

# 51 గ్రామాల విలీనానికి లైన్ క్లియర్

- ఓఆర్ఆర్ పరిధిలోని గ్రామాల విలీనానికి గ్రీన్ సిగ్నల్
- పంచాయతీల విలీనాన్ని వ్యతిరేకిస్తూ మాజీ సర్పంచుల పిటిషన్

హైదరాబాద్, డిసెంబర్ 6(నినాదం):



తుక్కుగూడ, మేడ్చల్, దమ్మాయిగూడ, నాగారం, పోచారం, ఘట్కెనర్, గుండ్లపాచంపల్లి, తూంకుంట మున్సిపాలిటీలో 51 గ్రామాలు విలీనం కానున్నాయి. మేడ్చల్ జిల్లాలో మొత్తం 28 గ్రామాలు ఏడు మున్సిపాలిటీల్లో విలీనం చేస్తున్నారు. అలాగే రంగారెడ్డి జిల్లాలోని నాలుగు మున్సిపాలిటీల్లో 12 గ్రామాలు, సంగారెడ్డి జిల్లాలో రెండు మున్సిపాలిటీల్లో 11 గ్రామాలు విలీనం కానున్నాయి. ఈ గ్రామాలన్నీ కూడా ఔటర్ రింగు రోడ్డుకు అనుకున్న గ్రామాల్లో.

ఓఆర్ఆర్ పరిధిలోని గ్రామాల విలీనానికి లైన్ క్లియర్ అయింది. మున్సిపాలిటీల్లో 51 గ్రామాల విలీనానికి ప్రభుత్వం ఇచ్చిన ఆర్డెన్సీకు హైకోర్టులో అడ్డంకులు తొలగిపోయాయి. పంచాయతీల విలీనాన్ని వ్యతిరేకిస్తూ.. మాజీ సర్పంచులు చేసిన పిటిషన్లను కొట్టివేసింది హైకోర్టు. పెద్ద అంబేద్కర్, శంషాబాద్, నార్సింగి,

## వాహనాల క్రమబద్ధీకరణకు స్కాప్ పాలసీ

15 సంవత్సరాలు దాటిన వాహనాలకు సరికొత్త పాలసీ

- డీజిల్ వాహనాలపై అంక్షలు విధించేందుకు రంగం సిద్ధం
- డీజిల్ బస్సులను ఔటర్ రింగ్ రోడ్డు అవతల నడిపేలా చర్యలు
- ఎలక్ట్రిక్ ఆటోలకు మాత్రమే సిటీలో పర్యటన



## సంక్రాంతికి సన్నబియ్యం ఇచ్చేనా?

కలిసొచ్చిన కాలానికి నడిసొచ్చిన నాయకుడే సిఎం రేవంత్ రెడ్డి

- మంత్రి జాబ్లీ కృష్ణారావు
- నాణ్యమైనవిద్య వైద్యం తో సమూల మార్పులు
- మంత్రి దామోదర రాజనర్సింహ
- వెనబడిన కొండగల్ ఫ్రాంట్ అభివృద్ధి కి మంత్రులందరం సహకరిస్తాం
- మంత్రి శ్రీధర్ బాబు
- హారేకృష్ణ ఫౌండేషన్ సహకారాన్ని కొనియాడిన మంత్రులు

తెలంగాణలో సన్నబియ్యం ఆశలు సన్నగిల్లిస్తాయా? సంక్రాంతి సుంచి రేషన్ షాపుల్లో సన్న బియ్యం పంపిణీ చేస్తామంటూ సీఎం రేవంత్ రెడ్డితో పాటు పౌడర్ సరఫరాలశాఖ మంత్రి ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి పలు సందర్భాల్లో ప్రకటించారు. కానీ ప్రకటనలకు అనుగుణంగా పని మాత్రం కావడం లేదని సమాచారం. సన్నబియ్యం పంపిణీకి పౌడర్ సరఫరాలశాఖ కనీస చర్యలు కూడా ప్రారంభించలేదని తెలుస్తున్నది.



జనసేనలో 'బియ్యం' చిచ్చు! ప్రస్తుతం ఏపీ రాజకీయాలు కాకినాడ పోర్టు కేంద్రంగా

సాగుతున్న రేషన్ బియ్యం అక్రమ రవాణా వ్యవహారం చుట్టే సాగుతున్నాయి. అంతేకాదు ఈ వ్యవహారం జనసేనలో చిచ్చు పెట్టినట్లు కనపిస్తోంది. ఇద్దరు ముఖ్య నేతలు ముఖ్య కోర్ట్ వార్ నడుస్తున్నట్లు సమాచారం. ఈ పరిస్థితుల్ని టిడిపి నేతలు తమకనుకూలంగా మార్చుకుంటున్నట్లు ఇరు పార్టీల్లో ఊహా చర్చ సాగుతోంది.

నిఖార్సేన జర్నలిజం

శనివారం, డిసెంబర్ 7, 2024 సంపుటి - 21 సంచిక 79 వెల - 7 పేజీలు - 12 + 12

Published from Hyderabad and Vijayawada Circulated from TS and AP.. Hyderabad, Karimnagar, Khammam, Mahabubnagar, Nalgonda, Nizamabad, Warangal, Vijayawada, Guntur, Ongole, Nellore, Tirupathi, Kadapa, Anantapur, Kurnool, Tadepalligudem, Rajahmundry, Visakhapatnam, Srikakulam



## వైభోగం బిజిగిరి ఇంటి కళ్యాణం

ఘనంగా నినాదం ఎడిటర్ కుమార్తె వివాహం

హాజరైన ప్రజాప్రతినిధులు, పుర ప్రముఖులు

కరీంనగర్, డిసెంబర్ 6(నినాదం): నినాదం దినపత్రిక ఎడిటర్ బిజిగిరి శ్రీనివాస్ కుమార్తె సులపాదన వివాహం అంగరంగవైభవంగా జరిగింది. కుమార్తెని శుభం గాంధీగిరి జరిగిన ఈ వేడుకకు చౌషధండ్రి ఎమ్మెల్యే సత్యం, కరీంనగర్ డిప్యూటీ మేయర్ చల్ల స్వరూపారాణి, మాజీ ఎంపీ నారదాస్ లక్ష్మణ్ రావు, మాజీ మేయర్ సర్కార్ రవీందర్ సింగ్, సూడా చైర్మన్ కోమటి రెడ్డి నరేందర్ రెడ్డి, మాజీ ఎం ఎల్ ఎలు కోరుకంటి చందర్, రవిశంకర్, నాయకులు చల్ల పాలింకర్, ఎస్పి ఎం వెంకటరమణ, సీనియర్ జర్నలిస్టులు నగునూరి శేఖర్, రమణ, మోహన్ పూసాల తదితరులతో పాటు నగర పుర ప్రముఖులు హాజరై సునంత వధావతులను ఆశీర్వదించారు. ఉదయం 8 గంటలకు ప్రారంభమై సాయంత్రం వరకు సాగిన ఈ వేడుక వైకుంఠరైహోగాన్ని తలపించింది.

## మావోలకు పూర్వ వైభవం సాధ్యమయ్యేనా..?

- తెలంగాణలో మావోయిస్టుల ఎత్తులు
- ఆదిలోనే అడ్డుకుంటున్న పోలీసులు
- దండకారణ్యం దాటలేక పోతున్న నక్కల్స్
- పట్టు కోసం చేస్తున్న ప్రయత్నాలు విఫలం
- భారీ మూల్యం చెల్లించిన పార్టీ
- పార్టీకి సవాలుగా మారిన పోలీసుల ఎత్తుగడలు



జయశంకర్ భూపాలపల్లి బ్యారో (నినాదం):

పసిగడుతున్న పోలీసులు వారి ఎత్తుగడలను చిత్తు చేస్తున్నారు. సాంకేతిక పరిజ్ఞానంతో పాటు కోవర్సులు, ఇన్ఫార్మేషన్ల సహకారంతో మావోయిస్టులపై పట్టు సాధిస్తున్నారు. ఈ క్రమంలో మావోయిస్టులు బాధిస్తున్నట్లుగా తెలంగాణలో మళ్లీ పూర్వ వైభవం సాధ్యమవుతుందా అనే అనుమానాలు వ్యక్తం అవుతున్నాయి.

దుకొనం దండకారణ్యం ఇం దాటి తెలంగాణలోకి అడుగుపెట్టేందుకు ప్రయత్నాలు చేస్తున్నారని అయితే గత కొద్ది మాసాలుగా జరుగుతున్న ఈ ప్రయత్నాలు విఫలం అవుతున్నానీ ఉన్నాయి. తెలంగాణ రాష్ట్ర సరిహద్దులో మావోయిస్టుల కదలికలను

# కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వంలో తెలంగాణ ప్రజలకు ఏడో గ్యారంటీగా స్వేచ్ఛ

## పోలీసులపై ఎటువంటి ఒత్తిడి లేకుండా కాంగ్రెస్ పాలన

- సైబర్ నేరాలను అరికట్టడంలో ప్రభుత్వ సహకారం
- సైబర్ పోలీసులకు లెక్కలేనన్ని మెట్రో స్టాన్లను కట్టించిన వ్యతిరేకి
- హోం శాఖ ఆధ్వర్యంలో విజయోత్సవ వేడుకలు
- పోలీస్ శాఖపై సీఎం రేవంత్ రెడ్డి వరాల జల్లు
- రాష్ట్రంలో రాష్ట్ర వివత్తు నిర్వహణ దళం
- 2 వేల మంది సిబ్బందితో ఎన్ డీఆర్ డిఎస్
- సిబ్బందికి శిక్షణ ఇచ్చిన ప్రభుత్వం
- ప్రారంభించిన ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి



యోత్సవాలను నిర్వహిస్తున్న విషయం అందరికీ తెలిసిందే. ఈ సందర్భంగా హెచ్ఎంఎమ్ డి పి హోం శాఖ ఆధ్వర్యంలో విజయోత్సవ వేడుకలను ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా పలు స్టాల్స్ లను ఏర్పాటు చేయగా సీఎం రేవంత్ రెడ్డి, డిప్యూటీ సీఎం బ్రట్టి బాద్ లోని హెచ్ఎంఎమ్ డి గ్రౌండ్. తెలంగాణ కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ఏడాది పాలన పూర్తి చేసుకున్న సందర్భంగా ప్రజాపాలన విజ



## వీఆర్ఎస్ కు కాంగ్రెస్ కు ఉన్న తేడా ఇదే..?

హైదరాబాద్, డిసెంబర్ 6 (నినాదం):

బదుగు బలహీన వర్గాల ఆకాఢ్యశి, రాజ్యాంగ నిర్మాత, భారతతల్లి డాక్టర్ బాబా సాహెబ్ అంబేద్కర్ వర్తంత్రి సందర్భంగా దేశానికి వారందించిన సేవలను, అనితర సాధ్యమైన కృషిని బీఆర్ఎస్ అధినేత కేసీఆర్ స్మరించుకున్నారు. దేశ స్వాతంత్ర్య అనంతరకాలంలో ప్రపంచానికి ఆదర్శ

పంతమైన స్వయంపాలన కోసం రాజ్యాంగాన్ని అందించారని తెలిపారు. ఆర్థిక సామాజిక రాజకీయ సాంస్కృతిక తదితర రంగాల్లో అణగారిన వర్గాలకు సహానుకూల సమన్వయం దక్షిణా రాజ్యాంగాన్ని పొందుపరిచడంలో బాబాసాహెబ్ కనబరిచిన దార్శనికత మహోన్నతమైన దని కేసీఆర్ కొనియాడారు.

కరువాయి 2లో

## విద్యార్థుల్ని మేము ఎవరెస్ట్ ఎక్కిస్తుంటే, ప్రభుత్వం పాడె ఎక్కిస్తోంది

- దళితుల అభివృద్ధికి సైతం ఈ ప్రభుత్వం వ్యతిరేకం
- దళిత బంధు పెంచి ఇసామంటూ హామీ ఇచ్చి మోసం
- అసెంబ్లీ సమావేశాలను కనీసం నెల రోజులపాటు నిర్వహించాలి
- భారత రాష్ట్ర సమితి వర్కెంట్ పైసిడెంట్ కేటీఆర్

## వరుస భూప్రకంపనలు.. ఆందోళనలో ప్రజలు

- 2021 జనవరిలోనూ సూర్యాపేట జిల్లాలో కంపించిన భూమి
- చింతలపాలెం మండలంలో అనేక ఇండ్లకు పగుళ్లు
- అయినా ప్రభుత్వం నుండి అందని సాయం
- బుధవారం సైతం ప్రకంపనలు
- భూమి కంపించినట్లు అనిపిస్తే ఇండ్లలో నుండి బయటకు రావాలంటూ అధికారుల సూచన



కొండా, (నినాదం):

ఉమ్మడి నల్లగొండ జిల్లాలో భూప్రకంపనలతో ప్రజలు అందోళనకు గురయ్యారు. గతంలో కృష్ణా పరివాహక ప్రాంతంలో... బుధవారం గోదావరి పరివాహకంలో అలజడి నెలకొంది. ఏమీ జరుగుతుందోనని కొన్ని సెకండ్లపాటు ప్రజలు ఆందోళనకు గురయ్యారు. ములుగు జిల్లా పరిధిలోని మేదరం ప్రాంతంలో వచ్చిన భూ ప్రకంపనలు ఒక్కసారిగా ప్రజలను ఉలికిపాటుకు గురిచేసింది. మేదలు, మిద్దెలు, అపార్టుమెంట్ లోని ప్రజలు అందోళన చెందారు.



















# బి12 లోపం .. ముఖ్య కారణాలు ఇవే..



మన శరీరానికి కావల్సిన ముఖ్యమైన పోషకాల్లో విటమిన్ బి12 కూడా ఒకటి. ఇది మన శరీరంలో అనేక విధులను నిర్వహిస్తుంది. ఎర్ర రక్త కణాల తయారీకి, నాడీ మండల వ్యవస్థకు, శరీరంలో శక్తి స్థాయిలకు మనకు విటమిన్ బి12 అవసరం అవుతుంది. అయితే ప్రపంచ వ్యాప్తంగా చాలా మంది విటమిన్ బి12 లోపం జారిన పడుతున్నారని అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి. 2023లో ప్రచురించబడిన ఒక అధ్యయనం ప్రకారం యుక్త వయస్సులో ఉన్న ప్రతి ముగ్గురిలో ఒకరు విటమిన్ బి12 లోపంతో బాధపడుతున్నట్లు తేలింది. విటమిన్ బి12 లోపిస్తే మన శరీరం మనకు పలు లక్షణాలు తెలియజేస్తుంది. తీవ్రమైన అలసట, నాడుల సమస్యలు, మెద, భుజాల నొప్పి వంటి లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. అయితే విటమిన్ బి12 లోపిస్తే వెంటనే చికిత్స తీసుకోవాలి. డాక్టర్లు విటమిన్ బి12 సప్లిమెంట్లను ఇస్తారు. వీటిని వాడడంతోపాటు ఆహారం విషయంలోనూ పలు మార్పులు చేసుకుంటే మనం ఈ లోపం నుంచి సులభంగా బయట పడవచ్చు.

## శాకాహారాల్లో..

విటమిన్ బి12 లోపం వచ్చేందుకు అనేక కారణాలు ఉంటాయి. శాకాహారాల్లో విటమిన్ బి12 లోపం వచ్చేందుకు ఎక్కువ అవకాశం ఉంటుందిని ఇటీవలే కొందరు సైంటిస్టులు చెప్పిన పరిశోధనల్లో వెల్లడైంది. సుమారుగా 50 శాతం మంది శాకాహారాల్లో విటమిన్ బి12 లోపం వచ్చే వాళ్లు ఉంటుందని వారు అంటున్నారు. ఎందుకంటే విటమిన్ బి12 ముఖ్యంగా మనకు మటన్, కోడిగడ్డ, పాల ఉత్పత్తుల ద్వారా లభిస్తుంది. అయితే ఈ ఆహారాలను కొందరు శాకాహారులు తీసుకోరు. ఫలితంగా విటమిన్ బి12 లోపం ఏర్పడుతుంది. కనుక మాంసాహారుల కంటే శాకాహారాల్లోనే ఈ విటమిన్ లోపం ఏర్పడే అవకాశం ఎక్కువని సైంటిస్టులు చెబుతున్నారు.

## గ్యాస్ ట్రబుల్ ఉంటే..

ఇక గ్యాస్ ట్రబుల్ సమస్య ఉన్నవారిలోనూ విటమిన్ బి12 లోపం వస్తుందని డాక్టర్లు చెబుతున్నారు. ఎందుకంటే మనం తినే ఆహారంలో ఉండే విటమిన్ బి12ను శరీరం సరిగ్గా శోషించుకోదు. గ్యాస్ ట్రబుల్ ఉన్నవారిలో ఈ సమస్య మరింత ఎక్కువగా ఉంటుంది. కనుక విటమిన్ బి12 లోపించేందుకు గ్యాస్ ట్రబుల్ కూడా ఒక కారణమని చెప్పవచ్చు. గ్యాస్ ట్రబుల్ సమస్య దీర్ఘకాలికంగా ఉన్నవారు కచ్చితంగా విటమిన్ బి12 లోపం ఉందో లేదో చెక్ చేయించుకోవాలి. విటమిన్ బి12 లోపం ఉన్నట్లు తేలితే వెంటనే చికిత్స తీసుకోవాలి. విటమిన్ బి12 ఉండే ఆహారాలను తినాలి.

## వయస్సు మీద పడడం..

వయస్సు మీద పడడం వల్ల కూడా విటమిన్ బి12 లోపం వస్తుందిని డాక్టర్లు చెబుతున్నారు. వయస్సు మీద పడడం వల్ల శరీరం మనం తినే ఆహారంలో ఉండే పోషకాలను సరిగ్గా శోషించుకోలేదు. దీని వల్ల విటమిన్ లోపం ఏర్పడుతుంది. కనుక వయస్సు ప్రైమరీగా ఉన్నవారు ఈ విషయంలో జాగ్రత్త వహించాలి. కొన్ని రకల మందులను వాడే వారిలోనూ విటమిన్ బి12 లోపం ఏర్పడుతుంది. ముఖ్యంగా డయాబెటిస్, గ్యాస్ ట్రబుల్ సమస్యలకు గాను మందులను వాడేవారిలో విటమిన్ బి12 లోపం వస్తుందని చెబుతున్నారు. ఆలో ఇమ్యూన్ వ్యాధుల కారణంగా కూడా విటమిన్ బి12 లోపం ఏర్పడే అవకాశం ఉంటుంది అంటున్నారు. విటమిన్ బి12 లోపిస్తే తీవ్రమైన నీరసం ఉంటుంది. చిన్న పనిచేసినా అలసిపోతారు. చేతులు, కాళ్ళలో స్పర్శ లేనట్లు అనిపిస్తుంది లేదా ఆయా భాగాల్లో నూరుల్లో గుచ్చినట్లు అనిపిస్తుంది. అలాగే జ్ఞాపకశక్తి, విశ్రాంతి తగ్గవుతుంది. ఏ పని మీద దృష్టి సారించలేరు. కామెర్లు, నాలుక వాపు వంటి సమస్యలు కూడా కనిపిస్తాయి.

## విటమిన్ బి12 ఉండే ఆహారాలు..

కనుక విటమిన్ బి12 లోపం ఉంటే ఏమాత్రం అలస్యం చేయకుండా వెంటనే డాక్టర్లను కలిసి చికిత్స తీసుకోవాలి. వారు విటమిన్ బి12 సప్లిమెంట్లను ఇస్తారు. వాటిని వాడుకోవాలి. అలాగే ఆహారంలో భాగంగా చికెన్, మటన్, మటన్ లివర్, చేపలు, గుడ్లు వంటి వాటిని తీసుకుంటే విటమిన్ బి12 పొందవచ్చు. శాకాహారులు పాలు, బీజ్, పెరుగు వంటి వాటిని తీసుకుంటే ఈ లోపం నుంచి బయట పడవచ్చు. అలాగే తృణ ధాన్యాలు, పుట్టణ్ణులలోనూ విటమిన్ బి12 లభిస్తుంది. వీటిని ఆహారంలో భాగం చేసుకున్నా కూడా ఈ లోపం నుంచి బయట పడవచ్చు.

## చలికాలంలో మీ జుట్టు ...



## ఉసిరికాయ నూనె..

మార్చిలో మనకు ఉసిరికాయ నూనె లభిస్తుంది. దీన్ని జుట్టుకు వాడవచ్చు. జుట్టుకు బాగా మర్దన చేసే గంట సేపు అయ్యాక పాంఛోతో తలస్నానం చేయాలి. ఇలా వారంలో కనీసం 2 సార్లు చేస్తే ఫలితం ఉంటుంది. అయితే ఈ నూనెను జుట్టుకు రాత్రిపూట పట్టించి మరుసటి రోజు ఉదయం తలస్నానం చేస్తే ఇంకా ఎక్కువ ఫలితం ఉంటుంది. దీంతో జుట్టు కుదుళ్ల నుంచి దృఢంగా మారుతుంది. శిరోజాలు కాంఠివంతంగా మారుతాయి. జుట్టు పొడవుగా, ఒత్తుగా పెరుగుతుంది.

ఉసిరికాయ పొడిలో కాస్త పెరుగు కలిపి ఈ మిశ్రమాన్ని జుట్టుకు బాగా పట్టించాలి. జుట్టు కుదుళ్లకు తగిలేలా బాగా మర్దన చేయాలి ఉంటుంది. అనంతరం 30 నిమిషాల పాటు ఆగి తలస్నానం చేయాలి. ఈ చిట్టాను వారంలో ఒకసారి పాడించాలి. దీంతో జుట్టుకు తేమ లభించి మృదువుగా మారుతుంది. చుండ్రు సమస్య నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. శిరోజాలు ఒత్తుగా, పొడవుగా పెరుగుతాయి.

# రోజుకు ఒక జామకాయ!



జామకాయలు అంటే సహజంగానే చాలా మందికి ఎంతో ఇష్టంగా ఉంటుంది. అయితే జామకాయలు ఇప్పుడు మనకు ఏదాని పొడవునా లభిస్తున్నాయి. కానీ సీజన్లోగా లభించే లోకల్ జామ కాయలను తింటేనే మనకు ఎక్కువ ఫలితం ఉంటుంది. జామకాయలు లేదా పండ్లలో క్యాల్షియం తక్కువగా, పోషకాలు అధికంగా ఉంటాయి. జామకాయల్లో అనేక రకాల విటమిన్లు, మినరల్స్ ఉంటాయి. ఫైబర్ కూడా ఎక్కువగానే ఉంటుంది. జామకాయను కనీసం రోజుకు ఒకటి అయినా తినాలి. ముఖ్యంగా ఈ సీజన్లో జామకాయలను తినడం వల్ల మనకు ఎన్నో అద్భుతమైన ప్రయోజనాలు కలుగుతాయి. జామకాయలను కచ్చితంగా రోజువారీ ఆహారంలో భాగం చేసుకోవాలి. దీంతో చెప్పలేనన్ని లాభాలను పొందవచ్చు.

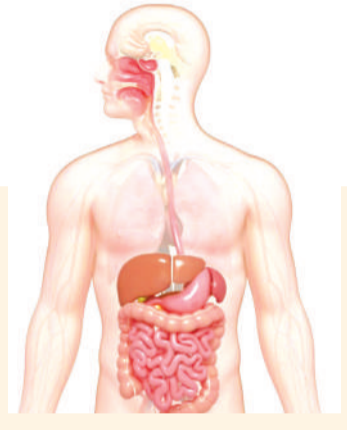
## విటమిన్ సి..



జామకాయల్లో విటమిన్ సి ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఒక మీడియం సైజ్ జామకాయను తింటే మనకు సుమారుగా 228 మిల్లిగ్రాముల మేర విటమిన్ సి లభిస్తుంది. ఇది రోగ నిరోధక వ్యవస్థను పటిష్టంగా మారుస్తుంది. కామన్ ఇన్ ఫెక్షన్ల నుంచి రక్షణను అందిస్తుంది. ముఖ్యంగా దగ్గు, జలుబు, ఫ్లూ నుంచి ఉపశమనం అందిస్తుంది. జామకాయలలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు

## జీర్ణక్రియకు..

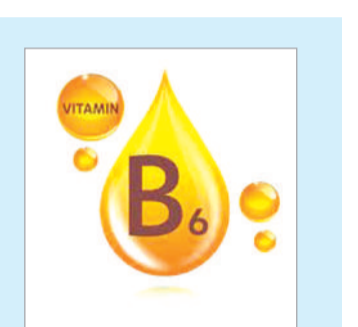
జీర్ణక్రియను మెరుగు పరచడంలో జామకాయలు ఎంతో ఉపయోగపడతాయి. ఈ కాయల్లో ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది. ఇది విరేచనం సరిగ్గా అయ్యేలా చేస్తుంది. దీంతో మలబద్ధకం తగ్గుతుంది. అలాగే జామ ఆకులతో తయారు చేసిన నీళ్లను సేవించడం వల్ల విరేచనాల నుంచి బయట పడవచ్చు. జామకాయల్లో మెగ్నీషియం కూడా సమృద్ధిగానే ఉంటుంది. ఇది కండరాలను ప్రశాంత పరుస్తుంది. దీంతో ఒత్తిడి, ఆందోళన నుంచి బయటపడటం లభిస్తుంది. నిద్ర చక్కగా పడుతుంది. నిద్రలేమి నుంచి బయట పడవచ్చు. అలాగే మానసిక ప్రశాంతత లభిస్తుంది.



## డయాబెటిస్..

డయాబెటిస్ ఉన్నవారికి జామకాయలు చేసే మేలు అంతా ఇంకా కదు. ఈ కాయలు తక్కువ గ్లైసెమిక్ ఇండెక్స్ కలిగి ఉంటాయి. పైగా ఫైబర్ సమృద్ధిగా ఉంటుంది. కనుక ఈ

కాయలను తింటే బ్లడ్ సుగర్ లెవల్స్ తగ్గుతాయి. దీంతో డయాబెటిస్ నియంత్రణలో ఉంటుంది. కనుక డయాబెటిస్ ఉన్నవారు జామకాయలను తమ ఆహారంలో భాగం చేసుకోవాలి ఉంటుంది. దీంతో అనేక లాభాలను పొందవచ్చు. జామకాయల్లో కాపర్ అధికంగా ఉంటుంది. దీని వల్ల మన శరీరం హార్మోన్లను సరిగ్గా ఉత్పత్తి చేసేలా చేస్తుంది. దీంతో థైరాయిడ్ గ్రంథి పనితీరు మెరుగు పడుతుంది. థైరాయిడ్ ఉన్నవారు జామకాయలను తింటుంటే ఎంతో మేలు జరుగుతుంది. థైరాయిడ్ ను కంట్రోల్ చేయవచ్చు. దీంతో వచ్చే సమస్యలు కూడా తగ్గుతాయి.



జామకాయల్లో విటమిన్ బి6 సమృద్ధిగా ఉంటుంది. దీన్నే సైరిడాక్స్ అంటారు. అలాగే విటమిన్ బి3 కూడా ఉంటుంది. దీన్నే నియాసిన్ అంటారు. ఇవి కూడా ఉంటాయి. ఈ రెండు రకాల విటమిన్లు మెదడు పనితీరును మెరుగు పరుస్తాయి. దీంతో జ్ఞాపకశక్తి, విశ్రాంతి పెరుగుతాయి. మైగ్రేడ్ షార్ట్ నెస్ మెమరీ ఉంటుంది. ఇలా జామకాయలను తినడం వల్ల మనం ఎన్నో అద్భుతమైన ప్రయోజనాలను పొందవచ్చు. కనుక దీన్ని రోజువారీ ఆహారంలో భాగం చేసుకోవాలి.



# NINADAM MARKET

# ఇన్వెస్టర్లకు నచ్చని ఆర్టీఐ డిసిషన్..

నష్టాలతో ముగిసిన స్టాక్ మార్కెట్లు..!

దేశీయ స్టాక్ మార్కెట్లలో ఇన్వెస్టర్లకు ఆర్టీఐ నిర్ణయం నచ్చలేదు. ఫలితంగా శుక్రవారం ఐదు సెషన్ల లాభాలకు ప్రోత్సహించింది. ఆర్టీఐ గవర్నర్ శక్తికాంత దాస్ అధ్యక్షతన జరిగిన ప్రత్యేక పరచలి సమీక్షలో కీలక వర్ణనలు 6.5 శాతం యధాశథంగా కొనసాగిస్తూ నిర్ణయం తీసుకున్నది. కానీ, 2024-25 ఆర్థిక సంవత్సరంలో వృద్ధిరేటు 7.2 నుంచి 6.5 శాతానికి కుదించేసింది. నెమ్మదిచిన ఆర్థిక వృద్ధి రేటును పరుగులెత్తించేందుకు బ్యాంకులకు అవసరమైన నిధుల లభ్యత కోసం క్యాపి రిజర్వ్ రేటు (సీఆర్ఎల్) కోత విధించింది.

బీఎన్ఈ-30 ఇండెక్స్ సెన్సెక్స్ 56.74 పాయింట్లు (0.07 శాతం) సున్నగిసింది. అంతర్గత ట్రేడింగ్లో 81.925.91 పాయింట్లు నుంచి 81.506.19 పాయింట్లు వద్ద తగ్గాయింది. మరోవైపు ఎన్ఎస్ఈ సూచి సెన్సెక్స్-50 30.60 పాయింట్లు పతనంతో 24,677.80 పాయింట్లు వద్ద

వద్ద స్థిర పడింది. ఇంట్రాడే ట్రేడింగ్లో 24,751.05 పాయింట్ల గరిష్ఠానికి దూసుకెళ్లి, 24,620.50 పాయింట్ల కనిష్ఠానికి వడిపోయింది.

ఎన్ఎన్ఈ-50లో 32 స్టాక్స్ నష్టాలతోనే ముగిశాయి. అదానీ పోస్ట్, సిప్లా, భారతి ఎయిర్ లైన్స్, హెచ్ఐఎఫ్ లైఫ్, ఇండస్ ఇండో బ్యాంక్ స్టాక్స్ 1.51 శాతం పరకూ సున్నపోయాయి. మరోవైపు, టాటా మోటార్స్, యాక్సిస్ బ్యాంక్, బీబీసీఎల్, డాక్టర్ రెడ్డిస్ ల్యాబ్స్ సహా 18 స్టాక్స్ 3.21 శాతం పరకూ లాభ పడ్డాయి. నిస్ట్ మిడ్ క్యాప్-100 0.45 శాతం, నిస్ట్ స్మాల్ క్యాప్-100 0.82 శాతం లాభాలతో ముగిశాయి. ఆలో, ఎఫ్ఎంసీటీ, మెటల్, పీఎన్ఐఎమ్ బ్యాంకు, కస్టమర్స్ డ్యూరబిల్స్, ఓఎస్, హెల్త్ కేర్, ఫైనాన్సియల్స్ లాభాలతో ముగిస్తే, మిగతా ఇండెక్సులు పతనం అయ్యాయి. జనవరి ఒకటో తేదీ నుంచి ధరల పెంపును మూలం చేసుకుని సుజాకి,



హ్యూందాయ్ మోటార్ ఇండియా ప్రకటించడంతో ఆలో స్టాక్స్ పుంజుకున్నాయి. బీఎన్ఈ ఇండెక్స్ సెన్సెక్స్-30లో టాటా మోటార్స్, యాక్సిస్ బ్యాంక్, మారుతి సుజాకి, ఎల్ అండ్ టీ, ఇటీసీ ప్రధానంగా లాభ పడ్డాయి. అదానీ పోస్ట్, భారత్ ఎయిర్ లైన్స్, ఏపీఎస్ టెక్నాలజీ, ఇండస్ ఇండో బ్యాంక్, బహో ఫిన్ సర్వీస్ పతనం అయ్యాయి. ఫోర్టెక్స్ మార్కెట్లో అమెరికా డాలర్ పై రూపాయి మారకం మలుపు రూ. 84.69 లకు చేరుకున్నది. అంతర్జాతీయ మార్కెట్లలో బ్యారెల్ ట్రైబల్ క్రూడాయిల్ 71.62 డాలర్లు, బెస్స్ బంగారం ధర 2660 డాలర్ల పలికాయి

## జనవరి నుంచి మారుతి సుజాకి కార్ల ధరలు పెంపు..



ఆడి ఇండియా, హ్యూందాయ్ మోటార్ ఇండియా బాటలోనే మారుతి సుజాకి ప్రయాణిస్తున్నది. జనవరి ఒకటో తేదీ నుంచి కార్ల ధరలు నాలుగు శాతం పెంచుతున్నట్లు శుక్రవారం ప్రకటించింది. మోడల్స్ వారిగా ధరల్లో మారుతుంటుంటాయి వివరించింది. కార్ల తయారీ ఖర్చులు పెంచినా దంతో కొంత భారం కష్టమర్లపై మోపక తప్పదు లేదని మారుతి సుజాకి తెలిపింది. జనవరి నుంచి కార్ల ధరలు పెంచుతామని ఈ నెల ప్రారంభం లోనే ఆడి ఇండియా ప్రకటించింది. అన్ని రకాల మోడల్ కార్లపై మూడు శాతం ధరలు పెంచుతున్నట్లు తెలిపింది. ఆడి ఎ4, ఆడి క్యూ7, ఆడి ఈ-ట్రాన్ జీడి, ఆడి ఆర్ఎస్ క్యూ మోడల్ కార్లు అత్యంత పొడవులో. అన్ని మోడల్ కార్లపై గరిష్ఠంగా రూ. 25 వేల పరకూ అన్ని కార్ల ధరలు పెంచుతామని గురువారం హ్యూందాయ్ మోటార్స్ ప్రకటించింది.

## చైనాను బీటీ చేసిన భారత్..

బిలియన్ డాలర్ల ఒప్పందాలతో రికార్డ్ చేశారో గ్రీన్ హ్యూమ్లెస్ కార్పొరేషన్ పెంచే ప్రయత్నాలు క్రమంగా పెరుగుతున్నాయి. దీంతో భారత్ పెట్టుబడిదారులను పెద్ద పత్తును ఆకర్షిస్తోంది. ఈ నేపథ్యంలోనే క్లీన్ టెక్నాలజీ ఫండ్లలో విషయంలో భారతదేశం చైనాను అధిగమించింది. మూడో త్రైమాసికంలో ఇప్పటివరకు దాదాపు 2.4 బిలియన్ డాలర్ల విలువైన డిల్లీ పూర్తయ్యాయి. ఇది చైనాలో ఉన్న వాటి కంటే నాలుగు రెట్లు ఎక్కువ కావడం విశేషం. ఇది అమెరికా కంటే ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఉన్న రెండో అత్యధిక మొత్తమని డ్యూమిట్స్ఎన్ఎఫ్ షో డిటా తెలిపింది

# విశాల్ మెగా మార్ట్

రూ. 8,000 కోట్ల ఐపీఓ.. ఒక్కో షేర్ ఏంతంటే..

దేశంలో ప్రముఖ రిటైల్ బ్రాండ్లలో ఒకటిగా విశాల్ మెగా మార్ట్ స రూ. 8,000 కోట్ల IPO కోసం సిద్ధమైంది. ఇది డిసెంబర్ 11, 2024 నుంచి మొదలుకొనుంది. ఈ IPO డిసెంబర్ 13 వరకు పెట్టుబడిదారులకు అందుబాటులో ఉంటుంది. యాంకర్ ఇన్వెస్టర్లు బిడింగ్ డిసెంబరు 10న ఒకరోజు పాటు తెరవబడుతుంది. విశాల్ మెగా మార్ట్ IPO

అనేది ఆఫర్ ఫర్ సేల్ అంటే కంపెనీకి చెందిన కొత్త షేర్లు ఇందులో జారీ చేయబడతాయి. ఇది డిసెంబర్ 11, 2024 నుంచి మొదలుకొనుంది. ఈ IPO డిసెంబర్ 13 వరకు పెట్టుబడిదారులకు అందుబాటులో ఉంటుంది. యాంకర్ ఇన్వెస్టర్లు బిడింగ్ డిసెంబరు 10న ఒకరోజు పాటు తెరవబడుతుంది. విశాల్ మెగా మార్ట్ IPO

ఎటువంటి దబ్బు అందదు. విక్రయించే షేర్లపొల్లర్లు దీని వల్ల ప్రయోజనం పొందుతారు. ఈ ఐపీఓ కోసం ఒక్కో షేరుకు రూ. 74-78 ధరను నిర్ణయించారు. ప్రీ-ఐపీఓ ప్రక్రియ విశాల్ మెగా మార్ట్ డ్రాఫ్ట్ రెడ్ హెరింగ్ ప్రొసెక్యూర్ సెబి (సెక్యూరిటీస్ అండ్ ఎక్స్చేంజ్ బోర్డ్ ఆఫ్ ఇండియా) ఆమోదించింది. అంతకుముందు జూలైలో కంపెనీ క్యాన్సెల్లెడ్ షేర్ల ప్రక్రియ ద్వారా ప్రతిపాదన పత్రాలను కూడా సమర్పించింది. ఈ గోప్య ప్రక్రియలో SEBI కంపెనీ పత్రాలను సమీక్షిస్తుంది. ఆ తర్వాత అది మెరుగుదలలను కోరుతుంది. ఆ తర్వాత పత్రం ఐబిఆర్ఎంగా విడుదల చేయబడుతుంది.





కలిసొచ్చిన కాలానికి నడిసొచ్చిన నాయకుడే

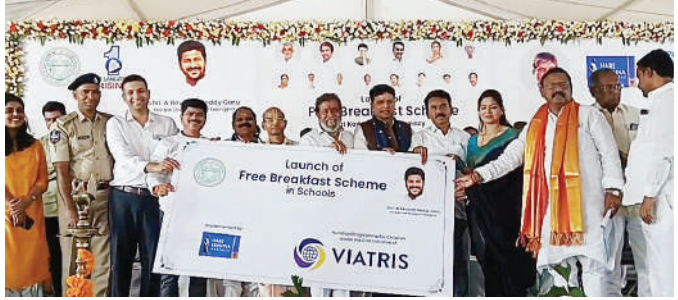
సిఎం రేవంత్ రెడ్డి

- పాలమూరు జిల్లా దశ మారణోతుంది: మంత్రి జాబ్లీ కృష్ణారావు
• నాణ్యమైనవిద్య వైద్యం తో సమూల మార్పులు : మంత్రి దామోదర
• వెనకబడిన కొండగల్ వ్రాంత అభివృద్ధికి మంత్రులందరం
సహకరింపాం : మంత్రి శ్రీధర్ బాబు
• విద్యార్థులకు అల్పాహార కార్యక్రమానికి విచ్చేసిన మంత్రులు
• జిల్లాలోని పలు అభివృద్ధి పనులకు శంకుస్థాపనలు
• హారేకృష్ణ ఫౌండేషన్ సహకారాన్ని కొనియాడిన మంత్రులు



కొండగల్, నివాదం: మనవి అంకిత భవం, మంచి లక్ష్యంతో పని చేయడం ఎంతో సంతోషాన్ని కలిగిస్తుందిని రాష్ట్ర వైద్య ఆరోగ్య శాఖ మంత్రి దామోదర రాజనంద్రుంహా అన్నారు. శుక్రవారం కొండగల్ నియోజకవర్గంలో రాష్ట్ర మంత్రులు దామోదర రాజనంద్రుంహా, దుద్దిక్ష (శ్రీధర్ బాబు, జాబ్లీ కృష్ణారావు) లు కొండగల్ నియోజక వర్గంలో 76 కోట్ల అభివృద్ధి పనులకు శంకుస్థాపనలు చేశారు. వికారాబాద్ జిల్లాలో 24.11 కోట్ల వ్యయంతో చేపట్టే పలు పనులకు శంకుస్థాపన గావించారు. ఇందులో బొంబాయి పేట్ మండలంలో 267.50 లక్షలు, దౌలాబాద్ మండలం 413.10 లక్షలు, దుద్దిక్ష మండలం 13.54 కోట్లు, కొండగల్ మండలం 376 లక్షల వ్యయంతో చేపట్టే పనులకు శంకుస్థాపనలు చేశారు. అనంతరం నూతనంగా నిర్మించిన హరేకృష్ణ మూవ్ మెంట్ చారిటీబల్ ఫౌండేషన్ అల్పాహార వంటకాల ప్రారంభించారు. అనంతరం ఫౌండేషన్ తెలంగాణ అభివృద్ధి సత్య గౌరవ ప్రసంగించారు. ఈ సందర్భంగా ఉమ్మడి మామ బాట్ నగర్ జిల్లా ఇన్స్టిట్యూట్ మంత్రి, వైద్య ఆరోగ్య శాఖ మంత్రి దామోదర రాజనంద్రుంహా మాట్లాడుతూ.. విద్యా వైద్యం ద్వారా సామాజ్య ప్రజానీకానికి సేవ చేయడం అభ్యుత్సాహం. రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి కి విద్యా వైద్యం పట్ల స్పష్టమైన అవగాహన ఉందని, అధికార సేవ ముఖ్యమంత్రి చొరవ సహకారంతో ఉన్న ప్రమాణాలతో, అన్ని సౌకర్యాలతో ప్రభుత్వ పాఠశాలలో విద్యార్థిని చేయడం జరుగుతుందని మంత్రి తెలిపారు. ముఖ్యమంత్రి అమ్మాయిలు విద్యతోపాటు అన్ని రంగాల్లో రాజీనామాలు ఆయన అభిప్రాయం పడుతూ.. మీకు మా సహకారం ఎల్లప్పుడూ ఉంటుందని విద్యార్థులకు హామీ ఇచ్చారు. ప్రభుత్వ పాఠశాల విద్యార్థిని విద్యార్థులకు నాణ్యమైన అల్పాహారం అందించేందుకు ముందుకు వచ్చిన హరేకృష్ణ మూవ్ మెంట్ చారిటీబల్ ఫౌండేషన్

వెనకబడిన ప్రాంతమైన పాలమూరుకు మహర్షక ప్రారంభమైందన్నారు. వెనకబడిన పాలమూరు జిల్లా అభివృద్ధి చేయడానికి కలిసొచ్చిన కాలం నడిసొచ్చిన నాయకుడు ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి అని అభివర్ణించారు. రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి పక్కా ప్రణాళికతో సాగు నీటి ప్రాజెక్టులతో రైతులకు సాగునీరు అందించేందుకు ప్రత్యేక చర్యలు తీసుకుంటున్నట్లు ఆయన పేర్కొన్నారు. హరే కృష్ణ మూవ్ మెంట్ సేవలు రాష్ట్ర పలుమూలల రావాలని తన కోరికను వ్యక్తం చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా కలెక్టర్ ప్రతీక్ జైన్, రాష్ట్ర హౌసింగ్ కార్పొరేషన్ చైర్మన్ గురునాథ్ రెడ్డి, మున్సిపల్ కమిషనర్ జగదీశ్వర్ రెడ్డి, వైస్ చైర్మన్ ఉషారాణి, నారాయణ పేట్, వికారాబాద్ జిల్లా గ్రంథాలయాల చైర్మన్లు వార్ల విజయ్ కుమార్, రాజేష్ రెడ్డి, కాంగ్రెస్ పార్టీ నియోజకవర్గ ఇన్చార్జి ఎ.తిరుపతి రెడ్డి, కొండగల్ వ్యవసాయ మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్ అంబయ్య గౌడ్, ఛైర్ కాన్వోకేషన్ చైర్మన్లు వయ్యూ, అశ్వవైశ్య కార్పొరేషన్ చైర్మన్ కల్వ సుజాత, శాసనసభ్యులు రామోహన్ రెడ్డి, వీరప్ప శంకర్, టూరిజం డెవలప్మెంట్ కార్పొరేషన్ చైర్మన్ పబ్లిక్ రివేన్ రెడ్డి, వయలీన్ హెచ్ మిచెల్ డొమినికా, డి.ఆ.ఓ., ప్రభుత్వ అధికారులు, ప్రజాప్రతినిధులు పాల్గొన్నారు.



రాజ్యాంగం ద్వారా పేద ప్రజలకు శాశ్వత హక్కులు కల్పించిన మహనీయుడు అంబేద్కర్

- మానకొండూర్ ఎమ్మెల్యే, కరీంనగర్ డిసిసి అధ్యక్షులు డా.కవ్వంపల్లి సత్యనారాయణ
• సుదా చైర్మన్, నగర కాంగ్రెస్ అధ్యక్షులు, కోమటిరెడ్డి నరేందర్ రెడ్డి



కరీంనగర్, డిసెంబర్ 6(నినాదం స్పెషల్): నేడు రాజ్యాంగ నిర్మాత డాక్టర్ బి.ఆర్.అంబేద్కర్ వర్తంఠి సందర్భంగా కరీంనగర్ జిల్లా కాంగ్రెస్ కార్యాలయంలో విద్యాలు చేసిన కార్యక్రమానికి మానకొండూర్ ఎమ్మెల్యే, కరీంనగర్ డిసిసి అధ్యక్షులు డా.కవ్వంపల్లి సత్యనారాయణ ముఖ్య అతిథిగా విచ్చేసి, సుదా చైర్మన్, నగర కాంగ్రెస్ అధ్యక్షులు కోమటిరెడ్డి నరేందర్ రెడ్డి, డిసిసి వర్సింగ్ ప్రెసిడెంట్ కోమటిరెడ్డి పద్మావతి రెడ్డి, డిసిసి ఎస్.సి.సెల్ అధ్యక్షులు కొర్సె అరుణ్ కుమార్ తో పాటు పలువురు ముఖ్య నేతలతో కలిసి అంబేద్కర్ చిత్రపటానికి పూల మాలలు వేసి ఘనంగా నివాళులు అర్పించారు. అనంతరం నగర కాంగ్రెస్ అధ్యక్షులు కోమటిరెడ్డి నరేందర్ రెడ్డి, కలవల రామ్ చందర్, నిరాజు హుస్సేన్, అహమ్మద్ అలీ, కుర్బాన్ షా, చౌరస్మా వద్ద విద్యాలు చేసిన కార్యక్రమానికి డిసిసి అధ్యక్షులు డా.కవ్వంపల్లి సత్యనారాయణ గారు, నగర కాంగ్రెస్ అధ్యక్షులు కోమటిరెడ్డి నరేందర్ రెడ్డి గారు, మాజీ ఎమ్మెల్యే అరెప్పెయ్ మోహన్ గారు హాజరై అంబేద్కర్ విగ్రహానికి పూలమాలలు వేసి ఘనంగా నివాళులు అర్పించారు. ఈ సందర్భంగా కార్యక్రమాన్ని ఉద్దేశించి నేతలు మాట్లాడుతూ డా.బి.ఆర్.అంబేద్కర్ గారు దళితులకి కాక ప్రజాస్వామ్య ఫలితాలు అనుభవించిన వారం

విద్యార్థులు ఉన్నత స్థాయికి ఎదగాలంటే తల్లిదండ్రులు సహకరించాలి

కళాశాల ప్రిన్సిపల్ రామచంద్రారెడ్డి - ప్రభుత్వ కళాశాలలో తల్లిదండ్రులు సహకారం

సుల్తానాబాద్, డిసెంబర్ 06 (నినాదం స్పెషల్): విద్యార్థులు ఉన్నత స్థాయికి ఎదగాలంటే తల్లిదండ్రులు సహకరించాలని ప్రభుత్వ జూనియర్ కళాశాల ప్రిన్సిపల్ రామచంద్రారెడ్డి పిలుపునిచ్చారు. శుక్రవారం సుల్తానాబాద్ మండల కేంద్రంలోని ప్రభుత్వ జూనియర్ కళాశాలలో ప్రిన్సిపల్ అధ్యక్ష తన తల్లిదండ్రుల సహకారం ఏర్పాటు చేశారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన తల్లిదండ్రుల ముందు ఉద్దేశిస్తూ మాట్లాడుతూ ఇంటర్మీడియట్ కమిషన్ నర్ అదేశాల మేరకు కళాశాలకు గ్రెజువేషన్లు విద్యార్థులను వార్షిక పరీక్షల వరకు రప్పించి, ఉత్తమ ఫలితాలు సాధించడం మరో తల్లిదండ్రుల సహకారం చాలని

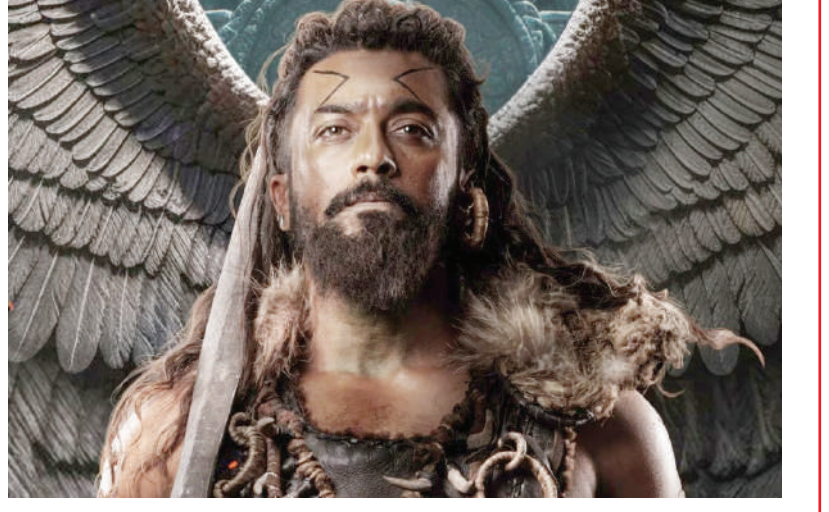
సినిమా

పుష్ప 2 మ్యూజిక్లో 90 శాతం క్రెడిట్ నాదే : శ్యామ్ సీఎస్



పుష్ప 2 ది రూల్ కంపోజిషన్ వచ్చేసరికి మేకర్స్ కు, డిఎస్సీకి మనస్ఫుల వచ్చాయని ఇప్పటికే నెట్టికల వార్తలు కూడా రాండమ్ చేస్తున్నాయి. ఎవరూ క్రెడిట్ ఇవ్వరని, తీసుకోవాల్సిందేనని, అది పేమెంట్ అయినా, స్క్రీన్ పై క్రెడిట్ అయినా తప్పదని పుష్ప 2 ప్రీ రిలీజ్ ఈవెంట్ లో కామెంట్స్ కూడా చేశారు డేవీ శ్రీ ప్రసాద్. తాజాగా పుష్ప 2కు పనిచేసిన మరో మ్యూజిక్ డైరెక్టర్ శ్యామ్ సీఎస్ కామెంట్స్ హాట్ టాపిక్ గా మారాయి. పనిని మొదలు పెట్టేముందు నేను స్క్రిప్టును చదవలేదు. ఎందుకంటే ఎడిటింగ్ అయిన తర్వాత డియోలో జాయిన్ అయితే నేను సినిమా మోక్షానికి సంగీతం అందించా. డేవీ శ్రీ ప్రసాద్ సంగీతంలో మేకర్స్ కొంత భాగాన్ని ఉంచినప్పటికీ.. క్రెడిట్ ఫైట్ కోసం బ్యాక్ గ్రౌండ్ సోర్స్ లో 90 శాతం క్రెడిట్ నాదే. పుష్ప 2 భారీ ప్రాజెక్ట్. ప్రేక్షకుల దృష్టికేణంలోనే సినిమాను తెరకెక్కించా. నేను పుష్ప 2 కోసం పైపు పరికరాలను ఉపయోగించాను. విజని ఉపయోగించి వాయిసెన్ సృష్టించి.. దాని ఇన్స్ట్రుమెంటల్ గా మారాయి. ఇది ఫైట్ సౌండ్ ఫీల్ ఇచ్చింది. ప్రజలు ఈ సంగీతాన్ని ఆస్వాదిస్తారని ఆశిస్తున్నామని చెప్పకొచ్చారు కామ్ సీఎస్. అయితే ఈ సినిమా డేవీ శ్రీ ప్రసాద్ చేసిన చెప్పిన శ్యామ్.. నిరాజు పనులు త్వరగా ముగించాల్సిందిగా మారాయి. ఇది ఫైట్ సౌండ్ ఫీల్ ఇచ్చింది. ప్రజలు ఈ సంగీతాన్ని ఆస్వాదిస్తారని ఆశిస్తున్నామని చెప్పకొచ్చారు కామ్ సీఎస్. అయితే ఈ సినిమా డేవీ శ్రీ ప్రసాద్ చేసిన చెప్పిన శ్యామ్.. నిరాజు పనులు త్వరగా ముగించాల్సిందిగా మారాయి.

ఓటీటీలోకి 'కంగువా'



సూర్య హీరోగా శివ దర్శకత్వంలో తెరకెక్కిన చిత్రం 'కంగువా' ఫాంటసీ యాక్షన్ ఫిట్స్ గా ప్రేక్షకుల ముందుకు వచ్చిన ఈ చిత్రం ప్రస్తుతం ఓటీటీలో స్ట్రీమింగ్ కు సిద్ధమైంది. డిసెంబరు 8న ఈ మామీ అవెజాన్ ప్రైవేట్ వేదికగా అందుబాటులోకి రానుంది. ఈ మేరకు ప్రైవేట్ వీడియో ఎక్స్ వేదికగా పోస్ట్ రీసు పంపకుంధి. తెలుగుతోపాటు హిందీ, కన్నడ, తమిళం, మలయాళ భాషల్లో ఇది అందుబాటులో ఉండనున్నట్లు తెలుస్తోంది. వికారాబాద్ కథనానికాగ నడించిన ఈ చిత్రంలో బాబీడేవోల్ విలన్ గా కనిపించారు. ప్రాన్సిస్ (సూర్య) గోపాల్ ఓ బొంబ్ హంటర్. పోలీసులు కూడా చేరులేని పనుల్ని చేసి, అందుకుగానూ వాళ్ల సుంది దబ్బు తీసుకుంటూ కాలం గడుపుతుంటారు. ఎంజెలా (దిశా పటాన్) ది ఇదే పని. ఒకప్పుడు వీరిద్దరూ ప్రేమికులే. ఆ తర్వాత విడిపోయి ఎవరి దారులు వాళ్లు చూసు కుంటారు. ప్రాన్సిస్, తన స్నేహితుడు (యోగిబాబు)తో కలిసి ఓ బొంబ్ హంటింగ్ పనిపై ఉన్నప్పటికీ జీటా అనే బాబుడిని కలుసుకుంటారు. ప్రాన్సిస్, జీటా కలుసుకోనే ఇద్దరికీ ఏదో తెలియని సంబంధం ఉన్నట్లు భావన కలుగుతుంది. ఆ తర్వాత ఆ బాబుడి ప్రాణానికి ప్రమాదం ఉందని అర్థమవుతుంది. మరి జీటాని కాపాడటానికి ప్రాన్సిస్ ఎలాంటి సాహసాలు చేశాడు. ఈ జీటాని వెంటాడుతున్నది ఎవరు? ప్రాన్సిస్, జీటా, 1070 సంవత్సరాల నాటి ప్రబలకోసం యువరాజు కంగువా (సూర్య) కి మధ్య సంబంధం ఏమిటి? తదితర విషయాలు తెలియాలంటే సినిమాపై ఓ లుక్కూర్చుంటే!

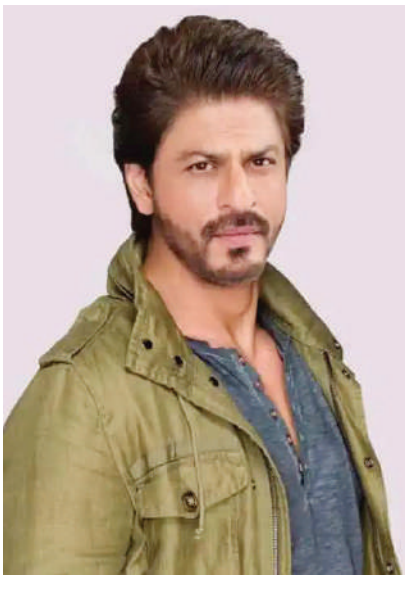
అమ్మకు శ్రీలీల అమ్మల!

తెలుగు హీరోయన్ శ్రీలీల గురించి చెప్పాల్సిన పనిలేదు. స్టార్ లీగ్ లో చేసిన నటి జనరేషన్ తొలి తెలుగు హీరోయిన్. అమ్మలు చాలా వేగంగా స్టార్ హీరోల చిత్రాలకు ప్రమాట్ అయింది. సాధారణంగా తెలుగు అమ్మయలు అవకాశాలు ఇవ్వరు? అనే విమర్శ చాలా కాలం ఉంది. దాన్ని శ్రీలీల కాస్త బ్రేక్ చేసింది కనిపిస్తుంది. ప్రస్తుతం అమ్మడి కెరీర్ కి తిరుగు లేదు. శ్రీలీల చలాకి తనం... ట్యాంకెంట్ తో అందస్టిలో నెట్టుకొచ్చేస్తుంది. పుష్ప-2లో టలం పాటతో పాన్ ఇండియాలోనూ సంబలనం అయింది. ఈ పాట అమ్మడిని పాన్ ఇండియాలోనే ఎనలేని గర్వింపును తీసుకొచ్చింది. మొదటి భాగంలో సమంత ఊపేస్తే రెండవ భాగంలో శ్రీలీల ఊపేసింది. ఇకపై బాబీషెన్ లో అవకాశాలు అందుకునే ఛాన్స్ ఉంది. ఇప్పటికే ఆ రకమైన ప్రయత్నాల్లో ఉంది. ఓ సినిమాలో ఛాన్స్ వచ్చినట్లే వచ్చి చేజారింది. అయినా శ్రీలీల చలాకితంతో మరెన్నో అవకాశాలకు ఛాన్స్ ఉంది. ఇక అమ్మడు అమ్మల్లో కూడా ఎంతో చలాకిగా ఉంటుంది. అమ్మను ఆట వట్టిందంటే ముందుంటుంది. అమ్మకు శ్రీలీల అంటే మహా గారు లా ఉంది. శ్రీలీలను వాళ్లమ్మ ముద్దుగా అమ్మలు అని పిలుస్తుంది. సాధారణంగా ఇలాంటి పిలుపులు పల్లెటూళ్లలో వినిపిస్తుంటాయి. కానీ నీటి కల్లోలలో పెరిగిన అమ్మాయిని ఇలా పిలవడం తో? వాళ్లెంత డౌన్ టో ఎర్ట్ అన్నది అర్థం పడుతుంది. తల్లి-కూతురు డాక్టర్లు, బెంగళూరులో సొంత ఆసుపత్రులున్నాయి. శ్రీలీల నటి కాకపోయినా ఉంటే అమ్మలా డాక్టర్ అయ్యేది. ఇప్పటికే ఆ కోర్సు కూడా పూర్తి చేసింది. కానీ తల్లి కుమార్తెను హీరోయిన్ చేయాలని చిన్ననాటి ఫ్యాన్ చేసి నటనవైపు అడుగులు వదలా చూశారు. అందుకే శ్రీలీల అంత గొప్ప దాస్సర్ అయింది. నటిగానూ అమెకు తిరుగు లేదు.

పుష్ప 2 నడుస్తున్న సమయంలో పరుగులు తీసిన ప్రేక్షకులు

బానీ స్టార్ అల్లు అర్జున్ నడించిన పుష్ప 2 ది రూల్ చిత్రం విజయవంతంగా ప్రదర్శితమవుతున్న విషయం తెలిసిందే. సుకుమార్ దర్శకత్వంలో వచ్చిన ఈ చిత్రం డిసెంబర్ 05న ప్రేక్షకుల ముందుకు వచ్చి సూపర్ హిట్ టాకెట్ నడుస్తుంది. ఇక నార్త్ సౌత్ అని తేడలేకుండా అన్ని థియేటర్లలో హాజిఫుల్ బోర్డులు కనిపిస్తున్నాయి. ఇదిలాంటి తాజాగా ఈ సినిమా ప్రదర్శితమవుతున్న ముంబై బాంబేలోని గెలాక్సీ థియేటర్ లో పెప్పర్ స్ప్రే కలకం రేపింది. సినిమా సెకండ్ ఆఫ్ డి ముందు.. గుర్తు తెలియని వ్యక్తి థియేటర్లో పెప్పర్ స్ప్రే చేశాడు. దీంతో అక్కడ ఉన్న ప్రేక్షకులు ఊపిరి ఆడక ఉక్కిరిబిక్కిరి అవుతూ.. కొంతమంది దగ్గరకూ థియేటర్ బయటికి పరుగులు తీశారు.

షారుఖ్ ఖాన్ లికార్డు బద్దలుకొట్టిన అల్లుఅర్జున్



అల్లు అర్జున్ -సుకుమార్ కాంబోడి సుంచి వచ్చిన మ్యాస్ ఎవెంటుట్ ప్రాండ్లైట్ ప్రాజెక్ట్ పుష్ప 2 ది రూల్. ఈ పాన్ ఇండియా సినిమా తెలుగు, తమిళం, మలయాళం, హిందీ, కన్నడ భాషల్లో గ్రాండ్ గా విడుదలై కార్కల వేట మొదలుపెట్టింది. పుష్ప 2 ది రూల్ రిలీజ్ అన్ని సెంటర్లలో దాదాపు హాస్పిటల్ షోలతో విజయవంతంగా స్ట్రీమింగ్ అవుతోంది. ఇప్పటికే ఓపెనింగ్ డేస్ వైజాం ఏరియాలో ఈ చిత్రం రూ.30 కోట్లు షేర్ రాబట్టి.. ఆర్.ఆర్.ఆర్ (రూ.23.38 కోట్లు) పై ఉన్న లికార్డును అధిగమించినట్లు వార్తలు వచ్చాయి. తాజాగా మరో అరుదైన ఫీట్ ను ఖాతాలో వేసుకుందని టీకాన్ సర్వీల్ కథనం. జూన్ ఫస్ట్ డే రూ.65 కోట్లు వసూళ్లు రాబట్టగా.. పుష్ప 2 రూ.67 కోట్లతో లికార్డును బీట్ చేసి టాక్ ఆఫ్ ది ఇండస్ట్రీగా నిలుస్తోంది. ఈ లెక్కన పుష్ప 2 బాక్సాఫీస్ లికార్డుల మోత భాయమని పుష్పరాజ్ చెప్పకనే చెబుతున్నాడు. మైత్రీ మామీ మేకర్స్ భారీ బడ్జెట్ తో తెరకెక్కించిన సీక్వెల్ ఫోన్ ఫోన్, జగదీష్ ప్రతాప బందారి, జగపతిబాబు, ప్రకాష్ రాజ్, సునీల్, అనసూయ భద్రద్వాజ్, రావు రమేష్, ధనంజయ, వజ్రయ్య, అజయ్, శ్రీశేఖర్ ఇతర కీలక పాత్రల్లో నడించారు.



అజిత్ స్టేట్ క్లబ్ వేసిన హాళిపుడి

కోటిప్పడ స్టార్ హీరో అజిత్ కుమార్ వరుస సినిమాలలో బిజీగా ఉన్నారు. మగిజ్ తిరుమేని దర్శకత్వంలో తెరకెక్కుతున్న సినిమా 'విదూమయార్లు'. 62గా తెరకెక్కుతున్న ఈ చిత్రంలో త్రిష కృష్ణ హీరోయిన్. ఈ సినిమాను లైకా ప్రొడక్షన్స్ సంస్థ నిర్మిస్తోంది. ఇందులో ఆర్.ఎం, అర్జున్, రెజినా, సజయ్ దట్ కీలక పాత్రలు పోషిస్తున్నారు. ఇటీవల ఈ సినిమా టీజర్ రిలీజైన విషయం తెలిసిందే. దీనికి మంచి స్పందన కూడా వచ్చింది. ఇక సంక్రాంతికి ప్రేక్షకుల ముందుకి తీసుకు రావడమే బాకీ అనుకున్నారు. ఈ నేపథ్యంలోనే ఓ హాళిపుడి నిర్మాణ సంస్థ మేకర్స్ కి ఝల్క ఇచ్చింది. ఇంతకీ ఏమైందంటే.. కోటిప్పడ హీరో అజిత్ కుమార్ తేట్స్ ఫిట్స్ 'విదూమయార్లు' సంక్రాంతికి ప్రేక్షకుల ముందుకి వచ్చేందుకు సిద్ధమైంది. అయితే ఈ సినిమా హాళిపుడి మామీ 'క్లబ్ డౌన్' కామీ అంటూ ఆ సినిమా ప్రొడ్యూసర్స్ లీగల్ పోరుకు సిద్ధమయ్యారు. దీంతో ఈ సినిమా విడుదలపై సందంబం ఏర్పడింది. ఒరిజినల్ మేకర్స్ నుండి ఎలాంటి పర్మిట్స్ తీసుకోకుండా లైకా సంస్థ ఈ సినిమాని తెరకెక్కిందంటే పాపాపాంట్ నిర్మాణ సంస్థ ఆగ్రహం వ్యక్తం చేసింది. ఇక ఈ సినిమా టీజర్ గమనిస్తే.. హీరో అజిత్ కుమార్ డిఫరెంట్ అవతారాలో కనిపిస్తున్నారు. ప్రపంచమంతా నిన్ను నమ్మకపోయినా పరచాలేదు.. నిన్ను నమ్మకముక్కో.. తాను సాధించాల్సిన లక్ష్యం కోసం ఏం చేయటానికైనా, ఎంత దూరం వెళ్లటానికైనా, ఎవరినైనా ఎదిరించేలా ఇప్పటి వరకు అనుభవించిన ఓ వైవిధ్యమైన పాత్రలో కనిపిస్తున్నారు. టీజర్ తో సినిమాపై ఉన్న అంచనాలు నెట్స్ లవలకు చేరుకున్నాయి.

