

గగన్యాన్ వ్యోమగామిని వెనక్కి పిలిపించిన వాయుసేన



జమ్మూకశ్మీర్లోని పహల్గాంలో ఉగ్రదాడికి ప్రతీకారంగా భారత్ చేపట్టిన ‘ఆపరేషన్ సిందూర్’ ప్రభావం వ్యోమగాములపై కూడా చూపుతుంది. ఈ ఉద్రిక్త పరిస్థితుల మధ్య, భారత్ తొలి మానవసహిత అంతరిక్ష యాత్ర గగన్యాన్ బృందంలోని సభ్యుడు గ్రూప్ కెప్టెన్ అజిత్ కృష్ణన్ ను వాయుసేన తిరిగి పిలిపించిందని ఆయన స్వయంగా వెల్లడించారు.

“భారత్కి దాడి చేసే హక్కు ఉంది” పాక్పై బ్రిటీష్ ఎంపీ ప్రీతి పటేల్ మద్దతు

పహల్గామ్ ఉగ్రదాడిపై భారత ప్రతీకారాన్ని సమర్థించిన యూకే పార్లమెంట్ సభ్యురాలు



పహల్గామ్ ఉగ్రవాద దాడికి భారత్ చేపట్టిన ఆపరేషన్ సిందూర్ చర్యలను బ్రిటన్ పార్లమెంట్ సభ్యురాలు ప్రీతి పటేల్ బహిరంగంగా మద్దతు తెలిపారు. ఉగ్రవాద స్థావరాలపై భారత్ దాడి చేయడం న్యాయమైన చర్యనని వ్యాఖ్యానించారు. పాకిస్తాన్ ఆధారిత ఉగ్రవాద ముఘ్గు సుదీర్ఘకాలంగా భారత్తో పాటు పాశ్చాత్య దేశాలకు సైతం బెదిరింపుగా మారిందని అన్నారు.

పాక్ డ్రోన్ దాడులు.. పాకిస్థాన్ యుద్ధ విమానం నెలమట్టం!



భారతదేశం, పాకిస్థాన్ మధ్య ఉద్రిక్తత తారాస్థాయికి చేరుకుంది. గురువారం రాత్రి పాకిస్థాన్ జమ్మూ, జైసల్మేర్, పఠాన్కోట్ సహా అనేక సగంలాపై క్షిపణులతో దాడి చేసింది. అయితే.. భారతదేశ వాయు రక్షణ వ్యవస్థ S-400 క్షిపణులను గాల్లోనే కూల్చివేసి దాడిని అడ్డుకుంది. అలాగే.. పాకిస్థాన్ ఎఫ్-16 ఫైటర్ జెట్స్ను భారత్ కూల్చివేసింది. జమ్మూ, పఠాన్కోట్, పూఛార్, మాధోపూర్, జైసల్మేర్లో పాకిస్థాన్ క్షిపణులు, డ్రోన్లను ప్రయోగించింది. దాడి జరిగిన వెంటనే, జమ్మూతో సహా అన్ని ప్రాంతాలలో సైరన్లు మోగడం ప్రారంభించాయి.



హైద్రా అంటే కూల్చడమే కాదు..

ప్రజల రక్షణే అసలైన లక్ష్యం: సీఎం రేవంత్ రెడ్డి

- రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఒక మంచి ఆలోచనతో హైద్రాను ఏర్పాటు చేసింది..
- హైద్రా అధికారులను నేను మనస్ఫూర్తిగా అభినందిస్తున్నా..
- ఓల్డ్ సిటీ అంటే ఒరిజినల్ సిటీ..
- హైద్రా అంటే పేదల ఇళ్లను కూల్చుతుందని కొంతమంది చిత్రికరిస్తున్నారు.

రాష్ట్రంలో విపత్తుల నివారణ, ఆస్తుల రక్షణ, పట్టణ అభివృద్ధిలో సమన్వయంతో పనిచేసే ‘హైద్రా’ వ్యవస్థపై ప్రజల్లో అపోహలు తలచిందాగాల్సిన అవసరం ఉందని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి స్పష్టం చేశారు. గురువారం నగరంలోని బుద్ధ భవన్ లోని రెండో బ్లాక్లో హైద్రా పోలీస్ స్టేషన్ను ఆయన ప్రారంభించారు. అనంతరం ఏర్పాటు చేసిన సభలో ముఖ్యమంత్రి హైద్రా పట్ల ప్రభుత్వ లక్ష్యాలు, దాని అవసరంపై వివరంగా మాట్లాడారు. “హైద్రా అంటే కేవలం పేదల ఇళ్ల కూల్చడం కాదు. అది విపత్తుల సమయంలో ప్రజల ప్రాణాలను, ఆస్తులను రక్షించే వ్యవస్థ. వర్షాకాలంలో ఇళ్లలోకి నీళ్లు ప్రవహించి ప్రజలు దిక్కుతోచని పరిస్థితుల్లో ఉన్నప్పుడు తాము వారికి సహాయం చేశాం. కానీ వారి ఆస్తుల నష్టం ఎంతో. అందుకే ముందస్తు చర్యలతో ప్రాధాన్యం ఇవ్వాలని హైద్రా ఏర్పాటైంది” అని సీఎం అన్నారు. “ఓల్డ్ సిటీ అంటే ఒరిజినల్ సిటీ. నిజాం పాలనలో ఏర్పడిన నిర్మాణాలు, ఇంటి జలాశయాలు నేటికీ నిలిచివున్నాయి. మనం పాతదాన్ని విస్మరించకుండా, దానిపై బాధ్యత వహించాలి” అని అన్నారు.

హైద్రా అధికారులను ముఖ్యమంత్రి అభినందిస్తూ, “ప్రభుత్వ వ్యవస్థల్లో పనిచేసేందుకు హైద్రా కీలకం. రాజ్యాంగానికి ఇప్పటివరకు 100కు పైగా సవరణలు చేసిన సంగతి తెలిసిందే. అవసరాలనుబట్టి పాలనలో మార్పులు అవసరం. అదే దిశగా ఇది ఒక ముందడుగు” అని తెలిపారు. నగరంలో చెరువులు, నాళాల ఆక్రమణపై ఆగ్రహం వ్యక్తం చేసిన సీఎం, “లేక వూళ్ళ పేరుతో చెరువుల్లో ఇళ్లు కదులుతున్నాయి. ఇవే పరదలకు కారణమవుతున్నాయి. ప్రకృతిని వదిలిపెట్టి అభివృద్ధి సాధ్యం కాదు. మూసీ నదిని కూడా సబర్బిని మాదిరిగా పునరుద్ధరించవచ్చు. ఇందుకు హైద్రా అవసరం” అన్నారు. హైద్రాపై వస్తున్న విమర్శలపై స్పందిస్తూ, “ప్రకృతి పరిరక్షణే రియల్ ఎస్టేట్ అభివృద్ధికి మౌలికం. 400 ఎకరాల్లో బట్ పార్క్ వేస్తే ప్రకృతికి నష్టం జరుగుతుందా? అని ప్రశ్నించారు. హైద్రాపై విమర్శలు చేయడమే కాకుండా, దాని అవసరాన్ని అర్థం చేసుకోవాలి. ప్రకృతిని కాపాడుతూ ప్రజలకు సమర్థవంతమైన సేవలు అందించడమే హైద్రా లక్ష్యం” అని అన్నారు.

ఉద్యోగం సాధించిన సంబరం లేకుండా చేస్తుంది కాంగ్రెస్ సర్కార్: హరీశ్ రావు

- ఉద్యోగాల నియామకం ఆలస్యం దుర్మార్గం
- ‘చేవుడు వరమిచ్చినా.. పూజారి వరమివ్వని పరిస్థితి’
- వదో తరగతి ఫలితాలు, పెళ్లి పేరుతో వాయిదాలు
- ప్రభుత్వం ప్రచారాల కన్నా పని చేయాలి
- కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వంపై హరీశ్ రావు ఆగ్రహం

ఫామ్ హౌస్ లో జల్సాలు చేస్తూ.. ప్రభుత్వంపై విషప్రచారం :

భట్టి విక్రమార్క

- పేదల పాలన
- కొనసాగుతోంది, దొరల
- హయాంకు ఇక స్థానం లేదు
- ఆరోగ్యశ్రీ పరిధి 10 లక్షలకు పెంపు - కొత్త
- మెడికల్ కళాశాలలకు భూమిపూజ
- ఇంధిరమ్మ
- ఇళ్లకు రూ. 22,500 కోట్లు, రైతులకు రూ. 22,000 కోట్లు రుణమాఫీ
- ఎన్ని అప్పులున్నా.. సంక్షేమ పథకాల అమలు -డిప్యూటీ సీఎం భట్టి

నేటే మాట

నేను నా వైఫల్యాలకు అధిపతిని నేను విఫలం చెందకపోతే ఎలా నేర్చుకుంటాను



- సర్ సి.వి. రామన్

ఎవ్వరిని వదలం..



- నవ్వు నమ్మద్రాల అవతల ఉన్నా చట్టం ముందు నిలబెడతాం”
- అధికారంలోకి వచ్చాక చర్యలు తప్పవని స్పష్టం

వైఎస్ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షుడు, మాజీ ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్మోహన్ రెడ్డి, వైసీపీ కార్యకర్తలను లక్ష్యంగా చేసుకుని జరుగుతున్న దౌర్జన్యాలపై తీవ్ర ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. “కార్యకర్తల్ని ఇబ్బంది పెడుతున్న అధికారుల పేర్లు రాసిపెట్టండి. ఆ రోజున వారు రిటైర్ అయినా సరే, వదిలిపెట్టం. నవ్వు నమ్మద్రాల అవతల ఉన్నా చట్టం ముందు నిలబెడతాం,” అంటూ ఘాటుగా స్పందించారు. వైసీపీ కేంద్ర కార్యాలయంలో జరిగిన ఈ సమావేశంలో అన్నమయ్య, చిత్తూరు, శ్రీ సత్యనాయి, అనంతపురం జిల్లాల మున్సిపల్, మండల ప్రజా ప్రతినిధులు, ముఖ్య నేతలతో జగన్ సమీక్ష నిర్వహించారు. కార్యకర్తల సమస్యలు అయినా సరే, వదిలిపెట్టం. రెచ్చగొడితే ప్రతిదాడికి సిద్ధంగా ఉండండి” అంటూ తీవ్ర హెచ్చరికలు చేశారు.

మా సహనాన్ని పరీక్షించవద్దు

లేకపోతే ప్రతిదాడికి సిద్ధంగా ఉండండి: పాక్కు రక్షణమంత్రి రాజ్ నాథ్ వార్మింగ్



పాకిస్తాన్ ఉగ్రవాద చర్యలపై భారత్ ఇకపై కఠినంగా స్పందించబోతుందని కేంద్ర రక్షణమంత్రి రాజ్ నాథ్ సింగ్ స్పష్టం చేశారు. గురువారం ఢిల్లీలో నిర్వహించిన నేషనల్ క్వాలిటీ కాన్ఫ్రెన్స్ కార్యక్రమంలో ఆయన పాల్గొని మాట్లాడారు. ఈ సందర్భంగా పాకిస్తాన్ ను ఉద్దేశించి ఘాటు వ్యాఖ్యలు చేసిన రాజ్ నాథ్, “భారతదేశం సహనాన్ని పరీక్షించవద్దు. రెచ్చగొడితే ప్రతిదాడికి సిద్ధంగా ఉండండి” అంటూ తీవ్ర హెచ్చరికలు చేశారు.



రైతుల బాధలు వినే నాథుడే లేడు ఆర్.ఎస్. ప్రవీణ్ కుమార్

తెలంగాణలో ఇటీవల జరిగిన అకాల వడగంగడ్ల వానల వల్ల తీవ్రంగా నష్టపోయిన రైతుల పరిస్థితి దయనీయంగా ఉందని టీఆర్ఎస్ నేత ఆర్.ఎస్. ప్రవీణ్ కుమార్ ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. సిర్సూర్ నియోజకవర్గంలోని కొటాల మండలంలోని పలు గ్రామాల్లో బాధిత రైతులను పరామర్శించిన ఆయన, అక్కడి రైతుల పరిస్థితి హృదయాన్ని కలచివేస్తుందని పేర్కొన్నారు.

ఉద్యోగం సాధించిన సంబరం లేకుండా చేస్తుంది కాంగ్రెస్ సర్కార్: హరీశ్‌రావు

కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం పాలనలో ఉద్యోగం సాధించిన అభ్యర్థులకు సంబరం మిగలకుండా చేస్తోందని బీఆర్ఎస్ పార్టీ సీనియర్ నేత, ఎమ్మెల్యే హరీశ్‌రావు తీవ్ర విమర్శలు చేశారు. నీటిపారుదల శాఖలో అసిస్టెంట్ ఇంజనీర్ (ఏఈ), జూనియర్ టెక్నికల్ అసిస్టెంట్ (జేటీవో) పోస్టులకు ఎంపికైన 400 మందికిపైగా అభ్యర్థుల నియామక ప్రక్రియలో జాప్యం నిరాశ కలిగించిందన్నారు.

ఈ నియామక ప్రక్రియపై స్పందించిన హరీశ్‌రావు, “అభ్యర్థులు కష్టపడి ఉద్యోగం సాధించారు. కానీ వారికి నియామక పత్రాలు అందకుండా వాయిదాలు వేస్తూ, ప్రభుత్వం వారి జీవితాలతో ఆడుకుంటోంది. ఇది దుర్మార్గ చర్య” అన్నారు. “పది రోజుల్లో ఐదు సార్లు నియామక కార్యక్రమాలు వాయిదా వేయడం శోచనీయం. అభ్యర్థులు అతత హైదరాబాద్‌కి వచ్చి నిరాశతో వెనుతిరుగుతున్నారు” అని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు.

పదో తరగతి ఫలితాలను కూడా “పెళ్లి” పేరుతో వాయిదా వేయడం, ఉద్యోగ నియామకాలకు పూటకో కారణం చెప్పడం సీఎం రేవంత్‌రెడ్డికి అలవాటైందని ఆరోపించారు. ప్రజాస్వామ్యంలో బాధ్యతాయుతంగా వ్యవహరించాల్సిన ప్రభుత్వానికి ఇది తగదని అన్నారు.

“రేవంత్ రెడ్డి, ఉత్తమ కుమార్ రెడ్డి ప్రచారాల్ని పక్కనబెట్టి, ఎంపికైన అభ్యర్థులకు వెంటనే నియామక పత్రాలు అందించాలి” అంటూ రాష్ట్ర ప్రభుత్వాన్ని హరీశ్‌రావు డిమాండ్ చేశారు. గతంలో బీఆర్ఎస్ ప్రభుత్వం జారీ చేసిన నోటిఫికేషన్‌పై ఎంపికైన అభ్యర్థులకు శుభాకాంక్షలు తెలిపారు.

రాష్ట్రంలో రైతుల బాధలు వినే నాథుడే లేడు: ఆర్.ఎస్. ప్రవీణ్ కుమార్

తెలంగాణలో ఇటీవల జరిగిన అకాల పడగండ్ల వానల వల్ల తీవ్రంగా నష్టపోయిన రైతుల పరిస్థితి దయనీయంగా ఉందని బీఆర్ఎస్ నేత ఆర్.ఎస్. ప్రవీణ్ కుమార్ ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. సిర్సార్ నియోజకవర్గంలోని కొటాల మండలంలోని పలు గ్రామాల్లో బాధిత రైతులను పరామర్శించిన ఆయన, అక్కడి రైతుల పరిస్థితి హృదయాన్ని కలచివేస్తుందని పేర్కొన్నారు.

“రాష్ట్రంలో ఇప్పుడు రైతుల బాధలు వినే నాథుడే లేరు. సీఎం రేవంత్ రెడ్డి ముందు బతికిన రైతు నిలబడ్డా, ఆయన చెబుతాడు %-% సన్ను కోసినా రూపాయి లేదు అని. బీజేపీ అయితే రైతులకు అందనంత దూరంలో దాక్కుంది. ఫోన్ చేసి సమాచారం చెప్పినా స్థానిక ఎమ్మెల్యే ఒక్కసారి వచ్చి పలకరించలేదు,” అంటూ ఆయన తీవ్ర స్థాయిలో విమర్శలు చేశారు.

ప్రవీణ్ కుమార్ మాట్లాడుతూ, రైతులు పెద్ద ఎత్తున నష్టపోయారని, ప్రభుత్వం వెంటనే స్పందించి నష్టపరిహారం చెల్లించాలని డిమాండ్ చేశారు. “రైతులు ఇదే పరిస్థితిని చూసి కేసీఆర్ సీఎం ఉన్నప్పుడే బాగుండేది అని బాధపడుతున్నారు. తిరిగి తెలంగాణను కాపాడుకుంటామన్న సంకల్పంతో వారు ఉన్నారు,” అన్నారు.

ఉగ్రవాదులను ఏరివేయండి.. మా మద్దతు ఉంటుంది..!

భారత సైన్యానికి సంఘీభావంగా గురువారం హైదరాబాద్‌లో భారీ ర్యాలీ నిర్వహించారు. సచివాలయం నుంచి క్వెస్ట్ రోడ్ వరకు జరిగిన ఈ ర్యాలీలో సీఎం రేవంత్ రెడ్డి, ఇతరులు పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ.. మేం తల్చుకుంటే పాకిస్థాన్ ను మట్టిలో కలిపేస్తాం.. కానీ సంయుచనం పాటిస్తున్నామన్నారు.

మీకు స్వాతంత్ర్యం ఇచ్చిందే మేమని.. మేం తల్చుకుంటే పాకిస్థాన్ ప్రపంచ పటంలో ఉండదని హాట్ కామెంట్స్ చేశారు. మా దేశ సింధురాన్ని మీరు తుడిచేయాలనుకుంటే.. ఆపరేషన్ సిందూర్ మీకు సమాధానమని కౌంటర్ ఇచ్చారు. పహల్గా టెర్రర్ ఎటాక్, ఆపరేషన్ సిందూర్ అంతంలో కాంగ్రెస్ కేంద్ర ప్రభుత్వానికి సంపూర్ణ మద్దతు ఇచ్చిందని గుర్తు చేశారు.

ఎన్నికలప్పుడే రాజకీయాలని.. దేశభద్రత విషయానికి వస్తే మేం అందరం ఒక్కటేనని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి అన్నారు

జవాహర్ అండగా నిలిచేందుకు అంతా సిద్ధంగా ఉన్నామన్నారు. ఈ ర్యాలీలో సీఎం రేవంత్ రెడ్డితో పాటు కాంగ్రెస్ నేతలు, యువత పెద్ద ఎత్తున పాల్గొన్నారు. ఇండియన్ ఆర్మీకి మద్దతుగా పెద్ద ఎత్తున నివాదలు చేశారు. భారీగా జాతీయ జెండాలు ప్రదర్శించారు. పహల్గా ఉగ్రదాడిలో మరణించిన వారికి నివాళులర్పించారు.

‘ఆపరేషన్ సిందూర్’ కొనసాగుతోంది: రాజ్‌నాథ్ సింగ్ 100 మంది ఉగ్రవాదులు హతం..

పహల్గాంలో అమాయక పౌరులను పొట్టనెట్టుకున్న ఉగ్రమూకలపై భారత్ ప్రతీకారం తీర్చుకుంది. సీమాంతర ఉగ్రవాదాన్ని ప్రేరేపిస్తోన్న పాకిస్థాన్‌కు గట్టిగా బదులు చెప్పింది. పాకిస్థాన్, పాక్ ఆక్రమిత కశ్మీర్‌లోని ఉగ్ర స్థావరాలపై మెరుపు దాడులతో విరుచుకుపడింది. ఈ ‘ఆపరేషన్ సిందూర్ ’లో కనీసం 100 మంది ఉగ్రవాదులు హతమైపట్లు రక్షణ మంత్రి రాజ్‌నాథ్ సింగ్ వెల్లడించారు. ఈ మేరకు ఆపరేషన్ విపరాలను గురువారం ఆయన అఖిలపక్షానికి తెలియజేశారు. ఆపరేషన్ సిందూర్ కొనసాగుతుందని ఆయన తెలిపారు. ‘ఆపరేషన్ సిందూర్’ గురించి వివరించేందుకు కేంద్రం గురువారం అఖిలపక్ష సమావేశం నిర్వహించింది. ఇందులో రక్షణ మంత్రి రాజ్‌నాథ్ సింగ్ మాట్లాడుతూ.. “తోమ్మిడి ఉగ్ర స్థావరాలపై అత్యంత కచ్చితత్వంతో దాడులు నిర్వహించాం. దాదాపు 100 మంది ఉగ్రవాదులను మట్టుబెట్టాం. దీనికి సంబంధించిన మరింత సమాచారం కోసం ఎదురుచూస్తున్నాం. ప్రస్తుతం ఉద్రిక్త పరిస్థితులు కొనసాగుతుందన్న ఈ ఆపరేషన్‌కు సంబంధించిన పూర్తి వివరాలను ఇప్పుడే వెల్లడించలేం. ఈ ఉద్రిక్తతలను పెంచాలన్న ఉద్దేశం మాకు లేదు. కానీ, పాక్ చుగ్గట్టే చర్యలకు పాల్పడితే మూత్రం.. వెనక్కి తగ్గేదే లేదు. ‘ఆపరేషన్ సిందూర్’ కొనసాగుతుంది” అని వెల్లడించారు.

రాజకీయాలకు తావులేదు: కిరణ్ రిజిజు

సమావేశం అనంతరం కేంద్రమంత్రి కిరణ్ రిజిజు మీడియాతో మాట్లాడారు. “ఆపరేషన్ సిందూర్ వివరాలు, ప్రభుత్వ ఉద్దేశాలను రక్షణమంత్రి ప్రతిపక్ష నేతలకు వివరించారు. అయితే, ఇది కొనసాగుతున్న ఆపరేషన్ గనుక.. సాంకేతిక అంశాలను ఆయన వెల్లడించలేకపోయారు. ప్రతిపక్షాలు అత్యంత పరిణతితో వ్యవహరించాయి. ప్రభుత్వానికి సంపూర్ణ మద్దతు ప్రకటించాయి. ఈ అంశంలో రాజకీయాలకు తావులేదు” అని రిజిజు వెల్లడించారు.

ఐక్యంగా నిలబడుతాం: రాహుల్ కాంగ్రెస్ ఎంపీ రాహుల్ గాంధీ మాట్లాడుతూ.. “ఆపరేషన్ సిందూర్‌పై ప్రతిపక్షాలు ఐక్యంగా నిలిచి ప్రభుత్వానికి అండగా ఉంటున్నాం. దేశం కోసం కేంద్రం తీసుకునే చర్యలకు పూర్తి మద్దతు ప్రకటిస్తున్నాం. ఆపరేషన్ సిందూర్ ఇంకా ముగియలేదని, కొనసాగుతోందని రాజ్‌నాథ్ సింగ్ చెప్పారు” అని రాహుల్ పేర్కొన్నారు.

ఎవ్వరిని వదలం..

మొదటి పేజీ తరువాయి “జగన్ 2.0లో కార్యకర్తలకు పూర్తి న్యాయం” “కేవలం పార్టీపై ప్రేమతో ఉన్నారని కార్యకర్తలు వేధింపులకు గురవుతున్నారని చూస్తున్నా ఇకపై అలా జరగనీయం. జగన్ 2.0లో కార్యకర్తలు కేంద్ర బిందువుగా ఉంటారు. వారికి పూర్తి న్యాయం చేస్తాం” అని హామీ ఇచ్చారు.

“చంద్రబాబు పాలనలో భయపెట్టే రాజకీయాలు” తన ప్రసంగంలో టీడీపీ ప్రభుత్వం మీద ఘాటు వ్యాఖ్యలు చేసిన జగన్, “ఇప్పుడున్న ప్రభుత్వం తప్పుడు కేసులు, నిరాధార ఆరోపణలతో కార్యకర్తలను వేధిస్తోంది. ప్రజల దృష్టి మళ్లించేందుకు ప్రతిరోజు కొత్త డైవర్షన్ ఎత్తుగడలు వేసుకుంటోంది. ఒక్క రోజు తిరుపతి లడ్డూ, మరో రోజు సిని నటి కేసు... ఇవన్నీ ప్రజల్లో ఉన్న అసంతృప్తిని దాచేందుకు చేస్తున్న ప్రయత్నాలే” అన్నారు.

“ప్రజల్లో ఎదురయ్యే ప్రశ్నలకు టీడీపీ సమాధానం చెప్పలేని పరిస్థితి” “ప్రజలు అడుగుతున్న ప్రశ్నలకు టీడీపీ నాయకులు సమాధానం చెప్పలేరు. 15 వేలు, 26 వేలు, 48 వేలు, 36 వేలు... ప్రతి వయసు వర్గం తన సస్థాల్ని అడుగుతోంది.ఎన్నికల ముందు ఇచ్చిన హామీలను అమలు చేయకుండా ప్రజలను మోసం చేశారు” అని జగన్ మండిపడ్డారు.

పాక్ డ్రోన్ దాడులు.. పాకిస్తాన్ యుద్ధ విమానం నెలమట్టర్!

భారతదేశం, పాకిస్థాన్ మధ్య ఉద్రిక్తత తారాస్థాయికి చేరుకుంది. గురువారం రాత్రి పాకిస్థాన్ జమ్మూ, జైసల్మేర్, పఠాన్‌కోట్ సహా అనేక సగరాలపై క్షిపణులతో దాడి చేసింది. అయితే.. భారతదేశ వాయు రక్షణ వ్యవస్థ S-400 క్షిపణులను గాల్లోనే కూల్చివేసి దాడిని అడ్డుకుంది. అలాగే.. పాకిస్థాన్ ఎఫ్-16 ఫైటర్ జెట్‌ను భారత్ కూల్చివేసింది. జమ్మూ, పఠాన్‌కోట్, షాఫూర్, మాధోపూర్, ఫిరోజ్‌పూర్, జైసల్మేర్లో పాకిస్థాన్ క్షిపణులు, డ్రోన్‌లను ప్రయోగించింది. దాడి జరిగిన వెంటనే, జమ్మూతో సహా అన్ని ప్రాంతాలలో సైరన్లు మోగడం ప్రారంభించాయి. దీని కారణంగా ప్రజలు భయభ్రాంతులకు గురయ్యారు. వెంటనే ఆ ప్రాంతమంతా కరెంట్ తొలగించారు.

పాక్ దాడి తర్వాత.. భారత యుద్ధ విమానాలు జమ్మూ విమానాశ్రయం నుంచి బయలుదేరాయి. జమ్మూ విశ్వవిద్యాలయం సమీపంలో రెండు డ్రోన్‌ను కూల్చివేశాయి. ఆరెన్స్ పురా, అర్వియా, సాంబాలలో పాకిస్థాన్ క్షిపణులను యూంటీ-డ్రోన్ వ్యవస్థలు కూల్చివేశాయి. దీనితో పాటు, పఠాన్‌కోట్ వైమానిక స్థావరంపై డ్రోన్ దాడిని కూడా భారతదేశం భగ్నం చేసింది. ఇక్కడ కూడా విద్యుత్ సరఫరా నిలిచిపోయింది. పేలుళ్ల శబ్దం విన్న వెంటనే దుకాణదారులు, ప్రజలు తమ ఇళ్ల వైపు పరిగెత్తారు. కొంతమంది పేలుళ్లకు ముందు ఆకాశంలో ఎర్రటి లైట్లు, కాంతిని చూశారు. ఈ దాడికి సంబంధించి ఫోటోలు, వీడియోలను ఒక ఎక్స్ యూజర్ షేర్ చేస్తూ.. “జమ్మూలోని మా ఇళ్లపై క్షిపణులు ఎగరుతున్నాయి. ఇది పుకారు కాదు, నేనే స్వయంగా చూస్తున్నాను. రికార్డ్ చేస్తున్నాను” అని రాశారు. దీంతో ఒక్కసారిగా సోషల్ మీడియాలో వీడియోలు వైరల్‌గా మారాయి. కాగా.. జమ్మూ ప్రాంతంలో పాకిస్థాన్‌కు చెందిన ఎఫ్-16 యుద్ధ విమానాన్ని కూల్చివేసేందుకు భారతదేశం తన అధునాతన వాయు రక్షణ వ్యవస్థను ఉపయోగించింది.

మా సహనాన్ని పరీక్షించవదు.. లేకపోతే ప్రతిదాడికి సిద్ధంగా ఉండండి: పాక్‌కు రక్షణమంత్రి రాజ్‌నాథ్ వార్షింగ్

పాకిస్థాన్ ఉగ్రవాద చర్యలపై భారత్ ఇకపై కఠినంగా స్పందించబోతుందని కేంద్ర రక్షణమంత్రి రాజ్‌నాథ్ సింగ్ స్పష్టం చేశారు. గురువారం ఢిల్లీలో నిర్వహించిన నేషనల్ క్వాలిటీ కాన్ఫ్డెన్స్ కార్యక్రమంలో ఆయన పాల్గొని మాట్లాడారు. ఈ సందర్భంగా పాకిస్థాన్‌ను ఉద్దేశించి ఘాటు వ్యాఖ్యలు చేసిన రాజ్‌నాథ్, “భారతదేశం సహనాన్ని పరీక్షించవద్దు. రెచ్చగొడితే ప్రతిదాడికి సిద్ధంగా ఉండండి” అంటూ తీవ్ర హెచ్చరికలు చేశారు.

“భారతదేశం ఎప్పుడూ సంయుచనంతో, బాధ్యతాయుతంగా వ్యవహరిస్తుంది. చర్చల ద్వారా సమస్యలు పరిష్కరించుకోవాలన్న మానవతా దృష్టికోణం మాకు ఉంది. కానీ మా సహనాన్ని ఎవరైనా బలంగా పరీక్షించాలనుకుంటే, దానికి తగినదే జరగుతుంది. పహల్గాం దాడికి భారత్ ప్రతిస్పందనగా చేపట్టిన ‘ఆపరేషన్ సిందూర్’ ఇందుకు తాజా ఉదాహరణ” అని ఆయన పేర్కొన్నారు.

ఈ ఆపరేషన్‌లో భారత సాయుధ దళాలు చూపిన ధైర్య సాహసాలను మంత్రి రాజ్‌నాథ్ అభినందించారు. “పీఓకేలోని తొమ్మిది ఉగ్రవాద శిబిరాలను భారత భద్రతా దళాలు నేలమట్టం చేశాయి. భారీగా ఉగ్రవాదులు హతమయ్యారు. ఇది మన దేశం గర్వించదగిన అంశం. ఆపరేషన్ సిందూర్ అత్యంత ఖచ్చితత్వంతో, అమాయకుల ప్రాణాలకు ఎటువంటి హాని కలగకుండా అమలయింది” అని వివరించారు. ఈ విజయానికి భారత సాయుధ దళాల వృత్తి నైపుణ్యంతోపాటు అత్యాధునిక సాంకేతిక పరిజ్ఞానమే కారణమని రాజ్‌నాథ్ సింగ్ తెలిపారు. “ఆపరేషన్ సిందూర్ కొనసాగుతోంది. పీఓకేలోని మిగిలిన ఉగ్రవాద శిబిరాలను పూర్తిగా ధ్వంసం చేయడం మా లక్ష్యం. భారత్ సార్వభౌమాధికారంపై ఎవరైనా దాడికి ప్రయత్నిస్తే దానికి తగిన మూల్యం చెల్లించక తప్పదు” అని అన్నారు .

“భారత్‌కి దాడి చేసే హక్కు ఉంది” - పాక్‌పై బ్రిటీష్ ఎంపీ ప్రీతి పటేల్ మద్దతు

పహల్గామ్ ఉగ్రవాద దాడికి భారత్ చేపట్టిన ఆపరేషన్ సిందూర్ చర్యలను బ్రిటన్ పార్లమెంట్ సభ్యురాలు ప్రీతి పటేల్ బహిరంగంగా మద్దతు తెలిపారు. ఉగ్రవాద స్థావరాలపై భారత్ దాడి చేయడం న్యాయమైన చర్యనని వ్యాఖ్యానించారు. పాకిస్థాన్ ఆధారిత ఉగ్రవాద ముప్పు సుదిర్ఘకాలంగా భారత్‌తో పాటు పాశ్చాత్య దేశాలకు సైతం బెదిరింపుగా మారిందని అన్నారు. పాక్‌ను వ్యతిరేకిస్తూ యూకేలో గంభీర చర్చ బ్రిటీష్ పార్లమెంట్‌లో మాట్లాడిన ప్రీతి పటేల్, “ఏప్రిల్ 22న పహల్గామ్‌లో జరిగిన దాడి అమానవీయమైన చర్య. పర్యాటకులపై పాఠశాలలో బ్లాంక్‌లో కాల్పులు జరిపి హత్య చేయడం పాశచికంగా ఉంది” అని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. దాడిలో మరణించిన బాధిత కుటుంబాలకు ప్రగాఢ సానుభూతిని ప్రకటించారు.

ఉగ్రవాదంపై భారత్‌కు పూర్తి మద్దతు: పటేల్ “భారతదేశం పహల్గామ్ దాడికి బాధ్యులైన ఉగ్రవాద మౌలిక సదుపాయాలపై దాడి చేయడం సహేతుకమైన చర్య. పాక్ ప్రేరిత ఉగ్రవాదం అంతర్జాతీయ శాంతికి పెనుముప్పు. భారత్‌కి తగిన విధంగా స్పందించే హక్కు ఉంది” అని ఆమె స్పష్టం చేశారు. పాక్‌పై తీవ్రమైన విమర్శలు పాక్ దేశాన్ని ఉగ్రవాదానికి అడుగుడుగునా తోడ్పాటిచేసినదిగా అభివర్ణించిన ఆమె, “ఒసామా బిన్ లాడెన్‌ను దాచిన దేశంగా పాక్ చరిత్రకెక్కింది. భారత్‌పై ఉగ్రదాడుల్ని ప్రోత్సహిస్తున్నది ఇదే దేశం” అని తీవ్ర విమర్శలు గుప్పించారు.

యూకే భద్రతా సహకారం ప్రశ్నలోకి పహల్గామ్ దాడి నేపథ్యంలో బ్రిటన్ ప్రభుత్వం భారతదేశానికి ఏ విధమైన భద్రతా సహకారం అందించిందో వెల్లడించాలని ఆమె యూకే పార్లమెంట్‌ను కోరారు. లభ్యరే తోయబా, ది రెసిస్టెన్స్ ఫ్రంట్, హమాస్ మద్య ఉన్న సంబంధాలపై కూడా ఆమె ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు

గగన్‌యాన్ వ్యోమగామిని వెనక్కి పిలిపించిన వాయుసేన

జమ్మూకశ్మీర్‌లోని పహల్గాంలో ఉగ్రదాడికి ప్రతీకారంగా భారత్ చేపట్టిన ‘ఆపరేషన్ సిందూర్’ ప్రభావం వ్యోమగాములపై కూడా చూపుతుంది. ఈ ఉద్రిక్త పరిస్థితుల మధ్య, భారత్ తొలి మానవసహిత అంతరిక్ష యాత్ర గగన్‌యాన్ బృందంలోని సభ్యుడు గ్రూప్ కెప్టెన్ అజిత్ కృష్ణన్ ను వాయుసేన తిరిగి పిలిపించిందని ఆయన స్వయంగా వెల్లడించారు.

దిల్లీలో జరిగిన గ్లోబల్ స్పేస్ ఎక్స్‌ప్లోరేషన్ కాన్ఫరెన్స్‌లో పాల్గొన్న అజిత్ మాట్లాడుతూ, “ప్రస్తుత జాతీయ భద్రతా పరిస్థితుల నేపథ్యంలో ఇండియన్ ఎయిర్ ఫోర్స్ నుంచి తిరిగి పిలుపు వచ్చింది,” అని తెలిపారు. అజిత్ ప్రస్తుతం గగన్‌యాన్ శిక్షణలో భాగంగా భారత్‌లోనే ఉన్నారు.

గగన్‌యాన్ కోసం ఎంపికైన మరో ముగ్గురు ౪%-౪% ప్రశాంత బాలకృష్ణన్ నాయర్, అంగద్ ప్రతాప్, శుభాంశు శుక్లాలు ఇందులో ఉన్నారు. వీరిలో నాయర్, శుభాంశు శుక్లాలు అమెరికాలో శిక్షణ పొందుతుండగా, అజిత్, అంగద్ భారత్‌లో శిక్షణలో పాల్గొంటున్నారు. గగన్‌యాన్ మిషన్‌ను 2027 నాటికి నిర్వహించనున్నారు. అజిత్ కృష్ణన్ 2003లో ఇండియన్ ఎయిర్ ఫోర్స్‌లో చేరి, 2900 గంటలకు పైగా యుద్ధ విమానాల నడిపిన అనుభవం ఉన్న ప్లయింగ్ ఇన్‌స్ట్రక్టర్. భారత వ్యోమయాన రంగానికి ఇది ఒక గొప్ప అన్నిగా భావించబడుతుంది. ఇదిలా ఉండగా, మరో గగన్‌యాన్ వ్యోమగామి శుభాంశు శుక్లా మే 29న అంతర్జాతీయ అంతరిక్ష కేంద్రానికి (౪%౫౫%) వెళ్తున్నారు.

మరోవైపు, భారత్ చేపట్టిన ఆపరేషన్ సిందూర్‌లో 9 ఉగ్రవాద స్థావరాలను ధ్వంసం చేస్తూ, పాకిస్థాన్ ఆక్రమిత కాశ్మీర్‌లోకి 100 కిలోమీటర్ల లోతులోకి వెళ్లిన భారత సైన్యం ఉగ్రవాదంపై తీవ్ర ప్రతీకారం తీర్చుకుంది. ఉగ్రవాద నిర్మూలనకే లక్ష్యంగా సాగిన ఈ చర్యల్లో పాక్ సైనిక స్థావరాలు లేదా పౌర ప్రాంతాలపై దాడులు జరగలేదు, భారత్ బాధ్యతాయుతంగా వ్యవహరించిందని ప్రపంచం అభినందిస్తోంది.

ఫామ్‌పహాన్‌లో జల్నాలు చేస్తూ.. ప్రభుత్వంపై విషప్రచారం : భట్టి విక్రమార్కు

తెలంగాణ మాజీ సీఎం కేసీఆర్‌పై డిప్పుట్లో సీఎం మల్లు భట్టి విక్రమార్కు తీవ్ర స్థాయిలో మండిపడ్డారు. ఖమ్మం జిల్లా రఘునాథపాలెం మండలంలో మెడికల్ కళాశాల భూమిపూజ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న ఆయన, ప్రసంగిస్తూ మాజీ ప్రభుత్వాన్ని పలువురు ప్రజాప్రతినిధుల మాదిరిగా కాకుండా, ప్రజల నిధులపై జల్నాలు చేసిన పాలనగా అభివర్ణించారు.

“పదేళ్లు పాలనలో ఉండి ఇప్పుడు ఓడిపోయిన కేసీఆర్, ఫామ్‌హౌస్‌లో నుంచి ప్రభుత్వంపై విష ప్రచారం చేస్తున్నారు,” అంటూ భట్టి విమర్శించారు. “తెలంగాణ కోసం పట్టామని చెప్పుకుంటూ వేల కోట్లు దోచుకున్న పార్టీకి, ప్రజల అవసరాలు తెలుసా?” అని ఆయన నిలదీశారు.

వైద్యం, విద్యపై ప్రాధాన్యం ఈ సందర్భంగా భట్టి విక్రమార్కు మాట్లాడుతూ, “సూపర్ స్పెషాలిటీ వైద్యం కోసం ఇక హైదరాబాద్‌కు పోవాల్సిన అవసరం లేదు. ఖమ్మంలోనే అత్యాధునిక వైద్యసదుపాయాలను అందుబాటులోకి తీసుకువస్తున్నాం,” అని తెలిపారు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం 8 కొత్త మెడికల్ కళాశాలలకు భవనాలు నిర్మిస్తున్నదని, పేదల కోసం ఈ చర్యలు తీసుకుంటున్నామని చెప్పారు. “ఇది దొరల పాలన కాదు. ఇది ప్రజల ప్రభుత్వం,” అని ఆయన స్పష్టం చేశారు. వైద్య రంగంలో కీలక చర్యలు “మేము అధికారంలోకి వచ్చిన తర్వాత ఆరోగ్య్లో పరిధిని 10 లక్షల రూపాయల వరకు పెంచాం. కేసీఆర్ హయాంలో ఆరోగ్య్లో నిర్ద్విస్తమైంది. ఇప్పటివరకు 306 కోట్ల రూపాయలు ఖర్చు చేశాం,” అని వివరించారు.

ఇల్లు, ఉపాధి, విద్యుత్, రుణమాఫీ భట్టి విక్రమార్కు మాట్లాడుతూ, “ప్రతి నియోజకవర్గంలో 3,500 ఇందిరమ్మ ఇళ్లను నిర్మిస్తున్నాం. ఇప్పటివరకు రూ. 22,500 కోట్లతో ఈ పథకాన్ని అమలు చేస్తున్నాం. ఒక్కడపా రూ. 22,000 కోట్లతో రైతుల రుణాలు మాఫీ చేశాం. 200 యూనిట్ల ఉచిత విద్యుత్, రూ. 500కే గ్యాస్ సరఫరా, గిరిజన రైతులకు పంపునెట్లు పంటి పథకాలు కొనసాగుతున్నాయి,” అని వివరించారు.

కేసీఆర్ పాలనపై ఘాటు విమర్శలు “మీరు హయాంలో ఒక్క ఉద్యోగం ఇచ్చారా? ఒక్కసారి జీతాలను మొదటి తేదీన ఇచ్చారా? మేమైతే 9,000 కోట్లతో ఉపాధి కల్పించాం. జీతాలు మానం తొలి తేదీనే చెల్లిస్తున్నాం,” అంటూ భట్టి పేర్కొన్నారు. కాశీశ్వరం ప్రాజెక్టులో భారీగా వృథా ఖర్చులు పెట్టారంటూ మాజీ ప్రభుత్వాన్ని ఆయన దుయ్యబట్టారు. “మేము అప్పుల భారం తీరుస్తూ సంక్షేమ పథకాలను ముందుకు తీసుకెళ్తున్నాం. కేసీఆర్ లాగా తప్పుడు ప్రచారాలతో ప్రజలను తప్పుదారి వల్లించాలనుకోవద్దు,” అని భట్టి హెచ్చరించారు.

మహిళలకు శుభవార్త: ఆధార్ లేకున్నా ఉచిత బస్సు ప్రయాణానికి అవకాశం

తెలంగాణలో మహిళల ప్రయాణ సౌకర్యాన్ని మెరుగుపర్చేందుకు కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం చేపట్టిన ‘మహిళాక్ష్మి పథకం’ విజయవంతంగా అమలవుతోంది. రాష్ట్రంలోని అన్ని మహిళలకు TGSRTC బస్సుల్లో ఉచిత ప్రయాణం కల్పించే ఈ పథకం అనేక కుటుంబాల ఆర్థిక భారం తగ్గించడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తోంది. ఇంతకుముందు ఈ ఉచిత ప్రయాణ సదుపాయం పొందడానికి మహిళలు తప్పనిసరిగా ఆధార్ కార్డు చూపించాల్సిన అవసరం ఉండేది. అయితే, తాజాగా ఆర్డీసీ మేనేజింగ్ డైరెక్టర్ పీసీ సజ్జనార్ కీలక ప్రకటన చేశారు. ఉచిత ప్రయాణానికి గుర్తింపుగా ఆధార్ తప్పనిసరి కాదు అని ఆయన స్పష్టం చేశారు. కేంద్రం లేదా రాష్ట్ర ప్రభుత్వం జారీ చేసిన ఓరిజినల్ ఓటర్ ఐడి, డ్రైవింగ్ లైసెన్స్ వంటి గుర్తింపు పత్రాలను కూడా చూపించవచ్చని పేర్కొన్నారు.

ఒక నెటిజన్ అడిగిన ప్రశ్నకు సమాధానంగా సజ్జనార్ ఈ విషయాన్ని వెల్లడించారు. ఆయన తెలిపిన ప్రకారం, మహిళలు తమ గుర్తింపు కార్డును కందక్టర్‌కు చూపించి ‘జీరో టికెట్’ తీసుకుంటే చాలని తెలిపారు. కానీ, వారు తప్పనిసరిగా తెలంగాణ రాష్ట్రానికి చెందినవారై ఉండాలని ఆయన స్పష్టంగా పేర్కొన్నారు.

ఆర్డీసీ సేవలను అధునికీకరించడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తున్న సజ్జనార్ నాయకత్వంలో సంస్థ ప్రయోజికుల అభిరుచులకు అనుగుణంగా అనేక మార్పులను అమలు చేస్తోంది. ఉచిత బస్సు ప్రయాణ పథకం రాష్ట్రంలోని అనేక మహిళలకు ప్రయాణ సౌకర్యాన్ని మెరుగుపరచడమే కాకుండా, వారి స్వేచ్ఛా రవాణా హక్కును బలపరిచింది. ఇదే విధంగా, ప్రభుత్వం అమలు చేస్తున్న ఈ పథకం ద్వారా మహిళల జీవన ప్రమాణాల్లో గణనీయమైన మార్పులు చోటుచేసుకుంటున్నాయి. ఆధార్ కార్డు లేని మహిళలకు ఈ ప్రయోజనం అందుబాటులోకి రావడం రాష్ట్రంలో అనేక మహిళలకు ఊరట కలిగించిందని విశ్లేషకులు అభిప్రాయపడుతున్నారు.

తెలంగాణ మహిళల ప్రయాణ హక్కు మరింత బలపడే దిశగా రాష్ట్ర ప్రభుత్వం తీసుకుంటున్న ఈ నిర్ణయం, వారి సాధికారతను మరింత ముందుకు తీసుకెళ్తుందన్నది విశ్వాసంగా మారుతోంది.



**మంత్రి లోకేష్ కృషితో
ఎపీకి మరో భారీ పెట్టుబడి**



**ఏపీ ప్రభుత్వానికి సలహాదారుగా
తెలంగాణ కేడర్ లిటెరేర్ అభికారి**

రోడ్లను ఇప్పుడు పూర్తిగా బాగు చేయనున్నారు. దీనికి సంబంధించిన టెండర్ల ప్రక్రియ త్వరలో ప్రారంభం కానుంది. ప్రభుత్వం వల్లెల్లో రోడ్ల అభివృద్ధికి అధిక ప్రాధాన్యత ఇస్తోంది. ఇందులో భాగంగానే రోడ్ల అభివృద్ధికి పెద్ద ఎత్తున నిధులు కేటాయించింది. చిత్తూరు జిల్లాలో కొన్ని ముఖ్యమైన రోడ్ల అభివృద్ధికి కేటాయించిన నిధుల వివరాలు ఇలా ఉన్నాయి.

- 1) చిత్తూరు-పుత్తూరు రోడ్డు నుంచి కమ్మకోడ్రేగిర 10.40 కి.మీ. రోడ్డుకు రూ. 2 కోట్లు.
- రోడ్డుకు రూ. 6.05 కోట్లు, కుప్పం-గుడుపల్లె రోడ్డుకు రూ. 6.02 కోట్లు మంజూరు చేశారు. ఈ నిధులతో గ్రామీణ ప్రాంతాల్లోని రోడ్లను బాగుపడతాయని.. ప్రజలకు రవాణా సౌకర్యం మెరుగుపడుతుందంటున్నారు.
- త్వరలోనే టెండర్ల ప్రక్రియ పూర్తి చేసి పనులు ప్రారంభిస్తామని చెబుతున్నారు అధికారులు. మొత్తం మీద ఏపీ ప్రభుత్వం రోడ్లకు భారీగా నిధులు కేటాయిస్తోంది

ఆ విషయం పై తెలంగాణ దృష్టి పెట్టాలి'.. పవన్ కళ్యాణ్ కీలక వ్యాఖ్యలు

ఆరోగ్య క్రాంతి

epaper.krtvnews.com



ఇవి తింటే రోగాలు మాయం అవుతాయా

హెల్త్ న్యూస్ , 07 మే (క్రాంతి న్యూస్): ఉపయోగకరం. ఇది శరీర బలాన్ని పాలు తాగడం శరీరానికి మేలు చేసే పెంచడంలో సహాయపడుతుంది. అలవాటు. ఇందులో విటమిన్-డి తో పాటు ట్రాన్ రైస్, గోధుమలు, జొన్నలు వంటి ప్రోటీన్లు, కాల్షియం ఉంటాయి. ఇవి తృణధాన్యాలు శక్తిని ఇచ్చే విధంగా ఎముకలకు బలాన్ని ఇస్తాయి. నిత్యం పాలను తీసుకోవడం వల్ల శరీరం ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. నారింజలో సహజంగా విటమిన్ డి ఉండదు. అయితే ప్రస్తుతం మార్కెట్లో లభించే కొన్ని ఫోర్టిఫైడ్ ఆరెంజ్ జ్యూస్లు విటమిన్



డి తో ప్రత్యేకంగా తయారవుతుంటాయి. ఇవి తరచుగా తీసుకుంటే శరీరానికి అవసరమైన విటమిన్ డి అందే అవకాశం ఉంటుంది. అలాగే నిత్యం తాజా నారింజ పండును తినడం వల్ల శరీరానికి ఇతర ముఖ్యమైన పోషకాలు లభిస్తాయి. ఇది విటమిన్ డి లోపం రాకుండా సహాయపడుతుంది.

పెరుగు తినటం శరీరానికి ఎంతో మేలు చేస్తుంది. దీనిలో సహజంగా విటమిన్ డి ఉంటుందనడంలో సందేహం లేదు. ఇది జీర్ణక్రియకు బాగా ఉపయోగపడుతుంది. రోజు పెరుగు తీసుకుంటే శక్తి, ఆరోగ్యం నిలబడతాయి.

సాల్మన్, ట్యూనా, మాకేరెల్ వంటి చేపలలో విటమిన్ డి మంచి స్థాయిలో ఉంటుంది. ఇవి ఒమేగా ఫ్యాటీ ఆసిడ్స్, ప్రోటీన్లతో నిండిపోయి శరీరానికి పుష్కలంగా బలం ఇస్తాయి. వారంలో రెండు మూడు సార్లు చేపలు తీసుకోవడం ద్వారా విటమిన్ డి లోపం తగ్గుతుంది.

గుడ్డులోని పచ్చసొనను తీసుకోవడం వల్ల శరీరానికి విటమిన్ డి అందుతుంది. ముఖ్యంగా వర్షాకాలంలో సూర్యరశ్మి తక్కువగా లభించేటప్పుడు పచ్చసొన తినటం చాలా

పనిచేస్తాయి. ఇవి విటమిన్ డి కు కూడా సహాయపడతాయి. ఉదయం అల్పాహారంలో వీటిని చేర్చడం వల్ల శక్తి, పోషణ రెండూ అందుతాయి.

పాలతో చేసిన పదార్థాలు కూడా విటమిన్ డి అందించగలవు. జున్ను, చీజ్, స్విస్ చీజ్ వంటివి పాక్లలో కొద్ది మోతాదులో తీసుకుంటే శరీరానికి ఉపయోగపడతాయి. వీటిలో సహజంగా విటమిన్ డి ఉంటుంది.

పాలు తాగలేని వారికి సోయా, బాదం, ఓట్స్ పాలు ఒక మంచి ప్రత్యామ్నాయంగా ఉంటాయి. ఇవి కూడా విటమిన్ డి తో ఫోర్టిఫైడ్గా అందుబాటులో ఉంటాయి. వీటిని రోజువారీ ఆహారంలో చేర్చడం వల్ల శరీరానికి కావలసిన విటమిన్ డి అందుతుంది.

ప్రతిరోజూ ఈ పదార్థాలను ఆహారంలో భాగంగా తీసుకుంటే శరీరం ఆరోగ్యంగా ఉండటమే కాకుండా విటమిన్ డి లోపం కూడా తలెత్తదు. అలాగే సూర్యకాంతిని తగినంతగా పొందడం ద్వారా ఈ విటమిన్ సహజంగా పొందవచ్చు. ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే సులభమైన అలవాట్లతో శ్రద్ధ తీసుకోవాలి.

అతి మూత్ర వ్యాధి ఎందుకు వస్తుంది

హెల్త్ న్యూస్ ,08 మే (క్రాంతి న్యూస్): వస్తుంది. ముఖ్యంగా రాత్రి పూట ఈ సమస్య మన శరీరంలో ఉన్న వ్యర్థాలను ఎప్పటికప్పుడు బయటకు పంపేందుకు కిడ్నీలు ఎంతగానో శ్రమిస్తుంటాయి. రక్తాన్ని నిరంతరాయంగా పడబోస్తూ అందులో ఉండే వ్యర్థాలను మూత్రం ద్వారా బయటకు పంపుతాయి. అందుకనే నీళ్లను అధికంగా తాగాలని, మూత్ర విసర్జన క్రమం తప్పకుండా చేయాలని వైద్యులు చెబుతుంటారు. అయితే కొందరికి పలు కారణాల వల్ల తరచూ మూత్ర విసర్జన చేయాల్సి వస్తుంది. ముఖ్యంగా రాత్రి వేళల్లో తరచూ మూత్ర విసర్జనకు నిద్ర లేవాల్సి వస్తుంది. ఇది నిద్రకు అటంకం కలగజేస్తుంది. దీంతో శరీరంపై ఒత్తిడి పడుతుంది. అయితే ఎవరిలో అయినా సరే మూత్ర విసర్జన అధికంగా అవుతుంది అంటే అందుకు పలు కారణాలు ఉంటాయి. వాటిని గుర్తించి చికిత్స తీసుకుంటే ఈ సమస్య నుంచి సులభంగా బయట పడవచ్చు. యూటీఐ ఉంటే..

మూత్రాశయ ఇన్ ఫెక్షన్ (యూటీఐ) ఉన్నవారిలో తరచూ మూత్ర విసర్జనకు వెళ్లాల్సి వస్తుంది. ఈ సమస్య ఎక్కువగా స్త్రీలలో కనిపిస్తుంది. తరచూ మూత్ర విసర్జన చేయడంతోపాటు మూత్రం విసర్జించినప్పుడు మంట, నొప్పి కూడా ఉంటాయి. ఈ లక్షణాలు ఉంటే మూత్రాశయ ఇన్ ఫెక్షన్ వచ్చిందని అనుమానించాలి. వెంటనే డాక్టర్ ను కలిసి పరీక్షలు చేయించుకుని చికిత్స తీసుకోవాలి. దీంతో అతి మూత్ర విసర్జన తగ్గుతుంది. అలాగే కొందరికి మూత్రాశయం అతిగా స్పందిస్తుంటుంది. దీన్నే ఓవర్ యాక్టివ్ బ్లాడర్ అంటారు. అంటే మూత్రాశయం పూర్తిగా నిండకపోయినా మూత్రం వెళ్లాల్సి వస్తుంది. దీని వల్ల తరచూ మూత్ర విసర్జన చేస్తారు. వైద్య పరీక్షల ద్వారా ఈ వ్యాధిని కూడా నిర్ధారించవచ్చు.

పురుషుల్లో అయితే.. పురుషుల్లో వయస్సు పెరిగే కొద్దీ ప్రోస్టేట్ గ్రంథి పరిమాణం పెరుగుతుంది. ఇది మూత్రాశయంపై ఒత్తిడిని కలగజేస్తుంది. దీంతో తరచూ మూత్ర విసర్జన చేయాల్సి

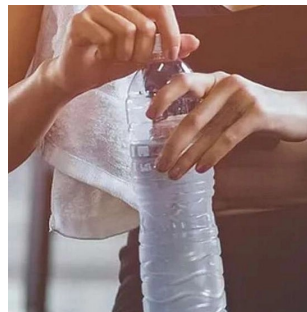
వస్తుంది. ఎక్కువగా ఉంటుంది. స్త్రీలు లేదా పురుషులు ఎవరైనా సరే షుగర్ వ్యాధితో బాధపడుతుంటే రాత్రి పూట మూత్ర విసర్జనకు ఎక్కువ సార్లు నిద్ర లేవాల్సి వస్తుంది. కనుక అతి మూత్ర వ్యాధి ఉందంటే షుగర్ ఉండేమో చెక్



చేయించుకోండి. ఒక వేళ మీకు షుగర్ లేకపోయినా మూత్రం అతిగా వస్తుంది అంటే ఇతర ఏమైనా కారణాలు అయి ఉంటాయని భావించాలి. అలాగే గర్భిణీలకు 3 నెల నుంచి గర్భాశయం పరిమాణం పెరిగే కొద్దీ మూత్రాశయంపై ఒత్తిడి పెరిగి అతిగా మూత్రం వచ్చేలా చేస్తుంది. ఈ సమస్య ఉంటే డాక్టర్ ను కలిసి పరీక్షలు చేయించుకుని అందుకు అనుగుణంగా మందులను వాడాలి.

చిట్టాల్ను పాటించవచ్చు.. పెయిన్ ఫుల్ బ్లాడర్ సిండ్రోమ్ అనే వ్యాధి బారిన పడిన వారిలోనూ అతి మూత్ర వ్యాధి వస్తుంది. కొన్ని రకాల మందులను వాడడం, ద్రవాహారం అతిగా తీసుకోవడం, కెఫీన్ లేదా మద్యం అతిగా సేవించడం, ఆందోళన, కంగారు ఉండడం, కిడ్నీ స్టోన్లు లేదా నాడీ సంబంధ వ్యాధులు ఉన్నా కూడా అతి మూత్ర వ్యాధి వస్తుంది. కనుక డాక్టర్ ను కలిసి పరీక్షలు చేయించుకుంటే అసలు సమస్య ఎక్కడ ఉందో గుర్తించవచ్చు. అందుకు అనుగుణంగా మందులను వాడితే సమస్య నుంచి బయట పడవచ్చు. ఇక ఈ సమస్యకు డాక్టర్లు ఇచ్చే మందులను వాడడంతోపాటు పలు ఇంటి చిట్కాలను పాటించినా కూడా ఉపయోగం ఉంటుంది. గుమ్మడికాయ విత్తనాలు, క్రాన్ బెర్రీలు, ఉసిరికాయలు లేదా వాటి జ్యూస్, తులసి ఆకులు వంటి వాటిని తీసుకుంటుంటే ఈ సమస్యకు చెక్ పెట్టవచ్చు.

మండు వేసవిలో ఫ్రిడ్జ్ వాటర్ తాగితే ఏమవుతుందో తెలుసా?



హెల్త్ న్యూస్ ,08 మే (క్రాంతి న్యూస్): వేసవి ఎండల్లో బయట నుంచి ఇంటికి రాగానే ఫ్రిజ్ లో మంచి నీళ్ల బాటిల్ తీసి గటగటా తాగేస్తుంటారు. ఎండ వేడిమికి చల్లగా వుంటుందని తాగుతారు . చల్లటి నీరు జీర్ణక్రియను నెమ్మదిస్తుంది, కొంతమందికి అసౌకర్యం, ఉబ్బరం లేదా మలబద్ధకానికి దారితీస్తుంది. సున్నితమైన దంతాలు లేదా దంత సమస్యలు ఉన్నవారిలో చాలా చల్లటి నీరు దంతాల సున్నితత్వాన్ని పెంచుతుంది. చల్లటి నీరు తాగడం వల్ల రక్తపోటు తాత్కాలికంగా పెరుగుతుందని, హృదయ స్పందన రేటును కూడా ప్రభావితం చేస్తుందని చెబుతారు. చల్లని నీరు కొన్నిసార్లు సున్నితమైన గొంతు ఉన్నవారిలో శ్లేష్మం ఉత్పత్తిని పెంచుతుంది, జలుబు లేదా ఘ్న లక్షణాలను మరింత తీవ్రతరం చేస్తుంది. చాలా చల్లటి నీరు తాగడం వల్ల తలనొప్పి వస్తుంది, ముఖ్యంగా మైగ్రేన్ చరిత్ర ఉన్నవారిలో ఈ సమస్య ఎక్కువ. కొంతమంది వ్యక్తులు చల్లటి నీటిని తాగిన తర్వాత వికారం లేదా శరీర ఉష్ణోగ్రత పెరుగుదలను అనుభవించవచ్చు. చల్లని ఉష్ణోగ్రతలకు సున్నితంగా ఉండే వారికి గది ఉష్ణోగ్రత లేదా కొద్దిగా చల్లటి నీరు తాగడం మంచి ఎంపిక కావచ్చు.

మలబద్ధకానికి కారణమయ్యే టీలు.. సిగరెట్లు..!



హెల్త్ న్యూస్ ,08 మే (క్రాంతి న్యూస్): కొంతమందికి టీ తాగుతూనే సిగరెట్ ఊదడం గొప్ప రిలాక్స్ గా ఉంటుంది. అయితే అతిగా టీ సేవించడం, ధూమపానం చేయడం మంచిది కాదంటున్నారూ వైద్యులు. టీ ఎక్కువగా తాగితే ఎక్కువగా మూత్రానికి వెళ్లాల్సి వస్తుంది. ఫలితంగా డీహైడ్రేషన్ కు గురవుతారు. శరీరంలో తగినన్ని నీళ్లు లేకపోవడంతో

మలబద్ధకం సమస్య తలెత్తుతుంది. కాబట్టి టీ మితంగానే తీసుకోవాలి. ఇక ధూమపానం సంగతి చెప్పనక్కర్లేదు. పొగ తాగడం ఆహార నాశం, పొట్ట వ్యవస్థ మొత్తానికి చేటు చేస్తుంది. అతి ధూమపానం పొట్టకు మంచి చేసే సూక్ష్మక్రిముల మనుగడకు అటంకాలు సృష్టిస్తుందట. దీంతో జీర్ణ సమస్యలు తలెత్తుతాయి. అంతేకాదు పొగాకులో ఉండే నికోటిన్ పేగుల్లో రక్త ప్రవాహాన్ని తగ్గిస్తుందట. అలా వాటి పనితీరును దెబ్బతీస్తుంది. కాలక్రమంలో ఇది పేగుల్లో మంటకు దారితీసి పేగుల లైనింగ్ ను ధ్వంసం చేస్తుంది. దీంతో జీర్ణ సమస్యలు, మలబద్ధకం ముప్పు పొంచి ఉంటుందట.

కాబట్టి.. టీ, కాఫీలు తాగడంపై పరిమితులు విధించుకోవాలి. తగినన్ని నీళ్లు తాగాలి. పొట్టకే కాదు శరీర ఆరోగ్యానికి చేటుచేసే ధూమపానాన్ని పూర్తిగా వదిలిపెట్టాలి. పండ్లు, కూరగాయలు, ఫైబర్ సమృద్ధిగా ఉన్న ఆరోగ్యకరమైన ఆహార విధానాన్ని అలవర్చుకోవాలి. దినచర్యలో వ్యాయామాన్ని భాగం చేసుకోవాలి.

రోహిత్ రిటైర్మెంట్ ప్రకటన విన్నాక షాక్కు గురయ్యా: రహానె

స్కోర్స్ న్యూస్ ,08 మే (క్రాంతి న్యూస్):ఔస్టు క్రికెట్కు వీడ్కోలు చెబుతున్నట్లు ప్రకటించి రోహిత్ శర్మ అందర్నీ సర్ప్రైజ్‌కు గురిచేశాడు. ఈ విషయంపై కోల్‌కతా నైట్‌రైడర్స్ సారథి అజింక్య రహానె



స్పందించాడు. తనకు ఈ విషయం ఇప్పుడే తెలిసిందని.. ఆశ్చర్యపోయినట్లు రహానె వ్యాఖ్యానించాడు. చెన్నై సూపర్ కింగ్స్ తో ఈడెన్ గార్డెన్స్ వేదికగా జరిగిన మ్యాచ్‌లో కోల్‌కతా ఓటమి పాలైంది. మ్యాచ్ అనంతరం టైమ్ కాన్ఫరెన్స్‌లో రహానె మాట్లాడాడు. “నాకు ఈ విషయం తెలియదు. తెలిసి నేను షాక్‌కు గురయ్యా. అప్పుడు నేను మ్యాచ్ ఆడుతున్నా. కాబట్టి దానిపై అవగాహన లేదు. కానీ, రోహిత్‌కు ఆల్ డి టెస్ట్ చెబుతున్నా. అతడితో కలిసి చాన్నాళ్లు ఆడా. తొలుత మిడిలార్డర్‌లో ఆడేవాడు. తర్వాత ఇన్నింగ్స్‌ను ప్రారంభించాడు. పరిస్థితులను అర్థం చేసుకొని

ఆడటం అద్భుతం. స్వేచ్ఛగా బ్యాటింగ్ చేసేస్తాడు. ఇతర ప్లేయర్లు అలాగే ఆదాలని కోరుకుంటాడు” అని రహానె వెల్లడించాడు. దేశవాళీలో ముంబయి క్రికెట్ జట్టుకు అజింక్య రహానె సారథిగా ఉన్నాడు. అతడి నాయకత్వంలోనే రోహిత్ గత రంజీ ట్రోఫీలోనూ మ్యాచ్ ఆడిన సంగతి తెలిసిందే.

పరుణ్‌కు 25 శాతం జరిమానా

కోల్‌కతా బౌలర్ పరుణ్ చక్రవర్తికి భారీ జరిమానా పడింది. మ్యాచ్ ఫీజులో 25 శాతం కోత విధిస్తూ ఐపీఎల్ అడ్మినిస్ట్రేషన్ కమిటీ నిర్ణయం తీసుకుంది. అంతేకాకుండా ఒక డీమెరిట్ పాయింట్‌ను కూడా విధించింది. ఆర్థికల్ 2.5 లెవల్ 1 తప్పిదానికి పాల్పడినందుకు పరుణ్‌కు ఫైనల్ వేసినట్లు కమిటీ వెల్లడించింది. సీఎస్కే బ్యాటర్ డేవెల్ టైవిస్ ఔట పెవిలియన్‌కు చేరుతున్నప్పుడు పరుణ్ సైగలు చేయడంతోనే జరిమానా పడినట్లు తెలుస్తోంది. “పరుణ్ చక్రవర్తి ఆర్థికల్ 2.5 లెవల్ 1 తప్పిదం చేశాడు. మ్యాచ్ రిఫరీ ఆదేశాల మేరకు అతడికి జరిమానా విధించాం. పరుణ్‌కు 25 శాతం జరిమానాతోపాటు అతడి ఖాతాలోకి ఒక డీమెరిట్ పాయింట్ చేరింది. సీఎస్కేతో మ్యాచ్‌లో కోడ్ ఆఫ్ కండక్ట్‌ను ఉల్లంఘించినట్లు నిరూపితమైంది” అని కమిటీ వెల్లడించింది.

నితీశ రాణా అవుట్.. రాజస్తాన్ జట్టులోకి చిచ్చర పడుగు

స్కోర్స్ న్యూస్ ,08 మే (క్రాంతి న్యూస్):ఐపీఎల్-2025 ప్లే ఆఫ్స్ రేసు నుంచి ఇప్పటికే నిష్క్రమించిన రాజస్తాన్ రాయల్స్‌కు మరో ఎదురుదెబ్బ తగిలింది. ఆ జట్టు స్టార్ బ్యాటర్ నితీశ రాణా గాయం కారణంగా మిగిలిన మ్యాచ్‌లన్నిటికీ దూరమయ్యాడు. రాజస్తాన్ రాయల్స్ ప్రాంచైజీ ఈ విషయాన్ని గురువారం ధ్రువీకరించింది. నితీశ రాణా స్థానంలో సౌతాఫ్రికా బ్యాటర్ లువాన్ డ్రి ప్రిటోరియస్‌ను జట్టులోకి తీసుకున్నట్లు వెల్లడించింది. రూ. 30 లక్షల కనీస ధరతో అతడిని సొంతం చేసుకున్నట్లు తెలిపింది. కాగా 19 ఏళ్ల ప్రిటోరియస్ టీ20 ఫార్మాట్లో ఇప్పటి వరకు 33 మ్యాచ్‌లు ఆడి.. 911 పరుగులు చేశాడు. అతడి కెరీర్‌లో ఇప్పటి వరకు సాధించిన అత్యధిక వ్యక్తిగత స్కోరు 97.

చిచ్చర పడుగే

ఎడమచేతి వాటం బ్యాటర్ అయిన ప్రిటోరియస్.. వికెట్ కీపర్‌గా కూడా! సౌతాఫ్రికా టీ20 లీగ్‌లో రాజస్తాన్ ప్రాంచైజీ పర్ల్ రాయల్స్‌కు ప్రాతినిధ్యం వహిస్తున్న అతడు.. ఈ ఏడాది లీగ్‌లో అత్యధిక పరుగుల వీరుడిగా నిలిచాడు. ఎస్‌ఎంటీ20- 2025లో ప్రిటోరియస్ 12 మ్యాచ్‌లలో కలిపి 166కు పైగా స్ట్రైక్‌రేటుతో 397 పరుగులు సాధించాడు. సన్‌రైజర్స్ ఈస్టర్న్‌కేప్ జట్టుపై 51 బంతుల్లో 97 పరుగులు సాధించిన తీరు అతడి కెరీర్‌లో హైలైట్‌గా నిలిచింది. ఇక కౌంటీల్లో విటలిటి బ్లాస్ట్‌తో కూడా అతడు ఒప్పుదం కుదుర్చుకున్నాడు. కాగా గతేడాది అందర్-19



తరపున ప్రిటోరియస్ టాప్ రన్ స్కోరర్‌గా నిలవడం విశేషం.

ఆది నుంచే షాకులు

ఇదిలా ఉంటే.. ఐపీఎల్-2025లో రాజస్తాన్ రాయల్స్‌కు ఆది నుంచే షాకులు తగులుతున్నాయి. హెడ్‌కోచ్ రాహుల్ ద్రవిడ్ గాయం కారణంగా వీల్‌చైర్ నుంచే మార్గదర్శనం చేస్తున్నాడు.

ఇక తొలి మూడు మ్యాచ్‌లకు కెప్టెన్ సంజూ శాంసన్ ఫిట్‌నెస్ లేని కారణంగా.. ఇంపాక్ట్ ప్లేయర్‌గా మాత్రమే బరిలోకి దిగాడు. ఆ తర్వాత తిరిగి వచ్చినా గాయంతో మళ్లీ జట్టుకు దూరమయ్యాడు.

ఇక సంజూ గైర్వాజరిలో రియాన్ పరాగ్ రాజస్తాన్ జట్టుకు వ్యవహరిస్తుండగా.. ఇప్పటికి రాయల్స్ ఆడిన 12 మ్యాచ్‌లలో ఏకంగా తొమ్మిది ఓడి పాయింట్ల పట్టికలో తొమ్మిదో స్థానంలో కొట్టుమిట్టాడుతోంది. ఈ సీజన్‌లో జట్టుకు ఇంకా రెండు మ్యాచ్ (చెన్నై పంజాబ్)లు మిగిలి ఉన్నాయి. కాగా నితీశ రాణా ఈ సీజన్‌లో పదకొండు మ్యాచ్‌లు ఆడి 217 పరుగులు చేశాడు. అత్యధిక స్కోరు 81.

రోహిత్ వారసుడెవరు..? శుభమ్‌న్ గిల్,బుర్రూలో కెప్టెన్సీ పగ్గాలు దక్కిందెవరికి?

స్కోర్స్ న్యూస్ ,08 మే (క్రాంతి న్యూస్): రోహిత్ శర్మ టెస్ట్ క్రికెట్‌కు గుడ్‌బై చెప్పాడు. జూన్ 20 నుంచి ఇంగ్లాండ్‌తో జరుగనున్న టెస్ట్ సిరీస్‌కు ముందే రోహిత్ తన నిర్ణయాన్ని వెల్లడించారు. ఇంగ్లాండ్ పర్యటనలో భాగంగా టీమిండియా ఐదు మ్యాచ్‌ల టెస్ట్ సిరీస్ ఆడనుంది. ఈ సిరీస్‌తో 2025-

27 ప్రపంచ టెస్ట్ ఛాంపియన్‌షిప్ సైకిల్‌ని భారత జట్టు కొత్తగా ప్రారంభించనున్నది. రోహిత్ రిటైర్మెంట్ తర్వాత టీమిండియా కొత్త టెస్ట్ కెప్టెన్‌గా ఎవరికి చాన్స్ వస్తుందనేది చర్చనీయాంశంగా మారింది. ప్రస్తుతం ఇద్దరు ప్లేయర్లు పోటీలో ఉన్నారు. ఆస్ట్రేలియా పర్యటనకు ముందు నుంచి రోహిత్ టెస్టుల్లో ఇన్నింగ్స్ ప్రారంభించాడు. ఆస్ట్రేలియా పర్యటనలో ఆరు, ఏడోస్థానాల్లో బ్యాటింగ్‌కు వచ్చాడు. యశస్వి జైస్వాల్‌తో కలిసి కేఎల్ రాహుల్ ఓపెనింగ్ చేస్తున్నాడు. అయితే, ఇప్పుడు జట్టులో రోహిత్ స్థానాన్ని ఎవరితో భర్తీ చేస్తారనే చర్చ సాగుతుంది.

తొలి అవకాశం శుభమ్‌న్ గిల్‌కే..

శుభమ్‌న్ గిల్‌కే కెప్టెన్సీ చాన్స్ దక్కే అవకాశాలు కనిపిస్తున్నాయి. బీసీసీఐతో పాటు సెలెక్షన్స్ గిల్ వైపే ఆసక్తి చూపిస్తున్నట్లుగా పలు మీడియా నివేదికలు తెలిపాయి. ఇప్పటికే వన్డేల్లో శు భమ్‌న్‌కు వైస్ కెప్టెన్సీ బాధ్యత ఇచ్చిన విషయం తెలిసిందే. సూర్యకుమార్ యాదవ్ అందుబాటులో లేని సమయాల్లో శుభమ్‌న్ గిల్ టీ20 కెప్టెన్‌గా వ్యవహరించాడు. ఈ క్రమంలో మొదటి అవకాశం గిల్‌కు దక్కే అవకాశం ఉందని అంచనా. రాబోయే ప్రపంచ టెస్ట్ ఛాంపియన్ షిప్ సైకిల్‌ని దృష్టిలో పెట్టుకొని జట్టును తీర్చిదిద్దాలని హెడ్‌కోచ్ గంభీర్ కృతనిశ్చయంతో ఉన్నాడు. ఈ క్రమంలో యువ ప్లేయర్‌నే కెప్టెన్‌గా తీసుకోవాలని యోచిస్తున్నట్లు సమాచారం. కెప్టెన్ అయితే, మూడోస్థానంలో బ్యాటింగ్ చేయడం ఖాయమని పేర్కొన్నారు. మూడోస్థానంలో శుభమ్‌న్ గిల్‌కు అన్ని ఫార్మాట్లలో మంచి రికార్డు ఉంది. గిల్ 32 మ్యాచ్‌ల్లో 35.05 సగటుతో 1,893 పరుగులు చేశాడు. ఇందులో ఐదు సెంచరీలు, ఏడు హాఫ్ సెంచరీలు ఉన్నాయి. గిల్‌ను కెప్టెన్‌గా నియమించడానికి రెండవ కారణం ఫిట్‌నెస్. ప్రస్తుతం టీమిండియాలో ఉన్న ఆటగాళ్లలో ఫిట్‌గా ఉన్న ప్లేయర్‌లలో ఒకడు. టీమిండియా ఆడిన అన్ని మ్యాచులకు అందుబాటులో ఉన్నాడు. బుర్రూకు అవకాశం..

భారత టెస్ట్ జట్టు కెప్టెన్సీ రేసులో ఉన్న మరో ప్లేయర్ జస్ప్రీత్ బుర్రూ. ఆస్ట్రేలియా పర్యటనలో టీమిండియా తొలి మ్యాచ్ గెలిచింది. ఈ మ్యాచ్‌లో బుర్రూ అద్భుతంగా బౌలింగ్ చేశాడు. సిరీస్‌లోని చివరి మ్యాచ్‌లో ఫిట్‌గా ఉండి బౌలింగ్ చేసి ఉంటే.. టీమిండియా ఆ టెస్ట్ గెలిచి సిరీస్‌ను సమం



చేసే అవకాశం ఉండేది. బుర్రూ ప్రస్తుతం ప్రపంచంలోనే అత్యుత్తమ ఫాస్ట్ బౌలర్‌లో ఒకడు. ఆస్ట్రేలియా పర్యటనలో బుర్రూ తన కెప్టెన్సీ ప్రశంసలు అందుకున్నాడు. సునీల్ గవాస్కర్‌తో సహా చాలా మంది దిగ్గజాలు బుర్రూను రెగ్యులర్ టెస్ట్ కెప్టెన్‌గా చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. బుర్రూ తరుచూ గాయాల బారినపడడం ప్రతికూలంగా మారింది. ఆస్ట్రేలియా పర్యటనలో గాయం కారణంగా దాదాపు నాలుగు నెలలు క్రికెట్‌కు దూరం కావాల్సి వచ్చింది. వెన్నునొప్పి సమస్యతో ఇబ్బందిపడ్డ విషయం తెలిసిందే. కెప్టెన్‌గా బాధ్యతలు స్వీకరిస్తే ప్రతీ మ్యాచ్‌కు అందుబాటులో ఉండాల్సిందే. ఈ క్రమంలో బీసీసీఐ, సెలెక్షన్స్ ఈ రిస్క్ తీసుకునేందుకు ఆసక్తి చూపించకపోవచ్చు. మాజీలు సైతం కీలక మ్యాచ్‌లకు అందుబాటులో ఉండేలా చూడాలని.. పనిభారం పడకుండా చూడాలని సూచిస్తున్నారు. ఈ క్రమంలో బుర్రూ కంటే గిల్ వైపే బీసీసీఐ ఆసక్తి చూపే అవకాశం ఉంది.

రోహిత్ ప్లేస్‌లో టెస్టుల్లో సుదర్శన్‌కు ఛాన్స్.. టెస్టుల్లో రోహిత్ ప్లేస్‌లో ఎవరితో భర్తీ చేయనున్నారనే చర్చ సాగుతుంది. ప్రస్తుతం డౌమెస్టిక్ క్రికెట్‌లో చాలా మంది స్టార్ ప్లేయర్లు ఉన్నారు. ఇందులో శ్రేయాస్ అయ్యర్, సర్పరాజ్ ఖాన్, తమిళనాడుకు చెందిన 23 ఏళ్ల యువ ఆటగాడు సాయి సుదర్శన్ సైతం ఉన్నారు. ఈ ముగ్గురిలో ఒకరికి చాన్స్ దక్కనున్నది. సాయి సుదర్శన్ ఐపీఎల్‌లో తన బ్యాటింగ్‌తో అందరి ప్రశంసలు అందుకున్నాడు. దిగ్గజ ప్లేయర్స్ సైతం అభినందించారు. ఈ క్రమంలో భారత్ తరపున టెస్టులు ఆడే అవకాశాలున్నాయి. సుదర్శన్ ఫస్ట్ క్లాస్ క్రికెట్‌లో 29 మ్యాచుల్లో 39.93 సగటుతో 1957 పరుగులు చేశాడు. ఇందులో ఏడు సెంచరీలు, ఐదు హాఫ్ సెంచరీలు ఉన్నాయి. ఈ మ్యాచ్‌లో ఓపెనర్‌గా దింపే అవకాశం ఉంది. టీమ్ మేనేజ్‌మెంట్ రోహిత్ స్థానంలో రాహుల్ మిడిల్ ఆర్డర్‌లో పంపి.. సుదర్శన్, యశస్వి జైస్వాల్‌ని ఓపెనర్‌గా పంపొచ్చు. ప్రస్తుత ఐపీఎల్‌లో గుజరాత్ టైటాన్స్ తరపున సాయి సుదర్శన్ భారీగానే పరుగులు చేశాడు. ప్రస్తుతం ఫుల్ ఫామ్‌లో కొనసాగుతున్నాడు. శ్రేయాస్ దేశీయ క్రికెట్‌లో చాలా పరుగులు చేశాడు. యశస్వి, రాహుల్ ఇన్నింగ్స్‌ను ప్రారంభిస్తే శ్రేయాస్‌కు మిడిల్ ఆర్డర్‌లో బ్యాటింగ్‌కు పంపేందుకు అవకాశం ఉంది.

