



ఆ ఓటుబ్యాంకు రాజకీయాల స్వార్థాన్ని వీడి, సమాజంలో సానుకూల మార్పులు తెచ్చే సామాజిక సంస్కరణల వేపే మన అడుగులు పడాలి. గ్రామీణ ఉపాధి, మహిళల స్వయం సమృద్ధి మరియు బలీయమైన మౌలిక వసతులే నవ భారత నిర్మాణానికి బలమైన పునాదులు. ఒకవైపు స్వదేశీ తయారీని, పట్టుబడులను ప్రోత్సహించే 'మేక్ ఇండియా'తో ఆర్థిక పురోగతిని సాధిస్తూ... మరోవైపు గాంధీజీ చూపిన మార్గంలో సామాజిక దురాచారాలను తుడిచిపెట్టాలి. రాజకీయ ప్రయోజనాల కంటే దేశాభివృద్ధి పరమావధిగా ముందుకు సాగుదాం!

- ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ

సంపాదకీయం

భారత ప్రభుత్వ రంగ బ్యాంకింగ్ వ్యవస్థలో రాబోతున్న భారీ మార్పులు దేశవ్యాప్తంగా తీవ్ర చర్చకు దారితీస్తున్నాయి. ఈ పరిణామాలు కొట్టాది మంచి సామాన్య ప్రజలు, రైతులు, కార్మికులు, మధ్యతరగతి వర్గాలు మరియు చిన్నమధ్యతరహా పరిశ్రమల భవిష్యత్తుతో ప్రత్యక్షంగా ముడిపడి ఉన్నాయి. ఏకనిశ్ భారత్ 2047 లక్ష్యాసాధనలో బ్యాంకింగ్ రంగం నిర్వహించాలని పాతపై ఆధ్వర్యం చేయడానికి ఉన్నత స్థాయి కమిటీని ఏర్పాటు చేయనున్నట్లు కేంద్ర ఆర్థిక మంత్రి తన బడ్జెట్ ప్రసంగంలో వెల్లడించారు. దీనికి అనుగుణంగా నిర్వహించిన ఉన్నతాధికారుల సమావేశంలోనూ, అలాగే ప్రపంచంలోనే అత్యంత పెద్ద బదు బ్యాంకుల్లో కనీసం ఒక్కటైన భారతీయ బ్యాంకు ఉండాలంటూ ప్రధాని చేసిన ప్రసంగంలోనూ రాబోయే సంస్కరణల దిశ స్పష్టమైంది. అయితే, బ్యాంకుల పరిమాణాన్ని పెంచడం మరియు ఆర్థిక వ్యవస్థను విస్తరించడం ప్రాధాన్యంగా మారిన వేళ, సామాన్యుల పొదుపునకు భద్రత కల్పించడం, వ్యవసాయం మరియు చిన్న తరహా పరిశ్రమలకు చౌకగా రుణాలు అందించడం వంటి ప్రాథమిక అక్షయాల పక్కకు పోతున్నాయనే

అందోళన వ్యక్తమవుతోంది. సామాన్యుల పొదుపుపై పెద్దా.. ఎన్ఐఏఐ ఫెసిల్ గుత్తాధిపత్యం ప్రభుత్వ రంగ బ్యాంకుల్లో ఉండి డిమాండ్లలో అధిక భాగం సామాన్య ప్రజలు, ఉద్యోగులు మరియు విశ్రాంత ఉద్యోగులు తమ భవిష్యత్తు అవసరాల కోసం దాచుకున్న సొమ్మే. ప్రస్తుతం పొదుపు ఖాతాలపై బ్యాంకులు ఇస్తున్న పట్టి రేట్లు ప్రవృత్తిగతం కంటే చాలా తక్కువగా ఉండటంతో సామాన్యుడి దాచిన డబ్బు విలువ రోజురోజుకూ క్షీణిస్తోంది. మరోవైపు ప్రాధాన్యతా రంగాలకు నేరుగా చౌక పట్టిక రుణాలు ఇవ్వాలని బ్యాంకులు, ఆ నిధులను పెద్ద ఎత్తున నాణీబ్యాంకింగ్ పై నాణ్యుల్లో కంపెనీలకు మళ్లిస్తున్నాయి. ఆ సంస్థలు అదే డబ్బును సామాన్యులకు, నిరుద్యోగులకు 20 నుండి 30 శాతం వరకు అత్యధిక పట్టికల అప్పులుగా ఇస్తూ భారీగా లాభపడుతున్నాయి. బ్యాంకులే నేరుగా తక్కువ పట్టిక రుణాలు ఇచ్చే అవకాశమున్నా, మధ్య వర్గవర్గ సంస్థలను ప్రోత్సహించడం వల్ల సామాన్య కుటుంబాలు అప్పుల ఊబిలో కూరుకుపోతున్నాయి. దీనిని తోడు భారాల్లో కనీస నిధులు లేవనే నెపంతో నిరుద్యోగ భారాదుల నుండి పెనాల్టీల రూపంలో వేల

కోట్ల రూపాయలను వసూలు చేయడం తీవ్ర అన్యాయమనే విమర్శలు వ్యక్తమవుతున్నాయి. ఉద్యోగాల భరితీ తీవ్ర నిర్లక్ష్యం.. పెరిగిన అభద్రత ప్రభుత్వ రంగ సంస్థలు ఇతర యాజమాన్యాలకు ఆదర్శంగా నిలవాలని భావ్యత ఉంది. కానీ ప్రస్తుత బ్యాంకింగ్ వ్యవస్థలో శాశ్వత ప్రాతిపదికన ఉద్యోగులను నియమించుకుందా తాత్కాలిక, కాంట్రాక్టు మరియు అవుట్ సోర్సింగ్ పద్ధతుల్లో పనులు కాని చేస్తున్నారు. వీరికి సరైన వేతనాలు గానీ, ఉద్యోగ భద్రత గానీ లభించడం లేదు. బ్యాంకింగ్ రంగంలో లక్షలాది శాశ్వత ఉద్యోగాలు ఖాళీగా ఉన్నప్పటికీ, ప్రభుత్వం ఆ పోస్టులను భర్తీ చేయకపోవడం వల్ల నిరుద్యోగ యువతకు ఉపాధి అవకాశాలు దూరం అవుతున్నాయి. ఖాళీగా ఉన్న పోస్టులను పూర్తిస్థాయిలో భర్తీ చేస్తే యువత కొనుగోలు శక్తి పెరిగి, దేశ ఆర్థిక వ్యవస్థ మరింత బలోపేతం అయ్యే అవకాశం ఉంది. కార్పొరేట్ రుణాల మామీ.. శ్రమదోషిడి చట్టబద్ధత మొండి బాకీలను సమర్థవంతంగా పనులు చేపానునీ తీసుకొచ్చిన ఇన్ఫర్మేషన్ చట్టాలు, ట్రిబ్యునళ్లు వివరాల పెద్ద కంపెనీల రుణాలను రద్దు చేయడానికి ఉపయోగిస్తున్నారనే ఆరోపణలు వెల్లువెత్తుతున్నాయి. బడా

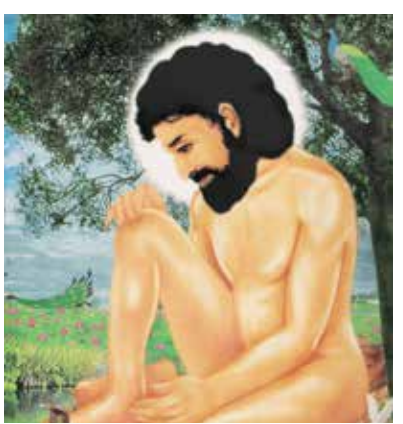
వే'మన' పద్యం

అన్నమిడుటకన్న అధిక దానంబుల

నెన్ని చేయనేమి యెన్నబోరు

అన్నమెన్న జీవనాధారమగునయా

విశ్వదాభిరామ వినురవేమ.



రచనలు పంపండి

ప్రదయం సాహిత్య పేజీ 'ఉప్ప' కు సాహిత్య వ్యాసాలు, కవితలు, విమర్శలు పంపించాలని రచయితలకు ప్రోత్సహించి వచ్చే వస్తున్నాం. అలాగే సందర్భోచితం వులకు రాజకీయ ఆర్థిక, సామాజిక, సాంస్కృతిక తదితర రంగాలపై వ్యాసాలు, సంపాదక లేఖనం పంపించవలసిందిగా కోరుతున్నాం. వాటిని ఈ కింది తమెయిల్ కు పంపించాలని మనవి.

voodayam2007@gmail.com

website : www.voodayam.com

Editor : 9247698676

1-7-25/5, Risalagadda, RTC X Roads, Hyderabad - 500020

పైకి డప్పులు...లోన అప్పులు

రియల్టీలో భారత్ ను ఎదుర్కొనే దైర్ఘ్యం లేకపోయినా.. ఈసారి మాత్రం తామే 'సూపర్ పవర్' అని నిరూపించుకోవడానికి పాకిస్తాన్ పదే తాపత్రయం చూస్తే ఎవరికైనా సవ్యాగదు. తాజాగా పాకిస్తాన్ ఎయిర్ ఫోర్స్ (ఓపిఎఫ్) తమ సోఫిస్టికేటెడ్ నెటిజన్లు పాపులర్ యొక్క నవ్వుకుంటున్నారు. ఆపరేషన్ సిందూర్ తర్వాత మైండ్ బ్లాక్ అయిన పాక్ దళాలు, ఇప్పుడు వాస్తవ యుద్ధ రంగాన్ని పదిలేసి 'ఆర్మిఫిషియల్ ఇంటెలిజెన్స్' (ఎఐ) లోకం వైపు అడుగులు వేశాయి.

ఆ వీడియోలో పాక్ క్రియేటివిటీ మామూలుగా లేదు. ఏకంగా 32 భారత వైమానిక దళ (ఐఎంఎఫ్) స్థావరాలపై దాడులు చేసినట్లు రెండు అత్యాచారాలకు S400 ఎయిర్ డిఫెన్స్ సిస్టమ్లను పేల్చేసినట్లు వివరాల భారత పార్లమెంట్ భవనాన్ని కూడా దృశ్యం చేసినట్లు ఓ రేంజ్లో గ్రాఫిక్స్ రూపొందించారు. హాలివుడ్ రేంజ్ లో సీన్స్ క్రియేట్ చేసినప్పటికీ అవి నిజమైన దృశ్యాలు కావు అని.. ఏటా జనరేషన్ వీడియోలని పసిగట్టడానికి నెటిజన్లకు ఎక్కువ సమయం పట్టలేదు.

ఈ ఆర్మిఫిషియల్ డ్రీమ్స్ పై భారత నెటిజన్లు సెలైర్ల వర్షం కురిపిస్తున్నారు. "రియల్ లైఫ్లో గెలవలేక డిజిటల్ లైఫ్లో సద్గుణంబున్నారు" అని ఒకరంటే 'పాకిస్తాన్ తమ పగటి కలలను కూడా ఏటా టెక్నాలజీతో రమోల్ చేసుకుంటోంది' అని మరొకరు కామెంట్ చేశారు. మరో పక్క పశ్చిమాసియా యుద్ధం నేపథ్యంలో పాక్

రియల్ లైఫ్లో గెలవలేక డిజిటల్ లైఫ్లో సద్గుణంబున్నారు" అని ఒకరంటే "పాకిస్తాన్ తమ పగటి కలలను కూడా ఏటా టెక్నాలజీతో రమోల్ చేసుకుంటోంది" అని మరొకరు కామెంట్ చేశారు.

స్టాన్లకు యూఏఈ పాకిచ్చింది. తమ దగ్గర తీసుకున్న అప్పును పూర్తిగా, అది కూడా వెంటనే చెల్లించాలని కోరింది. దీంతో ఈ నెలలోనే యూఏఈ అప్పు తీర్చేందుకు పాక్ సిద్ధమైంది. మొత్తం 3.5 బిలియన్ల దాలర్ల అప్పును యూఏఈకి పాకిస్తాన్ ఈ నెలలోనే చెల్లించబోతుంది. ఒకవైపు అంత గ్రాతీయ రిజర్వ్ తక్కువగా ఉన్నా, మరోవైపు ఐఎంఎఫ్ నుంచి ఒత్తిడి ఉన్నా.. పాక్ తప్పనిసరి పరిస్థితుల్లో అప్పు తీర్చేయబోతుంది. ప్రస్తుతం ఇరాన్ యుద్ధం కారణంగా యూఏఈ కూడా ఆర్థిక సమస్యల్ని ఎదుర్కొంటుంది. దీంతో తమ బాకీ చెల్లించాలని పాక్ ను కోరింది. దీనికి పాకిస్తాన్ కూడా అంగీకరించింది. ఈ నెల 11 న 450 మిలియన్ల దాలర్లు, 17 న 2 బిలియన్ల దాలర్లు, 23 న బిలియన్ల దాలర్లను పాక్ చెల్లించేందుకు అంగీకరించింది. సెంట్రల్ బ్యాంకుకు చెందిన 16.4 బిలియన్ల దాలర్ల విదేశీ మారక నిల్వల నుంచి ఈ నిధులను పాక్ చెల్లించబోతుంది. ఈ అప్పుల్లో మూడు దశాబ్దాల నాటి అప్పు కూడా ఉండటం విశేషం. 1996-97 లో పాకిస్తాన్ 450 మిలియన్ల దాలర్లను అప్పుగా తీసుకుంది. అప్పుడే ఒక సంవత్సరం కాల పరిమితితో ఈ అప్పు తీసుకుంది. అయితే,

ఇంతవరకు చెల్లించలేదు. ఈసారి మాత్రం చెల్లించబోతుంది. నిజానికి పాకిస్తాన్ కు ఇచ్చిన అప్పు కాల పరిమితిని పాడింగించాలి ఇదే అయిదు యూఏఈ నిర్ణయించింది. దీనిపై ఇరాన్ సంతోషం వ్యక్తం చేసింది. కానీ, ఈలోగానే ఇరాన్ యుద్ధం ప్రారంభమవుతుంటే యూఏఈ తన నిర్ణయాన్ని వెనక్కి తీసుకుంది. డబ్బులు చెల్లించాలని పాక్ ను కోరింది. ఆర్థిక ఇబ్బందులలో ఉన్న పాకిస్తాన్ కు యూఏఈ సహా అమెరికా, చైనా, సౌదీ అరేబియా వంటి దేశాలు సహాయం అందిస్తున్నాయి. ఐఎంఎఫ్ నుంచి పాకిస్తాన్ నిధులు అందేలా చూస్తున్నాయి. ఆయి దేశాలు కూడా అప్పులు ఇస్తున్నాయి. పాక్ ఆర్మిఫిషియల్ డ్రీమ్స్ పై ఒక సోఫిస్టికేటెడ్ మిడియా ట్రోల్స్ అయితే ఇక అడుగు ముందుకేసి, "వీడియో క్రియేట్ చేయడానికి వాడిన ఏటా లాల్స్ డ్రెస్సింగ్ కోసం కూడా తుర్కీయన్, సౌదీ అరేబియాన్ వెళ్లి అప్పు తెచ్చుకున్నారా?" అంటూ మీమ్స్ తో అడుకుంటున్నారు.



నందూరి బలకృష్ణ
సీనియర్ జర్నలిస్ట్
9912483642

ధర్మపురిలో గుబాళించిన భక్తి భావ పరిమళాలు

దక్షిణ కాశీగా, హరిహర క్షేత్రంగా విరాజిల్లుతున్న పుణ్యభూమి ధర్మపురిలో తొమ్మిది రోజుల పాటు ఆధ్యాత్మిక పీఠయాద్య దారలు వెల్లువెత్తాయి. పవిత్ర గోదావరి నదీ తీరాన వెలసిన ఈ ప్రాచీన క్షేత్రం నిత్యమూ వేదఘోషలు, ప్రణవ నాదాలు, మంత్రోచ్ఛారణలు, మంగళ తూర్వానాదాలు సమ్మేళనంతో సనాతన సంస్కృతికి ప్రతికగా భాసిల్లుతోంది. శ్రీతాయుగంలో శ్రీరాముడు ప్రతిష్ఠించిన లింగమూర్తిగా ప్రశస్తి గాంచిన శ్రీరామలింగేశ్వర స్వామి ఆలయ ప్రాంగణంలో, శ్రీ శారదా మహిళా మండలి మరియు శ్రీ లక్ష్మీసరసింహస్వామి దేవస్థాన సంయుక్త ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన శ్రీ మధ్యాగ్రహత సప్తాహ పురాణ ప్రవచనాలు భక్తజన హృదయాలను భక్తిరస తరంగాలలో ఓలలాడించాయి. సంస్కృతాంధ్ర పండితులు, వ్యాకరణ వేదాంత విశారదులు, ప్రసిద్ధ పాఠాశికులు బ్రహ్మశ్రీ నీలకంఠ శర్మ సనాతన ఆర్థ సంప్రదాయ లిటిలో భాగవత పురాణాన్ని ప్రవచించగా, ఉదయం, సాయంత్రం వేళల్లో జరిగిన ఈ ఆధ్యాత్మిక సదస్సులకు పరిసర గ్రామాల నుండి సైతం భక్తులు తండోపతండాలుగా తరలివచ్చి శ్రద్ధాభక్తులతో శ్రవణం చేశారు.

భారతీయ జ్ఞాన విజ్ఞాన సర్వస్వంలో పురాణ వాఙ్మయానికి అత్యున్నత స్థానం ఉంది. వేదాలు ప్రభుసమ్మితాలుగా ఆజ్ఞాపిస్తే, స్మృతులు మిత్రసమ్మితాలుగా హితవు పలికితే, పురాణాలు కాంతాసమ్మితంగా రమణీయమైన కథారూపంలో మానవ హృదయాలకు పరమోన్నత ధర్మ సూక్ష్మాలను చేరవేస్తాయి. వేదవ్యాస భగవానుడు మహాభారత రచనాసంకలనం కూడా చిత్రశాంతి లభించక పరితపిస్తున్న వేళ, నారద మహర్షి ఉపదేశంతో అవిర్భవించిన పరమ పవిత్ర గ్రంథ రాజమే త్రీమధ్యగవతం. అష్టాదశ పురాణాలలో తిలకం వంటిదై, పన్నెండు స్కంధాలు, మూడు వందల ముప్పై అయిదు అధ్యాయాలు, పద్దెనిమిది వేల శ్లోకాలతో అలరారే ఈ దివ్య ప్రబంధం భక్తి, జ్ఞాన, వైరాగ్యం త్రివేణీ సంగమంగా విరాజిల్లుతోంది. 'విద్యావంతాం భాగవతోపరిక్షా' అన్న ఆరోగ్య ప్రకారం పండితుల పాండిత్యానికి, సాధకుల పరిపక్వతకు భాగవతమే గీటురాయిగా నిలుస్తుంది. భగవంతుని లీలావి శేషమే, దేవమతారాల పరమార్థం, శరణాగతి తత్వం మేళవించిన భాగవతం కేవలం గ్రంథం కాదు, అక్షరరూప పరబ్రహ్మ స్వరూపమని సనాతన విశ్వాసం.

పురాణ ప్రవచనాలకు ధర్మపురి క్షేత్రంలో ఒక విశిష్టమైన చారిత్రక, సాంస్కృతిక వైభవం ఉంది. పూర్వం నుండి ఈ గడ్డ వేద విద్యాపీఠాలకు, మీమాంస శాస్త్ర చర్చలకు నిలయంగా నిలిచింది. పురాణ పారాయణం, ప్రవచనం కేవలం ఒక కళ మాత్రమే కాక, ప్రజల జీవన విధానాన్ని సన్మార్గంలో నడిపించే మహాత్మర ప్రతికగా ఇక్కడి పండిత పరంపర కాపాడుకుంటూ వస్తోంది. ఈ ఉజ్జ్వల సంప్రదాయాన్ని పుణికిచ్చేచున్న బ్రహ్మశ్రీ నీలకంఠ శర్మ, తమ సృష్టితమైన ధర్మపురిలోనే ప్రప్రథమంగా భాగవత సప్తాహాన్ని



నిర్వహించి ఆలాలగోపాలాన్ని భక్తిపారవశ్యంలో ముంచెత్తారు. తొమ్మిది రోజుల పాటు సాగిన ఈ ప్రవచనామృతంలో ప్రథమ స్కంధం మొదలుకొని ద్వాదశ స్కంధం వరకు గల తాత్త్విక సారాంశాన్ని ఆయన రసావళింగా వివరించారు. పరీక్షిత్తు మహారాజు శకుమహర్షిని ఆశ్రయించి ముక్తి మార్గాన్ని అన్వేషించిన విధం, మరణభయ్యాన్ని అధిగమించేందుకు భాగవత శ్రవణం ఎంతటి దివ్యోపదేశమని నిరూపించిన ఘట్టాలను శర్మ గారు హృద్యంగా ఆవిష్కరించారు.

భాగవతంలోని ప్రతి ఘట్టం మానవ జీవన విశాసానికి దిక్సూచి వంటిది. సంసార చక్రంలో కొట్టుమిట్టాడే ఆజామికుడు అంత్యకాలంలో నారాయణ నామాచ్ఛారణ మాత్రంచేతనే ముక్తిని పొందిన వృత్తాంతం ద్వారా భగవత్ నామ సంకీర్తన మహత్వాన్ని ప్రవచనకర్త విశ్లేషించారు. కఠిన ప్రతికూలతలు, పీడనాభివృద్ధిని వంటి క్రూర గాక్షులను అంధకారం ఎదురైనా 'హరియే సర్వోన్నతుడు' అని చాటిన ప్రహ్లాదుని నిరర్థక భక్తి, అత్యగ్రహుర్నావేదీ సమాజానికి ఆదర్శపాఠ్యమని ఉద్ఘాటించారు. సంసార సంకెళ్లలో చిక్కుకున్న గణేంద్రుడు సర్వశక్తులూ క్షీణించిన వేళ చేసిన 'లావోష్కంతయు లేదు' అన్న అపూర్వ ప్రార్థన, దానికి స్ఫురించే వైకుంఠం నుండి పరుగున వచ్చిన శ్రీ మహావిష్ణువు లీలావైభవం భక్తుల చేత కంటతడి పెట్టించాయి. పట్టుదలకు, నిశ్చల తపోదీక్షకు ప్రతికగా నిలిచే ధ్రువుని చరిత్ర, బలి చక్రవర్తి త్యాగనిరతి, వామనావతార వైశిష్ట్యం మానవుని అపాంకారాన్ని వటాపంచలు చేసే దివ్య సందేశాలుగా వివరించబడ్డాయి.

దశమ స్కంధంలో అవిష్కృతమైన శ్రీకృష్ణ పరమాత్మ లీలలు, బాల్య చైత్యలు, గోపికల నిష్ఠులవైపున అనురాగం, ఉద్ధవునికి ప్రబోధించిన జ్ఞానయోగం

లోక వాసనలను దూరం చేసి అధ్యాత్మిక ఉన్నతికి దోహదపడతాయని విశదీకరించారు. గోపికా భక్తి అనేది శారీరకమైన మోహం కాదని, అది జీవాత్మ పరమాత్మతో లీనమయ్యే పరమప్రేమ స్వరూపమని తత్త్వవిచారణ గావించారు. సప్తాహ ప్రవచనాల పరాకాష్ఠగా శ్రీ రుక్మిణీ కల్యాణ ఘట్టా భవన్ నామ వేదపాఠశాల బ్రహ్మశ్రీ పాలెపు వేదాధికారి సుమిత్ర శర్మ, పురోహితులు బ్రహ్మశ్రీ మధురామ శర్మ, దేవస్థాన అర్చకులు దేవశ్రీ నాయ శర్మ తదితర వైదిక బృందం ఆగమార్థంగా, వేదమంత్రాల ఘోష సదుమ కమనీయంగా నిర్వహించారు. వేద మంత్రోచ్ఛారణలు, బాణాభజంత్రీలు, మహిళల మంగళభారతాలు, భక్తుల 'గోవింద' నామస్మరణలతో శ్రీరామలింగేశ్వర ప్రాంగణం గోకుల బృందావనాన్ని తలపించింది.

సప్తాహ ముగింపు మహోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని ధర్మపురి పట్టణంలో పాఠాశికులు బ్రహ్మశ్రీ నీలకంఠ శర్మను భక్తులు అశేష జననవాహినీ సదుమ ఘనంగా ఊరేగించి, సత్కరించారు. అనంతరం నీలకంఠ శర్మ దంపతుల ఉదార పౌజస్యంతో విశేష అన్నదాన కార్యక్రమం నిర్వహించి వేలాది మంది భక్తులకు ప్రసాద వితరణ చేశారు. శ్రీ లక్ష్మీసరసింహస్వామి దేవస్థానం తరపున కార్యనిర్వహణాధికారి సంకటాల శ్రీనివాస్ పాఠాశికుల దంపతులను స్యామివారి శేషవస్త్రం, తీర్థప్రసాదాలు, దీప్తి చిత్రపటంతో ఘనంగా సత్కరించి గౌరవించారు. ఈ కార్యక్రమంలో దేవస్థాన సూపరింటెండెంట్ అలువాల శ్రీనివాస్, ఆలయ సిబ్బంది పాల్గొన్నారు. శ్రీ శారదా మహిళా మండలి అధ్యక్షురాలు మధ్యాహ్నం విజయలక్ష్మి, కార్యదర్శి రాజేశ్వరి, ప్రతి నిధులు రహమాద్, శోభ, పద్మ తదితరులు పాఠాశికులను ఘనంగా సన్మానించి కృతజ్ఞతలు తెలియజేశారు. గాయత్రి బ్రాహ్మణ నిత్యాన్న సత్ర సంఘ అధ్యక్షులు పాలెపు దత్తాత్రేయ శర్మ, అన్నపూర్ణ సేవా సమితి నిర్వాహకులు పెద్దపట్ల నరేందర్ శర్మతో పాటు వివిధ బ్రాహ్మణ సంఘాల ప్రముఖులు, పురప్రముఖులు, సంఘాధికారి భక్తజనం హాజరై దక్షిణ తాంబూలాల సమర్పించి ఆశీర్వాదనాలు అందుకున్నారు.

సాంకేతిక యుగంలో మానవుడు భౌతిక సుఖాల వెంట పరుగులు తీస్తూ తీవ్ర మానసిక ఒత్తిడికి, నైతిక పతనానికి గురవుతున్న ప్రస్తుత తరుణంలో పురాణ శ్రవణం మానసిక ప్రశాంతతకు దివ్యోపదేశంగా నిలుస్తుంది. కేవలం కథలను విని ఆనందించడమే కాకుండా, అందులోని ధర్మం, ధర్మ, సత్త్యం, త్యాగం, కర్మవ్యవస్థ వంటి జీవన మూల్యాలను అవరణలో పెట్టినప్పుడే పురాణ శ్రవణం కార్యక్రమమవుతుంది. యువతరానికి సనాతన సంస్కృతి ఔన్నత్యాన్ని తెలియజేస్తూ, వారిలో మానవీయ విలువలను పెంపొందించేందుకు ఇటువంటి ప్రవచనాలు వారధులుగా ఉపయోగపడతాయి. శ్రీమద్వి రోజుల పాటు గోదావరి తరంగాల నాక్షిగా, భక్తిప్రవృత్తుల పరిమళాల నడుమ సాగిన ఈ శ్రీమధ్యగవత పురాణ సప్తాహ ధర్మపురి క్షేత్ర ఆధ్యాత్మిక చరిత్రలో చిరస్థాయిగా నిలిచిపోయే ఒక అపరూప సాంస్కృతిక

మంచి నీటి వనరుల్లో జీవించే జీవరాత్తుల్లో దాదాపు 83 శాతం వరకు కనుమరుగా అయ్యాయని తెలుస్తున్నది. నేటి డిజిటల్ యుగంలో మారుతున్న జీవనశైలి, జీవని విలువల నడుమ నదుల పరిరక్షణ యజ్ఞానికి అత్యంత అవసరం ఎదురవుతున్నాయి. నదీ జలాల కాలుష్యం, పారిశ్రామిక వ్యర్థాల తలపానీ, నదీజలాల దుర్నియోగం, అత్యధిక ద్రావ్య నిర్మాణం, జలాల అక్రమ తరలింపు, వాతావరణ ప్రతికూల మార్పులు, సాగ్రానికి నదీమతల్లిని వెన్నుపోటు పొడవడం, అక్రమ మైనింగ్, అడవుల నీలికేత, అత్యధిక భద్రత, ఆరోగ్యంపై ప్రతికూల ప్రభావం, ప్రణాళిక

భూమాత జీవనాడులు జీవనదులు

కల్పిస్తున్నాయి. నదీ తీరాలు మానవ వికాస కేంద్రాలు, అవాస క్షేత్రాలు. ప్రపంచవ్యాప్త జీవవైవిధ్య పునరుద్ధరణలో పాటు సంరక్షణ కార్యక్రమం తీసుకుంటున్నాయి. సుమిత్రల భారత దేశ పుణ్య భూమిపై ప్రవహిస్తున్న భవిష్యత్తు: నదీ జలాల పరిరక్షణ, పునరుద్ధరణ చర్యలను వేగవంతం చేయడానికి ప్రజా చైతన్య కార్యక్రమాల నిర్వహణకు 1980 నుంచి ప్రతి ఏటా సెప్టెంబర్ నాలుగన జరుగుతుంది. అనగా 27 సెప్టెంబర్ 2026 రోజున ప్రపంచవ్యాప్తంగా "ప్రపంచ నదుల దినం" లేదా "వరల్డ్ రివర్స్ డే" వేడుకలను నిర్వహించడం జరుగుతున్నది. 2026 ప్రపంచ నదుల దినం ఇతివృత్తంగా "నదులు లేనిదే అడవులు, నీరు, జీవరాసులు లేవు" అనబడే అంశాన్ని తీసుకొని ప్రచారం నిర్వహించుట జరుగుతోంది. నదీ కాలుష్య కట్టడి, నీటిని వ్యాపారంగా మార్చే ప్రైవేట్ రంగాల రెక్కలు విరవడం, నదీ జలాల దుర్నియోగాలను అరికట్టడం, వ్యర్థాలను నదుల్లో కలుగకుండా అడ్డకట్ట చేయడం, శుద్ధ జలాల సంరక్షణ,

కాపాడుకోవడమే అని భావించాలి. కాలుష్య నదీజలాల మానవ జాతికి కాకుండా జీవకోటి ఉనికికే పెను ప్రమాదాలని గుర్తు చూశాలి. ప్రపంచ నదుల దినం వేదికగా నదీ జలాల శుద్ధి, అక్రమ ద్రావ్యాల నిర్మాణాలను వ్యతిరేకించడం, విద్యాయాత్ర అవగాహన కార్యక్రమాల, నదుల అంశంలో పోటీల నిర్వహణ, సాంస్కృతిక కార్యక్రమాల ప్రదర్శనలు లాంటివి పెద్ద ఎత్తున నిర్వహించి రాబోయే తలానికి సరైన తాగు నీటి వనరులను అమూల్య బహిమతులుగా అందిద్దాం, పవిత్ర నదీ మాతలకు నిత్యం ప్రణమిల్లుదాం.



సాహిత్య ప్రపంచంలో భక్తి, జ్ఞాన, వైరాగ్యాల త్రివేణి సంగమంగా విరాజిల్లుతోంది. 'విద్యావంతాం భాగవతే పరిక్షా' అన్న ఆరోగ్య ప్రకారం పండితుల పాండిత్యానికి, సాధకుల పరిపక్వతకు భాగవతమే గీటురాయిగా నిలుస్తుంది. భగవంతుని లీలావి శేషమే, దేవమతారాల పరమార్థం, శరణాగతి తత్వం మేళవించిన భాగవతం కేవలం గ్రంథం కాదు, అక్షరరూప పరబ్రహ్మ స్వరూపమని సనాతన విశ్వాసం. ఆలాలగోపాలాన్ని భక్తిపారవశ్యంలో ముంచెత్తారు. రామ కిష్టయ్య సంగన భక్తి సీనియర్ జర్నలిస్ట్



టి ఆర్ ఎన్ లోకి ఆధ్యాత్మిక గురువు నారాయణస్వామి చేరిక

నారాయణపేట నిస్థాంబర్ 26(పుడయం ప్రతినధి)

నారాయణపేట జిల్లా డామర్గిద్ద మండలం ఆశన్పల్లి గ్రామానికి చెందిన ఆధ్యాత్మిక గురువు, శివశక్తి పీఠం అధిపతి నారాయణ స్వామి తెలంగాణ రక్షణ సేన పార్టీలో చేరారు.ఈ సందర్భంగా నారాయణ స్వామికి పార్టీ కండువా కప్పి పార్టీలోకి తెలంగాణ రక్షణ సేన పార్టీ నారాయణ పేట జిల్లా అధ్యక్షులు గవినోళ్ల శ్రీనివాస్ సారధంగా స్వాగతం పలికారు.ఈ సందర్భంగా శ్రీనివాస్ మాట్లాడుతూ ప్రజలకు సేవ చేయాలనే సంకల్పంతో అనేక ప్రజా సేవా కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తున్న నారాయణ స్వామి పార్టీలో చేరడం సంబోధకరమైన విషయమన్నారు. గోశాల నిర్వహణతో పాటు ఆశన్పల్లి గ్రామంలో ఆలయ నిర్మాణం చేపట్టడం, పేద కుటుంబాల వివాహాల తాళిబొట్లు అందంచడం వంటి పలు సేవా కార్యక్రమాలు నిర్వ

హిస్తూ ప్రజలకు అండగా నిలుస్తున్నారని పేర్కొన్నారు.ఇలాంటి సేవాభావం కలిగిన వ్యక్తులు రాజకీయాల్లోకి వచ్చి ప్రజా సమస్యల పరిష్కారానికి కృషి చేయాలిని అవసరం ఉందన్నారు. అనంతరం క్యాతన్పల్లి గ్రామంలోని శివాలయంలో ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. కవిత అక్క ముఖ్యమంత్రి కావాలని, ప్రజలకు ఉచిత విద్య, ఉచిత వైద్యం, ఉద్యోగాల కల్పన, రైతు సంక్షేమం,సామాజిక న్యాయం, మహిళా సాధికారత వంటి అంశాలపై ప్రజా సంక్షేమ కార్యక్రమాలను చేపట్టే అవకాశం కల్పించాలని ఆకాంక్షిస్తూ పూజలు నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా కవిత అక్క పేరుతో ప్రత్యేక అర్చన కూడా నిర్వహించారు.ఈ కార్యక్రమంలో డామర్గిద్ద మండల పార్టీ అధ్యక్షులు సర్పంచ్ రెడ్డి, ఆశన్పల్లి గ్రామ ఉపాధ్యక్షులు నారాయణరెడ్డి, యువ నాయకులు రమేష్, ఆశీర్వాదం తదితరులు పాల్గొన్నారు.

వీరవనిత చాకలి ఐలమ్మ స్ఫూర్తితో ముందుకు సాగాలి జిల్లా ఎస్సీ డాక్టర్



సంగ్రామ్ సింగ్ జి పాటిల్ నాగర్ కర్నూల్, సెప్టెంబరు 26 (పుడయం ప్రతినధి):

తెలంగాణ రైతాంగ పోరాట యోధురాలు వీరవనిత చాకలి ఐలమ్మ స్ఫూర్తితో ముందుకు సాగాలని జిల్లా ఎస్సీ డాక్టర్, సంగ్రామ్ సింగ్ జి పాటిల్ ఐపీఎస్ పేర్కొన్నారు. జిల్లా పోలీస్ కార్యాలయంలో చాకలి ఐలమ్మ 131వ జయంతి వేడుకలను శనివారం ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా చాకలి ఐలమ్మ చిత్రపటానికి పూలమాల వేసి ఎస్సీ ఘన నివాళులర్పించారు.అనంతరం ఎస్సీ మాట్లాడుతూ తెలంగాణ రైతాంగ పోరాటంలో చాకలి ఐలమ్మ చూపిన ధైర్యసాహసాలు, అన్యాయపై ఆమె సాగించిన

పోరాటం తరతరాలకు స్ఫూర్తిదాయకమని కొనియాడారు. “ఈ భూమి నాది.. పండించిన పంట నాది.. తీసుకెళ్లడానికి దొర ఎవ్వడు.. నా ప్రాణం పోయాకే ఈ పంట, భూమి మీరు దక్కించుకోగలరు” అంటూ మాటల్ని తూటాలుగా మలచుకొని దొరల గుండెల్లో బదబాగ్నిలా రగిలిన తెలంగాణ రైతాంగ విప్లవాగ్ని చాకలి ఐలమ్మ అని, భూమి, భుక్తి, వెళ్లిచాకిరి విముక్తి కోసం ఆమె చేసిన పోరాటం చిరస్మరణీయమని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో అదనపు ఎస్సీ వెంకటేశ్వర్లు, పోలీస్ కార్యాలయం ఐపీఎ్ల కృష్ణయ్య, ఆర్డీ జగన్, ఎస్ఐలు రమేష్, వెంకటేశ్వర్లు, ఆర్ఎస్ఐలు ప్రతాప్, గౌస్ పాషా, శివాజీలతో పాటు జిల్లా పోలీస్ కార్యాలయ సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

సిద్దిపేట జిల్లాలో వినాయకు నిమజ్జనంలో విషాదం



- రుద్రారం పెద్ద చెరువులో ఇద్దరు యువకులు గల్లంతం
 - అధికారుల నిర్లక్ష్యమే కారణమంటున్న గ్రామస్థులు
 - యువకుల కోసం చెరువులో గాలింపు ముమ్మరం
- దుబ్బాక/లక్ష్మర్ పేట-భూంపల్లి సెప్టెంబర్ 26.పుడయం : సిద్దిపేట జిల్లాలో వినాయక నిమజ్జనం విషాదంగా మారింది. అక్కర్ పేటభూంపల్లి మండలం రుద్రారం పెద్ద చెరువులో వినాయక నిమజ్జనానికి వెళ్లిన ఇద్దరు యువకులు చెరువులో గల్లంతయ్యారు. రుద్రారం గ్రామానికి చెందిన పాఠరమేష్ (35), కలారే నవీన్ (25) అనే యువకులు శనివారం రెండు

వినాయక విగ్రహాలను నిమజ్జనం కోసం చెరువు కట్టకు తీసుకెళ్లారు. నిమజ్జనం అనంతరం చెరువులో స్నానం చేస్తుండగా ఇద్దరూ ఒక్కసారిగా నీటిలో మునిగిపోయారని స్పష్టమవుతుంది. గమనించిన తోటి స్నేహితులు వెంటనే గాలింపు చేపట్టినా అచూకీ లభించలేదు. విషయం గ్రామస్థులకు తెలియడంతో చెరువు వద్దకు చేరుకుని గాలింపు చర్యలను ముమ్మరం చేశారు. అయితే నిమజ్జనం కోసం చెరువు కట్టకు వచ్చే భక్తుల కోసం అధికారులు ఎలాంటి ఏర్పాట్లు చేయకపోవడం వల్లే ఈ ప్రమాదం జరిగిందని గ్రామస్థులు ఆవేదన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. చెరువులో ఇద్దరు యువకులు గల్లంతకావడంతో రుద్రారం గ్రామంలో తీవ్ర విషాద వాతావరణం నెలకొన్నాయి.

విద్యుత్ స్తంభాన్ని చుట్టుముట్టిన తీగజాతి మొక్కలు

నిజాంపేటమండల కేంద్రంలో విద్యుత్ స్తంభాన్ని తీగజాతి మొక్కలు చుట్టుముట్టడంతో పాటు స్తంభానికి ఉన్న విద్యుత్ వైర్లు అస్తవ్యస్తంగా కనిపిస్తున్నాయి. స్తంభం చుట్టూ పచ్చిమొక్కలు, చెట్ల కొమ్మలు పెరగడంతో విద్యుత్ లైన్ల నిర్వహణపై స్థానికులు ఆందోహన వ్యక్తం

చేస్తున్నారు.వర్షాలు, ఈడుగుగాలుల సమయంలో చెట్ల కొమ్మలు విద్యుత్ తీగలకు తగిలే అవకాశం ఉండటంతో సంబంధిత అధికారులు స్పందించి స్తంభం చుట్టూ ఉన్న మొక్కలను తొలగించి, వైర్లను సక్రమంగా అమర్చాలని స్థానికులు కోరుతున్నారు.



వృధాయం

ధాన్యం కొనుగోలు ప్రక్రియను పకడ్బందీగా చేపట్టాలి

- కేంద్రాల వద్ద రైతులకు రానివీడి ఇబ్బందులు రానివ్వద్దు
- అవకతవకలకు పాల్పడితే కఠిన చర్యలు: జిల్లా కలెక్టర్ రిజాన్ బాషా షేక్

గద్యం, సెప్టెంబర్ 26 (పుడయం కరస్పాండెంట్) 2026-27 ఖరీఫ్ సీజన్కు సంబంధించి పరి ధాన్యం కొనుగోలు ప్రక్రియను పకడ్బందీగా నిర్వహిస్తూ, కొనుగోలు కేంద్రాల వద్ద రైతులకు ఎలాంటి ఇబ్బందులు తలెత్తకుండా చర్యలు తీసుకోవాలని జిల్లా కలెక్టర్ రిజాన్ బాషా షేక్ ఆదికారులను ఆదేశించారు.శనివారం ఐడీఓ సమావేశ మందిరంలో పౌరసరఫరాల శాఖ అధ్యక్షులతో ధాన్యం కొనుగోలు కేంద్రాల నిర్వహకులకు నిర్వహించిన సన్మాహాక సమావేశంలో కలెక్టర్ పార్టీలోని పలు సూచనలు చేశారు. ఈ సందర్భంగా ప్రభుత్వం ఎంతో కష్టపడి పరి సాగు చేశారని, వారి కష్టానికి తగిన ప్రతిఫలం అందేలా కొనుగోలు కేంద్రాల్లో



కొనుగోలు ప్రక్రియలో ఎలాంటి అవకతవకలకు తావులేకుండా పటిష్టమైన పర్యవేక్షణ చేపట్టాలని సూచించారు. నిబంధనలకు విరుద్ధంగా ఇస్తామనారంగా తమకు నచ్చిన మిల్లులకు అధిక మొత్తంలో ధాన్యం కేటాయించడం, ఇతర మాలకుల పాల్పడటం వంటి చర్యలకు పాల్పడితే కఠిన చర్యలు తీసుకోవడంతో పాటు అవసరమైతే కేసులు కూడా నమోదు చేస్తామని కలెక్టర్ హెచ్చరించారు.ప్రభుత్వం ధాన్యం కొనుగోలు కేంద్రాల నిర్వహణను అత్యంత ప్రతిష్టాత్మకంగా తీసుకుంటోందని తెలిపారు. ఎల్ఎన్ఐ ప్రభావంతో వర్షపాతం తక్కువగా ఉన్నప్పటికీ రైతులు ఎంతో కష్టపడి పరి సాగు చేశారని, వారి కష్టానికి తగిన ప్రతిఫలం అందేలా కొనుగోలు కేంద్రాల్లో

అన్ని ఏర్పాట్లు చేయాలని అధికారులను ఆదేశించారు.ప్రభుత్వం సూచించిన విధులకు పరి ధాన్యానికి క్వింటాల్కు రూ.500 చొప్పున బోన్స్ చెల్లించనున్నట్లు తెలిపారు. కొనుగోలు కేంద్రాలను సంబంధిత ఇన్చార్జీలు మాత్రమే నిర్వహించాలని, వారి స్థానంలో ఇతరులు కేంద్రాలను నిర్వహించినట్లు తేలితే సస్పెన్షన్ వంటి కఠిన చర్యలు తీసుకుంటామని హెచ్చరించారు.కొనుగోలు కేంద్రాలకు సంబంధించిన రిజిస్ట్రర్లను సక్రమంగా నిర్వహించాలని, ఓపీఎం ఎస్ఓ వివరాలను ఎప్పటికప్పుడు నమోదు చేయాలని సూచించారు. వివరాలను సకాలంలో నమోదు చేయడం ద్వారా రైతులకు చెల్లింపులు కూడా త్వరగా జరిగిలా చర్యలు తీసుకోవచ్చని

తెలిపారు.ధాన్యం కొనుగోలు కేంద్రాలను సంబంధిత అధికారులు తరచూ తనిఖీ చేసి పర్యవేక్షించాలని, రైతులకు ఎలాంటి ఇబ్బందులు లేకుండా కొనుగోలు ప్రక్రియను విజయవంతంగా పూర్తి చేయాలని కలెక్టర్ ఆదేశించారు. రైతుల ప్రయోజనాలను దృష్టిలో ఉంచుకుని అధికారులు, కొనుగోలు కేంద్రాల నిర్వాహకులు సమన్వయంతో పనిచేయాలని సూచించారు.ఈ సమావేశంలో అదనపు కలెక్టర్ మధుమోహన్, జిల్లా పౌరసరఫరాల అధికారి స్వామి కుమార్, మేనేజర్ విమల, డి.పి. వీరప్ప, మార్కెటింగ్ అధికారి పుష్ప, సహకార శాఖ అధికారి బైటాస్ పాల్, ఇతర అధికారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

వయోవృద్ధుల హక్కులు, వృద్ధాశ్రమాల నిర్వహణపై అవగాహన సదస్సు

వనపర్తి సెప్టెంబర్ 26 (పుడయం ప్రతినధి)

వృద్ధాశ్రమాల నిర్వహణ, వయోవృద్ధుల హక్కులు మరియు చట్టాలపై అవగాహన కార్యక్రమంవయోవృద్ధులు తమకు ఎదురయ్యే సమస్యలను సంబంధిత అధికారుల దృష్టికి తీసుకువచ్చి, అందుబాటులో ఉన్న ప్రభుత్వ సేవల మరియు సంక్షేమ పథకాలను సర్దిబియోగం చేసుకోవాలని జిల్లా సంక్షేమ శాఖ అధికారిని సుధారాణి తెలిపారు.వనపర్తి జిల్లా సంక్షేమ శాఖ (DWO) అధ్యక్షులతో ఈరోజు లక్ష్మి వేన్సన్ బిల్డింగ్లో వయోవృద్ధుల సంక్షేమానికి సంబంధించిన అవగాహన కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించడం జరిగింది.ఈ కార్యక్రమం ముఖ్య ఉద్దేశ్యం వృద్ధాశ్రమాలలో వయోవృద్ధు

లకు మెరుగైన సేవలు అందే విధంగా వాటి పనితీరు, నిర్వహణ మరియు పరిపాలన సక్రమంగా ఉండేలా చూడటం గురించి అవగాహన కల్పించడం జరిగింది. వృద్ధాశ్రమాలలో వయోవృద్ధులకు అవసరమైన సౌకర్యాలు, భద్రత, ఆరోగ్యం, ఆహారం మరియు సంరక్షణ వంటి అంశాలపై చర్చించడం జరిగింది. అదేవిధంగా తల్లిదండ్రులు మరియు వయోవృద్ధుల పోషణ, సంక్షేమ చట్టం, 2007 ప్రకారం వయోవృద్ధులకు కల్పించబడిన హక్కులు, రక్షణలు మరియు చట్టపరమైన సహాయాన్ని వి విధంగా వినియోగించుకోవచ్చనే అంశాలపై అవగాహన కల్పించడం జరిగింది. వయోవృద్ధులు తమకు ఎదురయ్యే సమస్యలను సంబంధిత అధికారుల



దృష్టికి తీసుకువచ్చి, అందుబాటులో ఉన్న ప్రభుత్వ సేవల మరియు సంక్షేమ పథకాలను సర్దిబియోగం చేసుకోవాలని ఈ సందర్భంగా సూచించడం జరిగింది.ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా సంక్షేమ శాఖ అధికారి శ్రీమతి.K. సుధారాణి, జిల్లా సీనియర్ సీటిజన్ కమిటీ సభ్యులు శ్రీ సూర్యనారాయణ, శ్రీ సరసింహాలు, గౌడ్, శ్రీ శ్రీనివాసు, శ్రీమతి చిన్నమ్మ తామస్, శ్రీ వీరయ్య వడ్డాపతి మరియు

శ్రీ నారాయణరెడ్డి పాల్గొన్నారు. అదేవిధంగా రెడ్ క్రాస్ సొసైటీ ప్రతినిధి శ్రీ అహ్మద్ అమీర్, అమృతమ్మ CDPO వనపర్తి గారు పాల్గొని వయోవృద్ధుల సంక్షేమానికి సంబంధించిన అంశాలపై తమ సూచనలు, అభిప్రాయాలను తెలియజేశారు.కార్యక్రమంలో జిల్లా సంక్షేమ శాఖ అధికారులు, సిబ్బంది, వృద్ధాశ్రమాల నిర్వాహకులు మరియు సంబంధిత ప్రతినిధులు పాల్గొన్నారు.

బాల్య వివాహాల నిర్మూలనకు మత పెద్దలు సహకరించాలి



- బాల్య వివాహాలు నిర్వహించే మత పెద్దలపై చట్టపరమైన చర్యలు.
- బాల్య వివాహ రహిత జిల్లాగా సంగారెడ్డి.. జిల్లా సంక్షేమ అధికారిణి లలిత కుమారి.

సంగారెడ్డి, సెప్టెంబర్ 26:పుడయం: బాల్య వివాహాల నిర్మూలనకు మత పెద్దలు తమవంతు సహకారం అందించాలని జిల్లా సంక్షేమ అధికారిణి లలిత కుమారి కోరారు. జిల్లా మహిళా శిశు సంక్షేమ శాఖ, జిల్లా బాలల పరిరక్షణ విభాగం, స్కౌప్ స్వచ్ఛంద సంస్థ సంయుక్త ఆధ్వర్యంలో సంగారెడ్డిలోని మహిళా ప్రాంగణంలో బాల్య

వివాహంతో బతుకు ఆగం-బాల్య వివాహ నిషేధ చట్టం2006 అంశంపై శనివారం జిల్లాలోని పూజారులు, పాస్టర్లు, ముస్లిం మత పెద్దలకు అవగాహన కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా హాజరైన సంక్షేమ అధికారి లలిత కుమారి మాట్లాడుతూ, 18 సంవత్సరాలలోపు బాలికలకు వివాహాలు నిర్వహిస్తే సాంఘిక పేదన పెద్దలపై చట్టపరమైన చర్యలు తీసుకుంటామని తెలిపారు. వివాహాలు నిర్వహించే సమయంలో వధూవరుల పుట్టిన తేదీలను తప్పనిసరిగా పరిశీలించాలని ఆమె కోరారు. బాలికలకు 18 సంవత్సరాలు, బాలురకు 21 సంవత్సరాలు నిడిన తర్వాతే

వివాహాలు జరిపించాలని మత పెద్దలకు సూచించారు. అన్ని మతాల మత పెద్దల సహకారంతో సంగారెడ్డి జిల్లాను బాల్య వివాహ రహిత జిల్లాగా తీర్చిదిద్దేందుకు సమన్వయంతో కృషి చేస్తామని తెలిపారు. జిల్లా బాలల సంక్షేమ సమితి చైరపర్సన్ రాజా రెడ్డి మాట్లాడుతూ.. బాల్య వివాహాలను నిర్మూలించేందుకు అన్ని శాఖలు, స్వచ్ఛంద సంస్థలు, మత పెద్దలు సమన్వయంతో పనిచేయాలని కోరారు.డీసీఆర్ఐ సీబి రమేష్ మాట్లాడుతూ.. బాల్య వివాహాలకు పాల్పడితే చట్టపరంగా శిక్షలు ఉంటాయని, రూ.1 లక్ష వరకు జరిమానా, రెండేళ్ల వరకు కారాగార శిక్ష విధించే అవకాశం ఉందని తెలిపారు. జిల్లా బాలల పరిర

క్షణ అధికారి (డీసీపీవో) రత్నం మాట్లాడుతూ జిల్లా బాలల పరిరక్షణ విభాగం అధ్వర్యంలో బాల్య వివాహాల నిర్మూలనకు చేపడుతున్న కార్యక్రమాలను వివరించారు. బాల్య వివాహాల నివారణలో మత పెద్దల భాగస్వామ్యం ఎంతో ముఖ్యమని తెలిపారు. స్కౌప్ స్వచ్ఛంద సంస్థ చైరెక్టర్ శ్రీ ఉప్పయ్య మాట్లాడుతూ బాల్య వివాహాల నిర్మూలన కోసం తమ సంస్థ ఆధ్వర్యంలో నిర్వహిస్తున్న కార్యక్రమాల, ప్రభుత్వ పథకాల గురించి వివరించారు.ఈ కార్యక్రమంలో బాలల సంక్షేమ సమితి సభ్యులు వెంకటేశం, విష్ణుమూర్తి, చైల్డ్ హెల్ప్లైన్ ఆఫీసర్ యాదగిరి, డీసీసీయూ సిబ్బంది లింగం, జిల్లాలోని సుమారు 100 మంది మత పెద్దలు, సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

గుండె నిబ్బరానికి 'కృత్రిమ మేధ' బలం!

- నిత్యమే మరణాలకు కళ్ళెం వేసేలా ఇమ్మలకుడుగులో వైద్య విప్లవం
- 29న 'కృత్రిమ మేధ శ్రవణ పరికరం'తో గుండె సంరక్షణ.. డిజిటల్ వైద్యానికి శ్రీకారం
- సాంకేతిక పరిజ్ఞానంతో ప్రాణ రక్షణ.. పరికరాన్ని అవిష్కరించిన జిల్లా కలెక్టర్
- వడ్డేపల్లిని వేధిస్తున్న ఇంజనీరింగ్ గ్రహణం.. త్వరలోనే 'సహాయ శిక్షణ' కేటాయింపును హామీ

వడ్డేపల్లి సెప్టెంబర్ 26 (పుడయం ప్రతినధి) గుండె ఆగితే ఆయువు అగోచరమి.. కానీ, ఆ అగుతున్న గుండె చప్పుడు ముందే గ్రహిస్తే ప్రాణాలు నిలుస్తాయి! జీవనవైఖరి మార్పులతో ముందుకొస్తాన్న

గుండె జబ్బుల ముప్పును ముందే తుంచేసేందుకు కృత్రిమ మేధస్సు అప్రంగా మారుతోంది. కార్డియల్ వైద్యశాలలకే పరిమితమైన ఆ ఆత్మాధునిక సాంకేతికతను ఇప్పుడును సీమెంట్ రిమానెంస్ ముంగిట తమ వడ్డేపల్లి పురపాలక సంఘం ఒక విహత్య అడుగు వేసింది. ప్రపంచ హృదయ దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని ప్రాథమిక పాఠశాల వేదికగా 'కృత్రిమ మేధ శ్రవణ పరికరం' (ఏబి స్టెథోస్కోప్) సాంకేతికతతో భారీ ఉచిత వ్యాధి నిర్ధారణ శిబిరానికి వేదిక నిర్వహించింది. కృత్రిమ మేధ గురి.. గుండెపై పక్కా నిహా! సాధారణ శ్రవణ పరికరం వినలేని గుండె సంకేతాలను కూడా కృత్రిమ మేధస్సు నిమిత్తాల్లో విశ్లేషిస్తుంది. ఈ ఖ్యాతాశ్ర కార్యక్రమానికి కలెక్టర్లను ముఖ్య అతిథిగా ఆహ్వానించిన డీసీ సీనియర్ నాయకులు వడ్డేపల్లి శ్రీనివాసులు, పురపాలక సంఘ అధ్యక్షుడు మంజుల ధర్మ, కౌన్సిలర్ డాక్టర్ విజయభాస్కర్.. ఉచిత పరీక్షల



కు ఉపయోగించే కృత్రిమ మేధ శ్రవణ పరికరాన్ని కలెక్టర్ చేతుల మీదుగా అవిష్కరించబోతారు. ఈ సందర్భంగా డాక్టర్ విజయభాస్కర్ మాట్లాడుతూ 'వైద్య నిర్ణయాలకు చెక్ పెట్టి ముందస్తు పరీక్షలతో నిండు ప్రాణాలను కాపాడటమే తమ ప్రధాన ధ్యేయం' అని ఉద్ఘాటించారు. ప్రగతిశీల ఇంజనీరింగ్ గ్రహణం.. కలెక్టర్ కఠిన హామీ! ఒకవైపు ప్రజారోగ్య పరిరక్షణకు శ్రీకారం చుడు తూనే.. మరోవైపు వడ్డేపల్లి పురపాలక సంఘాన్ని పట్టిపీడిస్తున్న సమస్యపై ప్రజాప్రతినిధులు దండయాత్ర చేశారు. పురపాలక సంఘం

ఏర్పడినా సహాయ ఇంజనీర్ (ఏ.ఈ) లేకపోవడంతో అభివృద్ధి పనులకు 'సాంకేతిక గ్రహణం' పట్టించని కలెక్టర్ వద్ద ఘటానికి వెళ్ళగొక్కారు. రహదారులు, మురుగుకాలువలు, తాగునీటి వ్యవస్థలు నాణ్యతా ప్రమాణాలు లేకుండా పోయి నిర్మాణ ప్రక్రియలు ఆగిపోయింది. కృత్రిమ మేధ సాంకేతికత.. ప్రగతిశీల పాలనా బలం తోడిపాటు ప్రజాప్రతినిధులు వేసిన ఈ అడుగులు స్థానికంగా ప్రకటనలు నచ్చిపోయాయి. ఈ కార్యక్రమంలో కౌన్సిలర్ తిమ్మప్ప, ప్రతినిధులు నాగరాజు, రమేష్, రవి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఉపసర్పంచుల ఫోరమ్ మండల అధ్యక్షుడిగా దోర్నాల యాదగిరి ఏకగ్రీవం

లక్ష్మర్ పేట భూంపల్లి సెప్టెంబర్ 26 (పుడయం ప్రతినధి)

అక్కర్ పేట భూంపల్లి మండల ఉపసర్పంచుల ఫోరమ్ నూతన కమిటీని ఏకగ్రీవంగా ఎన్నుకున్నారు. సిద్దిపేట జిల్లా అధ్యక్షులు మాడుగూరి రాజు, రాష్ట్ర ఉపాధ్యక్షులు రమేష్ గౌడ్, జిల్లా ఉపాధ్యక్షులు ప్రవీణ్ కుమార్ గౌడ్ అధ్యక్షులతో ఈ ఎన్నిక నిర్వహించారు. అక్కర్ పేట భూంపల్లి మండల ఫోరమ్ అధ్యక్షుడిగా

గా చిట్టాపూర్ ఉపసర్పంచ్ దోర్నాల యాదగిరి, ఉపాధ్యక్షుడిగా ఖాజీపూర్ ఉపసర్పంచ్ దక్షిణమూర్తి, జనరల్ సెక్రటరీగా పాతూరి నవీన్ గౌడ్, కోశాధికారిగా జీడిపల్లి రమేష్ ఏకగ్రీవంగా ఎన్నికయ్యారు. సలహాదారులుగా మావపూరి ప్రతాప్, గుర్జుల చంద్రంలు ఏకగ్రీవంగా ఎన్నికయ్యారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా కమిటీ ప్రతినిధులు మాట్లాడుతూ.. మండలంలో ఉపసర్పంచుల



చుల ఐక్యతను కాపాడుకుంటూ, వారి సమస్యల పరిష్కారం కోసం నిరంతరం పోరాడాలని స్పష్టం చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఉపసర్పంచులు విప్లం, అజయ్, రజనీకాంత్, కనకరాజు, స్వామి, సిద్ధిరాములు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మంలో ఉపసర్పంచులు విప్లం, అజయ్, రజనీకాంత్, కనకరాజు, స్వామి, సిద్ధిరాములు తదితరులు పాల్గొన్నారు.



గ్రామ అభివృద్ధిలో వార్డు సభ్యులదే కీలక పాత్ర ఎంపీడివో వినోద్ కుమార్

- అల్పాల రైతు వేదకలో వార్డు సభ్యులకు మూడు రోజుల శిక్షణ
- శిక్షణ పూర్తి చేసుకున్న సభ్యులకు సర్టిఫికేట్లు అందజేశ

మిరుదొడ్డి సెప్టెంబర్ 26.పుడయం: గ్రామాల అభివృద్ధిలో వార్డు సభ్యుల పాత్ర కీలకమని ఎంపీడివో వినోద్ కుమార్ అన్నారు. సిద్దిపేట జిల్లా మిరుదొడ్డి మండలంలోని వార్డు సభ్యులకు పంచాయతీరాజ్, గ్రామీణ శాఖ అధ్యక్షులతో అల్పాల రైతు వేదకలో మూడు రోజుల పాటు కొనసాగిన శిక్షణ కార్యక్రమం శనివారం ముగిసింది. ఈ

సందర్భంగా వార్డు సభ్యులకు గ్రామాల అభివృద్ధిలో వారి పాత్ర, హక్కులపై అధికారులు అవగాహన కల్పించారు. వార్డు అభివృద్ధిలో సభ్యులదే కీలక పాత్ర అని, ప్రభుత్వం కల్పించే ప్రతి సంక్షేమ పథకం క్షేత్రస్థాయిలో లబ్ధిదారులకు అందేలా వార్డు సభ్యులు కృషి చేయాలని సూచించారు. వార్డు సభ్యులు కలిసికట్టుగా ఉండి గ్రామాల అభివృద్ధిలో భాగస్వాములు కావాలని విన్నవించారు. అనంతరం శిక్షణ పూర్తి చేసుకున్న వార్డు సభ్యులకు ఎంపీడివో వినోద్ కుమార్, ఎంపీవో పహం సర్టిఫికేట్లు అందజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో మండలంలోని గ్రామాలకు చెందిన వార్డు సభ్యులు, పంచాయతీ కార్యదర్శులు పాల్గొన్నారు.

వీరవనిత చాకలి ఐలమ్మకు నివాళి



సంగారెడ్డి, పుడయం:

సంగారెడ్డి జిల్లా కేంద్ర గ్రంథాలయంలో వీరవనిత చాకలి ఐలమ్మ జయంతి వేడుకలను ఘనంగా నిర్వహించారు. జిల్లా గ్రంథాలయ సంస్థ అధ్యక్షుడు జి.అంజయ్య, కార్యదర్శి ఎం.మనోజ్ కుమార్ అధ్వర్యంలో జరిగిన కార్యక్రమానికి జిల్లా డీసీ సంక్షేమ శాఖ అధికారి జగదీష్ ముఖ్య అతిథిగా హాజరై చాకలి ఐలమ్మ చిత్రపటానికి పూలమాల వేసి నివాళులర్పించారు.ఈ సందర్భంగా జగదీష్ మాట్లాడుతూ.. దొరల పాలనను ధిక్క

రించి వెళ్లి చాకిరి, భూస్వామ్య దోపిడీ వ్యతిరేకంగా చాకలి ఐలమ్మ సాగించిన పోరాటం చరిత్రలో చిరస్థాయిగా నిలిచి పోయిందన్నారు. భూమి, భుక్తి, ఆత్మగౌరవం కోసం ఆమె చేసిన పోరాటం మహిళాలోకానికి స్ఫూర్తిదాయకమని పేర్కొన్నారు. అణగారిన వర్గాల హక్కుల కోసం నిర్భయంగా పోరాడిన ఐలమ్మ తెలంగాణ సాయుధ రైతాంగ పోరాటంలో కీలక పాత్ర పోషించారని కొనియాడారు. కార్యక్రమంలో గ్రంథాలయ సిబ్బంది, పాఠకులు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

మహబూబ్ నగర్ లో ఘనంగా చాకలి ఐలమ్మ జయంతి వేడుకలు



మహబూబ్ నగర్

మహబూబ్ నగర్ జిల్లా వెనుకబడిన తరగతుల అభివృద్ధి శాఖ అధ్వర్యంలో పద్మావతి కాలనీ లో ఘనంగా నిర్వహించిన చాకలి ఐలమ్మ గారి జయంతి వేడుకల్లో ముఖ్య అతిథిగా జిల్లా కలెక్టర్ ఖుష్మా గుప్తా, మునిసిపల్ కౌన్సిలర్స్ బెక్తర్ అనిత మధుసూదన్ రెడ్డి గారు ముదిరాజ్, డి.పూర్ణి మేయర్ సురేందర్ రెడ్డి పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా వారు ఐలమ్మ గారి విగ్రహానికి పూలమాల వేసి, నివాళులు అర్పించారు. బదుగు,

బలహీన వర్గాల హక్కుల కోసం ఆమె చేసిన వీరోచిత పోరాటాలు, త్యాగాలు నేటి తరానికి ఎంతో ఆదర్శప్రాయమని వారు కొనియాడారు. ఈ కార్యక్రమంలో డీసీసీ అధ్యక్షులు సంజీవ్ ముదిరాజ్ గారు, గ్రంథాలయ చైర్మన్ మల్ల సర్పంచ్ రెడ్డి గారు, మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్ బెక్తర్ అనిత మధుసూదన్ రెడ్డి గారు, సలు డివిజన్ కౌన్సిలర్లు, కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తలు, ప్రజా సంఘాల ప్రతినిధులు మరియు స్థానిక ప్రజలు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

31వ చాకలి ఐలమ్మ జయంతి సందర్భంగా అన్నదానం

బరువు తగ్గాలా... లింఫాటిక్ చేయండి!



చక్కని ఆరోగ్యం



వేడిగా తాగుతున్నారా?

గుండె ఆరోగ్యంగా ఉండేందుకు రన్సింగ్ వర్క్ ఓబాడీవెయిట్ స్క్వాట్స్.. ఏవి ఉత్తమం..?

అధునిక జీవనశైలిలో బరువు తగ్గుతూ ఫిట్గా ఉండాలనుకోవడం అమ్మాయిలకు పెద్ద సవాల్. పొరుగునే లేచి జిమ్కి వెళ్లి బరువులు ఎత్తడం, ఆయాసం తెప్పించే వర్కౌట్లు చేయడం అందరికీ సాధ్యం కాకపోవచ్చు. ఇల్లు, ఉద్యోగం, పిల్లల బాధ్యతలతో ఊపిరి సలపని పనులతో బిజీగా ఉండే ఆడవాళ్ళకు అయితే ఇది మరి కష్టం. అలాంటివాళ్ళు ఎలాంటి శారీరక శ్రమ చేయకుండా కేవలం నడకతోనే బరువు తగ్గి ఆరోగ్యంగా ఉండొచ్చుట. దాన్వే 'లింఫాటిక్ వాకింగ్' అంటున్నారు నిపుణులు... బాలివుడ్ నటి అలియా భట్ నుంచి చాలామంది సెలెబ్రిటీలు ప్రస్తుతం ఈ పద్ధతినే అనుసరిస్తున్నారు. అసలు ఏంటి లింఫాటిక్ వాకింగ్? దీనివల్ల కలిగే

వాపు, కడుపు ఉబ్బరం... వంటి సమస్యలూ వస్తాయంటున్నారు నిపుణులు. మనం రోజూ నడిచే సాధారణ నడకకు కాస్త భిన్నంగా నడుస్తూ... కొన్ని నియమాలు పాటించాలి. ఈ వాకింగ్ చేస్తున్నప్పుడు తల దింపడం, భుజాలు వాల్చి, ఫోన్ చూస్తూ నడవడం చేయకూడదు. వెన్నెముకను నిటారుగా ఉంచి భుజాలు ప్రగాఢమిది, చేతులు వెనక్కి ముందుకుగా ఆడిస్తూ నడవాలి. నడిచేటప్పుడు డయాఫ్రమ్ పద్ధతిలో దీర్ఘశ్వాస తీసుకోవాలి. ఇలా చేయడం వల్ల ఛాతీ, ఉదర భాగాలపై ఒత్తిడి పడి, లింఫ్ ఛ్లాండ్స్ వేగంగా కదులుతాయి. అందుకే ఈ వాకింగ్ మరి వేగంగానూ, నెమ్మదిగానూ చేయకూడదు.



ప్రయోజనాల గురించి నిపుణులు ఏమన్నారంటే... మన శరీరంలో రక్త ప్రసరణ వ్యవస్థలో లింఫాటిక్ వ్యవస్థ కూడా ఒకటి. ఇది శరీరంలో వ్యర్థాల్ని, విష పదార్థాల్ని బయటకు పంపి మన శరీరానికి రక్షణగా ఉంటుంది. రోగ నిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది. అయితే శరీరంలో రక్త సరఫరాకి గుండె ఉన్నట్లు... ఈ లింఫ్ ఛ్లాండ్స్ సంపిడి చేయడానికి మన రోపం ప్రత్యేక వ్యవస్థ అంటూ ఏమీ ఉండదు. మనం నడిచేటప్పుడు కండరాల కదలికలు, తీసుకునే శ్వాస ద్వారా మాత్రమే శరీరంలో వీటి ప్రసరణ జరుగుతుంది. అయితే గంటల తరబడి కుర్చీలో పరిమితమయ్యే వాళ్ళలో దీని ప్రసరణ తగ్గి, శరీరంలో నీరు చేరడం, కాళ్ళ

ఒక మోస్తరు వేగంతోనే నడవాలి. ప్రయోజనాలంటే... రోజూతా కూర్చోవడం వల్ల వచ్చే కడుపు ఉబ్బరం, కాళ్ళ వాపులు తగ్గుతాయి. శరీరంలో పేరుకుపోయిన వ్యర్థాలు చెమట రూపంలో సులభంగా బయటకు పోతాయి. అలసట తగ్గి రోజంతా ఉత్సాహంగా ఉంటారు. డెస్క్ జాబ్ చేసేవాళ్ళకి, ప్రయాణాలు చేసేవాళ్ళకి, భారీ కన రక్తలు చేయడం అనుకునే వారికి ఈ లింఫాటిక్ వాకింగ్ మంచి ఎంపిక. రోజూకు కనీసం 20-30 నిమిషాలు ఈ పద్ధతిలో నడిస్తే మంచిది అంటున్నారు నిపుణులు.



ముఖ్యమే. వాతావరణం చల్లగా ఉందనే, నిద్ర పోగొట్టుకోవాలనే వేడిగా ఉండే టీ, కాఫీలు తాగడం అలవాటు కొందరికి. కానీ, బాగా వేడిగా ఉన్నవి అంటే... 65 డిగ్రీల సెంటీగ్రేడ్ కన్నా ఎక్కువ వేడిగా ఉన్నవి తాగితే 'స్క్వామ్స్ సెల్ కార్సిన్మా' అనే ఆహార నాశక క్యాన్సర్ వచ్చే ప్రమాదం ఉందని ఇంటర్నేషనల్ జర్నల్ ఆఫ్ క్యాన్సర్ అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి. దీనికోసం పరిశోధకులు మిలియన్ ఉమన్ స్టడీ, యునైటెడ్ కింగ్డమ్ బయోబ్యాంకల్ డేటాను తీసుకొని విశ్లేషించారు. మరి అంత వేడిగా తాగని వాళ్ళతో పోలిస్తే వీళ్ళలో ఈ ప్రమాదం మూడు రెట్లు అధికమట. కాబట్టి, ఏదైనా వేడిగా తాగేముందు కొద్ది నిమిషాలు వేచి ఉండడం మంచిదంటున్నారు నిపుణులు.

చిప్స్ తినుకుంటూ కూల్ డ్రింక్స్ తాగితే యమ డేంజర్..



అవకాశం ఉంది. అంటే డీ హైడ్రేషన్కు గురయ్యే ప్రమాదం ఉంది. దీనివల్ల నీరసం, తల తిరగడం, అలసట వంటి సమస్యలు రావచ్చు. వేసవిలో శరీరానికి తగినంత నీరు అవసరం కాబట్టి నీటిని తాతాన్ని తగినంత కూల్ డ్రింక్స్ తాగడం మరింత ప్రమాదకరం. ఇక చిప్స్ విషయానికి వస్తే... చిప్స్లో ఉప్పు, హానికరమైన కొవ్వులు (ట్రాన్స్ ఫ్యాట్స్) ఎక్కువగా ఉంటాయి. ఇవి శరీరంలో నీటిని తగ్గించడమే కాకుండా, ఎలక్ట్రోలైట్ సమతుల్యతను కూడా దెబ్బతీస్తాయి. దాంతో దాహం మరింత పెరుగుతుంది. ఫలితంగా మళ్ళీ మళ్ళీ చల్లని పానీయాలు తాగే అలవాటు పెరుగుతుంది. దీర్ఘకాలంలో బరువు పెరగడం, జీర్ణ సమస్యలు, గుండె సంబంధిత వ్యాధుల ప్రమాదం పెరుగుతుంది. అందుకే కూల్ డ్రింక్స్ తరచూ తాగే అలవాటు ఉన్నవాళ్ళు వాటికి బదులుగా నిమ్మరసం, మజ్జిగ, కొబ్బరి నీరు వంటి సహజ పానీయాలు తాగడం మంచిది. ఇవి శరీరానికి తేమను అందించి, ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుతాయి. అదేవిధంగా కూల్ డ్రింక్స్ తోపాటు చిప్స్ బదులుగా చేయించిన మఖానా, వేరుశనగలు లేదా తాజా పండ్లు తినడం ఆరోగ్యానికి మంచిదని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.



జంక్ ఫుడ్ తినాలనే కోరిక కలిగినప్పుడు.. వాటికి బదులుగా ఇష్టమైన పోషకాహారాన్ని తీసుకోవాలని సూచిస్తున్నారు నిపుణులు. తగినన్ని నీళ్ళు తీసుకోవడం వల్ల ఆహార కోరికలు నియంత్రితమై ఉంటాయంటున్నారు నిపుణులు. అదేవిధంగా శరీరం తేమను కోల్పోకుండా కూడా జాగ్రత్తపడచ్చు. బేక్డ్ ఫిష్, లంట్, డిస్ట్రీల మధ్య ఎక్కువ గ్యాస్ ఇవ్వకూడదు. తక్కువ మోతాదులో ఎక్కువసార్లు ఆహారం తినడం వల్ల చిరుతిండ్ల పైకి మనసు మళ్ళకుండా జాగ్రత్తపడచ్చు. అలాగే మధ్యమధ్యలో బాదం, వాల్ నట్స్, జీడిపప్పులు, పండ్లు.. వంటి ఆరోగ్యకరమైన స్నాక్స్ తీసుకోవాలి. ఆహారాన్ని బాగా సమితి మింగడం వల్ల ఆహార కోరికలు తగ్గిపోయే అవకాశం ఉంటుందని పోషకాహార నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. కార్బోహైడ్రేట్స్ పోల్చితే ప్రోటీన్లు జీర్ణం కావడానికి ఎక్కువ సమయం పడుతుంది. కాబట్టి ప్రోటీన్లు పుష్టంగా లభించే కోడిగుడ్డు, పాలు, పాల పదార్థాలు, నట్స్.. వంటివి తీసుకుంటే ఎక్కువసేపు కడుపు నిండాగా ఉన్న భావం కలుగుతుంది. ఇతర ఆహార పదార్థాల పైకి మనసు మళ్ళ అవకాశం తక్కువగా ఉంటుందంటున్నారు నిపుణులు. వీటితో పాటు కంటి నిండా నిద్ర, ఒత్తిడి, దూరం చేసుకోవడానికి యోగా, ధ్యానం, ఇతర వ్యాయామాలు చేయడం.. వల్ల కూడా ఆహారపు కోరికల్ని అదుపు చేసుకోవచ్చు.

వ్యాయామం ఆరోగ్యానికి ఎంతో ముఖ్యమైనది. అయితే గుండె ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచుకోవడానికి ఏ వ్యాయామం ఎక్కువగా ఉపయోగపడుతుందనే సందేహం చాలామందికి ఉంటుంది. ముఖ్యంగా బాడీవెయిట్ స్క్వాట్స్, రన్సింగ్ రెండూ శరీరానికి మేలు చేసినప్పటికీ, వాటి ప్రయోజనాలు భిన్నంగా ఉంటాయి. రన్సింగ్ ప్రధానంగా ఏరోబిక్ వ్యాయామం కాగా, స్క్వాట్స్ కండరాల బలాన్ని పెంచే వ్యాయామంగా పనిచేస్తాయి. అందువల్ల గుండె ఆరోగ్యం కోసం ఈ రెండింటిలో ఏది ఎంచుకోవాలనేది వ్యక్తి యతనం. శారీరక సామర్థ్యం, ఆరోగ్య పరిస్థితి, వ్యాయామాన్ని తట్టుకునే సామర్థ్యంపై ఆధారపడి ఉంటాయి. రన్సింగ్ చేసే సమయంలో గుండె వేగం కొంతసేపు పెరిగి ఉంటుంది. గుండె, ఊపిరితిత్తులు పనిచేసే కండరాలకు నిరంతరం ఆక్సిజన్ అందించాల్సి రావడంతో కార్డియో సామర్థ్యం, శ్వాస కోశ సామర్థ్యం మెరుగుపడతాయి. క్రమం తప్పకుండా మితమైన స్థాయిలో రన్సింగ్ చేయడం రక్తపోటును నియంత్రించడంలో, ఆరోగ్యకరమైన శరీర బరువును కొనసాగించడంలో కూడా సహాయపడుతుంది. అయితే చాలాకాలంగా వ్యాయామం చేయని వారు ఒక్కసారిగా తీవ్రంగా చరుగితే కంటే ముందుగా నడక, వేగంగా నడక వంటి తక్కువ తీవ్రత కలిగిన వ్యాయామాలతో



ప్రారంభించి క్రమంగా పరుగు వేడడం మంచిది. మరోవైపు బాడీవెయిట్ స్క్వాట్స్ ప్రధానంగా కాళ్ళ, తొడలు, నడమ, పొత్తికడుపు కండరాలను బలోపేతం చేస్తాయి. కూర్చోవడం, నిలబడడం, మెట్లు ఎక్కడం, నడవడం వంటి రోజువారీ పనులను సులభంగా చేయడానికి అవసరమైన శారీరక సామర్థ్యాన్ని ఇవి పెంచుతాయి. స్క్వాట్స్ చరుగుతూ లేదా వేగంగా చేస్తే గుండె వేగం కూడా పెరుగుతుంది. అయినప్పటికీ వాటిని రన్సింగ్ కు సమమైన ఏరోబిక్ వ్యాయామంగా పరిగణించలేం. కండరాల బలం, కండరాల సహన శక్తిని పెంచడం స్క్వాట్స్ ప్రధాన ప్రయోజనం కాగా, రన్సింగ్ నిరంతర కార్డియో వ్యాయామాన్ని అందిస్తుంది. అందువల్ల గుండె ఆరోగ్యం కోసం రన్సింగ్, స్క్వాట్స్ లో ఒక్క దానినే ఎంచుకోవాల్సిన అవసరం లేదు.

కంటినిండా నిద్ర కావాలా?



కలిగించి త్వరగా నిద్ర పట్టేలా చేస్తాయని చెబుతున్నారు. అయితే ఇవన్నీ వెలుతురు, శబ్దాలు, ఇతర అలౌచనల్ని తగ్గించి నిద్రపోవడానికి అనుకూలమైన వాతావరణాన్ని మాత్రమే కల్పిస్తాయి కానీ, నిద్రలేమిని నయం చేయలేవు అంటున్నారు నిపుణులు. నిద్ర రాకపోవడం... రాత్రివేళలో పడేపడే మెలకువ వస్తుంటే స్లీప్ ఆప్టియాగా గుర్తించాలంటున్నారు. ఒకవేళ ఇది ప్రారంభంలోనే ఉందనిపిస్తే ఇంట్లోనే స్లీప్ రోటీన్ అలవాటు చేసుకుంటే మంచిది అంటున్నారు. పడుకునే ముందు పాదాలకు నువ్వులు, కొబ్బరి నూనెతో మర్చన చేసుకోవాలి. నిద్రకు కనీసం గంట ముందు టీవీ, ఫోన్లకు దూరంగా ఉండాలి.

అరుగుదల తగ్గేందా..

మహిళల జీవితంలో మెనేపాజ్ సహజమైన దశ. ఈ సమయంలో శరీరంలో ఎన్నో మార్పులు చోటు చేసుకుంటాయి. వేడి అవిద్రు, నిద్రలేమి, మూడే స్వింగ్స్, అలసట, ఎముకల బలహీనత వంటి లక్షణాలతో పాటు చాలామందిని ఇబ్బంది పెట్టే మరో సమస్య జీర్ణక్రియ మందగించడం. తిన్న ఆహారం సరిగా అరగకపో



పడం, కడుపుబ్బరం, గ్యాస్, మలబద్దకం, కొద్దిగా తిన్నా కడుపు నిండిన భావం వంటివి ఈ సమయంలో కనిపిస్తాయి. మెనేపాజ్ లో ఈస్ట్రోజన్, ప్రొజెస్టరాన్ హార్మోన్స్ స్థాయిలు తగ్గుతాయి. ఈ హార్మోన్స్ మార్పులు జీర్ణవ్యవస్థ పనితీరుపై ప్రభావం చూపుతాయి. శరీరంలో మెలబాలిజం వేగం తగ్గడం, కండరాల చలనం మందగించడం, శారీరక శ్రమ తగ్గిపోవడం వల్ల ఆహారం జీర్ణం కావడానికి ఎక్కువ సమయం పడుతుంది. అంతేకాదు, ఈ దశలో ఒత్తిడి, అందోజన్, నిద్రలేమి వంటివి పెరిగి జీర్ణక్రియను ప్రభావితం చేస్తాయి. ఆహారపు అలవాట్లలో చిన్న మార్పులు ఈ సమస్యను చాలావరకు తగ్గించగలవు. ఒకేసారి ఎక్కువగా తిన్నా. బదులుగా రోజులో నాలుగైదుసార్లు కొద్దికొద్దిగా తీసుకోవడంతోపాటు నెమ్మదిగా సమితి తినాలి. అన్నం, రొట్టెలతో పాటు కూరగాయలు, ఆకుకూరలు, పప్పులు, మెలకులు, పండ్లు వంటివి తీసుకోవాలి. ఇవి మలద్రవ్యాన్ని తగ్గించడమే కాకుండా పేగుల ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తాయి. మజ్జిగ, ఇదోశ వంటి తేలికగా జీర్ణమయ్యే ఆహారాలు డైట్లో చేర్చుకోవాలి. అయితే పాలు లేదా పాల పదార్థాలు తీసుకున్న రోజులకు ఉబ్బరం, గ్యాస్ పెరిగితే వైద్యుల సలహా తీసుకోవాలి. రోజూ తగినన్ని నీళ్ళు తాగడం కూడా అత్యంత అవసరం. ఉదయం గోరువెచ్చని నీరు, టోజనం తర్వాత కొద్దిసేపు నడక జీర్ణక్రియకు తోడ్పడతాయి. కనీసం 30 నిమిషాలు నడక, యోగా లేదా తేలికపాటి వ్యాయామం చేయడం మంచిది. అధికంగా చేయించిన పదార్థాలు, మసాలా, పొక్కిళ్ళ ఫుడ్స్, చక్కెర పానీయాలు, ఎక్కువ కాఫీ, టీ, కార్బోనెటెడ్ డ్రింక్స్ తగ్గించాలి. ఇవి గ్యాస్, అమ్మకం, కడుపు నొప్పిని పెంచే అవకాశం ఉంది.



సందర్భాల్లో కూడా నిద్ర సరిగ్గా పట్టదు. దీనివల్ల మరుసటి రోజంతా చిరాగ్గా ఉంటుంది. కాబట్టి రాత్రి పడుకునే ముందు పోషకాహారం మితంగా తీసుకోవడం మంచిది. అలాగే పగటి పూట ఎక్కువసేపు నిద్ర పోయినా రాత్రి నిద్ర పట్టకపోవచ్చు. అయితే మధ్య రాత్రి మెలకువ రావడం, తిరిగి నిద్ర పట్టకపోవడం.. వంటి సమస్యలు ఎప్పుడో ఒకసారి ఎదురైతే పర్లేదు. కానీ తరచూ ఇదే ధోరణి కనిపిస్తే మాత్రం నిద్రకలం చేయకుండా డాక్టర్ ని సంప్రదించడం మంచిదంటున్నారు నిపుణులు. దీనివల్ల మీ నిద్రలేమికి అసలు కారణమేంటో పరిశీలించి.. దాన్ని బట్టి తగిన చికిత్స అందించే అవకాశం ఉంటుంది.

హైదరాబాద్‌లో ఓన్లీ సేవలు: ర్యాపిడ్

రవాణా సేవలను అందించే ర్యాపిడ్ తన ఆహార డెలివరీ యాప్ 'ఓన్లీ' సేవలను హైదరాబాద్‌లో అందుబాటులోకి తెచ్చింది. బెంగళూరు తర్వాత ఈ యాప్ సేవలు ప్రారంభమైన రెండో నగరం ఇది. ఈ ఏడాది ఆక్టోబరు-డిసెంబరు నుంచి దేశంలోని అన్ని ప్రధాన మెట్రో నగరాలకూ ఈ సేవలు విస్తరించనున్నట్లు ర్యాపిడ్, ఓన్లీ సహా వ్యవస్థాపకుడు అరవింద్ తెలిపారు. బెంగళూరులో ప్రవేశ పెట్టిన రెస్టారెంట్ అసకూల, జిరో కమీషన్ సమూహానే హైదరాబాద్‌లోనూ అమలు చేస్తున్నట్లు చెప్పారు. బెంగళూరులో 25,000కు పైగా రెస్టారెంట్ భాగస్వాములతో పనిచేస్తున్నట్లు తెలిపారు.

22 కంపెనీలకు ఐఐటిల అల్లిమేటం



గురించి ఆయా కంపెనీలకు లేఖలు రాయనుందని సమాచారం. అయితే 'బ్లాక్‌లిస్టింగ్' పదానికి బదులుగా, 'నాన్ కోఆపరేషన్'ను ఎంచుకున్నట్లు తెలిసింది. 23 ఐఐటిల్లో 150కి పైగా ఉద్యోగ ఆఫర్ లేటర్లను ఈ కంపెనీలు, నెరవేర్చలేకపోవడమే ఇందుకు నేపథ్యం. కొన్ని కంపెనీలు 10-15 ఆఫర్లను ఉపసంహరించుకున్నట్లు

విఐపీ కన్సల్టర్ జాన్ జోన్ చెప్పినా, కంపెనీల పేర్లను వెల్లడించలేదు. క్యాంపస్ వరాల కథనం ప్రకారం, అందులో అమెరికా సాఫ్ట్‌వేర్ దిగ్గజం ఒరాకిల్ కూడా ఉంది. ఈ దిగ్గజ సంస్థ 40 ఉద్యోగ ఆఫర్లను గౌరవించడంలో విఫలమైందని సమాచారం. ఈ సంస్థ మనదేశంలో పాటు అంతర్జాతీయంగా వేల కొద్దీ రేఆఫ్ఫీలను ప్రకటిస్తోంది. ఈ ఏడాదిలో ఇప్పటి దాకా ప్రాంగణ ఎంపికల కోసం ఐఐటిలను ఒరాకిల్ సంప్రదించలేదని జోన్ తెలిపారు. ఐఐటిల 'నాన్ కోఆపరేషన్' జాబితాలో పలు అంశాలూ కూడా ఉన్నట్లు తెలుస్తోంది. ఆఫర్ లేటర్లు ఇచ్చి, ఉద్యోగాలు ఇవ్వని కంపెనీలను నేరుగా ఆయా ఐఐటిల గేటెడ్ సంద్రించాయి. 10-11 కంపెనీలు ఉద్యోగాలివ్వడంలో విఫలమయ్యాయని, ఈ ఏడాది మరిన్ని ఎక్కువ కంపెనీలు ఆ బాట పట్టడంతో అన్ని ఐఐటిలూ కలిసి విఐపీస్ ద్వారా సంప్రదించబడనున్నట్లు జోన్ వివరించారు.

దింపులు చేపట్టాయని జోన్ వివరించారు. ఉద్యోగాలు రాకుండా ఉన్న విద్యార్థుల సీట్ (కరిక్యులమ్ సీట్)లను ఇతర కంపెనీలకు పంపామని, అందులో 20-30% మందికి ఉద్యోగాలు రావాల్సి జోన్ చెబుతున్నారు. ఇంకా ఉద్యోగాల కోసం ఎదురుచూస్తున్న విద్యార్థుల పూర్తి సమాచారం ఇంకా తమ వద్ద లేదన్నారు.



భారత్ ఇంధన అవసరాల వేపు.. అమెరికా చూపు



పశ్చిమాసియా ఉద్రిక్తతలతో హరూత్ జలసందర్భా నౌకల రాకపోకలకు అంతరాయం ఏర్పడినప్పటి నుంచి భారత్.. ఇంధన దిగుమతుల కోసం ప్రత్యామ్నాయ మార్గాలను అన్వేషిస్తోంది. ఈ క్రమంలోనే భారత్ అవసరాలకు తగ్గట్టు ఇంధనం సరఫరా చేయాలి అంటూ యంత్రాంగం యోచిస్తున్నట్లు అమెరికా విదేశాంగ శాఖకు చెందిన సీనియర్ అధికారి ఒకరు తెలిపారు. ప్రపంచ దేశాలపై టారిఫ్లు, ఇంధన ఆంక్షల విషయంలో అమెరికా (USA) కఠిన వైఖరి అనుసరిస్తున్నట్లు తెలిపారు. అదే సమయంలో భారత్‌కు భారీగా ఇంధన అవసరాలు ఉన్నందున.. ఆ అవ

కాశాన్ని తాము వినియోగించుకోవాలి అనుకుంటున్నట్లు పేర్కొన్నారు. యుద్ధం వల్ల కొన్ని నెలలపాటు ఇరాన్, పశ్చిమాసియా దేశాల నుంచి చమురు ఎగుమతులు నిలిచిపోవడంతో ప్రపంచ మార్కెట్‌లో ఇంధన లభ్యత పరిమితులగా ఉందని సదరు అధికారి పేర్కొన్నారు. అయితే వెనెజువెలాపై ట్రంప్ చేపట్టిన విజయచర్యలపై ఆసక్తి వస్తే ప్రస్తుతం అమెరికా వద్ద పెద్ద మొత్తంలో చమురు నిల్వలు ఉన్నాయన్నారు. భారత్ వంటి మిత్ర దేశాలకు చమురు విక్రయించడానికి తాము సిద్ధంగా ఉన్నట్లు తెలిపారు. అమెరికా కాంగ్రెస్ ఇటీవల 'ద రిలీడ్ గ్రూపు' తాంక్షనింగ్ రిపోర్టులో ఇరాన్ యాక్స్-2026 బిల్లును ఆమోదించిన సంగతి తెలిసిందే. దీనిపై ట్రంప్ నంతకం కూడా చేయడంతో ఇది చట్టరూపం దాల్చింది. రష్యా, ఇరాన్‌పై ఆంక్షలను విధించేయరు. వాటిల్లో వాణిజ్యం జరుపుకోన్న భారత్, చైనా వంటి దేశాలపై సుంకాల మోత మోగించేందుకు ఈ చట్టంలో ట్రంప్‌నకు అధికారం లభించినట్లు అంటుంది. ఈ కొత్త చట్టం.. భారత్, అమెరికా ద్వైపాక్షిక సంబంధాలపైనే కాకుండా అంతర్జాతీయ ఇంధన మార్కెట్లపైనూ ప్రభావం చూపుతుందని భారత ప్రభుత్వం ఇప్పటికే స్పష్టం చేసింది.

ఆడిటింగ్ పనులు ముందుగానే పూర్తి చేసుకోండి



(ఐసీఐఐ) నూచించింది. సెప్టెంబరు 30 నాటికి పూర్తి చేయాల్సిన పనులకు ఆటంకం కలగకుండా, ముందస్తుగా ప్రణాళిక రూపొందించుకోవాలని జారీ చేసింది. ఆడిట్‌లకు అవసరమైన బ్యాంకు సమాచారం, ప్రవీక్షణ పత్రాలను త్వరగా సేకరించుకోవాలని ఐసీఐఐ కోరంది. చివరి నిమిషంలో ఇబ్బందులు ఎదురుకాకుండా, ఖాతాదారుల నుంచి అవసరమైన బ్యాంకింగ్ వివరాలను ముందే తెప్పించుకోవాలని సీఏఐఐ ఐసీఐఐ స్పష్టం చేసింది. ఆదివారం తమ శాఖలు తెరచి ఉంచుతున్నందున, ఖాతాదారు తమ కార్యకలా

ఈనెల 28-30 తేదీల్లో దేశవ్యాప్తంగా ప్రభుత్వ బ్యాంకుల సమ్మేళనం జరుగుతున్న నేపథ్యంలో.. చార్జర్ అకౌంటింగ్ (సీడి) తమ ఆడిటింగ్ పనులను ముందే పూర్తి చేసుకోవాలని ఇన్స్టిట్యూట్ ఆఫ్ చార్జర్ అకౌంటింగ్స్ ఆఫ్ ఇండియా

పాలు నిర్వహించుకోవాలని ప్రభుత్వ రంగ బ్యాంకులు కోరాయి. హెచ్ఎస్బీ బ్యాంక్, ఐసీఐఐ బ్యాంక్, యాక్సిస్ బ్యాంక్, ఇండస్ ఇండస్ట్రీ బ్యాంక్ 28-30 తేదీల్లో తమ కార్యకలాపాలు యథాతథంగా కొనసాగించనున్నాయి.

ఫెడరల్ బ్యాంక్ చేతికి జన స్కాల్ ఫైనాన్స్ బ్యాంక్!



దేశీయ ఫైనెల్ బ్యాంకింగ్ రంగంలో మరో భారీ విలీనానికి రంగం సిద్ధమవుతోంది. బెంగళూరు కేంద్రంగా పనిచేస్తున్న జన స్కాల్ ఫైనాన్స్ బ్యాంక్ (ఎస్ఎఫ్బీ)ను కొనుగోలు చేసేందుకు కేరళలోని అలువా కేంద్రంగా పనిచేసే ఫెడరల్ బ్యాంక్ తుది దశ చర్యలు జరుపుతోందని సంబంధిత వర్గాలు తెలిపాయి. ఈ ఒప్పందం పేర్కొన్నట్లు (ఈక్విటీ షేర్ మార్కెట్) పద్ధతిలో జరగనుంది. గతంలో కోటక్ మహింద్రా బ్యాంక్- ఐఎన్ఐ వైశ్యా బ్యాంక్ (2015), ఏయూ స్కాల్ ఫైనాన్స్ బ్యాంక్- ఫిస్కల్ ఎస్ఎఫ్బీ (2013) విలీనాలు ఇదే తరహాలో జరిగాయి. ప్రస్తుతం ఫెడరల్ బ్యాంక్ మార్కెట్ విలువ దాదాపు రూ. 82,000 కోట్లు కాగా, జన ఎస్ఎఫ్బీ మార్కెట్ విలువ రూ. 5,600 కోట్లుగా ఉంది. ప్రాథమిక అంశాల ప్రకారం.. జన ఎస్ఎఫ్బీ పేరును రూ. 620- 650 శ్రేణిలో, ఫెడరల్ బ్యాంక్ పేరును మార్కెట్ ధర కంటే కాస్త ఎక్కువగా దాదాపు రూ. 350 వద్ద లెక్కపెట్టి, స్వాచ్ రేడియోను ఖరారు చేసేందుకు చర్యలు జరుగుతున్నాయి. బ్యాంకుగా రద్దు కానున్న జన ఎస్ఎఫ్బీకి ఈ కొనుగోలు పూర్తయ్యాక, జన ఎస్ఎఫ్బీకి చెందిన మొత్తం ఆస్తులు, రుణాలు ఫెడరల్ బ్యాంక్‌లో విలీనమవుతాయి. తద్వారా జన ఎస్ఎఫ్బీ స్వతంత్ర బ్యాంకుగా ఉనికి కోల్పోతుంది. ఈ బ్యాంకు హోల్డింగ్ కంపెనీ అయిన జన హోల్డింగ్స్ ప్రధాన పెట్టుబడిదారు అయిన అంతర్జాతీయ ఫైనెల్ ఈక్విటీ దిగ్గజం టీబీటీ.. ఈ ఒప్పందం ద్వారా నిష్పాదించనుంది. ఫెడరల్ బ్యాంక్‌కి ఎక్కువ ప్రయోజనం: అరబీబి నిర్వహించిన ప్రాధాన్యతా రంగ రుణాల లక్ష్యాలను చేరుకోవడానికి జన ఎస్ఎఫ్బీ మైక్రోఫైనాన్స్ హోల్డింగ్‌లయొక్క ఫెడరల్

పనిచేస్తున్నారు. వీరిలో ఎక్కువ మంది మైక్రోఫైనాన్స్ రికవరీ-క్షేత్రాల్లో విద్యుత్ ఉద్యోగి ఉద్యోగి. ఇంత మంది ఉద్యోగిలను ఫెడరల్ బ్యాంక్‌లోకి ఎలా తీసుకురావాలన్న దానిపై ఏకాభిప్రాయం కుదరాలన్నీ ఉంది. ఐటీబీఐ బ్యాంకులో పూర్వోహత వాటా కొనుగోలు కోసం పచ్చిన ఆర్థిక బిడ్లను ప్రభుత్వం పరిశీలిస్తోంది. ఈ ప్రక్రియ స్థిర వేగంతో ముందుకు సాగుతోందని సంబంధాలపైనే కాకుండా అంతర్జాతీయ పెట్టుబడులు ఉన్నాయి. ఈ రెండు సంస్థలకు ఇప్పటికే భారత బ్యాంకింగ్ రంగంలో పెట్టుబడులు పెట్టిన అనుభవం ఉంది. అరబీబిల్ బ్యాంకులో ఎమ్‌రెడ్స్ ఎస్ఎఫ్బీ మైక్రో ఫైనాన్స్ వాటా కొనుగోలు చేయగా.. సీఎస్ఐ బ్యాంకులో ఫెయిర్‌ఫాక్స్ ఫైనాన్సీయల్ 40% వాటా కలిగి ఉంది. ఈ రెండు సంస్థలు ఇప్పటికే హోం శాఖ నుంచి భద్రతా అనుమతులు, రిజర్వ్ బ్యాంక్ ఆఫ్ ఇండియా నుంచి ఫిట్ ఆండ్ రికవరీ మద్దతును పొందాయి. ఐటీబీఐ బ్యాంకులో వాటా కొనుగోలుకు ఆసక్తిగల సంస్థలు, ఆర్థిక బిడ్లను దాఖలు చేయడం ఇది రెండో సారి. ఈ బ్యాంకులో ప్రభుత్వం, ఎలఐసీ కలిసి 60.72% వాటా విక్రయించాలని అనుకుంటున్నాయి.

రెండో వన్డో లంక గెలుపు

ఇంగ్లాండ్ పర్యటనలో శ్రీలంక ఎట్రేలకు గెలుపు రుచి చూసింది. శుభవారం రెండో వన్డో అతిథ్య జట్టుపై 16 పరుగుల తేడాతో గెలిచిన లంక.. మూడు మ్యాచ్‌ల సీరీస్‌ను 1-1తో సమం చేసింది. కెప్టెన్ కుశాల్ మెండిస్ (121; 118 బంతుల్లో 14x4, 3x6) సెంచరీతో చెలరేగడంతో మొదట శ్రీలంక 6 వికెట్లకు 321 పరుగులు సాధించింది. కమింగ్ మెండిస్ (54), పవన్ రత్నాయకే (48) రాణించారు. ఛేదనలో ఇంగ్లాండ్.. 9 వికెట్లకు 305 పరుగులు చేసింది. ఓపెన్లర్ బాంటన్ (73), డబ్లి (67) అదరగొట్టా.. వెలెరాగ్ (3/49), మధుశంక (2/54), ఇషాన్ పవలింగ్ (2/50) విజృంభించి లంకను గెలిపించారు. టీ20 సీరీస్‌లో 0-3తో లంక వైట్‌వాడ్ అయిన సంగతి తెలిసిందే.

ఇదే నా చివరి ప్రపంచకప్.. కబడ్డీలో భారత్‌కు డబుల్ బౌనాంజా.. అబ్బాయిలూ 'పసిడి' పట్టేశారు!

సర్వశక్తులూ ధారపోస్తా: కోహ్లా



టీమ్‌ఇండియా స్టార్ బ్యాట్స్‌మన్ విరాట్ కోహ్లా క్రీడక వ్యాఖ్యలు చేశాడు. వచ్చే ఏడాది జరగబోయే వన్డో ప్రపంచ కప్.. దేశం తరఫున తాను ఆడి చివరి మెగా టోర్నీ అని స్పష్టం చేశాడు. ఆక్స్‌ఫోర్డ్ క్రైమినల్ చేసుకునేందుకు మోదానంలో తన సర్వశక్తులూ ధారపోస్తానని తెలిపాడు. ఈ నెల 27 నుంచి వెస్ట్‌ఇండిస్‌తో ప్రారంభం కానున్న మూడు వన్డో సీరీస్‌కు ముందు 'జియోస్టార్'తో కోహ్లా మాట్లాడాడు. వచ్చే ఏడాది సౌతాఫ్రికా, జింబాబ్వే, నమీబియాలు సంయుక్తంగా వన్డో ప్రపంచకప్‌ను ఆతిథ్యం ఇవ్వనున్నాయి. "భారత్ తరఫున ఆడబోయే చివరి పరల్లేక్స్ ఇదే. టోర్నీని గెలవడమే నా ఏకైక లక్ష్యం. దాని కోసం ఎంత దూరమైనా వెళ్లేందుకు, మైదానంలో సభ్యులను ధారపోసేందుకు సిద్ధంగా ఉన్నా" అని కోహ్లా వెల్లడించాడు. వన్డో ప్రపంచకప్‌లో ఉండి ఇంటి నిట్టి వరే ఇతర టోర్నీలెంటోనూ ఉండదని చెప్పాడు. "ఇందులో దాదాపు 10 మ్యాచ్‌లను టీ20 స్థాయి తీవ్రతతో

ఆడాల్సి ఉంటుంది. ఒక వన్డో మ్యాచ్ అనేది 2.5 టీ20లతో సమానం. పెద్ద టోర్నీలెంటో లేదా ప్రపంచకప్‌లో పరుసగా 10 మ్యాచ్‌లపాటు ఆ ఇంటిని టీని కొనసాగించడం చాలా పెద్ద విషయం." అని తెలిపాడు. మాజీ కెప్టెన్ రోహిత్ శర్మ మాట్లాడుతూ.. "నేను చేయాల్సిన పని పూర్తయిందనే ఆలోచన ఎప్పుడూ రాదు. ఆడుతున్నంత కాలం.. ఏదో ఒక లక్ష్యం కోసం ఎదురుచూస్తూనే ఉంటాం. ప్రస్తుతం ప్రపంచకప్ కోసం ఆసక్తిగా ఎదురుచూస్తున్నాను. ప్రపంచకప్ లేదా షెడూ ఐసీఐ టోర్నీలెంటో ఆడిటప్పుడు వేర్వేరు వేదికలపై.. వేర్వేరు ప్రభుత్వాలను ఎదుర్కోవాలి. కాబట్టి, అందుకు తగినట్లు విభిన్నంగా సిద్ధం కావాలి. కొత్తగా ఆలోచించాలి. అదే ఆసక్తి సహజం" అని పేర్కొన్నాడు. రాబోయే వన్డో పరల్లేక్స్ వరకు ఆడతారా? లేదా? అనే సందేహాలకు ఈ ఇద్దరు తమ వ్యాఖ్యలతో తాజాగా చెక్‌పెట్టినట్లు అంటుంది.

ఆసియా క్రీడల కబడ్డీలో మన అమ్మాయిలు, అబ్బాయిలు ఇరాన్‌ను గట్టిగానే ఢీకొట్టారు. ఇప్పటికే ఆ దేశాన్ని ఓడించి మహిళల జట్టు స్వర్ణాన్ని దక్కించుకోగా.. పురుషుల జట్టు అదే బాటలో నడిచింది. ఉత్తరంగా జరిగిన ఫైనల్లో పసిడి కూత పెట్టింది. డిఫెండింగ్ ఛాంపియన్ భారత్.. ఇరాన్‌ను 40-34 పాయింట్ల తేడాతో ఓడించింది. దీంతో కలిపి ఆసియా క్రీడల చరిత్రలో కబడ్డీ జట్టు హిస్టోరిక్‌గా బంగారు పతకాన్ని సొంతం చేసుకుంది. 2026 ఆసియా క్రీడల్లో భారత్‌కు ఇది నాలుగో స్వర్ణం 2026 ఆసియా క్రీడల్లో (Asian Games) ఇప్పటివరకు నాలుగు స్వర్ణాలతో భారత్ పతకాల పట్టికలో 10వ స్థానంలో



నిలిచింది. 11 రజతపాతకం, 13 కాంస్యపాతకం కలిపి మొత్తం 28 పతకాలను సొంతం చేసుకుంది. మహిళల క్రెడెట్ ఫైనల్‌లో హాల్‌సన్ ఫ్రీట్ సేన అద్భుత విజయంతో తొలి స్వర్ణాన్ని దక్కించుకోగా.. 10 మీటర్ల ఎయిర్ పిస్టల్ మిక్స్డ్ టీమ్ ఈవెంట్‌లో సురుభి సింగ్, కమల్‌జీత్ జంట శుభవారం నిలిచింది. 11 రజతపాతకం, 13 కాంస్యపాతకం కలిపి మొత్తం 28 పతకాలను సొంతం చేసుకుంది. మహిళల క్రెడెట్ ఫైనల్‌లో హాల్‌సన్ ఫ్రీట్ సేన అద్భుత విజయంతో తొలి స్వర్ణాన్ని దక్కించుకోగా.. 10 మీటర్ల ఎయిర్ పిస్టల్ మిక్స్డ్ టీమ్ ఈవెంట్‌లో సురుభి సింగ్, కమల్‌జీత్ జంట శుభవారం నిలిచింది. 11 రజతపాతకం, 13 కాంస్యపాతకం కలిపి మొత్తం 28 పతకాలను సొంతం చేసుకుంది. మహిళల క్రెడెట్ ఫైనల్‌లో హాల్‌సన్ ఫ్రీట్ సేన అద్భుత విజయంతో తొలి స్వర్ణాన్ని దక్కించుకోగా.. 10 మీటర్ల ఎయిర్ పిస్టల్ మిక్స్డ్ టీమ్ ఈవెంట్‌లో సురుభి సింగ్, కమల్‌జీత్ జంట శుభవారం నిలిచింది. 11 రజతపాతకం, 13 కాంస్యపాతకం కలిపి మొత్తం 28 పతకాలను సొంతం చేసుకుంది. మహిళల క్రెడెట్ ఫైనల్‌లో హాల్‌సన్ ఫ్రీట్ సేన అద్భుత విజయంతో తొలి స్వర్ణాన్ని దక్కించుకోగా.. 10 మీటర్ల ఎయిర్ పిస్టల్ మిక్స్డ్ టీమ్ ఈవెంట్‌లో సురుభి సింగ్, కమల్‌జీత్ జంట శుభవారం నిలిచింది. 11 రజతపాతకం, 13 కాంస్యపాతకం కలిపి మొత్తం 28 పతకాలను సొంతం చేసుకుంది. మహిళల క్రెడెట్ ఫైనల్‌లో హాల్‌సన్ ఫ్రీట్ సేన అద్భుత విజయంతో తొలి స్వర్ణాన్ని దక్కించుకోగా.. 10 మీటర్ల ఎయిర్ పిస్టల్ మిక్స్డ్ టీమ్ ఈవెంట్‌లో సురుభి సింగ్, కమల్‌జీత్ జంట శుభవారం నిలిచింది. 11 రజతపాతకం, 13 కాంస్యపాతకం కలిపి మొత్తం 28 పతకాలను సొంతం చేసుకుంది. మహిళల క్రెడెట్ ఫైనల్‌లో హాల్‌సన్ ఫ్రీట్ సేన అద్భుత విజయంతో తొలి స్వర్ణాన్ని దక్కించుకోగా.. 10 మీటర్ల ఎయిర్ పిస్టల్ మిక్స్డ్ టీమ్ ఈవెంట్‌లో సురుభి సింగ్, కమల్‌జీత్ జంట శుభవారం నిలిచింది. 11 రజతపాతకం, 13 కాంస్యపాతకం కలిపి మొత్తం 28 పతకాలను సొంతం చేసుకుంది. మహిళల క్రెడెట్ ఫైనల్‌లో హాల్‌సన్ ఫ్రీట్ సేన అద్భుత విజయంతో తొలి స్వర్ణాన్ని దక్కించుకోగా.. 10 మీటర్ల ఎయిర్ పిస్టల్ మిక్స్డ్ టీమ్ ఈవెంట్‌లో సురుభి సింగ్, కమల్‌జీత్ జంట శుభవారం నిలిచింది. 11 రజతపాతకం, 13 కాంస్యపాతకం కలిపి మొత్తం 28 పతకాలను సొంతం చేసుకుంది. మహిళల క్రెడెట్ ఫైనల్‌లో హాల్‌సన్ ఫ్రీట్ సేన అద్భుత విజయంతో తొలి స్వర్ణాన్ని దక్కించుకోగా.. 10 మీటర్ల ఎయిర్ పిస్టల్ మిక్స్డ్ టీమ్ ఈవెంట్‌లో సురుభి సింగ్, కమల్‌జీత్ జంట శుభవారం నిలిచింది. 11 రజతపాతకం, 13 కాంస్యపాతకం కలిపి మొత్తం 28 పతకాలను సొంతం చేసుకుంది. మహిళల క్రెడెట్ ఫైనల్‌లో హాల్‌సన్ ఫ్రీట్ సేన అద్భుత విజయంతో తొలి స్వర్ణాన్ని దక్కించుకోగా.. 10 మీటర్ల ఎయిర్ పిస్టల్ మిక్స్డ్ టీమ్ ఈవెంట్‌లో సురుభి సింగ్, కమల్‌జీత్ జంట శుభవారం నిలిచింది. 11 రజతపాతకం, 13 కాంస్యపాతకం కలిపి మొత్తం 28 పతకాలను సొంతం చేసుకుంది. మహిళల క్రెడెట్ ఫైనల్‌లో హాల్‌సన్ ఫ్రీట్ సేన అద్భుత విజయంతో తొలి స్వర్ణాన్ని దక్కించుకోగా.. 10 మీటర్ల ఎయిర్ పిస్టల్ మిక్స్డ్ టీమ్ ఈవెంట్‌లో సురుభి సింగ్, కమల్‌జీత్ జంట శుభవారం నిలిచింది. 11 రజతపాతకం, 13 కాంస్యపాతకం కలిపి మొత్తం 28 పతకాలను సొంతం చేసుకుంది. మహిళల క్రెడెట్ ఫైనల్‌లో హాల్‌సన్ ఫ్రీట్ సేన అద్భుత విజయంతో తొలి స్వర్ణాన్ని దక్కించుకోగా.. 10 మీటర్ల ఎయిర్ పిస్టల్ మిక్స్డ్ టీమ్ ఈవెంట్‌లో సురుభి సింగ్, కమల్‌జీత్ జంట శుభవారం నిలిచింది. 11 రజతపాతకం, 13 కాంస్యపాతకం కలిపి మొత్తం 28 పతకాలను సొంతం చేసుకుంది. మహిళల క్రెడెట్ ఫైనల్‌లో హాల్‌సన్ ఫ్రీట్ సేన అద్భుత విజయంతో తొలి స్వర్ణాన్ని దక్కించుకోగా.. 10 మీటర్ల ఎయిర్ పిస్టల్ మిక్స్డ్ టీమ్ ఈవెంట్‌లో సురుభి సింగ్, కమల్‌జీత్ జంట శుభవారం నిలిచింది. 11 రజతపాతకం, 13 కాంస్యపాతకం కలిపి మొత్తం 28 పతకాలను సొంతం చేసుకుంది. మహిళల క్రెడెట్ ఫైనల్‌లో హాల్‌సన్ ఫ్రీట్ సేన అద్భుత విజయంతో తొలి స్వర్ణాన్ని దక్కించుకోగా.. 10 మీటర్ల ఎయిర్ పిస్టల్ మిక్స్డ్ టీమ్ ఈవెంట్‌లో సురుభి సింగ్, కమల్‌జీత్ జంట శుభవారం నిలిచింది. 11 రజతపాతకం, 13 కాంస్యపాతకం కలిపి మొత్తం 28 పతకాలను సొంతం చేసుకుంది. మహిళల క్రెడెట్ ఫైనల్‌లో హాల్‌సన్ ఫ్రీట్ సేన అద్భుత విజయంతో తొలి స్వర్ణాన్ని దక్కించుకోగా.. 10 మీటర్ల ఎయిర్ పిస్టల్ మిక్స్డ్ టీమ్ ఈవెంట్‌లో సురుభి సింగ్, కమల్‌జీత్ జంట శుభవారం నిలిచింది. 11 రజతపాతకం, 13 కాంస్యపాతకం కలిపి మొత్తం 28 పతకాలను సొంతం చేసుకుంది. మహిళల క్రెడెట్ ఫైనల్‌లో హాల్‌సన్ ఫ్రీట్ సేన అద్భుత విజయంతో తొలి స్వర్ణాన్ని దక్కించుకోగా.. 10 మీటర్ల ఎయిర్ పిస్టల్ మిక్స్డ్ టీమ్ ఈవెంట్‌లో సురుభి సింగ్, కమల్‌జీత్ జంట శుభవారం నిలిచింది. 11 రజతపాతకం, 13 కాంస్యపాతకం కలిపి మొత్తం 28 పతకాలను సొంతం చేసుకుంది. మహిళల క్రెడెట్ ఫైనల్‌లో హాల్‌సన్ ఫ్రీట్ సేన అద్భుత విజయంతో తొలి స్వర్ణాన్ని దక్కించుకోగా.. 10 మీటర్ల ఎయిర్ పిస్టల్ మిక్స్డ్ టీమ్ ఈవెంట్‌లో సురుభి సింగ్, కమల్‌జీత్ జంట శుభవారం నిలిచింది. 11 రజతపాతకం, 13 కాంస్యపాతకం కలిపి మొత్తం 28 పతకాలను సొంతం చేసుకుంది. మహిళల క్రెడెట్ ఫైనల్‌లో హాల్‌సన్ ఫ్రీట్ సేన అద్భుత విజయంతో తొలి స్వర్ణాన్ని దక్కించుకోగా.. 10 మీటర్ల ఎయిర్ పిస్టల్ మిక్స్డ్ టీమ్ ఈవెంట్‌లో సురుభి సింగ్, కమల్‌జీత్ జంట శుభవారం నిలిచింది. 11 రజతపాతకం, 13 కాంస్యపాతకం కలిపి మొత్తం 28 పతకాలను సొంతం చేసుకుంది. మహిళల క్రెడెట్ ఫైనల్‌లో హాల్‌సన్ ఫ్రీట్ సేన అద్భుత విజయంతో తొలి స్వర్ణాన్ని దక్కించుకోగా.. 10 మీటర్ల ఎయిర్ పిస్టల్ మిక్స్డ్ టీమ్ ఈవెంట్‌లో సురుభి సింగ్, కమల్‌జీత్ జంట శుభవారం నిలిచింది. 11 రజతపాతకం, 13 కాంస్యపాతకం కలిపి మొత్తం 28 పతకాలను సొంతం చేసుకుంది. మహిళల క్రెడెట్ ఫైనల్‌లో హాల్‌సన్ ఫ్రీట్ సేన అద్భుత విజయంతో తొలి స్వర్ణాన్ని దక్కించుకోగా.. 10 మీటర్ల ఎయిర్ పిస్టల్ మిక్స్డ్ టీమ్ ఈవెంట్‌లో సురుభి సింగ్, కమల్‌జీత్ జంట శుభవారం నిలిచింది. 11 రజతపాతకం, 13 కాంస్యపాతకం కలిపి మొత్తం 28 పతకాలను సొంతం చేసుకుంది. మహిళల క్రెడెట్ ఫైనల్‌లో హాల్‌సన్ ఫ్రీట్ సేన అద్భుత విజయంతో తొలి స్వర్ణాన్ని దక్కించుకోగా.. 10 మీటర్ల ఎయిర్ పిస్టల్ మిక్స్డ్ టీమ్ ఈవెంట్‌లో సురుభి సింగ్, కమల్‌జీత్ జంట శుభవారం నిలిచింది. 11 రజతపాతకం, 13 కాంస్యపాతకం కలిపి మొత్తం 28 పతకాలను సొంతం చేసుకుంది. మహిళల క్రెడెట్ ఫైనల్‌లో హాల్‌సన్ ఫ్రీట్ సేన అద్భుత విజయంతో తొలి స్వర్ణాన్ని దక్కించుకోగా.. 10 మీటర్ల ఎయిర్ పిస్టల్ మిక్స్డ్ టీమ్ ఈవెంట్‌లో సురుభి సింగ్, కమల్‌జీత్ జంట శుభవారం నిలిచింది. 11 రజతపాతకం, 13 కాంస్యపాతకం కలిపి మొత్తం 28 పతకాలను సొంతం చేసుకుంది. మహిళల క్రెడెట్ ఫైనల్‌లో హాల్‌సన్ ఫ్రీట్ సేన అద్భుత విజయంతో తొలి స్వర్ణాన్ని దక్కించుకోగా.. 10 మీటర్ల ఎయిర్ పిస్టల్ మిక్స్డ్ టీమ్ ఈవెంట్‌లో సురుభి సింగ్, కమల్‌జీత్ జంట శుభవారం నిలిచింది. 11 రజతపాతకం, 13 కాంస్యపాతకం కలిపి మొత్తం 28 పతకాలను సొంతం చేసుకుంది. మహిళల క్రెడెట్ ఫైనల్‌లో హాల్‌సన్ ఫ్రీట్ సేన అద్భుత విజయంతో తొలి స్వర్ణాన్ని దక్కించుకోగా.. 10 మీటర్ల ఎయిర్ పిస్టల్ మిక్స్డ్ టీమ్ ఈవెంట్‌లో సురుభి సింగ్, కమల్‌జీత్ జంట శుభవారం నిలిచింది. 11 రజతపాతకం, 13 కాంస్యపాతకం కలిపి మొత్తం 28 పతకాలను సొంతం చేసుకుంది. మహిళల క్రెడెట్ ఫైనల్‌లో హాల్‌సన్ ఫ్రీట్ సేన అద్భుత విజయంతో తొలి స్వర్ణాన్ని దక్కించుకోగా.. 10 మీటర్ల ఎయిర్ పిస్టల్ మిక్స్డ్ టీమ్ ఈవెంట్‌లో సురుభి సింగ్, కమల్‌జీత్ జంట శుభవారం నిలిచింది. 11 రజతపాతకం, 13 కాంస్యపాతకం కలిపి మొత్తం 28 పతకాలను సొంతం చేసుకుంది. మహిళల క్రెడెట్ ఫైనల్‌లో హాల్‌సన్ ఫ్రీట్ సేన అద్భుత విజయంతో తొలి స్వర్ణాన్ని దక్కించుకోగా.. 10 మీటర్ల ఎయిర్ పిస్టల్ మిక్స్డ్ టీమ్ ఈవెంట్‌లో సురుభి సింగ్, కమల్‌జీత్ జంట శుభవారం నిలిచింది. 11 రజతపాతకం, 13 కాంస్యపాతకం కలిపి మొత్తం 28 పతకాలను సొంతం చేసుకుంది. మహిళల క్రెడెట్ ఫైనల్‌లో హాల్‌సన్ ఫ్రీట్ సేన అద్భుత విజయంతో తొలి స్వర్ణాన్ని దక్కించుకోగా.. 10 మీటర్ల ఎయిర్ పిస్టల్ మిక్స్డ్ టీమ్ ఈవెంట్‌లో సురుభి సింగ్, కమల్‌జీత్ జంట శుభవారం నిలిచింది. 11 రజతపాతకం, 13 కాంస్యపాతకం కలిపి మొత్తం 28 పతకాలను సొంతం చేసుకుంది. మహిళల క్రెడెట్ ఫైనల్‌లో హాల్‌సన్ ఫ్రీట్ సేన అద్భుత విజయంతో తొలి స్వర్ణాన్ని దక్కించుకోగా.. 10 మీటర్ల ఎయిర్ పిస్టల్ మిక్స్డ్ టీమ్ ఈవెంట్‌లో సురుభి సింగ్, కమల్‌జీత్ జంట శుభవారం నిలిచింది. 11 రజతపాతకం, 13 కాంస్యపాతకం కలిపి మొత్తం 28 పతకాలను సొంతం చేసుకుంది. మహిళల క్రెడెట్ ఫైనల్‌లో హాల్‌సన్ ఫ్రీట్ సేన అద్భుత విజయంతో తొలి స్వర్ణాన్ని దక్కించుకోగా.. 10 మీటర్ల ఎయిర్ పిస్టల్ మిక్స్డ్ టీమ్ ఈవెంట్‌లో సురుభి సింగ్, కమల్‌జీత్ జంట శుభవారం నిలిచింది. 11 రజతపాతకం, 13 కాంస్యపాతకం కలిపి మొత్తం 28 పతకాలను సొంతం చేసుకుంది. మహిళల క్రెడెట్ ఫైనల్‌లో హాల్‌సన్ ఫ్రీట్ సేన అద్భుత విజయంతో తొలి స్వర్ణాన్ని దక్కించుకోగా.. 10 మీటర్ల ఎయిర్ పిస్టల్ మిక్స్డ్ టీమ్ ఈవెంట్‌లో సురుభి సింగ్, కమల్‌జీత్ జంట శుభవారం నిలిచింది. 11 రజతపాతకం, 13 కాంస్యపాతకం కలిపి మొత్తం 28 పతకాలను సొంతం చేసుకుంది. మహిళల క్రెడెట్ ఫైనల్‌లో హాల్‌సన్ ఫ్రీట్ సేన అద్భుత విజయంతో తొలి స్వర్ణాన్ని దక్కించుకోగా.. 10 మీటర్ల ఎయిర్ పిస్టల్ మిక్స్డ్ టీమ్ ఈవెంట్‌లో సురుభి సింగ్, కమల్‌జీత్ జంట శుభవారం నిలిచింది. 11 రజతపాతకం, 13 కాంస్యపాతకం కలిపి మొత్తం 28 పతకాలను సొంతం చేసుకుంది. మహిళల క్రెడెట్ ఫైనల్‌లో హాల్‌సన్ ఫ్రీట్ సేన అద్భుత విజయంతో తొలి స్వర్ణాన్ని దక్కించుకోగా.. 10 మీటర్ల ఎయిర్ పిస్టల్ మిక్స్డ్ టీమ్ ఈవెంట్‌లో సురుభి సింగ్, కమల్‌జీత్ జంట శుభవారం నిలిచింది. 11 రజతపాతకం, 13 కాంస్యపాతకం కలిపి మొత్తం 28 పతకాలను సొంతం చేసుకుంది. మహిళల క్రెడెట్ ఫైనల్‌లో హాల్‌సన్ ఫ్రీట్ సేన అద్భుత విజయంతో తొలి స్వర్ణాన్ని దక్కించుకోగా.. 10 మీటర్ల ఎయిర్ పిస్టల్ మిక్స్డ్ టీమ్ ఈవెంట్‌లో సురుభి సింగ్, కమల్‌జీత్ జంట శుభవారం నిలిచింది. 11 రజతపాతకం, 13 కాంస్యపాతకం కలిపి మొత్తం 28 పతకాలను సొంతం చేసుకుంది. మహిళల క్రెడెట్ ఫైనల్‌లో హాల్‌సన్ ఫ్రీట్ సేన అద్భుత విజయంతో తొలి స్వర్ణాన్ని దక్కించుకోగా.. 10 మీటర్ల ఎయిర్ పిస్టల్ మిక్స్డ్ టీమ్ ఈవెంట్‌లో సురుభి సింగ్, కమ

'సిగ్మా' ప్రీరిలీజ్ ఈవెంట్



పుదయం సినిమా: సందీప్ కిషన్ యాక్షన్-అద్వైత చర్ హీస్ థామెడీ ఎంటర్టైన్ 'సిగ్మా', ఈ సినిమాతో జేసన్ సంజయ్ దర్శకుడిగా పరిచయం అవుతున్నారు. ఫారియా అబ్దులా హీరోయిన్. ప్రతిష్టాత్మక రైకా ప్రొడక్షన్స్ బ్యానర్ పై సుభాస్మరన్ నిర్మించిన ఈ చిత్రంపై ప్రమాదనల్ కంటెంట్ తో హ్యూజ్ బజ్ క్రియేట్ చేసింది. కోస్టార్, తెలంగాణలో మైత్రి మూవీ డిస్ట్రిబ్యూటర్స్ లిమిటెడ్ ఈ చిత్రాన్ని విడుదల

చేస్తుందగా, సీడెడ్ ప్రాంతంలో ఎన్టీఆర్ సినిమా విడుదల చేస్తుంది. అక్టోబర్ 2న ప్రపంచవ్యాప్తంగా థియేటర్లలోకి రానుంది. ఈ సందర్భంగా మేకర్స్ ప్రీరిలీజ్ ఈవెంట్ నిర్వహించారు. మెగాస్టార్ చిరంజీవి ముఖ్య అతిథిగా హాజరైన ఈ వేడుక చాలా గ్రాండ్ గా జరిగింది. ప్రీరిలీజ్ ఈవెంట్ లో మెగాస్టార్ చిరంజీవి మాట్లాడుతూ... అందరికీ నమస్కారం. నేను నేరుగా కాకా షూటింగ్ నుంచి వస్తున్నాను. ఏడు

గంటల వరకు షూటింగ్ అయింది. త్వరగా ఫినిష్ చేయండి. ఈవెంట్ కి వెళ్లానని చెప్పాను. అక్కడ అందరూ రెస్ట్ తీసుకోవచ్చు కదా అని అన్నారు. వాళ్ల పాయింట్ ఆఫ్ వ్యూలో అది కరెక్ట్. కానీ నేను మాత్రం ఒక వేడుకకు రావడం బాధ్యతగా ఫీల్ అవుతాను. ఇలాంటి యువ ప్రతిభావంతులు సినిమా చేసిన అది ప్రేక్షకుల ముందుకు తీసుకొచ్చేటప్పుడు ఎంతోకొంత వాళ్లకి ఉపయోగపడతానని.

అక్టోబర్ 2న 'ప్రేమనే ఊరిలో'



పుదయం సినిమా: మహారత్న ప్రొడక్షన్స్, ఎన్టీ కిషన్ దర్శన, పనిలూ ఎంటర్టైన్మెంట్స్ బ్యానర్లపై వంద శ్రీనివాస్, సురేష్ కొండేటి, మమత దేవేంద్ర ఎం సంయుక్తంగా నిర్మించిన చిత్రం 'ప్రేమనే ఊరిలో'. ఈ సినిమాకి మనోజ్ కుమార్ కథ, కథనం, దర్శకత్వం వహించారు. శ్రీరామ్, రమిక శిఖ్, తపస్విని పూనాచ, రంగాయణ రఘు తదితరులు కీలక పాత్రల్లో నటించారు. KGF, కాంతారా వంటి చిత్రాలకు డైలాగ్స్ అందించిన హనుమాన్ చౌదరి ఈ చిత్రానికి సంభాషణలు రాయగా ప్రముఖ గేయ రచయిత రాంబాబు గోసాల పాటలను రచించారు. సునీల్ గౌతమ్ సంగీతం అందిస్తుందగా, రాజ్ కాంత్ ఎన్.కె సినిమాలో గ్రేఫీ, హరిత్ ప్రభు ఎడిటింగ్ బాధ్యతలు నిర్వహించారు. సెప్టెంబర్ 25న కన్డెట్ విడుదలైన ఈ చిత్రానికి అనూహ్య స్పందన లభించగా గాండ్ జయంతి సందర్భంగా అక్టోబర్ 2న తేదీన తెలుగులో విడుదలకు సిద్ధమవుతుంది. కర్ణాటకలో హాస్ ఫుల్ అవుతున్న ఈ ప్రేమ కథ చిత్రాన్ని తెలుగు ప్రేక్షకులు కూడా అదేవిధంగా ఆదరిస్తారని మేకర్స్ చెబుతున్నారు. ఇప్పటికే ఈ చిత్రం సుండి విజయం సాధిస్తుంది అంటున్నారు.

పుదయం సినిమా: మోస్ట్ ట్యాలెంటెడ్ విక్రమ్ ప్రభు 26వ చిత్రం 'సిటీ ఆఫ్ గోల్డ్'. ఈ చిత్రానికి సిద్ధార్థ దర్శకత్వం వహించారు. విక్రమ్ ప్రభు సరసన శివత్రిక రాజశేఖర్ కథానాయకగా నటిస్తుందగా, ఇంటర్నెట్ సంవలనం అమలా పాటి ముఖ్య పాత్రలలో కనిపిస్తారు. రోమియా కిక్స్ బ్యానర్ పై రాహుల్ ఈ చిత్రాన్ని నిర్మిస్తున్నారు. ఈ సినిమా ఫస్ట్ లుక్, గ్రింప్స్ విడుదలయ్యాయి. దలైన కొడిసేపటికే మంచి స్పందన లభించింది. ఫస్ట్ లుక్లో విక్రమ్ ఎంతో ఇంటెన్స్ లుక్ తో కూర్చున్నాడు. చాలా క్యాజువల్ గా బంగారు కడ్డీలను పైకి విసురుతూ పట్టుకుంటూ కనిపించారు. బంగారం విలువతో పాటు దాని చుట్టూ ఉన్న మిస్టీయస్ ప్రపంచాన్ని కలిపి చూపించిన ఈ విజువల్ ఆకర్షిని పెంచుతోంది. గ్రింప్స్ ప్రేక్షకులను మరింత ఆసక్తికరమైన ప్రపంచంలోకి తీసుకెళ్తుంది. బంగారం మార్కెట్, అక్కడ పనిచేసే వ్యక్తులు, సామాన్య ప్రజలకు పెద్దగా తెలియని ఒక రహస్య వ్యవస్థ ఇందులో చూపించారు. ఆకట్టుకునే విజువల్స్, ద్వారా సినిమా నేపథ్యాన్ని, పాత్రలను పరిచయం చేయడం క్యురియానిటీ పెంచింది. విక్రమ్ ప్రభు ఇందులో ఇంటెన్స్ రోల్ లో కనిపించనున్నారు.



రు. ఆయన కమాం డింగ్ స్వీట్ ప్రజెన్స్ ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలుస్తోంది. అలగం పెరుమాళ్, జాఫర్ ఇమక్కి, జీం సంపర్, వసుంధర, సునీల్ సుగత్, జయకుమార్, మౌరీస్ డాస్, బాల హాసన్, లిజ్ అంట్ సీ తదితరులు ఇందులో కీలక పాత్రలు పోషిస్తున్నారు. సినిమాలో గాఫర్ కార్మిక్ శరణ్ ఈ దార్డ్ అండ్ మిస్టీయస్ ప్రపంచాన్ని అద్భుతమైన విజువల్స్ తో అవిష్కరించారు. యువన్ శంకర్ రాజా సంగీతం సినిమాకు మరింత దైవ్ ను తీసుకొచ్చింది.

డోంట్ ట్రబుల్ ది ట్రబుల్ చిత్రంలో అన్ని ఎలిమెంట్స్ ఉంటాయి: ఫహద్ ఫాజిల్



పుదయం సినిమా: ఫహద్ ఫాజిల్ హీరోగా ఆర్కా మీడియా వర్క్స్, పోయింగ్ బిజినెస్ బ్యానర్ మీద తోట యార్లగడ్డ, ప్రసాద్ దేవినేని, ఎన్ఎస్ కార్మికయ నిర్మించిన చిత్రం 'డోంట్ ట్రబుల్ ది ట్రబుల్'. శశాంక్ ఏలేటి దర్శకుడు. అక్టోబర్ 2న మూవీ రిలీజ్ అవుతుంది. ఈ క్రమంలో శనివారం ఫహద్ ఫాజిల్ మీడియాతో ముచ్చటించారు. సినిమా గురించి ఆయన చెప్పిన విశేషాలివే.. 'డోంట్ ట్రబుల్ ది ట్రబుల్' సినిమా చేయటానికి కారణం మేంంటి? - కార్మికయ నాకు ఫోన్ చేసిన 'డోంట్ ట్రబుల్ ది ట్రబుల్' కథ గురించి చెప్పారు. శశాంక్ వచ్చి కథ చెప్పారు. నా జీవితంలో అసలు ఇలాంటి ఓ కథను వినలేదు. విన్న వెంటనే నాకు చాలా నచ్చింది. ఈ సినిమాని ఎలా అయినా నరే చేయాలని ఫిక్స్ అయ్యాను. సినిమాలో మ్యాజిక్

అనేది కీలకంగా ఉంటుందా? - 'డోంట్ ట్రబుల్ ది ట్రబుల్' అనే చిత్రంలో ప్రేమ, ఆప్యాయత, అనుబంధం వంటి చాలా ఎలిమెంట్స్ ఉంటాయి. మ్యాజిక్ అనే పార్ట్ ఒక అంశం మాత్రమే. ఈ సినిమాలో రోజైన అంతా, భావోద్వేగాలెన్నో ఉన్నాయి. చాలా మందికి చాలా విషయాల్ని అర్థమయ్యేలా చెప్పే చిత్రం అవుతుంది. 'డోంట్ ట్రబుల్ ది ట్రబుల్' సినిమా చేసే క్రమంలో ఎలాంటి ఛాలెంజెస్ ఫేస్ చేశారు? - మలయాళంలో కథను అర్థం చేసుకుని, డైలాగ్స్ నేర్చుకుని.. ఇంగ్లీష్ లోకి మార్చుకుని.. తెలుగులో నటించడం నాకు ఛాలెంజింగ్ గా అనిపించింది. కాస్త కష్టంగానే అనిపించినా ఈ జర్నీ నాకు ఎంతో నచ్చింది. **సినిమాను చాలా వరకు రియల్ లోకేషన్స్ లో షూట్ చేయటం ఎలా అనిపించింది?** - నాకు రియల్ లోకేషన్స్ లో షూటింగ్ చేయడం అంటేనే ఇష్టం. కానీ 'పుష్' సినిమాకి మాత్రం అలా చేయడం కుదరలేదు. ఈ సినిమాని చాలా వరకు రియల్ లోకేషన్స్ లోనే షూట్ చేశాం. **విభిన్నమైన సినిమాలో నటిస్తుంటారు. రైటర్స్ కు ఉన్న ఇంపార్టెన్స్ గురించి చెప్పండి?** - ఆర్టిస్టుల కంటే రచయిత, దర్శకులకే ఎక్కువ ఇంపార్టెన్స్ ఇవ్వాలన్నది నా అభిప్రాయం.

పుదయం సినిమా: విజయ్ దేవకొండ, రశ్మిక మంద

స్వ జంటగా మూవీ "రణబాలి". ఈ

సినిమాకు రాహుల్ సంకృత్యన్ దర్శకత్వం

వహిస్తున్నారు. టీ సీరీస్ ముద్రణలో మైట్ మూవీ

మేకర్స్ బ్యానర్ పై "రణబాలి" సినిమాను ప్రొడ్యూసర్స్

సవీన్ యెర్నేని, వై రవిశంకర్ హ్యాజ్ ఇండెట్ తో నిర్మిస్తు

న్నారు. అక్టోబర్ 16న విజయదశమి పర్వదినం సందర్భంగా

"రణబాలి" సినిమా పరల్ వైడ్ గ్రాండ్ థియేట్రీకల్ రిలీజ్ కు రెడీ అవు

తోంది. "రణబాలి" సినిమా విడుదల వాయిదా పడుతుందనే రూమర్స్ కు

చెక్ పెడుతూ ఈ రోజు మేకర్స్ ఈ సినిమా విడుదల తేదీతో కొత్త ప్రోమో రిలీజ్

"రణబాలి" కొత్త ప్రోమో రిలీజ్



చేశారు. తన మాతృభూమిని, తన ప్రజల్ని కాపాడేందుకు ప్రతిజ్ఞ చేసి వీరచరిత్రం పెట్టుకున్న యోధుడు రణబాలిగా విజయ్ దేవకొండ మెనరైజింగ్ లుక్ తో డిజైన్ చేసిన ఈ ప్రోమో ఆకట్టుకుంటోంది. రీసెంట్ గా ఈ సినిమా నుంచి రిలీజ్ చేసిన 'ఏందయ్య సామీ.. ఫుల్ లిరికల్ సాంగ్స్ హ్యాజ్ రెస్పాన్స్ వచ్చింది. ఈ పాటలో విజయ్, రశ్మిక కెమిస్ట్రీ అందరినీ ఆకట్టుకుంది. త్వరలోనే "రణబాలి" సినిమా థైలండ్ ను, మిగతా లిరికల్ సాంగ్స్ ను రిలీజ్ చేసేందుకు మేకర్స్ సన్నాహాలు చేస్తున్నారు.



'స్వార్డెజ్' రిలీజ్ తర్వాత రెస్పాన్స్ ఒక తుఫాన్లా వచ్చింది..



పుదయం సినిమా: 'స్వార్డెజ్' రిలీజ్ తర్వాత రెస్పాన్స్ ఒక తుఫాన్లా వచ్చింది. ఎవర్ని కలిసినా, ఎక్కడికి వెళ్లిన ఒకటి టాపిక్... అదే 'స్వార్డెజ్' గెలుపు. ప్రతి షోకి పాజిటివిటీ పెరుగుతుంది. ప్రేక్షకుల్లో పెరుగుతున్న ఆదరణ, ప్రేమని యాక్షన్స్ చేయాల్సిన బైం వచ్చింది. మీడియా మూలాల్లో నాన్ సపోర్ట్ స్టార్ నాని 'స్వార్డెజ్' సూపర్ డూపర్ హిట్ అయింది. నాని చాలా కష్టపడ్డాడు. జడలు వేసుకొని

యాక్షన్ చేయడం మామూలు విషయం కాదు. నాని ఇంకా ఎన్నో గొప్ప విజయాలు సాధించాలని కోరుకుంటున్నాను: కలెక్షన్ కింగ్ మోహన్ బాబు న్యాయరల్ స్టార్ నాని లేట్స్ బాకాఫీన్ తాండవం 'ది స్వార్డెజ్'. కలెక్షన్ కింగ్ మోహన్ బాబు కీలక పాత్ర పోషించారు. శ్రీకాంత్ ఓటెల దర్శకత్వంలో, ఎన్ఎల్పీ సినిమాస్ బ్యానర్ పై సుధాకర్ చెరుకూరి ఈ చిత్రాన్ని భారీ స్థాయిలో నిర్మించారు.

పుదయం సినిమా: High Joy

Commercials బ్యానర్ పై డా. చింతాడ

హేమారావు నిర్మాతగా, VIP - Vintage Iconic

Pictures నిర్మాణ సారథ్యంలో మంగా శ్రీనివాస్ రచన -

దర్శకత్వంలో రూపొందిన మాస్ పోయెట్ మ్యాజిక్ లవ్ స్టోరీ

ప్రశంసించారు.

ప్రేక్షకుల ఆదరణ కూడా మా

సినిమా పొందుతుందని

నమ్ముతున్నాం.

అన్నాడు. హీరో శ్రవణ్

మాట్లాడుతూ - ఈ చిత్రంలో

"చకోర - Lunar Love Bird" సినిమా థైలండ్ రిలీజ్



"చకోర - Lunar Love Bird". శ్రవణ్, మరైకా టి. వాసుపల్ సు సరికొత్త ప్రేమ జంటగా పరిచయం చేస్తూ తెరకెక్కిన ఈ ప్రేమ కథ చిత్రం శ్రీ లక్ష్మీ పిక్చర్స్, ద్వారా అక్టోబర్ 9న పరల్ వైడ్ గ్రాండ్ థియేట్రీకల్ రిలీజ్ కు రెడీ అవుతోంది. ఈ రోజు హీరో ఆకాష్ జగన్నాథ్ అతిథిగా ఈ సినిమా థైలండ్ ను హైదరాబాద్ లో జరిగిన గ్రాండ్ ఈవెంట్ లో రిలీజ్ చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో డైరెక్టర్ మంగా శ్రీనివాస్ మాట్లాడుతూ - నాకు జీవితంలో సోలాం నేర్చిన నా తండ్రికి, నాకు స్వార్థిగా నిలిచిన మా అమ్మకు, నా ఇండస్ట్రీ గురువు పూరి జగన్నాథ్ కి థ్యాంక్స్. ఈ సినిమా రూపకల్పనలో నాకు అండగా నిలబడిన మా ప్రొడ్యూసర్ చింతాడ హేమారావుకు థ్యాంక్స్. ఇండస్ట్రీలో నాకున్న అనుభవంతో వీలైనంత తక్కువ బడ్జెట్ లో హై క్వాలిటీలో ఈ సినిమాను రూపొందించాను. పేరున్న హీరోలను అప్రోచ్ అయి వారితో సినిమా చేయడం సులువుకాదు. అందుకే కొత్త వాళ్లకు అవకాశం ఇవ్వాలని నిర్ణయించుకుని శ్రవణ్, మరైకా టి. వాసుపల్ సు హీరో హీరోయిన్స్ గా పరిచయం చేస్తున్నాం. వీరిద్దరు నేను అనుకున్న విజన్ కు తగినట్లు మంచి పర్ ఫార్మాన్స్ ఇచ్చారు. మా సినిమా అక్టోబర్ 9న థియేటర్స్ లోకి రాబోతోంది. ఇప్పటికే ఇండస్ట్రీ నుంచే కాక మీడియాలో ఫ్రెండ్స్ కు కూడా సినిమా చూపించాం. అందరూ బ్యూటీఫుల్ మూవీ చేశావని

పుదయం సినిమా:

సినిమా, షార్ట్ ఫిలిమ్స్,

వెబ్ సిరీస్లు, క్యాస్టింగ్,

ఈవెంట్స్ పాటు డిజిటల్

ప్రమోషన్స్ కు చేదికగా N Media

వెబ్ సైట్ ప్రారంభమైంది. సీటీ దర్శకుడు

శైలేష్ కొలను, నటుడు-నిర్మాత రాంకీ, తెలుగు చిత్ర

నిర్మాతల మండలి సెక్రటరీ తుమ్మల ప్రసన్నకుమార్

హీరోగా నటించే అవకాశం కల్పించిన మా ప్రొడ్యూసర్, డైరెక్టర్ గారికి థ్యాంక్స్. ఈ సినిమా కోసం సెలెక్ట్ అయినప్పుడు నేనాక రాయలా ఉన్నాను. నన్ను ఈ పాత్రకు తగినట్లు శిల్పిలా చెక్కిన ఘనత మా డైరెక్టర్ గారికే దక్కుతుంది. మా మ్యాజిక్ డైరెక్టర్ ట్రైన్ హెల్మీ బ్యూటీఫుల్ మ్యూజిక్ ఇచ్చారు. ఒక మంచి ఫ్యామిలీ ఎంటర్ టైన్, రోమాంటిక్ ఎంటర్ టైన్ చూడాలనుకుంటే మీరు మా సినిమాను రావద్దు.

సినీ రంగానికి వన్ స్టాప్ పాట్ ఫామ్ గా 'N Media'



తదితరుల చేతుల మీదుగా N Media రాండ్ కార్యక్రమం ఘనంగా జరిగింది. సినీ రంగంలో కొత్త ప్రతిభను ప్రోత్సహించడంతో పాటు, సినిమాలు, షార్ట్ ఫిలిమ్స్, వెబ్ సిరీస్ లకు అవసరమైన డిజిటల్ ప్రమోషన్స్, సోషల్ మీడియా ప్రమోషన్స్, పబ్లిసిటీ, ట్రాండింగ్, క్యాస్టింగ్, ఈవెంట్ ప్రమోషన్స్ వంటి సేవలను ఒకే వేదిక ద్వారా అందించాలనే లక్ష్యంతో N Media ను ప్రారంభించినట్లు నిర్వాహకులు తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా దర్శకుడు శైలేష్ కొలను మాట్లాడుతూ, షార్ట్ ఫిలిమ్స్ ద్వారా కొత్త ప్రతిభను ప్రోత్సహిస్తూ వస్తున్న రాము, N Media ద్వారా మరింత మంచి టాలెంట్ వ్యక్తులకు అవకాశాలు కల్పించాలని ఆకాంక్షించారు. సినీ రంగానికి N Media ఉపయోగపడాలని కోరుకుంటూ రాము, ఆయన టీమ్ కు శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. తెలుగు చిత్ర నిర్మాతల మండలి సెక్రటరీ తుమ్మల ప్రసన్నకుమార్ మాట్లాడుతూ, ప్రస్తుత పరిస్థితుల్లో సోషల్ మీడియా సినిమాల ప్రచారంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తోందన్నారు. ముఖ్యంగా చిన్న సినిమాలకు డిజిటల్ ప్రమోషన్స్ ఎంతో ఉపయోగకరంగా ఉంటాయని పేర్కొన్నారు. N Media మంచి విజయాన్ని సాధించాలని ఆకాంక్షించారు. నటుడు, నిర్మాత రాంకీ మాట్లాడుతూ, మీడియాకు సంబంధించిన వివిధ విభాగాలను ఒకే ప్లాట్ ఫామ్ పైకి తీసుకురావడం అభినందనీయమన్నారు.