

ఆక్రమణలపై ఉక్కుపాదం

- ◆ ఆక్రమణలు వదిలి గౌరవంగా తప్పుకోండి: సీఎం రేవంత్ రెడ్డి
- ◆ కొందరు పెద్దలు ప్రాజెక్టుల వద్ద ఫాంహౌస్ లు కడుతున్నారు
- ◆ ఫాంహౌస్ లు నుంచి నుంచి వచ్చే డ్రైనేజీని చెరువుల్లో కలుపుతున్నారు
- ◆ నాలాల ఆక్రమణలతో ఉప్పెనలా వరదలు వస్తున్నాయి
- ◆ దీంతో పేదల ఇళ్లు మునుగుతున్నాయి..పేదలకు నష్టం కలుగుతుంది



హైదరాబాద్-నవభూమిబ్యూరో: కొందరు పెద్దలు ప్రాజెక్టుల వద్ద ఫాంహౌస్ లు కడుతున్నారని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి అన్నారు. తెలంగాణ పోలీసు అకాడమీలో నిర్వహించిన పాసింగ్ అవుట్ పరేడ్ లో ఆయన ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొని మాట్లాడారు. 'ఫాంహౌస్ లు నుంచి నుంచి వచ్చే డ్రైనేజీని గండ్డిపేటలో కలుపుతున్నారు. నాలాల ఆక్రమణలతో ఉప్పెనలా వరదలు వస్తున్నాయి. దీంతో పేదల ఇళ్లు మునుగుతున్నాయి. చెరువులను ఆక్రమణల నుంచి విడిపించేందుకే హైదరాబాద్ పురపాలక సంఘం ఆక్రమణలు వదిలి గౌరవంగా తప్పుకోండి. వాటిని కూల్చే బాధ్యత తీసుకుంటాం. కూల్చేవేళలపై స్టే తెచ్చుకున్నాం. కోర్టుల్లో కొట్లాడతాం. హైదరాబాద్ కాలుష్యం సర్దిబట్టడం చేరుకోంది. ఆక్రమణలు తొలగించి మూసీ రివర్ ప్రాంతం అభివృద్ధి చేస్తాం. ఇక్కడి పరివాహక ప్రాంతంలో పేదల ఆక్రమణలు ఉన్నాయి. వారి పట్ల ప్రభుత్వం మానసహా ధోరణితో వ్యవహరిస్తుంది. మూసీ వెంట ఉన్న

262 అక్రమ నిర్మాణాలు కూల్చివేశాం

- ◆ ఆక్రమణదారుల నుంచి వంద ఎకరాలకు పైగా స్థలం స్వాధీనం
- ◆ జీహెచ్ఎస్సీ పరిధిలో మొత్తం 23 ప్రాంతాల్లో 262 అక్రమ నిర్మాణాలను కూల్చివేసి 111.72 ఎకరాల భూమిని స్వాధీనం
- ◆ ప్రభుత్వానికి నివేదిక సమర్పించిన హైద్రా కమిషన్ రంగనాథ్



హైదరాబాద్-నవభూమిబ్యూరో: అన్యకాంతమైన ప్రభుత్వ భూములను, చెరువులను పరిరక్షించేందుకు రంగంలోకి దిగిన హైద్రా.. ఆక్రమణదారుల నుంచి ఇప్పటి వరకు వంద ఎకరాలకుపైగా స్థలాన్ని స్వాధీనం చేసుకున్నట్లు వెల్లడించింది. జీహెచ్ఎస్సీ పరిధిలో మొత్తం 23 ప్రాంతాల్లో 262 అక్రమ నిర్మాణాలను కూల్చివేసి 111.72 ఎకరాల భూమిని స్వాధీనం చేసుకున్నట్లు ప్రభుత్వానికి నివేదిక సమర్పించింది. హైద్రా గత రెండు నెలలుగా చెరువులు, ఎఫ్డీఎల్, బిఫర్ జోన్లలో అక్రమ నిర్మాణాలను కూల్చివేస్తోంది. నిబంధనలకు విరుద్ధంగా ఉన్న నిర్మాణాలను ఎక్కడా ఉపేక్షించకుండా నేలమట్టం చేస్తోంది. రామనగర్ మజిలీ గల్ఫ్ 3, గగన్ పహాడ్ అప్పా చెరువులో 14, అమీన్ పూర్ పెద్ద చెరువు పరిధిలో 24, మాదాపూర్ సున్నం చెరువులో 13 అక్రమ నిర్మాణాలను తొలగించినట్లు హైద్రా వెల్లడించింది. అత్యధికంగా అమీన్ పూర్ లో 51 ఎకరాలు, మాదాపూర్ సున్నం చెరువు పరిధిలో 10 ఎకరాల ప్రభుత్వ స్థలాన్ని స్వాధీనం చేసుకున్నట్లు పేర్కొంది. హైద్రాకు ఐటీఎస్ అధికారి రంగనాథ్ కమిషన్ గా పనిచేస్తున్న విషయం తెలిసింది. దీనికి ప్రత్యేక పోలీసు సిబ్బందిని కేటాయించి డీజీపీ కార్యాలయం ఇప్పటికే ఉత్తర్వులు జారీ చేసింది. 15 మంది సీబి స్టాఫ్, 8 మంది ఎస్ఐ స్టాఫ్ పోలీసు అధికారులు ఆక్రమణల కూల్చివేత కోసం పనిచేయనున్నారు. దీంతో హైద్రా చర్యలు వేగవంతం కానున్నాయి.

వరద ఉద్ధతిపై అప్రమత్తం

- ◆ భద్రాచలంలో గోదావరి నదికి రెండో ప్రమాద హెచ్చరిక
- ◆ వరద ఉద్ధతిని పరిశీలించిన మంత్రి తుమ్మల
- ◆ కొత్త కరకట్ట నిర్మాణ పనుల పరిశీలన..అధికారుల సమీక్ష
- ◆ వరద ఉద్ధతిపై ప్రత్యేక చర్యలు తీసుకోవాలని ఆదేశం



భద్రాచలం-నవభూమిబ్యూరో: భద్రాచలం వద్ద గోదావరి నదికి రెండో ప్రమాద హెచ్చరిక కొనసాగుతోంది. మంత్రి తుమ్మల నాగేశ్వర రావు బుధవారం ఇక్కడి వరద ఉద్ధతిని పరిశీలించారు. ఉద్ధతి, కొత్త కరకట్ట నిర్మాణ పనులను పరిశీలించారు. అనంతరం ఆర్డీవో కార్యాలయంలో సీటి పావుడల, పంచాయతీ, ఆర్ఆంసెడీ, అగ్రికల్చర్, విద్యుత్, వైద్య శాఖల అధికారులతో సమీక్షించారు. వరదల కారణంగా ఎదురయ్యే సమస్యలను తగ్గరచే పరిష్కరించాలని అధికారులకు సూచించారు. కూలిపోయిన విద్యుత్ స్తంభాలు, దెబ్బతిన్న రహదారులకు వెంటనే మరమ్మత్తులు చేయాలని ఆదేశించారు. గోదావరిలో సీటి ప్రమాదం 50 అడుగులు దాటి ప్రవహిస్తున్నందున ఎప్పటికప్పుడు వరద ఉద్ధతిపై ప్రత్యేక చర్యలు తీసుకోవాలన్నారు.

కోచింగ్ సెంటర్లపై మంత్రివర్గ ఉపసంఘం కేలక నిర్ణయం

హైదరాబాద్-నవభూమిబ్యూరో: తెలంగాణలో విద్యా వ్యవస్థపై ఏర్పాటు చేసిన మంత్రివర్గ ఉపసంఘం బుధవారం సమావేశమైంది. మంత్రులు శ్రీధర్ బాబు, సీతక్క అధ్యక్షులుగా విద్యా వ్యవస్థలో తేవాల్సిన సంస్కరణలపై ఉపసంఘం చర్చించింది.కోచింగ్ సెంటర్ల నిర్వహణలో పాఠించాల్సిన మార్గదర్శకాలపై కూడా చర్చ జరిగింది. కేంద్ర మార్గదర్శకాల రాష్ట్రంలో అమలు కావట్టిన కేంద్రం అగ్రహార వ్యక్తం చేయడంతోపాటు అమలు చేయాల్సిన అనేకాలు జారీ చేసింది. ఈ నేపథ్యంలో రాష్ట్రంలోని కోచింగ్ సెంటర్లలో కేంద్ర మార్గదర్శకాలను అమలు చేయాలని మంత్రివర్గ ఉపసంఘం నిర్ణయించింది.

తెలుగు రాష్ట్రాల్లో వరద నష్టంపై షాకు నివేదిక

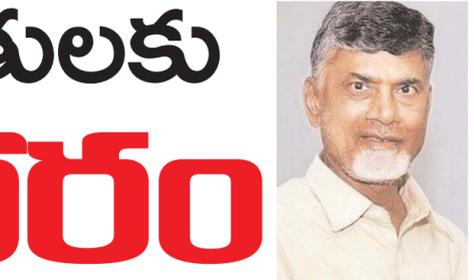
◆ కేంద్ర హెరాం మంత్రి అమిత్ షాకు నివేదిక అందించిన వ్యవసాయ శాఖ మంత్రి శివరాజ్ సింగ్

◆ త్వరలో కేంద్ర బృందాల పర్యటన..సాయం అందిస్తాం

దిల్లీ-నవభూమిబ్యూరో: ఏపీ, తెలంగాణలో ఇటీవల కురిసిన భారీ భారీ వర్షాలు, వరదల కారణంగా అనేక ప్రాంతాలు నీటమునిగి తీవ్ర నష్టం వాటిల్లిన విషయం తెలిసింది. కేంద్రమంత్రి శివరాజ్ సింగ్ చౌహాన్ తెలుగురాష్ట్రాల్లో పర్యటించి వరద నష్టంపై ప్రాథమిక నివేదిక రూపొందించారు బుధవారం దిల్లీలో కేంద్ర హెరాం మంత్రి అమిత్ షాని కలిసి ఆ నివేదికను అందజేశారు. ఈ మేరకు శివరాజ్ సింగ్ ఎక్స్ ప్రెస్ పోస్ట్ పెట్టారు. త్వరలోనే కేంద్ర బృందాలు వరద ప్రాంతాలను పరిశీలిస్తాయని, కేంద్రం నుంచి ఆర్థిక సాయం అందుతుందని పేర్కొన్నారు.

వరద బాధితులకు పరిహారం

- ◆ 17లోగా బాధితులకు నష్ట పరిహారం చెల్లిస్తాం
- ◆ 65వేల ఎకరాల్లో పంట పాలాలు దెబ్బతిన్నాయి
- ◆ నష్టపోయిన పంట పాలాలకు హెక్టారుకు రూ.25వేల పరిహారం
- ◆ ఏలేరు కాలువను ఆధునికీకరణ చేసే బాధ్యత ఎన్టీయూ ప్రభుత్వం
- ◆ కాకినాడ జిల్లాలోని వరద ప్రభావిత ప్రాంతాల్లో సీఎం చంద్రబాబు



కాకినాడ-నవభూమిబ్యూరో: ఏలేరు కాలువను ఆధునికీకరణ చేసే బాధ్యత ఎన్టీయూ ప్రభుత్వం తీసుకుంటుందని ఏపీ సీఎం చంద్రబాబు తెలిపారు. కాకినాడ జిల్లాలోని వరద ప్రభావిత ప్రాంతాల్లో ఆయన పర్యటించారు. అనంతరం కిర్లంపూడి మండలం రాజాపాలెం

వరదలకు జగన్ కారణం

- ◆ జలవనరులశాఖ మంత్రి నిమ్మల రామానాయుడు ఆరోపణ
- ◆ గత డీజీపీ ప్రభుత్వ హయాంలో బుడమేరు గండ్లను పూడ్చిన అప్పటి సీఎం చంద్రబాబు
- ◆ మిగిలిన గండ్లను తర్వాత వచ్చిన వైసీపీ ప్రభుత్వం పూడ్చేయకపోవడం వల్లే విపత్తు
- ◆ ఆధునికీకరణ పనులను రద్దు చేసిన జగన్ కు బుడమేరు గురించి మాట్లాడే అర్హత లేదు



విజయవాడ-నవభూమిబ్యూరో: విజయవాడ వరదలకు మాజీ సీఎం జగన్ కారణమని జలవనరులశాఖ మంత్రి నిమ్మల రామానాయుడు ఆరోపించారు. పురపాలక శాఖమంత్రి నారాయణ, విజయవాడ ఎంపీ కేశినేని శివనాథ్ కలిసి బుధవారం ఆయన మీడియాతో మాట్లాడారు. '2020లో జగన్ ప్రభుత్వం 198 పనులను రద్దు చేసింది. రద్దు చేసిన వాటిలో బుడమేరుకు సంబంధించి 5 పనులు ఉన్నాయి. బుడమేరు డైవర్షన్ ఛానల్ పనులను చంద్రబాబు రామానాయుడు ఆరోపించారు. పురపాలక దుఃఖదాయని అని తెలిసి చంద్రబాబు పనులు ప్రారంభించారు. మిగిలిన పనులను జగన్ పూర్తి చేసి ఉంటే గండ్లు పడేవి కావు. బుడమేరుకు గండ్లు పడటం వల్లే

వైఎస్ జగన్ కు హైకోర్టులో ఊరట!

● బద్దేశపాలు జగన్ పాస్ పోర్టును రెన్యూవల్ చేయాలని హైకోర్టు ఆదేశాలు

● వైఎస్ జగన్ విదేశాలకు వెళ్లెందుకు సీబీఐ కోర్టు రీసీ సిగ్నల్

అమరావతి-నవభూమిబ్యూరో: వైసీపీ అధినేత, మాజీ సీఎం వైఎస్ జగన్ కు హైకోర్టులో బిగ్ రిలిఫ్ దక్కింది. పాస్ పోర్ట్ కేసులో ఏపీ హైకోర్టు బుధవారం తీర్పును వెలువరించింది. పాస్ పోర్టును రెన్యూవల్ చేయాలని ఆదేశించింది. బద్దేశపాలు వైఎస్ జగన్ పాస్ పోర్టును రెన్యూవల్ చేయాలని హైకోర్టు ఆదేశాలు జారీ చేసింది. పాస్ పోర్టును రెన్యూవల్ చేయాలని హైకోర్టు ఆదేశాలు జారీ చేసింది. అయితే వైఎస్ జగన్ విదేశాలకు వెళ్లెందుకు సీబీఐ కోర్టు అనుమతి మంజూరు చేసింది. ఈ క్రమంలో వైఎస్ జగన్ జనరల్ పాస్ పోర్టు కోసం దరఖాస్తు చేసుకున్నారు. సార్వత్రిక

ఏపీకి కొత్త లిక్కర్ పాలసీ

- ◆ అక్టోబర్ 1 నుండి అమల్లోకి కొత్త లిక్కర్ పాలసీ
- ◆ 6 రాష్ట్రాల్లో మద్యం పాలసీలను అధ్యయనం చేసిన ఏపీ ఎక్సైజ్ అధికారులు
- ◆ అన్ని రకాల బ్రాండెడ్ మద్యం ఏపీలోనూ అందుబాటులోకి..
- ◆ కొత్త మద్యం పాలసీ రూపకల్పనపై కేబినెట్ తొలి సమావేశం



అమరావతి-నవభూమిబ్యూరో: ఏపీలో మద్యం అసాగనే అమ్మో అన్నట్లు తయారైంది పరిస్థితి. జగన్ సీఎం అయ్యాక మద్యపాన నిషేధం అని చెప్పిన మాటలు అమలుకాకపోగా, చీఫ్ లిక్కర్ కు తోడు ఎక్సైజ్ లేని కొత్త బ్రాండ్స్ ను ప్రజలపై రుద్దారు. అమలుకాకపోగా, చీఫ్ లిక్కర్ కు తోడు ఎక్సైజ్ లేని కొత్త బ్రాండ్స్ ను ప్రజలపై రుద్దారు. జగన్ కు తీవ్ర వ్యతిరేకత తెచ్చిన అంకాల్లో ఇది కూడా ఒకటి. కొత్త ప్రభుత్వం అక్టోబర్ 1 నుండి కొత్త మద్యం పాలసీ తీసుకొస్తోంది. ఇప్పటికే ఏర్పాటైన క్యాబినెట్ సబ్ కమిటీ మద్యం పాలసీపై పని ప్రారంభించింది. బెస్ట్ మద్యం పాలసీలన్న ఆరు రాష్ట్రాల్లో వారు తీసుకున్న నిర్ణయాలు, అమలవుతున్న తీరును బట్టి ఏపీలోనూ కొత్త మద్యం పాలసీని తీసుకొంటారు. ఇతర రాష్ట్రాల్లో ఉన్నట్లుగానే ధరలతో పాటు అన్ని రకాల బ్రాండెడ్ మద్యం ఏపీలోనూ అందుబాటులోకి తీసుకొంటారు. ఇప్పటి వరకు ఏపీ సర్కార్ స్వయంగా మద్యం పావులను నిర్వహించింది. అయితే, కొత్త మద్యం పాలసీ ప్రకారం ప్రభుత్వం వైస్సీ షాన్స్ నిర్వహిస్తుంది లేక, తెలంగాణ తరహాలో డ్రా ద్వారా బయట షుక్తులకు అవకాశం కల్పించి, మద్యం విక్రయాలు చేసేలా అనుమతి ఇస్తూండగా అన్నది ఆసక్తికరంగా మారింది. అయితే, ఎలా తీసుకొచ్చినా పారదర్శకంగా, ప్రజలకు మేలు జరిగేలా పాదటంతో పాటు రాష్ట్రంలో గణతంత్ర వినియోగం అరికట్టేలా ఉండాలని

విజయసాయి కుమార్తె అక్రమ నిర్మాణాలపై హైకోర్టులో విచారణ

అమరావతి-నవభూమిబ్యూరో: విశాఖ జిల్లా థీమిలి బీచ్ వద్ద వైశాపా నేత విజయసాయిరెడ్డి కుమార్తె నేహారెడ్డి అక్రమంగా నిర్మాణాలు చేపడుతున్నారని జనసేన కాంగ్రెస్ మార్క్సిస్టు యాదవ్ దాఖలు చేసిన పిటిషన్ హైకోర్టు విచారణ జరిపింది.నేహారెడ్డి నిర్మించిన ప్రహారీగోడదో కొంత భాగాన్ని కూల్చామని జీవీఎస్ తరపు న్యాయవాది కోర్టుకు తెలిపారు. ఖర్చులు ఎవరు భరించారు ఈ సందర్భంగా న్యాయస్థానం ప్రశ్నించింది. జీవీఎస్ ఖర్చులతోనే కూల్చామని న్యాయవాది కోర్టుకు తెలిపారు. ఖర్చులను బిల్లులను కోర్టుకు సమర్పించాలని హైకోర్టు ఆదేశాన్ని ఇచ్చింది. మిగిలిన నిర్మాణాలపై ఎలాంటి చర్యలు తీసుకున్నారని న్యాయస్థానం ప్రశ్నించింది. థీమిలి బీచ్ వద్ద ఉన్న నిర్మాణాల్లో కొన్ని పాపిత



కూడా ఉన్నాయని, మూడు రోజుల్లో సమాధానం ఇవ్వాలని సంబంధిత యజమానులకు నోటీసులిచ్చినట్లు జీవీఎస్ న్యాయవాది కోర్టు దృష్టికి తెచ్చారు. తదుపరి విచారణను న్యాయస్థానం వచ్చే బుధవారానికి వాయిదా వేసింది.



మూత్రం రంగు, వాసనలు శరీరంలో దాగిన సమస్యలకు సంకేతాలు. కాబట్టి మూత్రం మీద ఓ కన్నెసి ఉంచి, మార్పులు అనుమానాస్పదంగా కనిపిస్తే వెంటనే అప్రమత్తం కావాలి. ఒంట్లో నీళ్లు తగ్గడం: మూత్రం దుర్వాసనకు ప్రధాన కారణం శరీరంలో నీళ్లు తగ్గడం. శరీరంలో నీటి శాతం తగ్గితే, మూత్రం పరిమాణం కూడా తగ్గుతుంది. దాంతో విస్తృతంగా గాఢత పెరిగి, మూత్రం పచ్చగా మారి, దుర్వాసన వెలువడుతుంది. ఈ సమస్య తొలగాలంటే నీరు ఎక్కువగా తాగాలి. సాధారణంగా ఉదయం మూత్రం కొంత పచ్చగానే ఉంటుంది. ఇందుకు కారణం రాత్రంతా నీళ్లు తాగకుండా ఉండడమే! అయితే రోజంతా ఇలాగే ఉంటే మూత్రం డిప్టాడ్రెప్స్ బారిన పడతాం! కాబట్టి మూత్రం రంగును బట్టి ఎప్పుడీకప్పుడు తాగే నీటి మెతాడు పెంచాలి. కెఫీన్ పెరగడం: తరచుగా కాఫీ తాగే అలవాటు ఉంటే ఒంట్లో చేరుకునే కెఫీన్ కారణంగా

మూత్రం రంగు మారుతుంది, దుర్వాసన వెదజల్లుతుంది. ఇది అనారోగ్యకరం కాకపోయినా జీర్ణ వ్యవస్థ సక్రమంగా పని చేయాలంటే కెఫీన్ వాడకం తగ్గించాలి. మధ్యపానం పట్ల కూడా మూత్రం రంగు మారుతుంది. సాధారణం కంటే ఎక్కువగా మూత్ర విసర్జన చేయవలసి వస్తూ ఉంటుంది. మధ్యం కూడా హానికారకమే కాబట్టి మానేయడమే మేలు. బ్యాక్టీరియా ఇన్ ఫెక్షన్: బ్యాక్టీరియా వల్ల లేదా మూత్రపిండాల ఇన్ ఫెక్షన్ వల్ల కూడా మూత్రం దుర్వాసన వస్తుంది. ఇవే కారణాలైతే సాధ్యమైనంత త్వరగా వైద్యులను సంప్రదించి వ్యాధినర్ధారణ పరీక్షలు చేయించుకోవాలి. ఫలితాలనుబట్టి వైద్యులు తగిన చికిత్స సూచిస్తారు. ఒకవేళ పరిష్కార ఫలితాల్లో ఎలాంటి అనారోగ్య సమస్య కనిపించకపోతే సమతుల్యత, సరిపడా నీరు తీసుకుంటూ సమస్యను తొలగించుకోవచ్చు.

పెరుగు .. మజ్జిగ.. ఆరోగ్యానికి ఏది మంచిది?



పెరుగు నుంచి వెన్నను తీసేసి నీటిని కలిపి మజ్జిగను తయారు చేస్తారు. అంటే మజ్జిగ అనేది పెరుగు ఉప ఉత్పత్తి. మజ్జిగలో లాక్టిక్ యాసిడ్ ఉంటుంది. ఇది జీర్ణక్రియలో సహాయపడుతుంది. పెరుగుతో పోల్చుకుంటే మజ్జిగలో అమ్లత్వం తక్కువగా ఉంటుంది. పాలు, పెరుగుతో పోలిస్తే మజ్జిగలో కొవ్వు తక్కువగా ఉంటుంది. కాబట్టి ఆరోగ్యానికి మరింత ప్రయోజనకారి. అలాగే మజ్జిగ అనేది హైడ్రేటింగ్ పానియం. శరీరానికి అవసరమైన ద్రవాలను అందిస్తుంది. అలాగే అనేక సన్యుతులలో, మజ్జిగను శీతలీకరణ పానీయంగా పరిగణిస్తారు, ఇది వేడి వాతావరణంలో శరీరాన్ని చల్లబరుస్తుంది.

రెండిటిలో ఏది ఉత్తమం..
ఆయుర్వేదం ప్రకారం పెరుగు కంటే మజ్జిగ వల్ల ఎక్కువ ఆరోగ్య ప్రయోజనాలున్నాయి. పెరుగులో అధిక స్థాయిలో ఉండే బ్యాక్టీరియా శరీరంలో వేడిని పెంచుతుంది. మజ్జిగ మంచి శీతలీకరణిగా పని చేస్తుంది. మన జీర్ణవ్యవస్థ పెరుగు కంటే ఎక్కువగా మజ్జిగను శోషణ చేసుకుంటుంది. జీలకర్ర పొడి, ఉప్పు, కొత్తిమీర వంటివి కలపడం వల్ల మజ్జిగ రుచి పెరగడమే కాకుండా ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు కూడా ఉంటాయి. అలాగే మజ్జిగ మన శరీరాన్ని డి హైడ్రేషన్ నుంచి కాపాడుతుంది.

పాలు ఉత్పత్తులు ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తాయి. పాలు ఉత్పత్తుల్లో మనం ఎక్కువగా ఉపయోగించేది పెరుగు మజ్జిగలనే పాలలో కొంత పెరుగు చేసినప్పుడు లాక్టో బాసిల్లస్ అనే బ్యాక్టీరియా పాలను పెరుగులా మారుస్తుంది. పెరుగులో ప్రోటీన్, ప్రోబయోటిక్స్, అవసరమైన పోషకాలు ఉంటాయి. పెరుగు నుంచి వెన్నను తీసేసి తయారు చేసే ద్రవం మజ్జిగ. పెరుగు, మజ్జిగ ప్రపంచవ్యాప్తంగా సాంప్రదాయ ఆహారాలలో భాగంగా ఉన్నాయి. మరి, ఈ రెండింటిలో ఏది ఎక్కువ ప్రయోజనకారీ ఒకసారి పరిశీలిద్దాం పాలను మంచి బ్యాక్టీరియాతో కలిపి పులియబెట్టడం ద్వారా పెరుగు తయారువుతుంది. పెరుగులో ప్రోబయోటిక్స్ అధికంగా ఉంటాయి. పెరుగులో ఉండే మంచి బ్యాక్టీరియా జీర్ణక్రియకు బాగా దోహదపడుతుంది. అలాగే పెరుగులో ఉండే ప్రోటీన్ కండరాల నిర్వహణ, మరమ్మత్తు, శరీరం పనితీరుకు ఎంతో ఉపయోగపడుతుంది. పెరుగులోని ప్రోబయోటిక్స్ ఇమ్మ్యూనిటీ పవర్ను పెంచుతాయి. అలాగే అధికంగా ఉండే కాల్షియం ఎముకలు, దంతాల ఆరోగ్యానికి ఎంతో కీలకం. పెరుగును క్రమం తప్పకుండా తీసుకుంటే రక్తపోటు నియంత్రణలో ఉంటుందని అనేక పరిశోధనల్లో బయటపడింది.



డైనమిక్ ఐపీఎస్ ఆఫీసర్



జుర్రవై ఏళ్లలో నలభై బదిలీలు ఉపాధికారిణి మాజీ సీఎం, మాజీ వచ్చింది! ఎవరున్నారు అరెస్టు చేయవలసి వచ్చింది? రాప, ఐపీఎస్ శశికళ శక్తిమంతురాలైన బై. పరపున జైల్లో ఆమెను వీవీఐఎల్ చూస్తున్నారు. ఈ విషయాన్ని ధైర్యంగా బయటపెట్టెదరు? రాప, ఐపీఎస్! బెంగళూరు 'సేఫ్ సిటీ'.. చందల కోట్ల ప్రాజెక్ట్. టెండర్లలో గోల్డెన్ జుర్రుగోండ్. ఆ అవినీతి గుట్టును రట్టు చేసిందెవరు? రాప, ఐపీఎస్. ఏం పోలిన్ ఆఫీసర్! ఎంత పవర్ఫుల్! ఆ పవర్ కు ప్రతిబలం ఏంటో తెలుసా? ఇరవై ఏళ్లలో నలభై ట్రాన్స్ఫర్లు!! జనవరి ఒకదిన మళ్లీ ఇంకో బదిలీ. నేరస్థులకు హార్మోన్లకు వేయవలసిన రాప. 'హ్యూమ్మె' ఎండ్ సీట్ కారున్నారు. రూప 2000 బ్యాంక్ ఐపీఎస్ ఆఫీసర్. కర్ణాటక క్వారడర్. యూపీఎస్లో అలిండియాలో 5వ రాంకు. హైదరాబాద్లోనే.. 'సర్కార్ వల్లభాయ్ పటేల్ నేషనల్ పోలీస్ అకాడమీలో ట్రైనింగ్ తీసుకున్నారు. ఎం.ఎ. సైకలాజీ చేసి ఐపీఎస్ బైపె వచ్చారు. నేరాస్త్రి, అవినీతిని తేలిగ్గా పసిగట్టేయడం ఆమె సహజ నైజమేమో అనిపిస్తుంది. అందుకే సైబర్ క్రైమ్ డిపార్ట్మెంట్ కి దేశంలోనే తొలి లేడీ బాస్ అయ్యారు రాప! యువతలో స్వాధీని నింపడానికి తరచు 'బెడ్కింగ్' టాక్స్ (టెక్నాలజీ, ఎంటర్టైన్మెంట్, డిజైన్) కూడా ఇస్తుంటారు. ఇరవై ఏళ్ల క్రితమే ఆమె ఐపీఎస్ ఆఫీసర్ అయినా, ఇప్పటికీ కొత్తగా జాయిన్ అయిన ఆఫీసర్లానే చురుగ్గా, వేగంగా ఉంటారు. ఉండకూడదని కాదు. ఇరవై ఏళ్లలో నలభైసార్లు ఆమె బదిలీ అయ్యారు. ప్రమాదాన్ని

కంటి ఆరోగ్యం జాగ్రత్త.. ఈ అలవాట్లు మానుకొమ్మిందే!



సంప్రదించడం మంచిది. నిర్లక్ష్యం చేయకూడదు. **రక్తంలో చక్కెర.. రక్తపోటు**
ఆరోగ్యకరమైన శరీరంతోనే ఆరోగ్యకరమైన కండ్లు సాధ్యమవుతాయి. ఒకవేళ మధుమేహం, అధిక రక్తపోటు ఉంటే కండ్ల మీద దుష్ప్రభావం పడుతుంది. మధుమేహ రోగుల్లో కంటి శుక్లాలు, గ్లకోమా, దయాబెటిక్ రెటీనోపతి, కంటి ఇన్ ఫ్లెక్షన్లు తలెత్తే ముప్పు ఎక్కువ. కాబట్టి రక్తపోటు, రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు, కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను అదుపులో పెట్టుకోవడం అత్యవసరం. **సాంకేతికత వద్దు**
కండ్లకు ఏదైనా ఇబ్బంది వస్తే డాక్టర్ దగ్గరికి వెళ్లకూడా మనకు తెలిసిన వైద్యమో, తెలిసినవాళ్లు చెప్పిందో చేసుకుంటూ ఉంటాం. ఇక స్థానిక మందుల దుకాణానికి వెళ్లి కంటిమంట, అసౌకర్యానికి మామూలు డ్రాప్స్ ఇస్తాడు. అయితే, వీటిలో స్టెరాయిడ్స్ ఉండే అవకాశం ఉంటుంది. దీర్ఘకాలంలో ఇవి కండ్లకు హానిచేస్తాయి. కాబట్టి, కంటి డాక్టర్ సూచించిన డ్రాప్స్ మాత్రమే వాడాలి. **అల్ట్రావయోలెట్ కిరణాలు**
సూర్యుడి కాంతిలో అల్ట్రావయోలెట్ (యూవీ) కిరణాలు కూడా ఉంటాయి. తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోకుండా ఎండలో తిరిగితే కాలం గడిచేకొద్దీ కండ్లలో శుక్లాలు, మాక్యులర్ డిజనోరేషన్ (బయరుస్ పెరిగే కొద్ది తలెత్తే దృష్టిలోపం) లాంటి సమస్యలు తలెత్తుతాయి. సన్ గ్లాస్స్ వాడటం వల్ల అల్ట్రావయోలెట్ కిరణాల నుంచి కండ్లను రక్షించుకోవచ్చు. మనం వాడే సన్ గ్లాస్స్ కూడా యూవీ ఏ, యూవీ బీ రేడియేషన్ నుంచి కూడా రక్షణను ఇచ్చేట్లు ఉండాలి.

అత్యంత ప్రధానమైనవే అయినప్పటికీ రోజువారీ పనుల్లో పడిపోయే కండ్ల ఆరోగ్యం గురించి మనం అంతగా పట్టించుకోం. అయితే, గంటల తరబడి పరికరాల వాడకం తప్పనిసరి కాబట్టి, 20 20 నియమాన్ని పాటించాలి. ప్రతి ఇరవై నిమిషాలకోసారి ఇరవై సెకండ్లు విరామం తీసుకోవాలి. ఓ ఇరవై అడుగుల దూరంలో ఉన్న వస్తువును చూడటమే ఈ విధానం. చిన్నపిల్లలు అదేపనిగా డిజిటల్ తెరలకు అతుక్కుపోతే ప్రాస్ట్రోఫి సమస్య తలెత్తుతుంది. కాబట్టి, ఆరుబయట ఆటలకు ప్రాధాన్యం ఇవ్వాలి. **సమస్య నిర్లక్ష్యం**
తలనొప్పి, ఎక్కువ రోజులు కండ్లు పొడిబారడం, అలసిపోయినట్లు ఉండటం మొదలైనవి తీవ్రమైన కంటి సమస్యలకు తొలి సంకేతాలు. వీటిని నిర్లక్ష్యం చేస్తే మరిన్ని సమస్యలు తలెత్తుతాయి. కాబట్టి కండ్లలో అసౌకర్యంగా ఉన్నా చూపులో చూపులో సమస్యలు మొదలైనవి ఇబ్బందిగా అనిపించినా కండ్ల డాక్టర్ను

అక్కలూ.. ఇవీ మీ హక్కులు!



యావత్ దేశాన్ని కుదిపేసిన 'కోలేత' జూనియర్ డాక్టర్ హక్కులకు పుటల' నేపథ్యంలో బెంగాల్ ప్రభుత్వం 'అవరాజిత' బిల్లును తీసుకొచ్చింది. మహిళలు %- % పిల్లలపై లైంగిక నేరాలు, వేగవంతమైన విచారణ, దోషులకు కఠిన శిక్షలు విధించడమే లక్ష్యంగా.. బెంగాల్ అసెంబ్లీలో ఈ బిల్లు ఆమోదం పొందింది. అప్పుడెప్పుడో 2012లో జరిగిన 'ధీల్లీ హక్కులకు పుటల' సందర్భంగా 'నిర్భయ' చట్టం అమల్లోకి వచ్చింది. ఇప్పుడు బెంగాల్ ప్రభుత్వం 'అవరాజిత' బిల్లును ఆమోదించింది. ఈ క్రమంలో ఎన్నో ప్రశ్నలు తెరపైకి వస్తున్నాయి. అసలు.. మహిళలు %- % చిన్నారులపై వేధింపులు, వారి రక్షణ కోసం జాతీయ, రాష్ట్ర స్థాయిల్లో ఎలాంటి చట్టాలు అమలులో ఉన్నాయి? వాటిలో ముఖ్యమైనవి ఏవి? మహిళలను రక్షించడానికి జాతీయ, రాష్ట్ర స్థాయిల్లో అనేక చట్టాలు రూపొందాయి. అయితే, ఆయా చట్టాలపై సరైన అవగాహన లేకపోవడంతో బాధితులు వాటిని సద్వినియోగం చేసుకోలేకపోతున్నారు. ఈ క్రమంలో భారతదేశంలోని ప్రతి మహిళా తెలుసుకోవాలి ఏడు ముఖ్యమైన చట్టాలపై హక్కుల గురించి ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం!
1 గృహహింసకు వ్యతిరేకంగా..
గృహహింస నిరోధక చట్టం %- % 2005.. మహిళలను ఇంట్లో ఎదురయ్యే హింస నుంచి రక్షిస్తుంది. గృహహింస చేయే వ్యక్తులను అరెస్టు చేయవచ్చు. అయితే, ఆమెను మాటల ద్వారా, ఆర్థికంగా, భావోద్వేగాలపరంగా, లైంగికంగా వేధించినా.. 498 సెక్షన్ ప్రకారం దోషులను కఠినంగా శిక్షించవచ్చు.
2 పనికి తగ్గ జీతం
సమాన పనికి సమాన వేతనం పొందడం మహిళల హక్కు. మహిళా కూలీలు మొదలుకొని.. ఉన్నతదోషిగా చేసే మహిళల కోసం 'సమాన వేతన చట్టం' అమలులో ఉన్నది. పనిచేసే మహిళలు.. వారి సహాయోగ్యులతో సమానమైన వేతనాన్ని ఈ చట్టం ద్వారా డిమాండ్ చేయవచ్చు. కూలీలు, ఉద్యోగినులకు వేతనాలు, ఇతర అలవెస్టులు విషయంలో లింగ వివక్ష మాపడం నేరం కూడా!
3 పని ప్రదేశాల్లో రక్షణ
పని ప్రదేశంలో మహిళలపై లైంగిక వేధింపులను అరికట్టేందుకు ప్రత్యేకమైన చట్టం ఉన్నది. ఈ చట్టం ప్రకారం.. పనిలో లైంగిక

శాంసంగ్ లో లేఆఫ్స్ కలకలం : 200 మందిపై టెక్ దిగ్గజం వేటు

న్యూఢిల్లీ- నవభూమి: శాంసంగ్ ఎలక్ట్రానిక్స్ భారత్ ఆపరేషన్స్కు చెందిన 200 మందికి పైగా ఉద్యోగులను విధుల నుంచి తొలగించడం...



భారీ నష్టాల్లో ముగిసిన స్టాక్ మార్కెట్లు.. 399 పాయింట్లు పతనమైన సెన్సెక్స్..!



న్యూఢిల్లీ- నవభూమి:దేశీయ స్టాక్ మార్కెట్లు బుధవారం సప్టెంబర్లో ముగిసాయి. అంతర్జాతీయ మార్కెట్లలోని ప్రతికూల పవనాలు దేశీయ మార్కెట్లపై తీవ్ర ప్రభావం చూపించాయి.

స్టాక్ మార్కెట్లు బుధవారం సప్టెంబర్లో ముగిసాయి. అంతర్జాతీయ మార్కెట్లలోని ప్రతికూల పవనాలు దేశీయ మార్కెట్లపై తీవ్ర ప్రభావం చూపించాయి. దాంతో మార్కెట్లు పొడతా సప్టెంబర్లోనే కొనసాగాయి. శ్రీలంకా సెన్సెక్స్ 81,928.12 పాయింట్ల వద్ద ముగిసింది. ఆ తర్వాత సెన్సెక్స్ 4.61 దిశగా కుప్పకూలింది.

నాణ్యతకు భరోసా : బ్రాండెడ్ టీ ప్యాకేజీలను కొనుగోలు చేయడం వల్ల కలిగే ప్రయోజనాలు



న్యూఢిల్లీ- నవభూమి:టీ కేవలం పానీయం కంటే ఎక్కువ అయి ఇది ఒక సాంస్కృతిక అనుభవం. ప్రపంచవ్యాప్తంగా మిలియన్ల మంది ప్రజలకు ఆహారాన్ని అందించే ఆహారం. టీ వినియోగంలో నాణ్యత ప్రాముఖ్యతను అతిగా చెప్పలేము.

నాణ్యతకు భరోసా : బ్రాండెడ్ టీ ప్యాకేజీలను ఎంచుకోవడం అనేది నాణ్యతను నిర్ధారించడానికి అత్యంత ప్రభావవంతమైన మార్గాలలో ఒకటి. టీ నాణ్యతను కాపాడుకోవడంలో ప్యాకేజీంగ్ కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. కాలక్రమేణా టీ రుచి తాజాదాన్ని కాపాడుతూ బాహ్య కలుషితాల నుండి కాపాడుతుంది.

ఫ్లిప్ కార్ట్ బిగ్ బిలియన్ డేస్ సేల్.. వాటిపై 80 శాతం డిస్కాంట్..!



న్యూఢిల్లీ- నవభూమి:ఆన్లైన్ షాపింగ్ ప్రియలకు సేల్ రాజోకోందని ప్రకటించింది. ఈ మేరకు సేల్ ప్రముఖ ఈ-కామర్స్ షాప్ ఫ్లిప్ కార్ట్ గుడ్ న్యూస్ చెప్పింది.

అఫర్లను కూడా వెల్లడించింది. సేల్లో సాఫ్ట్వేర్, హార్డ్వేర్, ఇతర ఎలక్ట్రానిక్స్ అతి తక్కువ ధరకే కొనుగోలు చేయవచ్చు. వీటి గురించి వివరంగా తెలుసుకుందాం..

ఫ్లిప్ కార్ట్ యాక్సిస్ బ్యాంక్ కార్డుపై 5 శాతం క్యాష్ బ్యాక్ కూడా ఇస్తుంది. ఇది మాత్రమే కాకుండా వినియోగదారులందరికీ బిగ్ బిలియన్ డేస్ సేల్లో 80 శాతం డిస్కాంట్లు అందిస్తుంది.

ఎన్ని ఆరోపణలు వచ్చినా మాధబి బుచ్ స్పందించరే.. : హిందెన్ బర్గ్ రిసెర్చ్



న్యూఢిల్లీ- నవభూమి:ఎక్స్పోజ్ టోర్స్ ఆఫ్ ఇండియా చైర్మన్ మాధవి పూరి బుచ్ కోత్లాగ వచ్చిన ఆరోపణలపై హిందెన్ బర్గ్ రిసెర్చ్ సెక్యూరిటీస్ స్పందించింది.

చైర్మన్ 99 శాతం వాటా ఉండని కాంగ్రెస్ అధికారంలోకి వచ్చిన విషయం తెలిసింది. ఈ క్రమంలోనే యూఎస్ కు షార్ట్ సెల్లింగ్ సెల్లింగ్ కంపెనీ స్పందించింది. సెటి చైర్మన్ మాధవి బుచ్ యూఎస్ కు షార్ట్ సెల్లింగ్ సెల్లింగ్ కంపెనీ స్పందించింది.

వెలుగులోకి రావడం సహజం. వాస్తవానికి మాధవి పూరి బుచ్ ప్రమాల్ చేసే సంస్థ రూ.3కోట్ల ఆర్డింగులను కాంగ్రెస్ అధికారంలోకి తెచ్చింది. ఇందులో మహింద్రా కంపెనీ నుంచి అత్యధికంగా వచ్చింది.

ఎస్ఐఐ లైఫ్ ఇన్సూరెన్స్ కు రూ.కోటి జరిమానా.. ఎందుకంటే..!



న్యూఢిల్లీ- నవభూమి:ఇన్సూరెన్స్ రెగ్యులేటరీ అండ్ డెవలప్ మెంట్ అథారిటీ ఆఫ్ ఇండియా దేశంలోని అన్ని బిల్డింగ్, ప్రైవేట్ ఇన్సూరెన్స్ కంపెనీలకు మూనిటర్ చేస్తుంది. ఆయా ఇన్సూరెన్స్ కంపెనీలు నియమాలను ఉల్లంఘిస్తే వర్తమా తీసుకుంటుంది.

షార్ట్ సెల్లింగ్ పై ఎక్కువగా ఆధారపడింది. వాస్తవానికి రెవెన్యూలో 95% ఇతర కంపెనీలకు ఇది లభించింది. ఎస్ఐఐ లైఫ్ తన షేర్హోల్డింగ్ షార్ట్ సెల్లింగ్ చేసుకున్న ఒప్పందాల్లో పారదర్శక లేదని ఇన్సూరెన్స్ రెగ్యులేటరీ గుర్తించింది.

సింగిల్ చార్జింగ్ తో 500 కి.మీ.



న్యూఢిల్లీ- నవభూమి:దేశీయ ఆటో రంగం దిగ్గజం మారుతి సుజుక్. ఎలక్ట్రిక్ వెహికల్ (ఈవీ) మార్కెట్లో గ్రాండ్ ఎంట్రీకి షాన్ చేస్తున్నది. పెట్రోల్, డీజిల్, సీఎన్జీ ఆధారిత వాహన మార్కెట్లో దూసుకుపోతున్న మారుతి.. విద్యుత్ ఆధారిత వాహన మార్కెట్లో మాత్రం వెనుకబడిపోయింది.

ఎగుమతుల్ని మరింత పెంచుకోవాలని ప్రయత్నిస్తున్నట్లు నియామ్ సమావేశంలో పాల్గొన్న వారు అన్నారు. నియామ్ సమావేశంలో పాల్గొన్న వారు అన్నారు. నియామ్ సమావేశంలో పాల్గొన్న వారు అన్నారు.

టాటా ఈవీలు చౌక 3 లక్షలదాకా తగ్గిన నెక్సాన్ ధర



న్యూఢిల్లీ- నవభూమి: టాటా మోటార్స్ ఎలక్ట్రిక్ వెహికల్స్ (ఈవీ) ధరలు తగ్గాయి. ఆయా మాడల్లపై ఏకంగా రూ.3 లక్షలదాకా తగ్గించినట్లు మంగళవారం సంస్థ ప్రకటించింది.

నియామ్ అధ్యక్షుడిగా శైలేష్ చంద్ర నియామ్ కొత్త అధ్యక్షుడిగా టాటా మోటార్స్ ప్యాసింజర్ వెహికల్స్ ఎంఓ శైలేష్ చంద్ర ఎన్నికయ్యారు. ఈ మేరకు మంగళవారం జరిగిన ఎగ్జిక్యూటివ్ కమిటీ సమావేశంలో ఎన్నుకున్నట్లు నియామ్ అధికారికంగా ప్రకటించింది.

గిగ్ వర్కర్లకు మోదీ జన్మదిన కానుక.. త్వరలో కొత్త పథకం



న్యూఢిల్లీ- నవభూమి: అసంఘటిత రంగ కార్మికుల జాబితాలో ఉన్న గిగ్ వర్కర్లకు జీవిత భరోసా కల్పించే దిశగా కేంద్ర ప్రభుత్వం ఆడుగులు వేస్తోంది. దేశంలోని 7.7 మిలియన్ల మంది గిగ్ వర్కర్ల కోసం కేంద్రం త్వరలో సామాజిక భద్రతా పథకాన్ని ప్రకటించే అవకాశం ఉంది.

యువహీరోతో సంయుక్తా మీనన్ రొమాన్స్..

టాలీవుడ్ యాక్టర్ బెల్లంకొండ సాయి శ్రీనివాస్ బ్యాక్ టు బ్యాక్ సినిమాలతో బిజీగా ఉన్నాడని తెలిసింది. వీటిలో ఒకటి 12. ఈ ఏడాది జూలైలో ఈ ప్రాజెక్టును ప్రకటించారు. లుద్ధీ బైరెడ్డి దర్శకత్వంలో మిస్టిక్ డ్రీమ్స్ గా తెరకెక్కుతున్న ఈ మూవీని మహేశ్ చంద్ర నిర్మిస్తున్నారు. ఈ సినిమా మరోసారి వార్తల్లో నిలిచింది. ఈ చిత్రంలో భీష్మానాయక్ ఫేం సంయుక్తా మీనన్ ఫీ మేల్ బీడ్ రోల్లో నటిస్తోంది. సంయుక్తా మీనన్ పుట్టినరోజు సందర్భంగా ఈ విషయాన్ని తెలియజేస్తూ ఆమెకు పాత్రకు సంబంధించిన ఫైలిమ్, ట్రైంప్ లుక్ విడుదల చేశారు. సంయుక్తా మీనన్



ఇందులో సమీర పాత్రలో నటిస్తున్నట్లు బోస్టన్ ద్వారా క్లారిటీ ఇచ్చారు. ప్రాడక్షన్ దశలో ఉన్న ఈ చిత్రానికి సంబంధించిన నటీనటులు, ఇతర సాంకేతిక నిపుణులు వివరాలపై త్వరలోనే టీం క్లారిటీ రానుంది. ఈ మూవీకి లియోన్ జేమ్స్ సంగీతం అందిస్తున్నారు. దాశరథి శివేంద్ర సినిమాటోగ్రఫర్ గా పనిచేస్తున్నారు. సంయుక్తామీనన్ శర్వానంద్ 37లో ఫీ మేల్ బీడ్ రోల్లో నటిస్తోందా.. దియా లుక్ ఇప్పటికే నెట్టింట వైరల్ అవుతోంది.



అలా ఎలా పూజ.. ఇది నిజమా? దెయ్యమా?



అలా ఎలా పూజ? ఇది నిజమా? దెయ్యమా? మనకెందుకు? అంటూ పొడుగుకాళ్ల సుందరి పూజా హెగ్డే ఫ్యాన్స్ ఇప్పుడు నెట్టింట తెగ కామెంట్లు పెడుతున్నారు. ఆ విషయం తెలిసి తాము భయపడుతున్నట్లు చెబుతున్నారు. అసలు సెల్ అవుతుందా ఆ రోల్ అంటూ ప్రశ్నిస్తున్నారు. దెయ్యం గొడవ మనకెందుకు మేడమ్ జీ అంటూ కృత్యన్ చేస్తున్నారు. అసలేం జరిగింది? పూజా హెగ్డే ఫ్యాన్స్ ఎందుకలా అంటున్నారు? పూర్తి వివరాలాకి వెళ్తే.. ఇండస్ట్రీలోకి వచ్చిన తర్వాత టైమ్ లో ఫుల్ పాపులారిటీ దక్కించుకుంది పూజా హెగ్డే. తెలుగులో చిరంజీవి, ఎస్వీఆర్, మహేష్ బాబు, అల్లు అర్జున్, ప్రభాస్ వంటి స్టార్ హీరోలతో యాక్ట్ చేసింది. అలా వైకుంఠపురం మూవీ తర్వాత టాలీవుడ్ బుట్టబొమ్మగా మారిపోయింది. అయితే కొంతకాలంగా

ఆమె టైమ్ బాటేదని చెప్పాలి. నటించిన అనేక సినిమాలు బాక్సాఫీస్ వద్ద బోల్తా కొట్టాయి. తెలుగులో అవకాశాలు ఆమెకు బాగా తగ్గిపోయాయి. బాలీవుడ్ లో కూడా హిట్ కొట్టలేకపోయింది. రీసెంట్ గా హిందీ మూవీ దేవా పూడింగ్ ను పూర్తి చేసింది. అయితే సౌత్ లో మళ్లీ అవకాశాలు అందుకోవాలని చూస్తోంది. కోలీవుడ్ లో స్టార్ హీరో సూర్యతో ఓ సినిమా చేస్తోంది. ఇప్పుడు ఓ దెయ్యం సినిమాలో పూజ నటించనుందని ఇండస్ట్రీలో జోరుగా ప్రచారం సాగుతోంది. కాంచన-4లో పూజను హీరోయిన్ గా సెలెక్ట్ చేశారని వార్తలు వస్తున్నాయి. త్వరలోనే అసాన్స్ చేయనున్నారని టాక్ వినిపిస్తోంది. రీసెంట్ గా కాంచన-4ను అసాన్స్ చేశారు రాఘవ్ లారెన్స్. 2007లో ఆయన నటిస్తూ స్వయం దర్శకత్వం వహించిన మునిక్ సీక్వెల్ గా కాంచన మూవీ వచ్చిన విషయం తెలిసింది. తెలుగు, తమిళంలో సూపర్ హిట్ అయిన కాంచనకు సీక్వెల్ గా గంగా 2015లో రిలీజ్ అయింది. ఆ మూవీ కూడా సూపర్ హిట్ అయింది. ఆ తర్వాత యాక్టింగ్ పై ఫోకస్ పెట్టిన లారెన్స్.. తాజాగా కాంచన-4ను ప్రకటించారు. స్టోరీ ఇప్పటికే రెడీ అయిందని తెలిపారు. కాగా, కాంచన-4ను ప్రముఖ బాలీవుడ్ సంస్థ గోల్డ్ ఫైన్స్ రూ.100 కోట్లతో రూపొందించనుందని తెలుస్తోంది. తొలుత హీరోయిన్ గా నయనతార అనుకున్నా.. ఆ తర్వాత పూజను ఫిక్స్ చేశారట. ఇప్పుడు ఆ విషయం నెట్టింట వైరల్ గా మారింది. ఆమె ఫ్యాన్స్ రకరకాలుగా స్పందిస్తున్నారు. నిజమో కాదో తెలియక పోయినా.. గాసిప్ వినే భయపడుతున్నట్లు చెబుతున్నారు. మనకెందుకు దెయ్యం సినిమా పూజ అంటూ కామెంట్లు పెడుతున్నారు.

మలైకా ఇంట మాజీలిద్దరు పరామర్శ!



నటి మలైకా అరోరా తండ్రి అనిల్ అరోరా బిల్డింగ్ పై నుంచి దూకి ఆత్మహత్య చేసుకున్న సంగతి తెలిసింది. ఈ వార్తతో ఒక్కసారిగా ప్రజలంతా ఊలికి పడ్డారు. క్షణాల్లోనే సమ్మతేని నిజంగా మారి పోయింది. అనిల్ అరోరా ఆత్మహత్య ఎంటని? నెట్టింట నెటి జనలంతా విచారం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. అలాగే బాలీవుడ్ చిత్ర పరిశ్రమ నుంచి పలువురు దిగ్గజాల వ్యక్తం చేశారు. తాజాగా మలైకా అరోరా మాజీ భర్త అర్జున్ ఖాన్, మాజీ ప్రియుడు అద్వైత్ కపూర్ కూడా వెళ్లారు. ఘటనా స్థలి నుంచి కొన్ని ఫోటోలు నెట్టింట వైరల్ అవుతున్నాయి. వాటిలో అర్జున్ ఖాన్, అద్వైత్ కపూర్ తెల్ల బట్టలు ధరించి వెళ్లినట్లు కనిపిస్తుంది. ఇరువురు మలైకాని ఓదార్చినట్లు తెలుస్తోంది. మలైకా అరోరా తొలుత అర్జున్ ఖాన్ ని వివాహం చేసుకున్న సంగతి తెలిసింది. ఆ జోడికి పిల్లలు కూడా ఉన్నారు. కొన్నాళ్ల కాలపు అసంతోషం కలతలు చోటు చేసుకోవడంతో విడిపోయారు. కానీ స్నేహితులుగా మాత్రం కలుస్తున్నారు. కుమారుడు విదేశాల్లో చదువుతున్నాడు. ఇండియా వచ్చినప్పుడు మలైకా-అర్జున్ ఖాన్ కలిసి తల్లిదండ్రుల ప్రేమని పంచుతారు. అలాగే అద్వైత్ కపూర్ తోనూ మలైకా కొంత కాలం సహజీవనం చేసిన సంగతి తెలిసింది. ఇద్దరు ఒకే అపార్ట్ మెంట్ లో ఉండేవారు. ఈ నేపథ్యంలో వివాహం చేసుకుంటున్నట్లు ప్రచారం సాగింది. ఇద్దరి మధ్య వయసు వ్యత్యాసం ఉన్నా? ప్రేమకి వయసుతో పనిలేదని ప్రపంచానికి చాటి చెప్పాలనుకున్నారు. కానీ కొంత కాలానికి ఆ బంధం బలహీన పడింది. మనస్సులతో విడిపోయారు. ఇప్పుడు విధి ఇలా మాజీలిద్దరిని తన తండ్రి వద్దకు తీసుకొచ్చింది.

పూజా హెగ్డే

బ్లాక్ బస్టర్ 'హనుమాన్'.. మేకింగ్ వీడియోను విడుదల చేసిన టీం!



ఈ ఏడాది టాలీవుడ్ నుంచి వచ్చిన బ్లాక్ బస్టర్ లో హనుమాన్ ఒకటి. జాబీ రెడ్డి, అ! చిత్రాల ఫేమ్ ప్రశాంత్ వర్మ ఈ సినిమాకు దర్శకత్వం వహించగా.. ఈ సినిమాలో తేజ సజ్జా కథానాయకుడిగా నటించాడు. 2024 జనవరి 12న విడుదలైన ఈ సినిమా బ్లాక్ బస్టర్ గా నిలిచింది. బాక్సాఫీస్ వద్ద సుమారు రూ.300 కోట్లకు పైగా

వసూళ్లను రాబట్టింది. ఇక ఇదే సినిమాకు ముగింపులో సీక్వెల్ ఉంటుందని ప్రశాంత్ వర్మ ప్రకటించిన విషయం తెలిసింది. 'హనుమాన్' సీక్వెల్ 'జై హనుమాన్' అనే టైటిల్ తో రానుంది. 'రామడికి హనుమంతుడు ఇచ్చిన మాట ఏమిటి?' అన్న స్టోరీతో ఈ సినిమా రానుందా.. 2025లో ప్రేక్షకుల ముందుకురానుంది. అయితే తాజాగా హనుమాన్ సినిమాకు సంబంధించిన మేకింగ్ వీడియోను మేకర్స్ సోషల్ మీడియా వేదికగా పంచుకున్నారు. ఈ వీడియోలో సినిమా కోసం ప్రశాంత్ వర్మ పడిన కష్టం, తేజ సజ్జా చేసిన విన్యాసాలు మూవీకి హైలైట్ గా నిలిచాయి.

జేసన్ సంజయ్ డెబ్యూ సినిమా ఈ హీరోతోనేనట..!



కోలీవుడ్ స్టార్ హీరో విజయ్ కుమారుడు జేసన్ సంజయ్ దర్శకుడిగా ఇండస్ట్రీకి ఎంట్రీ ఇవ్వబోతున్న విషయం తెలిసింది. తమిళ అగ్ర చిత్ర నిర్మాణ సంస్థలో ఒకటైన లైకా ప్రొడక్షన్స్ బ్యానర్ లో మొదటి సినిమాకు సంతకం కూడా చేశాడు. ఈ చిత్రం శ్రీ ప్రొడక్షన్స్ పనులు జరుపుకుంటుందా.. త్వరలోనే సెట్స్ మీదకు వెళ్లనుంది. జేసన్ సంజయ్ డెబ్యూ సినిమాలో మాలీవుడ్ స్టార్ దుల్యర్ సల్యాన్ హీరోగా నటించనున్నట్లు ఇప్పటికే వార్తలు వచ్చాయి. అయితే మరోవైపు విక్రమ్ కుమారుడు డ్రుమ్ విక్రమ్ పేరు కూడా తెరపైకి వచ్చింది. కాగా ఇప్పుడు మరో యాక్టర్ పేరు నెట్టింట చక్కర్లు కొడుతోంది. అతడవరో కాదు.. జీవితలో ధనుష్ తో కలిసి రాయల్ మెరిసిన సందీప్ కిషన్ . తాజా టాక్ ప్రకారం జేసన్ సంజయ్ డెబ్యూ సినిమాను సందీప్ కిషన్ తో ప్లాన్ చేస్తున్నాడట. ఈ మూవీకి జేసన్ సంజయ్ రైటర్ కమ్ డైరెక్టర్ గా వ్యవహరించనున్నాడని ఇన్ సైడ్ టాక్. మరి ఈ వార్తలు కూడా గాసిప్ లాగా మిగిలిపోతాయా..? లేదా అనేది తెలియాలి ఉంది. జేసన్ సంజయ్ లండన్ లో డైరెక్షన్ కు సంబంధించిన కోర్స్ కూడా చేశాడని తెలిసింది. మరి ఈ స్టార్ కిడ్ తొలి సినిమా ఎలా ఉండబోతుందోనని ఎక్సైటింగ్ గా ఎదురుచూస్తున్నారూ మూవీ లవర్స్.

భవిష్యత్ తెలుగు భాషదేనంటున్న దేవర విలన్ సైఫ్ అలీఖాన్



ఇండియన్ ఫిలిం ఇండస్ట్రీలో ఉన్న టాలెంటెడ్ యాక్టర్లలో ఒకడు బీటౌన్ స్టార్ యాక్టర్ సైఫ్ అలీఖాన్ ఈ క్రేజీ నటుడు జూనియర్ టైటిల్ రోల్ పోషిస్తున్న దేవర సినిమాతో తెలుగు ప్రేక్షకులను పలుకరించ బోతున్నాడు. సెప్టెంబర్ 27న ప్రపంచవ్యాప్తంగా తెలుగు, తమిళం, కన్నడ, మలయాళం, హిందీ భాషల్లో గ్రాండ్ గా విడుదల కానుంది. ట్రైలర్ లాంచ్ సందర్భంగా సైఫ్ అలీఖాన్ చేసిన కామెంట్స్ తెలుగు సినిమా ఖ్యాతిని మరోసారి రుజువు చేస్తున్నాయి. ఈవెంట్ లో సైఫ్ అలీ ఖాన్ మాట్లాడుతూ.. ఇక్కడ చాలా సిని పరిశ్రమలున్నాయి. దక్షిణాదిన, ఉత్తరాదిన సినిమాలు తెరకెక్కిస్తున్నారు. నిజంగా పాస్ ఇండియన్ గా ఏదైనా సృష్టించడానికి, నటీనటులను ఏకతాటిపైకి తీసుకురావడానికి ఓ

సినిమా ఉండాలనే ఆలోచన ఇప్పుడు సరికొత్త ప్రమాణంగా మారతోంది. నేను కొంచెం తెలుగు మూల్యదగ్ధులగిగింపందకు చాలా అధ్యుష్టంపంతుడిగా భావిస్తున్నా. ఎందుకంటే భవిష్యత్తు తెలుగు భాషదేనంటూ చెప్పుకొచ్చారు సైఫ్ అలీఖాన్. ప్రతి ఒక్కరూ మరిన్ని భాషలు నేర్చుకునేందుకు తమ పరిధులను విస్తృతం చేసుకోవాలి. అంతేకాదు యాక్టర్లు తమ కంప్లెక్స్ జోన్ ల నుండి బయటపడాలి. దేవరలో భాగం కావడం నాకు గొప్ప గౌరవం. ఇది మరింత మందికి భవిష్యత్తు ఇస్తుందని ఖచ్చితంగా అనుకుంటున్నానంటూ చెప్పుకొచ్చారు సైఫ్ అలీఖాన్. ఇప్పుడి కామెంట్స్ నెట్టింట వైరల్ అవుతున్నాయి. దేవరలో సైఫ్ అలీఖాన్ టైల్ రోల్ లో నటిస్తోందా.. విలక్షణ నటుడు ప్రకాష్ రాజ్, మలయాళ యాక్టర్ పైన్ టామ్ ఛాక్, శ్రీకాంత్, మురళీ శర్మ, హిమజ ఇతర కీలక పాత్రలు పోషిస్తున్నారు. ఈ చిత్రాన్ని ఎస్వీఆర్ ఆర్ట్స్, యువసుధ ఆర్ట్స్ బ్యానర్లపై సుధాకర్ మిక్సిల్ నేని, కొనరాజు హరికృష్ణ, కల్యాణ్ రామ్ సంయుక్తంగా నిర్మిస్తున్నారు.

ఐసీసీ టెస్ట్ ర్యాంకింగ్స్.. నాలుగేళ్ల తర్వాత మళ్లీ టాప్-5లోకి రోహిత్ శర్మ..!



న్యూఢిల్లీ-నవభూమి: ఐసీసీ టెస్ట్ ర్యాంకింగ్స్ లో టీమిండియా కెప్టెన్ రోహిత్ శర్మ టాప్-5లో చోటు దక్కించుకున్నాడు. ఇంటర్నేషనల్ క్రికెట్ కౌన్సిల్ బింద్ లో టెస్ట్ ర్యాంకింగ్స్ విడుదల చేసింది. సెప్టెంబర్ 2021 తర్వాత తొలిసారి రోహిత్ టాప్-5లోకి చేరుకున్నాడు. టీమిండియా సీనియర్ ఆటగాడు విరాట్ కోహ్లా, యశస్వి జైస్వాల్ ర్యాంకులు సైతం మెరుగయ్యాయి. జైస్వాల్ ఆరు, విరాట్ షెన్ ఫైనల్ లో నిలిచారు. టీమిండియా త్వరలో బంగ్లాదేశ్ లో టెస్ట్ సిరీస్ ఆడనున్నది. ఈ సిరీస్ లో ఆటగాళ్లు రాజీవ్ ర్యాంకులు మరింత మెరుగయ్యే ఛాన్స్ ఉన్నది. ఈ ఏడాది ఇంగ్లండ్ తో భారత్ ఐదు మ్యాచ్ ల టెస్టు

సిరీస్ ఆడింది. రోహిత్ శర్మ, యశస్వి జైస్వాల్ బ్యాట్ తో రాణించారు. ఇద్దరు అద్భుతమైన ఫామ్ లో ఉన్నారు. యువ బ్యాటర్ జైస్వాల్ ఈ సిరీస్ లో రెండు సెంచరీలు, మూడు హాఫ్ సెంచరీలు చేసి.. మొత్తం 712 పరుగులు చేశాడు. రోహిత్ శర్మ సైతం రెండు సెంచరీలతో రాణించి 400 పరుగులు చేశాడు. ఈ సిరీస్ కు విరాట్ కోహ్లా దూరమైన విషయం తెలిసింది. తాజాగా ఐసీసీ ప్రకటించిన టెస్టు ర్యాంకింగ్స్ నూ ప్రతీకలోని బ్యాటర్లు మెరుగైన ర్యాంకులకు చేరారు. ఇంగ్లండ్ తో జరిగిన సిరీస్ లో ఓలీ పోప్ నేతృత్వంలోని జట్టును ఓడించిన విషయం తెలిసింది. ఇంగ్లండ్ ఆటగాడు జో రూట్ టెస్ట్ ర్యాంకింగ్స్ లో అగ్రస్థానంలో కొనసాగుతున్నాడు. అయితే, శ్రీలంకతో జరిగిన మూడో, చివరి టెస్ట్ లో రెండున్నాడు విఫలం కావడంతో రేటింగ్ తగ్గింది. సోన్ 922 పాయింట్ల నుంచి 899 పాయింట్లకు పడిపోయింది. న్యూజిలాండ్ సీనియర్ ఆటగాడు కేన్ విలియంస్ 859 రేటింగ్ పాయింట్లతో రెండోస్థానంలో కొనసాగుతున్నాడు.

ఓ ఫోటో తీసి రాజకీయం చేశారు.. వీటి ఉషపై వినేక ఫోగట్ ఫైర్



న్యూఢిల్లీ-నవభూమి: పాఠన్ ఒలింపిక్స్ లో రెజర్ వినేక ఫోగట్.. 53 కిలోల ఫ్రీ స్టయిల్ రెజింగ్ పైన్ రోజున అధిక బరువుతో అసర్వత వేటుకు గురైన విషయం తెలిసింది. ఆ రోజున నీరసించిన వినేకకు ఒలింపిక్స్ విలేజ్ లోని క్లినిక్ లో చికిత్స చేశారు. ఆ సమయంలో భారత ఒలింపిక్ సంఘ అధ్యక్షురాలు వీటీ ఉష.. ఆ రెజర్ ను పరామర్శించారు. అయితే ఆ ఇద్దరి ఫోటోకి చెందిన ఓ ఫోటోను కూడా రిలీజ్ చేశారు. ఆ ఫోటోపై ఇప్పుడు రెజర్ వినేక అగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. ఓ ఫోటో క్లిక చేసి, ఆ అంశాన్ని రాజకీయం చేసినట్లు రెజర్ అభిప్రాయించారు. వీటీ ఉష వ్యవహరించిన తీరును వినేక తప్పుపట్టారు. తనకు తెలియకుండా ఫోటో తీసి సోషల్ మీడియాలో పేర్ చేశారని వీటీ ఉషపై వినేక ఫోగట్ అభిప్రాయం చేశారు.

అప్టన్, కివీస్ మధ్య టెస్ట్ మ్యాచ్.. మూడో రోజు ఆట కూడా రద్దు



న్యూఢిల్లీ-నవభూమి: ఆస్ట్రేలియా, అప్టన్ సైన్ మధ్య జరగాల్సిన టెస్ట్ మ్యాచ్ లో మూడో రోజు కూడా ఆట ప్రారంభం కాలేదు. గ్రేటర్ నోయిడాలో తడి ఆరదం మరింత అలస్యం అవుతుందని కొన్ని వర్గాలు చెబుతున్నాయి. ఈ నెల 9 నుంచి 13 మధ్య నోయిడాలోని పాపీడ్ విజయ్ సింగ్ పతీక్ స్పోర్ట్స్ కాంప్లెక్స్ వేదికగా ఈ టెస్టు జరగాల్సి ఉంది. మైదానంలో సరిపోని కవర్లు లేకపోవడంతో.. వర్షం నుంచి గ్రౌండ్ ను కాపాడుకోవడం కష్టంగా మారింది. అరుణ్ జైల్లీ స్టేడియం నుంచి క్యూబెల్ రిస్ తీసుకొచ్చినా.. ఏ ఫలితం దక్కలేదు. దీంతో తొలి రెండు రోజులు ఒక్క బంతి పడకుండానే ఆట రద్దు అయ్యింది.