VC NEWS

వేగుచుక్క

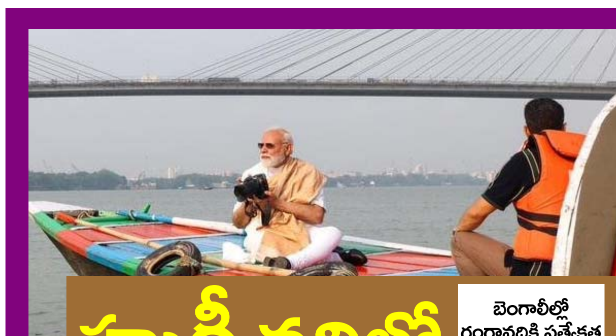
పీడిత ప్రజల గొంతుక...

TELUGU DAILY NEWS

www.veguchukkanews.com

నిజామాబాద్ శనివారం 25 ఏప్రిల్ 2026

వెల: రూ.3/- పేజీలు : 4 సంపుటి:03 సంచిక: 275



హుగ్లీ నదిలో ప్రధాని విహారం

బెంగాలీల్లో గంగానదికి ప్రత్యేకత ఉంది

ఎక్స్ వేదికగా ఫోటోలు పంచుకున్న మోడీ

PUBLISHED FROM HYDERABAD CIRCULATED BY RANGAREDDY, NALGONDA, KHAMMAM, KARIMNAGAR, WARANGAL, MAHABOOBNAGAR, MEDAK, NIZAMABAD, ADILABAD

తూకం పక్రియలో ఎటువంటి పొరపాట్లు దొర్ల కుండా చూసుకోవడంతో పాటు కొనుగోలు చేసిన ధాన్యాన్ని ఆయా ప్రాంతంలో ఉన్న మిల్లులకు తరలించేందుకు రవాణా ఏర్పాట్లను మరింత బలోపేతం చేస్తున్నట్లు ఆయన ప్రకటించారు. అదే సమయంలో పొరుగు రాష్ట్రాల నుండి అక్రమంగా ధాన్యాం తరలి రాకుండా ఉండేలా అంతర్ రాష్ట్ర చెక్ పోస్టుల వద్ద నిఘాను తీవ్రతరం చేస్తున్నామన్నారు.

90 లక్షల మెట్రిక్ టన్నుల ధాన్యం కొనుగోలు

8,500 కొనుగోలు కేంద్రాల ఏర్పాటు

ఇప్పటికే 5,000 కొనుగోలు కేంద్రాలు ప్రారంభం

కొనుగోలు కేంద్రాలలో మౌలిక సదుపాయాలు

ఎప్పటికప్పుడు ధాన్యాన్ని తరలించేందుకు రవాణ వసతి

మంత్రి ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి

2లో..

ఆర్టీసీ సమ్మెపై ప్రభుత్వం సానుకూలం

సమ్మెపై జెసితో మంత్రుల చర్చలు

ఆర్టీసీని బలోపతేం చేద్దామన్న భట్టి

బీఆర్ఎస్ పాలనలో ఆర్టీసీ చిన్నాభిన్నమైంది. అప్పటి పాలకులు ఎంత కఠినంగా వ్యవహరించారో మీకందరికీ తెలుసు. గత పాలకుల మాదిరిగా మేము వ్యవహరించబోం.

నర్సంపేటకు శంకర్‌గౌడ్ మృతదేహం

వెళ్లకుండా అడ్డుకున్న పోలీసులు

బండి సంజయ్‌తో పోలీసలు వాగ్వాదం

2లో..

శంకర్ గౌడ్ డెడ్ బాడీని తిరిగి కూతురు ఇంటికి తరలించారు పోలీసులు. దీంతో ఆర్టీసీ డ్రైవర్ అంత్యక్రియలపై సస్పెన్స్ కొనసాగుతోంది. ఎట్టిపరిస్థితుల్లో శంకర్ మృతదేహాన్ని డిపోకు తరలించాలని బండి సంజయ్ పట్టుబడుతుండగా.. అనుమతి లేదని పోలీసులు తేల్చి చెబుతున్నారు.

ప్రభుత్వమే లా అండ్ ఆర్డర్ ప్రాబ్లమ్ క్రియేట్ చేస్తోందని ఆరోపించారు. మానవతా విలువలు లేకుండా ప్రభుత్వం వ్యవహరిస్తోందని మండిపడ్డారు. సంప్రదాయాలను విస్మరిస్తోందని అన్నారు. ఒకప్పుడు కాంగ్రెస్ నేతలు ఆర్టీసీ కార్మికుల దగ్గరకు వెళ్లి రాజకీయం చేయలేదా అని ప్రశ్నించారు. శంకర్ గౌడ్ మృతదేహాన్ని డిపో వరకు తీసుకెళ్లనివ్వకపోతే రేపటి వరకూ బాడీ ఇక్కడే ఉంటుందని స్పష్టం చేశారు.

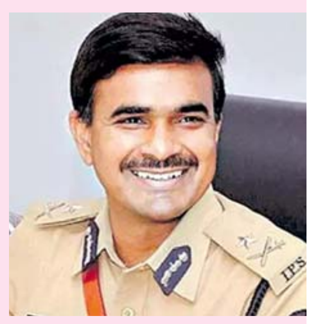
హోంశాఖ ముఖ్య కార్యదర్శిగా శిఖాగోయల్

ఫ్యూచర్ సిటీ కమిషనర్‌గా తరుణ్ జోషి

ఏడుగురు ఐపిఎస్‌ల బదిలీలు

డీజీపీగా సీవీ ఆనంద్..!

హైదరాబాద్: తెలంగాణ తదుపరి డీజీపీగా 1991 బ్యాచ్ ఐపీఎస్ సీవీ ఆనంద్‌ను నియమించే అవకాశముంది. ఈ నెలాఖరులోపు ఉత్తర్వులు వెలువడనున్నట్లు సమాచారం. ప్రస్తుత డీజీపీ శివధర్‌రెడ్డి ఈ నెల 30న ఉద్యోగ విరమణ పొందనున్నారు. ఇటీవలే యూపీఎస్సీ డీజీపీ పోస్టుకు అర్హులైన ఐపీఎస్‌ల జాబితాను రాష్ట్ర ప్రభుత్వానికి పంపించిన సంగతి తెలిసిందే. అందులో సీవీ ఆనంద్‌తోపాటు 1994 బ్యాచ్‌కు చెందిన వినాయక్ ప్రభాకర్ ఆప్టే, సౌమ్యమిశ్రా ఉన్నారు. ఈ ముగ్గురిలో సీవీ ఆనంద్ అత్యంత సీనియర్. ప్రస్తుతం ఆయన హోంశాఖ ప్రత్యేక ప్రధాన కార్యదర్శిగా ఉన్నారు.



2లో..

ఆర్టీసీ సమ్మెపై ప్రభుత్వం నిర్లక్ష్యం

సమస్యను పరిష్కరించకుండా కమిటీలతో కాలయాపన

బీజేపీ అధ్యక్షుడు ఎన్ రాంచందర్ రావు మండిపాటు

తెలంగాణలో మరో కొత్త పార్టీ

నేడు పార్టీపేరును ప్రకటించనున్న కవిత

కార్యకర్తల సమక్షంలో జెండా, ఎజెండా వెల్లడి

తెలంగాణ ప్రజా జాగృతి అంటూ ప్రచారం

2లో..

వానాకాలంలో సాగు చేసే సన్న వరిరకాలపై సమీక్ష

అందుబాటులో డిమాండ్ ఉన్న విత్తనాలు

ఎంఎస్‌పి భారాన్ని రాష్ట్రాలపై మోపొద్దు

ప్రకటించిన పంటలన్నింటిని కేంద్రమే కొనాలి

వ్యవసాయశాఖ మంత్రి తుమ్మల డిమాండ్

హైదరాబాద్: కేంద్ర ప్రభుత్వం ఎంఎస్‌పి ప్రకటించి, పంటలను కొనే బాధ్యతను మాత్రం రాష్ట్రాలపై వేస్తుందని మంత్రి తుమ్మల అన్నారు. దీంతో రాష్ట్రంపై అధిక భారం పడుతుందని తెలిపారు. ఎంఎస్‌పి ప్రకటించిన ప్రతి పంటను కేంద్రమే కొనుగోలు చేయాలని మంత్రి డిమాండ్ చేశారు. సచివాలయంలో వ్యవసాయశాఖ కమిషన్ చైర్మన్ కొదండ రెడ్డి మరియు కమిషన్ సభ్యులతో సమావేశమైన మంత్రి తుమ్మల, వచ్చే ఖరీఫ్ సీజన్ కోసం అందుబాటులో ఉంచాల్సిన వరి రకాల ఎంపిక, విత్తన లభ్యత, సాగు ప్రణాళికలపై వ్యవసాయశాఖ యూనివర్సిటీ శాస్త్రవేత్తలు మరియు వ్యవసాయశాఖ అధికారులతో సమీక్ష నిర్వహించారు.

వ్యవసాయశాఖ అధికారులు వచ్చే ఖరీఫ్ సీజన్ కోసం వివిధ రకాలను సిద్ధం చేసినట్లు మంత్రికి వివరించారు. ఈ సందర్భంగా మంత్రి మాట్లాడుతూ... గత సంవత్సరం 33 రకాల సన్న రకాలను అందుబాటులో ఉంచడం వలన రైతులు అమ్మకాల సందర్భంలో ఇబ్బందులు ఎదుర్కొన్నట్టు, కొన్నింటికి బోనస్ కూడా రాకుండా ఇబ్బందులు పడ్డారని ప్రభుత్వం దృష్టికి వచ్చిందని తెలిపారు.

వేగుచుక్క
పీడిత ప్రజల గొంతుక...

తెలంగాణలో మరో కొత్త పార్టీ

హైదరాబాద్: తెలంగాణలో మరో కొత్త పార్టీ పురుడుపోసుకుంటుంది. శనివారం కవిత కొత్త పార్టీ ప్రకటించబోతున్నారు. పార్టీ పేరు ప్రకటన విడుదల కాబోతున్నది. శనివరాం ఉదయం 10 గంటలకు.. కవిత తన పార్టీ పేరును ప్రకటించబోతున్నారు. జెండా, ఎజెండా విడుదల చేయబోతున్నారు. తెలంగాణ రాజకీయాల్లో కీలక మలుపు కాబోతున్నది. కాంగ్రెస్, బీఆర్ఎస్, బీజేపీ, కామ్రేడ్ పార్టీలకు ధీటుగా పోరాటానికి సిద్ధం అవుతున్న కవిత పార్టీ ప్రకటన ఎలా ఉండబోతుంది అనేది ఉత్కంఠ రేపుతోంది. కవిత పార్టీకి సంబంధించి పూర్తి వివరాలు ఇలా ఉన్నాయి. మేడ్చల్ అద్వయ కన్వెన్షన్ సెంటర్ వేదికగా బహిరంగ సభలో కవిత తన పార్టీ పేరును ప్రకటించబోతున్నారు. ఈ సభకు సుమారు 30 వేల మంది జన సమీకరణ చేస్తున్నట్లు జాగృతి శ్రేణులు తెలిపారు .మేడ్చల్ సభలోనే కవిత పార్టీ పేరు జెండా, ఎజెండాను ప్రకటించనున్నారు. కవిత పార్టీ పేరు 'తెలంగాణ ప్రజా జాగృతి', 'తెలంగాణ ప్రజా వికాస సమితి' అంటూ జోరుగా ప్రచారం సాగుతోంది. ఈమేరకు ఇప్పటికే రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ఫ్లెక్సీలు, బ్యానర్లు ఏర్పాటు చేశారు. గన్ పార్క్ లోని అమరవీరుల స్థూపం వద్ద నివాళులతో కవిత కార్యక్రమానికి శ్రీకారం చుట్టనున్నారు. తెలంగాణ జాగృతి పేరుతోనే ఇప్పటికే చేరికలు ప్రారంభమయ్యాయి. బోథ్ మాజీ ఎమ్మెల్యే రాథోడ్ బాబురావు, పలువురు కార్యకర్తలు కవిత సమక్షంలో పార్టీలో చేరారు. జాగృతి జనం బాట కార్యక్రమంతో పార్టీకి సంబంధించిన గ్రౌండ్ వర్క్‌ను ఆమె పూర్తి చేశారు. అటు అధికార పార్టీ కాంగ్రెస్, ఇటు బీఆర్ఎస్ పార్టీ నీ ,మరోవైపు బిజెపిని టార్గెట్ చేస్తూ కామెంట్స్ చేస్తున్నారు కవిత. వచ్చే అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో పోటీకి లక్ష్యంగా అడుగులు వేస్తున్నారు కవిత. కవిత పార్టీ ప్రకటనతో తెలంగాణ రాజకీయాల్లో కొత్త సమీకరణాలకు నాంది పలకనున్నారు. ఇంటిపార్టీతో బంధం తెంచుకున్న ఆమె తెలంగాణ రాజకీయాల్లో కొత్త జెండా పాతబోతున్నారు. తనకున్న పరిచయాలు, వాక్చాతుర్యంతో ఆమె ముందుకు నడవాలని చూస్తున్నారు. ప్రధానంగా మహిళలను, ఎస్సీ, బిసి వర్గాలను అక్కున చేర్చుకోవడం ద్వారా పార్టీని బలోపేతం చేసేందుకు నిర్ణయించినట్లు తెలుస్తోంది.

హుగ్లీ నదిలో ప్రధాని విహారం

కోల్‌కతా: ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ పశ్చిమ బెంగాల్లో పర్యటిస్తున్నారు. శుక్రవారం కోల్‌కతాలోని హుగ్లీ నదిలో బోట్ రైడ్‌కు వెళ్లారు. ఈ సందర్భంగా కెమెరాను చేతపట్టి నది అందాలను క్లిక్‌మనిపించారు. దీనికి సంబంధించిన ఫొటోలను ఆయన ఎక్స్‌లో పంచుకున్నారు. హుగ్లీ నది బెంగాల్ సంస్కృతితో ముడిపడి ఉందని మోదీ పేర్కొన్నారు. బెంగాలీల జీవితాల్లో గంగానదికి ఒక ప్రత్యేక స్థానం ఉందని, దాని జలాలు ఒక ప్రాచీన నాగరికత స్ఫూర్తిని మోసుకెళ్తాయన్నారు. ఈ రోజు ఉదయం హుగ్లీ నది తీరంలో కొంత సమయం గడిపినట్లు వెల్లడించారు. ఈ క్రమంలో నదిలో పడవ నడిపేవారితో పాటు, ఉదయపు నడకకు వచ్చిన వారితో కాసేపు ముచ్చటించినట్లు తెలిపారు. పడవ నడిపేవారి శ్రామిక శక్తిని ఈసందర్భంగా మోదీ కొనియాడారు. ఎన్నికల్లో గెలిపిస్తే.. పశ్చిమ బెంగాల్ అభివృద్ధికి, ప్రజల శ్రేయస్సు కోసం తమ ప్రభుత్వం కృషి చేస్తుందన్నారు. హుగ్లీ నది ఒడ్డున తాను వెచ్చించిన సమయం చాలా ప్రత్యేకమైనదని మోదీ మరో పోస్టులో పేర్కొన్నారు. చరిత్రాత్మక విద్యాసాగర సేతు,

హోంశాఖ ముఖ్య కార్యదర్శిగా శిఖాగోయల్

హైదరాబాద్: రాష్ట్రంలో ఏడుగురు సీనియర్ ఐపీఎస్‌లు బదిలీ అయ్యారు. ఈ మేరకు సీఎస్ రామకృష్ణా రావు ఉత్తర్వులు జారీ చేశారు. హోంశాఖ ముఖ్య కార్యదర్శిగా శిఖాగోయల్ నియమితులయ్యారు. విజిలెన్స్ డీజీగా డీఎస్ చౌహాన్ బదిలీ అయ్యారు. మల్టిజోన్ 2 ఐజీగా షానవాజ్ ఖాసిం నియిమితులయ్యారు. ఆయన పోలీసు పర్సనల్ ఐజీగా అదనపు బాధ్యతలు నిర్వహిస్తారు. ఫ్యూచర్ సిటీ కమిషనర్‌గా తరుణ్ జోషి నియమితులయ్యారు.డ్రగ్స్ కంట్రోల్ డీజీగా అవినాష్ మొహంతిని నియమిస్తూ, ఆయనకు ఏసీబీ డైరెక్టర్‌గా అదనపు బాధ్యతలు అప్పగించారు. ఇకపోతే మల్కాజిగిరి పోలీసు కమిషనర్‌గా బి.సుమతి, ఐజీ కార్తికేయకు ఎస్ఐబీ ఐజీగా అదనపు బాధ్యతలు అప్పగించారు.

90 లక్షల మెట్రిక్ టన్నుల ధాన్యం కొనుగోలు

హైదరాబాద్: రబీ సీజన్ లో ధాన్యం కొనుగోలును వేగవంతం చేయాలని రాష్ట్ర నీటిపారుదల,పౌర సరఫరాల శాఖామంత్రి ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి అధికారులను ఆదేశించారు. ఇప్పటికే 20 జిల్లాల్లో ధాన్యం కొనుగోలు కేంద్రాలకు ధాన్యం చేరుతుండడంతో కొనుగోళ్లు ప్రారంభం అయ్యాయని సాగు ఆలస్యం అయినందున మరో 13 జిల్లాల్లో కొనుగోలు పక్రియ ఇంకా మొదలు పెట్టలేదని ఆయన పేర్కొన్నారు. రబీ సీజన్లో ధాన్యం కొనుగోళ్ల పక్రియపై శుక్రవారం రోజున డాక్టర్ బి.ఆర్.అంబెడ్కర్ సచివాలయంలో పౌర సరఫరాల శాఖాధికారులతో ఉన్నత స్థాయి సమీక్షా సమావేశం నిర్వహించారు. రాష్ట్ర పౌరసరఫరాల శాఖా కమిషనర్ స్టీఫెన్ రవీంద్ర, అడిషనల్ డైరెక్టర్ రోహిత్ సింగ్ డిప్యూటీ కమిషనర్ కొండల్ రావు,జెనరల్ మేనేజర్ ధాన్యం కొనుగోళ్లు,÷నాన్స్,మార్కెటింగ్ లతో పాటు ఇతర అధికారులు పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా మంత్రి ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ కాంగ్రెస్ పార్టీ ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వచ్చాక ధాన్యం ఉత్పత్తి రికార్డు స్థాయిలో పెరిగినందున అదే స్థాయిలో ముందెన్నడూ లేని రీతిలో ఈ రబీ సీజన్ లో 90 లక్షల మెట్రిక్ టన్నుల ధాన్యం కొనుగోలుకు ప్రభుత్వం సన్నద్ధంగా ఉందన్నారు.ధాన్యం కొనుగోలుకు గాను రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా 8,500 కొనుగోలు కేంద్రాలను ఏర్పాటు చేయాలని ప్రభుత్వం నిర్ణయించిందని ఇప్పటికే 5,000 కొనుగోలు కేంద్రాలను ప్రారంభించినట్లు ఆయన వెల్లడించారు. 20 జిల్లాల్లో ఇప్పటికే ధాన్యం కొనుగోలు పక్రియ ప్రారంభం అయ్యిందని,సాగు ఆలస్యం అయినందున మరో 13 జిల్లాలో కొనుగోలు పక్రియ ఇంకా మొదలు పెట్టలేదన్నారు. క్షేత్రస్థాయి నుండి వస్తున్న సమాచారం ప్రకారం రానున్న రోజుల్లో పెద్ద ఎత్తున కొనుగోలు కేంద్రాలకు ధాన్యం రానుందున అధికారులు క్షేత్రస్థాయిలో పర్యవేక్షణ జరిపి అందుకు తగినట్లుగా ఏర్పాట్లు చేయాలని ఆయన సూచించారు. ఇప్పటి వరకు నాలుగు లక్షల 89 వేల మెట్రిక్ టన్నుల ధాన్యం కొనుగోలు చేసినట్టు ఆయన తెలిపారు. కొనుగోలు చేసిన ధాన్యాన్ని నిలువ ఉంచేందుకు గాను 12 లక్షల మెట్రిక్ టన్నులు నిలువ ఉంచేందుకు వీలుగా గోదాములు గుర్తించామని,మరో 20 లక్షల బాయిల్డ్ రైస్ ను నిలువ ఉంచేందుకు గాను జిల్లాల వారీగా కేటాయింపులు జరిపినట్లు ఆయన తెలిపారు.అంతే గాకుండా ధాన్యం కొనుగోలుకు గాను కొనుగోలు కేంద్రాలలో 16 కోట్ల గన్ని బ్యాగులను అందుబాటులో ఉంచినట్లు ఆయన తెలిపారు.

ఆర్టీసీ సమ్మెపై ప్రభుత్వం నిర్లక్ష్యం

హైదరాబాద్: ఆర్టీసీ ఉద్యోగుల సమస్యలపై తెలంగాణ ప్రభుత్వం నిర్లక్ష్యంగా వ్యవహరిస్తోందని రాష్ట్ర బీజేపీ అధ్యక్షుడు ఎన్ రాంచందర్ రావు మండిపడ్డారు. ఆర్టీసీ ఉద్యోగుల సమస్యలను రాష్ట్ర ప్రభుత్వం పూర్తిగా పట్టించుకోకుండా తీవ్ర అన్యాయం చేస్తుందన్నారు. శుక్రవారం హైదరాబాద్‌లో ఆయన మీడియాతో మాట్లాడుతూ.. ఆర్టీసీ సమ్మె సమస్యను పరిష్కరించాల్సింది పోయి కమిటీల పేరుతో కాలయాపన చేయడం ద్వారా ప్రభుత్వం తన బాధ్యత నుంచి తప్పించుకునే ప్రయత్నం చేసింది. తమ న్యాయమైన డిమాండ్ల పరిష్కారం కోసం ఆర్టీసీ కార్మికులు చేపట్టిన పోరుబాట చివరకు సమ్మెకు దారితీసి.. తద్వారా రాష్ట్రంలో పరిస్థితిని ఆందోళనకరంగా మార్చిందన్నారు. ఆర్టీసీ సమ్మె నేపథ్యంలో ముగ్గురు ఆర్టీసీ కార్మికులు ఆత్మహత్యాయత్నాలకు పాల్పడడం ఎంతో కలచివేసింది. ముఖ్యంగా ఆర్టీసీ సమ్మె నేపథ్యంలో ఆత్మహత్యాయత్నం చేసిన వరంగల్ జిల్లా నర్సంపేట మండలం ముత్తోజిపేటకు చెందిన డ్రైవర్ కోల శంకర్ గౌడ్ చికిత్స పొందుతూ మరణించడం అత్యంత బాధాకరం. కాంగ్రెస్ సర్కారు ఆర్టీసీ కార్మికుల డిమాండ్లతోపాటు వారి సమస్యలు పరిష్కరించకపోవడం వల్లే ఈ దారుణ పరిస్థితి ఎదురైంది. శంకర్ గౌడ్ మృతి పట్ల ప్రగాఢ సంతాపాన్ని వ్యక్తం చేస్తున్నాను. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం వెంటనే ఆయన కుటుంబానికి తగిన పరిహారం చెల్లించాలి. ఆర్టీసీ కార్మికులు ముందుగానే నోటీసులు ఇచ్చినా ప్రభుత్వం మాత్రం పట్టించుకోకపోవడం అత్యంత దురదృష్టకరం. బాధ్యతారాహిత్యానికి నిదర్శనం అని రామ్ విమర్శించారు. గత బీఆర్ఎస్ ప్రభుత్వ కాలంలో కూడా ఆర్టీసీని ప్రభుత్వంలో విలీనం చేయాలంటూ కార్మికులు సమ్మెకు దిగినప్పుడు, భారతీయ జనతా పార్టీ కార్మికుల పక్షాన నిలబడి పోరాటం చేసింది. అదే విధంగా, 2017 నుంచి ఆర్టీసీ కార్మికులకు పీఆర్సీ బకాయిలు చెల్లించకపోవడం, రిటైర్డ్ ఉద్యోగులకు రావలసిన బెనిఫిట్స్ ఇవ్వకపోవడం కూడా ప్రభుత్వాల నిర్లక్ష్యాన్ని స్పష్టంగా చూపిస్తున్నాయి. ఇప్పటికైనా రాష్ట్ర ప్రభుత్వం కళ్లు తెరిచి ఆర్టీసీని ప్రభుత్వంలో విలీనం చేయాలి. దేశంలోని పలు రాష్ట్రాల్లో ఇలాంటి చర్యలు ఇప్పటికే అమలు చేసిన విషయం తెలిసిందే. ఇకనైనా కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం స్పందించాలి. కార్మికుల ఆత్మహత్యలకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వమే పూర్తి బాధ్యత వహించాలి. ఆర్టీసీ కార్మికులకు బీజేపీ సంపూర్ణ మద్దతు ప్రకటిస్తోంది. వారి హక్కుల కోసం మేము పోరాటం కొనసాగిస్తున్నాం.. కొనసాగిస్తూనే ఉంటాం. ఆర్టీసీ కార్మికుల పక్షాన బీజేపీ ఎల్లప్పుడూ నిలుస్తుంది. తెలంగాణ సమాజం మొత్తం కూడా ఈ పోరాటంలో కార్మికుల పక్షానే నిలుస్తోంది. అయితే, ఈ సందర్భంగా నేను ఆర్టీసీ కార్మికులకు విజ్ఞప్తి చేస్తున్నాను.. ఎవరూ కూడా ఆత్మహత్యలకు పాల్పడవద్దు. మీ సమస్యల పరిష్కారం కోసం బీజేపీ పోరాటం కొనసాగుతుందని' ఆ పార్టీ తెలంగాణ చీఫ్ ఎన్. రాంచందర్ రావు స్పష్టం చేశారు.

ఆర్టీసీ సమ్యలపై ప్రభుత్వం సానుకూలం

హైదరాబాద్: ఆర్టీసీ సమ్మెపై చర్చలు కొలిక్కి వచ్చినట్లేనని భావిస్తున్నారు. ప్రభుత్వం కూడా కార్మికుల పట్ల సానుకూలతతో ఉన్నట్లు సమాచారం. డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్క అధ్యక్షతన సచివాలయంలో ఆర్టీసీ జేఏసీ నేతలతో మంత్రుల బృందం భేటీ కొనసాగుతోంది. ఈ సమావేశంలో మంత్రులు పొన్నం ప్రభాకర్, శ్రీధర్‌బాబు, వివేక్, అడ్లూరి లక్ష్మణ్ కుమార్ పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా భట్టి మాట్లాడుతూ డ్రైవర్ శంకర్ గౌడ్ మృతి చాలా బాధాకరమని పేర్కొన్నారు. ఇలాంటి విషాదకర ఘటనలు పునరావృతం కాకుండా చూసుకోవాలన్నారు.ఆర్టీసీని మనం బలోపేతం చేసుకోవాల్సిన అవసరం ఉంది. బీఆర్ఎస్ పాలనలో ఆర్టీసీ చిన్నాభిన్నమైంది. అప్పటి పాలకులు ఎంత కఠినంగా వ్యవహరించారో మీకందరికీ తెలుసు. గత పాలకుల మాదిరిగా మేము వ్యవహరించబోం. ఆర్టీసీకి సంబంధించిన పాలన, విధానపరమైన నిర్ణయాలపై చర్చిద్దాం. కార్మికుల సమస్యలను సానుకూల దృక్పథంతో పరిష్కరించు కుందామని భట్టి అన్నారు. మొత్తం 32 డిమాండ్లను జేఏసీ నేతలు మంత్రుల ముందు ఉంచారు. ఇప్పటికే 29 డిమాండ్లపై సానుకూలంగా ఉన్నామని మంత్రి పొన్నం ప్రకటించిన నేపథ్యంలో.. మూడు కీలక డిమాండ్లపై మంత్రులు, జేఏసీ నేతలు చర్చిస్తున్నారు. ప్రభుత్వంలో విలీనం, కార్మిక సంఘాలకు గుర్తింపు, పీఆర్‌సీపై చర్చలు కొనసాగుతున్నాయి. ఆర్టీసీ బోర్డు పరిధిలోని సమస్యలను యాజమాన్యం, ఉద్యోగులు పరిష్కరించుకోవాలని.. ప్రభుత్వ పరిధిలోని అంశాలను పరిష్కరిస్తామని మంత్రులు తెలిపారు.

అన్నదాత సుఖీభవ ఎందరికి అందించారు

అమరావతి 'అన్నదాత సుఖీభవ' పథకం కింద ఎంతమందికి లబ్ధి చేకూరిందో ప్రభుత్వం లెక్కలు చెప్పడం లేదని వైఎస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ స్టేట్ కోఆర్డినేటర్ సజ్జల రామకృష్ణారెడ్డి మండిపడ్డారు. ఇక్కడా అబద్ధాలే చెబుతున్నారని రాష్ట్ర ప్రభుత్వంపై తీవ్ర విమర్శలు గుప్పించారు. ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు రైతులను కూడా మోసం చేశారని ఆరోపించారు. ముఖ్యంగా . వైఎస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీకి రైతులు అత్యంత కీలకమని సజ్జల పేర్కొన్నారు. పార్టీ పేరులోనే 'రైతు' అనే పదం ఉందని గుర్తు చేశారు. మాజీ ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్ మోహన్ రెడ్డి దృష్టిలో వ్యవసాయ రంగానికి ప్రత్యేక స్థానం ఉందన్నారు. రైతు విభాగాన్ని మరింత పటిష్టంగా తీర్చిదిద్దాలని, రైతాంగ సమస్యలపై ఎప్పుడైనా పోరాటానికి సిద్ధంగా ఉండాలని పార్టీ శ్రేణులకు పిలుపునిచ్చారు. ప్రస్తుతం రాష్ట్రంలో ఏ పంటకూ గిట్టుబాటు ధర లేదని సజ్జల విమర్శించారు. వ్యవసాయ రంగం సంక్షోభంలో చిక్కుకుపోయిందని, దళారులు మరియు అధికార పార్టీ నేతలు కలిసి రైతులను మోసం చేస్తున్నారని ఆరోపించారు. వైఎస్ జగన్ పాలనలో రైతాంగ సమస్య ఏది వచ్చినా పరిష్కరించామని సజ్జల తెలిపారు. కరోనా సమయంలో కూడా రైతుభరోసా నిధులు అందించామని చెప్పారు. రైతుల పట్ల తమ ప్రభుత్వానికి ఉన్న చిత్తశుద్ధిని గుర్తు చేశారు. రైతులు కష్టాల్లో ఉన్న సమయంలో మంత్రి అచ్చెన్నాయుడు సింగపూర్‌లో పర్యటిస్తున్నారని సజ్జల విమర్శించారు. రైతాంగ సమస్యలను పక్కనపెట్టి ఇతర అంశాలపై మాట్లాడుతున్నారని ఆరోపించారు. ప్రభుత్వం అమలు చేస్తున్న రైతాంగ వ్యతిరేక విధానాలపై గట్టిగా పోరాడాలని సజ్జల పిలుపునిచ్చారు. రైతులకు న్యాయం జరిగే వరకు వైఎస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ పోరాటం కొనసాగిస్తుందని స్పష్టం చేశారు.

ఎపిలో ఠారెత్తిస్తున్న ఎండలు

విజయవాడ: ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో ఎండలు ఠారెత్తిస్తున్నాయి. భానుడు భగభగలాడు తున్నాడు. ఏపీవ్యాప్తంగా ఎండల తీవ్రత రికార్డు స్థాయిలో నమోదవుతోంది. ఎండ తీవ్రతకు తోడు ఉక్కపోతతో జనం అల్లాడిపోతుండగా, ఏపీ విపత్తుల నిర్వహణ సంస్థ మేనేజింగ్ డైరెక్టర్ ప్రఖర్ జైన్ తాజాగా మరో హెచ్చరిక జారీ చేశారు. రాబోయే 24 గంటల్లో ఉష్ణోగ్రతలు మరింత పెరిగే అవకాశం ఉందని, ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని సూచించారు. ముఖ్యంగా రాయలసీమ, ఉత్తరాంధ్ర జిల్లాల్లో గాలిలో వేడి పెరిగి తీవ్ర వడగాల్పులు వీచే అవకాశం ఉందని తెలిపారు. శుక్రవారం రాష్ట్రంలోని పలు ప్రాంతాల్లో ఉష్ణోగ్రతలు 45 డిగ్రీల మార్కును దాటేశాయి. పార్వతీపురం మన్యం జిల్లా సాలూరులో అత్యధికంగా 45.2 డిగ్రీల ఉష్ణోగ్రత నమోదైందని తెలిపారు. కర్నూలు జిల్లాలో 43.7 డిగ్రీల నమోదైందని చెప్పారు. రాష్ట్రంలోని సుమారు 207 మండలాల్లో ఉష్ణోగ్రతలు 41కంటే ఎక్కువగా నమోదయ్యాయని వెల్లడించారు. ఉత్తరాంధ్ర, రాయలసీమ జిల్లాల్లో గరిష్ట ఉష్ణోగ్రతలు నమోదయ్యే అవకాశం ఉంది. తీర ప్రాంతాల్లో ఉక్కపోత ఎక్కువగా ఉంటుందని, లోతట్టు జిల్లాల్లో వడగాల్పుల ప్రభావం తీవ్రంగా ఉంటుందని అంచనా వేస్తున్నారు. వాతావరణ మార్పుల నేపథ్యంలో ఈ ఏడాది ఉష్టోగ్రతలు పెరిగిపోతున్నాయని తెలిపారు. అధికారులు ఎప్పటికప్పుడు ఇచ్చే హెచ్చరికలను గమనిస్తూ, తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం ద్వారా వడదెబ్బ నుంచి కాపాడుకోవచ్చని సూచించారు

నర్సంపేటకు శంకర్‌గౌడ్ మృతదేహం

వరంగల్: ఆర్టీసీ డ్రైవర్ శంకర్ గౌడ్ స్వగ్రామం ముత్తోజిపేటలో తీవ్ర ఉద్రిక్తత చోటు చేసుకుంది. కేంద్ర మంత్రి బండి సంజయ్ ఆధ్వర్యంలో శంకర్ గౌడ్ మృతదేహాన్ని నర్సంపేట డిపోకు తీసుకెళ్లేందుకు యత్నించగా పోలీసులు అడ్డుకున్నారు. దీంతో అక్కడ టెన్షన్ వాతావరణం నెలకొంది. విషయం తెలిసిన వెంటనే వరంగల్ సీపీ సన్‌ప్రీత్ సింగ్ ముత్తోజిపేటకు చేరుకుని కేంద్ర మంత్రితో మాట్లాడారు. నర్సంపేట డిపోకు శంకర్ మృతదేహాన్ని తీసుకెళ్లేందుకు పోలీసులు నిరాకరించారు. దీంతో ముత్తోజిపేటలో పరిస్థితి బండి సంజయ్ వర్సెస్ పోలీసులు అన్నట్టుగా మారింది. శంకర్ గౌడ్ అంత్యక్రియలు నిర్వహించాల్సిన కొడుకు హేమంత్‌ను బీజేపీ నేతలు నర్సంపేట డిపోకు తీసుకెళ్లారు. అయితే శంకర్ గౌడ్ డెడ్ బాడీని తిరిగి కూతురు ఇంటికి తరలించారు పోలీసులు. దీంతో ఆర్టీసీ డ్రైవర్ అంత్యక్రియలపై సస్పెన్స్ కొనసాగుతోంది. ఎట్టిపరిస్థితుల్లో శంకర్ మృతదేహాన్ని డిపోకు తరలించాలని బండి సంజయ్ పట్టుబడుతుండగా.. అనుమతి లేదని పోలీసులు తేల్చి చెబుతున్నారు. దీంతో 365 జాతీయ రహదారిపై కిలోమీటర్ల మేర ట్రాఫిక్ నిలిచిపోయింది. అంతకుముందు భారీ కాన్వాయ్‌తో బండి సంజయ్, బీజేపీ శ్రేణులు ముత్తోజిపేటకు చేరుకున్నారు. శంకర్ గౌడ్ మృతదేహానికి కేంద్ర మంత్రి నివాళులర్పించారు. బండి సంజయ్ రాక సందర్భంగా పోలీసులు భారీ బందోబస్తు ఏర్పాటుచేశారు. ఆర్టీసీ డ్రైవర్ శంకర్ మృతదేహాన్ని డిపోకు తీసుకెళ్లనీయకపోవడం దారుణమని కేంద్ర మంత్రి బండి సంజయ్ ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. ప్రభుత్వమే లా అండ్ ఆర్డర్ ప్రాబ్లమ్ క్రియేట్ చేస్తోందని ఆరోపించారు. మానవతా విలువలు లేకుండా ప్రభుత్వం వ్యవహరిస్తోందని మండిపడ్డారు. సంప్రదాయాలను విస్మరిస్తోందని అన్నారు. ఒకప్పుడు కాంగ్రెస్ నేతలు ఆర్టీసీ కార్మికుల దగ్గరకు వెళ్లి రాజకీయం చేయలేదా అని ప్రశ్నించారు. శంకర్ గౌడ్ మృతదేహాన్ని డిపో వరకు తీసుకెళ్లనివ్వకపోతే రేపటి వరకూ బాడీ ఇక్కడే ఉంటుందని స్పష్టం చేశారు. కేవలం కుటుంబ సభ్యులకైనా మృతదేహాన్ని డిపోకు తీసుకెళ్లే అవకాశం కల్పించాలని బండి సంజయ్ డిమాండ్ చేశారు. ముత్తోజిపేట నుంచి కేంద్ర మంత్రి బండి సంజయ్ వెళ్లిపోయారు. బండి సంజయ్‌తో శంకర్ గౌడ్ కుటుంబ సభ్యులు మాట్లాడారు. అంత్యక్రియల విషయంలో కుటుంబసభ్యులకు అభ్యంతరం లేకపోతే తనకూ అభ్యంతరం లేదంటూ ఆయన అక్కడి నుంచి వెళ్లిపోయారు. దీంతో శంకర్ గౌడ్ అంత్యక్రియలకు అధికారులు ఏర్పాట్లు చేస్తున్నారు.

బెంగాల్‌లో జగిల్ రాజ్ ఖేల్ ఖతం

కోల్‌కతా: పశ్చిమ బెంగాల్‌లో నమోదైన భారీ పోలింగ్.. రాష్ట్రంలో మమత ఆధ్వర్యంలోని టీఎంసీ జంగిల్ రాజ్ పాలనకు అంతం అని ప్రధాని మోదీ వ్యాఖ్యానించారు. బెంగాల్‌లోని డుమ్ డుమ్‌లో శుక్రవారం జరిగిన బీజేపీ ప్రచార సభలో మోదీ పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా అక్కడి టీఎంసీ ప్రభుత్వంపై కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. పశ్చిమ బెంగాల్‌లో గురువారం జరిగిన తొలి దశ ఓటింగ్‌లో భారీ స్థాయిలో పోలింగ్ నమోదైన సంగతి తెలిసిందే. ఈ అంశంపై కూడా మోదీ మాట్లాడారు. తొలి దశ ఎన్నికల్లో రికార్డ్ స్థాయిలో పోలింగ్ నమోదైందంటే అది టీఎంసీ మహా జంగిల్ రాజ్ ప్రభుత్వానికి అంతం మొదలైనట్లే. రాష్ట్రంలో బీజేపీ కచ్చితంగా అధికారంలోకి వస్తుంది. బీజేపీకి అండగా నిలుస్తున్న మహిళా ఓటర్లకు ధన్యవాదాలు. గురువారం నాడు బీజేపీకి లభించిన మద్దతు పార్టీ విజయ శంఖారావం పూరించినట్లే. బెంగాల్‌లో ఎక్కడ ప్రజాస్వామ్యాన్ని తన నిరంకుశత్వంతో టీఎంసీ అంతం చేసిందో, అక్కడే, మొదటి దశలోనే ప్రజలు ప్రజాస్వామ్య దేవాలయాన్ని నిర్మించడం ప్రారంభించారు. బీజేపీ అధికారంలోకి రాగానే ఆయుష్మాన్ భారత్ యోజన పథకాన్ని వర్తింపజేస్తాం. అర్హులైన వారికి ఐదు లక్షల వైద్యం అందిస్తాం. ప్రభుత్వం ఏర్పడ్డ తొలి క్యాబినెట్ మీటింగ్‌లోనే దీనిపై నిర్ణయం తీసుకుంటాం. టీఎంసీ మహిళా వ్యతిరేక పార్టీ. మహిళలు అభివృద్ధి చెందాలని టీఎంసీ కోరుకోవడం లేదు. మహిళల భద్రతే బీజేపీ మొదటి ప్రాధాన్యం. బెంగాల్ ఆడబిడ్డలు అత్యాచారానికి గురై న్యాయం కావాలని కోరితే.. ఆడబిడ్డలు బయటకు రాకూడదని టీఎంసీ ప్రభుత్వం చెబుతోంది. మహిళలు కలలు కనడాన్ని టీఎంసీ అంగీకరించదని వ్యాఖ్యానించారు. ఆర్‌జీ కర్ ఆస్పత్రిలో హత్యాచారానికి గురైన బాధిత యువతి తల్లి రత్న దేవ్‌నాథ్‌ను ప్రధాని మోదీ కలిశారు. ఆమెను బీజేపీ ఈ ఎన్నికల్లో తన పార్టీ తరఫున పానిహటి నుంచి బరిలోకి దింపింది. ఈ అంశంపై మోదీ స్పందించారు. రత్న దేవ్‌నాథ్.. తన కూతురును కష్టపడి డాక్టర్ చేసింది. కానీ, టీఎంసీ

వేగుచుక్క

ఎముకలు బలంగా, ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే...!

మన ఎముకలు మంచి చేవగా, దృఢంగా ఉంటేనే మన శరీరం కూడా బలంగా ఉంటుంది. ఎముకలు బలహీనమైతే పెళుసుగా మారిపోతే చిన్న చిన్న కుదుపులు, దెబ్బలకు కూడా చిటుక్కున విరిగిపోతుంటాయి. వయసు పెరుగుతున్న కొద్దీ ఎముకలు పలు రకాల అనారోగ్యాలకు గురవుతూ.. బలహీనపడుతుంటాయి. మన ఎముకలను ఆరోగ్యంగా, దృడంగా ఉంచుకోవడానికి.. పోషకాహారం కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. ఆరోగ్యకరమైన ఎముకలకు తగినంత కాల్షియం, విటమిన్ డి తీసుకోవడం చాలా ముఖ్యం. మన ఎముకలను స్ట్రాంగ్‌గా ఉంచే.. హెల్తీ.. టేస్టీ.. డ్రింక్స్ గురించి ఈ స్టోరీలో చూద్దాం.

పాలు... పాలలో కాల్షియం పుష్కలంగా ఉంటుంది. వెన్న తొలగించిన పాలు తీసుకుంటే.. రోజూవారీ అవసరమైన 30 శాతం కాల్షియం శరీరానికి అందుతుంది. అంతేకాదు, పాలలో విటమిన్ డి అధికంగా ఉంటుంది. విటమిన్ కాల్షియంను సమర్థవంతంగా గ్రహిస్తుంది. మీరు ప్లాంట్ బేస్డ్ మిల్క్ కూడా తీసుకోవచ్చు. రోజూ ఒక గ్లాస్ పాలు తాగితే.. ఎముకలు దృఢంగా ఉంటాయి.

సోయా పాలు... పాలకు తగిన పోషకాల ప్రత్యామ్నాయం సోయాపాలు. ఎండిన సోయా బీన్స్‌ని నీళ్లల్లో నానబెట్టి ఈ పాలను తీయవచ్చు. లాక్టోజ్ పడనివాళ్లు కూడా దీన్ని ప్రయత్నించవచ్చు. సోయాపాలలో కాల్షియం సమృద్ధిగా ఉంటుంది. ఇది ఎముకల ఆరోగ్యాన్ని రక్షించడానికి సహాయపడతాయి. ఈ పాలను తాగితే రక్తనాళాలు బలపడతాయి. మెనోపాజ్ చిక్కులకు పరిష్కారం లభిస్తుంది. దీనిలో తక్కువ శాచురేటెడ్ ఫ్యాట్‌లూ, చక్కెరా ఉంటాయి.

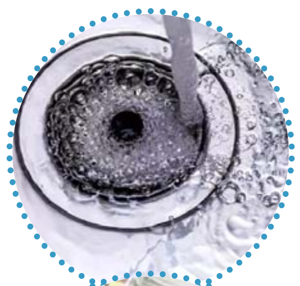
గ్రీన్ స్మూతీ... మెగ్నీషియం, జింక్ సైతం ఎముక పటుత్వానికి తోడ్పడతాయి. సమతులాహారం తీసుకోవటం ద్వారా ఇవన్నీ లభిస్తాయి. విటమిన్ కె కూడా ముఖ్యమే. ఇది ఎముక ఏర్పడటంలో, గట్టి పడటంలో పాలు పంచుకునే ప్రొటీన్లను ప్రేరేపితం చేస్తుంది. ఎముకలు గుల్ల బారినవారిలో విటమిన్ కె ఎముక సాంద్రత పెరిగేలా చేస్తున్నట్టు, ఎముక విరిగిపోయే ముప్పు తగ్గిస్తున్నట్టు అధ్యయ నాలు పేర్కొంటున్నాయి. పాలకూర, తోటకూర వంటి ఆకు కూరల్లో ఈ పోషకాలు ఉంటాయి. ఆకుకూరలతో గ్రీన్ స్మూతీ చేసుకుని తాగొచ్చు.

బ్రకోలీ జ్యూస్.. బ్రకోలీలో కాల్షియంతో పాటు.. ఎముకల ఆరోగ్యానికి మేలు చేసే అనేక పోషకాలు నిండి ఉంటాయి. సి, కె- విటమిన్లూ పీచూ సమృద్ధిగా ఉన్న బ్రకోలీ రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడమే కాదు, ఎముకల సంరక్షణకీ తోడ్పడు తుంది. దీర్ఘకాలిక వ్యాధులు రాకుండా కాపాడుతుంది. బ్రకో లీ జ్యూస్ చేసుకుని తాగితే.. ఎముకలు స్ట్రాంగ్‌గా ఉంటా యి.

ఆరెంజ్ జ్యూస్.. ఆరెంజ్ జ్యూస్‌లో విటమిన్ సి సమృద్ధిగా ఉంటుంది. విటమిన్ సి రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడానికే కాదు.. ఎముకల ఆరోగ్యానికీ మేలు చేస్తుంది. ఎముక పోగు పడటానికి పునాది వేసే ప్రొటీన్ పోచలు ఏర్పడటానికి విటమిన్ సి అత్యవసరం. దీని స్థాయిలు ఎక్కువగా గలవారిలో ఎముక సాంద్రత అధికంగా ఉంటున్నట్టు అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి. రోజూ ఒకగ్లాస్ ఆరెంజ్ జ్యూస్ తాగితే.. ఎముకలు ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి. బోన్ బ్రోత్‌లో కాల్షియం, మెగ్నీషియంతో పూటు.. మినరల్స్ మెండుగా ఉంటాయి. కొల్లాజెన్ అధికంగా ఉండే ఈ డ్రింక్ ఎముకలకు అవసరమైన బిల్డింగ్ బ్లాక్‌లను అందించడమే కాకుండా, ఎముకల నిర్మాణానికి బలమైన మద్దతును కూడా అందిస్తుంది.

కిచెన్ సింక్ స్మెల్ వస్తుందా..

కిచెన్ సరిగ్గా క్లీన్ చేయకపోతే చాలా స్మెల్ వస్తుంటుంది. ఇలాంటప్పుడు కొన్ని టిప్స్ ఫాలో అయితే కిచెన్ స్మెల్ రాకుండా ఉంటుంది. అవేంటో తెలుసుకోండి. కిచెన్ సింక్ నుంచి స్మెల్ వస్తుంటే అక్కడ ఉండలేం ఇబ్బందిగా ఉంటుంది. ఇదిలానే ఉంటే కీటకాలు, వైరస్ వస్తాయి. అలా కాకుండా ఉండాలంటే ఎక్కువగా క్లీన్ చేయాలి. అందుకోసం కొన్ని టిప్స్ ఫాలో అవ్వాలి. అవేంటో తెలుసుకోండి.



వెనిగర్.. స్టౌ దగ్గర కిచెన్ వస్తే వెనిగర్ యూజ్ చేస్తే సమస్య తగ్గుతుంది. ఓ కప్పు నీటిలో 3 కప్పుల వెనిగర్ వేసి కాస్తా బేకింగ్ సోడా, నిమ్మరసం కలపాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని పోసి సింక్ క్లీన్ చేయాలి. దీని వల్ల మరకలు, మురికి కూడా దూరమవుతుంది.

నాఫ్తలీన్ బాల్స్.. సింక్‌లోని వాసనని దూరం చేయడానికి ఈ బాల్స్ హెల్ప్ చేస్తాయి. వీటిని మనం బాత్‌రూమ్స్, అల్మారాల్లో పెడతారు. అయితే వీటిని సింక్‌లోపల కాకుండా కింద పైప్ దగ్గర పెట్టండి. దీని వల్ల వాసన దూరమవుతుంది.

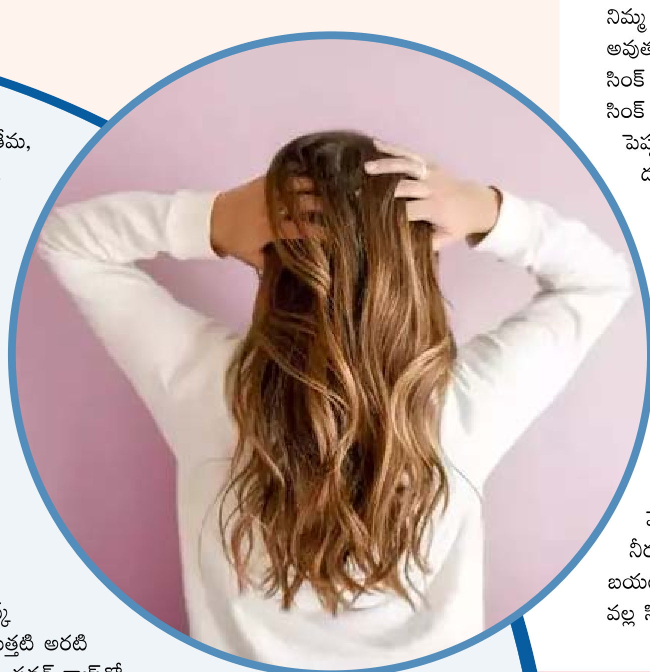
నిమ్మ తొక్కలు.. నిమ్మతొక్కలని వాడడం వల్ల సింక్ క్లీన్ అవుతుంది. అందుకోసం నిమ్మరసం పిండి అందులో ఉప్పు వేసి సింక్ వేసి రుద్దండి. అలానే అరగంట ఉంచి తర్వాత క్లీన్ చేస్తే సింక్ క్లీన్ అవుతుంది. మంచి స్మెల్ వస్తుంది.

పెప్పర్‌మింట్ ఆయిల్.. కిచెన్ సింక్ నుండి స్మెల్‌ని దూరం చేసేందుకు పెప్పర్‌మింట్ ఆయిల్ హెల్ప్ చేస్తుంది. స్ప్రే బాటిల్‌లో కొద్దిగా నీరు పోసి అందులో 10 చుక్కల పిప్పరమెంట్ ఆయిల్ వేసి దీనిని స్ప్రే చేయాలి. దీని వల్ల స్మల్ దూరమవుతుంది.

సబ్బు, బేకింగ్ సోడా, రాక్ సాల్ట్.. సింక్ క్లీన్ చేయడానికి సాధారణంగా సబ్బు, బేకింగ్ సోడా, రాకింగ్ సాల్ట్‌తో క్లీన్ చేయొచ్చు. వీటిని కలిపి కిచెన్ సింక్‌ని క్లీన్ చేయొచ్చు. దీని వల్ల చాలా వరకూ సింక్ క్లీన్ అవుతుంది. స్మెల్ కూడా దూరమవుతుంది.

వేడి నీరు..అదే విధంగా వారానికి ఓ సారైనా వేడి నీరు పోయండి. దీని వల్ల జిడ్డు మరకలు, వ్యర్థాలు బయటకి వెళ్తాయి. దీంతో పాటు డ్రైనేజీ క్లీన్ చేస్తుండాలి. దీని వల్ల సింక్ ఎక్కువగా స్మెల్ రాదు.

శీతాకాలం ఈ మాస్క్ అప్లై చేస్తే..



శీతాకాలంలో వాతావరణం ఎఫెక్ట్ జుట్టుపై ఎక్కువ పడుతుంది. ఈ సీజన్‌లో చలిగాలుల ప్రభావం, వాతావరణంలో ఉండే తేమ, పొగమంచు.. వంటి కారణాల వల్ల జుట్టు పొడిబారుతుంది, అట్టలా మారుతుంది, చిక్కులు కూడా ఎక్కువగా పడుతుంది. హెల్తీ హెయిర్ ఉన్నవారి పరిస్థితే ఇలా ఉంటే.. డ్రై హెయిర్ ఉన్నవారి బాధలు చెప్పనవసరం లేదు. చలికాలంలో చల్లని గాలుల జుట్టులోని నూనె తీసివస్తాయి, జుట్టును డీహైడ్రేట్ చేస్తాయి. ఈ సీజన్‌లో మీ జుట్టును ఆరోగ్యంగా ఉంచుకోవడానికి, మృదువుగా మార్చుకోవడానికి.. కొన్ని న్యాచురల్ హెయిర్ మాస్క్‌లు సహాయపడతాయి. అవేంటో ఈ స్టోరీలో చూద్దాం.

తేనె, పాలతో.. ఈ సీజన్‌లో డ్రై హెయిర్ సమస్యను దూరం చేయడానికి, చిక్కులు సమస్యను తగ్గించుకోవడానికి.. తేనె, పాల హెయిర్ మాస్క్ ఎఫెక్టివ్‌గా పనిచేస్తుంది. తేనె జుట్టుకు తేమనందిస్తుంది. పాలలోని ప్రొటీన్లు, అమినో యాసిడ్స్ మీ జుట్టును లోతుగా హైడ్రేట్ చేస్తాయి. వాటిని మృదువుగా ఉంచుతాయి. జుట్టు చిక్కులు విడదీస్తాయి. మీ మాస్క్ వేసుకోవడానికి.. అరకప్పు పాలలో.. రెండు టేబుల్ స్పూన్ల తేనె వేసి మిక్స్ చేయండి. ఈ మిశ్రమాన్ని జుట్టుకు మాస్క్‌లా అప్లై చేసుకోండి. దీన్ని 30 నిమిషాల పాటు ఆరనివ్వండి. ఆ తర్వాత ఘాడత తక్కువగా ఉన్న షాంపూతో తలస్నానం చేయండి. ఈ మాస్క్ వారానికి రెండుసార్లు వేస్తే.. జుట్టు హెల్తీగా, సిల్కీగా ఉంటుంది. హెయిర్ గ్రోత్‌ను కూడా ప్రోత్సహిస్తుంది.

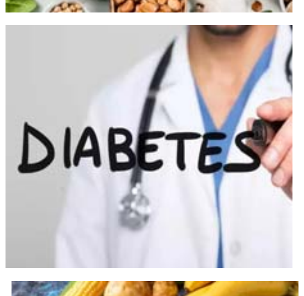
అరటి పండు, కొబ్బరి నూనెతో.. అరటిపండ్లులోని విటమిన్లు, మెగ్నీషియం, పొటాషియం , సిలికాన్ వంటి పోషకాలు జుట్టుని ఆరోగ్యంగా ఉంచుతాయి. కొబ్బరి నూనె జుట్టును హైడ్రేటింగ్‌గా ఉంచడంతో పాటు అనేక ప్రయోజనాలు అందిస్తుంది. ఈ మాస్క్ పొడిబారిన జుట్టును పట్టులా మారుస్తుంది, చిక్కులు పడకుండా చేస్తుంది. ఈ మాస్క్ తయారు చేసుకోవడానికి.. బాగా పండిన మెత్తటి అరటి పండులో.. రెండు టేబుల్ స్పూన్ల కొబ్బరి నూనె వేసి మిక్స్ చేయండి. ఈ మిశ్రమాన్ని జుట్టు మాస్క్‌లా అప్లై చేయండి. మీ జుట్టును షవర్ క్యాప్‌తో కవర్ చేసి.. 20 నుంచి 30 నిమిషాల పాటు ఆరనివ్వండి. ఆ తర్వాత గోరువెచ్చని నీళ్లతో తలస్నానం చేయండి. ఇలా వారానికి రెండు సార్లు చేస్తే.. మంచి రిజల్ట్స్ ఉంటాయి.

అవకాడో, కొబ్బరి పాలతో.. అరకప్పు కొబ్బరిపాలలో మూడు టేబుల్ స్పూన్ల ఆలివ్ ఆయిల్, రెండు టేబుల్ స్పూన్ల అవకాడో గుజ్జు వేసి బాగా కలపాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని కురులకు అప్లై చేసి 20 నుంచి 30 నిమిషాల పాటు ఆరనివ్వాలి. ఆ తర్వాత మైల్డ్ షాంపూ ఉపయోగించి తలస్నానం చేసి, నాణ్యమైన కండిషనర్ అప్లై చేసుకోవాలి. ఈ ప్యాక్‌లో మనం ఉపయోగించే అవకాడో కురులకు తగినంత తేమ అందించి అవి ప్రకాశవంతంగా కనిపించేలా చేయడంలో ముఖ్య పాత్ర పోషిస్తుంది.

కలబంద, ఆలివ్ ఆయిల్ మాస్క్.. కలబంద.. జుట్టుకు పెట్టడం వల్ల జుట్టులో సహజసిద్ధమైన తేమ నిలిచి ఉంటుంది. కలబందను ఆలవ్ ఆయిల్‌తో మిక్స్ చేసి అప్లై చేస్తే... పొడిబారిన, చిట్లిన జుట్టును మృదువుగా ఆరోగ్యంగా మారుస్తుంది. రెండు టేబుల్ స్పూన్ల తాజా కలబంద గుజ్జులో మూడు టేబుల్ స్పూన్ల ఆలివ్ ఆయిల్ కలపండి. మాడుకు, జుట్టుకు ఈ మిశ్రమాన్ని అప్లై చేయండి. దీన్ని 30 నిమిషాల పాటు ఆరనిచ్చి.. గోరువెచ్చని నీళ్లతో తలస్నానం చేయండి. ఈ మాస్క్ స్కాల్ప్‌ను శాంతపరచి, జుట్టును ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది.

డయాబెటిస్ ఉందా..?

డయాబెటిస్.. ప్రస్తుతం ప్రపంచవ్యాప్తంగా మానవాళిని పట్టి పీడిస్తున్న అతిపెద్ద ఆరోగ్య సమస్య. మన దేశంలోనూ డయాబెటిస్ కేసులు విస్తృతంగా పెరుగుతున్నాయి. విస్తృతిపై (ఇండియన్ కౌన్సిల్ ఫర్ మెడికల్ రిసెర్చ్) చేసిన ఓ అధ్యయనం తాజాగా యూకేకు చెందిన మెడికల్ జర్నల్ లాన్‌సెట్‌లో ప్రచురితమైంది. ఆ అధ్యయనం ప్రకారం ప్రస్తుతం మన దేశంలో మధుమేహుల సంఖ్య 10 కోట్ల మార్కును దాటింది. మధుమేహం సైలెంట్ కిల్లర్. దీర్ఘకాలం పాటు బ్లడ్ షుగర్ లెవల్స్ కంట్రోల్‌లో లేకపోతే.. కిడ్నీ, నరాల సమస్యలు, హైపర్‌టెన్షన్, గుండె సమస్యల ముప్పు పెరుగుతుంది. చెడు ఆహార అలవాట్లు, శారీరక శ్రమ లేకపోవడం, మానసిక ఒత్తిళ్లు కారణంగా డయాబెటిస్ వచ్చే అవకాశం ఉంది. అంతేకాగు, జన్యుపరమైన కారణాల వల్ల కూడా షుగర్ వ్యాధి వచ్చే అవకాశం ఉంది. మీ కుటుంబంలో ఎవరైనా.. షుగర్ వ్యాధితో బాధపడుతుంటే, మీకు మధుమేహం ముప్పు పొంచిఉన్నట్లే. మీరు షుగర్ వ్యాధి బారిన పడకుండా.. మరింత శ్రద్ధ తీసుకోవాలసిన అవసరం చాలానే ఉంది. పోషకాహార నిపుణురాలు లీమా మహాజన్ మీరు తీసుకోవాలసిన 5 జాగ్రత్తల గురించి ఇన్‌స్టా గ్రామ్ స్టోరీలో వివరించారు.



తగినంత ప్రొటీన్ తీసుకోండి.. ఆరోగ్యంగా ఉండటానికి ప్రొటీన్ అత్యవసరం. అమైనో ఆమ్లాలతో కూడిన ఇది కణజాలాల తయారీ, మరమ్మతు, దృఢత్వంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. శరీరంలో జరిగే జీవక్రియలన్నీ వీటి రూపంలోనే సాగుతాయి. గ నిరోధక వ్యవస్థ సక్రమంగా పని చేయటానికి, హార్మోన్ల నియంత్రణకు, కండరాల దృఢత్వానికివి కీలకం. అంతేకాదు, ప్రొటీన్ మన కడుపును నిండుగా ఉంచి, అతిగా తినకుండా నిరోధిస్తుంది. తద్వారా బరువు కంట్రోల్‌లో ఉంటుంది. ప్రతిరోజూ మీ శరీర బరువుకు కనీసం 1 గ్రాము ప్రొటీన్ తీసుకోండి.

పిండి పదార్థాలు మనకు శత్రువు కాద కానీ, అతిగా తీసుకోవడం మంచిది కాదు. మీ డైట్‌లో కార్బోహైడ్రేట్లను తక్కువగానే తీసుకోండి. వాటికి బదులుగా, ప్రొటీన్లు, కూరగాయలు, చిక్కుళ్లు, ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు మీ ఆహారంలో తీసుకోండి. ఇవి మీ రక్తప్రవాహంలోకి గ్లూకోజ్‌ను నెమ్మదిగా విడుదల చేస్తాయి. మీ బ్లడ్ షుగర్ లెవల్స్‌ను కంట్రోల్‌లో ఉంచుతాయి. యాపిల్ సైడర్ వెనిగర్ తీసుకోండి.. బ్లడ్ షుగర్ లెవల్స్‌ను కంట్రోల్‌లో ఉంచడానికి.. యాపిల్ సైడర్ వెనిగర్ సహాయపడుతుంది. మీ భోజనానికి 30 నిమిషాల ముందు గ్లాస్ వాటర్‌లో ఒక టేబుల్ స్పూన్ యాపిల్ సైడర్ వెనిగర్ మిక్స్ చేసి తీసుకోండి. ఇది ఇన్సులిన్ సెన్సిటివిటీని మెరుగుపరచడంలో సహాయపడుతుంది, భోజనానంతర చక్కెర స్పైక్‌లను మెయింటేన్ చేస్తుంది.

భోజనానికీ.. భోజనానికీ మధ్య గ్యాప్ ఇవ్వండి.. ప్రతి భోజనం మధ్య 4-5 గంటల గ్యాప్ ఇవ్వండి. రాత్రి 7 గంటల ముందే భోజనం పూర్తి చేసేయడానికి ప్రయత్నించండి. అంతేకాదు, నేట్ క్రేవింగ్స్‌ను అదుపులో ఉంచుకోండి. ఈ ఉపవాస కాలంలో మన శరీరం గ్లూకోజ్‌ను సమర్థవంతంగా ప్రాసెస్ చేస్తుంది, అనవసరమైన బ్లడ్ షుగర్ స్పైక్‌లను నివారిస్తుంది.

రోజూ వ్యాయామం చేయండి.. శారీరకంగా యాక్టివ్‌గా ఉండటానికి ప్రయత్నించండి. 30 ఏళ్ల లోపుంటే పరుగు, జిమ్‌కు వెళ్లవచ్చు..ఆపై వయసు వారు నడక, ఎరోబిక్స్, యోగా లాంటివి చేస్తే ఆరోగ్యం బాగుంటుంది. రోజులో కనీసం 30 నిమిషాలు వ్యాయామం చేస్తే మంచిదని నిపుణులు అంటున్నారు.

ఈ నూనెలతో మసాజ్ చేస్తే పొడిబారకుండా స్కిన్ మెరుస్తుంది..

చలికాలంలో ఈ నూనెలతో మసాజ్ చేస్తే పొడిబారకుండా స్కిన్ మెరుస్తుంది.. చలికాలంలో స్కిన్ కేర్ అనేది చాలా ముఖ్యం. ఎందుకంటే చల్లి వాతావరణంలో రంధ్రాలు బిగుతుగా ఉంటాయి. కాబట్టి, చర్మం ఎక్కువగా మురికి లేకుండా, తాజాగా ఉన్నప్పటికీ కొన్ని సమస్యలొస్తాయి. వాటిని దూరం చేసుకోవాలంటే కొన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. చలికాలంలో చర్మాన్ని కాపాడుకోవాలంటే ఎలాంటి టిప్స్ పాటించాలో తెలుసుకోండి.

ఎందుకు పొడిబారుతుంది.. చలికాలంలో చర్మ సమస్యలు రావడం చాలా కామన్. చల్లని గాలుల కారణంగా చర్మం నుండి తేమ ఆవిరైపోతుంది. దీంతో స్కిన్ డ్రైగా మారుతుంది. బయట వచ్చే చల్లని ఉష్ణోగ్రతల కారణంగా బాడీ లోపల వేడిని స్టోర్ చేసేందుకు ట్రై చేస్తుంది. దీంతో రక్త ప్రసరణ తగ్గుతుంది. చర్మంలో ఆయిల్ స్రావాన్ని తగ్గిస్తుంది. దీని వల్ల స్కిన్ డ్రైగా మారతుంది. దీనికోసం చర్మం పొడిబారకుండా కొన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. అవేంటో తెలుసుకోండి.

ఫేస్ ప్యాక్స్.. ఆయుర్వేద ఫేస్ ప్యాక్స్ సహజ పదార్థాలను కలిగి ఉంటుంది. ఇది చర్మాన్ని హైడ్రేట్ చేసి పొడిబారకుండా చేస్తుంది. ఇది చర్మాన్ని తాజాగా ఉంచుతుంది. ఆయుర్వేదంలో కొన్ని అత్యుత్తమ ఫేస్‌ప్యాక్స్ ఉన్నాయి. రకరకాల ఫేస్‌ప్యాక్స్‌ని తయారు చేసుకుని వాడొచ్చు.

ఏయే ప్యాక్స్.. ప్యాక్స్‌లో ఎక్కువగా పాలు, బాదం, రోజ్ వాటర్‌తో ప్యాక్ వేసుకోవచ్చు. వీటితో పాటు బొప్పాయి, తేనె, అరటిపండు, కలబంద, పాలు, తేనె, అలోవేరా, మీగడ వీటని ఉపయోగించి ప్యాక్ వేసుకుంటే చాలా వరకూ చర్మంలో తేమ పెరిగి పొడిబారడం తగ్గుతుంది.

ఆయిల్ మసాజ్.. చలికాలంలో చర్మంలో నూనె ఉత్పత్తిని పెంచుతుంది. ఆయిల్ మసాజ్ చాలా మంచిది. అందుకోసం ఏ ఆయిల్స్ వాడాలో తెలుసుకోండి. బాదం నూనె, భృంగరాజ్ ఆయిల్, మంచి నూనె ఇవన్నీ కూడా చర్మానికి మేలు చేస్తాయి..

ఏ నూనె వాడితే ఏ లాభాలు.. వేప నూనె.. ఇది అన్ని చర్మాలకు సూట్ అవుతుంది. వాపు, ఇన్ఫెక్షన్, మొటిమలు, చర్మ అలర్జీలని తగ్గిస్తుంది.

కొబ్బరినూనె : ఇది దద్దర్లు, ఎరుపెక్కడ, చిన్న ఇన్ఫెక్షన్లని దూరం చేస్తుంది.

బాదం నూనె : మొటిమలని తగ్గించి చర్మాన్ని హైడ్రేట్‌గా ఉంచుతుంది.

షాదావరి : షాదావరి ఆయిల్‌లో యాంటీ ఏజింగ్ గుణాలు పుష్కలంగా ఉన్నాయి. ఇది డ్రైనెస్ సమస్యని దూరం చేస్తుంది. చర్మాన్ని దృఢంగా, సాగేలా చేస్తుంది.

భృంగరాజ్ ఆయిల్ .. భృంగరాజ్ ఆయిల్ మొటిమలు, చర్మ సమస్యల్ని తగ్గిస్తుంది. యవ్వనంగా కనిపిస్తారు.

యాక్షన్ సన్నివేశాల్లో పాల్గొన్న దీపిక

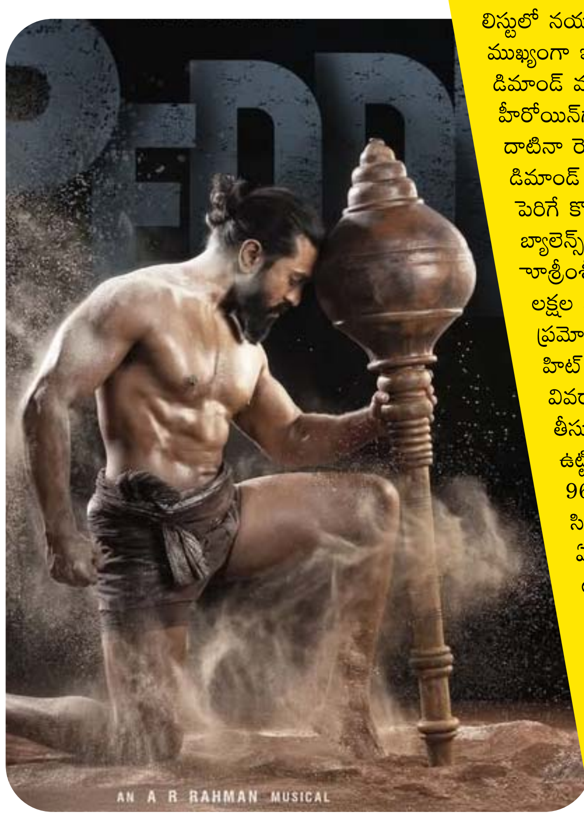
షారుక్‌ఖాన్, సిద్దార్థ్ ఆనంద్ కాంబినేషన్‌లో రూపొందుతున్న మూవీ 'కింగ్'. ఈ సినిమాలో షారుక్‌కు జోడీగా బాలీవుడ్ నటి దీపికా పదుకొణె నటిస్తోన్న విషయం తెలిసిందే. తాజాగా జరుగుతోన్న షూటింగ్ షెడ్యూల్‌లో ఆమెపై యాక్షన్ సన్నివేశాలు చిత్రీకరిస్తున్నట్లు సమాచారం. రెండోసారి తల్లి కానున్నట్లు దీపిక ఇటీవల ప్రకటించారు. దీంతో ఈ సినిమాలోని యాక్షన్ సన్నివేశాలను తగ్గిస్తారని అంతా అనుకున్నారు. దానికి భిన్నంగా ఏప్రిల్ 21, 22 తేదీల్లో దీపిక భారీ యాక్షన్ సీన్స్ చేశారట. ప్రత్యేకంగా వేసిన సెట్‌లో ఈ పోరాట సన్నివేశాలు రూపొందించినట్లు సమాచారం. త్వరలోనే 8 మందితో కూడిన గ÷ట్ సన్నివేశాన్ని కూడా సిద్దార్థ్ ఎ÷-లాన్ చేసినట్లు తెలుస్తోంది. ఇసుకలో ఈ గ÷ట్ తీయనున్నారట. షారుక్, దీపిక ఇద్దరూ కలిసి ఈ గ÷ట్ చేయనున్నట్లు బాలీవుడ్ మీడియా పేర్కొంది. మరోవైపు ఈ సినిమా విడుదలను డిసెంబర్ 24కే ఖరారు చేస్తూ టీమ్ తాజాగా కొత్త వీడియోను పంచుకుంది. దీంతో అనుకున్న సమయానికి సినిమా వస్తుందా? రాదా? అనే వార్తలకు చెక్ పడింది. క్రిస్మస్‌కు కింగ్ సందడి షురూ అంటూ అభిమానులు ఆ వీడియోను పంచుకుంటున్నారు.

కోట్లకు దగ్గరగా త్రిష ప్లానింగ్

గత కొంతకాలంగా సీనియర్ హీరోయిన్స్ కు డిమాండ్ పెరుగుతోంది. ఐదేళ్ల క్రితం వరకు 30 దాటితే సపోర్టింగ్ రోల్స్ తో సర్దుకునే వారు. గత కొంతకాలంగా సీనియర్ హీరోయిన్స్ కు డిమాండ్ పెరుగుతోంది. ఐదేళ్ల క్రితం వరకు 30 దాటితే సపోర్టింగ్ రోల్స్ తో సర్దుకునే వారు. కానీ ప్రస్తుతం సీనియర్ భామలు 40కి దగ్గరవుతున్నా క్యారెక్టర్ కు తగ్గట్టుగా హీరోలకు జోడిగా కొనసాగుతున్నారు. ఆ లిస్టులో నయన్, త్రిష క్రేజే వేరు. ముఖ్యంగా ఇప్పుడు త్రిషకు ఉన్న డిమాండ్ మామూలుగా లేదు. హీరోయిన్‌గా రెండు దశాబ్దాలు దాటినా రెమ్యునరేషన్ తగ్గలేదు, డిమాండ్ ఆగలేదు. పైగా ఏజ్ పెరిగే కొద్దీ బ్యాంక్ బ్యాంక్ బ్యాలెన్స్ పెరుగుతోంది. ాత్రీంశీ =ముఃం - 50 లక్షల నటుడికి కోటిరన్నరతో ప్రమోషన్! లేటెస్ట్ గా త్రిష కృష్ణన్ నెట్ వర్త్ 85 కోట్లు దాటిందని ట్రేడ్ వర్గాలు అంచనా వేస్తున్నాయి. ఇంకో రెండు సినిమాలు హిట్ అయితే 100 కోట్ల క్లబ్‌లోకి వెళ్లిపోతుందని తెలుస్తోంది. మరి ఈ 'సైలెంట్ సక్సెస్' వెనక అసలు ఫార్ములా ఏంటి అనే వివరాల్లోకి వెళితే.. 1999లో 'జోడి'తో ఎంట్రీ ఇచ్చినప్పుడు ఎవరూ ఊహించి ఉండరు, ఈ అమ్మాయి 2026లో కూడా కోట్లు తీసుకుంటూ లీడ్ రోల్స్ చేస్తుందని. వర్షం, ఘిల్లితో స్టార్ హీరోయిన్ గా మంచి క్రేజ్ అందుకుంది. క్రికెట్ ఘనత- రాజసం ఉట్టిపడే రాచరిక నివాసం మధ్య మధ్యలో అలా సక్సెస్ చూసిన అమ్మడు హీరోయిన్ గా ఇక కష్టమే అనుకుంటున్న సమయంలో 96తో క్లాస్ ఆడియన్స్‌ని పట్టేసింది. కెరీర్‌లో గ్యాప్ వచ్చిన ప్రతిసారీ 'విన్నైతాండి వరువాయా', 'పొన్నియిన్ సెల్వన్' లాంటి సినిమాతో బౌన్స్ బ్యాక్ అయింది. అంటే ప్రతి ఐదేళ్లకు ఒకసారి తన మార్కెట్‌ని తనే రీసెట్ చేసుకుంటూ వచ్చింది. అందుకే 25 ఏళ్ల తర్వాత కూడా రేసులో ఉంది. ఇప్పుడు త్రిష ఒక్కో ప్రాజెక్ట్‌కి 10 కోట్ల రేంజ్ లో రెమ్యునరేషన్ తీసుకుంటోందని ఇండస్ట్రీ టాక్. లియోకి 5 కోట్లు రెమ్యునరేషన్ దక్కినట్లు గతంలో టాక్ వచ్చింది. అలాగే సినిమాలతో పాటు బ్రాండ్ ఎండార్స్‌మెంట్స్ మరో బిగ్ ఇన్‌కమ్. ఏడాదికి దాదాపు 9 కోట్లు యాడ్స్ నుంచే వస్తున్నాయట. ఇక్కడే త్రిష తెలివి కనిపిస్తుంది. కేవలం స్కిన్ కేర్, బ్యూటీ బ్రాండ్స్ కాకుండా ఫైనాన్స్, జ్యువెలరీ, రియల్ ఎస్టేట్ కంపెనీలకు కూడా బ్రాండ్ అంబాసిడర్‌గా ఉంది.

మరోమారు వాయిదా దిశగా పెద్ది

జూన్ 4 నుంచి 24కు మారినట్లు వార్తలు



మెగాపవర్ స్టార్ రామ్ చరణ్ హీరోగా తెరకెక్కుతున్న 'పెద్ది' సినిమాపై అంచనాలు రోజురోజుకూ పెరుగుతున్నాయి. దర్శకుడు బుచ్చిబాబు సానా కాంబినేషన్‌లో రూపొందుతున్న ఈ చిత్రం మల్టీ స్పోర్ట్స్ నేపథ్యంతో ప్రత్యేకంగా రూపొందుతోంది. ఇప్పటికే చిత్రీకరణ దాదాపు పూర్తయిందని, ఒక పాట మినహా మిగతా భాగం ముగిసినట్లు చిత్రబృందం తెలిపింది. ప్రస్తుతం ఆ చివరి పాట చిత్రీకరణ కొనసాగుతుండగా, విడుదల తేదీపై కూడా స్పష్టత వస్తోంది. ముందుగా జూన్‌లో సినిమా విడుదల అవుతుందని ప్రకటించిన మేకర్స్, ఖచ్చితమైన తేదీని మాత్రం వెల్లడించలేదు. తాజా సమాచారం ప్రకారం, ఇంకా పూర్తి చేయాల్సిన పనులు ఉండటంతో జూన్ 4న సినిమా విడుదల కష్టమని తెలుస్తోంది. దీంతో జూన్ 25ను విడుదల తేదీగా నిర్ణయించే అవకాశం ఉందని సినీ వర్గాల్లో చర్చ జరుగుతోంది. అదే జరిగితే జూన్ 24 రాత్రి నుంచే ప్రీమియర్ ప్రదర్శనలు కూడా ఉండే అవకాశముంది. ఈ విడుదల తేదీపై చిత్రబృందం నుంచి త్వరలోనే అధికారిక ప్రకటన వచ్చే అవకాశముంది. అభిమానులు మాత్రం ఇప్పటికే ఈ సినిమాపై భారీ అంచనాలతో ఎదురు చూస్తున్నారు. స్పోర్ట్స్ నేపథ్యంలో భావోద్వేగాలను కలిపి రూపొందుతున్న ఈ చిత్రం రామ్ చరణ్ కెరీర్‌లో మరో ప్రత్యేకమైన చిత్రంగా నిలుస్తుందని భావిస్తున్నారు. దర్శకుడు బుచ్చిబాబు సానా తనదైన శైలిలో కథను తెరకెక్కిస్తున్నందున ఈ ప్రాజెక్ట్‌పై ఆసక్తి మరింత పెరిగింది. ఈ సినిమాకు సంబంధించిన ప్రతి అప్‌డేట్ సోషల్ మీడియాలో సెన్సేషన్‌గా మారుతోంది. ఇప్పటికే చిత్రం నుండి విడుదలైన 'పహిల్వాన్ గ్లింప్స్'కు తోడు ఏఆర్ రెహమాన్ అందించిన 'చికిరి చికిరి', 'రేయ్ రేయ్ రా' వంటి పాటలు చార్ట్‌బస్టర్లుగా నిలిచాయి. తాజాగా ఈ చిత్రంలో ఉండబోయే హై-వోల్టేజ్ స్పెషల్ సాంగ్ కోసం చిత్ర యూనిట్ గ్లామర్ బ్యూటీ శృతి హాసన్‌ని గ÷నైల్ చేసినట్టు విశ్వసనీయ సమాచారం.

లీగల్ వివాదాల్లో దృశ్యం-3

ఆలస్యం కానున్న విడుదల మలయాళ వెండితెరపై సంచలనం సృష్టించిన 'దృశ్యం' సిరీస్‌కు ఉన్న క్రేజ్ గురించి ప్రత్యేకంగా చెప్పక్కర్లేదు. జీతూ జోసెఫ్ దర్శకత్వంలో మోహన్ లాల్ హీరోగా వచ్చిన ఈ సిరీస్ సంచలనాలు సృష్టించింది. ఇప్పుడు ఈ సిరీస్‌లో మూడవ భాగం 'దృశ్యం 3' కోసం ప్రేక్షకులు వెయ్యి కళ్లతో ఎదురుచూస్తున్నారు. అయితే ఈ సినిమా విడుదలకు ముందే చట్టపరమైన చిక్కుల్లో పడటం ఇప్పుడు కేరళ ఇండస్ట్రీలో చర్చనీయాంశంగా మారింది. ఈ సినిమాను నిర్మిస్తున్న ఆశీర్వాద్ సినిమాస్ సంస్థ గతంలో ప్రముఖ ఓటీటీ ప్లాట్‌ఫారమ్ అమెజాన్ ప్రైమ్‌తో కుదుర్చుకున్న డిజిటల్ డీల్‌ను రద్దు చేసుకున్నట్లు తెలుస్తోంది. దీనిపై ఆగ్రహం

వ్యక్తం చేసిన అమెజాన్ ప్రైమ్ సంస్థ ఈ నిర్ణయాన్ని సవాల్ చేస్తూ ఢిల్లీ హైకోర్టును ఆశ్రయించింది. ఈ పిటిషన్‌ను విచారించిన ఢిల్లీ హైకోర్టు, డిజిటల్ సంస్థకు అనుకూలంగా కీలక తీర్పునిచ్చింది. మే 15వ తేదీ వరకు 'దృశ్యం 3' సినిమాకు సంబంధించి ఎలాంటి కొత్త డీల్స్ క్షి లేదా ఇతర డిజిటల్ హక్కులు కుదుర్చుకోకూడదని నిర్మాతలకు స్టే ఆర్డర్ జారీ చేసింది. ఈ అనూహ్య పరిణామంతో చిత్ర యూనిట్ డైలమాలో పడింది. వాస్తవానికి ఈ చిత్రాన్ని మే 21న విడుదల చేయాలని నిర్మాతలు భావించారు. అయితే కోర్టు స్టే ఆర్డర్ ఇచ్చిన నేపథ్యంలో సమస్య త్వరగా కొలిక్కి రాకపోతే మే 21న సినిమా ప్రేక్షకుల ముందుకు రావడం కష్టమేనని విశ్లేషకులు భావిస్తున్నారు. అటు మోహన్ లాల్ అభిమానులు మాత్రం ఈ వివాదం త్వరగా పరిష్కారం కావాలని కోరుకుంటున్నారు.

సితార పిక్చర్స్‌లో నితిన్

యంగ్ హీరో నితిన్ వరుస ఫ్లాపులతో బాగా వెనుకబడిపోయాడు. భీష్మ తర్వాత సరైన హిట్ లేక సతమతమవుతున్నాడు. దాంతో లాంగ్ గ్యాప్ తీసుకున్న నితిన్ మరొక సినిమాను సెట్స్ పైకి తీసుకెళ్లేందుకు రెడీ అవుతున్నాడు. ప్రముఖ నిర్మాణ సంస్థ సితార ఎంటర్‌టైన్‌మెంట్స్ బ్యానర్‌పై రూపొందుతున్న ఈ చిత్రం ద్వారా సోము, నర్రి అనే ఇద్దరు డెబ్యూ డైరెక్టర్లు టాలీవుడ్‌కు పరిచయం కాబోతున్నారు. విభిన్నమైన కథాంశంతో తెరకెక్కుతున్న ఈ సినిమా గురించి తాజాగా ఒక ఇంట్రెస్టింగ్ అప్‌డేట్ వెలుగులోకి వచ్చింది. ఈ కొత్త చిత్రం మే 4వ తేదీన లాంఛనంగా ప్రారంభించి ఏమాత్రం ఆలస్యం చేయకుండా మే 6వ తేదీ నుంచే రెగ్యులర్ షూటింగ్‌ను మొదలుపెట్టాలని చిత్ర బృందం ప్లాన్ చేస్తోంది. ప్రీ ప్లాన్ షెడ్యూల్ తో కేవలం 55 రోజుల్లోనే ఈ సినిమా పూర్తి షూటింగ్‌ను కంప్లీట్ చేయాలని మేకర్స్ టా÷-గ్గ÷ట్‌గా పెట్టుకున్నారు. అంటే దాదాపు రెండు నెలల లోపే షూటింగ్ పార్ట్ అంతా పూర్తయిపోతుంది. నితిన్ కెరీర్‌లో ఇది వన్ ఆఫ్ ది ఫాస్టెస్ట్ ప్రాజెక్ట్ అని చెప్పవచ్చు. ఈ చిత్రంలో నితిన్ సరసన కథానాయికగా రితికా నాయక్ నటించబోతున్నట్లు సమాచారం. 'అశోక వనంలో అర్జున కళ్యాణం' సినిమాతో మెప్పించిన రితికాకు ఇది నితిన్‌తో ఫస్ట్ మూవీ. ఇక ఈ చిత్రానికి 'విరాటపర్వం' ఫేమ్ సురేష్ బొబ్బిలి సంగీతాన్ని అందించబోతున్నారు. మరో ఎన్నాళ్ళుగానో హిట్ కోసం వేయి కళ్ళతో ఎదురుచూస్తున్నా నితిన్ కు డెబ్యూ డైరెక్టర్స్ హిట్ ఇస్తారో లేదో చూడాలి.

దిల్ రాజ్ నిర్మాతగా సల్మాన్ మూవీ

బాలీవుడ్ స్టార్ హీరో సల్మాన్ ఖాన్, టాలీవుడ్ దర్శకుడు వంశీ పైడిపల్లి కాంబినేషన్‌లో తెరకెక్కనున్న భారీ చిత్రం అధికారికంగా ప్రారంభమైంది. ప్రముఖ నిర్మాత దిల్ రాజు నిర్మిస్తున్న ఈ సినిమా షూటింగ్ శుక్రవారం పూజా కార్యక్రమాలతో ప్రారంభమైంది. ఈ సందర్భంగా విడుదలైన ప్రత్యేక వీడియో సామాజిక మాధ్యమాల్లో విస్తృతంగా వైరల్ అవుతోంది. షూటింగ్ ప్రారంభంపై స్పందించిన సల్మాన్ ఖాన్, ఈ భారీ యాక్షన్ ఎంట్టంల్గ÷నర్‌ను వచ్చే ఏడాది ఈద్ పండుగ సందర్భంగా ప్రేక్షకుల ముందుకు తీసుకురానున్నట్లు తెలిపారు. సినిమా విడుదలకు ఇంకా సమయం ఉన్నప్పటికీ నిరాశ చెందవద్దు. మీ అంచనాలకు తగ్గట్టుగానే ఈ సినిమా ఉంటుంది అని అభిమానులకు హామీ ఇచ్చారు. ప్రతి ఏడాది ఈద్ సందర్భంగా ఆయన సినిమాలు విడుదలై భారీ విజయాలు సాధించడం తెలిసిందే. ఈ సినిమాలో సల్మాన్ సరసన లేడీ సూపర్ స్టార్ నయనతార హీరోయిన్‌గా నటిస్తున్నారు. తెలుగు చిత్రసీమలో విజయవంతమైన సినిమాలతో గుర్తింపు పొందిన వంశీ పైడిపల్లి ఈ సినిమాతో హిందీ చిత్రసీమలో అడుగుపెడుతున్నారు. సల్మాన్ ఖాన్ ఇమేజ్‌కు తగ్గట్టుగా యాక్షన్, భావోద్వేగాల మేళవింపుతో కథ సిద్ధం చేసినట్లు సమాచారం. శ్రీ వెంకటేశ్వర క్రియేషన్స్ బ్యానర్‌పై దిల్ రాజు ఈ చిత్రాన్ని అత్యంత భారీ వ్యయంతో నిర్మిస్తున్నారు. ఉన్నత సాంకేతిక ప్రమాణాలతో, ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకునే యాక్షన్ సన్నివేశాలతో సినిమా రూపొందనుందని సినీ వర్గాలు చెబుతున్నాయి. బాలీవుడ్ స్టార్ హీరో, టాలీవుడ్ హిట్ దర్శకుడు కలయికలో వస్తున్న ఈ చిత్రం అభిమానుల్లో భారీ అంచనాలు రేకెత్తిస్తోంది. ఈద్ విడుదల లక్ష్యంగా ముందుకు సాగుతున్న ఈ సినిమా, సల్మాన్ ఖాన్ కెరీర్‌లో మరో విజయవంతమైన చిత్రంగా నిలుస్తుందా అన్నది ఆసక్తికరంగా మారింది. కాగా, గత కొన్నాళ్లుగా సల్మాన్ ఖాన్ హిట్స్ అందించలేక నిరాశలో ఉన్నారు.టాలీవుడ్ డైరెక్టర్‌తో చేస్తున్న సినిమాతో అయిన మంచి హిట్ అందుకుంటాడా అనేది చూడాలి.

క్రైమ్ థ్రిల్లర్ కథ...పరమపదసోపానం

అర్జున్ అంబటి, జెనిఫర్ ఇమాన్యుయేల్ జంటగా నటించిన చిత్రం 'పరమపద సోపానం'. స్టార్ డైరెక్టర్ పూరీ జగన్నాథ్ శిష్యుడు నాగ శివ దర్శకుడిగా పరిచయమవుతూ తెరకెక్కించిన ఈ యాక్షన్ రివెంజ్ డ్రామా నేడు ప్రేక్షకుల ముందుకు వచ్చింది. మరి ఈ సినిమా ఏ మేరకు ఆకట్టుకుందో విశ్లేషణలోకి వెళ్లి తెలుసుకుందాం. హెల్త్ కమిషనర్ సత్యప్రకాష్ (కోటేశ్వరరావు) దారుణ హత్యతో నగరం ఒక్కసారిగా ఉలిక్కిపడుతుంది. ఈ హైప్రొ÷ల్ కేసును ఛేదించే బాధ్యతను అశ్వద్ధామ (అజయ్ రత్నం) స్వీకరిస్తాడు.