

పల్నాడులో అమృత ఆరోగ్య పథకం ప్రారంభం

45 మంది అనాథ పిల్లలకు ‘అమృత ఆరోగ్యశ్రీ’ కార్డులను అందజేత. - పల్నాడు జిల్లా కలెక్టర్ కృతికా శుక్లా



క్రైమ్ కాంటర్ దిన పత్రిక పల్నాడు జిల్లా బ్యూరో యం. రవి సరసరావుపేట డిసెంబర్:8 పల్నాడు జిల్లా కలెక్టర్ కృతికా శుక్లా అనాథలు, నిరాశ్రయులకు ఉచిత వైద్య సేవలు అందించే దిశగా ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు ప్రభుత్వం ప్రవేశపెట్టిన ‘అమృత ఆరోగ్య పథకం’ (డా. ఎన్.టి.ఆర్. వైద్య సేవ పథకం)ను విస్తరించారు. సోమవారం జిల్లాలోని శిశు గృహ సంరక్షణ కేంద్రాల్లో (చైల్డ్ కేర్ సెంటర్లు) ఉంటున్న 45 మంది అనాథ పిల్లలకు ‘అమృత ఆరోగ్యశ్రీ’ కార్డులను అందజేశారు.

ప్రధాన వివరాలు...

డాక్టర్ ఎన్.టి.ఆర్. వైద్య సేవ పథకం (ఆంధ్రప్రదేశ్‌లోని ప్రధాన ఆరోగ్య

బీమా పథకం)ను ‘అమృత ఆరోగ్య పథకం’గా పునర్నామకరణ చేసి, అనాథలు, నిరాశ్రయులు, వృద్ధులు, దివ్యాంగులు వంటి అణగారిన వర్గాలకు విస్తరించారు. ఈ కార్డులతో ప్రతి బెనిఫిషియరీకి సంవత్సరానికి రూ. 2.50 లక్షల వరకు ఉచిత చికిత్స అందుబాటులోకి వస్తుంది. ఇది 1,500కి పైగా వైద్య పరిక్షలు, శస్త్రచికిత్సలు, క్యాన్సర్ చికిత్స, కిడ్నీ లేదా గుండె సంబంధిత సమస్యలకు వర్తిస్తుంది. పల్నాడు జిల్లాలో ఈ పథకం అమలుకు మొదటి దశగా, శిశు గృహల్లో ఉంటున్న 45 మంది అనాథ పిల్లలకు కార్డులు పంపిణీ చేశారు. ఈ పిల్లలు వివిధ చైల్డ్ వెల్ఫేర్ కమిటీలు, గురుకులాలు, శిశు సంరక్షణ కేంద్రాల నుంచి ఎంపిక చేయబడ్డారు. కలెక్టర్ కృతికా శుక్లా పిల్లలతో మాట్లాడుతూ ప్రభుత్వం వారి ఆరోగ్యం, విద్య, భవిష్యత్తుకు పూర్తి మద్దతు ఇస్తుందని హామీ ఇచ్చారు. ఆక్టోబర్ 8, 2025న ప్రకటించినట్లుగా రాష్ట్రవ్యాప్తంగా 1,113 మంది అధికారులకు (ప్రస్తుతం 2,812 మంది బెనిఫిషియరీలతో) ఈ పథకం విస్తరణ జరుగుతోంది. ఇది ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు పేదలకు పాలిటిక్స్ కాదు, పాలసీస్ అనే సంకల్పంలో భాగం. ఇప్పటికే రాష్ట్రంలో 3 కోట్ల మందికి పైగా ఆరోగ్యశ్రీ కవరేజ్ ఉంది.

ప్రయోజనాలు...

ఉచిత చికిత్స అమలు అవుతుంది. ప్రైవేటు, ప్రభుత్వ ఆసుపత్రుల్లో రూ. 2.50 లక్షల వరకు కవరేజ్ చేస్తుంది. గుండె, క్యాన్సర్, కిడ్నీ ట్రాన్స్‌ప్లాంట్, న్యూరో సర్జరీలు మొదలైనవి ఉన్నాయి. ఆధార్, రేషన్ కార్డ్ ఆధారంగా ఆన్‌లైన్ దరఖాస్తు చేసుకోవచ్చు. ఈ పథకం అమలుతో పల్నాడు జిల్లాలోని అనాథ పిల్లలు ఆరోగ్య సమస్యలు ఎదుర్కొనే అవకాశం తగ్గుతుందని, వారి భవిష్యత్తు మెరుగ్గా ఉంటుందని కలెక్టర్ తెలిపారు.



సత్తెనపల్లి నియోజకవర్గం సత్తెనపల్లి పట్టణం రైల్వేస్టేషన్ నందు సత్తెనపల్లి పట్టణానికిమరియు నియోజకవర్గానికి చెందిన అయ్యప్ప స్వాములు శబరిమల యాత్రకు బయలుదేచుండగ వారికి పండ్లు పంచి వారి యాత్ర విజయవంతం కావాలని కోరిన శాసన సభ్యులు శ్రీ కన్నా లక్ష్మి నారాయణ

ప్రజా సమస్యల పరిష్కార వేదిక కార్యక్రమంలో పాల్గొని ప్రజల నుండి ఫిర్యాదులు స్వీకరించిన.పల్నాడు జిల్లా అదనపు ఎస్పీ శ్రీ JV.సంతోష్ గారు

క్రైమ్ కాంటర్ దినపత్రిక పల్నాడు జిల్లా బ్యూరో ఎం.రవి సర్పరావుపేట డిసెంబర్: 8 సోమవారం ప్రజా సమస్యల పరిష్కార వేదిక కార్యక్రమంలో ప్రజల నుండి కుటుంబ, ఆర్థిక,ఆస్తి తగాదాలు,మోసం మొదలగు ఆయా సమస్యలకు సంబంధించి 134 ఫిర్యాదులు అందాయి. ప్రజా సమస్యల పరిష్కార వేదిక కార్యక్రమం ద్వారా వచ్చిన ఫిర్యాదుల కు మొదటి ప్రాధాన్యత ఇచ్చి త్వరితగతిన పరిష్కరించడానికి కృషి చేయాలని శ్రీ అడిషనల్ ఎస్పీ గారు సూచించారు.సరసరావుపేట టౌన్ అరండల్ పేట నివాసి అయిన ఫిర్యాది టిఫిన్ బండి నిర్వహిస్తూ జీవనం సాగిస్తున్నట్లు, కొన్ని నెలల క్రితం ఫిర్యాది తమ్ముడు (బాబాయి కొడుకు) ఫిర్యాదుతో మంచి సత్సంబంధాలు, రాకపోకలు ఉండటంతో గతంలో ఫిర్యాది వద్ద ఉన్న కొన్ని బంగారు ఆభరణాలు(72 గ్రాములు) బ్యాంకులో పెట్టి కొంత డబ్బు అప్పుగా తీసుకుని కొన్ని నెలల తర్వాత అప్పుగా తీసుకున్న డబ్బులు చెల్లించి బంగారు ఆభరణాలు తిరిగి ఇచ్చినట్లు, ఇది గమనించిన ఫిర్యాది తమ్ముడు ఆయన భార్య ఇద్దరు ఒకరోజు ఫిర్యాది ఇంటికి వచ్చి మేము ఒక స్థలాన్ని కొనుగోలు చేయాలని అనుకుంటున్నాము. అది చాలా తక్కువ రేటుకు వస్తుంది. అక్కడ ఇల్లు కట్టుకుంటాము. కొంత డబ్బు తక్కువగా ఉంది కనుక ఫిర్యాది వద్ద ఉన్న బంగారం ఆభరణాలు ఇస్తే అవి తాకట్టు పెట్టి,డబ్బులు తీసుకొని స్థలాన్ని కొనుగోలు చేస్తాము. కొన్ని నెలల్లోనే తాకట్టు పెట్టిన బంగారు ఆభరణాలు విడిపించి అప్పగిస్తామని నమ్మించినట్లు, దానికి గాను ఫిర్యాది మరియు ఫిర్యాది భర్త సరే అని ఒప్పుకొని ఎలాంటి కాగితాలు వ్రాసుకోకుండా కేవలం నోటి మాటలు నమ్మి వారి వద్ద ఉన్న బంగారు ఆభరణాలు (72 గ్రాముల బంగారం) వారికి అప్పగించినట్లు, ఆభరణాల విలువ ఇప్పటి మార్కెట్ రేటు ప్రకారం సుమారు పది లక్షల రూపాయలు ఉంటుందని, అదే ఫిర్యాది జీవనానికి ఆధారమని, ఫిర్యాది దగ్గర బంగారు వస్తువులు తీసుకున్న తర్వాత నుండి వారికి ఫోన్లు చేస్తే స్పిన్ ఆఫ్ వస్తున్నట్లు,కాగా వారు సరసరావుపేట లోని ప్రకాష్ నగర్ లో అద్దెకు ఉండే నివాసాలకు వెళ్లి విచారించగా వారు మకాం మార్చి వెళ్లిపోయినట్లు గా తెలుసుకున్నట్లు, ఎటు వెళ్లినారో ఇప్పటివరకు తెలియనందున వారి గురించి విచారించి తనకు న్యాయం చేయవలసిందిగా శ్రీ అడిషనల్ ఎస్పీ గారిని కలిసి ఫిర్యాదు ఇవ్వడం జరిగింది. సరసరావు పేట కు చెందిన ఫిర్యాది తన కూలి డబ్బులతో మార్గదర్శి నందు చిట్ వేసినట్లు,సదరు చిట్ తాలూకా 13,96,000/- రూపాయలు ఫిర్యాదు అకౌంట్ నందు జమ అయినట్లు, ఫిర్యాదుకు పరిచయస్తురాలు ఇంటికి వస్తూపోతూ ఉండగా చీటీ పాట తాలూకా డబ్బులు వచ్చాయని తెలిసి ఆమె ఫిర్యాది తో చేరే



వారికి డబ్బులు ఇవ్వాలని, వారు ఒత్తిడి చేస్తున్నారని, వారికి చెల్లించే వడ్డీ ఇస్తాను అని సదరు డబ్బులు ఇవ్వమని ఫిర్యాది పరిచయస్తురాలు మరియు ఆమె భర్త ఫిర్యాది తో ప్రాధేయపడగా ఫిర్యాది తనకు తెలిసిన పరిచయస్తురాలు అనే నమ్మకంతో ఈ డబ్బులు మరియు ఆమె ఇంట్లో ౧౮,104,000/- రూపాయలు కలిపి 15 లక్షల రూపాయలు ఇచ్చినట్లు దానికి గాను షూరిటీగా ఆమె ఫిర్యాది కి ప్రోనోటు రాసి ఇచ్చి, దానికి షూరిటీ గా చెక్కు ఇచ్చినట్లు, అయితే సదరు పరిచయస్తురాలు ఫిర్యాది కు ఇచ్చిన ప్రోనోటు మీద ఒక రకంగా సంతకం పెడితే ఫిర్యాది కు ఇచ్చిన చెక్కు నందు ఒక రకంగా అనగా చెక్కు మరియు నోటు చెల్లకుండా సంతకాలు చేసినట్లు, ఆ తదుపరి ఫిర్యాది ఎన్నిసార్లు డబ్బులు అడిగినను డబ్బులు ఇవ్వకుండా ఆమె మరియు ఆమె భర్త ఇరువురు బెదిరింపులకు పాల్పడుతున్నందున అనుమానం వచ్చిన ఫిర్యాది తన వద్ద ఉన్న ప్రోనోటు మరియు చెక్కు చూపించగా ఆమె రకరకాలుగా సంతకాలు చేసినట్లుగా చెప్పి అవి చెల్లవని చెప్పినట్లు, సదరు విషయమై పరిచయస్తురాలిని మరియు ఆమె భర్తను అడగగా వారు ఫిర్యాదిని బెదిరిస్తూ మేము కావాలనే చెక్కులు, నోట్లు చెల్లకుండా నీకు సంతకాలు చేశామని, నీకు చేతనైనది చేసుకోమని, దిక్కున చోట చెప్పుకో అని తిట్టినట్లు,మంచి మాటలతో నమ్మించి, మోసగించి ఫిర్యాది వద్ద డబ్బులు తీసుకొని కావాలనే దురుద్దేశం పూర్వకంగా మోసగించిన వారిపై చట్ట పరమైన చర్యలు తీసుకోవలసిందిగా శ్రీ అడిషనల్ ఎస్పీ గారిని కలిసి ఫిర్యాదు చేయడం జరిగింది.

బెల్లంకొండ మండలం వెంకటాయపాలెం గ్రామానికి చెందిన ఫిర్యాది కి ది.06/

“సర్వే ఫలితాలు: హిందూపూర్ ప్రజలు బాలకృష్ణ గురించి ఏమనుకుంటున్నారు?”

ఏపీలోని ఓ మీడియా సంస్థ ఇటీవల నిర్వహించిన సర్వేలో, నందమూరి బాలకృష్ణ ప్రాతినిధ్యం వహిస్తున్న హిందూపూర్ నియోజకవర్గ ఫలితాలు విడుదల అయ్యాయి. 2024లో ఆయన ఇప్పటివరకు అత్యధిక మెజారిటీతో హ్యూట్రీక్ విజయాన్ని సాధించారు. సర్వేలో 47.4% మంది ప్రతివాదులు ఆయన పనితీరును “ఓకే” అని, 18.4% మంది “బాగుంది” అని, 5.3% మంది “చాలా బాగుంది” అని

అభిప్రాయం వ్యక్తం చేశారు. మొత్తంగా 71.1% మంది బాలకృష్ణ పట్ల సానుకూల అభిప్రాయం వ్యక్తం చేశారు.అయితే, 15.8% మంది ఆయనను “చెడుగా”, 13.2% మంది “చాలా చెడ్డగా” రేట్ చేశారు. ప్రజలు ఆయనను నటడిగా మరియు శాసనసభ్యుడిగా పని చేస్తున్నప్పటికీ, నియోజకవర్గ పనులకు తక్కువ

సమయం కేటాయిస్తున్నారని భావిస్తున్నారు. ఆయన ముగ్గురు పివలను నియమించారు, అలాగే భార్య వసుంధర తరచుగా హిందూపూర్‌ను సందర్శిస్తున్నారు. అయినప్పటికీ కొంతమంది నివాసితులు ఇప్పటికీ ఆయన మాట వినడం లేదని భావిస్తున్నారు.అదే విధంగా, ఏపీ సీఎం చంద్రబాబు నాయుడిపై సర్వేలో 57.9% మంది ఆయన పనితీరును “ఓకే”గా, 18.4% మంది “బాగుంది”గా, 15.8% మంది “చాలా బాగుంది”గా రేట్ చేశారు. 7.9% మంది మాత్రమే ఆయన పనితీరును “చెడ్డగా” భావించారు. ఎవరూ

3లో



బుచ్చి లింగం చెరువు వద్ద చీటీష్ గడ్ విద్యార్థులు



బిక్కువోలు క్రైం కౌంటర్, డిసెంబర్ 8 తూర్పు గోదావరి జిల్లా బిక్కువోలు మండలం బలభద్రపురం లో కేంద్ర ప్రభుత్వ సంస్థ మంచినీటి చేపల పరిశోధన కేంద్రం ఆధ్వర్యంలో చీటీష్ గడ్ నుండి వచ్చిన విద్యార్థులకు శిక్షణ తరగతులు నిర్వహిస్తున్నారు. ఈ శిక్షణ నవంబర్ 22నుండి డిసెంబర్ 22వరకూ నెల రోజుల పాటు కొనసాగుతుంది. 33మంది విద్యార్థిని విద్యార్థులు ఈ శిక్షణ లో పాల్గొంటున్నారు. ఈ రోజు సోమవారం బలభద్రపురం కు చెందిన రిటైర్డ్ పిసరిష్ డిపార్ట్ మెంట్ ఉద్యోగి, ప్రముఖ మత్స్య రైతు, అనపర్తి నియోజకవర్గ డీసీ నాయకులు యెల్ల బుచ్చి లింగం కు చెందిన చేపల చెరువు వద్దకు ఈ విద్యార్థి బృందం పరిశోధనకు రావడం జరిగింది. కేంద్ర ప్రభుత్వ కోర్స్ బి ఎస్ ఎస్ టి చదువుతున్న విద్యార్థులు అని బుచ్చి లింగం తెలిపారు.

పత్రికలు ప్రజల గొంతుకలా పనిచేయాలి



క్రైమ్ కౌంటర్ కోటేశ్వరరావు పల్నాడు జిల్లా : ఆర్టిబి ఎక్స్ ప్రెస్ పత్రిక జిల్లా కార్యాలయాన్ని సందర్శించిన లోక్ జనశక్తి పార్టీ (రామ్ విలాస్) పల్నాడు జిల్లా అధ్యక్షులు, న్యాయవాది జొన్నలగడ్డ విజయ్ కుమార్ పత్రికలు ప్రభుత్వానికి, ప్రజల మధ్య వారదైనప్పటికీ ప్రజా సమస్యల పై వారి గొంతుకై నిలవాలని లోక్ జనశక్తి పార్టీ (రామ్ విలాస్) పల్నాడు జిల్లా అధ్యక్షులు, న్యాయవాది జొన్నలగడ్డ విజయ్ కుమార్ పేర్కొన్నారు. పల్నాడు జిల్లా సత్తెనపల్లి ఎస్సీవో హోమ్ సెంటర్ లో ఏర్పాటు చేసిన ఆర్టిబి ఎక్స్ ప్రెస్ పత్రిక జిల్లా కార్యాలయాన్ని సోమవారం ఆయన సందర్శించి మాట్లాడారు. ప్రభుత్వ సంక్షేమ పథకాలు, విధానాలు అలాగే ప్రజల సమస్యలు ప్రభుత్వాల దృష్టికి తీసుకెళుతున్నప్పటికీ ప్రజా సమస్యలపై వారి గొంతుకై పత్రికలు నిలబడటంతో పాటు ఆయా సమస్యల పరిష్కారానికి తోడ్పాటు అందించాలని ఆయన సూచించారు. సాంకేతిక పరిజ్ఞానంతో ప్రపంచంలో జరిగే ప్రతి సమాచారం క్షణాల్లో తెలుస్తోందని పత్రికలు ఆ సాంకేతిక అందిచ్చుకొని వస్తావాలు సమాజానికి తెలియజేయాలనీ ఆయన చెప్పారు. నీతి, నిజాయితీ, నిబద్ధత, విలువలతో కూడిన వంటి వార్తలు ప్రచురిస్తే పాఠకుల మన్ననలు పొందుతారని చెప్పారు. అలాకాకుండా పోటీ ప్రపంచం టీఆర్ పీ ర్యాంకుల కోసం అవాస్తవాలను వస్తావాలుగా చిత్రికరించి ప్రజలు, సమాజాన్ని తప్పుదోవ పట్టించే విధంగా వార్తలు ఉంటే పాఠకులు దూరం కావడంతో పాటు న్యాయవరమైన చిక్కులు వస్తాయని ఆయన తెలిపారు. అనంతరం పత్రిక జిల్లా ఇంచార్జి కె.ఎస్.రాజు ను ఆయన ఘనంగా సన్మానించారు.ఆయన వెంట నాయకులు మహంకాళి వెంకట్రావ్, షేక్. సుభాని తదితరులున్నారు.

అర్జీలను వేగవంతంగా పరిష్కరించాలి



కర్నూలు న్యూసిటీ, డి సెంబరు 8 ప్రజా ఫిర్యాదుల పరిష్కర వేదికకు వచ్చే అర్జీలను వేగవంతంగా పరిష్కరించాలని నగర పాలిక కమిషనర్ పి.విశ్వనాథ్ అధికారులను ఆదేశించారు. సోమవారం ఎస్బీఐ కాలనీలోని నగర పాలక సమావేశ భవనంలో ప్రజల నుంచి అర్జీలను స్వీకరించారు. సంబంధిత అధికారులు అర్జీలను ఎప్పటికప్పుడు పరిష్కరించాలని, అర్జీదారులు సంతృప్తి చెందేలా చూడాలని ఆదేశించారు. అడిషనల్ కమిషనర్ ఆర్జీబి.కృష్ణ, డిప్యూటీ కమిషనర్ సతీష్ కుమార్ రెడ్డి, మేనేజర్ చిన్నరాముడు, కార్యదర్శి నాగరాజు, ఎంఈ మనోహరరెడ్డి, మెడికల్ హెల్త్ ఆఫీసర్ డా.వై.నాగప్రసాద్ బాబు, ఆర్ఓ జునైద్, టిడ్కో అధికారి పెంచలయ్య తదితరులు పాల్గొన్నారు. ఏకర్ సెక్షన్ కాలనీ బిల్డింగ్స్ లో రోడ్డు, సృశాన వాటికకు స్థలం ఏర్పాటు చేయాలని సీపీఎం నాయకులు అలివేలు, నగేష్ కమిషనర్ పి.విశ్వనాథ్ కు వినతి పత్రం అందజేశారు. రహిమాన్ జమ్మన్న, సత్యం, ఐదాస్ నాయకురాలు ఎస్.శ్యామల ఉన్నారు. పాతనగరం పార్కులో నాసిరకంగా నిర్మాణాలు చేస్తుండటంతో ప్రజాధనం వృథా అవుతుందని పట్టణ పౌర సంక్షేమ సంఘం సభ్యుడు ఇరిగినేని పుల్లారెడ్డి అన్నారు. పార్కులను అభివృద్ధి చేయాలని వినతి పత్రం అందజేశారు. ఎం.డి.యూ.సున్, ఎస్.వెంకటేశ్వర్లు, ఈ.లక్ష్మణ గౌడు, సి.మురళీ తదితరులు పాల్గొన్నారు

భుసారా పరీక్ష మరియు ప్రాముఖ్యత పై టీచర్స్ కి విద్యార్థులకు మట్టి ఆరోగ్యంపై అవగాహన కార్యక్రమం - ఏ.పీ.ఎం.యస్ స్కూల్ దుర్గి

క్రైమ్ కౌంటర్ న్యూస్ దుర్గి,పులిమెల మాణిక్యం. పల్నాడు జిల్లా,దుర్గి మండలంలోని దుర్గి గ్రామంలోని ఏ.పీ. ఎం.ఎస్ స్కూల్ సోయల్ హెల్త్ %౧% ఫర్మిలిటీ(ఎస్ హెల్త్ %౧% ఎఫ్) స్కీం మరియు పి. ఎమ్.ఆర్ వి.కే.వై సోయల్ హెల్త్ కార్డు ప్రోగ్రాం క్రింద మట్టి ఆరోగ్యం మరియు సేంద్రీయ వ్యవసాయంపై అవగాహన కల్పించే కార్యక్రమం నిర్వహించబడింది. ఈ కార్యక్రమాన్ని ఏ.ఎం.సి సోయల్ టెస్టింగ్ ల్యాబ్, పల్నాడు జిల్లా సమన్వయంతో నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో 7వ,8వ,9వ తరగతుల విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు. కార్యక్రమంలో ప్రధానంగా మట్టి ఆరోగ్యం ప్రాముఖ్యత, సేంద్రీయ పదార్థాల వినియోగం,జీవ స్రవంతుల సంరక్షణ, మట్టి జీవితత్వం పెంపొందించే పద్ధతుల గురించి వివరించారు. సేంద్రీయ వ్యవసాయం ప్రాముఖ్యత రసాయన వినియోగం లేకుండా పంటల సాగు చేయడం ద్వారా మానవ ఆరోగ్యం,పర్యావరణం రక్షించబడుతుంది. మట్టి జీవాలు (సూక్ష్మజీవులు) పెరిగి మట్టి లోపలి పోషకాలు మెరుగుపడతాయి.నేల ఉత్పాదకత సహజంగా పెరుగుతుంది, దీర్ఘకాలంలో రైతులకు లాభదాయకంగా మారుతుంది. మట్టి ఆరోగ్యం ప్రాముఖ్యత ఆరోగ్యకరమైన మట్టి వల్ల పంటలకు కావలసిన పోషకాలు సమృద్ధిగా లభిస్తాయి. మట్టి గట్టిదనం,నీరు నిల్వ చేసే సామర్థ్యం పెరుగుతుంది.పంటల రోగ నిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. ఈ కార్యక్రమంలో,ఏ.పి.ఎం ఎస్ ఇంచార్జ్ ట్రినినిపాల్ పి. బాలస్వామి సోషల్ టీచర్ ఎన్. వి.శివయ్య,సైన్స్ టీచర్- మల్లెల నరసయ్య, డి.ఏ.టి.టి.సి సైంటిస్ట్, పి.యాకోబు ఏవో ఎస్.టి.ఎల్ ఎం అరుణ ఏవో డి ఆర్ సి,దుర్గి ఎం.ఏ. ఓ



వై.అమీర్ రెడ్డి,దుర్గి వి.ఏ.ఏ సి హెచ్ రాఘవ వీరు విద్యార్థులకు ప్రాథమికంగా సేంద్రీయ వ్యవసాయాన్ని ఎలా అమలు చేయాలో, మట్టి సమూహాలను ఎలా సేకరించాలో ప్రాక్టికల్ గానే చూపించి అవగాహన కల్పించారు. ఈ కార్యక్రమం విద్యార్థుల్లో ప్రకృతిసమృత వ్యవసాయ పద్ధతులపై ఆసక్తిని కలిగించడంతో పాటు,పర్యావరణ పరిరక్షణపై చైతన్యం కలిగించింది.

మాజీ ఎమ్మెల్యే గోపిరెడ్డి మానసిక వికలాంగుడు

- మాజీ ఎమ్మెల్యే బ్రతుకంతా అవినీతిమయం
- ప్రభుత్వ ఆసుపత్రి ప్రతిష్టను దెబ్బతీసేలా మాజీ ఎమ్మెల్యే కుట్ర చేశాడు
- సమగ్ర దర్శాపు చేసి కుట్ర కోణాన్ని చేదీస్తాం
- వైసిపి ఎప్పటికీ అధికారంలోకి రాదు
- కూటమి ప్రభుత్వానికి ప్రజల ఆశీస్సులు ఉన్నాయి



క్రైమ్ కౌంటర్ దినపత్రిక పల్నాడు జిల్లా బ్యూరో ఎం రవి సర్పరావుపేట డిసెంబర్ : 8 నరసరావుపేట ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ చదలవాడ అరవింద బాబు సోమవారం విలేకరుల సమావేశం ఏర్పాటు చేసి, మాజీ ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ గోపిరెడ్డి శ్రీనివాసరెడ్డిపై తీవ్ర ఆరోపణలు చేశారు. గోపిరెడ్డిని మానసిక రోగి మరియు మానసిక వికలాంగుడిగా అభివర్ణించిన అరవింద బాబు, అతనిపై అవినీతి ఆరోపణలు గుప్పించారు. ఇటీవల ప్రభుత్వ ఆసుపత్రిలో జరిగిన సర్జికల్ బ్లెడ్ సంగఘటనను కుట్రగా పేర్కొన్నారు. ఇటీవల ప్రభుత్వ ఆసుపత్రి షిఫ్ట్ యూనిట్ లో ఒక మహిళకు సర్జరీ చేసిన సమయంలో తొడలో సర్జికల్ బ్లెడ్ మిగిలిపోయినట్లు ఆరోపణలు రావడంతో డాక్టర్ మరియు సహాయకుడిని సస్పెండ్ చేశారు. ఈ సంఘటనపై మాట్లాడుతూ అరవింద బాబు “ఇందులో కుట్ర కోణం దాగి ఉంది. ఆ మహిళ భర్త గత వైసీపీ ప్రభుత్వంలో వాలంటీర్ గా పనిచేశారు. గోపిరెడ్డి శ్రీనివాసరెడ్డి కావాలని హాస్పిటల్ పై అభియోగాలు మోపటానికి ఆమెను అడ్డం పెట్టుకుని నిందలు మోపారని ఆరోపించారు. ఈ సంఘటనపై సమగ్ర దర్శాపు చేస్తామని హామీ ఇచ్చారు.

తనపై గోపిరెడ్డి చేసిన అవినీతి ఆరోపణలను తీవ్రంగా ఖండించిన ఎమ్మెల్యే అరవింద బాబు “నేను రాజకీయాల్లోకి సేవ చేయడానికి వచ్చాను, ఆస్తులు సంపాదించుకోవటానికి కాదు” అని అన్నారు. గోపిరెడ్డి గత ప్రభుత్వ హయాంలో కరోనా కాలంలో ఇంజక్షన్లను అక్రమంగా అమ్మి 60 కోట్లు సంపాదించాడని ఆరోపించారు. అంతేకాకుండా, జనరిక్ మెడికల్ షాపుల నుంచి డబ్బులు వసూలు చేయడం, ప్రభుత్వ ఆసుపత్రి నుంచి పేషెంట్లను తన సొంత హాస్పిటల్ కు తరలించి కోట్లు సంపాదించడం, హాస్పిటల్ సిబ్బందిని, డాక్టర్లను ట్రాన్స్ఫర్లు చేయించటం వంటి ఆరోపణలు చేశారు. “కూటమి ప్రభుత్వంలో అటువంటి దుర్మార్గపు పనులు లేవు” అని స్పష్టం చేశారు. గోపిరెడ్డి గురించి మరిన్ని వివరాలు పేర్కొంటూ గత ఎన్నికల సమయంలో వైసీపీలోనే మూడంతులు నాయకులు, కార్యకర్తలు గోపిరెడ్డికి టికెట్ ఇవ్వవద్దని జగన్మోహన్ రెడ్డికి మొరపెట్టుకున్నారు. అధికారం పోయినా అతని బుద్ధి మారలేదు అని అన్నారు. శానిటేషన్ విషయంలో మాట్లాడుతూ “ప్రతిరోజు శానిటేషన్ పనులను సమీక్షిస్తూ, సొంత నిధులతో అభివృద్ధి చేస్తున్నాం. నరసరావుపేట మున్సిపాలిటీ శుభ్రంగా ఉంది అని చెప్పారు. కోడెల ప్రసాద్ రావు స్టేడియాన్ని పరిశుభ్రంగా చేశామని, వాష్ రూములు కట్టించామని, క్రీడాకారులు ఆనందంగా ఉన్నారని తెలిపారు. “వైసీపీ ఎప్పటికీ అధికారం చేపట్టదు, నరసరావుపేటలో గోపిరెడ్డి ఎప్పటికీ ఎమ్మెల్యే కాలేదు” అని ధీమాగా చెప్పారు. సమావేశంలో నాయకుడు గూడూరు శేఖర్, రామకృష్ణ లు మాట్లాడుతూ గోపిరెడ్డిపై తీవ్ర వ్యాఖ్యలు చేశారు. “గోపిరెడ్డి అవినీతి గురించి మాట్లాడుతుంటే హాస్యాస్పదంగా ఉంది. మా ఎమ్మెల్యే అవినీతి చేశాడని చెప్తుంటే ప్రజలు నవ్వుతున్నారు” అని అన్నారు. సదరన్ సర్టిఫికేట్ ల జూరిలో రూ.వేలల్లో అక్రమ వసూళ్లు చేసిన చరిత్ర వైసీపీ ది. మా పై బురద జల్లాలనుకోవటం దుర్మార్గం. గతంలో నెలకు 150 డెలివరీ లు ఉంటే మా ప్రభుత్వంలో డెలివరీలు నెలకు 400 వరకు పెరిగాయి అని చెప్పారు. గోపిరెడ్డి అవినీతి చిట్టాను విప్పితూ “హాస్పిటల్ ముందు నాగేశ్వరావు అనే వ్యక్తిని పెట్టుకుని నెలకు 2 లక్షలు వసూలు చేశాడు. స్పానింగ్ లను అశ్రిత నాయి స్పాన్ సెంటర్ కు పంపించి నెలకు 5 లక్షలు సంపాదించాడు. కరోనా సమయంలో బ్లీవింగ్ పౌడర్ బిల్లులతో 30 లక్షలు దోచుకున్నాడు” అని ఆరోపించారు. గర్భిణీలను తన అనుచరుడు శేపిరెడ్డి హాస్పిటల్ కు తరలించడం, ప్రభుత్వ పరికరాలను సొంత హాస్పిటల్ కు తీసుకెళ్లడం వంటి ఆరోపణలు చేశారు. “గోపిరెడ్డి 2000 కోట్లు సంపాదించాడు. అవినీతికి కేరాఫ్ అడ్రస్ గోపిరెడ్డి” అని వ్యాఖ్యానించారు. సమయం వచ్చినప్పుడు మరిన్ని వివరాలు బయటపెడతామని, నోరు అదుపులో పెట్టుకోవాలని హెచ్చరించారు.

కళ్ళతో అభినయం చేతికి ఎముకలేని దాన గుణం సావిత్రి సొంతం ఘంటసాల కళా సమితి వ్యవస్థాపక అధ్యక్షులు శిఖా శాంసన్



క్రైమ్ కౌంటర్ కోటేశ్వరరావు కో.హారు న్యూస్ : తన కళ్ళతోనే భావాన్ని పలికించగలిగిన అద్భుతమైన నటనా కౌశలము సొంతం చేసుకున్న నటీమని, తమిళుల చేత నడిగర్ తిలకం అని పిలిపించుకున్న చలనచిత్ర నటి కళాభిలేశ్రి సావిత్రి అని ఘంటసాల కళా సమితి వ్యవస్థాపక అధ్యక్షులు శిఖా శాంసన్ అన్నారు. పల్నాడు జిల్లా క్రోసూరు మండలం క్రోసూరు అమరావతి బస్టాండ్ లోని ప్రయాణికుల ప్రాంగణంలో కళా సమితి అధ్వర్యంలో మహానటి సావిత్రి 90 వ జయంతి సందర్భంగా సోమవారం ఏర్పాటు చేసిన కార్యక్రమంలో సావిత్రి చిత్రపటానికి ఫూలమాలలు వేసి ఘనంగా నివాళులు అర్పించారు ఈ సందర్భంగా మహానటి సావిత్రి జీవిత విశేషాలను శాంసన్ వివరిస్తూ 16 అణాల తెలుగు నటి అంటూ చిన్ననాడే అగ్రతారగా



వెలిగిన సావిత్రి గొప్పతనం నట్టంతో మాత్రమే కాదు, ఆకాశమంత గొప్ప మనస్తత్వం ఆమెకు మాత్రమే సొంతం అన్నారు దానధర్మాల విషయంలో ఆమె ఎముకలేని చెయ్యి అని సినీ పరిశ్రమ నేటికీ గుర్తు చేసుకుంటుంది అన్నారు ఒకసారి నిండుగా నగలతో ప్రధానమంత్రి లాల్ బహదూర్ శాస్త్రి కలిసేందుకు వెళ్లిన ఆమె, అక్కడే తాను ధరించిన అన్ని నగల్ని ప్రధానమంత్రి సహాయ నిధికి దానం చేయడం ఆమె గొప్ప మనసుకు, ఔదార్యానికి ఉదాహరణ అని కొనియాడారు. ఈ కార్యక్రమంలో షేక్ మస్తాన్, పోతుగంటి లక్ష్మయ్య, బండారు మైసూర్ , నాగరాజు, సింగర్ మస్తాను, షేక్ జముల తదితరులు పాల్గొన్నారు



కంబాల ఆధ్వర్యంలో లోక కళ్యాణార్థం ఘనంగా లక్ష్మి గణపతి హోమామం.



గోకవరం క్రైమ్ కౌంటర్ ప్రతినిధి సంకష్టహర చతుర్థి పర్వదినం సందర్భంగా గోకవరం తండ్రికొండ రోడ్డులోని సీఎంఓ కార్యాలయం వద్ద విశ్వహిందూ ధర్మపరిరక్షణ రామసేన అధ్యక్షులు, బీజేపీ నాయకులు కంబాల శ్రీనివాసరావుచే, అర్చకులు డాక్టర్ వల్లూరి జగన్నాధరావు శర్మ లక్ష్మి గణపతి హోమాన్ని, సోమవారం ఘనంగా నిర్వహించారు. ప్రజలందరూ ఎల్లప్పుడూ సుఖ, సంతోషాలతో జీవించాలని, రాష్ట్రం సుభిక్షంగా ఉండాలని, ఏటా పాడి పంటలు



బాగా పండాలని, అన్నదాతలు, వ్యాపారస్తులు, కార్మికులు, కర్షకులు, అన్ని రంగాల వారు, ఆయురారోగ్యాలతో ఉండాలనే సంకల్పంతో ప్రతి నెల లోక కళ్యాణార్థం లక్ష్మి గణపతి హోమాం ఘనంగా నిర్వహించడం జరుగుతుందని, కంబాల శ్రీనివాసరావు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో రామసేన సభ్యులు, బీజేపీ నాయకులు, సిబ్బంది, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

రైతు సంఘం ఆధ్వర్యంలో ధర్మా??



పెద్దపడుగూర్, డిసెంబర్ (8) క్రైమ్ కౌంటర్ న్యూస్ రాము రిపోర్టర్ విత్తనము ముసాయిదా బిల్లులను వేంటనే ఉఫసంహరిచాలనిరైతుసంఘము అధ్వర్యములో పెద్దపడుగూరు మండల కేంద్రములోని గాంధీ విగ్రహము దగ్గర బిల్లుల ప్రతులను దగ్ధముచేయడముజరిగింది ఈ సందర్భంగా రైతుసంఘము సీనియర్ నాయకులు వై. నారాయణరావు, యజ్ఞరెడ్డి రైతుసంఘము జిల్లా ఉపాధ్యక్షులు వి. వెంకటరాముడు, యాదవ్ మాట్లాడుతూ, విత్తనము ముసాయిదా చట్టము వలన రైతులు పూర్తిగా నష్టపోతున్నారు ఎందుకనగా నకీలీ విత్తనాలవలన, ప్రతినంవ త్వరము నష్టపోవడము జరుగుతున్నది ఈ విత్తనము ముసాయిదాబిల్లు అమలుచేస్తే కార్పొరేట్ రంగానికి కేంద్రము ఊడిగము చేసినట్లే నకీలి విత్తనాల వలన నష్టపోతే నష్ట పరిహారము ఇచ్చిన దాఖలలే లేవు అందు కోసము తక్షణమే విత్తనము ముసాయిదా బిల్లులు తక్షణమే ఉఫసంహరించాలి లేకుంటే అన్ని రైతు సంఘాలను కలుపుకొని పెద్ద ఎత్తున ఉద్యమాలు కోసనాగిస్తామని కేంద్రానికి హెచ్చరిస్తున్నట్లు తెలియజేశారు. ఈ కార్యక్రమములో రైతు సంఘము నాయకులు నారాయణ, ఆదినారాయణ, నాగేంద్ర, రంగనాయకులు, సుధాకర్గౌడ్, నారాయణస్వామి, కిరణ్ మల్లికార్జున తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పెదకూరపాడు మండలం లగడపాడులో ప్రజల వద్దకు ప్రవీణ్



క్రైమ్ కౌంటర్ కోటేశ్వరరావు పెదకూరపాడు న్యూస్ : పెదకూరపాడు మండలం లగడపాడు లో 100 రోజులు 100 గ్రామాలు కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు పెదకూరపాడు శాసనసభ్యులు భాష్యం ప్రవీణ్ .12 వరోజు గ్రామంలోని ప్రజల సమస్యలను స్వయంగా తెలుసుకున్న ఎమ్మెల్యే. త్వరితగతిన సమస్యలు పరిష్కారం అయ్యేలా పని చేయాలని అధికారులను ఆదేశించిన ఎమ్మెల్యే. ప్రజా సమస్యల పరిష్కారం, గ్రామాల అభివృద్ధి లక్ష్యంగా 100 రోజులు 100



గ్రామాల పర్యటన కొనసాగుతుందన్న ఎమ్మెల్యే. ప్రజలకు వచ్చిన ప్రతి సమస్యను సత్తురమే పరిష్కరించేలా పని చేస్తామన్న ఎమ్మెల్యే. కార్యక్రమంలో ఎమ్మార్వో ఎన్ ధనలక్ష్మి, ఎండిఓ సాయి లీల , మండల పార్టీ అధ్యక్షులు ఏటుకూరి బ్రహ్మయ్య, 75 తాళ్లూరు సొసైటీ చైర్ పర్సన్ ఏటుకూరి రత్నకుమార్, మరియు ముఖ్య నాయకులు పాల్గొన్నారు.

ఘనంగా గుడిపూడి చినరాజు బర్తదే వేడుకలు హాజరైన ఎమ్మెల్యే ప్రవీణ్



క్రైమ్ కౌంటర్ కోటేశ్వరరావు పెదకూరపాడు న్యూస్ : ఘనంగా రాష్ట్ర చిన్న తరహా పరిశ్రమల శాఖ బోర్డు డైరెక్టర్ గుడిపూడి చినరాజు పుట్టినరోజు వేడుకలు పెదకూరపాడు స్థానిక తెలుగుదేశం పార్టీ కార్యాలయంలో సోమవారం నిర్వహించారు ముఖ్యఅతిథిగా పెదకూరపాడు శాసనసభ్యులు భాష్యం ప్రవీణ్ హాజరై చినరాజుకు బర్త్ డే శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు సందర్భంగా చినరాజు బర్తదే కేక్ కట్ చేశారు ఈ కార్యక్రమంలో నాయకులు జిల్లా పార్టీ కార్యదర్శి అర్చిమళ్ళ రమేష్, మండల అధ్యక్షులు ఏటుకూరి బ్రహ్మయ్య, సీనియర్ నాయకులు గళ్ళ బాబురావు, భాష్యం ఆంజనేయులు, చెన్నుపాటి బుల్లిబాబు, ముంతాజ్, నాదెండ్ల కల్పన, సుజాత గుడిపూడి బాబురావు, గోగులపాటి కోటేశ్వరరావు, మిలిటరీ వెంకటేశ్వర్లు, కామేశ్వరరావు, ఇంకా ఈవిధ హోదాల్లో ఉన్న నాయకులు కార్యకర్తలు అభిమానులు స్థానిక ప్రజలు భారీ ఎత్తున పాల్గొన్నారు అనంతరం భారీ అన్నదానం నిర్వహించారు

“చాలా చెడ్డగా” రేట్ చేయలేదు. ఏపీ ప్రభుత్వంపై కూడా సర్వేలో స్థిరమైన ఆమోదం వ్యక్తమైంది. 50% మంది ప్రభుత్వ పనితీరును “సరే”, 15.8% మంది “బాగుంది”గా, 5.3% మంది “చాలా బాగుంది”గా రేట్ చేశారు. 21.7% మంది మాత్రమే “చెడ్డగా” అభిప్రాయం వ్యక్తం చేశారు. ఇలాంటి సర్వేలో జగన్ మోహన్ రెడ్డిని ప్రతిష్ట నాయకుడిగా కూడా అంచనా వేయబడింది. హిందూపూర్లో 55.3% మంది ఆయనను “ఓకే”గా, 7.9% మంది “చాలా బాగుంది”గా రేట్ చేశారు. మరోవైపు, 31.6% మంది ఆయనను “చెడ్డగా”, 5.3% మంది “చాలా చెడ్డగా” భావించారు. ఇది ఆయన పట్ల మిశ్రమ ప్రజాభిప్రాయాన్ని సూచిస్తుంది.

భీమవరం విఆర్ఓ పై కలెక్టర్కు ఫిర్యాదు చేసిన... చిలకా మరియుమ్మ.



సత్యనవల్లి.. నరసరావుపేట లోని కలెక్టర్ కార్యాలయంలో ప్రజా సమస్యల పరిష్కార వేదికలో సత్యనవల్లి 8వ వార్డుకు చెందిన చిలకా మరియుమ్మ పల్లూరు జిల్లా కలెక్టర్ డాక్టర్ కృతికా శుక్ల కు నా పొలమును వేరే వాళ్లకు ఆవైస్తో ఎక్కించిన భీమవరం విఆర్ఓ పై కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలని ఫిర్యాదు చేసినది. నా భర్త చిలక కాటయ్య భీమవరం గ్రామంలో సర్వేనెంబర్ 161 -1య 1-15 సెంటు భూమిని కొనుగోలు చేసి రిజిస్ట్రేషన్ చేయించినాడు డాక్యుమెంట్ నెంబర్ 483/1987 మరియు సర్వే నెంబర్ 162-2 య 0-90 సెంటు కొనుగోలు చేసి రిజిస్ట్రేషన్ చేయించినాడు. డాక్యుమెంట్ నెంబర్ 1820/1989 మొత్తం

రామ్ చరణ్ను ఇబ్బందుల్లో పెట్టిన ఇండిగా.. కారణం ఏంటో విసంధి!

మెగా పవర్ స్టార్ రామ్ చరణ్ విరంజీవి కుమారుడిగా ఎంట్రీ ఇచ్చినా, తన సొంత ప్రతిభతో తక్కువ కాలంలోనే స్టార్ హీరోగా నిలిచాడు. ప్రస్తుతం ఆయన తీసుకుంటున్న సినిమా ఎంపికలు విషయంలో చాలా జాగ్రత్తగా వ్యవహరిస్తున్నాడు. ప్రస్తుతం రామ్ చరణ్ బుచ్చిబాబు సానిథ్యం లో తెరకెక్కుతున్న “పెద్ది” సినిమాలో నటిస్తున్నాడు. ఈ చిత్రంతో మరోసారి తన మార్కెట్ను నిలబెట్టుకోవాలని, తన సత్తా చాటుకోవాలని ప్రయత్నిస్తున్నాడు. ఎందుకంటే ఇటీవల ఆయన కెరీర్లో కొంత వెనకబడినట్లుగా సినీ వర్గాల్లో వార్తలు వినిపిస్తున్నాయి. ఆచార్య సినిమాలో చేసిన గెస్ట్ అప్పియరెన్స్ ఆయనకు ఆశించిన ఫలితాలు ఇవ్వలేదు. అలాగే ఎంతో హైప్తో వచ్చిన “గేమ్ చేంజర్” కూడా అతనికి పెద్ద విజయాన్ని అందించలేదు. అందుకే ఈ పెద్ది సినిమా రామ్ చరణ్కు చాలా కీలక ప్రాజెక్ట్గా మారింది. ఈ సినిమా షూటింగ్ ఇప్పటి వరకు సుమారు 80% పూర్తైందని సమాచారం. ప్రస్తుతం అవుట్డోర్ షూట్ జరుగుతోంది. ఈ నేపథ్యంలో రామ్ చరణ్ షూటింగ్ కోసం మరో రాష్ట్రానికి వెళ్లాల్సి వచ్చింది. అయితే ఆయన ప్రయాణించాల్సిన ఇండిగా షైట్ ఫైలట్ కొరత కారణంగా తాత్కాలికంగా రద్దీ కావడంతో, ఆయన షూట్కు హాజరు కాలేకపోయాడు. దీనివల్ల ఆ రోజు షూటింగ్ కూడా రద్దయింది. పలువురు ప్రయాణికులు ఇబ్బందులు ఎదుర్కొన్న ఈ పరిస్థితిలో రామ్ చరణ్ కూడా ఒకరిగా మారడం



ప్రత్యేకం. ఇక ఈ షెడ్యూల్కు సంబంధించిన తదుపరి షూట్ ఎప్పుడుండబోతుందనే విషయంపై స్పష్టత వచ్చేలా బృందం ఎదురుచూస్తోంది. మరోవైపు, దర్శకుడు బుచ్చిబాబు వచ్చే రెండు నెలల్లో సినిమా మొత్తం పూర్తి చేసి, మార్చి 26న ప్రేక్షకుల ముందుకు తీసుకురావాలన్న ప్రయత్నాల్లో ఉన్నాడు. బుచ్చిబాబు భావించినట్లుగా ఈ సినిమా రామ్ చరణ్కు బీజేపీ రేంజ్ సక్సెస్ ఇస్తుందా? అభిమానులకు ఇచ్చిన మాట నిలబెట్టుకుంటాడా? అన్నది చూడాల్సి ఉంది.



సినిమా



ఈ ఏడాది ఎక్కువ సినిమాలు చేసిన బ్యూటీ.

2024కు త్వరలోనే గుడ్ బై చెప్పనున్నాం. ఇక ఈ ఏడాది సినిమా ఇండస్ట్రీలో చాలా సంఘటనలు జరిగాయి. ఊహించని విధంగా కొంతమంది పెళ్లి చేసుకున్నారు. అలాగే ఇంకొంతమంది విడాకులు తీసుకున్నారు. ఇంకొంతమంది ప్రేమలో వడ్డారు. అదేవిధంగా మరికొంతమంది భామలు స్టార్ డమ్ కూడా తెచ్చుకున్నారు. ఇక కొంతమంది ఈ ఏడాది సినిమాలు చేయకుండా ఉండిపోయారు. మరికొంతమంది వరుస సినిమాలతో దూసుకుపోయారు. ఇక ఈ ఏడాది ఎక్కువ సినిమాలు చేసిన టాలీవుడ్ హీరోయిన్ ఎవరో తెలుసా.? ఆమె చేసిన సినిమాలన్నీ ప్రేక్షకులను విశేషంగా ఆకట్టుకున్నాయి. కానీ ఒక్క సినిమా కూడా విజయం సాధించలేదు అదే విశేషం.. ఇంతకూ ఆ హీరోయిన్ ఎవరో తెలుసా.?ఆమె పేరు ప్రస్తుతం టాలీవుడ్ లో మారు మ్రోగుతుంది. ఏ స్టార్ హీరో సినిమా చూసిన ఆమె కనిపిస్తుంది. అలాగే యంగ్ హీరోల సినిమాలకు కూడా ఆమె మొదటి ఛాయిస్ అవుతుంది. ఆమె ఎవరో కాదు లేటెస్ట్ సెన్సేషన్ శ్రీలీల. కన్నడ భాష నుంచి వచ్చిన ఈ తెలుగమ్మాయి.. తెలుగులో పెళ్ళినందరి అనే సినిమాతో పరిచయం అయ్యింది. ఆతర్వాత రవిశేఖ ధమాకా సినిమాతో హిట్ అందుకుంది. ఇక తెలుగులో మహేష్ బాబులాంటి స్టార్ హీరోలతోనూ నటించింది. ఇటీవలే పుష్ప 2లో స్పెషల్ సాంగ్ లోనూ అదరగొట్టింది.ఇక ఈఏడాది తెలుగులో ఎక్కువ సినిమాలు చేసిన హీరోయిన్ గా నిలిచింది శ్రీలీల. రష్మిక మందన్న ఈ ఏడాది ఎక్కువ సినిమాలు చేసింది కానీ ఆమె తెలుగులో పాటు హిందీలో కూడా నటించింది. కానీ తెలుగులో ఎక్కువ సినిమాలు చేసింది మాత్రం శ్రీలీలనే.. ఈ ఏడాది మొదట్లో రాబిన్హూడ్ అనే సినిమా చేసింది. నితిన్ హీరోగా నటించిన ఈ మూవీ బాక్సాఫీస్ దగ్గర బోల్తా కొట్టింది. ఆతర్వాత జూనియర్ అనే సినిమా చేసింది. ఈ సినిమా కూడా ప్రేక్షకులను నిరాశపరిచింది. ఇక చివరిగా మాస్ జాతర సినిమాతో ప్రేక్షకుల ముందుకు వచ్చింది. రవిశేఖ హీరోగా నటించిన మాస్ జాతర సినిమా కూడా బాక్సాఫీస్ దగ్గర పెద్దగా ప్రభావం చూపలేకపోయింది.



మీ జీవక్రియ శక్తిని 10 రెట్లు పెంచే గ్రీన్ టీ.

ఉదయం ఒక కప్పు గ్రీన్ టీ తాగడం వలన అప్రమత్తత పెరుగుతుందా? లేదా రాత్రి భోజనం తర్వాత తాగితే జీర్ణక్రియకు సహాయపడుతుందా? గ్రీన్ టీలోని కెఫిన్ మరియు కాటెచిన్స్ కలయిక జీవక్రియను పెంచడానికి, కొవ్వును తగ్గించడానికి సహాయపడుతుంది. అయితే, సరైన సమయంలో తాగడం ద్వారా దాని పూర్తి ప్రయోజనాలను పొందవచ్చు. ఉదయం మరియు సాయంత్రం తీసుకున్నప్పుడు గ్రీన్ టీ యొక్క ప్రభావాలలో ప్రధాన తేడాలు ఏమిటో తెలుసుకుందాం.

3. గ్రీన్ టీ ప్రభావాలపై సమయం ఎలా ప్రభావం చూపుతుంది?

గ్రీన్ టీలో ఉండే కెఫిన్ మరియు ఎల్-థియానైన్ కలయిక జీవక్రియను పెంచడానికి, కొవ్వును కరిగించడానికి సహాయపడుతుంది. అయితే, రోజులోని సమయాన్ని బట్టి దీని ప్రభావం మారుతుంది.

ఉదయం గ్రీన్ టీ తాగడం వలన కలిగే ప్రభావాలు:

కెఫిన్ మరియు ఎల్-థియానైన్ కలయిక వలన చురుకుదనం పెరుగుతుంది. రోజులోకి మారుతున్నప్పుడు సులభంగా దృష్టి కేంద్రీకరించడానికి ఇది సహాయపడుతుంది. ఉదయం భోజనంతో పాటు తీసుకుంటే ఇన్సులిన్ పీక్ తగ్గే అవకాశం ఉంది. సులభమైన జీర్ణక్రియ: సాధారణంగా జీర్ణవ్యవస్థ రోజులో ముందుగానే మరింత చురుకుగా ఉంటుంది కాబట్టి, జీర్ణక్రియ ప్రతిస్పందన సులభంగా ఉంటుంది. చురుకైన పగటిపూట కొవ్వు ఆక్సీకరణ పై సహాయక ప్రభావం మరింత స్పష్టంగా కనిపిస్తుంది.

సాయంత్రం గ్రీన్ టీ తాగడం వలన కలిగే ప్రభావాలు:

ఇది కొందరికి ఆహ్లాదకరంగా, శాంతపరిచే ప్రభావం కలిగిస్తుంది.

సాయంత్రం భోజనం తర్వాత పోస్ట్-ప్రాండియల్ గ్లూకోజ్ తగ్గే అవకాశం ఉంది (వ్యక్తిగత జీవక్రియను బట్టి మారుతుంది).

రాత్రి భోజనం తర్వాత బద్దకం లేదా ఉబ్బరం అనుభవించే వ్యక్తులకు ఓదార్పునిస్తుంది. కెఫిన్ పట్ల సున్నితత్వం ఉన్నవారికి లేదా సక్రమంగా నిద్ర లేని వారికి నిద్రకు భంగం కలిగే అవకాశం ఎక్కువగా ఉంటుంది.

4. ఉదయం సాయంత్రం గ్రీన్ టీ కీలక తేడాలు

గ్రీన్ టీ యొక్క విభిన్న ప్రభావాలు న్యూరోలాజికల్, జీవక్రియ మరియు జీర్ణక్రియ ప్రతిస్పందనల ఆధారంగా విభజించబడ్డాయి.

శక్తి ప్రతిస్పందన

కెఫిన్ %౫౦%-థియానైన్ కలయిక ద్వారా అప్రమత్తత మానసిక దృష్టికి మద్దతు ఇస్తుంది.మొదట్లో ప్రకాశంగా అనిపించవచ్చు, కానీ సున్నితత్వం ఉన్నవారిలో నిద్రకు అంతరాయం కలిగించవచ్చు.

జీవక్రియ ప్రభావాలుఅల్పాహారంతో తీసుకున్నప్పుడు గరిష్ట ఇన్సులిన్ ప్రతిస్పందనను తగ్గించవచ్చు.కొన్ని సందర్భాలలో భోజనం తర్వాత గ్లూకోజ్ను తగ్గించవచ్చు, ఇది వ్యక్తిగత జీవక్రియపై ఆధారపడి ఉంటుంది.

జీర్ణ సౌకర్యం..

జీర్ణవ్యవస్థ చురుకుగా ఉన్నందున జీర్ణక్రియ సులభం.

రాత్రి భోజనం తర్వాత బరువుగా అనిపిస్తే ఉపశమనం కలిగించవచ్చు.

కెఫిన్ ప్రమాదం..

కార్డియోల్ స్థాయిలు ఎక్కువగా ఉన్నప్పుడు ఉదయం సులభంగా నిర్వహించబడుతుంది. అలస్యంగా తీసుకుంటే ఆందోళన లేదా నిద్రకు భంగం కలిగించే అవకాశం ఎక్కువ. మొత్తం అనుకూలత

స్థిరమైన ప్రయోజనాల కోసం క్రమబద్ధమైన ఉదయం అలవాటుగా బాగా పనిచేస్తుంది. కెఫిన్ సున్నితత్వం తక్కువగా ఉంటే సాయంత్రం తీసుకోవడానికి అనుకూలం, కానీ నిద్రకు దగ్గరగా తీసుకోవడం మంచిది కాదు.

గ్లూకోజ్ స్థాయిలు

ఆహారంతో కలిపినప్పుడు సమతుల్య రక్త-గ్లూకోజ్ సమూహాలకు మద్దతు ఇస్తుంది. భోజనం తర్వాత చక్కెర స్థాయిలను స్థిరీకరించడంలో సహాయపడుతుంది.

5. గ్రీన్ టీ తాగడానికి సరైన సమయం

మీ శరీర స్పందన, భోజనం సమయం, మరియు నిద్ర లయకు కెఫిన్ పట్ల మీ సున్నితత్వం ఆధారంగా గ్రీన్ టీ తాగడానికి సరైన సమయాన్ని నిర్ణయించుకోవాలి. ఉత్తమ సమయం (ఉదయం): చాలా మందికి, ఉదయం తీసుకోవడం జీవక్రియ మరియు అభిజ్ఞా నమూనాలతో సహజంగా సరిపోతుంది. ఉదయం తీసుకోవడం నిద్రకు భంగం కలిగించే సంభావ్యతను కూడా తగ్గిస్తుంది.

సాయంత్రం తీసుకోవడం: మీరు తక్కువ కెఫిన్ లేదా పాక్షికంగా డీకెఫిన్ చేయబడిన రకాన్ని ఎంచుకుంటే, రాత్రి భోజనం తర్వాత ఒక వెచ్చని, తేలికపాటి పానీయాన్ని ఆస్వాదించాలనుకుంటే సాయంత్రం తీసుకోవచ్చు.

చిట్కా: మీరు నిద్రతో తరచుగా ఇబ్బంది పడుతుంటే, మీ గ్రీన్ టీ తీసుకునే సమయాన్ని రోజులో ముందుగా మార్చుకోవడం మంచిది. నిద్రవేళకు దగ్గరగా తీసుకోవడం నిద్రలేమి, అశాంతి లేదా నిద్రాభంగం ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది.

ముగింపు: స్థిరమైన జీవక్రియ మరియు అభిజ్ఞా ప్రయోజనాలను పొందాలనుకుంటే, నిద్రకు భంగం కలగకుండా చూసుకోవడానికి ఉదయం గ్రీన్ టీ తీసుకోవడం చాలా స్థిరమైన ఎంపిక అని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

6. గ్రీన్ టీని ఎలా తయారు చేయాలి ఎంత తీసుకోవాలి

తయారు చేసే విధానం:నీటిని పూర్తిగా మరిగించకుండా, సుమారు 70 నుండి 80 డిగ్రీల సెల్సియస్ వరకు వేడి చేయాలి.ఒక కప్పు లేదా ఇన్స్యులర్లోకి ఒక టీస్పూన్ గ్రీన్ టీ ఆకులు లేదా ఒక టీ బ్యాగ్ వేయాలి.వేడి నీటిని టీపై పోసి, 2 నుండి 3 నిమిషాలు నానబెట్టాలి. మీరు ఎంత ప్రాంగ్గా ఇష్టపడతారో దాన్ని బట్టి సమయాన్ని సర్దుబాటు చేయవచ్చు.ఆకులను వడకట్టండి లేదా టీ బ్యాగ్ను తొలగించండి. బ్యాగ్ను గట్టిగా పిందవచ్చు. అలా చేస్తే పానీయం రుచి చేదుగా మారుతుంది.

రోజుకి ఎంత తాగాలి?.. రోజుకు 3-5 కప్పుల (సుమారు 240 మి.లీ చొప్పున) గ్రీన్ టీ తాగడం వలన గుండె జబ్బులు, మధుమేహం మరియు కొన్ని క్యాన్సర్ల ప్రమాదాన్ని తగ్గించడం వంటి ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు పెరుగుతాయి.ఈ మొత్తం సురక్షితమైన కెఫిన్ పరిమితులను (కప్పుకు 22-40) మించకుండా యాంటీఆక్సిడెంట్లను అందిస్తుంది. 8 కప్పులకు మించి తాగడం వలన నిద్రలేమి వంటి దుష్ప్రభావాలు కలగవచ్చుటే కెఫిన్ సున్నితత్వం ఆధారంగా సర్దుబాటు చేసుకోవాలి.

తొలి టీ20రా భారత్ గెలవాలంటే రవిచంద్రన్ అశ్విన

సూచించిన ఐదుగురు ఆటగాళ్లు ఈ విధంగా..!

సౌతాఫ్రికాతో ఐదు టీ20ల సిరీస్ కోసం టీమిండియా సిద్ధమైంది. ఈ సిరీస్ తొలి మ్యాచ్ మంగళవారం కటక్ వేదికలో జరుగుతుంది. ఇరు జట్లు పూర్తిగా సిద్ధమై ఉన్నాయి.ఈ సిరీస్లో భారత్ కాంబినేషన్పై రవిచంద్రన్ అశ్విన ఆసక్తికర వ్యాఖ్యలు చేశారు. ఆయన అభిప్రాయం ప్రకారం, టీ20 ప్రపంచకప్ 2026 కోసం సరైన జట్టును ఈ సిరీస్లోనే సెట్ చేసుకోవాలి. సౌతాఫ్రికాతో విజయం సాధించాలంటే ఐదుగురు కీలక ఆటగాళ్లను తుది జట్టులో తప్పక ఆడించాలి అని అశ్విన సూచించారు.“శుభ్మన్ గిల్ రీఎంట్రితో సంజూ శాంసన్ మూడో స్థానంలో ఆడుతాడా? ఇది ఇంకా సందేహంగా ఉంది. ఫస్ట్ డౌన్లో సూర్య లేదా తిలక్ వర్మను ఆడించవచ్చు. సంజూను మూడో స్థానంలో ఆడించాలి, కానీ శుభ్మన్ గిల్ రాకతో అతనికి అవకాశాలు తక్కువయ్యాయి. గతంలో ఓపెనర్ కమ్ కీపర్గా రాణించిన సంజూ జట్టులో స్థానం పొందడంలో సమస్య ఎదుర్కొన్నాడు,” అని అశ్విన పేర్కొన్నారు.అతను చెప్పినట్లుగా, ఓపెనర్గా గిల్ ప్రవేశంతో, మిడిలార్డర్లో ఆదీ వికెట్ కీపర్ కమ్ ఫినిషర్ భారత జట్టుకు అవసరం. ఈ సిరీస్ ద్వారా భారత బ్యాటింగ్ లైన్ప్ స్పష్టత పొందుతుందని అశ్విన భావిస్తున్నారు. మరోవైపు, సౌతాఫ్రికా జట్టులో పెద్ద ప్రమాదకర ఆటగాళ్లు లేరు. కుల్టీప్, వరుణ్, బుర్రూ వంటి స్టార్ బౌలర్లు ఆ జట్టులో లేరు.భారత్కు కూడా ఈ సిరీస్ కీలకమైనది. టీమ్ కాంబినేషన్ని నిర్ణయించుకోవాలి. ఇప్పటికే కొంతమేర ప్రయోగాలు జరిగాయి. టీ20 జట్టులో స్థిరత్వం ముఖ్యమైన అంశం. అర్బిదీప్ సింగ్ జట్టులో కొనసాగించాలా లేదా అనేది కూడా తేల్చుకోవాల్సిన ప్రశ్న. అశ్విన అభిప్రాయం ప్రకారం, అతన్ని ఆడించాలి. వరుణ్, కుల్టీప్ ఇద్దరినీ కలిసి ఆడించగలమో చూడాలి. అవసరమైతే మూడో పేసర్ను చేర్చాలి. లేకపోతే బుర్రూ, అర్బిదీప్ సింగ్, వరుణ్ చక్రవర్తి, కుల్టీప్ యాదవ్, హార్దిక్ పాండ్యా కాంబినేషన్ మంచి ప్రభావం చూపుతుందని అశ్విన చెప్పారు.అశ్విన మాట్లాడుతూ, ఈ బౌలింగ్ లైన్ ద్వారా ప్రత్యర్థి స్కోర్లను సరిగా ఆలోచిస్తే చేయగల సామర్థ్యం ఉందని పేర్కొన్నారు. తొలి మ్యాచ్లో ఈ బౌలింగ్ లైన్ను చూడాలని ఆసక్తిగా ఎదురుచూస్తున్నానని అశ్విన తెలిపారు. అంతే కాకుండా, వరుణ్ చక్రవర్తి యొక్క అసలు టాలెంట్ను టీ20 ప్రపంచకప్ వరకు రహస్యంగా ఉంచడం మంచిదని సూచించారు.



గిల్కు స్పీట్ వార్షింగ్ ఇచ్చిన ఇర్లాన్ పరాన్

భారత్, సౌతాఫ్రికా టీ20 సిరీస్కు మంగళవారం నుంచి తెరలేవనుంది. తొలి మ్యాచ్ కటక్ వేదికగా రాత్రి 7 గంటలకు ప్రారంభం కానుంది. వన్డే సిరీస్ను 2-1తో కైవసం చేసుకున్న టీమిండియా.. ఆత్మవిశ్వాసంతో బరిలోకి దిగుతోంది. ఇక గాయం నుంచి కోలుకున్న శుభ్మన్ గిల్, హార్దిక్ పాండ్యా.. ఈ సిరీస్తో రీఎంట్రి ఇవ్వనున్నారు. ఈ నేపథ్యంలో సౌతాఫ్రికాతో టీ20 సిరీస్కు ముందు టీమిండియా మాజీ ఆల్రౌండ్ల ఇర్లాన్ పరాన్.. భారత వన్డే కెప్టెన్ శుభ్మన్ గిల్కు కీలక సూచన చేశాడు. మెదనాపుతో దక్షిణాఫ్రికాతో రెండో టెస్టు, వన్డే సిరీస్కు దూరమైన శుభ్మన్ గిల్.. టీ20 సిరీస్ ఆడనున్నాడు. ఇటీవల బీసీసీఐ సెంటర్ ఆఫ్ ఎక్స్లెన్స్లో ఫిట్నెస్ నిరూపించుకున్న అతడు.. జోరుగా ప్రాక్టీస్ ప్రారంభించాడు. ఇలాంటి సమయంలో రీఎంట్రి ఇవ్వు గిల్.. టీ20 ప్రపంచకప్ 2026 ముందు జట్టులో సుస్థిర స్థానంలో సంపాదించాలంటే ఈ సిరీస్లో తప్పకుండా రాణించాలని పరాన్ సూచించాడు. లేకపోతే.. జట్టులో చోటు కష్టమని హెచ్చరించాడు. “వన్డే, టెస్టు కెప్టెన్ శుభ్మన్ గిల్ టీ20 ఫార్మాట్లో తన స్థానాన్ని పదిలం చేసుకోవాల్సిన అవసరం ఉంది. అతడు మూడు ఫార్మాట్లు ఆడే సత్తా ఉన్న ఆటగాడు. టీ20ల్లో అతడి సామర్థ్యం ఏంటో ఐటీఎల్లో మనమంతా చూశాం. తనను తాను నిరూపించుకునేందుకు సౌతాఫ్రికాతో 5 మ్యాచ్ల టీ20 సిరీస్ గిల్కు మంచి ఛాన్స్. అయితే శుభ్మన్పై కొంత ఒత్తిడి ఉంటుంది. కానీ అతడు దాన్ని అధిగమించగలడు. ఈ సిరీస్లో అతడు రాణిస్తాడని ఆశిస్తున్నా” అని ఇర్లాన్ పరాన్ వ్యాఖ్యానించాడు. ఐదు టీ20ల సిరీస్లో భాగంగా కటక్ వేదికగా మంగళవారం రాత్రి 7 గంటలకు తొలి మ్యాచ్ ప్రారంభం కానుంది.

భారత్, దక్షిణాఫ్రికా టీ20 సిరీస్ షెడ్యూల్

తొలి టీ20: డిసెంబర్ 09 - కటక్

రెండో టీ20: డిసెంబర్ 11 - ముల్లానూర్

మూడో టీ20: డిసెంబర్ 14 - ధర్మశాల

నాలుగో టీ20: డిసెంబర్ 17 - లక్నో

ఐదో టీ20: డిసెంబర్ 19 - అమృతాబాద్

