



సమస్య ఏదైనా జనం కోసం జనతా... ఇదే మా లక్ష్యం ప్రజలు, ప్రభుత్వానికి మధ్య వారధి మీడియా ప్రజా సమస్యలను వెలికితీసి... వారి పరిష్కారానికి పునాది వేసి మీడియా మీ సమస్య ఏదైనా మీ తరుపున నిలబడి అటు అధికారులను గానీ, అటు రాజకీయ నాయకులను గానీ నిలదీస్తూ, విజ్ఞాన దిగ్గజాలుగా జనతా... రండి.. మీ కలాన్ని కదపండి.. మీ గళాన్ని వినిపించండి.. అందరం కలిసికట్టుగా.. "జనతా"తో కలిసి ప్రజా సమస్యలపై పోరాడుదాం!! మొత్తాన దిక్కుతో విని చేద్దాం.. ఆగ్నేదే..! జనం కోసం "జనతా"..
బెత్తాపాకులు..
సంప్రదించామి మొట్టె నంబర్.. 7989867251 - ఎడిటర్

4.10.2025

శనివారం Saturday

సంపుటి (Volume): 10

సంచిక (Issue): 167

పేజీలు: 8

Pages: 8

వెల : 2

Published from : Karimnagar

మాజీ మంత్రికి నివాళి

- కాంగ్రెస్ పెద్ద నాయకుడిని కోల్పోయిందని సీఎం వెల్లడి
- దామోదర్ రెడ్డి కుటుంబ సభ్యులకు ప్రగాఢ సానుభూతి



ఫలక్ నుమా ఆర్వోబీ ప్రారంభం

- పాతబస్తీ ట్రాఫిక్ సమస్యకు పరిష్కారం
- లాంఛనంగా ఓపెనింగ్ చేసిన మంత్రి పాన్సం



రేవంత్ రెడ్డిని వదిలిపెట్ట

- వచ్చే అసెంబ్లీ ఓడించి తీరుతా
- రాహుల్, మోడీ ఆయనను కాపాడలేరు
- ప్రశాంత్ కిషోర్ మండిపాటు



పాక్ పేరు లేకుండా చేస్తాం

- ఉగ్రవాదాన్ని ఎగదోస్తే గట్టి సమాధానం
- ఆర్మీ చీఫ్ జనరల్ ఉపేంద్ర ద్వివేది హెచ్చరిక



'విలువలతో కూడిన వృద్ధి'కి కేరాఫ్ తెలంగాణ

జనతా న్యూస్, హైదరాబాద్: 'విలువలతో కూడిన వృద్ధి'కి కేరాఫ్ గా తెలంగాణ దేశంలోని ఇతర రాష్ట్రాలకు రోల్ మోడల్ గా మారందని రాష్ట్ర ఐటీ, పరిశ్రమల శాఖ మంత్రి దుద్దిళ్ల శ్రీధర్ బాబు అన్నారు. పారిశ్రామికాభివృద్ధికి అత్యంత అనుకూలంగా ఉన్న తెలంగాణలో పెట్టుబడులు పెట్టేందుకు ముందుకు రావాలని పారిశ్రామికవేత్తలను కోరారు. జైన్ ఇంటర్నేషనల్ ట్రేడ్ అర్గనైజేషన్ (జీటో) హైదరాబాద్ ఛాప్టర్ ఆధ్వర్యంలో హైటెక్స్, హెచ్ఐసీసీలలో మూడ్రోజుల పాటు నిర్వహించనున్న 'జీటో కన్వెంట్ 2025'ను కేంద్ర మంత్రులు రాజ్ నాథ్ సింగ్, కిషన్ రెడ్డితో కలిసి శుక్రవారం ఆయన లాంఛనంగా ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ.. ఒకప్పుడు పారిశ్రామికవేత్తలు ప్రభుత్వానిచ్చే రాయితీలు, ప్రోత్సాహకాలను చూసే పెట్టుబడులు పెట్టేవారన్నారు. మూడున్న పరిస్థితులకు అనుగుణంగా ఇప్పుడు వారి ఆలోచన తీరు కూడా మారిందన్నారు. మిగతా 2 లో

- పారిశ్రామికాభివృద్ధికి అనుకూలం, అవకాశాల ఖని
- పెట్టుబడులు పెట్టేందుకు ముందుకు రావాలని ఆహ్వానం
- 'జీటో కన్వెంట్ 2025' ప్రారంభోత్సవంలో మంత్రి శ్రీధర్ బాబు
- కేంద్ర మంత్రులు రాజ్ నాథ్ సింగ్, కిషన్ రెడ్డి హాజరు



అందరం కలిసి ఉండాలన్నదే అలయ్ బలయ్

- కులముతాలతో విడదీసి పజ్జం గడుపుకోవాలనుకుంటే కుదరదు
- ఎక్కడో ఏదో జరిగిందని.. ఇక్కడా జరుగుతుందటే పొరపాటు
- భిన్నత్వంలో ఏకత్వం మన బలం అన్న వెంకయ్య

జనతా న్యూస్, హైదరాబాద్: వేషభాషలు వేరయినా అందరం భారతీయులమనే భావనతో కలిసి ముందుకెళ్తున్నా మని మాజీ ఉపరాష్ట్రపతి వెంకయ్యనాయుడు అన్నారు. హరియాణా మాజీ గవర్నర్ బండారు దత్తాత్రేయ కుమార్తె విజయలక్ష్మి ఆధ్వర్యంలో నాంపల్లి ఎన్టీబిఎస్ గ్రాండ్ లో నిర్వహించిన 'అలయ్ బలయ్' కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ప్రముఖులను దత్తాత్రేయ సత్కరించారు. అనంతరం పలువురు ప్రముఖులు మాట్లాడారు. తొలుత వెంకయ్యనాయుడు మాట్లాడుతూ అందరం కలిసి ఉండాలనేది అలయ్ బలయ్ ఉద్దేశమన్నారు. 20 ఏళ్లుగా బండారు దత్తాత్రేయ ఈ కార్యక్రమాన్ని నిర్వహిస్తున్నారని కొనియాడారు. మిగతా 3 లో



కాంగ్రెస్ పాలనలో ఆర్థిక విధ్వంసం

- జీఎస్టీ వసూళ్ల వృద్ధిలో దేశంలోనే అట్టడుగుకు..
- రేవంత్ అనుభవలేమి, అరాచకత్వమే కారణం
- బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్

03

చరిత్ర తిరగరాస్తాం

- కాంగ్రెస్, బీఆర్ఎస్ ను ప్రజలే ఓడిస్తారు
- ఎప్పుడెప్పుడు ఎన్నికలు నిర్వహిస్తారా? అని ఎదురు చూస్తున్నా
- కాంగ్రెస్ కు లోకల్ బాడీ ఎన్నికలు నిర్వహించాలనే సోయే లేదు
- కేంద్ర హోంశాఖ సహాయ మంత్రి బండి సంజయ్ కుమార్



03



పెద్దనాన్న లైంగిక వేధింపులు

కొంపల్లిలో ఇంటర్ విద్యార్థిని బలవన్మరణం

కంటికి రెప్పలా కాపాడాల్సిన పెద్దనాన్న నుంచే లైంగిక వేధింపులు ఎదురకావడంతో వాటిని భరించలేని ఓ 17 ఏళ్ల ఇంటర్ విద్యార్థిని ఆత్మహత్యకు పాల్పడింది. ఈ హృదయ విదారక ఘటన పోచమ్మగడ్డ ప్రాంతంలో గురువారం రాత్రి జరిగింది.

02

పెద్దనాన్న లైంగిక వేధింపులు

కొంపల్లిలో ఇంటర్ విద్యార్థిని బలవత్సరణం

హైదరాబాద్, అక్టోబర్ 3: హైదరాబాద్ నగరంలోని కొంపల్లిలో తీవ్ర విషాదం చోటుచేసుకుంది. కంటికి రెప్పలా కాపాడాల్సిన పెద్దనాన్న నుంచే లైంగిక వేధింపులు ఎదురుకావడంతో వాటిని భరించలేని ఓ 17 ఏళ్ల ఇంటర్ విద్యార్థిని ఆత్మహత్యకు పాల్పడింది. ఈ చూదయ విచారక ఘటన పోచమ్మగడ్డ ప్రాంతంలో గురువారం రాత్రి జరిగింది. పేట్ బహిరాబాద్ పోలీసులు వెల్లడించిన వివరాల ప్రకారం, నిజామాబాద్ జిల్లా వర్సికి చెందిన ఓ కుటుంబం ఉపాధి కోసం కొంపల్లికి వలస వచ్చి నివసిస్తోంది. ఈ దంపతుల పెద్ద కుమార్తె (17) స్థానికంగా ఉన్న ఓ కార్పొరేట్ కళాశాలలో ఇంటర్మీడియట్ రెండవ సంవత్సరం చదువుతోంది. గతేడాది రోడ్డు ప్రమాదంలో బాలిక తండ్రి మరణించారు. ఆయన బతికున్నప్పుడు తన అన్నతో కలిసి మేడ్చల్లో ఫైనాన్స్ కోంత రుణం తీసుకున్నారు. తండ్రి మరణం తర్వాత, ఆ అమ్మ విషయం మాట్లాడాలనే నెపంతో పెద్దనాన్న తరచూ తమ్మడి ఇంటికి రావడం మొదలుపెట్టాడు. ఈ క్రమంలో ఇంట్లో ఎవరూ లేని సమయం చూసి బాలికను లైంగికంగా వేధించేవాడు. అతని వేధింపులు రోజురోజుకూ ఎక్కువ కావడంతో ఆ బాలిక తీవ్ర మనోవేదనకు గురైంది. ఈ సరకాన్ని భరించలేక, ఇంట్లో ఎవరూ లేని సమయంలో ఉరి వేసుకుని ప్రాణాలు తీసుకుంది. విషయం తెలుసుకున్న బాలిక తల్లి గుండెలవిసిలా రోదించింది. ఆమె ఇచ్చిన ఫిర్యాదు ఆధారంగా పేట్ బహిరాబాద్ పోలీసులు కేసు నమోదు చేశారు. నిందితుడిపై కఠిన చర్యలు తీసుకుంటామని పోలీసులు తెలిపారు. ఈ ఘటనపై సమగ్రంగా దర్యాప్తు జరుపుతున్నట్లు వారు వెల్లడించారు.



మద్యం విక్రయాలకు దసరా కిక్కు

పండగతో భారీగా అమ్మకాలు

హైదరాబాద్, అక్టోబర్ 3: తెలంగాణలో మద్యం విక్రయాల భారీగా పెరిగాయి. దసరా కిక్కు ఇచ్చింది. అక్టోబర్ 2న దసరా రావడంతో ముం దస్తుగానే 30, 1 తేదీల్లో భారీగా మద్యం ఏక్రా యలు జరిగాయి. ఈ ఏడాది సెప్టెంబరులోనే రూ. 3,046 కోట్ల మేర మద్యం అమ్మకాలు జరిగాయని ఎక్సైజ్ అధికారులు తెలిపారు. ఈ ఏడాది సెప్టెంబరు 29న రూ.278 కోట్లు, 30న రూ.333 కోట్లు, అక్టోబర్ 1న రూ.86.23 కోట్ల మద్యం అమ్మకాలు జరిగాయి. గతేడాదితో పోలిస్తే ఈ 3 రోజుల్లోనే 60 నుంచి 80శాతం వరకు అమ్మకాలు పెరిగాయి. ఈ ఏడాది ఇప్పటి వరకు.. రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా 29.92 లక్షల కేసుల లిక్కర్, 36.46 లక్షల కేసుల బీర్లు విక్రయించారు. గతేడాదితో పోలిస్తే 7శాతానికిపైగా మద్యం విక్రయాల పెరిగాయి. మద్యం సేల్స్ పెరగడంతో ఎక్సైజ్ శాఖకు రాబడి పెరిగింది.



పాక్ పేరు లేకుండా చేస్తాం

ఉగ్రవాదాన్ని ఎగదోస్తే గట్టి సమాధానం

ఆర్మీ చీఫ్ జనరల్ ఉపేంద్ర ద్వివేది హెచ్చరిక

న్యూఢిల్లీ, అక్టోబర్ 3 : ఉగ్రవాదాన్ని పెంచి పోషిస్తున్న దాయాది దేశం పాకిస్థాన్ కు ఆర్మీ చీఫ్ జనరల్ ఉపేంద్ర ద్వివేది శుక్రవారం నాడు దిమ్మతిరిగే వార్నింగ్ ఇచ్చారు. భారత్ లో ఉగ్రవాదాన్ని స్పాన్సర్ చేసే చర్యలను పాక్ మానుకోకుంటే ఆ దేశం ప్రపంచ పటం నుంచి కనుమరుగవుతుందని హెచ్చరించారు. భారత బలగాలు ఆవరేషన్ సిందూర్లో చూపించిన సంయమనాన్ని ప్రతిసారి చూపించలేమని అన్నారు. ఈసారి నిర్ణయాత్మక, అత్యంత శక్తివం తమైన సమాధానం ఇస్తుందని చెప్పారు. 'ఆవరేషన్ సిందూర్ 1.0లో చూపిన సంయ మనాన్ని ఈసారి చూపించం. ప్రపంచ పటంలో ఉండాలునుకుంటోందో, లేదో తెల్పుకునేలా ఈసారి పాకిస్థాన్ కు గట్టి సమాధానం ఉంటుంది. ప్రపంచ పటంలో పాక్ ఉండదలిస్తే మాత్రం ఉగ్రవాదాన్ని స్పాన్సర్ చేయడం అవీతిరాలి' అని జనరల్ ద్వివేది అన్నారు. బిక్సీర్ మిలట్రీ స్టేషన్ తో సహా పలు ఫార్వార్డ్ ఏరియాల్లో శుక్రవారం నాడు ఉపేంద్ర ద్వివేది పర్యటించారు. బలగాల సన్నద్ధతను అంచనా వేసేందుకు ఆయన ఈ పర్యటన చేపట్టారు. మిలట్రీ సీనియర్ అధికారులు, వెటరన్స్, సివిల్ డిగ్నటరీలతో ఆయన సమావేశం అయ్యారు. ఆధునికీకరణ, యుద్ధ సన్నాహకాలు, అడ్వాన్సింగ్ టెక్నలాజికల్ సామర్థ్యాలు, ఆవరేషన్ ఎక్స్ లెన్స్ కు ఆర్మీ కృతనిశ్చయంతో ఉందని ఈ సందర్భంగా ఆయన పేర్కొన్నారు.



బాపూఘాట్ వద్ద గాంధీజయంతి



హైదరాబాద్, అక్టోబర్ 3: జాతీపిత మహాత్మా గాంధీ జయంతి సందర్భంగా హైదరాబాద్ లంగర్ హౌస్ లోని బాపూఘాట్ వద్ద గవర్నర్ జిష్టు దేవ్ వర్తతో కలిసి ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి పూష్పంజలి ఘటించారు. బాపూఘాట్ వద్ద నివాకులు అర్పించిన వారిలో శాసన మండలి చైర్మన్ గుత్తా సుఖేందర్ రెడ్డి, శాసనసభ స్పీకర్ గడ్డం ప్రసాద్ కుమార్, టీపీసీసీ అధ్యక్షుడు మహేష్ కుమార్ గౌడ్, ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శి రామకృష్ణారావు, తదితరులు ఉన్నారు. ఈ సందర్భంగా బాపూఘాట్ వద్ద సర్వమత ప్రార్థనల్లో గవర్నర్ పాల్గొన్నారు. దసరా రోజు కూడా కావడంతో గవర్నర్ తదితరులు పాల్గొని శుభకాంక్షలు తెలిపారు.

దామోదర్ రెడ్డికి సీఎం రేవంత్ నివాళి

కాంగ్రెస్ పెద్ద నాయకుడిని కోల్పోయిందని వెల్లడి

హైదరాబాద్, అక్టోబర్ 3: మాజీ మంత్రి రాంరెడ్డి దామోదర్ రెడ్డి భౌతికకాయానికి ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి, పలువురు కాంగ్రెస్ నాయకులు నివాళులు అర్పించారు. హైదరాబాద్ లోని ఏబిజీ ఆసుపత్రిలో చికిత్స పొందుతూ దామోదర్ రెడ్డి బుధవారం రాత్రి మృతిచెందారు. ప్రజల సందర్భునార్థం ఇవాళ జూబ్లీహిల్స్ లోని ఆయన నివాసంలో భౌతికకాయాన్ని ఉంచారు. దామోదర్ రెడ్డి భౌతికకాయానికి నివాళులు అర్పించి, ఆయన కుటుంబ సభ్యులను సీఎం పరామర్శించారు. నివాళులర్పించిన వారిలో సీఎం సలహాదారు వేం నరేందర్ రెడ్డి, రైతు కమిషన్ చైర్మన్ కోదండ రెడ్డి తదితరులు ఉన్నారు. దామోదర్ రెడ్డి, తాను ఒకేసారి ఎమ్మెల్యేలుగా ఎన్నికై అసెంబ్లీలో అడుగుపెట్టామని, ప్రజా సమస్యలపై అలుపెరగని పోరాటం చేశారని కోదండరెడ్డి కొనియాడారు. చిన్న చిన్న ఆరోగ్య సమస్యలు ఉన్నాయని... కోలుకుని తిరిగి పార్టీలో ఉంటారని తాము భావించామన్నారు. ఆయన మృతి ఉమ్మడి నల్గొండ జిల్లాకే కాదు తెలంగాణ రాష్ట్రానికి తీరని లోటని పేర్కొన్నారు. గత కొంతకాలంగా అనారోగ్యంతో చికిత్స పొందుతున్న ఆయన హైదరాబాద్ లోని ఒక ప్రైవేట్ ఆస్పత్రిలో బుధవారం రాత్రి తుదిశ్వాస విడిచారు. ఖమ్మం జిల్లా, లింగాల గ్రామంలో జన్మించిన దామోదర్ రెడ్డి ఉమ్మడి రాష్ట్రంలో నల్గొండ జిల్లా, తుంగతుర్తి నియోజకవర్గం నుంచి నాలుగు పర్యాయాలు ఎంఎల్ఎగా ఎన్నికయ్యారు. సూర్యాపేట నుంచి ఒక పర్యాయం



ఎంఎల్ఎగా విజయం సాధించారు. 2023 చివరలో జరిగిన ఎన్నికల్లో సూర్యాపేట నియోజకవర్గంలో నుంచి పోటీ చేసి స్వల్ప తేడాతో ఓటమిపాలయ్యారు. దామోదర్ రెడ్డిని ఆయన అభిమానులు 'టైగర్' అని ముద్దుగా పిలుచు కుంటారు. ఆయన అంత్యక్రియలు తుంగతుర్తి నియోజకవర్గం కేంద్రంలో ఈ నెల 4వ తేదీన నిర్వహించనున్నట్లు కాంగ్రెస్ వర్గాలు వెల్లడించాయి. దామోదర్ రెడ్డి

పార్లమెంటులోని కడపారి సందర్శించేందుకు సూర్యాపేటలోని ఆయన నివాసంలో ఏర్పాటు చేస్తున్నారు. దామోదర్ రెడ్డి మరణం పట్ల సీఎం రేవంత్ రెడ్డి దిగ్భ్రాంతి వ్యక్తం చేశారు. వారి కుటుంబానికి ప్రగాఢ సానుభూతిని తెలియజేస్తూ, ఆయన ఆత్మకు శాంతి చేకూరాలని ప్రార్థించారు. ఆయన మరణం కాంగ్రెస్ పార్టీకి తీరని లోటని అన్నారు.

ఫలక్ నుమా ఆర్వోబీ ప్రారంభం

లాంఛనంగా ఓపెనింగ్ చేసిన మంత్రి పాన్సన్

హైదరాబాద్, అక్టోబర్ 3: జీహెచ్ఎంసీ నిధులు రూ 52.03 కోట్ల వ్యయంతో నిర్మించిన సికింద్రాబాద్ - ఫలక్ నుమా బ్రాడ్ గేజ్ లైన్ లోని ఫలక్ నుమా వద్ద ఆర్.ఓ.బీ.కి సమాంతర ఆర్.ఓ.బీ.నీ శుక్రవారం హైదరాబాద్ ఇన్ ఫార్మి మంత్రి పాన్సన్ ప్రభాకర్ మేయర్ గద్వాలర్ విజయలక్ష్మి తో కలిసి ప్రారంభించారు. కార్యక్రమంలో రాజ్యసభ సభ్యులు అనదుద్దీన్ ఒవైసీ, ఎమ్మెల్యేలు మీర్ రియాజ్ ఉల్ హసన్ ఎఫ్ఎంఓ, మీర్ రహమాత్ బేగ్, ఎమ్మెల్యేలు మహమ్మద్ ముబీన్, మీర్ జబ్బీకర్ అలీ, జీహెచ్ఎంసీ కమిషనర్ ఆర్మీ కర్నల్, చార్మినార్ జోనల్ కమిషనర్ శ్రీనివాస్ రెడ్డి, కార్పొరేటర్ లు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

తీరనున్న ట్రాఫిక్ కష్టాలు

పాతబస్స్ ఫలక్ నామాలో నేటి నుంచి ప్రజలకు ట్రాఫిక్ కష్టాలు తీరనున్నాయి. సికింద్రాబాద్ నుంచి

ఫలక్ నామా బ్రాడ్ గేజ్ లైన్ వద్ద ఉన్న ఆర్వోబీకి సమాంతరంగా జీహెచ్ఎంసీ ఆర్వోబీ నీ నిర్మించింది. రూ.52. కోట్లతో 4 వరుసల్లో ఆర్వోబీని జీహెచ్ఎంసీ నిర్మించింది. పాత ఆర్వోబీని పునరుద్ధరించడంతో పాటు దానికి సమాంతరంగా మరో ఆర్వోబీని నిర్మించడంతో బార్లన్ జంక్షన్ నుంచి ఫలక్ నామా బస్ డిపో, రైల్వే స్టేషన్, చార్మినార్ వైపు వెళ్లే వాహనాల రాకపోకలకు ఇబ్బందులు తొలగనున్నాయి. సమయం ఆదాతోపాటు గంటల తరబడి నిలిచిపోయే ట్రాఫిక్ నుంచి ఊరట లభించనుంది. ఫలక్ నుమా ఆర్.ఓ.బీ.నీ ప్రారంభించి అందుబాటులోకి తీసుకురావడం పట్ల స్థానిక ప్రజలు హర్షం వ్యక్తం చేస్తున్నారు.

ఎస్ఆర్జీపీ పనుల సత్ఫలితాలు

గత ప్రభుత్వంలో 5937 కోట్ల రూపాయల అంచనాతో 42 పనులకు ప్రతిపాదించారు. ఇప్పటివరకు 39 పనులు అందుబాటులోకి రావడం జరిగింది. మిగతా మూడు పనులు పూర్తి కావడానికి మరో సంవత్సరం లో పూర్తి చేయనున్నారు. నల్గొండ ఎక్స్ రోడ్డు నుండి ఒవైసీ హాస్పిటల్ వరకు శాస్త్రి పురం రైల్వే ఓవర్ బ్రిడ్జి, ఉప్పల్ పై ఓవర్ అసంపూర్ణంగా ఉన్నాయి. ఆ పనులు పూర్తయ్యితే ఎస్ఆర్జీపీ పనులు పూర్తి అవుతాయి. హెచ్ సీటీ ద్వారా చేపట్టనున్న మత్తం పనులు గత ప్రభుత్వంలో ఎస్ ఆర్ డి పి ద్వారా రెండోదశ ప్రతిపాదనల



పనులను తీసుకున్నారు. ప్రజా పాలన ప్రభుత్వంలో దానికి కొత్త పేరు హెచ్ సీటీ పథకం రూప కల్పన చేసే అట్టహాసంగా ప్రభుత్వం ఏర్పడి ఏడాది పూర్తయిన సందర్భంగా అన్ని పనులకు రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి శంకు స్థాపన చేసి యేడాది కావస్తున్న ఒకే జరిగిన ప్రారంభం అయ్యింది. అది కూడా జాతీయ రహదాని నుండి అమీన్ పూర్ వరకు గత నెల రాష్ట్ర మంత్రి డి శ్రీధర్ బాబు శ్రీకారం చుట్టిన మిగతా పనులు ఒక్కటి కూడా మొదలు పెట్టలేదు. గత ప్రభుత్వంలో చేపట్టిన పై ఓవర్లు, అందర్ పాసులు ఆర్.ఓ.బి.లా వాహన రద్దీ తగ్గించడం రోడ్డు రవాణా మెరుగు పడింది అందుకు తగ్గట్టు వాహన వేగం పెరిగి వాహన దారులకు ఇబ్బందులు తగ్గిందని చెప్పక తప్పదు..

‘విలువలతో కూడిన వృద్ధి’కి కేరాఫ్ తెలంగాణ

మొదటి పేజీ తరువాయి

ప్రతి అంశాన్ని క్లుప్తంగా పరిశీలించిన తర్వాతే నిర్ణయం తీసుకుంటున్నారన్నారు. ముఖ్యంగా వృద్ధి నైతిక మైనదా, సమృద్ధితమైనదా, సుస్థిరమైనదా..? అని అధ్యయ నం చేసిన తర్వాతే అడుగు ముందుకేస్తున్నారన్నారు. భవిష్యత్తు కోసం ఎదురు చూడకుండా, భవిష్యత్తునే తెలంగాణ నిర్మిస్తోందన్నారు. తెలంగాణ అవకాశాల ఖని అని, పరిశ్ర మల ఏర్పాటుకు ఇతర రాష్ట్రాలతో పోలిస్తే అత్యంత అను కూల పరిస్థితులున్నాయని వివరించారు. ఇతర ప్రాంతాల్లో పెట్టుబడులు పెట్టే ముందు ఒక్కసారి తెలంగాణలో పర్యటించిన తర్వాతే నిర్ణయం తీసుకోవాలని కోరారు. జైన సమాజం ‘సేవా’ స్ఫూర్తిని, తెలంగాణ ఇన్స్పిరేషన్ ఎకో సిస్టమ్ తో అనుసంధానిస్తే ప్రపంచం కోరుకుంటున్న నైతిక వృద్ధి సమూహా ఆవిష్కృతమవుతుందన్నారు. నిజమైన యూ నికార్డ్ అంటే బిలియన్ డాలర్ల విలువ కాదని, లక్షలాది



మంది జీవితాలను ప్రభావితం చేయడమని యువ పారిశ్రా మికవేత్తలు, ఆవిష్కర్తలకు సూచించారు. కార్యక్రమంలో ప్రముఖ యోగా గురువు రాందేవ్ బాబా, బీజేపీ రాష్ట్ర

అధ్యక్షుడు రామచందర్ రావు, జీటో హైదరాబాద్ ఛాప్టర్ ప్రతినిధులు రోహిత్ కొరారి, లలిత్ చోప్రా, విశాల్ అంబా లియా, బీఎల్ భండారి, సుశీల్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

రేవంత్ రెడ్డిని వదిలిపెట్ట

- వచ్చే లిసెంబ్లీ ఓడించి తీరుతా
- రాహుల్, మోడీ ఆయనను కాపాడలేరు
- ప్రశాంత్ కిషోర్ మండిపాటు

ఢిల్లీ, అక్టోబర్ 3: జన్ సురాజ్ పార్టీ అధినేత, రాజకీయ వ్యూహకర్త ప్రశాంత్ కిషోర్ తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి పి. రేవంత్ రెడ్డిపై మరోసారి తీవ్ర ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. “వచ్చే ఎన్నికల్లో తెలంగాణకు వెళ్లి రేవంత్ ను ఓడించి తీరుతాను.. రాహుల్ గాంధీ, మోడీ ఎవరూ కాపాడలేరు” అని తాజాగా ఓ మీడియా సంస్థకు ఇచ్చిన ఇంటర్వ్యూలో ప్రకటించారు. బిహార్ ఎన్నికలు జరుగుతున్న సమయంలో తన జన్ సురాజ్ పార్టీని బలోపేతం చేసుకోవడానికి రేవంత్ రెడ్డిని ప్రశాంత్ కిషోర్ ఉపయోగించుకుంటున్నారన్న ఆఖిలాభయం వ్యక్తమవుతోంది. 2023 డిసెంబర్ లో తెలంగాణ అసెంబ్లీ ఎన్నికల సమయంలో రేవంత్ రెడ్డి మాజీ ముఖ్యమంత్రి కె. చంద్రశేఖర్ రావు పై విమర్శలు గుప్పించారు. కేసీఆర్ తన కేబినెట్ లో బిహార్ కు చెందిన అధికారులను ఎక్కువగా నియమించారని, వారిని అడ్డం

పెట్టుకుని కుట్రలు చేస్తున్నారని.. డోపింగ్ చేస్తున్నారని ఆరోపించారు. ఆ సమయంలో ఓ టీవీ చానల్ తో మాట్లాడుతున్న సమయంలో “తెలంగాణ డీఎన్ఎ బిహార్ డీఎన్ఎ కంటే బెటర్.. బిహార్ వాళ్ల డీఎన్ఎలోనే కూలి పని ఉంది” అని రేవంత్ పేర్కొన్నారు. ఈ వ్యాఖ్యలు బిహార్ ప్రజలను అవమానించినట్లుగా ఉన్నాయని బీజేపీ, ఆర్డీ, జేడీయూ వంటి పార్టీల నుంచి తీవ్ర విమర్శలు వచ్చాయి. రేవంత్ రెడ్డి వ్యాఖ్యలను ప్రశాంత్ కిషోర్ సీరియస్ గా తీసుకున్నారు. “రేవంత్ బిహార్ ప్రజలను అవమానిస్తున్నాడు. బిహార్ వాళ్ల డీఎన్ఎ తక్కువ అంటే, మీరు మా సహాయం ఎందుకు అడిగారు?” అని ప్రశాంత్ కిషోర్ ప్రశ్నించారు. రేవంత్ తెలంగాణ కాంగ్రెస్ అధ్యక్షుడిగా ఉన్నప్పుడు ఢిల్లీలో తనను మూడుసార్లు సంప్రదించి, ఎన్నికల వ్యూహాలకు సహాయం అడిగారని కూడా పీకే తెలిపారు. 2025 ఆగస్టులో బిహార్ లో కాంగ్రెస్-ఆర్డీ కలిసి నిర్వహించిన ‘హోటర్ అధికార యాత్ర’లో రేవంత్ రెడ్డి పాల్గొనడం ప్రశాంత్ కిషోర్ కు ఆగ్రహం తెప్పించింది. రాహుల్ గాంధీ, తేజస్వి యాదవ్ నేతృత్వంలో జరిగిన ఈ 16 రోజుల యాత్రలో రేవంత్ ప్రధానం చేయడం బిహార్ ప్రజల అవమానమని ప్రశాంత్ కిషోర్ అప్పుడే ఖండించారు. “రేవంత్ బిహార్ వాళ్లపై



దుర్మార్గు వ్యాఖ్యలు చేస్తాడు. బిహార్ గ్రామాలకు వస్తే, ప్రజలు అతన్ని తరిమికొడతారు” అని హెచ్చరించారు. రాహుల్ గాంధీ రేవంత్ ను అహ్వానించడం “బిహార్ గౌరవానికి అవమానం” అని కూడా విమర్శించారు. ప్రశాంత్ కిషోర్ 2025లో బిహార్ అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో జన్ సురాజ్ పార్టీతో పోటీ పడుతున్నారు. ఆత్మగౌరవ నివాదం ద్వారా బిహార్ ప్రజల్లో తమ పార్టీకి మద్దతు పెంచుకోవాలని, కాంగ్రెస్ పై రేవంత్ తో లింక్ చేసి విమర్శలు రేకెత్తించాలని వ్యూహమని భావిస్తున్నారు. ప్రశాంత్ కిషోర్ తనను టార్గెట్ చేస్తూ చేస్తున్న విమర్శలు, ఆరోపణలపై ఇప్పటి వరకూ రేవంత్ రెడ్డి స్పందించలేదు.

కాంగ్రెస్ పాలనలో తెలంగాణ ఆర్థిక విధ్వంసం

- జీఎస్టీ వసూళ్ల వృద్ధిలో దేశంలోనే అట్టడుగుకు పతనం
- రెండేళ్ల క్రితం దేశంలోనే నెం.1
- రేవంత్ అనుభవలేమి, అరాచకత్వమే కారణం
- బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్

హైదరాబాద్, అక్టోబర్ 3: ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి నేతృత్వంలోని కాంగ్రెస్ పాలనలో తెలంగాణ ఆర్థిక వ్యవస్థ సంపూర్ణ విధ్వంసానికి గురైందని బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ తీవ్ర స్థాయిలో విమర్శించారు. తాజాగా, సెప్టెంబర్ 2025 నెలలో వస్తు, సేవల పన్ను (జీఎస్టీ) వసూళ్ల వృద్ధి రేటులో తెలంగాణ దేశంలోనే అట్టడుగున ఉండటం దారుణమని కేటీఆర్ అన్నారు. తెలంగాణ ఆర్థిక విధ్వంసానికి సంబంధించిన మరో



సృష్టమైన సూచిక ఇదేనని ఆయన పేర్కొన్నారు. సరిగ్గా రెండేళ్ల క్రితం, కేసీఆర్ గారి సమర్థ పాలనలో తెలంగాణ రాష్ట్రం దేశంలోనే నెంబర్ వన్ స్థానంలో నిలిచిందని ఆయన గుర్తు చేశారు. జీఎస్టీ వృద్ధిలో ఈ పతనం, రేవంత్ రెడ్డి పరిపాలనలో రాష్ట్ర ఆర్థికవ్యవస్థ ఎంత విధ్వంసం పాలయ్యిందో చెప్పి ఒక నిదర్శనమని కేటీఆర్ ధ్వజమెత్తారు. బీఆర్ఎస్ హయాంలో వ్యవసాయం నుండి బట్టి వరకూ అన్ని రంగాలకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం గట్టి దన్ను ఇవ్వడంతో ఆర్థికవ్యవస్థ పరుగులు తీసి, రికార్డులు తిరగరాసిందని కేటీఆర్ తెలిపారు. కానీ, నేడు కాంగ్రెస్ పాలనలో, చదుగ్గ వచ్చినా, పబ్లిం వచ్చినా కూడా అన్ని రంగాల నేలచూపులే చూస్తున్నాయని ఆయన ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. వ్యవసాయం నుండి రియల్ ఎస్టేట్ వరకూ అన్ని రంగాల్లోనూ దైన్యమే తాండవిస్తోందని మండిపడ్డారు. “అరాచకత్వం, అవినీతి, అనుభవలేమి కలగలసిన రేవంత్ పాలనలో తెలంగాణ ఆర్థిక విధ్వంసానికి గురవుతోంది. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ఈ విధ్వంసాన్ని వెంటనే ఆపడానికి చర్యలు తీసుకోవాలి” అని బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ డిమాండ్ చేశారు.

చరిత్ర తిరగరాస్తాం



కరీంనగర్, అక్టోబర్ 3: లోకల్ బాడీ ఎన్నికల సర్వేలు బీజేపీకి అనుకూలంగా ఉన్నాయని, ఈసారి కరీంనగర్, సిరిసిల్లా జిల్లా పీఠాలను బీజేపీ కైవసం చేసుకోబోతున్నదని కేంద్ర హోంశాఖ సహాయ మంత్రి బండి సంజయ్ కుమార్ ధీమా వ్యక్తం చేశారు. శనివారం సాయంత్రం కరీంనగర్ లోని ఈఎన్ గార్డెన్స్ లో కరీంనగర్ పార్లమెంట్ నియోజకవర్గ పరిధిలోని మండలాధ్యక్షులు, జిల్లాపీఠ ప్రభారీల సమావేశం నిర్వహించారు. కేంద్ర మంత్రి బండి సంజయ్ తోపాటు కరీంనగర్, సిరిసిల్లా జిల్లాల అధ్యక్షులు గంగాడి సత్యనారాయణ, రెడ్డబోయిన గోపి, మాజీ అధ్యక్షులు బాస సత్యనారాయణ, మాజీ మేయర్లు సునీల్ రావు, డి.శంకర్, పార్లమెంట్ కన్వీనర్ బోయినపల్లి ప్రదీప్ రావు, కోమాల అంజనేయులు, వాసాల రమేష్, రామ్ గోపాల్ రెడ్డి తదితరులు పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా బండి సంజయ్ మాట్లాడారు. ఈ సమావేశానికి వచ్చిన వాళ్లకు అదావ్స్ కి కంగ్రాటులేవ్స్తే చెబుతున్నా లోకల్ బాడీ ఎన్నికల తరువాత ఇక్కడన్న

వారిలో చాలా మంది ఎంపీటీసీలు, జడ్పీటీసీలుగా గెలవబోతున్నారు. ఈసారి కరీంనగర్, సిరిసిల్లా జిల్లా పరిషత్ చైర్మన్ పీఠాలను బీజేపీ కైవసం చేసుకోబోతోంది. సర్వే నివేదికలన్నీ ఇదే విషయం తేటతెల్లం చేస్తున్నాయి. కాంగ్రెస్, బీఆర్ఎస్ పార్టీలను ఎప్పుడెప్పుడు ఓడిద్దామా? అని ప్రజలు ఎదురు చూస్తున్నారు. నేను సైతం ఎన్నికలు ఎప్పుడెప్పుడు జరుగుతాయో అని ఎదురు చూస్తున్నా. మిమ్మల్ని ప్రజాప్రతినిధులుగా గెలిపించేందుకు సిద్ధంగా ఉన్నా. పంచాయతీలకు నిధులిస్తోంది, అభివృద్ధి చేస్తోంది కూడా కేంద్ర నిధులతోనే. ప్రతి పల్లెలో ఉపాధి హామీ పనులు, ప్రధాని నడక్ యోజన, సీఐఆర్ఎఫ్ సహా ఎలీప్రద్ది పనులన్నీ కేంద్ర నిధులతోనే జరుగుతున్నవి. కేంద్రం నిధులివ్వకపోతే ఎప్పుడో ఆత్మహత్య చేసుకునేవాళ్లని తాజామాజీ సర్పంచులు కూడా చెబుతున్నారు. ఇగ ఇంటింటికీ వెళ్లి ఓటర్లను కలిసి పోలింగ్ బూత్ వద్దకు తీసుకొచ్చి ఓట్లని బాధ్యత తీసుకోవాలని కోరారు. కాంగ్రెస్,

- కాంగ్రెస్, బీఆర్ఎస్ ను ప్రజలే ఓడిస్తారు
- ఎప్పుడెప్పుడు ఎన్నికలు నిర్వహిస్తారా? అని ఎదురు చూస్తున్నా
- కాంగ్రెస్ కు లోకల్ బాడీ ఎన్నికలు నిర్వహించాలనే సోయే లేదు
- కేంద్ర హోంశాఖ సహాయ మంత్రి బండి సంజయ్ కుమార్

బీఆర్ఎస్ పార్టీలను ఎప్పుడెప్పుడు ఓడిద్దామా? అని ప్రజలు ఎదురు చూస్తున్నారు, తాను సైతం ఎన్నికలు ఎప్పుడెప్పుడు జరుగుతాయో అని ఎదురు చూస్తున్నట్లు తెలిపారు. తాజామాజీ సర్పంచులు, రైతులు, మహిళలు, వృద్ధులు, నిరుద్యోగులు, విద్యార్థులు, ఉద్యోగులే ఈసారి కాంగ్రెస్ ను ఓడించబోతున్నారని, బీజేపీకి వాళ్లే ట్రాండ్ అంటూనిదర్దు కాబోతున్నారని చెప్పారు. కరీంనగర్ జిల్లా పరిషత్ పీఠంపై ఈసారి కాపాయ జెండాను ఎగరేయబోతున్నామని, నాయకులంతా సమన్వయంతో కలిసి పనిచేసి సిరిసిల్లా జిల్లా పరిషత్ చైర్మన్ పీఠాన్ని కూడా దక్కించుకుందామని, ఈసారి కొత్త చరిత్రను సృష్టిద్దామని పిలుపునిచ్చారు. అభ్యర్థులకు టికెట్లు కేటాయించు విషయాన్ని బీజేపీ రాష్ట్ర నాయకత్వం చూసుకుంటుందని, అందుకోసం ఇప్పటికే సర్వేలు చేయిస్తోందని తెలిపారు. సర్వే నివేదికలను బట్టి గెలుపే ప్రాతిపదికన టికెట్లు పనాయని స్పష్టం చేశారు. టికెట్ రాకపోయినా బాధపడొద్దని, వాళ్లకు పార్టీ పథవులుసహా ఇతరతా అన్ని రకాల సహాయం అందించేందుకు తాను సిద్ధంగా ఉన్నానని భరోసా ఇచ్చారు. దయచేసి టికెట్లు రాకపోయినా పార్టీ నిర్ణయించిన అభ్యర్థుల గెలుపు కోసం కష్టపడి పనిచేయాలని, పొరపాటున ఎవరైనా పార్టీకి వ్యతిరేకంగా పనిచేస్తే కన్నతల్లికి ద్రోహం చేసినట్లనని, వాళ్ల విషయంలో కఠినంగా వ్యవహరిస్తామని హెచ్చరించారు.

అందరం కలసి ఉండాలన్నదే అలయ్ బలయ్

- కులమతాలతో విడదీసి పబ్లిం గడుపుకోవాలనుకుంటే కుదరదు
- ఎక్కడో ఏదో జరిగిందని ..ఇక్కడా జరుగుతుంటే పారపాటు
- భిన్నత్వంలో ఏకత్వం మన బలం అన్న వెంకయ్య
- దత్తాత్రేయ, బండారు విజయలక్ష్మిలకు అభినందన

హైదరాబాద్, అక్టోబర్ 3: చేపకాపలు వేరయినా అందరం భారతీయులమనే భావంతో కలిసి ముందుకెళ్తున్నామని మాజీ ఉపరాష్ట్రపతి వెంకయ్యనాయుడు అన్నారు. హరియాణా మాజీ గవర్నర్ బండారు దత్తాత్రేయ కుమార్తె విజయలక్ష్మి ఆధ్వర్యంలో నాంపల్లి ఎగ్జిబిషన్ గ్రౌండ్లో నిర్వహించిన ‘అలయ్ బలయ్’ కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ప్రముఖులను దత్తాత్రేయ సత్కరించారు. అనంతరం పలువురు ప్రముఖులు మాట్లాడారు. తొలుత వెంకయ్యనాయుడు మాట్లాడుతూ అందరం కలిసి ఉండాలనేది అలయ్ బలయ్ ఉద్దేశమన్నారు. 20 ఏళ్లుగా బండారు దత్తాత్రేయ ఈ కార్యక్రమాన్ని నిర్వహిస్తున్నారని కొనియాడారు. కొందరు కులం, మతం, వర్ణం, వర్గం, జాతి పేరుతో ప్రజల్ని చీల్చే ప్రయత్నం చేస్తున్నారన్నారు. మన దేశంలో అలాంటి ఆశలు పెట్టుకున్నవారు నిరాశ చెందక తప్పదని చెప్పారు. చిన్నచిన్న విభేదాలు వచ్చినా



భారతీయులం అనే భావనతో అందరూ కలిసి వెళ్తుంటారన్నారు. ఈ కార్యక్రమంతో ఐక్యతా సందేశాన్ని అందించడం ముదావహమని పేర్కొంటూ దత్తాత్రేయ, విజయలక్ష్మిలకు వెంకయ్యనాయుడు అభినందనలు తెలిపారు. ఇలాంటి కార్యక్రమాలతో మన సంస్కృతి, సంప్రదాయాలు ప్రజలకు తెలుస్తాయని సుప్రీంకోర్టు విశ్రాంత ప్రధాన న్యాయమూర్తి జస్టిస్ ఎస్వీ రమణ అన్నారు. అందర్నీ ఒక్కచోట చేర్చి ఐక్యత తేల్చేందుకు ఉపయోగపడుతుందన్నారు. సంప్రదాయాలకు అనుగుణంగా అలయ్ బలయ్ నిర్వహిస్తున్న దత్తాత్రేయ, విజయలక్ష్మిలకు ఆయన అభినందనలు తెలిపారు. మంత్రి కోమటిరెడ్డి వెంకట్రెడ్డి మాట్లాడుతూ దత్తాత్రేయ అజాత శత్రువని అన్నారు. ప్రతి ఒక్కరూ ఆయన్ను ప్రేమిస్తారని.. అందుకే పార్టీలకు అతీతంగా పెద్ద ఎత్తున ఇక్కడికి వచ్చారని చెప్పారు. ప్రముఖ సినినటుడు నాగార్జున మాట్లాడుతూ ఇలాంటి సత్కారం తనకు మొదటిసారి అని.. చాలా

కొత్తగా ఉందని చెప్పారు. దత్తాత్రేయకు ఈ సందర్భంగా ఆయన ధన్యవాదాలు తెలిపారు. మనమంతా కలసి ఉన్నామని చెప్పడంతో పాటు ఒకరికీ ఒకరమన్న దైర్ఘ్యం కల్పించిందన్నారు. 2005 నుంచి ఇప్పటి వరకు 20 ఏళ్లుగా ఈ కార్యక్రమం నిర్వహిస్తున్నారని చెప్పారు. రాజకీయాలకు అతీతంగా జరుగుతున్న ఈ కార్యక్రమం తమకెంతో కాన్విడెన్స్ ఇస్తుందన్నారు. దత్తాత్రేయతో తనకు ఎప్పటినుంచో పరిచయం ఉందని.. దీనికి ఆహ్వానించడం ఎంతో ఆనందంగా ఉందని నాగార్జున చెప్పారు. ప్రముఖ హాస్య నటుడు బ్రహ్మానందం మాట్లాడుతూ అలయ్ బలయ్ అంటే హృదయపూర్వకంగా ఒకరినొకరు ఆలింగనం చేసుకుని ప్రేమను పంచుకోవడమని చెప్పారు. శాంతి, ప్రేమ కరవైపోతున్న ప్రస్తుత పరిస్థితుల్లో ఇలాంటి కార్యక్రమాలు నిర్వహించి పరస్పరం గౌరవించుకోవడం అవసరమన్నారు. శ్రీరాముడి కాలం నుంచి నేటి వరకు ఇది కొనసాగుతోందన్నారు.

సోదరభావం పెంచే వేడుక అలయ్ బలయ్



ప్రశంసిస్తూ రాష్ట్రపతి ముర్తు ప్రకటన

న్యూఢిల్లీ, అక్టోబర్ 3: హర్యానా మాజీ గవర్నర్ బండారు దత్తాత్రేయ ఏటా నిర్వహిస్తున్న అలయ్ బలయ్ కార్యక్రమాన్ని రాష్ట్రపతి ద్రౌపదిముర్తు ప్రశంసించారు. సోదరభావాన్ని పెంపొందించే వేడుక ‘అలయ్ బలయ్’ అని రాష్ట్రపతి ద్రౌపదిముర్తు అన్నారు. హైదరాబాద్లో నేడు ఈ వందగ ఎంతో ఉత్సాహంగా నిర్వహించనున్నారని తెలిసి సంతోషించానని పేర్కొన్నారు. హరియాణా మాజీ గవర్నర్ బండారు దత్తాత్రేయ ఏటా అలయ్ బలయ్ నిర్వహిస్తున్న సంగతి తెలిసిందే. ఈనేపథ్యంలో తెలంగాణ ప్రజలకు అభినందనలు తెలుపుతూ

రాష్ట్రపతి సందేశమిచ్చారు. తెలంగాణ ఆచారాలను పునరుజ్జీవింప జేయడానికి బండారు దత్తాత్రేయ అలయ్ బలయ్ వండుగను ప్రారంభించారు. ఇది సోదరభావాన్ని పెంపొందించే వాడ్నికే సాంస్కృతిక ఉత్సవం. అన్నిసర్గాల ప్రజలను ఒక్కచోట చేర్చి తెలంగాణకు చెందిన గొప్ప సంస్కృతిని ప్రదర్శిస్తోంది. ప్రజల్లో ఐక్యత, సమాజ విలువలను వ్యాప్తి చేసేందుకు ఓ సామాజిక సమావేశంగా ఇది ఉపయోగపడుతోంది. అలయ్ బలయ్ వేడుకలు ఘనంగా జరగాలని కోరుకుంటున్నానని రాష్ట్రపతి పేర్కొన్నారు.



మారుతున్న కాలనుగుణంగా కొత్త చట్టాలు

కీలకం కానున్న రానున్న మూడేళ్లు

కేంద్రమంత్రి కిషన్ రెడ్డి వెల్లడి

హైదరాబాద్, అక్టోబర్ 3: మారుతున్న సమాజానికి అనుగుణంగా చట్టాలు తీసుకుని వచ్చే ఆలోచనలో ప్రధాని మోడీ ఉన్నారని, పాతచట్టాలకు పాతరేయాల్సి ఉందని కేంద్రమంత్రి కిషన్ రెడ్డి వ్యాఖ్యానించారు. ఇంకా బ్రిటిష్ కాలం నాటి చట్టాలు కొనసాగడం దురదృష్టకరమన్నారు. కేంద్ర ప్రభుత్వానికి వచ్చే మూడేళ్లు చాలా కీలకమని కేంద్రమంత్రి కిషన్ రెడ్డి వ్యాఖ్యానించారు. ప్రతి శాఖ అనేక సంస్కరణలు తీసుకువస్తోందని చెప్పుకొచ్చారు. కొత్త సమస్యలు వచ్చే అవకాశం ఉందని... వాటిని సమర్థవంతంగా ఎదుర్కోవాలని సూచించారు. బ్రిటిష్ చట్టాలు ఇప్పటికీ అమలు అవుతున్నాయని తెలిపారు. వర్తమాన ప్రజల ఆలోచనలకు అనుగుణంగా చట్టాలు తేవాలని ప్రధానమంత్రి సరేంద్రమోదీ ఆలోచిస్తున్నారని చెప్పుకొచ్చారు. శుక్రవారం హైదరాబాద్లోని బీజేపీ స్టేట్ ఆఫీస్ లో ఆ పార్టీ స్టేట్ లీగల్ సెల్ సమావేశం జరిగింది. ఈ సమావేశానికి ముఖ్య అతిథులుగా కేంద్ర న్యాయ శాఖ మంత్రి అర్జున్ రామ్ మేఘవాల్, కేంద్ర మంత్రి కిషన్ రెడ్డి హాజరయ్యారు. ఈ సమావేశంలో బీజేపీ తెలంగాణ చీఫ్ రాంచందర్ రావు, ఎంపీలు కె.లక్ష్మణ్, రఘునందన్ రావు పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా కిషన్ రెడ్డి మాట్లాడారు. అర్జున్ రామ్ మేఘవాల్ ఐఏఎస్ గా ఉన్నప్పటికీ రాజీనామా చేసి కేంద్ర మంత్రి స్థాయికి ఎదిగారని ప్రశంసించారు. బీజేపీ శ్రేణులు కేంద్ర ప్రభుత్వ ఇమేజ్ పెంచే ప్రయత్నం చేయాలని దిశానిర్దేశం చేశారు. కేంద్రం పాలసీలకు అనుగుణంగా కోర్టుల్లో మనం వాదిస్తామనేది చాలా కీలకమని తెలిపారు. రానున్న మూడేళ్లు మోడీ ప్రభుత్వానికి చాలా కీలకమని ఉద్ఘాటించారు. అందుకు ప్రత్యేకమైన శిక్షణ తరగతులు నిర్వహించాలని మార్గనిర్దేశించేశారు. కేంద్ర ప్రభుత్వ స్టాండ్ బలంగా వినిపించేందుకు ఎఫ్డర్ పెట్టాలని సూచించారు. తెలంగాణలో అధికారంలోకి బీజేపీ రావాలంటే అందరం కలసికట్టుగా పని చేయాలని కిషన్ రెడ్డి దిశానిర్దేశం చేశారు. కాలం చెల్లిన చట్టాలను ప్రధానమంత్రి సరేంద్రమోదీ రద్దు చేశారని బీజేపీ ఎంపీ కె.లక్ష్మణ్ తెలిపారు. దేశాన్ని అర్థికంగా విచ్ఛిన్నం చేసేందుకు ఇతర దేశాలు కుట్రలు పన్నుతున్నాయని విమర్శించారు. ప్రధాని మోడీ విజనీ లీడర్ కాబట్టి వేగంగా స్పందిస్తున్నారని చెప్పుకొచ్చారు. జీఎస్టీ తగ్గింపుతో దీపావళి వెలుగులను పేదల ఇళ్లలో మోడి నింపుతున్నారని వివరించారు. అగ్రదేశాలు అడ్డగోలు టారిఫ్లతో భారతదేశాన్ని ఉక్కిరిబిక్కిరి చేయాలని చూస్తున్నాయని ధ్వజమెత్తారు. ఇండియా ఎదుగుదలను చాలా దేశాలు జర్మింపుకోలే పోతున్నాయని +౯ అంశాలను సస్పెండ్ చేస్తున్నాయి కనిపించడం ద్వారా.. భారతదేశ ఆదాయం ఇతర దేశాలకు వెళ్లకుండా ఉంటుందని వెల్లడించారు. దీని ద్వారా పెట్టుబడులు పెరుగుతాయని... ఇతరులకు ఉపాధి కలుగుతోందని ఎంపీ లక్ష్మణ్ పేర్కొన్నారు. ప్రజలకు త్వరితగతిన న్యాయం దక్కాలని గత చట్టాలను రద్దు చేసి.. భారత న్యాయ సంహిత చట్టాలను మోడీ సర్కార్ తెచ్చిందని బీజేపీ తెలంగాణ అధ్యక్షుడు రాంచందర్ రావు తెలిపారు. హైదరాబాద్ నడి రోడ్డుపై గతంలో ఓ న్యాయవాది దంపతులను సరికి చంపారని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. ఈ కేసు వేసిన వాళ్లను వెనక్కి తీసుకోకపోతే హత్య చేశారని చెప్పుకొచ్చారు. ఈ కేసులో సీబీఐ దర్యాప్తు ప్రస్తుతం జరుగుతోందని వివరించారు. న్యాయవాదులకు భద్రత కల్పించే చట్టాలు దేశంలో రావాలని రాంచందర్ రావు ఆకాంక్షించారు.

ఉమ్మడి కరీంనగర్ కాంగ్రెస్ నాయకులతో తుమ్మల మీటింగ్



హైదరాబాద్, అక్టోబర్ 3: కాంగ్రెస్ ఉమ్మడి కరీంనగర్ ముఖ్య నాయకులతో శనివారం మినిస్టర్స్ కన్ఫరెన్స్ లో జిల్లా ఇన్ చార్జి మంత్రి తుమ్మల నాగేశ్వరరావు భేటీ అయ్యారు. స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల్లో వ్యవహరించాల్సిన తీరు, అభ్యర్థుల ఎంపిక, అభ్యర్థులు విజయం సాధించడానికి తీసుకోవాల్సిన వ్యూహాలు, నియోజకవర్గ ఇన్ చార్జి అభ్యర్థుల బాధ్యత తదితర అంశాలపై చర్చించారు. ఈ కార్యక్రమంలో మంత్రులు పొన్నం ప్రభాకర్, శ్రీధర్ బాబు, అద్దురి లక్ష్మణ్ కుమార్, ఎమ్మెల్సీ అద్దంకి దయాకర్, ఎమ్మెల్యేల కన్వంపల్లి సత్యనారాయణ, మేడిపల్లి సత్యం, మాజీ మంత్రి జీవన్ రెడ్డి, కరీంనగర్ పార్లమెంట్ ఇన్ చార్జి వెలిచాల రాజేందర్ రావు, సిరిసిల్లా కాంగ్రెస్ ఇన్ చార్జి కేకే మహేందర్ రెడ్డి, హజూరాబాద్ కాంగ్రెస్ ఇన్ చార్జి ఒడితల ప్రణవ్, సరేందర్ రెడ్డి ఇతర ముఖ్య నేతలు పాల్గొన్నారు.

వాయుసేన సత్తా ఏమిటో చూపాం

పాక్ మిగిలను కూల్చేతా: ఎయిర్ చీఫ్ మార్షల్

న్యూఢిల్లీ, అక్టోబర్ 3: ఆపరేషన్ సిందూర్ సమయంలో భారత వాయుసేన సత్తా ఎలాంటిదో ప్రపంచం చూసిందని వాయుసేన అధిపతి ఏపీ సింగ్ తెలిపారు. శత్రువుల స్థావరాలను గురిచూసి కచ్చితంగా కొట్టామని.. ఆ సమయంలో భారత్ శక్తిని ప్రపంచ దేశాలు చూశాయన్నారు. త్రివిధ దళాల సమన్వయంతో పాకీకు చెందిన పది ఫైలర్ జెట్ విమానాలను ధ్వంసం చేశామన్నారు. వాటిలో ఎఫ్-16, ఎఫ్ -17 యుద్ధ విమానాలు ఉన్నట్లు తెలిపారు. పాక్ లోని దాదాపు 300 కి.మీ.ల లక్ష్యాలను ఛేదించినట్లు ఆ దేశాన్ని మోకాళ్ళపై కూర్చోనెలా చేశామన్నారు. ఆపరేషన్ సమయంలో కేంద్రం సైన్యానికి పూర్తి స్వేచ్ఛనివ్వడంతో మన సైన్యం శత్రుదేశానికి చుక్కలు చూపించిందని పేర్కొన్నారు. ఇతర దేశాలతో ఘర్షణలు తలెత్తిన సమయాల్లో వాటిని ఎదుర్కోవాలి, పరిష్కరించుకోవాలనే విషయాలను భారత్ నుంచి నేర్చుకోవాలని ప్రపంచ దేశాలకు సూచించారు. భవిష్యత్తు సవాళ్లను అధిగమించేందుకు రక్షణరంగాల్లో స్వావలంభన కోసం ‘సుదర్శన చక్ర’ను తయారుచేస్తున్నట్లు తెలిపారు. దీనికోసం ఇప్పటికే త్రివిధ దళాలు పనిని ప్రారంభించాయని తెలిపారు. ఇకపోతే మనం ఆపరేషన్ సిందూర్ తరవాత ఇప్పుడు వ్యూహాత్మకంగా అడుగులు వేస్తున్నామని అన్నారు. భవిష్యత్ సవాళ్లను ఎదుర్కోవేందుకు కూడా సన్నద్ధంగా ఉన్నామన్నారు. మన అవ్వతనాలు అన్నీ గేమ్ ఫ్రేంజర్ లేనని అన్నారు. స్వయంసహాయక శక్తితో భారత్ తిరుగులేని సామర్థ్యం సాధించిందని అన్నారు. మన ఆయుధ సంపత్తి తిరుగులేని దన్నారు.

దాన్ని బ్యాంకులు క్లియర్ చేయాల్సి ఉంటుందన్నమాట.
దీనికోసం మునుపటిలా రోజులతరబడి వేచి చూడాల్సిన
అవసరం తప్పవుంది.

డయాబెటిస్ ఉన్నవారు ఇడ్లీ-దోస తినకూడదా?



దక్షిణ భారతదేశంలో ఇడ్లీ, దోసెలు చాలా ఫేమస్. ఇవి ఆరోగ్యకరమైన అల్పాహారాలు. వీటిని పులియబెట్టిన పిండితో తయారు చేస్తారు. దాదాపు అందరి ఇళ్లలోనూ ఎక్కువగా ఇడ్లీ, దోసె వంటి టిఫిన్లు చేసుకుని, వాటిని చల్లీ సాంబార్తో ఇష్టంగా తింటారు. ఇడ్లీలు, దోసెలు పులియబెట్టిన ఆహారాలు కాబట్టి, ఇవి పేగు ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచడానికి సహాయపడతాయి. మలబద్ధకం వంటి సమస్యలను తగ్గిస్తాయి. బియ్యం, మినప్పప్పు నుండి ప్రోటీన్లు, బి విటమిన్లు, ఫైబర్ వంటి అవసరమైన పోషకాలు

లభిస్తాయి. ఇడ్లీలు తక్కువ కొవ్వుతో ఉండటం వల్ల సులభంగా జీర్ణమవుతాయి, జీర్ణ సమస్యలు ఉన్నవారికి ఇవి చాలా మంచివి. ముఖ్యంగా ఆరోగ్యం మంచిగా లేనప్పుడు ఇడ్లీ తినాలని వైద్యులు కూడా సూచిస్తారు. కానీ, చాలా మంది మధుమేహంతో బాధపడేవారు వీటిని తినడానికి వెనుకాడతారు. కార్యోపైకాడ్రేట్లు అధికంగా ఉండటం వల్ల ఇడ్లీ, దోసెలు తినకూడదని వారు అనుకుంటారు. అయితే, మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులు ఇడ్లీ-దోస తినకూడదా? ఈ

విషయంపై ఆరోగ్య నిపుణులు ఏం చెబుతున్నారో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.. ఆరోగ్య నిపుణుల ప్రకారం, డయాబెటిస్ ఉన్నవారు మితంగా ఇడ్లీ, దోసెలు తినవచ్చు, కానీ రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను అదుపులో ఉంచడానికి కొన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి.

తృణధాన్యాలు వాడండి: సాధారణ బియ్యానికి బదులుగా జొన్న, రాగి, మిల్లెట్ వంటి తృణధాన్యాలను కలిపి ఇడ్లీ, దోసెలు చేసుకోవడం ద్వారా వాటి గ్లైసెమిక్ ఇండెక్స్ (రక్తంలో చక్కెరను పెంచే రేటు) ను తగ్గించవచ్చు.

ఫైబర్ జోడించండి: ఇడ్లీని సాంబార్ లేదా కూరగాయలతో కలిపి తీసుకోవడం వల్ల ఆహారంలో ఫైబర్ శాతం పెరుగుతుంది. ఇది రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను స్థిరంగా ఉంచడానికి సహాయపడుతుంది.

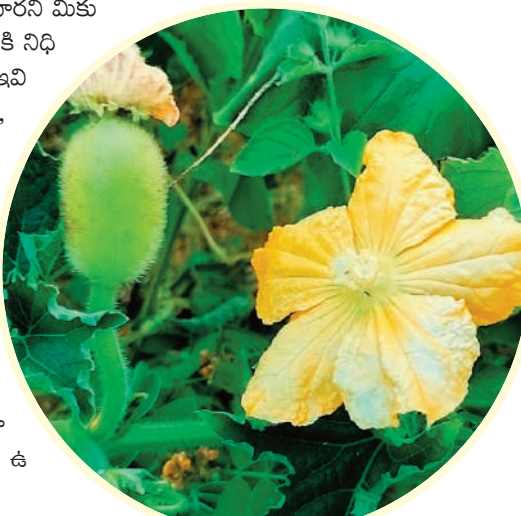
మితంగా తినండి: ఏదైనా ఆహారాన్ని మితంగా తీసుకోవడం చాలా ముఖ్యం. అధిక గ్లైసెమిక్ ఇండెక్స్ ఉన్న ఆహారాలను ఎక్కువగా తీసుకోవడం వల్ల రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు పెరగవచ్చు.

పార్శ్వ కంట్రోల్: ఒకేసారి ఎక్కువ ఇడ్లీలు, దోసెలు తినడం మానుకోండి. ఒక నిర్దిష్ట సంఖ్యలో మాత్రమే తీసుకోవడం ద్వారా రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు అదుపులో ఉంటాయి.

వైద్యుడిని సంప్రదించండి: మీ ఆహారంలో ఏదైనా మార్పులు చేసే ముందు లేదా ఏదైనా కొత్త ఆహారం గురించి నిర్ణయం తీసుకునే ముందు మీ వైద్యుడిని లేదా డయాబెటిస్ నిపుణుడిని సంప్రదించడం చాలా ముఖ్యం.

గుమ్మడికాయే కాదు.. దానిపువ్వు కూడా ఆరోగ్యానికి నిధి

గుమ్మడికాయను చాలా మంది కూర చేసుకుని తింటారు. అయితే, కొందరు గుమ్మడికాయ పూలు కూడా తింటారని మీకు తెలుసా? ఈ గుమ్మడికాయ పువ్వులు ఆరోగ్యానికి నిధి అని ఆయుర్వేద నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఇవి రుచికరంగా కూడా ఉంటాయట. కాబట్టి, గుమ్మడికాయ పువ్వు ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఏంటో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.. గుమ్మడికాయ పులు విటమిన్లు ఎ, సి, కాల్షియం, ఇనుముతో సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ఇవి అలసట నుండి ఉపశమనం కలిగిస్తుందని, శరీరానికి శక్తిని అందిస్తుందని, రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతుందని ఆయుర్వేద నిపుణులు చెబుతున్నారు. దీనిని క్రమం తప్పకుండా తీసుకోవడం వల్ల అలసట, బలహీనత నుండి ఉపశమనం లభిస్తుందని చెబుతున్నారు.



గుమ్మడికాయ పువ్వులు మలబద్ధకం నుండి ఉపశమనం కలిగిస్తాయి. గుమ్మడికాయలలో ఉండే ఫైబర్ కడుపును తేలికగా ఉంచుతుందని, ఆహారాన్ని సరిగ్గా జీర్ణం చేయడంలో సహాయపడుతుందని నిపుణులు అంటున్నారు. గుమ్మడికాయ పువ్వు విటమిన్ ఎ కి మంచి మూలం అని, దీనిని తీసుకోవడం వల్ల పిల్లలలో కంటి చూపు మెరుగుపడుతుందని, దృష్టి బలపడుతుందని సూచిస్తున్నారు.

గుమ్మడికాయ పువ్వులలోని యాంటీఆక్సిడెంట్, ఔషధ గుణాలు చర్మ చికిత్స చేయడంలో సహాయపడతాయని, ఇది మచ్చలను తగ్గిస్తుందని, చర్మాన్ని ప్రకాశవంతం చేస్తుందని చెబుతున్నారు. ఆయుర్వేదం దీనిని సహజ చర్మ టానిక్‌గా అభివర్ణిస్తున్నందున, గుమ్మడికాయ పూల కూర, పిల్లలకు, వృద్ధులకు చాలా ప్రయోజనకరంగా ఉంటుందని, ఈ వంటకాలలోని పోషకాలు బలాన్ని అందిస్తాయని అంటున్నారు. గుమ్మడికాయ పులను తీసుకోవడం వల్ల ఆర్థరైటిస్, కండరాల నొప్పిల నుండి ఉపశమనం లభిస్తుంది. ఇది సహజ నొప్పి నివారిణిగా పనిచేస్తుంది.

ఆయుర్వేదం ప్రకారం, మహిళలు ఎదుర్కొనే అనేక సమస్యలకు గుమ్మడికాయ పువ్వు పరిష్కారం. ఇది రుతుక్రమ సమస్యలను తొలగిస్తుందని, ఎముకలను బలపరుస్తుందని ఆయుర్వేద నిపుణులు అంటున్నారు. ఇందులో ఉండే కాల్షియం, ఇనుము మహిళలకు ముఖ్యంగా ప్రయోజనకరంగా ఉంటుందని చెబుతున్నారు.

వెల్లుల్లి తొక్క వల్ల ఇన్ని లాభాలా..?



ఈ సృష్టిలో పనికి రానిదంటూ ఏమి లేదు. అరటి తొక్క, నారింజ తొక్క, బఠాయి తొక్కలోనే కాదు.. వెల్లుల్లి తొక్కలో సైతం భారీగా పోషకాలున్నాయని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. వెల్లుల్లితోపాటు వాటి తొక్కలో సైతం అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నాయని పేర్కొంటున్నారు. అంతేకాదు.. వెల్లుల్లి తొక్కను ఆహార రుచిని పెంచడానికి ఉపయోగించవచ్చని వివరిస్తున్నారు. ఈ తొక్కల్లో యాంటీ బాక్టీరియల్, యాంటీ ఫంగల్, యాంటీ వైరల్ లక్షణాలు సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ఈ తొక్కను సూప్‌లు, కూరల్లో చేసుకోవచ్చు. ఇది ఆహారంలో పోషక విలువలను పెంచుతుంది. వెల్లుల్లి తొక్కలు ఉబ్బసం, పాదాల వాపును తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి. ఆస్తమా రోగులు వీటిని తీసుకంటే.. ఆ అనారోగ్య సమస్య నుంచి త్వరగా ఉపశమనం పొందవచ్చు. (వెల్లుల్లి తొక్కలను మెత్తగా రుబ్బి.. ఉదయం సాయంత్రం తేనెతో కలిపి తీసుకుంటే మంచి ఫలితం ఉంటుంది)

తామర, దురద తదితర చర్మ సమస్యలతో బాధపడే వారికి ఈ తొక్కలతో ప్రయోజనం పొందవచ్చు. (వెల్లుల్లి తొక్కలను నీటిలో కొన్ని గంటల పాటు నానబెట్టి.. ఆ నీటిని చర్మ వ్యాధులు ఉన్న ప్రాంతంలో శుభ్రం చేయాలి. అలా పలుమార్లు చేయడం వల్ల చర్మ సమస్యలు దూరమవుతాయి.)

పాదాల వాపు, నొప్పి నుంచి ఉపశమనం కలిగిస్తుంది. (వెల్లుల్లి తొక్కలను నీటిలో మరిగించాలి. కొద్దిగా చల్లారిన తర్వాత అంటే.. గోరు వెచ్చని నీటిలో మీ పాదాలను కొద్ది సేపు అందులో నానబెట్టండి. దీంతో పాదాల వాపు సమస్య తగ్గుతుంది.)

జుట్టు సమస్యలను సైతం తగ్గిస్తుంది. (వెల్లుల్లి తొక్కలను నీటిలో మరిగించాలి. అనంతరం అవి చల్లబడిన తర్వాత జుట్టుకు అప్లై చేయాలి. లేకుంటే వాటిని మెత్తని పేస్టుగా చేసి.. జుట్టుకు అప్లై చేసుకోవచ్చు. ఆ తర్వాత షాంపూతో తలను శుభ్రం చేసుకోవాలి. తరచూ ఇలా చేయడం వల్ల చుండ్రు, దురద నుంచి సైతం ఉపశమనం లభిస్తుంది.)

ఈ వెల్లుల్లి తొక్కలను సూప్‌లు, మసాలా దినుసుల్లో వినియోగిస్తే.. ఆరోగ్యానికి మంచిది.

ఆరోగ్యానికి ఏబీసీ

పండ్లు, కూరగాయల జ్యూస్‌లలో పోషకాలు, విటమిన్లు, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా లభిస్తాయి. ఆరోగ్యానికి అనేక రకాలుగా మేలు చేస్తాయి. అందుకే.. చాలామంది పండ్ల రసాలను తాగుతుంటారు. వాటన్నిటికన్నా.. 'ఏబీసీ జ్యూస్' మరింత ప్రయోజనం చేకూరుస్తుందని డైటీషియన్లు చెబుతున్నారు.

ఏబీసీ జ్యూస్ అంటే.. ఆపిల్ (ఎ), బీట్‌రూట్ (బీ), క్యారెట్ (సీ).. ఈ మూడింటినీ కలిపి జ్యూస్ చేసుకోవడం. అనేక పోషకాలతో నిండిన ఈ పండ్లు, కూరగాయలు.. ఆరోగ్యానికి భరోసా ఇస్తాయి. వీటిలోని ప్రతి ఒక్కటీ.. దైనీకడే ప్రత్యేకమైన ప్రయోజనాలను అందిస్తుంది. ఆపిల్.. విటమిన్ సి, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లతో నిండి ఉంటుంది. బీట్‌రూట్.. నైట్రేట్స్, ఐరన్‌ను అందిస్తుంది. ఇక క్యారెట్‌లో డైటల్ ఫైబర్, బీటా కెరోటిన్ అధికంగా లభిస్తుంది. ఈ మూడింటినీ కలిపి తీసుకోవడం ద్వారా.. రుచితోపాటు శరీరానికి కావాల్సిన పోషకాలను అందుతాయి.

ఏబీసీ జ్యూస్‌లో ఫైబర్ అధికంగా లభిస్తుంది. ఇది జీర్ణవ్యవస్థ, పేగుల ఆరోగ్యానికి భరోసా ఇస్తుంది. మలబద్ధకం, కడుపు ఉబ్బరం వంటి



జీర్ణ సమస్యలను తగ్గిస్తుంది. గట్ బ్యాక్టీరియా, గ్యాస్ట్రిక్ అవ్సాల ఉత్పత్తిని ప్రోత్సహిస్తుంది. శరీరం ముఖ్యమైన పోషకాలను గ్రహించడానికి సాయపడుతుంది.

ప్రతిరోజూ ఈ జ్యూస్ తీసుకోవడం వల్ల రోగనిరోధక శక్తి బలపడుతుంది. యాపిల్స్, క్యారెట్లలో విటమిన్ సి అధికంగా లభిస్తుంది. ఇది తెల్ల రక్తకణాల ఉత్పత్తిని, వాటి పనితీరునూ మెరుగుపరుస్తుంది. శరీరాన్ని ఇన్ఫ్లేక్షన్ నుంచి కాపాడుతుంది. ఇక బీట్‌రూట్‌లోని బీటా కెరోటిన్.. రోగనిరోధక కణాలను దెబ్బతీసే ఫ్రీరాడికల్స్‌ను తొలగిస్తుంది.

తక్కువ కేలరీలు, అధిక పోషకాలు, ఫైబర్ ఉ

ండటం వల్ల.. బరువు తగ్గాలనుకునే వారికి ఈ ఏబీసీ జ్యూస్ దివ్యౌషధమే! ఇది ఆకలి, జీవక్రియను నియంత్రించడంలో సాయపడుతుంది.

ఆరోగ్యంతోపాటు అందాన్ని కాపాడుకోవాలన్నా.. ఏబీసీ జ్యూస్ తాగాల్సిందే! యాపిల్స్, క్యారెట్లలో విటమిన్ సి, ఎ అధికంగా లభిస్తాయి. ఇవి కొల్లాజెన్ ఉత్పత్తిని ప్రోత్సహించి, చర్మంపై ముదతలను నివారిస్తాయి. అకాల వృద్ధాప్యాన్ని అరికడతాయి. బీట్‌రూట్‌లో ఉండే బీటాలైన్.. పర్యావరణ కాలుష్యం వల్ల కలిగే ఆక్సిడేటివ్ డ్రైస్ నుంచి చర్మ కణాలను రక్షిస్తుంది.

స్వీట్లు ఎక్కువగా తినడం వల్ల కంటి చూపు దెబ్బతింటుందా?

స్వీట్స్ అంటే ఇష్టపడని వారు ఎవరూ ఉండరు. అయితే, చక్కెర ఎక్కువగా తినడం వల్ల కంటి చూపు దెబ్బతింటుందా? ఈ విషయంపై ఆరోగ్య నిపుణులు ఏం చెబుతున్నారో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం..

చక్కెర ఎక్కువగా తీసుకోవడం వల్ల కంటి ఆరోగ్యానికి హాని కలుగుతుందని పరిశోధనలు సూచిస్తున్నాయి. అధిక చక్కెర వినియోగం మధుమేహానికి దోహదం చేస్తుంది, ఇది రెటీనాలోని చిన్న రక్త నాళాలను ప్రభావితం చేసే తీవ్రమైన కంటి వ్యాధి అయిన డయాబెటిక్ రెటీనోపతి ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది.

ఈ స్థితిలో, కంటి చూపు క్రమంగా క్షీణిస్తుంది. ముఖ్యంగా, ఈ సమస్య మధుమేహ రోగులకు మాత్రమే పరిమితం కాదు, అధిక మొత్తంలో చక్కెరను తీసుకునే ఆరోగ్యకరమైన వ్యక్తులు కూడా ప్రమాదంలో పడవచ్చు. దీర్ఘకాలికంగా రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు పెరగడం వల్ల కళ్ళు ఒత్తిడికి గురవుతాయి. దృష్టిపై ప్రభావం చూపుతాయి.

అందువల్ల, ఆరోగ్యకరమైన కళ్ళ కోసం చక్కెరను తక్కువగా తీసుకోవడం ముఖ్యం.

స్వీట్లు కళ్ళకు ఎలా హాని కలిగిస్తాయి? శరీరంలో చక్కెర స్థాయిలు పెరిగినప్పుడు, అది నేరుగా రెటీనాను ప్రభావితం చేస్తుంది. అధిక చక్కెర స్థాయిలు రెటీనాలోని చిన్న రక్త నాళాలను బలహీనపరుస్తాయి, దీనివల్ల అవి ఉబ్బుతాయి. కొన్నిసార్లు రక్తం లేదా ప్రసం లీక్ అవుతాయి. ఈ పరిస్థితి చివరికి డయాబెటిక్ రెటీనోపతిగా అభివృద్ధి చెందుతుంది, ఇది దృష్టిని ప్రభావితం చేస్తుంది.

క్రమం తప్పకుండా చక్కెర అధికంగా తీసుకోవడం వల్ల రెటీనా తగినంత ఆక్సిజన్ పొందకుండా నిరోధిస్తుంది, ఇది అసాధారణమైన కొత్త రక్త నాళాలు ఏర్పడటానికి దారితీస్తుంది. కళ్ళలో రక్తం గడ్డకట్టడానికి కారణం- ంవుతుంది, ఫలితంగా దృష్టి మసకబారుతుంది లేదా అంధత్వం కూడా వస్తుంది. చక్కెర కంటి లెన్స్‌ను కూడా

ప్రభావితం చేస్తుంది, ఇది కంటిశుక్లం అభివృద్ధికి దారితీస్తుంది. కాబట్టి, చక్కెర ఎక్కువ తీసుకోవడం మంచిది కాదు.

ఈ విషయాలను కూడా గుర్తుంచుకోండి

- ❖ తీపి పానీయాలను నివారించండి.
- ❖ ఎక్కువ స్వీట్లు తినడానికి బదులుగా, పండ్లు, ఆరోగ్యకరమైన స్నాక్స్ తినండి.
- ❖ మీ రక్తంలో చక్కెర స్థాయిని క్రమం తప్పకుండా చెక్ చేసుకోండి.
- ❖ కనీసం సంవత్సరానికి ఒకసారి మీ కళ్ళను చెక్ చేయించుకోండి.
- ❖ కంటి ఆరోగ్యం కోసం, మీ ఆహారంలో ఆకుపచ్చ కూరగాయలు, ప్రోటీన్ అధికంగా ఉండే ఆహారాన్ని చేర్చుకోండి.
- ❖ మీకు దృష్టి మసకబారడం లేదా తేలడం వంటి లక్షణాలు కనిపిస్తే, వెంటనే వైద్యుడిని సంప్రదించండి.



భారీ ఆదిక్ష్కం దిశగా భారత్



అహ్మదాబాద్ లో వెస్టిండీస్ తో జరుగుతున్న తొలి టెస్ట్ మ్యాచ్ లో జడ్డు సెంచరితో అదరగొట్టాడు. ఇటీవల ఇంగ్లాండ్ వర్షటనలో అదరగొట్టిన జడ్డు, మరోసారి తన ఫామ్ చాటుకున్నాడు. ఈ క్రమంలోనే అరుదైన ఘనత సాధించాడు. టెస్ట్ క్రికెట్ లో అత్యధిక సిక్స్లు బాదిన భారత బ్యాటర్లలో రవీంద్ర జడేజా, ఎంఎస్ ధోనిని అధిగమించాడు. ఈ మ్యాచ్ లో కరేబియన్ బౌలర్ జోమెల్ వారికన్ వేసిన బంతి, జడేజా అద్భుతమైన సిక్స్ గా మలిచాడు. ఇది అతని టెస్ట్ కెరీర్ లో 78వ సిక్స్. ఎంఎస్ ధోని కూడా టెస్ట్ లో 78 సిక్స్ రేఖ సాధించాడు. ఆ తర్వాత మరో సిక్స్ తో ధోనిని అధిగమించాడు. ప్రస్తుతం జడ్డు 79 సిక్స్ లతో ఉన్నాడు. భారత బ్యాటర్లలో రోహిత్ శర్మ (88 సిక్స్ లు), రిషభ్ పంత్ (90 సిక్స్ లు), వీరేంద్ర సెహ్వాగ్ (91 సిక్స్ లు) మాత్రమే జడేజా కంటే ముందున్నారు. వీరిలో రిషభ్ పంత్ ఒక్కడే ఇప్పటికీ టెస్ట్ క్రికెట్ ఆడుతున్నాడు. అయితే, ఇంగ్లాండ్ తో జరిగిన టెస్ట్ సిరీస్ లో గాయపడిన పంత్, ప్రస్తుత వెస్టిండీస్ సిరీస్ లో ఆడటం లేదు. ఓపెనర్ కేఎల్ రాహుల్ అద్భుత శతకంతో సత్తా చాటాడు. మొదటి రోజు అర్ధశతకం పూర్తి చేసిన అతడు, రెండో రోజు లంచ్ కు కొద్ది నిమిషాల ముందు 100 పరుగుల మార్క్ అందుకున్నాడు. 190 బంతుల్లో అతడు సెంచరి సాధించాడు. ఈ ఇన్నింగ్స్ లో 12 ఫోర్లు ఉన్నాయి. టెస్ట్ లో అతడికి 11వ సెంచరి. కానీ స్వదేశంలో మాత్రం రెండో శతకమే. ఇంతకుముందు 2016లో చెన్నైలో ఇంగ్లాండ్ పై సెంచరి సమోదా చేశాడు. అయితే, లంచ్ తర్వాత బ్యాటింగ్ కు తిరిగి వచ్చిన రాహుల్, ఒక్క పరుగు కూడా జోడించకుండా పెవిలియన్ కు చేరాడు. అంతకుముందు, కెప్టెన్ శుభ్ మన్ గిల్ 100 బంతుల్లో 50 పరుగులు చేశాడు. అంతకుముందు టాన్ నెగ్గిన విండీస్ బ్యాటింగ్ ఎంచుకుంది. కానీ భారత బౌల్డర్లు తొలి ఇన్నింగ్స్ లో విండీస్ బ్యాటర్లకు చుక్కలు చూపించారు. దీంతో విండీస్ 162 పరుగులకు ఆలోట్ అయ్యింది. జస్టిస్

- రాహుల్, జురేల్, జడేజా సెంచరీలు
- విండీస్ పై పూర్తి ఆధిపత్యం
- 162 పరుగులతో విండీస్ ఆలోట్
- అహ్మదాబాద్ లో వెస్టిండీస్ తో తొలి టెస్ట్
- వెస్టిండీస్ పై నిప్పులు చెరిగిన సిరాజ్..

గ్రేవ్స్ (32 పరుగులు) టాప్ స్కోరర్. ఓపెనర్లు జాన్ కాంమెల్ (8), చందర్ పాల్ (0) స్వల్ప స్కోర్లు చేశారు. అలిక్ (12), బ్రెండన్ కింగ్ (13), రోస్టన్ ఛేజ్ (24), షర్మ హామ్ (26), పెర్రి (11), వారికన్ (8), లేన్ (1) అందరూ స్వల్ప స్కోర్లతో వెనుదిరిగారు. టీమ్ ఇండియా బౌలర్లలో మహ్మద్ సిరాజ్ 4, జస్ప్రీత్ బుహ్రా 3, కుల్దీప్ 2, వాషింగ్టన్ సుందర్ 1 వికెట్లు దక్కించుకున్నారు.మిండియా స్కోర్ పెనర్, హైదరాబాద్ డీఎస్సీ మహమ్మద్ సిరాజ్ నిప్పులు చెరిగాడు. టాన్ ఓడి బౌలింగ్ కు దిగిన టీమిండియాకు అదిరిపోయే ఆరంభాన్ని అందించాడు. తన తొలి స్పెల్ లోనే సిరాజ్ 3 వికెట్లు పడగొట్టి విండీస్ పతనాన్ని శాసించాడు. దాంతో సిరాజ్ పై నెటిజన్లు ప్రశంసల జల్లు కురుస్తోంది. సిరాజ్ ధాటికి వెస్టిండీస్ 90 పరుగులతో ఐదు వికెట్లు కోల్పోయింది. సిరాజ్ తో పాటు కుల్దీప్ యాదవ్, బుహ్రా చెరో వికెట్ తీసారు. ఈ మ్యాచ్ ఆరంభంలోనే తేజనారాయణ్ చందర్-పాల్(0)ను సిరాజ్ కీపర్ క్యాచ్ గా పెవిలియన్ చేర్చాడు. ఆ వెంటనే జాన్ కాంవెబెల్(8)ను జస్ప్రీత్ బుహ్రా కీపర్ క్యాచ్ గా ఔట్ చేశాడు. క్రీజాలోకి వచ్చిన బ్రాండన్ కింగ్(13)ను స్టప్పింగ్ డెలివరీతో క్లీన్ బౌల్డ్ చేసిన సిరాజ్.. ఆవితూచి ఆడిన అలిక్ అధనానియస్(12)ను క్యాచ్ ఔట్ గా వెనక్కివంపాడు. అతను కొట్టిన పాల్ నేరుగా స్ట్రైక్ ఉన్న కేఎల్ రాహుల్ చేతిలో పడింది.దాంతో వెస్టిండీస్ 42

పరుగులతో నాలుగు వికెట్లు కోల్పోయింది. ఈ పరిస్థితుల్లో క్రీజాలోకి వచ్చిన కెప్టెన్ రోస్టన్ ఛేజ్(22 బ్యాంటింగ్) పైహామ్(26) ఆవితూచి ఆడుతూ జట్టును ఆదుకునే ప్రయత్నం చేశారు. 48 పరుగుల భాగస్వామ్యంతో క్రీజాలో సెట్ అయిన ఈ జోడిని విడదీసేందుకు కెప్టెన్ శుభ్ మన్ గిల్ స్పిన్నర్లను రంగంలోకి దించాడు. కెప్టెన్ నమ్మకాన్ని నిలబెట్టుకున్న కుల్దీప్ యాదవ్ తన రెండో ఓవర్ లోనే పైహామ్ ను క్లీన్ బౌల్డ్ చేశాడు. ఈ వికెట్ అనంతరం అంపైర్ లంచ్ బ్రేక్ ప్రకటించారు.ఇంగ్లాండ్ వర్షటనలో అద్భుత ప్రదర్శన కనబర్చిన సిరాజ్.. అదే జోరును సొంతగడ్డపై కొనసాగిస్తున్నాడు. సొంతగడ్డపై సిరాజ్ రాణించలేదనే విమర్శలను తుడిచిపెట్టుకోవడానికి ప్రయత్నిస్తున్నాడు. ఇంగ్లాండ్ తో ఐదు టెస్ట్ ల సిరీస్ ను టీమిండియా 2-2తో డ్రా చేసుకున్న సంగతి తెలిసిందే. ఆఖరి టెస్ట్ లో సిరాజ్ అద్భుత ప్రదర్శనతో టీమిండియాకు చిరస్మరణీయ విజయాన్నిందించాడు. ఈ వర్షటనలో అతను ఐదు టెస్ట్ లు ఆడి 23 వికెట్లు పడగొట్టాడు. ఈ మ్యాచ్ లో సిరాజ్ 5 వికెట్లు ఘనతను అందుకోవాలని ఫ్యాన్స్ ఆకాంక్షిస్తున్నారు. ప్రస్తుతం సిరాజ్ వికెట్లకు సంబంధించిన వీడియోలు నెట్టింట్ల వైరల్ గా మారాయి.



చరిత్ర సృష్టించిన సిరాజ్

భారత్- వెస్టిండీస్ మధ్య అహ్మదాబాద్ వేదికగా జరుగుతున్న తొలి టెస్ట్ మ్యాచ్ లో టీమ్ ఇండియా స్కోర్ పెనర్ మహ్మద్ సిరాజ్ చరిత్ర సృష్టించాడు. టాన్ నెగ్గి బ్యాటింగ్ ఎంచుకున్న వెస్టిండీస్ ను భారత్ బౌలర్లు తీవ్రంగా దెబ్బ కొట్టారు. తొలి ఇన్నింగ్స్ లో సిరాజ్ నాలుగు కీలక వికెట్లు పడగొట్టి, కరేబియన్ జట్టు టాప్ ఆర్డర్ ను చావ చుట్టేశాడు. ఈ అద్భుత ప్రదర్శనతో 2025 క్యాలెండర్ ఇయర్ లో అత్యధిక వికెట్లు (31 వికెట్లు) సాధించిన బౌలర్ గా రికార్డు సృష్టించాడు. ఆస్ట్రేలియా బౌలర్లు మిచెల్ స్టార్క్ (29 వికెట్లు), నాథన్ లైయన్ (24 వికెట్లు), వెస్టిండీస్ పేసర్ ఫామర్ జోసెఫ్ (22 వికెట్లు)లను వెనక్కి నెట్టాడు. సిరాజ్ ఇటీవలి కాలంలో టీమ్ ఇండియా బౌలింగ్ దళంలో కీలక అటగాడిగా మారాడు. కొత్త బంతితో ప్రత్యర్థి బ్యాటర్లను ఆటలోకి రానియకుండా చేయడంలోనూ, క్రీజాలో స్థిరపడిన అటగాళ్లను తన వేగవంతమైన బౌలింగ్ తో పెవిలియన్ కు చేర్చడంలోనూ సిద్ధహస్తుడిగా నిరూపించుకున్నాడు. జస్ప్రీత్ బుహ్రా గ్రెనాడీస్ లో బౌలింగ్ బాధ్యతలను సమర్థవంతంగా నిర్వహిస్తూ జట్టును ముందుండి నడిపిస్తున్నాడు. ఇటీవల ఇంగ్లాండ్ తో జరిగిన టెస్ట్ సిరీస్ లో సిరాజ్ అసాధారణ ప్రదర్శన కనబరిచాడు. ముఖ్యంగా ఐదో టెస్ట్ లో జట్టు విజయం సాధించి సిరీస్ ను సమం చేయడంలో అతడి పాత్ర కీలకంగా నిలిచింది. ప్రస్తుత వెస్టిండీస్ సిరీస్ లోనూ తన నాలుగు వికెట్లతో మ్యాచ్ ను భారత్ వశం చేసుకునేలా చేశాడు. రెడ్ బాల్ క్రికెట్ లో సిరాజ్ తన స్థాయిని మరోసారి చాటాడు. టీమ్ ఇండియాకు టెస్ట్ ఫార్మాట్ లో విజయాలను అందిస్తూ బౌలింగ్ రీతిలో కొత్త ఒరవడిని సృష్టిస్తున్నాడు.

బంగ్లాదేశ్ చేతిలో చిత్తుగా ఓడిన పాకిస్తాన్

2025 మహిళల వరల్డ్ కప్ లో భాగంగా పాకిస్తాన్ తో జరిగిన మ్యాచ్ లో బంగ్లాదేశ్ విజయం సాధించింది. ఈ మ్యాచ్ లో బంగ్లాదేశ్ 7 వికెట్లు తేడాతో నెగ్గింది. 130 పరుగులు చేదనను బంగ్లా జట్టు 31.1 ఓవర్లలో 3 వికెట్లు కోల్పోయి చేదించింది. అంతకుముందు బ్యాటింగ్ చేసిన పాకిస్తాన్ 38.3 ఓవర్లలో 129 పరుగులకు కుప్పకూలింది.టాన్ గెలిచిన బ్యాటింగ్ కు దిగిన పాక్ మహిళా బ్యాటర్లకు బంగ్లా బౌలర్లు చుక్కలు చూపించారు. కట్టుదిట్టంగా బౌలింగ్ చేయడంతో పాక్ మహిళల జట్టును 38.3 ఓవర్లలో 129 పరుగులతో ఆలోట్ చేశారు. రమీన్ షమీమ్ (23), ఫాతిమా సనా (22), మునిబా అలీ (17), దయానా బేగ్ (16), సిద్ధా నవాజ్(15) అలియా రియాజ్ (13) ఇలా ఏ ఒక్కరూ బ్యాటింగ్ లో బంగ్లా మహిళా బౌలర్ల ధాటికి నిలవలేకపోయారు. షోర్కా అక్తర్ మూడు వికెట్లు తీయగా, మరూఫా అక్తర్, నసీరా అక్తర్ చెరో రెండు వికెట్లు పడగొట్టారు. నిఫ్తా అక్తర్, ఫాతిమా, రజేయా ఖాన్ ల తల్లి వికెట్ దక్కించుకున్నారు. అనంతరం బ్యాటింగ్ కు దిగిన బంగ్లా మహిళల జట్టుకు అదిలోనే ఎదురు దెబ్బ తగిలింది. ఫర్గానా (2), షర్మిన్ అక్తర్ (10) తక్కువ పరుగులతో ఔటయ్యారు. ఈ క్రమంలో రుబియా హైదర్ అర్ధశతకంతో (54బి) 77 బంతుల్లో 8వ4 రాణించడమే కాకుండా నాటోగ్ గానూ నిలిచింది. నిగర్ సుల్తానా (23), శోభన్ మోస్తరీ (24) జట్టు విజయంలో కీలక పాత్ర పోషించారు. పాక్ బౌలర్లలో ఫాతిమా, దయానా బేగ్, రమీన్ షమీమ్ తల్లి వికెట్ తీశారు.



ప్రపంచ ఛాంపియన్ షిప్ లో మీరాబాయి అద్భుతం

యెంటి లిస్టింగ్ ప్రపంచ ఛాంపియన్ షిప్ లో భారత స్టార్ మహిళా వెయిట్ లిఫ్టర్ మీరాబాయి చాను అద్భుత ప్రదర్శన చేసింది. 48 కిలోల విభాగంలో మీరాబాయి చాను రజత పతకాన్ని గెలుచుకుంది. నార్వేలో జరిగిన ప్రతిష్టాత్మక పోటీలో మీరాబాయి చాను మొత్తం 199 కిలోల(స్నాచ్ లో 84 కిలోలు, క్లీన్ అండ్ జర్క్ లో 115 కిలోలు) బరువు ఎత్తింది. గతంలో రెండు సార్లు మెడల్ సాధించిన ఈ టోర్నమెంట్ లో ఇప్పుడు మరోసారి అదరగొట్టింది. మహిళల 48 కిలోల విభాగంలో స్వర్ణాన్ని కోల్పోయి, వెండి పథకంతో ముగించింది. మీరాబాయి స్నాచ్ లో తన మొదటి ప్రయత్నంలోనే 84 కిలోలు ఎత్తింది. అయితే, తర్వాత రెండు లిఫ్ట్ లను 87 కిలోల వద్ద తడబడింది. దీంతో ఆమె పోడియం ఫినిషింగ్ కోసం పోటీలో ఉండటానికి క్లీన్ అండ్ జెర్క్ లో 110 కిలోలకు పైగా వెంటో? చేయాల్సి వచ్చింది. అయితే మీరాబాయి క్లీన్ అండ్ జెర్క్ లో రాణించింది. 109 కిలోల బరువుతో ప్రారంభించి, 112 కిలోలకు మెరుగుపడి, 115 కిలోల లిఫ్ట్ తో ముగించింది. ఈవిధంగా ఆమె మొత్తం 199 కిలోల బరువు ఎత్తి సిల్వర్ సొంతం చేసుకుంది. ఉత్తర కొరియాకు చెందిన రి సాంగ్-గమ్ 213 కిలోలు ఎత్తి వరల్డ్ రికార్డు సాధించి, గోల్డ్ మెడల్ ను గెలుచుకుంది. మీరాబాయికి 2022 ఎడిషన్ లో విజయం తర్వాత ప్రస్తుతమిది రెండో సిల్వర్ మెడల్. మొత్తం మీద, ఈ ఈవెంట్ లో ఇది మీరాబాయ్ కు మూడో పతకం. 2017లో జరిగిన ఈ ఈవెంట్ లో ఆమె బంగారు పతకాన్ని సాధించింది. ఓవరాలోగా ఆమెకు ఇది 14వ ఇంటర్నేషనల్ మెడల్. తన ఖాతాలో 2021 టోక్యో ఒలింపిక్స్ లో రజతం, కామన్వెల్త్ క్రీడల్లో మూడు పతకాలు (2018, 2022లో స్వర్ణం, 2014లో రజతం), కామన్వెల్త్ ఛాంపియన్ షిప్ లో అయిదు (నాలుగు స్వర్ణాలు, ఒక రజతం), 2020 ఆసియా ఛాంపియన్ షిప్ లో ఒక బ్రాంజ్? పతకం, 2016 దక్షిణాసియా క్రీడల్లో ఒక గోల్డ్? ఉన్నాయి. లవ్ ప్రీత్ సింగ్, గతంలో కామన్వెల్త్ గేమ్స్ లో కాంస్య పతకం సాధించిన భారత వెయిట్ లిఫ్టర్ గా, ఇప్పుడు పురుషుల బృందానికి నాయకత్వం వహిస్తున్నాడు. అజిత్ నారాయణ్, అజయ్ బాబు వల్లూరి ఇద్దరూ కామన్వెల్త్ ఛాంపియన్ షిప్ లో స్వర్ణాలు గెలిచిన విజయవంతమైన క్రీడాకారులు.

భారత బృందం (2025 వరల్డ్ వెయిట్ లిఫ్టింగ్ ఛాంపియన్ షిప్):

- మహిళలు:**
- మీరాబాయి చాను (48 కిలోలు)
 - కోయల్ బార్ (53 కిలోలు)
 - బింద్యారాణి దేవి సోరోఘెబం (58 కిలోలు)
 - నిరుపమా దేవి సేరామ్ (63 కిలోలు)
 - హర్జిందర్ కౌర్ (69 కిలోలు)
 - వన్జిత వర్మ (86 కిలోలు)
 - మెహాక్ శర్మ (86 కిలోలు పైన)
- పురుషులు:**
- రిషికాంత్ సింగ్ చనంబం (60 కిలోలు)
 - ముత్తుపాండి రాజా (65 కిలోలు)
 - అజిత్ నారాయణ (71 కిలోలు)
 - అజయ్ బాబు వల్లూరి (79 కిలోలు)
 - అభిషేక్ నిపానే (88 కిలోలు)
 - దిల్జాన్ సింగ్ (94 కిలోలు)
 - లవ్ ప్రీత్ సింగ్ (110 కిలోలు పైన)



స్వూకూషేట, అక్టోబర్ 3: తుంగతుర్తి మండలం బండరామారం వద్ద రోడ్డు ప్రమాదం చోటు చేసుకుంది. బైక్ అదుపుతప్పి కిందపడటంతో... బైక్‌పై ఉన్న ఇద్దరు యువకులు అక్కడికక్కడే మృతి చెందారు. స్థానికుల ద్వారా సమాచారం అందుకున్న పోలీసులు సంఘటనా స్థలాని చేరుకున్నారు. అనంతరం ఘటనా స్థలాన్ని పరిశీలించారు. మృతి చెందిన వారిని తిరువంగిరి మండలం మాచిలూరు గ్రామానికి చెందిన వేముల నాగరాజు (26), వేముల కార్తీక్ (24)గా గుర్తించారు. మృతులిద్దరు అన్నదమ్ములుగా పోలీసులు చెప్పారు. నాగరాజు హైదరాబాద్‌లో కానిస్టేబుల్‌గా పనిచేస్తున్నట్లు తెలిపారు. తుంగతుర్తిలో అమ్మమ్మ ఇంటికి దసరాకు వచ్చి తిరిగి బళ్ళెందరగా రోడ్డు ప్రమాదంలో జరిగినట్లు పేర్కొన్నారు. ఈ మేరకు కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేస్తున్నట్లు పోలీసులు వెల్లడించారు. అన్నదమ్ముల మృతితో వాచిలూరు గ్రామానికి విషాదాఘాటాలు అలుముతున్నాయి.

మన శంకర వరప్రసాద్‌గారులో ఉదిత్ నారాయణ్ పాట

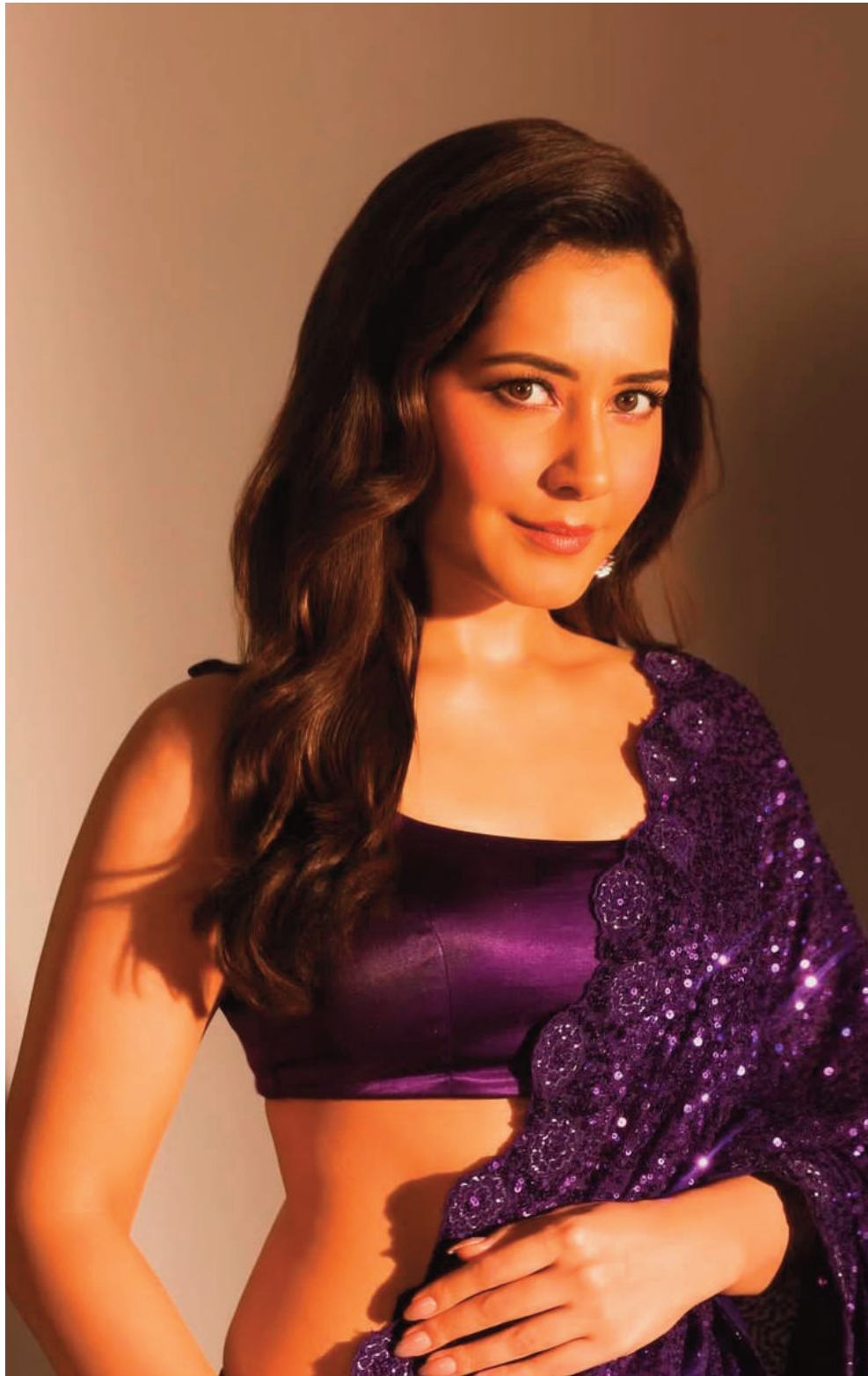
కమర్షియల్ హంగులతో చక్కటి వినోదాన్ని పంచే దర్శకుడు అనిల్ రావిపూడి కొత్త పంథాను అనుసరిస్తున్నారు. ఈ ఏడాది సంక్రాంతి కానుకగా వెంకటేశ్‌తో ‘సంక్రాంతికి వస్తున్నాం’ తీసి బాక్సాఫీస్ వద్ద భారీ విజయాన్ని అందుకున్నారు. ఇక ఇందులోని ‘గోదారి గట్టుమీద’ పాటను రమణ గోగులతో పాడించి నేటి యువతరాన్ని సైతం కట్టిపడేశారు. ఇప్పుడు అలనాటి క్రేజ్ గాయకుడు ఉదిత్ నారాయణ్‌తో మేజిక్ క్రియేట్ చేసేందుకు అనిల్ రావిపూడి సిద్ధమయ్యారు. ఆయన దర్శకత్వంలో విరంజీవి కథానాయకుడిగా నటిస్తున్న చిత్రం ‘మన శంకర వరప్రసాద్‌గారు’. నయనతార కథానాయిక. వచ్చే ఏడాది సంక్రాంతి కానుకగా సినిమాను తీసుకొచ్చేందుకు ముస్తాబు చేస్తున్నారు. ఈ క్రమంలో ప్రచార కార్యక్రమాలను ముమ్మరం చేశారు. ఇందులో భాగంగా ఉదిత్ నారాయణ్‌తో ఓ పాట పాడిస్తున్నారు. 90 దశకం చివరిలో 2000 సంవత్సరం తర్వాత వచ్చిన తెలుగు సహా ఇతర భాషల్లో ఉదిత్ నారాయణ్ స్వరం శ్రోతలను ఓ ఊపు ఊపేసింది. మరీ ముఖ్యంగా తెలుగులో ఆయన పాటలకు విశేషమైన క్రేజ్ ఉండేది. విరంజీవి నటించిన చిత్రాల్లోని ‘రామ్మో చిలకమ్మా..’, ‘కైకలూరి కన్నె పిల్ల..’, ‘వానా వానా వెన్నెల వానా...’ వంటి పాటలను ఉదిత్ నారాయణ్ ఆలపించారు. అవి ఎవర్‌గ్రీన్‌గా నిలిచాయి. ఇప్పుడు మరోసారి ‘మీసాల పిల్ల’ అంటూ తన స్వరంతో అలరించబోతున్నారు. దీనికి విరంజీవి డ్యాన్స్, గ్రేస్ తోడైతే వెండితెరపైన నిజంగా సంక్రాంతి సందడే.



రాజుగారి గది 4: శ్రీచక్రం

ఆరేళ్ల గ్యాప్ తరవాత ఓంకార్ ప్రకటన

తెలుగు ప్రేక్షకుల్ని భయపెట్టిన హారర్ ప్రాంచైజ్ ‘రాజు గారి గది’ ఇప్పుడు మళ్లీ మెరుపులు మెరిపించేందుకు సిద్ధమవుతోంది. యాంకర్-డైరెక్టర్ ఓంకార్ ఆరేళ్ల గ్యాప్ తర్వాత ఈ సిరీస్‌లో నాలుగో భాగాన్ని ప్రకటించారు. పిపుల్ మీడియా ఫ్యాక్టరీ బ్యానర్‌పై తెరకెక్కుతున్న ఈ చిత్రం పేరు రాజు గారి గది 4: శ్రీచక్రం. తాజాగా విడుదలైన ఫస్ట్ పోస్టర్ సోషల్ మీడియాలో వైరల్ అవుతోంది. ఇందులో కాళికా మాత ఉగ్రరూపంలో దర్శనం ఇవ్వగా, ఎర్రచీరలో ఉన్న ఓ మహిళ దేవీ వైపు నడుచుకుంటూ వెళ్తుండటం హారర్, మిస్టికల్ ఎలిమెంట్స్‌ను సూచిస్తోంది. పోస్టర్‌కు జత చేసిన ట్యాగ్ లైన్ ఆసక్తి రేపుతుంది. ఈసారి కథా నేపథ్యం పూర్తిగా భక్తి, భయాల మిశ్రమంగా ఉండనుంది. ‘కాళికాపురం’ అనే ఊరిలోని కాళికా మాత ఆలయం, శ్రీచక్రం మహిమ, భక్తి పల్ల మేల్కొనే అమ్మవారు వంటి అంశాలతో హారర్, థ్రిల్లర్, కామెడీని మిక్స్ చేస్తూ ఓ కొత్త డైమెన్ యూనివర్స్‌ను నిర్మించనున్నట్లు చిత్రబృందం వెల్లడించింది. రాజు గారి గది హిట్ కావడంతో దానికి సీక్వెల్స్ చేస్తూ వస్తున్నారు ఓంకార్. ఇప్పటికే రాజు గారి గది2, రాజు గారి గది3 చిత్రాలు హిట్ కావడంతో రాజు గారి గది4 కు శ్రీకారం చుట్టారు. ‘రాజు గారి గది 4: శ్రీచక్రం’ సినిమా 2026 దసరా సందర్భంగా గ్రాండ్‌గా విడుదల కానుంది. ప్రారంభ దశలో ఉన్న స్క్రిప్ట్ వర్క్ పూర్తయిన తర్వాత మాటింగ్ మొదలవుతుంది. 2015లో వచ్చిన ‘రాజు గారి గది’ బాక్సాఫీస్ దగ్గర విజయాన్ని నమోదు చేయగా, 2017లో ‘రాజు గారి గది 2’, 2019లో ‘రాజు గారి గది 3’ ప్రేక్షకులను అంతగా అలరించకలేకపోయాయి. అందుకే ఓంకార్ గ్యాప్ తీసుకుని మళ్లీ ఈ కొత్త కాన్సెప్ట్ తిరిగి వస్తున్నారు. భక్తి, హారర్, థ్రిల్లర్ మేళవింపుతో ‘శ్రీచక్రం’ కథ ప్రేక్షకులకు కొత్త అనుభూతిని అందించనుంది. క్యాష్టింగ్‌కి సంబంధించిన వివరాలు తెలియాల్సి ఉంది.



ఏముందిరా అమ్మడు..

నీలిరంగు చీరలో రాశి ఖన్నా సాగనులు..

సాత్ సినిమీయులకు ప్రత్యేకంగా పరిచయం లక్ష్యదేని పేరు రాశి ఖన్నా. తెలుగు, తమిళంలో వరుస సినిమాలతో అలరించిన ఈ అమ్మడు.. ఇప్పుడు బాలీవుడ్ ఇండస్ట్రీలో బిజీగా ఉంటుంది. హిందీలో వరుస అవకాశాలు అందుకుంటూ మంచి గుర్తింపు తెచ్చుకుంటుంది. తాజాగా ఈ అమ్మడు లేట్స్ట్ ఫోటోస్ తెగ వైరలవుతున్నాయి. తెలుగులో వరుస సినిమాలతో తనకంటూ మంచి ఇమేజ్ క్రియేట్ చేసుకున్న హీరోయిన్ రాశి ఖన్నా ప్రస్తుతం ఈ అమ్మడు హిందీలో బ్యాక్ టూ బ్యాక్ సినిమాలతో అలరిస్తుంది. ఇటీవలే సిద్ధార్థ్ మల్హోత్రా సరసన యోధా చిత్రంలో నటించింది. కానీ మీకు తెలుసా.. రాశి ఖన్నా చిన్నప్పటి నుంచి నటి కావాలని అనుకోలేదు. జాన్ అబ్రహం చిత్రం “మద్రాస్ కేఫ్” తో రాశి ఖన్నా తన కెరీర్‌ను ప్రారంభించింది. ఈ చిత్రంలో ఆమె పాత్ర చాలా చిన్నది. ఆ తర్వాత తెలుగు, తమిళంలో వరుస అవకాశాలు అందుకుంది. ఇప్పుడు ఈ అమ్మడు పాన్ ఇండియా హీరోయిన్.. నెట్టింట విపరీతమైన క్రేజ్ సొంతం చేసుకుంది. మలయాళ పరిశ్రమలో, “విలన్” చిత్రంతో నటిగా మంచి మార్కులు కొట్టేసింది. కొన్ని రోజుల ఫర్ట్ అనే వెబ్ సీరీస్ చేసింది. అయితే కొన్నాళ్లుగా తెలుగులో ఈ బ్యూటీక్ అంతగా అవకాశాలు తగ్గిపోయాయి. తాజాగా ఈ అమ్మడు షేర్ చేసిన ఫోటోస్ తెగ వైరలవుతున్నాయి. నీలిరంగు చీరలో గ్లామర్ ఫోజులతో మతిపోగొట్టేస్తుంది ఈ వయ్యారి. ఊపాలు గునుగులాడే సినిమాతో తెలుగులోకి ఎంట్రీ ఇచ్చిన ఈ బ్యూటీ.. ఆ తర్వాత గోపిచంద్ సరసన జిల్ సినిమాలో మెరిసింది. ఈ బ్యూటీ అందాలకు ఇప్పుడు కుర్చికారు ఫిదా అవుతున్నారు

జాతీయ అవార్డులపై విమర్శలు సరికాదు

రాణిముఖర్తీ

ఇటీవల మొదటిసారి నేషనల్ అవార్డును అందుకున్న బాలీవుడ్ నటి రాణి ముఖర్తీ ,జాతీయ అవార్డుతో తన బాధ్యత మరింత పెరిగిందని చెప్పారు. ఆ పురస్కారాలు ప్రకటించినప్పుడు కొన్నిసార్లు వచ్చే విమర్శలపై స్పందించారు. అవార్డులు ప్రకటించినప్పుడు ఎవరైనా ప్రశ్నిస్తే వాటి విలువ తగ్గిపోతుందన్నారు. ‘దేశవ్యాప్తంగా అభిమానులను సొంతం చేసుకోవడం ఆనందంగా ఉంది. మనకు నేషనల్ అవార్డు ప్రకటించినప్పుడు ప్రేక్షకులు కూడా మనం దానికి అర్హులమని భావిస్తే వచ్చే సంతోషం మాటల్లో చెప్పలేం. అలా కాకుండా ‘ఆమె నటనకు పురస్కారం వచ్చిందా?. ఆమె కంటే గొప్పవారు చాలామంది ఉన్నారు’ అని కామెంట్స్ వినిపించాయంటే దాన్ని అందుకున్నప్పటికీ విలువ ఉండదు. తాజాగా నాకు జాతీయ పురస్కారం వచ్చినప్పుడు అందరూ అంగీకరించారు. వారి అంగీకారం నాకు అవార్డు కంటే గొప్పగా అనిపించింది. నటినటులకు చిన్న పురస్కారం కూడా ముఖ్యమే. ప్రేక్షకులను అలరించడమే మా ప్రధాన ఉద్దేశం. మాకు గౌరవం, గుర్తింపు వచ్చాయంటే అభిమానులు కూడా ఆనందిస్తారు’ అని రాణి చెప్పారు. 2023లో విడుదలైన ‘మిసెస్ చటర్జీ వర్మెస్ నార్త్’ సినిమాకు గాను రాణి ముఖర్తీ ఉత్తమ నటిగా జాతీయ అవార్డును సొంతం చేసుకున్నారు.



నానితో సినిమాకు క్లాప్ కొట్టిన ఓజీ దర్శకుడు సుజిత్



ఓజీ విడుదల కాక ముందే నాని హీరోగా దర్శకుడు సుజీత్ ఓ సినిమా ప్రకటించిన సంగతి తెలిసిందే. ఏడాది దాటిగా మరో అవేడేట్ లేకపోవడంతో ఈ చిత్రం క్యాన్సిల్ అయిందనే రూమర్స్ ఇటీవల వచ్చాయి. ‘ఓజీ’ ప్రమోషన్స్‌లోనే సుజీత్ వాటికి చెక్ పెట్టారు. నానితో సినిమా ఉంటుందని స్పష్టం చేశారు. తాజాగా ఈ చిత్రాన్ని ప్రారంభించారు. దసరాని పురస్కరించుకుని ఈ సినిమాని లాంఛనంగా హైదరాబాద్‌లో ప్రారంభించారు. ఈ వేడుకకు హీరో వెంకటేశ్ ముఖ్య అతిథిగా హాజరై, ముహూర్తపు సన్నివేశానికి క్లాప్ కొట్టారు. చిత్ర బృందానికి శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. సంబంధిత ఫోటోలు నెట్టింట వైరల్‌గా మారాయి. సినిమాలోనూ కలిసి నటిస్తున్నారా? అంటూ అభిమానులు కామెంట్స్ పెడుతున్నారు. రెగ్యులర్ షూటింగ్ త్వరలోనే ప్రారంభం కానుందని, మరిన్ని అవేడేట్స్ రాబోతున్నాయని నిర్మాత వెంకటే బోయనపల్లి తెలిపారు. సుజీత్ ‘ఓజీ’ విజయాన్ని ఆస్వాదిస్తుండగా.. నాని ‘ది ప్యారడైజ్’లో నటిస్తున్నారు. ‘దసరా’ ఫేమ్ శ్రీకాంత్ ఓదెల తెరకెక్కిస్తున్న చిత్రమిది. నానితో చేయబోయే సినిమా ‘ఓజీ’ యూనివర్స్‌లోకి వస్తుందా? అన్న ప్రశ్నకు ఇటీవల సుజీత్ సమాధానమిచ్చారు. తన తొలి సినిమా ‘రన్ రాజు రన్’ సైల్‌లో ఉంటుందని, ‘ఓజీ’ యూనివర్స్‌లో భాగం కాదని తెలిపారు. ఈ చిత్రానికి ‘బ్లడ్ రోమియో’ అనే టైటిల్ ప్రచారంలో ఉంది. కానీ, అధికారిక ప్రకటన లేదు.

నా కుమార్తె నగ్న చిత్రాలు అడిగారు

నటుడు అక్షయ్ కుమార్

బాలీవుడ్ నటుడు అక్షయ్ కుమార్ సైబర్ నేరాల గురించి మాట్లాడుతూ నంచలన వ్యాఖ్యలు చేశారు. ముంబైలో జరిగిన సైబర్ నేరాల అవగహన సదస్సులో పాల్గొన్న అక్షయ్ తన కుమార్తె ఎదుర్కొన్న ఒక అంశాన్ని గుర్తు చేశారు. తన 13 ఏళ్ల కుమార్తె వీడియో గేమ్ ఆడుతున్నప్పుడు జరిగిన ఒక కలతపెట్టే సంఘటనను పంచుకున్నారు. పిల్లల చేతిలో మొబైల్ ఉండటం వల్ల ఒక్కోసారి వారు కూడా సైబర్ నేరాల ఉప్పులో చిక్కుకోవాల్సి ఉంటుందని ఆయన తెలిపారు. సైబర్ నేరగాళ్లు తన కుమార్తెతో ఎలా ప్రవర్తించారో ఇలా పంచుకున్నారు. “కొన్ని నెలల క్రితం నా ఇంట్లో జరిగిన ఒక చిన్న సంఘటనను మీ అందరికీ చెప్పాలనుకుంటున్నాను. నా కుమార్తె ఆన్‌లైన్ వీడియో గేమ్ ఆడుతున్న సమయంలో అవతలి వ్యక్తి నుంచి ఒక మెసేజ్ వచ్చింది. మంచివాడిగానే మొదట ఆమెతో పరిచయం పెంచుకున్నారు. చాలా బాగా ఆడుతున్నావ్ అంటూనే మీరు మేల్, ఫీమేల్‌నా అంటూ జెండర్ గురించి మెసేజ్ చేశాడు. ఆమె పేరు చెప్పగానే అతను ఇంకో మెసేజ్ పంపాడు. నీ నగ్న చిత్రాలను నాకు పంపగలవా..? అంటూనే కాస్త బెదిరించేలా మెసేజ్ చేశాడు. ఆ సమయంలో వెంటనే నా కూతురు ఫోన్ స్క్రీన్ ఆఫ్ చేసి, వెళ్లి నా భార్యతో చెప్పింది. ఇలాంటివి సైబర్ నేరంలో ఒక భాగం.. తల్లిదండ్రులు కూడా ఇలాంటి విషయంలో చాలా జాగ్రత్తగా ఉండాలి. మహారాష్ట్రలో ఏడవ తరగతి నుంచే పిల్లలకు ఈ నేరాల గురించి తెలియాలి. అందుకోసం ప్రతి స్కూల్లో సైబర్ పీరియడ్ అని ఒక గంట సమయం కేటాయించాలని ముఖ్యమంత్రిని అభ్యర్థిస్తున్నాను. ఈ నేరాన్ని ఆపడం చాలా ముఖ్యం...” అని అక్షయ్ వెల్లడించారు. ఆన్‌లైన్ వీడియో గేమ్స్ ఆడుతున్నప్పుడు మీరు కూడా అవతల మరో వ్యక్తితో ఆడుతున్నారనే విషయాన్ని గుర్తుపెట్టుకోవాలని తన కుమార్తె ఘటనను అక్షయ్ గుర్తుచేశారు.