

TUPRANPET

Looking for a High-Return Real Estate Investment? Invest Smart with our OPEN PLOTS

VIJAY'S REAL ESTATE GROUP

+91 63054 64224

ANU FURNITURE
HYDERABAD | BENGALURU

Call: +91 9100913033, 8688003033

RECLINER SOFA SET 3+1+1
Now at ₹39,990/-

Published from Hyderabad and Vijayawada ఎడిటర్ : అజీద్ Navabhoomi daily follows..

హైదరాబాద్ 26 శనివారం జులై 2025 పేజీలు 12 వెల: రూ.6 సంపుటి:2 సంచిక: 310

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

తుఫాను ప్రభావంతో భారీ వర్షాలు

- వాయుగుండంగా మారిన అల్పపీడనం
- ఉత్తర బంగాళాఖాతంలో తీవ్ర వాతావరణ మార్పులు
- పశ్చిమ బెంగాల్, బంగాదేశ్ తీరాన్ని తాకిన ప్రభావం
- నాలుగు రోజులు తేలికపాటి నుంచి మోస్తరు వర్షాలు
- ఉత్తర కోస్తాలో శుక్రవారం భారీ వర్ష సూచన
- గంటకు 65 కిలోమీటర్ల వరకు ఈదురు గాలులు
- వేటకు వెళ్ళేటప్పుడు మత్స్యకారులకు హెచ్చరిక
- దక్షిణ కోస్తాలో మొదటి నంబర్ హెచ్చరిక అమల్లో
- ఎల్లో అల్టర్ - ఆరు జిల్లాల్లో భారీ వర్ష సూచన
- పాలకొండలో అత్యధిక వర్షపాతం - 5 సెం.మీ.
- పోర్చుగల్ మూడో నంబర్ ప్రమాద సూచిక కొనసాగింపు

విశాఖపట్నం-నవభూమి బ్యూరో

జులై 25: ఉత్తర బంగాళాఖాతంలో ఏర్పడిన అల్పపీడనం బలపడి వాయువ్య బంగాళాఖాతంలో వాయుగుండంగా మారిన భారత వాతావరణ కేంద్రం వెల్లడించింది. అందులో భాగంగా ఈ వాయుగుండం పశ్చిమ బెంగాల్, బంగాదేశ్ పరిసర ప్రాంతాల్లో తీరాన్ని తాకిందని తెలిపింది. దీని ప్రభావంతో రానున్న నాలుగు రోజుల్లో రాష్ట్రంలో తేలికపాటి నుంచి ఒక మోస్తరు వర్షాలు పడతాయని పేర్కొంది. ఈ రోజు.. అంటే శుక్రవారం ఉత్తర కోస్తా జిల్లాలో కొన్ని చోట్ల భారీ వర్షాలు కురుస్తాయని వివరించింది. ఈ వాయుగుండం కారణంగా.. కోస్తా తీరంలో గంటకు 45 నుంచి 55 కిలోమీటర్ల వేగంతో

ఐపిఎస్ శ్రీలక్ష్మికి తెలంగాణ హైకోర్టులో షాక్..

- హైకోర్టులో శ్రీలక్ష్మి పిటిషన్ కు నిరాకరణ
- ఓబిజాపురం కేసులో ఆమెపై సీబీఐ విచారణకు మార్గం
- సుప్రీంకోర్టు ఆదేశాలతో మళ్ళీ ప్రారంభమైన విచారణ
- గౌరి జనార్దన్ రెడ్డికి లాభపడేలా బీజాపూ ఇన్చేజ్ ఆరోపణ
- డిశ్చార్జ్ పిటిషన్ తిరస్కరణతో కేసు తిరిగి తెరవబడింది
- తప్పులుంటే జైలుశిక్ష తప్పదన్న న్యాయవాదులు
- మైనింగ్ బీజాలో అవకతవకలకు ఆమె పాత్రపై సందేహాలు
- 2022లో డిశ్చార్జ్ అయినా ఇప్పుడు మళ్ళీ విచారణ
- సీబీఐ ఆధారాలు పరిశీలించి తీర్పు వెల్లడించనుంది

హైదరాబాద్-నవభూమి బ్యూరో

ఐపిఎస్ అధికారి శ్రీలక్ష్మికి తెలంగాణ హైకోర్టులో నిరాకరణ ఎదురయ్యింది. ఓబిజాపురం అక్రమ మైనింగ్ కేసులో తనను నిర్దోషిగా ప్రకటించాలంటూ ఆమె హైకోర్టులో పిటిషన్ దాఖలు చేసిన సంగతి తెలిసిందే. తాజాగా శుక్రవారం దీనిపై విచారణ జరిపిన ధర్మాసనం.. శ్రీలక్ష్మి పిటిషన్ ను కొట్టివేసింది. ఇప్పటికే ఓబిజాపురం మైనింగ్ కేసులో కోర్టు.. శ్రీలక్ష్మిని నిందితురాలిగా తేల్చింది. ఇక శుక్రవారం నాటి కోర్టు తీర్పు అనంతరం.. సీబీఐ ఈ కేసులో ఆమె పాత్రపై

పెళ్లి చేయకపోతే నగ్న ఫోటోలు బయటపెడతా

బెదిరించిన యువకుడిని కొట్టి చంపేసిన యువతి అన్న

మెదక్ జిల్లా-నవభూమి బ్యూరో

మీ అమ్మాయిని ప్రేమించా.. ఆమెతో పెళ్లి చేయాం.. లేదంటే ఆమె నగ్న ఫోటోలను బయట పెడతా అంటూ ఓ యువకుడు బెదిరింపులకు దిగాడు. యువతి కుటుంబసభ్యులు ఎంతగా బలిమిలాడినా ఒప్పుకోకుండా తన మాట మీదే ఉండిపోయాడు. దీంతో ఆగ్రహానికి గురైన యువతి అన్న.. నడరు యువకుడి బండరాయితో కొట్టించాడు. ఈ దారుణ ఘటన మెదక్ జిల్లాలో

దక్షిణాసియాలో మరో యుద్ధం

● ఇరు దేశాల మధ్య ముదురుతున్న ఘర్షణలు

● పెరుగుతున్న నిరాశ్రయులు

● 800 కిలోమీటర్ల సరిహద్దుపై ఓళ్ళుగా వివాదం

థాయ్ లాండ్-నవభూమి ప్రతినిధి

థాయ్ లాండ్, కంబోడియా సైనికుల మధ్య సరిహద్దు వెంబడి శుక్రవారం తెల్లవారజామున రెండో రోజు కూడా ఘర్షణలు తీవ్రమయ్యాయి. కంబోడియా సైన్యం ఆర్మిలీ, రాకెట్లతో భారీ ఆయుధాలను ఉపయోగించినట్లు థాయ్ లాండ్ సైన్యం పేర్కొంది.

హెచ్ఎస్ఎల్లో మరో స్కామ్

- ముగ్గురు నిందితులకు కోర్టులో బెయిల్
- ట్రెజరీ శ్రీనివాస్, సెక్రటరీ రాజేంద్ర యాదవ్ విడుదల
- జగన్మోహన్ రావు కన్నడీ పిటిషన్ తిరస్కరణ
- సునీల్ పిటిషన్పై సోమవారం వాదనలు
- సమ్మర్ క్యాంప్ పేరుతో రూ.4 కోట్లు కాజేసారా?
- తప్పుడు లెక్కలతో కో-చింగ్ ఖర్చుల వివరాలు
- హెచ్ఎస్ఎల్ మళ్ళీ అక్రమాల మోష్యే
- హైకోర్టు జస్టిస్ నవీన్ రావుకు పర్యవేక్షణ బాధ్యత

హైదరాబాద్-నవభూమి బ్యూరో

హెచ్ఎస్ఎల్(హైదరాబాద్ క్రికెట్ అసోసియేషన్) అక్రమాల కేసులో ముగ్గురు నిందితులకు మల్కాజ్గిరి కోర్టు బెయిల్ మంజూరు చేసింది. ఈ కేసులో నిందితులుగా ఉన్న ట్రెజరీ శ్రీనివాస్, సెక్రటరీ రాజేంద్ర యాదవ్, శ్రీవల్లభ క్రికెట్ క్లబ్ ప్రెసిడెంట్ కవితకు బెయిల్ ఇచ్చింది. మరోవైపు, జగన్మోహన్ రావును మరోసారి కన్నడీకి ఇవాళుని వేసిన హెచ్ఎస్ఎల్ పిటిషన్ ను కోర్టు కొట్టివేసింది. జగన్మోహన్ రావు, సునీల్ పిటిషన్పై సోమవారం వాదనలు వింటూమని కోర్టు పేర్కొంది. ఇలా ఉండగా, హైదరాబాద్ క్రికెట్ అసోసియేషన్ లో మరో స్కామ్ వెలుగులోకి వచ్చింది. ఈ స్కామ్ కు సంబంధించి సీబీఐ కీలక ఆధారాలు సేకరించినట్లు సమాచారం. సమ్మర్ క్యాంప్ పేరుతో రూ.4 కోట్లు కాజేసినట్లు తెలుస్తోంది. హెచ్ఎస్ఎల్ ప్రెసిడెంట్ జగన్మోహన్ రావు అండ్ కో. గతేడాది రాష్ట్రవ్యాప్తంగా సమ్మర్ క్యాంప్ లు నిర్వహించింది. ప్రతి క్యాంప్ లో 100 మందికి కొచ్చున 2,500 మందికి పైగా క్రికెట్ కోచింగ్ ఇచ్చినట్లు తప్పుడు లెక్కలు చూపించినట్లు

ఎమ్మెల్సీ అనంతబాబుకు ఏపీ హైకోర్టు రుబులక్

● డైరెక్ డెడ్ బాడీ డోర్ డెలివరీ చేసిన కేసు

● రాజమండ్రి ఎస్సీఎస్సీ కోర్టు తీర్పుపై స్టే ఇచ్చేందుకు హైకోర్టు నిరాకరణ

అమరావతి-నవభూమి ప్రతినిధి

డైరెక్ డెలివరీ చేసిన కేసులో వైసీపీ ఎమ్మెల్సీ అనంతబాబుకు హైకోర్టులో మక్కువైంది. ఈ కేసును పునర్విచారణ చేయాలని రాజమండ్రి ఎస్సీ, ఎస్సీ కోర్టు ఇచ్చిన తీర్పుపై స్టే ఇచ్చేందుకు హైకోర్టు నిరాకరించింది. రాజమండ్రి ఎస్సీ, ఎస్సీ కోర్టు ఇచ్చిన తీర్పు ప్రకారం ఈ కేసు పునర్విచారణ చేసుకోవచ్చని హైకోర్టు స్పష్టతనిచ్చింది. కాగా, ఈ

రాజ్యసభలో కమల్ హాసన్

● రాజ్యసభలో అడుగుపెట్టిన కమల్ హాసన్

● తమిళంలోనే ప్రమాణం చేసిన విశ్వనాథుడు

● మక్కువే నీది మయ్యం - రాజకీయం వైపు

ప్రయాణం

● డిఎంకేతో పాటు - రాజకీయంగా కీలక మలుపు

● ఎగువ సభలోకి కమల్ హాసన్ ఎంపికపై స్పందన

● ప్రజల కోసమే అధికారాన్ని వినియోగిస్తాను - కమల్ హాసన్

-నవభూమి ప్రతినిధి

భారత రాజకీయాల్లో ముఖ్యంగా తమిళనాడు రాజకీయాల్లో తనకంటూ ఓ ప్రత్యేక స్థానాన్ని సంపాదించుకున్న సినీ నటుడు, రాజకీయ నాయకుడు కమల్ హాసన్ ఎక్కడెక్కడ పార్లమెంట్ లోకి అడుగుపెట్టారు. రాజ్యసభ సభ్యుడిగా ఆయన గురువారం ప్రమాణ స్వీకారం చేశారు. ఈ కీలక ఘట్టం ఆయన సుదీర్ఘ రాజకీయ ప్రస్థానంలో ఒక ముఖ్యమైన

తెలంగాణలో మరో కొరత ఎయిర్పోర్ట్..

1500 ఎకరాల్లో.. ఆ జిల్లా దశ తిరిగినట్లే

హైదరాబాద్-నవభూమి బ్యూరో

తెలంగాణలో విమానాశ్రయాల అభివృద్ధికి కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం చర్యలు చేపట్టింది. ఆదిలాబాద్ లో కొత్త విమానాశ్రయానికి ఎయిర్పోర్ట్ అనుమతి లభించగా, వరంగల్ విమానాశ్రయానికి 205 కోట్ల రూపాయలు కేటాయించనున్నారు. మామూలుగా ఎయిర్పోర్టును అభివృద్ధి చేయడానికి ప్రభుత్వం చర్యలు తీసుకుంటుంది. ఇది 2027 నాటికి అందుబాటులోకి వచ్చే అవకాశం ఉంది. రామగుండం,

అద్రమత్తం

● ఆపరేషన్ సిందూర్ కొనసాగుతోందని సిడిఎస్ అనిల్ చౌహాన్ ప్రకటన

● యుద్ధంలో రెండో స్థానాలు లేవు

● మిలటరీ టెక్నాలజీ అవ్వడే అవసరం

● యోధులు 3 స్థాయిలలో మాస్టర్లు కావాలి

● పహాల్గా దాడికి ప్రతిగా భారత్ కౌంటర్

● 9 శిబిరాలు ధ్వంసం

● 100 పైగా ఉగ్రవాదుల హతం

హైదరాబాద్-నవభూమి ప్రతినిధి

పాకిస్తాన్, పాక్ అక్రమిత కశ్మీర్ లోని ఉగ్రవాద స్థావరాలపై దాడి లక్ష్యంగా భారత్ చేపట్టిన మిలటరీ చర్య 'ఆపరేషన్ సిందూర్' కొనసాగుతోందని చీఫ్ ఆఫ్ డిఫెన్స్ స్టాఫ్ జనరల్ అనిల్ చౌహాన్ తెలిపారు. రెండో వైపు నుంచి ఎలాంటి దుందుడుకు చర్యలు ఎదురైనా సమర్థవంతంగా తిప్పికొట్టేందుకు బలగాలు 24 గంటలూ అద్రమత్తంగా ఉండాలని హెచ్చరించారు. ఢిల్లీలో శుక్రవారంనాడు జరిగిన డిఫెన్స్ సెమినార్ లో ఆయన మాట్లాడుతూ, యుద్ధంలో రచ్చరచ్చ-అంటూ ఉండరని తాను గతంలో కూడా చెప్పానని, ఆపరేషన్ సిందూర్ కొనసాగుతోందని, ఇందుకు తగ్గట్టుగా బలగాలు పూర్తి సన్నద్ధతతో ఉండాలని అన్నారు. డ్యాన్స్ టెక్నాలజీ యుగంలో మనం ఉన్నామని, యుద్ధాల గతి మారిపోయిందని

సిడిఎస్ ఈ సందర్భంగా వెల్లడించారు. ఆయుధాలు, టెక్నాలజీ పరిజ్ఞానం గురించి మిలటరీ పూర్తిగా అవ్వడే కావాలని అభిప్రాయం వ్యక్తం చేశారు. వార్ ఫేర్, ట్యాక్టికల్, ఆపరేషనల్ అండ్ స్ట్రాటజిక్ అనే మూడు స్థాయిల్లోనూ వారియర్లు మాస్టర్లు కావాలన్నారు. ఆయుధాలు, శాస్త్ర (నాటెక్స్) రెండింటినూ మిలటరీకి అవగాహనను అవసరమని చెప్పారు. పహాల్గా ఉగ్రవాదుల 26 మంది ప్రజలు ప్రాణాలు కోల్పోవడంతో ఇందుకు ప్రతిగా భారత్ ఆపరేషన్ సిందూర్ నిర్వహించింది. పాకిస్థాన్ లో చొచ్చుకొచ్చి తొమ్మిది ఉగ్రవాద శిబిరాలను ధ్వంసం చేసింది. 100 మందికి పైగా ఉగ్రవాదులను మట్టుబెట్టింది. ఇందుకు బదులుగా మే 8,9,10 తేదీల్లో భారత్ మిలటరీ స్థావరాలపై డ్రోన్లు, క్షిపణులుపై దాడులకు పాక్ తెగబడింది. వీటిని భారత్ బలగాలు

పేదరికంపై పోరు

● చంద్రబాబు నాయుడు కీలక నిర్ణయం

● పేదరికంపై పోరులో కుటుంబ సభ్యులతో పాటు చురుకైన పాత్ర

● బంగారు కుటుంబాలను స్వయంగా దత్తత తీసుకునే ప్రతిజ్ఞ

● పీ4 కార్యక్రమం ప్రజా ఉద్యమంలా మారుతున్నదని వ్యాఖ్య

● ఎన్నారెలు, పాలిట్రామకవేత్తలు ముందుకు రావాలని పిలుపు

● గ్రామాన్ని యూనిట్ గా తీసుకొని దత్తత విధానానికి ప్రోత్సాహం

● ఆగస్టు 15 నాటికి 15 లక్షల కుటుంబాల లక్ష్యంతో సీఎం ఆదేశాలు

● ఇప్పటివరకు 5.7 లక్షల కుటుంబాలు దత్తత - 57 వేల మార్గదర్శులు నమోదు

● పల్నాడు జిల్లాలో అత్యధిక దత్తత, విశాఖపట్నం చివరలో

● దత్తత తీసుకున్న కుటుంబాలకు ఆరోమెట్స్ సమాచారం పంపిణీ

అమరావతి-నవభూమి ప్రతినిధి

ఆసి ఆయన అన్నారు. గ్రామాన్ని యూనిట్ గా తీసుకుని ఆ ప్రాంతానికి చెందిన ఎన్ఎఆర్ బలు, పాలిట్రామి కవేత్తలు స్థానిక బంగారు కుటుంబాలను దత్తత తీసుకునేలా చూడాలని సూచించారు. ఆగస్టు 15 నాటికి 15 లక్షల బంగారు కుటుంబాలను మార్గదర్శులు దత్తత తీసుకునేలా చూడాలని ముఖ్యమంత్రి ఆదేశించారు. ఇప్పటి వరకు 5,74,811 బంగారు కుటుంబాలను దత్తత తీసుకోగా, 57,503 మంది మార్గదర్శులుగా నమోదు చేసుకున్నారని అధికారులు ముఖ్యమంత్రి దృష్టికి తీసుకువెళ్లారు. లక్షల నెరవేరడానికి మరో రెండు లక్షల మంది మార్గదర్శులు అవసరమని తెలిపారు. పల్నాడు జిల్లా నుంచి అత్యధికంగా బంగారు కుటుంబాల దత్తత జరిగిందని, విశాఖపట్నం చివరలో ఉందని అధికారులు వివరించారు.

జువైనల్ హెమామ్ నుంచి ఐదుగురు బాలలు పరాలి

● మంత్రి ధనసరి సీతక్క సీరియస్

● ఐదుగురు పట్ల నిర్లక్ష్యం వహించిన సిబ్బందిపై చర్యలు తీసుకోవాలని సీతక్క ఆదేశాలు

● ఇద్దరు సూపర్ వెజర్లపై వేటు

● జైలు సూపరింటెండెంట్ కు మెమో జారీ

● బాలల ఆచూకీ లభ్యమైందన్న అధికారులు

మంత్రి సీతక్క ఈ సందర్భంగా ఆదేశాలిచ్చారు. ఇదిలా ఉండగా, మంగళవారం రాత్రి జువైనల్ హెమామ్ నుంచి ఐదుగురు బాలలు తప్పించుకు పోయారు. ఈ ఘటనపై సచివాలయంలో మంత్రికి జువైనల్ వెర్చిల్ శాఖ అధికారులు నివేదిక సమర్పించారు. జువైనల్ వెర్చిల్ శాఖ డిప్యూటీ డైరెక్టర్ చార్వాక్, ఆసిస్టెంట్ చీఫ్ ప్రోటోషాన్ సూపర్వైజర్ నవీన్ ఘటన వివరాలను మంత్రికి వివరించారు. తప్పించుకుపోయిన ఐదుగురు బాలల్లో మొదటి ఆచూకీ లభించింది.. మిగిలిన ఇద్దరు బాలల ఆచూకీ కనుక్కునేందుకు పోలీసుల సహాయం తీసుకుంటున్నామని మంత్రికి అధికారులు వెల్లడించారు.



ఒంటరిగా ఉంటే డయాబెటిస్ వచ్చే లిస్ట్ ఎక్కువ!

ఒంటరితనం లోకువ ఒంటరిగా ఉంటే డయాబెటిస్ వచ్చే లిస్ట్ ఎక్కువ! అదీ ముఖ్యంగా మహిళల్లో. ఒంటరిగా ఉండటం అంటే ఏకాకి అని...

కలవకుండా దూరం పాటించేవారికి చక్కెర రుగ్మత దగ్గరవుతుంది!! కరోనా తర్వాత చాలామందిలో ఒంటరితనం పెరిగింది. ఇది మహిళలకు పెద్ద సవాలుగా మారుతున్నదని...

నవతార



ఫేక్ వెడ్డింగ్ల హవా జెనరేషన్ జెడ్ కొత్త ట్రెండ్



ఎవరో పిలిస్తేనే పెండ్లికి వెళ్లాలన్న రూలేమీ లేదు. టికెట్ కొనుక్కుంటే వెడ్డింగ్ కాల్డ్ అందినట్టే పట్టుంలో ఇప్పుడు ఫేక్ వెడ్డింగ్ల హవా వచ్చింది. పెండ్లి చేసుకోవాలన్న ఆలోచన కంటే, ఫేక్ వెడ్డింగ్లో ఎంజాయ్ చేయాలని జెనరేషన్ జెడ్ ఫిక్సయింది.

యానివర్సరీలో ఓ తంతు నిర్వహించారు. అచ్చం మన ఊళ్లలో జరిగినంత ముచ్చటగా అమెరికా గడ్డపై తలపెట్టిన భారతీయ పెండ్లికి అందరినీ ఆహ్వానించారు. పల్లెల్లోనే పెండ్లి వేడుక గంటలకు కుదిండుకుపోతే.. వలసపోయిన చోట వివాహ సంబురాన్ని మూడు రోజులు జరిపి.. పెండ్లిలోని తంతులన్నీ పరచయం చేశారు.

జుమ్మా కి రాత్రి డిబ్బిలో పార్టీలు, ఈవెంట్స్ కి మెట్రోలో ఫేవర్స్. ఆ వీధిలోని ఓ రెస్టారెంట్లోని రూఫ్ టాప్ ఏజిల్ 25న ఫేక్ సంగీత్ వేడుకకు వేదికైంది. కుతుబ్ మినార్ కనిపిస్తూ ఉండే రూఫ్ టాప్ పై జరిగే సంగీత్ సెలబ్రేషన్స్ కి 550 రూపాయలు టికెట్. సోషల్ మీడియాలో ఈ ఫేక్ సంగీత్ ప్రకటన చూసి అవంతికా జైన్ అనే అమ్మాయి కాలేజీమేట్స్ కి షేర్ చేసింది. కాలేజీలో వెడ్డింగ్ థీమ్ పార్టీ చేసుకోవాలని చాలాసార్లు అనుకున్నారు. కానీ, సాధ్యం కాలేదు. ఆ కోరిక తీరే అవకాశం వచ్చిందనుకున్నారు.

ఇయర్ డే, ఫిబ్రవరి 14కి వాలెంటైన్స్ డే పార్టీలాగే పెండ్లిళ్ల సీజన్లో ఫేక్ వెడ్డింగ్ పార్టీలు చేసుకుంటున్నారు. ఇదంతా ఎందుకంటే?.. ఉద్యోగాలు చేసుకుంటూ, ఎక్కడో ఊరికి దూరంగా ఉన్న బ్యాచ్మెంట్స్ పెళ్లికి రమ్మని బొట్టుపెట్టి పిలిచేవాళ్లు ఉన్నారు. పిలిచినా పోవడం కుదరదు. అందుకే కుదిరితే కచ్చు కాఫీ అన్నట్టు, వీలైతే వీకెండ్లోనే పెళ్లి పార్టీ ఉండాలని కోరుకుంటున్నారు. టాటిన్ పార్టీలకు భిన్నంగా ఉండే ఫేక్ వెడ్డింగ్ పార్టీకి ఇష్టమైన వాళ్ల వెంట వెళ్ళొచ్చు. ఇష్టపడేవాళ్లను తీసుకుపోవచ్చు. మీరు అబ్బాయి తరపు వాళ్ళా? అమ్మాయి తరపు వాళ్ళా? అని అడిగేవాళ్లవరూ ఉన్నారు. పద్దనే వాళ్ళు అసలే ఉన్నారు. పైనలు పెట్టి టికెట్ కొంటే అంతా మనవాళ్లే. 'బామ్మల్ని పప్పున్నం లేదా' అని వస్తూపోతూ ఉన్నప్పుడు పెళ్లికాని ప్రసాదుల్ని వేదించే బావల కోసం ఫేక్ వెడ్డింగ్ పార్టీ టికెట్లు కొంటే పార్టీ బిజీ లైఫ్లో రిలాక్స్ చేసుకున్న ఫీల్ లా దక్కుతుంది. ఇటీవల లైఫ్లో రిలాక్స్ చేసే వేడుక ఫేక్ వెడ్డింగ్ పార్టీ.

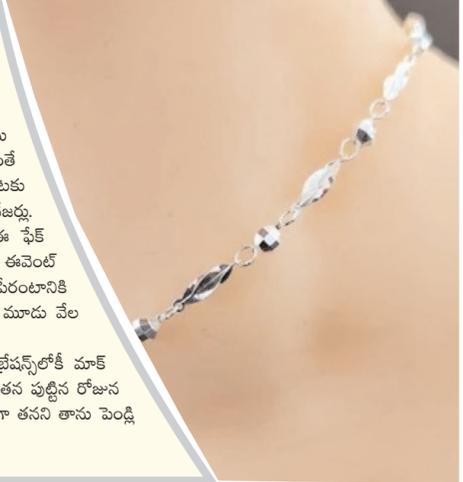
ఇండోర్ పెళ్లి.. అవుట్ డోర్ పార్టీ! ఇండోర్లో గతనెల ఓ వింత పెండ్లి జరిగింది. ఆకాశమంత పందిరి. షెగ్లీ.. జిగ్లీమనే అలంకారాలు, విద్యుద్దీపాలతో మంటపం వెలిగిపోతున్నది. పచ్చని తోరణాల మంటపం అతిథులతో కళకళలాడుతున్నది. వాళ్ళు పిల్ల తరపు వాళ్ళు కాదు. పిల్లల్ని వాళ్ళు కాదు. పచ్చినవాళ్ళంతా ఎవరికివాళ్ళ! ఆన్లైన్లో వెడ్డింగ్ ఇన్వైట్షన్ కొన్నారు. ముహూర్తం సమయం సాయంత్రం ఆరు గంటలకు పెండ్లివారంతా వచ్చారు. వేద మంత్రాలు లేవు. మంగళ సూత్రాలు లేవు. కానీ, మేళతాళాలున్నాయి. ఆపై బారాత్ ఉంది. పచ్చన్నంతో మొదలుపెట్టి తిన్నంత తిన్నారు. ఆ తర్వాత అలసినోయేదాకా ఆడారు. ఈ ఉత్సాహం తెల్లవారినదాకా సందడి సందడిగా సాగింది! ఎన్నన్న వింతలో.. మాక్ వెడ్డింగ్ (ఉత్పత్తి పెళ్లి) మాట అందరూ కొత్తగా వింటున్నా. మాకు మాత్రం ఇది పాత పండుగే అంటున్నారు ఈవెంట్ మేనేజర్స్. సినిమా షూటింగులు, వాణిజ్య ప్రకటనల కోసం ఇలాంటి ఉత్పత్తి పెండ్లిళ్ళు చేస్తూనే ఉన్నామంటున్నారు. గత అక్టోబర్లో 'అమ్మమ్మ అమ్మమ్మ-సామ్ గ్రూప్' 'బంధన్' పేరుతో వెడ్డింగ్ సర్వీస్ని ప్రారంభించింది. బంధన్ సేవల్ని ప్రకటించే వేడుక కోసం వరుడు, పధువు వేషధారణలో ఇద్దరు మోడల్స్ వచ్చారు. ప్రఖ్యాత ఫ్యాషన్ డిజైనర్ తరుణ్ తహిల్లాని రూపొందించిన పెండ్లి దుస్తుల్లో ఆ జంట చూడముచ్చటగా ముస్తాబైంది. వివాహ వేదికను గొప్పగా డిజైన్ చేశారు. వేదిక కాదు వేడుక కూడా అంతే ఘనంగా నిర్వహించారు. ఇలాంటి ఫేక్ పెండ్లి ముచ్చటకు అతిథులను ఘనంగా ఆహ్వానిస్తున్నారు ఈవెంట్ మేనేజర్లు. మూడు రోజుల పెండ్లి వేడుక నిర్వహించడం నుంచే ఈ ఫేక్ వెడ్డింగ్ కాన్సెప్ట్ వచ్చిందంటున్నారు జుమ్మా వెడ్డింగ్ ఈవెంట్ కంపెనీ సహ వ్యవస్థాపకుడు అయ్యాన్. ఈ ఫేక్ పేరంటానికి ఏర్పాట్లను బట్టి టికెట్ ధర అయిదు వందలతో మొదలై మూడు వేల రూపాయల దాకా ఉంటున్నది. ప్రేమ సందేశంగావెనింగ్ పార్టీలు నుంచి బర్త్ డే సెలబ్రేషన్స్లోకి మాక్ వెడ్డింగ్ ట్రెండ్ విస్తరించింది. అనెమోల్ అనే యువకుడు తన పుట్టిన రోజున (ఫేక్) పాడి జరుపుకొన్నాడు. కేక్ కట్ చేసినంత సింపుల్ గా తనని తాను పెండ్లి చేసుకున్నాడు. ప్రేమించినవాళ్లని పెండ్లి చేసుకుంటారు.

గజై ఘల్లుమన్నది

వెండి వెలుగులు: మువ్వల పట్టిలు అనగానే కళ్లముందు వెండి పట్టిలే మెదులుతాయి. అయితే తాజాగా పాత కాలంనాటి వెడల్పాటి పట్టిల ట్రెండ్ మళ్లీ పునరావృతమైంది. కాబట్టి ఒకటిన్నర అంగుళం వెడల్పు ఉండే పట్టిలు ఎంచుకోవాలి. ఆక్సిడైజ్ చేసినవైనా, చేయనివైనా ఫరవాలేదు. మరింత ఆకర్షణీయంగా కనిపించడం కోసం ఎనామిల్ లేదా రాళ్లు పొదిగిన పట్టిలు ఎంచుకుంటే చాలు!

అధునిక అలంకరణ: అధునిక వస్త్రధారణకు కాల్ పట్టిల అలంకరణ సప్తదేవీ అనుకోవలసిన అవసరం లేదు. ఇలాంటి దుస్తులకు నప్పేలా 'సింగిల్ చైన్ యాండ్లెట్' కూడా తయారవుతున్నాయి. సన్నగా, మెరుపులనే సగిపిలతో కూడిన ఈ రకం పట్టిలు ఎంతో సాగుగా కనిపిస్తాయి. 10 నుంచి 25 గ్రాముల బరువుతో డొరికే ఈ పట్టిలు కొనేటప్పుడు లింకులు బలంగా ఉన్నాయో లేదో సరి చూసుకోవాలి. అలాగే రెండు చివరూ కలిపే కొత్తం దృఢంగా ఉండేలా చూసుకోవాలి.

ముత్యాల పట్టిలు: మధ్యస్థంగా ఉండే ముత్యాలతో తయారయ్యే ఈ రకం కాల్ పట్టిలు నేటి తరం అమ్మాయిలకు చక్కగా నప్పుతాయి. ముత్యాల మధ్యలో వెండి లేదా బంగారంతో తయారైన గుండ్లు జోడించి తయారుచేసే ఈ పట్టిలు అటు సంప్రదాయ వేడుకలకూ, ఇటు ఆధునిక విందు వినోదాల్లో ధరించడానికి అనువుగా ఉంటాయి.



గంజి తాగుదాం..!

గంజి సహజ ఔషధమని నిపుణులు చెబుతున్నారు. దీనిని తాగడంవల్ల కలిగే ఆరోగ్య ప్రయోజనాల గురించి తెలుసుకుందాం. గంజిలో కార్బోహైడ్రేట్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. వ్యాయామం చేసిన తరవాత, నీరసంగా అనిపించినప్పుడు ఒక గ్లాసు గంజి తాగితే తక్షణ శక్తి లభిస్తుంది. ప్రతిరోజూ గంజి తాగడంవల్ల జీర్ణ వ్యవస్థ మెరుగ్గా పనిచేస్తుంది. మలబద్ధకం దూరమవుతుంది. పొట్ట సమస్యలు రావు. వేసవికాలంలో తరచూ గంజి తాగుతూ ఉంటే పడదెబ్బ తగలదు. ఒక గ్లాసు గంజిలో చిటికెడు ఉప్పు, కొద్దిగా నిమ్మరసం కలుపుకుని తాగితే శరీర ఉష్ణోగ్రత నియంత్రణలో ఉంటుంది. డయేరియాను నిరోధిస్తుంది. గంజిలో బి 1, బి 2, బి 6 విటమిన్లతోపాటు మెగ్నీషియం, పొటాషియం లాంటి మినరల్స్ ఉంటాయి. ఇవి జీవక్రియలను వేగవంతం చేయడంతోపాటు మెదడు పనితీరుని క్రమబద్ధీకరిస్తాయి. గంజి తాగడం వల్ల చర్మానికి తేమ అంది ఆరోగ్యంగా కనిపిస్తుంది. మొదీమలు, గుల్లలు రాకుండా ఉంటాయి. శిరోజాలు చక్కగా పెరుగుతాయి. గంజిలో ఉండే పొటాషియం శరీరంలో సోడియం స్థాయిని నియంత్రిస్తుంది. దీనివల్ల రక్తపోటు అదుపులో ఉంటుంది. గుండె ఆరోగ్యంగా పనిచేస్తుంది. గంజిలో విటమిన్లు, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, అమైనో ఆమ్లాలు అధికంగా ఉంటాయి. అనారోగ్యంతో ఉన్నప్పుడు గంజి తాగితే రోగనిరోధక శక్తి మెరుగువుతుంది.



బిరుపు తగ్గలనుకునేవాళ్ళు రకరకాల డైట్ ప్లాన్లు ఫాలో అవుతుంటారు. వక్రం రోజులు పని గట్టుకొని కడుపు మాడ్చుకుంటారు. లాభం లేదనుకొని మళ్ళీ వెనక్కి తగ్గుతారు. కానీ, వెయిట్ లాస్ కోసం తహతహలాడుతున్న వారికోసం ఇప్పుడు నయా ట్రెండ్ ఒకటి పరిచయమైంది. అదే మోనో డైట్. ఈ విధానంలో రోజంతా గానీ, ఒక భోజనంలో గానీ ఒకే రకమైన ఆహారం తీసుకోవడమే మోనో డైట్ సూత్రం. ఉదాహరణకు ఒక రోజు కేవలం అరటిపళ్ళు మాత్రమే ఆరగించాలి. ఇంకోరోజు కేవలం గుడ్లు వెల్డెలింపై ఆధారపడాలి. ఇలా చేయడం వల్ల సులువుగా బరువు తగ్గుతున్న కొందరు చెబుతున్నారు. హాళివుడే నుంచి బాలివుడే వరకు చాలామంది సెలెబ్రిటీలు దీన్ని ఫాలో అవుతున్నారు. ఆ స్టాడస్టు అభిమానించే వాళ్ళ సైతం ఈ విధానానికి జై కొడుతున్నారు. ఈ పద్ధతిలో బరువు తగ్గడం సాధ్యమేనా అంటే.. భిన్న వాదనలు వినిపిస్తున్నాయి.

కీడే ఎక్కువ..మొదట్లో బరువు తగ్గినట్టు అనిపించినా, మోనోడైట్ వల్ల సప్టైల్ ఎక్కువ అంటున్నారు పోషకాహార నిపుణులు. 'ఈ డైట్ వల్ల శరీరానికి ఫలాల్సిన అన్ని పోషకాలు అందవు. ఫలితంగా డిర్ట్ కాలంలో పలు ఆరోగ్య సమస్యలు తలెత్తుతాయి' అని హెచ్చరిస్తున్నారు. అంతేకాదు, మోనోడైట్ వల్ల శరీర మెటబాలిజం మందగిస్తుంది. సరైన ప్రోటీన్లు, ఫైబర్ లేని ఆహారం వల్ల కండకాల శక్తి తగ్గుతుంది. బరువు తగ్గడం మాట అటుంచి.. జీవక్రియలు పట్టు తప్పే ప్రమాదం ఉండటంవల్ల. పైగా, ఈ తరహా డైట్ను మొదట్లో ఉత్సాహంతో పాటించినా.. పోషకాహార ఖోర్ కొట్టేస్తుంది. ఇలాంటి షరతులతో కూడిన డైట్ దీర్ఘకాలం కొనసాగించడం సాధ్యం కారటంవల్ల నిపుణులు. మొండిగా పాటించినా.. మోనోడైట్ వల్ల ప్రయోజనాల కన్నా దుష్ప్రభావాలే ఎక్కువని వాళ్ళు తేల్చి చెబుతున్నారు. కొవ్వు కరగదు..కొన్ని రోజులపాటు ఈ డైట్ ఫాలో అయితే బరువు తగ్గినట్టు అనిపించవచ్చు. కానీ, ఇది ఎక్కువగా శరీరంలో నీటిని తగ్గిస్తుండే కానీ, కొవ్వును కరిగించడని నిపుణులు చెబుతున్నారు. మళ్ళీ రెగ్యులర్ డైట్ కు మళ్ళినప్పుడు మరింత బరువు పెరిగే ప్రమాదం ఉంటుందని అంటున్నారు. కాబట్టి, ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం తీసుకుంటూ, తగినంత శారీరక శ్రమ చేస్తుంటే.. క్రమపద్ధతిలో బరువు తగ్గే అవకాశం ఉంటుంది. అందువల్ల, మోనోడైట్ కు బదులుగా పోషకాలన్నీ సమతులంగా ఉండే ఆహారం తీసుకుంటేనే మేలు.

మనకొద్దీ మోనోడైట్ బరువు



