

Circulated at: Hyderabad, Rangareddy, Adilabad, Karimnagar, Warangal, Khammam, Nalgonda, Mahabubnagar, Medak, Nizamabad, Krishna, Guntur, East Godavari, West Godavari, Prakasam, Nellore, Srikakulam, Vizianagaram, Visakhapatnam, Kurnool, Chittoor, Kadapa, and Anantapur

ఆపరేషన్ కెల్లర్ యూకేలో కష్టమే

- కాల్పుల విరుమణను ఉల్లంఘించిన పాక్
- షోపియాన్ జిల్లాలో ఉద్రిక్తత..పోలీసుల గాలింపుచర్యలు
- బలగాలు- ఉగ్రవాదుల మధ్య ఎదురుకాల్పులు
- ముగ్గురు ఉగ్రవాదులను మట్టుబెట్టిన భద్రతాదళాలు
- ఆపరేషన్ కెల్లర్ను ప్రకటించిన భారత ఆర్మీ



సిబ్బంది, జమ్మూ కాశ్మీర్ జాయింట్ సెక్స్ ఆపరేషన్ మొదలుపెట్టారు. కార్గిల్ అండ్ సెక్స్ చేపట్టారు. ఈ తెల్లవారు జాము నుంచీ గాలింపు చర్యలు కొనసాగాయి. దీనికి ఆపరేషన్ కెల్లర్ అని పేరు పెట్టింది భారత ఆర్మీ. కార్గిల్ అండ్ సెక్స్ కొనసాగుతున్న సమయంలో సమయంలో ఉగ్రవాదులు వారిపై కాల్పులకు తెగబడ్డారు. దీనితో భద్రత సిబ్బంది ఎదురు కాల్పులు జరిపారు. ఎన్కౌంటర్ తీవ్రత

- వలసలను తగ్గించడానికి వీసా, వలస చట్టాలలో గణనీయమైన మార్పులు
- ప్రతిపాదిత మార్పులు యూకేలో పనిచేయాలని, స్థిరనివాసం పొందాలని ఆశిస్తున్న వేలాది మంది వలసదారులపై తీవ్ర ప్రభావం
- దేశానికి అర్థవంతమైన సహకారం అందించేవారికి మాత్రమే యూకేలో ఉండేందుకు అనుమతి: ప్రధాని స్టార్చ్ సస్టికరణ



బలోపేతం చేయడం ఈ సంస్కరణల ప్రధాన లక్ష్యంగా ప్రభుత్వం పేర్కొంది. బ్రిటన్లో పెరుగుతున్న వలస వ్యతిరేక సెంటిమెంట్, రిఫర్స్ యూకే వంటి పార్టీలకు పెరుగుతున్న ప్రజాదరణ వంటి అంశాలు ఈ కఠినతరం చర్యలకు దారితీశాయి. దేశానికి అర్థవంతమైన సహకారం అందించేవారికి మాత్రమే యూకేలో ఉండేందుకు అనుమతి ఉంటుందని

చీటింగ్ కేసులో శ్రీవేణీరావు అరెస్ట్

- షోన్ ట్యాపింగ్ కేసు నిందితుల్లో ఒకరైన శ్రీవేణీ రావుపై సీసీఎస్లో కేసు నమోదు
- విచారణకు పిలిచిన పోలీసులు..అనంతరం అరెస్టు..న్యాయమూర్తి ఎదుట హాజరు



హైదరాబాద్-సవభూమిబ్యూరో: షోన్ ట్యాపింగ్ కేసులో కీలక నిందితుడి శ్రీవేణీ రావును పోలీసులు అరెస్ట్ చేశారు. చీటింగ్ కేసులో ఆయనపై అభియోగాలు రావడంతో.. కేసు నమోదు చేశారు. ఈ మేరకు విచారించేందుకు నోటీసులు ఆయనకు అందజేశారు. కాగా మంగళవారం సీసీఎస్ పోలీసుల ఎదుట శ్రీవేణీ

రావు విచారణకు హాజరయ్యారు. ఈ విచారణ అనంతరం శ్రీవేణీ రావును పోలీసులు అరెస్ట్ చేసినట్లు ప్రకటించారు. గతంలో అఖండ ఎంటర్ ప్రైజెస్ సంస్థను రూ. 6 కోట్ల మేర మోసం చేసినట్లు శ్రీవేణీ రావుపై ఆరోపణలున్నాయి. ఈ మేరకు బాధితులు సీసీఎస్లో ఫిర్యాదు చేశారు. ఈ నేపథ్యంలో

అతడిని పోలీసులు అరెస్ట్ చేశారు. అనంతరం నాంబల్లి కోర్టులో నిర్ణయమూర్తి ఎదుట అతడిని హాజరుపరచాలని నిర్ణయించారు. అందుకోసం అతడిని న్యాయమూర్తి ఇంటికి తరలించారు.

నైరుతి వచ్చేస్తోంది..

- ◆ చల్ల చల్లని కబురు చెప్పిన వాతావరణ శాఖ
- ◆ బంగాళాఖాతంతో పాటు అండమాన్ సముద్రంలోని కొన్ని ప్రాంతాలలో నైరుతి రుతుపవనాల రాక
- ◆ ఈ రుతుపవనాలు క్రమంగా దేశవ్యాప్తంగా
- ◆ విస్తరించబోతున్నట్లు వాతావరణ శాఖ వెల్లడి



భారతదేశంలో సాధారణం కంటే ఎక్కువ కనిష్ట ఉష్ణోగ్రతలు నమోదవడం, దిగువ వాతావరణ స్థాయిలో పశ్చిమ గాలుల ప్రభావం, ఎగువ వాతావరణ స్థాయిలో తూర్పు గాలుల ప్రభావం దక్షిణ ద్వీపకల్పంలో దాదాపు 40 రోజుల పాటు ఉరుములతో కూడిన ముందస్తు వర్షపాతం ఉంటాయని తెలిపింది. అలాగే వాయువ్య పసిఫిక్ మహాసముద్రంపై సాధారణం కంటే ఎక్కువ పీడనం ఉండటం వంటి అంశాలు రుతుపవనాల రాకను సూచించే ముఖ్య కారకాలు అని ఇఎంఐ డైరెక్టర్ జనరల్ మృత్యుంజయ్ మోహపాత్ర ది ఇండియన్ ఎక్స్ప్రెస్కు తెలిపారు. ప్రస్తుతం దేశంలో వాతావరణ పరిస్థితులు ముందస్తు రుతుపవనాల రాకకు అనుకూలంగా ఉన్నట్లు వాతావరణ విభాగం ఫీట్ తెలిపారు. వీటి ప్రభావంతో కేరళలో రుతుపవనాల ప్రారంభం ఖాయమని ఆయన తెలిపారు. ప్రస్తుత గాలి

అమృత్ సర్లో కల్పి మధ్యం తాగి 21 మంది మృతి 3

టాలీవుడ్ హీరో ఓవర్ యాక్షన్

- ◆ బెల్లంకొండ శ్రీనివాస్ ఓవర్ యాక్షన్
- ◆ జూబ్లీహిల్స్ జర్నలిస్ట్ కాలనీలో కారులో రాంగ్ రూట్లో హాల్చల్
- ◆ ట్రాఫిక్ కానిస్టేబుల్పై కారుతో దూసుకు వెళ్లిన బెల్లంకొండ
- ◆ ట్రాఫిక్ కానిస్టేబుల్తో వాగ్వాదం..సీసీ కెమెరాల్లో రికార్డు

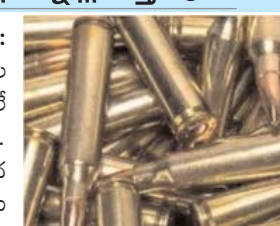
హైదరాబాద్-సవభూమిబ్యూరో: టాలీవుడ్ హీరో బెల్లంకొండ శ్రీనివాస్ ఓవర్ యాక్షన్ చేశారు. జూబ్లీహిల్స్ జర్నలిస్ట్ కాలనీలో కారులో రాంగ్ రూట్లో వచ్చిన అతడు హాల్చల్ చేశారు. అక్కడే ఉన్న ట్రాఫిక్ కానిస్టేబుల్పై కారుతో దూసుకు వెళ్లాడు. అయితే కానిస్టేబుల్ అడ్డుకొని నిలదీయడంతో.. బెల్లంకొండ శ్రీనివాస్ అక్కడి నుంచి వెళ్లిపోయాడు. ఇక హీరో బెల్లంకొండ శ్రీనివాస్ వ్యవహారాన్ని ట్రాఫిక్ కానిస్టేబుల్.. ఉన్నతాధికారుల దృష్టికి తీసుకు వెళ్లినట్లు సమాచారం. బెల్లంకొండ

శ్రీనివాస్ రాంగ్ రూట్లో రావడం ఒక తప్పు అయితే.. అక్కడ విధుల్లో ఉన్న కానిస్టేబుల్తో దురుసుగా ప్రవర్తించడం మరో తప్పు. అంతేకాకుండా ట్రాఫిక్ కానిస్టేబుల్ను కారుతో ఢీకొట్టేందుకు అతడు యత్నించాడు. దీంతో కారులో ఉన్న వ్యక్తి ఎవరనే విషయాన్ని ట్రాఫిక్ కానిస్టేబుల్ సరిగ్గా గుర్తించ లేదని తెలుస్తోంది. కానీ వాగ్వాదం మాత్రం వీరిద్దరి మధ్య చోటు చేసుకుంది. మీరు.. ఇలా రాంగ్ రూట్లో రాకుండా. మీరు ఇలా రావడం వల్ల భారీగా ట్రాఫిక్ జామ్ ఏర్పడిందంటూ హీరో

డీఎస్సీ ఇంట్లో అక్రమంగా 100 బుల్లెట్లు

- ◆ లంచం తీసుకుంటూ ఏసీబీకి పట్టుబడిన సూర్యాపేట డీఎస్సీ పార్థసారథి
- ◆ ఆయన ఇంట్లో అధికారులు తనిఖీలు చేపట్టగా అక్రమంగా 100 బుల్లెట్లు ఉన్నట్లు గుర్తింపు.

సూర్యాపేట-సవభూమిప్రతినిధి : ప్రజలకు అందగా ఉంటూ అక్రమాల ను అరికట్టాల్సిన పోలీసు అధికారులే అవినీతికి పాల్పడుతున్నారు. లంచాలకు అలవాటు పడి పేద ప్రజలను వేధిస్తున్నారు కొందరు పోలీసు అధికారులు. తాజాగా ఓ డీఎస్సీ లంచం తీసుకుంటూ ఏసీబీకి పట్టుబడ్డాడు. సూర్యాపేట డిఎస్సీ పార్థసారథి లంచం తీసుకుంటూ ఏసీబీ అధికారులకు దొరికిపోయాడు.



వల్లభనేని వంశీకి బెయిల్

- ◆ సత్యవర్ధన్ కిడ్నాప్ కేసులో వంశీకి బెయిల్
- ◆ వంశీతో పాటు మరో నలుగురికి బెయిల్ మంజూరు
- ◆ గన్నవరం టీడీపీ కార్యాలయంపై జరిగిన దాడి కేసులో హైదరాబాద్లో ఆంధ్రప్రదేశ్ పోలీసులు అరెస్టు



విజయవాడ-సవభూమిబ్యూరో వైఎస్సార్సీపీ నాయకుడు, మాజీ ఎమ్మెల్యే వల్లభనేని వంశీకి బెయిల్ మంజూరు అయింది. విజయవాడ లోని ఎస్సీ/ఎస్టీ కోర్టు మంగళవారం వంశీకి బెయిల్ మంజూరు చేసింది. సత్యవర్ధన్ కిడ్నాప్ కేసులో వంశీకి బెయిల్ దక్కింది. వంశీతో పాటు మరో నలుగురికి ఈ కేసులో కోర్టు బెయిల్ మంజూరు చేయడం జరిగింది. వల్లభనేని వంశీని 2023లో గన్నవరం టీడీపీ కార్యాలయంపై జరిగిన దాడి కేసులో ఫిబ్రవరి 13, 2025న హైదరాబాద్లో ఆంధ్రప్రదేశ్ పోలీసులు అరెస్టు చేశారు. గన్నవరం టీడీపీ కార్యాలయంపై దాడి కేసులో సాక్షిగా ఉన్న ముదుసూరి సత్యవర్ధన్ అనే వ్యక్తిని వల్లభనేని వంశీ

బెదిరించి, కిడ్నాప్ చేసి తప్పుడు ఆఫీడవిట్ దాఖలు చేయించాడని ఆరోపణలు వచ్చాయి. సత్యవర్ధన్ మొదట కోర్టులో తనకు ఈ కేసుతో సంబంధం లేదని చెప్పాడు. అయితే, తర్వాత పోలీసులను ఆశ్రయించి వల్లభనేని వంశీ తనను కిడ్నాప్ చేసి బెదిరించాడని ఫిర్యాదు చేశాడు. ఈ ఫిర్యాదు ఆధారంగా వల్లభనేని వంశీపై కిడ్నాప్, బెదిరింపు, ఎస్సీ/ఎస్టీ చట్టం కింద కేసులు నమోదు చేశారు. ఇప్పటికే టీడీపీ ఆఫీస్పై దాడి చేసిన కేసులో వంశీకి బెయిల్ వచ్చింది.గన్నవరం కోర్టు ఆయనకు బెయిల్ మంజూరు చేసింది. తాజాగా కిడ్నాప్ కేసులో కూడా ఆయనకు బెయిల్ మంజూరు చేసింది కోర్టు. ఈ సంవత్సరం ఫిబ్రవరి 13న వంశీని పోలీసులు

మీ వయసులో గర్భం

మతి వయసులో గర్భందివంగత పంజాబీ
 గాయకుడు సిద్ధు మూసీవాలా తల్లితండ్రులు,
 లేటు వయసులో బిడ్డను కనడంతో అందరి దృష్టి
 వివిఎఫ్ వైపు మళ్లించి, అయితే ఈ దంపతుల్లాగే
 సిద్ధ వయసులో తల్లితండ్రులయ్యే ప్రయత్నం చేసి
 పెద్దలు కొన్ని అంశాలను దృష్టిలో పెట్టుకోవాలి.

మీలి వయసులో గర్భం

పంగత పంజాబీ గాయకుడు సిద్ధు మూసేవాలా తిలకంధ్రులు, లేటు వయసులో బిడ్డను కనడంతో అందరినీ బ్రష్టిని ఐవిఎఫ్ వైపు మళ్లించి. అయితే ఈ దంపతుల్లాగే పెద్ద వయసులో తల్లితండ్రులయ్యే ప్రయత్నం చేసే పెద్దలు కొన్ని సంశాలన దృష్టిలో పెట్టుకోవాలి.

2021 కృత్తిమపునదుత్పత్తి ప్రక్రియ నియంత్రణ పట్టం
ఆర్థికమియల్ రిపార్డెడ్స్ డిక్లెర్డ్ రెగ్యులేషన్ యాక్ట్) ఈ
రికీకృత్తిమ ఆశించుచే దంపతుల్లో మహిళలు వయో
రిమిమిని 50 ఏళ్లుకా, పురుషుల వయో పరిమితిని 55
కా, క్షణిక పరిమితిని చేసింది. తల్లిదండ్రుల ఆరోగ్యభద్రత కోసం
కా, భవిష్యత్తు కోసం ప్రభుత్వం నుంచిని నియమాలను
కా, చేయకుండా, మలి వయసులో బివిఎస్ ద్వారా బిడ్డలను
నే పాట్లువారు. కేరీర పరంగా ఒంటరిగా మిగిలిపోయిన
మహిళలు, అదే పనిగా పెళ్లి వాయిదా వేస్తూ వయసు
నిమిషియన్ మహిళలు, సంతాన నిర్భయాన్ని వాయిదా
వేస్తూ, నూజిబిడ్డంగా గర్భం ద్వారాల్లే లేటా వయసు
మహిళలు పెద్ద వయసులో గర్భం ద్వారాడంలో ఉండే
కా, ఆరోగ్యపరమైన ఇబ్బందులు, తల్లిదండ్రులకు పొంది ఉండే
వాళ్ళ గురించి తెలుసుకోవడం అవసరం.

వివిధకు నిర్దిష్ట మయో పరిమితి లేకపోయినప్పటికీ, 40% క్కు దాటిన మహిళల్లో అందాల నాణ్యత, మోతాదులు నిర్దిష్టతాయి. అలాగే ఐవిఎఫ్ విజయమయ్యే అవకాశాలు నాదా పెరిగే వరుసుతో పాటు తగ్గిపోతూ ఉంటాయి. మనశ్శతం మహిళలు మెనోపాజ్కు చేరుకునే సగటు వరుసు

6 ఏళ్లు. ఈ దశకు 13 ఏళ్ల ప్రిజర్లో ఉన్న వ్యక్తులను చేర్చారు.

కొన్ని ప్రజల్లో ఇది అసాధారణంగా ఏర్పడుతుంది. ఒక తరవా తొలగించినా ప్రీజర్ నిండా బస్ ఏర్పడి, ఆక్షయ్య స్థలాస్థంతా ఆక్రమిస్తుంది. దీంతో చాలా మంది తమ ప్రీజర్లో దైబర్లయిందిమా అని ఆందోళన చెందుతారు. కానీ అసలు ప్రాజెక్టులో కాదని నిపుణులు అంటున్నారు. ప్రీజర్లో దృష్ట్యాగా పేరుకుపోవడానికి రిప్రజెంటేటివ్ ఉపయోగించలేరు. ఇంతకు పోయే చేసే చిన్న చిన్న తప్పులే అని చెబు తున్నారు. ఇంతకీ ప్రీజర్ తప్పులు ఏవి, ఉ న్నమన్నా పదవినిగా ఎలాంటి ఉ స్థానాని



సినే అంధాల నాణ్యత దిగజారడం మొదలవుతుంది. అలాగే పెద్ద వయసు మహిళల్లోని అంధాల్లో క్రోమాజిన్ మేల్ లోహాలు, జన్యుపరమైన లోహాలు తలెత్తుతాయి. గర్భస్రావాలు కూడా ఎక్కువ! కాబట్టి పిల్లలు డౌన్స్ సిండ్రోమ్తో పుట్టే ప్రమాదం ఉంటుంది. కాబట్టి లేబుల పరిశోధనలో బయోమెడికల్ ఆక్రమించేవాళ్ళ దానంగా పొందిన అంధాలతో గర్భం చాలాడం ఉత్తమం.

బిడ్డను పెంచే శక్తి ఉంటుందా?
దానంగా పొందిన అంధాలతో గర్భం చాలానిప్పటికీ, పెద్ద వయసు మహిళల్లో అధిక రక్తపోటు, మధుమేహం, థైరాయిడ్ సమస్యలుంటాయి. వీటి మూలంగా గర్భం హైపర్ టెన్షన్, నెలలు పైసరేవెన్సు, నెలలు

జానికి

నిందకుందా పిల్లలు పుట్టడం లాంటి సమస్యలు తలెత్తే అవకాశాలు ఎక్కువ. ఐవిఎఫ్ ద్వారా బిడ్డ పుట్టడంతోనే దంపతుల కథ ముగిసిపోదు. నిశానికి బిడ్డ శ్రేయస్సు కోసం దంపతుల జీవితకాలం నిబద్ధత బిడ్డ పుట్టుకతోనే మొదలవుతుంది. పిల్లల శ్రేయస్సుకు ఆరోగ్యకరమైన, దీర్ఘాయుష్షు కలిగి ఉన్న తల్లియండ్రులు అవసరం. కాబట్టి పెద్ద వయసులో పిల్లలకు కాలానుగుతీ దంపతులు బిడ్డను పొందే ఓపిక, వయసుతో పాటు క్షీణిస్తుందని విషయాన్ని కూడా గుర్తు పెట్టకోవాలి.

హెచ్చుతగ్గులు ఏర్పడి ఉష్ణోగ్రతలో
అవుతుందని అంటున్నారు. ఐస్ ఫామ్

ఆధిపత్యేరీడర్లలో బసగడ్డలు

ఈ చిట్టాల్లో మేలు : కారణం ఏదైనా ట్రీజేర్లో? ఎక్కువ ముత్తంలో బస్ పేరుకుపోవడం అనేది ఆధిపత్యేరీడర్ వసతిరీతిపై ప్రత్యేకాల ప్రధానం చూపుతుందంటున్నారని నిపుణులు. అందుకే కొన్ని చిన్న చిన్న చిట్టాలు పాటిస్తే ట్రీజేర్స్ క్షీణగా ఉంచుకోవచ్చని నలహా ఇస్తున్నారు.

ట్రీజేర్ తలుపులు అవసరం అయినప్పుడు తీరుచుం, వెంటనే ముఖ్యతలందరూ లాంటిది చేయడం మంచిది. అదే విధంగా ఆధిపత్యేరీడర్ తలుపులకు ఉన్న రబ్బర్ సీలింగ్ గ్యాస్లున్న సరిగ్గా పంపిస్తున్నారని లేదా అనేది ఒకసారి పరిశీలించుకోవాలని సూచిస్తున్నారు. అవసరమైతే ట్రీజేర్ ఛాండ్స్ బద్దీ 2-5 ఏళ్ల మధ్య కాలంలో మార్పుచేయడం మేలంటున్నారు.

కొన్ని ట్రీజేర్లకు అదే డిప్రాన్స్ లాంటి ఇష్యన్ ఉంటుంది. మరి కొన్నింటిలో ఇలాంటిది ఉండదు. ఆలాంటిప్పుడు కూలింగ్ వ్యవస్థతో సంబంధం లేకుండా నిర్దిష్ట వ్యవధుల్లో డిప్రాన్స్ బదలెను మార్చే చేయాలి. ఇలా చేయడం వల్ల పేరుకున్న బస్ మొత్తం కలిగివుంటుంది. దీంతో పాటు ట్రీజేర్లలో ఎక్కువ ముత్తంలో బస్ పేరుకోకుండా ఉంటుందని చెబుతున్నారు.

ప్రిజర్ మోడల్ని బట్టి మాన్యువల్లో పొందుపరిచినట్లుగా ప్రీజర్ థర్మోస్టాట్లో సంబంధిత సెట్టింగ్స్ చేసుకోవాలని, ఇలా చేయడం వల్ల ప్రీజర్లో ఐస్ పేరుకుపోవడా జాగ్రత్తపడవ్వాలని నలహా ఇస్తున్నారు.

రిప్రజెరేటర్లలో ఐస్గడ్డలు

కొన్నిసార్లు ఐస్క్రీమ్, కూల్డ్రింక్స్, ఆహార పదార్థాల అవశేషాలు ముందే ప్రీజర్లో పడిపోతాయి. వీరిని తొలగించకుండా అలాగా ఉంచడం వల్ల అంత గడ్డకట్టుకుంటుంటుంది ఐస్ లాగా మారిపోతాయి. ఇలా జరగకుండా ఉండాలంటే వాటిని ఎప్పుడైతేప్పుడు తొలగిస్తూ ఉండాలి. అలాగే నిత్య వ్యవధుల్లో ప్రీజర్లోను నీళ్లు, బేకింగ్ సోడా మిశ్రమంతో శుభ్రం చేయడం వల్ల అందులో నుంచి దుర్వాసన రాకుండా ఉంటుందని నిపుణులు

ప్రిజెర్లో అవసరమైన వస్తువులను మాత్రమే ఉంచాలని తెలియజేస్తున్నారు. అంతో సహా ఖాళీ లేకుండా ప్రీజర్లో అన్ని వస్తువులు పెట్టుకూడదని, ప్రీజర్ ఎంత ఖాళీగా ఉంటే అంత మేలంటున్నారు.

ప్రిజ్జీలను కిడికిలు, వేడిని ఉబ్బత్తి చేసే వస్తువులకు దూరంగా ఉంచడం మంచిదంటున్నారు. ఇలా చేయడం వల్ల ప్రీజర్లో ఎక్కువ మొత్తంలో ఐస్ పేరుకుపోదని చెబుతున్నారు.

చాలా మంది ప్రీజ్ రిపేర్కొచ్చే వరకు దాని గురించి అసలు పట్టించుకోరు. కానీ ఏడాదికి ఒకసారి అయినా ప్రీజ్ కామిట్మీని పరీక్షించుకుందా, బాల్బ్ ఫిల్లింగ్ని మాత్రమేపడం చేయాలని చెబుతున్నారు. ఇలా చేయడం వల్ల ప్రీజర్లో ఐస్ పేరుకుపోకుండా ఉంటుందని నిపుణులు పేర్కొంటున్నారు.

వైఎంఎస్‌ఎస్‌సీ, నలరెండు డాన్స్‌లు

చాలా తేడా ఉంటుంది. ప్రీజర్ తలుపు తెరిచినప్పుడు బయటి వేడి రోపకటి ప్రవేశిస్తుంది. తద్వారా ప్రీజర్ డిస్ట్రీగ్రత్తో మార్పులు చోటుచేసుకుంటాయి. ఇందులో భాగంగా ప్రీజర్‌లోని పల్లడి గాలితో వేడి గాలి చర్మం జలవపదం వల్ల ఆక్రమణ వన్ పేరుకుపోతుందని చెబుతున్నారు.

దీప్తాస్: కాన్సైస్ట్రా ప్రీజర్ తలుపు పూర్తిగా క్లోజ్ చేయకపోవడం వల్ల ప్రీజర్‌లో వన్ కలిగి (దీప్తాస్) ప్రక్రియ నెమ్మదిస్తుంది. దీంతో ఆక్రమణ మొత్తంలో వన్ పేరుకుపోయేలా చేస్తుందంటున్నారు నిపుణులు. అంతే కాకుండా కొంతమంది ప్రీజర్‌లో ఎక్కువ మొత్తంలో ఆహార పదార్థాలు/ పన్నులుంటు పడుతుంటారు. దీనివల్ల ఆక్రమణ గాలి ప్రసరణ తగ్గిపోతుంది. ఇదే

మకుషోత్తరండా?

పూర్వం.
 డోర్స్ ను ఎక్కువ సేపు ఓపెన్ చేయండి : ఫ్రీజర్ లో ఎక్కువ
 మొత్తంలో ఐస్ పేరుకుపోవడాలని ఎన్నో కారణాలు ఉన్నాయి.
 సేపుణులు అరిచినాన్ని. అందులో ప్రధానమైనది ఫ్రీజ్ డోర్స్
 ఎక్కువసేపు తెరిచి ఉంచడమేనట. ఇలా డోర్స్ ను ఎక్కువ సేపు
 తెరిచి ఉంచడం వల్ల వాతావరణంలోని తేమతో కూడిన గాలి
 ఫ్రీజర్ లోకి వెళ్లి బస్ గా మారుతుందని, దీంతో అది క్రమంగా
 గడ్డలు ఏర్పడడానికి కారణమవుతుందని అంటు
 న్నాను. ఎందుకంటే బయటి వాతావరణానికి, ఫ్రీజర్ వాతావర

టైంలో ఫ్రీజర్ తలుపు తెరిస్తే వేడి గాలి లోపలికి వెళ్లి ఫ్రీజర్లో ఐస్ ఏర్పడడానికి కారణమవుతాయని వివరిస్తున్నారు. రిఫ్రీజరేటర్ల పనితీరు : రిఫ్రీజరేటర్ తలుపు చుట్టూ రబ్బర్ సీలింగ్తో కూడిన గ్యాస్బట్ను ఉంటాయి. ఇవి బయట గాలి లోపలికి ప్రవేశించకుండా రక్షణగా ఉంటాయి. అయితే తోకతలానికీ ఇవి నాణ్యత కోల్పోవడం లేదా దృఢతలే వల్ల కూడా ఫ్రీజర్లో ఐస్/గడ్డలు ఏర్పడటానికి కారణమవుతాయని నిపుణులు అంటున్నారు. సాధారణంగా రిఫ్రీజరేటర్ల పనితీరు బాగుంటే ప్రతి ఆరు గంటలకు ఒకసారి 20 నిమిషాల పాటు ఫ్రీజ్ కాలింగ్ చేస్తూనే ఉండాలి. ఆ టైంలో ఫ్రీజర్లో పేరుకున్న ఐస్ మొత్తం కరిగిపోతుంది. అదే

[illegible]

మ ప్రమాద

లేకపోతే అవి ప్రమాదకరంగా మారే అవకాశముంది. శరీరంపై అలాంటి మచ్చలను నిర్దక్షులతో విస్మరించకూడదని ఆరోగ్య నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. ఎందుకంటే చిన్న చిన్న లక్షణాల్ని కౌన్సిలార్స్ తీవ్రమైన వ్యాధులకు సంకేతం కూడా కావచ్చు. అలాంటివ్వుడు మనం వ్యాధి ప్రారంభ సంకేతాలను నివారించినట్లుయితే, భవిష్యత్తులో ఈ వ్యాధి తీవ్రమైన పరిణామాలుకు దారితీయవచ్చు. అందుకే ఈ మచ్చలు నిర్దక్షుల చేయకుండా వెంటనే డాక్టర్స్ ను సంప్రదించాలని నిపుణులు చెబుతున్నారు.

బ్లాక్‌హెడ్స్‌తో బాధపడుతున్నారా?



అమ్మాయిలు అందంగా కనిపించాలని ఆరోపపడుతుంటారు. అయితేనేం మాస్టర్స్ దొంగ అనినా రక్తం క్రిమినా చూడుతుంటారు. అయితే కొద్దిమందిని బ్లడ్స్/హెడ్స్, వైల్డ్/హెడ్స్, అండ్ దర్జీ నువ్వల్లా లాంటి చర్చ నమస్సులు చాలా ఇబ్బంది పెడుతుంటాయి. చచ్చురంగ్రాహి ననూని, మృతకణాలు, ధూళి చేరడం వల్ల ఇలాంటి నమస్సులు వస్తాయంటున్నారని నిపుణులు అంటే వీటిని ఎప్పుడీవచ్చును తొలగించుకోకపోతే ఫేస్ కాంతి రహితంగా, కళావిహీనంగా కనిపిస్తుంది. మరి, వీటిని తొలగించుకోవడమేలాగా, నిపుణులు చేస్తున్న సూచనలేంటో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం!

ప్రశ్న (శ్రీశీమం): భూక్తిహెడ్స్ తొలగించడానికి ఈజీ పద్ధతేమి? అవరి పట్టడం ఒకటి. కనీసం 5 నుంచి 10 నిమిషాల పాటు అవరిపట్టడం మంచిదని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఆ తర్వాత తడి వస్త్రంతో మృదువుగా తడిచి చర్మరంధ్రాల్లో చేరుకుపోయిన భూక్తి?హెడ్స్ బయటకు పడతాయని వివరిస్తున్నారు. రెండోది వీటిని తొలగించడానికి ప్రత్యేకమైన టూల్ ఉంటుందని డి.ఎం.ఎస్. ఉపయోగించి కూడా భూక్తి హెడ్స్ తీయచ్చని సూచిస్తున్నారు.

తేజ:తేజ స్త్రవ: ఇందులో సహజంగానే యూద్ధ దీక్షాక్షీరియల్ గుణాలు ఎక్కువగా ఉంటాయని నిపుణులు తెలియజేస్తున్నారు. దీన్ని ఒక దీన్నానే తీసుకుని అందులో కాస్త చక్కెర కలిపి ఫేస్ కు అప్లై చేసుకున్న తర్వాత వేగ్గన తడుపుతూ మృదువుగా స్ట్రోక్ చేసి పది నిమిషాల తర్వాత కడిగేస్తే సరిపోతుందనియ్యారు నిపుణులు. కేసీ చర్మాన్ని మృదువుగా మార్చడంలేపాలు భాక్ హెడ్స్ ని తగ్గిస్తుందని వివరిస్తున్నారు.

బేకింగ్ సోడా : ఇది చర్మంలోని అదనపు సూనెను తొలగిస్తుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఇందుకోసం ఒకటి న్యూనీ బేకింగ్ సోడాలో పాటర్లను చుట్టూ చుట్టూ తరచులు చేసుకోవాలి. ఇందుకోసం ఫేస్ ను సున్నితంగా పుత్తరాకారం మసాజ్ చేసుకోని బాదు నిమిషాల వరకు అవరోజునవ్వాల్సి. అనంతరం ఫేస్ ను నీటితో బాగా కడిగి తర్వాత మాయిశ్చరణ్ అప్లై చేసుకోవాలి పేర్కొంది. అయితే బేకింగ్ సోడాను వారానికి ఒకసారి మరత్రవే ఉపయోగించాలని నిపుణులు సూచించారు. ఇలా కొన్ని వారాల పాటు చేస్తే సహజంగా బ్లాక్స్ హెచ్చి సుమస్త దురుమపుతందని పేర్కొన్నారు.

గ్రీన్ డి:గ్రీన్ డి మార్కు: గ్రీన్ డిలో యంబి ఆక్సిడెంట్ గుణాలు చర్మాన్ని శుభ్రపరుస్తాయని నిపుణులు తెలుపుతున్నారు. నాటికే గ్రీన్ డి హిడింగ్ ఫేస్ 15 నిమిషాల్లో పాటించాల్సినవి చర్మవైద్యుల సలహా. దీనితో కడగేసుకుంటే సరిపోతుంది. ఆ ఫేస్ మార్కు బ్లాక్/బాడెన్ డి మార్కులను తగ్గించడంలో పాట చర్మానికి తాజాదనం ఇస్తుందంటున్నారని నిపుణులు. తది గ్రీన్ డి ఆకుల ఆనెవి చర్మంలో సూని ఉత్పత్తిని సున్నిచదానికి సహాయపడతాయని పేర్కొంది. దీంతో చర్మపురాంతివంటేగా ఉంటుందని హెచ్చరించింది.

పాపంకోసం నోడో
అనిపించే, ఇవేమీ పనివేయనప్పుడు సానిటరిక్ యూనిట్ షేన్ వాడ్స్ ఏంచుకోవచ్చుంటున్నారో
నిర్దుష్టంగా. ఇది చర్చ రంగాలను శుభ్రపరిచే బ్లాక్ హ్యాన్డ్స్ను తొలగివేయడం పెద్దపాపం.
బ్రిటానిక్ యూనిడ్ క్లెన్సర్ అనేది చర్మ రంగాల్లో నూనె, దుమ్ము పేరుకోకుండా అడ్డుకుంటుందని
చెబుతున్నారు. అంతే కాకుండా నోస్ డ్రిప్స్ అనేది ముక్కుపై నేని 10 నిమిషాల తర్వాత తీసేస్తే
బ్లాక్ హ్యాన్డ్స్ అనేవి సులువుగా వచ్చేస్తాయని తెలిపారు. అప్పుడీకీ సమస్య తీవ్రంగా ఉంటే
సానిటరీ క్లెన్సర్ వదిలి సబంధిత డాక్టర్ ను సంప్రదించడం మంచిదని నిపుణులు
సూచిస్తున్నారు.

వేసవి వేడికి విరుగుడు



నడి వేసవిలో శరీరాన్ని చల్లగా ఉంచుకోవడానికి మార్గాల కోసం వెతుకుతూ ఉంటే దాహార్తిని తీర్చడంతో పాటు పొట్టూ చల్లగా ఉంచే పానీయాలకే పెద్ద పీట వేస్తూ ఉంటాం. అయితే వేసవి నెగ్గ, వేసవి ప్రభావాలను నుంచి రక్షణ కల్పించే శరీరాన్ని చల్లగా ఉంచుకోవడానికి ఆహారపదార్థాలను ఎంచుకోవాల్సి అవేంటంటే...

వేసవిలో దీ పైదాడెవ్వతో ఎండదెబ్బ
గరి కాకుండా ఉండాలంటే నీరు ఎక్కువగా ఉండే కారకాలుంటాయి, పండ్లకు ప్రాధాన్యం ఇవ్వు
వస్తేతెలిచి పువ్వుకాయ, దోస, నారింజ, నిమ్మ, పైసానీటి లాంటి పువ్వి పండ్లు ఎక్కువగా తిన
వలసివు, నారింజకాయ రంగు పండ్లకు ప్రాధాన్యం ఇవ్వాల్సి. అలాగే ఉత్కరాలను ఎక్కువ
తీసుకుంటూ ఉండాలి. అలాగే ద్రవాహారం పరిమాణం పెంచాలి. అందుకోసం కొబ్బరినీరీ
ముట్లగి, నిమ్మరసం లాంటివి తరచూ తీసుకుంటూ ఉండాలి. యంబీఆక్సిడెంట్లు పువ్వులం
కొకటో బెల్లీ పండ్లు తింటూ ఉండాలి. అలాగే తాజా సూప్స్ కూడా తీసుకోవచ్చు. మలుకుల
కాబట్టి నామమా, ముక్కుకొలుతో తయారుచేసిన సూప్స్, పాలకూర సూప్ లాంటివి తీసుకోవడం
అంటే నీటి శాతం తగ్గుకుండా...వేసవిలో సాయంకాలానికి శరీరం నిస్సక్తమగా మారిపోతే
ఉంటుంది. తెలియని బదలక ఆవరిస్తుంది. ఇలా జరగకుండా ఉండాలంటే శరీరాన్ని చల్లబరిచి
తేలికగా ఉంచే పదార్థాలు ఎక్కువగా తీసుకోవాలి. అందుకోసం పాలకూర, రెటెయ్స్ లాంటి
తరచూ తీసుకుంటూ ఉండాలి. వీటిలో క్యాలరీలు తక్కువ, నీటి శాతం ఎక్కువగా ఉంటుంది
కాబట్టి శరీరంలో ద్రవ స్థలం తొలగిపోయి, శక్తి నష్టకారుతుంది. అలాగే ఉమేలా
యంబీఆక్సిడెంట్లు, నీటి శాతం ఎక్కువ కాబట్టి. వంటల్లో వీటిని ఎక్కువగా వాడుకోవాలి. అలా
చెల్తాయి, నిమ్మ, ఉసిరి, జామ ఎక్కువగా తినాలి. వీటిలోని విటమిన్ సి, నిస్సక్తమను దూర
చేస్తుంది. వీటిలో వీటితో పాటు యంబీఆక్సిడెంట్లు కూడా ఎక్కువ కాబట్టి వేసవిలోని బడ
కూడా దూరమవుతుంది. కీరదోసో విటమిన్ కె, సిలు ఉంటాయి. పైగా ఇది శరీరా
అద్భుతంగా చల్లబరుస్తుంది. కాబట్టి కీరదోసకాయలు కూడా తరచూ తీసుకుంటూ ఉండాలి
అలాగే పువ్వులో నీటితో పాటు ఎలక్ట్రోలైట్స్ కూడా పువ్వులంగా ఉంటాయి. వేసవిలో పువ్వు
పాదాన్యం ఇవ్వాల్సి,తేలికగా జీర్ణమయ్యేలా...వేసవిలో తేలికగా అరిగి పదార్థాలనే ఎంచుకోవ
నాటిలో మెక్సోకోనగని... సలాడ్స్! అంతుకూరలు, కూరగాయలు, పండ్ల ముక్కలు
తయారుచేసిన సలాడ్స్ బోజనానికి ముందు, తర్వాత తీసుకుంటూ ఉండాలి. అలా
కూరగాయలను ఉడకబెట్టి తయారుచేసిన సూప్స్ లేదా ఫ్రీజ్లో చల్లబరిచిన సూప్స్ తాగుట
ఉండాలి. వీటితో శరీరంలో నీటి శాతం పెరుగుతో పాటు తేలికగా జీర్ణమై
నష్టకారుతుంది. అలాగే పెరుగుతో అరటి, స్ట్రాబెర్రీ పండ్ల ముక్కలు కలుపుకు తింట
ఉండాలి. కొబ్బరినీళ్లు, ఉప్పు/పక్కిర కలపని మట్టిగ తీసుకోవాలి. వీటితో వేసవి వేడిని వది
తగ్గవశమనం కావచ్చుంది. హెచ్చర్ల టీలు కూడా తాగుకో ఉండాలి. తాపం తీరడం కోసం నీరు
హెచ్చర్ల టీలు ఎంచుకోవచ్చు. గ్రీన్ టీ, బ్లూ పీ టీ, క్యామెమైల్ టీలు వేసవి తాపాన్ని తీరుస్తాయి
అలాగే కొద్దిగా నూనె విలకరించిన లేదా నూనె ఉపయోగించని కూరగాయ ముక్కలను గ్ర
చేసి తినాలి. ఇవి కూడా తేలికగా అరిగి, శక్తిని అందిస్తాయి. బార్లీ నీళ్లు రుచికరమైనవే కాబ
వేసవిశుభరీతమైనవి కూడా! అలాగే రాగి జామ, మట్టిగలు తాగవచ్చు. దీన్నే క్యాలరీయం శరీరాన

మీరు చేసిన పెట్టుబడి కంటే రెట్టింపు మొత్తాలను పొందుదామని ఆటంబున్నారు. ఇక్కడ కూడా అప్పు అలాగే జరిగింది. కానీ ఇది ఒక చిన్న కంపెనీ స్టాక్ విషయంలో జరగడం విశేషం. ఎందుకంటే చిన్న కంపెనీల స్టాక్ ఎవరికీ చేసుకుని పెట్టుబడిదలు చేయడం అంత ఈజీ కాదని చెప్పవచ్చు. 650% కంటే ఎక్కువ..అలాంటి కంపెనీలను ఎంచుకుని భారీ లాభాలను ఆందించిన వాటిలో ఇప్పుడు రటి స్ట్రీట్ కూడా చేరింది. ఎందుకంటే ఈ కంపెనీలో అన్వెస్ట్ చేసిన పెట్టుబడిదారులకు ఇది గత ఐదు సంవత్సరాలలో దాదాపు 650% కంటే ఎక్కువ రాబడిని ఆందించింది. ఈ ప్రయంలో ఈ స్టాక్ అనేక మంది చిన్న పెట్టుబడిదారుల కలలను నిజం చేసింది. ఈ మధ్య కాలంలో ఈ స్టాక్ పనితీరులో భారీ వచ్చుతగ్గులు కనిపించాయి. ఈ నేపథ్యంలో స్మార్ట్ ఫోన్స్ స్టాక్ రటి స్ట్రీట్ షేర్స్ నుమారు 7% కంటే ఎక్కువ పెరిగి రూ. 30కి చేరుకున్నాయి. 4 లక్షల రూపాయలు.. ఈ కంపెనీ స్టాక్ విదేశీ క్రితం అంటే 2018లో రూ. 2గా ఉంది. ఆ సమయంలో ఈ కంపెనీ స్టాక్స్ రెండు లక్షలు కొనుగోలు చేసి, ఇప్పటి వరకు ఉంచిన వారికి మంచి లాభాలు వచ్చాయని చెప్పవచ్చు.

పాన్-ఇండియా సినిమా అనేది ఒక పెద్ద స్కాం : అనురాగ్ కశ్యప్

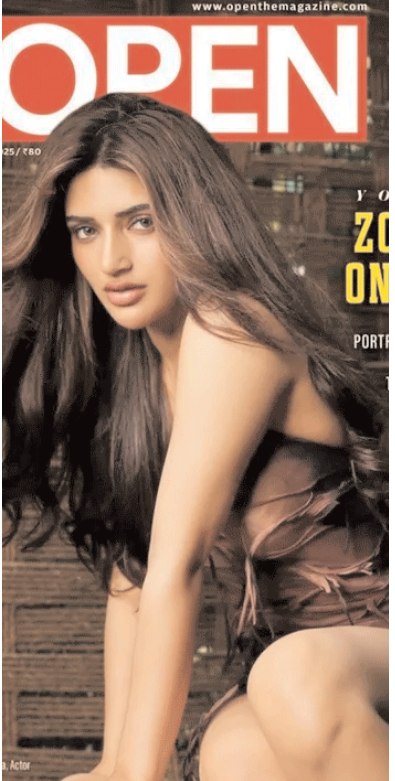
ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ.. పాన్-ఇండియా సినిమాలకు కేటాయిస్తున్న భారీ బడ్జెట్లు, వాటి నిర్మాణానికి తీసుకుంటున్న ఎక్కువ సమయం వట్ల అందోళన వ్యక్తం చేశారు. మంచి కథలు చెప్పడం కంటే కేవలం పెద్ద సెట్ల కోసమే ఎక్కువ డబ్బు ఖర్చు చేస్తున్నారని ఆయన విమర్శించారు. 'ఉరి: ది సర్క్యూల్ డ్రైక్', 'బాహుబలి', 'కేజీఎఫ్' వంటి విజయవంతమైన చిత్రాల పద్ధతినే ఇప్పుడు చాలా పాన్ ఇండియన్ సినిమాలు అనుసరిస్తున్నాయని కశ్యప్ అన్నారు. ఈ ట్రెండ్ కొత్త ఆలోచనలకు అడ్డుపడుతోందని, కథను చెప్పే విధానం యొక్క నాణ్యతను తగ్గిస్తోందని ఆయన అభిప్రాయపడ్డారు. పెద్ద స్కాం లో వినోదం అందించడం కంటే బలమైన



కథాంశాలపై దృష్టి పెట్టడం చాలా ముఖ్యమని ఈ సందర్భంగా ఆయన నొక్కి చెప్పారు. చాలా సినిమాలు మంచి కథల వల్లే విజయం సాధించాయని, కేవలం "పాన్-ఇండియా" అనే పేరు వల్ల కాదని ఆయన గుర్తు చేశారు. అయితే కొన్ని పాన్-ఇండియా చిత్రాల విజయాన్ని ఆయన అంగీకరించారు. ముఖ్యంగా ఎన్ఎస్ రాజమౌళి దర్శకత్వం వహించిన 'ఆర్ఆర్ఆర్' సినిమాను ఆయన మెచ్చుకున్నారు. అలాగే, 'శ్రీ' వంటి సినిమాలు విడుదలయ్యే ముందు పాన్-ఇండియా చిత్రాలుగా గుర్తింపు పొందకపోయినా గొప్ప విజయాన్ని సాధించాయని ఆయన పేర్కొన్నారు. పెద్ద బడ్జెట్తో నిర్మిస్తున్న పాన్-ఇండియా సినిమాలలో కేవలం 1% మాత్రమే బాక్సాఫీస్ వద్ద భారీ విజయాన్ని అందుకుంటున్నాయని కశ్యప్ అందోళన వ్యక్తం చేశారు.



సింపుల్ ఫ్రాక్ లో గుండెలు మరిగిస్తోంది



ఒక్క ఒక్క పేరు.. ఇప్పుడు అన్ని ఇండస్ట్రీలను మరిగిస్తోంది. టాలీవుడ్, కోలీవుడ్, బాలీవుడ్ అన్ని చోట్లా ఈ నామధేయమే పదే పదే వినిపిస్తోంది. అంతగా తన ప్రతిభ, దృష్టులతో అందరి దృష్టిని ఆకర్షించిన ఈ బ్యూటీ పేరు శ్రీలీల. ఒక తెలుగుమ్మాయి ఈ స్థాయిలో దూసుకెళ్లడం అన్నది మునుపెన్నడూ లేదు. కెరీర్ ప్రారంభించిన చాలా తక్కువ సమయంలో స్టార్ డమ్ అందుకున్న ఏకైక తెలుగు బ్యూటీగా గొప్ప గుర్తింపు తెచ్చుకుంది. ప్రస్తుతం బాలీవుడ్ లో కార్తీక్ ఆర్యన్ సరసన రొమాంటిక్ కామెడీ చిత్రంలో నటిస్తోంది. ఆషిఖీ ప్రాంతజీ సినిమా కాదు కానీ, ఇంపమింప అదే పేర్లో ఈ కొత్త కథలో నటిస్తోందని కథనాలా చ్చాయి. శ్రీలీలకు ఇది బాలీవుడ్ లో గేమ్ ఛేంజర్ గా మారుతుందని

అందాల భావ కెతిక శర్మ ఆకాష్ పూరీ చేసిన రొమాంటిక్ సినిమాతో టాలీవుడ్ ఎంట్రీ ఇచ్చింది. అంతకుముందు డబ్బీ స్టాష్ మీడియాలతో సోషల్ మీడియాలో క్రేజీ ఫోలోయింగ్ ఏర్పరచుకున్న అమ్మడు తెలుగు ఆఫర్ అందుకోగానే సూపర్ అనిపించుకుంది. ఐతే రొమాంటిక్ సినిమాలో కెతిక గ్లామర్ షో మెప్పించినా సినిమా వర్క్ అవుట్ కాలేదు. ఇక ఆ తర్వాత అశ్వద్ధామ చేసినా అది తున్నుమన్నది. హీరోయిన్ గా చేసిన సినిమాలు ఫ్లాప్ అయితే ఆ కథానాయికలకు అవకాశాల రావడం కష్టం. కెతిక విషయంలో కూడా అదే జరిగింది. ఈ క్రమంలోనే పవన్ కళ్యాణ్, సాయి ధరం తేజ్ చేసిన శ్రీ సినిమాలో కూడా నటించింది కెతిక. అది కూడా అంతగా కెరీర్ కి హెల్ప్ అవ్వలేదు. ఐతే కెరీర్ డైలమాతో పడిన ఈ అమ్మడు శ్రీవిష్ణు సినిమా ఛాన్స్ అందుకుంది. సింగిల్ అంటూ వచ్చిన సినిమాతో సూపర్ హిట్ అందుకుంది. రొమాంటిక్ సినిమాతో కెరీర్ మొదలు పెట్టిన కెతిక శర్మ తెరంగేట్రం చేసిన 4

హమ్మయ్య ఆ హీరోయిన్ హిట్లు కొట్టిందోచ్..!

విశ్వ తర్వాత హిట్ అందుకుంది. సింగిల్ సినిమాలో కెతిక లుక్స్ కూడా చాలా బాగున్నాయి. అమ్మడు కాస్త స్లిమ్ గా మారిసట్టుగా ఉంది. అవకాశాల కోసం తమని తాము మార్చుకునే హీరోయిన్స్ కి కచ్చితంగా టాలీవుడ్ లో మంచి ఎంకరేజీ మెంట్ ఉంటుంది. రొమాంటిక్ సినిమాతోనే తెలుగు ఆడియన్స్ లో హాలిబ్ ఇమేజ్ తెచ్చుకున్న కెతిక ఫైనల్ గా సింగిల్ తో సక్సెస్ రుచి చూసింది. ఈ సింగిల్ ఇచ్చిన హిట్ జోష్ తో కెతిక ఇక మీదట ఇదే సక్సెస్ ఫాం కొనసాగిస్తుందేమో చూడాలి. సినిమా కథల విషయంలో హీరోయిన్స్ అందరు చేసే తప్పులనే చేస్తూ వచ్చింది కెతిక శర్మ. కేవలం రెండు డైలాగ్స్, 3 పాటల్లో కనిపించే సినిమాలు చేసినా విశ్వ పెట్టుకోవడానికి తప్ప కెరీర్ కు ఎలాంటి ఉపయోగం ఉండదు. ఐతే ఇప్పుడిప్పుడే రియాల్టీని అర్థం చేసుకుంటున్న కెతిక ఇక మీదట కథల విషయంలో జాగ్రత్త పడే ఛాన్స్ ఉందని చెబుతున్నా. సింగిల్ హిట్ జోష్ లో ఉన్న కెతిక ఇదే ఊపులో మరో సినిమా అవకాశం అందుకుని అది కూడా సక్సెస్ కొడితే మాత్రం ఇక అమ్మడికి టాలీవుడ్ కెరీర్ కి ఇబ్బంది ఉండదని ఫిక్స్ అవుతున్నా.

కూడా అంచనా వేస్తున్నారు. మొదటి సినిమా సెట్స్ లో ఉండగానే, బాలీవుడ్ లో మరో సినిమాకి సంతకం చేసినదని కథనాలాచ్చాయి. మూన్ జాతర, పరాశక్తి, లెనిన్ అనే మూడు చిత్రాల్లోను నటిస్తోంది.మరోవైపు సోషల్ మీడియా ఫోటోబూట్లు, మ్యాగజైన్ కవర్ మాట్లతోను శ్రీలీల దూసుకెళుతోంది. తాజాగా ఓపెన్ మ్యాగజైన్ శ్రీలీల ముఖ చిత్రంతో ఒక కథనాన్ని ప్రచురించింది. ఈ ఫోటోషూట్ లో శ్రీలీల డ్రెసింగ్ ఫోటోలతో కట్టి పడేసింది. సింపుల్ ఫ్రాక్ లో ఈ బ్యూటీ కట్టి పడేసింది. ప్రస్తుతం ఈ స్పెషల్ ఫోటోషూట్ నుంచి యూనిక్ ఫోటోగ్రాఫ్ వెరల్ గా మారుతోంది.

కాలేజ్ డేస్ నుండే మహేష్ బాబుకి త్రిష పరిచయమా?



కాలేజ్ డేస్ నుండే మహేష్ బాబుకి త్రిష పరిచయమా?.. ఏం చెప్పిందంటే..! సూపర్ స్టార్ మహేష్ బాబు, త్రిష జోడీ గురించి ప్రత్యేకంగా చెప్పనక్కర్లేదు. ఈ జోడికి మంచి ఫ్యాన్ ఫోలోయింగ్ కూడా ఉంటుంది. వీరిద్దరు అతడు సినిమాలో నటించగా, అప్పుట్లో ఎంత పెద్ద విజయం సాధించిందో అందరికీ తెలిసిన విషయమే. ఇప్పటికీ కూడా ఈ సినిమా టీవీలో వేస్తే చాలు చాలా ఇంట్రెస్టింగ్ ఎంట్రీమంది చూస్తూ ఉంటారు. ఒక రకంగా టీవీలో భాక్స్ బస్టర్ సినిమా ఏది అంటే అతడు అనే అంటారు అందరూ. మహేష్ బాబు త్రివిక్రమ్ శ్రీనివాస్ కాంబోలో వచ్చిన ఈ సినిమా థియేటర్స్ లో పెద్దగా ఆకట్టుకోలేకపోయిన బుల్లి తెరపై మాత్రం

ఇద్దరం కాలేజ్ డేస్ లో చెన్నైలో ఉన్నారు. మా ఇద్దరికీ మ్యూజుపల్ ఫ్రెండ్స్ ఉండేవారు. వారి వల్ల మహేష్ తో పరిచయం ఏర్పడింది. ఆ టైం లో మేము యాక్టర్స్ అవుతామని ఊహించలేదు. అప్పుడు హోయ్, బాయ్ ఫ్రెండ్స్ మాత్రమే ఉండేది అని త్రిష పేర్కొంది. ఇక ఈ అమ్మడు చాలా రోజుల తర్వాత తెలుగులో చిరంజీవితో విశ్వంధర చేస్తుంది. ఇక మహేష్ బాబు రాజమౌళి సినిమాతో బిజీగా ఉన్నారు. ఈ సినిమా ఆఫ్రికన్ అదావుల నేపథ్యంలో ఉంటుందని తెలుస్తోంది. అలాగే ఈ సినిమాకు గరుడ, గోల్డ్ అనే టైటిల్స్ ను పరిశీలిస్తున్నారు.

'పూరి సేతుపతి' ప్రాజెక్ట్ లో విద్యా బాలన్?

ట్రాలీవుడ్ సంచలన దర్శకుడు పూరి జగన్నాథ్ తన తదుపరి పాన్-ఇండియా ప్రాజెక్ట్ కోసం కోలీవుడ్ స్టార్ విజయ సేతుపతితో కలిసి పనిచేయనున్న విషయం తెలిసిందే. 'పూరి సేతుపతి' అనే వర్సింగ్ టైటిల్ తో రాబోతున్న ఈ చిత్రంలో ఈ చిత్రంలో జాతీయ అవార్డు గ్రహీత, సీనియర్ నటి బిబు కూడా కీలక పాత్ర పోషిస్తున్నారు. తాజాగా, ఈ సినిమాలో బాలీవుడ్ స్టార్ హీరోయిన్ విద్యా బాలన్ కూడా నటించనున్నట్లు ఫిట్స్ సర్కిల్లో జోరుగా వార్తలు వినిపిస్తున్నాయి. లేటెస్ట్ రిపోర్ట్ ప్రకారం, పూరి జగన్నాథ్ ఈ సినిమాలో విద్యా బాలన్ కోసం ఒక శక్తివంతమైన పాత్రను ప్రత్యేకంగా రూపొందించారు. ఆమె ఈ చిత్రంలో ఒక రాజకీయ నాయకురాలిగా కనిపించనున్నట్లు సమాచారం. అయితే, ఈ విషయంపై అధికారిక ప్రకటన ఇంకా వెలువడలేదు. ఇదివరకే ఈ సినిమాలో ప్రముఖ నటీనటులైన రాధికా ఆప్టే, నివేత్ భావన్ మలయాళ స్టార్ ఫహదీ ఫాజిల్ ముఖ్య పాత్రల కోసం చర్చలు జరుపుతున్నట్లు వార్తలు వచ్చాయి. దీంతో ఈ చిత్రం భారీ తారాగణంతో రూపొందనుందని తెలుస్తోంది. ఈ చిత్రం తెలుగు, తమిళ, కన్నడ,



మలయాళం హిందీ భాషల్లో వికకాలంలో విడుదల కానుంది. పూరి జగన్నాథ్ విజయ సేతుపతి కెరీర్లో ఇది ఒక ప్రతిష్టాత్మకమైన ప్రాజెక్ట్ గా నిలువనుంది. పూరి జగన్నాథ్ తన నట-నిర్మాత ఛార్మి కోర్తో కలిసి ఈ చిత్రాన్ని నిర్మించ నున్నారు. చిత్రం గురించిన మరిన్ని అధికారిక వివరాలు త్వరలో వెల్లడి కానున్నాయి. ప్రాడక్షన్ కూడా త్వరలోనే ప్రారంభమయ్యే అవకాశం ఉంది. ఈ క్రేజీ కాంబినేషన్ తో వస్తున్న ఈ చిత్రంపై సినీ అభిమానుల్లో భారీ అంచనాలు నెలకొన్నాయి.

మైండ్ సెట్ ను మార్చిన కింగ్.. టెస్టుల్లో ముగిసిన కోహ్లా శకం



హైదరాబాద్ - నవ భూమి: టెస్టు క్రికెట్ లోకు విద్యోలు పలికిన విరాట్ కోహ్లా, ఆ ఫార్మాట్ లో అనితర సాధ్యం అనిపించుకున్నాడు.

సంప్రదాయ క్రికెట్ తరహాలో కాకుండా.. చాలా ధైర్యవంతుడి తరహాలో అతను టెస్టు క్రికెట్ ను ఆడాడు. సచిన్ టెండూల్కర్ తర్వాత ఇండియన్ క్రికెట్ లో ప్రభావంతమైన బ్యాటర్ గా కింగ్ కోహ్లా పేరు తెచ్చుకున్నాడు. భారత జట్టు టెస్టు పోకడనే మార్చేశాడతను. భారతీయ క్రికెట్ లో సైకాలజీపై ప్రభావాన్ని చూపిన క్రికెటర్ గా కోహ్లా నిలుస్తాడు. దశాబ్ద కాలంలో అతను కేవలం పరుగులు మాత్రమే పెరిగినలేదు.. క్రికెట్ అభిమానుల్లో అతను ఆశల్ని పెంచాడు. బ్యాటింగ్ లో సంప్రదాయ విధానాలను సవాల్ చేశాడు. కొత్త తరహా టీమిండియాను తయారు చేయడంలో సఫలం అయ్యాడు. టెస్టు ఫార్మాట్ ను విరాట్ వీరడం అది జట్టుకు కొంత లోట్. బ్యాటింగ్ సగటుతో దుమ్మురేపిన కోహ్లా లాంటి మరో బ్యాటర్ టెస్టుల్లో ఎవరూ లేరని చెప్పవచ్చు. నిజానికి ఒకప్పుడు భారత క్రికెటర్లు

ఎక్కువగా టెక్నికల్ స్పిల్తో మాత్రమే ఆడేవారు. సైకాలజీ విషయానికి వస్తే వారిలో కొంత ఆత్మసూక్ష్మత ఉండేది. కానీ కోహ్లా ఎంట్రీతో టెస్టు క్రికెట్ లో ఇండియన్ గేమ్ స్టయిల్ మారిపోయింది. గంగూలీ, ధోనీ కెప్టెన్లుగా తమదైన స్టయిల్ లో రాణించగా.. కోహ్లా మాత్రం అగ్నిశిఖలాగా భారతీయ టెస్టు క్రికెట్ లో జోష్ ము వెంచేశాడు. విదేశీ పిచ్ లపై విరుచుకుపడే ఆటను అతను ప్రదర్శించాడు. విదేశీ గడ్డలపై కూడా ఈజీగా గెలవచ్చు అని నిరూపించాడు. దేన్నీ వదిలేది లేదన్న స్టయిల్ లో అతను గ్రౌండ్ లో ఆడేవాడు. ఇంకా ఇంకా కావాల్సిన కనీసో అతను పరార్ట్ చేసేవాడు. కోహ్లా కెరీర్ ను రెండు సీరీస్ లు మార్చేశాయి. అతని క్యారెకర్ ఏంకో కూడా ఆ సీరీస్ లో తెలిసిపోయింది. ఇంగ్లండ్, ఆస్ట్రేలియాతో జరిగిన సీరీస్ లో కోహ్లా ఒక్క తేజలం మెరిశాడు. క్రికెట్ లో ఢీబ్రిన ఆ రెండు జట్టుకు టప్ ఫైట్ ఇచ్చాడతను. 2014 సీరీస్ లో ఇంగ్లండ్ బౌలర్ అండర్మన్ తన లేట్ స్వింగ్ తో కోహ్లాని ఇబ్బంది పెట్టాడు. వాస్తవానికి ఆ సీజన్ లో కోహ్లా ఫెయిల్ అయ్యాడు. కానీ ఆ తర్వాత అతను ఖయేపేతం అయ్యాడు. టెక్నికల్ లోపాలను సరిదిద్దుకుని మళ్లీ రాణించాడు.

టెస్టు క్రికెట్ కు గుడ్ బై చెప్పిన విరాట్ కోహ్లా.. సోషల్ మీడియాలో భావోద్వేగ పోస్టు



హైదరాబాద్ - నవ భూమి: ద్వాదశింగ్ బ్యాటర్ విరాట్ కోహ్లా టెస్టు క్రికెట్ కు రిటైర్మెంట్ ప్రకటించాడు. ఈ నేపథ్యంలో అతను ఇన్స్టా అకౌంట్ లో ఓ భావోద్వేగపూరిత పోస్టును పెట్టాడు. టెస్టు క్రికెట్ లో దేశం తరపున అరంగేట్రం చేసిన 14 ఏళ్లు అవుతున్నట్లు కోహ్లా తన పోస్టులో తెలిపాడు. టెస్టు ఫార్మాట్ తనకు ఎంతో నేర్పించిన, తనను పరీక్షించినది, తనను తీర్చిదిద్దినది, జీవితానికి కావాల్సిన ఎన్నో పాఠాలు నేర్పినట్లు కోహ్లా పేర్కొన్నాడు. తెలుపు రంగు దుస్తుల్లో ఆడడం ఎంతో ప్రత్యేకంగా ఉంటుందన్నారు. టెస్టు ఫార్మాట్ ను వీరడం నులువైన అంశం కాదు అని, కానీ సరైన సమయం అని, ఆ ఫార్మాట్ ఎంతో చేశానని, తనకు కూడా ఎంతో కలిసి వచ్చిందన్నారు. ఊహించినదాని కన్నా ఎక్కువే లాభం జరిగిందన్నారు.



ఆప్టనిస్టాన్ లో చెన్ పై బ్యాన్..



న్యూఢిల్లీ - నవభూమి: ఆప్టనిస్టాన్ ప్రభుత్వం షాకింగ్ నిర్ణయం తీసుకున్నది. తమ

దేశంలో చెన్ ఆడడంపై నిషేధం విధించింది. ఇప్పటికే పలు రకాల క్రీడలను వ్యతిరేకించిన విషయంలో తెలిసిందే. ఈ మేరకు ఆప్టనిస్టాన్ లోని భామా ప్రెస్ ఈ విషయాన్ని వెల్లడించింది. మే ఒకటి నుంచి చెన్ ని నిలిపేస్తున్నట్లు క్రీడా మంత్రిత్వ శాఖ అధికారులు ధ్రువీకరించింది. గత సంవత్సరం ప్రభుత్వం ప్రకటించిన ధర్మ ప్రచారం, దుర్మార్గ నివారణ చట్టం కింద బ్యాన్ విధిస్తున్నట్లు స్పష్ట డైరెక్టరేట్ ప్రతినిధి అలల్ మహ్మద్ పేర్కొన్నారు. చెన్ జూదానికి మూలంగా పరిగణిస్తున్నామని.. ఇస్లామిక్ చట్టాలకు అనుగుణంగా ఉందో లేదో నిర్ధారించే వారి ఆశలపై నీళ్లు చల్లుతూ.. నిషేధం పేర్కొన్నారు. అప్పటి వరకు చెన్ సంబంధిత విధించింది.

కార్యకలాపాలు ప్రారంభించేందుకు అనుమతి తాలిబన్ ప్రభుత్వం చేసింది. తాలిబన్ ధర్మం ప్రచారం, దుర్మార్గ నివారణ మంత్రిత్వ శాఖ సైతం ఆప్టనిస్టాన్ చెన్ సమాఖ్యను రద్దు చేసింది.. ఇస్లామిక్ చట్టం చెన్ ను 'హరామ్' (నిషేధం) గా ప్రకటించినది భామా ప్రెస్ నివేదించింది. ఆప్టనిస్టాన్ లో తాలిబన్ అధికారాన్ని చేజిక్కించుకున్నప్పటి నుంచి సాంస్కృతిక, సామాజిక, క్రీడా కార్యక్రమాలపై ఆంక్షలు పెరుగుతున్నాయి. తాలిబన్ నిషేధం ప్రకటనకు ముందు అనేక మంది చెన్ ప్రచారం, దుర్మార్గ నివారణ చట్టం కింద బ్యాన్ విధిస్తున్నట్లు స్పష్ట డైరెక్టరేట్ ప్రతినిధి అలల్ మహ్మద్ పేర్కొన్నారు. చెన్ జూదానికి మూలంగా పరిగణిస్తున్నామని.. ఇస్లామిక్ చట్టాలకు అనుగుణంగా ఉందో లేదో నిర్ధారించే వారి ఆశలపై నీళ్లు చల్లుతూ.. నిషేధం పేర్కొన్నారు. అప్పటి వరకు చెన్ సంబంధిత విధించింది.