

మహాబాబ్ నగర్ | మెడక్ - ఉమ్మడి జిల్లాల వార్తలు

బడిబాటల్లో 'ధరూర్' అక్షర శంఖారావం!



-ప్రజా పాలన - ప్రగతి ప్రణాళికలో కడంపొత్తికన పిఎంఎస్ హెచ్ఆర్ఐ జెడ్.పి.హెచ్.ఎస్ ఉపాధ్యాయులు - ఇంటింటికీ తిరిగి విద్యా చైతన్యం..

-సామాజిక సంఘం బడికి మంపాలని హెచ్ఎం నరేష్ పిలుపు
ధరూర్ జూన్ 10 (పుడయం బ్యారో)
ప్రభుత్వం అత్యంత ప్రతిష్టాత్మకంగా తల పెట్టిన ప్రజా పాలన ప్రగతి ప్రణాళిక సూక్ష్మార్థి ధరూర్ మండల కేంద్రంలో అక్షర శంఖారావం ఛారించారు. స్థానిక పిఎంఎస్ హెచ్ఆర్ఐ జెడ్.పి.హెచ్.ఎస్ ప్రభుత్వ ఉన్నత పాఠశాల ఉపాధ్యాయులు

బూత్ లెవెల్ విజిల్ల నియామకానికి సహకరించాలి



-అదనపు కలెక్టర్ మధుమోహన్ గద్వాల జూన్ 10 (పుడయం కరస్పాండెంట్)

ఓటరు జాబితా సమగ్ర సవరణ ప్రక్రియలో భాగంగా బూత్ లెవెల్ విజిల్ల నియామకానికి రాజకీయ పార్టీల ప్రతినిధులు సహకరించాలని జిల్లా అదనపు కలెక్టర్ మధుమోహన్ అన్నారు. బుద్ధవారం ఎన్ఐఆర్ (స్వచ్ఛ ఇంటినిస్) రివిజన్ పై కలెక్టర్లతో కన ఫాంబర్ లో గుర్తింపు

లిజర్యాయర్ పెండింగ్ పరిహార ప్యాకేజీ చెల్లింపులను పూర్తి చేయాలి



-కమిషనర్ శివకుమార్ నాయుడు మాబాబాద్ నగర్ జూన్ 10 (పుడయం ప్రతినిధి)

పాలమూరు గార్లపై ఎత్తిపోతల పథకం కింద నిర్వహిస్తున్న ఉదండాపూర్ రిజర్వాయర్ నిర్మాణంపై సమస్యలన్నింటినీ పరిష్కరించే లక్ష్యంగా పెండింగ్ పరిహార ప్యాకేజీ చెల్లింపులన్నింటినీ పూర్తి చేయాలని భూ సేకరణ పునరావాసం, పునర్నిర్మాణం కమిషనర్ కె. శివకుమార్ నాయుడు అధికారులను ఆదేశించారు. బుద్ధవారం జిల్లా కలెక్టర్లతో విడియో కాన్ఫరెన్స్ హాల్లో ఉదండాపూర్, కోయిలసాగర్, కల్వకుర్తి, రాజీవ్ భీమ ప్రాజెక్టులకు భూ సేకరణ, ఆర్ అండ్ ఆర్ పనులపై అయిన ఉన్నత స్థాయి సమీక్ష సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సమావేశంలో రెవెన్యూ, ఇంజనీరింగ్, ల్యాండ్ సర్వే, విద్యుత్, ఆర్ అండ్ డి.ఎస్ భగదత్ శాఖల అధికారులు పాల్గొన్నారు. సమీక్ష సమావేశంలో ఉదండాపూర్ రిజర్వాయర్ ప్రగతి, ప్రతిష్టాత్మక లక్ష్యాలపై పట్టి రిజర్వాయర్ అనుసంధాన టన్నెల్ భూ సేకరణపై కమిషనర్ ఆరా తీశారు. ఈ ప్రాజెక్టు వల్ల ఉదండాపూర్, వల్లూర్ గ్రామాలలో పాలు రేగడిపి, చిన్నగట్ల, తుమ్మలకుంట, శ్యామగట్ల, ఒంటిగడిసె, పోచేపల్లి అనే 6 తలదాని ముంపునకు గురవుతున్నట్లు రెవెన్యూ అధికారులు నివేదించారు. 1,890 మంది నిర్వాసితుల

పోలీస్ శిక్షణ కేంద్రంలో ఉచిత స్టడీ మెటీరియల్ పంపిణీ



- ఇక్కడ ఫౌండేషన్ గౌరవ అధ్యక్షులు సుకిరెడ్డి కృష్ణారెడ్డి మైలం జూన్ 10 (పుడయం)

మండల మరియు పరిసర ప్రాంతాల నిరుద్యోగ యువత కోసం ఇక్కడ ఫౌండేషన్ వైద్యుల్, కాంగ్రెస్ పార్టీ రాష్ట్ర నాయకులు టాన్స్ ని.ఓ.ఓ. సుంకెర్ రెడ్డి రామవేందర్ రెడ్డి సహకారంతో నిర్వహిస్తున్న సుకిరెడ్డి ఉచిత పోలీస్ శిక్షణ కేంద్రంలో ఇక్కడ ఫౌండేషన్ గౌరవ అధ్యక్షులు సుకిరెడ్డి కృష్ణారెడ్డి చేతుల

మీదుగా అభ్యుత్థులకు ఉచిత స్టడీ మెటీరియల్ పంపిణీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా సుకిరెడ్డి కృష్ణారెడ్డి మాట్లాడుతూ.. ప్రస్తుత పోలీస్ ప్రపంచంలో ప్రభుత్వ ఉద్యోగం సాధించాలంటే కేవలం కోర్సు ఉంటే సరిపోదని, దానికి అనుగుణంగా కష్టపడే తత్వం, స్వచ్ఛమైన లక్ష్యం, నిరంతర సాధన అవసరమని అన్నారు. గ్రామీణ ప్రాంతాల యువతకు ప్రభుత్వ ఉన్నప్పటికీ సరైన అవకాశాలు, శిక్షణ అందించాలి అనే లక్ష్యంతో ఈ పాఠశాలను ఏర్పాటు చేశారు.

డ్రగ్స్ రహిత సమాజ నిర్మాణమే లక్ష్యం



-నారాయణపేట డిఎస్. డిఎస్. నారాయణపేట జూన్ 10 (పుడయం ప్రతినిధి)

ప్రజా పాలన ప్రగతి ప్రణాళిక కార్యక్రమంలో భాగంగా ఈగల్ పోస్ట్ లో, పోలీస్ శాఖ అధ్యక్షుల అటవీ శాఖ వైద్య ఆరోగ్య శాఖల సంయుక్త అధికారులు, విద్యార్థులు కలిసి నారాయణపేట జిల్లా ప్రభుత్వ మెడికల్ కళాశాల ఆవరణలో బుద్ధవారం మొత్తం నాటి ప్రత్యేక అవగాహన కార్యక్రమం నిర్వహించారు. డ్రగ్స్, మత్తు పదార్థాల బారిన పడి అనంతరం డిఆర్ కెన్ సింబర్ డ్యూరా చికిత్స పొంది సాధారణ జీవితంలోకి తిరిగి వచ్చిన సుమారు 20 మంది యువకులతో కలిసి అధికారులు మొత్తం నాటి పర్యావరణ పరిరక్షణలో పాటు మత్తు పదార్థాల నివారణపై అవగాహన కల్పించారు. ఈ సందర్భంగా డిఎస్ సైబల్ లింగయ్య

మాట్లాడుతూ యువత దేశ భవిష్యత్తు అని, అలాంటి యువత మత్తు పదార్థాలకు బానిస కాకుండా ఆరోగ్యకరమైన జీవన విధానాన్ని అలవర్చుకోవాలని సూచించారు. డ్రగ్స్ నియంత్రణ తెలంగాణ ప్రభుత్వం ప్రతిష్టాత్మకంగా తీసుకొని వస్తున్నట్లు అవగాహనతో డ్రగ్స్ ను నిర్మూలించడం జరుగుతుందని డిఎస్ సైబల్ అన్నారు. డ్రగ్స్ వినియోగం వ్యక్తిగత జీవితానికి కాకుండా కుటుంబం, సమాజం మరియు దేశ అభివృద్ధికి కూడా తీవ్ర నష్టం కలిగిస్తుందని తెలిపారు. డిఆర్ కెన్ సింబర్ డ్యూరా చికిత్స పొంది తిరిగి సాధారణ జీవితంలోకి వచ్చిన యువకులు సమాజానికి అదర్శంగా నిలవాలని, వారి అనుభవాలను ఇతరులలో పంచుకుని డ్రగ్స్ వల్ల కలిగి దుష్పరిణామాలపై అవగాహన కల్పించాలని సూచించారు. ప్రతి ఒక్కరూ మత్తు పదార్థాలకు దూరంగా ఉండి

ఆరోగ్యవంతమైన సమాజ నిర్మాణానికి సహకరించాలని విజులించారు. మొక్కలు నాటడం ద్వారా పర్యావరణ పరిరక్షణలో పాటు మంచి అలవాట్లను పెంపొందించుకోవాలనే సందేశాన్ని ఈ కార్యక్రమం ద్వారా ప్రజలకు అందించినట్లు తెలిపారు. యువత తమ శక్తి, సామర్థ్యాలను విద్య, ఉపాధి, క్రీడలు సహజా సేవ వంటి సానుకూల కార్యక్రమాల వైపు మళ్లించాలని సూచించారు. డ్రగ్స్ నిర్మూలించిన సమాచారం తెలిసినా, ఎవరైనా మత్తు పదార్థాల విక్రయాల లేదా వినియోగంలో పాల్గొంటున్నట్లు గమనించిన వెంటనే పోలీస్ స్టేషన్ లేదా డ్యూటీ 100 కి లేదా లోకల్ పోలీస్ నిలయకు సమాచారం అందించాలని కోరారు. సమాచారం ఇచ్చిన వారి వివరాలు గోప్యంగా ఉంచబడతాయి తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో సీబి అండ్ లాల్, భగవంత్ రెడ్డి, సైదులు, ఆర్.వి. విజయ భాస్కర్, మెడికల్ కళాశాల ప్రెసిడెంట్ డాక్టర్. సంపత్ కుమార్ సింగ్, డాక్టర్ కిరణ్ ప్రకాష్, ఆర్.ఎం. రామవేందర్, ఎన్ఐఐ లు ఉపాధ్యక్షులు, సర్వే, ఆజి సేయ్యల, శివ శంకర్, శివ, ఈగల్ పోస్ట్ లో, అటవీ శాఖ, వైద్య ఆరోగ్య శాఖ అధికారులు, సి.బి.ఎం. డిఆర్ కెన్ సింబర్ ప్రతినిధులు, విద్యార్థులు ఇతరులు పాల్గొన్నారు.

నీటి పొదుపు... ప్రత్యామ్నాయ సాగు!



-జిల్లా కలెక్టర్ హేమంత్ కేశవ్ పాటిల్, నాగర్ కర్నూల్ జూన్ 10 (పుడయం బ్యారో)

జిల్లాలోని తిమ్మపేట మండలం బావాజీపల్లి గ్రామపంచాయతీ కార్యాలయం వద్ద నిర్వహించిన గ్రామసభకు జిల్లా కలెక్టర్ హేమంత్ కేశవ్ పాటిల్ ముఖ్య అతిథిగా హాజరయ్యారు. గ్రామ ప్రజలు, రైతులు, ప్రజాప్రతినిధులు, వివిధ శాఖల అధికారులు నిధుల పథకం మహాత్మాగాంధీ కల్వ కుర్చి ఎత్తిపోతల పథకం భూ సేకరణకు సంబంధించి అవసరమైన 105 ఎకరాలకు గాను ఇప్పటి వరకు 90.5 ఎకరాల సేకరణ, మిగిలిన 13.5 ఎకరాల భూమిని ఇంకా సేకరించాల్సి అవసరం ఉందన్నారు అధికారులు తెలిపారు. దీనిని సంబంధించిన భూ సేకరణ త్వరగా పూర్తి చేయాలని ఇంజనీర్ శాఖ అధికారులకు కమిషనర్ ఆదేశించారు. రాజీవ్ భీమ ప్రాజెక్టు సంబంధించి కేవలం ఒక ఎకరం భూమి మాత్రమే సేకరించాల్సి ఉందని, ఎలాంటి పెండింగ్ సమస్యలు లేవని అధికారులు తెలిపారు. పిఆర్ ఆర్ ఏ లో ప్రాజెక్టు కింద భూ సేకరణకు సంబంధించిన కొద్ది కేసులను భూ సేకరణ చట్టం ప్రకారం త్వరగా పరిష్కరించేలా చర్యలు తీసుకోవాలని కమిషనర్ అధికారులకు సూచించారు. మహాబాబాద్ నగర్ జిల్లా లో అన్ని సాగునీటి ప్రాజెక్టులకు ప్రభుత్వం అత్యంత ప్రాధాన్యతతో పూర్తి చేయాలని భూ సేకరణను నిర్ణీత గడువులో పూర్తి చేయాలని కమిషనర్ శివకుమార్ నాయుడు అధికారులను ఆదేశించారు. ఈ సమావేశంలో రెవెన్యూ అధికారులకు కలెక్టర్ కుమ్మూ గుప్పా, జె. ఎల్.టి. హరిధర్, భూ సేకరణ ప్రత్యేక డివీజన్, భూ సర్వే రికార్డులు అండ్ అండ్, పంచాయతీ రాజ్ ఈ ఈ శ్రీనివాస్ రెడ్డి, విద్యుత్, మిషన్ భగదత్, ఇద్దరూ తహసీల్దార్, ఇతర సంబంధిత శాఖల అధికారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పొందవచ్చని సూచించారు. ఈ సందర్భంగా వర్షాభావ పరిస్థితులు ఏర్పడవచ్చు అని భారత వాతావరణ శాఖ వెల్లడించిన నేపథ్యంలో నీటి వనరులు పరిమితంగా ఉన్న నేపథ్యంలో తత్వపూర్వకంగా అధిక దిగుబడులు ఇచ్చే సాగునీటి అధిక సాగు ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలని కలెక్టర్ రైతులను కోరారు. చిరుదాన్యాల వినియోగం దేశవ్యాప్తంగా పెరుగుతున్నందున వాటికి మార్కెట్లో కామం డిమాండ్ ఉందని, రైతులు మార్కెట్లో అవసరాలకు అనుగుణంగా పంటల సాగు చేపడతే అధిక రెంట్ తెలిపారు. వ్యవసాయంలో అనుకరణ సాంకేతికతను వినియోగించుకోవడంలో పాటు వ్యవసాయ శాఖ అధికారులు అందించే సహకారం, సలహాలను పాటించాలని సూచించారు. ప్రభుత్వం రైతుల అభివృద్ధి కోసం అమలు చేస్తున్న పథకాలను సద్వినియోగం చేసుకోవాలని, వ్యవసాయ అనుబంధ రంగాలైన పశుపోషణ, ఉద్యానవనం, చేపల పెంపకం వంటి

రంగాలపై కూడా రైతులు దృష్టి పెట్టాలని కలెక్టర్ తెలిపారు. రైతుల ఆదాయ వృద్ధికి అవసరమైన అన్ని విధాల సహకారాన్ని జిల్లా యంత్రాంగం అందిస్తుందని కలెక్టర్ హేమంత్ అన్నారు. భారత ఎన్నికల సంఘం అధ్యక్షుల కోసం సాగునీటి ప్రత్యేక ఓటి సవరణ కార్యక్రమంలో ప్రతి ఒక్కరు అర్హులైన ఓటరు ఉండాలి. అసర్వలైన ఓటరును తొలగించే కార్యక్రమం చేపడుతుందని గ్రామంలో ప్రతి ఒక్కరు సర్ కార్యక్రమం పై అవగాహన కలిగి ఉండాలని కలెక్టర్ ఈ సందర్భంగా కోరారు. అనంతరం గ్రామంలో అమలువుతున్న అభివృద్ధి పనులు, తాగునీటి, వారిశుద్ధులు, విద్యుత్, రవాణా వంటి తదితర అంశాలపై ప్రజల నుంచి వివరాలు సేకరించాలి అంటూ ప్రజలకు తెలిపారు. తగిన సంబంధిత అధికారులకు తగిన అందించాలి అన్నారు. గ్రామంలో వృద్ధికి ప్రజలు, అధికారులు సమన్వయంతో పనిచేయాలని కలెక్టర్ సూచించారు. మండల స్థాయి అధికారుల సమన్వయాలను పాటించుకుంటూ ప్రభుత్వ కార్యక్రమాల నిర్వహణలో అలసత్వం వహిస్తే తగిన చర్యలు తీసుకోవాలని వారు కోరారు. విషయాలను తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో స్థానిక ప్రజాప్రతినిధులు, జిల్లా స్థాయి, మండల అధికారులు, గ్రామస్థాయి, మండల అధికారులు, గ్రామీణ సంఘాల ప్రతినిధులు మరియు గ్రామస్థాయి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

రైతులకు డిఎపి సరఫరా చేయాలని అధికారికి జెకెన్ వినతి



నారాయణపేట డిఎపి జూన్ 10 (పుడయం ప్రతినిధి)

నారాయణపేట జిల్లా డిఎపి కొరత ఉందని ఉన్నతాధికారులు వెంటనే రైతులకు డిఎపి సరఫరా చేయాలని నారాయణపేట భారతీయ కిసాన్ ఆధ్వర్యంలో వ్యవసాయ శాఖ అధికారికి జెకెన్ వినతి సూచించారు. ఫలితంగా డిఎపి కొరత

వల్ల వ్యవసాయదారులకు ప్రస్తుతం విత్తనము భూమిలో పూడిచే సమయంలో కొలి కాలంలోనే ఈ విధంగా ఉంటే ముందు ముందు రైతు ఇబ్బంది పడే పరిస్థితి ఏర్పడుతుంది అని వారు ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. ఫలితంగా వ్యాపారస్తులందరూ గట్టుపప్పులు కాకుండా ఉమ్మడికారు. సాయంత్రం వచ్చి చూసేసరికి గుండె గుభే... సాయంత్రం అఫీస్ ముగియేముఖ ఇంటికి వచ్చిన రహ్మా... గులు తాళాలు, తలుపులు విరగొట్టి తెరిచి ఉండటం చూసి ఒక్కసారిగా దిగ్భ్రాంతి లోనయ్యారు. లోపలికి వెళ్లి

రైతులకు అందుబాటులో ఉండాలని చెప్పిన ప్రస్తుతం నారాయణపేట పట్టణ పోపులలో ఒక్క ఎరువుల పాపులో పూకు లేని దీనిని అధికారులు గమనించి రైతులకు న్యాయం చేయాలని వారు కోరారు. విషయాలను తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో స్థానిక ప్రజాప్రతినిధులు, జిల్లా స్థాయి, మండల అధికారులు, గ్రామస్థాయి, మండల అధికారులు, గ్రామీణ సంఘాల ప్రతినిధులు మరియు గ్రామస్థాయి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

గద్వాలలో పట్టపగలే బరితెగించిన కేతగాళ్లు:

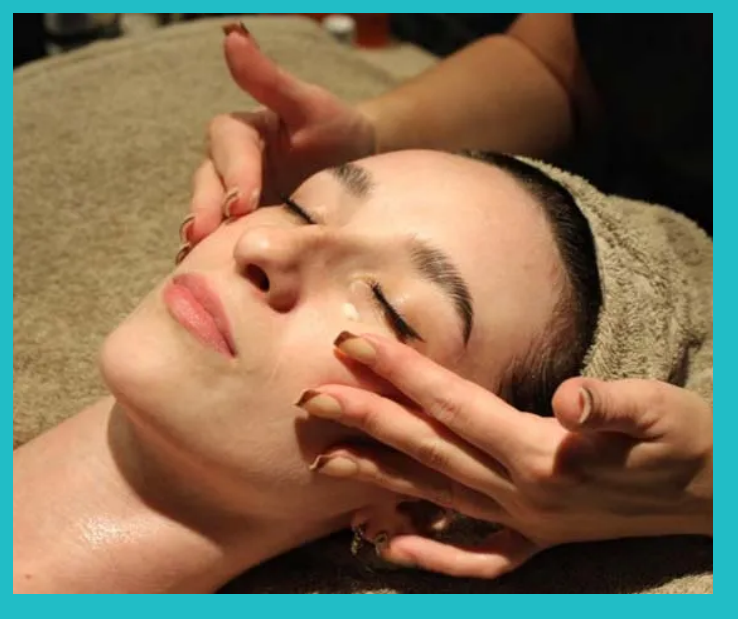


-తాళం వేసిన ఇంట్లో నిలుపుకోవడం.. 12 తులాల బంగారం అవహారం! గద్వాల జూన్ 10 (పుడయం బ్యారో)

జిల్లా కేంద్రంలో దొంగల పగటిపూట రెచ్చిపోయారు. జనం రద్దీగా ఉండే ప్రాంతంలోనే జనం వేసిన ఇల్లె లక్షంగా చేసుకుని కన్నమేశారు. భీసంగర్ కాలనీలో బుద్ధవారం పట్టపగలే బరితెగించిన కేతగాళ్లు తీవ్ర కలకలం చేసింది. పోలీసులు, భారతీయ కలనం ప్రకారం... భీసంగర్ కలనీలో ఉందిన ప్రకారం... భీసంగర్ కలనీలో ఉందిన ప్రకారం... భీసంగర్ కలనీలో ఉందిన ప్రకారం...

చూడగా అప్పటికే జరగాల్సిన షోర్ట్ జరిగిపోయింది. బీరువోలీస్ బట్ట వేసి కిందపడిన, బంగారం మెట్లలో మాయమవుతున్న భారతీయ వెంటనే లభింపజేయాలి గద్వాల టౌన్ పోలీసులను ఆశించారు. పుటనా స్థలానికి చేరిన సీబి, ఎన్ఐ.. దొంగతనం సమాచారం అందుకున్న వెంటనే గద్వాల సీబి టీ.సీ.ఎస్, ఎన్ఐ కళ్యాణ్ కుమార్ తమ నిబంధితో కలిసి పుటనా స్థలానికి చేరుకుని పరిశోధించారు. క్షణే టీమ్ రంగంలోకి దిగి వెలివేయడం, ఇతర కలకలం అధికారులకు సేకరించారు. భారతీయ పోలీసులు వెంటనే లభింపజేయాలి గద్వాల టౌన్ పోలీసులను ఆశించారు. పుటనా స్థలానికి చేరిన సీబి, ఎన్ఐ.. దొంగతనం సమాచారం అందుకున్న వెంటనే గద్వాల సీబి టీ.సీ.ఎస్, ఎన్ఐ కళ్యాణ్ కుమార్ తమ నిబంధితో కలిసి పుటనా స్థలానికి చేరుకుని పరిశోధించారు. క్షణే టీమ్ రంగంలోకి దిగి వెలివేయడం, ఇతర కలకలం అధికారులకు సేకరించారు. భారతీయ పోలీసులు వెంటనే లభింపజేయాలి గద్వాల టౌన్ పోలీసులను ఆశించారు. పుటనా స్థలానికి చేరిన సీబి, ఎన్ఐ.. దొంగతనం సమాచారం అందుకున్న వెంటనే గద్వాల సీబి టీ.సీ.ఎస్, ఎన్ఐ కళ్యాణ్ కుమార్ తమ నిబంధితో కలిసి పుటనా స్థలానికి చేరుకుని పరిశోధించారు. క్షణే టీమ్ రంగంలోకి దిగి వెలివేయడం, ఇతర కలకలం అధికారులకు సేకరించారు. భారతీయ పోలీసులు వెంటనే లభింపజేయాలి గద్వాల టౌన్ పోలీసులను ఆశించారు. పుటనా స్థలానికి చేరిన సీబి, ఎన్ఐ.. దొంగతనం సమాచారం అందుకున్న వెంటనే గద్వాల సీబి టీ.సీ.ఎస్, ఎన్ఐ కళ్యాణ్ కుమార్ తమ నిబంధితో కలిసి పుటనా స్థలానికి చేరుకుని పరిశోధించారు. క్షణే టీమ్ రంగంలోకి దిగి వెలివేయడం, ఇతర కలకలం అధికారులకు సేకరించారు. భారతీయ పోలీసులు వెంటనే లభింపజేయాలి గద్వాల టౌన్ పోలీసులను ఆశించారు. పుటనా స్థలానికి చేరిన సీబి, ఎన్ఐ.. దొంగతనం సమాచారం అందుకున్న వెంటనే గద్వాల సీబి టీ.సీ.ఎస్, ఎన్ఐ కళ్యాణ్ కుమార్ తమ నిబంధితో కలిసి పుటనా స్థలానికి చేరుకుని పరిశోధించారు. క్షణే టీమ్ రంగంలోకి దిగి వెలివేయడం, ఇతర కలకలం అధికారులకు సేకరించారు. భారతీయ పోలీసులు వెంటనే లభింపజేయాలి గద్వాల టౌన్ పోలీసులను ఆశించారు. పుటనా స్థలానికి చేరిన సీబి, ఎన్ఐ.. దొంగతనం సమాచారం అందుకున్న వెంటనే గద్వాల సీబి టీ.సీ.ఎస్, ఎన్ఐ కళ్యాణ్ కుమార్ తమ నిబంధితో కలిసి పుటనా స్థలానికి చేరుకుని పరిశోధించారు. క్షణే టీమ్ రంగంలోకి దిగి వెలివేయడం, ఇతర కలకలం అధికారులకు సేకరించారు. భారతీయ పోలీసులు వెంటనే లభింపజేయాలి గద్వాల టౌన్ పోలీసులను ఆశించారు. పుటనా స్థలానికి చేరిన సీబి, ఎన్ఐ.. దొంగతనం సమాచారం అందుకున్న వెంటనే గద్వాల సీబి టీ.సీ.ఎస్, ఎన్ఐ కళ్యాణ్ కుమార్ తమ నిబంధితో కలిసి పుటనా స్థలానికి చేరుకుని పరిశోధించారు. క్షణే టీమ్ రంగంలోకి దిగి వెలివేయడం, ఇతర కలకలం అధికారులకు సేకరించారు. భారతీయ పోలీసులు వెంటనే లభింపజేయాలి గద్వాల టౌన్ పోలీసులను ఆశించారు. పుటనా స్థలానికి చేరిన సీబి, ఎన్ఐ.. దొంగతనం సమాచారం అందుకున్న వెంటనే గద్వాల సీబి టీ.సీ.ఎస్, ఎన్ఐ కళ్యాణ్ కుమార్ తమ నిబంధితో కలిసి పుటనా స్థలానికి చేరుకుని పరిశోధించారు. క్షణే టీమ్ రంగంలోకి దిగి వెలివేయడం, ఇతర కలకలం అధికారులకు సేకరించారు. భారతీయ పోలీసులు వెంటనే లభింపజేయాలి గద్వాల టౌన్ పోలీసులను ఆశించారు. పుటనా స్థలానికి చేరిన సీబి, ఎన్ఐ.. దొంగతనం సమాచారం అందుకున్న వెంటనే గద్వాల సీబి టీ.సీ.ఎస్, ఎన్ఐ కళ్యాణ్ కుమార్ తమ నిబంధితో కలిసి పుటనా స్థలానికి చేరుకుని పరిశోధించారు. క్షణే టీమ్ రంగంలోకి దిగి వెలివేయడం, ఇతర కలకలం అధికారులకు సేకరించారు. భారతీయ పోలీసులు వెంటనే లభింపజేయాలి గద్వాల టౌన్ పోలీసులను ఆశించారు. పుటనా స్థలానికి చేరిన సీబి, ఎన్ఐ.. దొంగతనం సమాచారం అందుకున్న వెంటనే గద్వాల సీబి టీ.సీ.ఎస్, ఎన్ఐ కళ్యాణ్ కుమార్ తమ నిబంధితో కలిసి పుటనా స్థలానికి చేరుకుని పరిశోధించారు. క్షణే టీమ్ రంగంలోకి దిగి వెలివేయడం, ఇతర కలకలం అధికారులకు సేకరించారు. భారతీయ పోలీసులు వెంటనే లభింపజేయాలి గద్వాల టౌన్ పోలీసులను ఆశించారు. పుటనా స్థలానికి చేరిన సీబి, ఎన్ఐ.. దొంగతనం సమాచారం అందుకున్న వెంటనే గద్వాల సీబి టీ.సీ.ఎస్, ఎన్ఐ కళ్యాణ్ కుమార్ తమ నిబంధితో కలిసి పుటనా స్థలానికి చేరుకుని పరిశోధించారు. క్షణే టీమ్ రంగంలోకి దిగి వెలివేయడం, ఇతర కలకలం అధికారులకు సేకరించారు. భారతీయ పోలీసులు వెంటనే లభింపజేయాలి గద్వాల టౌన్ పోలీసులను ఆశించారు. పుటనా స్థలానికి చేరిన సీబి, ఎన్ఐ.. దొంగతనం సమాచారం అందుకున్న వెంటనే గద్వాల సీబి టీ.సీ.ఎస్, ఎన్ఐ కళ్యాణ్ కుమార్ తమ నిబంధితో కలిసి పుటనా స్థలానికి చేరుకుని పరిశోధించారు. క్షణే టీమ్ రంగంలోకి దిగి వెలివేయడం, ఇతర కలకలం అధికారులకు సేకరించారు. భారతీయ పోలీసులు వెంటనే లభింపజేయాలి గద్వాల టౌన్ పోలీసులను ఆశించారు. పుటనా స్థలానికి చేరిన సీబి, ఎన్ఐ.. దొంగతనం సమాచారం అందుకున్న వెంటనే గద్వాల సీబి టీ.సీ.ఎస్, ఎన్ఐ కళ్యాణ్ కుమార్ తమ నిబంధితో కలిసి పుటనా స్థలానికి చేరుకుని పరిశోధించారు. క్షణే టీమ్ రంగంలోకి దిగి వెలివేయడం, ఇతర కలకలం అధికారులకు సేకరించారు. భారతీయ పోలీసులు వెంటనే లభింపజేయాలి గద్వాల టౌన్ పోలీసులను ఆశించారు. పుటనా స్థలానికి చేరిన సీబి, ఎన్ఐ.. దొంగతనం సమాచారం అందుకున్న వెంటనే గద్వాల సీబి టీ.సీ.ఎస్, ఎన్ఐ కళ్యాణ్ కుమార్ తమ నిబంధితో కలిసి పుటనా స్థలానికి చేరుకుని పరిశోధించారు. క్షణే టీమ్ రంగంలోకి దిగి వెలివేయడం, ఇతర కలకలం అధికారులకు సేకరించారు. భారతీయ పోలీసులు వెంటనే లభింపజేయాలి గద్వాల టౌన్ పోలీసులను ఆశించారు. పుటనా స్థలానికి చేరిన సీబి, ఎన్ఐ.. దొంగతనం సమాచారం అందుకున్న వెంటనే గద్వాల సీబి టీ.సీ.ఎస్, ఎన్ఐ కళ్యాణ్ కుమార్ తమ నిబంధితో కలిసి పుటనా స్థలానికి చేరుకుని పరిశోధించారు. క్షణే టీమ్ రంగంలోకి దిగి వెలివేయడం, ఇతర కలకలం అధికారులకు సేకరించారు. భారతీయ పోలీసులు వెంటనే లభింపజేయాలి గద్వాల టౌన్ పోలీసులను ఆశించారు. పుటనా స్థలానికి చేరిన సీబి, ఎన్ఐ.. దొంగతనం సమాచారం అందుకున్న వెంటనే గద్వాల సీబి టీ.సీ.ఎస్, ఎన్ఐ కళ్యాణ్ కుమార్ తమ నిబంధితో కలిసి పుటనా స్థలానికి చేరుకుని పరిశోధించారు. క్షణే టీమ్ రంగంలోకి దిగి వెలివేయడం, ఇతర కలకలం అధికారులకు సేకరించారు. భారతీయ పోలీసులు వెంటనే లభింపజేయాలి గద్వాల టౌన్ పోలీసులను ఆశించారు. పుటనా స్థలానికి చేరిన సీబి, ఎన్ఐ.. దొంగతనం సమాచారం అందుకున్న వెంటనే గద్వాల సీబి టీ.సీ.ఎస్, ఎన్ఐ కళ్యాణ్ కుమార్ తమ నిబంధితో కలిసి పుటనా స్థలానికి చేరుకుని పరిశోధించారు. క్షణే టీమ్ రంగంలోకి దిగి వెలివేయడం, ఇతర కలకలం అధికారులకు సేకరించారు. భారతీయ పోలీసులు వెంటనే లభింపజేయాలి గద్వాల టౌన్ పోలీసులను ఆశించారు. పుటనా స్థలానికి చేరిన సీబి, ఎన్ఐ.. దొంగతనం సమాచారం అందుకున్న వెంటనే గద్వాల సీబి టీ.సీ.ఎస్, ఎన్ఐ కళ్యాణ్ కుమార్ తమ నిబంధితో కలిసి పుటనా స్థలానికి చేరుకుని పరిశోధించారు. క్షణే టీమ్ రంగంలోకి దిగి వెలివేయడం, ఇతర కలకలం అధికారులకు సేకరించారు. భారతీయ పోలీసులు వెంటనే లభింపజేయాలి గద్వాల టౌన్ పోలీసులను ఆశించారు. పుటనా స్థలానికి చేరిన సీబి, ఎన్ఐ.. దొంగతనం సమాచారం అందుకున్న వెంటనే గద్వాల సీబి టీ.సీ.ఎస్, ఎన్ఐ కళ్యాణ్ కుమార్ తమ నిబంధితో కలిసి పుటనా స్థలానికి చేరుకుని పరిశోధించారు. క్షణే టీమ్ రంగంలోకి దిగి వెలివేయడం, ఇతర కలకలం అధికారులకు సేకరించారు. భారతీయ పోలీసులు వెంటనే లభింపజేయాలి గద్వాల టౌన్ పోలీసులను ఆశించారు. పుటనా స్థలానికి చేరిన సీబి, ఎన్ఐ.. దొంగతనం సమాచారం అందుకున్న వెంటనే గద్వాల సీబి టీ.సీ.ఎస్, ఎన్ఐ కళ్యాణ్ కుమార్ తమ నిబంధితో కలిసి పుటనా స్థలానికి చేరుకుని పరిశోధించారు. క్షణే టీమ్ రంగంలోకి దిగి వెలివేయడం, ఇతర కలకలం అధికారులకు సేకరించారు. భారతీయ పోలీసులు వెంటనే లభింపజేయాలి గద్వాల టౌన్ పోలీసులను ఆశించారు. పుటనా స్థలానికి చేరిన సీబి, ఎన్ఐ.. దొంగతనం సమాచారం అందుకున్న వెంటనే గద్వాల సీబి టీ.సీ.ఎస్, ఎన్ఐ కళ్యాణ్ కుమార్ తమ నిబంధితో కలిసి పుటనా స్థలానికి చేరుకుని పరిశోధించారు. క్షణే టీమ్ రంగంలోకి దిగి వెలివేయడం, ఇతర కలకలం అధికారులకు సేకరించారు. భారతీయ పోలీసులు వెంటనే లభింపజేయాలి గద్వాల టౌన్ పోలీసులను ఆశించారు. పుటనా స్థలానికి చేరిన సీబి, ఎన్ఐ.. దొంగతనం సమాచారం అందుకున్న వెంటనే గద్వాల సీబి టీ.సీ.ఎస్, ఎన్ఐ కళ్యాణ్ కుమార్ తమ నిబంధితో కలిసి పుటనా స్థలానికి చేరుకుని పరిశోధించారు. క్షణే టీమ్ రంగంలోకి దిగి వెలివేయడం, ఇతర కలకలం అధికారులకు సేకరించారు. భారతీయ పోలీసులు వెంటనే లభింపజేయాలి గద్వాల టౌన్ పోలీసులను ఆశించారు. పుటనా స్థలానికి చేరిన సీబి, ఎన్ఐ.. దొంగతనం సమాచారం అందుకున్న వెంటనే గద్వాల సీబి టీ.సీ.ఎస్, ఎన్ఐ కళ్యాణ్ కుమార్ తమ నిబంధితో కలిసి పుటనా స్థలానికి చేరుకుని పరిశోధించారు. క్షణే టీమ్ రంగంలోకి దిగి వెలివేయడం, ఇతర కలకలం అధికారులకు సేకరించారు. భారతీయ పోలీసులు వెంటనే లభింపజేయాలి గద్వాల టౌన్ పోలీసులను ఆశించారు. పుటనా స్థలానికి చేరిన సీబి, ఎన్ఐ.. దొంగతనం సమాచారం అందుకున్న వెంటనే గద్వాల సీబి టీ.సీ.ఎస్, ఎన్ఐ కళ్యాణ్ కుమార్ తమ నిబంధితో కలిసి పుటనా స్థలానికి చేరుకుని పరిశోధించారు. క్షణే టీమ్ రంగంలోకి దిగి వెలివేయడం, ఇతర కలకలం అధికారులకు సేకరించారు. భారతీయ పోలీసులు వెంటనే లభింపజేయాలి గద్వాల టౌన్ పోలీసులను ఆశించారు. పుటనా స్థలానికి చేరిన సీబి, ఎన్ఐ.. దొంగతనం సమాచారం అందుకున్న వెంటనే గద్వాల సీబి టీ.సీ.ఎస్, ఎన్ఐ కళ్యాణ్ కుమార్ తమ నిబంధితో కలిసి పుటనా స్థలానికి చేరుకుని పరిశోధించారు. క్షణే టీమ్ రంగంలోకి దిగి వెలివేయడం, ఇతర కలకలం అధికారులకు సేకరించారు. భారతీయ పోలీసులు వెంటనే లభింపజేయాలి గద్వాల టౌన్ పోలీసులను ఆశించారు. పుటనా స్థలానికి చేరిన సీబి, ఎన్ఐ.. దొంగత

కాంతివంతమైన మెరిసే ముఖం కోసం..!



మార్పులను తగ్గిస్తుంది. మరొకటి: గ్లో అండ్ సూతింగ్ మోడ్. ఇది చర్మ ఛాయను మెరుగుపరచడమే కాకుండా, పెదవులకు సహజమైన మెరుపును ఇస్తుంది. ఈ మాస్జుని రోజుకు 3 నుంచి 5 నిమిషాలు ఉపయోగిస్తే చాలు. కేవలం రెండు వారాల్లోనే స్పష్టమైన మార్పును గమనించవచ్చు. దీనిని ఉపయోగించినప్పుడు ఎలాంటి నొప్పి ఉండదు.

బుగ్గలకు మంచి రంగు రావడం కోసం వాడేవారట! తరువాత 17వ శతాబ్దంలో ఫ్రాన్స్ లోని ఉన్నత వర్గాల మహిళలు చర్మం కాంతివంతంగా మెరుగైనది రెడ్ వైన్ తో ముఖం కడుక్కునే వారట! ముఖంగా ఈ ప్రక్రియతో ఆధునికులు 'వైన్ థెరపీ'గా పేరుపెట్టారు. వైన్ థెరపీ ఎక్కువగా ఫ్రాన్సులోనే వచ్చింది మాత్రం 1990లో, ఫ్రాన్స్ కి చెందిన మధ్యతర్రా ముస్, ఆమె భర్త బెర్రెటాండ్ డామస్ ఈ ఆధునిక వైన్ థెరపీకి మూలకారకులు. ఫ్రాన్స్ లో మొదలైన ఈ వైన్ థెరపీ ఇప్పుడు జపాన్, అరేబియా, అమెరికా, భారత్ వరకు విస్తరించింది. జుట్టు అరోగ్యంగా ఉండాలని ఒక్కోసారి మనం అతి జాగ్రత్తలతో చేసే పనులు సమస్యను తగ్గించడానికి బదులుగా మరింత పెంచుతాయి. జుట్టు జిడ్డుగా మారుతుందిని తరచు షాంపూలతో తలస్నానాలు చేస్తుంటారు. దీనివల్ల తలలో సహజంగా ఉండే సూనెలు పోతాయి. చర్మం మరింత పొడిబారి, ఇంకా ఎక్కువ సూనెను ఉత్పత్తి చేస్తుంది. అందువల్ల మైల్ షాంపూలను మాత్రమే ఉపయోగించాలి. అలాగే వేసవిలో చాలామంది జుట్టును బిగుతుగా ముడి చేస్తుంటారు. దీనివల్ల తలలో చెమట, వేడి పెరిగి జుట్టు కుదుళ్లు బలహీన పడతాయి. అలాగే డ్రై షాంపూలు, స్నెలు వాడేప్పుడు అవి చెమటతో కలిసి తల మీద ఒక పొరలా పేరు కుపోతాయి. ఇవి చర్మం డ్రాల్ ను మూసివేసి ఇన్ ఫ్లమేషన్ కు దారితీస్తాయి. అందువల్ల తలపై పేరుకుపోయిన వ్యర్థాలను తొలగించడానికి సున్నితమైన స్పృశను వాడాలి. ఎండలో వెళ్లటం వున్నప్పుడు, రోజు స్నార్స్ ధరించాలి. సూర్యరశ్మి వల్ల తల చర్మం దెబ్బతిన

కుండా ఉంటుంది. మన ముఖ చర్మం లాగే, తల చర్మం కూడా చాలా ముఖ్యం. అందువల్ల తలపై దురద పెడుతున్నా, జుట్టు పల్లబుడుకున్నా, జిడ్డుగా ఉంటున్నా— అది మీ సహాయం కోరుకోవడం అర్థం. అందువల్ల సమస్య చిన్నగా ఉన్నప్పుడే సరైన జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం వల్ల జుట్టు రాలడాన్ని, అరికట్టవచ్చు.

మందే ఎండల్లో ఉక్కుపోత, చెమటలు పట్టడం, చర్మం జిడ్డుగా మారడం.. వంటివి సహజం. అలాగే వీటిని నిర్మూల్యం చేసే వివిధ రకాల చర్మ సంబంధిత సమస్యలు వచ్చే అవకాశం ఉంటుంటుంది. న్యూని నిపుణులు. ఇలా జరగకుండా ఉండాలంటే కొన్ని చిట్కాలు మేలు చేస్తాయని చెబుతున్నారు. వేసవిలో ఉండే విచిత్రమైన వేడి కారణంగా చెమట భరించలేక తరచూ ముహూం కడుక్కోవడం మామూలే కానీ ఈ కాలంలో వీలైనంత తక్కువగా ఫేస్ వాష్ చేసుకోవాలని సాందర్బ

మందే ఎండల్లో ఉక్కుపోత, చెమటలు పట్టడం, చర్మం జిడ్డుగా మారడం.. వంటివి సహజం. అలాగే వీటిని నిర్మూల్యం చేసే వివిధ రకాల చర్మ సంబంధిత సమస్యలు వచ్చే అవకాశం ఉంటుంటుంది. న్యూని నిపుణులు. ఇలా జరగకుండా ఉండాలంటే కొన్ని చిట్కాలు మేలు చేస్తాయని చెబుతున్నారు. వేసవిలో ఉండే విచిత్రమైన వేడి కారణంగా చెమట భరించలేక తరచూ ముహూం కడుక్కోవడం మామూలే కానీ ఈ కాలంలో వీలైనంత తక్కువగా ఫేస్ వాష్ చేసుకోవాలని సాందర్బ

దంటున్నారని చెబుతుంది. ఫలితంగా దుమ్ము, ధూళితో పాటు.. చెమట కారణంగా చర్మ సంబంధిత సమస్యలకు కారణమయ్యే బ్యాక్టీరియా సైతం సులభంగా తొలగిపోతుంది. వేసవిలో చెమట వల్ల చిరాగ్గా అనిపించి రోజూ తలస్నానం చేస్తుంటారు

మందే ఎండల్లో.. అవి రోజూ వద్దు!



నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. ఎండకంటే ఎక్కువసార్లు ముఖం కడుక్కొన్నప్పుడు చర్మం వైదొలగే ఉండే సహజసిద్ధమైన సూనెలు తొలగిపోతాయి.. అలాగే ఈ క్రమంలో మనం వాడే క్రెమ్ లోని రసాయనాల వల్ల చర్మం తేమను కోల్పోయి పొడిబారిపోతుంది. కాబట్టి ఈ కాలంలో క్రెమ్ లోని వినియోగం తగ్గించాలంటున్నారు నిపుణులు. అందులో సహజ జనించిన పదార్థాలతో తయారుచేసిన క్రెమ్ లు, సబ్బులు వాడడం.. రోజూ రెండు మూడుసార్లు ముఖం శుభ్రం చేసుకోవాలనుకుంటే సాధారణ నీటితో క్లీన్ చేసుకోవడం.. మంచి ఎంపిక అవుతుంది. బాగా ఉక్కుపోతగా ఉన్నప్పుడు— మెడ, చంకలు, మోకాళ్లు, మోచేతులు.. వంటి శరీర భాగాల్లో చెమట ఎక్కువగా పడుతుంటుంది. అయితే అయి ప్రదేశాల్లో ఎక్కువ సేపు చెమట అలా నిలిచి ఉండకుండా తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి.. కాటన్ దుస్తులు ధరిస్తే అవి చెమటను సులభంగా పీల్చుకుంటాయి. అలాగే ఇంటికోవ్యాక వెంటనే యాంటీ ఫంగల్ సబ్బు ఉపయోగించి స్నానం చేయడం మంచి

కలివేపాకుతో పానీయం

పండల్లోనే కాదు కాయగూరలతోనూ కాన్సెన్ట్రేట్ డ్రింక్ తయారుచేయొచ్చు. కలివేపాకుతో చక్కెర పానీయం చేసి నిలవించుకోవచ్చు.. ఎప్పుడంటే అప్పుడు తాగొచ్చు. కావలసినవి: కలివేపాకు - రెండు కప్పులు, నిమ్మరసం - 2 స్పూన్లు, జీలకర్ర - టేబుల్ స్పూన్, మిరియాలలు - స్పూన్, అల్లం తరుగు - రెండు టేబుల్ స్పూన్లు, ఉప్పు - రుచికి తగినంత, బెల్లంపొడి - కప్పు, నెయ్యి - స్పూన్, ఇంగువ - చిటికెడు



జోడించి మెక్సికన్ గ్రైడ్ చేయాలి. దీన్ని మందమైన గిన్నెలోకి తీసి.. నన్ను సెగ మీద వేడిచేయాలి. ఆరేడు నిమిషాల తర్వాత బెల్లంపొడి, ఉప్పు, ఇంగువ, నెయ్యి వేసి నిలబెడుతూ ఉడికించాలి. మిశ్రమం చక్కగా అయ్యాక స్టవ్ ఆఫ్ చేయాలి. పూర్తిగా చల్లారిన తర్వాత నిమ్మరసం కలపాలి. అంతే.. ఆరోగ్యకరమైన పానీయం సిద్ధమవుతుంది. పూర్తిగా చల్లారిన.. శుభ్రమైన నీసోలోకి తీసి.. రిఫ్రిజిరేటర్ లో భద్రం చేసుకుంటే రెండు నెలలు నిల్వ ఉంటుంది. తాగదలినప్పుడు గ్లాసు చల్లని నీళ్లలో రెండు స్పూన్లు కాన్సెన్ట్రేట్ కలిపితే సరిపోతుంది. ఫ్రెజ్ లో కాకుండా ఇంటిలో ఉంచేటట్లు.. మిశ్రమాన్ని ఇంకొక ఎంపిక విక్రయదేట్లు ఉడికించాలి. ఇది మూడు నుంచి నాలుగు వారాలు నిల్వ ఉంటుంది. ఈ పానీయం జీర్ణకణ్ణి పెంచుతుంది, రక్తహీనతను తగ్గిస్తుంది. కురులను సంతృప్తిస్తుంది. నిమ్మరసం చల్లారిన తర్వాత కలపాలి. సీసాలో ఎంతమాత్రం తడి ఉండకూడదు. తడి స్పాన్ ఉపయోగించకూడదు.

అలవాట్లు వదులుకోనక్కర్లేదు!



వ్యాయామాలు జత చేయడమే బహుశో స్ట్రాకింగ్. బ్రష్ చేస్తూ ఫ్రెయింకింగ్ వ్యాయామాలు చేయడం. అటూ ఇటూ నడవడం. కాఫీ తాగడం అయితే యాక పది నిమిషాలు కళ్లు మూసుకుని ధ్యానం చేయడం. నిద్రకు ముందు కనీసం పుస్తకంలో ఒక్క పేజీ అయినా చదవాలనే నియమం పెట్టుకోవడం.. వంటివి దీని జాబితాలోకి వస్తాయి. దీనివల్ల అలవాట్లను ఎక్కువగా మార్చడం అనవసరం. అలాగే వీటిని నిర్మూల్యం చేస్తూనే.. అలవాట్లు వదులుకోకుండా కొనసాగించిన వాళ్లు అవుతారు. నచ్చితే ప్రయత్నించేయండి మరి!



కోవాలి. తాగదలచినప్పుడు గ్లాసు నీళ్లలో రెండు స్పూన్లు కాన్సెన్ట్రేట్ కలిపితే సరిపోతుంది. రిఫ్రిజిరేటర్ లో ఉంచితే.. నెల రోజులు నిలవంటుంది. మరి కొంత కాలం నిల్వ ఉండాలంటే ఇంకొక స్పాన్ నిమ్మరసం అదనంగా జోడించాల్సి ఉంటుంది.

ఎండల్లో హాయినిచ్చే రంగులు...



పసుపు: ఎండాకాలం అంటేనే పసుపు పచ్చని మెరుపు, అయితే ముదురు పసుపు కాకుండా లెమన్ ఎల్లో, సాఫ్ట్ ఎల్లో ఛాయలను ఎంచుకుంటే చూడవచ్చుగా అనిపిస్తుంది. వైట్ ప్యాంటి లాంటి పదార్థాలపై ఎల్లో ట్యాన్స్ ధరిస్తే ఆ సైట్ వేరు. పేస్టల్ కలర్స్: ప్రస్తుతం ఫ్యాషన్ ప్రపంచంలో పేస్టల్ రంగులకి హవా. ముదురు రంగుల కంటే లైట్ కలర్లు లు కంటికి అందంగా ఉంటాయి. మింటల్ గ్రీన్: ప్రకృతి దగ్గరగా ఉండే మింటల్ గ్రీన్ వేసవిలో ఫ్రెష్ లుక్ నిస్తుంది. లావెండర్ రాయల్ లుక్ ఇప్పుడమే కాకుండా, ఎండలో తిరిగి ఉప్పుడు కూడా హుందాగా ఉంటుంది. పీచ్-కోరల్: కాషాయ వర్షంలో లేత ఛాయలైన పీచ్-కోరల్ రంగులు వేసవి సాయంత్రాలకు సరైన ఎంపిక. ఇవి చర్మఛాయను ప్రకాశవంతంగా చూపిస్తాయి. కాటన్ శారీలు లేదా ప్లాక్ సైల్ డ్రెస్సుల్లో ఈ కలర్స్ అద్భుతంగా ఉంటాయి. రంగు ఎంత బాగున్నా, వస్త్రం సరిగ్గా లేకపోతే ఇబ్బంది తప్పదు. వేసవిలో కాటన్, లినెన్, మల్తుల వస్త్రాలకు మొదటి ప్రాధాన్యం ఇవ్వండి. ఇవి చెమటను త్వరగా పీల్చుకుని చర్మాన్ని పొడిగా ఉంచుతాయి.

కుంకుడు కాయలు.. ఇలా కూడా..!

అయితే కొన్ని చక్కలు వేసి కలుపుకోవాలి. అనంతరం శుభ్రంగా కడిగి పొడిగా ఆరబెట్టుకున్న బాటిల్ లో ఈ మిశ్రమాన్ని పోసి ఫ్రిజ్ లో నిల్వ చేసుకోవాలి. దీన్ని స్నానం చేసేటప్పుడు సబ్బుకి బదులుగా ఉపయోగించవచ్చుంటున్నారని నిపుణులు. కిటికీల అద్దాలను తుడవడానికి సాధారణంగా మార్బెట్ డొరికే క్లీనింగ్ లిక్విడ్ లను ఉపయోగిస్తారు. అయితే వీటికి బదులుగా కుంకుడు కాయలను ఉపయోగించి కూడా ఇంట్లోనే గ్లాస్ క్లీనింగ్ ను తయారు చేసుకోవచ్చు. దీనికోసం కుంకుడు కాయలతో తయారు చేసుకున్న లిక్విడ్ సోప్ ఒక టేబుల్ స్పూన్, రెండు టేబుల్ స్పూన్ల వైట్ వినెగర్, అరకప్పు నీటిని తీసుకొని బాగా కలుపుకోవాలి. దీన్ని ఒక స్పృ బాటిల్ లో పోసి బాగా షేక్ చేయాలి. అనంతరం దీన్ని కిటికీ అద్దంపై స్పృ చేసి మెత్తటి వస్త్రంతో తుడిచేయాలి. ఇలా చేస్తే కిటికీ అద్దాలపై పేరుకున్న దుమ్ము తొలగిపోయి అవి కొత్త వాటిలా మెరుగై యుట. పట్టు, జరి దుస్తుల్ని ఉతకడానికి కుంకుడు కాయలు చక్కటి ప్రత్యామ్నాయం. దీనికోసం కొన్ని కుంకుడు కాయలను చల్లదీటిలో నానబెట్టి వాటి రసాన్ని తీయాలి. ఈ మిశ్రమంతో పట్టు, జరి వస్త్రాలను ఉతికితే అవి ఎక్కువ



అరోగ్యంగా ఉండాలి.. షిఫెనెస్ కి ప్రాధాన్యం ఇవ్వాలి.. ఎంతో ఆసక్తిగా వ్యాయామాలు, నడక, పరుగు వంటివి మొదలుపెడతాం. ఇప్పుడు వాటికి కావాలిస ట్రాక్స్, టాంట్ టాప్స్, మాస్ అన్నీ కొనుక్కుంటాం. కానీ రెండు మూడు రోజులకే అన్నీ అటకెక్కి పోతాయి. సమయం లేదు, నిద్రలేమి, నిస్వేచ్ఛం అంటూ రకరకాల కారణాలు చెబుతాం. మీరే కాదు, చాలామంది పరిస్థితి ఇదే. అందుకే 'హ్యాబిట్ స్ట్రాకింగ్' అలవచుకోవాలంటున్నారు నిపుణులు. అంటే సమయం ఉన్నప్పుడూ, అరోగ్యం సహకరించి సహజంగా ఎలానో వాకింగ్, జాగింగ్ వంటి వాటికి వెళ్తుంటాం కదా! అలా లేనప్పుడు రోజూ చేసే పనులతో

ఎండా కాలం వచ్చే నింది. తేనీరు కంటే చల్లదీ పానీయాలు తాగాలనిపిస్తుంది. మార్బెట్ డొరికే కార్బోడింక్స్ కొనే బదులు మనమే కాన్సెన్ట్రేట్ చేసుకోవచ్చు. మీ కోసం పుచ్చకాయ లతో పానీయం.. ఈ పానీయం కోసం.. చెక్క, గింజలు తీసిన పుచ్చకాయ యుక్కలు - నాలుగు కప్పులు, నీళ్లు - కప్పు, పంచదార - రెండు కప్పులు, ఉప్పు - చిటికెడు, నిమ్మరసం - నాలుగు టేబుల్ స్పూన్లు, యాలకం పొడి - అర స్పూన్ తీసుకోవాలి. ఎలా చేయాలంటే.. పుచ్చకాయ ముక్కలను గ్రైండ్ చేయాలి. అదుగుభాగం మందంగా ఉన్న పాత్రలో పంచదార, కప్పు నీళ్లు పోసి వేడిచేయాలి. పంచదార కరిగితే తర్వాత పుచ్చకాయ రసం, యాలకం పొడి జతచేసి ఉడికించాలి. అదుగుంట

అరోగ్యంగా ఉండాలి.. షిఫెనెస్ కి ప్రాధాన్యం ఇవ్వాలి.. ఎంతో ఆసక్తిగా వ్యాయామాలు, నడక, పరుగు వంటివి మొదలుపెడతాం. ఇప్పుడు వాటికి కావాలిస ట్రాక్స్, టాంట్ టాప్స్, మాస్ అన్నీ కొనుక్కుంటాం. కానీ రెండు మూడు రోజులకే అన్నీ అటకెక్కి పోతాయి. సమయం లేదు, నిద్రలేమి, నిస్వేచ్ఛం అంటూ రకరకాల కారణాలు చెబుతాం. మీరే కాదు, చాలామంది పరిస్థితి ఇదే. అందుకే 'హ్యాబిట్ స్ట్రాకింగ్' అలవచుకోవాలంటున్నారు నిపుణులు. అంటే సమయం ఉన్నప్పుడూ, అరోగ్యం సహకరించి సహజంగా ఎలానో వాకింగ్, జాగింగ్ వంటి వాటికి వెళ్తుంటాం కదా! అలా లేనప్పుడు రోజూ చేసే పనులతో

డేటా సెంటర్లో అగ్నిప్రమాదం..



భారత్లో గూగుల్ క్లౌడ్ సేవలకు అంతరాయం కలిగింది. దీనిలో ఈ సంస్థకు చెందిన ధర్మి పార్టీ డేటా సెంటర్లో అగ్నిప్రమాదం జరగడంతో నెట్ వర్కింగ్ పరికరాలు పట్టడం అయ్యాయి. ఫలితంగా పలు ప్రాంతాల్లో క్లౌడ్ సేవలకు అటంకం ఏర్పడింది. ఈ మేరకు క్లౌడ్ కంప్యూటింగ్ యూనిట్ లో లైట్ వెలుగుతోంది. అయితే ఈ ప్రమాదం ఎప్పుడు జరిగిందో మాత్రం చెప్పలేదు. ప్రాణ, ఆస్తి నష్టం గురించిన వివరాలు తెలియాలి ఉంది.

AI డేటా సెంటర్.. చేతులు కలిపిన మెటా, లిలయన్స్



అభివృద్ధి చేయడానికి భాగస్వామ్యం కుదుర్చుకున్నాయి. రెండేళ్లలో ఇది అందుబాటులోకి రానుంది. ఈ మేరకు బుధవారం రెండు సంస్థలు ఓ సంయుక్త ప్రకటనను విడుదల చేశాయి. మెటా (Meta) ప్రపంచవ్యాప్త మౌలిక సదుపాయాలకు ఈ డేటా సెంటర్ సేవలందిస్తూ.. దాని వ్యాపార, విజయ కంప్యూటింగ్ అవసరాలను తీర్చునుంది. 1GW పునరుత్పాదక శక్తి విషయంలో క్లౌడ్ మ్యాక్స్, ఫోర్ పార్ట్ నెట్ ఎన్జీఎల్లో భాగస్వామ్యం మెటా ప్రకటించింది. కాగా, మెటా, లిలయన్స్, కొస్టెట్లూ కలిసి పనిచేస్తున్నాయి. 2020లో జియో ఫ్యాట్ ఫ్యామ్లో మార్కెట్ జుకర్ బర్త్ సంస్థ 9.99 శాతం వాటాను కొనుగోలు చేసింది. అలాగే రెండు కలిసి 100 మిలియన్ల దాలర్లతో జాయింట్ వెంచర్ను ఏర్పాటు చేశాయి. దేశీయ, అంతర్జాతీయ సంస్థల కోసం విజయ సామ్రాజ్యం అభివృద్ధి చేయనున్నాయి. మెటాతో పార్ట్ నెట్ నెట్ ప్రకటన రాగానే లిలయన్స్ షేర్ రెండు శాతం మేర పెరిగింది. బుధవారం ఉదయం టీఎన్ఎస్ఆర్లో ఈ స్టాక్ విలువ 2.39 శాతం పెరిగి రూ. 1300కు చేరింది.

ప్రపంచవ్యాప్తంగా తయారయ్యే డేటాను నిల్వ చేయడం, వినియోగదారులకు చేరడంలో డేటా సెంటర్లు కీలకం. ఇప్పుడు ఇలాంటి డేటా సెంటర్ల ఏర్పాటు కోసం లిలయన్స్, సోఫ్ట్ మీడియా దిగ్గజం మెటా చేతులు కలిపాయి. గుజరాత్లోని జామ్నగర్లో 168 మెగావాట్ల డేటా సెంటర్ను

ఆఖర్లో అమ్మకాల ఒత్తిడి..

దేశీయ స్టాక్ మార్కెట్ సూచీలు ఆరంభ లాభాలను కోల్పోయాయి. మెటల్, పీఎస్ యూ బ్యాంక్, రియాల్టీ స్టాక్స్ అందరికీ ఉదయం లాభాల్లో రాబడించిన సూచీలు.. ఆఖర్లో అమ్మకాల ఒత్తిడితో ఆ లాభాలు ఆవిరయ్యాయి. దీంతో సెన్సెక్స్ 64 పాయింట్లు లాభంతో ముగియగా.. నిఫ్టీ 27.15 పాయింట్లు నష్టపోయింది. ఇంట్లాడే గరిష్ఠాల నుంచి సెన్సెక్స్ దాదాపు 600 పాయింట్లు మేర క్షీణించింది. సెన్సెక్స్ ఉదయం 73,988.27 పాయింట్లు వద్ద (క్రితం ముగింపు 73,918.76) స్వల్ప లాభాల్లో ప్రారంభమైంది. ఇంట్లాడే లో 74,613.01 వద్ద గరిష్ఠాన్ని తాకింది. చివరికి ఆరంభ లాభాలను కోల్పోయి 73,983.18కి పరిమితమైంది. నిఫ్టీ 23,214.95 వద్ద స్థిరపడింది. దాలలతో రూపాయి మారకం విలువ 95.27గా ఉంది. సెన్సెక్స్ 30 సూచీలో ఎటర్నల్, టాటా స్టీల్, బజాజ్



ఫిన్సెన్సెక్స్, టైటాన్, మహింద్రా అండ్ మహింద్రా షేర్లు నష్టపోయాయి. హిందుస్థాన్ యూనిలివర్, యాక్సిస్ బ్యాంక్, కోటక్ మహింద్రా బ్యాంక్, ఐసిఐఎస్ బ్యాంక్, ఐటీఐ షేర్లు లాభపడ్డాయి. అంతర్జాతీయ వివణిలో బ్రెంట్ క్రూడ్ మూడి చమురు బ్యారెల్ ధర 91.44 డాలర్ల వద్ద కొనసాగుతుండగా.. బంగారం షెన్సు 4167 డాలర్ల వద్ద ట్రేడవుతోంది.

సాన్-ఫెర్నెస్ లోహాల దిన్నెక్ట్ సీఎంఆర్ గ్రీన్ టెక్నాలజీస్ స్టాక్ మార్కెట్లోకి మనంగా అడుగుపెట్టింది. బుధవారం ఈ కంపెనీ షేర్లు లిస్టింగ్లో అదరగొట్టాయి. దాదాపు 43 శాతానికి పైగా ప్రీమియంతో లిస్ట్ అయ్యాయి. ఈ షేర్ల ఇమ్ప్యూ ధర రూ. 192 కాగా.. 43.43 శాతం పెరిగి బీఎస్ఈలో రూ. 275.40 వద్ద ట్రేడింగ్ మొదలుపెట్టాయి. ఎన్ఎస్ఈ లోనూ 39.58 శాతం ప్రీమియంతో రూ. 268 వద్ద లిస్ట్ అయ్యాయి. దీంతో కంపెనీ మార్కెట్ విలువ రూ. 5,504.86 కోట్లకు పెరిగింది. ఈ ఐపీఓకు ఇన్వెస్టర్ల నుంచి మంచి స్పందన లభించిన సంగతి తెలిసిందే. 127 రెట్లు సబ్ స్క్రైబ్ అయ్యింది. రూ. 631 కోట్ల ఐపీఓలో ఒక్కో ఈక్విటీ షేర్ ధరల ట్రేడింగ్.. 182-192గా కంపెనీ నిర్ణయించింది. 2,30,43,930 షేర్లకు గాను.. 2,92,75,44,594 (292 కోట్లు) షేర్లకు బిడ్లు దాఖలయ్యాయి.



విమాన ఇంధనం మరో 10% భారం

దేశీయ విమానయాన సంస్థలకు విమాన ఇంధనం (ఎటీఎఫ్) ధర మంగళవారం మరో 10% పెరిగింది. ఇప్పటివరకు ఏటీఎఫ్ లీటరు ధర దిల్లీలో రూ. 104.927గా ఉండగా, ఇది రూ. 115కు చేరింది. ప్రభుత్వరంగ చమురు మార్కెటింగ్ సంస్థలు ఏటీఎఫ్ ధరల స్థిరీకరణ విధానాన్ని అమలులోకి తీవ్రమైన ఇందుకు కారణం. దీనికంద దేశీయ విమానయాన కంపెనీలకు మూడేళ్లపాటు ఏటీఎఫ్ ధర స్థిరంగా ఉంటుంది. ఇందువల్ల అంతర్జాతీయంగా ముడి చమురు ధరలు తీవ్రంగా పెరిగినా, దేశీయ విమాన కంపెనీలకు మారదు. టిఆర్ఎల్ ఛార్జీ రూపేణ ప్రయాణికులకూ ఊరట కలుగుతుంది. ఈ విధానాన్ని ఎంచుకోని విమానయాన సంస్థలు మాత్రం, చమురు మార్కెట్ కు అనుగుణంగా ధర చెల్లించాల్సి వస్తుంది. అంటే అంతర్జాతీయ విమానయాన సంస్థల తరహాలో లీటరుకు రూ. 142 చొప్పున భరించాల్సి వస్తుంది. అయితే ముడిచమురు ధర భాగా తగ్గితే మాత్రం, వీరికి ఆ మేర ప్రయోజనం లభిస్తుంది. ఇలాగే యుద్ధానికి ముందు ఈ ధర లీటరుకు రూ. 60.50గా ఉండేది. స్థిరీకరణ పథకాన్ని ఎంచుకున్న దేశీయ విమానయాన కంపెనీలు, లీటరుకు రూ. 86.32 చొప్పున ఫ్రీఆన్ బోర్డ్ ప్రామాణిక ధర చెల్లించాలి. దీనిపై విమానాశ్రయ ఛార్జీ, చమురు కంపెనీల మార్కెట్, పన్నుల వంటి ఇతర అంశాలు ఫలితంగా ఏటీఎఫ్ లీటరు ధర దిల్లీలో రూ. 115, ముంబయిలో రూ. 114.5, చెన్నైలో రూ. 139కి చేరింది. దేశీయ విమానయాన కంపెనీలకు 2 నెలలయూ ఏటీఎఫ్ ధర సవరించడం లేదు.



ఇందువల్ల చమురు మార్కెటింగ్ కంపెనీలు నష్టపోతున్నాయి. వీటిని గట్టెక్కించేందుకు రూ. 10,000 కోట్లతో ఏటీఎఫ్ ధరల స్థిరీకరణ నిధిని కేంద్రప్రభుత్వం ప్రతిపాదించింది. ఏటీఎఫ్ లీటరు ప్రామాణిక ధర రూ. 86.32 కంటే అంతర్జాతీయంగా ధర పెరిగితే, కేంద్రప్రభుత్వం వడ్డీలేకుండా చమురు కంపెనీలకు ఆ మేరకు రుణం ఇస్తుంది. దీనికంటే తగినప్పుడు, కంపెనీల నుంచి వసూలు చేసుకుంటుంది. విమానయాన కంపెనీల నిర్వహణ వ్యయంలో ఏటీఎఫ్ పాటా 40-60% అవుతోంది.

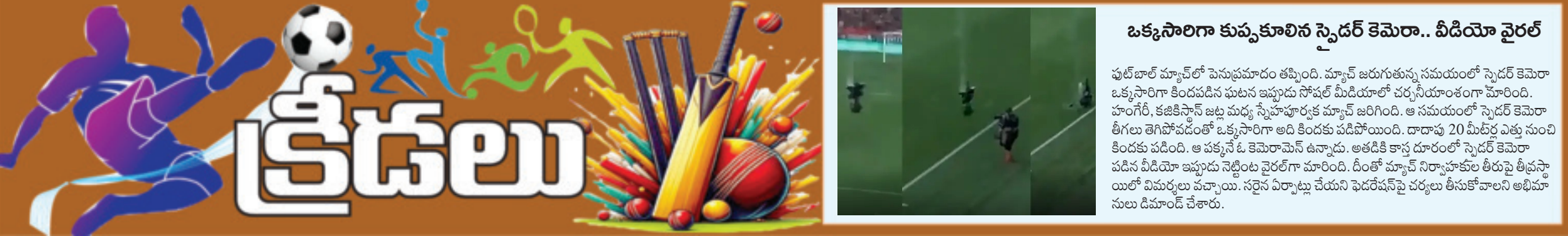
ఈక్విటీ MFలో తగ్గిన పెట్టుబడులు..

ఈక్విటీ మ్యూచువల్ ఫండ్స్లోకి నిధుల ప్రవాహం తగ్గుముఖం పట్టింది. మే నెలలో ఈ విభాగంలోకి రూ. 22,908 కోట్ల నిధులు మాత్రమే వచ్చాయి. ఈ ఏడాదిలో ఇదే కనిష్టం కావడం గమనార్హం. ఈ ఏడాది ఏప్రిల్లో రూ. 38,440 కోట్లు ఈక్విటీ మ్యూచువల్ ఫండ్స్లోకి రాగా.. ఆ నెలలో ఫోలిస్సే నిధుల ప్రవాహం 40 శాతం తగ్గుముఖం పట్టింది. గత కొన్ని రోజులుగా మార్కెట్ ఓడుదొడుకులకు లోనవుతుండడంతో ఈ పరిస్థితి నెలకొంది. ఈ మేరకు ఆనెసిఎంపెన్ ఆఫ్ మ్యూచువల్ ఫండ్స్ ఇన్ ఇండియా (Amfi) మే నెలకు సంబంధించిన గణాంకాలను బుధవారం విడుదల చేసింది. మొత్తంగా మ్యూచువల్ ఫండ్స్ పరిశ్రమకు సంబంధించి ఏప్రిల్ నెలలో నికరంగా రూ. 3.22 లక్షల కోట్లు పెట్టుబడులు రాగా.. మే నెలలో రూ. 64,131 కోట్ల నిధులు తరలిపోయాయి. ముఖ్యంగా డెబ్ అధారిత మ్యూచువల్ ఫండ్స్ కేటగిరీ నుంచి రూ. 96,948 కోట్ల నిధులు తరలిపోవడం అందుకు ప్రధాన కారణం. ఈక్విటీ స్కీమ్స్ వారీగా చూసినప్పుడు, ఫెడ్జి క్యాప్ ఫండ్స్లోకి అత్యధికంగా రూ. 5,175 కోట్ల నిధులు వచ్చాయి. స్మాల్ క్యాప్ ఫండ్స్లోకి రూ. 4,945

కోట్లు, మిడ్ క్యాప్ ఫండ్స్లోకి రూ. 4,385 కోట్లు, లార్జ్ క్యాప్ ఫండ్స్లోకి రూ. 1,593 కోట్లు చొప్పున నిధులు వచ్చాయి. డివిడెండ్ ఈల్డ్ ఫండ్స్, ఈక్విటీ రూ. 3,040 కోట్లు నిధులు రాగా.. మే నెలలో రూ. 725 కోట్లు తరలిపోయాయి. మ్యూచువల్ ఫండ్ పరిశ్రమ పద్ద నిర్వహణలో ఉన్న ఆస్తుల విలువ



లింక్ సీవింగ్ స్కీమ్ నుంచి మే నెలలో నిధులు తరలిపోయాయి. గోల్డ్ ఎక్స్పోజ్ ట్రేడింగ్ ఫండ్స్కు (Gold ETFs) సంబంధించి ఏప్రిల్ నెలలో (AUM) అంతకుముందు నెలతో పోలిస్తే రూ. 81.6 లక్షల కోట్లకు తగ్గింపు యాంప్లి చేయబడింది.



పంత్ విచిత్రమైన షాట్లతో కొన్ని సార్లు భారత్ కు నష్టం: అశ్విన

అఫ్ఘానిస్తాన్ తో జరిగిన ఏకైక టెస్టులో టీమిండియా భారీ విజయం సాధించిన సంగతి తెలిసిందే. కెప్టెన్ శుభేషుర్ గిల్, కేవల రెండు సెంచురీలు సాధించారు. రిషభ్ పంత్ (81), సాయి సుదర్శన్ (81), వాషింగ్టన్ సుందర్ (52*) హాఫ్ సెంచురీలతో దుమ్ము రేపారు. శతకం చేసే అవకాశం



నుదర్శన్ తో పాటు రిషభ్ పంత్ చేజారు కున్నాడు. అయితే, రిషభ్ పంత్ ఇలా 80లు, 90లో జెట్ కావడం ఇదేమీ కొత్త కాదు. భిన్నమైన షాట్లు ఆడి మరీ వికెట్లను సమర్పించిన రోజులున్నాయి. దీనివల్ల టీమిండియాకు కొన్నిసార్లు నష్టం వాటిల్లినట్లు మాజీ ఆటగాడు రవిచంద్రన్ అశ్విన వ్యాఖ్యానించాడు. ఇప్పటివరకు 50 టెస్టులు ఆడిన పంత్ ఖాతాలో 8 సెంచురీలు మాత్రమే ఉన్నాయి. మరో ఎనిమిదిసార్లు శతకాలు చేసే అవకాశం కాస్తలో చేజారు కున్నాడు. "రిషభ్ పంత్ చాలాసార్లు 80లు, 90ల వద్ద జెబయ్యాడు.

అయితే, ఇలాంటి దూకుడైన బ్యాట్లర్ టెస్టులో ధొరకడం కష్టమే. కానీ, 80లోకి వచ్చాక భిన్నమైన షాట్లను ప్రయత్నించి పెవిలియన్ కు చేరడం ఆశ్చర్యంగా అనిపిస్తూ ఉంటుంది. మరో 20 పరుగులు చేస్తే సెంచురీ అయిపోతుంది. అలా ఆడేందుకు ప్రయత్నించలేదా? విచిత్రమైన



షాట్లతో భారత్ కు కొన్నిసార్లు నష్టం కలిగించాడు. బ్యాటర్ గా అతడు అదనపు బాధ్యత తీసుకోవాలి. సెంచురీలుగా మలవాలి. అప్పుడు అతడి గణాంకాలు ఇప్పటికంటే అద్భుతంగా ఉండేవి" అని అశ్విన తెలిపాడు. "ప్రతి బ్యాటరు ధారాపాటు చేయడం సహజమే. కానీ, రిషభ్ పంత్ వేపేపే అవే తప్పులను చేస్తుండటమే నిరాశకు గురి చేస్తోంది. అది తప్పు అని చాలామంది చెప్పినా సరే.. మళ్లీ చేస్తూనే వెళ్తున్నాడు. ఇప్పటికి 50 టెస్టులు ఆడాడు. ఇక నెహ్రూ జట్టు కోసం పరిస్థితులకు తగ్గట్టుగా ఆడాల్సిన అవసరం ఉంది" అని అశ్విన సూచించాడు.

గోల్డ్ మెడల్ కోసం.. విరాట్ తో సూర్యవంశీని బరిలోకి దింపాలి: శ్రీశాంత్



దాదాపు పందేళ్ల అనంతరం ఒలింపిక్స్ లో క్రికెట్ ను చూడబోతున్నాం. లాస్ ఏంజెల్స్ క్రికెట్ శ్రీశాంత్ సూచించాడు. అయితే, విరాట్ కోహ్లి టీ20లకు వీడ్కోలు చెప్పిన సంగతి తెలిసిందే. కానీ, ఒలింపిక్స్ లో ఆడాలని

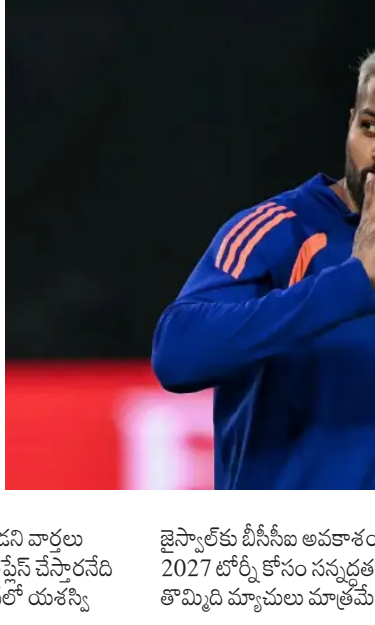
వేదికగా 2028లో ఒలింపిక్స్ జరగబోతున్నాయి. టీమిండియా స్వర్ణ పతకం సాధించేది అభిమానుల ఆకాంక్ష. టీ20 ఫార్మాట్ లో ఈ మ్యాచులు జరుగుతాయి. విరాట్ కోహ్లితో కలిసి యువ సంవలనం ప్రభవ్ సూర్యవంశీని ఓపెనర్ గా పంపించాలని మాజీ

ఉండగిన గతంలో విరాట్ తన మనసులోని మాట వెల్లడించాడు. ఇప్పుడు వైభవ్ దూకుడుకు విరాట్ సీనియర్ లో కలిసి భాగంతుండనేది శ్రీశాంత్ అభిప్రాయం. "వైభవ్ సూర్యవంశీ ఆటను మాస్టుంటే ముచ్చటేస్తోంది. అయితే గా ఆడేస్తున్నాడు. రాజ్ యే ఒలింపిక్స్ లో మనం గోల్డ్ పతకం కొట్టాలంటే వైభవ్ టీమ్ నే పంపించాలి. విరాట్ కోహ్లి జట్టులో ఆడాలని విజ్ఞప్తి చేస్తున్నా. ఇప్పుడు వైభవ్ సూర్యవంశీతో కలిసి విరాట్ ఓపెనింగ్ చేయొచ్చు. సీనియర్, జూనియర్ తో జట్టు సమతాళంగా ఉంటుంది. ఈ కోడిని మా సేందుకు భాగంతుంటుంది. ముందుగా విరాట్ కోహ్లిని టీ20 జట్టులో ఆడమని సెలక్షన్ కోరాలి. అతడి ఫిట్ నెస్ ను మాస్టుంటే ముచ్చటేస్తున్నా. నేను చెప్పే మాటలు వివాదా

నికీ దారితీసినా ఫర్వాలేదు. ఎలాగైనా సరే విరాట్ ను ఒప్పించాలి. ఒలింపిక్స్ లో ఆడేలా చూడాలి" అని శ్రీశాంత్ తెలిపాడు. కేవలం 15 ఏళ్ల వయసులోనే టీమిండియా అడుగుతున్నాడు. గుపెటిల్ సూర్యవంశీ.. తుది జట్టులో తొలి మ్యాచ్ ఆడేతే మాత్రం చరిత్రలోనే అదరగొట్టే ప్రదర్శన ఇచ్చాడు. యువ స్పిన్నర్ మానవ్ సుతార్, అఫ్ఘానిస్తాన్ జెన్నింగ్స్ లో ఆరు వికెట్లు తీసి షేయర్ల ఆఫ్ ది మ్యాచ్ గా నిలిచాడు. బ్యాటింగ్ లోనూ మెరుగైన ఆటతీరే ప్రదర్శించాడు. సీనియర్ రవింద్ర

విరాట్ బాటలోనే హార్దిక్ పాండ్య!

మరో మూడు రోజుల్లో అఫ్ఘానిస్తాన్ తో వన్ డే సిరీస్ ప్రారంభం కానుంది. ఈ క్రమంలో భారత్ జట్టుకు మరో షాక్ తగిలింది. ఇప్పటికే విరాట్ కోహ్లి వనే సిరీస్ కు దూరమైన సంగతి తెలిసిందే. ఇప్పుడు అతడి బాటలో స్ట్రా ఆల్ రౌండ్ ర్ హార్దిక్ పాండ్య కూడా సిరీస్ నుంచి వైదొలిగినట్లు టీసీసీవ వరాలు తెలిపాయి. అయితే, పాండ్య ఫిట్ నెస్ పై సెంటర్ ఆఫ్ ఎక్స్ లెస్స్ నంత్ వైపు వ్యక్తం చేసిన రోజు వ్యవధిలోనే ఈ నిర్ణయం రానుండటం గమనార్హం. వెన్ను నొప్పితో బడిపోయినా హార్దిక్ పాండ్య కొన్ని మ్యాచులు ఆడలేదు. ఐపీఎల్ ముగిసిన తర్వాత.. రోహిత్ షోపాటు హార్దిక్ కూడా ఫిట్ నెస్ టెస్టు ఎదుర్కొన్నాడు. అంతా ఓకే అనుకున్నాక.. ఇప్పుడు రోజు వ్యవధిలోనే ఈ నిర్ణయం మూడు వారాలు ఆటకు దూరంగా ఉంటాడని వార్తలు వచ్చాయి. మరి అతడి స్థానంలో ఎవరిని రిప్లస్ చేస్తారనేది అసక్తికరంగా మారింది. విరాట్ కోహ్లి షేన్ లో యశస్వి



జైస్వాల్ తో టీసీసీవ అవకాశం ఇచ్చింది. వస్తే ప్రపంచ కప్ 2027 లో టీమ్ కోసం సన్నద్ధతలో భాగంగా భారత్ కేవలం తొమ్మిది మ్యాచులు మాత్రమే ఆడనుంది.

క్రాంటీ క్రికెట్ లోకి మానవ్ సుతార్

ఎర్రబంతి క్రికెట్ లో మెరుగైన ఆటతీరు కోసం క్రాంటీ క్రికెట్ ఆడేందుకు నిర్ణయమయ్యింది. క్రాంటీ ఛాంపియన్ షిప్ లో తర్వాత రెండు రౌండ్ లో ఆడతాడని వార్తాక్లైర్ మేనేజిమెంట్ ప్రకటించింది. ఛాంపియన్ షిప్ విజేతగా నిలిచేందుకు ప్రయత్నిస్తాం. అతడితో మెం

జడేశాను గుర్తు చేశాడంటూ అభిమానులు సంతోషపడ్డారు. ఈ క్రమంలో మానవ్ అనూహ్య నిర్ణయం తీసుకున్నాడు. ఎర్రబంతి క్రికెట్ లో మెరుగైన ఆటతీరు కోసం క్రాంటీ క్రికెట్ ఆడేందుకు నిర్ణయమయ్యింది. క్రాంటీ ఛాంపియన్ షిప్ లో తర్వాత రెండు రౌండ్ లో ఆడతాడని వార్తాక్లైర్ మేనేజిమెంట్ ప్రకటించింది. ఛాంపియన్ షిప్ విజేతగా నిలిచేందుకు ప్రయత్నిస్తాం. అతడితో మెం

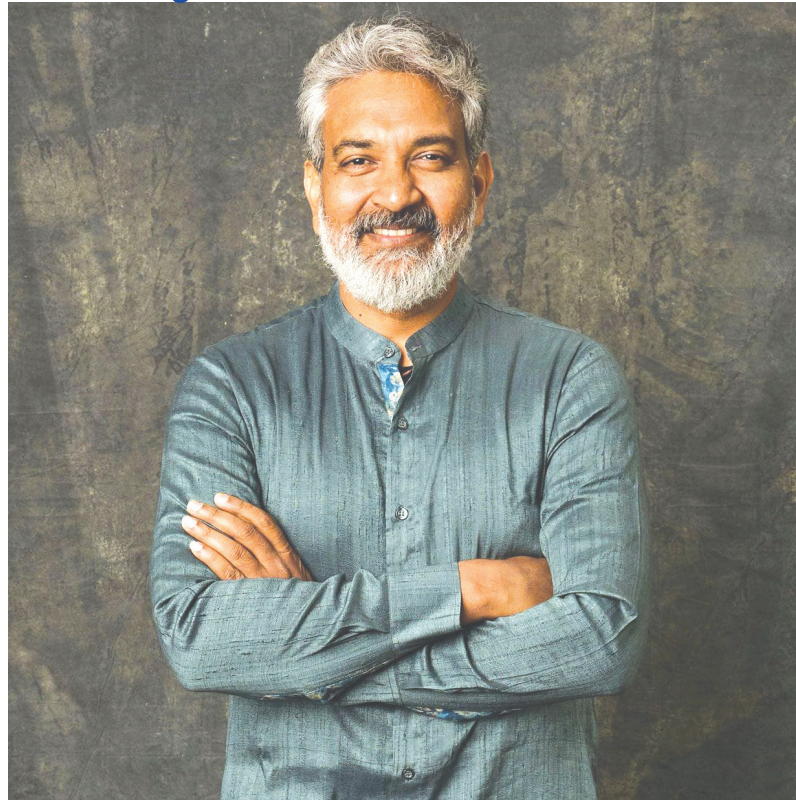
ఒప్పందం చేసుకోవడం సంతోషంగా ఉంది" అని వార్తాక్లైర్ వెల్లడించింది. మెరుగైన ప్రదర్శన చేసేందుకు ప్రయత్నిస్తానని మానవ్ సుతార్ తెలిపాడు. తొలి టెస్టు మ్యాచ్ లోనే ఏడు వికెట్లు తీసిన మానవ్ సుతార్.. 29 ఫస్ట్ క్లాస్ మ్యాచుల్లో 129 వికెట్లు పడగొట్టాడు. అతడి టెస్ట్ బౌలింగ్ గణాంకాలు 11/62. ఇక లోయర్ ఆర్డర్ లో బ్యాటింగ్ కు వస్తే అతడు 950కిపైగా పరుగులు చేశాడు.

వృద్ధయం సినిమా

సినిమా: దిగ్గజ దర్శకత్వం కలిగిన 'సింగ్ గీతం' కథ దర్శకత్వం వహించిన ఎస్.ఎస్. రాజమౌళి దర్శించిన సినిమా. రాజమౌళి దర్శించిన మొదటి సినిమా. నిర్మాత నాగ్ అశ్వినీ, సంగీత దర్శకుడు దేవిశ్రీ ప్రసాద్ తో జరిగిన ప్రత్యేక సంభాషణలో రాజమౌళి, రెజెండర్ దర్శకుడు సింగ్ గీతం త్రినివా

'సింగ్ గీతం' తొలి టికెట్ కొనుగోలు చేసిన

దర్శక భీరుడు ఎస్.ఎస్. రాజమౌళి



సరాఫు విజన్, అలాగే ఈ యూనిట్ దానికంటే, వారి భావోద్వేగ ప్రయాణాన్నే మూజుగా పాటించి ప్రయాణం గురించి ఆసక్తికర తెలిపారు.

తట్టని ఆలోచనగా అనిపించింది. ఇంత విస్తృతమైన, సాహసోపేత మైన కథను తెరపైకి తీసుకురావడానికి కూడా అంతే విస్తృతంగా ఆలోచించే వ్యక్తి కావాలి. ఆ పని చేయడానికి నాగ్ అశ్వినీ సరైన వ్యక్తి అన్నారు రాజమౌళి నాగ్ అశ్వినీ మాట్లాడుతూ.. ఈ ప్రాజెక్ట్ మొదట భారతీయ సిని పరిశ్రమలో అత్యంత సృజనాత్మక దర్శకుల్లో ఒకరైన సింగ్ గీతం త్రినివాసరావు గారికి ట్రిబ్యూట్ గా ప్రారంభమైందని చెప్పారు. అయితే, ఆ తర్వాత ఇది ప్రేక్షకులు తప్పకుండా ఎక్స్ పీరియన్స్ చేయాలని చిత్రంగా మారినదన్నారు. "సింగ్ గీతం ప్రపంచంలోకి ప్రేక్షకులు లీనమై పోతారు. కథలో పూర్తిగా మమకృతమైన తర్వాత ఇది మూజుగా ఫార్మాట్ లో ఉందనే విషయం కూడా మరచిపోతారు. పాత్రలు ఎందుకు పాడుతున్నారన్న కిరణ్ మాస్టర్, ఈశ్వర్ పెంటి కొరి యోగ్రేష్ పాటకు ప్రత్యేక ఆకరణగా నిలిచింది. పాటలో కనిపించిన రొమాంటిక్ ఫీల్, యూత్ ఫుల్ ఎనర్జీ సినిమా పురితం ఆసక్తికరమైనది

'అల్పా' టీజర్ రిలీజ్..

వృద్ధయం సినిమా ఆలియా భట్ ప్రధాన పాత్రలో యశ్ రాజ్ ఫిల్మ్స్ బ్యానర్ పై ఆదిత్య చౌహాని నిర్మిస్తోన్న భారీ యాక్షన్ మూవీ 'అల్పా'. బుధవారం (జూన్ 10) మేకర్స్ ఈ మూవీ టీజర్ ను విడుదల చేశారు. ఇందులో ఆలియా భట్ ఓ హాతు కురాలి పాత్రలో నటించింది. వైఆర్ఎస్ స్టూ యూనివర్సిటీలో భాగంగా రూపొంది



#NBK111 నుంచి కింగ్ ఆఫ్ కేయాస్ 'ఎంట్రీ ఆఫ్ ఆన్ ఎరా' గ్లింప్స్ రిలీజ్

వృద్ధయం సినిమా:

గాడ్ ఆఫ్ మన సిని సందమూరి బాలకృష్ణ, సక్సెస్ ఫుల్ డైరెక్టర్ గోపీచంద్ మలిినేని భారీ కాన్సెప్టు రూపొందించుకుంటున్న #NBK111 చిత్రం కోసం మళ్ళీ జతకట్టారు. వృద్ధయం సినిమా బ్యానర్ పై నిర్మాత వెంకట సతీష్ కిరారు నిర్మిస్తున్న ఈ ప్రాజెక్ట్ హై-వోల్టేజ్ యాక్షన్, గ్రిప్పింగ్ డ్రామా. ఈ స్టార్-డైరెక్టర్ కాంబినేషన్ నుంచి అభిమానులు ఆసక్తిగా ఎదురు చూసే ట్రేడ్ మార్కెట్ మాన్ మూవీ అంటున్న ఈ చిత్రం రిలీజ్ తర్వాత బాలకృష్ణకు పుట్టి నరోజు జుబాకాం క్షలు తెలుపుతూ, చిత్ర నిర్మాతలు 'ఎంట్రీ ఆఫ్ ఆన్ ఎరా' పేరుతో ఒక పవర్ ఫుల్ గ్లింప్స్ ను విడుదల



చేశారు. బాలకృష్ణ పాత్రను పరిచయం చేసేలా ఈ గ్లింప్స్ ను రూపొందించారు. 1993 బాంబే అల్లకల్లోల పరిస్థితుల నేపథ్యంలో నాగ్ ఈ వీడియోలో డార్ట్, హింసతో నిండిన ప్రపంచాన్ని చూపించారు. అలాంటి పరిస్థితుల్లో స్టైల్, ఇంటెన్స్, పవర్ కు ప్రతీకగా బాలకృష్ణ ఎంట్రీ అందించాడు. డైలాగ్స్ లేకుండానే విజువల్స్ ద్వారా పాత్ర పవర్ ను అద్భుతంగా చూపించారు. దర్శకుడు గోపీచంద్ మలిినేని ఈ చిత్రాన్ని భారీ యాక్షన్ సాగాగా మలిచారు. భారీ యంత్రాలు, అగ్ని జ్వాలలు, ప్రాణాంతక ఆయుధాలు, విద్యుత్ కర యాక్షన్ ఎపిసోడ్స్ తో గ్లింప్స్ అంతా ఉత్కంఠభరితంగా సాగింది. ప్రతి ఫ్రేమ్ హీరో పాత్ర సాయని మరింత ఎలివేట్ చేసేలా రూపొందించారు. ఈ చిత్రంలో బాలకృష్ణ పాత్రను 'కింగ్ ఆఫ్ కేయాస్' గా ప్రజెంట్ చేశారు. ఈ గ్లింప్స్ బాలకృష్ణ ఆదర్శ గాల్ఫ్ శారు. సరికొత్త మేకప్ లో ఆయన ఎంతో సెలిబ్రిటీగా, ఎనర్జిటిక్ గా, అత్యంత పవర్ ఫుల్ గా కనిపించారు. ఆయన స్వీట్ ఫ్రెండ్స్ పాత్రను మరింత అంబియంట్ చేసి, కళక్రమేతన కెమెరా పనితీరుతో చిత్రానికి రగ్, స్టైల్ విజువల్ టెక్నిక్ ను అందించారు. ఎస్. భమన్ అందించిన బ్యాక్ గ్రౌండ్ స్కోర్ గ్లింప్స్ కు మరింత ఊపునిచ్చింది. సినిమా స్థాయి, నిర్మాణ విలువలు చాలా గ్రాండ్ గా కనిపిస్తున్నాయి. ఈ చిత్రానికి విఎస్ ప్రకాష్ ప్రొడక్షన్స్ డిజిటల్ గా, నవీన్ ఎడిటర్ గా పని చేస్తున్నారు.

'రాజా ది రాజా' నుంచి 'తుర్పుపే ఫిదా' సాంగ్ రిలీజ్



వృద్ధయం సినిమా: రుత్విక్, అనిల్ బోయిడప, వృందావన్ క్రియేషన్స్ 'రాజా ది రాజా' నుంచి యూత్ ఫుల్ మెలోడీ 'తుర్పుపే ఫిదా' సాంగ్ రిలీజ్ మోస్ట్ మెన్షన్ రుత్విక్ ను హీరోగా పరిచయం చేస్తూ వృందావన్ క్రియేషన్స్ బ్యానర్ పై నిర్మాత కె. నిహారిక దాసరి చిత్రం 'రాజా ది రాజా'. నేటి తరానికి కనెక్ట్ అయ్యే ఎమోషన్స్, అందమైన ప్రేమకథతో మేళవిస్తూ ఈ చిత్రం తెరకెక్కుతోంది. ఇప్పటికే విడుదలైన టీజర్ కి అద్భుతమైన రెస్పాన్స్ వచ్చింది. ఇప్పుడు మేకర్స్ మూజుజీకల్ జర్నీ స్టార్ట్ చేశారు. సినిమా నుంచి తుర్పుపే ఫిదా సాంగ్ ను విడుదల చేశారు. మార్క్ కె. రాబిన్ స్వరపరిచిన ఈ మెలోడీయస్ లమ్ ట్రాక్ కు మనోజ్ జూలూని అందమైన సాహిత్యాన్ని అందించారు. హరిచరణ్, శక్తి శ్రీ గోపాల్ వోకల్స్ పాటను మరింత ఆకర్షణీయంగా తీర్చిదిద్దారు. సముద్ర తీరంలో చిత్రీకరించిన ఈ పాట విజువల్ గా ఎంతో ఆహ్లాదకరంగా కనిపిస్తోంది. లీడ్ పెయిర్ మధ్య కెమిస్ట్రీ, అందమైన లోకేషన్స్, ప్రెస్ విజువల్స్ ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకుంటున్నాయి. హరిచరణ్, శక్తి శ్రీ గోపాల్ వోకల్స్ పాటను మరింత ఆకర్షణీయంగా తీర్చిదిద్దారు. సముద్ర తీరంలో చిత్రీకరించిన ఈ పాట విజువల్ గా ఎంతో ఆహ్లాదకరంగా కనిపిస్తోంది. లీడ్ పెయిర్ మధ్య కెమిస్ట్రీ, అందమైన లోకేషన్స్, ప్రెస్ విజువల్స్ ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకుంటున్నాయి. హరిచరణ్, శక్తి శ్రీ గోపాల్ వోకల్స్ పాటకు ప్రత్యేక ఆకరణగా నిలిచింది. పాటలో కనిపించిన రొమాంటిక్ ఫీల్, యూత్ ఫుల్ ఎనర్జీ సినిమా పురితం ఆసక్తికరమైనది

'ఇరుముడి' బ్యూటీఫుల్ వర్మింగ్ స్టిల్స్ రిలీజ్



వృద్ధయం సినిమా: మైట్ మామీ మేకర్స్ 'నిర్మిస్తున్న 'ఇరుముడి' చిత్రం కోసం దర్శకుడు శివ నిర్మాణ జతకట్టారు. ఈ చిత్రానికి సంబంధించిన ది హోర్స్ ఇవెంట్ గ్లింప్స్ కు వచ్చిన అద్భుతమైన స్పందనతో సినిమా పై ఇప్పటికే భారీ ఆసక్తి నెలకొన్నాయి. భక్తి, కుటుంబ భావోద్వేగాలు, యాక్షన్ అంశాల సమ్మేళనంగా తెరకెక్కుతున్న ఈ చిత్రం అన్నిస్థరాల ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకునేలా ఉండేలా తోచింది. విడుదలైన గ్లింప్స్ కు అద్భుతమైన రెస్పాన్స్ వచ్చింది. ప్రస్తుతం చిత్రీకరణ శరవేగంగా కొనసాగుతోంది. తాజాగా హీరోయిన్ ట్రియూ భవానీ శంకర్ సెట్స్ నుంచి బ్యూటీఫుల్ వర్మింగ్ స్టిల్స్ పేర్ చేశారు.

దిగ్గజ దర్శకుడు భారతీరాజు మృతి:

మెగాస్టార్ చిరంజీవి సంతాపం

వృద్ధయం సినిమా: దిగ్గజ దర్శకుడు భారతీరాజు మృతి పట్ల అగ్గ కథానాయకుడు మెగాస్టార్ చిరంజీవి సంతాపం తెలియజేశారు. ఆయనతో ఉన్న అనుబంధాన్ని గుర్తుచేసుకుంటూ సోషల్ మీడియాలో పోస్ట్ పెట్టారు. "భారతీయ సిని పరిశ్రమ ఓ గొప్ప దర్శకుడిని కోల్పోయింది. గ్రామీణ మట్టి పరిమళాన్ని, మానవ సంబంధాల అందాన్ని, ప్రేమలోని అమాయకత్వాన్ని, సామాన్య ప్రజల భావోద్వేగాలను ఆయన తన సినిమా ద్వారా శాశ్వతమైన సీట్ కవిత్వంగా మలిచి మనకి అందించారు. ఆయన చిత్రాల లక్షలాది ప్రేక్షకుల హృదయాలను తాకడమే కాకుండా తరతరాల సిని దర్శకులకు స్ఫూర్తిగా నిలిచాయి. పద్మశ్రీతో పాటు పలు జాతులు పురస్కారాలను అందుకున్న భారతీరాజు గారు, భారతీయ సినిమాకు చేసిన సేవలు వెలకట్టలేనివి. 'అధాన' చిత్రంలో 'పులిరాజు' పాత్రలో ఆయన దర్శకత్వంలో పనిచేసే అద్భుతం నాకు దక్కింది. సినిమా పై అనుకున్న ఆపారమైన ప్రేమ, నిరాదరణ, తన కళ పట్ల అంతిమ భావం నా పై చెరిగని ముద్ర వేశాయి. ఆయన భౌతికంగా మన మధ్య లేకపోయినా, తన అద్భుతమైన చిత్రాల రూపంలో ఎప్పటికీ మన మధ్య ఉంటాడు. 'ఇరుముడి ఇమయం' భారతీరాజు గారి ఆత్మకు శాంతి చేకూరాలని ప్రార్థిస్తున్నాను. ఆయన కుటుంబ సభ్యులకు నా ప్రార్థన సానుభూతి తెలియజేస్తున్నాను. ఓం శాంతి.

గే, ట్రాన్స్ జెండర్స్ పై వివక్ష తొలగాలని, వారి హక్కులను కాపాడాలని చెప్పే చిత్రమే ఎల్ జి జి టీ ఏ లీగల్ బ్యాటల్

వృద్ధయం సినిమా: సామాజిక అభివృత్తాల నేపథ్యంలో చిత్రాలను రూపొందించే దర్శకుడు పి సునీల్ కుమార్ రెడ్డి శ్రావ్య ఫిల్మ్స్ బ్యానర్ పై సుభాష్ చక్రవర్తి రచన సూనిర్మాతగా గే, ట్రాన్స్ జెండర్స్ పట్ల జీవితాల మీద తీసిన కోర్ట్ హామ్ డ్రామా ఎల్ జి జి టీ - ఏ లీగల్ బ్యాటల్. ఈ చిత్రంలో ఎల్ టీ ట్రామ్, ఎస్ రి చాల్స్, రాజు భేర్, ఆనంద చక్రపాణి ప్రీతి నిగమ్ తో పాటు రియల్ ట్రాన్స్ జెండర్ యాక్టర్స్ ప్రధాన పాత్రలు పోషించారు. హిమ రాథోడ్ హీరోయిన్ గా, చంద్రమణి, లైలా వంటి ప్రముఖ యాక్టివిస్టులు, గే యాక్టివిస్ట్ విష్ణు తేజ చాలా పరిశీలితో నటించారు. "ఎల్ జి జి టీ - ఏ లీగల్ బ్యాటల్" సినిమా ఈ నెల 19న

పుల్ మెలోడీ 'తుర్పుపే ఫిదా' సాంగ్ రిలీజ్

వృద్ధయం సినిమా రుత్విక్, అనిల్ బోయిడప, వృందావన్ క్రియేషన్స్ 'రాజా ది రాజా' నుంచి యూత్ ఫుల్ మెలోడీ 'తుర్పుపే ఫిదా' సాంగ్ రిలీజ్ మోస్ట్ మెన్షన్ రుత్విక్ ను హీరోగా పరిచయం చేస్తూ వృందావన్ క్రియేషన్స్ బ్యానర్ పై నిర్మాత కె. నిహారిక దాసరి చిత్రం 'రాజా ది రాజా'. నేటి తరానికి కనెక్ట్ అయ్యే ఎమోషన్స్, అందమైన ప్రేమకథతో మేళవిస్తూ ఈ చిత్రం తెరకెక్కుతోంది. ఇప్పటికే విడుదలైన టీజర్ కి అద్భుతమైన రెస్పాన్స్ వచ్చింది. ఇప్పుడు మేకర్స్ మూజుజీకల్ జర్నీ స్టార్ట్ చేశారు. సినిమా నుంచి తుర్పుపే ఫిదా సాంగ్ ను విడుదల చేశారు. మార్క్ కె. రాబిన్ స్వరపరిచిన ఈ మెలోడీయస్ లమ్ ట్రాక్ కు మనోజ్ జూలూని అందమైన సాహిత్యాన్ని అందించారు. హరిచరణ్, శక్తి శ్రీ గోపాల్ వోకల్స్ పాటను మరింత ఆకర్షణీయంగా తీర్చిదిద్దారు. సముద్ర తీరంలో చిత్రీకరించిన ఈ పాట విజువల్ గా ఎంతో ఆహ్లాదకరంగా కనిపిస్తోంది. లీడ్ పెయిర్ మధ్య కెమిస్ట్రీ, అందమైన లోకేషన్స్, ప్రెస్ విజువల్స్ ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకుంటున్నాయి. హరిచరణ్, శక్తి శ్రీ గోపాల్ వోకల్స్ పాటకు ప్రత్యేక ఆకరణగా నిలిచింది. పాటలో కనిపించిన రొమాంటిక్ ఫీల్, యూత్ ఫుల్ ఎనర్జీ సినిమా పురితం ఆసక్తికరమైనది

