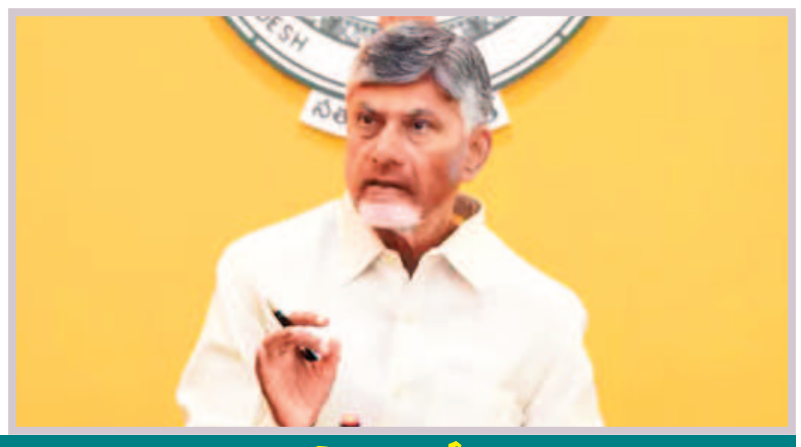
ప్రజా రిపబ్లిక్
ప్రతి అక్షరం ప్రజల కోసం
స్పెషల్
1
RNI No: APTEL/2023/87888
శుక్రవారం
03 అక్టోబర్ 2025



ఉత్తరాంధ్రలో భారీ వర్షాలకు నలుగురి మృతి.. పరిహారం ప్రకటించిన సీఎం చంద్రబాబు

అమరావతి, అక్టోబర్ 3, (రిపబ్లిక్ న్యూస్): ఉత్తరాంధ్రలో భారీ వర్షాలు, వరద పరిస్థితులపై ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు సమీక్ష నిర్వహించారు. శ్రీకాకుళం, విజయనగరం, విశాఖ తదితర జిల్లాల కలెక్టర్లతో వీడియో కాన్ఫరెన్స్ ద్వారా సమీక్షించారు. ప్రస్తుతం జిల్లాల్లో ఉన్న పరిస్థితులను సీఎం అడిగి తెలుసుకున్నారు.

గొట్టా బ్యారేజీకి 1.89 లక్షల క్యూసెక్కులు, తోటపల్లికి 44 వేల క్యూసెక్కుల వరద వస్తోందని శ్రీకాకుళం కలెక్టర్ వివరించారు.

ఒడిశాలోని వివిధ ప్రాంతాల్లో పడిన భారీ వర్షాల కారణంగా వంశధారకు 1.05 లక్షల క్యూసెక్కుల నీరు వస్తోందన్నారు. భారీ వర్షాలు, ప్రమాదాల కారణంగా నలుగురు మృతి చెందినట్లు అధికారులు సీఎం దృష్టికి తీసుకురాగా.. ఆయన విచారం వ్యక్తం చేశారు. విశాఖ నగరం కంచరపాలెంలో ఒకరు, శ్రీకాకుళం జిల్లా మందసలో ఇద్దరు, పార్వతీపురం మన్యం జిల్లా కురుపాంలో ఒకరు మృతి చెందినట్లు తెలిపారు. బాధిత కుటుంబాలకు రూ.4 లక్షల చొప్పున పరిహారం ఇవ్వాలని అధికారులను సీఎం ఆదేశించారు. ప్రస్తుతం ఉత్తరాంధ్ర జిల్లాల్లో వర్షం లేదని, ఎగువ నుంచి వస్తున్న ప్రవాహాలతో నదుల్లో వరద ఉందన్నారు. భారీ వర్షాల కారణంగా కొన్ని చోట్ల చెట్లు కూలాయని, ఇప్పటికే 90 శాతం కూలిన చెట్లను తొలగించామని చెప్పారు. ఉత్తరాంధ్ర జిల్లాల్లో దాదాపు 90 శాతం మేర విద్యుత్ సరఫరాను పునరుద్ధరించామని ఈపీడీసీఎల్ అధికారులు వెల్లడించారు. ఇవాళ సాయంత్రం లోగా అన్ని ప్రాంతాల్లోనూ విద్యుత్ సరఫరా పునరుద్ధరించాలని సీఎం అధికారులను ఆదేశించారు.

జీటో కనెక్ట్ ఎగ్జిబిషన్‌ను ప్రారంభించిన కేంద్రమంత్రి రాజ్‌నాథ్ సింగ్

హైదరాబాద్, అక్టోబర్ 3, (రిపబ్లిక్ న్యూస్): హెచ్ఐసీసీలో జీటో కనెక్ట్ ఎగ్జిబిషనన్ను కేంద్ర రక్షణ మంత్రి రాజ్నాథ్ సింగ్ ప్రారంభించారు. జైన్ ఇంటర్నేషనల్ ట్రేడ్ ఆర్గనైజేషన్ ఆధ్వర్యంలో మూడ్రోజులపాటు ఎగ్జిబిషన్ జరగనుంది. ఎగ్జిబిషన్లో 600కు పైగా స్టాల్స్‌ను నిర్వాహకులు ఏర్పాటు చేశారు.

జీటో కనెక్టు 2 లక్షల మందికి పైగా సందర్శకులు వచ్చే అవకాశం ఉంది. వాణిజ్య నెట్వర్కింగ్, స్టార్టప్ ప్రోత్సాహం, సెషన్లు, వర్క్షాప్లు ఏర్పాటు చేశారు. కార్యక్రమంలో కేంద్రమంత్రి కిషన్ రెడ్డి, తెలంగాణ మంత్రి శ్రీధర్ బాబు, బాబా రామ్దేవ్ పాల్గొన్నారు.

రాజ్‌నాథ్‌కు పొన్నం ప్రభాకర్, రామచందర్ రావు స్వాగతం

జీటో కనెక్ట్ ఎగ్జిబిషన్ కోసం హైదరాబాద్కు చేరుకున్న రాజ్నాథ్ సింగ్కు బేగంపేట ఎయిర్పోర్టులో తెలంగాణ మంత్రి పొన్నం ప్రభాకర్ స్వాగతం పలికారు. ఆయనతోపాటు భాజపా రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు రామచందర్రావు, భాజపా ఎంపీలు ఉన్నారు.

రాజధాని అమరావతిలో మలేసియా బృందం పర్యటన

అమరావతి, అక్టోబర్ 3, (రిపబ్లిక్ న్యూస్): మలేసియా ప్రజాప్రతినిధుల బృందం రాజధాని అమరావతిలో పర్యటించింది. రాజధానిలోని నిర్మాణాల గురించి వారికి... మంత్రి నారాయణ, సీఆర్డీఏ కమిషనర్ కన్నబాబు, అదనపు కమిషనర్ భార్గవ్ తేజ వివరించారు. సీడ్ యాక్సెస్ రహదారి పక్కనే నిర్మిస్తున్న సీఆర్డీఏ నూతన కార్యాలయ భవనాన్ని పరిశీలించారు.

ఈ సముదాయాల వివరాలను మలేసియా బృందానికి అధికారులు తెలిపారు. రెండున్నరేళ్లలో రాజధాని నిర్మాణం పూర్తి చేయాలని లక్ష్యంగా పెట్టుకున్నట్లు మంత్రి నారాయణ వెల్లడించారు. సీఎం చంద్రబాబు నాయకత్వంలో ప్రపంచలో టాప్ 5 రాజధానుల్లో అమరావతిని ఒకటిగా రూపుదిద్దుతామని స్పష్టంచేశారు. అమరావతిలో పెట్టుబడులు పెట్టేందుకు మలేసియాకు చెందిన పలు ప్రైవేటు సంస్థలు ఆసక్తి కనబరిచినట్లు మంత్రి తెలిపారు. రాబోయే 5 ఏళ్లలో రూ.6వేల కోట్ల నుంచి రూ.10వేల కోట్ల వరకు పెట్టుబడులు పెట్టేలా పలు ప్రాజెక్టులను మంత్రి నారాయణకు మలేసియా ప్రతినిధులు వివరించారు.

గగనతల రక్షణ వ్యవస్థ 'సుదర్శన చక్ర'ను తయారుచేస్తున్నాం: ఐఏఎఫ్ చీఫ్

దిల్లీ, అక్టోబర్ 3, (రిపబ్లిక్ న్యూస్): ఆపరేషన్ సిందూర్ సమయంలో ఐఏఎఫ్ సత్తా ఎలాంటిదో ప్రపంచం చూసిందని వాయుసేన అధిపతి ఏపీ సింగ్ తెలిపారు. భవిష్యత్తు సవాళ్లను అధిగమించేందుకు రక్షణరంగంలో స్వావలంభన కోసం 'సుదర్శన చక్రను తయారుచేస్తున్నట్లు తెలిపారు. ఈ కవచంతో కీలకమైన వ్యవస్థలకు రక్షణ కల్పిస్తామని, దేశాన్ని శత్రు దుర్భేద్యంగా తయారు చేస్తామని పేర్కొన్నారు.

దీనికోసం ఇప్పటికే త్రివిధ దళాలు పనిని ప్రారంభించాయన్నారు. 2035 నాటికల్లా ఈ కొత్త భద్రతా వ్యవస్థ పనిచేయడం ప్రారంభించేలా చర్యలు తీసుకోవాలని ప్రధాని సూచించారన్నారు. ఇతర దేశాలతో ఘర్షణలు తలెత్తిన సమయాల్లో వాటిని ఎదుర్కోవాలి, పరిష్కరించుకోవాలనే విషయాలకు భారత్ ఆదర్శంగా ఉందన్నారు. ఒక స్పష్టమైన లక్ష్యంతో భారత్ ఆపరేషన్ సిందూర్ను ప్రారంభించిందని.. అది నెరవేరగానే ఘర్షణను నిలిపివేసిందని ఏపీ సింగ్ అన్నారు. ప్రపంచ దేశాలు ఈ విషయాన్ని భారత్ నుంచి నేర్చుకోవాలని సూచించారు. ఆపరేషన్ సిందూర్ సమయంలో త్రివిధ దళాల సమన్వయంతో పాక్కు చెందిన పది ఫైటర్ జెట్ విమానాలను ధ్వంసం చేశామన్నారు. వాటిలో ఎఫ్-16, జేఎఫ్ -17 యుద్ధ విమానాలు కూడా ఉన్నట్లు తెలిపారు. శత్రువుల స్థావరాలను గురిచూసి కొట్టడంతో పాక్ లోని ఉగ్రస్థావరాలతో పాటు రాడార్ వ్యవస్థలు, కమాండ్ కంట్రోల్ సెంటర్లు, రన్వేలు, హ్యాంగర్లు, యుద్ధ విమానాలు ధ్వంసమయ్యాయని ఏపీ సింగ్ అన్నారు. ఆ దేశంలోని దాదాపు 300 కి.మీ.ల లక్ష్యాలను ఛేదించి భారత సైన్యం పాక్ను మోకాళ్లపై కూర్చోబెట్టిందన్నారు. ఆపరేషన్ సమయంలో కేంద్రం సైన్యానికి పూర్తి స్వేచ్ఛనివ్వడంతో మన సైన్యం శత్రుదేశానికి చుక్కలు చూపించిందని పేర్కొన్నారు. దీంతో కాల్పుల విరమణపై పాక్ కాళ్ల బేరానికి వచ్చిందన్నారు. ఈ విషయంలో మరెవరి జోక్యం లేదని.. ఇస్లామాబాద్ కోరడంతోనే తాము కాల్పుల విరమణకు అంగీకరించామని తెలిపారు. భవిష్యత్తులో పాకిస్థాన్ మళ్లీ దుస్సాహసానికి ఒడిగడితే భారత సైన్యం చేతిలో చావుదెబ్బ తప్పదని హెచ్చరించారు.

రిపబ్లిక్ సినిమా CINEMA

మొన్న రమణ గోగుల.. ఇప్పుడు ఉదిత్ నారాయణ్..

'కొత్త సీసాలో పాత వైన్..' అంటుంటారు. ఈ నానుడిని నేటి యువ దర్శకులు బాగా ఆకళింపు చేసుకుంటున్నారు. ఒకప్పుడు స్టార్గా రాణించిన నటీనటులతో ముఖ్య పాత్రలను చేయిస్తూ సినిమాకు మంచి హైప్ తీసుకొస్తున్నారు. కమర్షియల్ హంగులతో చక్కటి వినోదాన్ని పంచే దర్శకుడు అనిల్ రావిపూడి మరో పంథాను అనుసరిస్తున్నారు. ఈ ఏడాది సంక్రాంతి కానుకగా వెంకటేశ్తో 'సంక్రాంతికి వస్తున్నాం' తీసి బాక్సాఫీస్ వద్ద భారీ విజయాన్ని అందుకున్నారు. ఇక ఇందులోని 'గోదారి గట్టుమీద' పాటను రమణ గోగులతో పాడించి నేటి యువతరాన్ని సైతం కట్టిపడేశారు. ఇప్పుడు అలనాటి క్రేజీ గాయకుడు ఉదిత్ నారాయణ్ తో మేజిక్ క్రియేట్ చేసేందుకు అనిల్ రావిపూడి సిద్ధమయ్యారు. ఆయన దర్శకత్వంలో చిరంజీవి కథానాయకుడిగా నటిస్తున్న చిత్రం 'మన శంకర వరప్రసాదారు'. నయనతార కథానాయిక. వచ్చే ఏడాది సంక్రాంతి కానుకగా సినిమాను తీసుకొచ్చేందుకు ముస్తాబు చేస్తున్నారు. ఈ క్రమంలో ప్రచార కార్యక్రమాలను ముమ్మరం చేశారు. ఇందులో భాగంగా ఉదిత్ నారాయణ్ తో ఓ పాట పాడిస్తున్నారు. 90 దశకం చివరిలో 2000 సంవత్సరం తర్వాత వచ్చిన తెలుగు సహా ఇతర భాషల్లో ఉదిత్ నారాయణ్ స్వరం శ్రోతలను ఓ ఊపు ఊపేసింది. మరీ ముఖ్యంగా తెలుగులో ఆయన పాటలకు విశేషమైన క్రేజ్ ఉండేది. చిరంజీవి నటించిన చిత్రాల్లోని 'రామ్మా చిలకమ్మా..', 'కైకలూరి కన్నె పిల్ల..', 'వానా వానా వెన్నెల వానా...' వంటి పాటలను ఉదిత్ నారాయణ్ ఆలపించారు. అవి ఎవర్గ్రీన్గా నిలిచాయి. ఇప్పుడు మరోసారి 'మీసాల పిల్ల' అంటూ తన స్వరంతో అలరించబోతున్నారు. దీనికి చిరంజీవి డ్యాన్స్, గ్రేస్ తోడైతే వెండితెరపైన నిజంగా సంక్రాంతి సందడే.

పాత్రికేయులు కావలెను
తెలంగాణ, ఆంధ్ర రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా వెలువడుచున్న
రిపబ్లిక్
తెలుగు దినపత్రికలో తెలుగు రాష్ట్రాలలో బ్యూరోలు, జిల్లా స్టాఫర్లు, నియోజకవర్గ మరియు మండల స్థాయి పాత్రికేయులు కావలెను.
ఆసక్తి గలవారు సంప్రదించండి
9948814188 9985876888

రిపబ్లిక్ స్పోర్ట్స్

కేఎల్ రాహుల్ బ్యాటింగ్ అద్భుతం :టీమిండియా మాజీ క్రికెటర్

అహ్మదాబాద్ వేదికగా టీమ్ ఇండియా, వెస్టిండీస్ మధ్య మొదటి టెస్ట్ జరుగుతోంది. ఈ మ్యాచ్లో ఓపెనర్ కేఎల్ రాహుల్ అద్భుతంగా బ్యాటింగ్ చేశాడు. తొలి రోజు అతడు హాఫ్ సెంచరీ పూర్తి చేసుకున్నాడు. రెండోరోజూ అదేఒరవడిని కొనసాగించి సెంచరీ చేశాడు. కేఎల్ రాహుల్ చక్కగా బ్యాటింగ్ చేశాడంటూ టీమ్ ఇండియా మాజీ క్రికెటర్ పార్థివ్ పటేల్ కితాబిచ్చాడు. 'కేఎల్ రాహుల్ అద్భుతంగా ఆడుతున్నాడు. ఇంగ్లాండ్ టూర్లో చూపించిన ఫామ్ను అతడు కొనసాగిస్తున్నాడు. సీనియర్లు జట్టు నుంచి నిష్క్రమించిన తర్వాత కేఎల్ రాహుల్ బాధ్యతలను తన భుజాల మీద మోస్తున్నాడు. ఇంగ్లాండ్ టూర్ లోనూ ఇదే చేశాడు. తొలిరోజు ఆటలో వెస్టిండీస్ ఓపెనింగ్ బౌలర్లు చక్కగా బంతులు సంధించారు. వారి బౌలింగ్లో రాహుల్ ఓపికగా ఆడాడు. క్రీజులో కుదురుకోవడానికి సమయం తీసుకున్నాడు. ఒక్కసారి అతడు క్రీజులో సెట్ అయితే, తేలిగ్గా పరుగులు సాధిస్తాడు' అని పార్థివ్ పటేల్ అన్నాడు. అలాగే సాయిసుదర్శన్ (7బీ 19 బంతుల్లో) బ్యాటింగ్ వైఫల్యం గురించి పార్థివ్ విశ్లేషించాడు. 'సాయి సుదర్శన్ ఒత్తిడిలో ఉన్నట్లు కనిపిస్తున్నాడు. అతడు ప్రశాంతంగా ఉండాల్సిన అవసరం ఉంది. ఎక్కువ స్కోర్ చేసి జట్టులో తన స్థానం సుస్థిరం చేసుకోవాలనే తాపత్రయంలో అతడు ఎక్కువ ఒత్తిడికి గురవుతున్నాడు' అని పార్థివ్ పేర్కొన్నాడు. జస్ప్రీత్ బుమ్రా బౌలింగ్ గురించి కూడా మాట్లాడాడు. 'బుమ్రా అద్భుతంగా యార్కర్లు సంధిస్తున్నాడు. అతడి బౌలింగ్లో ఆడటం ఏ బ్యాటర్కైనా కష్టం. ఇతర బౌలర్లెవరూ బుమ్రాలా యార్కర్లు వేయలేరు' అని పార్థివ్ పటేల్ అన్నాడు. వెస్టిండీస్లో జరగుతున్న తొలి టెస్ట్, తొలి ఇన్నింగ్స్లో జస్ప్రీత్ బుమ్రా మూడు వికెట్లు పడగొట్టాడు.

ఆరోగ్యం

అరటి పువ్వుతో ఆరు వంటకాలు, రుచితో పాటు ఆరోగ్యం

అరటి పువ్వులో ఫైబర్, విటమిన్లు, మినరల్స్ వంటి పోషక మూలకాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. అరటి పువ్వులతో చేసే వంటకాలు రుచితో పాటు ఆరోగ్యానికి కూడా మంచిది.

అరటి పండును చాలా మంది ఇష్టంగా, ఎక్కువగా తింటారు. అరటి పండు రుచి కమ్మగా ఉంటుంది. దీంతో... చిన్నా, పెద్దా తేడా లేకుండా అరటి పండును తింటారు. అరటి పండులో లెక్కలేనన్ని ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి. దీనిని పోషకాల పవర్ హౌస్ అంటారు. అయితే, అరటి పండు మాత్రమే కాదు అరటి పువ్వు కూడా ఆరోగ్య నిధి అని మీకు తెలుసా? అరటి పువ్వులో ఫైబర్, విటమిన్లు, మినరల్స్ వంటి పోషక మూలకాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. అరటి పువ్వులతో చేసే వంటకాలు రుచితో పాటు ఆరోగ్యానికి కూడా మంచిది. ఇవి శరీరాన్ని లోపల నుంచి రక్షిస్తాయి. దక్షిణ భారతదేశంలో అరటి పువ్వుతో రకరకాల కూరలు చేస్తారు. అవి రుచితో పాటు ఆరోగ్యానికి మంచిది. అరటి పువ్వుతో చేసే వంటకాల గురించి ఇక్కడ తెలుసుకుందాం.

అరటి పువ్వు కూర

అరటి పువ్వు కూర ఒక రుచికరమైన, పోషకమైన వంటకం. ఈ వంటకం చేయడానికి, అరటి పువ్వును మొదట బాగా కడగండి. ఆ తర్వాత చిన్న ముక్కలుగా కట్ చేసుకోండి. ఆ తర్వాత కాస్త నూనె వేసి తరిగిన ఉల్లి, టమాట ముక్కల్ని వేసి వేయించండి. ఆ తర్వాత అల్లం-వెల్లుల్లి పేస్ట్ యాడ్ చేయండి. కాస్త వేగిన తర్వాత అరటి పువ్వు ముక్కల్ని జోడించండి. ఆ తర్వాత పసుపు, ధనియాల పొడి, జీలకర్ర, గరం మసాలాను యాడ్ చేయండి. కాసేపు ఉడికిన తర్వాత కొంచెం నీళ్లు పోయండి. తర్వాత మూత పెట్టండి. కాసేపు కూరను అలాగే ఉడకనివ్వండి. ఇంకేముంది రుచికరమైన అరటి పువ్వు కూర రెడీ. దీన్ని వేడి అన్నం లేదా చపాతీతో పాటు తీసుకోవచ్చు.

అరటి పువ్వు పకోడిలు

కేరళ, తమిళనాడు వంటి ప్రాంతాల్లో అరటి పువ్వు పకోడిలు ఫేమస్ ఇవెనింగ్ స్నాక్. ఈ పకోడిలను తయారు చేయడం కోసం ముందు అరటి పువ్వుల్ని సన్నగా తరగండి. ఆ తర్వాత శనగపిండిలో పసుపు, కారం, గరం మసాలా, కొంచెం నీళ్లు వేసి బాగా కలండి. ఆ తర్వాత ఈ పిండి మిశ్రమంలో సన్నగా తరిగిన అరటి పువ్వుల్ని జోడించండి. ఆ తర్వాత వేడి నూనెలో చిన్న చిన్న పకోడిలా వేసుకోండి. బంగారు రంగు వచ్చే వరకు వేయించండి. ఈ పకోడిలు క్రంచీ, టేస్టీగా ఉంటాయి.

బనానా ఫ్లవర్ కోఫ్తాస్

అరటి పువ్వు కోఫ్తాలు ఒక ప్రత్యేకమైన, రుచికరమైన వంటకం. ఈ కోఫ్తాలను తయారు చేసేందుకు ముందుగా అరటి పువ్వును ఉడకబెట్టి, మసాలా దినుసులతో కలిపి చిన్న చిన్న కోఫ్తాలుగా తయారు చేస్తారు. ఈ కోఫ్తాలను టమోటా, ఉల్లిపాయ గ్రేవీలో వండుతారు. ఈ కోఫ్తా కూర అన్నం లేదా రోటీతో చాలా రుచిగా ఉంటుంది.

అరటి పువ్వులతో చేసిన వడ

దక్షిణ భారతదేశంలో చాలా ప్రాంతాల్లో అరటి పువ్వులతో వడలు చేసుకుంటారు. ఈ వడల్ని తయారు చేయడానికి అరటి పువ్వులు, శనగ పప్పు, మసాలా దినుసులు కలిపి గ్రైండ్ చేయాలి. ఆ తర్వాత ఈ పిండితో చిన్న చిన్న వడల్లా చేసుకుని నూనెలో వేయించుకోవాలి. ఈ వడల్ని సాంబార్ లేదా చట్నీతో తింటే భలే రుచిగా ఉంటాయి.

అరటి పువ్వు చట్నీ

అరటి పువ్వుతో చేసే చట్నీ స్పైసీగా, భలే రుచిగా ఉంటుంది. దీన్ని చింతపండు, కొబ్బరి, మసాలాలతో కలిపి అరటి పువ్వులను రుబ్బి చట్నీ తయారు చేస్తారు. ఈ చట్నీ సౌత్ ఇండియన్ డిషెస్‌కి చాలా బాగుంటుంది. మీరు దీన్ని అన్నం, ఇడ్లీ లేదా దోసలతో తింటే భలే రుచిగా ఉంటుంది.

అరటి పువ్వు కిచిడీ

అరటి పువ్వుతో కిచిడీ కూడా చేసుకోవచ్చు. ఇది ఒక తేలికపాటి, పోషకమైన వంటకం. దీన్ని చేసుకోవడానికి ముందుగా బియ్యం, పప్పును ముందుగా ఉడకబెట్టాలి. ఆ తర్వాత తరిగిన అరటి పువ్వులు, పసుపు, జీలకర్ర, ఇంగువ, ఇతర మసాలా దినుసులు కలిపి వండాలి. ఈ కిచిడీ రుచికరంగా ఉంటుంది. ఇందులో ప్రోటీన్, ఫైబర్ పుష్కలంగా ఉంటాయి.

గమనిక..

ఇది సోషల్ సమాచారం మాత్రమే. కొన్ని అధ్యయనాలు, సంబంధిత నిపుణుల ప్రకారం ఈ వివరాలు అందించాం. వ్యక్తుల ఆరోగ్యాన్ని బట్టి ఫలితాలుంటాయి. వీటిని పాటించేముందు.. సంబంధిత నిపుణుడిని సంప్రదించడం శ్రేయస్కరం. అలాగే, హెల్తీ లైఫ్ స్టైల్, సరైన ఆహారం కూడా తీసుకోవడం మీ ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు.