

నాకు ఏ కష్టం వచ్చినా రామోజీని తలచుకుంటే అదే తొలగిపోతుంది: సీఎం చంద్రబాబు

నమ్మిన సిద్ధాంతాల కోసం రామోజీరావు దేనినైనా పదులుకునేవారని సీఎం చంద్రబాబు అన్నారు. ఆయన సేవలను ఎప్పటికీ మర్చిపోలేమని పేర్కొన్నారు. రామోజీ గ్రూప్ సంస్థల వ్యవస్థాపకులు రామోజీరావు పేరిట ఏర్పాటు చేసిన 'రామోజీ ఎక్స్‌లెన్స్' జాతీయ అవార్డుల ప్రధానోత్సవ కార్యక్రమంలో సీఎం చంద్రబాబు, తెలంగాణ సీఎం రేవంత్ రెడ్డి, తెలంగాణ గవర్నర్ జిష్టుదేవ్‌వర్మ పాల్గొని మాట్లాడారు. ప్రజల పక్షాన బలంగా పోరాడిన యోధుడు రామోజీరావు అని సీఎం చంద్రబాబు కొనియాడారు. ఉన్నత విలువలతో నడుస్తున్న సంస్థ ఈనాడు అని, ఈ పత్రిక ద్వారా రామోజీరావు ప్రజలను సమాజసేవలో భాగస్వాములను చేశారని తెలిపారు. రామోజీలాంటి వారు పది మంది ఉంటే సమాజాన్ని సమూలంగా మార్చవచ్చని తెలిపారు. 4 దశాబ్దాలకుపైగా రామోజీరావుతో నాకు అనుబంధం ఉంది. రామోజీరావు ఎవరినీ పిలవరు. ఎవరు వచ్చినా కాదనరు. వ్యతిరేక వార్తలు రాయవద్దని నన్ను ఎప్పుడూ కోరవద్దని రామోజీ అనేవారు. ఆత్మవిశ్వాసంతో రామోజీ ముందుకు సాగారు. మామూలు వ్యక్తులను అసాధారణ వ్యక్తులుగా రామోజీ మార్చేవారు. రామోజీ లాంటి వారు పది మంది ఉంటే సమాజాన్ని సమూలంగా మార్చవచ్చు. 50 ఏళ్ల తర్వాత ఏం చేయాలో ముందే ఆలోచించే వ్యక్తి రామోజీ. రామోజీ పట్టుదలకు రామోజీ ఫిల్మ్‌సీటీ ఒక ప్రత్యక్ష ఉదాహరణ. రామోజీ జీవితంలో ఎన్నో ఒత్తిళ్లు ఎదుర్కొన్నారు. ప్రభుత్వాలతో పోరాడి విజయం సాధించిన వ్యక్తి రామోజీ. మంచి చేస్తే మీతో ఉంటా. చెడు చేస్తే ఉతికి ఆరోస్తా అనేవారు రామోజీ. రామోజీరావు స్ఫూర్తి ఎప్పుడూ నాతో ఉంటుంది. నాకు ఏ కష్టం వచ్చినా రామోజీని తలచుకుంటే అదే తొలగిపోతుంది. - చంద్రబాబు, సీఎంనిజం తెలుసుకోవాలంటే ఈనాడు చదవాల్సిందే : రామోజీరావు సంస్థలు తెలంగాణకు గర్వకారణంగా నిలిచాయని తెలంగాణ సీఎం రేవంత్ రెడ్డి పేర్కొన్నారు. రామోజీ ఫిల్మ్‌సీటీ రెండువేల ఎకరాల కళాఖండమని, తెలంగాణకు నాలుగో అద్భుతంగా ఆర్?ఎఫ్?సీ నిలిచిందని కొనియాడారు. ఆర్ఎఫ్‌సీని ఇబ్బంది పెట్టాలని కొందరు గతంలో ప్రయత్నించారన్న ఆయన, ఈనాడు, ఈటీవీని తెలుగు ప్రజలకు వ్యసనంగా రామోజీ మలిచారన్నారు. నిఖార్సైన నిజం ఏంటో తెలుసుకోవాలంటే ఈనాడు



చదవాల్సిందేనని వ్యాఖ్యానించారు. ఈటీవీ రాత్రి 9 గంటల వార్తలను ఎక్కడున్నా తప్పనిసరిగా చూస్తానన్న ముఖ్యమంత్రి, పచ్చిబిళ్ల తినిపించినా, పత్రిక చదివించినా రామోజీరావు గొప్పదనం కనిపిస్తుందన్నారు. రామోజీరావు పేరు కాదు, ఒక బ్రాండ్ : 'పాఠశాల లేని వివిధ రంగాల్లో ఒకే వ్యక్తి రాణించడం చాలా కష్టం. రామోజీరావు రోజుకు 18 గంటలు శ్రమించే వారు. రామోజీ ఏ రంగంలో అడుగుపెట్టినా తనదైన ముద్ర వేసేవారు. రామోజీ అవార్డు గొప్ప గౌరవంగా భవిష్యత్లో నిలుస్తుంది. రామోజీరావు స్ఫూర్తిని భావితరాలకు మనం అందించాలి. పదవుల గురించి సీఎంలకు తాను సిఫార్సు చేయనని నికచ్చిగా చెప్పేవారు. రామోజీరావు పేరు కాదు, ఒక బ్రాండ్. రామోజీ గ్రూపు సంస్థలకు మా సంపూర్ణ సహకారం ఉంటుంది. రామోజీ అవార్డుల ఆలోచన చేసిన కుటుంబసభ్యులను అభినందిస్తున్నా. రామోజీ స్ఫూర్తిని ముందుకు తీసుకెళ్లాలని కుటుంబసభ్యులు భావించడం ప్రశంసనీయం' అని రేవంత్? మాట్లాడారు.

క్రైలాసగిరిలో 50 అంతస్తుల ఐకానిక్ భవనం,,,



ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో అధికారంలోకి వచ్చిన కూటమి ప్రభుత్వం రాష్ట్రాన్ని అన్ని రంగాల్లో ముందుకు తీసుకువెళ్లేందుకు చర్యలు తీసుకుంటుంది. ప్రజలకు సంక్షేమ పాలన అందిస్తూనే.. పరిశ్రమల ఏర్పాటు, ఇతర రంగాల అభివృద్ధికి పాటుపడుతోంది. ఈక్రమంలో పర్యాటక రంగానికి పెద్ద పీట వీస్తోంది. దీనిలో భాగంగా రాష్ట్రంలోని ఆ ప్రాంతంలో 50 అంతస్తుల ఐకానిక్ బిల్డింగ్, 120 ఎకరాల్లో థీమ్ పార్క్ ఏర్పాటు చేయబోతున్నట్లు ప్రకటించింది. ఆ వివరాలు..

ఆంధ్రప్రదేశ్ మంత్రి నారాయణ కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. త్వరలోనే క్రైలాసగిరిలో 50 అంతస్తుల ఐకానిక్ బిల్డింగ్ నిర్మించబోతున్నట్లు ప్రకటించారు. శాశ్వతంగా మంత్రి నారాయణ విశాఖపట్నంలో చేపట్టిన అభివృద్ధి పనులపై ఆయన సమీక్ష నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా అధికారులకు మంత్రి నారాయణ కీలక ఆదేశాలు జారీ చేశారు. అలానే విశాఖలో కూటమి ప్రభుత్వం ప్రారంభించిన పలు కీలక

సబ్బిడి టార్పాలిన్ల కోసం నిరీక్షణ

కాగజ్‌నగర్, నవంబరు 16 : ఆరు గాలం శ్రమించి పండించిన పంట ఉత్పత్తులను అరబెట్టుకోవటానికి వర్షాల నుంచి పంటను కాపాడుకునేందుకు రైతులు నానా ఇబ్బందులు పడుతున్నారు. మరో వైపు ఎప్పుడు వర్షం వస్తుందో తెలియని పరిస్థితి ఉండటంతో రైతులు ఆందోళన చెందుతున్నారు. ఈ క్రమంలో అకాల వర్షాల నుంచి పంట ఉత్పత్తులను కాపాడుకునేందుకు టార్పాలిన్లు రైతులకు ఇప్పుడు అత్యవసరం. దీంతో గతంలో ప్రభుత్వం 50 శాతం సబ్బిడిపై టార్పాలిన్లను రైతులకు సరఫరా చేసేది. కానీ ఏడు సంవత్సరాల నుంచి ప్రభుత్వం టార్పాలిన్ల పంపిణీని నిలిపివేసింది. మార్కెట్లో టార్పాలిన్ల ధరలు అధికంగా ఉండటంతో టార్పాలిన్లను కొనేలేక రైతులు అద్దెకు తెచ్చుకుంటున్నారు. వర్షాలు, ప్రకృతి విపత్తుల నుంచి పంటలను రక్షించుకోవటానికి వ్యవసాయ శాఖ గతంలో సబ్బిడిపై రైతులకు టార్పాలిన్లు అందించేది. మార్కెట్లో 2,500 రూపాయలకు లభించే టార్పాలిన్లను 50 శాతం సబ్బిడితో 1,250 రూపాయలకే ప్రభుత్వం రైతులకు అందించేది. ప్రభుత్వం రాయితీపై సరఫరా చేసే టార్పాలిన్లు నాణ్యతతో పాటు ఎక్కువ కాలం మన్నికగా ఉండేవి. ఈ విధంగా రైతులకు పంపిణీ చేసేది. 2018 నుంచి టార్పాలిన్ల పంపిణీ చేపట్టకపోవటంతో రైతులు ఏటా ఇబ్బందులు పడుతున్నారు. జిల్లాలో గ్రామాలు, పట్టణ శివారుల్లో పలువురు ఇతర రాష్ట్రాల నుంచి వచ్చి టార్పాలిన్లు కొరాయిలకు ఇస్తూ జీవనోపాధి పొందుతున్నారు. ఒక్క టార్పాలిన్‌కు రోజుకు 15 రూపాయల నుంచి 20 రూపాయల వరకు అద్దెకు తెచ్చుకుంటున్నారు. ధాన్యం అరబెట్టుకోవటానికి సాధారణంగా ప్రతి రైతు కనీసం ఆరు నుంచి 10 టార్పాలిన్లు అవసరం ఉంటుంది. వాటిపై ప్రతి రోజు అద్దెకు తెచ్చుకోవటంతో భారం పడుతుందని పలువురు రైతులు ఆవేదన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. ఆసిఫాబాద్, సిర్సారు నియోజకవర్గాల్లో వరి, కంది, ఇతర అంతర పంటలు సాగ చేసిన రైతులకు ధాన్యం అరబెట్టేందుకు తమ పొలాల్లో వీటిని వాడుతారు. రైతుల ప్రయోజనం కోసం ఎంతగానో ఉపయోగపడే టార్పాలిన్లు సబ్బిడిపై పంపిణీ చేయకపోవటంతో తీవ్ర ఇబ్బందులు పడుతున్నారు. అధికారులను



వాకాబు చేస్తే పంపిణీ చేయటం లేదని తెలుపుతున్నారని పలువురు రైతులు ఆవేదన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. వరి కోత దశకు రావటంతో రైతులంతా కోత మిషన్లతో వరి పంటను కోయిస్తున్నారు. ఇప్పుడు అకాల వర్షాలు కురిస్తే తమ పరిస్థితి ఏంటి..? పంటను ఎలా అరబెట్టుకోవాలి..? కనీసం టార్పాలిన్లు సరఫరా చేస్తే తాము ముందస్తుగానే కొనుగోలు చేసుకునే వాళ్లమని ఇప్పుడు దుకాణాల్లో కొనుగోలు చేయాలంటే అదనపు భారం వస్తోందని రైతులు పేర్కొంటున్నారు. అలాగే ధాన్యం లోడింగ్ చేసిన తర్వాత కూడా పైన కప్పుకునేందుకు నులుపులు ఉండేదని చెబుతున్నారు. ఈ విషయమై వ్యవసాయాధికారి రామకృష్ణను వివరణ కోరగా, ప్రభుత్వం నుంచి సబ్బిడిపై టార్పాలిన్ల పంపిణీ చేయటం లేదన్నారు. ఈ విషయం ఉన్నతాధికారులకు వివరించామని తెలిపారు. ప్రభుత్వం వెంటనే స్పందించాలి.- లేదుగరే శ్యాంరావు, బీఆర్ఎస్ సిర్సారు నియోజకవర్గ కన్వీనర్ ప్రభుత్వం రైతుల సమస్యలను దృష్టిలో పెట్టుకొని వెంటనే సబ్బిడిపై టార్పాలిన్లు సరఫరా చేయాలి. రైతులు పంటలు పూర్తిగా పండించారు. ఎప్పుడు వర్షాలు కురుస్తాయో తెలియని పరిస్థితి. ప్రభుత్వం వెంటనే స్పందించి సబ్బిడిపై టార్పాలిన్లను సరఫరా చేయాలి. రైతులను ఆదుకోవాలి.

గృహ, పట్టణ వ్యవహారాల కమిటీ పర్యటన



ఒంగోలు క్రైమ్ కౌంటర్ ప్రతినిధి, గృహ , పట్టణ వ్యవహారాల కమిటీ పర్యటన సందర్భంగాముంబయిలోని పలు పర్యాటక ప్రాంతాలను కమిటీ చైర్మన్, ఒంగోలు పార్లమెంట్ సభ్యులు ముగుంట శ్రీనివాసులు రెడ్డి ఆదివారం సందర్శించారు. ఆయన వెంట ఇతర కమిటీ సభ్యులు ఉన్నారు.

నగరంలో ఐకానిక్ భవనం

నిర్మాణంపై ప్రత్యేకదృష్టి సారించాలన్నారు. విమానాశ్రయం ప్రారంభించే సమయానికి పూర్తి చేయాలన్నారు. ఒప్పందం మేరకు గడువులోగా పనులు పూర్తిచేసేలా కాంట్రాక్టర్లను అప్రమత్తం చేయాలని, నాణ్యతా ప్రమాణాలు పాటించేలా ఎప్పటికప్పుడు పరిశీలించాలన్నారు. ఎంఐజీ లే అవుట్లలో మౌలిక సదుపాయాల కల్పనపై శ్రద్ధ పెట్టాలన్నారు. కొన్ని డిసెంబరు నెలాఖరు, మిగిలినవి వచ్చే ఏడాది ఫిబ్రవరి నెలాఖరుకు పూర్తిచేయాలని అధికారులను ఆదేశించారు. ఎల్ఆర్ఎస్/బీపీఎస్ ధరభాస్సుల పరిశీలన వేగవంతం చేయాలని, తద్వారా సంస్థకు ఆర్థిక పరిపుష్టి కలిగేలా చర్యలు తీసుకోవాలన్నారు. కొత్తవసలో 120 ఎకరాలు, శౌంఠ్యంలో 80 ఎకరాల్లో థీమ్ బేస్డ్ సిటీస్ నిర్మాణం, ల్యాండ్ పూలింగ్, పీవీపీ ప్రాజెక్టుల స్థితిగతులపై ఆరా తీసి, పలు సూచనలు చేశారు. సమీక్ష సమావేశంలో మున్సిపల్ కమిషనర్ కేతకెగార్, వీఎంఆర్డీవీ కమిషనర్ ఎన్.తేజోభద్ర, జాయింట్ కమిషనర్ రమేష్, కార్పొరేట్ మురళీ కృష్ణ, ప్రధాన ప్రణాళిక అధికారి శిల్ప, ప్రధాన ఇంజనీర్ వినయ్‌కుమార్, జీవీఎంసీ ఉన్నతాధికారులు పాల్గొన్నారు.

అనకాపల్లి, రాజమండ్రిలో పీసీబీ ఆఫీసులు

విశాఖలో చీఫ్ ఇంజనీరు కార్యాలయం

కాలుష్య నియంత్రణ మండలి చైర్మన్ కృష్ణయ్య

పనిభారం తగ్గించడం, నాణ్యమైన సేవలు అందించడం, సకాలంలో సమర్థంగా పనిచేసే దిశగా ప్రతి జిల్లాలో కార్యాలయాలు ఏర్పాటుచేస్తున్నట్లు రాష్ట్ర కాలుష్య నియంత్రణ మండలి చైర్మన్ పి.కృష్ణయ్య తెలిపారు. ఇందులో భాగంగా అనకాపల్లి, రాజమండ్రిలో కార్యాలయాల ఏర్పాటుకు బోర్డు, ప్రభుత్వం అనుమతి ఇచ్చిందన్నారు.

పరిశ్రమల పర్యవేక్షణ, తనిఖీలు, ప్రమాదాలు జరిగినపుడు వెంటనే ఘటనా స్థలానికి చేరుకునేలా అధికారులు అందుబాటులో ఉండాలన్నారు. శ్రీకాకుళం నుంచి తూర్పుగోదావరివరకు ఫార్మా, ఇతర పరిశ్రమలకు మరిన్ని సేవలు అందించేందుకు వీలుగా విశాఖపట్నంలో చీఫ్ ఇంజనీరు ఉండాలని అభిప్రాయపడ్డారు. కొత్త జిల్లాల ఏర్పాటులో భాగంగా చాలా శాఖలకు జిల్లా స్థాయి అధికారులను నియమించారని, కాలుష్యనియంత్రణమండలి ఈఈ కేడర్‌లో కార్యాలయం ఉండాలన్నారు. మండలిల సంస్కరణలు అమలుచేశామన్నారు. బోర్డుకు అధికారుల కొరత ఉందని, చీఫ్ ఇంజనీరు నుంచి నాలుగు జోన్‌లకు జాయింట్ చీఫ్ ఇంజనీరు పోస్టులు, ఎస్ఈ పోస్టులు ఖాళీగా ఉన్నాయని తెలిపారు. ప్రస్తుతం ఇన్‌చార్జిలతో నెట్టుకొస్తున్నామనారు. ఇటీవల 21 ఏఈ పోస్టులు భర్తీచేశామని, త్వరలో జిల్లాలకు కేటాయిస్తామన్నారు. ప్రభుత్వం కొత్త పరిశ్రమలకు అనుమతులు ఇస్తున్న తరుణంలో కాలుష్యనియంత్రణమండలి పాత్ర కీలకమన్నారు. పరిశ్రమ ఏర్పాటుకు అనుమతుల కోసం పారిశ్రామికవేత్తలు/ వారి ప్రతినిధి జిల్లాల్లోని పీసీబీ కార్యాలయాల చుట్టూ తిరగకుండా మొత్తం ప్రక్రియ ఆన్‌లైన్‌లోనే పూర్తయ్యేలా చర్యలు తీసుకుంటున్నామన్నారు. విశాఖపట్నంలో కాలుష్యనిర్ధారణ కోసం ప్రస్తుతం ఒక ఆన్‌లైన్ యాంబియంట్ ఎయిర్‌క్యాలిటీ యంత్రం ఉందని, మరో రెండు మూడు యంత్రాలను త్వరలో ఏర్పాటు చేస్తామన్నారు.

ఏయూలో బ్యాక్‌లాగ్!

ఆంధ్ర విశ్వవిద్యాలయంలో ఎస్సీ, ఎస్టీ బ్యాక్‌లాగ్ పోస్టులను భర్తీచేసి న వ్యవహారంపై తీవ్రస్థాయిలో ఆరోపణలు వెల్లువెత్తుతున్నాయి. గుట్టు చప్పుడు కాకుండా ప్రక్రియను చేపట్టి, అనర్హులకు లబ్ధి చేకూర్చారన్న విమర్శలు వినిపిస్తున్నాయి. ఈనేపథ్యంలో దరఖాస్తు చేసిన వారిలో కొందరు కోర్టుకు వెళ్లే యోచనలో ఉన్నట్లు సమాచారం. వివరాలోకి వెళితే..

ఏయూలో బ్యాక్‌లాగ్ పోస్టులను భర్తీచేయడం కొన్నేళ్లుగా సమస్యగా మారింది. ఇందుకోసం 2018లోనే నోటిఫికేషన్ ఇచ్చారు. కొన్ని కారణాలతో ప్రక్రియ ముందుకు సాగలేదు. మళ్లీ 2021లో 33 పోస్టులను భర్తీ చేసేందుకు అధికారులు మళ్లీ నోటిఫికేషన్ ఇచ్చారు. దీనికి భారీ స్పందన వచ్చింది. సుమారు వెయ్యి మంది దరఖాస్తు చేసుకున్నారు. మెన్‌వర్క్కు, తోటపని, హాస్టల్ సహాయ కుల పోస్టులకు కూడా ఎంబీబీ, ఎంటెక్, ఎంసీఏ పూర్తి చేసిన వారు దరఖాస్తు చేసుకున్నారు. అయితే ఆయా పోస్టులకు ఏడు, పదే తరగతి ఉత్తీర్ణత ఉంటే చాలని, ఇం టర్నాఫ్టులు లేకుండా మెరిట్ ప్రకారం పోస్టులను భర్తీ చేస్తామని అధికారులు ప్రకటించారు. దరఖాస్తు చేసిన కొందరు అభ్యర్థులకు సంబంధించిన విద్యార్హతలపై ఫిర్యాదులు, ప్రక్రియపై ఆరోపణలు వచ్చాయి. దీనిపై కొందరు కోర్టును ఆశ్రయించడం, న్యాయపరమైన చిక్కులతో ప్రక్రియ నిలిచిపోయింది. కొద్దిరోజుల కిందట ఈ ప్రక్రియను అధికారులు పూర్తిచేశారు. 33 బ్యాక్‌లాగ్ పోస్టులకు 28 పోస్టులను గుట్టుగా భర్తీ చేశారన్న విమర్శలు వినిపిస్తున్నాయి. నియామక ప్రక్రియ సాగిన తీరు అధికారులకూ తెలియదని చెబుతున్నారు. నోటిఫికేషన్ ఇచ్చారా లేక, గత నోటిఫికేషన్ మేరకు చర్యలు తీసుకున్నారా అనేది అంతుపట్టని ప్రశ్నగా మారింది. అదే సమయంలో మెరిట్ జాబితాను అధికారులు వెబ్‌సైట్‌లో పొందుపర్చలేదు.



డ్రగ్స్ రహిత సమాజమే లక్ష్యం



డ్రగ్స్ రహిత సమాజమే లక్ష్యమని విశాఖ రేంజ్ డీఐజీ గోపీనాథ్ జట్టి అన్నారు. గంజాయి, ఇతర మాదకద్రవ్యాల నిర్మూలనే ధ్యేయంగా ప్రజల్లో చైతన్యం తెచ్చేందుకు ‘అభ్యుదయం’ పేరుతో పోలీసు శాఖ చేపట్టిన సైకిల్ యాత్ర ఆదివారం సాయంత్రం వడ్డాది చేరుకుంది. ఈ సందర్భంగా డీఐజీ మాట్లాడుతూ, తెలిసితెలియని వయసుల్లో విద్యార్థులు, యువత మత్తుపదార్థాలకు అలవాటుపడి భవిష్యత్తును నాశనం చేసుకుంటున్నారని అన్నారు. తల్లిదండ్రులు తమ పిల్లలను నిరంతరం గమనిస్తూ, చెడు అలవాట్ల దరికి చేరకుండా చూడాలని ఆయన కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో రాష్ట్ర గృహనిర్మాణ సంస్థ చైర్మన్ బత్తుల తాతయ్యబాబు, సీఐ కోటేశ్వరరావు, ఎస్ఐ ఎ.శ్రీనివాసరావు, పోలీసులు, విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

రోడ్డు ప్రమాదాల నివారణకు పటిష్ఠ చర్యలు తీసుకోవాలని విశాఖ రేంజి డీఐజీగోపీనాథ్ జట్టి బుచెయ్యపేట పోలీసులను ఆదేశించారు. ఆదివారం ఆయన పోలీసు స్టేషన్ ను సందర్శించి, రికార్డులను పరిశీలించారు. పెండింగ్ కేసులు, దర్యాప్తులో వులోగతి గురించి అడిగి తెలుసుకున్నారు. ట్రాఫిక్ ఎన్ఫోర్స్ మెంట్ ను కఠినంగా అమలు చేయాలని, వాహనచోదకులు సీటు బెల్ట్/ హెల్మెట్ వాడకం నిబంధనలను కచ్చితంగా పాటించేలా చూడాలన్నారు. వివిధ రూట్లలో తరచూ ఆకస్మిక తనిఖీలు నిర్వహిస్తూ మండలం మీదుగా గంజాయి రవాణాను పూర్తిగా కట్టడి చేయాలని ఆదేశించారు. ఇటీవల కాలంలో సైబర్ నేరాలు పెరుగుతున్నాయని, ప్రజలు వీటి బారిన పడకుండా వుండేందుకు గ్రామాల్లో ప్రచారం నిర్వహించడంతోపాటు అవగాహన కార్యక్రమాలు చేపట్టాలని సూచించారు. మహిళల భద్రతపై ప్రత్యేక దృష్టి సారించాలని, మహిళా చట్టాలు, హెల్ప్ లైన్ వినియోగంపై గ్రామాల్లో ప్రచారం చేయాలని అన్నారు. డీఐజీ వెంట ఎస్ఐలు ఎ.శ్రీనివాసరావు, రఘువర్మ, నారాయణరావు, పోలీసు సిబ్బంది వున్నారు.

ముస్లిం సంక్షేమానికి సీఎం కృషి: టీడీపీ



ఎమ్మిగనూరు, నవంబరు 16: ముస్లింల సంక్షేమానికి సీఎం చంద్రబాబు కృషి చేస్తున్నారని, ఇచ్చిన మాట ప్రకారం ఇమామ్, మౌజమ్లకు వేతనాలు విడుదల చేశారని జామీయ మసీదు అధ్యక్షుడు సాబీర్, మైనార్టీ సెల్ అధ్యక్షులు ఉసేన్ హీరా, టీడీపీ ముస్లిం, మైనార్టీ నాయకులు కలీముల్లా, కేఎండీ ఫరూక్, బందనవాజ్, తుర్రేగల్ నజీర్, కౌన్సిలర్ ఇసాక్, అమాన్, హమీద్లు అన్నారు. ఆదివారం పట్టణంలోని టీడీపీ కార్యాలయంలో ఏర్పాటు చేసిన కార్యక్రమంలో సీఎం చంద్రబాబు నాయుడు, మంత్రి నారా లోకేశ్ చిత్రపటాలకు నాయకులు క్షీరార్చిషేకం చేశారు. న్యాయ, మైనార్టీ శాఖ మంత్రి ఎన్ఎండీ ఫరూక్, ఎమ్మెల్యే బీవీ జయనాగేశ్వర రెడ్డికి కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. కార్యక్రమంలో నాయకులు సలీమ్, అబ్దుల్లా, రఫీక్ పాల్గొన్నారు.

ఆరిలోవ లోని ఐ బొమ్మ రవి ఇల్లు

కొత్త సినిమాల పైరసీ కేసులో హైదరాబాద్ సీసీఎస్ పోలీసులు అరెస్టు చేసిన ఐబొమ్మ నిర్వాహకుడు ఇమ్మడి రవి స్వస్థలం విశాఖ. అతడి అరెస్టు నేపథ్యంలో అక్కడి పోలీసులు నగరానికి వచ్చి సోదాలు చేశారని పెద్దఎత్తున ప్రచారం జరిగింది. అయితే నగర పోలీసులు దానిని ఖండిస్తున్నారు. ఎదగదిలికి చెందిన రవి ఎంఎఫీకాలనీలోని శాంత ఇంజనీరింగ్ కాలేజీలో ఇంటర్ వరకు చదువుకున్నాడు. రవి తండ్రి ఇమంది చిన్నఅప్పారావు బీఎస్ఎన్ఎల్లో పనిచేసి ఉద్యోగ విరమణ చేశారు. రవి తల్లి సుమారు 20 ఏళ్ల కిందటే ఇంటి నుంచి వెళ్లిపోయి తిరిగిరాలేదు. ఇంటర్ తర్వాత రవి ముంబయి వెళ్లి ఇంజనీరింగ్ పూర్తిచేశాడు. హైదరాబాద్లో సాఫ్ట్వేర్ ఇంజనీర్గా కొంతకాలం పనిచేసి విదేశాలకు వెళ్లి స్థిరపడ్డాడు. అక్కడే పదేళ్ల కిందట ఒక యువతినీ ప్రేమించి పెళ్లిచేసుకున్నాడు. వారికి ఒక అబ్బాయి కూడా ఉన్నట్టు సమాచారం. భార్యతో విభేదాలు తలెత్తడంతో గత రెండేళ్లుగా ఒంటరిగా జీవిస్తున్నట్టు తెలిసింది. కంప్యూటర్, కమ్యూనికేషన్ ఇంజనీరింగ్లో పట్టు సాధించి కొత్తసినిమాల సర్వర్లను హ్యాక్చేసి ఐబొమ్మ, బప్పుం, ఐబివీ వంటి పేర్లతో వైబ్ సైట్లు రూపొందించి సినిమాలను ఆన్లైన్లో ఉచితంగా అందుబాటులో ఉంచేవాడు. దీనిపై సినిమా నిర్మాతలు హైదరాబాద్ సైబర్ క్రైమ్ పోలీసులకు ఫిర్యాదుచేయడంతో వారు కేసు నమోదుచేసి దర్యాప్తుచేస్తున్నారు. ఈ క్రమంలో శనివారం హైదరాబాద్ వచ్చిన రవిని సీసీఎస్ పోలీసులు అరెస్టు చేశారు. ఆదివారం ఆరిలోవలోని అతని ఇంట్లో సోదాలు చేశారని నగరంలో పెద్ద ఎత్తున ప్రచారం జరిగింది. దీనిపై విశాఖ నగర పోలీస్ ఉన్నతాధికారులతోపాటు, ఆరిలోవ పోలీసులను ఆరా తీయగా తమకు ఎలాంటి సమాచారం లేదని, తనిఖీల ప్రచారాన్ని ఖండించారు. రవి తండ్రి ఒక్కరే ప్రస్తుతం పెదగదిలిలోని ఇంట్లో నివసిస్తున్నట్టు తెలిసింది.

బీహార్లు మత విషాన్ని తిరస్కరించారు.. అభివృద్ధి ఎజెండాను ఆమోదించారు: ప్రధాని మోదీ

బీహార్ ప్రజలకు రాజకీయాలు నేర్పించాల్సిన అవసరం లేదని, వార%శీ% ప్రపంచానికి రాజకీయాలను వివరిస్తారని భారత ప్రధాన మంత్రి నరేంద్ర మోదీ అన్నారు. గుజరాత్ సూరత్లో జరిగిన బహిరంగ సభలో ప్రసంగించిన ప్రధాని మోదీ, బీహార్ కుల ఆధారిత రాజకీయాలను తిరస్కరించినందుకు అన్నారు. బీహార్ నేడు ప్రపంచవ్యాప్తంగా ప్రసిద్ధి చెందిందని ఆయన అన్నారు. ఈ సందర్భంగా ప్రధాని మోదీ ప్రతిపక్షాలపై దాడి చేశారు. బీహార్ అసెంబ్లీ ఎన్నికల విజయాన్ని ఆయన చారిత్రాత్మకమని అభివర్ణించారు. బీహార్ విజయం అభివృద్ధి చెందిన భారతదేశం కోసం దృఢ సంకల్పాన్ని బలోపేతం చేసిందని ప్రధాని మోదీ అన్నారు. బీహార్ ప్రజలు మత విషాన్ని తిరస్కరించారని, అభివృద్ధి ఎజెండాను ఆమోదించారని అన్నారు.

అంతకుముందు, ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ సూరత్లో బీహార్ ప్రజలను కలిశారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ, “బీహార్ ప్రజలను కలవకుండా మనం సూరత్ ను వదిలి వెళితే, మన ప్రయాణం వృధా అయినట్లు అనిపిస్తుంది. అందువల్ల, గుజరాత్లో, ముఖ్యంగా సూరత్లో నివసిస్తున్న బీహారీ సోదరుల మధ్యకు వచ్చి ఈ విజయోత్సవంలో భాగం కావడం నా బాధ్యత” అని అన్నారు. గుజరాత్ అభివృద్ధి భారతదేశ అభివృద్ధితో ముడిపడి ఉందని ప్రధానమంత్రి నరేంద్రమోదీ అన్నారు. దీనిని ఏ ఒక్క రాష్ట్రంతోనూ ముడిపెట్టకూడదన్నారు. ఈ అభివృద్ధిలో బీహార్ ప్రజలు గణనీయమైన పాత్ర పోషించారు. బీహార్ ప్రజలు ప్రపంచానికి రాజకీయాలను వివరిస్తారని ఆయన అన్నారు. బీహార్ అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో, సోదరసోదరీమణులు ప్రతిపక్ష పార్టీలకు తగిన సమాధానం ఇచ్చారు. బీహార్ ప్రజలు అభివృద్ధి ఎజెండాను ఆమోదిస్తూ ప్రతిపక్షాన్ని పూర్తిగా



తిరస్కరించారు. సూరత్లో పనిచేస్తున్న బీహార్ ప్రజలకు ఇక్కడ కూడా పూర్తి హక్కులు ఉన్నాయని ప్రధాని అన్నారు. బీహార్ ప్రజలు కుల రాజకీయాలను తిరస్కరించారని ప్రధానమంత్రి నరేంద్రమోదీ అన్నారు. సమాజంలోని ప్రతి వర్గం ఎన్నీవకు మద్దతు ఇచ్చింది. కాంగ్రెస్, ఇతర పార్టీలు బీహార్ ప్రజలకు సాకులు చెప్పడానికి ప్రయత్నించాయి. కానీ వారు వినలేదు. దేశం ఈ ముస్లిం లీగ్-మావోయిస్ట్ కాంగ్రెస్ ను తిరస్కరించినందుకు ప్రధాని అన్నారు. జాతీయవాద ఆలోచనలతో పెరిగిన కాంగ్రెస్ పార్టీలో పెద్ద భాగం ఉంది. పెద్దల చర్యలతో దేశం విచారంగా ఉంది. ఇప్పుడు కాంగ్రెస్ ను ఎవరూ రక్షించలేని పరిస్థితి ఏర్పడిందని ప్రధాని మోదీ స్పష్టం చేశారు.

అడ్డులేని గ్రావెల్ మాఫియా ‘సబ్బవరం’లో యధేచ్ఛగా ప్రకృతి వనరుల దోపిడీ



అర్ధరాత్రి నుంచి తెల్లవారుజాము వరకు తవ్వకాలు, రవాణా అధికార, విపక్ష నేతలు కుమ్మక్క ఫిర్యాదు చేసే వారిపై భౌతిక దాడులు, బెదిరింపులు గ్రావెల్ రవాణా వాహనాలతో ధ్వంసమవుతున్న బీటీ రోడ్లు

మండలంలోని పలు గ్రామాల్లో గ్రావెల్ మాఫియా రెచ్చిపోతోంది. అర్ధరాత్రి తరువాత నుంచి తెల్లవారుజాము వరకు గ్రావెల్ తవ్వ, తరలించుకుపోతున్నారు. కొండపోరంబోకు భూములు, పేదలకు ఇళ్ల కోసం వేసిన లేఅవుట్లను అనుకొని గ్రావెల్ దండా సాగిస్తున్నారు. అధికారంలో కూటమి నేతలు, ప్రతిపక్షంలో వున్న వైసీపీ నేతలు ఒక్కటైపోయి ప్రకృతి వనరులను దోచుకుంటున్నారు. మండలంలో గంగవరం, నంగినారపాడు, పైడివాడ, పైడివాడఅగ్రహారం, అసకపల్లి, గాలిభీతమవరం, గొల్లలపాలెంలో వీఎంఆర్డీపీ అభివృద్ధి చేసిన లే-అవుట్లకు అనుకొని కొండలు, గుట్టలు, ప్రభుత్వ భూముల్లో ఇష్టారాజ్యంగా గ్రావెల్ తవ్వకాలు జరుపుతున్నారు. రాత్రి పది గంటల తరువాత ఎక్స్కవేటర్ల రాక మొదలుపుతుంది.

ఆలోచనలను సంస్థలుగా తీర్చిదిద్దిన వ్యక్తి రామోజీరావు: ఉపరాష్ట్రపతి రాధాకృష్ణన్



రామోజీరావు ఓ కుగ్రామం నుంచి వచ్చి ఎంతో గొప్ప స్థాయికి ఎదిగారని ఉపరాష్ట్రపతి రాధాకృష్ణన్ కొనియాడారు. రామోజీ గ్రూప్ సంస్థల వ్యవస్థాపకులు రామోజీరావు పేరిట ఏర్పాటు చేసిన రామోజీ ఎక్స్లెన్స్ జాతీయ అవార్డుల ప్రధానోత్సవ కార్యక్రమం ఘనంగా జరిగింది. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా హాజరైన రాధాకృష్ణన్ ప్రసంగించారు. సిబ్బందిలో రామోజీరావు బృంద స్ఫూర్తిని నింపేవారని అన్నారు. ఆలోచనలను సంస్థలుగా తీర్చిదిద్దిన వ్యక్తి రామోజీరావుని కొనియాడారు. దేశంలో ఎక్కడ విపత్తు వచ్చినా స్పందించేవారని, ఆయన దానం చేస్తూ ప్రజలనూ భాగస్వాములను చేసే వారని గుర్తు చేశారు. సమాజానికి స్ఫూర్తిగా నిలవడమే ఓ గొప్ప విజయమని అన్నారు. స్క్రిప్ట్తో వస్తే ఫస్ట్ ప్రింట్తో వెళ్లేలా రామోజీఫిల్మ్సీటీని తీర్చిదిద్దారని కొనియాడారు. రామోజీ అవార్డులు చరిత్ర సృష్టించబోతున్నాయి: రామోజీ ఎక్స్లెన్స్ అవార్డు విజేతలకు తన ఆభినందనలు తెలిపారు. రామోజీ ఎక్స్లెన్స్ అవార్డులు చరిత్ర సృష్టించబోతున్నాయని ఉపరాష్ట్రపతి వెల్లడించారు. తప్పుడు సమాచారం సమాజానికి ఇప్పుడు సవాలుగా మారినందు

ఫేక్ వార్తలు త్వరగా ప్రపంచాన్ని చుట్టేస్తున్నాయని అన్నారు. మీడియా సంస్థలు బాధ్యతాయుతంగా వ్యవహరించాలని అన్నారు. డ్రగ్స్ కు వ్యతిరేకంగా ప్రజాశిక్ష ద్వారాను నిర్మించాలని తెలిపారు. ఏట యుగంలో ఫేక్ న్యూస్ ను కనిపెట్టడం సవాలుగా మారినందున ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. తెలుగు రాష్ట్రాల మధ్య సమస్యల పరిష్కారానికి సహకరిస్తామని, సమస్యల పరిష్కారం కోసం సీఎంలు ముందుకు వస్తే సహకరిస్తామని స్పష్టం చేశారు. తెలుగు రాష్ట్రాల సమస్యలు కుటుంబంలోని సమస్యల్లాంటివేనని, కలసి కూర్చుని మాట్లాడుకుంటే సమస్యలు పరిష్కారం అవుతాయని పేర్కొన్నారు. “సిబ్బందిలో రామోజీరావు బృంద స్ఫూర్తిని నింపేవారు. రామోజీ ఓ కుగ్రామం నుంచి వచ్చి ఎంతో గొప్పస్థాయికి చేరారు. ఆలోచనలను సంస్థలుగా తీర్చిదిద్దిన వ్యక్తి రామోజీరావు. దేశంలో ఎక్కడ విపత్తు వచ్చినా రామోజీరావు స్పందించేవారు. రామోజీరావు దానం చేస్తూ ప్రజలనూ భాగస్వాములను చేసేవారు. సమాజానికి స్ఫూర్తిగా నిలవడమే ఓ గొప్ప విజయం. స్క్రిప్టుతో వస్తే ఫస్ట్ ప్రింట్తో వెళ్లేలా ఆర్ఎఫ్సీని రామోజీ తీర్చిదిద్దారు. రామోజీ ఎక్స్లెన్స్ అవార్డులు చరిత్ర సృష్టించబోతున్నాయి.”

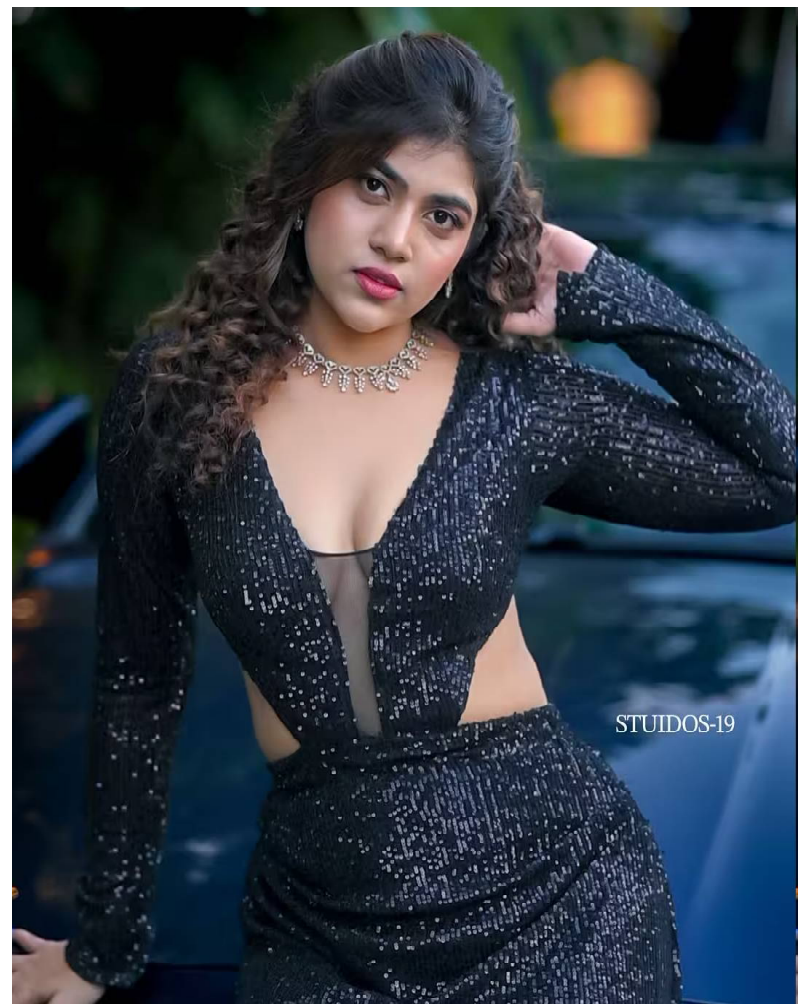


9నినిమా



రీతూ చౌదరి కామెంట్స్..

బిగ్ బాస్ సీజన్ 9.. మరో నాలుగు వారాల్లో పూర్తి కానుంది. ఇప్పుడు టైటిల్ విన్సర్ రేసులో తనూజ దూసుకుపోతుంది. ఆ తర్వాత సుమన్ శెట్టి, భరణి, ఇమ్మాన్యుయేల్, కళ్యాణ్, డీమాన్, రీతూ ఉండగా.. తన ఆట తీరు, ప్రవర్తనతో నెగిటివటీని మూటగట్టుకుంటుంది దివ్య నిఖిత. నిజానికి ఈ వారం ఆమెకు తక్కువ ఓటింగ్ రాగా.. నిఖిత, గౌరవ్ ఇద్దరినీ ఎలిమినేట్ చేశారు. ఇక ఇందులో రీతూ చౌదరి గురించి జనాలకు ప్రత్యేకంగా చెప్పక్కర్లేదు. ఇప్పటికే బుల్లితెరపై చాలా పాపులర్. షోలు, వివాదాలతో నిత్యం వార్తలలో నిలిచింది. ఇప్పుడు బిగ్ బాస్ షోలో తన ఆట తీరుతో నెట్టుకోస్తుంది. ఇదెలా ఉంటే.. తాజాగా ఆదివారం నాటి ఎపిసోడ్ లో రీతూ చౌదరి చేసిన కామెంట్స్ ఇప్పుడు సోషల్ మీడియాలో తెగ వైరలవుతున్నాయి. ఆదివారం నాటి ఎపిసోడ్ లో ఎప్పటిలాగే మాన్ అండ్ స్టైలిష్ లుక్ లో ఎంట్రీ ఇచ్చారు నాగార్జున. ఈసారి నాగ్ తోపాటు స్టేజ్ పైకి నాగ్ చైతన్య సైతం వచ్చి సందడి చేశారు. ఈ క్రమంలోనే “నాకు యాక్టింగ్తో పాటు రేసింగ్ అంటే బాగా ఇష్టమని మీకు తెలుసు. నాలుగేళ్ల క్రితం ఇండియన్ రేసింగ్ లీగ్ అని ఓ ఫెస్టివల్ స్టార్ట్ అయ్యింది. అందులో హైదరాబాద్ బ్లాక్ బస్ట్ టీమ్ కి నేనే ఓనర్ ను నేను” అంటూ నాగ్ చైతన్య చెప్పడంతో నాగార్జున రియాక్ట్ అయ్యారు. నాకు తెలియకుండా ఎప్పుడు చేశావని అడగ్గా.. చేశానులే అని అన్నాడు చైతూ. ఇక తర్వాత హాస్యిట్స్ అందరికీ పరిచయం చేశారు. చైతూను చూడగానే రీతూ మాట్లాడుతూ.. “మీరంటే పిచ్చి నాకు ” అని చెప్పింది. ఆ తర్వాత నాగార్జున మాట్లాడుతూ.. నేనంటే ఇష్టమని అన్నావు గా అని అనడంతో.. ఎప్పటికీ మీరు మీరే సార్ అని చెప్పింది. చైతూలో నీకు బాగా నచ్చిన విషయం ఏంటో చెప్పమని నాగ్ అడగ్గా.. చైతూ సార్ కాళ్లు ఉంటాయే సార్.. ఎంత తెల్లగా ఉంటాయో.. శిల్పాన్ని చెక్కినట్లుగా ఉంటారు అని రీతూ చెప్పడంతో.. ఆ శిల్పాన్ని చెక్కింది నేనే అంటూ పంచ్ చేశారు నాగ్. ఆ తర్వాత నాగ్ మాట్లాడుతూ.. నిన్ను బైక్ మీద తీసుకుని వెళ్తాడని అనడంతో.. వెంటనే నేను వచ్చేస్తాను.. ఆయన కోసం ఎలిమినేట్ అయి ఇంట్లోంచి బయటకు వచ్చేయడానికి సైతం ఓకే అని చెప్పేసింది. దీంతో.. చైతూ మాట్లాడుతూ.. నువ్వు గెలిచినా కూడా తర్వాత నిన్ను బైక్ మీద తీసుకెళ్తా అని అనడంతో సంతోషంతో పొంగిపోయింది.



STUIDOS-19



ఆరోగ్యానికి అమృతం..! లాభాలు తెలిస్తే..

మొలలు, వీటినే హెమెరాయిడ్స్ అని కూడా అంటారు. ఇవి మలద్వారం, పురీషనాళం లోపల వాపు, నొప్పి, రక్తస్రావం కలిగించే సీరలు. ఈ సమస్య ఉన్నవారు చాలా ఇబ్బందిపడుతుంటారు. కూర్చోవడం, నడవడం, చివరికి మలవిసర్జన చేయడం కూడా కష్టంగా మారుతుంది. అయితే, శుభవార్త ఏమిటంటే, మనకు ప్రకృతి ప్రసాదించిన ముల్లంగి ఈ సమస్యకు ఒక సహజ పరిష్కారం. మొలల సమస్యతో బాధపడేవారికి ముల్లంగి ఒక వరం లాంటిది. దీనిని సరైన పద్ధతిలో ఉపయోగించడం ద్వారా మొలల వల్ల కలిగే బాధల నుండి సహజంగా ఉపశమనం పొందవచ్చు. ముల్లంగిలోని గుణాలు మొలల వల్ల కలిగే వాపు, నొప్పిని తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి. ఇది జీర్ణక్రియను మెరుగుపరుస్తుంది. తద్వారా మలబద్ధకం, మొలల సమస్యలు రాకుండా చూస్తుంది. ప్రతిరోజూ ఉదయం పరగడుపున ఒక గ్లాసు ముల్లంగి రసం తాగడం వల్ల మొలల సమస్య తగ్గుతుంది. ముల్లంగిని సన్నగా తురిమి, పెరుగు, నిమ్మరసం, కొత్తిమీరతో కలిపి తీసుకోవచ్చు. ముల్లంగిలో అధిక మొత్తంలో పీచుపదార్థం ఉంటుంది. ఇది మలబద్ధకాన్ని నివారిస్తుంది. మలం సులభంగా కదిలేలా చేస్తుంది. తద్వారా మొలలపై ఒత్తిడి తగ్గుతుంది. దీనిలో నీటి శాతం అధికంగా ఉంటుంది. ఇది శరీరాన్ని హైడ్రేటెడ్ గా ఉంచడంలో సహాయపడుతుంది. ముల్లంగిలో యాంటీ-ఇన్ ఫ్లమేటరీ లక్షణాలు పుష్కలంగా ఉన్నాయి. ముల్లంగి రసం రక్తస్రావాన్ని ఆపడానికి సహాయపడుతుంది. అయితే, సరైన ఆహారపు అలవాట్లు, జీవనశైలి మార్పులు చేసుకోవడం కూడా చాలా ముఖ్యం. ముల్లంగితో కూర, పచ్చడి వంటివి తయారుచేసుకొని ఆహారంలో భాగంగా చేసుకోవచ్చు. అంతే కాకుండా వీటిని మెత్తగా షేప్ చేసి, మొలలపై రాయడం వలన నొప్పి, వాపు తగ్గుతాయి.



ఇది మామూలు ఆకు కాదు..

బొప్పాయి వండు మాత్రమే కాదు.. దాని ఆకులు కూడా లెక్కలేనన్ని ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను అందిస్తాయి. ముఖ్యంగా విటమిన్లు, మినరల్స్, యాంటీఆక్సిడెంట్లతో సమృద్ధిగా ఉండే బొప్పాయి ఆకులను శతాబ్దాలుగా ఆయుర్వేదంలో ఔషధంగా ఉపయోగిస్తున్నారు. దెంగ్నూ, చికున్ గన్యా వంటి సమయాల్లో ఇవి ఫ్లేటిలెట్ కౌంట్ ను పెంచడంలో కీలకపాత్ర పోషిస్తాయని అధ్యయనాలు నిరూపిస్తున్నాయి. దెంగ్నూకి తక్షణ ఉపశమనం బొప్పాయి ఆకుల యొక్క అతి ముఖ్యమైన పని ఫ్లేటిలెట్ కౌంట్ ను పెంచడం. దెంగ్నూ, చికున్ గన్యా, మలేరియా వంటి వైరల్ ఇన్ ఫెక్షన్ల సమయంలో బొప్పాయి ఆకుల రసం తక్షణ ఉపశమనాన్ని ఇస్తుంది. %డివిజు కాంప్లిమెంటరీ మెడిసిన్ అండ్ థెరపీలో ప్రచురించబడిన అధ్యయనం ప్రకారం, బొప్పాయి ఆకుల రసం దెంగ్నూ రోగులలో ఫ్లేటిలెట్ కౌంట్ ను గణనీయంగా పెంచుతుంది. బొప్పాయి ఆకుల్లోని సమృథనాలు ఎముక మజ్జను ప్రేరిపించి, ఎక్కువ ఫ్లేటిలెట్లను ఉత్పత్తి చేయడానికి సహాయపడతాయి.

రోగనిరోధక శక్తి, జీర్ణక్రియకు మద్దతు బొప్పాయి ఆకులు మొత్తం ఆరోగ్యాన్ని కాపాడటంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తాయి. రోగనిరోధకత: వీటిలో విటమిన్లు %శా, జ, జ% పుష్కలంగా ఉండటం వలన రోగనిరోధక శక్తి బలోపేతమవుతుంది. జీర్ణక్రియ మెరుగు: పపైన్, క్రెపాపాపైన్ వంటి శక్తివంతమైన ఎంజైమ్లు ఉండటం వలన ప్రోటీన్లను విచ్ఛిన్నం చేసి, జీర్ణక్రియ సాఫీగా జరగడానికి సహాయపడతాయి. మలబద్ధకం, ఉబ్బరం మరియు యాసిడ్ రిఫ్లక్స్ ను తగ్గిస్తాయి. కాలేయ రక్షణ: ఈ ఆకులలోని యాంటీఆక్సిడెంట్లు కాలేయ పనితీరుకు మద్దతు ఇస్తాయి. శరీరం నుండి విషాన్ని తొలగిస్తాయి. కొవ్వు కాలేయం వల్ల కలిగే నష్టం నుండి రక్షణ కల్పిస్తాయి. గుండె ఆరోగ్యం, మధుమేహ నియంత్రణ బొప్పాయి ఆకులను క్రమం తప్పకుండా తీసుకోవడం వల్ల జీవనశైలికి సంబంధించిన వ్యాధుల ప్రమాదం తగ్గుతుంది. రక్తంలో చక్కెర: ఇవి ఇన్సులిన్ సెన్సిటివిటీని మెరుగుపరచడం ద్వారా రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రించడంలో సహాయపడతాయి. మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులకు ప్రయోజనకరంగా ఉంటాయి. గుండె ఆరోగ్యం: వీటిలోని ఫైబర్, పొటాషియం, యాంటీఆక్సిడెంట్లు కొలెస్ట్రాల్ ను తగ్గించడం ద్వారా ఆరోగ్యకరమైన రక్తపోటు స్థాయిలకు మద్దతు ఇవ్వడం ద్వారా గుండె ఆరోగ్యానికి దోహదం చేస్తాయి. చర్మం, జుట్టు, వాపు తగ్గింపు బొప్పాయి ఆకుల్లోని సహజసిద్ధమైన లక్షణాలు శారీరక సౌందర్యానికి కూడా మేలు చేస్తాయి. చర్మం %-% జుట్టు: వీటిలోని యాంటీమైక్రోబయల్ సమృథనాలు మొటిమలు, పిగ్మెంటేషన్, తామర చికిత్సకు సహాయపడతాయి. గాయాలు మానడాన్ని ప్రోత్సహిస్తాయి. అలాగే చుండ్రును తగ్గించి, జుట్టు మూలాలను బలోపేతం చేసి ఆరోగ్యకరమైన పెరుగుదలను ప్రోత్సహిస్తాయి.

కోల్ కతా టెస్ట్ హీరో అసలు కథ ఇదే!

కోల్ కతా టెస్ట్ లో సాతాఫ్రికా చేతిలో టీమిండియా 30 పరుగుల తేడాతో ఓటమి పాలైంది. చిన్న టార్గెట్ కూడా చేజ్ చేయలేకపోవడంతో దేశం మొత్తం షాక్ లో ఉంది. కేవలం రెండున్నర రోజుల్లోనే ముగిసిన ఈ మ్యాచ్ లో భారత్ ను ఓడించడంలో కీలకపాత్ర పోషించిన వ్యక్తి.. సాతాఫ్రికా స్పిన్నర్ సైమన్ హార్మర్. అతను రెండు ఇన్నింగ్స్ లలో కలిపి మొత్తం 8 వికెట్లు తీసి భారత బ్యాటింగ్ ను కూల్చేశాడు. అయితే దాదాపు 10 ఏళ్ల తర్వాత భారత గడ్డపై టెస్ట్ మ్యాచ్ ఆడిన హార్మర్, ఇక్కడితో ఉన్న తన పాత అనుబంధాన్ని గుర్తు చేసుకున్నాడు. అతని అంతర్జాతీయ కెరీర్ తిరిగి పుంజుకోవడంలో ముంబైలోని సచిన్ టెండూల్కర్ జిమ్ భానా ముఖ్య పాత్ర పోషించింది. స్పిన్నర్లకు అనుకూలించిన కోల్ కతా పిచ్ పై సైమన్ హార్మర్ అద్భుతంగా రాణించాడు. రెండు ఇన్నింగ్స్ లలోనూ భారత బ్యాటర్లు అతని ముందు తీవ్రంగా ఇబ్బంది పడ్డారు. మొదటి ఇన్నింగ్స్ లో 15.2 ఓవర్లలో కేవలం 30 పరుగులు ఇచ్చి, వాషింగ్టన్ సుందర్, అక్షర్ పటేల్, రవీంద్ర జడేజా, డ్రువ్ జురెల్ వికెట్లను తీశాడు. రెండో ఇన్నింగ్స్ లో 14 ఓవర్లలో 20 పరుగులు మాత్రమే ఇచ్చి, డ్రువ్ జురెల్, రిషభ్ పంత్, రవీంద్ర జడేజా మరియు కుట్టిప్ యాదవ్ వంటి ముఖ్యమైన ఆటగాళ్లను అవుట్ చేసి భారత్ ఓటమికి పునాది వేశాడు.

2015లో అంతర్జాతీయ జట్టు నుంచి తొలగింపునకు గురైన తర్వాత సైమన్ హార్మర్ కెరీర్ కష్టాల్లో పడింది. ఆ సమయంలో అతను ఒక కీలక నిర్ణయం తీసుకున్నాడు. సాతాఫ్రికా నుంచి నేరుగా భారత్ కు వచ్చి, ముంబైలోని ఎంసీఎ సచిన్ టెండూల్కర్ జిమ్ భానాలో దాదాపు 10 రోజులు గడిపాడు. అక్కడ ఉమేష్ పట్నాల్ అనే కోచ్ తో కలిసి హార్మర్ తన బొలింగ్ పై తీవ్రంగా శ్రమించాడు. ఉమేష్ ను హార్మర్ తన గురువుగా భావిస్తారు. అంతర్జాతీయ కెరీర్ ఆగిపోయిన తర్వాత బొలింగ్ పట్టు, రన్-అప్ తో సహా బొలింగ్ చేసే విధానాన్ని ఉమేష్ పట్నాల్ పూర్తిగా మార్చేశారు. ముఖ్యంగా బంతిని పట్టుకునేటప్పుడు బొటనవేలు ఉపయోగించని హార్మర్ కు, దానిని ఉపయోగించడం ఎలాగో నేర్పించారు. ఈ మార్పులన్నీ హార్మర్ కు బాగా ఉపయోగపడ్డాయి. ఉమేష్ పట్నాల్ వద్ద శిక్షణ తీసుకుని తన బొలింగ్ ను మెరుగుపరుచుకున్న తర్వాత, సైమన్ హార్మర్ 2017లో ఇంగ్లాండ్ లో కోల్ పాక్ డీల్ చేసుకున్నాడు. కోల్ పాక్ డీల్ అంటే, ఆటగాడు తమ అంతర్జాతీయ కెరీర్ కు కొంతకాలం దూరంగా ఉండి, విదేశీ ఆటగాడిగా కాకుండా దేశీయ ఆటగాడిగా కాంట్రీ క్రికెట్ లో ఆడే అవకాశం. దాదాపు ఏడేళ్ల విరామం తర్వాత, హార్మర్ 2022లో సాతాఫ్రికా జాతీయ జట్టులోకి తిరిగి అడుగుపెట్టాడు. హార్మర్ ఇప్పటివరకు సాతాఫ్రికా తరపున 13 టెస్ట్ మ్యాచ్ లలో 23.38 సగటుతో 60 వికెట్లు తీశాడు. ఇక భారత్ పై అయితే కేవలం 3 టెస్ట్ లోనే 18 వికెట్లు పడగొట్టి, భారత్ పై అత్యధిక వికెట్లు తీసిన సాతాఫ్రికా స్పిన్నర్ గా రికార్డు సృష్టించాడు.



పాక్ టార్గెట్ 137

ఆసియా కప్ రైజింగ్ స్టార్స్ టోర్నమెంట్ లో భారత్, పాకిస్థాన్ మధ్య దోహా వేదికగా ఉత్తరభరతమైన పోరు జరుగుతోంది. ఈ పోరులో భారత యువ జట్టు సాధారణ స్కోరుకే పరిమితమైంది. ఈ టోర్నమెంట్ లో ఇప్పటికే తొలి మ్యాచ్ గెలిచిన ఈ రెండు జట్లు తలపడగా, టాన్ ఓడి మొదట బ్యాటింగ్ చేసిన భారత జట్టు నిర్ణీత 19 ఓవర్లలో 136 పరుగులకే ఆటోట్ అయింది. భారత యువ జట్టులో 14 ఏళ్ల వైభవ్ సూర్యవంశీ మెరుపు ఇన్నింగ్స్ ఆడినా, పాక్ బౌలర్ల కట్టుదిట్టమైన బొలింగ్ ముందు మిగిలిన బ్యాట్స్ మెన్ తలవంచడంతో భారత్.. పాకిస్థాన్ కు 137 పరుగుల లక్ష్యాన్ని మాత్రమే నిర్దేశించగలిగింది. ఓపెనర్ వైభవ్ సూర్యవంశీ మెరుపు ఆరంభాన్ని అందించాడు. సూర్యవంశీ దూకుడుగా ఆడుతున్న సమయంలో సుఫియాన్ బొలింగ్ లో భారీ షాట్ కు యత్నించి బౌండరీ లైన్ వద్ద పైక్ కు క్యాచ్ ఇచ్చి అవుటయ్యాడు. పాకిస్థాన్ బౌలర్లు కట్టుదిట్టంగా బొలింగ్ చేయడంతో భారత్ స్కోరు 150 మార్కుకు దిగువకు పడిపోయింది. ఈ మ్యాచ్ లో పాకిస్థాన్ విజయం సాధించాలంటే 137 పరుగులు చేయాల్సి ఉంది. వైభవ్ సూర్యవంశీ ఈ మ్యాచ్ లో టీమిండియా ఇన్నింగ్స్ ను దూకుడుగా ప్రారంభించాడు. మ్యాచ్ మొదటి బంతిని బౌండరీకి పంపి తన ఉద్దేశాన్ని చాటాడు. ఛోడ్, సిక్సర్లతో విరుచుకుపడి జట్టుకు వేగవంతమైన ఆరంభాన్ని ఇచ్చాడు. అయితే, మరో ఓపెనర్ ట్రియాన్స్ ఆర్కర్ కేవలం 10 పరుగులు మాత్రమే చేసి అవుటయ్యాడు. ఆ తర్వాత బ్యాటింగ్ కు వచ్చిన నవన్ ధీర్ క్రీజులో నిలబడి, వైభవ్ సూర్యవంశీతో కలిసి 49 పరుగుల భాగస్వామ్యాన్ని నెలకొల్పాడు. సూర్యవంశీ 45 పరుగులు చేసి అవుట్ కాగా, నవన్ ధీర్ 35 పరుగులు చేసి జట్టుకు అండగా నిలిచాడు.

