ఆంధ్రజ్యోతి
నవ్య 1
కుటుంబ కదంబం
శనివారం ● 5 సెప్టెంబర్ 2020
features@andhrajyothy.com

ఇమ్యూనిటీ పచ్చళ్లు

వంటిల్లు

ఈ సమయంలో వ్యాధి నిరోధక శక్తిని పెంచే ఆహారం తీసుకోవడం చాలా అవసరం. రకరకాల కూరగాయల్లోనే కాదు, పప్పు దినుసులతోనూ, వాటితో చేసే పచ్చళ్లతోనూ ఇమ్యూనిటీ బాగా పెరుగుతుంది. పప్పుల పొడి, కూర పొడి, కరివేపాకు పచ్చడి, నువ్వుల పచ్చడి, అల్లం పచ్చడి, కొత్తిమీర పచ్చడి ఆ కోవకు చెందినవే. ఇంకెందుకాలస్యం.. ఈ వారం మీరూ ట్రై చేయండి.

అల్లం పచ్చడి

కావలసినవి

అల్లం - పావుకేజీ, ఆవాలు - ఒక టీస్పూన్, మెంతులు - పది గింజలు, మినపప్పు - ఒక టీస్పూన్, బెల్లం - కొద్దిగా, నూనె - రెండు టేబుల్‌స్పూన్లు, చింతపండు - నిమ్మకాయంత, ఎండుమిర్చి - ఎనిమిది, జీలకర్ర - కొద్దిగా, ఉప్పు - తగినంత, పసుపు - కొద్దిగా, ఇంగువ - కొద్దిగా.

తయారీ విధానం

- ముందుగా స్టవ్‌పై బాణలి పెట్టి నూనె వేసి కాస్త వేడి అయ్యాక ఎండుమిర్చి, మినపప్పు, ఆవాలు, జీలకర్ర, ఇంగువ వేసి వేగించాలి.
- అల్లం శుభ్రంగా కడిగి పొట్టు తీసి చిన్నచిన్న ముక్కలుగా కట్ చేసుకోవాలి.
- చింతపండును నీళ్లలో నానబెట్టాలి.
- ఇప్పుడు పోపు, అల్లం ముక్కలు, బెల్లం, పసుపు, ఉప్పు, నానబెట్టిన చింతపండు... అన్నీ కలిపి గ్రైండ్ చేసుకుంటే అల్లం చట్నీ రెడీ.

వంద గ్రాముల అల్లంలో...

క్యాలరీలు - 335
ఫ్యాట్ - 4.2 గ్రా
సాచురేటెడ్ ఫ్యాట్ - 2.6గ్రా
సోడియం - 27 ఎంజి
కార్బోహైడ్రేట్లు - 72 గ్రా
డైటరీ ఫైబర్ - 14 గ్రా
ప్రొటీన్ - 9 గ్రా
ఇంకా క్యాల్షియం, ఐరన్, పొటాషియం మైక్రోగ్రాముల్లో లభిస్తాయి.

అల్లంలో యాంటీఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా లభిస్తాయి. అల్లం జీర్ణసమస్యలను దూరం చేస్తుంది. జలుబు, ఫ్లూ లక్షణాలను తగ్గిస్తుంది. ఇన్‌ఫెక్షన్లపై పోరాడే శక్తిని అందిస్తుంది.

నువ్వుల పచ్చడి

కావలసినవి

నువ్వులు - రెండు కప్పులు, పచ్చిమిర్చి - ఆరు, ధనియాలు - అరస్పూన్, మెంతులు - ఆరు, ఉప్పు - తగినంత, పసుపు - చిటికెడు, చింతపండు - నిమ్మకాయంత, బెల్లం - కొద్దిగా, నూనె - రెండు టీస్పూన్లు, ఆవాలు - అరస్పూన్, ఎండుమిర్చి - ఒకటి.

తయారీ విధానం

- ముందుగా నువ్వులు దోరగా వేగించాలి. ధనియాలు, మెంతులు వేగించుకోవాలి.
- చింతపండును నీళ్లలో నానబెట్టాలి.
- నువ్వులను పొడి చేసుకోవాలి.
- తరువాత ధనియాలు, మెంతులు వేసి పొడి చేయాలి.
- నానబెట్టిన చింతపండు, పచ్చిమిర్చి, పసుపు, ఉప్పు వేసి కొద్దికొద్దిగా నీళ్లు పోస్తూ గ్రైండ్ చేయాలి.
- ఇప్పుడు స్టవ్‌పై బాణలి పెట్టి నూనె వేసి కాస్త వేడి అయ్యాక ఆవాలు, ఎండుమిర్చి, ఇంగువ వేసి పోపు వేయాలి.
- తియ్యగా ఉండాలని కోరుకునే వాళ్లు బెల్లం కలపవచ్చు.

వందగ్రాముల నువ్వుల్లో...

క్యాలరీలు - 573
కార్బోహైడ్రేట్లు - 23 గ్రా
డైటరీ ఫైబర్ - 12 గ్రా
ప్రొటీన్ - 18 గ్రా
ఇంకా విటమిన్లు, క్యాల్షియం, ఐరన్, పొటాషియం మైక్రోగ్రాముల్లో లభిస్తాయి.

నువ్వులు తీసుకోవడం వల్ల ఎముకలు బలోపేతం అవుతాయి. శ్వాస సమస్యలు దూరమవుతాయి. గుండెకు చాలా మేలు జరుగుతుంది. ఇవి ఒత్తిడిని తగ్గించడంలోనూ సహాయపడతాయి.

కరివేపాకు పచ్చడి

కావలసినవి

కరివేపాకు కట్టలు - ఐదు (చిన్నవి), ఎండుమిర్చి - పది, చింతపండు - నిమ్మకాయంత, పసుప్పు - అర టీస్పూన్, ధనియాలు అర టీస్పూన్, నువ్వులు - ఒక టీస్పూన్, ఉప్పు - రుచికి తగినంత, ఇంగువ - రెండు చిటికెడులు, నూనె - రెండు టీస్పూన్లు, శనగపప్పు - అర స్పూన్, మినపప్పు - అర స్పూన్, ఆవాలు - అర స్పూన్, జీలకర్ర - అర స్పూన్.

తయారీ విధానం

- ముందుగా కరివేపాకును శుభ్రంగా కడిగి తడిలేకుండా ఆరబెట్టుకోవాలి.
- నువ్వుపప్పు దోరగా వేగించాలి.
- స్టవ్‌పై బాణలి పెట్టి నూనె వేసి కాస్త వేడి అయ్యాక శెనగపప్పు, మినప్పప్పు, ధనియాలు, జీలకర్ర, ఆవాలు, ఇంగువ వేసి పోపు పెట్టుకోవాలి.
- ఆ పోపును ఒక ప్లేట్‌లోకి తీసుకుని పక్కన పెట్టుకోవాలి.
- అదే బాణలిలో ఎండుమిర్చి వేసి వేగించాలి. కాసేపయ్యాక కరివేపాకు వేయాలి. చింతపండు వేసి స్టవ్‌పై నుంచి దింపాలి.
- చల్లారాక అన్నీ కలిపి గ్రైండ్ చేసుకోవాలి. తగినంత ఉప్పు వేసుకోవాలి. కొద్దిగా నీళ్లు కలిపి పచ్చడి తయారీ చేసుకోవాలి.

కరివేపాకులో...

క్యాలరీలు - 108
కార్బోహైడ్రేట్లు - 18
ఫైబర్ - 6.4 గ్రా
ప్రొటీన్ - 6 గ్రా
ఇంకా క్యాల్షియం, ఐరన్, పొటాషియం, జింక్, సి-విటమిన్, కాపర్, మెగ్నీషియంలు మైక్రోగ్రాముల్లో లభిస్తాయి.

కంటిచూపును కాపాడుతుంది. ఇందులో యాంటీ బ్యాక్టీరియల్, యాంటీ ఇన్‌ఫ్లమేటరీ గుణాలు పుష్కలం. బరువు తగ్గడానికి ఉపయోగపడుతుంది. మలబద్ధకాన్ని దూరం చేస్తుంది.

కూర పొడి (మిక్స్‌డ్ పల్స్)

కావలసినవి

ఎండుమిర్చి - ఐదు, జీలకర్ర - ఒక స్పూన్, ఇంగువ - చిటికెడు, మిరియాలు - రెండు, లవంగం - ఒకటి, ఎండుకొబ్బరి - రెండు స్పూన్లు, శనగపప్పు - ఒక కప్పు, మినపప్పు - అర కప్పు, నువ్వుపప్పు - అర కప్పు, నూనె - ఒక స్పూన్, ఉప్పు - రుచికి తగినంత, పల్లీలు - అరకప్పు, ధనియాలు - ఒక స్పూన్, జీడిపప్పు - ఐదారు పలుకులు.

తయారీ విధానం

- స్టవ్ మీద బాణలి పెట్టి ఒక స్పూన్ నూనె వేసి వేడి అయ్యాక ఎండుమిర్చి, ఇంగువ, జీలకర్ర, ధనియాలు, మిరియాలు, లవంగం వేసి వేగించాలి.
- తరువాత నువ్వుపప్పు, జీడిపప్పు వేసి వేగించాలి. పప్పు దినుసులు కూడా వేసి వేగించాలి.
- ఇప్పుడు అన్నీ కలిసేలా కలిపి తగినంత ఉప్పు వేసి, ఎండు కొబ్బరి కలపాలి.
- ఈ పొడి గుత్తి వంకాయ, సొరకాయ, బీర, బెండకాయ కూరల్లో వాడొచ్చు. ఈ పొడి వల్ల కూర మరింత రుచిగా ఉంటుంది.

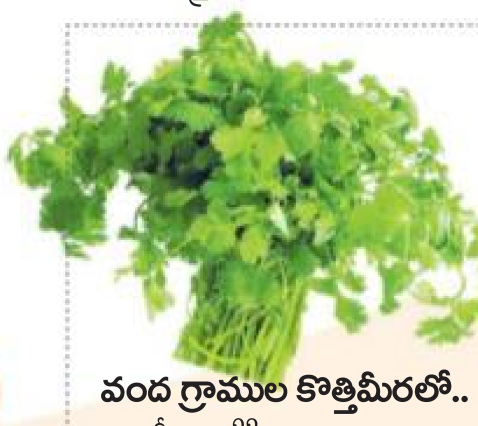
కొత్తిమీర పచ్చడి

కావలసినవి

కొత్తిమీర కట్ట - ఒకటి(పెద్దది), పచ్చిమిర్చి - ఎనిమిది, ఎండుమిర్చి - ఒకటి, నూనె - మూడు టీస్పూన్లు, ఆవాలు - అర స్పూన్, జీలకర్ర - అర స్పూన్, శనగపప్పు - కొద్దిగా, మినపప్పు - కొద్దిగా, మెంతులు - ఆరు, ఇంగువ - కొద్దిగా, చింతపండు - నిమ్మకాయంత, బెల్లం - కొద్దిగా, ఉప్పు - రుచికి తగినంత, పసుపు - కొంచెం.

తయారీ విధానం

- కొత్తిమీరను సన్నగా తరిగి బాగా కడిగి ఆరబెట్టుకోవాలి.
- స్టవ్‌పై బాణలిపెట్టి నూనె వేసి కాస్త వేడి అయ్యాక ఆవాలు, జీలకర్ర, శెనగపప్పు, మినప్పప్పు, మెంతులు, ఇంగువ వేసి వేగించాలి.
- తరువాత ఎండుమిర్చి వేసుకోవాలి. చివరన పచ్చిమిర్చి వేసి కలపాలి.
- ఇప్పుడు కొత్తిమీర వేసి కాసేపు వేగించి దింపాలి.
- చింతపండు పోయాలి. చల్లారాక బెల్లం, పసుపు, ఉప్పు వేసుకుని గ్రైండ్ చేసుకోవాలి.
- గ్రైండ్ చేసే సమయంలో నీళ్లు పోయకూడదు. పోపు నూనెతోనే గ్రైండ్ చేసుకుంటే సరిపోతుంది.



వంద గ్రాముల కొత్తిమీరలో..

క్యాలరీలు - 23
కార్బోహైడ్రేట్లు - 3.7 గ్రా
డైటరీ ఫైబర్ - 2.8 గ్రా
ప్రొటీన్ - 2.1 గ్రా
ఇంకా క్యాల్షియం, ఐరన్, పొటాషియం మైక్రోగ్రాముల్లో లభిస్తాయి.

రోగనిరోధకశక్తిని పెంచే యాంటీఆక్సిడెంట్లు కొత్తిమీరలో పుష్కలం. షుగర్ లెవెల్స్‌ను తగ్గిస్తుంది. ఇన్‌ఫెక్షన్లపై పోరాడే శక్తినిస్తుంది. గుండె సమస్యలు రాకుండా కాపాడుతుంది.

పప్పుల పొడి

కావలసినవి

పల్లీలు - ఒక కప్పు, పుట్నాలు - అరకప్పు, నువ్వులు - అరకప్పు, ఎండుమిర్చి - నాలుగైదు, జీలకర్ర - అర స్పూన్, మెంతులు - ఐదు లేదా ఆరు, ఉప్పు - రుచికి తగినంత, ఇంగువ - చిటికెడు, నూనె - అర స్పూన్.

తయారీ విధానం

- ముందుగా స్టవ్‌పై బాణలి పెట్టుకుని ఎండుమిర్చి, జీలకర్ర, ఇంగువ, మెంతులు వేసి దోరగా వేగించుకుని పక్కన పెట్టుకోవాలి.
- పల్లీలు, పుట్నాలు, నువ్వుపప్పు వేర్వేరుగా వేగించుకోవాలి.
- ముందుగా ఎండుమిర్చి, జీలకర్ర, మెంతులు, ఇంగువ కలిపి గ్రైండ్ చేసుకోవాలి.
- తరువాత పల్లీలు, పుట్నాలు, నువ్వులు పొడి చేసుకోవాలి. చివరగా రుచికి తగినంత ఉప్పు కలపాలి.
- ఈ పొడిని వేడి వేడి అన్నంలో నెయ్యితో కలిపి తింటే రుచిగా ఉంటుంది.

వంద గ్రాముల వేరుశనగల్లో...

క్యాలరీలు - 567
ప్రొటీన్ - 25.8 గ్రా
కార్బోహైడ్రేట్లు - 16.1 గ్రా
ఫైబర్ - 8.5 గ్రా
ఫ్యాట్ - 49.2గ్రా

మంచి బ్యాక్టీరియా పెరిగేందుకు వేరుశనగలు సహాయపడతాయి. తద్వారా మలబద్ధకం దరిచేరదు. గుండె సంబంధ సమస్యలు రాకుండా కాపాడతాయి.

పంపినవారు
● మోహిని ఆచార్య
హైదరాబాద్
ఫోన్ 9515088279

ఇలా చేయండి!

జీవక్రియలు మెరుగ్గా!

యాంటీ ఆక్సిడెంట్లతో నిండిన గ్రీన్ టీ ఆరోగ్యానికి రక్షణనిస్తుంది. అయితే 'కరోనా వేళ రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుకునేందుకు, జీవక్రియలు మెరుగ్గా జరిగేందుకు గ్రీన్ టీకి నిమ్మరసం జతచేయండి' అంటున్నారు న్యూట్రిషనిస్ట్ లొవ్‌నీత్ బత్రా.

- ముందుగా గ్రీన్ టీ బ్యాగ్‌ను సగం కప్పు వేడినీళ్లలో ముంచి అటూఇటూ కదపాలి. తరువాత ఐస్‌క్యూబ్స్, నిమ్మరసం, కొద్దిగా తేనె వేసి బాగా కలపాలి. అంతే చల్లచల్లని గ్రీన్ టీ లెమనేడ్ రెడీ.
- నిమ్మరసం, తేనెతో కూడిన గ్రీన్ టీ జీవక్రియలను వేగవంతం చేస్తుంది. నోటి దుర్వాసనను పోగొడుతుంది. నిమ్మరసంలోని విటమిన్ సి, గ్రీన్ టీలోని యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతాయి.

నవ్య స్మార్ట్

- 'పబ్జీ'తో పనైపోలేదు
- జిబి వాట్సప్ వాడకం మంచిదేనా?
- ఇండియాలో తొలి ఆపిల్ ఆన్‌లైన్ స్టోర్

నవ్య 'స్మార్ట్ పేజీ'లోని ఆసక్తికర కథనాల కోసం ఈ క్యూఆర్ కోడ్ స్కాన్ చేయండి.

లేదా ఈ క్రింది యూఆర్ఎల్ https://qrgo.page.link/n8ZS5లో చదవండి.

కౌన్సెలింగ్

పబ్‌జి బ్యాన్... పరేషాన్!

"స్నైపర్ గన్, ఎక్స్ స్కోప్ దొరికితే చాలు! ఒకే ఒక హెడ్ షాట్‌తో శత్రువు ప్రాణాలు తీయవచ్చు! సోలో కన్నా స్క్వాడ్‌గా ఆడితే శత్రువుల్ని పిట్టల్లా కాల్చేసి... ఎక్కువ కిల్స్ కొట్టేయవచ్చు, అంతిమంగా విన్నర్ విన్నర్... చికెన్ డిన్నర్లు తినేయవచ్చు!" పబ్‌జి లవర్స్ మాట్లాడుకునే ప్రియమైన భాష ఇది! ఇంతలా ఈ ఆటకు దాసోహమైన పిల్లలకు ప్రభుత్వం విధించిన తాజా నిషేధం ఆశనిపాతమే! ఈ అడిక్షన్ తాలూకు విత్‌డ్రాయల్ దశ నుంచి పిల్లలను బయటకు తీసుకువచ్చి... ప్రత్యామ్నాయ మార్గాలు చూపించే బాధ్యత ఇక పెద్దలదే! అని అంటున్నారు సైకాలజిస్ట్ డాక్టర్ గీతా చల్లా!

ఆన్‌లైన్ ఆటలు బోలెడున్నా పబ్‌జి ఆటకు దాసోహం కావడానికి కారణం ఈ ఆటతో పొందే అంతులేని ఎక్సయిట్‌మెంట్. కాబట్టే ప్రపంచవ్యాప్తంగా 400 మిలియన్ల మంది ఈ ఆట ఆడుతున్నారు. ఒక్క మన దేశంలోనే ఈ ఆట డౌన్‌లోడ్లు 175 మిలియన్లకు చేరుకున్నాయి. ఇది ప్రపంచవ్యాప్త యాప్ డౌన్‌లోడ్స్ మొత్తంలో 24 శాతం. దీన్ని బట్టి పబ్‌జి (ప్లేయర్ అన్ అన్‌నోన్స్ బ్యాటిల్ గ్రౌండ్స్)కు మన దేశంలో ఎంత ఆదరణ ఉందో అర్థం చేసుకోవచ్చు. ఇంతలా గేమర్ల మనసు దోచిన ఈ ఆటపై భారత ప్రభుత్వం నిషేధం విధించింది. సెల్‌ఫోన్లలో గంటల తరబడి ఈ ఆటను ఆడే పిల్లల మీద నిషేధం ప్రభావం కచ్చితంగా పడుతుంది. ఈ పరిస్థితినీ, పర్యవసానాలనూ ఎదుర్కోవడానికి పిల్లలూ, అంతకన్నా ముఖ్యంగా పెద్దలూ సిద్ధపడాలి.

వ్యసనం ఎందుకంటే?

క్యాండీక్రష్, లూడో... ఇలా ఆన్‌లైన్‌లో బోలెడన్ని ఆటలున్నా, పబ్‌జికే పిల్లలు ఎక్కువ ఆకర్షితులవుతున్నారనేది నిజం. ఈ ఆటలో భాగంగా సంభాషించుకునే వీలు ఉండడం, స్టేజ్‌లు దాటుకుంటూ, ర్యాంకులు పెంచుకునే వెసులుబాటు ఉండడం, అంతిమంగా విజయం సాధిస్తే... మిగతా ప్లేయర్ల కన్నా తామే అధికులమనే ఆనందం సొంతం కావడం... ఈ ఆటకు పిల్లలు ఎక్కువగా ఆకర్షితులవడానికి ప్రధాన కారణాలు. అన్నిటికన్నా ముఖ్యంగా గన్స్‌తో తోటి ప్లేయర్లను చంపే వీలు ఉండడంతో... ఏదైనా సాధించినప్పుడు మెదడులో న్యూరోట్రాన్స్‌మీటర్లు ప్రేరేపితమై డొపమైన్ హార్మోన్ విడుదల అయినట్టే పబ్‌జిలోనూ జరుగుతుంది. ఇలా ఆట ఆడే సమయంలో హ్యాపీ హార్మోన్ విడుదల అవుతూ ఉంటుంది కాబట్టి ఈ ఆట ఆడే అలవాటు కాస్తా, క్రమేపీ వ్యసనంగా మారుతుంది.

ఎగిరి గంతేయడం సరికాదు!

పబ్‌జిని ప్రభుత్వం నిషేధించిందని తెలియగానే ఆనందంతో ఎగిరి గంతేసే పెద్దలే ఎక్కువ. తమకు ప్రాణప్రదమైన ఆటను ఇకముందు ఆడే వీలు లేదనే బాధలో పిల్లలు కుంగిపోయినప్పుడు, పెద్దలు ఇలా సంతోషాన్ని వ్యక్తం చేయడం సరి కాదు. 'పబ్‌జి ఆడకుండా బతికేదెలా?' అనేంతగా మానసికంగా కుంగిపోయిన పిల్లల్లో విత్‌డ్రాయల్ లక్షణాలు తలెత్తకుండా ఉండాలంటే వారికి అనుగుణంగా మాట్లాడాలి. వారి బాధ చూసి ఎద్దేవా చేయకుండా, వ్యంగ్యంగా మాట్లాడకుండా, వారు అనుభవిస్తున్న బాధకు సానుకూలంగా స్పందించాలి. మాటల్లో బాధను వెళ్లగక్కే వీలు కల్పించాలి. వారి భావనతో ఏకీభవించాలి. 'నిజమే! నిషేధించకుండా ఉండవలసింది. కానీ ఏం చేస్తాం! సర్దుకుపోక తప్పదు కదా? ఇతరత్రా కాలక్షేపాలు వెతుకుదాం!' అంటూ అనునయించాలి.

> ఒక వ్యసనాన్ని మాన్పించాలంటే అంతే ఆనందాన్ని అందించే మరో ప్రత్యామ్నాయాన్ని సూచించాలి. పిల్లల విషయంలో పెద్దలు ఈ విధానాన్నే ఎంచుకోవాలి.

స్పష్టమైన లక్షణాలు!

ఈ ఆట వ్యసనంగా మారిన పిల్లల్లో విత్‌డ్రాయల్ సింప్టమ్స్ తలెత్తుతాయి. మానసిక కుంగుబాటు లేదా ఉన్మాదం.... ఇలా రెండు భిన్నమైన లక్షణాలు పిల్లల్లో కనిపిస్తాయి. కొందరు జీవితంలో అన్నీ కోల్పోయినట్టు దిగాలుగా ఉండడం, ఏ పని పట్లా ఆసక్తి లేకపోవడం, ఆహారం తీసుకోకపోవడం లాంటి లక్షణాలను కనబరిస్తే, మరికొందరు పెద్దలపై భౌతిక దాడులకు దిగడం, వస్తువులు పగలగొట్టడం, తల గోడకు బాదుకోవడం, చేతులు కోసుకోవడం లాంటి పనులతో ఉన్మాదులుగా ప్రవర్తిస్తారు. పిల్లల్లో ఇలాంటి ఏ లక్షణం కనిపించినా పెద్దలు మానసిక నిపుణుల దగ్గరకు తీసుకువెళ్లాలి.

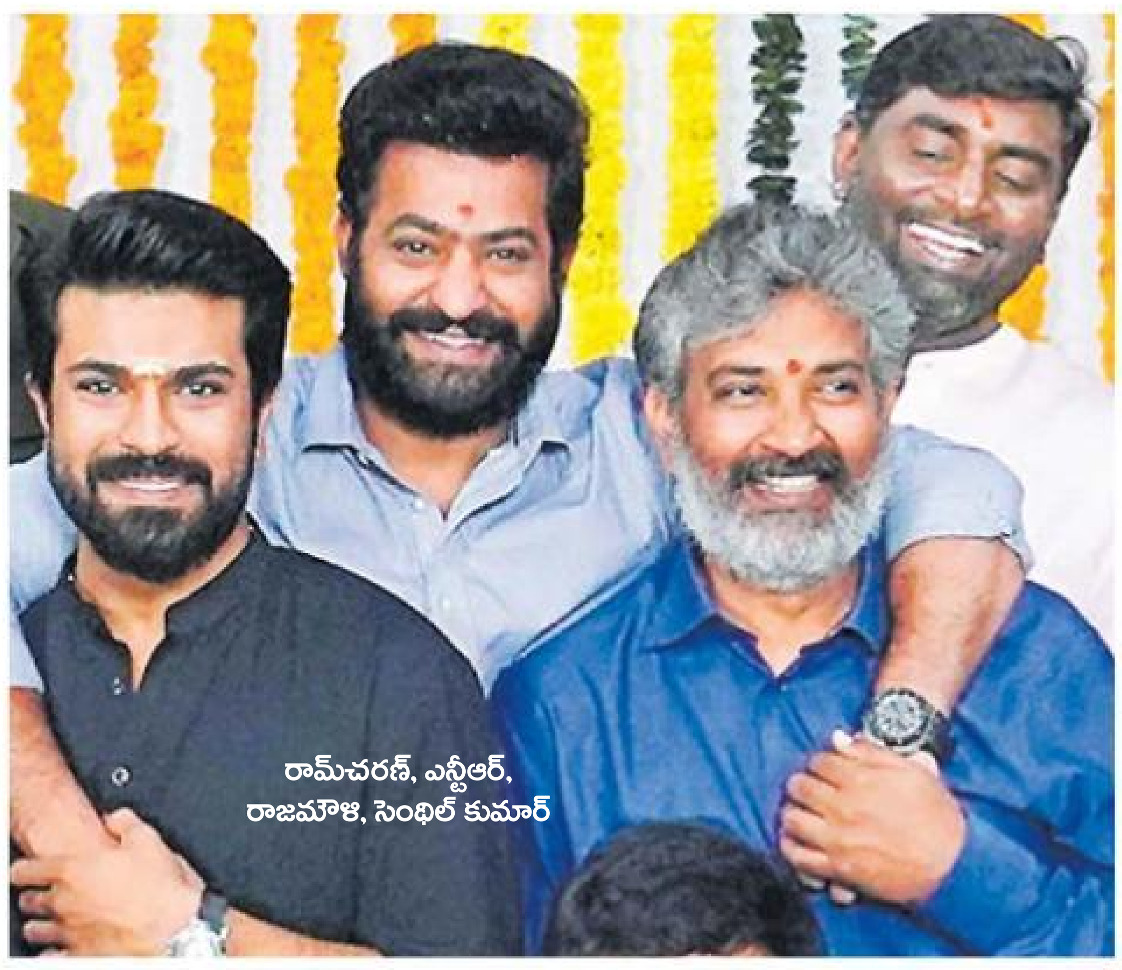
ప్రత్యామ్నాయాలు వెతకాలి!

ఒక వ్యసనాన్ని మాన్పించాలంటే అంతే ఆనందాన్ని అందించే మరో ప్రత్యామ్నాయాన్ని సూచించాలి. పిల్లల విషయంలో పెద్దలు ఈ విధానాన్నే ఎంచుకోవాలి. పిల్లలకు సాధ్యమైనంత తొందరగా పజిల్స్, ఇండోర్ గేమ్స్ ఇలా ఏదో ఒక కాలక్షేపాన్ని అలవాటు చేయాలి. తోటి పిల్లలతో ఆటల్లో పాల్గొనేలా చేయాలి. సంగీతం, డ్రాయింగ్ లాంటివి నేర్చుకునేలా ప్రోత్సహించాలి. టీవీలో సినిమాలు, యూట్యూబ్‌లో ఇష్టమైన కార్యక్రమాలు చూసేలా చేయాలి. కుటుంబసభ్యులందరూ కలిసి ఆడే ఆటల్లో వారిని భాగస్వాములను చేయాలి. ●

అతి అనర్థమే!

"ఆటలు పరిమిత సమయం పాటు ఆడితే ప్రయోజనాలు, అతిగా ఆడితే అనర్థాలూ తప్పవు. మరీ ముఖ్యంగా ఆన్‌లైన్ గేమ్స్ ఆడే సమయంలో కళ్లు, చేతులు, చెవులు... ఇలా ఒకటి కన్నా ఎక్కువ అవయవాలు ఇన్వాల్వ్ అవుతాయి. కాబట్టి మల్టీ సెన్సరీ స్టిమ్యులేషన్ జరుగుతుంది. ఏకాగ్రత, అప్రమత్తత, మెదడు చురుకుదనం పెరుగుతాయి. అలాగే జ్ఞాపకశక్తి, సృజనాత్మకతలు కూడా పెరుగుతాయి. అయితే వీటికీ పరిమితి ఉంది. ఈ ప్రయోజనాలను ఆశించి ఆన్‌లైన్ ఆటలను పదే పదే ఆడితే వాటికి వ్యసనపరులుగా మారే ప్రమాదం ఉంది. కాబట్టి ఏ ఆటకైనా కాలపరిమితి విధించుకోవాలి. ఎలాంటి ఆన్‌లైన్ గేమ్ అయినా రోజులో గంటకు మించి ఆడకూడదు".

- డాక్టర్ గీతా చల్లా



రామ్‌చరణ్, ఎన్టీఆర్, రాజమౌళి, సెంథిల్ కుమార్

విజయదశమి తర్వాత స్టార్ట్... కెమెరా... యాక్షన్!

'ఆర్‌ఆర్‌ఆర్' సెట్‌లో రాజమౌళి నోటి నుంచి 'స్టార్ట్... కెమెరా... యాక్షన్' అనే మాటలు విని చాలా రోజులైంది. కరోనా కారణంగా ఈ సినిమా చిత్రీకరణకు ఆటంకం ఏర్పడింది. గత ఐదు నెలలుగా చిత్రీకరణ పునఃప్రారంభించాలని ప్రయత్నాలు జరిగాయి. కానీ, సెట్స్ మీదకు వెళ్లలేదు. మధ్యలో నిర్మాత డీవీవీ దానయ్య, దర్శకుడు రాజమౌళి కరోనా బారిన పడ్డారు. ఇప్పుడు వాళ్లిద్దరూ కోలుకున్నారు. పూర్తి ఆరోగ్యంగా ఉన్నారు. చిత్రీకరణ ప్రారంభించడానికి ఎన్టీఆర్, రామ్‌చరణ్ సైతం సిద్ధంగా ఉండటంతో విజయదశమి తర్వాత సెట్స్ మీదకు వెళ్లడానికి సన్నాహాలు చేస్తున్నారని తెలిసింది. గతంలోనే హైదరాబాద్‌లో సినిమా కోసం ప్రత్యేకంగా సెట్స్ వేశారు. వాటిలోనే ఇప్పుడు చిత్రీకరణ చేయాలని అనుకుంటున్నారట. ఐదు నెలలుగా సెట్స్ ఖాళీగా ఉండటంతో శుభ్రం చేయడంతో పాటు శానిటైజ్ చేసే ప్రక్రియ త్వరలో ప్రారంభించనున్నారని సమాచారం. కరోనా నేపథ్యంలో పరిమిత సంఖ్యలో ఆర్టిస్టులు, టెక్నిషియన్లతో తెరకెక్కించే సన్నివేశాలను ముందుగా చిత్రీకరించాలని ప్రణాళికలు సిద్ధం చేస్తున్నారట. బహుశా... ఈ నెలాఖరున లేదా ఆక్టోబర్ తొలి వారంలో 'ఆర్‌ఆర్‌ఆర్' చిత్రీకరణ మళ్లీ మొదలవుతుందని ఫిల్మ్‌నగర్ వర్గాల కథనం.

అడవుల్లోకి పుష్ప

"మేం ఎప్పుడు రెడీ అంటే అప్పుడు సెట్‌లో అడుగుపెట్టడానికి అల్లు అర్జున్ సిద్ధంగా ఉన్నారు" అని మైత్రీ మూవీమేకర్స్ నిర్మాతల్లో ఒకరైన వై.రవిశంకర్ ఇటీవల చెప్పిన సంగతి తెలిసిందే! అయితే కరోనా ఉద్ధృతి తీవ్రంగా ఉండడం వల్ల షూటింగ్ ప్రారంభించలేదు. ఇప్పుడు షూటింగ్‌ప్రారంభించడానికి ప్రణాళిక సిద్ధం చేశారు. అల్లు అర్జున్ హీరోగా సుకుమార్ దర్శకత్వం వహిస్తున్న 'పుష్ప' షూటింగ్ నవంబర్‌లో ప్రారంభించే సన్నాహాల్లో నిర్మాణ సంస్థ ఉంది. అడవి నేపథ్యంలో సాగే కథ కనుక తలకోన ఫారెస్ట్‌లో కానీ, వికారాబాద్, ఈస్ట్ గోదావరి జిల్లా మారెడుమిల్లి అడవుల్లో కానీ ఈ షెడ్యూల్ ఉండబోతుందని సమాచారం. యాక్షన్ థ్రిల్లర్‌గా రూపొందుతున్న ఈ చిత్రంలో రష్మిక మందన్నా కథానాయిక. నవీన్ యెర్నేని, యలమంచిలి రవిశంకర్ నిర్మాతలు.

అల్లు అర్జున్

అమెరికాలో సర్కారు వారి యాక్షన్!

మహేశ్‌బాబు హీరోగా నటిస్తున్న 'సర్కారు వారి పాట' చిత్రీకరణ నవంబర్‌లో ప్రారంభంకానుంది. ఆరు నెలల విరామం తర్వాత మహేశ్ సెట్‌లో అడుగుపెట్టబోతున్నారు. పరశురామ్ దర్శకత్వం వహించనున్న ఈ చిత్రం ప్రీ ప్రొడక్షన్ వర్క్ పూర్తి కావొచ్చింది. మరో పక్క తమన్ ఆధ్వర్యంలో సంగీత చర్చలు జరుగుతున్నాయి. నవంబర్‌లో చిత్ర బృందం అమెరికాకు పయనం కానుంది. అక్కడ రెండు షెడ్యూళ్లు ప్లాన్ చేశారట. మొదటి షెడ్యూల్‌లో కీలక సన్నివేశాలతోపాటు రామ్-లక్ష్మణ్ నేతృత్వంలో కొంత యాక్షన్ పార్టును తెరకెక్కిస్తారని తెలిసింది. ఆ తర్వాత హైదరాబాద్‌లో చిత్రీకరణ జరిపి, మార్చి నెలలో మరో షెడ్యూల్‌ను అమెరికాలో ప్లాన్ చేశారని సమాచారం. ఇందులో మహేశ్ పాన్ బ్రోకర్‌గా, బ్యాంక్ ఆఫీసర్‌గా ద్విపాత్రాభినయం చేయబోతున్నారన్న వార్త సోషల్ మీడియాలో వైరల్ అవుతోంది. అయితే, ఈ రెండు పాత్రలు ఒకటేనా, వేర్వేరు పాత్రలా అన్నది తెలియాల్సి ఉంది.

మహేశ్‌బాబు

బాండ్... జేమ్స్ బాండ్... ఈ పేరే ఓ బ్రాండ్! సెవెన్... జీరోజీరోసెవెన్... సౌండింగ్‌లోనే ఉందో ఎమోషన్!! ఆ ఎమోషన్‌కి ఎల్లలు, సరిహద్దులు లేవు... ప్రపంచవ్యాప్తంగా ప్రేక్షకులందరూ అభిమానులే!!! అందుకే, బాండ్ సినిమాలకు భారీ వసూళ్లు. విడుదలకు ముందు ప్రేక్షకుల్లో విపరీతమైన క్రేజ్. తాజా 'జేమ్స్ బాండ్' చిత్రం 'నో టైమ్ టు డై' ట్రైలర్ ఇటీవల విడుదలైంది. నవంబర్‌లో సినిమా విడుదల కానుంది. ఈ సందర్భంగా బాండ్ బ్రాండ్‌పై ప్రత్యేక కథనం.

డేనియల్ క్రెగ్, టిమోతీ డాల్టన్, జార్జ్ లాజెన్‌బై, సీన్ కానరీ, రోజర్ మూరే, పియర్స్ బ్రోస్నన్

బాండ్... ఒక పెద్ద బ్రాండ్!

జేమ్స్ బాండ్ చిత్రాలది 58 ఏళ్ల చరిత్ర. తొలి బాండ్ చిత్రం 'డాక్టర్ నో' 1962లో విడుదలైంది. ఆ చిత్రంతో సహా అప్పటినుంచి ఇప్పటివరకూ 24 చిత్రాలు వచ్చాయి. ఇప్పుడు రాబోయే 'నో టైమ్ టు డై' 25వ చిత్రం. ఇది సుమారు రూ. 1830 కోట్ల బడ్జెట్‌తో రూపొందింది. ప్రపంచ సినీ చరిత్రలో ఏ ఫ్రాంఛైజీలోనూ ఇన్ని చిత్రాలు రాలేదు. ఇదొక చరిత్ర. దీనికి పునాది 1953లో పడింది. ఇయాన్ ఫ్లెమింగ్ సృష్టించిన ఫిక్షనల్ బ్రిటీష్ సీక్రెట్ ఏజెంట్ జేమ్స్ బాండ్ క్యారెక్టర్. ఆయన రాసిన నవల 'డాక్టర్ నో' ఆధారంగా తొలి బాండ్ చిత్రం తెరకెక్కింది. అప్పటినుంచి బాండ్ విజయయాత్ర దిగ్విజయంగా కొనసాగుతోంది. బాండ్ రచయితలు, పాత్రధారులు, దర్శకులు ఎవరు మారినా... బాండ్ బ్రాండ్ విలువ పడలేదు. కొన్నిసార్లు కొంచెం తగ్గినా మళ్లీ పుంజుకుంది. అలాగే, బాండ్ చిత్రాలపై ప్రేక్షకులకు మోజు తగ్గలేదు. ఇప్పటివరకూ బాండ్ ఫ్రాంఛైజీ చరిత్ర, వసూళ్లను ఓసారి చూస్తే...

నవల ఒక్కటే... చిత్రాలు రెండు!

బాండ్ చిత్రాల్లో 'నెవర్ సే నెవర్ ఎగైన్'ది ప్రత్యేక స్థానం. ఇది 'థండర్‌బాల్'కి రీమేక్. రెండు చిత్రాల్లోనూ బాండ్ పాత్రలో సీన్ కానరీ నటించడం విశేషం. రెండూ 'థండర్ బాల్' నవల ఆధారంగా తెరకెక్కినవే. దాని రచయితల్లో ఒకరైన కెవిన్ మెక్‌క్లారీ, బాండ్ పాత్ర సృష్టికర్త ఇయాన్ ఫ్లెమింగ్ మధ్య నవలను సినిమాగా తీసే హక్కుల విషయంలో సుమారు 20 ఏళ్లు లీగల్ గొడవ జరిగింది. బాండ్ చిత్రాల జాబితాలో 'నెవర్ సే నెవర్ ఎగైన్' కనిపించదు. అలాగే, మరో చిత్రం 'కాసినో రాయల్' (1967) సైతం కనిపించదు. ఎందుకంటే... ఈ రెండిటినీ ఈఆన్ ప్రొడక్షన్స్ నిర్మించలేదు. లేదంటే 'నో టైమ్ టు డై' బాండ్ 27వ చిత్రం అయ్యేది.

బాండ్... జేమ్స్ బాండ్... ఎంతమంది?

వెండితెరపై జేమ్స్ బాండ్ పాత్రలో ఇప్పటివరకూ ఆరుగురు కథానాయకులు కనిపించారు. తొలి బాండ్ సీన్ కానరీ. ఆయన ఆరు చిత్రాల్లో బాండ్‌గా నటించారు. 'నెవర్ సే నెవర్ ఎగైన్' కలుపుకుంటే ఏడు. 'యు ఓన్లీ లివ్ ట్వైస్' తర్వాత 'ఆన్ హర్ మెజిస్టీస్ సర్వీస్'లో బాండ్‌గా జార్జ్ లాజెన్‌బైను తీసుకున్నప్పటికీ... మళ్లీ తర్వాత చిత్రానికి సీన్ కానరీని తీసుకున్నారు. ఆయన తర్వాత జేమ్స్ బాండ్ పాత్రకు సరికొత్త స్టయిల్‌ను తీసుకొచ్చిన కథానాయకుడు రోజర్ మూరే. అధికారికంగా బాండ్ ఫ్రాంఛైజీలో అత్యధిక చిత్రాలు చేసిన ఘనత కూడా ఆయనదే. 'లివ్ అండ్ లెట్ డై' నుంచి 'ఎ వ్యూ టు కిల్' వరకూ సుమారు రెండు దశాబ్దాలు బాండ్‌గా ప్రేక్షకులను అలరించారు. ఆయన తర్వాత బాండ్‌గా రెండు చిత్రాల్లో టిమోతీ డాల్టన్, నాలుగు చిత్రాల్లో పియర్స్ బ్రోస్నన్ నటించారు. 'నో టైమ్ టు డై'తో ఐదోసారి బాండ్‌గా డేనియల్ క్రెగ్ ప్రేక్షకుల ముందుకు వస్తున్నారు. వీళ్లు కాకుండా మరో ఇద్దరు బాండ్ పాత్రల్లో నటించారు. ఇయాన్ ఫ్లెమింగ్ రాసిన 'కాసినో రాయల్' నవల ఆధారంగా 1954లో మూడు ఎపిసోడ్ల టీవీ సిరీస్ 'కాసినో రాయల్ (క్లైమాక్స్)' రూపొందింది. అందులో బాండ్ పాత్రలో బ్యారీ నీల్సన్ నటించారు. 'కాసినో రాయల్' (1967)లో సర్ జేమ్స్ బాండ్‌గా డెవిడ్ నివెన్ నటించారు.

	సినిమా టైటిల్	విడుదలైన ఏడాది	వసూళ్లు (రూ. కోట్లలో)
1.	డాక్టర్ నో	1962	435.21
2.	ఫ్రమ్ రష్యా విత్ లవ్	1963	577.20
3.	గోల్డ్ ఫింగర్	1964	935.94
4.	థండర్‌బాల్	1965	1033.27
5.	యు ఓన్లీ లివ్ ట్వైస్	1967	816.42
6.	ఆన్ హర్ మెజెస్టీస్ సీక్రెట్ సర్వీస్	1969	472.69
7.	డైమండ్స్ ఆర్ ఫరెవర్	1971	848.80
8.	లివ్ అండ్ లెట్ డై	1973	924.90
9.	ద మ్యాన్ విత్ గోల్డెన్ గన్	1974	714.21
10.	ద స్పై హు లవ్డ్ మి	1977	1356.72
11.	మూన్‌రాకర్	1979	1538.93
12.	ఫర్ యువర్ ఐస్ ఓన్లీ	1981	1426.24
13.	ఆక్టోపస్సీ	1983	1344.28
14.	ఎ వ్యూ టు ఎ కిల్	1985	1115.34
15.	ద లివింగ్ డే లైట్స్	1987	1399.30
16.	లైసెన్స్ టు కిల్	1989	1143.15
17.	గోల్డెన్ ఐ	1995	2576.13
18.	టుమారో నెవర్ డైస్	1997	2436.69
19.	ద వరల్డ్ ఈజ్ నాట్ ఎనఫ్	1999	2647.43
20.	డై ఎనదర్ డే	2002	3161.11
21.	కాసినో రాయల్	2006	4348.0
22.	క్వాంటమ్ ఆఫ్ సోలెస్	2008	4289.55
23.	స్కైఫాల్	2012	8116.84
24.	స్పెక్టర్	2015	6445.67

హీల్స్ వేసుకున్నాడు!

జేమ్స్ బాండ్‌గా డేనియల్ క్రెగ్ నటనకు ప్రశంసలు వచ్చాయి. అలాగే, ఆయన ఎత్తు విషయంలోనూ చర్చ జరిగింది. బహుశా... బాండ్ నటన కంటే హైట్ గురించి క్రెగ్ విషయంలోనే కొన్ని రోజులు ఎక్కువ చర్చ జరిగిందేమో! "నేను 5 నుంచి 6 అడుగుల మధ్యలో ఉంటా" అని క్రెగ్ ఒకసారి చెప్పారు. బాండ్ ఆరు అడుగుల కంటే తక్కువ ఉండటం ఏమిటని కొందరు కామెంట్స్ చేశారు. "అతను బాండ్ పాత్రకు సరిపడా హైట్ లేడు. అయామ్ సారీ! తనకంటే పియర్స్ బ్రోస్నన్ బెటర్" అని 'ద వరల్డ్ ఈజ్ నాట్ ఎనఫ్', 'డై ఎనదర్ డే' చిత్రాల్లో నటించిన జాన్ క్లీజ్ నర్మగర్భంగా వ్యాఖ్యానించారు. క్రెగ్‌తో 'క్వాంటమ్ ఆఫ్ సోలెస్'లో నటించిన జెమ్మా ఆర్టర్టన్ అయితే "డేనియల్ హైట్ 5.10 అంగుళాలే. నేను హీల్స్ వేసుకుంటే అతని కంటే ఎక్కువ హైట్ ఉండేదాన్ని. స్క్రీన్ మీద బావుండేది కాదు. అందుకని, కొన్ని సన్నివేశాల కోసం హీల్స్ లేదా హైట్‌గా ఉండే షూ వేసుకునేవాడు" అన్నారు.

బాండ్ మీద 'మీ టూ' ఎఫెక్ట్!

హాలీవుడ్ సినీ ఇండస్ట్రీని 'మీ టూ' ఉద్యమం ఓ కుదుపు కుదిపేసింది. దాని తర్వాత అక్కడ పలు మార్పులు వచ్చాయి. పలు కథలు, చిత్రాలపై 'మీ టూ' ప్రభావం పడింది. అంతేకాదు... బాండ్ మీద కూడా 'మీ టూ' ఎఫెక్ట్ చూపించింది. బాండ్ చిత్రాలకు ఎంతటి విశేషాదరణ లభిస్తుందో, వాటిలో నటించిన కథానాయికలకు బాండ్ గాళ్స్‌గా అంతే ఆదరణ దక్కుతుంది. అయితే, బాండ్‌కి స్త్రీలోలుడిగా పేరుంది. ప్రారంభంలో వచ్చిన చిత్రాల్లో మహిళలపై బాండ్ చేయి చేసుకొనే సన్నివేశాలున్నాయి. కొన్ని చిత్రాల్లో రోజర్ మూరే స్త్రీద్వేషిగా కనిపించారు. వీటిపై ఎప్పట్నుంచో స్త్రీవాదులు అభ్యంతరాలు వ్యక్తం చేస్తున్నారు. వాటిని అవలక్షణాలుగా పేర్కొంటున్నారు. డేనియల్ క్రెగ్ సైతం 'నో టైమ్ టు డై' ప్రారంభోత్సవంలో బాండ్ పాత్రలో అవలక్షణాలు ఉన్నాయని అంగీకరించారు. సమయానికి తగ్గట్టు బాండ్ మారాలని చెప్పారు. 'మీ టూ' తర్వాత ఆ ప్రభావం ఆ సినిమాపైనా పడింది. "నో టైమ్ టు డై'లో పరిస్థితులకు తగ్గట్టు మార్పులు కనిపిస్తాయి" అని చిత్రనిర్మాత బార్బరా బ్రొకోలీ తెలిపారు. సమాజ పరిస్థితులకు తన పాత్రలో మార్పులు చేసుకుంటూ బాండ్ వస్తున్నాడు.

సోమవారం కోసం ఎదురుచూపు...

కరోనాతో పోరాడుతూ చెన్నైలోని ఎంజీఎం ఆసుపత్రిలో చికిత్స పొందుతున్న గాయకుడు ఎస్.పి.బాలసుబ్రహ్మణ్యం ఆరోగ్యం నిలకడగా ఉంది. సోమవారం ఆయన ఆరోగ్యం విషయంలో శుభవార్త వింటామని బాలు తనయుడు ఎస్.పి.చరణ్ ప్రకటించడంతో బాలు అభిమానుల్లో ఆనందం వ్యక్తమౌతోంది. సోమవారం ఆసుపత్రి వర్గాలు చెప్పే శుభవార్త కోసం అంతా ఆశగా ఎదురుచూస్తున్నారు. మరో పక్క బాలు త్వరగా కోలుకొని మళ్లీ తన గానంతో అలరించాలని అభిమానులు రోజూ ప్రార్థన చేస్తున్నారు.

అమితాబ్ బచ్చన్

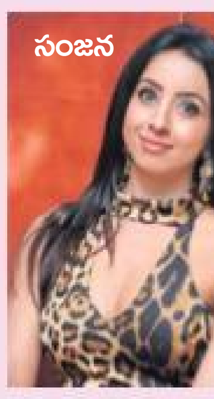
సందడి మొదలైంది

కొవిడ్ 19 కారణంగా ఆరు నెలలుగా చిత్రీకరణలు నిలిచిపోయి కళ తప్పిన చిత్ర పరిశ్రమల్లో నూతన ఉత్సాహం మొదలైంది. ఇన్నాళ్లూ ఇంటికే పరిమితమైన బాలీవుడ్ తారలు ఒక్కొక్కరుగా సెట్‌లో అడుగుపెట్టడానికి ధైర్యం చేస్తున్నారు. కరోనాను జయించిన బిగ్‌బీ అమితాబ్ గత నెల చివర్లో 'కౌన్ బనేగా కరోడ్‌పతి' సెట్‌లో అడుగుపెట్టారు. ఇప్పుడు ఆయన మరింత వేగం పెంచారు. ఒకే రోజు ఐదు గంటల్లో నాలుగు ప్రచార చిత్రాల షూటింగ్‌లో పాల్గొన్నారు. "కేబీసీ కోసం నాలుగు ప్రచార చిత్రాలు, ఐదు రకాల దుస్తుల మార్పు, నాలుగు స్టిల్ షూట్స్, ఐదు గంటలు ఏకధాటి పని.. చేయాల్సి ఉంది" అని అమితాబ్ ట్వీట్ చేశారు. మరో అగ్ర కథానాయకుడు అక్షయ్ కుమార్ 'బెల్ బాటమ్' షూటింగ్ కోసం ఇటీవల స్కాట్‌లాండ్‌కు పయనమయ్యారు. 'లైట్.. కెమెరా.. మాస్క్.. యాక్షన్' అంటూ అక్కడ చిత్ర బృందంలో ఉత్సాహాన్ని నింపారు. స్కాట్‌లాండ్‌లో చిత్రీకరణ చేసిన రెట్రో లుక్ ఫొటోలను చిత్ర బృందం ట్విట్టర్‌లో పోస్ట్ చేసింది. బాలీవుడ్ బ్యూటీ దీపికా పడుకోన్ షూటింగ్ సెట్‌లో సందడి చేయడానికి సిద్ధమవుతున్నారు. షకున్ బట్రా దర్శకత్వం వహిస్తున్న నూతన చిత్రంలో దీపిక కథానాయికగా నటిస్తున్నారు. మార్చిలో షూటింగ్ ప్రారంభమైన ఈ చిత్రం లాక్‌డౌన్ వల్ల ఆగిపోయింది. ప్రభుత్వ మార్గదర్శకాలతో ఈ నెల రెండోవారంలో చిత్రీకరణ ప్రారంభించనున్నారు. మొదట శ్రీలంకలో అనుకున్న షెడ్యూల్ ఇప్పుడు గోవాకు మారింది. ఇటీవల బెంగళూర్‌లోని తన తల్లిదండ్రులతో వారం రోజులు గడిపొచ్చిన దీపికా వచ్చే వారంలో గోవాలో సందడి చేయనున్నారు. అనన్యా పాండే, సిద్ధాంత్ చతుర్వేది కూడా ఈ చిత్రీకరణలో భాగం కానున్నారు.

రాగిణి

పోలీసుల అదుపులో హీరోయిన్

బాలీవుడ్ నుంచి శాండల్‌వుడ్‌కు పాకిన డ్రగ్స్ వ్యవహారం కలకలం సృష్టిస్తోంది. మాదకద్రవ్యాల మాఫియాతో చందన సీమలో పలువురు నటీనటులకు లింకులున్నాయని బెంగళూరు సిటీ క్రైమ్ బ్రాంచ్ పోలీసులు ప్రాథమిక నిర్ధారణకు వచ్చారు. డ్రగ్స్ వ్యవహారంలో ఇప్పటికే కథానాయిక రాగిణి స్నేహితుడు రవిశంకర్‌ను అరెస్టుచేసిన పోలీసులు శుక్రవారం తెల్లవారు జామున బెంగళూరు యలహంకలోని అనన్య అపార్టుమెంటులోని రాగిణి నివాసంపై మెరుపుదాడులు నిర్వహించారు. సెర్చ్‌వారెంట్‌తో ఆమె నివాసంలో దాదాపు 4 గంటల పాటు సోదాలు జరిపిన పోలీసులు పలు కీలక డాక్యుమెంట్లను, నాలుగు ల్యాప్‌టాప్‌లను, మొబైల్‌ఫోన్లను స్వాధీనం చేసుకొన్నారు. ఇంటరాగేట్ చేయడం కోసం రాగిణిని కస్టడీలోకి తీసుకున్నారు. బెంగళూరు చామరాజపేటలోని సీసీబీ కార్యాలయంలో ఆమెను కొన్ని గంటల పాటు ఇంటరాగేట్ చేశారు. ఈ సందర్భంగా డ్రగ్స్ మాఫియాతో ఉన్న లింకుల గురించి కీలక సమాచారం అందింది, అందుకే ఆమెను అదుపులోకి తీసుకున్నామని సీసీబీ డీసీపీ రవికుమార్ మీడియాకు తెలిపారు.



సంజన

నాని హీరోగా నటించిన 'జెండాపై కపిరాజు' చిత్రంలో రాగిణి ద్వివేది ఓ కథానాయికగా నటించారు. రవిశంకర్‌తో ఆమె ప్రస్తుతం సహజీవనం చేస్తున్నారు. నగరంలోని ఆర్టీఓ కార్యాలయంలో గుమాస్తాగా పని చేస్తున్న రవిశంకర్ విలాసవంతమైన జీవితం గడుపుతున్నాడనీ, రాగిణి కోసం అతను ప్రతిరోజూ లక్ష రూపాయల వరకూ ఖర్చు చేస్తున్నాడని గుర్తించినట్లు పోలీసులు చెప్పారు. రవిశంకర్‌కు డ్రగ్ డీలర్స్‌తో సంబంధాలు ఉన్నాయని ధృవపడిందని తెలిపారు.

చందనసీమలో మరో నటి సంజనతో పాటు పలువురు యువనటీనటులకు కూడా మాదక ద్రవ్యాల మాఫియాతో లింకులున్నాయని భావిస్తున్న పోలీసులు లోతుగా విచారణ జరుపుతున్నారు.

ఆంధ్రజ్యోతి (బెంగళూరు)

తెలుగులోనూ 'టెనెట్'

'టెనెట్'లో ఓ దృశ్యం

ఎన్నాళ్లనుంచో ప్రపంచ ప్రేక్షకులు ఆశగా ఎదురు చూస్తున్న 'టెనెట్' చిత్రం ఎట్టకేలకు విడుదలైంది. కొవిడ్-19 కారణంగా ఇప్పటికి మూడుసార్లు వాయిదా పడిన ఈ చిత్రం గత నెల 26న యూకేలో, గురువారం అమెరికాలో విడుదలైంది. ఓటీటీలు ఎన్ని ఉన్నా థియేటర్‌లోనే సినిమా చూడాలని ఐదు నెలలుగా ఆసక్తిగా ఎదురుచూస్తున్న జనం గురువారం ఈ యాక్షన్ థ్రిల్లర్‌ను చూడడానికి థియేటర్ల ముందు బారులు తీరి నిల్చున్నారు. చైనాలో ఈ సినిమాను శుక్రవారం విడుదల చేయగా అక్కడ కూడా ప్రేక్షకుల స్పందన బాగుంది. ప్రస్తుతం ఉన్న విపత్కర పరిస్థితుల్లో విడుదలైన తొలి భారీ చిత్రం ఇదే. సినిమా చూడడానికి జనం థియేటర్లకు వస్తారా, మునుపటిలా కలెక్షన్లు ఉంటాయా అని చాలామందిలో ఉన్న అనుమానాలను పటాపంచలు చేసింది 'టెనెట్'. ఈ సినిమాలకు లభిస్తున్న కలెక్షన్లు మిగిలిన నిర్మాతలకు ఉత్సాహాన్ని కలిగిస్తున్నాయి. గత నెల 13న 'టెనెట్' చిత్రం మనదేశంలో సెన్సార్ పూర్తి చేసుకోవడంతో ఇక్కడ కూడా విడుదలకు మార్గం క్లియర్ అయింది. ఒక్క కట్ లేకుండా యు/ఎ సర్టిఫికెట్ పొందిందట. థియేటర్లు ఓపెన్ చేసిన వెంటనే మనదేశంలో కూడా 'టెనెట్'ను విడుదల చేయడానికి వార్నర్ బ్రదర్స్ సంస్థ సన్నాహాలు చేస్తోంది. క్రిస్టఫర్ నోలన్ దర్శకత్వం వహించిన ఈ యాక్షన్ థ్రిల్లర్‌లో జాన్ డేవిడ్ వాషింగ్‌టన్ కీలక పాత్ర పోషించారు. తెలుగు, తమిళ, హిందీ భాషల్లో 'టెనెట్' విడుదలవుతుంది.

తిరుపతిలోని జాతీయ సంస్కృత విశ్వవిద్యాలయం సంప్రదాయ కోర్సుల్లో ప్రవేశానికి దరఖాస్తులు కోరుతోంది. ఈ కోర్సులను దూరవిద్యావిధానంలో నిర్వహిస్తారు. ప్రవేశ పరీక్ష లేదు. యోగా కోర్సులకు తప్ప మిగతావాటికి వయోపరిమితి నిబంధనలు లేవు. విదేశీ విద్యార్థులు కూడా దరఖాస్తు చేసుకోవచ్చు.

సంస్కృత విశ్వవిద్యాలయంలో

దూరవిద్య కోర్సులు

ప్రాక్ - శాస్త్రి

- ఇది ప్రీ-డిగ్రీ ప్రోగ్రామ్. ఇంటర్మీడియెట్‌కు సమానం. ఈ కోర్సు వ్యవధి రెండేళ్లు.
- జూన్ 1 నాటికి 15 ఏళ్ళు నిండి ఉండాలి.

అర్హత వివరాలు:

- ఇంగ్లీషు ఒక సబ్జెక్టుగా చదివి ఉండాలి
- సీబీఎస్‌ఈ / ఎస్ఎస్‌సీ / ఓఎస్ఎస్‌సీతోపాటు చిత్తూరులోని సంస్కృత భాషా ప్రచార సభ వారి అభిజ్ఞ పరీక్ష ఉత్తీర్ణులై ఉండాలి.
- న్యూఢిల్లీలోని రాష్ట్రీయ సంస్కృత సంస్థాన్ లేదా వారణాసిలోని సంపూర్ణానంద సంస్కృత విశ్వవిద్యాలయం నుంచి పూర్వ మాధ్యమ పరీక్ష పాసైన వారూ దరఖాస్తు చేసుకోవచ్చు.
- ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం నిర్వహించే సంస్కృత ప్రవేశ పరీక్షలో అర్హత పొందినవారు కూడా అర్హులే.
- మహర్షి సాందీపని రాష్ట్రీయ వేద విద్యా ప్రతిష్టాన్ వారి వేద భూషణ్ సర్టిఫికెట్ పొందినవారూ దరఖాస్తు చేసుకోవచ్చు.

సమ్మానిత శాస్త్రి

- ఇది బీఏ ఆనర్స్ కోర్సుకు సమానం. కోర్సు వ్యవధి మూడేళ్లు, ఇందులో ఆరు సెమిస్టర్లు ఉంటాయి.
- జూన్ 1 నాటికి 17 ఏళ్ళు నిండి ఉండాలి.

అర్హతల వివరాలు:

- దేశంలోని సంస్కృత విద్యాలయాల్లో ప్రాక్ శాస్త్రి, ఉత్తర మాధ్యమ, మాధ్యమ, వర్షితోపాధ్యాయ, ఉప శాస్త్రి, సాహిత్య తదితర కోర్సులు చేసినవారు దరఖాస్తు చేసుకోవచ్చు.
- ఇంగ్లీషు ఒక సబ్జెక్టుగా సంస్కృతంలో డిప్లొమా చేసినవారు, సంస్కృతం ఒక సబ్జెక్టుగా ఇంటర్మీడియెట్ చదివినవారు కూడా అర్హులే.
- బీఏ ఆనర్స్ (సంస్కృతం) కోర్సులో ప్రవేశానికి కూడా ఇవే అర్హతలు వర్తిస్తాయి.

ఆచార్య

- ఇది పోస్ట్ గ్రాడ్యుయేట్ ప్రోగ్రామ్. ఎంఏ (సంస్కృతం) కోర్సుకు సమానం. కోర్సు వ్యవధి రెండేళ్లు. ఇందులో నాలుగు సెమిస్టర్లు ఉంటాయి.
- స్పెషలైజేషన్లు: సాహిత్యం, పురాణేతిహాసాలు, ధర్మశాస్త్రం, సాంఖ్య యోగా.
- జూన్ 1 నాటికి 20 ఏళ్ళు నిండి ఉండాలి.

అర్హతల వివరాలు:

- శాస్త్రి కోర్సు ఉత్తీర్ణులు దరఖాస్తు చేసుకోవచ్చు. సంస్కృతం ద్వితీయ భాషగా డిగ్రీ కోర్సులు పూర్తిచేసినవారు కూడా అర్హులే.
- శిరోమణి మధ్యమ, శాస్త్ర భూషణ, విద్యా ప్రవీణ, విద్యాలంకార & వేదాలంకార, విద్వత్ మధ్యమ పరీక్షలు రాసినవారు దరఖాస్తు చేసుకోవచ్చు.

పీజీ డిప్లొమా ఇన్ యోగా విజ్ఞాన్

- కోర్సు వ్యవధి ఏడాది. ఇది ఆంగ్ల మాధ్యమంలో ఉంటుంది.
- వయసు: జూన్ 1 నాటికి 45 ఏళ్లలోపు ఉండాలి.
- అర్హత: ఏదైనా డిగ్రీ కోర్సు ఉత్తీర్ణులు దరఖాస్తు చేసుకోవచ్చు.
- **దరఖాస్తు విధానం:** అభ్యర్థులు వెబ్‌సైట్ నుంచి దరఖాస్తు డౌన్‌లోడ్ చేసుకొని పూర్తిగా నింపాలి. విద్యార్హతలు, వయసు సంబంధిత ధృవపత్రాలు, ఆధార్ కార్డు కాపీ జతచేసి కింది చిరునామాకు రిజిస్టరు పోస్టు ద్వారా పంపాలి.
- చిరునామా: ది డైరెక్టర్, డైరెక్టరేట్ ఆఫ్ డిస్టెన్స్ ఎడ్యుకేషన్, జాతీయ సంస్కృత విశ్వవిద్యాలయం, తిరుపతి - 517507.
- దరఖాస్తుకు ఆఖరు తేదీ: సెప్టెంబరు 15
- వెబ్‌సైట్: www.nsktu.ac.in

భిన్నాభిప్రాయాలు

జేఈఈ మెయిన్ నాలుగో రోజు రెండు షిఫ్టులపై వేర్వేరు అభిప్రాయాలు వ్యక్తమవుతున్నాయి. కెమిస్ట్రీ మొదటి నుంచీ సులువుగానే ఉంటోంది. బీఈ / బీటెక్‌లో ప్రవేశానికి సంబంధించి మాత్రం ఇది మూడో రోజే. మొదటి రోజును బీఆర్క్, బీప్లానింగ్ కోసం ప్రత్యేకించిన విషయం తెలిసిందే. ఫిజిక్స్ కెమిస్ట్రీ, మేథ్స్ సబ్జెక్టుల్లో ఒక్కోదాని నుంచి 25 చొప్పున మొత్తం 75 ప్రశ్నలు అడుగుతారు. ఒక్కో ప్రశ్నకు 4 మార్కులు చొప్పున 300 మార్కుల పేపర్. కాలవ్యవధి మూడు గంటలు.

జేఈఈ మెయిన్
నాలుగో రోజు విశ్లేషణ

- పేపర్‌ను మొత్తంగా చూసుకుంటే బ్యాలెన్స్‌డ్, మోడరేట్‌గా ఉంది. గడచిన రోజుల్లో జరిగిన పరీక్షతో పోల్చుకుంటే మాత్రం ప్రశ్నల నిడివి ఎక్కువగా ఉంది.
- మేథ్స్‌లో కాలిక్యులేషన్ ఎక్కువగా ఉన్నాయి. ప్రశ్నలు పెద్దగానే అడిగారు. ఫలితంగా ఇచ్చిన గంట సరిపోలేదని పలువురు విద్యార్థులు అంటున్నారు. ఈ సెషన్‌లో మేథ్స్ గేమ్ ఛేంజర్‌గా అదే సమయంలో తెలివైనవారికి స్కోరింగ్ సబ్జెక్టుగా ఉందని విశ్లేషిస్తున్నారు. రెండో షిఫ్ట్‌కు సంబంధించి కొందరు మోడరేట్, మరి కొందరు సులువుగా ఉందని చెబుతున్నారు.
- ఫిజిక్స్ మోడరేట్‌గా ఉంది. మేథ్స్‌తో పోల్చుకుంటే తేడా స్పష్టంగా తెలుస్తోంది. దాదాపుగా అన్ని టాపిక్స్‌ను కవర్ చేశారు. ఎలక్ట్రోస్టాట్, మెకానిక్స్, ఆప్టిక్స్, మోడ్రన్ ఫిజిక్స్ నుంచి వచ్చాయి. ఇంటీజర్ తరహా ప్రశ్నలు క్యాలిక్యులేషన్స్‌తో ఉన్నాయి. రెండో షిఫ్ట్‌లో ఫిజిక్స్ కష్టంగా ఉందని, వివిధ ప్రశ్నలను సాల్వ్ చేసేందుకు ఎక్కువ సమయం పట్టిందని విద్యార్థులు చెబుతున్నారు. ఈ షిఫ్ట్‌లో విద్యార్థుల భవితను ఫిజిక్స్ నిర్దేశిస్తుందని అని కూడా అంటున్నారు.
- కెమిస్ట్రీ మొదటి రోజు నుంచీ సులువుగానే వస్తోంది. ఈ రోజు ఒక్క థియరీ నుంచే ఎక్కువగా అడిగారు. ఫిజికల్, ఇనార్గానిక్ కంటే ఆర్గానిక్ కెమిస్ట్రీ నుంచి ఎక్కువ ప్రశ్నలు వచ్చాయని సమాచారం. రెండో షిఫ్ట్ కూడా అదే మాదిరిగా ఉంది.

- నిపుణుల బృందం

హైదరాబాద్‌లోని ఎలక్ట్రానిక్స్ కార్పొరేషన్ ఆఫ్ ఇండియా లిమిటెడ్(ఈసీఐఎల్) ట్రేడ్ అప్రెంటిస్‌షిప్ ట్రెయినింగ్‌కు దరఖాస్తులు కోరుతోంది. వివిధ ట్రేడుల్లో మొత్తం 285 సీట్లు ఉన్నాయి. వీటిలో 12 సీట్లను దివ్యాంగులకు కేటాయించారు. తెలంగాణ రాష్ట్రంలో నివసిస్తున్నవారు మాత్రమే దరఖాస్తుకు అర్హులు.

ఈసీఐఎల్‌లో 285 ట్రేడ్ అప్రెంటీస్‌లు

ట్రేడ్‌లవారీ ఖాళీలు

ఎలక్ట్రీషియన్	38
ఎలక్ట్రానిక్ మెకానిక్	81
ఫిట్టర్	80
ఆర్ అండ్ ఏసీ	7
ఎంఎంవీ	3
టర్నర్	9
మెషినిస్ట్	12
ఎంఎం టూల్ మెయింటెనెన్స్	4
కార్పెంటర్	7
కోపా	10
డీజిల్ మెకానిక్	5
ప్లంబర్	3
ఎస్ఎండబ్ల్యూ	3
వెల్డర్	16
పెయింటర్	7

అర్హత - ఎంపిక

సంబంధిత ట్రేడ్‌లో ఐటీఐ కోర్సు పూర్తిచేసిన అభ్యర్థులు దరఖాస్తు చేసుకోవచ్చు. ఈ కోర్సుకు ఎన్‌సీవీటీ గుర్తింపు ఉండాలి. అక్టోబరు 11 నాటికి 18 ఏళ్లు నిండి ఉండాలి. ఐటీఐ కోర్సులో వచ్చిన మార్కుల ఆధారంగా సీటు కేటాయిస్తారు. సెప్టెంబరు 24 నుంచి 30 వరకు ధృవపత్రాల పరిశీలన ఉంటుంది. ఎంపికైన అభ్యర్థులు ట్రైనింగ్‌లో చేరే సమయంలో ఇద్దరు గెజిటెడ్ ఆఫీసర్లు ధ్రువీకరించిన కాండక్ట్ సర్టిఫికెట్, సివిల్ అసిస్టెంట్ సర్జన్ నుంచి ఫిట్‌నెస్ సర్టిఫికెట్‌ను సమర్పించాలి. అక్టోబరు 12 నుంచి అప్రెంటీస్‌షిప్ ట్రైనింగ్ ప్రారంభమవుతుంది. ట్రైనింగ్‌ను విజయవంతంగా పూర్తి చేసిన అభ్యర్థులకు చివర్లో నేషనల్ కౌన్సిల్ ఫర్ ట్రైనింగ్ సంబంధిత ట్రేడ్‌ల్లో టెస్ట్ నిర్వహిస్తుంది. అందులో ఉత్తీర్ణులైనవారికి నేషనల్ కౌన్సిల్ నుంచి సర్టిఫికెట్ జారీ చేస్తుంది.

స్టయిపెండ్

ఎలక్ట్రీషియన్, ఎలక్ట్రానిక్స్ మెకానిక్, ఫిట్టర్, ఆర్ అండ్ ఏసీ, ఎంఎంవీ, టర్నర్, మెషినిస్ట్, ఎంఎం టూల్ మెయింటెనెన్స్ ట్రేడ్ అభ్యర్థులకు శిక్షణ కాలంలో రూ.8050, మిగతా ట్రేడ్స్ వారికి రూ.7700 స్టయిపెండ్‌గా చెల్లిస్తారు. అప్రెంటిస్‌షిప్ వ్యవధి ఒక సంవత్సరం.

దరఖాస్తు విధానం

అర్హులైన అభ్యర్థులు తొలుత మినిస్ట్రీ ఆఫ్ స్కిల్ డెవలప్‌మెంట్ అండ్ ఎంట్రపెన్యూర్‌షిప్ (ఎంఎస్‌డీఈ) అధికారిక ఆన్‌లైన్ వెబ్ పోర్టల్ www.apprenticeshipindia. orgలో తమ వివరాలు నమోదు చేసుకుని రిజిస్ట్రేషన్ నంబర్ పొందాలి. అదే వెబ్ పోర్టల్ నుంచి ఈసీఐఎల్ అప్రెంటిస్ ట్రైనింగ్‌కు దరఖాస్తు చేసుకోవచ్చు. లేదా ఈసీఐఎల్ అధికారిక వెబ్‌సైట్ నుంచి కూడా దరఖాస్తు ప్రక్రియను కొనసాగించవచ్చు. భవిషత్తు అవసరాల నిమిత్తం రిజిస్టర్డ్ ఆన్‌లైన్ అప్లికేషన్ కాపీ, సీరియల్ నంబర్‌ను భద్రపర్చుకోవడం మేలు.

ECIL RECRUITMENT

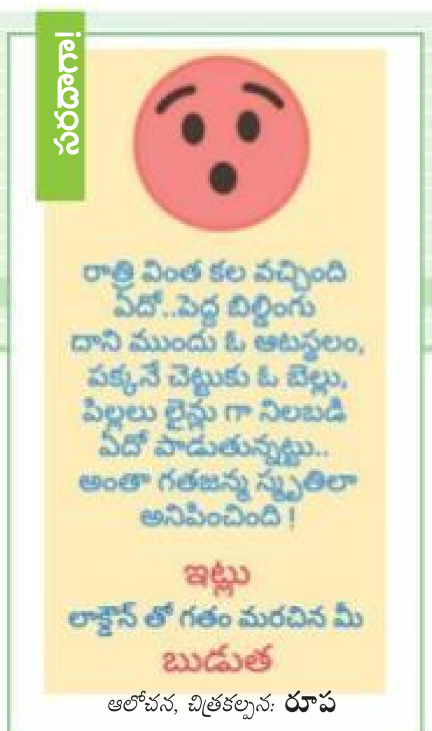
సమాచారం

ఆన్‌లైన్ దరఖాస్తుకు చివరి తేదీ: సెప్టెంబరు 19

వేదిక: ELECTRONICS CORPORATION OF INDIA LIMITED, Corporate Learning & Development Centre (CLDC), Nalanda Complex, TIFR Road, ECIL Hyderabad – 500 062. **Email:** hrcldc@ecil.co.in / hrclc@ecil.co.in

వెబ్‌సైట్: www.ecil.co.in

చిట్టిఫ్



ఆలోచన, చిత్రకల్పన: **రూప**

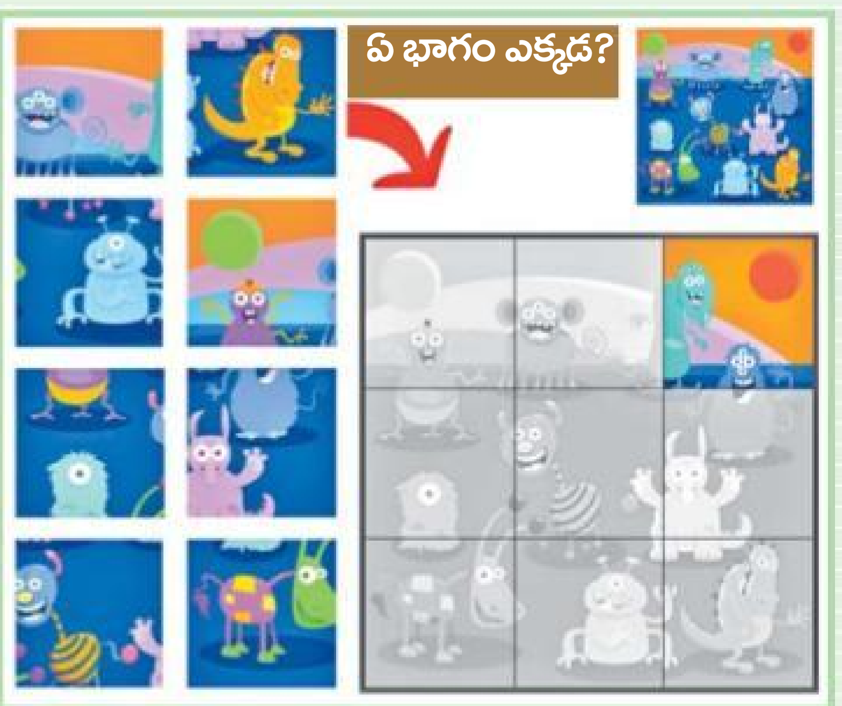
శభాష్ అభిజయ్!

ఏదైనా పోటీలో ప్రైజ్ మనీ గెలుచుకుంటే ఎవరైనా ఏం చేస్తారు? ఇష్టమైనవి కొనుక్కుంటారు. మిగిలితే డబ్బులు దాచుకుంటారు. కానీ ఎనిమిదేళ్ల అభిజయ్ పొట్లూరి మాత్రం అలా చేయలేదు. తాను గెలుచుకున్న డబ్బులను ఇల్లు, ఆహారం లేని పిల్లల కోసం డొనేట్ చేశాడు.

● లాక్‌డౌన్ సమయంలో అభిజయ్ కరోనా వైరస్‌పై ఒక యానిమేషన్ వీడియోను రూపొందించాడు. తనకున్న ప్రోగ్రామింగ్ స్కిల్స్‌తో ఆ వీడియోను రూపొందించి యూనిసెఫ్ నిర్వహించిన 'కొవిడ్-19 యానిమేషన్' పోటీలకు పంపాడు.

● ఆ పోటీలో ఒక లక్షా ఎనభై వేల రూపాయల నగదు బహుమతిని గెలుచుకున్నాడు. అయితే ఆ డబ్బును ఉండడానికి ఇల్లు, తినడానికి తిండి లేకుండా బాధపడుతున్న పిల్లల కోసం ఉపయోగించమని తిరిగి యూనిసెఫ్‌కు అందించాడు.

● ఎందుకలా డొనేట్ చేశావు అని అడిగితే... "యూనిసెఫ్ రూపొందించిన కొన్ని వీడియోలు చూశాక నా గుండె తరుక్కుపోయింది. ఎంతోమంది పిల్లలు ఇల్లు లేక రోడ్లపై జీవిస్తున్నారు. తినడానికి తిండి, తాగడానికి నీళ్లు కూడా లేవు. వాళ్లకి ఎంతో కొంత సహాయం చేసిన వాణ్ణి కావాలని అనిపించింది. అందుకే డబ్బులు ఇచ్చేశా" అని అన్నాడు అభిజయ్. ఈ చిన్నారి చేసిన పనికి సోషల్ మీడియాలో అభినందనలు వెల్లువెత్తుతున్నాయి.



డైలీ సుడోకు - 476

		6		2	1		5	3
2	5				7		8	
7								
3			4					
1								6
					5			7
								9
	1		9				2	4
9	4		7	8		3		

సుడోకు - 475 సమాధానం

3	4	5	9	6	8	2	7	1
6	8	7	2	1	4	5	9	3
2	1	9	3	7	5	6	8	4
5	7	3	6	8	1	4	2	9
1	2	8	4	3	9	7	6	5
4	9	6	5	2	7	1	3	8
9	6	1	8	5	2	3	4	7
7	3	4	1	9	6	8	5	2
8	5	2	7	4	3	9	1	6

ప్రతి బాక్స్‌లో 9 గళ్లు ఉంటాయి. ఒక్కో బాక్స్‌ను 1 నుంచి 9 వరకు అంకెలతో పూరించాలి. అన్ని బాక్స్‌లనూ కలిపి చూస్తే నిలువుగా, అడ్డంగానూ ఏ లైనులోనూ ఒకసారి వాడిన అంకెను తిరిగి వాడకూడదు.

తిరుపతిలోని జాతీయ సంస్కృత విశ్వవిద్యాలయం సంప్రదాయ కోర్సుల్లో ప్రవేశానికి దరఖాస్తులు కోరుతోంది. ఈ కోర్సులను దూరవిద్యావిధానంలో నిర్వహిస్తారు. ప్రవేశ పరీక్ష లేదు. యోగా కోర్సులకు తప్ప మిగతావాటికి వయోపరిమితి నిబంధనలు లేవు. విదేశీ విద్యార్థులు కూడా దరఖాస్తు చేసుకోవచ్చు.

సంస్కృత విశ్వవిద్యాలయంలో

దూరవిద్య కోర్సులు

ప్రాక్ - శాస్త్రి

- ఇది ప్రీ-డిగ్రీ ప్రోగ్రామ్. ఇంటర్మీడియెట్‌కు సమానం. ఈ కోర్సు వ్యవధి రెండేళ్లు.
- జూన్ 1 నాటికి 15 ఏళ్లు నిండి ఉండాలి.

అర్హత వివరాలు:

- ఇంగ్లీషు ఒక సబ్జెక్టుగా చదివి ఉండాలి
- సీబీఎస్ఈ / ఎస్ఎస్‌సీ / ఓఎస్ఎస్‌సీతోపాటు చిత్తూరులోని సంస్కృత భాషా ప్రచార సభ వారి అభిజ్ఞ పరీక్ష ఉత్తీర్ణులై ఉండాలి.
- న్యూఢిల్లీలోని రాష్ట్రీయ సంస్కృత సంస్థాన్ లేదా వారణాసిలోని సంపూర్ణానంద సంస్కృత విశ్వవిద్యాలయం నుంచి పూర్వ మాధ్యమ పరీక్ష పాసైన వారూ దరఖాస్తు చేసుకోవచ్చు.
- ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం నిర్వహించే సంస్కృత ప్రవేశ పరీక్షలో అర్హత పొందినవారు కూడా అర్హులే.
- మహర్షి సాందీపని రాష్ట్రీయ వేద విద్యా ప్రతిష్టాన్ వారి వేద భూషణ్ సర్టిఫికెట్ పొందినవారూ దరఖాస్తు చేసుకోవచ్చు.

సమ్మానిత శాస్త్రి

- ఇది బీఏ ఆనర్స్ కోర్సుకు సమానం. కోర్సు వ్యవధి మూడేళ్లు, ఇందులో ఆరు సెమిస్టర్లు ఉంటాయి.
- జూన్ 1 నాటికి 17 ఏళ్లు నిండి ఉండాలి.

అర్హతల వివరాలు:

- దేశంలోని సంస్కృత విద్యాలయాల్లో ప్రాక్ శాస్త్రి, ఉత్తర మాధ్యమ, మాధ్యమ, వర్షితోపాధ్యాయ, ఉప శాస్త్రి, సాహిత్య తదితర కోర్సులు చేసినవారు దరఖాస్తు చేసుకోవచ్చు.
- ఇంగ్లీషు ఒక సబ్జెక్టుగా సంస్కృతంలో డిప్లొమా చేసినవారు, సంస్కృతం ఒక సబ్జెక్టుగా ఇంటర్మీడియెట్ చదివినవారు కూడా అర్హులే.
- బీఏ ఆనర్స్ (సంస్కృతం) కోర్సులో ప్రవేశానికి కూడా ఇవే అర్హతలు వర్తిస్తాయి.

ఆచార్య

- ఇది పోస్ట్ గ్రాడ్యుయేట్ ప్రోగ్రామ్. ఎంఏ (సంస్కృతం) కోర్సుకు సమానం. కోర్సు వ్యవధి రెండేళ్లు. ఇందులో నాలుగు సెమిస్టర్లు ఉంటాయి.
- స్పెషలైజేషన్లు: సాహిత్యం, పురాణేతిహాసాలు, ధర్మశాస్త్రం, సాంఖ్య యోగా.
- జూన్ 1 నాటికి 20 ఏళ్లు నిండి ఉండాలి.

అర్హతల వివరాలు:

- శాస్త్రి కోర్సు ఉత్తీర్ణులు దరఖాస్తు చేసుకోవచ్చు. సంస్కృతం ద్వితీయ భాషగా డిగ్రీ కోర్సులు పూర్తిచేసినవారు కూడా అర్హులే.
- శిరోమణి మధ్యమ, శాస్త్ర భూషణ, విద్యా ప్రవీణ, విద్యాలంకార & వేదాలంకార, విద్వత్ మధ్యమ పరీక్షలు రాసినవారు దరఖాస్తు చేసుకోవచ్చు.

పీజీ డిప్లొమా ఇన్ యోగా విజ్ఞాన్

- కోర్సు వ్యవధి ఏడాది. ఇది ఆంగ్ల మాధ్యమంలో ఉంటుంది.
- వయసు: జూన్ 1 నాటికి 45 ఏళ్లలోపు ఉండాలి.
- అర్హత: ఏదైనా డిగ్రీ కోర్సు ఉత్తీర్ణులు దరఖాస్తు చేసుకోవచ్చు.
- **దరఖాస్తు విధానం:** అభ్యర్థులు వెబ్‌సైట్ నుంచి దరఖాస్తు డౌన్‌లోడ్ చేసుకొని పూర్తిగా నింపాలి. విద్యార్హతలు, వయసు సంబంధిత ధ్రువపత్రాలు, ఆధార్ కార్డు కాపీ జతచేసి కింది చిరునామాకు రిజిస్టరు పోస్టు ద్వారా పంపాలి.
- చిరునామా: ది డైరెక్టర్, డైరెక్టరేట్ ఆఫ్ డిస్టెన్స్ ఎడ్యుకేషన్, జాతీయ సంస్కృత విశ్వవిద్యాలయం, తిరుపతి - 517507.
- దరఖాస్తుకు ఆఖరు తేదీ: సెప్టెంబరు 15
- వెబ్‌సైట్: www.nsktu.ac.in

భిన్నాభిప్రాయాలు

జేఈఈ మెయిన్ నాలుగో రోజు రెండు షిఫ్టులపై వేర్వేరు అభిప్రాయాలు వ్యక్తమవుతున్నాయి. కెమిస్ట్రీ మొదటి నుంచీ సులువుగానే ఉంటోంది. బీఈ / బీటెక్‌లో ప్రవేశానికి సంబంధించి మాత్రం ఇది మూడో రోజే. మొదటి రోజును బీఆర్క్, బీప్లానింగ్ కోసం ప్రత్యేకించిన విషయం తెలిసిందే. ఫిజిక్స్ కెమిస్ట్రీ, మేథ్స్ సబ్జెక్టుల్లో ఒక్కోదాని నుంచి 25 చొప్పున మొత్తం 75 ప్రశ్నలు అడుగుతారు. ఒక్కో ప్రశ్నకు 4 మార్కులు చొప్పున 300 మార్కుల పేపర్. కాలవ్యవధి మూడు గంటలు.

జేఈఈ మెయిన్ నాలుగో రోజు విశ్లేషణ

- పేపర్‌ను మొత్తంగా చూసుకుంటే బ్యాలెన్స్‌డ్, మోడరేట్‌గా ఉంది. గడచిన రోజుల్లో జరిగిన పరీక్షతో పోల్చుకుంటే మాత్రం ప్రశ్నల నిడివి ఎక్కువగా ఉంది.
- మేథ్స్‌లో కాలిక్యులేషన్ ఎక్కువగా ఉన్నాయి. ప్రశ్నలు పెద్దగానే అడిగారు. ఫలితంగా ఇచ్చిన గంట సరిపోలేదని పలువురు విద్యార్థులు అంటున్నారు. ఈ సెషన్‌లో మేథ్స్ గేమ్ ఛేంజర్‌గా అదే సమయంలో తెలివైనవారికి స్కోరింగ్ సబ్జెక్టుగా ఉందని విశ్లేషిస్తున్నారు. రెండో షిఫ్ట్‌కు సంబంధించి కొందరు మోడరేట్, మరి కొందరు సులువుగా ఉందని చెబుతున్నారు.
- ఫిజిక్స్ మోడరేట్‌గా ఉంది. మేథ్స్‌తో పోల్చుకుంటే తేడా స్పష్టంగా తెలుస్తోంది. దాదాపుగా అన్ని టాపిక్స్‌ను కవర్ చేశారు. ఎలక్ట్రోస్టాట్, మెకానిక్స్, ఆప్టిక్స్, మోడ్రన్ ఫిజిక్స్ నుంచి వచ్చాయి. ఇంటీజర్ తరహా ప్రశ్నలు క్యాలిక్యులేషన్స్‌తో ఉన్నాయి. రెండో షిఫ్ట్‌లో ఫిజిక్స్ కష్టంగా ఉందని, వివిధ ప్రశ్నలను సాల్వ్ చేసేందుకు ఎక్కువ సమయం పట్టిందని విద్యార్థులు చెబుతున్నారు. ఈ షిఫ్ట్‌లో విద్యార్థుల భవితను ఫిజిక్స్ నిర్దేశిస్తుందని అని కూడా అంటున్నారు.
- కెమిస్ట్రీ మొదటి రోజు నుంచీ సులువుగానే వస్తోంది. ఈ రోజు ఒక్క థియరీ నుంచే ఎక్కువగా అడిగారు. ఫిజికల్, ఇనార్గానిక్ కంటే ఆర్గానిక్ కెమిస్ట్రీ నుంచి ఎక్కువ ప్రశ్నలు వచ్చాయని సమాచారం. రెండో షిఫ్ట్ కూడా అదే మాదిరిగా ఉంది.

- నిపుణుల బృందం

హైదరాబాద్‌లోని ఎలక్ట్రానిక్స్ కార్పొరేషన్ ఆఫ్ ఇండియా లిమిటెడ్(ఈసీఐఎల్) ట్రేడ్ అప్రెంటిస్‌షిప్ ట్రైనింగ్‌కు దరఖాస్తులు కోరుతోంది. వివిధ ట్రేడుల్లో మొత్తం 285 సీట్లు ఉన్నాయి. వీటిలో 12 సీట్లను దివ్యాంగులకు కేటాయించారు. తెలంగాణ రాష్ట్రంలో నివసిస్తున్నవారు మాత్రమే దరఖాస్తుకు అర్హులు.

ఈసీఐఎల్‌లో 285 ట్రేడ్ అప్రెంటిస్‌లు

ట్రేడ్‌లవారీ ఖాళీలు

ఎలక్ట్రీషియన్	38
ఎలక్ట్రానిక్ మెకానిక్	81
ఫిట్టర్	80
ఆర్అండ్ ఏసీ	7
ఎంఎంవీ	3
టర్నర్	9
మెషినిస్ట్	12
ఎంఎం టూల్ మెయింటెనెన్స్	4
కార్పెంటర్	7
కోపా	10
డీజిల్ మెకానిక్	5
ప్లంబర్	3
ఎస్ఎండబ్ల్యూ	3
వెల్డర్	16
పెయింటర్	7

అర్హత - ఎంపిక

సంబంధిత ట్రేడ్‌లో ఐటీఐ కోర్సు పూర్తిచేసిన అభ్యర్థులు దరఖాస్తు చేసుకోవచ్చు. ఈ కోర్సుకు ఎన్‌సీవీటీ గుర్తింపు ఉండాలి. అక్టోబరు 11 నాటికి 18 ఏళ్లు నిండి ఉండాలి. ఐటీఐ కోర్సులో వచ్చిన మార్కుల ఆధారంగా సీటు కేటాయిస్తారు. సెప్టెంబరు 24 నుంచి 30 వరకు ధ్రువపత్రాల పరిశీలన ఉంటుంది. ఎంపికైన అభ్యర్థులు ట్రైనింగ్‌లో చేరే సమయంలో ఇద్దరు గెజిటెడ్ ఆఫీసర్లు ధ్రువీకరించిన కాండక్ట్ సర్టిఫికెట్, సివిల్ అసిస్టెంట్ సర్జన్ నుంచి ఫిట్‌నెస్ సర్టిఫికెట్‌ను సమర్పించాలి. అక్టోబరు 12 నుంచి అప్రెంటిస్‌షిప్ ట్రైనింగ్ ప్రారంభమవుతుంది. ట్రైనింగ్‌ను విజయవంతంగా పూర్తి చేసిన అభ్యర్థులకు చివర్లో నేషనల్ కౌన్సిల్ ఫర్ ట్రైనింగ్ సంబంధిత ట్రేడ్‌ల్లో టెస్ట్ నిర్వహిస్తుంది. అందులో ఉత్తీర్ణులైనవారికి నేషనల్ కౌన్సిల్ నుంచి సర్టిఫికెట్ జారీ చేస్తుంది.

స్టయిపెండ్

ఎలక్ట్రీషియన్, ఎలక్ట్రానిక్స్ మెకానిక్, ఫిట్టర్, ఆర్ అండ్ ఏసీ, ఎంఎంవీ, టర్నర్, మెషినిస్ట్, ఎంఎం టూల్ మెయింటెనెన్స్ ట్రేడ్ అభ్యర్థులకు శిక్షణ కాలంలో రూ.8050, మిగతా ట్రేడ్స్ వారికి రూ.7700 స్టయిపెండ్‌గా చెల్లిస్తారు. అప్రెంటిస్‌షిప్ వ్యవధి ఒక సంవత్సరం.

దరఖాస్తు విధానం

అర్హులైన అభ్యర్థులు తొలుత మినిస్ట్రీ ఆఫ్ స్కిల్ డెవలప్‌మెంట్ అండ్ ఎంట్రపెన్యూర్‌షిప్ (ఎంఎస్‌డీఈ) అధికారిక ఆన్‌లైన్ వెబ్ పోర్టల్ www.apprenticeshipindia.orgలో తమ వివరాలు నమోదు చేసుకుని రిజిస్ట్రేషన్ నంబర్ పొందాలి. అదే వెబ్ పోర్టల్ నుంచి ఈసీఐఎల్ అప్రెంటిస్ ట్రైనింగ్‌కు దరఖాస్తు చేసుకోవచ్చు. లేదా ఈసీఐఎల్ అధికారిక వెబ్‌సైట్ నుంచి కూడా దరఖాస్తు ప్రక్రియను కొనసాగించవచ్చు. భవిష్యత్తు అవసరాల నిమిత్తం రిజిస్టర్డ్ ఆన్‌లైన్ అప్లికేషన్ కాపీ, సీరియల్ నంబర్‌ను భద్రపర్చుకోవడం మేలు.

ECIL RECRUITMENT

సమాచారం

ఆన్‌లైన్ దరఖాస్తుకు చివరి తేదీ: సెప్టెంబరు 19

వేదిక: ELECTRONICS CORPORATION OF INDIA LIMITED, Corporate Learning & Development Centre (CLDC), Nalanda Complex, TIFR Road, ECIL Hyderabad – 500 062. **Email:** hrcldc@ecil.co.in / hrclc@ecil.co.in

వెబ్‌సైట్: www.ecil.co.in

సరదాగా!

రాత్రి వింత కల వచ్చింది
ఏదో..పెద్ద బిల్డింగు
దాని ముందు ఓ ఆటస్థలం,
పక్కనే చెట్టుకు ఓ బెల్లు,
పిల్లలు లైన్లు గా నిలబడి
ఏదో పాడుతున్నట్టు..
అంతా గతజన్మ స్మృతిలా
అనిపించింది!

ఇట్లు
లాక్డౌన్ తో గతం మరచిన మీ
బుడుత

ఆలోచన, చిత్రకల్పన: **రూప**

శభాష్ అభిజయ్!

ఏదైనా పోటీలో ప్రైజ్ మనీ గెలుచుకుంటే ఎవరైనా ఏం చేస్తారు? ఇష్టమైనవి కొనుక్కుంటారు. మిగిలితే డబ్బులు దాచుకుంటారు. కానీ ఎనిమిదేళ్ల అభిజయ్ పొట్లూరి మాత్రం అలా చేయలేదు. తాను గెలుచుకున్న డబ్బులను ఇల్లు, ఆహారం లేని పిల్లల కోసం డొనేట్ చేశాడు.

● లాక్‌డౌన్ సమయంలో అభిజయ్ కరోనా వైరస్‌పై ఒక యానిమేషన్ వీడియోను రూపొందించాడు. తనకున్న ప్రోగ్రామింగ్ స్కిల్స్‌తో ఆ వీడియోను రూపొందించి యూనిసెఫ్ నిర్వహించిన 'కొవిడ్-19 యానిమేషన్' పోటీలకు పంపాడు.

● ఆ పోటీలో ఒక లక్షా ఎనభై వేల రూపాయల నగదు బహుమతిని గెలుచుకున్నాడు. అయితే ఆ డబ్బును ఉండడానికి ఇల్లు, తినడానికి తిండి లేకుండా బాధపడుతున్న పిల్లల కోసం ఉపయోగించమని తిరిగి యూనిసెఫ్‌కు అందించాడు.

● ఎందుకలా డొనేట్ చేశావు అని అడిగితే... "యూనిసెఫ్ రూపొందించిన కొన్ని వీడియోలు చూశాక నా గుండె తరుక్కుపోయింది. ఎంతోమంది పిల్లలు ఇల్లు లేక రోడ్లపై జీవిస్తున్నారు. తినడానికి తిండి, తాగడానికి నీళ్లు కూడా లేవు. వాళ్లకి ఎంతో కొంత సహాయం చేసిన వాణ్ణి కావాలని అనిపించింది. అందుకే డబ్బులు ఇచ్చేశా" అని అన్నాడు అభిజయ్. ఈ చిన్నారి చేసిన పనికి సోషల్ మీడియాలో అభినందనలు వెల్లువెత్తుతున్నాయి.

ఏ భాగం ఎక్కడ?

జతలేని బొమ్మ ఏది?

సరైన నీడ ఏది?

చుక్కలు కలిపి రంగులు వేయండి!

డైలీ సుడోకు - 476

		6		2	1		5	3
2	5				7		8	
7								
3			4					
1								6
					5			7
								9
	1		9				2	4
9	4		7	8		3		

సుడోకు - 475 సమాధానం

3	4	5	9	6	8	2	7	1
6	8	7	2	1	4	5	9	3
2	1	9	3	7	5	6	8	4
5	7	3	6	8	1	4	2	9
1	2	8	4	3	9	7	6	5
4	9	6	5	2	7	1	3	8
9	6	1	8	5	2	3	4	7
7	3	4	1	9	6	8	5	2
8	5	2	7	4	3	9	1	6

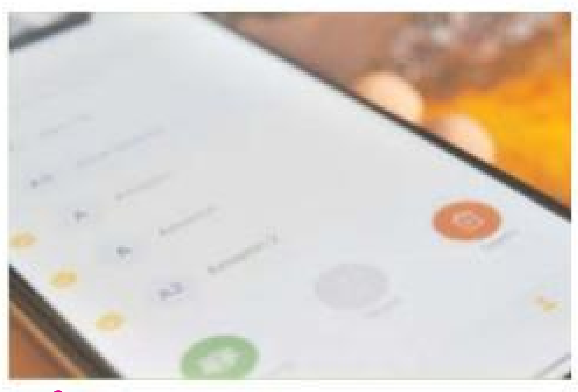
ప్రతి బాక్స్‌లో 9 గళ్లు ఉంటాయి. ఒక్కో బాక్స్‌ను 1 నుంచి 9 వరకు అంకెలతో పూరించాలి. అన్ని బాక్స్‌లనూ కలిపి చూస్తే నిలువుగా, అడ్డంగానూ ఏ లైనులోనూ ఒకసారి వాడిన అంకెను తిరిగి వాడకూడదు.

టెక్ సందేహాలు

ఫోన్ కాంటాక్ట్స్ రిపీట్ అవుతున్నాయి?

నా ఫోన్లో రమారమి నలభై వరకు కాంటాక్టులు పదేపదే రిపీట్ అవుతున్నాయి. వాటిని ఎన్నిసార్లు డిలీట్ చేసినా మళ్లీ మళ్లీ వస్తున్నాయి. ఆ ఫోన్లో మూడు జీమెయిల్ అకౌంట్లతో లాగిన్ అయ్యాను. కాంటాక్టుల విషయంలో నాకు తలెత్తుతున్న సమస్యకు పరిష్కారం చూపగలరు.

- దీపక్ తేజ, పార్వతీపల్లి



మీరు చెప్పిన దాని ప్రకారం, ఒక ఆండ్రాయిడ్ ఫోన్‌కి మూడు జీమెయిల్ ఐడిలు లింక్ చేసినప్పుడు తప్పనిసరిగా ఆయా అకౌంట్లలో ఉన్న కాంటాక్టులు అన్నీ వాటంతట అవే సింక్ అవుతుంటాయి. గూగుల్ కాంటాక్ట్స్‌లో ఉన్న కాంటాక్టులను 'ఆండ్రాయిడ్ ఫోన్లు' మన ఫోన్లోకి తీసుకు వస్తూ ఉంటాయి. ఈ నేపథ్యంలో ఒకవేళ మీ దగ్గర శ్రీధర్ అనే కాంటాక్ట్ మీ మూడు జీమెయిల్ అకౌంట్లలో సేవ్ చేసి ఉన్నట్లయితే, అది మీ ఫోన్లో మూడుసార్లు డూప్లికేట్‌గా కన్పిస్తుంది. ఇక్కడ మీరు చేయవలసిందల్లా ప్రధానంగా మీరు వాడుతున్న ఒక జీమెయిల్ అకౌంట్ మాత్రమే ఉంచి, మిగతావి మీ ఫోన్ సెట్టింగ్స్‌లో అకౌంట్స్ విభాగం నుంచి తొలగించాలి. లేదా మూడూ కావాలనుకుంటే, మిగిలిన రెండు అకౌంట్లలో కాంటాక్ట్స్ సింక్ డిజేబుల్ చేయాలి. ఆ తరవాత గూగుల్ ప్లే స్టోర్లో లభించే డూప్లికేట్ కాంటాక్ట్స్ రిమూవర్ వంటి యాప్స్ ద్వారా డూప్లికేట్ కాంటాక్ట్స్‌ని తొలగించడమే తగిన పరిష్కారం.

జిబి వాట్సప్ వాడకం మంచిదేనా?

చాలామంది గూగుల్ ప్లేస్టోర్లో లభించని జిబి వాట్సప్ డౌన్లోడ్ చేసుకుని ఇన్స్టాల్ చేసుకుంటున్నారు. ఈ యాప్ వాడటం మంచిదేనా?

- సొహెయిల్, కడప

వాట్సప్ సోర్స్ కోడ్‌ని డీకంపైల్ చెయ్యడం ద్వారా అందులో ప్రత్యేకమైన ఫ్లాగ్‌లను తొలగించి అదనపు సదుపాయాలు కల్పించేలా జిబి వాట్సప్ వంటివి పనిచేస్తాయి. వీటిని మాడెడ్ వాట్సప్‌లుగా పరిగణిస్తారు. ఉదాహరణకి వీటి ద్వారా పెద్ద స్థాయిలో వీడియో అటాచ్‌మెంట్లని పంపుకోవడం, ఆటో రిప్లయ్‌లు సెట్ చేయడం వంటి పలు రకాల ప్రయోజనాలు ఉంటాయి. అయితే జిబి వాట్సప్ వంటివి యూజర్లకి సంబంధించిన వ్యక్తిగత సమాచారాన్ని దొంగిలిస్తున్నట్టు అనేక ఆధారాలతో బయటపడింది. కాబట్టి ఇలాంటి వాటికి దూరంగా ఉండటం మంచిది. వాట్సాప్ నియమాల ప్రకారం ఇలాంటి మాడెడ్ వెర్షన్లని వాడడం నిషిద్ధం. ఒకవేళ మీరు వాటిని వాడుతున్నట్లు వాట్సప్ సంస్థ గుర్తించినట్లయితే, మీ వాట్సప్ అకౌంట్ బ్లాక్ చేసే ప్రమాదం కూడా ఉంది!

టెక్ గురు

"హమ్మయ్య.. 'పబ్జి' పీడా పోయింది.." దేశవ్యాప్తంగా ఎంతో మంది తల్లిదండ్రుల స్పందన ఇది! జాతీయ భద్రతా కారణాలతో కేంద్ర ప్రభుత్వం పబ్జి సహా 118 ఇతర అప్లికేషన్లని నిషేధించింది. దరిమిలా యావత్తు దేశం హర్షం వ్యక్తం చేస్తోంది. కొన్నేళ్లుగా ఎంతో మంది తల్లిదండ్రులు తమ పిల్లల ప్రవర్తనలో చాలా మార్పులు వస్తున్నాయని, తమకు వారికి మధ్య అగాథం పెరుగుతోందని, పబ్జిని నిషేధించాలని మొత్తుకుంటున్నా ప్రభుత్వం పెద్దగా పట్టించుకోలేదు. డేటా విదేశాలకు తరలిపోతోంది, భద్రత కరువవుతోంది అన్న కారణాలతో ఎట్టకేలకు ప్రభుత్వం నిర్ణయం తీసుకుంది. అయితే 'పబ్జి' ఒక్కదానితో సమస్య తీరిపోతుందా, అసలు పిల్లలకు ఎలాంటి గేమ్స్ మెరుగైనవి అన్నది చూద్దాం.

'పబ్జి'తో పనైపోలేదు

వ్యసనాలకు ఫుల్‌స్టాప్ ప్రధానం

పబ్జిని నిషేధించినంత మాత్రాన ఊపిరి పీల్చుకునే పరిస్థితి కాదు. 'ఫ్రీఫైర్' లాంటి హింసాత్మక గేమ్‌ప్లే కలిగిన గేమ్స్ గూగుల్ ప్లే స్టోర్‌లో, యాపిల్ యాప్ స్టోర్‌లో కుప్పలు తెప్పలుగా ఉన్నాయి. ఇప్పటికే చాలా మంది యువత వాటికి అలవాటుపడ్డారు కూడా! సహజంగానే సదరు కంపెనీలు యువతకి నచ్చే హీరోయిజం లక్షణాలతో కూడిన వాతావరణం, పాత్రలతో గేమ్ స్వరూపాన్ని రూపొందిస్తూ ఉంటాయి. సామాజిక ప్రయోజనాలు, నైతిక విలువలు వంటివి ఏవీ ఆ కంపెనీలకు పట్టవు. తాము రూపొందించిన ఆట ఎంత ఆదాయాన్ని సమకూరుస్తుంది, ఎంత ప్రాచుర్యం చెందింది అన్న లెక్కలు మాత్రమే వేసుకుంటూ ఉంటారు. ప్లాట్‌ఫాం నియమాలు అనుసరించాలి కాబట్టి, గూగుల్ ప్లేస్టోర్ వంటివాటిలో తమ గేములను హోస్ట్ చేసేటప్పుడు ఏ వయసు వారు ఆడటానికి వీలు పడుతుంది అన్నది ఒక రేటింగ్ ఇచ్చి ఊరుకుంటారు. అయితే దురదృష్టవశాత్తు దాదాపుగా అన్ని వయసుల వాళ్లు ఇలాంటి హింసాత్మక ప్రవృతిని ప్రేరేపించే ఆటలను ఇన్‌స్టాల్ చేసుకుని ఆడేస్తుంటారు. సరిగ్గా ఈ కారణంతోనే ఇలాంటి గేమ్స్ ఆడే చాలామంది పిల్లలు, తమ తల్లిదండ్రులతో పరుషంగా మాట్లాడుతుంటారు. తల్లిదండ్రులను బెదిరించడం, కొన్నిసార్లు ఆత్మహత్యలకు వెనుకాడకపోవడం కూడా చూస్తున్నాం. మనిషి మెదడులోని కీలకమైన భాగాలు గ్రే మేటర్, వైట్ మేటర్ వంటివి అభివృద్ధి చెందే దశలో ఇలాంటి హింసాత్మక ఆటలు వారి వ్యక్తిత్వంపై తీవ్ర ప్రభావం చూపిస్తాయి.

ఎలాంటి గేమ్స్ మంచివి?

చిన్నపిల్లలు మొదలుకుని అన్ని వయసుల వాళ్ల కాలక్షేపం కోసం గేమ్స్ ఆడటం ఈమధ్య సర్వసాధారణమైంది. ముఖ్యంగా కరోనా లాక్‌డౌన్ తరవాత ఇలా గేమ్స్ మీద గడిపే సమయం సగటున మూడు నుంచి ఏడు గంటలకు మనదేశంలో పెరిగింది. ఈ నేపథ్యంలో పబ్జి వంటి గేమ్స్‌కు దూరంగా ఉంచాలి. అదే సమయంలో మెదడుకి పదును పెట్టే గేమ్‌లను పిల్లలకు అలవాటు చేయవచ్చు. పిల్లలు మాత్రమే కాదు పెద్దవాళ్ళు కూడా ఇలాంటి వాటి ద్వారా మెదడు పనితీరు మెరుగుపరచుకోవచ్చు. ఉదాహరణకు గూగుల్ ప్లే స్టోర్‌లో బ్రెయిన్ గేమ్స్ అని వెదికితే చాలా వస్తుంటాయి. జ్ఞాపకశక్తి, కాగ్నిటివ్ స్కిల్స్, నిర్ణయాత్మక శక్తి, మెదడు చురుకుదనాన్ని ఇవి పెంచుతాయి. రోజు మొత్తంలో ఒక అరగంటకు మించకుండా సమయాన్ని వీటిని ఆడవచ్చు. తద్వారా మెదడులో తగినంత న్యూరల్ యాక్టివిటీ ఏర్పడుతుంది. దాంతో మానసిక ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుంది. "లుమాసిటీ" అనేది అలాంటి గేమ్స్‌లో ఒకటి! వీటితో పాటు స్ట్రాటజీ, పజిల్ గేమ్స్ లాంటివి కూడా మెదడుకి చాలా ఉపయోగకరం. తల్లిదండ్రులు తమ పిల్లలకు ఇలాంటి గేమ్స్ అలవాటు చేయాలి. వాటిలో తగినంత స్కోర్ సాధిస్తే బహుమతులు ఇస్తామని ఆశపెట్టాలి. అలాంటి గేమ్స్‌పై పిల్లలకు ఆసక్తి కనబరిచేలా వారి ఆలోచనలను చిన్నగా మళ్ళించాలి.

అడిక్షన్ స్థాయి గుర్తించడం

సరదాగా కాసేపు గేమ్స్ ఆడుకోవడం ఫర్లేదు. అదే పనిగా గంటల తరబడి ఫోన్ చేతిలో పట్టుకొని వాటికి అతుక్కుపోవటం మాత్రం ఒక బలమైన వ్యసనానికి నిదర్శనం. రెండేళ్ల క్రితం ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ గేమింగ్‌ని వ్యసనంగా అభివర్ణించింది. రోజు అరగంట లేదా గంటసేపు మంచి గేమ్స్ ఆడితే 'గూగుల్ ఫ్యామిలీ లింక్' వంటి పేరెంటల్ కంట్రోల్ అప్లికేషన్ల సహాయంతో పరిమితులు విధించవచ్చు. పిల్లలు ఏ గేమ్స్ ఇన్‌స్టాల్ చేస్తున్నారు, వాటి 'ఏజ్ రేటింగ్', గేమ్ థీమ్ వంటి వాటిని తల్లిదండ్రులు ఎప్పటికప్పుడు తెలుసుకోవాలి. అలాగే అవి పిల్లల వ్యక్తిత్వాన్ని ఎలా ప్రభావితం చేస్తాయో అర్థం చేసుకోవాలి.

మెదడులో డొపమిన్ అనే న్యూరోకెమికల్ కోసం ఏర్పడే ఆరాటం కారణంగా మళ్లీమళ్లీ మనసు అటు వైపే లాగుతుంది. ధూమపానం, మద్యం, మత్తు పదార్థాలకు బానిసలైన వారికి ఇలా గేమ్‌లకు అలవాటు పడినవాళ్ళ మానసిక పరిస్థితితో తేడా ఉండదు. మెల్లమెల్లగా శారీరక వ్యాయామం, కుటుంబ సభ్యులు, స్నేహితులతో నేరుగా గానీ వర్చ్యువల్‌గా గానీ కబుర్లు చెప్పుకోవడం లేదంటే యుడెమీ, లింక్డిన్ లెర్నింగ్ వంటి వాటిలో నచ్చిన కోర్సులలో చేరి కొత్త విషయాలు నేర్చుకునే వైపు మనసు మళ్లించడం వంటి పనుల ద్వారా గేమింగ్ అనే వ్యసనం నుంచి కొద్దికాలంలోనే విజయవంతంగా బయటపడవచ్చు. ఏదో సరదాగా గేమ్స్ ఆడుతున్నాం అనుకుంటారు తప్ప తాము గేమింగ్ వ్యసనంలో కూరుకుపోయామన్న స్పృహ చాలామందికి ఉండదు. 'ఎందుకు అదే పనిగా గేమ్స్ ఆడతారు, మీరు అడిక్ట్ అవుతున్నారు' అని మీ కుటుంబ సభ్యులు, పిల్లలు, స్నేహితుల్లో ఎవరినైనా హెచ్చరిస్తే.. వారి నుంచి అతి సహజంగా వచ్చే సమాధానం, 'ఏదో సరదాకి కాసేపే, నేనా అడిక్ట్ అవడమా' అని నవ్వేస్తారు. ఇది అన్ని చోట్లా జరిగే తంతే. ఒక వ్యసనపరుడు తాను అందులో కూరుకుపోయాను అన్న స్పృహని కోల్పోవడమే దాని అసలు లక్షణం. కచ్చితంగా ఇలాంటి గేమ్స్‌ని విడిచి ఉండలేకపోతున్నామన్న విషయం అర్థమైన క్షణం నుంచి ఎంతో కొంత వాటికి దూరంగా అలవాటు పడాలి.

నల్లమోతు శ్రీధర్
fb.com/nallamothu sridhar

గూగుల్ మ్యాప్ రూట్‌కు ఇవే కీలకం

అప్‌డేట్

దారి కనుక్కోవడంలో గూగుల్ మ్యాప్‌తో కలుగుతున్న ప్రయోజనాల గురించి ప్రత్యేకించి చెప్పాల్సిన పనిలేదు. ఎవరినీ అడగకుండా, కేవలం చిరునామా ప్రకారం, నిర్దేశిత ప్రాంతానికి చేరుకోవడం గూగుల్ మ్యాప్ సహకారంతో సాధ్యమవుతోంది. అయితే ఈ అసాధ్యం మాటున ఉన్న ఏడు విషయాలు ఓసారి చెక్ చేసుకోండి..

- రోడ్లపై ట్రాఫిక్ పరిస్థితులను ఎప్పటికప్పుడు గూగుల్ మ్యాప్ వినియోగదారులకు తెలియజేయడం పాత విషయమే. అయితే ఇందు కోసం ఆ లొకేషన్‌లోని అందరి డేటాను క్రోడీకరించి భిన్న సాంకేతికతల సహకారంతో మొత్తం సమాచారానికి ఒక సమగ్ర రూపంలో, కచ్చితత్వంతో అందజేస్తుంది.
- వివిధ రహదారులపై వేర్వేరు సమయాల్లో వాహనాల కదలికను గమనించి ట్రాఫిక్ ప్యాటర్న్‌ను తెలుసుకుంటుంది. మెషిన్ లెర్నింగ్ సహకారంతో ఈ డేటాబేస్‌ను లైవ్ ట్రాఫిక్‌తో అనుసంధానించి ఎప్పటికప్పుడు వాహనాల కదలికలు, అంటే ఒక్కో వాహనం ఆయా ప్రదేశానికి చేరుకునే సమయాన్ని తెలియజేస్తుంది. ఉదాహరణకు ఉదయం, సాయంత్రం వేళల్లో ఉండే ట్రాఫిక్ రద్దీ మధ్యాహ్నం లేదంటే రాత్రి కనిపించదు. తదనుగుణంగానే వాహనాల కదలిక ఉంటుంది. ఆ లెక్కలను పక్కాగా తీసుకుని మరీ ట్రాఫిక్ అంచనాలను వినియోగదారులకు గూగుల్ తెలియజేస్తుంది.
- గూగుల్‌కు అనుబంధమైన 'ఆల్ఫాబెట్' సంబంధించిన ఆర్టిఫీషియల్ ఇంటెలిజెన్స్ ల్యాబ్ 'డీప్ మైండ్'. ఈ సంస్థకు చెందిన మెషీన్ లెర్నింగ్ సహకారంతో ఒక ఆర్కిటెక్చర్ రూపొందించుకుంది. దీనికి గ్రాఫిక్ న్యూరల్ నెట్‌వర్క్ అని పేరుపెట్టుకుంది. ఈ నెట్‌వర్క్ సహాయంతో మరింత ఆక్యురసీతో గమ్యానికి ఎంత సేపట్లో చేరుతారు అన్న సమాచారాన్ని గూగుల్ వినియోగదారులకు అందిస్తోంది.
- కచ్చితమైన సమాచారాన్ని అందజేయడం కోసం పదమూడేళ్ళ డేటాను వినియోగించుకుంటోంది.
- రహదారులు అన్నీ ఒకేలా ఉండవు. రహదారుల పరిస్థితి అంటే తారు, సిమెంట్ రోడ్లతో మొదలుకుని బురదతో ఉన్న వాటి సమాచారాన్ని తదనుగుణంగా పట్టే కాలాన్ని అంచనా వేస్తోంది.
- ఒక మార్గంలో ట్రాఫిక్ ఎక్కువగా ఉన్నప్పుడు అందుకు ప్రత్యామ్నాయం కూడా చూపుతుంది. అదే సమయంలో అందులో ఉన్న అవాంతరాలను కూడా తెలియజేస్తుంది. మిగతా వాటితో పోల్చుకున్నప్పుడూ హైవే ఎప్పుడూ సౌకర్యంగానే ఉంటుంది.
- మారుతున్న పరిస్థితులకు అనుగుణంగా ట్రాఫిక్ పరిస్థితులను ఎప్పటికప్పుడు తెలుసుకునేందుకు గూగుల్ మ్యాప్ యాప్ నిరంతరాయంగా మెషీన్ లెర్నింగ్‌ను ఉపయోగించుకుంటోంది.

మీకు తెలుసా?

ఇండియాలో తొలి ఆపిల్ ఆన్‌లైన్ స్టోర్

భారతదేశంలో ఇంతవరకు తన ఉత్పత్తులకు థర్డ్ పార్టీ సెల్లర్‌గా ఉంటున్న ఆపిల్ ఆన్‌లైన్ స్టోర్‌ను ఆరంభించబోతోంది. దసరా, దీపావళి పండుగ సీజన్‌ను ఇందుకు అనుకూలంగా మలుచుకోనుంది. మొట్టమొదటి అధికారిక ఆపిల్ స్టోర్‌ను ముంబైలోని బికెసి కాంప్లెక్స్‌లో ఏర్పాటు చేయనుంది. మేకర్ మేక్సిటీ మాల్‌లో సుమారు పాతిక వేల చదరపు అడుగుల మేర స్పేస్‌ను తీసుకుంటోంది. రెండు ఫ్లోర్‌లుగా ఈ స్టోర్ ఉంటుంది. అందులో మొదటిది ఎక్స్‌పీరియన్స్ కోసం, రెండోది అమ్మకాలు, సర్వీస్‌ల కోసం ఉపయోగించనుంది. బెంగళూరులో రెండో స్టోర్ ఏర్పాటు చేసేందుకు సన్నాహాల్లో ఉన్నట్టు సమాచారం. చైనా నుంచి దిగుమతులకు వ్యతిరేక వాతావరణం నెలకొంటున్న నేపథ్యంలో భారత దేశంలో ఐఫోన్ ఉత్పత్తిని కూడా చేపట్టాలని అనుకుంటోంది.

లేటెస్ట్ న్యూస్

Google

ఇమేజ్‌లకు 'లైసెన్స్'

గూగుల్ 'లైసెన్సబుల్' ఇమేజ్ లేబుల్‌ను అధికారికంగా ఆరంభించింది. ఇమేజ్ సెర్చ్‌లో ఫిల్టర్‌ను కూడా ఏర్పాటు చేసింది. తద్వారా వినియోగ హక్కుల్లో మార్పులు చేపట్టింది. ఫలితంగా కొనుగోలు చేయాల్సిన, ఉచితంగా పొందే ఇమేజ్‌ల మధ్య స్పష్టంగా విభజన గీత గీసినట్లయింది. సెంటర్ ఆఫ్ ద పిక్చర్ ఇండస్ట్రీ సహా ఇతర న్యూస్, ఇమేజ్ అసోసియేషన్లతో కలిసి గూగుల్ ఈ విషయమై కొన్నాళ్ళుగా పని చేసింది. దీంతో తమ ఇమేజ్‌లను అమ్ముకునే సౌలభ్యం యజమానులకు ఉంటుందని అలాగే పేరురీత్యా క్రెడిట్ కూడా లభిస్తుందని తెలియజేసింది. ఈ విధానంలో వారి ఇమేజ్‌లపై 'లైసెన్సబుల్' అన్న బ్యాడ్జ్‌ను ఏర్పాటు చేస్తుంది. ఇక నుంచి ఇమేజ్‌ను ఉపయోగించుకోవాలని అనుకుంటున్న వ్యక్తి/సంస్థ దానికి ఉన్న లింక్ ద్వారా కొనుగోలు వివరాలను తెలుసుకోవచ్చు. యూజర్లకు వీలుగా ఉండేందుకు ఫిల్టర్ కూడా ఉంటుంది. క్రియేటివ్ కామన్ లైసెన్సెస్ లేదంటే కమర్షియల్ అండ్ అదర్ లైసెన్స్ కింద ఉన్న వాటిని తద్వారా ఎంపిక చేసుకునే సౌలభ్యం ఉంటుంది.

న్యూ ఫీచర్

వాట్సప్‌లో భిన్న వాల్ పేపర్స్!

వాల్‌పేపర్ ఫీచర్‌పై ప్రస్తుతం వాట్సప్ పనిచేస్తోంది. భిన్న ఛాట్స్ కోసం వేర్వేరు బ్యాక్‌గ్రౌండ్స్‌ను ఈ సరికొత్త ఫీచర్ అనుమతిస్తుంది. ఐఓఎస్ బేటా వెర్షన్‌లో ఇప్పటికే ఇది ఉంది. అయితే డెవలప్‌మెంట్ దశలో ఉన్నందున ప్రస్తుతం వినియోగదారులకు అందుబాటులో లేదు. త్వరలో దీన్ని ఆండ్రాయిడ్ వినియోగదారులకు కూడా అందుబాటులోకి తెచ్చే పనిలో వాట్సప్ ఉంది. పనిపూర్తయిన తరవాత ఒకేసారి బైటకు పంపాలని చూస్తోంది. వినియోగదారుడు ఒక వాల్‌పేపర్‌ను యాప్‌లో ఎంపిక చేసుకుంటే దాన్ని డౌన్‌లోడ్ చేయాలా, వద్దా అని వాట్సప్ అడుగుతుంది. గూగుల్ ప్లే సదరు యాప్‌ను 2011 నుంచే ఉంచింది. సరికొత్త ఫీచర్ ఆరంభం కాగానే, వాట్సప్ మరిన్ని ఆప్షన్స్‌ను కలుగజేస్తుంది. అయితే ఈ వెసులుబాటు ఎప్పటికి అందుబాటులోకి త్వరలో వాట్సప్ వెల్లడించాల్సి ఉంది.