APTEL/25/A5250

మన రాజధాని

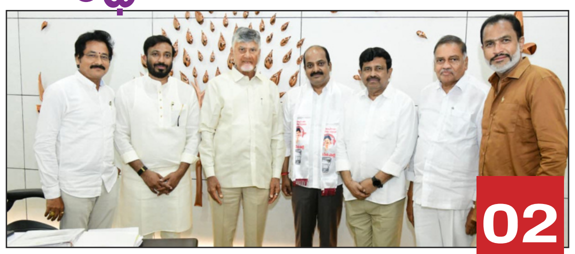
రక్షణ

నిజం మా బలం

ఎడిటర్ నరేంద్ర

గుంటూరు | సంపుటి -1 | సంచిక -97 | పేజీలు-4 | ఆదివారం 7 జూన్ 2026 | వెల4/-

సీఎం కలిసిన జనసేన అభ్యర్థి లింగమనేని రమేష్..



02

అమరావతి రక్షణ న్యూస్...

సీఎం క్యాంప్ కార్యాలయంలో ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడును జనసేన పార్టీ రాజ్యసభ అభ్యర్థి లింగమనేని రమేష్ మర్యాదపూర్వకంగా కలిశారు. కూటమి తరఫున రాజ్యసభ అభ్యర్థిగా అవకాశం కల్పించినందుకు ముఖ్యమంత్రికి ఆయన ధన్యవాదాలు తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా రాష్ట్ర అభివృద్ధి, కూటమి బలోపేతంపై చర్చ జరిగినట్లు సమాచారం. రాజ్యసభలో ప్రజల సమస్యలను సమర్థవంతంగా ప్రస్తావించేలా పనిచేస్తానని లింగమనేని రమేష్ పేర్కొన్నారు.

తెలంగాణలో హీట్ పెంచిన పవన్...

ఎడిటర్ నరేంద్ర

పవన్ ఎంట్రీతో మళ్లీ తెలంగాణ సెంటిమెంట్ రాజకీయం!

అస్తిత్వ పోరాటమా...
రాజకీయ ఉనికికోసమా..?
పవన్ వ్యాఖ్యలతో మళ్లీ మంటలు
సెంటిమెంట్‌తో సాగిన రాజకీయ సామ్రాజ్యం
అభివృద్ధి మాటల్లోనే మిగిలిందా..?
తెలంగాణ పేరు... ఓట్ల లెక్కల కోసమేనా..?

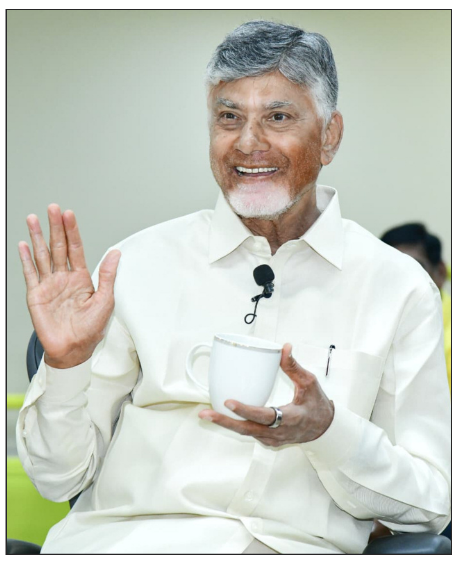
జనసేన అధినేత పవన్ కళ్యాణ్ వ్యాఖ్యలతో తెలంగాణ రాజకీయాల్లో మళ్లీ సెంటిమెంట్ రాజకీయం వేడెక్కింది. తెలంగాణ అస్తిత్వం ప్రమాదంలో పడిందంటూ కొందరు నేతలు కొత్త రాజకీయ యుద్ధానికి తెరలేపుతుండగా, మరోవైపు రాష్ట్ర ఏర్పాటుకు తర్వాత జరిగిన దోపిడీ, అప్పులు, అభివృద్ధి లోపాలపై ప్రశ్నలు వినిపిస్తున్నాయి. తెలంగాణ పేరు చెప్పుకుని పదేళ్లుగా అధికారాన్ని అనుభవించినవారే ఇప్పుడు మళ్లీ భావోద్వేగాలను రెచ్చగొడుతున్నారన్న విమర్శలు రాజకీయ వర్గాల్లో బలంగా వినిపిస్తున్నాయి.

"పవన్ ఎంట్రీతో భయపడింది తెలంగాణ కాదు... రాజకీయంగా కుదేలవుతున్న పాత వ్యవస్థ!" ఎన్నికలు దగ్గరపడుతున్న వేళ కొత్త రాజకీయ సమీకరణాలను అడ్డుకునేందుకే తెలంగాణ సెంటిమెంట్‌ను మళ్లీ రెచ్చగొడుతున్నారనే చర్చ రాజకీయ వర్గాల్లో జోరుగా సాగుతోంది.

వివరాలు 2వ పేజీలో

"తెలంగాణ పేరు చెప్పి అధికారాలు అనుభవించిన వాళ్లు... ఇప్పుడు మళ్లీ సెంటిమెంట్‌తో రాజకీయ ప్రాణం పోసుకునే ప్రయత్నం చేస్తున్నారు!"
ఉద్యోగాలు, రైతు సమస్యలు, అభివృద్ధి, అవినీతి అంశాలపై సమాధానం చెప్పలేని నేతలు ఇప్పుడు అస్తిత్వం పేరుతో ప్రజల దృష్టి మళ్లించే ప్రయత్నం చేస్తున్నారన్న విమర్శలు బలంగా వినిపిస్తున్నాయి.

కార్యకర్తలే పార్టీ బలం...



నాయకులుగా ఎదగాలి
క్లస్టర్ ఇంచార్జ్‌లతో సీఎం చంద్రబాబు కాఫీ కబుర్లు...

టీడీపీ కేంద్ర కార్యాలయంలో శిక్షణ పొందుతున్న క్లస్టర్ ఇంచార్జ్‌లతో నిర్వహించిన "కాఫీ కబుర్లు" సమావేశంలో సీఎం చంద్రబాబు నాయుడు పాల్గొన్నారు. కార్యకర్తలను నాయకులుగా తీర్చిదిద్దడమే లక్ష్యమని పేర్కొన్న ఆయన, ప్రజలతో మమేకమై ప్రభుత్వం చేస్తున్న అభివృద్ధి, సంక్షేమ కార్యక్రమాలను ఇంటింటికీ తీసుకెళ్లాలని సూచించారు. డీఎస్సీపై వైసీపీ చేసిన దుష్ప్రచారానికి ప్రభుత్వం గట్టి సమాధానం ఇచ్చిందని, కూటమితోనే ముందుకు సాగుతామని స్పష్టం చేశారు.

వివరాలు 2వ పేజీలో

అమరావతి, విశాఖలో స్మార్ట్ ట్రాఫిక్ వ్యవస్థకు అడుగులు

యాండెక్స్ ప్రతినిధులతో మంత్రి నారా లోకేష్ కీలక చర్చలు

వివరాలు 2వ పేజీలో

నవజాత శిశువుల ఆరోగ్య పర్యవేక్షణకు ఏఐ సాంకేతికత

'శిశు మాపన్' యాప్‌తో ఆటోమేటిక్‌గా ఆరోగ్య ప్రమాణాల నమోదు

మంగళగిరిలో పైలట్ ప్రాజెక్టు.. విజయవంతమైతే రాష్ట్రవ్యాప్తంగా అమలు

02

రాజ్యసభ బరిలో లింగమనేని రమేష్....

జనసేన తరపున నామినేషన్ దాఖలు...

జనసేన పార్టీ తరపున రాజ్యసభ ఎంపీ అభ్యర్థిగా లింగమనేని రమేష్ శనివారం అమరావతిలో నామినేషన్ దాఖలు చేశారు. అసెంబ్లీ భవనంలో రిటర్నింగ్ అధికారి ఆర్. వనితా రాణికి నామినేషన్ పత్రాలు సమర్పించగా, కూటమి పార్టీల నేతలు పాల్గొని మద్దతు తెలిపారు.

వివరాలు 2వ పేజీలో

సేంద్రీయ ఉత్పత్తులతోనే ఆరోగ్యకర జీవనం

ప్రకృతి వ్యవసాయానికి పెరుగుతున్న ఆదరణ

సైకిల్‌పై వెళ్లి సేంద్రీయ వ్యవసాయ క్షేత్రం సందర్శించిన మంత్రి సవిత

02

పెదపెంకి ఫైలేరియా సమస్యకు చెక్

గ్రామాభివృద్ధితో బోద వ్యాధి నియంత్రణ :

ఉప ముఖ్యమంత్రి పవన్ కళ్యాణ్

వివరాలు 2వ పేజీలో

పార్వతీపురం మన్యం జిల్లా పెదపెంకి గ్రామంలో ఏళ్ల తరబడి ప్రజలను భయపెట్టిన ఫైలేరియా (బోద) వ్యాధి సమస్యకు కూటమి ప్రభుత్వం సమష్టి కృషితో శాశ్వత పరిష్కారం దిశగా అడుగులు వేస్తోందని ఉప ముఖ్యమంత్రి పవన్ కళ్యాణ్ తెలిపారు.

రాజ్యసభ బరిలో లింగమనేని రమేష్....

మొదటి పేజీ తరువాయి

అమరావతి, రక్షణ న్యూస్

జనసేన పార్టీ తరఫున రాజ్యసభ ఎంపీ అభ్యర్థిగా లింగమనేని రమేష్ శనివారం తన నామినేషన్ పత్రాలను దాఖలు చేశారు. అమరావతి అసెంబ్లీ భవనంలో ఎన్నికల రిటర్నింగ్ అధికారి ఆర్. వనితా రాణికి ఆయన నామినేషన్ పత్రాలను సమర్పించారు. ఈ సందర్భంగా కూటమి పార్టీల నేతలు, ప్రజాప్రతినిధులు హాజరై లింగమనేని రమేష్‌కు మద్దతు తెలిపారు. నామినేషన్ ప్రక్రియలో భాగంగా ప్రతిపాదకులుగా కూటమి నాయకులు సంతకాలు చేశారు. లింగమనేని రమేష్ ఒక సెట్ నామినేషన్ పత్రాలను సమర్పించినట్లు అధికారులు తెలిపారు.

ఈ కార్యక్రమంలో అసిస్టెంట్ రిటర్నింగ్ అధికారులు ఎం. అఖిల్ కుమార్, పి. విజయకుమారి పాల్గొన్నారు. అలాగే మంత్రి కొల్లు రవీంద్ర, ఎమ్మెల్సీ కొణిదెల నాగబాబు, ఎమ్మెల్యేలు నక్కా ఆనందబాబు, పులవర్తి రామాంజనేయులు (అంజిబాబు), ఎన్. ఈశ్వరరావు తదితర కూటమి నేతలు హాజరయ్యారు. జనసేన పార్టీ తరఫున రాజ్యసభ అభ్యర్థిగా లింగమనేని రమేష్ ఎంపిక కావడం రాజకీయ వర్గాల్లో ప్రాధాన్యత సంతరించుకుంది. కూటమి ప్రభుత్వం ఏర్పడిన తర్వాత రాజ్యసభ స్థానాల కేటాయింపులో భాగంగా ఈ నామినేషన్ ప్రక్రియ చేపట్టినట్లు తెలుస్తోంది.

సేంద్రీయ ఉత్పత్తులతోనే ఆరోగ్యకర జీవనం

మొదటి పేజీ తరువాయి

తాడేపల్లి, రక్షణ న్యూస్:

ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో ప్రకృతి వ్యవసాయం ప్రజా ఉద్యమంగా మారుతోందని, సేంద్రీయ ఉత్పత్తులు మానవ ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తాయని రాష్ట్ర బీసీ, ఈడబ్ల్యూఎస్ సంక్షేమ, చేనేత, జౌళి శాఖ మంత్రి ఎస్. సవిత అన్నారు. తాడేపల్లిలోని ఏఎస్సార్ సేంద్రీయ వ్యవసాయ క్షేత్రాన్ని శనివారం సందర్శించిన ఆమె అక్కడ రైతులతో మాట్లాడారు. ఈ సందర్భంగా మంత్రి మాట్లాడుతూ సేంద్రీయ ఉత్పత్తులకు మార్కెట్‌లో మంచి డిమాండ్ ఉందని, రైతులకు అధిక లాభాలు కూడా లభిస్తున్నాయని తెలిపారు. రసాయన ఎరువులు, పురుగుల మందుల వినియోగం వల్ల ఆరోగ్య సమస్యలు పెరిగే ప్రమాదం ఉందని, ప్రకృతి వ్యవసాయం ద్వారా పర్యావరణంతో పాటు ప్రజల ఆరోగ్యాన్ని కూడా కాపాడవచ్చన్నారు. రాష్ట్రంలో ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు ప్రకృతి వ్యవసాయాన్ని ప్రోత్సహిస్తున్నారని, రసాయన రహిత సాగు విస్తరణకు ప్రభుత్వం కృషి చేస్తోందన్నారు. సేంద్రీయ ఉత్పత్తుల వినియోగంపై ప్రజల్లో అవగాహన పెరుగుతోందని పేర్కొన్నారు. మంత్రి సవిత వ్యవసాయ క్షేత్రంలో సాగవుతున్న పంటలను పరిశీలించి, సేంద్రీయ ఎరువుల తయారీ విధానాన్ని అడిగి తెలుసుకున్నారు. అక్కడ ఏర్పాటు చేసిన సేంద్రీయ ఉత్పత్తుల విక్రయ కేంద్రాన్ని సందర్శించి ఉత్పత్తులను కొనుగోలు చేశారు. వ్యవసాయ క్షేత్రంలో జామపండును రుచి చూశారు. క్యాంపు కార్యాలయం నుంచి సుమారు ఐదు కిలోమీటర్ల దూరంలో ఉన్న వ్యవసాయ క్షేత్రానికి మంత్రి సవిత సైకిల్‌పై వెళ్లడం విశేషంగా నిలిచింది. తిరుగు ప్రయాణంలో కూడా సైకిల్‌ను వినియోగించారు. మార్గమధ్యంలో చలివేంద్రం వద్ద ఆగి మజ్జిగ తాగారు. ఈ కార్యక్రమంలో కమ్మ కార్పొరేషన్ చైర్మన్ బ్రహ్మం చౌదరి, ఏఎస్సార్ సేంద్రీయ వ్యవసాయ క్షేత్రం నిర్వాహకుడు సామిరెడ్డి, కూటమి నాయకులు, రైతులు, కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

నవజాత శిశువుల ఆరోగ్య పర్యవేక్షణకు ఏఐ సాంకేతికత

మొదటి పేజీ తరువాయి

అమరావతి, రక్షణ న్యూస్:

నవజాత శిశువుల ఆరోగ్య ప్రమాణాల గుర్తింపునకు కృత్రిమ మేధస్సు (ఏఐ) ఆధారిత సేవలను వినియోగించనున్నట్లు రాష్ట్ర వైద్య, ఆరోగ్య శాఖ మంత్రి సత్యకుమార్ యాదవ్ తెలిపారు. శిశువులను తాకకుండానే మొబైల్ వీడియోల ద్వారా బరువు, ఎత్తు, తల, ఛాతీ చుట్టుకొలత వంటి వివరాలను స్వయంచాలకంగా నమోదు చేసే 'శిశు మాపన్' యాప్‌ను ఆశా యాప్‌తో అనుసంధానం చేయనున్నట్లు వెల్లడించారు. వైద్య, ఆరోగ్య శాఖతో కుదిరిన అవగాహన ఒప్పందం మేరకు వాద్వానీ–ఏఐ సంస్థ రూపొందించిన ఈ యాప్‌ను మంగళగిరి నియోజకవర్గంలో ప్రయోగాత్మకంగా అమలు చేయనున్నట్లు తెలిపారు. ఇందిరానగర్, కొప్పురావు కాలనీ, కాజా, ఎర్రబాలెం పట్టణ ఆరోగ్య కేంద్రాలు, పెదవడ్లపూడి ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రాల పరిధిలో సుమారు వెయ్యి మంది నవజాత శిశువుల ఆరోగ్య వివరాలను వీడియోల రూపంలో సేకరించి ఏఐ డేటాబేస్‌ను రూపొందించనున్నట్లు పేర్కొన్నారు. ఈ ప్రక్రియలో భాగంగా ఆశాలు, ఏఎన్ఎంలకు ప్రత్యేక శిక్షణ కార్యక్రమాలు ప్రారంభించినట్లు మంత్రి తెలిపారు. మంగళగిరిలో లభించే ఫలితాల ఆధారంగా రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ఈ విధానాన్ని అమలు చేయనున్నట్లు చెప్పారు. ప్రస్తుతం నవజాత శిశువుల ఆరోగ్య ప్రమాణాలను నమోదు చేయడానికి ఆశాలు వెయింగ్ మిషన్లు, ఇన్‌ఫాంటో మీటర్లు, కొలత టేపులను ఉపయోగిస్తున్నారని, దీంతో సమయం ఎక్కువగా పడటంతో పాటు ఇబ్బందులు ఎదురవుతున్నాయని తెలిపారు. 'శిశు మాపన్' యాప్ ద్వారా తక్కువ సమయంలోనే ఖచ్చితమైన వివరాలు నమోదు కావడంతో పనిభారం తగ్గి, శిశువుల ఆరోగ్య పర్యవేక్షణ మరింత సమర్థవంతంగా మారుతుందన్నారు. శిశువుల ఎదుగుదలలో ఏవైనా లోపాలు గుర్తించిన వెంటనే సంబంధిత వైద్యాధికారులకు అలర్టులు వెళ్లే విధంగా వ్యవస్థ పనిచేస్తుందని రాష్ట్ర ఆరోగ్య, కుటుంబ సంక్షేమ శాఖ కమిషనర్ జి. వీరపాండియన్ తెలిపారు. సాంకేతిక సహకారంతో నాణ్యమైన వైద్య సేవలను ప్రజలకు మరింత చేరువ చేయడమే ప్రభుత్వ లక్ష్యమని పేర్కొన్నారు.

అమరావతి, విశాఖలో స్మార్ట్ ట్రాఫిక్ వ్యవస్థకు అడుగులు

మొదటి పేజీ తరువాయి

మాస్కో (రష్యా), రక్షణ న్యూస్

ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో స్మార్ట్ ట్రాఫిక్ మేనేజ్‌మెంట్ వ్యవస్థ అమలు, లాస్ట్ మైల్ రవాణా ఖర్చుల తగ్గింపుపై ఏపీ మంత్రి నారా లోకేష్ రష్యాలో కీలక చర్చలు జరిపారు. రష్యాకు చెందిన ప్రముఖ టెక్నాలజీ సంస్థ యాండెక్స్ (ఇంటెంబి) ఉన్నతస్థాయి ప్రతినిధులతో మాస్కోలోని స్కైర్ సిటీలో ఆయన సమావేశమయ్యారు. ఈ సమావేశంలో యాండెక్స్ టెక్ డిప్యూటీ సీఈవో అలెగ్జాండ్రా షిపినా–సాంచెజ్, యాండెక్స్ ట్రాన్స్‌పోర్ట్ డిప్యూటీ సీఈవో డెనిస్ కాసిమోవ్, యాండెక్స్ క్లౌడ్ ఇంటర్నేషనల్ బిజినెస్ డెవలప్‌మెంట్ డైరెక్టర్ మరాట్ నూరియేవ్, గ్లోబల్ గవర్నమెంట్ ఎఫైర్స్ & పబ్లిక్ పాలసీ మేనేజర్ నికితా పోపోవ్ పాల్గొన్నారు. అమరావతి రాజధాని నగరం, విశాఖపట్నంలోని ఏఐ డేటా సెంటర్ పరిధిలో స్మార్ట్ ట్రాఫిక్ మేనేజ్‌మెంట్ సిస్టమ్స్, ప్రిడిక్టివ్ ట్రాన్సిట్ షెడ్యూలింగ్, కంప్యూటరైజ్డ్ పబ్లిక్ సేఫ్టీ అనలిటిక్స్ అమలు అవకాశాలపై మంత్రి లోకేష్ చర్చించారు. నగరాల్లో ట్రాఫిక్ రద్దీ తగ్గింపు, ప్రజలకు మెరుగైన రవాణా సేవలు అందించే అంశాలపై ప్రత్యేక దృష్టి సారించారు. అలాగే లాస్ట్ మైల్ డెలివరీ ఖర్చులను తగ్గించేందుకు భారతదేశంలో వేగంగా విస్తరిస్తున్న హైపర్–లోకల్ క్విక్ కామర్స్, డెలివరీ ఫ్లీట్‌లలో యాండెక్స్ అటానమస్ వెహికల్ టెక్నాలజీ, ప్రిడిక్టివ్ రూటింగ్ సాఫ్ట్‌వేర్ వినియోగ అవకాశాలను అధ్యయనం చేయాలని సూచించారు. స్థానిక ప్రజా పరిపాలన అవసరాలకు అనుగుణంగా యాండెక్స్ ఫౌండేషన్ రూపొందించిన ఏఐ మోడల్స్, హై–పెర్ఫార్మెన్స్ క్లౌడ్ ఫ్రేమ్‌వర్క్‌లకు లైసెన్సింగ్ అంశంపైనా సమావేశంలో చర్చ జరిగినట్లు సమాచారం.

తెలంగాణలో హీట్ పెంచిన పవన్...

మొదటి పేజీ తరువాయి

ఎడిటర్ నరేంద్ర

తెలంగాణ రాజకీయాల్లో మళ్లీ "సెంటిమెంట్" అనే అస్త్రం బయటకు వచ్చింది. పవన్ కళ్యాణ్ చేసిన కొన్ని వ్యాఖ్యలు ఇప్పుడు రాజకీయ అగ్గికి ఆజ్యం పోసినట్లయ్యాయి. "హైదరాబాద్ మీ అయ్య జాగీరా..?" అన్న ఒక్క మాటతో తెలంగాణ రాజకీయాల్లో మళ్లీ పాత భావోద్వేగాలను వెలికి తీసే ప్రయత్నాలు మొదలయ్యాయి.

ఒకవైపు తెలంగాణ అస్తిత్వం ప్రమాదంలో పడిందంటూ కొందరు నేతలు గొంతు చించుకుంటుంటే, మరోవైపు అదే తెలంగాణ పేరుతో గత పదేళ్లుగా సాగిన రాజకీయ దోపిడీపై ప్రజల్లో చర్చ మొదలైంది. తెలంగాణ కోసం పోరాడిన ప్రజల ఆశలు నెరవేరాయా..? లేక కొందరి రాజకీయ కుటుంబాలే బాగుపడ్డాయా..? అన్న ప్రశ్న ఇప్పుడు మళ్లీ వినిపిస్తోంది.

ప్రత్యేక తెలంగాణ కోసం జరిగిన ఉద్యమం భావోద్వేగాల పునాది మీద నిలిచింది. "నీళ్లు, నిధులు, నియామకాలు" అనే నినాదంతో ప్రజలు పోరాడారు. కానీ రాష్ట్రం ఏర్పడిన తర్వాత నిజంగా ఆ లక్ష్యాలు ఎంతవరకు నెరవేరాయన్నది ఇప్పటికీ చర్చనీయాంశమే.

రైతుల కష్టాలు తగ్గలేదు. నిరుద్యోగ సమస్య పరిష్కారం కాలేదు. ధాన్యం కొనుగోళ్లలో గందరగోళం ఆగలేదు. మక్క, పత్తి, మిర్చి రైతులు ప్రతి ఏడాది నష్టాల పాలవుతూనే ఉన్నారు. ప్రభుత్వ ఉద్యోగులకు సమయానికి జీతాలు ఇవ్వలేని పరిస్థితులు కూడా వచ్చాయి.

అయినా తెలంగాణ పేరుతో రాజకీయాలు చేసినవారు మాత్రం "మేమే తెలంగాణ రక్షకులం" అంటూ ప్రచారం చేసుకుంటూనే ఉన్నారు. భూములు, ప్రాజెక్టులు, కాంట్రాక్టులు, అప్పులు... ప్రతి అంశంలోనూ భారీ ఆరోపణలు వచ్చాయి. కాళేశ్వరం ప్రాజెక్టు నుంచి ధరణి వరకు అనేక వ్యవహారాలు వివాదాలకే కేంద్రంగా మారాయి.

ఇప్పుడు పవన్ కళ్యాణ్ వ్యాఖ్యలను అడ్డం పెట్టుకుని తెలంగాణ సెంటిమెంట్‌ను మళ్లీ రగిలించే ప్రయత్నం జరుగుతోందన్న అభిప్రాయం వ్యక్తమవుతోంది. ముఖ్యంగా రాబోయే జీహెచ్ఎంసీ ఎన్నికలు, ఆ తర్వాత సాధారణ ఎన్నికల నేపథ్యంలో ఈ రాజకీయ వేడి మరింత పెరిగే అవకాశాలు కనిపిస్తున్నాయి.

జనసేన, టీడీపీ, బీజేపీ కలిసి తెలంగాణలో రాజకీయంగా బలపడే ప్రయత్నం చేస్తున్నాయన్న సంకేతాలు రావడంతో కొందరు నేతలు ఒక్కసారిగా "తెలంగాణ ప్రమాదంలో ఉంది" అంటూ ప్రచారం ప్రారంభించారు.

కానీ ఇక్కడ ఒక నిజం గుర్తుంచుకోవాలి. తెలంగాణ కూడా భారతదేశంలో భాగమే. ఏ రాజకీయ పార్టీ అయినా ఇక్కడ రాజకీయాలు చేయడానికి హక్కు ఉంది. బీజేపీ తెలంగాణలో బలపడాలని చూస్తే అది రాజకీయ వ్యూహం. జనసేన పోటీ చేయాలని భావిస్తే అది ప్రజాస్వామ్య హక్కు.

అదే హక్కుతో గతంలో కేసీఆర్ "భారత్ రాష్ట్ర సమితి" పేరుతో దేశ రాజకీయాల్లోకి వెళ్లారు. ఇతర రాష్ట్రాల్లో సభలు నిర్వహించారు. అప్పుడు తెలంగాణ అస్తిత్వం గురించి ఎవరూ మాట్లాడలేదు. వైఎస్ షర్మిల తెలంగాణలో పార్టీ పెట్టి పాదయాత్ర చేసినప్పుడు కూడా ఇదే రకమైన ఆవేశం కనిపించలేదు.

ఇప్పుడు మాత్రం పవన్ కళ్యాణ్ ఎంట్రీతో ఒక్కసారిగా తెలంగాణ భావోద్వేగాలను బయటకు తీయడం వెనుక రాజకీయ లెక్కలున్నాయన్న చర్చ జరుగుతోంది.

తెలంగాణ ప్రజలను నిజంగా ముంచింది ఆంధ్రా పాలన కాదు... సెంటిమెంట్‌ను రాజకీయంగా ఉపయోగించుకున్న నేతలేనన్న విమర్శలు ఇప్పుడు బలపడుతున్నాయి. "ఆంధ్రా దోపిడీ" అంటూ అధికారంలోకి వచ్చి, తర్వాత అదే ఆంధ్రా నేతలతో రాజకీయ స్నేహాలు కొనసాగించినవారిని ప్రజలు మర్చిపోలేదు.

జగన్‌తో స్నేహాలు, కృష్ణా నీటి వ్యవహారాలపై మౌనం, హైదరాబాద్ భూముల అమ్మకాలు, భారీ అప్పులు... ఇవన్నీ ప్రజల ముందే జరిగాయి. అయినా ఇప్పుడు "తెలంగాణ అస్తిత్వం" పేరుతో కొత్త రాజకీయ నాటకం మొదలైందన్న భావన పెరుగుతోంది.

తెలంగాణ అంటే కేవలం రాజకీయ కుటుంబాల సొత్తు కాదు. ఈ నేలపై జీవిస్తున్న ప్రతి ఒక్కరి భవిష్యత్తు తెలంగాణతో ముడిపడి ఉంది. ఇక్కడ పుట్టినవారైనా, ఇక్కడికి వచ్చి స్థిరపడినవారైనా... అందరూ తెలంగాణ సమాజంలో భాగమే.

రాజకీయ పార్టీలు ఎన్నికల్లో పోటీ చేయడం సహజం. తమ అస్తిత్వం కోసం పోరాడటం సహజం. కానీ ప్రతి రాజకీయ పోటీని "తెలంగాణపై దాడి"గా చూపించడం మాత్రం ప్రజలను మళ్లీ భావోద్వేగాల్లోకి నెట్టే ప్రయత్నమే.

ప్రజలు ఇప్పుడు ప్రశ్నలు వేస్తున్నారు. తెలంగాణ పేరుతో ఎంతమంది ధనవంతులయ్యారు..? ప్రత్యేక రాష్ట్రం కోసం పోరాడింది నిజంగా ప్రజల కోసమా..? లేక అధికారాల కోసమా..? అన్న చర్చ బలపడుతోంది.

ప్రత్యేక తెలంగాణ కోసం ప్రాణాలు అర్పించిన యువత ఆశలు ఇంకా నెరవేరలేదు. నిరుద్యోగి ఉద్యోగం కోసం ఎదురుచూస్తూనే ఉన్నాడు. రైతు మద్దతు ధర కోసం పోరాడుతూనే ఉన్నాడు. సామాన్యుడు అప్పులతోనే బతుకుతున్నాడు.

ఇలాంటి పరిస్థితుల్లో మళ్లీ "సెంటిమెంట్" రాజకీయాలు ప్రజలకు ఉపయోగపడవు. అభివృద్ధి, ఉపాధి, విద్య, వ్యవసాయం, పారదర్శక పాలన... ఇవే అసలు చర్చ కావాలి.

తెలంగాణను నిజంగా ప్రేమించేవారు ప్రజల సమస్యలు పరిష్కరించాలి...భావోద్వేగాలను కాదు.

కార్యకర్తలే పార్టీ బలం..

మొదటి పేజీ తరువాయి

మంగళగిరి రక్షణ న్యూస్...

టీడీపీ కేంద్ర కార్యాలయానికి వచ్చిన ముఖ్యమంత్రి, టీడీపీ అధినేత నారా చంద్రబాబు నాయుడు శిక్షణ పొందుతున్న క్లస్టర్ ఇంచార్జ్‌లతో నిర్వహించిన "కాఫీ కబుర్లు" సమావేశంలో పాల్గొన్నారు. కార్యకర్తలను నాయకులుగా తీర్చిదిద్దేందుకే శిక్షణ కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తున్నామని పేర్కొన్న ఆయన, ప్రజలకు మంచి చేయాలనే సంకల్పంతో ముందుకు సాగాలని సూచించారు. సంకల్పం తీసుకుని పనిచేస్తే ఆ సంకల్పం నెరవేరేందుకు అవసరమైన వాతావరణం స్వయంగా ఏర్పడుతుందని చంద్రబాబు అన్నారు. మంచి ఆలోచనలు చేసే వారి చుట్టూ మంచి వ్యక్తులే ఉంటారని, చెడు ఆలోచనలు చేసే వారి చుట్టూ "గద్దలి బ్యాచ్" చేరుతుందని వ్యాఖ్యానించారు. ప్రజలతో సత్సంబంధాలు కొనసాగిస్తూ ప్రజాస్వామ్యాన్ని గౌరవిస్తున్నామని, సంక్షేమం–అభివృద్ధి కార్యక్రమాలను సమర్థంగా అమలు చేస్తున్నామని, ప్రజలకు స్వేచ్ఛను కల్పిస్తున్నామని చెప్పారు. ముఖ్యంగా ఆత్మపరిశీలన చేసుకుంటూ ముందుకు సాగుతున్నందువల్ల ఇకపై పార్టీకి ఓటమి లేదని ధీమా వ్యక్తం చేశారు. పార్టీ పదవుల నుంచి టిక్కెట్ల కేటాయింపు వరకు నిరంతరం సర్వేలు నిర్వహిస్తున్నామని తెలిపారు. ప్రజలు, కార్యకర్తల అభిప్రాయాలకు అనుగుణంగా నిర్ణయాలు తీసుకుంటున్నామని, రాష్ట్రం మరియు పార్టీ శ్రేయస్సు కోసం తప్పులు చేసిన వారిని వదిలించుకుంటానని స్పష్టం చేశారు. ఎన్నికల సమయంలో కార్యకర్తలు ఇంటింటికీ వెళ్లి ప్రజలకు ఇచ్చిన హామీలను ప్రభుత్వం ఇప్పుడు అమలు చేస్తోందని చంద్రబాబు పేర్కొన్నారు. ప్రభుత్వం చేస్తున్న మంచి పనులను గడప గడపకు తీసుకెళ్లాలని, ఆనాడు చెప్పిన మాటలను ఈనాడు నెరవేర్చుతున్నామని ప్రజలకు గుర్తు చేయాలని కార్యకర్తలకు సూచించారు. మంగళగిరిలో టీడీపీ గెలిచి చాలా కాలమైందని, 2019లో నారా లోకేష్ ఓడిపోయినా తర్వాత పట్టుదలతో పనిచేసి 2024లో ఘన విజయం సాధించారని గుర్తు చేశారు. ప్రస్తుతం మంగళగిరి టీడీపీకి కంచుకోటగా మారిందని, గెలిచిన తర్వాత కూడా లోకేష్ సమర్థంగా పనిచేస్తున్నారని కొనియాడారు. రాష్ట్రంలోని ప్రతి బూత్‌లో గతానికి మించి ఓట్లు సాధించేలా కృషి చేయాలని పిలుపునిచ్చిన చంద్రబాబు, యుద్ధాన్ని గెలిపించే బాధ్యత కత్తిదైతే, అలుపెరగకుండా పోరాడే బాధ్యత కార్యకర్తలదని అన్నారు. కార్యకర్తలకు పార్టీ అన్ని విధాలుగా అండగా ఉంటుందని హామీ ఇచ్చారు. వైసీపీ ప్రభుత్వంపై విమర్శలు గుప్పించిన చంద్రబాబు, మద్యపాన నిషేధం, సీపీఎస్ రద్దు, జాబ్ క్యాలెండర్ వంటి హామీలను అమలు చేయకుండా ప్రజలను మోసం చేసిందని ఆరోపించారు. డీఎస్సీ–2025 నిర్వహణపై కూడా వైసీపీ దుష్ప్రచారం చేసిందని, అయితే ప్రభుత్వం ఆధారాలతో సహా గట్టి కౌంటర్ ఇవ్వడంతో వైసీపీ నేతలు డిఫెన్సులో పడ్డారని అన్నారు. దుష్ప్రచారం, ఫేక్ రాజకీయాలు చేయడం వైసీపీ విధానమని ఆరోపించిన చంద్రబాబు, అధికారంలో ఉన్నందున సహనం పాటిస్తున్నామని, కానీ హద్దులు మీరిస్తే వదిలిపెట్టబోమని హెచ్చరించారు. కూటమి ప్రభుత్వంతోనే ముందుకు వెళ్తామని స్పష్టం చేసిన చంద్రబాబు, క్షేత్రస్థాయిలో కూడా కార్యకర్తలు అదే భావనతో పనిచేయాలని సూచించారు. బీజేపీతో పొత్తులో ఉన్నప్పటికీ ఓట్లు చీలకూడదనే ఉద్దేశంతోనే జనసేన అధినేత పవన్ కళ్యాణ్ టీడీపీతో కలిసి వచ్చారని తెలిపారు. కూటమిగా పోటీ చేయడం వల్లే 94 శాతం స్ట్రైక్ రేట్‌తో విజయం సాధించామని చెప్పారు. పార్టీ అగ్రనేతల నుంచి కార్యకర్తల వరకు ప్రతి ఒక్కరూ "బ్రాండ్ మైండ్"తో ఆలోచించాలని చంద్రబాబు పిలుపునిచ్చారు.

పెదపెంకి ఫైలేరియా సమస్యకు చెక్

మొదటి పేజీ తరువాయి

అమరావతి రక్షణ న్యూస్

రూ.6.18 కోట్లతో మేజిక్ డ్రైన్లు, సీసీ రోడ్లు నిర్మించడం ద్వారా గ్రామంలో మురుగునీటి సమస్యను అధిగమించామని, ప్రజల్లో అవగాహన పెంచి గ్రామాన్ని వ్యాధి రహితంగా మార్చే దిశగా ముందుకెళ్తున్నామని పేర్కొన్నారు. పార్వతీపురం మన్యం జిల్లా పెదపెంకి గ్రామంలో ఫైలేరియా వ్యాధి నియంత్రణ, గ్రామాభివృద్ధి పనులపై ఉప ముఖ్యమంత్రి పవన్ కళ్యాణ్ శనివారం జిల్లా అధికారులతో వీడియో కాన్ఫరెన్స్ నిర్వహించారు. గ్రామంలో నమోదైన ఫైలేరియా కేసులు, చేపట్టిన అభివృద్ధి పనులు, సమస్య పరిష్కారానికి తీసుకున్న చర్యలపై సమగ్రంగా సమీక్షించారు. ఈ సందర్భంగా పవన్ కళ్యాణ్ మాట్లాడుతూ 2018లోనే పెదపెంకి గ్రామంలో ఫైలేరియా వ్యాధి తీవ్రత తన దృష్టికి వచ్చిందన్నారు. గ్రామంలోని సామాజిక అంతరాల కారణంగా మురుగునీరు బయటకు వెళ్లకుండా నిల్వ ఉండిపోయి ప్రమాదకర పరిస్థితులు ఏర్పడ్డాయని తెలిపారు. అదే క్యూలెక్స్ దోమల పెరుగుదలకు కారణమై గ్రామంలో ఫైలేరియా వ్యాధి విస్తరించిందన్నారు. అధికారంలోకి వచ్చిన తర్వాత ఈ సమస్యపై ప్రత్యేక దృష్టి సారించామని, జిల్లా యంత్రాంగంతో కలిసి శాశ్వత పరిష్కార మార్గాలను అన్వేషించామని చెప్పారు. గ్రామంలో వివిధ వర్గాల మధ్య ఉన్న విభేదాలను అధిగమించి అందరినీ ఒప్పించి అభివృద్ధి పనులు చేపట్టడం సులభం కాదన్నారు. అయినప్పటికీ అధికారులు సమన్వయంతో పని చేసి గ్రామ ప్రజల మద్దతు సాధించారని కొనియాడారు. గ్రామంలో మురుగునీరు నిల్వ ఉండటం వల్ల ఫైలేరియాతో పాటు డెంగీ, చికున్‌గున్యా వ్యాధులకు కారణమయ్యే దోమల లార్వాలు అధికంగా పెరిగాయని తెలిపారు. గ్రామాన్ని పూర్తిగా పరిశీలించిన జిల్లా యంత్రాంగం డ్రైనేజీ ఆక్రమణలు, నీటి పారుదల లోపాలను గుర్తించి చర్యలు చేపట్టిందన్నారు. పోలీసు, రెవెన్యూ, పంచాయతీరాజ్ శాఖల సమన్వయంతో డ్రైనేజీ ఆక్రమణలను తొలగించి, నరేగా నిధులతో రూ.6.18 కోట్ల వ్యయంతో మేజిక్ డ్రైన్లు, సీసీ రోడ్లు నిర్మించినట్లు తెలిపారు. మురుగునీరు నిల్వ ఉండకుండా పారుదల సౌకర్యం కల్పించడంతో గ్రామంలో దుర్వాసన, దోమల సమస్య గణనీయంగా తగ్గిందన్నారు. గ్రామంలో 20 మేజిక్ డ్రైన్ల నిర్మాణం ద్వారా పరిశుభ్రమైన వాతావరణం ఏర్పడిందని, ఫైలేరియా కేసుల తీవ్రత కూడా క్రమంగా తగ్గుతోందని పవన్ కళ్యాణ్ వెల్లడించారు. ఒకప్పుడు 7,900 జనాభా ఉన్న గ్రామంలో వ్యాధి ప్రభావంతో చాలామంది వలస వెళ్లిపోయారని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. గ్రామస్తులను చైతన్యపరిచి, వారిలో అవగాహన కల్పిస్తూ యంత్రాంగం ముందుకు సాగిన తీరు అభినందనీయమన్నారు. మొదట అభివృద్ధి పనులను వ్యతిరేకించిన గ్రామస్తులే ఇప్పుడు ఫలితాలను చూసి ప్రభుత్వాన్ని, అధికారులను అభినందించడం సంతోషకరమన్నారు.

త్వరలోనే స్వయంగా పెదపెంకి గ్రామాన్ని సందర్శిస్తానని పవన్ కళ్యాణ్ తెలిపారు. గ్రామ సమస్య పరిష్కారంలో కీలక పాత్ర పోషించిన జిల్లా కలెక్టర్ ప్రభాకరరెడ్డి, జిల్లా యంత్రాంగాన్ని ప్రత్యేకంగా అభినందించారు.

సహారా ఎడారిలో మృత్యు ఘోష

నీళ్లు లేక 49మంది మృత్యువాత

సహారా, జూన్ 6(: పశ్చిమాఫ్రికాలో అత్యంత విషాదకర ఘటన చోటుచేసుకుంది. సహారా ఎడారిలో తాగేందుకు నీరు దొరక్క దాహంతో 49 మంది ప్రాణాలు కోల్పోయారు. వీరు ప్రయాణిస్తున్న ట్రక్కు ఆగిపోవడంతో వీరంతా కొన్ని రోజుల పాటు ఎడారిలో నిలిచిపోయినట్లు అధికారులు తెలిపారు. నైజర్ దేశంలో ఈ దిగ్భ్రాంతికర ఘటన చోటుచేసుకుంది. వివరాల్లోకి వెళితే.. నైజర్‌కు చెందిన కొంతమంది తమ బంధువులతో పండుగ చేసుకునేందుకు పక్కనే ఉన్న మాలి దేశానికి ట్రక్కులో బయల్దేరారు. ఆ వేడుక ముగించుకొని తిరిగివస్తుండగా.. వీరు ప్రయాణిస్తున్న ట్రక్కు అనుమానాస్పదంగా అనే సరిహద్దు ప్రాంతానికి 80 కిలోమీటర్ల దూరంలో ఆగిపోయింది. అయితే, ఈ ప్రాంతం నిర్మానుష్యంగా ఉండటంతో సాయం చేసేవారు దొరకలేదు. డ్రైవర్‌తో పాటు అందులోని ప్రయాణికులు ట్రక్కును మరమ్మతు చేసేందుకు ప్రయత్నించినా ఫలించలేదు. దీంతో వారంతా కొన్ని రోజుల పాటు ఎడారిలోనే ఉండిపోవాల్సి వచ్చింది. అప్పటికే వారి వద్ద ఉన్న నీటి నిల్వలు నిండుకున్నాయి. ఎడారిలో నీటి జాడ లేకపోవడంతో వారు దాహంతో అల్లాడిపోయారు.

చివరకు ఇద్దరు వ్యక్తులు దాదాపు 50 కిలోమీటర్లకు పైగా కాలినడకన వెళ్లి నీరు తాగి అక్కడినుంచి అసమాకా పట్టణానికి చేరుకున్నారు. అక్కడ అధికారులను కలిసి విషయం చెప్పారు. అప్రమత్తమైన అధికారులు ఘటనా స్థలానికి చేరుకోగా.. హృదయ విదారక దృశ్యాలు కన్పించాయి. ట్రక్కు చుట్టూ డజన్ల కొద్దీ మృతదేహాలు కన్పించాయని అధికారులు తెలిపారు. విపరీతమైన వేడి, ఉక్కపోత, ఆకలితో 49 మంది ప్రాణాలు కోల్పోయినట్లు వెల్లడించారు. అయితే, ట్రక్కు ఆగిపోవడానికి కారణమేంటి, వీరు ఎడారిలో ఎన్ని రోజులు చిక్కుకుపోయారన్న దానిపై స్పష్టత లేదు. సాధారణంగా ఈ ఎడారి జోన్ మీదుగా పౌరులు రాకపోకలు సాగించడం చాలా అరుదని స్థానిక అధికారులు వెల్లడించారు. ఎక్కువ ఆఫ్రికా దేశాల నుంచి యూరప్‌కు వలసవెళ్లేవారు ఈ మార్గాన్ని ఆశ్రయిస్తారని తెలిపారు. గతంలోనూ అనేక మంది ఇసుక వేడి, దాహం, ఆకలితో ఈ మార్గంలో ప్రాణాలు విడిచినట్లు గుర్తుచేసుకున్నారు.

రోజంతా గంటల తరబడి కూర్చుని పనిచేసేవారికి అలర్ట్.. ఈ సమస్యలు వచ్చే ప్రమాదం అధికం..

ఆధునిక జీవనశైలిలో రోజుకు 8 గంటలకు పైగా కూర్చునే అలవాటు చాలా మందికి సాధారణంగా మారిపోయింది. ఆఫీసులో కంప్యూటర్ ముందు పని చేయడం, ట్రాఫిక్‌లో ఎక్కువసేపు డ్రైవింగ్ చేయడం లేదా ఇంటికి వచ్చాక కూడా మొబైల్, టీవీల ఎదుట గంటల తరబడి కూర్చోవడం వల్ల శరీరంపై తీవ్ర ప్రభావం పడుతోంది. ముఖ్యంగా కాళ్లలో రక్త ప్రసరణ దెబ్బతిని, భవిష్యత్తులో రక్తనాళాల సమస్యలకు దారితీసే ప్రమాదం ఉందని ఆరోగ్య నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. శరీరం సహజంగా కదలికల కోసం నిర్మాణమైందని, కానీ ఎక్కువసేపు కూర్చోవడం వల్ల కాళ్ల కండరాలు పనిచేయకుండా పోతాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. సాధారణంగా కాళ్ల కండరాల కదలికలే రక్తాన్ని తిరిగి గుండె వైపు పంపించడంలో సహాయపడతాయి. అయితే గంటల తరబడి కూర్చుంటే ఈ ప్రక్రియ మందగించి రక్తం కాళ్లలోనే నిలిచిపోవడం ప్రారంభమవుతుంది. దీని వల్ల క్రమంగా రక్తనాళాల పనితీరు దెబ్బతింటుందని పేర్కొంటున్నారు.

వాపులు రావడం..

కాళ్లలో రక్త ప్రసరణ సరిగా లేకపోతే మొదట కనిపించే ముఖ్య లక్షణాల్లో ఒకటి మడమలు, పాదాలు, కాళ్ల దిగువ భాగంలో వాపు రావడం. దీన్ని పెరిఫెరల్ ఎడిమా అని పిలుస్తారు. ఎక్కువసేపు కూర్చోవడం వల్ల రక్తం కాళ్లలో నిలిచిపోవడంతో ద్రవం చర్మ కణజాలాల్లోకి చేరి వాపులకు కారణమవుతుంది. రోజు ముగిసే సమయానికి చెప్పులు బిగుతుగా అనిపించడం లేదా సాక్స్ తీసేసిన తర్వాత మడమల వద్ద గాట్లు కనిపించడం ఈ సమస్యకు సంకేతాలుగా చెప్పవచ్చు. అలాగే స్పైడర్ వీన్స్, వెరికోస్ వీన్స్ కనిపించడం కూడా ఇంకో ముఖ్య హెచ్చరిక సంకేతంగా చెప్పవచ్చు. సాధారణంగా రక్తనాళాల్లో ఉండే చిన్న వాల్వులు రక్తం వెనక్కి వెళ్లకుండా అడ్డుకుంటాయి. కానీ ఎక్కువసేపు కూర్చోవడం వల్ల కాళ్లలో ఒత్తిడి పెరిగి ఈ వాల్వులు బలహీనపడతాయి. ఫలితంగా చర్మం కింద ఎరుపు, నీలం లేదా ఊదా రంగులో సన్నని రక్తనాళాలు కనిపించడం ప్రారంభమవుతుంది. మరింత తీవ్రమైతే పెద్దగా వాపులకు గురై, మెలికలు తిరిగిన నీలి రంగు రక్తనాళాలు బయటకు కనిపిస్తాయి. ఇవి కేవలం అందానికి సంబంధించిన సమస్యలే కాకుండా రక్త ప్రసరణలో లోపానికి సంకేతాలని వైద్యులు చెబుతున్నారు.

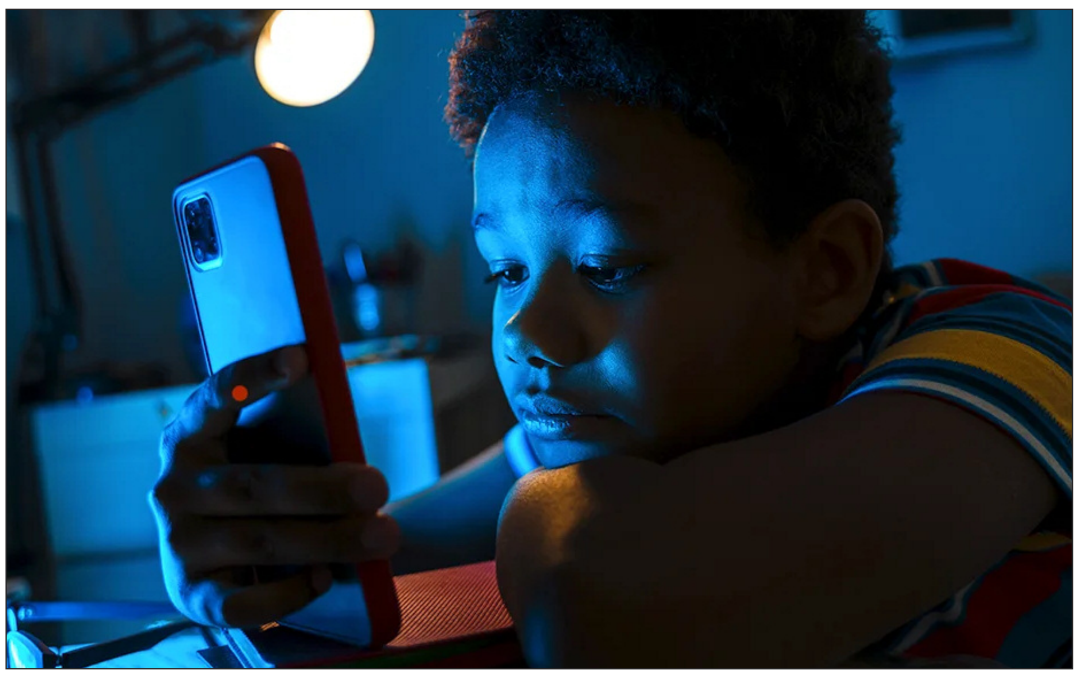
డీప్ వెయిన్ థ్రాంబోసిస్..

చాలాసేపు కూర్చున్న తర్వాత కాళ్లలో చిమ్మటలు రావడం, నిస్సత్తువగా అనిపించడం లేదా సూదులతో గుచ్చినట్లుగా అనిపించడం కూడా ప్రమాద సూచికలుగా చెబుతున్నారు. రక్త ప్రసరణ తగ్గిపోవడంతో నరాలకు సరైన ఆక్సిజన్, పోషకాలు అందక ఈ సమస్యలు వస్తాయి. ముఖ్యంగా కాళ్లు ముడుచుకుని కూర్చోవడం లేదా సరైన కుర్చీలు ఉపయోగించకపోవడం వల్ల నరాలపై ఒత్తిడి పెరిగి పరిస్థితి మరింత తీవ్రమవుతుంది. ఎక్కువసేపు కదలకుండా ఉండటం వల్ల వచ్చే అత్యంత ప్రమాదకర పరిస్థితి డీప్ వెయిన్ థ్రాంబోసిస్ (ఐఌ). కాళ్ల లోతైన రక్తనాళాల్లో రక్తం గడ్డకట్టడం వల్ల ఈ సమస్య వస్తుంది. ఆ గడ్డ రక్తప్రసరణ ద్వారా ఊపిరితిత్తులకు చేరితే ప్రాణాపాయ పరిస్థితి ఏర్పడే అవకాశం ఉంటుంది. కాబట్టి ఎక్కువసేపు కూర్చునే ఉద్యోగాలు చేసే వారు తప్పనిసరిగా జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి.

చిన్న చిన్న అలవాట్లే..

ఈ సమస్యలను నివారించడానికి చిన్న చిన్న అలవాట్లే చాలనని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. ప్రతి 30 నుంచి 60 నిమిషాలకు ఒకసారి లేచి నడవడం, స్ట్రెచింగ్ చేయడం, కాళ్ల వ్యాయామాలు చేయడం మంచిది. కూర్చునేటప్పుడు రెండు కాళ్లను నేలపై సరిగా ఉంచడం, కాళ్లు మడవకుండా ఉండడం, రోజులో కొంతసేపు కాళ్లను గుండె స్థాయి కంటే ఎత్తుగా పెట్టుకుని విశ్రాంతి తీసుకోవడం ద్వారా రక్త ప్రసరణ మెరుగుపడుతుంది. రోజంతా కుర్చీలో కూర్చోవడం తప్పనిసరి అయినా, కాళ్ల ఆరోగ్యాన్ని నిర్లక్ష్యం చేయకూడదు. చిన్న లక్షణాలను ముందుగానే గుర్తిస్తే భవిష్యత్తులో తీవ్రమైన రక్తనాళాల సమస్యలను నివారించవచ్చు.

పిల్లలను ఫోన్‌ల నుంచి దూరంగా ఉంచేందుకు ఈ చిన్న సూచనలు పాటించండి..



ప్రస్తుతం పిల్లల చేతిలో మొబైల్ ఫోన్ కనిపించడం చాలా సాధారణంగా మారిపోయింది. అయితే పిల్లలు ఫోన్ వైపు ఆకర్షితులు కావడం వాళ్లు అలసత్వంగా ఉండటం వల్ల కాదని తక్షణ వినోదం, వెంటనే దృష్టి మళ్లించే సాధనం, తక్కువ శ్రమతో ఎక్కువ ఉత్సాహం ఇచ్చే మార్గం కావడంతో స్క్రీన్‌లకు పిల్లలు త్వరగా అలవాటు పడుతున్నారని నిపుణులు చెబుతున్నారు. క్రమంగా ఈ అలవాటు పెరిగితే నిజ జీవిత ఆటలు, నెమ్మదిగా జరిగే కార్యకలాపాలు పిల్లలకు ఆసక్తికరంగా అనిపించవని నిపుణులు చెబుతున్నారు. అయితే పిల్లలను ఫోన్‌కు దూరంగా ఉంచేందుకు ఖరీదైన ఆట వస్తువులు అవసరం లేదని, చిన్న చిన్న అలవాట్లే సరిపోతాయని సూచిస్తున్నారు. పిల్లలను ఫోన్ కు దూరంగా ఉంచే కొన్ని అలవాట్ల గురించి వారు వివరిస్తున్నారు.

ఏదైనా తయారు చేయించాలి..

పిల్లలకు తమ చేతులతో ఏదైనా తయారు చేసే అవకాశం ఇవ్వడం చాలా మంచిదని నిపుణులు చెబుతున్నారు. కాగితాలు, రంగు పెన్సిళ్లు, మట్టి, కార్డ్‌బోర్డ్ ముక్కలు లేదా ఇంట్లో ఉండే సాధారణ వస్తువులతోనే పిల్లలు కొత్త కొత్త వస్తువులు తయారు చేయగలుగుతారు. పేపర్ విమానం, చిన్న ఇల్లు, మట్టి బొమ్మ లేదా బ్లాక్స్‌తో నిర్మాణాలు చేయడం వంటి పనులు పిల్లల్లో సృజనాత్మకతను పెంచుతాయి. ఇలా ఏదైనా స్వయంగా తయారు చేసినప్పుడు వారికి కలిగే ఆనందం స్క్రీన్‌ల కంటే ఎక్కువకాలం నిలుస్తుంది. పిల్లల్లో ఉన్న శక్తిని బయటకు తీసుకురావడానికి శారీరక కదలికలు చాలా అవసరం. చిన్న నడక, బంతి ఆటలు, సంగీతానికి డ్యాన్స్ చేయడం లేదా ఇంట్లోనే చిన్న అడ్డంకుల ఆటలు నిర్వహించడం వల్ల పిల్లల్లో ఉత్సాహం పెరుగుతుంది. శరీరాన్ని కదిలించడం వల్ల ఒత్తిడి తగ్గి, ఏకాగ్రత మెరుగుపడుతుంది. ఎక్కువసేపు స్క్రీన్ ముందు కూర్చున్న పిల్లలతో పోలిస్తే పరుగులు తీసిన పిల్లలు మరింత చురుకుగా ఉంటారని పేర్కొంటున్నారు.

ఇంట్లో బాధ్యతలు అప్పగించాలి..

ఇంట్లో చిన్న చిన్న బాధ్యతలు అప్పగించడం కూడా పిల్లలకు ఎంతో ఉపయోగకరమని నిపుణులు చెబుతున్నారు. కూరగాయలు సర్దడం, మొక్కలకు నీళ్లు పోయడం, పుస్తకాలు అమర్చడం, టేబుల్ సెట్ చేయడం వంటి పనులు పిల్లల్లో బాధ్యతాభావాన్ని పెంచుతాయి. పెద్దలకు ఇవి చిన్న పనుల్లా అనిపించినా పిల్లలకు మాత్రం తాము కుటుంబంలో భాగమన్న భావన కలుగుతుంది. పిల్లలతో కలిసి చదవడం కూడా మంచి అలవాటుగా చెప్పవచ్చు. కథలు వినిపించడం, పుస్తకాలు కలిసి చదవడం లేదా పిల్లలతో మారుమారుగా చదవించడం వల్ల వారిలో ఊహాశక్తి పెరుగుతుంది. స్క్రీన్‌లతో పోలిస్తే పుస్తకాలు పిల్లలను ఆలోచింపజేస్తాయని, కథల ప్రపంచంలోకి తీసుకెళ్తాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. వంటగదిలో పిల్లలను భాగస్వామ్యం చేయడం కూడా మంచి మార్గం. పండ్లు కడగడం, పిండి కలపడం, తేలికపాటి వంట పనుల్లో సహాయం చేయడం వంటి పనులు పిల్లలకు ఆసక్తిని కలిగిస్తాయి. చేతులతో ఏదైనా చేసి చివర్లో తాము తయారీలో భాగమైన ఆహారం చూడటం పిల్లలకు సంతృప్తిని ఇస్తుంది.

ప్రకృతిలో గడపనివ్వాలి..

ప్రకృతికి దగ్గరగా తీసుకెళ్లడం కూడా పిల్లల్లో మార్పు తీసుకురాగలదని నిపుణులు చెబుతున్నారు. పార్కులకు తీసుకెళ్లడం, మొక్కలు నాటించడం, ఆకులు సేకరించడం లేదా పక్షులను గమనించడం వంటి పనులు పిల్లల్లో ప్రశాంతతను పెంచుతాయి. ప్రకృతి పిల్లలను నెమ్మదిగా ఆలోచించేలా చేసి చుట్టూ ఉన్న ప్రపంచాన్ని గమనించే అలవాటు పెంచుతుంది. పిల్లలతో సరదాగా మాట్లాడటం కూడా ఒక మంచి వినోదంగా మారుతుంది. ఈ రోజు ఏం కొత్తగా చూశావు?, నీకు ఏదైనా కనిపెట్టే అవకాశం వస్తే ఏం కనిపెడతావు? వంటి ప్రశ్నలు అడగడం ద్వారా పిల్లలు తమ ఆలోచనలు పంచుకుంటారు. ఇలా మాట్లాడటం వల్ల పిల్లలు తాము ముఖ్యమైనవారమన్న భావన పొందడంతో పాటు, ప్రతి సారి వినోదం కోసం స్క్రీన్‌లపై ఆధారపడాల్సిన అవసరం తగ్గుతుంది.

పిల్లలు ఆ వయస్సు నుంచే ధైర్యంగా ఉండాలంటే.. పెద్దలు చేయాల్సిన పనులు ఇవే..

కొంతమంది పిల్లలు ఎంత ఒత్తిడి వచ్చినా కుంగిపోకుండా తట్టుకుని నిలబడగలుగుతారు. చదువు ఒత్తిడి, స్నేహితుల మధ్య సమస్యలు, ఓటమి లేదా జీవితంలో ఎదురయ్యే చిన్న, పెద్ద ఇబ్బందులను తట్టుకుని మళ్లీ సాధారణ స్థితికి రావడంలో వారు ప్రత్యేకంగా కనిపిస్తారు. దీనినే మానసిక ధైర్యం లేదా రెసిలియెన్స్‌గా నిపుణులు పేర్కొంటున్నారు. అయితే ఇది పుట్టుకతోనే వచ్చే లక్షణం మాత్రమే కాదని, కుటుంబ వాతావరణం, తల్లిదండ్రుల ప్రవర్తన, రోజువారీ అనుభవాలు కూడా దీనిపై ప్రభావం చూపుతాయని చెబుతున్నారు. పిల్లలు ప్రతి సమస్య నుంచి పూర్తిగా రక్షించబడితే వారు బలంగా ఎదగరని అంటున్నారు. చిన్న చిన్న నిరాశలు, అపజయాలు, ఎదురు చూపులు కూడా పిల్లలకు జీవిత పాఠాలుగా మారుతాయని పేర్కొంటున్నారు. ప్రతి సారి వెంటనే సహాయం చేయకుండా, సమస్యను ఎలా పరిష్కరించాలో ఆలోచించే అవకాశం ఇవ్వడం ద్వారా పిల్లల్లో ఆత్మవిశ్వాసం పెరుగుతుందని సూచిస్తున్నారు.

భావాలను స్వేచ్ఛగా చెప్పగలగాలి..

పిల్లలు తమ భావాలను స్వేచ్ఛగా చెప్పగల వాతావరణం చాలా ముఖ్యమని నిపుణులు చెబుతున్నారు. బాధ, కోపం, భయం లేదా నిరాశ వంటి భావాలను అణచివేయకుండా వినిపించుకునే కుటుంబాల్లో పిల్లలు భావోద్వేగ పరంగా

మరింత బలంగా ఎదుగుతారు. ఏడవొద్దు, భయపడకు అని చెప్పడం కంటే, నీకు ఎందుకు ఇలా అనిపిస్తోంది? అని అడగడం ఎక్కువ ఉపయోగకరం. తల్లిదండ్రులు చూపించే ప్రవర్తనే పిల్లలకు పెద్ద పాఠం. ఒత్తిడి వచ్చినప్పుడు పెద్దలు ఎలా స్పందిస్తారో పిల్లలు గమనిస్తుంటారు. సమస్యల సమయంలో ప్రశాంతంగా ఉండడం, తప్పులను అంగీకరించడం, మళ్లీ ప్రయత్నించడం వంటి అలవాట్లు పిల్లల్లో కూడా సహజంగా పెరుగుతాయి.

బాధ్యతాభావాన్ని పెంచాలి..

పిల్లల్లో బాధ్యతాభావం పెంచడం కూడా మానసిక బలాన్ని పెంచుతుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. చిన్న పనులు చేయించడం, నిర్ణయాల్లో భాగస్వామ్యం కల్పించడం, తమ పనులు తామే చేసుకునే అలవాటు నేర్పించడం వల్ల వారు స్వతంత్రంగా ఆలోచించడం నేర్చుకుంటారు. స్నేహాలు, కుటుంబ బంధాలు, గురువులతో మంచి సంబంధాలు కూడా పిల్లల మానసిక ఆరోగ్యానికి కీలకం. తమను అర్థం చేసుకునే వారు ఉన్నారన్న భావన పిల్లలకు భద్రతను కలిగిస్తుంది. ఒక పిల్లవాడు ఒంటరిగా కాకుండా, తనకు తోడుగా ఎవరైనా ఉన్నారని భావించినప్పుడు కష్టాలను తట్టుకునే శక్తి పెరుగుతుంది. పిల్లల జీవితంలో పూర్తిగా ఒత్తిడి లేకుండా చేయడం సాధ్యం కాకపోయినా, ఒత్తిడిని ఎలా ఎదుర్కోవాలో నేర్పించడం మాత్రం చాలా అవసరం. చిన్నప్పటి నుంచే సహనం, సమస్య పరిష్కారం, భావోద్వేగ నియంత్రణ వంటి నైపుణ్యాలు పెంపొందితే భవిష్యత్తులో వారు మరింత ధైర్యంగా జీవితాన్ని ఎదుర్కోగలుగుతారు.

షుగర్ వ్యాధి రావడానికి ముందే శరీరం ఈ సూచనలను తెలియజేస్తుంది

వయసుతో సంబంధం లేకుండా ప్రతి ఒక్కరిని వేధిస్తున్న అనారోగ్య సమస్యల్లో మధుమేహం కూడా ఒకటి. ఈ వ్యాధితో బాధపడే వారి సంఖ్య రోజురోజుకీ పెరుగుతుందని చెప్పవచ్చు. అయితే మధుమేహం ఒక్కసారిగా వచ్చే వ్యాధి కాదని, దానికి ముందే శరీరం చిన్న చిన్న సంకేతాల ద్వారా హెచ్చరిస్తుందని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. సాధారణంగా ఒత్తిడి, హార్మోన్ల అసమతుల్యత, వయస్సు ప్రభావం లేదా ఆందోళనగా భావించే కొన్ని లక్షణాలు వాస్తవానికి ఇన్సులిన్ రెసిస్టెన్స్‌కు సంకేతాలు అవుతాయని తాజా వివరణలు చెబుతున్నాయి. చాలామంది ఈ సూచనలను సంవత్సరాల పాటు పట్టించుకోకపోవడం వల్ల తరువాత టైప్-2 డయాబెటిస్ బారిన పడుతున్నట్లు పేర్కొంటున్నారు. అలాగే టైప్ 2 డయాబెటిస్ ను సూచించే కొన్ని లక్షణాలను కూడా తెలియజేస్తున్నారు.

హైపర్ ఇన్సులినీమియా సంకేతాలు..

శరీరంలో ఇన్సులిన్ స్థాయిలు అధికంగా ఉన్నప్పుడు మెడ, చేతి కింద భాగాలు లేదా తొడల దగ్గర చిన్న చిన్న స్కిన్ ట్యాగ్స్ కనిపిస్తాయని నిపుణులు వివరిస్తున్నారు. ఇవి సాధారణ చర్మ సమస్యలుగా కనిపించినా, వాస్తవానికి శరీరంలో హైపర్ ఇన్సులినీమియా ఉన్నట్లు సూచించే సంకేతాలుగా చెబుతున్నారు. రక్తంలో ఇన్సులిన్ మోతాదు ఎక్కువగా ఉండడం వల్ల ఈ మార్పులు కనిపించే అవకాశం ఉంటుందని అంటున్నారు. అలాగే మెడ చుట్టూ నల్లగా, వెల్వెట్‌లా కనిపించే చర్మపు మచ్చలను అకాంథోసిస్ నైగ్రికాన్స్‌గా పిలుస్తారు. ఇది కూడా అధిక ఇన్సులిన్ ప్రభావంతో చర్మ కణాలు ఎక్కువగా స్పందించడం వల్ల ఏర్పడుతుంది. రక్త పరీక్షల్లో సమస్య బయటపడకముందే చర్మం ఈ మార్పుల ద్వారా హెచ్చరిక ఇస్తుంది. అదే విధంగా రాత్రి 3 నుంచి 4 గంటల మధ్య అకస్మాత్తుగా మేల్కొనడం, గుండె వేగంగా కొట్టుకోవడం, ఆందోళనగా అనిపించడం వంటి లక్షణాలు కూడా రక్తంలో చక్కెర స్థాయిల మార్పులతో సంబంధం ఉంటాయి. నిద్రలో బ్లడ్ షుగర్ ఒక్కసారిగా తగ్గిపోతే శరీరంలో కార్టిసోల్, అడ్రినలిన్ వంటి స్ట్రెస్ హార్మోన్లు విడుదలై ఈ లక్షణాలు కనిపించే అవకాశం ఉంటుంది. చాలామంది దీన్ని కేవలం ఆందోళన సమస్యగా భావిస్తారు. భోజనం చేసిన తర్వాత మధ్యాహ్న సమయంలో తీవ్రమైన అలసట రావడం కూడా రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు ఒక్కసారిగా పెరిగి మళ్లీ పడిపోవడం వల్ల అవుతుంది. దీనిని రియాక్టివ్ హైపోగ్లైసీమియాతో అనుసంధానిస్తారు. ముఖ్యంగా కార్బోహైడ్రేట్లు ఎక్కువగా ఉన్న ఆహారం తీసుకున్న తర్వాత ఈ పరిస్థితి కనిపిస్తుంది.

పొట్ట చుట్టూ కొవ్వు అధికంగా ఉంటే..

ఎక్కువగా వ్యాయామం చేసినా, తక్కువగా తిన్నా పొట్ట చుట్టూ కొవ్వు తగ్గకపోవడం కూడా అధిక ఇన్సులిన్ ప్రభావమే అవుతుందని నిపుణులు వివరిస్తున్నారు. ఇన్సులిన్ అధికంగా ఉన్నప్పుడు శరీరంలో కొవ్వు కరిగే ప్రక్రియ నెమ్మదిస్తుంది. అందువల్ల బరువు తగ్గడం కష్టమవుతుంది. కేవలం కేలరీలు తగ్గించడం లేదా వ్యాయామం మాత్రమే చాలదు. హార్మోన్ల సమతుల్యత కూడా కీలకం. తీపి పదార్థాలపై అధిక కోరిక కూడా రక్తంలో చక్కెర మార్పులతో సంబంధం ఉంటుంది. చక్కెరను ఎక్కువగా తీసుకున్నప్పుడు మెదడులో డోపమైన్ పెరిగి తాత్కాలిక ఆనంద భావన కలుగుతుంది. తరువాత బ్లడ్ షుగర్ తగ్గిపోతే మళ్లీ తీపి పదార్థాల కోసం శరీరం కోరుకుంటుంది. ఇది వ్యక్తిగత బలహీనత కాదు, శరీరంలో జరిగే రసాయన మార్పుల ప్రభావం.

జీవనశైలి మార్పులు..

అలాగే భారతీయుల జీవనశైలిలో మార్పులు కూడా మధుమేహం పెరగడానికి ప్రధాన కారణమవుతున్నాయని ఆరోగ్య నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. టీతో పాటు బిస్కెట్లు తీసుకోవడం, కార్బోహైడ్రేట్లు అధికంగా ఉండే అల్పాహారం, తగినంత ప్రోటీన్ లేకుండా భోజనం చేయడం, నిద్రలేమి, ఒత్తిడి, కూర్చునే జీవనశైలి, అధిక చక్కెర వినియోగం వంటి అలవాట్లు ప్రమాదాన్ని పెంచుతున్నాయి. భోజనం చేసిన వెంటనే నిద్రగా అనిపించడం, ఎప్పుడూ ఆకలిగా ఉండటం, సాయంత్రం అలసట, పొట్ట చుట్టూ కొవ్వు తగ్గకపోవడం వంటి లక్షణాలను చాలామంది సాధారణ సమస్యలుగా తీసుకుంటారు. అయితే ఇవి భవిష్యత్తులో మధుమేహానికి సంకేతాలు అవుతాయి. శరీరం ముందుగానే ఇచ్చే ఈ చిన్న సంకేతాలను గుర్తిస్తే, జీవనశైలిలో మార్పులు చేసి మధుమేహాన్ని ముందుగానే నియంత్రించే అవకాశం ఉంటుంది.

చెన్నై లవ్‌స్టోరీ నుంచి నిను వదలనే.. సెకండ్ సింగిల్ విడుదల

నిమిషమైనా నిను వదలనే.. అంటూ తన మ్యూజిక్‌తో మ్యాజిక్ క్రియేట్ చేశారు మణిశర్మ. కిరణ్ అబ్బవరం ప్రధానపాత్రలో రవి నంబూరి దర్శకత్వంలో రానున్న చిత్రం 'చెన్నై లవ్‌స్టోరీ'. తాజాగా ఈసినిమా నుంచి సెకండ్ సింగిల్‌ను టీమ్ విడుదల చేసింది. 'నను నేను వదిలినా.. నిను వదలనే..' అంటూ సాగే లిరిక్స్ అనంత్ శ్రీరామ్ అందించగా.. జావెద్ అలీ తన గాత్రంతో మరోస్థాయికి తీసుకెళ్లారు. యూత్‌కు కనెక్ట్ అయ్యేలా ఉన్న ఈ పాటను తీర్చిదిద్దారు. తెలుగు సినీ పరిశ్రమలో తనకంటూ ప్రత్యేక గుర్తింపు సంపాదించుకుంటున్న యువ నటి శ్రీ గౌరి ప్రియ. వరుసగా విభిన్న పాత్రలతో ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకుంటున్న ఈ తెలుగమ్మాయి ప్రస్తుతం హీరో కిరణ్ అబ్బవరంతో కలిసి 'చెన్నై లవ్ స్టోరీ' చిత్రంలో నటిస్తోంది. తాజాగా ఈ సినిమా నుంచి విడుదలైన 'వదలనే' పాట లాంచ్ ఈవెంట్‌లో శ్రీ గౌరి ప్రియ చేసిన వ్యాఖ్యలు అందరినీ భావోద్వేగానికి గురి చేశాయి. ఈ పాటలోని లిరిక్స్‌ను ఎవరికి అంకితం చేస్తారని ప్రశ్నించగా, శ్రీ గౌరి ప్రియ సమాధానం ఇస్తూ ఒక్కసారిగా భావోద్వేగానికి లోనైంది. నిజంగా చెప్పాలంటే మా అమ్మ నన్ను వదిలేసి మూడేళ్లు అయింది. కానీ తను నన్ను అసలు వదల్లేదు. నేను కూడా తనను ఎప్పటికీ వదలను. ఈ విషయం తనకు తెలుసు, నాకు తెలుసు. ఈ పాటలోని లైన్స్‌ను మా అమ్మకే అంకితం చేస్తున్నాను' అని చెప్పింది. ఆమె మాటలు విన్న వెంటనే కార్యక్రమంలో ఉన్నవారు కొద్దిసేపు నిశ్శబ్దంగా మారిపోయారు. సోషల్ మీడియాలో ఈ వీడియో వేగంగా వైరల్ అవుతోంది. మూడేళ్ల క్రితం శ్రీ గౌరి ప్రియ తల్లి వసుంధర క్యాన్సర్ కారణంగా మరణించారు. తల్లితో తనకు చాలా ఆత్మీయ అనుబంధం ఉండేదని గౌరి ప్రియ పలు సందర్భాల్లో వెల్లడించింది. ఆమెను కేవలం తల్లిగానే కాకుండా ఒక మంచి స్నేహితురాలిగా భావించేదని చెప్పింది. తల్లి మరణంతో కొంతకాలం తీవ్ర మానసిక వేదనకు గురైన ఆమె, ఆ తర్వాత మళ్లీ తన కెరీర్‌పై దృష్టి పెట్టింది. హీరో కిరణ్ అబ్బవరం ప్రధాన పాత్రలో నటిస్తున్న 'చెన్నై లవ్ స్టోరీ' చిత్రానికి రవి నంబూరి దర్శకత్వం వహిస్తున్నారు. సంగీత దర్శకుడు మణిశర్మ స్వరాలు అందిస్తున్నారు.

బుచ్చిబాబు కోసం పెద్దిలో నటించా: దివ్యేందు

'పెద్ది' డైరెక్టర్ బుచ్చిబాబుపై ప్రశంసలు కురిపించారు బాలీవుడ్ నటుడు దివ్యేందు శర్మ. ఆయన కోసమైనా 'పెద్ది' చేయాలని అనుకున్నట్లు చెప్పారు. రామ్ చరణ్ హీరోగా బుచ్చిబాబు తెరకెక్కించిన చిత్రం 'పెద్ది'. ఇందులో దివ్యేందు శర్మ కీలక పాత్రలో నటించారు. జూన్ 4న ఈ సినిమా ప్రేక్షకుల ముందుకురానుంది. ఈ నేపథ్యంలో ప్రచారంలో భాగంగా దివ్యేందు ఇంటర్వ్యూల్లో పాల్గొన్నారు. ఈ సినిమా అంగీకరించడానికి కారణం వెల్లడించారు. తాను ఉత్తరాఖండ్‌లో షూటింగ్‌లో ఉన్నప్పుడు ఈ చిత్ర బృందం నుంచి ఫోన్ వచ్చింది. వీలున్నప్పుడు వస్తాను అని చెప్పా. తర్వాత 'మిమ్మల్ని కలవాలి' అని బుచ్చిబాబు చాలా మెసేజ్‌లు పెట్టారు. దీంతో నేను ఆ షూట్ మధ్యలోనే ఆపేసి ఎంతోసేపు ప్రయాణించి చాలా కష్టపడి అక్కడినుంచి ఇక్కడికి వచ్చాను. బుచ్చిబాబును చూసి ఆశ్చర్యపోయాను. ఎంతో ప్రేమతో వ్యవహరించారు. కళకు ఎంత గౌరవం ఇస్తారో చూశాను. నా పాత్రను వివరించేటప్పుడే నిర్ణయించుకున్నా. ఈ సినిమా ఎలా ఉన్నా బుచ్చిబాబు కోసం చేయాలి అని. వెంటనే ఓకే చేశా. ఆయన నన్ను అంత ప్రభావితం చేశారు' అని దివ్యేందు తెలిపారు. ఇక పెద్ది కథ గురించి మాట్లాడుతూ..'స్టోరీ చూసి షాక్ అయ్యాను. ఎంత గొప్పగా రాశారో అనుకున్నా. ఎన్నో ట్విస్ట్‌లు, గొప్ప గొప్ప పాత్రలు ఉన్నాయి. గుర్తింపు కోసం ఎంత యుద్ధమైనా చేయొచ్చని ఈ సినిమా చూశాక అర్థం అవుతుంది. 'పెద్ది' తన గుర్తింపు కోసం ఎంతో పోరాడతాడు. ఆ అంశం నాకు చాలా నచ్చిందని చెప్పారు.

విశ్వంభర విడుదల తేదీపై అస్పష్టత

మెగా ఫ్యాన్స్‌లో గందరగోళం

మెగాస్టార్ చిరంజీవి ప్రస్తుతం వరుస సినిమాలతో ఫుల్ బిజీగా ఉన్నారు. మెగాస్టార్ అభిమానులను ఎక్కువగా కలవరపెడుతున్న విషయం మాత్రం 'విశ్వంభర' మూవీ గురించే. ఎందుకంటే ఈ ప్రాజెక్ట్ చాలా కాలం క్రితమే ప్రారంభమై, షూటింగ్ కూడా పూర్తయిన దశకు చేరుకున్నప్పటికీ.. ఇప్పటివరకు విడుదల తేదీపై స్పష్టత రాకపోవడం అభిమానుల్లో అనుమానాలు పెంచుతోంది. దర్శకుడు వశిష్ట తెరకెక్కిస్తున్న 'విశ్వంభర' మెగాస్టార్ కెరీర్‌లో అత్యంత భారీ ఫాంటసీ చిత్రాల్లో ఒకటిగా రూపొందుతోంది. విజువల్ ఎఫెక్ట్స్, గ్రాండియర్ సెట్స్, భారీ బ్జడెట్‌తో తెరకెక్కుతున్న ఈ సినిమాపై మొదటి నుంచే భారీ అంచనాలు నెలకొన్నాయి.

ఇప్పటికే షూటింగ్ దాదాపు పూర్తయిందని వార్తలు వచ్చినప్పటికీ, సినిమా రిలీజ్ విషయంలో మాత్రం ఎలాంటి అధికారిక ప్రకటన లేకపోవడం అభిమానులను నిరాశకు గురిచేస్తోంది. మొదట ఈ సినిమాను సమ్మర్ రిలీజ్‌గా తీసుకురానున్నట్లు ప్రచారం జరిగింది. అయితే ప్రస్తుతం పరిస్థితులు చూస్తుంటే ఆ ప్లాన్ అమలు అయ్యే అవకాశాలు కనిపించడం లేదు. సినిమా నుంచి పెద్దగా అప్‌డేట్లు కూడా లేకపోవడంతో సోషల్ మీడియాలో ఫ్యాన్స్ ఆందోళన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. 'విశ్వంభర' ఆలస్యానికి ప్రధాన కారణం విజువల్ ఎఫెక్ట్స్ పనులేనని టాక్ వినిపిస్తోంది. ఫాంటసీ జానర్ కావడంతో సినిమాకు భారీ స్థాయిలో అవసరం పడుతోంది. ముఖ్యంగా ఫాంటసీ జానర్‌లో వస్తున్న 'విశ్వంభర'పై మొదటి నుంచే ప్రత్యేక ఆసక్తి నెలకొంది. కానీ వరుసగా కొత్త ప్రాజెక్టులు ప్రారంభమవుతుండటం, 'విశ్వంభర'పై మాత్రం నిశ్శబ్దం కొనసాగడం ఫ్యాన్స్‌లో కొంత అసంతృప్తి పెంచుతోంది.

'పెద్ది' ప్రమోషన్స్... 'దేశీ ప్రిన్సెస్'లా మెరిసిపోయిన జాన్వీ!

బాలీవుడ్ యువ నటి జాన్వీ కపూర్ తన ఫ్యాషన్ సెన్స్‌తో మరోసారి అందరినీ ఆశ్చర్యపరిచారు. బెంగళూరులో తన తాజా చిత్రం 'పెద్ది' ప్రమోషన్లలో భాగంగా ఆమె ధరించిన ఒక ప్రత్యేకమైన డ్రెస్ ఇప్పుడు సోషల్ మీడియాలో సెన్సేషన్ క్రియేట్ చేస్తోంది. సాంప్రదాయ బెనారసీ వస్త్రానికి ఆధునిక హంగులు జోడించి రూపొందించిన గౌనులో జాన్వీ అచ్చం 'దేశీ ప్రిన్సెస్' (భారతీయ యువరాణి)లా మెరిసిపోయారు. సాధారణంగా బెనారసీ అంటే చీరనే గుర్తుకువస్తుంది. కానీ, జాన్వీ దానికి భిన్నంగా స్ట్రాప్‌లెస్ గౌనును ఎంచుకున్నారు. కార్సెట్ తరహా బాడీస్‌తో, ఫిట్‌గా ఉండే ఈ గౌను ఆమె అందాన్ని మరింత పెంచింది. లేత గులాబీ, మింట్, ఐవరీ వంటి పాస్టెల్ రంగుల కలయిక, బంగారు వర్ణంతో నేసిన పూల డిజైన్లు ఈ డ్రెస్‌కు ప్రత్యేక ఆకర్షణను తెచ్చిపెట్టాయి. దీనికి జతగా చేతులపై కప్పుకున్న షీర్ పాస్టెల్ దుపట్టా రాజసమైన లుక్‌ను ఇచ్చింది. ఈ డ్రెస్‌కు తగ్గట్టుగా ఆక్సిడైజ్డ్ సిల్వర్ జుంకాలు, స్టేట్‌మెంట్ ఇయర్ కఫ్ వంటి మినిమల్ యాక్సెసరీస్ ధరించారు. నుదుట పాపిడితో వేసిన స్లీక్ బన్, గ్లోయీ మేకప్‌తో తన లుక్‌ను పూర్తిచేశారు. ఇటీవలే పర్పుల్ లెహంగాతో వైరల్ అయిన జాన్వీ, ఇప్పుడు ఈ బెనారసీ గౌనుతో సంప్రదాయ వస్త్రకళకు, ఆధునిక ఫ్యాషన్‌కు మధ్య అద్భుతమైన బ్యాలెన్స్ ఎలా సాధించవచ్చో నిరూపించారు.

Publisher & Printer: G. Narendra, C.G. Palem, Bapatla, Bapatla District