

## కరోనాకు మించి మహమ్మారి

ప్రపంచానికి మరో ముప్పు రాబోతోందా.. కరోనాను మించిన వైరస్ విజృంభించబోతోందా..  
 ప్రజలు సంసిద్ధంగా ఉండాలిందేనా అంటే అవుననే అంటున్నారు...

**జయభేరి, న్యూఢిల్లీ, మే 30:**  
 యాకే మాజీ ప్రధాన శాస్త్రీయ సలహాదారు పాట్రిక్ వాలెన్సీ, బ్రిటిష్ ప్రభుత్వం మరో మహమ్మారిని ఎదుర్కొనేందుకు సిద్ధంగా ఉండాలని ఆయన సూచించారు. ఇదే సమయంలో దీనిని ఎదుర్కొనేందుకు ప్రపంచం సిద్ధంగా లేదని పేర్కొన్నారు. పోస్ట్ వైరస్ లోని హే పెస్టివల్ లో జరిగిన ఒక ప్యానెల్ డిస్కషన్ లో ఆయన మాట్లాడారు. 2021లో నిర్వహించిన జీ7 సదస్సులో వాలెన్సీ కీలక విషయాలు వెల్లడించారు. కోవిడ్ కన్నా తీవ్రమైన మహమ్మారి ప్రపంచంపై విరుచుకు పడుతుందని తెలిపారు. వేగవంతమైన రోగనిర్ధారణ పరీక్షలు, వేగవంతమైన టీకాలు, వేగవంతమైన చికిత్స అందించేందుకు సిద్ధంగా ఉండాలి అని సూచించారు. ఇదిలా ఉండగా ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ (WHO) విడుదల చేసిన ప్రపంచ ఆరోగ్య గణాంకాల ప్రకారం.. కోవిడ్ - 19 మహమ్మారి జనన సమయంలో ఆయుర్దాయం పుట్టినప్పుడు ఆరోగ్యకరమైన ఆయుర్దాయం (HALE) యొక్క స్థిరమైన లాభం ధోరణి తిప్పికొట్టింది. కోవిడ్ కారణంగా మనిషి ఆయుర్దాయం ..మిగతాది 2లో



## బీఆర్ఎస్ పదేళ్ల పాలనలో భూములపరంగా క్షేత్ర స్థాయిలో ఉన్న హద్దు రాళ్ల పరంగా తీవ్ర వివాదాలు నెలకొని ఉన్నాయి.

రికార్డులలో చూపే భూమి కొలతల వద్దకు వచ్చేసరికి తేడా లోస్తున్నాయి. దీనితో కొనుగోలు, అమ్మకం దారుల మధ్య వివాదాలు నెలకొంటున్నాయి.

**జయభేరి, హైదరాబాద్, మే 30:**  
 బీఆర్ఎస్ పదేళ్ల పాలనలో భూములపరంగా క్షేత్ర స్థాయిలో ఉన్న హద్దు రాళ్ల పరంగా తీవ్ర వివాదాలు నెలకొని ఉన్నాయి. రికార్డులలో చూపే భూమి కొలతల వద్దకు వచ్చేసరికి తేడా లోస్తున్నాయి. దీనితో కొనుగోలు, అమ్మకం దారుల మధ్య వివాదాలు నెలకొంటున్నాయి. వాస్తవానికి పట్టా, ప్రభుత్వ, దేవాదాయ, అటవీ, వక్స బోర్డు, భూదాన్ భూములు ఎన్నెన్ని ఉన్నాయి అనే వివరాలు రికార్డుల్లో నమోదై ఉంటాయి. కానీ క్షేత్ర స్థాయిలో మాత్రం వీటికి సంబంధించిన హద్దులుగానీ, హ్యాంపులు గానీ లేవు. దాని ఫలితంగా లక్షల సంఖ్యలో భూమిదారులు సంవత్సరాల తరబడి పెండింగ్ లోనే ఉండిపోయాయి. ముందు ఈ సమస్యలన్నీ సమగ్రంగా పరిశీలించి కొత్తగా రికార్డులు రూపొందిస్తేనే భూమిదారులు పరిష్కారం అవుతాయని ఆర్థిక నిపుణులు చెబుతున్నారు. కేంద్ర ప్రభుత్వం భూ సర్వేకు సంబంధించి ఆయా రాష్ట్రాల సర్వే సెటిల్మెంట్ ల్యాండ్ రికార్డ్ కమిషనర్లతో ఇటీవలే వీడియో కాన్ఫరెన్స్ నిర్వహించింది. ఒక్కో రాష్ట్రంలో చేపట్టిన పురోగతిని కేంద్రం అడిగి తెలుసుకుంది. తెలంగాణ రాష్ట్రంలోనైతే ఈ కార్యక్రమం ఇంకా పట్టాలెక్కలేదు. గత బీఆర్ఎస్ ప్రభుత్వం భూ సర్వే పూర్తిచేసి మధ్యలోనే వదిలేసింది. 2017 ఆగస్టు 18న అప్పటి సీఎం ..మిగతాది 2లో

## నయిమ్ డైరీపై ఫోకస్

రెక్కలు అనంతం.. సో.. ఈ రెక్కలను తేల్చాలని చూస్తోంది ప్రస్తుత రేపంత్ సర్కార్.. బీఆర్ఎస్ పాలనలో అడ్డం లేకుండా పోయిన ఈ కేసును మళ్లీ తిరిగి తవ్వాలని డిమాండ్ అయ్యారు. నయిమ్ ఎన్ఫోర్స్ మెంట్ తర్వాత ఏం జరిగింది? 602 మొబైల్స్.. 130 డైరీలు.. 1,050 ఎకరాల భూమికి సంబంధించిన.. 750 రిజిస్ట్రేషన్ డాక్యుమెంట్స్.. భారీగా నగదు.. ఇవీ నయిమ్ డిస్ సుంచి పోలీసులు స్వాధీనం చేసుకున్న కొంచెం లిస్ట్.. అసలు నిజంగా పోలీసులు సీజ్ చేసిన ..మిగతాది 2లో

**జయభేరి, హైదరాబాద్, మే 30:**  
 2016 ఆగస్టు 8.. ఇది నయిమ్ ఎన్ఫోర్స్ మెంట్ జరిగిన డేట్.. అటు ఇటుగా ఎనిమిదేళ్లు అయ్యాయి. ఈ ఎన్ఫోర్స్ మెంట్ జరిగి జనాలకు నయిమ్ పీడా విరగడైంది.. ఇది నిజం.. బట్ నయిమ్ బాధితులకు నయిమ్ జరిగిందా? నయిమ్ అంటే ఉన్న పొలిటిషియన్లకు, పోలీసు అధికారులకు తగిన శాస్త్రీ జరిగిందా? దీనికి కాన్సిడెంట్ గా యన్ ఆన్ ఆన్ రిపోర్ట్ చెప్పలేము. ఎందుకంటే ఇంకా వీడని చిక్కు ముడులు అనేకం. తెలిసి డైరీ

## మళ్లీ భూముల సర్వే..

**జయభేరి, హైదరాబాద్, మే 30:**  
 బీఆర్ఎస్ పదేళ్ల పాలనలో భూములపరంగా క్షేత్ర స్థాయిలో ఉన్న హద్దు రాళ్ల పరంగా తీవ్ర వివాదాలు నెలకొని ఉన్నాయి. రికార్డులలో చూపే భూమి కొలతల వద్దకు వచ్చేసరికి తేడా లోస్తున్నాయి. దీనితో కొనుగోలు, అమ్మకం దారుల మధ్య వివాదాలు నెలకొంటున్నాయి. వాస్తవానికి పట్టా, ప్రభుత్వ, దేవాదాయ, అటవీ, వక్స బోర్డు, భూదాన్ భూములు ఎన్నెన్ని ఉన్నాయి అనే వివరాలు రికార్డుల్లో నమోదై ఉంటాయి. కానీ క్షేత్ర స్థాయిలో మాత్రం వీటికి సంబంధించిన హద్దులుగానీ, హ్యాంపులు గానీ లేవు. దాని ఫలితంగా లక్షల సంఖ్యలో భూమిదారులు సంవత్సరాల తరబడి పెండింగ్ లోనే ఉండిపోయాయి. ముందు ఈ సమస్యలన్నీ సమగ్రంగా పరిశీలించి కొత్తగా రికార్డులు రూపొందిస్తేనే భూమిదారులు పరిష్కారం అవుతాయని ఆర్థిక నిపుణులు చెబుతున్నారు. కేంద్ర ప్రభుత్వం భూ సర్వేకు సంబంధించి ఆయా రాష్ట్రాల సర్వే సెటిల్మెంట్ ల్యాండ్ రికార్డ్ కమిషనర్లతో ఇటీవలే వీడియో కాన్ఫరెన్స్ నిర్వహించింది. ఒక్కో రాష్ట్రంలో చేపట్టిన పురోగతిని కేంద్రం అడిగి తెలుసుకుంది. తెలంగాణ రాష్ట్రంలోనైతే ఈ కార్యక్రమం ఇంకా పట్టాలెక్కలేదు. గత బీఆర్ఎస్ ప్రభుత్వం భూ సర్వే పూర్తిచేసి మధ్యలోనే వదిలేసింది. 2017 ఆగస్టు 18న అప్పటి సీఎం ..మిగతాది 2లో



## మోడీ గెలిస్తే.. రికార్డే

**జయభేరి, న్యూఢిల్లీ, మే 30:**  
 దేశంలో లోకసభ ఎన్నికల ప్రక్రియ తుది అంకానికి చేరుకుంది. 543 స్థానాలకు ఏడు విడతల్లో ఎన్నికలు నిర్వహించే కేంద్ర ఎన్నికల సంఘం షెడ్యూల్ విడుదల చేసింది. ఇప్పటి వరకు అరు విడతల పోలింగ్ పూర్తయింది. జూన్ 1న తుది విడత ఓటింగ్ జరుగుతుంది. ఈ క్రమంలో సోషల్ మీడియాలో ఓ సర్వే వైరల్ అవుతోంది. ప్రముఖ సర్వే సంస్థ టాప్ మెన్స్ చేసిన సర్వే ఫలితాలుగా ప్రచారం చేస్తున్నారు. ఈ సర్వేలో బీజేపీ సారథ్యంలోని ఎన్డీఎ కూటమి మళ్లీ అధికారంలోకి వస్తుందని 370 స్థానాలు సాధిస్తుందని అంచనా. ఇక కాంగ్రెస్ నేతృత్వంలోని ఇండియా కూటమికి కేవలం 140 సీట్లు వస్తాయని సర్వే తెలిపింది. దేశంలో కాంగ్రెస్ కూటమి అధికారంలోకి వస్తుందని అంతా భావిస్తున్న తరుణంలో టాప్ మెన్స్ సర్వే బీజేపీకి అనుకూలంగా ఉండడం, అదే భారీ మెజారిటీతో అధికారంలోకి వస్తుందని తెలుపడం సంబంధంగా మారింది. వరుసగా బీజేపీ మూడు పర్యాయాలు అధికారంలోకి వచ్చిన చరిత్ర

## మేడిగడ్డ లెక్క తేలుతుందా..?

**జయభేరి, హైదరాబాద్, మే 30:**  
 మేడిగడ్డ మేడిపండు.. యస్.. ఇది ఏదో రైమింగ్ కోసం వాడుతున్న పదాలు కాదు. మేడిగడ్డ ఓ డౌల్ అనేది ఎప్పటి నుంచో కాంగ్రెస్ చేస్తున్న ఆరోపణ. ఇప్పుడివి ఆరోపణలు కాదు.. నగ్గు సత్యాలని తెలింది. గతంలో మొరాయింపిన గేట్లు ఎత్తేందుకు ప్రయత్నిస్తుంటే వచ్చే శబ్దాలు విని ఇంజనీర్ గుండెల్లో రైట్ల పరిగెడుతున్నాయి. బ్యారేజీ ఇంకేంకం కుంగుతుందో అనే భయం పనులను ముందుకు సాగనివ్వడం లేదు. నేషనల్ డ్యామ్ సిస్టమ్ అథారిటీ ఎక్స్ పర్ట్ కమిటీ ఒక సూచన చేసింది. వర్షాలం రాకముందే మేడిగడ్డలో మొరాయింపిన గేట్లన్నీ పైకి ఎత్తాలని చెప్పింది. లేదంటే మొత్తం బ్యారేజీకే అసలుకే మోసమని వార్నింగ్ ఇచ్చింది. అయితే ఇలా గేట్లు ఎత్తాలని ఎందుకు నిర్ణయించారో ఒకసారి గుర్తు చేసుకుందాం.. గతేడాది అక్టోబర్ 21న 7వ ..మిగతాది 2లో

## పోలీసులపై హీరోయిన్ ఫైర్

సినినటి నివేద పేరూరాజ్ అంటే సిని ఇండస్ట్రీలో పరిచయం అక్కలేదు. అయితే ఆమె తాజాగా పోలీసులతో వాగ్వివాదాని దిగిగిన వీడియో సోషల్ మీడియాలో వైరల్ అవుతోంది. ఆమె వెళ్తున్న కారును పోలీసులు ఆపి, తనిఖీ చేయాలి.. డిక్రీ ఓపెన్ చేయాలి కోరగా.. ఆమె అందుకు నిరాకరించారు. అది పరుకు సంబంధించిన హ్యాంట్ అని, మీకు చెప్పినా అర్థం కాదని పోలీసులతో వాగ్వివాదానికి దిగారు. పక్కనే ఓ వ్యక్తి ఇదంతా రికార్డ్ చేయగా.. అతనిపై ఫైర్ అయ్యారు.

లేదు. కాంగ్రెస్ పేరిట ఈ రికార్డు ఉంది. ఈసారి బీజేపీ గెలిస్తే.. సరేంద్రమోడీ ప్రధాని అయితే అది సరికొత్త రికార్డు అవుతుంది. ఇప్పటికే బీజేపీ రెండు పర్యాయాలు సంపూర్ణ మెజారిటీతో అధికారంలోకి వచ్చింది. మరోమారు సంపూర్ణ మెజారిటీతో అధికారంలోకి రికార్డు. ఇక వరుసగా మూడు పర్యాయాలు ప్రధాని అయిన రికార్డు ఇప్పటి వరకు జవహర్ లాల్ నెహ్రూ పేరిట ఉంది. మోడీ మూడోసారి ప్రధాని అయితే.. ఆ రికార్డు సమం అవుతుంది. బ్రిమెన్ నా సర్వే చూస్తే.. ఇండియా కూటమికి మళ్లీ నిరాశే అనిపిస్తుంది. కూటమిలో మమతా బెనర్జీ, అఖిలేష్ యాదవ్, లాలూ ప్రసాద్ యాదవ్, శరద్ పవార్, ఉద్ధవ్ ఠాకరే, స్టాలిన్, పిరయి విజయన్, వంటి ఉద్ధందులు ఉన్నారు. అయినా కూటమి 140 సీట్లు దాటే పరిస్థితి లేదని సర్వే తేలుడం గమనార్హం. ఇసారి ఎలాగైనా బీజేపీని గద్దె దించాలన్న లక్ష్యంలో ఇండియా కూటమి గట్టిగా ప్రయత్నిస్తోంది. అయినా ఫలితం లేకపోవడం కూటమిని బెస్సెన్ పెడుతోంది. ఈమేరకు ఈనెల 1న ..మిగతాది 2లో

## కలకం రేపుతున్న చైల్డ్ ట్రాఫికింగ్ ముఠా

**2 లో**







రాష్ట్ర ఆవిర్భావ దశాబ్ది వేడుకలను విజయవంతం చేద్దాం

- తెలంగాణ రాష్ట్ర సాధన కోసం ఏర్పడిన పార్టీ బీఆర్ఎస్
నీళ్ళు, నిదులు, నియామకం పై జరిగిన ఉద్యమమే తెలంగాణ ఉద్యమం.
ప్రధాన కార్యదర్శి ఏడవల్లి రఘువర్ధన్ రెడ్డి
జయభేరి, మేడిపల్లె:

తెలంగాణ రాష్ట్రం ఆవిర్భవించి దశాబ్ది కాలం గడుస్తున్న సందర్భంలో బీఆర్ఎస్ పార్టీ అధ్యక్షులలో ముగింపు వేడుకలు నిర్వహించాలని బీఆర్ఎస్ అధినేత, తెలంగాణ తొలి ముఖ్యమంత్రి కేసీఆర్ నిర్ణయించారని పీఠాధిపతి బీఆర్ఎస్ ప్రధాన కార్యదర్శి ఏడవల్లి రఘువర్ధన్ రెడ్డి తెలిపారు. మేయర్ జక్క వెంకట్ రెడ్డి, అధ్యక్షులు బండారం రవిందర్ నూనల మేరకు వేడుకల నిర్వహణపై గురువారం బీఆర్ఎస్ కార్యాలయంలో సీనియర్ నాయకులు, డివిజన్ అధ్యక్షకార్యదర్శులు, కార్యకర్తలు, పార్టీ శ్రేణులకు దిశానిర్దేశం చేశారు.



తూర్పు సాంఘికీయతగా పోరాటంలో తెలంగాణ ప్రాంతంలో ఉన్నటువంటి అన్ని వర్గాల ప్రజలు పాల్గొని అనాటి పరిస్థితులకు వ్యతిరేకంగా జరిగినటువంటి ఉద్యమ ప్రస్థానమే తెలంగాణ రాష్ట్రం అన్నారు. నీళ్ళు, నిదులు, నియామకంపై జరిగిన ఉద్యమం తెలంగాణ ఉద్యమం అని, అనేక అపవాదులు, అపమానాలు గురైన తెలంగాణ రాష్ట్రం ఏర్పాటు అయితే తప్ప ఈ ప్రాంతానికి విముక్తి లేదని, అభివృద్ధి సాధించదని కేసీఆర్ పట్టుదలతో తెలంగాణ నినాదాన్ని తీసుకొని తెలంగాణ రాష్ట్ర ఏర్పాటు కోసం పోరాడారని చెప్పారు. తెలంగాణ రాష్ట్రం ఏర్పడకపోతే కాళేశ్వరం లాంటి భూభారతక నిర్మాణం జరిగేది కాదని, తెలంగాణలో 24 గంటల కరెంటు వాడినం అంటే తెలంగాణ ఉద్యమ విజయమన్నారు. రైతాంగం మూడు కోట్ల 20 లక్షల మెట్రిక్ టన్నులు రాస్యం పండించామంటే తెలంగాణ ఉద్యమమన్నారు.

తెలంగాణ రాష్ట్రం ఆవిర్భవించి దశాబ్ది కాలం గడుస్తున్న సందర్భంలో బీఆర్ఎస్ పార్టీ అధ్యక్షులలో ముగింపు వేడుకలు జూన్ 1వ తేదీ నాడు గవర్నర్, అమరవీరుల స్థూపం నుంచి ట్యాంక్ బండ్ వద్ద గల అమరజ్యోతి వరకు సాయంత్రం 7 గంటలకు క్యాండిల్ లాల్ నిర్వహించి, రాష్ట్ర సాధనలో ప్రాణాలు త్యాగం చేసిన అమరులకు పుష్పాంజలి ఘటించి ఘన నివాళి అర్పించారు. తెలంగాణ ఆవిర్భావం జూన్ 2న ముగింపు వేడుకల సభను తెలంగాణ భవన్ లో బీఆర్ఎస్ పార్టీ అధినేత కేసీఆర్ అధ్యక్షతన నిర్వహించనున్నట్లు తెలిపారు.

అదేరోజు హైదరాబాద్ లో పలు దశాబ్దాలలో అనాధ శరణాలయాలలో పార్టీ అధ్యక్షులలో పండ్లు, స్వీట్లు పంపిణీ కార్యక్రమాల నిర్వహించనున్నట్లు పేర్కొన్నారు. జూన్ 3న రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా అన్ని జిల్లాల్లో బీఆర్ఎస్ పార్టీ కార్యాలయాల్లో తెలంగాణ ఆవిర్భావ దశాబ్ది ముగింపు వేడుకలు నిర్వహించి పార్టీ జెండాను, జాతీయ జెండాను అవిష్కరించి స్వీట్లు, పండ్లు పంపిణీ చేస్తారని వివరించారు. ఈ చారిత్రక సందర్భంలో దశాబ్ది ముగింపు వేడుకలను పీఠాధిపతి గౌరవ మునిషర్ కార్పొరేషన్ పరిధిలో ఘనంగా నిర్వహించి విజయవంతం చేయాలని పార్టీ శ్రేణులకు ప్రధాన కార్యదర్శి ఏడవల్లి రఘువర్ధన్ రెడ్డి పిలుపునిచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో బీఆర్ఎస్ సీనియర్ నాయకులు ఏనుగు మనోరంజన్ రెడ్డి, బీఆర్ఎస్ మహిళా అధ్యక్షురాలు నిర్మల, మైనారిటీ అధ్యక్షులు జిలాని పాషా, యాత్ అధ్యక్షుడు ప్రభాకర్ రెడ్డి, డివిజన్ అధ్యక్షులు జాబీద్ ఖాన్, పుణ్యహావనం, ద్వారాచోటాణం, వాలరాజు, వెంకన్న, యాసారం శ్రీనివాస్, కిరణ్, జిగన్ రెడ్డి, శంకర్ రావు, నాయకులు జోగి రెడ్డి, మల్లం వెంకటేశ్ గౌడ్, చిర్ర సంతోష్ రెడ్డి, శంకరయ్య తదితరులు పాల్గొన్నారు.



మెరుగైన వైద్యం కోసం సీఎం సహాయనిధి

సీఎం సహాయనిధి ఎల్ఐఎస్ అందజేసిన ఎమ్మెల్యే బండారం లక్ష్మారెడ్డి, రామం తపూర్ డివిజన్, బాలాజీ సగర్ కు చెందిన మల్లేష్ యాదవ్ కు మెరుగైన వైద్యం కోసం ముఖ్యమంత్రి సహాయనిధి ద్వారా ఒక లక్ష యాభై వేల (రూ. 1,50,000 /) రూపాయలు మంజూరుయ్యాయి. ఈ మొత్తానికి సంబంధించిన ఎల్ఐఎస్ ని ఎమ్మెల్యే బండారం లక్ష్మారెడ్డి తన క్యాంపు కార్యాలయంలో బాధితునికి అందించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఉప్పల్ నియోజకవర్గ బీఆర్ఎస్ నాయకులు గంధం నాగేశ్వరావు, భోసాని పవన్, చాండీ పాషా, సురం శంకర్, పాపి రెడ్డి, అనంద్, బోసే తదితరులు పాల్గొన్నారు.

బ్రహ్మోత్సవాలకు ముస్తాబైన విష్ణు, శివాలయ దేవస్థానం

ఉత్సవాలలో భక్తులు పెద్దసంఖ్యలో పాల్గొనాలని ఉత్తమ కమిటీ పిలుపు



మేడల్ జిల్లా మూడుచింతలపల్లి మండలం ఉద్దమిరిలోని అక్కన్న వాడన్నల కాలంలో నిర్మించిన అతి పురాతనమైన శ్రీ విష్ణు, శ్రీ శివాలయ దేవస్థానం 38వ వ. వార్షిక బ్రహ్మోత్సవాలకు ముస్తాబైంది. 1 నెల 31 నుంచి బ్రహ్మోత్సవాలను నిర్వహించనున్నట్లు దేవస్థాన ఉత్తమ కమిటీ సభ్యులు తెలిపారు. 31 న సు ప్రభాత సేవతో గోపూజ, విష్ణుశర్వపూజ, పుణ్యహావనం, ద్వారాచోటాణం, మందపారాధాన, నాదస్వర గండ్డి, స్వామి వార్డు అభిషేకం, అలంకరణం, హారతి, తీర్థప్రసాద వితరణ ఉంటుందన్నారు. అదేవిధంగా జూన్ 1వ తేదీన శ్రీ వీరాంజనేయ స్వామి వారికి నిరంధూరం అభిషేకం నిర్వహించి అక్కడ నుంచి ఎదుర్కొలుగా శ్రీదేవి భూదేవి సమేత శ్రీ లక్ష్మీ వేదకవేళ్ళ స్వామి, శ్రీ భవాణి రామలింగేశ్వర స్వామిని ఆలయం వరకు ఊరేగించనున్నట్లు తెలిపారు. అనంతరం దివ్య కల్యాణోత్సవములు, అన్న ప్రసాద వితరణ, దివ్య రథోత్సవం కార్యక్రమాలు ఉంటాయని చెప్పారు. అదేవిధంగా జూన్ 2వ మూలమంత్ర హావనం, సుదర్శన హోవనం, రుక్మిణీ సన్మానం, తీర్థప్రసాద వితరణ, అన్నదానం ఉంటుందని తెలిపారు. స్వామి వారి కల్యాణ మహోత్సవంలో భక్తులు పెద్ద ఎత్తున పాల్గొని జయప్రదం చేయాలని కోరారు.



నేడు జగ్గంగూడలో విద్యుత్ సరఫరాకు అంతరాయం

వినియోగదారులు సహకరించాలని ఏతా శ్రీనివాస్ గౌడ్ విజ్ఞప్తి

మేడల్ జిల్లా మూడుచింతలపల్లి మండలం జగ్గంగూడలో ఈ నెల 31న విద్యుత్ అంతరాయం ఉంటుందని అలియాబాద్ విద్యుత్ ఏతా శ్రీనివాస్ గౌడ్ తెలిపారు. జగ్గంగూడలోని నిక్ హార్ట్ కళాశాల, అల్మామెడ్ కంపెనీ, హెంట్ బేజ్, కీర్తి ఫ్లాట్స్, సాంకెంటా కంపెనీలకు, వ్యవసాయ కనెక్షన్లకు ఉదయం 10 గంటల నుంచి సాయంత్రం 5 గంటల వరకు విద్యుత్ అంతరాయం ఉంటుందని తెలిపారు. వినియోగదారులు ఈ అంతరాయాన్ని దృష్టిపెట్టి పెట్టుకుని విద్యుత్ శాఖకు సహకరించగలరని ఆయన కోరారు.

చైర్మన్ జెడ్పీటిసి ఎంపీపీ పదవులు దళితులకే..

ముదిగొండ ఎల్లెమ్ MRPS రాష్ట్రప్రధాన కార్యదర్శి



దేవరకొండ నియోజకవర్గంలో వివిధ మండలాలలో దేవరకొండ పట్టణంలో ప్రభుత్వం నిర్వహించే కార్యక్రమాలలో దళిత ప్రజా ప్రతినిధులు వేదికలపై లేకపోవడం వలన చాలా అపమానం జరిగిందని అని ముదిగొండ ఎల్లెమ్ మాదిగ MRPS రాష్ట్రప్రధాన కార్యదర్శి అన్నారు. గతంలో రాజకీయ పదవుల పంపకంలో దళితులపై కుట్ర జరిగిందని అన్నారు. దేవరకొండ నియోజకవర్గంలో 7 మండలాలు ఉండగా గత ఎన్నికలలో ఒక్క ఎంపీపీ ఒక జడ్పీటిసి కూడా దళితులకు ఇవ్వలేదు అని అన్నారు. నియోజకవర్గంలో జనాభా నిష్పత్తి దమషా ప్రకారంగా దళితులకు రావలసిన రాజకీయ పదవులు ఇచ్చే విధంగా ప్రభుత్వం నిర్ణయం తీసుకోవాలని కోరారు. దేవరకొండ మార్కెట్ కమిటీ ఏర్పడిన సందర్భంలో నుండి ఇప్పటివరకు ఒక్క దళిత బిడ్డ కుడా మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్ కాలేదు కాబట్టి మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్ దళితులకు ఇవ్వాలని డిమాండ్ చేస్తున్నామని అన్నారు. త్వరలోనే ఆర్డీపీ జిల్లా కలెక్టర్ రాష్ట్ర ఎన్నికల కమిషనర్ గారికి దళిత సంఘాల ఆధ్వర్యంలో వినతిపత్రాలు ఇస్తామని తెలిపారు.

బాధ్యులపై చర్యలు తీసుకుంటామని హామీ

- శామీర్ పేట్ మండల కేంద్రంలో స్థానిక వాటికలోని గదిని కట్టా చేసేందుకు పలువురి యత్నం
ఆందోళన వ్యక్తం చేసిన స్థానికులు... స్పందించిన గ్రామ కార్యదర్శి మౌనిక

జయభేరి, మే 30:

అప్పుడే వస్తే స్థానిక వాటికలను సైతం కట్టా చేయడానికి యత్నిస్తున్నారని కొందరు అక్రమారులు. మేడల్ జిల్లా శామీర్ పేట్ మండల కేంద్రంలో ఉన్నటువంటి స్థానిక వాటికలో ఏర్పాటు చేసిన స్థానాల గదిని పశువుల పాకగా మార్చారంటూ స్థానికులు ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. స్థానికంగా ఉన్న కేవల ఆర్ కళాశాలకు సమీపంలో ఉన్న ప్రభుత్వ స్థలంలో యాదవులు, వద్దెర, ముదిరాజ్, పద్మశాలి, లంబాడి కులస్తులకు కలిపి అప్పట్లో స్థానిక వాటికల ఏర్పాటు చేసే మహిళలకు, పురుషులకు వేర్వేరుగా స్థానాలు చేసేందుకు వీలుగా ఏర్పాటు చేసే గదులను నిర్మించారు. అయితే జిబ్బల ఓ కులానికి చెందిన వారి ఆందోళన ప్రకటించుకుని అనంతరం స్థానాలు చేసేందుకు గదికి వెళ్ళగా అక్కడ



పశువులు తినే గడ్డి కోత మిషన్ ను ఏర్పాటు చేశారు. దీనిపై స్థానికులు తీవ్ర అభ్యంతరం వ్యక్తం చేశారు. ప్రభుత్వ స్థలంలో ఏర్పాటు చేసిన స్థానాల గదిని కట్టా చేసే ప్రయత్నాలు జరుగుతున్నాయని వారు అధికారుల దృష్టికి తీసుకువెళ్ళారు. దీనిపై అధికారులు తక్షణమే స్పందించాలని, లేని పక్షంలో పెద్ద ఎత్తున ఆందోళన చేపడతామని హెచ్చరించారు. కాగా దీనిపై స్పందించిన గ్రామ కార్యదర్శి

హామీ అక్కడకు చేరుకుని స్థానాల గదిని పరిశీలించారు. గడ్డితో నిండిపోయిన గదిని వ్యక్తం చేశారు. ప్రభుత్వ స్థలంలో ఏర్పాటు చేసిన స్థానాల గదిని కట్టా చేసే ప్రయత్నాలు జరుగుతున్నాయని వారు అధికారుల దృష్టికి తీసుకువెళ్ళారు. దీనిపై అధికారులు తక్షణమే స్పందించాలని, లేని పక్షంలో పెద్ద ఎత్తున ఆందోళన చేపడతామని హెచ్చరించారు. కాగా దీనిపై స్పందించిన గ్రామ కార్యదర్శి

ప్రీ ప్రైమరీ పాఠశాలలకు ధీటుగా ఉండాలి

- మహిళా శిశు సంక్షేమం పై సమీక్ష నిర్వహించిన కంకణాల ప్రవీణ వెంకట్ రెడ్డి శిశు సంక్షేమ శాఖ స్టాండ్లింగ్ కమిటీ చైర్మన్

జయభేరి, చింతపల్లి:

మహిళా శిశు సంక్షేమం పై సమీక్ష నిర్వహించిన కంకణాల ప్రవీణ వెంకట్ రెడ్డి శిశు సంక్షేమ శాఖ స్టాండ్లింగ్ కమిటీ చైర్మన్ చింతపల్లి జడ్పీటిసి కంకణాల ప్రవీణ



వెంకట్ రెడ్డి పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆమె మాట్లాడుతూ.. ప్రతి అంగన్వాడీ సెంటర్ లో ప్రీ ప్రైమరీ పాఠశాలకు ధీటుగా ఉండాలి

అమె అన్నారు. అంగన్వాడీ భవనాలను ఆరుని కరంగా సుందరంగా నిర్మించాలన్నారు. బాల బాలికలకు గర్భిణీలకు, బాలింతలకు పౌష్టికాహారం ప్రతి ఒక్కరికీ అందేలా చూడాలని అమె అన్నారు. గ్రామాలలో బ్రాణహోత్యలు జరగకుండా ప్రతి ఒక్కరు చర్యలు తీసుకోవాలని అన్నారు. మహిళా బాల్య వివాహాలు అరికట్టేందుకు చర్యలు తీసుకోని గ్రామాలలో, జిల్లా పరిషత్ పాఠశాలలో బాల్య వివాహాల మీద అవగాహన సదస్సులు ఏర్పాటు చేయాలని అమె అన్నారు. శిశు గృహాలలో ఉన్న శిశువులను ఆరోగ్యంగా ఉండేలా సంరక్షణ బాధ్యత తీసుకోవాలని అన్నారు. బాల అమృతం సరైన సమయంలో ఇచ్చి వారి ఎదుగుదలకు అధికారులు సహకరించాలని కోరారు. గర్భిణీలకు బాలింతలకు పౌష్టికాహారం ప్రతి ఒక్కరికీ అందేలా చూడాలని కోరారు. మహిళల సంక్షేమ కోసం ప్రభుత్వం చేపట్టిన సంక్షేమ పథకాలు అందేలా చూడాలని అమె అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో సి.ఇ.ఓ. ప్రేమ్ కరణ్ రెడ్డి, DWO సక్కుమల, జడ్పీటిసి జరుగు మంగమ్మ, ధనాపతి భారతి నాయక్, బుజ్జి, సి.డి. పి.ఓ.లు తదితరులు పాల్గొన్నారు.



నల్గొండ జిల్లా అధ్యక్షులుగా కేతావత్ బాబురామ్ నాయక్



జయభేరి, దేవరకొండ:

విద్యార్థుల రాజకీయ పార్టీ దేవరకొండ ఇన్స్ట్రో తో పాటు నల్గొండ జిల్లా అధ్యక్షులుగా మారుమూల ప్రాంతానికి నేరేడుగమ్మ మండలం గుర్రపల్లె తండా వాసి కేతావత్ బాబురామ్ నాయక్ నియమించిన విద్యార్థుల రాజకీయ పార్టీ వ్యవస్థాపక అధ్యక్షులు యెచ్చు సునీల్ కి ధన్యవాదులు తెలియజేసిన బాబురామ్ నాయక్, బాబు రామ్ నాయక్ మాట్లాడుతూ.. నల్గొండ జిల్లాలో ఉన్న ప్రజల సమస్యలపై ఎల్లప్పుడూ నిరంతరం పోరాటాలు చేస్తానని, విద్యార్థుల సమస్యలపై పోరాడుతానని చెప్పడం జరిగింది నాకు దేవరకొండ ఇన్స్ట్రో తో పాటు నల్గొండ జిల్లా అధ్యక్షులుగా నియమించిన రాష్ట్ర కమిటీకి వ్యవస్థ అధ్యక్షులకు ప్రత్యేక ధన్యవాదాలు తెలియజేసినారు.

రాజేంద్రనగర్ లో డ్రగ్స్ కలకలం

జయభేరి, రంగారెడ్డి:

నన్ నీటి వద్ద 270 గ్రాముల ఎండిఎంయే డ్రగ్స్ శంషాబాద్ ఎక్స్లెజ్ బృందం సీజ్ చేసింది. ఓ యువకుడి తో పాటు లేడి కిరాడీ అరెస్ట్. నన్ నీటి వద్ద డ్రగ్స్ విక్రయస్తుడంగా రెడ్ హ్యాండెడ్ గా ఎక్స్లెజ్ పోలీసులు పట్టుకున్నారు. మహారాష్ట్ర మధ్యప్రదేశ్ కు చెందిన ఇద్దరని అదుపులోకి తీసుకున్నారు. ఓ ఈవెంట్ మ్యానేజర్ కు డ్రగ్స్ విక్రయస్తుడంగా పట్టుకున్నారు.





### జుట్టు మూలాలకు బలం అవసరం..

జుట్టు ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే మూలాలు బలంగా ఉండాలి. అందుకోసం కొన్ని చిట్కాలు పాటించి సరిపోతుంది. మీ జుట్టు కుదుళ్లు బలంగా తయారవుతాయి.

జుట్టు సమస్యలను ప్రారంభంలోనే గుర్తించి వాటికి పరిష్కారం కనుగొనేలా జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. లేదంటే మన జుట్టు పాడైపోతుంది. అన్నిరకాల జుట్టు సమస్యలను పరిష్కరించాలంటే, ముందుగా జుట్టు మూలాలను బలోపేతం చేయడం గురించి ఆలోచించాలి. ఇది అనేక జుట్టు సమస్యలను పరిష్కరించడంతో పాటు, జుట్టు మూలాలను బలోపేతం చేయడంలో సహాయపడుతుంది. ఈ విషయాలపై చాలా శ్రద్ధ వహించాలి.

జుట్టు మూలాలను ఎలా బలోపేతం చేయాలి? తెలుసుకోవడం ముఖ్యం. అందుకోసం మీరు జుట్టు రాలడాన్ని అరికట్టడానికి, జుట్టు ఆరోగ్యాన్ని పెంచడానికి మార్గాలను పాటించవచ్చు. బలహీనమైన జుట్టు తరచుగా జుట్టు మూలాలను దెబ్బతీస్తుంది. అంతే కాదు చివర్లు చీలిపోవడానికి కూడా దారితీస్తుంది. ఈ విషయాలన్నీ చాలా సీరియస్గా తీసుకోవాలి. కొన్ని చిట్కాలు పాటించి సరిపోతుంది. జుట్టు బలంగా తయారవుతుంది.

**మంచి ఆహారం :** మొత్తం ఆరోగ్యం జుట్టు ఆరోగ్యంపై కూడా ప్రభావం చూపుతుంది. జుట్టు మూలాలను బలోపేతం చేయడానికి ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం అవసరం. ప్రోటీన్లు ఎక్కువగా ఉండి ఆహారాన్ని రోజూ తీసుకోవడాన్ని ప్రోత్సహించాలి. అలాగే, ఐరన్, జింక్ అధికంగా ఉండే ఆహారాన్ని ఆహారం చేసుకోవాలి.

**మసాజ్ :** మసాజ్ జుట్టు ఆరోగ్యానికి సహాయపడుతుంది. ఇది జుట్టు పెరుగుదలను ప్రోత్సహిస్తుంది. జుట్టు ఆరోగ్యానికి చాలా ఉపయోగకరంగా ఉంటుంది. ప్రతిరోజూ కనీసం నాలుగు నిమిషాల పాటు మీ జుట్టుకు మసాజ్ చేయండి. ఇది మీ జుట్టు మూలాలను బలోపేతం చేయడానికి, రక్త ప్రసారాన్ని పెంచడానికి సహాయపడుతుంది. అంతేకాదు ఈ మసాజ్ జుట్టు పెరుగుదలకు అవసరమైన ఆక్సిజన్ తదితరాలను అందించడంలో కూడా సహాయపడుతుంది.

**కలబంద :** కలబంద ఇది జుట్టు పెరుగుదలకు సహాయపడటమే కాకుండా దానికి అనుకూలమైన వాతావరణాన్ని కూడా సృష్టిస్తుంది. కలబంద జుట్టు సహజంగానే కాపాడుకోవడంతో పాటు జుట్టుకు ఎదురయ్యే సమస్యలను కూడా పరిష్కరించడంలో సహాయపడుతుంది. ఇందులోని యాంటి బాక్టీరియల్, యాంటి ఇన్ఫ్లమేటరీ లక్షణాలు జుట్టు మూలాలలోకి లోతుగా చొచ్చుకుపోయి ప్రయోజనాలను పెంచుతాయి.

**ఎగ్ మాస్క్ :** జుట్టు ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడంలో, మెరుపును జోడించడం, మూలాలను బలోపేతం చేయడంలో గుడ్లు చాలా సహాయపడుతుంది. ఇందులోని ప్రోటీన్ జుట్టులోనికి చొచ్చుకుపోయి ఆరోగ్యవంతమైన జుట్టును ఇస్తుంది. వారానికి కనీసం రెండు మూడు సార్లు ఎగ్ మాస్క్ను ఉపయోగించడం వల్ల జుట్టులో మంచి మార్పు వస్తుంది. గుడ్లు వల్ల ఎలాంటి ఆరోగ్య సమస్యలు రావు.

**మందార :** మందార మీ జుట్టును మెరిసేలా చేయడం, జుట్టు పెరుగుదల, జుట్టు మూలాలను బలోపేతం చేయడంలో సహాయపడుతుంది. మందార ఆరోగ్యకరమైన జుట్టు పెరుగుదలను ప్రోత్సహిస్తుంది. ఇది కండీషనర్ గా కూడా పనిచేస్తుంది. ఇది మీ జుట్టు ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తుందనడంలో సందేహం లేదు.

**కొబ్బరి పాలు :** కొబ్బరి పాలు జుట్టు ఆరోగ్యానికి, మూలాలను బలోపేతం చేయడానికి కూడా సహాయపడుతుంది. జుట్టుకు ఇచ్చే మార్పులు చిన్నవి కావు. కొబ్బరి పాలు అవసరమైన కొవ్వులు, ప్రోటీన్లు, పోషకాల గొప్ప వనరు. దీన్ని క్రమం తప్పకుండా ఉపయోగించడం ద్వారా ఇది మీ స్కాల్ప్, హెయిర్ ఫోలికల్స్ కు పోషణనిస్తుంది. ఆరోగ్యకరమైన జుట్టు పెరుగుదలను ప్రోత్సహిస్తుంది.



మొదటిసారి ఐసీసీ ప్రపంచకప్ టోర్నీలో ఆడే అవకాశంతో పాటు ఆతిథ్య హక్కులను పొందిన అమెరికా. దానికి ఆనుకుని ఉన్న కెనడా. పై రెండు దేశాల మాదిరిగానే సరిహద్దులు పంచుకుంటున్న దాయాదులు భారత్, పాకిస్తాన్. తమదైన రోజున సంచలనాలు నమోదుచేసేందుకు సిద్ధమైన ఐర్లాండ్. టీ20 ప్రపంచకప్ లో భాగంగా గ్రూప్ ఎలో ఐదు జట్లు ఉన్నప్పటికీ అందరి కండ్లు జూన్ 9న జరుగబోయే దాయాదుల పోరు మీదే!



## అందరి కండ్లు దాయాదుల పోరుపైనే..!

తొలిసారి ఐసీసీ టోర్నీ ఫిరల్ లో నిలిచిన అమెరికాపై అంచనాలు లేకపోయినప్పటికీ గ్రూప్ దశలో ఒక్క విజయం నమోదు చేసినా, ప్రత్యర్థులకు కనీసం పోటీనిచ్చినా అది ఆ జట్టుతో పాటు అగ్రరాజ్యాన క్రికెట్ కు మంచి చేసేది. ఇటీవలే 21 తో బంగ్లాదేశ్ తో మూడు మ్యాచ్ ల టీ20 సిరీస్ నెగ్గడం ఆ జట్టు ఆత్మవిశ్వాసాన్ని పెంచింది. కొరె అందర్నీ, నిసర్గ పటేల్, స్టీవెన్ టేలర్ వంటి స్టార్లకు ఉన్న ఆమెరికా.. సొంత ప్రత్యర్థుల నడుమ ప్రత్యర్థులకు పోటీనిచ్చాలని తపాతపాలాడుతోంది. 2011 వన్డే వరల్డ్ కప్ లో ఆడిన అనుభవం ఉన్న తెనడాకు ఇదే మొదటి పొట్టి ప్రపంచకప్. ఈ జట్టులోనూ 'వలస క్రికెట్ల' లెక్కా మించే ఉన్నారు. అదిగాక అందరూ 'థర్డ్ డేస్' బావతే. ప్రత్యర్థి జట్టు తమపై భారీ స్కోరు కొట్టకుండా కాపాడుకోగలిగితే అదే పదిమేలు. ఏదోసారి ఈ టోర్నీలో అడుతున్న ఐర్లాండ్ గత కొన్నాళ్లుగా బాగా

మెరుగయ్యింది. ప్రాంచైజీ క్రికెట్ పుణ్యమా అని ఆ జట్టు ఆటగాళ్లు లీగ్ లలో ఇరగదీస్తున్నారు. అనుభవజ్ఞులైన పాల్ స్ట్రెంగ్ సారథ్యంలో.. హ్యారీ బెక్టర్, లార్డెన్ టక్కర్, రాన్ అడైర్, కర్లిస్ కంఫర్ వంటి బ్యాటర్లతో ఆ జట్టు బలంగానే ఉంది. ఐసీఎల్ లో గుజరాత్ బ్లెటాస్ కు ఆడే జోషివా లిటిల్, మార్క్ అడైర్ ఇప్పటికే తామేమిటో నిరూపించుకున్నారు. ఏదైనా సంచలనం నమోదైతే ఐర్లాండ్.. నూపర్ గకు వచ్చినా ఆశ్చర్యపోనక్కర్లేదు. ఆస్ట్రేలియా మారుపేరైన పాకిస్తాన్ మరోసారి ఐసీసీ టోర్నీలో తమ అదృష్టాన్ని పరీక్షించుకోవాలి. 2009లో విజేతగా నిలిచిన పాక్.. వన్డే ప్రపంచకప్ చరిత్రాత్మక వధునుకున్న బాబర్ అజమ్ సారథ్యంలోనే మళ్లీ బరిలోకి దిగుతోంది. భారత్ కు వన్డే వరల్డ్ కప్ అందించిన గ్యారీ కిర్ స్ట్రెస్ పై ఆ జట్టు భారీ ఆశలే పెట్టుకుంది. రిజ్వాన్, బాబర్, ఫకర్, ఇష్కాత్,

ఇమాద్ వసీం వంటి అనుభవజ్ఞులైన బ్యాటర్లు ఉన్నా కీలక మ్యాచ్ లలో వీళ్లు ఏ మేరకు రాజీనామా చేసేదే ప్రశ్నార్థకం. పాక్ బ్యాటింగ్ కంటే బౌలింగ్ దశం దుర్బలంగా ఉంది. షహీన్ అఫ్ఝిద్, నసీమ్ షా, హరీన్ రాఫ్ షాతో పాటు ఇటీవలే అంతర్జాతీయ క్రికెట్ కు తిరిగివచ్చిన ముహమ్మద్ అమీర్ ఆ జట్టుకు కీలకం. 2021లో సెమీస్, 2022లో ఫైనల్ చేరిన ఆ జట్టు ఈసారి 2009ని పునరావృతం చేయాలని భావిస్తోంది. సెమీస్ చేరడం కష్టమేమీ కాకున్నా భారత్ తో మ్యాచ్ లో ఎలా ఆడతారన్నది కీలకం. ఈ గ్రూప్ లో పాటు టోర్నీలోనూ 'బైటిల్ ఫేవరేట్' గా ఉన్న భారత్ క్రికెట్ జట్టు.. 11 ఏండ్ల ఐసీసీ టోర్నీ కరువును పారదోలేందుకు మరో అవకాశం. 2022 టీ20 ప్రపంచకప్ లో సెమీస్ ఓటమి, 2023 వన్డే వరల్డ్ కప్ లో ఫైనల్ చరాభ వాన్ని మరచిపోయి ఈ ఏడాది కప్పాకోట్టాలనే

లక్ష్యంతో భారత్ బరిలోకి దిగుతోంది. ఏదైనా 'మహాద్దుతం' జరిగితే తప్ప టీమ్ ఇండియా సెమీస్ బెరు దాదాపు ఖాయమైనట్లే. అనుభవజ్ఞులు, యువకులతో కలగలిసిన 'మెన్ ఇన్ బ్లూ' కు గ్రూప్ లో అంతో అంతో పోటీనిచ్చే జట్టు ఏదైనా ఉండంటే అది బాబర్ సేన మాత్రమే. ఐసీసీ టోర్నీలో పాక్ పై భారత్ కు మంచి రికార్డు ఉండటం మనకు కలిసొచ్చేదే అయినప్పటికీ బరిలోకి రెండువైపులా స్క్విగ్ చేసే అమెరికా, అఫ్ఝిద్, నసీమ్ వంటి పేసర్లు ఉండటం మన బ్యాటర్లకు సవాల్. రోహిత్, కోహ్లా, శ్రేయాల్, సురేశ్ కుమార్, పంత్, శివమ్ దూబే వంటి బ్యాటర్లు.. చాహల్, కుల్దీప్ రూపంలో బరిలోకి గింగిరాలు తిప్పే స్పెషలిస్టులు.. జడేజా, హార్దిక్ పాండ్యా అల్ టాం దప్పు భారత్ సొంతం. సేసర్లలో బుమ్రాకు తోడుగా అరవింద్, సిరాజ్ రాజీవ్ రోహిత్ సేనకు పైనల్ చేరడం పెద్ద కష్టమేమీ కాదు.



మంచి నిద్ర మొత్తం ఆరోగ్యానికి మంచిది. అంతేకాదు మీ చర్మం మెరిసేలా చేసేందుకు కూడా ఉపయోగపడుతుంది. చాలా మంది సినిమా నటుల బ్యూటీ సీక్రెట్ కూడా ఇదే. పనికి వల్ల పోషకాలు చాలా మంది పని కారణంగా రాత్రికి ఆలస్యంగా ఇంటికి రావడం సహజం. కానీ ఇది మీ చర్మం, జుట్టుకు హాని కలిగిస్తుంది. ఎంత బిజీగా ఉన్నా మరుసటి రోజు ఉదయాన్నే లేవాలి. లేట్ గా పడుకుని ఉదయాన్నే లేస్తే.. మీ చర్మం ఆరోగ్యం దెబ్బతింటుంది. చర్మం ఆరోగ్యంగా ఉండే.. మీరు అందంగా మెరిసిపోవాలి అంటే కచ్చితంగా ఎంపిమి గంటల నిద్ర అనేది అవసరం. సరైన నిద్ర మీ మొత్తం ఆరోగ్యానికే కాదు.. మీ అందానికి కూడా ఉపయోగపడుతుంది. త్వరగా పడుకుని త్వరగా లేస్తే మీ

చర్మం మెరిసిపోతుంది. ప్రముఖ నటులు, సటిమణుల బ్యూటీ సీక్రెట్ లో ఇది ఒకటి.. వారంతా సాధారణంగా రాత్రి 10 గంటలకే పడుకుంటారు. అందాల రంగానికి చెందిన వారు తప్పకుండా ఈ విషయం తెలుసు. ఎందుకంటే అందంగా ఉండేందుకు నిద్ర కూడా ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తుంది. కానీ త్వరగా నిద్ర పోవడమే ముఖ్యం కాదు.. మీరు ఎంత సేపు బాగా నిద్రపోతారని కూడా అవసరమే. రాత్రిపూట మీరు ఏం తింటారు? మీరు ఉపయోగించే సాంద్ర్య సాధనాలు కూడా నిద్రను నిర్లయిస్తాయి. మనం నిద్రపోతున్నప్పుడు, శరీరం ఆర్థికరణ సమతుల్యతతో మన చర్మం తేమను తిరిగి పొందుతుంది. అయితే అదనపు నీరు సాధారణంగా తొలగింపు కోసం ప్రాసెస్ చేయబడుతుంది. అందువల్ల తగినంత విశ్రాంతి లేకపోవడం

వల్ల కళ్లు ఉబ్బుతాయి. ఎక్కువ రోజులు ఇదే కంటిన్యూ అయితే ముఖంపై ముడతలు కూడా వస్తాయి. తగినంత విశ్రాంతి తీసుకుంటే కళ్ల కింద నల్లటి వలయాలు తగ్గించుకోవచ్చు. మనకు నిద్ర లేమితో రక్త ప్రసారం సరిగా జరగదు. ఇది కంటి చుట్టూ చేరుతుంది. కొందరు వ్యక్తులు కంటి ప్రాంతం చుట్టూ నల్లని వలయాలు ఉండేందుకు నిద్రలేకపోవడమే ప్రధాన కారణం. నిద్రలేమి నల్లటి వలయాలను అభివృద్ధి చేయవచ్చు. ముడతలు వంటి వృద్ధాప్య సంకేతాలతో పోరాడటానికి నిద్ర ఒక సహజ మార్గం. మనం నిద్రపోతున్నప్పుడు మన చర్మం కొత్త కొల్లాజెన్ ని ఉత్పత్తి చేస్తుంది. తగినంత నిద్ర లేకపోవడం వల్ల మన చర్మం నిర్లక్ష్యంగా కనిపిస్తుంది. ఇది సహజంగానే గీతలు ఎక్కువగా కనిపించేలా చేస్తుంది.

ప్రత్యేకించి కంటి కింద చర్మం పొడవుతుంది. మనం నిద్రపోతున్నప్పుడు చర్మానికి రక్త ప్రసారం పెరుగుతుంది. మన ఛాయ దల్, డ్రైగా ఉండకూడదు. ఆరోగ్యకరమైన మెరుపును కలిగి ఉండాలి. కాబట్టి మంచి నిద్ర ముఖ్యం. తగినంత నిద్ర లేకపోవడం శరీరంపై ప్రభావం చూపుతుంది. కార్మిసాల్ ఎక్కువగా ప్రవిస్తుంది. ఇది మీ కణజాలంలో కొల్లాజెన్ ను విచ్ఛిన్నం చేస్తుంది. చర్మాన్ని దృఢంగా, మృదువుగా ఉంచడానికి కొల్లాజెన్ చాలా అవసరం. నిద్ర లేకుంటే.. చర్మం పొడిబారుతుంది. కళ్ల చుట్టూ చర్మం దల్ గా కనిపిస్తుందని వైద్యులు చెబుతున్నారు. నిద్రలేమితో బాధపడే స్త్రీలు కూడా తమ చర్మంలోని నీటిని ఎక్కువగా కోల్పోతారు. టాక్సిక్ కెమికల్స్ కూడా పేరుకుపోతాయి. ఇది చర్మం బాహ్య, అంతర్గతంగా రెండింటిని ప్రభావితం చేస్తుంది.





## కార్తికేయ సూపర్ స్టార్.. శర్వానంద్

'కార్తికేయ ఆల్ రౌండ్. యాక్షన్, ఎమోషన్, కామెడీ అన్ని జానర్స్ చేయగల నటుడు. తన తప్పకుండా సూపర్ స్టార్ అవుతాడు' అని హీరో శర్వానంద్ నమ్మకం వెబ్ సైటు వారు. కార్తికేయ గుమ్మకొండ కథానాయకుడిగా రూపొందిన చిత్రం 'భజివాయువేగం'. ఐశ్వర్య మీనన్ కథానాయిక. ప్రశాంత్ రెడ్డి దర్శకుడు. ప్రతిష్టాత్మక యూవీ క్రియేషన్స్ సమర్పణలో, యూవీ కాన్స్ట్రక్షన్స్ పతాకంపై తెరకెక్కిన ఈ చిత్రం సెన్సార్ యు/వి సర్టిఫికేట్ పొందినది. నేడు (శుక్రవారం) సినిమా విడుదల కానుంది. ఈ సందర్భంగా ఏర్పాటు చేసిన ప్రీ రిలీజ్ ఈవెంట్ కి అతిథిగా విచ్చేసిన శర్వానంద్ మాట్లాడుతూ 'ఈ టీమ్ లో చాలామందితో పనిచేశాను. దర్శకుడు ప్రశాంత్ ఈ సినిమాకు నిజమైన హీరో. తనప్పుడు మాస్ మాస్ అని కలవరిస్తాడు. ఆ తరహా కథలే రాస్తాడు. తను 'రన్ రాజా రన్' డైరెక్షన్ డిపార్ట్ మెంట్ లో పనిచేశాడు. అప్పుడే అనుకున్నా ఇతను పెద్ద డైరెక్టర్ అవుతాడని. కచ్చితంగా అందరూ మెచ్చే సినిమాగా ఈ 'భజివాయువేగం' నిలుస్తుంది అని శర్వానంద్ నమ్మకంగా చెప్పారు. 'ఎలాంటి కథకొసం ఇన్నాళ్లూ ఎదురు చూశానో, అలాంటి కథే 'భజివాయువేగం'. ముందు దర్శకుడు ప్రశాంత్ రెడ్డి కి థ్యాంక్స్. 'ఆర్ ఎక్స్ 100' తర్వాత ఆ స్థాయి విజయం రాలేదు. ఆ లోటు ఈ సినిమా తీర్చేస్తుంది' అని కార్తికేయ అన్నారు. అన్నీ కుదిరిన సినిమా 'భజివాయువేగం' అని చెబుతూ.. సహకరించిన అందరికీ దర్శకుడు ప్రశాంత్ రెడ్డి కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. అతిథులుగా విచ్చేసిన మేధావుల గాంధీ, వశిష్ట చిత్రబృందానికి శుభాకాంక్షలు అందించారు. ఇంకా చిత్రయానిటీస్ ఘట్టాలంతా మాట్లాడారు.



**యాక్షన్ సీక్వెన్స్ తో హరోహర**

'ఇండియన్ స్ట్రీమ్ మీద 'హరో హర' లాంటి సినిమా ఇప్పటివరకూ రాలేదు. ఇందులో నా పేరు సుబ్రహ్మణ్యం. వృత్తి గేమ్ సిక్విల్. కేరళకర్ విడిగే కొట్టి రకరకాల గేమ్స్, లాండ్ మెన్స్, రాకెట్ లాంఛర్స్.. ఇలా చాలా తయారు చేస్తాడు. సింగిల్ లైన్లో చెప్పాలంటే జేమ్స్ బాండ్ ఇన్ కుప్పం. మన పక్కటి కుక్కరాడికి గేమ్ తయారు చేసే నాలెడ్డ్ వంటి తను ఎలా తయారు చేస్తాడనే తరహాలో ఆసక్తికరంగా సాగుతుంది సినిమా. ఈ గేమ్స్ విషయంలో దర్శకుడు చాలా రీసెర్చ్ చేశారు. ఇందులోని యాక్షన్ సీక్వెన్స్ టాప్ క్లాస్ లో వుంటాయి. ఈ సినిమాకోసం ఓ ప్రత్యేకమైన ప్రపంచాన్నే సృష్టించాడు దర్శకుడు జ్ఞానసాగర్. అన్నా రు హీరో సుధీర్ బాబు. ఆయన హీరోగా రూపొందిన చిత్రం 'హరోహర'. జ్ఞానసాగర్ ద్వారా దర్శకుడు. సుమంత్ జి. నాయుడు నిర్మాత. సూపర్ స్టార్ కృష్ణ జయంతి సందర్భంగా ఈ సినిమా ట్రైలర్ ను గురువారం విడుదల చేశారు. ఈ సందర్భంగా సుధీర్ బాబు మాట్లాడారు. ఈ కార్యక్రమానికి అతిథులుగా విచ్చేసిన దర్శకులు అనిల్ రావిపూడి, సంపత్ నంది, నిర్మాతలు కె.ఎల్. దామోదరప్రసాద్, బెత్తెం వెంకటేశ్వర్లు చిత్ర యూనిటీకి శుభాకాంక్షలు అందించారు. ఇంకా కథానాయిక మాళవికా శర్మతో పాటు చిత్ర యూనిటీ మొత్తం మాట్లాడారు.



**హాయిహాయిగా.. నయనతార వెకేషన్**

తెలుగు, తమిళం, మలయాళం, హిందీ, కన్నడ భాషల్లో సినిమాలు చేస్తూ సూపర్ స్టార్ వేస్తో సాధించుకుంది కన్నడ భాష నయనతార. ప్రస్తుతం బ్యాక్ టు బ్యాక్ సినిమాలతో బిజీగా ఉంది. ప్రొడక్షన్ లో కమిట్ మెంట్ తో బిజీగా ఉండే నయనతార ప్రస్తుతం వెకేషన్ మూడ్ లో ఉంది. ఈ జూబిలీ తన ఫ్యామిలీతో కలిసి టూర్ వెసింది. ఇంతకీ ఈ భాష ఎక్కడికెక్కడి దేశానికి మి దాటు. పాపులర్ సిటీ హంకాంగ్ కు వెళ్లింది. అక్కడ ఓ రిసార్ట్ లో తన పిల్లలతో కలిసి సేద తీరింది. హంకాంగ్ వెకేషన్ లో నయనతార ఫ్యాంట్ షివన్ చక్కర్లు సంబంధించిన స్ట్రీట్ కోర్స్ నెట్టింట్ హల్ చల్ చేస్తున్నాయి. వాటిపై మీరూ ఓ లుక్కేయండి మరి. నయనతార సటిస్టాన్స్ తమిళ చిత్రాల్లో ఒకటి Mannangatti Since 1960. ఈ మూవీ హుటింగ్ ఫూర్తి చేసుకోగా.. హుటింగ్ లాకేషన్ లో సెలబ్రేషన్ కు సంబంధించిన ఫోటోలు నెట్టింట్ చక్కర్లు కొడుతున్నాయి. డ్యూట్ విక్రీ దర్శకత్వం వహిస్తున్న ఈ చిత్రాన్ని ప్రెస్ పిక్చర్స్ బ్యానర్ పై లక్ష్మణ్ కుమార్ తెరకెక్కిస్తుండగా.. యోగిబాబు, దేవదర్శిని, గౌరీ కిషన్, సరేంద్ర ప్రశాంత్ ఇతర కీలక పాత్రల్లో నటిస్తున్నారు. నయనతార మరోవైపు తనీ ఒరువన్ 2, టెన్స్, డియర్ స్టూడెంట్స్ కన్నప్ప చిత్రాల్లో సీ మెల్ లీడ్ రోల్ లో నటిస్తోంది. నయన మరో సినిమా Test హుటింగ్ ఫూర్తి చేసుకుంది.

## ఓటీటీలోకి ఆ ఒక్కటి అడక్కు..!

కామిక్ టైమింగ్ ఉన్న టాలెంటెడ్ యాక్టర్ అల్లరి నరేశ్ గత కొంతకాలంగా సరైన ట్రైక్ కోసం ఎదురుచూస్తున్నాడని తెలిసింది. ఇటీవలే 'ఆ ఒక్కటి అడక్కు' సినిమాతో ప్రేక్షకుల ముందుకొచ్చాడు. మల్లి అంకం దర్శకత్వం వహించిన ఈ మూవీ మే 03న విడుదలైంది. ఈ మూవీలో జాతిరత్నాలు ఫెం ఫరియా అబ్దుల్లా హీరోయిన్ గా నటించింది. ఫస్ట్ లుక్, గ్లింప్స్ వీడియో, టీజర్, ట్రైలర్ కు మంచి రెస్పాన్స్ వచ్చినా థియేటర్ లో మాత్రం ప్రేక్షకులను ఇంఫ్రెస్ చేయలేకపోయింది. ఆ ఒక్కటి అడక్కు పాపులర్ ఓటీటీ ప్లాట్ ఫాం అమెజాన్ ప్రైమ్ వీడియోలో ప్రీమియర్ అయింది. అయితే ముందుగా ప్రకటన జారీ చేసిన తర్వాత ఓటీటీలో రావాల్సి ఉండగా.. అమెజాన్ ప్రైమ్ వీడియో మాత్రం సైలెంట్ గా సినిమాను ప్రీమియర్ చేయడం ఇప్పుడు టాక్ ఆఫ్ ది టౌన్ గా మారింది. మరి ఆ ఒక్కటి అడక్కు చిత్రానికి ఓటీటీ ప్రేక్షకుల నుంచి ఎలాంటి సందేశం వస్తుందో చూడాలి. ఈ చిత్రాన్ని చిలక ప్రొడక్షన్స్ బ్యానర్ పై రాజీవ్ చిలక తెరకెక్కించారు. ఈ మూవీలో వెన్నెల కిషోర్, జామీ లివర్, వైవా హార్ష, అరియానా గ్రోర్ తదితరులు కీలక పాత్రల్లో నటించారు. అల్లరి నరేశ్ ఇటీవలే బచ్చలమల్లి సినిమా అవేడేట్ అందించిన విషయం తెలిసింది. 1990 కాలంనాటి భావోద్వేగ ప్రయాణం నేపథ్యంలో వస్తోన్న ఈ సినిమాకు సుబ్బు మంగడేవి దర్శకుడు.



## కాంతార చాప్టర్ 1లో మాలీవుడ్ యాక్టర్..

కన్నడ ఇండస్ట్రీ నుంచి విడుదలై.. టాలీవుడ్, కోలీవుడ్ తోపాటు గ్లోబల్ బాక్సాఫీస్ ను షేక్ చేసింది 'కాంతార'. టాలెంటెడ్ కన్నడ యాక్టర్ కమ్ డైరెక్టర్ రిషబ్ శెట్టి దర్శకత్వంలో మరోసారి కాంతార ప్రీక్వెల్ గా వస్తుందని తెలిసింది. కాంతార చాప్టర్ 1 ఫైటింగ్ తెరకెక్కుతోంది. ఇప్పటికే లాంఛ్ చేసిన కాంతార చాప్టర్ 1 ఫస్ట్ లుక్, టీజర్ సినిమాపై క్యూరియా సిటీని పెంచుతోంది. కాంతార చాప్టర్ 1 ఫస్ట్ లుక్ టీజర్ నెట్టింట్ ని షేక్ చేస్తోంది. ఈ సారి కూడా బాక్సాఫీస్ పై దండయాత్ర చేయడం పక్కా అయిపోయినట్లు టీజర్ చెప్పకనే చెబుతోంది. తొలిపాఠ్యం రూ. 16 కోట్ల లోపే నిర్మించిన రిషబ్ శెట్టి.. ప్రీక్వెల్ కోసం రూ. 120 కోట్లు భారీ బడ్జెట్ తో తెరకెక్కిస్తున్నట్లు ఇన్ స్టెడ్ టాక్. కాగా ప్రీక్వెల్ లో ప్రముఖ నటుడు కి రోల్ చేస్తున్నాడన్న వార్త ఒకటి వైరల్ అవుతోంది. కాంతార చాప్టర్ 1 పాపులర్ మలయాళం యాక్టర్ జయరాం కీలక పాత్రల్లో నటిస్తున్నట్లు మాలీవుడ్ సర్కిల్ లో టాక్ కాగా.. జయరాం ఇప్పటికే హుటింగ్ జాయిన్ అయ్యాడని ఫిలింనగర్ సర్కిల్ సమాచారం. మరి దీనిపై మేకర్స్ ఏదైనా అధికారిక ప్రకటన జారీ చేస్తారా..? అనేది చూడాలి. జయరామ్ ఇప్పటికే భాగమతి, అల వైకుంఠపురంలో, గుంటూరు కారం సినిమాలతో తెలుగులో సూపర్ స్టార్ అయింది సంపాదించుకున్నాడు. తాజా అవేడేట్ సినిమా అయితే మరి ప్రీక్వెల్ తో జయరామ్ స్టేజీ పాస్ ఇండియా రేంజ్ లో మార్గోవిపదం ఖాయమైనట్లు నటులన్నారని నీ నీ జనాలు. ప్రీక్వెల్ ను కూడా హాంబల్ ఫిల్మ్స్ పతాకంపై విజయ్ కిరం దూర్ నిర్మిస్తుంది.. మరోసారి అజనీష్ లోకనాథ్ మ్యూజిక్, బ్యాక్ గ్రౌండ్ స్కోర్ అందిస్తున్నారు. ఈ మూవీని కన్నడతో పాటు తెలుగు, హిందీ, తమిళం, మలయాళం, బెంగాలీ, ఇంగ్లీష్ భాషల్లో విడుదల చేయనున్నారు.

