

**STUDY ABROAD**  
TOP GLOBAL DESTINATIONS  
Free IELTS coaching  
Grads Universe  
+91 6301726400

ESTD: 1999

www.voodayam.com

# వృద్ధయము

DOMESTIC & INTERNATIONAL  
**FLIGHT TICKET**  
Easy Booking  
Best Discounts  
Get Your Tickets Now  
Call Us & Book : +91 6301726400

ఆదిలాబాద్ | 01-05-2026 శుక్రవారం | సంపుటి : 13 | సంచిక : 345 **SINCE 25 YEARS CIRCULATED TELUGU DAILY** చూ. 3.00 | పేజీలు : 12 **VOODAYAM Telugu DAILY**

Simultaneously published from Adilabad, Hyderabad, Khammam, Karimnagar, Guntur & Warangal Follow us on [Social Media Icons]

Simultaneously Published from Hyderabad, Adilabad, Karimnagar, Khammam, Guntur & Warangal Follow us on [Social Media Icons]

## ప్రభుత్వ సలహాదారుగా హనుమంతరావు

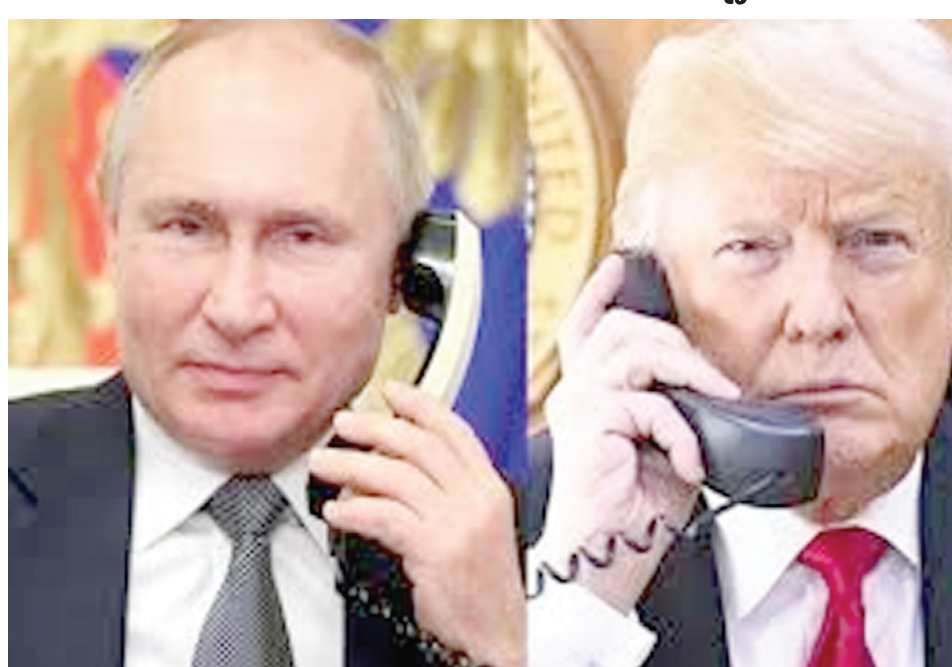


**హైదరాబాద్, ఏప్రిల్ 30 (పుడయం):** కాంగ్రెస్ పార్టీ సీనియర్ నేత వి. హనుమంతరావును రాష్ట్ర ప్రభుత్వ సలహాదారుగా నియమించింది. కా్యా బినెట్ హోదా కల్పించి, వీహెచ్ఎస్ సలహాదారుగా నియమిస్తూ ఉత్తర్వులు జారీ చేసింది. మరోవైపు డిజిటీంగ్ ఈ రోజు పదవీ విరమణ చేయనున్న బత్తుల శివధర్మరెడ్డిని ప్రభుత్వం రాష్ట్ర భద్రతా సలహాదారుగా నియమించింది. తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వ సలహాదారుగా తనకు నెల రూ. 1 లక్ష వేతనం వస్తుంది, తన రెండేళ్ల పదవీ కాలంలో వచ్చే మొత్తాన్ని ఖాతా కట్టలేని స్థితిలో ఉన్న విద్యార్థుల కోసం ఇస్తానని వి. హనుమంతరావు ప్రకటించారు. కాంగ్రెస్ సీనియర్ నేత వీహెచ్ఎస్ తెలంగాణ ప్రభుత్వ సలహాదారుగా (డీసీ సక్రమం, అభివృద్ధి) నియమించిన విషయం తెలిసింది. ఆయనకు కేబినెట్ హోదా ఉంటుంది. ఈ రోజు ఆయన మాట్లాడుతూ, తన పదవీ కాలం రెండేళ్ల పాటు ఉంటుందని, ప్రతి నెల రూ. 1 లక్ష వేతనం వస్తుందని తెలిపారు. ఈ మొత్తాన్ని పేద విద్యార్థులకు అందించేలా ట్రస్టులకు ఇస్తానని హామీ ఇచ్చారు. తనకు కీలక పదవిని అప్పగించినందుకు ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. తాను ఏది అడిగినా కాంగ్రెస్ పార్టీ కాదనలేదని పేర్కొన్నారు. ఖమ్మం పార్లమెంట్ డివిజన్ అడిగితే, రాజీవ్ గాంధీ తనపై **మిగతా 2లో..**

## యుద్ధాల నడుమ పుతిన్, ట్రంప్ చర్చ

**గంటన్నర సాగిన సంభాషణ**

- ఇరాన్, ఉక్రెయిన్ ఘర్షణలపై చర్చ
- ఇరాన్పై భూతల దాడి అత్యంత ప్రమాదకరం : పుతిన్
- చాలా మంచి సంభాషణ : ట్రంప్ అభివర్ణన



**పుడయం డెస్క్, ఏప్రిల్ 30:** యుద్ధాలలో ప్రపంచ పరిస్థితులు ఉద్రిక్తంగా మారిన నేపథ్యంలో బుధవారం అమెరికా అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్, రష్యా అధ్యక్షుడు వ్లాదిమిర్ పుతిన్ గంటన్నరకు పైగా పోన్తో మాట్లాడుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా, ఇరాన్తో కొనసాగుతున్న ఘర్షణతో పాటు, ఉక్రెయిన్లో సున్నితంగా ఉన్న కాల్యాల విరమణపై వారు చర్చించినట్లు తెలుస్తోంది. దాదాపు 90 నిమిషాలకు పైగా సాగిన ఈ సంభాషణలో, అమెరికా గుమ్మర ఇరాన్పై భూతల దండయాత్రకు డిగ్రీ అంది అత్యంత ప్రమాదకరంగా పరిణమిస్తుందని రష్యా అధ్యక్షుడు హెచ్చరించారు, అదే సమయంలో, ఉక్రెయిన్లో తాత్కాలిక కాల్యాల విరమణను పొందించాలన్న ట్రంప్ నిర్ణయాన్ని పుతిన్ స్వాగతించారు. క్రెమ్లిన్ అధినేత విదేశాంగ విధాన సలహాదారు యూరి ఉషాకోవ్ తెలిపినట్లుది గార్డ్యన్ పత్రిక పేర్కొంది. **చాలా మంచి సంభాషణ అని అభివర్ణించిన ట్రంప్** ట్రంప్ ఆ తర్వాత ఈ సంభాషణను సానుకూల పదజాలంతో అభివర్ణిస్తూ, "చాలా మంచి సంభాషణ" అని పేర్కొన్నారు. అలాగే రష్యా నాయకుడితో తనకు చాలాకాలంగా పరిచయం ఉందని కూడా ఆయన గుర్తు చేసుకున్నారు. ఇరాన్ భూగర్భంలో పాతిపెట్టిన యురేనియంను స్వాధీనం చేసుకోవడానికి పుతిన్ ముందుకొచ్చారని కూడా అమెరికా అధ్యక్షుడు వెల్లడించారు. అయినప్పటికీ, ఉక్రెయిన్లో యుద్ధాన్ని **మిగతా 2లో..**



ఒకవైపు కాల్యాల విరమణ కొనసాగిస్తూనే, మాటలతో తూటాలు చదులుతూ అమెరికా, ఇరాన్ ప్రపంచాన్ని గడగడలాడిస్తున్నాయి. జలసంధి ఇక్కట్ల కారణంగా చమురు రవాణాకు అంతరాయాలు ఏర్పడి, ప్రపంచాన్ని ఇబ్బంది పెడుతున్న తరుణంలో ఈ ఘర్షణకు శాశ్వత ముగింపు ఎప్పుడు వస్తుందా అని ఎదురుచూస్తున్న దేశాలకూ ఇరు దేశాల అధ్యక్షులూ షాక్ ఇస్తున్నారు. పర్షియన్ గల్ఫ్, హోర్నూజ్ జలసంధి కి కొత్త అధ్యాయం అవిచ్ఛిన్నమవుతోంది అంటూ ఇరాన్ సుప్రీం నాయకుడు మొజ్తాబా ఖమేనేని తాజాగా ఎక్స్ ప్లై పోస్టు పెట్టారు. అయితే, టెహ్రాన్లో అణుబంధం కుదిరేవరకు హోర్నూజ్లో తమ దిగ్బంధనం కొనసాగిస్తుందని అమెరికా అధ్యక్షుడు ట్రంప్ చెప్పన్నారు. ఈ క్రమంలో ఇరాన్ కు మిత్ర దేశమైన రష్యా అధ్యక్షుడు పుతిన్ తో సంభాషణపై ప్రపంచ దృష్టి కేంద్రీకృతమైంది. అని పేర్కొన్నారు. అలాగే రష్యా నాయకుడితో తనకు చాలాకాలంగా పరిచయం ఉందని కూడా ఆయన గుర్తు చేసుకున్నారు. ఇరాన్ భూగర్భంలో పాతిపెట్టిన యురేనియంను స్వాధీనం చేసుకోవడానికి పుతిన్ ముందుకొచ్చారని కూడా అమెరికా అధ్యక్షుడు వెల్లడించారు. అయినప్పటికీ, ఉక్రెయిన్లో యుద్ధాన్ని **మిగతా 2లో..**

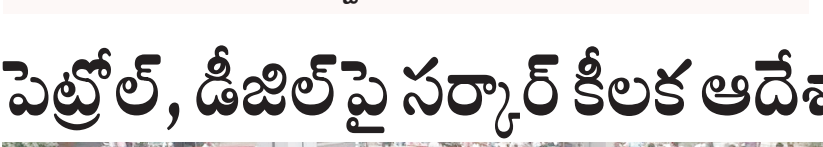
## తెలంగాణ రక్షణ సేనకు ఈసీ ఆమోదం



**హైదరాబాద్, ఏప్రిల్ 30 (పుడయం):** తండ్రి, సోదరుడితో విభేదాల కారణంగా వేరు కుంటుంటే పెట్టుకున్న కల్వకుంట్ల కవిత పార్టీ టీఆర్ఎస్ కేంద్ర ఎన్నికల సంఘం ఆమోద ముద్ర వేసింది. ఈ పేరును కల్వకుంట్ల కవితకు అధికారికంగా ప్రకటిస్తూ ఈసీ నిర్ణయం తీసుకుంది. కాగా, ఈనెల 25న మేధ్యల్లోని అధ్యయన కన్వెన్షన్లో టీఆర్ఎస్ పార్టీ పేరును కవిత ప్రకటించిన విషయం తెలిసింది. 'తెలంగాణ రక్షణ సేన' పేరును ఎన్నికల సంఘం ఆమోదించింది. ఈ మేరకు ఈరోజు (గురువారం) బంజారాహిల్స్లోని కవిత నివాసానికి వెళ్లిన ఎన్నికల అధికారులు.. పార్టీకి అనుమతి ఇస్తూ లేఖను అందజేశారు. పార్టీ పేరుపై ప్రతికర్త ప్రకటన ఇవ్వాలని కవితకు ఈసీ సూచించింది. అదేవిధంగా కొత్త పార్టీ పేరుపై అభ్యంతరాలంటే 30 రోజుల్లోపు తమ దృష్టి తీసుకురావాలని తెలిపింది. తెలంగాణ రక్షణ సేన పేరు ఆమోదంపై కవిత హర్షం వ్యక్తం చేశారు. ఈసీ నిబంధనలకు అనుగుణంగా జనవరలో మొత్తం ఐదు పేర్లతో దరఖాస్తు చేసుకున్నాం.. మూడో ప్రాధాన్యంగా ఇచ్చిన పేరును ఈసీ ఆమోదించింది. టీఆర్ఎస్ నాకు రాసిపెట్టి ఉండేమో! రెండు దశాబ్దాలుగా తెలంగాణ సాంస్కృతిక పరిరక్షణ, పునరుద్ధింపు కోసం చేస్తున్న కృషిని కొనసాగిస్తూ, రాష్ట్ర అస్తిపై పరిరక్షణే ధ్యేయంగా అంకితభావంతో పనిచేస్తా" అని కవిత సామాజిక మాధ్యమం ఎక్స్ ప్లై పోస్టు చేశారు. తన కొత్త పార్టీ పేరు **మిగతా 2లో..**

## ఐపాక్ డైరెక్టర్ వినోబ్ చందేల్ కు బెయిలు వ్యతిరేకించని ఈడీ

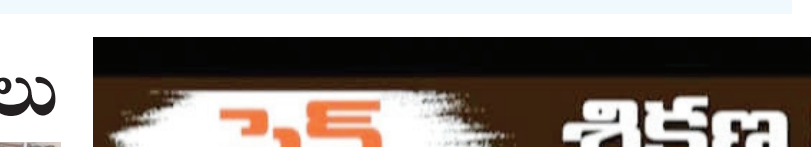
- త్వణముల్ కాంగ్రెస్ (టీఎంసీ)కి రాజకీయ సలహాదారు
- పోలింగ్ పూర్తయిన మరురోజే బెయిల్
- బెయిల్ను వ్యతిరేకించేందుకు అవకాశం ఇచ్చినా ఉపయోగించుకోలేదు : జడ్జి



**5 లో..** ఐటెంస్ డెస్క్: తమిళనాడు ఎన్నికల్లో డీఎంకే కూటమి మరోసారి అధికారంలోకి రానుందని వెజాంటి నేత్యలు అభిప్రాయపడగా.. నేడు విద్యలైన టుడేస్ చాణక్య సంస్థ కూడా ఇదే అభిప్రాయం వ్యక్తం చేసింది. 234 స్థానాలకు గానూ **మిగతా 2లో..**

## తమిళనాట డీఎంకే బెంగాల్లో బిజెపి : టుడేస్ చాణక్య

**పుడయం డెస్క్, ఏప్రిల్ 30 :** ఐటెంస్ డెస్క్: తమిళనాడు ఎన్నికల్లో డీఎంకే కూటమి మరోసారి అధికారంలోకి రానుందని వెజాంటి నేత్యలు అభిప్రాయపడగా.. నేడు విద్యలైన టుడేస్ చాణక్య సంస్థ కూడా ఇదే అభిప్రాయం వ్యక్తం చేసింది. 234 స్థానాలకు గానూ **మిగతా 2లో..**



## సీఎం రేవంత్ రెడ్డిని కలిసిన నూతన డీజీపీ సీవీ ఆనంద్

- కమాండ్ కంట్రోల్ సెంటర్లో సీఎంను మర్యాదపూర్వకంగా కలిసిన డీజీపీ
- శాంతిభద్రతలను కాపాడటంలో రాజీ పడకుండా పనిచేస్తానని సీఎంకు హామీ



**2 లో..** కమాండ్ కంట్రోల్ సెంటర్లో సీఎంను మర్యాదపూర్వకంగా కలిసిన డీజీపీ. శాంతిభద్రతలను కాపాడటంలో రాజీ పడకుండా పనిచేస్తానని సీఎంకు హామీ **మిగతా 2లో..**

## పెట్రోల్, డీజిల్పై సర్కార్ కీలక ఆదేశాలు

**హైదరాబాద్:** ఆయిల్ సంస్థలకు తెలంగాణ సివిల్ సప్లయ్ కీలక ఆదేశాలు జారీ చేసింది. పెట్రోల్, డీజిల్ సరఫరాను తక్షణమే 15 శాతం పెంచాలని ఆదేశించింది. బంకుల్లో నోస్టాక్ బోర్డులు పెట్టకూడదని.. ఖాక్ మాస్టర్లతో చేస్తే తమిళనాడు తీసుకుంటామని సివిల్ సప్లై కమిషనర్ స్టీఫెన్ రవీంద్ర హెచ్చరించారు. డీజిల్ సరఫరా 190 శాతం పెరిగింది.. 21,295 కిలో లీటర్లు పంపిణీ చేసినట్లు తెలిపారు. పెట్రోల్ సరఫరా 118 పెంచామని తెలిపారు. మొత్తం పూర్తయి సరఫరా 158 శాతం పెరిగిందన్న స్టీఫెన్ రవీంద్ర.. ఖాక్ మాస్టర్లతో చేస్తే తమిళనాడు తీసుకుంటామని సివిల్ సప్లై కమిషనర్ స్టీఫెన్ రవీంద్ర హెచ్చరించారు. డీజిల్ సరఫరా 190 శాతం పెరిగింది.. 21,295 కిలో లీటర్లు పంపిణీ చేసినట్లు తెలిపారు. **పుడయం డెస్క్, ఏప్రిల్ 30 :**

## మే 10న హైదరాబాద్ కు మోడీ

కురుస్సాయని.. ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని వాతావరణ శాఖ అధికారులు హెచ్చరించారు. అ మ ర వ తి యా వ ర ణ కేంద్రం ప్రకారం, గురువారం దక్షిణ అంతర్గత కర్ణాటక నుంచి తమిళనాడు మీదుగా మన్నార్ గల్ఫ్ వరకు సగటు సముద్ర మట్టానికి 0.9 కి.మీ. ఎత్తులో ద్రోణి విస్తరించి ఉంది. ఫలితంగా, ఆంధ్రలోని దక్షిణ కోస్తా, రాయలసీమ ప్రాంతాల్లో మూడు తెలంగాణ అభివృద్ధిపై కేంద్ర ప్రభుత్వం **పుడయం డెస్క్, ఏప్రిల్ 30 :**

**SHINE GROUP OF SCHOOLS JUNIOR COLLEGES**

And Many More ...

|        |        |         |         |
|--------|--------|---------|---------|
| 580 18 | 570 56 | 560 109 | 550 159 |
| 200    | 236    | 189     | 302     |
| 99.85  | 99.61  | 99.57   | 99.50   |
| 99.03  | 97.34  | 97.31   | 97.27   |
| 97.20  | 96.31  |         |         |















### సీఎంఆర్ఎఫ్ చెక్కులు పంపిణీ చేసిన నూనె కుమార్



**పుడయం న్యూస్ కొండపాక ప్రతినెడి ఏప్రిల్ 30**

సీఎంఆర్ఎఫ్ నిరుపేదలకు వరం లాంటిది నిరుపేద మధ్యతరగతి వారు ఈ పథకాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోవాలని బిఆర్ఎస్ పార్టీ కొండపాక మండల అధ్యక్షుడు నూనె కుమార్ యాదవ్ అన్నారు. గురువారం రోజు దుద్దెడకు చెందిన పంపిణీ 36000 బుట్టిగారి మల్లయ్య 24000, గడ్డమిడి సరసింహులు 33000, గురుకురూపములు 5000, జేసీబి రేణుక 10,500 రూపాయల చెక్కులను లబ్ధిదారులకు అందించారు. నూనె కుమార్, అనంతరం అయిన మాట్లాడుతూ నిరుపేద మధ్యతరగతి వారు అనారోగ్యానికి గురై ఆస్తితులలో దబ్బులు ఖర్చులు పెట్టి ఆర్థికపరమైన

### నిజాంపేట మండల బాలల ఏరిర్క్షణ కమిటీ ఏర్పాటు



**మెడక్ జిల్లా పుడయం ప్రతినెడి నిజాంపేట మండలంలోని ఎంపిడిఓ కార్యాలయంలో గురువారం రోజున మండల ప్రత్యేక అధికారి దేవ్ కుమార్ అధ్యక్షతన మండల బాలల ఏరిర్క్షణ కమిటీని ఏర్పాటు చేసి అనంతరం కమిటీ అధ్యక్షురాలిగా కమిటీ సమావేశాన్ని ఏర్పాటు చేసి ముఖ్యంగా మండలంలో వ్యాధి వ్యాప్తి మరయు బాల కార్యకర్తలు చేసే మండలంగా ఈ**

### మీ రాష్ట్రాలలో జిఎస్ టీ అనుకూల ఫలితాలు

#### ఓ.జీ.సి.ఎం.ఎం. జాతీయ అధ్యక్షుడు డాక్టర్ లక్ష్మణ్.



కరీంనగర్ ఏప్రిల్ 30 (పుడయం ప్రతినెడి) బిదు రాష్ట్రాల ఏర్పాటు ఏప్రిల్ 30 వేలా ఉన్నప్పటికీ, క్షేత్రస్థాయిలో బీజేపీ కి ఉన్న రిపోర్ట్, అంచనాలకు అనుగుణంగా గణనీయ విజయాల సాధిస్తున్నది, అంచనాలకు మించిన ఫలితాలు వస్తాయని రాజ్యసభ సభ్యుడు, బీజేపీ పార్టీ మెంబర్ కమిటీ సభ్యుడు, ఓ.జీ.సి.ఎం.ఎం. జాతీయ అధ్యక్షుడు డాక్టర్ లక్ష్మణ్ విషయ వ్యక్తం చేశారు. గురువారం కరీంనగర్ గార్డన్ గణపతి నగర్ బైపాస్ రోడ్లో గల అదితి హోటల్లో నిర్వహించిన మీడియా సమావేశంలో డాక్టర్ లక్ష్మణ్ మాట్లాడారు. తెలంగాణ రాజకీయాల్లో కొత్త మార్పులకు నాంది పలికితే ఈ నెల 10న భారత ప్రధానమంత్రి సరేంద్ర్ మోదీ రాష్ట్రానికి వస్తున్నారు.. ప్రధానిగా వరుసగా మూడోసారి బాధ్యతలు చేపట్టిన తర్వాత తొలిసారిగా తెలంగాణ పర్యటనకు వస్తున్న సేవార్థం లో ఈనెల భారీ బహిరంగ సభ జరుగుతుంది తెలిపారు. చారిత్రక మహిళా రిజర్వేషన్ బిల్లును అధ్యక్షుడు కాంగ్రెస్,

### మండల టాపర్ గా మేనం ప్రణవి: సర్పంచ్ బండె స్వామి ఘన సన్మానం



పదవ తరగతి ఫలితాల్లో ప్రభుత్వ పాఠశాల విద్యార్థులు తమ సత్కారాలను, టాపర్ల జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాలకు చెందిన విద్యార్థిని మేనం ప్రణవి 600 మార్కులకు గాను 564 మార్కులు సాధించి, అత్యుత్తమ ఫలితం మండల టాపర్ గా నిలిచింది. బిదువారం విడుదలైన ఫలితాల్లో బిదు లోనే అత్యుత్తమ మార్కులు సాధించిన ప్రణవిని, స్థానిక సర్పంచ్ బండె స్వామి కాలనాథ్ ఘనంగా సన్మానించారు. ఈ సందర్భంగా సర్పంచ్ మాట్లాడు

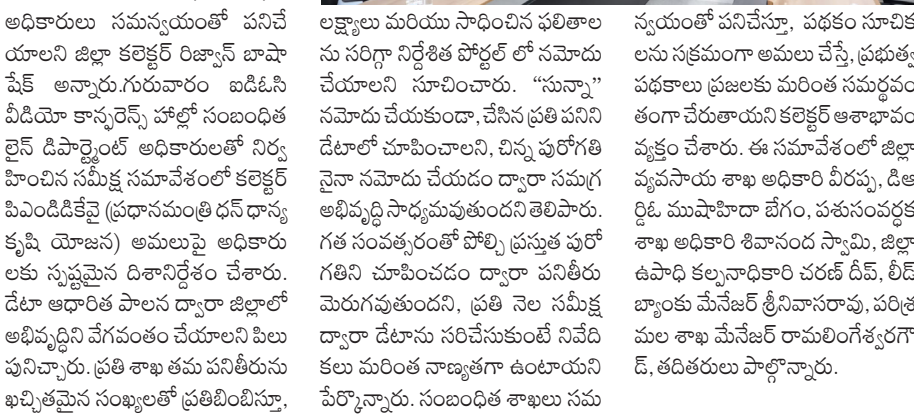
### రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ప్రత్యేక ప్రధాన కార్యదర్శికి ఘన స్వాగతం

మున్సిపల్ చైర్మన్ నాగేష్ షేట్లార్, నారాయణపేట ఏప్రిల్ 30 (పుడయం) నారాయణపేట పట్టణానికి విచ్చేసిన తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ప్రత్యేక ప్రధాన కార్యదర్శి, రామకృష్ణారావు సుఖేష్ మున్సిపల్ చైర్మన్ నాగేష్ షేట్లార్ ఘన స్వాగతం పలికారు. తమ బంధువుల వివాహ వేడుకలో పాల్గొనేందుకు నారాయణపేటకు విచ్చేసిన రామకృష్ణారావు పట్టణంలోని మహా ఫంక్షన్ హాల్ కు చేరుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా చైర్మన్

### పిఎంఓడికేవై లో జాగ్రూరంబ గద్దాల జిల్లా ముందుంటాటి

**జిల్లా కలెక్టర్ రిజాన్ బాషా షేక్ గద్దాల ఏప్రిల్ 30 (పుడయం ప్రతినెడి)**

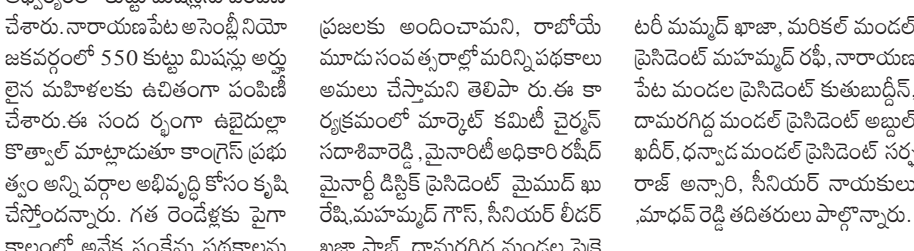
కేంద్ర ప్రభుత్వం ప్రతిష్టాత్మకంగా అమలు చేస్తున్న పీఎంఓడి కేవై లో జాగ్రూరంబ గద్దాల జిల్లా ముందుంటాటి సందర్భంగా అధికారులు సమన్వయంతో పనిచేయాలని జిల్లా కలెక్టర్ రిజాన్ బాషా షేక్ అన్నారు. గురువారం ఐడిఓ పీడియో కాన్ఫరెన్స్ హాల్లో సందర్భించి లైన్ డిపార్ట్మెంట్ అధికారులతో నిర్వహించిన సమీక్ష సమావేశంలో కలెక్టర్ పిఎంఓడికేవై (ప్రధానమంత్రి సేవ) ధన్య కృషి, యోజనా అమలుపై అధికారులకు స్పష్టమైన దిశానిర్దేశం చేశారు. డిటా ఆధారిత పాలన ద్వారా జిల్లాలో అభివృద్ధిని వేగవంతం చేయాలని పిలుపునిచ్చారు. ప్రతి శాఖ తమ పనితీరును ఖచ్చితమైన సంఖ్యలతో ప్రతిబింబిస్తూ,



### వేటలో ముస్లిం మహిళలకు కుట్టు మిషన్ల పంపిణీ

**నారాయణపేట టౌన్ ఏప్రిల్ 30 (పుడయం ప్రతినెడి)**

ప్రభుత్వం మీద ప్రజల అభివృద్ధి కొరకు ప్రభుత్వం పని చేస్తున్నదని తెలంగాణ మైనారిటీ ఫైనాన్స్ కార్పొరేషన్ చైర్మన్ ఉబైదుల్లా కొత్తూర్ అన్నారు. గురువారం ఆయన నారాయణపేటలో ఏమ్మల్వై క్యాంప్ కార్యాలయంలో మైనారిటీ ఫైనాన్స్ కార్పొరేషన్ ఆధ్వర్యంలో కుట్టు మిషన్ల పంపిణీ చేశారు. నారాయణపేట అసెంబ్లీ నియోజకవర్గంలో 550 కుట్టు మిషన్ల అర్హులైన మహిళలకు ఉచితంగా పంపిణీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా ఉబైదుల్లా కొత్తూర్ మాట్లాడుతూ కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం అన్ని వర్గాల అభివృద్ధి కోసం కృషి చేస్తోందన్నారు. గత రెండేళ్లకు పైగా కాలంలో అనేక సంక్షేమ పథకాలను



### మొక్కజాన్లు కానుగార్యాల నిర్లక్ష్యం సహించము జిల్లాలలో మొక్కజాన్లు కానుగార్యాలకు విస్తృత ఏర్పాటు

#### నాగర్ కర్నూల్ జిల్లా కలెక్టర్ హేమంత కేశవ్ పాటిల్.

**నాగర్ కర్నూల్ ఏప్రిల్ 30 (పుడయం ప్రతినెడి)**

మొక్కజాన్లు కొనుగోలుపై మార్క్ షేడ్, పౌరసరఫరాల అధికారులు, జిస్కోంగ్ మిల్లుల ప్రతినిధులతో కలెక్టర్ సమావేశం నిర్వహించారు. నాగర్ కర్నూల్ జిల్లా వ్యాప్తంగా మొక్కజాన్లు కొనుగోలు వేగవంతంగా, పారదర్శకంగా నిర్వహించేందుకు జిల్లా పరిపాలన చర్యలు ముప్పురం చేసింది ఈ నేపథ్యంలో జిల్లా కలెక్టర్ హేమంత కేశవ్ పాటిల్ అధ్యక్షతన సందర్భిత శాఖల అధికారులతో గురువారం సమీక్ష సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ..... జిల్లాలో మొక్కజాన్లు కొనుగోలు సకలంలో పూర్తి చేసి ప్రజలకు ఎటువంటి ఇబ్బందులు లేకుండా చర్యలు తీసుకోవాలని కలెక్టర్ అధికారులను ఆదేశించారు. ప్రభుత్వ కొనుగోలు కేంద్రాల ద్వారా రైతులకు అందించిన మొక్కజాన్లు సేవేగంగా కొనుగోలు చేయాలని సూచించారు. ప్రతి కొనుగోలు కేంద్రంలో తగిన సౌకర్యాలు కల్పించడంలో పాలు తేమ శాతం పరీక్షలను పారదర్శకంగా నిర్వహించాలని తెలిపారు. రైతులు ఎక్కువసేపు వేచి ఉండకుండా టోకెన్ విధానాన్ని కచ్చితంగా అమలు చేయాలని ఆది కారులకు సూచించారు. జిల్లాలో ఉన్న 18 జిస్కోంగ్ మిల్లుల్లో మొక్కజాన్లు కొనుగోలు చేసే నిల్వ ఉంచేలా చర్యలు తీసుకోవాలని కలెక్టర్ ఆదేశించారు. నిల్వ సౌకర్యాలని, గిడ్డంగులు సరిచెప్పి తే ప్రత్యామ్నాయ ఏర్పాటు చేయాలని చెప్పారు. కొనుగోలు చేసిన దాన్నాన్ని సమయానికి తరలింపచేసే సమస్యల తలెత్తే అవకాశం ఉందని, అందుకు రవాణా ఏర్పాట్లను ముందుగానే సిద్ధం చేసుకోవాలని సూచించారు. రైతులకు చెల్లింపులు అలసట కాకుండా నేరుగా వారి బ్యాంకు ఖాతాల్లో జమయ్యాలా చర్యలు తీసుకోవాలని ఆదేశించారు. ఎక్కడైనా అవకతవకలు లేదా నిర్లక్ష్యం

### ఉత్సాహంగా మహిళీయుల జయంతి వేడుకలు.. దళిత రత్న అవార్డుల ప్రధానం



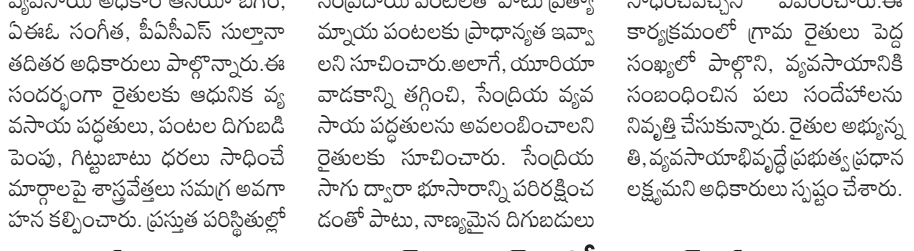
**హైదరాబాద్/జూబిలీ హిల్స్ ఏప్రిల్ 30 (పుడయం ప్రతినెడి)**

గురువారం రోజున రవీంద్రభారతిలో మహిళీయుల జయంతి ఉత్సవాలు దళిత రత్న అవార్డుల ప్రధానోత్సవ కార్యక్రమం మహాత్మ్య జ్యోతి రామ్ ఫూలే మరియు డా||బా||బా||సా||హా|| అంబేద్కర్ జయంతి ఉత్సవాల కమిటీ మాదిగ హక్కుల దండోరా సంఘాల అధ్యక్షులతో జరిగింది. ఈ సందర్భంగా మహిళీయుల చిత్రహానికీ పూల మాల వేసి నివాళులు అర్పించారు. డా||బా||బా|| జగజీవన్ రామ్, డా||బి.ఆర్.అంబేద్కర్ జయంతి ఉత్సవాల కమిటీ వైస్ చైర్మన్ శేతరీ రోజాబాబీ ఆధ్వర్యంలో జరిగిన ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న సందర్భంగా నాయకులు మాట్లాడుతూ మహిళీయులు డా||బా||బా|| జగీవన్ రామ్ డా||బి.ఆర్. అంబేద్కర్, మహాత్మ్య జ్యోతిరావు

### విద్దనూరిలో రైతు ముంగిట్లో శాస్త్రవేత్తలు.. రైతులకు ఆధునిక సాగుపై అవగాహన

**కంది పుడయం**

తెలంగాణ ప్రభుత్వం ప్రతిష్టాత్మకంగా చేపట్టిన "రైతు ముంగిట్లో శాస్త్రవేత్తలు" కార్యక్రమం కంది మండలం విద్దనూరి గ్రామంలో ఘనంగా నిర్వహించబడింది. గ్రామ సర్పంచ్ పంజాబ్ జ్యోతి దుర్గా ప్రసాద్ ఆధ్వర్యంలో జరిగిన ఈ కార్యక్రమంలో పువసాయి శాస్త్రవేత్తలు డాక్టర్ డి.ఆర్. హనుస్, డాక్టర్ పరుకురాం, పువసాయి అధికారి ఆనీయా బేగం, ఏ.ఉ.ఎ. సంగత్, పీవీఎస్ సుల్తానా తదితర అధికారులు పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా రైతులకు ఆధునిక వ్యవసాయ పద్ధతులు, పంటల దిగుబడి పెంపు, గిట్టుబాటు ధరలు సాధించే మార్గాలపై శాస్త్రవేత్తలు సముగ్ అవగాహన కల్పించారు. ప్రస్తుత పరిస్థితుల్లో



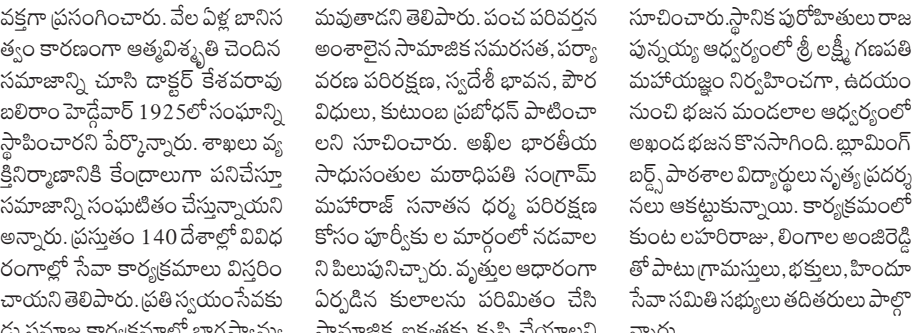
### నేడు మహబూబ్ నగర్ లో జాబ్ మేళా నారాయణపేట జిల్లా కలెక్టర్ సిహెచ్ ప్రియాంక

**నారాయణపేట టౌన్ ఏప్రిల్ 30 (పుడయం ప్రతినెడి)**

రాష్ట్ర ప్రభుత్వం చేపట్టిన ప్రజా పాలన ప్రగతి ప్రణాళిక 99 రోజుల కార్యచరణలో భాగంగా నిర్వహించే యువతకు ఉపాధి అవకాశాలను కల్పించేందుకు ఉపమిడి జిల్లా స్టాంప్ షాప్ మేళా నిర్వహించిన హిస్సన్పట్టణ నారాయణపేట జిల్లా కలెక్టర్ సి.హెచ్. ప్రియాంక గురువారం ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. మే 1వ తేదీన ఉదయం 9:00 గంటల మహా బాబీనగర్ జిల్లా కేంద్రంలోని శిల్పారామంలో జాబ్ మేళా నిర్వహించడం జరుగుతుందని తెలిపారు. ఈ మేళాలో నారాయణపేట జిల్లా యువతలో పాటు

### హిందూ జాతీయ పునర్నిర్మాణం కోసం రాష్ట్రీయ స్వయంసేవకోసంఘ కృషి

**దుబ్బాక, పుడయం (ఏప్రిల్ 30):** హిందూ జాతీయ పునర్నిర్మాణం కోసం రాష్ట్రీయ స్వయంసేవకోసంఘ శాఖల ద్వారా కృషి కొనసాగుతోందని ఆర్.వి.ఎస్. తెలంగాణ ప్రాంత సహకార్యవాహ ఉప్పలంచ మల్లికార్జున తెలిపారు. సంఘ శతాబ్ది ఉత్సవాల సందర్భంగా మిరుద్దిపేటి సాయిబాబాజీ సంక్షేమ హోల్లో నిర్వహించిన హిందూ సమైక్యంలో ఆయన ముఖ్య వక్తగా ప్రసంగించారు. వేల ఏళ్ల జానన త్వం కారణంగా ఆత్మవిశ్వతి చెందిన సమాజాన్ని చూసి డాక్టర్ కేశవరావు బలిరాం హాస్పిటల్ 1925లో సంఘాన్ని స్థాపించారని పేర్కొన్నారు. శాఖలు వ్యక్తినిజానానికీ కేంద్రాన్ని. హిందూ సమాజాన్ని సంఘటితం చేస్తున్నాయని అన్నారు. ప్రస్తుతం 140 రోజుల్లో విద్య రంగాల్లో సేవా కార్యక్రమాల విస్తరణ చేయాలని తెలిపారు. ప్రతి స్వయంసేవకు సహజ కార్యక్రమాల్లో భాగస్వామ్య



### రైతుల సమస్యలపై స్పందించిన వంగ రాజేశ్వర్ రెడ్డి

**సిద్దిపేట బ్యారో, ఏప్రిల్ 30 (పుడయం)**

సిద్దిపేట పత్తి మార్కెట్ యార్డెంలో ఏర్పాటు చేసిన వడ్ల కొనుగోలు కేంద్రాలను వంగ రాజేశ్వర్ రెడ్డి సందర్శించి అక్కడి పరిస్థితులను పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా రైతులతో ప్రత్యక్షంగా మాట్లాడి, వారు ఎదుర్కొంటున్న సమస్యలను తెలుసుకున్నారు. రైతులు తాగునీటి కొరతను ప్రస్తావించగా, వెంటనే స్పందించిన ఆయన సమస్యల పరిష్కారానికి చర్యలు తీసుకోవాలని హామీ ఇచ్చారు. రైతులకు అవసరమైన



**శ్రీ వీరమళ్ళ వెంకటస్వామి గారు**  
Ophthalmic Officer, UPHC Palem

**వైద్య ఆరోగ్య శాఖలో ఆమ్లైక్ ఆఫీసర్ గా 38 సం.రాలు వైద్య సేవలందించిన పదవి విరమణ చేయుచున్న సందర్భంగా తామిల్లూరు సకాలంలో విచ్చేసి ఈ కార్యక్రమాన్ని విజయవంతం చేయుచున్నదిగా మా మనసే.**

**వేదిక: SSV(KCR) CONVENTION HALL Hyd Road, KALWAKURTHI**

**తేదీ: 01-05-2026 శుక్రవారం, ఉ. 10-30 గంటలకు**

**అధ్యక్షించువారు:** శ్రీమతి వీరమళ్ళ వెంకటరమణ, శ్రీమతి డా|| వీరమళ్ళ మధుకాక, శ్రీమతి డా|| వీరమళ్ళ సుబ్బంబయ్య, శ్రీ వీరమళ్ళ వెంకటస్వామి, శ్రీ డా|| వీరమళ్ళ శరత్, శ్రీ డా|| వీరమళ్ళ రంజిత

**9440486079, 7981234346**

**అభినందనలతో... శ్రీ వెంకటరమణ హాస్పిటల్ - కల్వకుర్తి**

# వేసవిలో పిల్లలు హెల్థీగా ఉండాలంటే..!



అప్పటివరకూ ఆరుబయలు చూయగా ఒక్కొక్కరుండా ఆడుతున్న చిన్నారుల ఒళ్ల వెన్నబడుతుంది. అకస్మాత్తుగా అమ్మాయి మేను నిప్పులు చెరుగుతోందేమో అనిపిస్తుంది. తల్లిదండ్రులు నుదురు తాకి చూసి, తటాలున చేయి వెనక్కు లాగేసుకుంటారు ఆ ఒంటి వేడి తట్టుకోలేక. ఇది దాదాపు ప్రతి చిన్నారుల జాబ్బాలో ఒక్కసారైనా ఎదుర్కొనే సంఘటన. ఇది ప్రతి తల్లిదండ్రుల జీవితంలో ఒక్కసారైనా చవిచూసే కాళరాత్రి. ఇలాంటి వేసవి తీవ్రత బారీ నుంచి చిన్నపిల్లలను కాపాడుకోవడానికి తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలేమిటో చూడండి.

ఎండవేడిమి తీవ్రతకు పెద్దలూ, పిల్లలూ, వృద్ధులనే తేడా లేక రోయినప్పటికీ పెద్దలతో పోలిస్తే పిల్లల మిడి వేసవి ప్రకాశం ఎక్కువగా చూపిస్తుంటుంది. దీనికి కారణం ఉంది. పిల్లలంతా ఎండలో వివరికంగా ఆటలాడుతూ ఉంటారు కాబట్టి పెద్దల కంటే వాళ్లకు చెమటలు పట్టడమూ, దాంతో వాళ్ల లవణాలు ఎక్కువగా కోల్పోతుండటం వల్ల ఎండ

## జేబులో ఉలిపాయ పెట్టుకుంటే వడదెబ్బ తగలదా?



నిపుణుల అభిప్రాయం ప్రకారం, జేబులో ఉలిపాయ పెట్టుకోవడం వల్ల వడదెబ్బ నుంచి రక్షణ లభిస్తుంది వేసవిలోని తాపతమి అధికం కాదు. వాల్చర్ల కాలంలో గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో వేసవిలో ఉలి పాయను ఎక్కువగా తినేవారు. ఈ అనుభవం ఆధారంగా ఉలిపాయ వడదెబ్బను తగ్గిస్తుంది అనే నమ్మకం ఏర్పడింది. అది తర్వాత జేబులో పెట్టుకుంటే కూడా ప్రయోజనం ఉంటుంది అనే అపోహగా మారింది. అయితే, ఉలిపాయలో కొన్ని కురుల సంరక్షణలో రసాయనాలతో కూడిన పాంఛాల కంటే ప్రకృతి నిర్ణయం లభించే కురుకుడుకాయల వినియోగం ఎంతో మేలైనది. మన పూర్వీకుల కాలం నుంచి వస్తున్న ఈ వృద్ధి జాబ్బును ఆరోగ్యంగా, దృఢంగా ఉంచడమే కాకుండా పర్యావరణానికి కూడా మేలు చేస్తున్న సహజంగా ఈ పాంఛం తయారు చేసుకోవడానికి ఇదే ప్రకృతి కురుకుడు కాయలు, ఓ పది శీతాకాయలు, గుప్పెడు ఎండిన ఉసిరి

నీరు సగం ఆయ్యో పరకు మరిగిస్తే పోషకాలు బాగా దిగుతాయి. ఈ మిశ్రమం చల్లారిన తర్వాత, చేతులతో బాగా పిసికితే సురగ వస్తుంది. ఆ తర్వాత పల్లని వస్త్రం లేదా జుట్లతో వడతట్టుకోవాలి. ఈ ప్రమాన్ని ఒక గాజు సీసాలో భద్రపరుచుకోవాలి. ప్రకృతి నిర్ణయం పాంఛంలో ఫ్రిజర్లో ఉంచడం కాబట్టి ఇది తర్వాత పాడయ్యే అస్సారం ఉంటుంది. ఈ పాంఛంను ఫ్రిజర్లో ఉంచితే 10 నుండి 15 రోజుల వరకు కాజాగా ఉంటుంది. ఒకవేళ అంతకంటే ఎక్కువ కాలం నిల్వ ఉండాలనుకుంటే, ఈ ప్రమాన్ని ఐస్ బ్లోలో వేసి క్యూల్డర్ మాచ్యుచేస్తే చక్క. తలసానాక

# కురుల అందానికి కుంకుళ్లు!



ముక్కులు, ఓ లీటరు నీళ్ల అవసరం. ముందుగా కుంకుడుకాయలోని గింజలను తీసేసి, శీతాకాయ, ఉసిరి ముక్కులతో కలిపి నీటిలో రాత్రంతా నానబెట్టాలి. మరుసటి రోజు ఉదయం ఆ నీటితో సహా వాటిని నన్నుని మంటపై మరిగించాలి.

కాయలోని పోషకాలు... జాబ్బుకు సహజమైన కండిషనర్లా పనిచేసి, పట్టులా మెరిసేలా చేస్తాయి. రసాయనాల లేక పోషకం వల్ల వెంట్రుకల కుదుళ్లు దృఢంగా మారి, జాబ్బు రాలడం క్రమంగా తగ్గుతుంది. తెల్ల జాబ్బు రాకుండానూ ఈ పాంఛం కాపాడుతుంది.

# చక్కని ఆరోగ్యం

దాంతో వారి దేహంలోని నీరు డీ-హైడ్రేషన్ కారణంగా బయటకు వెళ్లడమూ, ఆ నీటితో పాటు లవణాలూ తగ్గడం వల్ల... అలవణాల అయాన్ల రూపంలో మెదడునుంచి కండదాలకు వచ్చే అదేకాలకు ట్రేక్ పడుతుంది. అందుకే ఒళ్లు డీ-హైడ్రేషన్ గురి కాగానే... కండదాలు బిగుసుకు రోతుంటాయి. వీటినే మజిల్ క్రాంప్స్ అంటారు. ఈ మజిల్ క్రాంప్స్ పిల్లలతో పాటు పెద్దలకూ వస్తుంటాయి. ఇలా జరిగిన వెంటనే... వారికి చికిత్స ఉప్పు, కాస్త చక్కెర వేసిన నీటిని వెంటనే తాగించాలి. కోల్పోయిన లవణాలను తిరిగి భర్తీ చేయడం వల్ల ఈ సమస్యను తేలిగ్గానే ఎదుర్కోవచ్చు.

వడదెబ్బ: మనలో జీవక్రియలన్నీ సరిగా జరగడానికి దేహ ఉష్ణోగ్రత ఎప్పుడూ 98.4 డిగ్రీల ఫారెన్ హీట్ గా ఉంటుంది. అయితే వడదెబ్బకు గురైనవారి దేహ ఉష్ణోగ్రత చాలా ఎక్కువగా పెరుగుతుంది. దాంతో దేహంలో కొన్ని లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. వడదెబ్బ కారణంగా దేహ ఉష్ణోగ్రత క్రమంగా పెరుగుతూ ప్రమాదకరస్థాయి అయిన 104 డిగ్రీ ఫారెన్ హీట్ కు చేరినప్పుడు ఆ వేడి దగ్గర మెదడు, గుండె, మూత్రపిండాలు, కాలేయం వంటి కీలకమైన అవయవాల పనితీరు తీవ్రంగా దెబ్బతినే అవకాశాలు ఉన్నాయి. అందుకే శరీర ఉష్ణోగ్రతను మల్టీ నార్మల్ కు తీసుకురావడం అవసరం.

ఒంటి ఉష్ణోగ్రత 100 డిగ్రీల ఫారెన్ హీట్ గా ఉంటే దీని తెలియజేసే పిల్లలను చల్లటి గాలిని తోకా ప్యాస్ కింద ఉంచాలి. (ఒకవేళ ప్యాస్ కింద వేడిగాలి వస్తుంటే అలాంటి చోటకు తీసుకెళ్లినా లాభం ఉండదు. చిన్నారుల దుస్తులు వదులు చేసి, ఒంటికి చల్లగా లిని బాగా తగలనివ్వాలి.

ముఖ్యం. అలాగే పాల ఉత్పత్తులు, చేప, కోడి ఉంటాయి. మాంసం పరిమితంగా తీసుకుంటారు. దీన్ని అనుసరిస్తే మేలు. కర్బుమిన్ (పసుపులో ఉంటుంది), క్షెర్రిటిన్ (ఎరుపు క్యాబేజీ, దార్, చాకొలెట్, కొన్ని రకాల బెర్రీల్లో), ఫిటోబియో (స్పాజిల్లో)... వీటికి వయస్సును నిరోధించే లక్షణాలు ఉంటాయి. ఇవి ఫ్రీ రాడికల్స్ వల్ల జరిగే సప్లైస్ అవడమే కాదు, వయస్సు పెంచే కారకాలను నియంత్రిస్తాయి. ఫులియబెటిన్ పెరుగుతూంటే వదారాలు తీసుకోవడం ముఖ్యం. దీనివల్ల పొట్ల ఆరోగ్యం మెరుగ్గా ఉంటుంది. రోగనిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. ఉపవాసం, మితంగా తినడం కూడా మేలు చేస్తాయి. దీనివల్ల లిపోకాల్ ట్రయాన్సిడ్ విడుదలవుతుంది. పొట్లలో ఉండే బ్యాక్టీరియా దీన్ని విడుదల చేస్తుంది. ఇది కెలోరీల వినియోగాన్ని తగ్గించేందుకు సాయపడుతుంది. యూనివర్సిటీ ఆఫ్ కోల్చివర్స్ యూనివర్సిటీ ఆఫ్ మాంట్రీయల్ లో కు చెందిన పరిశోధకులు 30 ఏళ్ల పాటు మధ్య వయస్సుల ఆహార పుటలను తీసుకుంటున్న వారు, పండ్లు, కూరగాయలు, దాస్యం, పప్పులు,

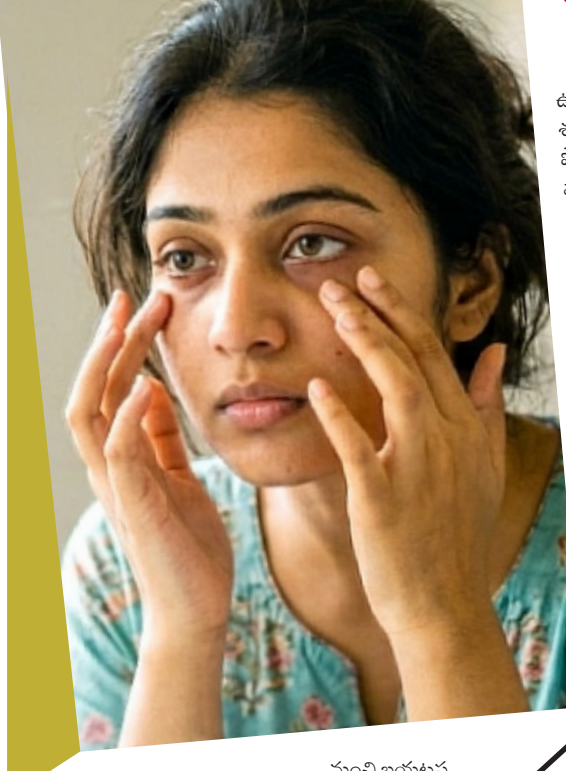
జాగ్రత్తల తర్వాత కూడా శరీర ఉష్ణోగ్రత తగ్గకపోతే పిల్లల చంకల కింద / గజ్జల వద్ద ఐస్ గడ్డలను ఉంచాలి. దాంతో ఒళ్లు చల్లబడుతుంది. అప్పటికే శరీర ఉష్ణోగ్రత తగ్గకపోతే, దాన్ని మెడికల్ ఎమర్జెన్సీగా గుర్తించి వెంటనే ఆసుపత్రికి తరలించాలి. గుడ్డు : గుడ్డు తినడం వల్ల అవి వేడి చేస్తాయనే అపోహ చాలామందిలో ఉంటుంది.



అరవై దానినవాళ్ల ఆరోగ్యం గురించి శాస్త్రవేత్తలు అనేక పరిశోధనలు చేస్తున్నారు. వాళ్లు ఆ వయసులో స్వతంత్రంగా, చురుగ్గా ఉండేందుకు 30 ఏళ్లనుంచే అడుగులు వేపాటుంటున్నారు. మెడిటరేనియన్ ఆహారం... గ్రీకులు, రోమన్లు వందల ఏళ్లుగా ఈ ఆహారాన్ని తీసుకుంటున్నారు. దీనిలో శాకాహారం, ఇలిప్ సనాన, సముద్ర ఆహారం వుద్ధాప్యంలో ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే...

కళ్లు ఉబ్బినట్లుగా ఉంటే..!

కొంతమందికి ఉదయం నిద్ర లేచానే కళ్లు ఉబ్బినట్లుగా కనిపిస్తాయి. అయితే చల్లటి నీటితో ముఖం శుభ్రం చేసుకోగానే ఉబ్బిన కళ్లు మళ్ళీ మామూలుగా అయిపోతాయి. అయితే ఇలా చేసిన తర్వాత కూడా కళ్లు ఉబ్బినట్లుగానే ఉంటే ఏదో సమస్య ఉందని భావించాలంటున్నారు నిపుణులు. ఈ క్రమంలో కొన్ని చిట్కాలు పాటించడం ద్వారా ఈ సమస్య నుంచి



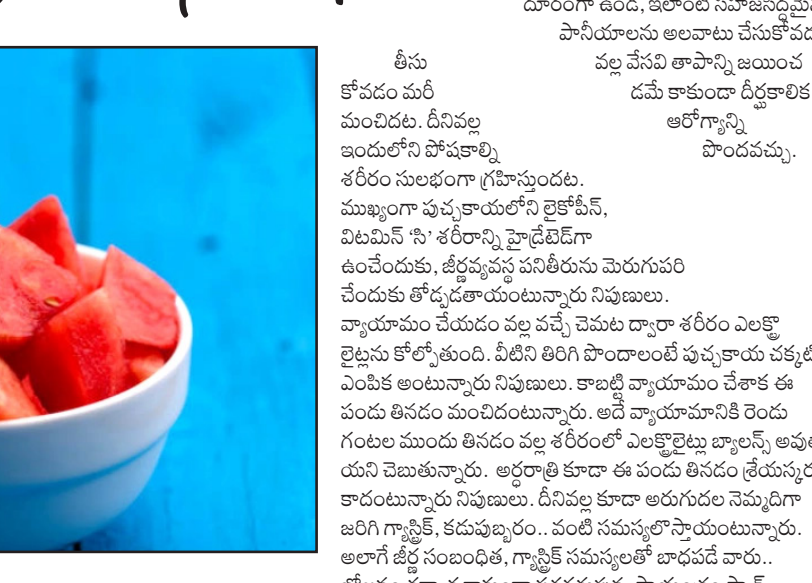
నుంచి బయటపడవచ్చు. అందుకు కారణం దీన్ని తీసుకున్న సమయమే అంటున్నారు నిపుణులు. సాధారణంగా మనం తీసుకున్న ఆహారం జీర్ణమవడానికి కొన్ని గంటల సమయం పడుతుంది. అదే పుచ్చకాయ తర్వాత అలిగిపోతుంది. అలస్యంగా జీర్ణమయ్యే పదార్థాలతో ఇది తలినీసపుడు అరగకుండా పొట్లలో అలాగే ఉండిపోతుంటుంది. అలాగే పుచ్చకాయలోని ఆదిక నీటి శాతం పొట్లలోని ఆమ్లాల్లో కలిసి జీర్ణక్రియను నెమ్మదింపజేస్తుంటుంది. ఫలితంగా పుచ్చకాయలోని కొన్ని రకాల కార్బోహైడ్రేట్స్ పొట్లలో గ్యాస్ కు కారణమవుతాయి. దీనివల్ల కడుపుబ్బరం, కడుపుబ్బరం, వంటివి వేదిస్తాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ముఖ్యంగా జీర్ణ సంబంధిత, గ్యాస్టిక్ సమస్యలతో బాధపడుతున్న వారిలో ఈ సమస్య మరింత ఎక్కువగా ఉండే అవకాశం ఉంటుంది. పుచ్చకాయ వల్ల కడుపుబ్బరం సమస్య రాకుండా ఉండాలంటే మోతాదు, తీసుకునే సమయం... రెండూ ముఖ్యమైనవిగా నిపుణులు. ఎలాగూ ఈ పండు ఆరోగ్య నికీ మంచిదే కదా అని ఎంతవరకే అంత తీసుకోవడం మంచిదే కాదు. దీనివల్ల కూడా గ్యాస్టిక్ కడుపుబ్బరం... వంటి సమస్యలు రావచ్చుంటున్నాయి నిపుణులు. కాబట్టి పుచ్చకాయ ముక్కులు (సుమారు 150 గ్రాములు) తీసుకోవడం మంచిదంటున్నారు. అలాగే భోజనం, అలృపం... అలృపం తీసుకోవడం కాకుండా... ఉదయం 10-12 గంటల మధ్యలో, సాయంత్రం 5 గంటల వరకే... ఇలా రోజుకు రెండుసార్లు కచ్చు చొప్పున తీసుకోవడం మేలంటున్నారు. ఈ పండును పరగడుపున

నట్టే... లాంటివి రోజూవారి ఆహారంలో తీసుకున్నప్పుడు వయస్సు పెరిగినా ఆరోగ్యవంతమైన జీవితాన్ని గడుపుతున్నారని దీనితో తెలియింది. నడి వయసులో ఎంత తింటున్నామన్నది ముఖ్యమైనది. నాణ్యమైన ఆహారం తీసుకోవడం వల్ల గుండె జబ్బులు, మధుమేహం, ముందుస్తు వంటివి తగ్గిస్తుంది అనేక పరిశోధనల్లో వెల్లడైంది. ఆహారంలో పాటు వ్యాయామమూ ముఖ్య పాత్ర పోషిస్తుంది. దీనివల్ల శరీరంలో కొలిచేటట్లుగా సామర్థ్యం తగ్గిపోకుండా చురుగ్గా పనిచేస్తాయి.

ఈ చిట్కాలతో.. శరీరం డీహైడ్రేషన్ గురైనా కళ్లు ఉబ్బినట్లుగా కనిపిస్తాయంటుంది! అందుకే తగినన్ని నీళ్లు తాగించుకుంటున్నారని నిపుణులు. నీటి శాతం అధికంగా ఉండే కూరగాయలు, పండ్లను ఆహారంలో భాగం చేసుకోవాలి. టీ, కాఫీ, కార్బోనేటెడ్ డ్రింక్స్ త్రాగకుండా, అలృపాల్లో... తదితర పానీయాలను తరచుగా తీసుకోవడం వల్ల కళ్లు ఉబ్బిపోయి అందమీసాంగా తయారవుతాయి. కాబట్టి వాటికి సాధ్యమైనంత దూరంగా ఉండడం మంచిది ఉంటుంది. కొత్తిమీరను డైట్ లో చేర్చుకోవడం వల్ల ఈ సమస్య

వేసవి కాలంలో శరీరానికి అమ్మతల పని చేసే వంటకం 'రాగి అంబలి మజ్జిగ'. ఇది కేవలం దాహం తీర్చే పానీయం మాత్రమే కాదు, అసారమైన పోషకాలున్న సుపర్ ఆహారం. దీనిని పూర్వకాలం నుంచి బలమైన ఆహారంగా పరిగణిస్తారు. రాగులలో క్యాల్షియం, బరన్ మరియు ఫైబర్ పనిచేస్తాయి.

ప్రకృతి ప్రసాదించిన ఎనర్జీ డ్రింక్: "రాగి అంబలి మజ్జిగ" అమ్మతల పని చేసే వంటకం 'రాగి అంబలి మజ్జిగ'. ఇది కేవలం దాహం తీర్చే పానీయం మాత్రమే కాదు, అసారమైన పోషకాలున్న సుపర్ ఆహారం. దీనిని పూర్వకాలం నుంచి బలమైన ఆహారంగా పరిగణిస్తారు. రాగులలో క్యాల్షియం, బరన్ మరియు ఫైబర్ పనిచేస్తాయి.



ముందుగా ఉంటాయి. ఎండ తీవ్రత ఎక్కువగా ఉన్నప్పుడు ఒంటిని వేడిని తగ్గించి, చలవ చేయడంలో రాగి అంబలికి సాటి లేదు. దీనిని మజ్జిగతో కలిపి తీసుకోవడం వల్ల శరీరానికి అవసరమైన ప్రోటెయోటిన్, ఎలక్ట్రోలైట్స్ అందుతాయి, దీనివల్ల రోజూ శక్తివంతంగా ఉండవచ్చు. కాగా దయచేసి

# పుచ్చకాయ.. ఎప్పుడు తినాలి?



పుతాయని.. దీనివల్ల కడుపుబ్బరం, కడుపుబ్బరం... వంటివి వేదిస్తాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ముఖ్యంగా జీర్ణ సంబంధిత, గ్యాస్టిక్ సమస్యలతో బాధపడుతున్న వారిలో ఈ సమస్య మరింత ఎక్కువగా ఉండే అవకాశం ఉంటుంది. పుచ్చకాయ వల్ల కడుపుబ్బరం సమస్య రాకుండా ఉండాలంటే మోతాదు, తీసుకునే సమయం... రెండూ ముఖ్యమైనవిగా నిపుణులు. ఎలాగూ ఈ పండు ఆరోగ్య నికీ మంచిదే కదా అని ఎంతవరకే అంత తీసుకోవడం మంచిదే కాదు. దీనివల్ల కూడా గ్యాస్టిక్ కడుపుబ్బరం... వంటి సమస్యలు రావచ్చుంటున్నాయి నిపుణులు. కాబట్టి పుచ్చకాయ ముక్కులు (సుమారు 150 గ్రాములు) తీసుకోవడం మంచిదంటున్నారు. అలాగే భోజనం, అలృపం... అలృపం తీసుకోవడం కాకుండా... ఉదయం 10-12 గంటల మధ్యలో, సాయంత్రం 5 గంటల వరకే... ఇలా రోజుకు రెండుసార్లు కచ్చు చొప్పున తీసుకోవడం మేలంటున్నారు. ఈ పండును పరగడుపున

### చిన్న ఎన్టీఎఫ్సీలకు రిజిస్ట్రేషన్ నుంచి మినహాయింపు

రూ.1,000 కోట్ల కంటే తక్కువ అస్తుల పరిమాణం కలిగి, ప్రజల నిధులను వినియోగించుకోని, డిపాజిట్లు స్వీకరించని బ్యాంకింగ్ అర్హత సంస్థలు (ఎన్టీఎఫ్సీలు) జూలై 1 నుంచి రిజిస్ట్రేషన్, రిజర్వ్ ఫండ్ అవసరాల నుంచి మినహాయింపును అర్హత పొందుతాయని రిజర్వ్ బ్యాంక్ ఆఫ్ ఇండియా వెల్లడించింది. ఎన్టీఎఫ్సీలు పాటించాల్సిన నిబంధనలను తగ్గించడానికి కేంద్ర బ్యాంకు ఈ విషయంపై ఒక సర్క్యులర్ జారీ చేసింది. ప్రజల నిధులను వినియోగించుకోని, ఎటువంటి కస్టమర్ ఇంటర్ఫేస్ లేని, తాజా ఆడిట్ బ్యాలెన్స్ షీట్ ప్రకారం, రూ.1,000 కోట్ల కంటే తక్కువ అస్తుల పరిమాణం కలిగిన ఎన్టీఎఫ్సీలకు 1934 ఆర్డీని సస్పెండ్ చేసి 45వేల, 45వేల మినహాయింపు ఇవ్వనున్నట్లు పేర్కొంది.

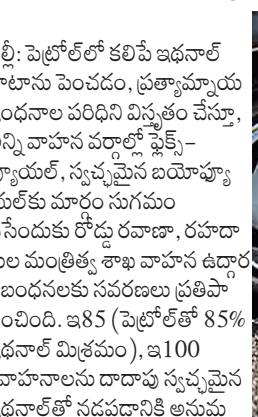
### నష్టాల్లో ముగిసిన సూచీలు..



ముంబయి: దేశీయ స్టాక్ మార్కెట్ సూచీలు గురువారం నష్టాల్లో ముగిసాయి. ఇరాన్ ఓడరేవులపై దీర్ఘకాలం పాటు దిగ్వికరణం కొనసాగించేందుకు అమెరికా అధ్యక్షుడు నిర్ణయించడంతో అంతర్జాతీయంగా చమురు ధరలు మరోసారి భగ్గుమన్నాయి. బ్రెంట్ క్రూడ్ బ్యారెల్ ధర 6.5 దశలో ఏకంగా 120 డాలర్లు దాటింది. దీనికి తోడు అంతర్జాతీయ మార్కెట్లలో నుంచి ప్రతికూల సందేశాలు, రూపాయి విలువ పతనం మన సూచీలపై ప్రభావం చూపాయి. సెన్సెక్స్ 6

దశలో చెయ్యి పాయింట్ల మేర నష్టపోగా.. నిష్పి మళ్ళీ 24 వేల దిగువకు చేరింది. ముద్రపత్ర సంపదగా భావించే బీఎస్ఈలో సమాధిత కంపెనీల మొత్తం మార్కెట్ విలువ రూ.5 లక్షల కోట్లు పతనమై రూ.469 లక్షల కోట్ల నుంచి రూ.464 లక్షల కోట్లకు క్షీణించింది. అంతర్జాతీయ మార్కెట్లలో నుంచి ప్రతికూల సందేశాలతో సెన్సెక్స్ ఉదయం 77,014.21 పాయింట్ల వద్ద (క్రితం ముగింపు 77,496.36) నష్టాల్లో పారించి ప్రస్తుతం 76,258.86 వద్ద కనిపిస్తుంది. చివరికి 582.86 పాయింట్ల నష్టంతో 76,913.50 వద్ద స్థిరపడింది. నిష్పి 180.10 పాయింట్ల నష్టంతో 23,997.55 వద్ద ముగిసింది. డాలరుతో రూపాయి మారకం 6.5 దశలో 95 మార్కు దాటి 94.90కి చేరింది. సెన్సెక్స్ 30 సూచీలో ఎలెక్ట్రీక్, హిందుస్తాన్ యూనిలివర్స్, టాటా స్టీల్, ఎల్ఆండీటీ, అలాబెక్ సిమెంట్ స్టాక్స్ నష్టాల్లో ముగిసాయి. సన్ఫాటా, ఇన్ఫోసిస్, బజాజ్ ఫైనాన్స్, అదాని టెక్, బెక్ మహింద్రా స్టాక్స్ లాభపడ్డాయి. అంతర్జాతీయ వివరణలో బ్రెంట్ క్రూడ్ బ్యారెల్ ధర 110 డాలర్ల వద్ద, బంగారం ఖాసు 4,634 డాలర్ల వద్ద కొనసాగుతోంది.

### వాహన ఉద్ధార నిబంధనలకు సవరణలు



దిల్లీ: పెట్రోల్లో కలిపి ఇథనాల్ వాటాను పెంచడం, ప్రత్యామ్నాయ ఇంధనాల పరిధిని విస్తరించే చట్టం, అన్ని వాహన వర్గాల్లో ఫ్లేక్-ఫ్యూయర్, స్వచ్ఛమైన బయోఫ్యూయల్ కు మార్గం సుగమం చేసేందుకు రోడ్ల రవాణా, రహదారుల మంత్రిత్వ శాఖ వాహన ఉద్ధార నిబంధనలకు సవరణలు ప్రతిపాదించింది. ఇ85 (పెట్రోల్తో 85% ఇథనాల్ మిశ్రమం), ఇ100 (వాహనాలను దాదాపు స్వచ్ఛమైన ఇథనాల్తో సడపడానికి అనుమతింపేది), బి100 బయోడిజిల్, హైడ్రోజన్-సీఎన్జీ కలుపుకల వంటి ఇంధనాల వినియోగానికి వీలు కల్పించడం, కేంద్ర మోటారు వాహనాల నియమాలు 1989కి చేసిన ముసాయిదా మూలకు లక్ష్యంగా ఉంది. తేలికపాటి వాణిజ్య వాహన బయపు పరిమితిని 3,000 కిలోల నుంచి 3,500 కిలోలకు పెంచాలని ప్రతిపాదించారు. ఇకపై మరిన్ని వ్యాన్లు, షికెట్లు, చిన్న ట్రక్కులు ఒకే రకమైన ఉద్ధార పరిష్కార నిబంధనల పరిధిలోకి వస్తాయి. ఈ నెల 27న జారీ చేసిన గతేటి నోటిఫికేషన్ ప్రకారం, తాజా ప్రతిపాదనలపై 30 రోజులు ప్రజలు, సంబంధితలు అభిప్రాయాల తెలపవచ్చు.

అమెరికా హరూజ్ ను దిగ్వికరణం చేయడం వల్ల చమురు ధరలు పెరిగాయని ట్రంప్ యంత్రాంగాన్ని ఉద్దేశించి ఇరాన్ పార్లమెంట్ స్పీకర్ మహమ్మద్ హాలిబిన్ వ్యంగ్యంగా స్పందించారు. మూడు రోజుల్లో ఇరాన్ చమురు బావులు పేలుతాయని ఏప్రిల్ 26న అమెరికా అధ్యక్షుడు ట్రంప్ హెచ్చరికలు చేశారు. "మూడు రోజులు అయింది. అలాంటిది ఏమీ జరగలేదు. దానిని 30 రోజులకు పొడిగించి, ప్రత్యక్ష ప్రసారం చేయండి" అని హాలిబిన్ పోస్టు పెట్టారు. "స్టాల్ బెనెఫిట్ (అమెరికా ఆర్థికమంత్రిని ఉద్దేశించి) వంటివాడు దిగ్వికరణం వంటి సలహాలను ప్రకారం చేస్తున్నారు. ఇప్పటికే చమురు ధర ఒక బ్యారెల్ కు 120 డాలర్లు దాటింది. నెక్స్ట్ నావ్ 140 డాలర్లు" అని ఏప్రిల్ వేదికగా రాసుకోవచ్చు. దిగ్వికరణాన్ని ఎత్తివేస్తే.. హరూజ్ ను తెరుస్తామంటూ ఇరాన్ (Iran) పట్టుబడుతోంది. అయితే ఆ ప్రతిపాదనను ట్రంప్ తిరస్కరించారు. 'అతితక్కువే శత్రు బలగా పైకొత్త ఆయుధాన్ని ప్రయోగిస్తాం. అది వారిని తీవ్రంగా భయపెట్టనుంది. అది వారి పక్కనే ఉంది. దానికో వారికి గుండెపోటు కూడా రావచ్చు' అని ఇరాన్ హెచ్చరికలు చేసింది. దాంతో రెండు దేశాల ఘర్షణలు ఏ స్థాయికి చేరుకుంటాయోనని అందోళన వ్యక్తమవుతోంది.

ఉద్యోగుల భవిష్య నిధి సంస్థ (ఉపీఎఫ్ఐ) చందాదారుల కోసం ఒక బుఫర్ ఫండ్ ఏర్పాటు చేసినట్లు తెలుస్తోంది. ముఖ్యమంత్రి కేసీఆర్ సీఎస్ ఖాతాలో 20,000 మంది ప్రభుత్వ నియమించుకునే ప్రణాళికలో ఉండని ఇటీవల ఇస్పి ప్రకటించిన సంగతి తెలిసింది. ఇదిలా ఉండగా.. గతేటి మాదిరిగానే ఈ ఏడాది కూడా బిక్ కంపెనీల్లో లెవెల్స్ కొనసాగుతున్నాయి. ఏపి సేవల కోసం బిక్ బిక్ కంపెనీలు డేటా సెంటర్లు, ఇతర మౌలిక వసతులకు బిలియన్ల కొద్దీ డాలర్లను కుమారించాల్సి వస్తోంది. దీంతో ఆయా కంపెనీలు ఖర్చు తగ్గించే పనిలో బిడ్డాయి. ఇప్పటికే మెటా, మైక్రోసాఫ్ట్ వంటి కంపెనీలు ఈ ఏడాదికి కోతలను ప్రకటించాయి.

### మళ్ళీ భగ్గుమన్న చమురు ధరలు..

ఇరాన్ ఓడరేవులను అమెరికా దిగ్వికరణం చేయడం వల్ల చమురు ధరలు రాపై తీవ్ర ప్రభావం పడింది. ఇరాన్ అణుబలం చేసుకునే వరకు హరూజ్ దిగ్వికరణం కొనసాగతుందని అమెరికా అధ్యక్షుడు ట్రంప్ పేర్కొనడంతో ముడి చమురు ధరలు మళ్ళీ భగ్గుమన్నాయి. దీంతో అంతర్జాతీయంగా బ్రెంట్ క్రూడ్ బ్యారెల్ ధర 6.5 దశలో పెరిగి, 120 డాలర్లు దాటింది. 2022 తర్వాత ఇంతగా పెరగడం ఇదే తొలిసారి కావడం గమనార్హం. నేడు ఒక దశలో 125 డాలర్లకు కూడా ఎగబాకింది.



ఉద్యోగుల భవిష్య నిధి సంస్థ (ఉపీఎఫ్ఐ) చందాదారుల కోసం ఒక బుఫర్ ఫండ్ ఏర్పాటు చేసినట్లు తెలుస్తోంది. ముఖ్యమంత్రి కేసీఆర్ సీఎస్ ఖాతాలో 20,000 మంది ప్రభుత్వ నియమించుకునే ప్రణాళికలో ఉండని ఇటీవల ఇస్పి ప్రకటించిన సంగతి తెలిసింది. ఇదిలా ఉండగా.. గతేటి మాదిరిగానే ఈ ఏడాది కూడా బిక్ కంపెనీల్లో లెవెల్స్ కొనసాగుతున్నాయి. ఏపి సేవల కోసం బిక్ బిక్ కంపెనీలు డేటా సెంటర్లు, ఇతర మౌలిక వసతులకు బిలియన్ల కొద్దీ డాలర్లను కుమారించాల్సి వస్తోంది. దీంతో ఆయా కంపెనీలు ఖర్చు తగ్గించే పనిలో బిడ్డాయి. ఇప్పటికే మెటా, మైక్రోసాఫ్ట్ వంటి కంపెనీలు ఈ ఏడాదికి కోతలను ప్రకటించాయి.

# బజినెస్

### ఇన్ఫోసిస్ లో లేఆఫ్ లెవ్: సీఈఓ

కృత్రిమ మేధ ప్రభావంతో డిగజ్ కంపెనీల్లో కొనసాగుతోన్న లేఆఫ్ లెవ్ అందోళనకు గురిచేస్తోన్న వేగ.. ఇన్ఫోసిస్ సీఎస్ ఖాతాలో చెప్పింది. తమ సంస్థలో ఉద్యోగుల తొలగింపులు చేపట్టబోమని వెల్లడించింది. రాసుకోవచ్చు క్రొత్త నియామకాలు, నైపుణ్యాల పెంపుపై తమ కంపెనీ (Infosys) దృష్టిసారించనున్నట్లు తెలిపింది. గతేటి ఇన్ఫోసిస్ లో ఎలాంటి లేఆఫ్ లెవ్ చేపట్టలేదని కంపెనీ సీఈఓ. సతీష్ భరత్ మనీకంట్లోల్ కు ఇచ్చిన ఇంటర్వ్యూలో పేర్కొన్నారు. రాజీయే రోజుల్లోనూ తొలగింపులు ఉండబోమని వెల్లడించారు. ఏపి రాకతో ఎంపీ లెవల్ ఉద్యోగాల్లో కొన్ని మార్పులు ఉన్నప్పటికీ, కృత్రిమ మేధతో పని పరిధి మరింత విస్తరిస్తుందన్నారు. ఏపి వల్ల ఉద్యోగాల కోతలు ఉండబోవని అభిప్రాయం వ్యక్తం చేశారు. కృత్రిమ మేధను అందిస్తున్నట్లు పేర్కొన్నారు. ప్రస్తుత ఆర్థిక సంవత్సరం (2026-27)లో కంపెనీ కనీసం 20,000 మంది ప్రభుత్వ నియమించుకునే ప్రణాళికలో ఉండని ఇటీవల ఇస్పి ప్రకటించిన సంగతి తెలిసింది. ఇదిలా ఉండగా.. గతేటి మాదిరిగానే ఈ ఏడాది కూడా



బిక్ కంపెనీల్లో లెవెల్స్ కొనసాగుతున్నాయి. ఏపి సేవల కోసం బిక్ బిక్ కంపెనీలు డేటా సెంటర్లు, ఇతర మౌలిక వసతులకు బిలియన్ల కొద్దీ డాలర్లను కుమారించాల్సి వస్తోంది. దీంతో ఆయా కంపెనీలు ఖర్చు తగ్గించే పనిలో బిడ్డాయి. ఇప్పటికే మెటా, మైక్రోసాఫ్ట్ వంటి కంపెనీలు ఈ ఏడాదికి కోతలను ప్రకటించాయి.

### పాత పీఎఫ్ ఖాతాలకు మళ్ళీ ప్రాణం ఇ-ప్రాప్తి పేరుతో కొత్త వెబ్ పోర్టల్

ఉద్యోగుల భవిష్య నిధి సంస్థ (ఉపీఎఫ్ఐ) చందాదారుల కోసం ఒక బుఫర్ ఫండ్ ఏర్పాటు చేసినట్లు తెలుస్తోంది. ముఖ్యమంత్రి కేసీఆర్ సీఎస్ ఖాతాలో 20,000 మంది ప్రభుత్వ నియమించుకునే ప్రణాళికలో ఉండని ఇటీవల ఇస్పి ప్రకటించిన సంగతి తెలిసింది. ఇదిలా ఉండగా.. గతేటి మాదిరిగానే ఈ ఏడాది కూడా బిక్ కంపెనీల్లో లెవెల్స్ కొనసాగుతున్నాయి. ఏపి సేవల కోసం బిక్ బిక్ కంపెనీలు డేటా సెంటర్లు, ఇతర మౌలిక వసతులకు బిలియన్ల కొద్దీ డాలర్లను కుమారించాల్సి వస్తోంది. దీంతో ఆయా కంపెనీలు ఖర్చు తగ్గించే పనిలో బిడ్డాయి. ఇప్పటికే మెటా, మైక్రోసాఫ్ట్ వంటి కంపెనీలు ఈ ఏడాదికి కోతలను ప్రకటించాయి.



ఉపీఎఫ్ఐ పోర్టల్ 3.0 డిజిటల్ పరివర్తనలో ఒక కీలక భాగం. సేవలను మరింత ముందుకు తీసుకువెళ్లాలని ప్రభుత్వ ప్రయోజనం చేసే దుకు, యాంత్రికంగా క్రెయిట్ చేయించు, యూపీఐ అధారిత నగదు ఉపసంహరణలు, ముంబై పెన్షన్ సేమెంట్ స్కెమ్ (సీపీఎస్) వంటి పలు నూతన విధానాలను సంస్థ అందించబోతోంది. మైక్రోసాఫ్ట్ వంటి కంపెనీలు ఈ ఏడాదికి కోతలను ప్రకటించాయి.

# క్రీడలు

### ఇలాంటి ఆటగాడితో ఎప్పుడూ ఆడి ఉండను..

### అభిషేక్ పై హెడ్ ప్రశంసలు



సన్రైజర్స్ హైదరాబాద్ ఓపెనర్ అభిషేక్ శర్మపై సహచర ఆటగాడు క్రావిన్ హెడ్ ప్రశంసలు కురిపించారు. అభిషేక్ సిస్టను బాగా ఆడతాడని, సిస్ట బౌలింగ్లో ఇంతకంటే ఎక్కువ విరుచుకుపడే బ్యాటర్తో ఎప్పుడూ ఆడి ఉండనని హెడ్ పేర్కొన్నారు. బుధవారం ముంబయి ఇండియన్స్ తో జరిగిన మ్యాచ్లో 'ట్రావిష్ షేక్' సిక్స్లు, ఫోర్స్ చేలరేగిపోయారు. ఈ జోడీ తొలి వికెట్ కు 52 బంతుల్లోనే 129 పరుగులు జోడించి జట్టు విజయానికి గట్టిపాటు వేసింది. ఈ మ్యాచ్లో సన్రైజర్స్ గెలిచిన అనంతరం స్పృక్ షేక్ హెడ్ మాట్లాడారు. 'సిస్టర్లు బౌలింగ్ వస్తే అభిషేక్ షేక్ ఇష్టానుకూలంగా ఆడుతాడు. బహుశా నేను ఇప్పటివరకు ఇంతకంటే బాగా సిస్టను ఆడగలిగి బ్యాటర్తో ఆడి ఉండను. సిస్టర్లు బౌలింగ్ ను తుత్తునియలు చేయడంలో నేను చూసిన అత్యుత్తములే అభిషేక్ ఒకడు. అతను

### అతడూ మనిషే..: ముంబయి కోచ్ ప్రేక్షకులకు బోర్ కొడితే

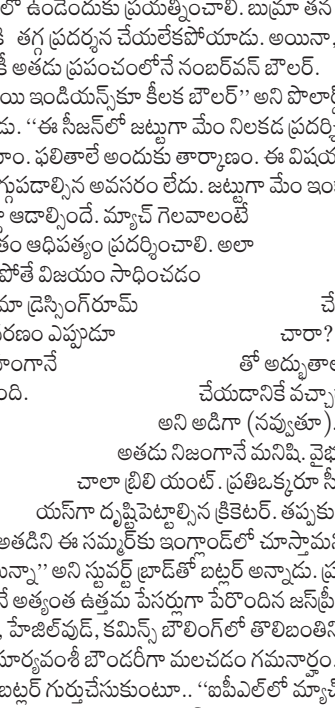
### ఇక అంతే: ముత్తయ్య



ఎం చేశాడో మనం చూశాం. అతడు కూడా మనిషే కదా.. బుధు కూడా మిస్సెక్స్ చేసేందుకు అస్సారం ఉంటుంది. మంచి రోజు కాకపోవచ్చు.. మంచి సీజన్ కాకపోవచ్చు.. కొన్ని నెలలు కలిసి రాకపోవచ్చు.. ఇలాంటివి గతంలో చేసిన మంచిని గుర్తు చేసుకోవాలి. అదే సమయంలో వర్ష మాసంలో ఉండేందుకు ప్రయత్నించాలి. బుధు తన స్థాయికి తగ్గ ప్రదర్శన చేయలేకపోయాడు. అయినా, ఇప్పటికే అతడు ప్రపంచంలోనే నంబర్ వన్ బౌలర్. ముంబయి ఇండియన్స్ కూడా కీలక బౌలర్. అని పాల్ గాల్ తెలిపారు. "ఈ సీజన్లో జట్టుగా మేం నిలకడ ప్రదర్శించలేకపోయాం. ఫలానా అందుకు తారాణం. ఈ విషయంలో మేం సిగ్గుపడాలి అవసరం లేదు. జట్టుగా మేం ఇంకాస్త మెరుగ్గా ఆడాల్సి ఉంది. మ్యాచ్ గెలవాలంటే ఆసాంతం ఆధిపత్యం ప్రదర్శించాలి. అలా జరగకపోతే విజయం సాధించడం కష్టం. మా డెస్టినిటీని చూడండి. తప్పకుండా వాతావరణం ఎప్పుడూ చాలా బ్యాట్ తో అద్భుతాలు ఉంటుంది. చేయడానికి వచ్చాడా? అని అడిగా (నవ్వుతూ). కానీ, అతడు నిజంగానే మనిషి. వైబ్ చాలా టైలి యంట్. ప్రతి ఒక్కరూ సీరియస్ గా దృష్టిపెట్టాలి క్రికెట్. తప్పకుండా అతడిని ఈ సమస్యకు ఇంకాండ్లో చూస్తామని అనుకుంటున్నా" అని స్పష్టం చేశారు. ప్రపంచంలోనే అత్యంత ఉత్తమ మేనర్లుగా పేరొందిన జస్టిస్ బుధు, హేజిల్ వడ్, కమిస్ బౌలింగ్లో తొలిసారిని వైబ్ సూర్యవంశీ బౌలింగ్లో ముందంజ గమనార్హం. దానిని బట్టర్ గుర్తుచేసుకుంటా.. "బిషేక్ లో మ్యాచ్

### అతడు మనిషా.. పవ క్రియేషనా?:

### వైబ్ వై బట్టర్ ప్రశంసలు



లేనప్పుడు గడిచేనే ఉంటా పోనీ చూసా గడుపుతుంటా నేను ఇన్ఫోమామో అలా రోల్ చేస్తూ ఉంటే రాజస్థాన్ - సన్రైజర్స్ మ్యాచ్ అనంతరం ఓ ప్రెజెంటేషన్ వీడియో నా కంట పడింది. పాట్ కమిస్ ఆడిన తొలి మ్యాచ్ అదే.



వృద్ధి కంటే అభిమానులను ఎంటర్టైన్మెంట్ చేయడం, స్వాస్థ్యం, ఫ్యూయర్ అసక్తి కీలక పాత పోషిస్తుందనే వాదన ఉంది. దీనిపై సన్రైజర్స్ హైదరాబాద్ సిస్ట బౌలింగ్ కోచ్ ముత్తయ్య మరణిస్తోంది చెప్పింది. పవర్ ప్లేట్ దూకుడుగా ఆడటం ఓ ప్రధాన కారణమని ముత్తయ్య అభిప్రాయపడ్డారు. "ఇది కచ్చితంగా పవర్ ప్లేట్ జరుగుతోంది. టాప్ ఆర్డర్ బ్యాటర్లు వేగంగా పరుగులు రాబడుతున్నారు. బౌలర్లకు అంతగా సహకారం లభించడం లేదు. మరోవైపు బౌండరీ సైజ్ కూడా చిన్నది కావడం బౌలర్లకు కష్టంగా మారింది. అ పాటు బౌలింగ్ కూడా సహకారించేలా పిచ్ ను రేడి చేస్తే.. ప్రేక్షకులు బోర్ కొడుతుండే చెప్పే ప్రయత్నం లేకపోలేదు. బిషేక్ ప్రకృతి అలానే ఉంది. ఈ విషయంలో బౌలర్లను తప్పు పట్టాలి అవసరం లేదు. 2020 నుంచి మూడు చూసినా ఇందులో ఎంటర్టైన్మెంట్ ను ఎక్కువగా ఆసాని. అందుకే ఫోర్స్, సిక్స్లు చూడాలని కోరుకుంటారు. అలాంటి వారికోసం బిషేక్ లో చాలా మార్పులు చేశారు. ఇంకా క్రూల్ లో అదనంగా బ్యాట్ కు కావడం వల్ల.. స్పృక్ బోర్లపై కనీసం 200 మార్కు కనిపిస్తోంది. ఈ మార్గ లో అవిచ్ఛిన్నం చేసిన చాలా అంశాలు ఉంటాయి. క్రికెట్ ను అభివృద్ధి చేస్తున్నారా? లేదా అనేది ఇక్కడ విషయమే కాదు. క్రికెట్ ను అవకాశాలు మున్నాయి. అభిమానులకు ఎంటర్టైన్మెంట్ రొబుతుంది. ప్రస్తుతం ఇది పెద్ద వ్యాపారం. స్వాస్థ్యం కీలకం. ఆట విసుగు తెప్పిస్తే.. ప్రజలు లీగ్ కు దూరమవుతారు. అప్పుడు స్వాస్థ్యం పాటు ఫ్యూయర్ నూ కోర్ వాల్సిన పరిస్థితి వస్తుంది" అని ముత్తయ్య విశ్లేషించారు.

