



సోమవారం న్యూఢిల్లీలో మెహతాబ్ చేత ప్రాటెం స్పీకర్‌గా ప్రమాణం చేయిస్తున్న రాష్ట్రపతి ముర్ము

ప్రాటెం స్పీకర్‌గా మెహతాబ్ ప్రమాణం

న్యూఢిల్లీ, జూన్ 24 :లోక్‌సభ ప్రాటెం స్పీకర్‌గా భర్తృహరి మహతాబ్ ప్రమాణ స్వీకారం చేశారు. 18వ లోక్‌సభ సమావేశాలు ప్రారంభమయ్యాయి. నూతన లోక్‌సభలో ప్రాటెం స్పీకర్‌గా భర్తృహరి మహతాబ్ ప్రమాణ స్వీకారం చేశారు. సోమవారం ఉదయం రాష్ట్రపతి ద్రౌపది ముర్ము ఆయనతో సమావేశం చేయించారు. ఈ కార్యక్రమానికి ఉప రాష్ట్రపతి జగదీష్ ధన్‌ఖడ్, ప్రధాని మోడీ తదితరులు హాజరయ్యారు. నూతనంగా ఎన్నికైన సభ్యులతో ప్రాటెం స్పీకర్ చేయింపనున్నారు. ఈ రోజు 280 మంది ఎంపీలు ప్రమాణం చేయనున్నారు. మిగిలిన వారితో రేపు ప్రమాణ స్వీకారం చేయినారు.

ఉపాధి లేక ఉసురు తీసుకుంటున్నా ఆదుకోరా? నేతన్నల పరిస్థితులపై సిఎం రేపంతరెడ్డికి కెటిఆర్ లేఖ

ప్రభాతవార్త ప్రధాన ప్రతినిధి, హైదరాబాద్,జూన్24: నేతలన్నలపై ఆత్మహత్యలు కాదని, అవి ముమ్మారిటీకి ప్రభుత్వ హత్యలైనవి బీఆర్‌ఎస్ వర్గింగ్ డ్రైసిడెంట్,మాజీ మంత్రి కల్వకుంట్ల తారక రామారావు ఆరోపించారు.నేతలన్నల ననుస్యలపై ముఖ్యమంత్రి రేపంతరెడ్డికి సోమవారంనాడు బహిరంగ లేఖ రాశారు. ఉషాధి లేక ఉసురు తీసుకుంటున్నా ఆదుకోరా అని ప్రశ్నించారు. ఇప్పటి దాకా పది మంది నేతన్నలు ఆత్మబలిదానం చేసుకున్నారని లేఖలో పేర్కొన్నారు. గత పదేళ్లు చేతినిదా పనులతో కళకళలాడిన చేనేత రంగం, ఇందిరమ్మ రాజ్యం పేరుతో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వంలో సర్జీఫ్‌లోలో కూరుకుపోయిందని ఆక్షేపించారు. గత కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వాల హయాంలో వచ్చే పరిశ్రమ ఎలాంటి డిచ్చర పరిస్థితుల్లో మునిగిపోయిందో మళ్లీ ఆ పార్టీ ఆధికారంలోకి వచ్చిన ఆర్జిత్యలోలో ఆలాంటి మిషండకర పరిస్థితిని ఎదుర్కోంటోందని కెటిఆర్ ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. కేవలం గత ప్రభుత్వం చేపట్టిన నేతన్నల సంక్షేమ కార్యక్రమాలను అవీచేయాలన్న ప్రభుత్వం కక్షపూరిత వైఖరితో వ్యవహరిస్తోందని ఆరోపించారు. నేతన్నలు ఉషాధి కోల్పోవడంతో పాటు,పవర్ లూమ్స్ పూర్తిగా బండ్ అయ్యాయని తెలిపారు. చేనేత కార్మికులు,పవర్ లూమ్ ఆసాములతో పాటు కార్మికులు రోడ్డున పడ్డారన్నారు. కేవలం కౌఆల్ నేతలను అణగారిన చెరిపేస్తామన్న దుర్భృతి పాలనతోనే ఈ పరిస్థితి వచ్చిందని, గత ప్రభుత్వం ప్రారంభించిన మంచి పనులపై అక్కన్నలే,వాటిని అవీచేశారన్నారు.

గడ్కరీతో మంత్రి కోమటిరెడ్డి సమావేశం

హైదరాబాద్,జూన్ 24,ప్రభాతవార్త: ఆరువరసల రహదారితో విజయవాడ హైదరాబాద్ రోడ్డుపై ప్రమాదాలకు అడ్డకట్టవేయడానికి సాధ్యమవుతుందని దానిని వెంటనే విస్తరించాలని ఈ రహదారిపై రోజుకు 60వేల వాహనాలు ప్రయాణిస్తాయని తెలంగాణ రాష్ట్ర రోడ్డుభవనాలశాఖ మంత్రి కోమటిరెడ్డి వెంకటరెడ్డి అన్నారు. సోమవారం న్యూఢిల్లీలో కేంద్రమంత్రి ఎన్‌కే గడ్కరీతో ఆయన సమావేశమైనారు. జిఎంఆర్ సంస్థ టోల్ రోడ్డు పనులు తీసుకొని 2024నానికి పూర్తినత చేయాలన్న ఉన్నప్పటికీ వారు ఇప్పటికీ వివిధ కారణాలు చూపుతూ పనులు పూర్తిచేయలేదని అనేక ప్రమాదాలు జరిగి ప్రాణాలు కోల్పోతున్నారని కొంత మంది శాశ్వత వికలాంగులుగా మారివారని మంత్రి ఆవేదన చెందాడు.

SINGAM KUIL YELLOW MONDAY		ROSA DEAR ROYAL MONDAY	
DrawDate on:24/06/24		DrawDate on:24/06/24	
DAY - SINGAM SERIES Dr No:245	DAY - KUIL SERIES Dr No:245	DAY - ROSA SERIES Dr No:245	DAY - DEAR SERIES Dr No:245
1st Prize Rs.100000/- 082921	1st Prize Rs.100000/- 324491	1st Prize Rs.100000/- 992948	1st Prize Rs.100000/- 131575
2nd Prize Rs.7000/- 74643	2nd Prize Rs.7000/- 32029	2nd Prize Rs.7000/- 88803	2nd Prize Rs.7000/- 03828
3rd Prize Rs.3500/-	3rd Prize Rs.3500/-	3rd Prize Rs.3500/-	3rd Prize Rs.3500/-
04579 04755 10415 14651 15208	01081 06298 19919 28500 28538	01725 02869 04981 07232 23162	17100 20107 37280 39670 45576
40946 45408 64990 88290 93941	44490 57018 81240 91156 92176	43712 52911 70609 76151 81088	75127 82597 83991 92786 95015
4th Prize Rs.200/-	4th Prize Rs.200/-	4th Prize Rs.200/-	4th Prize Rs.200/-
0244 0461 0533 0539 3278 3694 3809	2032 2785 2931 4494 5216 6623 7605	0154 1327 3119 3502 5280 5665 5763	1586 1677 2425 2903 3635 3751 7888
6339 6974 7964	8173 9217 9444	7244 8700 9564	7911 8483 8894
5th Prize Rs.100/-	5th Prize Rs.100/-	5th Prize Rs.100/-	5th Prize Rs.100/-
2184 3074 3493 3779 3922 5360 6470	0558 0844 2287 3080 3680 4176 4637	0518 3512 3572 3660 3713 4975 6430	0133 0910 2249 2771 3313 3379 4749
7116 9204 9367	7084 7834 9835	7329 7464 7571	5082 7503 9037
6th Prize Rs.50/-	6th Prize Rs.50/-	6th Prize Rs.50/-	6th Prize Rs.50/-
0054 0995 2409 3685 5343 8050 9363	0013 1471 3378 4661 6129 7207 8479	0024 1359 2786 4595 5941 7275 9141	0024 1893 2824 4356 6235 7666 9121
0128 1047 2424 3878 5413 8061 9422	0019 1478 3410 4736 6139 7407 8592	0174 1522 2898 4609 6185 7277 9167	0031 1956 3172 4495 6250 7667 9426
0133 1087 2478 3897 5740 8076 9452	0061 1497 3497 4839 6341 7451 8604	0220 1553 2903 4693 6261 7384 9360	0083 2018 3231 4496 6385 7689 9482
0136 1161 2510 4194 6197 8390 9565	0152 1631 3609 4893 6346 7551 8743	0235 1586 2995 4710 6289 7408 9485	0228 2059 3340 4561 6394 7854 9636
0158 1188 2587 4215 6293 8405 9588	0174 1662 3642 4899 6533 7592 8893	0304 1626 3087 4780 6329 7494 9506	0425 2061 3448 4599 6434 8147 9789
0222 1195 2709 4351 6330 8477 9641	0185 1812 3671 4907 6534 7620 8923	0362 1636 3138 4792 6375 8013 9672	0456 2180 3457 4702 6478 8149 9813
0232 1213 2969 4628 6658 8494 9655	0249 2040 3768 5098 6589 7705 9169	0399 1676 3228 4837 6404 8054 9763	0643 2264 3712 4812 6530 8347 9922
0239 1287 2991 4754 6791 8520 9668	0392 2119 3899 5220 6690 8010 9287	0441 1813 3841 4910 6493 8181 9769	0989 2270 3835 4846 6585 8379 9927
0292 1518 3143 5000 6911 8552 9716	0394 2139 3960 5231 6850 8070 9457	0555 1891 3959 4939 6545 8202 9908	1131 2282 3851 4865 6589 8413 9989
0294 1536 3220 5085 7007 8601 9983	0474 2598 4026 5257 6926 8139 9534	0681 2081 4124 5023 6571 8203 9970	1215 2312 3987 4878 6799 8476 9993
0311 1539 3332 5088 7105 8787	0640 2981 4141 5294 6935 8251	0930 2128 4191 5381 6606 8391	1216 2427 4080 4895 6847 8478
0451 1556 3510 5161 7248 8901	0897 3069 4147 5305 6953 8319	0953 2338 4272 5637 6663 8734	1279 2453 4091 5235 7095 8647
0542 1656 3556 5171 7360 8978	0940 3117 4256 5860 7076 8329	1157 2419 4474 5688 7051 8899	1360 2477 4097 5678 7178 8729
0727 1988 3558 5279 7384 9067	1299 3179 4349 5915 7116 8361	1203 2655 4563 5893 7230 8975	1370 2530 4117 5871 7216 8902
0883 2225 3601 5301 7408 9289	1325 3229 4557 6062 7170 8432	1210 2766 4568 5918 7246 9020	1459 2802 4300 5996 7610 8939
THANGAM VAIRAM LUCK MONDAY		NALLANERAM MANT LUCK MONDAY	
DrawDate on:24/06/24		DrawDate on:24/06/24	
DAY - THANGAM SERIES Dr No:245	DAY - VAIRAM SERIES Dr No:104	DAY - NALLANERAM SERIES Dr No:245	DAY - MANT SERIES Dr No:104
1st Prize Rs.100000/- 458284	1st Prize Rs.50000/- 672324	1st Prize Rs.50000/- 967450	1st Prize Rs.50000/- 583638
2nd Prize Rs.7000/- 05690	2nd Prize Rs.7000/- 31471	2nd Prize Rs.7000/- 59905	2nd Prize Rs.7000/- 92518
3rd Prize Rs.3500/-	3rd Prize Rs.3500/-	3rd Prize Rs.3500/-	3rd Prize Rs.3500/-
09545 22955 50610 53867 59875	03411 03885 34003 54330 65107	06815 11634 14012 14646 20948	04145 06611 07998 22033 46399
72160 72896 81682 91608 99655	70552 75337 78414 85502 95737	23688 69000 76007 95407 98571	47121 54234 54930 57029 78475
4th Prize Rs.200/-	4th Prize Rs.200/-	4th Prize Rs.200/-	4th Prize Rs.200/-
0083 0251 0494 0645 1432 2132 3381	0284 0652 2954 3275 3529 4600 5261	1107 1648 2031 3024 3743 4101 5256	0054 0064 2848 3307 4338 5883 6336
3705 4747 9430	6673 9109 9305	7368 8558 9999	7117 7543 9062
5th Prize Rs.100/-	5th Prize Rs.100/-	5th Prize Rs.100/-	5th Prize Rs.100/-
1417 1695 3650 4667 5179 6333 6843	1216 2400 2960 4146 4741 6329 8175	0041 0346 1930 4598 5063 5340 5922	0344 1886 2591 4885 5371 6159 7670
7559 7648 8732	9154 9441 9767	6519 7874 8585	9218 9227 9684
6th Prize Rs.50/-	6th Prize Rs.50/-	6th Prize Rs.50/-	6th Prize Rs.50/-
0021 1818 3247 4406 5666 7503 9306	0026 1145 3613 5323 6764 7733 9247	0215 1358 2732 4299 5257 6646 8642	0031 1322 3060 4140 5952 6921 8585
0193 1878 3290 4456 5681 7752 9416	0202 1391 3663 5358 6805 7763 9350	0278 1416 2827 4300 5583 6668 8912	0034 1373 3182 4538 6027 6992 8601
0364 2035 3404 4454 5774 7768 9426	0398 1626 3792 5398 6821 7805 9580	0302 1419 2977 4366 5700 7231 8931	0075 1835 3187 4598 6157 7262 8821
0655 2068 3411 4613 6284 7884 9538	0419 1856 4133 5428 6822 7945 9639	0308 1491 3291 4402 5870 7451 8956	0147 1488 3203 4751 6353 7555 8851
0811 2076 3414 4882 6290 7950 9541	0436 1944 4196 5865 6882 7992 9669	0505 1534 3380 4452 5876 7567 9032	0156 1953 3357 4830 6392 7173 8878
1004 2237 3541 4991 6305 8075 9603	0518 1952 4235 5909 7080 8180 9761	0532 1718 3483 4496 5879 7580 9191	0223 1964 3575 4879 6449 7732 9185
1015 2295 3567 5225 6582 8271 9784	0520 2016 4239 6140 7088 8206 9787	0584 1789 3516 4507 5902 7692 9411	0577 2110 3596 5165 6529 7955 9743
1098 2354 3712 5226 6592 8655 9799	0522 2488 4244 6166 7106 8238 9872	0703 2113 3609 4597 5907 7840 9425	0587 2433 3677 5407 6634 8005 9819
1176 2474 3913 5244 6623 8663 9967	0567 2536 4410 6219 7221 8286 9924	0722 2127 3667 4804 6021 7845 9486	0673 2549 3806 5601 6701 8114 9861
1211 2603 3957 5258 6716 8694 9983	0648 2607 4431 6249 7272 8512 9990	0753 2218 3855 4821 6081 8012 9927	0833 2691 3822 5709 6724 8129 9884
1254 2654 3958 5267 6718 8734	0650 2716 5006 6350 7353 8873	0807 2303 3879 4846 6428 8069	0855 2732 3845 5746 6733 8160
1345 2661 4076 5289 6789 8778	0802 2767 5070 6396 7363 9003	0965 2381 3894 4975 6436 8201	0940 2730 3922 5819 6760 8266
1367 2761 4165 5296 6825 8916	0843 3130 5109 6477 7516 9023	1057 2391 3932 4985 6495 8284	1034 2859 3927 5875 6767 8374
1504 2706 4214 5495 7426 8933	0869 3423 5221 6510 7586 9062	1083 2448 4085 5115 6580 8366	1107 2936 3961 5903 6814 8387
1751 2888 4260 5610 7431 9005	0979 3490 5228 6645 7643 9112	1118 2666 4217 5172 6608 8500	1261 3055 4123 5913 6868 8393
KUMARAN VISHNU SUN MONDAY		SWARNALAXMI LION PEARL MONDAY	
DrawDate on:24/06/24		DrawDate on:24/06/24	
DAY - KUMARAN SERIES Dr No:245	DAY - VISHNU SERIES Dr No:245	DAY - SWARNALAXMI SERIES Dr No:245	DAY - LION SERIES Dr No:104
1st Prize Rs.50000/- 662447	1st Prize Rs.50000/- 237740	1st Prize Rs.50000/- 795513	1st Prize Rs.50000/- 859981
2nd Prize Rs.7000/- 34998	2nd Prize Rs.7000/- 56707	2nd Prize Rs.7000/- 62426	2nd Prize Rs.7000/- 48954
3rd Prize Rs.3500/-	3rd Prize Rs.3500/-	3rd Prize Rs.3500/-	3rd Prize Rs.3500/-
25516 30708 47280 56870 72487	09277 39161 41758 41996 49410	16483 27360 27951 49815 51855	15116 26709 37825 48393 59338
74025 74077 82319 83074 97263	53332 63760 71859 83748 96618	62138 73547 84554 84845 95818	61292 61774 72251 83574 94545
4th Prize Rs.200/-	4th Prize Rs.200/-	4th Prize Rs.200/-	4th Prize Rs.200/-
0549 0995 1561 1579 3985 5277 5343	0468 0990 1716 3174 6372 6463 6762	3713 4359 4535 4949 4985 5505 5666	0577 1375 2227 2560 3152 5239 6487
6403 7791 8908	7042 7137 9171	6129 6973 9404	7079 7086 7721
5th Prize Rs.100/-	5th Prize Rs.100/-	5th Prize Rs.100/-	5th Prize Rs.100/-
0641 1058 1458 1815 2055 4024 6903	1681 1945 2053 3586 3636 3865 4457	0257 0575 1824 2576 3724 5679 5912	3805 4556 4704 4709 4726 5040 6313
7197 7918 8031	4786 5478 5561	6816 7049 9421	6177 7007 7200
6th Prize Rs.50/-	6th Prize Rs.50/-	6th Prize Rs.50/-	6th Prize Rs.50/-
0010 1578 3166 4432 5790 7710 9352	0032 1427 3039 5135 6318 7978 8967	0093 1617 3071 4127 5613 7150 9354	0373 1523 3110 4442 5626 7969 9538
0020 1688 3202 4477 5946 7961 9384	0088 1457 3120 5148 6496 8039 9047	0123 1638 3215 4435 5665 7211 9518	0378 1569 3253 4588 5774 7989 9552
0156 1697 3231 4566 6144 8126 9396	0148 1612 3277 5177 6525 8071 9332	0139 1644 3243 4619 5669 7552 9589	0400 1721 3275 4677 5775 8040 9561
0275 1723 3263 4581 6307 8180 9420	0181 1644 3291 5222 6630 8165 9354	0392 1789 3311 4689 5761 7606 9627	0415 1732 3418 4773 6034 8044 9606
0358 2054 3335 4723 6424 8221 9455	0233 1698 3606 5251 6667 8337 9640	0514 1821 3324 4714 5895 7944 9749	0489 1867 3571 4837 6076 8318 9668
0443 2099 3412 4835 6447 8244 9727	0253 1877 3815 5347 6732 8348 9676	0664 1943 3478 4781 5919 8012 9759	0624 1883 3686 4844 6085 8343 9735
0541 2495 3461 5107 6766 8257 9728	0542 2007 3966 5567 6851 8363 9695	0684 2134 3546 4926 5993 8051 9759	0837 1976 3721 4957 6165 8386 9783
0627 2496 3597 5125 6863 8578 9816	0608 2159 4187 5642 6923 8431 9829	0935 2311 3571 4988 6006 8127 9784	0615 2010 3793 5013 6695 8521 9892
0807 2526 3910 5225 6983 8686 9821	1010 2261 4232 5808 7016 8459 9874	0942 2439 3648 5198 6070 8244 9864	1054 2329 3795 5062 6732 8530 9914
0857 2593 3926 5226 7018 8689 9936	1148 2386 4253 5940 7301 8657 9937	1175 2445 3771 5268 6144 8452 9940	1134 2388 3798 5311 6763 8543 9984
1012 2611 3997 5240 7043 8854	1163 2481 4298 5981 7341 8672	1181 2493 3790 5338 6151 8642	1170 2550 3932 5911 7168 8576
1085 2962 4048 5263 7292 9080	1211 2525 4307 6142 7587 8682	1224 2563 3879 5345 6263 8653	1243 2759 4117 5218 7398 9079
1217 3040 4185 5360 7497 9157	1218 2576 4365 6145 7697 8695	1339 2624 3901 5375 6707 8754	1336 2854 4211 5572 7436 9195
1373 3087 4349 5386 7565 9257	1266 2807 4627 6165 7801 8775	1347 2805 3951 5399 6716 9138	1382 2911 4263 5574 7507 9474
1536 3104 4394 5673 7645 9332	1420 2863 4651 6290 7891 8843	1515 2926 3959 5524 7082 9237	1464 2988 4303 5593 7823 9488

ఎనిమిదేళ్ల క్రితమే సున్నపు గనుల వేలానికి నిర్ణయం పాత ప్రభుత్వం పచ్చాజెండాతోనే సమస్త 30 వరకూ గడువిస్తూ కేంద్రం అల్లిమేటం ప్రభుత్వ సంస్థలకే ఇవ్వాలని కేంద్రాన్ని కోరన్న సీఎం రేవంత్

రాష్ట్రంలోని గనులపై కేంద్రం వేలం వేటు

తమ ప్రభుత్వం ఈ విషయాన్ని తీవ్రంగా పరిగణిస్తోందని పేర్కొన్నారు. సోమవారం ఈ మేరకు ముఖ్యమంత్రి కార్యాలయం ఓ ప్రకటన విడుదల చేసింది. ప్రైవేటు కంపెనీలకు ఇవ్వకుండా ప్రభుత్వ సంస్థలకే వీటిని కేటాయించాలని కేంద్రానికి విజ్ఞప్తి చేయాలని ప్రభుత్వం యోచన చేస్తున్నట్లు తెలిపారు. అప్పటి గనుల వేలానికి ఒప్పుకోకుంటే ఈ పరిస్థితి వచ్చేది కాదని, గనులు, ఖనిజ సంపదను కాపాడుకోవాలనే నోయిని చూపలేదన్నారు. తెలంగాణ ప్రాంత ప్రయోజనాలను గత ప్రభుత్వం విస్మరించడంతోనే ఈ దుస్థితి తలెత్తినదని పేర్కొన్నారు. కేంద్రం నోటిఫై చేసిన 11 గనుల్లోని సూర్యాపేట జిల్లాలోని సైదులునామా, నల్లూనపూర్, వసుపులబోడు, ఖమ్మం జిల్లాలోని వింతలతాండ, ఆదిలాబాద్ జిల్లాలోని కంప జూపాని సున్నపురాయి గనులున్నాయి. నోటిఫై చేసిన 11 గనులను వేలం వేసే ప్రక్రియను వేగవంతం చేయాలని కేంద్రం కోరుతుందని, జూన్ 30లోగా కోసిన 6 గనులను వేలం వేయాలని గడువు ఇస్తూ కేంద్రం అల్లిమేటం

జూన్ చేసింది. లేనివకల్లో ఎంఎండిఆర్ చట్టంలోని సెక్షన్ 10బి, 11 ప్రకారం కేంద్రమే ఈ గనులను వేలం వేస్తోందని కేంద్రం ఆ లేఖలో పేర్కొందని తెలుస్తోంది. 2015 కొత్త చట్టం ద్వారా చేపట్టిన వేలం విధానంలో దేశ వ్యాప్తంగా వివిధ రాష్ట్రాలలో 354 మేజర్ మినరల్ భాక్షను వేలం చేశారు. వీటిలో 48 భాక్షుల్లో ఉత్పత్తి కూడా ప్రారంభమైంది. ఆయా రాష్ట్రాలకు ఆదాయం తెచ్చిపెండుతోందని కేంద్ర గనుల శాఖ ఈ లేఖలో పేర్కొంది. బొగ్గు గనులతో పాటు తెలంగాణలోని ఖనిజ సంపదను అప్పటి బిఆర్ఎస్ ప్రభుత్వం విధ్వంసం చేసిందని ఆరోపించారు. గనులు, ఖనిజ సంపదను మొత్తం ప్రైవేటు కంపెనీలకు కట్టబెట్టేందుకు అప్పటి ప్రభుత్వం నిర్ణయం తీసుకున్నందునే సింగరేణికి దక్కాల్సిన సత్తువల్లి, కోయూరాడెం కణ్యాణిని భూపాలవల్లి పరియాలాని తాడిదెడ్డ బొగ్గుగనిని అప్పటి కేఆర్ ప్రభుత్వమే ఒక ప్రైవేటు కంపెనీకి 30 ఏళ్ల పాటు లీజుకీచ్చిందన్నారు. అదే

తరహాలో రాష్ట్రంలో ఉన్న సున్నపురాయి, బరన్ ఓర్ గనులను కూడా ప్రైవేటు కంపెనీలకు అప్పగించేందుకు 8 ఏండ్ల కిందటే ఫైట్ల కడిమిందని ఆరోపిస్తున్నారు. రాష్ట్రంలోని మూడు సున్నపురాయి గనులను వేలం వేయాలని 2018లోనే అప్పటి రాష్ట్ర ప్రభుత్వం నిర్ణయం తీసుకుందని పేర్కొన్నారు. అందులో భాగంగా సూర్యాపేట జిల్లాలోని సూర్యాపేట జిల్లాలోని సున్నాపూర్లు చేసిందని, అందుకు అనుమతించాలని 2020 సెప్టెంబర్ 16న అప్పటి రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శి కేంద్ర, గనుల ఖనిజాల శాఖకు లేఖ రాశారని పేర్కొన్నారు. సుందీరిన కేంద్ర ప్రభుత్వం 2021 డిసెంబర్ 12న సున్నపురాయి గనులను వేలం వేసే లీజుతో ఇచ్చేందుకు అనుమతి ఇస్తూ రాష్ట్ర ప్రభుత్వానికి లేఖ రాసిందన్నారు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం సమ్మతించినందున కేంద్రం ముందస్తు అనుమతి అవసరం లేదని, వేలం ప్రక్రియను కొనసాగించాలని ఆందులో స్పష్టం చేసిందన్నారు.

శ్రీశైలమల్లన్నను దర్శించుకున్న ఉపముఖ్యమంత్రి భట్టి, మంత్రి జూపల్లి



సోమవారం శ్రీశైలమల్లన్న దర్శనానికి వచ్చిన దివ్యుల్ల సీఎం భట్టి, మంత్రి జూపల్లి కృష్ణారావు, పలువురు ఎమ్మెల్యేలు తదితరులు

శ్రీశైలప్రాజెక్టు, జూన్ 24, ప్రభాతవార్త: అష్టదశ జ్యోతిర్లింగ శ్రేణిమైన శ్రీశైల మహావేణ్యశ్రేణిలోని సోమవారంనాడు తెలంగాణ ఉపముఖ్యమంత్రి భట్టి విక్రమార్కు దంపతులు, మంత్రి జూపల్లి కృష్ణారావు శాసన సభ్యులు వంశీకృష్ణ, రాజేష్ రెడ్డి, మేఘారెడ్డి, కనీరెడ్డి నారాయణ రెడ్డిలు శ్రీశైల మల్లన్న దర్శనార్థమై ఆలయం వద్దకు చేరుకున్నారు. వారికి ముందుగా ఆలయ రాజగోపురం వద్ద ఆలయ మర్యాదలతో ఈజి. పెద్దిరాజు, ఎకాట హరిదాసు, ఆర్కుకన్యాములు వారికి స్వాగతం పలికారు. ఆనంతరం శ్రీస్వామిఅమ్మవారి ఉభయ దేవాలయాలను దర్శించుకోసే ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించుకున్నారు. ఆనంతరం వారికి అమ్మవారి ఆలయ ప్రాంగణంలోని ప్రాతూ మండపంలో ఈజి. పెద్దిరాజు శ్రీస్వామివారి శేషవస్త్రములతో రెప్పపాటు కూడా కరింటు కోతలు లేపని ఘనంగా సత్కరించి లబ్ధు ప్రసాదాలను అందజేసారు. ఆనంతరం

ఉపముఖ్యమంత్రి మాట్లాడుతూ రెండు తెలుగు రాష్ట్రాల ప్రజలు సుఖశాంతిలతో ఉండాలని సమస్తానికీ పాడివంటలు పండాలని ఆ దేవుని ప్రార్థించడం జరిగిందన్నారు. తెలుగు వారు ఎక్కడ ఉన్నా ఈ ప్రాంత ఆభివృద్ధికి కారణాలు అందించాలని వ్యాఖ్యనించారు. ఋతుపవనాలు రాకముందే శ్రీశైలం హైడల్ ప్రాజెక్టును సమీక్షించి తద్వారా పెద్ద ఎత్తున విద్యుత్ ఉత్పత్తికి కావాల్సిన చర్మలు చేపట్టడమే తన పర్యవేక్షి. పెద్దిరాజు, ఎకాట హరిదాసు, ఆర్కుకన్యాములు ముందుమాటతో నిర్మించిన బహుశార్వక సాధక ప్రాజెక్టుతో మన జీవితాల్లో వెలుగులు నిండాయన్నారు. శ్రీశైలం హైడల్ ప్రాజెక్టు ద్వారా అత్యధిక స్థాయిలో విద్యుత్ ఉత్పత్తికి చర్మలు తీసుకుంటున్నామన్నారు. తెలంగాణ రాష్ట్రంలో రెప్పపాటు కూడా కరింటు కోతలు లేపని పేర్కొన్నారు. తెలుగు రాష్ట్రాల ఆభివృద్ధికి అందరం కలిసి పనిచేయాలని అవసరం ఉందన్నారు.

హైదరాబాద్ ట్రాఫిక్ విభాగంలో ఎన్ఎస్ఎస్ వలంటీర్ల సేవలు

సేవలను ప్రారంభించిన డిజిపి రవిగుప్తా



ట్రాఫిక్ విభాగంలో ఎన్ఎస్ఎస్ వలంటీర్ల సేవల కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభిస్తున్న డిజిపి రవిగుప్తా, చిత్రంలో నీటి కొత్తార్ల శ్రీనివాసరెడ్డి, విద్యా శాఖ ముఖ్య కార్యదర్శి మద్రా వెంకటేశం, ట్రాఫిక్ డిప్టీ విశ్వప్రసాద్ తదితరులు

300 మంది విద్యార్థులు చేరగా దీనికి సంబంధించిన కార్యక్రమాన్ని డిజిపి రవి గుప్తా బడిబాగ్లోని పోలీస్ కమిషన్ కార్యాలయంలో సోమవారం ఉదయం లాంఛనంగా ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా డిజిపి రవి గుప్తా మాట్లాడుతూ ప్రజల్లో ట్రాఫిక్ గురించి మంత్ర అవగాహన కలిగించేందుకు ఎన్ఎస్ఎస్ వాలంటీర్ల సేవలు ఉపయోగపడతాయని అన్నారు. ట్రాఫిక్ విభాగంలో ఇప్పటికే పోలీసులతో పాటు స్వచ్ఛంద సంస్థలు సేవలందిస్తుండగా వీరికి తోడుగా ఎన్ఎస్ఎస్ వాలంటీర్లు కూడా చేరడం శుభ పరిణామమని ఆయన తెలిపారు. రహదారి భద్రత గురించి ప్రజల్లో మరింత అవగాహన

కలగాలని ఆయన చెప్పారు. రహదారి భద్రతను కచ్చితంగా పాటించడంతో పాటు ట్రాఫిక్ నియమావళిని అమలు చేయడం వల్ల ప్రమాదాలను నివారించవచ్చని ఆయన తెలిపారు. నీటి కొత్తార్ల కొత్తకోట శ్రీనివాస రెడ్డి మాట్లాడుతూ ఎన్ఎస్ఎస్ వలంటీర్ల సేవలు ట్రాఫిక్ నిర్వహణతో పాటు బాలికల సంరక్షణ, ప్రాధికార సంస్థలు, బడా మాల్స్లో వుండే స్పెక్టెమోల విషయంలో జాగ్రత్తగా వుండాలనే దానిపై వుందని అన్నారు. నీటి ట్రాఫిక్ విభాగంలో సేవలందించేందుకు వచ్చిన ఎన్ఎస్ఎస్ వాలంటీర్లకు వంద మంది బ్యాచ్ బొమ్మను గోపామహల్లోని ట్రాఫిక్ శిక్షణా సంస్థలో అనేక అంశా పై శిక్షణ ఇవ్వడం జరిగిందని ఆయన తెలిపారు. ఎన్ఎస్ఎస్ వాలంటీర్లకు ట్రాఫిక్ కూడబ్రోతపాటు లైసెన్స్ గిర్నెక్ల వద్ద పాదచారులకు సహాయంగా వుండటం బస్ స్టేషన్లు, బస్జేల్ వద్ద ప్రయాణికులు ఎలా వుండాలనే దానిపై వివరిస్తూ రనీ, ద్విచక్ర వాహనదారులు హెచ్చెట్లు

ధరించడం వల్ల కలిగే ప్రయోజనాలను వివరిస్తూ ఆయన తెలిపారు. నీటి ట్రాఫిక్ డిప్టీ విశ్వప్రసాద్ మాట్లాడుతూ ప్రపంచ వ్యాప్తంగా జరిగే రోడ్డు ప్రమాదాలలో ఒక శాతం వాహనాల వాటా వున్న భారత్ లో 11 శాతం జరుగుతున్నాయని ఇది తీవ్రంగా ఆందోళన కలిగించేదని తెలిపారు. హైదరాబాద్లో ప్రతీరోజూ ట్రాఫిక్ డిజల్యునులకు 15 వేల చలాన్లు జారీ అవుతున్నా వాహనదారుల్లో రహదారి భద్రత గురించి ఇంకా మామూలు రాకపోకల దం బాధాకరమని ఆయన తెలిపారు. రోడ్డు ప్రమాదాల నివారణకు పోలీసు శాఖతో పాటు సర్కార్ విభాగాలు ఎన్ని చర్మలు తీసుకున్నా వాహనదారులు రహదారి భద్రతను కచ్చితంగా పాటించడం వల్లే మెరుగైన ఫలితాలను సాధించే వీలుందని ఆయన తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో విద్యా శాఖ ముఖ్య కార్యదర్శి బుద్ధా వెంకటేశం సహా ట్రాఫిక్ డిసీపిలు వెంకటేశ్వర్లు, అశోక్కుమార్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

హైదరాబాద్, జూన్ 24, ప్రభాతవార్త: హైదరాబాద్ ట్రాఫిక్ విభాగంలో సేవలందించేందుకు ఎన్ఎస్ఎస్ వాలంటీర్లు చేరారు. మొదటి విడతగా

నైని గనిలో త్వరలో బొగ్గు ఉత్పత్తి

హైదరాబాద్, జూన్ 24, ప్రభాతవార్త: ఒడిశా లోని నైని గని నుండి మూడు నెలల్లో బొగ్గు ఉత్పత్తి ప్రారంభం అవుతుందని సింగరేణి సీఎండి ఎన్ బిరామ్ తెలిపారు. అంతేకాకుండా నైని సమీపంలో నిర్మించ తలపెట్టిన భర్తల్ల విద్యుత్ ఉత్పత్తి ప్లాంట్ ఏర్పాటుకు అనువైన స్థల సేకరణపై ప్రత్యేక చర్యల తీసుకుంటున్నట్లు వెల్లడించారు. ఈ మేరకు వీటికి సంబంధించి ఒడిశా రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శి ప్రదీప్

కుమార్ జైన్తో సోమవారం బలరామ్ భేటీ అయ్యారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ నైని బ్లాక్ సంబంధించి అనుమతులు, రెండో దశ అటవీ అనుమతుల విషయంలో చర్మలు తీసుకుంటున్నట్లు తెలిపారు. ఒడిశా ప్రభుత్వం కోరినట్లుగా వన్యప్రాణి నిర్వహణ ప్రణాళిక కింద 39 కోట్ల రూపాయలను డిపాజిట్ చేశామన్నారు. దీంతో ఇప్పటివరకూ 180 కోట్ల రూపాయలను చెల్లించినట్లుయందని వివరించారు.

సెయింట్ మాథ్యూస్ ఓల్డ్ స్టూడెంట్స్ అధ్యక్షునిగా జగదీష్

హైదరాబాద్, జూన్ 24, ప్రభాతవార్త: ఎన్ సెయింట్ మాథ్యూస్ పబ్లిక్ స్కూల్ ఓల్డ్ స్టూడెంట్స్ అసోసియేషన్ అధ్యక్షునిగా నల్లూరి వెంకట జగదీష్ ఎన్నికయ్యారు. విజయ వాడల్లో సోమవారం పాఠశాల ప్రాంగణంలో

అసోసియేషన్ జరిగిన ఎన్నికల్లో నూతన కార్యవర్గం ఎన్నికైంది. సీనియర్ వైస్ ప్రెసిడెంట్గా కురేటి జయనారాయణ, జూనియర్ వైస్ ప్రెసిడెంట్గా అత్తా జైదీవ్, సెక్రటరీగా గుత్త సీంగ్ సహస్, సీనియర్ సెక్రటరీగా ఎమ్మె. జూనియర్ సెక్రటరీగా సుమార్త దుర్గ, కోశాధికారిగా కోవతా వెంటక సుబ్బారావు ఎన్నికయ్యారు. పాఠశాల ప్రిన్సిపల్ రెవరెండ్ రామచంద్రే కార్యవర్గ సభ్యులతో ప్రమాణ

స్వీకారం చేయించారు. ఈ సూతన కార్యవర్గం 2027 సంవత్సరం మార్చి 31వ వరకూ అమల్లో ఉంటుంది. సభ్యుల సమూహ కార్యక్రమాన్ని 31 మార్చి 2025 వరకూ నిర్వహించనున్నారు. దేశ విదేశాల్లోని ఓల్డ్ స్టూడెంట్స్ సభ్యులకు చేర్చుకోవాలని నిర్ణయించారు. కాగా అసోసియేషన్ అధ్యక్షులలో జరిగిన వార్షికోత్సవంలో పూర్వపు విద్యార్థులతో సర్వీస్, కల్చరల్ తదితర కార్యక్రమాలను నిర్వహించారు.

భారీగా ఐఎఎస్లు బదలీలు

>> విద్యుత్ శాఖ కార్యదర్శిగా రోనాల్డ్ రోనన్ బదిలీ చేస్తూ ఆదనంగా జెన్నీ. ట్రాన్స్ కో సీఎండి బాధ్యతలను అప్పగించింది. అలాగే గ్రేటర్ హైదరాబాద్ మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ కమిషనర్గా అప్రూపాటికి ఆదనపు బాధ్యతలు ఇచ్చింది. ఈ మేరకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శి కాంతికుమారి సోమవారం ఉత్తర్వులు జారీ చేశారు.

ఐఎఎస్ల పేర్లు	ప్రస్తుత పోస్టింగ్	కొత్త పోస్టింగ్
సత్యనాథ్ ఘోష్	టూరిజం, ట్రేడ్ ముఖ్యకార్యదర్శి	పశు సంపదక ముఖ్య కార్యదర్శి
సంజయ్కుమార్	పోస్ట్ కోసం వెయిటింగ్	కార్మిక, ఉపాధి, శిక్షణ ముఖ్య కార్యదర్శి
ఎ.వారిప్రసాద్	అటవీ, పర్యావరణ ముఖ్యకార్యదర్శి	టూరిజం, ట్రేడ్ ముఖ్య కార్యదర్శి
శైలజారామయ్యర్	దేవాదాయ, ముఖ్యకార్యదర్శి	చేనేత, పాస్తకల ముఖ్యకార్యదర్శి
అన్నాదేవ్	మైనింగ్, ముఖ్యకార్యదర్శి	అటవీ, పర్యావరణ ముఖ్య కార్యదర్శి
సంజయ్కుమార్ సుబ్బారావు	పంచాయితీరాజ్ ముఖ్యకార్యదర్శి	ఆర్థిక శాఖ ముఖ్య కార్యదర్శి
సయ్యద్ అలీ రజ్జ	ఇండ్రా ముఖ్యకార్యదర్శి	వాణిజ్యసన్నులు, ఎక్సైజ్ ముఖ్యకార్యదర్శి
సి.సుధీర్ రెడ్డి	ఎండ్, మెట్రోపాలిటన్ టాటర్ స్టఫ్	జీవీడి కార్యదర్శి
జ్యోతి బుద్ధప్రకాశ్	కమిషన్, ట్రాన్స్ పార్ట్	హోజింగ్, రిజిస్ట్రేషన్ కార్యదర్శి
నీతి బాలదేవి	స్పెషల్ సెక్రటరీ, మెడికల్	సెక్రీటరీ, లాంటి, ఎండ్
కె.ఇలంబరతి	రవాణా శాఖ, కమిషనర్	రవాణా శాఖ, కమిషనర్
రోనాల్డ్ రోనన్	జహాన్ నగర్ కమిషనర్	విద్యుత్ శాఖ కార్యదర్శి
ఎ.వి.రంగనాథ్	ఇజిఎ మ్యేజిస్ట్రేట్	జహాన్ నగర్, విజిఎస్ కమిషనర్
ఎ.శ్రీదీపన	కమిషన్, పాఠశాల విద్య	కాలేజీ, టెక్నికల్ ఎడ్యుకేషన్ కమిషనర్
సర్వదాజ్ అప్పారెడ్డి	జాయింట్ సీఈఓ	హాన్ ఎండ్ కమిషనర్
డి.దివ్య	డైరెక్టర్, మున్సిపల్	సీఈఓ, సిఆర్, ప్రజావాణి నోడల్
కె. అశోక్ రెడ్డి	పోస్ట్ కోసం వెయిటింగ్	జలమండలి, ఎండ్
అనురాగ్ జయంతి	పోస్ట్ కోసం వెయిటింగ్	జహాన్ నగర్ ఖైరతాబాద్ జోనల్ కమిషనర్
హెచ్.కే.పాటిల్	అదనపు కలెక్టర్, రెవెన్యూ	ఎన్టీఆర్ జోనల్ కమిషనర్
అల్లూర్ చౌహాన్	అదనపు కలెక్టర్, జోనల్	కూకట్ పల్లి జోనల్ కమిషనర్
ఉపేంద్రరెడ్డి		శేరిలింగంపల్లి జోనల్ కమిషనర్
హరిచందన	పోస్ట్ కోసం వెయిటింగ్	రోడ్డు, రవాణా శాఖ ప్రత్యేక కార్యదర్శి
ఎన్ ప్రకాశ్ రెడ్డి		పర్యాటక లభిష్టత సంస్థ ఎండ్
అశోక్ వర్మ		ఎస్సీ గురుకుల సాస్ట్రీ కార్యదర్శి
వీవీ గౌతమ్	పోస్ట్ కోసం వెయిటింగ్	గృహనిర్మాణ శాఖ ప్రత్యేక కార్యదర్శి
కృష్ణా ఆదిత్య		ఉపాధి, శిక్షణ శాఖల డైరెక్టర్
భవన్ మిత్రా		బీజీ ఉప కార్యదర్శి
కె. రవి	పోస్ట్ కోసం వెయిటింగ్	కాలాభ్యుదయ ప్రణాళికా కార్యదర్శి
జి.నిఖిల	డైరెక్టర్ టూరిజం	రామణాభివృద్ధి సీఈఓ
యాస్సీన్ భాషా	పోస్ట్ కోసం వెయిటింగ్	ఉద్యానవన శాఖ డైరెక్టర్
ఎన్ వెంకట్రావు	పోస్ట్ కోసం వెయిటింగ్	ప్రాజెక్ట్ కలెక్టర్
పి. ఉదయకుమార్	పోస్ట్ కోసం వెయిటింగ్	వ్యవసాయ సంయుక్త కార్యదర్శి
జి.గోపి		పశుసంరక్షక డైరెక్టర్గా అదనపు బాధ్యతలు
ప్రయోంక	పోస్ట్ కోసం వెయిటింగ్	ఫిషరీస్ డైరెక్టర్
బిలా త్రిపాఠి	పోస్ట్ కోసం వెయిటింగ్	పోస్ట్ కోసం వెయిటింగ్ టూరిజం డైరెక్టర్
కాత్యాయని దేవి		రాష్ట్ర ఆర్థిక సంఘం ఎండ్
ఇ.వి.సంకర్షరెడ్డి	డైరెక్టర్ గిరిజన సంక్షేమం	పాఠశాల విద్యా శాఖ డైరెక్టర్
సదావేదరావు		ప్రద్య సేవల ఎండ్
అభిషేక్ లగన్	అదనపు కలెక్టర్, మెడ్డల్	ఖమ్మం మున్సిపల్ కమిషనర్
బి.రామల్	అదనపు కలెక్టర్, మంచీరాల	భద్రాచలం బీడిఎస్ ఏసీ
పి. గౌతమ్	అదనపు కలెక్టర్, సిరిసిల్లా	మూసీ లభిష్టత జేఎండ్
నిఖిల్ చక్రవర్తి	పోస్ట్ కోసం వెయిటింగ్	ఈడి, బిజినెస్
పమిలా సప్తపతి	పోస్ట్ కోసం వెయిటింగ్	కలెక్టర్, కలెగరన్

'జూడా'లకు 2024-25 సంవత్సర సైపెండ్ విడుదల

రూ.406 కోట్లు విడుదల చేస్తున్నట్లు ఆర్థిక శాఖ వెల్లడి

హైదరాబాద్, జూన్ 24, ప్రభాతవార్త: తెలంగాణ ప్రభుత్వం జూనియర్ డాక్టర్ల సమ్మె నేపథ్యంలో కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది. సీనియర్ రెసిడెంట్ వైద్యులు, మెడికల్ కాలేజీ, పాఠామెడికల్ విద్యార్థులకు 2024-25 సంవత్సరం సైపెండ్ విడుదల చేస్తున్నట్లు ప్రకటించింది. ఈ మేరకు రూ. 406 కోట్లు విడుదల చేస్తున్నట్లు ఆర్థిక శాఖ వెల్లడించింది. మొదటగా సైఫండిను విడుదల చేస్తున్నట్లు ప్రకటించింది. సోమవారం నుంచి

రాష్ట్రవ్యాప్తంగా జూడాల సమ్మె నేపథ్యంలో డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్కు జూడాల డిమాండ్లను పరిశీలింపారు. వైద్యానికి పెద్దపీట వేసేందుకు తీసుకుంటున్న చర్యల్లో భాగంగా 2024-25 సంవత్సరానికి ముందుగా సైపెండ్ నిధులను మంజూరు చేస్తున్నట్లు ప్రకటించారు. అయితే, తమ మిగతా డిమాండ్లను నెరవేర్చవరకూ సమ్మె కొనసాగిస్తామని జూడాల ప్రతినిధులు స్పష్టం చేశారు.

లోటు నుంచి మిగులుకు కరెంటు భారతా

విదేశీ పెట్టుబడులు, ప్రవాసుల జమలే కీలకం

న్యూఢిల్లీ, జూన్ 24: ఆర్థికసంవత్సరంలో మొట్టమొదటిసారిగా కరెంటు లాభం 0.6 శాతం మిగులు సాధించింది. మార్చి త్రైమాసికంలో సేవల రంగం ఎగుమతులు, విదేశీ జమలు పెరగడంతోనే కరెంటు ఖాతా లోటునుంచి మిగులుకు మారింది. ఏడాదితీరిం ఇదే క్రమంలో కరెంటు ఖాతాలో 1.3 బిలియన్ డాలర్లుగా నిలిచింది. అంటే జిడిపిలో 0.2 శాతంగా అదను

రిజర్వుబ్యాంకు ప్రకటించింది. అలాగే ఈ ఆర్థికసంవత్సరంలో అంతకుముందున్న త్రైమాసికం లో కూడా లోటుతోనే నడిచింది. 8.7 బిలియన్ డాలర్లు లేదా జిడిపిలో ఒకటి శాతం వోప్సన సమోదాయం. ప్రస్తుత ఆర్థికసంవత్సరంలో కరెంటు ఖాతా లోటు జిడిపిలో 0.7 శాతానికి తగ్గింది. అంటే 23.2 బిలియన్ డాలర్లుగా ఉంది. అంతకుముందు 2023 ఆర్థికసంవత్సరంలో

జిడిపిలో రెండు శాతం లేదా మొత్తం 67 బిలియన్ డాలర్లుగా ఉన్న లోటు క్రమేపీ తగ్గుతూ పదివరకు తగ్గింది. చెల్లింపుల్లో సముదాయక కరెంటు ఖాతా వివరాలను ఆర్బిఐ వెలువరించినది. జనవరి మార్చి త్రైమాసికంలో వాణిజ్య లోటు 50.9 బిలియన్ డాలర్లుగా ఉంది. ఏడాది క్రితం 52.6 బిలియన్ డాలర్లనుంచి వాణిజ్య లోటు తగ్గింది. సేవల రంగం నీకర డాలర్లు 42.7 బిలియన్ డాలర్లుగా ఉన్నాయి. 41. శాతం వృద్ధి ఈ రంగంలో 39.1 బిలియన్ డాలర్లకంటే ఎక్కువగా 42.7 బిలియన్ డాలర్లు

సమోదాయ నట్లు సెంట్రల్ బ్యాంకు వెల్లడించింది. అందు వల్లనే కరెంటు ఖాతా లోటునుంచి మిగులులోకి మారిందని ఆర్బిఐ వివరించింది. ప్రాథమిక ఆదాయ ఖాతాలో చెల్లింపులు 14.8 బిలియన్ డాలర్లకు పెరిగాయి. ప్రైవేటు రంగ రాబుల బదిలీలంటే విదేశాల్లో ఉన్న భారతీయులు పంపించే సమ్మె జమలు కూడా 11.9 శాతానికి పెరిగి 32 బిలియన్ డాలర్లుగా ఉన్నట్లు ఆర్బిఐ ప్రకటించింది. ప్రవాస భారతీయుల డిపాజిట్లు కూడా జనవరి మార్చి త్రైమాసికంలో 3.6 బిలియన్ డాలర్లనుంచి 5.4 బిలియన్ డాలర్లకు పెరిగాయి.

చిట్టచివరి సూపర్ 8లో భారత్ గెలుపు

24 వరుగుల తేడాతో ఆస్ట్రేలియా ఓటమి

హైదరాబాద్, (నయింట్ లూనియా), జూన్ 24: డి20 సూపర్ 8 మ్యాచ్ లో పోటాపోటీగా జరిగిన మ్యాచ్ లో ఆస్ట్రేలియాపై భారత్ జట్టు విజయం సాధించింది. తొలుత బ్యాటింగ్ చేసిన టీమిండియా ఐదు వికెట్ల సవ్యూరికి 205 వరుగులతో తదనంతరం బ్యాటింగ్ చేసిన ఆస్ట్రేలియా జట్టు 181 వరుగులు చేయడంతో భారత్ 24 వరుగుల తేడాతో విజయం సాధించింది. ఈ మ్యాచ్ లో భారత్ సెమినీస్ దునుకువెల్లెరి. సెయింట్ లూనియాలో జరిగిన ఈ కీలక మ్యాచ్ లో రోహిత్ శర్మ ఈసారి రెచ్చిపోయాడు. 92 వరుగులు చేసి శివాలెట్ రోహిత్ శర్మ 92 వరుగులు చేసి ఆకర్షణ పడెడు. 41 బంతుల్లో ఎదుపక్షర్లు ఎనిమిది సిక్స్ లతో

రెచ్చెన్సిలో రెండు ఐసీసీ ఫీలు లాగి సారినే కనీతోనేమా సిక్స్ లతో మోత మోగించాడు. దాంతో పవర్ ప్లేయర్ టీమిండియా స్కోరు రాబోయే వేగంతో పరుగులు తీసింది. ఫాస్ట్ బిల్లిట్ రికార్డుల సేసిన హిటమ్యాన్ జోన్ అయ్యాక సూర్యకుమార్ 27 వరుగులతో మొదటిసారి మొదటిసారిగా డౌన్ అవుతున్నాడు. దాంతో టీమిండియా నిర్ణీత ఓవర్లలో కూడా వికెట్ల సవ్యూరికి 205 వరుగులు చేసింది ఈసారి జోన్ అత్యంత భారీ స్కోరు సమోదాయం చేసింది. పోటీ చివరకు వేగంగా బిగ్ షేట్ గా ముప్పున్న ఈ పోరులో కెప్టెన్ రోహిత్ శర్మ 92 వరుగులు చేసి ఆకర్షణ పడెడు. 41 బంతుల్లో ఎదుపక్షర్లు ఎనిమిది సిక్స్ లతో

వీర విశ్వరూపేనాడు. తన మార్కులలో బంతిని స్టాండ్ లోకి పంపిస్తూ పోసిన హిటమ్యాన్ జోన్ అత్యంత భారీ స్కోరు సమోదాయం చేసింది. పోటీ చివరకు వేగంగా బిగ్ షేట్ గా ముప్పున్న ఈ పోరులో కెప్టెన్ రోహిత్ శర్మ 92 వరుగులు చేసి ఆకర్షణ పడెడు. 41 బంతుల్లో ఎదుపక్షర్లు ఎనిమిది సిక్స్ లతో



స్ట్రోయిని ఒక్కరిని వదలకుండా ఉత్తిశాడు. ఈ క్రమంలోనే 19 బంతుల్లో ఫిఫ్ట్ లో రికార్డు సాధించాడు. రన్ రేట్ 11కు తగ్గుకుండా ఆడిన రోహిత్ రివేలంకోట్లతోనే రెండో వికెట్కు 87 వరుగులు చేసాడు. అయితే స్ట్రోయిని ఒకడైన పంత్ బౌండరీ వద్ద హెజిల్ ఫిఫ్ట్ కి వికెట్లతో ఆసీస్ ఉపరితీసుకుంది. ఆసీస్ పదికే సుందరీ చేరుతూ వచ్చున్న రోహిత్ ను వికెట్ స్కోర్ సూపర్ యార్కర్తో బౌన్డరీ చేసాడు.

నిద్రపోయే ముందు మేకప్ తీస్తున్నారా?



మస్కారా తొలగిస్తున్నారా?

...కనురెప్పల్ని తీర్చి దిద్దుకోవడానికి, వాటిని చంపులు తిరిగేలా చేయడానికి మస్కారా వాడడం మనకు అలవాటే అయితే ఇది రెప్పలకు మందంగా అంటుకొని, వాటిని అలాగే బిగుసుకుపోయేలా చేస్తుంది. తద్వారా కనురెప్పల్లోని నూనె గ్రంథులు మూసుకు పోతాయి. ఇక రాత్రంతా కూడా మస్కారా పెట్టుకొని ఉండడం వల్ల రెప్పలకు

మేకప్ ఇది మనల్ని రోజంతా అందంగా కనిపించేలా చేసినా రాత్రి పడుకునే ముందు మాత్రం దీన్ని పూర్తిగా తొలగించక తప్పదు. లేదంటే వివిధ రకాల చర్మ సౌందర్య సమస్యలు ఎదుర్కోవాల్సి వస్తుంది. ఏ మేకప్ నివ్వమంటేనూ ఇది వర్తిస్తుందంటూన్నారు నిపుణులు. ఒక బద్ధకంతో కంటికి నూనెకున్న మేకప్ తొలగించకపోతే మాత్రం కళ్ల కింద నల్లటి వలయాలు, కంటికి సంబంధించిన ఇన్ఫెక్షన్లు తప్పవంటున్నారు. మరి, ఇంతకీ పడుకునే ముందు ఏ మేకప్ తొలగించుకోవడం ఎలాంటి సమస్యలాస్తాయి? దీన్ని సరైన పద్ధతిలో తొలగించుకోవడమేలా? తెలుసుకుందాం..



నల్లటి వలయాలాస్తాయి! : రోజంతా అలసి పోయిన శరీరం రాత్రి పడుకున్నప్పుడు విశ్రాంతి

చెబుతున్నారు నిపుణులు. **చర్మ లలల్లలు తప్పవు..** కంటి మేకప్ తొలగించుకోకుండా ఏదో పైసైన శుభ్రం చేసుకొని పడుకుంటుంటారు కొంతమంది అమ్మాయిలు. దీనివల్ల రాత్రి మనకు తెలియకుండానే కళ్లు దురద పుట్టచ్చు. నలవచ్చు దాంతో మేకప్ కళ్లలోకి చేరుతుంది. అలాగే అటు ఇటు డౌర్లే క్రమంలో దింపు, బెడ్షిట్స్ కి సైతం మేకప్ అంటుకుంటుంది. అక్కడి నుంచి చర్మం పైకి చేరి లేనిపోని ఇన్ఫెక్షన్లు కారణమవుతుంది. కాబట్టి ఈ సమస్యలన్నీ తలెత్తకూడదంటే కాస్త ఓపిక చేసుకొని ఐ ఏ మేకప్ తొలగించుకోవడం మంచిది.

తీసుకున్నట్లే. కళ్ళూ రాత్రిపూట రిలాక్స్ వుతాయి. ఈ క్రమంలో కళ్ల చుట్టూ ఉండే చర్మకణాలు యాక్టివేట్ అయి అక్కడ చర్మాన్ని రిపేర్ చేసుకుంటాయి. అయితే రాత్రి పూట మేకప్ తొలగించకుండా అలాగే పడుకోవడం వల్ల దీనిలోని రసాయనాలు ఈ కణాలు పనితీరును అడ్డుకుంటాయి. తద్వారా కళ్ల కింద నల్లటి వలయాలు, కంటి చుట్టూ వాపు.. వంటి సమస్యలాస్తాయి. ఫలితంగా చిన్న వయసులోనే వృద్ధాప్య వాగులు అలుముకుంటాయి. కాబట్టి రాత్రి పూట కల్లకు మేనుకున్న మేకప్ తొలగించి వాటికి కాస్త సౌంత్యం ఇవ్వడం మంచిదంటున్నారు నిపుణులు. □

ఆడపిల్లలూ పోటీ ప్రపంచంలో నెగ్గుకురావాలంటే ఎన్నో అవాంతరాలు ఎదురుకావచ్చు. అలాగని ప్రతి చిన్నదానికీ నిరాశపడితే మీరు మరింత బలహీనంగా మారొచ్చు. అక్షం దిశగా నడవాలన్నా శక్తిని పుంజుకోవాలన్నా.. మీ అలవాట్లను, ఆలోచనా శైలిని ఇలా మార్చుకుని చూడండి.

- ♦ చాలామంది తమలో లేనిపోని ఏంటో గమనించుకోవడం

లక్ష్యం దిశగా నడవాలన్నా..



వదిలేసి.. ఇతరులతో పోటీపడుతుంటారు. ఇలాంటి పోలిక, పోటీ మీకు మేలు చేయకపోతూ అది దక్కనప్పుడు ప్రతికూల ఆలోచనలు ఉక్కిరిబిక్కిరి చేస్తాయి. ఫలితంగా మిమ్మల్ని మరింత నిరాశలోకి నెట్టే ప్రపంచం ఉంది. ఎందుకీవారి విజయాలన్నీ మనస్ఫూర్తిగా స్వీకరించండి. మీలోని లోపాల్ని బేరీజు వేసుకోండి. మీ బలహీనతల్ని సరిదిద్దుకునే అవకాశం ఉంటుంది.

- ♦ పురుషాధిక్యత, ఇతర సామాజిక పరిస్థితులు మీకెన్నో అంక్షల్ని

అడ్డుపెట్టొచ్చు. అంత మాత్రాన మీ ప్రయాణాన్ని ఆపేయాల్సిన అవసరం లేదు. దానికోసం మనలోని శక్తిని వందశాతం వినియోగించుకోవడానికి ప్రయత్నించాలి. అప్పుడే మీ శక్తి సామర్థ్యాల మీద వాస్తవిక అంచనా రావడంతోపాటు, లోటుపాట్లను సరిదిద్దుకునే అవకాశమూ దక్కుతుంది.

- ♦ విశాల ప్రపంచంలో అవకాశాలు అపారం. వాటిని అందుకోవా లంటే.. ముందు మనకు మనకు నమ్మకం ఉండాలి. ఏదైనా లక్ష్యం చేరుకోవాలను కున్నప్పుడు మాట్లాడాల్సిన ప్రతి అంశంపై అమాహాన కలిగి ఉండటం ముఖ్యం. దానికోసం ఎప్పుడీ కప్పుడు మిమ్మల్ని మీరు అవేదేట్ చేసుకోవ దానికి ప్రయత్నించండి మీరు చేరుకునే మార్గంలో మీకు ఇదెంతో తోడ్పడు తుంది.



పిల్లలను ప్రశ్నిస్తున్నారా ?

- + పిల్లలు జీవితంపై ఆ రోజు ఎటువంటి ప్రభావాన్ని చూపిందో అడగాలి. ఇది వాళ్ళ ఆలోచనలు, భావోద్వేగాలను బయటపడేలా చేస్తుంది. వాళ్ళ అవసరాలూ గుర్తించొచ్చు. అలాగే ఆ రోజుల్లో ప్రత్యేకంగా అనుభవించిన విషయమేదో అడగాలి. సానుకూల అంశాలతో పాటు ప్రతికూలంగా అనిపించినవి చెప్పమనాలి వీటినిబట్టి పిల్లల మానసికస్థితిని అంచనా వేయొచ్చు.



ద్వాపర యుగంలో భీమునికి తన విశ్వ రూపాన్ని చూపించి, అధిక బలసంపన్నుడయ్యేలా ఆస్మగ్రహించాడు. అర్జునుడు ద్వజంపై నిలిచి పాండవుల విజయానికి తోడనపడ్డాడు. అందువల్లే

అందరికీ ఆరాధ్యుడు

అర్జునుడికి కపిధ్వజుడు అనే పేరు వచ్చింది. శివరూపం, విష్ణునామం, బ్రహ్మశక్తి, వాయుతేజం కలగలసిన శక్తిస్వరూపుడు హనుమంతుడు. హనుమ-హంపముఖుడు, ఆ ముఖాలన్నీ మహోజ్వలమైనవే అంజనేయుడు, నరసింహుడు, గరుడుడు, వరాహస్వామి, హయగ్రీవుడు.. ఇవే హనుమంతుని వందముఖాలు. అంజనేయుని ముఖం రుద్రాంశ. తక్కిన నాలుగు విష్ణుశక్తి. శైవులు, వైష్ణవులు, అద్వైతులు.. అనే భేదం లేకుండా అందరికీ ఆరాధ్యుడయ్యాడు. వందనచేయుడు. అశ్వత్థామ, బలిద్రక్షప్తి, వ్యాస మహర్షి



సమూలంగా పోగడతాడన్నమాట.

పాగలు కక్కే సిజ్ లర్న్స్

వేడి వేడిగా పాగలు కక్కే లా తినడ మంటే చాలా మందికి ఇష్టం కానీ శరీరకాంక్ష అది అయ్యేవనినా? పొయ్యిమీద పొయ్యిమీద చల్లారెపోతుంటే ఇక పాగలు



కక్కడం ఎలా అనుకుంటున్నారా? అయితే మీలాంటి వాళ్ళకోసమే బజారులో సిజ్ లర్న్స్ వంటకాలు, పాతెలు దొరుకుతున్నాయి. సిజ్ లర్న్స్ అంటే ప్రత్యేకమైన పద్ధతిలో వండే వంటకాలు. చెక్కతో



చేసిన వెడల్పాటి పాత్రలో ఇసుప పల్లెం ఉంటుంది. ఈ ఇసుప స్టేటిస్ గ్రైల్ పై బాగా కాల్చి దానిపై గ్రైల్ చేసి కబాబ్స్, కాయగూరలు, చికెన్ వంటివి వడ్డిస్తారు. అప్పు సూపర్ లేదా సాస్ తెయ్యగానే నయ్యే మని శబ్దం వస్తూ వదాల్చుగా పాగలు కక్కతూ నేరూరింపంటారు. ఇవే సిజ్ లర్న్స్ మొదట్లో ఇది జపాన్, ఆమెరికా సంస్కృతి. 70ల్లో అక్కడ నుంచి వచ్చి ముంబయిలో స్థిరపడిన ఫిరోజ్ ఇరానీ అనే అయన మొదటిసారి ఈ సిజ్ లర్న్స్ హోటళ్లకి తీసుకువచ్చాడు. తర్వాత వాళ్ళ ఆఖ్యామ పారుఖ్ ఇరానీ వాటిని విస్తరించేశాడు. ఇప్పుడు దాదాపుగా అన్ని నగరాల్లోనూ ఈ సిజ్ లర్న్స్ దొరుకుతున్నాయి. వీటిని ఇంకో కూడా చేసుకుందాం అనుకోనేవారికి. సిజ్ లర్న్స్ పాతెలు ఆన్ లైన్ లోనూ దొరుకుతున్నాయి. తేలిగవగానే ప్రయత్నించొచ్చు. □

కావలసినవి : జొన్నపిండి, కప్పు, ఉల్లిపాయ, ఒకటి, కారం 2 టీస్పూన్లు, ఉప్పు: టీస్పూను, బియ్యపిండి: 3, టేబుల్ స్పూన్లు, జీలకర్రపొడి, టేబుల్ స్పూను, వసుపు: పావు టీస్పూను. తయారుచేసే విధానం : • ఉల్లిపాయలు సన్నగా తరిగి

సర్వపిండి



కలపాలి. • ఇప్పుడు పెనంమీద నాలుగు టీ స్పూన్ల నూనె వేయాలి. చేతులకి కూడా నూనె రాసుకుని కొద్దిగా పిండి ముద్దను తీసుకుని బిళ్ళలా చేసి దాన్ని పెనంమీద వేసి వేళ్లతో జొన్నలోట్టె మాదిరిగానే పెనం అలాటా వచ్చేలా వత్తాలి. • వివరగా మధ్యలో చిన్న చిన్న రుల్లాలూ చేసి అందులో కొద్దిగా నూనె వేయాలి. దీన్ని రెండువైపులా కాల్చి తీయాలి. □

వారిని బాధపెట్టిన విషయాన్ని అడగాలి. ఎదుటి వారివల్ల వారు పడుతున్న ఇబ్బందు లతోపాటు వాళ్ళలోని భావోద్వేగ మేధస్సునూ గుర్తించొచ్చు. చుట్టూ ఉన్న వ్యక్తులను వారెలా అర్థం చేసుకోగలుగుతున్నారో తెలుసుకోవచ్చు. అలాగే పిల్లల సమస్యలను పరిష్కరిస్తే, తమకుంటూ తల్లిదండ్రులు తోడున్నారనే భరోసా, నమ్మకం వాళ్ళలో కలుగుతుంది. మనసులోని విషయాలను అమ్మనాన్నతో స్నేహ్యంగా చెప్పడం అలవరచుకుంటారు. + ఏదైనా కొత్త విషయం నేర్చుకున్నారేమో అడగాలి. వాళ్ళ చెప్పేది పూర్తిగా వినిపి. నేర్చుకోవాలనే ఆసక్తి ఉన్నందుకు ప్రశంసించాలి. ఇది వారిని మరిన్ని తెలుసుకోవాలనే జిజ్ఞాసను పెంచుతుంది.

+ ఏదైనా విషయం ఆ రోజు పిల్లలకు వారంతాగా అనిపించిందేమిలా ప్రశ్నించాలి. దాన్ని సవాల్ గా తీసుకొని ఎలా దాటొచ్చినదో సలహా ఇవ్వాలి. సమస్య ఎదురైతే ధైర్యంగా నిలబడగలుగుతారు. + కొత్త స్నేహితులతో పరిచయాల వదిలిన వున్నకం గురించి లేదా వాళ్ళకు ఆ రోజు నచ్చిన సంభాషణ వంటివిన్న పిల్లలకోసమే చెబుతూనే తెలుసుకోవచ్చు. స్నేహం విలువ, ప్రముఖ వ్యక్తుల గురించి తెలుసుకోవడం ద్వారా విజ్ఞానం పెంపొందించుకోవచ్చని తెలుసుకుంటారు. గడిచిన రోజుపంత విలువైందో అలాగే మరుసటి రోజుకు మరింత ప్రాముఖ్యత ఇవ్వడమంత ముఖ్యమూ నేర్చుకుంటారు. □

చదవడం కూడా చప్పు. పైగా ఒత్తిళ్లకి తలొగ్గని నా సగ్గుభావం కూడా ఇందుకు సాయపడింది. **కొన్నెలింగ్ ఆలోచనలా?** ... కేసులు, రిమాండ్లు యువతకు హీరోయిజంలా తోచినా వాటివల్ల జరిగే నష్టమెంతో. వారికి ఆ విషయం తెలియజెప్పాలని అన్ని ప్రధాన పట్టణాల్లో బహిరంగ సభలు పెట్టి, కొన్నెలింగ్ ప్రారంభించాం. ఖైదీవర్ చేసేటప్పుడు రూ.లక్ష నుంచి 2 లక్షల వరకూ తహశీల్దార్ కు ఇవ్వాలి ఉంటుంది. పేద, మధ్యతరగతి కుటుంబాలకు ఇదెంత భారం? అనవసరమైన గొడవల్లో ఇరుక్కుని ఇలా డబ్బుల్ని పోగొట్టుకోవడం, కోర్టుల చుట్టూ తిరగడం అవసరమా? అని ప్రశ్నించేదాన్ని. కేసుల్లో ఇరుక్కుంటే భవిష్యత్తు నాశనమైపోతుందని కొన్నెలింగ్ చేశాం. ఒకరోజు మూడు పట్టణాల్లో కొన్నెలింగ్ సభలూ, పోలీసులు, సాయుధ బలగాలతో ర్యాలీలూ నిర్వహించా. ఇంటికెళ్లేసరికి రాత్రి 2 అయ్యేది. తిరిగి ఉదయం 6 కల్లా విధులకు హాజరయ్యేదాన్ని.



ప్రెండ్లీ పోలీసింగ్ పెరగాలి

పరిస్థితులు, దుర్మూలే కారణంగా కుటుంబానికి దూరమవుత తప్పదు. మా అత్తగారు ఉండటంతో బాబు బెంగలేదు. మావారు వసుల్ జిందాల్ బాపట్ల జిల్లా ఎస్పి, ఈ ప్రయాణంలో ఆయన సలహాలూ నాకు సాయపడ్డాయి. ఇందులో నా సిబ్బంది **భవిష్యత్తులో...** పల్నాడులో ప్రజలు పోలీసుస్పెషల్ గడవ తొక్కుదానికే భయపడుతున్నారు. పోలీసులు సరిగా స్పందించకపోవడమూ ఇందుకు కారణమే అని గ్రహించా. ప్రెండ్లీ పోలీసింగ్ పెరగాలి. స్థానికంగానే ప్రజల సమస్యలు పరిష్కరించాలి. ఎన్నో కార్యాలయం వరకూ వాళ్ళు రాకూడదు. అలాగైతే పోలీసులు ఫెయిల్తేనట్లే, ఇక్కడే ఉంటే ఆ మార్పు తీసుకురావడానికి ప్రయత్నిస్తే, ఇది ఒక్కరోజులోనే నెలలోనో రాదు. కొంత సమయం పడుతుంది. కాకపోతే అధికారులు మారిపోతూ ఉంటారు. దీంతో పరిస్థితి మొదటికొస్తుంది. అయితే దేశవ్యాప్తంగా వార్తల్లో నిలిచిన పల్నాడులో చాలా వరకూ అల్లర్లు అడ్డుకట్ట వేయడం అసందాగా ఉంది. ఇక్కడి అనుభవం మరోటిటా పనికొస్తుందని చెప్పగలను. అడపాదా ఎంత ప్రతిభ ఉన్నా భయంతో ముందడుగు వేయం. అప్పగిస్తే చేసేవారుంటారు. అలాకాకుండా నేను చేయగలను అని ధైర్యంగా ముందుకు రండి. మీ సత్తా మీకే తెలుస్తుంది. ఆ తరగానికి నా సలహా ఇది. □

నలభైలో అధిక బరువు తగ్గాలంటే ఇలా..

అధికబరువు. ఏ వయసు వారైన సరే. చాలామంది అంగీకరించలేని విషయమిది! అయితే ఎంత వద్దనుకున్నా.. 40 దాటక చాలామంది మహిళలు క్రమంగా బరువు పెరుగుతారంటున్నారు నిపుణులు. ఇందుకు మన శరీరంలో జరిగే మార్పులతో పాటు జీవనశైలి విషయంలో నిర్లక్ష్యంగా ఎలా కారణమని చెబుతున్నారు. మరి, ఈ సమస్యను అధిగమించి ఈ వయసులో ఫిట్ ఉండడం సాధ్యపడదా అంటే.. అదీ మన చేతుల్లోనే ఉంది. ఇందుకోసంకొన్ని నియమాలుపాటించాల్సి ఉంటుంది. అవేంటో తెలుసుకుందాం..

ఆరోగ్యంగా, ఫిట్ గా ఉండాలంటే బరువు అదుపులో ఉండాలి. అయితే వయసు పెరుగుతున్న కొద్దీ శక్తి క్షీణించడం వల్ల ఏ పని పైనా దృష్టి పెట్టలేం. వ్యాయామం చేయలేం. మరోవైపు జీవక్రియల పనితీరు నెమ్మదిస్తుంది. ఇది క్రమంగా తీవ్ర తీవ్రంగా పెంచుతుంది. ఇలా అటు శరీరానికి శ్రమ



లేక, ఇటు అనారోగ్యపూరిత ఆహారానికి అలవాటు పడడం వల్ల క్రమంగా బరువు పెరుగుతాం. ♦ జీవక్రియల పనితీరు నెమ్మదించడం వల్ల శరీరంలోకి చేరిన కొవ్వులు, క్యాలరీలు కరగడానికి చాలా సమయం పడుతుంది. ఇది క్రమంగా అధిక బరువుకు దారితీస్తుంది. ♦ 40 దాటిన చాలామంది బరువు పెరగడానికి మెటోపాజ్ కూడా ఓ కారణమంటున్నారు నిపుణులు. ఈ వయసులో మెటోపాజ్ చేరువవ్వడం, లేదంటే అప్పటికే ఈ దశలోకి ప్రవేశించడం వల్ల ఈస్ట్రోజెన్, ప్రొజెస్టిరాన్, టెస్టోస్టిరాన్.. వంటి హార్మోన్ల స్థాయిల్లో మార్పులు చోటుచేసు కుంటాయి. ఈ హార్మోన్ల అసమతుల్యత అధిక బరువుకు దారితీస్తుంది. ♦ వయసు పెరిగే కొద్దీ ఎముక, కండరాల, వాల్వెస్ట్, గుడ్డపడి గింజలు, పొడ్డుతిరుగుడు గింజలు వంటి నర్బీని సాయంత్రం సాగ్గా తరచూ తీసుకోవడం మంచిది. తద్వారా ఎక్కువ సమయం కడుపు నిండాగా ఉండి, ఆకలిలేకుండా, ఇతర వదార్లాల పైకి మనసు మళ్లకుండా జాగ్రత్తపడచ్చు. ♦ తీసుకునే ఆహారంలో ప్రోటీన్లు ఎక్కువగా ఉండేలా చూసుకోవాలి. ఈ క్రమంలో పాలు-పాలవదార్లాలూ, మాంసం, గుడ్ల, వంటివి ముఖ్యమైనవి. ♦ ఫైబర్ అధికంగా ఉండే కాయగూరలు, పండ్లు ఎక్కువగా తీసుకుంటూ.. ప్రాసెస్డ్, నూనె సంబంధిత వదార్లాలను పూర్తి పక్కన పెట్టాలి. ♦ శరీర బరువును అదుపులో ఉంచుకోవాలంటే వ్యాయామం కీలకం. కాబట్టి వయసు పెరుగుతున్నా వర్కవుట్ చేయడం ముఖ్యమే. ఈ క్రమంలో స్క్వాట్స్, లాంజెస్, పుష్ప్స్, కెటిల్ బెల్ తో ఎక్సర్ సైజ్.. వంటివి రోజూ సాధన చేయాలి ఒకవేళ ఒంటరిగా చేయడం ఇబ్బంది అనుకుంటే జిమ్ లో చేరచ్చు. 5. నుఖ నిద్ర వల్ల అక్లిడి. అందోజ్ వచ్చుగా, వాల్వెస్ట్, గుడ్డపడి గింజలు, పొడ్డుతిరుగుడు గింజలు వంటి నర్బీని సాయంత్రం సాగ్గా తరచూ తీసుకోవడం మంచిది. తద్వారా ఎక్కువ సమయం కడుపు నిండాగా ఉండి, ఆకలిలేకుండా, ఇతర వదార్లాల పైకి మనసు మళ్లకుండా జాగ్రత్తపడచ్చు. ♦ తీసుకునే ఆహారంలో ప్రోటీన్లు ఎక్కువగా ఉండేలా చూసుకోవాలి. ఈ క్రమంలో పాలు-పాలవదార్లాలూ, మాంసం, గుడ్ల, వంటివి ముఖ్యమైనవి. ♦ ఫైబర్ అధికంగా ఉండే కాయగూరలు, పండ్లు ఎక్కువగా తీసుకుంటూ.. ప్రాసెస్డ్, నూనె సంబంధిత వదార్లాలను పూర్తి పక్కన పెట్టాలి. ♦ శరీర బరువును అదుపులో ఉంచుకోవాలంటే వ్యాయామం కీలకం. కాబట్టి వయసు పెరుగుతున్నా వర్కవుట్ చేయడం ముఖ్యమే. ఈ క్రమంలో స్క్వాట్స్, లాంజెస్, పుష్ప్స్, కెటిల్ బెల్ తో ఎక్సర్ సైజ్.. వంటివి రోజూ సాధన చేయాలి ఒకవేళ ఒంటరిగా చేయడం ఇబ్బంది అనుకుంటే జిమ్ లో చేరచ్చు. 5. నుఖ నిద్ర వల్ల అక్లిడి. అందోజ్ వచ్చుగా, వాల్వెస్ట్, గుడ్డపడి గింజలు, పొడ్డుతిరుగుడు గింజలు వంటి నర్బీని సాయంత్రం సాగ్గా తరచూ తీసుకోవడం మంచిది. తద్వారా ఎక్కువ సమయం కడుపు నిండాగా ఉండి, ఆకలిలేకుండా, ఇతర వదార్లాల పైకి మనసు మళ్లకుండా జాగ్రత్తపడచ్చు. ♦ తీసుకునే ఆహారంలో ప్రోటీన్లు ఎక్కువగా ఉండేలా చూసుకోవాలి. ఈ క్రమంలో పాలు-పాలవదార్లాలూ, మాంసం, గుడ్ల, వంటివి ముఖ్యమైనవి. ♦ ఫైబర్ అధికంగా ఉండే కాయగూరలు, పండ్లు ఎక్కువగా తీసుకుంటూ.. ప్రాసెస్డ్, నూనె సంబంధిత వదార్లాలను పూర్తి పక్కన పెట్టాలి. ♦ శరీర బరువును అదుపులో ఉంచుకోవాలంటే వ్యాయామం కీలకం. కాబట్టి వయసు పెరుగుతున్నా వర్కవుట్ చేయడం ముఖ్యమే. ఈ క్రమంలో స్క్వాట్స్, లాంజెస్, పుష్ప్స్, కెటిల్ బెల్ తో ఎక్సర్ సైజ్.. వంటివి రోజూ సాధన చేయాలి ఒకవేళ ఒంటరిగా చేయడం ఇబ్బంది అనుకుంటే జిమ్ లో చేరచ్చు. 5. నుఖ నిద్ర వల్ల అక్లిడి. అందోజ్ వచ్చుగా, వాల్వెస్ట్, గుడ్డపడి గింజలు, పొడ్డుతిరుగుడు గింజలు వంటి నర్బీని సాయంత్రం సాగ్గా తరచూ తీసుకోవడం మంచిది. తద్వారా ఎక్కువ సమయం కడుపు నిండాగా ఉండి, ఆకలిలేకుండా, ఇతర వదార్లాల పైకి మనసు మళ్లకుండా జాగ్రత్తపడచ్చు. ♦ తీసుకునే ఆహారంలో ప్రోటీన్లు ఎక్కువగా ఉండేలా చూసుకోవాలి. ఈ క్రమంలో పాలు-పాలవదార్లాలూ, మాంసం, గుడ్ల, వంటివి ముఖ్యమైనవి. ♦ ఫైబర్ అధికంగా ఉండే కాయగూరలు, పండ్లు ఎక్కువగా తీసుకుంటూ.. ప్రాసెస్డ్, నూనె సంబంధిత వదార్లాలను పూర్తి పక్కన పెట్టాలి. ♦ శరీర బరువును అదుపులో ఉంచుకోవాలంటే వ్యాయామం కీలకం. కాబట్టి వయసు పెరుగుతున్నా వర్కవుట్ చేయడం ముఖ్యమే. ఈ క్రమంలో స్క్వాట్స్, లాంజెస్, పుష్ప్స్, కెటిల్ బెల్ తో ఎక్సర్ సైజ్.. వంటివి రోజూ సాధన చేయాలి ఒకవేళ ఒంటరిగా చేయడం ఇబ్బంది అనుకుంటే జిమ్ లో చేరచ్చు. 5. నుఖ నిద్ర వల్ల అక్లిడి. అందోజ్ వచ్చుగా, వాల్వెస్ట్, గుడ్డపడి గింజలు, పొడ్డుతిరుగుడు గింజలు వంటి నర్బీని సాయంత్రం సాగ్గా తరచూ తీసుకోవడం మంచిది. తద్వారా ఎక్కువ సమయం కడుపు నిండాగా ఉండి, ఆకలిలేకుండా, ఇతర వదార్లాల పైకి మనసు మళ్లకుండా జాగ్రత్తపడచ్చు. ♦ తీసుకునే ఆహారంలో ప్రోటీన్లు ఎక్కువగా ఉండేలా చూసుకోవాలి. ఈ క్రమంలో పాలు-పాలవదార్లాలూ, మాంసం, గుడ్ల, వంటివి ముఖ్యమైనవి. ♦ ఫైబర్ అధికంగా ఉండే కాయగూరలు, పండ్లు ఎక్కువగా తీసుకుంటూ.. ప్రాసెస్డ్, నూనె సంబంధిత వదార్లాలను పూర్తి పక్కన పెట్టాలి. ♦ శరీర బరువును అదుపులో ఉంచుకోవాలంటే వ్యాయామం కీలకం. కాబట్టి వయసు పెరుగుతున్నా వర్కవుట్ చేయడం ముఖ్యమే. ఈ క్రమంలో స్క్వాట్స్, లాంజెస్, పుష్ప్స్, కెటిల్ బెల్ తో ఎక్సర్ సైజ్.. వంటివి రోజూ సాధన చేయాలి ఒకవేళ ఒంటరిగా చేయడం ఇబ్బంది అనుకుంటే జిమ్ లో చేరచ్చు. 5. నుఖ నిద్ర వల్ల అక్లిడి. అందోజ్ వచ్చుగా, వాల్వెస్ట్, గుడ్డపడి గింజలు, పొడ్డుతిరుగుడు గింజలు వంటి నర్బీని సాయంత్రం సాగ్గా తరచూ తీసుకోవడం మంచిది. తద్వారా ఎక్కువ సమయం కడుపు నిండాగా ఉండి, ఆకలిలేకుండా, ఇతర వదార్లాల పైకి మనసు మళ్లకుండా జాగ్రత్తపడచ్చు. ♦ తీసుకునే ఆహారంలో ప్రోటీన్లు ఎక్కువగా ఉండేలా చూసుకోవాలి. ఈ క్రమంలో పాలు-పాలవదార్లాలూ, మాంసం, గుడ్ల, వంటివి ముఖ్యమైనవి. ♦ ఫైబర్ అధికంగా ఉండే కాయగూరలు, పండ్లు ఎక్కువగా తీసుకుంటూ.. ప్రాసెస్డ్, నూనె సంబంధిత వదార్లాలను పూర్తి పక్కన పెట్టాలి. ♦ శరీర బరువును అదుపులో ఉంచుకోవాలంటే వ్యాయామం కీలకం. కాబట్టి వయసు పెరుగుతున్నా వర్కవుట్ చేయడం ముఖ్యమే. ఈ క్రమంలో స్క్వాట్స్, లాంజెస్, పుష్ప్స్, కెటిల్ బెల్ తో ఎక్సర్ సైజ్.. వంటివి రోజూ సాధన చేయాలి ఒకవేళ ఒంటరిగా చేయడం ఇబ్బంది అనుకుంటే జిమ్ లో చేరచ్చు. 5. నుఖ నిద్ర వల్ల అక్లిడి. అందోజ్ వచ్చుగా, వాల్వెస్ట్, గుడ్డపడి గింజలు, పొడ్డుతిరుగుడు గింజలు వంటి నర్బీని సాయంత్రం సాగ్గా తరచూ తీసుకోవడం మంచిది. తద్వారా ఎక్కువ సమయం కడుపు నిండాగా ఉండి, ఆకలిలేకుండా, ఇతర వదార్లాల పైకి మనసు మళ్లకుండా జాగ్రత్తపడచ్చు. ♦ తీసుకునే ఆహారంలో ప్రోటీన్లు ఎక్కువగా ఉండేలా చూసుకోవాలి. ఈ క్రమంలో పాలు-పాలవదార్లాలూ, మాంసం, గుడ్ల, వంటివి ముఖ్యమైనవి. ♦ ఫైబర్ అధికంగా ఉండే కాయగూరలు, పండ్లు ఎక్కువగా తీసుకుంటూ.. ప్రాసెస్డ్, నూనె సంబంధిత వదార్లాలను పూర్తి పక్కన పెట్టాలి. ♦ శరీర బరువును అదుపులో ఉంచుకోవాలంటే వ్యాయామం కీలకం. కాబట్టి వయసు పెరుగుతున్నా వర్కవుట్ చేయడం ముఖ్యమే. ఈ క్రమంలో స్క్వాట్స్, లాంజెస్, పుష్ప్స్, కెటిల్ బెల్ తో ఎక్సర్ సైజ్.. వంటివి రోజూ సాధన చేయాలి ఒకవేళ ఒంటరిగా చేయడం ఇబ్బంది అనుకుంటే జిమ్ లో చేరచ్చు. 5. నుఖ నిద్ర వల్ల అక్లిడి. అందోజ్ వచ్చుగా, వాల్వెస్ట్, గుడ్డపడి గింజలు, పొడ్డుతిరుగుడు గింజలు వంటి నర్బీని సాయంత్రం సాగ్గా తరచూ తీసుకోవడం మంచిది. తద్వారా ఎక్కువ సమయం కడుపు నిండాగా ఉండి, ఆకలిలేకుండా, ఇతర వదార్లాల పైకి మనసు మళ్లకుండా జాగ్రత్తపడచ్చు. ♦ తీసుకునే ఆహారంలో ప్రోటీన్లు ఎక్కువగా ఉండేలా చూసుకోవాలి. ఈ క్రమంలో పాలు-పాలవదార్లాలూ, మాంసం, గుడ్ల, వంటివి ముఖ్యమైనవి. ♦ ఫైబర్ అధికంగా ఉండే కాయగూరలు, పండ్లు ఎక్కువగా తీసుకుంటూ.. ప్రాసెస్డ్, నూనె సంబంధిత వదార్లాలను పూర్తి పక్కన పెట్టాలి. ♦ శరీర బరువును అదుపులో ఉంచుకోవాలంటే వ్యాయామం కీలకం. కాబట్టి వయసు పెరుగుతున్నా వర్కవుట్ చేయడం ముఖ్యమే. ఈ క్రమంలో స్క్వాట్స్, లాంజెస్, పుష్ప్స్, కెటిల్ బెల్ తో ఎక్సర్ సైజ్.. వంటివి రోజూ సాధన చేయాలి ఒకవేళ ఒంటరిగా చేయడం ఇబ్బంది అనుకుంటే జిమ్ లో చేరచ్చు. 5. నుఖ నిద్ర వల్ల అక్లిడి. అందోజ్ వచ్చుగా, వాల్వెస్ట్, గుడ్డపడి గింజలు, పొడ్డుతిరుగుడు గింజలు వంటి నర్బీని సాయంత్రం సాగ్గా తరచూ తీసుకోవడం మంచిది. తద్వారా ఎక్కువ సమయం కడుపు నిండాగా ఉండి, ఆకలిలేకుండా, ఇతర వదార్లాల పైకి మనసు మళ్లకుండా జాగ్రత్తపడచ్చు. ♦ తీసుకునే ఆహారంలో ప్రోటీన్లు ఎక్కువగా ఉండేలా చూసుకోవాలి. ఈ క్రమంలో పాలు-పాలవదార్లాలూ, మాంసం, గుడ్ల, వంటివి ముఖ్యమైనవి. ♦ ఫైబర్ అధికంగా ఉండే కాయగూరలు, పండ్లు ఎక్కువగా తీసుకుంటూ.. ప్రాసెస్డ్, నూనె సంబంధిత వదార్లాలను పూర్తి పక్కన పెట్టాలి. ♦ శరీర బరువును అదుపులో ఉంచుకోవాలంటే వ్యాయామం కీలకం. కాబట్టి వయసు పెరుగుతున్నా వర్కవుట్ చేయడం ముఖ్యమే. ఈ క్రమంలో స్క్వాట్స్, లాంజెస్, పుష్ప్స్, కెటిల్ బెల్ తో ఎక్సర్ సైజ్.. వంటివి రోజూ సాధన చేయాలి ఒకవేళ ఒంటరిగా చేయడం ఇబ్బంది అనుకుంటే జిమ్ లో చేరచ్చు. 5. నుఖ నిద్ర వల్ల అక్లిడి. అందోజ్ వచ్చుగా, వాల్వెస్ట్, గుడ్డపడి గింజలు, పొడ్డుతిరుగుడు గింజలు వంటి నర్బీని సాయంత్రం సాగ్గా తరచూ తీసుకోవడం మంచిది. తద్వారా ఎక్కువ సమయం కడుపు నిండాగా ఉండి, ఆకలిలేకుండా, ఇతర వదార్లాల పైకి మనసు మళ్లకుండా జాగ్రత్తపడచ్చు. ♦ తీసుకునే ఆహారంలో ప్రోటీన్లు ఎక్కువగా ఉండేలా చూసుకోవాలి. ఈ క్రమంలో పాలు-పాలవదార్లాలూ, మాంసం, గుడ్ల, వంటివి ముఖ్యమైనవి. ♦ ఫైబర్ అధికంగా ఉండే కాయగూరలు, పండ్లు ఎక్కువగా తీసుకుంటూ.. ప్రాసెస్డ్, నూనె సంబంధిత వదార్లాలను పూర్తి పక్కన పెట్టాలి. ♦ శరీర బరువును అదుపులో ఉంచుకోవాలంటే వ్యాయామం కీలకం. కాబట్టి వయసు పెరుగుతున్నా వర్కవుట్ చేయడం ముఖ్యమే. ఈ క్రమంలో స్క్వాట్స్, లాంజెస్, పుష్ప్స్, కెటిల్ బెల్ తో ఎక్సర్ సైజ్.. వంటివి రోజూ సాధన చేయాలి ఒకవేళ ఒంటరిగా చేయడం ఇబ్బంది అనుకుంటే జిమ్ లో చేరచ్చు. 5. నుఖ నిద్ర వల్ల అక్లిడి. అందోజ్ వచ్చుగా, వాల్వెస్ట్, గుడ్డపడి గింజలు, పొడ్డుతిరుగుడు గింజలు వంటి నర్బీని సాయంత్రం సాగ్గా తరచూ తీసుకోవడం మంచిది. తద్వారా ఎక్కువ సమయం కడుపు నిండాగా ఉండి, ఆకలిలేకుండా, ఇతర వదార్లాల పైకి మనసు మళ్లకుండా జాగ్రత్తపడచ్చు. ♦ తీసుకునే ఆహారంలో ప్రోటీన్లు ఎక్కువగా ఉండేలా చూసుకోవాలి. ఈ క్రమంలో పాలు-పాలవదార్లాలూ, మాంసం, గుడ్ల, వంటివి ముఖ్యమైనవి. ♦ ఫైబర్ అధికంగా ఉండే కాయగూరలు, పండ్లు ఎక్కువగా తీసుకుంటూ.. ప్రాసెస్డ్, నూనె సంబంధిత వదార్లాలను పూర్తి పక్కన పెట్టాలి. ♦ శరీర బరువును అదుపులో ఉంచుకోవాలంటే వ్యాయామం కీలకం. కాబట్టి వయసు పెరుగుతున్నా వర్కవుట్ చేయడం ముఖ్యమే. ఈ క్రమంలో స్క్వాట్స్, లాంజెస్, పుష్ప్స్, కెటిల్ బెల్ తో ఎక్సర్ సైజ్.. వంటివి రోజూ సాధన చేయాలి ఒకవేళ ఒంటరిగా చేయడం ఇబ్బంది అనుకుంటే జిమ్ లో చేరచ్చు. 5. నుఖ నిద్ర వల్ల అక్లిడి. అందోజ్ వచ్చుగా, వాల్వెస్ట్, గుడ్డపడి గింజలు, పొడ్డుతిరుగుడు గింజలు వంట



టీమిండియా కెప్టెన్గా శుభేమన్ గిల్

జింబాబ్వే 5 మ్యాచ్ల సెరీస్ కై జట్టును ప్రకటించిన బిసిసిఐ

ఢిల్లీ: జింబాబ్వే పర్యటన టీమిండియా సిద్ధపవుతోంది. వచ్చే నెలలో 6న జరగనున్న ఈ పర్యటనలో భారత్ ఐదు మ్యాచ్ల టీ 20 సెరీస్ను ఆడనుంది. ఈ సెరీస్ ఆరేండుకు 15 మందితో కూడిన భారత్ జట్టును సోమవారం భారత్ క్రికెట్ కంట్రోల్ బోర్డు (బిసిసిఐ) ప్రకటించింది. ఈ జట్టుకు యంగ్ బ్యాటర్ శుభేమన్ గిల్ కెప్టెన్గా ఎంపికయ్యాడు. ఇక ఇటీవల ముగిసిన ఐపీఎల్లో అదరగొట్టిన తెలుగు కుర్రాడు నితీశ్ రెడ్డికి తొలిసారి టీమిండియాలోకి తీసుకున్నాడు. అభిషేక్ శర్మ, రియాన్ పరాగ్, నితీశ్ రెడ్డి ఇండియన్ ప్రీమియర్ లీగ్-2024లో మంచి ప్రదర్శన కనపరిచారు. అద్భుతమైన బ్యాటింగ్తో ఆకట్టుకున్నారు. నితీశ్ రెడ్డి 303 పరుగులు, అభిషేక్ 484 పరుగులు, రియాన్ పరాగ్ 573 పరుగులు చేశారు. దీంతో వీరిని జింబాబ్వేతో ఆడ సెరీస్కు భారత్ జట్టులోకి తీసుకున్నాడు. అలాగే రెండో వికెట్ కీపర్గా ధ్రువ్ జారెల్కు జట్టులో చోటు లభించింది. ఈ భారత్ జట్టులో శుభేమన్ గిల్ (కెప్టెన్), యశస్వి జైస్వాల్, రుతురాజ్ గైక్వాడ్, అభిషేక్ శర్మ, రింకూ సింగ్, సంజు శాంసన్ (వికెట్ కీపర్), ధృవ్ జారెల్ (వికెట్ కీపర్), నితీశ్ రెడ్డి, రియాన్ పరాగ్, వాషింగ్టన్ సుందర్, రవి షిర్డే, అవేష్ ఖాన్, ఖలీల్ అమ్మద్, ముఖేష్ కుమార్, తుషార్ దేవ్ పాండే ఉన్నారు. జింబాబ్వేతో తొలి టీ 20 జూలై 6న, రెండో మ్యాచ్ 7న, మూడో మ్యాచ్ 10న, నాలుగో మ్యాచ్ 13న, ఐదో మ్యాచ్ 14న హరారాలోని స్పోర్ట్స్ మైదానంలో జరగనున్నాయి. కాగా ప్రస్తుత ఐసీసీ టీ 20 వరల్డ్ కప్-2024 టోర్నీలో టీమిండియా జట్టులోని సీనియర్లకు రెస్ట్ ఇవ్వనున్నారు. రెగ్యులర్ కెప్టెన్ రోహిత్ శర్మ, స్టార్ బ్యాటర్ విరాట్ కోహ్లా, సూర్యకుమార్ యాదవ్, రిషబ్ పంత్, జస్మిత్ బుడూ, రవీంద్ర జడేజాకు బిసిసిఐ రెస్ట్ ఇచ్చింది. ప్రస్తుత టీ 20 వరల్డ్ కప్ ముగిసిన తర్వాత వీరంతా న్యూజిలాండ్తో జరగనున్న టెస్ట్ సెరీస్ కోసం సన్నద్ధం కావాల్సి ఉంటుంది.

ఆర్చరీ వరల్డ్ కప్లో భారత్కు కాంస్యం



ఢిల్లీ: ఆర్చరీ ప్రపంచ కప్ స్టేజ్-3లో భారత్ ఆర్చర్ల పతకాల పేట కొనసాగుతోంది. అంబల్వల్లో జరిగిన రికర్డ్ మిక్స్డ్ టీమ్ ఈవెంట్ కాంస్య పోరులో భారత్ ఆర్చర్లు భజన్ కౌర్, బొమ్మదేవర ధీరజ్ ద్వయం కాంస్య పతకాన్ని కైవసం చేసుకుంది. ఈ రికర్డ్ ఈవెంట్లో 5-3తో మెక్సికో ఆర్చర్లు పరిస్థితి-గ్రాండ్స్లైడ్ భజన్ కౌర్, ధీరజ్ ద్వయం విజ్ఞాన సాధించారు. అలాగే పురుషుల వ్యక్తిగత రికర్డ్ ఈవెంట్లోనూ 22 ఏండ్ల ధీరజ్ 7-3తో ఇటీవల చెందిన నెహ్రూల్ని గెలిచి కాంస్యం సాధించాడు. ఈ రికర్డ్ బోర్డులో భారత్కు ఇది నాలుగవ పతకం.

దక్షిణాఫ్రికా సెమీస్కు వరుణుడి హెల్ప్

డకర్లో 3 వికెట్లు తేడాతో సఫారీల గెలుపు

ఉత్కంఠ పోరులో ఓడిన వెస్టిండీస్

ఢిల్లీ: ఐసీసీ టీ 20 ప్రపంచ కప్-2024లో భాగంగా 10వ సూపర్-8 మ్యాచ్లో వరుణుడు సహకరించడంతో దక్షిణాఫ్రికా సెమీస్కు చేరుకుంది. ఈ మ్యాచ్లో 3 వికెట్ల తేడాతో వెస్టిండీస్ను ఓడించింది. దీంతో గ్రూప్ 2 నుండి దక్షిణాఫ్రికా అగ్రస్థానంలో నిలిచింది. ఈ ఓటమితో వెస్టిండీస్ సెమీస్ ఆశలు ఆవరయ్యాయి. విజైన్ రివీహార్డ్స్ స్టేడియంలో సోమవారం దక్షిణాఫ్రికాతో జరిగిన మ్యాచ్లో వెస్టిండీస్ 136 పరుగుల లక్ష్యాన్ని నిర్దేశించింది. అయితే వర్షం కారణంగా డకర్లో లూయిస్ నిబంధనల ప్రకారం 3 ఓవర్లకు కుదించారు. అనంతరం దక్షిణాఫ్రికా 17 ఓవర్లలో 124 పరుగులతో లక్ష్యాన్ని అందుకుంది. దీంతో దక్షిణాఫ్రికా 16.1 ఓవర్లలో 7 వికెట్లు కోల్పోయి లక్ష్యాన్ని చేదించింది. ఈ మ్యాచ్లో టాప్ ఓడి తొలుత బ్యాటింగ్ చేసిన వెస్టిండీస్ దక్షిణాఫ్రికా బౌలర్ల మూకుమ్మడిగా వెలరేగడంతో నిర్ణీత 20 ఓవర్లలో 8 వికెట్ల సఫ్ఫాసిని 135 పరుగులు మాత్రమే చేయగలిగింది. విండీస్ ఇన్ఫర్మింగ్ రోస్టర్ ఫేజ్ 52 పరుగులు చేసి అర్ధ సెంచర్తో రాణించగా, కైల్ మేయర్స్ 35 పరుగులతో పర్యాలేదనమించాడు. వీరేంద్రూ మినహా విండీస్ బ్యాటర్లంతా చేతులెత్తేశారు. హోమ్, రూథర్ ఫోర్లులు ఒక్క పరుగు



చేయలేకపోయారు అలాగే పూర్వ 1 పరుగు, రోమ్మన్ పావెల్ 1 పరుగు, రనెల్ 15 పరుగులు, అకీల్ హోస్సేన్ 6 పరుగులతోనే సరిపెట్టి ఫూర్ంగా విఫలమయ్యారు. అర్జున్ జోసెఫ్ 11 పరుగులతో నాటోబాగా, మోజీ 4 పరుగులతో నాటోబాగా నిలిచారు. 10 పరుగులు ఎగ్జిటో రూపంలో వచ్చాయి. అత్యంత వంశీ తన స్పిన్ మాయాజాలాన్ని ప్రదర్శించి విండీస్ను దారుణంగా డెబ్యుకోట్టాడు. వంశీ 4 ఓవర్లలో 27 పరుగులిచ్చి 3 వికెట్లు వడగొట్టాడు. వంశీకి జతగా సఫారీ బౌలర్లంతా రాణించారు. జస్సెన్, మూర్త్యుమ్, కేవే మహారాజ్, రబాద తల్ వికెట్ వడగొట్టారు. అనంతరం స్వల్ప పరుగుల లక్ష్యాన్ని చేదించేందుకు ఇరితోకి దిగిన దక్షిణాఫ్రికా ఆటకు వరుణుడు రాకతో ఆటంకం ఏర్పడింది. అప్పటికే సఫారీల స్కోర్ 2 ఓవర్లలో 15/2 వద్ద ఉండగా, వర్షం మొదలైంది. దీంతో ఆగ్నేదే మ్యాచ్ను నిలిపివేశారు. ఈ మ్యాచ్లో దక్షిణాఫ్రికా గెలవాలంటే మరో 18 ఓవర్లలో 121 పరుగులు చేయాల్సి ఉంది.

చేతిలో 8 వికెట్లు ఉన్నాయి. ఈ దశలో దక్షిణాఫ్రికా టార్గెట్ను 17 ఓవర్లలో 123 పరుగులకు కుదించారు. చివరలో జేన్సన్ ఓ సిక్స్, బౌండరీతో జట్టుకు విజయాన్ని అందించాడు. ఫలితంగా అక్షయ్ చేదనలో దక్షిణాఫ్రికా 16.1 ఓవర్లలో 7 వికెట్లకు కోల్పోయి 124 పరుగులు చేసి గెలుపు సాధించింది. విండీస్ బౌలర్లలో రోస్టర్ ఫేజ్ 3 వికెట్లు, రన్నెల్, జోసెఫ్ చెల్ 2 వికెట్లు వడగొట్టారు.

ప్రమాదం లో ఫ్లియర్కు తీవ్ర గాయాలు

ఈ మ్యాచ్ జరుగుతున్న కీలక సమయంలో ఓ ప్రమాదకర ఘటన చోటు చేసుకుంది. మూర్త్యుమ్ బౌలింగ్ కైల్ మేయర్స్ కొట్టిన సిక్స్ రన్ క్యాచ్గా మలిచే క్రమంలో మార్యో జస్సెన్, రగినే రబాద తీవ్రంగా గాయపడ్డారు. బౌండరీ లైన్ వద్ద రబాద, జస్సెన్ ఒకరినొకరు దారుణంగా ఢీకొట్టుకున్నారు. ఈ ఘటనలో జస్సెన్ తీవ్రంగా గాయపడగా, రబాద స్వల్ప గాయాలతో బయటపడ్డాడు.



వరల్డ్ టైటిల్ నెగ్గిన తొలి భారత్ అమ్మాయి తెలంగాణ ప్యాడ్లర్ శ్రీజ సరికొత్త చరిత్ర

ఢిల్లీ: వరల్డ్ టేబుల్ టెన్నిస్ (డబ్ల్యుటీటీ) కంటెండర్ ఈవెంట్లో తెలంగాణ యువ ప్యాడ్లర్ ఆకుల శ్రీజ సరికొత్త చరిత్ర సృష్టించింది. ఈ టోర్నీలో సింగిల్స్ టైటిల్ నెగ్గిన తొలి భారతీయ ప్యాడ్లర్గా రికార్డుల కెక్కింది. నైజీరియాలోని లాగోస్లో జరిగిన ఫైనల్లో శ్రీజ 4-1 (10-12, 11-9, 11-6, 11-8, 11-6)తో చైనా యువ సంచలనం డింగ్ యుజిన్ నెగ్గి టైటిల్ను కైవసం చేసుకుంది. ఇదే టోర్నీలో మహిళల డబ్బుల్స్లోనూ శ్రీజ-అర్చన ద్వయం 3-0తో భారత్ కే చెందిన దియా-యశ్వినీ జంటపై గెలిచి విజేతగా నిలిచింది. ఇక పురుషుల డబ్బుల్స్ ఫైనల్లో మానవ తర్కర్-హార్మిత్ దేవాను ద్వయం 3-0 (11-8, 11-9, 11-8)తో నైజీరియాకు చెందిన ఓమెముల-సోరెల్తో జోడిపై గెలిచింది.

అగ్రశ్రేణి జట్టుకు అఫ్ఘాన్ పాక్

45 దేశాలపై జైత్రయాత్ర

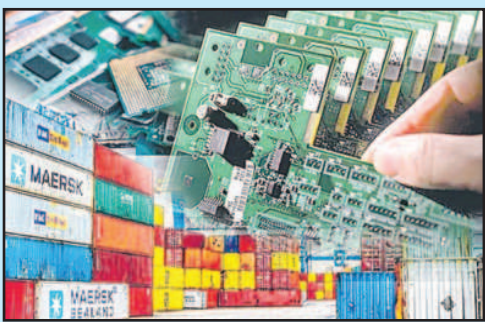
ఢిల్లీ: ఒకప్పటి పసి కూన నేడు ప్రపంచ క్రికెట్లో అగ్రశ్రేణి జట్టును ఒడికిస్తోంది. ఇప్పటి వరకూ 45 దేశాలపై విజయం సాధించి క్రికెట్ ప్రపంచంలో నటి సరికొత్త చరిత్రను సృష్టించింది. గత ఏడాది భారత్ వేదికగా జరిగిన వన్డే ప్రపంచ కప్లోనే ఆఫ్ఘనిస్తాన్ సంచలన ప్రదర్శన చేసింది. బలమైన పాకిస్తాన్, శ్రీలంక జట్టును ఓడించి తమ ఉనికిని ప్రపంచ వ్యాప్తంగా ఘనంగా చాటుకుంది. ఆమెరికా, వెస్టిండీస్ దేశాలు ఆతిథ్యం ఇస్తున్న టీ 20 ప్రపంచ కప్-2024లో రెండు సార్లు విశ్వవిజేత అస్త్రేలియాను మట్టి కరిపించింది. ఈ విజయంతో ఆ జట్టు వెటరన్ ఆల్ రౌండర్ మహ్మద్ నబీ అంతర్జాతీయ క్రికెట్లో సరికొత్త చరిత్ర రికార్డు చేశాడు 45 దేశాలపై జట్టు సాధించిన విజయాలతో భాగమయ్యాడు. ఇండియా, ఇంగ్లండ్, ఆస్ట్రేలియా, న్యూజిలాండ్, పాకిస్తాన్ ఇలా క్రికెట్ ఆడే పదే పది దేశాలకు అత్యంత ప్రాధాన్యతన ఉంది. అలాంటిది ఏకంగా 45 దేశాలపై ఆఫ్ఘనిస్తాన్ జట్టు విజయాల సాధించడం అంటే మామూలు విషయం కాదు. ఆఫ్ఘనిస్తాన్ జట్టు విజయాల సాధించిన 45 దేశాల్లో బంగ్లాదేశ్, జింబాబ్వే, వెస్టిండీస్, శ్రీలంక, బంగ్లాదేశ్, ఇంగ్లండ్, న్యూజిలాండ్, ఆస్ట్రేలియా పూర్తి స్థాయి ఇంటర్నేషనల్ క్రికెట్ కోసాల్లో సభ్య దేశాలు కావడం గమనార్హం. డెన్మార్క్, బ్రెయియన్, మలేషియా, సౌదీ అరేబియా, ఖతార్, కువైట్, ఇరాన్ తదితర ఆసి దేశాలతోనూ తలపడడం, విజయం సాధించడం జరిగింది.



ఎఫ్పిఓను భగ్నం చేయాలనే హిందెన్బర్గ్ ఆరోపణలు వాణిజ్యం

న్యూఢిల్లీ, జూన్ 24: ఎలక్ట్రానిక్స్ విడిభాగాలను దిగుమతులు పెరుగుతూనే ఉన్నప్పటికీ, దేశీయ సరఫరా ఉత్పత్తి ప్రమాదంలో పడుతుందని భారత్ పరిశ్రమల సమాఖ్య (సిఐఐ) హెచ్చరించింది. దీనివల్ల స్థానిక కంపెనీల స్థిరత్వంపై ప్రభావం పడుతుందని నివేదికలో పేర్కొంది. సిఐఐ తెలిపిన వివరాల ప్రకారం 'భారత్ తున్నాయి. విడిభాగాలను ఇతర దేశాల నుంచి దిగుమతి చేసుకుని ఉత్పత్తులను తయారు చేసుకునేందుకు బదులుగా దేశీయంగా తయారవుతున్న పరికరాలను వినియోగించుకోవాలి. ఈ రంగంలో దేశీయ విలువ జోడింపు 15శాతం వద్దే ఉంది. దీన్ని పెంచేందుకు ప్రణాళికలు సిద్ధం చేయాలి. ఈ పరిశ్రమ ఊపేందుకునేందుకు యేటా 6-8శాతం చొప్పున వృద్ధి నమోదవ్వాలి. ఎంపిక చేసిన విడిభాగాలను స్థానిక కంపెనీలు వినియోగించేలా, అందుకు అవసరమయ్యే ఆర్థిక సహాయాన్ని అందించేలా పథకాలను రూపొందించాలి. 25-40

క్లిష్ట దశలో ఎలక్ట్రానిక్స్ తయారీ రంగం!



ఎలక్ట్రానిక్స్ పరిశ్రమ క్లిష్ట దశలో ఉంది. దిగుమతి ఆధారిత ఉత్పత్తులు పెరుగుతున్నాయి. విడిభాగాలను ఇతర దేశాల నుంచి దిగుమతి చేసుకుని ఉత్పత్తులను తయారు చేసుకునేందుకు బదులుగా దేశీయంగా తయారవుతున్న పరికరాలను వినియోగించుకోవాలి. ఈ రంగంలో దేశీయ విలువ జోడింపు 15శాతం వద్దే ఉంది. దీన్ని పెంచేందుకు ప్రణాళికలు సిద్ధం చేయాలి. ఈ పరిశ్రమ ఊపేందుకునేందుకు యేటా 6-8శాతం చొప్పున వృద్ధి నమోదవ్వాలి. ఎంపిక చేసిన విడిభాగాలను స్థానిక కంపెనీలు వినియోగించేలా, అందుకు అవసరమయ్యే ఆర్థిక సహాయాన్ని అందించేలా పథకాలను రూపొందించాలి. 25-40

ముంబై, జూన్ 24: హిందూజా కుటుంబానికి ఎటువంటి జైలు శిక్ష పడలేదని వారికి సంబంధించి సాక్షుల ప్రతినిధి తెలిపారు. హిందూజా గ్రూప్ వైర్లెస్ ప్రకాశ్ హిందూజా, ఆయన భార్య కమల్ హిందూజా, కుమారుడు అజయ్, కోడలు నమ్రత తమ జెనీవా నివాసంలో పనిచేసే భారతీయ వలస దారు నిబ్బందిని వేధించారంటూ స్పెన్ కోర్టులో పిటిషన్ దాఖలు చేసిన మోటార్ సైకిళ్లు, స్కూటర్ల ధరలు పెంచుతున్నట్లు హిందూజా గ్రూప్ సోమవారం తెలిపింది. గరిష్టం 1500 రూపాయల వరకు ఈ పెంపు చేపడుతున్నట్లు పేర్కొంది. జూలై 1 నుంచి అక్రమ రవాణా

'హిందూజా మోటార్స్' ధరల పెంపు

న్యూఢిల్లీ, జూన్ 24: ప్రముఖ ద్విచక్ర వాహన తయారీ సంస్థ హిందూజా మోటార్స్ తన వాహనాల ధరలను పెంచనుంది. ఎంపిక చేసిన మోటార్ సైకిళ్లు, స్కూటర్ల ధరలు పెంచుతున్నట్లు హిందూజా గ్రూప్ సోమవారం తెలిపింది. గరిష్టం 1500 రూపాయల వరకు ఈ పెంపు చేపడుతున్నట్లు పేర్కొంది. జూలై 1 నుంచి అక్రమ రవాణా



న్యాయస్థానం తుది తీర్పు వచ్చేంత వరకు నిర్దేశిత భావన చాలా ముఖ్యమైనది కాబట్టి దిగువ కోర్టు తీర్పు పని చేయదు' అని వివరించారు. తమకు ఆర్డం కాని స్టేట్మెంట్లపై సంతకాలు చేయవలసిందిగా కోరారు. స్పెన్ కోర్టులోని హిందూజా కుటుంబానికి ఎటువంటి జైలు శిక్ష పడలేదని వారికి సంబంధించి సాక్షుల ప్రతినిధి తెలిపారు. హిందూజా గ్రూప్ వైర్లెస్ ప్రకాశ్ హిందూజా, ఆయన భార్య కమల్ హిందూజా, కుమారుడు అజయ్, కోడలు నమ్రత తమ జెనీవా నివాసంలో పనిచేసే భారతీయ వలస దారు నిబ్బందిని వేధించారంటూ స్పెన్ కోర్టులో పిటిషన్ దాఖలు చేసిన మోటార్ సైకిళ్లు, స్కూటర్ల ధరలు పెంచుతున్నట్లు హిందూజా గ్రూప్ సోమవారం తెలిపింది. గరిష్టం 1500 రూపాయల వరకు ఈ పెంపు చేపడుతున్నట్లు పేర్కొంది. జూలై 1 నుంచి అక్రమ రవాణా

హిందూజా ఫ్యామిలీకి జైలు శిక్ష అవాస్తవం!

కుటుంబానికి చెందిన నలుగురు సభ్యులు కమల్, ప్రకాశ్ హిందూజా, నమ్రత, అజయ్ హిందూజాలకు ఎలాంటి జైలు శిక్ష, నిర్బంధం విధించలేదు' అని పేర్కొన్నారు. మిగిలిన అభియోగంలో దిగువ కోర్టు తీర్పుపై ఉన్నత న్యాయస్థానంలో తాము అప్పీల్ చేసినట్లు హిందూజా ప్రతినిధి చెప్పారు. స్పెన్ చట్టాల ప్రకారం, అత్యున్నత

పెరిగిన ధరలు అమల్లోకి రానున్నట్లు వెల్లడించింది. ఉత్పత్తి వ్యయం పెరిగినందున ధరలు పెంచాలి' వచ్చిందని హిందూజా ప్రకటనలో తెలిపింది. మోడల్ను బట్టి, మార్కెట్ ను బట్టి ఈ పెంపు ఉంటుందని తెలిపింది. హిందూజా గ్రూప్ సెంటర్ డీలర్స్, గ్లాస్కోవ్ ఫెండ్ మోటార్ సైకిళ్లతో పాటు జామ్, డెస్సీని 125 ఎక్స్ టెక్ వంటి స్కూటర్లను విక్రయిస్తోంది. హిందూజా మోటార్స్ పేరు స్వల్ప లాభంతో 5,477 రూపాయల వద్ద ట్రేడవుతోంది.



నైతిక విలువలకు కట్టుబడి వ్యవహరించినది తెలిపారు. రూ.20వేల కోట్లు సమీకరించినప్పటికీ, వాటా స్థితిని తిరిగి ఇష్టానుసారం గుర్తుచేశారు. ఇన్వెస్టర్ల ప్రయోజనాలు, విలువలతో కూడిన వ్యాపారంపై తమ నిబద్ధతకు ఇది నిదర్శనమని పేర్కొన్నారు. తమస్థానంలో ఇతర కంపెనీలు ఉన్నా, తిరిగి కోలుకోవడం సాధ్యం అయ్యేది కాదని అలాగే అభిప్రాయపడ్డారు. తమ వద్ద ఉన్న ఆర్థిక ప్రవృత్తితో తమని కాపాడేందుకు తెలిపారు. నగదునిల్వలను మరింత పెంచుకోవడం కోసం రూ.40వేల కోట్లు అదనంగా సమీకరించినట్లు వెల్లడించారు. అలాగే గ్రూప్ తమ సమాధి కంపెనీల పేర్ల ధరలైన కృత్రిమంగా పెంచినది 2023 జనవరి 23న వెలువడిన నివేదికలో ఆమెరికా ప్యాక్స్-ఎల్లర్ హిందెన్బర్గ్ ఆరోపించిన విషయం విడితమే. అలా విలువ పెరిగిన పేర్లను తనఖాపెట్టి రుణాలు పొందినది ఆరోపించింది. ఆరోపించిన మోటార్స్ ప్యాక్స్-ఎల్లర్ టెక్నోలజీ, పన్నుల విషయంలో స్నేహపూరితంగా ఉండే కరీబియన్, మారిషీస్ నుంచి యుఎజి దేశాల్లో అలాగే కుటుంబం పలు దౌర్జన్య కంపెనీలను నియంత్రిస్తోందని తెలిపింది.

లాభాల్లో ముగిసిన స్టాక్ మార్కెట్లు

ముంబై, జూన్ 24: దేశీయ స్టాక్ మార్కెట్లు సోమవారం లాభాల్లో ముగిసాయి. అంతర్జాతీయ మార్కెట్లు నుంచి ప్రతికూల సంతకాలతో ఉదయం నష్టాల్లో ప్రారంభమైన సూచీలు, ఐసిఐఎస్, మహిళా అండ్ మహిళా వంటి పేర్లలో కొనుగోళ్లు వద్దకు తో రాణించాయి. సెన్సెక్స్ 23,500 పాయింట్లు ఎగువన ముగిసింది. మార్కెట్లు ముగింపు సమయంలో ఔంట్ మార్కెట్ సూచీ సెన్సెక్స్ 131 పాయింట్లు పెరిగి 77,341 పాయింట్ల వద్ద నిలిచింది. సెన్సెక్స్ కూడా 46.30 పాయింట్లు పెరిగి 23,547 పాయింట్ల వద్ద నిలిచింది. ఇదే క్రమంలో సెన్సెక్స్ బ్యాంకు సూచీ 43 పాయింట్లు పెరిగి, సెన్సెక్స్ మిడ్ క్యాప్ సూచీ 148 పాయింట్లు పెరిగింది. ఈ క్రమంలో ఇంటెజ్తో అటో రంగానికి చెందిన పేర్లు లాభాల్లో కొనసాగడం మార్కెట్లను తిరిగి పుంజుకోవడంలో దోహదపడింది. ఎన్ఎస్ఐలో మహిళా అండ్ మహిళా, పవర్ గ్రిడ్ కార్పొరేషన్, శ్రీరామ్ ఫైనాన్స్, నన్ ఫార్మర్స్, గ్రాసీమ్ ఇండియా, టాటా కన్సూమర్స్, బజాజ్ ఆటో, అపోలో హోల్టెక్స్, డాక్టర్ రెడ్డిస్, హిందూజా ఫార్మాస్యూటికల్స్, ఎన్టీపీసీ, నెస్లే ఇండియా, అల్ట్రాటెక్ సిమెంట్స్, ఐటీసీ, ఐసిఐఎస్ బ్యాంకు, ఐపర్ మోటార్స్, టైటిల్స్ కంపెనీ, బజాజ్ ఫిన్ సర్వీస్, హెచ్ఎఫ్ఎస్ బ్యాంకు, మారుతి సుజుకి వంటి పేర్లు లాభాల్లో ముగిసాయి. ఇదే క్రమంలో ఇంటెజ్తో బ్యాంకు, సిఫ్టా, అదానీ పోర్ట్స్, టాటా స్టీల్, రిలయన్స్ ఇండస్ట్రీస్, ఎన్టీపీసీ, టీఎస్ఎల్, యాక్సెస్ బ్యాంకు, బజాజ్ ఫైనాన్స్, హెచ్ఎస్ఎల్ టెక్నాలజీస్, ఎన్ఎస్ఐ, ఐఎస్డబ్ల్యూ స్టీల్, ట్రిటానియా, ఎన్టీపీసీ, కోటాక్ మహిళా బ్యాంకు, ఎల్ టిఎమ్, టాటా మోటార్స్, డిఎస్ ల్యాబ్, హెచ్ఎఫ్ఎస్ లైఫ్ కంపెనీల పేర్లు సఫ్టాల్లో ముగిసాయి. డాలరుతో మారకంలో రూపాయి విలువ రూ.83.48గా ఉంది.

