



# నా సవాలకు మోదీజీ సిద్ధమా?

2 లో

రిజర్వేషన్ల అంశంపై మరోసారి ప్రధాని మోదీపై రాహుల్ గాంధీ విరుచుకుపడ్డారు. తాము రిజర్వేషన్లు పెంచుతామంటే మోదీ రద్దు చేయాలని చూస్తున్నాడని.. ఈ సందర్భంగా మోదీకి రాహుల్ సవాల విసిరారు.



# మల్కాజిగిరి లో గులాబీ జెండా ఎగరడం ఖాయం

ఘనంగా ఉప్పల్ నియోజకవర్గంలో కిటీఆర్ రోడ్ షో...  
 జయభేరి, ఉప్పల్ :  
 శాసన సభ్యులు బండారం లక్ష్యరెడ్డి, ఎన్నికల ఇంచార్జి ఎం.డి. జహంగీర్ స్థానిక కార్పొరేటర్లు, తదితర ముఖ్య నాయకులు పాల్గొనడం జరిగింది. నాయకులు కార్యక్రమాల అభిమానులు పెద్ద ఎత్తున వేలాదిగా తరలివచ్చి విజయవంతం చేశారు. ఈ సందర్భంగా.. బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కిటీఆర్ మాట్లాడుతూ... కాంగ్రెస్ వచ్చింది ...మిగతాది 2 లో

# యువత ఎటు వైపు

జయభేరి, వరంగల్, మే 5:  
 పార్లమెంట్ ఎన్నికలలో ప్రచారం హాల్స్లో జరుగుతోంది. మరో వారం రోజుల్లో ఎన్నికల ప్రక్రియ ప్రారంభం కానుంది. గెలుపు ధీమాతో ఉన్న పార్టీలు ఓటర్లను ఆకర్షించే ప్రయత్నాలు ముమ్మరం చేస్తున్నాయి. అయితే తెలంగాణ ఎన్నికలలో ప్రధానంగా యువకులు నిర్ణయాత్మక శక్తిగా ఎదగడం విశేషం. ఈ యువ ఓటర్ల చేతిలో కీలక నేతల భవిష్యత్ తేలనుంది. రాష్ట్రంలో మొత్తం 3 కోట్ల 30 లక్షల ఓటర్లు ఉంటే.. వారిలో 8 లక్షల కొత్తగా నమోదయిన యువ ఓటర్లు ఉన్నారు. దేశంలోనే రికార్డు స్థాయిలో 19.74 కోట్ల మంది యువ ఓటర్లు ఉన్నారు. ఇక ...మిగతాది 2 లో



# ఈనాడు లీడర్ అంటే నరేంద్ర మోదీ



అబద్ధపు మాటలతో మోసం చేసి కాంగ్రెస్ అధికారంలోకి వచ్చింది. మళ్ళీ మోసం చేయడానికి వస్తున్నారు. బీజేపీ వస్తే రికార్డేషన్లు పోతాయని నీచపు ప్రచారం చేస్తున్నారు. ఆ మాటలు నమ్మవద్దు. అణగారిన వర్గాలని అక్కున చేర్చుకున్న పార్టీ బీజేపీ. ఎంపీగా నన్ను, కంటోన్మెంట్ ఎమ్మెల్యే గా వంశీ తిలక్ ని గెలిపించండి.

జయభేరి, హైదరాబాద్ :  
 రాజకీయ నాయకులు అంటే ఓట్లప్పుడు వస్తారు. మళ్ళీ కనిపించరు అనే భావన చాలామందిలో ఉంటుంది. నన్ను పిలిచారు అంటే దానికి మొదటి కారణం నరేంద్ర మోదీ యధా రాజా తన ప్రజా అనుభూతి అయిన మీకు కనెక్ట్ అయ్యారు మీ హృదయాల్లో హాటు సంపాదించుకున్నారు. కాబట్టి వారితోపాటు నాకు కూడా కొంత చోటు దక్కింది. ఈరోజు నాకు చాలా సంతోషంగా ఉంది. 65 రోజుల నుంచి రోజుకు 18 గంటల పాటు తిరుగుతున్నాను. ఎక్కడికి పోయినా ప్రతి దగ్గర నున్నే గెలిచావు అని చెబుతున్నారు. కాంగ్రెస్ బీఆర్ఎస్ అభ్యర్థులతో నేను పోల్చుకోవనవసరం లేదు.. వారెక్కడ వారి అప్రస్థితి ఎక్కడు.. వారి పనితీరు ఎక్కడ? వారికి రాజకీయాలంటే కేవలం రియల్ ఎస్టేట్ వ్యాపారం ప్రోత్సాహం పైకే పలు డబ్బులు పెట్టడం మళ్ళీ సంపాదించుకోవడం తప్ప కాలికి ముల్లు విరిగితే పన్నుతోపేసే సర్వీస్ రాజకీయ నాయకుడు చేయాలని వారికి తెలియదు. పదవి అలంకరణ కోసం కాదు. దాటు దర్పం కోసం కాదు. ఎన్నుకున్న ప్రజలకు సేవ చేయడానికి. మోదీ ఎప్పుడు నేను సేవకున్న అని చెప్పుకుంటారు. మోదీ బాయ్ బాయ్ అని చెప్పి.. పనులు చేయకుండా ఓట్లు అడగడం లేదు. 365 రోజులు యంత్రాలాగా జూరం వచ్చిందని పడుకోకుండా పనిచేస్తున్నారు. మోదీకి ఎందుకు ఓటు వేయాలి ఉక్రెయిన్ లో చదువుకున్న తల్లిదండ్రులని అడగండి.. మోదీకి ఎందుకు ఓటు వేయాలి అభివృద్ధి తల్లిదండ్రులని అడగాలి. ఒకనాడు ప్రపంచంలో లీడర్ అంటే అమెరికా రాష్ట్రా ప్రెసిడెంట్ ఈనాడు లీడర్ అంటే నరేంద్ర మోదీ. నా గురించి మీకు చెప్పాల్సిన అవసరం లేదు అనుకుంటున్నాను. తెలంగాణ ఉద్యమకారునిగా రాష్ట్రం కోసం కొట్లాడాను. పై నాన్న, మినిస్టర్ గా హెల్త్ మినిస్టర్ గా నేను చేసిన పనులు మీ అందరికీ సుపరిచితమే. నన్ను నిండు మనసుతో ఆశీర్వదించండి మా అంటే ఈయన అని గర్వపడే పద్ధతిలో పనిచేస్తానని హామీ ఇస్తున్నాను అని ఉటూల రాజేందర్ అన్నారు.



# కాంగ్రెస్ పాలనలో తెలంగాణ ఆగమైంది

మొన్నటి అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో తెలంగాణ ప్రజలు మర్దవధారని బిఆర్ఎస్ అధినేత మాజీ సీఎం కిసోర్ర అన్నారు. తెలంగాణ ఉద్యమం అయిపోలేదని.. తెలంగాణ పునఃస్థాపనం మిగిలి ఉందని దాన్ని పూర్తి చేయాల్సిన బాధ్యత తమపై ఉందని స్పష్టం చేశారు.

జయభేరి, మంచినాటి:  
 తెలంగాణలో ఎప్పుడు అసెంబ్లీ ఎన్నికలు వచ్చినా బిఆర్ఎస్ ప్రభుత్వం వస్తుందని కేసీఆర్ ధీమా వ్యక్తం చేశారు. మధ్యలో వచ్చినా, కోసాచ్చిన బిఆర్ఎస్ మళ్ళీ అధికారంలోకి వస్తుందని స్పష్టం చేశారు. పార్లమెంట్ ఎన్నికల ప్రచారంలో భాగంగా ఉమ్మడి కరీంనగర్ జిల్లాలో పర్యటించిన కేసీఆర్ సంచలన వ్యాఖ్యలు చేశారు. పెద్దపల్లి పార్లమెంట్ పరిధిలోని మంచినాటి కనివారం బస్సుయాత్ర రోడ్ షో తో ప్రచారం నిర్వహించిన కేసీఆర్ రాత్రి కరీంనగర్ పార్లమెంట్ పరిధిలోని వీణవంతలో హుజూరాబాద్ ఎమ్మెల్యే పాడి కౌశిక్ రెడ్డి ఇంట్లో బస్ చేశారు. ఆదివారం మద్యాహ్నం హుజూరాబాద్ నియోజకవర్గ ప్రజలతో ఆత్మీయ సమీక్షనంలో పాల్గొన్న కేసీఆర్, అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో ఓటమికి గల కారణాలను వివరించారు. అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో ఓడిపోవడానికి ...మిగతాది 2 లో

# తెలుగు రాష్ట్రాలకు చల్లటి కబురు

రాబోయే నాలుగు రోజులు భారీ వర్షాలు-పిడుగుపాటు హెచ్చరికలు జారీ  
 ఏపీ, తెలంగాణకు వాతావరణ శాఖ కూల్ న్యూస్ చెప్పింది. తెలంగాణ ఈ నెల 9 వరకు ఏపీ రాబోయే రెండ్రోజులు తేలికపాటి నుంచి భారీ వర్షాలు కురుస్తాయని ప్రకటించింది.



జయభేరి, హైదరాబాద్ :  
 ఎండలతో అల్లాడిపోతున్న తెలుగు రాష్ట్రాల ప్రజలకు వాతావరణ శాఖ చల్లటి కబురు చెప్పింది. రాబోయే మూడు, నాలుగు రోజులు ఏపీ, తెలంగాణలో వర్షాలు కురుస్తాయని ప్రకటించింది. ఈదురు గాలులు, ఉరుములు, మెరుపులతో పడగండ్ల వానలు పడతాయని హెచ్చరించింది. ఇవాళ తెలంగాణలోని పలు జిల్లాల్లో ఈదురుగాలులతో వర్షాలు కురిశాయి. దీంతో ప్రజలకు ఎండల నుంచి కాస్త ఉపశమనం లభించింది. జనగామ జిల్లాలో ఈదురుగాలులు, ఉరుములు, మెరుపులతో వర్షం కురిసింది. పిడుగుపాటుకు ఇద్దరు మృతి చెందారు. మహబూబాబాద్ జిల్లాలో సైతం ఈదురుగాలులతో వర్షం పడింది. ములుగు, నల్గొండ జిల్లాల్లోని పలు ప్రాంతాల్లో భారీ వర్షాలు కురిశాయి. అకాల వర్షాలతో కల్లాల్లో ఉన్న ధాన్లు తడిసిపోయిందని రైతులు ఆవేదన చెందుతున్నారు. ఇవాళ్ళ నుంచి ఈ నెల 9వ తేదీ వరకు రాష్ట్రంలోని పలు జిల్లాల్లో భారీ వర్షాలు కురిసే అవకాశం ఉందని ...మిగతాది 2 లో









# లక్కోపై ఘనవిజయం

ఐపీఎల్ 17లో అంచనాలకు మించి రాజస్థాన్ మాజీ చాంపియన్ కోల్కతా నైట్ రైడర్స్ (కేఆర్) మరోసారి సమిష్టి ఆటతో ఘనవిజయాన్ని సమోదించారు. సునీల్ నరైన్ అల్ రౌండ్ ప్రదర్శనతో ఆకట్టుకున్నారు. సిక్స్టర్ సునామీతో లక్కో బౌలర్లపై విరుచుకుపడి ఆ తర్వాత ప్రత్యర్థి బ్యాటర్లకు కల్లెం వేశాడు. హార్దిత్ రాణా, ఆండ్రి రస్సెల్, వరుణ్ చక్ర వర్తి కట్టడి చేయడంతో లక్కోకు మరో పరాభవం ఎదురైంది. 8వ విజయంతో 16 పాయింట్లు సాధించిన కోల్కతా ఫ్లేఆఫ్స్ దెయ్యం ఖాయం చేసుకోవడంతో పాటు పాయింట్ల పట్టికలో రాజస్థాన్ ను వెనక్కి నెట్టి అగ్రస్థానంలో నిలిచింది.

జరిగిన మ్యాచ్ లో లక్కో సూపర్ జెయింట్స్ ను 98 పరుగుల తేడాతో ఓడించారు. ఈ సీజన్ లో ఓపెనర్ గా వసూల శివారెత్తుతున్న సునీల్ నరైన్ (39 బంతుల్లో 81, 6 ఫోర్లు, 7 సిక్స్లు) వీర విహారానికి తోడు మిగిలిన బ్యాటర్లంతా తలా ఓ చేయి వేయడంతో మొదట బ్యాటింగ్ చేసిన కోల్కతా నైట్ల 20 ఓవర్లలో 6 వికెట్ల సహానికి 235 పరుగుల బారీ స్కోరు చేసింది. ఛేదనలో లక్కో ఆరంభం నుంచే క్రమం తప్పకుండా వికెట్లు కోల్పోయి 16.1 ఓవర్లలో 137 పరుగులకే ఆటలో అయింది. స్ట్రోయినిస్ (21 బంతుల్లో 36, 4 ఫోర్లు, 2 సిక్స్లు) ఫర్వాలేదనిపించాడు. హార్దిత్ (3/24), చక్రవర్తి (3/30), రస్సెల్ (2/17) లక్కోను కట్టడి చేశారు. బ్యాటింగ్ లో దుమ్ముపెట్టిన 'మ్యూస్ ఆఫ్ ది మ్యాచ్' నరైన్.. బౌలింగ్ లో 4 ఓవర్లు వేసి 22

పరుగులే ఇచ్చి ఒక వికెట్ తీశాడు. కేఆర్ ఓపెనర్ ఫిల్ సాల్ట్ (14 బంతుల్లో 32, 5 ఫోర్లు, 1 సిక్స్) తొలి ఓవర్లోనే రెండు ఫోర్లతో బాదుడుకు తెరతీశాడు. నవీన్ ఉల్ హాక్ మూడో ఓవర్లో రెండు బౌండరీలతో హిట్టింగ్ కు దిగిన నరైన్.. మోస్టిస్ మూడో ఓవర్లో హ్యాట్రిక్ ఫోర్లు, ఓ సిక్స్ తో రెచ్చిపోయాడు. సాల్ట్ ఔట్ అయినా నరైన్ విధ్వంసం ఆగలేదు. 27 బంతుల్లో అర్థ సెంచరీ పూర్తిచేసిన అతడు స్ట్రోయినిస్ 11వ ఓవర్లో మూడు సిక్స్లతో కేఆర్ స్కోరు వేగాన్ని పెంచాడు. అంగ్క్రిమ్ రఘువంశీ (32)తో కలిసి రెండో వికెట్ కు 79 పరుగులు జోడించాడు. ధాటిగా ఆడే క్రమంలో అతడు ఔట్ అయినా ఆఖర్ ష్రేయన్ (23), రమణ్ దీప్ సింగ్ (6 బంతుల్లో 25 నాబౌల్, 1 ఫోర్, 3 సిక్స్లు) దంచడంతో కోల్కతా

- ▶▶ కోల్కతా టాప్ షో..
- ▶▶ దంచుకొట్టిన నరైన్
- ▶▶ రాణించిన చక్రవర్తి, హార్దిత్

మరోసారి భారీ స్కోరు చేసింది. కొండంత లక్కోని ఛేదించే క్రమంలో రెండో ఓవర్లోనే ఓపెనర్ అర్చిస్ కులకర్ణి (9) వికెట్ ను కోల్పోయిన లక్కోను కెపెల్ రాహూల్ (25), మార్కస్ స్ట్రోయినిస్ నిలబెట్టే యత్నం చేశారు. కానీ హార్దిత్ రాణా 8వ ఓవర్లో రాహూల్ ఔట్ కాగా స్ట్రోయినిస్ ను రస్సెల్ పెవిలియన్ చేర్చాడు. దీపక్ హుడా (5), నికోలస్ హూరన్ (10), బదోన్ (15), టర్కర్ (16), కృనాల్ (5) విఫలమయ్యారు.

**సంక్షిప్త స్కోర్లు**  
కోల్కతా: 20 ఓవర్లలో 235/6 (నరైన్ 81, సాల్ట్ 32, నవీన్ 3/49, యునీవర్స్ 1/24), లక్కో: 16.1 ఓవర్లలో 137 (స్ట్రోయినిస్ 36, రాహూల్ 25, హార్దిత్ 3/24, చక్రవర్తి 3/30)



# పిల్లలకు తల్లిదండ్రులు తప్పక నేర్పాల్సినవి

చిన్నప్పుడు పిల్లలకు తల్లిదండ్రులే రోల్ మోడల్. అలాంటివారు పిల్లలకు కొన్ని విషయాలు తప్పకుండా నేర్పించాలి. ఎందుకంటే పేరెంట్స్ చెబితేనే పిల్లలు వింటారు.

జీవితంలో ఎదగాలంటే చిన్నప్పుడు పిల్లలకు వేసే మార్గం దారిచూపిస్తుంది. లేదంటే పిల్లలు తప్పు దారి నడిస్తే వారి జీవితం పాడవుతుంది. ఉండకే చిన్నప్పుడే తల్లిదండ్రులు ప్రతి విషయాన్ని జాగ్రత్త గా చెప్పాలి. లేదంటే పిల్లలు నరైన మర్డర్ వెళ్లలేరు. తల్లిదండ్రులు తమ పిల్లలకు మంచి వ్యక్తిగా ఎదగానికి నేర్పించాలి కొన్ని విషయాలు ఇక్కడ ఉన్నాయి. పిల్లలు ఉన్నతంగా ఆలోచించాలి అంటే ఇవి వారికి ఉపయోగపడతాయి. పిల్లల అభివృద్ధిలో పేరెంట్ల గొప్పతనం పాత పోషిస్తుంది. తల్లిదండ్రులు తమ పిల్లలకు మంచి

మార్గాలు, నరైన వైఖరిని నేర్పించడం చాలా ముఖ్యం. తల్లిదండ్రులందరూ తమ పిల్లలకు మంచి రోల్ మోడల్ గా ఉండటం చాలా ముఖ్యం. ఎందుకంటే పిల్లలు చూసే తల్లిదండ్రులు చాలా విషయాలను నేర్చుకుంటారు. వారు పైకి ఉన్న విలువలను నేర్చుకుంటారు. వారు పైకి ఉన్న విలువలు నేర్పించాలి. భవిష్యత్తులో మంచి వ్యక్తులుగా ఎదగాలని పిల్లలకు నేర్పించాలి. గొప్ప గొప్ప వ్యక్తులు జీవిత కథలను చిన్నప్పటి నుంచే వినిపించాలి. చిన్నారల ముందు మంచిగా ప్రవర్తించాలి. తల్లిదండ్రులు తమ పిల్లల ముందు చేసే, చెప్పే లేదా ప్రవర్తించే వాటిని పిల్లలు మోడల్ చేస్తారు. పిల్లలు పెద్దయ్యాక ఎలా ప్రవర్తించారు. పిల్లలకు ప్రాథమిక జీవన నైపుణ్యాలను నేర్పడంలో తల్లిలు ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తున్నట్లే. బయట ప్రపంచంలో వారికి సహాయపడే పాఠాలను పిల్లలకు

నేర్పించడంలో తండ్రి ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తారు. తండ్రులు తమ పిల్లలకు కూడా కచ్చితంగా మంచి విషయాలను నేర్పించాలి. తండ్రులు తమ పిల్లలకు నేర్పించవలసిన ముఖ్యమైన విషయాలలో ఒకటి ఇతరలను గౌరవించడం గురించి చెప్పాలి. తల్లిదండ్రులు ఇంట్లో ఒకరినొకరు గౌరవంగా చూసుకుంటే, పిల్లలు కూడా తమ చుట్టూ ఉన్న ప్రతి ఒక్కరినీ గౌరవించడం ప్రారంభిస్తారు. పయస్కు లేదా ఇతర భేదాలతో సంబంధం లేకుండా ప్రతి ఒక్కరినీ గౌరవించడం పిల్లలకు నేర్పించాలి. తండ్రులు తమ పిల్లలకు తమ తప్పులను అంగీకరించమని ఎల్లప్పుడూ నేర్పించాలి. తండ్రి మొండిగా ఉండి తప్పులు ఒప్పుకోకుంటే పిల్లలకు కూడా ఇదే అలవాటు అవుతుంది. ఇంట్లో వాదనల సమయంలో కోపం చూపిస్తే పిల్లలు ఆ ప్రవర్తనను ఆదర్శంగా తీసుకుని, తమను తాము రక్షించుకునే



# ఆరోగ్యాన్ని పాడు చేసే ఫ్యాషన్ ఐటమ్స్

రోజువారీ జీవితంలో మనం ఉపయోగించే కొన్ని ఫ్యాషన్ వస్తువులు ఉన్నాయి. అవి మన ఆరోగ్యం మీద ప్రభావం చూపిస్తాయి.

ఫ్యాషన్ అనేది సెక్సీగా, హాట్ గా ఆకర్షణీయంగా ఉంటుంది. అందరి ముందు ప్రత్యేకంగా కనిపించేలా చేస్తుంది. ఇందుకోసం మనం కొన్ని ఫ్యాషన్ వస్తువులు కొంటాం. కానీ కొన్నిసార్లు ఫ్యాషన్ హానికరం కావచ్చు. మిమ్మల్ని ఆకర్షణీయంగా కనిపించే కొన్ని విషయాలు మీకు కీళ్లనొప్పులు కలిగిస్తాయి. ఇది మీ ఆరోగ్యాన్ని ప్రభావితం చేస్తుంది. చాలా మంది ట్రెండి లుక్ కనిపించేందుకు వివిధ రకాల వస్తువులు వాడుతారు. ఇందుకోసం ఇబ్బందులు కూడా పడతారు. కానీ ఆరోగ్యాన్ని కూడా పాడు చేసుకుంటున్నారని అనే విషయాన్ని మాత్రం గుర్తుపెట్టుకోవాలి.

ఇది మీరు అనుకున్నదానికంటే ఎక్కువ ఆరోగ్య సమస్యలను కలిగిస్తాయి. ఉదాహరణకు మీరు వేసుకునే చెప్పులతో పాడంలో ఉన్న అసౌకర్యాన్ని విన్ను రిస్తారు. అయితే ఎందుకో ఆలోచించండి. మీ ఆరోగ్యానికి హాని కలిగించే, తీవ్రమైన నొప్పిని కలిగించే ఆరు రకాల బట్టలు మీ గదిలో ఉన్నాయి అంటే మీరు నమ్మకపోవచ్చు. వాటి గురించి తెలుసుకోండి. వాటిని పూర్తిగా నివారించడం సాధ్యం కావచ్చు. ఇది చదివిన తర్వాత అవసరమైనప్పుడు మాత్రమే వాటిని ధరించండి.

**పెన్సిల్ హీల్స్**  
ఇవి ఆకర్షణీయంగా కనిపిస్తాయి. మీ ఎత్తుకు మరెక్కడా ఎత్తును జోడించడంలో సహాయపడతాయి. కానీ హీల్స్ ధరించడం హానికరమని అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి. ఇది మీ శారీరక స్థితిని ప్రభావితం చేస్తుంది. తీవ్రమైన ఆర్థరైటిస్ కు కారణం కావచ్చు. పెన్సిల్ హీల్స్ వేసుకునే అమ్మాయిలకు మోకాళ్లలో లిగమెంట్ల సమస్య వచ్చే అవకాశం ఉంది. అంతేకాదు మడమ నొప్పి సమస్యను కూడా ఎదుర్కొంటారు.

**శాటిన్**  
శాటిన్ లేదా లేన్ లోడుస్సులను నిరంతరం ఉపయోగించడం వల్ల కూడా సమస్యలు వస్తాయి. ఈ బట్టలు ఈస్ట్ లేదా ఫంగస్ పెరగడానికి కారణమవుతాయి. ఈ కారణంగా మహిళలు శాటిన్ ప్యాంటిని ధరించాలి. అవసరమైనప్పుడు మాత్రమే ధరించాలి.

**స్లిమ్మింగ్ లోడుస్సులు**  
పొట్ట ఎత్తుగా ఉంటే దాచుకోవడానికి ఇలాంటి దుస్తులు వేసుకోవడం మామూలే. పొట్ట లేనట్టుగా చిన్నదిగా అనిపించినప్పటికీ, అది మీ పొట్టికడుపు పై కూడా ఒత్తిడిని కలిగిస్తుంది. ఇది మీ జీర్ణక్రియ, శ్వాసకో సమస్యలను కలిగిస్తుంది. వేరే అవకాశం లేనప్పుడు మాత్రమే వాటిని ధరించాలి.

**స్పిన్సీ జీన్స్**  
స్పిన్సీ జీన్స్ అనేది దుస్తులలో హాట్ ఐటమ్. కానీ అందంగా కనిపించేందుకు ఇది వేసుకుంటే.. మీ తొడలకు హాని కలిగిస్తుంది. టైట్ జీన్స్ మీ తొడలను తిమ్మి చేసేలా చేస్తుంది. వాటిని విప్పుతున్నప్పుడు చర్మంపై దద్దురు తరచుగా కనిపిస్తాయి.

**జ్రాలు**  
మహిళలు జ్రాలు ధరించడం వలన కూడా ఆరోగ్య సమస్యలు ఎదుర్కొంటారు. అన్ని జ్రాలు హానికరం కాదు. కొన్ని రకాల జ్రాలు ఒత్తిడిని కలిగిస్తాయి. ఇది కండరాల మీద ప్రభావం చూపిస్తుంది. కాబట్టి మహిళలు సరైన జ్రా ధరించేలా చూసుకోవాలి.





# ముఖ్యభేరి

## అమ్మకు గొప్ప గిఫ్ట్ ఇవ్వబోతున్నా..

పరిణితి చోప్రా అమ్మకూచి. ఆమెకు తన తల్లి రీనా చోప్రా అంటే ఆపారమైన ప్రేమ. వారిద్దరి అనుబంధం గురించి ఇటీవల ఓ ఇంటర్వ్యూలో మాట్లాడింది. 'అమ్మ నాకు మంచి ఫ్రెండ్. నాపై ఆమె చూపిస్తున్న ప్రేమను జీవితంలో మరిచిపోలేను. తనకే పుట్టా రుణపడే ఉంటాను. మా అమ్మది చిన్నప్పటి నుంచే ప్రేమ. ఇప్పటికీ నేనే చాలా నేర్చుతుంటాను. కొన్ని సందర్భాల్లో నేను తల్లిగా, అమ్మ కూతురిగా హరివిరులుంటాం. నాకు స్టూడెంట్ లైఫ్ లో బాగా వచ్చింది. అమ్మకూడా నేర్పించింది. తన కూడా ఇప్పుడు బాగా స్టూడెంట్ అవుతుంది. అంతేకాదు, ఫౌండేషన్ గా ఇద్దరం కూడా ఉన్నా. ఆన్ లైన్ లో కలిసి ఉంటాం. కూరగాయలు ఉండి కూడా గేమ్స్ ఆడుకుంటాం. ఈ నెల 12న మదర్స్ డే. ఆ రోజున అమ్మకు గొప్ప గిఫ్ట్ ఇవ్వబోతున్నాను. అదేంటో ఇప్పుడే చెప్పను.. సస్పెన్స్' అని చెప్పుకొచ్చింది పరిణితి చోప్రా.



## నా పేరు వెనుక చాలా కథ..

'ప్రేమలు' సినిమాతో యువతరం అంతా మమిత ప్రేమలో పడిపోయారు. ఇన్ స్టాలో ఆమె రీల్స్ కి ఉన్న ఫోటోలు మామూలుగా లేవు. సోషల్ మీడియా సంచలనంగా మారింది మమిత. ప్రస్తుతం మలయాళంలో పాటు తమిళంలో కూడా సినిమాలు చేస్తున్నది మమిత. రీసెంట్ గా ఓ ఇంటర్వ్యూలో తన పేరుకు సంబంధించిన ఆసక్తికరమైన విషయాలను వెల్లడించింది. 'నిజానికి నా పేరు సమిత. మమిత కాదు. నేను పుట్టినప్పుడు హాస్పిటల్ సిబ్బంది బర్త్ సర్టిఫికేట్ లో నా పేరును మమితగా నమోదు చేశారు. నేను స్కూల్ లో చేరేటప్పుడు ఈ పొరపాటు వెలుగు చూసింది. ఇంట్లో అందరూ షాక్. ఇక చేసేది లేక మమితగానే స్కూల్లో జాయిన్ అయ్యాను. మమిత అంటే మితాయి అని అర్థం.' అంటూ చెప్పుకొచ్చింది మమిత. ఇంకా చెబుతూ 'ప్రేమలు' నా తొలి సినిమా అని అందరూ అనుకుంటున్నారు. నిజానికి అది నా పదహారో సినిమా. మలయాళంలో ఇప్పటికే చాలా సినిమాలు చేశాను.' అని అందంగా సవ్యేసింది మమిత.



## ప్రేమ పాఠశాల

నవీద్ ఖాన్, స్నేహ శర్మ జంటగా నటిస్తున్న చిత్రం 'ది స్కూల్'. 'ప్లేన్ ఆఫ్ లెర్నింగ్' అనేది ఉపశీర్షిక వాల్చీకి దర్శకుడు. శివ రెమిడాల నిర్మాత. ఆదివారం హైదరాబాద్ లో ఈ సినిమా ప్రారంభోత్సవం జరిగింది. ముహూర్తపు సన్నివేశానికి టీవీఎస్ సీ మెంబర్ పద్మిని నాగులపల్లి కెమెరా స్క్వీచ్ చేసి యూనిట్ సభ్యులకు శుభాకాంక్షలు అందించారు. సహజత్వం ఉట్టిపడేలా సినిమాను తీయగల దర్శకుడు వాల్చీ అని, వాస్తవసంఘటనల ఆధారంగా తెరకెక్కుతున్న ఈ చిత్రం కచ్చితంగా విజయాన్ని సాధిస్తుందని హీరో నవీద్ ఖాన్ ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు. ఇంకా దర్శక, నిర్మాతలు కూడా మాట్లాడారు. ఇంద్రజ, కృష్ణభగవాన్, రాజారవీంద్ర, తదితరులు ఇతర పాత్రలు పోషిస్తున్న ఈ చిత్రానికి కెమెరా: విజయ్ రాకూర్, మాటలు, స్క్రీన్ ప్లే, సంగీతం, దర్శకత్వం: వాల్చీ.



## గేమ్ చేంజర్ షూటింగ్..

'గేమ్ చేంజర్' సినిమా విషయం ఎప్పటికప్పుడు కొత్త అవేదెట్లు వెలుగు చూస్తున్నాయి. సినిమాపై అంచనాలు ఆకాశంలో ఉండటంతో గాసిప్పులు కూడా అదే స్థాయిలో హల్చల్ చేస్తున్నాయి. రీసెంట్ అవేదెట్ ప్రకారం ఈ సినిమా కొత్త షెడ్యూల్ ఆంధ్రప్రదేశ్ లోని రాజమండ్రిలో సోమవారం మొదలుకాను న్నదట. ప్రధాన తారాగణం మొత్తం ఈ షెడ్యూల్ లో భాగం కానున్నారు. కథ ప్రకారం ఇది కీలకమైన షెడ్యూల్ అని, ఈ షెడ్యూల్ లోనే రామ్ చరణ్ ఫ్లాష్ బ్యాక్ విషిసోన్ ని దర్శకుడు శంకర్ తెరకెక్కించనున్నారు ని సమాచారం. అంచనాలకు తగ్గట్టుగా భారీ వాణిజ్య విలువలతో రూపొందుతోన్న ఈ సినిమాలో రామ్ చరణ్ తండ్రికొడుకులుగా ద్విపాత్రాభినయం చేస్తున్నారు. తండ్రి పాత్రకు జోడీగా అంజలి, కొడుకు పాత్రకు జోడీగా కైరా అద్వానీ నటిస్తున్నారు. శ్రీకాంత్, ఎస్. జె. సూర్య, నవీన్ చంద్ర ఇందులో కీలక పాత్రధారులు. తమన్ స్వరాలందిస్తున్నారు. ఈ చిత్రానికి మాటలు: సాయిమాధవ్ బుర్రా



## రెండేళ్లకే బ్రేకప్..

బాలీవుడ్ లో ఎక్కువగా వినిపించే పేర్లలో అనన్య పాండే ఒకరు. చేసిన సినిమాలు హిట్ అయినా, కాకపోయినా.. ఎప్పుడూ ఏదో ఒక టాపిక్ తో ఆమె పేరు వినిపిస్తూనే ఉంటుంది. ముఖ్యంగా బాలీవుడ్ హీరో ఆదిత్య రాయ్ కపూర్ తో ఆమె ప్రేమాయణంపై కొద్దిరోజులుగా రూమర్స్ వస్తూనే ఉన్నాయి. చాలా రోజులుగా వీరిద్దరూ కలిసి ఈవెంట్స్, రెస్టారెంట్స్, పార్టీల్లో కనిపించారు. దీంతో వీరిద్దరూ నిజంగానే లవ్ బర్డ్స్ అని బీటౌన్ కన్నార్పి చేసింది. అయితే ఈ జంట ఇప్పుడు విడిపోయింది. రెండేళ్ల ప్రేమకు వీరిద్దరూ బ్రేకప్ చెప్పారనే వార్త ఇప్పుడు బీటౌన్ సర్కిల్ లో తెగ చక్కర్లు కొడుతోంది. ఆది తర్రాయ్ కపూర్, అనన్య బ్రేకప్ విషయాన్ని వాళ్ల సన్నిహితుడు ఇటీవల ధృవీకరించాడు. ఒక చిట్ చాట్ లో పాల్గొన్న అతను.. ఆదిత్య, అనన్య ఇద్దరూ నెల క్రితం విడిపోయారని క్షారిటీ ఇచ్చారు. వాళ్లద్దరూ చాలా క్లోజ్ గా ఉండేవారని.. ఒకరితో మరొకరు చాలా ఆన్యోన్యంగా ఉండేవారని చెప్పాడు. కానీ ఇలా సడెన్ గా విడిపోవడం మా అందరికీ పాకిచ్చిందని పేర్కొన్నాడు. ప్రస్తుతం అనన్య మూవ్ ఆన్ అయ్యేందుకు ప్రయత్నిస్తుందని అన్నాడు. బ్రేకప్ గాయం ఆమెకు గట్టిగా తగిలిందని.. ఆ బాధను మరిచిపోయేందుకు పెంపుడు జంతువులతో ఎక్కువ సమయం గడుపుతోందని చెప్పాడు. ఆదిత్య రాయ్ కపూర్ కూడా మెచ్చుకోలేక పరిస్థితిని అధిగమించేందుకు ప్రయత్నిస్తున్నారని పేర్కొన్నాడు. అనంతే అంజలి, రాధిక మర్కంట్ ప్రీ వెడ్డింగ్ వేడుకలో ఆదిత్య రాయ్ కపూర్, అనన్య పాండే చివరి సారిగా కలిసి కనిపించారు. ఆ తర్వాత ఎక్కడ కూడా జంటగా కనిపించలేదు. ప్రీ వెడ్డింగ్ వేడుకలో పాల్గొని ముంబై వచ్చిన తర్వాతే తమ రిలేషన్ కు ముగింపు పలకాలని నిర్ణయించుకున్నారు. అనన్య సన్నిహితులు చెప్పిన దాని ప్రకారం మార్చిలోనే వీరిద్దరూ విడిపోయినట్లు తెలుస్తోంది.

