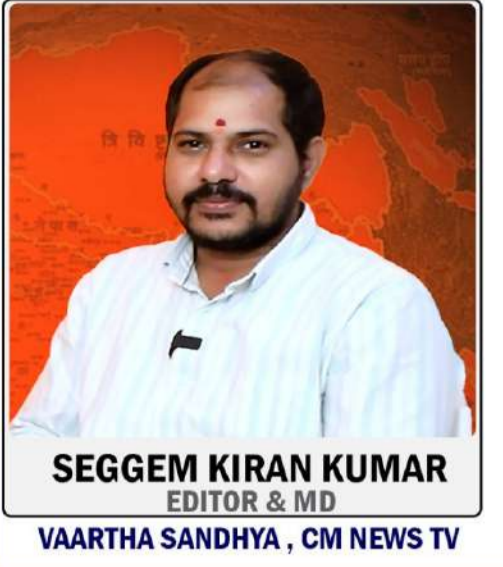


ఆంధ్రప్రదేశ్ & తెలంగాణ లో
మీకు నిజం రాసే ధైర్యం ఉందా?
 అందుకు
వార్త సంధ్య మీ వేదిక!
 రండి - ప్రజల గళంగా,
 నిజం కోసం మాతో కలవండి.
 ఇప్పుడే రిపోర్ట్ గా చేరండి
 vaarthasandhya@gmail.com

RNI TGTEL/25/A5065



vaartha sandhya
వార్త సంధ్య
 తెలుగు దిన పత్రిక నిజం నిర్భయంగా మీ ముందుకు

Published From : Rangareddy, Hyderabad e - paper.vaarthasandhya.com సంపుటి : 01 సంచిక : 104 మంగళవారం 31 - 03 - 2026 ఎడిటర్ : సెగ్గెం కిరణ్ కుమార్ పేజీలు : 08 వెల : 6/-
 Published From : Rangareddy, Hyderabad e - paper.vaarthasandhya.com VOLUME : 01 Issue : 104 Tuesday 31 - 03 - 2026 Editor : Seggem Kiran Kumar Pages : 08 Price : 6/-

ఆహార కల్తీ నియంత్రణకు సరికొత్త వ్యవస్థను తీసుకొస్తాం

- తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి
- దేశంలో రైతుల హక్కులను కాపాడేందుకు కాంగ్రెస్ కనీస మద్దతు ధర చట్టం తెచ్చిందన్న రేవంత్ రెడ్డి
- అసెంబ్లీ ప్రాంగణంలో మీడియా ప్రతినిధులతో ఇష్టాగోష్ఠి
- పంట మార్కెటి విధానంపై రైతులకు అవగాహన కల్పించాలన్న సీఎం
- నిత్యావసరాలను అక్రమంగా నిల్వ ఉంచడం హత్యానేరం కంటే ఎక్కువ అని పేర్కొన్నారు
- తెలంగాణ రాష్ట్రంలో 3 కోట్ల 39 లక్షల అంటే 86 శాతం తెలంగాణ ప్రజలు సగ్గుబియ్యం పథకం ద్వారా లబ్ధిపొందుతున్నారని వివరించారు
- భవిష్యత్ లో ఇది 90 శాతం కూడా కావచ్చునని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి పేర్కొన్నారు



వార్త సంధ్య, హైదరాబాద్, మార్చి 30 :
 హైదరా, ఈగల్ తరహాలో ఆహార కల్తీ నియంత్రణకు సరికొత్త వ్యవస్థను తీసుకొస్తున్న ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి సృష్టించారు. దేశంలో రైతుల హక్కులను కాపాడేందుకు కాంగ్రెస్ పార్టీ కనీస మద్దతు ధర చట్టం తెచ్చిందని వెల్లడించారు. ప్రజల ఆకలిని సామ్యు చేసుకునే వాళ్లను నియంత్రించడానికి ఆనాడు కాంగ్రెస్ పార్టీ పకడ్బందీ చట్టం తీసుకొచ్చిందని గుర్తు చేశారు. హైదరాబాద్ అసెంబ్లీ ప్రాంగణంలో సీఎం మీడియా ప్రతినిధులతో ఇష్టాగోష్ఠిగా మాట్లాడారు.
మాఫీయా పెరిగిపోయింది : రూపాయి కిలో బియ్యం వధకం - మిగతా 2 లో

బీఆర్ఎస్ ఎమ్మెల్యేలపై సస్పెన్షన్ వేటు వేసిన మండలి చైర్మన్



- పొంగులేటి వ్యవహారంపై మండలిలో చర్చకు పట్టుబట్టిన బీఆర్ఎస్ ఎమ్మెల్యేలు
 - పోడియం వద్దకు దూసుకెళ్లి రచ్చ చేసిన వైనం
 - బీఆర్ఎస్ సభ్యులపై మండలి చైర్మన్ ఆగ్రహం
 - సీట్లలోకి వెళ్లాలని బీఆర్ఎస్ సభ్యులను పదేపదే కోరిన చైర్మన్
 - బీఆర్ఎస్ సభ్యులను ఒక రోజు పాటు సస్పెండ్ చేసిన చైర్మన్
- వార్త సంధ్య, హైదరాబాద్, మార్చి 30 :**
 తెలంగాణ శాసనసమండలిలో కీలక పరిణామం చోటు చేసుకుంది. బీఆర్ఎస్ ఎమ్మెల్యేలను మండలి చైర్మన్ గులాబానంద్ రెడ్డి సభ నుంచి సస్పెండ్ చేశారు. - మిగతా 2 లో



- 'హెట్ స్పీచ్' బిల్లు ప్రజాస్వామ్య గొంతును నొక్కేందుకే**
- బీఆర్ఎస్ పరిగ్గం ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్
 - రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రతిపాదించిన 'హెట్ స్పీచ్' బిల్లుపై కేటీఆర్ తీవ్ర విమర్శలు
 - ప్రజాస్వామ్య గొంతును నొక్కేందుకే ఈ చట్టం తెస్తున్నారని ఆరోపణ
 - బిల్లులోని నిబంధనలు అస్పష్టంగా, దుర్వినియోగానికి ఆస్కారం కల్పిస్తాయన్న కేటీఆర్

ఎయిర్పోర్టుల్లో చౌక ధరలకే ఫుడ్.. రూ.10కే టీ, రూ.20కే స్నాక్స్

- దేశవ్యాప్తంగా మరో 11 విమానాశ్రయాల్లో ఉదాన్ యాత్రి కేఫ్లు ప్రారంభం
- కేంద్ర మంత్రి రామ్మోహన్ నాయుడు చేతుల మీదుగా పర్చువల్ ప్రారంభోత్సవం
- ఈ కేఫ్లలో రూ.10కే టీ, వాటర్ బాటిల్, రూ.20కే స్నాక్స్
- స్థానిక రుచులకు ప్రాధాన్యత.. ప్రయాణికుల నుంచి ప్రశంసలు



వార్త సంధ్య, ఢిల్లీ, మార్చి 30 :
 విమాన ప్రయాణికులకు కేంద్ర ప్రభుత్వం మరో శుభవార్త అందించింది. విమానాశ్రయాల్లో ఆధిక ధరలకు చెక్ పెడుతూ, ప్రయాణికులకు నాణ్యమైన ఆహారాన్ని అత్యంత చౌక ధరలకే అందించేందుకు ఏర్పాటు చేసిన 'ఉదాన్ యాత్రి కేఫ్'ల సేవలను మరింత విస్తరించింది. తాజాగా దేశంలోని మరో 11 విమానాశ్రయాల్లో ఈ కేఫ్లను కేంద్ర పౌర విమానయాన శాఖ మంత్రి రామ్మోహన్ నాయుడు పర్చువల్ గా ప్రారంభించారు. ఈ కేఫ్లలో టీ, కాఫీ, సమోసా, వాటర్ బాటిల్ వంటివి కేవలం రూ.10 నుంచే లభించనున్నాయి. రాజ్ కోట్ విమానాశ్రయం నుంచి ఈ కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభించిన మంత్రి, ఈ కేఫ్లలో పాటు దేశవ్యాప్తంగా - మిగతా 2 లో

దేశవ్యాప్తంగా ఏప్రిల్ 1 నుంచి జనగణన

- 'సహజీవన జంటలకు' కూడా కుటుంబ చోదా
- 2021లో కోవిడ్ కారణంగా వాయిదా పడిన జనగణన ప్రక్రియ
- ఈసారి జనాభా లెక్కల్లో సామాజిక పరిస్థితులకు అనుగుణంగా నిబంధనల మార్పు
- వచ్చే ఏడాది ఫిబ్రవరిలో అసలైన జనాభా లెక్కల సేకరణ
- జనాభా లెక్కల కోసం 33 ప్రశ్నలతో ప్రశ్నావళి సిద్ధం
- పౌరులు తమ వివరాలను స్వయంగా నమోదు చేసుకునే సదుపాయం



వార్త సంధ్య, ఢిల్లీ, మార్చి 30 :
 భారతదేశ జనాభా లెక్కల సేకరణలో కేంద్ర ప్రభుత్వం చారిత్రాత్మక మార్పులకు శ్రీకారం చుట్టింది. 2021లో కోవిడ్ కారణంగా వాయిదా పడిన 16వ జనగణన ప్రక్రియ ఈ ఏడాది ఏప్రిల్ 1న ప్రారంభం కానుంది. ఈసారి జనాభా లెక్కల్లో మారుతున్న సామాజిక పరిస్థితులకు అనుగుణంగా నిబంధనలను సవరించారు. ఇందులో భాగంగా, చాలా కాలంగా కలిసి ఉంటున్న సహజీవన జంటలను ఇకపై 'కుటుంబంగా' గుర్తించాలని కేంద్రం నిర్ణయించింది. ఈ మేరకు రిజిస్ట్రార్ జనరల్ మృత్యుంజయ్ కుమార్ నారాయణ్ ఈరోజు వివరాలను వెల్లడించారు. రెండు దశల్లో జనగణన: తొలి దశ (ఏప్రిల్ 1 నుంచి): ఈ దశలో 'గృహ గణన' (సాటివం యాటిఆఆప్) చేపడతారు. అధికారులు మొత్తం యాట్ ద్వారా ఇంటిలోకి వెళ్లి గృహాల వివరాలను సేకరిస్తారు. రెండో దశ (వచ్చే ఏడాది ఫిబ్రవరి): ఈ దశలో - మిగతా 2 లో

రూ.404 కోట్ల ఆస్తులు, ఖరీదైన కార్లు

- అఫిడవిట్లలో పేర్కొన్న విజయ్
- తన వద్ద రూ.2 లక్షలు, భార్య వద్ద రూ.1 లక్ష నగదు రూపంలో ఉన్నట్లు వెల్లడి
- బీఎండబ్ల్యూ, టయోటా కార్లు ఉన్నట్లు తెలిపిన విజయ్
- రూ.1.20 కోట్ల విలువైన బంగారం ఉందని పేర్కొన్న విజయ్



పవీ సోలీసుల ముందు లొంగిపోయిన మావోయిస్టు కీలక నేత

- పోలీసుల ముందు లొంగిపోయిన మావో నేత చెల్లూరు నారాయణరావు అలియాస్ సోమన్న
- ఏప్రిల్ ప్రాంతంలో దశాబ్దాల పాటు ఆయనది కీలక పాత్ర
- మావోయిస్టుల లొంగుబాటుకు నేటితో ముగిసున్న డెడ్ లైన్

ఇది మా మత్స్య సంపద



- ఇతర రాష్ట్రాల జాలర్లు రావడం కరెక్ట్ కాదు
- ఆంధ్రప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు
- జవారంగ సభకు హాజరైన సీఎం చంద్రబాబు
- పొరుగు రాష్ట్రాల జాలర్లను కట్టడి చేసేందుకు కఠిన చర్యలు తీసుకుంటామని వెల్లడి
- నెల్లూరు తీర ప్రాంతానికి తక్షణం రెండు గస్ట్ టోట్లు మంజూరు
- స్థానిక మత్స్యకారుల ప్రయోజనాలు కాపాడాలని కలెక్టర్లకు ఆదేశాలు

2029కి అందరికీ ఇళ్లు

- 21 నెలల్లోనే రెండోసారి పంపిణీ
- రెండున్నర లక్షల మంది పేదలతో గృహ ప్రవేశం చేయించిన చంద్రబాబు
- నాయుడుపేట వేదికగా పేదలకు ఇళ్ల పంపిణీ చేసిన చంద్రబాబు
- తన జన్మ ధన్యమైందంటూ ముఖ్యమంత్రి భావోద్వేగం
- పేదల కుటుంబాలు గౌరవప్రదమైన ఇళ్లలో ఉండటమే ప్రభుత్వ లక్ష్యమని వ్యాఖ్య
- ఆంధ్రప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు
- తిరుపతి జిల్లాలో టీడీపీ ఇళ్ల గృహప్రవేశ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న సీఎం చంద్రబాబు
- లబ్ధిదారులకు ఇంటి తాళాలు అందజేత



వార్త సంధ్య, అమరావతి, మార్చి 30 :
 ఇల్లు లేని ప్రతి ఒక్కరికీ 2029 నాటికి ఇల్లు నిర్మించి ఇస్తామని సీఎం చంద్రబాబు ప్రకటించారు. ప్రతి పేద కుటుంబానికి శాశ్వతంగా ఇల్లు నిర్మించి ఇవ్వాలనేదే కూటమి సర్కార్ నంకల్పమని తెలిపారు. తిరుపతి జిల్లా నాయుడుపేట మండలం పురూరులో టీడీపీ గృహాల గృహ ప్రవేశ కార్యక్రమంలో సీఎం ప్రారంభించారు. శిలాఫలకాన్ని ఆవిష్కరించి లబ్ధిదారులకు ఇంటి తాళాలు అందించారు. టీడీపీ గృహాల వద్ద ఏర్పాటు చేసిన - మిగతా 2 లో

మీరు చిరంజీవిలా బంగ్ గి జంపింగ్ చేయాలనుకుంటున్నారా.. మన దేశంలో బెస్ట్ ప్లేసెస్ ఇవే..



రోటీస్ బ్రెస్ట్ బోర్డ్ కొడుతోంది.. డిస్రెంట్ గా జీవితంలో కొంత సమయం అయినా గడపాలని కోరుకుంటున్నారా... ఉత్తేజకరమైన సంఘటనలను అనుభవించాలనుకుంటే.. భారతదేశంలో మీకు అనువైన ప్రదేశాలు చాలా ఉన్నాయి. ముఖ్యంగా ద్రెయిన్ సాహస కార్యక్రమాలను ఇష్టపడేవారు బంగ్ జంపింగ్ చేయాలని భావిస్తారు. అటువంటి వారు మన దేశంలో ఈ ప్రదేశాలను తప్పక సందర్శించాలి. ఇవి మీ ప్రయాణ ఆనందాన్ని రెట్టింపు చేస్తాయి. అందరికీ కొత్త ప్రదేశాలకు వెళ్ళడానికి.. ప్రయాణం చేయడం అంటే ఇష్టమే. మీకు సరైన ప్రదేశాలకు వెళ్ళడం వలన మీలోని ఒత్తిడిని, అలసటను తగ్గిస్తుంది. ప్రతి సంవత్సరం ప్రజలు వేసవి సెలవుల్లో కొత్త ప్రదేశాలకు ప్రయాణించాలని ప్లాన్ చేసుకుంటారు. కనుక మీరు కూడా ఈ సెలవులను విరస్థ్యతయంగా మార్చుకోవాలనుకుంటే.. భారతదేశంలో సాహసాలు చేసేందుకు అనువైన కొన్ని ప్రదేశాలను సందర్శించవచ్చు. అక్కడ మీ మనసును రిఫ్రెష్ చేయడమే కాకుండా.. వాటిని గుర్తుచేసుకున్నప్పుడు మీ ముఖంలో చిరునవ్వు తెచ్చే అందమైన అనుభవాన్ని కూడా పొందుతారు. అందరికీ కొత్త ప్రదేశాలకు వెళ్ళడానికి.. ప్రయాణం చేయడం అంటే ఇష్టమే. మీకు సరైన ప్రదేశాలకు వెళ్ళడం వలన మీలోని ఒత్తిడిని, అలసటను తగ్గిస్తుంది. ప్రతి సంవత్సరం ప్రజలు వేసవి సెలవుల్లో కొత్త ప్రదేశాలకు ప్రయాణించాలని ప్లాన్ చేసుకుంటారు. కనుక మీరు కూడా ఈ సెలవులను విరస్థ్యతయంగా మార్చుకోవాలనుకుంటే.. భారతదేశంలో సాహసాలు చేసేందుకు అనువైన కొన్ని ప్రదేశాలను సందర్శించవచ్చు. అక్కడ మీ మనసును రిఫ్రెష్ చేయడమే కాకుండా.. వాటిని గుర్తుచేసుకున్నప్పుడు మీ ముఖంలో చిరునవ్వు తెచ్చే అందమైన అనుభవాన్ని కూడా పొందుతారు.

నిర్వహించబడతాయి. ఈరోజు మనం భారతదేశంలో బంగ్ జంపింగ్ కోసం ఏ ప్రదేశాలను అన్వేషించవచ్చో తెలుసుకుందాం. భారతదేశంలోని ఈ 5 ప్రదేశాలు బంగ్ జంపింగ్ కు ఉత్తమమైనవి. భారతదేశంలోనే ఎత్తైన బంగ్ జంపింగ్ రిషికేట్లో ఉంది. భారతదేశంలో అనేక రకాల సాహస కార్యక్రమాలు నిర్వహించడానికి అనువైన ప్రదేశాలున్నాయి. పారాగ్లైడింగ్, రాఫ్టింగ్, బంగ్ జంపింగ్, న్యూజా డైవింగ్ వంటి సరదా కార్యక్రమాలు నిర్వహించబడతాయి.

ఈరోజు మనం భారతదేశంలో బంగ్ జంపింగ్ కోసం ఏ ప్రదేశాలను అన్వేషించవచ్చో తెలుసుకుందాం. భారతదేశంలోని ఈ 5 ప్రదేశాలు బంగ్ జంపింగ్ కు ఉత్తమమైనవి. భారతదేశంలోనే ఎత్తైన బంగ్ జంపింగ్ రిషికేట్లో ఉంది.

2 / 7
రిషికేట్ ప్రశాంతమైన వాతావరణానికి ప్రసిద్ధి చెందడమే కాదు మీరు ఇక్కడ అనేక రకాల సాహస కార్యక్రమాలు కూడా చేయవచ్చు. అత్యంత ప్రత్యేకమైన విషయం ఏమిటంటే మీరు ఇక్కడ బంగ్ జంపింగ్ ను కూడా ఆస్వాదించవచ్చు. భారతదేశంలోనే ఎత్తైన బంగ్ జంపింగ్ ఇక్కడ జరుగుతుంది. దీని ఎత్తు 83 మీటర్లు. రిషికేట్లో, శివపురి , మోహన్ చద్దీ వంటి ప్రదేశాలలో బంగ్ జంపింగ్ చేస్తారు. రిషికేట్ ప్రశాంతమైన వాతావరణానికి ప్రసిద్ధి చెందడమే కాదు మీరు ఇక్కడ అనేక రకాల సాహస కార్యక్రమాలు కూడా చేయవచ్చు. అత్యంత ప్రత్యేకమైన విషయం ఏమిటంటే మీరు ఇక్కడ బంగ్ జంపింగ్ ను కూడా ఆస్వాదించవచ్చు. భారతదేశంలోనే ఎత్తైన బంగ్ జంపింగ్ ఇక్కడ జరుగుతుంది. దీని ఎత్తు 83 మీటర్లు. రిషికేట్లో, శివపురి , మోహన్ చద్దీ వంటి ప్రదేశాలలో బంగ్ జంపింగ్ చేస్తారు.

3 / 7
లోనావాలా.. ముంబైలో నివసిస్తున్న లేదా అక్కడికి వెళ్ళాలని ప్లాన్ చేస్తుంటే లోనావాలా పేరు ఖచ్చితంగా మీ పర్చటన జాబితాలో ఉండాలి. ఈ ప్రదేశం ఎంత అందంగా ఉంటుందో అంతే విన్యత కార్యక్రమాలు కూడా జరుగుతాయి. ఈ ప్రదేశాన్ని సందర్శించడం ద్వారా మీరు ప్రశాంతతను అనుభవిస్తారు. మీరు ఇక్కడ బంగ్ జంపింగ్ కూడా చేయవచ్చు. ఇక్కడ బంగ్ జంపింగ్ ఎత్తు 28 మీటర్లు. ఇక్కడ మీరు ఈ క్రిందను సురక్షితంగా ఆడేలా చేస్తారు. అందమైన దృశ్యాలను ఆస్వాదిస్తూ మీరు ఇక్కడ బంగ్ జంపింగ్ చేయవచ్చు. లోనావాలా.. ముంబైలో నివసిస్తున్న లేదా అక్కడికి వెళ్ళాలని ప్లాన్ చేస్తుంటే లోనావాలా పేరు ఖచ్చితంగా మీ పర్చటన జాబితాలో ఉండాలి. ఈ ప్రదేశం ఎంత అందంగా ఉంటుందో అంతే

విన్యత కార్యక్రమాలు కూడా జరుగుతాయి. ఈ ప్రదేశాన్ని సందర్శించడం ద్వారా మీరు ప్రశాంతతను అనుభవిస్తారు. మీరు ఇక్కడ బంగ్ జంపింగ్ కూడా చేయవచ్చు. ఇక్కడ బంగ్ జంపింగ్ ఎత్తు 28 మీటర్లు. ఇక్కడ మీరు ఈ క్రిందను సురక్షితంగా ఆడేలా చేస్తారు. అందమైన దృశ్యాలను ఆస్వాదిస్తూ మీరు ఇక్కడ బంగ్ జంపింగ్ చేయవచ్చు.

4 / 7
గోవాలో బంగ్ జంపింగ్: గోవా బీచ్లు, పార్టీలకు ప్రసిద్ధి చెందింది. అయితే ఈ ప్రదేశంలో మీరు బంగ్ జంపింగ్ కూడా ఆనందించవచ్చును మీకు తెలుసా. ఇక్కడ గ్రావిటీ జోన్లో, అంజనా అనే ప్రదేశంలో మీరు బంగ్ జంపింగ్ కూడా ఆనందించవచ్చును మీకు తెలుసా. ఇక్కడ గ్రావిటీ జోన్లో, అంజనా బీచ్లో 35 మీటర్ల ఎత్తులో బంగ్ జంపింగ్ జరుగుతుంది. దేశ విదేశాల నుంచి ప్రజలు బంగ్ జంపింగ్ చేయడానికి ఇక్కడికి వస్తారు. ఈ బీచ్ బంగ్ జంపింగ్ కు ప్రసిద్ధి చెందింది. గోవాలో బంగ్ జంపింగ్: గోవా బీచ్లు, పార్టీలకు ప్రసిద్ధి చెందింది. అయితే ఈ ప్రదేశంలో మీరు బంగ్ జంపింగ్ కూడా ఆనందించవచ్చును మీకు తెలుసా. ఇక్కడ గ్రావిటీ జోన్లో, అంజనా బీచ్లో 35 మీటర్ల ఎత్తులో బంగ్ జంపింగ్ జరుగుతుంది. దేశ విదేశాల నుంచి ప్రజలు బంగ్ జంపింగ్ చేయడానికి ఇక్కడికి వస్తారు. ఈ బీచ్ బంగ్ జంపింగ్ కు ప్రసిద్ధి చెందింది.

5 / 7
బెంగళూరులో సరదా బంగ్ జంపింగ్: బెంగళూరు బట్లీ హాట్ ప్రసిద్ధి చెందింది. అయితే అక్కసు సంస్కృతికి అతీతంగా, ఈ ప్రదేశం సాహస కార్యక్రమాలతో నిండి ఉంది. బంగ్ జంపింగ్ కోసం వర్షాటకలు ఎల్లప్పుడూ ఇక్కడికి వస్తారు. ఇక్కడ బంగ్ జంపింగ్ 25 మీటర్ల ఎత్తులో జరుగుతుంది. ఇక్కడ బంగ్ జంపింగ్ చేసే సరదా వేరు. బెంగళూరులో సరదా బంగ్ జంపింగ్: బెంగళూరు బట్లీ హాట్ ప్రసిద్ధి చెందింది. అయితే అక్కసు సంస్కృతికి అతీతంగా, ఈ ప్రదేశం సాహస కార్యక్రమాలతో నిండి ఉంది. బంగ్ జంపింగ్ కోసం వర్షాటకలు ఎల్లప్పుడూ ఇక్కడికి వస్తారు. ఇక్కడ బంగ్ జంపింగ్ 25 మీటర్ల ఎత్తులో జరుగుతుంది. ఇక్కడ బంగ్ జంపింగ్ చేసే సరదా వేరు.

6 / 7
గురుగ్రామ్: గురుగ్రామ్లో కూడా బంగ్ జంపింగ్ చేయవచ్చుని తెలిస్తే మీరు ఆశ్చర్యపోతారు. గురుగ్రామ్లోని బ్యాక్టియార్ స్పోర్ట్స్ క్లబ్లో మీరు బంగ్ జంపింగ్ ను ఆస్వాదించవచ్చు. ఇక్కడ బంగ్ జంపింగ్ 60 మీటర్ల ఎత్తులో జరుగుతుంది. గురుగ్రామ్: గురుగ్రామ్లో కూడా బంగ్ జంపింగ్ చేయవచ్చుని తెలిస్తే మీరు ఆశ్చర్యపోతారు. గురుగ్రామ్లోని బ్యాక్టియార్ స్పోర్ట్స్ క్లబ్లో మీరు బంగ్ జంపింగ్ ను ఆస్వాదించవచ్చు. ఇక్కడ బంగ్ జంపింగ్ 60 మీటర్ల ఎత్తులో జరుగుతుంది.

ఈ సమయంలో గోళ్లు కత్తిరిస్తున్నారా..? అయితే ఇది మీకోసమే..!



మన ఇంట్లో పెద్దవాళ్లు తరచూ చెప్పే మాట.. రాత్రిపూట గోళ్లు కత్తిరించవద్దని.. ఇది ఒక సాధారణ సూచనలా అనిపించినా.. దీని వెనుక ఉన్న కారణాలు కాస్త, ఆరోగ్యం, సంప్రదాయ విశ్వాసాలతో చాలా అనుబంధం కలిగి ఉంటాయి. ఈ అలవాటు ఎందుకు వచ్చిందో అర్థం చేసుకోవాలి. పురాతన నమ్మకాల ప్రకారం రాత్రిపూట కొన్ని చెద శక్తులు ఎక్కువగా తిరుగుతాయట. ఆ సమయంలో గోళ్లు కత్తిరిస్తే ఆ శక్తులు మనకు కష్టాలు కలిగిస్తాయని అనుకునేవారు. కొందరు రాత్రిపూట చంద్రుడి శక్తి చాలా ఎక్కువగా ఉంటుందని నమ్ముతారు. గోళ్లు తీసేస్తే ఆ శక్తి తగ్గిపోతుందని కూడా భావించేవారు. కాస్త్రంలో కూడా రాత్రిపూట గోళ్లు కత్తిరించడం పల్ల శరీరం సమతుల్యత దెబ్బతింటుందని చెబుతారు. విద్యుత్ అందుబాటులో లేని రోజులలో రాత్రిపూట వెలుతురు చాలా తక్కువగా ఉండేది. అప్పుడు దీపాల వెలుతురులో గోళ్లు కత్తిరించడం ప్రమాదకరం. ఒక్కసారి తప్పుగా కత్తిరిస్తే వేళ్లు చాలా గాయం అయ్యే అవకాశం ఉండేది. అందుకే రాత్రిపూట గోళ్లు కత్తిరించకూడదని చెప్పారు. ఇది పూర్తిగా భద్రతతో సంబంధం ఉన్న విషయం. సాయంత్రం అయ్యాక మన శరీరం నిద్రపోవడానికి తయారవుతుంది. రోజంతా పని చేసి అలసిపోయిన శరీరం అప్పుడు రెస్ట్ తీసుకోవాలనుకుంటుంది. అలాంటి టైమ్లో పడుతైన వస్తువులు పట్టుకోవడం, జాగ్రత్తగా చేయాల్సిన పనులు చేయడం మంచిది కాదు. గోళ్లు కత్తిరించడం అంటే చాలా శ్రద్ధగా చేయాల్సిన పని. అలసటగా ఉన్నప్పుడు సరిగ్గా చేయకపోతే ప్రమాదం జరిగే ఛాన్స్ ఉంది. గోళ్లు కత్తిరించినప్పుడు చిన్న చిన్న ముక్కలు కింద పడతాయి. వాటికి బ్యాక్టీరియా లేదా దుమ్ము అంటుకుని ఉండొచ్చు. వగడిపూట లైట్ లో అవి బాగా కనిపిస్తాయి కాబట్టి వాటిని తీసి పారేయొచ్చు. కానీ రాత్రిపూట మంచం మీద కూర్చొని గోళ్లు కత్తిరిస్తే అవి అక్కడే పడిపోతాయి. పొరపాటున అవి మంచం తీసి అహారంలో కలిసిపోయే ఛాన్స్ ఉంది. అలా జరిగితే ఆరోగ్యం పాడవుతుంది. అంతేకాదు ఆ గోళ్లు ముక్కలకు వీములు, చిన్న పురుగులు కూడా వస్తాయి. రాత్రిపూట గోళ్లు కత్తిరించకూడదనే సలహా కేవలం మాధుర్యమే కాదు. దీనివెనుక భద్రత, పరిశుభ్రత, ఆరోగ్యం, శారీరక స్థితి అన్నీ విలీనమై ఉన్నాయి. వగడిపూట వెలుతురులో గోళ్లు కత్తిరించడం పల్ల గాయాల ప్రమాదం తగ్గవచ్చు. అదనంగా పరిశుభ్రంగా ఉండే అవకాశం కూడా ఎక్కువ. తేలపై కాగితం లేదా బట్టను పరచి అపై కత్తిరిస్తే గోళ్లు ఒక్కపోతే చేయతాయి. మన పెద్దల సూచనను నిర్లక్ష్యం చేయకుండా వెలుతురు ఉన్న సమయంలో గోళ్లు కత్తిరించటం మంచి అలవాటు.

జుట్టు రాలడం ఆగాలంటే ఈ నీళ్లు తాగాల్సిందే..! ఇది మంచి టూలిక్ లా పని చేస్తుంది..!



ప్రతి ఒక్కరికీ ఆరోగ్యంగా మెరిసే జుట్టు కావాలని ఉంటుంది. ఈ రోజుల్లో జుట్టు రాలడం, పెరగకపోవడం, బలహీనత వంటి సమస్యలు చాలా మందిలో కనిపిస్తున్నాయి. ఇలాంటి సమయంలో సహజమైన ముసగ ఆకుల నీరు బాగా ఉపయోగపడుతుంది. దీన్ని తాగడం పల్ల జుట్టు బలంగా మారుతుంది. ముసగ ఆకులు విటమిన్ 9%గా, జి, జి, డి, లు అందిస్తాయి. ఇందులో బెర్బెరిన్, జింక్, అమైన్ ఆమ్లాలు కూడా ఉంటాయి. ఇవి అన్ని కలిసి జుట్టు మూలాలను బలంగా మార్చడంలో సహాయపడతాయి. అకులలో ఉండే పోషకాలు ఎదుగుదలకు అవసరమైన సహజ మార్గం అందిస్తాయి. ముసగ గింజలు కూడా శక్తివంతంగా పనిచేస్తాయి. ముసగ ఆకుల నీటిని తాగడం పల్ల శరీరానికి శక్తి వస్తుంది. జీర్ణక్రియ మెరుగుతుంది. తల చర్మం ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. జుట్టు బలంగా, మెత్తగా, ప్రకాశవంతంగా మారుతుంది. తలలో కొత్త జుట్టు మొదలవుతుంది. ఇది సాధారణంగా రసాయనాలు వాడకంపై చక్కగా పెరిగే సహజ మార్గం. గుప్పెడు తాజా ముసగ ఆకులను తీసుకొని శుభ్రంగా కడగాలి. వీటిలో ఉండే మురికి తొలగించాలి. తరువాత రెండు కప్పుల నీటిని మరిగించాలి. నీరు మరిగిన తర్వాత అందులో ఆకులను వేసి 10 నిమిషాలు ఇంకా మరిగించాలి. తరువాత వడకట్టి నీరు చల్లార్చి తాగాలి. దీనిని ఖాళీ కడుపుతో తీసుకుంటే బాగా పని చేస్తుంది. ముసగకాయల రుచి ముక్కులుగా రెండు కట్ చేసుకోవాలి. ఇప్పుడు రెండు కప్పుల నీటిని మరిగించి అందులో ఈ ముక్కులు వేసి 10 నిమిషాలు మరిగించాలి. తరువాత వడకట్టి చల్లబర్చాలి తాగాలి. ఉదయం ఖాళీ కడుపుతో తాగాలి. ఒక కప్పుతో మొదలపెట్టి, క్రమంగా రెండు కప్పుల వరకు తీసుకోవచ్చు. రుచి సరిగా అనిపించకపోతే తేనె లేదా నిమ్మరసం కొద్దిగా వేసుకోవచ్చు. దీన్ని వారంలో మూడుసార్లు తాగినా సరిపోతుంది. క్రమంగా రెండు నెలలు తాగితే మంచి ఫలితాలు కనిపిస్తాయి. ముసగ నీటిని తాగడమే కాకుండా.. తల కడుక్కోవడానికి కూడా వాడొచ్చు. తలపై ఈ నీటిని పోస్తే తల చర్మం చల్లగా ఉంటుంది. దింతో తలలో రక్త ప్రసరణ మెరుగుతుంది. జుట్టు బలంగా మారుతుంది. ముసగ నీటిలో విటమిన్ ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఇది రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది. శరీరంలో ఉన్న విషాలను బయటకు పంపుతుంది. చర్మానికి మెరుపు తీసుకువస్తుంది. జుట్టు ఎదుగుదల క్రమంగా మెరుగుతుంది.

ఇంట్లోనే తక్కువ ఖర్చుతో జుట్టు సమస్యలకు చెక్ పెట్టొచ్చు..!

అరటి పండు తినాక మిగిలే తొక్కను చాలా మంది వ్యర్థంగా వదిలేస్తారు. కానీ అది జుట్టు సంరక్షణలో అద్భుత ఫలితాలు ఇస్తుంది. సహజంగా దొరికే ఈ తొక్కను సరైన రీతిలో వాడితే జుట్టు రాతే సమస్య తగ్గుతుంది. తల చర్మానికి పోషణ ఇస్తూ కొత్త జుట్టు పెరగడంలో సహాయపడుతుంది. అరటి పండు తినాక మిగిలిపోయే తొక్కను చాలా మంది విసిరేస్తారు. కానీ అది తొక్క జుట్టుకు అద్భుతంగా పనిచేస్తుంది. సరైన రీతిలో వాడితే ఇది జుట్టు రాలడాన్ని తగ్గించడమే కాకుండా కొత్త జుట్టు పెరగడంలో సహాయపడుతుంది. ఆరోగ్యంగా జుట్టు పెరగాలంటే దీన్ని ఉపయోగించడం మంచిది.

అరటి తొక్క చాలా పోషకాలు
పొలాపియం.. ఇది తలపై తేమను నిలుపుతుంది. తల చర్మం పొడి కాకుండా ఉండేలా చూస్తుంది.
మెగ్నీషియం.. ఇది తల చర్మంలో రక్తసరఫరాను మెరుగుపరుస్తుంది.
విటమిన్ ఇవి జుట్టు పోలికల్లో కు బలం ఇస్తాయి.
ఇవి జుట్టు రాతే సమస్య తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి.
హెయిల్ మ్యాస్క్
పండిన అరటి తొక్క 1, కొబ్బరి నూనె 1 టీస్పూన్, తేనె 1 టీస్పూన్. ఈ మూడు పదార్థాలను బాగా మిక్చర్ చేయాలి. ఈ మిక్చర్ను తలకు పట్టింది 30 నిమిషాలు ఉంచాలి. తర్వాత తల శుభ్రంగా కడగాలి. ఇది తలకు పోషణ అందించి జుట్టు రాలడాన్ని తగ్గిస్తుంది.
అరటి తొక్క వాటర్ వాష్
అరటి తొక్క 1, నీరు 2 కప్పులు. అరటి తొక్కను నీటిలో 10 నిమిషాలు మరిగించాలి. చల్లారిన తర్వాత ప్రవాన్తి వడకట్టాలి. ఈ నీటిని చల్లార్చి తల కడిగిన తర్వాత చివరిగా తలపై పోయాలి. ఇది తల చర్మాన్ని తేమగా ఉంచుతుంది. జుట్టు మెత్తగా మారుతుంది.
అరటి తొక్క ఆయిల్
అరటి తొక్క 1, కొబ్బరి లేదా అల్పి నూనె అర కప్పు. ఒక చిన్న పాత్రలో నూనె వేడి చేయాలి. అందులో తొక్క వేసి 10 నిమిషాలు మరిగించాలి. మరిగిన తరువాత వడకట్టి ఒక సీసాలో నిల్వ చేయాలి. ఈ నూనెను తలకు అప్లై చేసి అరగిన తర్వాత తల కడిగితే జుట్టు కాంతివంతంగా మారుతుంది. మీ తల చర్మం సున్నితంగా ఉంటే.. ఈ నూనెను మొదట కొద్దిగా పరీక్షించి చూడండి. ఈ నూనెను ఉపయోగించే ముందు చల్లబరచాలి. సాధారణంగా వారానికి ఒక్కసారి ఈ నూనెను వాడితే సరిపోతుంది. అంతకంటే ఎక్కువగా ఉపయోగించాల్సిన అవసరం లేదు. కేవలం అరటి తొక్కతో ఇంట్లోనే తక్కువ ఖర్చుతో జుట్టు సమస్యలకు పరిష్కారం దొరుకుతుంది. దీనిలో రసాయనాలు లేవు, సైడ్ ఎఫెక్టు కూడా ఉండవు. కొద్దికాలం పాటు క్రమంగా వాడితే జుట్టులో మంచి మార్పు కనిపిస్తుంది. ఈ పదార్థాలను సహజమైనవే అయినా..

ఈ టీ మీ ఆరోగ్యానికి సహజ సంజీవనీ.. ఉదయాన్నే తాగితే ఆ వ్యర్థాలన్నీ బయటకు

సుగంధ ద్రవ్యాల రాణిగా పిలవబడే ఏలకులు కేవలం వంటకాలకు రుచిని జోడించడమే కాకుండా, ఆరోగ్యానికి అమృతంలా పనిచేస్తాయి. పురాతన కాలం నుండి సాంప్రదాయ వైద్యంలో ఉపయోగించబడుతున్న ఈ సుగంధ ద్రవ్యం, దీ రూపంలో తీసుకుంటే శరీరాన్ని శుద్ధి చేసి, నోటి ఆరోగ్యం నుండి గుండె, కాలేయం వరకు అనేక ప్రయోజనాలను అందిస్తుంది. ఏలకుల టీ తయారీ విధానం, దాని అద్భుతమైన ఆరోగ్య లాభాలను తెలుసుకుని, మీ రోజువారీ జీవనంలో ఈ సహజ సంజీవనీని చేర్చుకోండి. యాలకులను 'సుగంధ ద్రవ్యాల రాణి'గా పిలుస్తారు. ఇది భారతదేశం, శ్రీలంక మధ్య అమెరికాలో ఎక్కువగా సాగు చేస్తుంటారు. పురాతన కాలం నుండి వంట సాంప్రదాయ వైద్యంలో దీనిని ఉపయోగిస్తున్నారు. ఇది దాల్చిన చెక్క, జాజికాయ, లవంగాలు అల్లం వంటి వేడిని కలిగించే లక్షణాలను కలిగి ఉంది. ఇది ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఉన్న తీపి రుచికరమైన వంటకాలకు రుచిని జోడిస్తుంది. అంతేకాదు ఈ కింది ప్రయోజనాలను కూడా చేకూరుస్తుంది.

ఈ టీ జీర్ణ వ్యవస్థను బలోపేతం చేస్తుంది. అజీర్ణం, గ్యాస్, అసిడిటీ వంటి సమస్యలను తగ్గించి, అహారం సులభంగా జీర్ణం కావడానికి సహాయపడుతుంది. భోజనం తర్వాత ఒక కప్పు టీ తాగితే కడుపు తేలికగా అనిపిస్తుంది.

శరీర శుద్ధి, రోగనిరోధక శక్తి
ఏలకుల్లోని యాంటీఆక్సిడెంట్లు శరీరంలోని శ్రీ రాడికల్స్ ను నియంత్రించి, కణాల సహజ శుద్ధి తగ్గిస్తాయి. ఈ టీ శరీరంలో పేరుకుపోయిన టాక్సిన్స్ ను తొలగించి, కాలేయం, మూత్రపిండాల ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుతుంది. యాంటీవైరల్, యాంటీ బాక్టీరియల్ గుణాలు రోగనిరోధక శక్తిని పెంచి, జలుబు, ఫ్లూ వంటి ఇన్ఫెక్షన్ల నుండి రక్షిస్తాయి.

బరువు నియంత్రణ, గుండె ఆరోగ్యం
ఏలకుల టీ బేసిక్ యుమ్ వేగవంతం చేసి, శరీరంలోని అదనపు కొవ్వును కలిగిస్తుంది. బరువు నియంత్రణకు సహాయపడుతుంది. అధిక పొటాషియం కంటెంట్ రక్తపోటును తగ్గించి, రక్తనాళాల ఒత్తిడిని నియంత్రిస్తుంది. రోజూ ఒక కప్పు టీ తాగడం హృదయ ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది.

మానసిక ప్రశాంతతకు సహాయం
ఏలకుల టీ తీసుకుంటే మనస్సును ప్రశాంతంగా ఉంచుతుంది. ఒత్తిడి, ఆందోళనతో బాధపడేవారికి ఇది సహజ ఉపశమనం అందిస్తుంది. హార్మోన్ల సమతుల్యతను కాపాడి, మానసిక సంతోషాన్ని పెంచుతుంది.

నోటి ఆరోగ్యానికి వరం

ఏలకుల టీ నోటి ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది. ఇది నోటి దుర్వాసనను తొలగించి, త్యాసను తాజాగా, సుగంధంగా ఉంచుతుంది. యాంటీ బాక్టీరియల్ గుణాలు నోటిలో బ్యాక్టీరియా వృద్ధిని అడ్డుకుంటాయి, దంతాలు, చిగుళ్ల సమస్యలను తగ్గిస్తాయి.

జీర్ణక్రియ సమస్యలకు పరిష్కారం

ఏలకుల టీ బేసిక్ యుమ్ వేగవంతం చేసి, శరీరంలోని అదనపు కొవ్వును కలిగిస్తుంది. బరువు నియంత్రణకు సహాయపడుతుంది. అధిక పొటాషియం కంటెంట్ రక్తపోటును తగ్గించి, రక్తనాళాల ఒత్తిడిని నియంత్రిస్తుంది. రోజూ ఒక కప్పు టీ తాగడం హృదయ ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది.

పెళ్లిళ్ల స్పెషల్ నోరూరించే గుమ్మడి వడియాలు.. రుచిగా పెట్టే సులభమైన విధానం!



ఎండకాలం వచ్చిందంటే చాలు, ప్రతి తెలుగు ఇంటి వాకిలిలోనూ కనిపించే ఒక ప్రత్యేకమైన దృశ్యం గుమ్మడి వడియాలు. బంగారు చర్మంతో మెరిసి ఈ చిన్న చిన్న ముక్కలు కేవలం రుచికరమైనవే కాదు, మన సంస్కృతిలో ఒక భాగం కూడా. మరి ఈ గుమ్మడి వడియాలను ఈజీగా పక్కా కొలతలో ఎలా పెట్టుకోవాలి... తయారీ విధానం వంటివి చదివేయండి.. గుమ్మడి వడియాలుంటే ఇష్టపడని వారుండరు. ఎండకాలంలో చేసుకునే నిల్వ ఆహారాల్లో వీటినీ కచ్చితంగా చేర్చుకుంటారు. ఈ వడియాలను కూరల్లో, పులుసుల్లో వేసుకుంటే ప్రత్యేకమైన రుచి వస్తుంది. మరి, గుమ్మడి వడియాలు టిప్పింగ్ ఎలా పెట్టాలో తెలుసుకుందాం రండి.

కావలసిన పదార్థాలు:
గుమ్మడికాయ 1 (సుమారు 1 కిలో) బియ్యపుండి 1 కప్పు

(లేదా మీ గుమ్మడి తురుము యొక్క పరిమాణానికి తగినంత) చిన్నచిన్న 2-3 (మీ రుచికి తగినట్లు) అల్లం చిన్న ముక్క (ఒక ఇంచు) జీలకర్ర 1 టీస్పూన్ ఉప్పు రుచికి తగినంత నూనె వడియాలు పెట్టడానికి (అప్పుడల్లా)

తయారీ విధానం:
ముందుగా గుమ్మడికాయను శుభ్రంగా కడిగి, దాని తొక్క తీసేయాలి. లోపలి గింజలు, మెత్తటి గుజ్జును పూర్తిగా తొలగించాలి. గుమ్మడికాయను తురుము పీటతో పలుకుగా తురుముకోవాలి. మరి మెత్తగా కాకుండా కొంచెం బరకగా ఉంటే వడియాలు రుచిగా ఉంటాయి. తురిమిన గుమ్మడి తురుమును ఒక పలుచని కాటన్ గుడ్డలో వేసి గట్టిగా పిండి నీరంతా తీసేవేయాలి. ఇది చాలా ముఖ్యమైన దశ. నీరు ఉంటే వడియాలు సరిగ్గా ఎండవు మరియు

పాడైపోయే అవకాశం ఉంది. ఒక పెద్ద గిన్నెలో పిండిని గుమ్మడి తురుము వేయాలి. అందులో బియ్యపుండి, సన్నగా తరిగిన పచ్చిమిర్చి, తురిమిన అల్లం, జీలకర్ర రుచికి తగినంత ఉప్పు వేయాలి. ఈ పదార్థాలన్నీంటినీ బాగా కలపాలి. పిండి గుమ్మడి తురుముతో కలిసి ముద్దలాగా రావాలి. అవసరమైతే కొద్దిగా బియ్యపుండిని కలుపుకోవచ్చు. కానీ మరి ఎక్కువ పిండి చేయడం పల్ల గుమ్మడి రుచి తగ్గిపోతుంది.

వడియాలకు ప్రిపరేషన్:
ఒక ప్లాస్టిక్ పీట్ లేదా శుభ్రమైన కాటన్ గుడ్డను ఎండలో వేయాలి. మీ చేతులకు కొద్దిగా నూనె రాసుకొని (లేదా నూనె లేకుండానే), తయారుచేసిన మిక్చరం నుండి చిన్న చిన్న ఉండలుగా తీసుకుని వడియాల ఆకారంలో ఒత్తుకోవాలి. మీకు సరైన ఆకారంలో (చిన్నవి లేదా పెద్దవి) పెట్టుకోవచ్చు. కొందరు గుండ్రంగా పెడతారు. మరికొందరు కొంచెం పొడవుగా పెడతారు. పెట్టిన వడియాలను నేరుగా ఎండలో 2-3 రోజుల పాటు బాగా ఎండబెట్టాలి. ప్రతిరోజూ ఒకసారి వాటిని తిప్పుతూ ఉండాలి, అప్పుడే అన్ని వైపులా సమానంగా ఎండబోయాలి. వడియాల గట్టిగా, పూర్తిగా పొడిచారే వరకు ఎండబెట్టాలి. వడియాలు పూర్తిగా ఎండిపోయిన తర్వాత వాటిని ఒక గాలి చొరబడని డబ్బాలో లేదా కవర్ నిల్వ చేసుకోవాలి. ఇలా నిల్వ చేసుకుంటే చాలా కాలం పాటు తాజాగా ఉంటాయి.

రుచి కోసం మరికొన్ని చిట్టాలు:
మీరు కావాలంటే కొద్దిగా ఇంగువ కూడా కలపవచ్చు. ఇది వడియాలకు మంచి సువాసనను ఇస్తుంది. కొంతమంది కొత్తిమీర లేదా కరివేపాకు కూడా సన్నగా తరిగి కలుపుతారు. పచ్చిమిర్చికి బదులుగా కొద్దిగా కారం కూడా వేసుకోవచ్చు. ఇలా చేస్తే మీ గుమ్మడి వడియాలు చాలా రుచిగా వస్తాయి. వీటిని వేయించుకొని నేరుగా తినవచ్చు లేదా కూరల్లో, పులుసుల్లో వేసుకొని ఆస్వాదించవచ్చు.



ఈ పనులు పూర్తి చేయండి

లేదంటే భారీ పనాల్లీలు తప్పవు!

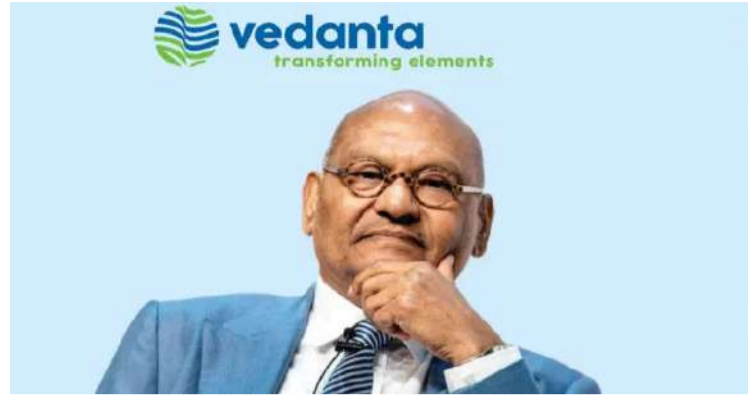
ఆర్థిక సంవత్సరం ముగింపు సమయం వచ్చేసింది. ప్రతి ఏటా మార్చి 31 అనేది కేవలం ఒక తేదీ మాత్రమే కాదు, పన్ను చెల్లింపుదారులు, సామాన్య ప్రజలకు అది ఒక కీలకమైన డెడ్ లైన్. ఈ లోపు కొన్ని ముఖ్యమైన ఆర్థిక పనులు పూర్తి చేయకపోతే, ఏప్రిల్ 1 నుండి మీరు భారీ జరిమానాలు చెల్లించడమే కాకుండా, పన్ను ఆదా చేసే అవకాశాలను కూడా కోల్పోతారు. పాత తప్పిలను సరిదిద్దుకోవడమీద గతంలో ఆదాయపు పన్ను రిటర్న్లు దాఖలు చేయడంలో ఏవైనా పొరపాట్లు చేసినా లేదా ఆదాయాన్ని చూపకపోయినా, వాటిని సరిదిద్దుకోవడానికి 'అప్ డేట్ డెడ్ లైన్' ఫైల్ చేయడానికి మార్చి 31, 2026 ఆఖరి అవకాశం. ఇద్దెట్ 2025 ప్రకారం, ఆర్థిక సంవత్సరం 2020-21 2021-22కి సంబంధించిన రిటర్న్లను అప్ డేట్ చేయడానికి ఇదే చివరి గడువు. పనాల్లీలు: మీరు ఎంత అలస్యం చేస్తే అంత ఎక్కువ అదనపు పన్ను చెల్లించాల్సి ఉంటుంది. 12 నెలల్లోపు అయితే 25%, 24 నెలల్లోపు 50%, 48 నెలల వరకు అయితే ఏకంగా 70% అదనపు పన్ను వదుతుంది. కాబట్టి స్వచ్ఛందంగా తప్పిలు సరిదిద్దుకోవడం ఉత్తమం. ఇటీవలే దాఖలు, జరిమానాలాభిక్రమం 2026-27 కోసం డిజిటల్ దాఖలు చేయడానికి గడువు ఉన్నప్పటికీ, పాత డిజిటల్ దాఖలు 31 లోపు క్రియర్ చేసుకోవాలి. గడువు దాటిన తర్వాత రిటర్న్లు ఫైల్ చేస్తే, మీ ఆదాయం రూ. 5 లక్షల పైనే ఉంటే రూ. 5,000 పనాల్లీలు, రూ. 5 లక్షల లోపు ఉంటే రూ. 1,000 పనాల్లీలు పడుతుంది. పాస్ కార్డ్ కొత్త విబంధనలు పాస్ కార్డ్ విషయంలో ప్రభుత్వం ఏప్రిల్ 1 నుండి విబంధనలను కఠినపరచి సేవ్ చేసింది. సులభమైన దరఖాస్తు: కేవలం ఆధార్ కార్డుతో పాస్ దరఖాస్తు చేసుకోవడానికి మార్చి 31 ఆఖరి తేదీ. ఏప్రిల్ 1 నుండి డేట్ ఆఫ్ బర్త్ ప్రూఫ్ కోసం పాస్ పోస్ట్ లేదా 10వ ఆరగిలి సర్టిఫికేట్ వంటి అదనపు పత్రాలను తప్పనిసరి. అధిక విలువ లావాదేవీలు: ఏప్రిల్ నుండి కొత్త విబంధనల ప్రకారం.. రూ. 10 లక్షల కంటే ఎక్కువ నగదు లావాదేవీలు, రూ. 5 లక్షల కంటే ఎక్కువ విలువైన వాహనాలు కొనుగోలు, రూ. 20 లక్షల కంటే ఎక్కువ ప్రావర్తి లావాదేవీలకు పాస్



తప్పనిసరి అవుతుంది. ఆఫీసులో పెట్టుబడి ఆధారాలు మీరు మీ కంపెనీకి ఇంకా ఇన్వెస్ట్మెంట్ ప్రూఫ్ సబ్మిట్ చేయలేదా? అయితే వెంటనే చేసేయండి. మార్చి 31 లోపు మీరు ఎల్ఎస్ఐ, టీఎఫ్ఎస్, హెచ్ఆర్ఎఫ్ రిస్కీలు లేదా హోమీ లోన్ సర్టిఫికేట్లు అందజేయకపోతే, మీ కాలర్ నుండి భారీగా డీడీఎస్ కట్ అవుతుంది. దీనివల్ల ఏప్రిల్ నెలలో మీ చేతికి వచ్చే జీతం తగ్గ అవకాశం ఉంది. మార్చి 31ని కేవలం ఒక ఫార్మాటింగ్ చూడకండి. ఇది మీ ఆర్థిక ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుచుకోవడానికి, అనవసరమైన చట్టపరమైన వికలుల నుండి తప్పించుకోవడానికి ఒక సువర్ణావకాశం. ఈ డెడ్ లైన్ లోపు మీ పనులన్నీ చక్కబెట్టుకుని కొత్త ఆర్థిక సంవత్సరంలోకి దైర్ఘ్యంగా ఆడుగుపెట్టండి.

వేదాంత సంచలన నిర్ణయం

ఐదు స్వతంత్ర కంపెనీలుగా అనిల్ అగర్వాల్ సామ్రాజ్యం విభజన!



ప్రముఖ పారిశ్రామిక దిగ్గజం వేదాంత గ్రూప్ తన వ్యాపార సామ్రాజ్యాన్ని పునర్వ్యవస్థీకరించే దిశలో భాగంగా కీలక అడుగులు వేస్తోంది. వేదాంత వైర్లెస్ అనిల్ అగర్వాల్ హైదరాబాద్ లైమ్ లిమిటెడ్ కంపెనీలుగా విడిపోనుంది. ఏళ్ల తరబడి కొనసాగుతున్న అమ్మల భారాన్ని తగ్గించుకోవడమే లక్ష్యంగా ఈ భారీ విభజన ప్రక్రియను చేపడుతున్నారు. చదురు నుంచి లోపల వరకు విస్తరించి ఉన్న ఈ గ్రూప్ కార్యకలాపాలను విడదీయడం ద్వారా వ్యాపార సామ్రాజ్యాన్ని పెంచాలని యాజమాన్యం భావిస్తోంది. ఈ విభజన ప్రణాళికకు గతేడాది డిసెంబర్లోనే ఒక ఆల్ట్రావైప్ డ్రీమ్ డివైజన్ అవారం తెలిపింది. ఈ ప్రక్రియ పూర్తయిన తర్వాత.. ప్రధాన సంస్థ వేదాంత లిమిటెడ్ పేరుతోనే కొనసాగుతుంది. దీనిలో ప్రధానంగా డిజిటల్ వ్యాపారం ఉంటుంది. మిగిలిన నాలుగు విభాగాలు స్వతంత్ర కంపెనీలుగా ఏర్పడతాయి. అవి: 1. వేదాంత అల్యూమినియం 2. తల్పాండి సోఫ్ట్ వేరెజ్ 3. వేదాంత స్టీల్ & ఇరన్ 4. మాల్కా ఎన్టీఈఐ ఐదు కంపెనీల మొత్తం మార్కెట్ క్యాపిటలైజేషన్, గ్రూప్ యొక్క ప్రస్తుత విలువైన 27 బిలియన్ డాలర్లను మించిపోతుందని అనిల్ అగర్వాల్ ధీమా వ్యక్తం చేశారు. అనిల్ అగర్వాల్ నియంత్రణలో ఉండే ఒక ప్రైవేట్ మాత్స్య సంస్థ.. కొత్తగా ఏర్పడే ఈ ఐదు సంస్థలలో ప్రతి దానిలో సుమారు సగం వాటాలను కలిగి ఉంటుంది. దీనివల్ల గ్రూప్ మేనేజ్మెంట్, పెట్టుబడిదారుల మధ్య పారదర్శకత పెరుగుతుంది భావిస్తున్నారు. అదాని గ్రూపు తర్వాత వేదాంత గ్రూపు వంతు.. వైస్సా టీ సెర్వీస్ సంఘం అవకాశం.. కుప్పకూరిన పేర్లు వ్యాపారానికి ఈ విభజన ప్రణాళికను 2023లోనే తొలిసారిగా వెల్లడించారు. అయితే, కేంద్ర ప్రభుత్వం దీనిపై కొంత ఆందోళన వ్యక్తం చేసింది. కంపెనీ విభజన జరిగితే.. తమకు రావాల్సిన బకాయిలను వసూలుకు అటంకం కలగవచ్చని ప్రభుత్వం తొలుత భయపడింది. కానీ, ఆల్ట్రావైప్ డ్రీమ్ డివైజన్ అవారం అప్పుడు ఈ ప్రక్రియ వేగవంతమైంది. వేదాంత చీఫ్ హైదరాబాద్ ఆఫీసర్ అజయ్ గోయల్ గతంలో తెలిపిన వివరాల ప్రకారం.. ఈ నాలుగు డివైజన్ల యూనిట్లను మే నెల మధ్య నాటికి భారతీయ స్టాక్ ఎక్స్చేంజీలో లిస్ట్ చేయాలని కంపెనీ లక్ష్యంగా పెట్టుకుంది. ఈ వ్యూహాత్మక మార్పు ద్వారా గ్రూప్ తన రుణ భారాన్ని తగ్గించుకోవడమే కాకుండా, ప్రతి వ్యాపార విభాగం స్వతంత్రంగా వృద్ధి చెందేలా అవకాశం కల్పిస్తోంది. పెట్టుబడిదారులు తమకు సచ్చిన నిర్ణయం లోపల లేదా ఇంధన విభాగంలో నేరుగా పెట్టుబడి పెట్టే వీలు కలగడం ఈ విభజనలో మరో విశేషం. చెప్పుకోవచ్చు దీనివల్ల.. ఈ వెబ్సైట్లోని అభిప్రాయాలు, సూచనలు పూర్తిగా వ్యక్తిగత విశ్లేషణలు లేదా ఇతర సంస్థలవి మాత్రమే. ఇవి అధికారిక అభిప్రాయాలు కాదని గమనించగలరు. మేము ఈ విషయం యొక్క సమాచారం, సమగ్ర లేదా విశ్లేషణలపై ఎటువంటి హామీ ఇవ్వడం కానీ, అనుమతించడం కానీ బాధ్యత వహించడం జరగదు. మేము ఎలాంటి పెట్టుబడి నలవో ఇవ్వము. అలాగే ఎటువంటి సెక్యూరిటీ కొనుగోలు లేదా అమ్మకాలు ప్రోత్సహించము. ఈ వెబ్సైట్లోని కథనం పూర్తిగా సమాచారం, విద్యా ప్రయాణాల కోసమే అందించబడుతుంది. మీరు ఏదైనా పెట్టుబడి నిర్ణయం తీసుకునే ముందు, లైసెన్స్ పొందిన ఆర్థిక సలహాదారుల సహాయం తీసుకోండి. ఈ కథనాన్ని కేవలం సమాచారంగా మాత్రమే పరిగణించండి.

ముదురుతున్న యుద్ధం! ఊహించని స్థాయిలో ఆయిల్ రేట్లు పెరగనున్నాయా

ప్రపంచ ఇంధన మార్కెట్లో ఇప్పుడు ఒకటి అందోళన.. అదే ఇరాన్ యుద్ధం. ఈ యుద్ధం వల్ల కలిగి నష్టం కేవలం ధరల పెరుగుదలతో పరిమితం కాదని, ఇది ప్రపంచ సరఫరా వ్యవస్థనే కుప్పకూల్చగలదని ప్రపంచంలోని దిగ్గజ చదురు, గ్యాస్ కంపెనీల సీఈఓలు హెచ్చరిస్తున్నారు. చూస్తూనే ఉన్నాం 'సెరా వీక్' కాన్ఫరెన్స్లో పాల్గొన్న ఎగ్జిక్యూటివ్లు వెల్లడించిన విషయాలు ఇప్పుడు అంతర్జాతీయంగా చర్చనీయాంశంగా మారాయి. హోర్నోల్ జలసంధి మూసివేత.. ఒక ఆర్థిక దిగ్బంధనం ప్రపంచం చదురు రవాణాలో అత్యంత కీలకమైన 'హోర్నోల్ జలసంధి' ప్రస్తుతం మూతపడడంతో సరఫరా వ్యవస్థ పెద్ద డెబ్బ తగిలింది. కువైట్ పెట్రోలియం కార్పొరేషన్ సీఈఓ పేక్ నవ్యాజ్ అల్-సబా మాట్లాడుతూ.. ఈ పరిస్థితిని ప్రపంచ ఆర్థిక వ్యవస్థను 'ఇంటిగా మార్చడం' అభివర్ణించారు. ఇది కేవలం గల్ఫ్ దేశాలపై దాడి మాత్రమే కాదని, దీనివల్ల కలిగి 'హిమిట్ ఎక్స్' ప్రపంచ సరఫరా గొలుసు మొత్తాన్ని అతలాకుతలం చేస్తుందని హెచ్చరించారు. 80 నుండి 100 లక్షల బ్యారెళ్ల సరఫరాకు గండికొనోకో ఫిలిప్స్ (సీఈఓ, ల్యాండ్ ల్యాండ్) ఈ సంక్షోభం యొక్క తీవ్రతను గణాంకాలతో వివరించారు. రోజుకు 80 లక్షల నుండి కోటి బ్యారెళ్ల చదురు, ప్రపంచ ఎల్ఎస్ఐ మార్కెట్లో ఐదవ వంతు వాటాను ఒక్కసారిగా మార్కెట్ నుండి తొలగిస్తే, దాని పరిణామాలు ఊహించని విధంగా ఉంటాయని ఆయన అన్నారు. మార్కెట్టు ప్రస్తుతం ఈ సస్పెన్షన్ అంచనా చేయడంలో విఫలమవుతున్నాయని, యుద్ధం ముగిసిన తర్వాత కూడా సరఫరాను పునరుద్ధరించడానికి చాలా సమయం పడుతుందని ఆయన స్పష్టం చేశారు. 1973 నాటి చదురు సంక్షోభం మల్టీ దశాబ్దాల ప్రముఖ స్వతంత్ర విశ్లేషకుడు పాల్ సాంకి ఈ పరిస్థితిని 1973 నాటి ఆల్ అరబ్ చదురు అంక్షలతో పోల్చారు. అప్పుడే చదురు ధరలు ఒక్కసారిగా పెరిగి ప్రపంచ ఆర్థిక వ్యవస్థను డెబ్బతీశాయి. ఇప్పుడు హోర్నోల్ జలసంధి మూతపడడం అంతంతలే భయంకరమైన 'అయిల్ షాక్'కు దారితీస్తుందని ఆయన



అభిప్రాయపడ్డారు. ముఖ్యంగా ఆసియా, యూరోప్ దేశాల్లో ఇంధన కొరత తీవ్రమయ్యే అవకాశం ఉంది. వైట్ హౌస్ శాంతి వచనాలు.. కంపెనీల అందోళనల ఒకటికొకటి అమెరికా ప్రభుత్వం (ట్రంప్ యంత్రాంగం) ఈ అంతరాయం తాత్కాలికమేనని, పరిస్థితి అదుపులోనే ఉందని చెబుతున్నప్పటికీ, చదురు కంపెనీలు మాత్రం తీవ్ర ఆందోళనలో ఉన్నాయి. డ్రోమ్ దారుల భయంలో ఖతారాలోని తమ ఎల్ఎస్ఐ కేంద్రాల నుండి నిష్పందిని ఖాళీ చేయించాల్సి

యూపీలో ఐంటర్ ఘటన

సామాన్యరూపి ఖాతాలోకి రూ. 10 కోట్లు.. ఆ తర్వాత ఏం జరిగిందంటే..

సాధారణంగా డబ్బు అంటే ప్రతి ఒక్కరికీ ఆశ ఉంటుంది. అయితే ఆ ఆశ కంటే నిజాయితీనే గొప్పదని ఒక మహిళ రుజువు చేసింది. ఉత్తరప్రదేశ్లోని మొయిన్పురి జిల్లాకు చెందిన ఒక మహిళ బ్యాంక్ ఆకౌంట్ లో పారపాటున ఏకంగా రూ. 10 కోట్లు క్రెడిట్ అయ్యాయి. డిడిఎంకు వెళ్లి బ్యాంకింగ్ వెక్ చేసుకున్న ఆ కుటుంబం, స్ట్రీట్ మీద కనిపిస్తున్న అంతెంలను చూసి కళ్లు తేలేశారు. ప్రస్తుతం సోషల్ మీడియాలో ఈ వార్త ట్రెండింగ్ లో ఉంది. ఏదీఎం స్ట్రీట్ చూసి గుండె ఆగినంత పన్నెండు మొయిన్పురి జిల్లాకు చెందిన సీత అనే మహిళ బ్యాంక్ ఆఫ్ ఇండియాలో ఖాతా ఉంది. ఆమె కుమారుడు అరుణ్ కుమార్.. ఏదీఎం పిన్ అసెంబ్లీ చేయడానికి, బ్యాంకింగ్ వెక్ చేయడానికి బంధువు వెళ్ళాడు. అక్కడ స్ట్రీట్ లోనే చూడగా.. ఆకౌంట్ లో ఏకంగా రూ. 9,99,49,586 (రాజాపు చాపింది. ఆంధ్ర పెద్ద మొత్తాన్ని చూసి ఆ యువకుడు ఒక్కసారిగా షాక్ కు గురయ్యాడు. వెంటనే ఇంటికి వెళ్లి తన తల్లిదండ్రులకు విషయం చెప్పాడు. మాకు రూపాయి కూడా వచ్చి.. తిరిగి తీసుకోండి! ఈ వార్త తెలియగానే ఆ కుటుంబం నెరవేరినట్లు, సరే కాదు భయంభోళనకు గురైంది. తమది వ్యవహారం మీద ఆధారపడే సామాన్య కుటుంబంను, ఇంత డబ్బు తమకు ఎక్కడి నుండి వచ్చిందో తెలియదని వారు వాపోతున్నారు. ఆ మహిళ సీత మాట్లాడుతూ.. "మాకు ఈ డబ్బుతో ఎలాంటి సంబంధం లేదు. ఇది ఎవరిదో వాళ్లే వెనక్కి తీసుకోవాలి" అని నిజాయితీగా పేర్కొన్నారు. ఆమె భర్త పూర్వ కూడా స్పందిస్తూ, బ్యాంక్ తెరవడంలో ఈ డబ్బును తిరిగి ఇచ్చేస్తామని స్పష్టం చేశారు. వారి నిబద్ధత చూసి నెరీజిట్ ప్రశంసలు కుప్పిస్తున్నారు. బ్యాంకు అధికారులు ఏమంటున్నారో ఈ ఘటనకు సంబంధించిన మీడియా సోషల్ మీడియాలో వైరల్ కావడంతో బ్యాంక్ ఆఫ్ ఇండియా సెలక్షన్ గాంట్ డ్రావ్ అధికారులు స్పందించారు. ఇరవాల ఒక 'టెక్నికల్ ఎర్రర్' (సాంకేతిక లోపం) వల్ల జరిగి ఉండవచ్చని వారు ప్రాథమికంగా నిర్ధారించారు. ఆ మహిళకు గతంలో లోన్ ఆకౌంట్ లో ఉండటం వల్ల ఈ పారపాటు జరిగి ఉండవచ్చని, ఆమె నేరుగా బ్యాంకుకు వచ్చి ఉంటే సమస్య ముందే పరిష్కారం అయ్యేదని డ్రావ్ మేనేజర్ తెలిపారు. సాంకేతిక పరిష్కారం పెరుగుతున్న తరుణంలో ఇలాంటి బ్యాంకింగ్ పారపాటు జరగడం ఇప్పుడు చర్చనీయాంశంగా మారింది. అయితే ఒక సామాన్య కుటుంబం పది కోట్లు వచ్చినా ఆకవడకుండా తిరిగి ఇచ్చేయాలని అనుకోవడం నిజంగా అభినందించాల్సిన విషయం..



పీవీసీ ఆధార్ కార్డ్ ప్రతి ఒక్కరికీ అవసరమా

అసలు నిజం ఇదీ!

నేటి కాలంలో భారతీయ పౌరుడికి అత్యంత ముఖ్యమైన గుర్తింపు పత్రం బ్యాంక్ ఖాతా తెరవాల్సినా కొత్త సిమ్ కార్డ్ తీసుకోవాలన్నా చివరకు పిల్లలను స్కూల్లో చేర్చించాలన్నా ఆధార్ లేనిదే పని జరగదు. అయితే, ఇటీవల కాలంలో చాలా మంది తమ పాత పేపర్ ఆధార్ కార్డులు బదులుగా డిడిఎం కార్డులా ఉండే పీవీసీ ఆధార్ కార్డులను తీసుకోవడానికి అనుకూలమైనారు. ఈ నేపథ్యంలో, అసలు ఈ పీవీసీ కార్డు అందరికీ అవసరమా పాత కార్డు వెల్లడం అనే సందేహాలు చాలా మందిలో ఉన్నాయి. ఆధార్: అత్యంత కీలకమైన పత్రం భారతదేశం అంతటా ఆధార్ కార్డు ప్రాథమిక గుర్తింపు విరుచుకా వ్యవహారం పనిచేస్తుంది. ప్రభుత్వ వ్యవహారాల నుండి ప్రైవేట్ సేవల వరకు ప్రతిచోటా ఇది అమోదించబడుతుంది. దీనిపై క్యూఆర్ కోడ్, హోలోగ్రామ్ వంటి అత్యధునిక సెక్యూరిటీ ఫీచర్లు ఉంటాయి. ఇది నీటిలో తడిసినా పాడవుతుంది ఎక్కువ కాలం మన్నికగా ఉంటుంది. పీవీసీ కార్డు తీసుకోవడం తప్పనిసరిగా చాలా మంది అడుగుతున్న ప్రశ్న.. పీవీసీ కార్డు లేకపోతే పాత కార్డులు పని చేయాలని. నిజానికి, పీవీసీ తీసుకోవడం అసలు తప్పనిసరి కాదు. ఇది కేవలం మీ సౌకర్యం కోసం మాత్రమే. మీ దగ్గర ఉన్న పాత పేపర్ ఆధార్ లెటర్ అయినా లేదా నెట్ నుండి డౌన్లోడ్ చేసుకున్న ఇ-ఆధార్ అయినా సమానంగా వెల్లడవుతాయి. అన్ని రకాల ఆధార్ కార్డులు సమానమే! యూనిక్ ఐడింటిఫికేషన్ అథారిటీ ఆఫ్ ఇండియా స్పష్టంగా చెప్పి దాని ప్రకారం.. కింది రూపాల్లో ఉన్న ఆధార్ అధికారిక వెబ్సైట్ ద్వారా రూ. 50 చెల్లింపు ఆర్డర్ చేయవచ్చు. అయితే మార్కెట్లో ప్రైవేట్ వ్యక్తుల దగ్గర చేయించుకునే కార్డుల కంటే, ప్రభుత్వం ఇచ్చే కార్డులే ఎక్కువ సురక్షితం. ముగింపుగా.. మీ దగ్గర ఇప్పటికే ఆధార్ కార్డు ఉంది, అది సురక్షితంగా ఉంటే కొత్తగా పీవీసీ కార్డు తీసుకోవాలని అవసరం లేదు. కానీ మన్నిక ఫైల్ కోసం కావాలనుకుంటే మాత్రం నిరభయంగా తీసుకోవచ్చు.



ఉంటుంది. పేపర్ ఆధార్ అయితే త్వరగా చిరిగిపోవడం లేదా నలిగిపోవడం జరుగుతుంది. పీవీసీ కార్డు అయితే పర్సెల్ లో భద్రంగా ఉంటుంది ఎక్కువ కాలం కొత్తదానిలా కనిపిస్తుంది. ఒకవేళ మీరు పీవీసీ కార్డు కావాలనుకుంటే, ఆధార్ అధికారిక వెబ్సైట్ ద్వారా రూ. 50 చెల్లింపు ఆర్డర్ చేయవచ్చు. అయితే మార్కెట్లో ప్రైవేట్ వ్యక్తుల దగ్గర చేయించుకునే కార్డుల కంటే, ప్రభుత్వం ఇచ్చే కార్డులే ఎక్కువ సురక్షితం. ముగింపుగా.. మీ దగ్గర ఇప్పటికే ఆధార్ కార్డు ఉంది, అది సురక్షితంగా ఉంటే కొత్తగా పీవీసీ కార్డు తీసుకోవాలని అవసరం లేదు. కానీ మన్నిక ఫైల్ కోసం కావాలనుకుంటే మాత్రం నిరభయంగా తీసుకోవచ్చు.

ఆర్థిక సంవత్సరం చివరి రోజున... కుప్పకూలిన స్టాక్ మార్కెట్లు

మధ్యప్రాంత ఉత్పత్తిలతో భారీగా పతనమైన సూచీలు
1,635 పాయింట్లు పతనమైన సెన్సెక్స్
కీలకమైన 22,500 మార్కెట్ దిగువకు చేరిన నిస్సీ
బ్యాంకింగ్, హైదరాబాద్ స్ట్రీట్ వెల్లడితెలిసిన అమ్మకాలు
ఓక మహింద్రా, పవర్ గ్రిడ్ మినవడం దాదాపు అన్ని షేర్లు నష్టాల్లోనే!

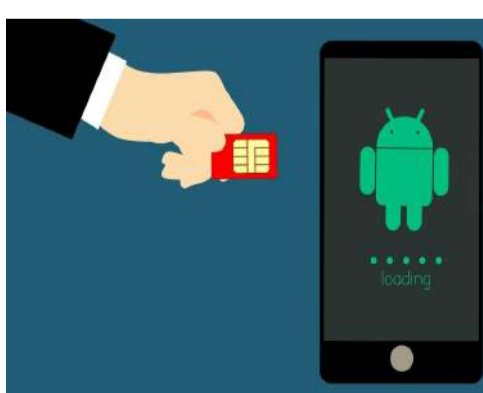


ఈ ఆర్థిక సంవత్సరం చివరి ట్రేడింగ్ రోజున భారత స్టాక్ మార్కెట్లు భారీ నష్టాలతో ముగిశాయి. మధ్యప్రాంతంలో పెరుగుతున్న ఉద్రిక్తతల కారణంగా అంతర్జాతీయంగా నెలకొన్న ఆందోళనలు దేశీయ సూచీపై తీవ్ర ప్రభావం చూపాయి. ఈ పరిణామాలతో పెట్టుబడిదారులు అమ్మకాలకు మొగ్గు చూపడంతో సెన్సెక్స్, నిస్సీ కుప్పకూలాయి. సూచీలలో ట్రేడింగ్ ముగిసే సమయానికి, సెన్సెక్స్ 1,635.67 పాయింట్లు నష్టపోయి 71,947.55 వద్ద స్థిరపడింది. అదేవిధంగా, నిస్సీ 488.20 పాయింట్లు పతనమై 22,331.40 వద్ద ముగిసింది. టెక్నికల్ గా చూస్తే, నిస్సీ కీలకమైన 22,500 వద్దకు స్థాయిని కోల్పోవడం మార్కెట్లో మరింత బలహీనతకు సంకేతమని విశ్లేషకులు చెబుతున్నారు. 22,500-22,600 స్థాయి నిస్సీకి తక్షణ నిరోధకంగా మారవచ్చని అంచనా వేస్తున్నారు. ముఖ్యంగా బ్యాంకింగ్, హైదరాబాద్ రంగ పేర్లలో అమ్మకాలు ఒత్తిడి సృష్టించాడని చెప్పారు. బజాజ్ హైటెక్, శ్రీరామ్ హైటెక్, ఎస్ఐఐ షేర్లు నిస్సీలో టాప్ లాభాల్లోగా నిలిచాయి. సెన్సెక్స్ ప్యాక్లో టెక్ మహింద్రా, పవర్ గ్రిడ్ మాత్రమే లాభపడ్డాయి. బజాజ్ హైటెక్, ఇండిగో, బజాజ్ ఫిన్సెన్స్, యాక్సిస్ బ్యాంక్, కోటక్ మహింద్రా

బ్యాంక్ వంటి షేర్లు భారీగా నష్టపోయాయి. లాక్సెన్ షేర్లలో పాటు లాభదర్ మార్కెట్లు కూడా పతనమయ్యాయి. నిస్సీ మిడ్ క్యాప్ ఇండెక్స్ 2.68 శాతం, స్మాల్ క్యాప్ ఇండెక్స్ 2.66 శాతం లోపున నష్టపోయాయి. రంగాల వారీగా చూస్తే నిస్సీ పీఎన్ఎస్ బ్యాంక్, నిస్సీ బ్యాంక్, నిస్సీ హైదరాబాద్ సర్టిఫైడ్ సూచీలు అత్యధికంగా నష్టపోయాయి. మిడిల్ క్యాప్లో ఇలానే దాదాపు విస్తరించడం, ఘర్షణల్లోకి హాతీలు ప్రవేశించడం, అమెరికా బలగాల మోహం వంటి పరిణామాలు ప్రవృత్తులపై ఆందోళనలను పెంచాయని, దీంతో ఇన్వెస్టర్లు సురక్షిత పెట్టుబడుల వైపు మళ్లారా మార్కెట్ నిపుణులు విశ్లేషిస్తున్నారు.

'సిమ్ బైండింగ్'పై వెనక్కి తగ్గిన కేంద్రం డిసెంబర్ వరకు గడువు పొడిగింపు!

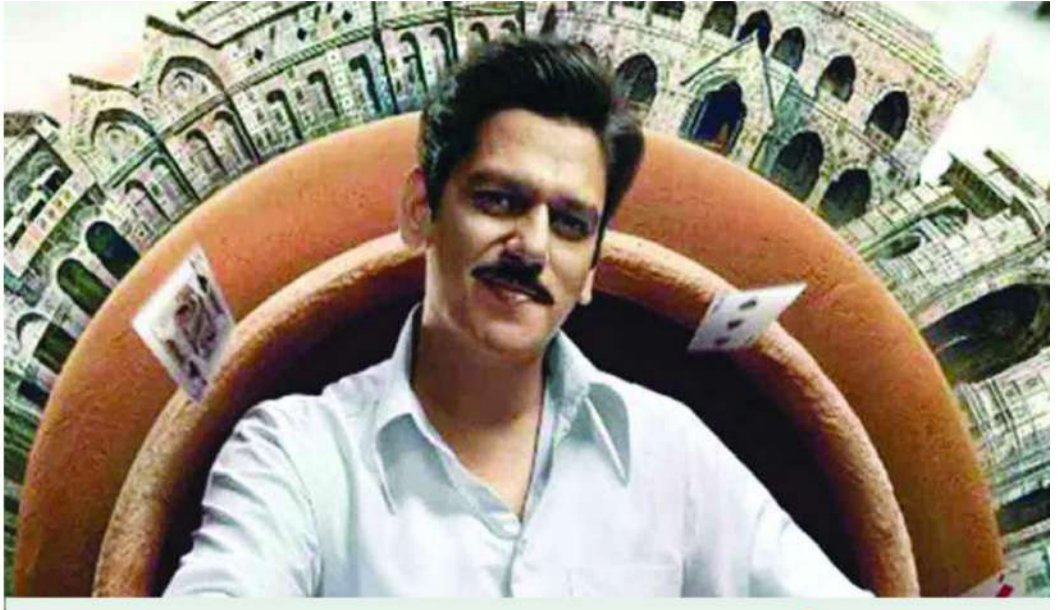
వాట్సాప్, టెలిగ్రామ్ వంటి ప్రముఖ మెసేజింగ్ యాప్లకు, వాటి వినియోగదారులకు కేంద్ర ప్రభుత్వం తాత్కాలిక ఊరట కల్పించింది. భద్రతా కారణాలతో తప్పనిసరి చేసిన 'సిమ్ బైండింగ్' నిబంధన అమలు గడువును ఈ ఏడాది డిసెంబర్ వరకు పొడిగించాలని భావిస్తున్నట్లు విశ్వసనీయ వర్గాల సమాచారం. టెక్ కంపెనీలు ఎదుర్కొంటున్న సాంకేతిక సవాళ్లతో ఈ నిర్ణయం తీసుకున్నట్లు తెలుస్తోంది. ఒక యాప్ పనిచేయాలంటే, అది ఇన్స్టాల్ అయిన ఘోస్ట్ లోని సిమ్ కార్డుతో తప్పనిసరిగా అనుసంధానం కావాలన్న 'సిమ్ బైండింగ్' అంటారు. గత ఏడాది నవంబర్లో కేంద్రం ఈ నిబంధనను తీసుకున్నప్పుడు 90 రోజుల్లో అమలు చేయాలని ఆదేశించింది. అయితే, దీన్ని అమలు చేయడంలో టెలిగ్రామ్, వాట్సాప్ లిస్ట్ (ఓఎస్) అప్ డేట్స్ వంటి సాంకేతిక ఇబ్బందులు ఎదురవుతున్నాయని, తమకు మరింత సమయం కావాలని టెక్ కంపెనీలు కేంద్రాన్ని కోరాయి. కంపెనీల అభ్యర్థనను సానుకూలంగా పరిశీలించిన కేంద్రం, గడువును డిసెంబర్ వరకు పొడిగించే నిర్ణయం తీసుకున్నట్లు టెలికాం శాఖ ఉన్నతాధికారులు ఉటంకిస్తూ తాము మీడియా కథనాలు వెల్లడించాయి. దీనిపై అధికారిక ప్రకటన త్వరలోనే వెలువడే అవకాశం ఉంది. ఈ గడువు పొడిగింపుతో సిమ్ బైండింగ్ నిబంధనలను పక్కాగా అమలు చేయడానికి టెక్ కంపెనీలకు తగినంత సమయం లభిస్తుంది. అదే సమయంలో కోట్లాది మంది యూజర్లకు తక్షణమే ఎలాంటి సౌకర్యం కలగకపోవడానికి ఉంటుంది.





లెజెండ్ శరవణన్ రెండో సినిమా.. తెలుగు టైలర్ చూశారా?

తమిళనాడులో శరవణన్ స్టార్డ్ అనే వస్తుడుకాణ యజమానిగా గుర్తింపు తెచ్చుకున్న లెజెండ్ శరవణన్.. నాలుగేళ్ల క్రితం తన పేరుతోనే తీసిన 'లెజెండ్' సినిమాతో హీరోగా పరిచయమయ్యాడు. ప్రమాదపు టైంలోనే విపరీతంగా ట్రోలింగ్ కి గురైన ఈ చిత్రం.. ఢియేటర్లలోకి వచ్చిన తర్వాత అంతకు మించిన విమర్శలు ఎదుర్కొంది. దీంతో ఈ హీరో ఇప్పుడు నాలుగేళ్ల గ్యాప్ తీసుకుని ఈసారి కొత్తగా 'లిడర్' మూవీతో వస్తున్నాడు. ఈ మూవీకి ఆర్ఎస్ దురై సెంథిల్ కుమార్ దర్శకత్వం వహించగా.. పాయల్ రాజ్పుత్ హీరోయిన్ గా చేసింది. ఆంధ్రీయా, శ్యామ్, లాల్ లాంటి ప్రముఖ నటీనటులు కీలక పాత్రలు పోషించారు. జిల్వాన్ సంగీతమందించాడు. ఏప్రిల్ 3న తెలుగు, తమిళంలో రిలీజ్ కానుంది. ఈ సందర్భంగా ఆడివారం ఆడియో ఆవిష్కరణ కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఇందులో యాక్షన్ టైలర్ రిలీజ్ చేశారు. ప్రతి ఫ్రేమ్లోనూ భారీతనం కనిపిస్తున్న ఈ మూవీ అయినా శరవణన్ కి హిట్ ఇస్తుందేమో చూడాలి?



'సైరాలో' దర్శకుడితో విజయ్ వర్మ 'మట్టా కింగ్'.. టీజర్ రిలీజ్
 వైవిధ్యమైన పాత్రలతో బాలీవుడ్ లో తనకంటూ ఒక ప్రత్యేక గుర్తింపు తెచ్చుకున్న నటుడు విజయ్ వర్మ పుట్టినరోజు సందర్భంగా ఆయన అభిమానులకు మేకప్స్ అందించే సంద్రాజ్ ఇచ్చారు. ఆయన ప్రధాన పాత్రలో నటిస్తున్న మోస్ట్ అవేటిడ్ క్రైమ్ డ్రామా సిరీస్ 'మట్టా కింగ్' విడుదలకు సిద్ధమైంది. ప్రముఖ ఓటీటీ వేదిక ప్రైమ్ వీడియో ఈ సిరీస్ త్వరలోనే స్ట్రీమింగ్ కాబోతుండగా.. టీజర్ ను విడుదల చేసింది చిత్రయూనిట్. 1960ల నాటి ముంబై నేపథ్యంలో ఈ సిరీస్ తెరకెక్కింది. ఒక సాధారణ కాటన్ ట్రెడర్.. అప్పట్లో ముంబైని పేక్ చేసిన 'మట్టా' సామ్రాజ్యాన్ని ఎలా సృష్టించాడు, ఆ తర్వాత ఎలాంటి పరిణామాలు ఎదురయ్యాయి అనే ఆసక్తికరమైన అంశాలతో ఈ సిరీస్ రూపొందింది. ఇందులో విజయ్ వర్మ లీడ్ రోల్ పోషిస్తున్నారు. 'సైరాలో' సినిమా డైరెక్టర్ నాగరాజ్ మంజుల్ ఈ సినిమాకు దర్శకత్వం వహిస్తుండగా.. ఎస్ఆర్ఆర్ ప్రొడక్షన్స్ నిర్మిస్తుంది.

ఎమోషనల్ లవ్ స్టోరీ.. అనకాపల్లి టీజర్ చూశారా?

విక్రమ్ సాహిదేవ్, సంధ్య వశిష్ట, తారక్ పాస్చుప్తు ప్రధాన పాత్రల్లో వస్తోన్న చిత్రం అనకాపల్లి. ఈ సినిమాకు తమ్మినేని ఖగేజ్ దర్శకత్వం వహిస్తున్నారు. ఈ మూవీకి డైరెక్టర్ నక్కిన త్రినాథరావు కథ అందించారు. మూవీ ప్రమోషన్ లో భాగంగా ఈ మూవీ టీజర్ ను మేకర్స్ రిలీజ్ చేశారు. తాజాగా రిలీజైన అనకాపల్లి టీజర్ చూస్తుంటే ప్రేమకథా చిత్రంగా ఈ మూవీని తెరకెక్కించినట్లు తెలుస్తోంది. ఇప్పటికే మాటింగ్ పూర్తయిన ఈ చిత్రం త్వరలోనే ఢియేటర్లలో సందడి చేయనుంది. ఈ చిత్రాన్ని భవ్యశ్రీ మూవీ మేకర్స్, నక్కిన నారేటివ్ బ్యానర్లపై కండ్లగుల నాయుడు, నక్కిన త్రినాథరావు నిర్మిస్తున్నారు. ఈ సినిమాకు దేవ్ జాండ్ సంగీతమందిస్తున్నారు.



ఇకపై తెలుగులో వరుస సినిమాలు చేస్తా : గోవింద్ వరాహ

ప్రణవ్ రావ్ రాణి, ప్రజ్ఞ కృష్ణాద్ హీరో హీరోయిన్లుగా నటిస్తున్న సినిమా గూగుల్ మై ఫ్రెండ్. ఈ చిత్రాన్ని దాలక్ష్ మీడియా అండ్ ఎంటర్ టైన్ మెంట్ బ్యానర్ పై దివాకర్ రెడ్డి నిర్మిస్తున్నారు. బహు భాషల్లో పలు హిట్ చిత్రాలతో దర్శకుడిగా పేరు తెచ్చుకున్న గోవింద్ వరాహ ఈ సినిమాను తెరకెక్కిస్తున్నారు. 'గూగుల్ మై ఫ్రెండ్' సినిమాకు డి. వెంకటేష్ రెడ్డి, బి.ప్రసన్నాంజనేయులు సహ నిర్మాతలుగా వ్యవహరిస్తున్నారు. ఈ సినిమా త్వరలో తెలుగు, మరాఠీ భాషల్లో గ్రాండ్ ఢియేట్రీకల్ రిలీజ్ కు రాబోతోంది. దర్శకుల సంఘం అధ్యక్షుడు వీఎన్ ఆదిత్య, సాయి రాజేష్, వి సముద్ర, శైలేష్ కొలసు, కొండా విజయ్ కుమార్ చేతుల మీదుగా ఈ చిత్ర సాంగ్స్ లాంచ్ కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా డైరెక్టర్ సాయిరాజేష్ మాట్లాడుతూ - 'మా దర్శకుల సంఘం సభ్యులు, మా అత్యయలు గోవింద్ డైరెక్ట్ చేస్తున్న గూగుల్ మై ఫ్రెండ్ మూవీ సాంగ్స్, టీజర్ ఇతర కంటెంట్ చూశాం. ఈ కంటెంట్ అంతా ప్రామిసింగ్ గా ఉంది. ఒకేసారి తెలుగు, మరాఠీ భాషల్లో ఆయన ఈ చిత్రాన్ని రూపొందిస్తున్నారు. ఈ సినిమాకు మంచి రిలీజ్ కుదిరి ప్రొడ్యూసర్ కు డబ్బులు, గోవింద్ కి పేరు రావాలని కోరుకుంటున్నా అన్నారు. డైరెక్టర్ గోవింద్ వరాహ మాట్లాడుతూ - నేను తెలుగులో బాల, నేను నాన్న అబద్ధం, మనుషులతో జాగ్రత్త వంటి చిత్రాలు రూపొందించాను. మలయాళంలో కొన్ని చిత్రాలు రూపొందించాను. మరాఠీలో ఓ సినిమా తెరకెక్కించాను. తెలుగులో పాటు ఇతర భాషల్లో గూగుల్ మై ఫ్రెండ్ చిత్రాన్ని రూపొందిస్తున్నాను. తెలుగు డైరెక్టర్స్ అసోసియేషన్ కు ఎన్నికైన నా కుటుంబ సభ్యుల సమక్షంలో ఈ రోజు మా మూవీ సాంగ్స్ రిలీజ్ చేసుకోవడం అద్భుతంగా భావిస్తున్నా. ఇతర భాషల్లో సినిమాలు చేస్తూ తెలుగు ఇండస్ట్రీకి దూరమవుతున్నానేమో అనిపించిన లైమ్ లో గూగుల్ మై ఫ్రెండ్ అనే సినిమాను రూపొందిస్తున్నాను. ఇకపైనా తెలుగులో వరుసగా చిత్రాలు చేస్తాను. మా నిర్మాతలు ఇస్తున్న సపోర్ట్ వల్లే వరుసగా సినిమాలు చేయగలుగుతున్నాను. ఈ జర్నల్లో నాకు సపోర్ట్ చేస్తున్న నిర్మాతలు ఏఎం రత్నం, కెకె రాధామోహన్, చిట్టూరి శ్రీనివాస్ గారికి ధ్యాంక్స్ చెబుతున్నా అన్నారు.



బాలయ్య-గోపీచంద్ మలిసారి మూవీలో బోల్ట్ భామ... పీరియాడిక్ యాక్షన్ డ్రామాపై పెరిగిన అంచనాలు

బాలీవుడ్ లో అత్యంత ఆసక్తిగా ఎదురుచూస్తున్న క్రేజీ కాంట్రీనేషన్ లో ఒకటైన సందమూరి బాలకృష్ణ - గోపీచంద్ మలిసారి జోడీ మరోసారి కలిసి వస్తుండటంతో అభిమానుల్లో భారీ అంచనాలు నెలకొన్నాయి. ఈ ప్రాజెక్ట్ కు సంబంధించిన తాజా అప్డేట్ మరింత హైవేస్ పెంచుతోంది. ఈ చిత్రంలో బోల్ట్ బ్యూటీ లక్ష్మీ రాయ్ కీలక పాత్రలో నటించనున్నట్లు ఇండస్ట్రీలో టాక్ వినిపిస్తోంది. ఇప్పటికే ఈ సినిమాలో మెయిన్ హీరోయిన్ గా నయనతార ఎంపికైన విషయం తెలిసిందే. ఇప్పుడు లక్ష్మీ రాయ్ చేరితే సినిమాకు గ్రామర్ తో పాటు కథలో కొత్త మలుపు వచ్చే అవకాశం ఉందని సినీ వర్గాలు అంచనా వేస్తున్నాయి. తాజా సమాచారం ప్రకారం, లక్ష్మీ రాయ్ పాత్ర సినిమా సెకండ్ హాఫ్ లో ఎంట్రీ ఇస్తుందని, కథను మలుపుతిప్పేలా బలమైన ప్రాధాన్యతతో ఉండనుందని తెలుస్తోంది. గతంలో 'అధియాయకుడు' చిత్రంలో బాలకృష్ణతో కలిసి నటించిన లక్ష్మీ రాయ్, మరోసారి ఆయనతో స్ట్రీమ్ పేర్ చేసుకోబోతుండటం విశేషం. ఈ సినిమాను నిర్మాత సతీష్ కిలారు ప్రతిష్టాత్మకంగా నిర్మిస్తున్నారు. పీరియాడిక్ బ్యాక్ డ్రావ్ లో రూపొందుతున్న ఈ యాక్షన్ ఎంటర్ టైన్ మూవీంగ్ ఇప్పటికే ప్రారంభమైంది. సంగీత బాధ్యతలను ఎస్ థమన్ నిర్వహిస్తున్నారు. ఇక ఈ సినిమా గురించి దర్శకుడు గోపీచంద్ మలిసారి సోషల్ మీడియా వేదికగా స్పందిస్తూ, "గాడ్ ఆఫ్ మా సెన్ ఈజ్ బ్యాక్... ఈసారి మా గర్వన మరింత గట్టిగా ఉంటుంది" అంటూ భారీ అంచనాలు రేకెత్తించారు. బాలకృష్ణతో మరోసారి పని చేయడం తనకు ఎంతో సంతోషంగా ఉందని, ఈ చిత్రం చరిత్రలో నిలిచి పోయేలా ఉంటుందని ఆయన పేర్కొన్నారు. సందమూరి బాలకృష్ణ కెరీర్ లో 111వ ప్రాజెక్ట్ గా రూపొందుతున్న ఈ సినిమా, కథ, టెక్నికల్ వాల్యూస్, స్టార్ కాస్ట్ అన్నీ కలిసి ఒక భారీ విజువల్ ట్రీట్ మెంట్ ఉండబోతుందని టాక్. మొత్తానికి, లక్ష్మీ రాయ్ ఎంట్రీ వారల్లో ఈ ప్రాజెక్ట్ పై మరింత ఆసక్తి పెరిగింది. ఇప్పుడు అధికారిక ప్రకటన కోసం అభిమానులు ఆసక్తిగా ఎదురుచూస్తున్నారు.



చాలా హాట్ గా, బోల్ట్ గా.. కాక్ టెయిల్ 2 పై కృతీసనన్ కామెంట్స్ వైరల్

తెలుగు ప్రేక్షకులకు పెద్దగా ఇంట్రడక్షన్ అవసరం లేని భామ కృతి సనన్ మహేశ్ బాబు, నాగచైతన్య వంటి లీడర్ హీరోలతో నటించిన ఈ బ్యూటీ ప్రస్తుతం హిందీ సినిమాలపైనే ఎక్కువ ఫోకస్ పెట్టింది. కృతి సనన్ ప్రస్తుతం కాక్ టెయిల్ 2 సినిమాలో ఫీ మేల్ లీడ్ రోల్ లో నటిస్తోంది. రొమాంటిక్ కామెడీ నేపథ్యంలో తెరకెక్కుతున్న ఈ చిత్రం జూన్ 19న గ్రాండ్ గా విడుదల కానుంది. మోడ్రన్ లవ్, డ్రెండ్ సిప్ నేపథ్యంలో రాబోతున్న ఈ చిత్రంలో తన పాత్ర తన కెరీర్ లో ఇప్పటివరకు పోషించనివిధంగా చాలా హాట్ గా అండ్ బోల్ట్ గా సాగుతుందని చెబుతోంది కృతిసనన్. అంతేకాదు తన రోల్ ప్రేక్షకులను సర్ప్రైజ్ చేయడం ఖాయమంటోంది. ఈ మూవీలో రమ్యక మందన్నా షాహిద్ కపూర్ కీలక పాత్రల్లో నటిస్తున్నారు. ఇందులో రమ్యక మందన్నా కృతిసనన్ పార్ట్ నర్స్ గా కనిపించబోతుండగా.. ఈ కాంబో కథనాన్ని ఆసక్తికరంగా సాగేలా చేస్తుండటం. తాజా టాక్ ప్రకారం ఈ ఇద్దరు ఫీ మేల్ స్టార్ల మధ్య వచ్చే సన్నివేశాలు చాలా బోల్ట్ గా ఉండబోతున్నాయి. ఇదే నిజమైతే సిల్వర్ స్ట్రీమ్ పై మరో ప్రయోగాత్మక సినిమాతో ప్రేక్షకులను ఢ్రోల్ అందించడం పక్కా అయిపోయినట్లే. హోమి అదంజనియా డైరెక్ట్ చేస్తున్న కాక్ టెయిల్ 2 ఫీమ్, ప్రజెంటేషన్ చాలా బోల్ట్ గా ఉండబోతుందని బీటౌన్ సర్కిల్ సమాచారం. డేరింగ్ స్టోరీ లైన్, స్టన్నింగ్ కాంబోలో వస్తున్న రాబోతున్న ఈ చిత్రంపై ఇప్పటికే అంచనాలు అమాంతం పెరిగిపోతున్నాయి.

