

డ్రైవర్ శంకర్ గౌడ్ మృతి

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

వరంగల్ జిల్లా నర్సంపేట బస్టాండ్ ఎదుట శంకర్ గౌడ్ ఒంటిపై పెట్రోల్ పోసుకుని నిప్పంటించుకున్నారు. ఆర్టీసీ విలీనంలో జరుగుతున్న జాప్యాన్ని నిరసనగా ఆయన ఈ తీవ్ర నిర్ణయం తీసుకున్నట్లు తెలుస్తోంది. మంటలు చెలరేగిన వెంటనే తోటి కార్మికులు, పోలీసులు స్పందించి మంటలను ఆర్పారు. తీవ్రంగా గాయపడిన శంకర్ గౌడ్ ను మొదట వరంగల్ ఆసుపత్రికి, అనంతరం మెరుగైన చికిత్స కోసం హైదరాబాద్ కు తరలించారు. అయితే పరిస్థితి విషమించడంతో ఆయన ప్రాణాలు కోల్పోయారు.

శంకర్ గౌడ్ మృతితో రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ఆర్టీసీ సమ్మె మరింత ఉద్రిక్తంగా మారింది. ఇదే తరహాలో నల్గొండ, ఖమ్మం జిల్లాల్లో మరో ఇద్దరు డ్రైవర్లు కూడా ఆత్మహత్యాయత్నానికి పాల్పడటం కార్మికుల్లో ఉన్న ఆందోళనను సూచిస్తోంది. ఇక సమ్మె రెండో రోజుకూడా కొనసాగింది. ప్రభుత్వం తాత్కాలిక డ్రైవర్లు, కండక్టర్ల సహాయంతో, పోలీసు బందోబస్తు మధ్య కొంతమేర బస్సులు నడిపినట్లు అధికారులు తెలిపారు. అయితే బస్సుల కొరతతో ప్రయాణికులు ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటుండగా, ప్రైవేటు వాహనదారులు అధిక ఛార్జీలు వసూలు చేస్తున్నట్లు ఆరోపణలు వస్తున్నాయి. ఈ పరిణామాలతో ప్రభుత్వం అప్రమత్తమై

ది. కార్మికులు ఆత్మహత్యల వంటి తీవ్ర చర్యలకు పాల్పడవద్దని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి, మంత్రులు విజ్ఞప్తి చేశారు. సమస్యల పరిష్కారంపై చర్యలకు సిద్ధంగా ఉన్నామని ప్రకటించారు. ఈ నేపథ్యంలో కార్మిక సంఘాల నాయకులతో మంత్రుల కమిటీ చర్చలు జరపనుండగా, ఈ సమావేశం కీలకంగా మారింది. శంకర్ గౌడ్ మృతి ప్రభుత్వ వైఖరే కారణమని కార్మిక సంఘాలు ఆరోపిస్తున్నాయి. తమ దిమాంపు నెరవేరితే వరకు సమ్మె కొనసాగుతుందని స్పష్టం చేశాయి. ప్రభుత్వం కార్మిక సంఘాల మధ్య చర్చలు ఈ సంక్షోభానికి పరిష్కారం చూపుతాయా అన్నది ఇప్పుడు ప్రధానంగా మారింది.

ఆర్టీసీ డ్రైవర్ శంకర్ గౌడ్ అంత్యక్రియలు ఉద్రిక్తతల మధ్య పూర్తి

వరంగల్, ఏప్రిల్ 24 (తెలంగాణ ముచ్చటలు): ఆర్టీసీ కార్మికుల సమ్మె నేపథ్యంలో బలపన్నరణానికి పాల్పడిన డ్రైవర్ శంకర్ గౌడ్ అంత్యక్రియలు తీవ్ర ఉద్రిక్తతల మధ్య పూర్తయ్యాయి. మృతదేహాన్ని నర్సంపేట డిపోకు తరలించాలన్న కార్మికులు, కుటుంబ సభ్యులు డిమాండ్ ఉద్రిక్తతలకు దారితీసింది. హైదరాబాద్ నుంచి మృతదేహాన్ని నర్సంపేట మండలం ముత్తాజిపేటలోని ఆయన కుమార్తె ఇంటికి తీసుకువచ్చారు. అక్కడికి చేరుకున్న ఆర్టీసీ కార్మికులు, విపక్ష నేతలు, కుటుంబ సభ్యులు మృతదేహాన్ని డిపోకు తీసుకెళ్లి నివాళులు అర్పించేందుకు అనుమతించాలని పోలీసులను కోరారు. అయితే పోలీసులు అనుమతి నిరాకరించడంతో నర్సంపేట-మల్లంపల్లి రహదారిపై బైటాయించి నిరసన చేపట్టారు. ఈ క్రమంలో పోలీసులు, కార్మికులు,



రాజకీయ కార్యకర్తల మధ్య వాగ్వాదం, తోపులాట చోటుచేసుకుంది. బీఆర్ఎస్ నేతలను కూడా పోలీసులు అడ్డుకోవడంతో పరిస్థితి మరింత ఉద్రిక్తంగా మారింది. కార్మికులు, కార్యకర్తలు నినాదాలతో ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. మధ్యాహ్నం ముత్తాజిపేటకు చేరుకున్న కేంద్రమంత్రి బండి సంజయ్ శంకర్ గౌడ్ మృతదేహానికి నివాళులు అర్పించారు. డిపోకు తీసుకెళ్లకూడా అడ్డుకోవడం

పై పోలీసులను ప్రశ్నిస్తూ ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. కార్మికులు, కుటుంబ సభ్యులు అభ్యర్థనను పరిగణలోకి తీసుకోవాలని ఆయన కోరారు. తీవ్ర ఉద్రిక్త పరిస్థితుల అనంతరం పోలీసులు, కుటుంబ సభ్యులు, ఆర్టీసీ జేపీసీ నేతల మధ్య చర్చలు జరగడంతో సమస్య పరిష్కారమైంది. అనంతరం కుటుంబ సభ్యులు అంత్యక్రియలకు అంగీకరించగా, శంకర్ గౌడ్ అంతిమయాత్ర నిర్వహించి చివరి కార్యక్రమాలు పూర్తిచేశారు. ఇక శంకర్ గౌడ్ మృతిపై ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి దిగ్భ్రాంతి వ్యక్తం చేశారు. కుటుంబానికి అన్ని విధాలుగా అండగా ఉంటామని హామీ ఇచ్చారు. ఆర్టీసీ కార్మికుల సమస్యల పరిష్కారానికి ప్రభుత్వం చిత్తశుద్ధితో ప్రయత్నిస్తుందని, చర్యల ద్వారా సమస్యలు పరిష్కరించుకుంటామని తెలిపారు.

శంకర్ గౌడ్ మృతిపై డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్క సంతాపం

డెన్, ఏప్రిల్ 24 (తెలంగాణ ముచ్చటలు): ఆర్టీసీ డ్రైవర్ కోల శంకర్ గౌడ్ మృతిపై తెలంగాణ ఉప ముఖ్యమంత్రి భట్టి విక్రమార్క తీవ్ర సంతాపం వ్యక్తం చేశారు. సచివాలయంలో మంత్రుల బృందంతో కలిసి ఆర్టీసీ కార్మిక సంఘాల జేపీసీ నేతలతో భేటీ అయిన సందర్భంగా ఆయన ఈ వ్యాఖ్యలు చేశారు. సమస్యలను అంత క్లిష్టమైనా చర్యల ద్వారానే పరిష్కరించుకోవాలని, ప్రాణాలు తీసుకోవడం సరైన నిర్ణయం కాదని భట్టి విక్రమార్క హితవు పలికారు. ఇది ప్రజల ప్రభుత్వం అని, ఎవరినీ శత్రువులుగా చూడబోమని స్పష్టం చేశారు. గత పదేళ్లలో ఆర్టీసీ పరిస్థితి దెబ్బతిన్నదని, ఆ సమయంలో కార్మికుల పట్ల పాలకులు కఠినంగా వ్యవహరించారని ఆయన వ్యాఖ్యానించారు. తమ ప్రభుత్వం అలాంటి విధానాన్ని అనుసరించదని

భరోసా ఇచ్చారు. వివిధ రాష్ట్రాల ఎన్నికల ప్రచారం, ఇతర ప్రభుత్వ కార్యక్రమాలతో బీజేపీ ఉన్న సమయంలో అకస్మాత్తుగా సమ్మె నిర్ణయం తీసుకోవడం వల్లే ఈ దుర్ఘటన జరిగిందని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. శంకర్ గౌడ్ మృతి బాధాకరమని పేర్కొన్నారు. ఆర్టీసీని బలోపేతం చేయడం ప్రభుత్వ ప్రధాన లక్ష్యమని భట్టి విక్రమార్క తెలిపారు. కార్మికుల సమస్యలను సానుకూల దృక్పథంతో పరిష్కరిస్తామని, చర్యల ద్వారా సమస్యలకు పరిష్కారం కనుగొంటామని హామీ ఇచ్చారు. ప్రభుత్వం,



కార్మిక సంఘాల మధ్య జరగబోయే చర్చలు కీలకంగా మారగా, ఈ సమావేశాలు ఆర్టీసీ సమస్యల పరిష్కారానికి మార్గం చూపే అవకాశం ఉందని భావిస్తున్నారు.

ఇండియా ఫారా ఎక్స్ పో-2026 ఘనంగా ప్రారంభం

(మొదటి పేజీ తరువాయి) హెచ్చరించారు. డ్రగ్ కంట్రోల్ అడ్మినిస్ట్రేషన్ ద్వారా నిరంతర పర్యవేక్షణ కొనసాగుతుందని తెలిపారు. ఫారా ఎక్స్ పోను పరిశోధన, సవినీత, భాగస్వామ్యాలను పెంపొందించడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తాయని మంత్రి పేర్కొన్నారు. రాష్ట్ర పార్థాగ్రంథాన్ని మరింత విస్తరించేందుకు ప్రభుత్వం పూర్తి సహకారం అందిస్తుందని హామీ ఇచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఫారా పరిశ్రమకు చెందిన ప్రతినిధులు, శాస్త్రవేత్తలు, వైద్య నిపుణులు, పారిశ్రామికవేత్తలు పాల్గొన్నారు. తెలంగాణను గ్లోబల్ ఫారా హబ్ గా నిలబెట్టే దిశగా ఈ ఎక్స్ పో కీలక వేదికగా నిలిచింది.

పర్యావరణవేత్త సత్యనారాయణకు ప్రభుత్వ వైద్యం (మొదటి పేజీ తరువాయి) దుశ్చర్ర సత్యనారాయణ వంటి సామాజిక సేవకులు సమాజానికి చేసిన సేవలను గుర్తిస్తూ వారికి అవసరమైన సహాయం అందించడం ప్రభుత్వ బాధ్యతగా పేర్కొన్నారు. ఈ చర్యతో ప్రభుత్వం పట్ల ప్రజల్లో విశ్వాసం మరింత పెరుగుతుందని భావిస్తున్నారు. ప్రజా సేవకుల సంక్షేమంపై ప్రభుత్వం కట్టుబడి ఉందనే సందేశం వెళ్లింది.

మిలియన్ మార్చ్ కేసులో కేసీఆర్, కేటీఆర్, హరీశ్ కు భారీ ఊరట

(మొదటి పేజీ తరువాయి) ఈ నేపథ్యంలో పిటిషన్ల తరఫు న్యాయవాది కోర్టులో కీలక వాదనలు వినిపించారు. సంఘటనలతో తమకు ప్రత్యక్ష సంబంధం లేదని, రాజకీయ కారణాలతోనే కేసుల్లో తమ పేర్లు చేర్చారని వివరించారు. ఆధారాలు లేకుండా కేసులు నమోదు చేయడం అన్యాయమని పేర్కొన్నారు. వాదనలు, పత్రాలను పరిశీలించిన

పైకోర్టు న్యాయస్థానం ఆరోపణలకు తగిన ఆధారాలు లేవని తేల్చింది. దీంతో కేసీఆర్, కేటీఆర్, హరీశ్ రావులపై నమోదైన కేసులను కొట్టివేస్తూ తీర్పు వెలువరించింది. ఈ నిర్ణయం వారికి గణనీయమైన ఉపశమనాన్ని కలిగించింది. దీంతో సంవత్సరాలుగా కొనసాగుతున్న న్యాయపరమైన వ్యవహారం ముగిసినట్లుంది. ఈ కేసులు రాజకీయంగా కూడా ప్రాధా

న్యత సంతరించుకున్న నేపథ్యంలో హైకోర్టు తీర్పు చర్చనీయాంశంగా మారింది. ఈ తీర్పు తర్వాత బీఆర్ఎస్ వర్గాల్లో సంతృప్తి వ్యక్తమవుతుండగా, రాజకీయంగా కూడా ఈ పరిణామం చూపే అవకాశం ఉందని విశ్లేషకులు అభిప్రాయపడుతున్నారు. ఇకపై ఈ కేసుకు సంబంధించిన అన్ని న్యాయపరమైన ప్రక్రియలు ముగిసినట్లుగా భావిస్తున్నారు.

మారుమూల గ్రామాల్లో 'బిఎస్ఎన్ఎల్' సేవలు మెరుగుపరచాలి

◆ ఖమ్మం ఎంపీ రఘురాం రెడ్డి క్యాంపు కార్యాలయంలో జరిగిన టెలిఫోన్ లింగ్విజర్ కమిటీ సమావేశంలో అధికారులకు సూచించిన టీపీసీ సభ్యులు



గ్రామీణ, మారుమూల ప్రాంతాల్లో బీఎస్ఎన్ఎల్ సేవలు మెరుగుపరచాలి అని టెలిఫోన్ లింగ్విజర్ కమిటీ (టీపీసీ) సభ్యులు బిఎస్ఎన్ఎల్ అధికారులను కోరారు. శుక్రవారం ఖమ్మంలోని ఎంపీ క్యాంపు కార్యాలయంలో టీపీసీ సభ్యుల సమావేశం జరిగింది. ఈ సందర్భంగా క్షేత్రస్థాయిలో ప్రజలు ఎదుర్కొంటున్న నెట్ వర్క్ ఇబ్బందులపై కమిటీ సభ్యులు అధికారులతో సుదీర్ఘంగా చర్చించారు. సమావేశంలో కమిటీ సభ్యులు ఉమ్మినేని కృష్ణ, ఇమామ్ ఖాయ్, రంజిత్ నాయక్, మచ్చా రామారావు, సత్యనారాయణ రెడ్డి తదితరులు మాట్లాడుతూ పలు కీలక సమస్యలను అధికారుల దృష్టికి తీసుకెళ్లారు. కూసుమంచి ప్రాంతంలో ఇంటర్నెట్ సేవలు అత్యంత పేలవంగా ఉన్నాయని,

ఈ సమస్యల పరిష్కరించాలని, వినియోగదారుల కోసం బీఎస్ఎన్ఎల్ ఖమ్మం కార్యాలయంలో సిమ్ కార్డులు నిరంతరం అందుబాటులో ఉంచాలని కోరారు. బోస్ కల్, చింతకాని మండలాల్లో నెట్ వర్క్ పరిధిని విస్తరించేందుకు మరిన్ని సూతన టవర్లను ఏర్పాటు చేయాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. గోవిందాపురం గ్రామంలో బీఎస్ఎన్ఎల్ సిగ్నల్ అస్వలు అందడం లేదని, అధికారులు వెంటనే గ్రామాన్ని సందర్శించి పరిశీలించాలని కోరారు. వైరా, బ్రాహ్మణపల్లి, ఉప్పలమడక గ్రామాల్లో నెట్ కౌన్సిల్ సిగ్నల్ సమస్యలను పరిష్కరించాలన్నారు. నూతన టవర్ల ఏర్పాటుకు తీర్మానం ఖమ్మం రూరల్ మండలం కన్నా తండా,

సగరంలోని ఇందిరానగర్, గోశాల ప్రాంతాల్లో మెరుగైన సిగ్నల్ కోసం సూతన టవర్ల ఏర్పాటు అంశాన్ని త్వరితగతిన అచరణలోకి తేవాలని సమావేశం తీర్మానించింది. అధికారుల అభ్యయం.. టీపీసీ సభ్యుల విజ్ఞప్తులపై బిఎస్ఎన్ఎల్ డిజీఎం రాజశేఖర్, ఏజీఎం స్పందిస్తూ.. సమస్య తీవ్రతను బట్టి ప్రాధాన్యత క్రమంలో అవసరమైన చోట కొత్త టవర్లను నిర్మిస్తామని హామీ ఇచ్చారు. ఎంపీ రఘురాం రెడ్డి సూచనల మేరకు పెండింగ్ లో ఉన్న సమస్యలను పరిష్కరించి, సిగ్నల్, ఇంటర్నెట్ సేవలకు అటంకం కలగకుండా చర్యలు తీసుకుంటామని స్పష్టం చేశారు.

సైబరాబాద్ లో నంబర్ ప్లేట్లపై కొరడా

(మొదటి పేజీ తరువాయి)



ఈ తనిఖీలను ప్రధానంగా రద్దీగా ఉండే ప్రాంతాలలో నిర్వహించారు. పటాన్ చెరు, బీహెచ్ ఈఎల్ రోడ్లు, మియాపూర్, జేపీఎస్ యా ప్రాంతాలలో పోలీసులు నిఘా పెట్టారు. అలాగే కూకట్ పల్లి, బాలానగర్, జీడిమెట్ల, మేడ్చల్ వంటి కీలక కూడళ్లలో వాహనాలను ఆపి తనిఖీలు చేశారు. చాలా వాహనాలు నంబర్ ప్లేట్లు సరిగ్గా లేవని లేదా అంకెలు కనిపించకుండా ఉన్నాయని పోలీసులు గమనించారు. నేరాలు జరిగినప్పుడు నంబర్ ప్లేట్లు లేకపోవడం వల్ల నిందితులను గుర్తించడం కష్టమవుతోందని అందుకే ఈ డ్రైవ్ చేపట్టినట్లు అధికారులు తెలిపారు. సామాన్య ప్రజల భద్రత కోసం ఇటువంటి తనిఖీలు అవసరమని పోలీసులు అభిప్రాయపడ్డారు. నంబర్ ప్లేట్ల ప్రధర్నన అనేది కేవలం ఒక ఒక్క రోజులోనే సైబరాబాద్ వ్యాప్తంగా మొత్తం 383 కేసులు నమోదయ్యాయి. నిబంధనలు ఉల్లంఘించిన వాహనదారుల నుండి వివరించారు. వాహన చోడకులు తమ వాహనం నంబర్ స్పష్టంగా కనిపించేలా చూసుకోవడం బాధ్యతగా భావించాలని

పై అంకెలు స్పష్టంగా ఉండాలని ఏవైనా అదనపు అలంకరణలు లేదా బోమ్మలు ఉంటే చర్యలు తీసుకుంటామని స్పష్టం చేశారు. చాలా మంది తమ వాహనాల నంబర్ ప్లేట్లను పక్కీకరిస్తూ ట్రాఫిక్ చలానాల నుండి లేకపోవడం వల్ల నిందితులను గుర్తించడం కష్టమవుతోందని అందుకే ఈ డ్రైవ్ చేపట్టినట్లు అధికారులు తెలిపారు. సామాన్య ప్రజల భద్రత కోసం ఇటువంటి తనిఖీలు అవసరమని పోలీసులు అభిప్రాయపడ్డారు. నంబర్ ప్లేట్ల ప్రధర్నన అనేది కేవలం ఒక ఒక్క రోజులోనే సైబరాబాద్ వ్యాప్తంగా మొత్తం 383 కేసులు నమోదయ్యాయి. నిబంధనలు ఉల్లంఘించిన వాహనదారుల నుండి వివరించారు. వాహన చోడకులు తమ వాహనం నంబర్ స్పష్టంగా కనిపించేలా చూసుకోవడం బాధ్యతగా భావించాలని

కోరారు. ముఖ్యంగా ద్విచక్ర వాహనదారులు ఈ నిబంధనలను ఎక్కువగా ఉల్లంఘిస్తున్నట్లు గణాంకాలు చెబుతున్నాయి. పోలీసుల కళ్లు గప్పి తిరుగుతున్న వారిపై సీసీటీవీ కెమెరాల ద్వారా కూడా నిఘా ఉంచుతున్నట్లు అధికారులు వెల్లడించారు. భవిష్యత్తులో కూడా ఇటువంటి తనిఖీలు నిరంతరం కొనసాగుతాయని వారు తెలిపారు. ప్రజా రక్షణ నేరాల నియంత్రణలో భాగంగా ఈ స్వేచ్ఛలే ఎన్ ఫోర్స్ మెంట్ డ్రైవ్ కొనసాగుతోంది. వాహనదారులు చట్టానికి లోబడి ప్రయాణించాలని పోలీసులు సూచించారు. సరైన నంబర్ ప్లేట్లు లేని వాహనాలను సీజ్ చేయడానికి కూడా వెనుకాడబోమని అధికారులు స్పష్టం చేశారు. ప్రతి ఒక్కరూ నిబంధనలు పాటించి పోలీసులకు సహకరించాలని సైబరాబాద్ ట్రాఫిక్ విభాగం విజ్ఞప్తి చేసింది. నంబర్ ప్లేట్ల విషయంలో ఎటువంటి అలక్ష్యం చేపట్టకూడదని అది మీ వాహన గుర్తింపునకు కీలకమని గుర్తు చేశారు. ట్రాఫిక్ నిబంధనల పట్ల అవగాహన పెంచుకోవాలని ప్రజలను కోరారు.

ఆర్టీసీ సంక్షోభంపై కీలక మలుపు

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

ఈ చర్యల్లో ఆర్టీసీ జేపీసీ నేతలు మొత్తం 32 డిమాండ్లను ప్రభుత్వ ముందుంచగా, అందులో 29 డిమాండ్లపై మంత్రుల బృందం సానుకూలంగా స్పందించినట్లు తెలిసింది. మిగిలిన మూడు కీలక అంశాలైన ఆర్టీసీని ప్రభుత్వంలో విలీనం చేయడం, కార్మిక సంఘాల గుర్తింపు ఎన్నికలు నిర్వహించడం, పీఆర్సీ మరియు డీపీ అమలు వంటి విషయాలపై ఇంకా చర్చలు కొనసాగుతున్నాయి. ఈ అంశాలపై తుది నిర్ణయం తీసుకునే దిశగా ఇరు పక్షాలు చర్చలు ముమ్మరం చేస్తున్నాయి. చర్చలకు ముందు ఆర్టీసీ జేపీసీ నేతలు సీనియర్ ఐఏఎస్ అధికారులతో చూడిన కమిటీలో సమావేశమై తమ డిమాండ్లను వివరించారు. ఆ తరువాత మంత్రుల బృందంతో సమావేశమై అన్ని అంశాలపై చర్చించారు. మధ్యాహ్నం విరామం అనంతరం కూడా చర్చలు కొనసాగడం ఈ అంశం ప్రాధాన్యతను తెలియజేస్తోంది. ఈ సందర్భంగా ఉపముఖ్యమంత్రి భట్టి విక్రమార్క మాట్లాడుతూ ఆర్టీసీ డ్రైవర్

శంకర్ గౌడ్ మృతి తీవ్ర విషాదకరమని పేర్కొన్నారు. ఇలాంటి ఘటనలు పునరావృతం కాకుండా కార్మికులు ఆత్మహత్యల వంటి నిర్ణయాలకు దూరంగా ఉండాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. చర్యల ద్వారానే సమస్యలకు శాశ్వత పరిష్కారం లభిస్తుందని, ప్రభుత్వం ఎల్లప్పుడూ కార్మికుల పక్షాన నిలుస్తుందని తెలిపారు. ఆర్టీసీ రాష్ట్రంలో అతిపెద్ద ప్రజారంగ సంస్థగా ఉండటంతో దాన్ని బలోపేతం చేయడం అందరి బాధ్యత అని ఆయన అన్నారు. రవాణా శాఖ మంత్రి పొన్నం ప్రభాకర్ మాట్లాడుతూ ప్రభుత్వం కార్మికుల సమస్యలపై చిత్తశుద్ధితో స్పందిస్తోందని స్పష్టం చేశారు. కార్మికులు ప్రజాస్వామ్య పద్ధతిలో తమ నిరసనలను వ్యక్తం చేయాలని, అవేశపూరిత చర్యలకు పాల్పడకూడదని విజ్ఞప్తి చేశారు. రాజకీయ పార్టీల రెచ్చగొట్టే వ్యాఖ్యలు పరిస్థితిని మరింత ఉద్రిక్తం చేస్తున్నాయని ఆయన హెచ్చరించారు. శంకర్ గౌడ్ కుటుంబానికి ప్రభుత్వం అన్ని విధాలుగా అండగా ఉంటుందని మంత్రి ప్రకటించారు. భట్టి విక్రమార్క మాట్లాడుతూ ఆర్టీసీ డ్రైవర్

రూ.10 లక్షల ఆర్థిక సాయం, ఇందిరమ్మ ఇల్లు కల్పిస్తామని తెలిపారు. అంతేకాకుండా ఆర్టీసీ జేపీసీ నేతలు కూడా కార్మికుల నుంచి విరాళాలు సేకరించి కుటుంబానికి అదనపు ఆర్థిక సహాయం అందించనున్నట్లు వెల్లడించారు. ప్రతి ఉద్యోగి నుంచి రూ.200 నుంచి రూ.300 వరకు సేకరించి లక్షల రూపాయల సాయం అందించేలా చర్యలు చేపడుతున్నారు. ఈ సమావేశానికి మంత్రులు దుద్దిళ్ల శ్రీధర్ బాబు, వివేక్, అడ్డూరి లక్ష్మణ్, ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శి రామకృష్ణారావు, ప్రత్యేక సీఎస్ కొనసాగిణ్ తదితరులు హాజరయ్యారు. చర్యలు సానుకూల వాతావరణంలో సాగుతున్న నేపథ్యంలో త్వరలోనే తుది నిర్ణయాలు వెలువడే అవకాశం ఉందని అధికారులు భావిస్తున్నారు. ప్రస్తుతం ఆర్టీసీ సమ్మె రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ప్రభావం చూపుతున్న నేపథ్యంలో ఈ చర్యలు అత్యంత కీలకంగా మారాయి. ప్రభుత్వం కార్మిక సంఘాల మధ్య అవగాహన ఏర్పడితే సమ్మెకు ముగింపు పలికే అవకాశం ఉందని విశ్లేషకులు భావిస్తున్నారు.

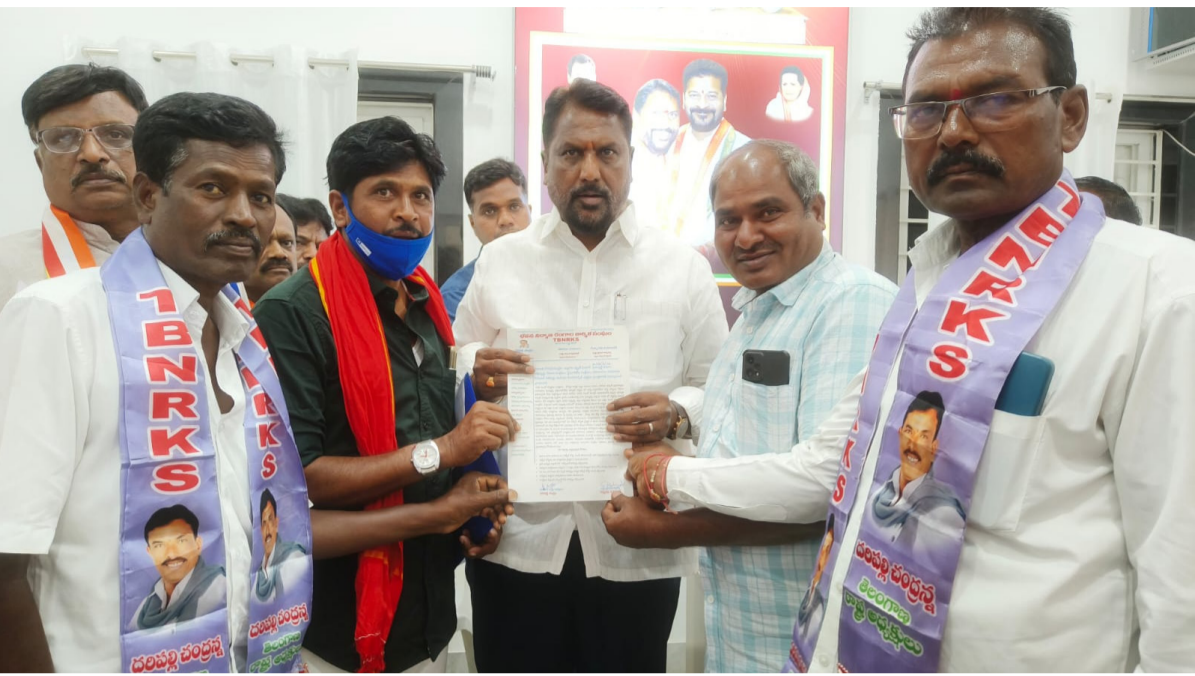
బస్టిల్లో తాగునీటి సౌకర్యాల విస్తరణ

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ, వేసవి కాలంలో తాగునీటి కొరత తీవ్రంగా ఉండే ప్రాంతాలను గుర్తించి ఈ చర్యలను చేపట్టినట్లు తెలిపారు. ముఖ్యంగా నూర్షాబాద్, నీటి సరఫరా అందుబాటులో లేని బస్టిల్లకు ఇది ఎంతో ఉపశమనం కలిగిస్తుందని పేర్కొన్నారు. బోర్ వెల్లుల ప్రారంభంతో స్థానిక ప్రజలకు తాగునీరు సులభంగా అందే పరిస్థితి ఏర్ప

డనుంది. నీటి కోసం దూరప్రాంతాలకు వెళ్లాలని అవసరం తగ్గుతుందని స్థానికులు ఆశాభావం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. ఈ కార్యక్రమం ద్వారా బస్టిల్ ప్రాంతాల్లో జీవన ప్రయాణాలు మెరుగుపడతాయని అధికారులు భావిస్తున్నారు. వేసవిలో పెరిగే నీటి అవసరాలను దృష్టిలో ఉంచుకుని ఇలాంటి మరిన్ని ప్రాజెక్టులను చేపట్టే యోచనలో ఉన్నట్లు సమాచారం. ప్రజల ప్రాథమిక అవసరాలపై దృష్టి

పెట్టడం ప్రభుత్వ బాధ్యతగా ఉందని కిషన్ రెడ్డి తెలిపారు. ఈ తరహా కార్యక్రమాలు కొనసాగుతాయని, ప్రతి బస్టిల్ తాగునీటి సౌకర్యాల అందలా కృషి చేస్తామని ఆయన స్పష్టం చేశారు. ఈ బోర్ వెల్లుల ప్రారంభంతో బస్టిల్లో నీటి సమస్య కొంతవరకు తగ్గి అవకాశం ఉందని స్థానిక ప్రజలు భావిస్తున్నారు. వేసవి కాలంలో ఈ సౌకర్యాల వారికి ఎంతో ఉపశమనం కలిగించనున్నాయి.



మంత్రి అడ్డూరికి వినతి అందజేసిన బిఎన్ఆర్కెఎస్ నాయకులు

దక్షిణగోల్కండ, ఏప్రిల్ 24 (తెలంగాణ ముచ్చటలు): హైదరాబాద్ లో భవన నిర్మాణ రంగాల కార్యకర్తల సంఘం రాష్ట్ర ప్రచార కార్యదర్శి నల్ల స్వామి, రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు దరిపెల్లి చంద్రం ఆదేశాల మేరకు ఎస్సీ, ఎస్టీ, మైనారిటీల శాఖ మంత్రి అడ్డూరి లక్ష్మణ్ కుమార్ ను వారి నివాసంలో కలిశారు. రాష్ట్రంలో భవన నిర్మాణ కార్యకర్తల ఎదుర్కొంటున్న సమస్యలను ఈ సందర్భంగా ప్రతినిధులు వివరించారు. మనుషులకు నివాసాల కోసం అద్భుతమైన భవనాలు నిర్మిస్తున్న కార్యకర్తలకి కనీస నివాస సౌకర్యాలు లేకపోవడం

దురదృష్టకరమని పేర్కొన్నారు. ఉదయం నుంచి రాత్రి వరకు శ్రమించి నిర్మించిన భవనాలే సమాజానికి ఆదారం అయినప్పటికీ, కార్యకర్తల జీవన స్థితిలో మార్పు రాకపోవడం ఆందోళనకరమని తెలిపారు. గత రెండు దశాబ్దాలుగా కార్యకర్తల హక్కుల కోసం సాగిన ఉద్యమాల ఫలితంగా 1996 చట్టం అమలులోకి వచ్చినప్పటికీ, కార్యకర్తలకు పూర్తి స్థాయిలో లాభాలు అందలేదని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. ఈ చట్టం అమలుకు అనేక పోరాటాలు, రాస్త్రాపోకాలు, నిరసనలు చేపట్టి ప్రభుత్వంపై

ఒత్తిడి తీసుకువచ్చిన విషయాన్ని గుర్తు చేశారు. గత దశాబ్దంలో చట్టం నిర్వహణ కావడంతో కార్యకర్తల సంక్షేమం దెబ్బతిన్నదని పేర్కొంటూ, ప్రస్తుతం ప్రభుత్వం దాన్ని మళ్ళీ సమర్థవంతంగా అమలు చేయాలని కోరారు. అసెంబ్లీలో కార్యకర్తల సమస్యలను ప్రస్తావించి పరిష్కారం దిశగా చర్యలు తీసుకోవాలని మంత్రి దృష్టికి తీసుకెళ్లారు. ఈ కార్యక్రమంలో రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి గిన్నరపు మహేందర్, రాష్ట్ర కార్యదర్శి రాసమల్ల కొమురయ్య, జనగామ జిల్లా అధ్యక్షుడు తుడి అంజయ్య పాల్గొన్నారు.

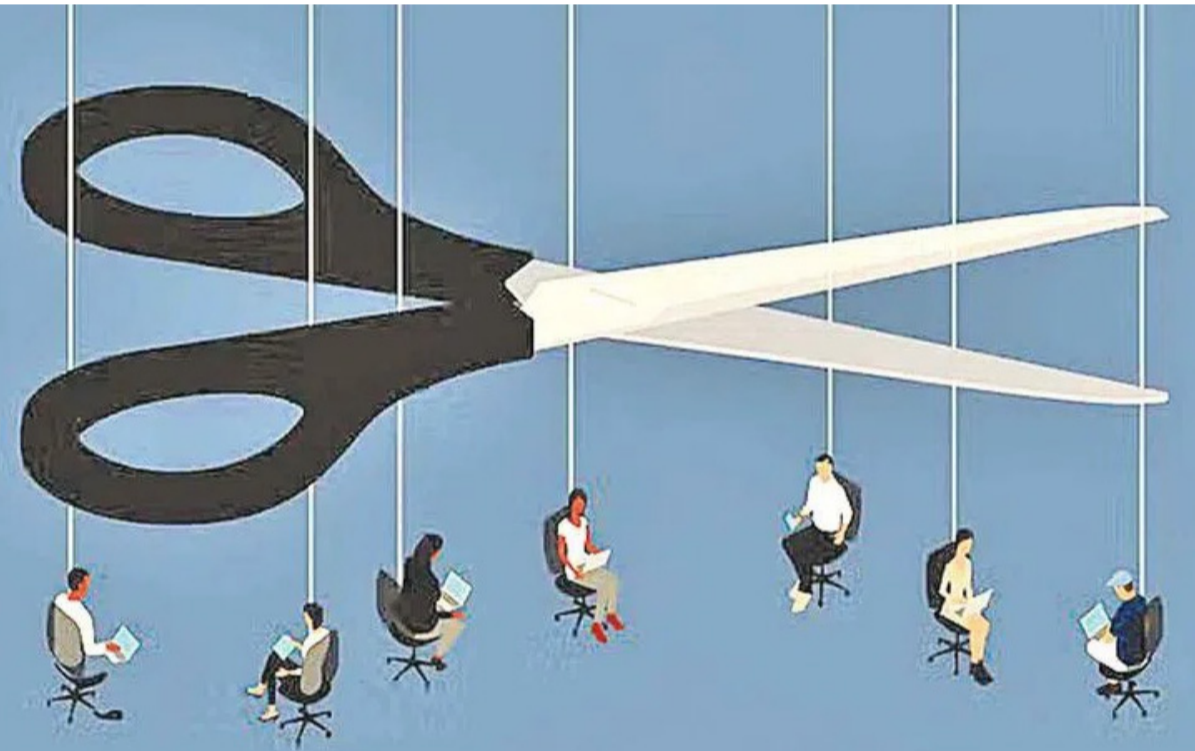
పసిడి, వెండి ధరలు పతనం



పశ్చిమాసియా ప్రాంతంలో నెలకొన్న అనిశ్చిత పరిస్థితుల ప్రభావంతో బంగారం, వెండి ధరలు తగ్గుముఖం పట్టాయి. ముడి చమురు ధరలు, ద్రవ్యోల్బణం పెరిగే అవకాశాల మధ్య అంతర్జాతీయ మార్కెట్లలో లోహాల ధరలు ఒత్తిడిని ఎదుర్కొంటున్నాయి. ఈ ప్రభావం భారత మార్కెట్లపైనూ స్పష్టంగా కనిపిస్తోంది. తాజా వివరాల ప్రకారం, హైదరాబాద్ బిలియన్ మార్కెట్ లో నేడు (ఏప్రిల్ 24) ఉదయం ధరలు గణనీయంగా తగ్గాయి. 24 క్యారెట్ల

10 గ్రాముల బంగారం ధర నిన్నటితో పోలిస్తే రూ.600 తగ్గి రూ.1,52,950కు చేరుకుంది. అలాగే 22 క్యారెట్ల 10 గ్రాముల పసిడి ధర రూ.550 తగ్గి రూ.1,40,200గా సమోదైంది. వెండి ధరలు కూడా భారీగా లోహాల ధరలు ఒత్తిడిని ఎదుర్కొంటున్నాయి. ఈ ప్రభావం భారత మార్కెట్లపైనూ స్పష్టంగా కనిపిస్తోంది. తాజా వివరాల ప్రకారం, హైదరాబాద్ బిలియన్ మార్కెట్ లో నేడు (ఏప్రిల్ 24) ఉదయం ధరలు గణనీయంగా తగ్గాయి. 24 క్యారెట్ల

తగ్గింది. అలాగే 22 క్యారెట్ల బంగారం ధర చెన్నైలో రూ.1,41,000గా, ఢిల్లీలో రూ.1,40,350గా ఉంది. అంతర్జాతీయ మార్కెట్లలో కూడా బంగారం ధరలు కొంత తగ్గాయి. ప్రస్తుతం ఔన్స్ (31.10 గ్రాములు) బంగారం ధర 4,672 డాలర్ల వద్ద, వెండి ఔన్స్ ధర 74 డాలర్ల వద్ద కొనసాగుతోంది. బంగారం, వెండి ధరలు ప్రతి రోజూ మారుతూ ఉండటంతో కొనుగోలు చేసేముందు తాజా ధరలను తప్పనిసరిగా పరిశీలించాలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.



ఐటీ రంగంలో భారీ లేఆఫ్స్ భయం

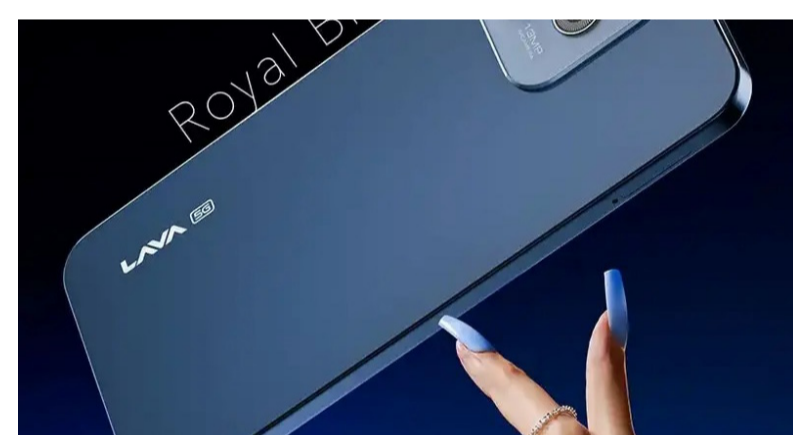
ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఐటీ రంగంలో ఉద్యోగుల భవిష్యత్తుపై అనిశ్చితి పెరుగుతోంది. ముఖ్యంగా ఆర్టిఫిషియల్ ఇంటెలిజెన్స్ (ఏఐ) విస్తరణతో పెద్ద ఎత్తున లేఆఫ్స్ కొనసాగుతున్నాయి. తాజాగా టాప్ టెక్ కంపెనీలు అయిన మెటా, ఒరాకిల్, మైక్రోసాఫ్ట్ కలిసి జూన్ నెలలో భారీగా ఉద్యోగులను తొలగించబోతున్నాయన్న వార్తలు కలకలం రేపుతున్నాయి. ప్రచారం ప్రకారం ఈ మూడు కంపెనీలు కలిపి దాదాపు 46,750 మంది సిబ్బందిని ఉద్యోగాల నుంచి తొలగించే అవకాశం ఉందని తెలుస్తోంది. ఇప్పటికే మార్చి నెలలో కూడా పలు సంస్థలు ఉద్యోగులను తగ్గించిన నేపథ్యంలో, ఈ తాజా వార్తలు ఐటీ ఉద్యోగుల్లో ఆందోళన పెంచుతున్నాయి. ఈ లేఆఫ్స్ ప్రధాన కారణంగా ఏఐ టె

క్నాలజీపై భారీ పెట్టుబడులు, కంపెనీల్లో నిర్మాణాత్మక మార్పులు చెప్పబడుతున్నాయి. ఒకవైపు సంస్థలు వృద్ధి దిశగా సాగుతున్నా మని చెబుతూనే, మరోవైపు ఉద్యోగులను తగ్గించడం విస్తరంగా సాగుతోంది. మెటా సంస్థ తన మొత్తం సిబ్బందిలో దాదాపు 10 శాతం మందిని, అంటే సుమారు 8,000 మందిని తొలగించేందుకు సిద్ధమవుతున్నట్లు సమాచారం. అదే సమయంలో కొత్త నియామకాలను వాయిదా వేసి, ఏఐ రంగంలో భారీగా పెట్టుబడులు పెట్టాలని నిర్ణయించింది. ఈ ఏడాది మాత్రమే సుమారు 135 బిలియన్ డాలర్లు పెట్టుబడి పెట్టాలని కంపెనీ లక్ష్యంగా పెట్టుకున్నట్లు తెలుస్తోంది. ఇప్పటికే ఏఐ టెక్నాలజీ సిబ్బంది అవసరాన్ని తగ్గిస్తుందని మెటా సీఈఓ మార్క్ జుక

ర్బెర్గ్ వెల్లడించిన విషయం తెలిసిందే. ఇక ఒరాకిల్ సంస్థ సుమారు 30,000 మందిని ఉద్యోగాల నుంచి తొలగించేందుకు సిద్ధమవుతోందని, ఇప్పటికే కొందరు ఉద్యోగులకు సమాచారం అందినట్లు తెలుస్తోంది. అలాగే మైక్రోసాఫ్ట్ సంస్థ కూడా దాదాపు 8,750 మందిని, అంటే తన సిబ్బందిలో 7 శాతం మందిని తగ్గించే యోచనలో ఉందని సమాచారం. అయితే, ఉద్యోగులకు వాలంటరీ రిటైర్మెంట్ (వీఆర్ఎస్) అవకాశాన్ని కల్పిస్తూ ఈ ప్రక్రియను అమలు చేయాలని చూస్తోంది. ఐటీ రంగంలో వేగంగా మారుతున్న పరిస్థితులు, ముఖ్యంగా ఏఐ ప్రభావం, భవిష్యత్తులో ఉద్యోగాల స్వరూపాన్ని పూర్తిగా మార్చే అవకాశాలు ఉన్నాయని నిపుణులు అభిప్రాయపడుతున్నారు.

తక్కువ ధరకే 5జీ ఫోన్.. లావా నుంచి కొత్త వేరియంట్

భారతీయ స్మార్ట్ఫోన్ తయారీ సంస్థ లావా ఇంటర్నేషనల్ తక్కువ ధరలో 5జీ సేవలను అందుబాటులోకి తీసుకురావాలనే లక్ష్యంతో కొత్త వేరియంట్ ను విడుదల చేసింది. లావా బోల్డ్ ఎన్ 1 5జీ పేరుతో వచ్చిన ఈ ఫోన్ మధ్యతరగతి వినియోగదారులను దృష్టిలో ఉంచుకుని రూపొందించారు. ఈ కొత్త వేరియంట్ లో 6GB ర్యామ్, 128GB స్టోరేజీ సామర్థ్యం కల్పించారు. రోజువారీ వినియోగంతో పాటు మల్టీటాస్కింగ్ కు అనుకూలంగా ఉండేలా ఈ స్మార్ట్ఫోన్ డిజైన్ చేసినట్లు కంపెనీ పేర్కొంది. ధర & లభ్యత: ఈ ఫోన్ ధరను కేవలం రూ.12,999గా నిర్ణయించారు. లాంచ్ ఆఫర్ లో భాగంగా రూ.1,000కు పైగా డిస్కాంట్ కూడా అందుబాటులో ఉండనుంది. దీంతో వినియోగదారులు



మరింత తక్కువ ధరలో ఈ 5జీ ఫోన్ ను కొనుగోలు చేసే అవకాశం ఉంది. కలర్ ఆప్షన్స్: ఈ ఫోన్ షాంపైన్ గోల్డ్, రాయల్ బ్లూ వంటి ఆకర్షణీయమైన రంగుల్లో అందుబాటులోకి రానుంది. సేల్ వివరాలు: ప్రఖ్యాత ఈకామర్స్ ప్లా

ట్ఫామ్ అమెజాన్లో మే 1వ తేదీ నుంచి ఈ ఫోన్ అమ్మకాలు ప్రారంభం కానున్నాయి. తక్కువ ధరలో 5జీ ఫీచర్లను అందించడంతో, ఈ ఫోన్ మార్కెట్లో మంచి స్పందన దక్కించుకునే అవకాశం ఉందని టెక్ నిపుణులు భవిష్యనిస్తున్నారు.

హార్వేజ్ సంక్షోభం ముందే అంచనా..

పశ్చిమాసియాలో ఉద్రిక్త పరిస్థితులు నెలకొంటాయని ముందుగానే అంచనా వేసిన చైనా, తన వ్యూహాత్మక చతురతతో మరోసారి ప్రపంచ దృష్టిని ఆకర్షిస్తోంది. ముఖ్యంగా ఇరాన్-అమెరికా మధ్య యుద్ధ వాతావరణం, హార్వేజ్ జలసంధి మూసివేత వంటి పరిణామాలను ముందే ఊహించి, భారీ స్థాయిలో చమురు నిల్వలను నిర్మించేసుకుంది. తాజా గణాంకాల ప్రకారం, చైనా వద్ద ప్రస్తుతం సుమారు 1.4 బిలియన్ బారెళ్ల చమురు నిల్వలు ఉన్నాయి. ఇది ఎంత పెద్ద సంఖ్య అంటే, అంతర్జాతీయ ఇంధన సంస్థకి చెందిన 32 సభ్య దేశాల మొత్తం నిల్వలు (సుమారు 1.2 బిలియన్ బారెళ్లు) కంటే

కూడా ఎక్కువగా ఉండటం విశేషం. ప్రస్తుతం ప్రపంచ దేశాలు హార్వేజ్ జలసంధి మూసివేత వల్ల చమురు సరఫరా అగిపోతుండేమోనన్న ఆందోళనలో ఉన్నాయి. అయితే చైనా మాత్రం ఈ పరిస్థితుల్లోనూ ప్రశాంతంగా ఉంది. కారణం - ముందుగానే భారీగా నిల్వలు సేకరించుకోవడం. ఈ ఏడాది జనవరి, ఫిబ్రవరిలోనే చైనా తన చమురు దిగుమతులను దాదాపు 15.8 శాతం మేర పెంచుకుంది. ఇక అమెరికా ఎనర్జీ ఇన్వెస్ట్ మెంట్ అడ్మినిస్ట్రేషన్ వివరాల ప్రకారం, ఇతర దేశాలు చమురు కొరతతో ఇబ్బంది పడుతున్నా, చైనా మాత్రం దీర్ఘకాలం పాటు ఎటువంటి సమస్య లేకుండా కొనసాగగలదని అంచనా. మరోవైపు డొనాల్డ్ ట్రంప్ తన వ్యూహాత్మక త్వక నిల్వల నుంచి 172 బిలియన్ బారెళ్ల చమురును విడుదల చేయాలని నిర్ణయించినప్పటికీ, అమెరికా వద్ద

మరోవైపు డొనాల్డ్ ట్రంప్ తన వ్యూహాత్మక నిల్వల నుంచి 172 బిలియన్ బారెళ్ల చమురును విడుదల చేయాలని నిర్ణయించినప్పటికీ, అమెరికా వద్ద మొత్తం నిల్వలు సుమారు 405 బిలియన్ బారెళ్లు మాత్రమే ఉన్నాయి. ఇది చైనా కంటే చాలా తక్కువ. ప్రపంచం మొత్తం యుద్ధం, ఆర్థిక సంక్షోభం భయంతో పణుకుతుంటే, చైనా మాత్రం ముందస్తు ప్రణాళికలతో తన ఆర్థిక వ్యవస్థను రక్షించుకునేలా చర్యలు తీసుకుంది. హార్వేజ్ మార్గం నిలిచిపోయినా, అంతర్జాతీయ మార్కెట్ లో చమురు ధరలు 100 డాలర్లకు మించి పెరిగినా, చైనాపై ప్రభావం తక్కువగానే ఉండే అవకాశం ఉందని నిపుణులు అభిప్రాయపడుతున్నారు.

హార్వేజ్ సంక్షోభం ముందే అంచనా..

పశ్చిమాసియాలో ఉద్రిక్త పరిస్థితులు నెలకొంటాయని ముందుగానే అంచనా వేసిన చైనా, తన వ్యూహాత్మక చతురతతో మరోసారి ప్రపంచ దృష్టిని ఆకర్షిస్తోంది. ముఖ్యంగా ఇరాన్-అమెరికా మధ్య యుద్ధ వాతావరణం, హార్వేజ్ జలసంధి మూసివేత వంటి పరిణామాలను ముందే ఊహించి, భారీ స్థాయిలో చమురు నిల్వలను నిర్మించేసుకుంది. తాజా గణాంకాల ప్రకారం, చైనా వద్ద ప్రస్తుతం సుమారు 1.4 బిలియన్ బారెళ్ల చమురు నిల్వలు ఉన్నాయి. ఇది ఎంత పెద్ద సంఖ్య అంటే, అంతర్జాతీయ ఇంధన సంస్థకి చెందిన 32 సభ్య దేశాల మొత్తం నిల్వలు (సుమారు 1.2 బిలియన్ బారెళ్లు) కంటే కూడా ఎక్కువగా ఉండటం విశేషం. ప్రస్తుతం ప్రపంచ దేశాలు హార్వేజ్ జలసంధి మూసివేత వల్ల చమురు సరఫరా అగిపోతుండేమోనన్న ఆందోళనలో ఉన్నాయి. అయితే చైనా మాత్రం ఈ పరిస్థితుల్లోనూ ప్రశాంతంగా ఉంది. కారణం - ముందుగానే భారీగా నిల్వలు సేకరించుకోవడం.

ఈ ఏడాది జనవరి, ఫిబ్రవరిలోనే చైనా తన చమురు దిగుమతులను దాదాపు 15.8 శాతం మేర పెంచుకుంది. ఇక అమెరికా ఎనర్జీ ఇన్వెస్ట్ మెంట్ అడ్మినిస్ట్రేషన్ వివరాల ప్రకారం, ఇతర దేశాలు చమురు కొరతతో ఇబ్బంది పడుతున్నా, చైనా మాత్రం దీర్ఘకాలం పాటు ఎటువంటి సమస్య లేకుండా కొనసాగగలదని అంచనా. మరోవైపు డొనాల్డ్ ట్రంప్ తన వ్యూహాత్మక నిల్వల నుంచి 172 బిలియన్ బారెళ్ల చమురును విడుదల చేయాలని నిర్ణయించినప్పటికీ, అమెరికా వద్ద

మొత్తం నిల్వలు సుమారు 405 బిలియన్ బారెళ్లు మాత్రమే ఉన్నాయి. ఇది చైనా కంటే చాలా తక్కువ. ప్రపంచం మొత్తం యుద్ధం, ఆర్థిక సంక్షోభం భయంతో పణుకుతుంటే, చైనా మాత్రం ముందస్తు ప్రణాళికలతో తన ఆర్థిక వ్యవస్థను రక్షించుకునేలా చర్యలు తీసుకుంది. హార్వేజ్ మార్గం నిలిచిపోయినా, అంతర్జాతీయ మార్కెట్ లో చమురు ధరలు 100 డాలర్లకు మించి పెరిగినా, చైనాపై ప్రభావం తక్కువగానే ఉండే అవకాశం ఉందని నిపుణులు అభిప్రాయపడుతున్నారు.





మధ్యాహ్నం కునుకు..

ఆరోగ్యానికి లాభమా? అలవాటా?

మధ్యాహ్నం భోజనం చేసిన తర్వాత కొద్దిసేపు కునుకు తీసుకోవడం ఆరోగ్యానికి ఉపయోగకరమని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. ముఖ్యంగా పనిబాని, అలసట ఉన్నవారికి చిన్న విరామంగా తీసుకునే ఈ నిద్ర శరీరానికి తక్షణ శక్తిని అందిస్తుంది. అయితే దీన్ని అలవాటుగా మార్చుకునేటప్పుడు సమయం, వ్యవధి పట్ల జాగ్రత్తలు అవసరమని చెబుతున్నారు. మధ్యాహ్నం భోజనం చేసిన వెంటనే నిద్రపోవడం కంటే కొద్దిసేపు గ్యాప్ ఇచ్చి కునుకు తీసుకోవడం మంచిదని వైద్యులు అంటున్నారు. తక్కువ సమయంలో తీసుకునే ఈ నిద్ర మెదడు చురుకుదనాన్ని పెంచి, రోజంతా ఉత్సాహంగా ఉండేలా సహాయపడుతుంది. ముఖ్యంగా ఉద్యోగులు, విద్యార్థులకు ఇది ఉపయోగకరంగా ఉంటుంది. కునుకు తీసుకునే వ్యవధి 10 నుంచి 20 నిమిషాల మధ్య ఉండాలి. దీన్నే 'పవర్ న్యాప్'గా పిలుస్తారు. ఈ వ్యవధిలో నిద్రపోతే శరీరం, మెదడు తిరిగి చురుకుగా మారుతాయి. 30 నిమిషాలకంటే ఎక్కువగా నిద్రపోతే మెలకువ వచ్చిన తర్వాత మత్తుగా అనిపించే అవకాశముందని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. ఒక గంటకు పైగా మధ్యాహ్నం నిద్రపోతే రాత్రి నిద్రపై ప్రభావం పడే అవకాశం ఉంది. దీని వల్ల నిద్రలేమి సమస్యలు, శారీరక అసౌకర్యాలు తలెత్తవచ్చు. కాబట్టి మధ్యాహ్నం నిద్రను నియంత్రణలో ఉంచుకోవడం అవసరమని వైద్యులు సూచిస్తున్నారు. అలాగే భారమైన భోజనం చేసిన వెంటనే పడుకోవడం జీర్ణ సమస్యలకు దారితీయవచ్చు. అందుకే తేలికపాటి ఆహారం తీసుకుని కొద్దిసేపు నడక చేసిన తర్వాత కునుకు తీసుకోవడం ఉత్తమమని చెబుతున్నారు. ఇది జీర్ణక్రియను సులభతరం చేస్తుంది. మొత్తానికి మధ్యాహ్నం కునుకు ఆరోగ్యానికి మంచిదే కానీ, అది పరిమితంగా ఉండాలి. సరైన సమయం, సరైన వ్యవధి పాటిస్తే శరీరానికి మేలు కలుగుతుంది. అధికంగా నిద్రపోతే మాత్రం ఆరోగ్య సమస్యలు తలెత్తే ప్రమాదం ఉందని నిపుణులు స్పష్టం చేస్తున్నారు.

వేసవిలో చెరుకు రసం - చల్లదనం, శక్తి అందించే సహజ పానీయం

వేసవి కాలంలో దాహం తీర్చే పానీయాల్లో చెరుకు రసం ప్రముఖ స్థానం సంపాదించుకుంది. సహజమైన తీపితో పాటు శరీరానికి తక్షణ శక్తిని అందించే ఈ పానీయం గ్రామీణ ప్రాంతాల నుంచి నగరాల వరకు విస్తృతంగా వినియోగంలో ఉంది. తక్కువ ఖర్చుతో అందుబాటులో ఉండటం దీని ప్రత్యేకతగా చెప్పవచ్చు. చెరుకు రసంలో సహజ చక్కెరలు, ఖనిజాలు, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ఇవి శరీరానికి తక్షణ శక్తిని అందించడమే కాకుండా, అలసటను తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి. ముఖ్యంగా వేసవిలో డీహైడ్రేషన్ ను నివారించడంలో చెరుకు రసం కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. చెరుకు రసం కాలేయానికి మేలు చేస్తుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఇది జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచడంలో సహాయపడటంతో పాటు, శరీరంలోని విషపదార్థాలను బయటకు పంపించడంలో కూడా ఉపయోగపడుతుంది. కొంతమంది దీన్ని

జాండ్ల వంటి సమస్యల సమయంలో కూడా ఉపయోగపడుతుందని భావిస్తారు. అయితే చెరుకు రసం అధికంగా తాగడం మంచిది కాదు. ఇందులో సహజ చక్కెరలు ఎక్కువగా ఉండటం వల్ల షుగర్ స్థాయిలు పెరిగే ప్రమాదం ఉంది. ముఖ్యంగా మధుమేహం ఉన్నవారు దీనిని పరిమితంగా తీసుకోవాలని వైద్యులు సూచిస్తున్నారు. అలాగే రోడ్లపై అమ్మే చెరుకు రసం పరిశుభ్రత విషయంలో జాగ్రత్తలు అవసరం. శుభ్రత లేని ప్రదేశాల్లో తీసుకుంటే ఇన్ఫెక్షన్లకు గురయ్యే అవకాశం ఉంది. అందుకే పరిశుభ్రంగా తయారు చేసిన రసాన్ని మాత్రమే తీసుకోవడం మంచిది. మొత్తానికే చెరుకు రసం సహజ శక్తిని అందించే ఆరోగ్యకరమైన పానీయం. కానీ పరిమితంగా, పరిశుభ్రతను పాటిస్తూ తీసుకుంటేనే శరీరానికి మేలు జరుగుతుంది. వేసవిలో దీనిని సరిగ్గా వినియోగించుకోవడం ద్వారా ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవచ్చని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.



పుల్లి బొక్క రుచి వెనుక ఆరోగ్య రహస్యాలు

మటన్ లో ప్రత్యేక రుచితో ఉండే "పుల్లి బొక్క" (ఎముకలో ఉండే మజ్జిగ/బోన్ మార్చ్) చాలా మందికి ఇష్టమైన వంటకం. ఇది రుచికే కాదు, కొన్ని ముఖ్యమైన పోషకాలను కూడా అందిస్తుంది. ముఖ్యంగా గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో ఇది శక్తినిచ్చే ఆహారంగా భావిస్తారు. అయితే దీనిని ఎంతమేరకు తినాలి, ఏ భాగం మంచిదనే విషయాల్లో అవగాహన అవసరం. మటన్ పుల్లి బొక్కలో ఉండే మజ్జిగలో కొవ్వు పదార్థాలు, విటమిన్లు, ఖనిజాలు సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ఇవి శరీరానికి శక్తిని అందించడమే కాకుండా, కీళ్ల ఆరోగ్యానికి కొంతమేర సహాయపడతాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ముఖ్యంగా బలహీనత ఉన్నవారికి ఇది శక్తివంతమైన ఆహారంగా ఉపయోగపడుతుంది. అయితే పుల్లి బొక్కలో ఎక్కువగా కొవ్వు ఉండటం వల్ల దీనిని పరిమితంగా తీసుకోవడం అవసరం. అధికంగా తింటే కొలెస్ట్రాల్ పెరిగే ప్రమాదం ఉంది. గుండె సంబంధిత సమస్యలు ఉన్నవారు, బరువు ఎక్కువగా ఉన్నవారు దీన్ని జాగ్రత్తగా తీసుకోవాలని వైద్యులు సూచిస్తున్నారు. ఏ భాగం మంచిదంటే, కాళ్ల ఎముకలు (లెగ్ బోన్స్)లో ఉండే మజ్జిగను ఉత్తమంగా భావిస్తారు. ఇవి మృదువుగా ఉండి, రుచిగా ఉంటాయి. అలాగే మెడ భాగం, రిబ్స్ లో ఉండే మజ్జిగ కూడా కొంతమేర ఉపయోగకరమే కానీ, ఎక్కువగా కొవ్వు ఉండే భాగాలను తగ్గించడం మంచిది. మటన్ పుల్లి బొక్కను సూప్ రూపంలో తీసుకుంటే జీర్ణక్రియకు సులభంగా ఉంటుంది. ఇది శరీరానికి అవసరమైన పోషకాలను సమతుల్యంగా అందిస్తుంది. ముఖ్యంగా జలుబు, బలహీనత సమయంలో ఇది ఉపయోగపడుతుందని చెబుతున్నారు. మొత్తానికి మటన్ పుల్లి బొక్క రుచికరమైనదే కాకుండా, శక్తినిచ్చే ఆహారం కూడా. కానీ పరిమితంగా తీసుకోవడం, ఆరోగ్య పరిస్థితులను దృష్టిలో ఉంచుకోవడం చాలా ముఖ్యం. సరైన భాగాన్ని, సరైన విధంగా తీసుకుంటే శరీరానికి మేలు జరుగుతుందని నిపుణులు స్పష్టం చేస్తున్నారు.



ప్రోటీన్ ఆహారం vs హై ప్రోటీన్ ఆహారం - తేడా ఏంటి? ఏది ఎంతవరకు మంచిది?

ప్రోటీన్ శరీరానికి అవసరమైన ప్రధాన పోషకాల్లో ఒకటి. అయితే "ప్రోటీన్ ఆహారం" మరియు "హై ప్రోటీన్ ఆహారం" మధ్య తేడా ఏమిటన్నది చాలా మందికి స్పష్టంగా తెలియదు. సాధారణంగా రోజువారీ ఆహారంలో ఉండే ప్రోటీన్ ను ప్రోటీన్ ఆహారం అంటారు. అయితే శరీర అవసరాలకు మించి, ప్రత్యేక లక్ష్యాల కోసం తీసుకునే అధిక ప్రోటీన్ ను హై ప్రోటీన్ డైట్ గా పరిగణిస్తారు. సాధారణ ప్రోటీన్ ఆహారం అనేది రోజూ తీసుకునే భోజనంలో భాగంగా ఉంటుంది. పప్పులు, గుడ్లు, పాలు, పెరుగు, శనగలు వంటి ఆహారాల ద్వారా శరీరానికి అవసరమైన ప్రోటీన్ అందుతుంది. ఇది శరీర నిర్మాణం, కండరాల సంరక్షణకు సరిపడా మోతాదులో ఉంటుంది. సాధారణ జీవన విధానంలో ఉన్నవారికి ఈ విధమైన



ఆహారం చాలనేది నిపుణుల అభిప్రాయం. హై ప్రోటీన్ ఆహారం మాత్రం ప్రత్యేక పరిస్థితుల్లో అవసరం అవుతుంది. క్రీడాకారులు, జిమ్ చేసే వారు, బాడీ బిల్డింగ్ చేసే వారు కండరాల పెరుగుదల కోసం అధిక ప్రోటీన్ తీసుకుంటారు. అలాగే అనారోగ్యం నుంచి

కోలుకునే సమయంలో కూడా కొంతమందికి అధిక ప్రోటీన్ అవసరం అవుతుంది. ఈ డైట్ లో చికెన్, చేపలు, గుడ్లు, సోయా, ప్రోటీన్ పౌడర్లు ఎక్కువగా ఉంటాయి. అయితే హై ప్రోటీన్ డైట్ ను వైద్యుల సలహా లేకుండా అనుసరించడం ప్రమాదకరం.

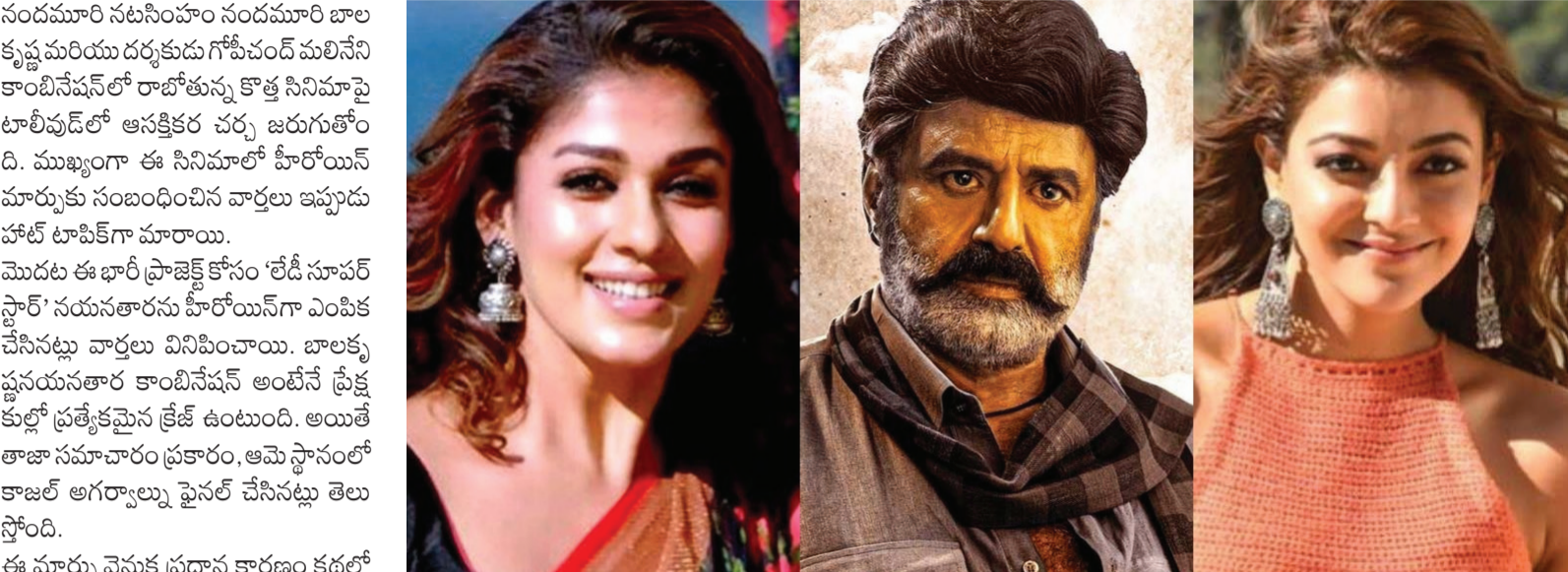
అధికంగా ప్రోటీన్ తీసుకుంటే మూత్రపిండాలపై ఒత్తిడి పెరిగే అవకాశం ఉంది. అలాగే నీటి కొరత, జీర్ణ సమస్యలు, కొలెస్ట్రాల్ పెరుగుదల వంటి సమస్యలు తలెత్తవచ్చు. మరోవైపు తక్కువ ప్రోటీన్ తీసుకుంటే శరీర బలహీనత, కండరాల తగ్గుదల, రోగనిరోధక శక్తి తగ్గుదల వంటి సమస్యలు వస్తాయి. అందుకే ప్రతి వ్యక్తి తన వయస్సు, శారీరక శ్రమ, ఆరోగ్య పరిస్థితిని బట్టి ప్రోటీన్ పరిమాణాన్ని నిర్ణయించుకోవాలి. మొత్తానికి సాధారణంగా సమతుల్య ప్రోటీన్ ఆహారం ప్రతి ఒక్కరికీ అవసరం. హై ప్రోటీన్ డైట్ మాత్రం అవసరం ఉన్నవారు మాత్రమే నిపుణుల సూచనలతో తీసుకోవాలి. సరైన మోతాదులో ప్రోటీన్ తీసుకుంటే శరీరం బలంగా, ఆరోగ్యంగా ఉండగలదని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.



ట్రోలింగ్ను ఛాలెంజ్గా తీసుకున్న అడవి

టాలీవుడ్ యంగ్ హీరో అడివి శేష్ తనదైన శైలిలో కథలను ఎంచుకుంటూ ప్రత్యేకమైన ఇమేజ్ను సొంతం చేసుకున్నాడు. ఆయన సినిమా వస్తుందంటే కొత్తదనం ఖాయం అనే నమ్మకం ప్రేక్షకుల్లో ఏర్పడింది. తాజాగా 'డెకాయిట్' సినిమాతో మరో విజయాన్ని అందుకున్న శేష్, ప్రమోషన్ల సందర్భంగా తనకు ఎదురైన ట్రోలింగ్ అనుభవాన్ని పంచుకోవడం ఆసక్తికరంగా మారింది. గతంలో గూఢచారి 2 గురించి టీవీల్లో చేస్తూ 'ఫ్యాన్స్' అనే పదాన్ని వాడినప్పుడు, ఒక నెటిజన్ "నీకు కూడా ఫ్యాన్స్ ఉంటారా?" అంటూ చేసిన వ్యాఖ్య తనను ఆలోచింపజేసిందని శేష్ తెలిపారు. తాను గూఢచారి ప్రాంచైజీని ఇష్టపడే ప్రేక్షకుల గురించి మాట్లాడానని, కానీ దాన్ని వ్యక్తిగతంగా తీసుకుని విమర్శించడం కొంత బాధకలిగించిందని చెప్పారు. అయినప్పటికీ, తన క్రెడిట్ లిటీనే తన బలం అని దైర్ఘ్యంగా సమాధానం ఇచ్చినట్లు గుర్తు చేసుకున్నారు. సాధారణంగా తాను స్వీయ ప్రచారం చేసుకోవడం ఇష్టపడనని శేష్ వెల్లడించారు. సింపుల్ గా ఉండడానికే ఇష్టపడతానని, అలాంటి వ్యక్తికి ఇలాంటి కామెంట్స్ ఎదురైతే ఎలా స్పందించాలో కొన్నిసార్లు అర్థం కాకపోతుందని చెప్పారు. అయితే ఈ సంఘటన తనను మరింత బలంగా మార్చిందని తెలిపారు. ఇక 'డెకాయిట్' సినిమా విజయంపై ఆయన ఆనందం వ్యక్తం చేశారు. ఇండస్ట్రీలో చెప్పే 'మందే టెస్ట్'ను ఈ సినిమా ఘనంగా పాస్ అయిందని, రెండో వారంలో కూడా థియేటర్లలో బలంగా కొనసాగడం విశేషమని పేర్కొన్నారు. ప్రస్తుతం ఐపీఎల్, ఓటీటీ, సోషల్ మీడియా వంటి భారీ పోటీ ఉన్నప్పటికీ, ఈ చిత్రం ప్రేక్షకులను ఆకర్షించడం గొప్ప విషయమన్నారు. అలాగే మారుఖ్ ఖాన్, పవన్ కళ్యాణ్, మహేష్ బాబు వంటి స్టార్ హీరోల సినిమాల మధ్య తమ చిత్రం నిలబడటం చాలా పెద్ద విజయమని శేష్ తెలిపారు. అడివి శేష్ కెరీర్ను పరిశీలిస్తే, క్షణం, గూఢచారి, మేజర్ వంటి చిత్రాల నుంచి 'డెకాయిట్' వరకు ప్రతి సినిమా భిన్నమైన అనుభూతిని అందించింది. మాస్ ఎలిమెంట్స్పై ఆధారపడకుండా, కథా బలం ద్వారా కూడా బాక్సాఫీస్ వద్ద విజయాన్ని సాధించవచ్చని శేష్ మరోసారి నిరూపించారు. ప్రత్యేకంగా యూత్ మరియు ఫ్యామిలీ ఆడియన్స్ను థియేటర్లకు రప్పించడంలో 'డెకాయిట్' సక్సెస్ కావడం ఆయన కెరీర్లో మరో మైలురాయిగా నిలిచింది.

బాలయ్య కొత్త సినిమాలో హీరోయిన్ మార్పు



నందమూరి నటసింహం నందమూరి బాలకృష్ణ మరియు దర్శకుడు గోపీచంద్ మలిినేని కాంబినేషన్లో రాబోతున్న కొత్త సినిమాపై టాలీవుడ్లో ఆసక్తికర చర్చ జరుగుతోంది. ముఖ్యంగా ఈ సినిమాలో హీరోయిన్ మార్పుకు సంబంధించిన వార్తలు ఇప్పుడు హాట్ టాపిక్ గా మారాయి. మొదట ఈ భారీ ప్రాజెక్ట్ కోసం 'లేడీ సూపర్ స్టార్' నయనతారను హీరోయిన్ గా ఎంపిక చేసినట్లు వార్తలు వినిపించాయి. బాలకృష్ణ నయనతార కాంబినేషన్ అంటేనే ప్రేక్షకుల్లో ప్రత్యేకమైన క్రేజ్ ఉంటుంది. అయితే తాజా సమాచారం ప్రకారం, ఆమె స్థానంలో కాజల్ అగర్వాల్ పైసల్ చేసినట్లు తెలుస్తోంది. ఈ మార్పు వెనుక ప్రధాన కారణం కథలో జరిగిన కీలక మార్పులేనని సినీ వర్గాలు చెబుతున్నాయి. తొలుత ఈ సినిమాను ఒక చారిత్రక నేపథ్యంలో తెరకెక్కించాలని దర్శకుడు రావడంతో, ఆ పాత్రకు కాజల్ అగర్వాల్ సరిగ్గా సరిపోతుందని చిత్రబృందం భావించి ఆమెను ఎంపిక చేసినట్లు టాక్ వినిపిస్తోంది. గతంలో వీరసింహారెడ్డి సినిమాతో బాలకృష్ణ - గోపీచంద్ మలిినేని కాంబినేషన్ బాక్సాఫీస్ వద్ద భారీ విజయాన్ని అందుకుంది. దీంతో ఈ కొత్త సినిమాపై అంచనాలు మరింత పెరిగాయి. గ్యాంగ్ స్టర్ బ్యాక్ డ్రాప్ లో బాలయ్య మార్క్ యాక్టర్, గోపీచంద్ మాస్ ఆమెను ఎంపిక చేసినట్లు టాక్ వినిపిస్తోంది.



'మైఖేల్' బయోపిక్ను ప్రత్యేకంగా వీక్షించిన బన్నీ

ఐకాన్ స్టార్ అల్లు అర్జున్ తన అభిమాన లెజెండ్ రిపోర్టేజీ మైఖేల్ జాక్సన్ జీవితం ఆధారంగా రూపొందిన బయోపిక్ మైఖేల్ చిత్రాన్ని ప్రత్యేకంగా వీక్షించి అభిమానులను ఆకట్టుకున్నాడు. ఈ సినిమా ప్రపంచవ్యాప్తంగా విడుదలవుతుండగా, ముందురోజే దేశంలోని ప్రధాన మెట్రో నగరాల్లో పెయింట్ ప్రీమియర్స్ నిర్వహించారు. ఈ నేపథ్యంలో హైదరాబాద్ లోని తన సొంత మల్టీప్లెక్స్ అల్లు సినిమాస్టో ఏర్పాటు చేసిన ప్రత్యేక ప్రదర్శనకు బన్నీ హాజరై సందడి చేశారు. ఇందుకు సంబంధించిన ఫోటోలు ప్రస్తుతం సోషల్ మీడియాలో వైరల్ గా మారాయి. ఒక గొప్ప డాన్సర్ గా తనపై ప్రభావం చూపిన మైఖేల్ జాక్సన్ బయోపిక్ ను ఈ విధంగా సెలబ్రేట్ చేసుకోవడం అభిమానులను మరింత ఉత్సాహపరుస్తోంది. మరోవైపు ఈ సినిమా కోసం అల్లు సినిమాస్టో రికార్డు స్థాయిలో అడ్వాన్స్ బుకింగ్స్ నమోదైనట్లు సమాచారం. మైఖేల్ జాక్సన్ మేనల్లుడు జాఫర్ జాక్సన్ ప్రధాన పాత్రలో నటించిన ఈ చిత్రానికి ఆంటోనీ షుక్లా దర్శకత్వం వహించారు. చిన్ననాటి నుంచి గ్రోబల్ ఐకాన్ గా ఎదిగిన మైఖేల్ జాక్సన్ ప్రయాణాన్ని ఈ సినిమాలో అద్భుతంగా ఆవిష్కరించినట్లు సినీ వర్గాలు చెబుతున్నాయి. మొత్తానికి, తనకు ప్రేరణగా నిలిచిన లెజెండ్ కు అల్లు అర్జున్ ఇచ్చిన ఈ ప్రత్యేక గౌరవం టాలీవుడ్ లో చర్చనీయాంశంగా మారింది. అభిమానులు కూడా ఈ చిత్రాన్ని భారీ స్థాయిలో ఆదరిస్తూ, మైఖేల్ జాక్సన్ వారసత్వాన్ని మరోసారి గుర్తు చేసుకుంటున్నారు.

'మా ఇంటి బంగారం'పై భారీ అంచనాలు

టాలీవుడ్ స్టార్ హీరోయిన్ సమంత ప్రధాన పాత్రలో నటించిన తాజా చిత్రం 'మా ఇంటి బంగారం' విడుదలకు ముందే భారీ అంచనాలు సొంతం చేసుకుంది. వేసవి కానుకగా మే 15న ప్రేక్షకుల ముందుకు రానున్న ఈ సినిమాపై ఇండస్ట్రీలో పాజిటివ్ బజ్ కనిపిస్తోంది. సాధారణంగా సమ్మర్ సీజన్ అంటే టాలీవుడ్ బాక్సాఫీస్ వద్ద పెద్ద హీరోల సినిమాల హడావుడి ఉంటుంది. కానీ ఈ ఏడాది మాత్రం పరిస్థితి భిన్నంగా ఉంది. బడా హీరోల సినిమాల లెక్కపోవడం సమంతకు పెద్ద ఛాన్స్ గా మారింది. పెద్ద సినిమాల పోటీ లేకపోవడంతో ప్రేక్షకుల దృష్టి సహజంగానే 'మా ఇంటి బంగారం'పై పడింది. ఈ అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకుని ప్రస్తుతం ఉన్న క్రేజ్ ను బట్టి చూస్తే ఈ సినిమా బిజినెస్ కూడా సాధారణం కంటే 10 నుంచి 20 శాతం వరకు ఎక్కువగా జరిగి అవకాశం ఉందని ట్రేడ్ వర్గాలు అంచనా వేస్తున్నాయి. మే 15న విడుదల కానున్న ఈ చిత్రానికి పెద్దగా పోటీ లేకపోవడంతో థియేటర్ల సంఖ్య కూడా భారీగా ఉండే అవకాశం ఉంది.



30 ఏళ్ల రూల్ బ్రేక్ చేసిన కాజోల్...

బాలీవుడ్ సీనియర్ నటి కాజోల్ తన 30 ఏళ్ల సినీ ప్రయాణంలో పాటించిన ఒక ముఖ్యమైన నిబంధనను తాజాగా బ్రేక్ చేయడం ఇండస్ట్రీలో హాట్ టాపిక్ గా మారింది. ఓటీటీ సీరిస్ ది ట్రయల్స్ భాగంగా ఆమె చేసిన లివ్ లాక్ సీన్ సోషల్ మీడియాలో పెద్ద చర్చకు దారితీసింది. 1992లో బేబుడి సినిమాతో ఇండస్ట్రీలోకి అడుగుపెట్టిన కాజోల్, అప్పటి నుంచి "నో కిస్సింగ్ పాలసీ"ని కచ్చితంగా పాటిస్తూ వచ్చారు. తెరపై ముద్దు సన్నివేశాల్లో నటించడానికి ఆమె ఎప్పుడూ ముందుకు రాలేదు. అయితే, తన ఓటీటీ డెబ్యూ సీరిస్ 'ది ట్రయల్స్' కోసం ఈ రూల్ ను పక్కన పెట్టడం అందరినీ ఆశ్చర్యానికి గురిచేసింది. ఈ విషయంపై తాజాగా స్పందించిన కాజోల్, తాను ఆ సీన్ ను కేవలం స్క్రీన్ డిమాండ్ మేరకే చేశానని స్పష్టం చేశారు. "ఆ పాత్రలోని భావోద్వేగాలను సరిగా చూపించడానికి ఆ సన్నివేశం అవసరమైంది. ఒక నటిగా పాత్రకు న్యాయం చేయడమే నా ప్రధాన లక్ష్యం" అని ఆమె తెలిపారు. అనివార్యమైన ప్రామిట్ కోసం తాను ఈ నిర్ణయం తీసుకోలేదని, షూటింగ్ సమయంలో చిత్రబృందం చాలా గౌరవంగా వ్యవహరించినందుకు తాను ఆమె పేర్కొన్నారు. ఆ సన్నివేశం చిత్రీకరణలో ఎలాంటి అసౌకర్యం ఎదురుకాలేదని వెల్లడించారు. కాజోల్ తీసుకున్న ఈ నిర్ణయంపై సోషల్ మీడియాలో మిశ్రమ స్పందనలు వ్యక్తమవుతున్నాయి. కొందరు నటిజన్లు ఆమె కొత్త ఛాలెంజ్ ను స్వీకరించినందుకు ప్రశంసలుస్తుండగా, మరికొందరు ఇన్స్ట్రక్షన్లు తప్పక ఈ రూల్ ను బ్రేక్ చేయడంపై ఆశ్చర్యం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. అమెరికన్ సీరిస్ ది గుడ్ వైఫ్ రీమేక్ గా రూపొందిన 'ది ట్రయల్స్' లో కాజోల్ ఒక లాయర్ పాత్రలో నటిస్తూ, తన నటనతో మరోసారి ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకుంటున్నారు.