

జిల్లాల వేగంగా జరుగుతోన్న ఎల్ఆర్ఎస్ ప్రక్రియ : కలెక్టర్

మెదక్, (2025 మార్చి 18 పుదయం ప్రతినిధి : అనధికార లే అవుట్ ఫ్లాట్లు, అనధికార లే అవుట్ లను క్రమబద్ధీకరించే ఉద్దేశంతో 2020 సంవత్సరంలో స్వీకరించిన ఎల్ఆర్ఎస్ దరఖాస్తులను మార్చి 31, 2025 లోగా క్రమబద్ధీకరించి రుసుము చెల్లించిన వారికి 25 శాతం రాయితీ లభిస్తుందని రాష్ట్ర ప్రభుత్వం తెలిపింది. జిల్లాలో లే అవుట్ క్రమబద్ధీకరణ వధకం (ఎల్ఆర్ఎస్) కోసం దరఖాస్తు చేసుకున్న వారు రుసుము చెల్లించి రాయితీని పొందుతూ ఫ్లాట్లను క్రమబద్ధీకరణ చేసుకునేందుకు చొరవ చూపుతున్నారని జిల్లా కలెక్టర్ రాహుల్ రాజ్ తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా మంగళవారం రామాయంపేట మున్సిపాలిటీ పరిధిలో మునిసిపల్ కార్యాలయాల్లో నిర్వహిస్తోన్న ఎల్ఆర్ఎస్ క్రమబద్ధీకరణ ప్రక్రియను పరిశీలించారు. ఈ నేపథ్యంలో జిల్లా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ... జిల్లావ్యాప్తంగా 22,000 ఎల్ఆర్ఎస్ దరఖాస్తులు క్రమబద్ధీకరణకు రుసుము చెల్లించడానికి సిద్ధంగా ఉన్నాయని, హాస్ ఓనర్స్ కి మెసిజ్ ద్వారా తెలియజేయడం జరుగుతుందని దరఖాస్తుదారులకు 25 శాతం రాయితీనిస్తూ, వెంటవెంటనే భూమి క్రమబద్ధీకరణకు సంబంధించిన ప్రాసీడింగ్ లు జారీ చేయడం జరుగుతోందని వివరించారు. ఎల్ఆర్ఎస్ పథకాన్ని సులభతరం చేయాలన్న ప్రభుత్వ ఆలోచనకు అనుగుణంగా పనిచేయాలని దిశా నిర్దేశం చేశారు. మిగిలిన దరఖాస్తుదారులు కూడా నిర్ణీత గడువు లోపు ఎల్ఆర్ఎస్ రుసుము చెల్లించి తమ ఫ్లాట్ల క్రమబద్ధీకరణ

చేసుకోవాలని, రాయితీ సదుపాయాన్ని నద్దినయోగం చేసుకొని లబ్ధి పొందాలన్నారు. ఎల్ఆర్ఎస్ అమలులో పలు వెసులుబాట్లు కల్పిస్తున్న నేపథ్యంలో నీషేధిత జాబితాలో ఉన్న భూముల విషయంలో మాత్రం జాగ్రత్తగా ఉండాలని పేర్కొన్నారు. సామాన్య ప్రజలు ఇబ్బంది పడకుండా ఎల్ఆర్ఎస్ కోసం ప్రజలు ప్రభుత్వ కార్యాలయాల చుట్టూ తిరగకుండా ఎన్ఆర్ఎస్ రెగ్యులరైజేషన్ కోసం సంబంధించి ఏదేని సలహాలు కొరకు మున్సిపల్ కార్యాలయంలో హెల్ప్ డెస్క్ ఏర్పాటు చేసినట్లు తెలిపారు. ఎల్ఆర్ఎస్ క్రమబద్ధీకరణను ఉపయోగించుకునేలా అవగాహన కల్పించాలని, దరఖాస్తుదారులందరికీ ఫోన్ కాల్ చేసి రాయితీని వినియోగించుకునేలా మునిసిపల్ సిబ్బంది ప్రోత్సహించాలని తెలిపారు. జిల్లా కలెక్టర్ ఆదేశాల మేరకు జిల్లాలోని అన్ని మండలాల ఎంపీడిటలు ఎల్ఆర్ఎస్ పై దరఖాస్తుదారులకు ఫోన్ కాల్ చేసి ఈ నెల 31లోపు 25 శాతం రాయితీని ఉపయోగించుకోవాలని అవగాహన కల్పిస్తున్నారు. సంబంధిత నబ్ రిజిస్టర్ కార్యాలయంలో ఈ సేవలను పొందవచ్చునని, మార్చి 31 లోపు ఈ అవకాశాన్ని వినియోగించుకోవాలని కోరుతున్నారు. సందేహాల నివృత్తికి జిల్లా సమీక్షత కలెక్టర్ కార్యాలయంలో ఏర్పాటు చేసిన సహాయ కేంద్రం నంబర్ 9154293341, అలాగే రామాయంపేట పురపాలక సహాయ కేంద్రం నంబర్ 9963290800 లలో సంప్రదించవచ్చని తెలియజేస్తున్నారు.

లే అవుట్ క్రమబద్ధీకరణ అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోవాలి

జిల్లా కలెక్టర్ రాహుల్ శర్మ



జయశంకర్ భూపాలపల్లి మార్చి 18(పుదయం ప్రతినిధి) లే అవుట్ క్రమబద్ధీకరణ అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోవాలని జిల్లా కలెక్టర్ రాహుల్ శర్మ సూచించారు.మంగళవారం ఐడిఓని కార్యాలయ సమావేశపు హాలులో ఎల్ ఆర్ ఎస్ క్రమబద్ధీకరణ ప్రక్రియపై లే అవుట్స్ ఓనర్లు, లైసెన్స్ సర్వేయర్లు, డాక్యుమెంటేరెటర్లు తో అవగాహన సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ సుదీర్ఘకాలంగా పెండింగ్ ఉన్న ఎల్ఎర్ఎస్ (లే అవుట్ క్రమబద్ధీకరణ పథకం) అమలులో వేగం పెంచాలని సూచించారు. ఎల్ఆర్ఎస్ పథకం ద్వారా ఈ నెలొఖరు వరకు ఫీజు చెల్లింపులో ప్రభుత్వం 25 శాతం రాయితీ అవకాశం కల్పించిందని అర్హులైన ప్రతి ఒక్కరూ సద్వినియోగం చేసుకోవాలని స్పష్టం చేశారు. ఫ్లాట్ కొనుగోలుదారులకు ఈ రాయితీని మార్చి 31 వరకు వెసులుబాటు కల్పించినట్లు తెలిపారు. దీంతో పాటు వ్యక్తిగతంగా ఫ్లాట్లు కొనుగోలు చేసి రిజిస్టర్ చేసుకోని వారికి, లే అవుట్ లో పెద్ద సంఖ్యలో విక్రయం కాకుండా ఉన్న ఫ్లాట్ల రెగ్యులరైజేషన్ వంటి పలు వెసులుబాట్లు కల్పించినట్లు తెలిపారు. ఒక లే అవుట్ లో 10 శాతం ఫ్లాట్లు రిజిస్టర్ అయి ఉంటే, మిగిలిపోయిన 90 శాతం ఫ్లాట్లకు ఎల్ఆర్ఎస్ పథకంలో రెగ్యులరైజేషన్ కు అవకాశం కల్పించారని, అలాంటి వారికి కూడా మార్చి 31 వరకు 25 శాతం



రాయితీ పొందే అవకాశం ఉందని తెలిపారు. ఫ్లాట్లు కొనుగోలు చేసి సేల్ డీడ్ రిజిస్ట్రేషన్ కలిగిన వారికి కూడా 31 లోగా ఎన్ఆర్ఎస్ చేసుకుంటే 25 శాతం రాయితీ వర్తిస్తుందని అన్నారు. ప్రజలు, గత నాలుగు సంవత్సరాల నుంచి ఎల్ఆర్ఎస్ కొరకు ఎదురు చూస్తున్నారని, ప్రజల ప్రయోజనాలను దృష్టిలో పెట్టుకుని ప్రభుత్వం కల్పించిన ఈ అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోవాలని ప్రజలకు విజ్ఞప్తి చేశారు.ఎల్ఆర్ఎస్ అమలులో పలు వెసులుబాట్లు కల్పిస్తున్న నేపథ్యంలో నీషేధిత జాబితాలో ఉన్న భూముల విషయంలో మాత్రం జాగ్రత్తగా ఉండాలని పేర్కొన్నారు. సామాన్య ప్రజలు ఇబ్బంది పడకుండా ఎల్ఆర్ఎస్ పథకాన్ని సులభతరం చేయాలన్న ప్రభుత్వ ఆలోచనకు అనుగుణంగా పనిచేయాలని దిశా నిర్దేశం చేశారు. ఎల్ఆర్ఎస్ కోసం ప్రజలు ప్రభుత్వ కార్యాలయాల చుట్టూ తిరగకుండా ఎన్ఆర్ఎస్ రెగ్యులరైజేషన్ కోసం సంబంధించి ఏదేని సలహాలు కొరకు మున్సిపల్ కార్యాలయంలో హెల్ప్ డెస్క్ ఏర్పాటు చేసినట్లు తెలిపారు. జిల్లాలో 26.8.2020న ఎల్ ఆర్ ఎస్ కు 8312 ఇంటి ఫ్లాట్లు, 60 లే అవుట్స్ కు దరకాస్తులు వచ్చినట్లు తెలిపారు. ఇప్పటికే 4909 మందికి క్రమబద్ధీకరణ సమాచారం అందినట్లు తెలిపారు. మిగిలిన దరకాస్తులు రెవెన్యూ, ఇంకీషన్, పంచాయతీ రాజ్ శాఖల అధికారులు విచారణ చేయనున్నారని అన్నారు.ఈ సందర్భంగా లే అవుట్స్ ఓనర్లు, లైసెన్స్ సర్వేయర్లు, డాక్యుమెంటేరెటర్లు సిటిజన్ లాగిన్ లో సాంకేతిక పరమైన ఇబ్బందులు వస్తున్నాయని పరిష్కారానికి చర్యలు తీసుకోవాలని సూచించారు.ఈ సమావేశంలో అదనపు కలెక్టర్లు అశోక్ కుమార్, విజయలక్ష్మి, నబ్ రిజిస్ట్రార్ రాము, మున్సిపల్ కమిషనర్ శ్రీనివాస్, టిపిఓ సునీల్, లే అవుట్ ఓనర్లు, లైసెన్స్ సర్వేయర్లు, డాక్యుమెంటేరెటర్లు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

జకాలియా స్కూల్లో వీడ్యోలు సమావేశం.

యాదాద్రి భువనగిరి/రాజాపేట, మార్చి 18 పుదయం ప్రతినిధి: రాజాపేట మండలం లిజాల సెయింట్ జెకారియస్ పాఠశాలలో పదవ తరగతి విద్యార్థులకు వీడ్యోలు సమావేశం లి మంగళవారం నిర్వహించారు.లిసెయింట్ జెకారియస్ హైలి లిస్కూల్ కౌంటీ సంస్థ అధినేత బిషప్ జాన్ గొల్లపల్లి, డైరెక్టర్ లి లిడెక్టర్ తిమోతి జాన్ గొల్లపల్లి లి లిఅధ్యక్షంలో జాల గ్రామంలోని సెయింట్ జెకారియస్ పాఠశాలలో డ్రిన్సిపాల్ అన్నపురెడ్డి వెంకట్ రెడ్డి అధ్యక్షతన పదవ తరగతి విద్యార్థులకు వీడ్యోలు సమావేశం కాగా ఈ సమావేశంలో జాన్ బిషప్ గొల్లపల్లి మాట్లాడుతూ విద్యార్థులు భవిష్యత్తులో ఉన్నత శిఖరాలను అందుకోవాలని ఆదే విధంగా మంచి మార్పులతో పాఠశాలకు పేరు ప్రఖ్యాతులు తెవాలని సలహాలు పలు సూచనలు ఇచ్చారు. అనంతరం సజ్జెక్టు ఉపాధ్యాయులు పరీక్షల్లో ప్రశ్నలకు ఎలా జవాబులు రాయాలనే విషయాలను వివరించారు. అనంతరం పదవ తరగతి



విద్యార్థులకు పరీక్ష వ్యాప్స్, స్కేల్లు, పెన్సులు అందజేశారు. లిసాంస్కృతిక కార్యక్రమాలు ఆకట్టుకున్నాయి. పాఠశాల 9వ తరగతి పదవ తరగతి విద్యార్థులలి లిఉపాధ్యాయ బృందాన్ని శాలువాలు మెమెంటోలతో ఘనంగా సత్కరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఉపాధ్యాయులు విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు

భూమి సమస్యను పరిష్కరించిన అధికారులు



బెల్లంపల్లి, మార్చి 18 (పుదయం ప్రతినిధి) జిల్లా కలెక్టర్ ఆదేశాల మేరకు తాండూరు మండలం అచ్యులపూర్ శివారు కొమ్మగూడెం లో నెలకొన్న

భూ సమస్యను మండల అధికారులు సమన్వయంతో ఎలాంటి శాంతి భద్రతలకు విఘాతం కలుగాకుండా

ఘనంగా పీఠి విద్యార్థుల పీడ్యోలు వేడుక...

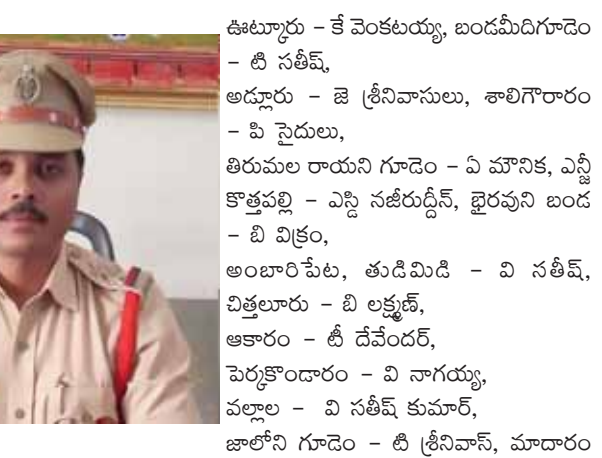
కొత్తగూడ మార్చి 18(పుదయం ప్రతినిధి):మంగళవారం ఓటాయి జడ్చీ హెచ్ ఎస్ పాఠశాలలో పదవ తరగతి విద్యార్థులకు పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయులు రాలు, స్టెఫ్,విద్యార్థులు ఘనంగా వీడ్యోలు పలికారు.ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథులుగా విచ్చేసిన కొత్తగూడ నబ్ ఇన్స్పెక్టర్ ఆఫ్ పోలీస్ పి.కుశకుమార్ పదవ తరగతి విద్యార్థినిలకు పరీక్షల మెటీరియల్ వ్యాధు, పెన్సులు, పెన్సిల్, ఎ రెసర్, ఫార్ములర్ లను ఉచితంగా అందజేశారు.ఈ సందర్భంగా పాఠశాల ప్రాధానో పాధ్యాయులు, గంగారాం యం ఈ ఒ అరోజు రమాచేవి మాట్లాడుతూ పదవ తరగతి విద్యార్థులు పరీక్షలకు ఎలా ప్రిపర్ కావాలి, ఎలాంటి జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి అనే



విషయాల పై విలువైన సమాచారాన్ని అందించారు.ఈ కార్యక్రమం లో పాఠశాల స్టాఫ్ సెక్రటరీ ఆంగ్ల ఉపాధ్యాయులు డాక్టర్ పులసం సాంబయ్య,అజ్మీరా కోటేశ్వర్, బి దశరథ్ కుమార్ ఇన్స్పెక్టర్ రాజు, బి రమేష్, ధనుసరి సుధాకర్, రావుల రమ, వినోబియన్ శ్యామల తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మండలంలో “విలేజ్ పోలీస్ ఆఫీసర్” ల నియామకం.. ఎస్టే డి సైదులు

తుంగతుర్తి శాలిగౌరారం, మార్చి 18, (పుదయం ప్రతినిధి): నల్లగొండ జిల్లా ఎస్సీ “శరత్ చంద్ర వహర్” ఆదేశానుసారము విలేజ్ పోలీస్ ఆఫీసర్ (విపిఓ) వ్యవస్థను జిల్లాలోని అన్ని మండలాలలో ఏర్పాటు చేస్తున్నారు. దీనిలో భాగంగా శాలిగౌరారం మండలంలో “విలేజ్ పోలీస్ అధికారులను” జిల్లా ఎస్సీ ఆదేశానుసారం నియమించామని స్థానిక ఎస్టే డి సైదులు విలేజరులకు తెలిపారు.ఈ సందర్భంగా ఎస్టే సైదులు మాట్లాడుతూ.. స్టేషన్ పరిధిలో గల ఒక్కో గ్రామానికి ఒక్కో కాన్స్టేబుల్ ను గ్రామ అధికారిగా నియమించడం ద్వారా ప్రజలకు మెరుగైన సేవలను అందించవచ్చని, ప్రజలు కొన్నిసార్లు పోలీస్ స్టేషన్ కి రావడానికి భయపడటం, లేదా పోలీస్ స్టేషన్ కి వెళ్లలేక నేరాలను బయట పెట్టకపోవడం జరుగుతుందని, అలా జరగకుండా ప్రజలు తమ సమస్యలు విపిఓ కి చెప్పొకాని తగు పరిష్కారం పొందవచ్చని అన్నారు.ఈ వ్యవస్థ ద్వారా పోలీసులతో ప్రజలు మమేకమై మెరుగైన సేవలను పొందడానికి ఉపయోగ పడుతుందని తెలిపారు.



కలాన్ - ఎం రమేష్, తక్రెళ్ళ వహాడ్ - రవి నాయక్, శాలి లింగోటం, రామగిరి - జె శ్రీనివాస్, వంగమర్రి - జె లింగయ్య, ఇలుకుల వహాడ్ - ఎం సునీత, ఉప్పలంచ - ఎం జానయ్య, మనిమద్దె - వి నరసింహ, గురజాల - జి మనోహర్, రామంజపురం - ఎస్ సునీల్.

గ్రామపంచాయతీ కార్మికుల పెండింగ్ జీతాలను చెల్లించాలి



నారాయణపేట టౌన్ మార్చ్ 18(పుదయం ప్రతినిధి) తెలంగాణ ప్రగతిశీల గ్రామపంచాయతీ వర్కర్స్ యూనియన్ (టియూసిఐ అనుబంధం) నారాయణపేట జిల్లా కమిటీ అధ్యక్షంలో గ్రామపంచాయతీ కార్మికుల ఐదు నెలల జీతాలను వెంటనే చెల్లించాలని అంబేద్కర్ చౌరస్తా నుండి కలెక్టర్ ఆఫీస్ వరకు ర్యాలీ ధర్మా అనంతరం కలెక్టర్ ఆఫీసులో డి ఎల్ పి ఓకి డిమాండ్లతో కూడిన వినతి పత్రాన్ని మంగళవారం అందజేశారు. ఈ ధర్మా కు అధ్యక్ష వర్గంగా తెలంగాణ ప్రగతిశీల గ్రామపంచాయతీ వర్కర్స్ యూనియన్ జిల్లా అధ్యక్షులు ఎదిరింటి నర్సిములు,ముఖ్య వక్రలుగా టియూసిఐ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి బి. నరసింహ,తెలంగాణ ప్రగతిశీల గ్రామపంచాయతీ వర్కర్స్ యూనియన్ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి బోయన్ పల్లి రాము హాజరు అయ్యారు. ఈ సందర్భంగా టియూసిఐ జిల్లా ఉపాధ్యక్షులు ఏజీ భుట్ల

నారాయణపేట జిల్లా వ్యాప్తంగా గ్రామపంచాయతీ కార్మికుల నాలుగు నెలల పెండింగ్ లో ఉన్న జీతాలను వెంటనే విడుదల చేయాలని డిమాండ్ చేశారు, రాష్ట్రవ్యాప్తంగా కార్మికులు అనేక పోరాటాలు ఉద్యమాలు నిర్వహించిన ఫలితంగా డిసెంబర్ లో 139 కోట్లు విడుదల చేయగా కొన్ని నెలలకే సరిపోగా మళ్లీ యధావిధిగా రెండు మూడు నెలలుగా పెండింగ్ లో మిగిలిపోయి, గ్రామపంచాయతీ మళ్లీ పర్సన్ వర్కర్లకు ఇచ్చేది 9500 రూపాయలు అని ఆయన గుర్తు చేశారు. అది కూడా నెల నెల ఇవ్వకపోవడంతో కార్మికులు తీవ్ర ఇబ్బందులు పాలు అవుతున్నారు. కాయ కష్టం చేసే కష్టజీవులైన గ్రామపంచాయతీ వర్కర్లకు పూట గడవని పరిస్థితిలో ఉన్నారు. ప్రభుత్వం డిసెంబర్ నుంచి నేరుగా వర్కర్స్ అకౌంట్లో జమ చేస్తామని చెప్పినా, మూడు నెలలు గడచిన వాటిని జమ చేయలేదన్నారు.

రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ఏ ఒక్కరికీ అకౌంట్లో కూడా నెల జీతాలు పడలేదు అని పనిచేసే శ్రమ జీవులకు కడుపునిండా తిండి కూడా సరిపోవడం లేదన్నారు.జీతాలు ఇవ్వకపోతే జిల్లా వ్యాప్తంగా కార్మికుల కూడగట్టుకొని పెద్ద ఎత్తున ఉద్యమాలు చేస్తామని ప్రభుత్వాని హెచ్చరించారు.ఈ కార్యక్రమంలో జిపి జిల్లా ఉపాధ్యక్షులు సుశాంత్, ఎ.నర్సిములు, నరేష్, రామచందర్, నరసింహ, మహాదేవ్, రఫీ, నర్సిములు, బాలకృష్ణ,తాయప్ప, ఆశప్ప, బాలప్ప, రఘు, మొగులప్ప, కృష్ణయ్య, భారతమ్మ, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

గ్రామపంచాయతీ కార్మికుల పెండింగ్ జీతాలను చెల్లించాలి

నారాయణపేట టౌన్ మార్చ్ 18(పుదయం ప్రతినిధి) తెలంగాణ ప్రగతిశీల గ్రామపంచాయతీ వర్కర్స్ యూనియన్ (టియూసిఐ అనుబంధం) నారాయణపేట జిల్లా కమిటీ అధ్యక్షంలో గ్రామపంచాయతీ కార్మికుల ఐదు నెలల జీతాలను వెంటనే చెల్లించాలని అంబేద్కర్ చౌరస్తా నుండి కలెక్టర్ ఆఫీస్ వరకు ర్యాలీ ధర్మా అనంతరం కలెక్టర్ ఆఫీసులో డి ఎల్ పి ఓకి డిమాండ్లతో కూడిన

చేయగా కొన్ని నెలలకే సరిపోగా మళ్లీ యధావిధిగా రెండు మూడు నెలలుగా పెండింగ్ లో మిగిలిపోయి, గ్రామపంచాయతీ మళ్లీ పర్సన్ వర్కర్లకు ఇచ్చేది 9500 రూపాయలు అని ఆయన గుర్తు చేశారు. అది కూడా నెల నెల ఇవ్వకపోవడంతో కార్మికులు తీవ్ర ఇబ్బందులు పాలు అవుతున్నారు. కాయ కష్టం చేసే కష్టజీవులైన గ్రామపంచాయతీ వర్కర్లకు పూట గడవని పరిస్థితిలో ఉన్నారు.



వినతి పత్రాన్ని మంగళవారం అందజేశారు. ఈ ధర్మా కు అధ్యక్ష వర్గంగా తెలంగాణ ప్రగతిశీల గ్రామపంచాయతీ వర్కర్స్ యూనియన్ జిల్లా అధ్యక్షులు ఎదిరింటి నర్సిములు,ముఖ్య వక్రలుగా టియూసిఐ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి బి. నరసింహ,తెలంగాణ ప్రగతిశీల గ్రామపంచాయతీ వర్కర్స్ యూనియన్ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి బోయన్ పల్లి రాము హాజరు అయ్యారు. ఈ సందర్భంగా టియూసిఐ జిల్లా ఉపాధ్యక్షులు ఏజీ భుట్ల మాట్లాడుతూ నారాయణపేట జిల్లా వ్యాప్తంగా గ్రామపంచాయతీ కార్మికుల నాలుగు నెలల పెండింగ్ లో ఉన్న జీతాలను వెంటనే విడుదల చేయాలని డిమాండ్ చేశారు, రాష్ట్రవ్యాప్తంగా కార్మికులు అనేక పోరాటాలు ఉద్యమాలు నిర్వహించిన ఫలితంగా డిసెంబర్ లో 139 కోట్లు విడుదల

ప్రభుత్వం డిసెంబర్ నుంచి నేరుగా వర్కర్స్ అకౌంట్లో జమ చేస్తామని చెప్పినా, మూడు నెలలు గడచిన వాటిని జమ చేయలేదన్నారు. రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ఏ ఒక్కరికీ అకౌంట్లో కూడా నెల జీతాలు పడలేదు అని పనిచేసే శ్రమ జీవులకు కడుపునిండా తిండి కూడా సరిపోవడం లేదన్నారు.జీతాలు ఇవ్వకపోతే జిల్లా వ్యాప్తంగా కార్మికుల కూడగట్టుకొని పెద్ద ఎత్తున ఉద్యమాలు చేస్తామని ప్రభుత్వాని హెచ్చరించారు.ఈ కార్యక్రమంలో జిపి జిల్లా ఉపాధ్యక్షులు సుశాంత్, ఎ.నర్సిములు, నరేష్, రామచందర్, నరసింహ, మహాదేవ్, రఫీ, నర్సిములు, బాలకృష్ణ,తాయప్ప, ఆశప్ప, బాలప్ప, రఘు, మొగులప్ప, కృష్ణయ్య, భారతమ్మ, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

రాష్ట్ర ప్రభుత్వానికి కృతజ్ఞతలు : బీసీ నేతలు



మెదక్, (2025 మార్చ్ 18 పుదయం ప్రతినిధి : రామాయంపేట మున్సిపాలిటీలో మెదక్ జిల్లా బీసీ సంఘం గౌరవ అధ్యక్షుడు మెట్టు గంగారం అధ్య్వంలో మంగళవారం మీడియా సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ ఆసెంబ్లీలో బీసీలకు 42 శాతం రిజర్వేషన్లను కల్పించినందుకు పార్టీలకు అతితంగా అందరికీ ప్రత్యేక కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. ఈ బిల్లును వెంటనే పార్లమెంట్ కు పంపి కేంద్రంలోని ఎన్ డి పి ప్రభుత్వాన్ని తెలంగాణ అఖిలపక్షం కలిసి పార్లమెంటులో ఆమోదించే విధంగా కృషి చేయాలన్నారు.



టాటా నుంచి

మరో అద్భుతమైన ఎలక్ట్రిక్ కారు..

ఇప్పుడు టాటా మోటార్స్ కంపెనీ నుంచి మరో ఎలక్ట్రిక్ కారు మార్కెట్ లోకి విడుదల కావడానికి సిద్ధంగా ఉంది. కాగా టాటా కంపెనీ రాబోయే హరియర్ ఈవీ ప్రొడక్ట్స్ రెడీ వెర్షన్ ను ప్రవేశపెట్టింది. ఈ కారు త్వరలో ఇండియాలో అందుబాటులోకి రావచ్చుట. ఇంతకుముందు ఈ కారు జనవరి 2025లో జరిగిన ఇండియా మొబిలిటీ ఎక్స్పోలో ప్రదర్శించింది టాటా కంపెనీ. అయితే అప్పుడు ఇది కేవలం ఎగ్జిబిషన్ మోడల్ మాత్రమే. కానీ ఇప్పుడు టాటా ఈ కారును టెస్ట్ ట్రాక్ లో నడపడం ద్వారా దాని సామర్థ్యాలను ప్రదర్శించిందట. కాగా ఈ హరియర్ ఈవీ కారు అద్భుతమైన డిజైన్ తో రానుంది. దాని లుక్ పెట్రోల్ వెర్షన్ ని పోలి ఉంటుందట. అయితే దీనిలో కొన్ని ప్రత్యేక మార్పులు చేసిందట. అదేమిటంటే ఇది పెట్రోల్ వెర్షన్ నుండి భిన్నంగా ఉంటుందని తెలుస్తోంది. కాగా కారు డిజైన్ ను మరింత మెరుగుపరచడం కోసం దీనిలో కొత్త ఫ్రెంట్ అల్లూర్ వీల్స్ ను ఏర్పాటు చేశారట. కారు వెనుక భాగం మునుపటిలాగే కనిపిస్తుందట. కానీ దీనికి కనెక్ట్ చేయబడిన రాజుణ్ణ బెయిల్ లైట్లు ఉంటాయట. అలాగే ఇది కొద్దిగా భిన్నంగా ఉంటుందని, అలాగే వెనుక బంపర్ కూడా పునః రూపకల్పన చేయబడిందని చెబుతున్నారు. ఇప్పుడు ముందు బంపర్ లాగా నిలువు స్లాట్ లకు సరిపోతుందట. లోపలి భాగంలో టాటా హరియర్ ఈవీ లేఅవుట్ పెట్రోల్ వెర్షన్ ని పోలి ఉంటుందట. క్యూబిన్ ముఖ్యంగాలు వైరిల్స్ ఆండ్రాయిడ్ ఆటో, ఆపిల్ కార్ప్లేకు మద్దతు ఇచ్చే 12.3 అంగుళాల టచ్స్క్రీన్ ఇన్స్ట్రుమెంట్ సెస్టమ్ తో ఉండుట. ఇందులో 10.25 అంగుళాల ఇన్స్ట్రుమెంట్ క్లస్టర్, పనోరమిక్ సన్రూఫ్, వెంటిలేటెడ్ ఫ్రంట్ సీట్లు, 10 స్పీకర్ డిడిఎ సౌండ్ సిస్టమ్ ఉన్నాయట. అలాగే భద్రత కోసం దీనికి ఏడు ఎయిర్ బ్యాగులు, జూడితతో కూడిన ాడూ, వెనుక పార్కింగ్ సెన్సార్లు, 360 డిగ్రీ కెమెరా, ఆటో హెల్ప్ తో కూడిన ఎలక్ట్రానిక్



పార్కింగ్ బ్రేక్, ఎలక్ట్రానిక్ స్టెబిలిటీ కంట్రోల్, గ్రామీ, ాణూరా వంటి ఫీచర్లను అందించింది టాటా కంపెనీ.

స్టాక్ మార్కెట్ సూచీలు లాభాలతో ప్రారంభం

దేశీయ స్టాక్ మార్కెట్ సూచీలు మంగళవారం గడిచిన సెషన్ లోని ముగింపుతో పోలిస్తే లాభాల్లో కదలాడుతున్నాయి. ఈ రోజు ఉదయం 9:19 సమయానికి నిస్థి 106 పాయింట్ పెరిగి 22,612 కు చేరింది. సెన్సెక్స్ 321 పాయింట్లు పెరిగి 74,487 వద్ద ట్రేడవుతోంది. అమెరికా డాలర్ ఇండెక్స్ 103.52 పాయింట్లు వద్దకు చేరింది. ట్రెంట్ క్రూడ్ ఆయిల్ బ్యారెల్ ధర 71.25 అమెరికన్ డాలర్ల వద్ద ఉంది. యూఎస్ 10 ఏళ్ల బాండ్ ఈల్డలు 4.28 శాతానికి చేరాయి. అమెరికా మార్కెట్లు గడిచిన సెషన్ లో లాభాల్లో ముగిశాయి. ఎస్ అండ్ పీ గత సెషన్ తో పోలిస్తే 0.65 శాతం పెరిగింది. నాస్డాక్ 0.31 శాతం పుంజుకుంది. స్టాక్ మార్కెట్ స్థిరీకరణలో భాగంగా సోమవారం మిడ్ క్యాప్ షేర్లకు కొనుగోళ్ల మద్దతు లభించగా, చిన్న షేర్లలో అమృతాల ఒత్తిడి కొనసాగింది. డాలర్ ఇండెక్స్ బలహీనత,



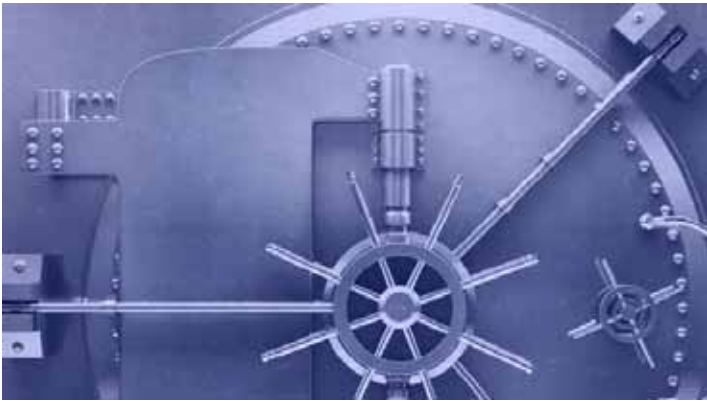
దేశీయ ఈక్విటీ మార్కెట్లో కొనుగోళ్ల దన్నుతో డాలర్ మారకంలో రూపాయి విలువ 24 పైసలు

పెరిగి 86.81 వద్ద స్థిరపడింది. డెరివేటివ్స్ పోర్ట్ ఫోలియోలో అవకతవకల నేపథ్యంలో ‘బ్యాంకు ఆర్థిక పరిస్థితి మెరుగ్గా ఉంది’ అంటూ ఆర్బీఐ భరోసాతో ఇండస్ ఇండెక్స్ బ్యాంక్ షేరు కోలుకుంది. అమెరికా మార్కెట్లు సోమవారం లాభాల్లో ముగిశాయి. ఎస్ అండ్ పీ సూచీ 0.65 శాతం, నాస్డాక్ 0.31 శాతం, డోజ్-స్ 0.85 శాతం లాభపడ్డాయి. ఆసియా-పసిఫిక్ మార్కెట్లు నేడు మిత్రమంగా ట్రేడవుతున్నాయి. జపాన్ నిక్కీ, హంకాంగ్ హంగ్కాంగ్ 1 శాతం మేర లాభంతో కదలాడుతుంటే.. షాంఘై, ఆస్ట్రేలియా ఏఎస్ఎక్స్ మాత్రం బలహీనంగా ట్రేడవుతున్నాయి. విదేశీ సంస్థాగత మదుపర్లు మంగళవారం నికరంగా రూ.4,488 కోట్ల విలువ చేసే షేర్లను విక్రయించారు. దేశీయ సంస్థాగత మదుపర్లు నికరంగా రూ.6,001 కోట్ల షేర్లు కొనుగోలు చేశారు.

15వ ఆర్థిక సంఘం నిధులు విడుదల అంతంత మాత్రమే



15వ ఆర్థిక సంఘం నిధులు విడుదల తక్కువగా ఉన్నాయి. ఈ మేరకు కేంద్ర ఆర్థిక సహాయ మంత్రి పంకజ్ చౌదరి సమాధానంలో స్పష్టమైంది. 2021-22లో రూ.21,342.43 కోట్లు, 2022-23లో రూ.13,174.27 కోట్లు, 2023-24లో 9,640.84 కోట్లు, 2024-25లో రూ.3,989.72 కోట్లు విడుదల చేశారు. అందులో పట్టణ స్థానిక సంస్థలకు 2021-22లో రూ.956 కోట్లు కేటాయించగా, రూ.1,157.35 కోట్లు విడుదల చేశారు. 2022-23లో రూ.990 కోట్లు కేటాయించగా, రూ.735.75 కోట్లు విడుదల చేశారు. 2023-24లో రూ.1,046 కోట్లు కేటాయించగా, రూ.984.55 కోట్లు విడుదల చేశారు. 2024-25లో రూ.1,109 కోట్లు కేటాయించగా, రూ.305.05 కోట్లు విడుదల చేశారు. మొత్తం నాలుగేళ్లలో రూ.4,101 కోట్లు కేటాయిస్తే, రూ.3,182.7 కోట్లు విడుదల చేశారు. గ్రామీణ స్థానిక సంస్థలకు 2021-22లో రూ.1,939 కోట్లు కేటాయించగా, రూ.969.50 కోట్లు విడుదల చేశారు. 2022-23లో రూ.2,010 కోట్లు కేటాయించగా, రూ.948.35 కోట్లు విడుదల చేశారు. 2023-24లో రూ.2,031 కోట్లు కేటాయించగా, రూ.3,974.19 కోట్లు విడుదల చేశారు. 2024-25లో రూ.2,152 కోట్లు కేటాయించగా, రూ.2,109.97 కోట్లు విడుదల చేశారు. మొత్తం నాలుగేళ్లలో రూ.8,132 కోట్లు కేటాయిస్తే, రూ.8,002.01 కోట్లు విడుదల చేశారు.



బ్యాంకింగ్ షేర్లకు కానుగోళ్ల మద్దతు

ఈక్విటీ మార్కెట్ ఐదు రోజుల నష్టాలకు తెర దింపింది. ప్రపంచ మార్కెట్లలో ఏర్పడిన ర్కాలీకి తోడు బ్యాంకింగ్ షేర్లలో కొనుగోళ్ల మద్దతు లభించడం మార్కెట్ ను లాభాల్లో నిలిపింది. ఇంట్రాడేలో 547.44 పాయింట్లు లాభపడి 74,376.35ని తాకిన సెన్సెక్స్ చివరికి 341.04 పాయింట్లు లాభంతో 74,169.95 వద్ద ముగిసింది. నిస్థి 111.55 పాయింట్లు లాభంతో 22,508.75 వద్ద క్లోజయింది. మార్కెట్లో కన్సాలిడేషన్ కొనసాగుతున్నదని రెలిగేర్ బ్రోకింగ్ లిమిటెడ్ పరిశోధనా విభాగం వైస్ ప్రెసిడెంట్ అజిత్ మిత్రా అన్నారు. ఫారెక్స్ మార్కెట్లో రూపాయి 24 పైసలు పుంజుకుని 86.81 వద్ద ముగిసింది. ఓలా ఎలక్ట్రిక్ టెక్నాలజీన పై దివాలా చర్యలు ప్రారంభించాలంటూ కంపెనీకి ఆపరేషన్ లో క్రిడిటర్ అయిన రోజ్ మెర్సా డిజిటల్ సర్వీసెస్ కంపెనీ పిటిషన్ దాఖలు చేసిన నేపథ్యంలో ఓలా ఎలక్ట్రిక్ మొబిలిటీ షేర్లు 7 శాతం మేరకు నష్టపోయాయి. ఈ షేరు బీసెసఈలో 7.19 నష్టంతో రూ.46.91 వద్ద ముగియగా ఎస్ఎసఈలో 7.29 నష్టంతో రూ.46.86 వద్ద ముగిసింది. ఫలితంగా కంపెనీ మార్కెట్ విలువ రరూ.1601.13 కోట్ల మేరకు తగ్గి రూ.20,691.20 కోట్ల వద్ద స్థిరపడింది.

మళ్లీ మారుతీ సుజుకీ ధరల పెంపు

దేశంలోనే అతిపెద్ద కార్ల తయారీ కంపెనీ మారుతి సుజుకీ మరోమారు తమ వాహన ధరలను పెంచునున్నట్లు ప్రకటించింది. ఏప్రిల్ 1 నుంచి తమ వాహన ధరలను 4 శాతం వరకు పెంచాలని నిర్ణయించినట్లు ఆ కంపెనీ సోమవారం రెగ్యులేటరీ ఫ్రైలింగ్ లో తెలిపింది. దీంతో గత

రెండు నెలల్లో ఇది రెండోసారి పెంపు కావడం గమనార్హం. తయారీ ఖర్చులు, నిర్వహణ వ్యయాల పెరగడం వల్లే ఈ నిర్ణయం తీసుకున్నట్లు వెల్లడించింది. ఈ వ్యయాల భారాన్ని కొంతభాగం వినియోగదారులకు బదిలీ చేయడం మినహా వేరే మార్గం లేదని ఆ కంపెనీ పేర్కొంది. ఈ

కంపెనీ ప్రాథమిక మోడల్ ఆల్టో కె-10 నుంచి ఇన్స్క్రో మోడల్లను విక్రయిస్తోంది. వీటి ధరల శ్రేణి రూ.4 లక్షల నుంచి రూ.29 లక్షల వరకు ఉంది. ఇంతటితో మోడల్లను బట్టి గరిష్టంగా రూ.32,500 వరకు పెంచుంది. తాజా పెంపునతో కొనుగోలుదారులపై మరింత భారం పడనుంది.

అమెజాన్, ఫ్లిప్ కార్ట్ లో నకిలీ ఉత్పత్తులు

ఇ-కామర్స్ సంస్థల్లో నకిలీ ఉత్పత్తులు, ప్రామాణికత లేని ఉత్పత్తులపై బ్యారే ఆఫ్ ఇండియన్ స్టాండర్డ్స్ (బీఐఎస్) ఎత్తుతలకు దృష్టి పెట్టింది. అమెజాన్, ఫ్లిప్ కార్ట్ వంటి దిగ్గజ ఆన్లైన్ విక్రేతలకు చెందిన గిడ్డంగులపై బీఐఎస్ దారులు చేసే వేలాది ధృవీకరించని ఉత్పత్తులను స్వాధీనం చేసుకున్నట్లు వినియోగదారుల వ్యవహారాల మంత్రిత్వ శాఖ వెల్లడించింది. మార్చి 7న లక్నో, గురుగావ్, ఢిల్లీలోని ఇ-కామర్స్ గిడ్డంగులపై బీఐఎస్ దారులు నిర్వహించింది. లక్నోలోని అమెజాన్ గిడ్డంగి నుండి 215 బొమ్మలు, 24 హ్యాండ్ బైందర్లను స్వాధీనం చేసుకున్నారు. వీటిని బీఐఎస్ సర్టిఫికేషన్ లేకుండా విక్రయిస్తున్నారు. ఫిబ్రవరి 2025లో గురుగావ్ లోని అమెజాన్ గిడ్డంగిపై జరిగిన దాడిలో 58 అల్యూమినియం ఫాయిల్స్, 34 మెటాలిక్ వాటర్ బాటిళ్లు, 25 బొమ్మలు, 20 హ్యాండ్ బైందర్లు, 7 పిఎస్ కేబుల్స్, 2 ఫుడ్ మిక్సర్లు, 1 స్పీకర్ ను అధికారులు స్వాధీనం చేసుకున్నారు. ఫ్లిప్ కార్ట్ గురుగావ్ గిడ్డంగిలో జరిపిన సోదాల్లో సర్టిఫికేషన్ లేని 534 స్టైలింగ్ స్ట్రీట్ బాటిళ్లు, 134 బొమ్మలు, 41 స్పీకర్లు స్వాధీనం చేసుకున్నారు. బీఐఎస్ గుర్తింపు లేని ఉత్పత్తులను ఆయా సంస్థల్లో నిరంతరం విక్రయించడంపై ఫిర్యాదులు అందుతున్న నేపథ్యంలో సోదాలు చేసినట్లు సమాచారం.



చక్కని ఆరోగ్యం



వేడి నీరు ఆరోగ్యానికి మంచిదే!

వేడి నీరు తాగడం ఆరోగ్యానికి చాలా ప్రయోజనాలను అందిస్తుంది. ఇది జీర్ణవ్యవస్థను మెరుగుపరచి, బరువు తగ్గడంలో సహాయపడుతుంది. శరీరంలో విషపదార్థాలను తొలగించేందుకు వేడి నీరు ఎంతో మేలు చేస్తుంది. శ్వాసకోశ సమస్యలు తగ్గించి, రక్తప్రసరణ మెరుగుపరచడంలో ఇది ఉపయోగపడుతుంది. కానీ ఎక్కువ వేడి నీరు తాగడం కొన్ని సమస్యలు కలిగించవచ్చు. వేడి నీరు తాగడం ఆరోగ్యానికి ఎన్నో ప్రయోజనాలు కలిగిస్తుంది. ఇది శరీరాన్ని శుభ్రపరచడంలో, జీవక్రియను వేగవంతం చేయడంలో, ఇతర ఆరోగ్య సమస్యలను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. వేడి నీరు జీర్ణవ్యవస్థను మెరుగుపరచడంలో చాలా ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తుంది. ఇది ఆహారాన్ని సరిగ్గా జీర్ణం చేయడానికి సహాయపడుతుంది. చల్లని నీరు వల్ల కడుపులో కొంచెం గడబిడ్డ ఉత్పత్తి అయ్యే అవకాశం ఉంటుంది. కానీ వేడి నీరు ఆ సమస్యలను తగ్గిస్తుంది. దీని వల్ల శరీరానికి పోషకాలు త్వరగా అందుతాయి. ఇది ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తుంది. పరిశోధనల ప్రకారం వేడి నీరు జీవక్రియను వేగవంతం చేస్తుంది. అది శరీరంలోని అదనపు కొవ్వును కరిగించడంలో సహాయపడుతుంది. కొంతమంది నిపుణుల మాటల ప్రకారం వేడి నీరు తాగితే ఎక్కువ క్యాలరీలు ఖర్చవుతాయట. దీంతో బరువు తగ్గడానికి సహాయపడుతుంది. వేడి నీరు శరీరంలోని విషపదార్థాలను తొలగించడంలో కూడా సహాయపడుతుంది. వేడి నీరు తాగడం వల్ల రక్తనాళాలు విస్తరించి, రక్త ప్రసరణ మెరుగుపడుతుంది. దీని వలన

ఎల్లప్పుడూ నీరసం, అలసట విపరీతంగా ఉంటున్నాయా..?

అయితే ఇవే కారణాలు కావచ్చు..!

హైదరాబాద్ : మనం శారీరకంగా, మానసికంగా శ్రమిస్తే అలసటగా అనిపిస్తుంది. దీని కారణంగా నిద్ర వస్తుంది. నిస్సత్తుగా కూడా అనిపిస్తుంది. బాగా అలసట చెందితే నీరసం, ఆయాసం వస్తాయి. దీంతో శరీరం సహజంగానే విశ్రాంతి కోరుతుంది. అయితే ఎలాంటి శారీరక లేదా మానసిక శ్రమ చేయకపోయినా కొందరికి అలసటగా, నీరసంగా ఉంటుంది. ఇలాంటి వారికి ఉదయం నిద్ర లేచినప్పటి నుంచే ఈ విధంగా అనిపిస్తుంది. దీంతో ఏ పని చేయాలనిపించదు. అలాగే కాస్త పని చేసినా కూడా విపరీతంగా అలసట వస్తుంది. ఏమాత్రం శక్తి లేనట్లు ఫీలవుతారు. అయితే ఇలా ఎందుకు జరుగుతుందంటే.. పోషకాహార లోపాన్ని ఇందుకు కారణంగా చెప్పవచ్చు. రోజూ సరైన ఆహారం తీసుకుంటే ఈ సమస్య రాకుండా చూసుకోవచ్చు. పలు పోషకాలు లోపించడం వల్ల కూడా నిరంతరాయంగా అలసట, నీరసం కనిపిస్తాయి.

ఉదయం తినకపోవడం.. కొందరు ఉదయం ఎలాంటి ఆహారం తీసుకోరు. నేరుగా మధ్యాహ్నం భోజనం చేస్తుంటారు. వాస్తవానికి ఇలా చేయడం ఆనలు మంచిది కాదని ఆరోగ్య నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. ఎందుకంటే రోజులో మనకు కావల్సిన ముఖ్యమైన పోషకాలను అందించే ఆహారాన్ని ఉదయమే తీసుకోవాల్సి ఉంటుంది. ఇది మనకు శక్తిని, పోషకాలను రెండింటినీ అందిస్తుంది. కనుక ఉదయం బ్రేక్ ఫాస్ట్ చేయడం తప్పనిసరి. బ్రేక్ ఫాస్ట్ చేయకపోతే శరీరంలో త్వరగా శక్తి నిల్వలు ఖర్చవుతాయి. దీంతో రోజంతా నీరసంగా ఉంటారు. చిన్న పని చేసినా అలసట విపరీతంగా వస్తుంది. కనుక ఉదయం బ్రేక్ ఫాస్ట్ మానేయకూడదు. కచ్చితంగా ఏదో ఒక ఆహారం తినాలి. అతిగా ఉపవాసం ఉండడం.. మధ్యాహ్నం చేసే భోజనం కాస్త ఎక్కువ తిన్నా ఫర్వాలేదు. మధ్యాహ్నం భోజనంలో శక్తి, చురుకుదనం కోసం కార్బోహైడ్రేట్లు, ప్రోటీన్లు ఉండేలా చూసుకోవాలి. మధ్యాహ్నం కొవ్వులను తక్కువగా తినాలి. అలాగే మనం యాక్టివ్గా ఉండాలన్నా, చురుగ్గా పనిచేయాలన్నా రోజూ తగినంత నీళ్లను తాగాల్సి ఉంటుంది. నీళ్లను సరిగ్గా తాగితే జీవక్రియలు ఎలాంటి అటంకం

లేకుండా నిర్వహించబడతాయి. దీంతో శరీరం క్యాలరీలను ఖర్చు చేస్తుంది. మనకు శక్తి లభిస్తుంది. ఉత్సాహంగా ఉంటారు. నీరసం, అలసట అనేవి ఉండవు. అలాగే వారంలో 1 రోజు ఉపవాసం చేయవచ్చు. కానీ మితిమీరిన ఉపవాసం మొదటికే మోసం వచ్చేలా చేస్తుంది. అతిగా ఉపవాసం చేయకూడదు. ఐరన్ లోపించడం.. శరీరంలో తగినంత ఐరన్ లేకపోయినా కూడా నీరసం, అలసట విపరీతంగా ఉంటాయి. ఐరన్ తగ్గితే కణాలకు ఆక్సిజన్, పోషకాలు సరిగ్గా లభించవు. దీంతో సహజంగానే ఆక్సిజన్ స్థాయిలు

తగ్గిపోతాయి. ఇది నీరసం, అలసటను కలగజేస్తుంది. కాబట్టి ఈ లక్షణాలు కనిపిస్తుంటే ఐరన్ లోపం ఉందేమో చెక్ చేయించుకోవాలి. ఐరన్ లోపం ఉంటే డాక్టర్లు ఇచ్చిన మందులను వాడడంతోపాటు ఐరన్ ఉండే ఆహారాలను తినాలి. దీంతో నీరసం, అలసటకు చెక్ పెట్టవచ్చు. అలాగే ప్రోటీన్ లోపం ఉన్నా, విటమిన్ సి లోపించినా కూడా చాలా మందికి అలసట, నీరసం వస్తుంటాయి. కనుక డాక్టర్లను కలిసి సరైన కారణాన్ని తేల్చిచూచి. దీంతో సమస్య నుంచి బయట పడేందుకు అవకాశం ఉంటుంది. దీర్ఘకాలంగా ఈ రెండు సమస్యలు ఉంటే అసలు నిద్రక్లష్టం చేయకూడదు. వెంటనే డాక్టర్లను సంప్రదించాలి. దీంతో తీవ్ర అనారోగ్య సమస్యలు రాకుండా జాగ్రత్త పడిన వారు అవుతారు.

చియా సీడ్స్ వాటర్ తాగుతున్నారా..?

ఇది మీ శరీరాన్ని హైడ్రేట్‌గా ఉంచుతుంది. చియా సీడ్స్ తీసుకోవడం వల్ల కార్బోహైడ్రేట్స్ సంగ్రహణ మందగిస్తుంది. దాంతో బ్లడ్ షుగర్

నియంత్రణకు దోహదం చేస్తుంది. చియా సీడ్స్‌లో ఫైబర్ అత్యధికంగా ఉంటుంది. దాంతో గట్ హెల్త్ మెరుగుపడుతుంది. జీర్ణక్రియను మెరుగుపర్చి మలబద్ధకం సమస్య లేకుండా చేస్తుంది. చియా సీడ్స్‌లో ఉండే ట్రిప్టోఫాన్ అనే ఎమైనో ఆసిడ్ సెరిటోనిన్, మెలానిన్ ఉత్పత్తికి దోహదం చేస్తుంది. ఫలితంగా మంచి నిద్ర పడుతుంది. చియా విత్తనాలు చిన్నవిగా ఉండవచ్చు, కానీ అవి పోషకాలతో నిండి ఉంటాయి. ఇవి గుండె ఆరోగ్యం నుండి ఎముకలను బలోపేతం చేయడం, రక్తంలో చక్కెర నిర్వహణ వరకు ప్రతిదానినీ మెరుగుపరుస్తాయి. చియా గింజలు ఖనిజాలకు గొప్ప మూలం. ఇవి ఎముకల ఆరోగ్యానికి ప్రయోజనకరంగా పరిగణించబడతాయి. ఇందులో కాల్షియం, మెగ్నీషియం, భాస్వరం ఉంటాయి. 25 గ్రాముల చియా విత్తనాలలో దాదాపు 158 మిల్లిగ్రాముల కాల్షియం ఉంటుంది, ఇది ఒక గ్లాసు పాలలో ఉన్నంత. చియా విత్తనాలలో పాలి-అనీశాపరేటెడ్ కొవ్వు పదార్థాలు ఉంటాయి. ఇది కాకుండా, ఇందులో చాలా ఫైబర్ ఉంటుంది. యాంటీ ఇన్ఫ్లేమటరీ లక్షణాలు వున్నలాగా ఉంటాయి. అందువల్ల దీన్ని తినడం వల్ల గుండె ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుంది. చియా గింజలు, చియా పిండి కూడా అధిక రక్తపోటు ఉన్నవారిలో రక్తపోటును తగ్గిస్తాయి.

ఎలక్ట్రిక్ రైస్ కుక్కర్ వాడుతున్నారా..?

ఎలక్ట్రిక్ రైస్ కుక్కర్ వాడకంపై అనేక ఆరోగ్య సమస్యలు ఉన్నాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. దీని వాడకంతో పోషకాలు తగ్గిపోవడం, డయాబెటిస్, క్యాన్సర్ వంటి ప్రమాదాలు పెరగవచ్చని పరిశోధనలు సూచిస్తున్నాయి. కాబట్టి ఆరోగ్యకరమైన మార్గాలైన ప్రెషర్ కుక్కర్, మట్టి పాత్రల్లో బియ్యం వండటం ఉత్తమం. ఎలక్ట్రిక్ రైస్ కుక్కర్ వాడకం చాలా మందికి సులభతరం అయింది. ముఖ్యంగా వంట గురించి పెద్దగా తెలియని వారు దీన్ని ఉపయోగించడం ద్వారా తేలికగా అన్నం వండుకోగలరు. తక్కువ సమయంలో బియ్యం సిద్ధం చేయాలనుకునే వారికి ఎలక్ట్రిక్ రైస్ కుక్కర్ ఒక సరైన ఎంపికగా భావించవచ్చు. కానీ దీని వాడకంపై అనేక సందేహాలు, అపోహలు ప్రజల్లో ఉన్నాయి.

ముఖ్యంగా ఆరోగ్య నిపుణులు ఎలక్ట్రిక్ రైస్ కుక్కర్ వాడకంపై ఏం చెబుతున్నారో తెలుసా..? వారు చెబుతున్న దాని ప్రకారం ఈ కుక్కర్‌లో వండిన బియ్యం తినడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య సమస్యలు వస్తాయనే ఉద్దేశ్యం ఉంది. డయాబెటిస్ ప్రమాదం పెరగడం, శరీరానికి అవసరమైన పోషకాలు తగ్గిపోవడం వంటివి. ఎలక్ట్రిక్ రైస్ కుక్కర్‌లో వండిన బియ్యం తినడం శరీరానికి సరైన పోషణ అందించకపోవడంతోపాటు రోగ నిరోధక శక్తిని తగ్గించే అవకాశాలు ఉన్నాయి. రైస్ కుక్కర్‌లో బియ్యం వండేటప్పుడు కొన్ని ప్రమాదకరమైన రసాయనాలు విడుదల అవుతాయట. రైస్ కుక్కర్ తయారీలో వాడిన అల్యూమినియం పాత్రలు వంటకు పూర్తిగా సురక్షితం కాదని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. ఈ రసాయనాలతో కలసిన ఆహారం

తినడం వల్ల కడుపు సంబంధిత సమస్యలు రావడమే కాకుండా కాలక్రమంలో ఆరోగ్యానికి మరిన్ని సమస్యలు తలెత్తే అవకాశం ఉంది. ఎలక్ట్రిక్ రైస్ కుక్కర్ వాడకంపై మరొక ముఖ్యమైన ఆందోళన క్యాన్సర్ ప్రమాదం. ఈ కుక్కర్‌లో వండిన ఆహారాన్ని తరచుగా తీసుకుంటే క్యాన్సర్ వచ్చే ప్రమాదం ఉందని కొన్ని అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి. రైస్ కుక్కర్ వాడకం వల్ల రుమటాయిడ్ ఆర్థరైటిస్ వంటి వ్యాధులు కూడా వచ్చే అవకాశం ఉందని ఆరోగ్య నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. బియ్యం రుచికరమైనదిగా అనిపించినప్పటికీ దీని ఆరోగ్యవరమైన ప్రభావాలు గణనీయంగా ఉంటాయి. ఎలక్ట్రిక్ రైస్ కుక్కర్ వాడకంపై ఉన్న ఈ సమస్యలను దృష్టిలో ఉంచుకొని రైస్ కుక్కర్‌కు బదులుగా ప్రెషర్ కుక్కర్ లేదా మట్టి పాత్రలను వాడటం ఆరోగ్యకరమైన మార్గం. ప్రెషర్ కుక్కర్‌లో వండిన బియ్యం త్వరగా సిద్ధం కావడమే కాకుండా ఆరోగ్యానికి కూడా మంచిది. అదే విధంగా మట్టి పాత్రలో బియ్యం వండితే అది రుచికరంగా ఉండటమే కాకుండా ఆరోగ్యానికి కూడా అనుకూలంగా ఉంటుంది. తక్కువ నాణ్యత గల ఎలక్ట్రిక్ రైస్ కుక్కర్‌లను వాడితే మరింత హానికరమైన పరిస్థితులు ఏర్పడవచ్చు. దీన్ని తరచుగా వాడటం గుండెకు హానికరం కావచ్చని కూడా నిపుణులు చెబుతున్నారు. అందువల్ల వీలైనంత వరకు ఎలక్ట్రిక్ రైస్ కుక్కర్ వాడకాన్ని తగ్గించడం మంచిదంటున్నారు. బియ్యం వండడానికి ఆరోగ్యకరమైన మార్గాలు ఉపయోగించడం, ముఖ్యంగా ప్రెషర్ కుక్కర్ లేదా మట్టి పాత్రలను వాడటం ఉత్తమం.

కీరదోస జ్యూస్‌తో శరీరంలో జరిగే మార్పులు..

హార్ట్ ఎటాక్‌లు కూడా మన దరిచేరవు. కీరదోసలో ఫైబర్ అధికంగా ఉండటం వల్ల జీర్ణ సంబంధిత సమస్యలను కూడా తగ్గిస్తుంది. అంతేకాకుండా అజీర్ణం, గ్యాస్, మలబద్ధకాన్ని పోగొడుతుంది. అదేవిధంగా కీరలోని విటమిన్ సి మన ఇమ్యూనిటీని కూడా బాగా పెంచుతుంది. వ్యాధులు మన దరి చేరకుండా ఉంటాయి. శరీరానికి ఎంతో రిలాక్షేషన్ ఇస్తుంది. దీంతో నిద్రలేమి సమస్యల నుంచి బయటపడొచ్చు. ఇందులోని పొటాషియం అధిక రక్తపోటును తగ్గిస్తుంది. కీరదోస ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తుంది. దీనితో ఎక్కువ సేపు అకలి కాకుండా ఉంటుంది. కీరదోసలోని పుష్కలమైన పోషకాలు శరీరానికి ఎంతో మేలు చేస్తాయి. పొటాషియం, మెగ్నీషియం అధికంగా ఉండటంతో రక్తపోటుతో బాధపడేవారికి ఇది చక్కని ఆహారం. రోజూ కచ్చు కీరదోస రసం తాగితే మేని నిగిరింపు సంతరించుకుంటుంది. కీరదోసలో విటమిన్-ఎ, సిలు పుష్కలంగా లభిస్తాయి. కీరదోస జ్యూస్ మంచి టీటాక్స్ డ్రింకిలా కూడా పనిచేస్తుందని పోషకాహార నిపుణులు చెబుతున్నారు. ప్రతిరోజు ఉదయం పరగడుపునే ఈ జ్యూస్ తాగితే శరీరంలోని వ్యర్థాలన్నీ సులభంగా బయటికి పోతాయి. శరీరం శుభ్రంగా మారుతుంది. అనేక వ్యాధుల నుంచి మనకు రక్షణగా ఉంటుంది. కీరదోస

జ్యూస్ ప్రతిరోజూ తాగడం వల్ల శరీరంలో ఉండే అధిక కొవ్వు కురుగుతుంది. బరువు కూడా తొందరగా తగ్గుతారు. పొట్టు భాగంలో ఉన్న కొవ్వు కూడా ఇట్టే కరిగిపోతుందని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఊబాాయలకు కీరదోస జ్యూస్ చాలా ఉపయోగకరం. కాబట్టి ప్రతిరోజూ దీన్ని తీసుకుంటే మంచిది. అంతేకాకుండా వేసవి తాపాన్ని తగ్గిస్తుంది. వడబడ్డ బాదిన వాడగా కాపాడుతుందని వైద్య నిపుణులు అంటున్నారు. కీరదోసలో విటమిన్ కె అధికంగా ఉండటం వల్ల గాయాలు అయిన వెంటనే రక్తస్రావం కాకుండా రక్తం త్వరగా గడ్డకట్టేలా చేస్తుంది. కీరదోసలోని మెగ్నీషియం నిద్రబాగా పట్టేలా చేస్తుంది. శరీరానికి ఎంతో రిలాక్షేషన్ ఇస్తుంది. దీంతో నిద్రలేమి సమస్యల నుంచి బయటపడొచ్చు. ఇందులోని పొటాషియం అధిక రక్తపోటును తగ్గిస్తుంది. మన శరీరంలోని చక్కెర, కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను కూడా అదుపులో ఉంచుతుంది. దీని వల్ల మన గుండె ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. హార్ట్ ఎటాక్‌లు కూడా మన దరిచేరవు. కీరదోసలో ఫైబర్ అధికంగా ఉండటం వల్ల జీర్ణ సంబంధిత సమస్యలను కూడా తగ్గిస్తుంది. అంతేకాకుండా అజీర్ణం, గ్యాస్, మలబద్ధకాన్ని పోగొడుతుంది. అదేవిధంగా కీరలోని విటమిన్ సి మన ఇమ్యూనిటీని కూడా బాగా పెంచుతుంది. వ్యాధులు మన దరి చేరకుండా ఉంటాయి.

గుండెకు రక్త ప్రసరణ మెరుగుపడుతుంది. దీంతో గుండె జబ్బులు వచ్చే ప్రమాదాన్ని తగ్గించుకోవచ్చు. రోజూ కాసేపు వాకింగ్ చేస్తే ఎండార్బిన్ హార్టన్ రిలీజ్ అవుతుంది. తద్వారా ఒత్తిడి, ఆందోళన దూరమవుతాయి. మంచి మూడ్ లభిస్తుంది. వాకింగ్ వల్ల శరీరంలోని రక్తంలో చక్కెర స్థాయి అదుపులో ఉంటుంది. నడక ఇన్నులినె సెన్నిటివిటీని పెంచడంలో సహాయపడుతుంది. టైమ్ 2 డయాబెటిస్ ప్రమాదాన్ని కూడా తగ్గిస్తుంది. డయాబెటిక్ రోగులకు వాకింగ్ చాలా ఉపయోగకరంగా ఉంటుంది. రోజూ వాకింగ్ చేయడం వల్ల మంచి నిద్ర పడుతుంది. విశ్రాంతి బాగా లభించినట్లుగా అనిపిస్తుంది. నిద్రలేమి సమస్యతో బాధపడేవారు రోజూ వాకింగ్ చేయడం మంచిది. వాకింగ్ రెగ్యులర్‌గా చేయడం ద్వారా దీర్ఘకాల అనారోగ్య సమస్యలు దూరం చేసుకోవచ్చు. డయాబెటిస్, ప్రోక్, కొన్ని రకాల క్యాన్సర్లు రాకుండా కాపాడుకోవచ్చు. ప్రతిరోజూ 30 నిమిషాలు వాకింగ్ చేస్తే రక్త ప్రసరణ మెరుగుపడి, బాడికి ఆక్సిజన్ రవాణా బాగా జరుగుతుంది. దీంతో అలసట దూరమవుతుంది. తక్షణ శక్తి లభిస్తుంది. బరువు తగ్గాలనుకునేవారు ప్రతిరోజూ వాకింగ్ చేయడం మంచిది. దీనివల్ల కేలరీల ఖర్చు ఎక్కువగా జరుగుతుంది. దీంతో బరువు ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. బీపీ అదుపులో ఉండాలంటే రోజూ వాకింగ్ చేయడం మంచిది. దీనివల్ల రక్తంలో చెడు కొలెస్ట్రాల్ కరిగిపోయి రక్తపోటు అదుపులోకి వస్తుంది.



సినిమా





‘కోర్ట్’ను కూడా

యూనివర్స్ గా మారుస్తారా?

తెలుగులో ప్రాంచైజీ చిత్రాలకు ఊపు తెచ్చిన చిత్రం.. హిట్. నాని నిర్మాణంలో శైలేష్ కొలను రూపొందించిన ‘హిట్: ది ఫస్ట్ కేస్’ సక్సెస్ కావడంతో తర్వాత ‘సెకండ్ కేస్’ వచ్చింది. ఇప్పుడు నానినే హీరోగా ‘హిట్-3’ చేస్తున్నాడు. ఇదే స్థాయిలో ‘కోర్ట్’ సినిమాను కూడా ప్రాంచైజీగా మార్చే అవకాశాలు కనిపిస్తున్నాయి. ‘కోర్ట్’ మూవీని కూడా నానినే నిర్మించిన సంగతి తెలిసిందే. రామ్ జగదీష్ అనే కొత్త దర్శకుడు రూపొందించిన ఈ చిత్రం.. ఈ శుక్రవారమే విడుదలైన సూపర్ హిట్ టాక్ తెచ్చుకుంది. పేరుకున్న చిన్న సినిమానే కానీ దీనికి ప్రేక్షకుల నుంచి అద్భుతమైన రెస్పాన్స్ వస్తోంది. ఈ వీకెండ్లో హౌస్ ఫుల్ కలెక్షన్లతో సినిమా రన్ అవుతోంది. ఈ నేపథ్యంలో నిర్వహించిన సక్సెస్ మీట్లో ‘కోర్ట్’ను ప్రాంచైజీగా మార్చడంపై నాని ఆసక్తికర వ్యాఖ్యలు చేశాడు. ‘కోర్ట్’ సినిమా బాక్సాఫీస్ ఫ్లా్ చూస్తుంటే.. దీనికి సీక్వెల్ తీయాల్సిన అవసరం ఉందేమో అనిపిస్తోందని నాని అన్నాడు. ‘కోర్ట్’ ఇప్పుడు చిన్న సనిమానే కానీ.. సీక్వెల్ అలాన్నే చేస్తే మాత్రం అది పాన్ ఇండియా మూవీ అయిపోతుందని, పెద్ద రేంజికి చేరుకుంటుందని నాని అన్నాడు. ‘కోర్ట్’ను కూడా ‘హిట్’ తరహాలోనే యూనివర్స్ గా మారస్తే బాగానే ఉంటుందని.. ఈ రెండు యూనివర్సెల క్రాస్ ఓవర్ కూడా ప్లాన్ చేయొచ్చని.. దీన్ని తాను మైండ్ లో పెట్టుకుంటానని నాని అన్నాడు.

ఆ ఏడాదిలో పుష్ప 3 రిలీజ్ అని ప్రకటించేశారు

కాని ఈ సినిమా ముందున్న సమస్యలు ఏంటంటే!

ఐకాన్ స్టార్ అల్లు అర్జున్, లెక్కల మాస్టరు సుకుమార్ కాంబినేషన్ లో తెరకెక్కిన చిత్రం పుష్ప. ఈ మూవీ బాక్సాఫీస్ ని షేక్ చేసింది. . ఏ మాత్రం అంచనాలు లేకుండా వచ్చిన ఈ సినిమా భారీ వసూళ్లు రాబట్టింది. ఇందులోని పాటలు, డైలాగులు, యాక్షన్ సీక్వెన్స్ కి ప్రతి ఒక్కరు ఫిదా అయ్యారు. క్రికెటర్స్ సైతం ఈ సినిమాలోని బస్నీ మేనరిజమ్స్ ఇమిటేట్ చేశారు. ఇక పుష్ప చిత్రం భారీ హిట్ కావడంతో పుష్ప 2ని అత్యంత ప్రతిష్టాత్మకంగా తెరకెక్కించారు. గతేడాది రిలీజైన పుష్ప 2 ఏకంగా ఇండియన్ సినిమా బాక్సాఫీస్ రికార్డులు కొల్లగొట్టి ఏకంగా రూ. 1800 కోట్లకు పైగా వసూళ్లు రాబట్టింది. అయితే పుష్ప 2 సినిమా ఎండింగ్ లో పుష్ప 3 కూడా ఉంటుందని మేకర్స్ హింట్ ఇచ్చారు. అయితే ఈ సినిమా ఎప్పుడు రిలీజ్ అవుతుందో అని అభిమానులు ఆలోచనలో పడ్డారు. ఈ క్రమంలో పుష్ప 3 సినిమా గురించి నిర్మాత రవిశంకర్ ఆసక్తికర కామెంట్స్ చేశాడు. 2028లో పుష్ప 3 సినిమాను విడుదల చేస్తామని వెల్లడించాడు. ఇంత వరకు బాగానే ఉంది కాని బస్నీ సినిమా 2028కి రావాలంటే దీని ముందు కొన్ని సమస్యలు ఉన్నాయి. ప్రస్తుతం అల్లు అర్జున్ అట్లీ దర్శకత్వంలో ఒక సినిమా చేసేందుకు సిద్ధంగా ఉన్నాడు. ఈ సినిమా హూల్ పూర్తి చేసుకొని రిలీజ్ కావడానికి కనీసం ఏడాదైన పడుతుంది. అంటే అట్లీ బస్నీ సినిమా 2026 లోనే విడుదల అవుతుందని చెప్పాలి. ఇక త్రివిక్రమ్ కాంబినేషన్ లో చేసే భారీ మైథిలాజికల్ సినిమా మేకింగ్ కు కనీసం రెండేళ్ల సమయం పట్టే అవకాశం ఉంది. అంటే 2028 లో ఆ సినిమా రావడానికి అవకాశం ఉంటుంది .ఒకవేళ త్రివిక్రమ్ శ్రీనివాస్ ఫాస్ట్ గా లాగించిన కూడా 2027 చివరకు ఈ సినిమా వస్తుంది. ఈ సినిమా హూల్ అయిపోయాక పుష్ప 3 మొదలు పెట్టాలి. అంటే 2029 లో లేదంటే 2030లో పుష్ప 3 ని తెర మీద చూడాలి. అయితే అల్లు అర్జున్ మాత్రం ప్రస్తుతం మంచి జోష్ మీద ఉన్నారు. ముందు అయితే ఏదో ఒక సినిమాని ముందు రిలీజ్ చేయాలనే కసితో ఉన్నారు. ఆ తర్వాత త్రివిక్రమ్ సినిమా ముందు కానీ వెనుక కానీ వెళ్లే అవకాశం ఉంది. వేరే దర్శకులకి కూడా బస్నీ కమిటయ్యాడు. ఇవన్నీ దాటుకొని పుష్ప 3 పూర్తి చేసి ప్రేక్షకుల ముందుకు తెచ్చే ప్లాన్ అయితే బస్నీ రెడీ చేసుకోవాలి. సినీ విశ్లేషకుల ప్రకారం ఎలా చూసినా కూడా పుష్ప 3 సినిమా విడుదల కావడానికి 2030 అవుతుందని అంటున్నారు.



ఛావా మరో రికార్డు

విడుదలై నెలరోజులు దాటుతున్నా ఛావా పరుగులు ఆగడం లేదు. వీక్ డేస్ లో నెమ్మదించినప్పటికీ వారంతం వస్తే చాలు విక్రీ కొశల్ మళ్ళీ పేజీల్లోపోతున్నాడు. దీని తర్వాత చెప్పుకోదగ్గ బాలీవుడ్ మూవీ రాకపోవడం వసూళ్ల పరంగా కలిసి వస్తోంది. ఇటీవలే రిలీజైన జాన్ అబ్రహం ది డిష్ మాట్ కు మంచి టాక్ వచ్చినా కూడా అది కలెక్షన్లుగా మారలేకపోతోంది. ఆలస్యంగా రిలీజైనప్పటికీ ఛావా తెలుగు వెర్షన్ పదిహేను కోట్లను దాటేయడం చిన్న విషయం కాదు. ఒకవేళ కోర్ట్ కనక దూకుడుగా లేకపోయి ఉంటే మరలా వీరుడు పాతిక కోట్లను టార్గెట్ చేసేవాడే. కానీ మిస్సయ్యే సూచనలు ఎక్కువగా ఉన్నాయి.తాజాగా ఛావా మరో మెయిలు రాయి అందుకుంది. నెట్ కలెక్షన్ల పరంగా ఇండియన్ బిగ్గెస్ట్ బ్లాక్ బస్టర్స్ లో ఎనిమిదో స్థానానికి ఎగబాకింది. యూనిమల్ (553 కోట్లు), జవాన్ (543 కోట్లు) ని దాటేసి ఛావా 555 కోట్లను అందుకుంది. ఇంకా ఫైనల్ రన్ కాలేదు కాబట్టి మరో వంద కోట్లకు పైగా అదనంగా తొడవ్వొచ్చని ఒక అంచనా. గ్రాస్ పరంగా చూసుకుంటే ఛావా 741 కోట్లతో చాలా స్ట్రాంగ్ గా ఉంది. ఓవర్సీస్ లోనూ 86 కోట్ల దాకా వసూలు చేయడం మరో రికార్డు. టాప్ 10లోకి ప్రవేశించిన ఛావా హీరో విక్రీ కొశల్ కు తొలిసారి ఈ క్షబ్బులో చోటు సంపాదించి పెట్టింది. ఖాన్షు, కపూర్ల దామినేషన్ ని సవాల్ చేసే నెంబర్లు ఇచ్చింది. ఇక ఛావా ముందున్న నెక్స్ టార్గెట్ వెయ్యి కోట్ల గ్రాస్. అదేమీ అసాధ్యం కాదు కానీ అలాని సులభము కాదు. ఇప్పటికే నెమ్మదించిన రన్ ని తిరిగి కొనసాగించాలంటే జనాన్ని మళ్ళీ థియేటర్లకు వచ్చేలా చేయాలి. ఒక వారం రోజులు అయ్యాక ఓటిటి స్క్రీమింగ్ దగ్గర్లో ఉన్నప్పుడు ఆఫర్లు ప్రకటించాలని నిర్మాతలు ఆలోచిస్తున్నారుట.

విజయ్ దేవరకొండ అన్నయ్యగా సత్యదేవ్ ?

రౌడీ బాయ్ విజయ్ దేవరకొండ కెరీర్ లో అత్యంత భారీ బడ్జెట్ తో రూపొందుతున్న ప్యాన్ ఇండియా మూవీ కింగ్ డమ్ షూటింగ్ చివరి దశకు వచ్చింది. దర్శకుడు గౌతమ్ తిన్ననూరి దీన్ని తీర్చిదిద్దిన విధానం గురించి యూనిట్ చెబుతున్న లీకులు అంచనాలను అమాంతం పెంచేస్తున్నాయి. అవేంటనేది రిలీజ్ దగ్గర్లో ఉన్నప్పుడు చూసుకోవచ్చు కానీ ఒక ముఖ్యమైన అప్డేట్ ఆసక్తి రేపేలా ఉంది. ఇందులో సత్యదేవ్ ఓ కీలక పాత్ర చేస్తున్న సంగతి తెలిసిందే. ఇన్ సైడ్ టాక్ ప్రకారం తను విజయ్ దేవరకొండకు అన్నయ్యగా నటించాడట. శ్రీలంక తెగలో నాయకుడిగా ఆ క్యారెక్టర్ పవర్ ఫుల్ గా ఉంటుందని సమాచారం.సత్యదేవ్ మీద నడిచే ట్విస్టు ద్వారా విజయ్ దేవరకొండ ఆ సామ్రాజ్యానికి రావడమనే ఎపిసోడ్ చాలా హై ఇంటెన్స్ తో ఉంటుందని అంటున్నారు. టీజర్ లో చూపించిన విజువల్స్ లో తనవాళ్లు విలన్ల రక్తదాహానికి బలైతే మిగిలిన తెగను కాపాడేందుకు వచ్చిన లీడర్ గా విజయ్ ఇంటెన్స్ వేరియేషన్స్ చూపించడం గమనించాం. ఒక భాగమే లేక రెండు భాగాలు ఉంటుందానేది నిర్మాణ సంస్థ సితార్ ఇంకా రివీల్ చేయలేదు. గతంలో నాగవంశీ చెప్పిన ప్రకారం సీక్వెల్ వచ్చే ఛాన్స్ ఎక్కువగా ఉంది. ప్రస్తుతం హైదరాబాద్ షెడ్యూల్ కి షిఫ్ట్ అయిపోయిన కింగ్ డంకు అనిరుద్ రవిచందర్ సంగీతం సమకూరుస్తున్నాడు. మే 30 విడుదల కాబోతున్న కింగ్ డమ్ ప్రమోషన్లు వచ్చే నెల నుంచి ప్రారంభం కాబోతున్నాయి. ఎట్టి పరిస్థితుల్లో వాయిదా లేకుండా అన్ని ప్లానింగ్ ప్రకారం జరిగిపోతున్నాయి. భాగ్యశ్రీ బోర్నే హీరోయిన్ గా నటిస్తున్న ఈ హిస్టారికల్ డ్రామాలో శ్రీలంక ఎపిసోడ్లు టెలిఫిక్ గా వచ్చాయట.



హంస కూడా ఈ వయ్యారి సాగసుకి దాసోహం.. ఫ్యాబులస్ కేతిక..

కేతిక శర్మ ఒక భారతీయ చలనచిత్ర నటి, ఆమె ప్రధానంగా తెలు చిత్రాలలో కనిపిస్తుంది. తాజాగా ఈ ముద్దుగుమ్మ షేర్ చేసి ఫోటోలకు సోషల్ మీడియాలో తెగ లైక్స్ వస్తున్నాయి. మీరు కూా వీటిని ఒక్కసారి చుడండి. కేతిక శర్మ ఒక భారతీయ చలనచి నటి, ఆమె ప్రధానంగా తెలుగు చిత్రాలలో కనిపిస్తుంది. తాజాగా ముద్దుగుమ్మ షేర్ చేసిన ఫోటోలకు సోషల్ మీడియాలో తెగ లై వస్తున్నాయి. మీరు కూడా వీటిని ఒక్కసారి చుడండి. 24 డిసెంబ 1995న భారతదేశ రాజధాని ఢిల్లీ నగరంలో ఓ హింద కుటుంబంలో జన్మించింది వయ్యారి భామ కేతిక శర్మ. ఉత్తరప్రదేశ రాజధాని లక్నోలోని లా మార్షినియర్ బాలికల పాఠశాల, న్యూలింగ్ విద్యను పూర్తిచేసింది ఈ ముద్దుగుమ్మ. ఢిల్లీ నగరం ఉన్న మిరాండా హౌస్, ఢిల్లీ విశ్వవిద్యాలయంలో తన గ్రాడ్యుయేష పూర్తి చేసింది ఈ అందాల తార. చదువు పూర్తయ్యాక మోడలింగ్ లో తన కెరీర్ ను ప్రారంభించింది ఈ వయ్యారి. పలు బ్రాం ప్రకటనల్లో కనిపించింది. తన డబ్బుమాషి వీడియో క్లిప్ల కారణం సోషల్ మీడియాలో వైరల్ గా మారింది. దింతో సోషల్ మీడియ ఇన్స్ట్రయెన్సర్ అయింది. 2021లో ఆకాష్ పూరికి జోడి రొమాంటిక్ అనే ఓ టాలీవుడ్ సినిమాతో చలనచిత్ర అరంగేట్ర చేసింది ఈ వయ్యారి భామ. తర్వాత లక్ష్మ, రంగ రంగ వైభవం అనే చిత్రాల్లో హీరోయిన్ గా చేసింది. అయితే ఈ రెండు చిత్రా ఆకట్టుకోలేకపోయాయి. పవన్ కళ్యాణ్, సాయి ధరమ్ తేజ్ ప్రధా పాత్రల్లో వచ్చిన ట్రో సినిమాలో కథానాయకిగా కనిపించింది.దీని పాజిటివ్ టాక్ వచ్చింది. ప్రస్తుతం శ్రీవిష్ణుకి జోడిగా చనింగ్ సినిమాలో నటిస్తుంది. అలాగే నితిన్ రాబిన్?హుడ్?లో స్పెష సాంగ్?లో అలరించనుంది.

