

# తెలంగాణ సేన

TELANGANA SENA TELUGU DAILY

తెలుగు దినపత్రిక

విలేకరులు కావలెను

తెలంగాణ, ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రాలలో

తెలంగాణ సేన దినపత్రికలో పనిచేయుటకు

విలేకరులు కావలెను

జిల్లా రిపోర్టర్ లు, నియోజకవర్గ రిపోర్టర్ లు, మాహిడింగ్ ఎగ్జిక్యూటివ్ లు కావలెను.

9959236324

9951247932

PUBLISHED FROM : HYDERABAD సంపుటి : 10 సంచిక : 343 మంగళవారం 15 - 07 - 2025 ఎడిటర్ : బొమ్మరెడ్డియన వెంకన్న ముదిరాజ్ అసోసియేట్ ఎడిటర్ : కె రాజేంద్ర ప్రసాద్ పేజీలు : 08 వెల : 2 రూ/-

## నీరు తేవడమంటే

### గ్లాస్‌లో సోడా పోసినట్లు కాదు

- తిరుమలగిరిలో కొత్త రేషన్ కార్డుల పంపిణీ కార్యక్రమంలో ముఖ్యమంత్రి
- రేషన్ కార్డు పేదవాడి అక్షయారం, గుర్తింపు, అకలి తీర్చే అయిదమన్న రేషన్ రెడ్డి
- జిల్లా పరిషత్‌లో రేషన్ పావులు తెరవలేదని బెల్లె పావులు తెరిచారు
- పదేళ్లు అధికారంలో ఉన్న జిల్లా పరిషత్ సర్పంచి అలీచన రాజేంద్ర విమర్శలు
- పదేళ్లు అవకాశం ఇచ్చినా తుంగభద్రాకి నీళ్లు ఎందుకు తేలేదు
- జిల్లా పరిషత్ ప్రభుత్వ పదేళ్ల పాలనలో ఒక్కరికి కూడా రేషన్ కార్డు ఇవ్వ లేదని ముఖ్యమంత్రి రేషన్ రెడ్డి విమర్శ



మాడు అడుగులున్న స్థానిక నేత ఎగిరి పడుతున్నారని ఎద్దేవా చేశారు. పదేళ్లు అవకాశం ఇచ్చినా తుంగభద్రాకి నీళ్లు ఎందుకు తేలేదంటూ మాజీ మంత్రి జగదీష్ రెడ్డిని సీఎం సూటిగా ప్రశ్నించారు. తుంగభద్రాకి నీరు తేవడమంటే గ్లాస్‌లో సోడా పోసినట్లు కాదంటూ జిల్లా పరిషత్ నేతకు ఈ సందర్భంగా సీఎం పురకలంబించారు. జిల్లా పరిషత్ ప్రభుత్వ పదేళ్ల పాలనలో ఒక్కరికి కూడా - మిగతా 2 లో

## కవితపై మండలి చైర్మన్‌కు ఫిర్యాదు చేసిన తీవ్రస్థితి మల్లన్న



నిన్న క్యూ న్యూస్ కార్యాలయంపై దాడి కవిత అనుచరులు విధ్వంసం సృష్టించారని మండలి చైర్మన్‌కు ఫిర్యాదు తనకు రక్షణ కల్పించాలని చైర్మన్‌ను కోరినట్లు తీవ్రస్థితి మల్లన్న వెల్లడి

## దేశానికే ఆదర్శంగా తెలంగాణ అంగన్‌వాడీ కేంద్రాలు

- ▶ పలస కూలీల పిల్లల కోసం మొబైల్ అంగన్ వాడీ సెంటర్లు
- ▶ తెలంగాణ రాష్ట్ర మహిళా శిశు సంక్షేమ శాఖ ఆధ్వర్యంలో అంగన్ వాడీ సేవల బలోపేతం
- ▶ తెలంగాణ రైజింగ్ 2047 డాక్యుమెంట్ కు అనుగుణంగా అంగన్ వాడీ సేవలను మరింత మెరుగు పరుస్తాం
- ▶ రోజుకు 200 మిట్ల లీటర్ల పాలు, పోషకాలతో కూడిన పల్లి, తృణధాన్యాల పట్టీలు, వారానికి రెండు సార్లు ఎగ్ బిర్యానీ అందిస్తున్న ఏకైక రాష్ట్రం తెలంగాణ



సీఎం రేవంత్ రెడ్డి ఆలోచనల మేరకు తెలంగాణ అంగన్ వాడీ కేంద్రాలను దేశానికే ఆదర్శంగా తీర్చిదిద్దడానికి మంత్రి సీతక్క అన్నారు. పోషకాహార తెలంగాణ నిర్మాణమే లక్ష్యంగా ప్రజా ప్రభుత్వం మిషన్ మోడల్ లో పని చేస్తున్నదని తెలిపారు. తెలంగాణ రాష్ట్ర మహిళా శిశు సంక్షేమ శాఖ ఆధ్వర్యంలో అంగన్ వాడీ సేవల బలోపేతం, బిన్సూలలో పోషకాహార మెరుగుదల, మహిళా స్వయం సహాయక బృందాల భాగస్వామ్యం వంటి అంశాలపై రాష్ట్ర స్థాయి సమావేశం టేగంపేట టూరిజం ప్లాజాలో జరిగింది. ఈ సందర్భంగా మాట్లాడిన సీతక్క, తెలంగాణ రైజింగ్ 2047 డాక్యుమెంట్ కు అనుగుణంగా అంగన్ వాడీ సేవలను మరింత మెరుగు పరుస్తామని చెప్పారు. తెలంగాణ పోషకాహార ప్రణాళిక: త్వరలోనే తెలంగాణ - మిగతా 2 లో

## మాడు రాష్ట్రాలకు కొత్త గవర్నర్లు

- ▶ హరియాణా గవర్నర్‌గా ఆషిం కుమార్ ఘోష్
- ▶ లద్దాఖ్ లెఫ్టినెంట్ గవర్నర్‌గా కవీందర్ గుప్తా
- ▶ రెండు రాష్ట్రాలకు గవర్నర్ల నియామకం
- ▶ ఓ కేంద్ర పాలిత ప్రాంతానికి లెఫ్టినెంట్ గవర్నర్ నియామకం
- ▶ ఉత్తర్వులు జారీ చేసిన రాష్ట్రపతి ద్రౌపది ముర్ము



మాడు రాష్ట్రాలకు మాత్రం గవర్నర్లను నియమిస్తూ రాష్ట్రపతి ద్రౌపది ముర్ము ఉత్తర్వులు జారీ చేశారు. గోవా గవర్నర్‌గా డీడీపీ సీనియర్ నేత, కేంద్ర మాజీ మంత్రి ఆశోక్ గజపతిరాజును నియమించారు. హరియాణా గవర్నర్‌గా ఆషిం కుమార్ ఘోష్ నియమింపబడ్డారు. లద్దాఖ్ లెఫ్టినెంట్ గవర్నర్‌గా మిలా రాజీనామాను ఆమోదించిన రాష్ట్రపతి ఆయన స్థానంలో కవీందర్ గుప్తాను నియమించారు. ఈ మేరకు రాష్ట్రపతి భవన్ నుంచి ప్రకటన వెలువడింది. వారు భార్యతలు స్వీకరించిన తేదీల నుంచే ఈ నియామకాలు అమలులోకి వస్తాయని ప్రకటనలో పేర్కొంది. ఏడు ఎమ్మెల్యేగా, ఒకసారి ఎంపీగా తెలుగు రాష్ట్రాల్లోని సీనియర్ రాజకీయ నేతల్లో ఆశోక్ గజపతిరాజు ఒకరు. ఏడుసార్లు ఎమ్మెల్యేగా, ఒకసారి ఎంపీగా ఆయన విజయం సాధించారు. దివంగత ఎన్టీఆర్, చంద్రబాబు మంత్రివర్గాల్లో - మిగతా 2 లో

## భూమికి తీరుగువయనమైన యాక్సియం-4 వ్యోమగాములు



యాక్సియం-4 స్పేస్ డ్రాగన్ అనిడారింగ్ కంప్లీట్ భూమికి తీరుగువయనమైన శుక్లా బృందం మధ్యాహ్నం కాలిఫోర్నియా తీరంలో ల్యాండ్‌ింగ్! భారతదేశానికి చెందిన శుభాంశు శుక్లా ఫైల్డ్‌గా వ్యవహరిస్తున్నారు వ్యోమగామి పెగ్గి విట్నర్ , శుభాంశు శుక్లాతో పాటు స్టానోజ్ ఉజ్జ్వలస్, విస్మీషీ హంగేరికి చెందిన టిబోర్ కాపు ఈ మిషన్‌లో పాల్గొన్నారు

## కేరళ నర్సును రక్షించేందుకు అన్ని ప్రయత్నాలు చేస్తున్నాం



- ▶ "భారత ప్రభుత్వం కేరళ నర్సును రక్షించేందుకు ఎంత దూరం వెళ్లాలి అంత దూరం వెళ్లండి"
- ▶ కేరళ నర్సుకు ఉరిశిక్ష తప్పించేందుకు ప్రభుత్వం సాధ్యమైనంత వరకు అన్ని ప్రయత్నాలు చేసేంది
- ▶ సుప్రీంకోర్టుకు తెలిపిన కేంద్రం
- ▶ సుప్రీంకోర్టుకు తెలిపిన అటార్నీ జనరల్ ఆర్.వెంకట రమణ్
- ▶ న్యాయమూర్తి జస్టిస్ సందీప్ మెహతా స్పందిస్తూ, "ఇది చాలా అంశోచితకరం ఒకవేళ ఆమె (నిమిష) ప్రాణాలు కోల్పోతే, అది చాలా బాధాకరం" అని జస్టిస్ వ్యాఖ్యానించారు

యెమెన్‌లో ఉరిశిక్ష పడిన కేరళ నర్సును రక్షించేందుకు భారత ప్రభుత్వం 'సాధ్యమైనంత వరకు' అన్ని ప్రయత్నాలు చేస్తోందని కేంద్రం ప్రభుత్వం సోమవారం సుప్రీంకోర్టుకు తెలియజేసింది. ప్రభుత్వం తరఫున సుప్రీంకోర్టుకు హాజరైన అటార్నీ జనరల్ వెంకట రమణ్, "యెమెన్‌లోని పరిస్థితులను, చట్టాలను పరిగణనలోకి తీసుకుంటే, భారత ప్రభుత్వం పెద్దగా ఏమీ చేయలేదని సుప్రీంకోర్టు న్యాయమూర్తులు జస్టిస్? విక్రమ్?నాథ్?, జస్టిస్ సందీప్ మెహతాల ద్విపక్ష ప్రణాసనానికి ఆయన తెలియజేశారు. "భారత ప్రభుత్వం కేరళ నర్సును రక్షించేందుకు ఎంత దూరం వెళ్లాలి అంత దూరం వెళ్లండి" అని ఆయన సరస్వినేత న్యాయస్థానానికి తెలియజేశారు. "భారత్ - యెమెన్‌ల మధ్య దౌత్య సంబంధాలు లేవు. అందుకే ఉరిశిక్షను వాయిదా వేయడం లేదా నిలిపివేయడం సాధ్యమేనా అని ఆశ్చర్య ప్రాసానికూర్చుకుంటుంటే ఓ లోప రాశాం. అంతేకాదు అక్కడ చాలా ప్రభావవంతమైన షేక్‌అప్‌నూ సంబంధించులు చేసింది. ఈ విధంగా మన దేశ పౌరులని రక్షించేందుకు - మిగతా 2 లో

## విమానంలో ఎలాంటి యాంత్రిక, నిర్వహణ సమస్యలు లేవు : ఎయిర్ ఇండియా

- ఇంధన నాణ్యతలో ఎటువంటి సమస్య లేదని టేకాఫ్ రోల్‌లో ఎటువంటి అసాధారణత లేదని వెల్లడి
- ప్రాథమిక నివేదికలో ఇంజన్ లేదా ఎయిర్ క్రాఫ్ట్‌లో ఎలాంటి యాంత్రిక, నిర్వహణ సమస్యలు లేవ
- పైలట్లు వారి తప్పనిసరి ప్రీ-ఫైల్డ్ బ్రీఫ్ అనల్జర్‌లో ఉత్తర్వులయ్యారు
- ఎయిర్ క్రాఫ్ట్ యాక్సిడెంట్ ఇన్వెస్టిగేషన్ బ్యూరో 15 పేజీల ప్రాథమిక నివేదికను విడుదల
- సవాళ్ల సమయంలోనూ వారు సరిగానే వ్యవహరించారని, ఊహాగానాలతో వారిపై నిందలు వేయొద్దని అభిప్రాయపడింది



## బిల్లీలో తెలుగు రాష్ట్రాల సీఎంల భేటీ!

- జల వివాదాలపై చర్చ
- ఈనెల 16న రెండు తెలుగు రాష్ట్రాల సీఎంలతో భేటీకానున్న కేంద్రజలశక్తి శాఖ మంత్రి
- జల అంశాలపై చర్చించేందుకు కేంద్ర జలశక్తి మంత్రిత్వశాఖ ఆహ్వానం
- రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబునాయుడు బిల్లీలో పర్యటించనున్నారు
- తెలంగాణ సీఎం రేవంత్ రెడ్డి 16, 17 తేదీల్లో బిల్లీ వెళ్లనున్నట్లు సమాచారం
- ఇరు రాష్ట్రాల సీఎంల వారల అంశాలపై చర్చ జరిగే వీలుంది
- పోలవరం-బనచర్ల అంశాలతోపాటు కృష్ణా గోదావరి బోర్డు గురించి కూడా చర్చకు వచ్చే వీలు



తెలుగు రాష్ట్రాల్లోని జల అంశాలపై చర్చించేందుకు కేంద్ర జలశక్తి మంత్రిత్వశాఖ ఆహ్వానం వచ్చింది. ఎల్లండి మధ్యాహ్నం రెండుసార్ల గంటలకు బిల్లీలోని ప్రాంతీక ప్రభుత్వ వేదికగా నిర్వహించనున్న సమావేశానికి పాల్గొందుకు వీలవుతుందా? లేదా? అనేది తెలియజేయాలని కేంద్ర జలశక్తి మంత్రిత్వశాఖ ఇద్దరు ముఖ్యమంత్రులను కోరింది. రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబునాయుడు మంగళవారం, బుధవారం బిల్లీలో పర్యటించనున్నారు. తెలంగాణ సీఎం రేవంత్ రెడ్డి 16, 17 తేదీల్లో బిల్లీ వెళ్లనున్నట్లు సమాచారం. ఇద్దరు - మిగతా 2 లో

## శ్రీశైలం జలాశయానికి ఒక్కసారిగా తగ్గిన వరద

- ▶ నీటిమట్టం 883 అడుగులు
- ▶ జూరాల, సుంకేశుల ప్రాజెక్టుల నుంచి శ్రీశైలానికి 1,21,873 క్యూసెక్కులు
- ▶ శ్రీశైలం ప్రాజెక్టు ఔట్‌ఫ్లో 1,15,611 క్యూసెక్కులు
- ▶ ఒక స్పిల్‌వే గేటు ఎత్తి 27,249 క్యూసెక్కులు నాగార్జునసాగర్‌కు విడుదల



శ్రీశైలం జలాశయానికి వరద ప్రవాహం ఒక్కసారిగా తగ్గిపోయింది. జూరాల, సుంకేశుల ప్రాజెక్టుల నుంచి వరద తగ్గుముఖం పట్టడంతో శ్రీశైలంకు ఔట్‌ఫ్లో తగ్గుతున్నట్లు అధికారులు తెలిపారు. ప్రస్తుతం జూరాల, సుంకేశుల ప్రాజెక్టుల నుంచి 68,856 క్యూసెక్కులు శ్రీశైలం జలాశయానికి చేరుతున్నాయి. శ్రీశైలం ఔట్‌ఫ్లో లక్ష 15వేల662 క్యూసెక్కులుగా అధికారులు వెల్లడించారు. పోతిరెడ్డిపాడు నుంచి 20వేల - మిగతా 2 లో

## గోవా గవర్నర్‌గా అశోక్ గజపతిరాజు



ఏడుసార్లు ఎమ్మెల్యేగా, ఒకసారి ఎంపీగా ఆయన విజయం సాధించారు గోవా గవర్నర్‌గా డీడీపీ సీనియర్ నేత, కేంద్ర మాజీ మంత్రి అశోక్ గజపతిరాజును మంత్రివర్గాల్లో అశోక్ గజపతిరాజు పలు కీలక శాఖల బాధ్యతలు నిర్వహించారు





# భారతీయ సంస్కృతి సంప్రదాయాలు పాటించడం మనందరి బాధ్యత కన్నుల పండుగగా హౌసింగ్ బోర్డ్ కాలనీ వారి ఆషాఢమాస వన బోజనాలు



తెలంగాణ సేన/14 జూలై /మహాబాబాద్ అధ్యక్ష : హౌసింగ్ బోర్డ్ కాలనీ రిజిస్టర్ సొసైటీ సభ్యులందరూ ఆదివారం నాడు ఆషాఢ మాస వన బోజన కార్యక్రమం బంగారు గూడెం లో ఉన్నటువంటి చందా రవిశిర్కే మామిడి తోటలో జరుపుకోవడం జరిగింది

మమన సంకీర్ణం ఆషాఢంగా ఉత్సవంగా కాలనీ సభ్యులందరూ జరుపుకోవడం జరిగింది పూర్వకాలం నుండి ఈ ఆషాఢ మాసం లో వనబోజనాల కార్యక్రమము జరుగుతుంది హౌసింగ్ బోర్డ్ కాలనీలో ఉన్నటువంటి కుటుంబాలన్నీ సాంప్రదాయబద్ధంగా అన్నీ వండగలను జరుపుకున్నట్లే ఇలాంటి కార్యక్రమాలు జరుపుకుంటున్నారు. ఇట్టి విషయాన్ని హౌసింగ్ బోర్డ్ కాలనీ ప్రెసిడెంట్ కట్ట వెంకన్న తెలిపినారు.

## మహబూబాబాద్ జిల్లా కేంద్రంలో ని సిండికేట్ గా మారినా వ్యవసాయ మార్కెట్

మహబూబాబాద్ టౌన్ తెలంగాణ సేన జూలై 14 : మహబూబాబాద్ జిల్లా కేంద్రంలో ని వ్యవసాయ మార్కెట్ లో సోమవారం రోజున వ్యాపారస్తులు అందరూ సిండికేట్ గా మారినా సంఘటనా కాని,విస్తరణ మాదిగ జేపీసీ నాయకులు ములకల నరేష్ ఆరోపించారు వ్యాపారస్తులందరూ సిండికేట్ గా మారి రైతులకు అన్యాయం చేస్తున్నారని కాలనీ వారి వ్యాపారస్తులు సోమవారం రోజున మార్కెట్ కు రాకుండా ఉండి రైతులతో విజినా చేస్తున్నారని గంతులే కోత మంది వ్యాపారస్తులు ప్రభుత్వాలకు దబ్బలు ఎగలోబ్బు మళ్ళీ వాళ్ళే వారి కుటుంబ సభ్యులు పేర్లు మీద మళ్ళీ తిరిగి వ్యాపారం చేస్తున్నారని ఆలాంటి వాళ్ళను ఖాళీ లిస్టులో పెట్టి రైతులకు న్యాయం చేయాలని డిమాండ్ చేశారు లేని పక్షంలో రైతులతో పెద్ద ఎత్తున ధర్నాలు నిర్వహిస్తామని మూలకలారు.



## మంత్రి ప్రత్యేక చొరవతో తీరనున్న గంగారం మండల రైతుల యూరియా కష్టాలు

గంగారం మండలం కాంగ్రెస్ పార్టీ మండల అధ్యక్షులు జాడి వెంకటేశ్వర్లు

కొత్తగూడ తెలంగాణ సేన : రైతులు ఆందోళన చెందాల్సిన అవసరం లేదు. మండలాల్లో యూరియా కొరత ఉండదు. మర్రిగూడెం కేంద్రంలో యూరియా సొసైటీ కేంద్రం తెలంగాణ రాష్ట్ర పంచాయతీరాజ్ లిగ్రామీణ అభివృద్ధి & స్త్రీ, శిశు సంక్షేమ శాఖ మంత్రివర్గాలు డాక్టర్ ధనసరి అనసూయ సీతక్క కి గంగారం, కొత్తగూడ మండలాల అంబే రెండు కళ్ళ లాంటివి ఇక్కడి ఇక్కడ రైతులు పూర్తిగా మొక్కజొన్న పై ఆధారపడి వ్యవసాయం చేస్తారని ఈ ప్రాంత రైతులు రైతుల కష్టాలు తెలిసిన అక్క కాబట్టి రైతుల కష్టాలను శాశ్వతంగా పరిష్కరించాలని దృఢ సంకల్పంతో రైతులు సుదూర ప్రాంతాలకు వెళ్లి యూరియా తీసుకోవాల్సిన అవసరం లేకుండా మర్రిగూడెం గ్రామపంచాయతీ కేంద్రంలో యూరియా సొసైటీ కేంద్రాన్ని ఏర్పాటు చేయాలని అధికారులకు ఆదేశాలు జారీ చేయడం జరిగింది అని తెలిపారు.

## కేసరి హనుమాన్ దేవాలయంలో గురు పూజోత్సవం

తెలంగాణ సేన : సిద్దిపేట జిల్లా గజ్వేల్ నల్లూరు గర్ల కేసరి హనుమాన్ దేవాలయంలో ఆలయ కమిటీ అధ్యక్షులతో పునరా గురు పూజోత్సవం నిర్వహించారు హనుమాన్ దీక్ష పీఠాధిపతులు శ్రీ దుర్గాప్రసాద్ స్వామీజీ అధ్యక్షులతో ఆలయంలో ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించి గణపతి పూజ, ఆలయంలో అభిషేకాలు, హనుమం నిర్వహించి, భక్తులకు మంగళ శాసనాలు అందజేశారు ఈ సందర్భంగా దుర్గాప్రసాద్ స్వామీజీ పాదపూజ నిర్వహించిన భక్తులు అనంతరం దుర్గాప్రసాద్ స్వామీజీ మాట్లాడుతూ, దైవ నామస్మరణ తోనే మానవ జీవితానికి ముక్తి కలుగుతుందని ప్రతి ఒక్కరూ దైవభక్తి కలిగి ఉండాలని, గ్రామాల్లో పట్టణాల్లో ప్రతి ఒక్కరూ హనుమాన్ చాలీసా పారాయణం చేయాలని, సనాతన ధర్మాన్ని కాపాడాల్సిన బాధ్యత హిందువులపై ఉందని సనాతన ధర్మం శ్రీరామరక్ష అని అన్నారు, ఆలయ కమిటీ అధ్యక్షులతో భక్తులకు తీర్చిదిద్దడానికి పాటు మహా అన్నప్రసాదం అందజేశారు

## మంత్రి ప్రత్యేక చొరవతో తీరనున్న గంగారం మండల రైతుల యూరియా కష్టాలు

గంగారం మండలం కాంగ్రెస్ పార్టీ మండల అధ్యక్షులు జాడి వెంకటేశ్వర్లు

కొత్తగూడ తెలంగాణ సేన : రైతులు ఆందోళన చెందాల్సిన అవసరం లేదు. మండలాల్లో యూరియా కొరత ఉండదు. మర్రిగూడెం కేంద్రంలో యూరియా సొసైటీ కేంద్రం తెలంగాణ రాష్ట్ర పంచాయతీరాజ్ లిగ్రామీణ అభివృద్ధి & స్త్రీ, శిశు సంక్షేమ శాఖ మంత్రివర్గాలు డాక్టర్ ధనసరి అనసూయ సీతక్క కి గంగారం, కొత్తగూడ మండలాల అంబే రెండు కళ్ళ లాంటివి ఇక్కడి ఇక్కడ రైతులు పూర్తిగా మొక్కజొన్న పై ఆధారపడి వ్యవసాయం చేస్తారని ఈ ప్రాంత రైతులు రైతుల కష్టాలు తెలిసిన అక్క కాబట్టి రైతుల కష్టాలను శాశ్వతంగా పరిష్కరించాలని దృఢ సంకల్పంతో రైతులు సుదూర ప్రాంతాలకు వెళ్లి యూరియా తీసుకోవాల్సిన అవసరం లేకుండా మర్రిగూడెం గ్రామపంచాయతీ కేంద్రంలో యూరియా సొసైటీ కేంద్రాన్ని ఏర్పాటు చేయాలని అధికారులకు ఆదేశాలు జారీ చేయడం జరిగింది అని తెలిపారు.

## ఇదీ పేదల సంక్షేమం పట్ల మన వజ్ర సంకల్పం

తెలంగాణ సేన న్యూస్/సోషాజిగూడ డివిజన్ పరిధి అంబేద్కర్ నగర్ కాలనీ లో %MIM% సీనియర్ నాయకుడు ఎన్ నగేష్ అధ్యక్షులతో కొత్త రేషన్ కార్డుల కోసం ఆహార భద్రత ఒక్కొక్కరికి ఆరు కేజీల ఉచిత సన్నబియ్యం రేషన్ కార్డు వెంటకేషన్ నిర్వహిస్తున్న అధికారుల నగర్ మరియు అల్లిదారి కామాక్షి కొత్త రేషన్ కార్డుల కోసం పేదవాడి పదేళ్ల ఎదురు చూపులు. నేడుఫలింపలోతున్నాయి.

## జన్మదిన శుభాకాంక్షలు తెలిపిన జడ్పర్ల ఎమ్మెల్యే అనిరుద్ రెడ్డి

తెలంగాణ సేన జడ్పర్ల జూలై 14 : పార్లమెంట్ సభ్యుడు మల్ల రవి గారికి మధ్యపూర్వంగా శుభాకాంక్షలు తెలిపిన జడ్పర్ల శాసనసభ్యులు శ్రీ జానపల్లి అనిరుద్ రెడ్డి నాగర్ కర్నూల్ పార్లమెంటు సభ్యులు రా మల్ల రవిగారి వారి నివాసంలో మధ్యపూర్వక కలిసి జన్మదిన శుభాకాంక్షలు తెలిపినకారు ఈ కార్యక్రమంలో నియోజకవర్గ కాంగ్రెస్ నాయకులు పాల్గొన్నారు

# అత్యవసర సేవల వేగవంతానికి కొత్త పుంతలు

: డయల్ 100 వాహనాలకు అత్యాధునిక జపియస్ అమరిక

నిర్మల్ :జూలై 14:తెలంగాణ సేన న్యూస్ : అత్యవసర పరిస్థితుల్లో పౌరులకు వేగవంతమైన, పారదర్శకమైన సేవలు అందించడంలో నిర్మల్ జిల్లా పోలీసులు మరో అడుగు ముందుకేరారు. జిల్లా ఎస్పీ డా. జి. జానకి వ్యూల ఐపీఎస్ ఆదేశాల మేరకు జిల్లాలో ప్రజల రక్షణకు నిరంతరం అందుబాటులో ఉండే మొత్తం 100 డయల్ 100 పోలీస్ వాహనాలకు అత్యాధునిక గ్లోబల్ పొజిషనింగ్ సిస్టమ్ పరికరాలను అమర్చారు. ఈ సూత్రం సాంకేతిక వ్యవస్థ డయల్ 100 సేవలను గణనీయంగా మెరుగుపరచడమే కాకుండా, పోలీస్ స్టేషన్ల నుండి సమయాన్ని మరింత సమర్థవంతంగా మార్చుంది.

సాంకేతికతతో మెరుగైన పోలీసింగ్ ఈ అధునిక %౧౫% వ్యవస్థ అమరికతో, అత్యవసర కాలే వచ్చినప్పుడు, కాలే సెంటర్ ఆపరేషన్ల ఫుటనా స్థలానికి అత్యంత సమీపంలో ఉన్న పోలీస్ వాహనాన్ని తక్షణమే గుర్తించి, దానికి మార్గనిర్దేశం చేయగలుగుతారు. పోలీస్ వాహనాల కదలికలు, అవి



ఉన్న ప్రదేశం, వాటి ప్రస్తుత స్థితి వంటి సమగ్ర సమాచారం జిల్లా పోలీస్ కంట్రోల్ రూమ్ కు నిజ సమయంలో (రియల్ టైమ్) అందుబాటులో ఉంటుంది. దీనివల్ల అవసర కార్యక్రమం లేకుండా, సరైన వాహనాన్ని సరైన సమయంలో సంఘటన స్థలానికి పంపించి సాధ్యమవుతుంది. ఈ సాంకేతిక పురోగతి పోలీస్ 'రిస్పాన్స్ టైమ్'ను అంతే అత్యవసర పరిస్థితులకు స్పందించే సమయాన్ని గణనీయంగా తగ్గిస్తుంది. ఇది బాధితులకు తక్షణ సహాయం అందించడానికి,

సేవలను నియంత్రించడానికి మరియు శాంతిభద్రతలను కాపాడటానికి కీలకం. వేగవంతమైన స్పందన వల్ల ప్రాణనష్టాన్ని తగ్గించవచ్చు, అన్ని సమస్యలను సులభంగా పరిష్కరించవచ్చు, మరియు నేరస్తులను త్వరగా పట్టుకోవచ్చు.

పారదర్శకత, జవాబుదారీతనం పెంపు ఈ చర్య పోలీస్ వ్యవస్థలో పారదర్శకతను, జవాబు దారీతనాన్ని మరింత పెంచుతుందని జిల్లా పోలీస్ అధికారులు పేర్కొన్నారు. ప్రతి డయల్ 100 వాహనం యొక్క కదలికలను పర్యవేక్షించడం ద్వారా, సేవలను మరింత సమర్థవంతంగా, జవాబుదారీగా అందించడానికి వీలవుతుంది. పౌరుల భద్రతకు అత్యధిక ప్రాధాన్యతనిస్తూ, పోలీస్ సేవలను మరింత ప్రజలకు చేరువ చేయడానికి మరియు వాటి నాణ్యతను పెంచడానికి ఈ %౧౫% అమరిక ఒక కీలకమైన చర్యగా అభివర్ణించారు. భవిష్యత్తులో పోలీసింగ్లో అధునిక సాంకేతికతను మరింతగా అనుసంధానించడానికి ఇది మార్గం సుగమం చేస్తుంది. తద్వారా నిర్మల్ జిల్లాలో శాంతిభద్రతలను పటిష్టం చేయడంలో ఇది ఒక సూత్రం అధ్యాయాన్ని ప్రారంభిస్తుందని జిల్లా అధికారులు స్పష్టం చేశారు.

# ప్రజావాణి ఫిర్యాదులపై వెంటనే చర్యలు చేపట్టండి

జిల్లా కలెక్టర్ అభిలాష అభినవ్

నిర్మల్ :జూలై 14:తెలంగాణ సేన న్యూస్ : ప్రజావాణి ద్వారా వచ్చిన ప్రతి ఫిర్యాదును తుదితరగతిన పరిష్కరించాలని కలెక్టర్ అభిలాష అభినవ్ అధికారులను ఆదేశించారు. సోమవారం కలెక్టరేట్ సమావేశ మందిరంలో నిర్వహించిన ప్రజావాణి కార్యక్రమంలో కలెక్టర్ స్వయంగా పాల్గొని, ప్రజల సుంపి వినతులు స్వీకరించారు. ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ, మండలాల వారీగా పెండింగ్లో ఉన్న ఫిర్యాదులను వెంటనే పరిష్కరించాలన్నారు. సరిబంధిత శాఖల మధ్య సమన్వయం ద్వారా ప్రజల సమస్యలు పరిష్కరించేలా చర్యలు తీసుకోవాలని సూచించారు. భూభారతి చట్ట అమలును తహసీల్దార్లు నిరంతరం పర్యవేక్షించాలని, దరఖాస్తులు తుదితరగతిన పరిష్కరించాలన్నారు. వనమహాకాంక్షలలో భాగంగా మొక్కలు నాటి ప్రక్రియను ఈ నెలకొనలోగా పూర్తి చేయాలన్నారు. ఇందిరమ్మ ఇండ్ల మార్కెట్ ప్రక్రియ ఇప్పటికే 55 శాతం పూర్తయింది తెలిపారు. మిగిలిన భాగాన్ని తక్షణమే పూర్తి చేసి, నిర్మాణ పనులు ప్రారంభించాలన్నారు. సీజనల్ వాగుల నియంత్రణ కోసం ప్రభుత్వం రూపొందించిన ప్రణాళికలను అమలు చేయాలని ఆదేశించారు. జిల్లాలో రెండో దశ జ్వర సర్వే 34 శాతం పూర్తయి పేర్కొన్నారు. అన్ని ప్రభుత్వ ఆసుపత్రుల్లో



అవసరమైన మందులు, వరీక్ష కిట్లు సిద్ధంగా ఉంచాలని సూచించారు. ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో అదనపు మరుగుదొడ్ల నిర్మాణానికి అనుమతులు మంజూరు చేయడం జరిగిందని, ఎంపీడిపీలు వెంటనే పనులు ప్రారంభించాలని సూచించారు. మండలాల ప్రత్యేకాధికారులు తమ పరిధిలోని అన్ని శాఖల పనులను పర్యవేక్షించాలని కలెక్టర్ సూచించారు. రాష్ట్రంలోనే మొట్టమొదటగా నిర్మల్ జిల్లా సంరక్షణ గృహాల్లో ఉండే అనార వీలలకు ప్రత్యేక ఆరోగ్యశి కార్యాలయం అందించామని, వీటి ద్వారా వారికి రూ.10 లక్షల వరకు ఉచిత కార్పొరేట్ వైద్యం అందనున్నట్లు కలెక్టర్ వెల్లడించారు. హైదరాబాద్ లో నిర్వహించిన కార్యక్రమంలో ప్రసంగం పొందిన జిల్లా మహిళా సంఘాలను కలెక్టర్ అభినవించారు. జిల్లా



ఉద్యానవన శాఖ అధ్యక్షులతో సారంగాపూర్ మండలం కాండ్రా.జి గ్రామానికి చెందిన రైతు సందుపల్లి రాజేశ్వర్ కు, మల్లర్ అకుల సాగుకు షేర్ నిర్మాణానికి సిల్వీ సమగ్ర-2 పథకం కింద రూ.4.50 లక్షల వ్యయంతో, తొలి విడతగా రూ.93,775 సబ్సిడీ చెక్కును కలెక్టర్ చేతుల మీదుగా అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ, రైతులు వివాదాన్ని ఆలోచించి కొత్త పంటల సాగు చేసి, అధిక లాభాలు సాధించాలని సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో అదనపు కలెక్టర్ పైజాన్ అహ్మద్, కిషోర్ కుమార్, అశ్రీష్ రత్నకృష్ణాణి, వివిధ శాఖల అధికారులు, సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

# దిలీప్ ని కాంగ్రెస్ పార్టీలో చేర్చుకోలేదన్న ఆక్యసుతోనే విమర్శలు

- దిలీప్ ఒక బ్లాక్లయర్, అక్రమ దండాలకు కేరాఫ్ అడ్డన్ - కౌశిక్ రెడ్డి బజెపి నాయకులతో టచ్ లో ఉన్నది నిజం కాదా? - కాంగ్రెస్ పార్టీ యువజన నాయకుడు సందమల్ల నరేష్



మహబూబాద్ ప్రెస్ క్లబ్ లో ఏర్పాటు చేసిన విలేకరుల సమావేశంలో అయిన మాట్లాడుతూ మొలగు దిలీప్ ఒక బ్లాక్లయర్ అని అక్రమ దండాలకు కేరాఫ్ అడ్డన్ గా, చెల్లెల్ కౌన్సిలర్ పదవిని అడ్డం పెట్టుకొని అక్రమ దండాల చేసే దిలీప్ కు ప్రజల బాటని విమర్శనలే వైతికస్థాయి లేదని, స్థానిక ఎమ్మెల్యే కౌశిక్ రెడ్డి మహబూబాద్ ప్రజలను భద్రక్ మొయిల్ చేసి, సెంటిమెంట్ తో గెలిస్తే, బ్లాక్లయర్ నాయకుడికి బ్లాక్లయర్ శిష్యులే ఉంటారని

మరోసారి రుజువు చేశారు, ఇదే దిలీప్ పార్లమెంటు ఎన్నికల సమయంలో కాంగ్రెస్ పార్టీలో చేరడానికి సిద్ధమైతే ఇతని ప్రవర్తన వలన తిరస్కరించారని, బజెపి కు అంగడి టెండర్ రూపంలో 30 లక్షల 3వేల రూపాయల ప్రభుత్వ సొమ్మును కాజేస్తే ఓ.ఎన్ వెంకట 59/2017 కింద దిలీప్ పై కేసు నమోదు చేసినది నిజం కాదా అని ప్రశ్నించారు? ప్రజల ఎవరిని చూసి రాజకీయం నేర్చుకోవాల్సిన అవసరం లేదని, రాజకీయంలో పుట్టిందే వారి ఇంట్లో అని అది మర్చిపోకూడదని అన్నారు. పాడి కౌశిక్ రెడ్డి అనుచరులు చిల్లర మాటలు, అసత్య ఆరోపణలు, అనుచిత వ్యాఖ్యలు చేస్తే బట్టలు ఊడదీసి కొడతామని హెచ్చరించారు. ఈ విలేకరుల సమావేశంలో మాట్లాడి కమిటీ రైల్వేలో దుబాసి బాలు, సీనియర్ నాయకులు సందమల్ల బాలు, అశ్విని రవీందర్ గౌడ్, బండం నవీష్, ముక్క రవీష్, కె.ఆర్. బిక్షపతి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

## ప్రధానోపాధ్యాయులు మల్లిక్ అధ్యక్షులలో, విద్యార్థులకు సూల్ బ్యాగులు, నోట్ బుక్స్, కంపాక్స్ బాక్సులు పంపిణీ

ఫ్యూజన్ ఫైనాన్స్ లిమిటెడ్ పరకాల బ్రాంచ్ వారి సౌజన్యంతో



తెలంగాణ సేన హబూబాద్ ప్రతినిధి జూలై 14 : ఈరోజు కమలాపురం మండల కేంద్రంలోని హరిజనవాద ప్రాథమిక పాఠశాల లో ప్రధానోపాధ్యాయులు మల్లిక్ గారి అధ్యక్షులలో, ఫ్యూజన్ ఫైనాన్స్ లిమిటెడ్ పరకాల బ్రాంచ్ వారి సౌజన్యంతో పంపించి విద్యార్థులకు సూల్ బ్యాగులు, నోట్ బుక్స్, కంపాక్స్ బాక్సులు కమలాపురం మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్ తొలుం రూపిన్ రాజ్ రవీందర్ చేతుల మీదుగా పంపిణీ చేయడమైంది. ఈ సందర్భంగా రూపిన్ రాజ్ మాట్లాడుతూ ఫ్యూజన్ ఫైనాన్స్ వారు వ్యాపార ధోరణి కాకుండా ఇలాంటి సామాజిక సేవా కార్యక్రమాలలో పాల్గొనడం ప్రభుత్వ పాఠశాల లోనే పేద పిల్లలకు కావలసిన మెటీరియల్ పంపిణీ చేయడం వారి సేవ దృక్పథానికి నిదర్శనమని కొనియాడడమైంది. ఇట్టి కార్యక్రమంలో స్థానిక సిఐ హరికృష్ణ, మాజీ ఎంపీపీ మల్ల రమేష్, పర్యవేక్షక నిపుణులు, గూడెం మొగిలయ్య, జడ్పీ:హెచ్ఎస్ హైదర్ శివకుమార్, ఫైనాన్స్ డివిజన్ మేనేజర్ వినయ్ కుమార్, ఫ్యూజన్ ఫైనాన్స్ సిబ్బంది పాఠశాల ఉపాధ్యాయులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

## విద్యార్థులకు స్టీల్ పల్లెముల పంపిణీ



తెలంగాణ సేన హబూబాద్ ప్రతినిధి జూలై 14 : సోమవారం రోజున గంగిశెట్టి మధురమ్మ మెమోరియల్ ప్రైవేట్ పబ్లిక్ కేంద్రంలోని ప్రభుత్వ ప్రాథమిక పాఠశాలలో చదువుచున్న 54 మంది విద్యార్థులకు మధ్యపూర్వ భోజనం చేయటకు స్టీల్ పల్లెములను ప్రైవేట్ నిర్మాణాలు గంగిశెట్టి జగదీశ్వర్ రిటైర్ డీవర్) మండల విద్యాధికారి శ్రీనివాస్ గారి చేతులమీదుగా పంపిణీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా మండల విద్యాధికారి మాట్లాడుతూ ప్రైవేట్ వారు ప్రతి సంవత్సరము ప్రభుత్వ పాఠశాలలో చదివే విద్యార్థులకు విద్యాపూర్వ భోజనం చేయటకు స్టీల్ పల్లెములు, విద్యార్థులకు టాకెట్ల టోన్లును నిర్వహించి బహుముఖాలు అందించడం, పదవ తరగతిలో మంచి ప్రభుత్వ కనబరిచిన విద్యార్థులకు మెట్రిక్ అలాఫ్ ను ఇవ్వడం చాలా అభినందనీయమని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో కాంపెక్స్ ప్రధానోపాధ్యాయులు తోటరాజి, పాఠశాల ప్రధాన ఉపాధ్యాయులు ఎన్ మేఘన, ఉపాధ్యాయురాలు మంజుల, సిఐబి అమరేందర్, ప్రజా సంఘాల నాయకులు వేల్పుల ప్రభాకర్, మాజీ వర్గ కౌన్సిలర్ తాళ్లపల్లి శ్రీనివాస్, మార్కా రవీందర్, బొంగోని రాజమోహి, దానం బలయ్య తదితరులు పాల్గొన్నారు.

## కె.ఎల్.వి కాలువ నీళ్ళు ఇచ్చి పంటలను కాపాడండి

ప్రజావాణిలో ఫిర్యాదు చేసిన రైతులు

తెలంగాణ సేన విడ్లిల్ జూలై 14 : విడ్లిల్ మండలంలోని పలు గ్రామాల్లో తీవ్ర వర్షాభావం పరిస్థితులు వల్ల పంటలు ఎండిపోతున్నాయని వర్షాలు వరక రైతులు పరస్పరి అగ్గ మార్గచారంగా ఉన్నదని అప్పు సన్నులు చేసి పెట్టుబడులు పెట్టిన రైతులు తీవ్ర మనోవేదనతో ఉన్నారు అని సోమవారం ప్రజావాణిలో స్థానిక తహసీల్దార్ రాజు గారికి మండల రైతులు వినతి పత్రం అందజేశారు స్థానిక ఎమ్మెల్యే గారు కొరవ తీసుకొని కే ఎల్ ఐ కల్యా ద్వారా సాగులో నుంచి పంటలను కాపాడాలని కోరారు ఈ కార్యక్రమంలో మాజీ ఎంపీపీ సుధర్షన్ మాజీ జడ్పీటీసీ శరణ్ బాలు మాజీ రైతు సమన్వయ సమితి మండల అధ్యక్షులు శ్రీనివాస్ గౌడ్ అగన్ గౌడ్ మండల నాయకుడు వెంకటయ్య సుకుమార్ నరసింహా నాగయ్య మోహన్ కోట్ల శేఖర్ శ్రీశైలం జంగయ్య రవి సురేష్ కుమార్ పాల్గొన్నారు



బరువు తగ్గడానికి అల్పాహారంగా పోహా లేదా

ఉప్పా తినాలా? ఏది బెస్ట్ అల్పాహారం అంటే..



ఉపయోగకరంగా పరిగణించబడుతుంది ఎందుకంటే దీని పదార్థాలు జీవక్రియ ప్రక్రియను వేగవంతం చేస్తాయి. ఇది శరీర కొవ్వును పెంచదు. వాయువులు, అజీర్ణం వంటి కడుపు నొబ్బులకు సమస్యలను సులభంగా ఉపశమనం కలిగిస్తుంది. అలాగే పోహాలో ఉన్న కొన్ని ముఖ్యమైన పోషకాలు రోగనిరోధక శక్తిని బలోపేతం చేయడంలో సహాయపడతాయి. తద్వారా శరీరం వ్యాధులను నిరోధించగలదు. అందువల్ల పోహా బరువు తగ్గడంలో పాటు ఆరోగ్యానికి గొప్ప, సహజమైన ఎంపిక.

బరువు తగ్గడానికి ఉప్పా తినడం వల్ల కలిగే ప్రయోజనాలు

బరువు తగ్గాలనుకునే వారికి ఉప్పా కూడా గొప్ప, ఆరోగ్యకరమైన ఎంపిక. ఉప్పాలో అధిక మొత్తంలో ఫైబర్ ఉంటుంది. దీంతో కడుపు నిండిన అనుభూతిని కలిగిస్తుంది. ఆకలి తగ్గరా కలగదు. తద్వారా అతిగా తినకుండా నిరోధిస్తుంది. దీంతో బరువును నియంత్రించేటట్లు ఉంటుంది. ఉప్పా తయారీలో ఉపయోగించే సుజీ రవ్వ, వివిధ రకాల కూరగాయలు జీర్ణక్రియకు ప్రయోజనకరంగా ఉంటాయి. సుజీ రవ్వలోని పోషక విలువ జీర్ణక్రియను సజావుగా చేయడంలో సహాయపడుతుంది. కడుపు సంబంధిత ఇబ్బందులను దూరం చేస్తుంది. అంతేకాదు కూరగాయలు ఉప్పాకు అదనపు విలువను, ఖనిజాలు, యాంటీఆక్సిడెంట్లను అందిస్తాయి. ఇవి శరీరానికి చాలా ప్రయోజనకరంగా ఉంటాయి. బరువు తగ్గాలనుకునే వారు తమ ఆహారంలో పోహా, ఉప్పా రెండింటినీ చేర్చుకోవచ్చు. రెండూ ఆరోగ్యానికి మంచివి. రెండూ కార్బోహైడ్రేట్ల మంచి వనరులు. ఇవి శరీరానికి శక్తిని అందించడంలో సహాయపడతాయి. దీనితో పాటు, ఉప్పా పోహా ఫైబర్ కి మంచి వనరులు. అయితే బరువు తగ్గడానికి పోహా, ఉప్పాలో ఏది ఎంచుకోవాలని భావిస్తుంటే.. పోహా తినడం ఈ రెండింటిలో ఎక్కువ ప్రయోజనకరంగా ఉంటుంది. నిజానికి పోహాలో కేలరీలు తక్కువగా ఉంటాయి. ఇది శరీర కొవ్వును నియంత్రించడంలో, బరువు తగ్గడంలో కూడా సహాయపడుతుంది. ఉప్పా కంటే పోహాలో తక్కువ కేలరీలు ఉంటాయి. కనుక ప్రోటీన్ పరంగా పోహా ఉప్పా కంటే మంచిదిని చెబుతున్నారు. బరువు తగ్గాలనుకునే వారు పోహా తినడం ప్రయోజనకరం. అయితే పోహాను ఎక్కువగా పరిమిత పరిమాణంలో తినాలి.

రోజూ ఉదయం అల్పాహారం తప్పని సరిగా తీసుకోవాలని.. అప్పుడే శరీరానికి అవసరమైన శక్తి లభిస్తుంది పోహాహార నిపుణులు చెబుతున్నారు. అంతేకాదు టిఫిన్ తినడం వలన రోజంతా చురుకుగా ఉంటారు. మెదడు చురుకుగా పనిచేస్తుంది. అయితే కొంతమంది ఉదయం తినే టిఫిన్ గా ఇడ్లీ, పోహా, ఉప్పా, చపాతి వంటి రకరకాల ఆహారాన్ని తీసుకుంటారు. అయితే ఈ రోజు బరువు తగ్గడానికి బరువు తగ్గడానికి అల్పాహారంగా ఉప్పా లేదా పోహా తినాలా? అనే విషయంలో సందేహం కలుగుతుంది.. ఈ రోజు బరువు తగ్గడానికి ఏది ఉత్తమమో తెలుసుకుందాం.. మన రోజు ఆరోగ్యకరమైన అల్పాహారంతో ప్రారంభమవుతుంది. మన ఇంట్లో చాలా వరకు, ఇడ్లీ, పడ, పరాఠా, ఉప్పా, పోహా వంటి అల్పాహార వస్తువులను సాధారణంగా వడ్డిస్తారు. అయితే ప్రస్తుతం ప్రతి ఒక్కరికీ ఆరోగ్య విషయంలో శ్రద్ధ పెరిగింది. ఆరోగ్యంగా ఉండేందుకు, బరువు తగ్గడానికి చాలా మంది ఆరోగ్యకరమైన అల్పాహారం తీసుకోవడానికి ఇష్టపడతారు. పోహా, ఉప్పా రెండూ చాలా ప్రజాదరణ పొందిన, రుచికరమైన అల్పాహార వంటకాలు. అయితే బరువు తగ్గాలని

అలోచించే వారికి పోహా లేదా ఉప్పా ఏది ఎక్కువ ప్రయోజనకరం అని అలోచిస్తున్నారు.. కొందరు పోహా తేలికైనది, ఎక్కువ పోహాహారం అని అంటారు. మరికొందరు ఉప్పా పోషక విలువలతో ఉంటుందని భావిస్తారు. అయితే రెండు అల్పాహారాలు రుచికరమైనవి. వీటిని తగ్గరా తయారు చేసుకోవచ్చు. జీర్ణం కావడం సులభం. అయితే బరువు తగ్గడానికి పోహా లేదా ఉప్పా ఏది తినాలో నిపుణుల సలహా ఏమిటో తెలుసుకుందాం..

బరువు తగ్గడానికి పోహా తినడం వల్ల కలిగే ప్రయోజనాలు

పోహా తినడం ఆరోగ్యానికి అనేక విధాలుగా మేలు చేస్తుంది. పోహాలో అధిక మొత్తంలో ఫైబర్ ఉంటుంది. ఇది శరీరానికి చాలా ప్రయోజనకరంగా ఉంటుంది. పోహా తినడం వల్ల కడుపు నిండి ఉంటుంది. కనుక తగ్గరా ఆకలిగా అనిపించదు. అనవసరంగా తినే అలవాటును నివారిస్తుంది. బరువు తగ్గడానికి సహాయపడుతుంది. దీనితో పాటు పోహాలో శరీరానికి రోజంతా పనిచేయడానికి అవసరమైన శక్తిని అందిస్తుంది. పోహా జీర్ణవస్తువు ఆరోగ్యంగా ఉంచడానికి

ఈ పర్వత ప్రాంతాలు అద్భుతాలకు నిలయం.. కచ్చితంగా చూడాలిందే..



ప్రపంచవ్యాప్తంగా అనేక పర్వతాలు ఉన్నాయి. వాటిలో చాలా పర్యాటక ప్రదేశాలుగా విలసిల్లుతున్నాయి. అలాగే వీటిలో కొన్ని

నన్నూర్ని తలపిస్తాయి. మరి అద్భుతాలకు నిలయంగా నిలిచిన కొన్ని బెస్ట్ పర్వత పర్యాటక ప్రాంతాలు ఏంటి? వీటి గురించి ఈరోజు మనం వివరంగా తెలుసుకుందాం రండి.. మౌంట్ రోవేమా - వెనిజులా/బ్రెజిల్/గయానా: ఇది మేఘం నుండి బయటకు వచ్చే టేబుల్ ల్యాండ్ పర్వతం. ప్రతి వైపు కొండలు ఉండటంతో పాటు ఇది మరొక గ్రహంగా కనిపిస్తుంది. ఇది ప్రపంచ ముగింపు లాంటిది. మచ్చల పర్వతం - ఆర్జెంటీనా: దీనిని రెయిన్ పర్వతం అని కూడా పిలుస్తారు. ఈ భౌగోళిక లక్షణం ఎర్రటి ఆకుపచ్చ, పసుపు, ఊదా రంగులతో కూడిన సహజ పాలెట్ ను ఏర్పరచడానికి పేరబడిన ఖనిజాలతో కూడి ఉంటుంది. టేబుల్ మౌంట్లైన్ - డక్షిణాఫ్రికా: ఈ పర్వతం కేవల టౌన్ ను చూస్తూ ఉంటుంది. దీనిని పనోరమా ద్వారా చూడవచ్చు. ఇది హైకింగ్ లో విభిన్నమైన అనుభవాన్ని అందిస్తుంది. దీని పీఠభూమి సాధారణంగా మేఘాలతో కప్పబడి ఉంటుంది. అది దానిని మరింత గుభిరిగా చేస్తుంది. మౌంట్ బాల్కార్ - ఇండోనేషియా: సందర్శకులు రాత్రిలో పర్వత శిఖరంపై సూర్యోదయాన్ని ఆస్వాదించడానికి హైకింగ్ కు తీసుకెళ్లడే ఒక నిశ్చల అగ్నిపర్వతం. క్రింద ఉప్పొంగుతున్న లావా సరస్సు ఇప్పటికీ మరపుదాని అనుభవాన్ని మరింత నాటకీయంగా చేస్తుంది. చాక్లెట్ కొండలు - ఫిలిప్పీన్స్: ఇది పర్వతాల శ్రేణి కాదు, బోహోలోను కమ్మి ఉంటే వేలాది కోట్ల ఆకారపు కొండలు. వాటి సీజన్ లో అవి గోధుమ రంగులోకి మారుతాయి. ఇవి కంటికి పెద్ద చాక్లెట్ ముద్దులుగా కనిపిస్తాయి.

కార్బన్ డయాక్సైడ్ నుంచి కృత్రిమ చక్కెర!

కొత్త పద్ధతి కనుగొన్న వైనా పరిశోధకులు బీజింగ్, జూలై 13: చెరుకు పండించి, దాని నుంచి చక్కెరను ఉత్పత్తి చేయాలంటే, పెద్ద ఎత్తున భూమి, నీటి వనరులు అవసరం. దీనికి ప్రత్యామ్నాయంగా 'కార్బన్ డయాక్సైడ్'ను చక్కెరగా (సుక్రోజ్) మార్చే సరికొత్త పద్ధతిని వైనా సైంటిస్టులు అభివృద్ధి చేశారు. 'జర్నల్ సైన్స్' కథనం ప్రకారం, తొలుత కార్బన్ డయాక్సైడ్ ను హైడ్రోజీకరణ చేయటం ద్వారా 'మిథాన్'ను తయారుచేస్తారు. అటు తర్వాత 'బయోట్రాన్స్ఫార్మేషన్' వ్యవస్థలో అంజెమ్మి మిథాన్ నుంచి కృత్రిమ చక్కెరను విజయవంతంగా తయారుచేసినట్లు 'టియూఎస్' ఇన్ స్టిట్యూట్ ఆఫ్ ఇండస్ట్రియల్ బయోటెక్నాలజీ ప్రకటించింది. సుక్రోజ్ మాత్రమే కాదు.. ప్రక్టీజ్, పెండిపదార్థాలను కూడా కృత్రిమంగా ఉత్పత్తి చేయవచ్చునని వారి పరిశోధన పత్రం పేర్కొన్నది. 'కార్బన్ డయాక్సైడ్'ను ఆహారం, రసాయనాలుగా కృత్రిమంగా మార్చటమన్నది.. చక్కెరపరణం, జనాభా సంబంధిత సవాళ్ల పరిష్కారానికి చక్కెర వ్యూహం' అని 'జర్నల్ సైన్స్' బరిటన్ తెలిపింది.



తెలంగాణ స్థితికి ప్రతీక కాకతీయ పత్రిక



భారత స్వాతంత్ర్య పోరాటం సాగుతున్న రోజుల్లో తెలంగాణలో పత్రికలు నిర్వహించిన పాత్ర అనుమానమైనది. 'అక్షరరామం దాల్చి'న ఒక నిరా చుక్క లక్ష మెదర్లు కరలిక' అన్న కాళోజీ మాటల పత్రికలు, ప్రజాస్వామ్య మనుగడకు ఆధారమవుతున్నాయి. తొలి కరంట్లో బ్రిటిష్ ప్రభుత్వం, ఆ తర్వాత నిజాం సర్కార్ వల్ల పత్రిక నిర్వహణలో ఎన్నో ఒడిదుడుకులను ఎదుర్కొన్నాల్సి వచ్చింది. స్వేచ్ఛ, స్వాభిమానాలను కోల్పోకుండా కల్పి మీద సామూల్య పత్రిక నిర్వహణ చేస్తూ ఒకవైపు దేశ స్వాతంత్ర్యం కోసం, మరోవైపు నిజాం పాలనను అంతమొందించడంలో పత్రికలు కీలకభూమిక పోషించాయి. అదేవిధంగా సామాజిక జీవనంలో విలువలను ప్రతిష్ఠించడంలోనూ, సహజ గమనాన్ని నిర్దేశించడంలోనూ కృషి చేసిన పత్రికా ప్రముఖులందరూ ఉన్నారు. ఈ క్రమంలో తెలంగాణలోని పత్రికలు, పాత్రికేయుల అవరణ కృషి విరస్థురతీయమైనది. తెలంగాణ చరిత్ర, సాహిత్య, సాంస్కృతిక వైభవాన్ని విశ్వవ్యాప్తం చేయడంలో వరంగల్ ప్రధాన పాత్ర నిర్వహించింది. కాకతీయుల పౌరుష ప్రాభవాలను నిలువెత్తు సాక్ష్యంగా నిలిచిన రాజధాని నగరమిది. వరంగల్ జిల్లా పత్రికారంగ చరిత్ర సింగిడిని తలపిస్తుంది. అన్ని తర్వాతను, అన్ని ఇజాలను, ఎన్నో నిజాలను తనదైన శైలిలో ప్రజలకు అందించి, చైతన్యాన్ని రగిలించిన ఘనత వరంగల్ జిల్లా పత్రికారంగాింది. వరంగల్ జిల్లా పత్రికారంగానికి ప్రథములు 'తెనుగు' పత్రికను వెలువరించిన ఒద్దికా నోదరులు. వీరిని ఆదర్శంగా తీసుకొని వరంగల్ జిల్లాలో దాదాపు 175 పత్రికలు వెలువరించిన గర్వకారణం. అలాంటి పత్రికల్లో 'కాకతీయ' వార పత్రిక చేసిన కృషి అజరామరమైనది. పాములపల్లి నదాచివరావు, పీవీ నరసింహారావుల ఆధ్వర్యంలో 1948, సర్వధారా నామ సంవత్సరం దీపావళి రోజున జాతీయ వార పత్రికగా 'కాకతీయ' వెలువడింది. ఈ పత్రికకు నదాచివరావు సంపాదకులుగా వ్యవహరించగా, వరంగల్ లోని కాకతీయ ప్రెస్ ముద్రించేవారు. ఇది రాజకీయ సేవపాత్రలో వెలువడిన పత్రిక. 1949, జూలై 17 నాటి సంచిక ముఖ్యచిత్రంపై 'ప్రేమించండి ఒకటికొకరు సాయపడండి' అనే సూక్తి కనిపిస్తుంది. బహుశా ఇది వీరి ధ్యేయ వాక్యమై ఉండవచ్చు. పత్రిక వెల 20 పైసలు. ఈ పత్రికలో రాజకీయం, చారిత్రిక, సామాజిక, సాంస్కృతిక, సాహిత్య అంశాలతో పాటు పుణ్యక్షేత్రమైన కార్వ్యావు కూడా కనిపిస్తాయి. అక్షరకర్షణ ప్రకటనలను ప్రకటితమయ్యేవి. ప్రజా సమస్యలకు అద్దం పడుతూ పత్రికారంగ చరిత్రలో ఒక గొప్ప రాజకీయ వాచస్పతిగా నిలిచిపోయింది 'కాకతీయ'. 1949 నాటిది అయినప్పటికీ, నేటి ప్రముఖ పత్రికలకు దీనినే రీతిలో నాడే వెలువరించడం నిర్వాహకుల కృషికి తార్కాణం. ఇది 1955 వరకు వెలువడింది. చలసాని ప్రసాదరావు, పి.వి.ఎస్.స్వామి, భగదీశ్వరరావు, పెండెం ప్రసాదరావు ఇందులో పనిచేశారు. 1949, ఆక్టోబర్ 21 నాటి సంచికలో 'మనవి నివేదన' శీర్షికన వెలువడిన సంపాదకీయంలో ఈ పత్రిక ఉద్దేశం, లక్ష్యం సుస్పష్టమయ్యాయి. 'అక్షరస్థులకు మొహం వాచి దారిద్ర్య, అజ్ఞానాలతో అలవడించి కుమిలి కుమిలి తురుకు అశేష త్యాగాలతో దాన్యస్థులూలాలను పటాపచలు చేసి ప్రజాశంతి ప్రైకస్థులతో ఇప్పుడిప్పుడే ప్రజ్వలిస్తున్న తెలంగాణ, ఈ సూతన స్వాతంత్ర్య వాటిక హైదరాబాదు, ఒక్క సంవత్సరంగా అవిరామంగా కృషి చేస్తూ, ఇంకా స్వరాజ్యాన్ని చేపట్టలేక వినుకనాశాలఖలతో భవిష్యత్తును చిత్రించేసుకుంటున్న మా అభిమాన సోదర పౌరకోటి. ఈ పరిసరాల్లో మేము కాకతీయ పత్రిక ద్వారా హృదయ పూర్వకంగా గా చేస్తున్న కిందితేన పుణ్య భావన ప్రజాప్రయోజనం సాధన అవ్వగలిగిందంటే మా ఉద్యమం ఫలితమైనట్లు తెలంగాణ, మేమెంతో ఆనందిస్తాము'. ఈ విధంగా కాకతీయ పత్రిక తన ఉద్దేశాన్ని, లక్ష్యాన్ని నిర్వచించి, నిజాయితీతో ప్రకటించిన తీరు ఆ పత్రిక కర్త గమనానికి మరింత దౌహదపడినట్లు తెలుస్తున్నది. ఈ సంపాదకీయం నాటి తెలంగాణ సామాజిక స్థితిని గోచరింపజేస్తుంది. ఈ పత్రిక నడిపినంత కాలం సమకాలీన సమాజానికి సమాచార సేవ చేసింది. చైతన్యపూరితమైన ఆలోచనలను ప్రేరేపించింది. ఎంతో మంది జర్నలిస్టులను తయారు చేసింది. నిజాం వ్యతిరేకతను సందర్భంలో పోలీసు చర్య తగ్గలే మిలిటరీ ఆధికార సజన్య ఆధ్వర్యంలో వరంగల్ జిల్లాలోని పాకాలలో 24 మంది గిరిజనులను కాల్చి వారిని విలిటరీ ట్రైకుకు కట్టి ఊరేగించారు. ఆ వార్తను కాకతీయ పత్రిక పి.వి.ఎస్.స్వామి పత్రికకు పంపించగా, అది ప్రచురితమై నిజాం ప్రభుత్వం దృష్టికి వెళ్లింది. ఆ వార్తను ప్రచురించినందుకు 1948లో పాములపల్లివారికి అప్పటి కలెక్టర్ హనీయప్పన్ నుంచి కలుపు అందింది. సమయ పాలనకు ప్రాధాన్యాన్ని ఇచ్చే సదాచివరావు నిర్వచించిన టాంగాలో వెళ్లి 15 నిమిషాలు వేచి చూసినా కలెక్టర్ కార్యాలయానికి రాకపోవడంతో వెనక్కిరిగి వచ్చేవాడు. ఇది వారి ఆత్మ గౌరవానికి ప్రతీక. ఈ విషయం తెలిసిన పక్షనియప్పన్.. డిప్యూటీ కలెక్టర్ ను (దువ్వం తాళుకుదాడు) పంపించి సదాచివ రావును మళ్లీ పిలిపించారు. ఆ వార్తను ఖండించారు. మల్కొన్నపల్లి మేధావి అయిన సదాచివరావు మొదట ముద్రించిన వార్తలోపాటు ఖండనను కలిపి మరోమారు ముద్రించారు. ఈ విధంగా కాకతీయ పత్రిక నిజాన్ని నిర్వచించి సామాన్యానికి చేరవేయడంలో నిర్వహించిన పాత్ర పత్రికారంగానికి మార్గదర్శకమైనది. కార్వ్యాన్ని మల్లారెడ్డి వేసిన చిత్రాలు ఈ పత్రికకు మరింత వన్నె తెచ్చాయి. 1949, ఆగస్టు 15 నాటి సంచికలో 'విజయ' కలం పేరుతో పీవీ రాసిన 'గొల్లరామప్ప' కథ ప్రచురితమైంది. నాటి (1947- 48) తెలంగాణ ప్రాంత గ్రామీణ స్థితికి ప్రతిరూపంగా వెలువడిన కథ ఇది. ఈ కథలో రజాకార్లతో జరిగిన సాయుధ పోరాటంలో అజ్ఞాతంలో ఉన్న స్వాతంత్ర్య సమరయోధుడిని గొల్ల రామప్ప తన మరదిగా చెప్పి రక్షణ కల్పించడం కథా పన్ను. కథా ప్రక్రియకు ఉండాలైన మౌలిక లక్షణాల స్థితి ఈ కథలో ఉన్నాయి. కథకు అవసరమైన సంక్షిప్తత, సంభాషణల్లో జైవిత్యం, ఆధునక రీతిలో ఉండాలిని ముగింపు ఇందులో ఉన్నాయి. తెలుగు కథా సాహిత్యంలో మణిపూస వంటి కథ 'గొల్లరామప్ప'. ఆధునిక తెలంగాణ చరిత్రలో 1946- 48 కల్లోల కాలం నాటి రోజులను సమీక్షించుకునేందుకు తెలంగాణ యాసలో రాసిన 'గొల్లరామప్ప' వంటి కథలను ప్రచురించిన ఘనత కాకతీయ పత్రిక ఖాతాలో చేరింది. రాఘవరెడ్డి, అల్లా దుర్గయ్య, డి.రామరాజు, కాళోజీ, సి.నారా, సురవోళి, కోవెల సుబ్రహ్మణ్య ధూపాటి సంపత్ కుమారాచార్య, వాసవమూలై వరదాచార్య, దాశరథి కృష్ణమూచార్య, దాశరథి రంగాచార్య, విద్యాన విశ్వం, పొట్టపల్లి రామారావు, ధూపాటి వెంకటరమణ కవులు, విశ్వనాథ సత్యనారాయణ వంటి ప్రముఖులు రాసిన కవితలు, కథలు, వ్యాసాలు కాకతీయ పత్రికలో ప్రచురితమయ్యాయి. దాశరథి కృష్ణమూచార్య రాసిన 'నా తెలంగాణ కోటి రతనాల పీఠ', 'మా నిజాం కాణ్ణు జన్మజన్మల బాహు' అనే కవితలను తెలుగు కాకతీయ పత్రికలోనే ప్రచురించారు. యువకులను ప్రోత్సహించి వారిలోని సృజనకు పట్టం కట్టింది ఈ పత్రిక. అంతేకాకుండా వారిని దేశం గర్వించదగిన ప్రముఖ కవులుగా, రచయితలుగా తీర్చిదిద్దిన గొప్ప పత్రిక 'కాకతీయ'. ఈ పత్రిక సాహిత్యానికి సముచిత స్థానం కల్పించి కవితల పోటీని నిర్వహించేది. సాహిత్యం కోసం ప్రత్యేక మేజీని కేటాయించేవారు. తద్వారా సాహితీ విలువలకు కలిగిన పత్రికగా పాతకలోకాన్ని అలరించింది. పాములపల్లి సదాచివరావు, పీవీ నరసింహారావులు జయ, విజయ, రాజహంస, భట్టాచార్య, రాజా వంటి మారుపేర్లతో పాతకరణకు యోగ్యమైన రీతిలో కథలు, వ్యాసాలు మొదలైనవి రాసేవారు.

ఆయన పగలు చాలా అందంగా మాట్లాడతారు.. రాత్రైతే.. పుతిన్ పై ట్రంప్ తీవ్ర వ్యాఖ్యలు



Donald Trump | sAcK (Russia) అధ్యక్షుడు వ్లాదిమిర్ పుతిన్ (Vladimir Putin) అమెరికా అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్ (%బహిష్కారం) తీవ్ర స్థాయిలో విమర్శలు గుప్పిస్తున్నారు. ఆయన పగలు చాలా అందంగా మాట్లాడతారని.. కానీ, రాత్రైతే ప్రజలపై విరుచుకుపడతారని వ్యాఖ్యానించారు. పుతిన్ దుర్భాగ్య ప్రవర్తన తమకు సస్పెన్షన్ ట్రంప్ పేర్కొన్నారు. ఉక్రెయిన్ తో కాబుల విరమణ ఒప్పందం కుదుర్చుకోవాలని అమెరికా చేసిన ప్రతిపాదనను రష్యా ఖండించడంతో ట్రంప్ ఈ వ్యాఖ్యలు చేశారు. మరోవైపు మాస్కోపై కొత్త ఆంక్షల విధించే యోచన చేస్తున్నట్లు ట్రంప్ సూచన ప్రాయంగా తెలియజేశారు. 'రష్యాపై కొత్తగా, కఠినమైన ఆంక్షలు విధించే అంశాన్ని పరిశీలిస్తున్నాం. సోమవారం (అమెరికా సమయం ప్రకారం) దీనిపై స్పష్టత ఇవ్వగలము' అని ట్రంప్ పేర్కొన్నారు. మాస్కోపై ఆంక్షలకు సంబంధించిన ఓ. బిల్లును యూఎస్ సిద్ధం చేసినట్లు తెలుస్తోంది. రష్యాకు సాయం చేసే దేశాలపై 500కాశం టారిఫ్లు విధించేలా ఈ బిల్లును రూపొందించినట్లు సమాచారం.



పేటీఎం యూజర్లకు గుడ్ న్యూస్..! 5 కొత్త ఫీచర్లు వచ్చేశాయి.. ఇకపై వాటిని పైడ్ చేయొచ్చు..



పేటీఎం తన ఐదు కొత్త అవిష్కరణలతో భారతదేశంలోని చెల్లింపులను మరింత సురక్షితం, వేగవంతం, సౌకర్యవంతంగా మార్చింది. లావాదేవీలను దాచడం, లో స్టేట్ మెంట్ లను డౌన్ లోడ్ చేసుకోవడం, ప్రైవేట్ లను సృష్టించడం, బ్యాంక్ బ్యాలెన్స్ ను తనిఖీ చేయడం, హెమా స్ట్రీమ్ లో కోడ్ విడ్జెట్ వంటి ఫీచర్లు తీసుకొచ్చింది. ఇండియాలో డిజిటల్ చెల్లింపులకు లీడర్ గా నిలిచింది. లక్షలాది మంది డిజిటల్ లావాదేవీలు చేసే విధానాన్ని ప్రాథమికంగా మార్చిన కోడ్లు, సౌండ్ బాక్స్ వంటి పరిష్కార సాంకేతికతలను ప్రవేశపెట్టింది. టెక్నాలజీ-మొదటి, ఆత్మంక విశ్వసనీయ చెల్లింపుల వేదికగా, 9% యాజమాని రోజువారీ చెల్లింపు అనుభవాలను మెరుగుపరచే అవిష్కరణలతో ముందంజలో ఉంది. కంపెనీ తాజాగా ఐదు కొత్త ఫీచర్లు తీసుకొచ్చింది. ఈ ఫీచర్లు వినియోగదారులు, వ్యాపారుల ఆభివృద్ధి చెందుతున్న అవసరాలను తీర్చడానికి వారుకలో సౌలభ్యం, అగ్రగణ్య భద్రత, ఫీచర్-రిచ్ డిజైన్ ను మిళితం చేస్తాయి. స్వచ్ఛమైన మార్కెటింగ్ కంటే ఉత్పత్తి శ్రేణితోపై అవిత్రాంత దృష్టితో సురక్షితమైన, వేగవంతమైన, విశ్వసనీయ చెల్లింపుల కోసం గో-టు యాజమాని మారింది. ఫ్రీలాన్సర్లు, దుకాణదారులు, విద్యార్థులు, వ్యాపారులు, గృహాలకు చెల్లింపులను సులభతరం చేసే కింది అవిష్కరణలను పరిచయం చేసే ఏకైక యాప్ ఇదే.

పేమెంట్ హిస్టరీ నుంచి లావాదేవీలను పైడ్ చేయవచ్చు

ప్రైవేట్ ఫీచర్.. వినియోగదారులకు వారి పేమెంట్స్ హిస్టరీ నుండి నిర్దిష్ట % ఖాతాలో లావాదేవీలను పైడ్ చేయవచ్చు. బహుమతులు, వ్యక్తిగత ఖర్చులు లేదా గోప్య బదిలీలు వంటి సున్నితమైన చెల్లింపులపై వారికి ఎక్కువ నియంత్రణను ఇస్తుంది. దానిని చెల్లింపులు 'బ్యాలెన్స్ అండ్ హిస్టరీ' నుండి తీసివేయబడతాయి. సురక్షితమైన "దాచిన చెల్లింపులను వీక్షించండి" విభాగానికి మార్పు జరుగుతుంది. వినియోగదారు మాత్రమే దాన్ని యాక్సెస్ చేయవచ్చు.

సాఫ్ట్ వేర్ స్టేట్ మెంట్ ను డౌన్ లోడ్ చేసుకోవచ్చు

సాఫ్ట్ వేర్ లో లావాదేవీ స్టేట్ మెంట్ లను డౌన్ లోడ్ చేసుకోవచ్చు. ఖర్చులను ట్రాక్ చేయడం, బడ్జెట్ లను నిర్వహించడం, ఆకౌంట్ లింగ్, ఆర్థిక రికార్డులను నిర్వహించడం సులభం చేస్తుంది. ఈ అనుకూలమైన ఫీచర్ ఆకౌంట్ లింగ్, వన్ టచ్ ప్రయోజనాల కోసం సృష్టమైన, డౌన్ లోడ్ చేయగల నివేదికలను అందించడం ద్వారా వ్యక్తిగత, వ్యాపార అవసరాలకు మద్దతు ఇస్తుంది.

మొబైల్ నంబర్ లను ప్రైవేట్ గా ఉంచడానికి ని మార్చుకోవచ్చు

వర్తమాన లను సృష్టించడానికి.. లేదా వంటి హ్యాండ్ సెట్ లలో సురక్షిత చెల్లింపులను ప్రారంభించడం, మొబైల్ నంబర్ లను పంచుకోవచ్చు అవసరాన్ని తొలగిస్తుంది. ఇది ప్రైవేసీని మెరుగుపరుస్తుంది. సురక్షితంగా లావాదేవీలు చేయడానికి ఒక ప్రత్యేకమైన, అనుకూలమైన మార్గాన్ని అందిస్తుంది.

రింక్ బ్యాంక్ ఖాతాలో బ్యాలెన్స్ ను తనిఖీ చేయండి

రింక్ బ్యాంక్ ఖాతా బ్యాలెన్స్ ను తనిఖీ చేసే సామర్థ్యాన్ని అందిస్తుంది, అలాగే ఫ్లాట్ ఫామ్ లో సృష్టించబడిన హ్యాండ్ లైట్ ద్వారా రింక్ చేయబడిన ఆర్డర్ బ్యాలెన్స్ అండ్ మొత్తం బ్యాలెన్స్ ను వీక్షించవచ్చు. ఇది బహుళ బ్యాంకింగ్ యాజమాని మద్దతు మార్కుదాని నిధులను పర్యవేక్షించడానికి ఏకీకృత, అనుకూలమైన మార్గాన్ని అందిస్తుంది.

స్మార్ట్ ఫోన్ హెమామ్ స్క్రీన్ పై విడ్జెట్

'డబ్బాను స్వీకరించండి' విడ్జెట్ ను పరిచయం చేస్తుంది, దీని ద్వారా క్యాష్ డ్రెవర్లు, డెలివరీ ఏజెంట్లు, ఫ్రీలాన్సర్లు తమ కోడ్ ను చేరుకోవడానికి హెమామ్ స్క్రీన్ పై ఉంచడానికి వీలు కల్పిస్తుంది. ఇది యాజమాని తెరవకుండానే త్వరితగతినా, సులభంగా పేమెంట్ రిసీవ్ చేసుకోవచ్చు. లావాదేవీలను వేగంగా, మరింత సౌకర్యవంతంగా చేస్తుంది. అదనంగా ఫ్లాట్ ఫామ్ లైట్ లో ఆటో టాప్-ఆఫ్ వు ప్రవేశపెట్టింది. ఇది రింక్ చేయబడిన బ్యాంక్ ఖాతా తక్కువగా ఉన్నప్పుడు బ్యాలెన్స్ ను స్వయంచాలకంగా తిరిగి నింపుతుంది. ఇది చిన్న రోజువారీ లావాదేవీలకు అంతరాయం లేని చెల్లింపులను నిర్ధారిస్తుంది, బ్యాంక్ స్టేట్ మెంట్ లను సీట్ గా, గణితీయ లెక్కలకు ఉంచుతూ అనుకూలమైన, సహజంగా వగదుట రహిత అనుభవాన్ని అందిస్తుంది.

బంగారం కన్నా వెలీ చీవ్..

దీన్ని నమ్ముకుంటే మాత్రం లాభాల పంటే..



ప్రవృత్తులు నుంచి సంపదను కాపాడుకోవడానికి, ఆర్థిక అనిశ్చితిని తట్టుకోవడానికి వెండి ఎప్పుడీ నుండే నమ్మకమైన సాధనం. భౌతిక ఆస్తిగా, పరిమిత లభ్యత కలిగి ఉండటంవల్ల దీని విలువ నిలకడగా ఉంటుంది. చాలామంది మదుపరులు తమ పోర్ట్ ఫోలియోలను విస్తరించడానికి, కరెన్సీ విలువ తగ్గుకుండా చూసుకోవడానికి, ఆర్థిక భద్రత కోసం వెండిని ఆశ్రయిస్తారు. మీరు కొత్తగా పెట్టుబడి పెట్టాలన్నా, అనుభవజ్ఞులైన.. దీర్ఘకాలిక సంపద సృష్టికి సాధనమైన, బహుముఖ అవకాశాలను అందిస్తుంది. మీరు నాణేలు, కడ్డీలు లేదా ఆభరణాల రూపంలో వెండిని కొనుగోలు చేయవచ్చు. వెండి నాణేలు విస్తృతంగా లభిస్తాయి, సులభంగా నిల్వ చేయవచ్చు లేదా విక్రయించవచ్చు. వెండి కడ్డీలు వివిధ పరిమాణాల్లో వస్తాయి, గ్రాముకు మెరుగైన విలువను అందిస్తాయి. మీరు చాలా సంవత్సరాలు వెండిని కొని దాచుకోవాలని అనుకుంటే దానిని సురక్షితమైన లాకర్ లేదా బ్యాంకు వాల్ట్ లో నిల్వ చేయడం మంచిది.

నిల్వర్ ఈటీఎఫ్ లు (ఎక్స్ ట్రేజర్ ఛేంజ్ ఫండ్స్)

నిల్వర్ ఈటీఎఫ్ లు అంటే వెండిని భౌతికంగా సొంతం చేసుకోకుండానే పెట్టుబడి పెట్టవచ్చు. ఈ ఫండ్స్ వెండి మార్కెట్ ధరను ట్రాక్ చేస్తాయి. సాధారణ షేర్ వలె స్టాక్ ఎక్స్ ట్రేజర్ వద్దకం అవుతాయి. భారతదేశంలో, అనేక మ్యూచువల్ ఫండ్ సంస్థలు నిల్వర్ ఈటీఎఫ్ లను అందిస్తున్నాయి. ఇది చిన్న మొత్తాలతో మదుపరులు పెట్టుబడి పెట్టడాన్ని సులభతరం చేస్తుంది.

డిజిటల్ నిల్వర్

డిజిటల్ ఫ్లాట్ ఫామ్ లతో, మీరు ఇప్పుడు ఆన్ లైన్ లో చిన్న మొత్తాల్లో (ఒక గ్రాము కూడా) వెండిని కొనవచ్చు. మీ వెండిని విక్రేత సురక్షితంగా నిల్వ చేస్తారు. మీరు తర్వాత విక్రయించడానికి లేదా భౌతిక డెలివరీ అడగడానికి ఎంచుకోవచ్చు. ఇది సౌకర్యవంతంగా ఉంటుంది, కాగిత రహిత పెట్టుబడిని ఇష్టపడేవారికి అనుకూలంగా ఉంటుంది.

నిల్వర్ సైనింగ్ స్టాక్స్

వెండిని తప్పే కంపెనీలలో పెట్టుబడి పెట్టడం ఆధిక రాబడిని ఇవ్వగలదు, కానీ ఆధిక సస్యలు ఉంటాయి. ఈ స్టాక్స్ వెండి ధరలు మాత్రమే కాకుండా, కంపెనీ పనితీరు, మార్కెట్ పోకడలు, నిర్వహణ సమస్యల వల్ల ప్రభావితమవుతాయి.

నిల్వర్ ఫ్యూచర్స్

అనుభవజ్ఞులైన మదుపరులకు, నిల్వర్ ఫ్యూచర్స్ మరో ఎంపిక. ఇవి నిర్దిత ధరకు తర్వాత తేదీలో వెండిని కొనడానికి లేదా విక్రయించడానికి ఒప్పందాలు. అయితే, వీటికి లోతైన మార్కెట్ అవగాహన, ఆధిక స్యాను నష్టం ఉంటాయి.

వెండిలో పెట్టుబడి లాభాలు

ప్రవృత్తులు నుంచి రక్షణ: కరెన్సీ విలువ తగ్గుతున్న వెండి మీ సంపదను రక్షిస్తుంది. ధర అందుబాటు: బంగారం కన్నా వెండి చౌక. ఎక్కువమందికి అందుబాటులో ఉంటుంది. ఆధిక డిమాండ్: ఎలక్ట్రానిక్స్, సోలార్ ప్యానెల్స్ వంటి పరిశ్రమల్లో దీనిని ఉపయోగిస్తారు. ఇది దీర్ఘకాలిక డిమాండ్ ను పెంచుతుంది. పోర్ట్ ఫోలియో విస్తరణ: స్టాక్స్, బాండ్స్ లేదా రియల్ ఎస్టేట్ పోర్ట్ ఫోలియోలకు వెండిని చేర్చడం సమతుల్యతను ఇస్తుంది. సులభంగా అమ్మకం: వెండిని ఆన్ లైన్ లో, ఆఫ్ లైన్ లో సులభంగా కొనవచ్చు, అమ్మవచ్చు. వెండిలో పెట్టుబడి పెట్టడం దీర్ఘకాలం పాటు మీ సంపదను పెంచుకోవడానికి, భద్రపరచుకోవడానికి అవరణాత్మక మార్గం.

డీమార్ట్ లో తెగ షాపింగ్ చేస్తున్నారా? ఈ ఒక్కటి తెలిస్తే డిస్కాంట్ కంటే ఎక్కువే..



డీ మార్ట్ లో డిస్కాంట్లు ఎక్కువగా ఉన్నాయని తెగ షాపింగ్ చేస్తున్నారా? అయితే కొంచెం ఆగండి. ఈ వార్త చదివేయండి. ఈ ఒక్క పని చేస్తే.. డిస్కాంట్లు కంటే ఎక్కువగా డబ్బు ఆదా చేయవచ్చు. మరి అదేంటో ఇప్పుడు తెలుసుకుందామా.. ఆ వివరాలు.. డీమార్ట్.. బట్టలు, పండ్లు, నిత్యావసర వస్తువులు.. ఇలా దొరకని వస్తువు అంటూ ఏది ఉండదు. డిస్కాంట్లు, 101 అప్పుడు లాంటివి పెట్టి కష్టమైన ఆకర్షిస్తుంది. ప్రతి వారం నార్మల్ గా ఇంటి షాపింగ్ చేయడం వరకు ఓకే.. అప్పుడు పెట్టారు కదా అని తెగ

షాపింగ్ చేస్తుంటే.. ఓసారి ఇది చూడండి. డీమార్ట్ లో అప్పుడు ఉన్నాయే కదా అని.. ఎగబడి కొనే బదులు.. డీమార్ట్ షేర్స్ ను మీరు కొంటే.. డబ్బులు డబ్బు అప్పుడం ఖాయం. అదెలా అని అనుకుంటున్నారా.. ప్రస్తుతం డీమార్ట్ (అవెస్యూ సూపర్ మార్కెట్ లిమిటెడ్) షేర్ రూ. 4070.20 గా ఉంది. గత వారం రోజుల్లో అంతర్జాతీయంగా నెలకొన్న అనిశ్చితలు కారణంగా ఈ షేర్ ధర డ్రాప్ అవుతోంది. సుమారు రూ. 213.90 మేరకు తగ్గింది. మీరు ఈ షేర్ లో ఇన్వెస్ట్ చేస్తే.. కేవలం ఆరు నెలల్లోనే డబ్బులు డబ్బు అప్పుడం ఖాయం.

ప్రస్తుతం షేర్ వాల్యూ డౌన్ సైడ్ ఉన్నప్పటికీ.. కచ్చితంగా వచ్చే ఆరు నెలల్లో ఇది మళ్లీ పెద్ద బుల్ రన్ ఇవ్వడం ఖాయం. అలాగే 1 ఫలితాలు వచ్చాక.. షేర్ కచ్చితంగా దూసుకుపోతుందని అనలిస్టులు అభిప్రాయపడుతున్నారు. ఈ షేర్ 52 వీక్ హై నుంచి ప్రస్తుతం డౌన్ ట్రెండ్ లో ట్రేడ్ అవుతోంది. కానీ మరో ఆరు నెలల్లోనే సరికొత్త 52 వీక్ హై టప్ అప్పుడం ఖాయం అని చెబుతున్నారు. డీమార్ట్ గత 52 వీక్ హై 5484.85 గా ఉంది.

మీ పాస్ కార్డుపై మరొకరు రుణం తీసుకున్నారా? ఇలా 2 నిమిషాల్లో తెలుసుకోండి



మీరు ఇంట్లో హాయిగా కూర్చుని ఉన్నప్పుడు ఒక మోసగాడు మీ పాస్ కార్డు ఉపయోగించి రుణం తీసుకుంటాడు. ఇలాంటివి అప్పుడప్పుడు జరుగుతూనే ఉంటాయి. మీకు దాని గురించి కూడా ఏమీ తెలియదు. అప్పుడు ఒక రోజు ఆకస్మాత్తుగా మీకు.. మీ జేబులో ఉంచుకునే పాస్ కార్డ్ కేవలం గుర్తింపు కార్డు మాత్రమే కాదు, మీ మొత్తం ఆర్థిక జీవితానికి 'మాస్టర్ కీ' లాంటిది. బ్యాంకు ఖాతా తెరవడం నుండి రుణం తీసుకోవడం, బిటీఆర్ డాఖలు చేయడం వరకు ప్రతికోణా ఇది అవసరం. అవసరమైనప్పుడు దాని సహాయాన్ని ఆధికారులతో కూడా పంచుకుంటాము. కానీ ఈ పాస్ కార్డు ఇతరుల చేతుల్లోకి వెళ్తే ఏమవుతుందో ఎప్పుడైనా ఆలోచించారా? మీరు ఇంట్లో హాయిగా కూర్చుని ఉన్నప్పుడు ఒక మోసగాడు మీ పాస్ కార్డు ఉపయోగించి రుణం తీసుకుంటాడు. ఇలాంటివి అప్పుడప్పుడు జరుగుతూనే ఉంటాయి. మీకు దాని గురించి కూడా ఏమీ తెలియదు. అప్పుడు ఒక రోజు ఆకస్మాత్తుగా మీకు బ్యాంకు నుండి రికవరీ నోటీసు వస్తుంది. మీరు పెద్ద మోసానికి బలైపోవడమే కాకుండా, మీ స్వీయ కూడా చాలా దారుణంగా మారుతుంది. భవిష్యత్తులో మీకు ఎటువంటి రుణం లభించదు. నేటి డిజిటల్ యుగంలో ఈ ప్రమాదం గతంలో కంటే ఎక్కువగా పెరిగింది. అందువల్ల మీ పాస్ కార్డును మరిచిపోకుండా ఉపయోగిస్తున్నారో లేదో తనిఖీ చేయడం చాలా ముఖ్యం. దీని ద్వారా

మీరు కేవలం 2 నిమిషాల్లో తెలుసుకోవచ్చు. ఈ మోసం ఎలా జరుగుతుంది? బ్యాంకులు రుణం ఇచ్చే ముందు అనేక రకాల ధృవీకరణలు చేసినప్పటికీ, తెలివైన మోసగాళ్లు వ్యవస్థలోకి ప్రవేశించడానికి మార్గాలను కనుగొంటారు. వారు ఫిన్ టెక్ యాప్ లు లేదా చిన్న రుణం ఇచ్చే కంపెనీలను లక్ష్యంగా చేసుకుంటారు. ఇక్కడ ధృవీకరణ ప్రక్రియ కొంచెం బలహీనంగా ఉండవచ్చు. ప్రమాదం ఏమిటి? రుణం మీ పేరు మీద ఉంది కాబట్టి దానిని తిరిగి చెల్లించే చట్టపరమైన బాధ్యత మీదే అవుతుంది. రుణ చెల్లించనప్పుడు మీ స్వీయ వేగంగా పడిపోతుంది. 750 కంటే ఎక్కువ స్కోరు మంచిది. కానీ డిఫాల్ట్ దానిని 500 కి కూడా తగ్గించవచ్చు. భవిష్యత్తులో రుణం పొందడం కష్టం. చెడు స్కోరుతో భవిష్యత్తులో మీరు క్రెడిట్ కార్డ్, గృహ రుణం లేదా కారు రుణం పొందడం దాదాపు అసాధ్యం. ఈ మోసాన్ని తెలుసుకోవడానికి అతిపెద్ద, సులభమైన ఆయుధం మీ రిపోర్ట్. ఇది మీ ఆర్థిక జాతకం. ఇది మీ పేరు మీద నడుస్తున్న ప్రతి లోన్, క్రెడిట్

కార్డ్ గురించి సమాచారాన్ని కలిగి ఉంటుంది. లేదా హైమాన్ లి వంటి ఏదైనా క్రెడిట్ బ్యూరో వెబ్ సైట్ నుండి మీరు మీ నివేదికను తనిఖీ చేయవచ్చు. ఇది కాకుండా, వంటి అనేక యాప్ లు కూడా ఈ సౌకర్యాన్ని అందిస్తాయి.

వెబ్ సైట్ లో ఎలా తనిఖీ చేయాలి?

వెబ్ సైట్ ను సందర్శించండి ముందుగా, ఆధికారిక వెబ్ సైట్ కి వెళ్లండి. మీ స్కోర్ ను పొందండి హెమామ్ పేజీలో మీకు గత యువర్ నిబిల్ స్కోర్ అనే పెద్ద బటన్ కనిపిస్తుంది. దానిపై క్లిక్ చేయండి. మీ ఖాతాను సృష్టించండి (ఇప్పటికే కాకపోతే) మీరు మీ ఇమెయిల్ ఐడి, మొబైల్ నంబర్, పేరు, పుట్టిన తేదీ వంటి సమాచారాన్ని పూరించడం ద్వారా పాస్ వర్డ్ ను సృష్టించుకోవాలి. రకంలో 'అదాదు వస్తు నంబర్' ని ఎంచుకుని, మీ కార్డ్ నంబర్ ను సమాధానం చేయండి. మీ గుర్తింపును ధృవీకరించండి మీ గుర్తింపును ధృవీకరించడానికి మిమ్మల్ని కొన్ని ప్రశ్నలు అడుగుతారు. ఈ ప్రశ్నలు మీ క్రెడిట్ చరిత్రకు సంబంధించినవి కావచ్చు (ఉదాహరణకు, 'మీ ఈ క్రెడిట్ కార్డ్ పరిమితి ఎంత? లేదా 'మీ ఈ రుణం ఏ బ్యాంకు నుండి నడుస్తోంది?'). వాటికి సరిగ్గా సమాధానం ఇవ్వండి. మీ క్రెడిట్ నివేదికను చూడండి వెబ్ సైట్ ఫీచర్ పూర్తయిన తర్వాత, మీ డాష్ బోర్డ్ లో ఓపెన్ అవుతుంది. ఇక్కడ మీరు మీ %జుడియూ% స్కోర్ ను చూస్తారు (300 నుండి 900 వద్దకు సంఖ్య). డాష్ బోర్డ్ లోని 'ఖాతాలు' లేదా 'విచారణలు' విభాగానికి వెళ్లండి. 'ఖాతాలు' విభాగంలో మీ పేరు మీద నడుస్తున్న ఆస్తి రుణాలు (వ్యక్తిగత రుణం, కారు రుణం, గృహ రుణం), క్రెడిట్ కార్డుల జాబితాను మీరు చూస్తారు. ఈ జాబితాను జాగ్రత్తగా చూడండి. మీరు తీసుకోని లోన్ లేదా క్రెడిట్ కార్డ్ మానిషిట్లుంటే, మీరు మోసానికి గురయ్యారని అర్థం చేసుకోండి.

మోసం జరిగితే వెంటనే ఏమి చేయాలి?

మీ నివేదికలో తెలియని రుణం కనిపిస్తే, భయపడకండి. వెంటనే ఈ చర్యలు తీసుకోండి: క్రెడిట్ బ్యూరో ను సంప్రదించండి ముందుగా, లేదా మీరు ఏ బ్యూరో నుండి నివేదిక తీసుకున్నారో దానిని 'విచారణ' లేదా 'ఫిర్యాదు' దాఖలు చేయండి. ఈ రుణం మీద కాదని వారికి చెప్పండి. సంబంధిత బ్యాంకు/కంపెనీని సంప్రదించండి వెంటనే రుణం తీసుకున్న బ్యాంకు లేదా ఫిన్ టెక్ కంపెనీని సంప్రదించి మోసాన్ని నివేదించండి. పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేయండి మీకు సమీపంలోని పోలీస్ స్టేషన్ లో లేదా నేషనల్ సైబర్ క్రైమ్ రిపోర్టింగ్ పోర్టల్ లో లేదా హెల్ప్ లైన్ నంబర్ 19301 కి కాల్ చేయడం ద్వారా సమాధానం చేయండి.

భారత్ మార్కెట్ లోకి టెస్లా ఎంట్రి తేదీ ఖరారు జూలై 15న ముంబైలో టెస్లా తొలి షోరూమ్ ప్రారంభం



అమెరికాకు చెందిన ఎలక్ట్రిక్ కార్ తయారీ సంస్థ టెస్లా భారత మార్కెట్లోకి ప్రవేశించడం ఖరారు. భారత్ లో తమ కార్ల విక్రయాలు ప్రారంభించడానికి మన్నా కంపెనీ జూలై 15న ముంబయిలో తొలి షోరూమ్ ప్రారంభించనున్నట్లు ప్రకటించింది. ముంబయిలోని బాంబ్రా కుర్లా కాంప్లెక్స్ లో టెస్లా షోరూమ్ ప్రారంభించే అవకాశం ఉన్నట్లు.. అమెరికాకు చెందిన ఎలక్ట్రిక్ కార్ తయారీ సంస్థ టెస్లా భారత మార్కెట్లోకి ప్రవేశించడం ఖరారు. భారత్ లో తమ కార్ల విక్రయాలు ప్రారంభించడానికి మన్నా కంపెనీ జూలై 15న ముంబయిలో తొలి షోరూమ్ ప్రారంభించనున్నట్లు ప్రకటించింది. ముంబయిలోని బాంబ్రా కుర్లా కాంప్లెక్స్ లో టెస్లా

షోరూమ్ ప్రారంభించే అవకాశం ఉన్నట్లు తెలిపాయి. ఇందుకోసం ఇప్పటికే 5 వేల మోడల్ కార్లు ముంబయికి చేరుకున్నట్లుగా తెలుస్తోంది. చైనాలోని షాంఘై నుంచి వాటిని తీసుకొచ్చినట్లు సమాచారం. అనంతరం దిల్లీలోనూ మరో షోరూమ్ ఏర్పాటుచేయడానికి యోచిస్తున్నట్లు తెలుస్తోంది. టెస్లా భారత మార్కెట్లోకి ప్రవేశించేందుకు 2021 నుంచి ప్రయత్నాలు జరుగుతున్నాయి. ఇందుకోసం ఈవీలపై దిగుమతి సుంకాలను గణనీయంగా తగ్గించాలని మన్నా కంపెనీ డిమాండ్ చేసింది. ఇందుకు కేంద్ర ప్రభుత్వం కొన్ని షరతులు విధించింది. దేశీయంగా తయారీ ప్రారంభించడంతో పాటు ప్రాంతీయంగానే విడిభాగాలు

కొనుగోలు చేయాలన్న షరతు పెట్టింది. ఇందుకు మన్నా అభ్యంతరం వ్యక్తంచేయడంతో టెస్లా ఎంట్రి అలసత్తువంతా వచ్చింది. 2025 జూలై.. కమింగ్ నూన్ ఇండియా అంటూ ఎక్స్ లో పోస్ట్ చేసిన టెస్లా జూలై 15న ఉదయం 10:30 నుంచి రిజిస్ట్రేషన్ ప్రారంభిస్తున్నట్లు ప్రకటించింది. లాంచింగ్ ఈవెంట్ కి ఇప్పటికే ఆహ్వానాలు పంపింది టెస్లా. చైనా షాంఘై నుంచి ముంబై పోయే షోరూమ్ కి ఇప్పటికే ఐదు % మోడల్ కార్లు తరలివచ్చింది. ఇటీవల ప్రధాని మోడీ అమెరికా వెళ్లినప్పుడు మన్నా జరిపిన చర్యలు ఫలితంగా టెస్లా ఎంట్రికి లైన్స్ తయారైంది. దాంతో, ఇప్పుడు భారత్ లోకి ఆహ్వానాలు ఎంట్రి ఇచ్చేది అమెరికా ఎలక్ట్రిక్ కార్ తయారీ కంపెనీ టెస్లా

# బకినీలో.. మన్మథుడు అన్న అందాల విందు

తాగితే కదా.. నచ్చుతుందో లేదో తెలిసేది... అంటూ మన్మథుడు సినిమాలో మృదు మధుర స్వరం, అమాయకత్వంతో అకట్టుకున్న అన్న ఇప్పుడు మాత్రం సోఫల్ మీడియాలో ఓ రేంజ్లో గ్లామర్ షోతో నెట్టింట్ల రచ్చ చేస్తోంది. రెండు రకాల్లా క్రితం నాగార్జున మన్మథుడు సినిమాతో ఎంట్రీ ఇచ్చి చేసిన రెండు మూడు సినిమాలతోనే స్టార్ హీరోయిన్ స్టేటస్ తెచ్చుకున్న ఈ నటి ఆ చిత్రం తర్వాత ప్రభాస్ తో రాఘవేంద్ర, తమిళంలో ప్రశాంతో ఓ సినిమా తెలుగులో గెస్ట్ పాత్రల్లో మాత్రమే నటించిన ఈ ముద్దుగుమ్మ ఆపై రీర్ ఊపందుకుంటున్న సమయంలోనే పెళ్లి చేసుకుని విదేశాలకు వెళ్లి పోయింది. ఇటీవల సందీప్ కిషన్, రావు రమేష్ మజాకాతో తిరిగి సినిమాల్లోకి రీ ఎంట్రీ ఇచ్చింది. కానీ మూవీ అంతగా విజయవంతం కాకపోవడంతో ఏవైనా ఛాన్సులు వస్తే వస్తూ అన్నట్లు విదేశాలకు తిరిగి వెళ్లిపోయింది. అయితే



పెళ్లి ఇద్దరు పిల్లలున్నా ఈ అమ్మడు సోఫల్ మీడియాలో మాత్రం చాలా యాక్టివ్ గా ఉంటూ ఫోలోవర్స్ ను సంపాదించుకుంది. తాజాగా తన భర్త , పిల్లలతో కలిసి దుబాయ్ ట్రిప్ కు వెళ్లిన ఈ భామ అక్కడ ఓ ఖరీదైన హోటల్ లో బస్ చేసి, స్విమ్మింగ్ పూల్ లో సేద తీరుతూ అందాలు ఆరబోస్తూ అభిమానులకు సడన్ షాక్ ఇచ్చింది. ఆ ఫోటోలు చూసిన వారంతా అన్నను ఇంత హాట్ గా ఎన్నడూ చూడలేదంటూ కామెంట్లు చేస్తున్నారు. సినిమాల్లోనూ ఎప్పుడూ అందాల ప్రదర్శన చేయని ఈ బ్యూటీ ఇప్పుడేంటి ఇంతగా గ్లామర్ ట్రిప్ ఇస్తుందంటూ అనుకుంటున్నారు.

క్లీవేజ్ అందాలతో విష్ణు ప్రియ రచ్చ



# సెన్సార్ పూర్తి చేసుకున్న 'మై బేబీ' జూలై 18న గ్రాండ్ రిలీజ్

ఇటీవల తమిళంలో విడుదలై భారీ విజయం సాధించిన 'డి.ఎన్.ఎ' చిత్రం ఇప్పుడు తెలుగు ప్రేక్షకులను అలరించడానికి సిద్ధమవుతోంది. ఎస్.కె. పిక్చర్స్ బ్యానర్ పై నిర్మాత సురేష్ కొండేటి ఈ చిత్రాన్ని 'మై బేబీ' పేరుతో ఈనెల జూలై 18న విడుదల చేయబోతున్నారు. ఈ సందర్భంగా మూవీ సెన్సార్ ను పూర్తి చేసుకుంది. గతంలో 'ప్రేమిస్తే', 'జర్నీ', 'షాపింగ్ మాలో', 'పిజ్జా' వంటి 15 విజయవంతమైన చిత్రాలను నిర్మాతగా అందించిన సురేష్ కొండేటి, డిస్ట్రిబ్యూటర్ గా 85కు పైగా సినిమాలను విడుదల చేశారు. 'మై బేబీ' ఆయన నిర్మాణంలో వస్తున్న 16వ చిత్రం. ఈ సినిమా కూడా భారీ విజయం సాధిస్తుందని ఆయన ధీమా వ్యక్తం చేశారు. అధర్వ మురళి మరియు నిమిషా సజయన్ జంటగా నటించిన ఈ క్రైమ్ థ్రిల్లర్ చిత్రానికి నెల్సన్ వెంకటేశన్ దర్శకత్వం వహించారు. 2014లో ఒక సాఫ్ట్ వేర్ అల్యుబ్లెక్ట్ జీవితంలో జరిగిన ఒక దుర్ఘటన ఆధారంగా ఈ కథ రూపొందిందని చిత్ర బృందం తెలిపింది. గ్రిప్పింగ్ స్టోరీలతో కూడిన భావోద్వేగభరితమైన కథాంశం ఈ సినిమా ప్రత్యేకత అని మేకర్స్ చెబుతున్నారు. ఈ చిత్రాన్ని ఎస్.కె. పిక్చర్స్ ద్వారా విడుదల చేయనున్నారు. సాయి చరణ్ తేజ పుల్ల, దుప్పటి గట్టు సారిత రెడ్డి ఈ చిత్రానికి సహ నిర్మాతలుగా వ్యవహరించారు.



# బిగ్ బాస్ షోలో ఛాన్స్ వస్తే వెళ్తారా? పీలింగ్స్ సింగర్ ఆన్ లైవ్!

అల్లు అర్జున్ హీరోగా నటించిన పుష్ప 2 మూవీలో వస్తుందాయి పీలింగ్స్ పాట ఎంత సెన్సేషన్ అయిందో ప్రత్యేకంగా చెప్పక్కర్లేదు. ఈ పాట కోసం సినిమా ఇండస్ట్రీలోని టాప్ సింగర్స్ ను కాదని జానపద గాయని దాస లక్ష్మితో పాడించారు. నిర్మల్ జిల్లా ముఖోల్ మండలం గన్నోర గ్రామానికి చెందిన లక్ష్మి చిన్నప్పటినుంచే ఫోక్ సాంగ్స్ పాడుతుండేది. పలు పాటల ప్రోగ్రామ్ లోనూ పాల్గొనేది. యూట్యూబ్ వల్ల లక్ష్మి చాలా పాపులర్ అయింది. **పుష్ప 2లో ఛాన్స్** తిన్నా తీరం పడుతలే.. కూసున్నా తీరం పడుతలే.. అనాడేమన్నుంటినా తిరుపతి.. నిన్ను ఈనాడేమన్నుంటినా తిరుపతి వంటి పాటలు ఆమెకు బోలెడంత పేరు తెచ్చిపెట్టాయి. ఇంకేముంది, దర్శకుడు సుకుమార్, సంగీత దర్శకుడు దేవిశ్రీప్రసాద్.. లక్ష్మి టాలెంట్ గురించి తెలుసుకుని వెంటనే పుష్ప 2లో ఛాన్స్ ఇచ్చారు. అలా ఆమె వస్తుందాయి పీలింగ్స్ పాట పాడింది. అంతకుముందు బ్యాచ్ మూవీలో ఓ పాట, దసరాలో ధూమ్ ధామ్ డోస్టాన్ సాంగ్ పాడింది. **బిగ్ బాస్ నుంచి ఆఫర్ వస్తే..** బిగ్ బాస్ షోలో ఛాన్స్ వస్తే వెళ్తారా? అన్న ప్రశ్నకు లక్ష్మి తాజాగా ఇలా స్పందించింది. బిగ్ బాస్ షోకి వెళ్లాలన్న ఆలోచనే రాలేదు. ఎందుకంటే నా భర్త, ఏడాదిన్నర పిల్లడే నా ప్రపంచం. వారిని విడిచిపెట్టి ఎక్కడికి వెళ్లలేను. బాబు ఇంకా చిన్నవాడు కాబట్టి దుబాయ్, ముస్కట్ వంటి దేశాల్లో మూడు, నాలుగు రోజుల ప్రోగ్రామ్స్ ఉంటేనే వెళ్లలేకపోతున్నాను. నేను బిగ్ బాస్ షో చూస్తూ ఉంటాను. ఒకవేళ ఛాన్స్ వస్తే వెళ్లడానికి ప్రయత్నిస్తాను అని లక్ష్మి చెప్పుకొచ్చింది.



# శ్రీకృష్ణ దేవరాయ బయోపిక్ లో రిషబ్ శెట్టి?

కాంతార సినిమాతో దేశవ్యాప్తంగా గుర్తింపు తెచ్చుకున్న నటుడు రిషబ్ శెట్టి ప్రస్తుతం వరుస ప్రాజెక్టులను ఓకే చేస్తున్నాడు. ఇప్పటికే కాంతార ప్రీక్వెల్ ను తెరకెక్కిస్తున్న రిషబ్ మరోవైపు మరాఠా యోధుడు చక్రపతి శివాజీ పాత్రలో రాబోతున్న ఒక సినిమాలో నటించబోతున్నాడు. అయితే ఈ రెండు ప్రాజెక్టులే కాకుండా మరో క్రేజ్ ప్రాజెక్టును రిషబ్ శెట్టి చేయబోతున్నట్లు తెలుస్తుంది. ప్రముఖ బాలీవుడ్ దర్శకుడు అశుతోష్ గోవారికర్ తో కలిసి రిషబ్ ఒక భారీ చారిత్రక చిత్రంలో నటించబోతున్నట్లు వార్తలు వస్తున్నాయి. ఆంధ్ర భోజుడు, విజయనగర సామ్రాజ్య చక్రవర్తి శ్రీకృష్ణదేవరాయల జీవిత చరిత్ర ఆధారంగా ఈ చిత్రం తెరకెక్కిపోతుంది. కాగా దీనికి సంబంధించి అధికారిక ప్రకటన రావాల్సి ఉంది. "పానిపట్", "జోధా అక్బర్", "మొహంజోదారో", "లగాన్" వంటి హిస్టారికల్ చిత్రాలను తెరకెక్కించిన అశుతోష్ గోవారికర్ శ్రీకృష్ణదేవరాయలు బయోపిక్ తీస్తున్నట్లు వార్తలు వస్తుండటంతో ఈ ప్రాజెక్టుపై భారీ అంచనాలు ఏర్పడ్డాయి.