

STUDY ABROAD
TOP GLOBAL DESTINATIONS
Free IELTS coaching
GradsUniversity
+91 6301726400

వుడయం

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

బెంగాల్‌లో 15 పోలింగ్ కేంద్రాల్లో రీపోలింగ్



కోల్కతా, మే 1 (పుడయం) :
అసెంబ్లీ ఎన్నికల సందర్భంగా జరిగిన పోలింగ్ కు సంబంధించి రిటర్నింగ్ అధికారులు, పరిశీలకుల సుచి అందించిన నివేదికల ఆధారంగా, పశ్చిమ బెంగాల్‌లోని 15 పోలింగ్ కేంద్రాల్లో తిరిగి పోలింగ్ నిర్వహించాలని ఎన్నికల సంఘం ఆదేశించింది. మే 2వ తేదీన ఉదయం 7 గంటల సుచి సాయంత్రం 6 గంటల వరకు రీపోలింగ్ జరుగుతుంది. **మిగతా 2లో..**

ఇంధన ధరల పెంపుకు అవకాశం

■ ఇంధన ధరలను పెంచడం లేదని ఇండియన్ ఆయిల్ కార్పొరేషన్ ప్రకటన ■ ప్రపంచ స్థాయి ఒడిదుడుకుల నుండి దేశానికి రక్షణ కల్పిస్తామన్న మంత్రి హార్దిష్ సింగ్ ■ గత నాలుగేళ్లుగా పెరగని ధరలు
న్యూఢిల్లీ, మే 1 (ఎఎన్) :
నాలుగు కీలక రాష్ట్రాల్లో అసెంబ్లీ ఎన్నికలు ముగిసిన తర్వాత ఇంధన ధరలు పెరిగే అవకాశం ఉందన్న ఊహాగానాల నడుమ, పెరుగుతున్న నష్టాలు, ప్రపంచ ఇంధన మార్కెట్‌లో నెలకొన్న పరిస్థితుల దృష్ట్యా కేంద్ర ప్రభుత్వం ధరలను పెంచవచ్చని ప్రభుత్వ వర్గాలు శుక్రవారం తెలిపాయి.
హోర్నోల్ జలసంధి గుండా నౌకల రాకపోకలపై అడ్డంకు కొనసాగడం, నిలిచిపోయిన శాంతి చర్యల మధ్య అమెరికా, ఇరాన్ నాయకుల మధ్య మాటల యుద్ధం పెరగడంతో, అంతర్జాతీయ ముడి చమురు ధరలు ఈ వారం బ్యారెల్ కు **మిగతా 2లో..**



సమగ్ర కార్యాచరణతో రండి

గుర్తింపు ఎన్నికలు, విలీనంపై సిఎం
■ పీఆర్ డీ అంశాన్ని పరిష్కరిస్తాం ■ గాజులరామారంలో 100, బహదూర్ గూడలో 150 ఎకరాల్లో బస్ టెర్మినల్లు ■ ఒక్క డ్రైవర్ నూ ఉద్యోగం నుంచి తొలగించం ■ ఉద్యోగులు, మేనేజ్‌మెంట్ మధ్య స్నేహపూర్వక వాతావరణం ఉండాలి. ■ ఆర్టీసీ కార్మిక సంఘాల ప్రతినిధులతో ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి ■ సమ్మె కాలంలో వేతనాల చెల్లింపు, కేసుల ఎత్తివేతకు ఆదేశం



హైదరాబాద్, మే 01 (పుడయం ప్రతినది) :
ఆర్టీసీ మనుగడ, గౌరవాన్ని పెంపొందించే ప్రయత్నాలకు మెరుగైన నివేదికలను సమగ్ర కార్యాచరణతో ముందుకు రావాలని కార్యకర్తల సంఘాల ప్రతినిధులకు ముఖ్యమంత్రి ఎ.రేవంత్ రెడ్డి సూచించారు. గుర్తింపు సంఘం ఎన్నికలు, విలీనంపై అన్ని సంఘాల నాయకులు సమావేశమై సమగ్ర కార్యాచరణ రూపొందించాలని సీఎం సూచించారు. పీఆర్ డీ అంశాన్ని తాము పరిష్కరిస్తామని ముఖ్యమంత్రి హామీ ఇచ్చారు. రవాణా శాఖ మంత్రి హిస్సా ప్రభాకర్, ఇతర ఉన్నతాధికారులతో ఆర్టీసీ కార్మిక సంఘాల ప్రతినిధులు శుక్రవారం జూబ్లీహిల్స్ లోని తన నివాసంలో సమావేశమయ్యారు. ఈ సందర్భంగా ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ గుర్తింపు సంఘం ఎన్నికలు, విలీనంపై వివిధంగా ముందుకు పోవాలనే దానిపై సంఘాల నాయకులు సమావేశమై ప్రభుత్వం

ఎదుట ఆఫీసు ఉంచాలని సూచించారు. ఒకవేళ యూనియన్ల మధ్య ఏకాభిప్రాయం కుదరకపోతే ఏ యూనియన్ కు ఆ యూనియన్ తమ ఆఫీసు ఇస్తామని ఉన్న వాటికి ఆమోదం తెలిపి.. భిన్నాభిప్రాయాలు ఉన్న వాటిపై చర్చిస్తామని సీఎం అన్నారు. ఆర్టీసీ బకాయిలు తమ హయాంలోనే కావని.. కానీ వాటిని చెల్లించేందుకు చిత్తశుద్ధితో ప్రయత్నిస్తామని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి తెలిపారు. గత ప్రభుత్వం ఆర్టీసీ ఉద్యోగుల నిధులను వారు కుందని సీఎం గుర్తు చేశారు. ఆర్టీసీ సమస్యలను ఎప్పటికప్పుడు పరిష్కరిస్తామన్నారు. సమస్యల శాశ్వత పరిష్కారానికి అంతా కలిసిరావాలని, భావోద్వేగాలు, రాజకీయాల ప్రభావాలకు లోనైతే సంస్థకు నష్టం వాటిల్లుతుందని సీఎం అన్నారు. ఆర్టీసీ ఉద్యోగులు, కార్మికులు ప్రభుత్వం చేర్చేటట్టే భావన తమకి

ఇజ్రాయెల్ కు మరింత సైనిక సామగ్రి ఇరాన్ పై తిరిగి దాడులు?

■ 24 గంటల వ్యవధిలోనే అమెరికా నుంచి 6500 టన్నుల సైనిక సామగ్రి ■ అష్‌దోద్, హైఫా రేవుల్లో కార్గో నౌకలు
పుడయం డెస్క్, మే 1: ఒకవైపు కాల్పుల విరమణ, శాంతి చర్యలు అంటూనే అమెరికా ఇరాన్ మధ్య జరుగుతున్న వాగ్యుద్ధాలతో పశ్చిమాసియాలో అనిశ్చిత పరిస్థితి కొనసాగుతోంది. ఒకవైపు, తాను యుద్ధానికి అనుకూలం కానంటూనే, **మిగతా 2లో..**



ఫోన్ ట్యాపింగ్ పై త్వరలోనే సిట్ రెండో ఛార్జ్ షీట్

డీజీపీ సీవీ ఆనంద్
హైదరాబాద్, మే 01 (పుడయం ప్రతినది) :
తెలుగు రాష్ట్రాల్లో సంచలనం రేపిన ఫోన్ ట్యాపింగ్ కేసు విచారణ చివరి దశకు వచ్చిందని డీజీపీ సీవీ ఆనంద్ వెల్లడించారు. త్వరలోనే సిట్ రెండో ఛార్జ్ షీట్ నే కూడా దాఖలు చేయబోతోందని ప్రకటించారు. శుక్రవారం రాష్ట్ర డీజీపీగా బాధ్యతలు స్వీకరించిన సీవీ ఆనంద్ **మిగతా 2లో..**



వాణిజ్య సిలిండర్ల ధరల భారీ పెంపు

ముందే చెప్పానన్న రామాల
న్యూఢిల్లీ, మే 1 (ఎఎన్) :
వాణిజ్య ఎల్పీజీ సిలిండర్ల ధరలో వచ్చిన భారీ పెరుగుదలపై ప్రతిపక్ష నాయకుడు, కాంగ్రెస్ నేత రామాల గాంధీ శుక్రవారం స్పందించారు. వాణిజ్య అవసరాలకు వినియోగించే గ్యాస్ సిలిండర్ల ధరను భారీగా పెంచడంపై ఆయన విమర్శలు గుప్పించారు. వాణిజ్య సిలిండర్ల ధర ఒక్కోజూలో రూ. 99.3కి పెరిగిందని, ఒక్కో జూలో ఇంత భారీగా పెరగడం ఇదే తొలిసారి అయిన సామాజిక మాధ్యమం ఏకైకంగా పోస్టు చేశారు. ఫిబ్రవరి నుంచి ఇప్పటి వరకు ధరలు రూ. 1,380 మేర పెరిగాయని ఆయన పేర్కొన్నారు. మూడు నెలల వ్యవధిలో ఇది 81 శాతం పెరుగుదల అని ఆయన అభివర్ణించారు. ఎన్ని కలానంతరం దేశీయ **మిగతా 2లో..**



ప్రాణహిత-చేవెళ్ల పునరుద్ధరణకు చర్యలు

■ తుమ్మిడిపాట్ల వద్ద బ్యారేజ్ నిర్మాణానికి ప్రణాళికలు ■ మహారాష్ట్రలో ముంపు తగ్గింపుకు ప్రత్యామ్నాయ మార్గాలు ■ ఐఐటీ, హైదరాబాద్ ఆర్ట్స్ అసోసియేట్స్ నిపుణులతో ప్రత్యామ్నాయ అల్లె మొట్ట పరిశీలన ■ ఎన్.డి.ఎస్.పి మార్గదర్శనం మేరకు మేడిగడ్డ, సుంబిళ్ల, అన్నారం బ్యారేజ్ లకు మరమ్మత్తులు ■ ఆదిలాబాద్, రంగారెడ్డి జిల్లాలకు సాగునీరు
హైదరాబాద్, మే 01 (పుడయం బ్యూరో) :
ఉమ్మడి ఏపీలో కాంగ్రెస్ పార్టీ ప్రభుత్వం ప్రారంభించిన చేవెళ్ల ప్రాణహిత వద్ద బ్యారేజ్ నిర్మాణానికి రాష్ట్ర ప్రభుత్వం కట్టబడి ఉందని రాష్ట్ర సీటి పౌరుల శాఖ మంత్రి ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి స్పష్టం చేశారు. అందుకు తుమ్మిడిపాట్ల వద్ద నిర్మించ తలచెట్టిన బ్యారేజ్ నిర్మాణానికి మహారాష్ట్రతో సంప్రదింపులు జరిపేందుకు పూర్తి స్థాయిలో సాంకేతిక ప్రతిపాదనలు సిద్ధం చేయాలని ఆర్.టి. అసోసియేట్స్, ఐఐటీ హైదరాబాద్ ప్రతినిధులను ఆదేశించారు. తుమ్మిడిపాట్ల వద్ద నిర్మించ తలచెట్టిన బ్యారేజ్ నిర్మాణానికి మహారాష్ట్రతో సంప్రదింపులు జరపనున్న నేపథ్యంలో ఉభయరాష్ట్రలకు అనువైన పద్ధతిలో ఉండేందుకు ప్రతిపాదనలు రూపొందించడంతో పాటు అంతర్ రాష్ట్ర జల ఒప్పందాలు అంతంపై మంత్రి ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి శుక్రవారం బేగంపేట లోని తన క్యాంప్ **మిగతా 2లో..**



రైతు సమస్యలపై బీజేపీ పోరు

■ అన్నదాతలకు ఇచ్చిన హామీలన్నీ అమలు చేయాల్సిందే ■ తాలు, తరుగు, తేమ లేకుండా వడ్డు కొంటామన్న హామీ సమాధి చేశారా? ■ వడ్డుకు బోసిన హామీ అంతా ఉత్తిదేనా? ■ పత్తి పంటకు కనీస మద్దతు ధర ఎక్కాటి ముంచారు ■ సీఎం రేవంత్ కు కేంద్రమంత్రి బండి సంజయ్ లేఖ
హైదరాబాద్, మే 01 (పుడయం ప్రతినది) :
రాష్ట్రంలోని రైతులను వెంటనే ఆదుకోవాలని కేంద్ర హోం శాఖ సహాయ మంత్రి బండి సంజయ్ సీఎం రేవంత్ రెడ్డిని డిమాండ్ చేశారు. రాష్ట్రంలోని అన్నదాతలకు ఇచ్చిన హామీలన్నీ అమలు చేయకుంటే అందోళన **మిగతా 2లో..**



సమస్యల పరిష్కారానికి ప్రభుత్వం కట్టుబడి ఉంది

ఉద్యోగ సంఘాలతో డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్క భేటీ
హైదరాబాద్, మే 01 (పుడయం ప్రతినది) :
రాష్ట్రంలో ఉద్యోగులు ఎదుర్కొంటున్న సమస్యల పరిష్కారానికి ప్రజా ప్రభుత్వం అత్యంత చిత్తశుద్ధితో కృషి చేస్తోందని ఉప ముఖ్యమంత్రి భట్టి విక్రమార్క పునరుద్ఠించారు. శుక్రవారం సాయంత్రం మహాత్మా జ్యోతిరావు ఫూలే ప్రజాభవన్ లో వివిధ ఉద్యోగ సంఘాల నాయకులతో ఆయన సుదీర్ఘంగా భేటీ అయ్యారు. ఈ సందర్భంగా ఉద్యోగుల విన్నవాలను సాధనంగా విన్నవించిన, వారి సమస్యలపై సానుకూల హామీ ఇచ్చారు. ప్రభుత్వానికి ప్రజలకు వారధి **మిగతా 2లో..**



పవన్ ఖేరాకు ముందస్తు బెయిల్ మంజూరు

విచారణకు సహకరించాలని పవన్ ఖేరాను 2 లో..

ఏసీబీ డైరెక్టర్ గా అవినాష్ మహాంతి బాధ్యతలు స్వీకరణ

హైదరాబాద్, మే 01 (పుడయం బ్యూరో) :
రాష్ట్ర ఏసీబీ నిరోధక శాఖ (ఏసీబీ) డైరెక్టర్ గా సీనియర్ ఐపీఎస్ అధికారి

పసుపును ఆహార పంటగా గుర్తించండి

క్వింటాల్ కు రూ. 16 వేల మద్దతు ధర ప్రకటించండి :

సందర్భానుసారంగా మాట్లాడటం నేర్చుకో

కేటీఆర్ కు ప్రభుత్వ విప్ అధ్యక్షి సూచన
హైదరాబాద్, మే 01 (పుడయం ప్రతినది) : మేడి రోజు కేటీఆర్ బుద్ధివేసి



పశ్చిమ బెంగాల్ లో బీజేపీ నేతృత్వంలోని ప్రభుత్వం ఏర్పడే అవకాశం ఉందని అంచనా వేసిన ఎగ్జిట్ పోల్ విశ్లేషణను ఏమిటి? గతంలో ఆ అంచనాలు తప్పని రుజువున సందర్భాల లేవా? ఇప్పటివరకు ఏ ఎగ్జిట్ పోల్ వాస్తవమని తేలింది? ఇదే ప్రశ్నలతో పశ్చిమ బెంగాల్ ఎన్నికల సమయంలో కూడా, దాదాపు అన్ని ఎగ్జిట్ పోల్స్ అధికారం భారతీయ జనతా పార్టీకే దక్కుతుందని అంచనా వేశాయి. కానీ ఫలితం ఏమిటి? కాబట్టి మనం ఇంకెంతో కాలం వేచి ఉండాలి అవసరం లేదు. సోమవారం నాడు మనం సచివాలయంలో గౌరవ వందనం స్వీకరిస్తున్నప్పుడు, ఫలితాలు కూడా వెలువడతాయి. నాకు తెలిసినంతవరకు, ఈ ఎగ్జిట్ పోల్స్ మరోసారి తప్పని రుజువువౌతాయి. నిజానికి, ఒక ఏజెన్సీ అయితే తమ ఎగ్జిట్ పోల్స్ ప్రమరించడానికి కూడా నిరాకరించింది. బహుశా ఆ ఫలితాలు తమకు అనుకూలంగా లేకపోవడం వల్ల, వారు దానిని పూర్తిగా విరమించుకోవాలని నిర్ణయించుకున్నారు.

- ఒమర్ అబ్దుల్లా, జమ్మూ కాశ్మీర్ ముఖ్యమంత్రి

వేమన' పద్యం

పరగ రాతిగుండు పగులగొట్టను వచ్చు కొండలన్ని సుండి గొట్టవచ్చు కలిసచిత్తు మనసు కలిగింపగారాడు విశ్వదాభరామ వినురవేమ

సంపాద కీయం

అందరికీ తెలిసిన విషయమే, కొత్తదేమీ కాదు. కానీ మహిళ ఇన్స్టాన్షాల మీద ఆధారపడిన అతి సుస్థిరమైన అంశం. కేంద్ర ప్రభుత్వానికి, సుప్రీం కోర్టుకి లేదా అఖిల భారత వైద్య శాస్త్రాల సంస్థ (AIMS) కు దేశ ఆయుర్వేద న్యాయస్థానానికి మధ్య వైరుధ్యాన్ని సృష్టించిన సమస్యగా మారింది. ప్రాణహాని కలిగించే ప్రమాదం ఏ కొంచెం గల అరుదైన సందర్భంలో ప్రాణాన్ని కాపాడాలనే నెపం మీద అత్యున్నత విలువల కూడిన ప్రజాస్వామిక హక్కును కాల రాయాలా, ఆధునిక వైద్య శాస్త్రం ప్రసాదించిన నైపుణ్యంతో ఇటు ప్రాణాన్ని అటు ప్రజాస్వామ్యాన్ని రెండింటినీ కాపాడే బాధ్యతను వాచవక్తగా నిర్వహించాలా అనే మిమ్మానంలో సుప్రీం కోర్టు సుప్రీం ఎటువంటి రాజీవీ మిమ్ దూరే సంద సైతం ఇప్పుడూ రెండో దానివైపు మొగ్గడం చరిత్రాత్మక పరిణామం. రాజ్యాంగం 21వ అధికరణం కింద గర్భ విచ్ఛిత్తి విషయంలో ఆ మహిళలే అంతిమ నిర్ణయమని ఇటువంటి కేసుల్లో

న్యాయస్థానాలు ఆ మహిళ వ్యక్తిగత గౌరవ హోదాలకు, శారీరక స్వయంప్రతిపత్తికి, మానసిక ఆరోగ్యానికి ప్రాధాన్యమివ్వాలని చట్టం కంటే అవే ఉన్నతమైనవి సుప్రీం గా చెప్పింది. ఒక మైనర్ (15 సంవత్సరాల) బాలిక మోస్తున్న 30 వారాల గర్భాన్ని తొలగించి తీరాలని భారత ప్రధాన న్యాయ మూర్తి (సి జెబి) సూర్యకాంత్, జస్టిస్ జోయ్ మాల భాగ్యలతో కూడిన ధర్మాసనం

కావలసినదేనని కోరుకుంటున్నాము. ఇది బాల్య అత్యాచారం కేసు. ఈ గర్భాన్ని అనుమతిస్తే అమె జీవితాంతం కుంగి కృశించిపోవలసి వస్తుంది. ఇప్పుడే గర్భం పిందానికి దానిని మోస్తున్న బాలికకు మధ్య పోరాటం గర్భాన్ని భరించవలసిందిగా ఒక మైనర్ అడపిల్లను శాసించకూడదు. వట్టం చైతన్యవంతంగా, మాతృత్వం కలిగి ఉన్న అనుగుణంగా ఉండాలి అని ధర్మాసనం నొక్కి చెప్పింది. బాలికను

తిరుగు లేని సుప్రీం న్యాయం

గురువారం నాడు తీర్పు ఇచ్చింది. ఈ కేసులోనే ఇంతకు ముందోకసారి సుప్రీం కోర్టు ఇచ్చిన ఇదే తీర్పుపై ఢిల్లీ ఎయిమ్స్ అభ్యంతరం చెబుతూ దాఖలు చేసిన క్యూజీవీవ్ పిటిషన్ ను విచారణకు స్వీకరించడానికి నిరాకరించిన తర్వాత సి జెబి ధర్మాసనం ఈ తీర్పు ఇచ్చింది. ఏ మహిళ మీదైనా తనకు ఇష్టం లేని గర్భాన్ని రుద్దుకూడదు. ఆరోపించడం అమె బాలిక. ప్రస్తుతం అమె చదువుకుంటూ ఉండవచ్చు. అయినా అమె తల్లి

లేవ్ చేయగ వచ్చిన గర్భానికి సంబంధించి దానిని మోయాలా వద్దా అనే విషయంలో తుది నిర్ణయాధికారం ఆ బాలికదేనని కూడా ధర్మాసనం ఖచ్చితంగా చెప్పింది. బాలిక తనను ఆశ్రయించి కాబట్టి 30 వారాల సమయంలో కూడా గర్భాన్ని తొలగించాలనే సి జెబి తో కూడిన ధర్మాసనం తీర్పు చెప్పింది. ఇందుకు రాజ్యాంగం 142 కింద తనకున్న విశేష అధికారాలను వినియోగించింది. 30 వారాల గర్భం అయినందున పిండం ఈ

సరికి ప్రాణంగా మారి ఉండవచ్చని, దానిని తొలగిస్తే గర్భస్థ శిశుపిండం తీవ్ర లోపాలతో బయటపడవచ్చని పిందాన్ని మోస్తున్న బాలికకు కూడా శారీరక లోపాలు సంక్రమించి మచ్చీకడుపు పండి అవకాశాలను కోల్పోవచ్చని ఢిల్లీ ఎయిమ్స్ తరఫున బాబీ వాదించారు. అయినా అలాంటివి గర్భాన్ని మోసి తీరాలని బలవంతం చేయడం తగదని సుప్రీం ధర్మాసనం గట్టిగా భావించడం బాగుంది. సుప్రీం కోర్టు ఇటువంటి తీర్పులిచ్చిన సందర్భాలు గతంలోనూ ఉన్నాయి. అన్ని కేసుల్లోనూ అలాంటివే గర్భాన్ని చట్టబద్ధంగా తొలగించజేసుకునే హక్కు మహిళకు ఉన్నదనే దాని దృఢ అభిప్రాయం. 1971 నాటి వైద్యపరమైన గర్భ విచ్ఛిత్తి చట్టాన్ని 2021 లో సవరించారు. దీని ప్రకారం సాధారణంగా గర్భ విచ్ఛిత్తి గరిష్ట పరిమితి 24 వారాలు. కానీ అమిహిత మహిళలకు గర్భం వదిలించుకునే స్వేచ్ఛను అది కలిగించలేదు. మిహిత, అమిహిత అనే తేడా లేకుండా, సహితకమైన ఎంత అలస్యమైనా మైనర్ లేవ్ కేసుల్లో గర్భం తొలగింపుకి అనుమతించేలా గర్భాన్ని చట్టాన్ని సవరించాలని సుప్రీం కోర్టు ఇచ్చిన ఆదేశాన్ని శిరసావహించవలసి వుంది.

రచనలు పంపండి

వృద్ధయం సాహిత్య పేజీ 'ఉష' కు సాహిత్య వ్యాసాలు, కవితలు, విమర్శలు పంపించాలని రచయితలకు ప్రత్యేకంగా విజ్ఞప్తి చేస్తున్నాం. అలాగే సంపాదకీయం పుస్తకం రాజకీయ అర్థిక, సామాజిక, సాంస్కృతిక తదితర రంగాలపై వ్యాసాలు, సంపాదకీయం తయారీ పంపించవలసిందిగా కోరుతున్నాం. వాటిని ఈ కింది ఈమెయిల్ కు పంపించాలని మనవి. voodayam2007@gmail.com Website : www.voodayam.com Editor : 9247698676 1-7-25/5, Risalagadda, RTC X Roads, Hyderabad - 500020

సామాన్యుడి కోసం ఒక కార్పొరేట్ ఆసుపత్రి!

ఫీజు కేవలం రూ. 10 మాత్రమే!



హైదరాబాద్ నగర రానికి కొద్దిదూరంలో... యదాది దారి మధ్యలో... 200 ఎకరాల చక్కని విస్తీర్ణంలో ఒక ఆశ నిలబడి ఉంది. కార్పొరేట్ హాస్పిటల్ లో బిల్లుల భారంతో పంగిపోయిన సామాన్యుడికి, "తక్కువ ఖర్చుతో కూడా అత్యుత్తమ వైద్యం సాధించండి" అని నిరూపిస్తూ ఎదురు చూస్తోంది ఒక ప్రభుత్వ ఆసుపత్రి. అదే AAIMS Bibinagar.

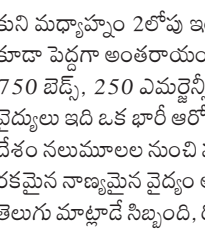
ఒక్కసారి ఈ గేటు దాటితే... వైద్యం గురించి మీ అభిప్రాయం పూర్తిగా మారిపోతుంది.

₹ 10 కోట్ల ప్రారంభమయ్యే ఆరోగ్య భద్రత
మన దేశంలో మంచి డాక్టర్లను కలవాలం దే కనీసం ₹ 500 నుంచి ₹ 1500 వరకు ఖర్చు అవుతుంది. కానీ ఇక్కడ కథ చెప్పాలి ఉంటుంది. కేవలం ₹ 10 టికెట్ తోనే జనరల్ ఫిజిషియన్ నుంచి స్పెషలిస్ట్ వరకు అన్ని విభాగాల డాక్టర్లను సంపాదించవచ్చును. ఒక్కసారి ఆలోచించండి... అదే చికిత్సకు మీరు బయట ఖర్చు చేసే డబ్బుతో పోలిస్తే, ఇక్కడ మీరు వందల రూపాయలు ఆదా చేస్తున్నారు.

పాస్ పాస్ కాదు... ఆరోగ్యానికి కొత్త అభిమానం
200 ఎకరాల చక్కదనం మధ్య విస్తరించిన ఈ క్యాంపస్ లో అదుగుపెట్టలేక, సాధారణ హాస్పిటల్ అనిపించదు. పరిశుభ్రత, గాలి, వెలుతురు ప్రతి మూలలోనూ కనిపిస్తాయి. బెడ్రెలు, బాత్ రూమ్లు మెరుగైన ఉండటం... రోగికి గౌరవంతో ట్రిప్లెట్ ఇన్స్టం... ఇవన్నీ ఇక్కడ సాధారణం. క్యాంపస్ లో కూడా సరసమైన ధరలు ₹ 75 కి పూర్తి భోజనం. ఇది ఆరోగ్యంకోసం పాటు గౌరవాన్ని కూడా ఇస్తుంది.

ప్రయాణం సులభం... చికిత్స వేగం
బీబీనగర్ కు దూరం సాకర్ గా ఉన్నాయి. మహిళలకు ఉచిత బస్సులు, పురుషులకు తక్కువ ఛార్జీలు ఉదయం 7 గంటలకు బయలుదేరితే, పరీక్షలు పూర్తిచేసుకుని మధ్యాహ్నం 2లోపు ఇంటికి చేరుకోవచ్చు. ఉద్యానానికి కూడా పెద్దగా అంతరాయం ఉండదు.

750 బెడ్లు, 250 ఎమ్బిబీ బెడ్లు, దాదాపు 1000 మంది వైద్యులు ఇది ఒక శారీరక ఆరోగ్య వ్యవస్థ. దేశం నలుమూలల నుంచి వచ్చిన రోగులకు, ఒకే చోట, ఒకే రకమైన నాణ్యమైన వైద్యం అందించడం దీని లక్ష్యం. తెలుగు మాట్లాడే సైబియా, రోగులతో సానుభూతిగా వ్యవహరించడం ఇది ఇక్కడి ప్రత్యేకత.



శ్యాంమోహన్
9440595858

కొత్త జిల్లాల ఏర్పాటు సరిపోతు లడఖ్ కు నిర్మాణాత్మక సంస్కరణలు అవసరం

కుండా, కేవలం సరిపాడులను తిరిగి గీసి అధికారిక పటరచనగా మిగిలిపోయే ప్రమాదం ఉంది. లడఖ్ లకు, ఎన్ని జిల్లాల ఉన్నాయో నేటి సమస్య కాదు. అధికారం ఎవరి చేతిలో ఉందనేది అసలు సమస్య.

వాస్తవ రాజకీయ అధికారం కోసం డిమాండ్
చారిత్రాత్మకంగా తీసుకోవడం నిర్ణయానికి గురైన ఈ ప్రాంతం, ఈ వివక్షకు నిజమైన సంబంధిత ప్రసంగాలలోని సుపరిచితమైన శైలిని ప్రతిబింబిస్తున్నా. ఈ చర్య పరిపాలనను ప్రజలకు మరింత చేరువ చేస్తుంది, ఉద్యోగాలను సృష్టిస్తుంది. ఆర్థిక వృద్ధిని వేగవంతం చేస్తుంది. లడఖ్ లో గవర్నర్ పేర్కొన్నారు. కాగితంపై మాసివేస్తున్నా. ఇది తిరుగులేనిదిగా అనిపిస్తుంది. ఆచరణలో, ఇది 2019లో జమ్మూ కాశ్మీర్ రాష్ట్ర హోదాను రద్దు చేసినప్పటి నుండి అసంతృప్తితో రగిలిపోతున్న ఒక ప్రాంతపు తీవ్ర ఆందోళనలను పరిష్కరించ

కృష్ణ మాదిగ సొంత అజెండా కోసం పరివార్ జెండా ఎత్తుకున్నారా, లేక?!

కులవ్యవస్థను రద్దు చేయాలని, అస్పృశ్యతను రూపుమాపాలని అన్న మంది కృష్ణ మాదిగ, గతంలో ఆర్.ఎస్.ఎస్. అధినేతలు గోల్కల్లూరి, బాలా సాహెబ్ దేవరన్ కూడా అదే అన్నట్లు వారి రచనలనుంచి ఉడహరించారు. ఆయన ప్రస్తావించినట్లు లేదు కానీ, అమధ్య ప్రస్తుత సర్ సంఘ చాలకీ మోహన్ భాగవత్ కూడా 'కులం ఒక సమస్య' అని వ్యాఖ్యానించారు.



రివార్ అజెండాకు సాయపడే రూపంలో వీరు మూల్యం చెల్లించుకోవలసి ఉంటుందన్నమాట. సంఘపరివార్ అజెండా ఏమిటో స్పష్టమే... స్థూలంగా చెప్పాలంటే, ఈ దేశంలోనే మెజారిటీ మతస్థులందరినీ కుల, వర్ణ, ప్రాంత, భాషాభేదాలకు అతీతంగా మతం అనే గోడుగు కిందికి తెచ్చి సంఘటితం చేయడం! దేశాన్ని మతాధారిత రాష్ట్రంగా ప్రకటించడం!

దీనిని బట్టి అస్పృశ్యతనూ, దానిని మూలమైన కులవ్యవస్థనూ సమస్యలుగా ఆర్.ఎస్.ఎస్. ఎప్పుడో గుర్తించింది. కానీ ఇన్నెక్లూజీవ్ వాటి నిర్మూలకు ఉద్దేశ్యంతోనే నడుంకట్టి విమైతా చేసిందా, చేయకపోతే ఎందుకు చేయలేదు, తమ భావజాలవక్షం అధికారంలోకి వచ్చాక చూడాలి అనుకుందా, లేక, అదో కందిగిల తట్టునీ, దానిని పురుష కరదకూడదనీ అనుకుని ఊరుకుందా -ఇలా అనేక ప్రశ్నలు ఉత్పన్నమవుతాయి.

అటువంటిది, భారతీయ సమాజంలో అతిముఖ్య పాత్ర వహించిన కులవ్యవస్థను, దాని దుష్ఫలితమైన అస్పృశ్యతనూ ఆర్.ఎస్.ఎస్. ఇతర సంఘ పరివార్ నుండి భాగం చేసుకున్నాయి. వాటిని ఒక వైఖరిని తీసుకుని ప్రయాణం ఉంచారు. వాటి గురించి పట్టించుకోవలసినంతగా పట్టించుకోవలేదు. పట్టించుకోలేదనే అనుకుంటే అది పొరపాటున జరిగిందా, లేక ఇంకేమైనా కారణాలు అర్థమవుతాయో అనేవి సహజంగానే తలెత్తి మరీకొన్ని ప్రశ్నలు.

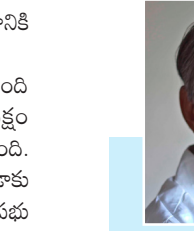
ఇది కేవలం ఒక హాస్పిటల్ కాదు. మనలాంటి సాధారణ ప్రజల కోసం నిర్మించిన శాంతి య సంపద.

వైద్యం కోసం అప్పులు చేసి జీవితాన్ని భారంగా మార్చుకునే కుటుంబాలకు ఇది ఒక వెలుగు. మీ పరిచయంలో ఎవరికైనా చికిత్స కోసం ఇబ్బంది ఉంటే... ఒక చూట చెప్పండి... ఒక్కసారి బీబీనగర్ ఎయిమ్స్ కి వెళ్లి చూడండి." ఇది కేవలం తెలియజేయకే పరిమితం కాదు. దేశంలో ఎవరైనా చచ్చి ఆరోగ్యపరీక్షలు చేపించుకోవచ్చు. ఆధార్ కార్డు ఉంటే చాలు. 'అని

మంద కృష్ణమాదిగ పై ప్రశ్నల్లోకి తలదూర్చలేదు కానీ, మీ నాయకులే తీవ్ర సంఘర్షణ గుర్తించిన అస్పృశ్యత, దానిని మూలకారణమైన కులవ్యవస్థ విషయంలో ఇప్పుడు మీరే చేయబోతున్నారన్నట్లుగా సంఘ పరివార్ మొత్తానికి ఒక సవాలు విసిగారు. సంఘ పరివార్ కు చెందిన కింది శ్రేణి నాయకులు, కార్యకర్తలు, వారి భావజాలాన్ని సమర్థించేవారలా 'నిజమే, కులవ్య

వస్తా, అస్పృశ్యతా అంతరం వలననే' నుంటూ మంద కృష్ణమాదిగ డిమాండ్ కు నోటిమాటగా మద్దతు వలకవచ్చు. కానీ అది శంఖంలో పోసిన తీర్థం అవుతుందా? అయినప్పుడే కదా అది సంఘ పరివార్ విధానంగా జనంలోకి వెళ్ళి విరూపం ఇవ్వడానికి మొదటి ప్రయత్నిస్తుంది.

కనీసం సంఘ పరివార్ విధానంగా మారి విశ్వసనీయతను ఎప్పుడు పొందుతుందంటే, మోహన్ భాగవత్ నోటా, ప్రధాని సరేంద్ర మోడీ నోటా, కనీసం బీజేపీలోనూ, ప్రభుత్వంలోనూ ద్వితీయ స్థానంలో ఉన్న అమిత్ షా వంటి వారి నోటా వినిపించినప్పుడూ, క్రియలో ఒక్క అడుగునా వాటి గురించి పట్టించుకోవలసినంతగా పట్టించుకోవలేదు. పట్టించుకోలేదనే అనుకుంటే అది పొరపాటున జరిగిందా, లేక ఇంకేమైనా కారణాలు అర్థమవుతాయో అనేవి సహజంగానే తలెత్తి మరీకొన్ని ప్రశ్నలు.



కృష్ణా భాస్కర్
9440595858

కొబ్బరి నీళ్లు, సబ్జా గింజలు కలిపి తీసుకోవచ్చా..? ఆరోగ్యానికి మంచిదేనా..

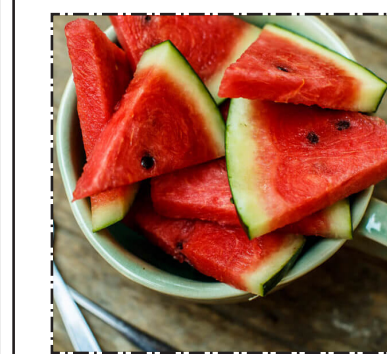


వేసవిలో చాలామంది దీహైడ్రేషన్ గురై మాత్రమిండాలో రాళ్ల సమస్యను ఎదుర్కొంటుంటారు అంటున్నారు నిపుణులు. అందుకు కొబ్బరి నీళ్లు, సబ్జా గింజలు సమర్థవంతంగా పని చేస్తాయి. అసలు వేసవిలోనే మాత్రమిండాలో రాళ్ల సమస్య ఎందుకు అధికంగా ఉంటుందంటే.. రికార్డు స్థాయిలో నమోదయ్యే అధిక ఉష్ణోగ్రతలు శరీర సాధారణ పరిమితిని పై అధిక ఒత్తిడిని కలిగిస్తాయి. దీనిని హీట్ స్ట్రెస్ లేదా వడ దెబ్బ అంటారు. శరీర ఉష్ణోగ్రతను నియంత్రించడానికి అధికంగా నీరు కోల్పోవడం వల్ల దీహైడ్రేషన్ సంభవించ వచ్చు. మాత్రం కూడా చిక్కగా మారుతుంది. దాని రంగును బట్టి శరీరం ఎంత దీహైడ్రేషన్ గురైందో తెలుస్తుంది. అలాంటి దైంట్లో మన తీసుకునే ఆహారం శరీరానికి వేడి చేసే విధి అయితే మాత్రమిండాలో రాళ్లు ఏర్పడే అవకాశాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. అందువల్ల ఈ సమయంలో తగినంత నీరు తీసుకోవడంపై చాలా కేర్ తీసుకోవాలి. అంతేగాదు శరీరంలో ఎలక్ట్రైట్లు, ఖనిజాలు, విటమిన్లు సమతుల్యంగా ఉండేలా చేసుకోవడానికి, వివిధ వనరుల ద్వారా నీటిని తీసుకోవడం అత్యంత అవసరం. ప్రకృతి అందించే సహజమైన ద్రవం.. కొబ్బరి నీరు శరీరానికి ఎలక్ట్రైట్లు, యు షాట్లను అందించే ఒక సహజ జల వనరుగా పేరొంటారు. అంతేకాకుండా, దీనికి నిర్విషకత, బాక్టీరియా నిరోధక, పునరుత్పన్నం, జీర్ణింపు, మాత్రమిండా వంటి బాధ గుణాలు కూడా ఉన్నాయి. మాత్రమిండా నుంచి లవణాలను బయటకు పంపడానికి తగినంత నీరు అందనప్పుడు మాత్రమిండాలో రాళ్లు ఏర్పడతాయి, కాబట్టి ఇది వాటిని నివారించగలదు. తరువాత కొబ్బరి నీరు తీసుకోవడం వల్ల మాత్రం వలువ

చక్కని ఆరోగ్యం

భోజనం తర్వాత తీసుకోకపోవడమే మంచిదా..?

పుచ్చకాయ పోషకాలు అధికంగా ఉండే పండు. ఇది తిన్న వెంటనే కడుపు నిండిన అనుభూతి అందిస్తుంది. అయితే చాలామంది ఈ పుచ్చకాయ తిన్న వెంటనే కడుపు బాగుండా ఉంటుంది పిచ్చాయలు చేస్తుంటారు. ఎందుకంటే.. సర్వసాధారణంగా ఇలా ఎందుకు జరుగుతుందంటే భారీ భోజనం తర్వాత విషుదైతే పుచ్చకాయ తింటారో ఆ క్రమమే ఈ సమస్య ఉత్పన్నమవుతుంది చెబుతున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు. అందులోనూ వేసవి ఉష్ణోగ్రతలు కారణంగా పుచ్చకాయ వినయోగం ఆలోచించి పెరుగుతుంది. అందువల్ల ఇలా వేసవిలోనే ఈ సమస్య తీవ్రమవుతుందా? లేక ప్రతిసారి ఇలానే జరుగుతుందా అంటే.. నిజానికి వేసవిలో కడుపు ఉబ్బరం సర్వసాధారణమని అంటున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు. ఎందుకంటే అధిక వేడి కారణంగా శరీరం తన అంతర్గత ఉష్ణోగ్రతను నియంత్రించడానికి ఇబ్బంది పడుతుంది అంటే జీర్ణక్రియ నెమ్మదిస్తుంది చెబుతున్నారు. తత్ఫలితంగా ఈ సమస్య వస్తుంది చెబుతున్నారు. కాబట్టి ఈ కారణం అధిక నీటి శాతం ఉన్న పండ్లు, తినే భోజనం రెండు సమతుల్యంగా ఉంటే ఈ సమస్య రాదని అంటున్నారు. అంతేగాదు మనం పుచ్చకాయలను తీసుకునే విధానం కారణం



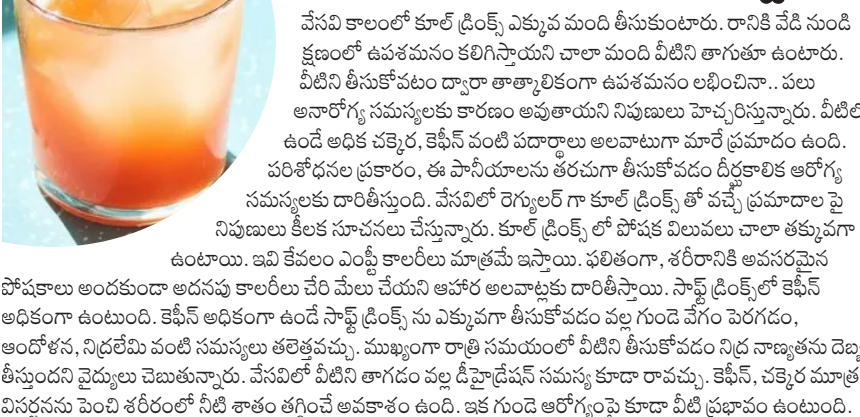
గానే ఈ కడుపు ఉబ్బరం లేదా గ్యాస్ సమస్య వస్తుంది చెబుతున్నారు. అంతేగాదు అలాంటి సమయంలోనే జీర్ణక్రియ పుచ్చకాయ ప్రభావం చూపిస్తుంది. అధికంగా పుచ్చకాయలో అధికంగా ప్రోటీన్ ఉండటం వల్ల వైట్లెస్లో ఇది ఫలితం. గ్యాస్ ఉత్పత్తి అవ్వడానికి దారితీసే కడుపు ఉబ్బరం, అసౌకర్యం వంటివి కలుగుతాయని చెబుతున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు. అధికంగా మనం తినే భోజనంలో పోల్చి పుచ్చకాయ వంటి పండ్లు జీర్ణాయం గుండా వెళ్లగా ప్రయాణిస్తాయి. ఎప్పుడైతే ఈ రెండింటిని కలిపి తీసుకుంటామో దాని ఫలితం ఈ పుచ్చకాయ ముక్కుల జీర్ణం కావడాన్ని అలస్యం చేస్తుంది. దాంతో ఫలితం వెబ్బడం, గ్యాస్ వేసవి విముక్తినిచ్చే వలస చేసే విషయమే ఈ మారేడు పానకం. దీన్ని ఓడియో ప్రజలు తమ సంవత్సరాది రోజులు చేసుకుని తింటారు. అచ్చం మన గూడూరి పచ్చడిలా వాళ్లు ఈ మారేడు పానకం తయారు చేసుకుంటారు. వాళ్ల సంవత్సరం

పెరుగు అన్నం vs లెమన్ రైస్: ఈ సమ్మర్లో డయాబెటిస్ రోగులకు ఏది మంచిది..



పెరుగు అన్నం vs లెమన్ రైస్: ఈ సమ్మర్లో డయాబెటిస్ రోగులకు ఏది మంచిది.. పెరుగు, అన్నంపై పాటు కరకరాల మసాలాలు. కర్రపాకు కలిపి తయారు చేస్తారు. ఇది రుచిని కోడించడమే కాకుండా, రక్తంలో చక్కెరను పెంచే ప్రభావాన్ని కూడా తగ్గిస్తుంది. వేడి తీవ్రంగా ఉన్నప్పుడు అధికంగా తయారు చేస్తారు. శరీరానికి చల్లదాన్ని అందిస్తూ.. రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను అదుపులో ఉండేలా చూసుకునే పోషకమైన ఆహారం. దీని తయారీలో సాదా అన్నాన్ని పెరుగుతో కలుపుతారు. దీనిలో ప్రయోజనకరమైన ప్రోబయోటిక్స్ ఉంటాయి. ఇది కార్బోహైడ్రేట్ శోషణ లేకుండా నెమ్మదింపజేస్తుంది. అన్నంలో పెరుగు కలపడం వల్ల ఇన్సులిన్ సన్నితత్వం దాని ప్రభావం నెమ్మదిగా ఉంటుంది. ఇది మెదడుని ప్రశాంతంగా ఉంచడమే కాకుండా జీర్ణక్రియను మెరుగ్గా ఉంచుతుంది. దీనిలో ప్రోటీన్, మెరుగైన కొవ్వులు ఉంటాయి. ఇవి రక్తంలోని చక్కెర స్థాయిలను ప్రభావితం చేస్తాయి. వేసవి వేడికి చక్కటి ఉపశమనం కూడా అలాగే గ్లూకోజ్ ప్రభావం దానిని స్థిరపరుస్తుంది కూడా. రక్తంలో చక్కెర నియంత్రణ కోసం ఇది బెస్ట్ ఆహారం. ఇది కార్బోహైడ్రేట్ జీర్ణక్రియను కూడా నెమ్మదింపజేస్తుంది. అందువల్ల ఇది ఇతర వేసవి ఆహారాల కంటే మెరుగైన ప్రత్యామ్నాయంగా ఉంటుంది. దీని తయారీకి ఉపయోగించే సూచన, వేరుశనగలు మరియు అవాలు కలపడం వల్ల రక్తంలో చక్కెర నియంత్రణ ముందు మెరుగుపడుతుంది. పెరుగు అన్నం సాధారణంగా భోజనం తర్వాత గ్లూకోజ్ పెరుగుదలను నెమ్మదింపజేస్తుంది, కాబట్టి దానిని ఎలా తీసుకుంటే మంచిదో దానిపై అవగాహన అవసరం. నియంత్రించుకోవడం అవసరం. నిమ్మకాయ అన్నం ఇందులో ఉపయోగించే సూచన పరిమాణంపై ఆధారపడి ఉంటుంది. అలాగే తినే పరిమాణం కూడా అత్యంత ముఖ్యం. రోజులోని సమయం, శారీరక శ్రమ స్థాయి, వ్యక్తిగతంగా గ్లూకోజ్ తట్టుకునే సామర్థ్యం వంటి అంశాలు రక్తంలో చక్కెరను ప్రభావితం చేస్తాయి. అందువల్ల ఆ రెండింటినీ తీసుకునే పరిమాణం అనేది అత్యంత ప్రధానం అని చెబుతున్నారు పోషకాహార నిపుణులు.

వేసవిలో కూల్ డ్రింక్స్ తాగుతున్నారా బీ అలర్ట్..!!



వేసవి కాలంలో కూల్ డ్రింక్స్ ఎక్కువ మంది తీసుకుంటారు. రానికి వేడి నుండి క్షణంలో ఉపశమనం కలిగిస్తాయని చాలామంది వీటిని తాగుతూ ఉంటారు. వీటిని తీసుకోవడం ద్వారా తాత్కాలికంగా ఉపశమనం లభించినా.. పలు అనారోగ్య సమస్యలకు కారణం అవుతాయని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. వీటిలో ఉండే అధిక చక్కెర, కెఫీన్ వంటి పదార్థాలు అలవాటుగా మారే ప్రమాదం ఉంది. పరిశోధనల ప్రకారం, ఈ పానీయాలను తరచుగా తీసుకోవడం దీర్ఘకాలిక ఆరోగ్య సమస్యలకు దారితీస్తుంది. వేసవిలో రెగ్యులర్ గా కూల్ డ్రింక్స్ వచ్చే ప్రమాదాలపై నిపుణులు కీలక సూచనలు చేస్తున్నారు. కూల్ డ్రింక్స్ లో పోషక విలువలు చాలా తక్కువగా ఉంటాయి. ఇవి కేవలం ఎంపీజీ కాలరీలు మాత్రమే ఇస్తాయి. ఫలితంగా, శరీరానికి అవసరమైన పోషకాలు అందకుండా అదనపు కాలరీలు చేరి మేలు చేయని అవకాశం అలవాటుగా దారితీస్తాయి. సాఫ్ట్ డ్రింక్స్ లో కెఫీన్ అధికంగా ఉంటుంది. కెఫీన్ అధికంగా ఉండే సాఫ్ట్ డ్రింక్స్ ను ఎక్కువగా తీసుకోవడం వల్ల గుండె వేగం పెరగడం, ఆందోళన, నిద్రలేమి వంటి సమస్యలు తలెత్తవచ్చు. ముఖ్యంగా రాత్రి సమయంలో వీటిని తీసుకోవడం నిద్ర నాణ్యతను దెబ్బ తీస్తుంది వైద్యులు చెబుతున్నారు. వేసవిలో వీటిని తాగడం వల్ల దీహైడ్రేషన్ సమస్య కూడా రావచ్చు. కెఫీన్, చక్కెర మాత్రం విస్తృతమైన పెంచే శరీరంలో నీటి శాతం తగ్గించే అవకాశం ఉంది. ఇక గుండె ఆరోగ్యంపై కూడా వీటి ప్రభావం ఉంటుంది.

చలువ చేసే మారేడు పానకం..!



రాధి వైశాఖ మాసంలో వస్తుంది. వాళ్లకి అప్పుడు వసంతకాలం అన్నమాట. వాళ్లు కూడా మనలా ఈ రోజు నంచే చలివేయడాలు ఏర్పాటు చేసి లాభపడతారు ఈ మారేడు పానకం వితరణను ఆననాయుగా చేస్తుంటారు. వేసవి ప్రారంభానికి గుర్తుగా ఈ పానకం తయారు చేస్తారు ఓడియో ప్రజలు. ఇదిలా తయారు చేస్తారుంటే.. మండిన మారేడు పండును పగలగొట్టి, లోపలి గుణ్ణును ఒక గిన్నెలోకి తీసుకోవాలి. ఈ గిన్నెలోకి తగినన్ని నీళ్లు పోసి, చేతితో బాగా మిసికి (లేదా మిక్సీ వల్ల) 15-20 నిమిషాలు నానబెట్టాలి. మిసికిన మిశ్రమాన్ని జలైద ద్వారా పడవోసి, పీచు, గింజలును వేరు చేసి స్వచ్ఛమైన రసాన్ని తీసుకోవాలి. ఈ రసం రుచికి సరిపడా జలైద తురుము లేదా పంచదార వేసి కలిపి పరకలు కలపాలి. చివరగా విల్లికెడు యాకుల పొడి, కావలంటే కొద్దిగా నిమ్మరసం కలిపి, చల్లటి నీరు లేదా ఐస్ క్యూబ్స్ వేసి సర్వీ చేసుకోవచ్చు. ఈ చల్లటి పానీయం వేసవి వేడి నుంచి శరీరాన్ని చల్లగా ఉంచడమే కాకుండా ఆరోగ్య ప్రదం కూడా.

చిన్నారులకు ఆచరణిండ్లు వద్దు..!



పెరుగుదలకు హానికరం చిన్నారులకు పెరుగుదలపై ఈ జంక్ ఫుడ్స్ తీవ్రమైన ప్రభావాన్ని చూపుతాయి. ముఖ్యంగా ఎక్కువ క్యాలరీలు, చక్కెర, ఉప్పు ప్రభావం వారిలో రోగనిరోధక శక్తి సలిపి అనారోగ్య సమస్యలకు దారితీస్తాయి. వీటిలో ఎటువంటి ప్రోటీన్లు, విటమిన్లు ఉండవు. దీనివల్ల పెరుగుదల, రోగనిరోధక శక్తి తగ్గుతుంది. బర్గర్లు, పిజ్జా, చిప్స్, సోడాలో పోషకాలు తక్కువ, క్యాలరీలు ఎక్కువ ఉంటాయి. దీంతో శరీరం పోషక లోపంతో ఎదుగుతుంది. అధిక బరువు, గుండె, బిలిరీ సమస్యలకు దారితీస్తాయి. ఎక్కువ చక్కెర, ఫ్యాట్ వలన స్థూలకాయం, మధుమేహపు ప్రమాదం, ఫాటీ లివర్ మొదలైన సమస్యలు చిన్న వయసులోనే వచ్చే ప్రమాదం ఉంది. అలాగే మార్గక తగ్గి, చిరాక, అలసట, నిద్రలేమి సమస్యలు వస్తాయి. చిన్నారులకు జంక్ ఫుడ్స్ మాన్యించే విషయంలో తల్లిదండ్రుల నుంచి మార్పు రావాలి. ఇంట్లో తల్లిదండ్రుల ఆహారం అలవాటును ఆనననంగా పిల్లల ప్రవర్తనలో మార్పు కనిపిస్తుంది. ఆరోగ్యకరమైన ఆహారాన్ని అందించే విషయంలో ఆకర్షణీయంగా ఇంట్లోనే పదార్థాలను తయారు చేసే వారికి అందిస్తారు. అంతేకాకుండా కొన్ని సందర్భాల్లో ఆహారాన్ని తయారు చేయడంలో పిల్లల భాగస్వామ్యం ఉండే విధంగా చూడాలి. దీనివలన వారు తయారు చేసిన ఆహారాన్ని ఎలాగైనా తినాలనే మార్పు వస్తుంది. ఆరోగ్యకరమైన ఆహారాన్ని తినే విషయంలో వారిని

స్కిన్ కు సన్ స్టాక్..!



ఎందుకు ఎక్స్ పోజ్ అయినప్పుడు సూర్యుడి రేడియేషన్ ప్రభావాలేమిటి, వాటి వల్ల చర్మంపై పడే రకరకాల ప్రభావాలు, వాటి కారణంగా వాటిని నివారించాలి, వాటిని అధిగమించాలి మార్గాలను తెలుసుకుందాం... చూపు అనే విషయాలపై సన్న కలిగించడానికి ఉపయోగపడేది చాలా తక్కువ. ఇందులో రేడియేషన్ తరంగాలు, ఎక్స్-కిరణాలు, మైక్రోవేవ్ తరంగాలు ఇలా రకరకాల రేడియేషన్లు అనే వేవ్ లెంత్స్ ఉంటాయి. దీనిని తాకితే 'ఎలక్ట్రోమ్యాగ్నెటిక్ రేడియేషన్' అంటారు. అయితే ఇందులో మనకు దృష్టికొస్తాయి ఇచ్చేందుకు అవసరమయ్యే 'కాంతి' చాలా తక్కువ. అయితే మొత్తం ఎల

మచ్చలేని అందం కోసం..

విటమిన్లు, ఖనిజ లవణాలు, ఫ్లెబయోటిక్ చర్మం పీ హెచ్ స్థాయి సమతుల్యం చేసి, దెబ్బతిన్న చర్మాన్ని కేవలం 20 నిమిషాల్లోనే రిపేర్ చేస్తాయి. ముందో గాని చర్మానికి అవసరమైన తేమను అందించి, రక్తజల కలపలా పనిచేస్తుంది. ఈ మాస్క్ ముఖానికి వేసుకున్నప్పుడు చల్లటి అనుభూతిని ఇస్తుంది. మంచు నీటిలో ముఖాన్ని ఉంచినట్లుగా చల్ల బయల్పూ, రక్తనాళాలను కనెక్టు చేస్తాయి చేస్తాయి. దీనివల్ల చర్మంపై ఉండే ఎరుపులను తగ్గి ఉపశమనం కలుగుతుంది. చర్మంపై దీర్ఘకాలిక పాపులు కూడా ఇది సమర్థంగా అధిస్తుంటుంది. ఈ మిల్క్ ఆర్ ఎక్స్ కంప్లెక్స్ డిజైన్ కూడా భిన్నంగా ఉంటుంది. ఇందులో ప్రత్యేకమైన చిన్ స్టాప్ ఉంటుంది. ఇది గర్భం కింద చర్మాన్ని పట్టి ఉంచి, ముఖానికి తీవ్రనే ఆకారాన్ని ఇస్తుంది. ఈ మాస్క్ ను వారానికి ఒకసారి వాడటం వల్ల కాంజెన్ స్థాయి గణనీయంగా పెరిగి, చర్మం యువ్వనంగా, కాంతి మంతంగా మారుతుంది ప్రాచీన రోమన్ ప్రజలు రద్దెల పిండి



ఫేస్ ప్యాక్ గా ఉపయోగించేవారు. రోడ్లల పిండి ముఖానికి పట్టించుకోవడం వల్ల ముఖం ముడతలు పడకుండా ఉంటుంది సమ్మేయం. క్రీస్తుశకం ఒకటో శతాబ్దికి చెందిన రోమన్ చక్రవర్తి ఓట్టో ప్రభురజా స్నానానికి ముందు గర్భం పీసం సున్నా గిసేసుకుని, ముఖానికి కొద్ది పిండి పట్టించుకునేవారట!

సమ్మర్లో హైడ్రేషన్ కోసం..!



దాహం వేసందనే మరో కారణంగానూ ఒకసారి ఎక్కువ నీరు తీసుకోకూడదని చెబుతున్నారు నిపుణులు. దీనివల్ల ఎక్కువ పరిమాణంలోని నీరు కణాలకు సమర్థవంతంగా అందుకుండానే బయటకు వెళ్లిపోతుంది. అరటిరసం నీరు తాగితే నాడీ వ్యవస్థ కార్యచరణ మెరుగ్గా ఉంటుంది. అంతకుముందే తాగితే శరీరంలోని కణాలకు తేమ అందకుండా పోతుంది అర్థవంతంగా వెళ్లడం ద్వారా చెబుతున్నారు. శరీరానికి తేమను అందించడానికి కేవలం నీరు మాత్రమే కాకుండా ఆహారం కూడా తోడ్పడుతుంది. పుచ్చకాయ, దోసకాయ, నిమ్మజాతి పండ్ల వంటివి ప్రజా శరీరానికి అవసరమైన ఖనిజాలను అందిస్తాయి. ఇవి వేడి వాతావరణంలో తేమను నిలుపుకోవడానికి, శక్తి స్థాయిలను కాపాడుకోవడానికి సహాయపడతాయి అని చెబుతున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు. చాలామంది ఎంత ఎంతకాలం అయినా.. కాఫీ, టీలు పదార్థాలే లేదంటే కచ్చం. వేసవిలో ఇవి శరీరానికి తగినంత నీరు సమర్థవంతంగా అందకుండా చేస్తుంది. అలాగే కూల్ డ్రింక్ లు, ఇతర పానీయాలు శరీరానికి నీరు అందుకుండా పుష్కలమైన కలిగిస్తాయి గాని ఇవన్నీ దీహైడ్రేషన్ ను మరింత తీవ్రతరం చేస్తాయని అంటున్నారు. హైడ్రేషన్ అవసరాలు సరైనగా ఉండవని అంటున్నారు. శారీరక శ్రమ, వయస్సు, మొత్తం ఆరోగ్యం ఆధారంగా మారుతూ ఉంటాయి. ఇంట్లో ఉన్నప్పుడు కూడా, ముఖ్యంగా ఎయిర్ కండిషన్ వాతావరణంలో శరీరం ప్రజావలన కోల్పోతూనే ఉంటుంది సాఫ్ట్ డ్రింక్స్ ను నిపుణులు. మన యూరిన్ రంగు ఆధారంగా మన శరీరం హైడ్రేషన్ గా ఉండేలా తెలుసుకోవచ్చని చెబుతున్నారు నిపుణులు. అదెలాంటి.. మాత్రం రంగు మరి చిక్కగా ముప్పు రంగులో ఉండే వేడి అధికంగా ఉంది. తక్కువ ముప్పు రంగులో ఉంటే. తగినంతగా నీరు తీసుకోవాలని.. అలా కాకుండా నీళ్లు షూర్ గా ఉంటే.. శరీర హైడ్రేషన్ గా ఉంది అర్థమవుతుంది. నీరు తాడం మాత్రమే మాస్తూ.. ఎంత వ్యవధిలో తాగుతున్నాం అనేది ముఖ్యం. చాలా సమయం అయితే తగితే.. అంత ప్రభావవంతంగా ఉండదు. పైగా దీని కారణంగా బయటకు వెళ్లిన వెంటనే పడదెబ్బ బారిన పడతామని అంటున్నారు. అలాగే భోజనంలో బాగా అయితే వేసవి పదార్థాలకు దూరంగా ఉండాలంటున్నారు. తేలికపాటి కాలనుగణ భోజనమే మేలని చెబుతున్నారు. తీవ్రమైన ఎండ నుంచి వచ్చిన వెంటనే చల్లటి నీళ్లు తాగుతారు. ఇది జీర్ణక్రియకు అలంకం కలిగించి, శరీర ప్రజావలన సమర్థవంతంగా తోడ్పడదటాన్ని నెమ్మదింపజేస్తుంది. అందుకుని నీళ్లు లేదా కొబ్బరి నీళ్లు తాగి ముందు ఎండకు గురైన శరీరం తగిన ఉష్ణోగ్రత స్థిరపడే వరకు ఆగి తీసుకోవాలని చెబుతున్నారు నిపుణులు.

వాణిజ్య సిలిండర్లపై రూ.993 పెంపు

వాణిజ్య అవసరాలకు వినియోగించే గ్యాస్ సిలిండర్ల ధర భారీగా పెరిగింది. ఒక్క సిలిండర్ (19 కేజీలు)పై సగటున రూ.993 పెంపునున్నట్లు చమురు సంస్థలు పేర్కొన్నాయి. నేటి నుంచి ఈ పెంపు అమల్లోకి వచ్చింది. గృహ అవసరాలకు వినియోగించే సిలిండర్ల ధరలో మాత్రం ఎలాంటి మార్పు లేదని కేంద్రం వెల్లడించింది. రెండు నెలలు గడుస్తున్నా అమెరికా-ఇరాన్ యుద్ధం వల్ల చమురు ముగిస్తుందో తెలియని అనిశ్చితి నెలకొంది. ఇంధన రవాణాకు కీలకమైన హార్వాజ్ జలసంధిలో అంతరాయాలు ఈ పెంపునుకు దోహదం చేశాయి. ఫిబ్రవరిలో యుద్ధం ప్రారంభంకాగా.. అప్పటి నుంచి వాణిజ్య సిలిండర్ల ధరను మూడుసార్లు పెంచినట్లుంది. మార్చిలో రూ.144, ఏప్రిల్ ఒకటిసే రూ.195, ఇప్పుడు అమాంతం రూ.993 పెరిగింది. దీంతో ఒక్క సిలిండర్ ధర రూ.3వేలు దాటింది.



పప్తిల్లో జీఎస్టీ వసూళ్లు రూ.2.43 లక్షల కోట్లు



దేశంలో స్థూల వస్తు, సేవల పన్ను వసూళ్లు రికార్డు స్థాయిలో నమోదయ్యాయి. ఏప్రిల్ నెలకు గానూ 8.7 శాతం వృద్ధితో రూ.2.43 లక్షల కోట్ల మేర వసూళ్లు అయ్యాయి. దేశీయంగా విక్రయాలు పెరగడం, దిగుమతుల కారణంగా పన్ను వసూళ్లు ఈ స్థాయిలో పెరిగినట్లు ప్రభుత్వ గణాంకా

లను బట్టి తెలుస్తోంది. 2025 ఏప్రిల్లో రూ.2.37 లక్షల కోట్ల వసూలు అయ్యాయి. గత నెలకు కూడా జీఎస్టీ వసూళ్లు రూ.2 లక్షల కోట్లు దాటి, సంగతి తెలిసిందే. అంతర్జాతీయంగా అనిశ్చిత ప స్థితులు ఉన్నప్పటికీ, కొత్త ఆర్థిక సంవత్సరం ప్రారంభ నెల కావడమూ ఈ వసూళ్లు ఓ కారణంగా కనిపిస్తోంది. 2025 ఏప్రిల్ నెలలో కూడా ఇదే ఊహ కనిపించింది. ఇక రిఫండ్ల సర్దుబాటు అసం

చమురు మంటలు.. ఎయిరిండియా కీలక నిరయం

ఇరాన్ యుద్ధంతో అంతర్జాతీయంగా ఇంధన ధరలు భగ్గుమంటున్నాయి (Iran War). ఈ ప్రభావం విమానయానం సంస్థలపై పడతూంది. ఈ క్రమంలో రోజువారీగా 100 సర్వీసుల్ని తగ్గించుకోవాలని ఎయిరిండియా నిర్ణయం తీసుకుంది. ఏవియేషన్ టర్నింగ్ ప్యూయల్ (ATF) ధరలు భారీగా పెరగడంతో కొన్ని మార్గాలకు విమానాలను సడపడం ఆర్థికంగా లాభదాయకం కాదని సంస్థ భావిస్తోంది. ఈ నేపథ్యంలోనే తాజా నిర్ణయం తీసుకున్నట్లు జాతీయ మీడియా కథనాలు వెల్లడించాయి. టాటా గ్రూప్ ఆధ్వర్యంలోని ఎయిరిండియా (Air India) రోజుకు సగటున 1100 సర్వీసుల్ని సమర్పిస్తోంది. ఇప్పుడు ఐరోపా, ఉత్తర అమెరికా, ఆస్ట్రేలియా, సింగపూర్ వంటి సుదూర అంతర్జాతీయ మార్గాల్లోని సర్వీసులకే ప్రధానంగా కోత పెట్టనుంది. ఈ మార్గాల్లో ఇంధన వినియోగం ఎక్కువగా ఉండటమే అందుకు కారణం. దిల్లీ, ముంబయి నగరాలకు లండన్, పారిస్, న్యూయార్క్, టోరంటో, శాన్ ఫ్రాన్సిస్కో, సిడ్నీ, మెల్బోర్న్ నుంచి రాకపోకలు సాగించే విమానాల సంఖ్య ఇకనుంచి తగ్గించువని తెలుస్తోంది. ఇరాన్ యుద్ధం వేళ.. పరుగుగా రెండో నెల ఏవియేషన్ టర్నింగ్ ప్యూయల్ ధరలు పెరిగాయి. అంతర్జాతీయ విమానం సంస్థలకు ఏటీఎఫ్ ధరను 5 శాతం పెంచుతూ చమురు సంస్థలు ఈ నిర్ణయం తీసుకున్నాయి. తాజా ప్రకటనతో దిల్లీలో కిలోలీటర్ ఏటీఎఫ్ ధర ఐదు శాతం పెరిగి.. 1,511.86 దాలరకు చేరింది. ప్రపంచవ్యాప్తంగా జేబ్ ఇంజనీ ధరలు భారీగా పెరగడంతో నిర్వహణ వ్యయాల భారంగా



మారతాయని విమానయానం సంస్థలు అందోవేన వృక్షంచేస్తున్నాయి. ఇటీవల కొన్ని మార్గాల్లోనే ఏటీఎఫ్ ధరలు దాదాపు 80 ధరలను మాత్రం ముట్టుకోలేదు కానీ తాజా పరిణామాల మాత్రం దేశ ప్రజలకు భారంగా మారతాయనే చెప్పాలి.

మస్క్ వేతన ప్యాకేజీ రూ.15 లక్షల కోట్లు..!

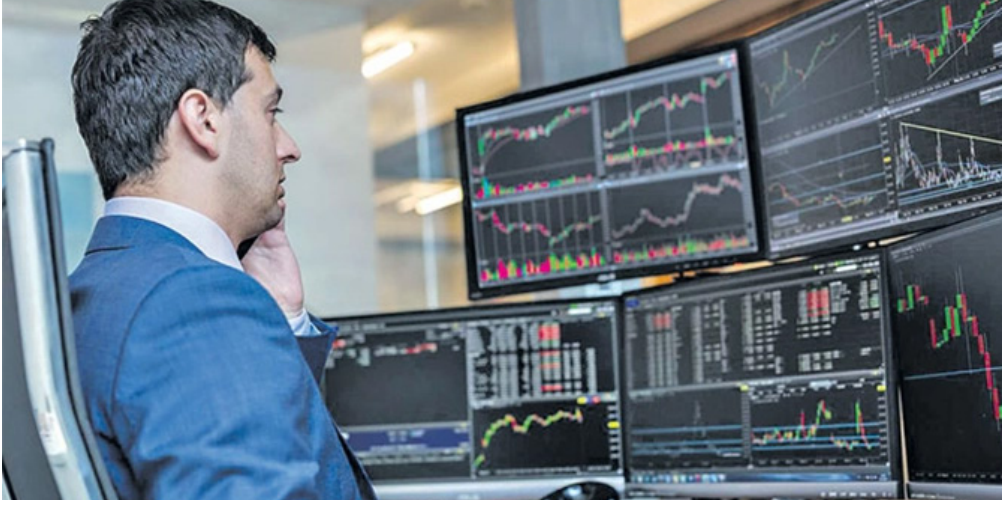
: అపర కుబేరుడు, టెస్లా అధినేత ఎలాన్ మస్క్ వేతన అంశం మరోసారి వార్తల్లో నిలిచింది. 2025 ఆర్థిక సంవత్సరానికి గానూ ఆయనకు ఏకంగా 158 బిలియన్ల దాలర్ల వేతన ప్యాకేజీని టెస్లా ప్రకటించింది. ఈ మేరకు రెగ్యులేటరీ బోర్డులో కంపెనీ వెల్లడించింది. అయితే, ఈ మొత్తం మస్క్ (Elon Musk) ఖాతాలో పడదండోయి..! ఇందుకు కొన్ని ప్రశ్నలుంటాయి. సాధారణంగా టెస్లా (Tesla) సీఈఓగా ఎలాన్ మస్క్ నెలవారీ బోనస్ గా ఎలాంటి మొత్తాన్ని పొందరు. స్టాక్ అవార్డులు, ఇతరత్రా రూపంలో పారితోషిక ప్యాకేజీని అందుకుంటారు. 2025 ఆర్థిక సంవత్సరానికి గానూ మస్క్కు 158 బిలియన్ల దాలర్ల (భారత కరెన్సీలో దాదాపు రూ.15 లక్షల కోట్లు) ప్యాకేజీని టెస్లా ప్రకటించింది. అయితే, ప్రకటనలో ఉన్న మొత్తంతో పోలిస్తే.. వాస్తవంగా ఆయన పొందే విలువలో గణనీయమైన వ్యత్యాసం ఉండొచ్చని కంపెనీ తమ ఫైలింగ్లో వెల్లడించింది. తాజాగా ప్రకటించిన ఫైలింగ్లో.. కంపెనీ పనితీరు ఆధారిత పారితోషికం విలువ 132 బిలియన్ల దాలర్లుగా పేర్కొన్నారు. పనితీరు విషయంలో కంపెనీ నిర్దేశించిన లక్ష్యాల్ని నెరవేరితేనే ఈ మొత్తం మస్క్కు అందుతుంది. ఇక, ప్యాకేజీలో మిగతా 26 బిలియన్ల దాలర్లు.. టెస్లా బోర్డు



అమోదించిన మద్దంతర అవార్డు రూపంలో లభిస్తుంది. గతేడాది కూడా మస్క్కు టెస్లా కంపెనీ ట్రిలియన్ల దాలర్ల ప్యాకేజీని ప్రకటించిన సంగతి తెలిసింది. అది పూర్తిగా ఈ క్విట్ అవార్డు గ్రాంట్ల రూపంలో ఇవ్వనున్నట్లు నాడు తెలిసింది. అంటే.. టెస్లా స్టాక్ విలువ పెరిగి, నిర్వహణ పరంగా కంపెనీ నిర్దేశించుకున్న మైలురాళ్లను చేరుకుంటే ఆ మొత్తం మస్క్కు లభిస్తుందన్నమాట. అయితే, గతేడాది టెస్లా మార్కెట్ విలువ పెరగలేదు. నిర్దేశించుకున్న లక్ష్యాలను కూడా అందుకోకపోవడంతో.. మస్క్కు ఎలాంటి పారితోషికం లభించలేదు.

విదేశీ మదుపర్లు అమ్మేస్తున్నారు..

దిల్లీ: దేశీయ ఈక్విటీ మార్కెట్ల నుంచి విదేశీ మదుపర్లు తమ పెట్టుబడులను పెద్ద మొత్తంలో తరలిస్తున్నారు. ఒక్క ఏప్రిల్ నెలలోనే రూ.60,847 కోట్ల విలువైన ఈక్విటీలను విదేశీ సంస్థాగత మదుపర్లు (FPI) విక్రయించినట్లు ఎన్ఎస్డీఐఐల్ దేటా చెబుతోంది. ప్రస్తుత క్వార్టర్లో సంవత్సరంలో ఇప్పటివరకు రూ.1.92 లక్షల కోట్ల విలువైన సొమ్మును ఉపసంహరించినట్లు పేర్కొంది. 2025 మొత్తం క్వార్టర్లో సంవత్సరంలో ఉపసంహరించిన రూ.1.66 లక్షల కోట్లతో పోలిస్తే ఈ మొత్తం చాలా ఎక్కువ. ఒక్క ఫిబ్రవరి నెల మినహా 2026 క్వార్టర్లో సంవత్సరం ప్రారంభం నుంచి విదేశీ మదుపర్లు విక్రయాలకు సాగిస్తున్నారు. జనవరిలో రూ.35,962 కోట్ల ఈక్విటీలను విక్రయించిన ఎఫ్ఐఐఐలు.. ఫిబ్రవరిలో మొత్తం రూ.22,615 కోట్ల నిధులను మన మార్కెట్లో పెట్టుబడిగా పెట్టారు. మళ్లీ మార్చి నెలలో రికార్డు స్థాయిలో రూ.1.17 లక్షల కోట్లు, ఏప్రిల్ నెలలో రూ.60,847 కోట్లు ఉపసంహరించినట్లు దేటా చెబుతోంది. భౌగోళిక ఉద్దికతలు, అంతర్జాతీయ స్థూల ఆర్థిక అనిశ్చితులు ఎఫ్ఐఐఐల విక్రయానికి కారణమని మార్కెట్ విశ్లేషకులు పేర్కొంటున్నారు. ముఖ్యంగా పశ్చిమ ఆసియాలో నెలకొన్న ఘర్షణ వాతావరణంతో కూడా యుల్ల ధరలు అమాంతం పెరిగాయని, దీంతో ప్రధానంగా భయాలు నెలకొనడం కూడా ఓ కారణమని మార్కెట్ స్టాక్ అనాల్సిస్టులు రిసెర్చ్ ఇండియా ట్రిన్సిఫల్ మేనేజర్ హిమాన్ శ్రీవాస్తవ పేర్కొన్నారు. సమీప భవిష్యత్లో రెల్లెట్ కోత ఉండకపోవడం, బాండ్ రాబడులు అధిక స్థాయిలో ఉండడం భార



త్ వనోలో సీనియర్ అనలిస్ట్ పకారీ జావేద్ ఖాన్ అంచనా వేశారు. ఈ ఏడాదిలో రూ.1.7 లక్షల కోట్ల విలువైన ఈక్విటీలను దేశీయ సంస్థాగత మదుపర్లు కొనుగోలు చేసినట్లు వెల్లడించారు.

క్రీడలు

మహిళల బాట్రూంలో చిత్రీకరణ ఆరోపణలు..

శ్రీలంకకు చెందిన ఇద్దరు అందర్-19 క్రికెటర్లను పోలీసులు ఆరెస్ట్ చేసిన ఘటన కొలంబోలో చోటుచేసుకుంది. హోటల్ బాట్రూంలో మహిళలను అసభ్యంగా తమ ఘోషల్లో చిత్రీకరించారనే ఆరోపణలతో వారిని అదుపులోకి తీసుకొన్నారు. వారిద్దరిని అలుత్తాకాడే మెజిస్ట్రేట్ ఎదుట పోలీసులు హాజరుపరిచారు. ఈ వార్తలను విన్న న్యాయమూర్తి విచారణను మే25కి వాయిదా వేశారు. ఒక్కొక్కరికి 5 లక్షల శ్రీలంక రూపాయల వ్యక్తిగత హామీకట్టమీద బెయిల్ను మంజూరుచేయడంతో వారు విడుదలయ్యారు. దీనిపై శ్రీలంక క్రికెట్ బోర్డు నుంచి ఎలాంటి ప్రకటన వెలువడలేదు. గత వారం తాము ఉంటోన్న హోటల్లో మొబైల్ ఫోన్లను ఉపయోగించి ఈ ఇద్దరు యువ క్రికెటర్లు చిత్రాలు, వీడియోలు తీసినట్లు పోలీసులకు మహిళల నుంచి ఫిర్యాదులు అందాయి. తాము బాట్రూంలో ఉన్నప్పుడు చిత్రీకరించారంటూ బాధిత మహిళలు పేర్కొన్నారు. దీనిపై నారహెసిటా పోలీసులు విచారించగా.. సదరు ఘేయర్లు ఈ వీడియోలను ఆన్లైన్లో షేర్ చేసినట్లు గుర్తించారు. శ్రీలంక క్రికెట్ పాత పరివర్తన కమిటీ తొలగించి కొత్తపాలకమండలి వచ్చిన 48 గంటల్లోనే ఈ ఘటన చోటు చేసుకుంది.

వైభవ్ సూర్యవంశీ దూకుడు.. స్టార్కను ఎలైట్ క్లబ్లో చేర్చిస్తాడా?



పదిహేనేళ్ల వయస్సులోనే అంతర్జాతీయ వైభవ్ సూర్యవంశీ ఓ ఎలైట్ క్లబ్ను క్రీయేట్ చేశాడు. అందులో కేవలం స్టార్ బౌలర్లకే చోటు ఇస్తానంటూ తన బ్యాట్తో బదులు ఇవ్వడం గమనార్హం. ఇంతకీ ఆ ఎలైట్ క్లబ్ ఏంటా? అని మీ దాట్ కదా.. అదేనండీ.. యువ బ్యాటర్ల వైభవ్ స్టార్ సెనెర్ల బౌలింగ్లో

సాధించింది. ఇక్కడా వైభవ్ సూర్యవంశీ దూకుడుగానే ఆడాడు. ప్రస్తుతం పాయింట్ల పట్టికలో నాలుగో స్థానంలో రాజస్థాన్ సైతాబ్స్ పాటు టాప్-2లో ఉండటంతో ఈ మ్యాచ్ గెలుపు అత్యంత కీలకం. మరోవైపు దిల్లీ పరిస్థితి మరి దారుణంగా ఉంది. ఎనిమిది మ్యాచ్లలో కేవలం మూడే

హార్దిక్ పాండ్య కెప్టెన్సీ అర్థం కావడంలేదు: సెహ్వాగ్

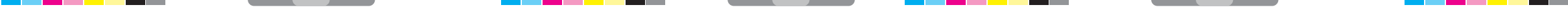
భారీ లక్ష్యం కావడాకోసం సెహ్వాగ్ హైదరాబాద్ చేతిలో ముంబయి ఇండియన్స్ ఘోర ఓటమిని చవిచూసింది. పిచ్ నుంచి బౌలర్లకు సహకారం లభించడం లేదని భావించినా.. కెప్టెన్గా హార్దిక్ తీసుకున్న నిర్ణయాలు మాజీ క్రికెట్టు విరేంద్ర సెహ్వాగ్, మురళీ కార్జికను ఆశ్చర్యానికి గురి చేశాయి. మరీ ముఖ్యంగా ఇంపాక్ట్ ఫైయర్ రూపంలో శార్వార్ తాకూర్ను తీసుకోవ్వినా అతనికి బౌలింగ్ ఇవ్వకపోవడంపై కార్జిక స్పందించాడు. దానికి సెహ్వాగ్ కూడా స్పందించాడు. "నాకు ఇప్పటికే అర్థంకాని విషయం ఏంటంటే.. శార్వార్ను వారు ఓ అప్సగా తీసుకో



పరాగ్కు జరిమానా

దిల్లీ: రాజస్థాన్ రాయల్స్ కెప్టెన్ రియాన్ పరాగ్పై ఐపీఎల్ క్రమశిక్షణ చర్యలు తీసుకుంది. పంజాబ్ కింగ్స్ తో మ్యాచ్ సందర్భంగా డ్రెస్సింగ్ రూమ్లో ఈ-సిగరెట్ (వేపింగ్) తాగుతూ కెమెరాలకు చిక్కిన పరాగ్పై జరిమానా విధించింది. క్రికెట్కు మచ్చ తెచ్చేలా ప్రవర్తించినందుకు అతడి మ్యాచ్ ఫీజులో 25 శాతం కోత విధిస్తూ రిఫరీ అమితేశ్వర్ నిర్ణయం తీసుకున్నాడు. మ్యాచ్ ముగిసిన వెంటనే ఫీజ్ అంపైర్లు తప్పేయ్ తీమాస్తవ, నితినీ మేసిన ఈ విషయాన్ని రిఫరీకి నివేదించలేదు. అయితే ఈ దృశ్యాలు సామాజిక మాధ్యమాల్లో వైరల్ కావడంతో దీన్ని ఐపీఎల్ ప్రవర్తన నియమావళిలోని రెవెల్-1 ఉల్లంఘనగా అమితీ నిర్ధారించాడు. పరాగ్ తన తప్పును అంగీకరించడంతో విచారణ అవసరం లేకుండానే జరిమానా ఖరారైంది. కేవలం అటాథివేసిన కాకుండా రాజస్థాన్ జట్టుపై కూడా బీసీసీఐ కఠిన చర్యలు తీసుకునే ఆలోచనలో ఉంది. "ఐపీఎల్ ప్రతిష్టను కాపాడేందుకు సదరు జట్టు, అధికారులు, అటాథివేసిన కఠిన చర్యలు తీసుకునేందుకు ఉన్న మార్గాలను బీసీసీఐ అన్వేషిస్తోంది" అని

స్పందనైనా అతన్ని వినియోగించుకోవాలి. శార్వార్కు కనీసం ఒక్క ఓవర్ అయినా ఇస్తే బాగుండేది. అతడు వికెట్ బేకింగ్ బౌలర్. కనీసం అతడిని ప్రయత్నిద్దామని కూడా మీకు అనిపించలేదు. ఆ నిర్ణయం నన్ను ఆశ్చర్యానికి గురిచేసింది. ఎందుకు ఇప్పటికే మిరే రిఫరీకు అడగాలి" అని సెహ్వాగ్ అన్నాడు. ప్రస్తుతం ముంబయి ఇండియన్స్ 8 మ్యాచ్లలో కేవలం రెండే విజయాలు సాధించింది. పాయింట్లు పట్టికలో తొమ్మిదో స్థానంలో ఉంది. రాయల్స్ కెప్టెన్సీ బెంగాళుకు ఓటమిని చవిచూసింది. అయితే, ఆ జట్టు బ్యాటర్ల బెజెస్ తీర ఇప్పుడు తీవ్ర వివాదాస్పదంగా మారింది. కెప్టెన్ రజత్ పాటిదార్ భారీ షాట్స్ కొట్టాడు.. బౌలర్ల దరి లేన పద్ధతిలో ఆడుతున్నాడు. జాస్ తంగా క్యాచ్ పట్టాడు. అయితే, బంతి నేలను తాకిందని కోపీ సహా ఆర్బీఐ పేయర్లు అంపైర్లతో వదిలించారు. కానీ, ధర్ అంపైర్ల బేటింగ్ ప్రకటించారు. దీనిపై మ్యాచ్ అనంతరం బెంగాళుకు బౌలర్ భువనేశ్వర్ కుమార్ స్పందించాడు. తమ స్టాండ్ను ఇప్పటికే కట్టుబడి ఉన్నట్లు వెల్లడించాడు. ధర్ అంపైర్ల మరీకొన్న కోణాల్లో నిశితంగా పరిశీలించి ఉంటే బ్యాట్ అతడిని అడ్డిస్తాయన్నాడు. "ఆ సమయంలో నేను అక్కడ లేను. కానీ, ఆ తర్వాత మానసికంగా బట్టి బంతి నేలను తాకినట్లు అనిపించింది. అంపైర్ ఆ సమయంలో ఏం చెప్పారో తెలియదు. ఆట నియమాలకు లోబడి ఉండో, లేదో చెప్పలేను. వాటిపై నాకు పెద్దగా అవగాహన లేదు. అయితే, దీనిని మరింత నిశితంగా గమనించి ఉంటే బాగుండేది" అని భువి వెల్లడించాడు. "ఈ మ్యాచ్లో మా బ్యాటర్లు సరిగా ఆడలేదనడం కంటే మాకు కలిసి రాలేదని చెప్పాల్సి ఉంది. ఒక్క రోజు అలాగే ఉంటుంది మరి. మేం టాప్ ఓవర్లలోనే తొలుత బ్యాట్లోకి చేరాల్సి వచ్చింది విజయం కోసం బ్యాటింగ్, బౌలింగ్ విభాగాలు ఇబ్బందిపడ్డాయి. కానీ, ఫలితం మాకు అనుకూలంగా రాలేదు. సుదీర్ఘమైన బోల్లో 14 టీగ్ మ్యాచులు ఆడతూ ప్రతిసారి అన్ని విభాగాల్లో మంచి ప్రదర్శన చేయాలంటే కష్టమే. అందుకు ఎన్నో అంశాలు ప్రభావితం చేస్తాయి" అని భువనేశ్వర్ తెలిపాడు.



వృద్ధయం

సినిమా



బాలకృష్ణ- కొరటాల కాంబో ఫిక్స్

వృద్ధయం సినిమా: బాలీవుడ్ లో మరో శ్రేణి మాస్ కాంబో ఫిక్స్ అయింది. బాలకృష్ణ హీరోగా కొరటాల శివ దర్శకత్వంలో సినిమా రానున్నట్లు ఎన్టీ రోజులుగా వార్తలు వస్తున్న విషయం తెలిసింది. నేడు ఈ ప్రాజెక్టును (NBK 112) ఆధికారికంగా ప్రకటించారు. కొరటాల శివ మార్పు సామాజిక సందేశంతో వక్కా మాస్ యాక్షన్ ఎంటర్ టైన్ మెంట్ ఈ సినిమా ఉండవచ్చు అని తెలిస్తే ది. "అధికారికంగా డివైడెంట్. ఆది ఉద్దేశంగా

మారుతుంది" అనే మనోభావంతో టీమ్ దీనిపై అంచనాలు పెంచేసింది. దర్శకుడు ఇప్పటికే స్క్రిప్ట్ వర్క్ పూర్తి చేశారని త్వరలోనే రెగ్యులర్ హాటింగ్ ప్రారంభమవుతుందని టీమ్ తెలిపింది. దీనికి సంబంధించిన మరన్ని వివరాలు వెల్లడించనున్నారు. ప్రస్తుతం బాలకృష్ణ, గోపీచంద్ మలిినే దర్శకత్వంలో ఓ సినిమాలో నటిస్తున్నారు. "ఇందులో బాలయ్యకు జోడిగా నయనకార నటిస్తున్నట్లు సమాచారం.



క్యాష్టల్ విషయంలో జాఫర్ గెటప్ శ్రీను వాగ్దాం!



వృద్ధయం సినిమా: ప్రముఖ నటుడు గెటప్ శ్రీను తాజాగా జర్నలిస్ట్ జాఫర్ కు ఇచ్చిన వ్యక్తిగత ఇంటర్వ్యూలో చోటుచేసుకున్న సంఘటన ఇప్పుడు సోషల్ మీడియాలో చర్చనీయాంశంగా మారింది. మహాదేవపట్నంలో జరిగిన ఈ ఇంటర్వ్యూ ప్రారంభంలో సరదాగా సాగిన సంభాషణ, కొద్ది సేపటికే ఉద్రిక్తతకు దారితీసింది. ఇంటర్వ్యూలో భాగంగా జాఫర్ అడిగిన ఒక ప్రశ్నకు గెటప్ శ్రీను సమాధానం ఇచ్చిన తర్వాత పరిస్థితి మారిపోయినట్లు సమాచారం. శ్రీను మాట్లాడుతూ "మేము కాపులం" అంటూ ఏదో సందర్భంలో స్పందించగా, ఆ కాపులంపై జాఫర్ అభ్యంతరం వ్యక్తం చేసినట్లు తెలుస్తోంది. "అలా మాట్లాడకూడదు" అంటూ జాఫర్ స్పందించడంతో ఇద్దరి మధ్య మాటామాటా పెరిగి వాగ్వాదానికి దారితీసినట్లు సమాచారం.

పెద్ది అద్భుతంగా వచ్చింది



డైరెక్టర్ సుకుమార్



వృద్ధయం సినిమా: మెగా పవర్ స్టార్ రామ్ చరణ్ రూల్ యాక్షన్ డ్రామా 'పెద్ది' ఘాటింగ్ మొత్తం పూర్తయింది. బుద్ధి బాబు సానా దర్శకత్వంలో మైత్రీ మూవీ మేకర్స్, సుకుమార్ రైటింగ్స్ సమర్పణలో వచ్చి సినిమాన్ బ్యానర్ పై వెంకట సతీష్ కిలారు భారీ స్టాయిల్ నిర్మిస్తున్నారు. చిత్ర బృందం ఇప్పుడు ఒక ముఖ్యమైన అవ్వడంతో అభిమానులను సర్ప్రైజ్ చేసింది. ఈ చిత్రం జూన్ 4న ప్రపంచవ్యాప్తంగా థియేటర్లలోకి రానుంది. జూన్ ప్రారంభంలో రిలీజ్ కావడం వల్ల సమగ్ర హాల్ డిస్ట్రిబ్యూషన్ లో థియేటర్లలో ప్రేక్షకుల ఆదరణ అందుకోవడానికి ఇది పర్యాప్తం. అకడమిక్ సీజన్ మొదలయ్యే ముందు దేశ వ్యాప్తంగా మంచి

ఒకేసారి ముగ్గురు స్టార్స్ గుడ్ న్యూస్ లు



వృద్ధయం సినిమా: తెలుగు ఇండస్ట్రీలో ప్రస్తుతం కొత్త సినిమాల హడావుడితోపాటు పెళ్లిళ్ల సీజన్ కూడా నడుస్తోంది. హీరో జైల్లంకొండ శ్రీనివాస్ రెండు రోజుల క్రితమే తిరుమలలో పెళ్లి చేసుకున్నాడు. అంతకు రెండు నెలల ముందు హీరోయిన్ రష్మిక కూడా వివాహ బంధంలోకి అడుగుపెట్టింది. ఇదలా ఉండగానే బాలీవుడ్ కి చెందిన పలువురు ప్రముఖ నటీనటులు శుభవార్తలు తెలిపారు. నవీనా మలయాళీ అయి



సాంప్రదాయ వేషధారణలకి మ్యూజిల్ లాకూర్

వృద్ధయం సినిమా: తెరకెక్కించిన మ్యూజిల్ లాకూర్, ఆ తర్వాత సాహిద్ కపూర్ హీరోగా నటించిన జైల్లంకొండ హీరోయిన్ గా నటిచి మరొక శ్రేణి తెచ్చుకుంది. ఆ చిత్రంలో తన అందం, నటనతో ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకున్న ఈమె, తరువాత తెలుగులోకి ఎంట్రీ ఇచ్చి సీత రామం, హోయ్ నాన్న, ది ఫ్యామిలీ స్టార్, డెకాయల్ వంటి చిత్రాల్లో నటించి మంచి ఫాలోయింగ్ సంపాదించింది. ఇప్పటివరకు అనేక సినిమాల్లో నటించిన మ్యూజిల్ కౌన్సి చిత్రాల్లో తన గ్లామర్ తో కూడా ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకుంది. అలాగే సోషల్ మీడియాలో కూడా తరచూ తన అందమైన ఫోటోలు షేర్ చేస్తూ అభిమానులను అలరిస్తుంది. ఇటీవల తన ఇన్స్టాగ్రామ్ అకౌంట్ లో ట్రెడిషనల్ లుక్ లో కొన్ని ఫోటోలు పోస్ట్ చేసింది. అందులో రెడ్ అండ్ యెల్లో కాంట్రాస్ట్ ఉన్న చీర కట్టుకుని, స్ట్రీట్ లైట్ బ్లాజ్ తో డిసెంట్ గా స్టైల్డ్ ఇచ్చింది. మెడలో భారీ హారం, చెవులకు పెద్ద ఇయర్ రింగ్స్, చేతులకు గాజులు, వేళ్లకు ఉంగరాలు ధరించి విసంప్రదాయ సోయాన్ని మరింతగా హైలైట్ చేసింది. కురులు కవర్ చేసుకుని, నుదిలిపై చిన్న బొట్టు పెట్టుకుని మరొక అందంగా మెరిసింది. మొత్తానికి ట్రెడిషనల్ లుక్ లో మ్యూజిల్ లాకూర్ ఎంతో అందంగా కనిపించడంతో ఈ ఫోటోలు సోషల్ మీడియాలో వైరల్ అవుతున్నాయి.

ప్రభాస్ క్రేజ్ కు హద్దులేవు డార్లింగ్ రీరిలీజ్ సెన్సేషన్!

వృద్ధయం సినిమా:

బాలీవుడ్ అగ్రహీరో ప్రభాస్ నటించిన డార్లింగ్ రీరిలీజ్ బాక్సాఫీస్ వద్ద సంచలనం సృష్టిస్తోంది. 2010లో విడుదలైన ఈ రోమాంటిక్ కామెడీ చిత్రం, 16 ఏళ్ల తర్వాత 2026 ఏప్రిల్ 23న 4K వెర్షన్ లో మళ్లీ ప్రేక్షకుల ముందుకు వచ్చింది. విడుదలైన మూడు రోజుల్లోనే ప్రపంచ వ్యాప్తంగా రూ.10.44 కోట్ల గ్రాస్ వసూలు చేసి టీడీపి వర్గాలను ఆశ్చర్యానికి గురిచేసింది. తొలిరోజే సుమారు రూ.7.59 కోట్లు వసూలు చేసి, తెలుగులో రీరిలీజ్ సినిమాల్లో రెండో అతిపెద్ద ఓపెనింగ్ సాధించింది. ఈ చిత్రానికి ది.కరణదర్శకత్వం వహించగా, కాజల్ అగర్వాల్ హీరోయిన్ గా నటించారు. శ్రీ వెంకటేశ్వర సినీ చిత్ర పతాకంపై బి.వి.ఎస్.ఎస్. ప్రసాద్ నిర్మించిన ఈ చిత్రానికి జీవీ ప్రకాష్ కుమార్ సంగీతం అందించారు. తెలుగు రాష్ట్రాలలో పాటు ఓపెనింగ్ లోనూ ఈ చిత్రానికి అద్భుతమైన స్పందన లభిస్తోంది. థియేటర్ల వద్ద అభిమానులు కట్టెలు, బాణాసంచాతో భారీగా సంబరాలు జరుపుకుంటున్నారు. 'డార్లింగ్' క్రేజ్ ఇప్పటికీ తగ్గలేదని ఈ వసూళ్లు స్పష్టంగా తెలియజేస్తున్నాయి.



ఆయన మైక్ కిందపడేసి వెళ్లిపోయాడు: ప్రియాంక

వృద్ధయం సినిమా: తెరకెక్కించిన మ్యూజిల్ లాకూర్, ఆ తర్వాత సాహిద్ కపూర్ హీరోగా నటించిన జైల్లంకొండ హీరోయిన్ గా నటిచి మరొక శ్రేణి తెచ్చుకుంది. ఆ చిత్రంలో తన అందం, నటనతో ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకున్న ఈమె, తరువాత తెలుగులోకి ఎంట్రీ ఇచ్చి సీత రామం, హోయ్ నాన్న, ది ఫ్యామిలీ స్టార్, డెకాయల్ వంటి చిత్రాల్లో నటించి మంచి ఫాలోయింగ్ సంపాదించింది. ఇప్పటివరకు అనేక సినిమాల్లో నటించిన మ్యూజిల్ కౌన్సి చిత్రాల్లో తన గ్లామర్ తో కూడా ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకుంది. అలాగే సోషల్ మీడియాలో కూడా తరచూ తన అందమైన ఫోటోలు షేర్ చేస్తూ అభిమానులను అలరిస్తుంది. ఇటీవల తన ఇన్స్టాగ్రామ్ అకౌంట్ లో ట్రెడిషనల్ లుక్ లో కొన్ని ఫోటోలు పోస్ట్ చేసింది. అందులో రెడ్ అండ్ యెల్లో కాంట్రాస్ట్ ఉన్న చీర కట్టుకుని, స్ట్రీట్ లైట్ బ్లాజ్ తో డిసెంట్ గా స్టైల్డ్ ఇచ్చింది. మెడలో భారీ హారం, చెవులకు పెద్ద ఇయర్ రింగ్స్, చేతులకు గాజులు, వేళ్లకు ఉంగరాలు ధరించి విసంప్రదాయ సోయాన్ని మరింతగా హైలైట్ చేసింది. కురులు కవర్ చేసుకుని, నుదిలిపై చిన్న బొట్టు పెట్టుకుని మరొక అందంగా మెరిసింది. మొత్తానికి ట్రెడిషనల్ లుక్ లో మ్యూజిల్ లాకూర్ ఎంతో అందంగా కనిపించడంతో ఈ ఫోటోలు సోషల్ మీడియాలో వైరల్ అవుతున్నాయి.



మే 6న ఓటీటీలోకి లవ్ ఇన్నూరెన్స్ కంపెనీ

వృద్ధయం సినిమా: దుబ్బా, డ్రాగన్ చిత్రాలతో బాలీవుడ్ లోనూ క్రేజ్ తెచ్చుకున్న హీరో ప్రదీప్ రంగనాథన్, ఆయన హీరోగా ఇటీవలే రిలీజైన మూవీ లవ్ ఇన్నూరెన్స్ కంపెనీ (ఎల్ఐకే), ఈ మూవీకి నయనకార తార భర్త పిక్చుర్స్ శివన్ దర్శకత్వం వహించారు. ఏప్రిల్ 10న థియేటర్లలో రిలీజైన ఈ చిత్రం బాక్సాఫీస్ వద్ద ఘాటాదనం సాధించింది. తాజాగా ఈ మూవీ ఓటీటీకి వచ్చేందుకు సిద్ధమైంది.



భగవంతుడు శరణమన్న శరణం సాంగ్

వృద్ధయం సినిమా: యంగ్ బాలీవుడ్ హీరో తిరువీర్ నటిస్తున్న కొత్త సినిమా 'భగవంతుడు'. ఈ సినిమాలో ఫరీయా అబ్దుల్లా హీరోయిన్ గా నటిస్తోంది. కన్నడ నటుడు రిషి ప్రధాన్ పాత్రలో కనిపించనున్నారు. ఈ సినిమాను పవన్ శంకర్ యూ గాడ్ సమర్పణలో రవి పవన్ ఫిలిం కార్పొరేషన్ బ్యానర్ పై ప్రొడక్షన్ నెంబర్ 1గా నిర్మిస్తున్నారని ప్రొడ్యూసర్ రవి పవన్, ఈ సినిమాతో జి.జి. విహారి దర్శకుడిగా పరిచయమవుతున్నారని, రోమాంటిక్ కీరయ్యడి పాత్రలో యాక్షన్ డ్రామాగా తెరకెక్కుతున్న 'భగవంతుడు' సినిమా త్వరలోనే రిలీజ్ కు రెడీ అవుతోంది. ఈ రోజు ప్రపంచ కారికె డినోటేషన్ సందర్భంగా ఈ చిత్రం సుందీ 'శరణమన్న శరణం' సాంగ్ రిలీజ్ చేశారు. శ్రామిక శక్తికి నమస్కరిస్తూ 'శరణమన్న శరణం' పాటను రూపొందించారు. ఈ పాటకు హోయ్ కె.వీ. సూర్యకరంగా కంపోజ్ చేయగా, సింగర్ కుమార్ వాగ్దేవి పాటలోని భావోద్వేగాలను మెరుగ్గా పాడారు. ఈ పాట గురించి 'భగవంతుడు' మేకర్స్ స్పందిస్తూ మన మల్టీలో ప్రతి ఒక అమ్మ దేవత సాక్షిగానే మొదలవుతుంది. పొలం గట్టున నాగలి సాగేమందు 'పోలేదమ్మను, చెరువు కట్టపై అలుగులు పోసేటప్పుడు' గం గమ్మను, కళ్లు సుఖాల్లో 'ఎల్లమ్మను స్మరించుకోవడం మన



సాయి పల్లవికి బంపర్ ఆఫర్

వృద్ధయం సినిమా: నేను దర్శించిన బ్యాటీ సాయి పల్లవి తన నటనతో అన్ని ఇండస్ట్రీల హీరోలను, దర్శకనిర్మాతలను మంత్రముగ్ధులను చేస్తోంది. దీంతో అమ్మడుకి వరుస అవకాశాలు కల్పించుతున్నారు. తెలుగు, హిందీ, తమిళ భాషల్లో వరుస సినిమాలు చేస్తోంది. తన సహజమైన అందంతో అందరినీ కట్టిపడేసి ఈ భామ, ఇప్పుడు హిందీ చిత్రానిమల్ వరుస అవకాశాలను అందుకుంటూ అందరినీ ఆశ్చర్యపరుస్తోంది. తాజాగా ఆమెకు సంబంధించి ఒక క్రేజ్ అవ్వడం సోషల్ మీడియాలో వైరల్ అవుతోంది. సాయి పల్లవి 'ఏకీ దిన్' అనే సినిమాతో బాలీవుడ్ ఎంట్రీ ఇచ్చిన విషయం తెలిసిందే. ఇందులో ఆమెకి ఖాస్ కుమారుడు జువైద్ ఖాన్ సరసన ఆమె నటించింది. ఈ సినిమా హాటింగ్ సమయంలోనే సాయి పల్లవి నటనను చూసి ఆమెకి ఖాస్ షాక్ అయ్యారు. ఆమె హర్షా రెడ్డి ఎంత భాగవందం, ఏకంగా తన తదుపరి మూవీలో ఒక పవర్ ఫుల్ పాత్రను ఆఫర్ చేసినట్లు వార్తలు వస్తున్నాయి.