



STUDY ABROAD

TOP GLOBAL DESTINATIONS



Free IELTS coaching



+91 6301726400

ESTD: 1999

www.voodayam.com

వృధయం

సంబరాల జీవితం సౌభాగ్యాల సౌరభం



కపిల్ చిట్స్

Visit Us:
www.kapilchits.com



కపిల్ చిట్స్ మీ కలలకు సాకారం

వరంగల్01-08-2026 శనివారం సంపుటి : 11 | సంచిక : 237SINCE 25 YEARS CIRCULATED TELUGU DAILYరూ. 3.00 | పేజీలు : 12VOODAYAM Telugu Daily

Simultaneously Published from Warangal , Hyderabad, Adilabad, Karimnagar, Khammam & GunturFollow us on

పీఓకేలో పాక్ సైన్యం

న్యూఢిల్లీ, జూలై 31 (ఎఎన్): పాక్ ఆక్రమిత కశ్మీర్ లోని (POK) ని రహదారి పొరుగులపై పాకిస్తాన్ ప్రభుత్వం, సైన్యం సాగిస్తున్న దుమ్ము కాండను భారత్ దే శం తీవ్రంగా ఖండించింది. అక్కడ అమాయక ప్రజలపై జరుగుతున్న నిరంకుశ దాడులను అంతర్జాతీయ సమాజం తక్షణమే గమనించాలని, ఈ ఆరాచకాలకు పాకిస్తాన్ ను జవాబుదారీ చేయాలని భారత్ స్పష్టమైన పిలుపునిచ్చింది. న్యూఢిల్లీలో ఏర్పాటు చేసిన విలేజ్ రుల సమావేశంలో భారత్ విదేశాంగ శాఖ అధికార ప్రతినిధి రణధీర్ జైస్వాల్ ఈ అంశంపై మాట్లాడారు. **40 మందికి పైగా పౌరుల బలి:** **విదేశాంగ శాఖ డిప్యూటీ సెక్రటరీ:** పాక్ సైన్యం ఎన్నికలను పురస్కరించుకుని జూలై 27 నుంచి పాక్ సైన్యం సాగిస్తున్న విచక్షణారహిత దాడుల్లో ఇప్పటివరకు 40 మందికి పైగా సామాన్య పౌరులు ప్రాణాలు కోల్పోవడంపై భారత్ తీవ్ర ఆందోళన వ్యక్తం చేసింది. శత్రువులుగా చూస్తున్న పాక్ సన్యాయ: పీఓకేలోని సొంత ప్రజలను పాకిస్తాన్ రక్షణ మంత్రి ఏకంగా 'శత్రువులు'గా అభివర్ణించారు. ఆ వ్యాఖ్య తర్వాతే అక్కడి సైన్యం పౌరులపై విరుచుకుపడుతున్న దాడులను తీవ్రతరం చేసింది రణధీర్ జైస్వాల్ అక్షేపించారు. కని తీరుకుంటున్న భస్మాసుర హస్తం: భారత్ ను దెబ్బతీసే కుట్రలో భాగంగా పాకిస్తాన్ గతంలో ముజాహిదీన్లకు శిక్షణ ఇచ్చి, ఆయుధాలు సమకూర్చిందని జైస్వాల్ గుర్తించారు. నాడు పాక్ వెంచి పోషించిన ఆ ఉగ్రవాద శక్తులే ఇప్పుడు సొంత దేశంపై తుపాకులు గురిపెట్టి, ప్రభుత్వానికి వ్యతిరేకంగా ఆయుధాలు చేపట్టాయని ఎద్దేవా చేశారు.

దేశ భవిష్యత్తు కంటే ప్రచారమే ఎక్కువైంది

న్యూఢిల్లీ, జూలై 31 (ఎఎన్): ప్రశ్నపత్రాల లీకేజీ మాఫియాను పూర్తిగా అణచివేసే లక్ష్యంతోనే కొత్త చట్టాన్ని తీసుకొచ్చినట్లు ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ ఇన్స్టాగ్రామ్ లో పెట్టిన ఒక పోస్టుపై 'కాకోన్ జనతా పార్టీ' వ్యవస్థాపకుడు అభిజిత్ దీప్సి ఘాటుగా స్పందించారు. ఇటీవల పార్లమెంట్ ఉభయ సభల్లో 'యాంటీ పేపర్ లీకేజీ బిల్లు' ఆమోదం పొందిన నేపథ్యంలో, ప్రధాని మోదీ ఒక ప్రత్యేక వీడియోను సోషల్ మీడియాలో పంచుకున్నారు. దీనిపై దీప్సి స్పందిస్తూ.. "దేశ భవిష్యత్తును వెలిగించడం కంటే, మే వ్యక్తిగత ప్రచారంతో మీరే ధగధగలాడిపోతున్నారు" అనేలా వ్యంగం గాస్త్రాలు విసిరారు. కేంద్రంపై విమర్శలు తీవ్రతరం గతకొద్దీ రోజులుగా కేంద్ర ప్రభుత్వంపై అభిజిత్ దీప్సి తీవ్రస్థాయిలో విమర్శలు గుప్పిస్తున్నారు. ఈ క్రమంలోనే పలు కీలక డిమాండ్లు లేవనెత్తారు: విద్యార్థులపై వేధింపులు ఆపాలి: దిల్లీలోని జంతర్ వంతర్ వద్ద నిరసన తెలిపిన విద్యార్థులపై ప్రభుత్వ వేధింపులను వెంటనే నిలిపివేయాలని ఆయన డిమాండ్ చేశారు.

తెలంగాణలో అవకాశాలు వైన్ టూరిజం

హైదరాబాద్, జూలై 31 (పురయం): తెలంగాణలో వైన్ టూరిజం అభివృద్ధికి ఉన్న అవకాశాలను పరిశీలిస్తున్నట్లు అబ్బూరి, పర్యాటక, సాంస్కృతిక, పురావస్తు శాఖ మంత్రి జూపల్లి కృష్ణారావు తెలిపారు. అమెరికా పర్యటనలో భాగంగా వర్జీనియాలోని లీన్ రివర్ లో ఉన్న స్టోన్ టవర్ వైనరీని మంత్రి సందర్శించారు. సెల్వార్ టూర్ లో పాల్గొని వైనరీ నిర్వహణ, వైన్ తయారీ ప్రక్రియను అధ్యయనం చేశారు. అమెరికా పర్యటనలో భాగంగా వర్జీనియాలోని అష్టెరిన్ లో ఉన్న ఓ వైనరీని మంత్రి సందర్శించి, అక్కడి నిర్వహణ, వైన్ తయారీ విధానాలను అధ్యయనం చేశారు.

విదేశీ ఉపాధికి టామ్ కాం భరోసా

స్కిల్ యూనివర్సిటీల్లో రీసెర్చ్ సెంటర్ ఏర్పాటు చేయాలి

ఏటీసీల్లో అత్యాధునిక కోర్సులకు ప్రాధాన్యం

డిమాండ్ కు తగినట్లు నర్సింగ్ కళాశాలల ఏర్పాటు

శక్తి శాఖ సమీక్షలో ముఖ్యమంత్రి ఎ. రేవంత్ రెడ్డి

హైదరాబాద్, జూలై 31 (పురయం): విదేశాల్లో ఉద్యోగాలకు అవసరమైన శిక్షణ, ఉద్యోగ మేళాలతో పాటు ఉద్యోగార్థులకు అవసరమైన పాస్ పోర్టు, ఆయా దేశాల్లో వారికి ఉపాధి అవకాశాలు కల్పించే బాధ్యతను టామ్ కాం తీసుకోవాలని ముఖ్యమంత్రి ఎ.రేవంత్ రెడ్డి అన్నారు. శక్తి శాఖపై ఆ శాఖ మంత్రి విదేశీ వెంటకటస్యామితో కలిసి సీఎం రేవంత్ రెడ్డి శుక్రవారం సమీక్ష నిర్వహించారు. ఉత్తర తెలంగాణ నుంచి పెద్ద సంఖ్యలో కార్మికులు మధ్య ప్రాంత దేశాలకు వెళుతుంటారని, ఈ క్రమంలో వారు ఏజెంట్ల చేతిలో మోసపోయి ఇబ్బందిపడుతున్నారని సీఎం తెలిపారు. వారికి ఉపాధి నిమిత్తం విదేశాలకు వెళ్లే వారిని పాస్ పోర్టులు ఇప్పించడంతో పాటు వారు వెళ్లే దేశాల్లోని మ్యాన్ పవర్ కంపెనీలతో ఒప్పందాలను టామ్ కాం చేసుకోవాలని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి శుక్రవారం సమీక్ష టామ్ కాం ఒప్పందం చేసుకోవడం ద్వారా

సీఎం తెలిపారు. ఉద్యోగార్థులకు లైట్ మోటార్ వెహికల్, హెవీ మోటార్ మోటార్ డ్రైవింగ్ లోనూ శిక్షణ ఇచ్చు చాలని సీఎం సూచించారు. యంగ్ ఇండియా స్కిల్ యూనివర్సిటీలో నూతన ఆవిష్కరణలకు అవసరమైన రీసెర్చ్ సెంటర్ ఏర్పాటు చేయాలని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి సూచించారు. జర్నల్, జపనీస్, కొరియన్, చైనీస్, రష్యన్ తదితర భాషలు నేర్చుకునేందుకు వీలుగా స్కిల్ యూనివర్సిటీలో ప్రత్యేక విభాగాన్ని నెలకొల్పాలన్నారు. విదేశీ భాషలు నేర్చేందుకు స్థానికంగా ఆ భాషలో పట్టున్న వారితో పాటు ఆయా దేశాలకు చెందిన శిక్షకులను రప్పించాలని సీఎం అన్నారు. యూనివర్సిటీ ప్రాంగణంలో రీటేకేటెడ్ బెడ్ రూమ్ నాటాలని సీఎం సూచించారు. ఉన్నత విద్యకు వెళ్లే విద్యార్థులకు ఓపర్టిని సృష్టించాలని ఇచ్చినట్లు, టూల్ మోటార్ స్కాలర్ షిప్ లు ఇచ్చే అంశంపై అధ్యయనం చేయాలని సీఎం అధికారులను ఆదేశించారు. ప్రభుత్వ ఇంజనీరింగ్ కళాశాలలు, ఐటీఐలు, పీఓసీలు, పాలిటెక్నిక్ కళాశాలల్లో చదివే విద్యార్థులకు పెద్ద కంపెనీల్లో ఇంటర్న్ షిప్ చేసే అవకాశం కల్పించాలని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి అన్నారు. ఓ వైపు చదువుకుంటూనే, మరో వైపు ఇంటర్నెషియల్ చేయడం ద్వారా వారికి స్టైలు అభివృద్ధి, భవిష్యత్లో చేయబోయే ఉద్యోగానికి సంబంధించిన నైపుణ్యాల నేర్చుకుంటారన్నారు. ఏటీసీల్లో EV నర్సింగులకు సంబంధించిన కోర్సులు, డ్రోన్ టెక్నాలజీ కోర్సులు ప్రవేశపెట్టాలని సీఎం సూచించారు. ఈవీల వాడకం వివరీతంగా పెరిగిన నేపథ్యంలో వాటి నర్సింగు చేయగలిగిన వారు అవసరమన్నారు. వ్యవసాయంలో డ్రోన్ వినియోగం భారీగా పెరుగుతున్నందున డ్రోన్ టెక్నాలజీ కోర్సు ఉండాలని సీఎం సూచించారు. దేశీయంగానూ, విదేశాల్లోనూ నర్సుల సేవలకు భారీ డిమాండ్ ఉందని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి అన్నారు. పలు అభివృద్ధి చెందిన దేశాల్లో వ్యర్థాల సంఖ్య పెరుగుతుండడంతో ఇంటికో సర్దు డిమాండ్ ఉందన్నారు. పెరుగుతున్న డిమాండ్ కు అనుగుణంగా నర్సింగ్ కళాశాలలకు అనుమతులు ఇస్తున్నట్లు సీఎం తెలిపారు. సమీక్షలో సీఎం ప్రిన్సిపల్ సెక్రటరీ ఎన్.శ్రీధర్, శక్తి కార్యదర్శి హరిచందన్, ఉపాధి, శిక్షణ డైరెక్టర్ నిర్మలా కాంత్ షెన్, యంగ్ ఇండియా స్కిల్ యూనివర్సిటీ వైస్ చాన్సలర్ సుబ్బారావు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

అమెరికా వెళ్లే విద్యార్థులకు ట్రంప్ విడుగు

హైదరాబాద్, జూలై 31 (పురయం): హెచ్ 1బీ వీసాదారులు, గ్రీన్ కార్డు కోసం నిరీక్షిస్తున్న వారిపై ఇప్పటికే పలు ఆంక్షలు విధించిన అమెరికా అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్.. తాజాగా విదేశీ విద్యార్థులకు మరో టెస్ట్ పాకెట్ ఇవ్వేందుకు సిద్ధమయ్యారు. అమెరికాలో విద్యాభ్యాసం పూర్తయ్యాక ఉద్యోగ అనుభవం కోసం 'అప్సర్వే ప్రాక్టికల్ ట్రైనింగ్' చేయాలనుకునే విద్యార్థులపై ఎంపికగా లక్ష దాలర్ల (సుమారు రూ.95 లక్షలు) షీజు విధించే ప్రతిపాదనను ట్రంప్ యంత్రాంగం తీవ్రంగా పరిశీలిస్తున్నట్లు అమెరికన్ మీడియా వెల్లడించింది. అనలేమిటి ఓపీటీ? దాని ప్రాముఖ్యత ఏమిటి? ఎఫ్ 1 వీసాతో అమెరికాకు వెళ్లి డిగ్రీ లేదా షీజీ ఫూర్నిషేసన్ విదేశీ విద్యార్థులు.. చదువు పూర్తయ్యాక అక్కడే ఉండి తమ రంగంలో 1 నుంచి 3 ఏళ్ల పాటు పనిచేసి ప్రాక్టికల్

అనుభవం గడించేందుకు ఓపీటీ అవకాశం కల్పిస్తుంది. ముఖ్యంగా భారత్ నుంచి టీఐకే ఫూర్నిషేసన్.. అమెరికాలో స్టైమ కోర్సులు (స్టెన్స్, టెక్నాలజీ, ఇంజనీరింగ్, మ్యాథ్స్) చదివేందుకు వెళ్లే విద్యార్థులకు ఇది ఎంతో కీలకం. స్టైమ విద్యార్థులు తొలి విదాది సలబంధిత సంస్థల్లో పనిచేసి, ఆ తర్వాత మరో రెండేళ్ల పాటు పాడిగింపు పొందుతారు. ఈ వ్యవస్థలోనే వారు మెరుగైన ఉద్యోగావకాశాల దక్కించుకుని హెచ్ 1బీ వీసా (H1B Visa) వైపు అడుగులు వేస్తారు. తాజా ప్రతిపాదనలు అమల్లోతే.. అమెరికాలో చదువు పూర్తయ్యాక అక్కడే ఉద్యోగం చేయాలన్న విద్యార్థుల ఆశలు ఆడియాశలు కానున్నాయి. **స్థానికాలక ఉద్యోగాలు.. కోర్సు తీర్చివేవ్వడం** విదేశీ ఉద్యోగులపై ఆధారపడటాన్ని తగ్గించి, స్థానిక అమెరికన్లతో ఉద్యోగాలు దక్కాలనే ఉద్దేశంతో

ట్రంప్ సన్యారు ఈ తరహా కఠిన నిర్ణయాలు తీసుకుంటోంది. గతంలో హెచ్ 1బీ వీసాలపైనా అలాగే లక్ష దాలర్ షీజును ప్రతి పాడించగా, ఫెడరల్ కోర్టు ఆ నిర్ణయాన్ని తీవ్రంగా అడ్డుకుంది. దీంతో న్యాయపరంగా ఎదురుదెబ్బ తిన్న ట్రంప్ యంత్రాంగం.. ఇప్పుడు ఓపీటీ పేరుతో కొత్త ప్రతిపాదనను తెరపైకి తీసుకురావడం గమనార్హం. **భారతీయ విద్యార్థులపై తీవ్ర ప్రభావం** ఈ లక్ష దాలర్ షీజు ప్రతిపాదన అమల్లోతే అత్యంత భారీగా నష్టపోయేది భారతీయ విద్యార్థులే. పెరుగుతున్న సంఖ్య: ఓపీఎన్ డోన్స్ నివేదిక ప్రకారం.. 2024 25 విద్యా సంవత్సరంలో 3.63 లక్షల మందికి పైగా భారతీయులు అమెరికా వచ్చి, డిగ్రీ నమోదయ్యారు. అమెరికాలోని మొత్తం అంధత్వా తీయ విద్యార్థుల్లో ప్రతి ముగ్గురిలో ఒకరు మనవారే కావడం విశేషం.

స్థలాల ఎంపిక, పెట్టుబడి సమూహాలను అధ్యయనం చేసి ముందుకు వెళ్లాలని స్పష్టం చేశారు. వైన్ టూరిజం ద్వారా పర్యాటకులకు విస్తృత అనుభూతిని అందించడంతో పాటు ద్రాక్ష రైతులకు ప్రోత్సాహం, ప్రైవేటు పెట్టుబడుల ఆకర్షణ, స్థానికంగా అవకాశాల కల్పనకు అవకాశం ఉంటుందని మంత్రి పేర్కొన్నారు. తెలంగాణ పర్యాటక విధానం 2025-30లో భాగంగా రాష్ట్రంలో విస్తృత పర్యాటక ఉత్పత్తులను అభివృద్ధి చేసేందుకు ప్రభుత్వం ప్రాధాన్యం ఇస్తోందన్నారు. తెలంగాణ టూరిజం కాన్వెన్షన్ రూ.15 వేల కోట్లకు పైగా పెట్టుబడులతో పలు పర్యాటక ప్రాజెక్టులకు ఒప్పంద ప్రతిపాదనలు వచ్చాయని, వాటిలో రాష్ట్రంలోనే తొలిసారిగా వైనరీ వాక్ టూర్ అనుభూతితో కూడిన వైన్ టూర్ రిసార్చ్ కూడా ఉందన్నారు. ఇందులో ద్రాక్ష సాగు, వైన్ తయారీ, బాల్వింగ్ వరకు మొత్తం ప్రక్రియను సందర్శకులు ప్రత్యక్షంగా తెలుసుకునే అవకాశం కల్పించడంతో పాటు సంప్రదాయ పద్ధతిలో ద్రాక్షను తొక్కే 'గ్రేప్ స్టాంపింగ్' అనుభూతిని కూడా పొందవచ్చన్నారు. అంతర్జాతీయంగా విజయవంతమైన సముదాయాలు, అత్యుత్తమ విధానాలను అధ్యయనం చేసి, నిబంధనలకు అనుగుణంగా ద్రాక్ష తోటలు, వైనరీలు, హాస్పిటాలిటీ, స్థానిక వంటకాలను అనుసంధానిస్తూ తెలంగాణకు సమీపంలోని రంగా రెడ్డి, వికారాబాద్ జిల్లాలో ద్రాక్ష తోటలు, వైనరీల ఆధారిత పర్యాటక అభివృద్ధికి అవకాశాలు ఉన్నాయని మంత్రి పేర్కొన్నారు. ఆయా ప్రాంతాల్లో నాణాపరణ పరిస్థితులు, ద్రాక్ష సాగుకు అనుకూలత,



వయస్సుతోనూ.. ఆర్థిక పరిస్థితులతోనూ సంబంధం లేకుండా, పార్టీ కోసం అనుక్షణం అపారాధాలు త్రవ్వనూ, కార్యకర్తలకు వెన్నుతట్టి ప్రోత్సాహం చేసే గొప్ప మనసున్నా

ఎల్లారెడ్డి నియోజకవర్గ శాసన సభ్యులు

గా. శ్రీ కె. మధన్ మోహన్ అన్నగారికి

హృదయపూర్వక జన్మదిన శుభాకాంక్షలు



వయస్సుతోనూ.. ఆర్థిక పరిస్థితులతోనూ సంబంధం లేకుండా, పార్టీ కోసం అనుక్షణం అపారాధాలు త్రవ్వనూ, కార్యకర్తలకు వెన్నుతట్టి ప్రోత్సాహం చేసే గొప్ప మనసున్నా

ఎల్లారెడ్డి నియోజకవర్గ శాసన సభ్యులు

గా. శ్రీ కె. మధన్ మోహన్ అన్నగారికి

హృదయపూర్వక జన్మదిన శుభాకాంక్షలు



కొత్త శ్రీమతి నాయకత్వం వహిస్తున్నారని జిల్లాలోని జిల్లా ఉపాధ్యక్షులు

దేవసోత్త మోహన్ నాయకత్వం వహిస్తున్నారని జిల్లాలోని జిల్లా ఉపాధ్యక్షులు

దేవసోత్త రమేష్ నాయకత్వం వహిస్తున్నారని జిల్లాలోని జిల్లా ఉపాధ్యక్షులు













గ్రేటర్ హైదరాబాద్

దుర్గమ్మ కళ్యాణ మహోత్సవంలో పాల్గొన్న ఎమ్మెల్యే జిఎంఆర్

అమీన్పూర్
అమీన్పూర్ డివిజన్ పరిధిలోని కిష్టారెడ్డిపేట గ్రామంలో గల శ్రీశ్రీ శ్రీ పిడుపాయల దుర్గమ్మ తల్లి దేవాలయంలో శుక్రవారం నిర్వహించిన కళ్యాణ మహోత్సవం, బోనాల

కార్యక్రమంలో పటాన్సెరు శాసన సభ్యులు గూడెం మహిపాల్ రెడ్డి ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొన్నారు. ఆలయంలో ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. అమ్మవారి కృపతో ప్రజలందరూ సుఖసంతోషాలతో ఆయురారోగ్యాలతో ఉండాలని కోరుకున్నట్లు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో అమీన్పూర్ మాజీ డెప్టీటీసీ సుధాకర్ రెడ్డి, సీనియర్ నాయకులు సత్యనారాయణ, శ్రీనివాస్, దర్శన్, కుమ్మరి శాలివాహన సంఘం సభ్యులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

యువ కాంగ్రెస్ భారీ నిరసన



ధిల్లీలో విద్యార్థులపై పోలీసుల బలప్రయోగాన్ని ఖండించిన యూత్ కాంగ్రెస్.. కేంద్ర హోంమంత్రి బాధ్యత వహించాలని డిమాండ్
‘రిజైన్ అమిత్ షా’ బ్యానర్‌తో పత్తెపూర్ బ్రద్లై ఆందోళన.. శంకర్‌పల్లిలో కేంద్ర ప్రభుత్వ వైఖరికి వ్యతిరేకంగా నిరసన శంకర్‌పల్లి, జూలై 31 (పుడయం): శంకర్‌పల్లి మునిసిపల్ కేంద్రంలోని పత్తెపూర్ బ్రద్లై ‘రిజైన్ అమిత్ షా’ అనే భారీ బ్యానర్‌ను ప్రదర్శిస్తూ యూత్ కాంగ్రెస్ నాయకులు నిరసన కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. సీట్ పరీక్ష పత్రం లీకేజీ వ్యవహారంపై కేంద్ర ప్రభుత్వం పూర్తిగా విఫలమైందని ఆరోపిస్తూ, ఈ ఘటనకు నైతిక

ప్రజాస్వామ్యంలో శాంతియుతంగా నిరసన తెలిపే హక్కు ప్రతి విద్యార్థికి ఉందని, అలాంటి పరిస్థితుల్లో పోలీసుల ద్వారా ఆందోళనలను అణచివేయడం సరికాదన్నారు. ఈ ఘటనకు కేంద్ర హోంమంత్రి అమిత్ షా బాధ్యత వహించాలని, విద్యార్థుల సమస్యలను పరిష్కరించేందుకు కేంద్ర ప్రభుత్వం తక్షణ చర్యలు తీసుకోవాలని డిమాండ్ చేశారు. కాంగ్రెస్ పార్టీతో పాటు ఇతర రాజకీయ పార్టీలు కూడా సీట్ పరీక్ష పత్రం లీకేజీ అంశంపై కేంద్ర ప్రభుత్వ వైఖరిని తప్పుబడుతూ దేశవ్యాప్తంగా నిరసనలు చేపడుతున్నాయని నాయకులు తెలిపారు. శంకర్‌పల్లి నిర్వహించిన ఈ నిరసన కార్యక్రమంలో రంగారెడ్డి జిల్లా యూత్ కాంగ్రెస్ వైస్ ప్రెసిడెంట్ నంజయ్య, చందీప్ప గ్రామ యూత్ కాంగ్రెస్ అధ్యక్షుడు ఉత్తర్‌పల్లి భరత్, మహబూబాపూరు యూత్ కాంగ్రెస్ అధ్యక్షుడు నంజయ్య, హజీర్, రాజు, కార్తీక తదితరులు పాల్గొని కేంద్ర ప్రభుత్వానికి వ్యతిరేకంగా నివాదాలు చేశారు. ప్రభుత్వం విద్యార్థుల దృష్టిలో విద్యార్థులపై పోలీసులు బలప్రయోగం చేయడాన్ని చందిప్ప గ్రామ యూత్ కాంగ్రెస్ అధ్యక్షుడు ఉత్తర్‌పల్లి భరత్ తీవ్రంగా ఖండించారు.

ఆలయాల అభివృద్ధికి, నిధుల మంజూరుకు కృషి చేస్తాం...

కొంగ్రెస్ ఇంచార్జి కోలన్ హన్మంత్ రెడ్డి కుత్బుల్లాపూర్, జూలై 31 (పుడయం ప్రతినిధి).
కుత్బుల్లాపూర్ నియోజకవర్గం నిజాంపేట్ పరిధిలోని రాజ్‌జీవ్ గృహకల్ప లోని శ్రీ ఉమామహేశ్వర

కమిటీ సభ్యులు మార్గాదర్శకంగా కలిసి వివేచనతో అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా హన్మంత్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ దేవాలయాల అభివృద్ధికి అవసరమైన నిధులు మంజూరుకు తన వంతు సహకారం అందిస్తానని హామీ ఇచ్చారు. అనంతరం రాజ్‌జీవ్ గృహకల్పలోని కమిటీ సభ్యులు హన్మంత్ రెడ్డికి ఆహ్వాన పత్రాన్ని అందజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఆలయ కమిటీ అధ్యక్షులు పిఠాని శ్రీనివాస్ రావు, ఉపాధ్యక్షులు లక్ష్మణ్, కుమార్ రెడ్డి, రాంచందర్ నాయక్, రమణ, ప్రభాకర్ రెడ్డి, కూరగాయల శివ, వావిళ్లల దశరథ్, కోట బిక్షపతి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ముషీరాబాద్ డిపోలో ఉత్తమ ఉద్యోగులకు 'ప్రగతి చక్రం' అవార్డులు ప్రదానం



ముషీరాబాద్, జూలై 31 (పుడయం)
ప్రయాణికులకు మెరుగైన సేవలు అందిస్తూ, డిపోకు అత్యధిక ఆదాయం సమకూరిన ఉద్యోగులను ప్రోత్సహించే ఉద్దేశంతో ముషీరాబాద్ ఆర్టీసీ డిపోలో 'ప్రగతి చక్రం' అవార్డుల ప్రధానోత్సవం

ఈ సందర్భంగా ఐ. ఇందిర, ఎం. రేణుక, ఎన్. సుబ్బర్, కె. బాలాజీ, ఎం. శ్రీనివాసులు, ఎన్.వి. నర్సింలు, కె.ఎస్. రావు, జి. సంద్య, బి. రాధమ్మ, పి. కవిత, వై. స్వప్న, టి.ఎస్. గౌడ్, బి. ఆంధ్రావేణిలకు డిపో మేనేజర్ జె. విజయ్ శాలువాతో సత్కరించి, ప్రశంసాపత్రాలతో వారి సేవల పరిశోధనలకు అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా డిపో మేనేజర్ జె. విజయ్ మాట్లాడుతూ, ఉత్తమ సేవలు అందించే ఉద్యోగులను గుర్తించి ప్రోత్సహించడం ద్వారా మరింత మెరుగైన పనితీరు కనబరేయడం ప్రరణ లభిస్తుందని అన్నారు. భవిష్యత్తులో కూడా ఇదే స్ఫూర్తితో ప్రతి ఉద్యోగి ప్రయాణికులకు నాణ్యమైన సేవలు అందించి డిపో అభివృద్ధికి కృషి చేయాలని పిలుపునిచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఆర్టీసీ అధికారులు, సూపర్వైజర్లు, ఉద్యోగులు తదితరులు పాల్గొని అవార్డు గ్రహీతలను అభినందించారు.

కొత్త సీబి, ఎస్‌ఐలకు సన్మానం

పోలీసుల సేవల సమాజానికి ఆదర్శం - బండామిది వెంకటేశ్ యాదవ్
చేవెళ్ల నియోజకవర్గ జీసీ సంఘం అధ్యక్షులలో మార్గాదర్శక సత్కారం శంకర్‌పల్లి, జూలై 31 (పుడయం)



సోగలని ఆకాంక్షించారు. ఈ కార్యక్రమం అత్యున్నత వాతావరణంలో నిర్వహించబడగా, పలువురు స్థానిక ప్రముఖులు, ప్రజాప్రతినిధులు, జీసీ సంఘం నాయకులు హాజరై నూతన అధికారులకు శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు. ఈ సందర్భంగా బండామిది వెంకటేశ్ యాదవ్ మాట్లాడుతూ, మొత్తం పోలీస్ స్టేషన్‌లో విధులు నిర్వహించిన ఎస్‌ఐ కోటేశ్వర్

అంశాల్లో ఆయన చేసిన సేవలు చిరస్మరణీయమని పేర్కొన్నారు. ప్రజల సమస్యలను సానుకూలంగా పరిష్కరించడంలో ఆయన చూపిన చొరవ అందరికీ ఆదర్శంగా నిలిచిందని అన్నారు. అలాగే నూతనంగా బాధ్యతలు స్వీకరించిన సీబి నరేందర్ రెడ్డి నాయకత్వంలో పోలీసు శాఖ మరింత సమర్థవంతంగా పనిచేస్తుందని, ప్రజలకు మరింత మెరుగైన సేవలు అందుతాయని ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు. ప్రజలతో స్నేహపూర్వకంగా మెలుగుతూ చట్టాన్ని కాపాడే పోలీసు అధికారులు సమాజానికి ఎంతో అవసరమని పేర్కొన్నారు. నేరాల నియంత్రణ, శాంతిభద్రతల పరిరక్షణ, యువతను మంచి మార్గంలో నడిపించే కార్యక్రమాల్లో పోలీసులు మరింత ముందుదాలని ఆకాంక్షించారు. ప్రజల సహకారంతో పోలీసు వ్యవస్థ

చీఫ్ ఐప్ పట్నం మహేందర్ రెడ్డిని పరామర్శించిన టీపీసీసీ అధ్యక్షుడు మహేష్ కుమార్ గౌడ్



శవనీల రెడ్డి, పామేన భీమ భరత్, పాట కాంగ్రెస్ నేతల నివాళి చేశాడు, జూలై 31 (పుడయం)
పాటాడ మండల కేంద్రంలోని శుక్రవారం తెలంగాణ రాష్ట్ర టిపీఎస్ ఎమ్మెల్యే పట్నం మహేందర్

వారి నివాసానికి వెళ్లి కుటుంబ సభ్యులను పరామర్శించారు. ఈ సందర్భంగా రుక్మమ్మ చిత్తపట్నానికి పూలమాలలు వేసి నివాళులర్పించి, కుటుంబ సభ్యులకు ప్రగాఢ సానుభూతి తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా, మండల కాంగ్రెస్ నాయకులు, మండల అధ్యక్షుడు పెంటరెడ్డి, పాటాడ మాజీ సర్పంచ్ రమేందర్, సర్పంచ్ అశోక్, ఉపసర్పంచ్ రాహుల్, మండల పరిస్థానిక ప్రెసిడెంట్ చెన్నయ్య, మల్లేష్, బాలరాజు, మండల సీనియర్ నాయకులు, పార్టీ కార్యకర్తలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మాజీ ఎమ్మెల్యే పెద్ది సుదర్శన్ రెడ్డికి ఘన నివాళులు



ప్రగతిచక్ర, జూలై 31 (పుడయం ప్రతినిధి).
బిఆర్ఎస్ పార్టీ సీనియర్ నాయకులు మలిదత్త తెలంగాణ ఉద్యమంలో ముఖ్య భూమిక పోషించిన సరసంపేట మాజీ సుదర్శన్ రెడ్డి, రాంచందర్ నాయక్, రమణ, ప్రభాకర్ రెడ్డి, కూరగాయల శివ, వావిళ్లల దశరథ్, కోట బిక్షపతి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

వేసి ఘనంగా అభినవాళులు అందించారు. ఈ సందర్భంగా బిఆర్ఎస్ పార్టీ అధ్యక్షులు రంగారాయ ప్రసాద్ మాట్లాడుతూ తెలంగాణ ఉద్యమకారుడు, సర్వంపేట మాజీ ఎమ్మెల్యే పెద్ది సుదర్శన్ రెడ్డి మృతి తెలంగాణ సమాజానికి తీరని లోటు అని వారి సేవలు చిరస్మరణీయం అని వారి పవిత్ర అత్తకు శాంతి చేశారాని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో మాజీ ఎన్‌ఎస్‌ఐ కార్యకర్తల బాలాజీ నాయక్, బిఆర్ఎస్ పార్టీ ఆర్గనైజింగ్ సెక్రటరీ నక్రబాద్ శివారెడ్డి, సీనియర్ నాయకులు చంద్రయ్య, రాంచంద్రయ్య, బిక్షపతి, ముత్యాల, మహిళా నాయకులు పద్మావతి, భారతి, సర్వ కుమారి, సునీత, యువజన నాయకులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

తలసాని చేతుల మీదుగా ఐన్‌క్రీమ్ షాప్



ముషీరాబాద్, జూలై 31 (పుడయం)
"యువత వ్యాపార రంగంలో ముందుకొరచడంలో అభినందించడం. ఉపాధి అవకాశాలను సృష్టించే బిఆర్ఎస్ సీనియర్ నాయకుడు వివేక్ ఆధ్వర్యంలో ఏర్పాటు చేసిన ఆర్‌ఐ ఐసీక్రీమ్ అండ్ స్వీట్ షాపు

శుక్రవారం మాజీ మంత్రి తలసాని శ్రీనివాస్ యాదవ్, ఎమ్మెల్యే మురాలి గోపాల్ ముఖ్యంగా ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా తలసాని శ్రీనివాస్ యాదవ్ మాట్లాడుతూ, యువ పారిశ్రామికవేత్తలకు ప్రోత్సాహం చేపడాలని కోరుకున్నారు. ఆర్టీసీ డిపోలో ఉత్తమ ఉద్యోగులకు 'ప్రగతి చక్రం' అవార్డులు ప్రదానం చేయడంపై ఆయనకు సంతోషం వుందని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఆర్టీసీ అధికారులు, సూపర్వైజర్లు, ఉద్యోగులు తదితరులు పాల్గొని అవార్డు గ్రహీతలను అభినందించారు.

మరింత బలోపేతం అవుతుందని ఆయన అన్నారు. చివరగా బండామిది వెంకటేశ్ యాదవ్ మాట్లాడుతూ, ఎస్‌ఐ కోటేశ్వర్ రావు భవిష్యత్తులో మరిన్ని ఉన్నత పదవులను అధినించాలని, సీబి నరేందర్ రెడ్డి తన కొత్త బాధ్యతల్లో విశేష విజయాలు సాధించాలని హద్దయపూర్వకంగా ఆంక్షించారు. ఇద్దరు అధికారులు మంచి ఆలోచనతో ప్రజాసేవలో మరిన్ని విజయాలు సాధించాలని దేవుడిని ప్రార్థిస్తున్నట్లు తెలిపారు. సమాజంలో పరిరక్షణకు అంకితభావంతో పనిచేసే పోలీసు అధికారులను గౌరవించడం ప్రతి ఒక్కరి బాధ్యత అని పేర్కొంటూ, ఇలాంటి సత్కారాలు పోలీసు సిబ్బందికి మరింత ఉత్సాహాన్ని కలిగిస్తాయని అన్నారు.

విద్యార్థులకు రక్త సమూహాల సేకరణపై అవగాహన



గుమ్మడిదల, జూలై 31 (పుడయం):
గుమ్మడిదల మునిసిపాలిటీ పరిధిలోని అన్నారం జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాలలో శుక్రవారం విద్యార్థులకు రక్త సమూహాల సేకరణ, రక్త వర్గీకరణ (బ్లడ్ గ్రూప్‌) ప్రక్రియపై అవగాహన కార్యక్రమం నిర్వహించారు. రక్త

సమూహాల ఎలా సేకరిస్తారు, రక్త వర్గాన్ని ఎలా నిర్ధారిస్తారనే అంశాలను ల్యాబ్ టెక్నిషియన్ మీనా కుమారి వివరించారు. కార్యక్రమంలో హెచ్‌ఈఓ, శ్రీనివాస్, ఇన్‌చార్జ్ ప్రధానోపాధ్యాయురాలు శ్రీదేవి, ఉపాధ్యాయులు, విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

ఎన్‌జీటీ ఉపాధ్యాయుల జిల్లా సమ్మేళనానికి ఘన ఏర్పాట్లు



ఉపాధ్యాయల సమస్యలు, భవిష్యత్ కార్యాచరణపై కీలక చర్యలు చేపట్టాడు, జూలై 31 (పుడయం)
ఎన్‌జీటీ యూనియన్ రంగారెడ్డి జిల్లా సమ్మేళనం ఆగస్టు 2 (ఆదివారం) న చేపట్టేలోని శ్రీ సాయి చైతన్య హైస్కూల్‌లో ఉదయం 10:30 గంటల నుంచి సాయంత్రం 4:30 గంటల వరకు ఘనంగా నిర్వహించనున్నట్లు యూనియన్ ప్రతినిధులు తెలిపారు. ఈ సమ్మేళనంలో ఉపాధ్యాయులు ఎదుర్కొంటున్న సమస్యలు,

భవిష్యత్ కార్యాచరణ, సంఘ బలోపేతం, విద్యా రంగ అభివృద్ధికి హాజరై సంఘ ఐక్యతను చాటుతూ కార్యక్రమాన్ని విజయవంతం చేయాలని నిర్దాహకులు పిలుపునిచ్చారు. సమ్మేళనానికి హాజరయ్యే ఉపాధ్యాయులందరినీ మధ్యాహ్న భోజన ఏర్పాటు చేసినట్లు నిర్దాహకులు వెల్లడించారు. ఈ కార్యక్రమంలో డిగ్రీజేడ్, డిగ్రీజ్ ప్రెసిడెంట్ ఎం. శ్రీనివాస్ డిగ్రీజ్ జనరల్ సెక్రటరీ

IN THE COURT OF THE HON'BLE VIIth SENIOR CIVIL JUDGE CITY CIVIL COURT AT HYDERABAD O.S. No.681 OF 2026
Between: 1. Marripalapu Nirguna vani, W/o Late Marripalapu Venkateshwara Rao, R/o. H.No.17-1-338-7-B, Road No.1, Laxmi nagar Colony, Saidabad, Hyderabad. 2. Marripalapu Rrama Rao, S/o. Late Marripalapu Venkateshwara Rao 3. Moolinti Venkata Seshakumari, W/o Moolinti Rangappa Murali 4. Marripalapu Balavenkata Bhanu Prakash, S/o. Late Marripalapu Venkateshwara Rao
..... PLAINTIFFS
AND
.....Defendants
To, 1. KR TV, Telugu Digital Media. Office, No. 7-1, Srinivas Nagar, Ameerpet, Hyderabad -38. 2. Kranthi Sandepalli, S/o. Not known to Plaintiff, Aged Major, Occ: TV Presenter and Director, Office, No. 7-1, Srinivas Nagar, Ameerpet, Hyderabad-38.
(Defendants 12 & 13)
Please take notice that Mr. P.M. Sai Prasad has filed O.S. No. 418 of 2025 on the file of Hon'ble II Addl. Chief Judge, City Civil Court, Hyderabad, seeking damages against and 2 of you and others. Please take notice that the said case is posted to 17-08-2026 and 1 and 2 of you are called upon to appear before the Hon'ble court at 10-30 A.M. in person or through your Counsels. Otherwise the Hon'ble Court would pass appropriate Orders.
(By ORDERS OF THE HON'BLE COURT)
sd/- C.V. NARAYAN RAO, ADVOCATE COUNSEL FOR PLAINTIFF Rlat No. 303, 4th floor Laxminilayam Narayanguda, Hyderabad

జాతీయం- జంతురాజీయం

రాపాల్ గాంధీకి సభా హక్కుల ఉల్లంఘన నోటీసు

● **లోక్ సభ స్పీకర్ ఓం బిర్లాకు అందజేత**
న్యూఢిల్లీ, జూలై 31 (ఎ.ఎం.ఎస్) : లోక్ సభలో ప్రతిపక్ష నేత రాహుల్ గాంధీకి వ్యతిరేకంగా బీజేపీ ఎంపీ అనురాగ్ తాకూర్ టీవీలేజ్ (సభా హక్కుల ఉల్లంఘన) నోటీసును, సభా ధిక్కరణ నోటీసును లోక్ సభ స్పీకర్ ఓం బిర్లాకు అందజేశారు. కేంద్ర హోం మంత్రి అమిత్ షాపై ‘అనుచితమైన, అవమానకరమైన భాషను ఉపయోగించడం, తీవ్రమైన, నిరాధారమైన ఆరోపణలు చేయడం’ పై ఈ నోటీసులు ఇస్తున్నట్లు బీజేపీ ఎంపీ తెలిపారు. మూడు పేజీల నోటీసులో తన అభియోగాలపై సమర్థమైన వివరణ, తగిన చర్య కోసం టీవీలేజ్ కమిటీని నివేదించాలని, అలాగే



సభకు, కేంద్ర మంత్రి అమిత్ షాకు టెక్ రతంగా క్షమాపణ చెప్పాలని రాహుల్ గాంధీని ఆదేశించాలని స్పీకర్ ఓం బిర్లాను నోటీసులో అనురాగ్ తాకూర్

ఇజ్రాయిల్ దళాల ఉపసంహరణ అనంతరమే నిరాయుధీకరణ: హమాస్

గాజా : గాజా స్థితి నుంచి ఇజ్రాయిల్ తన సైనిక దళాలను పూర్తిగా ఉపసంహరించుకునే వరకు నిరాయుధీకరణ చేపట్టబోమని హమాస్ శుక్రవారం స్పష్టం చేసింది. గాజాలో శాశ్వత కాల్పుల విరమణ, ఇజ్రాయిల్ దళాల ఉపసంహరణ, యుద్ధంతో ద్వంసమైన ప్రాంతాల పునర్నిర్మాణానికి సంబంధించిన సమగ్ర రాజకీయ ఒప్పందంలో భాగంగానే నిరాయుధీకరణ అంశాన్ని పరిశీలిస్తామని పేర్కొంది. అమెరికా అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్ గురువారం గాజాలో హమాస్ తో పాటు ఇతర సాయుధ గ్రూపుల “పూర్తి నిరాయుధీకరణ” కోసం చారిత్రాత్మక ఒప్పందం కుదిరిందని ప్రకటించారు. అమెరికా నేతృత్వంలోని ‘శాంతి మండలి’ పర్యవేక్షణలో గాజా కోసం రూపొందించిన 20 అంశాల ప్రణాళిక కింద ఈ ఒప్పందం కుదిరిందని ఆయన తన సోషల్ మీడియా ‘టూట్’లో పేర్కొన్నారు. ఇది గాజాలో కొత్త పాల్సినా ప్రభుత్వం ఏర్పాటుకు, శాశ్వత శాంతి, భద్రత సాధనకు కీలక ముందడుగుని పేర్కొన్నా



రు. నిరాయుధీకరణ పలు దశల్లో అమలవుతుందని కూడా తెలిపారు. అమెరికా మధ్యవర్తిత్వంతో కాల్పుల విరమణ ఒప్పందం అమల్లోకి వచ్చిన తొమ్మిది నెలల అనంతరం వైట్ హౌస్ ఈ ప్రకటన చేయడం గమనార్హం. ట్రంప్ వ్యాఖ్యలపై హమాస్ చర్యల బృందం సభ్యుడు హుజీ హుమద్ స్పందించారు. నిరాయుధీకరణకు ముందు ఇజ్రాయిల్ తన ఒప్పంద బాధ్యతలను పూర్తిగా అమలు చేయాలని స్పష్టం చేశారు. గాజా నుంచి ఇజ్రాయిల్ సైన్యం పూర్తిగా వెళ్లిపోయిన తర్వాతే తదుపరి చర్యలపై నిర్ణయం ఉంటుందని తెలిపారు. నిరాయుధీకరణ అమలు, పర్యవేక్షణ ప్రక్రియలో ఇజ్రాయిల్ కు ఎటువంటి పాత్ర ఉండదని, దానిని పాలిస్తేనా జాతీయ కమిటీ నిర్వహిస్తుందని హుజీ హుమద్ చెప్పారు. పాల్సినా ప్రజల హక్కులను పరిరక్షించే విషయంలో హమాస్ తన వైఖరిని మార్చబోదని, చర్యల ద్వారా సాధ్యమైనంత ఉత్తమ ఫలితాన్ని సాధించేందుకు కృషి చేస్తోందని పేర్కొన్నారు. చర్యలు, మధ్యవర్తిత్వం వహిస్తున్న ఈజిప్ట్, ఖతార్, టర్కీ

ప్రభుత్వాలకు ఆయన కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. ప్రస్తుతం జరుగుతున్న చర్యలు ‘కష్టమైనవి, అత్యంత క్లిష్టమైనవి’ అని పేర్కొన్నారు. ప్రస్తుతం కైరోలో మధ్యవర్తుల సమక్షంలో కాల్పుల విరమణ అమలు, బందీల విడుదల, ఇజ్రాయిల్ దళాల ఉపసంహరణ, గాజా పునర్నిర్మాణం తదితర అంశాలపై చర్యలు కొనసాగుతున్నాయి. 2025 అక్టోబర్ 10న కాల్పుల విరమణ ప్రారంభమైందని, ఇజ్రాయెల్ గాజా అంతటా ప్రతిరోజూ దాడులు కొనసాగిస్తోంది. ఇప్పటివరకు ఇజ్రాయిల్ దాడుల్లో 1,214 మంది పాలెస్టిన్ యువ పురుషిణీలు, 3,977 మందిని గాయపడ్డారు. 2023 అక్టోబర్ లో అంగీకరించిన వాస్తవ ఉపసంహరణ సరిహద్దు “పసుఫ్ రేఖ”కు అవలంబించిన చర్యలు కొనసాగుతున్నాయి. దుకు యత్నిస్తోంది.

హీటెక్కిన రాజ్యసభ

- **కేంద్రాన్ని నిలబీసిన ప్రతిపక్షాలు**
- **ఢిల్లీ ఘటనపై నోరు విప్పాలంటూ డిమాండ్**
- **విద్యార్థులు ఏమైనా ఉగ్రవాదులా? అంటూ నిలబీత**
- **నష్టాన్ని ఎవరు భర్తీ చేయాలి? : ఖర్గే**
- **మోడీ, పాలకు విద్యార్థులు గుణపాఠం చెప్తారు’ అంటూ హెచ్చరిక**

న్యూఢిల్లీ, జూలై 31 (ఎ.ఎం.ఎస్): సీట్ ప్రశ్నపత్రం లీక్, విద్యా వ్యవస్థలో సంస్కరణల కోసం ఆందోళనకు దిగిన విద్యార్థులపై పోలీసులు లాఠీచార్జ్ చేశారని రాజ్యసభలో ప్రతిపక్ష నేత మల్లికార్జున ఖర్గే ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. విద్యార్థులపై భాష్యనా యుద్ధ కూడా ప్రయోగించారని తెలిపారు. పోలీసుల తీర్పుపై కేంద్రం హోం శాఖ మంత్రి అమిత్ షా ఎందుకు మౌనంగా ఉన్నారని ఆయన ప్రశ్నించారు. రాజ్యసభలో పబ్లిక్ విగ్లామి నేషన్స్ (ఐఎస్ఎన్ ఆఫ్ అన్ షేమర్డ్ మిన్స్) సవరణ బిల్లు 2026 (యూబీ పేపర్ లీక్ లా)ను కేంద్ర మంత్రి ఆశేంద్ర సింగ్ ప్రవేశపెట్టారు. లోక్ సభలో ఆమోదం పొందిన ఈ బిల్లును రాజ్యసభ ఆమోదం కోసం తీసుకొచ్చారు. విద్యార్థులు, యువత సంక్షేమానికి ప్రభుత్వం తీసుకొచ్చిన బిల్లు అని ఆయన అన్నారు. పేదర్ల లీకులను తమ ప్రభుత్వం తీవ్రంగా పరిగణిస్తుందని, వీటిని సహించలేదని తెలిపారు. విద్యార్థులు, యువత భవిష్యత్తును ప్రమాదంలో పెన్స్ చేసారని నార్చారు. పరీక్షల నిర్వహణకు సంబంధించి పొరదర్పకత కోసమే ఈ బిల్లు తెచ్చామన్నారు. దేశంలో యూపీఎస్సీ, ఆర్ఎస్, ఐబీసీలు, ఎన్టీబీ పంటి నాలుగు ప్రధానమైన నియమాలు. పరీక్షల నిర్వహణ సంస్థలు ఉన్నాయని చెప్పారు. ఈ సందర్భంగా ఖర్గే మాట్లాడుతూ... విద్యార్థులపై పోలీసులు లాఠీచార్జ్ వంటి దారుణ ఘటనకు అమిత్ షా చే బాధ్యత అని స్పష్టం చేశారు. దీనిపై ఇంతవరకూ ఆయన ఎలాంటి ప్రకటన చేయలేదంటూ తీవ్ర అసహనం వ్యక్తం చేశారు. ఢిల్లీ ఘటనపై నోరు విప్పి మాట్లాడాలంటూ అమిత్ షాను ఖర్గే డిమాండ్ చేశారు. పేపర్ లీక్ పట్ల విద్యార్థులు సస్టెయిన్ గా ఆందోళన చేస్తూ... చర్యలో మనుస్మృతి ప్రస్తావన సంబంధం లేని అంశమని, అధికారిక రికార్డుల నుంచి ఆ వ్యాఖ్యలను తొలగిస్తున్నట్లు చెప్పారు. విద్యార్థుల

నిరసనల పట్ల ప్రభుత్వం ఎందుకు అంతగా భయపడుతోందని శివసేన (ఛార్జి) ఎంపీ సంజయ్ ఠాక్ ప్రశ్నించారు. చాలా మంది పార్లమెంటు సభ్యులు తమ రాజకీయ ప్రస్థానాన్ని విద్యార్థి ఉద్యమాల నుంచే ప్రారంభించారని ఆయన గుర్తుచేశారు. “అలాంటప్పుడు ఇప్పుడు మనం వారిని చూసి ఎందుకు భయపడుతున్నాం?” అని ప్రశ్నించారు. “లాఠీలు, బాష్పనాయుధ, పబ్లిక్ కో విద్యార్థులపై దాడులు జరుగుతుంటే కేంద్ర హోం మంత్రి అమిత్ షా ఎందుకు ఎలాంటి ప్రకటన చేయలేదు?” అని ఆయన కేంద్రాన్ని నిలబేశారు. ప్రశ్నపత్రం లీక్ చేసే మూలాలకు శిక్షను పెంచే ఉద్దేశంతో “పబ్లిక్ పరీక్షల సవరణ బిల్లు”ను సెంట్రల్ శిఫర్టింగ్ పబ్లిక్, అది సరిపోదని టేబింగ్ ఎంపీ మహిమ మాలియా అన్నారు. నివారణ, పొరదర్పకత, జవాబుదారీతనం అనేవి అంతం ముఖ్యమని అభిప్రాయించారు. నిరసనకారణాలకు జరిగిన ప్రతిగాయానికి ప్రభుత్వానిదే బాధ్యత అన్నారు. కేంద్ర సర్కారు రాజకీయాల్లో నిమగ్నమైందని, కానీ పిల్లల భవిష్యత్తును విస్మరించిందన్నారు. నిరసనలను నియంత్రించేందుకు బిల్లు తెచ్చారని, కానీ పిల్లల నేతృత్వం వహిస్తున్నారని, వారిని తొలగించాలని పించారు. విద్యా సంస్థలకు ఆర్ఎన్ఎస్ వ్యక్తులు నేతృత్వం వహిస్తున్నారని, వారిని తొలగించాలని డిమాండ్ చేశారు. న్యూఢ్, యూనివర్సిటీల సెలబర్స్ మార్కులు జరుగుతున్నాయని, మనుస్మృతి ప్రకారం ఆ మార్కులు చేస్తున్నట్లు ఖర్గే ఆరోపించారు. విద్యా వ్యవస్థలో కుల వివక్షను మనుస్మృతి ప్రోత్సహించినట్లు ఆరోపించారు. అయితే ఆ వ్యాఖ్యలను ట్రిబియల్ సభ్యులు ఖండించారు. దీంతో సభలో కానీపు గందరగోళం నెలకొన్నది. మను స్మృతిపై ఖర్గే చేసిన వ్యాఖ్యలను రాజ్యసభ రికార్డుల నుంచి తొలగించాలని సభాపక్ష నేత జెబీ సర్దార్ కోరారు. రాజ్యసభ వైర్మెన్ సీని రాధాకృష్ణన్ మాట్లాడుతూ... చర్యలో మనుస్మృతి ప్రస్తావన సంబంధం లేని అంశమని, అధికారిక రికార్డుల నుంచి ఆ వ్యాఖ్యలను తొలగిస్తున్నట్లు చెప్పారు. విద్యార్థుల

మళ్ళీ బాంబుల మోత

● **ఇరాన్ పై అమెరికా ఎడతెగని దాడులు**
● **వారం విరామం తర్వాత ఉద్ధృతం**
● **జోర్డాన్ లోని అమెరికా స్థావరాలపై ఇరాన్ ప్రతి దాడి టెర్రస్ట్/వాషింగ్టన్ :**
సుమారు వారం రోజుల విరామం తర్వాత అమెరికా, ఇరాన్ పై మళ్ళీ భారీ స్థాయిలో బాంబుల మోత ప్రారంభించింది. దీంతో పశ్చిమాసియా మరోసారి అల్పదాడికి పోయింది. గురువారం తెల్లవారుజాము నుండి అమెరికా దళాల టెర్రస్ట్ ల బట్టెలంగా వైమానిక దాడులతో తెగబడింది. ఇరాన్ లోని క్షిప్రజెట్స్ స్థావరాలు, తీర గస్తీ ప్రాంతాలు సహా అనేక ఇన్ఫ్రామిక్ రివల్యూషనరీ గార్డ్ క్యాంప్స్ (అరిజెస్టి) లక్ష్యాలుగా చేసుకుని ఇరాన్ పై దాడులు జరిపామని అమెరికా పేర్కొంది. సెంటర్ ప్రకటించింది. ఖుజెస్టాన్ రాష్ట్రంలోని అనేక నగరాలు, ఖైవ్ దీవిపై దాడులు జరిగాయని ఇరాన్ ప్రభుత్వం వ్యాఖ్యానంపై ఇరాన్ వివరించింది. ఖుజెస్టాన్ లోని అబాద్, షాహిన్, అర్మంద్ కివార్, అహ్మజ్ నగరాలు దాడులతో దగ్ధం అయ్యాయి. మరోవైపు ఇరాన్ పై భారీ దాడులు జరిగాయి. ఖైవ్ దీవిలో సీనియర్ భవనంపై అమెరికా వైమానిక దాడి జరిపిందని, శిథిలాల కింద చిక్కుకుపోయిన వారిని కాపాడేందుకు సహాయ నిపుణుల ప్రయత్నాలుగా రిపోర్ట్ లారే వర్తమానం. ఖైవ్ దీవిలోని హోర్జాజ్ గ్ న్ రాష్ట్ర పేహ్లాజీ గవర్నర్ చెప్పారు. ఈ ఘటనలో రెండు సంవత్సరాల చిన్నారి, తల్లిదండ్రులు చనిపోయారని తెలిపారు. ఇరాన్ పై దాడి చేసింది. ఇరాన్ ప్రయోగించిన ఐదు క్షిప్రణులను అడ్డుకున్నామని, ఈ రెండు



జోర్డాన్ సైన్యం గురువారం ఉదయం తెలిపింది. ఈజిప్ట్ లో ఓ అమెరికా ట్యాంకర్ సహా రెండు నౌకలు మంటల్లో చిక్కుకున్నాయి. ఈ రెండు నౌకలు హుర్ముజ్ జలసంధిలో సురక్షితం కాని మార్గంలో ప్రయాణించేందుకు ప్రయత్నించాయని ఐఆర్జిసి తెలిపింది. వైనా కంపెనీకి చెందిన ఓ భవనాన్ని లక్ష్యంగా చేసుకొని ఇరాన్ జరిపిన దాడిలో ఒక కార్మికుడు మరణించగా భవనం బాగా దెబ్బతిన్నదని కువైట్ సైన్యం తెలియజేసింది. ఇరాన్ కు వైనా అయిదాల్ : టంరెవోకాస్ట్రో ద్వారా ఇరాన్ పై దాడులు జరిగాయని ఇరాన్ ప్రభుత్వం వ్యాఖ్యానంపై ఇరాన్ వివరించింది. ఖుజెస్టాన్ లోని అబాద్, షాహిన్, అర్మంద్ కివార్, అహ్మజ్ నగరాలు దాడులతో దగ్ధం అయ్యాయి. మరోవైపు ఇరాన్ పై భారీ దాడులు జరిగాయి. ఖైవ్ దీవిలో సీనియర్ భవనంపై అమెరికా వైమానిక దాడి జరిపిందని, శిథిలాల కింద చిక్కుకుపోయిన వారిని కాపాడేందుకు సహాయ నిపుణుల ప్రయత్నాలుగా రిపోర్ట్ లారే వర్తమానం. ఖైవ్ దీవిలోని హోర్జాజ్ గ్ న్ రాష్ట్ర పేహ్లాజీ గవర్నర్ చెప్పారు. ఈ ఘటనలో రెండు సంవత్సరాల చిన్నారి, తల్లిదండ్రులు చనిపోయారని తెలిపారు. ఇరాన్ పై దాడి చేసింది. ఇరాన్ ప్రయోగించిన ఐదు క్షిప్రణులను అడ్డుకున్నామని, ఈ రెండు

దేశాల తీరుతో అంతర్జాతీయ నౌకా రవాణాకు తీవ్ర నష్టం వాటిల్లుతోందని ఇరాన్ విదేశాంగ శాఖ ప్రతినిధి ఇస్మాయిల్ బాహూయి పేర్కొన్నారు. మార్చి 28 నుంచి కొనసాగుతున్న “సైనిక దురాక్రమణ”కు ఇది పర్యవసానమన్నారు. ఒమన్ అధికారులతో హుర్ముజ్ జలసంధి అంతంపై చర్యలు తెల్వోనీల్ కొనసాగుతున్నాయని ఐహూజ్ తెలిపారు.

ఢిల్లీ పోలీసులకు ఎదురుదెబ్బ

● **ఐపీ ఘోష్ పై ఉస్మా అరెస్టు వారంబో రద్దు**
● **ఉత్తర్కులు జారీ చేసిన జడ్జి విజయశ్రీ రాధోడ్**
● **సంబంధ 21కి విచారణ వాయిదా**
న్యూఢిల్లీ, జూలై 31 (ఎ.ఎం.ఎస్): కేంద్రమంత్రి పదవి నుంచి ధర్మేంద్ర ప్రధాన తొలగించిన సీట్ ఉద్ధృతంలో నీ కీలక నాయకుల్లో ఒకరైన ఎన్ఎఐఐ అఖిల భారత సహాయ కార్యదర్శి, జెఎన్ యూఎస్ యూ మాజీ అధ్యక్షురాలు ఐపీ ఘోష్ పై ఉస్మా వారంబోను ఢిల్లీ పోలీసులు కార్యుర చేసింది. 2021 బంగ భవన్ పద్ధ అంధోళన కేసులో జారీ చేసిన వారంబోను ఉప దయాగింబి ఐపీఘోష్ ని తేహిదోబి సాహసించిన ఢిల్లీ పోలీసులకు ఈ తీర్పు పెద్ద ఎదురుదెబ్బగా పరిశీలకులు చెప్పన్నారు. అరెస్టు వారంబోను రద్దు చేస్తున్నట్లు జడ్జి విజయశ్రీ రాధోడ్ తన ఉత్తర్వులో పేర్కొన్నారు. ఈ కేసులో పోలీసులు దాఖలు చేసిన ఛార్జ్ షీట్ ను



స్వీకరించాలా? వద్దా? అనే దానిపై విచారణ నవంబర్ 21న ప్రారంభమవుతుందని కోర్టు పేర్కొంది. ఐపీఘోష్ స్యయంగా కోర్టుకు హాజరయ్యారు. ఇదిలా ఉండగా, పోలీసుల తరపు నాయవాది కోర్టుకు హాజరు కాలేదు. అనవసరమైన అరెస్టుల చర్యను ప్రశ్నించవచ్చనే భయంతో పోలీసులు విచారణకు దూరంగా ఉన్నారు. 2023లో, ఒక డివైఎఐఐ కార్యక్రమ హత్య అనంతరం జరిగిన ఆంధ్రోళనలో ఐపీ ఘోష్ పాత్రను నిరూపించే పైసెనా ఆధారాలు ఉంటే వాటిని అప్పగించాలని పోలీసులు ఆదేశించారు. కానీ వారు ఆ ఆదేశాలను తొలగించలేదు. మూడోవ తర్వాత ఈ కేసును విచారణ స్వీకరించినప్పుడు, ఆంధ్రోళనకు సంబంధించిన సీసీడీని ఫైట్ చేసిన ఒక సీసీడీ

రెండవ దశ ఓటింగ్ లో లాలాకు ఆధిక్యం : పోల్ సర్వే

ప్రసిద్ధి : అక్టోబర్ జరగనున్న టెలిజె ఆధ్వర్యం సన్నికలకు సంబంధించి నిర్వహించిన తాజా అట్రాన్ ఇంటర్వ్యూ టెలిజె సర్వేలో, రెండో దశ (రెస్ట్) ఓటింగ్ లో అధ్యక్షుల లాలా దళానికి అధిక్యం ఉన్నట్లు వెల్లడించారు. మాజీ అధ్యక్షుడు జైల్ టోల్ గో కుమారుడు, ప్రతిపక్ష సెనెట్ స్టానియో టోల్ గో కుమారుడు 42.9 శాతం మద్దతు ఉండగా, లాలాకు 49.9 శాతం మద్దతు లభించినట్లు సర్వే తెలిపింది. జూనీల్ ని

ర్యహించిన సర్వేలో పోల్ సర్వే లాలా మద్దతు 48.8 శాతం నుంచి 49.2 శాతానికి, స్టానియో టోల్ గో మద్దతు 42.3 శాతం నుంచి 42.9 శాతానికి పెరిగింది. ఎవరికీ ఓటు చేయాలి నిర్ణయించుకోలేని లేదా చెల్లని/ఖాళీ ఓట్లు చేస్తున్న తెలిపిన వారి శాతం జూనీల్ 8.9 శాతం ఉండగా, తాజా సర్వేలో అది 7.9 శాతానికి తగ్గింది. మొదటి దశ ఓటింగ్ కు సంబంధించిన సర్వేలో లాలాకు 44.9 శాతం, స్టానియో టోల్ గో



రోకు 35.8 శాతం, రెస్ట్ శాంట్ నోకు 7.8 శాతం, రోనాల్డ్ క్లెయ్ నోకు 3.1 శాతం, రోమెయన్ జెమసు 2.8 శాతం మద్దతు లభించినట్లు సర్వే వెల్లడించింది.

మోడీ సర్కారు దొంగదెబ్బ

- **సబ్జిడీ సిలిండర్ల సంఖ్య 9 నుంచి 4కు కుదింపు**
- **పేదలపై మరో భారం**
- **సగటు వినియోగం పేరుతో కోతలు**
- **‘ఎల్పిజీ వాడకం పెరిగింది’ అంటూనే సిలిండర్లు తగ్గింపు**
- **కేంద్రం తీర్పు సర్వత్రా విమర్శలు**

న్యూఢిల్లీ, జూలై 31 : ప్రధానమంత్రి ఉజ్వల యోజన (ఘీఎంయూ) కింద సబ్జిడీతో ఇప్పటి ఎల్పిజీ సిలిండర్ల సంఖ్యను ఏడాదికి కొమ్మిది నుంచి నాలుగుకు తగ్గించిన నిర్ణయాన్ని కేంద్ర ప్రభుత్వం సమర్థించుకుంటున్నది. దీనిపై ప్రతిపక్షాలు, సామాజిక వర్గాల నుంచి తీవ్ర విమర్శలు వ్యక్తమవుతున్నాయి. దేశ వ్యాప్తంగా ఉజ్వల లబ్ధిదారులు సగటున ఏడాదికి 4.71 సిలిండర్ల వినియోగిస్తున్నారని కేంద్రం చెప్పింది. అయితే ఈ గణాంకాలను ఆధారంగా తీసుకుని సబ్జిడీని తగ్గించడం పేద కుటుంబాల వాస్తవ పరిస్థితిని విస్మరించడమేనని విమర్శలు వినిపిస్తున్నాయి.

కాంగ్రెస్ సీనియర్ నాయకుడు, లోక్ సభలో ప్రతిపక్ష నేత రాహుల్ గాంధీ ఆడిగిన ప్రశ్నకు కేంద్ర పెట్రోలియం శాఖ సహాయ మంత్రి సురేష్ గోపీ లిఖితపూర్వక సమాధానం ఇచ్చారు. ఈ వివాది జూలై 1 నాటికి ఉజ్వల పథకం కింద 10.58 కోట్ల మంది లబ్ధిదారులు ఉన్నారనీ, వారందరికన్న క్షేమం క్రియాశీలంగానే ఉన్నాయని తెలిపారు. ప్రభుత్వం సగటు వినియోగం 4.71 సిలిండర్ల సరి చెప్పున్నట్లీకీ.. వాస్తవ పరిస్థితులు భిన్నంగా ఉన్నాయి. సగటు వినియోగం తగ్గదానికి



కారణం ప్రజలకు తక్కువ గ్యాస్ అవసరం పడుతున్నందుకాదనీ, గ్యాస్ ధరల అధికంగా ఉండటంతో కొనుగోలు చేయలేకపోవడం వల్లనేని విశ్లేషకులు చెప్పన్నారు. ఒక కుటుంబం ఎక్కువ సిలిండర్లు వాడకపోవడం విజయ సూచిక కాదనీ, అది కొనుగోలు సామర్థ్యం తగ్గిందనే సంతకమని వారు అంటున్నారు. అంతర్జాతీయంగా ఎల్పిజీ ధరలు పెరిగాయని, 14.2 కిలోల సిలిండర్ మార్కెట్ ధర రూ. 1,69.5కు చేరినా రూ. 942కే విక్రయిస్తున్నామని ప్రభుత్వం చెప్పింది. అయితే రూ. 942 కూడా గ్రామీణ, పేద కుటుంబాలకు పెద్ద మొత్తమేనని విమర్శకులు గుర్తుచేస్తున్నారు. ఉజ్వల లబ్ధిదారులకు రూ. 300 సబ్జిడీ ఇచ్చినా, మిగిలిన ధరను చెల్లించడం అనేక కుటుంబాలకు భారంగా మారుతోందని వారు అంటున్నారు. ఉజ్వల కుటుంబాల్లో 86.59 శాతం మంది ఎల్పిజీనే ప్రధాన వంట ఇంధనంగా ఉపయోగిస్తున్నారని ప్రభుత్వం నితి ఆయోగ్ అధ్యయనాన్ని ఉటంకించింది. ఇదే

సమయంలో సబ్జిడీ సిలిండర్ల సంఖ్యను తగ్గించడం ప్రభుత్వం చేస్తున్న వాదనకే విరుద్ధంగా ఉందని విమర్శలు వస్తున్నాయి. నిజంగా ఎల్పిజీ వినియోగం పెరిగి ఉంటే, ప్రజలను మరింత ప్రోత్సహించేలా సబ్జిడీ కొనసాగించాల్సింది పోయి కోతలు విధించడం ఎందుకని ప్రశ్నిస్తున్నారు. ఉజ్వల పథకాన్ని పేద మహిళల ఆరోగ్యం, గౌరవప్రదమైన జీవనం కోసం తీసుకొచ్చామని ప్రచారం చేసిన కేంద్ర ప్రభుత్వం.. ఇప్పుడు అదే పథకంలో సబ్జిడీ సిలిండర్ల సంఖ్యను తగ్గించడం ద్వారా సంక్షేమానికి బదులుగా వ్యయ నియంత్రణకే ప్రాధాన్యం ఇస్తోందని ప్రతిపక్షాలు ఆరోపిస్తున్నాయి. వంట గ్యాస్ ధరలు పెరుగుతున్న సమయంలో ఇలా కుదించడం పేద కుటుంబాలను మళ్ళీ కట్టెల పొయ్యాల వైపు నెట్టే ప్రమాదం ఉందని విమర్శిస్తున్నారు. ప్రభుత్వం సబ్జిడీ వ్యయాన్ని హేతుబద్ధీకరించే ప్రయత్నమని చెప్పున్నట్లీకీ.. పేదల కొనుగోలు శక్తిని పెంచకుండా సగటు వినియోగ గణాంకాలను చూపించి సంక్షేమాన్ని కుదించడం సామాజిక న్యాయం సూర్య కి విరుద్ధమనే అభిప్రాయాలు వ్యక్తమవుతున్నాయి. దేశంలోని అనేక కుటుంబాలు ఇప్పటికీ కట్టెలు, పిడకలు వంటి నంప్రదాయ ఇంధనాలను ఎల్పిజీతో పాటు వినియోగిస్తున్నాయి. ఈ విషయాన్ని ప్రభుత్వమే పార్లమెంట్ లో అంగీకరించింది. పండుగలు, పెద్ద వేడుకలు, త్వరగా వంట చేయాలన్న సంధర్మాల్లో మాత్రమే గ్యాస్ ఉపయోగించి, రోజువారీ వంటకు మళ్ళీ కట్టెలతో పరిమితమవుతున్నారని అధ్యయనాలు సూచిస్తున్నాయి. దీనిని బట్టి శుభ్రమైన ఇంధన వినియోగం ఇంకా పూర్తిగా అంగీకరించినట్లైతే సర్వే తెలిపింది.



అందంగా ఉండాలంటే.. ఒత్తిడి వద్దు!



దీర్ఘ కాలిక ఒత్తిడి, ఆందోళనలు మన అందంపై ప్రతికూల ప్రభావం చూపుతాయంటున్నారని సౌందర్య నిపుణులు. టెన్షన్ పడినప్పుడు చర్మంపై ప్రతికూల ప్రభావం పడుతుంది. అలాగే ఒత్తిడికి గురైనప్పుడు ఏది పడితే అది తింటుంటారు. ఇది ఒక రకంగా సౌందర్యంపై ప్రభావం చూపుతుంది. ఈ క్రమంలో ఒత్తిడి, ఆందోళనలకు గురైనప్పుడు ముఖ సౌందర్యం విషయంలో కొన్ని మార్పులు గమనించవల్సివస్తున్నాయి నిపుణులు.

ఒత్తిడి, ఆందోళనలకు గురైనప్పుడు శరీరంలో ఎక్కువ మొత్తంలో కార్టిసోల్ (ఒత్తిడి హార్మోన్) విడుదలవుతుంది. ఇది చర్మంపై ఉండే నూనె గ్రంథుల్ని (సెబేషియన్ గ్రంథులు) ప్రేరేపించి ఎక్కువ మొత్తంలో నూనెలు విడుదలయ్యేలా చేస్తుంది. తద్వారా చర్మ గ్రంథులు మూసుకుపోయి



మొటి మలా సాయంబున్నారని నిపుణులు. సాధారణంగా వయసు పైబడి కొద్ది కేంద్ర కేంద్ర వాపు (ఇన్ ఫ్లామేషన్), కనురెప్పలు ఉబ్బడం.. వంటి సమస్యల్ని సాము. అయితే ఒత్తిడి వల్ల నిద్ర లేకపోవడం కూడా ఈ సమస్యను తెచ్చి పెడుతుందని ఓ అధ్యయనంలో తెలిసింది. అంతేకాదు.. చర్మం స్థితిస్థాపక తన కోల్పోవడం, పిగ్మెంటేషన్, చిన్న చర్మం నుండి వచ్చే వ్యాధులు ధరించేదం.. ఇలా ఒత్తిడి అందంపై పలు రకాలుగా ప్రతికూల ప్రభావం చూపుతుందంటే! చర్మం కింద ఉండే ప్రోటీన్, లిపిడ్స్ చర్మ కణాలు తేమగా ఉండడంలో సహకరిస్తాయి. అయితే ఒత్తిడి కారణంగా వాటి పనితీరు దెబ్బ తింటుంది. ఫలితంగా చర్మం పొడిబారిపోవడం, మరద రావడం.. వంటి సమస్యల్ని సాయంబున్నారని నిపుణులు. ఒత్తిడి కారణంగా సౌందర్యంపై ఇంతలా ప్రభావం పడుతుంది కాబట్టి ఇలాంటి మానసిక

నలభైలోకి అడుగుపెడితే!

ఉదయం లేచగానే అద్దంలో చూసుకుంటే, సన్నని గీతలు, కళ్ళ కింద వలయాలు ముఖంపై కనిపిస్తూ మనకి 'హాయ్' చెబుతాయి. ఇట్టే అలసిపోవడం, చిన్న విషయానికే కోపం రావడం, మరుసటి క్షణమే కారణం లేకుండా కళ్ళు చెమర్చడం వంటి మార్పులన్నీ కనిపిస్తాయి. ఇవన్నీ మన ప్రమేయం లేకుండా జరిగిపోవడమే ఇక్కడ విషయం. హార్మోన్స్ హద్దు తగ్గలే అందుకు కారణం. బరువు విషయాని కొన్నే... అదనైల్



సాధారణం. పాలకూర, బీట్ రూట్, ఖర్బూజం వంటి ఆకుపచ్చని పండ్లు, కూరగాయలు విటమిన్ సి లభించే పదార్థాలతో కలిపి తీసుకుంటే పోషకాలను శరీరం సరిగ్గా గ్రహిస్తుంది. పసుపు, అల్లం, వెల్లుల్లి వంటివి బంతిని దీర్ఘకాలిక వాపును తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి. నీళ్లు ఎక్కువగా తాగుతూ, రోజూ కానీష్ ఉదయాన్నే ఎండలో నిలబడితే విటమిన్ డి మీ సొంతం. అలానే, ఏటా ఒకసారి క్రమం బంతిని తీసుకుంటూ పోషకాలను తీసుకోవడం వడం వల్ల రాబోయే సమస్యలను ముందే అడ్డుకోవచ్చు. మీ ఆరోగ్యం మీ చేతుల్లోనే ఉంది, కాబట్టి మిమ్మల్ని మీరు ప్రేమించుకోవడాన్ని నిర్లక్ష్యం చేయకండి.

మలబద్ధకం సమస్య అసలు ఎందుకు వస్తుంది..



మలబద్ధకం చాలా మందిని ఇబ్బంది పెట్టే సాధారణ జీర్ణ సమస్య. సాధారణంగా వారానికి మూడు సార్లు కంటే తక్కువగా మల విసర్జన జరగడం లేదా మలం గట్టిపడి బయటకు రావడానికి ఇబ్బంది కలగడం మలబద్ధకానికి సంకేతంగా భావిస్తారు. ఇది కడుపు ఉబ్బరం, గ్యాస్, వెన్నునొప్పి, అలసట వంటి సమస్యలకు కూడా దారి తీస్తుంది. తగినంత నీరు తాగకపోవడం, తక్కువ పీచు పదార్థాలు తీసుకోవడం, శారీరక శ్రమ లేకపోవడం మాత్రమే కాదు, మనం రోజూ తినే కొన్ని ఆహారాలు కూడా మలబద్ధకాన్ని పెంచే అవకాశం ఉంటుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు.

పాలు, చీజ్, వెన్న వంటి పాల ఉత్పత్తులను అధికంగా తీసుకోవడం కొందరిలో మలబద్ధకానికి కారణమవుతుంది. వీటిలో ఉండే లాక్టోజ్ కొంతమంది దిలో అజీర్ణం, కడుపు ఉబ్బరం, గ్యాస్ వంటి సమస్యలను కలిగిస్తుంది. అలాగే వీటిలో కొవ్వు ఎక్కువగా ఉండటం వల్ల

అందుకోసమే 'న్యూపుచిన్'..!



రుజువైంది. అయితే ఈ చిట్టాకు కొన్ని మార్పులతో 'న్యూపుచిన్' అనే పద్ధతిని పాటించడం వల్ల మరింత ఉత్సాహంగా పనిచేయవచ్చుంటున్నారని నిపుణులు. మధ్యాహ్నం భోజనం చేసిన తర్వాత చాలామందికి నిద్ర ముందుకొస్తుంటుంది. ఈ క్రమంలో కొంతమంది కొద్దిసేపు కునుకు తీసుకోవాలి. దీనివల్ల చురుగ్గా పనిచేయగలుగుతారు. అయితే నిద్రకు ముందు కొంచెం కాఫీ తాగితే మరింత ఉత్సాహంగా పనిచేయగలుగుతారు. ఈ చిట్టానే 'న్యూపుచిన్' అంటారు. వగటి నిద్ర (న్యూప్), కాఫీ (న్యూపుచిన్).. ఈ రెండూ కలిపి దీనికి 'న్యూపుచిన్' అనే పేరు వ్విస్తుంది. సాధారణంగా కొంచెం అలసటగా, బద్ధకంగా ఉన్నప్పుడు డి. కాఫీ తాగుతుంటాం. ఇందులోని కెఫీన్ కేంద్ర నాడీ వ్యవస్థను ప్రేరేపించి నిస్వల్పమైన దూరం చేస్తుంది. మెదడు కూడా చురుకుగా పనిచేస్తుంది. అయితే న్యూపుచిన్లో భాగంగా మధ్యాహ్నం నిద్రకు ముందు కాఫీ తాగాలి. ఇందులోని కెఫీన్ ప్రభావం చూపించడానికి 20 నుంచి 30 నిమిషాలు పడుతుంది. సరిగ్గా అదే సమయానికి నిద్రలేవడం వల్ల చురుకుదనం, హుషారు వస్తుందంటున్నారని నిపుణులు. న్యూపుచిన్లో భాగంగా కేవలం కాఫీ మాత్రమే కాకుండా ఎస్ఎస్ఎస్, ఐస్సీటీలు కూడా తాగవచ్చు. అయితే కెఫీన్ మోతాదు సాధ్యమైనంత తక్కువగా ఉండేలా చూసుకోవాలి. కాఫీ తాగిన వెంటనే విశ్రాంతి తీసుకోవాలి. మరి ఆలస్యంగా కునుకు తీసినా ప్రభావం ఉండదు.

అకుపచ్చ రంగులో ఉండే లక్ష్మీ తులసి

ఈదారంగులో కనిపించే కృష్ణ తులసి అనే రెండు రకాలుగా లభిస్తుంది. భారత్ పాట ఆగ్నేయాసియా దేశాల ఉష్ణమండల ప్రాంతాల్లో కూడా తులసి విస్తృతంగా పెరుగుతుంది. హిందూ సంప్రదాయంలో తులసిని పూజించడం, ఇళ్లలో పెంచడం వెనుక ఆధ్యాత్మిక కారణాలతోపాటు ఆరోగ్యపరమైన ప్రయోజనాలు కూడా ఉన్నాయని భావిస్తుంటారు. తులసి ఆకులను క్రమం తప్పకుండా ఉపయోగిస్తుంటారు. వేప, తిప్ప, తిగ్గ, పసుపు వంటి పెరుగెదల, బ్యాక్టీరియా, వైరస్ ల వల్ల వచ్చే ఇన్ ఫెక్షన్ నుంచి రక్షణ లభించడం, చర్మం, జుట్టు సమస్యలు తగ్గించడం వంటి అనేక ప్రయోజనాలు కలుగుతాయని ఆయుర్వేద నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఆయుర్వేదంలో తులసి ఆకులు, విత్తనాలు, ముఖ్యంగా తులసి నుంచి తీసే ఎస్సెన్షియల్ ఆయిల్స్ కు ప్రత్యేక స్థానం ఉంది. ఇవి శ్వాసకోశ సంబంధిత సమస్యలను తగ్గించడంలో సహాయపడతాయని నిపుణులు పేర్కొంటున్నారు. తులసిలో ఉండే యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు శరీరంలో ఆక్సిడేటివ్ ఒత్తిడిని తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి. రక్తపోటు వంటి సమస్యల ప్రమాదాన్ని నియంత్రించడంలో దోహదపడతాయి.

తులసిలో ఉండే లిపోలిక్ యాసిడ్ చర్మ ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తుంది. ఈ ఆకుల్లోని సహజ మినెరలు అల్యూమిన్, బాక్సైట్ రియా, వైరస్ లు, ఇతర సూక్ష్మజీవులపై పోరాడే లక్షణాలు కలిగి ఉంటాయి. అందుకే తులసి పెన్స్, తులసి పొడిని అనేక హెర్బల్, సౌందర్య ఉత్పత్తుల్లో ఉపయోగిస్తుంటారు. వేప, తిప్ప, తిగ్గ, పసుపు వంటి జైవద మూలికలతో కలిపి మెడిసిన్లుపై రాస్తే చర్మం ఖరచుపడకుండా పాలు ముట్టి మెడిసిన్లు వచ్చే అవకాశాన్ని కూడా తగ్గించవచ్చు. భారతీయ ఇన్ ఫెక్షన్ వైద్యంలో తులసి ప్రత్యేక స్థానం ఉంది. జ్వరం, జలుబు వంటి సాధారణ సమస్యల నుంచి కొన్ని వైరల్, బ్యాక్టీరియా ఇన్ ఫెక్షన్ వరకు తులసిని సంప్రదాయంగా ఉపయోగిస్తుంటారు. తులసి ఆకులను నీటిలో మరిగించి అందులో సుమారు రెండు గ్రాముల మిరియాల పొడి కలిపి తాగితే రోగనిరోధక శక్తి పెరగడంతోపాటు శరీరానికి యాంటీ బ్యాక్టీరియల్ రక్షణ లభిస్తుంది. అల్లం, తులసి ఆకులు, మిరియాలను కలిపి తయారు చేసే కషాయం జలుబు, దగ్గు వంటి సమస్యల్లో ఉపయోగించవచ్చు. తులసి శరీరంలోని విషపదార్థాలను తొలగించే డీటాక్సిఫైయింగ్, శుద్ధి చేసే గుణాలను కలిగి ఉంటుంది. దీనిని తీసుకోవడం వల్ల కాకుండా చర్మంపై ఉపయోగించడం వల్ల కూడా ప్రయోజనం కలుగుతుంది. దురద, రింగ్ వార్మ్ వంటి కొన్ని చర్మ సమస్యల ఉపశమనానికి కూడా తులసిని సంప్రదాయంగా ఉపయోగిస్తున్నారు. తులసిని తాజాగా కోసిన ఆకుల రూపంలో నేరుగా పువలవచ్చు.

ఇంట్లోనే ప్రాటీన్ పౌడర్

కండలు పెంచాలన్నా, కొవ్వును కరిగించాలన్నా తక్కువ కార్బో హైడ్రేట్ లు, ఎక్కువ ప్రొటీన్ లు ఉన్న ఆహారం తీసుకోవాలి. మామిడి, ప్రొటీన్ పౌడర్లు, ఇతర ఉత్పత్తులకు ప్రత్యామ్నాయంగా ఇంట్లోనే ప్రొటీన్ పౌడర్ ని తయారు చేసుకోవచ్చు. అర కప్పు శనగ పప్పు, అర కప్పు బాదాం, పావు కప్పు కాజు, పావు కప్పు గుమ్మడి గింజలు, రెండు టేబుల్ స్పూన్స్ అవినె గింజలు లేదా చియా గింజలతో ప్రొటీన్ పౌడర్ తయారు చేసుకోవచ్చు. కండలు పెంచాలన్నా, కొవ్వును కరిగించాలన్నా తక్కువ కార్బో హైడ్రేట్ లు, ఎక్కువ ప్రొటీన్ లు ఉన్న ఆహారం తీసుకోవాలి. మామిడి, ప్రొటీన్ పౌడర్లు, ఇతర ఉత్పత్తులకు ప్రత్యామ్నాయంగా ఇంట్లోనే ప్రొటీన్ పౌడర్ ని తయారు చేసుకోవచ్చు. అర కప్పు శనగ పప్పు, అర కప్పు బాదాం, పావు కప్పు కాజు, పావు కప్పు గుమ్మడి గింజలు, రెండు టేబుల్ స్పూన్స్ అవినె గింజలు లేదా చియా గింజలతో ప్రొటీన్ పౌడర్ తయారు చేసుకోవచ్చు. తక్కువ ఖర్చుతో తేలికగానే ఈ ప్రొటీన్ పౌడర్ తయారవుతుంది. ఈ గింజలు, విత్తనాలను వేరేరుగా పెనం మీద మూడు నుంచి నాలుగు నిమిషాలు వేయించాలి. చల్లబడ్డ కావాలి వీటిని మిక్సీలో పిండి చేయాలి. గాలి చొరబడని గాజు సిస్సాలో ఈ ప్రొటీన్ పిండిని నిల్వ చేసుకోవాలి. ఒకటి రెండు వారాలపాటు వాడుకోవచ్చు. ఇలా చేస్తే డబ్బులు ఆదా అవుతాయి. రుచి కోసం కలిపే రసాయనాల నుంచి తప్పించుకోవచ్చు. కిడ్నీలను కాపాడుకోవచ్చు.

యాంటీ బయాటిక్స్ మందులను వాడుతున్న వారు ఈ జాగ్రత్తలను పాటించడం తప్పనిసరి..

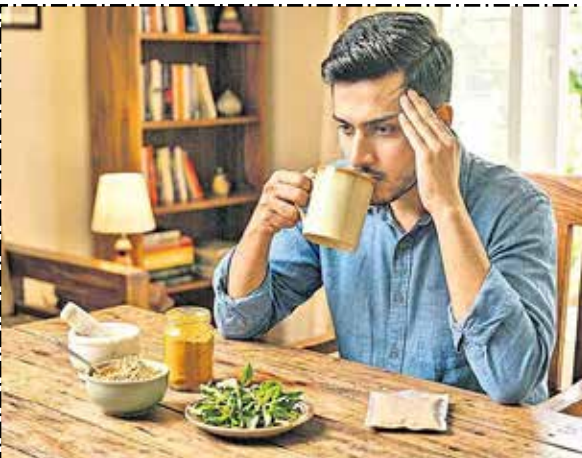


యాంటీ బయాటిక్స్ బ్యాక్టీరియా వల్ల వచ్చే ఇన్ ఫెక్షన్ ను నియంత్రించడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తాయి. అయితే ఈ మందులు తీసుకునే సమయంలో ఆహారంపై కూడా ప్రత్యేక శ్రద్ధ అవసరం. సరైన ఆహారాన్ని తీసుకోకపోతే మందుల ప్రభావం తగ్గడమే కాకుండా విరోచనాలు, జీర్ణాశయ అసౌకర్యం వంటి దుష్ప్రభావాలు కూడా పెరిగే అవకాశం ఉంది. అందుకే యాంటీ బయాటిక్స్ వాడుతున్నప్పుడు ఏ ఆహారాలు తీసుకోవాలి, వేరీని నివారించాలి అనే విషయాన్ని తెలుసుకోవడం చాలా ముఖ్యం. యాంటీ బయాటిక్స్ ను వాడే సమయంలో శరీరంలోని మంచి బ్యాక్టీరియా కూడా కొంత మేర దెబ్బ తింటుంది. దీంతో విరోచనాలు వంటి సమస్యలు వస్తాయి. ఈ పరిస్థితిలో ప్రోబయోటిక్స్ అధికంగా ఉండే పెరుగు వంటి ఆహారాలను తీసుకోవడం వల్ల పేగుల్లో మంచి బ్యాక్టీరియా తిరిగి పెరగడానికి సహాయపడుతుంది. జీర్ణవ్యవస్థ తగ్గగా కోలుకోవడంలో కూడా ఇవి ఉపయోగపడతాయి. చాలా రోజుల పాటు యాంటీ బయాటిక్స్ తీసుకోవాల్సి శరీరంలో విటమిన్ కె స్థాయిలు తగ్గి అవకాశం ఉంటుంది. అందువల్ల ఆకుకూరలు, ఆస్పరాగ్స్, గ్రీన్ టీ, బీస్ లివర్ వంటి విటమిన్ కె అధికంగా ఉండే ఆహారాలను తీసుకోవడం మంచిది. అవసరమైతే వైద్యుల సలహాతో విటమిన్ కె సప్లిమెంట్స్ కూడా తీసుకోవచ్చు. యాంటీ బయాటిక్స్ వల్ల కొన్నిసార్లు ఈస్ట్ పెరుగుదల ఎక్కువై ఈస్ట్ ఇన్ ఫెక్షన్ వల్ల రేడా తగ్గే అవకాశం ఉంటుంది. అలాంటి సమయంలో

ఉలిపాయ, వెల్లుల్లి వంటి ఆహారాలు కొంత ఉపశమనం కలిగిస్తాయి. అలాగే ఈ మందుల వల్ల విటమిన్ బి స్థాయిలు కూడా తగ్గి అవకాశం ఉండటంతో బ్రోకెలి వంటి ఆకుపచ్చ కూరగాయలను ఆహారంలో చేర్చడం ప్రయోజనకరం. యాంటీ బయాటిక్స్ తీసుకునే సమయంలో కొన్ని ఆహారాలను వీలైనా వరకు చూడరాక ఉండడం మంచిది. నిమ్మ, నారింజ, సాఫెల్ వంటి సిట్రిక్ యాసిడ్ అధికంగా ఉండే పండ్లు, టమాటో కెప్సె, చాక్లెట్లు, శీతల పానీయాల వంటి ఆమ్ల గుణాలు ఉన్న ఆహారాల మందుల శోషణకు ఆటంకం కలిగించే అవకాశం ఉంటుంది. దీంతో యాంటీ బయాటిక్స్ ప్రభావం తగ్గిస్తుంది.

ఒత్తిడిని చిత్తు చేసేద్దాం

జీవితంలో పెండ్లి, పిల్లలు, పైనానియల్ సమస్యలు, కెరీర్ ఇలా ఏదో ఒక విషయంలో ఆందోళన చెందుతూనే ఉంటాం. ఆందోళన అనేది ఒత్తిడికి రియార్స్. ఇది కొన్ని సందర్భాల్లో మీకు ఉపయోగకరంగా, మిమ్మల్ని అప్రమత్తంగా,



ఆర్థనెట్ గా ఉండడానికి సాయపడుతున్నట్లుగా ఉన్నా ప్రతి విషయానికీ ఎక్కువ సైన్ తీసుకుంటే మాత్రం అది క్రమంగా యాంగ్రియల్ డిజాస్టర్ కు దారి తీస్తుంది. కారణం లేకుండా భయపడితే.. అది యాంగ్రియల్ డిజాస్టర్ అవుతుంది. ఆందోళనగా ఉన్నప్పుడు హార్ట్ బీట్ పెరుగుతుంది. శ్వాస వేగవంతం అవుతుంది. అశాంతి, ఏకాగ్రత లేకుండా లాంటి లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. ఈ సమస్యను సకాలంలో తగ్గించుకోకపోతే తీవ్ర సమస్యగా మారే అవకాశం ఉంది. ఇందుకోసం దవాఖాన మెట్రిక్కు కూడా మన ఇంట్లో ఉండే ఆశ్చర్యం, బ్రాహ్మ, తులసి వంటి ప్రకృతి సిద్ధమైన పదార్థాలు ఒత్తిడి, ఆందోళన తగ్గించడానికి సహాయపడుతాయని జేపిఎ ఎమ్ఎస్ అధ్యయనం పేరొంది. బ్రహ్మ: అదృతమైన ఆయుర్వేద మూలిక ఇది. ఆందోళన, ఒత్తిడిని తగ్గించడంలో ఎఫెక్టివ్ సహాయపడుతుంది. దీనిని ఒక అదా పోషణిక్ మూలికగా పరిగణిస్తారు. ఒత్తిడి కారణం అయిన కార్టిసోల్ స్థాయిలను తగ్గించి సైన్స్ కంట్రోల్ లో ఉంచుతుంది, ఆందోళనను తగ్గిస్తుంది. ఇటీవల జరిగిన ఓ అధ్యయనంలో 4 వారాల పాటు రోజుకు రెండుసార్లు 500 ఎంబి బ్రహ్మ ఇచ్చిన వారిలో డిప్రెషన్, ఆందోళన, ఒత్తిడి తగ్గినట్లు గుర్తించారు. ఆశ్చర్యం: ఆశ్చర్యం వేరే సాన్నిధ్య రోజువారీగా నిర్దిష్ట మోతాదులో తీసుకుంటే పసుపు: మనం రోజూ మంటలో ఉపయోగించే పసుపు ఆందోళన తగ్గించడంలో అద్భుతంగా సాయపడుతుంది. ఆందోళన, ఒత్తిడి నుంచి ఉపశమనం ఇవ్వడానికి పసుపులో ఉండే బయోయూక్లిన్ కాంపౌండ్ కరుమిన్ సాయపడుతుంది. ఇది సెరోటోనిన్, ట్రిప్టోఫన్ స్థాయిలపై ప్రభావం చూపి, ఒత్తిడి స్థాయిలను కంట్రోల్ లో ఉంచుతుంది. తీవ్రమైన కుంగుబాటు లక్షణాలను తగ్గించడానికి పసుపు నేచురల్ మెడిసిన్.



'అమీర్ లోగ్' చూసి హైదరాబాద్ ల మీద మరింత గౌరవం పెరుగుతుంది

పుదయం సినిమా: 'అవ్వల్ నంబర్ ప్రాడక్షన్స్' బ్యానర్ పై చూడవీ రెడ్డి సోమ నిర్మించిన తొలి చిత్రం 'అమీర్ లోగ్'. ఈ మూవీకి రమణ రెడ్డి సోమ దర్శకత్వం వహించారు. ఈ సినిమాకి మనోహర్ రెడ్డి మంచురి సహ నిర్మా

తగా వ్యవహరించారు. ఈ చిత్రంలో MC హరి, మనోజ్, శశిధర్ ప్రధాన పాత్రల్లో నటించగా... వేదా జలంధర్, రావణ్ నిట్టూరు, విశ్వేందర్ రెడ్డి, సాయాగి కీలక పాత్రలు పోషించారు. రానా దగ్గుబాటి సంస్థ 'స్మిలెట్

మీడియా' ఈ మూవీ ని తెలుగులో గ్రాండ్ గా రిలీజ్ చేయ బోతోంది. ఆగస్టు 21న ఈ మూవీని విడుదల చేయబోతోన్నట్లుగా శనివారం నాడు ప్రకటించారు. రిలీజ్ డేట్ తో పాటుగా 'అవ్వల్ దావత్' సాంగిని కూడా విడుదల చేశారు.



ఘనంగా 'స్పెడర్-మ్యాన్: బ్రాండ్ న్యూ డే' ప్రీమియర్

రూ.100 కోట్ల క్లబ్ లోకి 'లెనిన్'..



పుదయం సినిమా: ప్రపంచ వ్యాప్తంగా సినీ ప్రేక్షకులు ఆసక్తిగా ఎదురు చూసిన 'స్పెడర్-మ్యాన్: బ్రాండ్ న్యూ డే' విడుదల సందర్భంగా హైదరాబాద్ లోని అల్లు సినీమాస్ (భారతదేశంలోనే అతిపెద్ద, అత్యాధునిక డార్బీ సినీమా స్క్రీన్)లో గ్రాండ్ ప్రీమియర్ నిర్వహించారు. ఈ ప్రత్యేక ప్రీమియర్ కు ఐకాన్ స్టార్ అల్లు అర్జున్ తన భార్య స్నేహ రెడ్డి, పిల్లలతో కలిసి హాజరై సందడి చేశారు. అభిమానులు ఈ అరుదైన ఫ్యామిలీ మూమెంట్ ను ఆసక్తిగా స్వాగతించగా, సోషల్ మీడియాలో ఈ ఫోటోలు వైరల్ గా మారాయి. ఈ వేడుకకు అల్లు అరవింద్, అల్లు శిరీష్, బస్మి వాస్, దర్శకులు చందూ మొండేటి, సాయి రాజేష్, హరిష్ శంకర్, బోయపాటి శ్రీను, నటి రష్మి గౌరక్, మైత్రీ మావి మేకర్స్ నిర్మాత రవి, హరిక ౬౬ హాసిన క్రియేషన్స్ కు చెందిన నిర్మాత చిన్నబాబు, ఆస్కార్ విజేత నిర్మాత గునీత్ వాంగా తదితరులు హాజరయ్యారు. సినీ ప్రముఖుల సందడితో ప్రీమియర్ మరింత ప్రత్యేక ఆకరణగా నిలిచింది. తెలుగు రాష్ట్రాల్లో స్పెడర్-మ్యాన్: బ్రాండ్ న్యూ డే' పై భారీ అంచనాలు నెలకొన్నాయి. అన్ని వర్గాల ప్రేక్షకుల నుంచి విశేష స్పందన లభిస్తుండగా, విడుదలైన తొలి రోజే పలు ప్రాంతాల్లో హాస్ ఫుల్ ప్రదర్శనలతో సినీమా ధూసుకుపోతోంది. ప్రస్తుతం ఈ చిత్రం ఇంగ్లీష్, హిందీ, తెలుగు, తమిళం, మలయాళం, కన్నడ భాషల్లో దేశవ్యాప్తంగా విజయవంతంగా ప్రదర్శితమవుతోంది.

పుదయం సినిమా: అన్నపూర్ణ స్టూడియోస్ సమర్పణలో మనం ఎంటర్ప్రైజెస్ ఎల్ఎల్పి, సితార ఎంటర్టైన్ మెంట్స్ బ్యానర్ పై అక్కినేని నాగార్జున, సూర్యదేవర నాగ వంశీ నిర్మించిన చిత్రం 'లెనిన్'. అఖిల్ అక్కినేని, భాగ్యశ్రీ బోర్సే జంటగా నటించిన ఈ సినిమాకి మురళీ కిషోర్ అబ్బూరు దర్శకత్వం వహించారు. ఈ మూవీ జూలై 10న గ్రాండ్ గా విడుదలై బాక్స్ ఆఫీస్ గా నిలిచింది. మొదటి రోజు నుంచే 'లెనిన్' రికార్డుల్ని సృష్టించడం ఆరంభమైంది. ఇక ఇప్పుడు ఈ చిత్రం ఏకంగా వంద కోట్ల క్లబ్ లోకి ఎంట్రీ ఇచ్చింది. ఈ మూవీ ఇప్పటి వరకు వంద కోట్ల కలెక్షన్స్ ను రాబట్టించిన మేకర్స్ అధికారికంగా పోస్టర్ ను రిలీజ్ చేశారు. 'లెనిన్' మూవీకి మురళీ కిషోర్ అబ్బూరు అందించిన కథ, కథనం అన్నీ కూడా సినీమాకి ప్రధాన బలం. ఇక ఇందులో ప్రతీ ఒక్క ఆర్టిస్టు తమ అద్భుతమైన పర్ఫామెన్స్ ను ప్రదర్శించారు. లెనిన్ పాత్రలో అఖిల్ నెస్టర్ బిభోర్ అనే రెంజీల్ మెప్పించాడు. ఇక భాగ్యశ్రీ బోర్సే, శివాజీ, ఈశ్వర్ రావు, ప్రమోద్ అందరూ అద్భుతం చేశారు. ఇక ఈ సినిమాకు తమని ఇచ్చిన సంగీతం, నేపథ్యం సంగీతం ప్రధాన ఆకరణ అని చెప్పుకోవచ్చు. లియోన్ ట్రిబ్యూ కెమెరావర్క్, నవీన్ సూరి ఎడిటింగ్ సినిమాని నిలబెట్టాయి. అఖిల్ అక్కినేని 'లెనిన్' చిత్రం వంద కోట్ల క్లబ్ లో చేరడంతో అక్కినేని అభిమానులంతా సంతోషిస్తున్నారు.



'అగధ' ట్రైలర్ ఆగస్టు 3న విడుదల!

పుదయం సినిమా: ప్రముఖ దర్శకుడు ఎం.ఎస్. రాజు దర్శకత్వంలో రూపొందిన మిస్ట్రీ



డిఫైన్ థ్రిల్లర్ 'అగధ' పై ప్రేక్షకుల్లో రోజు రోజుకీ ఆసక్తి పెరుగుతోంది. ఇప్పటికే విడుదలైన టీజర్ కు, పోస్టర్ కు అద్భుత స్పందన రావడంతో సినీమా చుట్టూ భారీ అంచనాలు నెలకొన్నాయి. ఆ ఉత్సాహం మరింత పెంచుతూ 'అగధ' ట్రైలర్ ను ఆగస్టు 3న మధ్యాహ్నం 12 గంటలకు విడుదల చేయనున్నట్లు చిత్ర బృందం ప్రకటించింది. ఈ సందర్భంగా విడుదల చేసిన పోస్టర్ లో అడవి నడుమ మరణమైన వాతావరణంలో నిలబడి ఉన్న స్త్రీ సాధువు రూపం సినీమా కథలో దాగి ఉన్న రహస్యాలపై ఆసక్తిని మరింత పెంచుతోంది. పోస్టర్ చూస్తుంటే 'అగధ' ప్రేక్షకులను ఓ విభిన్నమైన ఆధ్యాత్మిక మిస్టరీ ప్రపంచంలోకి తీసుకెళ్లబోతుందనే సంతకాలు స్పష్టంగా కనిపిస్తున్నాయి. శ్రీ ఆది పరాశరా ప్రాడక్షన్స్ LLP బ్యానర్ పై కాశీ విశాలాక్షి బిలుసు నిర్మిస్తున్న ఈ చిత్రాన్ని అజయ్ కె.ఆర్. సమర్పిస్తున్నారు. కథ, కథనం, దర్శకత్వ బాధ్యతలను ఎం.ఎస్. రాజు స్వయంగా నిర్వహించారు. తెలుగు, తమిళం, కన్నడ, మలయాళం, హిందీ భాషల్లో రూపొందిన 'అగధ' ప్రపంచ వ్యాప్తంగా ఆగస్టు 14న గ్రాండ్ గా ప్రేక్షకుల ముందుకు రానుంది. ఇప్పటికే టీజర్ తో సంచలనం సృష్టించిన ఈ చిత్రం, ఇప్పుడు ట్రైలర్ తో అంచనాలను మరింత ఉన్నత స్థాయికి తీసుకెళ్తుందని చిత్ర యూనిట్ విశ్వాసం వ్యక్తం చేస్తోంది.

'కాళాంకి బైరవుడు' నుంచి 'ఏంటో ఏమో' పాట

పుదయం సినిమా: విభిన్నమైన గ్రామీణ నేపథ్యంలో తెరకెక్కిన మిస్ట్రీ థ్రిల్లర్ 'కాళాంకి బైరవుడు' ప్రేక్షకుల్లో ఆసక్తిని రెకెట్టిస్తోంది. చేతబడులు, క్షుద్ర పూజలు, నిజ జీవితంలో చోటుచేసుకున్న కొన్ని ఆశ్చర్యకర సంఘటనల ఆధారంగా రూపొందిన ఈ చిత్రం ప్రేక్షకులకు సరికొత్త సినీ అనుభూతిని అందించనుంది. దర్శకుడు హరి హర్నె.వి తన ప్రత్యేక కథన శైలితో ఈ చిత్రాన్ని రూపొందించారు. ప్రొడ్యూసర్ రాచమల్ల శ్రీనివాస రావు గారు మాట్లాడుతూ.. "అందరికీ సమస్యారం, మా సినిమా కాన్సెప్ట్ బాక్ మేజిక్. ఈ సినిమా మీ అందరికీ నచ్చుతుంది అని ఆశిస్తున్నాను. థాంక్ యూ." దర్శకుడు హరిహర్నె వి మాట్లాడుతూ.. "ఇక్కడికి విచ్చేసిన ప్రతి ఒక్కరికీ హృదయపూర్వక ధన్యవాదాలు. విజయవాడ అనేది ఒక ఎమోషన్. అందుకే మా సినిమా సాంగ్ గాంచ్ ను ఇక్కడ నిర్వహిస్తున్నాం. 'కాళాంకి బైరవుడు' సినిమా ప్రతి ఒక్కరికీ తప్పకుండా నచ్చుతుందనే నమ్మకం ఉంది. కాబోదా సినిమా ఇక్కడ ఎంతమంది చూశారో తెలియదు. హీరో రాజశేఖర్ వర్మ మాట్లాడుతూ.. "విజయవాడ అంటే నాకు చాలా ఎమోషన్. నేను ఇక్కడే చదువుకున్నాను. అందుకే ఈ సగరంతో నాకు ప్రత్యేక అనుబంధం ఉంది. సినిమా పరిశ్రమలో నిర్మాతల సపోర్ట్ లేకుండా మంచి సినిమాలు రావు. ఇలాంటి నిర్మాతలు మరిన్ని మంచి చిత్రాలను నిర్మిస్తూ ముందుకు రావాలని మనస్ఫూర్తిగా కోరుకుంటున్నాను. ఈ సినిమాలో నాకు అవకాశం ఇచ్చిన నిర్మాతలకు, దర్శకుడు హరిహర్నె గారికి నా హృదయపూర్వక ధన్యవాదాలు. హీరోయిన్ రితికా చక్రవర్తి మాట్లాడుతూ.. "నాకు తెలుగు చాలా బాగా వచ్చు. మీ విలువైన సమయాన్ని కేటాయించి

హర్నె.వి తన ప్రత్యేక కథన శైలితో ఈ చిత్రాన్ని రూపొందించారు. ప్రొడ్యూసర్ రాచమల్ల శ్రీనివాస రావు గారు మాట్లాడుతూ.. "అందరికీ సమస్యారం, మా సినిమా కాన్సెప్ట్ బాక్ మేజిక్. ఈ సినిమా మీ అందరికీ నచ్చుతుంది అని ఆశిస్తున్నాను. థాంక్ యూ." దర్శకుడు హరిహర్నె వి మాట్లాడుతూ.. "ఇక్కడికి విచ్చేసిన ప్రతి ఒక్కరికీ హృదయపూర్వక ధన్యవాదాలు. విజయవాడ అనేది ఒక ఎమోషన్. అందుకే మా సినిమా సాంగ్ గాంచ్ ను ఇక్కడ నిర్వహిస్తున్నాం. 'కాళాంకి బైరవుడు' సినిమా ప్రతి ఒక్కరికీ తప్పకుండా నచ్చుతుందనే నమ్మకం ఉంది. కాబోదా సినిమా ఇక్కడ ఎంతమంది చూశారో తెలియదు. హీరో రాజశేఖర్ వర్మ మాట్లాడుతూ.. "విజయవాడ అంటే నాకు చాలా ఎమోషన్. నేను ఇక్కడే చదువుకున్నాను. అందుకే ఈ సగరంతో నాకు ప్రత్యేక అనుబంధం ఉంది. సినిమా పరిశ్రమలో నిర్మాతల సపోర్ట్ లేకుండా మంచి సినిమాలు రావు. ఇలాంటి నిర్మాతలు మరిన్ని మంచి చిత్రాలను నిర్మిస్తూ ముందుకు రావాలని మనస్ఫూర్తిగా కోరుకుంటున్నాను. ఈ సినిమాలో నాకు అవకాశం ఇచ్చిన నిర్మాతలకు, దర్శకుడు హరిహర్నె గారికి నా హృదయపూర్వక ధన్యవాదాలు. హీరోయిన్ రితికా చక్రవర్తి మాట్లాడుతూ.. "నాకు తెలుగు చాలా బాగా వచ్చు. మీ విలువైన సమయాన్ని కేటాయించి



నేను ప్రేమికుడ్ని చిత్ర ఫస్ట్ లుక్

పుదయం సినిమా: అల్పేటి క్రియేషన్స్ బ్యానర్ లో శ్రీ వి చిన్న శ్రీశైలం యాదవ్ సమర్పణలో పడిగెపల్లి కృష్ణ నిర్మాతగా వి రమేష్ యాదవ్, కాకత్రమాడి రామకృష్ణ సహ నిర్మాతలుగా రామ్ భారధరం దర్శకత్వంలో దేవర పల్లి రేవంత్ ఎల్సా హోస్ హీరో హీరోయిన్లు గా



టెరెక్ కుతున్న చిత్రం నేను ప్రేమికుడ్ని నేను ప్రేమికుడ్ని చిత్ర ఫస్ట్ లుక్ కార్యక్రమం హైదరాబాద్ లో గ్రాండ్ గా జరిగింది ఈ కార్యక్రమానికి ప్రముఖ దర్శకుడు కోదండ రామిరెడ్డి ముఖ్య అతిథిగా విచ్చేసిన నేను ప్రేమికుడ్ని ఫస్ట్ లుక్

కాబోతోంది. ఈ చిత్రంలో అభిరామి, మురళీ శర్మ, అజయ్ ఘోష్, రమేష్ బందీరా, విష్ణు ఓయ్, మురళీధర్ గాడ్ ఇతర కీలక పాత్రల్లో కనిపించనున్నారు. అందరి ప్రశంసలు అందుకున్న వరదా లాంటి విభిన్నమైన చిత్రం తర్వాత ఆనంద మీడియా బ్యానర్ పై ప్రొడ్యూసర్స్ శ్రీనివాసులు పి.వి., విజయ్ డొంకాడ, శ్రీధర్ ముక్కువ నిర్మిస్తున్నారు. పీఎస్ సునీల్ పుష్పాల దర్శకత్వం వహిస్తున్నారు. ఈ రోజు "సుధీర్స్ జోకర్" మేకర్స్ ఇంటెన్సింగ్ అప్డేట్ ఇచ్చారు. ఈ చిత్రంలోని ఓ కీలక పాత్రలో ప్రముఖ నటి అభిరామి నటిస్తున్నట్లు ప్రకటించారు. "సుధీర్స్ జోకర్" సినిమాలో అభిరామి గాయత్రి దేవి పాత్రలో ప్రేక్షకుల్ని అలరించబోతోంది. ఈ అవార్డ్ మెంట్ సందర్భంగా అభిరామి పోషిస్తున్న గాయత్రి దేవి క్యారెక్టర్ ఫస్ట్ లుక్ పోస్టర్ రిలీజ్ చేశారు. 'అమ్మకు ఇచ్చిన మాట చిరకాలం మిగిలి పోతుంది..' అంటూ ఈ పోస్టర్ పై రాసిన క్యాప్షన్ హాట్ టాపిక్ గా ఉంది.

ఇక్కడికి వచ్చి మా సినిమాకు సపోర్ట్ చేస్తున్న ప్రతి ఒక్కరికీ హృదయపూర్వక ధన్యవాదాలు. మా మొదటి పాటకు మీరు అందించిన ఆదరణలాగా, ఈ కొత్త పాటను కూడా ఆదరిస్తున్నందుకు చాలా సంతోషంగా ఉంది. ఈ పాటను కూడా రిల్స్ థాట్రా వైరల్ చేసి మరింత మంది ప్రేక్షకులకు చేరలా చేయాలని మనస్ఫూర్తిగా కోరుకుంటున్నాను. మా దర్శకుడు హరి గారు ఈ సినిమాను ఎంతో అద్భుతంగా తెరకెక్కించారు.

"సుధీర్స్ జోకర్" లో నటి అభిరామి

పుదయం సినిమా: సుధీర్ హీరోగా నటిస్తున్న కొత్త సినిమా "సుధీర్స్ జోకర్". బిగ్ బాస్ ఫేమి అయిపో ఈ చిత్రంతో హీరోయిన్ గా పరిచయం



"నిరమ్" ట్రైలర్, ఆడియో లాంఛ్



పుదయం సినిమా: ముగిన రామ్, ఫీతి అస్సాని, తాన్వా హోష్ ప్రధాన పాత్రల్లో నటిస్తున్న సినిమా "నిరమ్". ఈ చిత్రాన్ని కె. స్పెర్ సినీమాస్ సమర్పణలో యూనిట్ ఆఫ్ కె స్పెర్ వెంచర్స్ బ్యానర్ పై కె. బిందుమాదవి నిర్మిస్తున్నారు. పి.రాజేష్ కో ప్రొడ్యూసర్ గా వ్యవహరిస్తున్నారు. సరికొత్త ఇన్వెస్టిగేటివ్ డ్రైమ్ థ్రిల్లర్ మూవీ దర్శకుడు బలరామ్ కృష్ణ రూపొందిస్తున్న ఈ సినిమా త్వరలో గ్రాండ్

డియేట్ రిలీజ్ కు రెడీ అవుతోంది. ఈ రోజు "నిరమ్" సినిమా తెలుగు థ్రిల్లర్, ఆడియో లాంఛ్ ఈవెంట్ ను హైదరాబాద్ లో ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో లిరిసిస్ట్ భారతీబాబు మాట్లాడుతూ - ఈ చిత్రంలో నేను రెండు సాంగ్స్ రాశాను. వనమాలి గారు రెండు సాంగ్స్ రాశారు. డైరెక్టర్ బలరామ్ కృష్ణ గారికి తెలుగు బాగా తెలుసు. ఆయన మాతో మంచి సాంగ్స్ రాయించుకున్నారు.