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

అగ్ని ప్రమాదంలో ప్రైవేట్ బస్సు దగ్ధం... బాధితులను పరామర్శించి ఎంపీ

- కల్లూరు మండలం చిన్నటేకూరు వద్ద ప్రైవేట్ ట్రావెల్స్ బస్సు ప్రమాద ఘటనా స్థలిని పరిశీలిస్తున్న జిల్లా కలెక్టర్ డా.ఏ.సిరి, జిల్లా ఎస్పీ విక్రాంత్ పాటిల్, జాయింట్ కలెక్టర్ నూరుల్ కమర్
- బస్సులో సజీవ దహనమైన మృతదేహాలను చూసి తీవ్రంగా దిగ్భ్రాంతి కి గురైన ఎంపీ

కర్నూలు, అక్టోబర్ 24, (రిపబ్లిక్ న్యూస్): కర్నూలు జిల్లా కల్లూరు మండలం చిన్న టెకూరు వద్ద ప్రైవేట్ బస్సు అగ్ని ప్రమాదానికి గురైన ప్రాంతాన్ని కర్నూలు ఎంపీ బస్తిపాటి నాగరాజు పరిశీలించారు... ప్రమాదంలో పూర్తిగా దగ్ధమైన బస్సును పరిశీలించిన ఆయన బస్సులో సజీవ దహనమైన ప్రయాణికుల మృతదేహాలను చేసి తీవ్ర దిగభ్రాంతికి గురయ్యారు. ప్రమాదం పై అక్కడ ఉన్న అధికారులు, స్థానికుల తో మాట్లాడి వివరాలు అడిగి తెలుసుకున్నారు.. అనంతరం ప్రమాదంలో గాయపడి కర్నూలు ప్రభుత్వాఆసుపత్రిలో చికిత్స పొందుతున్న వారిని పరామర్శించారు. ఈ సందర్భంగా క్షతగ్రాతులకు మెరుగైన వైద్యం అందించాలని ఆసుపత్రి సూపరింటెండెంట్ ని ఆదేశించారు. బస్సు అగ్ని ప్రమాదానికి గురైన ఘటనలో ప్రయాణికులు మృతి చెందడం బాధాకరమన్న ఎంపీ నాగరాజు ఘటన పై సమగ్ర విచారణ చేపట్టి బాధ్యుల పై చర్యలు తీసుకుంటామన్నారు. ఇక ప్రమాదంలో మృతి చెందిన కుటుంబాలను ప్రభుత్వం తరపున ఆధుకుంటామని ఆయన తెలిపారు.

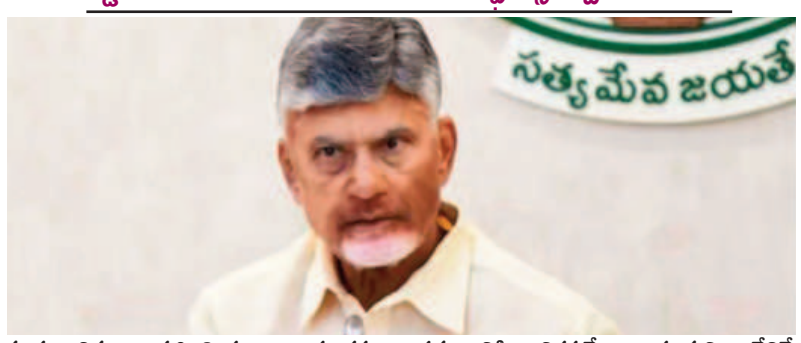
భవిష్యత్తులో ఇలాంటి ప్రమాదాలు జరగకుండా చర్యలు చేపట్టాలి:పవన్ కల్యాణ్

అమరావతి, అక్టోబర్ 24, (రిపబ్లిక్ న్యూస్): కర్నూలు జిల్లాలో జరిగిన ఘోర బస్సు ప్రమాదంపై ఏపీ డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్ తీవ్ర దిగ్భ్రాంతి వ్యక్తం చేశారు. ఈ ఘటన తీవ్రంగా కలచివేసిందని చెప్పారు. క్షతగాత్రులు త్వరగా కోలుకోవాలని ఆకాంక్షించారు.

భవిష్యత్తులో ఇలాంటి ప్రమాదాలు జరగకుండా చర్యలు చేపట్టాలని అధికారులను ఆదేశించారు. హైదరాబాద్ నుంచి బెంగళూరు వెళ్తున్న వేమూరి కావేరి ట్రావెల్స్ బస్సులో శుక్రవారం వేకువజామున మంటలు చెలరేగాయి. బస్సు బైక్ను ఢీకొట్టడంతో అగ్నిప్రమాదం జరిగి 19 మంది సజీవ దహనమయ్యారు.

కర్నూలు బస్సు ప్రమాదం... నిర్లక్ష్యమే కారణమని తేలితే కఠిన చర్యలు: సీఎం చంద్రబాబు

అమరావతి, అక్టోబర్ 24, (రిపబ్లిక్ న్యూస్): కర్నూలు బస్సు ప్రమాద ఘటన నేపథ్యంలో.. ఇతర రాష్ట్రాల రవాణా శాఖ మంత్రులు, అధికారులతో సమగ్ర విచారణకు ఏపీ సీఎం చంద్రబాబు ఆదేశించారు. మంత్రి మండిపల్లి రాంప్రసాద్ రెడ్డి, అధికారులతో ఆయన వీడియో కాన్ఫరెన్స్ నిర్వహించారు.



మృతుల వివరాలు గుర్తించి కుటుంబాలకు తక్షణ సాయం అందించాలని ఆదేశించారు. గాయపడిన వారికి మెరుగైన వైద్యం అందేలా చూడాలన్నారు. ప్రైవేటు బస్సుల ఫిట్నెస్, సేఫ్టీ, పర్మిట్ తనిఖీలకు సీఎం ఆదేశాలు జారీ చేశారు. అన్ని జిల్లాల్లో బస్సుల సాంకేతిక తనిఖీలు చేపట్టాలన్నారు. ప్రమాదానికి నిర్లక్ష్యమే కారణమని తేలితే బాధ్యులపై కఠిన చర్యలు తప్పవని హెచ్చరించారు. ప్రమాదానికి గురైన ప్రైవేటు బస్సు రిజిస్ట్రేషన్, ఫిట్నెస్, పర్మిట్ వివరాలపై పూర్తి నివేదికను కోరారు.

రిపబ్లిక్ సినిమా CINEMA

ఓటీటీలోకి 'కొత్తలోక'.. అధికారికంగా వెల్లడి

చిన్న చిత్రంగా విడుదలై రికార్డులు తిరగరాసింది 'కొత్తలోక: చాప్టర్ 1'. కేవలం మౌత్ టాక్ తోనే బాక్సాఫీస్ వద్ద కాసుల వర్షం కురిపించీ సినిమా. ఈ మూవీ ఎప్పుడెప్పుడు ఓటీటీలోకి వస్తుందా? అని అభిమానులు ఎదురుచూశారు. తాజాగా వారి ఎదురుచూపులకు ఫుల్ స్టాప్ పెడుతూ జియో హాట్ స్టార్ అధికారిక ప్రకటన విడుదల చేసింది. అక్టోబర్ 31 నుంచి స్ట్రీమింగ్ కానున్నట్లు తెలిపింది. తెలుగు, మలయాళం, తమిళ, హిందీతో పాటు బెంగాళీ, మరాఠీలలోనూ ఇది స్ట్రీమింగ్ కానున్నట్లు తెలుపుతూ ఓ పోస్టర్ విడుదల చేసింది.

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

రిపబ్లిక్ స్పోర్ట్స్

గంటసేపు వేచి చూసినా మాకు ట్రోఫీ కనిపించలేదు: తిలక్ వర్మ

అరుదైన వ్యాధితో బాధపడినట్లు భారత ఆటగాడు తిలక్ వర్మ సంచలన విషయాలను ఇటీవల వెల్లడించాడు. ఆ సమయంలో ముంబయి ఇండియన్స్ మేనేజ్మెంట్ తనను ఆదుకొందని గుర్తు చేసుకున్నాడు. తాజాగా ఆసియా కప్ ట్రోఫీ వ్యవహారంపై స్పందించాడు. ఫైనల్లో పాకిస్థాన్ను ఓడించడంలో ఈ తెలుగు కుర్రాడిదే కీలక పాత్ర. అయితే, భారత్ గెలిచినా ట్రోఫీ ఇవ్వకుండా ఏసీసీ అధ్యక్షుడు మోసిన్ నఖ్వీ 'పిల్ల చేష్టలు' సోషల్ మీడియాలో ట్రోలింగ్కు గురైంది. తాజాగా ఓ ఇంటర్వ్యూలో ఆ రోజు ఏం జరిగిందో తిలక్ వెల్లడించాడు. దాదాపు గంటసేపు మైదానంలో ఉన్నా సరే ట్రోఫీ తమకు కనిపించలేదని వ్యాఖ్యానించాడు."మేమంతా మైదానంలో వేచి చూస్తూ ఉన్నాం. అప్పటికి దాదాపు గంట గడిచిపోయింది. ఇదంతా మీరు టీవీల్లోనూ చూసి ఉంటారు. నాతోపాటు మన ఆటగాళ్లంతా గ్రౌండ్లోనే పడుకొని ఉన్నాం. అర్ష్ దీప్ సింగ్ మాత్రం రీల్స్ చేయడంలో బిజీగా ఉండిపోయాడు. ట్రోఫీ వచ్చేసిందని ఆలోచిస్తూ మేమంతా అలాగే ఉండిపోయాం. కానీ, మైదానంలో ఎక్కడా కూడా ట్రోఫీ కనిపించలేదు. అప్పుడు అర్షదీప్ కలుగజేసుకొని.. ట్రోఫీ అందుకొన్నట్లుగా క్రియేట్ చేశాడు. టీ20 వరల్డ్ కప్ సమయంలో ఎలా సంబరాలు చేసుకున్నామో.. ట్రోఫీ లేకపోయినా అలాగే చేద్దామని చెప్పాడు. నాతో పాటు మరో ఐదారుగురు క్రికెటర్లు అలాగే చేశాం" అని తిలక్ తెలిపాడు.

నమ్మకంతో ఉన్నాం..

"ఆసియా కప్ లో మేం మూడుసార్లు పాక్ను ఢీకొట్టాం. ఫైనల్లోనూ గెలుస్తామని మొదటినుంచి నమ్మకంతోనే ఉన్నాం. క్రికెట్ తమాషా గేమ్. ఇలాంటి మెగా టోర్నీల్లో ఆడితే ఆ మజానే వేరు. నేను పాకిస్థాన్పై ఎలాంటి ప్యాషన్తో ఆడానో.. ఇతర మ్యాచుల్లో అలా ఆడలేకపోవచ్చు. కానీ, జట్టు విజయం సాధించేందుకు చేసే ప్రయత్నం మాత్రం ఆగదు" అని తిలక్ వ్యాఖ్యానించాడు.

ఇంటి చిట్కాలు

మెంతులతో ముందుకొచ్చిన పొట్టను తగ్గించుకోవచ్చు, ఎలా తీసుకోవాలో తెలుసా?

బెల్లీ ఫ్యాట్‌ను కరిగించడం పెద్ద సవాల్‌గా మారింది. పొట్ట చుట్టూ పేరుకుపోయిన కొవ్వు కరగడానికి చాలా సమయం పడుతుంది. శరీరంలో మిగతా భాగాల కన్నా నెమ్మదిగా కరుగుతుంది. బెల్లీ ఫ్యాట్‌ని కరిగించుకోవాలంటే చాలా కష్టపడాల్సి ఉంటుంది.

చెడు జీవనశైలి, అనారోగ్యకరమైన ఆహారపు అలవాట్లు కారణంగా ప్రజలు అనేక సమస్యలు ఎదుర్కొంటున్నారు. ఇందులో బెల్లీ ఫ్యాట్ ముఖ్యమైన సమస్యగా మారింది. చాలా మంది బెల్లీ ఫ్యాట్‌తో బాధపడుతున్నారు. బెల్లీ ఫ్యాట్ అంటే బొడ్డు చుట్టూ కొవ్వు పేరుకుపోవడం. దీంతో ఈ పొట్ట గుండ్రటి ఆకారంలో కనిపిస్తుంది. బెల్లీ ఫ్యాట్ కారణంగా గుండె, బీపీ, షుగర్ వంటి సమస్యలు వచ్చే అవకాశం ఉంది. అంతేకాకుండా ముందుకు వచ్చిన పొట్టతో నలుగురితో తిరగాలంటే ఇబ్బందిగా ఉంటుంది. అందుకే బెల్లీ ఫ్యాట్‌ని కరిగించుకోవాలి. అయితే, బెల్లీ ఫ్యాట్‌ను కరిగించడం పెద్ద సవాల్‌గా మారింది. పొట్ట చుట్టూ పేరుకుపోయిన కొవ్వు కరగడానికి చాలా సమయం పడుతుంది. శరీరంలో మిగతా భాగాల కన్నా నెమ్మదిగా కరుగుతుంది. బెల్లీ ఫ్యాట్‌ని కరిగించుకోవాలంటే చాలా కష్టపడాల్సి ఉంటుంది. ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం, వ్యాయామంతో పాటు కొన్ని ఇంటి చిట్కాలు ముందుకువచ్చిన పొట్టను కరిగించడంలో సాయపడతాయి. వంటగదిలో దొరికే మెంతులతో పొట్ట చుట్టూ పేరుకుపోయిన కొవ్వును కరిగించుకోవచ్చని చెబుతున్నారు ఆయుర్వేద నిపుణులు. బెల్లీ ఫ్యాట్ తగ్గడానికి మెంతుల్ని ఎలా తీసుకోవాలో ఇక్కడ తెలుసుకుందాం.

మెంతుల్లో పోషకాలు

వంటల్లో రుచిని పెంచే మెంతుల్లో పోషకాలు మెండుగా ఉన్నాయి. మెంతుల్లో పొటాషియం, విటమిన్ ఎ, విటమిన్ సి, విటమిన్ కె, బీ6, ఫోలిక్ యాసిడ్, కాపర్ వంటి ఎన్నో పోషకాలు ఉంటాయి. మెంతుల్లో ఉండే పొటాషియం వల్ల రక్తపోటు నియంత్రణలో ఉంటుంది. మెంతుల్లో గెలాక్లోమన్నన్ అనే సమ్మేళనం ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఇది చెడు కొలెస్ట్రాల్‌ని తగ్గించడంలో ప్రభావవంతంగా పనిచేస్తుంది. అంతేకాకుండా గుండె ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది. మెంతుల్లో ఉండే విటమిన్ కె ఎముకల ద్రవ్యరాశిని స్ట్రాంగ్‌గా మారుస్తుంది. ఇలాంటి మెంతుల్ని బరువు తగ్గడం కోసం ఎలా తీసుకోవచ్చో తెలుసుకుందాం.

మెంతుల నీరు

బెల్లీ ఫ్యాట్‌ను తగ్గించడానికి మెంతుల నీరు బెస్ట్ ఆప్షన్ అంటున్నారు నిపుణులు. ఇందుకోసం ఒక చెంచా మెంతుల్ని తీసుకోండి. వాటిని ఒక గ్లాస్ నీటిలో రాత్రంతా నానబెట్టాలి. మరుసటి రోజు ఉదయం ఈ నీటిని కొద్దిగా వేడి చేసి తాగవచ్చు. మెంతుల నీరు కొవ్వును బర్న్ చేయడంలో ప్రభావవంతంగా పనిచేస్తుంది. రెగ్యులర్‌గా ట్రై చేస్తే మంచి ఫలితాలుంటాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు.

మెంతుల టీ

మెంతుల టీ కూడా బెల్లీ ఫ్యాట్ తగ్గించడంలో ప్రభావవంతంగా పనిచేస్తుంది. ఇందుకోసం ఓ రెండు టీ స్పూన్ల మెంతుల్ని తీసుకోండి. వాటిని ఒక గ్లాస్ నీటిలో వేసి మరిగించండి. నీరు సగం వచ్చేంత వరకు మరిగించాలి. ఆ తర్వాత చల్లార్చి గోరు వెచ్చగా తాగండి. మీరు కావాలంటే రుచి కోసం నిమ్మకాయ రసం, తేనె కలిపి కూడా తాగవచ్చు. రెగ్యులర్‌గా తాగడం వల్ల పొట్ట చుట్టూ పేరుకుపోయిన కొవ్వు కరిగిపోతుంది.

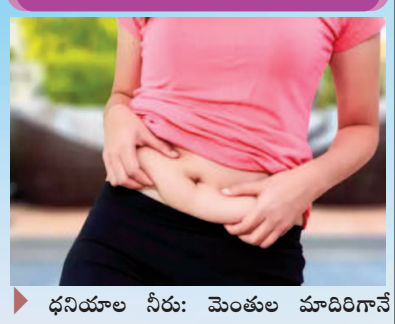
మెంతుల సిరప్

ఇందుకోసం ముందుగా మెంతుల్ని నానబెట్టాలి. ఆ తర్వాత నానబెట్టిన మెంతుల్ని, అర చెంచా అల్లం పేస్ట్, ఒక గ్లాస్ నీటితో మరిగించాలి. నీరు మరిగిన తర్వాత చల్లార్చి దానికి నిమ్మరసం కలుపుకోవాలి. ఇది బెల్లీ ఫ్యాట్‌ని తగ్గించడంలో ప్రభావవంతంగా పనిచేస్తుంది. ఈ సిరప్ జీవక్రియన వేగవంతం చేస్తుంది. జీవక్రియ పెరిగితే పొట్ట చుట్టూ పేరుకుపోయిన కొవ్వు బర్న్ అవుతుంది.

మెంతుల పొడి

మెంతుల్ని బాగా వేయించి పొడిలా చేసుకోవాలి. ఈ మెంతుల పొడిని కూరల్లో లేదా వంటల్ల వాడుకోవచ్చు. కావాలంటే గోధుమ పిండిలో కలిపి రొట్టెలు చేసుకోవచ్చు. మెంతుల పొడిని సలాడ్లు లేదా స్మూతీల్లో కూడా కలిపి తీసుకోవచ్చు. మెంతుల పొడిని తీసుకోవడం చాలా సులభం.

ఇవి కూడా ట్రై చేయండి



- ధనియాల నీరు: మెంతుల మాదిరిగానే ధనియాల్ని రాత్రంతా నీటిలో నానబెట్టి.. ఆ తర్వాత వేడి చేసి తాగవచ్చు. ఇది కూడా బరువు తగ్గించడంలో సాయపడుతుంది.
- వాము నీరు: బరువు తగ్గడంలో వాము నీరు కూడా ప్రభావవంతంగా పనిచేస్తుంది. వాము నీరు తాగడం వల్ల కడుపులోని సమస్యల్ని తగ్గించుకోవచ్చు.
- జీలకర్ర నీరు: ఈ నీటిలో కొవ్వును కరిగించే గుణాలు పుష్కలంగా ఉన్నాయి. జీలకర్రను నానబెట్టి ఫిల్టర్ చేసి ఈ నీరును తాగవచ్చు.
- సోంపు గింజల నీరు: ఈ రెమెడీ కూడా బెల్లీ ఫ్యాట్‌ని తగ్గించడంలో ప్రభావవంతంగా ఉంటుంది. జీర్ణసమస్యలు తగ్గించడంలో సోంపు అద్భుతంగా పనిచేస్తుంది.

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.