



## గన్నవరం విమానాశ్రయంలో రాష్ట్రపతికి ఘన స్వాగతం

రాష్ట్రపతి ద్రౌపది ముర్ము గన్నవరం విమానాశ్రయానికి చేరుకున్నారు.

విజయవాడ, డిసెంబర్ 17, (02పబ్లిక్ స్కాన్): రాష్ట్రపతి ద్రౌపది ముర్ము గన్నవరం విమానాశ్రయానికి చేరుకున్నారు. గవర్నర్ జస్టిన్ అబ్బాల్ సజీర్, సీఎం చంద్రబాబు, ఉప ముఖ్యమంత్రి పవన్ కల్యాణ్ ఆమెకు ఘనస్వాగతం పలికారు. విమానాశ్రయంలో పోలీసు గౌరవపంధనం స్వీకరించిన అనంతరం కోట్ల మార్గంలో మంగళగిరి ఎయిర్ మర్చెంట్ల బయలుదేరి వెళ్లారు. మంగళగిరిలోని అఖిల భారత వైద్య విద్యా సంస్థ (ఎయిమ్స్) స్నాతకోత్సవంలో రాష్ట్రపతి ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొనున్నారు.



## సీఎం నివాసం సమీపంలో బాంబు కలకలం.. మణిపూర్ సీఎం నివాసం సమీపంలో ఓ లైవ్ బాంబు కన్వీంచడం కలకలం సృష్టించింది.



నిర్వహించేవారు. అయితే, ఘటన సమయంలో సీఎం నివాసంలో లేరని సమాచారం. ఈ రాకెట్ ప్రాసెల్ బాంబును గత రాత్రి ప్రయోగించి ఉంటారని కొంతమంది స్థానికులు చెబుతున్నారు. అది పేలకుండా ఇక్కడ పడిపోయి ఉండొచ్చని అనుమానిస్తున్నారు. ఘటన నేపథ్యంలో సీఎం ఇంటి వద్ద భద్రతను కట్టుదిట్టం చేశారు. దీనిపై పోలీసులు దర్యాప్తు చేపట్టారు. బాంబు ఎక్కడి నుంచి తీసుకొచ్చారు? ఎవరు ప్రయోగించి ఉంటారు? అన్న కోణంలోను దర్యాప్తు చేస్తున్నారు.

ఇంఫాల్, డిసెంబర్ 17, (02పబ్లిక్ స్కాన్): మైతేయ్-కుకీ తెగల మధ్య చెలరేగిన ఘర్షణలతో ఈశాన్య రాష్ట్రం మణిపూర్ ఏడాదిన్నరగా అతలాకుతలమవుతున్నా ఉంది. పలుచోట్ల హింసాత్మక ఘటనలు, బాంబు దాడులు, ఆందోళనలతో అట్టుడుకుతోంది. ఈ నేపథ్యంలో తాజాగా ముఖ్యమంత్రి నివాసం వద్ద బాంబు కన్వీంచడం తీవ్ర కలకలం సృష్టించింది. మణిపూర్లోని కొయరెంగ్ మండల ప్రాంతంలో రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి బీరేన్ సింగ్ కు ప్రైవేటు నివాసం ఉంది. ఈ ఇంటికి కొన్ని మీటర్ల దూరంలో మంగళవారం తెల్లవారుజామున ఓ మోర్టార్ బాంబును గుర్తించారు. దీంతో స్థానికులు భయాందోళనకు గురై పోలీసులకు సమాచారమిచ్చారు. ఘటనా స్థలానికి చేరుకున్న పోలీసులు బాంబును నిర్వహించేవారు. అయితే, ఘటన సమయంలో సీఎం నివాసంలో లేరని సమాచారం. ఈ రాకెట్ ప్రాసెల్ బాంబును గత రాత్రి ప్రయోగించి ఉంటారని కొంతమంది స్థానికులు చెబుతున్నారు. అది పేలకుండా ఇక్కడ పడిపోయి ఉండొచ్చని అనుమానిస్తున్నారు. ఘటన నేపథ్యంలో సీఎం ఇంటి వద్ద భద్రతను కట్టుదిట్టం చేశారు. దీనిపై పోలీసులు దర్యాప్తు చేపట్టారు. బాంబు ఎక్కడి నుంచి తీసుకొచ్చారు? ఎవరు ప్రయోగించి ఉంటారు? అన్న కోణంలోను దర్యాప్తు చేస్తున్నారు.

**చైనాలో భారీ అగణనీయ కుంభకోణం ..అధికారికి మరణశిక్ష**  
చైనాలో జరిగిన అవినీతి కుంభకోణంలో ఓ అధికారి ప్రమేయం ఉందని తేలడంతో ఆయనకు మరణశిక్ష విధిస్తూ ఓ న్యాయస్థానం తీర్పు వెలువరించింది.

డిసెంబర్ 17, (02పబ్లిక్ స్కాన్): అవినీతికి పాల్పడే అధికారులపై చైనా ఉక్కుపాదం మోపుతోంది. ఈ క్రమంలోనే దేశంలో జరిగిన అతిపెద్ద కుంభకోణంతో ప్రమేయం ఉన్న ఓ అధికారికి మరణశిక్ష విధించింది. దీనిపై అక్కడి మీడియాలో కథనాలు వెల్లడిస్తున్నాయి. ఉత్తర అంతర్గత మంగోలియా స్వతంత్ర ప్రాంత అధికారిగా లీ జియాన్సింగ్ విధులు నిర్వహించేవారు. ఇతని హయాంలో దేశంలో 421 మిలియన్ డాలర్ల (దాదాపు రూ.3,500 కోట్లు) అవినీతి బయటపడింది. ఈ కుంభకోణంలో లీ ప్రమేయం ఉన్నట్లు విచారణలో వెల్లడైంది. దీంతో 2022లో ఓ న్యాయస్థానం ఆయనకు మరణశిక్ష విధించింది. అయితే, దీనిపై ఆయన సుప్రీం సీటులో కోర్టును ఆశ్రయించారు. అక్కడ లీ మరణశిక్షకు ఆమోదం లభించడంతో మంగళవారం ఉరిశిక్ష విధించారు.

## శ్రీవారి ఆర్జిత సేవా టికెట్లు ..మార్చి 2025 కోటా విడుదల రేపు ఆ వీడియోలు నమ్ముద్దు ..కష్టమర్లకు ఎస్టీఐ అల్ట్

శ్రీవారి భక్తుల సౌకర్యార్థం తిరిడే మార్చి 2025కు సంబంధించిన సుప్రభాతం, తోమాల, అష్టదశపాద పద్మారాధన సేవల ఆర్జిత సేవా టికెట్ల కోటాను ఈ నెల 18వ తేదీ ఉదయం పది గంటలకు ఆన్లైన్ విడుదల చేయనుంది. వీటిలోనే లక్ష్మీవీడ్ కోటా కోసం 20వ తేదీ ఉదయం పది గంటలకు ఆన్లైన్ సేవలు చేసుకోవచ్చు. లిజనెల 21వ తేదీ ఉదయం పది గంటలకు కల్యాణోత్సవం, ఆర్జిత ప్రాసాదాలను, ఊంజల్లెవ, సహస్రదీపాలంకార సేవ టికెట్లను ఆన్లైన్ విడుదల చేస్తారు. వర్షువల్ సేవా టికెట్లను అదేరోజు మధ్యాహ్నం మూడు గంటలకు అందుబాటులో ఉంచుతారు. ఈనెల 23వ తేదీ ఉదయం పది గంటలకు అంగ ప్రదక్షిణం కోటా, ఉదయం 11 గంటలకు శ్రీమాటా (త్రస్టు ట్రేజీ దర్శనం కోటా, మధ్యాహ్నం మూడు గంటలకు వృద్ధులు, దీర్ఘకాలిక వ్యాధిగ్రస్తులు, దివ్యాంగులకు ఉచిత ప్రత్యేక ప్రవేశ దర్శన టికెట్ల కోటా విడుదల ఉంటుంది. లిజనెల 24వ తేదీ ఉదయం పది గంటలకు మార్చి 2025 ప్రత్యేక ప్రవేశ దర్శనం రూ.300 టికెట్ల కోటా విడుదల చేస్తారు. మధ్యాహ్నం మూడు గంటలకు తిరుమల, తిరుపతిలో ఆర్జిత గదుల బుకింగ్ ఉంటుంది. లిజనెల 27వ మార్చి నెల శ్రీవారి సేవ కోటా విడుదల చేస్తారు. భక్తులు గమనించితే ఆర్జిత సేవలు, దర్శన టికెట్లు బుక్ చేసుకోవాలని కోరారు.



అవుతున్న నేపథ్యంలో ప్రజలను అప్రమత్తం చేసింది స్టేట్ బ్యాంక్ ఆఫ్ ఇండియా. దీనిపై ప్రభుత్వ రంగ బ్యాంక్ ఎస్టీఐ స్పందించింది. ఇవన్నీ కేవలం సకిల్ వీడియోలు అంటూ స్పష్టం చేసింది. ఈమేరకు 'ఎక్స్' వేదికగా ప్రజలను అప్రమత్తం చేస్తూ ఓ పోస్ట్ విడుదల చేసింది. ఇదీ చదవండి: అంబానీ, అదానీకి 6 నెలల్లో ఏమైంది? బ్యాంక్ మేనేజ్మెంట్లు చెప్పిన వ్యక్తులంటూ సోషల్ మీడియాలో చక్కర్లు కొడుతున్న డీప్ ఫేక్ వీడియోలు నమ్ముద్దు. ఆ వీడియోలో 'పేర్లన్న పథకాలతో బ్యాంకు గానీ, బ్యాంక్ అధికారులకు గానీ ఎలాంటి సంబంధం లేదు. ఈ వీడియోలో ఫలానా పథకంలో పెట్టుబడి పెట్టడంబూ ప్రజలకు సలహా ఇస్తున్నారు. ఇలాంటి అవాస్తవమైన, అసాధారణ రాబడి ఇచ్చే వాగ్దానాలు ఎస్టీఐ చేయదు. ఇలాంటి మోసాల బారిన పడకుండా ప్రజలంతా అప్రమత్తంగా ఉండండి' అంటూ 'ఎక్స్' వేదికగా పోస్ట్ చేసింది.



## లోక్ సభ ముందుకు 'జమిలి ఎన్నికల' బిల్లు

జమిలి ఎన్నికలకు సంబంధించిన బిల్లులను కేంద్ర ప్రభుత్వం మంగళవారం లోక్ సభలో ప్రవేశపెట్టింది.

దీర్ఘ, డిసెంబర్ 17, (02పబ్లిక్ స్కాన్): లోక్ సభ, రాష్ట్ర అసెంబ్లీలకు ఏకకాలంలో ఎన్నికల నిర్వహణకు ఉద్దేశించిన 'ఒకే దేశం-ఒకే ఎన్నిక ప్రణాళిక' బిల్లును మంగళవారం ముందుకొచ్చింది. దీనికోసం ప్రతిపాదించిన 129వ రాజ్యాంగ సవరణ బిల్లు సహా మరో బిల్లు ను కేంద్రం మంగళవారం (డిసెంబరు 17న) లోక్ సభలో ప్రవేశపెట్టింది. కేంద్ర న్యాయశాఖ మంత్రి అరుణ్ జైట్లీ, కేంద్ర దిగువ సభలో ఈ బిల్లులను ప్రవేశపెట్టారు.



## తెదేపా కార్యకర్తలకు సారీ.. మళ్లీ ఇలా జరగకుండా జాగ్రత్త పడతా: మంత్రి పార్థసారథి

తెదేపా కార్యకర్తలకు మంత్రి కొలుసు పార్థసారథి మరోసారి క్షమాపణలు చెప్పారు. అమరావతి, డిసెంబర్ 17, (02పబ్లిక్ స్కాన్): తెదేపా కార్యకర్తలకు మంత్రి కొలుసు పార్థసారథి మరోసారి క్షమాపణలు చెప్పారు. విలారు జిల్లా నూజివీడులో ఆదివారం జరిగిన సర్కార్ గౌతు లచ్చన్న విగ్రహోపహారం కార్యక్రమంలో వైకాపా నేత, మాజీ మంత్రి జోగి రమేష్ కలిసి పాల్గొనడంపై పార్టీలో తీవ్ర అసంతృప్తి వ్యక్తమైన విషయం తెలిసిందే. దీంతో పార్థసారథి ఇప్పటికే సీఎం చంద్రబాబుకు క్షమాపణలు చెప్పారు. తాజాగా మీడియా సమావేశం నిర్వహించి కార్యకర్తలకు సారీ చెప్పారు. ఇదీ చదవండి: సీనియర్ నేతల్లో.. ఇంకెంత లేదా? చంద్రబాబు, లోకేశ్ నాకిచ్చిన గౌరవాన్ని ఎప్పుడూ మర్చిపోను. తెదేపా సిద్ధాంతాలను దెబ్బతీసే వ్యక్తిని మాత్రం కాదు. మళ్లీ ఇలాంటివి జరగకుండా జాగ్రత్త పడతా. తెదేపా కార్యక్రమాల్లో చొరబడటం వైకాపా నేతలకు అలవాటే వ్యక్తిగతంగా జోగి రమేష్ నాకెలాంటి సంబంధం లేదు" అని మంత్రి పార్థసారథి తెలిపారు. తెదేపా ప్రతిపక్షంలో ఉండగా సాక్షాత్తు పార్టీ అధ్యక్షుడు చంద్రబాబు ఇంటిపైకి దండెత్తి వచ్చిన జోగి రమేష్... సీనియర్ మంత్రి కొలుసు పార్థసారథి, రెండూసార్లు ఎంపీగా పనిచేసిన అత్యంత సీనియర్ నాయకుడు, ప్రస్తుత ఆర్డీ పార్టీ కోసంకక నారాయణ, పలాన ఎమ్మెల్యే గౌతు శిరీష వేదిక చంపకోవడంపై తెదేపా శ్రేణులు మండిపడిన విషయం తెలిసిందే. ఈ నేపథ్యంలో మంత్రి స్పందిస్తూ సారీ చెప్పారు.



గిద్దంగిలోని 185 బస్సుల రేషన్ బియ్యం మాయమవడంపై క్రిమినల్ కేసు నమోదైన విషయం తెలిసిందే. దీనిపై అధికారులు చర్యలు చేపట్టారు. గిద్దంగిలోని రేషన్ బియ్యం అధికారులు 8 లాఠీల ద్వారా మరబివట్లం మార్కెట్లోకి తరలించారు. స్టాక్ మొత్తం ఖాళీ చేసిన తర్వాత గిద్దంగి బ్లాక్లో పెట్టె అవకాశం ఉంది.

**పేర్లీ నానీ.. పేదల బియ్యం బోకేసీ నీతి కబుర్లు : మంత్రి కొలు రవీంద్ర**  
వైకాపా నేత పేర్లీ నానీ పేదల బియ్యం బోకేసీ నీతి కబుర్లు చెబుతున్నాడని ఏపీ మంత్రి కొలు రవీంద్ర ధ్వజమెత్తారు. పేర్లీ నానీపై చట్ట ప్రకారం చర్యలు తీసుకుంటామని మంత్రి స్పష్టం చేశారు. రూ.90లక్షల ఎటువైన 187 బస్సుల బియ్యం లివోకారని దుయ్యబట్టారు. పేర్లీ కుటుంబం అంతా పరారీలోనే ఉండన్న మంత్రి కొలు రవీంద్ర.. డౌంగ్ అయిన పేర్లీ నానీకి పరామర్శలు విడుదలమని మండిపడ్డారు. వైకాపా అంతా డౌంగ్ల పార్టీనే అని అర్థమవుతోందని ఆక్షేపించారు. వైకాపా నేత పేర్లీ నానీ కుటుంబానికి చెందిన

## యువ వైద్యులు గ్రామీణ, గిరిజన ప్రాంతాల్లో సేవలందించాలి : రాష్ట్రపతి ముర్ము

యువ వైద్యులు గ్రామీణ, గిరిజన ప్రాంతాల్లో వైద్య సేవలందించాలని రాష్ట్రపతి ద్రౌపది ముర్ము సూచించారు. గుంటూరు జిల్లా మంగళగిరిలోని ఎయిమ్స్ తొలి స్నాతకోత్సవానికి ఆమె ముఖ్యఅతిథిగా హాజరయ్యారు. ప్రత్యేక విమానంలో గన్నవరం విమానాశ్రయానికి చేరుకున్న ముర్ముకు గవర్నర్ జస్టిన్ అబ్బాల్ సజీర్, ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు, ఉప ముఖ్యమంత్రి పవన్ కల్యాణ్ సహా పలువురు స్నాగ్గం పలికారు. అనంతరం ఎయిమ్స్ వైద్యులను రాష్ట్రపతి.. మొదటి బ్యాచ్ వైద్య విద్య పూర్తి చేసుకున్న 49 మంది ఎంబీబీఎస్ విద్యార్థులకు పట్టా ప్రధానం చేశారు. "వైద్య వృత్తిని ఎంచుకోవడం ద్వారా విద్యార్థులు మాన-వత్సవం చేసే దారిని ఎంచుకున్నారు. ప్రజల ప్రాణాలు కాపాడే.. వారి ఆరోగ్యం మెరుగుపరచే అమూల్యమైన అవకాశం మీకు వస్తుంది. మీలాంటి యువ వైద్యులు.. గ్రామీణ, గిరిజన, మారుమూల ప్రాంత ప్రజలకు సేవ చేసేందుకు ప్రాధాన్యం ఇవ్వాలి. జాతి సమ్మితి ఆరోగ్య సంరక్షణలో ప్రత్యేకంగా మిలాంటి యువ వైద్యులు కీలక పాత్ర పోషించాలి. ఈ దశలో మీరు చిత్తశుద్ధితో పనిచేసి.. దేశ ఆరోగ్యభివృద్ధిలో పాలుపంచుకుంటారని ఆశిస్తున్నా" అని రాష్ట్రపతి అన్నారు. ఎయిమ్స్ అభివృద్ధికి పూర్తి సహకారం అందిస్తాం: చంద్రబాబు మంగళగిరి ఎయిమ్స్ అభివృద్ధికి కూటమి ప్రభుత్వం పూర్తి సహకారం అందిస్తుందని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు తెలిపారు. అత్యాధునిక సేవలందిస్తున్న మంగళగిరి ఎయిమ్స్ దేశంలో మొదటి స్థానంలో నిలవాలని ఆకాంక్షించారు. మంగళగిరి ఎయిమ్స్ కోసం మరో 10 ఏకకాల స్థలం కేటాయిస్తున్నామని ఈ సందర్భంగా సీఎం ప్రకటించారు. ఈ కార్యక్రమంలో మంత్రులు లోకేశ్, సత్యకామార్ పాల్గొన్నారు.





# టీసి ఎలక్షన్ లో డీసీ ఫోర్ చైర్మన్ గా సంజీవ్ కుమార్ రెడ్డి ఏకగ్రీవం



**సంద్యాల, డిసెంబర్ 17, (05వార్డు స్టూన్):** ఆయన మాట్లాడుతూ ఆయనకు సహకరించిన సిరివెళ్ల మండలం గంగవరం గ్రామానికి చెందిన చిన్నారెడ్డి సంజీవ్ కుమార్ రెడ్డి ఈనెల 14వ తారీఖు జరిగిన డీసీ ఎలక్షన్ లో డీసీ ఫోర్ చైర్మన్ గా ఏకగ్రీవంగా ఎన్నికయ్యారు. అనంతరం

**హైదరాబాద్, డిసెంబర్ 17, (05వార్డు స్టూన్):** కుార్మివేతలపై హైదరా కమిషనర్ రంగనాథ్ కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. జులై తర్వాత చేపట్టిన అక్రమ నిర్మాణాలను కూర్మివేస్తామని స్పష్టం చేశారు. హైదరా ఏర్పడక ముందు ఉన్న నిర్మాణాల జోలికి వెళ్లబోమన్నారు. "గతంలో పరిష్కారం తీసుకొని ఇప్పుడు నిర్మాణాల



**హైదరాబాద్, డిసెంబర్ 17, (05వార్డు స్టూన్):** కుార్మివేతలపై హైదరా కమిషనర్ రంగనాథ్ కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. జులై తర్వాత చేపట్టిన అక్రమ నిర్మాణాలను కూర్మివేస్తామని స్పష్టం చేశారు. హైదరా ఏర్పడక ముందు ఉన్న నిర్మాణాల జోలికి వెళ్లబోమన్నారు. "గతంలో పరిష్కారం తీసుకొని ఇప్పుడు నిర్మాణాల

# కలుషిత ఆహారం తిని 13 మంది విద్యార్థులకు అస్వస్థత కలుషిత ఆహారం తిని 13మంది విద్యార్థులు అస్వస్థతకు గురైన సంఘటన పెనుకొండలో చోటుచేసుకుంది..

**పెనుకొండ, డిసెంబర్ 17, (05వార్డు స్టూన్):** కలుషిత ఆహారం తిని 13మంది విద్యార్థులు అస్వస్థతకు గురైన సంఘటన పెనుకొండలో చోటుచేసుకుంది. స్థానికులు తెలిపిన వివరాల ప్రకారం.. శ్రీ సత్యసాయి జిల్లా పెనుకొండ మండలంలోని రాంపురం ఎంజెపీ బీసీ బాలికల గురుకుల పాఠశాలలో సోమవారం రాత్రి భోజనం తిన్న తర్వాత 13 మంది 6వ తరగతి విద్యార్థినులు వాంటులతో తీవ్ర అస్వస్థతకు గురయ్యారు. విద్యార్థులకు తీవ్ర అస్వస్థత కావడంతో వెంటనే

# అగచర్ల ఘటనపై చర్చకు విపక్షాల పట్టు..నిరసనల మధ్య 3 బిల్లులకు ఆమోదం

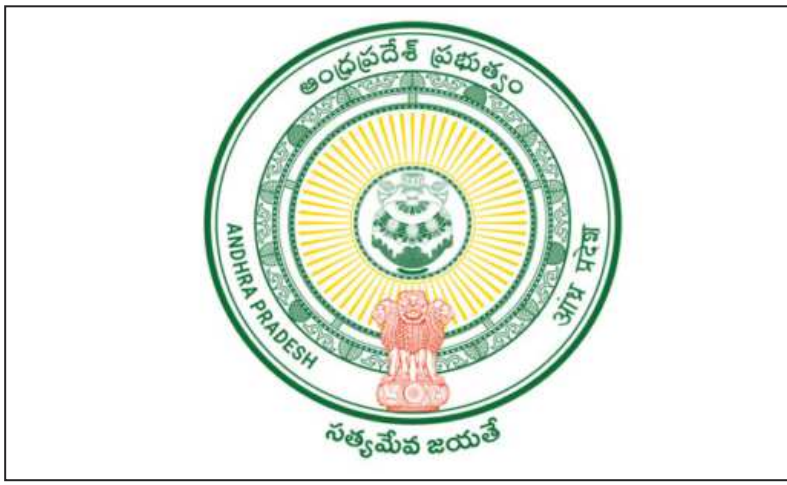
భారాస, భాజపా సభ్యుల నిరసనల మధ్య తెలంగాణ శాసనసభ మూడు బిల్లులకు ఆమోదం తెలిపింది.



**హైదరాబాద్, డిసెంబర్ 17, (05వార్డు స్టూన్):** తెలంగాణ శాసనసభ సమావేశాలు విపక్షాల నిరసనల మధ్య కొనసాగుతున్నాయి. వికారాబాద్ జిల్లా అగచర్ల ఘటనపై అసెంబ్లీలో చర్చించాలని విపక్షాలు పట్టుబట్టాయి. వాయిదా తీర్మానాల కోసం భారాస, భాజపా డిమాండ్ చేశాయి. భారాస, భాజపా సభ్యుల నిరసనల మధ్య శాసనసభ మూడు కీలక బిల్లులకు ఆమోదించింది.

# పర్యాటక రంగంలో పెట్టుబడుల కోసం చర్యలు..

పర్యాటక రంగంలో పెట్టుబడులను రప్పించేందుకు ఏటీ ప్రభుత్వం చర్యలు చేపట్టింది.



**విజయవాడ, డిసెంబర్ 17, (05వార్డు స్టూన్):** పర్యాటక రంగంలో పెట్టుబడులను రప్పించేందుకు ఏటీ ప్రభుత్వం చర్యలు చేపట్టింది. ఈ రంగంలో అసక్తి ఉన్న పెట్టుబడిదారులతో సమావేశం నిర్వహించింది. విజయవాడలోని ఓ హోటల్లో జరిగిన ఈ సమావేశంలో పర్యాటక శాఖ మంత్రి కందుల హాలీశే రావు సభను తప్పిదోవ పట్టిస్తున్నారు.

# : డిప్యూటీ సీఎం భట్టి

శాసనసభను భారాస ఎమ్మెల్యే హాలీశే రావు తప్పిదోవ పట్టిస్తున్నారని డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్కులనిచ్చింది.



**హైదరాబాద్, డిసెంబర్ 17, (05వార్డు స్టూన్):** శాసనసభను భారాస ఎమ్మెల్యే హాలీశే రావు తప్పిదోవ పట్టిస్తున్నారని డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్కులనిచ్చింది. పర్యాటక రంగంలో పెట్టుబడులను రప్పించేందుకు ఏటీ ప్రభుత్వం చర్యలు చేపట్టింది. ఈ రంగంలో అసక్తి ఉన్న పెట్టుబడిదారులతో సమావేశం నిర్వహించింది. విజయవాడలోని ఓ హోటల్లో జరిగిన ఈ సమావేశంలో పర్యాటక శాఖ మంత్రి కందుల హాలీశే రావు సభను తప్పిదోవ పట్టిస్తున్నారు. డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్కులనిచ్చింది. పర్యాటక రంగంలో పెట్టుబడులను రప్పించేందుకు ఏటీ ప్రభుత్వం చర్యలు చేపట్టింది. ఈ రంగంలో అసక్తి ఉన్న పెట్టుబడిదారులతో సమావేశం నిర్వహించింది. విజయవాడలోని ఓ హోటల్లో జరిగిన ఈ సమావేశంలో పర్యాటక శాఖ మంత్రి కందుల హాలీశే రావు సభను తప్పిదోవ పట్టిస్తున్నారు.

# రెవెన్యూ సదస్సులో ఐఐఐఐ సమస్యలు

రెవెన్యూ సదస్సులో వివిధ సమస్యలు పరిష్కరించాలని కోరుతూ స్టేట్ ఫ్లాంట్ నిర్వాహకులు వినతులు అందజేశారు.



**గాజుపాక, డిసెంబర్ 17, (05వార్డు స్టూన్):** రెవెన్యూ సదస్సులో వివిధ సమస్యలు పరిష్కరించాలని కోరుతూ స్టేట్ ఫ్లాంట్ నిర్వాహకులు వినతులు అందజేశారు. రెవెన్యూ సదస్సులో వివిధ సమస్యలు పరిష్కరించాలని కోరుతూ స్టేట్ ఫ్లాంట్ నిర్వాహకులు వినతులు అందజేశారు. రెవెన్యూ సదస్సులో వివిధ సమస్యలు పరిష్కరించాలని కోరుతూ స్టేట్ ఫ్లాంట్ నిర్వాహకులు వినతులు అందజేశారు.

# తెలంగాణలో ఎంబీబీఎస్ ,బీడిఎస్ విద్యార్థులకు ఊరట

తెలంగాణలో ఎంబీబీఎస్, బీడిఎస్ విద్యార్థులకు హైకోర్టులో ఊరట లభించింది.



**హైదరాబాద్, డిసెంబర్ 17, (05వార్డు స్టూన్):** తెలంగాణలో ఎంబీబీఎస్, బీడిఎస్ విద్యార్థులకు హైకోర్టులో ఊరట లభించింది. ఇతర రాష్ట్రాల్లో చదివిన రాష్ట్ర విద్యార్థులను స్థానికులుగా

# యోగి ఆదిత్యనాథ్ నే కలిసిన తెదేపా నాయకులు

ఉత్తరప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి యోగి ఆదిత్యనాథ్ నే కలిసిన తెదేపా జాతీయ ఉపాధ్యక్షులు మాధవ నాయుడు, విజయనగరం ఎంపీ కలిశెట్టి అప్పలనాయుడు.



**విజయనగరం, డిసెంబర్ 17, (05వార్డు స్టూన్):** ఉత్తరప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి యోగి ఆదిత్యనాథ్ నే కలిసిన తెదేపా జాతీయ ఉపాధ్యక్షులు మాధవ నాయుడు, విజయనగరం ఎంపీ కలిశెట్టి అప్పలనాయుడు. తెలుగువారికి ఉపయోగపడే తెలుగు సమాచార కేంద్రాల ఏర్పాటు చేయాలని అప్పలనాయుడు కోరారు. ఇలాంటి కేంద్రాల మొత్తం వృద్ధులు, మిల్లలు, వసతి, భోజన సౌకర్యాల భవనం కోసం ప్రభుత్వ భూమి కేటాయింపులను, కోరుతూ అప్పలనాయుడు వారి నివాసంలో మర్యాద పూర్వకంగా కలిసి వసతి పత్రం అందజేశారు. రెండు తెలుగు రాష్ట్రాల

# కాకినాడ పోర్టులో 1,320 టన్నుల పీడిఎస్ బియ్యం గుర్తించాం: కలిశెట్టి

డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్ కాకినాడ పోర్టును పరిశీలించిన తర్వాత అధికార యంత్రాంగంలో కడలిక వచ్చింది.



**కాకినాడ, డిసెంబర్ 17, (05వార్డు స్టూన్):** డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్ కాకినాడ పోర్టును పరిశీలించిన తర్వాత అధికార యంత్రాంగంలో కడలిక వచ్చింది. పైల్డ్ నౌక ద్వారా పీడిఎస్ బియ్యం విదేశాలకు తరలిస్తున్నారన్న సమాచారంతో గత నెల 29న పవన్ కల్యాణ్, పౌరసరఫరాలశాఖ మంత్రి నాదెండ్ల మనోహర్, జిల్లా అధికారులతో కలిసి నౌకను పరిశీలించారు. ప్రభుత్వం విచారణకు అదేరించడంతో అధికారులు రంగంలోకి దిగారు. కాకినాడ పోర్టులో రెవెన్యూ బియ్యం అక్రమ రవాణా వ్యవహారంపై మంగళవారం కాకినాడ జిల్లా కలెక్టర్ షాన్ మోహన్ మీడియా సమావేశం నిర్వహించి వివరాలు వెల్లడించారు. "సంబంధ 29న డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్ పైల్డ్ నౌకను పరిశీలించిన తర్వాత ఇరు విభాగాల అధికారులు బృందంగా ఏర్పడి 12గంటల పాటు పైల్డ్ నౌకలోని 5 కంపార్ట్మెంట్లలో తనిఖీలు నిర్వహించి 12శాతంపై సేకరించారు. షిఫ్ట్ దాదాపు 4వేల టన్నుల బియ్యం ఉన్నాయి. వాటిలో 1,320 టన్నుల పీడిఎస్ బియ్యం ఉన్నట్లు నిర్ధారించాం. ఈ షిప్ ద్వారా సత్యం బాలాజీ రైస్ ఇండస్ట్రీస్ బియ్యం ఎగుమతి చేస్తున్నట్లు దర్యాప్తులో తెలిసింది. వాళ్లు ఎక్కడి నుంచి బియ్యం తీసుకొచ్చారు, ఎక్కడ నిల్వ చేశారనేదానిపై దర్యాప్తు జరుగుతోంది. 1,320 టన్నుల బియ్యాన్ని వెంటనే షిప్ నుంచి అన్లోడ్ చేయించి సీజ్ చేస్తాం. కాకినాడ పోర్టులో ఇంకా లోడ్ చేయాల్సిన బియ్యం 12 వేల టన్నులు ఉన్నాయి. వాటిలో ఎక్కడా పీడిఎస్ బియ్యం లేవని నిర్ధారించుకున్న తర్వాతే లోడింగు అనుమతిస్తాం. కాకినాడ యాంకేజ్ పోర్టు, డీప్సీ వాటర్ పోర్టులో కూడా మరో చెకోపోస్టు ఏర్పాటు చేశాం. ఒక్క గ్రామం పీడిఎస్ బియ్యం కూడా దేశం దాటకుండా చర్యలు తీసుకుంటాం. షిప్పు ఎప్పుడు రిలిజ్ చేయాలనే దానిపై త్వరలో నిర్ణయం తీసుకుంటాం. నిజాయితీగా బియ్యం వ్యాపారం చేసేవారికి ప్రభుత్వం నుంచి ఎలాంటి ఇబ్బందులు ఉండవు. వ్యాపారులు, కూలీలు భయపడాలి అవసరం లేదు" అని కాకినాడ కలెక్టర్ సుప్రసం చేశారు.



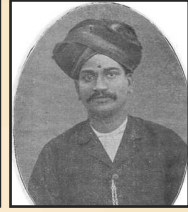
# స్వయం

## చరిత్రలో నేటి ప్రత్యేకత

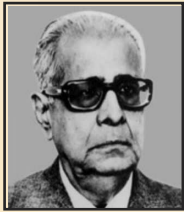
- 1273: పర్షియన్ కవి, ఇస్లామీయ న్యాయతత్వవాది, ధార్మికవేత్త, సూఫీ జలాలుద్దీన్ ముహమ్మద్ రూమి మరణం. (జ.1207)
- 1778: బ్రిటన్ కు చెందిన రసాయన శాస్త్రవేత్త, సూతన అవిచ్ఛిన్న హంట్రీ డేవీ జననం. (మ.1829)
- 1866: ప్రముఖ సంస్కృతాంధ్ర పండితులు, కవి, రచయిత కూచి నరసింహం జననం. (మ.1940)
- 1903: రైటు సోదరులు తయారుచేసిన విమానం మొదటిసారి ఎగిరింది.
- 1905: న్యాయవాది, భారత ప్రధాన న్యాయమూర్తి, తాత్కాలిక రాష్ట్రపతిగా పనిచేసిన మహమ్మద్ హిదాయతుల్లా జననం. (మ.1992)
- 1959: స్వాతంత్ర్యోద్యమ నాయకుడు, డా.భోగరాజు పట్టాభి సీతారామయ్య మరణం. (జ.1880).
- 1959: సినిమాటి జయసుధ పుట్టినరోజు. (చిత్రంలో)
- 1996: తెలుగు సినిమా నటి సూర్యకాంతం మరణం. (జ.1924)



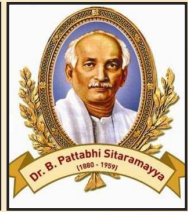
మాస్టర్ డేవీ



కూచి నరసింహం



మహమ్మద్ హిదాయతుల్లా



సీతారామయ్య



జయసుధ



సూర్యకాంతం



## ఇన్స్ట్రన్ టెస్టు.. రెండో ఇన్నింగ్స్ కోసం విరాట్ కళాశర సాధన!

ఈసారి బొర్రర్ గావస్కర్ ట్రోఫీలో భారత్ స్ట్రైక్ లంగాడు దిండా కోట్ల అనుకున్నంత మేర నెక్సన్ కాలేదు. పిలవ పొట్లతో పిలిచియున్న చేరి లభిమానులను నిరాశకు గురి చేశాడు.



ఆస్ట్రేలియాతో బ్రిస్బేన్ వేదికగా భారత్ మూడో టెస్టు ఆడుతోంది. మొదటి ఇన్నింగ్స్ లో ఆసీస్ 445 పరుగులు చేసిన సంగతి తెలిసిందే. టీమ్ ఇండియా అటగాళ్లు కేవల్ రాహుల్, రవీంద్ర జడేజా హాఫ్ సెంచురీలు సాధించారు. అయితే యశస్వి జైస్వాల్ (4), శుభన్ గిల్ (1), విరాట్ కోహ్లి (3), రిషభ పంత్ (9) సింగిల్ డిజిట్ల పరిమితం కావడం గమనార్హం. గబ్బా టెస్టులో ఓటమి నుంచి గట్టెక్కాలంటే రెండో ఇన్నింగ్స్ భారత్కు అత్యంత కీలకం. బొలింగ్కు సహకరిస్తున్న పిచ్చై ఆసీస్ను ఎదుర్కోవాలంటే టీమిండియా బ్యాటర్లకు మరింత ఓర్పు అవసరం. అందుకోసం ఇప్పట్నుంచే విరాట్ కోహ్లి, శుభన్ గిల్ సాధన మొదలుపెట్టారు. ఓవైపు భారత్ బ్యాటింగ్ కొనసాగుతూ ఉండగా.. ఇప్పటికే ఔటైన బ్యాటర్లు మాత్రం నెట్లో వివరీతంగా శ్రమించారు. ఈమేరకు భారత మాజీ క్రికెటర్ హర్షజన్ సింగ్ దీని గురించి విశ్లేషించాడు. పేసర్ ప్రసిద్ధి కృష్ణ బొలింగ్ సాధన చేశారు. ఇది చదవండి: ఆస్ట్రేలియా భారత్ జట్ల మధ్య మూడో టెస్టు లైవ్ అవ్ డేట్స్ “నెట్స్ స్ట్రాక్ క్రికెటర్లు ఉన్నారు. ఇప్పటికే చాలా బంతులు ఆడారు. ఇక్కడ ఎందుకు ఉన్నారనే ప్రశ్నలు రావడం సహజం. ఇప్పటివరకు ఈ సిరీస్లో శతకం మినహా.. ఎక్కువ పరుగులు చేయలేదు. విరాట్ కోహ్లి, గిల్ రాణించడం భారత్కు అత్యంత అవసరం. ఫామ్లో తేనెపప్పు ఎక్కువ బంతులను హిట్టింగ్ చేయడంపైనే సాధన చేయాలి” అని హర్షజన్ వెల్లడించాడు.

# 2024: హాత్ బట్టి.. ఆవన్నీ ‘పాన్ ఇండియా’ కాలేకపోయాయి!

2024 చివరికి వచ్చింది. ఈ ఏడాది బాక్సాఫీస్ వద్ద ఎన్నో ఆసక్తికర చిత్రాలు అలరించాయి. పాన్ ఇండియా స్థాయిలోనూ పలు చిత్రాలు పలకరించాయి. మరి వాటి పరిస్థితి ఏమైంది? ఎంతవరకూ రాణించాయి?



‘రాా అబ్బాయ్.. ఏంటి సంగతులు. చాలా రోజుల తర్వాత వచ్చావు..’ ఏం లేదు బాబాయ్.. ఇయర్ ఎండింగ్ కదా.. కాలేజీ ‘పాన్ ఇండియా మూవీస్’ టాపిక్ మాట్లాడమన్నారు. సువేమో సినిమా అంటే పడిచస్తావు కదా. పైగా కొత్త సినిమా వస్తే, చూసే దాకా థియేటర్ చుట్టూ తిరుగుతూనే ఉంటావు. కాస్త ఆ వివరాలు చెబుతావని వచ్చాను “సర్దేరా.. అయినా మొన్న రానా ఎంత పెద్ద మాట అన్నాడురా..” ఇంతకీ ఏమన్నాడు బాబాయ్.. “బాహుబలి సినిమా చేస్తున్నప్పుడు దాని విలువ తెలియలేదు సర్ (రాజమౌళి).. అయిపోయిన తర్వాత తెలుస్తోంది. గొప్ప ఆలోచనలు, గొప్ప పనులు చేశాం. ఇప్పుడు దాన్ని పాడు చేశారు.. బయట అలా జరగడం లేదు” అన్నాడు. ‘అవునా బాబాయ్ అంత మాట అన్నాడా? “నిజమేరా అబ్బాయ్.. ‘బాహుబలి 1’ విడుదలై వచ్చే ఏడాదికి పదేళ్లు పూర్తవుతుంది. ఏదైనా అదో ట్రెండ్ సెటర్. అదిగో అప్పటి నుంచి ఇండస్ట్రీకి పాన్ ఇండియా పిచ్చి పట్టుకుంది” ఇంతకీ దీనిని పాన్ ఇండియా మూవీ అంటారు బాబాయ్.. “పులిని చూసి సక్క వాత పెట్టుకున్నట్లు” అన్నీ పాన్ ఇండియా మూవీలు కావురా అబ్బాయ్. ఆ అర్థాన్ని మార్చేశారు. దర్శకుడు, రచయిత ఏదో ఒక సబ్జెక్ట్ అనుకోవడం.. భారీ బడ్జెట్ పేరుతో దానికి అవసరమైన హంగులు జోడించడం గత కొంతకాలంగా పరిపాటిగా మారిపోయింది. అంటే, తాము అనుకున్న కథకు పాత్రకు వేరే భాషల నటుల అవసరం లేకపోయినా, పాన్ ఇండియా మోజులో ఒక్కో కీలక పాత్రకు ఒక్కో భాషా నటుడిని ఎంపిక చేసి, సినిమా వీర లెవల్లో పైకి లేపుతున్నారు. తీరా బాక్సాఫీస్ వద్ద అవి బోల్తా పడిపోతున్నాయి” భారీ బడ్జెట్, వివిధ ఇండస్ట్రీల్లోని కీలక నటులు నటిస్తే సరిపోతుందా? సబ్జెక్ట్ ఉండకూడదేదా? దీన్నే సబ్జెక్ట్ (కథ) లేక అబ్జెక్ట్ (నటీనటులు) మీద ఆధారపడటం అంటారు. ఒకప్పుడు హాలీవుడ్ సినిమాలు ఇక్కడి ప్రేక్షకులను అలరించేవి. అలాగని, అన్నీ సినిమాలు వచ్చేసేవి కావు కదా! ప్రతి ప్రేక్షకుడికి ఆ మూవీలోని కథ కనెక్ట్ కావాలి. అలా అన్నాను కదాని, అన్నింటినీ ఒకే గాటన కట్టొద్దు. ‘కాంతార’ లాంటివి కొన్ని వినుతున్న సబ్జెక్టు హాట్ అయిపోతుంటాయి” పాన్ ఇండియా’ ట్యాగ్ తో వచ్చిన చాలా చిత్రాలు ఈ ఏడాది అంతగా ప్రేక్షకులకు రుచించలేదు. పైగా అవన్నీ థియేటర్లు తక్కువ.. ఓటీటీకి ఎక్కువ స్థాయి కథలతో రావడమూ ఓ కారణమే. ముఖ్యంగా బాలీవుడ్ లో ఈ పరిస్థితి మరింత దారుణంగా ఉంది. అక్బయ్, బైగర్ ప్రాఫ్ ‘బడే మియా చోటేమియా’, అజయ్ దేవ్ ‘మైదాన్’, అలియా భట్ ‘జిగ్సా’, సిద్ధార్థ్ మల్హోత్రా ‘యోధా’, విద్యుత్ జమ్వాల ‘క్రాక్’ పేరుకు కొన్ని చిత్రాలు. ఎన్నో అంచనాలతో విడుదలై ప్రేక్షకులను ఏ మాత్రం మెప్పించలేకపోయాయి. ‘సింగమ్ అగైన్’ అంటూ రోహిత్ శెట్టి పెద్ద కంగాళీ చేశాడు” ఇందుకు దక్షిణాది చిత్రాలు ఇందుకు మినహాయింపు ఏమీ కాదురా అబ్బాయ్. మోహన్లూల్ ‘మల్లెకొత్తె వాలిబెన్’ను కేరళ ప్రేక్షకులే పెద్దగా చూడలేదు. ఇక ఎన్నో అంచనాల మధ్య వచ్చిన ‘ఇండియన్ 2’ గురించి ప్రత్యేకంగా చెప్పాల్సిన పనిలేదు. ‘తాత వచ్చాడే.. ప్రేక్షకులను ఇరగదీసి పోయాడే’ అని ఫ్యాన్స్ బాధపడ్డారు. తాత మర్యాదకే వికటించడంతో ‘ఇండియన్ 2’ ఎలాగో ముగించి ఓటీటీలో విడుదల చేయనున్నట్లు టాక్ వినిపిస్తోంది. దీనికి కారణం లేకపోలేదు. కథను జీళ్లపాకలా సాగదీయడమే. ‘ఇండియన్ 2’ రెండు భాగాలుగా చెప్పాలనుకోవడమే పెద్ద మిస్టేక్ అని సినీ విశ్లేషకులు అంటున్నారు. అన్ని హిట్లు తీసిన శంకరుడికే తాత దెబ్బ గట్టిగా తగిలింది. ఇక విజయ్ ‘ది గ్రేట్స్ట్ ఆఫ్ అల్ టైమ్’ (గోట్), రజనీకాంత్ ‘వేట్ యన్’ అదే పరిస్థితి. సూర్య ‘కంగువా’ అయితే, ప్రేక్షకుడిని కంగుతీసిపించింది. ‘దేవర్ 1’ను ఎన్టీఆర్ ఓ సారలాగా, పెద్ద పెట్టె లాగా తన భుజాలపై లాక్కొట్టాడు కాబట్టి సరిపోయింది. ‘ఈగల్’, ‘అవరేషన్ వాలెంటైన్’, ‘బడల్ ఇస్టోర్’, ‘మట్లా’ గురించి నేను మాట్లాడను” ఇది రా అబ్బాయ్ పడిపోయిన పాన్ ఇండియా సినిమాల పరిస్థితి. ‘అన్నీ బాగానే ఉన్నాయి కానీ, ఏదో ఒక్కటి తక్కువైంది బాబాయ్.. “ఏరా నీకు కాలేజీ టైమ్ అవులేదా.. ఇంక బయలుదేరు..’



నితినీ ‘రాబిన్ హుడ్’ వాయిదా.. నిర్మాణ సంస్థ పోస్ట్ సినిమా హిరోగా రానున్న చిత్రం ‘రాబిన్ హుడ్’.. ఈ సినిమా వాయిదా పడినట్లు నిర్మాణ సంస్థ తెలిపింది.



నితినీ హిరోగా వెంకీ కుడుముల దర్శకత్వంలో తెరకెక్కుతోన్న చిత్రం ‘రాబిన్ హుడ్ మైత్రీ మూవీ మేకర్స్ సంస్థ నిర్మిస్తోంది. డిసెంబర్ 25న ఈ చిత్రం ప్రేక్షకుల ముందుకు రావాల్సి ఉంది. తాజాగా దీన్ని వాయిదా వేస్తున్నట్లు నిర్మాణ సంస్థ ప్రకటించింది. అనుకోని పరిస్థితుల వల్ల దీన్ని వాయిదా వేయాల్సి వచ్చిందంటూ మైత్రీ మూవీస్ పోస్ట్ పెట్టింది. నితినీ వెంకీ కుడుముల కాంట్రాక్టులో రానున్న రెండో చిత్రమిది. శ్రీలీల కథానాయిక. - ప్రస్తుతం దీని మాటింగ్ శరవేగంగా జరుగుతోంది. ఇటీవల చిత్రబృందం నిర్వహించిన ప్రెస్ మీటింగ్లో మాటింగ్ అప్డేట్ పంచుకుంది. మాటింగ్ దాదాపు పూర్తయిందని ఒక్క పాట మాత్రమే మిగిలి ఉందన్నారు. అయితే పోస్ట్ ప్రొడక్షన్ వర్క్ కారణంగా సినిమా విడుదల ఆలస్యమై నట్లు తెలుస్తోంది. నితినీ కెరీర్లో అత్యంత భారీ బడ్జెట్ మూవీగా ఇది రానుంది. ఇటీవల విడుదలైన టీజర్, పాటలు మంచి ఆదరణను సొంతం చేసుకున్నాయి. శ్రీలీలతో కలిసి రెండోసారి నటించడం ఆనందంగా ఉందని.. ఈ సినిమా తర్వాత మాది హిట్ జోడీ అవుతుందని నితినీ తెలిపారు.

## ఆరోగ్యం



బార్లీ.. వీటిలోని పోషకాల గురించి ప్రతి ఒక్కరూ తెలుసుకుంటారు. ఇందులో ఎక్కువగా డైటరీ ఫైబర్ అంటే వీటా గ్లూకాన్ ఉంటుంది. గోధుమలు, బియ్యంలో కంటే ఎక్కువ పోషకాలు ఇందులోనే ఉంటాయి. వీటిని తీసుకోవడం వల్ల డయాబెటిస్, గుండె సమస్యలు, హైబిపీ ఉన్నవారికి చాలా మంచిది. వీటి గొప్ప గుణాలు తెలుసు కాబట్టి సంవత్సరాల నుంచి దీనిని వారు తమ డైట్లో యాడ్ చేసుకున్నారు. బార్లీ నీటిలో విటమిన్, మినరల్స్, ఫైబర్, ఐరన్, కాపర్, మంగనీస్ ఉంటాయి. ఇవన్నీ కూడా ఆరోగ్యానికి చాలా మంచివి. వీటిని నేరుగా తాగడం ఇష్టం లేకపోతే ఇందులో నిమ్మరసం, తేనె కలిపి తీసుకోవచ్చు. ఈ నీటిని తీసుకోవడం వల్ల ఎలాంటి లాభాలున్నాయో తెలుసుకోండి.

## డీటాక్స్..



బార్లీ నీటిని తీసుకోవడం వల్ల డీటాక్సిఫికేషన్ జరుగుతుంది. దీని వల్ల ఓవర్ ఇమ్యూన్ సిస్టమ్ మెరుగ్గా మారుతుంది. ఆరోగ్య సమస్యలు దూరమవుతాయి. బాడీలోని వ్యాధికారక క్రిములన్నీ బయటికి వెళ్లిపోతాయి.

## చలికాలంలో వేడివేడి చాయ్, కాఫీలు తాగే బదులు బాలీనీరు తాగితే

### ఈ 6 సమస్యలు దూరం

జీర్ణ సమస్యలు..	గుండె ఆరోగ్యానికి..	ప్రెగ్నెన్సీ..
<p>బార్లీ నీటిలో ఫైబర్ ఉంటుంది. దీని వల్ల జీర్ణ సమస్యలు దూరమవుతూనే కాకుండా బొల్ మూమెంట్స్ బాగుంటాయి. ఈ నీటిని తీసుకోవడం వల్ల గట్ పాల్సి బ్యాక్టీరియాని పెంచుతుంది. దీంతో జీర్ణ సమస్యలు దూరమవుతూనే కాకుండా మెటాబాలిజం పెరుగుతుంది.</p>	<p>బార్లీ నీటిలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్ ఉంటాయి. ఇవి మన బాడీలో కొలెస్ట్రాల్ కలిగిస్తాయి. దీంతో హిటు ఆర్టరీ బ్లాకేజీని క్లియర్ చేస్తాయి. రెగ్యులరీగా తాగితే గుండె ఆరోగ్యం మెరుగ్గా ఉంటుంది. అదే విధంగా, కొలెస్ట్రాల్ లెవల్స్ తగ్గుతాయి. ఈ బార్లీ నీటిని తాగడం వల్ల చెడు కొలెస్ట్రాల్ తగ్గుతుంది. గుండె ఆరోగ్యం మెరుగవుతుంది. దీంతో బ్లాకేజీని క్లియర్ చేసే రక్త సరఫరాను మెరుగ్గా చేస్తాయి. ఇందులోని యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్ ప్రీ రాడికల్స్ తగ్గుతాయి. ఇవి గుండె ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తాయి.</p>	<p>కొన్ని డ్రింక్స్ ప్రెగ్నెంట్స్ తీసుకోవచ్చు. కానీ, ఈ నీటిని ప్రెగ్నెంట్స్ హ్యాపీగా తీసుకోవచ్చు. దీంతో మార్మింగ్ సిక్నెస్, మలబద్దకం, జీర్ణ సమస్యలు తగ్గుతాయి. ఈ నీటిని తాగడం వల్ల ఉమ్మ వీరు కూడా పెరుగుతుంది. అయితే, ఈ నీటిని తాగే ముందు డాక్టర్ కన్సల్ట్ అవుడం మంచిది.</p>
బ్లడ్ షుగర్.	కిడ్నీల ఆరోగ్యానికి..	ఎలా చేయాలి..
<p>బార్లీ వాటర్స్ తీసుకుంటే గుడ్ బ్యాక్టీరియాని పెంచి బ్లడ్ షుగర్ లెవల్స్ తగ్గిస్తాయి. దీని వల్ల బ్లడ్ షుగర్ లెవల్స్ సరిగ్గా ఉంటాయి. అన్ డైట్స్ ఇంకా అయిన ఈ నీటిని తీసుకోవడం వల్ల ఒకేసారి బ్లడ్ షుగర్ లెవల్స్ పెరుగుతాయి. ఇందులోని యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్ షుగర్ ఉన్నవారికి సమస్యలు లేకుండా చేస్తాయి.</p>	<p>బార్లీ నీటిని తీసుకోవడం వల్ల పీకాచ్ లెవల్ సరిగ్గా ఉంటుంది. దీని వల్ల కిడ్నీ సమస్యలు ముఖ్యంగా కిడ్నీ సమస్యలు రావు. ఈ నీటిని తీసుకోవడం వల్ల కిడ్నీలు క్లీన్ అవుతాయి. యూరిన్ లో కాల్షియం శాతాన్ని తగ్గిస్తుంది. అంతేకాకుండా, ఈ నీటిని తీసుకుంటే కిడ్నీల పనితీరు మెరుగ్గా మారుతుంది. యూరిన్ పంపి సమస్యలు రావు. ఈ బార్లీ నీటిని తీసుకోవడం వల్ల ట్రిగ్లిజెరిడ్స్ తగ్గుతాయి. లో డెన్సిటీ లిపోప్రోటీన్ ఉంటుంది. ఈ నీటిని తీసుకోవడం వల్ల బాడీ హైడ్రేట్ అవుతుంది. ఈ నీరు బ్లడ్ ప్యూరిఫైయర్ గా పనిచేస్తుంది. అంతేకాకుండా, లివర్ డీటాక్స్ చేసే బేవరేజీగా పనిచేస్తుంది. ఈ బార్లీ నీటిలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్ గుణాలు ప్రీ రాడికల్స్ నుంచి బాడీని కాపాడతాయి. దీంతో మనకి ఎక్కువగా ఆరోగ్య సమస్యలు రావు.</p>	<p>ముప్పాళ్ళు కప్పు బార్లీ గింజలు 2 నిమిషాలు అరకప్పు తేనె 6 కప్పుల నీరు తయారీ విధానం.. ముందుగా బార్లీని శుభ్రంగా కడగాలి. ఇప్పుడు ఓ గిన్నె తీసుకుని అందులో బార్లీ చేసి నిమ్మ రెక్కలు ఓ రకంగా చెప్పాలంటే రసం పిండి ఆ తొక్కలు తీసుకుండి. అందులోనే 6 కప్పుల నీరు వేయండి. మీడియం మంటపై వేడి చేయండి. వేడి అయిన తర్వాత 15 నుంచి 30 నిమిషాల వరకూ సిమ్ లో పెట్టి మరిగించండి. ఇప్పుడు ఆ నీటిని మరిగించండి. గోరువెచ్చగా ఆయ్య అందులో కొద్దిగా తేనె వేసి కలిపి తాగండి. ఇవే ఇష్టం లేని వారు తేనెలం బార్లీని శుభ్రంగా కడిగి 6 కప్పుల నీరు వేసి మరిగించి ఆ నీటిని తాగొచ్చు. గమనిక: ఆరోగ్య నిపుణులు, ఆయుర్వేద ప్రకారం ఈ వివరాలను అందించాం. ఈ కథనం కేవలం మీ అవగాహన కోసమే. ఇవి పాటించడం వల్ల ఫలితాలు అనేవి వ్యక్తిగతం మాత్రమే. వీటిని పాటించే ముందు రైటిసియన్ సంప్రదించడమే ఉత్తమ మార్గం. గమనించగలరు.</p>