



# సంపాదకీయం

## మళ్ళీ ఇద్దువొలు ఖజ్జంబున్నన్న వేళ..

# మీ కోసం ఆదివానీలు నిర్వాసితులు కావాలా?



# ರಂಗನ್ನು ಇಸ್ತೆಲು ನೆರವೇರುತ್ತಾಯಿ?

# మగన్ పేపెంట్స్ స్విట్స్ తింటే అందోళన వద్దు

మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులు స్వీట్లు తినకూడదు. ఇది ఘగర్ పేపెంట్ ఆరోగ్యానికి హానికరం. అయితే మధుమేహ వ్యాధి గ్రస్తులు అనుకోకుండా చక్కెర ఎక్కువగా ఉన్న ఆహారాన్ని తినుటయితే, భయపడాల్సిన అవసరం లేదు. కొన్ని విషయాలను గుర్తుంచుకోవాలి. వీటిని పాటించడం వల్ల శరీరంలో చక్కెర స్థాయి అదుపులో ఉంటుంది. అన్నింటిలో మొదటిది ఆహారంలో స్వీట్లు తిన్న తర్వాత, తదుపరి ఆహారంలో ప్రోటీన్ అధికంగా ఉండేలా ఆహారాన్ని తీసుకోవడం చాలా ముఖ్యం. వష్టులు, కిఢ్లీ బీన్లు తినండి. ఇవి శరీరంలో చక్కెర స్థాయిని అదుపులో ఉంచుతాయి. ఆహారంతో పాటు వ్యాయామం కూడా ముఖ్యం. దయాబెట్టిక పేపెంట్ ఎక్కువగా స్వీట్లు తినుటయితే చురుకైన నడక ఘగర్ స్థాయిని నియంత్రించడంలో సహాయపడుతుందని డాక్టర్ స్వప్నిల్ జైన్ చెప్పారు. స్వీట్లు తిన్న 4 గంటల్లో ఈ వ్యాయామం చేయవచ్చు. బ్రిస్క్ వాక్ ద్వారా ఘగర్ లెవల్స్ అదుపులో ఉంటాయి. బ్రిస్క్ వాక్ అనేది ఒక రకమైన ఫాట్ట్ వాకింగ్. ఇది అలాంటి నడకలో చాలా వేగంగా నడవాలి. గుండె కొట్టుకోవడం పెరుగుతుంది. అయితే పరగు పెట్లకూడదు.





# ଓ ଭାର୍ତ୍ତରୁ କଲିନି ଦେଶ ପରମ ଶିଥାରୁ

## -ಮೊದಲಿನೇಂಜಿ ತರುವಾಯು

కలిసి దేశ పరువ తీశారని విమర్శించారు. జీవీసీ వేయాలని కాంగ్రెస్ డిమాండ్ చేస్తోందన్నారు. అదానీ విషయంలో ప్రధానిని అడిగినా, కడిగినా కనీసం మాటల్లడడం లేదని అగ్రసం వ్యక్తం చేశారు.

దేశ పరువ మంటకలిపిన అదానీషై విచారణ జరపాలని రేవంత్ డిమాండ్ చేశారు. భారత వ్యాపార సంస్థలు అవినీతిలో కూరుకుపోయాయని ఆరోపించారు. అదానీ సంస్థలు అమెరికాలో లంచాలు ఇప్పజూపాయని... చట్ట ప్రకారం చర్యలు తీసుకోవాలని ఎణ్ణీల నివేదించడంతో అమెరికా ప్రభుత్వం చర్యలకు పూనుకుండని చెప్పారు. అదానీ అవినీతిపై చర్చించేందుకు, జేపీసీ వేసేందుకు కేంద్ర ప్రభుత్వం సిద్ధంగా లేదని... అలా చేస్తే అదానీ జైలుకు వెళ్ళడం ఖాయమని రేవంత్ అన్నారు. అరెస్టుల నుంచి తల్పించుకోవడానికి బీజీపికి బీఆర్వెన్ నెతలు లొంగిపోయారని... అందుకే అదానీకి వ్యక్తిరేకంగా మాట్లాడటం లేదని విమర్శించారు. అదానీ అవినీతిపై జేపీసీ కోసం సభలో విక్రీవ తీర్మానం చేశామని అన్నారు.

ପ୍ରଜଳ ହୈପା.. ହାରି ହୈପା..

తమ డిమాండ్ కోసం నిరసన తెలుగుడం, చట్ట సభలను స్థంభించడం చేస్తామన్నారు. ఎన్ని నిరసనలు చేసినా మోది దిగిరావడం లేదన్నారు. తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రిగా రాజ్య భవన్ ముట్టడి కార్బూక్షమంలో పాల్గొనాల్సి వచ్చిందన్నారు. దేశం కోసం రోడ్కెక్కుమని.. చట్ట సభల్లో నిరసన తెలియచే స్తామని స్పష్టం చేశారు. “బీఆర్ ఎన్ సన్నాసులు ముఖ్యమంత్రి నిరసన ఎలా చేస్తారు అని అంటున్నారు. నేను చేయను. మీరు చేయండి. అదానీ విషయంలో కేసీఆర్ స్టౌండ్ ఏంటో చెప్పాలి. బీఎస్ఎపీ పెద్దల కాళ్ళు మొక్క అసెస్సును తప్పించుకునే



ప్రయత్నం చేస్తున్నారు. ప్రజల వైపా? అదానీ ప్రధాని వైపా కేసీఆర్, కేటీఆర్, హరీష్, కవిత చెప్పాలి. అదానీకి రావాల్సి వచ్చింది అంటూ సీఎం రేవంత్ రెడ్డి వెల్లడించారు పోటాపోటి నిరసనలు...

వ్యక్తిగతంగా మాటల్లాడితే మోదీ జైల్లో వేస్తారని కేసీఆర్ కుటుంబం భయపడుతోంది”అంటూ వ్యాఖ్యలు చేశారు.

**అందుకే రోడ్డుపైకి వచ్చాం...**

త్వరలో రాఘవతి భవన్ కూడా ముట్టడిస్తామన్నారు. అదానీ విషయంలో వైఫారి ఎంటో రేపు పొడ్డున్న వరకు కేసీఆర్ చెప్పాలని డిమాండ్ చేశారు. అదానీ విషయంలో బీఅర్వెన్ నినాదాలు చేశారు. ప్రధాని కొట్టుపుస్తి సభలు రాజ్యసభ చైర్మన్కు లేఖ రాయాలన్నారు. ప్రజాకోర్పులో ప్రధానిని శిక్షించేదాక కాంగ్రెస్ పార్టీ కొట్టుపుస్తింధని.. ప్రధాని వట్టించుకోవడం లేదనే రోడ్డుపైకి మరోవైపు రాజ్యభవన్ వద్ద కాంగ్రెస్ అందోళన చేస్తుండగా అసెంబ్లీ వద్ద బీఅర్వెన్ నిరసనకు దిగింది. అదానీ విషయంలో కేసీఆర్ స్టోండ్ చెప్పాలని సీఎం రేవంత్ రామారెడ్డి చేయగా... అదే సమయంలో అసెంబ్లీ బీఅర్వెన్ నిరసన చేపట్టింది. అదాని రేవంత్ భాయి భాయి అంట నినాదాలు చేశారు. ప్రధాని, రేవంత్ రాణ్డి కలిసిన ఫోటోస్ ప్రదర్శిస్తూ అసెంబ్లీ లాటీల నుంచి మీడియా పొయింట్ వరకు బీఅర్వెన్ ఎమ్ముల్చేలు ర్యాలీగా వెళారు. కాంగ్రెస్, బీఅర్వెన్ పోటాపోటీ నిరసనలతో తెలంగాణ రాజకీయం వేడెక్కింది.

# దమ్మంట వార్యులా ఈ-రేస్ప్ నబలో చర్చ పెట్టండి

**ప్రాదురూపాద్య :** దమ్ముంపే ఫార్చులూ - ఈ రేస్ అంశంపై శాసనసభలో చర్చ పెట్టాలని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డికి బీఆర్ఎస్ వర్షింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ సహార్ విసిరారు. ఈ మేరకు సీఎం రేవంత్ రెడ్డికి ఎమ్పుల్చే కేటీఆర్ బిపరంగ లేఖ రాశారు. ఫార్చులూ-ఈ రేస్ వ్యవహారంలో మీ ప్రభుత్వం కొన్ని నెలలుగా గత బీఆర్ఎస్ ప్రభుత్వం మీద, ముఖ్యంగా నా మీద అనేక నిరాధార అరోపణలు చేస్తున్నది. ఇదే విజయం మీద ఈ వారం మీ ఆధ్వర్యంలో జరిగిన క్యాబినెట్ సమావేశంలో గంటన్నర సేపు చర్చ కూడా జరిగినట్టు వార్డు కథనాలు పచ్చాయి. ఇదే అంశం మీద కేసులు సమాదు చేస్తామని, గవర్నర్ ఆమోదం వచ్చిందని రకరకాల లీకులు ముఖ్యమంత్రి కొర్యాలయం నుండి మీదియాకు ఇస్తున్నారు. ఈ అంశం మీద నాలుగు గోడల ముధ్య చర్చ కన్నా రాష్ట్ర శాసన సభలో నాలుగు కోట్ల మంది ప్రజల ముందు చర్చ జరిగితే నిజానిజులు ఏమిటో అందరికి తెలుస్తాయని కేటీఆర్ తన లేఖలో పేర్కొన్నారు. తెలంగాణ రాష్ట్రానికి, ప్రాదురూపాద్య నగరానికి మంచి జరగాలనే సదుద్దేశంతో గత ప్రభుత్వం ఫార్చులూ-ఈ రేస్ నిర్వాహకులతో ఒక ఒప్పందం చేసుకున్నది. 2023లో విజయవంతంగా రేస్ జరిగి అన్న వర్గాల మన్సులు అందుకున్నది. ఈ రేస్ వల్ల రాష్ట్ర ఆర్కి వ్యవస్థకు సుమారు రూ.700 కోట్ల రూపాయల లభ్యి చేకూరింది అని నీల్నన్ సంఘ నివేదిక స్పష్టం చేసింది.



2024లో మరో దఫా రేస్ జరగవలసి ఉండగా మీ ప్రభుత్వం వచ్చిన వెంటనే దాన్ని ఏకవక్షంగా రద్దు చేయడం జరిగింది. అప్పబింబించిన నుండి రాజకీయ కళ్ల సాధింపు చర్యల్లో భాగంగా ఈ రేస్ గురించి అనేక అవాస్తవాలను మీడియా ద్వారా ప్రచారం చేసి, ఇందులో ఏదో జరిగింది అనే అపోహాలు సృష్టించే ప్రయత్నం మీ కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం చేస్తున్నది అని కేటీఆర్ మండిపడ్డారు.

రాజకీయ కళ్ల సాధింపు చర్యల్లో భాగంగానే రేస్ గురించి అనేక అవాస్తవాలను మీడియా ద్వారా ప్రచారం చేసి... ఏదో జరిగిందనే అపోహాలు సృష్టించే ప్రయత్నం చేస్తోందన్నారు. పొరులా ఈ-రేస్ హరిగ్రా పొరదర్శకంగానే జరిగిందని

తెలుసుకునే హక్కు ఉన్నది. కనుక మీరు శాసనసభలో + అంశంపై చర్చ పెట్టాలని నేను డిమాండ్ చేస్తున్నాను. అ విషయాలు సవివరంగా రాష్ట్ర ప్రజలకు శాసన సభ వేదిక చెబుదాం. శాసన సభ సెప్పన్ జరుగుతున్నది కనుక మీ అనుకూలమైన రోజే ఈ చర్చను పెట్టండి. మరోసాధనా చెబుతున్నాను. ఫార్ములా-ఈ అంశంలో ఎలాం అవకంతవకలు కానీ, అవినీతి కానీ జరగలేదు. రాష్ట్రానికి ప్రైదరూబాద్ నగరానికి మంచి చేసే ఈ రేస్ ను కేవలం రాజకీయ కళ్ల సాధింపు చర్యలకు బలి చేశారు. దీనిపై శాసనసభలో సవివరమైన చర్చ జరిగితే నిజానిజాలేమిటి నిగ్రంథితమయిని కేటీఆర్ పేర్కొన్నారు.

# సంక్రాంతి నుంచి మరీ రెండు వీమాలు

**-మురటిపేజీ తరువాయ**

ప్రకూళన, ఇందిరమ్మ గృహాలు, రేషన్ కార్డ్సారులకు సన్మ బియ్యం, సింగరేచి కార్బ్రిక్టలకు బోన్స్ ఇలా చెప్పుకుంటూ పోతే ఎన్నో పథకాలకు శ్రీకారం చుట్టారు. సంక్రాంతికి తెలంగాణ ప్రజల ఆకాంక్షకు అనుగుణంగా వినూత్తు పథకాలను ప్రభుత్వం ప్రవేశపెట్టునంది. అందులో ప్రధానంగా భూమి లేని పేదలకు ఆర్థిక చేయుత అందించేందుకు సీఎం రేవంత్ సర్హద్, దేశంలో ఎక్కడా లేని విధంగా సారికొత్త పథకానికి శ్రీకారం చుట్టింది. భూమి ఉంటే సాగుతో ఆదాయం అందుతుంది. అదే లేని వారి పరిస్థితి ఎట్లా అంటూ ఆలోచించిన ప్రభుత్వం, వారికి ఏడాడికి రూ. 12 వేలు అందించేందుకు సిద్ధమవుతోంది. డిసెంబర్ 28న ఈ పథకానికి తొలి ఆడగు పడునుంది.అలాగే ఏ పథకం పర్తించాలన్నా రేషన్ కార్డ్ అవసరం. అర్పత ఉండి రేషన్ కార్డ్ లేని ఎన్నో కుటుంబాలు ఉన్నాయి. ప్రభుత్వాలు మారినా ఇఖుపంటి వారికి మాత్రం రేషన్ కార్డ్ లేదన్నది వాస్తవం. అందుకే సంక్రాంతి పండుగ తర్వాత సుమారు 30 లక్షలకు పైగానే రేషన్ కార్డ్లను ప్రభుత్వం అందించనుంది. దీనితో ఎన్నో పేద కుటుంబాలకు మేలు జరగనుంది. ఇటీవల నిర్వహించిన కుటుంబ సర్వే ద్వారా, రేషన్ కార్డ్ లేకుండా ఇఖుపందులకు గురవుతున్న వారి పరిస్థితి ప్రభుత్వం చుప్పికి వచ్చింది. అందుకే ప్రభుత్వం ఈ నిర్వయం తీసుకుంది.అంతేకాదు సంక్రాంతి అంటేనే పాడిపంటల పండుగని కూడా చెబుతారు. అటువంటి పండుగకు రైతన్నలలో చిరునవ్వులు చిందించేందుకు సీఎం రేవంత్ రెటైల్ బంధు పథకాన్ని ప్రవేశపెట్టునున్నారు. ఏడాదిలో రూ. లక్షల పరకు రుణమాఫీ చేసిన ప్రభుత్వం, రైతు బంధు కూడా విడుదల చేయడం రైతన్నలకు అనలు సంక్రాంతి అంటే ఇంటే అనే తరుపోలో పథకం పరంగా మారసునంది.ఇటీవల సీఎం రేవంత్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ.. మాటలు కాదు పాలన చేతులు చూపిస్తమంటూ ప్రకటించారు. గత పాలకు దోచుకున్నారు.. దాచుకున్నారు. కానీ ఇందిరమ్మ రాజ్యంలో వాటికి చోటు లేదు. ప్రజా సంక్లిష్టమే మా ధైయుమంట సీఎం చెప్పారు. సేమ టు సేమ అలాగే సీఎం రేవంత్ రెటైల్ ప్రజా పాలనకు కట్టుబడి సంక్రాంతికి పరాల జికురిపిస్తుండడంపై ప్రజలు హర్షం వ్యక్తం చేస్తున్నారు.

ఈ పథకానికి తొలి ఆడగు పడనుంది. అలాగే ఏ పథకం వర్తించాలన్నా రేషన్ కార్బు అవసరం. అర్థత ఉండి రేషన్ కార్బు లేని ఎన్నో కుటుంబాలు ఉన్నాయి. ప్రభుత్వాలు మారినా ఇటువంటి వారికి మాత్రం రేషన్ కార్బు లేదన్నది వాస్తవం. అందుకే సంక్రాంతి పండుగ తర్వాత సుమారు 30 లక్షలకు పైగానే రేషన్ కార్బులను ప్రభుత్వం అందించనుంది. దీనితో ఎన్నో వేద కుటుంబాలకు మేలు జరగనుంది. ఇటీవల నిర్వహించిన కుటుంబ సర్వే ద్వారా, రేషన్ కార్బు లేకుండా ఇఱ్పందులకు గురవుతున్న వారి పరిస్థితి ప్రభుత్వం దృష్టికి వచ్చింది. అందుకే ప్రభుత్వం ఈ నిర్మయం తీసుకుంది. అంతేకాదు సంక్రాంతి అంటేనే పాడివంటల పండుగని కూడా చెబితారు. అటువంటి పండుగకు తైత్నశుల్లో చిరునవ్వులు చిందించేందుకు సీఎం రేవంత్ రెటైలు బంధు పథకాన్ని ప్రవేశపెట్టునున్నారు. ఏడాదిలో రూ. లక్షల వరకు రుణమాఫీ చేసిన ప్రభుత్వం, తైత్న బంధు కూడా విదుదల చేయడం తైత్నశులకు అనసు సంక్రాంతి అంటే ఆ అనే తరహాలో పథకం వరంగా మారసుంది. ఇటీవల సీఎం రేవంత్ రెటైల్ మాట్లాడుతూ.. మాటలు కాదు పాలన చేతి చూపిస్తామంటూ ప్రకటించారు. గత పాలకు దోచుకున్నారు.. దాచుకున్నారు. కానీ ఇందిరమ్మ రాజ్యం వాటికి చోటు లేదు. ప్రజా సంక్లిష్టమే మా ధైయమంట సీఎం చెప్పారు. సేమ్ టు సేమ్ అలగా సీఎం రేవంత్ రెటైల్ ప్రజా పాలనకు కట్టుబడి సంక్రాంతికి వరాల జక్కరిపిస్తుండడంపై ప్రజలు హర్షం వ్యక్తం చేస్తున్నారు.

# ಸಿರಿಸೀಲ್ ಕಾಲ್ಕುಲಕ್ ಪೊಂಗಲ್ ಸಂದರ್ಭ

ಅ ಪರ್ಧಕಂ ತೆಚ್ಚಿ ಭೂದಂದಾ ಚೇತಾರು



-ಮೊದಲಿನ್ನೇ ತರುವಾಯ

చేయోత్తున్నట్లు ఉపముఖుమంత్రి తెలిపారు. ప్రాదారాబాద్ పరిధిలోనే ఇలాంటి భూములు సుమారు 15 వేల ఎకరాలు ఉంటాయని అంచనా వేస్తుమని, అంత కంటే ఎక్కుపగానే ఉండే అవకాశం ఉంటుందని ఆయన తెలిపారు. పార్ట్-బిల్లో భూమి అనుకున్న వారి పేరు మీద రిజిస్ట్రేషన్ చేశారని, ఆ తర్వాత వారు ఇంకోకరి పేరు మీద ముఖ్యాపేషన్ చేశారని, ఇలా పెద్ద దండా జరిగిందని డిప్యూటీ సీఎం తెలిపారు. ఈ భూముల గురించి అడినేవారు లేరని.. ఇనాం, ఎండోన్సుంట్, వక్ష్, అవక్కు భూములన్నీ లూటీ చేశారని డిప్యూటీ సీఎం భట్టి ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. ఆ భూముల యజమానులు దేశంలో లేరని, వారంతా పాకిస్థాన్ వెళ్లారని, ఎవ్వరూ అబ్బోక్కన్ చెప్పవపోవడంతో అధికారులు పైతం సహకరించారని భట్టి ఆరోపించారు. ధరణి వల్ల అక్రమంగా రిజిస్ట్రేషన్ అయిన భూమి ముగ్గురు, నలుగురు వ్యక్తుల మీద బదలాయింపు అయిందని ఆయన చెప్పారు. అదంతా ఇప్పుడు వాళ్ల హక్కు అయ్యిందని, ప్రభుత్వం ఎన్వేసీ ఇచ్చింది కాబట్టి భూమి వాళ్లదేనిని చెప్పారు. ఫోర్నిష్ అడిట్లో అన్ని నిజాలూ నిగ్గి తేలుస్తామని డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్కమార్కు చెప్పారు.

ಅಸೆಂಟ್ ಬಯಟ ದ್ರಂಕನ್ ಡ್ರೈವ್ ಟೆಸ್ಟುಲು ಪೆಟ್ಟಾವಿ..

## హరీన్ రావు సంచలన వ్యాఖ్యలు

**ప్రార్థించాడు :** గత బీఆర్ఎస్ ప్రభుత్వాన్ని తీవ్ర ఆరోపణలు చేసిన మంత్రి కోమలిరెడ్డి వెంకట్ రెడ్డిపై మాజీ మంత్రి, బీఆర్ఎస్ ఎప్పుల్చీ హరీకోవు తీవ్ర స్థాయిలో మండివడ్డారు. అసెంబ్లీలోకి వచ్చే సభ్యులకు ద్రంకెన్ ట్రైవ్ బెస్టలు నిర్వహించాలని హరీకోవు సంచలన వ్యాఖ్యలు చేశారు. మామ చాటు అల్లుడిగా రూ. పదవేల కోట్లు దోషకున్న దొంగ హరీష్ రావు అని.. ఆ అవినీతిని మేము నిరూపిస్తామని మంత్రి కోమలిరెడ్డి వెంకటరెడ్డి అన్నారు. ఈ వ్యాఖ్యలపై హరీకోవు ఘాటుగా స్పందించారు. సభ్యులపై ఆరోపణలు చేయడని శాసనసభా వ్యవహారాల మంత్రి శ్రీధర్ బాబు రూలింగ్ బుక్ చూపించి చెప్పారని హరీకోవు గుర్తు చేశారు. సుడ్డలు మాకు చెప్పడం కాదు వారి సహాయ మంత్రికి కూడా చెప్పాలి.. వెంకట్ రెడ్డి కమిషన్ లిస్టు చదమంటే నేను చదువుతాను అని హరీకోవు పేర్కొన్నారు. కొంతమంది సభ్యులు ట్రైంక్ చేసి సభకు మస్తన్నారని, సభలోకి వచ్చి ఏం మాట్లాడుతున్నారో వారికి తెలియడం లేదని అన్నారు. అసెంబ్లీ బయట ద్రంక్ అండ్ ట్రైవ్ బెస్టలు పెట్టాలని హరీష్ రావు సూచించారు

ధరణి స్నానంలో భూభారతి



-ಮೆದಟಿಪ್ಪೆಜ್ ತರುವಾಯ

రాష్ట్రంలోని 33 కల్కెర్లులో ఒక రోజు చర్చ కూడా నిర్వహించాం. 18 రాష్ట్రాల్లో అర్థంగా చట్టాలను పరిశీలించి భూభారతి తీసుకొచ్చాం. ప్రతి గ్రామానికి ఓ రెవెన్యూ అధికారిని నియమిస్తూం. భూ వివాదాలపై అప్పేల్కు త్రిబ్యూనల్ ఏర్పాటు చేస్తాం. అనుభవదారుల కాలాన్ని కూడా ఈ కొత్త బిల్లులో పొందుపరిచాం. 33 మాధ్యాల్నతో ఉన్నదాన్ని 6 మాధ్యాల్నతో పునఃప్రకూళన చేస్తున్నాం అని పొంగులేటి శ్రీనివాస్ రెడ్డి తెలిపారు. శాసనసభలో భూభారతి బిల్లును మంత్రి పొంగులేటి శ్రీనివాస్ రెడ్డి ప్రవేశ పెట్టారు. రాష్ట్రంలో ఉన్న భూ సమస్యల పరిపుత్రం కోసం ఈ బిల్లును తీసుకువచ్చామని తెలిపారు. బిల్లును ప్రవేశపెడుతూ, ఈరోజు చరిత్రాత్మక, రాష్ట్ర ప్రగతికి బాటలు వేసే రోజున్నారు. భూమి సేదరికాన్ని దూరం చేసి ఆత్మగౌరవంతో జీవించేలా చేస్తుందని, గ్రామాల్లో భూమి ప్రధాన జీవనాధారం అని మంత్రి వేరొస్తారు. కష్టజీవులను కంటీకి రెపులా చూసుకునే బాధ్యత ప్రభుత్వాలదని వివరించారు. 1971లో తెచ్చిన ఆర్వేంగ్ చట్టం 49 ఏక్లపొటు మనుగడలో ఉందని చెప్పారు. కాంగ్రెస్ అంటే ప్రజలకు భద్రత, భరోసా అని అన్నారు. ఇందిరమ్యాను ఇప్పటికీ ప్రజలు గుండెల్లో పెట్టుకుని చూస్తున్నారని తెలిపారు. గతంలో తెచ్చిన ధరణి పోర్ట్లుతో కొత్త సమస్యలు తలెత్తాయిని ఆరోపించారు. “కొత్త చట్టంలో భూదార్ అంశాన్ని చేర్చాం. ప్రతి రైతుకు భూదార్ కోడ్ అంశంపై కొత్త చట్టంలో ఉంది. గతంలో ప్రతి గ్రామంలో జమాబంది జరిగేది. గతంలో 23 వేల మంది వీఅర్వేలు ఉండేవారు. ఒక్క కలం పోటుతో వీఅర్వే వ్యవస్థను రూపుపూర్చారు. గత ప్రభుత్వ హాయాంలో రెవెన్యూ వ్యవస్థను కుప్పకూల్చారు. ఏటా జమాబంది చేపట్టే అంశాన్ని కొత్త చట్టంలో పొందుపరిచాం. ల్యాండ్ త్రిబ్యూనల్ పునర్నిర్మాణంపై కొత్త చట్టంలో ఉంది. సీసీఎల్వి ద్వారా ప్రభుత్వ ఆస్తుల పరిరక్షణపై చట్టంలో ఉంది.” - పొంగులేటి శ్రీనివాస్ రెడ్డి, రెవెన్యూ శాఖ మంత్రి

నాడు అన్న మాటలను నిజం చేస్తూ రాష్ట్ర ప్రజలకు ధరణి పోర్టల్ను బంగాళాభాత్తంలో వేస్తామని హామీ ఇచ్చామని అనుకున్నట్లుగానే చేస్తున్నామని మంత్రి పొంగులేది అన్నారు. ముసాయిదా బిల్లును 40రోజులు వెబ్సైట్లో ఉంచామని తెలిపారు. ఎమ్ముల్యేలు, మేధావులు ఇచ్చిన అంశాలను క్రాష్టలో పెట్టామన్న ఆయన 33 కలెక్టరేట్లలో ఒకరోజు చర్చ కూడా పెట్టారాని వివరించారు. 18 రాష్ట్రాల్లో ఆర్టిఫిచిలర్ చట్టాలు పరిశీలించి భూభారతి తీసుకువచ్చినట్లు పేర్కొన్నారు. గతంలో అర్థరాత్రి ధరణి పోర్టల్ను తీసుకువచ్చారని ఆ పోర్టల్ కారణంగా 4 నెలలు రిజిస్ట్రేషన్లు జరగలేదని గుర్తుచేశారు. బేపజాలక్క పోయి ధరణి మార్కుడం లేదని స్పష్టం చేశారు. ప్రజా సమస్యల పరిప్రాణానికి ధరణి పోర్టల్ రద్దు చేస్తున్నామని దాన్ని

బంగాళాళాతంలో వేస్తామనటి ప్రజలు కాంగ్రెస్‌ను ఆశీర్వదించారని చెప్పారు.  
**భూ భారతిలో ఆరు మాడ్యూల్స్**  
 గతంలో ధరణిలో 33 మాడ్యూల్స్ ఉండేవి. భూభారతిని ఆరు మాడ్యూల్స్‌తో ప్రక్కాళన చేస్తున్నాం. ధరణి పోర్టల్ లో అస్తుల వివరాలు చూసుకునే పరిస్థితి లేదు. కొల్గొల్చిన భూములను నీకెట్ లాకర్ ధరణిలో పొందుపర్చారు. కొత్త చట్టంలో ప్రతి భూమి వివరాలు పొందుపరుస్తాం. ప్రభుత్వ భూముల కబ్బాలై భూభారతి ద్వారా ఫిర్యాదు చేసే



# សំបុត្រមេណបែងចិត្ត ម៉ាយៗ!



ఇలా అన్ని రకాల సహజ కూరగాయలను  
 ఎక్కువుగా తీసుకుంటే ఆరోగ్యకరంగా ఉంటారు.  
 అయితే సబ్జు విత్తనాలు తీసుకోవటం వల్ల ఎన్నో  
 ఆరోగ్యకరమైన లాభాలు ఉన్నాయి. సబ్జు  
 విత్తనాల్లో విలువైన పోషకాలు ఉంటాయి.  
 దయాబెట్టిన ఉన్నవారికి ఈ పోషకాలు రెటీంపు  
 మేలు చేస్తాయి. గ్రూకోజ్, ఇన్సులిన్ టూలరెన్స్ ను  
 పెంచుతాయి. సబ్జుతో ఉన్న ఉపయోగాలు  
 ఏంటంటే.. శరీరంలో తలతై పలు రకాల  
 ఇన్సులమేఫ్స్ ను ఒమేగా 3 ప్రాచీ యాసిడ్టో అదుపు  
 చేయవచ్చు. ఈ పోషకం సబ్జులో ఉంటుంది.  
 వంద గ్రాముల సబ్జు విత్తనాల్లో 17.8 గ్రాముల  
 ఒమేగా 3 ప్రాచీ యాసిడ్టు ఉంటాయి. అంతేకాదు  
 సబ్జు విత్తనాల్లో అధికంగా ఉండే పీచు కూడా  
 ఇన్సులమేఫ్స్ ను తగ్గిస్తుంది. ఈ విత్తనాల్లో ఉండే  
 యాంటీఆక్రిడెంట్లు సంపూర్ణ ఆరోగ్యానికి  
 ఓటు కలిగి ఉన్న దయాబెట్టిన వారు ప్రతి రోజు  
 సబ్జు విత్తనాలు తింటే వారి సిస్టాలిక్ బ్లాఫ్ ప్రెషర్  
 ధనంల్లో తేలింది. రక్తపోటు తగ్గితే గుండె మీద పడే  
 ఉంది. కాబట్టి సబ్జు విత్తనాలు తీసుకోవడం ద్వారా  
 రికట్పవచ్చు. రోజుంతా తరచుగా నీట్లు తాగుతూ ఉ  
 ను ప్రశ్న చెప్పి ఉన్నారి, ను ప్రశ్న చెప్పి ఉ

ప్రవంచవ్యాప్తంగా దయాబెట్టిన్ భారిన పడిన వారి సంఖ్య రోజులూ రోజుకు పెరుగుతోంది. చిన్న పెద్ద అని తేడ లేకుండా ఈ దయాబెట్టిన్ అందరికి వచ్చేస్తుంది. దయాబెట్టిన్ వచ్చిన వారు ఆ వ్యాధి వల్ల చిలిపీర్చే ప్రమాదం తక్కువ ఉన్నప్పటికీ గుండె జబ్బులు వచ్చే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంది. అయితే దయాబెట్టిన్ ని మాయం అవ్వాలంటే ఈ చిట్టాల్లు పొట్టించండి. దయాబెట్టిన్ ఉన్నవారు ఎక్కువ అన్నం ఎక్కువగా తినకూడదు... కూరగాయలను ఎక్కువగా తీసుకోవాలి.. పంచు ఎక్కువగా తీసుకోవాలి...

# గోగనిగోదుక శక్తి పెంచుకోండిలా..

ଲୀଳକ ସୂଚନଲୁ ଚେଣିନ ଅଯୁଷ୍ମ ଶାଖା...! ପ୍ରପଂଚଟିଙ୍ଗରେ ନି ଦେଶାଲନୁ କରୋନା କଂଟିମୀଦ କୁନୁକୁ ଲେକୁଣ୍ଡା ଚେଷ୍ଟୁଟ୍ଟୁ ବିଷୟଂ ତେଲିସିଂଦେ ଭାରତ ଲୋନୁ କରୋନା ତ୍ରୈ ପ୍ରଭାଵଂ ଚାପଣ୍ଡିତେ ଦିଲା. ରୋଗନିରୋଧକ ଶକ୍ତି ତତ୍ତ୍ଵପରା ଓ ନୃବାରିକ କରୋନା ସୋକୁତ୍ତା ଉଠନ୍ଦିଲାତେ ଅଯୁଷ୍ମ ଶାଖା ରୋଗ ନିରୋଧକ ଶକ୍ତି ପେଂଚକୋହାନିକି କିଲକ ସୂଚନଲୁ ଚେଣିଲା. ଅଯୁଷ୍ମ ଶାଖା ଏପ୍ପୁଦୁ ଦାହାଂ ବେଳିନା ବେଳି ନୀଟିନେ ତାଗାଲାନି ସୂଚିଂଚିଲା. ପ୍ରତିରୀଜ୍ଞା କନ୍ଦିନଂ ଅରଗଂଟ ପାଟୁ ଯୋଗା, ପ୍ରାଣୀଯାମଂ, ଧ୍ୟାନଂ ଚେଯାଲାନି ଚେପିଲାଂଦି. ଵେଲୁଲ୍ଲି, ଧନୀଯାଲ, ଜୀଲକ୍ର, ପସୁପୁ ବନ୍ଦକାଲ୍ଲେ ତପ୍ତକ ଉଠିଲା ଚାନୁକୋହାଲାନି ସୂଚିଂଚିଲା. ଏମଦୁ ଦ୍ରାଷ୍ଟ ଶୌଂକ, ମିରିଯାଲୁ, ତଳାଲିଟୋ ଚେଣିନ ଅଯୁଷ୍ମେରୁ ତେନୀରୁନୁ ତାଗାଲାନି ପେର୍ବ୍ୟାନିଦି. ରୋଜୁକୁ ବକଟି ଲେଦା ରେଂଦୁସାର୍ବ ପାଲଟୋ କଲାପକନି ତାଗାଲାନି ତେଲିଖିଲାଂଦି. ଉଦୟଂ, ସାଯାନିତ୍ରଂ କୌଜୁରି ନୂନେନୁ ମୁକୁ ରଂଧ୍ରାଳ ଦ୍ରଗ୍ଗର ପଟ୍ଟିଣ୍ଟେ ମଂଚିଦନିରି

A blue 3D wireframe model of a human skeleton standing upright, facing right. It is surrounded by several green, glowing virus particles (icosahedrons) against a black background.

పేర్కొనది. రోజుకు రెండు నిమిషాల పాటు కొబ్బరి నూనెను పుక్కిలించి ఉమ్మివేయలని.. గోరవెళ్ళని సీటితో నాలుకను శుభ్రం చేసుకోవాలని పేర్కొనది. సోంపు గింజలు లేదా పుద్దీనా ఆకుల నీటి అవిని పొడిగ్గు ఉన్నవారు రోజుకు ఒకసారి పీల్చుకోవాలని నూచించింది. బెల్లుతో లేదా తెనెతో లపంగాల పొడిని కలుపుకని తాగితే మంచిదని తెలిపింది. దగ్గ ఎక్కువగా ఉంటే వెంటనే వైద్యులను సంప్రదించాలని నూచించింది.

# **శస్త్రంలో కాళ్ళ తాగారంటే అది ఒంట్లో విషంగా మారుతుంది!**



కాఫీ తాగందే చాలా మందికి రోజు ప్రారంభంకాదు. ఘుమఘుమలాడే కాఫీ నీళు కొనిస్తినీ గొంతు తడిపితే రోజంతా ఉల్లాసంగా ఉంటుంది. అయితే కొందరు రోజుకు లెక్కకు మించి కాఫీని తాగేస్తుంటారు. ఇలా కాఫీ తాగడం శృతి మించితే ఆరోగ్యానికి అంత మంచిది కాదని ఆరోగ్య నివుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. ముఖ్యంగా కొన్ని రకాల ఆరోగ్య నమస్కయలు ఉన్న వారు కాఫీ తాగారంటే.. చాలా మందికి ఉదయాన్నే తాగే ఒక కప్పు కాఫీతో రోజు ప్రారంభమవుతుంది. ఇలా మొదలైన కాఫీ.. రోజంతా వలు సందర్శాల్లో లాగించేస్తుంటారు. అలా రోజు గడిచే కొద్ది 10 వరకైనా కాఫీ కప్పులు తాగేస్తారు. అయితే ట్రిపుల్లో నిర్వహించిన ఓఅధ్యయనం ప్రకారం, మితంగా కాఫీ తాగడం వల్ల మరణ ప్రమాదాన్ని దాదాపు 10 సంవత్సరాల వరకు తగించవచ్చాని అంటున్నారు. ఇది మానసిక స్థితిని కూడా రిఫ్రెష్ చేస్తుంది. అయితే కాఫీతో ప్రయోజనాలు మాత్రమే కాదు, ప్రతికూలతలు కూడా ఉన్నాయి. అవేంటంటే. ఆస్ట్రోలియన్ శాష్ట్రవేత్తల ప్రకారం.. రోజుకు 6 కప్పుల కంటే ఎక్కువ కాఫీ తాగితే అది నేరుగా మొదడను ప్రభావితం చేస్తుంది. దీని వల్ల డిమెన్షన్లు అంటే జ్ఞాపక శక్తి తగ్గిపోయే ప్రమాదం ఎక్కువ. ఆరోగ్య నివుణుల అభిప్రాయం ప్రకారం కాఫీ అలసట నుంచి ఉపశమనం కలిగిస్తుంది. అయితే ఈ 5 రకాల ఆరోగ్య నమస్కయలున్న వారికి మాత్రం కాఫీ ప్రమాదకరం. కాఫీలో కెఫీన్ ఉంటుంది. ఇది ఒక్కిడి లేదా నిద్ర సమస్యలతో వు పెరుగుదల, ఆరోగ్యాన్ని ప్రభావితం చేస్తుంది.

గర్జుధారణ సమయంలో కెఫీన్ అధికంగా తీసుకోవడం వల్ల ముందస్తు జననం, తక్కువ బరువుతో బిడ్డ పుట్టడం, గర్జుప్రావం జిరిగే ప్రమాదం ఉండని పరిశోధనలో తేలంది. గర్జుటీ ట్రైలు రోజుకు 200m గ్ర కంటే ఎక్కువ కెఫీన్ తీసుకోకూడదని నిపుణులు సిఫార్సు చేస్తున్నారు. అంటే ఒక్క కప్పు కాఫీ మాత్రమే తాగాలి. కెఫీన్ రక్తపోటును గణియంగా పెంచుతుంది. ఎందుకంటే ఇది గుండె, రక్త నాళాలపై ఒత్తిడిని పెంచుతుంది. ఎపరిక్సెనా B P సమస్కయలు ఉంటే, ఎక్కువ కాఫీ తాగడం వలన వారి ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది. ఎవరైనా యాసిడ్ రిఫ్లక్స్ లేదా గ్యాస్ట్రోపెసోఫాగియల్ రిఫ్లక్స్ వ్యాధితో బాధపడుతుంటే, వారు కాఫీ తాగితే, వారి నమస్కయలు మరింత పెరుగుతాయి. నిజానికి, కాఫీలోని కెఫీన్ కడుపులో యాసిడ్ ఉత్పత్తిని పెంచడం ద్వారా గుండెల్లో మంట రిఫ్లక్స్కు కారణమవుతుంది. ఇది వాపు, ఛాతీ నొప్పి వంటి సుఫలను కూడా కలిగిసుంది.

# గుడ్డు తింటే బరువు తెగ్గుతారా?

ఉడికించిన కోడిగుడ్ల రోజువారీ ఆహారంలో క్రమం తప్పకుండా రెండు తీసుకుంటే బరువు తగ్గవచ్చు అని ఆరోగ్య నివుణులు అంటున్నారు. ఒక క్రమ పద్ధతిలో ఉడికించిన కోడిగుడ్ల ను రోజు వారి ఆహారంలో తీసుకోవడం వల్ల రెండు వారాలకు 24 శౌండ్ల బరువును తగ్గించుకోవచ్చ. మన దేశంలో ఇష్టవుడున్న ఆరోగ్య నమున్య ఊబకాయం. ఊబకాయం వల్ల వ్యాధయ నంబంధ వ్యాధులు, మధుమేహం మరియు అనేక రకాల క్యూసర్ వంటి వ్యాధుల వచ్చే అవకాశం ఉంటుంది. చాలా మంది బరువు తగ్గడానికి తీవ్రమైన

మరియు స్వీట్స్ తగ్గించండి. మన శరీరానికి శక్తి కోసం చాలా కేలరీలు అవసరమని మనందరికి తెలుసు. కొంతకాలం పోషకాలను తీసుకోవడం తగ్గిస్తే, మన శరీరానికి హోని కలిగించవచ్చు, జీవక్రియను బలహీనపరున్నంది మరియు తీవ్రమైన అరోగ్య సమస్యలకు ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది. గుడ్లు ప్రోటీన్ మరియు అనేక పోషకాలను కలిగి ఉన్నందున అరోగ్యకరమైన అహారం. గుడ్లు మన శరీరానికి అవసరమైన విటమిన్లు మరియు పోషకాలను అందిస్తాయి. గుడ్లు లో విటమిన్ బి 5 మరియు విటమిన్ బి 12 పుష్టిలంగా ఉన్నాయి. ఇందులో ఫోలెట్, విటమిన్ ఇ, పొటూషియం, కాల్బియం, మాంగనీస్, జింక్ మరియు ఐరన్ వంటి భిన్నజాలు మరియు విటమిన్లు కూడా ఉన్నాయి. ఒక పెద్ద గుడ్లలో చిన్న మొత్తంలో కార్బోఫ్రోడైట్లు, ఇదు గ్రాముల కొవ్వు ఆరు గ్రాముల నాళ్లమైన ప్రోటీన్ మరియు 77 కేలరీలు ఉంటాయి. అరోగ్యాన్నిచే పోషకాలన్నీ పచ్చస్సానలో ఉంటాయి, తెల్ల స్సాన లో ప్రోటీన్ మాత్రమే దొరుకుతుంది.

# సీరీస్ లేకుండా ఉండలేకున్నారా..

## ఇక జాగత్ పదాల్చిందే..

ఎవరెనా ఉదయం లేవగానే రాము కృష్ణ అంటారు..



ನುಂಡಿ ಬಯಟಪಡಾಲರೆ .. ಪಾಟಿಂಚಾಲ್ವಿನ ಮಾರ್ಗಾಲು..1 . ಎಕ್ಕುವು  
ಸಮಯಂ ದಗ್ಗರ ವಾಕ್ಕತ್ತೇ ಗಡವಡಂ,2 . ಒಕರು ವಿಮನುತ್ತನ್ನಾರ್ಥೆ ಕಾತುಂದಾ  
ಮೀಗುರಿಂದಬಿ,ಮೀರು ಅತ್ಯ ವಿಶ್ವಾಸಂ ಪೆಂಚಕೋವಡಂ,3 . ಸೆಲ್ಲಿ ತೀಸುಕೊನಿ  
ಪೋಸ್ತು ಚೇನೆ ಸಮಯಾನ್ವಿ ಜೀವಿತಾನ್ವಿ ಸರಿದಿದ್ದುಕೊನೆ ಪನುಲಪೈ ಶ್ರುಪ್ರಿ  
ಪೆಟ್ಟದಂಜಿಲಾ ಚೇಯದಂ ವಲ್ಲ ಸೆಲ್ಲಿ ತೀಸುಕೋವಾಲನೆ ಆಲೋಚನ  
ಮಾರುತುಂದನಿ,ಹಾಚಿವಲ್ಲ ಅತ್ಯವಿಶ್ವಾಸಂ ಪೆರಿಗಿ ಮನುಷುಲ ಮರ್ದ್ಯ  
ಬಂಧಾಲು ಬಿಲವಡತಾಯನಿ,ಇಲಾ ಚೇಯದಂ ವಲ್ಲ ಟೈಂಕಿ ತಿನದಂ  
,ಪಡುಕೋವಡಂ ಚೇಸ್ತಾರು ಕಸುಕ ಅನೇಕ ರೋಗಾಲ ನುಂಡಿ ಬಯಟಪಡವಚ್ಚನನಿ  
ಅಂಟುನ್ನಾರು.. ಸೋ ಸೆಲ್ಲಿ ಲವರ್ಸ್ ಡೆ ಕೆರ್ ಪುಲ್.. ಅಂದಾನ್ವಿ ಪದಿಮುಂದಿಕಿ  
ಚಾಪಿಂಚದಂ ಕನ್ನಾ ಅರ್ಥೆಗ್ಗಂ ಇಂಪಾಡ್ರೆಂಟ್..



# చెలికాలంబరీ ఉన్నతి ప్రముఖంతే

## ఏం జరుగుతుంది?

చలికాలంలో సీజన్సర్ వ్యాధులు రాకుండా ఉండేదుకు చాలా మంది ఉసిరి జ్యోతిస్ తాగుతుంటారు. కానీ ఈ సమస్యలున్నవారి మాత్రం ఉసిరి ఎట్టి పరిస్థితుల్లో తీసుకోకూడదు అంటున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు. పొరబాటున తీసుకున్నారో మీ ఆరోగ్యప్రమాదంలో పడిపోతుందని హెచ్చరిస్తున్నారు. కాబట్టి ఈ కింది ఆరోగ్య సమస్యలు ఉన్న వారు. ఉసిరి ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తుంది. ముఖ్యంగా చలికాలంలో శరీరాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచుకోవడానికి చాలా మంది ఉసిరి జ్యోతిస్ తాగుతుంటారు. ఉసిరితో రకరకాల రోగాలు దూరమవుతాయని సాధారణంగా ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతుంటారు. కానీ మీకు తెలుసా, ఉసిరితో వడం వల్ల కొన్ని దుష్ప్రభావాలు కూడా ఉన్నాయి

ముఖ్యంగా కొన్ని రకాల ఆరోగ్య సమస్యలతో బాధపడేవారు ఉనిసిరి అన్నట్లు తినకూడదు. ఇలాంటి వారికి ఉనిసిరి విషంతో సమానం. ఉనిసిరి అధికంగా తినడం వల్ల రక్తపోటు సాధారణం కంటే భారీగా తగ్గుతుంది. రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు సాధారణం కంటే తక్కువగా ఉన్నవారు కూడా దీనికి దూరంగా ఉండాలి. అలాగే కడుపు సమస్యలు, గుండెల్లో మంట సమస్యలు ఉన్నవారు కూడా ఉనిసిరి జ్యున్ తీసుకోకూడదు. ఉనిసిరికాయను ఎక్కువగా తీసుకోవడం వల్ల మలం గట్టిపడుతుంది. మలబ్రథకం సమస్య ఉన్నవారు ఉనిసిరికి దూరంగా ఉండాలి. ఉనిసిరికి మూత్రవిసర్జన లక్షణాలు కలిగి ఉంటుంది. ఇది శరీరంలో ఎక్కువ మూత్రాన్ని విడుదల చేస్తుంది. కాబట్టి ఉనిసిరికాయను ఎక్కువగా తినడం వల్ల శరీరంలో దీప్మాద్రేష్వన్ సమస్య వస్తుంది. ఈ సమస్యలు లేనివారు చలికాలంలో ఉనిసిరి పరిమిత మోతాదులో తినవచ్చు. ఇది మన శరీరంలో రోగినిఱోధక శక్తిని పెంచడానికి సహాయపడుతుంది.

# టైడెలు

# ట్రావెన్ మోడ్

# తల పొగరుదించిన ఆకాష దీప

శీమిండియా ఫాన్స్ బోలర్ ఆకార్డ్ దీవ్ కూడా బ్యాటీంగ్లో తన ప్రతిభను కనబరిచి భారత్కు కీలక ఇస్మింగ్ ఆడాడు. అయితే, అతను బ్యాటీంగ్ చేస్తున్నప్పుడు, ఒక ఘనీ సంఘటన వోటు చేసుకుంది. ఈ వీడియో సోషల్ మీడియాలో తెగ వైరలవుతోంది. గబ్బా వేదికగా జరుగుతున్న బోర్డర్ గవాస్కర్ ట్రోఫీ మూడో పెస్సులో టీమ్ ఇండియా బ్యాటీంగ్ చేస్తున్నప్పుడు ఆకార్డ్ దీవ్ చేసిన పని వ్యాఖ్యాతలను కూడా నవ్వించేలా చేసింది. బ్యాటీంగ్ చేస్తున్న భారత ఫోర్మ్ బోలర్ ఆకార్డ్ దీవ్. పక్కనే ఉన్న ట్రావిన్ హెడ్కి బంటి ఇప్పతుండా పైదానంలో పడేశాడు. దీనికి ట్రావిన్ హెడ్ కోపంగా చూస్తూ ఉండిపోయాడు. ఆ తర్వాత, ఆకార్ అలెక్స్ కార్కి సారీ చెప్పడం కనిపించింది. భారత్, ఆష్ట్రేలియా మధ్య జరుగుతున్న గబ్బా పెస్సు ఐదో రోజు తొలి సహనంలో ఈ ర్ధశ్రీం కనిపించింది. టీమిండియా తొమ్మిది వికెట్లు కోల్స్టోయింది. జస్ట్రీట్ బుట్రూ, ఆకార్డ్ దీవ్ చివరి వికెట్గా క్రీజులో ఉన్నారు. ఆకార్ బ్యాటీంగ్ చేస్తున్న సమయంలో.. ఓ బంతిని ఆడడం మిన్ అయ్యాడు. ఆ బంతి బ్యాట్కు తగిలి ప్యాడ్టో ఇరుక్కుపోయింది. నమిపంలో ఫీల్చింగ్ చేస్తున్న హెడ్ ఆకార్ బంతిని తీసుకొనాడినికి వచ్చాడు. ఆకార్ ప్యాడ్ నుంచి బంతిని తీసివేస్తున్న సమయంలో.. ఆపై హెడ్ బంతిని అడగాడు. కానీ, బంతిని హెడ్కి ఇప్పతుండా, ఆకార్ దానిని నేలపై విసిరాడు. ఆ తర్వాత, హెడ్ అతని వైపు చూస్తూ, బంతిని స్వయంగా తీయడం ప్రారంభించాడు. అప్పుడు ఆకార్ వికెట్ కీపర్ అలెక్స్ కార్కి పు యామ్ సారీ అని చెప్పుకొచ్చాడు. ఈ ఘనీ సంఘటన చూసిన వ్యాఖ్యాతులు కూడా నవ్వడం మొదలుపెట్టారు. ఆ తర్వాత హెడ్ కూడా నవ్వుతూ కనిపించాడు. ఈ ఘనీ మటునకు సంబంధించిన వీడియో సోషల్ మీడియాలో విపరీతంగా లైక్ అప్పతోంది. అనంతరం ఆకార్ దీవ్ వికెట్సు ప్రావిన్ హెడ్ తీయడం గమనార్థం. 213 పరుగులకే తొమ్మిది వికెట్లు కోల్స్టోయిన టీమ్ ఇండియా చివరి వికెట్కు అవసరమైన పరుగులను జోడిస్తోంది. క్రీస్లో బుట్రూ, ఆకార్ మధ్య మంచి భాగస్వామ్యం నెలకొని ఉంది. ఏర్పర్దరూ చివరి వికెట్కు 47 పరుగులు జోడించారు. కంగారూ జట్టు ప్రధాన బౌలర్లు బుట్రూ, ఆకార్ లు వికెట్లను తీయలేకపోయారు. ఆ తర్వాత అష్ట్రేలియా కెప్పున హెట్ కమిన్స్ బంతిని ప్రావిన్ హెడ్కి అప్పిగించాడు. అతను తన రెండో ఓవర్ ఐదో బంతికి ఆకార్సు అపుట్ చేసి భారత్కు 260 పరుగులకు తగ్గించాడు. ఆకార్ 44 బంతుల్లో 31 పరుగులతో ఇస్మింగ్ ఆడాడు.



జిల్లాదినున్ క్రికెట్ కంప్లైంట్ బోర్డు (బీసీఎస్) కార్యదర్శి జయింధ్ పా, మహిశాల క్రికెట్ జట్టు కెప్పున్ హర్షన్ న్యూత్ కౌర్ కలిసి, వు క్రపారం, నవంబర్ 29న భారత మహిశాల క్రికెట్ జట్టుకు కొత్త వద్దే జెర్సీని అవిష్కరించారు. ఈ కార్యక్రమం మంత్రులోని బీసీఎస్ ప్రధాన కార్యాలయంలో జరిగింది. డిసెంబర్ 5 నుంచి అశ్విన్ లో జరగున్న మూడు వద్దే మూల్చల సిస్టమ్ మండలంలో జయింధ్ పా, జెర్సీని అవిష్కరించారు. భారత మహిశాల క్రికెట్ జట్టుకు కొత్త జెర్సీ, కొత్త లుక్ తెల్పిపెట్టిందని ప్రార్థించారు. ఈ కొత్త జెర్సీలో భారత మూడు రంగుల తివర్జ పతకం ఉండటం ప్రత్యేకత. డిసెంబర్ 22 నుంచి 27 వరకు వడోదరల్ జరగున్న జట్టులో తొలిసారిగా ఈ కొత్త జెర్సీని ధరించసుంది. జెర్సీని అవిష్కరణ నంద్రంగా మాట్లాడిన జట్టు కెప్పున్ హర్షన్ న్యూత్ కౌర్, ఈ జెర్సీని అవిష్కరించడం చాలా గ్రూంగా ఉంది. వెప్పిండిన్సో జరిగే మూల్చలో మేమే తొలిసారిగా దీన్ని ధరించడం చాలా అనందంగా ఉంది. ఈ జెర్సీ డైస్క్లేషన్ నాకు చాలా నచ్చింది.

ముఖ్యంగా భూజాలపై ఉన్న త్రివర్ష వాక రంగులు చాలా అందంగా ఉన్నాయి. ఇది చాలా ప్రత్యేకమైన వాడే జీర్ణి అని అన్నారు. మహిళా క్రికెట్ జబ్బు వైస్టిండ్ నేటో అడ్డెమ్యాచ్లలకు ముందు ఆట్లేవియాలో మాడు వచ్చే మ్యాచ్లలు అడవుంది. ఆ తర్వాత భారతదేశానికి తిరిగి వచ్చి వైస్టిండ్ నేటో మాడు చీ20లు, మాడు వచ్చే మ్యాచ్లలు అడవుంది. 2023 నుంచి అడ్డెమ్యాచ్ భారత క్రికెట్ జబ్బుకు కింకరించున్నాగా ఉంది.

అప్పటి నుంచి జట్టు తరచూ తమ జీర్ణిలను మార్చుకుంటూ వస్తించు. గత ఏడాది వుఫుల వచ్చే ప్రపంచ కవ్చుకు, ఈ ఏడాది చీ20 ప్రపంచ కవ్చుకు ప్రశ్నలు జీర్ణిలను తీసుకొచ్చారు. అంతేకుండా, బ్యాటు కలర్సు కాలర్స్ నో కూడానీన తెల్లిలో పోలో పర్సు వంటి భారత ప్రపంచ కవ్చుకు కింకరించున్నాయి. నవంబర్ 28న, వుఫుల జట్టులు ఆప్టోలీయ పాఠ్యమంట హోస్టుకు వెళ్లినపుడు ఈ తెల్లిలో పర్సు ధరించారు. అక్కడ వారిని ప్రధానమంత్రి అంథోని ఆల్ఫ్రోన్ అపోనించారు.

# నితిన్ సినిమా వెనక్కి వెళ్లండి

నితిన్ హీరోగా వెంకీ కుడముల దర్జకత్వంలో తెరకెక్కుతోన్న చిత్రం 'రాబిన్ హుడ్' మైత్రి మూవీ మేకర్స్ సంస్థ నిర్మిస్తోంది. ఈ చిత్రం డిసెంబర్ 25న ప్రైస్కోలు మందుకు రాపాల్చి ఉంది. అయితే ఈ చిత్రాన్ని వాయిదా వేస్తున్నట్టు నిర్మాణసంస్థ ప్రకటించింది. అనుకోని పరిస్థితుల వల్ల సినిమాను వాయిదా వేయాల్చి వచ్చిందంటూ మైత్రి మూవీన్ పోస్ట్ పెట్టింది. త్వరలోనే కొత్త విడుదల తేదీని ప్రకటిస్తామని తెలిపింది. నితిన్ - వెంకీ కుడములు కలయికలో రాసున్న రెండో చిత్రమిది. ల్రీలీల కథానాయిక. ప్రస్తుతం ఘాటింగ్ శరవేగంగా జరుగుతోంది. ఇటీవల చిత్రబృందం నిర్వహించిన ప్రేస్మీటల్సోనూ ఘాటింగ్ అవ్వేట పంచకుంది. ఘాటింగ్ దాదాపు పూర్తయిందని ఒక్క పాట మాత్రమే మిగిలి ఉండని చెప్పారు. అయితే పోస్ట్ ప్రొడక్షన్ వర్క్ కారణంగా సినిమా విడుదల ఆలస్యాన్నిసట్టు సమాచారం. నితిన్ కెరీలర్లో అత్యంత భారీ బడ్జెట్ మూవీగా ఈ సినిమా తెరకెక్కుతోంది. ఇటీవల విడుదలైన తీజర్, పాటలు మంచి ఆదరణను సొంతం చేసుకున్నాయి.



# క్రాగా మగ్నిస్ న గబ్బా టెస్టు

ଭାରତ୍-ଅପ୍ରେସିଲିଯା ମଧ୍ୟ  
ଜରୁଗୁଣତନ୍ତ୍ର ଗବ୍ବା ହେଲ୍ପୁ ଦ୍ରା  
ଅଳ୍ପାଂଦି. ଏହି ରୋଜୁ ପର୍ବତୀ  
କାରଣଙ୍ଗ ପେଟ୍ରା ଗା ଆଏ  
ଜରଗକପେହଦନତୋ ମ୍ୟାଚ୍ ଦ୍ରାଗା  
ମୁଖିସିଲିନ୍ଦି. ସିର୍ରିନ୍ 1-1ତୋ ନମୁଙ୍ଗା  
ମାରିଲିନ୍ଦି. ଇକ ନାଲୁଗୋ ପ୍ରେସି ମ୍ୟାଚ୍  
ଦିନେମର୍ 26 ନମୁନ୍ବି ମେଲବୋର୍ଦ୍ ଲୋ  
ଜରୁଗୁଣତନ୍ତ୍ରାଂଦି. ଭାରତ୍-ଅପ୍ରେସିଲିଯା  
ମଧ୍ୟ ଜରିଗିଲା ଗବ୍ବା ହେଲ୍ପୁ ଦ୍ରା  
ଅଳ୍ପାଂଦି. ଏହି ରୋଜୁ ପର୍ବତୀ  
କାରଣଙ୍ଗ ପେଟ୍ରା ଗା ଆଏ  
ଜରଗକପେହଦନତୋ ମ୍ୟାଚ୍ ଦ୍ରାଗା  
ମୁଖିସିଲିନ୍ଦି. ଅପ୍ରେସିଲିଯା ଭାରତୀରୁ  
27.5 ପରୁଗୁଲ ଲକ୍ଷ୍ୟାନ୍ତିରୁ  
ନିର୍ଦ୍ଦେଶିଲିବିନ୍ଦି. ପ୍ରତିଶ୍ରୁତିରୁ  
ଜାଣିଯା ବିଳାର ନଷ୍ଟପୋକୁଣ୍ଡା 8  
ପରୁଗୁଲା ଚେସିଲିନ୍ଦି. ଆ ତର୍ଫାତ  
କ୍ରିସ୍ତୀନ୍ତିନାଲୋ ଭାରି ପର୍ବତୀ  
ପ୍ରତିକୁଳ ଵାତାପରଣଂ କାରଣଙ୍ଗା



మ్యాచ్ ద్రా అయింది. ప్రస్తుతం టెస్ట్ నిరీక్ష 1-1తో  
సమంగా ఇరుజట్టు లిలిచాయి. తమపరి మ్యాచ్  
డిసెంబర్ 26 నుంచి మెలబోర్న్‌లో జరగనుంది.  
మొత్తం మ్యాచ్లో ఆప్స్‌లీయా జట్టు అధిపత్యం  
ప్రవర్తించినా వాలుగ్గే. చివరి రోజు మాత్రం

ఒండియు అర్థాత ఆటలీరును ప్రదర్శించివిడనడనలో పంచాన లేదు. అప్పేలియు టీమిండియాకు తేవలం పరుగుల లక్ష్యాన్ని నీర్దేశించింది. గత పర్యాటనలో వియాపై ఇదే ప్రైదానంలో 328 పరుగుల సౌధురును చినిచు టీమిండియా రికార్డు సృష్టించింది. ఇలాంటి మొదటి ఇన్నింగ్స్‌లో 152 పరగుల ఇన్నింగ్స్ ఆడాడు. దీనంతో ప్లేయర్లకు అఫ్ ది మ్యాట్‌గా ఎంపికయ్యాడు. పోద్ తర్వాత స్టీవ్ స్క్రోట్ తోలి ఇన్నింగ్స్‌లో 101 వరుగుల స్టీవ్‌గె ఆడాడు.



విడుదల పార్ట్ 2 లెంగ్రె  
రన్ టైంటో వెట్రిమారన్  
టీంకు మరీ చాలెంజ్?

కోలీవుడ్ దర్శకుడు వెట్టిమారన్ డైరెక్షన్లో విజయ్ సేతుపతి లీడ్ రోల్లో నటిస్టోన్న చిత్రం విడుదల పార్ట్ 2 ఈ మూవీ డిసెంబర్ 20న ప్రపంచవ్యాప్తంగా కన్నడ, తెలుగు, తమిళం, మలయాళం, హాండీ భాషల్లో గ్రాండ్ గా విడుదల కానుంది. ఈ నేపథ్యంలో ప్రమోషన్లో బిజీగా ఉంది టీఎం. కాగా తాజాగా ఆసక్తికర చర్చ ఒకటి నెట్టింట జరుగుతోంది. సీక్వెల్ రన్ టైం 2 గంటల 52 నిమిషాలు (172 నిమిషాలు). అయితే ఫస్ట్ పార్ట్ తో పోలిస్టే కేవలం ఈ రన్ టైం 2 నిమిషాలే ఎక్కువ. పార్ట్ 1 లో తెలుగు వెర్నన్ విషయానికొస్తే రిలీజ్ సమయంలో రన్ టైం టాక్ ఆఫ్ ది పాయింట్గా నిలిచింది. పార్ట్ 1 లో స్లో నరేషన్ ప్రైక్షకులను రెండు పార్టులుగా డివైడ్ చేసింది. బలమైన కథాంశం ఉన్నప్పటికీ తెలుగు ప్రైక్షకుల నుంచి మిత్రమ స్పందన రాబట్టుకుంది. ఇప్పుడిక ఇదే లైన్లో సీక్వెల్ కూడా వస్తుండటంతో మరి తెలుగు ప్రైక్షకులు ఎలా రిసీవ్ చేసుకుంటారనేది ఆసక్తికరంగా మారింది. స్టోర్ టెల్లింగ్స్తో ఇంప్రెస్ చేసే వెట్టిమారన్ టీఎం రన్ టైం మాత్రం మరోసారి ఛాలెంజ్ కానుండంటూ ట్రేడ్ పండితులు అభిప్రాయపడుతున్నారు. మరి కంటెంట్ బాగుంటే చాలు ప్రైక్షకులు వాటన్నింటిని వెనక్కినెట్టేస్తారని సీక్వెల్ నిరూపిస్తుందా..? లేదా అనేది సర్వత్రాణతుంర నెలకొంది.