

మన దునియా

RNI Number
TELTEL/2023/85680

దివ్యార్థం
కావాలిను

వెలుగులో రాయగల సమర్థత, సమాజం వల్ల అపగౌరవం ఉంటే చాలు.

తెలుగు రాష్ట్రాల్లో సంపదాలు పుట్టిస్తాయి.
మన దునియా
మీకు సరైన వార్త... తన్ని, లాజికల్, కుండలంల మరలయ సామోజనకర్తల వలనలో పనిచేసేందుకు అవకాశం కల్పిస్తామింక. దినపత్రిక కావాలి.

ఇంకెందుకు అంద్...
9490056011, 9603969335

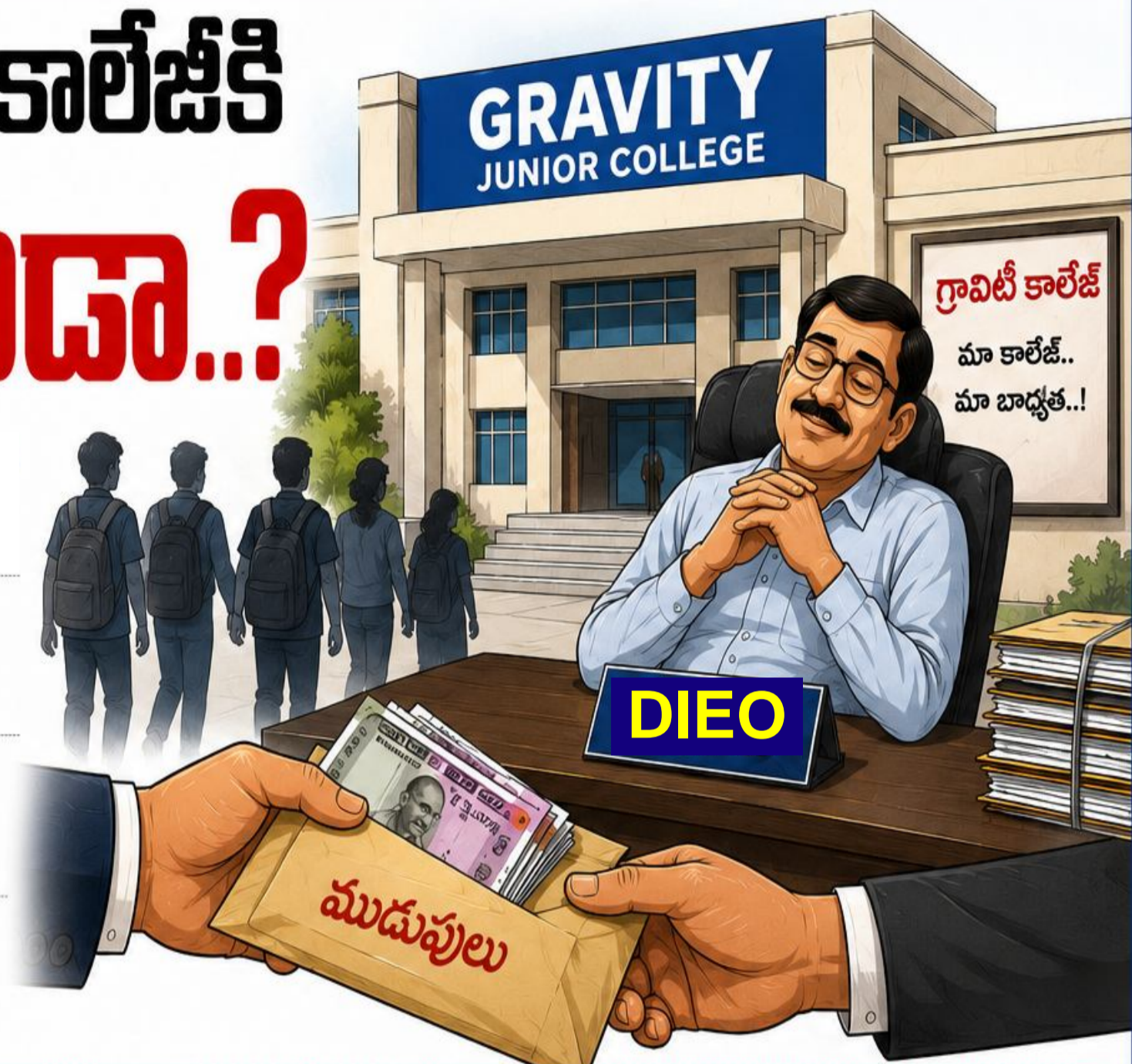
హాస్పిటల్ లో ఓ బయారీలకు ముందు.

సంపుటి : 3 | సంచిక : 287 | జూన్ 15 సోమవారం 2026 | పేజీలు : 8 | వెల రూ. 4.00/-



గ్రావిటీ జూనియర్ కాలేజీకి డీవీఈడి అందా..?

- విద్యా సంవత్సరం ప్రారంభమైనా అధికారుల మౌనం ఎందుకు..?**
- అనుమతుల విషయంలో నిర్లక్ష్యమా..?**
- లేక ముడుపుల మాయాజాలమా..?**
- గ్రావిటీపై డీవీఈడికు అమితమైన ప్రేమ ఎందుకో..?**



మన దునియా, హనుమకొండ జిల్లా: జూన్ 14

హనుమకొండ జిల్లాలో గ్రావిటీ జూనియర్ కాలేజీ వ్యవహారం మరోసారి చర్చనీయాంశంగా మారింది. విద్యా సంవత్సరం ప్రారంభమై అడ్మిషన్లు జోరుగా సాగుతున్న సమయంలో అనుమతులు, భద్రతా ప్రమాణాలు, ఫీజుల దోపిడీ వంటి అంశాలపై తీవ్ర ఆరోపణలు వినిపిస్తున్నప్పటికీ, సంబంధిత అధికారులు మౌనం పాటించడం పలు అనుమానాలకు తావిస్తోంది. ముఖ్యంగా ఇంటర్మీడియట్ విద్యాశాఖ జిల్లా అధికారి (డీఐఈఓ) స్పందన లేకపోవడంపై విద్యార్థుల తల్లిదండ్రులు ప్రశ్నలు లేవనెత్తుతున్నారు.

అనుమతి ఒక్కటే.. క్యాంపసులు మాత్రం ఎన్నో..!

సమాచారం ప్రకారం గ్రావిటీ జూనియర్ కాలేజీకి అధికారిక అనుమతి ఒకే క్యాంపస్కు ఉన్నప్పటికీ, అదే పేరుతో హనుమకొండ నగరం, పరిసర ప్రాంతాల్లో ఆరు నుంచి ఏడు క్యాంపసులు నిర్వహిస్తున్నట్లు ఆరోపణలు ఉన్నాయి. ఒకవేళ ఈ ఆరోపణలు నిజమైతే, అనుమతి లేని క్యాంపసుల్లో చదువుతున్న విద్యార్థుల భవిష్యత్తు ప్రశ్నార్థకంగా మారే అవకాశం ఉంది. హాల్ టీకెట్లు, పరీక్షలు, సర్టిఫికెట్లు వంటి అంశాల్లో భవిష్యత్తులో సమస్యలు తలెత్తితే బాధ్యత ఎవరిది? అనే ప్రశ్నకు సమాధానం చెప్పాల్సిన పరిస్థితి అధికారులపై ఉంది.

అప్లికేషన్ సమయంలో తనిఖీలు జరిగాయాయా..?

ప్రతి విద్యా సంవత్సరం ప్రారంభానికి ముందు కళాశాలల అనుమతుల ప్రక్రియలో అధికారులు భవనాలు, మౌలిక సదుపాయాలు, భద్రతా ప్రమాణాలను పరిశీలించాల్సి ఉంటుంది. అయితే గ్రావిటీ కాలేజీకి

(మిగతా 2వ పేజీలో..)

సింగరేణి కార్మికుల ఆత్మగౌరవాన్ని దెబ్బతీసేలా మాట్లాడుతున్నారు: భట్టి విక్రమార్కు

మన దునియా, శ్రీరాంపూర్: జూన్ 14

బొగ్గు నిల్వలు మాయమైనట్టుగా ఆరోపణలు వస్తున్న నేపథ్యంలో తెలంగాణ డిప్యూటీ సీఎం మల్లు భట్టి విక్రమార్కు సమక్షంలో శ్రీరాంపూర్ ఓసీపీ వద్ద సింగరేణి అధికారులతో కలిసి ఓపెన్ హౌస్ కార్యక్రమాన్ని ఈరోజు (ఆదివారం) ఏర్పాటు చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో మంత్రులు భట్టి విక్రమార్కు, శ్రీధర్ బాబు పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా భట్టి విక్రమార్కు మీడియాతో మాట్లాడారు. సింగరేణి కార్మికుడి శ్రమ, చెమటని, ఆత్మగౌరవాన్ని దెబ్బతీసేలా కొందరు మాట్లాడుతున్నారని తీవ్ర

(మిగతా 2వ పేజీలో..)



పడవ ప్రమాదంపై చంద్రబాబు బిగ్బాంత్...

రూ.5 లక్షల ఎక్స్ గ్రేషియా ప్రకటన

పల్నాడు జిల్లాలో కృష్ణా నదిలో పడవ బోల్తా ప్రమాదంలో నలుగురు మృతి, ఆరుగురు సురక్షితం

మృతుల కుటుంబాలకు రూ. 5 లక్షల పరిహారం ప్రకటించిన ప్రభుత్వం

సంఘటనపై ఉన్నత స్థాయి **(మిగతా 2వ పేజీలో..)**



ఫ్రాన్స్ లోని నీస్ నగరంలో పర్యటిస్తున్న చారిత్రక 'విల్లా కెల్లియోస్' సందర్శన

ఫ్రాన్స్ లోని నీస్ నగరంలో పర్యటిస్తున్న ప్రధాని మోదీ

'భారత్ ఇన్స్పైర్' కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభించిన మోదీ, మేక్రూన్ దేశంలో స్టార్ట్ వ్యవస్థ మరింత విస్తరిస్తుందన్న మోదీ

ఇరు దేశాల మధ్య ద్వైపాక్షిక సంబంధాలపై చర్చలు జరపనున్న నేతలు ప్రధాని సరేంద్ర మోదీ, ఫ్రాన్స్ అధ్యక్షుడు ఇమ్మాన్యుయేల్ మేక్రూన్ ఆదివారం ఫ్రాన్స్ లోని నీస్ నగరంలో ఉన్న చారిత్రక

(మిగతా 2వ పేజీలో..)



మీనాక్షి నటరాజన్ కు వెన్నుపోటు పొడిచింది రేవంత్ రెడ్డె: కేటీఆర్

మీనాక్షి నటరాజన్ పై రేవంత్ కుట్ర అంటూ కేటీఆర్ వ్యాఖ్యలు

ఆమెకు రాజ్యసభ సీటు రాకుండా బీజేపీతో రేవంత్ కుమ్మక్కయ్యారని ఆరోపణ

కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం హామీల అమలులో పూర్తిగా విఫలమైందని విమర్శలు

ఘైరతాబాద్ లో ఉపఎన్నిక రావడం ఖాయమని జోస్యం ఓటర్ల జాబితాపై అప్రమత్తంగా ఉండాలని పార్టీ శ్రేణులకు పిలుపు

తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డిపై బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ సంచలన **(మిగతా 2వ పేజీలో..)**



02 జనరల్ న్యూస్



మీనాక్షి నటరాజన్ కు వెన్నుపోటు పొడిచింది రేవంత్ రెడ్డి: కేటీఆర్

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

ఆరోపణలు చేశారు. సొంత పార్టీ నేత, రాహుల్ గాంధీకి సన్నిహితులైన మీనాక్షి నటరాజన్ కు రేవంత్ రెడ్డి వెన్నుపోటు పొడిచారని, ఆమెపై తప్పుడు కేసు బనాయించి వేధించారని విమర్శించారు. ఆమెకు మధ్యప్రదేశ్ నుంచి రాజ్యసభ సీటు రాకుండా అడ్డుకునేందుకు బీజేపీతో కుమ్మక్కయ్యారని ఆరోపించారు. ఆదివారం ఖైరతాబాద్ నియోజకవర్గ పార్టీ కార్యకర్తల సమావేశంలో కేటీఆర్ మాట్లాడారు. రేవంత్ రెడ్డి అవినీతి, భూ ఒప్పందాలపై మీనాక్షి నటరాజన్ కాంగ్రెస్ అధిష్ఠానానికి ఫిర్యాదు చేశారని, దీనికి ప్రతీకారంగానే హైదరాబాద్ లో ఆమెపై తప్పుడు కేసు పెట్టించారని అన్నారు. సొంత పార్టీ నేతలనే వెన్నుపోటు పొడిచే నైజం రేవంత్ రెడ్డిని ఆయన దుయ్యబట్టారు. హిట్లర్ తన ఆదర్శం అని సీఎం చెప్పడం సిగ్గుచేటని వ్యాఖ్యానించారు. కాంగ్రెస్ పాలనను 'అట్టర్ ఫ్లాప్' సినిమాగా అభివర్ణించిన కేటీఆర్, ప్రభుత్వం హామీల అమలులో పూర్తిగా విఫలమైందని అన్నారు. ఏడాదికి 2 లక్షల ఉద్యోగాల హామీ ఏమైందని, కనీసం 4,000 ఉద్యోగాలు కూడా భర్తీ చేయలేదని ప్రశ్నించారు. రూ.4,000 నిరుద్యోగ భృతి హామీని కూడా విస్మరించారని మండిపడ్డారు. కోటి మంది మహిళలను లక్షాధికారులను చేశామని నిరూపిస్తే తాను రాజీనామా చేస్తానని సవాల్ విసిరారు. ఖైరతాబాద్ లో ఉపఎన్నిక రావడం ఖాయమని కేటీఆర్ జోస్యం చెప్పారు. ప్రజాతీర్పును ధిక్కరించి దానం నాగేందర్ కాంగ్రెస్ లోకి ఫిరాయించడమే దీనికి కారణమని స్పష్టం చేశారు. జూన్ 25 నుంచి జరిగే ఓటర్ల జాబితా ప్రత్యేక సవరణ కార్యక్రమంలో చురుగ్గా పాల్గొనాలని, డిజిటల్ సభ్యత్వ నమోదును రికార్డు స్థాయిలో చేపట్టాలని పార్టీ శ్రేణులకు ఆయన దిశానిర్దేశం చేశారు.

ఫ్రాన్స్ లో మోదీ ఏర్పాటు.. మేక్రాన్ తో కలిసి చారిత్రక 'విల్లా కెర్లియోస్' సందర్శన

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

'విల్లా కెర్లియోస్'ను సందర్శించారు. ఈ సందర్భంగా ఇద్దరు నేతలు తేలికపాటి సంభాషణలో మునిగిపోయారు. విల్లాను కలియతిరుగుతూ ఆతీయంగా మాట్లాడుకున్నారు. విల్లా కెర్లియోస్ అనేది 20వ శతాబ్దం ప్రారంభంలో నిర్మించిన ఒక అసాధారణమైన హౌస్ మ్యూజియం. క్రీస్తుపూర్వం 2వ శతాబ్దానికి చెందిన ఒక ప్రాచీన గ్రీకు ఉన్నత కుటుంబ నివాసాన్ని నమూనాగా తీసుకుని, ఎంతో నిశితంగా ఆధునిక కాలంలో దీన్ని పునఃస్థాపించారు. ఫ్రాన్స్ లోని ఫ్రెంచ్ రివేరా తీరంలో, నైస్ మరియు మోనాకో నగరాల మధ్య ఉన్న బ్యూటీ-సర్-మెర్ అనే ప్రాంతంలో ఈ విల్లా ఉంది. మధ్యధరా సముద్రానికి అభిముఖంగా ఒక రాతి ద్వీపకల్పంపై కొలువై ఉన్న ఈ భవనం, ప్రస్తుతం చారిత్రక కట్టడంగా పరిగణించబడింది. దీని యాజమాన్య హక్కులను 'ఇన్స్టిట్యూట్ డి ఫ్రాన్స్' కలిగి ఉంది. అంతకుముందు, నీస్ లో జరిగిన 'భారత్ ఇన్స్టిట్యూట్' కార్యక్రమాన్ని మోదీ, మేక్రాన్ సంయుక్తంగా ప్రారంభించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ప్రధాని మోదీ మాట్లాడుతూ.. భారత్ లో సంస్కరణల వేగం తగ్గబోదని స్పష్టం చేశారు. దేశంలోని స్టార్ట్ అప్ వ్యవస్థ మరింత విస్తరణకు సిద్ధంగా ఉందన్నారు. గత 11-12 ఏళ్లలో బలమైన ఆవిష్కరణల వ్యవస్థను నిర్మించుకున్నామని, ప్రపంచంలోనే మూడో అతిపెద్ద స్టార్ట్ అప్ వ్యవస్థగా భారత్ అవతరించినది గుర్తు చేశారు. ప్రపంచ సవాళ్లకు సాంకేతిక పరిష్కారాలు అభివృద్ధి చేసేందుకు తమతో కలిసి పనిచేయాలని ప్రపంచ ఆవిష్కరణలను ఆయన ఆహ్వానించారు. ఈ కార్యక్రమానికి ప్రధాని మోదీ హాజరుకావడం ఫ్రాన్స్ కు ఎంతో గౌరవకారణమని అధ్యక్షుడు మేక్రాన్ అన్నారు. భారత నేతగా 12 ఏళ్లు పూర్తి చేసుకున్నందుకు మోదీని అభినందించారు. ఇరు దేశాల మధ్య సంబంధాలను బలోపేతం చేయడంలో మోదీ పాత్రను ఆయన ప్రశంసించారు. అధ్యక్షుడు మేక్రాన్ ఆహ్వానం మేరకు ప్రధాని మోదీ శనివారం ఫ్రాన్స్ చేరుకున్నారు. ఈ పర్యటనలో భాగంగా ఇరు నేతలు ద్వైపాక్షిక సంబంధాలపై సమీక్ష జరపనున్నారు. ఈ కార్యక్రమానికి ముందు మోదీ పలువురు ఇన్వెస్టర్లు, వెంచర్ క్యాపిటల్ అధిపతులతో కూడా సమావేశమయ్యారు.



సింగరేణి కార్మికుల ఆత్మగౌరవాన్ని దెబ్బతీసేలా మాట్లాడుతున్నారు: భట్టి విక్రమార్క

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

అగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. సింగరేణిపై చేస్తున్న ఆరోపణలతో తన మనసు కలిచి వేసిందని.. అందుకే అధికారులతో కలిసి ఓపెన్ హౌస్ కార్యక్రమం ఏర్పాటు చేశామని వివరించారు. మీ రాజకీయాల కోసం, స్వార్థం కోసం తెలంగాణ భవిష్యత్తు అయిన సింగరేణిని అపహాస్యం చేయొద్దని హితవు పలికారు. బొగ్గును వెలికి తీసిన తర్వాత గ్రేడ్ల వారిగా స్టాక్ పెడతామని వివరించారు. నిల్వలను ఎప్పటికప్పుడు ఆన్ లైన్ లో నమోదు చేస్తామని వివరించారు. బొగ్గు తరలింపు వాహనాలకు జీపీఎస్ సైతం ఉంటుందని స్పష్టం చేశారు. విజిలెన్స్ మానిటరింగ్ కూడా ఉంటుందని చెప్పుకొచ్చారు. కిలో బొగ్గు బయటకు వెళ్లే అవకాశం లేదని తేల్చిచెప్పారు. అసలైన ఓటర్లను తొలగించే కుట్ర జరుగుతోంది: మల్లు భట్టి విక్రమార్క

ఎన్ఐఆర్ ను అడ్డం పెట్టుకొని అసలైన ఓటర్లను తొలగించే కుట్ర జరుగుతోందని మల్లు భట్టి విక్రమార్క ఆరోపించారు. ఓటు లేకపోతే పౌరసత్వానికి ప్రమాదం ఏర్పడే ప్రమాదం ఉందని పేర్కొన్నారు. ఇవాళ మంచీర్యాల నియోజకవర్గ కాంగ్రెస్ బీఎల్ఎల్ సమావేశం

నిర్వహించారు. ఈ సమావేశానికి డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్క ఎమ్మెల్యే ప్రేమ్ సాగర్ రావ్, ఎమ్మెల్యే దండే విరల్ హాజరయ్యారు. ఈ సందర్భంగా భట్టి విక్రమార్క మాట్లాడారు. కాంగ్రెస్ కి మద్దతు తెలిపే వారిని ఏటా టెక్నాలజీతో లిస్టు ఔట్ చేస్తున్నారని.. వారందరిని హోల్ట్ లో పెడుతున్నారని తెలిపారు. బీజేపీ నేతలు చాలా ప్లాన్ గా ఓట్ల తొలగిస్తున్నారని అన్నారు. ఎన్ఐఆర్ ప్రక్రియ ప్రారంభం అయ్యే సమయంలో గ్రామాల్లో విస్తృతంగా ప్రచారం చేయాలని.. కానీ అలా ఎందుకు చేయలేదని ప్రశ్నించారు. ఓటర్ల మ్యాపింగ్ కాలేదని 80 వేల మందిని అన్ మ్యాపింగ్ చేశారని భట్టి విక్రమార్క పేర్కొన్నారు.

సింగరేణిపై కొంతమంది అబద్ధాలు ప్రచారం చేస్తున్నారు: మంత్రి శ్రీధర్ బాబు

నిరంతరం సింగరేణిపై కొంతమంది అబద్ధాలు ప్రచారం చేస్తున్నారని మంత్రి శ్రీధర్ బాబు ఆగ్రహించారు. పదే పదే అసత్యాలతో నాటి తప్పులను కప్పి పుచ్చుకోలేరని అన్నారు. సింగరేణిని కాపాడేది కేవలం కాంగ్రెస్ మాత్రమేనని మంత్రి శ్రీధర్ బాబు స్పష్టం చేశారు..

పడవ ప్రమాదంపై చంద్రబాబు దిగ్భ్రాంతి... రూ.5 లక్షల ఎక్స్ గ్రెషియా ప్రకటన

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

విచారణకు సీఎం చంద్రబాబు ఆదేశం

పల్నాడు జిల్లా కోనూరు సమీపంలో కృష్ణా నదిలో పడవ బోల్తా పడి నలుగురు మృతి చెందిన ఘటనపై ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు తీవ్ర దిగ్భ్రాంతి వ్యక్తం చేశారు. ప్రస్తుతం సింగపూర్ పర్యటనలో ఉన్న ఆయన, ఈ దుర్ఘటన గురించి తెలిసిన వెంటనే జిల్లా కలెక్టర్, ఇతర ఉన్నతాధికారులతో ఫోన్ లో సమీక్ష నిర్వహించారు. మృతుల కుటుంబాలకు తక్షణ సహాయంగా రూ. 5 లక్షల చొప్పున ఎక్స్ గ్రెషియా ప్రకటించారు. ఈ ప్రమాదంపై రెవెన్యూ, పోలీస్, ఇరిగేషన్ అధికారులతో కూడిన బృందంతో పూర్తి స్థాయి విచారణ

జరిపించాలని సీఎం ఆదేశించారు. సహాయక చర్యలు, తదుపరి కార్యక్రమాలను పర్యవేక్షించే బాధ్యతను వివత్తు నిర్వహణ సంస్థ డైరెక్టర్ ప్రఖర్ జైన్, సమాచార శాఖ డైరెక్టర్ విశ్వనాథ్, జిల్లా కలెక్టర్ కు అప్పగించారు. పడవలో ప్రయాణిస్తున్న మిగతా ఆరుగురు సురక్షితంగా ఉన్నారని అధికారులు ముఖ్యమంత్రికి తెలిపారు. ప్రమాదానికి గల కారణాలను గుర్తించి, భవిష్యత్తులో ఇలాంటి ఘటనలు పునరావృతం కాకుండా కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలని చంద్రబాబు అధికారులకు స్పష్టం చేశారు. బాధితుల కుటుంబాలకు ప్రభుత్వం అన్ని విధాలా అండగా ఉంటుందని ఆయన హామీ ఇచ్చారు.

గ్రావిటీ జూనియర్ కాలేజికి డేవీఈడి అండా..?

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

సంబంధించిన క్యాంపసుల విషయంలో ఆ తనిఖీలు ఎంతవరకు జరిగాయనే సందేహాలు వ్యక్తమవుతున్నాయి. అనుమతుల ప్రక్రియలో కఠినంగా వ్యవహరించాల్సిన అధికారులు ఇప్పుడు ఎందుకు మౌనం పాటిస్తున్నారన్న ప్రశ్న తల్లిదండ్రుల నుంచి వినిపిస్తోంది.

సెట్ బ్యాకెలు లేని భవనాలు.. ప్రమాదాలకు ఆహ్వానం..?

విద్యార్థుల భద్రతకు అత్యంత ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలని విద్యాసంస్థల్లోనే కనీసం భద్రతా ప్రమాణాలు లేకపోవడం ఆందోళన కలిగిస్తోంది. కొన్ని క్యాంపసులు ఇరుకైన భవనాల్లో నడుస్తున్నాయని, అత్యవసర పరిస్థితుల్లో విద్యార్థులు బయటకు వచ్చే అవకాశాలు కూడా పరిమితంగా ఉన్నాయని స్థానికులు చెబుతున్నారు. అగ్నిప్రమాదం వంటి ప్రమాదకర ఘటనలు సంభవిస్తే పరిస్థితి ఏంటన్నది పెద్ద ప్రశ్నగా మారింది.

సామర్థ్యానికి మించి లడ్డిషన్లు..!

వందల మందికి సరిపడే భవనాల్లో వేలాది మంది విద్యార్థులను చేర్చుకుంటున్నారనే విమర్శలు ఉన్నాయి. అదే భవనాల్లో హాస్టల్ సౌకర్యాలు కల్పించడం ద్వారా విద్యార్థులను ఇబ్బందికర పరిస్థితుల్లో ఉంచుతున్నారనే ఆరోపణలు వినిపిస్తున్నాయి. విద్యార్థుల ఆరోగ్యం, మానసిక ఒత్తిడి, భద్రత వంటి అంశాలు పూర్తిగా నిర్లక్ష్యానికి గురవుతున్నాయనే అభిప్రాయాలు వ్యక్తమవుతున్నాయి.

టాప్ ర్యాంకుల హామీలు.. ఫలితాలు షాక్..?

జేఈఈ, నీట్, ఐఐటీ కోచింగ్ పేరుతో భారీ ఎత్తున ప్రచారం నిర్వహిస్తున్న గ్రావిటీ యాజమాన్యం, టాప్ ర్యాంకుల హామీలతో విద్యార్థులను ఆకర్షిస్తున్నట్లు తెలుస్తోంది. అయితే ప్రచారంలో

చూపించే విజయాలు, వాస్తవ ఫలితాల మధ్య వ్యత్యాసం ఉందనే విమర్శలు కూడా ఉన్నాయి. "అరచేతిలో వైకుంఠం చూపించి, లోపల నరకం చూపిస్తున్నారా?" అనే ప్రశ్నలు తల్లిదండ్రుల నుంచి వినిపిస్తున్నాయి.

లక్షల ఫీజులు.. విద్య మాత్రం ప్రశ్నార్థకం..!

నీట్, ఐఐటీ, ఎంసెట్ కోచింగ్ పేరుతో లక్షల రూపాయల ఫీజులు వసూలు చేస్తున్నారని ఆరోపణలు ఉన్నాయి. మధ్యతరగతి కుటుంబాలు అప్పులు చేసి పిల్లలను చేర్చుస్తుంటే, వారికి అందుతున్న విద్యా ప్రమాణాలపై సందేహాలు వ్యక్తమవుతున్నాయి. విద్యాసంస్థలు జ్ఞానాన్ని పంచే కేంద్రాలుగా కాకుండా, లాభాపేక్షతో నడిచే వ్యాపార కేంద్రాలుగా మారుతున్నాయనే విమర్శలు బలపడుతున్నాయి.

అధికారుల మౌనం వెనుక ఏముంది..?

గ్రావిటీ జూనియర్ కాలేజీపై వరుసగా ఆరోపణలు వస్తున్నప్పటికీ, ఇంటర్ బోర్డు అధికారులు, జిల్లా విద్యాశాఖ అధికారులు ఇప్పటివరకు స్పష్టమైన చర్యలు తీసుకోకపోవడం అనేక అనుమానాలకు తావిస్తోంది. నిబంధనలు ఉల్లంఘించిన వారిపై చర్యలు తీసుకుంటారా? లేక ఆరోపణలన్నీ గాలిలో కలిసిపోతాయా? అన్నది ఇప్పుడు ఆసక్తికరంగా మారింది. విద్యార్థుల భవిష్యత్తుతో చెలాగటం ఆదే వారెవరైనా చట్టం ముందు సమాధానం చెప్పాలి. గ్రావిటీ జూనియర్ కాలేజీ వ్యవహారంపై సమగ్ర విచారణ జరిపి వాస్తవాలు వెలుగులోకి తీసుకురావాలని విద్యార్థులు, తల్లిదండ్రులు, ప్రజాసంఘాలు డిమాండ్ చేస్తున్నాయి. అధికారులు స్పందిస్తారా..? లేక మౌనమే సమాధానమా..? అన్నది వేచి చూడాల్సిందే.

సైబర్ పంజా...కల్యాణ మండపాలు, క్యాటరింగ్ ఏజెన్సీలే లక్ష్యం

భారీ స్టాయిలో ఎగ్జిజిషన్లు ఉన్నాయని ఎర అడ్వాన్స్ పంపిణీకర్తలు కమిషన్ కోసం బేరాలు ఫోన్ పే డ్యారా నగదు వేయించుకుని పలువురికి కుచ్చుటోపి... ఎమ్మెల్యేల పీఠల పేర్లు ఉపయోగించుకొని మోసం గత మూడు రోజులుగా జిల్లాలో సాగుతున్న సైబర్ దండా వెలుగులోకి.. నాకు జైలు కొత్త కాదు... ఏం చేస్తారో చేసుకోండి అంటూ సవాల్ మన దునియా, గుడివాడ:జాన్ 14



గుడివాడ: సైబర్ నేరగాళ్లు పందామార్చారు. కల్యాణమండపాలు, క్యాటరింగ్ ఏజెన్సీలే లక్ష్యంగా మోసాలకు పథక రచన చేశారు. భారీ స్టాయిలో ఫక్షన్లు ఉన్నాయని, కల్యాణ మండపం అద్దెకు కావాలని, క్యాటరింగ్ కాంట్రాక్టు ఇప్పిస్తామని, అడ్వాన్స్ నగదు చెల్లిస్తున్నాం అంటూ వారి వద్ద నుంచి కమిషన్ రూపంలో భారీగా నగదు కొట్టేశారు. గత మూడు రోజులుగా సాగుతున్న ఈ దండా శనివారం వెలుగులోకి వచ్చింది. వివరాలికి వెళితే... స్థానిక సత్యనారాయణపురంలోని ఐ.ఎం.ఎ.హాల్లో బెనారస్ చీరల భారీ ఎగ్జిబిషన్ ఏర్పాటు చేయడానికి అనువుగా ఉంటుందంటూ గుడివాడ ఎమ్మెల్యే పీఠ శశి చెప్పినట్లు హాల్ మేనేజరు శరత్కుమార్ అనే వ్యక్తి 9398053148 నంబర్ నుంచి ఫోన్ చేశాడు. అతని వద్ద పట్టణంలోని ఇద్దరు ప్రముఖ క్యాటరింగ్ ఏజెన్సీల వివరాలను సేకరించాడు. వారిని ఫోన్లో సంప్రదించాడు. తొలుత రోజుకు 500 మందికి భోజనాలు (వెజ్, నాన్వెజ్), స్పాక్స్ ఏర్పాటు చేయాలని, ఎంతమొత్తం అవుతుందంటూ ఆరా తీశాడు. వారితో సంప్రదించే సమయంలో కల్యాణ మండపం మేనేజర్, పీఠ శశి పేర్లను వాడుకున్నాడు. అడ్వాన్స్ చెల్లిస్తానంటూ సమ్మతంగా మాట్లాడి వారిని బట్టలో వేసుకున్నాడు. వారి ఫోన్ నెంబర్లు తీసుకుని తొలుత వారికి రూ.1 పంపించాడు. దీంతో పాటు రూ.1.50 లక్షలు నగదును చేతిలో పట్టుకున్న ఫోటోను వారికి వాట్సాప్ కు పంపించాడు. ఆ తర్వాత తిరిగి వారికి ఫోన్ చేసి జీఎస్టీ సమస్య అడ్డంగా వస్తోందంటూ మాటల్లో పెట్టి, తాను కాంట్రాక్టును ఇప్పిస్తానని, తనకు రావలసిన కమిషన్ ను వెంటనే పంపాలని, అడ్వాన్స్ నగదును వెంటనే మీ భాతాలోకి జమచేస్తానని నమ్మించాడు. దీంతో వారు విడతల వారిగా నగదును సైబర్ నేరగాడు నుండి ఫోన్ నెంబర్లకు బదిలీ చేశారు. లక్షలాది రూపాయలు వేరు వేరు భాతాలోకి జమ అయ్యాయి. తప్పించుకున్న ఇద్దరు క్యాటరింగ్ నిర్వాహకులు గుడ్లవల్లెరుకు చెందిన క్యాటరింగ్ నిర్వాహకుడికి ఫోన్ చేసి యథావిధిగా కథను చెప్పి నమ్మబలికి వేయించుకుని విశ్వసనీయతను చేశాడు. తనకు కమిషన్ నగదు చెల్లిస్తే రూ.1.50లక్షలు అడ్వాన్స్ నగదును పంపిస్తానంటూ, డబ్బుల కట్టల ఫోటోను పంపించాడు. రెండో శనివారం బ్యాంకులకు శెలవు కావడంతో ఆయనకు అనుమానం వచ్చి నగదు చెల్లించేందుకు నిరాకరించాడు. దీంతో సైబర్ నేరం బారిన పడకుండా తప్పించుకు న్నాడు. కైకలూరులో ఎగ్జిబిషన్ ఏర్పాటు చేయాలంటూ సీఎన్ఆర్ గార్డిన్స్ అనువుగా ఉంటుందంటూ కైకలూరు ఎమ్మెల్యే పీఠ ధనుంజయ్ తమకు చెప్పినట్లు నమ్మించి కల్యాణ మండపం మేనేజరుకు ఫోన్ చేశాడు. కైకలూరులో క్యాటరింగ్ ఎవరు బాగా చేస్తారంటూ ఆరా తీశాడు. కైకలూరులోని ఓ క్యాటరింగ్ నిర్వాహకుడిని సంప్రదించి యథావిధిగా కథను

చెప్పి నమ్మించే ప్రయత్నం చేశాడు. దీంతో జాక్వాట్ తగిలించుకుంటూ సదరు క్యాటరింగ్ నిర్వాహకుడు వెంటనే తన సమీప బంధువు, గుడ్లవల్లెరుకు చెందిన క్యాటరింగ్ నిర్వాహకుడికి ఫోన్ చేసి భోజనం ప్లేటుకు ఎంత తీసుకోవాలో అని సంప్రదించాడు దీంతో విషయం అర్థం చేసుకున్న సదరు క్యాటరింగ్ నిర్వాహకుడు నాకు కూడా ఇటువంటి ఫోన్ కాల్ వచ్చిందని, ఇదంతా మోసం అంటూ వివరించాడు. దీంతో కైకలూరు క్యాటరింగ్ నిర్వాహకుడు కాంట్రాక్టు ఇప్పిస్తానని నమ్మించిన వ్యక్తికి ఫోన్ చేసి నేరుగా కలుస్తానని చెప్పాడు. తాను గుడివాడలో ఉన్నట్లు సైబర్ నేరగాడు శరత్కుమార్ చెప్పడంతో తాను కూడా గుడివాడలో ఉన్నానని, నేరుగా కలిసేందుకు వస్తున్నానంటూ ఫోన్లో తెలిపాడు. దీంతో శరత్ కుమార్ ఫోన్ చేయడం, లిఫ్ట్ చేయడం మానేశాడు. కాగా, సైబర్ మోస గాడి వలో చిక్కి ఎంతమంది నగదు పోగొట్టుకు న్నారో తెలియాల్సి ఉంది.

నాకు జైలు కొత్త కాదంటూ బెదిరింపులు...

విషయం తెలుసుకున్న శశి.. ఆ వ్యక్తికి కాల్ చేసి ఇదేంటని ప్రశ్నించారు. వెంటనే రూ.25 వేలు పంపితే మీ నియోజకవర్గంలో ఈ ఫోన్ కాల్స్ ఆగు తాయి, లేదంటే చేతనైంది చేసుకో.. నాకు జైలు కొత్త కాదు అని ఆ ఆగంతుకుడు దురుసుగా సమా దానం చెప్పాడు. దీంతో ఈ వ్యవహారంపై గుడివాడ ఎమ్మెల్యే కార్యాలయ నిర్వాహకులు సామాజిక మాధ్యమాల్లో పోస్టులు పెట్టి ప్రజలను, వ్యాపారులను అప్రమత్తం చేశారు.

ప్రజావేదిక నుంచి ఫోన్ కాల్స్ రావుఎమ్మెల్యే వెనిగండ్ల

తమ ప్రజావేదిక కార్యాలయ సిబ్బంది పేర్లను ఉపయోగించి కొందరు సైబర్ నేరగాళ్లు ప్రజలను మోసం చేస్తున్నట్లు తన దృష్టికి వచ్చిందని ఎమ్మెల్యే వెనిగండ్ల రామ తెలిపారు. ప్రజావేదిక నుంచి ఎవరికి ఎటువంటి కాల్స్ రావని స్పష్టం చేశారు. కాంట్రాక్టు, బిల్లులు అంటూ ఎవరైన కాల్స్ చేస్తే వెంటనే సంబంధిత పోలీస్ స్టేషన్లో లేదా సైబర్ క్రిమి హెల్ప్ లైన్ నెంబరు 1930ను సంప్రదించాలని, ప్రజావేదిక కార్యాలయం దృష్టికి తీసుకురావాలని కోరారు.

త్వరలో ఆర్టీసీలో వెల్ఫేర్ కమిటీల రద్దు

ఆర్టీసీలో సంక్షేమ వెల్ఫేర్ కమిటీలు త్వరలో రద్దు కానున్నాయి. 2019 సమ్మె తర్వాత అప్పటి ప్రభుత్వం యూనియన్లను రద్దు చేసి ప్రతి డిపోలో ఇద్దరు, ముగ్గురు ... ప్రతి డిపోలో ఇద్దరు, ముగ్గురు ...

త్వరలో ఆర్టీసీలో వెల్ఫేర్ కమిటీల రద్దు

మన దునియా, హైదరాబాద్:జాన్ 14

ఆర్టీసీలో సంక్షేమ వెల్ఫేర్ కమిటీలు త్వరలో రద్దు కానున్నాయి. 2019 సమ్మె తర్వాత అప్పటి ప్రభుత్వం యూనియన్లను రద్దు చేసి ప్రతి డిపోలో ఇద్దరు, ముగ్గురు అధికారులతో కమిటీలను ఏర్పాటు చేసింది. ప్రతి నెలా ఈ కమిటీలు సమావేశమై కార్మికుల సమస్యలను అడిగి తెలుసుకుని తమ పరిధిలో ఉన్న వాటిని అక్కడికక్కడే పరిష్కరించడం, మిగతా వాటిని ఉన్నతాధికారులు, యాజమాన్యం దృష్టికి తీసుకెళ్లడం వాటి బాధ్యతలు. అయితే కొంత కాలంగా ఈ కమిటీలు సమావేశం కావడం లేదు. పైగా ఈ కమిటీలు కార్మికుల సమస్యలను పట్టించుకోవడం లేదని, యాజమాన్యానికి

అనుకూలంగా వ్యవహరిస్తున్నాయని కార్మికుల నుంచి విమర్శలున్నాయి. కాంగ్రెస్ పార్టీ ఎన్నికల హామీలో ఆర్టీసీలో వెల్ఫేర్ కమిటీలను రద్దు చేసి యూనియన్లను పునరుద్ధరిస్తామని ప్రకటించింది. యూనియన్ల ఎన్నికలకు ఇప్పటికే రిటర్నింగ్ అధికారి నియామకం జరిగిన నేపథ్యంలో ఇప్పుడు వెల్ఫేర్ కమిటీలతో పని లేకుండా పోయింది. ఈ నేపథ్యంలో ఈ కమిటీల రద్దుకు సంబంధించి ఆర్టీసీ యాజమాన్యం నుంచి త్వరలోనే అధికారిక ఉత్తర్వులు వెలువడనున్నాయి..



రోటవేటర్లో పడి రైతు దుర్మరణం

సంగం మన దునియా 14

సంగం మండలం గవచర్ల గ్రామ శివారులోని ఉన్నత పాఠశాల సమీపంలో ఆదివారం విషాదం చోటుచేసుకుంది. వ్యవసాయ భూమిని ట్రాక్టర్లో దున్నుతుండగా రైతు అల్లం అనిల్ ప్రమాదవశాత్తు రోటవేటర్లో పడిపోయాడు.



తీవ్ర గాయాలవడంతో ఆయన అక్కడికక్కడే మృతి చెందాడు. సమాచారం అందుకున్న పోలీసులు సంఘటనా స్థలానికి చేరుకుని వివరాలు సేకరించారు. మృతదేహాన్ని పోస్టుమార్టం నిమిత్తం ఆసుపత్రికి తరలించి, కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేస్తున్నారు.

అమ్మాయితో ప్రేమ.. ఆంటితో సహజీవనం.. చివరికి!!!

మన దునియా, పాలకొండ:జాన్ 14

మన్యం జిల్లా పాలకొండలో మాజీ వాలంటీర్ బిడ్డిక ఉషారాణి (32) హత్య కేసులో నిందితుడు భువనేశ్వర్ను మరో ఇద్దరిని పోలీసులు అరెస్ట్ చేశారు. ఉషారాణిని ప్రేమిస్తూనే, ఇద్దరు పిల్లలను స్టాఫ్ నర్సు కృపారాణితో వివాహిత సంబంధం పెట్టుకున్నాడు. విషయం తెలిసి పెళ్లి చేసుకోవాలని ఉషారాణి ఒత్తిడి చేయడంతో.. కృపారాణి, తేజేశ్వరరావులతో కలిసి ఉషారాణికి నిద్రమాత్రలు కలిపిన కూల్చింక ఇచ్చి, ఆమెను ఊపిరి ఆడకుండా చేసి చంపేశారు. చేతులను కట్టిన ఆనంతరం మృతదేహాన్ని చెరువులో వదేశారు.



కోడిపుంజు -- కోడిపెట్ట వ్యవహారం.. పోలీస్ స్టేషన్కు చేరిన పంచాయితీ

మన దునియా, అయినపల్లి:జాన్ 14

కోడిపుంజు, కోడిపెట్టకు సంబంధించిన చిన్న వివాదం పోలీస్ స్టేషన్ వరకు చేరిన ఘటన తూర్పుగోదావరి జిల్లా అయినపల్లి మండలం వెలువలపల్లి గ్రామంలో చోటుచేసుకుంది. గ్రామానికి చెందిన ఇద్దరు వ్యక్తులు వేర్వేరు సామాజిక వర్గాలకు చెందిన వారు. వారిలో ఒకరి వద్ద కోడిపుంజు ఉండగా, మరొకరి వద్ద కోడిపెట్ట ఉంది. రెండు రోజుల క్రితం కోడిపుంజు సహజసిద్ధంగా కోడిపెట్ట వద్దకు వెళ్లిందని, ఆ సమయంలో కోడిపెట్ట యజమాని పుంజును కాలు మీద కొట్టడం పుంజు యజమాని ఆరోపించారు. ఈ విషయంపై పుంజు యజమాని ప్రశ్నించగా, తమను అకారణంగా దూషించారని కోడిపెట్ట యజమాని ఆరోపిస్తూ అయినపల్లి పోలీస్ స్టేషన్లో ఫిర్యాదు చేశారు. దీంతో ఇరు వర్గాల మధ్య వాగ్వాదం చోటుచేసుకుంది. ఫిర్యాదు అందుకున్న పోలీసులు ఘటనపై విచారణ చేపట్టినట్లు ఎన్ఐ జ్యోతి తెలిపారు. గ్రామంలో చిన్న విషయంగా ప్రారంభమైన ఈ వివాదం పోలీస్ స్టేషన్ వరకు చేరడం స్థానికంగా చర్చనీయాంశమైంది.



ఎన్.హెచ్.ఎం సమస్యలు పరిష్కారించాలంటూ మంత్రి వివేక్ వెంకటస్వామి కి వినతి పత్రం అందజేత

మన దునియా, జాన్ 14, మంచెర్లాల

గత రెండు దశాబ్దాల నుండి వైద్య రంగంలో సేవలు అందిస్తున్న తమ న్యాయమైన డిమాండ్లు, సమస్యలను పరిష్కారించాలని కోరుతూ జాతీయ ఆరోగ్య మిషన్ ఎన్.హెచ్.ఎం



ఉద్యోగులు తెలంగాణ రాష్ట్ర కార్మిక, ఉపాధి, శిక్షణ, ఫ్యాక్టరీల శాఖ మంత్రి డాక్టర్ గడ్డం వివేక్ వెంకటస్వామికి వినతిపత్రం అందజేశారు. ఆదివారం మంచెర్లాల జిల్లా మండలంలో పర్యటనకు వచ్చిన వివేక్ ను జాతీయ ఆరోగ్యమిషన్ ఉద్యోగులు, జీవీసీ నాయకులు కలిశారు. ఈ సందర్భంగా తాము ఎదుర్కొంటున్న సమస్యలను ఆయన దృష్టికి తీసుకెళ్లారు. రాష్ట్రవ్యాప్తంగా జాతీయ ఆరోగ్యమిషన్ పరిధిలోని 78 కేంద్రాల్లో సుమారు 17వేల మంది 20 ఏళ్లుగా కాంట్రాక్ట్, అవుట్సోర్సింగ్ ఉద్యోగులుగా కొనసాగుతున్నామని చెప్పారు. ఉద్యోగ భద్రత, క్రమబద్ధీకరణ, సమాన పనికి సమాన వేతనం, పెండింగ్ వేతనాలు, సర్వీస్ బెనిఫిట్స్ తదితర డిమాండ్లు, సమస్యలు పరిష్కారానికి నోచుకోవడంలేదని ఉద్యోగులు పేర్కొన్నారు. ప్రభుత్వం వెంటనే తమ సమస్యలను తీర్చాలని కోరారు. ఇందుకు స్పందించిన మంత్రి ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి దృష్టికి తీసుకెళ్లి తమ సమస్యలను పరిష్కరిస్తానని వారికి హామీ ఇచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎచ్ఎంఎస్, జీవీసీ ఉద్యోగుల సంఘం రాష్ట్ర, జిల్లా, మండల నాయకులు, పాల్గొన్నారు.

మునీర్ స్మార్టి తో సింగరేణిని పరిరక్షిస్తాం

కార్మికుల సంక్షేమానికి ప్రథమ ప్రాధాన్యం
కార్మిక శాఖా మంత్రి వివేక్ వెంకటస్వామి

మన దునియా, జూన్ 14, మంచినాటి

సింగరేణి సంస్థను పరిరక్షించే బాధ్యతను తాను, తమ ప్రభుత్వం తీసుకుంటుందని కార్మిక, గనుల శాఖా మంత్రి గడ్డం వివేక్ వెంకట స్వామి హామీ ఇచ్చారు. ఆదివారం మండమర్రిలో సీనియర్ జర్నలిస్ట్ మునీర్ పై రాసిన మునీర్ భాయ్ పుస్తకావిష్కరణ సభలో ఆయన ముఖ్య అతిథిగా హాజరై ప్రసంగించారు. గతంలో సింగరేణి సంస్థ సీక్ ఇండస్ట్రీగా మారి బి.ఎఫ్.ఆర్. పరిధిలోకి పోయినప్పుడు తన తండ్రి అయిన కాకా వెంకటస్వామి సింగరేణి కాపాడినాడన్నారు. ఆ కాలంలో మునీర్ తన వార్తల ద్వారా సంస్థ పరిరక్షణకు మార్గ నిర్దేశనం చేసినాడన్నారు. మునీర్ స్మార్టితోనే సింగరేణి పరిరక్షణకు అందరూ కలిసి కృషి చేయాలని పిలుపునిచ్చారు. తెలంగాణ ఉద్యమంలో మునీర్ కృషి ఎంతగానో ఉందన్నారు. ఎంత నికృచ్చిగా వార్తలు రాసేవాడో అంటే నిఖార్సూ మనుషుల పట్ల ప్రేమాభిమానాలతో ఉండేవాడన్నారు. మునీర్ పేరిట ప్రెస్ భవన్, ఆయన విగ్రహ ప్రతిష్ఠాపన కోసం స్థలం కై సింగరేణి తో మాట్లాడుతానన్నారు. మునీర్ కుటుంబంతో తమకున్న అనుభవాన్ని ఆయన నెమరువేసుకున్నాడు. మానవ హక్కుల పట్ల, కార్మిక పోరాటాల పట్ల అతని నిబద్ధత వెలకట్టలేనిదన్నారు. అతని కుటుంబానికి పెన్షన్ ఇప్పించేందుకు కృషి చేస్తానన్నారు. పవన్, మునీర్ జీవిత చరిత్ర చదువు, తెలంగాణ తత్వం బోధపడుతుంది. - ఎమ్మెల్యే ప్రొఫెసర్ కోదండ రామ్ తెలంగాణలో ఇల్లు కట్టుకుని ఉంటూ తెలంగాణలోనే ప్రెస్ మీట్ పెట్టి “సన్ను తెలంగాణకు రానివ్వరా, మీ జాగీరా” అని ఆంధ్రప్రదేశ్ డిప్యూటీ సీ.ఎం. పవన్ కళ్యాణ మాట్లాడటం హాస్యాస్పదమని ప్రొఫెసర్ కోదండరాం అన్నారు. మునీర్ పుస్తకావిష్కరణ సభలో మాట్లాడుతూ పవన్ కు తెలంగాణ తత్వం బోధపడలేదన్నారు. మునీర్ పై రాసిన ఈ పుస్తకం చదివితే అర్థమవుతుందని ప్రకాశకులు ఒక పుస్తకాన్ని ఆయనకు పోస్ట్ చేయాలని సూచించారు. మునీర్ సమాజ ఉన్నతి కోసం జీవితాంతం కృషి చేశాడన్నారు. విద్యార్థికార్మిక నాయకుడిగా, జర్నలిస్ట్ గా, తెలంగాణ ఉద్యమకారునిగా ఆయన ప్రస్థానం ఈ సమాజం పై చెరగని ముద్ర వేసిందన్నారు. సింగరేణి కార్మికోద్యమాలలో అతను చురుకైన పాత్ర పోషించాడన్నారు. ఆయన జీవిత చరిత్రను అందరూ చదవాలని అన్నారు. ఈ పుస్తకం యాభై సంవత్సరాల కోట్లైట్ ఉద్యమాల చరిత్రను రికార్డ్ చేసిందన్నారు.



భూపాలపల్లి జిల్లా కేంద్రంలోని లాడ్జిలలో సీసీఎస్ పోలీసుల ఆకస్మిక తనిఖీలు



జిల్లా ఎస్పీ సిరిశెట్టి సంతకర్, ఐసీఎస్ ఆదేశాల మేరకు సీసీఎస్ సీబి రమేష్ ఆధ్వర్యంలో సీసీఎస్ పోలీసులు ఆదివారం తెల్లవారుజామున భూపాలపల్లిలోని పలు లాడ్జిలలో ఆకస్మిక తనిఖీలు నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా లాడ్జిలలో నిర్వహిస్తున్న అతిథుల రిజిస్టర్లు, సీసీ కెమెరాల పనితీరు, బస్ చేస్తున్న వ్యక్తుల వివరాలను పరిశీలించారు. లాడ్జిలకు వచ్చే



ప్రతి వ్యక్తి వివరాలు, ఆధార్ కార్డు వివరాలు, రాకపోకల సమయాలను తప్పనిసరిగా రిజిస్టర్లో నమోదు చేయాలని నిర్వాహకులకు సూచించారు. నిబంధనలను పాటించని వక్రంలో సంబంధిత లాడ్జి నిర్వాహకులపై చట్టపరమైన చర్యలు తీసుకుంటామని హెచ్చరించారు. ప్రజా భద్రత, నేరాల నియంత్రణలో భాగంగా ఇటువంటి తనిఖీలు నిరంతరం కొనసాగుతాయని పోలీసులు తెలిపారు.

“న్యాయం చేస్తానని నమ్మించి మోసం?.. సీసీఎస్ ఎస్ఐపై కేసు నమోదు”

పెళ్లి చేసుకుంటానని నమ్మించి నాలుగేళ్లుగా లైంగిక దోపిడీ చేశాడని మహిళ ఆరోపణ.
న్యూడ్ ఫాటోలు, వీడియోలతో బ్లాక్ మయల్ చేసినట్లు ఫిర్యాదు.
హనుమకొండ పీఎస్ లో కేసు నమోదు, దర్యాప్తు ప్రారంభం

మన దునియా, హనుమకొండ: జూన్ 14
వరంగల్ పోలీసు కమిషనరేట్ లో విధులు నిర్వహిస్తున్న ఓ సబ్ ఇన్ స్పెక్టర్ పై నమోదైన కేసు కలకలం రేపుతోంది. హనుమకొండ పోలీస్ స్టేషన్ పరిధిలో ఓ మహిళ ఇచ్చిన ఫిర్యాదు మేరకు ప్రస్తుతం సీసీఎస్ విభాగంలో పనిచేస్తున్న ఎస్ఐ గోదారి రాజ్ కుమార్ పై కేసు నమోదు చేశారు. హనుమకొండ సీబి మచ్చ శివకుమార్ తెలిపిన వివరాల ప్రకారం, బాధిత మహిళ ఫిర్యాదు ఆధారంగా క్రిమ్ నంబర్ 252/2026 కింద బీఎన్ఎస్ సెక్షన్లు 69, 89, 351(2) ప్రకారం కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేపట్టారు. బాధితురాలి ఫిర్యాదు ప్రకారం, ఆమె 2018లో ప్రేమ వివాహం చేసుకుని అనంతరం కుటుంబ కలహాల కారణంగా భర్తతో విభేదాలు ఏర్పడ్డాయి. భర్త వేధింపులు భరించలేక 2022లో హనుమకొండ పోలీస్ స్టేషన్ ను ఆశ్రయించగా, అప్పట్లో ఆకర్షణ విధులు నిర్వహిస్తున్న ఎస్ఐ రాజ్ కుమార్ తనకు న్యాయం చేస్తానని నమ్మించాడని పేర్కొంది. తనకు పరిచయమున్న న్యాయవాదితో మాట్లాడి భర్త నుంచి విడాకులు ఇప్పించాడని, అనంతరం తానే పెళ్లి చేసుకుంటానని నమ్మించి తనతో సన్నిహిత సంబంధం కొనసాగించాడని ఆరోపించింది. ఈ క్రమంలో పలుమార్లు లైంగిక దాడికి పాల్పడటమే కాకుండా, తనను మోసం చేసి లైంగికంగా దోపిడీ చేశాడని ఫిర్యాదులో పేర్కొంది. బాధితురాలు పెళ్లి విషయమై ప్రశ్నించగా నిరాకరించడంతో పాటు, తన వద్ద ఉన్న వ్యక్తిగత ఫోటోలు, వీడియోలను సోషల్ మీడియాలో షేర్ చేస్తానంటూ బెదిరించాడని ఆరోపించింది. అలాగే ఫోన్ నంబర్ను ట్రాక్ చేస్తూ, తన కడలికలపై నిఘా ఉంచి వేధింపులకు



పాల్పడినట్లు తెలిపింది. ఇటీవల కూడా హోటల్ కు తీసుకెళ్లి లైంగిక దాడి చేసి, తనను వదిలిపెట్టాలని వేడుకున్నప్పటికీ బెదిరింపులకు పాల్పడినట్లు బాధితురాలు ఆరోపించింది. ఎస్ఐ వేధింపులు భరించలేక ఉన్నతాధికారులకు ఫిర్యాదు చేయగా, వారి ఆదేశాల మేరకు భర్త సా సెంటర్ లో వాంగ్మూలం నమోదు చేసి హనుమకొండ పోలీస్ స్టేషన్ కు పంపించారు. దీంతో హనుమకొండ పోలీసులు కేసు నమోదు చేసి అన్ని కోణాల్లో దర్యాప్తు చేపట్టారు. ప్రస్తుతం నిందితుడు వరంగల్ పోలీసు కమిషనరేట్ సీసీఎస్ విభాగంలో విధులు నిర్వహిస్తున్నట్లు సమాచారం. కాగా, ఈ ఘటన పోలీసు వర్గాల్లో తీవ్ర చర్చనీయాంశంగా మారింది. అయితే బాధితురాలు చేసిన ఆరోపణలపై దర్యాప్తు కొనసాగుతోందని, విచారణ అనంతరం వాస్తవాలు వెలుగులోకి వస్తాయని పోలీసులు తెలిపారు.

వెల్లుల్లి పరిమితి దాటి తింటే అనారోగ్య సమస్యలు తప్పవు

వెల్లుల్లిని ఆయుర్వేదం ప్రకారం సర్వ రోగ నివారిణిగా పిలుస్తారు. ముఖ్యంగా వెల్లుల్లి లేకుండా ఏ భారతీయ వంటకం ఉండదంటే అతిశయోక్తి కానేకారు. వెల్లుల్లి కేవలం రుచి కోసమే కాకుండా.. ఆరోగ్యపరంగా కూడా చాలా లాభదాయకం. ప్రతి భారతీయుని కిచెన్ లో తప్పకుండా లభించే పదార్థం వెల్లుల్లి, సాధారణంగా వెల్లుల్లిని తాళిపు కోసం లేదా వంటల రుచి కోసం ఉపయోగిస్తుంటారు. అయితే అంతకుమించిన ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు వెల్లుల్లిలో దాగున్నాయి. అందుకే తల్లి చేసే మేలు వెల్లుల్లి కూడా చేయదంటారు. కానీ వెల్లుల్లిని మోతాదుకు మించి తినకూడదంటారు. పరిమితి దాటితే వెల్లుల్లితో అసర్తలే ఎక్కువ. ఆ వివరాలు మీ కోసం.. వెల్లుల్లిని ఆయుర్వేద శాస్త్రంలో ఆరోగ్య ఖజానాగా పిలుస్తారు. ఎందుకంటే వెల్లుల్లిలోని పోషక పదార్థాలు చాలా ఎక్కువ. ఇందులో విటమిన్ బి1, కాల్షియం, కాపర్, పొటాషియం, ఫోస్ఫరస్, ఐరన్ వంటి సూక్ష్మీయంట్లు ఉన్నాయి. అయితే మోతాదు దాటకుండా వెల్లుల్లి మోతాదు దాటి తినడం వల్ల ఛాతిలో మంట సమస్య ఏర్పడుతుంది. దీనికి కారణం వెల్లుల్లిలో ఎసిడిక్ కాంపౌండ్ ఎక్కువగా ఉండటం. ఈ మంట చాలా సందర్భాల్లో భరించలేకూడా ఉంటుంది. వెల్లుల్లితో రక్తపోటు నియంత్రణలో ఉంటుంది. అందుకే లో బీపీ రోగులు వెల్లుల్లి తీసుకోకూడదు. వెల్లుల్లి అతిగా తీసుకుంటే హైపర్ టెన్షన్ సమస్య ఏర్పడవచ్చు. శరీరంలో విపరీతమైన అలసట ఉంటుంది. వెల్లుల్లి స్వభావం వేడి చేసేది కావడంతో వేసవిలో వెల్లుల్లికి దూరంగా ఉండాలి. చలి సంబంధిత సమస్యలున్నప్పుడు వెల్లుల్లి తినడం చాలామందికి అలవాటు. ఆరోగ్యానికి ఎంతమందిదైనా సరే రోజుకు 1-2 రమ్మలకు మించి తినకూడదు. అదే పనిగా వెల్లుల్లి తింటే నోటి దుర్వాసన కూడా వస్తుంది.



వంగపల్లి, గ్రామంలో, గాలి బీభత్సం. పలువురికి ఆస్తి నష్టం



మన దునియా ప్రతినిధి కమలాపూర్
కమలాపూర్ మండలం వంగపల్లి గ్రామంలో శనివారం రాత్రి కురిసిన వర్షంతో కూడిన ఈదురుగాలులు బీభత్సం సృష్టించాయి. భారీ వేగంతో వీచిన గాలులకు పలు ఇళ్ల పైకప్పులు ఎగిరిపోగా, రోడ్ల వెంట ఉన్న చెట్లు నేలకొరిగి రాకపోకలకు అంతరాయం కలిగించాయి. గాలి ప్రభావంతో పోడేటి పోచయ్య, ఎల్లటి సారయ్య, నాకిర్ర చంద్రమల్లు, చిలువేరు ప్రవీణ్ అగ్రకుల నష్టం వాటిల్లింది. ప్రభుత్వం నష్టపరిహారం అందించి ఆదుకోవాలని బాధితులు కోరారు. విషయం తెలుసుకున్న గ్రామ సర్పంచ్ నాకిర్ర రాజు, ఉపసర్పంచ్ చిలువేరు పద్మ శ్రీనివాస్, వార్డు సభ్యులు సంఘటన స్థలాలను పరిశీలించి సహాయక చర్యలు చేపట్టారు. జేసీబీ సహాయంతో



రహదారులపై పడిన చెట్లను తొలగించి రాకపోకలను పునరుద్ధరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో 3వ వార్డు సభ్యుడు ఎల్లటి అనిల్, 12వ వార్డు సభ్యురాలు ఎల్లటి వనిత అశోక్, గ్రామ పాలకవర్గ సభ్యులు, యువకులు, గ్రామస్తులు పాల్గొన్నారు.

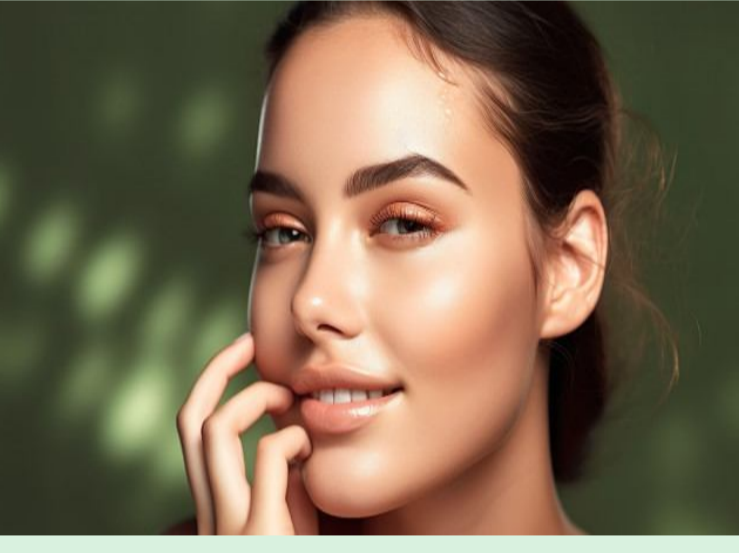
సెలబ్రేట్ల మెరుపు మీ సొంతం.. గ్లోయింగ్ స్కిన్ కోసం కాన్ని చిట్కాలు

సెలబ్రేట్లలా మెరిసిపోయే చర్మ సౌందర్యం పొందాలని చాలామంది మహిళలు కోరుకుంటారు. అయితే అది కేవలం కొందరికే సాధ్యమని అనుకుంటే పొరపాటే. నరైన జాగ్రత్తలు, కాస్త సమయం కేటాయిస్తే ఎవరైనా సరే సహజమైన, ఆరోగ్యకరమైన గ్లోయింగ్ స్కిన్ పొందవచ్చని సౌందర్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. డెర్మాటాలజిస్టులు, మేకప్ ఆర్టిస్టులు మెరిసే చర్మం కోసం పాటించాల్సిన కొన్ని ముఖ్యమైన చిట్కాలను పంచుకున్నారు. ఆరోగ్యకరమైన చర్మం కోసం ఒక్కటే మంత్రం అంటూ ఏదీ లేదని నిపుణులు స్పష్టం చేస్తున్నారు. మంచి ఆహారం, తగినంత నిద్ర, ఒత్తిడిని తగ్గించుకోవడం, సరైన స్కిన్ కేర్ రౌటీన్ పాటించడం వంటివి చాలా అవసరం. ముఖ్యంగా కొన్ని అలవాట్లను దినచర్యలో భాగం చేసుకోవడం ద్వారా చర్మంలో స్పష్టమైన మార్పు చూడవచ్చని వారు వివరిస్తున్నారు.

తేమగా, కాంతివంతంగా మారుస్తుంది. ఆహారం, వ్యాయామం: ఆహారంలో యాంటీఆక్సిడెంట్లు అధికంగా ఉండే కూరగాయలు, పండ్లు చేర్చుకోవాలి. అలాగే, రోజూ చేసే వ్యాయామం రక్త ప్రసరణను మెరుగుపరిచి చర్మానికి సహజమైన నిగారింపును ఇస్తుంది. మధ్యపానానికి దూరంగా ఉండటం వల్ల చర్మం డీహైడ్రేట్ కాకుండా ఉంటుంది. యాక్టివ్ ఇంగ్రిడియెంట్స్: చర్మం నిస్సేజంగా, డల్గా కనిపిస్తే రెటినాల్ (విటమిన్ ఎ) వాడకం మేలు చేస్తుంది. ఇది కొత్త కణాల ఉత్పత్తిని ప్రోత్సహించి చర్మాన్ని తాజాగా మారుస్తుంది. అయితే, దీనిని నిపుణుల సలహా మేరకు తక్కువ మోతాదుతో ప్రారంభించాలి. ఈ చిట్కాలతో పాటు తగినంత నిద్ర, ఒత్తిడిని జయించడం వంటివి పాటిస్తే చర్మం సహజంగానే ఆరోగ్యంగా, కాంతివంతంగా మారుతుందని నిపుణులు భరోసా ఇస్తున్నారు.

నిపుణులు సూచిస్తున్న కొన్ని ముఖ్యమైన చిట్కాలు:

ఎస్పీఎఫ్ తప్పనిసరి: చర్మానికి 90% నష్టం సూర్యరశ్మి వల్లే కలుగుతుంది. అందుకే వాతావరణంతో సంబంధం లేకుండా ప్రతిరోజూ బ్రాడ్ స్పెక్ట్రమ్ ఎస్పీఎఫ్ (సూఫీ) 50 ఉన్న సన్ స్క్రీమ్ వాడటం తప్పనిసరి. ఇంట్లో ఉన్నప్పుడు కూడా కిటికీల నుంచి వచ్చే యూవీబి కిరణాల నుంచి ఇది రక్షణ కల్పిస్తుంది. అసలు ఎస్పీఎఫ్ (సూఫీ) అంటే సన్ ప్రొటెక్షన్ ఫ్యాక్టర్. ఇది సూర్యుడి నుంచి వెలువడే హానికరమైన యూవీబీ కిరణాల నుంచి మన చర్మానికి ఎంత రక్షణ లభిస్తుందో సూచిస్తుంది. ఉదాహరణకు, ఎస్పీఎఫ్ 50 రాసుకుంటే, సాధారణం కంటే 50 రెట్లు ఎక్కువ సమయం చర్మం సురక్షితంగా ఉంటుందని అర్థం. తేమ (మాయిశ్చర్) కీలకం: చర్మం పొడిబారింట్లు అనిపిస్తే, హైల్యూరోనిక్ యాసిడ్ ఉన్న సీరమ్ లేదా మాయిశ్చరైజర్ వాడాలి. ఇది నీటిని ఆకర్షించి చర్మాన్ని లోపలి నుంచి



ఉల్లి ఆకులలో ఆరోగ్య రహస్యం..!

ఉల్లి ఆకులను క్రమంగా తీసుకోవటం వల్ల చర్మాన్ని బాక్టీరియల్ ఇన్ఫెక్షన్ నుండి కాపాడుతాయి. జిడ్డు సమస్య కూడా తగ్గుతుంది. సెబమ్ స్థాయిలను సమతుల్యం చేయడంలో సహాయపడుతుంది. అధిక యూరిక్ యాసిడ్ ఇటీవలి కాలంలో ఒక సాధారణ పరిస్థితి. కొన్నిసార్లు అది పెరిగితే ఇంటి నివారణలు లేదా చికిత్స అవసరం కావచ్చు. ఆకు కూరలు ఆరోగ్యానికి చాలా మేలు చేస్తాయి. ఈ విషయం మనందరికీ తెలిసిందే. అలాంటి ఆకు కూరల్లో ఉల్లి ఆకు కూడా ఒకటి. అవును ఉల్లిపాయలే కాదు ఉల్లి ఆకులను కూడా ఆహారంగా తీసుకోవచ్చు. వీటితో అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు పొందుతారని పోషకాహార నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. ఉల్లి ఆకుల్లో ఫిసోలిక్ ఆమ్లాలు, ఫ్లేవనాయిడ్లు, సల్ఫర్ వంటి సమృద్ధిగా ఉన్నాయి. ఇవి మీ చర్మాన్ని శ్రీ రాడికల్స్ వల్ల కలిగిన నష్టం నుంచి కాపాడతాయని స్పష్టం చేశారు. ఉల్లి ఆకుల్లో విటమిన్లు ఎక్కువగా ఉంటాయి. ఇవి కొల్లాజెన్ ఉత్పత్తిని ప్రోత్సహిస్తాయి. వీటిలోని పోషకాలు మరింత

యవ్వనంగా కనిపించడానికి దోహదం చేస్తాయి. ఉల్లి ఆకులకు యాంటీ ఇన్ఫ్లేమేటరీ లక్షణాలు ఉంటాయి. వీటిలోని సల్ఫర్ సమృద్ధిగా చర్మానికి ఉపశమనం కలిగించటం లేదా చికాకును తగ్గించడంలో సహాయపడుతాయి. ఉల్లి ఆకులను క్రమంగా తీసుకుంటే మొటిమలు, తామర, సోరియాసిస్ వంటి సమస్యలు తగ్గుముఖం పట్టే అవకాశం ఉంటుంది. ఉల్లిపాయలు చర్మంలో తేమను పెంచడంలో సహాయపడతాయి. పొడిబారడాన్ని తగ్గించడానికి తోడ్పడుతాయి. ఉల్లి ఆకులను క్రమంగా తీసుకోవటం వల్ల చర్మాన్ని బాక్టీరియల్ ఇన్ఫెక్షన్ నుండి



మీ ఆరోగ్యం మీ చేతుల్లోనే

శరీరంలో యూరిక్ యాసిడ్ స్థాయి పెరిగినప్పుడు అనేక ఆరోగ్య సమస్యలు తలెత్తే ప్రమాదం ఉంటుంది. ఈ సమస్యలు ముఖ్యంగా ఆర్థరైటిస్, కిడ్నీ సంబంధిత వ్యాధుల రూపంలో కనిపిస్తాయి. అధిక యూరిక్ యాసిడ్ కారణంగా జాయింట్లలో నొప్పులు, వాపులు మొదలవుతాయి. గ్రీన్ కలర్ ఫుడ్స్ దినచర్యలో భాగం చేస్తే ఈ సమస్యను సహజంగా నివారించవచ్చు. పాలకూరలో శక్తివంతమైన యాంటీఆక్సిడెంట్లు ఎక్కువగా ఉంటాయి. ఇందులో ఉన్న మెగ్నీషియం శరీరంలో యూరిక్ యాసిడ్ స్థాయిని సమతుల్యంగా ఉంచడంలో ముఖ్యపాత్ర పోషిస్తుంది. పాలకూరను రోజూ తీసుకోవడం వల్ల శరీరానికి పుష్కలమైన పోషకాలు అందించడమే కాక.. ఆరోగ్యాన్ని కాపాడేందుకు సహాయపడుతుంది. పచ్చి బఠానీలలో ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది.. ఇది శరీరానికి కావలసిన శక్తిని అందిస్తుంది. వీటిలో ఉన్న యాంటీఆక్సిడెంట్లు శరీరాన్ని డిటాక్స్ చేయడంలో తోడ్పడతాయి. గోల్ వంటి సమస్యలను తగ్గించడానికి ఈ బీన్స్ చాలా ఉపయోగపడతాయి. గ్రీన్ టీ శరీరంలోని హానికరమైన వ్యర్థాలను బయటకు పంపడంలో సహాయపడుతుంది. ఈ టీలో ఉండే యాంటీఆక్సిడెంట్లు, ఆహ్లాదకరమైన రుచి యూరిక్ యాసిడ్ స్థాయిలను తగ్గించడంలో తోడ్పడతాయి. ప్రతిరోజూ ఒక కప్పు గ్రీన్ టీ తాగడం వల్ల మంచి ఫలితాలు పొందవచ్చు. సెలబ్రేట్లలో ఉన్న పోషకాలు మూత్రపిండాల పనితీరును మెరుగుపరుస్తాయి. ఇది శరీరంలోని వాపును తగ్గించడంలో కూడా సహాయపడుతుంది. యూరిక్ యాసిడ్ స్థాయిని సమతుల్యంగా ఉంచడంలో ఈ ఆకుకూర సహాయపడుతుంది. అవకాశాల్లో ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు అధికంగా ఉంటాయి. ఈ పండు శరీరానికి అవసరమైన ఎనర్జీ అందించే ప్రక్రియను మెరుగుపరుస్తుంది. ఇది శరీరంలోని వ్యర్థ పదార్థాలను వెలువలికి పంపడంలో సహాయపడుతుంది. యూరిక్ యాసిడ్ స్థాయిని తగ్గించడానికి అవకాశం ఉపయోగపడుతుంది. ఆస్పరాగస్ లో ఫైబర్, ప్యూరిన్లు సమతుల్యంగా ఉంటాయి. ఇది శరీరంలోని హానికరమైన పదార్థాలను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. కాబట్టి ఆస్పరాగస్ ను తగిన మోతాదులో తీసుకోవడం మంచిది. గ్రీన్ బీన్స్ లో ప్యూరిన్లు తక్కువగా ఉంటాయి.. అందుకే ఇవి యూరిక్ యాసిడ్ స్థాయిని నియంత్రించడంలో సహాయపడతాయి.



మహబూబ్ నగర్ జిల్లాపై బీఆర్ఎస్ ఫోకస్..

ఉమ్మడి మహబూబ్ నగర్ నేతలతో కేటీఆర్ కీలక సమీక్ష సమీక్ష సమావేశంలో పాల్గొన్న ఎమ్మెల్సీ నవీన్ రెడ్డి క్షేత్రస్థాయి పరిస్థితులపై కేటీఆర్ కు నివేదిక అందించిన నేతలు కాంగ్రెస్ వైఫల్యాలపై ప్రజల్లో అసంతృప్తి: బీఆర్ఎస్ నేతలు మహబూబ్ నగర్ జిల్లాలో బీఆర్ఎస్ క్లీన్ స్వీప్ ఖాయం: కేటీఆర్ ప్రజల సాగుకూలతను ఓట్లుగా మలుచుకోవాలి: కేటీఆర్ రానున్న ఎన్నికలపై బీఆర్ఎస్ నేతలకు కేటీఆర్ దిశానిర్దేశం



మన దునియా, ఉమ్మడి మహబూబ్ నగర్ జిల్లా: జూన్ 14

ఉమ్మడి మహబూబ్ నగర్ జిల్లా బీఆర్ఎస్ నాయకులతో పార్టీ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీ రామారావు (కేటీఆర్) సుదీర్ఘ సమీక్ష సమావేశం నిర్వహించారు. మాజీ మంత్రి సి.లక్ష్మారెడ్డి నివాసంలో జరిగిన ఈ సమావేశంలో మాజీ మంత్రులు, ఎమ్మెల్యేలు, ఎమ్మెల్యేలు, మాజీ ఎంపీలు, మాజీ ఎమ్మెల్యేలు పాల్గొన్నారు. ఈ సమావేశంలో ఎమ్మెల్సీ నవీన్ కుమార్ రెడ్డి కూడా పాల్గొన్నారు. సమావేశంలో జిల్లా వ్యాప్తంగా నియోజక వర్గాల వారీగా క్షేత్రస్థాయి రాజకీయ పరిస్థితులు, ప్రజల అభిప్రాయాలు, పార్టీ బలోపేతానికి సంబంధించిన అంశాలపై విస్తృతంగా చర్చించారు. ప్రజల్లో బీఆర్ఎస్ కు మద్దతు పెరుగుతోందని, కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వ పనితీరుపై అసంతృప్తి వ్యక్తమవుతోందని నాయకులు కేటీఆర్ కు ఫీడ్ బ్యాక్ అందించారు. ఈ సందర్భంగా కేటీఆర్ మాట్లాడుతూ రానున్న ఎన్నికల్లో ఉమ్మడి మహబూబ్ నగర్ జిల్లాలో బీఆర్ఎస్ మెరుగైన ఫలితాలు సాధిస్తుందనే విశ్వాసాన్ని వ్యక్తం చేశారు. ప్రజల్లో ఉన్న సానుకూలతను పార్టీకి అనుకూలంగా మలుచుకోవాలి క్షేత్రస్థాయిలో మరింత చురుకుగా కార్యక్రమాలు నిర్వహించాలని పార్టీ నాయకులకు సూచించారు. ఈ సమావేశంలో మాజీ మంత్రులు సింగిరెడ్డి నిరంజన్ రెడ్డి, వి శ్రీనివాస్ గౌడ్, ఎమ్మెల్సీ చల్ల వెంకట్రాం రెడ్డి, మాజీ ఎంపీలు మన్నె శ్రీనివాస్ రెడ్డి, రావుల చంద్రశేఖర్ రెడ్డి తదితరులు పాల్గొన్నారు..

బీర్ తాగడం వల్ల కిడ్నీలో రాళ్లు తొలగిపోతాయా?

కిడ్నీలో రాళ్లుంటే బీరు తాగితే కలిగిపోతాయని కొన్ని సార్లు వింటుంటారు. ఇది ఎంత వరకు నిజం. బీర్ రాళ్లను కలిగిస్తుందా, రాళ్లను పగలగొట్టి వాటిని బయటకు పంపుతుందా? కానీ ఆరోగ్య నిపుణులు అభిప్రాయం ప్రకారం, ఇది అతిపెద్ద అపోహ. కిడ్నీ మన శరీరంలో చాలా ముఖ్యమైన భాగం. ఇది మన శరీరంలోని టాక్సిన్స్ తొలగించడానికి పని చేస్తుంది. కిడ్నీలో రాళ్ల వల్ల నొప్పి వస్తోందని, చాలా మంది ఆ రాళ్లను తొలగించుకోవడానికి బీరు తాగడం ప్రారంభిస్తారు. ఇప్పుడు బీర్ తాగడం వల్ల కిడ్నీలో రాళ్ల సమస్య తీరుతుందా అనే ప్రశ్న తలెత్తుతోంది. మరి ఈ విషయంలో అసలు నిజం ఏంటో ఇక్కడ తెలుసుకుందాం. ఇది కేవలం అపోహ మాత్రమేనని నిపుణులు చెబుతున్నారు. దీనికి సంబంధించి శాస్త్రీయ ఆధారం లేదు. అధ్యయనం ప్రకారం, బీర్ ఒక అల్కహోలిక్ డ్రింక్. ఇది ఒక మూత్రవిసర్జన, దీనిని తాగినప్పుడు సాధారణం కంటే ఎక్కువ మూత్రం ఉత్పత్తి అవుతుంది, ఇది బిన్న రాళ్లను బయటకు తీయడంలో సహాయపడుతుంది, అయితే ఇది ఇప్పటివరకు ఏ అధ్యయనంలో నిరూపించబడలేదు, అందుకే దాక్టర్ రోగికి బీర్ తాగమని సలహా ఇవ్వదు. సిఫార్సు చేయబడదు. రోగి కిడ్నీలో రాళ్లను తొలగించడానికి ప్రయత్నిస్తున్నప్పుడు బీర్ తాగడం ప్రారంభిస్తే, దాని పర్యవసానాలు తీవ్రంగా ఉండవచ్చు, అది వ్యసనానికి గురయ్యే ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది, అయితే ఎక్కువ బీర్ తాగడం వల్ల మీ శరీరంపై ప్రతికూల ప్రభావం చూపే డీహైడ్రేషన్ కూడా వస్తుంది, మీ మూత్రపిండాలు దెబ్బతింటాయి. అయితే, మద్యం ఏ సందర్భంలోనైనా హానికరం. రెగ్యులర్ బీర్ తాగవారిలో ఆక్సలేట్ కిడ్నీలో రాళ్లు ఏర్పడే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుంది. రక్తాన్ని శుద్ధి చేయడం, మూత్రాన్ని వడపోత చేయడం, తద్వారా వ్యర్థాలను బయటకు నెట్టివేయడం కిడ్నీల పని, అయితే ఆహారంలో క్యాలియం, పొటాషియం, మిసరల్స్ అధికంగా ఉండటం వల్ల కిడ్నీల నుంచి వ్యర్థ పదార్థాలు పూర్తిగా తొలగిపోవు. తరువాత, ఈ వ్యర్థ పదార్థాలు క్రమంగా పేరుకుపోతాయి మరియు రాళ్ల రూపాన్ని తీసుకుంటాయి, దీనిని వైద్య భాషలో కిడ్నీ స్టోన్స్ అంటారు.



షుగర్ ఫ్రీ స్క్వాక్స్ ఆరోగ్యానికి మంచిదా?

కాలం మారుతున్న కొద్దీ మనం తినే ఆహారంలో కూడా వివేకానిత అంశాలు చేరిపోతున్నాయి. మనం రోజూ తినే ఆహారమే నేడు మనిషి ఎదుర్కొంటున్న అనేక వ్యాధులకు కారణం. మొదట్లో, చెడుకు బానిసలుగా ఉన్నవారు మాత్రమే అనారోగ్యానికి గురవుతారు. అయితే ఇప్పుడు మనం తినే ఆహారంలో కాస్త మార్పు వచ్చినా గుండె జబ్బులు, క్యాన్సర్ వంటి ప్రాణాంతక వ్యాధులు వచ్చే అవకాశాలు రోజురోజుకూ పెరుగుతున్నాయి. ఈ మధ్య కాలంలో షుగర్, స్ట్రోకాయం, క్యాన్సర్ వంటి సమస్యలు పంచదారతో కూడిన ఆహారం తీసుకోవడం వల్ల వస్తాయని చెప్పారు. అందువల్ల, చాలా మంది ప్రజలు చక్కెర ఆహారాలకు దూరంగా ఉండటం, చక్కెర లేని ఉత్పత్తులను తీసుకోవడం ద్వారా ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలిని గడుపుతున్నారని అనుకుంటారు. అయితే మనం అనుకున్నట్లుగా చక్కెర రహిత ఉత్పత్తులు నిజంగా ఆరోగ్యానికి మంచివేనా? దీని గురించి నిపుణులు ఏమంటారు? పేరు సూచించినట్లుగా, చక్కెరను ఉపయోగించకుండా చక్కెర రహిత ఉత్పత్తులు తయారు చేయబడతాయి. కానీ తీసుకుంటున్న అందించడానికి తక్కువ కేలరీలతో ప్రత్యామ్నాయ స్వీట్లను ఉపయోగిస్తారు. అస్పర్డమే సాధారణంగా అటువంటి చక్కెర రహిత ఉత్పత్తులలో ఉపయోగిస్తారు. వీటిని సాధారణంగా చూయింగ్ గమ్, బేకింగ్ సోడాలో ఉపయోగిస్తారు. అస్పర్డమే కాకుండా, సాచరిన్, సుక్రోజ్ కూడా సాధారణంగా చక్కెర రహిత ఉత్పత్తులలో కనిపిస్తాయి. ఇప్పుడు మన ముందున్న ప్రశ్న ఏమిటంటే, చక్కెరను ఉపయోగించకుండా తయారు చేసే

ఈ షుగర్ ఫ్రీ ఉత్పత్తుల వినియోగం నిజంగా ఆరోగ్యానికి మంచిదేనా, పోషకాహార నిపుణుడు అమిత గాడ్రే ప్రకారం, చక్కెర కంటెంట్ వినియోగంతో పోలిస్తే చక్కెర లేని స్వీట్లు తీసుకోవడం ఆరోగ్యానికి మంచిదే. ఉత్పత్తులు, కానీ షుగర్ లేదనే కారణంతో ఎక్కువగా తినడం ప్రారంభిస్తే సమస్యలు వస్తాయి. పండుగల సమయంలో తరచుగా భోజనం చేయడంలో తప్పులేదు. ప్రతిరోజూ షుగర్ ఫ్రీ ఉత్పత్తులను తీసుకోవడం ఇచ్చితంగా మంచిది కాదు. షుగర్ ఫ్రీ క్యాండ్లలో కూడా మీరు జాగ్రత్తగా ఉండాలి, ఎందుకంటే వాటిలో మీ క్యాలరీలను పెంచే ఇతర పదార్థాలు ఉంటాయి. అమిత ప్రకారం, మీరు వారానికి ఒకసారి చక్కెర లేని ఉత్పత్తిని తీసుకోవచ్చు. మిథాయిలు కోసం మార్కెట్లో వెళ్లినప్పుడు రెండు రకాల స్వీట్లు దొరుకుతాయి. ఒకదానిలో షుగర్ వాడలేదని రాసి ఉండగా, మరో దానిలో షుగర్ ఫ్రీ అని రాసి ఉంది. మంచి ఆరోగ్యం విషయంలో దీన్ని ఎంచుకోవాలి అనే



విషయంలో వినియోగదారులుగా మనం అయోమయం చెందడం సర్వసాధారణం. అయితే రెండింటి ఏమైనా తేడా ఉందా? లేక వీరిద్దరూ మిథాయిలు కోవకు చెందినవారే అనే సందేహం రావడం సహజం. వారు చక్కెరను ఉపయోగించరు లేదా చక్కెర రహితంగా లేబుల్ చేయబడిన ఉత్పత్తులలో చక్కెర ప్రత్యామ్నాయంగా ఏ ఇతర ఉత్పత్తిని ఉపయోగించారు. కానీ ఆ మిథాయిని తయారు చేయడానికి ఉపయోగించే ఇతర పదార్థాలు తీసి భాగం కలిగి ఉండవచ్చు. కానీ షుగర్ ఫ్రీ ఉత్పత్తులలో చక్కెర ఉండదు. బదులుగా, అస్పర్డమే, సాచరిన్, సుక్రోజ్ వంటి పైన పేర్కొన్న పదార్థాలు ఉపయోగించబడతాయి. వీటిలో ఏది తినితినేది మన ఇష్టం.

ఈ టీలు తాగితే చాలు.. బెల్లీ ఫ్లాట్ కలిగిపోవడం ఖాయం!



ప్రస్తుత రోజుల్లో స్త్రీ పురుషులు చాలామంది అధిక బరువు బెల్లీ ఫ్లాట్ సమస్యతో ఇబ్బంది పడుతున్న విషయం తెలిసిందే. వీటి కారణంగా చాలామంది వారి సొంత పనులు చేసుకోవడానికి కూడా ఇబ్బంది పడుతూ ఉంటారు. కొన్ని కొన్ని సార్లు ఈ బెల్లీ ఫ్లాట్ కారణంగా బాడీ పేమింగ్ కామెంట్స్ ని కూడా ఎదుర్కొంటున్న వస్తూ ఉంటుంది. అయితే ఈ బెల్లీ ఫ్లాట్ ని కరిగించుకోవడం కోసం కొన్ని రకాల టీలు బాగా ఉపయోగపడతాయి అని చెబుతున్నారు. ఇంతకీ ఆ టీ లు ఏవి అన్న విషయానికి వస్తే.. బరువు తగ్గడానికి ఉపయోగించే టీలను స్లిమ్మింగ్ టీలు అని పిలుస్తారు. ఈ స్లిమ్మింగ్ టీకి దాని ప్రభావాన్ని అందించే రెండు ప్రాథమిక పదార్థాలు కెఫెయిన్, పాలీఫెనాల్స్. అదనపు ట్రిగ్లిజెరిడ్లను కరిగించే నిర్దిష్ట ఎంజైమ్ను ప్రేరేపించడం ద్వారా, పాలీఫెనాల్స్ భాగం శరీరంలో అధిక ట్రిగ్లిజెరిడ్ ఏర్పడే ప్రమాదాన్ని తొలగిస్తుంది. అలాగే శరీరంలో కొవ్వును సైతం కరిగిస్తుందని చెబుతున్నారు. కాగా స్లిమ్మింగ్ టీ తాగడం వల్ల జీవక్రియ రేటును పెంచడంలో సహాయపడుతుంది. ఇది శరీరంలో కొవ్వును చాలా తొందరగా కరిగిస్తుందని, ఇది వినియోగించే కేలరీల పరిమాణాన్ని కూడా తగ్గిస్తుందని చెబుతున్నారు. కాల్షియం, చక్కెరలను కొవ్వుగా మార్చకుండా శరీరాన్ని నిరోధిస్తుంది. ఇది శరీరంలో ని కొవ్వు పరిమాణాన్ని తగ్గిస్తుందని, మీరు బరువు తగ్గడానికి కొన్ని సులభమైన కార్యకలాపాలతో స్లిమ్మింగ్ టీని కూడా తాగేస్తే, సులభంగా బరువు తగ్గవచ్చని చెబుతున్నారు వైద్యులు. బయట చూస్తే మనకు అనేక రకాల స్లిమ్మింగ్ టీలు అందుబాటులో ఉన్నాయి. వాటిని తాగడం వల్ల ఈజీగా మీరు అధిక బరువుతో పాటు బెల్లీ ఫ్లాట్ ని కూడా కరిగించుకోవచ్చు.

ఈ ఫేస్ ప్యాక్ టై చేస్తే చాలు.. నిముషాల్లో స్కిన్ మెరిసిపోవాలిందే!

చాలామంది స్త్రీ పురుషులు అందంగా కనిపించడం కోసం వేలకు వేల డబ్బులు ఖర్చు చేస్తూ ఉంటారు. బ్యూటీ పార్శర్లు చూస్తూ తిరుగుతూ, రకరకాల బ్యూటీ ప్రోడక్టులు ఉపయోగిస్తూ ఉంటారు. ఇంకొందరు సహజంగా కనిపించే అందం కోసం ప్రయత్నిస్తూ ఉంటారు. కొందరు ఫంక్షన్ కోసం నిమిషాల్లోనే మెరిసిపోయే స్కిన్ కావాలని కోరుకుంటూ ఉంటారు. మరి అలాంటి వాళ్ళు ఎటువంటి ఫేస్ ప్యాక్ టై చేయాలో ఇప్పుడు మనం తెలుసుకుందాం.. అందులో మొదటిది శనగపిండి, పసుపు ఫేస్ ప్యాక్ కూడా ఒకటి. ఈ ప్యాక్ చేయడానికి మీరు రెండు టేబుల్ స్పూన్ల శనగపిండి, ఒక టీస్పూన్ పసుపు పొడిని కలపాలి. పేస్ట్ చేయడానికి పాలు లేదా రోజ్ వాటర్ ఉపయోగించవచ్చు. దీన్ని మీ ముఖానికి అప్లై చేసి 20 నిమిషాల పాటు అలాగే ఉంచాలి. తర్వాత శుభ్రం చేస్తే సరిపోతుంది. మరొక రెండో విషయానికి వస్తే.. బంగాళాదుంప అలోచెరా, శనగపిండి ఫేస్ ప్యాక్.. అయితే ఈ ప్యాక్ చేయడానికి బంగాళాదుంప గుజ్జు, అలోచెరా జెల్, రెండు టేబుల్ స్పూన్ల శనగపిండిని కలపాలి. మీరు పేస్ట్ చేయడానికి నీటిని ఉపయోగించవచ్చు. ఈ షాన్ ఫేస్ ప్యాక్ని అప్లై చేసి, మీ చర్మంపై 10 నిమిషాల పాటు ఉంచి, తర్వాత శుభ్రం చేయవచ్చని చెబుతున్నారు. మరో ఫేస్ ప్యాక్ విషయానికి వస్తే.. నిమ్మకాయ టమాటో ఫేస్ ప్యాక్ తో ఇన్స్టాంట్ అందాన్ని పొందవచ్చు అని చెబుతున్నారు. మరి ఈ మిశ్రమాన్ని ఎలా తయారు చేసుకోవాలి అన్న విషయానికి వస్తే.. ఈ ప్యాక్ కోసం, టమాటో గుజ్జును తీసుకొని, ఒక టీస్పూన్ నిమ్మరసం జోడించాలి. అలా అప్లై చేసి 15 నిమిషాల పాటు అలాగే ఉంచి ఆ తర్వాత ముఖం శుభ్రం చేసుకోవాలి. మెరిసి చర్మం సొంతం కావాలి అనుకున్న వారు కాఫీ పాలు ప్యాక్ టై చేస్తే చాలు. అందుకోసం ఈ రెండు పదార్థాలను 2:1 నిష్పత్తిలో కలిపి, మీ ముఖం మీద అప్లై చేయాలి. పాలలోని లక్షణాలు మీ చర్మానికి స్థితిస్థాపకతను నిర్ధారిస్తాయి. ఇది ముఖంపై ముడతలను తగ్గించడంలో పాటు, ముఖం మెరిసిపోయేలా చేయడంలో సహాయపడుతుందని చెబుతున్నారు.



ఉద్యోగులు చేయి, మణికట్టు నొప్పితో ఎందుకు బాధపడుతున్నారు..?



నిరంతరం కంప్యూటర్ ముందు కూర్చునే వృత్తి నిపుణులు పని చేయడం సహజం. రోజులో ఎక్కువ భాగం పనికే కేటాయించడం అనేది కొంత మందిలో ఏదో ఒక అవసరం, ఆధునిక జీవనశైలి వలన దీనిని నివారించలేము అనేది కూడా వాస్తవం. చాలా మంది పని నిపుణులు పనిలో ఎక్కువ గంటలు గడపడం వంటి అనేక కారణాల వల్ల వేళ్ళు, మణికట్టు, మోచేతులు, చేతుల్లో తీవ్రమైన నొప్పిని అనుభవిస్తారు. ఈ నొప్పిని తనిఖీ చేయకపోతే, ఇది దీర్ఘకాలిక చలనశీలత సమస్యలకు దారి తీస్తుంది. మీరు చేయగలిగే అనేక చేతి వ్యాయామాలు ఉన్నాయి, దీని కోసం డాక్టర్ లేదా ఫిజియోథెరపిస్ట్ మీకు మార్గనిర్దేశం చేయవచ్చు. ఆఫీసుకు వెళ్లేవారిలో చేయి నొప్పికి ఆరు సాధారణ కారణాల గురించి తెలుసుకుందాం. కంప్యూటర్ను ఉపయోగిస్తున్నప్పుడు టైపింగ్, మౌస్ ఉపయోగించడం, చేతిని నిరంతరం ఎత్తడం వంటి పునరావృత కదలికలు తరచుగా జరుగుతాయి, ఇది కండరాలు, స్నాయువులు, నరాలలో మంట, మైక్రోట్రామాకు దారి తీస్తుంది. ఇది సాధారణంగా మణికట్టు, మోచేతులు, భుజాలను ప్రభావితం చేస్తుంది. కీబోర్డ్, మౌస్ ఎక్కువసేపు ఉపయోగించడం వల్ల తరచుగా చేతులు, మణికట్టులో నొప్పి వస్తుంది. కొన్నిసార్లు తప్పు టైపింగ్ టెక్నిక్ లేదా గ్రేవ్ ఉపయోగించే అవకాశాలు ఉన్నాయి. ఇందుకోసం మధ్యమధ్యలో చిన్నపాటి విరామాలు తీసుకోవడం, చేతులు, చేతులు, భుజాలను సాగదీయడం వంటి సాధారణ వ్యాయామాలు చేయవచ్చు. మీ కుర్చీ చాలా ఎత్తుగా లేదా చాలా తక్కువగా ఉంటే లేదా మీ డెస్క్, మానిటర్ సరిగ్గా సర్దుబాటు చేయకపోతే, అది మీ మెడ, భుజాలు, చేతుల్లో ఒత్తిడిని కలిగిస్తుంది. ఈ నొప్పి మీ మణికట్టును ప్రభావితం చేసే కార్పల్ టన్నెల్ సిండ్రోమ్, స్నాయువుల వాపు వంటి టెండినిటీస్ వంటి సమస్యలను కలిగిస్తుంది. మీకు సరిపోయేలా కార్యాలయాన్ని ఏర్పాటు చేసుకోవడం ఈ సమస్యలను నివారించడంలో సహాయపడుతుంది. మీరు విరామం లేకుండా చాలా గంటలు పని చేస్తున్నారని గమనించండి. వ్యాయామం లేకపోవడం లేదా శారీరక శ్రమ లేకపోవడంతో పాటు పెరిగిన పని, ఒత్తిడి తీవ్రమైన నొప్పికి దారి తీస్తుంది. టెన్సిన్ ఎల్సీ లేదా గోల్ఫర్స్ ఎల్సీ వంటి టెండినిటీస్ (కండరాల వాపు) వంటి పరిస్థితులను నిర్ధారించడానికి మీ వైద్యుడికి వైద్య పరీక్ష సహాయపడుతుంది, ఇవి మోచేయిని ప్రభావితం చేసే సాధారణ సమస్యలు. ముఖ్యంగా పునరావృత కార్యకలాపాలు చేసే వ్యక్తులలో ఈ నొప్పులు సర్వసాధారణం. అలాంటి నొప్పి లేదా అసౌకర్యం ఉంటే, వైద్యుడిని చూడటం మంచిది. ఒక వ్యక్తి పేలవమైన, నిమ్మియాత్మక జీవనశైలిని నడిపించినప్పుడు, శారీరక శ్రమలకు తక్కువ సమయం ఇచ్చినప్పుడు, వారు కండరాల నొప్పి సమస్యను అభివృద్ధి చేయవచ్చు. అదనంగా, ధూమపానం లేదా ఊబకాయం, మునుపటి గాయాలు లేదా మధుమేహం, ఆర్థరైటిస్ వంటి సమస్యలను కలిగి ఉన్న వ్యక్తులు చేతులు, చేతుల్లో నొప్పిని కలిగి ఉంటారు. దీని కోసం, క్రమం తప్పకుండా డ్రైవింగ్ వ్యాయామాలు చేయండి, మీ పని స్థలాన్ని మీకు సౌకర్యవంతంగా ఉంచండి. క్రమం తప్పకుండా ఆరోగ్య పరీక్షలు కూడా చేయించుకోండి.

తిప్పటిగ ఆకు తింటే తిప్పలన్నీ మాయం..



తిప్పటిగ ఆయుర్వేదంలో చాలా పురాతనమైన ఔషధ మొక్క దీని ఆకులు, కాండం రెండూ అనేక ఆరోగ్య సమస్యలకు మంచి ఔషధంగా పనిచేస్తాయి. ఈ మొక్కలో పోషకాలు, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, యాంటీ ఇన్ఫ్లేమేటరీ లక్షణాలు పుష్కలంగా ఉన్నాయి. ఇది రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది. అనేక వ్యాధులను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. 1. ఎముకలు: తిప్ప టీగను ప్రధానంగా ఎముకల బలహీనత, విరుగుడు గాయాలు (ఫ్రాక్చర్) సందర్భాలలో ఉపయోగిస్తారు. ఇది ఎముక కణాలను పునరుత్పత్తి చేస్తుంది. విరిగిన ఎముకలు మళ్లీ త్వరగా కుదించడానికి సహాయపడుతుంది. ఇందులో కల్షియం, ఫాస్ఫరస్ వంటి ఖనిజాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇది ఎముకల కండరాలను బలపరుస్తుంది. 2. జీర్ణక్రియ: తిప్ప టీగ ఆకులను జీర్ణ సమస్యలకు ఆయుర్వేద వైద్యంలో విరివిగా ఉపయోగిస్తారు. ఇది అజీర్ణం, గ్యాస్, కడుపు ఉబ్బరం, మలబద్ధకం వంటి సమస్యలను తగ్గిస్తుంది. ఇందులోని యాంటీ ఇన్ఫ్లేమేటరీ గుణాలు జీర్ణవ్యవస్థను మెరుగుపరుస్తాయి. తిప్ప టీగ ఆకుల ముద్దను తింటే జీర్ణక్రియ మెరుగు పడుతుంది. 3. బరువు తగ్గడం: బచ్చలి కూరలు బరువు తగ్గించే ప్రక్రియలో కూడా ఉపయోగిస్తారు. ఈ మొక్కలో ఉండే కాంపౌండ్స్ కొవ్వును కరిగించి శరీరంలో కొవ్వు నిల్వలను తగ్గిస్తాయి. ఇది శరీరంలో జీవక్రియను పెంచుతుంది. తద్వారా క్యాలరీలు తక్కువగా ఉండటం వల్ల బరువు తగ్గాలనుకునే వారికి ఇది సహాయపడుతుంది. 4. చక్కెర నియంత్రణ: తిప్పటిగ ఆకులు రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రించడంలో సహాయపడతాయి. మధుమేహం ఉన్నవారికి ఇది ప్రధానంగా ఉపయోగపడుతుంది. ఈ మొక్కలోని రసాయనాలు ఇన్సులిన్ ఉత్పత్తిని ప్రోత్సహిస్తాయి. రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిలను స్థిరంగా ఉంచుతాయి. అందువల్ల, ఇది మధుమేహం ప్రభావాన్ని తగ్గిస్తుంది. 5. కీళ్లనొప్పులు: తిప్ప టీగలోని యాంటీ ఇన్ఫ్లేమేటరీ గుణాలు కీళ్ల నొప్పులను తగ్గిస్తాయి. కీళ్లనొప్పులు వంటి వ్యాధుల నివారణలో ఈ మొక్కను ఉపయోగించడం వల్ల శరీరంలోని కీళ్లలో మంట మరియు నొప్పులు తగ్గుతాయి. జాయింట్ సెన్సిటివిటీని తగ్గించడం ద్వారా జాయింట్ ఫ్లెక్సిబిలిటీని మెరుగుపరుస్తుంది. 6. చర్మ సమస్యలు: తిప్ప టీగ ఆకులు చర్మ సమస్యలకు ఉపయోగపడతాయి. ఇందులోని క్రిమినాశక లక్షణాలు కోతలు, కాలిన గాయాలు, చర్మ ఇన్ఫెక్షన్ల వంటి చర్మ సమస్యలను నివారిస్తాయి. ఆకును రసాన్ని తీసుకుని చర్మానికి రాసుకుంటే చర్మంపై జిడ్డు, మొటిమలు తగ్గుతాయి.

అందం కోసం విలువైన రహస్యం పటిక

పటిక అనేది బహుముఖ సహజ నివారణ. పటికను మీరు సాధారణంగా కొన్ని షాపుల్లో చూసే ఉంటారు. ఈ పటికలో క్రిమి సంహారక గుణాలు కలిగి ఉండడంతో, గాయాలైనప్పుడు రక్తం కారిపోకుండా పటిక కాపాడగలదు. ఇందులోని పొటాషియం, అల్యూమినియం, సల్ఫేట్ అనే రసాయన పదార్థాలు మన ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేకూరిస్తాయి. ఇది జుట్టును శుభ్రపరచడంలో, శరీరంపై ముడతలకు చికిత్స చేయడంలో, చెమటను నియంత్రించడంలో, చిగుళ్ల రక్తస్రావం నుండి ఉపశమనం పొందడంలో ఇంకా మూత ఇన్ఫెక్షన్ల నుండి రక్షించడంలో సహాయపడుతుంది. పటికను

దంతాలను శుభ్రపరచడానికి మరియు చిగుళ్ళను బలోపేతం చేయడానికి ఉపయోగిస్తారు. ఇది పటిక నొప్పిని కూడా తగ్గిస్తుంది. పటికను దంతాలను శుభ్రపరచడానికి, చిగుళ్ళను బలోపేతం చేయడానికి ఉపయోగిస్తారు. ఇది పటిక నొప్పిని కూడా తగ్గిస్తుంది. పటికలో యాంటీ బాక్టీరియల్ లక్షణాలు ఉంటాయి. ఇది చర్మంపై ఇన్ఫెక్షన్లను నివారిస్తుంది. పటిక నీటితో జుట్టు కడగడం వల్ల తలపై ఉన్న జుట్టులో ఉండే మురికి, పేలు వంటి తొలిగిపోతాయి. పటికను రాత్రో తా నీటిలో నానబెట్టి, ఉదయం మీ జుట్టును కడగాలి. యూరిన్ ఇన్ఫెక్షన్ నుండి ఉపశమనం కలిగించేందుకు ఫ్రైవేట్ పార్శర్లను శుభ్రం చేయడానికి పటిక నీరు ఉపయోగపడుతుంది.



పటిక పొడి శరీరంలో వాపు, నొప్పిని తగ్గించడంలో ఉపయోగపడుతుంది. ప్రభావిత ప్రాంతంపై దీన్ని పూయడం మంచిది. పటిక నీటిని ముఖానికి పట్టించడం వల్ల ముడతలు తగ్గుతాయి. రెగ్యులర్ గా ఉపయోగించడం వల్ల చర్మం బిగుతుగా, కాంతివంతంగా మారుతుంది. పటిక చెమట వాసనను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. పటిక నీటితో స్నానం చేయడం వల్ల చెమట సమస్య తగ్గుతుంది. పటిక నీటితో పుక్కిలింపడం చిగుళ్ల నుండి రక్తస్రావం నుండి ఉపశమనం కలిగిస్తుంది. నోటి దుర్వాసనను కూడా తగ్గిస్తుంది.

మహిళల టీ20 ప్రపంచకప్: పాక్ను చిత్తు చేసిన భారత్.. టిప్పి శర్మకు 5 వికెట్లు

మహిళల టీ20 ప్రపంచకప్లో పాక్పై భారత్ ఘన విజయం

అద్భుత హాఫ్ సెంచరితో మెరిసిన స్మృతి మంధాన

కేవలం 10 పరుగులపై 5 వికెట్లు పడగొట్టిన డిప్టి శర్మ

మొదట బ్యాటింగ్ చేసి 170 పరుగులు చేసిన భారత్

106 పరుగులకే కుప్పకూలి చిత్తయిన పాకిస్తాన్



ఐసీసీ మహిళల టీ20 ప్రపంచకప్ 2026 టోర్నీలో భారత జట్టు తమ జైత్రయాత్రను ఘనంగా ప్రారంభించింది. తమ చిరకాల ప్రత్యర్థి పాకిస్తాన్తో ఆదివారం జరిగిన మ్యాచ్లో హర్మన్ప్రీత్ కౌర్ సేన 64 పరుగుల భారీ తేడాతో ఘన విజయం సాధించింది. ఈ మ్యాచ్లో భారత జట్టు బ్యాటింగ్, బౌలింగ్ విభాగాల్లో పూర్తి ఆధిపత్యం ప్రదర్శించింది. ఓపెనర్ స్మృతి మంధాన (68) అద్భుత హాఫ్ సెంచరితో రాణించగా, ఆల్ రౌండర్ డిప్టి శర్మ (5/10) బంతితో మాయ చేసి పాక్ వతనాన్ని శాసించింది. 171 పరుగుల భారీ లక్ష్యంతో బరిలోకి దిగిన పాకిస్తాన్కు ఆరంభంలో మంచి భాగస్వామ్యం లభించింది. ఓపెనర్ మునీబా అలీ (41) నిలకడగా ఆడుతూ జట్టును ఆదుకునే ప్రయత్నం చేసింది. తొలి పవర్ప్లేలో భారత కెప్టెన్ హర్మన్ప్రీత్ కౌర్ మొదట

పాక్ ఒక వికెట్ నష్టానికి 52 పరుగులు చేసి గట్టి పోటీ ఇచ్చేలా కనిపించింది. అయితే, స్పిన్నర్ డిప్టి శర్మ రంగంలోకి దిగాక మ్యాచ్ స్వరూపమే మారిపోయింది. తన స్పిన్ మాయజాలంతో పాక్ బ్యాటింగ్ ఆర్డర్ను కుప్పకూల్చింది. కేవలం 4 ఓవర్లలో 10 పరుగులు మాత్రమే ఇచ్చి ఏకంగా 5 వికెట్లు పడగొట్టింది. ఆమె ధాటికి మునీబా అలీ తప్ప మిగతా బ్యాటర్లంతా ఒకరి తర్వాత ఒకరుగా పెవిలియన్కు క్యూ కట్టారు. డిప్టికి తోడుగా యువ బౌలర్ శ్రీ చరణి 3 వికెట్లు, షఫాలీ వర్మ ఒక వికెట్ పడగొట్టడంతో పాక్ ఇన్నింగ్స్ 17 ఓవర్లలో 106 పరుగులకే ముగిసింది. ఈ విజయంతో భారత్ ప్రపంచకప్లో శుభారంభం చేసింది. బర్మింగ్హామ్లోని ఎడ్జ్ బాస్టన్ వేదికగా జరిగిన ఈ మ్యాచ్లో మొదట టాస్ గెలిచిన భారత కెప్టెన్ హర్మన్ప్రీత్ కౌర్ మొదట

బ్యాటింగ్ ఎంచుకుంది. తొలి ఓవర్లోనే షఫాలీ వర్మ (6) వికెట్ కోల్పోయినప్పటికీ, స్మృతి మంధాన తన క్లాస్ బ్యాటింగ్తో ఇన్నింగ్స్ను నిలబెట్టింది. కేవలం 44 బంతుల్లో 9 ఫోర్లు, 2 సిక్సర్లతో 68 పరుగులు చేసి జట్టుకు గట్టి వునాది వేసింది. ఆమెకు కెప్టెన్ హర్మన్ప్రీత్ కౌర్ (36) చక్కటి సహకారం అందించి మూడో వికెట్కు 91 పరుగుల కీలక భాగస్వామ్యాన్ని నెలకొల్పింది. ఆఖరి ఓవర్లలో వికెట్ కీపర్ రిచా ఫోషే (17 బంతుల్లో 34; 5 ఫోర్లు, 1 సిక్సర్) విధ్వంసకర బ్యాటింగ్తో స్కోరు బోర్డును పరుగులు పెట్టించింది. దీంతో భారత జట్టు నిర్ణీత 20 ఓవర్లలో 6 వికెట్ల నష్టానికి 170 పరుగులు భారీ స్కోరు చేసింది. పాక్ బౌలర్లలో ఫాతిమా సనా, సాదియా ఇక్బాల్ చెరో రెండు వికెట్లు పడగొట్టారు.

టీ20 ప్రపంచకప్: రాణించిన మంధాన, రిచా, హర్మన్ప్రీత్.. పాక్కు 171 పరుగుల టార్గెట్

మహిళల టీ20 ప్రపంచకప్లో పాకిస్తాన్తో భారత్ పోరు టాస్ గెలిచి బ్యాటింగ్ ఎంచుకున్న టీమిండియా అద్భుత అర్ధశతకంతో ఆకట్టుకున్న స్మృతి మంధాన చివర్లో మెరుపులు మెరిపించిన రిచా ఫోషే పాక్ ముందు 171 పరుగుల లక్ష్యం



ఐసీసీ మహిళల టీ20 ప్రపంచకప్లో పాకిస్తాన్తో కీలక మ్యాచ్లో భారత జట్టు భారీ స్కోరు సాధించింది. ఓపెనర్ స్మృతి మంధాన (68) అద్భుత అర్ధశతకానికి, చివర్లో రిచా ఫోషే (34) మెరుపులు తోడవడంతో టీమిండియా నిర్ణీత 20 ఓవర్లలో 6 వికెట్ల నష్టానికి 170 పరుగులు చేసింది. దీంతో పాకిస్తాన్ ముందు 171 పరుగుల లక్ష్యాన్ని నిర్దేశించింది. ఇంగ్లండ్ లోని ఎడ్జ్ బాస్టన్ వేదికగా జరుగుతున్న ఈ మ్యాచ్లో టాస్ గెలిచిన భారత కెప్టెన్ హర్మన్ప్రీత్ కౌర్ బ్యాటింగ్ ఎంచుకుంది. అయితే, ఆరంభంలోనే భారత్కు షాక్ తగిలింది. ఓపెనర్ షఫాలీ వర్మ (6), జెమీమా రోడ్రిగ్స్ (1) తక్కువ స్కోరుకే పెవిలియన్ చేరడంతో భారత్ 18 పరుగులకే 2 వికెట్లు కోల్పోయి కష్టాల్లో పడింది. ఈ దశలో కెప్టెన్ హర్మన్ప్రీత్ కౌర్ (36)తో కలిసి స్మృతి మంధాన ఇన్నింగ్స్ను చక్కదిద్దింది. వీరిద్దరూ మూడో వికెట్కు 91 పరుగుల కీలక భాగస్వామ్యం నెలకొల్పారు. కేవలం 44 బంతుల్లో 9 ఫోర్లు, 2 సిక్సర్లతో 68 పరుగులు చేసిన మంధాన జట్టు స్కోరును పటిష్ట స్థితికి చేర్చింది. ఆమె ఔటయ్యాక, హర్మన్ప్రీత్ కూడా వెనుదిరిగింది. ఆ తర్వాత క్రీజాలోకి వచ్చిన వికెట్ కీపర్ రిచా ఫోషే ఆకాశమే హద్దుగా చెలరేగింది. కేవలం 17 బంతుల్లో 5 ఫోర్లు, ఒక సిక్సర్తో 34 పరుగులు చేసి స్కోరు బోర్డును పరుగులు పెట్టించింది. పాకిస్తాన్ బౌలర్లలో ఫాతిమా సనా, సాదియా ఇక్బాల్ చెరో రెండు వికెట్లు పడగొట్టారు.

మహిళల ప్రపంచకప్లో హైలైట్స్ మ్యాచ్: పాక్పై టాస్ గెలిచిన భారత్

మహిళల టీ20 ప్రపంచకప్లో పాకిస్తాన్తో భారత్ కీలక పోరు టాస్ గెలిచి బ్యాటింగ్ ఎంచుకున్న భారత కెప్టెన్ హర్మన్ప్రీత్ కౌర్ పిచ్ బ్యాటింగ్కు అనుకూలంగా ఉండటంతో ఈ నిర్ణయం తీసుకున్నట్లు వెల్లడి

తుది జట్టులో యాస్తిక స్థానంలో భారతి పుల్కారికి చోటు

తాము కూడా బ్యాటింగ్ ఎంచుకునేవాళ్లమని చెప్పిన పాక్ కెప్టెన్ ఫాతిమా సనా

మహిళల ఐసీసీ టీ20 ప్రపంచకప్ 2026లో ఆసలు సినలైన సమరానికి రంగం సిద్ధమైంది. బర్మింగ్హామ్లోని ఎడ్జ్ బాస్టన్ వేదికగా చిరకాల ప్రత్యర్థి పాకిస్తాన్తో కీలక మ్యాచ్లో భారత మహిళల జట్టు టాస్ గెలిచి బ్యాటింగ్ ఎంచుకుంది. పిచ్ బ్యాటింగ్కు అనుకూలంగా ఉండటంతో, ముందుగా భారీ స్కోరు సాధించాలనే లక్ష్యంతో ఈ నిర్ణయం తీసుకున్నట్లు భారత కెప్టెన్ హర్మన్ప్రీత్ కౌర్ తెలిపింది. టాస్ గెలిచిన అనంతరం హర్మన్ప్రీత్ మాట్లాడుతూ.. “ఈ పిచ్ బ్యాటింగ్ చేయడానికి చాలా బాగుంది. అందుకే మేము ముందుగా బ్యాటింగ్ చేసి, బోర్డుపై ఒక మంచి స్కోరు ఉంచాలనుకుంటున్నాం. గత ప్రపంచకప్ విజయం మాకు ఎంతో ఆత్మవిశ్వాసాన్ని ఇచ్చింది. ఆ నమ్మకాన్ని ఈ టోర్నీలోనూ కొనసాగించాలనుకుంటున్నాం” అని పేర్కొంది. జట్టులో మార్పుల గురించి ప్రస్తావించి, “యాస్తిక బాగా ఆడినప్పటికీ, ఈ మ్యాచ్లో ఆమె స్థానంలో భారతి పుల్కారికి అవకాశం ఇస్తున్నాం. మేము

ముగ్గురు స్పిన్నర్లు, ఇద్దరు మీడియం పేసర్లతో బరిలోకి దిగుతున్నాం” అని వివరించింది. మరోవైపు, పాకిస్తాన్ కెప్టెన్ ఫాతిమా సనా మాట్లాడుతూ.. తాము కూడా టాస్ గెలిస్తే బ్యాటింగ్ ఎంచుకునేవాళ్లమని తెలిపింది. “ఈ పిచ్ బ్యాటింగ్కు స్వర్ణధామంలా కనిపిస్తోంది. మా బ్యాటింగ్, బౌలింగ్ విభాగాల్లో జట్టుగా రాణిస్తున్నాం. బౌలింగ్ యూనిట్ బలంగా ఉంది, బ్యాటింగ్లో మంచి మెరుగుపదాల్ని ఉంది. ఈ మ్యాచ్లో హోరాహోరీ పోరు ఖాయం. సైరా జబీన్ ఈ మ్యాచ్లో ప్రపంచకప్లో అరంగేట్రం చేస్తోంది” అని ఆమె వెల్లడించింది. కోచ్ వహాబ్ రియాజ్ ఆధ్వర్యంలో పాకిస్తాన్ జట్టు టీ20 క్రికెట్లో దూకుడుగా ఆడేందుకు కొత్త పూహాన్ని అనుసరిస్తోంది. ఈ విధానంతో జింబాబ్వేపై విజయం సాధించినప్పటికీ, ఆ తర్వాత జరిగిన సిరీస్లు, వార్మప్ మ్యాచ్లలో ఆశించిన ఫలితాలు రాలేదు.

ఈ నేపథ్యంలో, తమ కొత్త దూకుడు విధానానికి స్థిరత్వాన్ని జోడించి, చిరకాల ప్రత్యర్థిపై గెలవాలని పాకిస్తాన్ వట్టుదలతో ఉంది. మరోవైపు, సరైన కూర్పుతో బరిలోకి దిగి టోర్నీలో మరో విజయాన్ని సమాధు చేయాలని భారత్ భావిస్తోంది. తుది జట్టు: భారత మహిళల జట్టు: స్మృతి మంధాన, షఫాలీ వర్మ, జెమీమా రోడ్రిగ్స్, హర్మన్ప్రీత్ కౌర్ (కెప్టెన్), భారతి పుల్కారి, రిచా ఫోషే (వికెట్ కీపర్), డిప్టి శర్మ, అరుంధతి రెడ్డి, శ్రేయాంక పాటిల్, శ్రీ చరణి, క్రాంతి గౌడ్. పాకిస్తాన్ మహిళల జట్టు: గుల్ ఫిరోజా, మునీబా అలీ (వికెట్ కీపర్), ఆయేషా జాఫర్, సైరా జబీన్, అలియా రియాజ్, సతాలియా పర్వెజ్, ఫాతిమా సనా (కెప్టెన్), రమీన్ షమీమ్, సప్నా సంద్, తస్మీయా రుబాబ్, సాదియా ఇక్బాల్.



వన్డేలో గిల్ సరికొత్త రికార్డ్.. ధావన్, కోహ్లీలను అధిగమించిన యంగ్ స్టార్

వన్డేలో అత్యంత వేగంగా 3000 పరుగులు చేసిన భారత ఆటగాడిగా గిల్ రికార్డ్ శిఖర్ ధావన్, విరాట్ కోహ్లీల రికార్డులను అధిగమించిన యంగ్ ఓపెనర్

ఆఫ్ఘనిస్తాన్తో జరిగిన తొలి వన్డేలో అజేయంగా 84 రన్స్ చేసి జట్టును గెలిపించిన కెప్టెన్

భారత యువ కెప్టెన్ శుభ్షమ్ గిల్ వన్డే క్రికెట్లో సరికొత్త చరిత్ర సృష్టించాడు. ఆఫ్ఘనిస్తాన్తో నిన్న జరిగిన తొలి వన్డేలో అద్భుతమైన ఇన్నింగ్స్తో జట్టుకు విజయాన్ని అందించడమే కాకుండా, ఒక అరుదైన రికార్డును తన ఖాతాలో వేసుకున్నాడు. వన్డేలో అత్యంత వేగంగా 3000 పరుగులు పూర్తి చేసిన భారత ఆటగాడిగా గిల్ నిలిచాడు. గిల్ తన 62వ ఇన్నింగ్స్లోనే ఈ మైలురాయిని అందుకున్నాడు. ఇంతకుముందు ఈ రికార్డు 72 ఇన్నింగ్స్లో 3000 పరుగులు చేసిన శిఖర్ ధావన్ పేరిట ఉండేది. విరాట్ కోహ్లీ (75 ఇన్నింగ్స్లు) ఈ జాబితాలో మూడో స్థానంలో ఉన్నాడు. ప్రపంచవ్యాప్తంగా చూస్తే, దక్షిణాఫ్రికా దిగ్గజం హషీమ్ ఆమ్లా (57 ఇన్నింగ్స్లు) మాత్రమే గిల్ కంటే ముందున్నాడు. వర్షం కారణంగా నాలుగు గంటలకు పైగా ఆలస్యంగా ప్రారంభమైన ఈ మ్యాచ్ను 25 ఓవర్లకు కుదించారు. తొలుత బ్యాటింగ్ చేసిన ఆఫ్ఘనిస్తాన్, గర్బాజ్ (51 బంతుల్లో 102) మెరుపు సెంచరితో 194 పరుగులకు ఆలోట్ అయింది. 195 పరుగుల లక్ష్యంతో బరిలోకి దిగిన భారత్.. గిల్ అద్భుతమైన బ్యాటింగ్తో సునాయానంగా విజయం సాధించింది. గిల్ కేవలం 66 బంతుల్లో 11 ఫోర్లు, 2 సిక్సర్లతో 84 పరుగులు చేసి అజేయంగా నిలిచాడు. లోకేశ్ రాహుల్ (19 బంతుల్లో 39 నాటౌట్) అతనికి చక్కటి సహకారం అందించాడు. దీంతో భారత్ మరో 2.3 ఓవర్లు మిగిలి ఉండగానే 7 వికెట్ల తేడాతో గెలుపొందింది. ఈ విజయంతో ద్వైపాక్షిక సిరీస్లో భారత్ 1-0 అధిక్యంలో నిలిచింది. రెండో వన్డే బుధవారం లక్నోలో, చివరి వన్డే జూన్ 20న చెన్నైలో జరగనుంది.



అమరావతిలో బాలయ్య-కారటాల సినిమా లాంచ్.. ముహూర్తానికి ముఖ్య అతిథిగా పోజరు కానున్న సీఎం చంద్రబాబు!

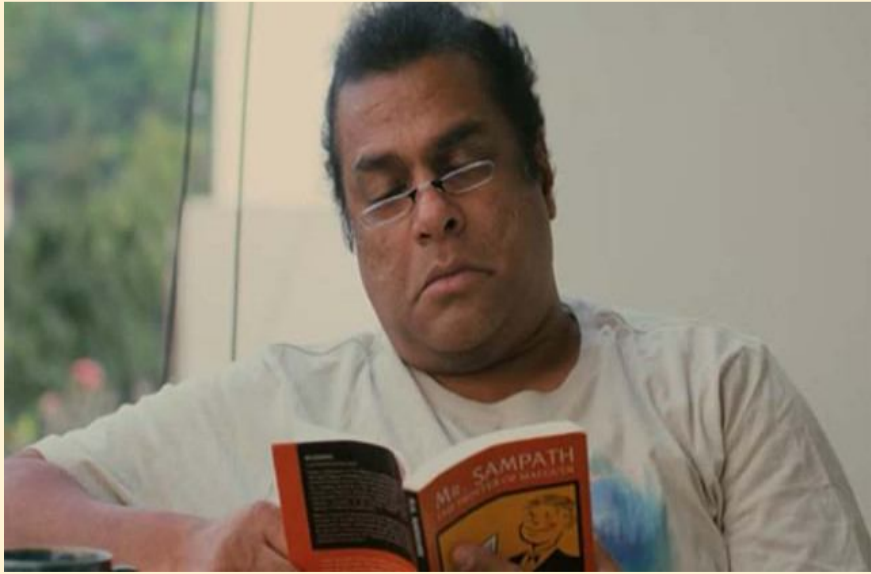


నటసింహం నందమూరి బాలకృష్ణ, స్టార్ డైరెక్టర్ కొరటాల శివ కలయికలో రాబోతున్న ప్రతిష్ఠాత్మక చిత్రం (టీడీఐ112) ప్రారంభోత్సవానికి రంగం సిద్ధమైంది. ఈ క్రేజీ ప్రాజెక్టుకు సంబంధించిన ముహూర్తపు వేడుకను సినీ పరిశ్రమ సంప్రదాయాలకు భిన్నంగా, అత్యంత వైభవంగా నిర్వహించేందుకు చిత్ర బృందం భారీ ఏర్పాట్లు చేస్తోంది. హైదరాబాద్‌లోని ఫిలిం స్టూడియోలకు బదులుగా, ఏపీ రాజధాని అమరావతిని ఈ వేడుకకు వేదికగా ఎంచుకున్నారు. జూన్ 25న (గురువారం) అమరావతి సమీపంలోని వెంకటాయపాలెంలో నూతనంగా నిర్మించిన టీటీడీ శ్రీ వేంకటేశ్వర స్వామి ఆలయంలో ఈ చిత్ర పూజా కార్యక్రమాలు జరగనున్నాయి. ఈ ప్రారంభోత్సవ కార్యక్రమం కేవలం సినీ వేడుకలా కాకుండా, ఒక పండుగ వాతావరణంలో జరగనుంది. ఈ కార్యక్రమానికి ఆంధ్రప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు, ఐటీ, మానవ వనరుల శాఖ మంత్రి నారా లోకేశ్ ముఖ్య అతిథులుగా హాజరుకానున్నారు. బాలకృష్ణ కథానాయకుడిగా నటించే ఈ చిత్ర ముహూర్తపు షాట్‌కు సీఎం చంద్రబాబు నాయుడు క్లాప్ కొట్టనుండగా, మంత్రి నారా లోకేశ్ చిత్ర దర్శకుడు కొరటాల శివకు స్ప్రిట్‌ను అందజేస్తారని తెలుస్తోంది. ఈ వేడుకలో నందమూరి, నారా కుటుంబ సభ్యులు పాల్గొననుండటంతో దీనికి మరింత ప్రాధాన్యత ఏర్పడింది. సాధారణంగా తన సినీమాల్లో బలమైన సామాజిక సందేశాన్ని వాటిజ్య అంశాలతో జోడించి చెప్పడంలో కొరటాల శివ దిట్ట. ఈసారి బాలకృష్ణ ఇమేజ్, ఆయన బాడీ లాంగ్వేజ్‌కు సరిపోయేలా ఒక పవర్ ఫుల్ పాలిటికల్, హై-వోల్టేజ్ సోషల్ డ్రామా కథను సిద్ధం చేసినట్లు ఇండస్ట్రీ వర్గాల్లో గట్టిగా ప్రచారం జరుగుతోంది. ఈ యాక్షన్ డ్రామాలో బాలయ్య సరసన నటించే కథానాయిక, ఇతర కీలక నటీనటులు, సాంకేతిక నిపుణుల వివరాలను ముహూర్తం రోజైన జూన్ 25న అధికారికంగా వెల్లడించాలని చిత్ర యూనిట్ భావిస్తోంది. రాజధాని నడిబొడ్డున జరుగుతున్న ఈ వేడుకపై అభిమానుల్లో, సినీ వర్గాల్లో భారీ అంచనాలు నెలకొన్నాయి.

ఈటీవీ విన్‌లో మనసును హత్తుకునే 'ఇల్లు'.. స్ట్రీమింగ్ ప్రారంభం

ఈటీవీ విన్ 'కథా సుధ' సిరీస్‌లో 'ఇల్లు' అనే కొత్త షార్ట్ ఫిల్మ్ విడుదల ప్రతి ఆదివారం ఒక లఘుచిత్రాన్ని అందిస్తున్న ఓటీటీ ప్లాట్‌ఫామ్ ప్రధాన పాత్రలో హర్షవర్ధన్, బిందు చంద్రమౌళి ఏళ్లుగా ఉంటున్న ఇంటిని ఖాళీ చేయాల్సి వచ్చిన రచయిత కథ సినిమా ప్రేక్షకులకు ప్రశాంతతను ఇస్తుందన్న చిత్రయూనిట్

ప్రముఖ తెలుగు ఓటీటీ వేదిక 'ఈటీవీ విన్', 'కథా సుధ' పేరుతో అందిస్తున్న లఘు చిత్రాల సిరీస్‌లో భాగంగా ఈ ఆదివారం (జూన్ 14) 'ఇల్లు' అనే కొత్త షార్ట్ ఫిలింను విడుదల చేసింది. ప్రతి వారం ఒక వైవిధ్యభరితమైన కథను ప్రేక్షకులకు అందించే ఈ కార్యక్రమంలో భాగంగా, ఈ చిత్రం నేటి నుంచి స్ట్రీమింగ్ అవుతోంది. ఈ లఘు చిత్రంలో హర్షవర్ధన్, బిందు చంద్రమౌళి, అనిష్ కురివిల్లా, పవన్ రమేష్ కీలక పాత్రలు పోషించారు. రోహిత్ పెనుమత్త (రాహుల్ రవీంద్రన్) దర్శకత్వం వహించగా, మనోహరి ఆర్ట్ బ్యానర్‌పై కిషోర్ మరిశెట్టి ఈ చిత్రాన్ని నిర్మించారు. ఏళ్ల తరబడి అద్దెకు ఉంటున్న ఇంటిని ఖాళీ చేయాలని యజమాని కోరినప్పుడు, ఒక రచయిత ఎదుర్కొనే మానసిక సంఘర్షణే ఈ చిత్ర ప్రధాన ఇతివృత్తం. ఇల్లు అంటే కేవలం నాలుగు గోడలు మాత్రమే కాదని, మనిషికి ఆ ఇంటితో ఉండే అనుబంధాన్ని, జ్ఞాపకాలను ఈ చిత్రం ఎంతో భావోద్వేగభరితంగా ఆవిష్కరిస్తుంది. ఇటీవల జరిగిన మీడియా సమావేశంలో దర్శకుడు రాహుల్ రవీంద్రన్ మాట్లాడుతూ, ఈ సినిమా చూసిన తర్వాత ప్రేక్షకుల మనసు ప్రశాంతతతో నిండిపోతుందని పేర్కొన్నారు. ఈ కథ తనను ఎంతగానో కదిలించిందని, రామోజీరావు, రామానాయుడు వంటి మహనీయుల స్ఫూర్తితో దీనిని నిర్మించానని నిర్మాత కిషోర్ మరిశెట్టి తెలిపారు. అర్ధవంతమైన కథలను ప్రేక్షకులకు అందించాలనే లక్ష్యంతో ఈటీవీ విన్ ఈ సిరీస్‌ను కొనసాగిస్తోంది. ఇప్పటికే విడుదలైన 'ఇల్లు' టైల్డ్ ప్రేక్షకుల్లో ఆసక్తిని రేకెత్తించింది.



ఇచ్చిన మాట నిలబెట్టుకున్న విజయ్-రష్మిక.. విద్యార్థులకు అండగా కొత్త దంపతులు

విజయ్ దేవరకొండ, రష్మిక దంపతుల గొప్ప మనసు
ఇచ్చిన మాట ప్రకారం విద్యార్థులకు అండగా నిలిచిన విజయ్ దేవరకొండ, రష్మిక
విజయ్ తండ్రి స్వగామమైన సొంత గ్రామమైన తుమ్మనపేటలో విద్యా సహాయం
దేవరకొండ ఫౌండేషన్ ద్వారా 44 ప్రభుత్వ పాఠశాలల విద్యార్థులకు చేయూత

స్టార్ దంపతులు విజయ్ దేవరకొండ, రష్మిక మందణ్ణ ఇచ్చిన మాట నిలబెట్టుకున్నారు. తాము ప్రకటించినట్లుగానే సేవా కార్యక్రమానికి శ్రీకారం చుట్టారు. విజయ్ తండ్రి జన్మించిన తెలంగాణలోని అచ్చంపేట మండలంలోని 9, 10వ తరగతి విద్యార్థులకు అండగా నిలుస్తున్నట్లు ప్రకటించారు. ఈ విషయాన్ని విజయ్ దేవరకొండ స్వయంగా సోషల్ మీడియా ద్వారా వెల్లడించారు. ఈ మేరకు విజయ్ తన 'ఎక్స్' (ట్విట్టర్) ఖాతాలో ఓ పోస్ట్ పెట్టారు. "మా నాన్న పుట్టిన చిన్న వల్లె తుమ్మనపేటకు బయలుదేరాం. ఈ ఏడాది ఫిబ్రవరిలో నేను, రష్మిక మా ఒక చిన్న కలను ప్రకటించాం. అచ్చంపేట మండలంలోని 9, 10 తరగతుల విద్యార్థులను ప్రోత్సహించాలన్నదే మా లక్ష్యం" అని పేర్కొన్నారు. విజయ్ పోస్టును రష్మిక రిపీట్ చేస్తూ తన సంతోషాన్ని వ్యక్తం చేశారు. ఈ ఏడాది ఫిబ్రవరిలో ఉదయపూర్‌లో వివాహ బంధంతో ఒక్కటైన ఈ జంట, 'దేవరకొండ ఫౌండేషన్' ద్వారా తుమ్మనపేటలోని 44 ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో 9, 10వ తరగతి చదివే విద్యార్థులకు విద్యా సహాయం అందిస్తామని ప్రకటించారు. ఈ కార్యక్రమంలో భాగంగా విద్యార్థుల ఫిజియల్ చెల్లింపడం, వారికి అవసరమైన నోట్‌బుక్స్, ఇతర స్టడీ మెటీరియల్‌ను అందించనున్నారు. తద్వారా తల్లిదండ్రులపై ఆర్థిక భారం తగ్గించడంతో పాటు ఆర్థిక కారణాలతో చదువు మధ్యలో ఆగిపోకుండా చూడాలన్నది వీరి సంకల్పం. ఇక సినీమాల విషయానికొస్తే, వివాహం తర్వాత విజయ్, రష్మిక తొలిసారిగా 'రణబాలి' అనే పీరియడ్ డ్రామా చిత్రంలో కలిసి నటిస్తున్నారు. గతంలో 'గీత గోవిందం', 'డియర్ కాప్టేన్' వంటి విజయవంతమైన చిత్రాల్లో నటించిన ఈ జంటకు, 'రణబాలి' మూడో చిత్రం కానుంది. 1850ల నాటి చారిత్రక వాస్తవ సంఘటనల ఆధారంగా ఈ సినిమాను తెరకెక్కిస్తున్నట్లు తెలుస్తోంది. చరిత్ర పుస్తకాల్లో నమోదుకాని, బ్రిటిష్ వారు తప్పుగా ప్రచారం చేసిన కొన్ని కీలక సంఘటనల ఆధారంగా ఈ చిత్రం కథ సాగుతుందని సమాచారం.