



భిజేప్పకి చాన్నిస్తే
రాజ్యారాణి
మారుస్తారని
రాష్ట్రాల్ ఏనాడో
హొచ్చరించారు
అల్లు అర్చున్ సీలం
రేవంత్ కు
బేపురుగా
క్షమాపణ చెప్పాలి
- ఆర్ అండ్ జీ
తాథు మంత్రి
కోమటిరెడ్డి
వెంకట్ రెడ్డి

ఎంత ఉండు... దీశ బ్రాలకు కుమారు చెప్పు

యాదగిరిగుట్ట, రోమంగ్ న్యాన్:

శ్రీకుంటల్లో బాబునూపెట్ అంబేద్కర్ ను అవమానించే విధంగా మాటల్లాడిన కేంద్ర పెశాంశు మంత్రి అమిత్ షా దేశ ప్రజలకు వెంటనే క్షమాపణ చెప్పులని రాష్ట్ర అర్థ అండ్ బీ శాఖ మంత్రి కోమటీరెడ్డి వెంకట్ రద్ది డిమాండ్ చేశారు. ఆదివారం యాదగిరిగుట్టలోని బీర్ల నిలయంలో ప్రభుత్వ విష బీర్ల అయిలయ్య, ఎంపీ చామల కిరణ్ కుమార్ రెడ్డి, మాజీ మంత్రి మోత్కులస్వామి నర్సింహులతో కలిసి అంబేద్కర్ ఫౌలోలను ప్రదర్శిస్తూ ఆయన మీదియాతో మార్కుడారు. అంబేద్కర్ పేరుకు బదులు దేవుడి పేరు ఉచ్చరిస్తే పుణ్యమేస్తుదని లోకుంటల్లో అమిత్ షా మాటల్లాడడాన్ని ఆయన తీవ్రంగా ఖండించారు. దేశ ప్రజలు అంబేద్కర్ ను దేవుడిలా కొలుస్తారని, అలాంటి గొప్ప వ్యక్తిని ఉద్దేశించి అవమానకరంగా మాటల్లాడడమేంటని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. అంబేద్కర్ గురించి తప్పగా మాటల్లాడి దేశ ప్రజలను అమిత్ షా

ఆపమానించారన్న ఆయన.. అమిత్ షా తన వ్యాఖ్యలును వెనక్కి తీసుకుని దేశ ప్రజలకు బేపురుతుగా క్షమాపణ చెప్పాలని డిమాండ్ చేశారు. అంబేద్కర్ అన్నా అంబేద్కర్ భావజాలమన్నా మోదీ, అమిత్ షాకు నచ్చడని విమర్శించారు. బీజేపీకి 400 ఎంట్ సీట్లు ఇస్తే రాజ్యాంగాన్ని సైతం మారుస్తారని రాహుల్ గాంధీ ఎవ్వడో చెప్పారని, అమిత్ షా వ్యాఖ్యలు దీనికి బలం చేకూరుస్తున్నాయన్నారు. అంబేద్కర్ పేరు తలిన్సే దేవుడిని తలుచక్కన్నాడని, దేశ ప్రజలు అంబేద్కర్ ను ఆరాధిస్తున్న తీరును చూసి ఓర్చులేకే అమిత్ షా అధికారమంతో కింపరచే విధంగా మాట్లాడారని మండిపడ్డారు. అమిత్ షా వ్యాఖ్యలతో బీజేపీ నిజస్సరూపం దేశ ప్రజలకు అర్థమైందని, రాసున్న రోజుల్లో బీజేపీకి భిక్షువుత్తు ఉండడని పోచ్చరించారు.

రెడ్డి చేసిన ప్రకటనను తప్పబల్టిన సినిపీరో అల్లు అర్జున్ వెంటను బహిరంగ క్షమాపణ చెప్పాలని మంత్రి కోమటిరెడ్డి వెంకట్ రెడ్డి మాండ్ చేశారు. వివక్ష సథ్యాలు లేవనెత్తిన ప్రశ్నకు ఆధారాల తెప్పించుకుని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి ఇఘ్నా జరిగిన తీరును వివరిస్తే అల్లు అర్జున్ ప్రెస్ మీట్ పెట్టి సీఎం పేరు ఉచ్చరించకుండా పరోక్షంగా రేవంత్ రెడ్డి మాటల్డిన మాటలు అవాస్తవమని అనడం స్థాపించాడన్నారు. సంధ్య ధియేటర్ వద్ద జరిగిన తెక్కినశాఖలో రేవతి ఆమిలీశ్ చినిపోగా.. ఆమె కొడుకు చావుబతుకుల మధ్య ఉన్నాడన్నారు. అలాంటి బాధిత ఫ్యామిలీని పరామర్థించడాన్ని పక్కనపెట్టి.. ఏది అయినట్లు సినీ ఇండస్ట్రీ పెద్దలు అల్లు అర్జున్ ను పరామర్థించడాని ఆయన ఇంటికి కూడా కట్టడమేంటిని ఆశ్చర్యం వ్యక్తం చేశారు. అలా అర్జున్ ను పరామర్థించిన సినీ పెద్దలు హస్పిటల్ లో చావుబతుకు మధ్య ఉన్న ట్రైటెంట్ ను, బాధిత ఫ్యామిలీని ఎందుకు పరామర్థించలేదా

ప్రశ్నించారు. తొక్కిసలాటలో మహిళ చనిపోయిందని, కొడుకు పరిస్థితి సీరియస్ గా ఉందని అల్లు అర్పున్ కు పోలీసులు చెప్పినా చలింపకుండా సినిమా మొత్తం చూసి తిరిగి వెళ్లా చేతులు ఊపుకుంటూ పోవడమేంటని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. ప్రాణం పోయిందని చెప్పినా సినిమా చూస్తూ ఎంజాయ్ చేసిన అల్లు అర్పున్ కు మానవత్వమే లేదన్నారు.

మహానుభం పేణ్ణర్ ఆవిష్కరణ



వకిరేకల్, రోమింగ్ న్యూస్

ఈ నెల 28,29,30 తేదీలలో సల్గొండ జిల్లా కేంద్రంలోని లక్ష్మీ గార్డెన్స్ ఘంటక్ హాల్ లో టీవెన్ యుటీఎఫ్ ఉన్నతి విద్యా, పైజ్యానిక మహాసభలను విజయవంతం చేయాలని ఆ సంఘం జిల్లా అధ్యక్షులు బక్క శ్రీనివాస్ చారి కోరారు. అదివారం సాధానిక టీవెన్ యుటీఎఫ్ ప్రాంతియ కార్యాలయం ఆవరణలో మహాసభల పోస్టర్లను అవిష్యరించారు. ఈ సంభాషంగా ఆయన మాట్లాడుతూ ఈ మహాసభల్లో ప్రభుత్వ విద్యారంగంపై మేధావులతో చర్చ నిర్వహించినట్లు తెలిపారు. కార్యక్రమంలో జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి పెరుమాళ్ వెంకటేశం, రాష్ట్ర కమిటీ సభ్యులు ఎడ్ సైదులు, నల్ల నరసింహ, జిల్లా కార్యదర్శి జిల్లా కార్యదర్శి యాట మధుసూదన్ రెష్టి, నలపరాజు వెంకన్సు, గిరి యాదయ్య, పగిళ్ సైదులు, కొముర్రాజు సైదులు, గిరి యాదయ్య, రాగి రాకేష్, కే శ్రీను, పి జయసాగర్, కే రవికుమార్, రథీ, కిషోర్, వేణుగోపాల్, నగేష్, హరికృష్ణ. చక్రపాణి చంద్రశేఖర్ ప్రభాకర్ పాల్గొన్నారు.

పల్లెలను ఆగం చేసినకార్బోర్జెట్లు

- ఆర్ అండ్ బీ శాఖ మంత్రి కోమటిరెడ్డి వెంకట్ రెడ్డి



ఎరువులు, మందులు లేకుండా సేంద్రీయ వ్యవసాయం చేసే 115 ఉత్తమ రైతు జంటలకు ‘పుడమిపుత్ర’ అవార్డులు, వ్యవసాయ అనుబంధ రంగాల్లో పనిచేసే 35 మంది అభికారులు, సైంటిస్టులు, జర్రువిస్సులకు ‘కిసాన్ సేవా రత్న’ అవార్డులు ప్రదానం చేసిన ‘గాంధీ గ్రోబర్ ఫ్యామిలీ’ సంస్థను మంత్రి అభినందించారు. ఈ కార్బోకమంలో వ్యవసాయ, రైతు సంక్షేప కార్బోరేషన్ కైర్చున్ కోదండ రెడ్డి, కల్కార్క హానుమంతరావు, ఆర్యాప్రేత్ కార్బోరేషన్ కైర్చున్ కాల్యు సుజాత, ఆంగేరు హార్ట్ల్ కమిటీ కైర్చున్ బాాల తైతన్యా మహేందర్ రెడ్డి, మాజీ ఎంపిటీ చీర శ్రీతెలం, కాంగ్రెస్ మందల అధ్యక్షుడు కానగు బాలరాజు గౌడ, జిల్లా నాయకుడు దుంబాల వెంకట్ రెడ్డి, మునిపల్ చైర్ పర్సన్ సుధా హేమేందర్ గౌడ, గాంధీ గ్రోబర్ ఫ్యామిలీ కైర్చున్ గున్న రాజేందర్ రెడ్డి, భవనగిరి మునిపల్ కైర్చున్ పోతంశెట్టి వెంకట్ స్వర్రు తదితరులు ఉన్నారు.



ధర్మదర్శనానికి మూడు, స్పెషల్
దర్శనానికి గంట సమయం
సందే ఒక్కరోజే రూ.57.52 లక్షల
ఆదాయం

స్వరతాపదానికి రూ.5 లక్షల
విరాళమిచ్చిన సత్యనారాయణ,
జయలలిత దంపతులు

యాదగిరిగుట్ట రోమింగ్ స్వామి:
శ్రీలక్ష్మీనరసింహస్నామి శ్రీతం ఆదివారం భక్తులతో
కోల్పాలంగా మారింది. సందే పోలిడే కావడంతో.. తైదరాబాద్ సహ
రాష్ట్ర నలుమాలల సుంది భక్తులు పెద్ద సంఖ్యలో తరలివచ్చారు.
దీంతో అలయ పరిసరాలు ఎక్కు చూసినా భక్తులతో సందర్భా
కనిపించాయి. భక్తుల రద్దీ కారణంగా స్పెషిల్ పెద్ద సందర్భా
భక్తులు గంటల తరఫత క్షూలైన్స్లో వెయిల్ చేయాలి వచ్చి దుర్గని
భక్తులు తెలిపారు. అధిక సంఖ్యలో భక్తులు రావడంతో.. నారసింహది
ధర్మదర్శనానికి మూడు గంటల, స్పెషల్ దర్శనానికి గంట సమయం
పట్టించి భక్తుల వచ్చు నంఖ్యలో తరలివచ్చాలి.. కొండపై, కిందా
కిందా అలయ పరిసరాలు కోల్పాలంగా మారాయి. కొండ కింద
లక్ష్మీపుష్టియి, ప్రత మండపాలు, కల్యాణభక్తులు, అస్వరాన స్తుతం,
పెర్మిణ్ ప్రశేషం. కొండపై బున బే వియా, దృష్టు, ప్రసాద
క్షూలైన్సు, క్షూకాంటెక్స్, ప్రధానాలయ ప్రాంగణం భక్తులతో
జననంద్రమయ్యాయి. అలయంలో విర్పించిన నారసింహది
నిత్యకల్యాంం, బ్రహ్మాంధుమం, సుదర్శన నారసింహ ప్రొమమం పూజలో
భక్తులు పెద్ద సంఖ్యలో పొల్చాని మొక్కలు తీర్చుకున్నారు. ఇక భక్తులు
జరిపినిని పటు రూల పూజలు, నిత్య క్రైంక్రూల ద్వారా ఆదివారం
అలయానికి రూ.57,52,702 ఆదాయం సమకారింది. అత్యక్రికంగా
ప్రసాద విక్రయం ద్వారా రూ.19,32,320, కొండపై వాహనాల
ప్రవేశంతో రూ.8 లక్షలు, ఏపీఎస్ దర్శనాల ద్వారా రూ.9.30 లక్షలు,
శ్రీకృష్ణదర్శనాలతో రూ.3,45,600 ఇన్ కమ్ వచ్చినట్లు అలయ ఆఫీసర్లు
వెల్డించారు.

బంగారు ఆపడం కోసం రూ.5 లక్షల

విరాళం

యాదగిరిగుట్ట రోమింగ్ స్వామి:

యాదగిరిగుట్ట రోమింగ

కాంగ్రెస్ నాయకుల గల్లా పట్టి నిలచియండి.. అన్నదాతలకు కేటీఆర్ బహిరంగ లేఖ

ప్రాదరాబాద్ - రోమింగ్ స్వాన్స్

అన్నదాతలకు బీఆర్ఎవ్స్ వర్లింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ బహిరంగ లేఖ రాశారు. వంచనను గ్రహించి అంజ్లు వద్దని అందోళన చేయాల్చిన వేళ ఇది అని తెలిపారు. ఇప్పుడు మేలోకపోతే భరోసా ఉండదు. గోన్ మాత్రమే మిగులుతుందని చెప్పారు. జాగ్రత్తగా ఉండాలని.. రైతు భరోసా ఎగేతల మోసాన్ని ఎదురించాలని సూచించారు. అంజ్లు.. కోతలతో సగం మండికి ఎగొనామం పెట్టి ఎత్తులను చిత్తుచేయాలని సూచించారు. ప్రతి ఎకరాకు.. ప్రతి రైతుకు పెట్టులభి ఇవ్వాల్సిందేనని పట్టబట్టాలన్నారు. కాంగ్రెస్ సర్కార్ ఎత్తులను, నక్క జిత్తులను తిప్పిక్కబట్టాలని పిలుపునిచ్చారు. గ్రామాల్లో కాంగ్రెస్ నాయకులను గల్లా పటి నిలదియాలన్నారు.

రైతులకు కేటిఅర్ రాసిన బహిరంగ లేఖ యథాతథంగా.

తెలంగాణ రైతనులకు వండనం..!
నిన్న శాసనసభలో రైతు భరోసా మీద జరిగిన చర్చను మీరు చూసే వంటారు! రైతు భరోసా పైనా ఏమీ చెప్పకుండా.. ఎటూ తేల్వుకుండా సంబంధంలేని అంశాలపైకి చర్చను మళ్ళించి అనలు సంగతిని అతి తెలివితో వక్కరాలి పట్టించాడు ముఖ్యమంటి! భాగా అలాటైన అపెస్టన్ దైవర్షన్ జిమ్మెక్కులను ప్రదర్శించాడు! రైతు భరోసా పథకంపైన అంక్షలు.. అనుమానలు.. సందేహాలు వేటికి సమాధానం చెప్పకుండా దాట వేసింది ప్రభుత్వం!అంతేకాదు.. కాంగ్రెస్ మంత్రులు, ఎమ్మెల్యేలు దెత్తాంగాలు పదకుండా శరీర లొంగాలించే కూడిన గడ్డాలాచారి రాజీవీ

రైతుబంధు పథకం వై పచ్చ అబద్ధాలతో కాడన దుష్పచారాన్ని డాడన చేశారు! అన్నంపెట్టే రైతును దొంగలు చిత్రించే దుర్మార్గానికి ఒడిగట్టరూ! కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వ వైఖరి పరుస చూస్తే.. కోతలు కొర్లేలు పెట్టి రైతు భరోసాను సగానికి సగం ఎగవేసే ఎత్తుగడతో ఉన్నట్టు అర్థమైంది..! తిండి పెట్టే రైతుకు తొండి చేసి పైనలు ఎగ్గాటే వన్నాగం ప్రారంభమైంది! విధివిధానాలు.. మార్గదర్శకాలు ఏమీ సభలో చెపుకుండా సంకూతి తర్వాత రైతు భరోసా వేసాం అని ఒక మాట చెప్పి తప్పించుకుంది సర్వార్థారైతున్నలారా% %రైతుబంధును బొంద పెట్టి వనికిమాలిన పరతులు విధించి అరకారగా రైతు భరోసా అమలు చేసి మిమ్మల్ని నిండాముంచే ఒక పెద్ద రోభా జరగటోతున్నది! అప్రాపుత్తంగా వుండాల్సిన సమయం ఇది..! మౌనపోకుండా జాగ్రత్తగా వుండాల్సిన సందర్భం ఇది! స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల గండాన్ని దారుఢం కోసం.. ఏవో మాయోపాయాలు చేసి మమ అనిపించి పెట్టుబడి సాయానికి పూర్తిగా భోరీ కట్టే భోరాలు చేయబోతున్నారు! అన్నారాతలారా తస్క్రింజ జాగ్రత్త! వంచనను గ్రహించి అంక్షలు వద్దని ఆండోళన చేయాల్సిన వేళ ఇది..! ఇప్పుడు మేలోకపోతే భరోసా వుండు .. ఉమ్మడి రాష్ట్రంలో సాగు సంక్లోభం లో మునిగి.. వెన్ను విరిగిన తెలంగాణ అన్నారాతను ఆదుకోవడానికి కేసీఆర్ గారి నాయకత్వంలోని బీఅర్ఎస్ ప్రభుత్వం వ్యవసాయ రంగంలో అనేక విపవాత్సక పాలనీలను పథకాలను ప్రవేశపెట్టింది! తెదన రైతు తేరుకున్నదు.. ఆగమైన ఎవునం బాగుపడ్డది! ముఖ్యంగా.. రైతుకు రంధ్ర లేకుండా రెండు పంటలకు పెట్టుబడి సాయం అందించేందుకు కేసీఆర్ గారు ప్రవేశపెట్టిన రైతుబంధు పథకం వ్యవసాయాన్ని ఒక పండుగలు మార్పడంలో కీలక పాత పోషించింది! రైతు ఎవరి ముందూ పెట్టుబడి కోసం చేయి చాచే దుఃఖి లేకుండా వానాకాలం.. యాసంగి రెండు పంటలకు అవసరమైన పైనలు నేరుగా బ్యాంకు భాతాల్లో పడే ఒక అపురూపమైన అలోచన అచరణ రైతుబంధు!

కుప్పకూలిన వ్యవసాయాన్ని నిలబెట్టాలన్న సంకల్పంతో తేడా మాప కుండా ప్రతి రైతుకూ పెట్టుబడి పైనలు ఇప్పాలని నిర్ణయించాం! మొత్తం 11 సీజన్సలో 73 వేల కోట్ల రూపాయలను కర్కులు భాతాల్లో జమ చేసింది బీఅర్ఎస్ ప్రభుత్వం! అవినీతికి.. లీకేజీలకు తావులేని అలిపెద్ద నగదు బిదీలీ పథకం రైతుబంధు! యావత్ ప్రపంచం

మెల్లింది.. దేశంలో అనేక రాష్ట్రాలు ఆదర్శంగా తీసుకున్నాయి అంతేకాదు ७०% మరో 28వేల కోట్లు రుణమాఫీ కింద నేరుగా రైతుల బ్యాంకు అకొంట్లలో పడ్డాయి! ఈ రెండు స్క్ర్యూల్ ల ద్వారానే ఆక్రమాల లక్ష్కోట్ల రూపాయలు అన్నదాతల ఖాతాల్లో దైరెక్ట్ గా జమయ్యాయి దుక్కి దున్నేపాడి దుభం తీర్చాలన్న లక్ష్యంలో ७०% రైతను మీద పేపతు ఈ బృహత్ కార్బూకమాన్ని అమలు చేసాం! ప్రతి ప్రైసాను సద్గునియోగి చేసుకొని.. పుట్టకూడి పంటలు పండించి లక్ష్య కోట్ల సంపద స్థాపించారు మీరు! 2023 అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో ఎట్లోనా అధికారంలోకి రావాలని అన్ని వర్గాలతో పాటు రైతాంగానికి కూడా కాంగ్రెస్ పార్టీ ఇష్టమెచ్చిన హామీలను గుప్పించింది! కేసీఆర్ ఎకరానికి 10వేళే ఇస్తున్నాడు.. మేం పవర్ లోకి వ్యస్తి 15 వేలు ఇస్తామని వాగ్గానం చేసారు! రైతుళ్ళోని కింద ప్రతి ఎకరానికి ఏడాదికి 15వేలు ఇస్తామని పార్టీ మేనిఫసోలో చెప్పారు! గద్దనెకిస్త వంద రోజుల్లో తప్పకుండా అమలు చేసి చూపిస్తామని గ్యారెంటీ కార్బులు ఇంటింబికి తిరిగి పంచారు! కాంగ్రెస్ పార్టీ గెలిచి.. ప్రభుత్వం ఏర్పాటు చేసి ఏడాది కాలం గదిచిపోయింది ఇంతవరకూ రైతు భరోసా జాడా పత్తా లేదు! పదిహేను వేల ఇయ్యలేదు నిరికదా వున్న పదివేలను ఊడగొట్టారు! ఇప్పటికే రెండు పంట సీజన్లు అయిపోయాయి.. మూడో సీజన్ కూడా వచ్చేసింది! ఈ వానాకాలం పూర్తిగా ఎగ్గాట్టారు! నిన్న యానంగి రూ.2500 కోట్ల వేసారు! ఇప్పటి యానంగి ఇస్తారో లేదో తెలియదు! మొత్తంగా ఒక్క రైతుకు ఒక్కో ఎకరానికి 17,500 రూపాయలను బాకీ పడ్డది రేవంట రెడ్డి సరూరు! అన్నదాతల ఖాతాల్లో పడాల్చిన పైనలు ఇవి! రైతులకు హక్కుగా రావాల్చిన సిమ్ము ఇది! వడులుకోవడ్చు!

ಅಂದುಕೆ ಪ್ರತಿ ರೈತು ಈ ವಿಷಯಾನ್ನಿ ಕವಿತಂಗ ಗುರುವೆಟ್ಟುಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ! ಈ ಸಂಕ್ರಾಂತಿ ತರ್వಾತ ರೈತು ಭರೋಸಾ ವೇಸ್ತಾಮನಿ ಚೆಬುತುನ್ನದಿ ಕಾಂಗ್ರೆಸ್ ಪ್ರಭುತ್ವಂ! ಅಂದರಿ ರೈತುಲಕು ಇಸ್ತಾರಾ ಲೇದಾ ಅನಿಶಾನ ಸಭಳೋ ಪ್ರತಿನೀತಿ ನಷ್ಟುದು ಲೇದು ಸಮಾಧಾನಂ ಲೇದು! ಪೈಗಾ ರಾಜ್ಯ ರಪ್ಪುಲಕು ಇಚ್ಛಿ ರೈತಬಂಧು ಇಚ್ಛಿ ದುರ್ಯೋಹಿಯಾಗಂ ಚೇಸಾರಣಿ ಅಡಗ್ಗೋಲು ಗಾವಾದಿಂಚಾರು ಕಾಂಗ್ರೆಸ್ ಮಂತ್ರಿಲು ಎಮ್ಮೆಲ್ಲೇಯು! ಸರ್ಕಾರು ಶೈಲಾರ್ಥಿನಿ ಗಮನಿಸ್ತೇ ಅರ್ಥಂಲೇನಿ ಕೊರ್ತಿಲು.. ಕೋಶಲು ಪೆಟ್ಟಿ ಅರ್ಕಾರ್ಗಾ ಅಮಲು ಚೇಸಿ ರೈತು ಭರೋಸಾ ಇಚ್ಛೆಸಿನಂ ಅನಿ ಚೆಪ್ಪಿ ಚೆತುಲು ದುಲುಪುಕ್ಕೊಂಡಿ ಕುಟುಂಬ ಚೇಸುವುಟ್ಟಂತಹ ಸ್ವಷ್ಟಂಗ ಅರ್ಥವುತ್ತನ್ನದಿ! ಅನಲು..ಕೊತ್ತಗಾ ಈ ಸಂಕ್ರಾಂತಿ ತರುವಾತ ರೈತು ಭರೋಸಾ ವೇಸೇ ರಾಗಂ ಎಂದುಕು ಅಂದುಕುನ್ನಾರು? ಇವ್ವುದು ವೇಸಿದೆ ವಾನಾಕಾಲಂ ಪೈಸಲೂ? ಯಾಸಂಗಿ ಪೈಸಲೂ? ಏದಾದಿಕಿ ಒಕ್ಕೆ ಪಂಟಕು ಇಸ್ತಾರಾ.? ರೆಂದು ಪಂಟಲಕು ವೇಸ್ತಾರಾ? ಈ ಕುಟುಂಬ ಕೂಡಾ ರೈತಾಂಗ ಗುರ್ತಿಂಧಾರಿ! ಇವ್ವುದು ವೇಯಾನ್ನಿಂದಿ ಎಕರಾನಿಕಿ ರೂ.7500 ಕಾದು..ರೂ.17500 ಅನಿ ಅನ್ವಯಾದಲು ಗಟ್ಟಿಗ್ಗಾ ಅಡಿಗಿತ್ತಿರಾಲಿ!

ರೈತು ಭರೋಸಾ ವಿಧಿ ವಿಧಾನಾಲು ನಿರ್ದಿಷ್ಟಾಮನಿ ಕೆಬಿನೆಟ್ ಸರ್ಕಾರ ಕರ್ಮಾಂಶ ವೇಸಿ ಕಾಲಯಾವಾಸ ಚೇಸಾರು! ಜಿಲ್ಲಾಲ್ಲೋ ಸರಸ್ವತ್ಯಾಲು ಪೆಟ್ಟಿ ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಸೇಕರಣ ಅಂಂತೂ ಇಂಕ್ರಾಂತ ಕಾಲಂ ಸಾಗಿದೆಸಾರು! ಎನ್ನಿಕಲ ಮುಂದು ಎವರಿ ಅಭಿಪ್ರಾಯಾಲು ತೀಸುಕೊನಿ ಪ್ರತಿ ರೈತುಕು ಪ್ರತಿ ಎಕರಾನಿಕಿ 15ವೇಲು ಇಸ್ತಾಮನ್ನಾರು..? ಇವ್ವುದೆಂದುಕು ಈ ನಾಟಕಾಲು! ಎನ್ನಿಕಲು ಏರುದಾಟಗಾಗಿ ತೆವ್ವ ತಗಲೇಸ್ತುನ್ನಾರಾ? ಗತ ಏದಾದಿ ಕಾಲಂಗಾ ವೀಕುಲು ಇಸ್ತಾ ಇನ್ ಕಂಬಾಕ್ಕಿ ಕಟ್ಟೇವಾಳ್ಳಕು ಪಾನ್ ಕಾರ್ಡ್ ವುನ್ನ ವಾಳ್ಳಕು ರೈತಬಂಧು ಕರ್ತೃ ಅನಿ ಪತ್ರಿಕಲ್ಲೋ ಕಥನಾಲು ರಾಯಂಚಾರು! ಲಕ್ಷ್ಮಾದಿ ಮಂದಿ ದಂಡೆಗ್ಗುಲಕು ಇಂಥಾಮಿತ್ತೇ ಬಂಧಂ ಹೆಂಪೆಸ್ತಾರಾ? ಬ್ಯಾರ್ಕ ಲೋನ್ಸ್ ಸುಲಭಂಗಾ ರಾವಡಕ್ಕೆ ಸಂ ಐಶೀ ಚೆಲ್ಲಿಂಬಿ.. ಪಾನ್ ಕಾರ್ಡ್ ತೀಸುಕುನ್ನ ವಾಳ್ಳಂದರಿ ನೋಟ್ಟು ಮನ್ಯುಕೊಡತಾ? ಕಾಂಗ್ರೆಸ್ ಪ್ರಭುತ್ವಂ ಇಂಕ್ ಕುತಂತ್ರಂ ಕೂಡಾ ಚೇಸ್ತುನ್ನದಿ! ಕೆಂಡ್ರ ಪ್ರಭುತ್ವ ಪೀಎಂ ಕಿಸಾನ್ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಕಾಲನೇ ರೈತು ಭರೋಸಾ ಕೂಡಾ ಪರ್ತಿಂಪಡಿಸ್ತಾಮನಿ ಚೆಬುತುನ್ನಾರು! ಅದೇ.. ಗಮನಿಕಿ ಜರಿಗಿತ್ತೇ ರಾಷ್ಟ್ರಂಲಿ ಸಗಂ ಮಂದಿ ರೈತುಲಕು ಕೂಡಾ ಪೆಟ್ಟುಬಬಿ ಪೈಸಲು ರಾವು! 70 ಲಕ್ಷ್ ರೈತು ಪೈಗಾ ರೈತನಾಲು ವುಂಟೇ.. 30 ಲಕ್ಷ್ ಮಂದಿಕಿ ಕೂಡಾ ಪೀಎಂ ಕಿಸಾನ್



రావట్టేదు! ప్రతియేటా లభ్యిదారుల సంఖ్య పడిపోతూనే వుంది! పీఎం కిసాన్ గైడ్ లైన్స్ పెద్ద దగా.. కాంగ్రెస్ దగాకోరులు ఫిలీలో పీఎం కిసాన్ మార్గదర్శకాలు వడ్డంటారు.. గల్లో వాలీనే ముద్దంటున్నారు! ఇప్పటికే బంధేభాయ్ బాటలోనే చోటే భాయ్ నడుస్తున్నదు.. రైతు భరోసా విషయంలో కూడా ఆ తోవలోనే పోతే.. 40 లక్షల మంది పైగా అన్నదాతలకు మొండిచేయే గతి! రైతు బంధు మీద కాంగ్రెస్ చేస్తున్న దుష్పుచారం అంతా.. రైతు భరోసాకు కోతలు పెట్టే దురుద్దేశంతో చేస్తున్నదే! రూ.22 వేల కోట్లు రియల్ ఎస్టేట్ ప్లాట్లకు .. త్రవుర్లకు ఇచ్చారని దుష్పబుద్ధితో దుర్మార్గమైన ప్రచారం చేస్తూ రైతులను అవమానిస్తున్నది కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం! వాస్తవం ఏంటంతే..వానాకాలంలో పోల్చితే యాసంగిలో సాగు తగ్గుతుంది! పత్రి, పసుపు, చెరుకు వంటి పంటలు రెండు సీజన్లు వేయడం సాధ్యంకాదు! కేసీఆర్ ప్రభుత్వం నాడు.. యాసంగిలో కూడా వానాకాలం లెక్క ప్రకరామే రైతుబంధు పైసలు జమ చేసింది! యాసంగిలో వేసిన రైతు బంధు పైసలను దుర్మినియోగం లెక్కల్లో వేసి అన్నదాతలను దొంగలుగా చేసి చూపుతున్నారు.. కాంగ్రెస్ గజింగలు!ఇప్పుడు సీఎంగా వున్న రేవంత్ రెడ్డి ప్రతిపక్షంలో వున్నపుడు రెండు పంటలకు కాదు.. మాడు పంటలకు రైతుబంధు ఇప్పాలని మయాదారి ముఖ్యట్లు చెప్పుదు! ఆ మనిషే ఇప్పుడు.. రెండో పంటలకు ఇచ్చిన రైతుబంధులై తప్పుడు ప్రచారం చేసి కర్మకులను కించ హర్షేలా మాట్లాడుతున్నదు? ఖజానాలో సాముంతా రైతు కొల్గాట్లింట్లు ప్రచారం చేయడం సమంజసమా? ఒడకరాలు లోపే ఇస్తామని.. పంటలు వేసారో లేదో సర్యేలు చేసి దబ్బులు వేస్తామని అన్నం పెట్టే రైతు మీద ఆంక్షలు పెట్టడం అనుమానించడం న్యాయమా? బక్క రైతుకే ఎండుకు ఇన్ని పరశులు!.. అన్నంపెట్టే వాళ్లంబే అంత అలుసా? ఎన్నికల ముందు.. అందరికి అన్ని అని చెప్పి.. ఇప్పుడు కొండరికే అని మాట మార్చడం నీతిలేని నీపమైన మోసం కాదా? నిజానికి.. రైతుబంధు లభ్యి దారుల్లో 80 శాతం దశిత గిరిజన ఒపుజన రైతులే వున్నారు! పదకరాలు రైతులి పున్న రైతులు లెక్కలను పక్కగా తేల్చింది! ఈ వాస్తవాలను కప్పిపుచ్చి.. రైతుబంధు మీద తప్పుడు ప్రచారం అందుకున్నారు!

పంట పెట్టబడి రైతు హక్కు.. భిక్ష కాదు! రైతుకు ఏమిచ్చినా ఎంతిచ్చినా తక్కుపే! విత్తు వేసిన నాటి నుంచి పంట అమ్మేదూకా ఎన్ని గండాలో రైతుకు! రాష్ట్రంలో 47 శాతం మందికి ఉపాధినిచే పెద్ద పరిత్రమ వ్యవసాయం! రైతులు రైతు కూలీల బతుకుదెరువు బాగుండాలంటే వ్యవసాయానికి నస్థించి ఇప్పాల్సిందే కదా! రైతున్న ఇచ్చే సాయాన్ని దానధర్యంగా చూడార్చు.. భారంగా చూడడ్చు బాధ్యతగా చూడాలి. సీఎం రేవంత్ రెడ్డి.. నాడు ప్రతిపక్షంలో వున్నపుడు 22 లక్షల మంది కౌలు రైతులకు పెట్టబడి పైసలు గ్యారెంటీ ఇస్తామని బహిరంగ లేఖ రాసారు! అసలు రైతుతో పాటు.. కౌలు తీసుకున్న రైతుకు కూడా ఎకరానికి 15వేల తప్పకుండా ఇస్తామని హోమీ ఇచ్చారు! ఆ 22 లక్షల మంది కౌలు రైతులు కళ్లల్లో ఒత్తులేసుకొని ఎదురు చూస్తున్నారు రైతు భరోసా కోసం!.. సంక్రాంతి తర్వాత వేనే రైతు భరోసా కౌలు రైతులకు పదుపుండో లేదా అని అడిగితే సర్పార్చు నుంచి సమాధానం లేదుచెత్తుపూపుండున తెలంగాణ రైతాంగం కాంగ్రెస్ సర్పార్చు ఎత్తులను నక్కజిత్తులను తీప్పికొట్టాలి! గ్రామాల్లో కాంగ్రెస్ నాయకులకు గల్లా పట్టి నిలదీయాలి!.. నిన్న ఎన్నికల్లో చెప్పిన మాటలేంటి.. ఇప్పుడు చేస్తున్న మాయలేంటిని మంత్రులను ఎమ్ముచ్చేలను నిగ్రంధి ప్రశ్నించాలి! రైతుల ఆకంక్ష ఏంటో.. అభిప్రాయం ఏంటో తెలిసేలా సెగ పుట్టించాలి! మాంగా పంటే దగా పడతాం!.. నోరు విప్పకుంటే అన్యాయమైపోతాం!.. సాధించుకున్న పెట్టబడి హక్కు గంగలో కలిసిపోతుంది! మీతో కలిసి మేము నడుస్తాం!.. మీ ఆండోళనకు అండగా వంటాం!.. నమ్మించి నష్టేట ముంచే వంచన చేయడానికి చూస్తున్న కాంగ్రెస్ ను పల్లెల్లో దంచికొడాం!.. కొట్లాట మనకు కొత్తగాదు, బీఅర్ ఎన్ అంటే.. భారత రైతు సమితి!.. రైతుకు కేసీఆర్ సర్పార్చు ఇచ్చిన రక్షణ కవచాలను కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం కబిస్తుంటే చూస్తూ వూరుకోం..!

అభిమానులకు అట్లు అర్థాన్ కీలక లికెన్స్..!



ప్రాదర్శభాద్ - రోవింగ్ పూన్

ప్రముఖ నటుడు అల్లు అర్జున్ సోషల్ మీడియా వేదికగా అభిమానులకు కీలక సూచన చేశారు. తన ఫ్యాన్స్ తమ అభిప్రాయాలను బాధ్యతాయితంగా వ్యక్తపరచాలని, ఎవరినీ వ్యక్తిగతంగా కించపరిచే విధంగా పోస్టులు వేయవద్దిని సూచించారు. ఫ్యాన్స్ ముసుగులో గత కొన్ని రోజులుగా ఫేక్ ఐడి, ఫేక్ ప్రోటోల్స్ టో పోస్టులు వేస్తున్న వారిపై చర్యలు తీసుకోబడుతాయని హాచ్చించారు. నెగిటివ్ పోస్టులు వేస్తున్న వారికి దూరంగా వుండాలని నా ఫ్యాన్స్ కు సూచించారు. సంధ్య దియేటర్ వ్యవహరం కొత్త మలుపు తీసుకున్నది. అసెంబ్లీ వేదికగా సీఎం రేవంత్ డెడ్ అల్లు అర్జున్పై తీవ్రంగా స్పందించిన విషయం తెలిసిందే.

ధియేటర్లో ఒక తల్లి చనిపోయినా మానవత్వం లేకుండా రూథ్రావ్ ఓ పెన్ చేసి చేతులు ఊపుకుంటూ వెళ్లిపోయాడని విమర్శించారు. అయితే, పోలీసుల అనుమతి లేకుండానే ధియేటర్కు వెళ్లి, రోడ్స్, ర్యాలీ నిర్వహించినట్లు వస్తున్న అరోపణలన్నీ అవాస్వామని అల్లు అర్జున్ స్పష్టంచేశారు. అయితే, తనపై వస్తున్న విమర్శలపై అల్లు అర్జున్ తోసివువ్వారు. తెక్కిసులాల ఘుటనలో తన వ్యక్తిత్వంపై దుప్రాచారం చేస్తున్నారని వాపోయారు. ధియేటర్ వద్ద జరిగిన ఘుటన చాలా దురదృష్టకరమని.. బాధిత కుటుంబానికి సానుభూతి తెలియజేస్తున్నానని, చికిత్స పొందుతున్న బాలుడు త్రేతేజ్ త్వరగా కోలుకోవాలని ఆకాంక్షిస్తున్నట్లు తెలిపారు. తన ఇమ్మెంజ్ చేసే ప్రయత్నం జరుగుతుందని వాటాగొనించిన విషయం తెలిసిందే.

తెలంగాణ అస్థిత్వాన్ని కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం దెబ్బతీనాయంది : ఎమ్ముళ్లి కవిత

కుర్తా డిజెను వెనక్కే చేలంది

అందమైన పెండంట్లు చేసిపైన చేరిపోతే... ప్రత్యేక సందర్భాలకు ఎంచుకునే కుర్రాలు ఇంకాన్న వైధ్యంగా వచ్చేస్తే... మెళ్లో వేసుకునే గొలుసు జాట్లుకు సింగారమైతే...నలుగురిలో మనమే ఘోషణ ఐకాన్గా మారిపోతాం కదూ... ఆ గుర్తింపును తెచ్చేందుకే ఘోషణ మాంత్రికులు కొన్ని ప్రయోగాలు చేస్తున్నారిప్పుడు.బ్లావుజీవీ కుట్టించుకుంటున్నప్పుడు చేతులకు ఘలాని డిజైను ఉండాలనీ.. వీప్పిభాగంలో టాజిల్స్ పెట్లాలనీ, దోరీ కావాలనీ.. ఎంబ్రాయిడర్ వర్క్ చేయాలనీ.. రకరకాలుగా చెప్పేస్తుంటాం కదూ ఇప్పుడు అదె వర్క్సు కుర్రాలు వీపు భాగానికి చేయించుకుంటున్నారు ఘోషణ ప్రియులు. అంటే - ప్రత్యేక సందర్భాల్లో ఎంచుకునే కుర్రాలకు ముందువైపు ఎంత వర్క్ చేసినా... వెనుకవైపు దాదావు సాదాగానే వదిలేస్తుంటారు డిజైనర్లు. అలా వదిలేయకుండా ఏదో ఒక వర్క్ చేస్తే... లుక్ అదిరిపోతుందనే ఉద్దేశంతో కుర్రా వీపుభాగంపైన ఇలా ఎంబ్రాయిడర్ వర్క్ చేయించుకుంటున్నారు. అక్కడితోనే ఆగిపోకుండా దోరీలకు బధులుగా రకరకాల టాజిల్స్ నూ పెట్టేంచేసుకుంటున్నారు. ఈ కుర్రాలనీ అలా డిజైను చేసినవే. పెండంట్ టాటూలు నచ్చాయా...చిన్నగా ఉండి, రంగురంగుల్లో మరినే పెండంట్లు సాదా చెయిస్తున్న మంచి కాంబినేషన్ అవుతాయి కదూ. అలాంటి రంగురంగుల పెండంట్లే ఇప్పుడు చేతులుపైనా చేరిపోతున్నాయి. అదెలాగంటారా... టాటూల్లో కొత్తగా వచ్చేస్తున్న ప్రెండెల్ భాగంగా రంగురాళ్ళను పోలిన టాటూలను పెండంట్ రూపంలో శరీరంపైన వేయించుకునేందుకు ఆసక్తి చూపిస్తోంది ఈతరం. 'జ్యావెలరీ పెండంట్ టాటూల పేరుతో పిలుస్తున్న వీటిని చూసినప్పుడు అచ్చంగా రంగురంగులు రాళ్ల పెండంట్లను శరీరంపైన అలా ఎలా వడిపోకుండా అతికించుకున్నారబ్బా అనేంత సహజంగా కనిపిస్తాయివి. ఆ లుక్కను తీసుకొచ్చేందుకు టాటూ ఆర్పిస్తులు కూడా అలాంటి రంగుల్ని ఎంచుకుంటా వాటికి బంగారు నగిపీలను అద్దుతూ త్రీడీలుక్ తెచ్చేందుకు రెడీ అయిపోతున్నారు.తలకీ ఉన్నాయి చెయిస్తు.. పిల్లల జాట్లుకు పెట్టేందుకు హాయిర్బ్యాంట్లు ఎవ్వటినుంచో అందుబాటులో ఉన్నాయి ఒకప్పుడు కేవలం రంగురంగుల్లోనే వచ్చిన ఆ హాయిర్బ్యాంట్లు ఔతం ఈతరం మెచ్చేలా మెత్తని వహంతో బొమ్మలతో, పూసలతో, చీకల్లో వెలిగే విధంగా.. ఇలా బోలెడన్ని మోడటలో రావడమూ తెలిసిందే ఇప్పుడు ఆ హాయిర్బ్యాంట్లనే ఇంకాన్న మార్పి.. ఇదిగో ఇలా పెద్దవాళ్ళకోసం తయారుచేస్తున్నారు ఘోషణ డిజైనర్లు. 'పాడ్చెయిస్' పేరుతో వస్తున్న వీటికి ఎలాస్టిక్ లేదా హాక్స్ ఉంటాయి. రాంతో ఇవి చూడానికి ట్రైన్లెట్లూ చిన్నసేజు నెక్కలేని మాదిరిగా కనిపిస్తాయి. వీటిని తలపైన హాయిర్బ్యాండ్ తరహంలో పెట్టుకుని పూకుల్ని జాట్లుకు తగిలించుకుంటే నరిపోతుంది. ఈ హాయిచెయిస్లో సాదా డిజైనుతోపాటు. కుండన్నా రంగురంగుల రాళ్లూ ముత్తాలూ పొదిగినవీ.. వంటివెన్నో ఉన్నాయి.



ඡංග පේරු ඩරු.. එකුදෙන දානයරා?



ఆమెరికా తార ద్రూ బ్యారీమోర్ 2017లో ఓ కార్బూక్షమంలో 7 అడుగుల 4 అంగుళాల విగ్న ధరించి గిన్సున్ వరల్డ్ రికార్డ్లో స్థానం సంపూర్ణంగా ఉంది. ఈ విగ్నును నిపుణులైన క్లేష్ హస్ట్, రాండీ కార్పూగ్రోలు తయారుచేశారు. ఆప్రేలియార్ చెందిన డానీ రెనాల్ఫ్ ఈ కార్బూక్షమాన్ని చూసి ఎంతో స్వాది పొందింది. తన కూడా పెద్ద విగ్న తయారు చేసి ధరించాలనుకుంది. అయితే స్పుర్తహస్తగా ఆప్రేషిట్ అయినా డానీకి ఇలా విగ్న తయారు చేయడంలో ఎలాంటి అనుభవం లేదు. కానీ, తన అనుకున్న లక్ష్మాన్ని నెనవేర్పుకోవాలనుకుంది. రెండు నెలలు శ్రమించి... డానీ తన లక్ష్మాన్ని చేరుకోవడానికి పక్క ప్రణాళికను రూపొందించుకుంది. విగ్న డిజైన్ కోసం ద్రూ ధరించిన విగ్నునే స్పార్టిగా తీసుకుంది. అందులో చిన్న చిన్న మార్పులు చేస్తూ ఒక డిజైన్నను రూపొందించింది. ఇందుకు కావాల్చిన సింధుటీక్ జట్టు, పెద్ద రిబ్బన్, ప్యాల్టీక్ను లిర్పం చేసుకుంది. అయితే విగ్న తయారు చేయడంలో ఇంతకు ముందు ఎలాంటి నైపుణ్యం లేకపోవడంతో విగ్ ఆప్రేషిట్ మెగ్ విల్స్ నిపోయం తీసుకోవాలనుకుంది. అయితే విగ్న తయారు చేసే క్రమంలో ఆమెకు ఒక సవాలు ఎదురైంది. రికార్డ్ సాధించాలంటే పెద్ద విగ్న తయారు చేయడమే కాకుండా దానిని ఎలాంటి ఇట్టుంది లేకండా ధరించాలి. అప్పుడే రికార్డ్ సాధ్యముపుతుంది. ఈ అంశాలను దృష్టిలో పెట్టుకొని మెగ్తో కఠిని రెండు నెలలు నిర్మించామంగా ప్రమించి విగ్న తయారు చేసింది. ఇందుకోసం దాదాపు నాలుగు వేల ఆప్రేలియా దాలర్లు ఖర్చు పెట్టిందట. అంతే మన కరస్టీలో నుమారు 2.20 లక్షలు అన్నమాట.

ప్రదర్శన కూడా భారీగానే...!
రెండు నెలల పాటు శ్రమించి తయారు చేసిన విగ్రహకు అంతే స్థాయిలో ప్రచారం కల్పించాలనుకుంది డానీ. ఇందుకోసం అడిలైట్లోనే అతి పెద్ద గ్రాలరీ అయిన 'వెన్ గ్రాలరీ'ని ఎంచుకుంది. ఇటీవలే జరిగిన ఓ ఎవ్వబిఫ్స్ట్లో గిన్స్ వరల్డ్ రికార్డ్స్ ప్రతినిధిలు ముందు దీనిని ప్రదర్శించింది. ప్రదర్శనకు ముందు ట్రూ రికార్డ్సు ప్రస్తావిస్తూ మెగ్రెస్ కలిసి తాను స్పృయంగా పెద్ద విగ్రహ తయారుచేశానని చెప్పుకొచ్చింది. ఆ తర్వాత అభిమానుల చప్పుటి నదుపు ఆ విగ్రహ ధరించింది. ఈ కార్బూక్షమంలో సెలట్రైటీ విగ్ మేకర్ మ్యాట్ జాన్సన్ కూడా ఉన్నారు. ఆ తర్వాత గిన్స్ వరల్డ్ రికార్డ్ వారు ఆమెకు ప్రశంసాపత్రాన్ని అందించారు. అయితే దీనికి సంబంధించిన వీడియోని గిన్స్ వరల్డ్ రికార్డ్ వారు ఇటీవలే తమ ఇన్స్ట్రోగ్రామ్ ఖాతాలో పోస్ట్ చేశారు. దీనికి అభిమానుల నుంచి మంచి స్పందన వస్తోంది.



కంఠీ తాగితే ఏమవుటుంది? తెలుగు?

దయాబెట్టిను కారణమవుతుంది. ఇన్నాల్నిన్
 ప్రాధమికంగా ప్యాంటిక్యూన్ ద్వారా ఫ్రవించే
 వోర్క్స్‌ను. ఇది కణాలలోకి చక్కెరను
 ప్రసరింపజేయడంలో సహాయపడుతుంది,
 ఇక్కడ అది సమర్పణంతంగా శక్తిగా
 మూర్బాబడుతుంది.గుండె వ్యాధి శరీరం తగినంత
 న్నాల్నిన్ తయారు చేయలేనప్పుడు లేదా సరిగ్గా
 గించలేనప్పుడు, ఆహారం నుండి గ్రహించిన
 రక్తంలో పెరుగుతుంది. ఇది అలనట, ఆధిక
 విసర్జన మరియు దాహం యొక్క భూవాలకు
 ప్రుంది. అలాగే, దీర్ఘాలీక మధుమేహం గుండె
 ను, దృష్టి నష్టం మరియు మూత్రపీండాల వ్యాధి
 న్నాన్ని పెంచుతుంది.

చక్కర న్నాయలను ప్రభావపు చుస్తుడో? ఎగా చురుకుడనాన్ని మెరుగుపరవడానికి, ను నిర్వహించడానికి మరియు మీకు తళ్ళ శక్తి చునానికి కాఫీ తగినంత ఆరోగ్యకరమైనది. ఖంహం విషయానికొన్ని, కాఫీ రక్తంలో చక్కర దలకు కారణం కాదు. కానీ చక్కర, పాలతో కీమ్, ఐస్ ట్రీమ్లు లేదా ట్రీమ్ బిచ్ వంటి తాలు కాఫీలోని పోషక విలువలను తగ్గిస్తాయి. క్రైర్ స్టీయలలో

తుల్యత మరియు ఇన్సులీన్
 విటీని
 న్నంది. అధ్యయనాల
 కాఫీలో అనేక రకాల
 ఆప్టిఆస్టిడెంట్లు ఉన్నాయి. ఇవి
 పనితీరును
 పరచడంలో మరియు
 తగ్గించడంలో
 పడతాయి. వృద్ధావ్యం
 యు వ్యాధికి కారణమయ్యే ప్రీ
 న్స్ను తటస్థికరిస్తుంది.
 మీరు మధుమేహ
 స్తులైట్, మీరు కాఫీ
 యు ఇతర కెఫీన్ ఆధారిత
 గాల తీసుకోవడం మితంగా



చిత్తి పొత్తి మరాయలో చూయో!



ಅನ್‌ಲೆ.. ವರ್ತಕ್ಕಾಲ ಸಮಯಂ!

పిల్లలకు పరీక్షలు. చదివనవన్నీ జ్ఞాపకం
ఉండాలిలి.. చదవడానికి ఓపిక ఉండాలంటే పోషక
విలువలున్న ఆహారాన్ని అందించాలంటున్నారు
నిపుణులు. పరీక్షలప్పుడు పిల్లల్లో సాధారణంగానే
అందోళన, ఒత్తిడి మొదలవుతుంది. ఇవి కూడా
శరీరంలోని శక్తిని మారిస్తాయి. నిస్పత్తువగా
మారుస్తాయి. ఆరోగ్యంతోపాటు జీవకీయిలు
సమన్వయం చేయగల శక్తి పిల్లలకు ఉండాలంటే
పోషక విలువలున్న బ్యాలెన్స్‌డైట్ డైట్ ద్వారానే
పీలవతుంది. శరీరం డీప్‌ప్లౌడ్‌ఎంట్ కాకుండా
మంచినీళ్లను తాగించాలి. శారీరకంతోపాటు శ్వాస
సంబంధిత వ్యాయామాలను చేయిస్తే తగినంత
ఆక్షిజన్ అంది, శరీరం శక్తిముంతమవుతుంది.
సమన్వయంగా.. కార్బోప్లౌడ్‌ఎట్లు, ప్రాటీస్‌న్యూసహస పాల
ఉత్సత్తులు, తాజా కూరగాయలు, పండ్లు వంటివి
రోజువారీ ఆహారంలో ఉండాలి. కార్బోప్లౌడ్‌ఎట్లు,
ఉండే ఆహారాన్ని తీసుకుంటే నిద్ర వస్తుందని

కొందరు భావిస్తారు. కానీ వీటిలో పీచు, చక్కర
స్థాయిలు పుష్టిలంగా ఉంటాయి. ఇవి జీర్ణశక్తికి
మెరుగ్గా ఉంచడమే కాకుండా శరీరాన్ని
శక్తిమంతగంగా మారుస్తాయి. అన్నం, గోధుమ,
బీన్స్, అరటిపండ్లు వంటివి జీర్ణమహానికి
కొంత సమయం పదుతుంది. దీంతో కాస్తంత
మందంగా అనిపించే అవకాశం మాత్రమే
ఉంటుంది. అయితే వీటిని పిల్లలకు
అందించడం తప్పనిసరి. అలాగే పండ్లు, పాల
ఉత్సత్తుల్లోని కార్బోప్లాట్టెట్లు, కాల్షియం వంటివి
పిల్లలను ఒత్తిడికి దూరంగా ఉంచుతాయి.
పండ్లతో చేసే స్వాతీతిలు రుచికరంగానూ
ఉంటాయి. చదువువై ఏకాగ్రతను
పెంచుతాయి. అసమానతగా..
మాడుపూట్ల కడుపునిండా
తినిపించాలి అసుకోవద్దు. కాస్త వెలితిగానే
పెట్టండి.



కంబాక్ లో బుట్టబొమ్మ మనసు గెలిచిన చిత్రం!



పీఎంగ్‌ను సాంగ్.

చాలా భయపడ్డాడ



కమల్ హన్ - అజిత్తులా టాలీవుడ్ స్టార్

హరీలు కోరతారా?

A portrait of a man with white hair and sunglasses, wearing a dark jacket, standing outdoors. He is looking directly at the camera with a neutral expression. The background is a plain, light-colored wall.

ప్రభ్ శెట్టి - ప్రభుత్వ కాంబీ..

ఇది అనులు మ్యాటర్!

ఇది అనులు మ్యాటర్!



పాన్ ఇండియా స్టార్ ప్రభావ్ వరుస ప్రాజెక్టులతో ప్రస్తుతం బిటీగా ఉన్న విషయం తెలిసిందే. పాన్ ఇండియా స్టార్ ప్రభావ్ వరుస ప్రాజెక్టులతో ప్రస్తుతం బిటీగా ఉన్న విషయం తెలిసిందే. “సలార్ 2,” “కల్వి 2.”, “స్మిరిట్”, “శ్చాజీ” వంటి భారీ బిత్రాలతో పాటు మరిన్ని ఆస్కికరమైన కథలు అతని లైనస్టలో ఉన్నాయి. అలాగే ఇహివల, పొంబాలే ఫిలిమ్స్ నియూబాలో ప్రభావ్ హీరోగా రిషట్ శెట్టి కథ అందించినట్లు వార్తలు వచ్చాయి. “కాంటార్” చిత్రంతో దేశవ్యాప్తంగా గుర్తింపు తెచ్చుకున్న రిషట్ శెట్టి, ప్రభావ్ కోసం ఒక పవర్పు కథను రాశారని టాక్ వచ్చింది.. కోరతారా? పొంబాలే ఫిలిమ్స్ ఇప్పటికే “సలార్” చిత్రంతో ప్రభావ్ తో కలిసి పనిచేస్తాంది. మొదటి పార్ట్ సక్ర్యూన్ కావడంతో కొనసాగింపుగా “సలార్ 2” కూడా రూపొందనుంది. ఈ కాంబినేషన్ పట్ల ప్రేక్షకుల్లో భారీ అంచనాలు ఉన్నాయి. అలాగే పొంబాలే సంస్థలో ప్రభావ్ మరో మూడు ప్రాజెక్టులను చేసేందుకు గ్రెండ్ సిగ్రూల్ ఇచ్చారు. ఇక అందులో భాగంగా రిషట్ శెట్టి, ప్రభావ్ కోసం కథను వినిపించినట్లు టాక్ వచ్చింది. ఇక రిషట్ శెట్టి ప్రభావ్ కోసం కథ అందించారన్న వార్తల్లో నిజం లేదని తెలుస్తాంది. పొంబాలే ఫిలిమ్స్ నెక్ట్ ప్రాజెక్ట్ కోసం ఇంకా కథను పైనలైజ్ చేయలేదన్నది తాజా సమాచారం. పొంబాలే ఫిలిమ్స్ వంటి డ్రెష్టీజియన్ బ్యానర్ ప్రభావ్ తో కలిసి మూడు బిగ్పిట్ పాన్ ఇండియా ప్రాజెక్టులను రూపొందించేందుకు ఆస్కి చూపిస్తాందనేది స్వప్తమవతోంది. అందులో ప్రశాంత్ నీల్ దర్జకత్వంలోనే మరొకటి రానుండగా లోకేష్ కనగరాజ్ తో కూడా ఒకటి చేసే అవకాశం ఉండట. పొంబాలే ఫిలిమ్స్ నుంచి అధికారిక ప్రకటన వచ్చే వరకు ఈ ప్రాజెక్ట్‌పై క్లారిటీ రావడం కష్టమే. ఇప్పటికే “సలార్ 2” “కల్వి 2,” “స్మిరిట్” వంటి భారీ ప్రాజెక్టులతో ప్రభావ్ రెడి అవుతున్నారు. ఈ నేపథ్యంలో, రిషట్ శెట్టి కథతో ఆయన ఓ కొత్త ప్రాజెక్ట్ చేయాలని అభిమానులు ఆశిస్తున్నారు. ఇక మరోవైపు రిషట్ కాంటార్ 2 సినిమాతో బిటీగా ఉన్న విషయం తెలిసిందే. ట్రైలర్ గా రానుస్న ఆ సినిమా ప్రైవిజనల్లో భారీ బడ్జెట్ ప్సాన్ ఇండియాగా రానుంది. ఇప్పటికే సగానికి పైగా ఘాటింగ్ పూర్తి చేసేకున్న రెండవ కాంటార్ ప్రైవిజనల్ ఎప్పుకై తో పాన్ ఇండియా రేంజ్ కు తగ్గట్లే రిలీజ్ కానుంది. తప్పకుండా సినిమా బాక్సోఫిన్ వద్ద సరికొత్త సెన్సేషన్ క్రియెట్ చేస్తుందని మేకస్ భావిస్తున్నారు. ఇక మరోవైపు ప్రభావ్ రాజూసాట్ హర్షర్ మిస్టర్ నేపథ్యంలో రానుంది. మారుతి దర్జకత్వంలో రూపొందుతున్న ఈ సినిమాను వచ్చే ఏడాది ఏల్రిల్ లో విడుదల చేయనున్నారు.