

గత ప్రభుత్వ చెత్తను ఊడ్చేశాం!

నాలుగు కేంద్రాల దెవలపర్స్ తో డిస్కంల ఒప్పుందం ప్రతిరోజూ 7,500 టన్నుల చెత్త ప్రాసెసింగ్..

119 మెగావాట్ల విద్యుత్ ఉత్పత్తి అయ్యేలా ఏర్పాట్లు మున్సిపల్ శాఖ మంత్రి నారాయణ వెల్లడి



క్రైం కౌంటర్ న్యూస్ అమరావతి, డిసెంబరు 23: గత సర్కార్ చెత్తపై కూడా పన్ను వసూలు చేసిందని, తమ ప్రభుత్వం చెత్తతో విద్యుత్ తయారీకి శ్రీకారం చుట్టించి మున్సిపల్, పట్టణాభివృద్ధి శాఖ మంత్రి పి.నారాయణ అన్నారు. రాష్ట్రంలో కొత్తగా ఏర్పాటు చేస్తున్న నాలుగు వేస్ట్ టు ఎనర్జీ (వ్యర్థాల నుంచి విద్యుత్ ఉత్పత్తి) కేంద్రాల దెవలపర్స్ తో ఏపీ డిస్కంల మంగళవారం ఒప్పుందం చేసుకున్నాయి. మంత్రి మాట్లాడుతూ గత ప్రభుత్వం రాష్ట్రవ్యాప్తంగా 85 లక్షల టన్నుల చెత్తను వదిలిపోయిందన్నారు. అక్టోబరు 2 నాటికి నిల్వ చెత్తను తొలగించాలని సీఎం ఆదేశించారని, లక్షల కంటే ఎక్కువగానే 93 లక్షల టన్నుల చెత్తను అధికారులు తరలించారని తెలిపారు. ప్రస్తుతం విశాఖపట్నం, గుంటూరులో రెండు కేంద్రాల నుంచి చెత్త నుంచి విద్యుత్ ఉత్పత్తి అవుతోందన్నారు. నెల్లూరు, కాకినాడ, కడప, కర్నూలులో ఏర్పాటు చేసే నాలుగు ప్లాంట్లతో డిస్కంలు ఒప్పుందాలు చేసుకున్నాయని తెలిపారు. రాష్ట్రంలో ప్రతిరోజూ 7,500 టన్నుల చెత్త నుంచి విద్యుత్ ఉత్పత్తి చేసేలా ప్లాంట్లను నెలకొల్పుతున్నామన్నారు. రెండేళ్లలోనే 6 కొత్త వేస్ట్ టు ఎనర్జీ ప్లాంట్ల నిర్మాణం పూర్తి చేశామన్నారు. మున్సిపాలిటీల్లో పీపీపీ విధానంలో చెత్త నుంచి విద్యుత్ ఉత్పత్తి కేంద్రాలు ఏర్పాటు చేస్తున్నామని పేర్కొన్నారు. జిందాల్, ఆంటోని లారా కంపెనీల ఆధ్వర్యంలో నిర్మాణాలు, నిర్వహణ జరుగుతాయన్నారు.

ఛానల్ ఫాలో అవ్వండివదుల సంఖ్యలో మున్సిపాలిటీలు కవర్ అయ్యేలా 957 టన్నుల వ్యర్థ ప్రాసెసింగ్ సామర్థ్యంతో 15 మెగావాట్ల విద్యుత్ ఉత్పత్తి ప్రాజెక్టు, నెల్లూరు (దొంతాలి)లో 9 మున్సిపాలిటీలకు 604 టన్నుల ప్రాసెసింగ్ సామర్థ్యంతో 12 మెగావాట్ల ప్రాజెక్టులను జిందాల్ కంపెనీ ఏర్పాటు చేస్తున్నట్లు మంత్రి తెలిపారు. కడప (కొలుముపల్లి)లో 18 మున్సిపాలిటీలకు 781 టన్నుల వ్యర్థ ప్రాసెసింగ్ సామర్థ్యంతో 15 మెగావాట్ల ప్రాజెక్టు, కర్నూలు (గార్వేయపురం)లో 13 మున్సిపాలిటీలకు 751 టన్నుల వ్యర్థ ప్రాసెసింగ్ సామర్థ్యంతో 15 మెగావాట్ల ప్రాజెక్టును ఆంటోని లారా కంపెనీ ఏర్పాటు చేస్తున్నట్లు వెల్లడించారు. ఈ నాలుగు ప్లాంట్లు ప్రతిరోజూ 3,093 టన్నుల ఘన వ్యర్థాలను ప్రాసెస్ చేస్తాయన్నారు. టెండర్ల దశలో ఉన్న విజయవాడ, తిరుపతి ప్లాంట్లు 1,600 టన్నుల చెత్తను ప్రాసెస్ చేయనున్నాయని తెలిపారు. ఇప్పటికే గుంటూరు, విశాఖలో నడుస్తున్న ప్లాంట్ల ద్వారా 2,800 టన్నుల చెత్తను ప్రాసెస్ చేస్తున్నారని, తద్వారా 35 మెగావాట్ల విద్యుత్ ఉత్పత్తి అవుతుందని తెలిపారు. ఈ ఎనిమిది ప్లాంట్లు కలిపి 7,493 టన్నుల చెత్తను విద్యుత్గా మారుస్తూ 119 మెగావాట్ల విద్యుత్ ఉత్పత్తి చేయనున్నట్లు పేర్కొన్నారు. ఈ సమావేశంలో మున్సిపల్, పట్టణాభివృద్ధి శాఖ ముఖ్యకార్యదర్శి సురేష్ కుమార్, నెడెక్సాప్ ఎండి కమలాకర్ బాబు, ఏపీసీడీసీఎల్ చీఫ్ జీఎం డి.రాజేంద్రప్రసాద్, ఏపీఎస్సీడీసీఎల్ చీఫ్ జీఎం బి.ఉమావతి, ఈపీడీసీఎల్ చీఫ్ జీఎం ఎల్.మహేంద్రనాథ్, పీసీసీసీ జీఎం పి.ప్రభాకర్, జిందాల్ వేస్ట్ టు ఎనర్జీ ప్లాంట్స్ అధ్యక్షుడు ఎంవీ చారి, ఆంటోని లారా కంపెనీ వైస్ ప్రెసిడెంట్ ఎన్.నారాయణరావు పాల్గొన్నారు.

కొత్త జంటకు శ్రీవారి అక్షింతలు!



క్రైం కౌంటర్ న్యూస్ తిరుమల, డిసెంబరు 23: నూతన వధూవరులకు శ్రీ వారి దీవెనలతో అక్షింతలు, కుంకు మ, కంకణం, అశీర్వాచనం పత్రిక, కల్యాణ సంస్కృతి అనే పుస్తకాన్ని టీటీడీ అందిస్తోంది. ప్రతి వివాది శుభలేఖ పంపిన లక్షకు పైగా జంటలకు శ్రీవారి అశీస్సులతో కల్యాణం జరుగుతోంది. ఈ మహత్తర కార్యక్రమాన్ని టీటీడీ కొన్నేళ్లుగా కొనసాగిస్తోంది. కల్యాణంలో మొదటి ఘట్టంగా వధూవరులకు కంకణధారణ చేస్తారు. ఇందుకోసం శ్రీవద్వ్యావతి అమ్మవారి అశీస్సులతో కుంకుమతో పాటు కంకణాన్ని పంపుతున్నారు. ఇక, వివాహంలో చివరిగా తలంబ్రాలు పోసే ఆచారం ఉంది. కొత్త దంపతులకు సకల మంగళాలు కలగాలని, వారి దాంపత్యం ఫలప్రదం కావాలని కోరుతూ టీటీడీ శ్రీవారి అశీస్సులతో తలంబ్రాలు పంపుతోంది. ఇక, వివాహ వ్యవస్థ గురించి తెలిపేందుకు 'కల్యాణ సంస్కృతి' పుస్తకాన్ని, శ్రీవారు, అమ్మవారి ఫోటోలతో కూడిన వేదాశీర్వాచన పత్రికను పంపుతున్నారు. కొత్త జంటలకు శ్రీవారి అశీస్సులు అందించడానికి తిరుపతిలోని టీటీడీ పరిపాలన భవనంలో ఉన్న తపాలా విభాగం సిబ్బంది నిరంతరాయంగా శ్రమిస్తున్నారు. దీనికోసం వధూవరులు తమ పూర్తి చిరునామాతో 'కార్యనిర్వాహణాధికారి, టీటీడీ పరిపాలన భవనం, కేటీ రోడ్డు, తిరుపతి 517501' పేరుతో వివాహ పత్రికను పంపాలి. మరిన్ని వివరాలకు కాల్ నెంబర్ నం.155257లో భక్తులు సంప్రదించవచ్చు.



యువతలో నైపుణ్యం పెంచేలా క్యాంటం టెక్నాలజీ కోర్సులు

క్రైం కౌంటర్ న్యూస్ డిసెంబరు 23, రాష్ట్రాన్ని నాలెడ్జ్ హబ్ గా మార్చే లక్ష్యంతో ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం కీలక అడుగులు వేస్తోంది. రాష్ట్ర యువతకు భవిష్యత్ సాంకేతికతలో నైపుణ్యాలు అందించేందుకు క్యాంటం టెక్నాలజీ, ఆర్టిఫిషియల్ ఇంటెలిజెన్స్ వంటి కోర్సులను ప్రవేశపెట్టాలని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నిర్ణయించారు. ఇందులో భాగంగా పాఠశాల స్థాయి నుంచే విద్యార్థులకు అవగాహన కల్పించేలా దశలవారీగా కంప్యూటర్ ల్యాబ్లను ఏర్పాటు చేయాలని అధికారులను ఆదేశించారు. మంగళవారం అమరావతి సచివాలయంలో ఐఐటీ మద్రాస్, ఐఐటీ తిరుపతి, ఐఐఐఎం ప్రతినిధులతో ముఖ్యమంత్రి ఉన్నత స్థాయి సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఐఐటీ మద్రాస్ ప్రతినిధులు తెలుగు, ఇంగ్లీష్, హిందీ భాషల్లో విద్యార్థులకు ఏఐపై అవగాహన కల్పించేందుకు రూపొందించిన ప్రతిపాదనలను సీఎంకు వివరించారు. వచ్చే ఏడాది నుంచి రెండేళ్ల పాటు నాలుగు దశల్లో ఈ కార్యక్రమాన్ని అమలు చేసేందుకు తమ యాక్షన్ ప్లాన్ ను సమర్పించారు. ఈ ప్రతిపాదనలను సమీక్షించిన ముఖ్యమంత్రి, రాష్ట్రంలోని ప్రతి విద్యార్థికి క్యాంటం టెక్నాలజీపై అవగాహన ఉండాలని స్పష్టం చేశారు. ప్రైవేట్ పాఠశాలలతో పాటు ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో చదివే విద్యార్థులకు కూడా ఆధునిక టెక్నాలజీ అందుబాటులో ఉండాలి. ముఖ్యంగా 7, 8, 9 తరగతుల విద్యార్థులకు క్యాంటం టెక్నాలజీపై అవగాహన కల్పించాలి. ఇందుకోసం అవసరమైన కంప్యూటర్ ల్యాబ్ల ఏర్పాటుకు కేంద్ర ప్రభుత్వంతో సంప్రదింపులు జరపాలి అని సూచించారు. ఈ లక్ష్య సాధన కోసం ముఖ్యమంత్రి పలు కీలక ఆదేశాలు జారీ చేశారు. 2026 జనవరి నెలాఖరు నాటికి క్యాంటం టెక్నాలజీలో నైపుణ్యాలు అందించేలా పాఠ్యాంశాలను సిద్ధం చేయాలన్నారు. సుమారు 50



వేల మందికి పైగా టెక్ విద్యార్థులకు ఈ నూతన నైపుణ్యాలపై శిక్షణ ఇవ్వాలని లక్ష్యంగా నిర్దేశించారు. ఇందుకు కేంద్ర ప్రభుత్వం నిర్వహిస్తున్న 'నేషనల్ ప్రోగ్రాం ఆన్ టెక్నాలజీ ఎన్ హాన్స్ డ్ లెర్నింగ్' వేదికను మూర్తిస్థాయిలో వినియోగించుకోవాలని తెలిపారు. విద్యార్థుల్లో ఆవిష్కరణలను ప్రోత్సహించి, వారిని పారిశ్రామికవేత్తలుగా తీర్చిదిద్దేందుకు 2026 జనవరి నెలాఖరులో 'స్టూడెంట్స్ పార్టనర్షిప్ సమ్మిట్' నిర్వహించాలని సీఎం నిర్ణయించారు. ఈ సదస్సులో విద్యార్థులు తమ ఇన్నోవేషన్లు ప్రదర్శించే అవకాశం కల్పించనున్నారు. ఇదే సమావేశంలో రాష్ట్రంలో ట్రూ 5జీ సేవల విస్తరణపై బీఎస్ఎన్ఎల్ అధికారులతో కూడా సీఎం సమీక్షించారు. ఈ భేటీలో విద్యాశాఖ ఉన్నతాధికారులు, పలు సంస్థల ప్రతినిధులు పాల్గొన్నారు.

టీడీపీ మాజీ ఎంపీ కనకమేడల రవీంద్ర కుమార్ కు,,,,, కేంద్రంలో కీలక పదవి



క్రైం కౌంటర్ న్యూస్ డిసెంబరు 23, టీడీపీ మాజీ ఎంపీ కనకమేడల రవీంద్ర కుమార్ కు కీలక పదవి దక్కింది. కేంద్ర ప్రభుత్వం కనకమేడల రవీంద్ర కుమార్ కు కీలక బాధ్యతలు అప్పగించింది. కేంద్ర ప్రభుత్వం తాజాగా సుప్రీంకోర్టులో ఇద్దరు అదనపు సాలిసిటర్ జనరల్లను నియమించింది. దవీందర్ పాల్ సింగ్, కనకమేడల రవీంద్ర కుమార్లను సుప్రీంకోర్టులో అదనపు సాలిసిటర్ జనరల్ గా నియమించింది. ఈ మేరకు కేంద్ర న్యాయ శాఖ తాజాగా ఉత్తర్వులు జారీ చేసింది. అదనపు సాలిసిటర్ జనరల్ పదవిలో కనకమేడల రవీంద్ర కుమార్

టోకెన్లు తొలి మూడు రోజులకే..2 నుంచి 8వరకు టోకెన్లు లేకపోయినా తిరుమలకు రావచ్చు

క్రైం కౌంటర్ న్యూస్ డిసెంబరు 23, తిరుమల, డిసెంబరు 23 తిరుమలలో వైకుంఠద్వార దర్శనాలకు టోకెన్లు తేనివారిని రానివ్వరంటూ జరుగుతున్న ప్రచారం నిజం కాదని టీటీడీ చైర్మన్ బీఆర్ నాయుడు స్పష్టం చేశారు. మంగళవారం సాయంత్రం తిరుమలలో ఆయన మీడియాతో మాట్లాడుతూ, 'నో టిక్కెట్, నో ఎంట్రీ' అంటూ సోషల్ మీడియాలో కొంతమంది తప్పుడు ప్రచారం చేస్తున్నారని, వీటిని నమ్మవద్దని కోరారు. కొండపైకి రావద్దు అనడానికి ఎవరికీ అధికారం లేదు. ఉండదు కూడా అని స్పష్టం చేశారు. గత అనుభావాల నేపథ్యంలో తొలి మూడురోజులు మాత్రమే...టోకెన్లు ఉన్నవారికే దర్శనం ఉంటుందని ఇప్పటివరకు ప్రకటిస్తూ వస్తున్నామన్నారు. జనవరి 2 నుంచి 8వ తేదీ వరకు టోకెన్లు లేకపోయినప్పటికీ తిరుమలకు వచ్చి సర్వదర్శనాలు చేసుకోవచ్చని తెలిపారు. ఈనెల 30 నుంచి జనవరి 8వ తేదీ వరకు జరిగే వైకుంఠ ద్వార దర్శనాల సమయంలో భక్తులపై ఆంక్షలు లేవన్నారు. రెండు మూడు నెలలుగా టీటీడీ అధికార యంత్రాంగం విశేషంగా కృషి చేసి ప్రణాళికలు సిద్ధం చేసిందని, తొలినాటిగా రాష్ట్ర ప్రభుత్వ మంత్రులతో సబ్ కమిటీని కూడా ఏర్పాటు చేసి వైకుంఠద్వార దర్శనాల ఏర్పాట్లను పర్యవేక్షిస్తోందని వివరించారు. కాగా గోవిందరాజస్వామి ఆలయంలో బంగారు దొంగతనం జరిగిందా అంటూ మీడియా అడిగిన ప్రశ్నకు 'అది నాకు తెలీదు' అని బీఆర్ నాయుడు బదులిచ్చారు. రెండు గంటల్లోనే దర్శనం: ఈవో వైకుంఠద్వార దర్శనాల సమయంలో ప్రవేశ,



నిష్క్రమణ మార్గాలు, భద్రతా ఏర్పాట్లు, అన్నప్రసాదాలు, వసతి, క్యూలైన్ల నిర్వహణ, పార్కింగ్ సౌకర్యాలపై ప్రణాళికలు సిద్ధం చేసినట్లు ఈవో అనిల్ కుమార్ సింఘాల్ మీడియాకు తెలిపారు. తొలి మూడురోజుల్లో టోకెన్లు పొందిన భక్తులు కేటాయించిన సమయానికి దర్శనానికి వస్తే ఎలాంటి ఇబ్బంది కలగకుండా రెండు గంటల్లోనే దర్శనభాగ్యం కలుగుతుందన్నారు. 3,500 మంది పోలీసులు, 1,150 మంది విజిలెన్స్ సిబ్బందితో కట్టుదిట్టమైన భద్రతా ఏర్పాట్లు చేశామని తెలిపారు.

అట్టహాసంగా పెసా మహోత్సవ్ ప్రారంభం



క్రైం కౌంటర్ న్యూస్ విశాఖపట్నం, డిసెంబరు 23 'పెసా' మహోత్సవం మంగళవారం విశాఖలో అట్టహాసంగా ప్రారంభమైంది. పది రాష్ట్రాల నుంచి వచ్చిన క్రీడాకారులు, కళాకారులతో ఉత్సవ్ తొలిరోజు ఉత్సాహంగా సాగింది. ఉదయం బీచ్ రోడ్డులో 10కె రన్ నిర్వహించారు. రన్ ను ఆర్చర్ క్రీడాకారిణి జ్యోతి సురేఖ, కేంద్ర పంచాయితీరాజ్ సంయుక్త కార్యదర్శి ముక్తా శేఖర్ ప్రారంభించారు. అనంతరం పోర్టు స్టేడియం వేదికగా ఉత్సవ్ ను ముక్తా శేఖర్ ప్రారంభించారు. ఏపీ, హిమాచల్ ప్రదేశ్, మధ్యప్రదేశ్, ఒడిశా, ఛత్తీస్ గఢ్, గుజరాత్, మహారాష్ట్ర, జార్ఖండ్, తెలంగాణ, రాజస్థాన్ రాష్ట్రాలకు చెందిన గిరిజనుల ఉత్సాహంతో 68 స్టాల్లు ఏర్పాటుచేశారు.



రాష్ట్రంలో పల్లె వెలుగు సర్వీసులకు కూడా ఎలక్ట్రిక్ ఏసీ బస్సులు



క్రైం కౌంటర్ న్యూస్ డిసెంబరు 23, రాష్ట్ర ప్రజలకు ఏపీ ప్రభుత్వం మరో శుభవార్త వినిపించింది. రాష్ట్రంలో పల్లె వెలుగు సర్వీసుల కోసం కూడా ఎలక్ట్రిక్ ఏసీ బస్సులనే ఏర్పాటు చేయాలని నిర్ణయించింది.. ఏపీ ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు మంగళవారం రోజు ఆర్డీసీపై సమీక్ష నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఇకపై పల్లె వెలుగు సర్వీసుల కోసం కూడా ఎలక్ట్రిక్ ఏసీ బస్సులనే ప్రవేశపెట్టాలని చంద్రబాబు అధికారులను ఆదేశించినట్లు సమాచారం. మరోవైపు ఆంధ్రప్రదేశ్ లో కొత్తగా ఎలక్ట్రిక్ బస్సులు ప్రవేశపెట్టనున్నారు.

ఈ నేపథ్యంలో పల్లె వెలుగు సర్వీసుల కోసమైనా సరే తప్పనిసరిగా ఏసీ బస్సులే నడపాలని చంద్రబాబు స్పష్టం చేశారు. అలాగే వచ్చే ఆర్థిక సంవత్సరంలో

ఈ ఏడాది అమరావతికి మళ్లీ ప్రాణం..! కానీ ఒక్కటి లోటు..!

క్రైం కౌంటర్ న్యూస్ డిసెంబరు 23, ఏపీ రాజధానిగా 2016లో నిర్ణయించబడిన అమరావతి పనులు కొంత మేర ప్రారంభమైనా, 2019లో రాష్ట్రంలో వైసీపీ ప్రభుత్వం వచ్చిన తర్వాత నిలిచిపోయాయి. మూడు రాజధానుల విధానంలో అమరావతి తో పాటు విశాఖపట్నం, కర్నూలు కూడా రాజధానిగా ప్రతిష్టాపరంగా ప్రతిపాదితమయ్యాయి.కానీ, ఈ విధానాన్ని వ్యతిరేకిస్తూ 2019లో ప్రజలు ఇచ్చిన తీర్పు కారణంగా, 2024లో అమరావతిలో పనులు తిరిగి ప్రారంభం అయ్యే అవకాశం ఏర్పడింది. దీన్ని సద్వినియోగం చేసుకున్న కూటమి ప్రభుత్వం, ఈ ఏడాది ప్రధాని నరేంద్ర మోడీని రాష్ట్రానికి రప్పించి, అమరావతి పనులను పునఃప్రారంభించింది.రాజధాని పనుల ప్రారంభానికి సూచికగా, ముందుగా జంగిల్ క్లియరెన్స్ చేపట్టబడింది. ఆ తర్వాత క్రమంగా అసలు నిర్మాణ పనులపై ఫోకస్ పెట్టబడింది. దీని భాగంగా, గత నెలలో రాజధాని ప్రాధికార సంస్థ (%జ=జూ%) ప్రధాన భవనం నిర్మాణం పూర్తిచేసి ప్రారంభించబడింది. అలాగే, అమరావతిలో మధ్యలో వదిలేసిన అధికారుల క్వార్టర్లు, ఎమ్మెల్యేల క్వార్టర్లు, శాశ్వత సచివాలయం, ఇతర టవర్స్ నిర్మాణాలు తిరిగి ప్రారంభమయ్యాయి.దీంతో పాటు, అమరావతికి గతంలో వచ్చినా తిరిగి వెళ్ళిపోయిన పలు సంస్థలను తిరిగి తీసుకురావడంలో కూటమి ప్రభుత్వం విజయం సాధించింది. ఈ సంస్థలు తిరిగి అమరావతికి వచ్చి, నిర్మాణ పనులు ప్రారంభించేందుకు సిద్ధమయ్యాయి. అంతే కాక, కొత్తగా కొన్ని సంస్థలు కూడా అమరావతిలో చేరాయి. వీటిలో దసపల్లా గ్రూప్, ఎక్స్ఎల్ఆర్ఐ, బసవతారకం ఆస్పత్రి వంటి ఎన్నో నిర్మాణాలు ఉన్నాయి. అదనంగా, క్వంటం వ్యాలీ నిర్మాణం కోసం ప్రభుత్వం వేగంగా పనులు పూర్తి చేస్తోంది.రైతులకు ఇచ్చిన హామీల ప్రకారం, రిటర్నబుల్ ప్లాట్లు



ఇవ్వడం సుగమం అయ్యింది. మిగతా హామీల అమలు కూడా ప్రారంభం అయ్యింది, తద్వారా రైతులు సంతోషంగా కనిపిస్తున్నారు. రిటర్నబుల్ ప్లాట్ల రిజిస్ట్రేషన్లు మరియు ఇతర ప్రక్రియలు కూడా వేగంగా పూర్తవుతున్నాయి. అదనంగా, రాజధానిలో మరియు 16,000 ఎకరాలకు పైగా భూముల భూసమీకరణ కోసం కేబినెట్ అనుమతి ఇచ్చింది. ఇందులో కొత్త ఎయిర్ పోర్ట్ మరియు మరికొన్ని కీలక నిర్మాణాలు చేపట్టడానికి మార్గం సిద్ధమవుతోంది.అయితే, ఇంత చేసినప్పటికీ, అమరావతిని కేంద్రం అధికారికంగా రాజధానిగా గుర్తిస్తూ గెజిట్ నోటిఫికేషన్ ఇంకా విడుదల కాలేదు. దీన్ని కోసం రైతులు మరియు అందరూ ఆసక్తిగా ఎదురుచూస్తున్నారు.

చెలరేగిన షెఫాలీ జత కలిసిన జెమీమా



ఫోర్లు, సిక్సర్లతో హొరెత్తిన స్టేడియం రెండో టీ20లో శ్రీలంకపై భారత్ ఘనవిజయం శ్రీలంకను 128 పరుగులకే కట్టడి చేసిన బౌలర్లు రెండేసి వికెట్లు తీసిన శ్రీచరణి, వైష్ణవి శర్మ

క్రైం కౌంటర్ న్యూస్ విశాఖపట్నం స్పోర్ట్స్, డిసెంబరు 23 భారత్ మహిళలు చెలరేగిపోయారు. బొంబేలు, సిక్సర్లతో స్టేడియాన్ని హొరెత్తించారు. ప్రేక్షకులకు అసలు సిసలైన టీ20 మజాసందించారు. షెఫాలీ వర్మ విద్వంసకర బ్యాటింగ్ తో శ్రీలంక బౌలర్లకు చుక్కలు చూపించింది. మంగళవారం ఇక్కడి ఏసీఏ-వీడిసీఏ స్టేడియంలో ఏకపక్షంగా సాగిన జరిగిన రెండో టీ20 మ్యాచ్ లో భారత్ ఏడు వికెట్ల తేడాతో శ్రీలంకను చిత్తు చేసింది. శ్రీలంక నిర్దేశించిన 129 పరుగుల లక్ష్యాన్ని కేవలం 11.5 ఓవర్లలోనే ఛేదించింది. 22 పరుగుల తేడాలో ఐదు వికెట్లు కోల్పోయిన శ్రీలంక టాప్ ఓడి తొలుత బ్యాటింగ్ చేసిన శ్రీలంక నిర్ణీత 20 ఓవర్లలో తొమ్మిది

లిక్కర్ స్కాం కేసులో ఉన్న చెవిరెడ్డి జైల్లో ఏలు ఆరాగ్య సమన్వయంతో బాధపడుతున్న వైసీపీ

క్రైం కౌంటర్ న్యూస్ డిసెంబరు 23, లిక్కర్ స్కాం కేసులో వైసీపీ మాజీ ఎమ్మెల్యే చెవిరెడ్డి భాస్కర్ రెడ్డి నిందితుడిగా ఉన్న సంగతి తెలిసిందే. ప్రస్తుతం ఆయన విజయవాడ జిల్లా జైల్లో రిమాండ్ ఖైదీగా ఉన్నారు. జైల్లో ఉన్న ఆయన పలు ఆరోగ్య సమస్యలతో బాధ పడుతున్నారు. కొంత కాలంగా ఆయన చర్మ సంబంధిత వ్యాధితో ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్నారు. ఇదే విషయాన్ని జైలు అధికారులకు ఆయన తెలియజేశారు. దీంతో, ఈ విషయాన్ని జైలు అధికారులు ఉన్నతాధికారుల



సోషల్ మీడియాలో ప్రచారం,,,అదంతా ఫేక్.. నమ్మద్దు.. భక్తులకు టీటీడీ లిక్వెస్ట్



క్రైం కౌంటర్ న్యూస్ డిసెంబరు 23, తిరుమల వైకుంఠ ద్వార దర్శనాలపై తిరుమల తిరుపతి దేవస్థానం కీలక ప్రకటన చేసింది. డిసెంబర్ 30 నుంచి జనవరి 8 వరకూ పది రోజుల పాటు తిరుమల శ్రీవారి ఆలయంలో వైకుంఠ ద్వార దర్శనాలు కల్పించనున్న సంగతి తెలిసిందే. అయితే తిరుమల వైకుంఠ ద్వార దర్శనాలపై సోషల్ మీడియాలో జరుగుతున్న ప్రచారాన్ని టీటీడీ తోసిపుచ్చింది. తిరుమల వైకుంఠ ద్వార దర్శనాలపై అసత్య ప్రచారాలు నమ్మవద్దని శ్రీవారి భక్తులకు టీటీడీ విజ్ఞప్తి చేసింది. వైకుంఠ ద్వార దర్శనాలపై సామాజిక మాధ్యమాల్లో జరుగుతున్న అసత్య ప్రచారం నమ్మవద్దని టీటీడీ ఛైర్మన్ బీఆర్ నాయుడు భక్తులను కోరారు. మంగళవారం మీడియా సమావేశం నిర్వహించిన టీటీడీ ఛైర్మన్.. వైకుంఠ ద్వార దర్శనాలకు టోకెన్ లేని భక్తులకు తిరుమలలోకి అనుమతి లేదంటూ సామాజిక మాధ్యమాల్లో జరుగుతున్న ప్రచారాన్ని ఖండించారు. శ్రీవారి భక్తులను తిరుమలకు రావాద్దంటూ చెప్పే అధికారం ఎవరికీ లేదని టీటీడీ ఛైర్మన్ బీఆర్ నాయుడు స్పష్టం చేశారు.

వైకుంఠ ద్వార దర్శనాల ఏర్పా కోసం గడిచిన రెండు నెలలుగా పనిచేస్తున్నామని టీటీడీ ఛైర్మన్ బీఆర్ నాయుడు తెలిపారు. తిరుమల వైకుంఠ ద్వార దర్శనాల సందర్భంగా గతంలో జరిగిన అనుభవాలను దృష్టిలో ఉంచుకుని ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం మంత్రివర్గ ఉపసంఘం కూడా ఏర్పాటు చేసినట్లు వివరించారు. ఈ సబ్ కమిటీ వైకుంఠ ద్వార దర్శనాల ఏర్పాట్లు చూస్తోందన్నారు. వైకుంఠ ద్వార దర్శనాలకు భక్తులు అధిక సంఖ్యలో తరలి వచ్చే అవకాశం ఉన్న నేపథ్యంలో.. భక్తుల రద్దీని దృష్టిలో ఉంచుకుని మొదటి మూడు రోజులు (డిసెంబర్ 30, 31, జనవరి 1) ఈ-డివ్ ద్వారా టోకెన్లు కేటాయించామన్నారు. ఈ మూడు రోజులు టోకెన్లు ఉన్న భక్తులను మాత్రమే శ్రీవారి దర్శనానికి అనుమతిస్తామని టీటీడీ ఛైర్మన్ బీఆర్ నాయుడు స్పష్టం చేశారు. అయితే టోకెన్ లేకపోయినప్పటికీ.. తిరుమలకు భక్తులు రావచ్చన్న టీటీడీ ఛైర్మన్.. వారికి దర్శనాలు లేకపోవటంతో ఇబ్బంది పడే అవకాశం ఉందన్నారు. అలాగే టోకెన్లు లేని వారికి జనవరి 2వ తేదీ నుంచి మిగతా అన్ని రోజులు సర్వదర్శనం ద్వారా వైకుంఠ ద్వార దర్శనాలకు అనుమతి ఇవ్వనున్నట్లు టీటీడీ ఛైర్మన్ వెల్లడించారు. టోకెన్లు పొందలేని భక్తులు ఈ అవకాశం ఉపయోగించుకోవాలని సూచించారు. భక్తులకు దీనిపై అవగాహన కల్పించేందుకు బ్యానర్లు, ప్లెకీలు, బ్రాడ్ కాస్టింగ్ ఏర్పాట్లతో పాటుగా ఎస్సీబీసీ ఛానెల్, సోషల్ మీడియా ద్వారా కూడా ప్రచారం చేస్తున్నామని టీటీడీ ఛైర్మన్ బీఆర్ నాయుడు వివరించారు. భక్తులు సంయమనంతో వైకుంఠ ద్వార దర్శనాలు చేసుకోవాలని సూచించారు.

పంటలకు ప్రత్యేక క్యాలెండర్

క్రైం కౌంటర్ న్యూస్ అమరావతి, డిసెంబరు 23: రైతులకు ప్రయోజనకరంగా ఉండేలా ఖరీఫ్, రబీ సీజన్ల పంటలకు ప్రత్యేక క్యాలెండర్ ను రూపొందించాలని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు వ్యవసాయ, ఉద్యానశాఖల అధికారులను ఆదేశించారు. ఆ క్యాలెండర్ కు అనుగుణంగా పంటల సాగు, మార్కెటింగ్ జరిగేలా చర్యలు తీసుకోవాలని స్పష్టం చేశారు. మంగళవారం సచివాలయంలో ధాన్యం కొనుగోతు ,, వివిధ పంట ఉత్పత్తుల మార్కెటింగ్ పై సీఎం సమీక్ష నిర్వహించారు. వ్యవసాయ మంత్రి కె.అచ్చెన్నాయుడు, పౌరసరఫరాల మంత్రి నాదెండ్ల మహావీర్రావు వర్చువల్ గా పాల్గొన్నారు. ఆయా సీజన్లలో ఎలాంటి పంటలు వేయాలి, రైతులకు ఏది ప్రయోజనం అనే అంశాలపై అవగాహన కల్పించాలని సీఎం చంద్రబాబు అధికారులకు దిశానిర్దేశం చేశారు. పంట ఉత్పత్తుల నాణ్యతను పెంచడంతోపాటు కోత సమయంలోనూ తగిన సూచనలు ఇవ్వాలన్నారు. కోల్డ్ చైన్ ద్వారా దేశీయ, అంతర్జాతీయ మార్కెట్లకు మన పంట ఉత్పత్తులను తరలించడంతోపాటు వాటి ప్రాసెసింగ్ పై దృష్టి సారించాలని చెప్పారు. దేశవ్యాప్తంగా వివిధ మార్కెట్లకు పంట ఉత్పత్తులను తరలించేందుకు రైలు రవాణా వంటి సౌకర్యాలు కల్పించాలన్నారు. రైతులకు చెల్లింపుల్లో ఇబ్బందులు ఉండొద్దు రాష్ట్రంలోని ఆయా జిల్లాల్లో కొనసాగుతున్న ధాన్యం కొనుగోళ్లను నిర్దేశిత గడువుల్లోగా పూర్తిచేయాలని సీఎం ఆదేశించారు. రాష్ట్రస్థాయి బ్యాంకర్లతో మాట్లాడి రైతులకు చెల్లింపుల్లో ఇబ్బందులు లేకుండా చూడాలన్నారు. రైతుల నుంచి ధాన్యం కొనుగోళ్లలో రైసు మిల్లర్లు అక్రమాలకు పాల్పడకుండా చర్యలు తీసుకోవాలని అధికారులను ఆదేశించారు. ఉత్తరాంధ్ర జిల్లాల్లో ఎదురవుతున్న బ్యాంకు గ్యారంటీ సమస్యలను పరిష్కరించడంతోపాటు రాష్ట్రవ్యాప్తంగా మిల్లర్లు ఒకే తరహా బ్యాంక్ గ్యారంటీలు ఇచ్చేలా చర్యలు తీసుకోవాలన్నారు. రైతులకు ఎలాంటి ఇబ్బందులు లేకుండా స్పీడ్ ఆఫ్ డెలివరింగ్ గవర్నెన్సు విధానం మేరకు తక్షణ చర్యలు తీసుకోవాలన్నారు. సమీక్ష సమావేశం నుంచే రాష్ట్రస్థాయి బ్యాంకర్ల కన్ఫీరెన్స్ తో ముఖ్యమంత్రి మాట్లాడి తగిన ఆదేశాలు జారీచేశారు.

మామిడి రైతులకు అందగా ఉన్నాం మామిడి రైతులను ఆదుకునేందుకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం రూ.184 కోట్లను రాయితీగా చెల్లిందని ముఖ్యమంత్రి తెలిపారు. ఏ రాష్ట్రంలో లేనివిధంగా కేజీకి రూ.4 చొప్పున అదనపు ధర చెల్లిస్తున్నామని చెప్పారు. వల్లే ప్రాసెసింగ్ యూనిట్లు రైతుల పట్ల ఉ దారంగా వ్యవహరించాలన్నారు. కొందరు ఉద్దేశపూర్వకంగా రైతులను ఇబ్బందులకు గురిచేస్తున్నట్లు తన దృష్టికి వచ్చిందని, అలాంటి వారి పట్ల ప్రభుత్వం కఠినంగా వ్యవహరిస్తుందని హెచ్చరించారు. రైతుల ఇబ్బందులను పది రోజుల్లో పరిష్కరించాలని సంబంధిత జిల్లా కలెక్టర్లను సీఎం ఆదేశించారు. మామిడి రైతులకు అందగా ప్రభుత్వం ప్రోత్సాహకాలు ఇస్తోందన్నారు. జనవరిలో ఉద్యాన ఉత్పత్తుల ప్రదర్శన నిర్వహించాలని వ్యవసాయశాఖ అధికారులను ఆదేశించారు.



చినిమా



తెలుగు వెండితెర తొలి అందగాడు..

తెలుగు సినీ చరిత్రలో ఒక విలక్షణ నటుడిగా, అమ్మాయిల కలల రాకుమారుడిగా కీర్తి ప్రతిష్ఠలు పొందిన వ్యక్తి హరనాథ్. పూర్తి పేరు బుద్ధరాజు అప్పల వెంకట రామ హరనాథరాజు. తూర్పుగోదావరి జిల్లాలోని పిఠాపురం మండలం రాపర్తి గ్రామంలో జమీందారీ కుటుంబంలో 1936 సెప్టెంబర్ 2న జన్మించిన ఆయన చిన్ననాటి నుంచే రాజనంతో, ఆకర్షణీయమైన వ్యక్తిత్వంతో పెరిగారు. కాకినాడలోని పీఆర్ కాలేజీలో చదువుకునే రోజుల్లోనే ఆయనకు భారీ అభిమానగణం ఏర్పడింది. మోటార్ సైకిల్పై స్టైల్గా రావడం, స్నేహితులతో కలిసి ఉండడం, గొడవల్లో ముందుండడం వంటి పనులు ఆయనలో హీరోకు ముందున్న హీరోయిజాన్ని చూపించాయి. నాటకాల పట్ల గల అభిరుచి హరనాథ్ను సినీమా రంగం వైపు నడిపించింది. డైరెక్టర్ రామణీడు ఇచ్చిన అవకాశంతో 1959లో మాయింటి మహాలక్ష్మి చిత్రంతో వెండితెర అరంగేట్రం చేశారు. అనతికాలంలోనే స్టార్ హీరోగా గుర్తింపు పొందారు. మొదటి సినీమా హీరోయిన్ జమునతో ఆయనకు మంచి అనుబంధం ఏర్పడింది. వీరిద్దరూ కలిసి 30కి పైగా చిత్రాల్లో నటించారు. జమున కూడా హరనాథ్కు ప్రత్యేక ప్రాధాన్యత ఇచ్చేవారని చెప్పుకునేవారు. ఒక దశలో ఎన్.టి.ఆర్, ఎ.ఎన్.ఆర్ వంటివారు జమునకు అవకాశం ఇవ్వనప్పుడు, హరనాథ్ ఆమెకు వరుస అవకాశాలు కల్పించారు. హరనాథ్ కెరీర్లో ఎన్.టి.ఆర్తో ఆయనకు గల అనుబంధం ఎంతో ముఖ్యమైనది. 1961లో ఎన్.టి.ఆర్. స్వీయ దర్శకత్వంలో తెరకెక్కిన సీతారామ కళ్యాణంలో శ్రీరాముడి పాత్రకు హరనాథ్ను ఎంపిక చేశారు. ఈ చిత్రం కోసం ఎన్.టి.ఆర్. పెట్టిన కఠిన పరతలను (త్రాగకపోవడం, మాంసాహారం తినకపోవడం, కిరీటం నేల పెట్టకపోవడం వంటివి) హరనాథ్ పాలించారు. ఎన్.టి.ఆర్. రావణాసురుడిగా, హరనాథ్ శ్రీరాముడిగా నటించి ప్రేక్షకుల మన్ననలు పొందారు. ఎన్.టి.ఆర్. హరనాథ్ను తన తమ్ముడిలా భావించేవారు. హరనాథ్ వ్యవసాయకులకు బానిసైనప్పుడు, ఆయన కుటుంబం కోరిక మేరకు ఎన్.టి.ఆర్. ఆయనకు సచ్చెప్పడానికి ప్రయత్నించారు. అయితే, హరనాథ్ తన వ్యక్తిగత వ్యవసాయకులలో ఒకడిపోయాడు. దీని వలన ఆయనకు రావలసిన అవకాశాలు శోభన్ బాబు, కృష్ణ వంటి నటులకు వెళ్లిపోయాయి. వ్యవసాయ కారణంగా మాటాంగిలకు వెళ్లడం కష్టమై, సెట్లలో కూడా మందు తాగే పరిస్థితి ఏర్పడిందని వెటరన్ ఫిల్మ్ జర్నలిస్టులు చెబుతుంటారు. ఇది ఆయన కెరీర్కు తీవ్ర విఘాతం కలిగించింది. అయినప్పటికీ, ఆయన నటన పట్ల అంకితభావం, సహజత్వం అద్భుతంగా ఉండేవి. వ్యక్తిగత జీవితంలో భార్య భానుమతి దేవి ఆయనకు ఎంతో అండగా నిలిచారు. ఆయన వ్యవసాయ పట్ల ఆమె ఎంతో ఓర్పుతో వ్యవహరించారు. వారికి పద్మజ అనే కూతురు, శ్రీనివాస్ బుద్ధరాజు అనే కుమారుడు ఉన్నారు. పద్మజ చిన్న వయసులోనే మరణించగా, అల్లుడు జీవితీ రాజు సినీ నిర్మాణ రంగంలో ఉన్నారు, కుమారుడు శ్రీనివాస్ వ్యాపారవేత్తగా స్థిరపడ్డారు. చివరి రోజుల్లో సినీమారంగం నుంచి అవకాశాలు తగ్గి, ఆర్థికంగా ఇబ్బందులు పడ్డారు. ఆరోగ్యం క్షీణించి, ప్రేగులు దెబ్బతినడంతో 1989 నవంబర్ 1న తన 53వ ఏట కన్నుమూశారు. ఆయన చివరి చిత్రం చిరంజీవితో కలిసి నటించిన నాగు. తన వ్యవసాయ వలన తనను తాను బాధించుకున్నారో తప్పు, ఇతరులకు ఎప్పుడూ హాని చేయలేదని, స్నేహానికి ప్రాణమిచ్చేవారని ఆయనను అభిమానించేవారు చెబుతారు.



గుడ్డి నమ్మకాలతో కాస్త జాగ్రత్త..

నేటి కాలంలో ప్రతి ఒక్కరికీ ఫిట్నెస్పై ప్రత్యేక శ్రద్ధ పెరుగుతోంది. ఆరోగ్య కరమైన ఆహారం తీసుకోవడం ఉత్తమమని వంటింటి రుచులపై ఆసక్తి చూపుతున్నారు. కిచెన్లో లభించే ఆరోగ్యకరమైన పదార్థాల్లో వెల్లుల్లి ముందు వరుసలో ఉంటుంది. అయితే తెల్ల వెల్లుల్లి గురించి అందరికీ తెలుసు. కానీ మీరు నల్ల వెల్లుల్లి గురించి ఎప్పుడైనా విన్నారు? ఇది ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తుంది. ఇది శరీరంలోని జీవక్రియను మెరుగుపరుస్తుంది. వెల్లుల్లిలో నలుపు, తెలుపు వెల్లుల్లి అని రెండు రకాలు ఉంటాయి. ఇంట్లో తయారుచేసిన తెల్ల వెల్లుల్లి బలమైన ఘాటు వాసనతోపాటు యాంటీమైక్రోబయల్ లక్షణాలు కలిగి ఉంటాయి. వీటిల్లో ఉండే అల్లిసిన్ కారణంగా ఎన్నో ఆరోగ్య సమస్యలు నయమవడంలో ఉపయోగపడుతుందని వైద్యులు అంటున్నారు. అయితే ఈ అల్లిసిన్ కడవు సంబంధిత రుగ్మతలకు కారణమవుతుంది. నల్ల వెల్లుల్లిలోని అల్లిసిన్ కిణ్వు ప్రక్రియ ద్వారా మరింత విస్తృతమైన సులభంగా శోషించదగిన యాంటీఆక్సిడెంట్గా మార్చబడుతుంది. ఇది %౫%-అల్లెల్ సిస్టిన్ (%నూనె%) ప్రత్యేక లక్షణం. నల్ల వెల్లుల్లిలో లభించే %నూనె% పచ్చి వెల్లుల్లిలోచాలా సులభంగా శోషించబడుతుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. అందుకే దాని యాంటీఆక్సిడెంట్ లక్షణాల కారణంగా చాలా మంది దీనిని తమ ఆహారంలో చేర్చుకుంటారు. తెల్ల వెల్లుల్లి కంటే ఇది సులభంగా జీర్ణమవుతుంది. అందుకే చాలా మంది దీనిని తమ రోజువారీ ఆహారంలో తీసుకుంటూ ఉంటారు. నిపుణుల అభిప్రాయం ప్రకారం.. నల్ల వెల్లుల్లి శోధ నిరోధకమని అంటున్నారు. ఇది మన శరీర రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది. ఇది గుండె, కాలేయ ఆరోగ్యాన్ని కూడా ప్రోత్సహిస్తుంది. క్యాన్సర్ వంటి వ్యాధులతో పోరాడటానికి కూడా దీనిని ఉపయోగించవచ్చు. నల్ల వెల్లుల్లి ఆరోగ్యానికి మంచిదే అయినప్పటికీ కొందరు దీన్ని తీసుకోవడం వల్ల లేనిపోని సమస్యల్లో చిక్కుకుంటారు. రక్తం పలచగా ఉన్నవారు దీన్ని తీసుకోవడం అంత మంచిది కాదు. కడుపు నొప్పి వచ్చేవారు కూడా నల్ల వెల్లుల్లిని నివారించాలి. ఇది ట్రెండింగ్ ఉండటం వల్ల యాదృచ్ఛికంగా దీన్ని ఆహారంలో చేర్చుకుంటే సమస్యల్లో చిక్కుకుంటారు. అందుకే దీన్ని ఆహారంలో తీసుకునే ముందు వైద్యుడిని సంప్రదించడం మంచిది.



అంజీర్ తో అద్భుతాలు..

చలికాలం వచ్చిందంటే చాలు.. బాడీలో ఇమ్మ్యూనిటీ తగ్గి రకరకాల ఇన్ఫెక్షన్లు చుట్టుముడుతుంటాయి. ఈ సమయంలో ప్రకృతి మనకు ప్రసాదించిన అద్భుతమైన వరం అంజీర్. ఆయుర్వేదం, ఆధునిక వైద్యం రెండూ సూచిస్తున్న గుర్తించిన అంజీర్ పండ్లు.. చలికాలంలో జీవగంగా పనిచేస్తాయని పరిశోధనలు చెబుతున్నాయి. రోజూ రెండు అంజూర పండ్లు తీసుకోవడం వల్ల కలిగే 8 అద్భుత ప్రయోజనాలు ఇవే.. ఇనుములాంటి ఎముకలు అంజీర్ పండ్లు క్యాల్షియానికి కేరాఫ్ అడ్రస్. పయసు పెరిగే కొద్దీ వచ్చే ఆస్టియోపోరోసిస్ వంటి ఎముకల వ్యాధుల నుండి ఇది రక్షణ కల్పిస్తుంది. ముఖ్యంగా చలికాలంలో వేడించే కీళ్ల నొప్పుల నుంచి ఉపశమనం పొందాలంటే అంజీర్ తప్పనిసరి. మలబద్ధకానికి చెక్ చలికాలంలో నీరు తక్కువగా తాగడం వల్ల చాలామంది మలబద్ధకంతో బాధపడుతుంటారు. అంజీర్లో ఉండే అధిక ఫైబర్ కంటెంట్ సహజ విరోచనకారిలా పనిచేసి, పేగులను శుభ్రపరుస్తుంది. గుండె పదిలం రక్తంలోని చెడు కొవ్వు (ట్రైగ్లిజెరైడ్స్) స్థాయిలను తగ్గించడంలో అంజీర్ కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. దీనిలోని పొటాషియం రక్తపోటును నియంత్రిస్తూ, గుండెపోటు ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తుంది. మధుమేహ నియంత్రణ అంజీర్ తియ్యగా ఉన్నప్పటికీ దీనిలో ఉండే క్లోరోజెనిక్ అమ్లం శరీరంలో ఇన్సులిన్ స్థాయిలను మెరుగుపరుస్తుంది. ఇది టైప్-2 డయాబెటిస్ బాధితులకు మేలు చేస్తుంది. రక్తహీనత దూరం శరీరంలో హిమోగ్లోబిన్ తక్కువగా ఉండి, త్వరగా అలసిపోయేవారికి అంజీర్ ఒక వరం. దీనిలోని ఐరన్ కంటెంట్ రక్తాన్ని వృద్ధి చేసి శరీరానికి తక్షణ శక్తిని ఇస్తుంది. ఇమ్మ్యూనిటీ బూస్టర్ విటమిన్ సి, ఇ, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉండే అంజీర్ పండ్లు.. జలుబు, దగ్గు వంటి వైరల్ ఇన్ఫెక్షన్ల నుండి మనల్ని కాపాడతాయి. చర్మం పొడిబారకుండా కాంతివంతంగా ఉండేలా చేస్తాయి. బరువు తగ్గాలనుకునే వారికి.. శీతాకాలంలో బరువు పెరగకుండా ఉండాలంటే అంజీర్ను స్నాక్స్గా తీసుకోవచ్చు. ఇది తిన్న తర్వాత ఆకలి త్వరగా వేయదు, దీనివల్ల జీవక్రియ వేగవంతమవుతుంది. నిపుణుల సూచన ప్రకారం.. రెండు అంజీర్ పండ్లను రాత్రింతా నీటిలో నానబెట్టి, ఉదయం ఖాళీ కడుపుతో ఆ పండ్లను తిని, ఆ నీటిని కూడా తాగాలి. ఇలా చేయడం వల్ల పోషకాలు శరీరానికి పూర్తిస్థాయిలో అందుతాయి.

షిఫాలీ తుఫాన్ హాఫ్ సెంచరీ..

భారత్ వర్సెస్ శ్రీలంక మహిళల జట్ల మధ్య ఐదు మ్యాచ్ల టీ20 సిరీస్లో భాగాంగ రెండవ మ్యాచ్ విశాఖపట్నంలోని డాక్టర్ వైఎస్ రాజశేఖర రెడ్డి క్రికెట్ స్టేడియంలో జరిగింది. భారత జట్టు ఈ మ్యాచ్ను ఏకపక్షంగా గెలిచి సిరీస్లో 2-0 ఆధిక్యంలో నిలిచింది. ఈ మ్యాచ్లో, యువ విద్యుంసక బ్యాటర్ షఫాలి వర్ష జట్టుకు మ్యాచ్ విజేతగా నిరూపించుకుంది. ఆమె తుఫాను హాఫ్ సెంచరీతో భారత జట్టును విజయపథంలో నడిపించింది. అదే సమయంలో, బొలింగ్లో వైష్ణవి శర్మ, శ్రీ చరణి, క్రాంతి గౌడ్, స్పేహ్ రాణా తమదైన ముద్ర వేశారు. తడబడ్డ లంక.. టాప్ ఓడి తొలుత బ్యాటింగ్ చేసిన శ్రీలంక నిర్ణీత 20 ఓవర్లలో 9 వికెట్ల సప్లానికి 128 పరుగులు చేసింది. హర్షిత్ సమరవిక్రమ (33), కెప్టెన్ చమరీ అటవట్టు (31) మినహా మిగిలిన వారు ఎవరూ పెద్దగా రాణించలేదు. భారత బౌలర్లలో వైష్ణవి శర్మ (2/31), శ్రీ చరణి (2/23) తలా రెండు వికెట్లు తీయగా, స్పేహ్ రాణా (1/11), క్రాంతి గౌడ్ (1/21) పాదుపుగా బొలింగ్ చేసి వికెట్లు పడగట్టారు. షఫాలీ వర్ష విద్యుంసం.. 129 పరుగుల లక్ష్యంతో బరిలోకి దిగిన భారత్కు ఓపెనర్ షఫాలీ వర్ష మెరుపు ఆరంభాన్ని ఇచ్చింది. కేవలం 27 బంతుల్లోనే హాఫ్ సెంచరీ పూర్తి చేసిన షఫాలీ, శ్రీలంక బౌలర్లను ముప్పుతిప్పలు పెట్టింది. ఓపెనర్ స్థుతి మంథాన (14) త్వరగానే అవుట్ అయినప్పటికీ, షఫాలీ, జెమిమా అందించిన వేగం వల్ల భారత్ కేవలం 11 ఓవర్లలో 3 వికెట్లు కోల్పోయి 129 పరుగులు చేసి విజయం సాధించింది. వర్ష 34 బంతుల్లో 69 పరుగులతో అజేయంగా నిలిచింది. ఇందులో 11 ఫోర్లు, 1 సిక్స్ ఉన్నాయి. జెమిమా 26 పరుగులు, కౌర్ 10 పరుగులు, మంథాన 14 పరుగులు చేసి పెవిలియన్ చేరారు. ఈ విజయంతో భారత్ 5 మ్యాచ్ల సిరీస్లో 2-0 ఆధిక్యంలో నిలిచింది. వరుసగా రెండు విజయాలతో టీమ్ ఇండియా మంచి ఊపులో ఉంది. మూడో టీ20 డిసెంబర్ 26న తిరువనంతపురంలో జరగనుంది.



క్రికెట్ అభిమానులకు బ్యాడ్ న్యూస్..

కోహ్లా ఆటను చూడలేరు!

టీమిండియా స్టార్ బ్యాటర్ విరాట్ కోహ్లా విజయ్ హజారే ట్రోఫీ ఆడుతున్న సంగతి తెలిసిందే. ఈ టోర్నీలో చివరగా 2010లో కనిపించాడు. ఇన్ఫాక్షకు మళ్లీ ప్రతిష్టాత్మక డౌమెన్ట్ బోర్డుమెంట్లో కోహ్లా ఆడుతుండటంతో అభిమానుల్లో ఆసక్తి నెలకొంది. కోహ్లా ఆట చూసేందుకు అభిమానులు ఎదురుచూస్తున్నారు. డిసెంబరు 24 నుంచి ప్రారంభం కానున్న 2025-26 విజయ్ హజారే ట్రోఫీలో.. పెద్దయ్యాల్ ప్రకారం బెంగళూరులోని చిన్నస్వామి స్టేడియంలో ఆంధ్ర, ఢిల్లీ తొలి మ్యాచ్ ఆడనున్నాయి. ఢిల్లీకి ప్రాతినిధ్యం వహిస్తున్న కోహ్లా ఇప్పటికే బెంగళూరుకు వచ్చాడు. ఈ నేపథ్యంలో కోహ్లా ఆటను అభిమానులు నేరుగా చూడకపోవచ్చనే వార్తలు వస్తున్నాయి. విజయ్ హజారే ట్రోఫీ ఫస్ట్ మ్యాచ్ బెంగళూరు చిన్నస్వామి స్టేడియంలో నిర్వహించాలని కర్ణాటక క్రికెట్ అసోషియేషన్ భావించింది. అందులో భాగంగా రెండు స్టాండ్లు తెరిచి 2,000 నుంచి 3,000 మంది అభిమానులను లోపలికి అనుమతించాలని రాష్ట్ర ప్రభుత్వాన్ని కోరింది. అయితే ఈ ప్రతిపాదనను కర్ణాటక ప్రభుత్వం తిరస్కరించింది. క్రిస్మస్ నెలపుల నేపథ్యంలో అభిమానులు భారీగా తరలివచ్చే అవకాశం ఉందని, పలు భద్రతా కారణాలు పేర్కొంటూ అనుమతి నిరాకరించింది. కాగా, ప్రేక్షకులను అనుమతించాలని కెసీఎ ప్రభుత్వాన్ని రిక్వెస్ట్ చేసింది. దీంతో సాధ్యాసాధ్యాలను పరిశీలించడానికి.. గ్రేటర్ బెంగళూరు అథారిటీ (జీబీఎ) కమిషనర్ నేతృత్వంలో ప్రభుత్వం ఓ కమిటీని ఏర్పాటు చేసింది. బెంగళూరు పోలీసు కమిషనర్, అగ్నిమాపక, అత్యవసర శాఖలు, ఆరోగ్య విభాగాల సభ్యులతో కూడిన ఈ కమిటీ.. చిన్నస్వామి స్టేడియాన్ని పరిశీలించి నివేదికను ప్రభుత్వానికి అందించనుంది. దాని ఆధారంగా ప్రేక్షకులను అనుమతించాలా వద్దా అనే విషయంపై కర్ణాటక ప్రభుత్వం నిర్ణయం తీసుకోనుంది. అయితే ప్రభుత్వం స్టేడియంలోకి ప్రేక్షకులను అనుమతించే అవకాశం లేదనే వార్తలు వస్తున్నాయి. ఒకవేళ అనుమతి రాకపోతే.. బెంగళూరులోని బీసీసీబ సెంటర్ ఆఫ్ ఎక్స్లెన్స్ ను బ్యాకప్ వేదికగా పెట్టివట్టు.. అక్కడే ప్రేక్షకులు లేకుండానే మ్యాచ్ నిర్వహించే అవకాశం ఉన్నట్లు సమాచారం. దాదాపు 18 ఏళ్ల నిరీక్షణ తర్వాత ఈ ఏడాది ఐపీఎల్ టైటిల్ను రాయల్ ఛాలెంజర్స్ బెంగళూరు (ఆర్సీబీ) దక్కించుకున్న విషయం తెలిసిందే. ఆర్సీబీ విన్నింగ్ సెలెబ్రేషన్స్ను చిన్నస్వామి స్టేడియంలో నిర్వహించిన సమయంలో తొక్కినలాట జరిగింది. ఈ ఘటనలో 11 మంది మృతి చెందారు. ఈ ఘటన అప్పట్లో దేశవ్యాప్తంగా సంవలన సృష్టించింది. అప్పటినుంచి ఈ స్టేడియంలో ఎలాంటి మ్యాచ్లు నిర్వహించలేదు. ఈ నేపథ్యంలో అలాంటి ఘటన మళ్లీ జరగకుండా కర్ణాటక ప్రభుత్వం జాగ్రత్త పడుతోంది. కాగా ఢిల్లీ జట్టుకు కోహ్లా, పంత్, ఇషాంత్ శర్మ, నవీద్ సైని వంటి స్టార్లు ప్రాతినిధ్యం వహిస్తున్నారు.

