ప్రజా రిపబ్లిక్
ప్రతి అక్షరం ప్రజల కోసం
స్మార్ట్ ఎడిషన్
EVENING 6 PM

సంపుటి (Volume): 1 + సంచిక (Issue): 165 + Published From: నంద్యాల (Nandyal) + పేజీలు 2 + https:www.prajarepublic.com + వెల - 1/- | సోమవారం 20 జనవరి 2025

RNI No: APTEL/2023/87888 | Andhrapradesh, Telangana, Kurnool, Vijayawada, Vishakapatnam, Tirupati, Ananthapuram, Rajamahedravaram, Guntur, Nellore, Srikakulam, Thadepallegudem, Kadapa, Ongole

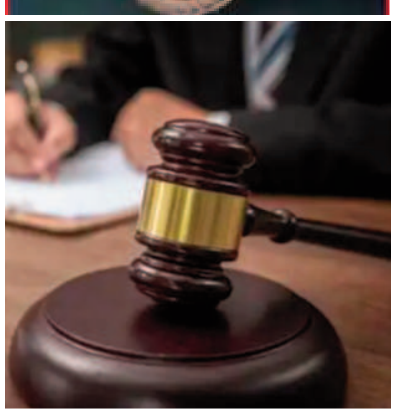
భారత రాయబారి మృదుల్ కుమార్‌తో చంద్రబాబు భేటీ

దావోస్ ప్రపంచ ఆర్థిక సదస్సులో పాల్గొనేందుకు వెళ్లిన ఏపీ సీఎం చంద్రబాబు అక్కడి భారత రాయబారి మృదుల కుమార్తో భేటీ అయ్యారు.

జ్యూరిచ్, జనవరి 20, (రిపబ్లిక్ న్యూస్): దావోస్ ప్రపంచ ఆర్థిక సదస్సులో పాల్గొనేందుకు వెళ్లిన ఏపీ సీఎం చంద్రబాబు అక్కడి భారత రాయబారి మృదుల కుమార్ తో భేటీ అయ్యారు. జ్యూరిచ్ విమానాశ్రయం నుంచి హిల్టన్ హొటల్కు చేరుకున్న ఆయన మృదుల్కుమార్ వివిధ అంశాలపై చర్చించారు. కాసేపట్లో పలువురు పారిశ్రామికవేత్తలతో సీఎం బృందం సమావేశం కానుంది. అనంతరం అక్కడి తెలుగువారితో చంద్రబాబు మీట్ అండ్ గ్రీట్ కార్యక్రమంలో పాల్గొననున్నారు. ఆ తర్వాత జ్యూరిచ్ నుంచి రోడ్డు మార్గంలో దావోస్ వెళ్లనున్నారు. రాష్ట్రానికి పెట్టుబడులు సాధించడమే లక్ష్యంగా ప్రపంచ ఆర్థిక సదస్సులో పాల్గొనేందుకు సీఎం చంద్రబాబు దావోస్ వెళ్లిన సంగతి తెలిసిందే.

ప్రియుడిని చంపిన కేసులో యువతికి ఉరి శిక్ష..!

బాయ్ ఫ్రెండ్‌ను చంపిన కేసులో ఓ యువతికి కేరళ కోర్టు ఉరిశిక్ష విధిస్తూ సంచలన తీర్పు ఇచ్చింది.



తిరువనంతపురం, జనవరి 20, (రిపబ్లిక్ న్యూస్): ప్రియుడిని హత్య చేసిన కేసులో కేరళలోని తిరువనంతపురం న్యాయస్థానం సంచలన తీర్పు ఇచ్చింది. ఈ కేసులో యు-వతికి ఉరి శిక్ష విధించింది. అంతేకాకుండా, ఆమెకు సహకరించిన బంధువులకు మూడేళ్ల జైలు శిక్ష విధిస్తూ తీర్పు వెలువరించింది. తమిళనాడులోని కన్యాకుమారి జిల్లాకు చెందిన గ్రీష్మ (24).. తిరువనంతపురానికి చెందిన రాజ్ అనే యువకుడితో కొంతకాలం ప్రేమాయణం సాగించింది. ఈక్రమంలోనే 2022లో ఆమెకు ఆర్మీలో పనిచేసే మరో వ్యక్తితో పెళ్లి నిశ్చయమైంది.

అయినప్పటికీ రాజ్తో ప్రేమను కొనసాగించింది. వివాహ సమయం సమీపిస్తుండడంతో అతడిని దూరం పెట్టేందుకు ప్రయత్నించింది. అయితే ఆమెను వదులుకునేందుకు రాజ్ నిరాకరించాడు. దీంతో ప్రియుడి అడ్డును పూర్తిగా తొలగించుకునేందుకు హత్య చేయాలని నిర్ణయించుకుంది. రాజ్ను ఇంటికి పిలిచి అతడికి ఇచ్చిన జ్యూస్లో విషం కలిపింది. అది తాగిన అతడు ప్రాణాలు కోల్పోయాడు. ఈ హత్యకు సంబంధించి సాక్ష్యాలను చెరిపివేసేందుకు ప్రయత్నించింది. తన కుటుంబసభ్యుల సహా-యంతో హత్యకు పాల్పడింది. ఈ ఘటన సంచలనంగా మారింది. ఈ కేసులో సాక్ష్యాధారాలను పరిశీలించిన తిరువనంతపురం కోర్టు.. ఇటీవల గ్రీష్మను దోషిగా తేల్చింది. తాజాగా ఆమెకు ఉరిశిక్షను ఖరారు చేస్తూ సంచలన తీర్పు వెలువరించింది. యువకుడి హత్యలో ఆమెకు సహాయం చేసిన కుటుంబసభ్యులకు కూడా మూడేళ్ల జైలు శిక్ష విధించింది. తగిన సాక్ష్యాధారాలు లభించకపోవడంతో దోషి తల్లిని నిర్దోషిగా విడుదల చేసింది.

‘గవర్నర్ ప్రతిభా పురస్కారాలు-2024’.. ప్రకటించిన రాజ్‌భవన్

‘గవర్నర్ ప్రతిభా పురస్కారాలు-2024’ అవార్డులను తెలంగాణ గవర్నర్ కార్యాలయం ప్రకటించింది.

హైదరాబాద్, జనవరి 20, (రిపబ్లిక్ న్యూస్): ‘గవర్నర్ ప్రతిభా పురస్కారాలు-2024’ అవార్డులను తెలంగాణ గవర్నర్ కార్యాలయం ప్రకటించింది. ఈ అవార్డులకు ఎంపికైన 8 మంది జాబితాను వెల్లడించింది. వివిధ రంగాల్లో సేవలందించిన వ్యక్తులు, సంస్థలకు ఈ అవార్డులను ప్రదానం చేస్తారు. ఈ నెల 26న తెలంగాణ గవర్నర్ జిష్ణుదేవ్ వర్మ ఈ అవార్డులను అందించనున్నారు. గణతంత్ర దినోత్సవం సందర్భంగా నాలుగు రంగాలకు చెందిన వారికి ఏటా పురస్కారాలు ఇవ్వాలని తెలంగాణ గవర్నర్ జిష్ణుదేవ్ వర్మ నిర్ణయించారు. పర్యావరణ పరిరక్షణ, దివ్యాంగుల సంక్షేమం, క్రీడలు, సాంస్కృతిక విభాగాల్లో గత ఐదేళ్లుగా ఉత్తమ సేవలు అందిస్తున్న వారికి గవర్నర్ ప్రతిభా పుర-స్కారాలు ఇవ్వనున్నట్టు గవర్నర్ ముఖ్య కార్యదర్శి బుర్రా వెంకటేశం తెలిపారు. సంస్థలు, వ్యక్తులకు వేర్వేరు కేటగిరీల్లో ఈ అవార్డులు ఉంటాయన్నారు. అవార్డు కింద రూ.2 లక్షలు, జ్ఞాపిక ఇవ్వనున్నారు.

అవార్డుకు ఎంపికైన వారు..

- దుశర్ల సత్యనారాయణ
- అరికపూడి రఘు
- పారా ఒలింపిక్ విజేత జీవాంజి దీప్తి
- ప్రొఫెసర్ ఎం.పాండురంగారావు, పి.బి. కృష్ణభారతికి సంయుక్తంగా
- ధ్రువాంశు ఆర్గనైజేషన్
- ఎల్వీ ప్రసాద్ కంటి ఆస్పత్రి
- ఆదిత్య మెహతా ఫౌండేషన్
- సంస్కృతి ఫౌండేషన్

దావోస్ సదస్సుకు చంద్రబాబు, రేవంత్..

ఎయిర్ పోర్టులో కలుసుకున్న సీఎంలు

దావోస్లో ప్రపంచ ఆర్థిక సదస్సులో పాల్గొనేందుకు వెళ్లిన తెలుగు రాష్ట్రాల సీఎంలు స్విట్జర్లాండ్‌లోని జ్యూరిచ్ ఎయిర్పోర్టులో కలుసుకున్నారు.

(రిపబ్లిక్ న్యూస్), జనవరి 20: దావోస్లో ప్రపంచ ఆర్థిక సదస్సులో పాల్గొనేందుకు వెళ్లిన తెలుగు రాష్ట్రాల సీఎంలు స్విట్జర్లాండ్లోని జ్యూరిచ్ ఎయిర్పో-ర్టులో కలుసుకున్నారు. ఏపీ సీఎం చంద్రబాబు, తెలంగాణ సీఎం రేవంత్ రెడ్డి అక్కడ కాసేపు ముచ్చటించుకున్నారు.

రెండు రాష్ట్రాల్లో జరుగుతున్న అభివృద్ధి కార్యక్రమాలు, వివిధ పెట్టుబడులపై ముఖ్యమంత్రుల మధ్య చర్చ జరిగింది. రేవంత్రెడ్డి వెంట తెలంగాణ ఐటీ మంత్రి శ్రీధర్బాబు ఉన్నారు. మరోవైపు జ్యూరిచ్ చేరుకున్న సీఎం చంద్రబాబు బృందానికి ఎయిర్పోర్టులో యూరప్ తెదేపా ఫోరం సభ్యులు, ఎన్ఆర్ఐలు ఘనస్వాగతం పలికారు. చంద్రబాబు వెంట కేంద్రమంత్రి రామ్మోహన్నాయుడు, రాష్ట్ర మంత్రులు నారా లోకేశ్, టీజీ భరత్, అధికారులు ఉన్నారు. చంద్రబాబు, లోకేశ్తో ఎన్ఆరి తెదేపా నేతలు ఫొటోలు దిగారు. నేడు జ్యూరిచ్లో పెట్టుబడిదారులతో సీఎం చంద్రబాబు బృందం సమావేశం కానుంది.

గ్రామాల్లో కొత్త క్లస్టర్ల విభజన, గ్రేడ్ల కేటాయింపుపై కమిటీ ఏర్పాటు: పవన్ కల్యాణ్

గ్రామీణ ప్రజలకు నిరంతరాయంగా పంచాయతీ సేవలు అందేలా చూడాలని, దీని కోసం సిబ్బంది లేమి సమస్యను అధిగమించాలని పంచాయతీరాజ్ శాఖ అధికారులను డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్ ఆదేశించారు.

అమరావతి, జనవరి 20, (రిపబ్లిక్ న్యూస్): గ్రామీణ ప్రజలకు నిరంతరాయంగా పంచాయతీ సేవలు అందేలా చూడాలని, దీని కోసం సిబ్బంది లేమి సమస్యను అధిగమించాలని పంచాయతీరాజ్ శాఖ అధికారులను డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్ ఆదేశించారు. పంచాయతీరాజ్ శాఖ పరిధిలోని గ్రామ పంచాయతీల క్లస్టర్ విధానంలో మార్పులు చేపట్టి, కొత్త మార్గదర్శకాలను రూపొందించాలని చెప్పారు.

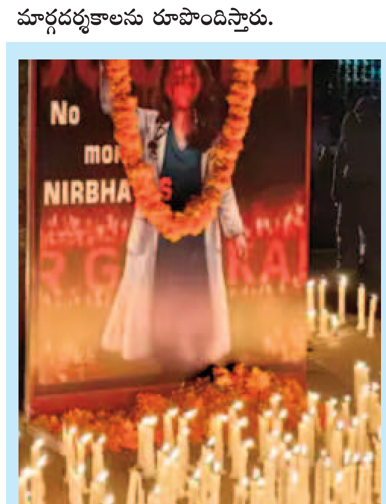
గతంలో పంచాయతీల ఆదాయాన్ని ప్రాతిపదికగా తీసుకొని క్లస్టర్ గ్రేడ్ల విభజన జరిగిందని.. నూతనంగా జనాభాను కూడా జోడించి పంచాయతీల క్లస్టర్ గ్రేడ్లు విభజించాలని అధికారులకు సూచించారు. ఆదాయం ఎక్కువగా ఉన్న పంచాయతీల్లో జనాభా తక్కువగా ఉండి, ఆదాయం తక్కువగా ఉన్న పంచాయతీల్లో జనాభా ఎక్కువగా ఉండే సందర్భాల్లో పరిస్థితులకు అనుగుణంగా ఇబ్బందులు లేకుండా క్లస్టర్ గ్రేడ్ల విభజన చేయాలని అధికారులకు సూచించారు. గ్రామ పంచాయతీ, సచివాలయ సిబ్బందిని సమన్వయం చేసుకొని కొత్త క్లస్టర్ గ్రేడ్ల విభజన విధానంలో సిబ్బందిని నియమించుకోవాలన్నారు. మౌలిక వసతుల కల్పన, సంక్షేమ పథకాల అమలు, ప్రభుత్వ కార్యక్రమాల నిర్వహణతో పాటు గ్రామ పంచాయతీల ప్రాథమిక బాధ్యత అయిన తాగునీటి సరఫరా, వీధి దీపాల నిర్వహణ, అంతర్గత రోడ్ల నిర్మాణం, పారిశుద్ధ్య మెరుగుదలకు తగినంత మంది సిబ్బంది ఉండాలన్నారు. వీటిపై అధ్యయనం చేసి పంచాయ-తీల్లో పరిపాలన సులభతరం చేసేందుకు కమిటీ వేయాలని డిప్యూటీ సీఎం చెప్పారు. కొత్త క్లస్టర్ల విభజన, గ్రేడ్ల కేటాయింపుపై ఈ కమిటీ ప్రభుత్వానికి సిఫార్సులు చేయనుంది. పంచాయతీరాజ్ శాఖ నుంచి నలుగురు ఉన్నతాధికారులతో కమిటీ ఏర్పాటు కానుంది. జిల్లా ఒక యూనిట్ ప్రాతిపదికన రాష్ట్రంలోని అన్ని జిల్లాల్లో ఉన్న పంచాయతీల ఆదాయం, జనాభాను ప్రాతిపదికన జిల్లాల కలెక్టర్లు ఇచ్చిన నివేదికలను కమిటీ పరిశీలిస్తుంది. వీటిని కమిటీ పరిశీలించిన తర్వాత పంచాయతీల క్లస్టర్ గ్రేడ్ల విభజనకు సంబంధించిన సిఫార్సులను ప్రభుత్వానికి కమిటీ నివేదించనుంది. దీనిని అనుసరించి గ్రేడ్ల ప్రకారం పంచాయతీ, సచివాలయ సిబ్బందిని పంపిణీ చేయడానికి మార్గదర్శకాలను రూపొందిస్తారు.

ఆర్జీకర్ హత్యాచార ఘటన.. సంజయ్ రాయ్‌కు జీవిత ఖైదు

కోల్‌కతాలో జూనియర్ వైద్యురాలిపై హత్యాచార ఘటన దేశవ్యాప్తంగా సంచలనం సృష్టించిన సంగతి తెలిసిందే. ఈ కేసులో దోషికి నేడు శిక్ష ఖరారైంది.

కోల్‌కతా, జనవరి 20, (రిపబ్లిక్ న్యూస్): దేశవ్యాప్తంగా పెను సంచలనం రేపిన ఆర్జీకర్ ఆస్పత్రి వైద్యురాలిపై హత్యాచారం కేసులో దోషి సంజయ్ రాయ్కి శిక్ష ఖరారైంది. కోల్కతాలోని సియాల్దా కోర్టు అతడికి జీవితఖైదు విధించింది. అలాగే బాధిత కుటుంబానికి రూ.17 లక్షల పరిహారం చెల్లించాలని బెంగాల్ ప్రభుత్వాన్ని ఆదేశించింది. ఈ ఘటన అరుదైన కేసు కేటగిరీలోకి రాదని వ్యాఖ్యానించింది. మరణశిక్ష విధించకపోవడానికి ఇదే కారణమని తెలిపింది. ఈ శిక్ష ఖరారు చేయడానికి ముందు న్యాయమూర్తి ఇరు పక్షాల వాదనలు విన్నారు. తనను ఈ కేసులో తప్పుగా ఇరికించారని సంజయ్ రాయ్ తన వాదన వినిపించగా.. ఇది అరుదైన కేసని, అతడికి మరణ శిక్ష విధించాలని సీబీఐ తరపు న్యాయవాది వాదించారు.

శనివారం న్యాయస్థానం సంజయ్ను దోషిగా తేల్చిన సంగతి తెలిసిందే. గతఏడాది ఆగస్టు 9వ తేదీ రాత్రి ఆర్జీకర్ ఆసుపత్రి సెమినార్ రూమ్లో ఒంటరిగా నిద్రిస్తున్న జూనియర్ వైద్యురాలి పై జరిగిన హత్యాచార ఘటన తీవ్ర నిరసనలకు దారితీసింది. పశ్చిమ బెంగాల్ హైకోర్టు ఆదేశాల మేరకు ఈ కేసును కోల్కతా పోలీసుల నుంచి సీబీఐ స్వీకరించి, విచారించింది. దీనిలో భాగంగా ప్రత్యేక కోర్టుకు అభియోగాలు సమర్పించింది. ప్రధాన నిందితుడు సంజయ్ రాయ్ పేరును మా-త్రమే ఛార్జ్ షీట్లో చేర్చింది. సామూహిక అత్యాచారం విషయాన్ని అభియోగ పత్రంలో ప్రస్తావించలేదు. ఆసుపత్రి ఆవరణలోని సీసీటీవీలో నమోదైన దృశ్యాల ఆధారంగా సంజయ్ను ఆగస్టు 10న కోల్కతా పోలీసులు అరెస్ట్ చేసిన సంగతి తెలిసిందే. ఇక ఈ కేసులో ఆర్జీకర్ మాజీ ప్రిన్సిపల్ సందీప్ ఘోష్, తాలా పోలీస్ స్టేషన్ మాజీ ఆఫీసర్ ఇన్ ఛార్జి అభిజిత్ మండల్ను అరెస్టు చేసింది. సాక్ష్యాలు తారుమారుచేశారన్న ఆరోపణలపై వారు అరెస్టు కాగా.. తర్వాత వారికి ప్రత్యేక న్యాయ-స్థానంలో బెయిల్ లభించింది. వారు అరెస్టయిన దగ్గరినుంచి 90 రోజుల్లో అనుబంధ ఛార్జ్ షీట్ను ఫైల్ చేయకపోవడంతో ఈ బెయిల్ లభించింది.



ఇక సంజయ్కు శిక్ష ఖరారు నేపథ్యంలో కోర్టు వద్ద పోలీసులు భారీగా భద్రత ఏర్పాటు చేశారు.

printed and published by B.Nagendra on behaly of m/s bojja publications # 14-73, Nelliveedhi, Nandyal District, Nadyal printed at Shop No:26, Sri Nidhi Tiffen Centere Opp, Srinivasa Complex, Nandyal (Dist) AP. pin-code - 518501. EDITOR: B.NAGENDRA, RNI No: RNI No:/2023/87888 Phone No: +91 99488 14188, Email id: prajarepublic@gmali.com

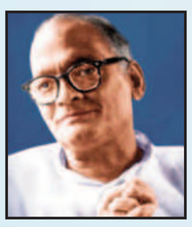
ప్రజా రిపబ్లిక్
ప్రతి అక్షరం ప్రజల కోసం
స్పెషల్

చరిత్రలో నేటి ప్రత్యేకత

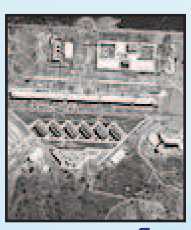
- **1265:** లండన్‌లోని వెస్ట్‌మినిస్టర్ భవనంలో ఇంగ్లాండు పార్లమెంటు తొలిసారిగా సమావేశమైంది.
- **1900:** సంస్కృతాంధ్ర పండితుడు, ప్రముఖ తత్వవేత్త పరవస్తు వెంకట రంగాచార్యులు మరణం (జ.1822).
- **1907:** సుప్రసిద్ధ రంగస్థల, సినిమా నటుడు బందా కనకలింగేశ్వరరావు జననం (మ.1968).
- **1940:** తెలుగు సినిమా కథానాయకుడు ఉప్పలపాటి వెంకట కృష్ణంరాజు జననం (మ.2022).
- **1957:** భారత దేశపు మొట్టమొదటి అణు రియాక్టర్, అప్సరను ట్రాంబేలో ప్రారంభించారు. (చిత్రంలో)
- **1960:** తెలుగు సినిమా హాస్య నటుడు, రాజకీయవేత్త విజయ నరేష్ జననం.
- **1964:** భారతీయ-అమెరికన్ పాత్రికేయుడు, రచయిత ఫరీద్ జకారియ జననం.
- **1995:** తాజ్‌మహల్ చుట్టుపక్కల ఉన్న 84 కాలుష్యకారక పరిశ్రమలను మూసేయాల్సిందిగా సుప్రీం కోర్టు ఆదేశాలు జారీ చేసింది.

వెస్ట్‌మినిస్టర్ భవనం

వెంకట రంగాచార్యులు

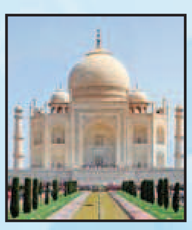

కనకలింగేశ్వరరావు

ఉప్పలపాటి వెంకట కృష్ణంరాజు


అణు రియాక్టర్, అప్సర

విజయ నరేష్

ఫరీద్


తాజ్‌మహల్

ఓటీటీలోకి మోహన్‌లాల్ కొత్త చిత్రం.. స్ట్రీమింగ్ ఎక్కడంటే..?

మలయాళ అగ్ర నటుడు మోహన్‌లాల్ స్వీయ దర్శకత్వంలో తెరకెక్కిన చిత్రం 'బరోజ్ త్రీడీ'. త్వరలో ఈ సినిమా ఓటీటీలో విడుదల కానుంది.

మలయాళ అగ్ర నటుడు మోహన్‌లాల్ స్వీయ దర్శకత్వంలో తెరకెక్కిన చిత్రం 'బరోజ్ త్రీడీ'. ఎప్పుడో పట్టాలెక్కిన ఈ సినిమా కరోనా కారణంగా ఆటుపోట్లు ఎదుర్కొని ఎట్టకేలకు క్రిస్మస్ సందర్భంగా గత నెలలో ప్రేక్షకుల ముందుకు వచ్చింది. ఎన్నో అంచనాల మధ్య విడుదలైన ఈ చిత్రం బాక్సాఫీస్ వద్ద మిశ్రమ స్పందనలకే పరిమితమైంది. త్వరలో ఈ సినిమా ఓటీటీ వేదికగా ప్రేక్షకులకు వినోదాన్ని అందించనుంది. ఈ విషయాన్ని తెలియజేస్తూ డిస్నీ ం హాస్టార్ ఎక్స్ వేదికగా తాజాగా పోస్ట్ పెట్టింది. జనవరి 22 నుంచి ఇది ప్రసారం కానుందని చెప్పింది. మలయాళంతోపాటు తెలుగు, తమిళం, కన్నడ భాషల్లో ఇది ప్రేక్షకులకు అందుబాటులో ఉండనుంది. కథేంటంటే: ఒకప్పుడు గోవాని పాలించిన పోర్చుగీసు రాజు డి గామా వంశానికి చెందిన నిధి చుట్టూ సాగే కథ ఇది. రాజుకి నమ్మిన బంటు అయిన బరోజ్ (మోహన్ లాల్) నాలుగు శతాబ్దాలుగా నిధిని కాపాడుతూ వస్తుంటాడు. డి గామా వారసులు వస్తే వాళ్లకి నిధిని అప్పగించాలని ఎదురు చూ-స్తుంటాడు. ఎట్టకేలకి రాజవంశం పదమూడో తరానికి చెందిన ఇసబెల (మాయా రావు) తన తండ్రితో కలిసి గోవా వస్తుంది. మరి ఆమెకి బరోజ్ నిధిని అప్పగించాడా లేదా? నాలుగు వందల ఏళ్లుగా బరోజ్ ఆ నిధిని ఎలా కాపాడుతూ వచ్చాడు? ఇసబెల రాజవంశానికి చెందిన యువతి అని అతడికి ఎలా తెలిసింది? తదితర విషయాల్ని తెరపై చూసి తెలుసుకోవాల్సిందే.

రిపబ్లిక్ సినిమా CINEMA

చిక్కుల్లో 'కాంతార చాప్టర్ 1'.. కేసు నమోదు

రిషబ్ శెట్టి ప్రధాన పాత్రలో నటిస్తోన్న చిత్రం 'కాంతార చాప్టర్ 1'. 2022లో విడుదలై విజయాన్ని అందుకున్న 'కాంతార'కు ప్రీక్వెల్గా ఇది తెరెక్కుతోంది. తాజాగా ఈ చిత్రబృందం చిక్కుల్లో పడింది.

కన్నడ నటుడు రిషబ్ శెట్టి ప్రధాన పాత్రలో నటిస్తోన్న చిత్రం 'కాంతార చాప్టర్ 1'. 2022లో విడుదలై విజయాన్ని అందుకున్న 'కాంతార'కు ఇది ప్రీక్వెల్గా తెరెక్కుతోన్న విషయం తెలిసిందే. ప్రస్తుతం ఈ సినిమా షూట్ కర్ణాటకలోని గవి గుడ్డ, హేరూరు అటవీ ప్రాంతాల్లో జరుగుతోంది. ఇదిలాఉండగా, తాజాగా చిత్రబృందం చిక్కుల్లో పడింది. ఈ సినిమా చిత్రీకరణ కారణంగా అటవీ ప్రాంతం నాశనం అవుతోందని పేర్కొంటూ అక్కడి స్థానికులు పోలీసులను ఆశ్రయించారు. గ్రామ శివార్లలోని ఖాళీ మైదానాల్లో షూట్ చేసుకోవడానికి అధికారులు అనుమతి ఇచ్చినప్పటికీ చిత్రబృందం మాత్రం అక్రమంగా అటవీ ప్రాంతంలో షూట్ చేస్తుందని, అంతేకాకుండా పేలుడు పదార్థాలు కూడా ఉపయోగిస్తుందని స్థానికులు ఆరోపణలు చేశారు. దీనివల్ల అటవీ ప్రాంతంలో ఉండే మూగ జీవాలకు ప్రమాదం వాటిల్లే అవకాశం ఉందని తెలిపారు. ఈవిషయమై స్థానికులు చిత్రబృందాన్ని సంప్రదించగా.. ఇరువర్గాల మధ్య వాగ్వాదం చోటుచేసుకుంది. ఈ ఘటనలో గ్రామానికి చెందిన ఓ యువకుడిపై చిత్రబృందం దాడి చేసిందని పేర్కొంటూ స్థానికులంతా పోలీసులను ఆశ్రయించారు. ఈమేరకు యెసలూరు పోలీస్ స్టేషన్లో కేసు నమోదు అయింది. పోలీసులు దీనిపై త్వరితగతిన స్పందించి, చర్యలు తీసుకోకపోతే తాము హైకోర్టులో పిటిషన్ దాఖలు చేస్తామని స్థానికులు తెలిపారు. రిషభ్ స్వీయ దర్శకత్వంలో ఈ సినిమా తెరకెక్కుతోంది. 'కాంతార'కు ప్రీక్వెల్గా 'కాంతారః చాప్టర్ 1' రానుండడంతో దీనిపై అంచనాలు ఏర్పడ్డాయి. పీరియాడిక్ యాక్షన్ థ్రిల్లర్ ఫిల్మ్ గా ఇది సిద్ధమవుతోంది. హొంబలే ఫిల్మ్స్ పతాకంపై విజయ్ కిరంగదూర్ దీనిని నిర్మిస్తున్నారు. జయరామ్ కీలక పాత్రలో కనిపించనున్నారు. కదంబుల కాలంలో సాగే ఆసక్తికర కథాంశంతో ఇది ఉండనుంది. దీనికోసం కలరిపయట్టు యుద్ధ విద్యలో గత కొన్నాళ్లుగా రిషబ్ శెట్టి కఠిన శిక్షణ తీసుకుంటున్నారు. ఈ ఏడాది అక్టోబర్ 2న దీనిని విడుదల చేయాలనుకుంటున్నామని ఇప్పటికే టీమ్ ప్రకటించింది.

రిపబ్లిక్ స్పోర్ట్స్ SPORTS

లఖ్ నవూ సూపర్ జెయింట్స్ కెప్టెన్గా రిషభ్ పంత్

లఖ్ నవూ సూపర్ జెయింట్స్ రిషబ్ పంత్‌కు సారథ్య బాధ్యతలు అప్పగించింది.

ఐపీఎల్-20225 సీజన్ ముంగిట లఖ్నవూ సూపర్ జెయింట్స్ నుంచి కీలక ప్రకటన వచ్చింది. ఐపీఎల్ చరిత్రలో అత్యధిక ధర వెచ్చించి సొంతం చేసుకున్న రిషబ్ పంత్‌ను కెప్టెన్ నియమిస్తున్నట్లు ఫ్రాంఛైజీ తెలిపింది. పంతు సారథ్య బాధ్యతలు అప్పగించినట్లు సోమవారం కోల్కతాలో జరిగిన ఓ కార్యక్రమంలో ఫ్రాంచైజీ యజమాని సంజీవ్ గొయెంకా వెల్లడించారు. ఈ కార్యక్రమంలో పంత్ కూడా గొయెంకాతో కలిసి పాల్గొన్నాడు. గతేడాది నవంబర్ లో జరిగిన మెగా వేలంలో పంత్ను లఖ్నవూ ఏకంగా రూ.27 కోట్లకు దక్కించుకున్న సంగతి తెలిసిందే. ఢిల్లీ సారథిగా బాధ్యతలు నిర్వర్తించిన అతడిని లఖ్నవూ కెప్టెన్సీని అప్పగించేందుకే అంత మొత్తం పెట్టిందని వార్తలొచ్చాయి. నికోలస్ పూరన్ కూడా కెప్టెన్సీ రేసులో ఉన్నట్లు ప్రచారం జరిగినా పంత్ వైపే యజమాన్యం మొగ్గుచూపింది. 'రిషభ్ పంత్ ఐపీఎల్ లో అత్యంత విలువైన ఆటగాడు మాత్రమే కాదు అత్యుత్తమ ఆటగాడు. ప్రస్తుతం ఐపీఎల్లో మహేంద్రసింగ్ ధోనీ, రోహిత్ శర్మను విజయవంతమైన కెప్టెన్లు అని చెబుతారు. నా మాటలు గుర్తుంచుకోండి. 10-12 ఏళ్ల తర్వాత పంత్ కూడా వారి సరసన చేరుతాడు' అని సంజీవ్ గొయెంకా పేర్కొన్నారు.

ఫిట్‌నెస్

ఒక్క వర్కౌట్‌తో బరువు తగ్గడం నుంచి ఎన్నో లాభాలు, ఎలా చేయాలంటే

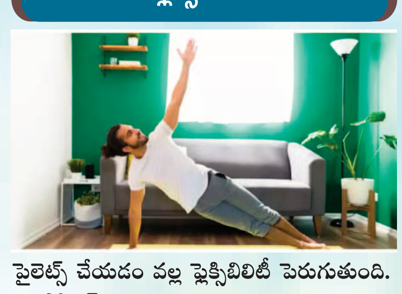
ప్రజెంట్ ఫుల్ ట్రెండ్‌లో వర్కౌట్స్‌లో పైలెట్స్ కూడా ఒకటి. హీరోహీరోయిన్స్ నుంచి సెలబ్రిటీల వరకూ ఫిట్‌గా ఉ ండేందుకు పైలెట్స్‌ని రెగ్యులర్‌గా చేస్తున్నారు. వీటిని చేయడం వల్ల కలిగే లాభాల గురించి తెలుసుకోండి.

ఫిట్‌నెస్ జర్నీలో పైలేట్స్ ముందువరు-సలో ఉంటాయి. ఈ వర్కౌట్స్ చేయడం వల్ల వచ్చే బెనిఫిట్స్ కారణంగా.. వీటికి చాలా క్రేజ్ పెరిగిపోయింది. హీరోయిన్స్ అయితే మరీనూ. పైలేట్స్ చేస్తూ వారి ఫిట్‌నెస్‌ని పెంచుకుంటున్నారు. వీటికి ఎందుకంత క్రేజ్ అంటే ఈ ఒక్క వర్కౌట్‌తో బాడీ మొత్తానికి హెల్ప్ అవుతుంది. బరువు తగ్గడం నుంచి చాలా లాభాలు ఉంటాయి. ఈ వర్కౌట్ చేయడం వల్ల స్పీడ్‌గా బరువు తగ్గుతారు. వీటిని చేయడం వల్ల కండరాలలో బలం పెరుగుతుంది. కీళ్ల నొప్పుల నుండి రిలాక్స్ కూడా అవుతారు. ఇంకెన్నో లాభాలో తెలుసుకోండి.

ఎముకల బలానికి

ఎముకల్లో బలానికి పెంచేందుకు ఎముకల్లో సాంద్రత పెంచేందుకు ఈ వర్కౌట్ హెల్ప్ చేస్తుంది. వయసు పెరిగే కొద్దీ ఎముకల్లో సాంద్రత తగ్గుతుంది. దీంతో ఎముకలు బలహీనంగా మారతాయి. త్వరగా విరిగిపోవడం జరుగుతుంది. ఎముకల్లో డెన్సిటీని పెంచుకునేందుకు ఈ వర్కౌట్ చేయొచ్చు.

ఫ్లెక్సిబిలిటీ

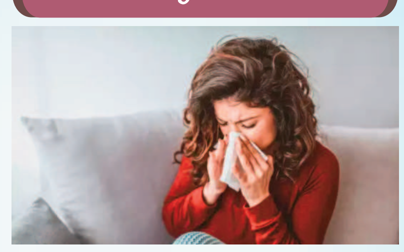


పైలెట్స్ చేయడం వల్ల ఫ్లెక్సిబిలిటీ పెరుగుతుంది. పోశ్చర్ కూడా బాగుంటుంది. వెన్నెముక, కండరాలకి చాలా మంచిది. అదే విధంగా వెన్నునొప్పితో బాధపడేవారికి ఇది బెస్ట్ వర్కౌట్ అని చెప్పొచ్చు. రెగ్యులర్‌గా చేస్తే మంచి రిజల్ట్ ఉంటుంది.

బరువు తగ్గేందుకు

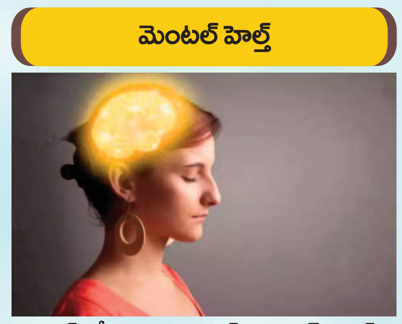
పైలేట్స్ చేయడం వల్ల కేలరీలు బర్న్ అవుతాయి. ఇవి చేయడం వల్ల బరువు త్వరగా తగ్గుతారు. బెల్లీ ఫ్యాట్ కూడా తగ్గుతుంది. రెగ్యులర్‌గా చేసేవారికి మంచి రిజల్ట్ ఉ ంటుంది. పైలేట్స్ అనేవి ఒక్క ఎక్సర్‌సైజ్ కాదు. కొన్ని రకాలుగా ఉంటాయి. రోజుకొకటి ట్రై చేసినా బరువు తగ్గుతారు. దీనికోసం మీరు ఇంటర్నెట్‌లో కూడా వర్కౌట్స్ కూడా వెతకొచ్చు.

ఇమ్యూనిటీ కోసం



ఈ వర్కౌట్ చేయడం వల్ల ఇమ్యూనిటీ పెరుగుతుంది. ముఖ్యంగా పెద్దవారిలో ఇమ్యూనిటీ పెరిగేందుకు ఈ పైలేట్స్ హెల్ప్ చేస్తాయని అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి. దీంతో సీజన్‌లో వచ్చే సమస్యలు జలుబు, దగ్గు, జ్వరం వంటివి దూరమవుతాయి. ఎక్కువగా చిన్న పిల్లలు, పెద్దవారిలో ఇమ్యూనిటీ పెరుగుతుంది.

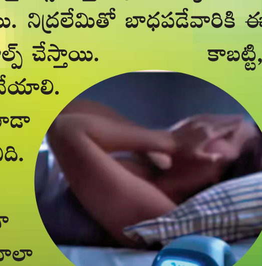
మెంటల్ హెల్త్



పైలెట్స్ చేయడం వల్ల సెల్ఫ్ కాన్ఫిడెన్స్, సెల్ఫ్ అవేర్‌నెస్ పెరుగుతుంది. నాడీ వ్యవస్థ సరిగ్గా పనిచేస్తుంది. దీంతో మానసిక ఆరోగ్యం మెరుగ్గా మారి ఆందోళన, నిరాశ తగ్గుతుంది. వీటిని చేయడం వల్ల ఒత్తిడి లేకుండా ఉంటుంది. దీంతో ఒత్తిడి కారణంగా వచ్చే చాలా సమస్యల్ని దూరం చేసుకున్నవారవుతాం.

నిద్ర సమస్యలు

రెగ్యులర్‌గా పైలేట్స్ చేస్తే నిద్ర సమస్యలు దూ-రమవుతాయి. నిద్రలేమితో బాధపడేవారికి ఈ పైలేట్స్ హెల్ప్ చేస్తాయి. కాబట్టి, రెగ్యులర్‌గా చేయాలి. మజిల్స్‌కి కూడా చాలా మంచిది. వీటిని రెగ్యులర్‌గా చేయడం చాలా మంచిది.



ఎలా చేయాలి?

ముందుగా మంచి ఫ్లెక్సిబుల్ డ్రెస్ వేసుకోవాలి. మూమెంట్స్‌ని బట్టి ఈ డ్రెస్ స్ట్రెచ్ అవుతుంది. ఎక్సర్‌సైజ్ మ్యాట్ తీసుకోండి. దీని వల్ల మనం పాదాలు, చేతులు నేలపై పెట్టినప్పుడు జారకుండా ఉంటాయి.
వెల్లకిలా పడుకోవాలి.
కాళ్ళు గోడవైపుగా చాపాలి.
చేతులు అపోజిట్ డైరెక్షన్‌లో ఉంచాలి.
ఇలా ఒక్కో మూమెంట్‌కి మార్చాలి.
పైలెట్స్ చాలా రకాలుగా ఉంటాయి.
ఒక్కో పొజిషన్‌కి మారుస్తూ ఉండాలి.
పొజిషన్ మారినప్పుడల్లా గ్యాప్ తీసుకుంటుండాలి.

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