



జాతీయం- అంతర్జాతీయం



రష్యా చమురు సామర్థ్యం సగానికి

పశ్చిమాసియా యుద్ధం కారణంగా ప్రపంచాన్ని చమురు సంక్షోభం చుట్టుముడుతోంది. ఇప్పటికే ఐదో వంతు చమురు, గ్యాస్ ఉత్పత్తి రవాణాకు ఆటంకం కలిగి... ధరలు భారీగా పెరగడంతో అనేక దేశాల్లో చమురు కొరత ఏర్పడుతోంది.

మరోవైపు కీలక చమురు ఉత్పత్తిదారులయిన రష్యాలోని చమురు క్షేత్రాలే లక్ష్యంగా ఉక్రెయిన్ (Ukraine) దాడులు కొనసాగిస్తోంది. నాలుగేళ్లుగా ఇరుదేశాల మధ్య జరుగుతోన్న యుద్ధం కారణంగా రష్యా చమురు శుద్ధి సామర్థ్యం 50 శాతం ధ్వంసమైనట్లు తాజాగా ఉక్రెయిన్ వెల్లడించింది. దీనివల్ల ఇంధన ఎగుమతిదారు అయిన మాస్కో ఇతర దేశాల



నుంచి చమురును దిగుమతి చేసుకోవాల్సిన పరిస్థితి తలెత్తినట్లు తెలిపింది. **నాలుగేళ్లుగా తాము కొనసాగిస్తోన్న సుదూర దాడులు సగానికి పైగా రష్యా చమురు శుద్ధి సామర్థ్యాన్ని నిర్వీర్యం చేశాయని ఉక్రెయిన్ తెలిపింది.** ఇతర దేశాలకు ఇంధనాన్ని సరఫరా చేసే వ్యవస్థలకు ఆటంకం కలిగించాయ

ని పేర్కొంది. మాస్కో, యూరోప్లాన్, ఉస్ట్ లుగా, పెర్వ్ వంటి నగరాల్లోని చమురు శుద్ధి కర్మాగారాలపై ఇటీవల చేసిన దాడుల వల్ల సగానికి పైగా చమురు శుద్ధి సామర్థ్యం దెబ్బతిందని వెల్లడించింది. **ఇది తమ శత్రువు ఆర్థిక వ్యవస్థకు, దురాక్రమణ సామర్థ్యానికి కోలుకోలేని దెబ్బ అని అభిప్రాయించింది.**

ఇంధన సంక్షోభం...మాస్కోలోని లనేక చమురు శుద్ధి కర్మాగారాలపై ఉక్రెయిన్ వదవదే
దాడులు చేస్తుండడంతో ఈ ఏడాది ప్రారంభం నుంచే రష్యాలో ఇంధన సంక్షోభం (Fuel crisis) తలెత్తింది. దీంతో అధికారులు గ్యాసోలిన్ అమ్మకాలను పరిమితం చేయాల్సి వచ్చింది. ఇరాన్ యుద్ధం ప్రారంభమైన రోజుల్లో.. **కొన్ని సంబంధాల్లో ఇంధనం కోసం ప్రజలు కిలోమీటర్లు మేర బారులు తీరాల్సిన పరిస్థితులు తలెత్తాయి.** అయితే యుద్ధం కారణంగా దేశ చమురు మౌలిక సదుపాయాలకు ఇరిగిన నష్టం గురించి రష్యా ఎలాంటి డేటాను బహిరంగంగా వెల్లడించలేదు. ఈ దాడుల వల్ల తమ స్థూల దేశీయోత్పత్తిలో కేవలం 1 శాతం మాత్రమే నష్టం

వాటిల్లినదని గతేడాది ఫలిన్ పేర్కొన్నారు. తమ ఆర్థిక వ్యవస్థను దెబ్బతీయడం వారికి సాధ్యం కాదని అన్నారు. **జీవాయుధాలపై రష్యా ప్రయోగాలు? ప్షిగు బ్యాక్లిరియా రీకోడ్ భయాలప్రభుత్వ**
సబ్సిడీ పెరుగుదలచమురు శుద్ధి కర్మాగారాలపై ఉక్రెయిన్ డ్రోన్ దాడులు కొనసాగిస్తుండడంతో గత నెలలో రష్యా కీలక చర్యలు తీసుకుంది. దేశీయ మార్కెట్ కు ఇంధన సరఫరా చేసే చమురు కంపెనీలకు నాలుగేళ్లలో అతిపెద్ద సబ్సిడీ (Subsidy)ని ప్రకటించింది. రష్యా ఆర్థిక మంత్రిత్వ శాఖ గణాంకాల ప్రకారం.. సెప్టెంబర్ లో సబ్సిడీల మొత్తం 3.6 బిలియన్ డాలర్లుగా ఉంది. ఏప్రిల్ 2022 నాటి రికార్డు తర్వాత ఇదే అత్యధిక చెల్లింపు.

స్విట్జర్లాండ్ అదృక్షుడికి భారతీయ చీజ్ లు

స్విట్జర్లాండ్
■ **మోడి గిడ్డి ప్రత్యేకతలు తెలుసా?**
అదృష్టవశాత్తూ గర్మ పార్వెలిన్ కు ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ (Narendra Modi) ప్రత్యేక బహుమతి ఇచ్చారు. భారత్ కు చెందిన మూడు రకాల చీజ్ (cheese) లను అందించారు. గుల్మార్గ్, కోణార్క్, యెయూర్ చీజ్ లను దిల్లీలో జరిగిన ఛీజ్ లో అందజేశారు. ప్రపంచవ్యాప్తంగా చీజ్ లు అనగానే మొదట గర్మచీజ్ దేశం స్విట్జర్లాండ్ (Switzerland). ఈ క్రమంలో ఆ దేశ అదృక్షుడికి మోదీ స్వదేశీ చీజ్ లు అందించడం ప్రాధాన్యం సంపరించుకుంది. భారతదేశంలో అభి

వృద్ధి చెందుతోన్న సాంప్రదాయ చీజ్ తయారీకి ఇవి నిదర్శనమని మోదీ పేర్కొన్నారు.గుల్మార్గ్ (Gulmarg) ఫ్రెంచ్ శైలిలో ఉండే చీజ్. పాశ్చరైజ్ చేసిన ఆవు పాలతో దీనిని తయారు చేస్తారు. **2026లో బ్రిజ్ లోలో జరిగిన పోటీల్లో దీనికి 'సూపర్ గోల్డ్' లవార్డు లభించింది.** ఇక కోణార్క్ (Konark) ఫ్రెంచ్ టాప్ తరహా చీజ్. సహజమైన పైపార, మృదువైన ఆక్సర్, **నిమ్మలూని రుచి దీని ప్రత్యేకత.** **2023లో నార్మల్ జరిగిన వరల్డ్ చీజ్ అవార్డ్స్ లో గోల్డ్.**



2025లో స్విట్జర్లాండ్ లో నిర్వహించిన పోటీల్లో సిల్వర్ అవార్డును సొంతం చేసుకుంది. మూడోది యెయూర్ (Yeoor)..

దీనిని పక్కానికి ఉంచుతారు. ఇవే కాకుండా కశ్మీర్ వాల్ నల్ చెక్స్ తో తయారు చేసిన గోడ ప్యానెల్ నూ పార్వెలిన్ కు మోదీ బహూకరించారు. **‘యూపీ’ అధారిత రవాణాలో మహిళా ప్రయాణికుల భద్రతపై జాగ్రత్త ఈ నేపథ్యంలో స్వీస్ అధ్యక్షుడు..** ప్రధాని మోదీకి ఆ దేశ సాంప్రదాయ వాయిద్యమైన ‘అల్ఫోర్న్స్’ (Alphorn) ను బహుమతిగా ఇచ్చారు. ఈ ప్రత్యేకమైన వాయిద్యంపై భారత్, స్విట్జర్లాండ్ దేశాల జాతీయ జెండాలు ముద్రించి ఉన్నాయి. ప్రధాని మోదీ ఈ వాయిద్యాన్ని స్వయంగా ఊదారు.

కామాంధుడికే ప్రమోషన్

న్యూఢిల్లీ:
మహిళలను ఉద్ధరిస్తున్నామని ప్రచారం చేసుకుంటున్న బిజెపి ప్రభుత్వం మహిళా జర్నలిస్టును లైంగికంగా వేధించిన ఢిల్లీ ఎసిపి విచేక్ భగత్ కు డిసిపిగా ఉద్యోగ, స్థితి కల్పించింది. సిఐసి జ్ఞానేష్ కుమార్ ను తొలగించాలని జంతర్ మంతర్ వద్ద ఆందోళనలు చేసినారే చెప్పిన మహిళా జర్నలిస్టును భగత్ మూడు రోజుల క్రితమే లైంగికంగా వేధించారు. **దీంతో ఆమె ప్రజాసంఘాలు, సిఐపి మద్దతుతో పార్లమెంట్ స్పీకర్ పోలీసుల స్టేషన్** వద్ద ఎన్ఐఐఆర్ నమోదు చేయాలని ధర్నా నిర్వహించారు. వీడియోలు లేకపోతే తేను నమోదు చేయబోమని ఢిల్లీ పోలీసులు చెప్పారు. **బాధితురాలితో సహా 16 మందిని ఆదివారం** అదుపులోకి తీసుకున్నారు. తాజాగా



గ్రయాన్ని సిపిఎం, కాకోట్ జనతా పార్టీ (సిజెపి) తీవ్రంగా తప్పుబట్టాయి. **“వేధింపుల ఆరోపణ తర్వాత ప్రమాషన్ వచ్చే వ్యవస్థలో మనం జీవిస్తున్నామా?”** అని సిజెపి ప్రశ్నించింది. కేంద్ర హోంశాఖ తన నిర్ణయాన్ని తక్షణమే వెనక్కి తీసుకోవాలని ఢిల్లీ ఎసిపి ఎం డిమాండ్ చేసింది. “ఇది మహిళా జర్నలిస్టులకు ఎలాంటి సందేశం ఇస్తోందో ప్రభుత్వ అధికారం తన మనుషులనే కాపాడుతుందనా?” అని ప్రశ్నించింది.

మళ్ళీ ట్రిలియన్ డోలార్ ఎలాన్ మస్క్

న్యూయార్క్:
ప్రపంచ కుబేరుడు, టెక్ దిగ్గజం ఎలాన్ మస్క్ సంపద మళ్ళీ ట్రిలియన్ డాలర్లకు చేరింది. **బ్లూమ్ బర్గ్ బిలియన్ డోలర్స్ ఇండెక్స్ ప్రకారం సోమవారం ఒక్కరోజే మస్క్ సంపద 65 బిలియన్ డాలర్లు పెరిగి 1.04** ట్రిలియన్ డాలర్లకు చేరింది. స్పేస్ ఎక్స్, టెస్లా కంపెనీల పేర్ల విలువ పెరగడం ఇందుకు ప్రధాన కారణంగా నిలిచింది. ఆక్సోబర్ ప్రారంభం నుంచి స్పేస్ ఎక్స్ షేర్లు 13 శాతం, టెస్లా షేర్లు 6.7 శాతం మేర పెరిగాయి. **దీంతో మూడు నెలల తర్వాత మస్క్ సంపద మళ్ళీ 13 అంతరిస్థాయికి చేరింది.** జూన్ లో స్పేస్ ఎక్స్ రికార్డు స్థాయి ఐస్.ఓ.ఓ పేర్ల విలువ భారీగా పెరగడం తో మస్క్ తొలిసారిగా.



ప్రపంచంలోనే తొలి ట్రిలియన్ డోలార్ నిలిచారు. **అయితే ఆ తర్వాత కంపెనీ లాభిక విలువపై ఆందోళనలు వ్యక్తం కావడంతో షేర్లు క్షీణించి ఆయన సంపద తగ్గింది.** తాజాగా స్పేస్ ఎక్స్, టెస్లా సంస్థలపై పెట్టుబడిదారుల్లో విశ్వాసం పెరగడంతో మస్క్ సంపదకు మళ్ళీ రెక్కలాిచ్చాయి. స్పేస్, ఆర్టిఫిషియల్ ఇంటెలిజెన్స్, ఇం

టెలిజెన్స్ రంగాల్లో స్పేస్ ఎక్స్ కు మంచి అవకాశాలున్నాయని మార్కెట్ స్టాన్స్ విశ్లేషకులు పేర్కొన్నారు. **గత వారం టెస్లా మూడో త్రిమాసిక అమ్మకాలు కూడా అంచనాలను మించాయి.** మస్క్ మొత్తం సంపదలో 98 శాతానికి పైగా స్పేస్ ఎక్స్, టెస్లాలోని వాటాల నుంచే వస్తున్నట్లు ఖామోషాల్లో తెలిపింది.

సిఐసి తక్షణ రాజీనామా... 'ఇండియా' బలోపేతం!

■ **వెనకబడిన పద్ధాల ఓట్లు**
■ **కొలగించేందుకే ఎన్ఐఆర్**
■ **హిందూ ఇంటర్నెట్ లో ఎం ఎ బేజ్**
న్యూఢిల్లీ:
అత్య గౌరవాన్ని కాపాడుకునేందుకు చీఫ్ సెలక్షన్ కమిషనర్ జ్ఞానేష్ కుమార్ తక్షణమే తన పదవికి రాజీనామా చేయాలని సిపిఎం ప్రధాన కార్యదర్శి ఎం.ఎ.బేజీ సోమవారం డిమాండ్ చేశారు. ఆ పదవి నేపథ్యం ప్రధాన కార్యదర్శి వల్ల ఆయన ‘బానిసలకు’ కూడా సత్కరణలు కలుగుతుందని వ్యాఖ్యానించారు. **వామపక్షాలు, ఎన్ఎఫ్ఎ, డిమోఫ్ బతో సహా వాటి ప్రజా సంఘాలు, ఇంకా ఇతర పార్టీలు,** సంఘాలు విస్తృతంగా ఆందోళనలు చేస్తున్న నేపథ్యంలో జ్ఞానేష్ కుమార్ ఇప్పటికే రాజీనామా చేసి వుండాలిందని

బేజీ పేర్కొన్నారు. ది హిందూకు ఇచ్చిన ఇంటర్వ్యూలో ఆయన ఈ వ్యాఖ్యానాలు చేశారు. **ఎన్ఐఆర్ మునుగులో ఓటు హక్కును లాక్కున్నారు..** **ఓటర్ల జాబితా ప్రత్యేక సమగ్ర సవరణ (ఎన్ఐఆర్) మునుగులో 13 కోట్లు మంది** ఓటింగ్ హక్కులను జ్ఞానేష్ కుమార్ లాక్కున్నారు. బేజీ విమర్శించారు. మైనారిటీలు, దళితులు, ఆదివాసిలు, ఇతర వెనుకబాటు పద్ధాలకు చెందిన వారి పేర్లను ఓటర్ల జాబితాల నుండి తొలగించేందుకే ఈ ఎన్ఐఆర్ ఉద్దేశించిందని ఆయన విమర్శించారు. **“ఓటు వేసే హక్కు ఏ ప్రజాస్వామ్యంలోనైనా పవిత్రమైన హక్కు.**

ఓటు వేసే హక్కును సాధించుకున్న పద్ధి ఆ తొలిరుడు సంపూర్ణ పౌరుడుగా మారతారు. **దాన్ని తిరస్కరించడమన్నది ప్రజాస్వామ్యానికి వ్యతిరేకంగా చేసే నేరం వంటిది.** “అని బేజ్ వ్యాఖ్యానించారు. “ఇవి ఎవలను తారుచు చేయవచ్చని, ప్రజా తీర్మాన నాశనం చేయడానికి అటువంటి పద్ధతులకు పాల్పడతారని ప్రజాభివృద్ధి కమిషన్ నెలకొని వుంది. **వివిఎఐటీ (ఓటర్ డబ్బి పేజీలించిన పేపర్ ఆడిట్ ట్రయల్) ఒక పరిష్కార మార్గాన్ని అందచేస్తుందని గుర్తించడని.** “కానీ ఆడిట్ ట్రయల్ ఒక పరిష్కారం కాదు. ఇది ఆయన పేర్కొన్నారు. **పశ్చిమ బెంగాల్ లోనూ, దేశంలోని**



ఇతర ప్రాంతాల్లోనూ సిపిఎం మళ్ళీ బల్యాన్ని పుంజుకోగలదని అశాభావాన్ని వ్యక్తం చేశారు. “పశ్చిమ బెంగాల్ లో కోలుకునే క్రమంలో వున్నాం. త్వరలో ఎన్నికలు జరిగే క్రమంలో ప్రజాభివృద్ధి, మజిలీ, పంజాబ్, గోవాపై కూడా

దృష్టి సారించనున్నాం. ఆయా రాష్ట్రాల్లో బిజెపిని ఓడించేందుకు వామపక్ష ప్రజాతంత్ర శక్తులతో సిపిఎం చర్యలు జరుపుతుందని చెప్పారు. **“ప్రస్తుతమున్న పరిస్థితుల్లో, ఇండియా బ్లాక్ మ బలోపేతం చేయడం, క్రియాశీలం చేయడం ముఖ్యం.** దేశంలో వయోజన ఓటు హక్కు వ్యవస్థను, ప్రజాస్వామ్యాన్ని కాపాడేందుకు భావసారూప్యతా పార్టీలు, ప్రజాతంత్ర శక్తులు చేతులు కలపాలి. **ప్రజా రంగంలోని మేధావులు, కళాకారులు, రచయితలు, ఇతర ప్రముఖుల మద్దతు** కూడా ఈ ఉత్సాహాధనకు అవసరమని ఇండియా బ్లాక్ భావిస్తోంది.” అని బేజీ పేర్కొన్నారు.

రెండు దశాబ్దాల వివాదం.. క్షణాల్లో ముగింపు!

న్యూఢిల్లీ:
రెండు దశాబ్దాలుగా కొనసాగుతున్న విశేషాధికారం vs భావప్రకటనా స్వేచ్ఛ కేసును సుప్రీంకోర్టు మంగళవారం అరగంటలో పరిష్కరించింది. **2004లోనే వార్తాప్రతికకు వ్యతిరేకంగా ప్రవేశపెట్టిన తీర్మానాన్ని ఉపసంహరించుకున్నట్లు తమిళనాడు** అసెంబ్లీ సీనియర్ అడ్వకేట్ రాజు రాచంద్రన్ వెల్లడించిన తర్వాత.. ఈ కేసులో సుదీర్ఘ విచారణలోకి వెళ్లడం వలన ప్రయోజనం లేదని భావిస్తున్నట్లు సుప్రీంకోర్టు ప్రధాన న్యాయమూర్తి జస్టిస్

సూర్యకాంత్ నేతృత్వంలోని ఏడుగురు సభ్యులతో కూడిన రాజ్యాంగ ధర్మాసనం పేర్కొంది. **ఆ తీర్మానాన్ని ఉపసంహరించుకున్న విజయం సుప్రీంకోర్టు దృష్టికి రాలేదని రాజ్యాంగ ధర్మాసనం పేర్కొంది.** పిటిషన్లపై సూచన మేరకు, చట్టపరమైన విస్తృత, కీలకమైన అంశాలను భవిష్యత్తులో తగిన కేసు సందర్భంలో పరిశీలించేందుకు వాటిని అలాగే ఉపసంహరిస్తూ ధర్మాసనం తెలిపింది. **అప్పటి తమిళనాడు ముఖ్యమంత్రి జయలలితను విమర్శిస్తూ “ది హిందూ” పత్రిక ప్రచురించిన**



సంపాదకీయంపై ఆ పత్రిక ఎడిటర్ సహా పలువురు జర్నలిస్టులను అరెస్టు చేయాలని 2003లో తమిళనాడు అసెంబ్లీ

తీర్మానం చేసింది. ఈ చర్యను సవాలు చేస్తూ జర్నలిస్టులు సుప్రీంకోర్టును ఆశ్రయించారు. శాసనసభ విశేషాధికారాలు, భావ

ప్రకటనా స్వేచ్ఛ మధ్య సంబంధానికి సంబంధించిన రాజ్యాంగ పరమైన ప్రశ్నలు ఈ కేసులో తలెత్తాయి. దాదాపు 23 ఏళ్లుగా పెండింగ్ లో ఉన్న ఈ కేసును సుప్రీంకోర్టు ఏడుగురు సభ్యుల రాజ్యాంగ ధర్మాసనం మంగళవారం నిష్పలమైనదిగా పేర్కొంటూ ముగించింది. అయితే విశేషాధికారాలు, భావ ప్రకటనా స్వేచ్ఛకు సంబంధించిన ప్రధాన రాజ్యాంగ పరమైన ప్రశ్నలను భవిష్యత్తులో తగిన కేసులో పరిశీలించేందుకు ఉంచినట్లు తెలిపింది.

30 టన్నుల ఇంధనం వేస్ట్

లండన్:
బ్రిటీష్ ఎయిర్వేస్ కు చెందిన విమానానికి త్రుటిలో ప్రమాదం తప్పిన విషయం తెలిసిందే. అది గాల్లో అత్యంత ప్రమాదకర స్థితిలో ప్రయాణించినట్లు అధికారులు వెల్లడించారు. విమానం లండన్ నుంచి షికాగోకు బయల్దేరిన గంట తర్వాత ఐర్లాండ్ మీదుగా గాల్లో 37,000 అడుగుల ఎత్తులో ప్రయాణిస్తున్నప్పుడు అందులో సాంకేతిక సమస్య తలెత్తినట్లు పైలట్లు గుర్తించారు. **దీంతో వెంటనే ఎమర్జెన్సీ కోడ్ 7700ను లింక్ చేశారు.** అప్పటికే సాంకేతిక సమస్య కారణంగా విమానం వేగంగా కిందకు దిగుతూ.. ఒక్కసారిగా 28,000 అడుగుల మేర కిందకు పడిపోయింది. ఇది ప్రపంచం లోనే అత్యంత ఎత్తైన భవనం (2,722 అడుగులు) ఐర్లీ ఖలీఫా కంపెనీ 10 రెట్లు ఎక్కువ. పారిస్ లోని ప్రఖ్యాత ఐఫిల్ టవర్ (1,024 అడుగులు) కంటే 27 రెట్లు ఎక్కువ. విమానం వేగంగా కిందకు దూసుకురావడంతో.. **భారీ కుదుపులకు లోనైంది. ఈ ధాటికి విమానంలోని క్యాబిన్లు**



తెరుచుకొని ఆక్సిజన్ మాస్కులు ప్రయాణికులపై పడ్డాయి. **దీంతో వారు భయభ్రాంతులకు గురయ్యారు.** విమానంలో ఇంధనం నిండుగా ఉన్న సమయంలో ఎమర్జెన్సీ ల్యాండింగ్ చేస్తే ప్రమాదానికి అవకాశం ఉండడంతో పైలట్లు **వెంటనే అప్రమత్తమయ్యారు. ఇంగ్లీష్ ఛానల్ పై 9,000 అడుగుల ఎత్తులో నాలుగు గంటల 47 నిమిషాల** పాటు విమానం చక్కర్లు కొట్టింది. అలా 30టన్నుల ఇంధనాన్ని గాల్లోకి డంప్ చేసిన అనంతరం వెనక్కి మళ్లించి.. హీట్రూ విమానాశ్రయంలో సురక్షితంగా ల్యాండ్ చేశారు. అనంతరం

ప్రయాణికులను దింపి, విమానాన్ని పరీక్షలకు తరలించారు. అయితే ఇందులో తలెత్తిన సమస్య ఏంటనే విషయాన్ని మాత్రం ఎయిర్ లైన్స్ వెల్లడించలేదు. ఉగ్రగ్రాహి భయం.. యాకే వీడిన అమెరికా బాంబర్లుకు సమయంలో **విమానంలో 180 మంది ప్రయాణికులు, సిబ్బంది** ఉన్నట్లు తెలుస్తోంది. ఇటీవల పైడు బాయ్ విమానంలో ఎమర్జెన్సీ తలెత్తిన విషయం తెలిసిందే. **ఈ సమయంలో బ్రిటిష్ ఎయిర్ వేస్ విమానంలోనూ అత్యవసర పరిస్థితి తలెత్తడంతో అధికారులు** అప్రమత్తమయ్యారు. ఈ ఘటనపై రిపోర్టు చేపట్టారు.

జ్ఞానేష్ రాజీనామాకు దిల్లీ దాడి

న్యూఢిల్లీ
ఎన్నికల సంఘం ప్రధాన కమిషనర్ జ్ఞానేష్ కుమార్ రాజీనామా చేయాలంటూ దేశ రాజధాని దిల్లీలో ఇండియా కూటమి నేతల నిరాదాన హోరెత్తాయి. మంగళవారం ఉదయం ఇండియా కూటమి నేతలు పార్లమెంట్ మకర ధ్వారం నుంచి ఎన్నికల సంఘం (EC) కార్యాలయం (నిర్వాహన సదస్) దిశగా రాల్చి ప్రారంభించారు. **జ్ఞానేష్ కుమార్ రాజీనామా కోరుతూ.. సీట్ డెమాండ్స్ బ్యానర్లను ప్రదర్శించారు.** ఈ ఆందోళనల దృష్ట్యా భారీగా భద్రతాబల్యం మోహరించారు. ఆకాశవాణి భవన్ వద్ద బారికేడ్లను అడ్డుపెట్టి ఎంపీలను పోలీసులు నిలువరించారు. దాంతో కాంగ్రెస్ అగ్రనాయకులు రాహుల్ గాంధీ, ఖర్గే, ప్రియంకా కాంధే రోడ్డుపై బైకాయించారు. ఆ తర్వాత బా



రికేడ్లపైకి ఎక్కి జాతీయ జెండా చేతపట్టు కొని రాహుల్ గాంధీ నిరసన తెలిపారు. **దీంతో రాహుల్, ప్రియంకా కాంధీ సహా నేతలను పోలీసులు అదుపులోకి తీసుకున్నారు.** విపక్ష ఎంపీలను తరలిస్తోన్న బస్సును పలువురు కార్యకర్తలు అడ్డుకున్నారు. దీంతో నేతలను కొద్దిదూరం తీసుకెళ్లిన తర్వాత పోలీసులు బస్సు నుంచి బయటకు పంపించారు. ప్రస్తుతం

రాహుల్, ప్రియంకా ఆకాశవాణి భవన్ వద్ద ఉన్నారు. నిరసనకారులు హింసకు దిగితే పోలీసులు ప్రేక్షకపాత్ర పోషించాలా? **దిల్లీ హైకోర్టు జ్ఞానేష్ ఇక చాలు.. రాజీనామా చేయాలని సమయం వచ్చింది** అని రాల్చి వీడియోను రాహుల్ షేర్ చేశారు. డిఎకే, ఆమె అధిష్టాధిపతి ఈ నిరసనల్లో పాల్గొనలేదు.

ఉక్రెయిన్ జీవనాడిపై రష్యా దెబ్బ

న్యూ ఢిల్లీ:
నాలుగేళ్లుగా రష్యా ఉక్రెయిన్ మధ్య యుద్ధం జరుగుతోన్న నేపథ్యంలో ఉక్రెయిన్ తమ దేశంలో పౌర విమాన సేవలను స్తంభిల్తా నిలిపివేసింది. క్షీణిత, డ్రోన్ దాడులు జరిగే అవకాశం ఉండడంతో యుద్ధం మొదలైనప్పటి నుంచి రవాణా కోసం ఆక్రడి ప్రజలు బస్సులు, రైలు సర్వీసులనే వినియోగిస్తున్నారు. అధికారిక పర్యటనకు వచ్చే విదేశీ నేతలు సైతం రైల్వేలోనే ప్రయాణిస్తారు. దీంతో కీవోలోని కీలక కర్మాగారాలు, ఓడరేవులు, పంపిణీలతో పాటు రైలు సర్వీసులను కూడా మాస్కో తరచూ లక్ష్యంగా చేసుకుంటోంది. **ఈ దాడుల్లో వందలాది కోటిమోటోవీలు (రైలు ఇంజన్లు) ధ్వంసమయ్యాయి.** దీంతో ఇప్పటికే యుద్ధంతో తీవ్ర ఆర్థిక ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్న ఉక్రెయిన్ పై రవాణా వ్యవస్థ పరంగానూ మరింత భారం పడుతోంది. ఓడరేవులు ధ్వంసమవుతుండే వల్ల సముద్ర వాణిజ్యం పైనా ప్రభావం వుంటుంది. **దాన్యం, ఇనుప బొగ్గం, ఇతర సరకులను దేశంలోని ఉత్పత్తి కేంద్రాల నుంచి ఓడరేవులకు** రవాణా చేయడానికి తగినన్ని రైళ్లు లేక భావసారూప్యతా పార్టీలు, ప్రజాతంత్ర శక్తులు చేతులు కలపాలి. **తమ కార్యకలాపాలను నిలిపివేస్తున్నాయి.** దీంతో పెద్ద సంఖ్యలో ప్రజలు ఉపాధి



కనిపిస్తోంది. ఉక్రెయిన్ ఆర్థిక వ్యవస్థలో నల్ల సముద్ర ఓడరేవుల పాత్ర కీలకం. **యుద్ధం ప్రారంభమవుతూనే ఉన్నప్పుడు దేశంలోని అత్యధిక ధాన్యం అగుమతులను ఈ ఓడరేవుల నుంచే నిర్వహించేవారు.** వాటిపై తరచూ దాడులు జరుగుతుండడంతో ఓడరేవుల మౌలిక సదుపాయాలు, వ్యవసాయ క్షేత్రాలు, పారిశ్రామిక ప్రాంతాలపై అత్యధిక కలిపే మార్గాలు ధ్వంసమయ్యాయి. **దీంతో వ్యవసాయ ఉత్పత్తుల అగుమతులు తగ్గిపోవడంతో రైతులు,** ఎగుమతిదారులు తీవ్ర నష్టాలు ఎదుర్కొంటున్నారు. రష్యా దాడులకు భయపడి దేశంలోని పలు కీలక మైనింగ్, ఉక్కు కర్మాగారాలు **తమ కార్యకలాపాలను నిలిపివేస్తున్నాయి.** దీంతో పెద్ద సంఖ్యలో ప్రజలు ఉపాధి

కోల్పోతున్నారు. రష్యా చమురు శుద్ధి సామర్థ్యం 50 శాతం ద్వారా: ఉక్రెయిన్ సరిహద్దుల్లోనే కాకుండా నగరాలలో కూడా రైళ్లను రష్యా వదలబ్బేదని ఉక్రెయిన్ ఆరోపిస్తోంది. కదులుతున్న రైళ్లపై దాడులు చేసేందుకు జెట్ పవర్ డ్రోన్ లను మోహరిస్తున్నట్లు తెలిపింది. తమ ఎలక్ట్రానిక్ వారిఫైర్ వ్యవస్థలు వాటిని అడ్డుకోవడానికి ప్రయత్నిస్తున్నప్పటికీ సాధ్యం కావట్టదని పేర్కొంది. రష్యా దాడుల్లో తమ కంపెనీ టెర్రిటరీ పరిసరాల్లో మూడు రోకోమాటివ్లు ధ్వంసమయ్యాయని పోర్ట్ ఆఫ్ లెబర్ టీబిఎస్ చీఫ్ ఎగ్జిక్యూటివ్ మైకిటా ప్రూకోప్ పేర్కొన్నారు. **ప్రతినిలా డజన్ల కొద్దీ లోకోమోటివ్ లు కోల్పోతున్నామని ఉక్రెయిన్ రైల్వే వెల్లడించింది.** దీంతో మరిన్ని అదనపు రోకోమాటివ్ ఇరిజిన్ కోసం ఉక్రెయిన్ యూరప్ దేశాలతో చర్యలు జరుపుతోంది.

సూపరింటెండెంట్ అగ్రహం: విద్యార్థులకు సగం గుండు

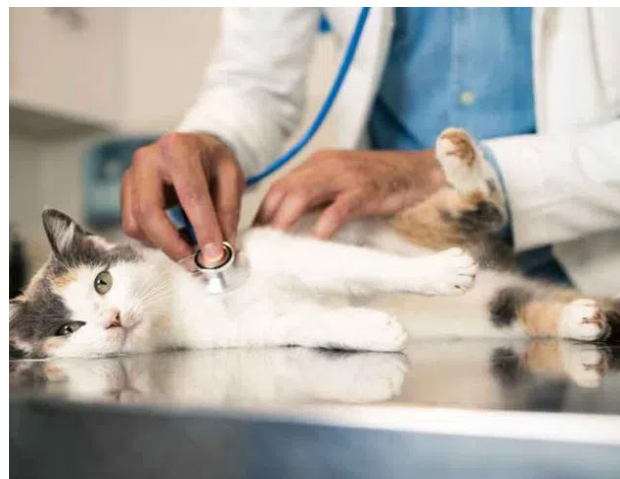
ముంబయి:
మహారాష్ట్రలోని చంద్రాపూర్ జిల్లాలో దిగ్భాతికరమైన ఘటన వెలుగులోకి వచ్చింది. ప్రభుత్వ ఆశ్రమ పాఠశాలలో హెయిర్ కట్ సమయంలో విద్యార్థులు ఆడుకునేందుకు వెళ్లడంతో అగ్రహం గుండు చేయించారు. శిక్షగా సుమారు 82 మంది విద్యార్థులకు సగం గుండు చేయించినట్లు సమాచారం. **ఈ ఘటన శనివారం చివర తాటాకాల్లో బంబాయిలోని ప్రభుత్వ నౌకదండి ఆశ్రమ పాఠశాలలో జరిగింది.** వివరాల ప్రకారం.. ఆ సమయంలో కొంతమంది పిల్లలు ఆడుకుంటుండటంతో, పరిసరించెడటే, క్రమశిక్షణ

చర్యగా విద్యార్థులకు సగం గుండు చేయమని ఆదేశించారు. **ట్రైన్స్ రీస్ ఉపయోగించి విద్యార్థుల జాబ్బులో కొంత భాగాన్ని కత్తిరించడంతో,** హెయిర్ అసహనంగా తయారైంది. జాబ్బుతో ఉన్న విద్యార్థుల ఫోటోలు బయటకు రావడంతో ఈ విషయం వెలుగులోకి వచ్చింది. **దీనిపై తల్లిదండ్రులు ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు.** 11,00 గంటల సమయంలో కొందరు విద్యార్థులు నిదించడానికి సిద్ధమవుతున్న వేళ హెయిర్ కట్ చేశారు. **ఆదివారం తెల్లవారుజామున 4.00 గంటల వరకు కొనసాగినట్లు**

సమాచారం. సూపరింటెండెంట్ కు షోకాజ్ నోటీసు మెట్రోపా్ పాఠశాల టీన్స్ పాల్ ప్రకారం గిరి షోకాజ్ నోటీసులు జారీ చేశారు. అయితే ఆయన చర్యలను సమర్థించుకున్నారు. **వర్షాలు, ఇతర కారణాల రికార్డు కొంతకాలంగా విద్యార్థులు సరిగా హెయిర్ కట్ చేయించుకోవడం లేదని, మరకొందరు హెయిర్** ఎటువంటి దురుద్దేశం లేదని అన్నారు. ఈ ఘటనపై సమగ్రమైన, నిష్పక్షపాతమైన దర్యాప్తు చేపట్టాలని తల్లిదండ్రులు డిమాండ్ చేశారు. బాధ్యులుగా తేలిక వారిపై కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలని వారు కోరారు.

పిల్లుల్లో క్యాన్సర్ అధ్యయనం ద్వారా మనుషుల్లో చికిత్స..

పిల్లుల్లో వచ్చే క్యాన్సర్ కు సంబంధించిన జన్యుపరమైన మార్పులపై శాస్త్రవేత్తలు ఇప్పటివరకు పెద్దగా తెలియని అంశాలను వెలుగులోకి తీసుకొచ్చారు. అంతర్జాతీయ స్థాయిలో నిర్వహించిన ఈ అధ్యయనంలో దాదాపు 500 పెంపుడు పిల్లుల్లోని క్యాన్సర్ కణితుల నమూనాలను పరిశీలించారు. ఇరు దేశాలకు చెందిన పిల్లల



నుంచి సేకరించిన కణితి నమూనాల్లో క్యాన్సర్ ఏర్పడడానికి, పెరగడానికి కారణ మయ్యే జన్యు మార్పులను శాస్త్రవేత్తలు విశ్లేషించారు. ఈ పరిశోధన ద్వారా పిల్లుల్లో క్యాన్సర్ ను మరింత కచ్చితంగా గుర్తించి చికిత్స అందించేందుకు మార్గం సుగమం కావడంతో పాటు, మనుషుల్లో క్యాన్సర్ ఎలా అభివృద్ధి చెందుతుంది, మందులకు ఎలా స్పందిస్తుంది అనే అంశాలపై కూడా కొత్త అవగాహన లభించే అవకాశం ఉందని పరిశోధకులు చెబుతున్నారు. పిల్లుల్లో క్యాన్సర్ అనారోగ్యం, మరణానికి ప్రధాన కారణాల్లో ఒకటైనా, మనుషులు లేదా కుక్కల్లో వచ్చే క్యాన్సర్ తో పోలిస్తే పిల్లల కణితుల్లోని జన్యు మార్పులపై ఇప్పటివరకు పరిమిత సమాచారం మాత్రమే ఉంది. కణాల పెరుగుదల, విభజన, దెబ్బ తిన్న కణాల మరమ్మత్తు, కణాల

నాలు
గేజ్ అన్నిత సాయంత్రే
మైతే చాలు.. చిన్న చిన్న విషయాలతో
బాగా విసిగిస్తుంది. బొమ్మలను విసిరేస్తుంది.
రెండో తరగతి చదివే రిజిస్ట్రే స్కూలుకి వెళ్లేదానికే కాదు... తిరి

మరణాన్ని నియంత్రించే కొన్ని జన్యువుల్లో మార్పులు చోటుచేసుకున్నప్పుడు క్యాన్సర్ అభివృద్ధి చెందే అవకాశం ఉంటుంది. ఇలాంటి క్యాన్సర్ ను ప్రేరేపించే జన్యువులను క్యాన్సర్ డ్రైవర్ జీన్స్ గా పిలుస్తారు. పిల్లుల్లో గుర్తించిన అనేక డ్రైవర్ జన్యువులు మనుషులు, కుక్కల్లో కనిపించే క్యాన్సర్ లోనూ ఉన్నట్లు పరిశోధకులు గుర్తించారు. ముఖ్యంగా రొమ్ము కణజాలంలో ఏర్పడే దూకుడు స్వభావం కలిగిన కణితుల్లో ఎన్ఎబిఎక్స్ డబ్ల్యూ7 జన్యు మార్పు ఎక్కువగా కనిపించింది. పరిశీలించిన పిల్లల రొమ్ము కణితుల్లో 50 శాతానికి పైగా ఈ జన్యువులో మార్పు ఉన్నట్లు గుర్తించారు. సాధారణంగా కణాల పెరుగుదల, విభజనకు సంబంధించిన ప్రోటీన్లను నియంత్రించడంలో ఈ జన్యువు సహాయపడుతుంది. ఇందులో మార్పులు వచ్చినప్పుడు కొన్ని వృద్ధిని ప్రోత్సహించే ప్రోటీన్లు పేరుకుపోయి క్యాన్సర్ కణాలు జీవివి, వ్యాప్తి చెందేందుకు సహాయపడే అవకాశం ఉంటుంది. మనుషుల్లోనూ రొమ్ము క్యాన్సర్ లో ఈ జన్యు మార్పులు అధ్యాన్నమైన ఫలితాలతో సంబంధం కలిగి ఉన్నట్లు అధ్యయనం పేర్కొంది. పిల్లలు మనుషులతో ఒకే వాతావరణంలో జీవించడం వల్ల ఈ పరిశోధనకు మరో ప్రత్యేక ప్రాధాన్యం ఉందని శాస్త్రవేత్తలు చెబుతున్నారు. ఇంట్లో ఉపయోగించే కొన్ని రసాయనాలు, వాయు కాలుష్యం, పొగ వంటి పర్యావరణ ప్రభావాలకు పిల్లలు కూడా గురవుతాయి. అందువల్ల సహజంగా పిల్లుల్లో ఏర్పడే క్యాన్సర్ ను అధ్యయనం చేయడం ద్వారా జన్యువులు, పర్యావరణం కలిసి క్యాన్సర్ ప్రమాదాన్ని ఎలా ప్రభావితం చేస్తాయో అర్థం చేసుకునే అవకాశం ఉంటుంది. అంతేకాకుండా ఎన్ఎబిఎక్స్ డబ్ల్యూ7 జన్యువులో మార్పు ఉన్న పిల్లల రొమ్ము కణితుల కణజాల నమూనాల్లో కొన్ని కీమోథెరపీ మందులు మెరుగ్గా పనిచేసినట్లు పరిశోధకులు గుర్తించారు. అయితే ఈ ఫలితం కేవలం కణజాల నమూనాలపై మాత్రమే కనిపించింది. జీవించి ఉన్న పిల్లలు లేదా మనుషుల్లో ఇదే విధంగా పనిచేస్తుందని నిర్ధారించడానికి మరిన్ని పరిశోధనలు అవసరం. అయినప్పటికీ, కణితిలోని జన్యు లక్షణాల ఆధారంగా సరైన చికిత్సను ఎంచుకునే ప్రెసిషన్ అంకాలజీ విధానానికి ఇది ఉపయోగపడే అవకాశం ఉంది. ఈ పరిశోధన మనుషులు, జంతువుల వైద్య రంగాల మధ్య పరస్పర సహకారానికి కూడా ఉపయోగపడుతుందని

తేదని స్పష్టంగా చెప్పలేరు. కానీ వాళ్లు సదుచుకునే తీరు ద్వారా ఆ విషయాన్ని మనం గుర్తించవచ్చు. చిన్న విషయాలకే ఓపిక కోల్పోవడం, విపరీతమైన కోపం, అలసటతో నిద్రపోవడానికి బదులు హైపర్ యాక్టివ్ గా మారడం, ఉదయం లేవడానికి కష్టపడటం, లేచాక చాలా సమయం బద్దకంగా ఉండటం. అటలు, చదువు... దేనిమీదా దృష్టి సారించలేక పోవడం... రోగనిరోధక శక్తి తగ్గి, తరచూ జలుబు, జ్వరం, ఇతర ఇన్ఫెక్షన్ల బారిన పడటం... వంటివి చాలానే ఉన్నాయి. పోయగా నిద్ర

శాస్త్రవేత్తలు భావిస్తున్నారు. పిల్లుల్లో సహజంగా ఏర్పడే క్యాన్సర్లను అధ్యయనం చేయడం ద్వారా లభించే సమాచారం భవిష్యత్తులో మనుషుల్లో క్యాన్సర్ పరిశోధనకు ఉపయోగపడుతుంది. అదే విధంగా మనుషుల్లో అభివృద్ధి చేసిన కొన్ని క్యాన్సర్ చికిత్సలను సహజంగా కణితులు ఏర్పడిన జంతువుల్లో పరిశీలించే అవకాశం కూడా ఉంటుంది. ఈ విధానాన్ని పన్ మెడిసిన్ గా పేర్కొంటారు. పరిశోధకులు దానిని అందించిన పిల్లల క్యాన్సర్ కు సంబంధించిన జన్యు సమాచార వనరు ఇతర శాస్త్రవేత్తలకు కూడా అందుబాటులో ఉండనుంది. దీని ద్వారా భవిష్యత్తులో పిల్లుల్లో క్యాన్సర్ ను మరింత ముందుగానే గుర్తించడం, కణితి లక్షణాలకు అనుగుణంగా చికిత్సను ఎంచుకోవడం వంటి వ్యక్తిగతీకరించిన వైద్య విధానాలు అభివృద్ధి చెందే అవకాశం ఉందని పరిశోధకులు ఆశిస్తున్నారు.

కంటే పరీక్షలను నిర్వహించడం ద్వారా గుండె జబ్బులను ముందుగానే తెలుసుకోవచ్చు..

పరీక్ష అంటే కేవలం చూపు సమస్యలు, కంటి ఒత్తిడి లేదా ఇతర కంటి వ్యాధులను గుర్తించడమే కాదు. మన శరీరంలోని రక్తనాళాలను కొత్త లేకుండా, ఎలాంటి రంగు గ్రాహణం ఇంజెక్షన్ అవసరం లేకుండా, నేరుగా పరిశీలించగలిగే విధ్లే ప్రదేశం కంటి వెనుక భాగంలోని రెటీనా. రెటీనా మెదడుకు ఒక విస్తరణగా ఉండడంతోపాటు, అందులోని చిన్న రక్తనాళాలు శరీరంలోని సూక్ష్మ రక్తనాళాల పరిస్థితిని ప్రతిబింబిస్తాయి. అందువల్ల సాధారణ కంటి పరీక్షల్లో కనిపించే కొన్ని

తేలికగా ఉండే అవరోగ్యాన్ని ఉదయం తీసుకోవడం ద్వారా కడుపుపై భారం తగ్గించుకోవచ్చు. జీర్ణవ్యవస్థ నిపుణుడు సారథ్ నీధి ఇటీవల ఇన్స్టాగ్రామ్ లో కడుపు ఉబ్బరాన్ని నివారించేందుకు సహాయపడే ఏడు రకాల అల్పాహారాలను సూచించారు. కడుపు ఉబ్బరాన్ని నివారించేందుకు బియా గింజలు, బూజెర్లలతో తయారు చేసిన ఓవర్ నైట్ ఓట్స్ ఒక మంచి ఎంపిక. ఓట్స్, బియా గింజల్లో పీచు పదార్థం సమృద్ధిగా ఉంటుంది. బూజెర్లను తక్కువ మోతాదులో తీసుకుంటే సాధారణంగా సులభంగా జీర్ణమవుతాయి. మరో ఎంపికగా గుడ్లతోపాటు నవరేడ్ ట్రైఫ్లను తీసుకోవచ్చని సూచించారు. గుడ్లతో జీర్ణ సమస్యలకు కారణమయ్యే ఫులియబెట్టగలిగే కార్బోహైడ్రేట్లు దాదాపుగా ఉండవు. సాంప్రదాయ పద్ధతిలో తయారు చేసిన సఫోడ్ ట్రైఫ్ల కూడా కొన్ని ఇతర రకాల ట్రైఫ్లతో పోలిస్తే సులభంగా జీర్ణమయ్యే అవకాశం ఉంది. ఉదయం అల్పాహారంగా సాదా దోసెను కూడా తీసుకోవచ్చని సారథ్ నీధి సూచించారు. ఫులియబెట్టిన బియ్యం, పప్పు పిండితో తయారయ్యే సాదా దోసె సాఫ్ట్ క్షంగా సులభంగా జీర్ణమయ్యే అల్పాహారంగా ఉంటుందని ఆయన పేర్కొన్నారు. దోసెలో వేసి పూరణను సాధారణ ఉంచడంతో పాటు, పక్వం సాంబార్ సాస్ తీసుకోవడం చ్చని తెలిపారు. లాక్సోన్ లేని గ్రీక్ యోగర్ట్ తో స్ట్రెబెర్లను కలిపి తీసుకోవడం కూడా మరో మంచి ఎంపిక. ఈ కలయిక ద్వారా ప్రోటీన్, ఇతర పోషకాలు లభిస్తాయి. ఇందులో లాక్సోన్ ఉండదు. లాక్సోన్ ను సరిగ్గా జీర్ణం చేకోలేని వారికి అది కడుపు ఉబ్బరానికి కారణమయ్యే అవకాశం ఉంటుంది. కిపీతో బియా ఫుడ్డింగ్ ను కూడా అల్పాహారంగా తీసుకోవచ్చని సూచించారు. కిపీ పండ్లు పేగుల కదలికలను క్రమబద్ధం చేయడంలో సహాయపడతాయి. నానెట్ ట్రిన్ బియా

ఉదయం అల్పాహారంగా ఇవి తింటే కడుపు ఉబ్బరానికి చెక్..!



లభిస్తాయి. పాలకూర, గుడ్లతో తయారు చేసిన ఆమెల్లీ కూడా సులభమైన అల్పాహార ఎంపికగా ఉంటుంది. ఇందులో ప్రోటీన్ అధికంగా ఉండడంతో పాటు, జీర్ణ సమస్యలకు కారణమయ్యే ఫులియబెట్టగలిగే కార్బోహైడ్రేట్లు తక్కువగా ఉంటాయి. ఉల్లిపాయలు లేదా వెల్లులి తిన్న తర్వాత కడుపు ఉబ్బారం మరింత పెరుగుతుందని ఎవరైనా గమనిస్తే, ఆమెల్లీలో వాటిని ఉపయోగించకుండా ఉండవచ్చని సూచించారు.

రంగు మార్పు మొరకో లిప్ పాట్!



కలిపి ప్రత్యేకమైన మట్టి పాత్రలో తయారు చేస్తారు. అయితే, ఈ రంగుని నిధారణ లివిజామలా నేరుగా పూసుకోలేం. వేలిని లేదా చిన్న బ్రష్ ను రోజువారీ తడి చేసుకుని దానిపై రుద్దితే సరి. రంగు అంటుకుంటుంది. లివికలరిలానే కాదు... కొందరు బుగ్గలకు బ్లైలాను వాడతారు. ఇంతకీ ఈ ఉత్పత్తి ప్రత్యేకత ఏంటంటారా? పెదవుల పీచాచ్ నిలువను బట్టి రంగు మారుతుంది. నెచురల్ పింక్ లేదా రోజీ గ్లో అధికంగా మెరిసిపోతాయి. లేదా బాగా తెలిసిన ప్రదేశాల్లోనే దారి తప్పడం వంటి లక్షణాలను వ్యూహాల్లో సహజమైన మార్పులుగా భావించకూడదు. ఇవి ప్రతిసారి డిమెనియాకు సంకేతాలు కాకపోయినా, వైద్యుల ద్వారా కారణాన్ని తెలుసుకోవడం అవసరం. డిప్రెషన్ లేదా లివిజామ్ 12 రోజుల వంటి కొన్ని కారణాలను గుర్తించి చికిత్స చేయడం ద్వారా సమస్యను పూర్తిగా తగ్గించే అవకాశం కూడా ఉంటుంది. మెదడు ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడంలో ప్రతిరోజూ చేసే జీవనశైలి ఎంపికలు కీలకంగా ఉంటాయి. క్రమం తప్పకుండా శారీరక వ్యాయామం చేయడం వల్ల మెదడుకు రక్తప్రసరణ మెరుగుపడి కొత్త నాడీ సంబంధాల అభివృద్ధికి సహాయపడుతుంది. వారంలో చాలా రోజుల పాటు రోజుకు కనీసం 30 నిమిషాల వేగవంతమైన నడక కూడా ప్రయోజనకరంగా ఉంటుంది. నాణ్యమైన నిద్ర కూడా అంతే ముఖ్యం. కొత్తైన నిద్ర సమయంలో మెదడు తనలో పేరుకుపోయే కొన్ని హానికరమైన ప్రోటీన్లను తొలగించే ప్రక్రియను నిర్వహిస్తుంది. క్రమంగా ఏడు గంటల కంటే తక్కువ నిద్రలేచే మెదడు ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడంలో ప్రతిరోజూ చేసే జీవనశైలి మెదడు ఆరోగ్యానికి కీలకంగా ఉంటాయి. క్రమం తప్పకుండా మెదడు ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తుంది. కుటుంబ సభ్యులు, స్నేహితులతో మాట్లాడడం, ఆలోచనలు పంచుకోవడం, సహజంతో అనుబంధంగా ఉండడం ద్వారా మెదడు వివిధ సామాజిక అంశాలను నిరంతరం విశ్లేషిస్తూ చురుకుగా ఉంటుంది. అలాగే కొత్త విషయాల నేర్చుకోవడం కూడా మెదడును నవలా చేస్తుంది. కొత్త భాష నేర్చుకోవడం, సంగీత వాయిద్యం నాడడం లేదా కొత్త ప్రదేశాలు, మార్గాలను అన్వేషించడం వంటి అనుభవాలు కొత్త నాడీ సంబంధాల ఏర్పాటును ప్రోత్సహిస్తాయి.

మొండితనం కాదు... నిద్రలేమి!



గొప్పాక కూడా ఊరికే అరుస్తాడు. వీల్చిల్ల తల్లిదండ్రులూ మొదట తమ పిల్లలని మొండితనమే అనుకున్నారు. నిపుణుల దగ్గరకు తీసుకెళ్లే నిశితంగా గమనించి వాళ్లకి తగినంత నిద్ర లేదన్నారు. అది మొదలు కనీసం 10 గంటలు పడుకునేలా జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం ఆరంభించారు. ఇప్పుడు మార్పు కనిపిస్తోంది. చిన్నారులు తమకు నిద్ర సరిపోవడం

పోవాలంటే... నిద్రకు నిద్ర సమయాన్ని కేటాయించండి. పడు కునే ముందు గోరువెచ్చని నీటితో స్నానం చేయించండి. వేడి పాలు తాగించడం, కథలు చెప్పడం వంటి పనుల ద్వారా చిన్నారిని నిద్రకు సిద్ధం చేయవచ్చు. నిద్రపోవడానికి కనీసం గంట ముందు టీవీ, మొబైల్, ట్యాబ్ వంటివి వాడనివ్వద్దు. తెర వెలుగు మెదడును మేల్కొల్పి ఉంచుతుంది. పడుకునే గది ప్రకాశంతోగా, చీకటిగా ఉండేలా చూసుకోండి. పిల్లలు నిద్రపోనప్పుడు కోప్పడుకుండా, వారి పక్కన పడుకుని ఓదార్పునివ్వడం, తల నిమురుతూ కథలు చెప్పడం, పాటలు పాడటం వంటివి చేయండి. ఇవన్నీ వాళ్లకి ఆభ ప్రభుత్వం దూరం చేస్తాయి. సులువుగా నిద్రపోతారు. పిల్లల వయసును బట్టి నిద్ర అవసరాలు మారుతాయి కనీసం 10-12 గంటల దుర్భాసనకు పాటు పోయగా నిద్రపోయేలా కారణమవుతుంది. చిరుగా, ఆరోగ్యంగా ఉండగలుగుతారు. కొంతమందికి చల్లబడి

ఈ అలవాట్లు దంతాల ఆరోగ్యాన్ని దెబ్బతీస్తాయట!

మరి ఎక్కువసేపు బ్రష్ చేయకూడదన్న విషయం తెలిసిందే! అలాగని మరి తక్కువ సమయం కూడా బ్రష్ అంటే సరిపోయేటట్లు న్నారు నిపుణులు. కనీసం రెండు నిమిషాలైనా దీనికి తీయాలి.. ఈ వ్యవధిలో దంతాలు, చిగుళ్లు, పళ్ల వెనుక భాగాన్ని శుభ్రం చేసుకోవడం తప్పనిసరి



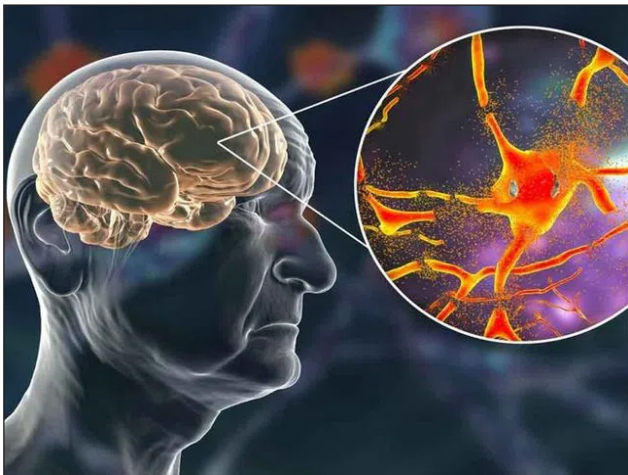
అంటున్నారు. అలాగే ఈ క్రమంలో డెంటల్ ఫ్లాన్ ప్రక్రియను పాటించడం మరిచిపోకూడదు. దీనివల్ల పళ్ల మధ్యలో ఇరుక్కున్న పదార్థాల అవశేషాలు తొలగిపోయి పాచి పేరుకుపోకుండా జాగ్రత్తపడచ్చు. కొంతమంది బ్రష్ అంటే బాగానే చేస్తారు.. కానీ నాలుక నంగితి మరిచిపోతుంటారు.. ఏదో అలా పైపైనే శుభ్రం చేసుకుంటుంటారు. అయితే నాలుకను సరిగ్గా శుభ్రం చేసుకోవడం కూడా బ్రష్ అంటే ఓ ముఖ్య భాగం అంటున్నారు నిపుణులు. లేదంటే దానిపై బాక్టీరియా పెరుకుపోయి

కొందరు. దీనివల్ల పళ్లపై ఉన్న ఎనామిల్ తొలగిపోతుందంటున్నారు నిపుణులు. ఎందుకంటే ఆమ్లత్వం ఎనామిల్ ని బలహీనపరుస్తుందని! కాబట్టి ఈ పదార్థాలు తిన్న వెంటనే కాకుండా.. ఓ ఆరోగ్యం ఆగి బ్రష్ చేసుకోవడం మంచిదని చెబుతున్నారు. అలాగే పళ్లు శ్వాసకునేటప్పుడు కూడా బలంగా కాకుండా.. నెమ్మదిగా, మృదువైన ట్రిబల్స్ ఉన్న బ్రష్ ని ఉపయోగించడం మేలంటున్నారు. ఈ అలవాట్లు పాటించడంతో పాటు దంతాలు, చిగుళ్లు, నోటి ఆరోగ్యానికి సంబంధించిన సమస్యలేవైనా ఎదురైతే మాత్రం ఆసక్తిం చేయకుండా డాక్టర్ ని సంప్రదించడం తప్పనిసరి అని గుర్తుంచుకోవాలి. తద్వారా సమస్య తీవ్రం కాకముందే నయం చేసుకోవచ్చు అని సూచిస్తున్నారు.

లేకుండా తినడం వల్ల ఆయా పదార్థాల్లోని ఆమ్లత్వాన్ని నోట్లోని లాల్వాజలం తటస్థీకరించలేక పోతుందట! దీనివల్ల దంతక్షయం వచ్చే ప్రమాదం ఉంటుందంటున్నారు నిపుణులు. కాబట్టి గ్లాస్ లేకుండా తినే అలవాటును మానుకోమంటున్నారు. అలాగే దంతాల రలు, పాలు-పాల పదార్థాలు, ప్రోటీన్లు ఎక్కువగా ఉండే పదార్థాలు.. వంటివి రోజువారీ ఆహారంలో చేర్చుకోవడం ముఖ్యమంటున్నారు. ఆమ్ల గుణాలతో కూడిన కొన్ని రకాల పండ్లు, పానీయాలు, వంటకాలు.. మొదలైన వాటిని (నిమ్మ, డ్రాక్ష, కమర.. మొదలైనవి) తిన్న వెంటనే బ్రష్ చేసుకోవాలి. జీవసంబంధమైన మార్పులు మొదటి జ్ఞాపక శక్తి లోపం కనిపించక ముందే ప్రారంభమవుతాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. శరీరంలోని గుండె, జీర్ణవ్యవస్థ, కాలేయం ఆరోగ్యం కూడా మెదడు పనితీరుతో పరస్పరం అనుసంధానమై ఉంటాయి. జీవితాంతం మెదడును చురుకుగా ఉంచడం ద్వారా క్యాన్సర్ రిజర్క్ ను ఎంచుకోవచ్చు. ఇది వయసుతో వచ్చే మార్పులు, మెదడు కణాల పనితీరు తగ్గినప్పటికీ ఆరోచన సామర్థ్యాన్ని కొంతకాలం మెరుగ్గా కొనసాగించడంలో సహాయపడుతుంది. మెదడు ఆరోగ్యాన్ని భవిష్యత్తు కోసం చేసే పెట్టుబడిగా నిపుణులు అభివృద్ధిస్తున్నారు. అధిక భద్రత కోసం సంవత్సరాల పాటు క్రమం తప్పకుండా భాషను చేసినట్లే, మెదడు ఆరోగ్యానికి కూడా జీవితాంతం మంచి అలవాట్లను కొనసాగించడం అవసరం. దీనికోసం ప్రత్యేకమైన లేదా కష్టమైన పద్ధతులు పాటించాల్సిన అవసరం లేదు. రోజువారీ జీవితంలో పాటించే

వయస్సు పెరుగుతున్న కొద్దీ మెదడును ఆరోగ్యంగా ఉంచుకోవాలి..

తోంది. ముఖ్యంగా వృద్ధాప్యంలో స్వతంత్రంగా జీవించడానికి, సామాజికంగా చురుకుగా ఉండటానికి, రోజువారీ పనులను నక్రమంగా నిర్వహించడానికి మెరుగైన జ్ఞాపకశక్తి, ఆరోచన సామర్థ్యం అవసరం. వయసుతో వచ్చే జ్ఞాపకశక్తి క్షీణక కొందరిలో డిమెనియాకు దారితీసే అవకాశం ఉంది. అందుకే మెదడు ఆరోగ్యంపై చిన్న వయసు నుంచే దృష్టి పెట్టాలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. మెదడులో జీవసంబంధమైన మార్పులు మొదటి జ్ఞాపక శక్తి లోపం కనిపించక ముందే ప్రారంభమవుతాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. శరీరంలోని గుండె, జీర్ణవ్యవస్థ, కాలేయం ఆరోగ్యం కూడా మెదడు పనితీరుతో పరస్పరం అనుసంధానమై ఉంటాయి. జీవితాంతం మెదడును చురుకుగా ఉంచడం ద్వారా క్యాన్సర్ రిజర్క్ ను ఎంచుకోవచ్చు. ఇది వయసుతో వచ్చే మార్పులు, మెదడు కణాల పనితీరు తగ్గినప్పటికీ ఆరోచన సామర్థ్యాన్ని కొంతకాలం మెరుగ్గా కొనసాగించడంలో సహాయపడుతుంది. మెదడు ఆరోగ్యాన్ని భవిష్యత్తు కోసం చేసే పెట్టుబడిగా నిపుణులు అభివృద్ధిస్తున్నారు. అధిక భద్రత కోసం సంవత్సరాల పాటు క్రమం తప్పకుండా భాషను చేసినట్లే, మెదడు ఆరోగ్యానికి కూడా జీవితాంతం మంచి అలవాట్లను కొనసాగించడం అవసరం. దీనికోసం ప్రత్యేకమైన లేదా కష్టమైన పద్ధతులు పాటించాల్సిన అవసరం లేదు. రోజువారీ జీవితంలో పాటించే



మార్పులకు సంబంధించిన కొన్ని లక్షణాలను నిర్ధక్షం చేయకూడదు. తరచూ స్వల్పకాలిక విషయాలను మరిచి పడం, ఒకే ప్రశ్నను పదవేది అడగడం, రోజువారీ పనులను తరచూ ఎక్కువ పెట్టారో మరిచిపోవడం, పరిచయమైన పదాలను

గుర్తు చేసుకోవడంలో ఇబ్బంది పడడం, సాధారణ పనులు చేయడంలో సమస్యలు ఎదురవడం లేదా బాగా తెలిసిన ప్రదేశాల్లోనే దారి తప్పడం వంటి లక్షణాలను వ్యూహాల్లో సహజమైన మార్పులుగా భావించకూడదు. ఇవి ప్రతిసారి డిమెనియాకు సంకేతాలు కాకపోయినా, వైద్యుల ద్వారా కారణాన్ని తెలుసుకోవడం అవసరం. డిప్రెషన్ లేదా లివిజామ్ 12 రోజుల వంటి కొన్ని కారణాలను గుర్తించి చికిత్స చేయడం ద్వారా సమస్యను పూర్తిగా తగ్గించే అవకాశం కూడా ఉంటుంది. మెదడు ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడంలో ప్రతిరోజూ చేసే జీవనశైలి ఎంపికలు కీలకంగా ఉంటాయి. క్రమం తప్పకుండా శారీరక వ్యాయామం చేయడం వల్ల మెదడుకు రక్తప్రసరణ మెరుగుపడి కొత్త నాడీ సంబంధాల అభివృద్ధికి సహాయపడుతుంది. వారంలో చాలా రోజుల పాటు రోజుకు కనీసం 30 నిమిషాల వేగవంతమైన నడక కూడా ప్రయోజనకరంగా ఉంటుంది. నాణ్యమైన నిద్ర కూడా అంతే ముఖ్యం. కొత్తైన నిద్ర సమయంలో మెదడు తనలో పేరుకుపోయే కొన్ని హానికరమైన ప్రోటీన్లను తొలగించే ప్రక్రియను నిర్వహిస్తుంది. క్రమంగా ఏడు గంటల కంటే తక్కువ నిద్రలేచే మెదడు ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడంలో ప్రతిరోజూ చేసే జీవనశైలి మెదడు ఆరోగ్యానికి కీలకంగా ఉంటాయి. క్రమం తప్పకుండా మెదడు ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తుంది. కుటుంబ సభ్యులు, స్నేహితులతో మాట్లాడడం, ఆలోచనలు పంచుకోవడం, సహజంతో అనుబంధంగా ఉండడం ద్వారా మెదడు వివిధ సామాజిక అంశాలను నిరంతరం విశ్లేషిస్తూ చురుకుగా ఉంటుంది. అలాగే కొత్త విషయాల నేర్చుకోవడం కూడా మెదడును నవలా చేస్తుంది. కొత్త భాష నేర్చుకోవడం, సంగీత వాయిద్యం నాడడం లేదా కొత్త ప్రదేశాలు, మార్గాలను అన్వేషించడం వంటి అనుభవాలు కొత్త నాడీ సంబంధాల ఏర్పాటును ప్రోత్సహిస్తాయి.

'దాదా'-మైసూరులో షూటింగ్ పునః ప్రారంభం

పుడయం సినిమా: గాడ్ ఆఫ్ మా సెన్ సందమూరి బాలకృష్ణ, భాక్తిబస్రర్ దర్శకుడు గోపీచంద్ మలిసేరి కాంటినెంట్లో తెరకెక్కుతున్న మాన్ యాక్షన్ ఎంటర్టైన్మెంట్



'దాదా'పై ఇప్పటికే భారీ అంచనాలు నెలకొన్నాయి. పుడ్య సినిమాన్ బ్యాంసర్స్ పై వెంకట సతీష్ కిలార్ నర్సిస్సు ఈ సినిమా నుంచి విడుదలైన 'ఎంట్రీ యాన్ ఎరా' గ్లింప్స్కు

అద్భుతమైన స్పందన లభించింది. అనంతరం విడుదలైన టైటిల్ అనౌన్స్మెంట్ వీడియో కూడా ప్రేక్షకుల్లో ఆసక్తిని పెంచింది. ఈ సినిమాలో బాలకృష్ణ రగ్గడ్, సైలిమ్, పవర్ ఫుల్ అవతార్లో కనిపించనున్నారు. ఆయన లుక్, పాత్ర మ్యాసివ్ బజ్ క్రియేట్ చేశాయి 'దాదా' సినిమా షూటింగ్ నేటి నుంచి మైసూరులో పునఃప్రారంభమైంది. ఇటీవల గాయపడిన బాలకృష్ణ కోలుకుని తిరిగి షూటింగ్ సెట్లోకి అడుగుపెట్టారు. కీలకమైన, లైన్స్ పెద్దూల్లో ఆయన చిత్రబృందంతో కలిసి పాల్గొంటున్నారు. ప్రస్తుతం జరుగుతున్న పెద్దూల్లో ప్రధానంగా టాకీ పార్క్ను చిత్రీకరిస్తున్నారు. బాలకృష్ణతో పాటు పలువురు ప్రముఖ నటీనటులు ఈ షూటింగ్లో పాల్గొంటున్నారు. ఈ పెద్దూల్లో సినిమాకు సంబంధించిన కీలక సన్నివేశాలను చిత్రీకరించనున్నారు. బాలకృష్ణ గోపీచంద్ మలిసేరి కాంటినెంట్లో పచ్చిన 'వీరసింహారెడ్డి' తర్వాత మరోసారి వస్తున్న సినిమా కావడంతో 'దాదా'పై భారీ అంచనాలు ఉన్నాయి. గోపీచంద్ మలిసేరి ఈ చిత్రాన్ని సైలిమ్ కమర్షియల్ యాక్షన్ స్పెక్టాకల్గా తెరకెక్కిస్తున్నారు. 'ది కింగ్ ఆఫ్ కెయూస్'గా బాలకృష్ణను పరిచయం చేసిన టైటిల్ గ్లింప్స్ ఇప్పటికే సినిమాపై భారీ హైప్ను క్రియేట్ చేసింది. ఈ చిత్రంలో మంచు మనోజ్, కాజల్ అగర్వాల్ కీలక పాత్రల్లో నటిస్తున్నారు. ఈ చిత్రానికి టాప్ టెక్నికల్ టీం పనిచేస్తోంది. అరవింద్ ఎన్ కళ్యాణ్ సినిమాల్లో గ్రూప్ అందిస్తుండగా, ఎన్. ధమన్ సంగీతం సమకూరుస్తున్నారు. ఎంఎస్ ప్రకాష్ ప్రొడక్షన్ డిజైన్ బాధ్యతలు నిర్వహిస్తున్నారు. సవీన్ సూరి ఎడిటర్, సాయి మాధవ్ బుర్రా సంభాషణలు రాశారు.

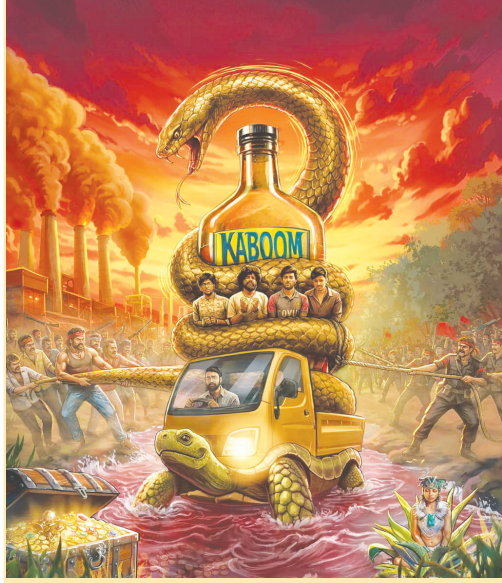
'అనకాపల్లి' దసరా ధమాకాగా నిలుస్తుంది.. థాంక్యూ మీట్లో లగడపాటి శ్రీధర్



పుడయం సినిమా: భవ్య శ్రీ మూవీ మేకర్స్, నక్కిన నెరేటివ్స్ బ్యాంసర్స్ మీద కాండేగుల నాయుడు, త్రినాథరావు నక్కిన నటిస్తూ, నిర్మించిన రా అండ్ రన్స్కి చిత్రం 'అనకాపల్లి'. ఈ మూవీలో విక్రమ్ సహదేవ్, సంధ్యా వశిష్ట, తారక్

'హుషారు 2' అనౌన్స్మెంట్

పుడయం సినిమా: కుర్రకారుల్లో సరికొత్త ఉత్సాహాన్ని నింపిన బకానీక్ ప్రాంవైజీ మరోసారి ప్రేక్షకులను అలరించేందుకు సిద్ధమవుతోంది. 2018లో విడుదలై యూట్



గమనిస్తే.. మొదటి భాగంలో బదుగురు స్నేహితులు రూపొందించిన కబూమ్ బీరు ఓ ట్రక్కులో ఉంది. ఆ ట్రక్కుకు రెండు వైపులా కొందరు పట్టుకుని బలంగా లాగుతున్నారు. వారికి తాడులా పాము కనిపిస్తోంది. పాము మధ్యలో స్నేహితులు చిక్కుకుని భయపడుతున్నారు. ట్రక్కు కింద తాబేలు ఉంది. కాస్త దూరంలో బంగారు నగలుతో ఉన్న పెట్టె ఉంది. పోస్టర్ వెనుక ప్యాక్షరీ ఉంది. పోస్టర్ను చూస్తుంటే.. దేవతలు, రాక్షసులు కలిసి అమృత మథనం చేసిన కథ మనకు గుర్తుకు వస్తుంది. ఆ కథకు, ఈ సిక్వెల్కు ఉన్న లింకేంటి? అనే విషయం తెలియాలంటే హుషారు 2 సినిమా వచ్చే వరకు ఆగాల్సిందే. రెట్రోపు ఎన్, మ్యూజిక్స్, నాన్ స్టాన్డ్ యూత్ ఫుల్ ఎంటర్టైన్మెంట్తో 'హుషారు 2' తెరకెక్కుతుంది.

అనంతరమైన పల్లెటూరి నేపథ్యంతో ఈ సినిమా ఆధారితం వినోదాన్ని పంచే ఫుల్ ఎంటర్టైన్మెంట్గా తెరకెక్కుతోంది. ఇక హిషన్ పోస్టర్లోని 'కాన్ సెన్స్ ట్రాన్స్ వెన్ కామన్ సెన్స్ డ్రాన్స్' అనే కాష్టన్ ప్రత్యేకంగా ఆకట్టుకుంటూ.. సినిమాపై మరింత ఆసక్తిని పెంచుతోంది. ఆసక్తికరంగా రూపొందించిన మోషన్ పోస్టర్ జోన్యూద్

పోస్టర్లు ప్రధాన పాత్రల్లో నటించారు. ఈ సినిమాకి ఖగేష్ తమ్మి నేని దర్శకత్వం వహించారు. కాండేగుల కుమార్ రాజా కో ప్రొడ్యూసర్గా చేసిన ఈ మూవీకి త్రినాథ రావు నక్కిన కథ, స్క్రీట్ ప్లెని అందించారు. ఈ చిత్రాన్ని అక్టోబర్ 2న విడుదల చేయగా అద్భుతమైన స్పందనతో దూసుకుపోతోంది. ఈ క్రమంలో మంగళ వారం నాడు

థాంక్యూ మీట్ నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో.. త్రినాథరావు నక్కిన మాట్లాడుతూ.. "అనకాపల్లి" సినిమాకి నేను దబ్బు లేమీ పెట్టలేదు. నా పేరు పెడితే ఎవరైనా చూసేందుకు వస్తారని అలా పెట్టారు. సోమవారం వరకు రిజల్ట్ కోసం వెయిల్ చేశాను. సోమ వారమే కాదు.. మంగళ వారం కూడా

తర్వాత మెగాస్టార్ చిరంజీవి, సక్కిన్పుల్ డైరెక్టర్ బాబీ కొల్లి మరోసారి కలిసి చేస్తున్న యాక్షన్ ఎంటర్టైన్మెంట్ 'కాకా'. కేవలం ప్రొడక్షన్స్ బ్యాంసర్స్ పై వెంకట్ కే నారాయణ నిర్మిస్తున్న ఈ సినిమాపై ఇప్పటికే భారీ అంచనాలను నెలకొల్పుతోంది. చిరంజీవి పుట్టినరోజు సందర్భంగా విడుదల చేసిన టైటిల్ గ్లింప్స్కు ఆదిరిపోయే రెస్పాన్స్ వచ్చింది. తాజాగా బాటిల్డ్ దర్శకుడు, నటుడు అనురాగ్ కళ్యాణ్ 'కాకా' చిత్రంలోకి అడుగుపెట్టారు. సినిమాలో ఆయన కీలకమైన పాత్రలో కనిపించనున్నారు. అనురాగ్ కళ్యాణ్ చిత్రంలో భాగమైన విషయాన్ని మేకర్స్ అధికారికంగా ప్రకటించారు. ఈ సందర్భంగా విడుదల చేసిన ఫోటోలో దర్శకుడు బాబీ కొల్లి అనురాగ్



కళ్యాణ్కు ఓ సన్నివేశాన్ని వివరిస్తుండగా, ఆయన ఎంతో విశాగ్రతతో వింటూ కనిపించారు. అనురాగ్ కళ్యాణ్ చేరిక సినిమాకు మరింత ఆసక్తిని తీసుకొచ్చింది. 'కాకా'పై అంచనాలను మరింత పెంచింది. ప్రస్తుతం

గ్రామంలోని వింత ప్రపంచాన్ని ప్రేక్షకులకు పరిచయం చేస్తోంది. ఇందులో గేడ్, గ్రామ దేవత, బంగారం వంటి ఆసక్తికరమైన

'చీన్ టపాక్ డమ్ డమ్' ఫస్ట్ క్రాకర్ ఆవిష్కరించిన హిట్ మెషీన్ అడివి శేష్..



పుడయం సినిమా: అల్లరి, సరదా, నవ్వులతో ప్రేక్షకులను అలరించేందుకు 'చీన్ టపాక్ డమ్ డమ్' సిద్ధమవుతోంది. త్వరలో ప్రేక్షకుల ముందుకు రానున్న ఈ ఎంటర్టైన్మెంట్ సంబంధించిన ఫస్ట్ క్రాకర్ మెషీన్ అడివి శేష్ ఆవిష్కరించారు. ఈ ఫస్ట్ క్రాకర్ సినిమాపై ప్రేక్షకుల్లో మరింత ఆసక్తిని పెంచింది. గవిరెడ్డి శ్రీనివాస్ ప్రధాన పాత్రలో నటిస్తోన్న ఈ చిత్రాన్ని వై.ఎన్.లోహిత్ దర్శకత్వం వహిస్తున్నారు. విలేజ్ టాకీస్ బ్యాంసర్స్ పై శ్రీను నాగులపల్లి ఈ చిత్రాన్ని నిర్మిస్తున్నారు. హిలేరియస్ సన్నివేశాలు, అనంతరమైన పల్లెటూరి నేపథ్యంతో ఈ సినిమా ఆధారితం వినోదాన్ని పంచే ఫుల్ ఎంటర్టైన్మెంట్గా తెరకెక్కుతోంది. ఇక హిషన్ పోస్టర్లోని 'కాన్ సెన్స్ ట్రాన్స్ వెన్ కామన్ సెన్స్ డ్రాన్స్' అనే కాష్టన్ ప్రత్యేకంగా ఆకట్టుకుంటూ.. సినిమాపై మరింత ఆసక్తిని పెంచుతోంది. ఆసక్తికరంగా రూపొందించిన మోషన్ పోస్టర్ జోన్యూద్



గరివిడి లక్ష్మి టైలర్ లాంచ్ ఈవెంట్

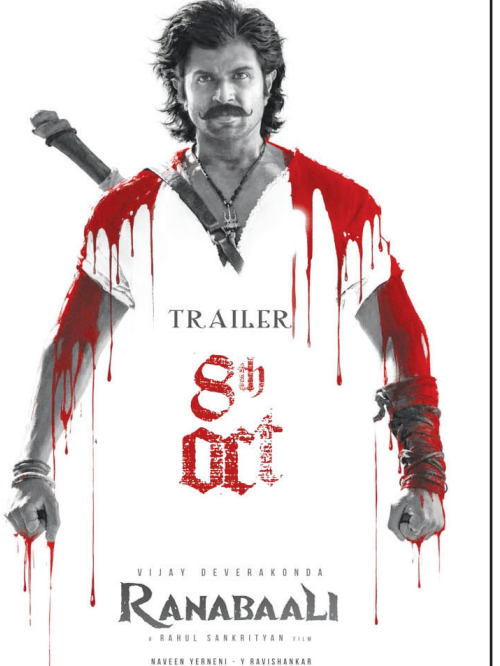


పుడయం సినిమా: భారీ స్థాయి సినిమాలతో అలరించే పీపుల్ మీడియా ఫ్యాక్షరీ, ఇప్పుడు ఆంధ్రప్రదేశ్ కి చెందిన లెజెండరీ జానపద గాయని గరివిడి లక్ష్మి కథని ప్రేక్షకులు ముందుకు తీసుకొస్తుంది. గరివిడి లక్ష్మి పాత్రలో ఆనంది నటిస్తున్నారు. గారి నాయుడు జమ్మి ఈ సినిమాకి దర్శకత్వం వహిస్తున్నారు. టీజీ విశ్వ ప్రసాద్, కృతి ప్రసాద్ నిర్మిస్తున్న 'గరివిడి లక్ష్మి' ఓ పాటతో వేలాది హృదయాల్లో నిలిచిపోయిన లెజెండరీ జానపద గాయని జీవితాన్ని రిక్రియేట్ చేస్తోంది. ఇప్పటికే విడుదలైన ఈ సినిమా ప్రమోషన్ కంటెంట్ కి మంచి రెస్పాన్స్ వచ్చింది. అక్టోబర్ 17న ఈ సినిమా ప్రేక్షకుల ముందుకు రానుంది. ఈ సందర్భంగా మేకర్స్ ప్రీవీజ్ ఈవెంట్ నిర్వహించారు. హీరో అడివి శేష్, దర్శకులు బాబీ కొల్లి, హరిష్ శంకర్, చూరతి ఈ వేడుకకు హాజరయ్యారు. టైలర్ లాంచ్ ఈవెంట్ లో హీరో అడివి శేష్ మాట్లాడుతూ.. ఈ వేడుకకు రావడం చాలా ఆనందంగా ఉంది. ఈ వేడుకలో చేసిన కళా ప్రదర్శన నన్ను ఎంతగానో ఆకట్టుకుంది. ఇక్కడ ఆ పాటలు వింటుంటే నాకు నా బాల్యం గుర్తుకొచ్చింది. నేను వైజాగ్లోనే పెరిగాను. గరివిడి లక్ష్మి కథను ప్రేక్షకుల ముందుకు తీసుకొస్తున్న కృతి ప్రసాద్ గారికి, విశ్వ గారికి దన్యవాదాలు. డైరెక్టర్ గారు చాలా నిజాయితీగా ఈ కథను చెప్పారు. ఆ నిజాయితీని ప్రేక్షకులు అన్వేషిస్తున్నారు. టైలర్ చూసిన తర్వాత ఆనంది గారిలో కలిసి నటించాలని అనిపించింది. ఈ టైలర్ చూస్తున్నప్పుడు ఆ ప్రపంచంలో కలిసిపోయాను. ఈ సినిమాకు

తప్పకుండా చాలా మంది పేరు ప్రఖ్యాతులు వస్తాయని నమ్ముతున్నాను. అక్టోబర్ 17న తప్పకుండా ఈ సినిమాను అందరూ థియేటర్లో చూడాలని కోరుకుంటున్నాను. డైరెక్టర్ బాబీ మాట్లాడుతూ.. కృతి ప్రసాద్ ఈ సినిమాను చాలా ప్యాషన్తో తీశారు. ఇంత మంచి సినిమాను ప్రేక్షకుల ముందుకు తీసుకొస్తున్న తనకు అభినందనలు. 'మహానటి'లో క్రిరీ సురేష్ గారికి సావిత్రీ గారి పాత్రను ఎలా అయితే ఇవ్వారో, అలాగే ఆనందికి కూడా గరివిడి లక్ష్మి అంత మంచి పేరు తీసుకొస్తుందని నమ్ముతున్నాను. డైరెక్టర్ గారు చాలా నిజాయితీగా ఈ సినిమా తీశారు. టైలర్ చూస్తుంటే తన ఫస్ట్ సినిమా లాగా అనిపించడం లేదు. ఈ సినిమా మ్యూజిక్ డైరెక్టర్ చరణ్ అర్జున్ చాలా చాలా మంచి పేరు వస్తుంది. అక్టోబర్ 17న అందరూ ఈ సినిమాను థియేటర్లో చూడాలని కోరుకుంటున్నాను. డైరెక్టర్ మామతి మాట్లాడుతూ.. ఆనందిని 'బస్ స్టాప్' సినిమాకు హీరోయిన్గా పరిచయం చేశాను. దాని తర్వాత తమిళంలో 'దాదా' 40 సినిమాలు చేసింది. తన పెర్మార్మెన్స్ చూస్తుంటే చాలా టచింగ్ గా ఉంది. ఇలాంటి పాత్రలు చేయడం అంత ఈజీ కాదు. ఎంతో బలంగా నమ్మి తీస్తే ఎంత నిజాయితీగా వస్తుంటే ఈ సినిమా చూస్తే తెలుస్తుంది. కృతి ప్రసాద్ ఈ సినిమా కోసం చాలా ప్యాషన్తో పనిచేసింది. ఇందులో పాటల్ని కూడా మనకు తెలిసినవే. అందులో పాటలు, సీన్స్ చూస్తుంటే చాలా నాస్టాల్జిక్ ఫీలింగ్ ఉంది. ఇందులో కళ్యాణ్ గారు పాడిన పాట కూడా వచ్చింది.

"రణబాలి" టైలర్ రిలీజ్

పుడయం సినిమా: విజయ్ దేవరకొండ, రశ్మిక మందస్సె జంటగా నటిస్తున్న భారీ పాన్ ఇండియా మూవీ "రణబాలి". ఈ



సినిమాకు రాబోయే సంతృప్తి దర్శకత్వం వహిస్తున్నారు. టీ సీరీస్ సమర్పణలో మైట్రీ మూవీ మేకర్స్ బ్యాంసర్స్ పై "రణబాలి" సినిమాను ప్రొడ్యూసర్స్ సవీన్ యెర్నేని, వై రవిశంకర్ హ్యాండ్లర్స్ తో నిర్మిస్తున్నారు. ఈ నెల 16న విజయదశమి పర్వదినం సందర్భంగా "రణబాలి" సినిమా పరల్లేల్ గ్రాండ్ థియేట్రీకల్ రిలీజ్ కు రెడీ అవుతోంది. ఈ రోజు "రణబాలి" సినిమా టైలర్ రిలీజ్ అనౌన్స్ మెంట్ చేశారు మేకర్స్. ఈ నెల 8న తేదీన ఈ చిత్ర టైలర్ ను విడుదల చేస్తున్నట్లు ప్రకటించారు. "రణబాలి" టైలర్ పై మూవీ లవర్స్ లో హై ఎక్స్ పెక్టేషన్స్ ఉన్నాయి. ఇప్పటికే టీజర్, సాంగ్స్ కు హ్యాండ్ రెస్పాన్స్ రాగా.. విజయ్, రశ్మిక చేస్తున్న ప్రమాదపల్లె ఇంటర్వ్యూ వైరల్ గా మారి సోషల్ మీడియాలో ట్రెండ్ అవుతున్నాయి. టైలర్ తో "రణబాలి" సినిమాపై మరింత క్రేజ్ ఏర్పడుతుంది. 19వ సెంచరీ నేపథ్యంతో 1854 నుంచి 1878 మధ్య టిబీట్ పాలనా కాలంలో జరిగిన యద్ధార్ చారిత్రక సంఘటనల ఆధారంగా "రణబాలి" సినిమా రూపొందుతోంది. ఈ సినిమా పాన్ ఇండియా స్థాయిలో మూవీ లవర్స్ ఎదురుచూస్తున్నారు.

'సరిపోయారు ఇద్దరూ' టీజర్ విడుదల



పుడయం సినిమా: హ్యాస్టీ ఆక్స్ ఎంటర్టైన్మెంట్, ఎంఎస్ వారాహ్ క్రియేషన్స్, శత మానంభవత్ ఆర్ట్స్ బ్యాంసర్స్ మీద సారత్, ముని శివ నిర్మించిన చిత్రం 'సరి పోయారు ఇద్దరూ'. సతీష్ వేగేశ్వర తెరకెక్కించిన ఈ మూవీలో మేఘాంకే శ్రీనిధి, యశ్విన్ వేగేశ్వర్, రాజేంద్ర ప్రసాద్, సీనియర్ నటుడు సరేష్, రిద్ది కుమార్, మేఘా చౌదరి కీలక పాత్రలను పోషించారు. ఈ మూవీ టీజర్ ను తాజాగా రిలీజ్ చేశారు. హిట్ మెషీన్, సక్కిన్ ఫుల్ డైరెక్టర్ అనిల్ రావిపూడి ఈ చిత్ర టీజర్ ను రిలీజ్ చేసి టీం కు అభినందనలు తెలిపారు. టీజర్లో పల్లెటూరి వాతావరణం, వైజాగ్ నిటీని అందంగా చూపించారు. టీజర్ ప్రారంభంలో స్నేహితులుగా కలిసి ఉన్న సరేష్, రాజేంద్ర

ప్రసాద్.. టీజర్ ఎండింగ్ కి అలా ఎందుకు మారారు? అన్నదే కథ అన్నట్లు కట్ చేశారు. ఇక యూత్, హృమిలి అడియెన్స్ కి ఎక్కువగా కనెక్ట్ అయ్యేలా సినిమాని సతీష్ వేగేశ్వర్ తెరకెక్కించారు. అన్ని వర్గాల ప్రేక్షకుల్ని మెప్పించే కథ, ఎమోషన్స్, హాస్యం, ప్రేమ అన్ని రకాల అంశాలున్నాయిని టీజర్ ను గమనిస్తే తెలుస్తోంది.