



ప్రజా బహుజన

ప్రతి అక్షరం ప్రజల కోసం

సార్

ఎడిషన్
Evening 6PM

సంపుటి (Volume): 1 + సంచిక (Issue): 42 + Published From: నంద్యాల (Nandyal) + పేజీలు : 3 + <https://www.prajarepublic.com> + మెల - 1/-

సోమవారం 16 సెప్టెంబర్ 2024

RNI No: APTEL/2023/87888

Andhrapradesh, Telangana, Kurnool, Vijayawada, Vishakapatnam, Tirupati, Ananthapuram, Rajamahendravaram, Guntur, Nellore, Srikakulam, Thadepallegudem, Kadapa, Ongole

మహిళా భద్రతపై ప్రజాచైతన్యం పెంచాలి: రాష్ట్రపతి ద్రాపది ముర్ము

దేశాభివృద్ధిలో మహిళల భద్రత అత్యంత కీలకమైందని రాష్ట్రపతి ద్రాపది ముర్ము పేర్కొన్నారు. మహిళలు శక్తి స్వరూపాలని ఆమె అభివర్ణించారు.

(రెవల్వ్యూ న్యూస్), సెప్టెంబర్ 16: సమాజంలో మహిళల భద్రత, గౌరవంపై అవగాహన పెంచాలని సమయం ఆసన్నమైందని రాష్ట్రపతి ద్రాపది ముర్ము పేర్కొన్నారు. ఏ మహిళ ఎక్కడైనా.. ఎప్పుడైనా అభద్రతకు లోబడిన పరిస్థితి నెలకొల్పాల్సిన ఉందని ఆమె అభిప్రాయపడ్డారు. ఏదైనా దేశ బలం మహిళల సాధికారతపైనే ఆధారపడి ఉంటుందని రాష్ట్రపతి పేర్కొన్నారు. సీఎన్ఎన్-న్యూస్ 18 షీకర్ల 2024 కార్యక్రమంలో ఆమె పాల్గొని ప్రసంగించారు. "మన మహిళలు ఎన్ని అడ్డంకులు వచ్చినా ఎప్పుడూ ధైర్యం, శక్తి ప్రదర్శిస్తూ ముందుకు వెళ్తున్నారు. మన దేశంలో ఆడవారి భద్రతకు సంబంధించి కఠినపట్టాలు చేశారు. అయినా కానీ, దురదృష్టవశాత్తు అభద్రతా భావం ఇంకా కొనసాగుతోంది. సంప్రదాయవారం, సామాజిక సంకలిత భావంతో మహిళలు బాధపడుతున్నారు. చాలా మార్పులు జరిగినా.. ఏళ్ల తరబడి నాలుకు పోయిన సామాజిక భావనలు మహిళా సమానతకు అడ్డంకిగా భావిస్తాం. మహిళలకు అత్యుత్తమ గౌరవం ఇచ్చే



మారుతున్నాయి. సమాజంగా మనమంతా అత్యుత్తమ దేశం చేసుకోని.. పరిస్థితి మెరుగుపడటానికి ఏంచేయాలని ప్రశ్నించుకోవాల్సిన అవసరముంది. మహిళలకు భద్రత, గౌరవం అనేది దేశ ప్రగతికి చాలా కీలకం. మహిళలకు రక్షణ, వారి మర్యాదను కాపాడుతామని మనందరం కలిసి బలమైన నిర్ణయం తీసుకోని ముందుకు సాగాలి. కొన్ని పందల సంవత్సరాల శ్రీతమే మన దేశానికి మాతృ హోదా ఇచ్చాము. మనం పుట్టిన ప్రదేశాన్ని తల్లిగా భావిస్తాం. మహిళలకు అత్యుత్తమ గౌరవం ఇచ్చే

ఇంధనరంగ అవకాశాలను అందిస్తున్నందుకు సిద్ధంగా ఉన్నాం: సీఎం చంద్రబాబు

సాంకేతికతలో అగ్రగామిగా ఉన్న ఆంధ్రప్రదేశ్.. ప్రస్తుతం ఇంధన రంగ అవకాశాలను అందిస్తున్నందుకు సిద్ధంగా ఉందని సీఎం చంద్రబాబు తెలిపారు.



గాంధీనగర్, (రెవల్వ్యూ న్యూస్), సెప్టెంబర్ 16: సమావేశంలో పాల్గొన్నట్లు చెప్పారు. ఇంధన రంగ సాంకేతికతలో అగ్రగామిగా ఉన్న ఆంధ్రప్రదేశ్.. ప్రస్తుతం పెట్టుబడులకు అనుకూల వాతావరణం, అవశ్యకతలు వివరించడం ఎంతో ముఖ్యమన్నారు. సంప్రదాయేతర సిద్ధంగా ఉందని ఏపీ సీఎం చంద్రబాబు తెలిపారు. ఇంధన ఉత్పత్తి, సరఫరా, పంపిణీ వినియోగ విధానంలో గుజరాత్లోని గాంధీనగర్ లో నిర్వహించిన గ్లోబల్ ప్రాథమిక మార్పులు అవసరమని అభిప్రాయం వ్యక్తం చేశారు. రెన్యూబుల్ ఎనర్జీ ఇన్వెస్ట్మెంట్ పీట్ లో అయిన ప్రధాని చేశారు. ఇవన్నీ సుసాధ్యం చేసేందుకు గ్లోబల్ రెన్యూబుల్ సరేంద్ర మోడల్ కలిసి మాట్లాడారు. ఏపీలో పునరుత్పాదక ఎనర్జీ ఇన్వెస్ట్మెంట్ పీట్ అవసరమని సీఎం చంద్రబాబు ఇంధన ఉత్పత్తి అవకాశాలపై చర్చించేందుకు పేర్కొన్నారు.

ఏపీలో ఒకేరోజు 13,326 గ్రామసభలు.. ప్రపంచ రికార్డు

ఏపీలో ఆగస్టు 23న రికార్డు స్థాయిలో ఒకేరోజు 13,326 చోట్ల గ్రామ సభలు నిర్వహించారు.

అమరావతి, (రెవల్వ్యూ న్యూస్), సెప్టెంబర్ 16: ఏపీలో ఆగస్టు 23న రికార్డు స్థాయిలో ఒకేరోజు 13,326 చోట్ల గ్రామ సభలు నిర్వహించారు. దీన్ని చరణ్ రికార్డ్ యూనియన్ గుర్తించింది. ఈ మేరకు రికార్డు ప్రువృత్తాన్ని ఉపముఖ్యమంత్రి పవన్ కల్యాణ్, అందజేశారు. పంచాయతీరాజ్ మంత్రిగా పవన్ బాధ్యతలు చేపట్టిన 100 రోజుల్లోనే ప్రపంచ రికార్డు సాధించింది.



ఈ సందర్భంగా పవన్ కల్యాణ్ మాట్లాడుతూ.. స్వపరిపాలన ఆకాంక్ష ప్రయాణంలో కొత్త మైలురాయి అనందంగా ఉందని అన్నారు. ఇందులో భాగస్వామ్యం అందించాలని, స్థానిక సంస్థలు, ప్రతినిధులకు అభినందనలు తెలిపారు. గ్రామసభలో పాల్గొని దినానిర్దేశం చేసిన సీఎం చంద్రబాబుకు కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.

ఉగ్రవాదాన్ని పాతిపెడతాం : అమిత్ షా

ఉగ్రవాదాన్ని మరోసారి కనిపించనంత స్థాయిలో పాతిపెడతామని కేంద్ర హోంమంత్రి అమిత్ షా పేర్కొన్నారు.



(శ్రీనగర్, (రెవల్వ్యూ న్యూస్), సెప్టెంబర్ 16: ఉగ్రవాదంపై ఉక్కుపాదం మోపుతామని, మరోసారి కనిపించనంత స్థాయిలో పాతిపెడతామని కేంద్ర హోంమంత్రి అమిత్ షా పేర్కొన్నారు. ప్రధాని మోదీ పాలనలో ఉగ్రవాదాన్ని పునరుద్ధరణకు ఎవరూ సాహసించలేరన్నారు. జమ్మూకశ్మీర్ అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో భాగంగా కిల్లర్స్ నిర్వహించిన సభలో పాల్గొన్న ఆయన.. నేషనల్ కాన్ఫరెన్స్, కాంగ్రెస్ కలిసి ఇక్కడ ప్రభుత్వాన్ని ఏర్పాటు చేయాలని, అది తిరిగి రావని కేంద్ర మంత్రి స్పష్టం చేశారు. ఇదిలాఉంటే, జమ్మూ కశ్మీర్ అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో ఏర్పాటు చేయలేరన్నారు. "మరోసారి కనిపించనంత సీఎంట్లో ఉగ్రవాదాన్ని రూపుమాపుతాం. ప్రధాని మోదీ పాలనలో దాన్ని పునరుద్ధరించేందుకు ఎవరూ సాహసించలేరన్నారు. ఉగ్రవాదుల విడుదల గురించి నేషనల్ కాన్ఫరెన్స్, కాంగ్రెస్ మేనిఫెస్టోలో పేర్కొంటున్నారు. ఇది మోదీ ప్రభుత్వం. జమ్మూకశ్మీర్లో ఉగ్రవాదాన్ని ఏ శక్తి

తెలంగాణ సీఎంకు విరాళం అందజేసిన చిరంజీవి, ఇతర ప్రముఖులు

వరద బాధితుల సహాయార్థం పలువురు ప్రముఖులు సాయం అందజేశారు. తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి సహాయనిధికి ప్రముఖ నటుడు చిరంజీవి రూ.50 లక్షలు విరాళం అందజేశారు.



విద్యార్థులకు నిపుణులను వీసీలుగా నియమించేందుకు నోటిఫికేషన్ : మంత్రి లోకేశ్

రాజకీయాలకు అతీతంగా విద్యార్థులకు నిపుణులను వీసీలుగా నియమించేందుకు నోటిఫికేషన్

ఇచ్చామని మంత్రి నారా లోకేశ్ తెలిపారు.



అమరావతి, (రెవల్వ్యూ న్యూస్), సెప్టెంబర్ 16: ఏపీలో గత ఐదేళ్లుగా రాజకీయ పునరావాస కేంద్రాలూగా మారిన విశ్వవిద్యాలయాలను సమూహంగా ప్రక్షాళన చేయాలని నిర్ణయించినట్లు రాష్ట్ర విద్యా శాఖ మంత్రి నారా లోకేశ్ వెల్లడించారు. దీనిలో భాగంగా రాజకీయాలకు అతీతంగా విద్యార్థులకు నిపుణులను వీసీలుగా నియమించేందుకు నోటిఫికేషన్ ఇచ్చామన్నారు. పరిశోధనపై దృష్టి సారించి, ర్యాంకింగ్ మెరుగుపరచడమే

హైదరాబాద్, (రెవల్వ్యూ న్యూస్), రాజా గ్రూప్ తరఫున సీఎం సహాయనిధికి సెప్టెంబర్ 16: వరద బాధితుల సహాయార్థం మంత్రి గల్లా అరుణ కుమారి రూ.కోటి విరాళం, పలువురు ప్రముఖులు సాయం అందజేశారు. సినీ నటులు అలీ రూ.3 లక్షలు, విశ్వక్ సేన్ తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి సహాయనిధికి ప్రముఖ రూ.10లక్షలు అందజేశారు. సినీ నటుడు నటుడు చిరంజీవి రూ.50 లక్షలు విరాళం సాయధరమే తేజ రూ.10 లక్షలు, గరుడపల్లి ఇచ్చారు. రామ్ చరణ్ తరఫున మరో ఇన్స్ట్రూక్టర్ ప్రైవేటు లిమిటెడ్ కంపెనీ డైరెక్టర్ రూ.50లక్షలు అందజేశారు. ఈమేరకు సీఎం సంజయ్ గరుడపల్లి రూ.25 లక్షలు రేపంత్తు కలిసి చెక్కులను ఇచ్చారు. అమర్ ముఖ్యమంత్రి సహాయనిధికి విరాళంగా ఇచ్చారు.

అమరావతి నిర్మాణంలో భాగంగా 3 కాల్యాలను డిజైన్ చేశాం: మంత్రి నారాయణ

రాజధాని అమరావతి నిర్మాణంలో భాగంగా 3 కాల్యాలను డిజైన్ చేసినట్లు మంత్రి నారాయణ తెలిపారు. విజయవాడలో నిర్వహించిన మీడియా సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడారు.



అమరావతి, (రెవల్వ్యూ న్యూస్), సెప్టెంబర్ 16: క్యూసెక్కులు, వైకుంఠపురం వద్ద 5,650 క్యూసెక్కులు రాజధాని అమరావతి నిర్మాణంలో భాగంగా 3 కాల్యాలను వెళ్లూ ప్రణాళిక ఉందన్నారు. ఇవన్నీ పూర్తయితే డిజైన్ చేసినట్లు మంత్రి నారాయణ తెలిపారు. అమరావతి రాజధానిలో వరద సమస్య ఉండదని విజయవాడలో నిర్వహించిన మీడియా సమావేశంలో పేర్కొన్నారు. ఎంత వరద వచ్చినా కెనాల్ స్టోర్ అయ్యే ఆయన మాట్లాడారు. కొండవీటి వాగు, పాలవారు, విధంగా ఉంటుందని వివరించారు. మొత్తం ఆరు గ్రామీణ కెనాలు డిజైన్ చేసినట్లు చెప్పారు. వీటిపై ఏడీసీ రిజిస్ట్రారులు ప్లాన్ చేశామన్నారు. నీరుకొండ వద్ద 0.4 వైర్లెస్, అధికారలతో చర్చించామన్నారు. వచ్చే వర్షాకాలానికి ఈ కాల్యాలను పూర్తి చేసేందుకు నిర్ణయించినట్లు తెలిపారు. ఉండవల్లి, వైకుంఠపురం వద్ద వద్ద 0.3 టీఎంసీలు, వైకుంఠపురం వద్ద 0.3 టీఎంసీలు, లామ్ వద్ద 0.3 టీఎంసీలు, వైకుంఠపురం వద్ద 0.3 టీఎంసీలు పంపింగ్ స్టేషన్లు ప్లాన్ చేసినట్లు చెప్పారు. ఉండవల్లి వద్ద నీరు నిల్వ చేసేలా రిజిస్ట్రారులు ఏర్పాటు చేశామన్నారు. 12,350 క్యూసెక్కులు, బకింగ్ హౌస్ కెనాల్ వద్ద 4 వేల

చెబితే చంద్రప్రసాదులను: జానీ మాస్టర్ పై బాధితురాలి ఆరోపణలు

అత్యధిక ఆరోపణలతో కొరియోగ్రాఫర్ జానీ మాస్టర్ పై నమోదైన కేసులో నార్సింగ్ పోలీసులు దర్యాప్తు కొనసాగిస్తున్నారు. పలు విషయాలను బాధితురాలు పోలీసులకు తెలిపారు.

హైదరాబాద్, (రెవల్వ్యూ న్యూస్), సెప్టెంబర్ 16: అత్యధిక ఆరోపణలతో కొరియోగ్రాఫర్ జానీ మాస్టర్ పై నమోదైన కేసులో నార్సింగ్ పోలీసులు దర్యాప్తు కొనసాగిస్తున్నారు. బాధితురాలు రాయదుర్గం పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేయగా వారు జీరో ఎఫ్ఐఆర్ నమోదు చేశారు. అనంతరం కేసును నార్సింగ్ పోలీసు కు బదిలీ చేయగా, ఇక్కడ పోలీసులు కేసు నమోదు చేసి విచారణ చేపట్టారు. పోలీసులకు బాధితురాలు తెలిపిన వివరాల ప్రకారం.. 2017లో జానీ మాస్టర్ పరిచయమయ్యారు.. 2019లో అతడి వద్ద అసిస్టెంట్ కొరియోగ్రాఫర్గా చేరినట్లు ఆమె తెలిపింది. ఓసారి ముంబయి వెళ్లిన సమయంలో తనను లైంగికంగా వేధించారని.. ఈ విషయం ఎవరికైనా చెబితే చంపేస్తానని బెదిరించారని ఆరోపించింది. మూలీంగ్ పునబందించిన వాచానంలోనూ వేధింపులకు పాల్పడ్డారని పోలీసులకు ఆమె చెప్పారు. గత నెల 28న అనుమానాస్పద పార్టీలో తన ఇంటి ముందు ఉందని.. పోలీసులకు ఆమె ఫిర్యాదు చేశారు.



వైకాపా.. దిగజారుడు రాజకీయాల మానుకోవాలి: గంటా

విశాఖపట్నం, (రెవల్వ్యూ న్యూస్), సెప్టెంబర్ 16: "వైకాపా చేస్తే.. మూడు సంవత్సరాల వరకు ఆమోదించలేదని, స్టీల్ ఫ్లాంట్ పరిరక్షణే మా విధానం, నినాదం" అని ఎమ్మెల్యే గంటా శ్రీనివాసరావు అన్నారు. వైకాపా దిగజారుడు రాజకీయాల మానుకోవాలని హితవు పలికారు. ఇలాగే అమోదించారని ఆరోపించారు. వైకాపా స్టీల్ ఫ్లాంట్ ఒక చేస్తే ఎన్నికల్లో వైకాపా 'సున్నా' సీట్ల వస్తాయని ఎద్దేవా చేశారు. సింహాచలం శ్రీ వరాహలక్ష్మి సరసింహ స్వామివారిని దర్శించుకున్న అనంతరం ఆయన మీడియాతో మాట్లాడారు. పొద్దున్న లేచిన దగ్గరి నుంచి వైకాపా నాయకులు తెదేపాపై బురదజల్లే పనిలోనే ఉంటున్నారని విమర్శించారు. గతంలో తాను రాజీనామా



హైదరాబాద్లో నిమజ్జనాలు.. 25 వేల మంది పాల్గొనులతో బందోబస్తు

జీహెచ్ఎస్సీ పరిధిలో వినాయక నిమజ్జనాలకు ఏర్పాటు పూర్తయ్యాయి. సుమారు లక్ష విగ్రహాలను నిమజ్జనానికి తరలి రానున్న వేపద్వారం లోను సరిపడా ఏర్పాటు చేసినట్లు అధికారులు వెల్లడించారు.

హైదరాబాద్, (05వార్తా సమస్య), సెప్టెంబర్ 16: బాలాపుర వినాయకుడు హుస్సేన్ సాగర్ దగ్గరికి చేరుకునే జీహెచ్ఎస్సీ పరిధిలో వినాయక నిమజ్జనాలకు ఏర్పాటు పూర్తయ్యాయి. సుమారు లక్ష విగ్రహాలను నిమజ్జనానికి తరలి రానున్న వేపద్వారం లోను సరిపడా ఏర్పాటు చేసినట్లు అధికారులు వెల్లడించారు. నిమజ్జనం బందోబస్తు కోసం 25 వేల మంది పాల్గొనులను సిద్ధం చేశారు. నిమజ్జన ఏర్పాటుపై గత రెండు నెలలుగా కసరత్తు చేసిన పోలీసులు.. కేవలం హుస్సేన్ సాగర్ చుట్టూ 3 వేల మందితో బందోబస్తు ఏర్పాటు చేశారు. ఈ ఏడాది హుస్సేన్సాగర్లో 25 వేల నుంచి 30 వేల విగ్రహాలు నిమజ్జనమవుతాయని అధికారులు అంచనా వేస్తున్నారు. ఖైరతాబాద్ గణేశుడి విగ్రహాన్ని మధ్యాహ్నం 1.30 గంటలలోపు నిమజ్జనం చేసేందుకు అధికారులు సిద్ధం-వుతున్నారు. సాయంత్రం 4 గంటల ప్రాంతంలో

ఖైరతాబాద్ గణపతి శోభాయాత్ర

మంగళవారం ఉదయం 6.30గంటలకు ఖైరతాబాద్ శోభాయాత్ర మార్గంలో 56 సీసీటీవీ కెమెరాలను ఏర్పాటు గణపతి శోభాయాత్ర ప్రారంభం కానుంది. ఇక్కడ 700 మంది పోలీసులతో బందోబస్తు ఏర్పాటు చేశారు. కెమెరాలతోనూ భద్రతను పర్యవేక్షించనున్నారు.



9 గంటలకు బాలాపూర్ వినాయకుడి శోభాయాత్ర

బాలాపూర్ వినాయకుడి వద్ద 220 మంది పోలీసులతో అనంతరం ఉదయం 9 గంటల సమయంలో శోభాయాత్ర ప్రారంభం కానుంది. 16కి.మీ ప్రయాణం అనంతరం రాచకొండ పోలీసులు భద్రత ఏర్పాటు చేశారు. వేలంపాట ఎన్టీఆర్ మార్కు చేరుకోనుంది.

కెనడాలా హైదరాబాద్ యువకుడి మృతి

హైదరాబాద్, (05వార్తా సమస్య), సెప్టెంబర్ 16: కెనడాలా హైదరాబాద్ యువకుడు మృతిచెందాడు. మీరేట్లు చెందిన ప్రణీత్ అక్కడ ఎంఎస్ చదువుతున్నాడు. తన సోదరుడి పుట్టినరోజు సందర్భంగా స్నేహితులతో కలిసి టోరంటోలోని లేక్ క్వీయన్స్ స్విమ్మింగ్ వెళ్ళాడు. అక్కడ ఈత కొడుతూ ప్రమాదవశాత్తూ నీటిలో మునిగి చనిపోయాడు. దీంతో ప్రణీత్ కుటుంబస్థులు కన్నీరు-మున్నీరుగా విలపిస్తున్నారు.

ఆంధ్రా, తెలంగాణ పేరిట జరిగే కుట్రలను భగ్గుం చేస్తాం: ఎమ్మెల్యే దానం జీహెచ్ఎస్సీ ఎన్నికల్లో తెలంగాణ ప్రజలు భారానకు తగిన బుద్ధి చెప్పారని ఎమ్మెల్యే దానం నాగేందర్ అన్నారు.



తిరుమల, (05వార్తా సమస్య), సెప్టెంబర్ 16: ఆలోచించాలని హితవు పలికారు. హైదరాబాద్ జీహెచ్ఎస్సీ ఎన్నికల్లో తెలంగాణ ప్రజలు భారానకు తగిన బుద్ధి చెప్పారని ఎమ్మెల్యే దానం నాగేందర్ అన్నారు. తిరు-మల శ్రీవారిని వీణవీ ప్రారంభ విరామ దర్శన శ్రయస్సు కోసమే సీఎం రేవంత్ రెడ్డి ఈ వ్యవస్థను మీడియాతో మాట్లాడారు. తెలంగాణలో మూడు సార్లు ఎమ్మెల్యేగా గెలిచిన అరెకపూడి గాంధీ పై మద్దతు చేసిన కౌశిక్ రెడ్డికి ప్రజలు బుద్ధి చెప్పారన్నారు. ఆంధ్రా, తెలంగాణ అంటూ చేసే కుట్రలను భగ్గుం చేస్తామన్నారు. ఇప్పటికైనా కౌశిక్ రెడ్డి ఎమ్మెల్యేగా ప్రజా సమస్యలపై

రాజీవ్ గాంధీ విగ్రహాన్ని ఆవిష్కరించిన సీఎం రేవంత్ రెడ్డి

హైదరాబాద్, (05వార్తా సమస్య), సెప్టెంబర్ 16: తెలంగాణ సచివాలయం ఎదుట ఏర్పాటు చేసిన మాజీ ప్రధాని దివంగత రాజీవ్ గాంధీ విగ్రహాన్ని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి ఆవిష్కరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఉప ముఖ్యమంత్రి భట్టివిక్రమారావు, మంత్రులు ఉత్తముహూర్ రెడ్డి, పొన్నం ప్రభాకర్, శ్రీధర్ బాబు, సీతక్క, కొండా సురేఖ, రాజనర్సింహ, కోమటిరెడ్డి వెంకట్రెడ్డి తదితరులు పాల్గొన్నారు. పలువురు ఎంపీలు, ఎమ్మెల్యేలు, ఎమ్మెల్సీలు, ప్రభుత్వ సలహాదారులు, కాంగ్రెస్ పార్టీ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు దీపా దాసముని, సీసీసీ అధ్యక్షుడు మహేశ్వర్ గౌడ్ తదితరులు హాజరయ్యారు.

అమ్మో.. గెతమి ఎక్స్ప్రెస్! ప్రయాణమంటే పట్టణాపులే!



హైదరాబాద్, (05వార్తా సమస్య), సెప్టెంబర్ 16: పడిగాపులు కాకామని కొందరు, సందేశం చూసి మార-లింగంపల్లి నుంచి కాకినాడ వెళ్లే గౌతమి ఎక్స్ప్రెస్ ప్రయాణ-మధ్యంలోనే తిరుగుముఖం పట్టడంతో మరకొండం చికులకు నాలుగు గంటలు అలస్యంగా ప్రారంభమవుతుందని దక్షిణ మధ్య రైల్వే అధికారం 'ఎక్స్'లో పేర్కొంది. రాత్రి 8.30గంటలకు లింగంపల్లి నుంచి బయలుదేరే రైలు అర్ధరాత్రి 12.30గంటలకు ప్రయాణికులు అసహనం వ్యక్తం చేశారు. ఇప్పటికే బండ్లను ప్రారంభమై 1.15గంటలకు సికింద్రాబాద్ దిగ్ గంటల తరబడి గౌతమి ఎక్స్ప్రెస్ రైలు ముందుందిని అధికారులు తెలిపారు. దీంతో ప్రయాణ-దీంతో 12గంటల ప్రయాణం మురితగా పెరిగి నరకం చికులు తీవ్ర అగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. అధికారులు ముందస్తు సమాచారం చూసుకోకుండా స్టేషన్లో

అక్టోబర్లో కొత్త రేషన్ కార్డులకు దరఖాస్తులు: ఉత్తమ్ దరఖాస్తులు: ఉత్తమ్

కొత్త రేషన్ కార్డులకు అక్టోబర్ నుంచి దరఖాస్తులు స్వీకరిస్తామని మంత్రి ఉత్తమ్మూరెడ్డి వెల్లడించారు.

హైదరాబాద్, (05వార్తా సమస్య), సెప్టెంబర్ 16: కొత్త రేషన్ కార్డులకు అక్టోబర్ నుంచి దరఖాస్తులు స్వీకరిస్తామని మంత్రి ఉత్తమ్మూరెడ్డి వెల్లడించారు. రేషన్ కార్డుల జారీపై వేసే మంత్రివర్గ ఉపసంఘం కమిటీ భేటీ అనంతరం ఆయన మీడియాతో మాట్లాడారు. ప్రస్తుతం రాష్ట్రంలో 89,96 రేషన్ కార్డులు ఉన్నాయని చెప్పారు. కొత్తగా రేషన్ కార్డులు, హెల్త్ కార్డులు విడివిడిగా అందజేసా-మన్నారు. రేషన్ కార్డుల జారీకి సంబంధించిన తుది ప్రక్రియ నెలాఖరులోగా పూర్తి చేస్తామని చెప్పారు. అర్హతైన ప్రతి కుటుంబానికి రేషన్ కార్డులు, హెల్త్ కార్డులు ఇస్తామని తెలిపారు.



గ్రీన్ ఎనర్జీ రెవెన్యూ షన్ మొదలైంది: చంద్రబాబు

ఆర్థిక సంస్కరణలకు ముందు వ్యర్థరేణు సాధారణంగా ఉండేదని, 1991లో సంస్కరణలు వచ్చిన తర్వాత విప్లవాత్మక మార్పులను అమలు చేసినందుకు గుర్తింపుగా ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం గ్రీన్ ఎనర్జీ రెవెన్యూ షన్ మొదలైంది. గతంలో విద్యుత్ కోతలు తీవ్రంగా ఉండేవి. ఇవాళ విద్యుత్ రంగంలో గణనీయమైన సంస్కరణలు వచ్చాయి. 2014లో రాష్ట్రంలో సౌర, వనస విద్యుత్ ప్రవేశపెట్టారు. విద్యుత్ బిల్లుల కట్టడికి ఆర్థిక పాటు కడింగ్ ఎడ్వై సాంకేతికత వాడారు. గ్రీడ్ నిర్వహణకు సవ-



గాంధీనగర్, (05వార్తా సమస్య), సెప్టెంబర్ 16: ఆర్థిక సంస్కరణలకు ముందు వ్యర్థరేణు సాధారణంగా ఉండేదని, 1991లో సంస్కరణలు వచ్చిన తర్వాత విప్లవాత్మక మార్పులు వచ్చాయని ఏపీ ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు అన్నారు. గుజరాత్లోని గాంధీనగర్ లో నిర్వహించిన రెన్యూబుల్ ఎనర్జీ ఇన్వెస్ట్ మీట్లో ఆయన మాట్లాడారు. ప్రతి నలుగురు బట్టి నిపుణుల్లో ఒక భారత్ వాసి ఉంటున్నారని, ప్రతి నలుగురు భారత్ బట్టి నిపుణుల్లో తెలుగు రాష్ట్రాలకు చెందిన ఒక వ్యక్తి ఉంటున్నారని చెప్పారు. గతంలో బట్టి ప్రవేశపెట్టినప్పుడు విప్లవాత్మక మార్పులు వచ్చాయి. ఇప్పుడు గ్రీన్ ఎనర్జీ రెవెన్యూ షన్ మొదలైంది. గతంలో విద్యుత్ కోతలు తీవ్రంగా ఉండేవి. ఇవాళ విద్యుత్ రంగంలో గణనీయమైన సంస్కరణలు వచ్చాయి. 2014లో రాష్ట్రంలో సౌర, వనస విద్యుత్ ప్రవేశపెట్టారు. విద్యుత్ బిల్లుల కట్టడికి ఆర్థిక పాటు కడింగ్ ఎడ్వై సాంకేతికత వాడారు. గ్రీడ్ నిర్వహణకు సవ-

సనాల్ గా మారిన ప్రకాశం బ్యారేజీ వద్ద బోట్ల తొలగింపు.. షాన్ 5 సఫలమయ్యాయి..?

విజయవాడ, (05వార్తా సమస్య), సెప్టెంబర్ 16: ప్రకాశం బ్యారేజీ గేట్ల వద్ద చిక్కుకున్న బోట్ల తొలగింపునకు ప్రయత్నాలు ముమ్మరంగా కొనసాగుతున్నాయి. ఏదోరోజూ బోట్ల వెలికితీత వసల్లో బెకెమ్ సంస్థ ఇంజనీర్లు, అధికారులు, సిబ్బంది తీవ్రంగా శ్రమిస్తున్నారు. ఇప్పటి వరకు అమలు చేసిన నాలుగు పూర్ణాల్లు విఫలమవడంతో సరికొత్త షాన్ బోట్లను బయటకు తెచ్చేందుకు ప్రయత్నాలు ప్రారంభించారు. ఒక్కోటి 40 టన్నుల బరువు ఉన్న సదీలో ఇసుక డ్రెడ్జింగ్ చేసే రెండు భారీ ఇసుక బోట్లను ఇసుక గద్దర్లతో అనుసంధానించిన ఇంజనీర్లు.. వాటిని ప్రకాశం బ్యారేజీ గేట్ల వద్దకు తీసుకువచ్చారు. ఈ రెండు భారీ బోట్లు 300 టన్నులకు పైగా బరువును పైకి తీసుకు వచ్చి రెండు గద్దర్లను అమర్చారు. కృష్ణా నదిలో బ్యారేజీ 67వ గేటు వద్ద చిక్కుకున్న భారీ బోటును పైకి తీసుకు వచ్చి రెండు పడవల మధ్య భాగంలో గొలుసులు, రోప్లతో గట్టిగా కట్టారు. రెండు పడవలను ఒకేసారి నడుపుతూ చిక్కుకున్న

స్టీల్ షాంట్ల పై వైకాపా నేతల వ్యాఖ్యలు హాస్యాస్పదం : ఎమ్మెల్యే గంటా

విశాఖ స్టీల్ షాంట్ల పై విషయంలో వైకాపా నేతల వ్యాఖ్యలు హాస్యాస్పదంగా ఉన్నాయని భీమిలి

ఎమ్మెల్యే గంటా శ్రీనివాసరావు అన్నారు.

సింహచలం, (05వార్తా సమస్య), సెప్టెంబర్ 16: విశాఖ స్టీల్ షాంట్ విషయంలో వైకాపా నేతల వ్యాఖ్యలు హాస్యాస్పదంగా ఉన్నాయని భీమిలి ఎమ్మెల్యే గంటా శ్రీనివాసరావు ఎద్దేవా చేశారు. సింహచలం సింహాద్రి అప్పన్నను దర్శించుకున్న ఆయన సింహాద్రిపై మీడియాతో మాట్లాడారు. ఉదయం లేచిన దగ్గర నుంచి తెదేపాపై బురదజల్లే పనిలోనే వైకాపా నాయకులు ఉన్నారు అంటూ ఆరోపించారు. గతంలో తన రాజీనామాను మూడేళ్ల వరకు ఆమోదించకుండా, ఎమ్మెల్యే ఎన్నికల సమయంలో తనకు ఓటుహక్కు రాకుండా అడ్డుకుందామనే దురుద్దేశంతో అప్పటికప్పుడు ఆమోదించారని గంటా విమర్శించారు. మొదటి నుంచి స్టీల్ షాంట్ ఒక పరిశ్రమగా కాకుండా తెలుగువారి గుండె చచ్చుతూ ఉందని, ఎన్నో ప్రాణాల్పాద తీపిగర్లుగా భావించి ప్రైవేటీకరణను అడ్డుకున్నామని గంటా తెలిపారు. తాము కచ్చితంగా స్టీల్ షాంట్లు



రాజధానిలో నిర్మించే సిసింబర్లో టెండర్లు -సంక్రమి నారాయణ

రాష్ట్ర రాజధానిలో నిర్మించే 365 కిలోమీటర్ల రహదారులకు డిసెంబర్లో టెండర్లు పిలుస్తున్నామని మంత్రి నారాయణ తెలిపారు.



అమరావతి, (05వార్తా సమస్య), సెప్టెంబర్ 16: రాష్ట్ర రాజధానిలో నిర్మించే 365 కిలోమీటర్ల రహదారులకు డిసెంబర్లో టెండర్లు పిలుస్తున్నామని మంత్రి నారాయణ తెలిపారు. తుళ్లూరు మండలం మండలంలో నెల్లూరు వాసులు ఏర్పాటు చేసిన హోటాల్ను మంత్రి నారాయణ సందర్శించారు. రాజధానిలో శాశ్వత సచివాలయానికి మంత్రి పేర్కొన్నారు. గతంలో నిర్మించిన పునాదులు బలంగానే ఉన్నాయని

సీఎం చంద్రబాబు పట్టుదలతో విజయవాడలో

సాధారణ పరిస్థితులు: మంత్రి ఆనం

సీఎం చంద్రబాబు పట్టుదలతో విజయవాడ ప్రాంతంలో తిరిగి సాధారణ పరిస్థితులు నెలకొన్నాయని రాష్ట్ర మంత్రి ఆనం రామనారాయణ రెడ్డి అన్నారు.



తిరుమల, (05వార్తా సమస్య), సెప్టెంబర్ 16: సీఎం చంద్రబాబు పట్టుదలతో విజయవాడ ప్రాంతంలో తిరిగి సాధారణ పరిస్థితులు నెలకొన్నాయని రాష్ట్ర మంత్రి ఆనం రామనారాయణ రెడ్డి అన్నారు. తిరుమల శ్రీవారిని వీణవీ ప్రారంభ విరామ దర్శన సమయంలో ఆయన దర్శించుకున్నారు. తొలుత తిడి అధికారులు ఆయన స్వాగతం పలికి దర్శన ఏర్పాటు చేశారు. దర్శనానంతరం రంగనాయకుల మండపంలో పండితులు ఆయనకు వేదాశీర్వాచనం చేసి స్వామివారి తీర్థప్రసాదాలను అందజేశారు. అనంతరం ఆనం రామనారాయణ రెడ్డి మీడియాతో మాట్లాడారు. రాష్ట్రానికి సంపూర్ణ సహకారాలు

బాణసంచా పేలుడుతో భవనం ధ్వంసం.. ఓడుగురికి తీవ్రగాయాలు

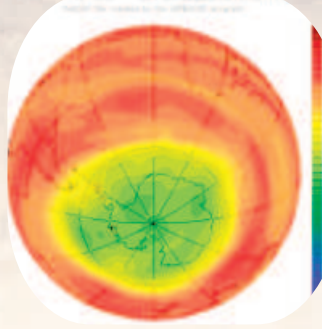
అమలాపురంలోని రావులచెరువులో బాణసంచా కేంద్రం వద్ద సోమవారం ఉదయం పేలుడు సంభవించింది.



స్వచ్ఛమైన

చరిత్రలో

నేటి ప్రత్యేకత



ఓజోన్ దినోత్సవం



సలాబత్ జంగ్



రోనాల్డ్ రాస్



పి. చిదంబరం



రామలింగరాజు



హరిసర్వోత్తమ రావు



మీనా



మీనా



సుక్రవేలు



గోపాలకృష్ణమూర్తి



సుక్రవేలు



గోపాలకృష్ణమూర్తి

- 1994: అంతర్జాతీయ ఓజోన్ దినోత్సవం
- 1763: హైదరాబాదు నిజాం పాలకుడు సలాబత్ జంగ్ మరణం (జ.1718).
- 1932: మలేరియా పారసైట్ జీవితచక్ర పరిశోధకుడు రోనాల్డ్ రాస్ మరణం. (జ. 1857).
- 1945: భారత రాజకీయ నాయకుడు పి. చిదంబరం జననం. (చిత్రంలో)
- 1954: సత్యం కంప్యూటర్స్ మాజీ అధిపతి బైరాజు రామలింగరాజు జననం.
- 1969: భారత మహిళా క్రికెట్ క్రీడాకారిణి ప్రమీలా భట్ జననం.
- 1975: ప్రపంచంలో మూడో అతి పెద్ద ద్వీప దేశం ప్యాపువా న్యూ గిని ఆస్ట్రేలియా నుంచి స్వాతంత్ర్యం వచ్చింది.
- 1975: దక్షిణ భారత సినిమా నటి మీనా జననం.
- 1987: భారత రాజకీయవేత్త దొడ్డపనేని ఇందిర మరణం (జ. 1937).
- 2012: తెలుగు హాస్య నటుడు, సుత్తివేలుగా సుపరిచితుడైన కురుమద్దాలి లక్ష్మీ నరసింహారావు మరణం (జ. 1947).
- 2013: హేతువాది, వామపక్షవాది తమ్మారెడ్డి గోపాలకృష్ణమూర్తి మరణం. (జ. 1920)

బహుజన పార్టీ ఎస్పీ

టీ20 ప్రపంచకప్లో ఆరేళ్లయినా ఆ రికార్డు చెక్కు చెదరలేదు

టీ20 ప్రపంచకప్లో హార్మన్ ప్రీత్ కౌర్ ఫిరకా ఓ రికార్డు ఆరేళ్లుగా అలాగే కొనసాగుతోంది.



అక్టోబర్ 3 నుంచి మహిళల టీ20 ప్రపంచకప్ ప్రారంభం కానుంది. ఈ మెగా ఈవెంట్లో సత్తా చాటేందుకు టీమ్ ఇండియా సిద్ధమవుతోంది. భారత మహిళల జట్టుకు సారథ్యం వహిస్తున్న హార్మన్ ప్రీత్ కౌర్ పేరిట టీ20 వరల్డ్ కప్లో ఉన్న ఓ రికార్డు మాత్రం ఇప్పటికీ చెక్కుచెదరలేదు. ఈ టోర్నీలో శతకం కొట్టిన ఏకైక భారత మహిళా క్రీకెటర్లు ఆమె కొనసాగుతున్నారు. ఆరేళ్లు పూర్వం ఆ రికార్డు అలాగే ఉంది. 2018 టీ20 ప్రపంచకప్లో హార్మన్ ప్రీత్ కౌర్ న్యూజిలాండ్ పై శతకంతో అదరగొట్టింది. గయనాలో జరిగిన ఈ మ్యాచ్ లో ఆమె ఆకాశమే హద్దుగా చెలరేగింది. అద్భుతమైన షాట్లు కొడుతూ.. 51 బంతుల్లో 103 పరుగులు చేసింది. ఇందులో ఏడు ఫోర్లు, ఎనిమిది సిక్సర్లు ఉన్నాయి. ఇక 49 బంతుల్లోనే తన సెంచరీ పూర్తి చేసుకుంది. ఈ మ్యాచ్లో భారత్ ఐదు వికెట్ల నష్టానికి 194 పరుగులు చేసింది. హార్మన్ ప్రీత్ ఫ్లేయర్ ఆఫ్ ది మ్యాచ్గా నిలిచిన ఈ మ్యాచ్లో.. భారత్ 34 పరుగుల తేడాతో గెలుపొందింది. అయితే.. ఆ తర్వాత టీ20 ప్రపంచకప్లో ఇప్పటివరకూ ఏ మహిళా క్రీకెటర్ సెంచరీ చేయలేదు. ఈ రికార్డు హార్మన్ పేరుపైనే కొనసాగుతోంది. స్మృతి మండూనా 87 పరుగులు (బర్మింగ్హామ్ 2023లో), 83(అస్ట్రేలియాపై 2018లో) పరుగులు చేసి ఈ జాబితాలో తదుపరి స్థానంలో కొనసాగుతోంది. టీ20 ప్రపంచకప్లో హార్మన్ ప్రీత్ 35 మ్యాచ్లో 576 పరుగులు చేసింది. ఎక్కువ సిక్కు కొట్టిన భారత మహిళా క్రీకెటర్లలో కొనసాగుతోంది. ఈ టీ20 ప్రపంచకప్లో అక్టోబర్ 4న దుబాయ్లో భారత్.. న్యూజిలాండ్పై ఎదుర్కొంటోంది. దీంతో మరోసారి హార్మన్ ఆ జట్టుపై తన సత్తా చాటాలని అభిమానులు కోరుకుంటున్నారు. ఇక టీ20 మహిళా ప్రపంచకప్ లో భారత జట్టుకు ఎక్కువగా విజేతగా నిలవలేదు. 2018, 2023లో సెమీస్ వరకూ రాగా.. 2020లో రన్నరప్ నిలిచింది. వచ్చే ప్రపంచకప్లో మెరుగైన ప్రదర్శన చేసి భారత్ విజేతగా నిలవాలని అభిమానులు కోరుకుంటున్నారు.

జానీ మాస్టర్ కు జనసేన పార్టీ షాక్

ప్రముఖ కొరియోగ్రాఫర్ జానీ మాస్టర్ పై రాయదుర్గం పోలీస్ స్టేషన్లో లైంగిక వేధింపుల కేసు నమోదయ్యింది. ఓ మహిళా కొరియోగ్రాఫర్ పై జానీ మాస్టర్ గతకొంత కాలంగా లైంగిక వేధింపులకు పాల్పడుతున్నట్లుగా కేసు నమోదయ్యింది. అయితే, ఈ సమయంలో జనసేన పార్టీ జానీ మాస్టర్ కి షాక్ ఇచ్చింది. జనసేన పార్టీకి సంబంధించిన కార్యక్రమాలకు జానీ మాస్టర్ దూరంగా ఉండాలని ఆదేశించింది. తక్షణమే ఈ నిర్ణయం అమల్లోకి వస్తుందని జనసేన పార్టీ అధికారికంగా ప్రకటన విడుదల చేసింది. గతకొంత కాలంగా జానీ మాస్టర్ పై పలు విమర్శలు వస్తున్నా, ఆయన జనసేన పార్టీకి స్టార్ కాంపెయినింగ్ వ్యవహరించారు. ఇక ఇప్పుడు పోలీసు కేసు నమోదు కావడంతో, జనసేన పార్టీ ఈమేరకు నిర్ణయం తీసుకుంది.



గౌరీ పురాణం ట్రైలర్.. మహా ఇంజనీరింగ్ కాన్సెప్ట్..!



ట్యాలెంటెడ్ యాక్టర్ సుహాస్ నటిస్తున్న తాజా చిత్రం 'గౌరీ పురాణం' ట్రైలర్ తోనే ప్రేక్షకుల్లో మంచి బజ్ని క్రియేట్ చేసింది. ఈ సినిమా ఫస్ట్ లుక్ పోస్టర్ కూడా సినిమాపై అంచనాలను పెంచేసాయి. అయితే, ఈ సినిమా ఎలాంటి కథతో రాబోతుందా అనే ఆసక్తి ప్రేక్షకుల్లో నెలకొంది. కాగా, ఈ ఆసక్తికి క్లారిటీ ఇచ్చేలా ఈ చిత్ర ట్రైలర్ను మేకర్లు తాజాగా రిలీజ్ చేశారు. ఓ గౌరీ చుట్టూ ఈ సినిమా కథ సాగుతుందా.. రెండు మతాల మధ్య ఈ గౌరీ ఎలాంటి వివాదాలను రేపింది.. అసలు ఈ గౌరీ కథ ఏమిటి.. మధ్యలో సుహాస్ పాత్ర ఏమిటనేది ఈ సినిమా కథగా సాగుతుంది. ఈ ట్రైలర్ కల్ ఆధ్వర్యం సినిమాపై ఆసక్తిని పెంచేలా ఉండటంతో ఈ సినిమాపై మంచి పాజిటివ్ వైబ్స్ క్రియేట్ అవుతున్నాయి. ఇక సుహాస్ ఎప్పటిలాగే ఈసారి మరో ఇంట్రెస్టింగ్ కాన్సెప్ట్తో రాబోతున్నాడని ఈ ట్రైలర్ చూస్తే అర్థమవుతోంది. ఇక ఈ సినిమాను బాలీ వైర్డ్స్ చేస్తుండగా విషిక ఈ సినిమాలో హీరోయిన్గా నటిస్తోంది. పవన్ సిహెచ్ మ్యూజిక్ అందిస్తున్న ఈ సినిమాను సెప్టెంబర్ 20న రిలీజ్ చేసేందుకు మేకర్స్ రెడీ అవుతున్నారు.

పిట్ నెస్

డ్రై ఫ్రూట్ స్మూత్స్.. ఈ టిప్స్ రెసిపీతో ఎన్నో లాభాలు ఉన్నాయి. అందులో బరువు తగ్గడం కూడా ఒకటి. మరి బరువు తగ్గించే స్మూత్స్ ఏంటో.. ఎలా తయారుచేయాలో తెలుసుకోండి. తీసుకునే ఫుడ్స్, డ్రింక్స్ కారణంగా మనకి ఎన్నో విటమిన్స్, మినరల్స్ అందుతాయి. అందులో హెల్త్ డ్రింక్ ఒకటి. అది డ్రై ఫ్రూట్స్ తో చేసే స్మూత్. దీనిని మనం ఉదయాన్నే తీసుకుంటే బరువు తగ్గడంలో పాటు చాలా లాభాలు ఉన్నాయి. అంటే.. అసలు స్మూత్స్ ఏలా తయారు చేయాలో తెలుసుకోండి.

శక్తి కోసం..

మీకు నీరసంగా ఉన్నప్పుడు ఈ స్మూత్ తాగితే చాలా హెల్త్ అవుతుంది. ఎందుకంటే ఇందులో నేపరల్ షుగర్స్ ఉంటాయి. అవి ప్రక్కోస్. వీటితో పాటు విటమిన్స్, మినరల్స్ ఉంటాయి. ఇవన్నీ కూడా ఇన్స్టంట్ గా శక్తిని అందిస్తాయి. కేవలం శక్తి మాత్రమే కాదు.. ఇమ్మ్యూనిటీ కూడా పెరుగుతుంది. ఇందులోని యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్, ఎస్సెన్షియల్ న్యూట్రియెంట్స్ బాడికి చాలా మంచిది.



ఈ స్మూత్ తాగి బరువు తగ్గడం ఏకా.. ఎలా చేయాలంటే



గట్ హెల్త్..

ఈ స్మూత్ తీసుకోవడం వల్ల కడుపులో హ్యూపీగా ఉంటుంది. డ్రై ఫ్రూట్స్ తో చేసిన ఈ స్మూత్ తీసుకోవడం వల్ల ఇందులోని ఫైబర్ కంటెంట్ జీర్ణశక్తిని పెంచి గట్ ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుతుంది. దీని వల్ల బ్లీటింగ్, జీర్ణ సమస్యలు రావు.

గమనిక: ఆరోగ్య నిపుణులు, అధ్యయనాల ప్రకారం ఈ వివరాలను అందించాం. ఈ కథనం కేవలం మీ అవగాహన కోసమే. ఇవి పాటించడం వల్ల ఫలితాలు అనేవి వ్యక్తిగతం మాత్రమే. వీటిని పాటించే ముందు డైట్ డిప్లొమిస్ట్ ను సంప్రదించడమే ఉత్తమ మార్గం. గమనించగలరు.

ట్రెయిన్ హెల్త్..

డ్రై ఫ్రూట్ స్మూత్ తీసుకోవడం వల్ల ట్రెయిన్ ఫంక్షన్ ఇంప్రూవ్ అవుతుంది. ఇందులో వాల్ నట్స్, బాదం, జీడిపప్పు ఉంటాయి. ఇవన్నీ కూడా పోషకాలు, ఫ్యాటీ యాసిడ్స్, యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్, విటమిన్స్, మినరల్స్ తో నిండి ఉన్నాయి. ఇవన్నీ కూడా ట్రెయిన్ హెల్త్ పోస్ట్ చేస్తాయి. ట్రెయిన్ లోని కఠినమైన పనులను చేయడాన్ని పెంచుతాయి. మరి ఈ స్మూత్ ఏలా తయారు చేయాలి.. ఏయే వదార్లూ కావాలో తెలుసుకోండి.

- స్మూత్ కి కావాల్సిన వదార్లు..**
- 1 వండిన అరటిపండు
 - 1 కప్పు పాలు
 - 2 టేబుల్ స్పూన్ల బటర్
 - 1 టేబుల్ స్పూన్ తేనె లేదా మాపుల్ సిరప్
- గుప్పెడు డ్రై ఫ్రూట్స్ (మీ ఇష్టమైనవి తీసుకోవచ్చు. కాన్ఫి ఐస్ క్యూబ్స్ (అవ్వనల్)



కేలరీల గురించి ఆలోచించండి. అందులో భాగంగా వెజిటేబుల్స్, లీన్ ప్రోటీన్స్, హెల్త్ ఫ్రెండ్లీ పంటిపాటితో స్మూత్ తీసుకోండి. దీని వల్ల బరువు తగ్గుతారు.



'దేవర'లో ఎన్టీఆర్ మూడో పాత్ర ?

చానా పెద్ద కథ స్వామి రక్తంతో సంప్రమే ఎరుపెక్కిన కథ అంటూ ప్రకాష్ రాజ్ డైలాగ్ తో దేవర ట్రైలర్ రిలీజ్ అయిన దగ్గర నుంచి 'దేవర కథ' పై ఇప్పటికే ఎన్నో పుకార్లు షికార్లు చేశాయి. నిజానికి ట్రైలర్ చూస్తే.. కథ ఏదో కొంచెం రివీల్ అయినట్లుగా అనిపించింది, ట్రైలర్ ను బట్టి సినిమాలో ఇద్దరు ఎన్టీఆర్ లు ఉన్నారని, దబుల్ యాక్టర్ హైలైట్ గా ఉంటుందని క్లారిటీ వచ్చింది. మరోవైపు సముద్రానికి సంబంధించి అధిపత్యం మీద జరిగే పోరు, ఎన్టీఆర్ మొదటి పాత్ర ఆ అధిపత్యాన్ని ఫినిష్ చేసేసి, ఆ పోరులో తనకు త్యాగం చేస్తే.. రెండో ఎన్టీఆర్ పాత్రతో కథ మళ్లీ స్టార్ట్ అయింది ?, మొదటి పాత్ర టూర్నల్ ను రెండో పాత్ర ఎలా ఫినిష్ చేసింది అనేది మెయిన్ కథగా అర్థమైంది. ఐతే, ఇంతకీ, బ్యాక్ షాప్ బ్యాక్ లో ఎన్టీఆర్ పాత్ర గురించి ఏదో చెప్పబోతున్నారు అనే కోణాన్ని ట్రైలర్ లో సస్పెన్స్ గా పెట్టారు. కానీ అసలు ఇది కాదు, కథలో ఎన్టీఆర్ మూడో పాత్ర కూడా ఉంటుందని.. ఈ పాత్ర చుట్టే కథ తిరుగుతుందని కొత్తగా టాక్ నడుస్తోంది. కొరటాల శివకి %-% ఎన్టీఆర్ కి ఈ సినిమా చాలా ప్రెస్టిజియస్. పైగా, కొరటాల శివ 'అచార్య' ప్లామ్ తర్వాత చేస్తున్న సినిమా ఇది. అలాగే, 'అరవింద సమేత' వచ్చిన ఆరేళ్లు తర్వాత సోలో హీరోగా ఎన్టీఆర్ చేస్తున్న సినిమా ఇది. కాబట్టి, ట్రైలర్ లో రివీల్ చేసిన కథా నేపథ్యం కంటే.. సినిమాలో చాలా ట్రిప్లింగ్ ఎలిమెంట్స్ ఉంటాయని ప్రత్యేకంగా చెప్పాల్సిన పని లేదు. ఇవన్నీ దృష్టిలో పెట్టుకుంటేనే దేవరలో ఎన్టీఆర్ మూడో పాత్ర పైనే ఇప్పుడు ఆసక్తి పెరుగుతుంది. నిజంగానే దేవరలో మూడో పాత్ర ఉందా ?, ఆ పాత్ర పేరే దేవరా ?, ఆ పాత్ర పాయింట్ ఆఫ్ వ్యూలోనే సినిమా నడుస్తోందా ? చూడాలి. మొత్తానికి దేవర సినిమాపై రోజురోజుకూ అంచనాలు పెరుగుతున్నాయి. అనిరుద్ధ రవిచందర్ సంగీత దర్శకుడిగా వ్యవహరిస్తున్న ఈ సినిమాలో పైన్ టామ్ చాకో, ప్రకాష్ రాజ్ లతో పాటు శ్రీకాంత్ తదితరులు కూడా కీలక పాత్రల్లో నటిస్తున్నారు. మరి పాస్ ఇండియా రేంజ్ లో ఈ సినిమా ఏ రేంజ్ వసూళ్లు సాధిస్తోందో చూడాలి.