

అక్షర రేఖ పాఠశాల వృత్తిలో చేరాలనుకుంటున్నారా? విద్యార్థులకు ఉత్తమ అక్షర రేఖ వద్ద ఉంటే ఈ ప్రకటన కచ్చితంగా మీ కోసం.

విద్యార్థులకు ఉత్తమ అక్షర రేఖ వద్ద ఉంటే ఈ ప్రకటన కచ్చితంగా మీ కోసం.

అక్షర రేఖ 9440231967 7989694528

# అక్షర రేఖ

తెలుగు దినపత్రిక

Simultaneously Published from Adilabad RNI NO. TELTEL/2012/44706

సోమవారం 25 మే 2026 Akshara Rekha Telugu Daily వెల : 3/- సంపుటి : 15 సంఠిక : 10 పేజీలు : 8

**అమెరికాతో వాణిజ్య ఒప్పందంపై చర్చలు జరుగుతున్నాయి**

**రాజస్థాన్లో భారీగా బయటపడ్డ నేచురల్ గ్యాస్ నిల్వలు**

## హ్యూమ్ రోడ్లకు గ్రీన్ సిగ్నల్

- రాష్ట్రవ్యాప్తంగా భారీ రహదారి విస్తరణకు మంత్రివర్గం శ్రీకారం
- హ్యూమ్ రోడ్లకు మంత్రివర్గం గ్రీన్ సిగ్నల్
- రాష్ట్రవ్యాప్తంగా భారీ రహదారి విస్తరణకు శ్రీకారం
- రూ. 13 వేల కోట్లతో భారీ ప్రాజెక్టు
- గ్రామీణ రహదారులకూ ప్రాధాన్యం
- జూన్ 2న శంకుస్థాపన

మొత్తం 441 రహదారులను 34 ప్యాకేజీల్లో అభివృద్ధి చేయనున్నారు. సుమారు రూ. 13,006.27 కోట్ల వ్యయంతో 6,092.37 కిలోమీటర్ల మేర రహదారుల నిర్మాణం చేపట్టేందుకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఆమోదం తెలిపింది. రాష్ట్రవ్యాప్తంగా రహదారి నెట్వర్క్ను మెరుగుపరచడంలో ఇది కీలక ముందడుగుగా - మగతా3లో

**వారికి మాత్రమే టికెట్లు ఇస్తాం**

- కేటీఆర్ సంచలన ప్రకటన..!!
- 2023 ఎన్నికల్లో సీట్ల విషయంలో చోటు చేసుకున్న పొరపాట్లతో ఈ సారి బీఆర్ఎస్ ముందస్తుగానే అప్రమత్తం
- పూర్తి స్థాయి సమాచారంతో సర్వేల ద్వారా ఎవరు గెలుస్తారో వారికే సీటు
- ప్రజల చుట్టూ తిరిగే నాయకులకు సర్వేల ఆధారంగానే టికెట్లు ఇస్తాం

**అకాల వర్షాలతో రైతులు ఆందోళన చెందవద్దు**

- పౌర సరఫరాలు, భారీ నీటి పారుదల శాఖ మంత్రి ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి
- ధాన్యం సేకరణ వేగవంతం చేయాలని అధికారులకు దిశానిర్దేశం
- తాలు, తరుగు పేరుతో కోతలు వేస్తే కఠిన చర్యలు తప్పవు
- రైతుకు నష్టం చేసే చర్యలను రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఎట్టి పరిస్థితుల్లో ఉపేక్షించదు
- కాంటా కోసం వేచి ఉన్న 8.50 లక్షల మెట్రిక్ టన్నుల ధాన్యం వెంటనే కొనుగోలు చేయాలి
- కొనుగోలు కేంద్రాలకు వచ్చిన ధాన్యాన్ని త్వరితగతిన మిల్లులకు తరలించాలని స్పష్టం



**లక్షల మంది విద్యార్థుల భవిష్యత్ ప్రమాదంలో పడినా ప్రధాని మోదీ మౌనంగా ఉన్నారు**

- నీట్ పేపర్ లీక్పై రాహుల్ గాంధీ షైర్
- నీట్-యాజీ పేపర్ లీక్పై ప్రధాని మోదీ మౌనంపై రాహుల్ గాంధీ విమర్శలు
- కేంద్ర విద్యాశాఖ మంత్రి రాజీనామా చేయాలని మరోసారి డిమాండ్

**మక్కల కొనుగోళ్లకు మూడి 'గ్యారంటీ'!**

మార్కెట్లోకు రూ.1867 కోట్ల బ్యాంకు గ్యారంటీ ఇస్తూ సర్కారు నిర్ణయం

ఇప్పటికే రూ.4,173 కోట్ల మేర గ్యారంటీ ఇచ్చి, రూ.3,100 కోట్ల విలువైన మక్కల కొనుగోలు నోడల్ ఏజెన్సీ మార్కెట్ ద్వారా మక్కలతోపాటు జొన్న, పొద్దు తిరుగుడు పంటల సేకరణ

**హైదరాబాద్**

రాష్ట్రంలో మార్కెట్లోకు తరలివస్తున్న మక్కల కొనుగోళ్లకు అవసరమైన రుణాలు సమకూర్చుకునేందుకు మార్కెట్ రూ.1867.77 కోట్ల బ్యాంకు గ్యారంటీ ఇస్తూ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది. యాసంగి సీజన్ మక్కల కొనుగోళ్లకు నోడల్ ఏజెన్సీగా వ్యవహరిస్తున్న మార్కెట్ ఇప్పటికే ప్రభుత్వం రూ. 4,172.94 కోట్ల బ్యాంకు గ్యారంటీ ఇచ్చింది. దీంతో మక్కల కొనుగోళ్ల కోసం మార్కెట్ రూ.6,040.71 కోట్ల రుణాలు పొందేందుకు ప్రభుత్వం సహకారం అందించినట్లయింది. మక్కలకు క్వింటాల్కు మద్దతు ధర రూ.2,400 - మగతా3లో



**కేంద్ర మంత్రివర్గ విస్తరణకు ముహూర్తం ఫిక్స్?**

- కేంద్రంలో మోదీ సర్కార్ 12 ఏళ్ల సుదీర్ఘ ప్రస్థానానికి చేరుకుంటున్న వేళ..
- అటు కేబినెట్ ప్రక్షాళన, ఇటు దేశవ్యాప్తంగా భారీ ఉత్సవాలకు బీజేపీ అధిష్టానం పక్కా ప్లాన్ రెడీ
- ముఖ్యంగా రాజీనామా అసెంబ్లీ ఎన్నికలను దృష్టిలో ఉంచుకుని సీనియర్లకు, అలాగే ఏపీ, బీహార్లోని మిత్రపక్షాలకు ఈ పునర్వ్యవస్థీకరణలో సముచిత స్థానం దక్కజోతున్నట్లు సమాచారం.

## కర్ణాటకలో విషాదం

**అల్పిష్టల కోసం నదిలో దిగి 8 మంది మృతి**

- కర్ణాటక భట్కల్లో నదిలో గల్లంతై 8 మంది మృతి
- ముత్యపు చిప్పల సేకరణకు వెళ్లగా పెరిగిన ప్రవాహంతో ప్రమాదం
- మృతుల్లో ఏడుగురు మహిళలు, ఒక పురుషుడు
- మరో ముగ్గురి కోసం కొనసాగుతున్న గాలింపు చర్యలు
- మృతుల కుటుంబాలకు రూ. 5 లక్షల పరిహారం ప్రకటించిన సీఎం సిద్ధరామయ్య



**బెటర్ చుట్టూ 10 ఫారూ విలేజ్లు ఏదేళ్లలో 5 లక్షల కొత్త ఉద్యోగాలు**

- 2026-2030 మధ్య 25 బిలియన్ డాలర్ల పెట్టుబడులు
- బెటర్ చుట్టూ పది ఫారూ విలేజ్లు లైఫ్ సైన్స్ ఇన్స్టిట్యూట్ ఫండ్ ఏర్పాటు
- తెలంగాణ నెక్స్ట్ లైఫ్ సైన్స్ విధానానికి కేబినెట్ ఆమోదం





# జగిత్యాలలో ఎండల తీవ్రత తారాస్థాయికి

46 డిగ్రీల ఉష్ణోగ్రతతో ప్రజల అవస్థలు

నిర్మాణవ్యూహం రోడ్డు

బయటకు రావాలి అంటే జంకుతున్న ప్రజలు

జగిత్యాల,మే24, అక్షర రేఖ. మానేరు సురేష్ జగిత్యాల జిల్లా, పట్టణ పరిసర ప్రాంతాల్లో ఎండల తీవ్రత రోజురోజుకూ పెరుగుతూ ప్రజలను తీవ్ర ఇబ్బందులకు గురిచేస్తోంది. గత కొన్ని రోజులుగా ఉష్ణోగ్రతలు 46 డిగ్రీల సెల్సియస్ ను తాకడంతో ప్రజలు ఇంటి బయటకు రావడానికి భయపడుతున్నారు. మధ్యాహ్నం సమయంలో రహదారులు నిర్మాణవ్యూహం మారిపోతుండగా, అత్యవసర వసలు కోసం బయటకు వచ్చే వారు గొడుగులు, తలపాగాలు దరిస్తూ బయటకు వచ్చే అప్పుడు రక్షణ పరికరాలు ఉపయోగిస్తూ ఎండ నుండి రక్షణ పొందేందుకు ప్రయత్నిస్తున్నారు. పట్టణంలోని ప్రధాన రహదారులు, బస్ స్టాండ్లు, మార్కెట్ ప్రాంతాల్లో ఎండ వేడి ప్రభావం స్పష్టంగా కనిపిస్తోంది. వృద్ధులు, చిన్నపిల్లలు, రోజువారీ కూలీలు తీవ్ర ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్నారు. ముఖ్యంగా బహిరంగ ప్రదేశాల్లో వని చేసే కార్మికులు చెమటలు కారుస్తూ పని చేయాల్సి వస్తోంది. పలువురు ప్రజలు తలనొప్పి,

అలసట, డిప్రెషన్ వంటి సమస్యలతో ఆసుపత్రులను ఆశ్రయిస్తున్నారు. వైద్య నిపుణులు ప్రజలను అప్రమత్తంగా ఉండాలని సూచిస్తున్నారు. ఉదయం 8 గంటల నుండే సూర్యుని ప్రతాపం చూపించడం మూలంగా ప్రజలు బయటకు రాకుండా వుంటున్నారని ముఖ్యంగా మధ్యాహ్నం 11 గంటల నుండి సాయంత్రం 4 గంటల వరకు ప్రజలు అవసరం లేకపోతే బయటకు వెళ్లొద్దని అధికారులు తెలుపుతున్నారు బయటకు వెళ్లొచ్చి వచ్చినప్పుడు తప్పనిసరిగా గొడుగు, టోపీ లేదా తలపై గుడ్డలను వాడాలని సూచించారు. ఎక్కువగా నీరు, మజ్జిగ, కొబ్బరి నీరు వంటి ద్రవ పదార్థాలు తీసుకోవాలని వైద్యులు చెబుతున్నారు. ఎండల నుండి రక్షణ కోసం సూచనలు: వైద్యులు సూచిస్తూ లి మధ్యాహ్నం సమయంలో బయటకు వెళ్లడం తగ్గించాలి లి ఎక్కువగా నీరు తాగాలి,మట్టి కుండ నీటినే త్రాగాలి ఫ్రీజ్ నీటిని తక్కువగా త్రాగాలి,ఎక్కువ శాతం మజ్జిగ,పండ్ల రసాలు,కొబ్బరి నీరు, నిమ్మరసం, రాగి జావా, పలుదా వంటి రసాలు సేవించాలి లి మద్యం, మాంసాన్ని, మసాలా దినుసులు తక్కువ వాడుతుండాలి లి తేలికపాటి పత్తి బట్టలు ధరించాలి,నల్లటి వస్త్రాలు దరించకపోవడం ఉత్తమం లి



గొడుగులు, టోపీలు ఉపయోగించాలి పిల్లలు, వృద్ధులు ఎండలో ఎక్కువసేపు ఉండకుండా జాగ్రత్త పడాలి శరీరంలో నీరసం అనిపిస్తే వెంటనే వైద్యులను సంప్రదించాలి ఇదిలా ఉండగా, వాతావరణ శాఖ రానున్న రోజుల్లో కూడా ఉష్ణోగ్రతలు అధికంగానే ఉండే అవకాశం ఉందని తెలిపింది. ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండి ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవాలని అధికారులు సూచిస్తున్నారు.

# నేటి నుండి రోహిణి కార్త ప్రారంభం

రోహిణి కార్త అంటే ఏంటి? ఎండలు ఎందుకు ఎక్కువగా ఉంటాయి?



జగిత్యాల, మే24 అక్షర రేఖ: సూర్య మానేరు సురేష్ ప్రతి సంవత్సరం రోహిణి కార్త వచ్చింది అంటే వామ్మో రోహిణి కార్తలో ఎండలకు రోకొడ్లు పగిలే ఎండలు ఉంటాయి అనే నానుడి మనలో మెదలాడుతూ ఉంటుంది. నిజమే మరి ఈ నాలుగు నెలల ఎండాకాలంలో ఎండలు తోలి రోజులలో కొద్ది కొద్దిగా ఉండి ఉంది నుండి తాపం పెరుగుతుంది. దిన దిన ప్రవర్ధనమానంగా సూర్య భగవానుడు తన ప్రతాపాన్ని మనకు చూపిస్తాడు. మామలుగా ఉండే ఎండల వేడినే తట్టుకోలేమంటే ఎండాకాలంలో చివరి కార్త అయిన రోహిణిలో ఎండలు దద్దరిల్లుతాయి. మరి ఈ సంవత్సరం రోహిణి కార్త ఏలా ఉంటుందో గమనిద్దాం. ఈ సంవత్సరం రోహిణి కార్త 2026 మే 25 న ప్రారంభమై 2026 జూన్ 8 వరకు రోహిణి కార్త ఉంటుంది. రోహిణి కార్త ఫలితంగా ఈ వక్షం రోజులు అధిక వేడి గాలులు, ఎండ తీవ్రతలు, అగ్ని ప్రమాదాలు, ఉక్కుపోతలు ఉంటాయి. ఎండ తీవ్రతకు శరీరం అలసిపోతుంది. కావున ఆరోగ్య రీత్య తగు శ్రద్ధలు తీసుకోవాలి. ఎక్కువ మట్టికండ నీళ్ళు త్రాగడం, మజ్జిగా, పండ్ల రసాలు, కొబ్బరినీళ్ళు, నిమ్మరసం, రాగి జావ, ఫలదా లాంటివి ఎక్కువగా త్రాగడం వలన ఆరోగ్యానికి అనుకూలంగా ఉంటుంది కొంత ఉపశమనం లభిస్తుంది. మసాలాకు సంబంధించి అహార పదార్థాలు, వేపుళ్ళు, పచ్చళ్ళు, ఎక్కువ అయిల్ ఫుడ్ కలిగిన అహార పదార్థాలు తినకూడదు. నీళ్ళ సౌకర్యం ఉన్నవారు తప్పకుండా రెండు పూటలు స్నానం చేయండి. అన్నిరకాల వయస్సు వారు ఎక్కువ కాటన్ దుస్తులు వాడండి, తెల్లని రంగు కల్లినవి, తేలిక రంగులు గల కాటన్ బట్టలు ధరిస్తే ఉష్ణ తాపం నుండి ఉపశమనం లభిస్తుంది. శారీరక తాపం తగ్గుతుంది. చిన్నపిల్లలకు మీరు ఉండే ఇంటి ఉష్ణోగ్రత తీవ్రతను బట్టి తడి గుడ్డతో తుడిచి బట్టలు మార్చండి. ఎవరైనా సరే ముదురు రంగు దుస్తులు వేయకపోవడం ఉత్తమం. ముఖ్యంగా సోటి జీవులైన పశు, పక్ష్యాదులకు త్రాగడానికి మీరు నివసించే చోట వాటికి నీళ్ళను ఏర్పాటు చేయండి. బాలసారలు ఎవరైనా సరే వాళ్ళు ఆడగలిగే పోయిన వాళ్ళు దాహాన్ని తీర్చేందుకు వారికి త్రాగడానికి చల్లటి నీళ్ళను అందివ్వండి. ఇలాంటి సంఘ సేవా కార్యక్రమాలు చేయడం వలన మేకున్న గ్రహభారలు నివారణకు మార్చమై కొంత ఉపశమనం లభిస్తుంది. అంతే కాకుండా మీకు మీ కుటుంబ సభ్యులకు ఎంతో పుణ్యఫలం దక్కి అంతా మంచి జరుగుతుంది. రోహిణి కార్త ఎప్పుటి సుంచి ప్రారంభం? రోళ్ళు పగిలే ఎండలకు కారణం ఇదే! తెలుగు రాష్ట్రాల్లో ఎండల తీవ్రతను సూచించే 'రోహిణి కార్త' 2026 ప్రారంభానికి ముహూర్తం ఖారైంది. జ్యోతిషశాస్త్రం ప్రకారం, గ్రహాల రాజుగా పరిగణించే సూర్య భగవానుడు మే 25వ తేదీ సోమవారం నాడు రోహిణి నక్షత్రంలోకి ప్రవేశించనున్నారు. జూన్ 8వ తేదీ వరకు సూర్యుడు ఇదే నక్షత్రంలో సంచరించడం వల్ల ఈ వక్షం రోజుల పాటు ఎండలు మునుపెన్నడూ లేని విధంగా భగభగమండనున్నాయి. 'రోహిణి కార్త' వచ్చే రోళ్ళు పగులుతాయా? వేసవి అంటే వచ్చే ఎండలు ఒక ఎత్తు అయితే, రోహిణి కార్తలో నమోదయ్యే ఉష్ణోగ్రతలు మరో ఎత్తు. ఈ సమయంలో సూర్యుడి కిరణాలు నేరుగా భూమిపై పడటం వల్ల ప్రతాపం తీవ్ర స్థాయిలో ఉంటుంది. అందుకే మండే ఎండల తీవ్రతను తెలపడానికి పెద్దలు "రోహిణి కార్తలో రోళ్ళు పగులుతాయి" అనే సామెతను వాడుకలోకి తెచ్చారు. ఎన్నడూ లేని విధంగా ఈ వేసవిలో 46 డిగ్రీల ఉష్ణోగ్రతలు ఉండటంతో ప్రజలు రోడ్డు పైకి రావాలి అంటే భయపడుతున్నారు దానికి తోడు నేటినుంచి రోహిణి కార్త ప్రారంభం అవుతుండటంతో ఈ వక్షం రోజులు ఇంకా ఎండలు కొట్టే అవకాశం ఉంది కాబట్టి అత్యవసర పరిస్థితుల్లో మాత్రమే బయటకు తగిన జాగ్రత్తలతో రావాలిందిగా అధికారులు ప్రజలకు తెలుపుతున్నారు ప్రతి సంవత్సరం ఎండలు అధికం కావడానికి కారణం చూస్తుంటే చెల్లెలు సరకడం చెల్లెలు పెంచకపోవడం చెరువులను కట్టా చేసి ఇంటి నిర్మాణము లు చేయడం కూడా ఒక కారణము అయినది అలాగే ప్లాస్టిక్ ను అధికంగా వాడటం మూలంగా అవి భూమిలోకి వెళ్లి కరగకుండా ఉండి అధిక ఉష్ణోగ్రతలు పెరగడానికి కారణం అవుతోంది ఇకనైనా చెల్లెలు పెంచి ప్లాస్టిక్ ను తగ్గించి చేతి బట్టల సంపూర్ణ ఉపయోగిస్తే పర్యావరణాన్ని కాపాడిన దగ్గరగా అవుతాము. వ్యవసాయ పంచాంగం - విరువాక ప్రారంభం సూర్యుడు ని నక్షత్రానికి దగ్గరగా ఉంటే ఆ కాలానికి ఆ నక్షత్రం పేరుతో కార్తగా పిలుస్తారు. ఏడాదికి మొత్తం 27 కార్తలు ఉంటాయి. రోహిణి కార్త ముగియగానే జూన్ 9 నుండి మృగశిర కార్త ప్రారంభమవుతుంది. ఈ సమయంలోనే తొలకరి జిల్లలు కురుస్తాయి. దీనిని బోన్ చేసుకుని రైతులు తమ పొలాల్లో 'ఏరువాక' పనులను ముమ్మరం చేస్తారు. రోహిణి కార్తలో చేయకూడని పనులు ఇవే ఈ వక్షం రోజుల పాటు సూర్యుడి తీవ్రత ఎక్కువగా ఉండటం వల్ల పెద్దలు కొన్ని నియమాలను సూచించారు చుట్టూ...

# ఫోన్ కాలి కు స్పందించిన మున్సిపల్ చైర్మన్ శ్రీ మొలుగు ప్రశాంత్ కుమార్ బిల్డింగ్ గారు చూస్తే

అనాధ శవం...

జమ్మికుంట మే 24 అక్షర రేఖ ఫోన్ కాలి కు స్పందించిన మున్సిపల్ చైర్మన్ శ్రీ మొలుగు ప్రశాంత్ కుమార్ బిల్డింగ్ గారు మాట్లాడుతూ ఈరోజు జమ్మికుంట పట్టణ మున్సిపల్ పరిధిలో జరిగిన ఒక విచారకర సంఘటన మనసును కలచివేసింది ఉదయం ఒక ఫోన్ కాలి ద్వారా జమ్మికుంట బస్ స్టాండ్ సమీపంలోని ఫైటర్ దగ్గర ఒక వృద్ధుడు మరణించినట్లు సమాచారం అందింది వెంటనే సంఘటన స్థలానికి చేరుకొని స్థానిక పోలీస్ సీబి గారికి సమాచారం అందించగా, వారు కూడా



సిబ్బందిని పంపించి సహకరించారు విచారణలో ఆ వృద్ధుడు దేవాలయాల వద్ద భిక్షాటన చేసుకుంటూ జీవనం సాగించే వృత్తిగా గుర్తించడం జరిగింది తదుపరి మున్సిపల్ శానిటేషన్ సిబ్బంది మరియు పోలీస్ జవాన్ సహాయంతో ఆ వృద్ధుడిని ప్రభుత్వ హాస్పిటల్ కు తరలించి పంచనామా నిర్వహించాం అనంతరం మున్సిపల్ ఆధ్వర్యంలో ఆయన అంత్యక్రియలు నిర్వహించడం జరిగింది ఈ కార్యక్రమంలో నేను స్వయంగా పాల్గొనడం జరిగింది ఈ సంఘటన చాలా బాధ కలిగించింది.ఎండల తీవ్రతను తట్టుకోలేకపోవడం వల్లే ఆ వృద్ధుడు ప్రాణాలు కోల్పోయినట్లు భావిస్తున్నాం. అందుకే జమ్మికుంట పట్టణ ప్రజలందరికీ ఒక విజ్ఞప్తి - -- ప్రస్తుతం ఎండల తీవ్రంగా ఉన్న నేపథ్యంలో అవసరం అయితే తప్ప వృద్ధులను, అనారోగ్యంతో ఉన్నవారిని, చిన్నపిల్లలను బయటకు పంపకుండా జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. అలాగే రోడ్డుపై ఎండలో ఇబ్బంది పడుతున్న వృద్ధులు,వికలాంగులు, భిక్షాటన చేసుకునే వారు ఎవరైనా కనిపిస్తే వారికి కొంత మంచినీళ్ళు ఇవ్వడం, నీడలో కూర్చోబెట్టడం వంటి మానవతా కార్యక్రమాలు చేయాలని మనస్ఫూర్తిగా కోరుకుంటున్నాను.ఇటువంటి సేవా భావంతో ముందుకు వస్తే సమాజంలో మంచి అవగాహన పెరుగుతుంది ఈరోజు జరిగిన ఈ సంఘటన నన్ను వ్యక్తిగతంగా ఎంతో కలచివేసింది మరణించిన ఆ వృద్ధుడి ఆత్మకు శాంతి చేకూరాలని భావించుకుంటున్నాను... శలవు. ఈ కార్యక్రమంలో మాజీ కౌన్సిలర్ శ్రీపతి నరేష్,బోళ్ళ సదానందం, మున్సిపల్ జవాన్లు మరియు సిబ్బంది పోలీస్ సిబ్బంది తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# వైరా ఏసీబీ సారంగపాణిని మర్యాదపూర్వకంగా కలిసిన..

ఖమ్మం జిల్లా కాంగ్రెస్ హెల్త్ అండ్ మెడికల్ అధ్యక్షులు డాక్టర్ కాపా మురళీకృష్ణ



ఖమ్మం జిల్లా బ్యారో అక్షర రేఖ మే 24 వైరా వైరా ఏసీబీ సారంగపాణి ని మర్యాదపూర్వకంగా కలిసిన ఖమ్మం జిల్లా కాంగ్రెస్ హెల్త్ అండ్ మెడికల్ అధ్యక్షులు డాక్టర్ కాపా మురళీకృష్ణ లయన్ ఐ కేర్ హాస్పిటల్ నిర్మాణకులు ఉండ్రు శ్యాంబాబు ,తోటకూర శ్రీశాంత్ , ఉయ్యూరి రామకృష్ణ ,ఈ సందర్భంగా డాక్టర్ కాపా మురళీకృష్ణ, ఉండ్రు శ్యాంబాబు వైరా ఎన్నె పుష్పాల రామారావు తో కలిసి ఏసీబీ సారంగపాణి కి శాలువా కప్పి సన్మానించారు.

# మైనారిటీ జిల్లా అధ్యక్షుల నియామక ప్రక్రియ ప్రారంభం

జిల్లా మున్సిపల్ మైనారిటీ నాయకులు దరఖాస్తు చేసుకోవాలని పిలుపు

జిల్లా కాంగ్రెస్ కమిటీ అధ్యక్షులు సూతి సత్యనారాయణ గౌడ్ లి

ఖమ్మం జిల్లా అభ్యర్థి లి సయ్యద్ హాజితుల్లా ఖాద్రి

ఖమ్మం జిల్లా బ్యారో అక్షర రేఖ సూర్య మే 24 తెలంగాణ రాష్ట్ర కాంగ్రెస్ పార్టీ సంబంధించిన మైనారిటీ సెల్ జిల్లా చైర్మన్ కమిటీలను రద్దు చేసి కొత్త కమిటీల నియామక ప్రక్రియను వేగవంతం చేయాలని ఉమ్మడి ఖమ్మం జిల్లాకు అభ్యర్థి గా సయ్యద్ హాజితుల్లా ఖాద్రి ని నియమించిన రాష్ట్ర మైనారిటీ సెల్ చైర్మన్ మహ్మద్ ఇర్షాద్ అలీ ఆదేశాల మేరకు జిల్లా మైనారిటీ అధ్యక్షుల ఎంపిక ప్రక్రియ ఈ సందర్భంగా జిల్లా కాంగ్రెస్ కమిటీ అధ్యక్షులు సూతి సత్యనారాయణ గౌడ్ అధ్యక్షులు మరియు అభ్యర్థి సయ్యద్ హాజితుల్లా ఖాద్రి సమక్షంలో దరఖాస్తులు స్వీకరించబడును ఖమ్మం జిల్లా నలుమూలల నుంచి వచ్చి దరఖాస్తు చేసుకోవాలని, సూతి సత్యనారాయణ గౌడ్ తెలిపారు.



# శ్రీ సూర్య దనవతల దేవాలయం లో ప్రత్యేక పల్లకి సేవ



జగిత్యాల, మే24, అక్షర రేఖ సూర్య మానేరు సురేష్ జగిత్యాల పట్టణము చింతకుంట చెరువు సమీపంలోని శ్రీ సూర్య నగర్ లో కొలువై ఉన్న శ్రీ సూర్య దేవాలయం లో 2026 మే 24 ఆదివారం భానువారినే అధిక జ్యేష్ఠ మాసం శుక్ల పక్షం అష్టమి పర్వదినం సందర్భంగా శ్రీ సూర్య ధన్వంతరిఉషా చారు సమేత శ్రీ సూర్య నారాయణ స్వామి వారికి భక్తులచే పంచామృత అభిషేకం ను ఘనంగా నిర్వహించారు అధిక జ్యేష్ఠ మాసం అలాగే మే25 నుండి రోహిణి కార్త ప్రారంభం సందర్భంగా అష్టమి పర్వదినం పురస్కరించుకొని శ్రీ సూర్య ధన్వంతరి దేవాలయములో శ్రీ సూర్య భగ వాసుకి, ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు అనంతరం భక్తులచే ప్రత్యేక పల్లకి సేవ నిర్వహించారు. తదుపరి విన్నోసీనులు వంటి భక్తులకు ఉచిత అమృత నిర్బంధి కళాయం వితరణ చేశారుఈ కార్యక్రమంలో భాగంగా కోరిన కోరికలను తీర్చే భగవానుడు శ్రీ సూర్య భగవాన్ కు భక్తులు ముడుపులు కట్టారు. సూర్య భగవానుని విశిష్టతను ఆలయ ఆర్చకులు నరేష్ వివరిస్తూ ఆదివారం సూర్య భగవానుని ప్రత్యేక దినం ఆదివారం హిందూ సాంప్రదాయంలో సూర్య భగవానుని (సూర్యుని)కి అంకితమైన పవిత్రమైన రోజు ఈ రోజు సూర్యుడేవుని ఆరాధించడం వల్ల ఆరోగ్యము, ఆయుష్షానుభవం, విజయం, ధనం, మరియు ప్రసిద్ధి లభిస్తాయని విశ్వాసం అలాగే ప్రతి ఆదివారం రోజున మధు మధ్యం నాన్ వెజ్ తినకుండా ఉంటే మంచిది అని తెలిపారు.ఈకార్యక్రమములో ఫౌండర్ ,చైర్మన్ డాక్టర్ వడ్ల గట్ట రాజన్న,వర్సింగ్ ప్రెసిడెంట్ వొద్దాల శ్రీనివాస్ సహాయ కోశాధికారి వడ్ల గట్ట గోపి - స్వామి ,కార్కడల్లి వడ్లగట్ట శంకర్,సహాయ కార్కడల్లి భారతాల రాజుసాగర్,మండలలోక రవీందర్, వాసం శ్రీనివాస్ ప్రవీణ్ కుమార్ ,కావ్యశ్రీ,అర్చకులు నరేష్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# ఖమ్మం జిల్లా ఫుడ్ ఇన్వెస్టర్ ను తొలగించాలి.

ప్రజల ఆరోగ్యాన్ని భద్ర పట్టిస్తున్నాడు. పలు రెస్టారెంట్లనుండి నెలవారీ

మామూళ్లు,లంచాలు తీసుకుంటూ తన ఆరోగ్యం బాగాలేదని చెప్పి విధులు నిర్వహణ.

జిల్లా కలెక్టర్ స్పందించి చర్యలు తీసుకోవాలి. షేక్ బాజీ బాబా (జిల్లా అధ్యక్షుడు)

ఇండియన్ యూనియన్ మున్సి లీగ్ పార్టీ ఖమ్మం జిల్లా.

ఖమ్మం జిల్లా బ్యారో అక్షర రేఖ సూర్య మే 24 ఖమ్మం జిల్లా ఫుడ్ ఇన్వెస్టర్ నిర్వాహక వల్ల ఖమ్మం జిల్లా ప్రజల ఆరోగ్యం అస్తవ్యస్తంగా మారి అనారోగ్యం బారిన పడుతున్నారని, ఇండియన్ యూనియన్ మున్సి లీగ్ పార్టీ జిల్లా అధ్యక్షుడు షేక్ బాజీ బాబా విమర్శించారు. అభివృద్ధి చెందుతున్న ఖమ్మం పట్టణంలో వివిధ వ్యాపార వాణిజ్య సముదాయాలు ఏర్పడుతున్నాయని, ప్రధానంగా ఆహార పదార్థాల రుచులపై ప్రజలు ఎక్కువ మక్కువ చూపిస్తున్నారని, కానీ ఆహార పదార్థాల విషయంలో అన్ని కల్లీ జరుగుతున్న కూడా ఫుడ్ సేఫ్టీ అధికారులు తీవ్ర జాప్యం చేస్తూ లంచాలు దండుకుంటున్నారని,, ఆయన విమర్శించారు. ప్రధానంగా రెస్టారెంట్ లలో, హోటళ్లలో, అదేవిధంగా బిర్యానీ పాయింట్లు, ఆహార ప్రియుల సముదాయాలు మండీలో, న్యూడిల్లీ, పాయింట్లలో, బహిరంగంగా ఆహార ప్రేమికులకు ఇష్టరాజ్యంగా వండించే పలు దుకాణాలలో కల్లీకారం, కల్లీ నూనె, కల్లీ పసుపు, కల్లీ అల్లం, కల్లీ స్పెసీలు, రంగురంగుల ద్రావణాలు, ఇష్టారాజ్యంగా వాడుతూ, ప్రజా ఆరోగ్యాన్ని దెబ్బతీస్తున్న కూడా ఫుడ్ సేఫ్టీ అధికారులు గాలికి పదిలేస్తున్నారని, వాటిపై తగు చర్యలు తీసుకోవడంలో వెనకడుగు వేస్తున్నారని, ప్రధానంగా ఫుడ్ సేఫ్టీ అధికారి తాను అనారోగ్యంగా ఉన్నానని, పలువురికి చెబుతూ జిల్లా ప్రజల ఆరోగ్యాన్ని గాలికి పదిలేస్తున్నారని ఆయన విమర్శించారు. ఖమ్మం పట్టణ రివారులో ఇష్టారాజ్యంగా "దాబా"లు ఏర్పాలు చేసుకున్నారని, మారు విక్రయాలు జరుగుతున్నాయని, పలు వివాదాలు, ఘర్షణలు గొడవలు, జరుగుతున్నాయని, వాటిపై ఎక్కడా కూడా చర్యలు తీసుకున్న పాపాన పోలేదని ఆయన అన్నారు. జిల్లాలో అదేవిధంగా ఖమ్మం పట్టణంలో చర్యలు తీసుకొని కేసులు నమోదు చేసి, హోటళ్లను అదేవిధంగా వివిధ అసాధికారిక విక్రయాలు చేస్తూ ప్రజా ప్రాణాలతో చలగాలమారుతున్న దుకాణాలపై చర్యలు తీసుకున్న దాఖరాలు, నోటీసులు ఇచ్చిన సందర్భాలు లేవని ఆయన విమర్శించారు. మాసం ఆహార పదార్థాలను రెండు మూడు రోజులకు పైగా ఫ్రీజ్ లో నిల్వ ఉంచి వాటిని ఆహార ప్రియులకు వడ్లీ అందిస్తున్న హోటల్ మరియు రెస్టారెంట్ ల పై కూడా చర్యలు తీసుకోవడం లేదు. హోటల్ నుండి రెస్టారెంట్ నుండి అదేవిధంగా వివిధ బాహ్య ప్రదేశాలలో సరుస్తున్న వివిధ సముదాయాల నుండి తన అసిస్టెంట్ ద్వారా, తన అనుచరుల ద్వారా లంచాలను పొందుతూ ఖమ్మం జిల్లా ఫుడ్ ఇన్వెస్టర్, అనారోగ్యం పేరు చెప్పి, తన ఇష్టారాజ్యంగా వ్యవహరిస్తున్నారని, ప్రజా ఆరోగ్యాన్ని గాలికి పదిలేసారని, ఇండియన్ యూనియన్ మున్సి లీగ్ ( Xఖమీ) పార్టీ జిల్లా అధ్యక్షుడు షేక్ బాజీ బాబా విమర్శించారు. ఇప్పటికే ఖమ్మం పట్టణంలో కల్లీ నూనె, కల్లీ కారం, కల్లీ పసుపు, కల్లీ అల్లం, రంగులను అడ్డనుటువంటి వివిధ రకాల ఆహారాలను ప్రజలకు అందిస్తూ వారి ఆరోగ్యాలను, బ్రహ్మ పట్టిస్తూ వివిధ వ్యాపారాలను నిర్వహిస్తున్న వారిపై చర్యలు తీసుకోకుండా, లంచాలకు అలవాటు పడి, తన ఇష్టారాజ్యంగా వ్యవహరిస్తున్న జిల్లా ఫుడ్ ఇన్వెస్టర్ పై చర్యలు తీసుకోవాలని, లేనివక్షంలో పెద్ద ఎత్తున ఇండియన్ యూనియన్ మున్సి లీగ్ Xఖమీ పార్టీ ఆధ్వర్యంలో "ధర్మా" నిర్వహిస్తామని ఆయన పేర్కొన్నారు.



# పరిశుద్ధాత్మ దిగివచ్చిన దినమే పెంతెకొస్తు పండుగ

? పెంతెకొస్తు పండుగ దినమున ధర్మశాస్త్రం ఆమోదించబడింది

? అసెంబ్లీ ఆఫ్ యావే మినిస్ట్రీ పాస్టర్ పాలడుగు రత్నపాల్

ఖమ్మం, జిల్లా బ్యారో అక్షర రేఖ సూర్య మే 24 : పరిశు



ద్ధాత్మదిగివచ్చిన దినమే పెంతెకొస్తు పండుగ అని, పెంతెకొస్తు పండుగ దినమున ధర్మశాస్త్రం ఆమోదించబడిందని ఈ పండుగను పరిశుద్ధ గ్రంథం బైబిల్ నందు ప్రవక్తులు, యాషువ మెస్సీయ, అపోస్తలులు పాటించారని, విశ్వాసమున్న ప్రతిఒక్కరూ ఈ పండుగను ఆచరించాలని, ఇది 'అజ్జ' అని అసెంబ్లీ ఆఫ్ యావే మినిస్ట్రీ పాస్టర్ పాలడుగు రత్నపాల్ అన్నారు. ఖమ్మం నగరంలోని రమణగుట్ట యావే సమాజ ప్రార్థన మందిరంలో ఆదివారం పెంతెకొస్తు పండుగ(వారముల పండుగ)ను ఘనంగా జరుపుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా పాస్టర్ పాలడుగు రత్నపాల్ బైబిల్ గ్రంథాన్ని బోధిస్తూ... పరిశుద్ధ గ్రంథమైన బైబిల్ ను ప్రామాణికంగా తీసుకొని విశ్రాంతిదినమున(సబ్బాత్), నెలపాడుపు దినము, పండుగులు ఎలోహిం (దేవుని) కట్టడాలని, బైబిల్ ను నమ్మి విశ్వసించేవారిందరూ తప్పకుండా ఆచరించాలని బోధించారు. బైబిల్ పండుగలలో పెంతెకొస్తు (ప్రథమ ఫలలా) పండుగ ప్రత్యేకమైనదన్నారు. ఈ పండుగ దినమున పరిశుద్ధాత్మ దిగివచ్చినదని, అలాగే ధర్మశాస్త్రము ఆమోదించబడిందని లేఖనాలు తెలియజేస్తున్నాయన్నారు. లేఖనాలైన లేవీయాకాండం 23 : 11, 16, ద్వితీయాపదేశకాండము 16 : 16, అపోస్తలుల కార్యములు 2 : 1 లలో స్పష్టం చేస్తున్నాయన్నారు. తెలుగు భాషతో పాటు, ఇంగ్లీషు, హిందూ, గ్రీకు తదితర భాషలలో బైబిల్ గ్రంథాన్ని ప్రామాణికంగా తీసుకొని అత్యంత భక్తిశ్రద్ధలతో నిష్ఠగా పఠనం చేస్తే దినాలు, విశ్రాంతిదినము(సబ్బాత్), పండుగులు, ధర్మశాస్త్రమును ఎలోహిం(దేవుడు) శాస్త్రీయంగా వాస్తవాన్ని బయలుపర్చుతాడని బోధించారు. ఈ పండుగ సందర్భంగా వాయిద్యాలతో యావే, యాషువ మెస్సీయ గీతాలను విశ్వాసులు, యువకులు, చిన్నారులు భక్తిశ్రద్ధలతో పాడి ఆనందించేశారు. అనంతరం పరమతండ్రి యావే అంటూ యాషువ మెస్సీయ పేరున ప్రార్థనలు జరిపారు. ఈ పండుగ పరిశుద్ధ బైబిల్ గ్రంథం అంతటిలో పాత నిబంధనలో 49 సార్లు, క్రొత్త నిబంధనలో 3 సార్లు మొత్తంగా 52 సార్లు వ్రాయబడిందన్నారు. పూర్తి నివారాలకు సెల్ నెం. 9989841107 సంప్రదించండి. ఈ కార్యక్రమంలో సువార్త సహకారులు మారుగు మోషే, అంబోజీ జీవరత్నం, వడ్లమాడి ప్రతాప, బి. పౌలు (రూషాల్), పాలడుగు జీవన్, సామేలు, కౌన్సిల్ పాలడుగు గడ్డం ఏజీలు, మోరుగు దానియేలు, రోహిత్, బజెక్, రామ్ స్పేటాల్, ప్రొఫెసర్ డేవిడ్ అనిత, పావని, స్వరూప, కళమ్మ, రూతు, సునీత్, సుధ, ఎన్సెరు తదితరులు పాల్గొన్నారు.



ఆహారాన్ని వృథా చేయకుండా ప్రతి పదార్థాన్ని పూర్తిగా ఉపయోగించుకోవడం భారతీయ వంటింటి ప్రత్యేకతగా చెప్పుకోవచ్చు. ముఖ్యంగా పండ్ల తొక్కలు, గింజలు, మిగిలిపోయిన భాగాలను చాలామంది నేరుగా చెత్తబుట్టలో వేస్తుంటారు. అయితే కొంచెం సృజనాత్మకంగా ఆలోచిస్తే ఇవే రుచికరమైన వంటకాలు, ఆరోగ్యకరమైన స్నాక్స్, శీతల పానీయాలుగా మారవచ్చు. వేసవిలో ఎక్కువగా తినే పండ్ల మిగతా భాగాలను ఇంట్లో ఎలా ఉపయోగించుకోవచ్చో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం. పుచ్చకాయలో ఎర్రని గుఱ్ఱు తిన్న తర్వాత మిగిలే తెల్లని భాగాన్ని చాలామంది పారేస్తారు. కానీ ఈ భాగంతో రుచికరమైన కూర తయారు చేయవచ్చు. బయట గట్టిగా ఉండే ఆకువచ్చ పొర తీసి తెల్లటి భాగాన్ని ముక్కలుగా కోసి అవాలు, పచ్చిమిర్చి, పసుపు, ఆమ్లచూర్తో పండితే సారకాయ కూరలాగే మంచి రుచితో ఉంటుంది. మసాలాలు బాగా పట్టి ప్రత్యేకమైన టెక్చర్ ఇస్తుంది.

తర్వాత గింజలు.. అలాగే తర్వాతా లేదా మస్మిమిలన్ గింజలను కూడా ఆరోగ్యకరమైన స్నాక్ గా మార్చుకోవచ్చు. గింజలను శుభ్రంగా కడిగి ఎండబెట్టి నెయ్యిలో వేయించి అందులో బ్లాక్ సాల్ట్, చాట్ మసాలా, వేయించిన జీలకర్ర పొడి కలిపితే మంచి కరకరలాడి స్నాక్ సిద్ధమవుతుంది. వీటిని మఖానాల్లా తినవచ్చు. పోహ్, చాట్లపై టాపింగ్ గా కూడా ఉపయోగించవచ్చు. నారింజ, నిమ్మ, బియ్యం తొక్కల్లో నువ్వాసన గల నూనెలు అధికంగా ఉంటాయి. ఈ తొక్కలను ఎండలో లేదా తక్కువ ఉష్ణోగ్రతలో డ్రై చేసి పొడిగా చేసుకుంటే వంటల్లో ఉపయోగించవచ్చు. ఈ పొడిని కేకులు, డి, మెరినేడ్లు, డెజర్లలో కలిపితే మంచి ఫ్లేవర్ వస్తుంది. నిమ్మ, నారింజ తొక్కలు.. అదే విధంగా నిమ్మ లేదా నారింజ తొక్కలతో భోజనం తిన్న తర్వాత తీసుకునే చిన్న డ్రెజిస్టివ్ మిథామిలను కూడా తయారు చేయవచ్చు. తొక్కలను మరిగించి పాకంలో ఉడికించి తర్వాత చక్కెర, బ్లాక్ సాల్ట్ కలిపితే తీపి, పులుపు, స్వల్ప చేదు రుచులతో ప్రత్యేకమైన క్యాండీలా మారతుంది. భోజనం తర్వాత తింటే రుచిగా ఉంటుంది. యాపిల్, పియర్, అనాస, బెర్రీల తొక్కలు, మిగిలిపోయిన భాగాలతో ఇంట్లోనే ఫ్రూట్ వెనిగర్ తయారు చేయవచ్చు. ఒక సీసాలో నీరు, చక్కెరతో కలిపి వీటిని కాన్సర్వేషన్ చేయవచ్చు.

**వీటిని చాలా మంది వ్యర్థాలుగా పడేస్తుంటారు.. కానీ ఈ విషయాలు తెలిస్తే ఇకపై పడేయరు..**



రోజులు ఉంచితే సహజంగా ఫర్మాంటేషన్ జరిగి వెనిగర్ తయారువుతుంది. దీనిని సలాడ్ డ్రెస్సింగ్, మెరినేడ్ లేదా ఇంటి శుభ్రత కోసం కూడా ఉపయోగించవచ్చు. పుచ్చకాయ తొక్కలు.. నారింజ తొక్కలతో ప్రత్యేకమైన చట్నీ కూడా తయారు చేయవచ్చు. తొక్కలను ముందుగా మరిగించి చేదు తగ్గించి, బెల్లం, చింతపండు, ఎర్ర మిర్చి, వేయించిన జీలకర్రతో గ్రెండ్ చేస్తే తీపి, పులుపు, కారం కలిపిన రుచికరమైన చట్నీ సిద్ధమవుతుంది. సాధారణ డాల్-చావలీతో క్రాత్ రుచి తీసుకోవచ్చు. అనాస, పుచ్చకాయ తొక్కలు లేదా సిట్రస్ పండ్ల మిగిలిన భాగాలతో వేసవికి సరిపోయే శర్బత్ కూడా తయారు

చేయవచ్చు. వీటిని చక్కెర, పుదీనా, బ్లాక్ సాల్ట్, కొద్దిగా నిమ్మరసంతో మరిగించి పడగట్టి చల్లబరిస్తే రుచికరమైన సిరప్ సిద్ధమవుతుంది. దీన్ని చల్లని నీరు లేదా సోడాతో కలిపి తాగితే శరీరానికి తేమను అందిస్తుంది. ఆహార వ్యర్థాలు ప్రపంచవ్యాప్తంగా పెరుగుతున్న సమస్యగా మారుతున్నాయి. ముఖ్యంగా పండ్ల తొక్కలు, గింజలే ఎక్కువగా వృథా అవుతున్నాయి. కానీ కొద్దిగా శ్రద్ధ పెడితే ఇవే రుచికరమైన వంటకాలు, ఆరోగ్యకరమైన పానీయాలుగా మారి ఇంటి వంటల్లో కొత్త రుచులను తీసుకువస్తాయి

**ఎన్ని చేసినా చర్మ సమస్యలు తగ్గకపోతే.. అందుకు అనేక కారణాలు ఉంటాయి.. వాటిని కచ్చితంగా తెలుసుకోవాలి..**



చర్మం మసకబారడం, అలసటగా కనిపించడం లేదా అసమాన రంగుతో కనిపించడం ప్రారంభమైనప్పుడు చాలా మంది వెంటనే కొత్త స్కిన్ కేర్ ఉత్పత్తులను ప్రయత్నించడం మొదలుపెడతారు. కొత్త సీరమ్ లేదా ఫేస్ మాస్క్ తాత్కాలికంగా కొంత మెరుగుదల ఇస్తుంది. కానీ నిరంతరంగా కనిపించే దట్ స్కిన్ సమస్యకు ఒక్క ఉత్పత్తి లోపమే కారణం కాదని నిపుణులు చెబుతున్నారు. క్లినికల్ స్కిన్ ప్రాక్టీస్ లో చర్మం మసకబారడం అనేది శాస్త్రీయంగా రూపొందించిన సరైన చికిత్స, సరైన ఫార్ములేషన్, జీవనశైలి మార్పులు అవసరమనే సంకేతంగా ఎక్కువగా కనిపిస్తుందని అంటున్నారు. అన్ని రకాల చర్మాలలోనూ దట్ నెన్ కు అనేక అంతర్గత, బాహ్య కారణాలు ఉంటాయి. మానసిక ఒత్తిడి, తగిన నిద్ర లేకపోవడం, ఎక్కువసేపు స్క్రీన్ల ముందు గడపడం, కాలుష్యం, డి హైడ్రేషన్, సెబమ్ అసమతుల్యత, మైక్రోబియామ్ లోపాలు, మెలనిన్ అసమాన పంపిణీ, కొల్జెన్ ఉత్పత్తి తగ్గడం వంటి అంశాలు చర్మ కాంతిని ప్రభావితం చేస్తాయి. దీర్ఘకాలంలో ఇవి చర్మపు రక్షణ పొరను బలహీనపరచి సహజ కాంతిని తగ్గిస్తాయి. అందుకే ఎన్నో టెక్నోలాజీ వాడుతున్న స్కిన్ కేర్ రోటీన్ కూడా ఒక దశ తర్వాత ఫలితం ఇవ్వదు.

**నీరు తగినంత లేకపోవడం..** దట్ స్కిన్ ను తగ్గించడంలో మొదటి, అత్యంత ముఖ్యమైన దశ దానికి కారణమేమిటో తెలుసుకోవడం. కొందరిలో నీటి లోపం, తగిన మాయిశ్చరీ లేకపోవడం ప్రధాన కారణం అవుతాయి. మరికొందరిలో సన్ డ్యామేజ్, ఆక్సిడైజ్ డ్రైస్, పిగ్మెంటేషన్ సమస్యలు లేదా అసమతుల జీవనశైలి కారణమవుతాయి. శారీరక వ్యాయామం లేకపోవడం, అధిక ఒత్తిడి వల్ల ఎంరోజిన్ స్థాయిలు తగ్గిపోవడం కూడా చర్మ కాంతిపై ప్రభావం చూపుతాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. సరైన స్కిన్ ఆన్ సన్ మెంట్ డ్యానా అసలు సమస్యను గుర్తిస్తే, చికిత్స కూడా మరింత టార్గెటెడ్ గా, ఫలితాలిచ్చే విధంగా ఉంటుంది. చర్మంపై పేరుకుపోయే మృతకణాలు, అదనపు ఆయిల్, కాలుష్యపు కణాలను తొలగించకపోతే చర్మం మరింత దట్ గా కనిపిస్తుంది. ప్రొఫెషనల్ డీప్ క్లెన్సింగ్, ఎక్స్ ఫోలియేషన్ ఫేషియల్స్ చర్మ పునరుత్పత్తిని వేగవంతం చేస్తాయి. అలాగే చర్మానికి ఆక్సిజన్, పోషకాలు సరిగా అందేలా చేసి డెహైడ్రేషన్ తీసుకువస్తాయి.

**చర్మ రక్షణ పొర బలహీనపడితే..** తగినంత తేమ లేకపోవడం దట్ స్కిన్ కు ప్రధాన కారణాల్లో ఒకటి. డి హైడ్రేషన్ చర్మం రఫ్ గా, అలసటగా కనిపిస్తుంది. ఆక్సిజన్ ఫేషియల్స్, మాయిశ్చరీ రీపైనిషింగ్ డ్రీమ్స్ వంటి హైడ్రేషన్ ఆధారిత థెరపీలు చర్మంలోని లోతైన పొరల్లో నీటి సమతుల్యతను పునరుద్ధరిస్తాయి. సరైన నీటి సేవనం, సమతుల ఆహారం, ఎలక్ట్రోలైట్ బ్యాలెన్స్ కూడా చర్మంపై మెరుగుపరుస్తాయి. చర్మ రక్షణ పొర బలహీనపడితే నీటి నష్టం పెరుగుతుంది. అదే సమయంలో కాలుష్యం, ఆక్సిడైజ్ డ్రైస్, ఇన్ ఫ్లమేషన్ ప్రభావం కూడా ఎక్కువవుతుంది. అలాంటి పరిస్థితుల్లో ఎక్కువ యాక్టివ్ కెమికల్స్ వాడడం కంటే స్కిన్ బ్యారియర్ రిపేర్ పై దృష్టి పెట్టాలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. జెంటిల్ స్కిన్ కేర్, సూతింగ్ థెరపీలు, మైక్రోబియామ్ సపోర్టివ్ ఫార్ములేషన్స్, బ్యూరియర్ రిపేర్ ఫేషియల్స్ చర్మాన్ని మళ్లీ ఆరోగ్యంగా మారుస్తాయి. టానింగ్, పిగ్మెంటేషన్, సన్ డ్యామేజ్ కారణంగా కూడా చర్మం మసకబారుతుంది. కంట్రోల్డ్ ఎక్స్ పోజియేషన్, స్కిన్ రీజెనరేషన్ ప్రొసీజర్స్ చర్మ బెన్చిమార్కు మెరుగుపరుస్తాయి. వెంటనే రంగు మార్పు కోసం కాకుండా, చర్మ నాణ్యతను క్రమంగా మెరుగుపరచడమే ఈ చికిత్సల అసలు లక్ష్యం.

**జీవనశైలి ముఖ్యం..** ఎంత ఖరీదైన స్కిన్ కేర్ చేసినా సరైన జీవనశైలి లేకపోతే దీర్ఘకాల ఫలితాలు రావు. మంచి నిద్ర, సమతుల ఆహారం, ఒత్తిడి నియంత్రణ, క్రమమైన వ్యాయామం, తగినంత నీటి సేవనం వంటి అంశాలు చర్మ ఆరోగ్యంపై నేరుగా ప్రభావం చూపుతాయి. కొల్జెన్ ఉత్పత్తి, హార్మోన్ బ్యాలెన్స్, ఇన్ ఫ్లమేషన్ నియంత్రణకు ఇవి కీలకం. తి వ్యక్తి చర్మ నిర్మాణం భిన్నంగా ఉంటుంది. కొందరికి హైడ్రేషన్, బ్యూరియర్ రిపేర్ అవసరమైతే, మరికొందరికి పిగ్మెంటేషన్ కరెక్షన్, యాంటి ఆక్సిడెంట్ సపోర్ట్ లేదా రీజెనరేషన్ థెరపీలు అవసరం అవుతాయి. సోషల్ మీడియాలో ట్రెండ్ అవుతున్న రోటీన్ లను అనుసరించడం కంటే, వ్యక్తిగత చర్మ అవసరాలకు అనుగుణంగా రూపొందించిన స్టెప్ బై స్టెప్ స్కిన్ మేనేజ్ మెంట్ ప్లాన్ దీర్ఘకాలంలో మెరుగైన ఫలితాలను ఇస్తుందని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

**ఇంట్లో తయారు చేసే కాఫీ రుచిగా రావడం లేదా.. అయితే వీటిపై ఓ లుక్కేయండి..**



ఇంట్లో కాఫీ తయారు చేసే సమయంలో చాలామంది అంచనాలకే ఆధారపడతారు. కానీ మంచి కాఫీ రుచి రావడంలో సరైన కొలతలు చాలా కీలకమని నిపుణులు చెబుతున్నారు. కేవలం రూ.300 నుంచి రూ.500 మధ్యలో డారెక్ట్ చిన్న కిచెన్ స్కేల్ ఉపయోగిస్తే కాఫీ తయారీలో ఉండే ఊహాగానాలు పూర్తిగా తగ్గిపోతాయి. కాఫీ పొడి ఎక్కువైతే కాఫీ రుచి మరి గట్టిగా, కొన్నిసార్లు చేదుగా మారుతుంది. అదే తక్కువైతే కాఫీ రుచి లేకుండా నీళ్లలా అనిపిస్తుంది. అందుకే కాఫీ పొడి, నీటి నిష్పత్తిని కొలిచి తయారు చేయడం వల్ల ప్రతిసారి ఒకే రకమైన రుచి పొందవచ్చు. కొద్ది రోజులు ఇలా కొలతలతో తయారు చేస్తే తర్వాత సహజంగానే సరైన అంచనా వచ్చేస్తుందని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. కేఫ్ లో కాఫీకి ఒకే రకమైన రుచి రావడానికి ప్రధాన కారణం అక్కడి బారిస్టాలు ప్రతి దశను కచ్చితంగా పాటించడమే. కాఫీ పరిమాణం, నీటి ఉష్ణోగ్రత, తయారీ సమయం వంటి అంశాలను నిరంతరం గమనిస్తూ ఉంటారు. ఇంట్లో కూడా కనీసం సాధారణ స్థాయిలో ఈ పద్ధతులను పాటిస్తే కేఫ్ కాఫీకి దగ్గరగా రుచి పొందవచ్చని చెబుతున్నారు.

**గాలి, తేమ, వేడి, వెలుతురు శత్రువులు..** కాఫీని నిల్వ చేసే విధానం కూడా రుచిపై ప్రభావం చూపుతుంది. గాలి, తేమ, వేడి, వెలుతురు కాఫీకి ప్రధాన శత్రువులుగా భావిస్తారు. కాఫీని కొనుగోలు చేసిన టిన్ లేదా ప్యాకెట్ లో కొద్ది రోజులు పాటు ఉంచవచ్చు. అయితే ప్యాకెట్ ఓపెన్ చేసిన తర్వాత గాలి చొరబడని డబ్బాలో నిల్వ చేయడం మంచిదని సూచిస్తున్నారు. స్టవ్ దగ్గర లేదా నేరుగా సూర్యకాంతి పడే ప్రదేశాల్లో కాఫీని ఉంచకూడదు. అలాగే ఫ్రిజ్ లేదా ఫ్రీజర్ లో నిల్వ చేయడం కూడా మంచిది కాదు. ఉష్ణోగ్రత మార్పుల వల్ల తేమ ఏర్పడి కాఫీ గింజల నాణ్యత దెబ్బతినే అవకాశం ఉంటుంది. సెరామిక్ లేదా స్టైన్ లెస్ స్టీల్ తో తయారైన చిన్న ఎయిర్ టైట్ డబ్బాలు కాఫీ తాజాదనాన్ని ఎక్కువకాలం నిల్వ ఉంచడంలో సహాయపడతాయి. ఒకేసారి పెద్ద మొత్తంలో కొనుగోలు చేయడం కంటే చిన్న పరిమాణాల్లో తరచూ కొనడం మంచిది. ఉదాహరణకు మూడు వారాల్లో ఉపయోగించే 250 గ్రాముల కాఫీ, రెండు నెలలు వాడే 500 గ్రాముల కాఫీ కంటే మెరుగైన రుచి ఇస్తుంది.

**ఖరీదైన మెషీన్ తో పనిలేదు..** గత దశాబ్దంలో భారత్ లో కాఫీ మార్కెట్ భారీగా అభివృద్ధి చెందిందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ప్రస్తుతం మంచి నాణ్యత గల కాఫీ గింజలు, పరికరాలు, తయారీపై సమాచారం సులభంగా అందుబాటులోకి వచ్చాయి. మంచి కాఫీ కోసం ఖరీదైన మెషీన్ అవసరం లేదు. సరైన అలవాట్లు ఉంటే ఇంట్లోనే అద్భుతమైన కాఫీ తయారు చేయవచ్చు. తాజా కాఫీ గింజలు, సరైన గ్రెండ్, తగిన ఉష్ణోగ్రతలో నీరు, సులభమైన తయారీ విధానం, కొలతల్లో స్థిరత్వం, సరైన నిల్వ పద్ధతి వంటి ఆరు అంశాలు ఉదయపు కాఫీ రుచిని పూర్తిగా మార్చగలవు. కేఫ్ అనుభవానికి అసలు కారణం ఖరీదైన పరికరాలు కాదు, ప్రతి దశలో చూపే శ్రద్ధేనని పేర్కొంటున్నారు.

# బిజినెస్

### పిల్లలకు విద్య, క్రీడలు అవసరం: నీతా అంబానీ



రిలయన్స్ ఫౌండేషన్, ధీరాభాయ్ అంబానీ ఇంటర్నేషనల్ స్కూల్ చైర్మన్ డి. వ్యవస్థాపకురాలు 'నీతా అంబానీ' విద్య, క్రీడలు ప్రతి చిన్నారి జీవితాన్ని మార్చగల శక్తివంతమైన సాధనాలని ముంబై ఇండియన్ జట్టుకు వివరించారు. దీనికి సంబంధించిన వీడియో సోషల్ మీడియాలో వైరల్ అవుతోంది. 'అందరికీ విద్య, క్రీడలు' అనే కార్యక్రమంలో నీతా అంబానీ ఈ వ్యాఖ్యలు చేశారు. ఈ కార్యక్రమం ద్వారా పేద, వెనుకబడిన కుటుంబాలకు చెందిన పిల్లలకు విద్యతో పాటు క్రీడల్లో అవకాశాలు కల్పించడం లక్ష్యంగా పెట్టుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా.. వాంఖడే స్టేడియంలో జరిగిన మ్యాచ్ ను వీక్షించేందుకు దాదాపు 20 వేల మంది నిరుపేద పిల్లలను ఆహ్వానించారు. రాజస్థాన్ రాయల్స్ తో జరిగిన ఈ మ్యాచ్ చిన్నారిలకు ఒక ప్రత్యేక అనుభూతిని అందించింది. క్రీడలు పిల్లల్లో ఆత్మవిశ్వాసం, క్రమశిక్షణ, జట్టు భావన పెంచుతాయని నీతా అంబానీ పేర్కొన్నారు.

### డిపాజిట్లపై బీవోఐ వడ్డీ పెంపు



ముంబై : బ్యాంక్ ఆఫ్ ఇండియా(బీవోఐ) డిపాజిట్లపై వడ్డీరేట్లను సవరించింది. రూ.3 కోట్ల లోపు ఏడాది నుంచి మూడేండ్ల లోపు కాలపరిమితి కలిగిన డిపాజిట్లపై వడ్డీరేటును పెంచింది. దీంతో ఏడాది నుంచి రెండేండ్ల లోపు డిపాజిట్లపై వడ్డీరేటు 6.50 శాతానికి పెంచిన బ్యాంక్.. రెండేండ్ల నుంచి మూడేండ్ల లోపు డిపాజిట్లపై వడ్డీని 6.60 శాతంగాను, అలాగే మూడేండ్లలోపు డిపాజిట్లపై వడ్డీని 6.70 శాతానికి సవరించింది. సీనియర్ సిబిజిస్టుకు అదనంగా 0.50 -0.65 శాతం వడ్డీని చెల్లించనున్నది.

# అందుకే 'వెండి'కి డిమాండ్

బంగారం ధరలు మాదిరిగానే.. వెండి ధరల్లో కూడా మార్పు కనిపించింది. కేవలం వారం రోజుల్లో (మే 17 నుంచి 23 వరకు) రేట్లు తగ్గుతూ.. పెరుగుతూ.. వారాంతంలో స్థిరంగా ఉన్నాయి. ఈ కథనంలో ప్రస్తుతం వెండి రేటు ఎలా ఉంది?, ధరల తేడాకు ప్రధాన కారణం ఏమిటి? అనే విషయాలను వివరంగా తెలుసుకుందాం. మే 17న (ఆదివారం) రూ.2,90,000 వద్ద ఉన్న సిల్వర్ రేటు మే 23 (శనివారం) నాటికి రూ.2,95,000 వద్దకు చేరింది. అయితే వారం మధ్యలో వెండి రేటు రూ.3 లక్షలకు కూడా చేరింది. చివరకు కొంత తగ్గుదల కనిపించింది. హైదరాబాద్, విజయవాడ, చెన్నైలో కేజీ వెండి రేటు రూ.2.95 లక్షల వద్ద ఉండగా.. ఢిల్లీలో మాత్రం కేజీ సిల్వర్ ధర రూ.2.85 లక్షల వద్ద ఉంది. దీన్నిబట్టి చూస్తే దేశ రాజధాని నగరంలో సిల్వర్ రేటు తక్కువని స్పష్టమవుతోంది.



పెట్టుబడిదారులు వెండిపై పెట్టుబడులు పెంచినప్పుడు కూడా ధరలు పెరుగుతాయి. అంతర్జాతీయ రాజకీయ పరిస్థితులు: యుద్ధాలు, దేశాల మధ్య వాణిజ్య సమస్యలు వెండి, ఇతర విలువైన లోహాల ధరలను ప్రభావితం చేస్తాయి. ఇలాంటి సమయంలో లోహాల విలువ పెరుగుతుంది.

వెండిని.. ఎలక్ట్రిక్ వాహనాలు, పునరుత్పాదక శక్తి, టెలికాం, బయోఫార్యూ వంటి పరిశ్రమలలో విరివిగా ఉపయోగిస్తున్నారు. అంతే కాకుండా.. సౌర ఫలకాలు, బ్యూటీరీలు, ఎలక్ట్రానిక్ భాగాలలో కూడా సిల్వర్ కీలకంగా మారింది. ఇవన్నీ వెండి డిమాండును అమాంతం పెంచడంలో దోహదపడతాయి.

**మార్కెట్ డిమాండ్, సరఫరా:** డిమాండ్ ఎక్కువగా ఉండి, సరఫరా తక్కువగా ఉన్నప్పుడు ధరలు పెరుగుతాయి. వెండిని ఆభరణాలుగా మాత్రమే కాకుండా ఎలక్ట్రానిక్స్, వైద్య పరికరాల్లో కూడా ఉపయోగిస్తారు. కాబట్టి ఇది కూడా రేటు పెరగడానికి కారణమైంది.

**పెట్టుబడులు:** సాక్ మార్కెట్లో రిస్క్ వద్దనుకుని, ఇతర మార్కెట్లో పెట్టుబడి పెట్టాలనుకునే వారికి వెండి మంచి ఎంపిక. కాబట్టి

# పెట్రోల్ కష్టాలకు చెక్.. వచ్చేస్తోంది కొత్త కారు!

వియత్నాంకు చెందిన ఈవీ తయారీ సంస్థ వినఫాస్ట్.. భారతదేశంలో కొత్త తరం వినఫాస్ట్ ఎఫీ8 ఎలక్ట్రిక్ కారును ఆవిష్కరించింది. ఇది లేటెస్ట్ డిజైన్, అప్టెటెడ్ క్యాబిన్.. మెరుగైన టెక్నాలజీ వంటివి పొందుతుంది. కంపెనీ దీనికోసం మే 27 నుంచి బుకింగ్స్ స్వీకరించడం ప్రారంభించింది. డెలివరీలు జూలై నుంచి ప్రారంభమవుతాయి. వినఫాస్ట్ ఎఫీ8 మునుపటి మోడల్ కంటే కూడా చాలా అద్భుతంగా ఉంటుంది. ఈ కారు ముందు భాగంలో వింగ్స్ ఆకారంలో ఉండే ఎల్ఈడీ డీఆర్ఎల్, వీ పేప్ లైటింగ్ ఎలిమెంట్తో అనుసంధానమై ఉంటాయి. దీనితో పాటు పెద్ద గ్లాస్-బ్రాక్ ఫేషియా కూడా ఉంటుంది. బంపర్లో పెద్ద ఎయిర్ ఛానెల్స్ కూడా ఉన్నాయి, ఇవి ఎరోడైనమిక్ సామర్థ్యాన్ని మెరుగుపరచడంలో సహాయపడతాయి. ప్రైడ్ ప్రాఫైల్ విషయానికి వస్తే.. ఇక్కడ 19 ఇంచెస్ అల్యూమీ వీల్స్ ఉన్నాయి. కాబట్టి ఇది మరింత సెక్యూర్టీ లుక్ అందిస్తుంది.



వెనుక డిజైన్ ను కూడా కనెక్టెడ్ ఎ-ఆకారపు ఎల్ఈడీ టెయిల్ ల్యాంప్స్ ఉన్నాయి. వినఫాస్ట్ ఎఫీ8 పూర్తిగా కొత్త డిజైన్ క్యాబిన్ ను పొందుతుంది. డాష్ బోర్డ్ లో 12.9 అంగుళాల టచ్ స్క్రీన్ ఇన్ఫోటైమ్ మెంట్ సిస్టమ్ ఉంటుంది. డిజిటల్ డ్రైవర్ డిస్ ప్లే ఉంది. ఈ కారు కొత్త టూ-స్కోప్ స్టీరింగ్ వీల్,

స్టీరింగ్-కాలమ్ పై అమర్చిన గేర్ సెలెక్టర్ ను కూడా పొందుతుంది. ఎయిర్ ప్యూరిఫికేషన్ తో కూడిన డ్యూయల్-జోన్ క్లైమేట్ కంట్రోల్, మెమరీ ఫంక్షన్ తో కూడిన పవర్ ప్రూట్ సీట్లు, రెస్ట్రెయిన్డ్ రియర్ సీట్లు, వైరెస్ లెస్ కనెక్టెడ్ టెక్, వాయిస్ అసిస్టెంట్ సపోర్ట్, మరియూ 8-స్పీకర్ ఆడియో సిస్టమ్ వంటి ఫీచర్స్ ఎన్నో ఇందులో ఉన్నాయి. ఈ ఎలక్ట్రిక్ శాఖలో ఏడీఎస్ఎస్ ఫీచర్లు, బ్లైండ్ స్పాట్ మానిటరింగ్, హైవే అసిస్ట్, 360 డిగ్రీ కెమెరా సెటప్ కూడా ఉన్నాయి. ఈ కారులో 60.13 ఎస్ఎఫ్ బ్యూటీరి ప్యాక్ ఉంటుంది. ఇది ఒక ఫుల్ ఛార్జింగ్ తో 500 కిమీ రేంజ్ అందిస్తుందని కంపెనీ వెల్లడించింది. ఇందులో ఎలక్ట్రిక్ మోటారు.. 228 హార్స్ పవర్, 330 న్యూటన్ మీటర్ లూమ్ అందిస్తుంది. అయితే సంస్థ ఈ కారు ధరలను త్వరలోనే వెల్లడించనుంది.

# ముంబైని ఓడించి ప్లేయ్ లోకి రాజస్థాన్... ఎలిమినేటర్ లో సన్ రైజర్స్ తో ఢిల్లీ

ముంబై ఇండియన్స్ ను 30 పరుగుల తేడాతో ఓడించి ప్లే ఆఫ్ కు చేరిన రాజస్థాన్ ఈ విజయంతో పంజాబ్, కోల్ కతా ప్లే ఆఫ్ కు ఆశలకు గంది. ఎలిమినేటర్ మ్యాచ్ లో సన్ రైజర్స్ హైదరాబాద్ తో రాజస్థాన్ రాయల్స్ ఢిల్లీ సూర్యకుమార్ యాదవ్ (60) పోరాటం వృధా, 9వ స్థానంతో సీజన్ ను ముగించిన ముంబై ఆల్ రౌండర్ ప్రదర్శనతో ఆకట్టుకున్న జోప్రా ఆర్చర్ ఐపీఎల్ 2026 సీజన్ లో ప్లే ఆఫ్ కు చేరిన ఉన్న చివరి బెరుగు రాజస్థాన్ రాయల్స్ కైవసం చేసుకుంది. ముంబైలోని వాంఖడే స్టేడియంలో ఆదివారం జరిగిన అత్యంత కీలకమైన మ్యాచ్ లో ముంబై ఇండియన్స్ పై 30 పరుగుల తేడాతో విజయం సాధించి, ప్లే ఆఫ్ కు అర్హత సాధించింది. ఈ గెలుపుతో రాజస్థాన్ తమ స్థానాన్ని పదిలం చేసుకోవడమే కాకుండా, పంజాబ్ కింగ్స్, కోల్ కతా నైట్ రైడర్స్ జట్టు ఆశలపై నీళ్లు చల్లింది. ఇక చండీగఢ్ లో మే 27న జరిగే ఎలిమినేటర్ మ్యాచ్ లో రాజస్థాన్ రాయల్స్.. సన్ రైజర్స్ హైదరాబాద్ తో తలపడనుంది. నేటి మ్యాచ్ లో టాప్ గెలిచిన ముంబై ఇండియన్స్ కెప్టెన్ హార్దిక్ పాండ్యా ఫీల్డింగ్ ఎంచుకున్నారు. మొదట బ్యాటింగ్ చేసిన రాజస్థాన్ రాయల్స్, నిర్ణీత 20 ఓవర్లలో 8 వికెట్ల సప్తానికి 205 పరుగుల భారీ స్కోరును సమారు చేసింది. బ్యాటర్లందరూ సమష్టిగా రాణించడంతో రాజస్థాన్ ఈ స్కోరును సాధించగలిగింది. డ్రుమ్ జుబెల్ (38), దాసున్ శనక (29) కీలక ఇన్నింగ్స్ లు ఆడగా, చివర్లో జోప్రా ఆర్చర్ (15 బంతుల్లో 32), రవీంద్ర జడేజా (11 బంతుల్లో 19 నాటౌట్) మెరుపు వేగంతో పరుగులు సాధించి జట్టు స్కోరును 200 దాటారు. 206 పరుగుల భారీ లక్ష్య ఛేదనలో ముంబై ఇండియన్స్ కు అరంభంలోనే గట్టి ఎదురుదెబ్బ తగిలింది. జోప్రా ఆర్చర్ అద్భుత బౌలింగ్ తో రోహిత్ శర్మ ను డకౌట్ గా పెవిలియన్ పంపారు. ఆ తర్వాత



అద్భుతమైన అర్పణతో ఓంటరి పోరాటం చేశాడు. అతనికి చైల్డ్ జాక్స్ (33), కెప్టెన్ హార్దిక్ పాండ్యా (34) నుంచి మంచి సహకారం లభించడంతో ముంబై శిబిరంలో ఆశలు చిగురించాయి. ఒక దశలో మ్యాచ్ ఉత్సాహంగా మారింది. అయితే, కీలక సమయంలో రాజస్థాన్ బౌలర్లు మళ్లీ పట్టు సాధించారు. ప్రమాదకరంగా మారుతున్న హార్దిక్ పాండ్యాను జోప్రా ఆర్చర్ అవుట్ చేయగా, ఆ తర్వాత ఓవర్లోనే నాంద్రే బర్డర్.. క్రీజులో పాతుకుపోయిన సూర్యకుమార్ ను పెవిలియన్ పంపారు. ఈ రెండు వికెట్లతో ముంబై ఓటమి భారమైంది. చివరకు ముంబై 20 ఓవర్లలో 9 వికెట్లు కోల్పోయి 175 పరుగులు మాత్రమే చేయగలిగింది. ఈ ఓటమితో ముంబై ఇండియన్స్ ఈ సీజన్ ను 9వ స్థానంతో నిరాశగా ముగించింది.

# సాఫ్ట్వేర్

### భారత్ మ్యాచ్ కు ప్రాధాన్యం ఇవ్వం.. ఎందుకంటే..!



ఐసీసీ టోర్నమెంట్ ఏదైనా భారత్, పాకిస్తాన్ మ్యాచ్ కు ఉండే క్రేజీ వేరు. పురుషుల జట్లైనా, మహిళల టీమైనా సువ్వనేనా అంటూ తలపడడం అభిమానులకు భలే కిక్కిస్తుంది. ఈసారి మహిళల టీ20 ప్రపంచకప్ లో మరోసారి దాయాదులు తాహ్ సీడ్ తేల్చుకోవచ్చును. లీగ్ దశలో చిరకాల మ్యాచ్ గురించి పాక్ కెప్టెన్ ఫాతిమా సనా ఆసక్తికర వ్యాఖ్యలు చేసింది. అందరూ ఊహిస్తున్నట్లు ఇండియాతో మ్యాచ్ కు అధిక ప్రాధాన్యం ఇవ్వబోవని ఫాతిమా పేర్కొంది. టీ20 ప్రపంచకప్ సన్నాహకాల్లో భాగంగా పాకిస్తాన్ జట్టు లాహోర్లో శిక్షణ శిబిరంలో బీజీగా ఉంది. జూన్ 14న ఎడ్స్ బాస్టన్ లో భారత్ తో జరుగుతున్న మ్యాచ్ కు ఎలా సన్నద్ధమవుతున్నారు? అని కెప్టెన్ సనా ఫాతిమాను మీడియా ప్రశ్నించగా ఆమె 'అదేం లేదు.. ఎక్కువ ప్రాధాన్యం ఇవ్వాలనుకోవడం లేదు' అని చెప్పింది. మేము ప్రపంచకప్ కోసం బాగా సన్నద్ధమయ్యాం. వరల్డ్ కప్ లో ప్రతి మ్యాచ్ ముఖ్యమే. టీ20 ఫార్మాట్లో ఎప్పుడు ఏదైనా జరగొచ్చు. అందుకని మేము ఒక మ్యాచ్ కోసం ప్రత్యేకంగా సిద్ధమవ్వడం లేదు. భారత్, పాకిస్తాన్ మ్యాచ్ కు ఉండే క్రేజీ అందరికీ తెలిసిందే. దేవుడి ఆశీర్వాదంతో మేము మెరుగైన ప్రదర్శన చేయాలనుకుంటున్నాం అని ఫాతిమా వెల్లడించింది.

**భారత్ 13వార్లు** ఇటీవలే స్వదేశంలో జింబాబ్వేను వైట్ వాష్ చేసిన పాకిస్తాన్ ప్రపంచకప్ పోటీలకు అత్యుత్సాహంతో రానుంది. కెప్టెన్ ఫాతిమా 15 బంతుల్లోనే వేగవంతమైన అర్పణ తో రికార్డు నెలకొల్పింది కూడా. వరల్డ్ కప్ ముందు ఐర్లాండ్, వెస్టిండీస్ తో పాక్ ముక్కోణపు సిరీస్ ఆడనుంది. జూన్ 12 నుంచి మొదలయ్యే పాక్ కప్ లో భారత్, పాక్ గ్రూప్ లో ఎలా ఉన్నాయి. లీగ్ దశలో ఇరజట్లు జూన్ 14న ఎడ్స్ బాస్టన్ లో తలపడనున్నాయి. రికార్డు గమనిస్తే.. టీ20 వరల్డ్ కప్ లో పాక్ పై టీమిండియాదే పైచేయి. ఇప్పటివరకూ 16 మ్యాచ్ లో భారత్ 13వార్లు దాయానిని చిత్తు చేసింది.



### కామాఖ్యా దేవి ఆలయంలో సూర్య-జ్యోతిక ప్రత్యేక పూజలు.. వైరల్ అవుతున్న స్టార్ కపుల్ ఫోటోలు

కోల్కత్తాలో అత్యంత అభిమానాన్ని సంపాదించిన జంటల్లో సూర్య-జ్యోతిక జంటకు ప్రత్యేక స్థానం ఉంది. తెరపై తమ అద్భుతమైన కెమిస్ట్రీతో ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకున్న ఈ జంట, నిజ జీవితంలోనూ ఎంతో మందికి ఆదర్శంగా నిలుస్తున్నారు. వ్యక్తిగత జీవితాన్ని, కెరీర్‌ను సమతుల్యంగా కొనసాగిస్తూ అభిమానుల హృదయాల్లో ప్రత్యేక స్థానం సంపాదించుకున్నారు. ప్రస్తుతం ఈ స్టార్ కపుల్ కెరీర్ పరంగా కూడా మంచి జోన్లలో ఉన్నారు. ఇటీవల సూర్య నటించిన 'కరువు' చిత్రం ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకోగా, జ్యోతిక ప్రధాన పాత్రలో నటించిన 'సిస్టర్' సినిమా కూడా మంచి స్పందనను అందుకుంది. వరుస విజయాలతో ఫుల్ హ్యాపీగా ఉన్న ఈ జంట తాజాగా ఆధ్యాత్మిక యాత్రకు వెళ్ళారు. దీనిలో భాగంగా సూర్య, జ్యోతిక కలిసి అస్సాంలోని ప్రముఖ పుణ్యక్షేత్రం కామాఖ్యా దేవి అమ్మవారి ఆలయాన్ని సందర్శించారు. ఆలయంలో ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించి అమ్మవారి ఆశీస్సులు తీసుకున్నారు. అనంతరం అక్కడ కొన్ని ప్రత్యేక ఫోటోలకు పోజులిచ్చారు. సాంప్రదాయ దుస్తుల్లో సూర్య, జ్యోతిక ఎంతో సింపుల్‌గా, ప్రశాంతంగా కనిపించారు. వీరిద్దరూ కలిసి దిగిన ఫోటోలు ప్రస్తుతం సోషల్ మీడియాలో వేగంగా వైరల్ అవుతున్నాయి. అభిమానులు కూడా ఈ ఫోటోలను పెద్ద ఎత్తున షేర్ చేస్తూ ప్రశంసలు కురిపిస్తున్నారు. "ఎవర్ గ్రీన్ జంట", "సక్సెస్ తర్వాత దైవ దర్శనం చాలా మంచి విషయం", "ఇద్దరూ చాలా అందంగా ఉన్నారు", "ఇదే నిజమైన పవర్ కపుల్" అంటూ అభిమానులు కామెంట్స్ చేస్తున్నారు. ఇక సినిమాల విషయానికి వస్తే, సూర్య ప్రస్తుతం తన తదుపరి ప్రాజెక్టులతో బిజీగా ఉండగా, జ్యోతిక కూడా పలు కీలక కథలపై దృష్టి పెట్టినట్లు తెలుస్తోంది. ఒకవైపు సినీ ప్రయాణం, మరోవైపు కుటుంబ జీవితం రెండింటినీ సమతుల్యంగా కొనసాగిస్తున్న ఈ స్టార్ జంట మరోసారి వార్తల్లో నిలిచింది.



### రాయలసీమ యాసలో అఖిల్ కొత్త ప్రయోగం.. 'లెనిన్'తో భారీ హిట్ పై ఫుల్ ఫోకస్!

అక్కినేని యువ హీరో అఖిల్ ప్రస్తుతం తన కెరీర్లో అత్యంత కీలకమైన ప్రాజెక్ట్ గా భావిస్తున్న 'లెనిన్' సినిమాతో బిజీగా ఉన్నారు. దర్శకుడు మురళీ కిషోర్ అబ్బూరి (నందు) తెరకెక్కిస్తున్న ఈ చిత్రం ఇప్పటికే సినీ వర్గాల్లో ఆసక్తిని పెంచుతోంది. ఇటీవల విడుదలైన డీజర్ ప్రేక్షకుల నుంచి మంచి స్పందన అందుకోవడంతో సినిమాపై అంచనాలు మరింత పెరిగాయి. ఈ చిత్రం ప్రత్యేకత ఏమిటంటే, కథ మొత్తం రాయలసీమ బ్యాక్ డ్రాప్ నేపథ్యంలో సాగనుండటం. ముఖ్యంగా చిత్రాంత ప్రాంత జీవనశైలి, అక్కడి పరిస్థితులు, స్థానిక సంస్కృతిని ప్రధానంగా చూపించనున్నట్లు తెలుస్తోంది. కథలోని పాత్రల సహజతాన్ని ప్రేక్షకులకు దగ్గర చేయాలనే ఉద్దేశంతో దర్శకుడు యాసకు కూడా ప్రత్యేక ప్రాధాన్యం ఇస్తున్నారని సమాచారం. సినిమాలో ప్రధాన పాత్రల సంభాషణలు పూర్తిగా రాయలసీమ యాసలోనే ఉండనున్నాయి. ముఖ్యంగా అఖిల్ పాత్రకు కూడా అదే తరహా డైలాగ్ డెలివరీ ఉండబోతోందట. డీజర్ తో అఖిల్ వాయిస్ కొంత భిన్నంగా అనిపించినా, సినిమాలో మాత్రం ఆయన స్వరానికి రాయలసీమ యాసను జోడించేలా ప్రత్యేకంగా వర్క్ చేస్తున్నారని తెలుస్తోంది. ఇప్పటివరకు తన కెరీర్లో ఎక్కువగా క్లాస్, అర్బన్ షేడ్స్ ఉన్న పాత్రల్లో కనిపించిన అఖిల్ కు ఇది పూర్తిగా కొత్త ప్రయోగంగా భావిస్తున్నారు. రాయలసీమ యాసలో డైలాగ్స్ చెప్పడం, స్థానిక భాషా శైలిని అలవాటు చేసుకోవడం వంటి అంశాలపై అఖిల్ ప్రత్యేక శ్రద్ధ తీసుకుంటున్నట్లు సమాచారం. ఈ చిత్రంలో అందాల భామ భాగ్యశ్రీ బోల్షీ హీరోయిన్ గా నటిస్తోంది. అఖిల్-భాగ్యశ్రీ జంట మధ్య వచ్చే ప్రేమ సన్నివేశాలు సినిమాలో ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలుస్తాయని చిత్ర యూనిట్ వర్గాలు చెబుతున్నాయి. వీరిద్దరి మధ్య కెమిస్ట్రీ చాలా సహజంగా వచ్చిందని, ముఖ్యంగా ఎమోషనల్ మరియు లవ్ ట్రాక్ ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకునేలా ఉంటుందని సమాచారం. ఇక అఖిల్ ఈ సినిమాపై భారీ ఆశలు పెట్టుకున్నట్లు తెలుస్తోంది.

### 'హల్లల్లో'తో సోషల్ మీడియాలో పెద్ద మేనియా..

మోగా పవర్ స్టార్ రామ్ చరణ్ నటిస్తున్న మోస్ట్ అవేటెడ్ మూవీ 'పెద్ద! ప్రమోషన్స్ ప్రస్తుతం దేశవ్యాప్తంగా భారీ హైప్ ను సృష్టిస్తున్నాయి. ఇప్పటికే విడుదలైన గ్లిమ్స్, ట్రైలర్, తొలి రెండు పాటలు ప్రేక్షకుల్లో అంచనాలను పెంచగా.. ఇప్పుడు మూడో సాంగ్ 'హల్లల్లో' వచ్చి సోషల్ మీడియాలో కొత్త ట్రెండ్ కు శ్రీకారం చుట్టింది. గత రెండు రోజులుగా ప్రోమోతోనే వైరల్ అయిన ఈ పాట.. తాజాగా పూర్తి వీడియో విడుదల కావడంతో మోగా అభిమానుల్లో మరింత జోష్ నింపింది. భోపాల్ లో జరిగిన 'పెద్ద! కీ ఆవాజ్' ఈవెంట్ లో ఈ పాటను గ్రాండ్ గా లాంచ్ చేస్తారని అభిమానులు భావించారు. అయితే అక్కడ ఆడియో వెర్షన్ మాత్రమే విడుదల చేశారు. దీంతో పూర్తి వీడియో కోసం ఆసక్తిగా ఎదురుచూసిన అభిమానులకు ఇప్పుడు మేకర్స్ సర్ప్రైజ్ ఇచ్చారు. విడుదలైన కొద్ది సేపటికే ఈ పాట సోషల్ మీడియాలో ట్రెండింగ్ లోకి దూసుకెళ్లింది. "హల్లల్లో... హల్లో హల్లల్లో హల్లల్లో... బావ చీర చొక్కా చిక్కడిపోవాలే..." అంటూ సాగే లిరిక్స్ యూట్యూబ్ బాగా ఆకట్టుకుంటున్నాయి. రొమాంటిక్ టవ్ తో పాటు మాన్ ఎనర్జీని కలిపి రూపొందించిన ఈ పాటలో రామ్ చరణ్ స్ట్రీట్ ప్రెజెన్స్ మరోసారి ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలిచింది. ఆయన స్టైలిష్ స్టైపులు, రా అండ్ రస్టిక్ లుక్ అభిమానులను ఫిదా చేస్తున్నాయి. ఈ పాటకు ప్రముఖ రచయిత అనంత్ శ్రీరామ్ సాహిత్యం అందించగా, గాయని రక్షిత సురేష్ తన గాత్రంతో ప్రత్యేకమైన ఫీల్ తీసుకొచ్చారు. కొరియోగ్రాఫర్ జానీ మాస్టర్ కంపోజ్ చేసిన డ్యాన్స్ మామెంట్స్ ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకుంటున్నాయి. ముఖ్యంగా రామ్ చరణ్, జానీ కపూర్ కెమిస్ట్రీ పాటకు మరో షరణ్ పాయింట్ గా నిలిచింది. ఇక 'పెద్ద! సినిమాపై మొదటి నుంచే భారీ అంచనాలు ఉన్నాయి. 'చికిరి చికిరి', 'రమ్ రమ్ రా రా' పాటల నుంచి ట్రైలర్ వరకు ప్రతి అప్డేట్ అభిమానులను ఆకట్టుకుంది. ముఖ్యంగా ఈ సినిమా కైవాక్స్ పై చిత్రబృందం పదే పదే ఆసక్తికర వ్యాఖ్యలు చేస్తోంది. దర్శకుడు బుచ్చిబాబు రూపొందించిన ఈ ముగింపు సన్నివేశం ప్రేక్షకులకు భారీ సర్ప్రైజ్ గా నిలుస్తుందని చెబుతున్నారు. ప్రమోషన్స్ విషయంలో కూడా చిత్రబృందం ఎక్కువ తగ్గడం లేదు. దేశవ్యాప్తంగా ప్రత్యేక ఈవెంట్లు నిర్వహిస్తూ సినిమాపై మరింత హైప్ క్రియేట్ చేస్తున్నారు. బెంగళూరు, ఢిల్లీ, చెన్నై, విజయనగరం, హైదరాబాద్ నగరాల్లో వరుసగా భారీ ప్రమోషనల్ కార్యక్రమాల నిర్వహించేందుకు ప్లాన్ చేశారు.



### 'రాడీ జనార్దన'లో 'కన్నప్ప' బ్యూటీ స్పెషల్ సాంగ్!

టాలీవుడ్ రాడీ బాయ్ విజయ్ దేవరకొండ, టాలీవుడ్ డైరెక్టర్ రవి కిరణ్ కోలా కాంటినెన్షన్ లో వస్తున్న యాక్టర్ ఎంటర్టైన్ 'రాడీ జనార్దన'. ప్రముఖ నిర్మాత దిల్ రాజు భారీ బడ్జెట్ తో ఈ సినిమాను నిర్మిస్తుండగా.. ఈ క్రేజీ ప్రాజెక్ట్ సంబంధించి తాజాగా ఫిల్మ్ నగర్ వర్గాల్లో ఒక ఇంట్రెస్టింగ్ న్యూస్ తెగ హాట్ వల్ చేస్తోంది. ఈ సినిమాలో మాన్ ఆడియన్స్ ను ఊపేసే ఒక అదిరిపోయే స్పెషల్ సాంగ్ ఉండబోతోందట. దర్శకుడు రవి కిరణ్ ఈ పాట కోసం ఒక పవర్ ఫుల్ సెషన్ నిర్వహించేందుకు, అందులో విజయ్ పక్కన స్టైపుల్ సేం దుకు 'కన్నప్ప' ఫేమ్ బ్యూటీ ప్రీతి ముకుందన్ ను సంప్రదించినట్లు తెలుస్తోంది. ప్రస్తుతం ఆమెతో చర్చలు నడుస్తున్నాయని, అంతా అనుకూలిస్తే రాడీ హీరోతో కలిసి ప్రీతి ముకుందన్ మాన్ డ్యాన్స్ తో థియేటర్లలో రచ్చ చేయడం భాయమని అంటున్నారు. ఈ సినిమాపై అంచనాలు పెంచే మరో క్రేజీ అవేదీట్ ఏంటంటే.. టాలీవుడ్ యాంగ్లి మ్యూజ్, సీనియర్ హీరో రాజశేఖర్ ఈ చిత్రంలో ఒక అత్యంత కీలకమైన పాత్రలో నటిస్తున్నారు. ఆయన క్యారిక్చర్ ను మునుపెన్నడూ చూడని విధంగా, ఎంతో వైవిధ్యంగా డిజైన్ చేశారు. ముఖ్యంగా రాజశేఖర్ సరికొత్త లుక్ ఈ సినిమాకే పెద్ద హైలైట్ గా నిలుస్తుందని ఇండస్ట్రీ టాక్. మహానటి కీర్తి సురేష్ హీరోయిన్ గా నటిస్తున్న ఈ ప్రాజెక్ట్ ప్రస్తుతం టాలీవుడ్ లో హాట్ టాపిక్ గా మారింది. ప్రస్తుతం ఓ వైపు 'రణబాలి' సినిమా చేస్తూనే, మరోవైపు ఈ 'రాడీ జనార్దన' చిత్రంతో బాక్సాఫీస్ వద్ద సాల్విడ్ కమర్షియల్ సక్సెస్ అందుకోవాలని విజయ్ దేవరకొండ పూర్తి కనిపా ఉన్నారు.



### బాక్సాఫీస్ వద్ద 'దృశ్యం 3' సునామీ..

కేవలం 3 రోజుల్లోనే రూ. 100 కోట్ల క్లబ్ లో మోహన్ లాల్! మలయాళ సూపర్ స్టార్ మోహన్ లాల్, సన్నేషనల్ డైరెక్టర్ జీతు జోసెఫ్ కాంటినెన్షన్ లో వచ్చిన మోస్ట్ అవేటెడ్ సస్పెన్స్ థ్రిల్లర్ 'దృశ్యం 3' బాక్సాఫీస్ వద్ద కలెక్షన్లు సునామీ సృష్టిస్తోంది. థియేటర్లలోకి వచ్చిన కేవలం మూడు రోజుల్లోనే ఈ సినిమా ప్రపంచవ్యాప్తంగా రూ. 100 కోట్ల మార్కును దాటేసి సరికొత్త రికార్డు సృష్టించింది. ట్రేడ్ వర్గాల సమాచారం ప్రకారం మూడో రోజు ముగిసే సమయానికి ఈ చిత్రం గ్లోబల్ వైడ్ గా ఏకంగా రూ. 117.17 కోట్ల గ్రాస్ వసూళ్లను సాధించడమే కాకుండా, మలయాళ చిత్ర పరిశ్రమలో అత్యంత వేగంగా వంద కోట్ల క్లబ్ లో చేరిన రెండవ సినిమాగా సరికొత్త చరిత్ర లిఖించింది. బాక్సాఫీస్ లెక్కల విషయానికి వస్తే ఇండియాలో ఈ సినిమా ఇప్పటివరకు రూ. 40.60 కోట్ల నెట్ వసూలు చేయగా, మొదటి రోజుతో పోలిస్తే శని, ఆదివారాల్లో కలెక్షన్లు భారీగా వుంటున్నాయి. విదేశాల్లో కూడా ఈ సినిమాకు ప్రేక్షకులు బ్రహ్మరథం పడుతుండటంతో ఓవర్సీస్ మార్కెట్ లోనే ఏకంగా రూ. 70 కోట్ల గ్రాస్ కలెక్ట్ చేసి సరికొత్త రికార్డు క్రియేట్ చేసింది. ఎప్పటిలాగే మలయాళ వెర్షన్ రూ. 11.65 కోట్ల నెట్ కలెక్షన్ తో టాప్ నిలవగా, తెలుగు, తమిళ, కన్నడ వెర్షన్లు కూడా మంచి వసూళ్లను సాధిస్తున్నాయి. మిశ్రమ సమీక్షలు వచ్చినప్పటికీ జార్జ్ కుట్టి పాత్రపై ఉన్న క్రేజ్ ప్రేక్షకులను థియేటర్లకు పరుగులు పెట్టిస్తుండటంతో కేరళలో దాదాపు 67% పైగా అక్యుపెన్సీతో థియేటర్లు హాస్పిటల్ బోర్డులతో దర్శనమిస్తున్నాయి. ఈ ఘన విజయంపై మోహన్ లాల్ సోషల్ మీడియా వేదికగా స్పందిస్తూ, గడిచిన 13 ఏళ్లుగా జార్జ్ కుట్టి కుటుంబంపై ప్రేక్షకులు చూపిస్తున్న ప్రేమ, సమృద్ధినికే చేతులిచ్చి మొక్కుతున్నారని అభిమానులకు ధన్యవాదాలు తెలిపారు. ఆశీర్వాద్ సినిమాస్ బ్యానర్ పై అంటోనీ పెరుంబాచూర్ నిర్మించిన ఈ సినిమాలో మీనా, అనిబా, ఎస్వీ అనిల్ కీలక పాత్రలు పోషించారు.

