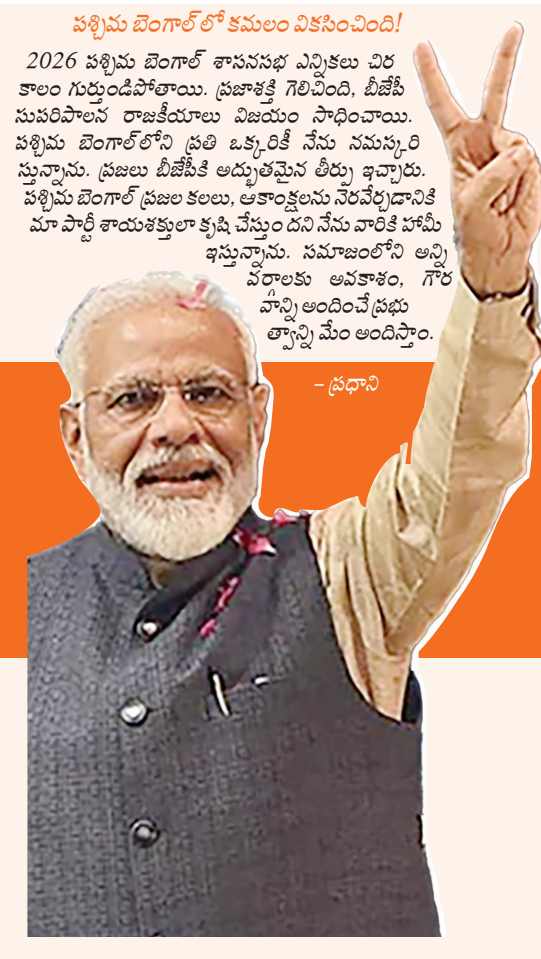


STUDY ABROAD
TOP GLOBAL DESTINATIONS
Free IELTS coaching
GradsUniversity
+91 6301726400

వుడయం

మీ ఆర్థిక అవసరాల ఆశయసాధన
KAPIL GROUP
కపిల్ చిట్స్
Visit Us: www.kapilchits.com
46 Years
కపిల్ చిట్స్ మీ కలలకు సాకారం

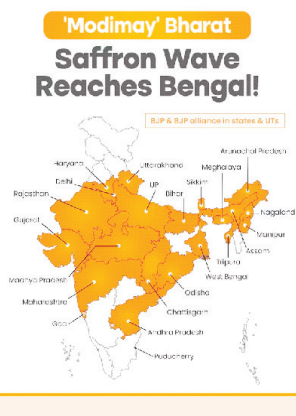


ఉపింపి ఉపింపి చని విజయాల

మే 4 సరికొత్త రికార్డు పశ్చిమ బెంగాల్, అస్సాం, పుదుచ్చేరిలలో కాషాయం రెపరెపలు

మోడీమయమైన భారత్ ఎక్స్ పై బజెపి మామ్

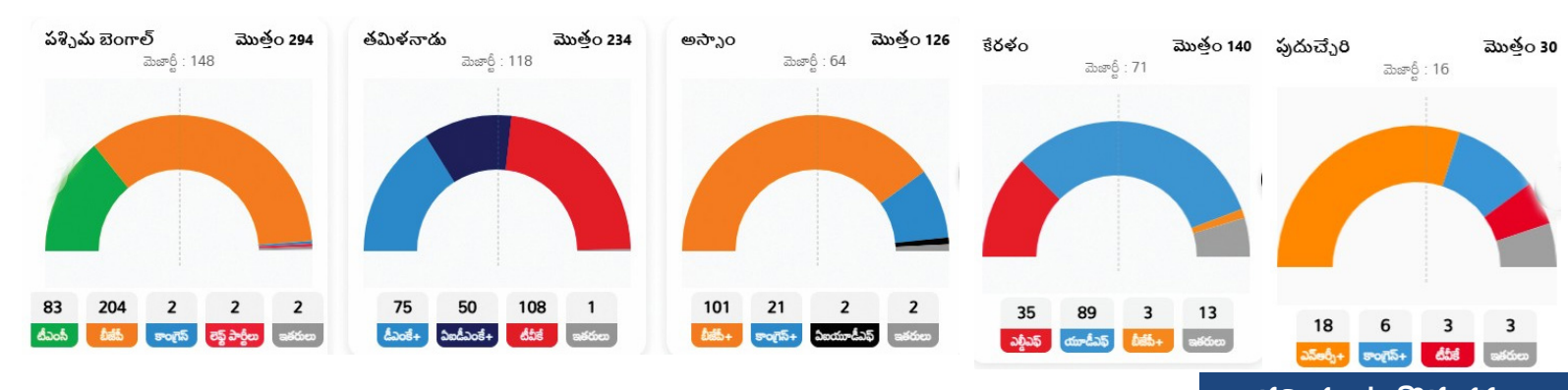
పశ్చిమ బెంగాల్ లో బిజెపి గెలుపు భారత్ లోనే ప్రజలు తిరిగి బిజెపిని ఎంచుకోవడంతో ఆ పార్టీ ఉత్సాహంతో పరభుత్వం తోంది. అందుకే, మోడీమయమైన భారత్ అంటూ ఎక్స్ వేదికగా పార్టీ టీటీట్ చేసింది. కమలం బెంగాల్ ను కూడా చేరుకుందని పేర్కొంది. ఢిల్లీ నుంచి బెంగాల్ వరకు గెలుపు కేవలం విస్తరణ కాదని, ప్రగతివంతంగా సాగేందుకు దేశ ప్రజలు తమపై చూపించిన విశ్వాసానికి ప్రతీక అని రాసుకొచ్చింది. ఉత్తరాది నుంచి ఈశాన్యం వరకు



కేరళలో యూడిఎఫ్



తమిళనాట విజయ్ బావుటా



బదు రాష్ట్రాల అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో మూడు రాష్ట్రాల్లో సిట్టింగ్ సీఎంలకు చెక్ పడింది. తమిళనాడు, పశ్చిమ బెంగాల్, కేరళలో అధికార పార్టీలు ఈ ఎన్నికల్లో ఘోర పరాభవానికి గురయ్యాయి. దీంతో ఇప్పటివరకు ముఖ్యమంత్రులుగా ఉన్న ఎంకే స్టాలిన్, మమతా బెనర్జీ, పినరయి విజయన్.. తమ సీఎం సీటులను ఖాళీ చేయాల్సిన పరిస్థితి నెలకొంది. ఆయా రాష్ట్రాల్లో ప్రస్తుత ప్రభుత్వాల మారి.. కొత్త పార్టీలు కొలువుదీరనున్నాయి. వీరిలో స్టాలిన్.. కనీసం తన సీటులో కూడా విజయం సాధించకపోవడం గమనార్హం. ఈ ఎన్నికల ఫలితాల్లో మూడు రాష్ట్రాల్లో అధికార పార్టీలకు గట్టి ఎదురుదెబ్బ తగిలింది. దీంతో ముఖ్యమంత్రులు తమ కుర్చీలను వదులుకోవాల్సి వచ్చింది. పశ్చిమ బెంగాల్ లో ఇప్పటికే హ్యూటికే విజయాల సాధించి నాలుగోసారి సత్తా చాటాలని ఎదురుచూసిన మమతా బెనర్జీకి ఎదురుదెబ్బ తగిలింది. ఇక కేరళలోనూ రెండు సార్లు వరుసగా విజయం సాధించిన పినరయి విజయన్.. ముచ్చటగా మూడోసారి ముఖ్యమంత్రి కావాలన్న ఆశలు అడియాసలు అయ్యాయి. మరోవైపు.. తమిళనాడులో వరుసగా రెండోసారి గెలుపొంది ధీమాగా ఉన్న ఎంకే స్టాలిన్ కు షాకిస్తూ.. తమిళ ఓటర్లు.. కొత్తగా పార్టీ పెట్టిన విజయ్ కే పట్టు కట్టారు. దీంతో విజ్ఞ తరబడి ఆయా పార్టీలు, నేతలకు కంచుకోటలుగా ఉన్న రాష్ట్రాలు ఇప్పుడు వారి చేతులు జారాయి.

రాజకీయ యవనికపై నుంచి అదృశ్యమవుతున్న ఎర్ర పార్టీలు?

వామపక్ష పార్టీల లక్ష్యం, ఉనికి కనుమరుగైపోతుందా..? బదు దశాబ్దాల్లో ఇటువంటి రాజకీయ శూన్యం ఏర్పడటం ఇదే తొలిసారి

ముగింపునకు దగ్గర్లో కాంగ్రెస్ శకం

- ప్రజలు హస్తం పార్టీని తిరస్కరించారు
- ఆ పార్టీ ఎప్పటికీ అధికారంలో రారు
- దేశానికి రాజకీయ ప్రధాని కావడం కలే
- మహిళా రిజర్వేషన్, నియోజకవర్గాల పునర్విభజన బిల్లు వ్యతిరేక పార్టీలకు ఓటర్లు బుద్ధి చెప్పారు : కేంద్రమంత్రి బండి సంజయ్

కరీంనగర్, మే 04 (పుడయం ప్రతినది) : త్వరలోనే దేశంలో కాంగ్రెస్ శకం ముగుస్తుందని కేంద్ర హోం శాఖ సహాయ మంత్రి బండి సంజయ్ కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. దేశ ప్రజలు కాంగ్రెస్ ను హర్షించి తిరస్కరించారన్న ఆయన కాంగ్రెస్ పార్టీ ఇక ఎప్పుడూ అధికారంలోకి రాదని ఊహించారు. హస్తం పార్టీ త్వరలోనే దేశ రాజకీయ ముఖ చిత్రం నుంచి కనుమరుగవుతోంది అని వెల్లడించారు. ఆ పార్టీ మళ్లీ అధికార పీఠం ఎక్కడం అసాధ్యమన్నారు. బదు రాష్ట్రాల్లో అసెంబ్లీ ఎన్నికల ఫలితాల విశ్లేషించుకున్న ఆయన సోమవారం కరీంనగర్ లో ఆయన మీడియాతో మాట్లాడారు. మహిళా రిజర్వేషన్, నియోజకవర్గాల పునర్విభజన బిల్లు వంటి చారిత్రాత్మక నిర్ణయాలను వ్యతిరేకించిన పార్టీలకు ప్రజలు తగిన గుణపాఠం చెప్పారని సెల్లెరు చేశారు. అభివృద్ధికి అడ్డుపడుతున్న పార్టీలను ఎట్టి పరిస్థితుల్లో ఓటర్లు క్షమించరని ఆయన వ్యాఖ్యానించారు. పశ్చిమ బెంగాల్ లో ఎన్డీఎ అరాచకాలు బరిగాయన.. బంగ్లా చొరబాటు దారులకు దారులు మూసుకుపోయామని కేంద్రమంత్రి పేర్కొన్నారు. దేశం అంతా బిజెపిని కోరుకుంటోందని ఉద్ఘాటించారు.

మొక్కజొన్న రైతులను ఆదుకోవాలి

- తక్షణ నష్టపరిహారం ఇవ్వాలి
- ప్రభుత్వానికి టీఆర్ఎస్ చీఫ్ కల్వకుంట్ల కవిత డిమాండ్

హైదరాబాద్, మే 04 (పుడయం ప్రతినది) : అధిరాజాద్ జిల్లా బోర్డ్ మండలంలోని కనుగుట్టలో ప్రమాదవశాత్తు వంద ఎకరాలకు పైగా మొక్కజొన్న పంట దహనం అవడంపై తెలంగాణ రక్షణ సేన (టీఆర్ఎస్) చీఫ్ కల్వకుంట్ల కవిత ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. పంట దహనంపై నష్టపోయిన రైతులతో ఆమె సోమవారం హైదరాబాద్ నుంచి ఘోన్ లో మాట్లాడి ఓడార్యారు. పంట నష్టపోయిన రైతులకు ధైర్యంగా ఉండాలని చెప్పారు. పంట నష్టం గురించి ప్రభుత్వం దృష్టికి తీసుకెళ్లి న్యాయం చేసినా లక్షిడి చేస్తామని ధైర్యం చెప్పారు. ప్రభుత్వం వెంటనే స్పందించి మొక్కజొన్న పంట దహనంపై నష్టపోయిన రైతులకు తక్షణ సాయం అందించాలని ఈ సందర్భంగా కవిత కోరారు. పంటనష్టం అంచనా చేసి నష్టపరిహారం ఇప్పించుకోవాలని డిమాండ్ చేశారు. బోర్డ్ మాజీ ఎమ్మెల్యే రాజ్ గోడ్ బాపూరావు, టీఆర్ఎస్ నాయకులు బానోకీ మౌనకతో కలిసి ఆమె బాధితు రైతులతో మాట్లాడారు.

యూడిఎఫ్ కూటమి విజయం అసాధారణం

కేరళం ఫలితాలపై సీఎం రేవంత్ రెడ్డి

హైదరాబాద్, మే 04 (పుడయం ప్రతినది) : కేరళం అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో అసాధారణమైన, కఠోరమైన స్ఫూర్తిగాయ కరమైన విజయం సాధించిన యూడిఎఫ్ కూటమి నాయకులు, కార్యకర్తలను సీఎం రేవంత్ రెడ్డి అభినందించారు. ఈ చారిత్రాత్మక విజయానికి నాయకత్వం వహించిన రాహుల్ గాంధీ, ఖల్సే, ప్రీయాంక గాంధీ, కేసీ వేణు గోపాల్, దీపాదాని మున్షీలకు పార్టీ కేడర్ తో కలిసి అభినందనలు తెలుపుతున్నారని పేర్కొన్నారు. కేరళ ప్రచారం సందర్భంగా తనపై ప్రేమ కురిపించినందుకు యూడిఎఫ్ మద్దతుదారులకు, ప్రజలకు ధన్యవాదాలు తెలియజేస్తున్నట్లు తెలిపారు.

తెలంగాణలోనూ ఎన్ఐఆర్ అమలు

బెంగాల్ లో మాదిరిగానే అమలుకు కేంద్రం సన్నద్ధం

వచ్చే అసెంబ్లీ ఎన్నికలకు పునాది వేసేందుకే మోడీ తెలంగాణ టూర్

పశ్చిమ బెంగాల్ లో విజయం తర్వాత విపక్షాల్లో వణుకు నిజామాబాద్ ఎంపీ ధర్మపురి అర్జున్

గత ప్రభుత్వ విద్యుత్ షార్ట్ లాక్రమాల విచారణ సీబీఐకి అప్పగింపు

భద్రాద్రి, యాదాద్రి విద్యుత్ షార్ట్ లాల్లో జరిగిన అవకతవకలు, అక్రమాలపై విచారణ కమిషన్

రాష్ట్రంలో భూముల ధరల సవరణ, క్రమబద్ధీకరణ, పాల్వే పాలనలో దరఖాస్తు చేసుకునే వారికి అవకాశం

నేషనల్ డెయిలీ డెవలప్ మెంట్ బోర్డుకు నల్గొండ-రంగారెడ్డి పాల ఉత్పత్తిదారుల సంఘం

బగ్గవారు నుంచి లిఫ్ట్ ఫ్లడ్ ఫో కాలువ నిర్మాణానికి ఆమోదం : కేబినెట్ భేటీలో ప్రభుత్వం కీలక నిర్ణయాలు

వేగవంతంగా ధాన్యం కొనుగోళ్లు

ఇప్పటివరకు 14.80 లక్షల మెట్రిక్ టన్నుల పై చిలుకు కొనుగోళ్లు

8,575 కేంద్రాల్లో ధాన్యం కొనుగోళ్లు

రైతుల ఖాతాలో 2001.96 కోట్లు జమ

కొనుగోళ్ల ప్రక్రియను వేగవంతం చేయాలి

అకాల వర్షాలతో రైతాంగం ఇబ్బందులు పడొద్దు

తడిసిన ధాన్యాన్ని రైస్ మిల్లులకు తరలింపు

పొరసరఫరాల మంత్రి ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి

హైదరాబాద్, మే 04 (పుడయం ప్రతినది) : అకాల వర్షాలు కురుస్తోన్న నేపథ్యంలో ధాన్యం కొనుగోళ్ల ప్రక్రియను వేగవంతం చేయాలని రాష్ట్ర పౌర సరఫరాల శాఖ మంత్రి ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి అధికారులను ఆదేశించారు. వర్షాలతో రైతులు ఇబ్బందులు పడకుండా అవసరమైన చర్యలు తీసుకోవాలని సూచించారు. సోమవారం రాష్ట్ర సచివాలయం నుండి ఆయన జిల్లాల ఇంచార్జ్ మంత్రులు, కలెక్టర్లు ఇతర ఉన్నతాధికారులతో

రైతుల మరణాలు ప్రభుత్వ హత్యలే

ధాన్యం దళారుల పాలు చేయాలని చూస్తున్నారు

కొనుగోలు చేసే వరకు ప్రభుత్వాన్ని నిలదీస్తాం

మోసపూరిత ప్రభుత్వాన్ని ఉక్కిరిబిక్కిరి చేస్తాం

నెల రోజులైనా పంటను ఇప్పటి వరకు

కొనుగోలు చేయలేదు : ప్రభుత్వంపై కేటీఆర్ ఫైర్

అట్లాంటిక్ క్రూయిజ్ నౌకలో హంటా వైరస్

- ముగ్గురు మృతి
- ఒకరి పరిస్థితి విషమం
- డబ్ల్యు హెచ్ఓ అందోళన

వ్యవసాయ రంగంలో విప్లవాత్మక మార్పులు

'టీజీ ఆర్గానిక్స్' మొబైల్ యాప్ ఆవిష్కరణలో మంత్రి తుమ్మల

కాంగ్రెస్ పాలనలో మరిన్ని రైతు సంక్షేమ కార్యక్రమాలు

ఆధునిక విప్లవాత్మక విధానాలు అమలు చేస్తున్నాం

ైతులు-వినియోగదారుల మధ్య ప్రత్యక్ష సంబంధంపై ఫోకస్

సౌందర్య సంరక్షణకు.. కలబంద!



చక్కని ఆరోగ్యం



సున్నితంగా.. ఇలా అన్ని రకాల చర్మతక్వాల వారికి ఇది మేలు చేస్తుందంటున్నారు నిపుణులు. ఈ క్రమంలో కలబంద చర్మానికి ఎలా ప్రయోజనకరమో తెలుసుకుందాం రండి.. చిటికెడు పసుపు, ఒక చెంచా పాలు, కొంచెం రోజీవాలర్, చెంచా తేనె.. వీటన్నింటినీ బాగా కలుపుకోవాలి. ఈ మిశ్రమానికి కలబంద గుజును కూడా జతచేసి మరోసారి కలుపుకోవాలి. దీన్ని ముఖానికి, మెడకు పట్టింది ఇరవై నిమిషాలు ఉంచుకోవాలి. తర్వాత శుభ్రంగా కడిగేసుకుంటే చక్కటి ఫలితం ఉంటుంది. జిడ్డు చర్మతక్వం ఉన్న వారిని మొటిమల సమస్య వేధిస్తుంది. ఇలాంటి వారు కలబంద ఆకుని నీళ్లలో కాసిపు పురిగించి దాన్ని పేస్ట్లాగా చేసుకోవాలి. దానికి కొన్ని చుక్కల తేనె కలుపుకొని ముఖానికి రాసుకోవాలి. పదిహేను నిమిషాల తర్వాత చల్లటి నీటితో కడిగేసుకోవాలి. ఇలా వారానికోసారి చేస్తుంటే మంచి ఫలితం ఉంటుంది. గాయాల వల్ల చర్మంపై ఏర్పడిన మచ్చలను పోగొట్టడంలోనూ కలబంద గుజు ఉపయోగపడుతుంది. ఇందుకోసం కలబంద గుజులో

పేస్ట్లాగా చేసుకోవాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని ముఖానికి, మెడకు రాసుకోవాలి. ఇరవై నిమిషాల తర్వాత చల్లటి నీటితో శుభ్రంగా కడిగేసుకుంటే చక్కటి ఫలితం ఉంటుందిని చెబుతున్నారు నిపుణులు.

వేసవిలో చెమట వల్ల ముఖంపై మురికి, నూనె పెరుకుపోతాయి. ఇది పుంజున పెరగడానికి దారితీస్తుంది. వారానికి కనీసం 3 నుంచి 4 సార్లు మైల్డ్ షాంపూతో తలస్నానం చేయాలి. జిడ్డు ఎక్కువగా ఉంటే వైద్యులు సూచించిన యాంటీ-డ్రాఫ్రస్ షాంపూను వాడటం మంచిది. చెమట పట్టి నప్పుడు జుట్టును అలాగే ముడి చేయకూడదు. చెమట వల్ల తేమ చేరి బ్యాక్టీరియా వృద్ధి చెందుతుంది. కాబట్టి, తలస్నానం తర్వాత జుట్టును పూర్తిగా ఆరనివ్వాలి. ఆడవాళ్లు బయట తిరిగివచ్చిన నేరుగా ఎండ తగలకుండా

ఇతరుల దువ్వెసలను అస్సలు వాడకూడదు. వేసవిలో జుట్టు బలహీనంగా ఉంటుంది. హెయిర్ కలర్స్, షెల్వీ లేదా స్టైలింగ్ ఉత్పత్తులను ఈ సీజన్లో తగ్గించడం మంచిది. ఇవి మృదును మరింత పొడిగా మార్చి దురదను పెంచుతాయి. పుడినారసం మాడుకు బాగా పట్టించిన

వేసవిలో చుండ్లు, మాడు దురద సమస్యలకు చెక్ పెట్టండి..



గొడుగు లేదా స్పార్స్ ఉపయోగించడం ఉత్తమం. చుండ్లను తగ్గించడానికి ఇంటర్ డౌరికే వస్తువులు బాగా పనిచేస్తాయి. తలస్నానానికి ముందు మాడుకు నిప్పురంచి పట్టించి 15 నిమిషాల తర్వాత కడిగేస్తే చుండ్లు తగ్గుతాయి. అలోవెరా (కలబంద) ఇది మాడుకు చలువనిస్తుంది. దురదను తగ్గిస్తుంది. వేసవిలో తలస్నానం చేయడం వల్ల ఇన్ఫెక్షన్ దరిచేరవు. మనం తీసుకునే ఆహారం కూడా జుట్టు ఆరోగ్యంపై ప్రభావం చూపుతుంది. శరీరాన్ని హైడ్రేట్ గా ఉంచుకోవడానికి రోజుకు కనీసం 3-4 లీటర్ల నీరు తాగాలి. మసాలాలు, వేపుళ్లు తగ్గించి పండ్లు, కూరగాయలు ఎక్కువగా తీసుకోవాలి. జింక, విటమిన్ బి ఉండే ఆహారం చుండ్లను నివారిస్తుంది. ఇతరుల వస్తువులను వాడటం వల్ల కూడా చుండ్లు వ్యాపిస్తుంది. మీరు వాడే దువ్వెసలు, టవల్స్, దిండు గరిబిలు లను ఎప్పుడీకప్పుడు శుభ్రం చేసుకోవాలి.

వృద్ధులకే కాదు.. యువతలోనూ పెరుగుతున్న బ్రెయిన్ స్ట్రోక్

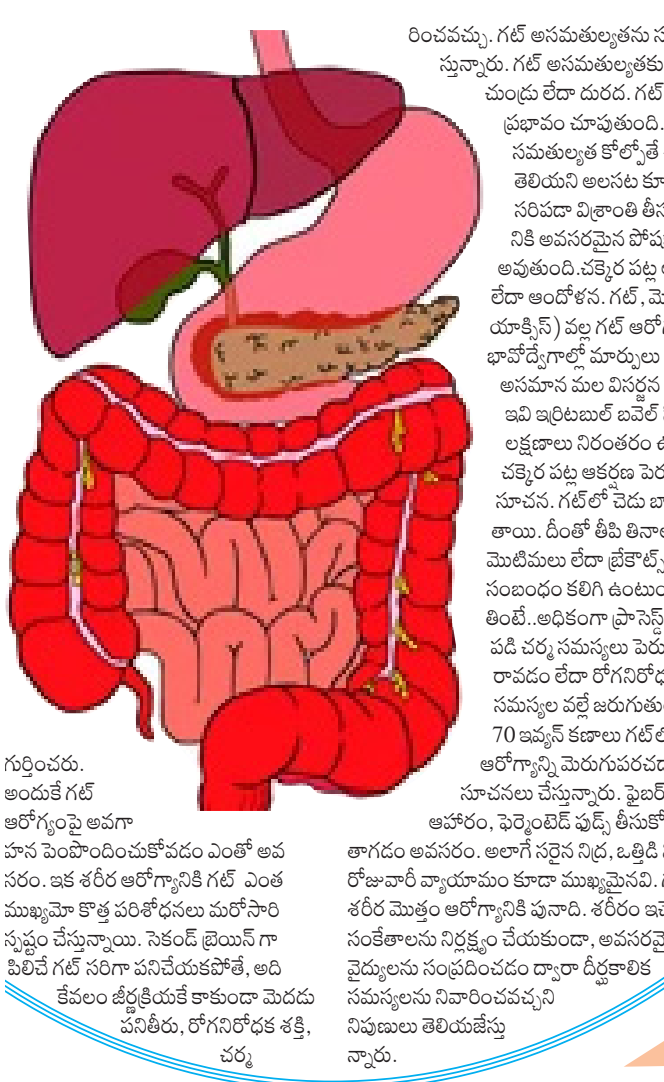
కేవలం వృద్ధుల సమస్యగా భావించే బ్రెయిన్ స్ట్రోక్.. ఇప్పుడు యువతనూ వెంటాడుతున్నది. మొత్తం పక్షవాత కేసుల్లో సుమారు 14 శాతం మంది 18-44 ఏళ్ల మధ్య వయసు గలవారే ఉండటం ఆందోళన కలిగిస్తున్నది. ఐసీఎంఆర్ (ఇండియన్ కౌన్సిల్ ఆఫ్ మెడికల్ రీసెర్చ్) కాజా ఆధ్వర్యం ఈ విషయాన్ని వెల్లడించింది. పలు ఆసుపత్రులలోని 34,000కు పైగా కేసులను పరిశీలించిన అధ్యయనంకాదు.. పెరుగుతున్న బ్రెయిన్ స్ట్రోక్ సమస్యను బయటపెట్టారు. అంతేకాకుండా పాశ్చాత్య దేశాలలో పోలిస్తే మనదేశంలో చిన్న వయసులోనే పక్షవాతాలు సంభవిస్తున్నాయని



స్పష్టం చేస్తున్నారు. భారత్ లో స్ట్రోక్ ఒక ప్రధాన ప్రజారోగ్య సమస్యగా మారిందని ఆందోళన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. మరణానికి నాలుగో ప్రధాన కారణంగా, అంగవైకల్యానికి ఐదో ప్రధాన కారణంగా నిలుస్తున్నట్లు వెల్లడించారు. శారీరక శ్రమ లేకపోవడం, గంటల తరబడి కూర్చుని పని చేయడమే యువతలో స్ట్రోక్ కు ప్రధాన కారణమని చెబుతున్నారు. అంతేకాకుండా, జంక్ ఫుడ్, అధిక ఉప్పు వినియోగం, ప్రాసెస్ చేసిన ఆహారం తీసుకోవడం వల్ల చిన్న వయసులోనే రక్తపోటు పెరుగుతున్నది. వెరీల్, వ్యక్తిగత జీవితంలో ఎక్కువగా ఒత్తిడికి గురవుడం, సరైన నిద్ర లేకపోవడం వల్ల రక్తనాళాలపై ప్రతికూల ప్రభావం పడుతున్నది. పొగతాగడం, మద్యం సేవించడం వల్ల రక్తనాళాలు గట్టిపడి, రక్త ప్రసరణకు అటంకం కలుగుతున్నది. ఇవన్నీ కలిసి చిన్నవయసులోనే స్ట్రోక్ ముప్పును పెంచుతున్నాయని అధ్యయనవారులు వెల్లడిస్తున్నారు. పని ఒత్తిడిని తగ్గించుకోవడం, ప్రశాంతంగా ఉండటం, క్రమం తప్పకుండా వ్యాయామం చేయడం లాంటి మార్పులతో ఈ ప్రమాదం నుంచి బయట పడచ్చని అంటున్నారు.

ప్రస్తుత కాలంలో జీవనశైలి మార్పులు, ప్రాసెస్ ఆహారం, ఒత్తిడి, నిద్రలేమి మంటి కారణాలతో ఆరోగ్య సమస్యలు వేగంగా పెరుగుతున్నాయి. ముఖ్యంగా జీర్ణవ్యవస్థకు సంబంధించిన సమస్యలు ఎక్కువమందిలో కనిపిస్తున్నాయి. చాలా సందర్భాల్లో బయటికి కనిపించే లక్షణాలనే పట్టించుకుంటూ కానీ వాటి పశల కారణం గట్టి (జీర్ణ వ్యవస్థ) ఆరోగ్యంలో సంబంధం ఉండొచ్చని

జీర్ణ వ్యవస్థ మెరుగుపరుచుకోవడానికి..



రించవచ్చు. గట్టి ఆసమతుల్యతను సూచించే సంకేతాల గురించి వైద్యులు వివరిస్తున్నారు. గట్టి ఆసమతుల్యతకు ఒక ముఖ్య సంకేతం తలలో నిరంతరం చుండు లేదా దురద. గట్టిలో ఇన్ఫ్లేమేషన్ పెరిగితే అది చర్మంపై కూడా ప్రభావం చూపుతుంది. మంచి బ్యాక్టీరియా, చెడు బ్యాక్టీరియా మధ్య సమతుల్యత కోల్పోతే ఈ సమస్యలు వస్తాయి. అలాగే కాణం తెలియని అలసట కూడా గట్టి సమస్యలకు సంకేతంగా నిలుస్తుంది. సరిపడా విశ్రాంతి తీసుకున్నా కూడా అలసటగా అనిపిస్తే, అది శరీరానికి అవసరమైన పోషకాలు సరిగ్గా కోల్పోవడం వల్ల వస్తుంది. చక్కెర పట్ల అకర్షణ పెరగడం.. మాంసం లక్షణం హాట్ స్పింగ్స్ లేదా ఆందోళన. గట్టి, మెదడు మధ్య ఉన్న సంబంధం (గ్లైకో-బ్రెయిన్ యాక్సిస్) పట్ల గట్టి ఆరోగ్యం ప్రభావితం అయితే సెరోటోనిన్ ఉత్పత్తి తగ్గి భార్యదేగాలో మార్పులు వస్తాయి. అలాగే బ్రోటిన్ (ఉబ్బరం), అనవసర మల విసర్జన కూడా గట్టి సమస్యలకు ప్రధాన సంకేతాలు. ఇవి ఇరిటబుల్ బవెల్ సిండ్రోమ్ వంటి సమస్యలకు దారితీస్తాయి. ఈ లక్షణాలు నిరంతరం ఉంటే వైద్యులను సంప్రదించడం అవసరం. చక్కెర పట్ల అకర్షణ పెరగడం కూడా గట్టి ఆసమతుల్యతకు మరో సూచన. గట్టిలో చెడు బ్యాక్టీరియా పెరిగితే అవి చక్కెరపై ఆధారపడతాయి. దీంతో తీపి తినినా కోరిక పెరుగుతుంది. చర్మంపై మొటిమలు లేదా డ్రైకోల్స్ రావడం కూడా గట్టి ఆరోగ్యంలో సంబంధం కలిగి ఉంటుంది. ప్రాసెస్ చేసిన ఫుడ్ గట్టి బలహీన పడి చర్మ సమస్యలు పెరుగుతాయి. తరచూ జలుబు, ఇన్ఫెక్షన్లు రావడం లేదా రోగనిరోధక శక్తి తగ్గడం కూడా గట్టి సమస్యల పట్ల జరుగుతుంది. ఎందుకంటే శరీరంలోని 70 ఇన్ఫ్లెక్స కణాలు గట్టిలోనే ఉంటాయి. ఇక గట్టి ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచడానికి నిపుణులు కొన్ని సూచనలు చేస్తున్నారు. ఫైబర్ అధికంగా ఉన్న ఆహారం, పెయింట్ ఫుడ్స్ తీసుకోవడం, తగినంత నీరు తాగడం అవసరం. అలాగే సరైన నిద్ర, ఒత్తిడి నియంత్రణ, రోజువారీ వ్యాయామం కూడా ముఖ్యమైనవి. గట్టి ఆరోగ్యం శరీర మొత్తం ఆరోగ్యానికి ఫలం. శరీరం ఇచ్చే చిన్న సంకేతాలను నిర్లక్ష్యం చేయకుండా, అవసరమైతే వైద్యులను సంప్రదించడం ద్వారా దీర్ఘకాలిక సమస్యలను నివారించవచ్చని నిపుణులు తెలియజేస్తున్నారు.

మైదాకు దూరంగా ఉంటే కలిగే మార్పులు



అందుకే కొందరు కొంతకాలం మైదాను పూర్తిగా మానేసి శరీరంలో వచ్చే మార్పులను గమనిస్తున్నారు. కేవలం రెండు వారాల పాటు మైదా తీసుకోకుండా ఉంటే కొన్ని స్పష్టమైన మార్పులు కనిపిస్తాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. జీర్ణ వ్యవస్థకు.. మైదాను ఆహారం నుంచి తొలగించడంతో జీర్ణక్రియలో మెరుగదల కనిపిస్తుంది. ఫైబర్ లేని మైదా జీర్ణక్రియను మందగింపజేస్తుంది. దానికి బదులుగా సంపూర్ణ దాణాలు, పండ్లు, కూరగాయలు తీసుకుంటే ఉబ్బరం తగ్గి, పొట్ల తేలికగా అనిపిస్తుంది. అలాగే శక్తి స్థాయిలు స్థిరంగా మారుతాయి. మైదాతో తయారైన పదార్థాల రక్తంలో చక్కెరను వేగంగా పంపిస్తాయి. వెంటనే తగ్గిస్తాయి. దీంతో అలసట, నీరసం వస్తాయి. మైదా మానేయడం వల్ల ఈ మార్పులు తగ్గి, శక్తి స్థాయి సంతులితంగా ఉంటుంది. ఆకలి కూడా నియంత్రణలోకి వస్తుంది. మైదా ఎక్కువసేపు తప్పిని

చుట్టిన కర్రమైన మామిడి పళ్లలో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలూ అధికంగా ఉంటాయి. అవేమిటో తెలుసు

మామిడి రుచితే కాదు.. ఆరోగ్యానికీ!



కుండాం రండి.. మామిడి పండ్లలో విటమిన్ 'వి' పుష్కలంగా లభిస్తుంది. ఫలితంగా కళ్లు పొడిబారటం వంటి సమస్యలు దూరమవుతాయి. కంటి ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుందంటున్నారు నిపుణులు. కొంతమంది మహిళలు గర్భధారణ సమయంలో రక్తపోటు తగ్గించేందుకు కూడా మామిడిని ఉపయోగిస్తారు. ఈ సమస్యను దూరం చేసుకోవచ్చు. అయితే అది కూడా దాకర్ల సలహా మేరకు. మితంగానే తీసుకోవాలి ఉంటుంది. జీర్ణశక్తిని పెంచడానికీ మైదాను వంటి పండ్లలో కూడా మామిడి పండ్ల కంటే పాత పోషకాలను నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఇందులో ఉండే ఫైబర్, కొన్ని రకాల ఎంజైములు ఆహారం సులభంగా జీర్ణమయ్యేందుకు దోహదం చేస్తాయని. ప్రత్యేకించి వీటిలో ఉండే ఫైబర్ పేగు కదలికను పెంచుతుంది. మలబద్ధకాన్ని నివారిస్తుంది.

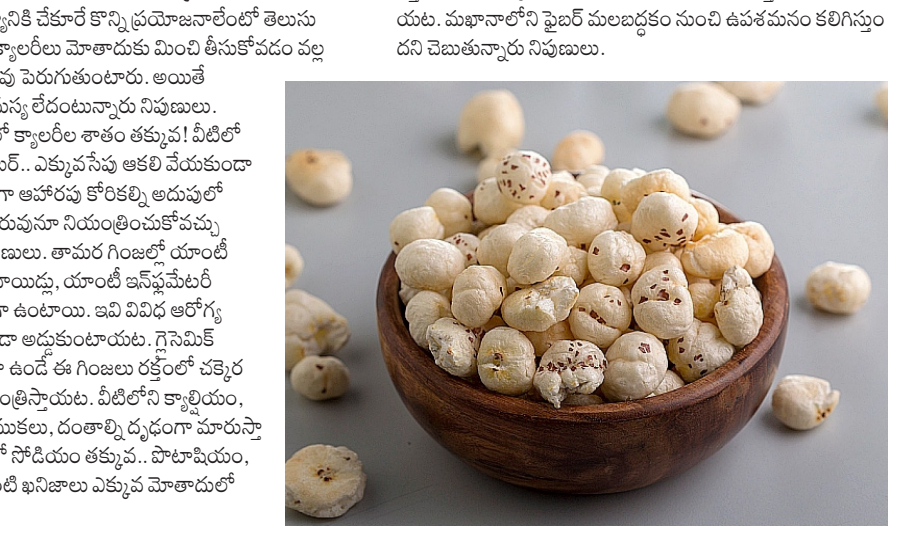
తీసుకుంటే ఎక్కువసేపు నిండుగా అనిపించి అసహనంగా తిండం తగ్గుతుంది. ఇరువు నియంత్రణలో కూడా ఇది సహాయపడుతుంది. చర్మ సంరక్షణకు.. మైదా పదార్థాల్లో ఎక్కువగా ఖాళీ క్యాలరీలు, చక్కెరలు, కొవ్వు ఉంటాయి. వీటిని తగ్గించడం వల్ల అదనపు క్యాలరీలు తగ్గి, కొంతవరకు బరువు నియంత్రణలోకి వస్తుంది. ఉబ్బరం కూడా తగ్గిస్తుంది అనిపిస్తుంది. చర్మంపై కూడా స్వల్ప మార్పులు కనిపిస్తాయి. ప్రాసెస్ ఆహారం తగ్గించడంతో శరీరంలో ఇన్ఫ్లేమేషన్ తగ్గి, మొటిమలు లేదా చర్మ సమస్యలు తగ్గి అవకాశం ఉంటుంది. మైదా మానేసిన మొదటి రోజుల్లో తినినానే కోరికలు పెరగవచ్చు. ముఖ్యంగా డ్రైడ్, బేకర్ల పదార్థాలు ఎక్కువగా తీసుకునే వారికి ఇది సహజమే. అయితే కొద్ది రోజుల్లోనే శరీరం అలవాటు పడడంతో ఈ కోరికలు తగ్గిపోతాయి. మైదా మిడిని మానేయడం వల్ల ఈ విధంగా మన శరీరంలో అనేక మార్పులు కనిపిస్తాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. వీటిని తీసుకోవాలి.. మైదాను మానేసినప్పుడు దానికి బదులుగా సంపూర్ణ గోధుమలు, జొన్నలు,

చిప్స్ తింటూ కూల్ డ్రింక్స్ తాగితే యమ డెంజర్



వేసవిలో చాలా మంది చల్లని పానీయాలు తాగడానికి ఇష్టపడతారు. ఇవి చాలా రుచిగా ఉండటంతో పాటు వెంటనే చల్లదనం కూడా ఇస్తాయి. కొందరు ఈ పానీయాలతో పాటు చిప్స్ కూడా తింటారు. అయితే, ఇది సాధారణంగా కనిపించే అలవాటు అయినప్పటికీ, ఆరోగ్యానికి హానికరమని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. చల్లని పానీయాల్లో చక్కెర ఎక్కువగా ఉంటుంది. కొన్నింటిలో కెల్సెన్ కూడా ఉంటుంది. ఇవి తాగినప్పుడు తాత్కాలికంగా దాహం తగ్గినట్లు అనిపించినా, దానివల్ల శరీరంలో నీరు తగ్గి అవకాశం ఉంది. దీని

పాపకాల ఖిజానా 'మఖానా'



తామర గింజలు.. 'మఖానా' గా పిలుచుకునే ఈ గింజల్లో బోలెడన్ని పోషకాలు నిండి ఉంటాయి. ప్రోటీన్లు, కార్బోహైడ్రేట్లు, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా లభించే ఈ గింజలు ఆరోగ్యానికే మేలు చేస్తాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. అయితే వీటిని కొందరు పచ్చిగానే తీసుకుంటే.. మరికొందరు వేయించుకొని, ఉడకబెట్టుకొని, కూరల్లో, స్నీట్లలో భాగం చేసుకుంటారు. ఈ క్రమంలో తామర గింజలతో ఆరోగ్యానికి చేకూరే కొన్ని ప్రయోజనాలే తెలుసుకుందాం రండి.. క్యాలరీలు మోతాదుకు మించి తీసుకోవడం వల్ల కొంతమంది బరువు పెరుగుతుంటారు. అయితే మఖానాతో ఆ సమస్య లేదంటున్నారు నిపుణులు. ఎందుకంటే దీనిలో క్యాలరీలు తక్కువ! వీటిలో ఉండే ప్రోటీన్, ఫైబర్.. ఎక్కువసేపు ఆకలి చేయకుండా చేస్తాయి. ఫలితంగా ఆహారంపై కోరికల్ని అదుపులో పెట్టుకోవచ్చు.. బరువును నియంత్రించుకోవచ్చు అంటున్నారు నిపుణులు. తామర గింజల్లో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, ఫైవనానాయిడ్లు, యాంటీ ఇన్ఫ్లేమేటరీ గుణాలు అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి వీటిని ఆరోగ్య సమస్యలు రాకుండా అడ్డుకుంటాయని, గైసెమిక్ ఇండెక్స్ తక్కువగా ఉండే ఈ గింజలు రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రిస్తాయని, వీటిలోని క్యాలరీలు, మెగ్నీషియం.. ఎముకలను, దంతాల్ని దృఢంగా మారుస్తాయని. మఖానాలో సోడియం తక్కువ.. పొటాషియం, మెగ్నీషియం.. వంటి ఖనిజాలు ఎక్కువ మోతాదులో

ఫలితాల వేళ.. భారీ లాభాల్లో స్టాక్ మార్కెట్లు

దేశీయ స్టాక్ మార్కెట్ల సూచీలు ఈ వారాన్ని భారీ లాభాలతో ప్రారంభించాయి. నాలుగు రోజులూ, ఒక కేంద్ర పాలిత ప్రాంతానికి జరిగిన శాసనసభ ఎన్నికల ఫలితాల సోమవారం వెలుడయ్యాయి. ఇందులో అస్సాం, పశ్చిమ బెంగాల్, పుదుచ్చేరిలో బాజుమజ్దూరు చూపిస్తున్న డబ్బం సూచీలపై సానుకూల ప్రభావం చూపిస్తోంది. దీనితోపాటు అంతర్జాతీయంగా చమురు ధరలు తగ్గడం కూడా మార్కెట్ సెంటిమెంట్ ను బలపర్చింది. సూచీలు ఉత్సాహంగా కదలాడుతున్నాయి. సెన్సెక్స్ 900 పాయింట్లు పెరగగా.. నిస్సెక్స్ 24,200 మార్కు దాటి ట్రేడ్ అయ్యాయి.



సన్టీవీ షేర్లు 10% పతనం

తమిళనాడు ఎన్నికల ఫలితాల్లో సీనియర్ నటుడు డి.వి.వి. పార్థి అనూహ్యంగా దూసుకుపోవడం, అధికార డి.వి.వి.కి ఛార్జ్ షేర్లలో నేపథ్యంలో సన్టీవీ షేర్లపై పతనం

లో గత కొన్ని రోజులుగా అధికార పీఠం డి.వి.వి.కి ఎంతో మద్దతు చూపడం మూలంగా వస్తోంది. కానీ, ఈసారి ఎన్నికల్లో మాత్రం విజయ పార్టీ అనూహ్యంగా తేర పైకి వచ్చింది. 100కు పైగా స్టాక్ మార్కెట్లో ఆ పార్టీ డూసుకోతోంది. అస్సాం డి.వి.వి.కి రెండో స్థానంలో ఉండగా.. డి.వి.వి.కి ఏకంగా మూడో స్థానానికి పరిమితమైంది. దీంతో సన్టీవీ షేర్లు క్షీణించాయి. సన్టీవీ యజమాని అయిన కళానిధి మార్కెట్ స్టాక్ మార్కెట్ దగ్గరి బంధువు కావడం గమనార్హం. మరోవైపు దేశీయ స్టాక్ మార్కెట్ సూచీల ఆరంభ లాభాలు ఆవిరయ్యాయి. ఉదయం భారీ లాభాల్లో ప్రారంభమైంది. దశలో దాదాపు వెయ్యి పాయింట్లు లాభపడిన సెన్సెక్స్.. దాదాపు 700 పాయింట్లు కోల్పోయింది. మధ్యాహ్నం 12.50 గంటలకు 319 పాయింట్ల లాభంతో 77,232 వద్ద ట్రేడ్ అయింది. నిస్సెక్స్ 96 పాయింట్ల లాభంతో 24,094 వద్ద కొనసాగుతోంది. సెన్సెక్స్ 30 సూచీలో



య్యాయి. ఓ. దశలో సన్టీవీ షేర్లు విలువ బీబీసీకల్లో 9.5 శాతం మేర పతనమై రూ. 547.55 వద్ద కనిపిస్తోంది. మధ్యాహ్నం 12.45 గంటల సమయానికి 6.43 శాతం నష్టంతో రూ. 566.40 వద్ద కొనసాగుతోంది. తమిళనాడు

అధికార పార్టీ, హిందూస్తాన్ యునియట్, ఎల్.అం.డి.డి., రిలయన్స్, బజాజ్ ఫైనాన్స్ స్టాక్ లాభాల్లో కొనసాగుతుండగా.. కోటక్ మహింద్రా బ్యాంక్, భారత్ ఎయిర్లైన్స్, ట్రైబీ, టీఎస్, బిసీఎస్ స్టాక్ మార్కెట్ కొనసాగుతున్నాయి.

డీమార్ట్ లాభం రూ.656 కోట్లు



19.17% అధికం. కార్యకలాపాల ఆదాయం రూ. 14,871.86 కోట్లు సుంచి 18.9% పెరిగి రూ. 17,683.86 కోట్లు చేరింది. మొత్తం వ్యయాలు 18.5% శాతం పెరిగి రూ. 16,797.86 కోట్లు చేరాయి. ఇతర ఆదాయంతో కలిపి

డీమార్ట్ పేరిట విక్రయాలను నిర్వహిస్తున్న అవెన్యూ సూపర్ మార్కెట్ లిమిటెడ్, గత ఆర్థిక సంవత్సరం (2025-26) జనవరి-మార్చిలో రూ.656.42 కోట్ల వికృత నికర లాభాన్ని సమూహం చేసింది. 2024-25 ఆది కాల లాభం రూ. 550.79 కోట్లతో పోలిస్తే ఇది

కంపెనీ మొత్తం ఆదాయం 18.83% పెరిగి రూ. 17,702.03 కోట్లు చేరింది. 2025-26 ఫూల్ ఆర్థిక సంవత్సరానికి అవెన్యూ సూపర్ మార్కెట్ నికర లాభం 9.7% పెరిగి రూ. 2,969.86 కోట్లు. మొత్తం వికృత ఆదాయం 15.8% పెరిగి రూ. 68,894.84 కోట్లు చేరింది.

జూన్లో ముడి చమురు ఉత్పత్తి పెంపు



దేశీయ ముడి చమురు ఉత్పత్తి పెంపును ప్రణాళిక లు రూపొందించినట్లు సంబంధిత వర్గాలు తెలిపాయి. అయితే అమెరికా-ఇరాన్ యుద్ధ పరిణామాల్లో, గల్ఫ్ చమురు సరఫరాకల అంతరాయం కలుగుతున్నంత కాలం.. ఈ పెంపు కాగితాలే పరిమితమవుతుందని విశ్లేషకులు అంచనా వేస్తున్నారు. 7 ఒపెక్+ దేశాలు జూన్లో చమురు ఉత్పత్తి లక్ష్యాన్ని రోజుకు సుమారు 1,88,000 బారెళ్ల మేర పెంచడా

అరేబియా, ఇరాక్, కువైట్, అల్జీరియా, కజాఖ్స్థాన్, రష్యా, ఒమన్ దేశాలు ఆదివారం సమావేశమయ్యాయి. యూఏఈ వైదొలగడంతో, ఇరాన్తో పాటు ఒపెక్+లో ప్రస్తుతం 21 సభ్య దేశాలున్నాయి. ఇటీవల కోవైడ్ మార్కెట్లో డి.వి.వి.కి మూల్యం పెరిగింది. యూఏఈ మాత్రమే నెలవారీ ఉత్పత్తి నిరంతరం వాలును చూపుతున్నాయి. ఫిబ్రవరి 28న ప్రారంభమైన ఇరాన్ యుద్ధం, దాని ఫలితంగా హుజుఫ్ జల సందీ మూనిసిపల్ కారణంగా ఒపెక్+ సభ్య దేశాలైన సౌదీ అరేబియా, ఇరాక్, కువైట్ లలో పాటు యూఏఈ నుంచి చమురు వస్తువుల కుంటుపడాయి. ఈ కారణాలతో ఉత్పత్తిని పెంచగలిగిన దేశాలు ఇవే. హుజుఫ్ జల సందీలో నౌకా రహిత ప్రారంభమయ్యే వరకు, చమురు ఉత్పత్తి పెంపు ప్రణాళిక చాలా వరకు నామమాత్రంగానే ఉంటుందని, ఆ తర్వాత కూడా సాధారణ స్థితికి రావడానికి కొన్ని వారాలు పడుతుందని అంచనా. చమురు సరఫరాలో అంతరాయం కారణంగా 1-2 నెలల్లో విమాన ఇంధన కొరత ఎదురవుతున్నట్లు, ప్రపంచ ప్రవృత్తిలను అధికమవుతుందని విశ్లేషకులు అంచనా వేస్తున్నారు. గత వారం చమురు బ్యారెట్ ధర, నాలుగేళ్ల గరిష్ఠమైన 125 డాలర్లకు చేరిన సంగతి వివరించగా, ఒపెక్+ యుని ఈ వర్ష సూచిస్తోంది. గత వారం బ్యాంకులనుంచి యునైటెడ్ అరబ్ ఎమిరేట్స్ (యూఏఈ) వైదొలగినప్పటికీ.. ఉత్పత్తి లక్ష్యాలను పెంచే ప్రణాళికలలో ఒపెక్+ ముందుకు సాగుతోంది. సౌదీ

మారుతీకి దేశీయ విపణిలో 42% వాటా



కార్యక్రమాలలో దేశీయ అగ్రగామి సంస్థ మారుతీ సుజుకి ఇండియా (ఎంఎస్ఐ), గత ఆర్థిక సంవత్సరం (2025-26)లో మన విపణిలో 42% వాటా సాధించింది. 2024-25 కార్యక్రమాలలో సంస్థ వాటా 39 శాతం. సూతన ఆర్థిక సంవత్సరం (2026-27) ప్రారంభ నెల (ఏప్రిల్) లో రికార్డు స్థాయిలో దేశీయంగా 1,91,122 కార్లను సంస్థ లోకుగా విక్రయించి.. మార్కెట్ వాటాను మరో 3% పెంచుకుంది. ఎంఎస్ఐ మార్కెటింగ్, సేల్స్ సీనియర్ ఎగ్జిక్యూటివ్ అధికారి పాల్ టోటో బెన్సర్ మాట్లాడుతూ, కంపెనీ మార్కెట్ వాటా పెరుగుదలకు కార్యక్రమాలను అనుసరించింది. ఇప్పటివరకు 2025 డిసెంబరులో విక్రయించిన 1,82,165 కార్లకు సుమారు 1,83,980 అనుమతి ఉండగా, గత నెల విక్రయాల తాజా రికార్డుగా నిలిచాయి. 2025 ఏప్రిల్ లో పోలిస్తే, గత నెలలో ప్రయాణీకుల కార్యక్రమాల 68,244 నుంచి 96,725 కు చేరాయి. ఎస్ఎంఎల్ విక్రయాలు 141.6% వృద్ధితో 55,066 కు చేరాయి. చిన్న కార్లలో అల్టో, వన్-సెన్సో, సెలెబ్రియో, వ్యాగన్ఆర్ ల విక్రయాలు 74.4% పెరిగాయి. కార్యక్రమాల సంస్థలు కొత్త ఆర్థిక సంవత్సరాన్ని బలంగా ప్రారంభించాయి. ఈ విధాని ఏప్రిల్ లో మారుతీ సుజుకి తయారు చేస్తున్న సెనాన్ కారు డిజైర్, ఎస్ఎంఎల్లో టాటా పంత్.. అత్యధికంగా విక్రయమైన మోడళ్లుగా నిలిచాయని పరిశ్రమ గణాంకాలు వెల్లడిస్తున్నాయి. డిజైర్ కారు ఏప్రిల్లో 23,580, గత ఆర్థిక సంవత్సరం 2,29,130 విక్రయమయ్యాయి. పంత్ ఎస్ఎంఎల్ విక్రయాలు 19,107, 2025-26లో 1,83,980 అనుమతి ఉన్న సమాచారం.

క్రికెట్లు

లక్ష్మీ మిత్తల్ చేతికి రాజస్థాన్ రాయల్స్

రాజస్థాన్ రాయల్స్ యజమాన్యం మారబోతోంది. ఉక్కు దిగజం లక్ష్మీ మిత్తల్.. రాయల్స్ను కొనుగోలు చేశాడు. తన కొడుకు ఆదిత్య మిత్తల్, సీరమ్ ఇన్స్టిట్యూట్ ఆఫ్ ఇండియా సీఈఓ, అదర్ హునావాలాతో కలిసి లక్ష్మీ మిత్తల్ రూ. 15,660 కోట్లకు రాయల్స్ను సొంతం చేసుకోవచ్చు. పార్ట్ రాయల్స్, బాన్డ్రోస్ రాయల్స్ కూడా ఈ ఒప్పందంలో భాగంగా కొత్త యజమానుల చేతికి వెళ్తాయి. ఈ అమ్మకాన్ని బీసీసీఐ ప్రవేశపెట్టినందుకు చాలా సంతోషం వ్యక్తం చేశారు. గత ఆర్థిక సంవత్సరం 2,29,130 విక్రయమయ్యాయి. పంత్ ఎస్ఎంఎల్ విక్రయాలు 19,107, 2025-26లో 1,83,980 అనుమతి ఉన్న సమాచారం.

వల్ల కలిగి ముప్పు అంచనా వేయడానికి, నివారణ చర్యలను సూచించడానికి ఎస్ఎంఎల్ వైబ్ నెట్ సీనియరులు తెల్లీ నేతృత్వంలో ఒక కమిటీని ప్రభుత్వం ఏర్పాటు చేసింది. బిటీ వ్యవస్థలను సురక్షితం చేసుకోవడానికి అవసరమైన అన్ని ముందస్తు చర్యలు తీసుకోవాలని కేంద్ర ఆర్థిక మంత్రి నిర్ణయం సీనియరుల నుంచి వచ్చింది. ఏప్రిల్ 7 న క్షేత్ర మిగ్రేషన్ పై అండ్లోషను రెజిస్ట్రార్లు ఉంటారు. ఈ మార్చి సైబర్ భద్రత, హ్యాకింగ్లో మనుషుల కంటే వైద్యులను మామూలుగా నిర్ణయించినట్లు తెలిపింది.

ఆ ఆరుగురిలో నేనూ ఉన్నా...



పాల్నడ్రాంటూ ఫిర్యాదు చేసిన ఆరుగురు మహిళల్లో లాను కూడా ఉన్నానని రెజెర్ వివేక్ ఫాలకే వెల్లడించింది. ఈ నెల 10న మొదలయ్యే జాతీయ ఓపెన్ ర్యాంకింగ్ టోర్నీలో పాల్నడ్రాంటో తన అసోకేట్లను గౌరవిస్తానని చెప్పింది. ఈ టోర్నీ ఉత్తర ప్రదేశ్ లోని గొండాలో జరగనుంది. గొండా.. బ్రిజ్ భూపతి సొంత ఊరు. "అతడిపై ఫిర్యాదు చేసిన ఆరుగురిలో నేను ఒకదానిని. కేసు ఇంకా కోర్టులో ఉంది. అతడికి పట్టుకుంటానని ప్రాంతంలో పోలీస్ బందం నన్ను మానసిక బాధ తీసుకుపోయింది. అక్కడి వ్యక్తుల్లో చాలా మంది అతడికి సన్నిహితులే అయ్యారు. అలాంటి పరిస్థితుల్లో నేను సరైన ప్రధర్మం చేయగలనని అనుకోవట్లేదు" అని సోషల్ మీడియాలో పోస్ట్ చేసిన ఓ వీడియోలో వివేక్ పేర్కొంది. పోలీస్ సందర్భంగా తనకు లేదా తన జట్టు సభ్యులకు ఏం జరిగినా భారత ప్రభుత్వానిదే బాధ్యత అవుతుందని ఆమె హెచ్చరించింది. పోలీస్ ఒలింపిక్స్ అనంతరం అలకు గుడ్ బై చెప్పిన వివేక్.. పునరాగమనం చేస్తున్నట్లు ఇటీవలే ప్రకటించిన సంగతి తెలిసిందే. ఆమె 57 కోట్ల వివాహంలో పోటీపడనుంది. అయితే 1400 పైగా క్రీడాకారులు జాతీయ టోర్నీలో ఆడుతున్నారని..

ధోని లాంటి వికెట్ కీపర్ ను చూడలేదు

మహేంద్రసింగ్ ధోని లాంటి మరో వికెట్ కీపర్ ను తన కెరీర్లో చూడలేదని మాజీ స్పిన్నర్ రవిచంద్రన్ అల్పిన్ అభిప్రాయపడ్డాడు. 2011 ఐపీఎల్ ఫైనల్లో క్రికెట్ లోను డకౌట్ చేసిన సందర్భాన్ని గుర్తుచేసుకుంటూ అతడు మహిళా ప్రశంసలను కురిపించాడు. "ధోని అద్భుతమైన స్పిన్నర్. అలాగే కెప్టెన్ గురించి అందరూ ఎంతో చర్చించుకుంటారు. కానీ తనలా వికెట్ కీపర్ చేసే వారిని నా కెరీర్లో చూడలేదు. వికెట్లు వెనుక అతడి పనితీరు, స్వచ్ఛమైన ఆలోచన విధానం వల్లే కెప్టెన్ గా కంటే కీపర్ గా ధోనిని ప్రశంసలు వచ్చాయి. 2011 ఐపీఎల్ ఫైనల్లో అతను పట్టిన క్యాప్ వల్లే గేమ్ ను డకౌట్ చేయగలిగాను. రాజస్థాన్ రాయల్స్ తరఫున మూడు సీజన్లు ఆడినప్పటికీ.. ట్రైబీల్ గెలవకపోవడం నన్ను బాధిస్తుంది. 2018లో పంజాబ్ కింగ్స్ ఆడేటప్పుడు బట్టర్ రనాల్ (మున్షింగ్) పై నేనేమీ పక్కాత్తాప పడలేదు. ఒకవేళ ఆ నియమం క్రీడాస్ఫూర్తికి విరుద్ధంగా ఉంటే.. బనీస్ దాన్ని తొలగించేది కదా. మ్యాచ్ గెలవడం కోసమే అలా చేశాను. అందులో సిగ్గు పడాలిందేమిదుంది" అని అల్పిన్ చెప్పాడు.



ఇండియన్ ప్రిమియర్ లీగ్ 2026 సీజన్లో కొందరు అటగాళ్లు తమ గర్ల డ్రెస్ కోడ్ చక్కర్లు కొడుతూ వీడియోలు వైరల్ గా మారాయి. దీనిపై బీసీసీఐ అసంకల్ప వ్యక్తం చేసినట్లు వార్తలు వస్తున్నాయి. హార్దిక్ పాండ్య, యశస్వి జైస్వాల్, ఇషాన్ కిషన్, అర్ధేంద్ సింగ్.. లాంటి అటగాళ్ల తమ స్వేచ్ఛా మార్పులతో ఐపీఎల్ మ్యాచుల సమయంలోనూ ప్రయాణిస్తుంటున్న బీసీసీఐ వ్యతిరేకంగా మారినట్లు తెలుస్తుంది. కొంతమంది అటగాళ్లు భాగస్వాములు 'ఇన్ ఫుయే స్టర్' హోదా కలిగి ఉన్నారు. వీరిలో కొందరు బెట్టింగ్ యాల్సన్లు ప్రమాణ్ చేసినట్లు పలు రిపోర్ట్స్ చెబుతున్నాయి. అదే సమయంలో కొందరికి తమ స్పోర్ట్స్ వీడియోలు తరలాయి. పోలీసులకు ఫిర్యాదులు చేయడం వరకూ వెళ్లడంలో ఐపీఎల్ లో పాటు బీసీసీఐ ప్రతిష్టకు ఇబ్బంది ఎదురైందని క్రికెట్ వర్గాలు అభిప్రాయపడ్డాయి.

కేలక సమయంలో ఆల్టి బికి షాక్!

రాయల్ చాలెంజర్స్ బెంగళూరుకు కేలక సమయంలో షాక్ తగిలింది. ఆ జట్టు ఓపెనర్ ఫిల్ సాల్ట్ ఇంగ్లాండ్ వెళ్లాడు. తన వేలికి గాయం కావడంతో గత మూడు మ్యాచుల్లో బెంచ్ లో పరిమితమయ్యాడు. గాయానికి సంబంధించి టెస్ట్ కోసం సాల్ట్ యూత్ వెళ్లాడు. సాల్ట్ కోసం ఆతని అనంతరం పరిస్థితిని బట్టి ఆల్టి బికి వేరే వేరే తీరు. శ్వేతి కిట్టి అవసరమైతే మాత్రం ఈ లీగ్ నుంచి వైదొలగినట్లే. డిల్లీలో మ్యాచ్ సమయంలో సాల్ట్ వేలికి గాయమైంది. బంతిని ఆపేందుకు ప్రయత్నించే క్రమంలో ప్రమాదం జరిగింది. ఆ తర్వాత అతడు మైదానంలోకి దిగలేదు. ఓపెనర్ గా మాట్లాడే అటాథిరుతో ఫిల్ సాల్ట్ పరుగులు రాబడతాడు. ఆరు మ్యాచుల్లో 202 పరుగులు చేసిన అతడు.. విరాట్ కోల్హాతో కలిసి ఆల్టి బికి శుభారంభాలను అందించాడు. ఇప్పుడు షేఆఫ్ బెల్లెల కోసం పోటీ తీవ్రతరమైన సమయంలో సాల్ట్ లోకపోవడం బెంగళూరుకు దెబ్బనే క్రికెట్ విశ్లేషకులు అంచనా వేస్తున్నారు. అతడి

ఐపీఎల్లో 'గర్ల డ్రెస్' కల్పిస్తే బీసీసీఐ ఫోకస్!



కేలక సమయంలో ఆల్టి బికి షాక్!

సమాచారం వచ్చింది. అయితే, ఇలాంటి 'అఫీషియల్ గర్ల డ్రెస్' రూల్ ఎక్కడ నుంచి వచ్చిందో అర్థంకావడం లేదు. బీసీసీఐ పాలసీలో ఇలాంటి వాటికి చోటు లేదు. కొన్ని పరిమితుల మధ్య కేవలం భార్య, కుటుంబసభ్యులను మాత్రమే అనుమతిస్తున్నాం. గర్ల డ్రెస్ పై ప్రవేశం రంపై వివరాలను చెప్పాలి అనుకున్నాం" అని సదరు బీసీసీఐ అధికారిక ప్రతినిధి ఒకరు పేర్కొన్నారు.

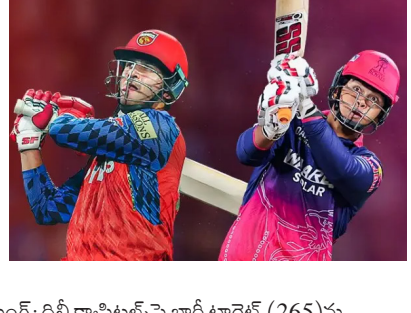
సమాచారం వచ్చింది. అయితే, ఇలాంటి 'అఫీషియల్ గర్ల డ్రెస్' రూల్ ఎక్కడ నుంచి వచ్చిందో అర్థంకావడం లేదు. బీసీసీఐ పాలసీలో ఇలాంటి వాటికి చోటు లేదు. కొన్ని పరిమితుల మధ్య కేవలం భార్య, కుటుంబసభ్యులను మాత్రమే అనుమతిస్తున్నాం. గర్ల డ్రెస్ పై ప్రవేశం రంపై వివరాలను చెప్పాలి అనుకున్నాం" అని సదరు బీసీసీఐ అధికారిక ప్రతినిధి ఒకరు పేర్కొన్నారు.

ఎవరెదురుగా అంతర్జాతీయ అటగాడు - ఓ కురూడు.. సాధారణంగా వీరిద్దరిలో ఎవరిది చెప్పేయాలి అవుతుందని అనుకుంటారు.. ఎంతో అనుభవం కలిగిన సదరు ఇంటర్వ్యూ వేషయర్ కదా.. ఐపీఎల్ 2026 సీజన్లో కురూళ్ల దెబ్బకు హేమా షేషాన్ ఐపీఎల్ చిత్తకోకిలగా మారుతుంది.

సమాచారం వచ్చింది. అయితే, ఇలాంటి 'అఫీషియల్ గర్ల డ్రెస్' రూల్ ఎక్కడ నుంచి వచ్చిందో అర్థంకావడం లేదు. బీసీసీఐ పాలసీలో ఇలాంటి వాటికి చోటు లేదు. కొన్ని పరిమితుల మధ్య కేవలం భార్య, కుటుంబసభ్యులను మాత్రమే అనుమతిస్తున్నాం. గర్ల డ్రెస్ పై ప్రవేశం రంపై వివరాలను చెప్పాలి అనుకున్నాం" అని సదరు బీసీసీఐ అధికారిక ప్రతినిధి ఒకరు పేర్కొన్నారు.

అధునాటి స్టోన్స్ యంగ్ స్ట్రయర్!

'అస్కాన్డ్'.. ఒక్కసారి బరిలోకి దిగితే ప్రత్యర్థి ఫేదా అవుతోంది. ఇటీవల ప్రస్తుత యువ క్రీకెట్ ప్రధర్మన మాత్రం ప్రతి ఒక్కరినీ నోటా విసిరించే మాట. వైభవ్ సూర్యపంత్, ఈ పేరు కొత్తం కాదు. గత సీజన్ నుంచి సంచలన ప్రధర్మనతో అదర్ హోట్ అనిపిస్తున్నాడు. ప్రస్తుత ఎడిషన్లో రాజస్థాన్ రాయల్స్ కు అడుతూ ఇప్పటికే 404 పరుగులు చేసిన వైభవ్.. టాప్ క్యాన్ బొల్లెట్లపై ఆధిపత్యం ప్రదర్శించాడు. ట్రియంట్ ఆర్కే అంశా వైభవ్, అబిషేక్ ఓపెనింగ్ గురించి ప్రస్తావిస్తూ కానీ.. వారిద్దరికీ ఏమార్తాంతం తగ్గిన అటగాడు ప్రయాంత్ ఆర్కే సంజాట్ కింగ్స్ విజయాల్లో అతడిదే కీలక పాత్ర. ఎనిమిది మ్యాచుల్లో 285 పరుగులు చేసిన ట్రియంట్ ఆర్కే వైభవ్ దే 247.82. ప్రస్తుతానికి ఇతడిదే అత్యధికం. ప్రభే సిఘన్ సింగ్: డిల్లీ కాపిటల్స్ పై భారీ బారేట్ (265)ను పంజాబ్ కింగ్స్ ఛేదించింది. ప్రభే సిఘన్ మాట్లాడుతూ కారణం. మైదానం నలువైపులా షాట్స్ కొట్టే ప్రభే 8 మ్యాచుల్లో 361 పరుగులు చేశాడు. రఘుపంత్: కోల్కతా తరఫున ఈ సీజన్లో నిలకడగా ఆడుతూనే ఒకే ఒక్క షేయర్ అంగ్ క్రికెట్ రఘుపంత్. వన్డేలోనూ సెకండ్ డాన్లోనే వస్తూ కేకేఆర్ ఇన్స్టిట్యూట్ ను నిలబెడు తోన్న రఘుపంత్ ఇప్పటి వరకు 268 పరుగులు చేశాడు.





వృద్ధయం సినిమా

ఆరంభం ముగింపు

అక్కడే!

వృద్ధయం సినిమా : "వారణాసి" చిత్రకథ వారణాసి ఊళ్లో ఆరంభమై, అక్కడే ముగుస్తుంది" అని పేర్కొన్నారు ఎన్ఎస్ కార్మికేయం. మహాశివరాత్రి రాజమౌళి దర్శకత్వంలో పాన్ వరల్డ్ స్ట్రాయిలో రూపొందితున్న చిత్రం 'వారణాసి'. కేవల నారాయణ, కార్మికేయ నిర్మాణం ఈ చిత్రంలో ప్రధానంగా చోటు. వృద్ధిరాజ్ సుకుమారన్ తదితరులు కీలక పాత్రలు పోషిస్తున్నారు. ఇటీవల మెక్సికోలో జరిగిన 'కామిక్ కాన్ ఎక్స్ పోజిషన్'లో ఈ చిత్రం విడియో గ్రంప్స్ ని ప్రదర్శించారు. ఆ ఈవెంట్లో కార్మికేయ మాట్లాడుతూ... ఈ సినిమా వారణాసి ఊళ్లో ఆరంభమై, అక్కడే ముగుస్తుంది పేర్కొన్నారు. ఇంకా దాదాపు 20 నిమిషాల పాటు సాగే రామాయణం ఎపిసోడ్ అద్భుతంగా ఉంటుందని తెలిపారు కార్మికేయం. ఒక కొత్త కోణంలో రాజమౌళి చిత్రీకరించిన ఈ ఎపిసోడ్ మొత్తం ఇప్పటివరకూ వారణాసి తెరపై చూడని విధంగా ఉంటుందని, విజువల్ గా ఫ్రెస్కోగా ఉంటుందని కూడా పంచుకున్నారు. తెరపై కనిపించే ఈ 20 నిమిషాల ఎపిసోడ్ చిత్రీకరణకు దాదాపు 60 రోజులు పట్టింది. ప్రస్తుతం ఈ సినిమా ఊళ్లో అంటూంటే జరుగుతోంది. 2027 ఏప్రిల్ 7న 'వారణాసి' విడుదల కానుంది.



వృద్ధయం సినిమా : వెంకటేశ్ హీరోగా సటిస్టుస్టూడియోస్ దర్శకత్వం వహిస్తున్న ఈ మూవీలో 'కేటీఎస్, హిట్ 3, తెలుసు కదా' చిత్రాల ఫేమ్ శ్రీనిధి శెట్టి హీరోయిన్ గా సటిస్తున్నారు. ఎన్. రాధాకృష్ణ (బినబాబు) నిర్మిస్తున్నారు. ఈ సినిమాకి సంబంధించి ఓ.పై. ఓ.లైట్ డిజైన్స్ యాక్షన్ ఎపిసోడ్స్ హైదరాబాద్లో షూటింగ్ చేశారట. మేకప్, ఫైట్ మాస్టర్ కెవిన్ కుమార్ అధ్యక్షులు ఈ పోరాట సన్ని

పవర్ ఫుల్ ఫైట్ లో వెంకటేశ్

వేతం తెరకెక్కించారు. వెంకటేశ్ పై చిత్రీకరించిన ఈ పవర్ ఫుల్ ఫైట్ మూవీ క్రైమాన్స్ లో వస్తుందని సమాచారం. కుటుంబ కథా చిత్రంగా రూపొందితున్న 'అదర్స్ కుటుంబం'లో మధ్యతరగతి వ్యక్తి పాత్రలో నటిస్తున్నారు వెంకటేశ్. వినోదం, భావోద్వేగాల కలయికలో రూపొందితున్న ఈ సినిమా ఈ ఏడాది రిలీజ్ కానుంది.



15న రాక్షసపురం

వృద్ధయం సినిమా : ప్రముఖ నిర్మాణ సంస్థ క్రియేటివ్ కమర్షియల్స్ అధినేత, సీనియర్ నిర్మాత కేవల రామారావు తెలుగు ప్రేక్షకులకు అందిస్తున్న లేట్స్ట్ మూవీ 'రాక్షసపురం'. కన్నడలో సంచలన విజయం సాధించిన 'రాక్షసపురం' చిత్రానికి ఇది తెలుగు అనువాదం. ఈ చిత్రాన్ని మే 15న ప్రపంచవ్యాప్తంగా థియేటర్లలో గ్రాండ్ గా విడుదల చేయనున్నట్లు నిర్మాత కేవల రామారావు అధికారికంగా ప్రకటించారు. విభిన్నమైన నటనలో తనకంటూ ఒక ప్రత్యేక గుర్తింపు తెచ్చుకున్న రాజ్ బి శ్రీకాంత్ ఈ సినిమాలో పవర్ ఫుల్ హీరో అనే స్వేచ్ఛలో పాత్రలో నటించారు. దాక్షిణ్య రవి దర్శకత్వంలో తెరకెక్కిన ఈ చిత్రం ఒక ఉత్సాహభరితమైన మర్రర్ మిస్టరీ థ్రిల్లర్. ఇన్స్పెక్టివ్ డ్రామా నేపథ్యంలో సాగే కథను ప్రేక్షకులను అడుగుడుగునా థ్రిల్ కు గురి చేస్తుంది.

మారణహోమం 1990s టీజర్ విడుదల

వృద్ధయం సినిమా : ఎన్.కె.ఎస్. ఫిలిమ్స్ పతాకంపై సమన్విత ప్రెసింట్ లో బంధు నటీమణుల దర్శకత్వంలో బంధు నాగవణి నిర్మిస్తున్న చిత్రం 'మారణహోమం 1990s'. ఈ చిత్ర టీజర్ మరియు ఫస్ట్ లుక్ ప్రముఖ నటులు శ్రీకాంత్ చేతుల మీదుగా పునంగా చేసారు. టీజర్ చూసిన శ్రీకాంత్ చిత్ర యూనిట్ ను అభినందిస్తూ, సినిమా విజయంపై ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు. ప్రముఖ హీరో శ్రీకాంత్ మాట్లాడుతూ... "మారణహోమం 1990s టీజర్ చాలా అద్భుతంగా ఉంది. దర్శకుడు మంచి స్టైల్ లో, బలమైన కంటెంట్ ఉన్న కథను ఎంచుకున్నారు. మేకింగ్ విజువల్స్ ఎక్స్లెండ్రానరీ గా ఉన్నాయి. చిత్ర హీరో హీరోయిన్ల మరయు ఇతర నటీనటులు తమ పాత్రల్లో ఒదిగిపోయారు. తప్పకుండా ఈ సినిమా తెలుగు ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకుంటుందని నమ్ముతున్నాను" అని చిత్ర యూనిట్ కు ఆర్ డి బెస్ట్ చెప్పారు.



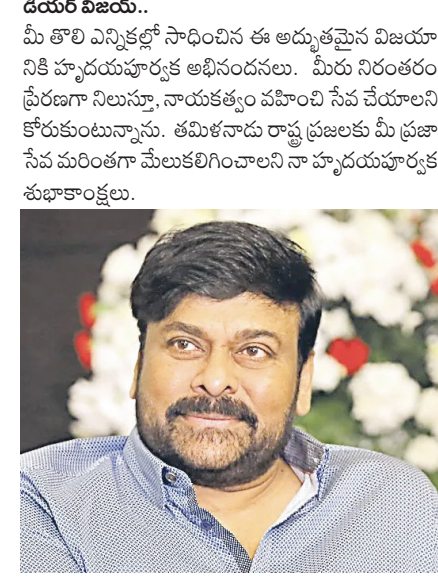
టార్జాయిస్ పూర్తి

వృద్ధయం సినిమా : ఎన్ కె గోల్డెన్ ఆర్ట్స్, ప్రత్యేక ఎంటర్టైన్మెంట్, ఎన్ వి ఎల్ క్రియేషన్స్ మరియు మధుపాల మహా మూవీస్ పతాకం పై రాజ్ తరుణ్, అమృత చౌదరి హీరో హీరోయిన్ గా శ్రీనివాస్ అవసరాల మరియు దర్శకత్వం వహిస్తున్న ముఖ్య పాత్రలో రిక్మిక్ కుమార్ దర్శకత్వంలో విజయం చౌదరి, శశిధర్ నల్ల, రామిశెట్టి రాంబాబు మరియు మధుపాల సురేష్ గాధు సంయుక్తంగా నిర్మిస్తున్న చిత్రం 'టార్జాయిస్'. ఈ చిత్రం మాటింగ్ పూర్తి చేసుకుని పోస్ట్ ప్రొడక్షన్ పనుల్లో బిజీ గా ఉంది. ఈ చిత్రానికి ఆనాప్ రాజెన్స్ సగీతం అందించారు. ఈ సందర్భంగా యూనిట్ సభ్యులు మాట్లాడుతూ

విజయ్ కు శుభాకాంక్షలు

తెలియజేసిన మెగాస్టార్ చరణ్ జివి

వృద్ధయం సినిమా : తమిళనాడు ఎన్నికల్లో సత్తా చాటిన టీవీకే పార్టీ అధినేత, కథానాయకుడు విజయ్ కు మెగాస్టార్ చరణ్ జివి శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు. ఈ మేరకు నోసల్ మీడియాలో ప్రత్యేక పోస్ట్ పెట్టారు.



విశ్వంభర నుంచి త్రిషా బర్త్ డే స్పెషల్ పోస్టర్ రిలీజ్

వృద్ధయం సినిమా : మెగాస్టార్ చరణ్ జివి మోస్ట్ ఎక్సైటింగ్ సో ప్రియోపాంటిసి మూవీ 'విశ్వంభరం'. పశ్చిమ దర్శకత్వంలో, యూవీ క్రియేషన్స్ బ్యానర్ పై విక్రమ్, వంశీ, ప్రమాదీలు భారీ స్టాయిలో ఈ చిత్రాన్ని నిర్మిస్తున్నారు. పోస్ట్ ప్రొడక్షన్ పనులు చివరి దశలో ఉన్న ఈ చిత్రం విడుదలకు దగ్గరవుతోంది. చిరంజీవి పుట్టినరోజున విడుదల చేసిన స్పెషల్ గ్రంప్స్ ఈ అద్భుతమైన సృష్టించిన లభించడంతో చిత్రంపై అంచనాలు మరింత పెరిగాయి. ఈ చిత్రంలో హీరోయిన్ 'అవని' పాత్ర పోషించిన త్రిషా కృష్ణన్ పుట్టినరోజు సందర్భంగా, చిత్ర బృందం ఒక అద్భుతమైన కొత్త పోస్టర్ ను విడుదల చేసింది. ఈ పోస్టర్లో, లేత రంగు సాంప్రదాయ దుస్తులలో, మృదువైన పంజాబులో ఉన్న త్రిషా, వెలుగుతున్న దీపాల పక్కం పట్టుకుని ఎంతో అద్భుతంగా కనిపిస్తోంది. గోల్డ్ కలర్ బ్యాక్ డ్రాప్ పోస్టర్ కు పండుగ వాతావరణాన్ని జోడిస్తోంది.

లక్ష్మకు పైగా రీల్స్ తో ట్రెండ్ అవుతున్న పందయ్య సామీ సాంగ్



వృద్ధయం సినిమా : విజయ్ దేవరకొండ, రశ్మిక మందన్న జంటగా నటిస్తున్న భారీ పాన్ ఇండియా మూవీ 'రణభాలి'. ఈ సినిమాకు రాహుల్ సంకృత్యన్ దర్శకత్వం వహిస్తున్నారు. టీ సీరీస్ సమర్పణలో మైట్ మూవీ మేకర్స్ బ్యానర్ పై 'రణభాలి' సినిమాను ప్రొడ్యూసర్స్ సవీన్ యెర్నేని, వై రవిచంద్ర చౌహాణ్ బడ్జెట్ తో నిర్మిస్తున్నారు. రిసెంట్ గా ఈ చిత్రం సుంచి రిలీజ్ చేసిన 'పందయ్య సామీ...' పాట అందరినీ ఆకట్టుకుంటుంది. ఈ సాంగ్ లక్ష్మకు పైగా రీల్స్ తో సోషల్ మీడియాలో

గోదారి గట్టుపైన ఆడియన్స్ ఎంజాయ్ చేస్తారు



వృద్ధయం సినిమా : యంగ్ హీరో సుమంత్ ప్రభాస్ రూరల్ లిప్, ప్యాపి లి డ్రా మా 'గోదారి గట్టు పైన'తో అలరించుతో ఉన్నాడు. సుభాష్ చంద్ర దర్శకత్వంలో రిలీజ్ అవుతున్న ప్రొడక్షన్స్ నిర్మించింది. నిధి ప్రదిప్ ఈ చిత్రంలో కథా నాయకగా నటించగా, జగపతి బాబు కీలక పాత్రలో కనిపించనున్నారు. టీజర్, ట్రైలర్ పాటలకు అద్భుతమైన స్పందన వచ్చింది. ఈ చిత్రం మే 8న పరల్ డివైడ్ రిలీజ్ కానుంది. ఈ సందర్భంగా నిర్మాత అభినవ్ విలేజరుల సమావేశంలో మాట్లాడుతూ... నేను 10 ఏళ్లుగా అభివృద్ధి చెందిన వ్యాపారాల్లో ఉన్నాను. నాకు సినిమా అంటే ప్యాషన్ ఉంది. మంచి స్క్రిప్ట్ కోసం చూస్తున్న సమయంలో సుభాష్ గారు చెప్పిన కథ నాకు చాలా నచ్చింది. నేను యూనివర్సల్ గా అందరికీ కనెక్ట్ అయ్యే ఎమోషనల్ కథ చేయాలని అనుకున్నాను. అలాంటి కథ ఈ సినిమాతో కనిపింది. ఒక నటుడు చాలా తేలికగా ఉన్న పాత్ర చేయాలని కోరుకుంటాను. తెలంగాణలో చేయడం అతనికి ఈజీ. కానీ ఈ పాత్ర కోసం గోదారి యానసం పర్వతంలో నేరుకు ను, చాలాజీగా తీసుకుని చేశారు. టిప్ గా తీసుకున్నప్పుడే యాక్షన్ గా సంక్రమిస్తా ఉంటుంది. ఈ సినిమాలో చాలా అద్భుతంగా చేశారు. ఈ సినిమాను అందరూ సమానంగా ఆదరిస్తారు.

ఘనంగా M4M ప్రీ లిజ్ వేడుక



వృద్ధయం సినిమా : అమెరికన్ సబ్ జీ శర్మ చిత్రం మే 8న ప్రపంచవ్యాప్తంగా విడుదల ప్రధాన పాత్రలో, దర్శకుడు మోహన్ పద్ద కానుంది. పివిఆర్ ఇనోక్స్ పిక్చర్స్ ద్వారా పట్ట తెరకెక్కించిన సస్పెన్స్ థ్రిల్లర్ M4M.

తప్పగా అనుకున్నారు

వృద్ధయం సినిమా : సబ్ జీ శర్మ తన తాజా ఇంటర్వ్యూలో మధ్యం అలవాటు గురించి చేసిన వ్యాఖ్యలపై సోషల్ మీడియాలో జరుగుతున్న తప్పుడు ప్రచారాన్ని ఆమె ఖండించారు. మధ్యానికి సంబంధించి తాను చేసిన వ్యాఖ్యలను కొన్ని మీడియా సంస్థలు తప్పుగా చిత్రీకరించడంపై తీవ్ర అసహనం వ్యక్తం చేశారు. ఇటీవల ఒక పాస్ కార్డ్ లో ఆమె మాట్లాడుతూ... తన జీవితంలో ఎదురైన ఒక భాధాకరమైన సంఘటన తర్వాత మధ్యం అలవాటు అయిందని దానినించి బయటకు రావడానికి చాలా కష్టపడ్డానని పేర్కొన్నారు. అయితే, దీనిపై వస్తున్న కథనాల తప్పుదోవ పట్టించేటా ఉన్నాయని ఆమె టీమ్ పేర్కొంది. మధ్యం వ్యసనంపై అవగాహన కల్పించే 'అఫ్ ది రాక్' అనుబంధం 'సంస్థలు నిర్మించిన పాదకాన్ లో జాస్నీ మాట్లాడారు. ఆ మాటలను తప్పుగా వ్రతీకరించారని సదరు సంస్థలు నోట్ విడుదల చేశాయి.