

ప్రజల జీవితాలో మార్పు తీసుకురావడమే అసలైన విద్య

- కేంద్రీయ గిరిజన విశ్వవిద్యాలయం తొలి స్నాతకోత్సవ
- అన్ని ప్రాంతాలు అభివృద్ధి చెందితేనే వికసిత్ భారత్ కల సాకారం
- స్వయంకృషితో రాష్ట్రపతిగా ఎదిగిన వ్యక్తి ద్రౌపది ముర్ము



జయభేరి, విశాఖపట్టణం, జూన్ 30 :

విశాఖలో కేంద్రీయ గిరిజన విశ్వవిద్యాలయం స్నాతకోత్సవం ఘనంగా జరిగింది. ఈ వేడుకకు రాష్ట్రపతి ద్రౌపది ముర్ము, కేంద్ర విద్యాశాఖ మంత్రి ధర్మేంద్ర ప్రధాన్, ఏపీ గవర్నర్ అబ్దుల్ నజీర్ ముఖ్య అతిథులుగా హాజరయ్యారు. ఈ సందర్భంగా మంత్రి నారా లోకేష్ మాట్లాడుతూ.. ప్రతి తరం ఒక దేశాన్ని వారసత్వంగా స్వీకరిస్తుంది. కానీ ఆ తరం దేశాన్ని ఎలా వదిలి వెళ్తుందో నిర్ణయించేది విద్య. అందుకే విశ్వవిద్యాలయాలు కేవలం డిగ్రీలు అందించే విద్యాసంస్థలు మాత్రమే కాదు... అవి కలకలం రూపమిస్తాయి, ఆత్మవిశ్వాసాన్ని పెంపొందిస్తాయి, నాయకులను తీర్చిదిద్దుతాయి, తరాల భవిష్యత్తును మార్చేస్తాయి. ఈ రోజు కేవలం ఆంధ్రప్రదేశ్ సెంట్రల్ ట్రైబల్ యూనివర్సిటీ తొలి స్నాతకోత్సవం మాత్రమే కాదు... ఇది అవకాశాల, సమీక్షిత అభివృద్ధి వేడుక. నాణ్యమైన విద్య దేశంలోని ప్రతి మూలకు, సమాజంలోని ప్రతి వర్గానికి చేరాలనే విశ్వాసానికి ప్రతీకగా నిలిచే వేడుక.

...మిగతాది 2 లో

తెలంగాణ కేబినెట్ సమావేశం



జయభేరి, హైదరాబాద్ :

జూలై 2 గురువారం మధ్యాహ్నం 3 గంటలకు హైదరాబాద్ లోని డాక్టర్ బీ.ఆర్. అంబేద్కర్ తెలంగాణ సచివాలయం 6వ అంతస్తులో ఈ భేటీ జరగనుంది. సీఎం రేవంత్ రెడ్డి అధ్యక్షతన ఈ కీలక సమావేశం జరగనుంది. ఈ మేరకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శి కే. రామకృష్ణారావు అధికారిక ఉత్తర్వులు జారీ చేశారు. కేబినెట్ భేటీ నేపథ్యంలో ఈ మేరకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వంలోని అన్ని శాఖలు అజెండా రూపకల్పన పై కనరత్న ముమ్మరం చేశాయి. ఈ సమావేశానికి సంబంధించిన అజెండా అంశాలను సర్క్యులేషన్ ద్వారా ఆమోదించి వాటిని తెలుగు అనువాదంతో సహా సాధారణ పరిపాలన శాఖకు సమర్పించాల్సి ఉంటుంది. ఈ మేరకు నివేదికలను జూలై 1 న మధ్యాహ్నం 1:00 గంటల కల్లా ఖచ్చితంగా పంపాలని సీఎస్ ఆదేశించారు. ఒకవేళ ఎలాంటి అజెండా అంశాలు లేకపోయినా నిల్ రిపోర్టును పంపాలని స్పష్టం చేశారు. కేబినెట్ సమావేశం ముగిసే వరకు ప్రభుత్వ ప్రత్యేక ప్రధాన కార్యదర్శులు, ప్రధాన కార్యదర్శులు ఖచ్చితంగా తమ ప్రధాన కార్యాలయాల్లో అందుబాటులో ఉండాలని ఉత్తర్వుల్లో పేర్కొన్నారు. ఇక ప్రస్తుత రాజకీయ, పరిపాలనా పరమైన అంశాలు, అలగ్ పలు కీలక బిల్లులు, ప్రజా సంక్షేమ పథకాలపై ఈ భేటీలో చర్చించి నిర్ణయాలు తీసుకునే అవకాశం ఉన్నట్లు సచివాలయ పర్చాలు తెలిపాయి.

వ్యవసాయ సంక్షోభం తప్పదా..

2 లో



...మిగతాది 2 లో

రైతు భరోసా నిధులు విడుదల

తెలంగాణ రైతాంగానికి పండుగ రోజు. చెప్పిన మాట ప్రకారం ప్రజా ప్రభుత్వం రాష్ట్ర రైతాంగానికి పెట్టుబడి సాయంగా రైతు భరోసా నిధులను విడుదల చేసింది. హైదరాబాద్ శిల్పకళా వేదికగా జరిగిన రైతు భరోసా సదస్సులో ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి కంప్యూటర్ మీట నాక్కి రైతు భరోసా నిధులను విడుదల చేశారు.

జయభేరి, హైదరాబాద్ :

ప్రజా ప్రభుత్వం రాష్ట్ర రైతాంగానికి పెట్టుబడి సాయంగా రైతు భరోసా నిధులు వచ్చే 9 రోజుల్లో రూ. 9 వేల కోట్లను విడుదల చేయాలన్న సంకల్పంతో తొలి విడతగా 41.37 లక్షల రైతుల ఖాతాల్లో నిధులను జమ చేయడానికి మిలుగా రూ. 2,482.02 కోట్లను విడుదల చేసింది. రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా దాదాపు 1600 రైతు వేదికల ద్వారా రైతాంగం ఈ కార్యక్రమాన్ని విక్షిప్తస్వ సందర్భంగా ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి నిధులను విడుదల చేశారు. శిల్పకళా వేదికలో నిర్వహించిన ఈ కార్యక్రమంలో శాసనసమండలి చైర్మన్ గుత్తా సుఖేందర్ రెడ్డి, ఉపముఖ్యమంత్రి భట్టి విక్రమార్కు మల్లు, మంత్రులు తుమ్మల నాగేశ్వరరావు, ఉత్తమ్ కుమార్, పొంగులెటి శ్రీనివాస్ రెడ్డి, అడ్డూరి లక్ష్మణ్ కుమార్, అజారుద్దీన్,

పలువురు ప్రజా ప్రతినిధులు, CS సంజయ్ జాజుతోపాటు ఇతర అధికారులు పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా రాష్ట్ర రైతాంగాన్ని ఉద్ధేశించి ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి మాట్లాడారు. "రాష్ట్రానికి సంబంధించి గడిచిన 30 నెలలుగా సమాజంలో గౌరవం పెంచుకుంటూ విధ్వంసమైన రాష్ట్రాన్ని విశాసం వైపు నడిపించుకుంటూ వెళుతున్నాం" అని పేర్కొన్నారు. వ్యవసాయాన్ని పండుగ చేయాలన్న ప్రజా ప్రభుత్వ లక్ష్యం మేరకు ఆ రంగానికి చేసిన ఖర్చు గణాంకాలను ముఖ్యమంత్రి రైతులకు వివరించారు. "గడిచిన 30 నెలల కాలంలో వ్యవసాయ రంగానికి రూ. 1.75 లక్షల కోట్లను ఖర్చు చేశాం. వచ్చిన మొదటి ఏడాదిలోగా 25.35 లక్షల మంది రైతులకు రూ. 2 లక్షల వరకు రూ. 20,677 కోట్ల రుణాలను మాఫీ చేశాం.



హైదరాబాద్ గ్లోబల్ ఏరోస్పేస్ & డిఫెన్స్ క్యాపిటలా తీర్చిదిద్దుతాం

● మంత్రి ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి

జయభేరి, హైదరాబాద్ :

హైదరాబాద్ HICU లో జరిగిన ఏరోమాట్ హైదరాబాద్ 2026 అంతర్జాతీయ ఏరోస్పేస్ & డిఫెన్స్ బిజినెస్ కన్వెన్షన్స్ రాష్ట్ర నీటిపారుదల, పౌర సరఫరాల శాఖామంత్రి కెపెన్ ఎన్. ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి ప్రారంభించారు. ఈ కార్యక్రమంలో డైరెక్టర్ ఏరోస్పేస్ పి.వి. ప్రవీణ్, రీజనల్ ప్రొక్యూర్ మెంట్ హెడ్ ఆండీస్ స్పీడ్వాడ్, జాతీయ భద్రతా సలహామండలి సభ్యులు జీ. సతీష్ రెడ్డి తదితరులు పాల్గొన్నారు. మంత్రి కెపెన్ ఎన్. ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ ప్రపంచ ఏరోస్పేస్ పరిశ్రమ దృష్టి ఇప్పుడు హైదరాబాద్ వుందని అన్నారు. హైదరాబాద్ గ్లోబల్ ఏరోస్పేస్ & డిఫెన్స్ క్యాపిటలా తీర్చిదిద్దుతాం. 'మేడ్ ఇన్ తెలంగాణ' ఉత్పత్తులు ప్రపంచ ఆకాశంలో సత్తా చాటుతున్నాయి. ఏరోస్పేస్ రంగంలో తెలంగాణ ప్రపంచ స్థాయిలో తన ముద్ర వేస్తోంది. ఆమెరికా అధ్యక్షుడి హెలికాప్టర్ క్యాపిట్ల సుందీ ఎఫ్-16

...మిగతాది 2 లో

బంగారం వెదజల్లుతున్న అగ్నిపర్వతం

● కిలోల కొద్ది బయటపడుతున్న గోల్డ్



జయభేరి, న్యూఢిల్లీ :

ప్రపంచంలో ఎన్నో అగ్నిపర్వతాలు ఉన్నప్పటికీ, అంటార్కిటికాలోని ఎరెబస్ పర్వతం వాటన్నింటికీ భిన్నంగా నిలుస్తోంది. భూమిపై అత్యంత దక్షిణాన ఉన్న ఈ అగ్నిపర్వతం శాశ్వత లావా సరస్సుతో పాటు, ప్రతిరోజూ సూక్ష్మ బంగారు స్ఫటికాలను వాతావరణంలోకి విడుదల చేసే అరుదైన అగ్నిపర్వతంగా శాస్త్రవేత్తల దృష్టిని ఆకర్షిస్తోంది.

...మిగతాది 2 లో

ప్రధాని మోడీ అత్యున్నత సమీక్ష..!

● కేబినెట్ మార్పుల వేళ మంత్రులపై రిపోర్ట్..!



జయభేరి, న్యూఢిల్లీ : ప్రధాని సరేంద్ర మోడీ ఇవాళ ఢిల్లీలో అత్యున్నత స్థాయి సమీక్ష నిర్వహించారు. కేంద్ర మంత్రిత్వ శాఖల కార్యదర్శులతో ఆయన ఇవాళ భేటీ అయ్యారు. ఎన్డీయే సర్కార్ రెండేళ్ల పాలన తర్వాత ప్రభుత్వ పనితీరు, మంత్రుల పనితీరుపై ప్రధాని మోడీ వివరాలు తీసుకున్నట్లు తెలుస్తోంది. సంస్కరణలు, వ్యాపార సౌలభ్యం (ఈజ్ ఆఫ్ డాయింగ్ బిజినెస్) వంటి అంశాలపై ప్రధాని సమీక్షించారు. కేబినెట్ ప్రక్షాళన ప్రచారం వేళ ఈ భేటీకి ప్రాధాన్యం ఏర్పడింది. ప్రధానమంత్రి మోడీ కేంద్ర మంత్రిత్వ శాఖల కార్యదర్శులతో జరిగిన ఉన్నత స్థాయి సమావేశానికి అధ్యక్షత వహించారు. విధాన సంస్కరణలు, వ్యాపార సౌలభ్యాన్ని మెరుగుపరచడం వంటి అంశాలపై ఆయన చర్చించారు.

సీఎం సీటుపై కన్నేసిన త్రిష?

● లారెన్స్ తప్పుకోవడంతో రూట్ క్లీయర్!



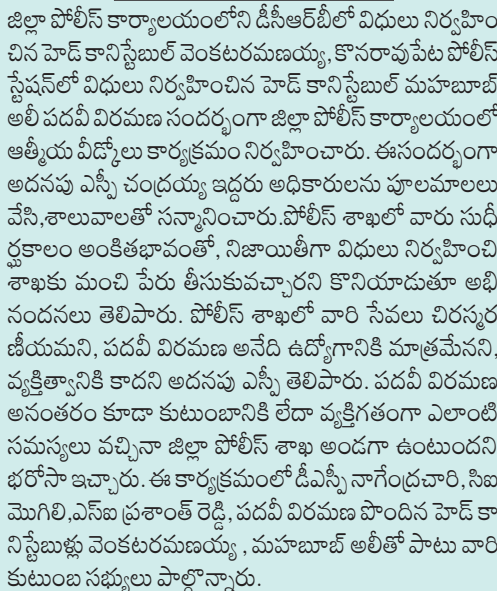
జయభేరి, చెన్నై :

తమిళనాడు రాజకీయాల్లోకి సీని ప్రముఖుల ఎంట్రీ, ఉప ఎన్నికల సమీకరణాలు ఎప్పుడూ ఆసక్తికరంగానే ఉంటాయి. తాజాగా ప్రముఖ కొరియోగ్రాఫర్, నటుడు, దర్శకుడు రామచంద్రన్ తన రాజకీయ అరంగేట్రం గురించిన ఊహాగానాలకు తెరదించుతూ సంచలన వ్యాఖ్యలు చేశారు. తమిళనాడులో త్వరలో జరగబోయే తిరుచ్చి ఈస్ట్ అసెంబ్లీ ఉప ఎన్నికల్లో తాను పోటీ చేయడం లేదని లారెన్స్ స్పష్టం చేశారు. రాజకీయాల్లోకి రావాలనే ఆలోచన ఉన్నప్పటికీ.. అంత హడావుడిగా నిర్ణయాలు తీసుకోలేనని, ప్రస్తుతం తన దృష్టి అంతా సినిమా ప్రాజెక్టులు, సామాజిక సేవా కార్యక్రమాలపైనే ఉందని మీడియాకు వివరించారు. రామచంద్రన్ ఈ విషయం గురించి సోషల్ మీడియా వేదికగా ఓ ప్రత్యేక వీడియోను కూడా విడుదల చేశారు. "నీ కర్తవ్యాన్ని నువ్వు చేయ.. ప్రతిఫలంగా దేనినీ ఆశించకు" అనే భగవద్గీత సూక్తిని ప్రస్తావిస్తూ ఆయన తన సందేశాన్ని పంచుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా రాజకీయాలపై మాట్లాడుతూ.. తనకు హడావుడిగా ఎమ్మెల్యేనే, మంత్రినే అయిపోవాలనే ఆరాటం లేదన్నారు. రాజకీయాల అనేవి కూరగాయల మార్కెట్ లాంటివి కావని, మనం వెళ్లే చోట మనకు సరైన గౌరవం, గుర్తింపు ఉండాలని పేర్కొన్నారు. గతంలో ప్రజలు, అభిమానులు కోరుకుంటేనే తాను రాజకీయ ప్రయాణాన్ని

...మిగతాది 2 లో

మహాబాబ్ నగర్ జిల్లా దేవరకర్ణ నయోజకవర్గం కేంద్రంలో ఈ నెల 2న సూతన జూనియర్ సినిటో జడ్జి కోర్టును ప్రారంభిస్తున్నట్లు జిల్లా ప్రధాన న్యాయ మూర్తి ప్రేమలత, బాల్ అసోసియేషన్ అధ్యక్షులు కె. శంకర్ దాపులు మంగళేశ్వరం ప్రకటించి తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో సీని ముఖ్య అతిథిలుగా తెలంగాణ హైకోర్టు న్యాయమూర్తి మహబూబ్ నగర్ జిల్లా కోర్టు పరిమితుల అధికారి ఎస్. వి.శ్రవణ్ కుమార్, తెలంగాణ హైకోర్టు న్యాయమూర్తి టి.మాధవి దేవి హాజరు పూతలని వారు తెలిపారు. అలాగే వారితో పాటు జిల్లా జడ్జిలు, జిల్లాకు చెందిన గౌరవ పలువురు ముఖ్య నాయకులు ఉమ్మడి జిల్లాలోని ఇతర బాల్ అసోసియేషన్ అధ్యక్షులు, కార్యదర్శులు, పలువురు సీనియర్ న్యాయవాదులు తదితరులు పాల్గొననున్నారు వారు తెలిపారు.

జవహర్ నగర్ ప్రధాన బస్స్టాండు వద్దగల బాబు జగ్గీవన్ రామ్ అంబేద్కర్ విగ్రహం వద్ద తెలంగాణ భాషా సాంస్కృతిక శాఖా సాజనీవ్యోత్సాహం కళాభివృద్ధి అధ్యక్షులలో మంగళవారం ఆన్లైన్ మోసానా డ్రగ్స్ పై అభిగాహన కార్యక్రమం నిర్వహించడం జరిగింది. కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథులగా జవహర్ నగర్ రెక్టర్ చలనీయం బిల్వల్ జన్నెగల్ సైదులు జవహర్ నగర్ మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ డిప్యూటీ మేయర్ రెడ్డి శ్రీధర్ శ్రీనివాస్ గుప్తాలు హాజరయ్యారు. ఈ సందర్భంగా సీబి సైదులు మాట్లాడుతూ దేశానికి వెన్నముత లాంటివారు ఎందుకులు అనే విషయాన్ని ముంతవర్షస్థిలో పెట్టడానికి గంజాయి డ్రగ్స్ లాంటి చెడు వ్యవసాయ దురారం కంటడాలని సూచించారు. గంజాయి డ్రగ్స్ మనీషి పై ఎంతో నెడు ప్రభావం చూపిస్తున్నది చెప్పన్నారు. జవహర్ నగర్ లో ఎక్కువైన గంజాయి అమ్మకం కనిపిస్తే వెంటనే మాకు 100, లేదా 1903, వెంటనే సమాచారం అందించి గంజాయి డ్రగ్స్ విక్రయాలను అరికట్టేందుకు సహకరించాలని విజ్ఞప్తి చేశారు అలాగే ఆన్లైన్ మోసానాతో అనేకమంది ఇబ్బందుల పాలవుతున్నారని బయటకు చెప్పేటట్టి బలవంత మరణాలు పాలవుతున్నారని ముందుగానే తెలిస్తే మోసానా చర్యగల బిల్డి బారిన చరకుడైనా జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని విన్నవించారు. ఈ కార్యక్రమంలో క్రాంతికళాభివృద్ధిం వ్యవస్థాపక అధ్యక్షులు వెంకటాచారి, ఎస్సీ రామ్ నాయక్, కాంగ్రెస్ పార్టీ జవహర్ నగర్ అధ్యక్షులు శ్రీకాంత్, సీనియర్ జరల్లు పూహాన్ బైరాగి, తెలంగాణ రక్తజ్ఞ సేన నాయకులు జగ్గిలి శ్రీనివాస్, తెలంగాణ రాష్ట్ర రక్త సంఘం మేడ్కోల్ జిల్లా కార్యదర్శి నిమ్మల శంకరంహూలు, ఓయూ జెసిసి నాయకులు బద్రి, టీయూఎస్ రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి ప్రసాద్, ట్రైన్స్ చృంద సేవా సంస్థ ప్రతినిధి మంజుల, ఎమ్మార్సీపీ నాయకులు వెంకటేశం, రూప్సి, సరస్వతి, విద్యావీకేతన్ పాఠశాల స్టాఫ్ అరుణ్ కుమార్, విజ్ఞాన భారతి కాలేజీ ట్రైని, పల్లె పరమేశ్వర్ రెడ్డి, క్రాంతికళాభివృద్ధిం సభ్యులు జవహర్ యులు, అనూప, నలురాజ్, భాస్కర్, విద్యావీకేతన్ విద్యావంతులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.



చూడడం వంటి సామాజిక దురాచారాలు ఎక్కడైనా ఉంటే వాటిన్నీ ప్రజలకు అవగాహన కల్పించడం జరుగుతుందన్నారు. మన కార్యంగం ప్రకారం అందరూ సమానులే కాదు మతం వర్గం అనే తేడా లేకుండా ప్రతి వ్యక్తిని గౌరవంగా చూడాలని సమానత్వము. సోదర భావము సరస్వర గౌరవం ఉన్న సమాజాన్ని నిర్మించడమే ఈ కార్యక్రమం ఉద్దేశం అని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఉప సర్పంచ్ కారుయస్ లిలి విరామలూ, పోలీస్ శాఖ అధికారులు, పంచాయితీరాజ్ శాఖ అధికారులు పాల్గొన్నారు.

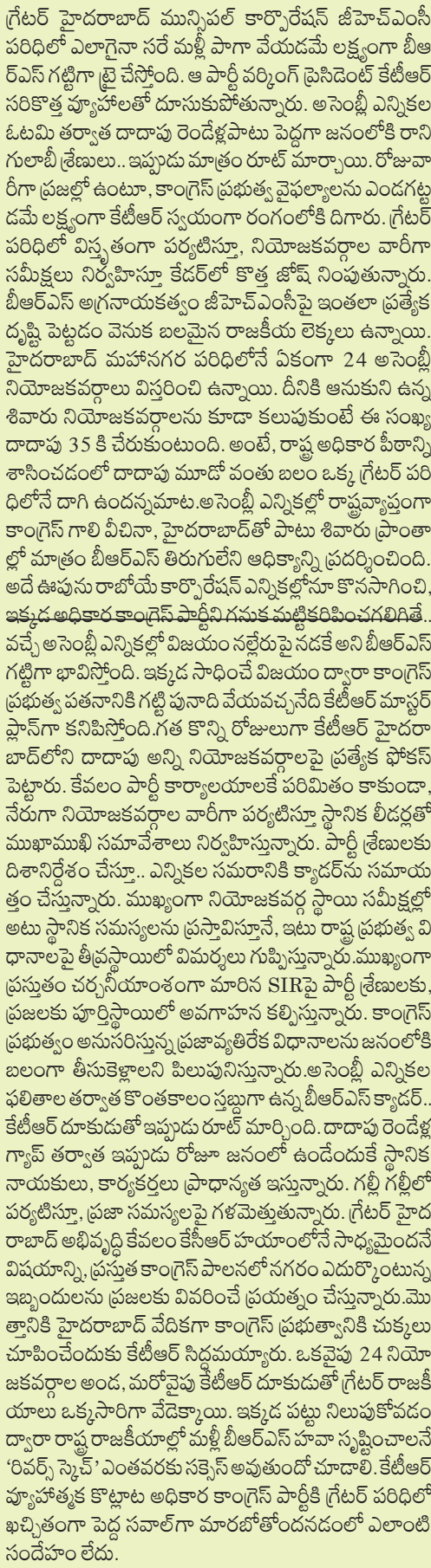
యంలో మండల వ్యవసాయ అధికారిని శ్రీ ఉమాకు వినతి పత్రాన్ని అందజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో తుర్కపల్లి, మల్లాపరం, గొల్లగూడెం, దేవేపేట తండాల నుండి 25 మంది కౌలు రైతులతో పాటు ఆర్.ఎస్.ఎస్.ఎల్.ఎస్. కౌలు రైతుల సాధన కమిటీ సభ్యులు నగ్నపల్లి కృష్ణ, సుమత్య, రైతు సేవ అధ్యక్షుడు గూడూరి రాజేంద్ర్, పాపరెడ్డి ఉపాధ్యక్షులూ కళానికం నరసిరెడ్డి, బుక్ కీపరు పోల్వనూరు.

కల్పద్రంధుల తత్వాత్మ పిల్లల భవిష్యత్తు తీ
రిందొడ్డి కేటలం గురువులూ మాత్రమే అని
తెలిగిందా అర్జుణ సేన షాద్‌గర్ మహిళా
అభ్యర్థురాలు గంగాపురం ఉమాదేవి
ముందిరా అన్నారు.

రంగారెడ్డి జిల్లా షాద్‌గర్ పట్టణంలోని
ప్రభుత్వ ప్రాథమిక పాఠశాల ప్రధానోపా
ధ్యాయుడు సురేష్ సింగ్ చదవి వివరణ
సంబంధంగా సంగీహించి ఏదీర్వేలు నభ
ఫలనంగా జరిగింది. ఈ కార్యక్రమానికి
తెలంగాణ అర్జుణ సేన షాద్‌గర్ మహిళా
అభ్యర్థురాలు గంగాపురం ఉమాదేవి
ముందిరా ముఖ్య అతిథిగా హాజరై, విద్యా
రంగంలోని ఆయన అందించిన సేవలను

కొనియాడారు. ఈ సందర్భంగా ప్రధానోపాధ్యాయులు సురేష్ సింగ్ను శాలువాతో సత్కరించి ఘనంగా సన్మానించారు. అదే విధంగా 4వ వార్షిక కౌన్సిల్ చట్లా వాణి పాఠశాలకు అధ్యక్షురాలైన కూడా శాలువాతో సన్మానించి అభినందనలు తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా ఉపాధ్యేవి మాట్లాడుతూ... విద్యార్థుల భవిష్యత్తు కోసం సురేష్ సింగ్ ఎన్నో సమర్థతరాలూగా అంకితభావంతో సేవందించి వారశాల అభివృద్ధికి విశేష కృషి చేశారని అన్నారు.

ఉపాధ్యాయ వృత్తి సమాఖ నిరాణంబో కీలక పాత్ర పోషిస్తుందని, సురేష్ సింగ్ చేసిన సేవల అందరికీ ఆదర్శంగా నిలుస్తా వని అతని పేర్కొన్నారు.





రష్యన్ భామల బ్యూటీ సీక్రెట్స్!

రష్యా పడతులు.. అత్యంత ఆకర్షణీయంగా కనిపిస్తారు. లేత గులాబీ వర్ణంలో.. అందానికి సరికొత్త నిర్వచనంగా మెరిసిపోతుంటారు. తాజాగా, వీరి బ్యూటీ సీక్రెట్స్ ను వెల్లడించారు బ్యూటీషియన్లు. రష్యా మహిళల మేనిఫాయ్ రహస్యాన్ని బయటపెట్టారు.

చర్మాన్ని శుభ్రపరచడానికి రష్యా మహిళలు 'బన్యా స్క్రీమ్ బాత్' ను ఎక్కువగా ఆశ్రయిస్తారు. ఈ స్క్రీమ్ బాత్ వల్ల చర్మ రంధ్రాలు లోతుగా శుభ్రమవుతాయి. రక్త ప్రసరణ మెరుగుపడుతుంది. ఈ పురాతన చర్మ సంరక్షణ పద్ధతితో.. మానసికశారీరక విశ్రాం

తితోపాటు చర్మానికి మెరుపు, ఆరోగ్యానికి భరోసా దక్కుతుంది. ఫ్లాస్టిక్, రసాయన ఉత్పత్తులకు పూర్తి దూరంగా ఉంటారు. చర్మాన్ని ఎక్స్ ఫోలియేట్ చేసేందుకు బిర్చ్/ఓక్ కొమ్మలతో తయారైన స్క్రబ్ లను ఉపయోగిస్తారు. వీటితో చర్మాన్ని సున్నితంగా మసాజ్ చేయడం వల్ల.. రక్త ప్రసరణ మెరుగుపడుతుంది. ఎప్పుడూ చల్లగా, పొడిగా ఉండే రష్యాలో.. చర్మం పొడిబారుతూ ఉంటుంది. అందుకే, చర్మాన్ని ఎప్పుడూ హైడ్రేటెడ్ గా ఉంచుకోవడానికి కొన్ని రకాల సముద్రపు ఉత్పత్తులు, పొద్దు తిరుగుడు, ఆముదం నూనెను వాడుతారు.

వీటిలో చర్మ ఆరోగ్యాన్ని రక్షించే పోషకాలు, వృద్ధాప్య నిరోధక లక్షణాలు ఎక్కువ. అవి చర్మం, జుట్టుకు మంచి హైడ్రేషన్ అందిస్తాయి. కోల్డ్ వాటర్ థెరపీ, ఐస్ ఫేషియల్స్ తో చర్మాన్ని ఎప్పటికప్పుడు రిఫ్రెష్ గా ఉంచుకుంటారు. ఈ థెరపీలతో ముఖచర్మం బిగుతుగా మారుతుంది. రక్త ప్రసరణ మెరుగుపడటంతోపాటు ముదతలా తగ్గుముఖం పడుతాయి. ఇక కళ్ళ కింద వాపును నివారించడంలో కోల్డ్ వాటర్ థెరపీ అద్భుతంగా పనిచేస్తుంది. రష్యన్ సాంప్రదాయ మాస్కల్ లో ఎక్కువగా ఉపయోగించే పదార్థాలు.. సోర్ క్రీం, తేనె. వంటింట్లో

నిత్యం అందుబాటులో ఉండే ఈ పదార్థాలు.. చర్మాన్ని తేమగా, కాంతివంతంగా ఉంచుతాయి. ఇక క్లెన్సర్లుగా పాల ఉత్పత్తులకు ఓటేస్తారు రష్యన్ అమ్మాయిలు. ఇందులో ఉండే లాక్టిక్ యాసిడ్.. చర్మాన్ని మృదువుగా, హైడ్రేటెడ్ గా ఉంచడంలో సాయపడుతుంది. చర్మం పీ హెచ్ సమతుల్యతను కాపాడటంతోపాటు చర్మ సహజవర్ణాన్ని మెరుగుపరచడంలోనూ ముందుంటుంది. ఇలా రసాయన ఉత్పత్తులపై ఎక్కువగా ఆధారపడకుండానే రష్యన్ అమ్మాయిలు అందాన్ని కాపాడుకుంటున్నారు. సంప్రదాయ పద్ధతులను పాటిస్తూ.. 'బ్యూటీ కి కెరాఫ్ గా నిలుస్తున్నారు.



చిన్న పిల్లలకూ నిద్ర ఉండట్లేదు.. మంచిగా పడుకోవాలంటే...

ఒత్తిడి.. పెద్దల్నే కాదు, పిల్లల్నీ చిట్ట చేస్తున్నది. విద్యాపరమైన టాగ్గెట్లలో బాల్యం బందీ అవుతున్నది. ఇక డిజిటల్ గ్యాడ్జెట్ల వాడకం.. పిల్లల నిద్రా నాణ్యతను దెబ్బతిస్తున్నది. వాటిల్లోంచి వచ్చే బూలెట్ వల్ల.. నిద్రను నియంత్రించే మెలటోనిన్ సహజ ఉత్పత్తికి అంతరాయం ఏర్పడుతున్నది. మొత్తంగా.. నేటితరం చిన్నారులకు కంటినిండా నిద్ర కరువైపోతున్నది. జీవనశైలిలో మార్పుల వల్ల ఈ సమస్య నుంచి బయట పడే అవకాశం ఉన్నది.

కొంతమంది పిల్లలు.. ఇలా పడుకోగానే అలా నిద్రలోకి జారుకుంటారు. కొందరికి అన్నలు నిద్రపట్టదు. అలాంటి వారిని నిద్రపుచ్చడానికి తల్లిదండ్రులు నానా తంటాలు పడుతుంటారు. జీవనశైలిలో వచ్చిన మార్పులే ఇందుకు కారణంగా కనిపిస్తున్నది. అయితే, చిన్నారుల ఎదుగుదలలో ఆహారం తర్వాత నిద్ర కీలకమైంది. మెదడు విశ్రాంతి

సానికి నిద్ర దోహదం చేస్తుంది. కాబట్టి, పిల్లలకు కంటినిండా నిద్ర ఎంతో అవసరం. ఇందుకోసం పిల్లలకు ప్రత్యేక దినచర్యను అలవాటు చేయాలని చెబుతున్నారు నిపుణులు. కథల పుస్తకాలు చదవడం, చిన్నచిన్న వ్యాయామాలు, మృదువైన సంగీతం వినడం వంటివి పిల్లల మనసును ప్రశాంతపరుస్తాయి. ఇక స్లీప్ టైమ్ ను తగ్గించడం, పడుకునే ముందు ఎలక్ట్రానిక్ గ్యాడ్జెట్ల ను పక్కన పెట్టేయడం.. నిద్ర నాణ్యతను మెరుగుపరుస్తాయి. వారంతాల్లోనూ ఒకే సమయానికి నిద్ర లేచే అలవాటు.. నిద్ర చక్రాన్ని నియంత్రించడంలో సహాయపడుతుంది. ఇక పిల్లల్లో నిద్రను ప్రోత్సహించడానికి.. బెడ్ రూమ్ లో చీకటిగా, నిశబ్దంగా, చల్లగా ఉండేలా చూసుకోవాలి. మంచం సౌకర్యవంతంగా ఉండాలి. మనసుకు ప్రశాంతత చేకూర్చే పుస్తకాలు కూడా మంచి నిద్రకు ఆహ్వానం పలుకుతాయి. రాత్రి పడుకునే ముందు శరీరాన్ని సున్నితంగా స్పైడ్ చేయడం, యోగా లాంటివి.. నిద్రకు సహకరిస్తాయి. అయితే, ఇలాంటి దినచర్యలను పాటించడం

కేవలం స్వల్పకాలిక పరిష్కారం కోసమే కాదు. ఇది పిల్లల్లో భావద్వేగ పరంగా, మానసికంగా సానుకూల మార్పు తీసుకొస్తుంది. స్థిరమైన, ప్రశాంతమైన దినచర్య.. పిల్లలకు స్వీయ నియంత్రణ పై నైపుణ్యాన్ని నేర్పుతుంది. దీర్ఘకాలంలో పిల్లలు ఒత్తిడిని నిర్వహించడానికి సన్నద్ధమవుతారు. మెరుగైన భావోద్వేగాలను కలిగి ఉంటారు. మంచినిద్ర వేసే ఈ పునాది.. పిల్లల తరువాతి జీవితంలో మానసిక ఆరోగ్య సమస్యలకు గురయ్యే ప్రమాదాన్ని గణనీయంగా తగ్గిస్తుందని పలు సర్వేలూ చెబుతున్నాయి. **ఎవరెవరికి ఎంతెంత?** ఏడాదిలోపు పిల్లలకు.. రోజుకు 12 నుంచి 16 గంటల నిద్ర అవసరం ఉంటుంది. ఏడాది నుంచి రెండేళ్ల చిన్నారులు 11 నుంచి 14 గంటలు నిద్రపోవాలి. మూడు నుంచి ఐదేళ్ల వారికి.. రోజుకు 10 నుంచి 13 గంటలు నిద్రపోతే ఆరోగ్యం. పాఠశాలకు వెళ్లే ఆరు నుంచి పన్నెండేళ్ల పిల్లలు రోజుకు 9 నుంచి 12 గంటలు నిద్రపోవాలి.

యుక్త వయసులోకి వచ్చిన వారు ప్రతిరోజూ 8 నుంచి 10 గంటల నిద్రపోవాలి. **మంచి నిద్ర రావాలంటే..** పిల్లలు మంచి నిద్రపోయేలా వారి వయసుకు తగ్గట్టుగా కొన్ని అలవాట్లు చేయాలి. పడుకునే ముందు పిల్లలు రిలాక్స్ కావాలి. 'బెడ్ రొటీన్స్' ను అలవాటు చేయాలి. చిన్నారుల రాత్రి భోజనాన్ని త్వరగా ముగించాలి. అలాగే, రాత్రిపూట డిస్టర్బ్ లైట్ గా ఉండేలా చూసుకోవాలి. రాత్రిపూట నిద్రపోవడానికి మారాం చేసే పిల్లలకు పెరుగున్నం, అరటిపండును తినిపిస్తే.. త్వరగా పడుకునే అవకాశం ఉంటుంది. పడుకునే ముందు పిల్లలకు గోరువెచ్చని నీటితో స్నానం చేయిస్తే.. త్వరగా నిద్రపోతారు. ఇంట్లో అందరూ ఒకే సమయానికి నిద్రపోతే.. వారి తోపాటు పిల్లలూ నిద్రలోకి జారుకుంటారు. సాయంత్రంపూట పిల్లలు జెట్ డ్రోప్స్ గేమ్స్ లో పాల్గొనేలా చూడాలి. దీనివల్ల వారి శరీరం అలసిపోయి.. త్వరగా నిద్రపోవడానికి అవకాశం ఉంటుంది.



మీ జుట్టు వేగంగా.. బలంగా పెరగాలంటే...

శరీరానికి పూర్తి ప్రోటీన్, విటమిన్లు, ఖనిజాలు, ముఖ్యమైన అమైనో ఆమ్లాలు లభిస్తే, జుట్టు ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. వాటి పెరుగుదల కూడా బాగుంటుంది. ఒక నివేదిక ప్రకారం, జుట్టు బలం, మెరుపు, వేగంగా పెరగడానికి సమతుల్య ఆహారం అవసరం. అందువల్ల, మీరు జుట్టు వేగంగా పెరగాలంటే ఎలాంటి ఆహారం తీసుకోవాలో తెలుసుకోవడం ముఖ్యం. ఈ ఆహారాలు తప్పక తినాలని నిపుణులు చెబుతున్నారు.

- జుట్టు పెరుగుదలకు సూపర్ ఫుడ్స్: జుట్టు వేగంగా పెరగడానికి పోషకాహారం ప్రత్యేక ప్రాముఖ్యత కలిగి ఉంది. సరైన ఆహారం లేకపోవడం, ఒత్తిడి, మారుతున్న జీవనశైలి కారణంగా జుట్టు రాలడం సమస్య వేగంగా పెరుగుతోంది. పరిశోధన ప్రకారం, మన జుట్టులో 90 శాతం ప్రోటీన్ అంటే కెరాటిన్ తో తయారవుతుంది. శరీరానికి పూర్తి ప్రోటీన్, విటమిన్లు, ఖనిజాలు, ముఖ్యమైన అమైనో ఆమ్లాలు లభిస్తే, జుట్టు ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. వాటి పెరుగుదల కూడా బాగుంటుంది. ఒక నివేదిక ప్రకారం, జుట్టు బలం, మెరుపు, వేగంగా పెరగడానికి సమతుల్య ఆహారం అవసరం. అందువల్ల, మీరు జుట్టు వేగంగా పెరగాలంటే ఎలాంటి ఆహారం తీసుకోవాలో తెలుసుకోవడం ముఖ్యం. ఈ ఆహారాలు తప్పక తినాలని నిపుణులు చెబుతున్నారు.
- గుడ్లు** - గుడ్లలో ప్రోటీన్, బయోటిన్, జింక్ పుష్కలంగా ఉంటాయి. జుట్టు నిర్మాణానికి ప్రోటీన్ అవసరం. అంటే కెరాటిన్, బయోటిన్ జుట్టును బలపరుస్తుంది. దాని కొత్త పెరుగుదలను వేగవంతం చేస్తుంది. జింక్ నెత్తిమీద చర్మాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది.
 - పాలకూర** - పాలకూరలో ఫోలేట్ తో పాటు ఇనుము, విటమిన్ ఎ, సి ఉంటాయి. శరీరానికి ఆక్సిజన్ సరఫరా చేయడం ద్వారా ఇనుము జుట్టు మూలాలను బలపరుస్తుంది. విటమిన్ ఎ, సి తలపై సహజ నూనె అంటే సెబమ్ ఏర్పడటానికి సహాయపడతాయి. ఇది జుట్టు పొడిబారడాన్ని తగ్గిస్తుంది.
 - బెర్రీలు** - స్ట్రాబెర్రీలు, బ్లూబెర్రీలు, రాస్బెర్రీస్ వంటి బెర్రీలలో యాంటీఆక్సిడెంట్లు, విటమిన్ సి పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇవి జుట్టు కణాలను ఫ్రీరాడికల్ నష్టం నుండి రక్షిస్తాయి. జుట్టు విచ్ఛిన్నతను నిరోధించే కొలాజెన్ ను నిర్మించడంలో సహాయపడతాయి.
 - చేపలు** - సాల్మన్, సార్డిన్ వంటి చేపలలో ఒమేగా 3 కొవ్వు ఆమ్లాలు, విటమిన్ డి, ప్రోటీన్ లభిస్తాయి.. ఇవి జుట్టు మూలాలను బలోపేతం చేస్తాయి. కొత్త జుట్టు పెరుగుదలను వేగవంతం చేస్తాయి. ఒమేగా 3 జుట్టు పొడిగా మారడానికి అనుమతించదు.
 - వాలెన్టీన్** - వాలెన్టీన్ ఒమేగా 3 కొవ్వు ఆమ్లాలు, విటమిన్ ఇ, బయోటిన్ లకు చాలా మంచి మూలం. అవి జుట్టు కణాలలో వాపును తగ్గిస్తాయి. బలాన్ని పెంచుతాయి. బయోటిన్ జుట్టు రాలడాన్ని నివారిస్తుంది.
 - క్యారెట్లు** - క్యారెట్లలో బీటాకెరోటిన్, విటమిన్ ఎ ఉంటాయి. ఇవి తల చర్మాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచుతాయి. జుట్టుకు సహజమైన మెరుపును తెస్తాయి. విటమిన్ ఎ జుట్టు పెరుగుదలను ప్రోత్సహిస్తుంది. జుట్టు విరిగిపోకుండా, రాలకుండా నిరోధిస్తుంది.
 - విత్తనాలు** - గుమ్మడికాయ, అవిసె, చియా వంటి విత్తనాలలో జింక్, ఒమేగా 3 కొవ్వు ఆమ్లాలు, విటమిన్ బి పుష్కలంగా ఉంటాయి. అవి జుట్టు ఆక్సీజన్ మెరుగుపరుస్తాయి. కొత్త పెరుగుదలను వేగవంతం చేస్తాయి.
 - బీన్స్** - బీన్స్ వంటి ఆహారాలు అంటే కిడ్నీ బీన్స్, లిక్విడ్, బ్లాక్ ఐడ్ బానాన్లు ప్రోటీన్, ఐరన్, బయోటిన్ తో సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ఇవి శాఖాహారులకు జుట్టుకు ఉత్తమమైన ఆహారాలు.
 - చిలగడదుంప** - చిలగడదుంపలో బీటాకెరోటిన్ ఉంటుంది. ఇది శరీరంలో విటమిన్ ఎగా మారి జుట్టు పెరుగుదలను వేగవంతం చేస్తుంది. ఇది తల చర్మం సహజ తేమను కూడా నిర్వహిస్తుంది.

(NOTE: ఇందులోని అంశాలు కేవలం అవగాహన కోసం మాత్రమే. నిపుణులు అందించిన సమాచారం ప్రకారం ఇక్కడ తెలియజేయవలసినది. ఆరోగ్యరీత్యా ఎలాంటి సమస్యలు ఉన్నా నేరుగా వైద్య నిపుణులను సంప్రదించడం మంచిది)



అందుకే ఆలూ డబ్బులు సంపాదించా...

ఇండస్ట్రీలో చాలా మంది హీరోయిన్స్ అవకాశాల కోసం ఈగర్ గా ఎదురు చూస్తున్నారు. అయితే ఇప్పుడు ఓ హీరోయిన్ సినిమా భారీ హిట్ అయినా తనకు రూపాయి కూడా ఇవ్వలేదని ఆరోపించింది. ఆ సినిమా పల్ల అందరూ లాభపడ్డారు కానీ తనకు మాత్రం రూపాయి కూడా ఇవ్వలేదు అని తెలిపింది. ఆమె మరెవరో కాదు నోరా ఫతేహి. బాలీవుడ్ ఇండస్ట్రీలో తనదైన ముద్ర వేసింది నోరా ఫతేహి. నోరా ఫతేహికి దేశవ్యాప్తంగా అభిమానులు ఉన్నారు. స్పెషల్ సాంగ్స్ కు పెట్టింది పేరు ఈ అమ్మడు. నోరా ఫతేహి ఎక్కడ ఉన్నా ఆ వైబ్ నెక్స్ లివల్ లో ఉంటుంది. ఈ జ్యూటీకీ ఫోటోయింగ్ కూడా భారీగా ఉంటుంది. నెట్టింగు చాలా యాక్టివ్ గా ఉంటుంది ఈ చిన్నది. నోరా ఫతేహి మాట్లాడుతూ.. నేను చేసిన స్పెషల్ సాంగ్స్ వల్ల నాకు మంచి గుర్తింపు వచ్చింది. అలాగే సాంగ్స్ కూడా భారీ హిట్ అయ్యాయి. సినిమాలు కూడా మంచి విజయాలను అందుకున్నాయి. కానీ నిర్మాతలు నాకు మాత్రం రూపాయి కూడా ఇవ్వలేదు. ఇలా ఎన్నో సినిమాలు నాకు ఉపయోగపడలేదు. కానీ నేను స్టేజ్ పర్ఫామెన్స్ ఇవ్వడం వల్లే నాకు డబ్బులు వచ్చాయి. స్టేజ్ పర్ఫామెన్స్ వల్లే నేను డబ్బులు సంపాదించా.. డబ్బు లేకుండా కేవలం పేరు మాత్రమే సొంతం చేసుకుంటే ఏం లాభం. ఇక పై ఎలాంటి లాభం లేకుండా పని చేయకూడదు అని నిర్ణయించుకున్నా చెప్పుకొచ్చింది..



ముదిరిన వివాదం..

హీరో అఖిల్ రాజ్ కారుపై దాడికి యత్నం.. రంగంలోకి పోలీసులు..

రాజు వెడ్స్ రాంబాయి ఫం అఖిల్ చుట్టూ ఇప్పుడు వివాదం ముదురుతోంది. హీరో వర్సెస్ డెలివరీ బాయ్స్ గా ఈ ఇష్యూ మారింది. ఇరు వర్గాలూ గచ్చిబౌలి పోలీస్ స్టేషన్ మెట్టెక్కాయి. ఒకరిపై ఒకరు కొట్టుకునే దాకా వెళ్లారు. అసలు ఏం జరిగింది? ఒక బటమ్ ను రాంగ్ డెలివరీ చేసినందుకు ఇంత పెద్ద గొడవ జరిగిందా? డెలివరీ బాయ్స్ అంతా కలిసి హీరో కారును ఎందుకు వెంటాడారు? అసలు తప్పు ఎవరిది?.. అనే విషయాలను తెలుసుకుందాం.. గచ్చిబౌలి పరియా మొత్తం ఒక్కసారిగా పేక్ అయిపోయింది! హీరో అఖిల్ రాజ్ తను తోటి డెలివరీ బాయ్స్ అవమానించాడనే వార్త వానలంలా వ్యాపించడంతో డెలివరీ బాయ్స్ ఒక్కటయ్యారు. అఖిల్ ఉంటున్న అరుణ రెసిడెన్సీ వద్దకు చేరుకున్నారు. ఆ ప్రాంతంలో కానీపు రెక్సీ చేశారు. హీరో ఎప్పుడు బయటకు వస్తాడా అని కాపు కాశారు. సరిగ్గా అఖిల్ తన కారులో ఇంటి నుంచి బయటకు రాగానే.. డెలివరీ బాయ్స్ గుంపు ఒక్కసారిగా కారును చుట్టుముట్టి దాడికి ప్రయత్నించింది. ప్రాభుభయంతో అఖిల్ తన కారులోనే ఉండి.. ఆ విజువల్స్ ను, తనను వెంటిజిస్తున్న వారిని మొబైల్ లో వీడియో రికార్డ్ చేశాడు. తాను పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేస్తామని చెబుతున్నా వినకుండా వారు రెచ్చిపోవడంతో.. అఖిల్ నేరుగా గచ్చిబౌలి పోలీస్ స్టేషన్ చేరుకుని, తన ప్రాణాలకు ముప్పు ఉందంటూ ఫిర్యాదు చేశాడు. అంతకుముందే, ఉదయమే సదరు డెలివరీ బాయ్ కూడా అఖిల్ పై ఫిర్యాదు చేయడంతో పోలీసులు ఇరు వర్గాల కేసులను సీరియస్ గా తీసుకున్నారు. ఈ ఫిర్యాదుల కంటే ముందే సోషల్ మీడియా వేదికగా ఇరు పక్షాల మధ్య తీవ్రమైన ఆరోపణల యుద్ధం సడిచింది. మొదట బాధితుడిగా చెప్పుకున్న డెలివరీ బాయ్ రమీ అన్సార్ గానీ



కన్నీరు పెట్టుకుంటూ ఒక వీడియో రిలీజ్ చేశాడు. తాను చేసిన చిన్న పొరపాటుకు క్షమాపణలు చెప్పినా వినకుండా, హీరో అఖిల్ తనను దారుణంగా దుషించాడని, కొట్టడానికి వచ్చాడని ఆరోపించాడు. అంతటితో ఆగకుండా తనపై ఉమ్మడిచేసి తీవ్రంగా అవమానించారని కన్నీళ్లు పెట్టుకున్నాడు. ఈ వీడియో వైరల్ కావడంతో నెటిజన్లు హీరోపై దిగిన హీరో అఖిల్ రాజ్.. నెగటివ్ కామెంట్స్ చేసే ముందు తన వైపు న్యాయాన్ని కూడా చూడాలని కోరాడు. అసలు కారణం ఏంటంటే.. అరుణ అసలు ఈ రచ్చ అంతటికీ కారణం.. అరుణ రెసిడెన్సీలో జరిగిన ఒక రాంగ్ డెలివరీ. అఖిల్ నివసిస్తున్న అరుణ రెసిడెన్సీ ఫ్లాట్ నెంబర్ 2013 ఎదురుగా 'చెలం రెసిడెన్సీ' అనే మరో అపార్ట్ మెంట్ ఉంది. అందులోని ఫ్లాట్ నెంబర్ 2013 రావాల్సిన ఒక పార్కింగ్ ను డెలివరీ బాయ్ రమీ.. పొరపాటున అఖిల్ ఇంటి ఆడ్రెస్ లో ఇచ్చేశాడు. పార్కింగ్ పై అడ్రస్ సృష్టంగా ఉన్నా.. ఓటీపీ గానీ, పేరు గానీ సరిచూసుకోకుండా నిర్లక్ష్యంగా వ్యవహరించాడనేది అఖిల్ వర్సెస్.

ఇంకో నలుగురు ఉండటంతో ఎవరో ఆర్డర్ చేశారనుకుని అఖిల్ తండ్రి ఆ పార్కింగ్ తీసుకున్నారు. ఆ విషయం తెలియని అఖిల్ తల్లి.. వచ్చిన ప్యాకెట్ ను ఓపెన్ చేసేశారు. తీరా ఇంట్లో ఎవరూ ఆర్డర్ చేయలేదని తెలిసి దాన్ని వక్కన పెట్టారు. సరిగ్గా 20 నిమిషాల మానించారని కన్నీళ్లు పెట్టుకున్నాడు. ఈ వెనక్కి వచ్చి పార్కింగ్ అడిగాడు. అడ్రస్ చూస్తూ చూస్తూ 'బ్రదర్ అని అఖిల్ ప్రశ్నిస్తే.. 'నేను చూసుకోలేదు. ఇచ్చేశానంతే' అంటూ రమీ దురుసుగా సమాధానం ఇచ్చాడనేది అఖిల్ చెబుతున్న వాదన. ఇంతలో అఖిల్ తల్లి వచ్చి.. తెలియక ఓపెన్ చేశాం బాబూ అంటూ పార్కింగ్ తిరిగి ఇస్తుంటే.. 'ఘీగా వస్తే వెంటకారంగా మాట్లాడడట. ఇది కూడా అఖిల్ చెబుతున్న వర్షనే. దాంతో తల్లిని అన్నస్పీ' అనే మరో అపార్ట్ మెంట్ ఉంది. మాట్లాడు అంటూ హెచ్చరించాడు. ఆ డెలివరీ బాయ్ 'నువ్వు హీరోవికాదు.. చూడు ఏం చేస్తావో' అంటూ ఫోన్ తీసి వీడియో రికార్డ్ చేయడం ప్రారంభించాడట. ఆ చిన్న గానీ, పేరు గానీ సరిచూసుకోకుండా నిర్లక్ష్యంగా వ్యవహరించాడనేది అఖిల్ వర్సెస్.



భార్యతో కలిసి కొత్త కారు కొన్న డాక్టర్ బాబు..

కార్మిక దీపం సీరియల్ తో బాగా పాపులర్ అయిపోయాడు నిరుపమ పరిటాల. అంతుకు ముందు కూడా పలు సినిమాలు, సీరియల్స్ లో నటించినా ఈ సీరియల్ తోనే బాగా క్రేజ్ తెచ్చుకున్నాడీ బుల్లితెర నటుడు. ఈ సీరియల్ లో నిరుపమ పోషించిన కార్మిక అలియాస్ డాక్టర్ బాబు పాత్ర బాగా ఫేమస్ అయిపోయింది. ఇక నిరుపమ భార్య మంజుల కూడా బుల్లి తెరపై బాగా ఫేమస్. వీరిద్దరూ చంద్రముఖీ సీరియల్ లో కలిసిన నటించారు. ఇద్దరి మనసులు కలవడంతో ప్రేమలో పడ్డారు. ఆ తర్వాత పెద్దల అంగీకారంతో పెళ్లిపీటలెక్కారు. ప్రస్తుతం ఈ నెలబ్రటి దంపతులకు అక్షత ఓంకార్ అనే కుమారుడు ఉన్నాడు. ఇదిలా ఉంటే డాక్టర్ బాబు తాజాగా ఒక కొత్త కారు కొన్నాడు. తన భార్య మంజులతో కలిసి షోరూమ్ కు వెళ్లి అతను ప్రముఖ ఎంట్రీ బ్రాండ్ కు చెందిన ఈవీ లగ్జరీ కారును కొనుగోలు చేశాడు. ఈ శుభవార్తను మంజులనే సోషల్ మీడియా వేదికగా షేర్ చేసింది. 'నా కొత్త కారు' అంటూ అంటూ తన భర్తతో దిగిన ఫోటోలను సోషల్ మీడియాలో పోస్ట్ చేసింది బుల్లితెర నటి. ప్రస్తుతం ఈ ఫోటోలు నెట్టింట వైరల్ గా మారాయి. పలువురు సినీ ప్రముఖులు, అభిమానులు, నెటిజన్లు ఈ దంపతులకు అభినందనలు చెబుతున్నారు. కాగా మార్చెట్లో ఈ ఈవీ కారు విలువ దాదాపు రూ. 20 లక్షల వరకు ఉంటుందని తెలుస్తోంది. కాగా ప్రముఖ నటుడు ఓంకార్ కుమారుడే నిరుపమ పరిటాల. 2006లో చంద్రముఖీ సీరియల్ ద్వారా తెలుగు టీవీ రంగంలోకి అడుగు పెట్టాడు. ఆ తర్వాత మూగమనసులు, అత్తారింటికి దారేది, మావీ బిగురు, కన్యాదానం, కలహరి కోడళ్లు, కలియంగ రామాయణం, గృహ ప్రవేశం, కుంకుమ పువ్వు, రాధకు నీవే రా ప్రాణం, కార్మిక దీపం తదితర సీరియల్స్ లో నటించి బుల్లితెర స్టార్ గా గుర్తింపు తెచ్చుకున్నాడు.

వానరసేనతో యుద్ధఘట్టం



'వారణాసి' చిత్రాన్ని అనుకున్న టైమ్ లో పూర్తి చేయాలనే కృతనిశ్చయంతో ఉన్నాడు దర్శకుడు రాజుమా్. కొంతటాకీ పార్ట్ మినహా దాదాపు ఘాటింగ్ పూర్తిగా పొన్నప్పటికి ఆయన ఇటీవల ఓ ఇంటర్వ్యూలో వెల్లడించిన విషయం తెలిసిందే. తాజా సమాచారం ప్రకారం ఈ సినిమా కొత్త పెద్దద్యూల్ ఈ నెల 7 నుంచి మొదలుకానుంది. ఇందులో అత్యంత కీలకమైన యుద్ధ సన్నివేశాల్ని తెరకెక్కించబోతున్నారట. చిత్ర కథానాయకుడు మహేశ్ బాబుతో పాటు ప్రధాన తారాగణం ఈ ఘాట్ లో పాల్గొంటారని, దాదాపు 3000 మంది జూనియర్ ఆర్టిస్టులు పాల్గొనే ఈ పోరాట ఘట్టాలు సినిమాలోనే హైలైట్ గా నిలుస్తాయని చెబుతున్నారు. వానరసేన నేపథ్యంలో సాగే ఈ యాక్షన్ సీక్వెన్స్ రోమాంచితంగా ఉంటుందని, దాదాపు రెండుమూడు వారాల పాటు ఏకధాటిగా ఈ సినిమా పెద్దద్యూల్ ను చేయబోతున్నారని సమాచారం. ప్రియాంక చోప్రా, పృథ్వీరాజ్ సుకుమారన్ ప్రధాన పాత్రల్లో నటిస్తున్న ఈ చిత్రాన్ని దాదాపు 1500 కోట్ల భారీ వ్యయంతో తెరకెక్కిస్తున్నారు. వచ్చే ఏడాది వేసవిలో ప్రేక్షకుల ముందుకురానుంది.



'ఓజీ2'లో నాయికగా?

అగ్ర కథానాయిక పూజా హెగ్డే కొంతకాలం పాటు తెలుగు సినిమాకు దూరంగా ఉంది. బాలీవుడ్ పై దృష్టి పెట్టిన ఈ సాగరసరి అక్కడ పరుస ప్లాపులు పలకరించడంతో మళ్లీ దక్షిణాది బాట పట్టింది. ప్రస్తుతం తెలుగు, తమిళంలో భారీ చిత్రాల్లో సటిస్టా బిజీగా మారింది. తాజా సమాచారం ప్రకారం ఈ అమ్మడు తొలిసారి పవన్ ద్రావిడ పవన్ కల్యాణ్ తో జోడీ కట్టబోతున్నట్లు తెలిసింది. వివరాల్లోకి వెళితే... బ్లాక్ బస్టర్ మూవీ 'ఓజీ'కి ఇటీవలే సీక్వెల్ ను ప్రకటించిన విషయం తెలిసిందే. దర్శకుడు సుజీత్ ప్రస్తుతం సినిమా ప్రీప్రొడక్షన్ పనుల్లో బిజీగా ఉన్నాడు. మరోవైపు కథానాయిక అన్వేషణలో కూడా చిత్రబృందం ఉన్నట్లు తెలిసింది. ఈ రేసులో పూజా హెగ్డే పేరు ప్రముఖంగా వినిపిస్తున్నదని, ఆమెనే ఖరారు చేసే అవకాశాలు ఎక్కువగా ఉన్నాయన్నది ఫిల్మ్ నెగర్ టాక్. అయితే ఈ విషయంలో నిజమెంతో తెలియాలంటే చిత్రబృందం నుంచి అధికారిక ప్రకటన రావాల్సిందే. ప్రస్తుతం పూజా హెగ్డే తెలుగులో దుల్కర్ సల్మాన్ చిత్రంలో కథానాయికగా నటిస్తున్నది. శర్వానంద్ 'జారీషక్ర' చిత్రంలో కూడా ఆమెనే కథానాయికగా ఖరారయ్యే అవకాశాలున్నట్లు సమాచారం.