

నేటిపత్రిక

PRGI Regd. No: APTEL/26/A0819

ప్రజాసీమ

జాతీయ తెలుగు దినపత్రిక

NETIPATRIKA PRAJASEEMA-TELUGU DAILY

ప్రచురణ : వైయస్ఆర్ కడప జిల్లా సంపుటి : 01 సంచిక: 01 ఆదివారం 01, మార్చి 2026 పేజీలు : 08 వెల: 02

సామర్లకోట పేలుడు ఘటనపై సీఎం చంద్రబాబు దిగ్భ్రాంతి సామర్లకోటలో బాణసంచా కేంద్రంలో ఘన పేలుడు

-18 మంది మృతిపై ఆవేదన

-హోంమంత్రి అనితకు తక్షణ ఆదేశాలు

-క్షతగాత్రులకు మెరుగైన వైద్యం కల్పించాలని సూచనలు

-18 మంది మృతి, పలువురికి తీవ్ర గాయాలు

-ఐదు కిలోమీటర్ల దూరం వరకు వినిపించిన శబ్దం

-భద్రతా లోపాలపై స్థానికుల ఆగ్రహం



చేస్తూ, మృతుల కుటుంబాలకు ప్రగాఢ సానుభూతి తెలిపారు. ప్రస్తుతం హెచ్పీవీ టీకా పంపిణీ కార్యక్రమం నిమిత్తం విజయనగరం జిల్లా పర్యటనలో ఉన్న సీఎం చంద్రబాబుకు అధికారులు ఈ ఘటన వివరాలు తెలియజేశారు. ప్రమాద తీవ్రత, ప్రాణనష్టం గురించి సమగ్ర సమాచారం అందించినట్లు తెలిసింది. విషయం తెలిసిన వెంటనే స్పందించిన ముఖ్యమంత్రి రాష్ట్ర హోంమంత్రి వంగలపూడి అనితను అప్రమత్తం చేశారు. వెంటనే ఘటనాస్థలికి చేరుకుని పరిస్థితులను స్వయంగా పర్యవేక్షించాలని ఆదేశించారు. ప్రమాద స్థలంలో సహాయ చర్యలు వేగవంతం చేయాలని జిల్లా యంత్రాంగానికి సీఎం స్పష్టమైన సూచనలు ఇచ్చారు. క్షతగాత్రులకు అత్యుత్తమ వైద్య సహాయం అందేలా చర్యలు తీసుకోవాలని, అవసరమైతే సమీప ఉన్నత ఆసుపత్రులకు తరలించాలని అధికారులను ఆదేశించారు. ఈ ఘటనలో మరో 15 మందికి తీవ్ర గాయాలు కాగా, వారిలో కొందరి పరిస్థితి విషమంగా ఉన్నట్లు సమాచారం. భారీ ప్రాణనష్టం సంభవించిన ఈ ఘటనతో స్థానికంగా విషాద వాతావరణం నెలకొంది. ప్రమాదానికి గల కారణాలపై సమగ్ర విచారణ జరిపి బాధ్యులపై కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలని ముఖ్యమంత్రి సూచించినట్లు తెలుస్తోంది.

విజయనగరం, ఫిబ్రవరి 28 (నేటిపత్రిక ప్రజాసీమ ప్రతినిధి): కాకినాడ జిల్లా సామర్లకోట మండలం వేట్లపాలెం, జి.మేడపాడు గ్రామాల మధ్య ఉన్న బాణసంచా తయారీ కేంద్రంలో సంభవించిన భారీ పేలుడు ఘటనపై ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు తీవ్ర దిగ్భ్రాంతి వ్యక్తం చేశారు. ఈ ప్రమాదంలో 18 మంది ప్రాణాలు కోల్పోవడం పట్ల ఆయన ఆవేదన వ్యక్తం



కాకినాడ జిల్లా, ఫిబ్రవరి 28 (నేటిపత్రిక ప్రజాసీమ ప్రతినిధి): జిల్లాలో శనివారం మధ్యాహ్నం జరిగిన ఘోర ప్రమాదం తీవ్ర విషాదాన్ని నింపింది. సామర్లకోట మండలం వేట్లపాలెం, జి.మేడపాడు గ్రామాల మధ్య గోదావరి కాలువ పక్కన ఉన్న సూర్యశ్రీ ఫైర్వర్క్ కేంద్రంలో భారీ విస్ఫోటనం సంభవించింది. మధ్యాహ్నం సుమారు 2 గంటల సమయంలో ఒక్కసారిగా పేలుడు సంభవించి మంటలు చెలరేగాయి. ఈ ప్రమాదంలో 18 మంది అక్కడికక్కడే ప్రాణాలు కోల్పోయినట్లు అధికారులు ప్రాథమికంగా నిర్ధారించారు. పేలుడు తీవ్రత అత్యంత భయానకంగా ఉండటంతో అక్కడ పనిచేస్తున్న కార్మికుల మృతదేహాలు చెల్లాచెదురుగా పడిపోయాయి. కొన్ని శరీర భాగాలు

పక్కనే ఉన్న పొలాల్లో పడినట్లు స్థానికులు తెలిపారు. పేలుడు శబ్దం దాదాపు ఐదు కిలోమీటర్ల దూరం వరకు వినిపించిందని, దట్టమైన పొగలు ఆ ప్రాంతాన్ని కమ్మేశాయని ప్రత్యక్ష సాక్షులు పేర్కొన్నారు. పేలుడు ధాటికి సమీప గ్రామంలోని ఒక ప్రైవేటు పాఠశాల భవనం స్థాల్నికే కూడా పగుళ్లు చచ్చినట్లు సమాచారం. సమాచారం అందుకున్న వెంటనే అగ్నిమాపక సిబ్బంది రెండు అగ్నిమాపక వాహనాలతో ఘటనాస్థలికి చేరుకుని మంటలను అదుపులోకి తీసుకురావడానికి ప్రయత్నించారు. తీవ్రంగా గాయపడిన మరో 8 మందిని అంబులెన్సుల ద్వారా సమీప ఆసుపత్రులకు తరలించారు. పోలీసులు, రెవెన్యూ అధికారులు సంఘటన స్థలంలో సహాయక చర్యలను పర్యవేక్షిస్తున్నారు. మృతుల సంఖ్య మరింత పెరిగే అవకాశముందని భయాందోళనలు వ్యక్తమవుతున్నాయి. బాణసంచా తయారీలో భద్రతా ప్రమాణాలు పాటించకపోవడం వల్లే ఇలాంటి ప్రమాదాలు తరచూ జరుగుతున్నాయని స్థానికులు ఆగ్రహం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. ఫ్యాక్టరీకి అనుమతులు, భద్రతా ఏర్పాట్లపై సమగ్ర విచారణ చేపట్టాలని వారు డిమాండ్ చేస్తున్నారు. ఘటనపై కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు ప్రారంభించినట్లు పోలీసులు తెలిపారు.

వేట్లపాలెం పేలుడు ఘటనపై జగన్ దిగ్భ్రాంతి సీతపాలెంలో బ్లూ జెట్ హెల్త్ కేర్ కు సంకుశ్ఠాపన చేసిన లోకేష్



కాకినాడ జిల్లా వేట్లపాలెం బాణసంచా తయారీ కేంద్రంలో చోటుచేసుకున్న భారీ పేలుడు ఘటనపై వైసీపీ అధినేత, మాజీ ముఖ్యమంత్రి జగన్ తీవ్ర దిగ్భ్రాంతి వ్యక్తం చేశారు. ఈ ప్రమాదంలో పలువురు కార్మికులు ప్రాణాలు కోల్పోవడం తనను తీవ్రంగా కలచివేసిందని ఆయన తెలిపారు. ఈ మేరకు సామాజిక మాధ్యమాల ద్వారా తన విచారాన్ని వ్యక్తం చేశారు. ప్రమాదంలో మృతి చెందిన వారి కుటుంబాలకు ప్రగాఢ సానుభూతి తెలియజేస్తూ, ఇటువంటి విషాద సమయంలో ప్రభుత్వం అందంగా నిలవాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. నిరుపేద కుటుంబాలకు చెందిన కార్మికులు మృతి చెందడం బాధాకరమని పేర్కొన్నారు. బాధిత కుటుంబాలకు తక్షణ సహాయం అందించాల్సిన అవసరం ఉందన్నారు. ఈ ఘటనలో మరణించిన వారి కుటుంబాలకు ప్రభుత్వం తగిన నష్టపరిహారం ప్రకటించాలని జగన్ డిమాండ్ చేశారు. అలాగే పేలుడు ధాటికి గాయపడిన వారికి అత్యుత్తమ వైద్యసహాయం అందేలా చర్యలు తీసుకోవాలని సూచించారు. బాధితులను ఆదుకోవడంలో ప్రభుత్వం ఆలస్యం చేయకుండా స్పందించాలని కోరారు.

-రూ.2,300 కోట్ల పెట్టుబడి
-1,750 మందికి ఉపాధి అవకాశాలు
-ఉత్తరాంధ్ర పారిశ్రామికాభివృద్ధికి ఊతం



అనకాపల్లి, ఫిబ్రవరి 28 (నేటిపత్రిక ప్రజాసీమ ప్రతినిధి): అనకాపల్లి జిల్లా రాంబిల్లి మండలం సీతపాలెం ప్రత్యేక ఆర్థిక మండలిలో బ్లూ జెట్ హెల్త్ కేర్ ప్రైవేట్ లిమిటెడ్ సంస్థకు రాష్ట్ర మంత్రి నారా లోకేష్ శంకుస్థాపన చేశారు. ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ రాష్ట్రంలో కొత్త పరిశ్రమలు స్థాపితమవడం, ఉపాధి అవకాశాలు సృష్టించబడటం ఆనందదాయకమని తెలిపారు.

రూ.2,300 కోట్ల భారీ పెట్టుబడితో ఏర్పడనున్న ఈ ఔషధ మధ్యవర్తుల తయారీ కేంద్రం ద్వారా ప్రత్యక్షంగా 1,750 మందికి ఉపాధి లభించనుంది. ఉత్తరాంధ్ర ప్రాంత పారిశ్రామిక అభివృద్ధికి ఇది మరో పెద్ద ముందడుగుగా మంత్రి పేర్కొన్నారు. ఆధునిక సాంకేతిక పరిజ్ఞానంతో ఏర్పడే ఈ కేంద్రం రాష్ట్రానికి కీలక పెట్టుబడులను ఆకర్షించడంలో సహాయపడుతుందని ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు.

హెచ్పీవీ టీకా కార్యక్రమానికి శ్రీకారం చుట్టిన సీఎం

-రాష్ట్రవ్యాప్తంగా 14 ఏళ్ల బాలికలకు రక్షణ కవచం
-విద్యార్థినులతో ఆత్మీయ సంభాషణ -- ఆరోగ్యంపై అవగాహన
-వైద్యసేవల మెరుగుదలపై అధికారులకు కఠిన ఆదేశాలు



ప్రతి అర్జునాల్సిన బాలికకు ఈ టీకా అందేలా పటిష్ట చర్యలు తీసుకుంటామని హామీ ఇచ్చారు. అనంతరం ముఖ్యమంత్రి ఆసుపత్రి ప్రాంగణాన్ని పరిశీలించి వైద్య సదుపాయాల పరిస్థితిని సమీక్షించారు. పరిశుభ్రత, మందుల లభ్యత, సిబ్బంది హాజరు వంటి అంశాలపై అధికారులకు స్పష్టమైన ఆదేశాలు ఇచ్చారు. రోగులకు ఎటువంటి ఇబ్బందులు తలెత్తకుండా సేవలు అందించాలన్నారు. ముఖ్యంగా గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో వైద్య సేవలు మరింత బలోపేతం కావాలని, ఆరోగ్య కేంద్రాలు ప్రజలకు సమృద్ధమైన సేవా



కేంద్రాలుగా మారాలని సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో మంత్రులు నత్యకుమార్ యాదవ్, వంగలపూడి అనిత, కొండపల్లి శ్రీనివాస్, పార్లమెంటు సభ్యుడు అప్పలనాయుడు, ఎమ్మెల్యే కిమిడి కళా వెంకట్రావు, జిల్లా కలెక్టర్, వైద్యారోగ్య శాఖ అధికారులు పాల్గొన్నారు. రాష్ట్రవ్యాప్తంగా మహిళల ఆరోగ్య రక్షణకు ప్రభుత్వం కట్టుబడి ఉందని, నివారించదగిన వ్యాధులను పూర్తిగా తగ్గించే దిశగా మరిన్ని చర్యలు తీసుకుంటామని ప్రభుత్వం స్పష్టం చేసింది.

విజయనగరం, ఫిబ్రవరి 28 (నేటిపత్రిక ప్రజాసీమ ప్రతినిధి): విజయనగరం జిల్లా చీపురుపల్లి నియోజకవర్గంలో ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబునాయుడు శుక్రవారం పర్యటించారు. చీపురుపల్లిలోని సామాజిక ఆరోగ్య కేంద్రంలో రాష్ట్రవ్యాప్తంగా 14 ఏళ్ల బాలికలకు అందించే హెచ్పీవీ టీకా కార్యక్రమాన్ని ఘనంగా ప్రారంభించారు. బాలికల్లో గర్భాశయ ముఖద్వార క్యాన్సర్ వంటి ప్రాణాంతక వ్యాధులను ముందుగానే అరికట్టాలనే లక్ష్యంతో ఈ టీకా కార్యక్రమాన్ని ప్రభుత్వం ప్రతిష్ఠాత్మకంగా అమలు చేస్తున్నట్లు ముఖ్యమంత్రి తెలిపారు. టీకా కార్యక్రమ ప్రారంభోత్సవం అనంతరం సీఎం అక్కడికి విచ్చేసిన విద్యార్థినులతో ఆత్మీయంగా ముచ్చటించారు. టీకా వల్ల కలిగే ప్రయోజనాలను వివరించి, ఆరోగ్యంపై చిన్న వయస్సు నుంచే జాగ్రత్తలు తీసుకోవాల్సిన అవసరాన్ని వివరించారు. తల్లిదండ్రులు, ఉపాధ్యాయులు కూడా బాలికల ఆరోగ్యంపై ప్రత్యేక శ్రద్ధ వహించాలని సూచించారు. రాష్ట్రంలోని

రాడీ షీటర్లు, ట్రబుల్ మాంగర్లు, గతంలో నేరాలకు పాల్పడిన వారి కదలికలపై ప్రత్యేక నిఘా ఉంచాలి

-అసాంఘిక కార్యకలాపాలైన మట్టా, క్రికెట్ బెట్టింగ్, గ్యాంబ్లింగ్ ఎక్కడా జరగకుండా కఠినంగా వ్యవహరించాలి

-మహిళా భద్రత, గంజాయి, డ్రగ్స్ నిర్మూలన, రోడ్డు భద్రతకు అత్యధిక ప్రాధాన్యత

-కడప పోలీస్ సబ్-డివిజన్ నేర సమీక్షా సమావేశంలో పోలీస్ అధికారులకు జిల్లా ఎస్.పి శ్రీ షెల్టే నచికేత్ విశ్వనాథ్ ఐ.పి.ఎస్ గారు దిశా నిర్దేశం



కడప నేటిపత్రిక ప్రజాసేవ: రాడీ షీటర్లు, ట్రబుల్ మాంగర్లు, గతంలో నేరాలకు పాల్పడిన వారి కదలికలపై ప్రత్యేక నిఘా ఉంచాలని, మట్టా, క్రికెట్ బెట్టింగ్, గ్యాంబ్లింగ్ తదితర అసాంఘిక కార్యకలాపాల జరగకుండా కఠిన చర్యలు చేపట్టాలని జిల్లా ఎస్.పి శ్రీ షెల్టే నచికేత్ విశ్వనాథ్ ఐ.పి.ఎస్ గారు పోలీస్ అధికారులను ఆదేశించారు. శనివారం జిల్లా పోలీస్

కార్యాలయంలో కడప సబ్ - డివిజన్ నేర సమీక్షా సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా ఎస్.పి గారు మాట్లాడుతూ గ్రామ సభలు, పల్లె నిర్ద, గ్రామాల సందర్భం తప్పనిసరిగా నిర్వహించాలని ఆదేశించారు. స్థానిక సంస్థల ఎన్నికలను సజావుగా, స్వేచ్ఛాయంతంగా శాంతియుత వాతావరణంలో నిర్వహించేందుకు వీలుగా రాడీ షీటర్లు, ట్రబుల్ మాంగర్లు, గతంలో ఎన్నికల నేరాలకు పాల్పడినవారిపై ప్రత్యేక దృష్టి సారించాలని ఆదేశించారు. వారి కదలికలపై నిఘా ఉంచాలన్నారు. అసాంఘిక కార్యకలాపాలైన మట్టా, క్రికెట్ బెట్టింగ్, గ్యాంబ్లింగ్ జరగకుండా కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలన్నారు. భూ వివాదాలు, ఆర్థిక పరమైన అంశాల వలన క్రిమినల్ కేసులు నమోదైన ఎడల వాటిని క్షుణ్ణంగా పరిశీలించి సంబంధిత అధికారుల మరియు లీగల్ ప్రాసీజర్ మేరకు కేసు విచారణ త్వరితగతిన నిర్ణీత వ్యవధిలో పూర్తి చేయాలన్నారు. ప్రజా ఫిర్యాదుల పరిష్కార వేదిక (గ్రా+సా) కు వచ్చే ఫిర్యాదులను పట్ల మర్యాదపూర్వకంగా వ్యవహరించి నిర్ణీత వ్యవధిలోగా చట్టపరిధిలో సమస్యను పరిష్కరించాలని ఆదేశించారు. డ్రోస్

కెమెరాల ద్వారా గంజాయి, ఇతర మత్తు పదార్థాలు, బహిరంగ మద్యపానం చేసే వారిపై దాడులు నిర్వహించి కేసులు నమోదు చేయాలని ఆదేశించారు. 'శక్తి' టీముల డే బీట్స్ వర్కవేక్సిస్తూ సూక్ష్మ, కాటేజీలు, ఆఫీస్ లు, వ్యాపార సముదాయాల వద్ద, రద్దీ ప్రాంతాలలో తప్పనిసరిగా పోలీస్ సిబ్బంది బీట్లు నిర్వహించేలా చర్యలు తీసుకోవాలని జిల్లా ఎస్.పి గారు ఆదేశించారు. సూక్ష్మ, కాటేజీలో 'మహిళా భద్రత'పై, సోషల్ మీడియా వల్ల కలిగే మహిళలు, బాలికల వేధింపులపై అవగాహన కల్పించాలన్నారు. ఇంటర్ మీడియట్ పబ్లిక్ పరీక్షల నేపథ్యంలో కట్టుదిట్టమైన భద్రతా ఏర్పాట్లు చేయాలని, ఎలాంటి అవకాశాలకు తావు లేకుండా తగిన చర్యలు చేపట్టాలని ఆదేశించారు. ప్రతి పోలీస్ స్టేషన్లో మహిళా రిస్పన్సిబిల్ డ్వారా మహిళల సమస్యలపై వచ్చే ఫిర్యాదులను నిర్ణీత వ్యవధిలో పరిష్కారమయ్యేలా చర్యలు తీసుకోవాలని ఆదేశించారు. దొంగతనాల నేర చరిత్ర కలిగిన వారి కదలికలపై నిఘా ఉంచాలని, వివిధ రకాలైన, వివిధ ప్రాంతాలలో జరిగే దొంగతనాలను మ్యాపింగ్ చేసి సదరు ప్రాంతాలలో గస్తీ

ముమ్మరం చేయాలన్నారు. గ్యాంబ్లింగ్, మట్టా, క్రికెట్ బెట్టింగ్ జరగకుండా కఠినంగా వ్యవహరించాలని, దాడులు ఉధృతం చేయాలని ఆదేశించారు. ఏ.పి పబ్లిక్ సీక్రీ యాక్ట్ మేరకు షాపులు, లాడ్జీలు, హోటళ్లు, వాణిజ్య సముదాయాలు, అపార్ట్ మెంట్లు తదితర జన సమగ్రమైన ప్రదేశాల్లో తప్పనిసరిగా సి.సి కెమెరాలు అమర్చుకుని, వాటి పనితీరుపై శ్రద్ధ వహించేలా నిర్వాహకులకు అవగాహన కల్పించాలని జిల్లా ఎస్.పి గారు ఆదేశించారు. వాహనదారులకు రోడ్డు భద్రత నియమాలపై, హెల్మెట్ ధరించేలా అవగాహన కల్పించాలని ఆదేశించారు. రోడ్డు ప్రమాదాల నివారణకు ప్రత్యేక దృష్టి సారించాలన్నారు. రోడ్డు ప్రమాదాలు జరిగేందుకు కారణాన్ని గుర్తించి నివారణకు చర్యలు తీసుకోవాలన్నారు. డ్రంకెన్ డ్రైవ్, ఓవర్ స్పీడ్ లపై అకస్మిక తనిఖీలు నిర్వహించి కేసులు నమోదు చేయాలన్నారు. వాహనాల రికార్డులు తనిఖీ చేసి నిబంధనలు ఉల్లంఘించిన వారిపై కేసులు నమోదు చేయాలన్నారు. సమావేశంలో కడప డి.ఎస్.పి శ్రీ ఎ.వెంకటేశ్వర్లు, సబ్ డివిజన్ లోని సి.ఐ లు, ఎస్.ఐ లు పాల్గొన్నారు.

పోలీస్ శాఖకు మీరు అందించిన సేవలు చిరస్మరణీయం

-పదవీ విరమణ తర్వాత ఆరోగ్యంపై దృష్టి సారించాలి

-ఫిబ్రవరి నెలాఖరున పదవీ విరమణ పొందిన కడప టూ టౌన్ హెడ్ కానిస్టేబుల్ వి.ఎస్ దేవ ప్రసాద్

ను ఘనంగా సన్మానించి ఆత్మీయ వీడ్కోలు పలికిన జిల్లా ఎస్పీ షెల్టే నచికేత్ విశ్వనాథ్ ఐ.పి.ఎస్



కడప నేటిపత్రిక ప్రజాసేవ: క్రమశిక్షణ, అంకితభావంతో నిర్వహించిన సేవలందించి పదవీ విరమణ పొందడం అభినందనీయమని జిల్లా ఎస్.పి శ్రీ షెల్టే నచికేత్ విశ్వనాథ్ ఐ.పి.ఎస్ గారు పేర్కొన్నారు. ఫిబ్రవరి నెలాఖరున పదవీ విరమణ పొందిన కడప టూ టౌన్ హెడ్ కానిస్టేబుల్ వి.ఎస్. దేవ ప్రసాద్ ను శనివారం జిల్లా పోలీస్ కార్యాలయంలో

ఘనంగా సన్మానించి జ్ఞాపిక అందచేసి ఆత్మీయ వీడ్కోలు పలికారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా ఎస్.పి గారు మాట్లాడుతూ రాష్ట్ర పోలీస్ శాఖ దేశంలో ప్రత్యేక స్థానంలో ఉండడానికి మీలాంటి సిబ్బంది సేవలు కీలకమన్నారు. అప్పటి పరిస్థితులు ధీటుగా ఎదుర్కొంటూ కుటుంబాలకు దూరంగా విధులు నిర్వహించడం మామూలు విషయం కాదని, ఎన్ని ఇబ్బందులున్నా, సమస్యలున్నా బాధ్యత అనేది పోలీస్ శాఖలో సమస్యను అధిగమించేలా చేస్తుందన్నారు. పదవీ విరమణ తర్వాత కుటుంబ సభ్యులతో గడుపుతూ ఆరోగ్యంపై ప్రత్యేక దృష్టి సారించాలని జిల్లా ఎస్.పి గారు సూచించారు. కార్యక్రమంలో అదనపు ఎస్.పి(పరిపాలన) శ్రీ కె.ప్రకాష్ బాబు గారు, పోలీస్ అధికారుల సంఘం జిల్లా అధ్యక్షుడు దూలం సురేష్, రాష్ట్ర ఉపాధ్యక్షుడు ఉప్పా శంకర్, పదవీ విరమణ పొందిన వారి కుటుంబ సభ్యులు పాల్గొన్నారు.

బీరం శ్రీధర్ రెడ్డి విద్యాసంస్థల్లో వైభవంగా జాతీయ విజ్ఞాన దినోత్సవం



నేటిపత్రిక ప్రజాసేవ : జ్ఞానమే శక్తి శాస్త్రమే అభివృద్ధికి మూలాధారం ఖాజీపేట మండలంలోని బీరం శ్రీధర్ రెడ్డి విద్యాసంస్థల్లో జాతీయ విజ్ఞాన దినోత్సవాన్ని ఘనంగా నిర్వహించారు. భారత ప్రముఖ భౌతిక శాస్త్రవేత్త సర్ సి.వి. రామన్ కనుగొన్న రామన్ ప్రభావం స్ఫూర్తిగా ప్రతి సంవత్సరం ఫిబ్రవరి 28న నిర్వహించే జాతీయ విజ్ఞాన దినోత్సవాన్ని ఈ సందర్భంగా విద్యాసంస్థల విద్యార్థులు ఉత్సాహంగా జరుపుకున్నారు. ఈ వేడుకలలో భాగంగా విద్యార్థులు తరగతుల వారీగా సైన్స్ కు సంబంధించిన వివిధ ప్రాజెక్టులను సిద్ధం చేసి ప్రదర్శించారు. విద్యార్థుల నృజనాత్మకత, శాస్త్రీయ ఆలోచనలను ప్రతిబింబించేలా ప్రదర్శనలు అకట్టుకున్నాయి. ఈ కార్యక్రమంలో బీరం విద్యాసంస్థల అధినేత కడప జిల్లా బీజేపీ ఉపాధ్యక్షులు బీరం సుబ్బారెడ్డి ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొని ప్రసంగించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ, జ్ఞానమే శక్తి -- శాస్త్రమే అభివృద్ధికి మూలాధారం" అని పేర్కొన్నారు. జ్ఞానం, అవగాహన ద్వారా వ్యక్తులు సమాజం శాస్త్రసాంకేతిక రంగంలో సాధికారత సాధించగలరని తెలిపారు. సైన్స్ మానవాళికి ఒక అమూల్యమైన బహుమతి అని, దానిని సద్వినియోగం చేసుకోవాలని సూచించారు. భవిష్యత్తును అంచనా వేసి మెరుగైన ప్రపంచాన్ని నిర్మించడంలో శాస్త్ర విజ్ఞానం కీలక

పాత్ర పోషిస్తుందని అన్నారు. మానవ జీవితానికి మరియు శాస్త్రానికి అవినాభావ సంబంధం ఉందని ఆయన స్పష్టం చేశారు. అలాగే సైన్స్ ప్రాజెక్టుల పోటీల్లో ఉత్తమ ప్రదర్శన కనబరిచిన విద్యార్థులకు బహుమతులను కరస్పాండెంట్ సుబ్బారెడ్డి సార్ చేతుల మీదుగా బహుమతులు అందజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో బీరం విద్యాసంస్థల డైరెక్టర్ స్వామి శ్రీకాంత్, పాఠశాల ప్రిన్సిపల్ శేష, కళాశాల ప్రిన్సిపల్ హేమ చందర్, అధ్యాపకులు మరియు విద్యార్థులు పాల్గొని కార్యక్రమాన్ని విజయవంతం చేశారు.



నిరాశ్రయులకు అన్నదానం, పండ్లు పంపిణీ



కడప, ఫిబ్రవరి 28 :- నగరంలోని జిల్లా పరిషత్ కార్యాలయం దగ్గర ఉన్న ప్రేమాలయం నిరాశ్రయుల వసతి గృహం లోని నిరాశ్రయులకు అన్నదానం, పండ్లు పంపిణీ

కార్యక్రమాన్ని షా సోషల్ జస్టిస్ ఇంటర్నేషనల్ సివిల్ అండ్ హ్యూమన్ రైట్స్ కౌన్సిల్ ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా కౌన్సిల్ సభ్యులు మాట్లాడుతూ నిరాశ్రయులకు అన్నదానం చేయడం తమ అదృష్టంగా భావిస్తున్నామన్నారు. ఇటువంటి సేవా కార్యక్రమాలు భవిష్యత్తులో మరిన్ని చేపడతామని తెలిపారు. అన్ని దానాల్లోకెల్లా అన్నదానం ఎంత గొప్పదని చెప్పారు. ఈ కార్యక్రమంలో షా సోషల్ జస్టిస్ ఇంటర్నేషనల్ సివిల్ అండ్ హ్యూమన్ రైట్స్ కౌన్సిల్ రాష్ట్ర మహిళా సెల్ వైస్ ప్రెసిడెంట్ షేక్ మోలాని, రాష్ట్ర వైస్ ప్రెసిడెంట్ పి. రియాజ్ ఖాన్, రాష్ట్ర పబ్లిక్ రిలేషన్స్, స్పోర్ట్స్ విజయ్ సాయి, హెల్త్ డిపార్ట్మెంట్ ఇంచార్జ్ సుజాత, ఉమేన్ సెల్ సెక్రటరీ సప్త, జిల్లా మీడియా ఇంచార్జ్ శ్యామ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సిఎస్ గా పదవీ బాధ్యతలు స్వీకరించిన జ.సాయి ప్రసాద్

అమరావతి, నేటిపత్రిక ప్రజాసేవ:ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శిగా జి.సాయి ప్రసాద్ శనివారం ఎపి సచివాలయంలో పదవీ బాధ్యతలు స్వీకరించారు. ఇప్పటి వరకు సిఎస్ గా పని చేసిన కె.విజయనంద్ శనివారం పదవీ విరమణ చేస్తుండడంతో ఆయన నుండి సాయి ప్రసాద్ సిఎస్ గా బాధ్యతలు స్వీకరించారు. ముందుగా తిరుమల తిరుపతి దేవస్థానం మరియు విజయవాడ శ్రీ దుర్గా మల్లేశ్వర స్వామి దేవస్థానాల వేద పండితుల ఆశీర్వాదాల మధ్య ప్రత్యేక పూజా కార్యక్రమం అనంతరం ఉ. 11.33 గం.లకు సిఎస్ గా పదవీ బాధ్యతలు స్వీకరించారు. ఈ సందర్భంగా ప్రత్యేక ప్రధాన కార్యదర్శులు ఎస్.ఎస్.రామత్, యం.టి.కృష్ణ బాబు, ఎక్స్ ఆఫీసియో స్పెషల్ సిఎస్ బి.రాజశేఖర్ తదితర ప్రత్యేక ప్రధాన కార్యదర్శులు, ముఖ్య కార్యదర్శులు శ్యామల రావు, ముఖ్య కుమార్ మీనా, కాంటిలార్ దండే తదితర ముఖ్య కార్యదర్శులు, ఎస్.సత్యనారాయణ, ఎం.ఎం నాయక్, ప్రతిభాదేవి తదితర కార్యదర్శులు, వివిధ శాఖాధిపతులు, రాష్ట్ర సచివాలయం సహా వివిధ ఉద్యోగ సంఘాల ప్రతినిధులు సిఎస్ కు పుష్పగుచ్ఛాలు అందించి శుభా కాంక్షలు తెలిపారు. అలాగే రాష్ట్ర 20 సూత్రాల కార్యక్రమం అమలు చేయడం లంకా దినకర్ సహా వివిధ కార్యదర్శుల వైర్లు శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. ఇంకా వివిధ శాఖల అధికారులు, ఉద్యోగులు సిఎస్ సాయి ప్రసాద్ కు శుభా కాంక్షలు తెలిపారు. 1991 ఐఎస్ బిఎస్ ఎపి క్యారెర్ కు చెందిన సాయి ప్రసాద్ ఎంటికే పట్టభద్రులు కాగా 1991 సెప్టెంబరు 15న ఐఎస్ బిఎస్ కు ఎపికి 1992 జూన్ నుండి 1993 మే వరకు ఉమ్మడి ఆంధ్రప్రదేశ్ లో వరంగల్ అసిస్టెంట్ కలెక్టర్ గా పని చేశారు. అనంతరం 1993 సెప్టెంబరు నుండి

1995 ఏప్రిల్ వరకు పాడేరు అసిస్టెంట్ కలెక్టర్ గా, 1995 ఆగస్టు నుండి 1997 మార్చి వరకు గుంటూరు మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ కమిషనర్ గా పని చేశారు. అనంతరం 1997 మే నుండి 1998 ఆగస్టు వరకు కడప జాయింట్ కలెక్టర్ గా, 2000 జూలై నుండి 2003 జూన్ వరకు కర్నూల్ కలెక్టర్ గా, 2003 జూన్ నుండి 2003 అక్టోబరు వరకు చిత్తూరు జిల్లా కలెక్టర్ గా పనిచేశారు. 2003 అక్టోబరు నుండి 2004 ఆగస్టు వరకు ఎపి ట్రాన్సుక్వో జెఎండిగా, 2004 ఆగస్టు నుండి 2006 మే వరకు ఇండిపెండింట్ సిఎండిగా, 2006 మే నుండి 2010 ఫిబ్రవరి వరకు ఎపి సిపిడిసిఎల్ సిఎండిగా పని చేశారు. 2010 ఫిబ్రవరి నుండి 2011 అక్టోబరు వరకు ఎపి హౌసింగ్ బోర్డు వైస్ చైర్మన్ గా పని చేశారు. అనంతరం 2011 అక్టోబరు నుండి 2014 జూన్ వరకు కేంద్ర ప్రభుత్వ ఇంధన శాఖ సంయుక్త కార్యదర్శిగా పనిచేశారు. తదుపరి 2014 జూన్ నుండి 2016 ఫిబ్రవరి వరకు నియం కార్యదర్శిగా, 2016 ఫిబ్రవరి నుండి 2019 మే వరకు నియం ముఖ్య కార్యదర్శిగా పని చేశారు. తదుపరి 2020 జనవరి నుండి 2022 ఫిబ్రవరి వరకు ఎపి సోలార్ పవర్ కార్పొరేషన్ ప్రవేట్ లిమిటెడ్ కు సిఎండి గాను మరియు ఇంధన శాఖ ఎక్స్ ఆఫీసియో ప్రిన్సిపల్ సెక్రటరీగాను పని చేశారు. అనంతరం 2022 ఫిబ్రవరి నుండి 2024 జూన్ వరకు సిపిఎల్ఎం పనిచేశారు. తదుపరి 2024 జూన్ నుండి 2025 జనవరి జలవరుల శాఖ ప్రత్యేక ప్రధాన కార్యదర్శిగా, సిఎం ఎక్స్ ఆఫీసియో ప్రత్యేక ప్రధాన కార్యదర్శిగా పనిచేస్తూ ప్రస్తుతం సిఎస్ గా పదవీ బాధ్యతలు స్వీకరించారు.

నేటి విద్యార్థులు రేపటి శాస్త్రవేత్తలుగా ఎదగాలి



గాలివీడు నేటిపత్రిక ప్రజాసేవ : నేటి విద్యార్థులు అందరూ రేపటి శాస్త్రవేత్తగా ఎదగాలని మండల కేంద్రం లోని రవి చంద్ర జూనియర్ స్కూల్, గౌతం ఇంగ్లీష్ మీడియం స్కూల్

యాజమాన్యం షింట్ ఇమ్మూనెయిట్, సైజు థామస్ లు పేర్కొన్నారు. శనివారం జాతీయ సైన్స్ దినోత్సవం సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ వ్యక్తి అభివృద్ధిలోపాటు రాష్ట్రం, దేశం, ప్రపంచ అభివృద్ధిలో సైన్సు ప్రముఖ పాత్ర వహిస్తుందని కొనియాడారు. ఈరోజు ప్రపంచంలో ఏ మూలలో ఏ చిన్న సంఘటన జరిగిన కొద్ది నిమిషాలలోని మనకు తెలిసిపోతున్నదంటే దానికి కారణం సైన్స్ అని పేర్కొన్నారు. ప్రతి విద్యార్థి శాస్త్ర పరిశోధన పట్ల అవగాహన పెంచుకొని శాస్త్రవేత్తలుగా ఎదగాలని కొనియాడారు. అనంతరం విద్యార్థులు తయారుచేసిన వివిధ రకాల మోడల్స్ పరిశీలించారు. ఈ మోడల్స్ లో బాగా తయారుచేసిన వారికి బహుమతులను అందజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో ప్రిన్సిపాల్ లిజా జాయ్, అడ్మిన్ షీజా వైస్ ప్రిన్సిపల్ గరదప్ప, కోఆర్డినేటర్ భాస్కర్ రెడ్డి, సైన్స్ ఉపాధ్యాయులు అంజనేయులు, ఆశిష్, రామయ్య, లహారి, షకిరా, శరీర ఉపాధ్యాయ బృందం, విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

నల్ల నువ్వులు... శక్తి ఆరోగ్యానికి అద్భుత వరం

- ఎముకలు, కండరాలకు బలం
- చర్మం, నరాలకు పోషణ
- ఆయుర్వేదంలో ప్రత్యేక స్థానం



నువ్వులను మన ఆహారంలో ఎంతో కాలంగా ఉపయోగిస్తున్నారు. నువ్వులు ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తాయని అందరికీ తెలిసిందే. తెల్ల నువ్వులు ఎక్కువగా వాడినా, నల్ల నువ్వులు కూడా సమానంగా ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు కలిగినవే. పోషకాలు సమృద్ధిగా ఉండటంతో నల్ల నువ్వులను “సూపర్ ఫుడ్”గా పరిగణిస్తారు. ఎముకలు, నరాలు, స్నాయువులు, చర్మ ఆరోగ్యానికి ఇవి విశేషంగా సహాయపడతాయి. ఆయుర్వేదంలో నల్ల నువ్వులకు ప్రత్యేక ప్రాధాన్యం ఉంది. ఎముకల దృఢత్వానికి.. నల్ల నువ్వుల్లో కాల్షియం, ఇనుము, మెగ్నీషియం వంటి ఖనిజాలు సమృద్ధిగా ఉంటాయి. వీటిని తరచూ తీసుకోవడం వల్ల ఎముకలు, దంతాలు బలంగా తయారవుతాయి. ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు శరీరానికి శక్తిని అందించి కణజాలాల ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తాయి. ప్రోటీన్, అమైన్ ఆమ్లాలు ఉండటం వల్ల కండరాల పెరుగుదల, మరమ్మత్తుకు తోడ్పడతాయి. యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు కణజాలాలను రక్షించి వృద్ధాప్య ప్రభావాన్ని తగ్గిస్తాయి. మొత్తంగా నల్ల నువ్వులు శరీర జీవశక్తిని పెంచుతాయి. చర్మ ఆరోగ్యానికి.. నల్ల నువ్వుల నూనె వెచ్చని స్వభావాన్ని కలిగి ఉంటుంది. దీనిని శరీరానికి రాయడం వల్ల రక్త ప్రసరణ మెరుగుపడుతుంది. కండరాల నొప్పులు తగ్గుతాయి. అలసట, నరాల బలహీనత తగ్గించడంలో ఇది సహాయపడుతుంది. చర్మానికి రాస్తే మృదుత్వం పెరిగి, పొడిబారిన చర్మం సరిదిద్దబడుతుంది. కీళ్ల ఆరోగ్యాన్ని కాపాడటంలో కూడా నల్ల నువ్వులు, వాటి నూనె ఉపయోగకరంగా ఉంటాయి. నల్ల నువ్వులను నియమితంగా ఆహారంలో చేర్చుకోవడం ద్వారా శరీర స్థితిస్థాపకత పెరిగి, మొత్తం ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుంది. తెల్ల నువ్వుల్లో నల్ల నువ్వులు కూడా అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు కలిగినవని ఆయుర్వేద నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

గోంగూర పులుపులో ప్రత్యేకత, తెలుగు వంటింటి గర్వం

తెలుగు ప్రాంతాల ప్రత్యేక ఆకుకూర గోంగూర తెలుగు రాష్ట్రాల్లో విస్తృతంగా వినియోగించే ఆకుకూరగా గుర్తింపు పొందింది. పుల్లడి రుచితో వంటకాలకు ప్రత్యేకమైన ముద్ర వేసే గోంగూరను గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో విస్తృతంగా సాగు చేస్తున్నారని రైతులు చెబుతున్నారు. ఎర్ర గోంగూర, పచ్చ గోంగూర వంటి రకాలు లభిస్తాయని పేర్కొంటున్నారు. వంటల్లో విభిన్న వినియోగం గోంగూర పచ్చడి, గోంగూర పప్పు, గోంగూర మాంసం వంటి వంటకాలు తెలుగు ఇళ్లలో ప్రసిద్ధి చెందాయని గృహిణులు చెబుతున్నారు. తక్కువ మోతాదులోనే గోంగూర వంటకు ప్రత్యేక పులుపు అందిస్తుందని పేర్కొంటున్నారు. పచ్చడి రూపంలో దీర్ఘకాలం నిల్వ ఉంచుకునే సంప్రదాయం కూడా ఉందని చెబుతున్నారు. పోషక విలువలు గోంగూరలో ఐరన్, విటమిన్ సి వంటి పోషకాలు ఉండటంతో రోగనిరోధక శక్తికి మేలు చేస్తుందని పోషకాహార నిపుణులు చెబుతున్నారు. జీర్ణక్రియకు కూడా ఇది సహాయపడుతుందని పేర్కొంటున్నారు. అయితే అధికంగా తీసుకుంటే ఎసిడిటీ సమస్యలు వచ్చే అవకాశం ఉందని వైద్యులు హెచ్చరిస్తున్నారు. వ్యవసాయానికి ఆదాయ గోంగూర పంట తక్కువ కాలంలో దిగుబడి ఇస్తుందని రైతులు చెబుతున్నారు. మార్కెట్లో మంచి డిమాండ్ ఉండటంతో ఇది రైతులకు ఆదాయ వనరుగా మారుతుందని పేర్కొంటున్నారు. పులుపు రుచితో పాటు ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు అందించే గోంగూర తెలుగు వంటింటి గర్వంగా నిలుస్తుందని నిపుణులు అభిప్రాయపడుతున్నారు.

నరాల వాపు నిర్లక్ష్యం చేస్తే తీవ్ర సమస్యలకు దారి



నరల్లో వాపు లక్షణాలు నరాల వాపు అనేది చేతులు లేదా కాళ్లలో నరాలు ఉబ్బినట్లుగా కనిపించే పరిస్థితిగా వైద్యులు చెబుతున్నారు. ముఖ్యంగా కాళ్ల నరాలు బయటకు ఉబ్బి కనిపించడం, నొప్పి, భారంగా అనిపించడం వంటి లక్షణాలు కనిపిస్తాయని పేర్కొంటున్నారు. ఎక్కువసేపు నిలబడి పనిచేసే వారికి ఈ సమస్య ఎక్కువగా వస్తుందని చెబుతున్నారు. కారణాలు ఏమిటి? రక్తప్రసరణ సరిగా జరగకపోవడం, రక్తనాళాల్లో ఒత్తిడి పెరగడం నరాల వాపుకు ప్రధాన కారణమని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఊబకాయం, వయస్సు, గర్భధారణ, ఎక్కువసేపు కూర్చోవడం లేదా నిలబడడం వంటి అంశాలు సమస్యను పెంచుతాయని పేర్కొంటున్నారు. వంశపారంపర్య కారణాలు కూడా ఉండవచ్చని సూచిస్తున్నారు. లక్షణాలు, ప్రభావాలు కాళ్లలో నొప్పి, మంట, వాపు, చర్మరంగు మారడం వంటి లక్షణాలు కనిపించవచ్చని వైద్యులు చెబుతున్నారు. దీర్ఘకాలంగా నిర్లక్ష్యం చేస్తే గాయాలు, రక్తగర్జలు ఏర్పడే ప్రమాదం ఉందని హెచ్చరిస్తున్నారు. ప్రారంభ దశలోనే చికిత్స తీసుకోవడం అవసరమని సూచిస్తున్నారు. నివారణ, చికిత్స రోజూ తేలికపాటి వ్యాయామం, నడక చేయడం రక్తప్రసరణ మెరుగుపడటానికి సహాయపడుతుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఎక్కువసేపు ఒకే స్థితిలో ఉండకుండా మధ్య మధ్యలో కాళ్ళు కదపాలని సూచిస్తున్నారు. అవసరమైతే వైద్యుల సలహాతో ప్రత్యేక చికిత్స తీసుకోవాలని పేర్కొంటున్నారు. సమయానికి జాగ్రత్తలు తీసుకుంటే నరాల వాపును నియంత్రించే అవకాశం ఉందని వైద్య నిపుణులు అభిప్రాయపడుతున్నారు.

లోకార్బ్ ఆహారం... ఆరోగ్యానికి మేలా? అపాయాలా?

- గుండె ఆరోగ్యంపై ప్రభావం
- బలహీనత, అలసట సమస్యలు
- వైద్యుల సూచనలు ఏమంటున్నాయి?

ప్రస్తుత కాలంలో ఆరోగ్యంపై అవగాహన పెరగడంతో చాలామంది కార్బోహైడ్రేట్లు తగ్గించిన ఆహార పద్ధతులను అనుసరిస్తున్నారు. ముఖ్యంగా బరువు తగ్గాలని భావించే వారు, వ్యాయామాలు చేసే వారు తక్కువ కార్బో లేదా కార్బో లేని ఆహారాన్ని ఎంచుకుంటున్నారు. రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రించడంలో ఇది ఉపయోగకరంగా ఉంటుందని భావిస్తున్నారు. అయితే దీనిని సరిగా, సమతుల్యంగా పాటించకపోతే అనర్ధాలు కలగవచ్చని వైద్యులు హెచ్చరిస్తున్నారు. - గుండె సమస్యలు వచ్చే అవకాశం.. మొక్కల ఆధారిత ఆహారం, తృణ ధాన్యాలు, అసంతృప్త కొవ్వులు ఎక్కువగా ఉండే తక్కువ కార్బో ఆహారం గుండె ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తుందని కొన్ని పరిశోధనలు సూచిస్తున్నాయి. కానీ శుద్ధి చేసిన కార్బోహైడ్రేట్లు, జంతు ఆధారిత కొవ్వులు అధికంగా తీసుకోవడం వల్ల గుండె జబ్బుల ప్రమాదం పెరుగుతుంది. గుండె ధమనుల్లో కొవ్వు నిల్వలు పేరుకుపోవడం వల్ల రక్త ప్రసరణ తగ్గి గుండెపోటు ప్రమాదం ఉంటుంది. అందువల్ల పూర్తిగా కార్బో మానేయడం కంటే ఆరోగ్యకరమైన కార్బోహైడ్రేట్లను పరిమితంగా తీసుకోవడం మంచిదని వైద్యులు సూచిస్తున్నారు. భారతీయ ఆహారంలో అన్నం, రోట్లెట్లు ప్రధాన భాగం కావడంతో పూర్తిగా కార్బో లేకుండా జీవించడం కష్టమని నిపుణులు చెబుతున్నారు. - బలహీనంగా అనిపించే పరిస్థితి.. తక్కువ కార్బో ఆహారం ప్రారంభంలో బరువు తగ్గించడంలో సహాయపడినా దీర్ఘకాలంలో అలసట, తలనొప్పి, మానసిక స్థితి మార్పులు, జీర్ణ సమస్యలు తలెత్తవచ్చు. కార్బోహైడ్రేట్లు శరీరానికి ప్రధాన శక్తి వనరు. వాటిని తగ్గించడంతో రోజూవారీ పనులు, వ్యాయామం సమయంలో



బలహీనంగా అనిపించవచ్చు. ఈ పద్ధతిని దీర్ఘకాలం పాటించడం చాలామందికి కష్టతరమవుతుంది. శక్తి లోపం కారణంగా ఆరోగ్య సమస్యలు వచ్చే అవకాశం ఉంది. - లాభాలు ఉన్నప్పటికీ.. తక్కువ కార్బో ఆహారం వల్ల బరువు తగ్గడం, రక్తంలో చక్కెర నియంత్రిణలో ఉండటం వంటి ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి. అయితే పోషక లోపాలు, మలబద్ధకం, తల తిరగడం వంటి సమస్యలు కూడా తలెత్తవచ్చు. దీర్ఘకాలం పూర్తిగా కార్బో మానేయడం ఎముకల బలహీనత, గుండె సమస్యలకు దారి తీసే ప్రమాదం ఉందని వైద్యులు హెచ్చరిస్తున్నారు. అందువల్ల తక్కువ కార్బో ఆహారం అనుసరించాలనుకుంటే వైద్యుల సలహాతో, సమతుల్య పద్ధతిలో పాటించడం మంచిదని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. ఆరోగ్యకరమైన కార్బోహైడ్రేట్లు, ప్రోటీన్, మంచి కొవ్వులతో కూడిన సమతుల్య ఆహారమే దీర్ఘకాలిక ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తుందని వైద్యులు అభిప్రాయపడుతున్నారు.

కాలేయం... నిశ్శబ్దంగా కాపాడే అవయవం

- వ్యాధుల దాడి ఎలా?
- సిరోసిస్ ప్రమాదం
- ముందస్తు జాగ్రత్తలే రక్షణ

కాలేయం మన శరీరంలో అత్యంత కీలకమైన అవయవం. మనకు తెలియకుండానే ఎన్నో రసాయన చర్యలను నిర్వహిస్తూ శరీరాన్ని కాపాడుతుంది. మన అలవాట్లు, జీవనశైలి కారణంగా దెబ్బతిన్నా కూడా ప్రారంభ దశలో తన పనిని కొనసాగించే ప్రత్యేక శక్తి దీనికి ఉంది. అయితే కాలేయ కణాలు పూర్తిగా దెబ్బతిన్న తర్వాత పరిస్థితి తీవ్రంగా మారుతుంది. ఆ దశకు చేరుకునే వరకు లక్షణాలు స్పష్టంగా కనిపించకపోవడం వల్ల చాలామంది నిర్లక్ష్యం చేస్తుంటారు. - కాలేయానికి వచ్చే వ్యాధులు... దీర్ఘకాలంగా మితిమీరిన మద్యపానం, హెపటైటిస్ బి, సి వైరస్ సంక్రమణలు కాలేయ వ్యాధులకు ప్రధాన కారణాలు. ఇవి మొదట కామెర్లుగా బయటపడతాయి. చికిత్స చేయకపోతే కాలేయ పనితీరు క్రమంగా దెబ్బతింటుంది. కలుషిత నీరు, ఆహారం ద్వారా వచ్చే హెపటైటిస్ ఎ, ఇ వైరస్లు కూడా ప్రమాదకరమైనవి. కొందరిలో అకస్మాత్తుగా తీవ్ర కామెర్ల వచ్చి ప్రాణాపాయం ఏర్పడే అవకాశముంది. మితిమీరిన మద్యపానం వల్ల లివర్ సిరోసిస్ అనే తీవ్రమైన స్థితి ఏర్పడుతుంది. ఊబకాయం కూడా కాలేయంపై ప్రతికూల ప్రభావం చూపుతుంది. మద్యం సేవించకపోయినా కొవ్వు పేరుకుపోయే ఫ్యాట్ సిరోసిస్ లేదా నాన్ ఆల్కూహోలిక్ స్టియోహీసిస్ సమస్యలు పెరుగుతున్నాయి. ప్రస్తుతం కాలేయ సమస్యలతో వచ్చే వారిలో సగానికి పైగా ఈ కొవ్వు సంబంధిత వ్యాధులే కనిపిస్తున్నాయని వైద్యులు చెబుతున్నారు. - పిల్లల్లోనూ కాలేయ సమస్యలు.. పిల్లల్లో కనిపించే కాలేయ వ్యాధులు ఎక్కువగా పుట్టుకతో వచ్చే సమస్యలే. విల్సన్ వ్యాధి, బైల్ డక్టులు లేకపోవడం, కణితులు వంటి సమస్యలు



భవిష్యత్తులో కాలేయం పూర్తిగా పనిచేయకుండా చేసే ప్రమాదం ఉంది. ఈ రకమైన వ్యాధులను ప్రారంభ దశలో గుర్తించడం అత్యంత అవసరం. - ముందస్తు గుర్తింపే ప్రాణరక్షణ.. కాలేయ వ్యాధులు చాలాసార్లు పది నుంచి ఇరవై సంవత్సరాల వరకు స్వప్నమైన లక్షణాలు చూపకపోవచ్చు. ఈ కాలంలో కాలేయ కణాలు క్రమంగా నశిస్తూ మచ్చలు ఏర్పడతాయి. చివరికి సిరోసిస్ స్థితికి చేరుకున్నప్పుడు మాత్రమే లక్షణాలు బయటపడతాయి. అప్పటికే వ్యాధి ముదిరిపోయి ఉంటుంది. అయితే ముందుగానే పరీక్షలు చేయించుకుని సమస్యను గుర్తిస్తే మందులతోనే నియంత్రిణ సాధ్యమవుతుంది. మద్యపానం నివారించడం, ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం తీసుకోవడం, కలుషిత ఆహారం, నీటిని దూరంగా ఉంచడం, నిరంతర వైద్య పరీక్షలు చేయించుకోవడం ద్వారా కాలేయాన్ని రక్షించుకోవచ్చు. కాలేయం మనకు ఇచ్చే హెచ్చరికలను నిర్లక్ష్యం చేయకుండా జాగ్రత్త పడితేనే దీర్ఘకాల ఆరోగ్యం సాధ్యమవుతుంది.

పూరి పండుగ రుచి, అల్పాహారానికి ప్రత్యేక ఎంపిక

తెలుగు వంటింట్లో ప్రత్యేక స్థానం పూరి తెలుగు ఇళ్లలో ప్రత్యేక సందర్భాల్లో ఎక్కువగా తయారయ్యే వంటకంగా గుర్తింపు పొందింది. ఆదివారం అల్పాహారం, పండుగలు, శుభకార్యాలలో పూరి--కూర కలయిక సాధారణమైన గృహిణులు చెబుతున్నారు. వేడి వేడి పూరి ఉబ్బి రావడం వంటింటి ఆనందంగా భావిస్తారని పేర్కొంటున్నారు. తయారీ విధానం గోధుమ పిండితో ముద్ద చేసి చిన్న గుండ్రని చపాతీలా చేసి వేడి నూనెలో వేయించడం ద్వారా పూరి తయారవుతుందని చెబుతున్నారు. నూనెలో వేయించినప్పుడు పూరి ఉబ్బి పొంగి రావడం దీని ప్రత్యేకతగా పేర్కొంటున్నారు. సాధారణంగా బంగాళాదుంప కూర, శనగ కూరతో కలిపి వడ్డిస్తారని చెబుతున్నారు. ఆరోగ్య పరంగా గమనించాల్సిన అంశాలు పూరి వేయించిన వంటకం కావడంతో నూనె అధికంగా శోషించుకునే అవకాశం ఉందని వైద్యులు హెచ్చరిస్తున్నారు. తరచుగా ఎక్కువగా తింటే బరువు పెరగడం, జీర్ణక్రియ సమస్యలు తలెత్తవచ్చని పేర్కొంటున్నారు. పరిమితంగా మాత్రమే తీసుకోవాలని సూచిస్తున్నారు. పరిమిత వినియోగమే మేలు పూరి రుచికరమైనదే అయినప్పటికీ రోజూవారీ ఆహారంగా కాకుండా అప్పుడప్పుడు మాత్రమే తీసుకోవడం మంచిదని నిపుణులు చెబుతున్నారు. తక్కువ నూనెలో వేయించి, తేలికపాటి కూరతో కలిపి తీసుకుంటే మేలు జరుగుతుందని పేర్కొంటున్నారు. సంప్రదాయ రుచిని అందించే పూరి తెలుగు వంటింట్లో ప్రత్యేక గుర్తింపుగా నిలుస్తుందని నిపుణులు అభిప్రాయపడుతున్నారు.



ఎక్కువ క్రెడిట్ కార్డులు.. లాభమా? నష్టమా?

హైదరాబాద్ : మీ దగ్గర ఒకటి కంటే ఎక్కువ క్రెడిట్ కార్డులు ఉన్నాయా? అయితే వాటి ప్రభావం మీ క్రెడిట్ స్కోర్పై ఎలా ఉంటుందో తెలుసుకోవడం అత్యంత కీలకం. చాలామంది ఎక్కువ క్రెడిట్ కార్డులు ఉంటే స్కోర్ అటోమేటిక్ గా పడిపోతుందని భావిస్తారు. అయితే ఆర్థిక నిపుణుల ప్రకారం ఇది పూర్తిగా అపోహ మాత్రమే. వాస్తవానికి మొత్తం క్రెడిట్ పరిమితి పెరగడం వల్ల వినియోగ నిష్పత్తి తగ్గి, క్రెడిట్ స్కోర్ మెరుగుపడే అవకాశముంది. ఉదాహరణకు, నెలకు రూ.50,000 ఖర్చు చేసే వ్యక్తికి మొత్తం క్రెడిట్ పరిమితి రూ.5 లక్షలు ఉంటే, అతని వినియోగం ఆరోగ్యకరంగా కనిపిస్తుంది. ఈ వినియోగ నిష్పత్తి తక్కువగా ఉండటం స్కోర్ కు అనుకూలంగా పనిచేస్తుంది. కాబట్టి సమస్య కార్డుల సంఖ్యలో కాకుండా వాటి నిర్వహణలో ఉంటుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఐదు లేదా ఆరు కార్డులు కలిగి ఉండటం తప్ప కాదు. కానీ ప్రతి కార్డుకు వేర్వేరు గడువు తేదీలు, వార్షిక రుసుములు, రివార్సు నిర్మాణాలు, పెండింగ్ బాకీలు వంటి అంశాలను సక్రమంగా ట్రాక్ చేయకపోతే సమస్యలు మొదలవుతాయి. ఒక్కసారి అయినా బిల్లు చెల్లింపులో ఆలస్యం జరిగితే, క్రెడిట్ స్కోర్పై ప్రతికూల ప్రభావం పడటమే కాకుండా ఆలస్య రుసుములు, అధిక వడ్డీ భారంగా మారవచ్చు. ఈ చిన్న తప్పిదాలే దీర్ఘకాలంలో ఆర్థిక ఒత్తిడికి దారితీసే ప్రమాదం ఉంది. లైఫ్ టైమ్ ఫ్రీగా ఇచ్చే కార్డుల విషయంలో కూడా జాగ్రత్త అవసరమని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. ప్రారంభంలో అకర్నణీయంగా కనిపించినా, కాలక్రమేణా మీ ఖర్చు అలవాట్లు మారితే అవి పనికిరాకపోవచ్చు. కొన్ని కార్డులు నిష్క్రియంగా మారితే మోసాలకు గురయ్యే ప్రమాదం కూడా ఉంటుంది. కాబట్టి ఉపయోగంలో లేని కార్డులను సమీక్షించి అవసరమైతే మూసివేయడం మంచిదని సూచిస్తున్నారు. అదే సమయంలో ఎక్కువ క్రెడిట్ పరిమితి ఉండటం వల్ల తెలియకుండానే అధికంగా ఖర్చు చేసే ఉచ్చు కూడా ఉంటుంది. “పరిమితి ఉంది కదా” అనే భావనతో అదుపు తప్పిన ఖర్చులు చేయడం ఆర్థిక స్థిరత్వాన్ని దెబ్బతీస్తుంది. అయితే సరైన ప్రణాళికతో ఉపయోగిస్తే బహుళ కార్డులు ప్రయోజనకరంగా మారవచ్చు. ఒక కార్డు ప్రయోజన రివార్డులకు, మరొకటి నగదు రాయితీలకు, ఇంకొకటి విదేశీ ఖర్చులకు ఉపయోగపడేలా స్పష్టమైన ఉద్దేశ్యంతో వినియోగిస్తే లాభదాయకం. ప్రతి నెల పూర్తి బిల్లు చెల్లించడం వంటి అలవాట్లు ఉన్నవారికి మూడు నుంచి ఐదు కార్డులు సాధారణంగా నిర్వహించదగినవిగా భావిస్తారు. అయితే మీకు మీ మొత్తం క్రెడిట్ పరిమితి తెలియకపోతే, తరచూ చెల్లింపులు మిస్ అవుతుంటే, లేదా బిల్లింగ్ సమయంలో ఒత్తిడి పెరుగుతుంటే అది మీ వద్ద కార్డులు ఎక్కువగా ఉన్న సంకేతమని నిపుణులు స్పష్టం చేస్తున్నారు. మొత్తంగా సరైన సంఖ్య అనేది వ్యక్తిగత ఆర్థిక నియంత్రణ, ఖర్చు అలవాట్లు, చెల్లింపు క్రమశిక్షణపై ఆధారపడి ఉంటుందని వారు చెబుతున్నారు.

విషాదం నుంచి మైదానానికి రింకూ భారత్ సెమీస్ కు చేరదు: అమీర్



టీమిండియా యువ స్టార్ క్రికెటర్ రింకూ సింగ్ వ్యక్తిగత విషాదం మధ్య మరోసారి జట్టుతో కలవబోతున్నాడు. లివర్ క్యాన్సర్ తో పోరాడుతూ ఆయన తండ్రి ఖాన్ చంద్ సింగ్ ఫిబ్రవరి 27న కన్నుమూశారు. ఈ వార్త తెలుసుకున్న వెంటనే చెన్నైలో ఉన్న జట్టు శిబిరాన్ని విడిచిపెట్టి స్వగ్రామమైన అలీగఢ్ కు చేరుకున్న రింకూ, కుటుంబ సభ్యులతో కలిసి అంత్యక్రియల్లో పాల్గొన్నారు. వ్యక్తిగతంగా తీవ్ర విషాదంలో ఉన్నప్పటికీ, దేశం కోసం మైదానంలోకి దిగేందుకు ఆయన సిద్ధమవుతున్నాడు. సూపర్ ఎనిమిది దశలో కీలక పోరు ముందు జట్టు కోల్ కతాలో సమావేశం కానుండగా, రింకూ కూడా జట్టుతో కలుస్తాడని భారత క్రికెట్ నియంత్రణ మండలి కార్యదర్శి దేవజిత్ సైకియా వెల్లడించారు. కోల్ కతాలోని ఈడెన్ గార్డెన్స్ వేదికగా వెస్టిండీస్ తో జరగనున్న కీలక మ్యాచ్ రింకూ అందుబాటులో ఉండే అవకాశం ఉందని సమాచారం. ఈ పోరు టీమిండియాకు వర్చువల్ నాకౌట్ లాంటిదిగా భావిస్తున్నారు. ఈ మ్యాచ్ లో గెలిచిన జట్టు గ్రూప్ ఒకటిలో నుంచి దక్షిణాఫ్రికాతో పాటు సెమీఫైనల్ దశకు అర్హత సాధిస్తుంది. రింకూ సింగ్ కు ఇదే తొలి ప్రపంచకప్ కావడం విశేషం. మిడిల్ ఆర్డర్ లో బ్యాటింగ్ చేస్తున్న ఆయన ఈ టోర్నీలో ఇప్పటివరకు ఐదు మ్యాచ్ లో 24 పరుగులు



టీ20 ప్రపంచకప్ సూపర్ ఎనిమిది దశలో భాగంగా భారత్, వెస్టిండీస్ మధ్య జరగనున్న కీలక మ్యాచ్ ముందు పాకిస్తాన్ మాజీ పేసర్ మహమ్మద్ అమీర్ చేసిన వ్యాఖ్యలు క్రీడా వర్గాల్లో తీవ్ర చర్చనీయాంశంగా మారాయి. భారత్ ఈ మ్యాచ్ లో ఓడిపోతుందని, సెమీఫైనల్ రేసు నుంచి నిష్క్రమిస్తుందని ఆయన స్పష్టంగా వ్యాఖ్యానించడం అభిమానుల్లో ఆగ్రహాన్ని రేకెత్తించింది. ముఖ్యంగా కీలక దశలో జట్టు ఆత్మవిశ్వాసాన్ని దెబ్బతీసేలా మాట్లాడటం నరైంది కాదని పలువురు అభిప్రాయపడుతున్నారు. ఒక చర్చా కార్యక్రమంలో మాట్లాడిన అమీర్, భారత్ బ్యాటింగ్ విభాగం ఇటీవలి మ్యాచ్ లో ఆశించిన స్టాయిలో నిలకడగా ఆడలేదని వ్యాఖ్యానించాడు.

ఆసుపత్రి నుంచి వచ్చి జట్టును గెలిపించిన అభిషేక్

టీ20 ప్రపంచకప్ 2026లో డిఫెండింగ్ ఛాంపియన్ భారత్ మళ్లీ విజయాలు బాట పట్టింది. సూపర్ ఎనిమిది దశలో భాగంగా జింబాబ్వేతో జరిగిన కీలక మ్యాచ్ లో 72 పరుగుల భారీ తేడాతో ఘన విజయం సాధించి తమ సెమీఫైనల్ ఆశలను బలపరిచింది. గత మ్యాచ్ లో దక్షిణాఫ్రికా చేతిలో ఎదురైన ఓటమి తర్వాత ఒత్తిడిలోకి వెళ్లిన జట్టు ఈసారి సమష్టిగా రాణించి పుంజుకుంది. ఈ విజయానికి ప్రధాన కారణంగా నిలిచింది యువ ఓపెనర్ అభిషేక్ శర్మ ఆడిన బాధ్యతాయుతమైన అర్హతకం. కేవలం 30 బంతుల్లో 55 పరుగులు చేసి మ్యాచ్ ను భారత్ వైపు తిప్పేశాడు. గత కొన్ని మ్యాచ్ లుగా పరుగుల కోసం తడబడుతున్న అభిషేక్ ఈ ఇన్నింగ్స్ తో విమర్శలకు గురికాకుండా ఇచ్చాడు. మ్యాచ్ అనంతరం భారత క్రికెట్ నియంత్రణ మండలికి ఇచ్చిన ఇంటర్వ్యూలో తన భావోద్వేగాలను పంచుకున్నాడు. జట్టు తనకు కుటుంబంలాంటిదని, తాను విఫలమైనా తనన్ను సమ్మకం కోల్పోలేదని తెలిపాడు. “నేను పరుగులు చేయకపోయినా జట్టులో నా స్థానం పదిలమేనని, అన్ని మ్యాచ్ లు ఆడతావని చెప్పిన మద్దతు నాకు చాలా ధైర్యం ఇచ్చింది. ఆ విశ్వాసాన్ని నిలబెట్టుకోవడం ఎంతో ఆనందంగా ఉంది” అని చెప్పాడు. ఈ టోర్నీ ప్రారంభానికి ముందు అనారోగ్యంతో ఆసుపత్రిలో ఉన్నానని, మొదట్లో పూర్తి స్థాయిలో ఫిట్ గా లేనని అభిషేక్ వెల్లడించాడు. అయినప్పటికీ జట్టు సహచరులు, కోచ్ లు చూపిన సమ్మకం తనకు మానసిక బలం ఇచ్చిందని చెప్పాడు. ఈ మ్యాచ్ లో తన ఆటతీరును మార్చుకుని దూకుడుకు బదులుగా నియంత్రణతో బ్యాటింగ్ చేశాడు. ముఖ్యంగా స్ట్రైయట్ షాట్ తో ఎక్కువ పరుగులు సాధించడం అతని పరిణతినీ చూపించింది. అతని సంయమనంతో ఆడిన ఇన్నింగ్స్ మిడిల్ ఆర్డర్ పై ఒత్తిడి తగ్గించి జట్టుకు బలమైన స్కోరు అందించింది. ఈ విజయంతో ఆత్మవిశ్వాసాన్ని తిరిగి పొందిన భారత్ తదుపరి మ్యాచ్ ను వెస్టిండీస్ కు కోల్ కతాలో ఆడనుంది. సూపర్ ఎనిమిది దశలో ప్రతి మ్యాచ్ కీలకమైన నేపథ్యంలో జట్టు ఇదే ఉత్సాహాన్ని కొనసాగించాలని భావిస్తోంది. ఆసుపత్రి బెడ్ నుంచి మైదానంలో మ్యాచ్ విన్నర్ గా మారిన అభిషేక్ శర్మ కథ ప్రస్తుతం టోర్నీలో ప్రత్యేక ఆకర్షణగా మారింది.

విండీస్ తో భారత్ డూ ఆర్ డ్రై.. పరుగుల పిచ్ పై అసలు సిసలు ప్లేట్!

టీ20 ప్రపంచకప్ లో రేపు భారత్, వెస్టిండీస్ మధ్య జరగనున్న మ్యాచ్ వర్చువల్ క్వార్టర్ ఫైనల్ గా మారింది. సూపర్ ఎనిమిది దశలో భాగంగా జరిగే ఈ కీలక పోరుకు కోల్ కతాలోని ప్రఖ్యాత ఈడెన్ గార్డెన్స్ వేదికగా నిలుస్తోంది. ఇప్పటికే ఈ టోర్నీలో 200 పైచిలుకు స్కోరు నమోదైన పరుగుల పిచ్ పైనే ఈ మ్యాచ్ జరగనుండటంతో ఉత్సాహం మరింత పెరిగింది. గెలిచిన జట్టు సెమీస్ రేసులో ముందంజ వేయనుండగా, ఓడిన జట్టు దాదాపు ఇంటిముఖం పట్టి పరిస్థితి నెలకొంది. పిచ్ పరిస్థితులను పరిశీలించేందుకు క్రికెట్ అసోసియేషన్ ఆఫ్ బెంగాల్ అధ్యక్షుడు సౌరవ్ గంగూలి స్వయంగా మైదానాన్ని సందర్శించారు. భారత క్రికెట్ నియంత్రణ మండలి చీఫ్ క్యూరేటర్ ఆశిష్ భామిక్ తో పాటు స్థానిక క్యూరేటర్ సుజన్ ముఖర్జీతో ఆయన విస్తృతంగా చర్చలు జరిపాడు. పిచ్ తయారీపై సంతృప్తి వ్యక్తం చేసినట్లు సమాచారం. ఇది పరుగులకు అనుకూలమైన వికెట్ అయినప్పటికీ బౌలర్లకు కూడా కొంత మేర సహకారం లభిస్తుందని క్యూరేటర్ పేర్కొన్నారు. సాయంత్రం వేళల్లో మంచు ప్రభావం కూడా మ్యాచ్ ఫలితంపై కీలకంగా ఉండే అవకాశముంది. ఇదే మైదానంలో ఇటీవల జరిగిన మ్యాచ్ లో స్కాట్లాండ్ జట్టు ఇటలీపై 207 పరుగుల భారీ స్కోరు నమోదు చేసింది. పిచ్ కొంత పొడిగా ఉండే సూచనలు కనిపిస్తుండటంతో స్పిన్నర్లు ప్రభావం చూపే అవకాశం ఉంది. అదే సమయంలో మంచి బౌన్స్, క్యార్ లభించే ఈడెన్ పిచ్ పై భారత పేసర్లు రాణించే అవకాశము ఉంది. ఈ టోర్నీలో భారత్ కు ఇది ఈడెన్ లో తొలి మ్యాచ్ కాగా, వెస్టిండీస్ ఇప్పటికే ఇక్కడ రెండు మ్యాచ్ లు ఆడి విజయాలు సాధించింది. ఆ అనుభవం వారికి స్వల్ప ఆధిక్యాన్ని అందించవచ్చు. గత మ్యాచ్ లో దక్షిణాఫ్రికా చేతిలో వెస్టిండీస్ ఓటమిపాలవడం, మరోవైపు భారత్ జింబాబ్వేపై గెలవడం నేపథ్యంలో ఈ పోరు ‘డూ ఆర్ డ్రై’ గా మారింది. ఒక జట్టు సెమీస్ ఆశలను నిలబెట్టుకోవడానికి, మరో జట్టు ఆధిక్యాన్ని కొనసాగించేందుకు తలపడనున్న ఈ మ్యాచ్ క్రికెట్ అభిమానులకు అసలు సిసలు ప్లేట్ ను అందించనుంది

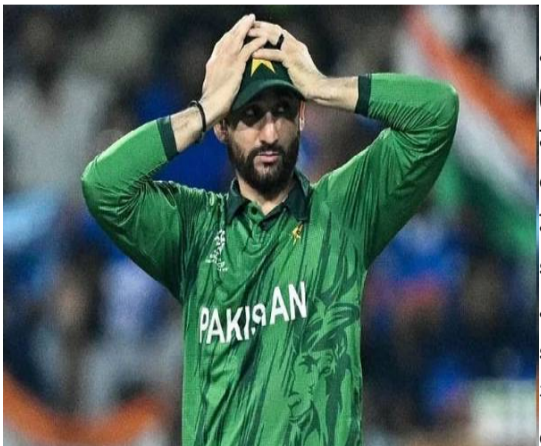
మార్చి 1 నుండి మారనున్న నిబంధనలు



ప్రతి నెల మొదటి తేదీకి కొన్ని ఆర్థిక, పరిపాలనా నిబంధనలు మారడం సాధారణమే అయినా, ఈ ఏడాది మార్చి 1 నుంచి దేశవ్యాప్తంగా సామాన్యుల జీవితాలపై ప్రత్యక్ష ప్రభావం చూపే పలు కీలక మార్పులు అమల్లోకి రానున్నాయి. గ్యాస్ ధరల సవరణల నుంచి రైల్వే టికెటింగ్ విధానం, మొబైల్ సిమ్ వినియోగ నియమాల వరకు పలు అంశాలు మారనున్న నేపథ్యంలో ప్రజల్లో ఆసక్తి నెలకొంది. ఈ మార్పులు నెలవారీ ఖర్చులపై ప్రభావం చూపే అవకాశముండటంతో “మీ జేబుకు చిల్లు పడనుందా?” అనే చర్చ మొదలైంది. ప్రతి నెల ఒకటి తేదీన చమురు మార్కెటింగ్ సంస్థలు ఇంధన ధరలను సమీక్షిస్తాయి. అంతర్జాతీయ మార్కెట్ పరిస్థితులు, ముడి చమురు ధరల మార్పులు, డాలర్ మారకం విలువ ఆధారంగా గ్యాస్ మరియు ఇతర

ఇంధనాల ధరలు సవరించబడతాయి. మార్చి 1 నుంచి వంటగ్యాస్ లివింగ్ ధరల్లో మార్పు వచ్చే అవకాశం ఉందని వాణిజ్య వర్గాలు చెబుతున్నాయి. అదే విధంగా వాహనాలకు వినియోగించే సి ఎన్ జి, గృహ అవసరాల పి ఎన్ జి, విమాన ఇంధనం ధరల్లో కూడా సవరణలు జరిగే సూచనలు కనిపిస్తున్నాయి. ఈ మార్పులు రవాణా ఖర్చులను ప్రభావితం చేసి పరోక్షంగా నిత్యావసర వస్తువుల ధరలపైనూ ప్రభావం చూపవచ్చు. ఇక రైల్వే ప్రయాణికుల కోసం భారతీయ రైల్వే కొత్త సాంకేతిక విధానాన్ని అందుబాటులోకి తీసుకువస్తోంది. ఇప్పటి వరకు వినియోగంలో ఉన్న ఆన్ లైన్ టికెటింగ్ సిస్టమ్ యూఎస్ ను నిలిపివేసి, దాని స్థానంలో ‘రైల్ వన్’ అనే నూతన వేదికను ప్రవేశపెట్టనుంది. మార్చి 1 నుంచి సాధారణ టికెట్టు బుక్ చేసుకునే వారు ఈ కొత్త వేదిక ద్వారానే టికెట్టు పొందాల్సి ఉంటుంది. మరింత వేగవంతమైన సేవలు, సులభమైన వినియోగం, డిజిటల్ చెల్లింపుల సౌకర్యం వంటి అంశాలతో ఈ మార్పు ప్రయాణికులకు ఉపయోగకరంగా ఉండనుందని అధికారులు చెబుతున్నారు. సైబర్ నేరాలు, మోసపూరిత సందేశాలు అరికట్టేందుకు కేంద్ర టెలికాం శాఖ కఠిన చర్యలకు సిద్ధమైంది. మార్చి 1 నుంచి ‘సిమ్-లైటింగ్’ విధానం తప్పనిసరి కానుంది. అంటే వినియోగదారులు తమ ఫోన్ లో ఉపయోగించే ప్రతి సందేశ యామ్ ఖాతాను ఆ ఫోన్ లో యాక్టివ్ గా ఉన్న సిమ్ కార్డుతో అనుసంధానం చేయాలి. దీని ద్వారా నకిలీ ఖాతాలు, మోసపూరిత కార్యకలాపాలను గణనీయంగా తగ్గించవచ్చని అధికారులు భావిస్తున్నారు. ఈ మార్పులన్నీ ఒకవైపు పారదర్శకత, భద్రత, సాంకేతిక మెరుగుదల దిశగా అడుగులుగా భావించినా, మరోవైపు సాధారణ ప్రజల నెలవారీ ఖర్చులపై ప్రభావం చూపే అవకాశం ఉందని ఆర్థిక నిపుణులు చెబుతున్నారు. అందువల్ల మార్చి నెల ఆరంభం నుంచే కొత్త నిబంధనలను గమనిస్తూ, వాటికి అనుగుణంగా ఆర్థిక ప్రణాళికలు సిద్ధం చేసుకోవాలని సూచిస్తున్నారు.

కెప్టెన్ కుటుంబాన్ని టార్గెట్ చేయడం సిగ్గుచేటు



టీ20 ప్రపంచకప్ లో పాకిస్తాన్ జట్టు పేలవ ప్రదర్శన కొనసాగుతున్న నేపథ్యంలో కెప్టెన్ నల్యాన్ అలీ ఆఫ్ఘానై తీవ్ర విమర్శలు వెల్లువెత్తుతున్నాయి. అయితే కొందరు అభిమానులు హద్దులు దాటి ఆయన కుటుంబాన్ని లక్ష్యంగా చేసుకోవడంపై జట్టు లెఫ్ట్ ఆఫ్ఘాన్ పేసర్ నల్యాన్ మీర్జా తీవ్రంగా స్పందించాడు. ఆటలో ఓటములు, విజయాలు సహజమని, కానీ ఆటగాళ్ల కుటుంబాలను వివాదాల్లోకి లాగడం అత్యంత సిగ్గుచేటు చర్య అని ఆయన ఆవేదన వ్యక్తం చేశాడు. మైదానంలో జరిగిన ప్రదర్శనపై విమర్శలు చేయడం వరకే పరిమితమవ్వాలని, వ్యక్తిగత జీవితాన్ని టార్గెట్ చేయడం క్రీడాస్ఫూర్తికి విరుద్ధమని పేర్కొన్నాడు. శ్రీలంకతో జరగనున్న కీలక సూపర్ ఎనిమిది మ్యాచ్ ముందు మీర్జా మాట్లాడుతూ, ప్రతి ఆటగాడు మైదానంలో తన శక్తివంతమైన లేకుండా ఉత్తమ ప్రదర్శన ఇవ్వాలనే ప్రయత్నిస్తాడని చెప్పాడు. అయితే ఏదో ఒక రోజు ప్రణాళికలు ఫలితంపొందే కుటుంబ సభ్యులను దూషించడం దారుణమని స్పష్టం చేశాడు. ఇలాంటి ఘటనలు జరగకూడదని, అభిమానులు బాధ్యతగా ప్రవర్తించాలని కోరాడు. ఇక సెమీఫైనల్ అవకాశాల విషయానికి వస్తే పాకిస్తాన్ పరిస్థితి సంక్లిష్టంగా మారింది. తమ చేతుల్లో ఏమీ లేదని మీర్జా అంగీకరించాడు. ఇవాళ శ్రీలంకపై భారీ తేడాతో గెలవడమే కాకుండా ఇంగ్లండ్ తమకు అనుకూలంగా రాణిస్తేనే సెమీస్ ఆశలు సజీవంగా ఉంటాయని వివరించాడు. అయినప్పటికీ జట్టు దృష్టి పూర్తిగా శ్రీలంకపై గెలిచే టోర్నీని సానుకూలంగా ముగించడంపైనే ఉందని తెలిపాడు. మరోవైపు ఇప్పటికే టోర్నీ నుంచి నిష్క్రమించిన శ్రీలంక జట్టు గౌరవప్రదమైన విజయంతో తమ ప్రయాణాన్ని ముగించాలని చూస్తోంది. ఆ జట్టు బౌలింగ్ కోడ్ రెన్ ఫెర్నినాండ్స్ మాట్లాడుతూ, టోర్నీ ఆరంభంలోనే స్టార్ ఆల్ రౌండ్లర్ వనిందు హసరంగ్ గాయంతో దూరం కావడం తమ ప్రణాళికలను దెబ్బతీసిందని పేర్కొన్నారు. ప్రపంచ స్టాయి ఆటగాడిని కోల్పోతే ఏ జట్టుకైనా సహజ తప్పవని, అతని స్థానాన్ని భర్తీ చేయడం అసాధ్యమని వ్యాఖ్యానించారు. టోర్నీలో ఆశించిన ఫలితాలు రాకపోయినా, పాకిస్తాన్ పై గెలిచేందుకు పూర్తి స్థాయిలో పోరాడతామని స్పష్టం చేశారు. దీంతో ఒక జట్టు సెమీస్ ఆశల కోసం, మరో జట్టు పరువు కోసం తలపడనుండటంతో ఈ మ్యాచ్ ఆసక్తికరంగా మారింది.

మళ్లీ ఎగబాకిన బంగారం ధర



పసిడి కొనుగోలు చేయాలనుకునే వారికి మరోసారి షాక్ తగిలింది. నిన్న స్వల్పంగా తగ్గిన బంగారం ధరలు ఒక్కరోజే ఊరటనిచ్చి ఇవాళ మళ్లీ పెరుగుదల బాట పట్టాయి. అంతర్జాతీయ మార్కెట్ లో ఒక్కరాత్రిలోనే నమోదైన గణనీయమైన పెరుగుదల దేశీయ ధరలపై ప్రత్యక్ష ప్రభావం చూపడంతో స్థానిక మార్కెట్ లో రేట్లు ఎగబాకాయి. ప్రపంచవ్యాప్తంగా బంగారం వినియోగంలో భారత్ అగ్రస్థానాల్లో ఉండటంతో అంతర్జాతీయ మార్కెటు ఇక్కడి మార్కెట్ పై వెంటనే ప్రతిబింబిస్తాయి. అధిక ధరల కారణంగా ఇటీవలి నెలల్లో దిగుమతులు కొంత తగ్గినట్లు నివేదికలు సూచిస్తున్నాయి. కూడా పెరుగుతున్న ధరలే వినియోగంపై ప్రభావం చూపుతున్నాయని ఇటీవల వెల్లడించింది. గత నెల చివర్లో కొంత తగ్గిన ధరలు మళ్లీ పెరుగుదల దిశగా సాగుతుండటం గమనార్హం. దేశీయంగా హైదరాబాద్ మార్కెట్ లో 22 క్యారెట్ల బంగారం ధర 10 గ్రాములకు రూ.500 పెరిగి ప్రస్తుతం రూ.1,48,100 వద్ద కొనసాగుతోంది. అదే సమయంలో 24 క్యారెట్ల బంగారం ధర రూ.550 పెరిగి రూ.1,61,570కు చేరింది. నిన్నటి తగ్గుదల తర్వాత మళ్లీ పెరుగుదల నమోదు కావడంతో కొనుగోలుదారులు ఆందోళన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. వివాహాల సీజన్ సమీపిస్తున్న నేపథ్యంలో ఈ పెరుగుదల మరింత భారం మోపే అవకాశముందని వ్యాపార వర్గాలు చెబుతున్నాయి. వెండి ధర మాత్రం ప్రస్తుతం స్థిరంగా ఉంది. హైదరాబాద్ లో కిలో వెండి రూ.2,95 లక్షల వద్ద కొనసాగుతోంది. ఫిబ్రవరి మధ్యలో రూ.2.60 లక్షలుగా ఉన్న ధర కేవలం పది రోజుల్లోనే రూ.35 వేల మేర పెరగడం మార్కెట్ లో చర్చనీయాంశమైంది. అయితే జనవరి చివర్లో నమోదైన అత్యధిక స్థాయితో పోలిస్తే ప్రస్తుత ధరలు కొంత తక్కువగానే ఉన్నాయి. అంతర్జాతీయ మార్కెట్ లో స్వీట్ గోల్డ్ ధర టెన్లుకు సుమారు 5,280 డాలర్లకు చేరగా, వెండి ధర 94 డాలర్ల వద్ద ప్రేక్షిస్తుంది. ఈ పరిస్థితుల్లో దేశీయ మార్కెట్ లో రాబోయే రోజుల్లో కూడా ధరలు మార్పులకు లోనయ్యే అవకాశముందని బులియన్ వర్గాలు అంచనా వేస్తున్నాయి.

సినీమా

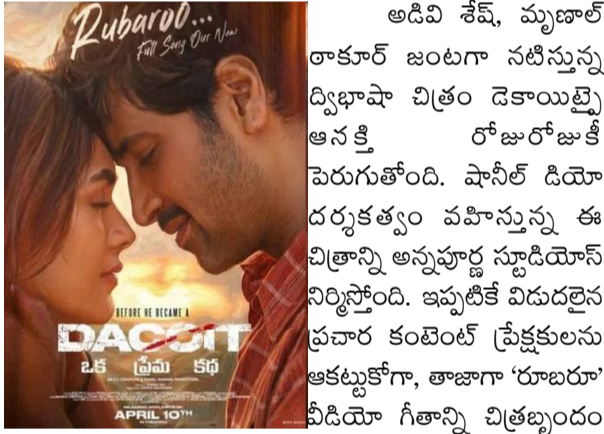
బాలయ్య ఉవివేక్ ఆత్రేయ కాంబో హాట్ టాపిక్.. భారీ ప్రాజెక్ట్లై చర్చలు



గాడ్ ఆఫ్ మాసెనిగా అభిమానుల మనసుల్లో ప్రత్యేక స్థానం సంపాదించుకున్న నందమూరి బాలకృష్ణ ప్రస్తుతం పరుస విజయాలతో టాలీవుడ్లో దూసుకుపోతున్నారు. గత కొన్నేళ్లుగా ఆయన నటించిన చిత్రాలు బాక్సాఫీస్ వద్ద మంచి వసూళ్లు సాధించడంతో బాలయ్య మార్కెట్ మరింత బలపడింది. మాస్ ఇమేజ్, ఎన్టీఆర్ స్టైల్ ప్రజెన్స్ తో ప్రేక్షకులను అలరిస్తూ నిర్మాతల ఫస్ట్ ఛాయిస్ గా మారారు. ఈ నేపథ్యంలో బాలకృష్ణకు సంబంధించిన మరో ఆసక్తికర ప్రాజెక్ట్ ఇండస్ట్రీలో హాట్ టాపిక్ గా మారింది. యువ దర్శకుడు వివేక్ ఆత్రేయతో బాలయ్య సినిమా దాదాపు ఖరారైనట్లు ప్రచారం వినిపిస్తోంది. విభిన్నమైన కథలతో తనకంటూ ప్రత్యేక గుర్తింపు తెచ్చుకున్న వివేక్ ఆత్రేయ, ఈసారి బాలయ్య మాస్ ఇమేజ్ కు తగ్గట్టుగా భారీ కథను సిద్ధం చేసినట్లు సమాచారం. కథ వ్యాప్తి చాలా పెద్దదిగా ఉండటంతో దీనిని ఒకే భాగంగా తీసుకురావాలా, లేక రెండు భాగాలుగా రూపొందించాలా అన్న అంశంపై చర్చలు అంతం చేయలేక చర్చలు జరుగుతున్నాయని ఇండస్ట్రీ వర్గాలు చెబుతున్నాయి. అధికారిక ప్రకటన వెలువడకపోయినా, ప్రాజెక్ట్ స్థాయి మాత్రం భారీగా ఉండటంతోనే టాక్ బలంగా వినిపిస్తోంది. ఇదిలా ఉండగా,

బాలకృష్ణ ఇప్పటికే దర్శకుడు గోపిచంద్ మలిినేనితో మరో చిత్రం చేస్తున్నారు. మొదట ఈ కథ పీరియాడిక్ నేపథ్యంతో మహారాజు పాత్రలో బాలయ్య కనిపించనున్నారని వార్తలు వచ్చినప్పటికీ, బడ్జెట్ పరిమితుల కారణంగా కథలో మార్పులు చేసినట్లు తెలుస్తోంది. తాజా సమాచారం ప్రకారం ఈ చిత్రంలో బాలయ్య ముంబై బ్యాక్ డ్రాప్ లో మాఫియా దాస్ పాత్రలో కనిపించనున్నారని ప్రచారం సాగుతోంది. ఈ ప్రాజెక్ట్ మార్చి 5న ప్రారంభం కానుండగా, దసరా సందర్భంగా విడుదల చేయాలని మేకర్స్ యోచిస్తున్నట్లు సమాచారం. మలిినేని స్టైల్ మాస్ యాక్షన్ ఎంటర్టైన్మెంట్ గా ఈ చిత్రం తెరకెక్కుతుందని చెబుతున్నారు. మరోవైపు, బాలయ్య ఉవివేక్ ఆత్రేయ కాంబినేషన్ చిత్రాన్ని మైత్రి మావీ మేకర్స్ నిర్మించనున్నట్లు ఇండస్ట్రీ వర్గాలు చెబుతున్నాయి. మాస్ హీరో బాలయ్యను సాఫ్ట్, భావోద్వేగ కథలకు పేరుగాంచిన వివేక్ ఆత్రేయ ఎలా కొత్త కోణంలో చూపిస్తారో అన్న ఆసక్తి అభిమానుల్లో పెరుగుతోంది. వివేక్ ఆత్రేయ ఇప్పటికే ట్రోచేవారెవరూ, అంటే సుందరానికి వంటి చిత్రాలతో తన ప్రత్యేక ముద్ర వేసుకున్నారు. క్లీన్ కామెడీ, భావోద్వేగాలకు ప్రాధాన్యం ఇచ్చే కథన శైలితో ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకున్నారు. అలాంటి దర్శకుడు ఇప్పుడు బాలయ్య మాస్ ఇమేజ్ ను ఎలా మలుస్తారో చూడాలని సినిప్రియులు ఆసక్తిగా ఎదురుచూస్తున్నారు. ఇక గతంలో వివేక్ ఆత్రేయ సూపర్ స్టార్ రజనీకాంత్ కు ఒక కథ వినిపించారనే ప్రచారం కూడా వినిపించినప్పటికీ, దానిపై ఎలాంటి అధికారిక సమాచారం లేదు. మొత్తానికి బాలయ్య ఉవివేక్ ఆత్రేయ కలయిక నిజమైతే, ఇది బాలకృష్ణ కెరీర్ లో విస్తృతమైన, విభిన్నమైన ప్రాజెక్ట్ గా నిలిచే అవకాశముందని విశ్లేషకులు భావిస్తున్నారు. అధికారిక ప్రకటన కోసం ఇండస్ట్రీలో పాటు అభిమానులు ఆసక్తిగా ఎదురుచూస్తున్నారు.

కొత్త రిలీజ్ డేట్ ఫిక్స్ చేసుకున్న డెకాయట్.. బాక్సాఫీస్ వద్ద పోటీ తప్పదా?



అడివి శేష్, మృణాల్ తాకూర్ జంటగా నటిస్తున్న ద్వితీయ చిత్రం డెకాయట్ అసక్తి రోజురోజుకీ పెరుగుతోంది. షాన్ డియో దర్శకత్వం వహిస్తున్న ఈ చిత్రాన్ని అన్నపూర్ణ స్టూడియోస్ నిర్మిస్తోంది. ఇప్పటికే విడుదలైన ప్రచార కంటెంట్ ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకోగా, తాజాగా 'రుబారు' వీడియో గీతాన్ని చిత్రబృందం విడుదల చేసింది. ఇదే సందర్భంగా కొత్త విడుదల తేదీని కూడా ప్రకటించడం సినీ వర్గాల్లో చర్చనీయాంశమైంది. "మోసం అంటే ఏంటో తెలియని వయసులో నిన్ను ప్రేమించినా..." అంటూ జైల్లో ఉన్న కథానాయకుడి భావోద్వేగాలతో ప్రారంభమయ్యే ఈ గీతం సంగీత ప్రియులను అలరిస్తోంది. డెకాయట్ గా మారకముందు అతని జీవితంలో చోటుచేసుకున్న ప్రేమకథను ఈ గీతంలో చూపించారు. ప్రేమలో మునిగిపోయిన యువకుడు ఎలా భగ్ను ప్రేమికుడిగా మారి, చివరికి డెకాయట్ గా మారాడన్న ఆసక్తిని గీతం రేకెత్తిస్తోంది. ఈ వెంట్రో డి.వి. సినిమాలో స్వరాలు సమకూర్చగా, చివరకు శ్రీపాదతో కలిసి అందించారు. "మళ్ళీ మళ్ళీ నిన్నే చూడాలని అంటున్నది మనసే..." అంటూ భాస్కర్ భట్ల రవికుమార్ అందించిన అర్ధవంతమైన సాహిత్యం

ప్రేమలో ఉన్నప్పుడు హీరో మనసులోని భావాలను అందంగా ప్రతిబింబించింది. వినడానికి మాత్రమే కాకుండా చూడటానికి కూడా ఈ గీతం ఎంతో ఆకర్షణీయంగా నిలిచింది. అడివి శేష్ -- మృణాల్ తాకూర్ జంట చూడముచ్చటగా కనిపించగా, వీరిద్దరి మధ్య కెమిస్ట్రీ బాగా కుదిరినట్లు స్పష్టమైంది. అంతగా ప్రేమించుకున్న జంట ఎందుకు విడిపోయారు? కథానాయిక పాత్ర ఎందుకు మోసం చేసింది? హీరో డెకాయట్ గా ఎలా మారాడు? అనే ప్రశ్నలకు సమాధానం తెలుసుకోవాలంటే సినిమా చూడాల్సిందేనే ఆసక్తిని చిత్రబృందం పెంచుతోంది. మొదట ఈ చిత్రాన్ని ఊది సందర్భంగా మార్చి 19న విడుదల చేయాలని భావించినప్పటికీ, కొన్ని కారణాల వల్ల వాయిదా వేసి సెప్టెంబర్ 10న థియేటర్లలో విడుదల చేయనున్నట్లు ప్రకటించారు. అయితే ఇదే తేదీని స్వయంభు విడుదల కానుందనే ప్రచారం జరుగుతున్న నేపథ్యంలో బాక్సాఫీస్ వద్ద ఆసక్తికర పోటీ ఉండే అవకాశముంది. సుప్రియ యార్లగడ్డ నిర్మిస్తున్న ఈ చిత్రంలో అనురాగ్ కశ్యప్ కీలక పాత్రలో నటిస్తున్నారు. అలాగే ప్రకాశ్ రాజ్, సునీల్, అతుల్ కులకర్ణి, జైన్ మేరీ ఖాన్, కామాక్షి భాస్కర్ తదితరులు ఇతర ముఖ్య పాత్రల్లో కనిపించనున్నారు. రెండు విభిన్నమైన కథలతో వస్తున్న ఈ చిత్రాలు ఒకే రోజున విడుదలైతే, ప్రేక్షకుల స్పందన ఎలా ఉంటుందన్నది ఆసక్తికరంగా మారింది. మొత్తానికి డెకాయట్ కొత్త విడుదల తేదీతో సెప్టెంబర్ రేస్ లో నిలవనుండగా, బాక్సాఫీస్ పోటీపై సినీప్రియులు ఉత్సాహం ఎదురుచూస్తున్నారు.

'వెంకటప్పయ్య నాయుడు' గా కలెక్షన్ కింగ్..

- 'శ్రీనివాస మంగపురం' నుంచి ఫస్ట్ లుక్ విడుదల

కలెక్షన్ కింగ్ డాక్టర్ మోహన్ బాబు మరోసారి వెండితెరపై తన గంభీరమైన నటనతో అలరించేందుకు సిద్ధమవుతున్నారు. శ్రీనివాస మంగపురం పేరుతో తెరకెక్కుతున్న ఈ ప్రతిష్టాత్మక చిత్రానికి అజయ్ భూపతి దర్శకత్వం వహిస్తున్నారు. తాజాగా ఈ చిత్రంలో మోహన్ బాబు పోషిస్తున్న "వెంకటప్పయ్య నాయుడు" పాత్రకు సంబంధించిన ఫస్ట్ లుక్ పోస్టర్ ను చిత్రబృందం విడుదల చేయగా, అది అభిమానుల్లో భారీ ఆసక్తిని రేకెత్తిస్తోంది. పోస్టర్ లో మోహన్ బాబు రాజునతో, గంభీరమైన వ్యక్తిత్వంతో కనిపిస్తూ పాత్ర బలం ఏమిటో తెలియజేస్తున్నారు. గర్వం, ధైర్యం, ప్రభావం కలగలిపిన నాయకుడి పాత్రలో ఆయన కనిపించబోతున్నారని చిత్ర యూనిట్ వెల్లడించింది. గతంలో మహానముద్రం, మంగళవారం వంటి విభిన్న కథాచిత్రాలతో తనకంటూ ప్రత్యేక శైలిని ఏర్పరచుకున్న అజయ్ భూపతి, ఈసారి మోహన్ బాబును మరింత శక్తివంతమైన కోణంలో చూపించనున్నారని సమాచారం. ఈ చిత్రంతో జరుక్కున్న ఘట్టమనేని వెండితెరక పరిచయం కానుండటం విశేషం. సూపర్

స్టార్ కృష్ణ మనవడు, రమేష్ బాబు కుమారుడైన ఆయన తొలి చిత్రంగానే ఈ భారీ ప్రాజెక్ట్ ఎంచుకోవడం సినీ వర్గాల్లో చర్చనీయాంశమైంది. కథానాయికగా బాలీవుడ్ నటి రవీనా టాండన్ కుమార్తె రాశా ధదాని నటిస్తుండటం చిత్రానికి మరింత ఆకర్షణగా మారింది. ప్రముఖ నిర్మాతలు అశ్వినీదత్, జెమిని కిరణ్ ఈ చిత్ర నిర్మాణంలో భాగస్వాములవుతున్నారు. సంగీతాన్ని భావోద్వేగాలు, శక్తివంతమైన పాత్రల మధ్య ఘర్షణలు, గ్రామీణ నేపథ్యంలోని రాజకీయ అంశాలు ఈ చిత్రానికి ప్రధాన ఆకర్షణలుగా ఉండనున్నట్లు తెలుస్తోంది. మొత్తానికి వెంకటప్పయ్య నాయుడు గా మోహన్ బాబు ఫస్ట్ లుక్ విడుదలతోనే చిత్రంపై భారీ అంచనాలు నెలకొన్నాయి. అనుభవం గల నటుడు, ప్రత్యేక శైలి పేరుగాంచిన దర్శకుడు కలయికలో వస్తున్న ఈ చిత్రం ప్రేక్షకులను ఎంతవరకు ఆకట్టుకుంటుందో చూడాలి. అభిమానులు అయితే అధికారిక విడుదల తేదీ కోసం ఆసక్తిగా ఎదురుచూస్తున్నారు.

శ్రీవిష్ణు 'మృత్యుంజయ' ట్రైలర్ వచ్చేసింది..

- ఎన్టీఆర్ చేతుల మీదుగా లాంచ్ అయిన ఇన్వెస్టిగేటివ్ డ్రైలర్



టాలీవుడ్ వెర్సైల్ నటుడు శ్రీవిష్ణు, రెబా మోనికా జాన్ జంటగా నటిస్తున్న ఇన్వెస్టిగేటివ్ క్రైమ్ డ్రైలర్ మృత్యుంజయ ట్రైలర్ తాజాగా విడుదలై సినీప్రియుల్లో భారీ అంచనాలను రేకెత్తిస్తోంది. ఈ ట్రైలర్ ను 'మ్యాన్ ఆఫ్ మాసెని'గా పేరుగాంచిన జూనియర్ ఎన్టీఆర్ డిజిటల్ వేదికగా విడుదల చేసి చిత్రబృందానికి శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. ట్రైలర్ విడుదలతోనే చిత్రంపై చర్చలు ఉపయోగపడ్డాయి. సుకుమార్ శిష్యుడు శ్రీ హుస్సేన్ షా కిరణ్ దర్శకత్వంలో తెరకెక్కిన ఈ చిత్రంలో శ్రీవిష్ణు ఒక భిన్నమైన పాత్రలో కనిపించనున్నారు. క్రైమ్ బ్యూరోలో ఉద్యోగం పొందలేకపోయినా, తన తెలివితేటలు, పరిశోధన నైపుణ్యాలతో క్లిష్టమైన మిస్టరీని ఛేదించే ఇన్వెస్టిగేటివ్ అధికారి పాత్రలో ఆయన పవర్ ఫుల్ గా కనిపిస్తున్నారు. ట్రైలర్ లో చూపించిన సస్పెన్స్ ఎలిమెంట్స్, వేగవంతమైన కట్టుబాటు, గంభీరమైన నేపథ్య సంగీతం కథపై ఆసక్తిని మరింత పెంచాయి.

ఒక సాధారణ వ్యక్తి ఎలా అసాధారణ కేసును ఛేదించాడన్న అంశం ఈ చిత్రానికి ప్రధాన బలం కానుందనే సంకేతాలు ట్రైలర్ లో కనిపిస్తున్నాయి. గతంలో సామజవరగమన వంటి విజయవంతమైన చిత్రంతో ప్రేక్షకులను అలరించిన శ్రీవిష్ణు - రెబా మోనికా జాన్ జంట మరోసారి కలిసి నటించడం ఈ సినిమాకు అదనపు ఆకర్షణగా మారింది. ఇద్దరి మధ్య సన్నివేశాలు, భావోద్వేగ క్షణాలు ట్రైలర్ లో హైలైట్ గా నిలిచాయి. సస్పెన్స్, భావోద్వేగం, యాక్షన్ వేళవిపులతో కథ నడవబోతుందన్న సంకేతాలు స్పష్టంగా కనిపిస్తున్నాయి. ఈ చిత్రానికి కాశ్ టైలర్ సంగీతం అందించగా, ప్రముఖ ఎడిటర్ శ్రీకర్ ప్రసాద్ తన కత్తిరింపు నైపుణ్యంతో సినిమాకు మరింత ఉత్సాహం జోడించినట్లు తెలుస్తోంది. సందీప్ గుణ్ణం, వినయ్ చిలకపాటి నిర్మిస్తున్న ఈ చిత్రం సాంకేతికంగా కూడా ఉన్నత ప్రమాణాలతో రూపొందినట్లు చిత్రబృందం చెబుతోంది. ఇప్పటికే 'విష్ణు వినాయకం' చిత్రంతో మంచి విజయాన్ని అందుకున్న శ్రీవిష్ణు, తక్కువ వ్యవధిలోనే మరో కొత్త కథతో ప్రేక్షకుల ముందుకు రావడం విశేషం. మార్చి 6న విడుదలకు సిద్దమవుతున్న 'మృత్యుంజయ' సస్పెన్స్ డ్రైలర్ ప్రేమికులకు సరికొత్త అనుభూతిని అందిస్తుందని చిత్రబృందం ధీమా వ్యక్తం చేస్తోంది. ట్రైలర్ కు వస్తున్న స్పందనను చూస్తే విడుదల రోజున థియేటర్లలో మంచి స్పందన లభించే అవకాశాలు కనిపిస్తున్నాయి. మొత్తానికి ఎన్టీఆర్ చేతుల మీదుగా లాంచ్ అయిన ఈ ట్రైలర్ సినిమాపై అంచనాలను మరింత పెంచినదే చెప్పాలి.

స్టిలీస్ లో వివేక్ ఒబేరాయ్ ఫస్ట్ లుక్



పాన్ ఇండియా స్టార్ ప్రభాస్, స్టార్ దర్శకుడు సందీప్ రెడ్డి వంగా కలయికలో రూపొందుతున్న హై రేంజ్ యాక్షన్ డ్రైలర్ స్పిరిట్ పై అంచనాలు ఎక్కువగా పెరుగుతున్నాయి. తాజాగా చిత్రబృందం విడుదల చేసిన విల్స్ ఫస్ట్ లుక్ పోస్టర్ సోషల్ మీడియాలో సంచలనం సృష్టిస్తోంది. బాలీవుడ్ నటుడు వివేక్ ఒబేరాయ్ ఈ చిత్రంలో ప్రత్యయకుడిగా నటిస్తున్న విషయం తెలిసింది. "వన్ బ్యాండ్ హ్యాబిట్ ఇన్ స్పిరిట్ మోడ్" అనే ట్యాగ్ లో విడుదలైన పోస్టర్ లో ఆయన నోట్లో సిగార్ పట్టుకుని గంభీరంగా, స్టైలిష్ గా కనిపించారు. పోస్టర్ ను బట్టి చూస్తే ఆయన ఓ శక్తివంతమైన దాస్ పాత్రలో కనిపించనున్నట్లు అర్థమవుతోంది. అయితే పోస్టర్ లో వివేక్ ఒబేరాయ్ వక్రం కనిపించిన యువతి ఎవరు? అనే చర్చ సోషల్ మీడియాలో జోరుగా సాగుతోంది. ఆమె పేరు ఐశ్వర్య దేవాయ్. యూనివర్సిటీ ఆఫ్ మేరిల్యాండ్ లో మార్కెటింగ్ లో పట్టా పొందిన ఈ ఇండో-అమెరికన్ నటి, బాలీవుడ్ చిత్రం గల్లీ బాయ్ లో నటించి గుర్తింపు పొందారు.

అలాగే 'రాట్ ఇన్ ద కిచెన్' అనే షార్ట్ ఫిల్మ్ ద్వారా ఉత్తమ సహాయ నటిగా అవార్డు అందుకున్నారు. ఇప్పుడు 'స్పిరిట్' చిత్రంతో తెలుగు ప్రేక్షకులకు పరిచయం అవుతున్నారు. పోస్టర్ లో విల్స్ పాత్రలో కలిసి కనిపించడం వల్ల సినిమాలో ఆమెకు కీలక పాత్ర ఉండే అవకాశాలు ఉన్నాయని సినీ వర్గాలు చెబుతున్నాయి. ఒక్క పోస్టర్ తోనే ఆమెకు మంచి క్రేజ్ ఏర్పడింది. ఈ చిత్రంలో ప్రభాస్ సరసన త్రిప్లి డిప్లీ కథానాయికగా నటిస్తున్నారు. ఇప్పటికే విడుదలైన టీజర్, పాత్రల లుక్స్ ప్రేక్షకుల్లో ఆసక్తిని రేకెత్తించాయి. విలక్షణ నటుడు ప్రకాశ్ రాజ్ కీలక పాత్రలో కనిపించనుండగా, సీనియర్ నటి కాంచన కూడా ప్రధాన పాత్రలో నటిస్తున్నారు. ఈ చిత్రాన్ని టీ-సీరీస్ ఫిల్మ్స్, భద్రకాళి పిక్చర్స్ సంస్థలపై భూషణ్ కుమార్, ప్రభయ్ రెడ్డి వంగా, క్రిష్ణ కుమార్ నిర్మిస్తున్నారు. మాఫియా నేపథ్యంతో పాటు పోలీస్ డ్రామా అంశాలను మేళవిచి తెరకెక్కుతున్న ఈ చిత్రంలో ప్రభాస్ ఇప్పటివరకు చూడని విధంగా ఓ పవర్ ఫుల్ పోలీస్ అధికారిగా కనిపించనున్నారు. ముఖ్యంగా పోలీస్ అధికారి అయిన హీరో జైలుకు వెళ్లే సన్నివేశం కథపై మరింత ఉత్సాహం పెంచుతోంది. భారీ బడ్జెట్ తో పాన్ ఇండియా స్థాయిలో రూపొందుతున్న ఈ చిత్రం తెలుగు, హిందీ, తమిళం, కన్నడ, మలయాళం భాషలతో పాటు విదేశీ భాషల్లోనూ విడుదల కానుంది. వచ్చే ఏడాది మార్చి 5న ప్రేక్షకుల ముందుకు రానున్న ఈ చిత్రం బాక్సాఫీస్ వద్ద ఎలాంటి సంచలనాలు సృష్టిస్తుందో చూడాలి.

'ధురంధర్ 2' రన్ టైమ్ వైరల్



బాలీవుడ్ స్టార్ హీరో రజవీర్ సింగ్ ప్రధాన పాత్రలో, దర్శకుడు ఆదిత్య ధర్ దర్శకత్వంలో తెరకెక్కిన భారీ యాక్షన్ స్పై డ్రైలర్ ధురంధర్: ది రివేంజ్ విడుదలకు సిద్దమవుతోంది. అయితే ప్రస్తుతం ఈ సినిమా రన్ టైమ్ వివరాలు సోషల్ మీడియాలో వైరల్ గా మారాయి. సెంట్రల్ టోర్ ఆఫ్ ఫిల్మ్ సర్టిఫికేషన్ ఈ చిత్రానికి యూ/వి 16 షన్ సర్టిఫికేట్ జారీ చేసినట్లు సమాచారం. అలాగే ఈ సినిమా నిడివి మొత్తం 220 నిమిషాలుగా ఉన్నట్లు తెలుస్తోంది. అంటే దాదాపు 3 గంటల 40 నిమిషాల సుదీర్ఘ రన్ టైమ్ తో ప్రేక్షకుల ముందుకు రానుంది. మొదటి భాగంతో పోలిస్తే ఇది మరింత ఎక్కువ నిడివి కలిగి ఉండటం విశేషం. ప్రస్తుత కాలంలో అత్యంత సుదీర్ఘ నిడివి కలిగిన చిత్రాల జాబితాలో ఇది ఒకటిగా నిలిచే

అవకాశం ఉందని సినీ వర్గాలు చెబుతున్నాయి. కథ విషయానికి వస్తే, మొదటి భాగంలో గ్యాంగ్స్టర్ రెహమాన్ డక్షిన్ ను అంతం చేసిన తర్వాత హమ్మా అలీ మజార్ పాత్రలో రజవీర్ సింగ్ తన తదుపరి లక్ష్యమైన ఐఎస్ఐ హ్యాకర్ బద్ సాబ్ అలియాస్ మేజర్ ఇక్బాల్ ను ఎలా ఎదుర్కొంటాడు అనే ఉత్సాహకర పాట అంశాలతో ఈ సీక్వెల్ కొనసాగుతుంది. రజవీర్ సింగ్ తో పాటు ఈ చిత్రంలో సంజయ్ దత్, ఆర్ మాధవన్, అక్బయ్ ఖన్నా, అర్జున్ రాంబోట్ వంటి ప్రముఖ నటులు కీలక పాత్రల్లో నటిస్తున్నారు. సారా అర్జున్ కథానాయికగా కనిపించనుంది. భారీ స్థాయిలో రూపొందిన ఈ యాక్షన్ ఎంటర్టైనర్ మార్చి 19, 2026న ప్రపంచవ్యాప్తంగా గ్రాండ్ గా విడుదల కానుంది. అదే రోజున కన్నడ స్టార్ యష్ నటిస్తున్న టాక్విక్ కూడా విడుదలవుతుండటంతో బాక్సాఫీస్ వద్ద ఈ రెండు భారీ చిత్రాల మధ్య గట్టి పోటీ నెలకొననుంది. ప్రేక్షకులు ఏ సినిమాకు ఎక్కువగా మద్దతు ఇస్తారో చూడాలి.

బ్రేకప్ పై ప్రియా భవాని శంకర్ స్పందన

తెలుగు, తమిళ చిత్రవరల్దంలో తన అందం, అభినయంతో గుర్తింపు తెచ్చుకున్న హీరోయిన్ ప్రియా భవాని శంకర్ తాజాగా తన వ్యక్తిగత జీవితంపై ఓపెన్ అయ్యింది. ఇటీవల ఇచ్చిన ఇంటర్వ్యూలో కాలేజీ రోజుల్లో జరిగిన ప్రేమ, క్రేజ్ గురించి ఆమె చేసిన వ్యాఖ్యలు సోషల్ మీడియాలో చర్చనీయాంశమయ్యాయి. హీరోయిన్ తమ వ్యక్తిగత విషయాలను ధైర్యంగా పంచుకుంటున్న ఈ కాలంలో ప్రియా భవాని శంకర్ కూడా తన అనుభవాన్ని స్పష్టంగా వెల్లడించింది. మొదట న్యూస్ రీడర్ కెరీర్ ప్రారంభించిన ఆమె, 2014లో టెలివిజన్ సీరియల్ ద్వారా నటనలోకి అడుగుపెట్టింది. అనంతరం 2017లో విడుదలైన మేధూ మన్ సినిమాతో తమిళ చిత్రరంగానికి ప్రవేశించింది. తెలుగులో కన్యాశుభం కమనీయం చిత్రంతో పరిచయమై ప్రేక్షకులను మెప్పించింది. ప్రస్తుతం తెలుగు, తమిళం, కన్నడ, మలయాళం భాషల్లో పరుస అవకాశాలతో బిజీగా కొనసాగుతోంది. ఇటీవల ఓ ఇంటర్వ్యూలో మాట్లాడుతూ కాలేజీ సమయంలో ఒక యువకుడిని ప్రేమించానని, అయితే అతనికి విద్యార్థి లెవెల్ వరకు వచ్చి ఆ బంధాన్ని ముగించాల్సి వచ్చిందని తెలిపింది. అతడు పలువురు అమ్మాయిలతో సన్నిహితంగా ఉండటం తనకు నచ్చలేదని, అలాంటి బంధంలో ఎక్కువకాలం కొనసాగడం సరికాదని స్పష్టం చేసింది. ఆరోగ్యకరమైన సంబంధం అంటే పరస్పర నమ్మకం, గౌరవం అవసరమని ఆమె పేర్కొంది. విషయాంతమైన బంధాలను ధైర్యంగా ముగించుకోవాలి ముందుకు సాగాలని యువతకు సూచించింది.