

పేదలకు భూమి పంపిణీ అత్యాచార్యకం

టిఆర్ఎస్ అధికారంలోకి వస్తే భూలక్ష్మి కింద ఎకరం పంపిణీ

పేదల భూములను లాక్కుంటూ పోతే చూస్తూ కూర్చుంటే

టిఆర్ఎస్ అధ్యక్షురాలు కల్వకుంట్ల కవిత హెచ్చరిక

దిమాగీ నక్సల్స్.. మరో పార్టీ పుట్టుక

ప్రధాని నోటి మాటరావడం ఆలస్యం..

సోషల్ మీడియాలో ఉత్పన్నం

భూమి కొంటే.. రిజిస్ట్రేషన్ చేయించుకోవడం సహజం. కానీ అదే భూమి 22-ఏ నిషేధిత జాబితాలో ఉంటే.. రిజిస్ట్రేషన్ ఆగిపోయే పరిస్థితి. దీంతో తెలంగాణలో 22-ఏ ఇవ్వడు రాజకీయంగానే కాదు.. ప్రజల భూ హక్కులకు సంబంధించిన కీలక అంశంగా మారింది. నిషేధిత జాబితాలో పైవేట్ భూములు చేరుతున్నాయంటూ మాజీ మంత్రి హరీశ్ రావు ప్రభుత్వాన్ని నిలబెట్టారు. మరోవైపు 30 శాతం వరకు కమిషన్ డిమాండ్ చేస్తున్నారంటూ ఆయన ఆరోపణలు చేశారు. ఈ నేపథ్యంలో సీఎం రేవంత్ రెడ్డి ఉన్నతాధికారులతో సమీక్ష నిర్వహించి.. పైవేట్ భూముల రిజిస్ట్రేషన్లకు ఎలాంటి ఆటంకం ఉండదని స్పష్టం చేశారు. దీంతో అసలు 22-ఏ ఏంటి? సమస్య ఎక్కడుంది? ప్రభుత్వం తీసుకుంటున్న చర్యలేంటి? అన్నదే ఇవ్వడు చర్చ.

- హైదరాబాద్ బ్యూరో (సింగిడి)

- హరీశ్ రావు ఆరోపణలతో దుమారం
- శ్వేతపత్రానికి మాజీ మంత్రి డిమాండ్
- నిషేధిత భూములపై పెరిగిన గందరగోళం
- 30 శాతం కమిషన్ పై సంచలన ఆరోపణ
- ప్రజల ఆస్తి హక్కులకు సీఎం భరోసా

పొంగులేటి వెంటనే రాజీనామా చేయాలి

నిషేధిత జాబితా భూములకు నైతిక బాధ్యత వహించాలి

సారిలు చెప్పి సరిపుచ్చుకోవడం కుదరదు బాధితుల కోసం జనతా గ్యారెంజీ తెలిచే ఉంటుంది

బిఆర్ఎస్ నేత హరీశ్ రావు డిమాండ్

హైదరాబాద్, ఆగస్ట్ 18 (సింగిడి): మీ భూములను 22ఏ నిషేధిత జాబితా నుంచి విడిపించే వరకు బీఆర్ఎస్ పార్టీ అండగా ఉంటుందని మాజీ మంత్రి, పార్టీ సీనియర్ నేత హరీశ్ రావు ప్రజలకు హామీ ఇచ్చారు. ప్రభుత్వ అనాలోచిత నిర్ణయాల వల్ల ప్రజలు రిజిస్ట్రార్ ఆఫీస్ చుట్టూ.. ప్రభుత్వ కార్యాలయాల చుట్టూ తిరగాల్సిన దుస్థితి నెలకొందని మండిపడ్డారు. పొంగులేటి నైతిక బాధ్యత నహిస్తూ వెంటనే మంత్రి పదవికి రాజీనామా చేయాలని డిమాండ్ చేశారు.

20 నుంచి సీఎం రేవంత్ విదేశీ పర్యటన

పది రోజుల పాటు యూకె, అమెరికా సందర్శన

హైదరాబాద్, ఆగస్ట్ 18 (సింగిడి): తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి విదేశీ పర్యటనకు సిద్ధమయ్యారు. ఆగస్టు 20 నుంచి 30వ తేదీ వరకు లండన్, అమెరికాలో సీఎం పర్యటించనున్నారు. ఈ పర్యటనలో భాగంగా పలు ప్రముఖ విశ్వవిద్యాలయాలు, విద్యా సంస్థలు, వ్యాపార సంస్థలను సందర్శించడంతో పాటు వివిధ సమావేశాల్లో పాల్గొననున్నారు.

తెలంగాణలో సెక్షన్ 22-ఏ సెగ

22-ఏపై ముదిరిన రాజకీయ రగడ



22-ఏ అసలు ఏంటి? ప్రభుత్వ, అసెస్స్, వక్స్, ఎండ్ మెంట్, సీలింగ్ తదితర చట్టపరమైన పరిమితులన్న భూములను 22-ఏ కింద నిషేధిత జాబితాలో ఉంచవచ్చు. అక్రమ బదలాయింపులను అడ్డుకోవడమే దీని ప్రధాన ఉద్దేశం. అయితే పొరపాటున పైవేట్ ఆస్తులు కూడా ఈ జాబితాలో చేరితే.. యజమానులకు రిజిస్ట్రేషన్ సమయంలో ఇబ్బందులు ఎదురయ్యే అవకాశం ఉంటుంది. బీఆర్ఎస్ హయాంలోనూ ఉంది ఇక్కడే రాజకీయ ప్రశ్నలు మొదలవుతున్నాయి. 22-ఏ వ్యవస్థ కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం వచ్చిన తర్వాత కొత్తగా ఏర్పడింది కాదు. బీఆర్ఎస్ పాలనలోనూ ఈ విధానం అమల్లో ఉంది. ధరణి సమయంలోనూ భూ రికార్డులు, నిషేధిత ఆస్తులపై వివాదాలు,

- మిగతా 2లో

నిషేధిత జాబితా భూ సమస్యలు పరిష్కారం

ప్రక్రియను వేగవంతం చేస్తున్నాం... 24 గంటల్లోనే 34 రిజిస్ట్రేషన్లు పూర్తి

తప్పును సరిదిద్దుకుంటున్నాం... మీడియాతో మంత్రి పొంగులేటి వివరణ

22ఏ నిషేధిత భూముల జాబితాలోకి పొరపాటున చేరిన పైవేట్ భూముల సమస్యను పరిష్కరించే పక్రియను వేగవంతం చేశామని రాష్ట్ర రెవెన్యూ, సమాచార పౌర సంబంధాల శాఖ మంత్రి పొంగులేటి శ్రీనివాసరెడ్డి తెలిపారు. 24 గంటల్లోనే మేడ్చల్-మల్కాజ్ గిరి జిల్లాలో 30, రంగారెడ్డి జిల్లాలో 4.. మొత్తం 34 రిజిస్ట్రేషన్లు పూర్తయ్యాయని వెల్లడించారు. ప్రజలు అందోళన చెందాల్సిన అవసరం లేదని, నిజమైన పైవేట్ ఆస్తులకు పూర్తి రక్షణ కల్పిస్తామని స్పష్టం చేశారు. మంగళవారం సవివాలయంలోని తన కార్యాలయంలో మీడియాతో మాట్లాడిన మంత్రి.. 22ఏ జాబితా విషయంలో జరిగిన పొరపాట్లను ప్రభుత్వం గుర్తించిందని చెప్పారు.

- హైదరాబాద్, ఆగస్ట్ 18 (సింగిడి)

తాగునీటికే తొలి ప్రాధాన్యం

పంటలకూ భరోసా కల్పించాలి

ఎల్ఎన్ఎ వేళ ప్రతి నీటి చుక్కకూ లెక్క ఉండాలి

అందుబాటులో ఉన్న నిల్వల ఆధారంగానే నిర్ణయాలు

కృష్ణా బేసిన్ లో 76.63... గోదావరి బేసిన్ లో 68.1 శాతం నిల్వలు

సాగర్ లో 164 టీఎంసీల నీరు.. 47 శాతం వరద జలాలకు అవకాశం

సింగూరు మరమ్మత్తులకు అత్యధిక ప్రాధాన్యం

అంతర్జాత్య జల వివాదాలపై పటిష్ట వాదనకు సమర్థ కార్యాచరణ

నీటిపారుదల, పౌరసరఫరాల శాఖ మంత్రి ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి



ఆకాశం వైపు అశగా చూడటం ఒక్కటే జల నిర్వహణ కాదు... ఆనకట్టలో ఎంత నీరుంది, అందులో నిజంగా వినియోగించగలిగేది ఎంత, తాగునీటికి ఎంత కాపాడాలి, నిలుపునా ఉన్న పంటకు ఎంత అందించగలం అన్న ప్రతి లెక్కలో శాస్త్రీయత, వాస్తవికత ఉండాలని రాష్ట్ర నీటిపారుదల, పౌరసరఫరాల శాఖ మంత్రి కెపెన్ ఎస్. ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి స్పష్టం చేశారు. ఎల్ఎన్ఎ పరిస్థితుల నేపథ్యంలో మిగిలిన వరకాలంపై అనిశ్చితి కొనసాగుతున్నందున తాగునీటి భద్రత తొలి ప్రాధాన్యం... అదే సమయంలో అందుబాటులో ఉన్న నీటితో ఖరీఫ్ పంటలకు గరిష్ట రక్షణ అనే సూత్రంతో ముందుకు సాగాలని అధికార యంత్రాంగాన్ని ఆదేశించారు.

- హైదరాబాద్, ఆగస్ట్ 18 (సింగిడి)

స్థానిక ఎన్నికల్లో బీసీ రిజర్వేషన్లు 34%

బీసీల జీవితాల్లో మార్పు తెచ్చే అతిపెద్ద నిర్ణయం

ఎన్నికల హామీ మాత్రమే కాదు.... తమ రాజకీయ సిద్ధాంతం ప్రతి బీసీ కుటుంబం గర్వంగా చెప్పుకొనే రోజు ఇది

టిడిపి వచ్చిన తరువాతనే ఎందరో బిసి నేతలుగా ఎదిగారు

అసెంబ్లీ చర్చల్లో సీఎం చంద్రబాబు నాయుడు

బీసీలకు అండగా ఉంటామని తమ ప్రభుత్వం మరోసారి రుజువు చేసిందని ఏపీ సీఎం చంద్రబాబు అన్నారు. స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల్లో బీసీ రిజర్వేషన్లు 34 శాతానికి పెంపు అంశంపై శాసనసభలో జరిగిన చర్చలో సీఎం మాట్లాడారు. బీసీల జీవితాల్లో మార్పు తెచ్చే అతిపెద్ద నిర్ణయం ఇది అని చెప్పారు. ఇది

ఎన్నికల హామీ మాత్రమే కాదని.. తమ రాజకీయ సిద్ధాంతమన్నారు. హామీ ఇవ్వడమే కాకుండా అమలు చేస్తున్నామని తెలిపారు. స్థానిక సంస్థల్లో 34 శాతం రిజర్వేషన్లు చారిత్రక నిర్ణయమని.. ప్రతి బీసీ కుటుంబం గర్వంగా చెప్పుకొనే రోజు ఇది అని చెప్పారు.

- అమరావతి, ఆగస్ట్ 18 (సింగిడి)



మెట్రో ఫేజ్-2 అనుమతులకు కస్టోడియన్ ప్రక్రియను వేగం చేసే పనిలో అధికారులు

హైదరాబాద్ మెట్రో ఫేజ్-2కు సంబంధించిన అనుమతుల పక్రియను వేగవంతం చేయాలని రాష్ట్ర ప్రభుత్వం నిర్ణయించింది.

హైదరాబాద్, ఆగస్ట్ 18 (సింగిడి)

ఉరిశిక్షను రద్దు చేయండి

ఇతర సులువైన మరణాలను ప్రసాదించండి

సుప్రీంలో దాఖలైన పిటిషన్ కొట్టివేత

బిజెపి జేబునండ్లగా కేంద్ర ఎన్నికల సంఘం

- ఇష్టం వచ్చినట్లుగా ఓట్లు తొలగించడం అన్యాయం
- 22శాతం ఓట తొలగింపు దుర్మార్గపు చర్య
- తెలంగాణలో సర్ ప్రక్రియను పొడిగించాలి
- పిసిసి చీఫ్ మహేశ్ గౌడ్ డిమాండ్

ఆత్మగౌరవం కోసం పోరాటం

- సర్దార్ సర్వాయి పాపన్న గౌడ్ గొప్ప యోధుడు
- హైదరాబాద్ ట్యాంక్ బండ్ పై విగ్రహవిషృంభణ
- 2029లో మజ్లీ కాంగ్రెస్ కే అధికారం భాయం
- బిఆర్ఎస్ లా సొంతవాళ్లకు పదవులు ఇవ్వలేదు
- ఉద్యమకారులను గుర్తించి ఆదుకుంటున్నాం
- విగ్రహవిషృంభణ సభలో సీఎం రేవంత్ రెడ్డి

సర్దార్ సర్వాయి పాపన్న గౌడ్ పోరాటం అద్భుతం అని తెలంగాణ సీఎం రేవంత్ రెడ్డి అభివర్ణించారు. అమరవీరుల స్ఫూర్తిని ఉన్న ప్రాధాన్యతే పాపన్న విగ్రహానికి ఉండాలని స్పష్టం చేశారు. మంగళవారం హైదరాబాద్ లో సర్దార్ సర్వాయి పాపన్న గౌడ్ 376వ జయంతి వేడుకలు ఘనంగా నిర్వహించారు. హైదరాబాద్ ట్యాంక్ బండ్ పై ఆయన విగ్రహాన్ని మంగళవారం ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి ఆవిష్కరించారు.

- హైదరాబాద్, ఆగస్ట్ 18 (సింగిడి):

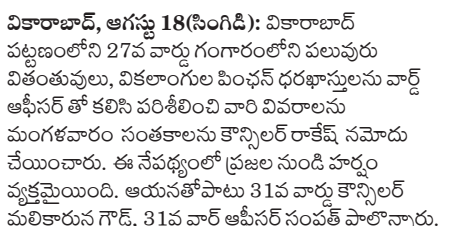
పెట్టుబడిదారులకు స్వర్గధామం తెలంగాణ

క్లీన్ ఎనర్జీ మ్యానుఫాక్చరింగ్ హబ్ గా రాష్ట్రం

పెట్టుబడిదారులు, ఆవిష్కర్తలు, శాస్త్రవేత్తలకు ఆహ్వానం

2035 నాటికి 26,000 మెగావాట్ల సోలార్, 8,000 మెగావాట్ల విద్యుత్ లక్ష్యం

హైటెక్స్ లో 'ఇండియా ఎనర్జీ సమ్మిట్' ప్రారంభించిన డిప్యూటీ సీఎం భట్టి



ఈ రోజుల్లో ఫోన్ ఎక్కువగా వాడటం జీవితంలో ఒక అలవాటు అయిపోయింది. దీంతో లేని పోని సమస్యలు తెచ్చుకుంటున్నారు. ముఖ్యంగా మేడ, నడుముకి సంబంధించిన సమస్యలు ఎక్కువైపోయాయి. నటి షకీలా ఇటీవల ఫోన్ ఎక్కువగా వాడటం వల్ల దాదాపు 3 లక్షల ఖర్చుతో మేడ సర్జరీ చేయించుకున్నానని తెలిపారు. కేవలం ఫోన్ వాడటం వల్లే సర్జరీ దాకా వెళ్లకపోయినా, ఇప్పటికే మేడ సంబంధిత సమస్యలు ఉన్నవారికి చెడు భంగిమ తీవ్ర ఒత్తిడిని కలిగిస్తుందని వైద్యులు హెచ్చరిస్తున్నారు.

ఫోన్ తో సమస్యలు ... రాకుండా ఉండాలంటే?

singidnews@gmail.com

5. ఫోన్ వాడేటప్పుడు పాదించాల్సిన సాధారణ మార్పులు
బ-లేవల్ : ఫోన్ ను కిందకు చూడకుండా, కంటి చూపు ఎత్తుకు తీసుకురావాలి.
విశ్రాంతి, మార్పు: భుజాల్ని రిలాక్స్ గా ఉంచాలి. ఎక్కువసేపు ఒకే భంగిమలో ఉండకుండా మధ్యమధ్యలో బ్రేకులు తీసుకుంటూ మేడ, భుజాలను సున్నితంగా కదిలించాలి.
వ్యాయామం: మేడ, పై వీపు, భుజాల కండరాలను బలోపేతం చేసే చిన్నపాటి వ్యాయామాలు రోజువారీ అలవాటుగా చేసుకోవాలి.

3. పెయిన్ కిల్లర్స్ వాడటం అపి
మైన్ స్పెషలిస్టును ఎప్పుడు సంప్రదించాలి?
నొప్పి కొన్ని వారాల పాటు తగ్గకుండా ఉన్నా లేదా మందులు వేసుకున్నా పడే పదే పస్తున్నా వైద్యుడిని కలవాలి. నొప్పి నిద్రకు లేదా దైనందిన పనులకు అటంకం కలిగిస్తున్నప్పుడు, చేతి పట్టు తగ్గడం, నడవడంలో ఇబ్బంది లేదా మూత్ర విసర్జన నియంత్రణ కోల్పోవడం వంటి తీవ్ర లక్షణాలు ఉంటే వెంటనే స్పెషలిస్టును సంప్రదించాలి. స్పెషలిస్టును కలవడం అంటే వెంటనే సర్జరీ అని కాదు. ఫిజియోథెరపీ, జీవనశైలి మార్పులు లేదా సరైన మందుల ద్వారా సమస్యను గుర్తించి పరిష్కరించడం.
4. చెడు భంగిమ ఏ దశలో సర్జరీకి దారితీస్తుంది?
సాధారణంగా పోస్టల్ సంబంధిత నొప్పులకు సర్జరీ అవసరం ఉండదు. వీటికి ఫిజియోథెరపీ, వ్యాయామాలు సరిపోతాయి. డిస్క్ హెర్నియేషన్ (డిస్క్ జారడం), మైగ్రేన్ సైనోసైట్ (వెన్ను నరం ఉండే మార్గం కుచించుకుపోవడం) లేదా వెన్నుపొము పై తీవ్ర ఒత్తిడి ఉండి, ఇతర చికిత్సలు పనిచేయనిప్పుడు మాత్రమే సర్జరీని పరిశీలిస్తారు.

1. నార్మల్ రీడింగ్ కంటే స్క్వార్ట్ ఫోన్ వైపు తల వంచి చూడటం ఎందుకు ఎక్కువ ప్రమాదకరం?
ఫోన్ చూసేటప్పుడు చాలామంది మెదడును ఎక్కువ కోణంలో కిందకు వంచుతారు దీనివల్ల తల బరువు మోసే మెడ కండరాలు, వెన్నుపూసల పై విపరీతమైన భారం పడుతుంది. పుస్తకాలు చదివేటప్పుడు సాధారణంగా అనుకూలమైన ఎత్తులో పట్టుకుంటారు, కానీ ఫోన్ ను ఒడిలో లేదా కిందికి పెట్టి చూడటం వల్ల మెడపై నిరంతర ఒత్తిడి ఉంటుంది. ఇది ఎక్కువ సమయం కొనసాగితే కండరాల అలసట, దృఢత్వం డిస్ట్ లేదా కీళ్ల సమస్యలు తీవ్రమవుతాయి.

2. మెదట్లో గమనించకుండా పదిలేసే ప్రారంభ లక్షణాలు ఏవి?
సాధారణ లక్షణాలు: మెడ పట్టెయడం, మెడ - భుజాల వద్ద నొప్పి, తలనొప్పి, వైభాగపు వీపు నొప్పి.
తీవ్రమైన లక్షణాలు: సమస్య పెరిగేకొద్దీ నొప్పి మెడ నుంచి చేతులు, భుజాల వైపు పాకడం చేతుల్లో తిమ్మిర్లు, మొద్దుబారినట్లు అనిపించడం లేదా బలహీనత రావడం. ఇవి నరాల పై ఒత్తిడి పడుతోందనడానికి సంతకాలు.

ముఖ్యమైన విషయాలు
తల బరువు ఒత్తిడి: సాధారణంగా తల బరువు 4-5 కిలోలు ఉంటుంది. తలను 60 డిగ్రీల కోణంలో కిందకు వంచినప్పుడు మెడ వెన్నుపూసలపై దాదాపు 27 కిలోల వరకు ఒత్తిడి పడుతుంది. 20-20-20 రూల్: ప్రతి 20 నిమిషాల స్క్రీన్ సమయానికి 20 సెకన్ల పాటు కనీసం 20 అడుగుల దూరంలో ఉన్న వస్తువును చూడటం, మెదడు నిటారుగా ఉంచడం అలవాటు చేసుకోవాలి.



ప్రకృతి సోయగాలకు ఆభరణ రూపం.. 'సిందూరం'

హైదరాబాద్ (సింగిడి):
ప్రముఖ సహజ వజ్రాల ఆభరణాల బ్రాండ్ కీర్తిలాల్ హైదరాబాద్ సోమాజిగూడ స్టోర్ లో 'సిందూరం' పేరుతో ప్రత్యేక బ్రెడ్ లెట్ జ్యువెలరీ కలెక్షన్ ను అవిష్కరించింది. ప్రకృతి అందాల నుంచి స్ఫూర్తి పొందిన ఈ కలెక్షన్ లో పుష్పాలు, మందార పువ్వులు, నెమలి తదితర అంశాలను ఆధారంగా చేసుకుని రూపొందించిన ఆకర్షణీయమైన డిజైన్లు ఉన్నాయి. అత్యున్నత నాణ్యత కలిగిన సహజ వజ్రాలు, విలువైన లోహాలు, రంగు రంగుల రత్నాల సమ్మేళనంతో 'సిందూరం' ఆభరణాలను రూపొందించారు. సంప్రదాయ బ్రెడ్ లెట్ ఆభరణాల వైభవాన్ని సమకాలీన డిజైన్లతో మేళవించి, ఆధునిక పద్ధతుల ఆభరణాలకు అనుగుణంగా ఈ కలెక్షన్ ను తీర్చిదిద్దారు. ప్రతి ఆభరణం తరతరాలకు అందించే వారసత్వ సంపదగా నిలిచేలా ప్రత్యేక శ్రద్ధతో రూపొందించారు.

చారు. రిటైల్ జ్యువెలర్ ఇండియా అవార్డ్స్ 2026లో కీర్తిలాల్ బ్రెడ్ లెట్ కలెక్షన్ కు ప్రతిష్టాత్మక 'బెస్ట్ బ్రెడ్ లెట్ జ్యువెలరీ ఆఫ్ ది ఇయర్' అవార్డు లభించింది. అవార్డు గెలుచుకున్న ఆభరణాన్ని ప్రస్తుతం సోమాజిగూడ స్టోర్ లో ప్రదర్శనకు ఉంచారు. ఈ సందర్భంగా కీర్తిలాల్ బ్రెడ్ లెట్ -- బిజినెస్ స్ట్రాటజీ సూరజ్ శాంతకుమార్ మాట్లాడుతూ, పథువు జీవితంలోని అత్యంత ప్రత్యేకమైన రోజుకు ధరించే ఆభరణాలు కూడా చిరస్మరణీయంగా ఉండాలనే ఆలోచనతో 'సిందూరం' కలెక్షన్ ను రూపొందించినట్లు తెలిపారు. ప్రకృతి సౌందర్యం, సృజనాత్మకత, అత్యుత్తమ హాస్యకళ సమ్మేళనంగా ఈ కలెక్షన్ ను తీర్చిదిద్దామని పేర్కొన్నారు. పథువులు, ఆభరణాల ప్రేమికులు సోమాజిగూడ స్టోర్ ను సందర్శించి ఈ ప్రత్యేక కలెక్షన్ ను ప్రత్యక్షంగా వీక్షించాలని ఆయన ఆహ్వానించారు.

పిల్లల జాట్లు బాగా పెరగాలంటే...

పిల్లల జాట్లు పలుచగా ఉండటం, అశించినంత వేగంగా పెరగకపోవడం చాలామంది తల్లిదండ్రులను ఆందోళనకు గురిచేస్తుంది. దీంతో రకరకాల ప్రయోగాలు చేస్తుంటారు. రకరకాల అయిల్స్ వాడుతుంటారు. ఈ క్రమంలో జాట్లు త్వరగా పెరగాలనే ఉద్దేశంతో అమడుం, కొబ్బరి నూనెతో తరచుగా మసాజ్ చేస్తూ ఉంటారు. అయితే ఈ రెండు నూనెల్లో పిల్లల జాట్లకు నిజంగా ఏది

ఎక్కువ ప్రయోజనం చేస్తుంది? పిల్లల జాట్లు ఒత్తుగా, సిల్కీగా, ధృఢంగా, ఆరోగ్యంగా పెరగాలని ప్రతి తల్లిదండ్రుల కోరుకుంటారు. అయితే కొందరు పిల్లల్లో జన్మపరమైన లక్షణాలు, అహారపు అలవాట్లు, తల చర్మం ఆరోగ్యం వంటి కారణాల వల్ల జాట్లు పెరుగుదల నెమ్మదిగా ఉండొచ్చు. భారతీయులు హెయిర్ కేరీలో ఎక్కువగా వినియోగించేది కొబ్బరి నూనె లేదా అమడుం. చిన్న పిల్లలకు కూడా వీటిని హెయిర్ కేరీలో ఎక్కువగా వాడుతుంటారు. వారి జాట్లు హెల్తీగా పెరగాలని ఇంట్లోనే అమడుం, కొబ్బరి నూనెతో మసాజ్ చేస్తుంటారు. ఈ రెండు నూనెలు కూడా జాట్లు సంరక్షణలో విస్తృతంగా ఉపయోగిస్తున్నప్పటికీ, వాటి పనితీరు ఒకటే ఉండదు. రెండు నూనెలు కూడా జాట్లు సంరక్షణలో తమదైన లాభాలు చూపిస్తాయి. అయితే పిల్లల జాట్లు పెరుగుదలకు ఏది ఎక్కువ ఉపయోగపడుతుంది? రెండింటిలో తేడా ఏమిటి? నిపుణులు, అధ్యయనాలు ఏమి సూచిస్తున్నాయి? ఈ స్టోరీలో వివరంగా తెలుసుకుందాం. ముందు హెయిర్ కేరీలో చాలా ప్రసిద్ధి అని చెప్పొచ్చు. దీనిలో ఉండే రిసిన్ లిక్ యాసిడ్ తలకు రక్త ప్రసరణను పెంచి, జాట్లు కుదుళ్లును బలపరుస్తుంది. తద్వారా హెయిర్ ఫాలోను కంట్రోల్ లో ఉంచుతుంది. అంతేకాకుండా జాట్లను సిల్కీగా మారుస్తుందని రీసెర్చ్ లో అధ్యయనం చేర్చాంది. పిల్లల్లో, జాట్లు కుదుళ్లు పెంపొందిన ఉత్తేజపరిచేందుకు వారానికి ఒకటి లేదా రెండు సార్లు అమడుం నూనెతో తలకు సున్నితంగా మర్చన చేయాలి. అమడుం నూనె చిక్కగా, జిగటగా కూడా ఉంటుంది.. అందు వల్ల దీనిని కొన్నిసార్లు రాసుకోవడం కష్టంగా ఉంటుంది.



సీనియర్ సిటిజన్లకు బెస్ట్ పథకం..

స్థిరమైన, రిస్క్ లేని రాబడి కోరుకునే సీనియర్ సిటిజన్లకు ప్రస్తుతం చాలా బ్యాంకుల్లో తక్కువ వడ్డీ ఇస్తున్నారు. ఆర్ బీఐ వడ్డీ రేట్లను పెంచకపోవడంతో డిపాజిట్ల వడ్డీ రేట్లు తక్కువగా ఇస్తున్నారు. అయితే, ఇప్పటికీ ఓ 2 బ్యాంకులు ఏకంగా 8 శాతం మేర వడ్డీ రేట్లను ఆఫర్ చేస్తున్నాయి. స్కాల్ ఫైనాన్స్ బ్యాంకుల్లో 8.05 శాతం వరకు వడ్డీ వస్తోంది. ఇందులో రూ. 5 లక్షలు జమ చేస్తే ఎంతోస్తుందో తెలుసుకుందాం.

రిటైర్మెంట్ తర్వాత ఆదాయం ఉండదు. అందుకే మరిపయసులో స్థిరమైన ఆదాయం అందించే మార్గాల్లో పెట్టుబడి పెట్టాల్సిన అవసరం ఉంటుంది. 60 వయస్సు దాటిన సీనియర్ సిటిజన్లు ఎక్కువగా స్థిరమైన, రిస్క్ లేని రాబడులు అందించే బ్యాంక్ ఫిక్స్డ్ డిపాజిట్లను ఎంచుకుంటుంటారు. గత ఏడాది కాలంలో రిజర్వ్ బ్యాంక్ ఆఫ్ ఇండియా రెపో రేటును భారీగా తగ్గించి స్థిరంగా కొనసాగిస్తూ వస్తోంది. దీంతో ఎస్ బీఐ, హెచ్ డిఎఫ్ సి వంటి పెద్ద బ్యాంకులు డిపాజిట్ వడ్డీ రేట్లను కనిష్ట స్థాయిలో అందిస్తున్నాయి. దీంతో ఎక్కువ డిపాజిట్ చేయాలి తేల్చుకోలేకపోతున్నారు. అలాంటి సీనియర్ సిటిజన్లందరికీ బెస్ట్ ఎఫ్ డి

అప్లై ఈ కథనం ద్వారా తెలుసుకుందాం. పెద్ద పెద్ద వాణిజ్య బ్యాంకులు డిపాజిట్ల వడ్డీ రేట్లను తక్కువగా ఆఫర్ చేస్తున్నారని మన స్కాల్ ఫైనాన్స్ బ్యాంకులు మాత్రం ఇప్పటికీ 8.05 శాతం వరకు వడ్డీ రేట్లను ఆఫర్ చేస్తున్నాయి. అనేక సార్లు స్కాల్ ఫైనాన్స్ బ్యాంక్ సూపర్వైజరు స్కాల్ ఫైనాన్స్ బ్యాంక్ 5 సంవత్సరాల మెమ్యూరిటీ పరియ్యది గల ఫిక్స్డ్ డిపాజిట్ పథకం ద్వారా వరుసగా 8 శాతం, 8.05 శాతం వడ్డీ రేట్లను ఈ రెండు బ్యాంకులు ఆఫర్ చేస్తున్నాయి. 60 సంవత్సరాలు దాటిన ఒక సీనియర్ సిటిజన్ ఈ రెండు బ్యాంకుల్లో రూ. 5 లక్షలు జమ చేస్తే ఎంతోస్తుందో ఆన్ లైన్ ఎఫ్ డి

కాల్ క్యులేటర్ ద్వారా ముందే అంచనా వేయవచ్చు. జన స్కాల్ ఫైనాన్స్ బ్యాంకులో 5 ఏళ్ల టర్మ్ లో రూ. 5 లక్షలు జమ చేస్తే 8 శాతం వడ్డీ వస్తోస్తుంది. దీని ప్రకారం మెమ్యూరిటీ తర్వాత చేతికి రూ. 2,42,975 వడ్డీతో మొత్తం రూ. 7,42,975 వరకు అందుతాయి. అదే సూపర్వైజరు స్కాల్ ఫైనాన్స్ బ్యాంక్ అయితే వడ్డీ రూ. 2,44,797 వరకు వస్తుంది. అంటే మొత్తం రూ. 7,44,797 వరకు వస్తాయి. చాలా మంది స్కాల్ ఫైనాన్స్ బ్యాంకులు అంటే వెనకడుగు వేస్తుంటారు. తమ దబ్బాలు సురక్షితమేనా, వడ్డీ తక్కువ అయినా ఎస్ బీఐ బి వంటి పెద్ద బ్యాంకులే బెటర్ అని అనుకుంటారు.



విమర్శలు నన్నేం చేయవు

నటుడు ధ్రువ్ విక్రమ్ తన వ్యక్తిగత జీవితంపై జరుగుతోన్న ప్రచారం, ఎదురవుతోన్న విమర్శలపై స్పందించారు. సటి అనుపమ పరమేశ్వరన్ ఇటీవల చేసిన వ్యాఖ్యల అనంతరం తనపై వస్తున్న వార్తల గురించి ఓ ఇంటర్వ్యూలో ఆయన మాట్లాడారు.



వాళ్లే నాకు కొండంత బలం.. సటి పేరు ప్రస్తావించనప్పటికీ.. ట్రేకర్ గురించి ధ్రువ్ విక్రమ్ మాట్లాడారు. “నా ట్రేకర్ తర్వాత ఎదురైన కష్టకాలం నన్ను వ్యక్తిగతంగా ఎంతో ప్రభావితం చేసింది. కానీ, నా కుటుంబం, ఆభిమానులు అందించిన కొండంత ధైర్యం వల్లే నేను దాని నుంచి బయటకు రాగలిగాను. సిని

పరిశ్రమలోకి వచ్చేటప్పుడే నా వ్యక్తిగత జీవితంపై అందరూ ధృష్టి పెడతారని తెలుసు. ఆ సమయంలో మా అమ్మ నాకు ఎప్పటికప్పుడు ధైర్యాన్నిచ్చింది” అని తెలిపారు.

విమర్శలు నన్నేం చేయవు.. “నిజం చెప్పాలంటే, ఈ ప్రచారం నన్ను అస్సలు ప్రభావితం చేయలేదని నేను చెప్పలేను. కానీ, ఇలాంటి సమయంలో మనల్ని మనం ఎక్కువ అర్థం

చేసుకోవడం చాలా ముఖ్యం. మనమేమిటో, దేనికోసం నిలబడ్డామో తెలుసుకోవాలి. మనకు నచ్చిన వారిని, మన ప్రాణంగా భావించే ప్రతి విషయాన్నీ కాపాడుకోవాలి. మన ప్రవర్తన నిజాయితీగా ఉన్నప్పుడు, ఈ విమర్శలు మనల్ని ఏం చేయలేవు” అని అన్నారు.

సోషల్ మీడియాలో అందుకే.. తాను సోషల్ మీడియాలో తక్కువ సమయం గడుపుతానని ధ్రువ్ తెలిపారు. “నాకు ఎడిటింగ్ చేయడం, వీడియోలు తీయడం అంటే చాలా ఇష్టం. వీడియోలను చూట్ చేసి మ్యూజిక్ కి తగ్గట్టుగా కట్ చేస్తుంటాను. వాటిని సోషల్ మీడియాలో పంచుకోను కానీ, అది నాకు చాలా ఇష్టమైన పని. సినిమాలు విడుదలయ్యేటప్పుడు ప్రమోషన్స్ ఉన్నప్పుడు మాత్రమే సోషల్ మీడియాలో యాక్టివ్ గా ఉంటాను. మిగిలిన సమయాల్లో పుస్తకాలు చదవడం, సంగీతం విసడంలో మునిగిపోతాను” అని చెప్పారు.

ఇక అనుపమ పరమేశ్వరన్ ఇటీవల ఓ ఇంటర్వ్యూలో తన రిలేషన్ గురించి చెప్పిన మాటలు వైరలైన విషయం తెలిసిందే. గతంలో రెండేళ్ల పాటు ఒక వ్యక్తితో రిలేషన్ షిప్ లో ఉన్నప్పుడు సరకం అనుభవించినట్లు చెప్పారు. మానసిక వేధింపులకు గురయ్యానని, శారీరకంగా తీవ్ర ఇబ్బందులు ఎదుర్కొన్నానని తెలిపారు. ఆ వ్యక్తి ఎవరనేది మాత్రం ఆమె గోప్యంగా ఉంచినప్పటికీ గతంలో ఆమె సోషల్ మీడియాలో పెట్టిన కొన్ని ఫోటోలతో ధ్రువ్ పేరు బయటకు వచ్చింది. వీరిద్దరూ రిలేషన్ లో ఉన్నట్లు వార్తలు కూడా ప్రచారమయ్యాయి. వీరిద్దరూ కలిసి ‘బైసెక్స్’ సినిమాలో నటించిన సమయంలో ఈ రూమర్స్ వచ్చాయి.



బుధవారం
19-8-2026

‘సిగ్గా’.. కొత్త విడుదల తేదీ ఖరారు..

కోలీవుడ్ అగ్రకథానాయకుడు, తమిళనాడు సిఎం విజయ్ కుమారుడు జాసన్ సంజయ్ దర్శకుడిగా



పరిచయమవుతున్న సినిమా ‘సిగ్గా’ (రాజస్త్రమ్మ). సందీప్ కిషన్ హీరోగా రూపొందిన ఈ చిత్రం విడుదల తేదీ ఖరారైంది. గాంధీ జయంతి సందర్భంగా ఆక్టోబర్ 2న ఢిల్లీ విడుదల చేయనున్నట్లు చిత్రబృందం తాజాగా ప్రకటించింది (రాజస్త్రమ్మ చివరి పత్రముంవ ఇఫ్స).

మొదట ఈ సినిమాను జూలై 31న విడుదల చేయాలని భావించారు. అయితే, ఈ తేదీకి వారం ముందు విజయ్ నటించిన ‘జన నాయగన్’ విడుదల కావడంతో ఢిల్లీ నాయిదా చేశారు. తాజాగా కొత్త విడుదల తేదీని ప్రకటిస్తూ పోస్టర్ పంచుకున్నారు. ఈ సినిమాలో ఫరీయా అబ్దుల్లా కథానాయికగా నటించగా.. రాజా సుందరం, సంపత్ రాజ్ తదితరులు కీలక పాత్రలు పోషించారు. ఢిల్లీకి తమన్ సంగీతమందించారు. ఇక జాసన్ సంజయ్ త్వరలోనే హీరోగానూ పరిచయం కానున్నట్లు ఇటీవల వార్తలు వచ్చాయి. ప్రముఖ నిర్మాత జీకేఎమ్ తమిళ కుమారన్ తన సొంత బ్యానర్ పై సంజయ్ ను హీరోగా పరిచయం చేయనున్నట్లు కోలీవుడ్ వర్గాల్లో బలంగా వినిపించింది. విజయ్ (ఎఐఎంఎ) సినిమాల నుంచి వైదొలగిన నేపథ్యంలో ఆయన కుమారుడు వెండితెరకు పరిచయం కానున్నట్లు వార్తలు రావడం ప్రాధాన్యత సంతరించుకుంది



“కుటుంబ సమేతంగా చూడదగ్గ చిత్రం ‘అమిర్ లోగ్’. ఇందులో ప్రతి పాత్రా ప్రధాన పాత్రలాగే ఉంటుంది” అన్నారు దర్శకుడు రమణా రెడ్డి సోమ. ఆయన తెరకెక్కింది ఈ సినిమాలో ఎంసీ పాలి, మనోజ్. శశిధర్ ప్రధాన పాత్రలు పోషించారు. ఈ చిత్రం రానా దగ్గుబాటి స్పిరిట్ మీడియా ద్వారా ఈనెల 21న థియేటర్ లోకి రానుంది. ఈ నేపథ్యంలోనే సోమవారం హైదరాబాద్ లో ఫిలేకక్షతో చిత్రపీకేషాలు పంచుకున్నారు దర్శకుడు రమణా రెడ్డి. “హైదరాబాద్ బిస్సీని అందంగా చూపించాలని చేసిన

సినిమా ఇది. ఇది ఓ బిస్సీలోని ముగ్గురు కుర్రాళ్ల కథ. రెండేళ్ల క్రితం ఈ బిస్సీని పూర్తి చేశా. దీన్ని డెమో మాడింగ్ గా చేసి చాలా మందికి చూపించాం. అది అందరికీ నచ్చడంతో పూర్తి సినిమాగా మలిచాం. డెమోతో కట్టి దీనిని మూడో పూర్తి చేయడానికి 43 రోజులు పట్టింది. ఢిల్లీలో నటీనటులు ఎంతో సహజంగా నడించారు. పూర్తిగా సింక్ సౌండ్ లో రూపొందించాం. ఇందులోని ప్రతి పాత్ర కోణంలో నుంచి ఈ కథ ముందుకు సాగుతుంది. ఇప్పటికే ఈ సినిమాని కొంతమంది దర్శకులు, నటులకు చూపించా. వీఎస్ ఆదిత్య దీన్ని చూసి ఎంతో మెచ్చుకున్నారు. అమితాబ్ బచ్చన్ ‘యుండ్’, రణవీర్ సింగ్ ‘గల్లీబాయ్’ చిత్రాలతో జోల్పారు. ఈ సినిమాకు కబ్బితుగా అన్ని పర్సనల్ ప్రెక్షకులకు నచ్చుతుంది”.

‘యుండ్’... ‘గల్లీబాయ్’ చిత్రాలతో పోల్చారు

బుల్లెట్ల మోతే కాదు.. మనసుని దోచే కథతో!

వైవిధ్యమైన పాత్రల్లో భాషలతో సంబంధం లేకుండా నటిస్తూ సినీప్రియుల్ని ఆకట్టుకుంటుంది కథానాయిక జెనీలియా. ఇటీవలే ‘రాజా శివాజీ’తో ప్రేక్షకుల్ని పలకరించిన ఆమె మరో చిత్రంతో థియేటర్లలో సందడి చేయడానికి సిద్ధమవుతోంది. ఆమె.. బాలీవుడ్ హీరో ఇమ్రాన్ హాక్కి ఇంటర్నా నటిస్తున్న చిత్రం ‘గన్ మాస్టర్ జో’ అపర్వక్తి ఖురానా కీలకపాత్రలో నటిస్తున్నారు. ఆదిత్య దత్త దర్శకత్వం వహిస్తున్న ఈ చిత్రాన్ని ఢిల్లీకి ముకుత్ హునార్ ముకుత్, సంగీత అహోర్ సంగీతం ద్వారా నిర్మిస్తున్నారు. తాజాగా ఈ సినిమా విడుదల తేదీని వీడియోతో సామాజిక మాధ్యమాల వేదికగా పంచుకుంది జెనీలియా. “ఈసారి బుల్లెట్ల మోత మాత్రమే కాదు.. మీ హృదయాన్ని గెలుచుకునేందుకు యాక్షన్, రొమాన్స్, సంగీతంతో రాబోతున్నామనే వ్యాఖ్యల్ని తోడించింది. నవంబరు 27న ఈ చిత్రం విడుదల కానుంది. ఈ సందర్భంగా చిత్రబృందం బలమైన సంగీత నేపథ్యంతో రొమాంటిక్ యాక్షన్ డ్రామాగా ఈ సినిమాని తీర్చిదిద్దతున్నట్లు తెలిపింది.