

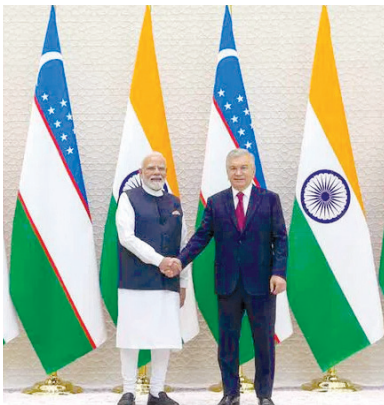
గాంధీభవన్ లో కేబినెట్ వేడి

హైదరాబాద్, ఆగస్టు 30 (పురయం): రాష్ట్ర అటవీ శాఖ మంత్రి కొండా సురేఖ, ఉప ముఖ్యమంత్రి మల్లు భట్టి విక్రమార్కుల పర్యటనల అనంతరం, ముఖ్యమంత్రి ఎ. రేవంత్ రెడ్డి కూడా హాజరైన పర్యటనకు సిద్ధమవుతున్నారు. కేబినెట్ విస్తరణ, రాష్ట్రంలో నెల కొన్న తాజా రాజకీయ పరిణామాలపై చర్చించేందుకు ఆయన సెప్టెంబర్ 3న న్యూఢిల్లీకి వెళ్తున్నట్లు జోరుగా ప్రచారం సాగుతోంది. సెప్టెంబర్ 7 నుంచి రాష్ట్ర అసెంబ్లీ సమావేశాలు ప్రారంభం కానున్న నేపథ్యంలో, సీఎం ప్రతిపాదిత ఢిల్లీ పర్యటన గాంధీభవన్ లో కేబినెట్ విస్తరణ మరియు పునర్వ్యవస్థీకరణపై తీవ్ర ఉత్సాహం

రేకెత్తిస్తోంది. వివాదాల నడుమ ఢిల్లీకి సీఎం పయనముఖ్యమంత్రి కొండా సురేఖ కుమార్ కొండా సునీత చేసిన ఆరోపణలు తీవ్ర వివాదాస్పదమైన సంగతి తెలిసిందే. ఈ క్రమంలోనే కొండా సురేఖ బెంగళూరులో ఏజెన్సీ అధ్యక్షుడు మల్లికార్జున ఖార్జీతో భేటీ కాగా, ఆ తర్వాత కొద్ది రోజులకే ఢిల్లీకి సీఎం భట్టి విక్రమార్కు కూడా ఖార్జీను కలిశారు. మరోవైపు, ఈ ఎపి సోషల్ టీవీ సీ క్రమశిక్షణా కమిటీ ఇప్పటికే తమ నివేదికను టీవీ సీ అధ్యక్షుడు మహేష్ కుమార్ గౌడ్ కు సమర్పించింది. అయితే ఈ నివేదికను పరిశీలన కోసం ఏజెన్సీకి పంపారో లేదో ఇంకా స్పష్టత రాలేదు. ఈ పరిణామాల

ఉజ్బెకిస్తాన్ తో వ్యూహాత్మక భాగస్వామ్యం బలోపేతం

యురేనియం సరఫరాకు ప్రధాని మోదీ శ్రీకారం



తాష్కెంట్, ఆగస్టు 30 : భారత్, ఉజ్బెకిస్తాన్ దేశాల మధ్య దౌత్య, ఆర్థిక సంబంధాలు కొత్త పుంతలు తొక్కాయి. రెండు దేశాల మధ్య ద్వీకా లిక యురేనియం సరఫరా ఒప్పందం కుదరనున్నట్లు ప్రధాని సరేంద్ర మోదీ వెల్లడించారు. ఉజ్బెకిస్తాన్ రాజధాని తాష్కెంట్ లో ఆ దేశ అధ్యక్షుడు షవ్కత్ మిర్జియోయెవ్ జరిగిన ద్వైపాక్షిక ప్రతినిధుల స్థాయి చర్చల్లో ప్రధాని మోదీ ఈ కీలక విషయాన్ని వెల్లడించారు. యురేనియం సరఫరాకు సుదీర్ఘకాల ఒప్పందం భారత ఇంధన అవసరాల దృష్ట్యా ఉజ్బెకిస్తాన్ నుంచి దీర్ఘకాలిక ప్రాతిపదికన యురేనియం పొందేందుకు

ఒప్పందం కుదుర్చుకుంటున్నట్లు ప్రధాని మోదీ తెలిపారు. దీనితో పాటు రెండు దేశాలకు చెందిన మూడు జంట నగరాలు (సిస్టర్ సిటీస్), జంట రాష్ట్రాల (సిస్టర్ స్టేట్స్) అనుసంధానానికి సంబంధించి తుది రూపునిస్తున్నామన్నారు. ఉజ్బెకిస్తాన్లో 'న్యూ తాష్కెంట్' తరహా భారీ ప్రాజెక్టులు జరుగుతున్నట్లే, గుజరాత్ వేదికగా 'గిఫ్ట్ సిటీ'ని తీర్చిదిద్దామని గుర్తుచేశారు. ఈ సాంకేతిక పరిజ్ఞానం, విధానాలను పరిశీలించేందుకు ఉజ్బెకిస్తాన్ ప్రతినిధి బృందం భారత్ లో పర్యటించాలని ఆయన ఆహ్వానించారు. మంత్రుల స్థాయిలో సమన్వయమందలి ఇరు దేశాల మధ్య అన్ని రంగాల్లో

భాగస్వామ్యాన్ని పరస్పర క్షేపించేందుకు విదేశాంగ మంత్రుల స్థాయిలో ప్రత్యేక సమన్వయ మండలి (కోఆర్డినేషన్ కౌన్సిల్)ను ఏర్పాటు చేయాలని నిర్ణయించినట్లు ప్రధాని తెలిపారు. ఇప్పటివరకు కార్యదర్శుల స్థాయిలో ఉన్న 'జాయింట్ కమిషన్'ను ఇకపై మంత్రిత్వ శాఖల స్థాయికి పెంచుతున్నట్లు స్పష్టం చేశారు. అలాగే ఇరు దేశాల వ్యాపార వేత్తలతో త్వరలోనే సంయుక్తంగా 'బిజినెస్ సమితి' నిర్వహిస్తామన్నారు. ద్వైపాక్షిక ఆర్థిక బంధాన్ని బలోపేతం చేసేందుకు ఉజ్బెకిస్తాన్ అధ్యక్షుడు ఒక పుస్తకాన్ని రూపొందించడంపై మోదీ ప్రశంసలు కురిపించారు.

భారతీయుల హృదయాల్లో చెరచిన స్థానం
తనకు లభించిన ఘన స్వాగతంపై ప్రధాని మోదీ హర్షం వ్యక్తం చేశారు. "సిన్ధుటి విందు కార్యక్రమంలో అధ్యక్షుడు మిర్జియోయెవ్ చూపించిన ఆతిథ్యం నన్ను ఎంతగానో ఆకట్టుకుంది. ఉజ్బెకిస్తాన్ చిన్నాల్లు భారతీయ పౌరులకు స్వత్యం చేస్తుంటే సాక్షాత్తునా స్వరాష్ట్రం గుజరాత్ కళ్లముందు మెదిలివస్తుంది. నగరమంతటా భారత త్రివర్ణ పతాకాలతో శోభిస్తున్నానని తీర్చిదిద్దడం భారత్ పట్ల మీకున్న అభిమానానికి నిదర్శనం" అని ప్రధాని కొనియాడారు.

మత్తుకు దూరం.. ఉజ్వల భవిష్యత్తుకు మార్గం

న్యూఢిల్లీ, ఆగస్టు 30 (ఎఎంఎన్): క్షణికావధానిగా ఇచ్చే మత్తు పదార్థాలు యువత ఉజ్వల భవిష్యత్తును నాశనం చేసి, జీవితాలను అందకారంలోకి నెట్టివేస్తాయని ప్రధాని సరేంద్ర మోదీ, తీవ్ర ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. ఆదివారం నాటి 'మన కీ జాత్' 137వ కార్యక్రమంలో ఆయన ప్రసంగిస్తూ.. మోదీ క్రమ పృథురహిత భారత్ వికాస పథకం ప్రతి ఒక్కరూ నడుం బిగించాలని పిలుపునిచ్చారు. మత్తు బారిన పడకుండా ఉండేందుకు యువత శారీరక, మానసిక దృఢత్వాన్ని పెంపొందించుకోవాలన్నారు. ప్రగతిక పృథురకం

గా సోషల్ మీడియా వేదికగా విరివిగా అవగాహన కల్పించాలని యూట్యూబర్లు, కంటెంట్ క్రియేటర్లు సూచించారు. 'సమా ముక్తి యువ పరీ వికసిత భారత్' సంతక ఆభియాన్ కు యువత నుంచి విశేష స్పందన లభిస్తోందని తెలిపారు. వ్యవసాయం బయటపడిన వారిని సమాజం ఆదరించి గౌరవించాలని, యోగా, ధ్యానం, ఆత్మవిశ్వాసంతో మత్తు దూరంగా ఉండవచ్చని పేర్కొన్నారు. వీధి వ్యాపారులకు 'స్వనిధి' కొండంత ఆందోళన కేంద్ర ప్రభుత్వం ప్రవేశపెట్టిన 'పీఎం స్వనిధి యోజనా' పథకం

వీధి వ్యాపారులకు, ముఖ్యంగా మహిళా సాధికారతకు ఎంతో దోహదపడుతోందని ప్రధాని గుర్తుచేశారు. ఈ పథకం ద్వారా లబ్ధి పొందిన వారిలో దాదాపు 46 శాతం మంది మహిళలే ఉన్నారని, వారు తమ వ్యాపారాలను విస్తరించుకుంటూ ఆర్థికంగా నిలదొక్కుకుంటున్నారని హర్షం వ్యక్తం చేశారు. ప్రధాని మోదీకి ఉజ్బెకిస్తాన్ అత్యున్నత పురస్కారం ప్రధాని సరేంద్ర మోదీకి మరో ఉత్తర్రాతీయ గౌరవం దక్కింది. ఉజ్బెకిస్తాన్ అత్యున్నత పురస్కారమైన 'ఓర్డెన్ ధర్మాబి దస్తికె'ను ఆ దేశ అధ్యక్షుడు

హైదరాబాద్, ఆగస్టు 30 (పురయం): రాష్ట్రంలో విలువైన ప్రభుత్వ భూములను ప్రైవేట్ వ్యక్తులకు తక్కువ ధరలకు కట్టబెట్టే పర్యటన తక్షణమే నిలిపివేయాలని డిమాండ్ చేస్తూ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డికి మాజీ మంత్రి, బీజేపీ ఎన్ జాతీయ నాయకుడు హరీశ్ రావు లేఖ రాశారు. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ప్రజాధనాన్ని, ప్రభుత్వ ఆస్తులను రియల్ ఎస్టేట్ వ్యాపారాల మా ర్గేస్తోందని ఆయన తీవ్రస్థాయిలో ధ్వజమెత్తారు. ఆజామాబాద్ భూమి కేటాయింపులో భారీ అక్రమాలపై రాజాబాద్ నగరం నడిపాడున ఉన్న ఆజామాబాద్ లో సుమారు రూ. 500 కోట్ల మార్కెట్ విలువ కలిగిన ప్రభుత్వ భూమిని కేవలం రూ. 87 కోట్ల అతి తక్కువ మొత్తానికి ప్రైవేట్

వ్యక్తులకు ధారాదత్తం చేసేందుకు ప్రభుత్వం సిద్ధపడిందని హరీశ్ రావు లేఖలో ఆరోపించారు. ప్రభుత్వ రంగ సంస్థ అయిన 'తెలంగాణ అయిల్ ఫెడ్' నడరు భూమికి రూ. 87 కోట్లు చెల్లించి కొనుగోలు చేయడానికి సముఖత వ్యక్తం చేసినప్పటికీ, దాన్ని పక్కనబెట్టి మరీ ప్రైవేట్ వ్యక్తుల లబ్ధి కోసం కట్టబెట్టడం వెనుక పెట్టిన అక్రమాల జరుగుతున్నాయని విమర్శించారు. రియల్ ఎస్టేట్ ఏజెన్సీగా ప్రభుత్వం పాలనపై దృష్టి సారించాలని రేవంత్ సర్కారు ఒక 'రియల్ ఎస్టేట్ ఏజెన్సీ'లా వ్యవహరిస్తోందని మాజీ మంత్రి ఎద్దేవా చేశారు. ప్రభుత్వ ఆస్తుల పరిరక్షణను విస్మరించి, కార్పొరేట్ మరియు ప్రైవేట్ వర్గాలకు

రూ. 500 కోట్ల విలువైన భూమి కేవలం రూ. 87 కోట్లకే ధారాదత్తంపై హరీశ్ రావు ఫైర్



అనుకూలంగా నిర్ణయాలు తీసుకోవడం ప్రజా సంక్షేమానికి విరుద్ధమని స్పష్టం చేశారు. ఆజామాబాద్ భూమి కేటాయింపు నిర్ణయాన్ని వెంటనే

మెగా డీల్ లో రక్షణ శాఖకు 35 శాతం వాటా!

వాషింగ్టన్: అగ్రరాజ్యం అమెరికా రక్షణ శాఖ (పెంటాగన్) సరికొత్త అవతారమెత్తుతుంది. సైనిక వ్యవహారాలు, వ్యూహాత్మక భద్రతకే పరిమితమైన పెంటాగన్.. తాజాగా నేరుగా చమురు వ్యాపారంలోకి అడుగుపెట్టేందుకు సిద్ధమైంది. అమెరికా వెనిజువెలా దేశాల మధ్య కుదిరిన చారిత్రక చమురు ఒప్పందంలో పెంటాగన్ కు భారీ వాటా దక్కుతుందంటే ఇందుకు కారణం. ఆ దేశానికి చెందిన ఓ ప్రముఖ పత్రిక ప్రచురించిన కథనం ప్రకారం, ఈ ఒప్పందం ద్వారా అమెరికాకు లభించే మొత్తం చమురులో ఏకంగా 35 శాతం వాటాను పెంటాగన్ కేటాయించనున్నారు. పెంటాగన్ వాక్యం.. ఖర్చు ఎన్నో పాత్ర అమెరికా రక్షణ శాఖకు చెందిన స్ట్రాటజిక్ కాపిల్ లో స్టాన్స్ విభాగానికి 'నార్త్ అమెరికన్ ఖైన్ ఎస్ట్రీ ప్యావర్న్' సంస్థలో పెన్సిల్వేనియా ద్వారా భాగస్వామ్యం లభించనుంది. దీని ఫలితంగా భవిష్యత్తులో ఉత్పత్తి అయ్యే చమురు పరిమాణంలో, ఉత్పత్తి ప్యూయంలో 20 శాతాన్ని నేరుగా కొనుగోలు చేసే ప్రత్యేక హక్కులు పెంటాగన్ కు లభిస్తాయి.

42 రైల్వే స్టేషన్ల ఆధునికీకరణ

- రూ. 27 కోట్లతో వికారాబాద్ రైల్వే స్టేషన్ రూపురేఖలు మార్పుతాం
- ఎంపీ కొండా విశ్వేశ్వరరెడ్డితో కలిసి కేంద్రమంత్రి తనిఖీ

వికారాబాద్, ఆగస్టు 30 (పురయం): వికారాబాద్ రైల్వే స్టేషన్ లో రూ. 27 కోట్ల అంచనా వ్యయంతో చేపడుతున్న ఆధునికీకరణ పనులను కేంద్రమంత్రి జి. కిషన్ రెడ్డి, చేపెట్టే ఎంపీ కొండా విశ్వేశ్వరరెడ్డితో కలిసి ఆదివారం స్యయంగా పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా పనుల పురోగతిపై సంబంధిత అధికారులతో సమీక్ష నిర్వహించి, పనుల సూచనలు చేశారు. ప్రయాణికుల మెరుగైన వసతులు అందేలా ఎలాంటి రాజీ లేకుండా నాణ్యతా ప్రమాణాలను పాటించాలని, అనుకున్న సమయానికి పనులను పూర్తి చేయాలని ఆదేశించారు. అనంతరం కేంద్రమంత్రి కిషన్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ.. ఎమ్మెల్యే భారత్ పథకం కింద తెలంగాణ వ్యాప్తంగా ఏక కాలంలో 42 రైల్వే స్టేషన్లను అభివృద్ధి చేస్తున్నట్లు వెల్లడించారు. అందులో భాగంగానే వికారాబాద్ రైల్వే స్టేషన్ ను రూ. 27 కోట్లతో సర్వాంగ సుందరంగా



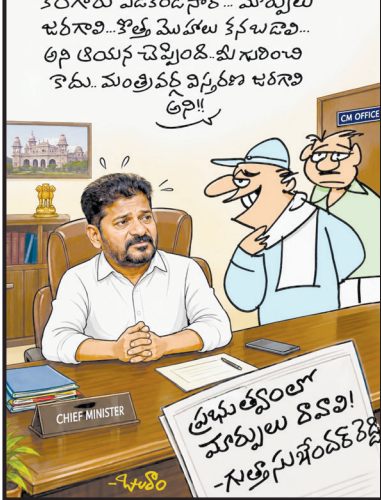
తీర్చిదిద్దుతున్నామని తెలిపారు. ప్రయాణికుల సౌకర్యార్థం ఎన్నో లెటర్లు, రెండు లిఫ్టులు, ఆధునిక క్యాంపిన్ నడుపాయంతో పాటు దివ్యాంగుల కోసం ప్రత్యేక వసతులు కల్పిస్తున్నట్లు వివరించారు. ఈ వివాద వివరాలాటికి ఈ పనులన్నింటిని పూర్తి చేసి అందుబాటులోకి తెస్తా

750 దాటిన మృతుల సంఖ్య 3,000 మంది లభ్యం కాని గల్లంతం

బీజింగ్ / ఖాబుండు: టిబెట్ లో సంభవించిన భయంకర భూకంపంపై మంచు కొండచరియల (గ్రేనయర్) విరిగిపాటు, దానికి తోడ్పడిన వరదలు, బురద ప్రవాహాలు సరిహద్దు ప్రాంతాల్లో మహా విధ్వంసాన్ని సృష్టించాయి. అయితే, ఈ భయనక ఘటనకు సంబంధించిన దృశ్యాలు, వీడియోలు బయటకు రాకుండా చైనా ప్రభుత్వం సోషల్ మీడియా ప్లాట్ ఫారమ్ ల నుంచి తీవ్రస్థాయిలో తొలగిస్తున్నట్లు అంతర్జాతీయ పత్రిక 'ది బ్రిష్ టైమ్స్' ఇజ్రాయెల్ కథనం వెల్లడించింది. **నదుల్లో ఉప్పొంగిని బురద ప్రవాహం.. 750 మంది బలి**
ఆగస్టు 26న టిబెట్ లో సంభవించిన గ్రేనయర్ కూలిపోవడం వల్ల లేండ్ షోలా గుండా విపరీతమైన బురద, రాళ్లు, నీరు వచ్చిపడ్డాయి. ఈ ప్రవాహం మట్టి తవ్వకాలు జరిపిన లోతైన గుంతల్లో ప్రమాదవశాత్తూ చీకటిలో నేపాల్ టిబెట్ సరిహద్దు ప్రాంతాల్లో ఊహించని నష్టం వాటిల్లింది. ఈ ఘోర విపత్తు కారణంగా నేపాల్ టిబెట్ ప్రాంతాల్లో ఆదివారం నాటికి

సంయుక్త మరణాల సంఖ్య 750కి చేరింది. సుమారు 3,000 మందికి కొండచరియల (గ్రేనయర్) విరిగిపాటు, దానికి తోడ్పడిన వరదలు, బురద ప్రవాహాలు సరిహద్దు ప్రాంతాల్లో మహా విధ్వంసాన్ని సృష్టించాయి. అయితే, ఈ భయనక ఘటనకు సంబంధించిన దృశ్యాలు, వీడియోలు బయటకు రాకుండా చైనా ప్రభుత్వం సోషల్ మీడియా ప్లాట్ ఫారమ్ ల నుంచి తీవ్రస్థాయిలో తొలగిస్తున్నట్లు అంతర్జాతీయ పత్రిక 'ది బ్రిష్ టైమ్స్' ఇజ్రాయెల్ కథనం వెల్లడించింది. సామాజిక మాధ్యమాల్లో దృశ్యాల డిలీట్ ప్రమాదం జరిగిన వెంటనే గిర్గోన్ పోర్ట్ వద్ద భవనాలపైకి భారీ ఎత్తున బురద వరద దూసుకొస్తున్న దృశ్యాలు, జనాలు ప్రాణాలు కాపాడుకోవడానికి పరుగులు తీస్తున్న వీడియోలు చైనా సోషల్ మీడియాలో వైరల్ అయ్యాయి. అయితే, ప్రభుత్వం రంగంలోకి దిగి అదృశ్యాలన్నింటినీ తొలగించడం ప్రారంభించింది.

ఇంతే కదా...!



రాఖీ పండుగకు వచ్చి అనంతలోకాలకు..

- పండుగ వేళ ఆరిపోయిన దీపాలు - మొండికుంటలో జారిపడి మృతిచెందిన ఇంటర్, పదో తరగతి విద్యార్థులు

ములుగు, ఆగస్టు 30 (పురయం): జిల్లా కేంద్ర సమీపంలో పెను వివాదం చోటుచేసుకుంది. తండ్రిగారి గడపదానికి వచ్చిన ఇద్దరు అన్నదమ్ములు నీలికుంటలో మునిగి ప్రాణాలు కోల్పోవడంతో ఆ కుటుంబంలో తీవ్ర శోకం అలలముకుంది. స్థానికులు, పోలీసుల వివరాల ప్రకారం.. మంగపేట మండల కమలాపూర్ గ్రామానికి చెందిన మాలాకు యాకాబ్, స్వామి దంపతులకు వినయ్ కిశోర్ (16), రాజేశ్ (14) అనే ఇద్దరు కుమారులు ఉన్నారు. వీరిలో వినయ్ ఇంటర్, రాజేశ్ పదో తరగతి చదువుతున్నారు. రాఖీ పౌర్ణమి పండుగను పురస్కరించుకుని స్వామి తన ఇద్దరి పిల్లలను తీసుకుని ములుగు మునిగిపోయి పరిధిలోని గణేశ్ లాల్ పబ్లిలోని తన పట్టికలోకి వచ్చారు. అనంతరం ఆదివారం సెలవు రోజు కావడం వల్ల

పిల్లలను ఆక్రమించి ఉంచి ఆమె కమలాపూర్ వెళ్ళారు. ఆదివారం సాయంత్రం వేళ బంధువుల అబ్బాయి తో కలిసి వినయ్, రాజేశ్ లు గ్రామానికి దగ్గరలోని మొండికుంట వద్దకు వెళ్ళారు. ఈ క్రమంలో మొరం మట్టి తవ్వకాలు జరిపిన లోతైన గుంతల్లో ప్రమాదవశాత్తూ ఒకరి తర్వాత ఒకరు జారిపడి నీటిలో మునిగిపోయారు. పక్కనే ఉన్న మరో బాలుకు వెంటనే పరుగులు తీస్తూ గ్రామానికి వెళ్లి కుటుంబ సభ్యులు, స్థానికులకు సమాచారం అందించాడు. గ్రామస్థులు హుటాహుటిన కుంట వద్దకు చేరుకుని గాలించినప్పటికీ, అప్పటికే ఆ ఇద్దరు సోదరుల ప్రాణాలు విడిచారు. సమాచారం అందుకున్న పోలీసులు సంఘటనా స్థలానికి చేరుకుని కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు ప్రారంభించారు. కష్టపడి వ్యవసాయ కూలి పనులు చేసుకుంటూ ఇద్దరు కొడు



కులను ప్రయాణికులను చేయాలనుకున్న యాకాబ్ దంపతులు, కళ్లముందే బిడ్డల మృతదేహాలను చూసి కన్నీరుమున్నీరుగా విలసిల్లుతున్న తీరు స్థానికులను తీవ్రంగా కలచివేసింది.

STUDY MBBS ABROAD

Quality Education
Global Recognition

Course Fee Per Year 3 Laks only

USA | CANADA | UK | AUSTRALIA | GERMANY | FRANCE | NEW ZEALAND | MALTA | ITALY | IRELAND |

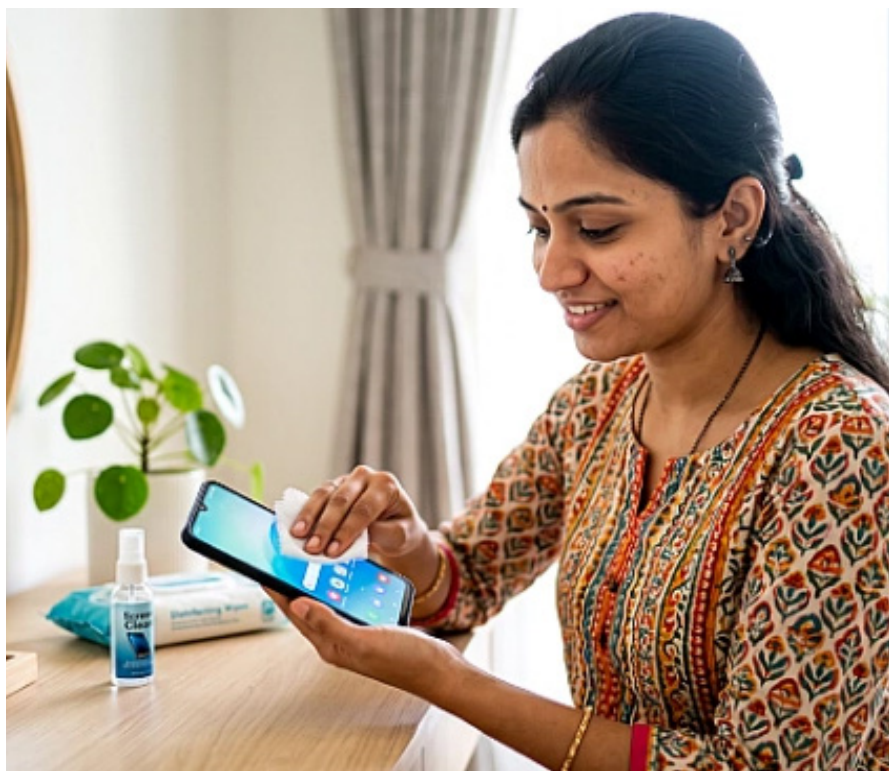
MBBS : UZBEKISTAN | KAZAKHSTAN | KYRGYZSTAN | GEORGIA

GradsUniversity
INTERNATIONAL EDUCATION CENTRE

www.gradsuniverse.com

+91 6301726400

మొటిమల సమస్య వేధిస్తోందా?



కొంతమంది ముఖంపై ఎంత తెలికినా ఒక్క మొటిమైనా కనిపించదు. మేకప్ మాయాజాలం లేకుండానే న్యూచురల్ బ్యూటీసీగా కనిపించేస్తుంటారు. ఇలాంటి వాళ్ళను చూడగానే... అందం కొనసాగిస్తున్న సౌందర్య చికిత్సలు తీసుకుంటారో అని టిప్సుంటుంది. నిజానికి ఈ మహిమంతా చికిత్సలు, చిట్కాల్లో కాదు.. వారు పాలించే రోజువారీ అలవాట్లలో ఉంటుందంటున్నారని నిపుణులు.

సరిగా ముఖాన్ని శుభ్రం చేసుకోకపోవడం కూడా మొటిమలు రావడానికి ఓ కారణమే అంటున్నారని నిపుణులు. ప్రత్యేకించి చెమట పట్టినప్పుడు, రాత్రి పడుకునే ముందు తప్పనిసరిగా ముఖం శుభ్రం చేసుకోవాలంటున్నారు. ఫలితంగా ముఖంపై దుమ్ము,

కృత్రిమ స్వీదనద్రవ

జీరో క్యాలరీలు అని చెప్పి కృత్రిమ స్వీదనద్రవను అధికంగా ఉపయోగిస్తున్నారా.. అయితే జాగ్రత్త..



చక్కెరకు ఆరోగ్యకరమైన ప్రత్యామ్నాయాలుగా చాలామంది భావిస్తుంటారు. ముఖ్యంగా బరువు తగ్గాలని కోరుకునేవారు, మధుమేహం లేదా రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రించుకోవాలనుకునేవారు వీటిని ఎక్కువగా ఉపయోగిస్తుంటారు. అయితే వీటిని దీర్ఘకాలం తీసుకోవడం వల్ల కలిగే ప్రభావాలు పై తాజాగా నిర్వహించిన ఓ అధ్యయనం కొన్ని కీలక విషయాలను వెల్లడించింది. కృత్రిమ స్వీదనద్రవ వినియోగం టైప్-2 మధుమేహం, మెటబాలిక్ సిండ్రోమ్ వంటి సమస్యల ముప్పుతో సంబంధం కలిగి ఉంటుందని పరిశోధన సూచించింది.

ఫ్రాంటియర్స్ ఆఫ్ స్యూటిమస్ జర్నల్లో ప్రచురించిన ఈ మెటా-వి

బరువు

తగ్గేందుకు చాలామంది కేలరీలను లెక్కించడం, ఆహారం పరిమాణాన్ని తగ్గించడం, ఆకలిని నియంత్రించడం వంటి పద్ధతులను అనుసరిస్తుంటారు. అయితే వీటికి భిన్నంగా ఆహారంలో ఎలాంటి పదార్థాలను ఎంచుకుంటున్నామన్నదే కీలకమని తాజా అధ్యయనం సూచిస్తోంది. తక్కువ కొవ్వు, పూర్తిగా మెక్కుల ఆహారంతో ఆహారం తీసుకోవడం ద్వారా కేలరీలను ప్రత్యేకంగా లెక్కించాలని అవసరం లేకుండానే వాటి వినియోగాన్ని తగ్గించుకోవడంతో పాటు బరువును నియంత్రించుకోవచ్చని పరిశోధనలు చెబుతున్నాయి. 16

ఆహారం

మొత్తం బరువులో గణనీయమైన మార్పు కనిపించలేదు. అంటే ఆహారం పరిమాణం పెద్దగా తగ్గించకుండానే కేలరీల వినియోగం తగ్గింది. దీనికి ప్రధాన కారణం ఎనర్జీ డెన్సిటీ అని పరిశోధకులు పేర్కొన్నారు. అంటే ఒక గ్రాము ఆహారంలో ఎన్ని కేలరీలు ఉన్నాయన్నది. కూరగాయలు, పండ్లు, పప్పుధాన్యాలు వంటి మెక్కుల ఆహారంతో అహారంలో నీరు, ఫైబర్ ఎక్కువగా ఉండటం వల్ల వాటిలో ప్రతి గ్రాముకు ఉండే కేలరీలు సాధారణంగా తక్కువగా ఉంటాయి. దీంతో కడుపు నిండేంత ఆహారం తీసుకున్నప్పటికీ మొత్తం కేలరీల వినియోగం తక్కువగా ఉంటుంది. అధ్యయనం ప్రకారం శాశాహార ఆహారం తీసుకున్నవారి ఆహారంలో ఎనర్జీ డెన్సిటీ సుమారు 30 శాతం తగ్గింది. ఎనర్జీ డెన్సిటీ ఎంత ఎక్కువగా తగ్గిందో, అంత ఎక్కువ బరువు తగ్గడంతో

సంబంధం ఉన్నట్లు పరిశోధకులు గుర్తించారు. కేలరీల వినియోగంలో వచ్చిన మార్పులను పరిగణనలోకి తీసుకున్న తర్వాత కూడా ఈ సంబంధం కొనసాగింది. శాశాహార ఆహారంలో మాంసం, పాల ఉత్పత్తులు, గుడ్లు వంటి అధిక కేలరీల సాంద్రత కలిగిన జంతు ఆధారిత ఆహారాలను తగ్గించి, కూరగాయలు, పప్పుధాన్యాలు వంటి తక్కువ కేలరీలు కలిగిన ఆహారాలను ఎక్కువగా తీసుకున్నారు. వీటిలో నీరు, ఫైబర్ ఎక్కువగా ఉండటం వల్ల తక్కువ కేలరీలతోనే ఎక్కువ పరిమాణంలో ఆహారం తీసుకునే అవకాశం ఉంటుంది. అహారంలోని ఎనర్జీ డెన్సిటీ మన ఆకలి, తృప్తిపై కూడా ప్రభావం చూపిస్తుంది. తక్కువ ఎనర్జీ డెన్సిటీ కలిగిన ఆహారాన్ని తీసుకున్నప్పుడు శరీరంలోని సహజమైన ఆకలి నియంత్రణ సంతకాలు మనకు అనుకూలంగా పనిచేస్తాయని పరిశోధనలు సూచిస్తున్నాయి. ఫలితంగా కడుపు నిండిన భావన కలిగినప్పటికీ మొత్తం కేలరీల వినియోగం తగ్గుతుంది. బరువు తగ్గేందుకు సాధారణంగా చిన్న పరిమాణాల్లో తినాలని, కేలరీలను కచ్చితంగా లెక్కించాలని సూచిస్తుంటారు. అయితే ఈ అధ్యయనం ఆహారం పరిమాణాన్ని తగ్గించడం కంటే, ఫైబర్ ఉండే ఆహారాల స్వభావాన్ని మార్చడం మరో మార్గంగా ఉంటుందని సూచిస్తోంది.



చక్కని ఆరోగ్యం

జీర్ణదనం తొలగిపోయి చర్మ రుద్దాలు మూసుకుపోవు.. తద్వారా మొటిమలు ఏర్పడవు. అయితే ఈ క్రమంలో చర్మతక్వానికి సరిపడే ఫేస్ వాష్ ను ఎంచుకోవడమూ ముఖ్యమైనవి చెబుతున్నారు.

టాయిలెట్ నీటి మొబైల్ స్ప్రే ఎక్కువ అపరిశుభ్రంగా ఉంటుందని పలు అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి. ఫోన్ మాట్లాడేటప్పుడు, మొబైల్ ను తాకిన చేతులతోనే ముఖాన్ని ముట్టుకోవడం వల్ల ఈ తీమలు ముఖం పైకి చేరి మొటిమలకు కారణమవుతాయట. ఈ సమస్య దరిచేరకుండా.. ఫోన్ స్ప్రే ను ఎప్పటికప్పుడు శానిటైజర్ తో శుభ్రం చేసుకోవడం తప్పనిసరి అంటున్నారు నిపుణులు.

చేతుల్ని పదే పదే ముఖానికి తాకించే అలవాటు కొంతమందికి ఉంటుంది. ఫలితంగా చేతులకున్న తీమలు, మురికి ముఖం పైకి చేరి మొటిమలకు కారణమవుతాయట. అందుకే ముఖం కడుక్కునేటప్పుడు తప్ప అసలు చేతుల్ని ముఖానికి తాకించకుండా జాగ్రత్తపడుంటున్నారు నిపుణులు.

రోజూ వాడే క్రమంలో మన చర్మం, జుట్టు కుళ్ళలో ఉన్న జిడ్డు దిండు కవర్ పైకి చేరుతుంది. అది వాతావరణంలోని దుమ్మును ఆకర్షిస్తుంది. ఈ అవరిత

భ్రమైన దిండ్లనే ఎక్కువ రోజులు వాడడం, ఇతరులు వీటిని ఉపయోగించిన పద్ధ ముఖంపై మొటిమలేస్తాయట.

కాబట్టి

శ్రేష్ఠలో

అమెరికా, యూరప్, జపాన్ కు

చెందిన సుమారు 7.2 లక్షల మంది పెద్దల

సమాచారాన్ని పరిశీలించారు. ఇందులో ఆరు వేర్వేరు

అధ్యయనాలు నుంచి సేకరించిన డేటాను విశ్లేషించారు. ముఖ్యంగా

కృత్రిమ స్వీదనద్రవ పదేశ్లకు పైగా తీసుకున్నవారిలో టైప్-2

మధుమేహం వచ్చే ప్రమాదం 31 శాతం అధికంగా ఉన్నట్లు

జిటీవల ప్రపంచంలో చాలా చోట్ల

హెచ్ 5ఎన్ 1 బర్డ్ ఫ్లూ వైరస్ వ్యాప్తి చెందుతున్న

నేపథ్యంలో ప్రజల్లో అంతోపాడి పెరుగుతోంది.

సాధారణ జలుబు, షూ లక్షణాలాగి ప్రారంభమయ్యే

ఈ వైరస్ సంతృప్తణ అరుదుగా మనుషులకు కూడా

సోకి అవకాశం ఉంటుంది. అయితే మనుషుల మధ్య

వ్యాప్తి చాలా అరుదుగా జరుగుతుందని ఆరోగ్య నిపుణులు

చెబుతున్నారు. ముఖ్యంగా ఈ వ్యాధి సోకిన పక్షులతో సన్నిహిత

తంగా ఉండేవారు మరింత అప్రమత్తంగా ఉండాలి. ప్రారంభ

లక్షణాలను గుర్తించడం, ప్రమాదంలో ఉన్నవారు ఎవరో తెలుసుకో

వడం, సరైన జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం ద్వారా ఇన్ఫ్లెన్సా ముప్పును తగ్గించు

కోవచ్చు. హెచ్ 5ఎన్ 1 బర్డ్ ఫ్లూ అంటే ఏమియనో ఇన్ఫ్లెయెంజా వైరస్ నో ఒక

రకం. ఇది ప్రధానంగా వ్యాధి సోకిన పక్షులు, కోళ్ళు, వాటి విసర్జనలు లేదా రూప

లంతో సన్నిహితంగా ఉండటం ద్వారా వ్యాప్తిస్తుంది. కలుషితమైన పరిసరాలు, పౌల్ట్రీ

ఫారాలు, టైప్ బర్డ్ మార్కెట్ల ద్వారా కూడా వైరస్ గురయ్యే అవకాశం ఉంటుంది. అరుదైన

సందర్భాల్లో మనుషులకు, ఇతర జంతువులకు కూడా ఈ వైరస్ సోకుతుంది. వైరస్ సోకిన

వారానికోసార్వేనా దిండ్ర కవర్లను మార్చుకోవడం, ఎవరి దిండు వాతో వాడుకో

వడం మంచిదంటున్నారు నిపుణులు.

మొటిమల వాధ లేకుండా ఉండాలంటే.. రోజువారీ తీసుకునే

ఆహారం విషయంలోనూ కచ్చితంగా వ్యవహరించాలట. ఈ

క్రమంలో ఆరోగ్యకరమైన ఆహారానికి అధిక ప్రాధాన్యమి

వ్వాలి.

కొంతమందిలో అధిక బరువు

మొటిమల సమస్యకు దారితీసే

అవకాశం ఉందంటున్నారు

నిపుణులు. ఇలాంటి వారి

శరీరంలో ఆండ్రోజెన్లు,

ఇన్సులిన్ స్థాయిలు

ఎక్కువగా ఉంటాయట.

ఇవి మొటిమలు రావడా

నికి కారణమవుతాయట.

కాబట్టి బరువును

అదుపులో ఉంచుకో

వడం వల్ల ఆరోగ్యమే

కాదు.. అందం కూడా

ధరి చేయకుందని చెబు

తున్నారు

నిపుణులు.

కాబట్టి

శ్రేష్ఠలో

అమెరికా, యూరప్, జపాన్ కు

చెందిన సుమారు 7.2 లక్షల మంది పెద్దల

సమాచారాన్ని పరిశీలించారు. ఇందులో ఆరు వేర్వేరు

అధ్యయనాలు నుంచి సేకరించిన డేటాను విశ్లేషించారు. ముఖ్యంగా

కృత్రిమ స్వీదనద్రవ పదేశ్లకు పైగా తీసుకున్నవారిలో టైప్-2

మధుమేహం వచ్చే ప్రమాదం 31 శాతం అధికంగా ఉన్నట్లు

జిటీవల ప్రపంచంలో చాలా చోట్ల

హెచ్ 5ఎన్ 1 బర్డ్ ఫ్లూ వైరస్ వ్యాప్తి చెందుతున్న

నేపథ్యంలో ప్రజల్లో అంతోపాడి పెరుగుతోంది.

సాధారణ జలుబు, షూ లక్షణాలాగి ప్రారంభమయ్యే

ఈ వైరస్ సంతృప్తణ అరుదుగా మనుషులకు కూడా

సోకి అవకాశం ఉంటుంది. అయితే మనుషుల మధ్య

వ్యాప్తి చాలా అరుదుగా జరుగుతుందని ఆరోగ్య నిపుణులు

చెబుతున్నారు. ముఖ్యంగా ఈ వ్యాధి సోకిన పక్షులతో సన్నిహిత

తంగా ఉండేవారు మరింత అప్రమత్తంగా ఉండాలి. ప్రారంభ

లక్షణాలను గుర్తించడం, ప్రమాదంలో ఉన్నవారు ఎవరో తెలుసుకో

వడం, సరైన జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం ద్వారా ఇన్ఫ్లెన్సా ముప్పును తగ్గించు

కోవచ్చు. హెచ్ 5ఎన్ 1 బర్డ్ ఫ్లూ అంటే ఏమియనో ఇన్ఫ్లెయెంజా వైరస్ నో ఒక

రకం. ఇది ప్రధానంగా వ్యాధి సోకిన పక్షులు, కోళ్ళు, వాటి విసర్జనలు లేదా రూప

లంతో సన్నిహితంగా ఉండటం ద్వారా వ్యాప్తిస్తుంది. కలుషితమైన పరిసరాలు, పౌల్ట్రీ

ఫారాలు, టైప్ బర్డ్ మార్కెట్ల ద్వారా కూడా వైరస్ గురయ్యే అవకాశం ఉంటుంది. అరుదైన

సందర్భాల్లో మనుషులకు, ఇతర జంతువులకు కూడా ఈ వైరస్ సోకుతుంది. వైరస్ సోకిన

వారినికోసార్వేనా దిండ్ర కవర్లను మార్చుకోవడం, ఎవరి దిండు వాతో వాడుకో

వడం మంచిదంటున్నారు నిపుణులు.

మొటిమల వాధ లేకుండా ఉండాలంటే.. రోజువారీ తీసుకునే

ఆహారం విషయంలోనూ కచ్చితంగా వ్యవహరించాలట. ఈ

క్రమంలో ఆరోగ్యకరమైన ఆహారానికి అధిక ప్రాధాన్యమి

వ్వాలి.

కొంతమందిలో అధిక బరువు

మొటిమల సమస్యకు దారితీసే

అవకాశం ఉందంటున్నారు

నిపుణులు. ఇలాంటి వారి

శరీరంలో ఆండ్రోజెన్లు,

ఇన్సులిన్ స్థాయిలు

ఎక్కువగా ఉంటాయట.

ఇవి మొటిమలు రావడా

నికి కారణమవుతాయట.

కాబట్టి బరువును

అదుపులో ఉంచుకో

వడం వల్ల ఆరోగ్యమే

కాదు.. అందం కూడా

ధరి చేయకుందని చెబు

తున్నారు

నిపుణులు.

కాబట్టి

శ్రేష్ఠలో

అమెరికా, యూరప్, జపాన్ కు

చెందిన సుమారు 7.2 లక్షల మంది పెద్దల

సమాచారాన్ని పరిశీలించారు. ఇందులో ఆరు వేర్వేరు

అధ్యయనాలు నుంచి సేకరించిన డేటాను విశ్లేషించారు. ముఖ్యంగా

కృత్రిమ స్వీదనద్రవ పదేశ్లకు పైగా తీసుకున్నవారిలో టైప్-2

మధుమేహం వచ్చే ప్రమాదం 31 శాతం అధికంగా ఉన్నట్లు

జిటీవల ప్రపంచంలో చాలా చోట్ల

హెచ్ 5ఎన్ 1 బర్డ్ ఫ్లూ వైరస్ వ్యాప్తి చెందుతున్న

నేపథ్యంలో ప్రజల్లో అంతోపాడి పెరుగుతోంది.

సాధారణ జలుబు, షూ లక్షణాలాగి ప్రారంభమయ్యే

ఈ వైరస్ సంతృప్తణ అరుదుగా మనుషులకు కూడా

సోకి అవకాశం ఉంటుంది. అయితే మనుషుల మధ్య

వ్యాప్తి చాలా అరుదుగా జరుగుతుందని ఆరోగ్య నిపుణులు

చెబుతున్నారు. ముఖ్యంగా ఈ వ్యాధి సోకిన పక్షులతో సన్నిహిత

తంగా ఉండేవారు మరింత అప్రమత్తంగా ఉండాలి. ప్రారంభ

లక్షణాలను గుర్తించడం, ప్రమాదంలో ఉన్నవారు ఎవరో తెలుసుకో

వడం, సరైన జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం ద్వారా ఇన్ఫ్లెన్సా ముప్పును తగ్గించు

కోవచ్చు. హెచ్ 5ఎన్ 1 బర్డ్ ఫ్లూ అంటే ఏమియనో ఇన్ఫ్లెయెంజా వైరస్ నో ఒక

రకం. ఇది ప్రధానంగా వ్యాధి సోకిన పక్షులు, కోళ్ళు, వాటి విసర్జనలు లేదా రూప

లంతో సన్నిహితంగా ఉండటం ద్వారా వ్యాప్తిస్తుంది. కలుషితమైన పరిసరాలు, పౌల్ట్రీ

ఫారాలు, టైప్ బర్డ్ మార్కెట్ల ద్వారా కూడా వైరస్ గురయ్యే అవకాశం ఉంటుంది. అరుదైన

సందర్భాల్లో మనుషులకు, ఇతర జంతువులకు కూడా ఈ వైరస్ సోకుతుంది. వైరస్ సోకిన

వారినికోసార్వేనా దిండ్ర కవర్లను మార్చుకోవడం, ఎవరి దిండు వాతో వాడుకో

వడం మంచిదంటున్నారు నిపుణులు.

మొటిమల వాధ లేకుండా ఉండాలంటే.. రోజువారీ తీసుకునే

ఆహారం విషయంలోనూ కచ్చితంగా వ్యవహరించాలట. ఈ

క్రమంలో ఆరోగ్యకరమైన ఆహారానికి అధిక ప్రాధాన్యమి

వ్వాలి.

కొంతమందిలో అధిక బరువు

మొటిమల సమస్యకు దారితీసే

అవకాశం ఉందంటున్నారు

నిపుణులు. ఇలాంటి వారి

శరీరంలో ఆండ్రోజెన్లు,

ఇన్సులిన్ స్థాయిలు

ఎక్కువగా ఉంటాయట.

ఇవి మొటిమలు రావడా

నికి కారణమవుతాయట.

కాబట్టి బరువును

అదుపులో ఉంచుకో

వడం వల్ల ఆరోగ్యమే

కాదు.. అందం కూడా

ధరి చేయకుందని చెబు

తున్నారు

నిపుణులు.

కాబట్టి

శ్రేష్ఠలో

అమెరికా, యూరప్, జపాన్ కు

చెందిన సుమారు 7.2 లక్షల మంది పెద్దల

సమాచారాన్ని పరిశీలించారు. ఇందులో ఆరు వేర్వేరు

అధ్యయనాలు నుంచి సేకరించిన డేటాను విశ్లేషించారు. ముఖ్యంగా

కృత్రిమ స్వీదనద్రవ పదేశ్లకు పైగా తీసుకున్నవారిలో టైప్-2

మధుమేహం వచ్చే ప్రమాదం 31 శాతం అధికంగా ఉన్నట్లు

జిటీవల ప్రపంచంలో చాలా చోట్ల

హెచ్ 5ఎన్ 1 బర్డ్ ఫ్లూ వైరస్ వ్యాప్తి చెందుతున్న

నేపథ్యంలో ప్రజల్లో అంతోపాడి పెరుగుతోంది.

సాధారణ జలుబు, షూ లక్షణాలాగి ప్రారంభమయ్యే

ఈ వైరస్ సంతృప్తణ అరుదుగా మనుషులకు కూడా

సోకి అవకాశం ఉంటుంది. అయితే మనుషుల మధ్య

వ్యాప్తి చాలా అరుదుగా జరుగుతుందని ఆరోగ్య నిపుణులు

చెబుతున్నారు. ముఖ్యంగా ఈ వ్యాధి సోకిన పక్షులతో సన్నిహిత

తంగా ఉండేవారు మరింత అప్రమత్తంగా ఉండాలి. ప్రారంభ

లక్షణాలను గుర్తించడం, ప్రమాదంలో ఉన్నవారు ఎవరో తెలుసుకో

వడం, సరైన జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం ద్వారా ఇన్ఫ్లెన్సా ముప్పును తగ్గించు

కోవచ్చు. హెచ్ 5ఎన్ 1 బర్డ్ ఫ్లూ అంటే ఏమియనో ఇన్ఫ్లెయెంజా వైరస్ నో ఒక

రకం. ఇది ప్రధానంగా వ్యాధి సోకిన పక్షులు, కోళ్ళు, వాటి విసర్జనలు లేదా రూప

లంతో సన్నిహితంగా ఉండటం ద్వారా వ్యాప్తిస్తుంది. కలుషితమైన పరిసరాలు, పౌల్ట్రీ

ఫారాలు, టైప్ బర్డ్ మార్కెట్ల ద్వారా కూడా వైరస్ గురయ్యే అవకాశం ఉంటుంది. అరుదైన

సందర్భాల్లో మనుషులకు, ఇతర జంతు

"సమ్మర్ హాలిడేస్" 'స్మూల్ సాంగ్' లాంచ్ ఈవెంట్

వుడయం సినిమా: కథా బలమున్న చిత్రాలను ప్రేక్షకులకు అందిస్తూ సక్సెస్ ఫుల్ ప్రొడ్యూసర్ గా, డిస్ట్రిబ్యూటర్ గా పేరు తెచ్చుకున్నారూ ధీరజ్ ముగిలిసేని. ఆయన తన ధీరజ్ ముగిలి నేని ఎంటర్టైన్ మెంట్స్ బ్యానర్ పై "సమ్మర్ హాలిడేస్" అనే చిత్రాన్ని మూవీస్ నిర్మిస్తున్నారు. "సమ్మర్ హాలిడేస్" సినిమాను మన చిన్ననాటి జ్ఞాపకాలను గుర్తుచేసే ఒక అందమైన కథతో దర్శకుడు శ్రీకర్ దూపొందిస్తున్నారు. ఈ చిత్రంలో మ్యాస్టర్ రోహన్, మ్యాస్టర్ అరుణ్, బేబీ ఖుషి కీలక పాత్రల్లో నటిస్తున్నారు. త్వరలోనే "సమ్మర్ హాలిడేస్" సినిమా గ్రాండ్ థియేట్రీ కల్ రిలీజ్ కు రెడీ అవుతోంది. ఈ రోజు హైదరాబాద్ లో జరిగిన ఈవెంట్ లో ఈ సినిమాలోని 'స్మూల్ సాంగ్'.. రిలీజ్ చేశారు. సందడిగా సాగిన ఈ కార్యక్రమం లో కొరియోగ్రాఫర్ ఆట సందీప్ మాట్లాడుతూ - 'స్మూల్ సాంగ్..' కు ద్యాన్స్ కంపోజ్ చేయడాన్ని ఎంజాయ్ చేశాను. ఈ పాటకు కొరియోగ్రాఫ్ చేసే ముందు డైరెక్టర్ శ్రీకర్ ఈ పాట ముందు వెనక ఉండే స్క్రీన్ చూపించాడు. ఆ బ్యాటిఫుల్ స్క్రీన్ నన్ను ఇన్స్పైర్ చేశాయి. సింజిల్ కంపోజ్ చేసిన సాంగ్ మానీ ఎగ్జిట్ అయ్యాను. ఆ మ్యూజిక్ కు తగినట్లు స్టైల్డ్ రూపకల్పన చేశాను. డైరెక్టర్ టెక్నికల్స్ మంచి హుక్ స్టెప్స్ డిజైన్ చేశాను. పిల్లలతో పాటు తల్లిదండ్రులు అంతా చూడాలిని చిత్రమిది. సినిమాలో బ్యాటిఫుల్ ఎమోషన్స్ మిమ్మల్ని ఆకట్టుకుంటాయి. అన్నారు. మ్యూజిక్ డైరెక్టర్ సింజిల్ యెర్రమల్లి మాట్లాడుతూ - పిల్లలతో ఒక పూర్తి పాట పాడించాలనేది నా డ్రీమ్. ఆ కోరిక ఈ సినిమాతో తీరింది. సింగర్ విశ్వదాస్ ఈ పాటను ఎంతో అందంగా పాడాడు. జి సరిగమపా విన్యర్ ఆ అబ్బాయి. అతనికి తొలి పాట ఇది. ఈ పాటకు కొరియోగ్రాఫ్ చాలా ఇంప్రెస్సివ్. సందీప్ మంచి హుక్ స్టెప్స్ ఇచ్చారు. ఈ సినిమా చాలా బాగా వచ్చింది. మూవీ మీ



సినిమా చేయాలంటే గట్స్ కావాలి. ఆ అభిరుచి, సాహసం మా ధీరజ్ గారిలో ఉన్నాయి. శ్రీకర్ ఈ చిత్రాన్ని బ్యాటిఫుల్ ఎమోషన్స్ తో రూపొందించారు. సింజిల్ కంపోజ్ చేసిన సాంగ్ ను తన కొరియోగ్రాఫీతో సందీప్ మరింత ఆకట్టుకునేలా చేశారు. అన్నారు. చైల్డ్ ఆర్టిస్ట్ అరుణ్ మాట్లాడుతూ - మా మూవీ సాంగ్ లాంచ్ కు వచ్చిన ప్రతి ఒక్కరికీ థ్యాంక్స్ పిల్లలుగా మాకు చదువులు, ఆటలు, పేరెంట్స్ తో అనుబంధం అంతా ఈ పాటలో డైరెక్టర్ శ్రీకర్ గారు చూపించారు. నా వయసు పిల్లలంతా ఈ పాటతో బాగా కనెక్ట్ అవుతారు. ఈ పాటలో నేను పడిన ఎమోషన్స్ అన్నీ ప్రతి పిల్లాడిలోనూ కనిపిస్తాయి. ధీరజ్ ఒక సోదరుడిలా మిమ్మల్ని చూసుకున్నారు.



'ఇరుముడి' సెన్సేషనల్ రన్..

వుడయం సినిమా: మాస్ మహారాజు రవితేజ 'ఇరుముడి' బాక్సాఫీస్ దగ్గర సెన్సేషనల్ రన్ కొనసాగిస్తోంది. అద్భుతమైన మూవీతో దూసుకెళ్తున్న ఈ సినిమా రెండో వారంలోనూ స్టాంగ్ కలెక్షన్స్ నమోదు చేస్తోంది. వీకెండ్ లో వసూళ్లు మరింతగా పెరిగాయి. శివ నిర్వాణ దర్శకత్వంలో తెరకెక్కిన ఈ సినిమా బాక్సాఫీస్ దగ్గర తన జోరును కొనసాగిస్తోంది. ఇప్పటికే 'ఇరుముడి' వరల్డ్ వైడ్ గా రూ. 150 కోట్ల గ్రాస్ మార్క్ ను తానే చేసింది. రవితేజ కెరీర్ లో ఇదొక మైలురాయి కావడం విశేషం. ఈ సెన్సేషనల్ రన్ లో నైజాం ఏరియా కీలకంగా నిలిచింది. అక్కడ రూ. 50 కోట్లకు పైగా గ్రాస్ వసూలు చేసింది. మిగతా ఏరియాలోనూ సినిమా ఇంప్రెసివ్ కలెక్షన్స్ తో దూసుకెళ్తోంది. ముఖ్యంగా రిజిస్టర్ సినిమాల్లో బిగ్గెస్ట్ హిట్ లో ఒకటిగా 'ఇరుముడి' నిలిచింది. అలాగే నిర్మాతలు, డిస్ట్రిబ్యూటర్లు, ఎగ్జిక్యూటివ్ లు అత్యంత లాభదాయకమైన థియేట్రీకల్ వెంచర్స్ లో ఒకటిగా నిలుస్తోంది. రెండో వారంలోనూ సినిమాకు అద్భుతమైన రెస్పాన్స్ వస్తోంది. పలు సెంటర్ లో హాస్ పుల్ షోలు కొనసాగుతున్నాయి. ఈరోజు కనిపించిన జోరు రేపు కూడా కొనసాగుతుందని అంచనా వేస్తున్నారు. కొత్త సినిమాల నుంచి పోటీ ఉన్నప్పటికీ ఆడియన్స్ పెద్ద సంఖ్యలో థియేటర్లకు వస్తుండటంతో 'ఇరుముడి' రియల్ బ్లాక్ బస్టర్ గా తన స్థానాన్ని మరింత బలపరుచుకుంటోంది. ఫైనల్ గా మరింత బాల్ కలెక్షన్స్ నమోదు చేసే దిశగా సినిమా వెళ్తోంది.



"టార్జాయిస్" ఫస్ట్ లుక్ పోస్టర్



వుడయం సినిమా: అరుణా చల క్రియేషన్స్ బ్యానర్ పై నిర్మాత కృష్ణ కొమ్మలపాటి సమ్మర్ జులై హర్ రోషన్ ప్రస్తుతం చేస్తున్నాడతన చిత్రం 'తెల్ల కాగితం'. 'కోర్ట్', 'బ్యాండ్ మేజ్' వంటి చిత్రాలతో విజయం సాధించిన హర్ రోషన్ 'తెల్ల కాగితం' సినిమాతో రమేష్ బండ్రెడ్డి దర్శకుడిగా పరిచయం అవుతున్నారు. యూత్ ఫుల్ ఎమోషన్ లు లవ్ ఎంటర్టైన్ గా రానున్న ఈ సినిమాపై ఇప్పటికే మంచి హైప్ క్రియేట్ అయింది. ఫస్ట్ లుక్ పోస్టర్, 'చిలకా' అంటూ సాగే ఫస్ట్ సింగిల్ అన్నీ కూడా ప్రేక్షకుల్లో అంచనాల్ని పెంచేశాయి. ఇక తాజాగా ఈ మావీకి సంబంధించిన రిలీజ్ డేట్ ను ప్రకటించారు. 'తెల్ల కాగితం' అక్టోబర్ 2న ఘనంగా విడుదల కానుంది. రిలీజ్ డేట్ పోస్టర్ ప్రస్తుతం అందరిలోనూ ఇంట్రెస్టును కలిగించేలా ఉంది. ఇందులో హర్ రోషన్, నక్షత్ర జంట ఎంతో క్యూట్ గా కనిపిస్తోంది. పోస్టర్ లో చూపించిన ఆ వర్షపు చినుకులు, గొడుగులా అడ్డుగా పెట్టుకున్న అరిటాకు, హీరోహీరోయిన్ లు క్లౌడ్స్ అన్నీ కూడా ఎంతో సహజంగా అనిపిస్తున్నాయి. ప్రమాషన్ ల్ కంటెంట్ తో అంచనాలు పెంచిన 'తెల్ల కాగితం' బాక్సాఫీస్ వద్ద మంచి ప్రభావాన్ని చూపించేలా ఉంది. 'సామజవరగమన', 'నారి నారి నడుమ మురారి' వంటి విజయ వంతమైన విశేషాత్మక చిత్రాలకు సహ-రచయితగా గుర్తింపు పొందిన టాలెంటెడ్ రైటర్ నందు సవిగాన ఈ చిత్రానికి కథను అందించారు. కథను రూపొందించడమే కాకుండా స్క్రీన్ ప్లే, సంభాషణలను కూడా రాశారు. 'బేబీ' వంటి చార్టర్ బస్ట్ ఆల్బమ్ ను ఇచ్చి విజయవంతంగా దూసుకుపోతోన్న మ్యూజిక్ డైరెక్టర్ విజయ్ బుల్లానిన్ ఈ సినిమాకి సంగీతం అందిస్తున్నారు. ప్రఖ్యాత సినిమాలో గ్రాఫర్ కె.వి. గుహన్ కెమెరా మేన్ గా, కార్తీక్ శ్రీనివాస్ ఎడిటర్ గా ఈ చిత్రానికి వనిచేస్తున్నారు.



'ముగ్గురు కోతులు' టైటిల్ సాంగ్



ఓరియెంటల్ సినిమా రాసుందని ఈ పాటను చూసిన అర్ధం అవుతోంది. క్యాబ్ టూర్స్ కి, హీరోలు చేసే అల్లరి పనులకు ఆడియెన్స్ ఫిదా అయ్యేలా కనిపిస్తున్నారు. ఇక ఈ పాటకు జగదీష్ బిసుబిసుబి లు సాహిత్యం, చైతన్య గన్నవరపు గాత్రం ప్రధాన ఆకర్షణగా నిలిచేలా ఉంది. ఈ చిత్రానికి సంబంధించిన షూటింగ్ శరవేగంగా జరుగుతోంది. ఈ

వుడయం సినిమా: జీవితీయ క్రియేషన్స్ సమ్మర్ జులై స్పైడ్ నెట్ వర్క్ ను సహ సమ్మర్ జులై కో భారాణి గిరిమెల్ల సీనియర్ కార్మిక్ గిరిమెల్ల తెరకెక్కిస్తున్న చిత్రం 'ముగ్గురు కోతులు'. ఈ మావీలో తేజ కొండపల్లి, గణేష్ బొడ్డ, దేవాన్ ముఖ్య పాత్రల్ని పోషిస్తుండగా.. పరక పాత్ర పోషిస్తున్నానని నటిస్తున్నారు. ఈ మావీకి సంబంధించిన ఫస్ట్ లుక్ పోస్టర్ ఇప్పటికే అందరినీ ఆకట్టుకుంది. ఇక తాజాగా మరో అప్డేట్ ఇచ్చారు. ఈ సినిమా నుంచి రీసెంట్ గా టైటిల్ సాంగ్ ను రిలీజ్ చేశారు. 'ముగ్గురు కోతులు' అంటూ సాగిన ఈ వీడియో సాంగ్ లో ముగ్గురు హీరోలు ఫుల్ ఎంజాయ్ చేస్తూ కనిపిస్తున్నారు. బ్యాచిలర్, సింగిల్ లైఫ్ లు ఎలా ఉంటాయో ఈ వీడియో సాంగ్ లో కనిపిస్తుంది. యూత్ ఫుల్ ఫన్

సినిమాకి ఎస్. సుహాస్ సంగీతాన్ని అందిస్తున్నారు. ఈ మావీకి రాజ్ నోముల కెమెరామెన్ గా, జమీర్ షేక్ ఎడిటర్ గా పర్క్ చేస్తున్నారు. మున్నంగుడు మరిన్ని అప్డేట్ లతో ఆడియెన్స్ ని అలరించేందుకు టీం రెడిగా ఉంది.

'అన్వేషయానా'.. సోనీ లివ్ లో స్ట్రీమింగ్



'అన్వేషయానా' చిత్రం థియేట్రీకల్ రిలీజ్ తర్వాత ఇప్పుడు సోనీ లివ్ లో తెలుగు, తమిళం, మలయాళం, కన్నడ, కాండ్ భాషల్లో స్ట్రీమింగ్ అవుతోంది. ప్రేమ, కామెడి, మన నెటివిటీకి, మన సంస్కృతి, కుటుంబ అనుబంధాల మేజ్ ఎంపికగా రూపొందిన ఈ చిత్రం ఇప్పుడు మరింత విస్తృత ప్రేక్షకులకు చేరువ కానుంది. ప్రేక్షకులు తమ ఇంటి నుంచే ఈ అందమైన కథను ఆస్వాదించే అవకాశం. 5 చెన్నైలోని పెరంబూర్ నేపథ్యంగా తెరకెక్కిన 'అన్వేషయానా' సినిమా కథ, సంప్రదాయాల కట్టుబడి ఉండే ఓ యువకుడి జీవితంలో చోటుచేసుకునే ఊహించని మలుపుతో ఏం జరిగిందనే పాయింట్ చుట్టూ సాగుతుంది.

'సీక్రెట్ సోలర్' ట్రైలర్



నిహాల్ కోదాటి, సూర్య శ్రీనివాస్ హీరోలుగా అక్కి విశ్వనాథ్ రెడ్డి దర్శకత్వంలో రూపొందుతున్న యూనిక్ స్టైల్ డ్రామా 'సీక్రెట్ సోలర్'. మూన్ లైట్ డ్రీమ్స్ బ్యానర్ పై తెరకెక్కిన ఈ చిత్రంలో కమల్ కామరాజు, రమణామ, రంగనలం మహేష్, శ్రీనివాస్ వద్దమాని, శ్రీకాంత్ అయ్యంగార్ కీలక పాత్రలు పోషించారు. ఇప్పటికే ఈ సినిమా ప్రమాషన్ ల్ కంటెంట్ మంచి బజ్ ను క్రియేట్ చేసింది. యూనిక్ కాన్సెప్ట్, ఆకట్టుకునే ఫ్రెజెంటేషన్, యాక్షన్, థ్రిల్, చూపుచే ఎలిమెంట్స్ తో విడుదలైన టీజర్ సినిమాపై అంచనాలను మరింత పెంచింది. సెప్టెంబర్ 18న సినిమా విడుదల కానుంది. తాజాగా మేకర్స్ ట్రైలర్ ను లాంచ్ చేశారు. ట్రైలర్ లాంచ్ ఈవెంట్ కు ముఖ్య అతిథిగా వచ్చి డైరెక్టర్ శైల్ రే కలను మాట్లాడుతూ.. "అందరికీ సమస్యం.. సూర్య శ్రీనివాస్ 'హిట్ 3' సినిమా సమయంలో ఈ సినిమా గురించి చెబుతూ ఉండేవారు. నాకు ఈ ట్రైలర్ చాలా నచ్చింది. ట్రైలర్ లో కష్టం కనిపించింది. చాలా కష్టపడి సినిమాను తీశారు అనే ఫీలింగ్ ట్రైలర్ కలిగించింది. ఇదే క్యాబిల్ సినిమాలో ఉంటే మాత్రం ఖచ్చితంగా తెలుగు ఆడియెన్స్ సపోర్ట్ చేస్తారు. అద్భుతమైన రైటింగ్ తో తీసి చిన్న సినిమా, పెద్ద సినిమా అనే తేడా లేకుండా ఆడియెన్స్ చూస్తారు. నిహాల్ చాలా ఇంటెన్సిటీతో కనిపించాడు. శ్రీనివాస్ నాకు 'హిట్ 3' సినిమా నుంచి తెలుసు. ఆ సినిమా కి చాలా కష్టపడ్డాడు. ఇద్దరూ కూడా చాలా హర్ట్ వర్క్ తో ఈ సినిమా చేశారని అనిపిస్తుంది. ఖచ్చితంగా ప్రేక్షకులు వాళ్లను ఆశ్చర్యించాలని కోరుకుంటున్నాను. సెప్టెంబర్ 18న సినిమా రిలీజ్ అవుతుంది. అందరూ ఇది బిగ్ స్క్రీన్ చూడాలని నాగ్. డైరెక్టర్ విశ్వనాథ్ గారికి కంప్లూమెంట్స్. అర్థ ది వెరీ బెస్ట్ రైటర్. డైరెక్టర్ బిబిఎస్ రవి మాట్లాడుతూ.. "సీక్రెట్ సోలర్ ట్రైలర్ చాలా ఇంటెన్సిటీగా ఉంది. ఈ సినిమా సెన్సార్ లోనే 8 నెలల పాటు ఉందని విన్నాను. కచ్చితంగా అందరికీ నచ్చడం వల్లే సెన్సార్ నుంచి బయటకు వచ్చింది. నిర్మాత ఈ సినిమాకి తన దగ్గర ఉన్న డబ్బులన్నీ ఖర్చుపెట్టి తీశారు. సినిమాపై చాలా ప్యాషన్ ఉంది ఆయనకి. కచ్చితంగా ఈ సినిమా మంచి విజయం సాధించి, ఆయన మరో సినిమా తీయాలని కోరుకుంటున్నాను. కాలబైరస్ మ్యూజిక్ చాలా బాగుంది. చాలా మంచి స్టాంగ్ టీమ్ తో వస్తున్నారు. సినిమా ఖచ్చితంగా పెద్ద విజయం సాధించాలని కోరుకుంటున్నాను. శాన్స్ మాట్లాడుతూ.. అందరికీ సమస్యం.. నిహాల్ నాకు చాలా కోట్ల ఫ్రెండ్. సినిమా కథ నాకు తెలుసు. ఇందులో చాలా బలమైన ఎమోషన్ ఉంది. ఫ్రెండ్షిప్ ఉంది. అది నాకు చాలా నచ్చింది. నిహాల్ ఎవరో సినిమా వచ్చినప్పుడు చాలా మంచి పెర్ఫార్మర్ అని తెలుసు. కష్టాన్ని కూడా చాలా ఎంజాయ్ చేస్తూ ఉంటాడు. నిహాల్ తెలుగు సినిమా ముచ్చటెడ్. తప్పకుండా ఈ సినిమాతో తనకి మరింత మంచి పేరు వస్తుందని నమ్ముతున్నాను.

వుడయం సినిమా: స్టేట్ వాకింగ్ చేస్తున్న యంగ్ హీరో ఎవను అనేది నిన్నటిదాకా సోషల్ మీడియాలో బాగా వైరల్ అయ్యింది. ఆ సన్నివేశం కు తెర దిండుతూ మేకర్స్ ఆ యంగ్ హీరో ఎవను ?, ఆయన సినిమా ఏంటి ? అనేది అనాన్స్ చేశారు. స్టేట్ వాకింగ్ చేస్తున్న యంగ్ హీరో రాజ్ తరుణ్, ఆయన నటిస్తున్న కొత్త సినిమా "టార్జాయిస్" అంటూ మేకర్స్ ఈ రోజు ప్రకటించారు. ఈ మావీ టైటిల్ అనాన్స్ మెంట్ తో పాటు ఫస్ట్ లుక్ పోస్టర్ రిలీజ్ చేశారు. ఈ చిత్రంలో అమృత చౌదరి, అనీశరాల శ్రీనివాస్, ధన్య బాలకృష్ణ ఇతర కీలక పాత్రల్లో నటిస్తున్నారు. "టార్జాయిస్" సినిమాను ఎన్ కే గోల్డెన్ ఆర్ట్స్, ప్రతీష్ట ఎంటర్టైన్మెంట్, ఎన్ ఏ ఎల్ క్రియేషన్స్ బ్యానర్స్ పై విజయ్ చౌదరి, శశిధర్ నల్ల, రామిశెట్టి రాంబాబు నిర్మిస్తున్నారు. "టార్జాయిస్" సినిమాను సన్నెస్, డ్రామా కలిసిని ఇంటెన్స్ యాక్షన్ థ్రిల్లర్ కథతో దర్శకుడు కుమార్, సంతోష్ ఇమ్మడికి ప్రొడ్యూసర్స్ గా వ్యవహరిస్తున్నారు. "టార్జాయిస్" సినిమా టైటిల్ అనాన్స్ మెంట్ సందర్భంగా రిలీజ్ చేసిన ఫస్ట్ లుక్ పోస్టర్ రిలీజ్ చేసిన ఫస్ట్ లుక్ పోస్టర్ క్రియేట్ చేస్తోంది. ఈ పోస్టర్ లో ఒక డేడ్ బాడీ

పక్కన హీరో రాజ్ తరుణ్ రక్తపు మరకలతో కూర్చుని ఉండటం, ఆయన పక్కనే ఒక కత్తి పడి ఉండటం ఆసక్తి రేపుతోంది. రాజురణ్ తన కెరీర్ లో ఇప్పటిదాకా చేయని ఒక కొత్త తరహా ఇంటెన్స్ క్వాంటిటీ ఈ సినిమాలో చేస్తున్నట్లు ఫస్ట్ లుక్ పోస్టర్ తో తెలుస్తోంది. ఈ సినిమాకు సంబంధించిన మరిన్ని అప్డేట్స్ మేకర్స్ త్వరలో వెల్లడించ నున్నారు.

