

ముగిసిన యుద్ధం.. అధికారికంగా ప్రకటించిన భారత్ ..



న్యూఢిల్లీ, మే 10: ఉగ్రవాదంపై భారత్ నైఖరి మారదని విదేశాంగ మంత్రి ఎన్ జైకంకర్ తెలిపారు. వ్యవస్థాపకపూరి ఉగ్రవాదంపై భారత్ వ్యవస్థాపకపూరి నాశనం చేశారు. అమెరికా మధ్యవర్తిత్వంతో జరిగిన కాబుల్ విరమణను ఆయన ప్రస్తావించారు. అన్ని సైనిక చర్యలను నిలిపివేయడానికి భారత్, పాకిస్తాన్ ఒక అపగాహనకు వచ్చాయని ఎన్

న్యూఢిల్లీ, మే 10: భారత్ - చీనా మధ్య కాటాన్ల విరమణ ఒప్పందం కుదరనిది భారత విదేశాంగ కార్యదర్శి విక్రమ్ మిశ్రా ఆయనలచేత. ఈ కాటాన్ల విరమణ ఒప్పందం ద్వారా ఏకైకంగా తెలంగాణ గంలం నుంచి అమలులోకి తీసుకురావలసి తెలిపారు. నేటి మధ్యాహ్నం 3.35 కి పాకిస్తాన్ అంతర్జాతీయ అవరేషన్ డైరెక్టర్ జనరల్ మన మెలబర్ అవరేషన్ డైరెక్టర్ జా థాన్ చేసే కాటాన్ల విరమణ ప్రతిపక్షం చేరగని తెలిపారు. దీనిపై ఉ స్తతతాన్లు అతరగ యంత్రాంగంపై వర్చులు జరిపిన అంతరంగం మేముజుకు కాటాన్ల కూడా అంగీకరించినావారు. అంతరికామం భారత్, పాక్ మ చేయిన మెలబర్ జనరల్ మధ్య ఈ నెల 12 వ తేదీన వర్చులు జరిగినకన్యానం కూడా మిశ్రా ఢిల్లీలో జరిగిన ముగింపు సమావేశంలో చెప్పారు. ఈ సాంకాన్లం నుంచి భూ, గవన, సముద్ర తరాల నుంచి జరుగకాన్లు మధ్య కాటాన్ల విరమణ అమల్లోకి తీసుకురావలసి తెలిపారు.

ఉగ్రవాదంపై భారత్ వైఖరి మారదు.. దృఢంగా వ్యవహరిస్తాం: జైశంకర్

ప్రైవేట్ డెలివరీ. అలాగే ఉ కుదుర్చుకున్నాయి. అన్ని రూపాలు, గ్రహంపై వైఖరికి భారత్ వ్యక్తీకరణలో ఉగ్రవాదానికి రాజీపడదోదో అన్నాడు. భారత్, పృథ్వికాగా దృఢమైన, రాజీలేని సామెతిగా కాల్పుల విమరుడు, వైఖరికి భారత్ నిరంతరం కొనసాగిస్తోంది. ఇది అలాగే కొనసాగుతుంది.

న్యూఢిల్లీ, మే 10: ఉగ్రవాదంపై భారత్ నైఖరి మారదని విదేశాంగ మంత్రి ఎన్ జైకంకర్ తెలిపారు. వ్యవస్థాపకపూరి ఉగ్రవాదంపై భారత్ వ్యవస్థాపకపూరి నాశనం చేశారు. అమెరికా మధ్యవర్తిత్వంతో జరిగిన కాబుల్ విరమణను ఆయన ప్రస్తావించారు. అన్ని సైనిక చర్యలను నిలిపివేయడానికి భారత్, పాకిస్తాన్ ఒక అపగాహనకు వచ్చాయని ఎన్

హైదరాబాద్, మే 10: నగరంలో 72వ మిస్ వరల్డ్ పోటీలు అట్టహాసంగా ప్రారంభమయ్యాయి. 110 కిపైగా దేశాలకు చెందిన సుందరీమణులు ఈ కిరీటం కోసం పోటీపడుతున్నారు..

భారత్ తరఫున మిస్ ఇండియా సందని గుప్తా ప్రాతినిధ్యం వహిస్తున్నారు. గుప్తా రోజువారీ జరుగుతున్న తెలంగాణ రాష్ట్ర గేలం ఆటా ఫెస్ట్ హోటల్ మొదలుపెట్టారు. తెలంగాణ సంస్కృతి, సంప్రదాయాలను ఉజ్జీవీ వేదికా నిర్వహించిన కార్యక్రమాల అలరించాయి. 250 మంది కళాకారులతో పేరేజీ సృష్టించినందుకు వారిని పరిచయం చేశారు. వారిని కార్యక్రమంలో భాగంగా బోటీదారులు విడిచి న ప్రభుత్వంతో ఆకస్మాదుగా. రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శి, రాష్ట్రమంత్రిగారు, డిప్టీ జిజిఎం తెలంగాణ రాష్ట్ర మహిళా శాఖ ప్రధాన కార్యదర్శి



పటేల్ రమేశ్‌రెడ్డి, నగర మేయర్ జూలియా మోర్గెన్, మిస్ పిస్కోవా తదితరులు ప్రారంభోత్సవ విజయలక్ష్మి, మిస్ వరల్డ్ సీతావో వరల్డ్-2024 విజేత క్రిస్టినా కార్నక్మానికి హాజరయ్యారు.

తెలంగాణలో తొలి ఎక్స్‌జిజివ్ షోరూమ్‌ను ప్రారంభించిన

మ్యాట్రెస్ పరుపుల తయారీ సంస్థ 'సెర్టా'

[illegible]

ఆధునిక సాంకేతికతతో పేరుగాంచింది. ఈ సందర్భంగా నిలిచిన గుప్తా మూర్త్యులు, తెలుగు మూర్తిపై దుష్ట...? రూ.200 కోట్ల బిల్డప్ లిచ్చి అని పెట్టుకున్నాడు. అదేమిట...? "కడపలో 12 నెలల్లో 100 మైలరాజావారి" అని మూర్తిపై దుష్ట...? అలాగే వచ్చి రిండెక్ట్ చేసి XXXతలంగాని మొత్తం 10 కోట్లను X ప్రారంభించాలనే మా లక్ష్యం ఉంది. దీంతో పాటు బిల్డప్ చేసిన ప్రస్తుతం ఉన్న రూ.100 కోట్ల నుంచి రూ.200 కోట్లకు పెంచాలని ఆశిస్తున్నాం" అని పేర్కొన్నారు.

ఖండించాయి. ఈ దాడికి పాల్పడింది పాకిస్తాన్ ప్రేరిపిత ఉగ్రవాదులైనని తెలిడంతో భారత్ రగిలిపోయింది. పాకిస్తాన్ లోని ఉగ్రస్థాపక రాజులైన సద్రికహ్నీ ప్రెక్షి చేస్తోంది. అందుకు ప్రతిగా పాకిస్తాన్ సరిహద్దుల్లో కార్బులు జరుపుతూ కష్టంపులకు పాల్పడుతోంది. ఈ నేపథ్యంలో కేంద్రం తాజా హెచ్చరికలు చేసింది.

నూర్ దిల్లీ మే 10 (ఎక్స్ ప్రెస్ న్యూస్) తినినదానికి తిండి గింజలు లేని పాకీస్తాన్ యుద్ధాన్త న్యూరంతో రిఫైన్ హోండి. భారత్ ను అదే పనిగా కవ్వన్తోంది. ఈ చర్యలకు దాయాది దేశం తనకు ఫలితం మూటగట్టుకోవడం తప్పుడు. ఇప్పటికే భారత్ హాక్ దేశ స్వాతంత్ర్యంపై భారీ దాడులు చేసే పలు టెర్రర్ స్టులకు అంతమందించింది. పాక్ ప్రయోగానికి అంత మిస్ట్రస్, డ్రోన్స్ ను వాడుగా గాలోన్ పేలి వారింది. ఈ

నేపథ్యంలో అసలు పాకే వద్ద ఉన్న ముఖ్య మిస్ట్రెస్ వివే చూద్దాం. పాకే జీవితంలో 450 కంటే అధికమైన రేంజ్ లాభిష్టికి మిస్ట్రెస్ అడ్డాబిలి ని జీవితంలో పరిశ్రమించింది. దీనికే పాటు అనేక ఇతర మిస్ట్రెస్లు పాకే వద్ద ఉన్నాయి. దూరంగా వద్ద ఉన్న మిస్ట్రెస్-1 పార్ట్ రేంజ్ లోనే లాభిష్టికి మిస్ట్రెస్. 70-100 కిలోమీటర్ల దూరంలోని లక్ష్మణులను ఛేదించగలదు. సరిగ్గా అసలు వార్ ఛేదించగల సాధనం కలగకపోతే చూకే-2

దీని సాంఘికం. ఇక మధ్య శ్రేణి ఘోరి మిస్సైల్ 1250 నుంచి 1500 కిలోమీటర్ల దూరంలోని లక్ష్యాలును ఛేదించగలదు. అణు వార్ హెడ్స్ పైత్యూరించేందుకు వీటిని సాక్షి ఉపయోగించొచ్చు. హాసాన్ -2 కూడా మధ్యశ్రేణి బాలిస్టిక్ మిస్సైల్. దీని రేంజ్ 700 కంటే ఎక్కువ. కిలోమీటర్లు. అణు, రసాయన వార్ హెడ్స్ పాటును కలిగి ఉంటుంది. సన సాక్షి-3 కూడా ఇలాంటి వాటిలో ఇలాగే. 350

కాల్పుల విరమణ ఒప్పందం కుదిరింది.. ప్రకటించిన భారత సైన్యం



సూర్యోదయే, మే 10:పహలాం ఉ గ్రహాః జగదీశస్వమీ సుంధి ఓపాక్షం-పాక్షిన్వే దేవాల మహామహానామకా వచ్చిన్ ఉత్తరవర్షం వచ్చిన్ తరవడిందే. రెండు చేతాల కాల్వల విరమణకు ఉండుగోరందానా. ఉ పుష్కరముగోరంద విదేశాం శాఖ, రక్షణ శాఖ వ్యవస్థం కూడా హామీయా సమాజేశ రహస్యం చేసి రెండు దేవాల మహా కాల్వల విరమణ ఒప్పుంద అధికారకం ప్రతీతి వుంది.మిడియా సమాజేశ నాయక సమూహం దేశ రహస్య నాయక సమూహం, ఖాతరీ, పాక్షిన్వే

నవసంవత్సర ఆ ఉన్నదని, పాకిస్తాన్ ఆర్మీ దాడులను ధ్వంసం చేసిందని చెప్పారు. పాకిస్తాన్ సైన్యములను ధ్వంసం చేసేందుకు భారత్ ఆర్మీకి ఏలాంటి సన్నం అవగతంలే అత్యధికం, ఇండియన్ ఎయిర్ ఫోర్స్ ఏదీగ కమాండర్ వ్యూహానికా సింగ్ మహమ్మదాబాద్. భారత్ ఎయిర్ డిస్కవరీ ప్యాన్లు ఎన్-400ను ధ్వంసం చేసేందుకు పాకిస్తాన్ అబద్ధం చెప్పిందని తెలిపారు.

పాకిస్తాన్ ఎయిర్ డిస్కవరీ ప్యాన్లు అనే దాను ధ్వంసం చేశామని చెప్పారు. పాకిస్తాన్ సైన్యం చెందిన జేఎఫ్-17 ఎయిర్ విమానం భారత్ ద్వారా దీనిని ధ్వంసం కూడా అనిపించినవారు.

దానున్నది. మే 27వ తేదీన నైరుతి రుతుపవనాలు కేరళకు తాకినప్పటికీ భారత్ లోని వాతావరణ శాస్త్రవేత్తలు, భువన అంధుడైన ముందుగానే రుతుపవనాలు కేరళకు చేరితే, అప్పుడు 2009 తర్వాత తొలిసారి వర్షాన్ని ముందుగా పశ్చిమపుజ్జా ఇండియా వెచ్చింది. 2009 నవంబరులో మే 23వ తేదీన నైరుతి కేరళకు తాకినట్లు ఇండియా దేశాధికారి తెలుస్తున్నది. సాధారణంగా జూన్ తేదీ తేదీ వరకు కేరళలోకి నైరుతి రుతుపవనాలు ప్రవేశిస్తాయి. ఈ రుతుపవనాలు వల్లే దేశంలో వర్షాకాలం ప్రారంభం అవుతుంది.

ఆ తర్వాత జూలై 8వ తేదీలోగా దేశవ్యాప్తంగా ఆ రుతుపవనాల విస్తరణ. ఇక సెప్టెంబర్ 17వ తేదీ నుంచి ఆగ్నేయ దిశ నుంచి తిరోగమనం తెలుపుతోంది.

అక్టోబర్ 15వ తేదీలోగా పూర్తి ఆ రుతుపవనాల వ్యవస్థ అణిచిపోయింది. 2025 మృత్యుకాలం... సాధారణం కన్నా అధికంగానే వర్షం కురుస్తుందిని విశ్లేషణ బిఎంపిఐ వెల్లడించిన విషయం తెలిసింది.

ఎల్ నీనో వర్షిస్తేలం ఇండోనేసియా బిఎంపిఐ దేశాన్ని, జానీ నుంచి సెప్టెంబర్ వరకు ఈసారి నాలుగు నెలల్లో వర్షపాతం నార్మల్ స్థాయి కన్నా ఎక్కువే ఉంటుందని ఎఫ్ టెన్సెన్ శాఖ శాస్త్రవర్ధుల రిపోర్టుచేసి తెలిపారు.

గ్రానైట్ లారీ బోల్తా..
ముగ్గురు మృతి

(అభివృద్ధి) 180 నుంచి 200
 కోటి రూపాయలకు పెంచాలని
 చేయమన్నారు. ఇది రకరకాల వార్త
 వాళ్ళను మోసంకొల్పగలదు. హన్మి-3
 (పుట్టుమీ) మిస్సెల్ రేంజ్ 300
 కోటి రూపాయలకు, దీనికి అణువార
 వాడెలను మోసంకొల్పే సామర్థ్యం కూడా
 ఉంది. ఇక హన్మి-4 (హిస్సెన్-1)
 షార్ప్ రేంజ్ బాలిస్టిక్ మిస్సెల్. 750
 నుంచి 900 కోటి రూపాయలకు
 దూరం చేరగలవి లక్ష్యాన్ని సాధిం
 వేదించగలవి. అణు, రసాయనిక
 వార్తావాడెలను మోసంకొల్పే సామర్థ్యం

అలాగే ముగిసిన 700 కోటి మార్కుల దూరంలోని లక్ష్యాలును చేదమిగలదు. హాన్స్ సనన్ అనే న్యూల్జ్ శ్రేణి అంశాసామర్థ్యం ఉంది. దీని గైతటి 70 కోటి మార్కులు. షాన్స్ -3 మధ్య శ్రేణి మిసైల్ ప్రస్తుతం అభివృద్ధి దశలో ఉంది. దీని రేంజ్ 2750 కిలోమీటర్లు. నేమీ షిప్ లను ధ్వంసం చేసేందుకు ఉద్దేశించిన మిసైల్స్ క్షమిత సామర్థ్యం 40 నుంచి 180 కోటి మార్కులు. అణుసామర్థ్యం తరచుగా మధ్య శ్రేణి క్షిపణి అలాగిల్ ప్రస్తుతం అభివృద్ధి దశలోనే ఉంది.

పంతుల దూరం

ఇండో పాకీ సరిహద్దుల్లో ఉద్రిక్త పరిస్థితులు నెలకొన్న నేపథ్యంలో మిస్సె వరల్డ్ కేవలం రద్దు చేయాలని, లేదా వాయిదా వేయాలని ప్రతిపక్షాలు ఏదీమాలో కూడా.. నేటి నుంచి ఈనెల 31వ తేదీ వరకూ సగంంలోని గ్రామాలను ఇండోనేసియాలోని అత్యంత వైద్యమం పరిష్కారమేదమూ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం పరిష్కరించే బందోబస్తీ ద్వారా పరిష్కరించే బాండ్ 15 పాకీస్ట్ లో గ్రాండ్ ఫిరార్ జరగనున్నదా..

120 తేదీ వరకూ ఉంచిన నుందరివరకూ ఉచిత పోలీస్

అమరావతి, మే 10: ప్రకాశం జిల్లా పంచరూర్ వద్ద ఉండలం తిమ్మరాజువారిం సంధి ఇవాళ తిల్లరాజువారిం రోడ్డు ప్రయాణం జరిగింది. రోడ్డు యాదాభివృక్తంలో బక్సూరి బ్రేక్ చేయడంతో గ్రాన్డేల్ వలకల లారీ బోల్తా పడింది. గ్రాన్డేల్ వలకల లారీ బోల్తా పడడం నుంచి పంచరూర్ మార్గం గుండాబయ్య వైపు వెళ్తున్నతండా తిమ్మరాజువారిం వద్ద కూడా ప్రయాణం జరిగింది.

ఈ వార్త (డీ సీఎస్) రామాజినేయాలి తెలిసిన వివరాల ప్రకారం.. లారీపై కలకలము ముగ్గురు వ్యక్తులు గ్రాన్డేల్ వలకల క్రింద పడి



తెలంగాణ భాష
సాహిత్యం
మరువం
అక్షరం



సమస్య నైరూపక రుతుపవనాలు
మృదు వాతావరణ శాఖ

అక్కడికక్కడే మృతి చెందారు. మృతి చెందిన వారు పాలేటి శ్రీను (మార్బురు), తాళ్లూరి ప్రభుదాసు (మార్బురు), తమ్మలూరి సురేంద్ర (నూతలపాడు)గా గుర్తించారు. మృతి చెందిన వారందరూ మార్బురు, నూతలపాడు ఎస్సీ కాలనీలకు చెందిన

జన
సమాజ సంగమం

★
వాళి
గీత నిదానములు

ఆ తర్వాత జూలై 8వ తేదీలోగా దేశవ్యాప్తంగా ఆ రుతుపవనాల విస్తరణ. ఇక సెప్టెంబర్ 17వ తేదీ నుంచి ఆగ్నేయ దిశ నుంచి తిరోగమనం తెలుపుతోంది.

అక్టోబర్ 15వ తేదీలోగా పూర్తి ఆ రుతుపవనాల వ్యవస్థ అణిచిపోయింది. 2025 మృత్యుకాలం... సాధారణం కన్నా అధికంగానే వర్షం కురుస్తుందిని విశ్లేషణ బిఎంపిఐ వెల్లడించిన విషయం తెలిసింది.

ఎల్ నీనో వర్షిస్తేలం ఇండోనేసియా బిఎంపిఐ దేశాన్ని, జానీ నుంచి సెప్టెంబర్ వరకు ఈసారి నాలుగు నెలల్లో వర్షపాతం నార్మల్ స్థాయి కన్నా ఎక్కువే ఉంటుందని ఎఫ్ టెన్సెన్ శాఖ శాస్త్రవేత్తలు రిపోర్టు చేశారు.

[illegible]

ప్రఖ్యాత పరిమళ
పూర్వ అధ్యక్షులు, మహాత్మా జవహర్
దాస్ గంధర్వ
సంగీత సాహిత్య ఇతర వి
జ్ఞాన
విజ్ఞులు, సహృదయ
అత్మీయ
శుభకారక
సామర్యాల
రసవంత
స్వాభావి

అలిసీ కళాకారులు
నృసింహతే నృత్య కళాకారి, విజయనగరం

పూనారావు

షయి వ్యాసుల దిశ్చిన్ సంపుటి
వివర్ధన
బులు, మిత్రులు, జిజ్ఞాసులతో
ను సంభాషణ

*

16 మే 2025
10:06 గం.ల నుండి
హైదరాబాద్ మిన హోల్ (మెడల్ లెవెల్)

- పూనారావు

అటవీశాఖ సలహాదారుతో డిప్యూటీ సీఎం సమీక్ష సమావేశం



అమరావతి, మే 10: మంగళగిరిలోని క్యాంపు కార్యాలయంలో అటవీ శాఖ సలహాదారుతో ఉప ముఖ్యమంత్రి పవన్ కళ్యాణ్ సమీక్షా సమావేశం నిర్వహించారు. అటవీ శాఖ ప్రభుత్వ సలహాదారు మర్రికార్జునరావు (రిటైర్డ్) అటాతో నిర్వహించిన ఈ సమావేశంలో, అటవీ శాఖ చేపట్టిన కార్యక్రమాలు, తీసుకుంటున్న చర్యల గురించి ప్రత్యేక చర్చలు జరిపారు.

రెస్ట్రాంట్ పద్మనాభన్ 50 శాతానికి పెంచడానికి తీసుకుంటున్న చర్యలు, వన్యప్రాణులు మానవుల మధ్య సంఘర్షణలను నివారించడానికి తీసుకోవలసిన మరొక చర్యల గురించి చర్చించారు. అలాగే, అటవీ సంరక్షణలో స్థానిక ప్రజల పాత్రను పెంచడానికి,

పర్యావరణ పర్యాటకాన్ని అభివృద్ధి చేయడానికి, మొక్కల పెంపకం, కలప ఉత్పత్తిని ప్రోత్సహించడానికి ప్రత్యేక చర్యలు తీసుకోవాలని సూచించారు.

గతంలో నిర్ణయించిన ప్రణాళికలను నిశ్చిత కాలపరిమితిలో అమలు చేయడానికి, స్థానిక ప్రజలకు, పర్యావరణానికి ప్రయోజనకరమైన అభివృద్ధిని సాధించడానికి, అటవీ శాఖలో తీసుకోవాల్సిన చర్యలు తీసుకోవడానికి పూర్తి సమగ్ర ప్రణాళికను సిద్ధం చేయాలని ఆదేశించారు.

ఈ సమావేశంలో పంచాయతీ రాజ్ కమిషనర్ మైలవరపు కృష్ణ శేష బిఎస్, ఉపముఖ్యమంత్రి ఓఎస్ వెంకట కృష్ణ, అసిస్టెంట్ కమిషనర్ డి.పి.ఎస్. శివరామ్ ప్రసాద్ పాల్గొన్నారు.

అమర వీరుడు మురళీ నాయక్ కుటుంబానికి ఆర్థిక సాయం ప్రకటించిన బాలయ్య

అమరావతి, మే 10: పహలాం ఉగ్రదాడిలో 26 మంది అమాాయకలు (ప్రాణాలు కోల్పోవడంతో భారత్ సైన్యం ఆపరేషన్ సిందూర్ చేపట్టింది. దీని తర్వాత పాకిస్తాన్ సైన్యం డ్రాస్సు, యుద్ధ విమానాలను మనదేశం పైకి ప్రయోగించింది. వీటిని మన సైనిక బలగాలు తిప్పికోట్టారు. జమ్మూ కాశ్మీర్ సరిహద్దులో పాకిస్తాన్ సైన్యం కాల్పుల్లో ఆంధ్రప్రదేశ్కు చెందిన జవాన్ మురళీ నాయక్ వీరమణం చెందారు. మురళీ నాయక్ మరణంతో తల్లిదండ్రులు శ్రీరాం నాయక్, జ్యోతి బాయిలు కన్నీరు ముసిగారు విలపిస్తున్నారు. 2022 డిసెంబర్ లో గుంటూరులో జరిగిన ఎంపిక ప్రక్రియలో అగ్నివీర్ గా ఎంపిక కంస్య బోర్డులో సేవలందిస్తున్నారు.

మురళీ నాయక్ వీరమరణం చెందడంతో గ్రామంలో విషాద వాతావరణం అలముకున్నాయి. మురళీ నాయక్ మృతదేహం గోరంట్ల మండలం కల్లెవాండా గ్రామానికి చేరుకున్నట్లు తెలుస్తోంది. మురళీ నాయక్ మృతి పట్ల ఆంధ్రప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు, డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కళ్యాణ్, నారా లోకేశ్ తో పాటు పలువురు ప్రముఖులు సంతాపం తెలిపారు. మురళీ నాయక్ మరణం చాలా బాధని కలిగించిందని బాలకృష్ణ అన్నారు. ఇక తాజాగా మురళీ నాయక్ కుటుంబానికి ఆర్థిక సాయం ప్రకటించారు బాలకృష్ణ. తన సంతగా ఒక నెల జీతాన్ని మురళీ నాయక్ కుటుంబానికి ఇవ్వనున్నట్లు ప్రకటించారు బాలయ్య.

మే 12న బాలకృష్ణ మురళీ

కోరుట్లలో రద్దీ ప్రాంతాల్లో పోలీసుల తనిఖీలు

కోరుట్ల, మే 10: పట్టణంలో నిత్యం జన సమర్థంతో రద్దీగా ఉండే ప్రాంతాల్లో శనివారం కోరుట్ల పోలీసులు దాగి స్వాగ్ధ బృందంతో తనిఖీలు నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా కోరుట్ల కొత్త బస్టాండ్, ఆర్టీ హోటల్ పరిసరాలు, కిసాన్ షాపింగ్ మాల్లో, పూజ స్కేట్ హౌస్ సమావేశంలో తనిఖీలు చేపట్టారు. ప్రయాణికుల లగిజ్ తో పాటు బాటసారుల బ్యాగులను క్షుణ్ణంగా పరీశీలించారు. పట్టణంలోని పలు ప్రాంతాల్లో సాధారణ తనిఖీల్లో భాగంగా ముందస్తు జాగ్రత్త కోసం తనిఖీలు నిర్వహించామని ఎస్ఐ శ్రీకాంత్ తెలిపారు. అనుమానస్పద వ్యక్తుల కదలికలపై పోలీసులకు సమాచారం అందించాలని కోరారు.

ప్రజల కోసం నా స్వంత నిధులు వెచ్చించా..

అమరావతి మే 10: వైఎస్ జగన్ మోహన్ రెడ్డి బద్వేళ్ల పాలనలో ప్రజలను గాలికి వదిలేసి, ప్రజాధనాన్ని దోచుకోవడమే పనిగా పెట్టుకున్నారని ఏసీ మంత్రి నారా లోకేశ్ తీవ్రస్థాయిలో విమర్శించారు. తాను ఎవ్వరికైనా కూడా లేని సమయంలోనే, మంగళగిరి నియోజకవర్గ ప్రజల పట్ల తన బాధ్యతను గుర్తించి, వారి స్వయం ఉపాధికి చేయూతనందించేందుకు వ్యక్తిగత నిధులను వెచ్చించానని లోకేశ్ తెలిపారు. కులముతాలకు అతీతంగా అర్హతైన ప్రతి ఒక్కరికీ అండగా నిలిచానని పేర్కొన్నారు. సోషల్ మీడియాలో తమపై దుష్ప్రచారం చేస్తున్నారంటూ లోకేశ్ ఈ సందర్భంగా మండిపడ్డారు.

-అందుకే కుట్టుమిషన్ లకు పనులు రంగు చేశా -మీలా ప్రభుత్వ సొమ్ముతో మీ పార్టీ రంగు చేయలేదు -మీలా పార్టీ రంగుల యావ మాకు లేదు -నీ అబద్ధం తాత్కాలికం. మా నిజం శాశ్వతం -జగన్ కు కౌంటర్ ఇచ్చిన నారా లోకేశ్

ప్రభుత్వ సొమ్ముతో కుట్టు మిషన్ల కోని వాటికి పనులు రంగు చేసి నా సొంత నిధులు వెచ్చించాను. కల, మత అంతరాలు పాటించకుండా? తమ కాళ్లపై తాము నిలబడాలనుకునే మహిళామణులు వేలాది మందికి స్త్రీశక్తి పేరుతో ఉచితంగా శిక్షణ ఇచ్చి, ట్రైనింగ్ పూర్తయ్యాక సర్టిఫికేట్లు, ఉచితంగా టైలరింగ్ మిషన్, మెటీరియల్ అందజేశాను. మంగళగిరి స్త్రీ శక్తి కేంద్రం 2022 జూన్ 20 తెలుగుదేశం పార్టీ నాయకుడిగా, నా మంగళగిరి పార్టీ పార్టీలలో 2226 న్యాయం ఉపాధికి చేయూత నందించాలని నిర్ణయించుకున్నాను. మహిళలు, చేనేతలు, స్వచ్ఛారలు, చిరు వ్యాపారులకు అవసరమైన సామాగ్రి, ఆర్థిక సాయంతో ఇక్కడ 17 బ్యాచ్ లలో శిక్షణ

తీసుకున్న 666 మందికి మిషన్ల ఉచితంగా ఇచ్చాం. దుగ్గిరాలలో 2023 ఏప్రిల్ 10న ఆరంభించిన స్త్రీశక్తి కేంద్రంలో 16 బ్యాచ్ లలో 616 మంది ట్రైనింగ్ పూర్తి చేసుకోగా, వీరందరికీ మిషన్లు పంపిణీ చేశాం. ఇప్పటివరకూ 3508 మందికి శిక్షణ పూర్తిచేసి, ఉచితంగా నాణ్యమైన కుట్టు మిషన్లు అందజేశాం. ఇవన్నీ నా జేబులోంచి తీసిన డబ్బులు, నా బాతాల నుంచి వెచ్చించిన సొమ్ములు కాబట్టే? శుభానికి సంతోషమైన నా పార్టీ పనులు రంగు మిషన్లు ఇచ్చాను. జనం సొమ్ముతో పెట్టిన పథకాలకు నీలా పార్టీ రంగులు, నీ పేర్లు పెట్టుకోవాలనే యావ మాకు లేదు. నీ అబద్ధం తాత్కాలికం. మా నిజం శాశ్వతం" అంటూ లోకేశ్ అన్నారు.

ఎస్-400 మిస్సైల్ సిస్టమ్ పై తప్పుడు వార్తలు: భారతీయ సైన్యం

న్యూఢిల్లీ మే 10 (ఎక్స్ ప్రెస్ న్యూస్):: భారత్ కు చెందిన ఎస్-400 ఎయిర్ డిఫెన్స్ సిస్టమ్ ధ్వంసమైనట్లు వస్తున్న వార్తలను భారతీయ సైన్యం (ఎనిటిజిసి ఓపిటిటిజిఐఎ) ఖండించింది. ఆదంపూర్ లో ఉన్న ఎస్-400 రక్షణ వ్యవస్థను పాకిస్తాన్ కు చెందిన జేఎఫ్-17 ఫైటర్ విమానాలకు చెందిన హైపర్ సోనిక్ మిస్సైల్స్ ధ్వంసం చేసినట్లు వార్తలను వ్యాప్తిస్తున్నాయి. ఆ వార్తల్లో వాస్తవం లేదని ఇండియన్ మిలిటరీ అధికారి ఒకరు స్పష్టం చేశారు. ఎస్-400 రక్షణ వ్యవస్థ ధ్వంసమైనట్లు పాకిస్తాన్ కు చెందిన పీఓబీలో వార్తలు ప్రసారం అయ్యాయి. ఆ వార్తలను ఖండిస్తూ భారతీయ సైన్యం ప్రకటన చేసింది. చైనాకు చెందిన జినాహ వార్తా ఏజెన్సీ కూడా ఎస్400 ఎయిర్ డిఫెన్స్ సిస్టమ్ ధ్వంసమైనట్లు వార్తలను ప్రసారించింది. అయితే ఆ వార్తలు అసత్యం అని భారతీయ సైన్యం పేర్కొన్నది.

మృతుల కుటుంబాలకు 10 లక్షల ఎక్స్ గ్రేషియా ప్రకటించిన సీఎం ఒమర్ అబ్దుల్లా

జమ్మూ, మే 10: జమ్మూకాశ్మీర్ ప్రభుత్వం కీలక ప్రకటన చేసింది. పాక్ కాల్పుల్లో ప్రాణాలు కోల్పోయిన బాధిత కుటుంబాలకు 10 లక్షల ఎక్స్ గ్రేషియాను సమగ్రంగా సీఎం ఒమర్ అబ్దుల్లా తెలిపారు. ఫూండ్, రాజ్ టోర్, జమ్మూ, బారామూల్లా సెక్టార్లలో గత నాలుగు రోజుల్లో జిల్లా డెవలప్మెంట్ ఆఫీసర్ తో పాటు మరో 18 మంది గ్రామస్థులు మృతిచెందారు. ఫూండ్ జిల్లాలో బుద్ధవారం 12 మంది సాధారణ పౌరులు



రాజన్ సిరిసిల్లా, మే 10: (నేటిదింజం ప్రతినీధి): ప్రాథమిక పాఠశాల న్యూ అర్బన్ కాలనీ విద్యార్థుల తేలికాటి క్రాఫ్ బి, మాత్రం అసస్య శివరాత్రి త్రీని, శివరాత్రి వల్ల ఇటీవల జరిగిన గడ, తరగతి గురుకుల ప్రవేశ పరీక్ష ఫలితాల్లో అత్యధిక మార్కులు సాధించి బీసీ వెర్టీర్ గురుకుల పాఠశాల పెద్దమ్మ గుడి దగ్గర బాలానగర్, వేములవాడ లో నీట్లు

సాధించడం పట్ల వేములవాడ శాసనసభ్యులు, ప్రభుత్వ విఠ్ అడి త్రీనివాస్ విద్యార్థులకు అభినందనలు తెలిపారు. ఉన్నత లక్ష్యాలకో విద్యలో ఉన్నతంగా రాణించి తల్లిదండ్రులు, సమాజం గవ్వనే విధంగా ఎడగాలని పేర్కొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో ప్రధానోపాధ్యాయులు విక్రమ్ లక్ష్మీనారాయణ, నాయకులు పాల్గొన్నారు.

ఉద్రిక్తతలకు తెర.. ఐపీఎల్ పునరుద్ధరణ దిశగా బీసీసీఐ..!

న్యూఢిల్లీ, మే 10: భారత్, పాకిస్తాన్ ల మధ్య ఉద్రిక్తతలకు తెరపడింది. శనివారం సాయంత్రం 5 గంటల సుమారు ఇరుదేశాలా శనివారం కాల్యాల విరమణకు అంగీకరించాయి. దాంతో, యుద్ధ వాతావరణం తొలగిపోయి సాధారణ పరిస్థితులు ఏర్పడి అవకాశముంది. ఈ నేపథ్యంలో వారం రోజుల పాటు వాయిదా వేసిన ఐపీఎల్ 18వ సిజన్ పునరుద్ధరణపై బీసీసీఐ దృష్టి సారించినట్లుంది. మిగతా 16 మ్యాచ్ లను నిర్వహించి లీగ్ ను విజయవంతం చేయడం కోసం కార్యాచరణ సిద్ధం చేయనుంది.



ఉద్రిక్తతల నేపథ్యంలో ధర్మశాల వేదికగా మే 8వ తేదీన ఢిల్లీ క్యాపిటల్స్, పంజాబ్ కింగ్స్ మధ్య మ్యాచ్ ను అర్ధాంతరంగా రద్దు చేయాలని వచ్చింది. ఆ తర్వాత ప్రాంతీయ యజమానులతో, ఫ్రాన్చైజీస్ నిర్వహించాలనుకున్న

జరిపిన బీసీసీఐ ఐపీఎల్ ను వారం రోజులు వాయిదా వేసింది. ఇప్పుడు ఇరుదేశాలా కాల్యాల విరమణకు అంగీకరించడంతో పరిస్థితులు చక్కబడి అవకాశముంది. దాంతో, తదుపరి 16 మ్యాచ్ లు హైదరాబాద్, బెంగళూరు, చెన్నైలో నిర్వహించాలనుకున్న

వరుసగా మూడో పతకం.. పసిడితో యువ ఆర్చర్ కల సాకారం



న్యూఢిల్లీ, మే 10: ప్రతిష్టాత్మక ఆర్చరీ వరల్డ్ కప్ లో భారత ఆర్చర్ మధుర ధనుస్సాగంకర్ చరిత్ర సృష్టించింది. వరల్డ్ కప్ లో ఇప్పటికే రెండు పతకాలు గెలిచిన తన.. పసిడితో తన కలను సాకారం చేసుకుంది. మూడో పతకం తర్వాత పోటీపడిన అమెకు విశ్వవేదికపై ఇదే తొలి సర్వం కావడం విశేషం. శనివారం జరిగిన ఆర్చరీ వరల్డ్ ఫైనల్ 2 ఫైనల్లో మధుర గురి తప్పకుండా బాబాయి సందించింది. అమెరికాకు చెందిన కార్లన్ క్రాస్ ను 139-138 పాయింట్లతో ఓడించింది.

ఆఖరి రౌండ్ లో 9 పాయింట్లతో కార్లన్ ను వెనక్కి నెట్టి.. సర్వ పతకం గెలుచుకుంది. తర్వాతా విశ్వ వేదికపై తొలి బంగారు పతకంతో మునిసిపాలిటీ యువ ఆర్చర్. మూడో పతకం అంతర్జాతీయ బోర్న్ లో పాల్గొనకపోవడంతో 24 ఏళ్ల మధుర అసి సిద్ధిగా ఈ పోటీల్లో బరిలోకి దిగింది. ఈవేంట్ లో మహిళల టీమ్ ఈవేంట్ లో వెండి, కాంపౌండ్ మిక్స్డ్ విభాగంలో అభిషేక్ వర్మతో కలిసి దేశానికి కాంస్యం అందించింది మధుర.

లేడీ డాక్టర్ అరెస్ట్.. 53 గ్రామాల కొకైన్ స్వాధీనం

హైదరాబాద్, మే 10: హైదరాబాద్ సగరంలోని ఒక ప్రముఖ ఆస్పత్రికి చెందిన వైద్యురాలు ఏగురుపాటి సమృతకు రాయదుర్గం పోలీసులు శుక్రవారం అరెస్ట్ చేశారు. మూడే ప్రవాసం కలిగి ఉండడం, వినియోగంతో పోలీసులు అరెస్ట్ చేశారు. ఆమె వద్ద నుంచి పోలీసులు 53 గ్రామాల కొకైన్, రూ.10 వేల నగదు అరెస్ట్ చేశారు. రెండు మొత్తం పోలీసుల స్వాధీనం చేసుకున్నారు. రాయదుర్గం ఇన్ స్పెక్టర్ సీ నాథ్ వెంకన్న తెలిపిన వివరాల ప్రకారం..

సెలబ్రిటీలు ఎక్కువగా తాగుతున్న జ్యూస్ ఇది.. దీన్ని తాగితే ఎన్ని అద్భుతమైన లాభాలు ఉంటాయంటే..?

హైదరాబాద్, మే 10: ఈమధ్య కాలంలో సెలబ్రిటీలు ఎక్కువ చూసిన సరే సోని ప్రభుత్వ జ్యూస్ తాగుతూ లేదా ఈ పండ్లను తింటూ కనిపిస్తున్నారు. సోషల్ మీడియాలో ఈ పండ్ల గురించిన వార్తలు ట్రెండ్ అవుతున్న ఉన్నాయి. సోని అని పిలవబడే ఈ పండ్లను ఆసియాలోని కొన్ని దేశాల, ఆఫ్రికాలోని అధికంగా పండిస్తున్నారు. మన దేశంలోనూ ఈ పండ్ల వినియోగం పెరుగుతున్న కారణంగా ఈ పండ్లను మన దగ్గర కూడా పండిస్తున్నారు. ఈ పండ్లను మనం సూపర్ ఫుడ్ లో కొనినా లేదా వేస్తామో? ఈ పండ్లను నేరుగా తినడం కన్నా జ్యూస్ తాగడం చేసి అనేక మంచిదని పోషకాహార నిపుణులు చెబుతున్నారు. సోని పండ్ల వల్ల మనకు కలిగే ప్రయోజనాలు ఏమిటో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.

జీవన బీసీసీఐ ఐపీఎల్ ను వారం రోజులు వాయిదా వేసింది. ఇప్పుడు ఇరుదేశాలా కాల్యాల విరమణకు అంగీకరించడంతో పరిస్థితులు చక్కబడి అవకాశముంది. దాంతో, తదుపరి 16 మ్యాచ్ లు హైదరాబాద్, బెంగళూరు, చెన్నైలో నిర్వహించాలనుకున్న

టెస్టు సారథిగా గిల్.. డిప్యూటీగా పంత్.. ఎందుకంటే..?

న్యూఢిల్లీ, మే 10: సుదీర్ఘ ఫార్మాట్ కు రోహిత్ శర్మ వీడ్చే పలకడంతో కొత్త కెప్టెన్ ఎంపిక అనివార్యమైంది. ఇంగ్లండ్ సీరీస్ కు ముందే సయా సారథిని నియమించేందుకు బీసీసీఐ నిర్ణయమైంది. అయితే.. రిటైర్డ్ కెప్టెన్ కెప్టెన్ రోహిత్ శర్మ మాత్రం కుల్యాజీ బాధ్యతలు అప్పగించాలని భావిస్తున్నారు. ఈ నేపథ్యంలో భావి కెప్టెన్ గా కెపాబులు అందుకుంటున్న శుభమన్ గిల్ సేనర్ జగ్జీత్ బుద్ధా పేర్లను పరిశీలించే అవకాశం ఉంది. బుద్ధా ఫిట్ నెస్ దృష్ట్యా అతడు సుదీర్ఘ కాలం జట్టుకు నాయకుడిగా ఉండే అవకాశం తక్కువ. కాబట్టి యంగ్ గెడ్ అయిన గిల్ మంచి ఎంపిక అని మూడో క్రెడిట్ అందుతున్నాడు. ఒకడే అతడికి మగ్గులు అప్పగిస్తే.. డిప్యూటీగా రిషభ్ పంత్ (ను ఎంపిక చేస్తారనే వార్తలు వినిపిస్తున్నాయి. టెస్టులకు రోహిత్ రిటైర్మెంట్ ప్రకటించగానే అందరి దృష్టి

బుద్ధాపైనే నిలిచింది. అనుభవజ్ఞుడైన ఈ యార్లర్ కింగ్ కు నాయకత్వ లక్షణాలు ఉన్నాయని అందరూ అన్నారు. కానీ, ఫాస్ట్ బౌలర్ అయిన అతడు తరచూ గాయాలపాలయ్యే అవకాశముంది. ఇప్పటికే ఈ స్పీడ్స్టర్ వెన్నునొప్పితో కొన్ని రోజులు ఆటకు దూరమయ్యాడు. భవిష్యత్ లోనూ బుద్ధా కొన్ని మ్యాచ్ లు ఆడలేకపోతే ఆ ప్రభావం జట్టుపై పడుతుంది. సో.. అలాంటిప్పుడు తేజస్వీ గిల్ ను కెప్టెన్ చేయడం మంచిదని పలువురు సూచిస్తున్నారు. బుద్ధాను సారథిగా చేయనున్నందు వైసి కెప్టెన్ ఇష్యుడు అర్ధ రహితమని కొందరి వాదన. దాంతో.. విడెకాల్డ్ విధ్వంసక ఇన్ ఫర్మింగ్ లతో అలరించిన పంత్.. ఉప సారథిగా ఉంటే బాగుంటుందని బీసీసీఐ వర్గాలు అనుకుంటున్నాయి. జట్టులో యువరక్తం ప్రవృత్తి పరిస్థితుల్లో వరల్డ్ క్లాస్ బ్యాటర్ గా ఎదిగిన గిల్ కు కెప్టెన్ ఇష్యుడే ఉత్తమం. బుద్ధా, కెప్టెన్ కెపిల్ రావాలని బదులు అతడికి మగ్గులు అప్పగించడం ద్వారా జట్టులో

యువరక్తం నిండుతుంది. గిల్ సారథ్యంలో టీమిండియా బలమైన శక్తిగా మారే అవకాశం ఉంటుంది. ఇప్పటికే.. కోహ్లాని మళ్లీ కెప్టెన్ చేస్తే.. అతడు మహా అండ్ రెండు మూడు పట్ల టెస్ట్ క్రాజ్ ఆటపూర్వక 33 ఏళ్లన్న రాయల్ సుదీర్ఘ ఫార్మాట్ లో కెప్టెన్ గా ఎక్కువ రోజులు కాసాగినా ఉన్నాడు. కృష్ణా. సీనియర్ల వైద్యాలిగా.. మళ్లీ కొత్త సారథిని తప్పనిసరి. అదేదో ఇష్యుడే గిల్ ను నాయకుడిని చేస్తే అతడు ఆలోచించుకుంటున్నాడు. ఇప్పటికే ఐపీఎల్ 18వ సిజన్ లో అతడు గుజరాత్ బ్లైజర్స్ ను షే అట్టకు చేరువేచేశాడు. కెప్టెన్ గా రాజీనామా చేస్తే బ్యాటర్ గా పరగలు పడడం పొందుతాడు. సో.. ఇప్పుడు బీసీసీఐ పెద్దలతో పాటు అభిమానులు కూడా గిల్ ను టెస్టు సారథిగా చూడాలని కోరుతుంటున్నారు. ఇప్పటివరకూ 32 టెస్ట్ లో 35.05 సగటుతో 1,893 పరుగులు సాధించాడీ యంగ్ గెడ్. అందులో 5 సింపర్లు. 7 అర్ధ శతకాలు ఉన్నాయి.

సెలబ్రిటీలు ఎక్కువగా తాగుతున్న జ్యూస్ ఇది.. దీన్ని తాగితే ఎన్ని అద్భుతమైన లాభాలు ఉంటాయంటే..?

హైదరాబాద్, మే 10: ఈమధ్య కాలంలో సెలబ్రిటీలు ఎక్కువ చూసిన సరే సోని ప్రభుత్వ జ్యూస్ తాగుతూ లేదా ఈ పండ్లను తింటూ కనిపిస్తున్నారు. సోషల్ మీడియాలో ఈ పండ్ల గురించిన వార్తలు ట్రెండ్ అవుతున్న ఉన్నాయి. సోని అని పిలవబడే ఈ పండ్లను ఆసియాలోని కొన్ని దేశాల, ఆఫ్రికాలోని అధికంగా పండిస్తున్నారు. మన దేశంలోనూ ఈ పండ్ల వినియోగం పెరుగుతున్న కారణంగా ఈ పండ్లను మన దగ్గర కూడా పండిస్తున్నారు. ఈ పండ్లను మనం సూపర్ ఫుడ్ లో కొనినా లేదా వేస్తామో? ఈ పండ్లను నేరుగా తినడం కన్నా జ్యూస్ తాగడం చేసి అనేక మంచిదని పోషకాహార నిపుణులు చెబుతున్నారు. సోని పండ్ల వల్ల మనకు కలిగే ప్రయోజనాలు ఏమిటో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.

జీవన బీసీసీఐ ఐపీఎల్ ను వారం రోజులు వాయిదా వేసింది. ఇప్పుడు ఇరుదేశాలా కాల్యాల విరమణకు అంగీకరించడంతో పరిస్థితులు చక్కబడి అవకాశముంది. దాంతో, తదుపరి 16 మ్యాచ్ లు హైదరాబాద్, బెంగళూరు, చెన్నైలో నిర్వహించాలనుకున్న

గుండె జబ్బులు రాకుండా.. సోని పండ్లతో యూంట్ ఆక్టివ్ లు అధికంగా ఉంటాయి. బిటమిన్ సి, ఇలెక్ట్రోలైట్ లు కూడా ఉంటాయి. ఇవన్నీ యూంట్ ఆక్టివ్ లు మారిస్తూ పనిచేస్తాయి. ఇవి మన శరీరంలోని ఫ్రీ రాడికల్స్ ను నిర్మూలించాయి. దీంతో కణాలకు జరిగే నష్టం నివారించబడుతుంది. ముఖ్యంగా క్యాన్సర్ కణాలు పెరగకుండా అడ్డకోవచ్చు. అలాగే గుండె జబ్బులు రాకుండా చూస్తాను. సోని పండ్లను తినడం వల్ల రోగ నిరోధక శక్తి పెరుగుతుందని సైంటిస్టులు చేపట్టిన అధ్యయనాలు వెల్లడిస్తున్నాయి. ఈ పండ్లలో సోనిఫెలెటిన్, క్యూర్బెటిన్ అనే సమ్మేళనాలు ఉంటాయి. ఇవి యూంట్ ఆక్టివ్ లు మారిస్తూ లేదా వేస్తామో? ఈ పండ్లను నేరుగా తినడం కన్నా జ్యూస్ తాగడం చేసి అనేక మంచిదని పోషకాహార నిపుణులు చెబుతున్నారు. సోని పండ్ల వల్ల మనకు కలిగే ప్రయోజనాలు ఏమిటో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.

సోని పండ్లతో యూంట్ ఆక్టివ్ లు అధికంగా ఉంటాయి. బిటమిన్ సి, ఇలెక్ట్రోలైట్ లు కూడా ఉంటాయి. ఇవన్నీ యూంట్ ఆక్టివ్ లు మారిస్తూ పనిచేస్తాయి. ఇవి మన శరీరంలోని ఫ్రీ రాడికల్స్ ను నిర్మూలించాయి. దీంతో కణాలకు జరిగే నష్టం నివారించబడుతుంది. ముఖ్యంగా క్యాన్సర్ కణాలు పెరగకుండా అడ్డకోవచ్చు. అలాగే గుండె జబ్బులు రాకుండా చూస్తాను. సోని పండ్లను తినడం వల్ల రోగ నిరోధక శక్తి పెరుగుతుందని సైంటిస్టులు చేపట్టిన అధ్యయనాలు వెల్లడిస్తున్నాయి. ఈ పండ్లలో సోనిఫెలెటిన్, క్యూర్బెటిన్ అనే సమ్మేళనాలు ఉంటాయి. ఇవి యూంట్ ఆక్టివ్ లు మారిస్తూ లేదా వేస్తామో? ఈ పండ్లను నేరుగా తినడం కన్నా జ్యూస్ తాగడం చేసి అనేక మంచిదని పోషకాహార నిపుణులు చెబుతున్నారు. సోని పండ్ల వల్ల మనకు కలిగే ప్రయోజనాలు ఏమిటో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.

సోని పండ్ల సహజసిద్ధమైన పెయిన్ కిల్లర్ గా పనిచేస్తాయి. అధ్యయనాలు చెబుతున్న ప్రకారం ఈ పండ్ల

Printed, Published and owned by VEENADAS, at Freedom Publications, SRT-74, Jawahar nagar, Ashok nagar, Hyderabad-500 020, Telangana.
Published at SRT-74, Jawahar nagar, Ashok nagar, Hyderabad-500020. Telangana.'Editor: B. Devadas. RNI No.52865/93. E-mail: netinjam93@gmail.com.