



## సంపాదకీయం

## ವೆನ್ನಾಡುತ್ತನ್ನು ಉತ್ತರಿಸು

# ଯେଉଁଠିରେ କିମ୍ବା ?

ఇప్పటికే అంతా సద్గుమణిగిందనుకుంటున్న తరుణంలో ఉక్కెయిన్ యుద్ధం ప్రంచ ఆర్థిక వ్యవస్థను దెబ్బతీసినది. పుతిన్ తగ్గినట్లు తగ్గి.. యుద్ధం ముగిన్నన్నానువి ప్రకటించినా, యుద్ధజ్యులలు ఆగడం లేదు. వరుసగా ఉక్కెయిన్పై తాజా డ్రోన్ దాడులు పుతిన్ యుద్ధకాంక్షను తెలియచేస్తున్నాయి. యుద్ధ నివారణకు ట్రింప్ మధ్యవర్తిత్వం పనిచేయడం లేదని గుర్తించాలి. ఉక్కెయిన్ యుద్ధం ప్రపంచ దేశాలను తలాకుతలం చేస్తోంది. పుతిన్ హెచ్చరికలు అందోళన కలిగిస్తున్నాయి. ప్రపంచ దేశాధినేతలంతా ముందు రష్యాతో చర్చించి యుద్ధాన్ని అంతమొందించే చర్యలకు దిగుకుండా రెచ్చగొట్టే చర్యలకు దిగుతూ రావడంతో ఇది రావణకాష్టంలా తయారయ్యాంది. దీన్తో ఉక్కెయిన్నను మరింతగా రెచ్చగొట్టే ప్రయత్నాలు సాగుతున్నాయి. ఈ క్రమంలో ప్రపంచ దేశాలపై వంటనూనెలు, పెట్రో ధరలపై తీవ్ర ప్రభావం పడుతోంది. ఈ క్రమంలో ట్రింప్ హగ్గాలు చేవట్టిన తరవాత ముందుగా ఉక్కెయిన్ యుద్ధాన్ని నిరోధించడానికి హూనుకున్నారు. రష్యా ను కూడా ఒప్పించారు. అయితే దాడులు కొనసాగడం ఆందోళనకరంగా తయారయ్యాంది. ప్రధానంగా ఇప్పటికే ఉక్కెయిన్ భారీగా నష్టపోయింది. అలాగే రష్యకూడా నష్టపోయింది. ఉక్కెయిన్ యుద్ధం కారణంగా ప్రపంచ ఆర్థిక వ్యవస్థలు అతలాకుతలం అయ్యాయి. అందువల్ల ప్రపంచ దేశాల నేతలు ఇప్పుడు మరింత బాధ్యతగా వ్యవహరించాలి. ప్రపంచ సంక్లోభాన్ని నివారించగలగాలి. అందుకు ఇగోలు పక్కన పెట్టి ముందుకు రావాలి. ఉక్కెయిన్ యుద్ధాన్ని నివారించాలి. అమెరికా తదితర దేశాలు ఇంకా ఉక్కెయిన్నను రెచ్చగొట్టే యత్నాలను ఆపాలి. అప్పుడే ప్రపంచ దేశాలకు శాంతి కలుగుతుంది. మూడో ప్రపంచ దేశాలు మరింత దెబ్బతినకుండా చూడాలి. ఉక్కెయిన్ యుద్ధసంక్లోభ ఫలితంగా ఇంధన ధరలు పెరిగిన ప్రభావం ఎరువుల ఉత్సుక్తిపై కనిపిస్తుందని పరిశోధకుల అంచనా. ఇలాగే యుద్ధం కొనసాగితే ఆహార సంక్లోభం కూడడా పెరుగుతుంది. దీనిని నివారించకుంటే తీవ్ర పరిణమాలు ఉంటాయన్న హెచ్చరికలు వస్తున్నాయి. ఉక్కెయిన్ యుద్ధ ఫలితంగా ఇప్పటికే అంతర్జాతీయ మార్కెట్లు క్రూడాయిల్, వంటచమురు ధరలకు రెక్కలు వచ్చాయి. త్వరలో ఈ ప్రభావం ప్రపంచ ఆహార వ్యవస్థపై పడుతుందని ఆందోళనలున్నాయి. తాజాగా ఈ ప్రభావం ఎరువుల ఉత్పత్తిపై పడుతుందని, దీన్తో ఒకమారుగా వీటి ధరలు పెరిగి పంట ఉత్పత్తి భారీగా క్లీటిస్తుందని అంచనా వేస్తున్నారు. ఎరువుల ఉత్పత్తి తగ్గడం తత్త్వవితంగా ఆహార పదార్థాల ఉత్పత్తి తగ్గడం కలిసి అంతమంగా ప్రపంచ ఆహార భద్రతను ప్రమాదంలోకి నెడతాయని ప్రపంచం ఆందోళన చెందుతోంది. ఆయాదేశాల ప్రభుత్వాలు తక్కణం తగిన చర్యలు తీసుకోకపోతే చాలామంది కరువు రక్కస్కి బలికాక తవ్వడని నివుణుల హెచ్చరిస్తున్నారు. ముఖ్యంగా మనదేశంలో ప్రజలను బతికించుకోవాలంటే ప్రభుత్వాలు ముందుగా మేలుకొని ప్రత్యామ్యాయ పంటలపై దృష్టి పెట్టడం, దేశీయంగా ఎరువుల ఉత్పత్తిని పెంచడం, పేదరిక రేభకు దిగువన ఉన్నవారికి తగినంత ఆహార భద్రత కల్పించడం, సరిపడా ఆహారధాన్యాలను సమాకరించి నిల్వ చేసుకోవడం తదితర చర్యలు చేవట్టాలని సూచించారు. ఇంధన ధరల పెరుగుదల అమ్మానియా ఉత్పత్తిపై ప్రభావం చూపనుంది. అలాగని ఎరువులు తక్కువగా వాడితే దాని ప్రభావం దిగుబడి, నాణ్యతపై పడుతుంది. ఇంధన ధరల పెరుగుదల ప్రభావంతో ఎరువుల రేట్లు విపరీతంగా పెరిగి ఉంటాయి. దీనివల్ల రైతు తక్కువగా ఎరువులు కొనుగోలు చేయడం జరగవ్వని, ఇది కమతంలో పంట దిగుబడి తగ్గడానికి దారితీస్తుందని విశ్లేషించారు. ప్రపంచ ఎరువుల ఉత్పత్తికి అవసరమైన ముడి పదార్థాల సరఫరా అత్యధికంగా రష్యా, ఉక్కెయిన్ నుంచి జరగుతుంది. యూరప్లో అతిపెద్ద ఎరువుల ఉత్పత్తిదారైన యారా కంపెనీ అవసర ముడిపదార్థాలను ఉక్కెయిన్ నుంచి కొంటుంది. సంక్లోభం కారణంగా ఉక్కెయిన్ పతనమవడం, రష్యాపై ఆంక్షలు విధించడం ముడిపదార్థాల సరఫరాపై ప్రభావం చూపనున్నాయి. బెలార్స్, రష్యాలు ప్రపంచ పొట్టాషియం ఉత్పత్తిలో మూడోపంతును ఉత్పత్తి చేస్తున్నాయి. ఎరువుల తయారీలో పొట్టాషియం కూడా కీలకపొత్త పోషిస్తుంది. మొత్తంగా ట్రింపం ఇప్పుడు ఉన్న పరిస్థితులను దారికి తెచ్చే ప్రయత్నాలు తీవ్రంచేయాలి ఉంది. రష్యా-ఉక్కెయిన్ యుద్ధం అగితే తప్ప సాధారణ స్థితికి వచ్చేలా లేదు. ప్రపంచల ఏదాలపై తీవ్ర ప్రభావం చూపుతున్న ఈపరిణమాలను ప్రతి ఒక్కరూ అవగాహన చేసుకోవాలి. ప్రధానంగా భారత ఆర్థిక వ్యవస్థ అతలాకుతలం అవుతోంది. ద్రవ్యోల్మణం కట్టడి కావడం లేదు. ధరలు విపరీతంగా పెరుగుతున్నాయి. దేశీయంగా వంటనూనెలకు ప్రోత్సాహం దక్కడం లేదు.



జిల్లా జడ్డి పి.పాండు రంగారెడ్డి హేజరయ్యారు. ఈ సందర్భం జడ్డి మాట్లాడుతు మహిళలు, పిల్లలకు పోక్కు యాక్క అవగాహన కల్పించారు. లైంగిక నేరాల నుండి రక్షణ చట్టి 2012 ప్రకారం పిల్లలపై లైంగిక వేధింపులకు పాల్పడితే కలి శిక్షలు ఉంటాయని తెలిపారు. ఈ పోక్కు కేసులను త్వరిగతిన పరిష్కరించేనిదుకు ప్రత్యేక కోర్టు కలదని తెలిపారు. ఈ సదన్న లో ప్రినీపాల్ విజయలక్ష్మి, టీచర్స్ అనురాధ విద్యార్థినిలు పోతొన్నారు.

# សៀវភៅ ចិខីវុ សំបុត្រាណកិ កាហ័ណ្ឌវិន ត្រូវបានដាក់ជាប្រធានាធិបតេយ្យ



ఎమ్ముగనూరు, మార్చి, 17(శ్రీ చక్ర): ఎమ్ముగనూరు ప్రభుత్వానికి వైద్యశాలలో నవజాత శిశువు మరణానికి కారణమై నిరక్తంగా వ్యవహారించిన డాక్టర్లపై సాంతగా డలివరీ చేసిన నర్సులకై చర్యలు తీసుకోవాలని పీడీయున్ యూ రాష్ట్ కార్బుదర్మి రాజేస్ కి డిమాండ్ చేశారు. అనంతరం స్థానిక తపాసీల్డార్ కార్యాలయు ప్రజా వేదికలో తపాసీల్డార్ శేషాఫణికి ఫిర్మాదు చేశారు. తపాసీల్డార్ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ ఎమ్ముగనూరు పట్టణంలో ఉన్న ప్రభుత్వానికి వైద్యశాలకు ఈ నెల 9 వ తేదిన గోనేగండ్లకు చెందినా సువార్తమ్ము అనే మహిళ ప్రసవం కోసం 10 గంటలకు వస్తే అక్కడ దూర్మిటీ డాక్టర్ సరైన సమయం లో అందుబాటులో లేకపోవడంతో, అక్కడే ఉన్న స్టోఫ్ నర్సులే ఆమెకు అరొకరగా ప్రసవం చేశారు. అదే సమయంలో నవజాత శిశువుకు అరోగ్యం బాగోలేదు ఇక్కడ డాక్టరు అందుబాటులో లేదు మించి వేసి

ପ୍ରଜା ସମ୍ବନ୍ଧିତ ଏକାଧିକାରୀଙ୍କ ଅଧିକାର୍ୟରୁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଶ୍ରେଣୀ ଉଚ୍ଚ ଉଚ୍ଚତାରେ

- జిల్లా కలెక్టర్ చదలవాడ నాగరాణి.  
కలెక్టరేట్ పీజీఆర్వెన్ లో 271, ఫిర్యాదులు



భీమవరం మార్క్ 17( శ్రీ చతుర్థ )అర్జీల పరిష్కారంలో ఆధికారులు ప్రత్యేక శ్రద్ధపూంచాలని జిల్లా కలక్కర్ చదలవాడ నాగరాణి ఆదేశించారుసోమవారం జిల్లా కలక్కర్ ఏట్ పి.జి.ఆర్.ఎన్ సమావేశ మందిరం నందు జిల్లా కలక్కర్ చదలవాడ నాగరాణి, డిఆర్ఎస్ మొగిలి వెంకటేశ్వర్రు, ద్వారా పిడి డా.క.సి.హెన్. అప్పురావు గ్రామ, వార్డు సచివాలయ అధికారి వై.ఎస్.సి.రెడ్డి, సివిల్ స్పెష్స్ కార్పొరేషన్ జిల్లా మేనేజర్ టి.శివరామ ప్రసాద్, సంయుక్తంగా ప్రజల నుండి అర్జీలను స్పీకరించారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలక్కర్ చదలవాడ నాగరాణి మాట్లాడుతూ ప్రజా ఫిర్యాదుల పరిష్కార వేదిక ద్వారా అందిన అర్జీల పరిష్కారంపై ఆధికారులు ప్రత్యేక శ్రద్ధ తీసుకోవాలన్నారు. విధి శాఖల అధికారులు వా శాఖలకు సంబంధించిన అర్జీలు పరిశీలించి నిర్దీష్త గదువులోగా అర్థవంతంగా పరిష్కరించేందుకు చర్యలు తీసుకోవాలన్నారు పి.జి.ఆర్.ఎన్ ద్వారా వచ్చే అర్జీలను సమర్థవంతంగా పరిష్కరించి ప్రభుత్వం ఒ వి.ఆర్.ఎన్ ద్వారా సమాచార సేకరణ అనంతరం ప్రకటించే ర్యాంకుల్లో జిల్లా మొదటి స్థానంలో ఉండే విధంగా క్రమించేయాలన్నారు. “సురాంధ్ర - సుచ్చ దివాన్” కార్యక్రమంలు



విద్యార్థులు ఒత్తిడికి గుర్తికావొద్దు  
-ఎమ్మెల్చేవె. బాలనాగిరెడ్డి



మంత్రాలయం , మార్చి 17, (శ్రీచక్ర) : పది పరీక్షలు రానే విద్యార్థులు ఒత్తిడికి గురుకావొద్దని మంత్రాలయం ఎమ్మెల్సే వై. బాలనాగిరెడ్డి సూచించారు. సోమవారం పది పరీక్షలు ప్రారంభంకానున్న నేవ ధ్యంలో మంత్రాలయం నియోజకవర్గంలోని విద్యార్థులు తమ ఆశీస్సులు అందజేశారు. మిం ఉజ్జ్వల భవిష్యత్త కు మొదటి మెట్టు ఈ పది పరీక్షలు అని , కచ్చితంగా పాస్ అవుతాం అని సానుకూల దృష్టధంతో పరీక్షలు రాయాలన్నారు. ఎలాంటి ఒత్తిడికి గురికావొద్దని , అందోళన చెందవద్దన్నారు. పరీక్షలు చక్కగా రాసి మంచి ఘలితాలు సాధించి ఉపాధ్యాయులు , తల్లిదండ్రులకు మంచి పేరు తీసుకువస్తారని ఆకాంక్షించారు.

పెద్ద కష్టములు మీండ్ లంలాగిని ఏలు రీకాల సమీక్షలపై ఇబ్బందులనీ  
విషయాలంటున్న రైతు సమీక్షలనీ వెంటనే ఏలప్పులంచాలి,



ఎమ్ముగనూరు, మార్చి), 17 (తీ చక్ర): - పెద్దకడుబారు మండలంలోని రైతాంగ సమస్యలను తక్షణమే పరిష్కరించాలని ఏషకేవంవన్ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి ఎం. సత్యన్న డిమాండ్ చేశారు. సోమవారం స్థానిక పెద్దకడుబారు మండల తమాళీల్దార్ కి వినతిపత్రం అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా అభిల భారత

రైతు కూలీ సంఘం (ఎఱకెవంఎన్)జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి  
ఎం.సత్యన్న మాట్లాడుతూ రాష్ట్రప్రభుత్వం పెద్దకడుబూరు  
మండలాన్ని కరువు మండలంగా ప్రకటించిందన్నారు.కానీ నేటి  
వరకు ఖరీఫ్,రబీ సీజన్లు గడుస్తున్న రైతులకు నష్టపరిహారం  
జప్పటివరకు అందలేదని తెలిపారు.అంతేకాకుండా రాష్ట్రంలోని  
విర్ఘడిన కూటమి ప్రభుత్వం ఎన్నికల్లో ఇచ్చిన ఒక్క హిమాని  
కూడా రైతులకు నేటి వరకు అమలు చేయలేదని ఆరోపించారు.  
తక్కణమే రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఎన్నీఆర్ రైతు భరోసా కింద రైతులకు  
20 వేల రూపాయలు అందించాలని దిమాండ్ చేశారు.  
వ్యవసాయ అధికారులు కూడా పంటకు గిట్టుబాటు ధర  
కల్పించడంలో విఫలమయ్యారని అన్నారు. కరువు మండలాల్లోని  
రైతులకుసబ్సిడీకిందవిత్తనాలు ,ఎరువులు,పురుగుమందులు రాష్ట్ర  
ప్రభుత్వమే అందించాలని కోరారు.ఈ కార్యక్రమంలో ఎఱకెవం  
ఎన్ జిల్లా నాయకులు హనుమంతన్న, నాయకులు  
పెద్దారెడ్డి,ఐ.ఎఎస్.టి.యు నాయకులు ఎన్.బాలరాజు,బాబు  
ప్రించె ఎల్ నాగుకులు నుపోవు తగితరులు పొల్మోనారు

**పీ.కంతింగా పొర్చింబిమేళ్ల టీ.ఎల్.కిల్సు -20 వుండి విద్యార్థులు**

**గ్రాజులు పీటిక్స్ కెంప్లక్స్ పీటిలింగిన్ మంత్రాలయ్యింగి**  
మంత్రాలయం , మార్చి 17, (శ్రీవత) : మండల కేంద్రమైన  
మంత్రాలయం లో పది పరీక్షలు సోమవారం ప్రశాంతంగా  
ప్రారంభమయ్యాయి. మంత్రాలయం లోని పరిమళ విద్యానీకేతన్  
పారశాల లో ఏ సెంటర్ లో 319 మందిగాను 315, బి'  
సెంటర్ లో 314 మందిగాను ,308, అలగే మండల పరిధిలోని  
మాధవరం గ్రామంలోని జిల్లా పరిపత్ర ఉన్నత పారశాలలో 250  
మందిగాను 244, మంది ,సెంట్ ధామన్ మార్కోమా పారశాలో  
215 మందిగాను 211 మంది హజరైనట్లు యంతఃం-2  
రాఘవన్ తెలిపారు. మంత్రాలయం మండల మొత్తం 1098  
మంది విద్యార్థులు పరీక్షలకు హజరుకాక మొత్తం 20  
విద్యార్థులు కై హజరయ్యారనీ ఎంతఃం తెలిపారు. సెంట్  
ధామన్ మార్కోమా పారశాల వద్ద మంత్రాలయం నిఱ  
రామానుజులు ,ఎస్సి కానిస్టేబుల్ రాఘవేంద్ర జతర సిబ్బందితో  
పరీక్ష పర్యవేక్షణాధికారి కె. లచ్చపు తో కలిసి పరీక్ష కేంద్రాన్ని  
తనిటీ చేశారు. ఎటువంటి సంఘటనలు జరగకుండా పోలీసులు  
బిగ్గోపు ఏర్పాటు చేశారు



3 కర్మాలు

## ಡಾಕ್ಟರ್ ಬಿ.ಆರ್ ಅಂಬೆಡ್ಕರ್ 134 ವೇ ಜಯಂತಿ ವೇದುಕಲನ್ ಜಯಪ್ರದಂ ಚೆಯಂಡಿ

## వీపీ ఎమ్మర్స్‌వెన్ జిల్లా నాయకులు గుండు పోగుల నేపాల్



మంత్రాలయం, మార్చి 17(శ్రీచక్త) : నియోజపర్సం లో ఏపీ ఎమ్యూర్పీవెన్ ఆధ్యర్యంలో భారత రత్న డాక్టర్ బి.ఆర్ అంబేద్కర్ 134 వ జయంతి వేదుకలను జయపర్దం చేయాలని సోమవారం ఏపీ ఎమ్యూర్పీవెన్ జిల్లా నాయకులు యొఱు, దావీదు, అనీల్, నాతానియేల్, ఇక్రాయల్, అనంద్, బబ్లు, అబ్రాహము, బాలు, ఏపీ ఎమ్యూర్పీవెన్ జిల్లా నాయకులు గుండు పోగుల నేపాల్ కోరారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ, ప్రజాసంఘాలను కలుపుకొనిఅంగరంగ వైభవంగా జరగబోతున్న భారతరత్న డాక్టర్ బి.ఆర్ అంబేద్కర్ 134 వ జయంతి సందర్భంగా మంత్రాలయంలో ప్రతి ఒక్కరూ ఆహ్వానితులే అని ఎమ్యూర్పీ ఆఫీస్ పక్షన సభ స్థలం ఏర్పాటు చేసి వ్యద్ధులకు, వితంతువులకు పస్తాలు దానం చేసే కార్యక్రమం కూడా చేస్తామని వారు తెలియజేశారు. డాక్టర్ బాబాసాహేబ్ అంబేద్కర్ జయంతి వేదుకలకు ప్రతి ఒక్కరూ సహకరించి భారీ ఎత్తు తరలి రావాలని వారు విజ్ఞాపించేశారు.

గీవిం కణరాళ్లయిం సుండి వేచ్చిన్ అర్జుల పీరిష్టార్ఱంలా జంప్యిం చేయికూడదు

# రివెన్యూ సద్గుల అర్థిల పరిష్కారం ప్రార్థన

కర్మాలు, మార్పి 17 (శ్రీచక్ర): సిఎం కార్యాలయం నుండి వచ్చిన అర్జీల పరిష్కారంలో జాప్యం చేయకూడదని, పెండింగ్ లో ఉన్న అర్జీలను వెంటనే పరిష్కరించాలని జిల్లా కలెక్టర్ పి.రంజిత్ బాప్పా అధికారులను ఆదేశించారు. సోమవారం కలెక్టర్ సునయన ఆడిటోరియంలో “ప్రజా సమస్యల పరిష్కార వేదిక” (పబ్లిక్ గ్రెన్స్ రెడిసెల్ సిస్టమ్ - పిజిఆర్ఎస్) కార్యక్రమం ద్వారా కలెక్టర్ ప్రజల నుండి వినతులను స్వీకరించారు.. ఫిర్యాదుల స్వీకరణ అనంతరం కలెక్టర్ ఫిర్యాదుల పరిష్కారంపై అధికారులతో సమాక్షించారు. పత్రికాండ ఆర్డీఐకు సంబంధించి 10, సబ్ కలెక్టర్ ఆదోని కి సంబంధించి 16, కర్మాలు ఆర్డీఐకు సంబంధించి 15, డిఎస్ఎస్కు సంబంధించి 3 ఎది సర్వే కు సంబంధించి 2, డీఆర్లెవి పిడి కు సంబంధించి 2, జిల్లా పరిషత్త సీకట్, డిఎంపెచ్చ్, డి పి ట్, గిరిజన సంక్లేప శాఖ, పొల్యూషన్ కంట్రోల్ బోర్డ్,, జిల్లా రిజిస్ట్రార్, హాసింగ్ పిడి లకు సంబంధించి ఒక్కాక్ర దరఖాస్తు పెండింగ్ లో ఉన్నాయని, వెంటనే వీటిని పరిష్కరించాలని కలెక్టర్ అధికారులను ఆదేశించారు.. రెవెన్యూ శాఖ లో ఎక్కువగా పెండింగ్ ఉన్నాయని, పరిష్కారంపై శ్రద్ధ చూపాలని, జాప్యం చేయకూడదని కలెక్టర్ ఆదోని సబ్ కలెక్టర్, ఆర్డీవో లను ఆదేశించారు.. ఈ అంశంపై సంబంధిత అధికారులతో మాట్లాడి, వేగంగా పరిష్కరించే విధంగా దృష్టి సారించాలని కలెక్టర్ డిఆర్ఎం ను ఆదేశించారు. రెవెన్యూ సదస్యుల అర్థిల పరిష్కారం పూర్తి కావాలని కలెక్టర్ తపాసీల్డార్ లను ఆదేశించారు.. రెవెన్యూ సదస్యులలో వచ్చిన అర్థిలకు సంబంధించి క్రష్ణగిరి తపాసీల్డార్ వద్ద 43, కర్మాలు ఆర్టిం వద 37, పత్రికాండ ఆర్టిం వద 12, మదికెర తపాసీల్డార్ వద 11

గుణ్ణడి వ్యవసాయ పనిమొట్టకు రైతులు దరబూగ్ను చేసుకోండి తీడిపీ ఇనార్ల ఎన్.రామువేదదరెడి



మంత్రాలయం , మార్చి 17,(తీవ్ర) : రాష్ట్ర ప్రభుత్వం సబ్జిక్ట్ కింద ఇచ్చే వ్యవసాయ వనిమట్లు ను రైతులు నద్వినియోగం చేసుకోవాలని మంత్రాలయం తీడిపీ నియోజకవర్గ ఇన్వార్ట్ ఎన్ . రాఘవేంద్రరెడ్డి కోరారు. సోమవారం మండల పరిధిలోని మాధవరం గ్రామంలోని ఆయన స్వగృహంలో విలేకరులతో మాటల్లడుతూ కూటమి ప్రభుత్వం రైతులకు సబ్జిక్ట్ కింద చేతిపంపులు , పెత్రోల్ పంపులు , ట్రాక్టర్ ఇంప్లిమెంట్ పవర్ టిల్రర్ వంటి పరికరాలు అందజేస్తుందన్నారు. ప్రతి చిన్న , నన్నకారు రైతులు ఈ అవకాశాన్ని నద్వినియోగం చేసుకోవాలన్నారు. రైతులు తమతమ గ్రామాల్లో ఉన్న వ్యవసాయాధికారులు లేక మండల వ్యవసాయాధికారులకు దరఖాస్తు చేసుకోవాలన్నారు. గత వైసీపీ ప్రభుత్వం లో రైతులకు ఒకటి కూడా సబ్జిక్ట్ పథకాలు అందించలేదన్నారు. కూటమి ప్రభుత్వం రైతులకు పెదపీటు వేసిందన్నారు.

## మధ్యవర్తుల్పణి న్యాయవాదులకు శిక్షణ కార్యక్రమము



కర్మనులు లీగ్, మార్చి 17 (శ్రీ చక్ర) : రాష్ట్ర న్యాయ సేవాధికార సంస్థ ఆదేశాల మేరకు సోమవారం స్థానిక జిల్లా కోర్టులోని న్యాయ సేవా సదన్ లో కర్మనులు, నంద్యాల జిల్లాల న్యాయవాదులకు మరియు ఎన్.జి.బిలక్క ఏర్పాటుచేసిన శిక్షణ కార్యక్రమాన్ని జిల్లా ప్రధాన న్యాయమార్తి, జిల్లా న్యాయ సేవాధికార సంస్థ అర్థక్రూలు జి.కబద్ది జ్యోతిప్రబ్రహ్మ లన చేసి ప్రారంభించారు. ఈ సంఘర్షంగా ఆయన మాట్లాడుతూ సుఫీం కోర్ట్ ఆదేశాల ప్రకారం హైకోర్ట్ అన్ని జిల్లా కోర్టుల్లో మధ్యవర్తిత్వం ప్రవేశ పెట్టాలని తీర్మానించింది అన్నారు. ఇందుల్లో భాగంగా ఈ నెల 17 నుంచి 21 వరకు మధ్యవర్తిత్వంపై న్యాయవాదులు, యన్.జి.బిలక్క కేరళకు చెందిన ప్రత్యేక శిక్షకులు సురేష్ మరియు జ్యోతి గోపి నాథస్ చే శిక్షణ ఇవ్వడం జరుగుతుందన్నారు. అనంతరము జిల్లా న్యాయ సేవాధికార సంస్థ కార్యదర్శి బి.లీలా వెంకట శేఖార్ మాట్లాడుతూ వివాదాల పరిష్కారానికి ప్రత్యేకమ్మాయ మార్గంగా సివిల్ ప్రొసీజర్ కోడ్ లోని సెక్షన్ 89 క్రింద పరిగణించేదే మధ్యవర్తిత్వం అని తెలిపారు. దీని వల్ల కోర్ట్ లో కేసులు విచారణ వరకు వెళ్కుండా పరిపురించు కోపు అని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమములో కర్మనులు, నంద్యాల జిల్లాల న్యాయవాదులు యన్.జి.బిలక్క పాల్గొన్నారు.

**ప్రీచంతింగా ప్రారంభమైన ప్రదా తీరగితి ప్రతిక్రులు విధ్వయ్యల కాసం బయట ఎదురుచూస్తున్న తల్లిడంప్రేలు**



కోట మార్పి 17 (శ్రీచక్త): పదో తరగతి పరీక్షలు సోమవారం నుండి ప్రారంభం అవడం జరిగింది. కోట మండలంలో ఆరు కేంద్రాల్లో 10 వ తరగతి పరీక్షలు స్థానిక ఎంఱప దారా. మస్తానయ్య ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించడం జరిగింది. ఈ సందర్భంగా సోమవారం పదో తరగతి విద్యార్థులు తెలుగు పరీక్షను రాశి పరీక్ష కేంద్రాల నుండి సంతోషంగా బయటకు రావడం జరిగింది. ఈ మేరకు మండలంలోని ఆరు కేంద్రాల్లో ఎలాంటి అవాంతరాలు లేకుండా తెలుగు పరీక్ష ప్రశాంతంగా జరిగింది.

## 10వ తెరగతి పీటిక్కా కేంద్రాల వ్యవహారమైన పోలీసు భద్రతా విరాళమ్



కర్మానులు, మార్చి 17 (శ్రీచక్ర): జిల్లా ఎస్ట్ విక్రాంత్ పాటిల్ ఆదేశాలతో జిల్లా వ్యవస్థంగా సోమవారం ప్రారంభమైన పదవ తరగతి పరీక్ష కేంద్రాల వద్ద అయి పోలీసులు పట్టిష్ట బందోబస్తు చేపట్టారు. పరీక్ష కేంద్రాల వద్ద 144 సెక్షన్ అమలులో ఉంటుంది. ప్రత్యేక పోలీసు బృందాలచే పరీక్ష కేంద్రాల వద్ద పెట్రోలింగ్ చేపట్టడం, పరీక్షలలో పాల్గొనే విద్యుత్తలు, పరీక్షల నిర్వహణ అయి సూళ్ళ సిబ్బంది మినహ ఎవర్నీ ఆ పరిసర ప్రాంతాల్లోకి రాకుండా చర్యలు చేపట్టారు. పరీక్ష కేంద్రాల్లోకి వెళ్లి విద్యుత్తలు ఎలాంటి సెల్ ఫోన్లు, సౌర్ వాచ్ లు, మరియు ఇతర ఎలక్ట్రానిక్ వస్తువులను పరీక్ష కేంద్రాల్లోకి తీసుకెళ్కకుండా క్షణింగా తనిఖీలు నిర్వహించారు. పరీక్షలు సజ్ఞావుగా, సాఫ్ట్‌గా జరగడానికి జిల్లా ప్రభుత్వ యంత్రాంగంతో కలిసి జిల్లా పోలీసు శాఖ తరపున అన్ని కట్టుదిట్టమైన చర్యలు చేపట్టారు.



ପ୍ରାଚାଣ୍ୟତ କ୍ରମିଂଲ ଏଗ୍ରତ୍ତିଲ କଲ୍ପନ ନେଗର  
ପୋଲକ କମ୍ପ୍ୟୁଟର୍ ସିସ୍ଟମ୍ ଏବଂ ପାଇଁ ବ୍ୟାପକ

కర్మాలు, మార్చి 17 (తీవ్ర): నగరంలో వివిధ కాలనీల్లో మౌలిక వసతులను ప్రాధాన్యత క్రమంలో కల్పిస్తామని నగరపాలక కమిషనర్ యన్. రవీంద్ర బాబు అన్నారు. సోమవారం నగరపాలక కార్యాలయంలో నిర్వహించిన ప్రజా ఫీర్యాదుల పరిష్కార వేదిక కార్యక్రమానికి 12 అర్జీలు రాగా, వాటి పరిష్కారానికి చ్యాల్ తీసుకుంటామని ఆర్జీదారులకు తెలిపారు. కార్యక్రమంలో అదనపు కమిషనర్ ఆర్జిజి కృష్ణ మేనేజర్ యన్. చిన్నరాముడు, ప్రజారోగ్య అధికారి డాక్టర్ కె. విశ్వేశ్వర్ రెడ్డి, ఎన్సిస్ రాజశేఖర్, సిటి ప్లానర్ ప్రదీప్ కుమార్, ఎంఱ సత్యనారాయణ, పారిశ ద్వ్య పర్యవేక్షక అధికారి నాగరాజు, సూపరింపెండెంట్లు క్రిస్టఫర్, వాజిద్, వింస్



# ప్రభుత్వ భూములను దశలకు పంచిపెట్టాలి

రైతు కూలీ సంఘం జిల్లా అధ్యక్షుడు డిపి పోలయ్య  
ప్రభుత్వ భాషుల్లో ఉన్న, నిషేధిత బోర్డులను తొలగించాలి

లే చక్ర ప్రతినిధి నెల్లూరు మార్గు 17 అభిలి భారత రైతు కూలీ సంఘం  
జిల్లా కమిటీ ఆధ్వర్యంలో సోమవారం సైదాపురం మండలం, ఉటుకూరు  
గ్రామంలో దళితుల ఆక్రమణాలో వున్న ప్రభుత్వ భూములపై ఆక్రమంగా  
పెట్టిన నిషేధ బోర్డులను తొలిగించి దళితుల భూములకు యాజమాన్య  
హక్కు కల్పించాలని, భూస్వాములు, పెత్తందారుల ఆక్రమణాలో గల  
ప్రభుత్వ, బంజర, మిగులు, పోరంబోకు భూములను దళితులకు ఇతర  
పేదలకు పంచి పట్టాలు ఇవ్వాలని, పేదలు సాగుచేస్తున్న భూములకు  
పట్టాలు ఇవ్వాలని డిమాండ్ చేస్తా సోమవారం జిల్లా కలెక్టరు  
కార్యాలయము వద్ద ధర్మ చేసి జిల్లా కలెక్టరు వారికి వినతిపత్రం  
ఇప్పడం జరిగింది. ఆ సందర్భంగా అభిలి భారత రైతు కూలీ సంఘం  
జిల్లా అధ్యక్షుడు డి.పి పోలయ్య మాట్లాడుతూ పోరాటాల ద్వారా నే  
భూస్వాములు, పెత్తందారుల ఆక్రమణాలో గల ప్రభుత్వ, బంజర,  
మిగులు, పోరంబోకు భూములను స్వాధీనం చేసుకోవాలని  
పిలుపునిచ్చారు. కూటమి ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వచ్చి 9 నెలల్లా  
దళితుల పై పోలీసుల వేదింపులు, భూ ఆక్రమణాలు అధికార పార్టీ  
అండదండలతో ఎదేచ్చగా కొనసాగుతున్న వాటిని అరికట్టడంల్లా  
కూటమి ప్రభుత్వం పూర్తిగా వైఫల్యం చెందిందన్నారు. ఉటుకూరు  
గ్రామములో వెంకటకృష్ణ మైనింగ్ కంపెనీకి గ్రామ సర్వే నెం. 359-పి1  
లో 60 ఎకరములు ప్రభుత్వ భూమిని మైనింగ్ లీజుకు కొరకు అడ్డు



చేసుకున్నారన్నారు, ఇంకా ఇ.సి. కుడా పెండింగ్ లో వుందన్నారు. ఈ నేపథ్యంలో సర్వే నెం. 359-పి2 లో 50 ఎకరములు ప్రభుత్వ భూమిని దళితులు భూమిని ఆక్రమించి చెట్టు పుట్ట తొలగించే క్రమములో పోలీసు వారు దళితులను భూమిలోనికి వెళ్లినివ్వకుండా భయబ్రాంతులకు గురిచేసున్నారన్నారు. మరోవైపున సైదాపురం తహాళీల్లారు వారు దళితుల ఆక్రమణలో వున్న ప్రభుత్వ భూములపై నిషేధ బోర్డులు పెట్టి దళితులను భూమిలోనికి వెళ్లినివ్వకుండా చేస్తున్నారు, అదే సర్వే నెంబరు గల ప్రభుత్వ భూమిలో భూస్వాములు, పెత్తందారుల, ప్రభుత్వ అధికారులు ఆక్రమంగా పది ఎకరముల చౌప్పున ఆక్రమణ చేసి వ్యవసాయం చేస్తుంటే ఆ భూముల పై నిషేధ బోర్డులు పెట్టికుండా వారికి వ్యవసాయం చేసుకొనే అవకాశం కల్పించడం దారుణమన్నారు. వెంటనే జిల్లా కల్పక్కరు స్పుందించి ఆక్రమంగా పెట్టిన నిషేధ బోర్డులను తొలగించి దళితుల భూములపై దళితులకు యాజమాన్య హక్కు కల్పించాలని, భూస్వాములు, పెత్తందారుల ఆక్రమణలో గల ప్రభుత్వ, బంజర, మిగులు, పోరంబోకు భూములను ప్రభుత్వం స్వీధించం చేసుకొని భూమి లేని నిరుపేదలకు భూమిని పంచి పట్టలు ఇవ్వాలని అయిన ప్రభుత్వాన్ని డిమాండ్ చేశారు. లేనిపక్కంలో ఉద్యమాన్ని ఉర్ధుతం చేస్తామని అయిన ప్రభుత్వాన్ని హెచ్చరించారు. ఈ కార్యక్రమములో అఖిల భారత రైతు కూలీల సంఘం జిల్లా నాయకులు పందిటి వెంకటయ్య, భారత కార్యిక సంఘాల సమేఖ్య జిల్లా అధ్యక్షులు కె. రమేష్, ప్రగతిశేల మహిళా సంఘం నాయకురాలు బి. మమత, పి. అనూప్, ఎ. నాగమణి మరియు నాయకులు పి. వెంచలయ్య, పి. కోటయ్య, పి. శ్రీను తదితరులు పాల్గొన్నారు.

**“ప్రజా సమస్యల పరిష్కార వేటక”** (పి.జ.ఆర్.ఎస్) కార్బూక్రమాన్ని నిర్వహించిన జల్లు ఎన్న తిథ్యన్ నయాం తన్న

పోలీసు పథిక్ గ్రివెన్స్ రీడిషన్ల్ సిస్టమ్” కార్బూక్చమంలో 11 అర్ధీల స్టోర్జింగ్ ప్రశ్నల ఫిర్మాదుల పరిష్కారానికి మొదటి ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలి. అల్లీలు పునరావుపు కాకుండా నిర్వీత గడువులోగా చట్ట పరిధిలో శాశ్వత పరిష్కారం మాపాలి: జిల్లా ఎస్టీ అద్భుత్ నయాం అస్సి.

పరిష్కారం చూపాలన్నారు. వివిధ సమస్యలతో పోలీన్ కార్యాలయాలకు వచ్చే బాధితులకు భరోసాగా పోలీన్ శాఖ ఉండాలన్నారు. అజ్ఞీలు మరల మరల పునరావృతం కాకుండా పూర్తి స్థాయిలో విచారించి శాశ్వతంగా పరిష్కారం చూపాలని ఎస్టీ పోలీన్ అధికారులను ఆదేశించారు. ఈరోజు నిర్వహించిన “ప్రజా సమస్యల పరిష్కార వేదిక” కార్యక్రమంలో కుటుంబ కలహోలు, సైబర్ మోసాలు, భర్త/అత్మారింటి వేధింపులు, భూ-ఆస్థి వివాదాలు, నకిలీ పత్రాలు, అధిక వడ్డీలు, అస్టేన్ మోసం, ప్రేమ పేరుతో మోసం, ఆస్ట్రి తగాదాలు, ఇతర పలు సమస్యలపై మొత్తం 11 అజ్ఞీలను ఎస్టీ స్టీకరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా అదనపు ఎస్టీ (అడ్మిన్) వి. భీమారావు, జిల్లా స్పెషల్ బ్రాంచ్ ఇన్స్పెక్టర్ వి. పుల్లారావు జిల్లా మహిళా పోలీన్ స్టేషన్ ఇన్స్పెక్టర్ అహ్వాద్ ఉన్నిపో మరియు ఇతర పోలీన్ అధికారులు, సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

# అవ్యాప్తి కన్సంఫర్మెంట్ చదువాలి: డా. చంప్యుడి

**తెలుగు ప్రజల గుండెచ్చుడు అమరజీవ శ్రీ పాట్లి  
శీరాములు. డాక్టర్ చిహ్ని.డి.వెంకట్సరువు**

రామచంద్రపురం, మార్చి 17 (తీవ్ర) తెలుగు ప్రజల గుండెచప్పుడు అమరజీవి శ్రీ పొత్తురాములు అని ప్రతి తెలుగువారి గుండె అయిన ఎల్లప్పుడూ ఉంటారు పాయకరావుపేట నియోజకవర్గ అబ్బర్వర్ రాశెట్టి బలిజ వెల్సేర్ అండ దెవలపైం కార్పూరేషన్ డైరెక్టర్ డాక్టర్ చప్పి వెంకటేశ్వరార్వ అన్నారు. స్థానిక సిఫిఎసెంటర్లో గల పొత్తురాములు గారి కౌన్సిల్ విగ్రహసికి పూలమాల వేసి నివాళులర్పించారు. శీసీ వెల్సేర్ ఆధ్యార్యంలో జరిగిన

పద్మశాలి కార్బోరేషన్ డైరెక్టర్ జయ కృష్ణ తో కలిసి ఘనంగా నివాళుల్చించారు. ఈ సందర్భంగా డాక్టర్ చప్పి మాట్లాడుతూ భాషా ప్రయోగ రాష్ట్రాల ఏర్పాటుకు ముఖ్యంగా ఆంధ్ర రాష్ట్ర అవతరణకు 58 రోజులు ఆమర నిరాపథర దిక్కు చేసి అనువులు బాసిన మహానీయుడు మన పొట్టి శ్రీరాములు అని ఆయన స్థానం తెలుగు ప్రజల గుండెల్లో ఎవ్వుడూ ఉంటుందని డాక్టర్ చప్పిడి వెంకటేశ్వరరావు తెలిపారు ఆయన చరిత్రను పిల్లలు ప్రభక్కరు చదివి తెలుసుకోవాలని ఈ సందర్భంగా తెలియజ్జించారు. కార్బ్యూక్రమంలో మాధవపట్టుం ఉపసర్పం పిలి శ్రీనివాస్ బీసీ వెల్లేర్ ఆపీసు నుండి ప్రసాద్ మరియు నోడ్లర్ ఆపీసర్ లలి తదితరులు పాలొనారు.



**మ్యూట్సి క్షమంబగికి జిస్మవేచాలీ ఇంచాల్ 10వేలు ఆర్క**

సీఎస్‌ఎంపికలో అండొ ఉంటాం ఇన్నాళ్ళ బద్ద శ్రీ నివాస్. రామచంద్రపురం, మార్చి 17 ( శ్రీచక్త ) ఇటివల రోడ్డు ప్రమాదంలో మృతిచెందిన వంతిపాటి వీరేంద్ర కుటుంబానికి రామచంద్రపురం బిసివై పార్టీ ఇన్నాళ్ళ బద్ద శ్రీ నివాస్ యాదవ్ పదివేల రూపాయలు ఆర్థిక సహాయం అందజేశారు. ఈమేరకు ఆయన ఆదివారం మాట్లాడుతూ ఐ.పోలవరం మండలం కొమరగిరి వద్ద జాతీయ రహాదారిపై ముఖ్యాడివరం మట్టిపాలం యాదవ్ కులానికి చెందిన వంటపాటి వీరేంద్ర రోడ్డు ప్రమాదంలో మృతి చెందడంతో విషయంతెలిసిన తాను తమపార్టీ క్రేణులతో కలిసి పరిస్థితిని తెలుసుకోవడం జరిగిందన్నారు. అలాగే మృతుని కుటుంబానికి న్యాయం జరిగేలా ఐ.పోలవరం పోల్సీపార్ట్ లో ఇరువుర్లాలతో సంప్రదించి చూడటం జరిగిందని తెలిపారు. ఈసందర్భంగా ఇన్నాళ్ళ శ్రీనివాస్ కు ఆగ్రామస్థలు కూతురు తెలిగుజ్యేశ్వరు







# సాహిత్య నుండి

## నెట్‌లో మయాంక్ బోలింగ్.. లక్ష్మీ సుపర్ జెయింట్స్ బెంగ తీరేనా..?



ఇండియన్ ఫ్రైమీయర్ లీగ్-2025కి రంగం సిద్ధమైంది. ఈ నెల 22 నుంచి టీ20 సమరం మొదలుకానున్నది. లక్ష్మీ సూపర్ జెయింట్స్ ఫాన్స్కు ఈ భవార్త. గాయం కారణంగా 2023 సీజన్కు దూరమైన ఫాస్ట్ బోలర్ మయాంకర్ యాదవ్ త్వరలోనే జట్టుతో చేరనున్నాడు. మయాంక్ ప్రస్తుతం గాయం నుంచి కోలుకుంటుండా.. ఐపీఎల్లో ఆడేండుకు ఇంకా బీసీఎస్ నుంచి అనుమతి రాలేదు. గతేడాది బంగార్డేస్తో జరిగిన టీ20 సిరీస్తో అరంగేట్రం చేసిన ఈ ఫాస్ట్ బోలర్ వెన్నునొప్పితో బాధపడ్డాడు. ఆ తర్వాత బెంగళూరులో బీసీఎస్ సెంటర్ ఆఫ్ ఎక్స్‌లెన్స్‌లో రీహబిలిటేషన్‌లో ఉన్నాడు. మయాంక్ సీజన్కు సైతం అందుబాటులో ఉండకపోవచ్చని పలు మిాడియా నివేదికలు తెలిపాయి. అయితే, తాజాగా ఏప్రిల్ రెండో వారం వరకు లక్ష్మీ గాయం కారణంగా 2023 సీజన్కు దూరంగా ఉన్నాడు, కానీ, గత సీజన్లో పంజాబ్ కింగ్స్తో జరిగిన తన తొలి మ్యాచ్చలో మూడు వికట్లు తీసుకున్నాడు. ఆ తర్వాత అర్సీబీతో జరిగిన మ్యాచ్చలో మరో మూడు వికట్లు పడగాటాడు. ఈ క్రమంలో రెండు వరుస మ్యాచుల్లో ప్లేయర్ ఆఫ్ ది మ్యాచ్గా నిలిచాడు. సైట్ ప్రైయిన్ కారణంగా కేవలం నాలుగు మ్యాచులు మాత్రమే ఆడాడు. లక్ష్మీ ప్రోటెంచేస్ అతనిపైగా భాగిగానే నమ్మకం పెట్టుకున్నది. మౌగా వేలానికి మందు రూ. 11కోట్లతో మయాంక్ ను రీబ్లెస్ చేసుకుంది. ఈ సారి ఐపీఎల్లో లక్ష్మీ జట్టు తొలి మ్యాచ్చను 24న విశాఖపట్టంలోని వైఎస్పార్ ఏసీవ్-బీసీఎస్ ప్లేఫైయంలో ధిల్లీ క్యాపిటల్స్తో తొలి మ్యాచ్ ఆడనున్నది. ఈ సారి రిపట్ వంత్ నాయకత్వంలో ధిల్లీ జట్టు బరిలోకి దిగుతున్నది.

ఐపీఎల్ కార్సం ఐఎస్‌ఎల్ కాంప్యూట్యూనిట్..  
సాతాప్రికా క్రీకెటర్స్ వార్క్ బార్బు నాచీసులు

లీగ్ వైపు కార్బ్రూన్ మొగ్గుచూపాడు.పాకిస్తాన్ సూవర్ లీగ్ కోసం కాంట్రాక్టు కుదుర్చుకున్న తర్వాత మళ్ళీ ఏపీఎల్కు వెళ్ళిందుకు కార్బ్రూన్ ఆసక్తి చూపడంతో పాక్ క్రికెట్ బోర్డు ఆ ప్లేయర్కు నోటీసులు జారీ చేసింది. అతని ఏపీఎల్ ద్వారా ఆ క్రికెట్కు నోటీసులు ఇచ్చారు. కాంట్రాక్టు నుంచి వైదొలగడానికి గల ప్రాఫేషనల్ కారణాలు ఏంటో చెప్పాలని పాక్ క్రికెట్ బోర్డు తన నోటీసుల్లో ప్రశ్నించింది. నిర్దేశిత సమయంలోగా సమాధానం ఇవ్వాలని తన నోటీసుల్లో పీసీబీ వార్లింగ్ ఇచ్చింది.ప్రతిసారి ఫిబ్రవరి-మార్చిల్లో ఉండే పాకిస్తాన్ టీ20 లీగ్సు ఈసారి చాంపియన్స్ ట్రోఫీ వల్ల ఆలస్యం చేయాల్సి వచ్చింది, ఈసారి ఆ టోర్మీని ఏప్రిల్, మే నెలలో నిర్వహిస్తున్నారు. దీని వల్ల ఆ టోర్మీ షెడ్యూల్.. ఐపీఎల్ మ్యాచ్చలు కొన్ని ఒకే సమయంలో జరిగే అవకాశాలు ఉన్నాయి. అయితే ఐపీఎల్ వేలంలో అమ్ముడుపోసి విదేశీ ఆటగాళ్ళ ఐపీఎల్కు ఒప్పండం చేసుకున్నారు. దాంతో బావ్ కూడా ఉన్నాడు. కానీ ముంబై ఇండియన్స్ ప్లేయర్ లిజార్డ్ గాయపడడంతో.. బావ్కు పిలుపు రావడం సమస్యాత్మకంగా మారింది.

# కోప్పు, రోహిత్ ను కాదు.. ఆ ఇద్దలినీ ఎదురొచ్చడం కష్టం! - చంపాల్



గత కొన్ని రోజులుగా వార్తల్లో తెగ చర్చనీయాంశమవుతోన్న టీమిండియా సినియర్ స్పెన్చర్ యుష్ట్యంద చాహార్ మరోసారి వార్తల్లో నిలిచాడు. రీసెంట్ గా ముగిసిన ఛాంపియన్స్ ట్రోఫీ ప్రైనల్ లో కొత్త గర్ల్ ఘ్రెండ్సో (రూమర్) కలిసి మైదానంలో సందడి చేసిన అతడు.. తాజాగా ఐపీఎల్ 2025 సీజన్స్ కోసం ప్రోక్స్ ప్రారంభించాడు. ఈ క్రమంలోనే తాజాగా.. తనకు సవాల్స్ విసిరే బ్యాటర్లు ఎవరో పేర్లు తెలిపాడు. వారిలో కోణ్ణి, రోహిత్ లేకపోవడం గమనార్థం. చాహార్.. ఈసారి పంజాబ్ కింగ్స్ తరఫున ఐపీఎల్ 2025 బరిలోకి దిగబోతున్నాడు. రూ. 18 కోట్లు పెట్టి మరీ అతడని పంజాబ్ కింగ్స్ సొంతం చేసుకుంది. ఈ జట్టుకు శ్రేయన్ అయ్యర్ కెప్పెన్ గా వ్యవహారించసున్నాడు. అయితే తాజాగా ఓ చిట్ చాటలో పొల్గొన్న చాహార్.. సన్ రైజర్స్ ప్రైదరాబాద్ పొన్టిచ్ క్లాసెన్, లభ్యనవ్యా సూపర్ జెయింట్స్ నికోలస్ పూర్వే బలమైన బ్యాటర్లు అని చెప్పాడు. వారు భారీ సిక్కు లు బాదుతారని వేర్పొన్నాడు.స్టోర్. ఒకరు పొన్టిచ్ క్లెసెన్. ఇంకాకడు నికోలస్ పూర్వే. వాళ్ళకు చాలా శక్తి ఉంది. బంతులను బలంగా బాదుతారు. ఎడ్జెన్స్ లోనూ సిక్కు లు బాదుతారు. వాళ్ళకు బొలింగ్ వేయడం సవార్ గా ఉంటుంది. అలానే వాళ్ళపై నేను కూడా సిక్కు లు బాదాను. బానే రాణించాను.

**ರಾಯ್ಲ್ ಚಾಲೆಂಡರ್ಸ್ ಬೆಂಗಳೂರು ಹೈಕೋರ್ಟ್ ವೆಟಲ್..!  
ಸ್ನಾಫ್‌ಲು ಮೊದಲುಪೆಟ್ಟಿಗೆ ವಿರಾಟ್ ಕರ್ಮಿಂಗ್**



ఐపీఎల్ 2025 కోసం రాయల్ చాలెంజర్స్ బెంగళూరు (బీఆస్) స్టోర్ బ్యాట్స్‌మన్ విరాట్ కోప్ప్ల్ సన్నాహోలు ప్రారంభించాడు. ఈ నెల 22 నుంచి ఐపీఎల్ నీజన్ మొదలవనున్నది. తొలి మ్యాచ్ అర్సీబీ, డిపెండింగ్ చాంపియన్ కోర్ట్‌కు నైట్‌రైడర్స్ మధ్య జరుగునున్నది. మొదటి మ్యాచ్‌కు ముందు, కోప్ప్ల్ సన్నాహోలు చేసి బంగళూరులోని చిన్సుస్పోమి స్టేడియంలో బ్యాటింగ్ ప్రాక్షీస్ చేస్తూ కనిపించాడు. కోప్ప్ల్ నెట్స్‌లో త్రోడాన్ స్పెషలిస్ట్‌తో ప్రాక్షీస్ మొదలవెట్టాడు. ఇందుకు సంబంధించిన వీడియోను ఆర్సీబీ సోఫ్ట్‌ల మిాడియాలో పేర్ చేసింది. ఛాంపియన్ ట్రోఫీలో భారత్ టైటిల్ సాధించడంలో విరాట్ కీలక పాత్ర పోషించాడు. ఐపీఎల్‌నూ అదే ఫామ్‌ను కొనసాగించాలని చూస్తున్నాడు. చాంపియన్ ట్రోఫీ తర్వాత కొద్దిరోజుల పాటు విరామం తీసుకొని.. అలస్యంగా ఆర్సీబీ జట్టుతో చేరాడు. ఆర్సీబీ ఈ సారి రజత్ పాటిదాన్ నాయకత్వంలో అడనున్నది. ప్రాంచేజీ ఈ సార్లైనా టైటిల్‌ను సాధించాలన్న కనితో ఉన్నది.చాంపియన్ ట్రోఫీలో విరాట్ పదు మ్యాచ్‌ల్లో 54.50 సగటుతో 218 పరుగులు చేశాడు. ఇందులో ఓ సెంచరీ, మరో హాఫ్ సెంచరీ చేశాడు. బంగార్‌దేవ్‌తో జరిగిన మొదటి మ్యాచ్‌లో రాణించలకపోయాడు. పాకిస్తాన్‌పై అజ్ఞేయ సెంచరీ చేసి భారత్‌కు విజయాన్ని అందించాడు. న్యూజిలాండ్‌తో జరిగిన గ్రూవ్ దశలోని చివరి మ్యాచ్‌లో తేలిగూ అవుట్ అయ్యాడు. ఆస్ట్రేలియాతో జరిగిన సెవిం-ప్రైనల్ మ్యాచ్‌లో కోప్ప్ల్ 84 పరుగులు చేసి భారత్‌ను టైటిల్ మ్యాచ్ సాధించడంలోనూ కీలకపాత్ర పోషించాడు. కోప్ప్ల్ ప్రస్తుతం ఐపీఎల్‌నూ అదే ఫామ్‌ను కొనసాగించాలని చూస్తున్నాడు. ఈ సార్లైనా ఆర్సీబీ తరపున టైటిల్ సాధించాలని విరాట్ కనితో ఉన్నాడు. ఫాఫ్ డు ప్లెసిన్ జట్టును వీడిన నేపర్చుంటో.. కోప్ప్ల్ మరోసారి ఆర్సీబీ కెప్టెన్‌గా బాధ్యతలు స్నేకరిస్తాడనే చర్చ జరిగింది. అయితే, ప్రాంచేజీ రజన్ పాటిదార్పై నమ్మకంతో అతనికి అప్పగించింది. 2021లో కోప్ప్ల్ ఆర్సీబీ కెప్టెన్‌నీ పదులుకున్నాడు. విరాట్ సైతం మళ్ళీ కెప్టెన్ బాధ్యతలు చేపోందుకు అంగీకరించలేదు.

# పోలీస్ గిటవ్ లో గంగులీ.. ఫ్లైష్ బుక్ అడుర్ని

కోల్కతా: టీం ఇండియా మాజీ కెప్పెన్ సారవ్ గంగులీ క్రికెట్ మైదానంలో ఎన్నో అద్భుతాలు సృష్టించారు. తనదైన బ్యాటీంగ్‌తో, అద్భుతమైన బొలింగ్‌తో ఆయన కోట్లాది మంది అభిమానుల్ని సంపాదించుకున్నారు. అయితే ఇప్పుడు గంగులీ యాస్టింగ్‌లోకి అడుగుపెట్టారు. అయినా యాస్టింగ్ చేస్తున్నారని కొన్ని రోజులుగా టూక్ వినిపిస్తోంది. అయితే.. ‘ఖాక్: ది బెంగాల్ ఛాప్టర్’ సిరీస్‌లో ఆయన ఓ ప్రత్యేక పాత్రాల్లో కనిపించున్నట్లు కొన్ని ఫోలోలు కూడా వైరల్ అయ్యాయి. అయితే తాజాగా ఇందుకు సంబంధించిన వీడియోని నెట్‌పైక్స్ విడుదల చేసింది. ‘ది బెంగాల్ టైగర్ మిట్ట్ బెంగాల్ ఛాప్టర్’ అంటూ ఈ వీడియోకి క్యాప్చన్ ఇచ్చింది. ఈ వీడియోలో గంగులీ హోలీన్ యూనిఫోంలో కనిపిస్తారు. అది చూసి అందకు ఆశ్చర్యపోగా.. దర్శకుడు హీరో చేయాల్సిన పనులు చెబుతాడు. కానీ, గంగులీ అవి చేయలేకపోవడంతో.. ఈ సిరీస్‌ని మార్కెటీంగ్ చేయాలని కోరుతాడు. అందుకు ఆయన ఒకే అంటాడు. మొత్తానికి ఈ యాడ్ గంగులీ అభిమానులనే కాదు.. అందరిని ఆకట్టుకుంటుంది. గంగులీ నిజంగానే ఓ చిన్న పాత్రాలో నటిస్తే బాగుంటుంది అంటూ నెట్‌జిస్ట్ కామెంట్లు చేస్తున్నారు. మార్చి 20వ తేదీ నుంచి ‘ఖాక్: ది బెంగాల్ ఛాప్టర్’ ప్రసారం కానుంది.



# ଅତେନେ ଆଲ୍ଲାପଦମ୍ ବେଣ୍ଟି ଫୁସିପରି: ଶେରାଂକ ସିଂଗ୍

టీమిండియా దిగ్గజ కెప్పెన్ మహేంద్ర సింగ్ ధోనీపై పంజాబ్ కింగ్స్ హిట్టర్ శాంక్ సింగ్ ప్రశంసల జల్లు కురిపించాడు. ఈ ప్రపంచంలోనే అత్యుత్తम ఫినిషర్ మహేంద్ర సింగ్ ధోనీ అని తెలిపాడు. ఐపీఎల్ 2025 సీజన్ నేవర్ధ్యంలో ఓ యూట్యూబ్ ఛానెల్కు ఇచ్చిన ఇంటర్వ్యూలో శాంక్ సింగ్ ఆనక్కికర విషయాలు పంచుకున్నాడు. ధోనీని తొలిసారి కలిసినప్పుడు తనను గుర్తుపట్టడని తెలిపాడు.'ప్రపంచంలోనే అత్యుత్తమ ఫినిషర్ ధోనీ. ఆయనో దిగ్గజం. ధోనీని నేను తొలిసారి కలిసినప్పుడు ఆయన నన్ను గుర్తు పట్టారు. అది నాకు చాలా పెద్ద విషయం. ఎందుకంటే ధోనీలాంటి దిగ్గజ అటగాడికి మన పేరు తెలియడం కంటే మించిన గౌప్య విషయం ఏం ఉంటుంది. ఆయన నాకు కొన్ని సలహాలు ఇచ్చారు. అవి నాకు బాగా ఉపయోగపడ్డాయి.' అని శాంక్ సింగ్ తెలిపాడు. టీమిండియా కెప్పెన్ రోహిత్ శర్మ తనకు ఇష్టమని, అతని సారథ్యంలో ఆడటం తన కలని చెప్పాడు. 'ప్రతీ ఒక్కరు రోహిత్ శర్మ కెప్పేనీ గురించి సానుకూలంగా చెప్పారు. అతను ఆటగాళ్ళకు అండగా ఉంటుంది. వారికి చాలా అవకాశాలు ఇస్తాడు. అతను చాలా తెలివైన కెప్పెన్. అతని ఫీల్డ్ సెటవ్ చాలా ఘన్సీగా ఉంటుంది. నేను ఎవరి కెప్పేనీలోనైనా ఆదాలనుకుంటే అది రోహిత్ శర్మనే. అతను బోంబేకు చెందినవాడు. ఇప్పటికే అతనితో కలిసి ఒకసారి బ్యాటింగ్ చేసే అవకాశం డక్కింది. అప్పుడు ఆయన కెప్పెన్ కాదు. అతని సారథ్యంలో ఆడాలని ఉంది. అదే నా కోరిక'అని శాంక్ సింగ్ చెప్పుకొచ్చాడు. ఐపీఎల్ 2024 సీజన్లో శాంక్ సింగ్ సంచలన ఆప్టిమిట్స్ లో ఉండుకూతాను. రాంటో ఉపాయి సంస్కరణ గింగ్ గ్రూప్ 5 కోర్కుకు టీస్కాకుండి



**62 విడ్కు సంపర్చేస్తనీర్ కికెట్ లో అర్థగేటం.. కట్ చేసే.. 6 విడ్ రికాయస్ బద్లు కాటిన పేయ్ర!**

గా మగినిన ఛాంపియన్స్ ట్రోఫీ ప్రైవెట్ లో కొత్త గర్డ్ ఫ్రెండ్షిప్ (రూమర్) కలిసి మైదానంలో సందడి చేసిన అతడు.. తాజాగా ఐపీల్ 2025 సీజన్ కోసం ప్రార్టీన్ ప్రారంభించాడు. ఈ క్రమంలోనే తాజాగా.. తనకు సహార్ విసిరే బ్యాటర్లు ఎవరో పేర్లు తెలిపాడు. వారిలో కోప్స్, రోఫాత్ లేకపోవడం గమనార్థం.చాహార్.. ఈసారి పంజాబ్ కింగ్స్ తరఫున ఐపీల్ 2025 బిరిలోకి దిగబోతున్నాడు. రూ.18 కోట్లు పెట్టి మరీ అతడని పంజాబ్ కింగ్స్ సొంతం చేసుకుంది. ఈ జట్టుకు శ్రేయన్ అయ్యర్ కెప్పెన్ గా వ్యవహారించసున్నాడు. అయితే తాజాగా ఓ చిట్ చాటలో పాల్నాన్ చాహార్.. నన్ రైజర్స్ ప్రైదరాబాద్ హెట్రిచ్ క్లాసెన్, లభ్యనవ్యా సూపర్ జెయింట్ నికోలన్ పూర్వన్ బలమైన బ్యాటర్లు అని చెప్పాడు. వారు భారీ సిక్స్ లు బాదుతారని పేర్కొన్నాడు.సెర్. ఒకరు హెట్రిచ్ క్లసెన్. ఇంకొకదు నికోలన్ పూర్వన్. వాళ్ళకు చాలా శక్తి ఉంది. బంతులను బలంగా బాదుతారు. ఎడ్జెన్ లోనూ సిక్స్ లు బాదుతారు. వాళ్ళకు బొలింగ్ వేయడం సహార్ గా ఉంటుంది. అలానే వాళ్ళపై నేను కూడా సిక్స్ లు బాదాను. బానే రాణించాను. 2025 మార్చి 10న గ్యాసీమాలో జరిగిన 20 అంతర్జాతీయ (20ఎ) మ్యాచ్లో కోస్టారికా జట్టుతో జరిగిన పోరులో ఘాక్కాండ్ దీవుల తరఫున అరంగేట్రం చేసిన మాధ్యా బ్రౌన్ క్రికెట్ చరిత్రలో ఓ విశేష ఘట్టాన్ని లిఖించాడు. 62 ఏళ్ళ వయసులో అంతర్జాతీయ క్రికెట్లో అడుగుపెట్టిన అతను, పురుషుల క్రికెట్లో అతి పెద్ద వయసులో అరంగేట్రం చేసిన ఆటగాడిగా నిలిచాడు. ఈ ఘనత సాధించే ముందు, ఆగస్టు 2019లో రొమేనియాతో జరిగిన 20ఎ మ్యాచ్లో టర్మ్ తరఫున 59 ఏళ్ళ వయసులో తొలి అంతర్జాతీయ ప్రదర్శన ఇచ్చిన ఉస్టాన్ గోకర్ ఈ రికార్డు తన పేరిట కలిగి ఉన్నాడు. అయితే బ్రౌన్ ఆ రికార్డును అధిగమించి క్రికెట్ చరిత్రలో సరికొత్త అధ్యాయం రాశాడు.తన అంతర్జాతీయ క్రికెట్ కెరీర్లో బ్రౌన్ ఇప్పటివరకు మూడు 20ఎలు ఆడి, మూడు ఇన్నింగ్స్లో 6 పరుగులు సాధించాడు. అందులో రెండు ఇన్నింగ్స్లలో నాట్-ఆపుట్ గా నిలిచాడు. బొలిగ్లో ఒక ఓవర్ వేసినప్పటికీ, తన తొలి అంతర్జాతీయ వికెట్సు ఇప్పటివరకు పొందలేదు. అయితే, అంత పెద్ద వయసులో కూడా అంతర్జాతీయ యేదికపై అరంగేట్రం చేయడం అనేది క్రికెట్ చరిత్రలో ప్రత్యేకమైన సంఘటనగా నిలిచిపోయింది.అంతర్జాతీయ క్రికెట్లో అతి పెద్ద వయసులో అరంగేట్రం చేసిన ఆటగాళ్ళ జాబితాలో బ్రౌన్ ముందు ఇంగ్లాండ్కు చెందిన జేమ్స్ సౌథర్, పాకిస్తాన్కు చెందిన మిరాన్ బ్ల్యా, భారతదేశానికి చెందిన రుస్తోంజి జంపెష్ట్ వంటి ప్రముఖ ఆటగాళ్ళ ఉన్నారు. కానీ, 62 ఏళ్ళ వయసులో అరంగేట్రం చేసిన అతను, ఈ జాబితాలో అగ్రస్థానానికి చేరుకొన్నాడు. ఇది ముసలి వయసులో కూడా ఆటవట్ల ఉన్న అంతిభావాన్ని, పట్టుదల, ప్రేమను ప్రతిబింబించే అత్యయుతమైన ఉదాహరణ. బ్రౌన్ సాధించిన ఈ అరుదైన ఘనత క్రికెట్ ప్రపంచానికి ప్రేరణగా మారింది.మాధ్యా బ్రౌన్ ఆరుదైన రికార్డు సాధించడం వెనుక అతని ప్రమ, పట్టుదల, ఆటపట్ల ఉన్న ప్రేమ ఎంతో గొప్పది. సాధారణంగా, క్రికెట్లో ఒక ఆటగాడు తన 30ల చివర్లో లేదా 40ల ప్రారంభంలోనే కెరీరుకు మగింపు పలుకుతుంచాడు. అయితే, 62 ఏళ్ళ వయసులో అంతర్జాతీయ అరంగేట్రం చేయడం అనేది కేవలం ప్రతిభతోనే సాధ్యమయ్యాడి కాదు. అంతకంటే ఎక్కువగా, మానసిక స్థేర్యం, శారీరక సహనశక్తి, నిరంతర కృషి అవసరమయ్యా విషయం. క్రికెట్ ప్రపంచంలో చాలా మంది ఆటగాళ్ళ తనకంటే చాలా తక్కువ వయసులోనే ఆట నుంచి రిటైర్ అవుటంబే, బ్రౌన్ మాత్రం అంతర్జాతీయ సాయిలో తన ఆటను ప్రదర్శించే అవకాశం కోసం నిరీక్షించాడు. ఆటగాళ్ళ ఆటగా పరిగణిస్తారు, కానీ బ్రౌన్ రికార్డు ఆ భావనను తప్పుటటింది. అతని అరంగేట్రం క్రికెట్లో వయస్సు ప్రాముఖ్యతను తగ్గించి, ఆటగాళ్ళ నైపుణ్యాలను, శారీరక స్థితిగతులను ముఖ్యంగా చూడాల్సిన అవసరాన్ని గుర్తు చేసింది. కేవలం నుండి కొన్ని ఈటా టేంపు కుటీ ఉంటే ని నుండి స్టోర్స్ ను గొఱ్సు పొలాంగ్ ఇండ్యాన్ అంచు విగ్రాహించాడు.

# యాపిల్ తో పాటు ఈ ఆహారాలు

## తినింద్ధు! లేదంటే ఇబ్బందే!



రోజుకో యాపిల్ తింటే డాక్టర్కు దూరంగా ఉండూని పెద్దలు ఊరికే చెప్పేద్దు. యాపిల్తో పోషకాలు పుస్తలంగా ఉంటాయి. విటమిన్లు, ఖనిజాలు, ఔషధ యాపిల్తో మెంగుగా లభిస్తాయి. అరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేసే యాపిల్ని చాలామండి ఇష్టంగా ఉంటారు. అయితే, యాపిల్ని తేసి విషయంలో కొన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. ముఖ్యంగా, కొన్ని రకాల అహారాలతో కలిపి యాపిల్ను తినడం వల్ల అరోగ్యానికి హని కలగుతుంది. అంటో తెలుసుకుండా ఇంది. పాల ఉత్సత్తులు యాపిల్తో పాటు పాలు, పెరుగు, బీజ్ వంటి పాల ఉత్సత్తులను తినడం అంత మంచి కాదు. యాపిల్తో ఉండే ఆమ్లాలు, పాల ఉత్సత్తుల్లో ఉండే ప్రోటీన్లు కలిపి జీర్ణకీయకు అటంకం కలిగిస్తాయి. దీనివల్ల కడుపు ఉపురం, గాన్లు, అజ్ఞం వంటి సమస్యలు వచ్చే అవకాశం ఉంది. ముఖ్యంగా, యాపిల్తో పాటు పాలు తాగడం వల్ల వికారం, వాంతులు కూడా కలగుతాయని కొన్ని అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి. కాల్ట్రీ, యాపిల్ తిన్న వెంటనే పాల ఉత్సత్తులు తీసుకోకపోవడం ఉత్తమం. కొన్ని రకాల కూరగాయలు: యాపిల్తో పాలు కొన్ని రకాల కూరగాయలు కూడా తినకాదు. ముఖ్యంగా, క్వాజేట్, ట్రోకీల్, కాల్ట్రీషవర్ వంటి క్రూసిఫిరన్ కూరగాయలను యాపిల్తో కలిపి తినడం వల్ల గ్రాఫ్ ని సమస్యలు వస్తాయి. ఈ కూరగాయలు జీర్ణం కావానికి ఎవ్కుడం సమయం పడుతుంది. యాపిల్తో కలిపి తిన్నప్పుడు జీర్ణకీయ మరింత నెమ్మినిస్తుంది. ఘనింతంగా కడుపులో అసోకర్యా కలగుతుంది. అధిక ప్రోటీన్ అహారాలు: మాంసం, చేపలు, గుడ్లు వంటి అధిక ప్రోటీన్ అహారాలను యాపిల్తో కలిపి తినడం కూడా మంచిది కాదు. ప్రోటీన్లు జీర్ణం కావానికి ఎక్కువ సమయం తీసుకుంటాయి. యాపిల్ జీర్ణకీయమై పండు పండు. ఈ రెండింటీనీ ఒకేసారి తినడం వల్ల జీర్ణకీయటో గందరగేళం ఏర్పడుతుంది. దీనివల్ల పోషకాలు నరిగ్ల శేషించబడవు. అంతేకాండా, కడుపులో బయపూగా అనిపించడం, మలబడ్డకుండం వంటి సమస్యలు కూడా వస్తాయి. ఖనించిపోవటః పుట్టిన వండ్లు: యాపిల్తో పాటు పుట్టిన వండ్లు వచ్చే అవకాశం ఉంది. నారింజ, నిమ్మ, ద్రాక్ష వంటి పుట్టిన వండ్లు యాపిల్తో కలిపి తినడం వల్ల పోషకాలు నిమ్మానికి ఎవ్కుడం సమస్యలు వస్తాయి. ఈ వండ్లలో ఉండే ఆమ్లాలు ఒకానికి కావానికి మరింత నెమ్మినిస్తుంది. ప్రాసెన్ చేసిన ఆహారాలు, చక్కర పాసియాలు: ఇక ప్రాసెన్ చేసిన ఆహారాల, చక్కర పాసియాల గురించి చెప్పుక్కోవు. వీటిని యాపిల్తో కలిపి తినడం అరోగ్యానికి ఏ మాత్రం మంచిది కాదు. ప్రాసెన్ చేసిన

## ఖాళీ కడ్డప్పుతో బ్లాక్ కాప్స్ తాగుతున్నారా..

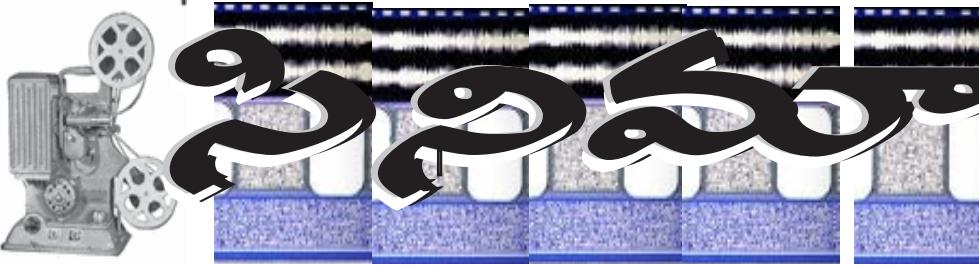
## అయితే ఈ ఆరథగ్య సమస్యలు రావడకం ప్రకాశ్ము!

ఉరయం లేవగానే వేడి వేగించ ఒక కప్పు బ్లాక్ కాఫీ తాగడం చాలా మంది ఒక అలవాటు. ఇది రోజును ఉత్సేజింగా ప్రోటోటింపుడానికి, నిద్రమత్తును వదిలించుకోవడానికి సహాయపడుతుంది. అయితే, ఖాళీ కడ్డప్పుతో బ్లాక్ కాఫీ తాగడం అరోగ్యానికి మంచిదిని అనే ప్రత్యుథించాలను ఉంటాయి. కొన్ని రకాల అహారాలతో కలిపి యాపిల్ను తినడం వల్ల అరోగ్యానికి హని కలగుతుంది. అంటో తెలుసుకుండా ఇంది. పాల ఉత్సత్తులు యాపిల్తో పాటు పాలు, పెరుగు, బీజ్ వంటి పాల ఉత్సత్తులను తినడం అంత మంచి కాదు. యాపిల్తో ఉండే ఆమ్లాలు, పాల ఉత్సత్తుల్లో ఉండే ప్రోటీన్లు కలిపి జీర్ణకీయకు అటంకం కలిగిస్తాయి. దీనివల్ల కడుపు ఉపురం, గాన్లు, అజ్ఞం వంటి సమస్యలు వచ్చే అవకాశం ఉంది. ముఖ్యంగా, యాపిల్తో పాటు పాలు తాగడం వల్ల వికారం, వాంతులు కూడా కలగుతాయని కొన్ని అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి. కాల్ట్రీ, యాపిల్ తిన్న వెంటనే పాల ఉత్సత్తులు తీసుకోకపోవడం ఉత్తమం. కొన్ని రకాల కూరగాయలు: యాపిల్తో పాలు కొన్ని రకాల కూరగాయలు కూడా తినకాదు. ముఖ్యంగా, క్వాజేట్, ట్రోకీల్, కాల్ట్రీషవర్ వంటి క్రూసిఫిరన్ కూరగాయలను యాపిల్తో కలిపి తినడం వల్ల గ్రాఫ్ ని సమస్యలు వస్తాయి. ఈ కూరగాయలు జీర్ణం కావానికి ఎవ్కుడం సమయం పడుతుంది. యాపిల్తో కలిపి తిన్నప్పుడు జీర్ణకీయ మరింత నెమ్మినిస్తుంది. ఘనింతంగా కడుపులో అసోకర్యా కలగుతుంది. అధిక ప్రోటీన్ అహారాలు: మాంసం, చేపలు, గుడ్లు వంటి అధిక ప్రోటీన్ అహారాలను యాపిల్తో కలిపి తినడం వల్ల గ్రాఫ్ ని సమస్యలు వస్తాయి. ఈ కూరగాయలు జీర్ణం కావానికి మరింత నెమ్మినిస్తుంది. ఘనింతంగా కడుపులో అసోకర్యా కలగుతుంది. అంతేకాండా కడుపులో పుట్టిన వండ్లు వచ్చే అవకాశం ఉంది. నారింజ, నిమ్మ, ద్రాక్ష వంటి పుట్టిన వండ్లు యాపిల్తో కలిపి తినడం వల్ల పోషకాలు నిమ్మానికి ఎవ్కుడం సమస్యలు వస్తాయి. ఈ వండ్లలో ఉండే ఆమ్లాలు ఒకానికి కావానికి మరింత నెమ్మినిస్తుంది. ప్రాసెన్ చేసిన ఆహారాలు, చక్కర పాసియాలు: ఇక ప్రాసెన్ చేసిన ఆహారాల, చక్కర పాసియాల గురించి చెప్పుక్కోవు. వీటిని యాపిల్తో కలిపి తినడం అరోగ్యానికి ఏ మాత్రం మంచిది కాదు. ప్రాసెన్ చేసిన

## ఈ ఒక్క ఆకు తీసుకోండి.. జీవితంలో డాక్టర్ అవసరమే రాదు



అపోర్చూగా ఉండే ప్రతి ఆకుకూర, మెక్క ఎన్నో అరోగ్య ప్రయోజనాలను అందిస్తుంది. తోటకూర, పాలకూర, బహులికూర, ముక్కకూర, మెంతికూర... ఇలా అన్ని ఆకుకూరలు అరోగ్యాన్ని సంరక్షిస్తాయి. అలాంటికోవే చెందిన గంటగాకు చాలా సాధారణమైన మెక్క కానీ ఏ ఆకు ఇప్పటి ప్రయోజనాలను ఇది కల్పిస్తుంది. దీనిలో విటమిన్, ఖనిజాలు, యాంతీకించాటు పుస్తలంగా అభిస్తాయి. ఇంటలో ఉండే పోషక విలువలు అనుంతం అని చెప్పుచ్చు. విటమిన్ ఏ, విటమిన్ సి మరియు బీ-కాంప్లెక్స్ విటమిన్, మెగ్నీషియం, కాల్చియం, పాటాపియం మరియు ఐటార్గా-3 కో-ప్లెట్ విటమిన్ సి మరియు బీ-కాంప్లెక్స్ విటమిన్ సి మరియు ప్రయోజనాలు అందిస్తుంది. అంతికోవే ప్రయోజనాలు అందిస్తుంది. అంతేకాండా కడుపులో పుట్టిన వండ్లు వచ్చే అవకాశం ఉంది. ఇంటగాకు చాలా సాధారణమైన మెక్క కానీ ఏ ఆకు ఇప్పటి ప్రయోజనాలను ఇది కల్పిస్తుంది. దీనిలో విటమిన్, ఖనిజాలు, యాంతీకించాటు పుస్తలంగా అభిస్తాయి. అలాంటికోవే చెందిన గంటగాకు చాలా సాధారణమైన మెక్క కానీ ఏ ఆకు ఇప్పటి ప్రయోజనాలను ఇది కల్పిస్తుంది. దీనిలో విటమిన్, ఖనిజాలు, యాంతీకించాటు పుస్తలంగా అభిస్తాయి. అలాంటికోవే ప్రయోజనాలను ఇది కల్పిస్తుంది. దీనిలో విటమిన్, ఖనిజాలు, యాంతీకించాటు పుస్తలంగా అభిస్తాయి. అలాంటికోవే ప్రయోజనాలను



# విల్మిర్ 4వ విడ్జిటల కాబంటున్‌లైఫ్ (లవ్ యువర్ ఫాదర్)!



దివంగత లెజెండరీ సింగర్ ఎస్పీ బాలనుబ్రహ్మణ్యం తనయుడు సింగర్ ఎస్పీ చరణ్ చాలా ఏళ్ళ తర్వాత ‘లైఫ్’ (లవ్ యువర్ ఫాదర్) అనే సినిమాతో మళ్ళీ రీ ఎంటీ ఇస్తున్నారు. మనిషా ఆర్ట్, అన్వయరెడ్డి స్ట్రోడియాన్ బ్యానర్స్ వై కిఫోర్ రాతీ, మహేష్ రాతీ, రామస్వామి రెడ్డి నిర్మాతలుగా పవన్ కేతరాజు దర్జకత్వంలో ఈ లైఫ్ (లవ్ యువర్ ఫాదర్) సినిమా రాబోతుంది. శ్రీహర్ష కషిక కషార్ జంటగా ఎస్పీ చరణ్, నవాబ్ పొ, ప్రవీణ్, భద్రం, రఘుబాబు, షకలక శంకర్, రియా.. వంటి నటీ నటులు ఈ సినిమాలో ముఖ్య పాత్రలు పోషించారు. ఇక ఈ సినిమాకు సీనియర్ స్టార్ మృణాంకమ వళ్ళీరు. భాగా కాదినందికు త్యాగిన కూడా చాలా సంతోషించారు. ఇక ఈ సినిమాను ఏప్రిల్ 4న ప్రేక్షకుల ముందుకు తీసుకురాబోతున్నాం. ఈ నెల 27న ప్రీ రిలీజ్ ఈవెంట్ జరుపుతాం.” అని తెలిపారు. ఇక ఈ సినిమాకు డైలాగ్ నాగ మాధురి రాశారు. డీవోపిగా శ్యామ్ కే నాయుడు, ఎదిటర్ గా రామ కృష్ణ, ఆర్ట్ డైరెక్టర్ గా చిదివల్లి శంకర్, కొరియోగ్రాఫర్ గా మొయిన్, ప్లేట్ మాస్టర్ గా కార్తీక, పిఅర్టింగా మధు పీత్రేర్ వ్యపచోరించారు.

# సిద్ ఆండ్ర్ సీలీస్ టొమాలంట్ సిగ్నల్ టొమాకుండు

నిత్న హరోగా నిత్య మినన్

A portrait of a woman with long dark hair, wearing a grey sleeveless top with a floral patterned neckline. She is smiling and looking towards the camera. The background is a plain, light-colored wall.

# గాత్మ మాన్సిక ఆ న్యార్స్ పీఎర్స్ ధాన్య!

డైరెక్టర్ గా గౌతమ్ మిసన్ కి సరైన సక్ష్యున్ పది చాలా కాలమవుతోన్న సంగతి తెలిసిందే. చివరికి డైరెక్ట్ చేసిన సినిమా కూడా రిలీజ్ చేయలేని పరిస్థితి ఏర్పడింది. దీంతే కొంత కాలంగా నటుడిగా కొనసా గుత్తున్నారు. డైరెక్ట్ పసున బెట్టి ఇతర స్టార్ హీరోల చిత్రాల్లో కీలక పాత్రాలు పోషిస్తున్నారు. అయితే మలయాళం, తమిళ్ లో మాత్రం సినిమాలు చేస్తున్నా? అవి పెద్దగా వెలుగులోకి రావడం లేదు. ఈ నేపథ్యంలో గౌతమ్ మిసన్ స్టార్ హీరో కార్తీ లివ్ప్ ఇచ్చే ప్రయత్నం చేస్తున్నాడు. ఇటీవలే కార్తీకి గౌతమ్ మిసన్ స్టార్ వినిపించినట్లు సమాచారం. నచ్చడంతో అయిన కూడా ఒకే చేసాడుట. అయితే ఇది గౌతమ్ మిసన్ సొంత కథ కాదు. జయమోహన్ ఈ చిత్రానికి స్టార్, స్ట్ర్యూన్ ఫే అందిస్తున్నారు. మరి ఈ సినిమా ఎప్పుడు పట్టాలెక్కుతుందన్నది చూడాలి. కానీ గౌతమ్ కిది మంచి కంబ్యూక్ అయ్యే అవకాశమే. దర్జకుడిగా ఒకప్పుడు ఓ వెలుగు వెలిగిన గౌతమ్ లవ్ స్టార్లికు ప్రత్యేకమైన ఫ్యాన్ బేస్ ఉంది. మళ్ళీ మునుపటిలో క్రేస్ట్ డైరెక్టర్ గా మారాలంటే సక్ష్యున్ బక్కలో మార్గం. మరి కార్తీ ఇచ్చిన అవకాశాన్ని ఎంత వరకూ సద్గినియోగం చేసుకుంటాడో చూడాలి. అయితే ఈ సినిమా ఎప్పుడు ప్రారంభమ వుతుందన్నది తెలియాలి. ప్రస్తుతానికి కార్తీ చేతిలో చాలా ప్రాజెక్ట్ లున్నాయి. ప్రస్తుతం సర్డార్ 2' లో నటిస్తున్నాడు. ఈ సినిమా ఘాటింగ్ పూర్తి చేసుకుని పోష్ట్ ప్రాడక్షన్ పనుల్లో ఉంది. త్వరలోనే 'భూది -2' చిత్రికరణ మొదలు వుతుంది. అలాగే సముద్ర దొంగల కథతో పని చేస్తున్నాడు. మరోవైపు 'కరన్' పేరుం మారిసెల్లార్జ్ దర్కతంలో ఓ సినిమా చేయాలి.



# ଦେଲ୍ ସଂସ୍କାରି ଗୁଡ଼ିଚି

## పూర్విక శంకర్ త్వయి!

ఇండస్ట్రీలో కొన్ని కాంబినేషన్లకు ప్రత్యేక క్రేజ్ ఉంటుంది. ఆ కాంబినేషన్లు హీరో- హీరోయిన్లి కావాచ్చ, హీరో- దైరెక్టర్ అవాచ్చ, దైరెక్టర్ - మూర్జిక్ దైరెక్టర్ అవాచ్చ. సినిమాల ఫలితాలను పక్కన పెడితే వారి కాంబోలో సినిమా వస్తుందంటే చాలు అనోన్స్ మెంట్సోనే ఆ సినిమాలకు క్రేజ్ అమాంతం పెరిగిపోతుంటుంది. అలాంటి ఓ కాంబినేషన్ డైరెక్టర్ హరీష్ శంకర్ - మూర్జిక్ డైరెక్టర్ దేవీ శ్రీ ప్రసాద్ ది. వీరిధ్వరిదీ సూపర్ హిట్ కాంబినేషన్. వీరిధ్వరి కాంబోలో వచ్చిన గబ్బర్ సింగ్ మాచి బక్కలి చాలు వీరి కాంబో గురించి చెప్పడానికి. గబ్బర్ సింగ్ తర్వాత వీరిధ్వరి కలయికలో వచ్చిన దువ్వాడ జగన్నాథం సినిమా కూడా మూర్జికల్ గా మంచి హిట్ సాధించింది! గబ్బర్ సింగ్, డీజె తర్వాత హరీష్ శంకర్ చేసిన గద్దలకొండ గణేష్ సినిమాలకు కూడా దేవీ శ్రీ ప్రసాద్ నే మూర్జిక్ డైరెక్టర్ గా అనుకుని, అఫీషియల్ గా అనోన్స్ కూడా చేశారు. కానీ చివరకు ఆ సినిమా నుంచి దేవీ తప్పుకున్నాడు. ఉన్నట్టుండి గద్దలకొండ గణేష్ సినిమా నుంచి తప్పుకోవడానికి గల కారణాన్ని దేవీ రీసెంట్ గా ఓ ఇంటర్వ్యూలో వెల్లడించాడు. గద్దలకొండ గణేష్ కోసం తనను మూర్జిక్ డైరెక్టర్ గా అనుకుని హరీష్ నెరేషన్ కూడా ఇచ్చారని, ఈ సినిమా చేసేద్దాం అనుకునేలోగా సరిజీ.. ఇందులో వెల్లువొచ్చే గోదారమ్మ సాంగ్ ను రిమిక్స్ చేధామనుకుంటున్నానని చెప్పారని, కానీ తాను రిమిక్స్ పాటలు చేయకూడదనే రూర్ పెట్టుకున్నానని దేవీ తెలిపాడు. హరీష్ తనను ఎంత కన్యిన్న చేధామనుకున్నా దానికి తాను ఒప్పుకోకపోవడంతో, చివరకు హరీష్ కాంప్రమైజ్ అయి రిమిక్స్ సాంగ్ ను తీసేదామనుకున్నారని కానీ దానికి తాను ఒప్పుకోలేదని దేవీ తెలిపాడు. గతంలో హరీష్ ను కూడా ఈ ప్రశ్న అడిగారని, దానికి రిమిక్స్ చేయడం ఆయనకు ఇష్టముండదని, అంయకే ఆ ప్రాణ్యక్షీ చేయలేకపోయాడని చాలా హందాగా చెప్పారని, ఆయన చెప్పిన విధానం ఎంతో నచ్చి వెంటనే సర్ జీ ఓ లవ్ యూ చెప్పానని గుర్తు చేసుకున్నాడు దేవీ. దేవీ మాటల్లాడిన ఈ విషయాన్ని హరీష్ తన సోపల్ మిండియలో ప్రైవ్ చేస్తూ గుర్తింపు కోసం, క్రేజ్ కోసం ఏదైనా మాటల్లాడే ఈ రోజుల్లో గుర్తుంచుకుని మరీ మింగు ఇలా మాటల్లాడటం మింగా గొప్పతనమని, మింగా మూర్జిక్ గురించే కాకుండా మింగా సంస్కరం గురించి కూడా అందరూ మాటల్లాడుకునేలా చేశారని రాసుకొచ్చాడు.

