



హిరోయిన్లకు
నిగనిగలాడే చర్చలు
ఉండాలి.. అలసట లేకుండ
గంటల కొద్ది పనిచేసే శక్తి ఉండాలి
పైగా క్రమం తప్పకుండా జిమ్మకు వెళ్లాలి
ఇక హిరోలకైతే సిక్స్ ప్యాక్టులు లేకపోయినా పర్యాలేదు
కానీ ఎటువంటి అనారోగ్యం మాత్రం రాకూడదు. అలాంట
పుడు ఎలాంటి ఆహారం తినాలి? వెజ్జా? నాన్వెజ్జా?
చాలా మంది మాంసాహారం తినేవారికి ఎక్కువ శక్తి ఉంటుందను
కుంటూ ఉంటారు. మన దేశంలో దాదాపు 70 శాతం మంది మాంసాహా
రులే కావటం కూడా దీనికి ఒక కారణం. అయితే ఈ మధ్యకాలంలో
చాలా మంది హిరోయిన్లు శాకాహారులుగా మారుతున్నారు. తాజాగా బాల్మీ
వుడ్ నటి భూమి పడ్డేకర్ తాను శాకాహారిగా మారానని ప్రకటించారు.
వెంటనే అనుష్టూ శర్మ వెల్కం టూ వెజిటేరియన్ క్లబ్ అని టీట్స్ లే
చేశారు. ఈ టీట్స్ వైరల్ అయింది. అనేక మంది తాము శాకాహారులుగా
ఎందుకు మారామో చెబుతున్నారు.. అంతే కాదు. తమ అభిమాన హిరో
లను, హిరోయిన్లను శాకాహారులుగా మారమని కోరుతున్నారు

వెల్కం టురా వెష్ట్‌కాబ్!



ఒకవ్వడు తారల ఆహారం గురించి ప్రేక్షకుల్లో
పెద్దగా ఆసక్తి ఉండేది కాదు. అమితాబ్ ‘కూలీ’ సిని
మాలో గాయపడి కోలుకున్నాక... తాను వెజిటేరి
యన్గా మారానని ప్రకటించగానే అదొక సంచ
లన వార్త అయింది. “నేను శాకాహారిగా
ఎందుకు మారానో నాకే తెలియదు. సమయం
వచ్చింది.. మారానంతే” అని అవ్వడు ఒక
ఇంటర్వ్యూలో చెప్పారాయన. టీవీ, సోఫ్ట్ ల్
మీడియా విస్తృతంగా ప్రచారంలోకి వచ్చాక
తారల జీవితాలలోని ప్రతి విషయం సంచ
లనమయింది. దీనితో తారల రూపురేఖ
లతో పాటుగా వారు తినే ఆహారంపై
కూడా ప్రేక్షకుల్లో ఆసక్తి పెరిగింది. ఆ
తర్వాత కరీనా కపూర్ శాకాహారిగా
మారటం.. ఆ సమయంలో ఆమె
ప్రియుడు పొహిద్ కపూర్ను శాకాహారిగా
మార్పుటంపై కూడా మీడియాలో అనేక కథనాలు
వచ్చాయి. ఈ నేపద్యంలోనే జంతుహింసకు వ్యతిరే
కంగా పోరాటం చేసే ‘పెటు’ వంటి సంస్థలు తారలను
తమ అంభాసిడర్లుగా నియమించి.. వారిచేత ప్రచారం
చేయించటం మొదలుపెట్టాయి. జాక్యులిన్ ఫెర్నాండేజ్,
నేహో ధూపియా, సోనాక్షి సిన్హా వంటి హీరోయిన్లు
చేసిన ఫొటోఫూట్లకు మంచి ఆదరణ లభించింది.
ఈ మధ్యకాలంలో అనుష్మ శర్మ తన భర్త విరాట్
కోహ్లీని శాకాహారిగా మార్పిందనే వార్తలూ
వచ్చాయి. ఆమెకు బాలీవుడ్ నుంచి మంచి
మద్దతే లభించింది. ఈ నేపద్యంలో భూమి
పెద్దేకర్ శాకాహారిగా మారుతున్నట్లు ప్రకటిం
చటం ట్వీట్టర్లో షైరల్ అయింది. “నేను ఎక్కు
వగా మాంసాహారం తినను. కానీ గతంలో
క్రమం తప్పకుండా తినేదాన్ని. లాక్డాన్
సమయంలో మాంసాహారం తినటం
మానేసా. మొదట్లో కొద్దిగా కష్టంగా అని
పించింది. ఇప్పుడు పూర్తిగా శాకాహారిగా
మారిపోయా” అని భూమి ట్వీట్టర్లో పేర్కొన్నారు.

ବିଜ୍ଞାନ ପରିଚୟ

The image consists of two photographs. The upper photograph captures a close-up of hands using a wooden tool to shape a circular piece of clay on a pottery wheel. The lower photograph shows a woman from the waist up, leaning over a workbench. She is wearing a black sleeveless top and has her hair pulled back. She is surrounded by pottery-making equipment, including a large metal tub, several small containers, and a red cup with a floral pattern. She appears to be in the middle of creating a ceramic object.



విం తింటారు?

మొలకలు, తృణధానాయలు, తోపు,
పన్నీర్, సలాడ్ వంటివి..
వీటి వల్ల శరీరంలో అదనంగా
టాకీన్స్ చేరవు. కొందరైతే
కేవలం ఆర్గానిక్ ఫుడ్సు మాత్రమే
తీసుకుంటారు.

సన్మానికి విడుదల

సన్నవియోన్ ఎటువంటి మాంసాహారం
తీసుకోదు. ఆలాఘారీల్, కాఫీ, కోలాలను తాగదు.
తన చర్చం ఎప్పుడూ నిగనిగలాడుతూ ఉండటా
నికి కారణమిదే అంటుంది.



కాన్వర్నను జయిస్తాననే నమ్మకం ఉంది



మిషన్ ఇంపొజిబుల్స్ లో ఇండియా బైక్

దు త్వంతతో వెంట్లుకలు నిక్కుబోడిచే యాక్కన్ సన్నివేశాలకు పెట్టింది పేరు హాలీవుడ్ నటుడు టామ్స్‌క్రూజ్. కరోనాలోపధ్వంలోనూ ఆయన అవిశ్రాంతంగా ఘాటింగులో పాల్గొంచున్నాడు. ప్రస్తుతం ఇటలీలో జరుగుతున్న ‘మిషన్ ఇంపాజియల్ లై’ ఘాటింగులో టామ్స్‌క్రూజ్ పాల్గొంటున్నారు. ఆయన ఈ పోలీస్ బైక్కను నడుపుతున్న వీడియో ఒకటి నెట్లో వైరలైంది. ఇప్పుడు ఆ బైక్కకు సంబంధించిన కొన్ని ఆసక్తికర విషయాలు తెలిశాయి. అది బీఎండబ్యూజ్ జీ 310 బైక్. ఆ బైక్కకు ఇండియాకు దగ్గర సంబంధం ఉంది. తమిళనాడులోని హాసూర్లో ఉన్న టీవీఎన్ ప్లాంట్లో ఆ బైక్కను తయారుచేశారని ఒక ఇంగ్లీష్ న్యూస్ చానెల్ తెలిపింది. ఆ విషయాన్ని కేంద్రమంత్రి హియుష్‌గోయల్ ట్వీట్‌ర్లో తెలిపారు. మేకిన్ ఇండియా కార్బూకమంలో గర్వించదగిన క్షణాలుగా పేర్కొన్నారు. “మేకిన్ ఇండియా మిషన్ ఇంపాజిబుల్ను పాజిబుల్



రామాయణం ఆధారంగా...

“నినిమా మీదున్న ప్రేమతో ఇండస్ట్రీకి వచ్చా.
హీరోగా, నిర్మాతగా తెలి చిత్రమిది. ఈ సిని
మాతో నేను ఆగిపోను. జీవిత కాలం సిని
మాలు తీస్తూనే ఉంటా” అని క్రిష్ బండిపల్లి
అన్నారు. ఆయన హీరోగా నటిస్తూ, నిర్మిస్తున్న
చిత్రం ‘రావణ లంక’ బి.ఎన్.ఎస్.రాజు దర్శ
కుడు. గురువారం ఏర్పాటు చేసిన విలేకర్ల
సమావేశంలో ఆయన మాటల్లాడుతూ “ఎడాది
పాటు కథ మీద వర్కు చేశాం. కథకు తగ్గట్టు
సిమ్మా, మనాలి, గోవా, ష్టౌదరాబాద్ వంటి
అద్భుతమైన ప్రాంతాల్లో చిత్రీకరణ చేశాం”

అని అన్నారు.
 “రామాయణం
 ఆధారంగా
 తీస్తున్న చిత్ర
 మిది” అని
 దర్శకుడు
 అన్నారు. ప్రస
 నుకుమార్,
 ఆర్.కె.గౌడ్
 తదితరులు ఈ
 కార్యక్రమంలో
 పాల్గొన్నారు.



ବିଜ୍ଞାନ ‘ଆନ୍ଦୋଳଣର ଆଂଦ୍ର ଲକ୍ଷ୍ୟ’

లౌకడౌన విరామం తరువాత ఇలియానా కొత్త చిత్రా నికి గ్రీన్ సిగ్నల్ ఇచ్చారు. రణదీప్ హుడా సరసన 'అన్వేయిర్ అండ్ లఫీ' బాలీవుడ్ చిత్రంలో నటించ బోతున్నారు. ఇటీవలె విడుదలైన 'శకుంతలా దేవి' చిత్రంతో విజయాన్ని సొంతం చేసుకున్న సోని పిక్కర్నీ సంస్థ ఈ చిత్రాన్ని నిర్మిస్తోంది. 'సాండ్ కీ ఆంబీ', 'ముబారక్ న్' చిత్రాలకు కథను అందించిన బల్యుందర్ సింగ్ జాంజువా ఈ చిత్రానికి దర్శకత్వం వహిస్తారు. నవంబర్లో మాటింగు ప్రారంభించి, వచ్చే ఏడాది విడుదల చేస్తామని చిత్రబృందం తెలిపింది. ప్రస్తుతం ఇలియానా అభిషేక్ బచ్చన్ సరసన 'బిగ్బుల్' చిత్రంలో నటిస్తున్నారు. కరోనాతో ఆగిపోయిన ఈ చిత్రం మాటింగు త్వరలోనే పునఃప్రారంభమవనుంది.

ABN Click Here For TODAY BREAKING & Trending Videos



