



పెన్ పవర్

- హెచ్ఎండిఏ పర్మిషన్లు మునుగులో అక్రమాలకు 'రాజమార్గం'..!
- మున్సిపాలిటీకి గిఫ్ట్ చేసిన స్థలానికే ప్రైవేట్ 'ఎంవోయూ'పై తీవ్ర ప్రశ్నలు..
- మార్కెట్లో చేసిన స్థలంపై మళ్లీ రుద్ద కన్స్ట్రక్షన్తో ఎంవోయూ ఎలా సాధ్యం..?
- అప్రాక్ రోడ్డు లేకుండానే రాయల్ విలేజ్-2 ప్రాజెక్ట్కు అనుమతులు..!
- గిఫ్ట్ డీడ్ వివరాలు పరిశీలించకుండానే గుడ్డిగా హెచ్ఎండిఏ పర్మిషన్లు ఇచ్చిందా..?
- నిబంధనల ఉల్లంఘనలపై వరుస కఠినాలు వస్తున్నా.. అధికారుల తీరుపై విమర్శలు..
- స్థానిక టౌన్ ప్లానింగ్ అధికారులకే సమాచారం లేదట..?
- హెచ్ఎండిఏ అధికారుల 'సీక్రెట్' విజిల్ దేసికె..? బండారం బయట పడకుండానా..?
- రుద్ద నిర్మాణ సంస్థను పరిశీలించిన అధికారులు వివరాలు గోప్యమేనా..?
- చెరువులు, నాలాలు, ప్రభుత్వ భూముల సమీపంలో ఎన్ఎస్ఐల ప్రస్తావన ఉండదా?
- అనుమతులు మంజూరు చేసిన తర్వాత నిబంధనల ఉల్లంఘనలపై పర్యవేక్షణేదీ..?
- హెచ్ఎండిఏ ప్లానింగ్ విభాగం తీరుపై ఉన్నతస్థాయి విచారణకు సర్వత్రా డిమాండ్..!

మరోవైపు ఒకప్పుడు లోకల్ బాడి, స్థల పరిశీలన కూడా ఉండేది.. ఏదో కొంపలు మునిగిపోయినట్లు "ఇన్స్టాంట్ అప్రవల్ పేరుతో" అనుమతుల మంజూరుతో అత్యంత ప్రమాదకరమైన అక్రమ కట్టడాలు, నిబంధనల ఉల్లంఘన, ప్రజాప్రయోజనాలు కబ్జా, నిజాంపేట్ రుద్ద తరహా భారీ సెటిల్మెంట్ల అక్రమాలు.. ఇలా పలు విధాలుగా నిబంధనలకు తిలోదఘాలు పలుకుతున్నారని, నిత్యం పత్రికల్లో వార్తా కథనాలతో ధృష్టికి తీసుకెళ్లినా, నిష్పక్ష నీరేతికత వ్యవహారాలపై ప్రశ్నలు లేవనెత్తుతోంది.. హెచ్ఎండిఏ అనుమతుల మాటన, బాధ్యత గల స్థానిక మున్సిపల్ కౌన్సిల్స్, నిర్దేశం వహించడం, అక్రమ నిర్మాణ దారులకు వరంగా మారింది.. ఫలితంగా అధికారపార్టీ పాలనా వ్యవస్థపై ప్రభావం చూపుతూ, ప్రభుత్వానికి చెడ్డపేరు వచ్చేలా ఉందని గుసగుసలు వినిపిస్తున్నాయి. ఇప్పటికైనా ఈ విషయమై హెచ్ఎండిఏ కమిషనర్ వెంటనే స్పందించి ప్లానింగ్ విభాగంలో జరుగుతున్న అక్రమాలపై విచారణ కమిటీ వేసి రుద్ద లాంటి అక్రమ నిర్మాణ సంస్థలకు సహకరించిన ప్లానింగ్ విభాగాన్ని గాడిలో పెట్టాలని సర్వత్రా డిమాండ్ చేస్తున్నాడు..

సీఎస్ బ్యూరో, పెన్ పవర్, అక్టోబర్ 1:

వివరాలు ఫోటోలు మీడియాకు ఇవ్వకుండా గోప్యత..

దుండిగల్లో రుద్ద కన్స్ట్రక్షన్ సందర్శించిన హెచ్ఎండిఏ ప్లానింగ్ విభాగం బృందం..



కొత్త ఓటర్ల నమోదుకు 4.43 లక్షల దరఖాస్తులే

- ఏఎస్డీడీ పేరుతో తొలగించిన ఓట్లే 73.39 లక్షలు
- 7వ తేదీతో ముగియనున్న ఫిర్యాదులు, అభ్యంతరాల గడువు



జీఎస్టీ వసూళ్లు రూ.2.03 లక్షల కోట్లు

సెప్టెంబరులో 14.7% వృద్ధి రూ.5,327 కోట్లు ఆర్జించిన తెలంగాణ 18% వృద్ధితో దక్షిణాది రాష్ట్రాల్లో తొలిస్థానం

హైదరాబాద్ పెన్ పవర్: దేశంలో జీఎస్టీ వసూళ్లు సెప్టెంబరులో రూ.2,03,521 కోట్లకు చేరాయి. గత ఏడాది ఇదే నెలతో పోలిస్తే 14.7% వృద్ధి నమోదైనట్లు కేంద్ర ఆర్థికశాఖ గురువారం విడుదల చేసిన ప్రకటనలో పేర్కొంది. దేశీయ వ్యాపార కార్యకలాపాల ద్వారా రూ.1,37,996 కోట్లు, దిగుమతుల ద్వారా రూ.65,525 కోట్ల ఆదాయం వచ్చింది. రిఫండ్ల కింద రూ.27,001 కోట్ల మేర వెళ్లాయి. దీంతో నికర ఆదాయం రూ.1,76,520 కోట్లు, నికర వృద్ధి 18.1% మేర నమోదైంది. తెలంగాణ 18% వృద్ధితో రూ.5,327 కోట్ల ఆదాయం సమపాదించింది. ఈ మేరకు సెప్టెంబరులో వృద్ధిపరంగా తెలంగాణ దక్షిణాది రాష్ట్రాల్లో తొలిస్థానం ఆక్రమించింది. కర్ణాటక 16%, కేరళం 11%, ఏపీ 6% వృద్ధిరేటు సాధించగా.. తమిళనాడు -5%, లక్షద్వీప్ -21%, పుదుచ్చేరి -31%లో పడిపోయాయి. ఎస్జీఎస్టీ, ఐజీఎస్టీలో ఎస్జీఎస్టీ వాలూను పంచిన తర్వాత ఈ ఆర్థిక సంవత్సరం తొలి 6 నెలల్లో తెలంగాణ 18% వృద్ధిరేటుతో రూ.26,287 కోట్ల ఆదాయం సొంతం చేసుకొంది. ఈ విషయంలో పుదుచ్చేరి 24%, కర్ణాటక 21%, కేరళం 19%, ఏపీ 18%, తమిళనాడు 16% వృద్ధిని నమోదు చేశాయి.

Date To
Phone No.
To Be Issued To:
F. Seven

RUDHRA CONSTRUCTIONS PVT.LTD.
HYDERABAD-500089
TEL : 6722 - 2688 / 6722 - 2689

₹ 0000100/-
TO THE DISTRICT COLLECTOR'S OFFICE,
HYDRABAD.

MEMORANDUM OF UNDERSTANDING – CUM - AGREEMENT

THIS MEMORANDUM OF UNDERSTANDING is made and executed on this the 24th Day of May, 2025 at Hyderabad by and between:

VISHWA SAI TOWNSHIP LOT OWNERS formed as a residential community built in open land admeasuring Ac 30.08 Gts in Sy Nos 615(P), 616(P), 617, 618, 619(P), 620 (P) & 621 (P), SITUATED AT DUNDIGAL VILLAGE, MEDCHAL-MAKLAJGIRI DIST., TELANGANA 500043

Hereinafter to be called and referred as the “FIRST PARTY” which term unless the context repugnant thereto shall mean and include all his/her/his heirs, successors, representatives, executors, administrators, and assignees etc., of the FIRST PART.

AND

M/s. RUDHRA CONSTRUCTIONS PRIVATE LIMITED, having its Registered Office at RUDHRA HOUSE 3rd AND 4THFLOORS PLAT NOS.8&9, ANAND NAIDU NAGAR, PRAGATHI NAGAR, BACHUPALLY MANDAL, HYDERABAD-500090 Rep.b/y its Managing Director: SRILALLEMPATI NAVEEN S/O.SRI.P.RAMACHANDRA RAO, aged about 44 Years, Occupation: Business, Resident of FLAT NO. 403, PLAT NOS. 98, 99 AND 100, RAMACHANDRA RESIDENCY, SRINIVASA NAGAR COLONY, NIZAMPET, HYDERABAD-500, TELANGANA STATE. (PAN NO. AAHCRR195M)(AADRAR NO.NO.2431 7526 2786)

Hereinafter to be called and referred as the “SECOND PARTY” which term unless the context repugnant thereto shall mean and include all his/her/his heirs, successors, representatives, executors, administrators, and assignees, Plot Owners/ Residential Owners, Vehicles etc.. of the SECOND PART.

WHEREAS, THE FIRST PARTY herein are formed as a residential community in open land admeasuring AC 30.08 Gts. in Sy Nos 615(P), 616(P), 617, 618, 619(P), 620 (P) & 621 (P). SITUATED AT DUNDIGAL VILLAGE, MEDCHAL-MAKLAJGIRI DIST., TELANGANA 500043.

I. X Ms. _____
For RUDHRA CONSTRUCTIONS PVT. LTD.
Managing Director

2. X [Signature]

2025లో విత్తနాయి లేలవుట్టి, దుర్గ నదను కదుద్దుకున్న... ఎరియో...

హైదరాబాద్ పెన్ పవర్: ఓట్ల తొలగింపులో ఎన్నికల కమిషన్ వైఖరి మార్పుకొకపోతే , ఎన్నికల కమిషన్ కార్యాలయంతో పాటు హైదరాబాద్ నగరం తగలబడి పోతుందని మాజీ మంత్రి దానం నాగేందర్ మరోసారి వివాదాస్పద వ్యాఖ్యలు చేశారు. ఎన్నికల కమిషన్ అధికారులు బిజెపి తో అనుబంధంగా పని చేస్తున్నారని ఆయన ఆరోపించారు. హిమాయత్ నగర్ డివిజన్ లో సీసీ రోడ్ పనుల ప్రారంభోత్సవంలో దానం పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా దానం మాట్లాడుతూ... కేవలం హిమాయత్ నగర్ డివిజన్ లోనే 20 వేల ఓట్ల పరకు తొలగించారని... బిజెపి నాయకులు ఢిల్లీ కేంద్రంగా ఓటే చోరికి పాల్పడుతున్నారని ఆరోపించారు. తన నియోజకవర్గంలో ప్రతి ఒక్కరి ఓటును కాపాడుకునే బాధ్యత తనపై ఉందన్నారు. ఎన్నికల కమిషన్ తక్షణమే తొలగించిన ఓట్లను పునరుద్ధరించాలని దానం డిమాండ్ చేశారు. లేనిచిక్షంలో తమ పోరాటాలు ఉధృతంగా ఉంటాయని దానం స్పష్టం చేశారు.

పదోసారి ఎన్నికలకు దానం...

హైదరాబాద్, అక్టోబరు 1, పెన్ పవర్: ఖైరతాబాద్ నియోజకవర్గానికి బై ఎలక్షన్ (ఉపఎన్నిక) అనివార్యం కానుంది. శాసనసభ్యుడు దానం నాగేంద్ర్రై అనర్హత వేటు వేస్తూ హైకోర్టు తీర్పు వెల్లడించిన విషయం తెలిసిందే. రాష్ట్ర ఉన్నత న్యాయస్థానం తీర్పుపై తాను సుప్రీంకోర్టును ఆశ్రయించబోనంటూ ఆయన స్వయంగా ప్రకటించారు. దీంతో ఆరు నెలల్లోపు బై ఎలక్షన్ నిర్వహించనున్నారు.నాలుగు దశాబ్దాల సుదీర్ఘ రాజకీయ జీవితంలో హైకోర్టు తీర్పు కారణంగా దానంకు భారీ ఎదురుదెబ్బ తగిలింది. ఆయన ఆరుసార్లు ఎమ్మెల్యేగా ఎన్నికయ్యారు. కోర్టు తీర్పు అనంతరం దానం నాగేందర్ ఈ పరిస్థితిని చాలా చాకచక్యంగా ఎదుర్కొన్నారు. ఖైరతాబాద్‌కు బై ఎలక్షన్ వస్తే తానే బరిలో ఉంటానంటూ చెప్పారు.2023లో జరిగిన సార్వత్రిక ఎన్నికల్లో బీఆర్ఎస్ తరపున ఎమ్మెల్యేగా గెలిచిన దానం నాగేందర్, 2024 మార్చిలో కాంగ్రెస్ పార్టీ కందుచా కప్పుకొన్నాడు. అనంతరం సికింద్రాబాద్ లోక్సభ స్థానానికి కాంగ్రెస్ అభ్యర్థిగా పోటీ చేశారు. హాస్సం పార్టీలో చేరిన 10 మంది ఎమ్మెల్యేలపై అనర్హత వేటు వేయాలంటూ బీఆర్ఎస్ శాసనసభ్యులు స్పీకర్‌ను రెండేళ్ల క్రితమే కోరిన విషయం తెలిసిందే.ఎంపీగా పోటీ చేసినప్పుడు కాంగ్రెస్ పార్టీ బీ-ఫారం ఇచ్చినందువల్ల అనర్హత వేటు పడుతుందని దానం నాగేందర్ అనుకున్నారు. కోర్టు అనర్హత వేటు వేసినప్పటికీ అందుకు సిద్ధంగా ఉండాలన్న పూర్వాంశతోనే ఆయన గుంభానంగా వ్యవహరిస్తున్నారని తెలుస్తోంది. ఖైరతాబాద్‌కు ఒకవేళ బై ఎలక్షన్ వస్తే దానం నాగేందర్ పోటీ చేస్తే ఆయన శాసనసభ ఎన్నికల్లో పోటీ చేయడం ఇది వదోసారి అవుతుంది.దానంపై అనర్హత వేటు పడటంతో తెలంగాణ భవన్ వద్ద భారతీయ రాష్ట్ర సమితి(బీఆర్ఎస్) నేతలు శుక్రవారం సంబురాలు చేసుకున్నారు. తమ పోరాటం ఫలించిందని, షిరాయింపులను ప్రోత్సహించిన కాంగ్రెస్ రాజకీయాలకు ఇది చెంపపెట్టు అని ఖైరతాబాద్ బీఆర్ఎస్ ఇన్‌ఛార్జి మన్న గోపర్వన్ రెడ్డి అన్నారు.దానం నాగేందర్‌పై అనర్హత వేటు ప్రజాస్వామ్య విజయమని బీజేపీ తెలంగాణ ఉపాధ్యక్షుడు, మాజీ ఎమ్మెల్యే చింతల రామచంద్రారెడ్డి పేర్కొన్నారు. ఓటర్ల నమ్మకాన్ని కాదంటే తగిన పరిశ్రమ ఎదురవుతుందని వివరించారు. రాజ్యాంగం, ప్రజాస్వామ్యం కోసం చేసిన పోరాటం ఫలించింది అని రామచంద్రారెడ్డి పేర్కొన్నారు.దానం నాగేంద్ర్రై అనర్హత వేటు వేయాలంటూ బీఆర్ఎస్ శాసనసభ్యుడు పాడి కొశికీ రెడ్డి, బీజేపీ శాసనసభా పక్ష నేత ఏలేటి మహేశ్వరరెడ్డిలు వేర్వేరుగా దాఖలు చేసిన పిటిషన్లను స్పీకర్ కొట్టివేసిన విషయం తెలిందే. స్పీకర్ నిర్ణయాన్ని సవాల్ చేస్తూ వీరిద్దరూ హైకోర్టును ఆశ్రయించగా, దానంపై హైకోర్టు శుక్రవారం అనర్హత వేటు వేసింది. ఈ మేరకు దానంపై దాఖలైన అనర్హత పిటిషన్లను కొట్టివేస్తూ స్పీకర్ వెలువరించిన తీర్పులను రద్దు చేస్తూ హైకోర్టు 91 పేజీల తీర్పు వెలువరించింది. స్పీకర్ తీర్పును రద్దు చేయాలని కోరుతూ భారత రాష్ట్ర సమితి, బీజేపీ దాఖలు చేసిన పిటిషన్లను అనుమతించింది. 2024 ఏప్రిల్ 23వ తేదీ నుంచి అనర్హత అమల్లోకి వచ్చినట్లు బేర్పొంది.బీఆర్ఎస్ సభ్యుడిగా ఉంటూ కాంగ్రెస్ అభ్యర్థిగా 2024 లోక్‌సభ ఎన్నికల్లో సికింద్రాబాద్ నియోజకవర్గం నుంచి పోటీ చేసినందున రాజ్యాంగంలోని 10వ షెడ్యూల్ ప్రకారం దానం నాగేందర్‌ను అవార్డుడిగా ప్రకటిస్తున్నట్లు పేర్కొంది. దానంపై అనర్హత నేపథ్యంలో ఖైరతాబాద్ ఆసెంబ్లీ స్థానం ఖాళీగా ఉన్నట్లు పరిగణనలోకి తీసుకోవాలింది. ఈ ఉత్తర్వుల కాపీని స్పీకర్ సెక్రటరీకి, ఎన్నికల సంఘానికి పంపాలని రిజిస్ట్రేరిని ఆదేశించింది.

శభాష్ మచార్...

పైలెట్ కు మోడీ ప్రశంసలు

న్యూఢిల్లీ, అక్టోబరు 1, పెన్ పవర్: దుబాయ్ నుంచి ఇజ్రాయెల్‌లోని బెల్ అవీవ్‌కు వెళ్తున్న షైదుబాయ్ విమానంలో తీవ్ర ఉద్రిక్త పరిస్థితి చోటుచేసుకుంది. విమానం గాల్లో ఉండగానే కో-పైలట్ చేతిలో కత్తిపోటు గురైన భారతీయ పైలట్ కెప్టెన్ స్మిత్ మచార్ అసాధారణ ధైర్యసాహసాలు ప్రదర్శించారు. తీవ్రంగా గాయపడినప్పటికీ పరిస్థితిని అదుపులో ఉంచుతూ విమానంలోని 174 మంది ప్రయాణికులు, సిబ్బంది ప్రాణాలను కాపాడేందుకు కీలకంగా వ్యవహరించారు ఈ ఘటనపై ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ స్పందించారు. గురువారం ఉదయం సోషల్ మీడియా వేదికగా ఓ వీడియోను పంచుకున్న ప్రధాన్.. కెప్టెన్ స్మిత్ మచార్‌ను హీరోగా అభివర్ణించారు. అత్యంత ప్రమాదకర పరిస్థితుల్లో తీవ్రంగా గాయపడినా, ఇతరల ప్రాణాలను కాపాడేందుకు ఆయన చూపిన ధైర్యం, అచంచలమైన సంకల్పం ప్రశంసనీయమని పేర్కొన్నారు. ఆయన శౌర్యం వందలాది ప్రాణాలను కాపాడి, పెద్ద విషాదాన్ని నివారించిందని అన్నారు. కెప్టెన్ మచార్ త్వరగా కోలుకుని సంపూర్ణ ఆరోగ్యంతో ఉండాలని ఆకాంక్షించారు.అంతకుముందు ఇజ్రాయెల్ ప్రధాని బెంజమిన్ నెతన్యూను, అమెరికా అధ్యక్షులు డొనాల్డ్ ట్రంప్ కూడా కెప్టెన్ మచార్ సాహసాన్ని ప్రశంసించారు. కత్తిపోటుకు గురై తీవ్రంగా గాయపడినప్పటికీ దాడి చేసిన వ్యక్తిని ప్రతిఘటించి, కాకేపిట్ తలుపు తెరిచేందుకు సహకరించారని తెలిపారు. అనంతరం ప్రయాణికులు, సిబ్బంది కలిసి దాడి చేసిన వ్యక్తిని అదుపులోకి తీసుకోవడంతో గగనతలంలో పెను ప్రమాదం తప్పిందన్నారు. ఈ ఘటనలో 174 మంది ప్రాణాలను కాపాడిన కెప్టెన్ మచార్ నిజమైన హీరో అని కొనియాడారు

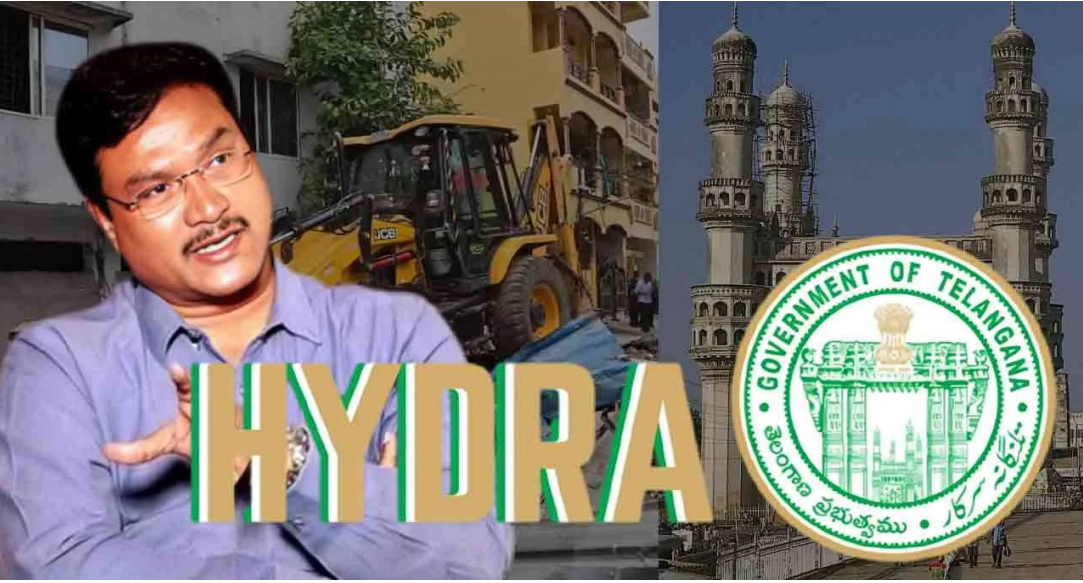
అసలేం జరిగిందంటే

మధ్యప్రాస్థంలో మరోసారి తీవ్ర కలకలం రేపిన ఒక ప్రధాన వైమానిక భద్రతా ఘటనలో 174 మంది ప్రయాణికుల ప్రాణాలు దక్కాయి. దుబాయ్ నుంచి బెల్ అవీవ్‌కు బయలుదేరిన షైదుబాయ్ విమానం 1073 పై జరిగిన దాడి, దానికి ఒక భారతీయ పైలెట్ ఎదుర్కొన్న నిలిచిన తీరు అంతర్జాతీయ వ్యాప్తంగా సంవలనం సృష్టిస్తోంది. విమానం గాల్లో ఉండగా కోపైలట్ దాడికి పాల్పడగా, తీవ్ర గాయాలైనప్పటికీ పైలట్ చూపిన తెగింపు వల్లే విమానంలోని ప్రయాణికులందరూ సురక్షితంగా బయటపడ్డారు. అంతర్జాతీయ మీడియా , ఇజ్రాయెల్ విదేశాంగ మంత్రిత్వ శాఖ తెలిపిన వివరాల ప్రకారం.. విమానంలోని కాకేపిట్‌లో ఉన్న భారతీయ కెప్టెన్ స్మిత్ మచ్చార్ పై ఒక దుండగుడు అకస్మాత్తుగా చాకుతో దాడి చేశాడు. కెప్టెన్ స్మిత్‌ను తీవ్రంగా పొడవదంతో ఆయన రక్తస్పీకృతుయ్యారు. అయితే, ఎంతో సమయంతో, ప్రాణాల కంటే ప్రయాణికుల భద్రతే ముఖ్యం అనుకున్న ఆయన తీవ్ర గాయాలతోనే కాకేపిట్ తలుపులను అనీలాక్ చేయడంలో విజయం సాధించారు. కాకేపిట్ డోర్ తెరుచుకోవడంతో వెంటనే అప్రమత్తమైన ఇజ్రాయెల్ ప్రయాణికులు, యునైటెడ్ అరబ్ ఎమిరేట్స్ కి చెందిన విమాన సిబ్బంది కాకేపిట్‌లోకి దూసుకెళ్లారు. తీవ్రమైన ఘర్షణ అనంతరం ఆ దుండగుడిని లొంగదీసుకుని, హ్యాండ్‌కప్ చేసి బంధించారు. విమానాన్ని సురక్షితంగా సమీప విమానాశ్రయంలో ల్యాండింగ్ చేయడంతో ప్రయాణికులు, సిబ్బంది అందరూ హాయిగా ఉసిరి పీల్చుకున్నారు.ఈ ఘటనపై ఇజ్రాయెల్ విదేశాంగ మంత్రిత్వ శాఖ సోషల్ మీడియా వేదికగా స్పందిస్తూ కెప్టెన్ స్మిత్ మచ్చార్‌ను రియల్ హీరోగా కొనియాడింది. భారతీయరుడు, ఇజ్రాయెలీ, ఎమిరాతీ.. ఇలా వేర్వేరు దేశాలకు చెందిన వ్యక్తులు ఐక్యంగా నిలబడి ప్రదర్శించిన అసమాన ధైర్యసాహసాలు 174 మంది ప్రాణాలను కాపాడాయి. తీవ్రంగా గాయపడిన కెప్టెన్ స్మిత్ మచ్చార్ తీవ్రంగా కోలుకోవాలని కోరుకుంటున్నాం అని ఇజ్రాయెల్ ప్రకటించింది. ప్రస్తుతం అనుపత్రిలో పశ్చిమ ఛానల్‌ను నిర్వహించుతున్న కెప్టెన్ స్మిత్ ఆరోగ్య పరిస్థితి స్థిరంగా ఉన్నట్లు తెలుస్తోంది. అంతర్జాతీయ విమానయాన భద్రతా సంస్థలు మరియు వివిధ దేశాల ప్రభుత్వాలు ఆయన చూపిన ధైర్యసాహసాలను, సమయస్ఫూర్తిని ప్రశంసిస్తున్నాయి. వివిధ దేశాల మధ్య ఉన్న సహకారం, విమాన సిబ్బంది సమర్థతకు ఈ ఘటన ఒక నిదర్శనంగా నిలిచింది.

ఢిల్లీలో ఏఐ ట్రాకింగ్ ట్రాఫిక్

న్యూఢిల్లీ, అక్టోబరు 1, పెన్ పవర్: ఖ్లీలో ట్రాఫిక్ నిర్వహణను సమర్థవంతంగా మార్చేందుకు కేంద్ర క్యాబినెట్ కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది. రూ.1,789.52 కోట్ల అంచనా వ్యయంతో ఇంటెలిజెంట్ ట్రాఫిక్ మేనేజ్‌మెంట్ సిస్టమ్ అమలుకు కేంద్ర మంత్రివర్గం ఆమోదం తెలిపింది. ఈ ప్రాజెక్ట్‌ను ఢిల్లీ పోలీసులు అమలు చేయనున్నారు. ఢిల్లీలోని 42 ప్రధాన ట్రాఫిక్ కారిడార్లను మూడు దశల్లో 24 నెలల్లోగా ంపీా పరిధిలోకి తీసుకురానున్నారు. ఆ తర్వాత ఐదేళ్లపాటు ఆపరేషన్, మెయింటెనెన్స్ కొనసాగనుంది.ఈ వ్యవస్థలో ఏఐ ఆధారిత అడాప్టివ్ ట్రాఫిక్ సిగ్నల్స్, రియల్‌టైమ్ ట్రాఫిక్ సమాచారం, ఆటోమేటెడ్ ఎన్‌ఫోర్స్‌మెంట్ వ్యవస్థలు అందుబాటులోకి రానున్నాయి. ట్రాఫిక్ పరిస్థితులకు అనుగుణంగా సిగ్నల్ టైమింగ్‌లు బాటంచలు అవే మారుతాయి. మొదటి ఫేజ్‌లో ఏడాది కాలంలో 5 కారిడార్లలో 250 స్మార్ట్ సిగ్నల్స్, ప్రధాన కమాండ్ సెంటర్ ఏర్పాటువుతుంది.ఫేజ్ 2లో ఆరునెలల్లో 7 కారిడార్లలో 222 స్మార్ట్ సిగ్నల్స్, డిజాస్టర్ రికవరీ సెంటర్ ఏర్పాటువుతుంది. మూడో ఫేజ్‌లో ఆరునెలల్లో 30 కారిడార్లలో 620 స్మార్ట్ సిగ్నల్స్ ఏర్పాటు కానున్నాయి. ఈ ప్రాజెక్ట్‌ను కేంద్ర హోంశాఖ కార్యదర్శి, ఢిల్లీ పోలీస్ కమిషనర్, ప్రత్యేక ట్రాఫిక్ పోలీస్ కమిషనర్ నేతృత్వంలోని మూడు కమిటీలు పరిశీలిస్తాయి.అనియతస్థలు, ఇతర అత్యవసర వాహనాలకు గ్రీన్ కారిడార్ సౌకర్యం కల్పించనున్నారు. ట్రాఫిక్ జామ్‌లు, ప్రమాదాలను రియల్‌టైమ్‌లో గుర్తించి వేగంగా స్పందించేలా వ్యవస్థను రూపొందించనున్నారు. రాంగ్ రూల్, స్పీడింగ్, రెడ్‌లైల్ జంపింగ్, హెల్మెట్, సీట్‌బెల్ట్ ఉల్లంఘనలు, ఇల్లిగల్ పార్కింగ్, డ్రైవింగ్ చేస్తూ మొదైల్ వాడకం వంటి ఉల్లంఘనలను బెత్తాలను చూయంతో గుర్తించేలా ఉంటుంది. ఏఐ అసెలెరిక్స్ ద్వారా ట్రాంగిలిచింద, బ్లాక్‌డ్ చేసిన వాహనాలు, రిజిల్ట్ ఉల్లంఘనలు కూడా గుర్తించబడతాయి.వేరియబుల్ మెసేజ్ సైన్ బోర్డులు, డిజిటల్ ఫ్లాట్‌ఫామ్‌లు ద్వారా కమ్యూటర్లకు రద్దీ, డైవర్షన్‌లు, పార్కింగ్ సమాచారం అందిస్తారు. ట్రాఫిక్ కమాండ్ అండ్ కంట్రోల్ సెంటర్లు, సెక్యూర్ డేటా సెంటర్‌తో కూడిన ఇంటిగ్రేటెడ్ వ్యవస్థ ఏర్పాటు కానుంది. దీనికి సీ-డ్యాక్ సాంకేతిక సహకారం అందిస్తుంది.ఢిల్లీలో సుమారు 71 లక్షల యాక్టివ్ రిజిస్టర్డ్ వాహనాలు ఉన్నాయి. రోడ్డు మౌలిక సదుపాయాల విస్తరణ కంటే వాహనాల పెరుగుదల ఎక్కువగా ఉండంతో ఈ అధునాతన వ్యవస్థ ట్రాఫిక్ రద్దీని తగ్గించి, రోడ్ సేఫ్టీని గణనీయంగా మెరుగుపరచాలని ప్రభుత్వం భావిస్తోంది.

పాత బస్టీలో చారిత్రక బావికి ప్రాణం పోస్తున్న హైద్రా



హైదరాబాద్, అక్టోబరు 01: పెన్ పవర్: చరిత్ర, సంస్కృతి, సంప్రదాయాలకు నిలువెత్తు నిదర్శనమైన హైదరాబాద్‌లో ఏ

ప్రాంతానికి వెళ్లినా చారిత్రక నేపథ్యం ఉంటుంది. ఇక పాత బస్టీ గురించి ప్రత్యేకంగా చెప్పాలా.. అడుగుదగునా చారిత్రక స్థాన్లులు ఎన్నో.. అదే కోవకు వస్తుంది శివరాంపల్లిలోని బుమ్-రుక్మీ-ఉద్-దౌలా చెరువు. ఈ చెరువుకు 356 ఏళ్ల చరిత్ర ఉంటే.. ఆ చెరువు కింది భాగంలో 1.50 ఎకరాల విస్తీర్ణంలో ఉన్న ఊట బావికి కూడా అంతే ప్రత్యేకమైన చారిత్రక నేపథ్యం ఉంది. ఇప్పటికీ చెరువును పునరుద్ధరించి పాతబస్టికి మణిహారంగా అందించిన హైద్రా ఇప్పుడు ఆ చెరువు కింద ఉన్న ఊట బావికి కూడా జీవం పోయాలని నిర్ణయించింది. 1.50 ఎకరాల విస్తీర్ణంలోని ఈ చారిత్రక బౌలి పునరుద్ధరణను వారసత్వ పరిరక్షణ, వర్యావరణ అభివృద్ధి, ప్రజా ప్రయోజనం అనే మూడు అంశాలను సమన్వయం చేసి కార్యక్రమంగా హైద్రా భావించింది. నిర్ణ్ణానికి గురైన చారిత్రక ఆస్తిని తిరిగి ప్రజలకు అందివ్వడం.. వర్యావరణానికి ఉపయోగపడేలా చూడడమే ఈ బావి పునరుద్ధరణ ముఖ్య ఉద్దేశం. సగర చారిత్రక జల నిర్వహణ పద్ధతులను పౌరులు, విద్యార్థులు, భవిష్యత్ తరాలు తెలుసుకుని, అర్థం చేసుకునే అవకాశాన్ని హైద్రా కల్పిస్తోంది. ఇటీవలే పనులు

మొదలయ్యాయి. రెండు మూడు నెలల్లో ఈ పనులు పూర్తయి.. ఊటబావిలోకి పుష్పలంగా నీరు రానుంది.

ముఖ్యమంత్రి శ్రీ రేవంత్‌రెడ్డి గారి ఆదేశాల మేరకు..

ముఖ్యమంత్రి శ్రీ రేవంత్‌రెడ్డి గారు బుమ్-రుక్మీ-ఉద్-దౌలా చెరువును మార్చి నెల 8వ తేదీన ప్రారంభించి ప్రజలకు అందుబాటులోకి తెచ్చారు. అప్పుడే ఈ చెరువుకు ఆసుకుని ఉన్న చారిత్రక బావి విషయాన్ని హైద్రా కమిషనర్ శ్రీ ఏవీ రంగనాథ్‌గారు ముఖ్యమంత్రి శ్రీ రేవంత్‌రెడ్డిగారి దృష్టికి తీసుకెళ్లారు. వెనువెంటనే అభివృద్ధికి అడుగులు పడ్డాయి. చెరువు అభివృద్ధి పనులను పర్యవేక్షించిన విమెన్ టెక్నోక్రాఫీ సంస్థనే ఇప్పుడు చెరువు కింద ఉన్న చారిత్రక బావి పునర్నిర్మాణాన్ని కూడా చేపట్టింది. నిజాంల కాలంలో పాలకులకు ఔషధ గుణాలున్న తాగునీరందించిన చెరువుతో పాటు కిందన ఉన్న ఊట బావి కాలగర్భంలో కలిసిపోతున్న తరుణంలో హైద్రా చరిత్రను తప్పితీసిన విషయం అందరికీ విదితమే. 100 ఎకరాల మేర విస్తరించి ఉన్న ఈ చెరువు కట్టాలకు గురైంది. చివరకు 4 ఎకరాలకు పరిమితమైంది. హెచ్ ఎం ఓ ఏ తెక్నల ప్రకారం 17 ఎకరాలు కగా ఆ మేరకు ఆక్రమణలను తొలగించి చెరువుకు హైద్రా జీవం పోసింది.

నాని చేస్తున్నది సరైందేనా?!

హైదరాబాద్, అక్టోబరు 1, పెన్ పవర్:

నాని ప్యారడైజ్ సినిమాకు రిలీజ్ తర్వాత నెగెటివ్ టాక్ వచ్చింది. రెవ్యూల్లోనూ తక్కువ రేటింగ్స్ కనిపించాయి. సోషల్ మీడియాలో కూడా సినిమాపై నెగెటివిటీ కనిపించింది. అయితే సినిమాకు ఉన్న బజ్ కారణంగా మంచి ఓపెనింగ్స్ రావడంతో పాటు, మొదటి రెండు మూడు రోజుల్లో మంచి ఫుల్‌ఫాల్స్ కూడా కనిపించాయి. నాని కూడా ప్రేక్షకుల అభిప్రాయాలను గౌరవిస్తూనే, సినిమాకు వస్తున్న ఫుల్‌ఫాల్స్ గురించి మాట్లాడాడు. రిలీజ్ తర్వాత టైెన్ మీట్‌లో ప్రేక్షకుల రెస్పాన్స్‌ను తీసుకున్నామని, వెల్లెగా ఆడియన్స్ సినిమాను చూడటం మొదలుపెడుతున్నారని, ఆదరిస్తున్నారని చెప్పాడు.ఇదే సమయంలో నాని పోస్ట్-రిలీజ్ ప్రమోషన్స్‌ను

కూడా కొనసాగిస్తున్నారు. దర్శకుడితో ఇంటర్వ్యూ చేయడం,

థియేటర్ విజిట్ చేయడం, డిస్ట్రిబ్యూటర్‌తో కలిసి సినిమా ఫుల్‌ఫాల్స్ గురించి మాట్లాడాడు. ఈ రోజు మేడారం వెళ్లారు. అయితే వీటిపైనా సోషల్ మీడియాలో ట్రోలింగ్ మొదలైంది. ‘ఫ్లావే సినిమాకు ఇంత పబ్లిసిటీ ఎందుకు?’ అనే కామెంట్స్ వస్తున్నాయి.కానీ ఇక్కడ ఒక విషయం గుర్తుంచుకోవాలి. హిల్ సినిమాకు పెద్దగా ప్రమోషన్ అవసరం లేదు. ప్రేక్షకుల హాత్ టాక్, హాస్‌పుల్స్, సోషల్ మీడియా చర్చ.. ఇవే సినిమాను ముందుకు తీసుకెళ్తాయి. కానీ టాక్ మిత్రమంగా ఉన్నప్పుడు లేదా నెగెటివ్‌గా ఉన్నప్పుడు సినిమాను థియేటర్లలో నిలబెట్టేందుకు మేకర్స్ చేసే ప్రయత్నమే పోస్ట్-రిలీజ్ ప్రమోషన్స్ ‘సినిమా బాల్‌యే’ అని చెప్పి పక్కకు తప్పుకోవడం

ప్రకటించారు. అన్ని జిల్లాల ప్రధాన కేంద్రాల్లో భారీ అవుతన

ధర్మాలు నిర్వహిస్తామని, ఉద్యమంలో భాగంగా అక్టోబర్ 6న ప్రతిపక్ష ఎంపీలందరితో కలిసి ఢిల్లీలోని కేంద్ర ఎన్నికల సంఘం కార్యాలయానికి భారీ నిరసన ర్యాలీ చేపడతామని స్పష్టం చేశారు. అనంతరం అక్టోబర్ రెండో వారంలో భారత రాష్ట్రపతి ద్రౌపది ముర్ము అపాయింట్‌మెంట్ కోరి, రాజ్యాంగబద్ధ సంస్థలను కేంద్ర ప్రభుత్వం ఏ విధంగా తన గుప్పిట్లోకి తీసుకుంటోందో వివరిస్తూ వినతిపత్రం అందజేయనున్నట్లు ఖర్చో వెల్లడించారు.ఎన్నికల వ్యవస్థలో జరుగుతోన్న ఓటు చోరీ వ్యవహారంపై సుప్రీంకోర్టులోని కేసులను వేగవంతం చేయాలని కోరడంతో పాటు, అక్టోబర్, నవంబర్ నెలల్లో దేశవ్యాప్తంగా 5 భారీ బహిరంగ సభలను నిర్వహించనున్నట్లు కాంగ్రెస్ అధినేత తెలిపారు. ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ, కేంద్ర హోం మంత్రి అమిత్ షా ఎన్నికల కమిషన్‌లోని కొందరు అధికారులను కీలుబొమ్మలుగా

మట్టితో నింపేసి లే బెటేగా మార్చిన తరుణంలో.. కట్టాలను తొలగించి చెరువును తవ్వి తీసింది. సర్వాంగ సుందరంగా తీర్చిదిద్దింది. ఇప్పుడు ఊట బావిని కూడా పునరుద్ధరిస్తోంది. ప్లాస్టిక్ వృద్ధాలు, చెత్త, మట్టి, ఒంగ్రుమట్టి (స్లష్), దట్టమైన పిచ్చి మొక్కలతో నీటిని నిల్వ చేసే సామర్థ్యం కోల్పోయిన ఊట బావిని తవ్వి చరిత్రకు జీవం పోస్తోంది హైద్రా.

చరిత్రం ఎంతో ఘనం.. హైద్రాతో భావి తరాలకది సజీవం చారిత్రక నగరంలో ఎన్నో పురాతన బావిలున్నాయి. ఒక్కో బావిది ఒక్కో చరిత్ర అయితే బుమ్-రుక్మీ-ఉద్-దౌలా చెరువు కింద ఉన్న బావికి కూడా చాలా పేరుంది. ఈ ఊట బావిలో నీరు ఔషధ గుణాలుండేవని.. నిజాం పాలకులు ఆ నీటినే తాగేవారని చెబుతుంటారు. బుమ్-రుక్మీ-ఉద్-దౌలా సరస్సు కేవలం ఒక జలవనరు మాత్రమే కాదు.. నగర ప్రజల వారసత్వ సంపద. మూడవ నిజాం సికందర్ జా పాలనా కాలంలో.. సుమారు 1770 ప్రాంతంలో ఈ సరస్సును నిర్మించినట్లు చరిత్ర చెబుతోంది. ఆ కాలంలో ప్రధానమంత్రిగా ఉన్న నవాబ్ రుక్మీ-ఉద్-దౌలా పేరుమీదుగా ఈ సరస్సుకు పేరు వచ్చినట్లు చారిత్రక సమాచారం. దాదాపు 100 ఎకరాల విస్తీర్ణంలో ఉన్న ఈ సరస్సు కట్ట, పరిసరాల్లోని ఔషధ మొక్కల ద్వారా నీరు సహజంగా వడపోతకు గురై బౌలిలోకి చేరేదని, అక్కడి నీరు స్వచ్ఛతతో పాటు ఔషధ గుణాలకు కూడా విలువైనదిగా భావించేవారని చెబుతారు. ఔషధ గుణాలున్న ఈ నీటిని ఎద్ద బండ్ల ద్వారా సుదూర ప్రాంతాలకు తరలించేవారని, చివరకు లండన్ వరకు కూడా ఈ నీటికి సంబంధించిన ప్రయాణం జరిగినట్లు కథనాలు ఉన్నాయి. చెరువులో ఔషధ గుణాలున్న చెట్ల కొమ్మలు, బెరదలు, పూలు వేసి.. ఉంచడం. చెరువు కింద ఉన్న ఊట బావిలోకి వచ్చిన ఆ నీటిలో ఔషధ గుణాలుండేవని చరిత్ర చెబుతోంది. బుమ్ - రుక్మీ-ఉద్-దౌలా చెరువు, ఔషధ మొక్కలు, పురాతన బౌలి.. ఇవన్నీ కలిసి హైదరాబాద్‌లో నీటి సంరక్షణ, సహజ వడపోత, ప్రకృతి ఆధారిత వైద్య విధానాలపై ఉన్న సంప్రదాయ జ్ఞానానికి ఒక అద్భుతమైన ఉదాహరణగా నిలుస్తాయి. బుమ్-రుక్మీ-ఉద్-దౌలా వారసత్వాన్ని పరిరక్షించడం అంటే కేవలం ఒక సరస్సును కాపాడటమే కాదు.. నీరు, ప్రకృతి, వైద్యం, నిజాం రాజవంశ చరిత్రతో ముడిపడిన తథాబ్దాల నాటి వారసత్వాన్ని పరిరక్షించడంగా హైద్రా బావిస్తోంది.

అసలేం జరిగిందంటే

ఒక మార్గం. కానీ తన సినిమాను వివరి వరకు ప్రేక్షకుల్లోకి తీసుకెళ్లేందుకు హీరో ముందుకు వచ్చి ప్రమోట్ చేయడం కూడా బాధ్యతలో భాగమే. సినిమా బాగుందా? బాలేదా? అనేది ప్రేక్షకుల నిర్ణయం. కానీ సినిమాను ప్రమోట్ చేయడం మేకర్స్ బాధ్యత.అందుకే నాని చేస్తున్న ఈ ప్రయత్నాన్ని కేవలం ఫ్లావే సినిమాకు పబ్లిసిటీ గా చూడాలైన అవసరం లేదు. సినిమాపై ఉన్న నెగెటివ్ టాక్‌ను మార్చాలని కాకుండా, ఇంకా థియేటర్లలో ఉన్న సినిమాను మరింత మంచి ప్రేక్షకుల దృష్టికి తీసుకెళ్లే ప్రయత్నంగా చూడాలి. టాక్ ఎలా ఉన్నా.. సినిమా థియేటర్లలో ఉన్నంతకాలం దాన్ని ప్రమోట్ చేయడం మేకర్స్ బాధ్యతే. ఆ బాధ్యతను నాని తీసుకోవడంలో తప్పేమీ లేదు.

వాడుకుంటున్నారని ఆయన ఆరోపణలు చేశారు.

ప్రజాస్వామ్యాన్ని ధ్వంసం చేసిన వారిని తప్పకుండా శిక్షించేలా చూస్తామని రాహుల్ గాంధీ స్పష్టం చేస్తూ.. దేశంలో ఎన్నికలను కొల్లగొడుతున్నారనే వాస్తవాన్ని ప్రజల్లోకి బలంగా తీసుకెళ్లడంలో ప్రతిపక్షం విజయవంతమైందని, ముఖ్యంగా యువతలో ఈ అన్యాయాన్ని ఎదిరించే చైతన్యం పెరిగిందని పేర్కొన్నారు.మరోవైపు జ్ఞానేష్ కుమార్ రాజీనామా చేయకపోతే ఆందోళనలను మరింత తీవ్రతరం చేస్తామని పశ్చిమ బెంగాల్ ముఖ్యమంత్రి మమతా బెనర్జీ హెచ్చరించారు. ఎన్నికల సంఘం పరిధిలో ఎస్ఐఆర్ అమలు, ఫామ్-6 మార్పులు, ఓటర్ జాబితాల తొలగింపు, స్వాఫ్టేర్ కేంద్రీకరణ వంటి కీలక నిర్ణయాలపై విచారణ చేయాలనిఅంటున్నారు. ఎన్నికల సంఘం విశ్వసనీయత కోల్పోయిందని, రాజ్యాంగ పరిరక్షణ కోసం క్షేత్రస్థాయి నుంచి న్యాయస్థానాల వరకు రాజీనీని పోరాటం సాగిస్తామని ఇంటి కూటమి ప్రకటించింది.

అఖిలేష్ ూణారా రధం' రాకపై వివిధ రాజకీయ విశ్లేషణలు వ్యక్తమవుతున్నాయి. మరోవైపు, లోక్‌సభ ఎన్నికల

మాదిరిగానే ఆసెంబ్లీ ఎన్నికల్లోనూ 'ఇండియా' కూటమి పటిష్టంగా కొనసాగుతుందని అఖిలేష్ యాదవ్ స్పష్టం చేస్తున్నారు. ఈ కూటమిలో సీట్ల పంపకాలకు సంబంధించి ఇరు పార్టీల నాయకులు ప్రకటనలు చేస్తున్నారు.రాహుల్ గాంధీ రాయ్‌బరేలీ ఎంపీ అయినప్పటికీ, 1999 నుండి కాంగ్రెస్ పార్టీ ఈ స్థానాన్ని నిరంతరాయంగా తన ఆధీనంలో ఉంచుకుంటూ వస్తోందన్న విషయాన్ని గమనించాలి. అయితే, ఆ ప్రాంతంలో పార్టీకి ఒక్కో ఆసెంబ్లీ స్థానం కూడా లేదు. రాయ్‌బరేలీలో మొత్తం ఆరు ఆసెంబ్లీ స్థానాలు ఉన్నాయి; 2022 ఆసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో వీటిలో నాలుగింటిని ఎన్డీ గెలుచుకోగా, రెండింటిని బీజేపీ గెలుచుకుంది. ఈ సారి రాయ్ బరేలీపై కూడా అఖిలేష్ కన్నేశారు.



‘రాజమండ్రి సిటీ’ రాజకీయం మంచి హాటే... !



హైదరాబాద్ పెన్ పర: రాజుపండ్రి సీట్
 (రాజుపండ్రిపరం అర్బన్) నియోజకవర్గ రాజకీయం ప్రస్తుతం అధికార కూటమి అధిపతిత్వంలో స్థిరంగా ఉన్నందున, చైన్స్ నేత, మాజీ ఎంపీ భరత్ కూడా అదే రేంజీలో పాల్గొన్నప్పుడు, ఈ నియోజకవర్గం... టీడీపీకి బలమైన కంపెనీ. కూటమి బలం విషయానికి వస్తే... ఎమ్మెల్యే ఆదిర్తి శ్రీవాణి (వాసు): 2024 అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో విజయం దక్కించుకున్నారు. అదే ఎన్నికల్లో ఎంపీ నుంచి ఎమ్మెల్యే స్థాయికి దిగి పోటీ చేసిన మార్గాని భరత్ రామ్ 71,404 ఓట్ల భారీ తేడాతో ఓడిపోయారు. ఎమ్మెల్యే ఆదిర్తి వాసు ప్రస్తుత నియోజకవర్గంలో 'సున

పాదులో -- మన ఆదిరెడ్డి అనే వివాత్సా కర్మకర్మమంతో నిరంతరం ప్రజల్లో ఉంటూ, స్థానిక సమస్యల పరిష్కారానికి ప్రాధాన్యత ఇస్తున్నారు. నాయకులను కలుసుకుంటు న్నారు. కూటమిని సమన్వయం చేసుకుంటూ ముందుకు సాగుతున్నారు. ఇక, రాజమండ్రి ఎంపీ పురందేష్వర్ ప్రభావం కూడా నియోజకవర్గంపై బాగానే ఉందని అంటున్నారు. రాజమండ్రి లోక్ సభ స్థానం నుండి బీజేపీ తరఫున గెలిచిన దగ్గుబాటి కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాల సమన్వయంతో అభివృద్ధికి ప్రాధాన్యం ఇస్తున్నారు. అభివృద్ధి పనుల విషయానికి వస్తే.. 2027లో రాబోయే గోదావరి పుష్కరాలను దృష్టిలో ఉంచుకుని నియోజకవర్గం లో పూల్ల అధునికీకరణ, ఇతర మౌలిక పనులను

కల్పనపై ప్రథమం ప్రత్యేక దృష్టి సారించింది. నిధుల కేటాయింపు కూడా ముమ్మరంగానే సాగుతోంది. నగరంలో దాదాపు రూ. 350 కోట్ల విలువైన అభివృద్ధి పనులకు ప్రణాళికలు సిద్ధం చేయడంతో పాటు, జీవీఎల ప్రథమి అట్టినాకే ఆదనపు భవనాలకు నిధులు కేటాయింపుకు. ఇవన్నీ... ఎమ్మెల్యే వాసు నేతృత్వంలోనే జరుగుతున్నాయని పార్టీ నాయకులు చెబుతున్నారు.మరోవైపు త్వరలోనే జగన్మనసు మునిపలో కార్పొరేషన్ ఎన్నికల వ్యవహారం కూడా కీలకంగా పోలింది. రాజమండ్రి మునిసిపల్ కార్పొరేషన్ ఎన్నికల చుట్టూ టీడీపీ పరస్పర వైరేనే రాజకీయాలూ కొనసాగుతున్నాయి. చుట్టూపక్కల గ్రామాలను విలీనం చేసి “గ్రేటర్ రాజమండ్రి” ఏర్పాటు చేయాలనే ప్రతిపాదనపై హైకోర్టులో ఉన్న వివాదాల కారణంగా గత కొంతకాలంగా ఈ స్థానిక సందర్భాల ఎన్నికలు వాయిదా పడుతూ వస్తున్నాయి. దీనిపై తదితర కొనసాగుతూనే ఉన్నాయి. ఎదురుదూరువుస్తున్నాయి.అంతర్గత రాజకీయ సమీకరణాల విషయానికే వస్తే... మేయర్ సీటు కోసం పోటీ నెలకొంది. ఈ సీటును దక్కించుకు నేందుకు కూటమి భాగస్వామ్య పక్షాననే టీడీపీ, బీజేపీల మధ్య అంతర్గత చర్యలు కొనసాగుతున్నాయి. ఒక రకంగా చెప్పాలంటే... పోటీ గడ్డిగా నడుస్తున్నాయి. మరోవైపు జనసేన స్థానిక శ్రేణుల కొరత సమస్యని లోపం చర్యని యావంతంగా మారింది. కాక, వైసీపీ విషయానికే వస్తే... గత ఎన్నికల్లో ఓటమి తర్వాత మాజీ ఎంపీ/ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి మార్గాని భరణి రామ్ ఆద్యర్థంలో పార్టీ శ్రేణులు మళ్ళీ పుంజుకునేందుకు ప్రయత్నిస్తున్నాయి. కానీ, కూటమి వేరేతో పాటు అదిరెడ్డి కుటుంబానికే ఉన్న స్థానిక చట్ట ముందు ప్రస్తుతం ప్రతిపక్షం డిఫెన్స్లో పడిందని విశేషాలు చెబుతున్నారు.

జగన్ పులివెందులకు బాబు పవన్...అందుకేనా ?

హైదరాబాద్ పేస్ వర: ప్రైవేటీ అధినేత ప్రైవేస్ జగన్ సొంత ఇలాకా పులివెందుల అన్నది తెలిసిందే. ఆయన తండ్రి కాంం నంబి అక్కడ రాజకీయ కోటను నిర్మించుకొని వరసబెడ్డి ప్రతి ఎన్నికల్లోనూ గెలుస్తూ వస్తున్నారు. అలాంటి పులివెందులకూ ఇప్పుడు ముఖ్యమంత్రి వరదరాజు ఉప ముఖ్యమంత్రి వసన్ కళ్యాణి కలసికట్టుగా వస్తున్నారు. ఈ నెల 5న పులివెందులలో జరిగే అధికారిక కార్యక్రమాలలో వారు పాల్గొంటారు అని అంటున్నారు. రాజశేఖర్ రెడ్ రస్ ఏపీ మైత్రం పులివెందుల వైపు రోడ్ ను అవకాశం ఉంది. అలా ఓవర్ టూ పులివెందులగా ఆ రాజ్ కన్నీ గంటల పాటు మీడియా మైత్రం ఛోకన్ చేయనుంది.

రాజకీయంగా చర్చ :

నిజానికి అతిథాన పార్టీ పెద్దలు ఎక్కడికి అయినా వెళ్లడం, అయితే ప్రత్యేకించి కొన్ని ప్రాంతాలకు వెళ్ళినప్పుడు అక్కడ పొలిటికల్ వైలేజ్స్ వేరగా ఉంటాయి. అందుకే అంతటి దృఢమైన అన్వేషం ఏర్పడుతుంది. విషాదానికి వస్తే అల్టిమేట్ గా 5వ తేదీన రేవెన్యూ కడప జిల్లా పులివెందులలో నియోజకవర్గంలో బబు వసన్ వర్కశింపచున్నారు. కూటమి ప్రభుత్వం ఏర్పడిన తర్వాత జగన్మోహన్ రెడ్డి సొంత నియోజకవర్గమైన పులివెందులలో బాబు వసన్ కలిసి వర్కశింపచుండటం ఇదే మొదటిసారి కావడంతో ఈ విషయం అధికీయంగా ఎంతో ప్రాధాన్యత సంతరించుకుంది. అయితే ఆదికానీ కార్యక్రమాల్లోనే వారు పాల్గొంటారు అని అంటున్నారు.

అభివృద్ధికి శ్రీకారం :

ఇక పులివెందుల నియోజకవర్గంలోని లింగాల మండలం పార్వపల్లె సమీపంలో సుమారు 480 కోట్ల రూపాయల అంచనా జ్వయంతో నూతనంగా నిర్మించిన భారీ తాగునీటి ప్రాజెక్టు ఇటీవలే ఓపిక మిషన్ అమరజీవి జలధారణ చంద్రబాబు మవన్ కలిసి ప్రారంభించిన సున్నారు. ఈ వధకం ద్వారా ఏడు మండలాల్లోని సుమారు 5.5 లక్ష మంది ప్రజలకు తాగునీరు



అందునుండి, అదే విధంగా పులివెందుల పరిధిలోనే అర్బుదైన పేద ప్రజలకు శాశ్వత ఇళ్ల పట్టాలను ఈ ఇద్దరు నేతలు పంపిణీ చేయనున్నారు. పులివెందుల నియోజకవర్గాలలో సైకిల్ దుండిగోళ్ల ఉన్న వాని మౌళిక వసతుల వసతులకు సైకిల్ శంకుస్థాపనలు చేయనున్నారు. అనంతరం ఈ పర్వతాలను భాగంగా కూలమి ప్రభుత్వం తరపున ఒక ఛార్జి ఐవరంగ నగలు కూడా నిర్వహించేందుకు ఆదేశాలున్నాయి స్థానిక కూలమి నేతలు ఏర్పాటు చేస్తున్నారు. మరి ఈ సభలో బాబు పవన్ పేటి మాట్లాడుతూ ఆస్పదే ఉత్తరంన రేవుతోంది

సానిక ఎమ్మెల్యేగా :

జగన్ మూడు సార్లు పులివెందుల నుంచి ఎమ్మెల్యేగా ఉన్నారు. అలాగే ఒకసారి ముఖ్యమంత్రిగా రెండు సార్లు ప్రతిపక్ష నేతగా ఉన్నారు. గతంలో విపక్ష నేతగా అసెంబ్లీకి హాజరైన జగన్

ఈనాటి మాత్రం అసలు వెళ్లడం లేదు, దాంట్లో స్థానిక ఎమ్మెల్యేగా జగన్ గురించి కూటమి పెద్దలు ఏమీ మాట్లాడతారు అన్నది కూడా చర్చగా ఉంది. ఆనెండ్లీకి స్థానిక ఎమ్మెల్యే రావడం లేదన్న ఆంధ్ర ప్రస్థానిక కనుక అ రాజకీయంగా కాక పుట్టించే చాన్స్ ఉంది. నిజానికి ఎమ్మెల్యేగా పులివెందుల అభివృద్ధి విషయంలో జగన్ ఏమీ చేశారు, కూటమి ప్రభుత్వం ఏమీ చేసింది అన్నది కూడా ఈ ఇద్దరు నేతలు వివరించే చాన్స్ ఉంది. మొత్తానికి కాబూ జగన్ కిని పులివెందుల రావడం అన్నది రాజకీయంగా చర్చకు తాప ఇస్తోంది. త్వరలో స్థానిక సంస్థల ఎన్నికలు జరగనున్న సేపట్లోనే పులివెందుల మున్సిపాలిటీ, అలాగే జెడ్పీటీసీలు ఎంపీపీలు కూడా గెలుచుకోవాలని కూటమి పక్కా టార్గెట్ చేస్తోంది.

**వైసీపీ ఎంపీ: మాన్
పాలిటిక్స్ చేయాలిందే... !**



మానో! ఈ మాట నాయకులే చెబుతున్నారు. క్లాస్ పాలిటిక్స్ ఇక్కడ నడిచే పరిస్థితి లేదు. బహుశ ఈ విషయం ఇంకా వైసిపీ ఎంపీగా ఉన్న తిరుపతి నేత.. గురుమూరికి తెలిసినట్లుగా

లేదు. ఆయన రెండోసారి విజయం దక్కించుకున్నాక చూడూ ఇంకా క్లాస్ పాలిటిక్స్ మొగ్గు చూపుతున్నాడు. దీంతో ఆయన పెద్దగా పుంజుకుంటున్నట్టు కనిపించడం లేదన్నది పార్టీలో జరుగుతున్న చర్చ. గతంలో జగన్ కు ఫిజియోథెరపిస్ట్గా పనిచేసిన ఆయన, 2021 ఉపఎన్నికలో తొలిసారి, 2024 సార్వత్రిక ఎన్నికల్లో రెండోసారి తిరుపతి ఎంపీగా విజయం సాధించారు.

నియోజకవర్గ సమస్యలపై ప్రశ్నలు
సంధించే విషయంలో గురుమార్గి
ముందున్నూట వాస్తవం.
పార్లమెంటులో తిరుపతికి
సంబంధించిన పలు మౌలిక
సదుపాయాల సమస్యలపై వందకు
పైగా ప్రశ్నలు సంధించారు. రైల్వే
కోడ్లు ప్రాజెక్టులకు సంబంధించిన
సంబంధించిన

అదేసమయంలో తిరుపతిలోని నేషనల్ ఇన్స్టిట్యూట్ ఆఫ్ ఇంఫర్మేషన్స్, ఇన్ఫర్మేషన్ టెక్నాలజీ సంస్థను అమరావతికి తరలించాలనే ప్రతిపాదనలను వ్యతిరేకిస్తూ, తిరుపతిలోనే 15 ఎకరాల శాశ్వత కాంపస్ ఏర్పాటుకు ఆయన

ప్రయత్నిస్తున్నారు. ఇక, తిరుమల లద్దా ప్రచారం నెయ్యి కట్టి విచారంపై వైసిపీ తరఫున ఎంపీ గట్టిగా వాయిస్ వినిపించారు. కానీ, ఇవేమీ పెద్దగా ఆయనకు పేరు తీసుకురావడం లేదు. రాష్ట్రంలో వైసిపీ అధికారాన్ని కోల్పోయినప్పటికీ, తిరుపతి రిజియన్లో పార్టీని కాపాడుకోవడానికి ప్రయత్నిస్తున్నారు. జగన్ కు నమ్మకస్పూడిగా ఉంటూ పార్టీ కార్యక్రమంలో ముందంజలో ఉంటున్నారు. కానీ, మేజర్ పాలిటిక్స్ విషయానికి వస్తే.. తిరుపతిలో కూటమి బలంగా ఉంది. డీటీపీ, జనసేన, బీజేపీల నాయకులు రాజకీయంగా దూకుడు ప్రదర్శిస్తున్నారు. వీరితో కంపేర్ చేసుకుంటే తిరుపతి ఎంపీగా గురుమూర్తి వెనుకబడ్డారని వాస్తవం. ఈ విషయాన్ని పార్టీ నాయకులు కూడా అధిష్టానానికి వివరిస్తున్నారు. ప్రస్తుతం మాన్ ఇమోటింగ్ సొంతం చేసుకున్న నాయకులు మాత్రమే రాజకీయంలో దూకుడుగా ఉంటున్నారు. కానీ, గురుమూర్తి స్టైల్ వేరేగా ఉంది. దీంతో తిరుపతిలో పెద్దరెడ్డి రామచంద్రారెడ్డి చరణ్ కొద్దుతున్నామని నాయకులు అభిప్రాయపడ్డారు. ఇక.. దీనిని తీర్చడం నాయకులు వ్యతిరేకిస్తున్నారు. ఇక, రాష్ట్రం తనకంటే ప్రత్యేక వడ్డాని మొయిట్ చేయకపోవడం ఒకతరంగా మంచిదే అయినా.. హ్యూచర్ పాలిటిక్స్ మాత్రం ఎంపీకి ఇబ్బందన్న చర్చ ఉంది. సో.. గురుమూర్తి మాన్ పాలిటిక్స్పై దృష్టి పెట్టాలన్నది మేజారిటీ నాయకులు కోరుతున్న పాట.

ರಾಜಕೀಯಾಲ್ಯೋ ರಾಣಿಂಚೆ..ಶಾಸಿಂಚೆ.. ಸಿನ್ ಸಾಯಿರೊಡ್ಲೆಕಿ ಓಂದಾ?

హైదరాబాద్ వెన్ వరద: మాజీ రాష్ట్రపతి నమ్మడు విజయసాయిరెడ్డికి అంత సీన్ ఉందా? రాజకీయాలపై రాజీంపగలరా? అనలు ఏవీ రాజకీయాలను ఇసుమంతైనా శాసించగలరా? ఇదే ప్రశ్న వినిపిస్తుంది. కేవలం సామాజికవర్గం ఒక్కటే ఉంటే సరిపోదు. అర్థిక పరిస్థితులు కూడా అనుకూలించవలసి రాజకీయాలలో రాజీంపాలంటే.. శాసించాలంటే..



నిరంతరం జనంలో ఉండాల్సి, వారికి దగ్గరవ్వాలి. కేవలం ఒక పార్టీ పెట్టి తానేదో ఏమీ ప్రజలను ఉద్ధరిస్తానని బలం కొంత కాలంగా ఆయన మీదయా సమాజాన్ని నుంచి పారదూస్తూ చేస్తానని విజయసాం మరొక పార్టీని దెబ్బతీయడం కాని జరిగిందో కోరుకుంటున్నారా? ఆయన రాజకీయ మీడియాలో జోరూగా వినిపిస్తున్నాయి.

సొంతంగా ఎదగగలరా?

విజయనాయునిద్ది ఆంధ్రప్రదేశ్ రాజకీయాల్లో సాంతంగా రాణించేందుకు, ఒక సరికొత్త ప్రత్యామ్నాయంగా ఎదిగేందుకు తీవ్రంగా ప్రయత్నిస్తున్నారు. ఢిల్లీకి, రాజ్యసభ పదవికి రాజీనామా చేసిన ఆయన, ప్రస్తుత ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో సాంతంగా సుతన రాజకీయ పార్టీని స్థాపించే పనుల్లో నిమగ్నమయ్యారు. విజయనాయునిద్ది తాను పట్టణంలో కొత్త పార్టీలో ముఖ్యమంత్రి అభ్యర్థిగా తాను ఉండవలసిన లీడని, మహారాష్ట్రలో బాల్ థాకరే తరహాలో కేవలం పార్టీకి మెంటార్‌గా మాత్రమే ఉంటానని ప్రకటించారు. అలాగే తన పార్టీలో 66 శాతం అవకాశాలు 40 ఏళ్లలోపు యువతకే ఇస్తానని నువ్వు చెశారు. దీని ద్వారా తెర వెనుక ఉండి నడిపించే వ్యూహకర్తగా రాణించాలని ఆయన భావిస్తున్నారు. ఇటు అధికార తెలుగుదేశం , అటు ప్రతిపక్ష వైసీపీ కుటలం పార్టీగా మారిపోయారని ఆయన విమర్శిస్తున్నారు. ఈ రెండింటికీ ప్రత్యామ్నాయంగా మూడో ప్రత్యామ్నాయం శక్తిగా ఎదగాలని ఆయన రోడ్‌మ్యాప్ సిద్ధం చేసుకుంటున్నారు.

అనుభవం ఉన్నా.. పట్టు ఎక్కడ?

వైఎస్ రాజశేఖర రెడ్డి, వైఎస్ జగన్ మోహన్ రెడ్డి ఇద్దరికీ అత్యంత సన్నిహితుడిగా, వైసీపీలో సంచర-2 నాయకుడిగా తెలమొక రాజకీయం నడిపిన అపార అనుభవం, పూర్వాత్మక చతురత ఆయనకు ఉన్నాయి. విశాఖపట్నం, ఉత్తరాంధ్ర ప్రాంతాలతో ఆయనకు ఉన్న భావోద్వేగ బంధం, అక్కడ ఆయనకున్న పట్టు కొత్త పార్టీకి బలంగా మారే అవకాశం ఉంది. కేవలం రాజకీయ విమర్శలకే పరిమితం కాకుండా ప్రజల ఆధారంగా పెంచడం, ధరలు తగ్గించడం వంటివి ఐదు సామ్రాట అడ్మిక్ ఎడెంట్లో ముందుకు వెళ్తున్నారు. అదే సమయంలో విజయసాయిరావుకి మొదటి నుండి వైసీపీ ముగ్గురు నాయకుడు కావడం వల్ల, ఆయన కొత్త పార్టీ పెడతే అది మెజారిటీగా వైసీపీ ఓట్లను, ఆ పార్టీ అభిమానులనే చిత్తీ ప్రమాదం ఉందని ఆయన అనుచరులు భావిస్తున్నారు. కానీ అది సాధ్యం అయ్యే అవకాశం లేదు. వైఎస్ పర్వల జాగ్రత్త ఓటు బ్యాంకును చీల్చలేకపోయారన్న విషయాన్ని గుర్తు చేస్తున్నారు. ఏపీలో బలమైన పునాదులన్న కూటమి , వైసీపీలను ఎదుర్కొని క్షేత్రస్థాయిలో సొంత కార్యక్రమ, సమృద్ధులను నాయకత్వాన్ని నిర్బంధకీకరణం అంత సులువు కాదు. మరి విజయసాయిరావుకి పేరులో విజయ అనే పేరు రాజకీయంగా కనుమరుగై చివరి పేరు మిగిలే అవకాశాలున్నాయన్న నెట్టింగ్ సోఫ్ట్ మీడియాలో బలంగా వినిపిస్తున్నాయి.

**టీడీపీ వర్కెస్ వైసీపీ.. యుద్ధం
మామూలుగా లేదుగా?**



హైదరాబాద్ వెన పవర్: ఆంధ్రప్రదేశ్ లో టీడీపీ, వైసీపీ సోషల్ మీడియా వేదికగా యుద్ధమే చేస్తున్నాయి. ఒకరకంగా చెప్పాలంటే ప్రతి నియోజకవర్గంలో టీడీపీ వచ్చిన వైసీపీ మధ్య వార్ మామూలుగా లేదు. చిత్తూరు నియోజకవర్గంలో టీడీపీ మరియు వైసీపీ మధ్య రాజకీయ విమర్శలు సోషల్ మీడియాలో అర్థిమీడియల్ ఇంటెలిజెన్స్ వీడియోల రూపంలో తీవ్రపరుచు దాల్చాయి. చూసే వారికి ఇది కొత్త అనుభవమయినా.. రెండు పార్టీలు తగ్గరం లేదు. ఒకరిపై మరొకరు బురద జల్లుకోవడానికి అర్థిమీడియల్ ఇంటెలిజెన్స్ ఈ రకంగా ఉపయోగపడుతుంది. వ్యక్తిగత దూషణలు, విమర్శలతో ప్రజలను తమ వైపునకు మళ్లించేందుకు చేసుకునే ప్రయత్నంలో భాగంగా రెండు పార్టీలు బహిరంగంగానే ఇబుందుంటే విమర్శలకు దిగుతుండటంతో చిత్తూరు నియోజకవర్గంలో క్షణం.. క్షణం ఉద్రిక్తతలు తలెత్తే అవకాశాలున్నాయి. ఎవరు చెప్పిన నిజం? ఏది అవాస్తవం? అన్నది ప్రజలు చూచే వ్యక్తిగత తీర్పు రూపంలో చెబుతారా? లేదా? రెండు పార్టీల మైఖిల చూసే విమగ్నివేటితారా? అన్నది చూచాలి, ఉంది.

టీడీపీ ఆరోపణలతో...

చిత్తూరులో వివిధ సాహితీకర్తల వారే ముదిరిందనే చెప్పాలి. ప్రైవేట్ ఇన్‌చార్జ్ విజయనందరెడ్డి, ఆయన ఆనందరలులపై ఎర్రపదనం స్పర్శింగ్, ఇవళం, భూ దండాల, అక్రమ లిఖిత వ్యాపారాలంటూ చిత్తూరు టీడీపీ ఎమ్మెల్యే గురజాల జగన్మోహన్ వర్గం వీడియోలను విడుదల చేసింది. ప్రైవేట్ నేత , చిత్తూరు నియోజకవర్గం విజయనందరెడ్డి గొర్రెలపై ప్రశంస చేస్తూ, ఆనందరలు, అక్రమ ఇనుక రేలలింపి, భూ దండాల చేయడం వంటి వాటిపై టీడీపీ ఆరోపణలు చేసింది. ఇది స్థానిక ఎమ్మెల్యే గురజాల జగన్మోహన్ ఆనందరలు పనేనని గుర్తించి ప్రైవేట్ నేతల దానికి బలంగా కొంటర్ ఇవ్వన్నారు. తమ నేతను బజారుకిడ్నీన జగన్మోహన్ పై కాదు కూడా వీడియోలు తీసి సోషల్ చేయడంతో ఈ వివాదం ఎండాకా తెలుతుందన్నది ఎవరికీ అర్థం కాలూకా ఉంది.

ವೇಸ್ಟ್ ಸ್ಟ್ರಾಂಗ್ ಕಾಂಟರ್...

దీడిపి ఎమ్మెల్యే గురజాడ జగన్మోహన్ వర్గం చేసిన ఆరోపణలకు వైసిపి కౌటలరి ఇచ్చింది. ఎమ్మెల్యేను టూటల్ చేస్తూ వైసిపి సోషల్ మీడియా విభాగం 'ఐదరి బస్సు' ఎమ్మెల్యే 'పేరుతో' ఓ ఏట వీడియోను రూపొందించింది. రెండేళ్లుగా భూములు, ఇసుక, గ్రావేట్, గ్రానైట్ అక్రమాలకు పాల్పడుతున్నారంటూ ఆరోపణలు గుప్పింది. గురజాడ జగన్మోహన్ వీడియోలో వనం అర్బిషియల్ ఇంటిలిజెన్స్ వీడియోలను సోషల్ చేసింది. ఈ రెండు పార్టీల అర్బిషియల్ ఇంటిలిజెన్స్ ప్రచారం వైరల్ గా మారింది. బహిరంగ నడలు, ప్రెస్ మీట్లను దాటి ఇరు పార్టీలు సోషల్ మీడియా వేదికగా ఏట టెక్నాలజీని మూకుంటూ వ్యక్తిగత విమర్శలు, వనస్సులు, ఆరోపణలతో వీడియోలను వైరల్ చేస్తున్నాయి. పోలీసులు అప్రమత్తమయ్యారన్నారు. రెండు పార్టీల మధ్య ఉద్రిక్తతలు సోట చేసుకునే అవకాశముందని భావించి పోలీసులు ఈ రకమైన వీడియోలు చేసిన వారిపై చర్యలకు సిద్ధమయినట్లు తెలిసింది.

రోజూ ఒక నారింజ పండును తప్పనిసరిగా తినాల్సిందే..



నారింజ పండ్ల మనకు ఏడాది పొడవునా అన్ని సీజన్లలోనూ అందుబాటులో ఉంటాయి. చలికాలం సీజన్ లో ఇవి మనకు మార్కెట్లో ఎక్కువగా దర్శనమిస్తాయి. ప్రపంచవ్యాప్తంగా అనేక దేశాల్లో అత్యధిక మొత్తంలో లభించే పండ్లలో నారింజ పండు కూడా ఒకటి. నారింజ పండ్లను అనేక రకాలుగా తీసుకోవచ్చు. వీటిని నేరుగా అలాగే తినవచ్చు. లేదా జ్యూస్ చేసి తాగవచ్చు. ఇతర పండ్లతో కలిపి సలాడ్ రూపంలోనూ తినవచ్చు. అనారోగ్య సమస్యలు ఉన్నవారికి నారింజ పండ్లను తినాలని వైద్యులు చెబుతుంటారు. ఈ పండ్లలో అనేక పోషకాలు ఉంటాయి. ఇవి మనకు అనేక లాభాలను అందిస్తాయి. రోజూ కచ్చితంగా ఒక నారింజ పండును తినాలని, దీంతో అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు కలుగుతాయని పోషకాహార నిపుణులు సైతం సూచిస్తున్నారు. చిన్నారల నుంచి పెద్దల వరకు ప్రతి ఒక్కరు ఈ పండ్లను కచ్చితంగా రోజూ తినాలని వారు చెబుతున్నారు.

విటమిన్ సి..

నారింజ పండ్లలో అధిక మొత్తంలో విటమిన్ సి ఉంటుంది. విటమిన్ సి అధికంగా లభించే పండ్లలో నారింజ పండు ముందు వరుసలో నిలుస్తుంది. ఒక మీడియం సైజు నారింజ పండును తింటే మనకు రోజుకు కావల్సిన విటమిన్ సిలో 100 శాతం లభిస్తుంది. విటమిన్ సి వల్ల రోగ నిరోధక వ్యవస్థ

వటిష్టంగా మారుతుంది. రోగ నిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. వ్యాధులు, ఇన్ ఫెక్షన్లు తగ్గుతాయి. ముఖ్యంగా సీజనల్ వ్యాధులకు చెక్ పెట్టవచ్చు. దగ్గు, జలుబు తగ్గుతాయి. విటమిన్ సి వల్ల చర్మానికి సైతం ఎంతో మేలు జరుగుతుంది. ఇది శరీరంలో కొల్లాజెన్ ఉత్పత్తి అయ్యేలా చేస్తుంది. దీని వల్ల చర్మం సాగి గుణాన్ని పొందుతుంది.



చర్మం కాంతివంతంగా మారి మెరుస్తుంది. వృద్ధాప్య ఛాయలు తగ్గుతాయి. యవ్వనంగా కనిపిస్తారు. విటమిన్ సి శక్తివంతమైన యాంటీ ఆక్సిడెంట్ గా కూడా పనిచేస్తుంది. ఇది ఫ్రీ రా్యాడికల్స్ ను తొలగిస్తుంది. క్యాన్సర్ కణాలను నాశనం చేస్తుంది. దీని వల్ల పెద్ద పేగు క్యాన్సర్ రాకుండా అడ్డుకోవచ్చు.

గుండె ఆరోగ్యానికి..

నారింజ పండ్లను తినడం వల్ల విటమిన్ బి6 అధికంగా లభిస్తుంది. ఇది హిమోగ్లోబిన్ ఉత్పత్తి అయ్యేలా చేస్తుంది. దీంతో ఎర్ర రక్త కణాలు వృద్ధి చెందుతాయి. రక్తం తయారవుతుంది. రక్తహీనత తగ్గుతుంది. అలాగే శరీరంలో రక్త సరఫరా మెరుగు పడుతుంది. దీంతో బీపీ తగ్గుతుంది. హైబీపీ ఉన్నవారికి నారింజ పండ్లు ఎంతో మేలు చేస్తాయి. రోజూ ఒక నారింజ పండును తింటుంటే ఎంతో మేలు జరుగుతుంది. ఈ పండ్లను తింటుంటే కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలు తగ్గుతాయి. రక్తనాళాల్లో ఉండే అడ్డంకులు తొలగిపోతాయి. దీంతో గుండె ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. హార్ట్ ఎటాక్ రాకుండా సురక్షితంగా ఉండవచ్చు. నారింజ పండ్లలో ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది. ఇది జీర్ణశక్తి పెరిగేలా చేస్తుంది. దీని వల్ల ఆహారం సులభంగా జీర్ణం అవుతుంది. అజీర్తి ఉండదు. మలబద్ధకం తగ్గుతుంది. జీర్ణ వ్యవస్థను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది.

దయాబెటిస్ ఉన్నవారు కూడా..

దయాబెటిస్ ఉన్నవారు సైతం నారింజ పండ్లను తినవచ్చు. ఇందులో భయం చెందాల్సిన పనిలేదు. నారింజ పండ్లను తింటే షుగర్ పెరుగుతుందని అనుకుంటారు. కానీ ఇది అపోహ. ఇందులో నిజం లేదు. ఎందుకంటే నారింజ పండు గ్లైసెమిక్ ఇండెక్స్ విలువ 40గా ఉంటుంది. అందువల్ల ఈ పండును తింటే షుగర్ లెవల్స్ అమాంతం పెరగవు. పైగా ఈ పండ్లలో ఉండే విటమిన్ సి, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, ఫైబర్ షుగర్ లెవల్స్ ను తగ్గించేందుకు సహాయం చేస్తాయి. కనుక దయాబెటిస్ ఉన్నవారు కూడా నిరభ్యంతరంగా ఈ పండ్లను రోజూ తినవచ్చు. ఇందులో సందేహించాల్సిన పనిలేదు. ఇక ఈ పండ్లలో సిట్రిట్స్ అధిక మొత్తంలో ఉంటాయి. ఇవి కిడ్నీల్లో స్టాప్డు ఏర్పడకుండా చూస్తాయి. అందువల్ల కిడ్నీ స్టాప్డు ఉన్నవారికి మేలు జరుగుతుంది. అలాగే మూత్రం పీహెచ్ స్థాయిలు సరైన రీతిలో ఉంటాయి. దీని వల్ల మూత్రాశయం, కిడ్నీలు ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి. ఇలా నారింజ పండును రోజుకు ఒకటి చొప్పున తింటుంటే అనేక లాభాలను పొందవచ్చు.



రోజూ 30 నిమిషాల పాటు స్కిప్పింగ్ చేస్తే.. ఎన్ని అద్భుతమైన లాభాలు కలుగుతాయో తెలుసా..?

ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే రోజూ వ్యాయామం చేయాలన్న విషయం అందరికీ తెలిసిందే. ఒకప్పుడు ప్రజలు శారీరక శ్రమ ఎక్కువగా చేసేవారు. రోజూ ఏదో ఒక పనిలో నిమగ్నమై ఉండేవారు. దీంతో వారికి చక్కని వ్యాయామం జరిగేది. దీని వల్ల వారు ఆరోగ్యంగా ఉండేవారు. వృద్ధాప్యం వచ్చినా శారీరక దారుధ్యం ఉండేది. కానీ ప్రస్తుతం యుక్త వయస్సులోనే అన్ని రోగాలను కొని తెచ్చుకుంటున్నారు. ఇందుకు ప్రధాన కారణం వ్యాయామం లేదా శారీరక శ్రమ లేకపోవడమే అని చెప్పవచ్చు. కనుక ప్రతి ఒక్కరు ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే కచ్చితంగా రోజూ వ్యాయామం చేయాల్సి ఉంటుంది. అయితే మనకు అనేక రకాల వ్యాయామాలు అందుబాటులో ఉన్నాయి. వాటిల్లో చాలా మంది తమకు సౌకర్యవంతంగా ఉండే వ్యాయామాలను చేస్తుంటారు. ఇక అలాంటి వ్యాయామాల్లో స్కిప్పింగ్ కూడా ఒకటి. దీన్నే రోప్ జంపింగ్ లేదా స్కిప్పింగ్ రోప్స్ అని కూడా పిలుస్తారు. ఈ వ్యాయామాన్ని చాలా మంది చేస్తుంటారు. అయితే దీన్ని రోజూ చేయడం వల్ల మనకు అనేక లాభాలు కలుగుతాయి.

గుండెకు చక్కని వ్యాయామం..

స్కిప్పింగ్ ను రోజూ కనీసం 30 నిమిషాల పాటు చేస్తే ఎన్నో లాభాలు ఉంటాయని ఫిట్ నెస్ నిపుణులు చెబుతున్నారు. అయితే స్కిప్పింగ్ అసలు అలవాటు లేని వారు రోజుకు 30 నిమిషాల చేయడం కష్టం అవుతుంది. కనుక ముందుగా 5 నిమిషాలతో ప్రారంభించాలి. క్రమంగా ఆ సమయాన్ని పెంచుతూ పోవాలి. దీని వల్ల రోజూ 30 నిమిషాల పాటు స్కిప్పింగ్ చేసే సామర్థ్యం వస్తుంది. ఇలా ఈ వ్యాయామం చేస్తే అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను పొందవచ్చు. స్కిప్పింగ్ వల్ల గుండెకు చక్కని వ్యాయామం అవుతుంది. దీన్ని అత్యుత్తమ, ఖర్చు లేని కార్డియో వ్యాయామంగా చెప్పవచ్చు. దీని వల్ల శరీరంలోని అన్ని అవయవాలకు రక్తం, ఆక్సిజన్ సరఫరా సక్రమంగా అవుతాయి. రక్త సరఫరా మెరుగు పడుతుంది. బీపీ నియంత్రణలో ఉంటుంది. గుండె ఆరోగ్యం మెరుగు పడుతుంది. హార్ట్ ఎటాక్ రాకుండా చూసుకోవచ్చు.

కొవ్వు కరుగుతుంది..

స్కిప్పింగ్ వల్ల శ్వాసకోశ వ్యవస్థ పనితీరు మెరుగు పడుతుంది. శరీరంలోని అన్ని భాగాలకు ఆక్సిజన్ సరఫరా పెరుగుతుంది. కార్బన్ డయాక్సైడ్ సులభంగా బయటకు వెళ్లిపోతుంది. స్కిప్పింగ్ చేయడం వల్ల శరీరంలోని అన్ని అవయవాలకు చక్కని వ్యాయామం అవుతుంది. ముఖ్యంగా పొట్ట, తొడలు, పిరుదులకు చక్కని వ్యాయామం అవుతుంది. దీంతో ఆయా భాగాల్లో ఉండే కొవ్వు కరుగుతుంది. శరీరం సన్నగా నాజుగా మారుతుంది. కండరాలు దృఢంగా మారి చక్కని దేహ దారుధ్యం సొంతమవుతుంది. శరీరంలో శక్తి సామర్థ్యాలు పెరుగుతాయి. యాక్టివ్ గా ఉంటారు. ఉత్సాహంగా పనిచేస్తారు. నీరసం, అలసట ఉండవు. బద్ధ కం పోతుంది. ఈ వ్యాయామం చేయడం వల్ల శరీరం లోని కొవ్వు సులభంగా కరిగిపోతుంది. రోజూ 30 నిమిషాల పాటు స్కిప్పింగ్ చేస్తే శరీరం సుమారుగా 300 క్యాలరీల వరకు శక్తిని ఖర్చు చేస్తుంది. దీంతో ఎంతో మేలు జరుగుతుంది. అధిక బరువు సులభంగా తగ్గుతారు.

ఎముకల ఆరోగ్యానికి..

స్కిప్పింగ్ చేయడం వల్ల చర్మం సైతం సురక్షితంగా ఉంటుంది. చర్మానికి రక్త సరఫరా పెరుగుతుంది. పోషకాలు లభిస్తాయి. వృద్ధులు సులభంగా బయటకు వెళ్లిపోతాయి. చర్మం శుభ్రంగా మారుతుంది. ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. కాంతివంతంగా మారి మెరుస్తుంది. వృద్ధాప్య ఛాయలు తగ్గుతాయి. యవ్వనంగా కనిపిస్తారు. సాధారణంగా వయస్సు మీద పడే కొద్దీ ఎముకలు బలహీనంగా మారుతాయి. దీనికి క్యాల్షియం లోపం తోడైతే ఎముకలు పెళుసుగా మారి త్వరగా విరిగిపోయేందుకు అవకాశాలు ఉంటాయి. అయితే రోజూ స్కిప్పింగ్ చేస్తే వృద్ధాప్యంలో ఎముకల సంబంధిత సమస్యలు వచ్చే అవకాశాలు చాలా తక్కువగా ఉంటాయని తెలుస్తోంది. ప్రస్తుతం చాలా మంది బరువు సమస్యతో ఇబ్బందులు పడుతున్నారు. శరీరంలో అధికంగా చేరిన కొవ్వును కరిగించుకునేందుకు నానా అవస్థలు పడుతున్నారని. అధికంగా బరువు పెరిగేందుకు అనేక కారణాలు ఉంటాయి. శారీరక శ్రమ లేకపోవడం,

అధిక బరువుతో అవస్థలు పడుతున్నారా..?

అయితే ఈ పండ్లను రోజూ తినండి, ఎంతో మేలు జరుగుతుంది..!

ప్రస్తుతం చాలా మంది అధిక బరువు సమస్యతో ఇబ్బందులు పడుతున్నారు. శరీరంలో అధికంగా చేరిన కొవ్వును కరిగించుకునేందుకు నానా అవస్థలు పడుతున్నారు. అధికంగా బరువు పెరిగేందుకు అనేక కారణాలు ఉంటాయి. శారీరక శ్రమ లేకపోవడం, గంటల తరబడి ఒకే చోట కూర్చుని పనిచేయడం, వేళకు భోజనం చేయకపోవడం, అతిగా తినడం, జంక్ ఫుడ్ ఎక్కువగా తినడం, డైరాయిడ్ వంటి దీర్ఘకాలిక అనారోగ్యాలు ఉండడం వంటివి అధికంగా బరువు పెరిగేలా చేస్తాయి. బరువు అధికంగా ఉన్నవారు కచ్చితంగా తగిన జాగ్రత్తలను పాటించాల్సి ఉంటుంది. రోజూ వ్యాయామం చేయాలి. వేళకు భోజనం చేయాలి. తగినన్ని గంటలపాటు నిద్రించాలి. జంక్ ఫుడ్ తినడం తగ్గించాలి. అలాగే ఆహారం విషయంలో అనేక మార్పులు చేసుకోవాలి. ముఖ్యంగా కొన్ని రకాల పండ్లను తింటుంటే, దీని వల్ల శరీరంలోని కొవ్వు కరిగి బరువు తగ్గుతారు.

బెర్రీలు, యాపిల్..

అధిక బరువు తగ్గేందుకు గాను బెర్రీ పండ్లు ఎంతో దోహదం చేస్తాయి. స్ట్రాబెర్రీలు, బ్లూబెర్రీలు, రాస్బెర్రీలు వంటి బెర్రీ పండ్లను రోజూ తింటుంటే ఎంతగానో ఉపయోగం ఉంటుంది. ఈ పండ్లలో ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది. అందువల్ల వీటిని తింటే అధిక బరువు నిండిన కలుగుతుంది. ఎక్కువ సేపు ఉన్నా ఆకలి వేయదు. దీంతో ఆహారం తక్కువగా తింటారు. ఇది బరువు తగ్గేందుకు ఎంతో సహాయం చేస్తుంది. ఈ పండ్లలో ఉండే యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు సైతం బరువు తగ్గేందుకు దోహదం చేస్తాయి. రోజూ ఒక యాపిల్ పండును తింటుంటే డాక్టర్ వద్దకు వెళ్లాల్సిన అవసరమే రాదు అని అంటుంటారు. ఆ ప్రకారమే రోజూ ఒక యాపిల్ పండును తింటుంటే శరీరంలోని కొవ్వును కరిగించుకుని అధిక బరువును తగ్గించుకోవచ్చు. బరువు తగ్గేలా చేయడంలో యాపిల్స్



ఎంతో మేలు చేస్తాయి. వీటిల్లో ఉండే ఫైబర్ బరువును నియంత్రించే ఉంటుంది.

గ్రేడ్ ఫ్రూట్, పుచ్చకాయలు..

అధిక బరువు సమస్యతో బాధపడుతున్నవారికి గ్రేడ్ ఫ్రూట్ కూడా ఎంతో మేలు చేస్తాయి. వీటిల్లో క్యాలరీలు చాలా తక్కువగా ఉంటాయి. అందువల్ల వీటిని తింటే బరువు తగ్గేందుకు అవకాశాలు ఉంటాయి. ఈ పండ్లను తినడం వల్ల మెటబాలిజం సైతం పెరుగుతుంది. దీంతో క్యాలరీలు ఖర్చవుతాయి. కొవ్వు కరుగుతుంది. అధిక బరువు తగ్గుతారు. ఈ పండ్లలో అధికంగా ఉండే విటమిన్లు

సి, ఎ బరువు తగ్గేందుకు సహాయం చేస్తాయి. పుచ్చకాయలు మనకు కేవలం వేసవిలోనే కాదు, ప్రస్తుతం అన్ని సీజన్లలోనూ అందుబాటులో ఉంటున్నాయి. అందువల్ల పుచ్చకాయలను తింటే ఎంతో మేలు జరుగుతుంది. ముఖ్యంగా ఈ పండ్లను తింటే కడుపు నిండిన భావన కలిగి ఎక్కువ సేపు ఉన్నా ఆకలి వేయదు. ఆహారం తక్కువగా తినేలా చేస్తాయి. దీని వల్ల బరువు తగ్గడం తేలికవుతుంది.

పియర్స్, కివి, అపకాడ్..

పియర్స్ పండ్లను రోజువారీ ఆహారంలో భాగం చేసుకున్నా కూడా మేలు జరుగుతుంది. ఈ పండ్లు కూడా బరువును తగ్గించడంలో

అద్భుతంగా పనిచేస్తాయి. ఈ పండ్లలోనూ ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది. ఇది జీర్ణ వ్యవస్థను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. బరువు తగ్గేలా చేస్తుంది. ఈ పండ్లలో ఉండే విటమిన్ సి రోగ నిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది. శరీరం ఆరోగ్యంగా ఉండేలా చూస్తుంది. రోజూ ఒక కివి పండును తింటున్నా కూడా ఎంతో ఉపయోగం ఉంటుంది. కివి పండ్లను తింటే ఆహారం సులభంగా జీర్ణం అవుతుంది. అజీర్తి ఉండదు. శరీరంలో కొవ్వు పేరుకుపోకుండా చూసుకోవచ్చు. దీని వల్ల అధిక బరువు తగ్గుతారు. రోజూ ఒక అపకాడ్ ను తింటున్నా కూడా అధిక బరువును తగ్గించుకోవచ్చు. ఈ పండ్లలో ఉండే ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు గుండెను ఆరోగ్యంగా ఉంచడమే కాకుండా బరువు తగ్గేందుకు కూడా దోహదం చేస్తాయి. ఇలా ఆయా రకాల పండ్లను తరచూ తింటుంటే అధిక బరువును సులభంగా తగ్గించుకోవచ్చు. ఆరోగ్యంగా ఉండవచ్చు. ప్రస్తుతం చాలా మంది అధిక బరువు సమస్యతో ఇబ్బందులు పడుతున్నారు. శరీరంలో అధికంగా చేరిన కొవ్వును కరిగించుకునేందుకు నానా అవస్థలు పడుతున్నారని. అధికంగా బరువు పెరిగేందుకు అనేక కారణాలు ఉంటాయి. శారీరక శ్రమ లేకపోవడం,

గంటల తరబడి ఒకే చోట కూర్చుని పనిచేయడం, వేళకు భోజనం చేయకపోవడం, అతిగా తినడం, జంక్ ఫుడ్ ఎక్కువగా తినడం, డైరాయిడ్ వంటి దీర్ఘకాలిక అనారోగ్యాలు ఉండడం వంటివి అధికంగా బరువు పెరిగేలా చేస్తాయి. బరువు అధికంగా ఉన్నవారు కచ్చితంగా తగిన జాగ్రత్తలను పాటించాల్సి ఉంటుంది. రోజూ వ్యాయామం చేయాలి. వేళకు భోజనం చేయాలి. తగినన్ని గంటలపాటు నిద్రించాలి. జంక్ ఫుడ్ తినడం తగ్గించాలి. అలాగే ఆహారం విషయంలో అనేక మార్పులు చేసుకోవాలి. ముఖ్యంగా కొన్ని రకాల పండ్లను తింటుంటే, దీని వల్ల శరీరంలోని కొవ్వు కరిగి బరువు తగ్గుతారు.

టీమిండియాకు ఎదురుదెబ్బ.. మూడో వన్డేకు ప్రసిద్ధ్ కృష్ణ దూరం.. యువ పేసర్ కు చాన్స్!

- వెస్టిండీస్ తో రెండో వన్డేలో తొడ కండరాల గాయంతో మైదానం వీడిన ప్రసిద్ధ్
- అతని స్థానంలో యువ పేసర్ అన్నల్ కంబోజ్ కు జట్టులో చోటు
- పరీక్షల కోసం బెంగళూరులోని జీసీసీఐ సెంటర్ కు వెళ్లనున్న ప్రసిద్ధ్
- న్యూజిలాండ్ పర్యటనకు ప్రసిద్ధ్ లభ్యతపై నెలకొన్న ఆందోళన



హైదరాబాద్ పెన్ పవర్: వెస్టిండీస్ తో వన్డే సిరీస్ లో ఉన్న భారత జట్టుకు ఎదురుదెబ్బ తగిలింది. కీలక పేస్ బౌలర్ ప్రసిద్ధ్ కృష్ణ తొడ కండరాల గాయం (హీమ్స్ట్రంగ్) కారణంగా మూడో వన్డేకు దూరమయ్యాడు. అతని స్థానంలో యువ పేసర్ అన్నల్ కంబోజ్ ను జట్టులోకి తీసుకునే అవకాశం ఉంది. గువహాటి వేదికగా బుధవారం జరిగిన రెండో వన్డేలో ఈ ఘటన చోటుచేసుకుంది. బౌలింగ్ చేస్తున్న సమయంలో ప్రసిద్ధ్ కృష్ణ అసౌకర్యంగా కనిపించాడు. తన తొలి స్పెల్ లో నాలుగు ఓవర్లు వేసిన అతను, 31వ ఓవర్ వేసిన తర్వాత మైదానం వీడాడు. మొత్తం మీద కేవలం ఐదు ఓవర్లు మాత్రమే బౌలింగ్ చేయడంతో, అతని స్థానంలో జట్టు యాజమాన్యం పార్ట్ టైమ్ బౌలర్ సమన్ థిర్తో బౌలింగ్ చేయించాల్సి వచ్చింది. గాయం తీవ్రతను అంచనా వేసేందుకు ప్రసిద్ధ్ కృష్ణను బెంగళూరులోని జీసీసీఐ సెంటర్ ఆఫ్ ఎక్సలెన్స్ కు పంపనున్నారు. అక్కడ జరిపే స్కాన్ల ఆధారంగా అతను కోలుకోవడానికి ఎంత సమయం పడుతుందనే దానిపై స్పష్టత రానుంది. “ప్రసిద్ధ్ మూడో వన్డే ఆడటం లేదు. తదుపరి పరీక్షల కోసం అతను బెంగళూరు వెళ్తాడు. ప్రస్తుతానికి అతని స్థానంలో కంబోజ్ ను జట్టులోకి తీసుకునే అవకాశం ఉంది” అని జీసీసీఐ వర్గాలు గురువారం ఓ వార్తా సంస్థకు తెలిపాయి. అన్నల్ కంబోజ్ ను, ప్రస్తుతం పుదుచ్చేరిలో ఆస్ట్రేలియా ‘ఏ’ జట్టుతో జరుగుతున్న మ్యాచ్ నుంచి జీసీసీఐ వెనక్కి పిలిపించింది. ఆ మ్యాచ్ లో తొలి ఇన్నింగ్స్ లో అద్భుతంగా బౌలింగ్ చేసి 3 వికెట్లు తీసిన కంబోజ్, రెండో ఇన్నింగ్స్ లో కేవలం రెండు ఓవర్లు వేసిన అనంతరం, అతడికి తాజా సమాచారం అందించారు. దాంతో అతడు భారత జట్టుతో చేరేందుకు బయలుదేరాడు. ప్రసిద్ధ్ గాయం కేవలం ఈ సిరీస్ కే కాకుండా, త్వరలో జరగనున్న న్యూజిలాండ్ పర్యటనపైనా ఆందోళన కలిగిస్తోంది. ఆ పర్యటనలో ఐదు వన్డేలు, రెండు టెస్టులు ఉన్న నేపథ్యంలో ప్రసిద్ధ్ మండ్లి కీలక బౌలర్ లభ్యత జట్టుకు చాలా ముఖ్యం. మూడో వన్డేలో ప్రసిద్ధ్ లేకపోవడంతో, ఇప్పటివరకు రెండు మ్యాచ్ లలో టెంట్ చే పరిమితమైన సీనియర్ పేసర్ మహ్మద్ సిరాజ్ కు లేదా ఆల్ రౌండర్ నితీష్ కుమార్ రెడ్డికి తుది జట్టులో చోటు దక్కే అవకాశం కనిపిస్తోంది.

వన్డే క్రికెట్ లో కొత్త చరిత్ర.. ప్రపంచ రికార్డు బద్దలుకొట్టిన టీమిండియా!

- వెస్టిండీస్ తో రెండో వన్డేలో భారత్ కు చారిత్రక విజయం
- వన్డేలో టీమిండియాకు ఇదే అత్యధిక స్కోరు ఛేజింగ్
- కెప్టెన్ శుభేమన్ గిల్ అజేయ డబుల్ సెంచరి
- అతివేగంగా 300 పరుగులు చేసిన జట్టుగా ప్రపంచ రికార్డు
- దక్షిణాఫ్రికా 18 ఓవర్ల రికార్డును బద్దలుకొట్టిన భారత్



హైదరాబాద్ పెన్ పవర్: శుభేమన్ గిల్ సారథ్యంలోని టీమిండియా వన్డే క్రికెట్ లో సరికొత్త చరిత్ర సృష్టించింది. వెస్టిండీస్ తో గువహాటి వేదికగా నిన్న జరిగిన రెండో వన్డేలో 406 పరుగుల భారీ లక్ష్యాన్ని ఛేదించి అద్భుత విజయాన్ని అందుకుంది. వన్డే ఫార్మాట్ లో భారత్ కు ఇదే అతిపెద్ద విజయవంతమైన ఛేజింగ్ కావడం విశేషం. ఈ భారీ ఛేదనలో కెప్టెన్ శుభేమన్ గిల్ ముందుండి నడిపించాడు. కేవలం 133 బంతుల్లోనే అజేయంగా 223 పరుగులు సాధించి జట్టు విజయంలో కీలక పాత్ర పోషించాడు. గిల్ వీరోచిత ఇన్నింగ్స్ తో టీమిండియా 43.3 ఓవర్లలోనే లక్ష్యాన్ని పూర్తి చేసింది. భారత్ మరో ప్రపంచ రికార్డు ఈ మ్యాచ్ లో భారత్ మరో ప్రపంచ రికార్డును కూడా తన ఖాతాలో వేసుకుంది. వన్డేలో అత్యంత

వేగంగా 300 పరుగుల మార్కును అందుకున్న జట్టుగా నిలిచింది. కేవలం 175 బంతుల్లోనే (30 ఓవర్లలోపు) టీమిండియా ఈ ఘనతను సాధించింది. ఇంతకుముందు ఈ రికార్డు దక్షిణాఫ్రికా పేరిట ఉండేది. 2006లో జోహన్నెస్ బర్గ్ లో ఆస్ట్రేలియాపై ఆ జట్టు 194 బంతుల్లో 300 పరుగులు చేసింది. తాజాగా ఆ రికార్డును భారత జట్టు బద్దలుకొట్టింది.

ఇషాన్ కిషన్ ఎమోషనల్.. భారత్ తరపున ఆడటం వేరే ఫీలింగ్!

పతకం కోసం ఆడటం ప్రత్యేకమన్న ఇషాన్ శ్రీలంకపై 80 పరుగులతో మెరిసిన కిషన్ 45 పరుగులకే శ్రీలంక ఆటోజ్ జట్టు అవసరాలే ముఖ్యమన్న ఇషాన్ శనివారం పాకిస్థాన్ తో స్వల్ప పోరు



హైదరాబాద్ పెన్ పవర్: ఆసియా క్రికెట్ లో భారత్ తరపున ఆడటం.. అందులోనూ పతకం కోసం పోరాడటం చాలా ప్రత్యేకమైన అనుభూతినిస్తుందని వికెట్ కీపర్ బ్యాటర్ ఇషాన్ కిషన్ అన్నాడు. సాధారణ అంతర్జాతీయ మ్యాచ్ లతో పోలిస్తే ఆసియా క్రికెట్ లో కొంత ఎక్కువ ఒత్తిడి ఉంటుందని చెప్పాడు. శ్రీలంకతో జరిగిన సెమిఫైనల్ లో ఇషాన్ కిషన్ అద్భుతంగా బ్యాటింగ్ చేశాడు. 80 పరుగులతో రాణించి భారత్ 169 పరుగులు చేయడంలో కీలక పాత్ర పోషించాడు. అనంతరం భారత బౌలర్లు శ్రీలంకను కేవలం 45 పరుగులకే ఆటోజ్ చేయడంతో భారత్ ఘన విజయం సాధించింది. “భారత్ కోసం ఆడుతున్నప్పుడు.. ముఖ్యంగా పతకం కోసం ఆడుతున్నప్పుడు మనసులో ఏదో ప్రత్యేకమైన భావన ఉంటుంది. ఇక్కడ బీసీసీఐ కోసం కాదు.. మొత్తం దేశం కోసం ఆడుతున్నామనే ఫీలింగ్ వస్తుంది. చుట్టూ భారత జెండాలు కనిపించడం, అభిమానులు పెద్ద సంఖ్యలో మద్దతు ఇవ్వడం ఆ అనుభూతిని మరింత పెంచుతుంది. బయటకు చూపించకపోయినా లోపల మాత్రం

పరుగులు చేస్తే సురక్షితంగా ఉంటామని ముందే అంచనా వేసినట్లు చెప్పాడు. ఒక బ్యాటర్ క్రిజ్ లో కుదురుకుంటే విపరీత వరకు ఉండి భారీ స్కోరు చేయాలన్నది జట్టు ప్రణాళికగా ఉందని వివరించాడు. “ఇలాంటి పిచ్ లపై వ్యక్తిగత లక్ష్యాల కంటే జట్టు అవసరాలే ముఖ్యం. పరిస్థితిని గమనిస్తూ చిన్న చిన్న విషయాలపై దృష్టి పెట్టాలి” అని పేర్కొన్నాడు. ఇక శనివారం పాకిస్థాన్ తో జరగనున్న స్వల్ప పతక పోరుపై కూడా ఇషాన్ స్పందించాడు. మ్యాచ్ గురించి ఎక్కువగా ఆలోచించకుండా ప్రతాంతంగా ఉండాలని, ఆ క్షణాలను అన్వేషిస్తూ ఆడాలని జట్టు భావిస్తోందన్నాడు. జపాన్ లో లభించిన ఆతిథ్యంపై ఇషాన్ ప్రశంసలు కురిపించాడు. భాష సమస్య ఉన్నప్పటికీ స్థానికులు ఎంతో సహాయం చేశారని చెప్పాడు. భారత అభిమానులు ఎక్కడికి వెళ్లినా మద్దతుగా నిలుస్తున్నారన్నారు. గెలిచినా ఓడినా తమకు అండగా ఉంటున్న అభిమానులకు ఎప్పుడీ కృతజ్ఞతలు చెబుతామని అన్నాడు.

కొంత ఎక్కువ ఒత్తిడి ఉంటుంది” అని ఇషాన్ చెప్పాడు. పగుళ్లు కనిపించే పిచ్ పై బ్యాటింగ్ చేయడం అంత సులభం కాదని ఇషాన్ తెలిపాడు. ఇలాంటి పరిస్థితుల్లో కనీసం 150



సాంప్రదాయక అందంతో ఆకట్టుకుంటున్న సీరత్ కపూర్

విరహంలో నవనీతం.. అదొక్కటే తపన!



సోషల్ మీడియా సంవలనం, ప్రముఖ నటి అవ్వీత్ కౌర్ మరోసారి తన అద్భుతమైన ఫ్యాషన్ లుక్ తో అభిమానులను కట్టిపడేశారు. ప్రస్తుతం లండన్ లో ఉన్న ఈ బ్యూటీ తన స్టైలిష్ అప్డేయిర్స్ తో గ్లోబల్ లెవెల్ లో ట్రెండ్ సెట్ చేస్తున్నారు. ఎప్పటికప్పుడు కొత్త ఫ్యాషన్ ట్రెండ్స్ ను పరిచయం చేస్తూ యువతను ఆకట్టుకునే అవ్వీత్ తాజాగా షేర్ చేసిన ఫోటోలు ఇంటర్నెట్ లో తెగ వైరల్ అవుతున్నాయి. -రెడ్ కార్పెట్ రెడీ- అనే క్యాప్షన్ తో నవనీత్ పోస్ట్ చేసిన ఫోటోలు నెటిజన్లను ఎంతగానో ఆకట్టుకుంటున్నాయి. ప్రసిద్ధ ఫోటోగ్రాఫర్ రోహిత్ యాకే కెమెరాలో బంధించిన ఈ ఫోటోల్లో యంగ్ బ్యూటీ ఎంతో గ్లామరస్ గా కనిపిస్తున్నారు. అద్భుతమైన డిజైన్

కలిగిన ఎర్రటి గౌన్ లో రాజసంలా మెరుస్తూ.. అందరి దృష్టిని తన వైపునకు తిప్పుకున్నారు. ఈ పోస్ట్ చూసిన అభిమానులు, ఫాలోవర్లు కామెంట్లు వర్షం కురిపిస్తున్నారు. అమెను -లాల్ పారి-, -రెడ్ వెల్వెట్ గర్ల్- అంటూ ఎంతో ప్రేమగా కొనియాడుతున్నారు. --ఈ స్టాయి అందం చూడటానికి రెండు కళ్లు చాలవు-- అంటూ, కొందరైతే --ఈ హాట్ సెన్ చూస్తుంటే ఒక వార్నింగ్ ఇవ్వాలిందేమో-- అంటూ సరదాగా కామెంట్లు పెడుతున్నారు. కేవలం ధరించిన దుస్తులే కాకుండా... విదేశీ గడ్డపై నవనీత్ ఆత్మవిశ్వాసం, రాజసమైన నడక అందరినీ ఆకట్టుకుంటున్నాయి. అభిమాన పేజీలు ఈ లుక్ ను ఒక ఫ్యాషన్ ఎడిటోరియల్ తో పోల్చాయి. లండన్ వీధుల్లో ఆమె ఇస్తున్న ఈ అదిరిపోయే -సర్ప్-కు అభిమానులు ఫిదా అవుతున్నారు. ఓవరాల్ గా అవ్వీత్ కౌర్ తన లేటెస్ట్ రెడ్ కార్పెట్ లుక్ తో మరోసారి ఫ్యాషన్ ఐకాన్ గా నిరూపించుకున్నారు. గ్లోబల్ స్టాయిలో తనదైన ముద్ర వేస్తూ.. ప్రతి పోస్ట్ తోనూ యువతలో క్రేజ్ పెంచుకుంటూ దూసుకుపోతున్నారు. ఈ బ్యూటీఫుల్ ఫోటోలు ప్రస్తుతం సోషల్ మీడియాలో హాట్ టాపిక్ గా మారాయి.



రాశి ఖన్నా అప్రయత్న మైన ఆకర్షణను నిర్వచించింది