www.toliadugudaily.com
www.epaper.toliadugudaily.com

తొలిఅడుగు

తెలుగు దిన పత్రిక

హైదరాబాద్ | సంపుటి : 01 | సంచిక : 212 | గురువారం | 26- 12 - 2024 | ఎడిటర్ : పి. జయరాం | పేజీలు : 8 | వెల : 4

తెలుగు రాష్ట్రాల్లో వర్షాలే వర్షాలు..

2

ప్రత్యేక నాణెం విడుదల

తొలిఅడుగు, న్యూఢిల్లీ : దివంగత ప్రధాని అటల్ బిహారి వాజ్‌పేయీ 100వ జయంతి నేడు. ఈ సందర్భంగా ప్రధాన మంత్రి నరేంద్ర మోదీ ప్రత్యేక నాణేన్ని విడుదల చేశారు. వాజ్‌పేయీ వందవ జయంతి సందర్భంగా రూ.100

2

బౌన్సర్ల దుకాణం పెట్టిందే రేవంత్ రెడ్డి

తొలిఅడుగు, మెదక్ : తెలంగాణ సీఎం రేవంత్ రెడ్డిపై బీజేపీ ఎంపీ రఘునందన్ రావు సంచలన వ్యాఖ్యలు చేశారు. బౌన్సర్ల దుకాణం పెట్టిందే రేవంత్ రెడ్డి అని రఘునందన్ రావు పేర్కొన్నారు. ప్రయివేటు బౌన్సర్లను తీసుకువచ్చి నూకిపిచ్చే సంస్కృతి రాష్ట్రానికి తీసుకొచ్చిందే రేవంత్ రెడ్డి. పీసీసీ చీఫ్‌గా ఉన్నప్పుడు చుట్టూ బౌన్సర్లని పెట్టుకొని జనాలను పక్కకు నూకే కార్యక్రమం మొదలు పెట్టిందే రేవంత్ రెడ్డి. అల్లు అర్జున్ పంచాయితీలో బౌన్సర్లలను ఎందుకు తీసుకొస్తున్నారు? అని రఘునందన్ రావు ప్రశ్నించారు. హైదరాబాద్ సీపీ సీవీ ఆనంద్‌కు చిత్తశుద్ధి ఉంటే బౌన్సర్ల వ్యవస్థను మొత్తం రద్దు చేయమని చెప్పండి అని ఎంపీ రఘునందన్ రావు సూచించారు.

శ్రీతేజ్ కుటుంబానికి రూ.2 కోట్ల సాయం

తొలిఅడుగు, హైదరాబాద్ : సంధ్య థియేటర్ వద్ద జరిగిన తొక్కిసలాటలో గాయపడి చికిత్స పొందుతున్న శ్రీతేజ్ కుటుంబానికి భారీ సాయం ప్రకటించారు అల్లు అరవింద్. రూ. 2 కోట్ల సాయం అందించనున్నట్లు ప్రకటించారు. ఇందుకు సంబంధించిన

2

భేటీతో ఏం జరగనుంది?

- సీఎం రేవంత్ రెడ్డిని కలవనున్నా సినీ ప్రముఖులు
- తాజా పరిణామాలు, సినిమా పరిశ్రమ సమస్యలు, ఇండస్ట్రీ అభివృద్ధిపై చర్చ
- శ్రీతేజ్ కుటుంబానికి రూ.2 కోట్ల ఆర్థిక సాయం

తొలిఅడుగు, హైదరాబాద్ : తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డిని సినీ ప్రముఖులు కలవనున్నారు. డిసెంబర్ 26న ఇండస్ట్రీలోని పలువురు ప్రముఖులు, దర్శకనిర్మాతలు సీఎం రేవంత్ రెడ్డితో సమావేశం కానున్నారని ఎఫ్‌డీసీ ఛైర్మన్ దిల్ రాజ్ తెలిపారు. సంధ్య థియేటర్ తొక్కిసలాట ఘటనలో తీవ్రంగా గాయపడి కిమ్స్ ఆసుపత్రిలో చికిత్స పొందుతున్న బాలుడు శ్రీతేజ్ ను నిర్మాత దిల్ రాజ్, నిర్మాత అల్లు అరవింద్ పరామర్శించారు. అనంతరం మీడియాతో మాట్లాడుతూ సీఎం రేవంత్ రెడ్డిని టాలీవుడ్ పెద్దలు కలవనున్నట్లు ప్రకటించారు దిల్ రాజ్. ఈ భేటీకి సంబంధించి ఇప్పటికే సీఎంవో నుంచి సైతం అనుమతి లభించిందని అన్నారు. ఇప్పటికే బాలుడు శ్రీతేజ్ కుటుంబానికి రూ.2 కోట్ల ఆర్థిక సాయం ప్రకటించారు. అల్లు అర్జున్ రూ.1 కోటి.. డైరెక్టర్ సుకుమార్ రూ.50 లక్షలు.. పుష్ప నిర్మాతలు రూ.50 లక్షలు ఇవ్వనున్నట్లు తెలిపారు. ఈ సమావేశానికి టాలీవుడ్ నుంచి మెగాస్టార్ చిరంజీవి, వెంకటేష్, అల్లు అరవింద్, పలువురు నిర్మాతలు, దర్శకులు.. ప్రభుత్వం నుంచి డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్క, మంత్రులు కోమటిరెడ్డి, ఉత్తమ్, దామోదర రాజనర్సింహతోపాటు మరికొందరు ప్రముఖులు హాజరుకానున్నట్లు తెలుస్తోంది. ఈ సమావేశంలో తాజా పరిణామాలు, సినిమా పరిశ్రమ సమస్యలు, ఇండస్ట్రీ అభివృద్ధిపై చర్చించనున్నట్లు తెలుస్తోంది. ఇండస్ట్రీకి, ప్రభుత్వానికి మధ్య వారధిగా తాను ఉంటానని దిల్ రాజు అన్నారు. సంధ్య థియేటర్ తొక్కిసలాట ఘటన ఇండస్ట్రీలో రేవతి అనే మహిళ మరణించిన సంగతి తెలిసిందే. ఆమె కొడుకు శ్రీతేజ్ తీవ్రంగా గాయపడగా.. కిమ్స్ ఆసుపత్రిలో చికిత్స పొందుతున్నాడు. బుధవారం దిల్ రాజు, అల్లు అరవింద్.. శ్రీతేజ్ ను పరామర్శించారు. అతడి ఆరోగ్య పరిస్థితి గురించి డాక్టర్లను అడిగి తెలుసుకున్నారు. శ్రీతేజ్ తొందరగా కోలుకుంటున్నాడని.. 72 గంటల నుంచి వెంటిలేటర్ లేకుండా ఉన్నాడని నిర్మాత దిల్ రాజు తెలిపారు. అయితే సంధ్య థియేటర్ తొక్కిసలాట ఘటన కేసులో టాలీవుడ్ హీరో అల్లు అర్జున్ ను ఇదివరకే పోలీసులు అరెస్ట్ చేశారు. ప్రస్తుతం బన్నీ మధ్యంతర బెయిల్ పై బయటకు వచ్చారు.

రోడ్డుకు సీఎం పేరు.. మండిపడిన విపక్షాలు

తొలిఅడుగు, బెంగళూరు: కర్ణాటక ముఖ్యమంత్రి సిద్ధరామయ్యకు మరోసారి విపక్షాల నుంచి చుక్కెదురైంది. మైసూరులోని ఒక రోడ్డుకు సిద్ధరామయ్య పేరు పెట్టాలని మైసూర్ మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ ఇటీవల ఒక ప్రతిపాదన చేసింది. ఇందుకు ప్రజల నుంచి 30 రోజుల్లోగా

2

కజికిస్థాన్ విమాన ప్రమాదంలో 42 మంది దుర్మరణం..!

తొలిఅడుగు డెస్క్ : కజకిస్థాన్‌లో జరిగిన విమాన ప్రమాదంలో 42 మంది మరణించినట్లు అక్కడి అధికారులు వెల్లడించారు. మొత్తం 25 మందిని ప్రాణాలతో బయటికి తీసుకొచ్చినట్లు తెలిపారు. వారిలో 11 ఏళ్ల బాలిక, 16 ఏళ్ల బాలుడు సహా ఐదుగురికి తీవ్ర

2

ఒంటరి పురుషులే టార్గెట్

తొలిఅడుగు డెస్క్ : ఆమె నిత్య పెళ్లి కూతురు..! ఒంటరి పురుషులే లక్ష్యంగా తన బృందంతో కలిసి గాలం వేస్తుంది..! బుట్టలో పడిన వారిని పెళ్లి చేసుకుంటుంది..! వారి ఇంట్లో ఇల్లాలుగా అడుగుపెడుతుంది..! కలిసి కాపురం చేస్తుంది..! అవకాశం చిక్కగానే ఇంట్లోని నగదు, నగలు తీసుకుని ఉడాయిస్తుంది..! ఇలా ఒకరి తర్వాత ఒకరిని ఏకంగా ఆరుగురిని మోసం చేసింది..! తాజాగా ఏడో వ్యక్తిని

2

ప్రధానితో సీఎం భేటీ

రాష్ట్ర ప్రభుత్వ వాటా, నిధుల కేటాయింపులపై చర్చ

తొలిఅడుగు, న్యూఢిల్లీ : ఆంధ్రప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడి న్యూఢిల్లీ పర్యటన బిజీ బిజీగా సాగుతోంది. అందులోభాగంగా ప్రధాని నరేంద్ర మోదీతో సీఎం చంద్రబాబు భేటీ అయ్యారు. ఈ సందర్భంగా రాష్ట్ర పరిస్థితులతోపాటు ఏపీ అభివృద్ధికి సంబంధించిన అంశాలను ఈ సందర్భంగా ప్రధాని దృష్టికి సీఎం చంద్రబాబు తీసుకు వెళ్లినట్లు తెలుస్తోంది. వచ్చే ఏడాది ఫిబ్రవరి 1వ తేదీన పార్లమెంట్‌లో కేంద్ర వార్షిక బడ్జెట్‌ను ప్రవేశపెట్టనున్నారు. ఈ సందర్భంగా రాష్ట్ర ప్రయోజనాలకు

2

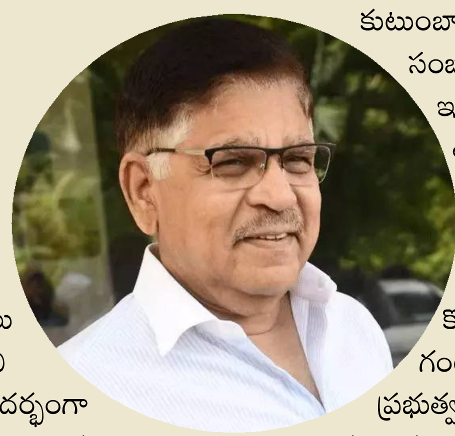
జానీ మాస్టర్ కేసులో మరో సంచలనం

తొలిఅడుగు, హైదరాబాద్ : జానీ మాస్టర్ కేసులో మరో సంచలన పరిణామం చోటు చేసుకుంది. ఈ కేసులో చార్జ్ షీట్ దాఖలు చేశారు నార్సింగ్ పోలీసులు. ఈవెంట్ పేర్లతో పలు ప్రాంతాలకు తీసుకెళ్లి లైంగిక వేధింపులకు పాటుపడినట్లు పోలీసుల నిర్ధారించారు. లేడీ కొరియోగ్రాఫర్‌పై జానీ మాస్టర్ లైంగిక వేధింపులకు పాల్పడినట్లు పోలీసులు చార్జ్‌షీట్‌లో పేర్కొన్నారు. టాలీవుడ్ లేడీ కొరియోగ్రాఫర్.. జానీ మాస్టర్ తనపై లైంగిక వేధింపులకు పాల్పడ్డాడంటూ లేడీ కొరియోగ్రాఫర్ సెప్టెంబర్ 15వ తేదీన నార్సింగ్ పోలీస్ స్టేషన్‌లో ఫిర్యాద్ చేసింది. కేసు నమోదు చేసిన పోలీసులు.. జానీ మాస్టర్‌ను అరెస్ట్ చేశారు. ఆ తరువాత కోర్టు ఆయనకు బెయిల్ మంజూరు చేయడంతో అక్టోబర్ 25వ తేదీన చంచల్‌గూడ జైలు నుంచి విడుదలయ్యారు.

వాజ్‌పేయీ జయంతి సందర్భంగా ప్రత్యేక నాణెం విడుదల

మొదటిపేజీ తరువాయి స్మారక నాణేన్ని రిలీజ్ చేశారు. అంతేకాకుండా స్టాంప్‌ను కూడా మోదీ విడుదల చేశారు. మరోవైపు వాజ్‌పేయి 100వ జయంతి సందర్భంగా ఇవాళ ఢిల్లీలోని సదైవ్ అటల్ స్మారకం వద్ద నేతలు పుష్పగుచ్ఛాలు ఉంచి నివాళి అర్పించారు. రాష్ట్రపతి ద్రౌపది ముర్ము, ఉపరాష్ట్రపతి ధనకడ్, స్పీకర్ ఓం బిర్లా , ప్రధాని మోదీ, అమిత్ షా, జేపీ నడ్డా, హెచ్‌డీ కుమార స్వామి ఇతర కేంద్ర మంత్రులు, కాంగ్రెస్ చీఫ్ మల్లికార్జున ఖర్గే, ఏపీ సీఎం చంద్రబాబు సహా పలు రాష్ట్రాల ముఖ్యమంత్రులు, మాజీ రాష్ట్రపతి రామ్‌నాథ్ కోవింద్ , బీజేపీ నేతలు వాజ్‌పేయికి నివాళి అర్పించారు.

శ్రీతేజ్ కుటుంబానికి రూ.2 కోట్ల సాయం



మొదటిపేజీ తరువాయి చెక్‌ను దిల్‌రాజ్‌కు అందజేశారు. ఈ మొత్తం సాయంలో అల్లు అర్జున్ రూ. కోటి, సుకుమార్ రూ. 50 లక్షలు, మైత్రీ మూవీస్ తరఫున రూ. 50 లక్షలు అందజేశారు. బుధవారం మధ్యాహ్నం సమయంలో ఫిల్మ్ డెవలప్‌మెంట్ కార్పొరేషన్ ఛైర్మన్ దిల్‌రాజ్, అల్లు అరవింద్, మరికొందరు సినీ ప్రముఖులు కిమ్స్‌లో చికిత్స పొందుతున్న శ్రీతేజ్‌ను, అతని కుటుంబాన్ని కలిసి పరామర్శించారు. ఈ సందర్భంగా వారి కుటుంబానికి అన్ని విధాలుగా అండగా ఉంటామని ప్రకటించారు. కిమ్స్‌లో మీడియాతో మాట్లాడిన అల్లు అరవిందద్.. శ్రీతేజ్ కుటుంబానికి రూ. 2 కోట్ల ఆర్థిక సాయం ప్రకటించారు. ఇందుకు సంబంధించిన చెక్‌ను దిల్‌రాజ్‌కు అందజేశారు. ఇదిలాఉంటే.. ఇప్పటికే అల్లు అరవింద్ రూ. 10 కోట్ల డీడీ పంపినట్లు శ్రీతేజ్ తండ్రి ప్రకటించారు. అలాగే కోమటిరెడ్డి వెంకట్ రెడ్డి రూ. 25 లక్షలు, మైత్రీ మూవీ మేకర్స్ రూ. 50 లక్షలు అందజేసినట్లు ఆయన తెలిపారు. సినీ ప్రముఖులంతా సీఎంను కలుస్తామని ఎఫ్‌డీసీ ఛైర్మన్ దిల్‌రాజు తెలిపారు. శ్రీతేజ్ త్వరగా కోలుకుంటున్నారని చెప్పారు. వెంటిలేటర్ లేకుండా 72 గంటలుగా శ్రీతేజ్‌కు చికిత్స అందిస్తున్నారని వివరించారు. ప్రభుత్వం, సినీ పరిశ్రమ మధ్య తనను వారధిగా ఉండాలని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి కోరినట్లు దిల్ రాజ్ చెప్పారు.

రోడ్డుకు సీఎం పేరు.. మండిపడిన విపక్షాలు

మొదటిపేజీ తరువాయి సలహాలు, సూచనలు ఇవ్వాలని కోరింది. దీనిపై విపక్ష జనతా దళ్ (సెక్యులర్) తాజాగా విమర్శలు గుప్పించింది. సిద్ధరామయ్య అవినీతి ఆరోపణలపై కోర్టు విచారణ ఎదుర్కొంటున్నారంటూ సామాజిక మాధ్యమం 'ఎక్స్'లో జేడీఎస్ ఒక పోస్టు పెట్టింది. చారిత్రక మైసూరు నగరంలోని కెఆర్ఎస్ రోడ్డుకు సిద్ధరామయ్య ఆరోగ్య మార్గ్ అనే పేరు పెట్టాలని మైసూరు మెట్రోపాలిటన్ కార్పొరేషన్ తీసుకున్న నిర్ణయం గర్హనీయం. ముడాలో అక్రమంగా స్థలం పొందు, మోసానికి పాల్పడిన కేసులో సిద్ధరామయ్య ఏ1 నిందితుడు. కోర్టు, లోకాయుక్త విచారను ఆయన ఎదుర్కొంటున్నారు" అని జేడీఎస్ పేర్కొంది. మైసూరు మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ ఎన్నికైన బోర్డు కాదని, అధికారులను రాష్ట్ర ప్రభుత్వమే నియమించిందని జేడీఎస్ తెలిపింది. ఇందుకు ప్రతిగానే మైసూరు సిటీ రోడ్డుకు సిద్ధరామయ్య పేరు పెట్టాలని అధికారులు ప్రతిపాదన చేసినట్టు పేర్కొంది. ముడా భూములను మింగేసిన అవినీతి ముఖ్యమంత్రి పేరును ఒక రోడ్డుకు పెట్టడం అంటే మైసూరు సిటీని, రాష్ట్రాన్ని అవమానించడమే అవుతుందని అభ్యంతరం తెలిపింది. మెటగళ్లిలోని శ్రీ లక్ష్మీ వెంకటేశ్వర స్వామి టెంపుల్ సర్కిల్, రాయల్ ఇన్ జంక్షన్ మధ్య ఉన్న రోడ్డుకు సిద్ధరామయ్య పేరు పెట్టాలని మైసూరు మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ ప్రతిపాదనగా ఉంది.

ప్రధాని మోదీతో సీఎం భేటీ

మొదటిపేజీ తరువాయి సంబదించిన అంశాలతో పాటు కేంద్ర ప్రభుత్వ పథకాలకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వ వాటా, నిధుల కేటాయింపులపై ప్రధానితో సీఎం చంద్రబాబు సమగ్రంగా చర్చించినట్లు సమాచారం. అలాగే అమరావతి నిర్మాణానికి గత మధ్యంతర బడ్జెట్‌లో రూ.15 వేల కోట్లు ఆర్థిక సాయాన్ని ప్రతిపాదించారని.. దీనిని వేగవంతం చేయాలని ఈ సమావేశంలో ప్రధాని మోదీని సీఎం చంద్రబాబు కోరినట్లు తెలుస్తోంది. విశాఖపట్నం రైల్వే జోన్ శంకుస్థాపన కార్యక్రమానికి ప్రధాని మోదీని సీఎం చంద్రబాబు ఆహ్వానించారు. ఇక ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర జీవనాడి పోలవరం ప్రాజెక్ట్ నిర్మాణానికి సహకారం అందించడంతోపాటు వరద సెస్‌కు అనుమతి ఇవ్వాలని ప్రధాని మోదీకి సీఎం చంద్రబాబు విజ్ఞప్తి చేశారు. ఇక రాష్ట్రంలో చేపట్టనున్న నూతన ప్రాజెక్టులకు ఆర్థిక సహాయ సహకారాన్ని సైతం ఈ సందర్భంగా ప్రధానికి సీఎం వివరించారు. మరోవైపు ఆర్థిక శాఖ మంత్రి నిర్మలా సీతారామన్‌తో సైతం సీఎం చంద్రబాబు భేటీ కానున్నారు. ఇంకోవైపు ఇప్పటికే కేంద్ర మంత్రులు అమిత్ షా, జేపీ నడ్డా, అశ్వినీ వైష్ణవ్‌లతో సీఎం చంద్రబాబు సమావేశమయ్యారు.

తెలుగు రాష్ట్రాల్లో వర్షాలే వర్షాలు..

తొలిఅడుగు, హైదరాబాద్ : బంగాళాఖాతంలో తీవ్ర అల్పపీడనం కొనసాగుతోంది. 24 గంటల్లో అల్పపీడనం బలహీనపడే అవకాశం ఉందని వాతావరణ శాఖ తెలిపింది.. ప్రస్తుతం పశ్చిమ మధ్య – నైరుతి బంగాళాఖాతంలో తీవ్ర అల్పపీడనం కొనసాగుతుందని.. క్రమంగా బలహీనపడే అవకాశం ఉందని వాతావరణ శాఖ అధికారులు తెలిపారు.. అల్పపీడన ప్రభావంతో రానున్న మూడు రోజుల పాటు తెలుగు రాష్ట్రాల్లో విస్తారంగా వర్షాలు కురుస్తాయని తెలిపారు.. అక్కడక్కడ తేలికపాటి నుంచి మోస్తరు, భారీ వర్షాలు కురిసే అవకాశం ఉంది. అలాగే రాబోయే ఐదు రోజులు కనిష్ట ఉష్ణోగ్రతలు నమోదవుతాయని వాతావరణ శాఖ అధికారులు అంచనా వేశారు.. తీవ్ర అల్పపీడనం ప్రభావంతంతో ఏపీలోని శ్రీకాకుళం, విజయనగరం, మన్యంతో పాటు.. నెల్లూరు జిల్లాలకు భారీ వర్ష సూచన చేసింది వాతావరణ శాఖ.. 24 గంటల్లో కోస్తాలో తేలిక నుంచి ఓ మోస్తరు వర్షాలు కురుస్తాయని తెలిపింది. మత్స్యకారులు వేటకు వెళ్లొద్దని అధికారుల సూచించారు. ప్రధాన ఓడ రేవుల్లో మూడో నెంబర్ ప్రమాద హెచ్చరిక జారీ చేశారు. అల్పపీడన ప్రభావంతో ఉమ్మడి గుంటూరు జిల్లా వ్యాప్తంగా వర్షం కురుస్తోంది. దీంతో రైతులు తీవ్రంగా నష్టపోయారు. కోతకు వచ్చిన వరి పంట నీటిపాలవడంతో రైతులు లబోదిబోమంటున్నారు. గుంటూరు, పల్నాడు జిల్లాలో ప్రతి పంటకు భారీ నష్టం వాటిల్లింది. ప్రభుత్వమే ఆదుకోవాలి రైతులు విజ్ఞప్తి చేస్తున్నారు.

తెలంగాణలో..

మరోవైపు తెలంగాణపై అల్పపీడన ప్రభావం పడింది. ఉమ్మడి వరంగల్, ఖమ్మం జిల్లా వ్యాప్తంగా అకాల వర్షం కురిసింది. కొనుగోలు కేంద్రాల దగ్గరకు తెచ్చిన రైతుల ధాన్యం తడిసి ముద్దవడంతో అన్నదాతలు ఆందోళన చెందుతున్నారు. ప్రభుత్వం ఆదుకోవాలని కోరుతున్నారు. కొనుగోలు కేంద్రాల దగ్గర ధాన్యం కొనుగోళ్లు స్పీడ్ అప్ చేయాలని డిమాండ్ చేస్తున్నారు. అటు హైదరాబాద్‌లో అల్పపీడన ప్రభావంతో పలు ప్రాంతాల్లో చిరుజల్లులు కురిసాయి. ఓవైపు చలి.. మరోవైపు చిరుజల్లులతో నగర ప్రజలు ఇబ్బందులు పడుతున్నారు.

కజికిస్థాన్ విమాన ప్రమాదంలో 42 మంది దుర్మరణం..!

మొదటిపేజీ తరువాయి గాయాలయ్యా యని, వారిని చికిత్స నిమిత్తం ఆస్పత్రికి తరలించారని చెప్పారు. ప్రమాదానికి గురైన సమయంలో విమానంలో 62 మంది ప్రయాణికులు, ఐదుగురు సిబ్బంది సహా 67 మంది ఉన్నట్లు అధికారులు తెలియజేశారు. కజకిస్థాన్‌లోని అక్టౌ నగరలో ఈ ప్రమాదం చోటుచేసుకుంది. అజర్‌బైజాన్ ఎయిర్‌లైన్స్ కు చెందిన విమానం అజర్‌బైజాన్‌లోని బాకు నుంచి రష్యాలోని గ్రోజ్నీ కి వెళుండగా ప్రమాదానికి గురైంది. గ్రోజ్నీలో దట్టమైన పొగమంచు కారణంగా విమానాన్ని 1800 కిలోమీటర్ల దూరంలోగల కజకిస్థాన్లోని అక్టౌ విమానాశ్రయానికి మళ్లించారు. అక్టౌ విమానాశ్రయంలో ఎమర్జెన్సీ ల్యాండింగ్‌కు పైలట్ ప్రయత్నించారు. అందుకోసం ఎయిర్ ట్రాఫిక్ కంట్రోల్ అనుమతి కోరారు. ఇంతలో విమానం ఆక్టౌ విమానాశ్రయం పైకి వచ్చి చక్కర్లు కొడుతూ కుప్పకూలింది. కూలడానికి ముందు విమానం పలుమార్లు కిందకు వచ్చి, పైకి వెళ్లడాన్ని చూస్తుంటే అందులో ఆఖరి నిమిషాల్లో ఏదో సాంకేతిక లోపం తలెత్తినట్లు తెలుస్తోంది. ప్రమాదం జరగగానే కజకిస్థాన్‌కు చెందిన రెస్క్యూ టీమ్స్ ఘటనా ప్రాంతానికి చేరుకుని సహాయక చర్యలు చేపట్టాయి. విమానం నుంచి 25 మంది ప్రయాణికులను సురక్షితంగా బయటకు తీశారు. వారిలో తీవ్రంగా గాయపడిన ఐదుగురిని చికిత్స నిమిత్తం హుటాహుటిన ఆస్పత్రికి తరలించారు. మరో 42 మంది మృతదేహాలను వెలికితీశారు.

రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ఘనంగా క్రిస్మస్ వేడుకలు

తొలిఅడుగు డెస్క్ : రాష్ట్రవ్యాప్తంగా క్రిస్మస్ వేడుకలు ఘనంగా జరిగాయి. ప్రార్థనా మందిరాలను సర్వాంగ సుందరంగా విద్యుద్దీపాలతో అలంకరించారు. మంగళవారం రాత్రి 9 గంటల నుంచే 12 గంటలకు పలు కార్యక్రమాలు సామూహిక ప్రార్థనలు చేపట్టారు. ప్రత్యేక ప్రార్థనలతో రోజుని ప్రారంభించనున్నారు. పండగ వేళ రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ఉన్న చర్చిలు యేసు నామస్మరణతో మార్మోగుతు న్నాయి. క్రీస్తు జన్మదినాన్ని, పురస్కరించుకుని పలువురు క్రైస్తవులకు గవర్నర్ జిష్ణుదేవ్ వర్మ క్రిస్మస్ శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. క్రిస్మస్ పండుగ శుభాకాంక్షలు తెలిపిన సీఎం రేవంత్‌రెడ్డి అన్ని మతాల సంక్షేమం, అభివృద్ధికి ప్రభుత్వం కట్టుబడి ఉందని పేర్కొన్నారు. ఆసియాలోనే రెండో పెద్దదైన మెదక్ చర్చిలో ప్రాతఃకాల ఆరాధనాతో మెదక్ చర్చిలో క్రిస్మస్ మహోత్సవం ప్రారంభమవనుంది చర్చి ఆనవాయితీ ప్రకారం శిలువను ఊరేగింపుగా తీసుకువచ్చి ప్రతిష్టాపన చేయనున్నారు. శతాబ్ది వేడుకల సందర్భంగా మెదక్ చర్చిని విద్యుత్ దీపాలతో శోభాయమానంగా అలంకరించారు.రంగురంగుల విద్యుద్దీపాలతో చర్చి ప్రాకారాలను, టవర్‌ను ముస్తాబు చేశారు. చిన్నపిల్లలను ఆహ్లాదపరిచేలా చర్చి ఆవరణలో రంగులరాట్నాన్ని ఏర్పాటు చేశారు. క్రిస్మస్ శుభాకాంక్షలు తెలిపిన గవర్నర్, సీఎం: క్రైస్తవులకు రాష్ట్ర గవర్నర్, ముఖ్యమంత్రి, ఉపముఖ్యమంత్రి సహా పలువురు మంత్రులు క్రిస్మస్ శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. ఏసుక్రీస్తు బోధనలు ఎప్పటికీ ప్రపంచంలోని మానవాళికి మార్గదర్శకమని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి అన్నారు. యేసు ప్రభువు ఆదర్శాలను గౌరవించడానికి క్రిస్మస్ సంతోషకరమైన సందర్భమని గవర్నర్ జిష్ణుదేవ్ వర్మ పేర్కొన్నారు.ప్రేమ, సహనం, త్యాగం, దాతృత్వమనే సుగుణాల ఆచరణ ద్వారా మానవాళిని సన్మార్గం వైపు నడిపించిన ఏసుక్రీస్తు జీవనం అందరికీ ఆదర్శ నీయమని డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్క, మంత్రి శ్రీధర్‌బాబు, కొండా సురేఖ అన్నారు. బీఆర్ఎస్ అధినేత కేసీఆర్ రాష్ట్ర ప్రజలకు క్రిస్మస్ పండుగ శుభాకాంక్షలు తెలిపారు.

ఒంటరి పురుషులే టార్గెట్

మోసం చేసే ప్రయత్నంలో తన టీమ్‌తో సహా పోలీసులకు చిక్కింది..! వివరాల్లోకి వెళ్తే.. పూనమ్, సంజనా గుప్తా, విమలేశ్ వర్మ, ధర్మేంద్ర ప్రజాపతి నలుగురూ ఒక ముఠాగా ఏర్పడ్డారు. వీరిలో పూనమ్ పెళ్లి కూతురులా, సంజనా ఆమెకు తల్లిలా వ్యవహరిస్తుంది. విమలేశ్, ధర్మేంద్ర ఒంటరి పురుషులు ఎక్కడ ఉన్నారా.. అని టార్గెట్ కోసం వెతుకుతారు. టార్గెట్ దొరకగానే అమ్మాయిని చూపిస్తామని, అందుకు రూ.1.5 లక్షలు ఫీజుగా చెల్లించాలని అంటారు. అవతలి పార్టీ అందుకు ఒప్పుకోగానే పూనమ్, సంజనాల దగ్గరికి తీసుకెళ్తారు. వారు మాట్లాడుకున్న తర్వాత ఇద్దరికి పెళ్లి జరిపిస్తారు. అనంతరం పూనమ్ పెళ్లి కొడుకుతో అతని ఇంటికి వెళ్తుంది.

బీజేపీ రాష్ట్ర కార్యవర్గ సభ్యులు రఘువీరారెడ్డి సహకారంతో పుస్తె మెట్టెలు అందజేత

తొలి అడుగు, హత్నూర, డిసెంబర్ 25 : బుదవారం హత్నూర మండలం బ్రాహ్మణగూడా గ్రామానికి చెందిన నీరుడి లక్ష్మి, దత్తయ్య కూతురి వివాహానికి బీజేపీ రాష్ట్ర కార్యవర్గ సభ్యులు రఘువీరారెడ్డి అన్న పేదింటి ఆడపడుచుకు "పుస్తె,మెట్టెలు" అందజేయడం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమంలో శక్తి కేంద్రం ఇంచార్జి పోచాగౌడ్, బూత్ అధ్యక్షులు శ్రీరాములు కార్యకర్తలు లచ్చగౌడ్, నవీన్, సాయికిరణ్ గౌడ్, భాస్కర్, నగేష్, విష్ణు, గణేష్, ప్రశాంత్, లచ్చయ్య తదితరులు ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు.

క్రిస్మస్ వేడుకల్లో పాల్గొన్న ఎమ్మెల్యే

కామారెడ్డి తొలి అడుగు, ప్రతినిధి, ధర్మపురి, డిసెంబర్ 25 : క్రిస్మస్ సందర్భంగా పెగడపెల్లి మండలంలోని సీఎస్ఐ చర్చిలో నిర్వహించిన క్రిస్మస్ వేడుకల్లో ముఖ్య అతిథిగా ధర్మపురి ఎమ్మెల్యే అడ్లూరి లక్ష్మణ్ పాల్గొన్నారు. క్రైస్తవ సోదర సోదీమణులకు శు భాకాంక్షలు తెలియజేశారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ..క్రైస్తవ సోదర సోదీమణులకు క్రిస్మస్ శుభాకాంక్షలు తెలియజేస్తున్నామని, రాష్ట్ర ప్రజలు మార్పు కోరుకోవడంతో కాంగ్రెస్ పార్టీ అధికారంలోకి రావడం జరిగిందన్నారు. అధికారికంగా ఒక ఎమ్మెల్యే, విప్ హెూదాలో క్రైస్తవ సోదర సోదరీమణుల మధ్య వేడుకలు జరుపుకోవడం చాలా సంతోషంగా ఉందని, ఆ క్రీస్తు కృప కటాక్షాలు ఎల్లవేళలా ధర్మపురి నియోజక వర్గ ప్రజలపైన ఎల్లవేళలా ఉండాలని మనస్ఫూర్తిగా కోరుకుంటున్నట్లు ఈ సందర్భంగా తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

వేల్పూగొండ లో కాల్వరి ప్రేమ సంఘము క్రిస్మస్ సంబరాలు

తొలి అడుగు, టేక్మాల్, డిసెంబర్ 25 : క్రిస్మస్ పండుగని పురస్కరించుకుని వేల్పుగొండ లోని కల్వరి ప్రేమ సంఘము పాస్టర్ డేవిడ్ రాజ్ సంగస్తులకు క్రిస్మస్ శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. అనంతరం వాక్యము ప్రసంగిస్తూ... యేసుక్రీస్తు ప్రపంచ సర్వమత శాంతి స్థాపన కొరకు పుట్టిన మహనీయుడని గొప్ప శాంతి దూత అని ఆయన పేర్కొన్నారు. శత్రువులను మిత్రులుగా మార్చి వారు శాంతి మార్గంలో పయనించేలా ప్రేమను చూపారని గుర్తు చేశారు. వారి మార్గం అందరికీ ఆదర్శనీయమని అన్నారు. కల్వరి ప్రేమ సంఘము సోదర సోదరీమణులు అందరూ క్రిస్మస్ వేడుకలను ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమం లో గంధం యేసు. కిష్టయ్య జైరాజ్. దయాకర్ సాయిలు. పౌలు వసంత్ కుమార్ పాల్గొన్నారు.

భారతరత్న మాజీ ప్రధాని వాజ్ పాయ్ జయంతి ఉత్సవాలు

తొలి అడుగు, ఇల్లంతకుంట, డిసెంబర్ 25 : .రాజన్న సిరిసిల్లా ఇల్లంతకుంట మండల కేంద్రంలో భారతరత్న మాజీ ప్రధాని వాజపేయి జయంతిని పురస్కరించుకొని భారతీయ జనతా పార్టీ మండల కన్వీనర్ దేశెట్టి శ్రీనివాస్ ఆధ్వర్యంలో మాజీ ప్రధాని అటల్ బిహారీ వాజపేయి చిత్రపటానికి పూలమాలవేసి నివాళు లర్పించారు ఈ సందర్బంగా అరటి పళ్లు పంపిణి చేసారు. ఈ కార్యక్రమంలో సీనియర్ నాయకులు బత్తిని స్వామి, మేకల మల్లేశం, నాగసముద్రల సంతోష్, బత్తిని సాయాగౌడ్, చిమ్మనగొట్టి శ్రీనివాస్, మామిడి హరీష్, లంకోజ్ చంద్రం, భూమళ్ల అనిల్ కుమార్, కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

నంగునూరు మండలంలో మాజీ మంత్రి హరీష్ రావు పర్యటన

తొలి అడుగు, సిద్దిపేట జిల్లా, డిసెంబర్ 25 : నంగునూరు మండలం పాలమాకుల గ్రామానికి చెందిన ఎల్లంకి మాధవరెడ్డి భార్య సులోచన ఇటీవల అనారోగ్యంతో మృతి చెందారు కాగా వారి కుటుంబానికి మాజీ మంత్రి, సిద్దిపేట ఎమ్మెల్యే హరీష్ రావు బుదవారం పరామర్శించారు. ఈ కార్యక్రమానికి మాజీ సర్పంచ్ ఎల్లంకి రవీందర్ రెడ్డి, మాజీ సర్పంచి కుమారస్వామి, ఎంపీటీసీ తులసి పరమేశ్వర్, మాజీ ఎంపీపీ జాప శ్రీకాంత్ రెడ్డి, నంగునూరు మండల్ టిఆర్ఎస్ పార్టీ నాయకులు అను గోని లింగం గౌడ్, రాగుల సారయ్య, చాప శ్రీకాంత్ రెడ్డి, పిఎస్ చైర్మన్ మహిపాల్ రెడ్డి, పలువురు నాయకులు కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

బి.టి.ఆర్.పౌండేషన్ ఆధ్వర్యంలో టేకు మంచాల అందజేత.

తొలి అడుగు, ఇల్లంతకుంట, డిసెంబర్ 25 : రాజన్న సిరిసిల్ల జిల్లా ఇల్లంతకుంట మండలం కంది కట్కూర్ గ్రామంలో పేద కుటుంబం చెక్కిళ్ళ శ్రీనివాస్ గౌడ్ – పద్మ కూతురు సంధ్య – రాకేష్ గౌడ్ వివాహనికి పది వేల విలువ గల టేక్ మంచాలు బి. టి. ఆర్. పౌండేషన్ ద్వారా అందజేశారు. బెంద్రం తిరుపతిరెడ్డి ఫౌండేషన్ వ్యవస్థాపకులు మాట్లాడుతూ.. ఇల్లంతకుంట మండలంలోని పేద కుటుంబాల కుమార్తెల వివాహలకి ఎల్లప్పుడు సహాయాలు అందిస్తూనే ఉంటామన్నారు. గ్రామాలలో యువకులు , సేవా ప్రతినిధులు సమాచారం అందించాలన్నారు. ఈ సహాయ సేవా శుభ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న ఫౌండేషన్ సేవా ప్రతినిధులు నాయకులు ముత్యం. అమర్ , తూటీ పరుశ రాములు , ఉమారెడ్డి శ్రీనివాస్ రెడ్డీ , తాళ్లపెల్లి రవి , దొమ్మటి లక్ష్మన్, భూమల్ల ప్రశాంత్, గుండెల్లి మల్లేశం, రంగు.రజినీ , చెక్కిళ్ళ ఎల్లయ్య , చదువాలా రవి, చెక్కిళ్ళ కనుకయ్య, బిగుల్లా రాజేశం, సంజయ్ , అభి తదితరులు పాల్గోని నూతన వధువును ఆశీర్వదించారు.

ఘనంగా క్రిస్టమస్ వేడుకలు

తొలి అడుగు, చిన్నకోడూరు, డిసెంబర్ 25 : సిద్దిపేట బెజ్జంకి మండల కేంద్రంలోని ఏవంలికల్ చర్చి ఆధ్వర్యంలో బుదవార క్రిస్మస్ వేడుకలు ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా క్రిస్మస్ వేడుకలలో ముఖ్యఅతిథిగా స్వేరోస్ రాష్ట్ర ప్రతినిధి బోర్ర సురేష్ కుమార్ కార్యవర్గ సభ్యులు మాట్లాడారు. కేక్ కట్ చేసి క్రిస్మస్ సందర్భంగా క్రైస్తవ సోదరులకు శుభాకాంక్షలు తెలిపారు .ఈ కార్యక్రమంలో స్వేరో సిద్దిపేట జిల్లా అధ్యక్షులు ఉప్పులేటి బాబు, బిఆర్ఎస్ పార్టీ నాయకులు కొరివి తిరుపతి, పెద్దన్న, బొనగం లక్ష్మీనారాయణ, రూపేష్, అంబేద్కర్ యువజన సంఘం అధ్యక్షులు భువనగిరి రాజ్ కుమార్, చర్చి పాస్టర్లు, ఆనంద్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

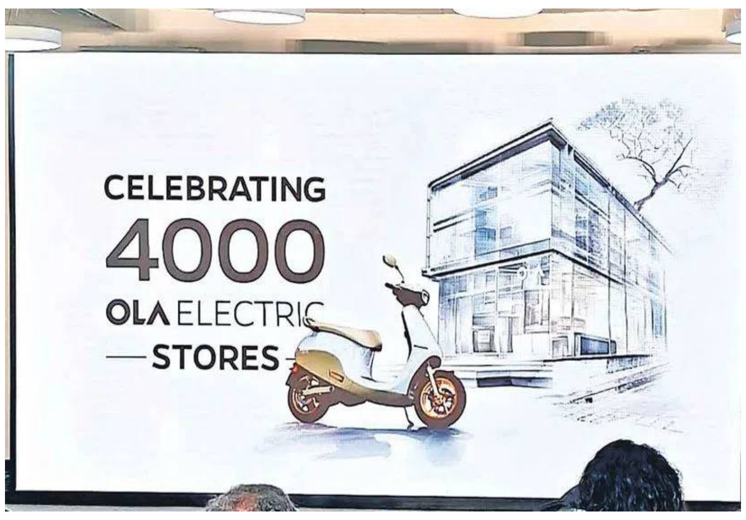
తొలిఅడుగు
తెలుగు దిన పత్రిక

ఘనంగా క్రిస్మస్ వేడుకలు:

– డిసిసిబి డైరెక్టర్ గంప వెంకటేష్ గుప్తా, మాజీ జెడ్పిటిసి జర్పుల దశరథ్ నాయక్

తొలిఅడుగు, కల్వకుర్తి, డిసెంబర్ 25 : కడ్తాల్ మండల పరిధిలో రావిచేడ్ గ్రామంలో క్రిస్మస్ వేడుకలు నిర్వహించడం జరిగింది. ప్రజల కోసం ఎన్నో కష్టనష్టాలను అనుభవించి ప్రజల కోసమే జీవితాన్ని త్యాగం చేసిన మహనీయుడు, కరుణామయుడు యేసుక్రీస్తు అని ఉమ్మడి మహబూబ్నగర్ జిల్లా డిసిసిబి డైరెక్టర్ ఆమనగల్, కడ్తాల్ సింగల్ విండో చైర్మన్ గంప వెంకటేష్ గుప్తా కడ్తాల్ మాజీ జెడ్పిటిసి, ఎల్ హెచ్ పి ఎస్ రాష్ట్ర ఉపాధ్యక్షుడు జరుపుల దశరత్ నాయక్ అన్నారు. మండలంలోని రావిచేడు గ్రామంలో ఉన్న చర్చ్ లో క్రిస్మస్ వేడుకల్లో పాల్గొని క్రైస్తవ సోదర సోదరీమణులకు శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా క్రైస్తవ సోదరులతో కలిసి కేక్ కట్ చేశారు. అనంతరం క్రిస్మస్ క్యాలెండర్ ను గంప వెంకటేష్ గుప్తా, దశరథ్ నాయకులు ఆవిష్కరించి అనంతరం వారిని సన్మానించారు. ఒకరికి ఒకరు పండుగ శుభాకాంక్షలు తెలియజేసుకున్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో రావిచేడు మాజీ సర్పంచ్ విఠలయ్య గౌడ్, మాజీ ఉప సర్పంచ్ పాండు, బిజెపి నాయకులు బాలెందర్ నాయక్, చర్చి పాస్టర్ రాజేష్ సంఘం సభ్యులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఓలా ఒకేరోజు 3,200 స్టోర్లు



న్యూఢిల్లీ, తొలిఅడుగు,: ప్రముఖ ఎలక్ట్రిక్ వాహన సంస్థ ఓలా స్పీడ్ పెంచింది. ఒకేసారి దేశవ్యాప్తంగా 3,200 అవుట్‌లెట్లను తెరిచింది. దీంతో మొత్తం అవుట్‌లెట్ల సంఖ్య 4 వేలకు చేరుకున్నాయి. కొనుగోలుదారులకు మెరుగైన సేవలు అందించాలనే ఉద్దేశంతో మెట్రో, ద్వితీయ, తృతీయ శ్రేణి నగరాల్లో సైతం స్టోర్లను ప్రారంభించినట్లు ఓలా ఎలక్ట్రిక్ సీఎండీ భావిశ్ అగర్వాల్ తెలిపారు. దీంట్లోభాగంగా హైదరాబాద్‌లోనూ స్టోర్‌ను ప్రారంభించింది. సర్వీస్ సెంటర్ కలుపుకొని ఏర్పాటు చేసిన ఈ స్టోర్లలో పూర్తిగా ఆధునీకరించినట్లు చెప్పారు.

ఘనంగా క్రిస్మస్ వేడుకలు

తొలిఅడుగు, అమనగల్, డిసెంబర్ 25 : ఆమనగల్ పట్టణంలో ఇమ్మానుయేల్ బైబిల్ చర్చి నందు రేవ: భూక్య లక్ష్మణ్ నాయక్ గారి ఆధ్వర్యంలో ఏసుక్రీస్తు జననం యొక్క గొప్పతనాన్ని మరియు ఆయన పునరుద్దాన,ఆయన రెండవ రాకడ గూర్చి మాట్లాడుతూ ఆమనగల్లు చుట్టుప్రక్కల గ్రామాలు మరియు తండాలు ప్రజలు మారుమనసు పొంది దేవున్ని ప్రేమను తెలుసుకోని ప్రతి ఒక్కరూ ఆయన సుదీర్ఘమైన మార్గములో నడవాలని మాట్లాడుతూ లోకంలో జరుగుతున్న దాడులు అన్యాయాలను అరికట్టాలంటే దేవుని పట్ల విశ్వాసము భయము భక్తిలో ప్రతి ఒక్కరు కలిగి ఉండాలని ఆయన కోరారు.,మరియు ఇమ్మానుయేల్ సంఘ పెద్దలు, సభ్యులు పాల్గొని ఘనంగా క్రిస్మస్ వేడుకలు ఆటపాటలతో యేసయ్యను ఘనపరిచారు.

ఘనంగా అటల్ బీహారీ వాజ్ పయి జయంతి

– మాజీ జాతీయ బి సి కమిషన్ సభ్యులు తల్లోజు ఆచారి

తొలిఅడుగు, అమనగల్, డిసెంబర్ 25 : ఆమనగల్ మున్సిపాలిటీ చౌరస్తా లో ‘ అటల్ బిహారీ వాజ్‌పేయి” జయంతి ఘనంగా నిర్వహించారు, బిజెపి శాఖ ఆధ్వర్యంలో బైక్ ర్యాలీ నిర్వహించి అనంతరం, అటల్ బిహారీ వాజ్‌పేయి చిత్రపటానికి నివాళులర్పించడం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథులుగా పాల్గొన్న తెలంగాణ ప్రాంత సంఘటన మంత్రి శ్రీ చంద్ర శేఖర్ జీ గ, మాజీ జాతీయ బీసి కమిషన్ సభ్యుడు శ్రీ తల్లోజు ఆచారి గారు, తెలంగాణ బిజెపి రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి గుజ్జల ప్రేమేందర్ రెడ్డి పాల్గొన్నారు. రాష్ట్ర కార్యవర్గ సభ్యుడు కండే హరిప్రసాద్, మున్సిపల్ చైర్మన్ రాంపాల్, వైస్ ఛైర్మన్ దుర్గయ్య, మున్సిపాలిటీ కౌన్సిలర్స్, సుండూర్ శేఖర్, చెక్కల లక్ష్మణ్, గోరటి నర్సింహ, బైకని శ్రీశైలం, విజయ్ కృష్ణ, చెన్నకేశవులు, బిజెపి నాయకులు పల్లె యాదయ్య మోక్తాల వెంకటయ్య, రవిరథోడ్, పద్మ ప్రశాంత్, విష్ణు చారి, %ఖఎ% శ్రీను, పాతకోట శివ, చంద్రయ్య, గిరి, అశోక్, ఎర్రవోలు మహేష్, వరికుప్పల శ్రీను, గుజ్జరి శ్రీను బిజెపి నాయకులు, కార్యకర్తలు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

శ్రీనివాస్ యాదవ్ కు పరమార్శ

తొలిఅడుగు, కల్వకుర్తి, డిసెంబర్ 25 : తలకొండపల్లి మాజీ ఎంపీపీ శ్రీనివాస్ యాదవ్ తండ్రి విశ్రాంత ప్రధానోపాద్యులు సి . జంగయ్య ఇటీవల మరణించారు. బుధవారం తలకొండపల్లి మండలంలోని వివిధ గ్రామల నాయకులు వెల్జాల్ గ్రామంలో శ్రీనివాస్ యాదవ్ గారిని పరామర్శించి వారి తండ్రి జంగయ్య చిత్ర పటానికి నివాళులు అర్పించారు.ఈ కార్యక్రమంలో మండలంలోని మాజీ ప్రజాప్రతినిధులు, నాయకులు,యువకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ముమ్మరంగా కొనసాగుతున్న ఇందిరమ్మ ఇళ్ల సర్వే

– సోషల్ మీడియా ఇంచార్జి దేవరశెట్టి మహేష్

తొలిఅడుగు, కల్వకుర్తి, డిసెంబర్ 25 : అమనగల్ మున్సిపాలిటీ పరిధిలో సంకోటోనీపల్లి లో ఇందిరమ్మ ఇండ్ల సర్వే నిర్వహించడం జరిగింది. బడుగుబాలహీన వర్గాల పేదలకు కాంగ్రెస్ పాలనలో ఇందిరమ్మ ఇండ్లు అని కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకుడు, సోషల్ మీడియా ఇంచార్జి దేవరశెట్టి మహేష్ అన్నారు. తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం చేపట్టిన ఇందిరమ్మ ఇండ్లను బుధవారం అమనగల్లు మున్సిపాలిటీ పరిధిలోని 8వ వార్డు సంకటోనీపల్లి గ్రామంలో కల్వకుర్తి ఎమ్మెల్యే కసిరెడ్డి నారాయణరెడ్డి ఆదేశానుసారము మున్సిపల్ అధికారి ఎల్లయ్యతో కలిసి సర్వే చేపట్టడం జరిగింది. దేవరశెట్టి మహేష్ మాట్లాడుతూ.. ఇల్లు లేని నిరుపేదలు ప్రజాపాలనలో సమర్పించిన దరఖాస్తు ఆధారంగా కార్యదర్శి ఇందిరమ్మ యాప్ ద్వారా సర్వే చేపట్టడం జరుగుతుందని, ఇందిరమ్మ పథకం కింద పూర్తి సాయి అర్వాత గల నిరుపేద కుటుంబాలకు ఇళ్ళను అందజేసే లక్ష్యంతో ప్రభుత్వం పని చేస్తుందని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఇందిరమ్మ కమిటీ సభ్యుడు వసంత రవి మరియు గ్రామస్థులు తాళ్ల శేఖర్, బాలయ్య, దావా రమణమ్మ, మున్సిపల్ సిబ్బంది మోహీన్, బాబా, శ్రవణ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సమరసత సేవా ఫౌండేషన్ ఆధ్వర్యంలో 10 వ రోజు మేలుకొలుపు కార్యక్రమం

తొలి అడుగు పరవాడ డిసెంబర్ 25: సమరసత సేవా ఫౌండేషన్ ఆధ్వర్యంలో మేలుకొలుపులు కార్యక్రమాలు పరవాడ మండలం నాయుడుపాలెం,వాడచీపురుపల్లి పరవాడ, లంకెలపాలెం,వెన్నెల పాలెం వివిధ గ్రామాల్లో 10 వ రోజు మేలుకొలుపులు కార్యక్రమం. భగవంతుడు గ్రామ పురవీధుల్లో ఊరేగించి ఇంటింటికి భగవంతుడు వస్తున్నాడు భావనతో అందరూ మేల్కొని తనకు తోచిన విధంగా భగవంతుని ఆరాధిస్తూ భగవంతుని నామముతో గ్రామమంతా పులకిస్తూ ఆయురారోగ్యాలు అష్టైశ్వర్యాలు ప్రజలందరూ సంతోషంగా ఉండేటట్టుగా భగవంతుడు నామం వల్ల జరుగుతుందని పెద్దలు అంటూ ఉండేవారు అందుకని దేవాలయ కేంద్రంగా నగర సంకీర్తన చేయాలని ప్రతి ఇంటికి భగవంతుడు వస్తున్నాడు అని భావంతో భక్తి శ్రద్ధలతో కుటుంబం అందరూ కలిసి కరుణా కటాక్ష కలుగుతుంది. ప్రతీ గ్రాముల నుంచి విశ్వహిందూ పరిషత్ ఆధ్వర్యంలో హైందవ శంఖారావం కార్యక్రమం జనవరి 5వ తేదీ విజయవాడ దగ్గర కేసరపల్లి జరుగు సభకు ఎక్కువ సంఖ్యలో రావాలని నాలుగు లక్షల హిందువులు ఒకచోట కలవడం ఒక అద్భుతమైన సన్నివేశం ఇటువంటి దృశ్యాన్ని చూడడం మహాభాగ్యమని మనందరం కోరుకుందాం కావున ఇటువంటి కార్యక్రమం గురించి అందరితో మాట్లాడి అందరూ కలిసి తన సొంత డబ్బులతో ఈ కార్యక్రమానికి రావాలని పిలుపునివ్వడం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమంలో గ్రామ ప్రజలు పెద్దలు, గుడిలో పూజారులు, గ్రామ పూజారులు, మాతృమూర్తులు, గురువులు, అధిక సంఖ్యలో భక్తులు పాల్గొన్నారు

ఘనంగా మాజీ ప్రధాని వాజ్ పాయ్ జన్మదిన వేడుకలు

తొలి అడుగు, జీలుగుమిల్లి: మండలంలోని జీలుగుమిల్లి, దర్భ గూడెం గ్రామాలలో భారతీయ జనతా పార్టీ ఆధ్వర్యంలో భారత మాజీ ప్రధాని అటల్ బీహార్ వాజ్ పేయి 100 వ పుట్టినరోజు వేడుకలు బిజెపి శ్రేణులు ఘనంగా నిర్వహించారు. వాజ్ పేయి చిత్రపటానికి పూలమాలలు వేసి ఘనంగా నివాళులు అర్పించారు. ఈ సందర్భంగా బిజెపి జిల్లా కార్యదర్శి చాట్రాతి ప్రసాద్ మాట్లాడుతూ భారత ప్రధానిగా ఆరు సంవత్సరాలు పరిపాలనలో అనేక సంస్కరణలు తీసుకొచ్చిన ఘనత వాజ్పేయికి దక్కుతుందని ఆయన అన్నారు. ఆయన చేసిన సేవలకు గుర్తుగా భారత ప్రభుత్వం భారతరత్న బిరుదును ఇవ్వడం చాలా సంతోషమని ఆయన అన్నారు. నాటి నుండి నేటి వరకు భారతీయ జనతా పార్టీ దేశ ప్రజల కొరకు అనేక సంక్షేమ పథకాలు అమలు చేసిందని ఆయన తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో బిజెపి మండల అధ్యక్షుడు కొండపల్లి ప్రసాద్. ఆర్ఎస్ఎస్ జిల్లా నాయకులు గడ్డమునుగు సత్యనారాయణ. నాయకులు పులగం సుబ్బారెడ్డి. పి కోటిరెడ్డి. గెడ్డం రామకృష్ణ. శివ సాయి రాము తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఎన్ఆర్ఐ డిపాజిట్లు అదుర్స్..

న్యూఢిల్లీ, తొలి అడుగు,: రూపాయి పతనం ప్రవాస భారతీయులకు కలిసొస్తున్నది. డాలర్‌తో పోలిస్తే రూపాయి మారకం విలువ రోజుకొక కనిష్ఠ స్థాయికి పడిపోతుండటంతో విదేశాల్లో స్థిరపడిన భారతీయులు దేశీయంగా భారీగా పెట్టుబడులు పెట్టడానికి ముందుకొస్తున్నారు. ఇక్కడ కూడా రియల్ ఎస్టేట్ రంగం అంతంత మాత్రంగానే ఉండటంతో ప్రత్యామ్నాయాల్లో భాగంగా డిపాజిట్లకు మొగ్గుచూపుతున్నారని రిజర్వు బ్యాంక్ తాజాగా విడుదల చేసిన నివేదికలో వెల్లడించింది. ప్రస్తుత ఆర్థిక సంవత్సరం తొలి ఏడు నెలల్లో(ఏప్రిల్ నుంచి అక్టోబర్ వరకు) ఏకంగా 12 బిలియన్ డాలర్ల విలువైన డిపాజిట్లు చేశారు. వీటిలో ఫారిన్ కరెన్సీ నాన్-రెసిడెంట్(ఎఫ్‌సీఎన్ఆర్) డిపాజిట్లు, నాన్-రెసిడెంట్ ఎక్స్‌టర్నల్(ఎన్ఆర్ఈ) డిపాజిట్లు, నాన్-రెసిడెంట్ ఆర్డినరి(ఎన్ఆర్వో) డిపాజిట్లు ఉన్నాయి. క్రితం ఏడాది ఇదే సమయంలో చేసిన 6.11 బిలియన్ డాలర్ల డిపాజిట్లతో పోలిస్తే రెండు రెట్లు పెరిగాయి. దీంతో అక్టోబర్ 2024 చివరినాటికి ఎన్ఆర్ఐ డిపాజిట్లు 162.69 బిలియన్ డాలర్లకు చేరుకున్నాయి. అంతక్రితం ఏడాది ఇది 143.48 బిలియన్ డాలర్లుగా ఉన్నాయి. ఒక అక్టోబర్ నెలలోనే ప్రవాస భారతీయులు బిలియన్ డాలర్ల విలువైన పెట్టుబడులు పెట్టడం విశేషం. వీటిలో అత్యధికంగా ఎఫ్‌సీఎన్ఆర్(బీ) డిపాజిట్ల రూపంలో వచ్చాయని సెంట్రల్ బ్యాంక్ వెల్లడించింది. ఏడాది క్రితం 2.06 బిలియన్ డాలర్లు రాగా, ఈసారి మూడింతలు పెరిగి 6.1 బిలియన్ డాలర్లకు చేరుకున్నాయని తెలిపింది. ఏడాది నుంచి ఐదేండ్ల కాలపరిమితితో కూడిన డిపాజిట్లకు అత్యధిక మంది ఎన్ఆర్ఐలు ఆసక్తి చూపుతున్నారని, ఈ డిపాజిట్లు కూడా విదేశీ కరెన్సీ రూపంలో చేస్తుండటం విశేషం.

పసిడి పరుగో.. పరుగు

న్యూఢిల్లీ, తొలి అడుగు,: బంగారం ధగధగ మెరుస్తున్నది. అంతర్జాతీయ దేశాల్లో అనిశ్చిత పరిస్థితులు ఏర్పడటంతో పెట్టుబడిదారులు తమ పెట్టుబడులను సురక్షితమైన అతి విలువైన లోహాలవైపు మళ్లించడంతో ప్రస్తుతేడాది ధరలు రికార్డు స్థాయికి చేరుకున్నాయి. దీంతో గడిచిన ఏడాదికాలంలో బంగారం, వెండి ధరలు 30 శాతం వరకు పెరిగాయి. అగ్రరాజ్యం అమెరికా ఆర్థిక సంక్షోభంలోకి కూరుకుపోతుండటం, పశ్చిమాసియా దేశాల మధ్య నెలకొన్న ఉద్రిక్తత పరిస్థితులు కారణంగా ఈ ఏడాది ధరలు భారీగా పెరిగాయని విశ్లేషకులు వెల్లడిస్తున్నారు.

ప్రస్తుతం బంగారం ధరలు దేశవ్యాప్తంగా రూ.76 వేల నుంచి రూ.78 వేల స్థాయిలో ఉన్నాయి. కానీ, వచ్చే ఏడాది తులం పుత్తడి ధర రూ.81 వేల స్థాయిలో ఉంటుందని విశ్లేషకులు అంచనావేస్తున్నారు. పుత్తడితోపాటు వెండి ధరలు భారీగా పెరుగుతున్నాయి. పారిశ్రామిక వర్గాలు, నాణేల తయారీదారుల నుంచి కొనుగోళ్లు ఊపందుకోవడంతో పాటు ఎలక్ట్రానిక్స్, సోలార్ ప్యానెళ్లు, హెల్త్‌కేర్, ఎలక్ట్రిక్ వాహనాల్లోనూ వెండి వాడకం భారీగా పెరిగింది. సరఫరా-డిమాండ్ మధ్య వ్యత్యాసం అధికంగా ఉండటం కూడా ధరలు పెరగడానికి కారణమని వారు అంటున్నారు

బీమాకు తగ్గుతున్న గిరాకీ

న్యూఢిల్లీ, తొలి అడుగు, ఓవైపు దేశంలో 'అందరికీ బీమా' లక్ష్యంతో భారతీయ బీమా నియంత్రణ, అభివృద్ధి ప్రాధికారిక సంస్థ (ఐఆర్‌డీఏఐ) ముందుకెళ్తుంటే.. మరోవైపు ఏటేటా పాలసీలు తీసుకునేవారి సంఖ్య క్షీణిస్తున్నది. 2047కల్లా ప్రతీ భారతీయునికి బీమా ఉండాలన్నది బీమా రంగ రెగ్యులేటర్ ఐఆర్‌డీఏఐ ఆశయం. కానీ గత రెండు ఆర్థిక సంవత్సరాల తీరును చూస్తే.. ఇది నెరవేరడం అంత ఈజీ కాదని స్పష్టమైపోతున్నది. అవును.. ఐఆర్‌డీఏఐ 2023-24 వార్షిక నివేదికలోని వివరాలను చూస్తే ఇంతే మరి. గత ఆర్థిక సంవత్సరం (2023-24) దేశంలో ఇన్సూరెన్స్ పెనెట్రేషన్ (జీడీపీలో వార్షిక ప్రీమియంల నిష్పత్తి) 3.7 శాతానికి పరిమితమైంది. అంతకుముందు ఆర్థిక సంవత్సరం (2022-23) ఇది 4 శాతంగా ఉండటం గమనార్హం. ఇక 2021-22లోనైతే 4.2 శాతంగా నమోదైంది. దీంతో ఏండ్లు గడుస్తున్నకొద్దీ కొత్త పాలసీలు అంతకంతకూ పడిపోతున్నాయన్నమాట. ఏటేటా ఇన్సూరెన్స్ కంపెనీలు వసూలు చేస్తున్న బీమా ప్రీమియంల ఆధారంగా ఈ బీమా పెనెట్రేషన్‌ను అంచనా వేస్తారన్న విషయం తెలిసిందే.

జీవిత బీమాలో..

జీవిత బీమాను తీసుకోవడంలో చాలామంది అంతగా ఆసక్తి చూపట్లేదని తాజా ఐఆర్‌డీఏఐ రిపోర్టు ఆధారంగా తేటతెల్లమవుతున్నది. ఈ ఏడాది మార్చి 31తో ముగిసిన సంవత్సర కాలంలో లైఫ్ ఇన్సూరెన్స్ పెనెట్రేషన్ వృద్ధిరేటు 2.8 శాతానికి తగ్గుముఖం పట్టింది. అంతకుముందు ఏడాదిలో ఇది 3 శాతంగా ఉన్నది. ఇక నాన్-లైఫ్ కవరేజీలు 1 శాతంతో స్థిరంగా ఉన్నాయి. దీంతో దేశంలో బీమా వ్యాప్తికి మరింతగా కృషి చేయాలని బీమా రంగ సంస్థలకు ఐఆర్‌డీఏఐ పిలుపునిచ్చింది. వచ్చే 23 ఏండ్లలో (2047 నాటికి) దేశంలోని మొత్తం జనాభాకు బీమా సదుపాయం ఉండేలా శ్రమించాలన్నది.

పెరిగిన తలసరి ప్రీమియం

గత ఆర్థిక సంవత్సరం తలసరి బీమా ప్రీమియం 95 డాలర్లకు పెరిగింది. అంతకుముందు ఇది 92 డాలర్లే. నాన్-లైఫ్ ఇన్సూరెన్స్‌లో 22 నుంచి 25 డాలర్లకు పెరగగా.. లైఫ్ ఇన్సూరెన్స్‌ల్లో 70 డాలర్లుగానే ఉన్నది. కాగా, 2016-17 నుంచి ఏటా తలసరి బీమా ప్రీమియంలు పెరుగుతూనే ఉన్నట్టు ఐఆర్‌డీఏఐ చెప్తున్నది. ఇదిలావుంటే గత ఏడాది ప్రపంచ బీమా నమోదులో వృద్ధి 7 శాతంగా ఉన్నది. జీవిత బీమాలో 2.9 శాతంగా, జీవితేతర బీమా పాలసీల్లో 4.1 శాతంగా ఉన్నట్టు అంచనా. ఇక 2023లో ప్రపంచ తలసరి బీమా ప్రీమియం 889 డాలర్లుగా ఉన్నది. అమెరికా, దక్షిణ కొరియా, బ్రిటన్‌లలో ఇన్సూరెన్స్ పెనెట్రేషన్ వరుసగా 11.9, 11, 9.7 శాతాలుగా ఉన్నాయి. దక్షిణాఫ్రికాలోనూ 11.5 శాతం నమోదవడం విశేషం. నాన్-లైఫ్ ఇన్సూరెన్స్ ఇండస్ట్రీలో 2023-24కుగాను క్లెయిముల నిష్పత్తి స్వల్పంగా తగ్గినట్టు ఐఆర్‌డీఏఐ తెలిపింది. 82.52 శాతంగా ఉందన్నది. 2022-23లో ఇది 82.95 శాతంగా ఉన్నది.

తొలిఅడుగు
తెలుగు దిన పత్రిక

ఈ ఆకుపచ్చ కూరగాయతో హెయిర్‌ప్యాక్ ట్రై చేయండి.. నల్లటి మెరుపుతో ఒత్తైన జుట్టు మీ సొంతం..!

తొలిఅడుగు,: ఆరోగ్యం : కాకరకాయలో యాంటీ ఫంగల్ గుణాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. దీని వల్ల చుండ్రుకు కారణమయ్యే ఫంగస్‌ను నిర్మూలిస్తుంది. కాకరకాయ రసం తలలో తేమను తగ్గించి, చుండ్రు పెరగకుండా చేస్తుంది. ఒక అధ్యయనంలో కాకరకాయలో ఉండే కణాలు జుట్టు పెరుగుదలను ప్రోత్సహిస్తాయని తేలింది. ఇవి మాడుకు పోషణను ఇచ్చే జుట్టు కుదుళ్లను బలోపేతం చేస్తాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. అయితే, కాకరకాయతో జుట్టు సమస్యలకు ఎలా చెక్ పెట్టొచ్చు ఇక్కడ తెలుసుకుందాం..

తాజాగా ఉన్న, ముదురు ఆకుపచ్చగా ఉన్న కాకరకాయను తీసుకోండి. కాకరకాయను బాగా కడిగి, చిన్న చిన్న ముక్కలుగా కోసి, విత్తులను తీసివేయాలి. కాకరకాయ ముక్కలను బ్లెండర్ జార్‌లో వేసి, పాలు కలిపి మిక్సీ చేయండి. మిక్సీ చేసిన పేస్ట్‌ను జల్లెడలతో రసం తీయండి. రసాన్ని తలకు పూర్తిగా అప్లై చేసి స్మూత్‌గా మసాజ్ చేసి, 30 నిమిషాల పాటు అలాగే వదిలేయండి. ఆ తరువాత చల్లటి నీటితో తలను శుభ్రంగా వాష్ చేసుకోవాలి. వారానికి 2-3 సార్లు ఈ రసాన్ని తలకు పట్టించవచ్చు. త్వరలో చక్కటి మార్పును గమనిస్తారు. అలాగే, కాకరకాయ నూనెను తయారు చేసుకోవచ్చు. కొబ్బరి నూనె లేదా ఆలివ్ నూనెలో కాకరకాయ ముక్కలను వేసి కొన్ని రోజులు పాటు నిల్వ ఉంచాలి. ఆ తర్వాత ఆ ముక్కలను పిండి తీసేయండి. ఆ నూనెను జుట్టుకు పట్టించండి. ఇది ఎంతో ప్రభావవంతంగా పనిచేస్తుంది. కాకరకాయలో యాంటీ మైక్రోబయల్, యాంటీ ఆక్సిడెంట్ లక్షణాలు ఎక్కువ. ఇది తలపై ఆక్సీకరణ ఒత్తిడిని తగ్గిస్తుంది. దీనివల్ల జుట్టు రాలకుండా ఆగుతుంది. అలాగే తలపై ఉన్న మాడును ఇది హైడ్రేటెడ్ గా ఉంచుతుంది. కాకరకాయలో ఉండే విటమిన్లు వెంట్రుకలను అందంగా, పొడవుగా పెరిగేలా చేస్తుంది. కాకరకాయ జ్యూస్ మీ జుట్టుకు సహజమైన కండిషనర్ల పనిచేస్తుంది. జుట్టును విరిగిపోకుండా నిరోధిస్తుంది.

మీ ఫ్రిడ్జ్‌లో కూడా ఇలాగే అవుతుందా.? అసలు కారణం ఏంటంటే..

తొలిఅడుగు,: ఆరోగ్యం : ఇంట్లో ఫ్రిడ్జ్ ఉన్న ప్రతీ ఒక్కరూ ఎదుర్కొనే సమస్యల్లో ఇది ప్రధానమైంది. ఉన్నపలంగా ఫ్రిడ్జ్ డీప్ ఐస్ కొండలా పేరుకుపోతుంది. ఏం చేయాలో అర్థం కాదు. దీంతో చాలా మంది ఫ్రిడ్జ్‌ను ఆఫ్ చేస్తారు. దీంతో ఐస్ అంతా కరిగిపోతుంది. అలాగే డీప్ ఫ్రీజర్‌కు పక్కన డీ ఫ్రీజ్ బటన్‌ను నొక్కడం వల్ల కూడా ఈ సమస్యకు పరిష్కారం లభిస్తుంది. అయితే అసలు ఈ సమస్య ఎందుకు వస్తుంది.? రాకుండా ఉండాలంటే ఏం చేయాలో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.. ఫ్రిడ్జ్ డోర్‌కు ముందే రబ్బరు పట్టీ పాడైనా ఇలాంటి సమస్య ఏర్పడుతుంది. రబ్బర్ పట్టీ లూజ్ అయినా, పగిలినా బయటి గాలి లోపలికి వెళ్తుంది. దీంతో ఐస్ పేరుకుపోతుంది. అందుకే డోర్ రబ్బర్ ఎలా ఉందో చూడాలి. పట్టీ ఏమైనా పగిలినట్లు కనిపిస్తే వెంటనే మార్చుకోవడం ఉత్తమం. సాధారణంగా లోపలి నుంచి కూల్ బయటకు వెళ్లకుండా ఉపయోగపడేందుకు ఈ రబ్బర్ పట్టీ ఉపయోగపడుతుంది. ఇక ఫ్రిడ్జ్ నుంచి నీరు బయటకు పోయేందుకు ఒక వ్యవస్థ ఉంటుంది. ఇందులో కాయిల్ దెబ్బతిన్నా ఇలాంటి సమస్య ఏర్పడుతుంది. ఫ్రిడ్జ్‌లోని అదనపు నీరు బయటకు వెళ్లేందుకు ఈ కాయిల్ ఉపయోగపడుతుంది. కాబట్టి ఈ కాయిల్‌లో సమస్య ఏర్పడితే ఐస్ ఏర్పడుతుంది. అందుకే కాయిల్ పనితీరును గమనించాలి. అలాగే ఫ్రిడ్జ్‌లో నీటిని శుభ్రపరిచే వాటర్ ఫిల్టర్ విచ్ఛిన్నమైనా కూడా మంచు ఏర్పడుతుంది. ఫిల్టర్‌ను మార్చడం ద్వారా ఈ సమస్యకు చెక్ పెట్టొచ్చు. ఫ్రిడ్జ్ ఎక్కువ కాలం ఎలాంటి సమస్య లేకుండా పనిచేయాలంటే ఎప్పటికప్పుడు రిపేర్ చేయించుకోవాలి. ఏవైనా సమస్యలు ఉంటే వెంటనే రిపేర్ చేయించుకోవాలి. అలాగే ప్రతీ వారం రోజులకొకసారి ఫ్రిడ్జ్‌లో డీ ఫ్రీజ్ బటన్‌ను నొక్కాలి.

నిమ్మ ఆకులతో ఇలా చేయండి.. ఆ సమస్యలన్నీ పరార్ అవుతాయి..

తొలిఅడుగు,: ఆరోగ్యం : ప్రకృతి ఇచ్చిన గొప్ప వరాల్లో నిమ్మకాయ ఒకటి. సహజంగా లభించే నిమ్మకాయతో ఎన్నో లాభాలు ఉన్నాయో ప్రత్యేకంగా చెప్పాల్సిన పనిలేదు. జీర్ణ సంబంధిత సమస్యలు మొదలు పలు రకాల అనారోగ్య సమస్యలకు నిమ్మరసం దివ్యౌషధంగా పనిచేస్తుంది. అందుకే ప్రతీరోజూ నిమ్మరసాన్ని తీసుకోవాలని సూచిస్తుంటారు. అయితే కేవలం నిమ్మకాయలు మాత్రమే కాకుండా నిమ్మ ఆకులు కూడా ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తాయని మీకు తెలుసా.? ఇంతకీ నిమ్మ ఆకులను ఎలా ఉపయోగించాలో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.. బీపీని కంట్రోల్ చేయడంలో నిమ్మ ఆకులు ఎంతో ఉపయోగపడుతాయి. నిమ్మ ఆకులతో హెర్బల్ టీ చేసుకొని తాగడం వల్ల రక్తపోటు అదుపులోకి వస్తుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఇందులోని యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్ బీపీని అదుపు చేస్తుంది. చర్మ సంబంధిత సమస్యలను దూరం చేయడంలో కూడా నిమ్మ ఆకులు ఉపయోగపడుతాయి. నిమ్మ ఆకులతో చేసిన హెర్బల్ టీ తాగడం వల్ల చర్మ వ్యాధుల నుంచి బయటపడొచ్చని నిపుణులు చెబుతున్నారు. డయాబెటిస్‌తో బాధపడేవారికి కూడా నిమ్మ ఆకులు బాగా ఉపయోగపడుతాయి. నిమ్మ ఆకులతో చేసిన హెర్బల్ టీ తాగడం వల్ల షుగర్ కంట్రోల్ అవుతుంది. ఇందులో ఇన్సులిన్ ఉత్పత్తి చేసే లక్షణాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. జీర్ణ సంబంధిత సమస్యలను దూరం చేయడంలో కూడా నిమ్మ ఆకుల టీ ఉపయోగపడుతుంది. వేడి నీళ్లలో ఆకులను నానబెట్టి ఆ నీటిని క్రమంతప్పకుండా తాగాలి. ఇలా చేయడం వల్ల జీర్ణశక్తి మెరుగవుతుంది. అలాగే ఇవి శరీరానికి అవసరమైన గట్ బ్యాక్టీరియాను ఉత్పత్తి చేసేందుకు తోడ్పడుతుంది. నిమ్మ ఆకులను మజ్జిగలో కలుపుకొని తీసుకోవడం వల్ల కూడా ఎంతో మేలు జరుగుతుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. దీంతో జీర్ణ సంబంధిత సమస్యలు దూరమవుతాయి. చర్మంపై దద్దుర్లు, మొటిమలు సమస్యలు కూడా నిమ్మ ఆకులతో దూరమవుతుంది. నిమ్మ ఆకులను లేపనంలా చేసి చర్మంపై అప్లై చేసుకోవాలి. ఇలా చేస్తే నొప్పులు తగ్గిపోతాయి.

ఆవాలు తింటే ఇన్ని లాభాలా..? తెలిస్తే మాత్రం అసలు వదిలిపెట్టరండోయ్..!

తొలిఅడుగు,,: ఆరోగ్యం : ప్రతి వంటింట్లో ఉండే మసాలా దినుసుల్లో అతి ముఖ్యమైనది ఆవాలు కూడా ఒకటి. ప్రతి రోజూ దాదాపు అన్ని వంటకాల్లో ఆవాలను వినియోగిస్తుంటారు. ఆవాలు కూరలకు చక్కటి వాసనను కలిగిస్తాయి. కేవలం వాసన మాత్రమే కాదు..ఆవాలలో ఎన్నో ఔషధ గుణాలు, ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు దాగి ఉన్నాయని ఆయుర్వేద ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. అవేంటో ఇక్కడ తెలుసుకుందాం..

ఆవాలు తీసుకోవడం వల్ల దగ్గు, జలుబు వంటి సమస్యలు తగ్గుతాయి. క్రమం తప్పకుండా ఆవాలని తీసుకుంటే దగ్గు, జలుబు వంటి సమస్యలున్నా దూరం పెట్టొచ్చని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. అంతేకాదు.. ఆవాల్లో పొటాషియం, కాల్షియంలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. ఇవన్నీ కూడా ఎముకల ఆరోగ్యానికి, కీళ్ల ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిది.

ఆవాల్లో ఒమేగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్స్ సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ఆవాలు తీసుకోవడం వల్ల బీపీ కంట్రోల్ అవుతుంది. అంతేకాకుండా శరీరంలో మంచి కొలెస్ట్రాల్ పెరుగుతుంది. వీటన్నింటి కారణంగా ఇన్‌ఫ్లమేషన్ తగ్గుతుంది. గుండె ఆరోగ్యం కూడా మెరుగవుతుంది. ఆవాల్లో సెలీనియం ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఆవాలు తీసుకోవడం వల్ల థైరాయిడ్ పనితీరు సరిగ్గా ఉంటుంది. థైరాయిడ్ జీవక్రియకి హెల్ప్ అవుతుంది. కాబట్టి, ఆవాలు, ఆవపిండి, ఆవనూనెని డైట్‌లో కచ్చితంగా యాడ్ చేసుకునేలా చూడండి. ఆవాల్లో కొన్ని గుణాలు క్యాన్సర్ కణాలను పెరగకుండా చూస్తాయి. దీంతో కొన్ని రకాల క్యాన్సర్స్ రాకుండా మనల్ని మనం కాపాడుకోవచ్చు. ఆవాల్లో రిచ్ న్యూట్రియెంట్స్ ఉంటాయి. ఇవి మీ చర్మం మెరిసేలా చేయడమే కాకుండా జుట్టుకు బలాన్నిస్తాయి. ఆవాల్లోని విటమిన్ ఎ, కె, సిలు.. వయసు పెరగడం వల్ల వచ్చే ముడతలు, ఏజింగ్ లక్షణాలను దూరం చేస్తాయి. ఆవాల్లో ఫినోలిక్ కాంపౌండ్స్, టోకోఫెరోల్స్ అనే యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్ గుణాలు ఉంటాయి. అంతేకాకుండా కొన్ని గుణాలు ఇన్‌ఫ్లమేషన్‌ని తగ్గించి కాలేయ పనితీరుని మెరుగ్గా చేస్తుంది. వీటితో పాటు జీర్ణ సమస్యల్ని కూడా ఆవాలు దూరం చేస్తాయి.

పెరుగులో ఇవి కలిపి తింటున్నారా.?

తొలిఅడుగు,: ఆరోగ్యం : ఆరోగ్యానికి పెరుగు చేసే మేలు ఏంటో ప్రత్యేకంగా చెప్పాల్సిందే. పెరుగులో ఉండే ఎన్నో ఔషధ గుణాలు ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తుంది. జీర్ణవ్యవస్థ మొదలు శరీరంలో ఎన్నో జీవక్రియలకు పెరుగు ఉపయోపగడుతుందని నిపుణులు చెబుతుంటారు. ఎన్ని రకాల కూరలు ఉన్నా చివరల్లో ఒక్క ముద్దైనా పెరుగుతో తినమని నిపుణులు సైతం చెబుతుంటారు. అయితే మనలో కొందరు పెరుగులో ఇతర కూరలు కలుపుకుని తింటుంటారు. ఇది ఏమాత్రం మంచిది కాదని నిపుణులు చెబుతుంటారు. పెరుగులో కొన్ని రకాల ఫుడ్స్‌ను కలిపి తీసుకోకూడదని నిపుణులు చెబుతున్నారు. అవేంటో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం..

పెరుగులో వెల్లుల్లిని కలిపి తీసుకోకూడదని నిపుణులు చెబుతున్నారు. వెల్లుల్లిలో వేడి చేసే గుణం ఉంటుంది. పెరుగు, వెల్లుల్లి కలిపి తీసుకుంటే కడుపుబ్బరం, అజీర్ణం వంటి సమస్యలు వస్తాయని అంటున్నారు. పెరుగు సలాడ్స్‌లో ఉల్లిపాయను కలిపి తీసుకోవడం సర్వసాధారణమైన విషయం. అయితే ఇలా తినడం మంచిది కాదని నిపుణులు చెబుతున్నారు. పెరుగు, ఉల్లిపాయ తింటే పేగు నొప్పి వస్తుందని అంటున్నారు. జీర్ణ సంబంధిత సమస్యలు పెరిగే అవకాశం ఉంటుందని చెబుతున్నారు.సలాడ్‌లో ఉల్లిపాయతో పాటు దోసకాయను కూడా కలుపుకుంటారు. అయితే ఇది కూడా మంచిది కాదని నిపుణులు అంటున్నారు. దోసకాయలో 70 శాతం నీరు ఉంటుంది. దీంతో పెరుగు, దోసకాయ కలిపి తీసుకుంటే జీర్ణ సంబంధిత సమస్యలు వస్తాయని చెబుతున్నారు. ముల్లంగిలో కూడా వేడి స్వభావం ఉంటుంది. ముల్లంగి, పెరుగును కలిపి తీసుకోవడం వల్ల జీర్ణ సంబంధిత సమస్యలు వస్తాయి. ఇలా తినడం వల్ల ఉబ్బరం, గ్యాస్ సంబంధిత సమస్యలు వస్తాయి.

పెరుగులో టమాటను కలిపి తీసుకోవడం కూడా మంచిది కాదని నిపుణులు చెబుతున్నారు. దీంట అజీర్ణం, అసిడిటీ సమస్యలు వస్తాయి. టమాటలో ఆమ్ల గుణం ఉంటుంది. అదే విధంగా పెరుగులో కూడా ఆమ్ల గుణం ఉంటుంది. దీంతో ఈ రెండు కలిపి తీసుకుంటే అజీర్ణం, అసిడిటీ వంటి సమస్యలు వస్తాయి. కాబట్టి, వీటిని కలిపి ఎప్పుడు తినొద్దు. పాలకూర, పెరుగును కలిపి తీసుకుంటే కడుపు సంబంధిత సమస్యలు వస్తాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. పాలకూరలో ఆక్సాలిక్ యాసిడ్ ఉంటుంది. ఇది కాల్షియం శోషణకి ఆటంకం కలిగిస్తుంది. దీని వల్ల కడుపునొప్పి వస్తుంది.

తొలిఅడుగు
తెలుగు దిన పత్రిక

కుర్రభామలు కుళ్ళుకునేలా కవ్విస్తున్న ప్రణీత సుభాష్

టాలీవుడ్ లో చాలా మంది హీరోయిన్స్ కొన్ని సినిమాలతోనే ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకుంటున్నారు. కానీ ఆతర్వాత ఆ హీరోయిన్స్ కనిపించకుండా మాయమవుతున్నారు. అలంటి వారిలో ప్రణీత సుభాష్ ఒకరు. తన అందంతో కుర్రాళ్లను కట్టిపడేసింది ప్రణీత. ఏం పిల్లో ఏం పిల్లోడో అనే సినిమాతో టాలీవుడ్ కు పరిచయం అయ్యింది. ఈ చిన్నది ఆతర్వాత వరుసగా అవకాశాలు అందుకుంది. క్రేజీ మూవీస్ లో నటించి ప్రేక్షకులను మెప్పించింది. అందం అభినయం రెండింటితో క్రేజ్ సొంతం చేసుకుంది. ఆ మధ్యన హిందీలోనూ కొన్ని సినిమాలు చేసింది. అయితే తెలుగులోనే ఈ ముద్దుగుమ్మ బాగా ఫేమస్. సిద్దార్థ్, మహేష్ బాబు, ఎన్టీఆర్, పవన్ కల్యాణ్, రామ్, మంచు విష్ణు వంటి స్టార్ హీరోల సినిమాల్లో యాక్ట్ చేసింది అందాల తార. మెయిన్ హీరోయిన్ గా నటించిన ఈ చిన్నది ఆతర్వాత సెకండ్ హీరోయిన్ గా అవకాశాలు అందుకుంది ఈ అమ్మడు. ప్రస్తుతం ఈ చిన్నది సినిమాలు గ్యాప్ ఇచ్చింది. పెళ్లైన ఇద్దరు పిల్లలకు తల్లి అయ్యింది ప్రణీత. ఇక సినిమాలకు దూరం అయిన ఈ చిన్నది సోషల్ మీడియా ద్వారా అభిమానులకు ఎప్పుడూ టచ్ లో ఉంటుంది. పెళ్లినా కూడా గ్లామరస్ ఫోటోలు షేర్ చేస్తూ అభిమానులను కవ్విస్తుంది. తాజాగా ముఝరోసారి క్రేజీ ఫోటోలు షేర్ చేసింది ఈ వయ్యారి భామ.

గూస్‌బంప్స్ తెప్పిస్తున్న సూర్య టైటిల్ టీజర్

తొలిఅడుగు, సినిమా : స్టార్ డైరెక్టర్ కార్తీక్ సుబ్బరాజు దర్శకత్వంలో కోలీవుడ్ స్టార్ హీరో సూర్య కాంపౌండ్ నుంచి వస్తోన్న చిత్రం సూర్య 44. ఈ చిత్రానికి రెట్రో టైటిల్‌ను ఫిక్స్ చేశారు. మేకర్స్ ముందుగా ప్రకటించినట్లుగా రెట్రో టైటిల్ టీజర్ ను లాంచ్ చేశారు. హీరోహీరోయిన్లు ఇద్దరూ ఓ ఆలయం మెట్లపై కూర్చుని ఉండగా.. సూర్యకు తాయిత్తు కడుతోంది పూజాహెగ్డే. ఇది (తాయిత్తు)నా కోపాన్ని కంట్రోల్ చేస్తే.. నా తండ్రితో కలిసి పనిచేయడం ఆపేస్తా.. హింస, రౌడీయిజం లాంటి వాటిని ఈ క్షణం నుంచి వదిలిపెడతానంటున్నాడు సూర్య. ఇంతకీ సూర్య ఎమోషన్స్‌ను ఆ తాయిత్తు కంట్రోల్ చేస్తుందా.. ?అనేది సస్పెన్స్‌లో పెడుతూ కట్ చేసిన టీజర్ సూర్యను పూర్తిగా మాస్ అవతార్‌లో చూపించబోతున్నట్టు చెప్పకనే చెబుతోంది. ఈ మూవీకి సంతోష్ నారాయణన్ మ్యూజిక్, బ్యాక్ గ్రౌండ్ స్కోర్ అందిస్తున్నాడు. సూర్య హెూం బ్యానర్ 2డీ ఎంటర్‌టైన్‌మెంట్‌పై నిర్మిస్తున్న ఈ మూవీలో పాపులర్ మలయాళ నటుడు జోజు జార్జ్ కీలక పాత్రలో నటిస్తున్నాడు. పీరియాడిక్ వార్ అండ్ లవ్ బ్యాక్ డ్రాప్‌లో వస్తోన్న ఈ మూవీకి తిరు, 24, పేటా ఫేం సినిమాటోగ్రఫర్ డీవోపీగా వర్క్ చేస్తున్నాడు. ఈ చిత్రాన్ని 2025 ఏప్రిల్‌లో విడుదల చేయనున్నట్టు వార్తలు వస్తుండగా.. మేకర్స్ నుంచి క్లారిటీ రావాల్సి ఉంది.

అర్జున్ సర్కార్ యాక్షన్

తొలిఅడుగు, సినిమా :నాని కథానాయకుడిగా నటిస్తున్న తాజా చిత్రం ‘హిట్: ది థర్డ్ కేస్’. సక్సెస్‌ఫుల్ ‘హిట్’ సినిమా ఫ్రాంచైజీలో వస్తున్న మూడో చిత్రమిది. శైలేష్ కొలను దర్శకత్వం వహిస్తున్న ఈ చిత్రానికి ప్రశాంతి తిపిర్నేని నిర్మాత. శ్రీనిధిశెట్టి కథానాయిక. ప్రస్తుతం కశ్మీర్‌లో చిత్రీకరణ జరుపుకుంటున్నది. క్రైమ్ థ్రిల్లర్‌గా తెరకెక్కిస్తున్న ఈ చిత్రంలో నాని.. అర్జున్ సర్కార్ అనే పవర్‌ఫుల్ పోలీసాఫీసర్‌గా కనిపించనున్నారు. బుధవారం క్రిస్మస్ సందర్భంగా కొత్త పోస్టర్‌ను విడుదల చేశారు. ఇందులో నాని ట్కస్టైలిష్ లుక్స్‌తో కనిపిస్తున్నారు. కశ్మీర్ షెడ్యూల్‌లో యాక్షన్ ఘట్టాలను తెరకెక్కిస్తున్నామని, ఇవి సినిమాలో హైలైట్‌గా నిలుస్తాయని మేకర్స్ తెలిపారు. వచ్చే ఏడాది మే 1న ఈ చిత్రం ప్రేక్షకుల ముందుకురానుంది. ఈ చిత్రానికి సినిమాటోగ్రఫీ: సాను జాన్ వర్గీస్, సంగీతం: మిక్కీ జే మేయర్, రచన–దర్శకత్వం: శైలేష్ కొలను.

నేపథ్యంలో సాయిపల్లవి తెలుగులో మరో సినిమాకు గ్రీన్ సిగ్నల్ ఇచ్చినట్లు తెలిసింది

తొలిఅడుగు, సినిమా :సినిమాల ఎంపికలో సాయిపల్లవి చాలా సెలెక్టివ్‌గా ఉంటుంది. కథలో కొత్తదనంతో పాటు ఇంట్రెస్టింగ్ ఎలిమెంట్స్ ఉంటేనే అంగీకరిస్తుంది. అందుకే ఆమె ఒప్పుకునే సినిమాల గురించి ప్రేక్షకులు ఆసక్తిని కనబరుస్తారు. ఈ నేపథ్యంలో సాయిపల్లవి తెలుగులో మరో సినిమాకు గ్రీన్ సిగ్నల్ ఇచ్చినట్లు తెలిసింది. వివరాల్లోకి వెళితే..‘బలగం’ చిత్రంతో విమర్శకుల ప్రశంసలందుకున్నారు దర్శకుడు వేణు యెల్దండి. ఆయన తన తదుపరి చిత్రంగా ‘ఎల్లమ్మ’ను తెరకెక్కించబోతున్నారు. నితిన్ హీరోగా నటిస్తున్న ఈ చిత్రానికి దిల్‌రాజు నిర్మాత. తెలంగాణ నేపథ్య కథాంశమిది. ఇందులో కథానాయిక పాత్ర చాలా కీలకంగా ఉంటుందని తెలిసింది. ఈ కథ సాయిపల్లవికి బాగా నచ్చడంతో వెంటనే అంగీకరించిందట. అయితే ఈ వార్తలో వాస్తవమేమిటో తెలియాలంటే చిత్ర బృందం నుంచి అధికారిక ప్రకటన రావాల్సిందే. ప్రస్తుతం సాయిపల్లవి ‘తండేల్’ చిత్రంలో నటిస్తున్నది. ఫిబ్రవరిలో ఈ సినిమా విడుదలకానుంది. అనంతరం ‘ఎల్లమ్మ’ సినిమా పట్టాలెక్కుతుందని సమాచారం.

బాక్సింగ్ పంచ్ ఎవరిదో?.. నేటి నుంచే భారత్, ఆసీస్ నాలుగో టెస్టు

తొలిఅడుగు, మెల్‌బోర్న్: ప్రతిష్టాత్మక బోర్డర్ గవాస్కర్ ట్రోఫీ (బీజీటీ)లో భాగంగా భారత్, ఆస్ట్రేలియా మధ్య గురువారం నుంచి ప్రఖ్యాత మెల్‌బోర్న్ స్టేడియం వేదికగా నాలుగో టెస్టు మొదలుకానుంది. మూడు మ్యాచ్‌లు ముగిసిన ఈ సిరీస్‌లో ఇరు జట్లూ తలా ఓ టెస్టు నెగ్గి (మూడో టెస్టు డ్రా) సిరీస్‌లో 1-1తో సమంగా ఉన్న నేపథ్యంలో మెల్‌బోర్న్ క్రికెట్ గ్రౌండ్ (ఎంసీజీ)లో గెలిచిన జట్టు సిరీస్‌ను దక్కించుకునే అవకాశాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఆతిథ్య ఆస్ట్రేలియా కంటే ఈ మ్యాచ్‌లో గెలవడం రోహిత్ సేనకు అత్యంత ఆవశ్యకం. ఎంసీజీలో గెలిస్తే సిరీస్‌ను నిలబెట్టుకోవడంతో పాటు వచ్చే ఏడాది లార్డ్స్ వేదికగా జరగాల్సి ఉన్న వరల్డ్ టెస్ట్ చాంపియన్‌షిప్ (డబ్ల్యూటీసీ) ఫైనల్‌లో బెర్తును ఖాయం చేసుకునే అవకాశాలూ భారత్‌కు మరింత మెరుగవుతాయి. కాగా ఎంసీజీ పిచ్ బంతితో పాటు బ్యాట్‌కూ అనుకూలించే అవకాశం ఉండటంతో ఇరు జట్ల మధ్య హెూరాహెూరి పోరు ఖాయంగా కనిపిస్తోంది.

పర్యాటక జట్టుకు బ్యాటింగ్ కష్టాలు

ఈ సిరీస్‌లో తొలి టెస్టు రెండో ఇన్నింగ్స్‌లో జైస్వాల్, రాహుల్, కోహ్లీ ప్రదర్శనలను మినహాయిస్తే భారత బ్యాటర్లు వరుసగా విఫలమవుతున్నారు. అడిలైడ్‌లో దారుణ ఓటమికి బ్యాటింగ్ వైఫల్యమే కారణమని ప్రత్యేకంగా చెప్పాల్సిన పన్లేదు. గబ్బాలో రాహుల్, జడేజా ఫర్వాలేదనిపించగా మిగిలినవారు కాడి వదిలేశారు. రాహుల్ ఓపెనర్‌గా రాణిస్తుండటంతో అతడి స్థానాన్ని వెనక్కి జరిపే సాహసం చేయలేక కెప్టెన్ రోహిత్ శర్మ మిడిలార్డర్‌లో బ్యాటింగ్‌కు వస్తున్నా రెండు టెస్టులలోనూ (3,6,10) అతడు కనీసం రెండంకెల స్కోరు చేయడానికే తంటాలు పడ్డాడు.

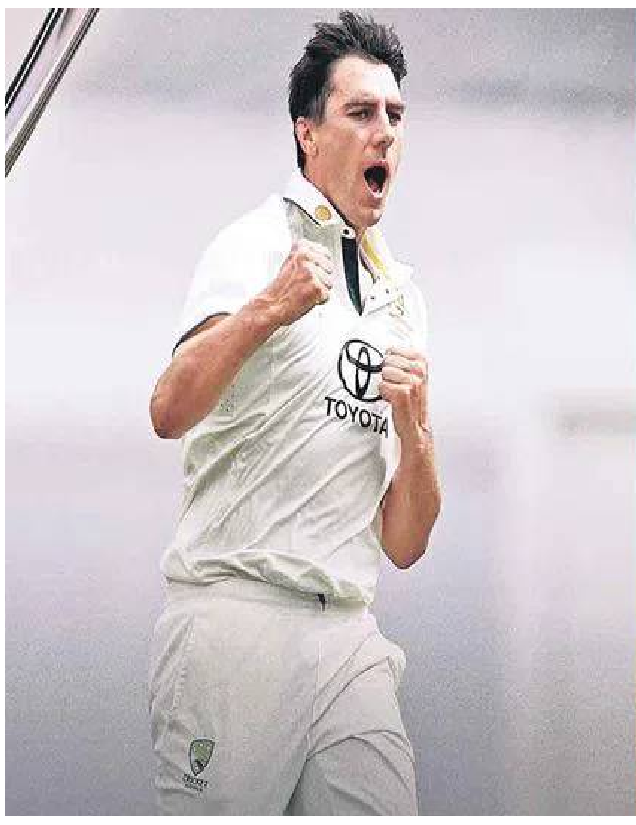
మెల్‌బోర్న్‌లో హిట్‌మ్యాన్ ఓపెనర్‌గా వస్తాడని ఊహాగానాలు వినిపిస్తున్నాయి. ఇదే జరిగితే రాహుల్ మూడో స్థానంలో, గిల్ మిడిలార్డర్‌లో ఆడే చాన్స్ ఉంది. తొలి టెస్టు రెండో ఇన్నింగ్స్‌లో సెంచరీ మినహా స్టార్ బ్యాటర్ విరాట్ కోహ్లీ సైతం విఫల ప్రదర్శన భారత్‌ను వేధిస్తోంది. ఆఫ్‌సైడ్ ఆవల బంతులను వెంటాడి బలవుతున్న కోహ్లీ బలహీనత బ్రిస్బేన్ (7,11)లోనూ కొనసాగింది. మెల్‌బోర్న్‌లో మంచి రికార్డు కలిగిన విరాట్.. తనకు ఎంతో ఇష్టమైన ఎంసీజీలో అయినా బ్యాట్ ఝుళిపించాలని అభిమానులు ఆశిస్తున్నారు. గిల్, పంత్ మెల్‌బోర్న్‌లో సత్తా చాటాలని భారత్ భావిస్తోంది.

కూర్పుపై తర్జన భర్జన

నాలుగో టెస్టులో తుది కూర్పుపైనా భారత్ తర్జనభర్జన పడుతోంది. సిరీస్‌లో ఆసీస్‌కు కళ్లెం వేస్తున్న పేసు గుర్రం బుమ్రాకు అండగా నిలిచే బౌలర్ లేకపోవడం టీమ్‌ఇండియాను దెబ్బతీస్తోంది. సిరాజ్ వికెట్ల వేటలో వెనుకబడుతున్నాడు. మూడో టెస్టు ఆడిన ఆకాశ్ దీప్ కూడా ఆకట్టుకునే ప్రదర్శన చేయలేదు. అయితే ఎంసీజీ పిచ్ నాలుగో రోజు నుంచి స్పిన్నర్లకు అనుకూలించే అవకాశాలుండటంతో ఈ మ్యాచ్‌లో ఇద్దరు స్పెషలిస్టు స్పిన్నర్లతో భారత్ బరిలోకి దిగొచ్చని సమాచారం. జడ్డూకు తోడుగా వాషింగ్టన్‌ను ఆడించేందుకు జట్టు మేనేజ్‌మెంట్ ప్రణాళికలు రచిస్తోంది. అదే జరిగితే తుది జట్టు నుంచి నితీశ్ రెడ్డిని తప్పించే అవకాశముంది. కానీ గత మూడు టెస్టులలో ఆల్‌రౌండ్ ప్రదర్శనతో ఆకట్టుకుంటున్న నితీశ్‌పై వేటు వేస్తారా? అన్నది ఆసక్తికరం.

అతడిని ఆపితేనే..

భారత్ మాదిరిగానే ఆసీస్‌నూ బ్యాటింగ్ కష్టాలు వేధిస్తున్నా రెండు జట్లకు తేడా ట్రావిస్ హెడ్ ప్రదర్శనలే. టీమ్‌ఇండియా అంటేనే ఎక్కడలేని ఉత్సాహంతో చెలరేగే హెడ్ మెల్‌బోర్న్‌లోనూ అదే సీన్ రిపీట్ చేస్తే మ్యాచ్‌పై ఆశలు వదిలేసుకోవాల్సిందే. ఈ సిరీస్‌లో ఇప్పటికే అతడు 89, 140, 152తో భీకర ఫామ్‌లో ఉన్నాడు. స్టీవ్ స్మిత్ కూడా గబ్బా టెస్టులో సెంచరీతో ఫామ్‌లోకి వచ్చాడు. ఖవాజా, లబూషేన్, మార్ష్ ఆశించిన స్థాయిలో రాణిస్తే భారత్‌కు తిప్పలు తప్పవు. హెడ్‌తో పాటు వీరిని అడ్డుకోవడానికి భారత్ ప్రత్యేక ప్రణాళికలతో బరిలోకి దిగాలి. ఈ మ్యాచ్‌లో ఆసీస్.. ఓపెనర్ మెక్‌స్వీనే స్థానంలో సామ్ కొన్‌స్టాస్‌ను ఆడిస్తోంది. పేస్ త్రయం స్టార్క్, కమిన్స్, బొలాండ్‌కు తోడుగా ఈ మ్యాచ్‌లో స్పిన్నర్ నాథన్ లియాన్ భారత బ్యాటర్లను ఇబ్బందులకు గురిచేసేందుకు సిద్ధమవుతున్నాడు.



నేటి నుంచే పీకేఎల్ ప్లేఆఫ్స్

తొలిఅడుగు,పూణె: గత కొద్దిరోజులుగా క్రీడాభిమానులను అలరిస్తున్న ప్రో కబడ్డీ లీగ్ (పీకేఎల్) ముగింపు దశకు చేరుకుంది. లీగ్ దశలో రాణించి పాయింట్ల పట్టికలో టాప్-6లో నిలిచిన హర్యానా స్టీలర్స్, దబాంగ్ ఢిల్లీ (ఈ రెండు జట్లు నేరుగా సెమీస్ చేరాయి), యూపీ యోధాస్, పాట్నా పైరేట్స్, యూ ముంబా, జైపూర్ పింక్ పాంథర్స్ ప్లేఆఫ్స్‌కు అర్హత సాధించాయి. గురువారం యూపీ.. తొలి ఎలిమినేటర్‌లో జైపూర్‌తో తలపడనుండగా రెండో ఎలిమినేటర్‌లో పాట్నా.. ముంబైని ఢీకొననుంది. ఎలిమినేటర్ విజేతలు శుక్రవారం (డిసెంబర్ 27) హర్యానా, ఢిల్లీతో తలపడతారు. ఈనెల 29న ఫైనల్ జరుగనుంది.

'ఖేల్రత్న'కు నామినేట్ చేయకపోవడంపై హర్విందర్ అసహనం

తొలిఅడుగు, ఢిల్లీ: మను భాకర్ 'ఖేల్రత్న' వివాదం కొనసాగుతున్న వేళ పారా షూటర్, పారిస్ పారాలింపిక్స్‌లో స్వర్ణం గెలిచిన షూటర్ హర్విందర్ సింగ్ సంచలన కామెంట్స్ చేశాడు. క్రీడా అవార్డుల విషయంలో తమపై వివక్ష ఎందుకని ప్రశ్నించాడు. టోక్యో పారాలింపిక్స్‌లో స్వర్ణ పతకాలు గెలిచినవారికి మేజర్ ధ్యాన్‌చంద్ ఖేల్రత్న అవార్డులు ఇచ్చినప్పుడు పారిస్‌లో బంగారు పతకాలు సాధించినవారికి ఎందుకివ్వరు? అంటూ అసహనం వ్యక్తం చేశాడు. అవే పోటీలు, అదే పతకం, అదే గౌరవం తెచ్చినప్పటికీ అవార్డు విషయంలో మాత్రం వివక్ష ఎందుకని 'ఎక్స్' వేదికగా రాసుకొచ్చాడు. టోక్యో పారాలింపిక్స్‌లో స్వర్ణం గెలిచిన అవని లేఖరా, సుమిత్ అంతిల్, ప్రమోద్ భగత్‌కు ఖేల్రత్న అవార్డులు వరించాయి.

బుమ్రా అరుదైన ఘనత

తొలిఅడుగు, దుబాయ్: టీమ్‌ఇండియా స్టార్ పేసర్ జస్‌ప్రీత్ బుమ్రా ఐసీసీ టెస్టు బౌలర్ల ర్యాంకింగ్స్‌లో అగ్రస్థానాన్ని కొనసాగిస్తున్నాడు. కాగా ఐసీసీ తాజాగా విడుదల చేసిన ర్యాంకింగ్స్‌లో బుమ్రా.. తన రేటింగ్ పాయింట్లను మెరుగు పరుచుకున్నాడు. బ్రిస్బేన్ టెస్టులో 9 వికెట్లతో సత్తా చాటడంతో అతడి ఖాతాలో 14 రేటింగ్ పాయింట్లు (మొత్తంగా 904) చేరాయి. గతంలో భారత్ నుంచి స్పిన్నర్ రవిచంద్రన్ అశ్విన్ మాత్రమే ఈ ఘనతను అందుకున్న బౌలర్‌గా నిలిచాడు. మెల్‌బోర్న్ టెస్టులో బుమ్రా ఇదే జోరును కొనసాగిస్తే అతడి రేటింగ్ పాయింట్లు మరింత మెరుగవుతాయి. బౌలర్ల ర్యాంకింగ్స్ జాబితాలో బుమ్రా తర్వాత రబాడా, హేజిల్‌వుడ్, కమిన్స్ కొనసాగుతున్నారు.