి. రోగనిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. ఇవి తక్కువ గైసెమిక్ ఇండెక్స్ ను కలిగి ఉంటాయి. కనుక వీటిని తీసుకోవడం వల్ల రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు అదుపులో ఉంటాయి. అలాగే శరీరంలో చెడు కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలు కూడా తగ్గుతాయి. గుండె ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుంది. వీటిని తీసుకోవడం వల్ల కడుపు నిండిన భావం కలుగుతుంది. ఆకలి నియంత్రితంలో ఉంటుంది. దీంతో బరువు అదుపులో ఉంటుంది. దయాబెటీస్ తో బాధపడే వారు ఈ మూడు రకాల మిల్లెట్స్ ను ఆహారంగా తీసుకోవడం వల్ల చక్కెర స్థాయిలు ఎల్లప్పుడూ అదుపులో ఉంటాయి. శరీర మొత్తం ఆరోగ్యం కూడా మెరుగుపడుతుంది. వీటితో తరచూ పాన్ కేక్స్, కిచిడీ, పొంగల్, ఉప్పా, దోశ, ఇడ్లీ వంటి వాటిని కూడా తయారు చేసి తీసుకోవడం వల్ల రుచితో పాటు ఆరోగ్యాన్ని కూడా పొందవచ్చని వైద్యులు తెలియజేస్తున్నారు.





మంచు కొండల్లో అలుపెరుగని పరుగు సూఫియా సూఫీ రికార్డు

మనావి - లేవో మార్గంలో 480 కిలోమీటర్ల సాహసం

న్యూఢిల్లీ, ఫిబ్రవరి 04: భారతీయ అల్ప మార్గాల రన్నర్ సూఫియా సూఫీ హిమాలయ సానువుల్లో అద్భుత సాహసం చేసి చరిత్ర సృష్టించారు. ప్రపంచంలోనే అత్యంత కఠినమైన మార్గాల్లో ఒకటిగా పేరొందిన మనావి నుండి లేవో వరకు ఉన్న 480 కిలోమీటర్ల దూరాన్ని కేవలం పరుగు ద్వారా అధిగమించి ఆమె రికార్డు నెలకొల్పారు. సముద్ర మట్టానికి వేల అడుగుల ఎత్తులో, అక్సిజన్ స్థాయిలు చాలా తక్కువగా ఉండే ప్రతికూల పరిస్థితులను సైతం లెక్కచేయకుండా ఆమె ఈ ఘనతను సాధించడం విశేషం. వాహనాల్లో వెళ్లడానికే ఎంతో కష్టంగా ఉండే ఈ మార్గంలో, సూఫియా ఐదు ఎత్తైన పర్వత కనుమలను దాటాల్సి వచ్చింది. గడ్డకట్టే చలిన, శారీరక శ్రమను తట్టుకుంటూ ఆమె 97 గంటల 2 నిమిషాల్లో ఈ లక్ష్యాన్ని పూర్తి చేశారు. తద్వారా ఆమె గిన్నిస్ వరల్డ్ రికార్డుల్లో తన పేరును లిఖించుకున్నారు. గతంలో కాశ్మీర్ నుండి కన్యాకుమారి వరకు పరుగు తీసిన సూఫియా, ఇప్పుడు ఈ విజయంతో భారతీయ మహిళల సంకల్ప బలాన్ని మరోసారి ప్రపంచానికి చాటిచెప్పారు.

రికార్డు చేజింగ్..

అఫ్ఘాన్ పై 7 వికెట్ల తేడాతో ఘన విజయం

అండర్-19 చరిత్రలో అత్యధిక లక్ష్యాన్ని చేదించిన భారత్

ఫైనల్స్ భారత్

ఆరోన్ జార్జ్ సెంచరీ, వైభవ్ సూర్యవంశీ మెరుపులు

వరుసగా ఏడోసారి ఫైనల్ చేరిన యువ భారత్

హరారే/జంబాబ్వే, ఫిబ్రవరి 04: జింబాబ్వే వేదికగా జరుగుతున్న అండర్-19 ప్రపంచ కప్ సెమీఫైనల్లో భారత యువజట్టు చరిత్ర సృష్టించింది. బుధవారం జరిగిన ఉత్తరం పోరులో అఫ్ఘానిస్తాన్ నిర్దేశించిన భారీ లక్ష్యాన్ని అలవోకగా చేదించి, రికార్డు స్థాయి విజయాన్ని సమోదించింది. ఈ గెలుపుతో టీమిండియా వరుసగా ఏడోసారి ప్రపంచ కప్ ఫైనల్ లోకి దూసుకెళ్లింది.

భారీ లక్ష్యం.. అయినా బెదరలేదు..

టాస్ గెలిచి బ్యాటింగ్ ఎంచుకున్న అఫ్ఘానిస్తాన్ నిర్ణీత 50 ఓవర్లలో 4 వికెట్ల సవ్యానికి 310 పరుగుల భారీ స్కోరు సాధించింది. అఫ్ఘాన్ బ్యాటర్లు ఫైనల్ షిఫ్ట్ జాదూ (110 పరుగులు), ఉజ్జైరుల్లా నియాజాయ్ (101 పరుగులు) అద్భుత సెంచరీలతో భారత బౌలర్లపై విరుచుకుపడ్డారు. ప్రపంచ కప్ నాకౌట్ మ్యాచ్లో ఇంత పెద్ద లక్ష్యం ముందున్నా భారత కుర్రాళ్లు ఏమాత్రం ఒత్తిడికి లోనవ్వలేదు. కేవలం 41.1 ఓవర్లలోనే 3 వికెట్లు కోల్పోయి 311 పరుగులు చేసి విజయాన్ని అందుకోవడం విశేషం. ఇది అండర్-19 ప్రపంచ కప్ చరిత్రలోనే అత్యధిక పరుగుల చేజింగ్ రికార్డుగా నమోదైంది.

మెరుపు ఆరంభం - నిలకడైన ఆట..

భారత విజయంలో ఓపెనర్ వైభవ్ సూర్యవంశీ పాత్ర కీలకం. కేవలం 33 బంతుల్లోనే 68 పరుగులు (9 ఫోర్లు, 4 సిక్సర్లు) చేసి అఫ్ఘాన్ బౌలర్ల అత్యవశ్యానాన్ని చెల్లెత్తాడు. వైభవ్ ఇచ్చిన మెరుపు ఆరంభంతో రన్ రేట్ ఒత్తిడి పూర్తిగా తగ్గిపోయింది. ఆ తర్వాత వచ్చిన ఆరోన్ జార్జ్ క్రీజులో పాతుకుపోయి,

బాధ్యతాయుతమైన ఇన్నింగ్స్ అడాడు.

104 బంతుల్లో 115 పరుగులు చేసి శతకంతో కదంతొక్కాడు.

కెప్టెన్ ఆయుష్ ముత్తే (62 పరుగులు) కూడా అర్ధ శతకంతో రాణించి జట్టు విజయంలో కీలక పాత్ర పోషించాడు.

గెలుపు మంత్రం ఇదే..

సాధారణంగా

నాకౌట్ మ్యాచ్లో

300 పరుగుల

లక్ష్యం అంటే

బ్యాటర్లపై విపరీతమైన ఒత్తిడి ఉంటుంది. కానీ భారత జట్టు మ్యాహం అద్భుతంగా ఫలించింది. వైభవ్ సూర్యవంశీ మొదటి పది ఓవర్లలోనే స్కోరు బోర్డును పరుగులు పెట్టింది, అఫ్ఘాన్ ఆశలపై నీళ్లు చల్లాడు. వికెట్లు

పడుతున్నా..

ఆరోన్ జార్జ్,

ఆయుష్ ముత్తే

మధ్య ఏర్పడిన

114 పరుగుల

భాగస్వామ్యం ఇన్నింగ్స్ను

నిలబెట్టింది. యువ ఆటగాళ్లు

లక్ష్యాన్ని చూసి భయపడకుండా, తమ

సహజసిద్ధమైన దూకుడును

ప్రదర్శించడం వల్లే ఈ రికార్డు

విజయం సాధ్యమైంది. ఫైనల్లో భారత

జట్టు ఇంగ్లాండ్తో తలపడనుంది. ఈ

మ్యాచ్ ఫిబ్రవరి 6న జరగనుంది.



దక్షిణాఫ్రికాపై భారత్ ఘన విజయం

వార్నర్ మ్యాచ్లో 30 పరుగుల తేడాతో గెలుపు.. ఇషాన్ కిషన్, తిలక్ వర్మ, హార్దిక్ పాండ్యా మెరుపులు

బౌలింగ్లో సత్తా చాటిన అభిషేక్ శర్మ, వరుణ్ చక్రవర్తి.. ప్రపంచ కప్కు ముందు దక్షిణ ఆత్మవిశ్వాసం

ముంబై/నవి ముంబై, ఫిబ్రవరి 04: టీ20 ప్రపంచ కప్ సన్నాహకాల్లో భాగంగా బుధవారం నవీ ముంబైలోని డీవై పాటిల్ స్టేడియం వేదికగా జరిగిన ఏకైక వార్నర్ మ్యాచ్లో భారత జట్టు సత్తా చాటింది. దక్షిణాఫ్రికాతో జరిగిన ఈ పోరులో టీమిండియా 30 పరుగుల తేడాతో ఘన విజయం సాధించి, ప్రపంచ కప్ వేటకు సిద్ధమని చాటిచెప్పింది. బ్యాటింగ్, బౌలింగ్ రెండింటిలోనూ అధిపత్యం ప్రదర్శించిన రోహిత్ సేన ప్రత్యర్థిని చిత్తు చేసింది.

భారత్ భారీ స్కోరు..

టాస్ గెలిచి బ్యాటింగ్ ఎంచుకున్న భారత్ నిర్ణీత 20 ఓవర్లలో 6 వికెట్ల సవ్యానికి 240 పరుగుల భారీ స్కోరు సాధించింది. ఓపెనర్ ఇషాన్ కిషన్ ఆకాశమే హద్దుగా చెలరేగిపోయాడు. కేవలం 20 బంతుల్లోనే 7 సిక్సర్లు, 2 ఫోర్లతో 53 పరుగులు చేసి రిటైర్డ్ హార్డ్గా వెనుదిరిగాడు. మరోవైపు యువ ఆటగాడు తిలక్ వర్మ 19 బంతుల్లో 45 పరుగులు, అభిషేక్ శర్మ 17 బంతుల్లో 24 పరుగులతో రాణించారు. ఇక ఇన్నింగ్స్ చివరలో వైస్ కెప్టెన్ హార్దిక్ పాండ్యా తనదైన శైలిలో విరుచుకుపడ్డాడు. కేవలం 10 బంతుల్లోనే 30 పరుగులు చేసి స్కోరు బోర్డును పరుగులు పెట్టించాడు. సూర్యకుమార్ యాదవ్ (30), అక్షర్ పటేల్ (35) కూడా తమ వంతు సహకారం అందించారు.



దక్షిణాఫ్రికా బౌలర్లలో మార్కో జాన్సన్, కెప్టెన్ మఫాకా తలా ఒక వికెట్ తీశారు.

పోరాడి ఓడిన సఫారీలు..

241 పరుగుల భారీ లక్ష్యంతో బరిలోకి దిగిన దక్షిణాఫ్రికా జట్టు, నిర్ణీత 20 ఓవర్లలో 7 వికెట్లు కోల్పోయి 210 పరుగులకే పరిమితమైంది. ఆ జట్టు బ్యాటర్లు డ్రీస్ట్ స్టబ్స్, రయాన్ రికెల్మన్ పోరాడినప్పటికీ విజయం దక్కలేదు. స్టబ్స్ 21 బంతుల్లో 45 పరుగులు చేసి అజేయంగా నిలిచాడు. ఇన్నింగ్స్ చివరి ఓవర్లో శివమ్ దూబే బౌలింగ్లో స్టబ్స్ వరుసగా మూడు సిక్సర్లు బాదడం మ్యాచ్ హైలైట్గా నిలిచింది. రికెల్మన్ 44 పరుగులు,

కెప్టెన్ మార్క్రమ్ 38 పరుగులు చేశారు.

బౌలర్ల కట్టుబట్టం..

భారత బౌలర్లు సమష్టిగా రాణించారు. అభిషేక్ శర్మ 3 ఓవర్లలో 32 పరుగులు ఇచ్చి 2 కీలక వికెట్లు పడగొట్టాడు. వరుణ్ చక్రవర్తి, అక్షర్ పటేల్, అర్జున్ సింగ్ తలా ఒక వికెట్ తీసి ప్రత్యర్థిని కట్టడి చేశారు. బౌలర్లను మార్చి మార్చి ప్రయోగించినా ఫలితం దక్కింది. హార్దిక్ రాణా గాయం కారణంగా ఒక ఓవర్ మాత్రమే వేసి మైదానం వీరాల్ని వచ్చింది. ఈ విజయంతో భారత జట్టు ఫిబ్రవరి 7న అమెరికాతో జరగబోయే ప్రపంచ కప్ తొలి మ్యాచ్కు రెట్టింపు ఉత్సాహంతో సిద్ధమైంది.

ఫైనల్లో తడబాటుతో చేజారిని రజతం

ఏషియన్ ఘాటింగ్ ఛాంపియన్షిప్లో సమ్రాట్ రాణాకు కాంస్యం

న్యూఢిల్లీ, ఫిబ్రవరి 05 : ఆసియా ఘాటింగ్ ఛాంపియన్షిప్లో భారత ఘాటర్ సమ్రాట్ రాణా పతకంతో మెరిశారు. పురుషుల పది మీటర్ల ఎయిర్ పిస్టల్ విభాగంలో ఆయన కాంస్య పతకాన్ని సొంతం చేసుకున్నారు. క్యాలిఫోర్నియాలో రౌండ్లో 581 పాయింట్లు సాధించి అద్భుత ప్రదర్శన కనబరిచిన సమ్రాట్, ఫైనల్ పోరులోనూ ఆరంభంలో అదే బోరును ప్రదర్శించారు. దీంతో పతకం ఖాయం చేసుకున్న రాణా, చివరలో మాత్రం కాస్త నిరాశ పరిచింది. ఫైనల్ ఆరంభంలో రెండో స్థానంలో కొనసాగిన సమ్రాట్, కీలక సమయంలో తీవ్ర ఒత్తిడికి లోనయ్యాడు. ముఖ్యంగా ఎలిమినేషన్ దశలో గురి తప్పడంతో తక్కువ పాయింట్లు సమోదయ్యాయి. ఈ చిన్నపాటి తడబాటు కారణంగా ఆయన స్కోరు తగ్గి, రజత పతకం చేజారిపోయింది. చివరలో కొలుకునే ప్రయత్నం చేసినా ఫలితం లేకపోవడంతో, ఆయన మూడో స్థానంలో నిలిచి కాంస్య పతకంతో సరిపెట్టుకోవాల్సి వచ్చింది. ఈ విభాగంలో చైనా ఘాటర్ స్వర్ణం గెలుచుకోగా, కొరియా ఘాటర్ రజతం సాధించారు.

జాతీయ వెయిట్లిఫ్టింగ్లో మీరాబాయి చానుకు స్వర్ణం

న్యూఢిల్లీ, ఫిబ్రవరి 04: జాతీయ సీనియర్ వెయిట్లిఫ్టింగ్ ఛాంపియన్షిప్లో ఒలింపిక్ పతక విజేత, స్టార్ లిఫ్టర్ మీరాబాయి చాను మరోసారి తన అధిపత్యాన్ని ప్రదర్శించారు. మహిళల 49 కిలో విభాగంలో బరిలోకి దిగిన ఆమె, తనదైన శైలిలో అద్భుత ప్రదర్శన కనబరిచి స్వర్ణ పతకాన్ని కైవసం చేసుకున్నారు. స్నాచ్, క్లీన్ అండ్ జెర్క్ రెండు విభాగాల్లోనూ ప్రత్యర్థులకు అందనంత దూరంలో నిలిచిన మీరాబాయి, మొత్తం బరువును అలవోకగా ఎత్తి అగ్రస్థానంలో నిలిచారు. గాయం కారణంగా కొంతకాలం విరామం తీసుకున్నప్పటికీ, పునరాగమనంలో ఆమె ఏమాత్రం తడబడకుండా పసిడి పతకాన్ని సాధించడం విశేషం. ఈ ఛాంపియన్షిప్లో రైల్వేస్ జట్టుకు ప్రాతినిధ్యం వహించిన మీరాబాయి చాను, తన అనుభవాన్నంతా రంగరించి ఈ విజయాన్ని సొంతం చేసుకున్నారు. ఈ గెలుపుతో రాబోయే కామన్వెల్త్ గేమ్స్, ఇతర అంతర్జాతీయ పోటీలకు ఆమె మరింత అత్యవశ్యాసంతో సిద్ధమవుతున్నారు. దేశీయ వేదికపై తనకు తిరుగులేదని ఆమె మరోసారి



నిరాపించుకున్నారు. కాగా, ఇదే విభాగంలో మిగిలిన రాష్ట్రాల లిఫ్టర్లు రజత, కాంస్య పతకాల కోసం పోటీపడాలి వచ్చింది. మీరాబాయి ప్రదర్శన పట్ల భారత వెయిట్లిఫ్టింగ్ సమాఖ్య ప్రతినిధులు హర్షం వ్యక్తం చేశారు.



అవతార్ లెవల్స్ వారణాసి

రాజమౌళి దర్శకత్వంలో మహేశ్ బాబు హీరోగా రానున్న 'వారణాసి' ప్రస్తుతం సోషల్ మీడియాలో ట్రెండింగ్ అవుతోంది. ఎన్నో రోజుల నుంచి అవడేట్స్ కోసం ఎదురుచూసిన అభిమానులకు చాలా విశేషాలు వచ్చేశాయి. చిత్రబృందం ఓ హాళివుడ్ మీడియాకు ఇచ్చిన ఇంటర్వ్యూలో 'వారణాసి' గురించి పంచుకుంది. దీంతో ఈ చిత్రం ఒక్కసారిగా సోషల్ మీడియాలో ట్రెండ్ అవుతోంది. రాముడిగా మహేశ్ బాబు కనిపించనున్నట్లు అధికారికంగా వెల్లడించారు. ఇక రాజమౌళి ఈ సినిమా నిడివితో పాటు 'అవతార్'తో పోల్చడం గురించి మాట్లాడారు. నాకు ఉన్న కొన్ని కమిటీమెంట్ల కారణంగా మహేశ్ బాబుతో సినిమా అలస్యం అయింది. లేదంటే 15 ఏళ్ల క్రితమే తీసేవాడిని. ఇప్పుడు వారణాసిని భారీ స్థాయిలో విడుదల చేస్తున్నాం. ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఐమాక్స్ లలో సందడి చేయనుంది. నేను సినిమాలు అలస్యం చేస్తాననే చెడ్డేమీరు ఉంది. ప్రొడక్షన్ పనులు లేలే చేస్తానని వాయిదాలు వేస్తానని అంటారు. ఈ విషయంలో నెటిజన్లు కూడా చాలాసార్లు కామెంట్స్ చేశారు. 'వారణాసి' 3.20 గంటల నిడివితో విడుదలవుతుంది. ఇంత ఎక్కువ నిడివితో మూడు నిమిషాలు ఆసక్తిగా లేకపోయినా వెంటనే ఆడియన్స్ ఫోన్ తీసుకుంటారు. మేం అందుకే చాలా జాగ్రత్తగా

ఎక్కడా బోర్ కొట్టకుండా దీన్ని రూపొందిస్తున్నాం. ప్రేక్షకుడికి ప్రతి క్షణం ఆసక్తి కలిగేలా.. కొత్త అనుభవాన్ని ఇచ్చేలా దీన్ని తీర్చిదిద్దుతున్నాం అని రాజమౌళి తెలిపారు. హాళివుడ్ దర్శకుడు జేమ్స్ కామెరూన్ సృష్టించిన ప్రపంచం 'అవతార్'తో రాజమౌళి 'వారణాసి'ని పోల్చడంపై ఆయన మాట్లాడారు. అలాంటి వ్యక్తితో పోల్చడాన్ని చాలా గౌరవంగా భావిస్తున్నా కానీ, ఆయనతో నన్ను పోల్చద్దు. ఆయన ఒక శిఖరం. ఆయన మాస్టర్. నేను ఇంకా విద్యార్థినే. 'వారణాసి'లో 25 నిమిషాలు పురాణాలపై చిత్రీకరించాం. ప్రేక్షకులు ఎప్పటికీ ఆ సన్నివేశాలను మర్చిపోలేరు. ప్రస్తుతం ఇంతవరకూ మాత్రమే చెప్పగలను అని దర్శకధీరుడు తెలిపారు. వచ్చే ఏడాది ఏప్రిల్ 7న ఈ సినిమా ప్రపంచవ్యాప్తంగా విడుదల కానుంది. ఇక ఈ సినిమాలో మహేశ్ బాబుతో పాటు ప్రియాంక చౌద్రా కూడా ప్రధాన పాత్రలో కనిపించనున్నారు. దయచేసి నాకు ఈ సినిమాలో డ్యాన్స్ వేసే అవకాశం ఇవ్వండి. మంచి పాట ఉండేలా చూడండి' అని చెప్పాని ప్రియాంక అన్నారు. ఈ సినిమాలో వారి పాత్రల దగ్గర నుంచి కథ ఎలా మొదలైంది వరకూ మహేశ్ బాబు విశేషాలు తెలిపారు. 15 ఏళ్ల క్రితమే రాజమౌళి దర్శకత్వంలో చేయాల్సిఉంది. ఇప్పటికీ అది కుదిరింది. 'ఆరేఆరే' పూర్తయిన తర్వాత ఏడాది పాటు దీని స్క్రిప్ట్ గురించి ఆలోచించారు. నన్ను ఆఫీసుకు పిలిచి 'వారణాసి' స్క్రిప్ట్ గురించి చెప్పారు. కథ విని ఆశ్చర్యపోయాను. ఇప్పటివరకూ రాజమౌళి చేసిన అన్ని చిత్రాల కంటే ఇది భిన్నంగా ఉంటుంది. ఇందులో ఎన్నో అంశాలు ఉన్నాయి. యాక్షన్, అద్వైతం, పురాణాలు, టైమ్ ట్రావెల్.. ఇలా ఎన్నో ఉన్నాయి. రాజమౌళి అభిమానిగా ఈ సినిమా కోసం నేనూ ఆసక్తిగా ఉన్నాను. ఇందులో హీరోగా చేయడానికి మొదట్లో భయపడ్డాను. రాజమౌళి కథను వివరించిన విధానం నా భయాన్ని పోగొట్టించిన మహేశ్ బాబు అన్నారు. 'వారణాసి'లో లుప్స్ కోసం ఎన్నో రిహార్సల్స్



బైకర్ లో రాజశేఖర్ పవర్ ఫుల్ రోల్



ఒకప్పుడు టాలీవుడ్ లో యాక్షన్ హీరోగా, యాంగ్లి స్టార్ గా తనకంటూ ప్రత్యేక గుర్తింపు తెచ్చుకున్న రాజశేఖర్ కొంతకాలం విరామం తర్వాత మళ్లీ ప్రేక్షకుల ముందుకు రావడానికి సిద్ధమవుతున్నారు. ఈసారి హీరోగా కాకుండా పవర్ ఫుల్ క్యారెక్టర్ ఆర్టిస్ట్ గా సెకండ్ ఇన్నింగ్స్ ప్రారంభించడంతో సినీ వర్గాల్లో ఆసక్తి నెలకొంది. శర్వానంద్ ప్రధాన పాత్రలో తెరకెక్కుతున్న 'బైకర్' సినిమాలో రాజశేఖర్ కీలక పాత్ర పోషిస్తున్నారు. బైక్ రేసింగ్ నేపథ్యంలో రూపొందుతున్న ఈ చిత్రం ఏప్రిల్ 3న విడుదలకు సిద్ధమవుతోంది. ఇప్పటికే విడుదలైన టీజర్ సినిమాపై మంచి అంచనాలు తీసుకురాగా, తాజాగా మేకప్స్ రాజశేఖర్ పాత్రకు సంబంధించిన 'బు+లెట్ సునీల్' గ్లింప్స్ విడుదల చేశారు. ఈ గ్లింప్స్ లో రాజశేఖర్ ను ఓ మాజీ పవర్ ఫుల్ బైక్ రేసర్ గా చూపిస్తూ స్పెలిష్ లుక్, గంభీరమైన ప్రెజెన్స్ తో ఆకట్టుకున్నారు. కొన్నేళ్ల తర్వాత ఆయనను ఇంత ఎనర్జిటిక్ గా, మాస్ షేడ్ ఉన్న పాత్రలో చూడబోతున్నామనే సంతోషాలు ఈ వీడియో ఇచ్చింది. గ్లింప్స్ విడుదలైన వెంటనే సోషల్ మీడియాలో మంచి స్పందన లభిస్తోంది. రాజశేఖర్ స్ట్రీన్ ప్రెజెన్స్, బాడీ లాంగ్వేజ్, డైలాగ్ డెలివరీ మళ్లీ పాత రోజుల్ని గుర్తు చేస్తున్నాయని అభిమానులు కామెంట్లు చేస్తున్నారు. 'ఇది రాజశేఖర్ కు గ్యారంటీ కంబాక్ట్ మూవీ అవుతుంది' అంటూ ఫ్యాన్స్ ఆనందం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. ముఖ్యంగా యాక్షన్ బ్యాక్ డ్రావ్ లో ఆయన కనిపించడమే సినిమాపై ఆసక్తిని మరింత పెంచింది. శర్వానంద్ తో పాటు రాజశేఖర్ లాంటి సీనియర్ నటుడు కీలక పాత్రలో కనిపించడం సినిమాకు అదనపు బలం అవుతుందని సినీ విశ్లేషకులు భావిస్తున్నారు. యాక్షన్ దగ్గరైన బైక్ రేసింగ్ కథతో పాటు అనుభవజ్ఞులైన నటుల ప్రెజెన్స్ ఉండటంతో 'బైకర్' మూవీపై అంచనాలు క్రమంగా పెరుగుతున్నాయి.

చిరుమూవీలో సారా అర్జున్ ?

మన శంకర చరప్రసాద్ సినిమాతో మెగాస్టార్ చిరంజీవి బ్లాక్ బస్టర్ అందుకున్న విషయం తెలిసిందే. ఈ సినిమా అనంతరం సమ్మర్ లో అతడి విశ్వంభర చిత్రం కూడా ప్రేక్షకుల ముందుకు రాబోతుంది. అయితే ఈ సినిమా తర్వాత బాబీతో మెగా 158 సినిమా చేయబోతున్నాడు చిరు. ఈ ప్రాజెక్ట్ గురించి ఒక ఆసక్తికరమైన వార్త ఫిలిం నగర్ వర్గాల్లో ప్రస్తుతం హాట్ టాపిక్ గా మారింది. ఈ చిత్రంలో చిరంజీవి కుమార్తెగా ఒక కీలక పాత్ర కోసం 'పొన్నియన్ సెల్వన్' ఫేమ్, ధురంధర్ సినిమా సారా అర్జున్ పేరును దాదాపు ఖరారు చేసినట్లు సమాచారం. ఈ పాత్ర సినిమాలో అత్యంత కీలకం కానుందని తెలుస్తుంది. అయితే దీనిగురించి త్వరలోనే అధికారిక ప్రకటన రాబోతుంది. మరోవైపు చిరంజీవి కెరీర్ లో ఇదొక ప్రత్యేకమైన మూవీగా నిలిచిపోతుందని మెగా అభిమానులు భారీ అంచనాలు పెట్టుకున్నారు. ప్రస్తుతం ఈ సినిమాకు సంబంధించిన ట్రి-ప్రాడక్షన్ పనులు శరవేగంగా జరుగుతుండగా కన్నడ నిర్మాణ సంస్థ కేవిఎన్ ప్రొడక్షన్స్ బ్యానర్ ఈ సినిమాను నిర్మిస్తుంది.

- పదిహేనేళ్ల క్రితం ప్లాన్ చేస్తే ఇప్పుడు కుదరింది
- ఈ సినిమాలో రాముడిగా మహేశ్ బాబు కనిపిస్తారు
- అత్యద్భుత ధృత్యకావ్యంగా మూవీని విడుదల చేస్తున్నాం
- అంతర్జాతీయ మీడియాతో రాజమౌళి, మహేశ్ బాబు



ప్రేమలు సీక్వెల్ ఆగిపోలేదు

మలయాళ సెన్సేషనల్ హిట్ 'ప్రేమలు' చిత్రానికి సీక్వెల్ రాబోతున్న విషయం తెలిసిందే. 'ప్రేమలు 2' అంటూ ఈ సీక్వెల్ రాబోతుండగా.. తాజాగా ఈ ప్రాజెక్ట్ రథయిందంటూ వార్తలు వస్తున్నాయి. అయితే ఈ వార్తలపై చిత్రబృందం తాజాగా స్పందిస్తూ.. ఈ ప్రాజెక్ట్ పూర్తిగా నిలిచిపోలేదని కేవలం తాత్కాలికంగా వాయిదా పడిందని స్పష్టం చేసింది. 2024 ఏప్రిల్ లో ఎంతో గ్రాండ్ గా ప్రకటించిన ఈ సీక్వెల్ ను 2025లో ఏడాది విడుదల చేయాలని మేకర్స్ భావించినప్పటికీ, ప్రస్తుత పరిస్థితుల దృష్ట్యా ఇది 2026 సమ్మర్ కి పోస్టపోన్ అయ్యే అవకాశం కనిపిస్తుంది. మరోవైపు చిత్ర దర్శకుడు గిరీష్ ప్రస్తుతం మమితా బైజు, నివీన్ పాలిలతో కలిసి 'బెత్తెహం కుటుంబ యూనిట్' అనే మరో ప్రాజెక్ట్ లో బిజీగా ఉండటం కూడా ఒక కారణమని తెలుస్తుంది. తెలుగులో ఎస్.ఎస్. కార్తీకేయ ఈ చిత్రాన్ని విడుదల చేసేందుకు సిద్ధంగా ఉన్నప్పటికీ, చిత్ర నిర్మాణ సంస్థ 'భావన స్టూడియోస్' నుండి ఈ పుకార్లపై ఇంకా ఎలాంటి అధికారిక స్పందన రాలేదు.

