ప్రజా రిపబ్లిక్
ప్రతి అక్షరం ప్రజల కోసం

స్మార్ట్ ఎడిషన్
EVENING 6 PM

సంపుటి (Volume): 1 + సంచిక (Issue): 211 + Published From: నంద్యాల (Nandyal) + పేజీలు 2 + https:www.prajarepublic.com + వెల - 1/-
శుక్రవారం 07 మార్చి 2025
RNI No: APTEL/2023/87888
Andhrapradesh, Telangana, Kurnool, Vijayawada, Vishakapatnam, Tirupati, Ananthapuram, Rajamahedravaram, Guntur, Nellore, Srikakulam, Thadepallegudem, Kadapa, Ongole

శీష్ మహాల్లో కూర్చొని పనిచేసే సీఎంను కాను: రేఖా గుప్తా

గత ప్రభుత్వంపై దిల్లీ ముఖ్యమంత్రి రేఖా గుప్తా మండిపడ్డారు.

దిల్లీ, మార్చి 7, (రిపబ్లిక్ న్యూస్): దేశ రాజధానిలో ఓ మీడియా సంస్థ ఏర్పాటు చేసిన కార్యక్రమంలో దిల్లీ ముఖ్యమంత్రి రేఖా గుప్తా పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ గత ప్రభుత్వంపై మండిపడ్డారు. ఆమ్ఆద్మీ పార్టీ అధికారంలో ఉన్నంత కాలం దేశరాజధాని ఎటువంటి అభివృద్ధికి నోచుకోలేదన్నారు. పార్టీ అధినేత అరవింద్ కేజ్రీవాల్ ప్రజల గురించి ఆలోచించకుండా శీష్ మహల్ నిర్మించుకోవడంలో బిజీగా ఉన్నట్లు ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. ఆయనలా తాను శీష్ మహల్లో కూర్చొని పని చేసే సీఎంను కానన్నారు. 24గంటలు ప్రజల మధ్యే ఉంటూ వారి కోసం పని చేసే ముఖ్యమంత్రినని అన్నారు. దిల్లీలో మహిళను సీఎంను చేయడంతో సులభంగా అధికారం తమ చేతిలో పెట్టుకోవచ్చని భాజపా నేతలు ఈ పదవిని కట్టబెట్టారని వస్తున్న వార్తలపై ఆమె బదులిచ్చారు.

మహిళలపై భాజపాకు ఉన్న గౌరవంతోనే దేశరాజధానికి తనను సీఎంగా నియమించారని అన్నారు. ముఖ్యమంత్రి పదవిలో ఉన్న తనను కేవలం ప్రజలు మాత్రమే నియంత్రించగలరన్నారు. పార్టీ నేతలు కేవలం తనకు కావాల్సిన సహాయ సహకారాలు అందిస్తారే తప్ప అధికారం తమ గుప్పిట్లో పెట్టుకోవాలనే ఆలోచన వారికి ఉండదని చెప్పారు. తామంతా ప్రధాని మోదీ ఆధ్వర్యంలో కలిసికట్టుగా దేశరాజధానిని అభివృద్ధి బాటలో నడుపుతామని విశ్వాసం వ్యక్తం చేశారు. "అధికారం చేపట్టిన మొదటి రోజే శీష్ మహల్లో ఉండబోనని చెప్పాను. ప్రజలు కష్టపడి సంపాదించుకున్న డబ్బును విశ్రాంతి, సౌకర్యం కోసం ఉపయోగించుకునే హక్కు నాకు లేదు. ఆ ఆస్తి దిల్లీ ప్రజలది" అని రేఖా గుప్తా అన్నారు. ఆప్ జాతీయ కన్వీనర్ అరవింద్ కేజీవాల్ సీఎంగా పనిచేసిన సమయంలో అధికారిక నివాసంగా ఉపయోగించిన బంగ్లాను 'శీష్ మహల్ (అద్దాల మేడ)'గా భాజపా అభివర్ణించింది. ప్రజాధనాన్ని దుర్వినియోగం చేసి ఆయన 7-స్టార్ రిసార్ట్ మార్చుకున్నారని విమర్శించింది. ఆప్ మోసాలకు ఆ మహల్ ఓ ఉదాహరణ అంటూ భాజపా ప్రజల్లోకి బలంగా తీసుకెళ్లింది. ఆప్ ప్రభుత్వంపై వచ్చిన ఈ అవినీతి ఆరోపణలు అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో పార్టీని దెబ్బతీశాయి.

పెండింగ్ ప్రాజెక్టులకు నిధులు..

కేంద్రంపై ఒత్తిడికి తెలంగాణ ప్రభుత్వం కీలక నిర్ణయం

కేంద్రం వద్ద పెండింగ్‌లో ఉన్న అంశాలపై ఒత్తిడి తెచ్చేందుకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది.

హైదరాబాద్, మార్చి 7, (రిపబ్లిక్ న్యూస్): కేంద్రం వద్ద పెండింగ్లో ఉన్న అంశాలపై ఒత్తిడి తెచ్చేందుకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది. ఇప్పటికే సీఎం రేవంత్రెడ్డి ప్రధాని మోదీ, కేంద్ర మంత్రులను కలిసి మెట్రో విస్తరణ, ముసీ పునరుజ్జీవనం, ఆర్ఆర్ఆర్ తదితర అంశాలపై విన్నవించారు. పెండింగ్ ప్రాజెక్టులకు నిధుల సాధనకు పార్లమెంట్లో ఎంపీలు ప్రస్తావించే విధంగా ప్రభుత్వం వ్యూహరచన చేస్తోంది.

ఇందులో భాగంగా ప్రజాభవన్లో ఈ నెల 8న (శనివారం) అన్ని పార్టీల ఎంపీల సమావేశం నిర్వహించాలని నిర్ణయించింది. తెలంగాణ డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్క అధ్యక్షతన ఈ భేటీ జరగనుంది. కేంద్ర ప్రభుత్వం వద్ద పెండింగ్లో ఉన్న అంశాలపై సమావేశంలో చర్చించనున్నారు. ఎంపీల సమావేశానికి సీఎం రేవంత్ రెడ్డి హాజరుకానున్నారు. ఈమేరకు కేంద్ర మంత్రులు కిషన్రెడ్డి, బండి సంజయ్ రాష్ట్రంలోని అందరు ఎంపీలకు డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్క ఫోన్ చేసి భేటీకి ఆహ్వానించారు.

రాష్ట్ర చరిత్రలో తొలిసారి టీచర్ల సీనియారిటీ

జాబితా ప్రకటిస్తాం: మంత్రి నారా లోకేశ్

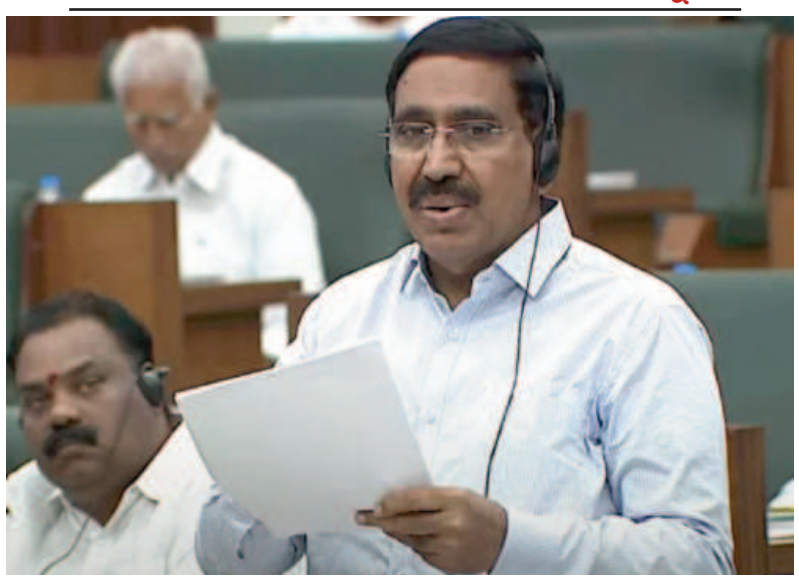
రాష్ట్ర చరిత్రలో తొలిసారి టీచర్ల సీనియారిటీ జాబితా ప్రకటిస్తామని, వారి బదిలీల కోసం ప్రత్యేక చట్టం తీసుకొస్తామని మంత్రి నారా లోకేశ్ తెలిపారు.

అమరావతి, మార్చి 7, (రిపబ్లిక్ న్యూస్): రాష్ట్ర చరిత్రలో తొలిసారి టీచర్ల సీనియారిటీ జాబితా ప్రకటిస్తామని, వారి బదిలీల కోసం ప్రత్యేక చట్టం తీసుకొస్తామని మంత్రి నారా లోకేశ్ తెలిపారు. శాసనసభలో ఆయన మాట్లాడారు. విద్యా వ్యవస్థలో ఉపాధ్యాయులు ప్రధాన పాత్ర పోషిస్తున్నారని చెప్పారు. వారిపై భారం ఉంటే సరిగా పాఠాలు చెప్పలేరని పేర్కొన్నారు.

"ఐబీ స్కూళ్లు ఏర్పాటు చేస్తామని గత ప్రభుత్వం ప్రగల్భాలు పలికింది. వీటి ఏర్పాటుకు నివేదిక తెప్పిస్తామని రూ.5 కోట్లు ఖర్చు చేసింది. 'వన్ క్లాస్ వన్ టీచర్' విధానాన్ని నేను బలంగా విశ్వసిస్తా. ప్రస్తుతం కేవలం 1400 పాఠశాలల్లోనే ఈ విధానం ఉంది. 10 వేల స్కూళ్లలో దీన్ని అమలు చేస్తాం. విద్యార్థులకు బ్యాగ్ బరువు తగ్గించేలా సంస్కరణలు తీసుకొస్తున్నాం. వారికి నాణ్యమైన యూనిఫామ్ ఇస్తున్నాం. విద్యా రంగంలో సంస్కరణల కోసం అన్ని వర్గాలు కలిసి పనిచేయాలి. అందరూ కలిసి పనిచేస్తే దేశానికే ఆదర్శంగా ఏపీ నిలుస్తుంది" అని నారా లోకేశ్ అన్నారు.

గత ప్రభుత్వంలో టీడీఆర్ బాండ్లలో భారీగా అవకతవకలు:మంత్రి నారాయణ

గత ప్రభుత్వంలో టీడీఆర్ బాండ్ల కొనుగోళ్లలో భారీగా అవకతవకలు జరిగాయని మంత్రి నారాయణ అన్నారు.



అమరావతి, మార్చి 7, (రిపబ్లిక్ న్యూస్): గత ప్రభుత్వంలో టీడీఆర్ బాండ్ల కొనుగోళ్లలో భారీగా అవకతవకలు జరిగాయని మంత్రి నారాయణ అన్నారు. శాసనసభలో ఆయన మాట్లాడారు. ఈ బాండ్ల కొనుగోలులో జరిగిన అక్రమాలపై విజిలెన్స్, సీఐడీలతో విచారణ చేయిస్తామన్నారు. వాటి నుంచి నివేదిక రాగానే బాధ్యులపై చర్యలు తీసుకుంటామని చెప్పారు. "గత ప్రభుత్వ హయాంలో తణుకు, తిరుపతిలో టీడీఆర్ బాండ్ల కొనుగోలులో అక్రమాలు జరిగాయి. తణుకులో రూ.63.24 కోట్ల విలువ ఉంటే.. రూ.754 కోట్లకు బాండ్లు ఇచ్చారు. తిరుపతిలో రూ.170.99 కోట్లకు 29 టీడీఆర్ బాండ్లు జారీ చేశారు. ప్రస్తుతం 965 టీడీఆర్ బాండ్లు పెండింగ్లో ఉన్నాయి. మూడు నెలల్లోపు వీటి అక్రమాలపై పూర్తి స్పష్టత ఇస్తాం" అని నారాయణ తెలిపారు.

ఏప్రిల్ లోపు భాజపా జాతీయ అధ్యక్షుడి ఎన్నిక: ఎంపీ లక్ష్మణ్

ఏప్రిల్ లోపు భాజపా జాతీయ అధ్యక్షుడి ఎన్నిక పూర్తవుతుందని ఆ పార్టీ ఎంపీ లక్ష్మణ్ అన్నారు.

దిల్లీ, మార్చి 7, (రిపబ్లిక్ న్యూస్): ఏప్రిల్ లోపు భాజపా జాతీయ అధ్యక్షుడి ఎన్నిక పూర్తవుతుందని ఆ పార్టీ ఎంపీ లక్ష్మణ్ అన్నారు. ఢిల్లీలో నిర్వహించిన మీడియా సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడారు. భారాస అనేది గత చరిత్ర అని పేర్కొన్నారు. రాష్ట్రంలో ప్రత్యామ్నాయ శక్తిగా భాజపా ఎదిగిందన్నారు. ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికల్లో ముగ్గురు అభ్యర్థులను పోటీలో పెట్టిన ఏకైక పార్టీ తమదని చెప్పారు. 10 సంవత్సరాలు అధికారంలో ఉన్న భారాసకు అభ్యర్థులను నిలబెట్టలేని పరిస్థితి ఏర్పడిందని ఎద్దేవా చేశారు. గ్యారంటీల పేరుతో కాంగ్రెస్ మోసగించిందని విమర్శించారు. ప్రజలను ఆర్థికంగా శక్తిమంతం చేయడమే ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ లక్ష్యమన్నారు.

భవనంపై నుంచి దూకి..

విదేశాంగ శాఖ అధికారి ఆత్మహత్య

భారత విదేశాంగ శాఖకు చెందిన అధికారి ఒకరు ఆత్మహత్య చేసుకున్నారు.

దిల్లీ, మార్చి 7, (రిపబ్లిక్ న్యూస్): విదేశాంగశాఖకు చెందిన అధికారి జితేంద్ర రావత్ ఆత్మహత్యకు పాల్పడ్డారు. భవనంపై నుంచి దూకి ప్రాణాలు తీసుకున్నారు. శుక్రవారం ఢిల్లీలోని చాణక్యపురి ప్రాంతంలో ఈ ఘటన చోటుచేసుకుంది. దీనిపై ఆ శాఖ స్పందించింది. విదేశాంగశాఖ కు చెందిన రెసిడెన్షియల్ సొసైటీలో అధికారులు నివాసం ఉంటున్న భవనం టెర్రస్ పైనుంచి దూకి రావత్ బలవన్మరణానికి పాల్పడ్డారు.

ఆయన తన తల్లితో పాటు ఆ ఇంట్లో ఉంటున్నారు. రావత్ భార్య, ఇద్దరు పిల్లలు ఉత్తరాఖండ్ రాజధాని దేహ్రాదూన్లో నివసిస్తున్నారు. కొంతకాలంగా డిప్రెషన్తో బాధపడుతూ ఆయన చికిత్స కూడా తీసుకుంటున్నారు. ఈ ఘటనకు సంబంధించి ఎలాంటి సూసైడ్ నోట్ లభించలేదని దిల్లీ పోలీసులు తెలిపారు. విదేశాంగ శాఖ ఆయన మృతిని ధ్రువీకరిస్తూ.. ఒక ప్రకటన విడుదల చేసింది. "ఈ క్లిష్ట సమయంలో ఆ కుటుంబానికి అన్ని రకాలుగా సాయం అందిస్తున్నాం. కేసు విచారణలో ఎప్పటికప్పుడు దిల్లీ పోలీసులతో సంప్రదింపులు చేస్తున్నాం" అని పేర్కొంది. బాధిత కుటుంబం గోప్యత దృష్ట్యా ఇతర వివరాలేవీ వెల్లడించడం లేదని తెలిపింది.

ఎమ్మెల్యే కోటా ఎమ్మెల్సీ అభ్యర్థిగా కొణిదెల నాగబాబు నామినేషన్

ఎమ్మెల్యే కోటా ఎమ్మెల్సీ అభ్యర్థిగా జనసేన ప్రధాన కార్యదర్శి కొణిదెల నాగబాబు నామినేషన్ దాఖలు చేశారు.

అమరావతి, మార్చి 7, (రిపబ్లిక్ న్యూస్): ఎమ్మెల్యే కోటా ఎమ్మెల్సీ అభ్యర్థిగా జనసేన ప్రధాన కార్యదర్శి కొణిదెల నాగబాబు నామినేషన్ దాఖలు చేశారు. ఆయన అభ్యర్థిత్వాన్ని మంత్రి నారా లోకేశ్, భాజపా ఎమ్మెల్యే విష్ణుకుమార్రాజు, తెదేపా ఏపీ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు పల్లా శ్రీనివాసరావు బలపరిచారు. రిటర్నింగ్ అధికారిణి వనితారాణికి నాగబాబు నామపత్రాలు సమర్పించారు. ఈ కార్యక్రమంలో మంత్రి నాదెండ్ల మనోహర్, ఎమ్మెల్యేలు కొణతాల రామకృష్ణ, బొలిశెట్టి శ్రీనివాస్ పాల్గొన్నారు.

దుబాయే కాదు అమెరికా, ఐరోపా కూడా: 17 గోల్డ్ బార్లు తెచ్చిన నటి రన్యారావు

దుబాయ్ నుంచి బంగారం అక్రమ రవాణా కేసులో మరిన్ని కీలక విషయాలను అధికారులు వెల్లడించారు.

మార్చి 7, (రిపబ్లిక్ న్యూస్): దుబాయ్ నుంచి అక్రమంగా బంగారం తీసుకొస్తూ రెడ్ హ్యాండెడ్గా దొరికిపోయిన కన్నడ నటి రన్యా రావు కేసులో కీలక విషయాలు వెలుగులోకి వస్తున్నాయి. యూఏఈ నుంచి నటి రన్యారావు 17 బంగారు బిస్కెట్లను తీసుకొచ్చారని అధికారులు తెలిపారు. దుబాయ్కు మాత్రమే కాకుండా యూరప్, సౌదీ అరేబియా, అమెరికా, పశ్చిమాసియా దేశాలకు తాను ప్రయాణించినట్లు డైరెక్టరేట్ ఆఫ్ రెవెన్యూ ఇంటెలిజెన్స్కి ఆమె తెలియజేశారు.

అయితే ఈ కేసుకు సంబంధించి తాను వెల్లడించిన విషయాలను వీలైనంత రహస్యంగా ఉంచాలని ఆమె అధికారులను కోరినట్లు తెలుస్తోంది. తాను బాగా అలసిపోయానని.. కొంత సమయం విశ్రాంతి ఇప్పించాలని విచారణ సమయంలో రన్యా రావు అధికారులను అభ్యర్థించారని తెలిపారు. ఈ కేసులో దర్యాప్తునకు సహకరిస్తానని.. ఎప్పుడు పిలిచినా విచారణకు హాజరవుతానని ఆమె పేర్కొన్నారు. రన్యా రావు గతేడాది 30 సార్లు దుబాయ్కు వెళ్లారని.. కేవలం 15 రోజుల్లో నాలుగుసార్లు.. ప్రతి ట్రిప్లో కొన్ని కిలోల బంగారాన్ని అక్రమంగా రవాణా చేసినట్లు దర్యాప్తులో తేలిందని అధికారులు పేర్కొన్నారు. ఇందుకుగాను ప్రతి ట్రిపు దాదాపు రూ.12-13లక్షలు తీసుకున్నట్లు గుర్తించామన్నారు. ఇటీవల దుబాయ్ నుంచి బెంగళూరుకు 14.2 కిలోల బంగారంతో వచ్చిన ఆమెను.. విమానాశ్రయం నుంచి నిష్క్రమించే చివరి నిమిషంలో అధికారులు అరెస్టు చేసిన సంగతి తెలిసిందే. తరచూ దుబాయ్కు వెళ్లడం.. వెళ్లిన ప్రతిసారీ ఒకే రకమైన దుస్తులు ధరించడంతో అనుమానం వచ్చి ఆమెపై నిఘా పెట్టగా ఈ స్మగ్లింగ్ వ్యవహారం బయటపడింది. దీంతో పోలీసులు దర్యాప్తు ముమ్మరం చేశారు. ఈ కేసు వెనక ఓ ప్రముఖ రాజకీయ నాయకుడి హస్తం ఉన్నట్లు స్థానిక మీడియా సంస్థలు వెల్లడిస్తున్నాయి. నటి రన్యా రావు భర్త జతిన్ హుక్కేరి ఆమెతో కలిసి పలుమార్లు దుబాయ్ వెళ్లడంతో.. అతడిని అదుపులోకి తీసుకొని విచారిస్తున్నట్లు పోలీసులు తెలిపారు.

మద్యనిషేధంపై మాట్లాడే హక్కు వైకాపా నేతలకు లేదు: మంత్రి కొల్లు రవీంద్ర

ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రంలో బెల్టు దుకాణాలపై శాసనమండలిలో ప్రశ్నోత్తరాలు జరిగాయి. ఎమ్మెల్సీల ప్రశ్నలకు మంత్రి కొల్లు రవీంద్ర సమాధానం ఇచ్చారు. గత ప్రభుత్వంలో 66,967 బెల్టు షాపులు ఉండేవని ఆయన చెప్పారు. మద్య నిషేధంపై మాట్లాడే హక్కు వైకాపా నేతలకు లేదన్నారు. గతంలో నాసిరకం మద్యం వల్ల ప్రజలు అనారోగ్యానికి గురయ్యారని పేర్కొన్నారు. ఒక్క జంగారెడ్డిగూడెంలోనే 42 మంది మృతి చెందారని గుర్తు చేశారు. "బెల్టు దుకాణాలపై మా ప్రభుత్వం కఠినంగా వ్యవహరిస్తోంది. నాసిరకమైన 29 మద్యం బ్రాండ్ల అమ్మకాలను నిలిపేశాం. గత ప్రభుత్వంలో జరిగిన మద్యం దోపిడీపై దర్యాప్తు జరుగుతోంది" అని మంత్రి కొల్లు రవీంద్ర చెప్పారు.

పాలమూరు-రంగారెడ్డిపై నాగం జనార్దన్ పిటిషన్..

సుప్రీంకోర్టులో విచారణ

పాలమూరు-రంగారెడ్డి ఎత్తిపోతల పథకంలో అక్రమాలు చోటుచేసుకున్నాయని.. స్వతంత్ర దర్యాప్తు సంస్థతో విచారణ జరిపించాలని మాజీ మంత్రి నాగం జనార్దన్ రెడ్డి దాఖలు చేసిన పిటిషన్పై సుప్రీంకోర్టులో విచారణ జరిగింది.

హైదరాబాద్, మార్చి 7, (రిపబ్లిక్ న్యూస్): పాలమూరు-రంగారెడ్డి ఎత్తిపోతల పథకంలో అక్రమాలు చోటుచేసుకున్నాయని.. స్వతంత్ర దర్యాప్తు సంస్థతో విచారణ జరిపించాలని మాజీ మంత్రి నాగం జనార్దన్ రెడ్డి దాఖలు చేసిన పిటిషన్పై సుప్రీంకోర్టులో విచారణ జరిగింది. గత ఏడాది డిసెంబరులో బీహెచ్ఐఎల్ అఫిడవిట్ దాఖలు చేసింది. ఎత్తిపోతల పథకానికి సంబంధించి సరఫరా చేసిన యంత్రాలు, తమకు వచ్చిన బిల్లుల వివరాలను అఫిడవిట్లో పేర్కొంది. బీహెచ్ఎల్ దాఖలు చేసిన అఫిడవిట్లో పేర్కొన్న విషయాలు తాము చేసిన ఆరోపణలను నిజం చేస్తున్నాయని నాగం తరపు న్యాయవాది ప్రశాంత్ భూషణ్ కోర్టుకు తెలిపారు. ప్రభుత్వ టెండర్లో మూడో వంతు కూడా బీహెచ్ఎల్కు చెల్లించలేదని అఫిడవిట్లో చెప్పిన అంశాలు స్పష్టం చేస్తున్నాయన్నారు. బీహెచ్ఎల్ దాఖలు చేసిన అఫిడవిట్, దానికి నాగం జనార్దన్ ఫైల్ చేసిన రిజాయిండర్లను పరిగణనలోకి తీసుకుంటున్నట్లు సుప్రీంకోర్టు ప్రధాన న్యాయమూర్తి జస్టిస్ సంజీవ్ ఖన్నా తెలిపారు. అయితే, ఈ వ్యవహారానికి సంబంధించి తెలంగాణ హైకోర్టులో మూడు పిటిషన్లు కొట్టివేశారని, మరికొన్ని పెండింగ్లో ఉన్నాయని మేఘా సంస్థ తరపు న్యాయవాది ముకుల్ రోహత్గా కోర్టు దృష్టికి తీసుకెళ్లారు. అక్రమాలు జరిగాయని స్పష్టంగా కనిపిస్తున్నందున వెంటనే దర్యాప్తునకు ఆదేశించాలని నాగం తరపు న్యాయవాది ప్రశాంత్ భూషణ్ న్యాయస్థానాన్ని కోరారు. సవివరంగా వాదనలు విన్న తరువాత నిర్ణయం తీసుకుంటామని ధర్మాసనం స్పష్టం చేసింది. తదుపరి విచారణను మే 13 నుంచి ప్రారంభమయ్యే వారానికి వాయిదా వేసింది.

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

చరిత్రలో నేటి ప్రత్యేకత

- **1921:** తెలుగు చలనచిత్ర చరిత్రలో మొట్టమొదటి నేపథ్య గాయకుడు ఎమ్మెస్ రామారావు జననం (మ.1992).
- **1938:** అమెరికా జీవశాస్త్రవేత్త, నోబెల్ బహుమతి గ్రహీత డేవిడ్ బాల్టిమోర్ జననం. (చిత్రంలో)
- **1952:** వెస్ట్‌ఇండీస్‌కు చెందిన ప్రముఖ క్రికెట్ క్రీడాకారుడు వివియన్ రిచర్డ్స్ జననం.
- **1952:** పరమహంస యోగానంద మరణం (జ.1893).
- **1961:** స్వాతంత్ర్య సమర యోధుడు గోవింద్ వల్లభ్ పంత్ మరణం (జ.1887).
- **1970:** ఆంగ్ల నటి, రూపకర్త రాచెల్ వీజ్ జననం.

ఎమ్మెస్ రామారావు

డేవిడ్ బాల్టిమోర్

వివియన్ రిచర్డ్స్

పరమహంస యోగానంద

గోవింద్ వల్లభ్ పంత్

రాచెల్ వీజ్

రిపబ్లిక్ స్పోర్ట్స్

రోహిత్ నిర్ణయం కోసం బీసీసీఐ వెయిటింగ్?

భారత సారథి రోహిత్ శర్మ ఎలాంటి నిర్ణయం తీసుకుంటాడనేది ఇప్పుడు సర్వత్రా ఆసక్తికరంగా మారింది. ఇప్పుడెందుకు ఆ చర్చ అని ప్రధాన కోచ్ గౌతమ్ గంభీర్ కొట్టి పడేసిన సంగతి తెలిసిందే.

ఛాంపియన్స్ ట్రోఫీలో ఆయా జట్లు నిష్క్రమించిన వెంటనే పలువురు క్రికెటర్లు వన్డేలకు వీడ్కోలు ప్రకటిస్తున్నారు. ఆ జాబితాలో స్టీవ్ స్మిత్, ముష్ఫికర్ రహీం ఉన్న సంగతి తెలిసిందే. ఇక ఇంగ్లాండ్ కెప్టెన్గా వ్యవహరించిన జోస్ బట్లర్ తన బాధ్యతల నుంచి వైదొలిగాడు. ఈ క్రమంలో టీమ్ ఇండియా నుంచి ఎవరు ఉంటారనేది ఇప్పుడు క్రికెట్ వర్గాల్లో చర్చనీయాంశంగా మారింది. ఎందుకంటే గత టీ20 ప్రపంచకప్ తర్వాత భారత సీనియర్లు రోహిత్ శర్మ, విరాట్ కోహ్లి, రవీంద్ర జడేజా గుడ్బై చెప్పేశారు. దీంతో వన్డే ఫార్మాట్లో జరుగుతున్న ఛాంపియన్స్ ట్రోఫీ తర్వాత రోహిత్ వీడ్కోలు చెబుతాడని ఇటీవల ఎక్కువగా వార్తలు వస్తున్నాయి. ఫైనల్ తర్వాత నిర్ణయం తీసుకొనే అవకాశం ఉందని బీసీసీఐ వర్గాలు తెలిపాయి. సెంట్రల్ కాంట్రాక్టును కూడా మరోసారి మార్పులు చేసే అవకాశం ఉందని తెలుస్తోంది. "తనలో ఇంకా క్రికెట్ ఆడే సత్తా ఉందని రోహిత్ శర్మ భావిస్తున్నాడు. భవిష్యత్తు ప్రణాళికల గురించి తెలియజేయాలని ఇప్పటికే చెప్పడం జరిగింది. రిటైర్మెంట్ తీసుకోవడమే అతడి నిర్ణయం. కానీ, కెప్టెన్సీని కొనసాగించాలనే చర్చా జరుగుతోంది. వచ్చే వన్డే ప్రపంచకప్ కోసం జట్టు సిద్ధం కావాలంటే స్థిరమైన కెప్టెన్ అవసరం ఎంత ముఖ్యమో రోహిత్ స్వయంగా అర్థం చేసుకున్నాడు. మరోవైపు విరాట్ కోహ్లితో కూడా బోర్డు చర్చించింది. అయితే, అతడి విషయంలో మాత్రం ఇబ్బందేమీ లేదని అనిపిస్తోంది. ఛాంపియన్స్ ట్రోఫీ తర్వాత రోహిత్ ఎలాంటి నిర్ణయం తీసుకుంటాడనేది బోర్డు వేచిచూస్తోంది. అతడు రిటైర్మెంట్ వైపే మొగ్గు చూపిస్తే.. తదుపరి ఏం చర్యలు తీసుకోవాలనేది బోర్డు ఆలోచన చేయనుంది. అదేవిధంగా సెంట్రల్ కాంట్రాక్ట విషయంలోనూ చర్యలు తీసుకొనే అవకాశం ఉంది" అని బీసీసీఐ వర్గాలు వెల్లడించాయి. మూడు ఫార్మాట్లలో నాణ్యమైన క్రికెట్ ఆడే వారికి ఏప్లస్ గ్రేడ్‌ను బీసీసీఐ కేటాయిస్తుంది. భారత్ టాప్ ప్లేయర్లు టీ20లకు రిటైర్మెంట్ తీసుకున్న సంగతి తెలిసిందే. ఇప్పుడు వన్డేలనూ వీడితే గ్రేడింగ్‌లో మార్పులు చేయడం ఖాయం.

అందుకు అనిల్ రావిపూడికి హ్యాట్సాఫ్

:'సంక్రాంతికి వస్తున్నాం'పై పరుచూరి రివ్యూ

వెంకటేశ్ హీరోగా తెరకెక్కిన హిట్ మూవీ 'సంక్రాంతికి వస్తున్నాం'పై పరుచూరి గోపాలకృష్ణ అభిప్రాయం వ్యక్తం చేశారు.

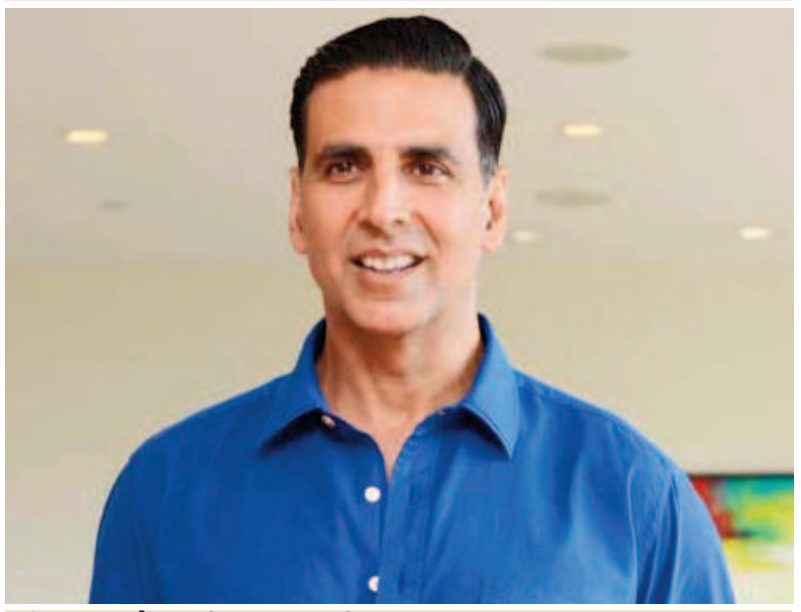
ప్రముఖ రచయిత గోపాలకృష్ణ తన యూట్యూబ్ ఛానల్ వేదికగా సినిమాలను విశ్లేషిస్తుంటారనే సంగతి తెలిసిందే. లేటెస్ట్ ఎపిసోడ్లో 'సంక్రాంతికి వస్తున్నాం' గురించి మాట్లాడారు. వెంకటేశ్ హీరోగా అనిల్ రావిపూడి తెరకెక్కించిన ఈ సినిమా సంక్రాంతికి విడుదలై, హిట్గా నిలిచింది. ప్రస్తుతం ఓటీటీ 'జీ 5'లో స్ట్రీమింగ్ అవుతోంది. ఈ మూవీ గురించి గోపాలకృష్ణ ఏమన్నారంటే? "రామానాయుడు, త్రివిక్రమరావు, వడ్డే రమేశ్ తదితర నిర్మాతలు జయాపజయాలతో సంబంధం లేకుండా సినిమాలు నిర్మించేవారు. అలా ఈతరం నిర్మాతల్లో దిల్ రాజు, శిరీష్ కనిపించారు. కథ, స్క్రీన్ప్లే తదితర అంశాల్లో దర్శకుడు అనిల్ రావిపూడిదే క్రెడిట్. ఇంతింతై వటుడింతై అన్నట్టుగా వెంకటేశ్ ప్రయాణం సాగింది. ఎంపిక చేసుకున్న పాత్రల్లో ఒదిగిపోయేందుకు పరితపించేవారు. ఐశ్వర్యారాజేశ్ సహజంగా నటించింది. కిడ్నాప్ అయిన ఓ ప్రముఖ వ్యాపారవేత్తను హీరో ఎలా కాపాడగలిగాడు? అన్నదే ఈ సినిమా కథా బీజం. ఇంత చిన్న పాయింట్ను అద్భుతంగా తెరకెక్కించారు. చిరంజీవి, బాలకృష్ణలాంటి వారు చేసి ఉంటే ఈ స్క్రీన్ప్లే ఇలా ఉండదు. వెంకటేశ్ బాడీ లాంగ్వేజ్కు తగ్గట్టు అనిల్ రావిపూడి సెట్ చేశారు. వినోదాత్మకంగా సాగే ఈ కథలో ఉప కథలూ చెప్పారు. ఒకటి హీరో పెళ్లికి ముందు ప్రేమకథ, రెండోది ఉపాధ్యాయుడి స్టోరీ. ఇందులోని అడ్వెంచర్ వెంకటేశ్ బాడీ లాంగ్వేజ్ కాదు. అందుకే వినోదాత్మకంగానే తీయాలని హీరో, దర్శకుడు నిర్ణయించుకుని ఉంటారు. శోభన్బాబు, అక్కినేని నాగేశ్వ-రరావులాంటి వారు ఎలాంటి కథల్లో నటించేవారో ఇదీ అలాంటిదే. వెంకటేశకు లేడీస్ ఫాలోయింగ్ తోపాటు మాస్ ఫాలోయింగ్ కూడా ఉంది. వెంకటేశ్ తనయుడిగా కనిపించిన బాలనటుడు కెమెరాతో కబడ్డీ ఆడుకున్నాడు. చాలా రోజుల తర్వాత సాయి కుమార్ తన స్టైల్ డైలాగ్స్ చెప్పి అలరించాడు. "జాతీయ జెండా గురించి తెలుసుకునేలా సినిమాలో ఓ సన్నివేశం సృష్టించడం అభినందనీయం. ఓ బాలుడు త్రివర్ణ పతాకాన్ని సరిచేయడమనే అంశాన్ని ఈ చిత్రంలో స్పృశించినందుకు దర్శకుడికి హ్యాట్సాఫ్. ఇంటర్వెల్నూ కామెడీగా తీర్చిదిద్దారు. హీరో అనుకున్నది సాధించేశాడు అని అనుకునేలోపు కథను కాస్త పక్కకు పెట్టి, పది నిమిషాల ఫైట్ పెట్టారు తన గురువు ఉద్యోగం ఆయనకు వచ్చేంతవరకూ కథానాయకుడి యాక్షన్ పూర్తి కాదు. కట్టిపడేసే ఇలాంటి స్క్రీన్ప్లేతో కాకుండా సాధారణంగా ఈ కథను చెబుతూ వెళ్లి ఉంటే ఈ సినిమా ఇంత సక్సెస్ అయ్యేదా? ఎన్నో వినోదాత్మక చిత్రాలు తెరకెక్కించిన దర్శకుడు జంధ్యాలను అనిల్ గుర్తు చేశాడు" అని పేర్కొన్నారు.

రిపబ్లిక్ సినిమా CINEMA

నాకు స్టార్ ఉండటం నచ్చదు..

నన్ను కాదు వారిని ప్రశ్నించండి: అక్షయ్ కుమార్

నటీనటుల్లో క్రమశిక్షణ లోపించడంపై బాలీవుడ్ నటుడు అక్షయ్ కుమార్ అసహనం వ్యక్తంచేశారు.



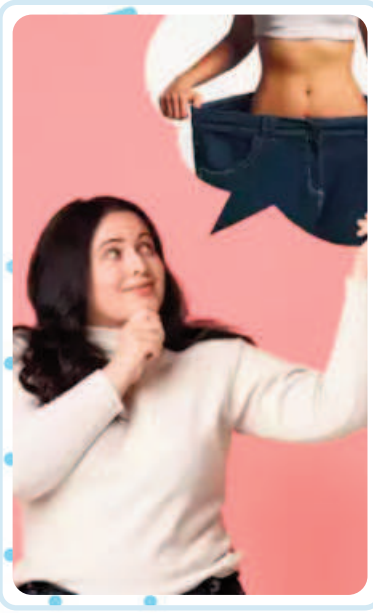
నేటితరం నటీనటుల్లో క్రమశిక్షణ లోపించడంపై బాలీవుడ్ నటుడు అక్షయ్ కుమార్ అసహనం వ్యక్తంచేశారు. క్రమశిక్షణ, వృత్తిపై నిబద్ధత వల్లే తాను ఈ స్థాయికి వచ్చానని అన్నారు. క్రమశిక్షణ లోపిస్తే జీవితంలో ఏమీ సాధించలేమని ఆయన తెలిపారు. సూర్యుడి మాదిరిగా ఉదయాన్నే ప్రకాశించడం తనకు ఇష్టమని ఇటీవల జరిగిన ఓ కార్యక్రమంలో తెలిపారు. "నాకు స్టార్ (నక్షత్రం)లా ఉండటం ఏమాత్రం నచ్చదు. ఎందుకంటే నక్షత్రాలు కేవలం రాత్రి మాత్రమే వస్తాయి. నాకు సూర్యుడిగా ఉండటం ఇష్టం. సూర్యుడి మాదిరిగా ఉదయాన్నే నిద్ర లేస్తా. (ఇదే కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న సానియామీర్జాని ఉద్దేశిస్తూ..) క్రమశిక్షణ విషయానికి వస్తే సానియా మీర్జానే ఉదాహరణగా తీసుకోండి. ఆమె ఒక అద్భుతమైన క్రీడాకారిణి. మన దేశం కోసం ఎన్నో పోటీల్లో చక్కగా ఆడింది. క్రమశిక్షణతోనే ఆమె విజయాలు సాధించగలిగింది. ఉదయాన్నే నిద్ర లేవడం.. ప్రతిరోజూ ఆట ప్రాక్టీస్ చేయడం.. అంత సులభమా? క్రమశిక్షణ లేకపోతే ఈ స్థాయికి వచ్చేదేమో మీరే అడిగి తెలుసుకోండి. మరో ముఖ్యమైన విషయం ఏమిటంటే చాలామంది విలేకర్లు నన్ను కలిసినప్పుడల్లా 'మీరెందుకు ఉదయాన్నే నిద్ర లేస్తారు? అని ప్రశ్నిస్తుంటారు. నాకు తెలిసి దానికంటే చెత్త ప్రశ్న ఏమీ లేదు. నన్ను అలాంటి ప్రశ్న అడిగే బదులు ఆలస్యంగా నిద్ర లేచి సెట్కు లేట్గా వచ్చే నటీనటులను మీరెందుకు ఇలా ఉంటున్నారు? అని అడిగితే బాగుంటుంది" అని అక్షయ్కుమార్ తెలిపారు. అక్షయ్కుమార్ కీలక పాత్రలో నటించిన 'స్కై ఫోర్స్' ఇటీవల విడుదలైంది. 1965లో జరిగిన భారత్-పాకిస్థాన్ వైమానిక యుద్ధం నేపథ్యంలో సాగే చిత్రమిది. ఆ యుద్ధంలో కనిపించకుండా పోయిన భారత వైమానికదళం స్క్వాడ్రన్ లీడర్ అజ్జమడ బొప్పయ్య దేవయ్య సాహసపోరాటం స్ఫూర్తిగా ఈ కథను సిద్ధం చేశారు. ప్రస్తుతం ఆయన 'కేసరి చాప్టర్ 2', 'జాలీ ఎల్ఎల్బీ 3', 'కన్నప్ప', 'హౌస్ఫుల్ 5', 'భూత్ బంగ్లా', 'వెల్కమ్ టు ది జంగిల్', 'హెరాఫెరీ 3' వంటి చిత్రాల్లో నటిస్తున్నారు.

ఫిట్‌నెస్

ఎంత ప్రయత్నించినా బరువు తగ్గడం లేదని చింతిస్తున్నారా?

అయితే, కొన్ని గింజల్ని తింటే సరిపోతుంది, ఫిట్ అవుతారు

బరువు తగ్గడానికి కొన్ని రకాల విత్తనాల్ని మీ డైట్‌లో చేర్చుకోవచ్చు. ఈ విత్తనాలు పోషకాలతో సమృద్ధిగా ఉంటాయి. జీవక్రియను పెంచుతాయి. అలాగే, ఎక్కువ సేపు కడుపు నిండిన అనుభూతిని కలిగిస్తాయి. దీంతో తరచుగా తినే అలవాటు తగ్గుతుంది. బరువు తగ్గడానికి ఎలాంటి విత్తనాల్ని ఆహారంలో చేర్చుకోవాలో తెలుసుకుందాం.



మీరు కూడా బరువు తగ్గడానికి రకరకాల ప్రయత్నాలు చేస్తున్నా ఫలితం లేదని బాధపడుతున్నారా? ఎన్ని ప్రయత్నాలు చేసినా ఫలితం లేదని చింతిస్తున్నారా? అయితే, మీరు కొన్ని విషయాలపై సరిగ్గా దృష్టి పెట్టడం లేదని అర్థం. బరువు తగ్గడానికి ప్రయత్నిస్తుంటే వ్యాయామం మాత్రమే కాదు సరైన ఆహారం కూడా ముఖ్యం. బరువు తగ్గాలనుకునేవారు మంచి డైట్ ఫాలో అవ్వాలి. ఏది పడితే అది తినకూడదు. వేయించిన ఆహారాలు, మసాల ఫుడ్స్, కొవ్వుని పెంచే వాటికి దూరంగా ఉండాలి. బరువు తగ్గడానికి కొన్ని రకాల విత్తనాల్ని మీ డైట్‌లో చేర్చుకోవచ్చు. ఈ విత్తనాలు పోషకాలతో సమృద్ధిగా ఉంటాయి. జీవక్రియను పెంచుతాయి. అలాగే, ఎక్కువ సేపు కడుపు నిండిన అనుభూతిని కలిగిస్తాయి. దీంతో తరచుగా తినే అలవాటు తగ్గుతుంది. బరువు తగ్గడానికి ఎలాంటి విత్తనాల్ని ఆహారంలో చేర్చుకోవాలో తెలుసుకుందాం.

చియా విత్తనాలు

చియా విత్తనాలను బరువు తగ్గించే సూపర్ ఫుడ్ అంటారు. చియా గింజల్లో ఫైబర్, ఒమేగా-3 కొవ్వు ఆమ్లాలు , ప్రోటీన్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇవి మీ ఆకలిని నియంత్రించడంలో సహాయపడతాయి. చియా గింజలు నీటిలో ఉబ్బి జెల్ లాగా మారుతాయి. వీటిని తింటే కడుపు ఎక్కువ సేపు నిండిన భావన ఉంటుంది. దీంతో ఆకలి నియంత్రణలో ఉంటుంది. ఎక్కువ తినాలనే కోరిక తగ్గుతుంది. చియా విత్తనాల్ని గోరువెచ్చని నీటిలో కలిపి ఉదయాన్నే పరగడుపన తాగితే మంచి ఫలితాలుంటాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. అంతేకాకుండా వీటిని స్మూతీ, పెరుగు లేదా ఓట్ మీల్‌లో కలిపి తినవచ్చు.

అవిసె గింజలు

అవిసె గింజలతో బోలెడు ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి. అవిసె గింజల్లో లిగ్నాన్స్, యాంటీఆక్సిడెంట్లు, ఫైబర్, ప్రోటీన్, విటమిన్ బి, మెగ్నీషియం, మాంగనీస్, ఆల్ఫా-లినోలెనిక్ యాసిడ్, ఒమేగా-3 ఫ్యాటీ యాసిడ్స్ పుష్కలంగా ఉన్నాయి. ఈ పోషకాలు తీసుకోవడం వల్ల ప్రమాదకర వ్యాధుల ముప్పు తగ్గుతుంది. అవిసె గింజలు బరువు తగ్గడానికి ప్రభావవంతంగా పనిచేస్తాయి. అవిసె గింజల్లో ఫైబర్, ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు జీర్ణక్రియను మెరుగుపర్చడమే కాకుండా ఎక్కువ కాలం ఆకలిని అదుపులో ఉంచుతాయి. ఇది జీవక్రియను వేగవంతం చేయడం ద్వారా కొవ్వును బర్న్ చేయడంలో సాయపడతాయి. అవిసె గింజలను తేలికగా వేయించి, గ్రైండ్ చేసి స్మూతీ, సలాడ్, పెరుగు లేదా సూప్‌లో కలిపి తీసుకోవచ్చు. ప్రతిరోజూ 1-2 టీస్పూన్ల అవిసె గింజల పొడి తీసుకోవడం వల్ల మేలు జరుగుతుంది.

గుమ్మడికాయ విత్తనాలు

గుమ్మడి గింజల్లో ఫైబర్, విటమిన్ ఏ, బీ, సీ ఈ తో పాటు ఐరన్, కాల్షియం, జింక్, ఫోలేట్ , ఫ్యాటీ యాసిడ్స్, ఫాస్ఫరస్, పొటాషియం, జింక్, అమైనో యాసిడ్స్ ఫినోలిక్ సమ్మేళనాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. గుమ్మడి గింజలలో యాంటీఆక్సిడెంట్, యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ, యాంటీమైక్రోబయల్ లక్షణాలు ఉన్నాయి. వీటిని మీ డైట్‌లో చేర్చుకుంటే బరువు తగ్గవచ్చంటున్నారు నిపుణులు. ఈ గింజలు శరీరాన్ని బలోపేతం చేయడంతో పాటు అదనపు కొవ్వును తగ్గించడంలో సాయపడతాయి. గుమ్మడి గింజల్ని తేలికగా వేయించి స్నాక్గా తినవచ్చు. కావాలంటే సలాడ్, స్మూతీ లేదా ఓట్స్‌లో కలిపి తినవచ్చు.

పొద్దుతిరుగుడు విత్తనాలు

బరువు తగ్గాలన్న ఆలోచన ఉంటే సరిపోదు. బరువు తగ్గడానికి శక్తిని నిర్వహించడం కూడా ముఖ్యం. పొద్దుతిరుగుడు విత్తనాలు ఇందుకు మీకు బాగా సాయపడతాయి. పొద్దుతిరుగుడు విత్తనాల్లో విటమిన్ బి, ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇవి జీవక్రియను మెరుగుపరుస్తాయి. శక్తిని నిర్వహిస్తాయి. వీటిని వేయించి స్నాక్గా తినవచ్చు. పెరుగు, ఓట్స్ లేదా స్మూతీపై టాపింగ్గా జోడించవచ్చు.

నువ్వులు

సాధారణంగా నువ్వుల్ని సూపర్ ఫుడ్ అంటారు. నువ్వుల్లో శరీరానికి మేలు చేసే ఎన్నో పోషకాలు ఉన్నాయి. నువ్వుల్లో ప్రోటీన్, ఫైబర్, ఒమేగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్స్, మెగ్నీషియం, ఐరన్, జింక్స్ వంటి ఎన్నో పోషకాలు ఉన్నాయని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. నువ్వులు సెసామోలిన్, సెసామిన్ వంటి యాంటీ ఆక్సిడెంట్లకు మూలం. ఇవి ఎముకల్ని బలంగా మార్చడమే కాకుండా జీవక్రియను వేగవంతం చేస్తాయి. దీంతో కొవ్వును కాల్చడానికి సాయపడతాయి. నువ్వులను సలాడ్, పరాఠా లేదా స్మూతీకి జోడించవచ్చు. నువ్వుల్ని తేలికగా వేయించి, బెల్లంతో కలిపి తింటే ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిది.

గమనిక

ఇది సోషల్ సమాచారం మాత్రమే. కొన్ని అధ్యయనాలు, సంబంధిత నిపుణుల ప్రకారం ఈ వివరాలు అందించాం. వ్యక్తుల ఆరోగ్యాన్ని బట్టి ఫలితాలుంటాయి. వీటిని పాటించేముందు.. సంబంధిత నిపుణుడిని సంప్రదించడం శ్రేయస్కరం. అలాగే, హెల్తీ లైఫ్ స్టైల్, సరైన ఆహారం కూడా తీసుకోవడం మీ ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు.