Crime News
ది క్రైమ్ న్యూస్
తెలుగు దినపత్రిక

మంగళవారం, డిసెంబర్ 17, 2024 | సంపుటి - 20 | సంచిక 78 | వెల - 4రూ | పేజీలు - 12

Hyderabad, Karimnagar, Khammam, Nalgonda, Nizamabad, Warangal, Mahabubnagar.

విలేకరులు కావలెను
అనతికాలంలోనే తెలంగాణ రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా విశేష ప్రజాదరణ పొందుతున్న ది క్రైమ్ న్యూస్ దిన పత్రికకు ఉమ్మడి జిల్లాలకు స్టాఫ్ రిపోర్టర్లు, నియోజకర్గాల వారిగా ఆర్‌సీ ఇంచార్జిలు, మండల రిపోర్టర్లు కావలెను.
అనుభవజ్ఞులకు ప్రాధాన్యత ఇవ్వబడును
రాజకీయ అవగాహన కలిగిన కొత్త వారికి అవకాశం ఇవ్వబడును.
వివరాలకు సంప్రదించండి 6305584064

హైదరాబాద్‌లో పడిపోతున్న ఉష్ణోగ్రతలు

గతంలో ఎన్నడూ లేనంతగా 7.1 డిగ్రీలుగా నమోదు

హైదరాబాద్ : హైదరాబాద్‌లో ఉష్ణోగ్రతలు భారీగా పడిపోయాయి. గత ఆరేండ్లలో ఎన్నడూ లేనంతంగా కనిష్టానికి పడిపోయాయి. హెచ్‌సీయూ, మౌలాలీలో అత్యల్పంగా 7.1 డిగ్రీలు, బీహెచ్‌ఈఎల్‌లో 7.4, రాజేంద్ర నగర్‌లో 8.2, గచ్చిబౌలి 9.3, వెస్ట్ మారేడుపల్లి 9.9, కుత్బుల్లాపూర్, మచ్చబొల్లారం 10.2, శివరాంపల్లి 10.3, జీడిమెట్ల 11.4, 2లో

జాబ్ క్యాలెండర్ ప్రకారమే నోటిఫికేషన్లు

ఉద్యోగాల ఖాళీల అంచనా వేసి టీజీపీఎస్సీ ద్వారా పరీక్షలు

డిప్యూటీ సీఎం మల్లు భట్టి విక్రమార్క

హైదరాబాద్ : తెలంగాణలో ఉద్యోగాలకు సంబంధించిన నోటిఫికేషన్లు జాబ్ కేలండర్ ఆధారంగా ఉంటాయని డిప్యూటీ సీఎం మల్లు భట్టి విక్రమార్క తెలిపారు. ఉద్యోగాల ఖాళీలు అంచనా వేసి టీజీపీఎస్సీ ద్వారా పరీక్షలను నిర్వహిస్తామన్నారు. ప్రశ్నపత్రాల లీక్, మాల్ ప్రాక్టీస్ జరుగకుండా పారదర్శకంగా పరీక్షల నిర్వహణ చేపడుతున్నామని తెలిపారు. శాసన మండలిలో ఆయన మాట్లాడారు. ఉద్యోగాల భర్తీ కోసమే జాబ్ క్యాలెండర్ ప్రకటించామని దశలవారీగా భర్తీ చేస్తున్నామని వెల్లడించారు. రాష్ట్రంలో ఖాళీగా ఉన్న పోస్టుల్లో నియామకాలు చేపడతామన్నారు. కాగా, 'అదిగో జాబ్ క్యాలెండర్.. ఇదిగో జాబ్ క్యాలెండర్' అంటూ నిరుద్యోగులను ఊరించిన రేవంత్‌రెడ్డి సర్కారు, ఈ ఏడాది ఆగస్టు 3న గత అసెంబ్లీ సమావేశాల సందర్భంగా ఖాళీల వివరాల్లేని.. నోటిఫికేషన్, పరీక్షల తేదీల్లేని జాబ్ క్యాలెండర్‌ను ప్రకటించి ఉసూరుమనిపించింది. జాబ్ క్యాలెండర్‌లో మొత్తం 20 రకాల షెడ్యూళ్లను ప్రకటించగా వీటిలో అర్హత పరీక్ష అయిన టెట్ రెండు సార్లు ఉన్నది. మిగతా 18లో గ్రూప్-1, 2, 3 నోటిఫికేషన్లు గతంలో జారీ అయినవే కావడం గమనార్హం. మిగతా 2లో

నేడు లోక్‌సభ ముందుకు జమిలి బిల్లు

సభలో ప్రవేశ పెట్టనున్న న్యాయశాఖ మంత్రి

అనంతరం జెపిసికి పంపేందుకు సిద్ధం

దేశంలో జమిలి ఎన్నికల నిర్వహణకు సంబంధించి రూపొందించిన రెండు కీలక బిల్లులకు కేంద్ర కేబినెట్ ఆమోదం తెలిపిన నేపథ్యంలో ఒకే దేశం-ఒకే ఎన్నిక లక్ష్యంతో దేశమంతా ఒకేసారి నిర్వహించే జమిలి ఎన్నికలపై లోక్‌సభలో బిల్లులను ప్రవేశపెట్టేందుకు కేంద్రం సిద్ధమైనట్లు తెలిసింది. మంగళవారం లోక్‌సభలో ఈ బిల్లులను ప్రవేశ పెట్టనున్నట్లు ప్రభుత్వ వర్గాలు తాజాగా వెల్లడించాయి.

న్యూఢిల్లీ : కేంద్ర న్యాయశాఖ మంత్రి అర్జున్ రామ్ మేఘ్వాల్ 129వ రాజ్యాంగ సవరణ బిల్లు కింద జమిలి బిల్లును ప్రవేశపెట్టనున్నట్లు తెలిపాయి. ఆ తర్వాత దీనిని చర్చ కోసం జాయింట్ పార్లమెంటరీ కమిటీకి పంపనున్నారు. వాస్తవానికి రాజ్యాంగ (129వ సవరణ) బిల్లు, కేంద్ర పాలిత ప్రాంత చట్టాల సవరణ బిల్లును సోమవారం 2లో

కొత్తగా 10 లక్షల రేషన్ కార్డులు

31 లక్షల మందికి ప్రయోజనం

శాసన మండలిలో మంత్రి ఉత్తమ్ ప్రకటన

ప్రభుత్వ అంచనా ప్రకారం.. కొత్తగా పది లక్షల కొత్త రేషన్ కార్డుల మంజూరు ఉండవచ్చని.. మంత్రి ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి వ్యాఖ్యానించారు. తద్వారా 31 లక్షల మందికి ప్రయోజనం చేకూరుతుందని చెప్పారు. కొత్త రేషన్ కార్డుల మంజూరికి రాష్ట్ర ప్రభుత్వం నిర్వహించిన కులగణన సర్వేను కుడా ఆధారం చేసుకుంటామన్నారు.

హైదరాబాద్ : కొత్త తెల్ల రేషన్ కార్డుల మంజూరీతో.. ప్రభుత్వంపై అదనంగా రూ.956 కోట్ల భారం పడుతుందన్నారు. ప్రస్తుతం ఉన్న రేషన్ కార్డుల స్థానంలో స్మార్ట్ కార్డులను జారీ చెయ్యబోతున్నట్లు ఉత్తమ్ వెల్లడించారు ప్రస్తుతం ఉన్న రేషన్ కార్డులలో అదనపు పేర్ల నమోదుకు.. మీ సేవ కేంద్రం ద్వారా గడిచిన పదేళ్లుగా వచ్చిన 18 లక్షల దరఖాస్తులు పెండింగ్‌లో ఉన్నట్లు మంత్రి ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి వివరించారు. కాంగ్రెస్ పార్టీ అధికారంలోకి వచ్చాక కొత్త తెల్ల రేషన్ కార్డుల మంజూరికి ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి మంత్రివర్గ ఉపసంఘం నియమించారని చెప్పారు. తనను ఛైర్మన్‌గా, సహచర మంత్రులు దామోదరం రాజనరసింహ, పొంగులేటి శ్రీనివాసరెడ్డిలు సభ్యులుగా ఉన్నారని వెల్లడించారు. ఈ ఉప సంఘం పలుమార్లు సమావేశమై.. సిఫారసులను కేబినెట్ ఆమోదం కోసం పంపించినట్లు తెలిపారుతెల్ల రేషన్ కార్డుల మంజూరు ప్రక్రియలో సుప్రీంకోర్టుకు సక్సేనా కమిటీ సమర్పించిన సిఫారసులను పరిగణనలోకి మిగతా 2లో

మేడారం ఆలయాలకు మహర్దశ

- అభివృద్ధి పనులకు భారీగా నిధులు కేటాయింపు
- నిర్మాణానికి ప్రభుత్వం రూ.1.92 కోట్లు మంజూరు
- పునర్నిర్మాణానికి టెండరు ప్రక్రియ పూర్తి
- 2026లో జరిగే మహాజాతర నాటికి పనులు పూర్తి

2లో

రాజ్యాంగాన్ని అపహాస్యం చేసిన చరిత్ర కాంగ్రెస్‌ది

- ఇప్పుడేమో రాజ్యాంగం అంటూ కలవరిస్తోంది
- లోక్‌సభలో దుయ్యబట్టిన మంత్రి నిర్మలా సీతారామన్

2లో

ప్రజలను తప్పుదోవ పట్టిస్తున్న కాంగ్రెస్

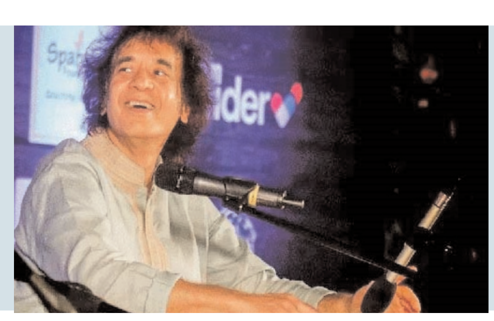
రుణాలపై తప్పులు నివేదిక సమర్పించిన కాంగ్రెస్

రూ.3.89 లక్షల కోట్లు ఉందని ఆర్‌ఐబీ చెబితే రూ.7 లక్షల చూపి తప్పుదోవ

విలేకరుల సమావేశంలో మాజీ మంత్రి కేటీఆర్

కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం తమ రాజకీయ ప్రయోజనాల కోసం బీఆర్‌ఎస్‌పై తప్పుడు నివేదికలు వెల్లడించిందని మాజీ మంత్రి కేటీఆర్ అన్నారు. ఆర్థిక మంత్రి ప్రసంగం పూర్తిగా అవాస్తవమని "హ్యాండ్ బుక్ ఆఫ్ స్టాటిస్టిక్స్ ఆన్ ఇండియన్ స్టేట్స్" పేరుతో ఆర్బీఐ విడుదల చేసిన నివేదికలో నిరూపితమైందని కేటీఆర్ అన్నారు.

హైదరాబాద్ : 2014-15లో తెలంగాణ మొత్తం రుణాలు రూ.72 వేల 658 కోట్లు ఉండగా, 2024 మార్చి నాటికి ఈ రుణాల మొత్తం రూ. 3,89, 673 కోట్లకు చేరిందని ఆర్‌బీఐ వెల్లడించిందని పేర్కొన్నారు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వంపై ప్రివిలేజ్ మోషన్ ఇచ్చిన అనంతరం కేటీఆర్ మీడియాతో మాట్లాడుతూ.. తెలంగాణ అప్పులు కేవలం రూ.3.89 లక్షల కోట్లు అని ఆర్బీఐ నివేదికలో స్పష్టం చేస్తే.. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం మాత్రం రూ.7లక్షల కోట్లు అంటూ తప్పుదోవ పట్టిస్తుందని విమర్శించారు. రాష్ట్ర అప్పులపై ఆర్థిక మంత్రి ఉద్దేశపూర్వకంగానే తప్పుడు సమాచారమిచ్చి, గత బీఆర్‌ఎస్ ప్రభుత్వ ప్రతిష్ఠకు భంగం కలిగించారని అన్నారు. అందుకే తెలంగాణ శాసనసభ కార్య విధాన మరియు కార్యక్రమ నిర్వహణ నియమావళిలోని 168 (1) నిబంధన ప్రకారం బీఆర్‌ఎస్ శాసనసభా పక్షం తరపున ఆర్థిక మంత్రిపై సభా హక్కుల ఉల్లంఘన నోటీసులు ఇస్తున్నామని చెప్పారు. ఎమ్మెల్యేల హక్కులకు భంగం కలిగించేలా వ్యవహరిస్తున్న అంశంలోనూ సభా హక్కుల నోటీసులు ఇచ్చామని తెలిపారు. లగచర్ల వంటి బాధాకరమైన సంఘటన జరిగినప్పుడు



సంగీత ప్రపంచంలో ధృవతార

- జాకీర్ హుస్సేన్ మరణంపై ప్రముఖుల నివాళి
- వాహ్ తాజ్ ..ప్రకటనతో మరింత చేరువ

న్యూఢిల్లీ : తబలా ఖ్యాతిని ప్రపంచస్థాయికి తీసుకెళ్లిన విద్వాంసుడు జాకిర్ హుస్సేన్ (73) తుదిశ్వాస విడిచారు. ఆయన మృతిపై ప్రధాని మోదీ తదితర ప్రముఖులు దిగ్భ్రాంతి వ్యక్తం చేస్తూ... సంతాపం తెలియజేశారు. 2లో

బీఏసీ లేకుండానే 2 బిల్లులు

ఎన్ని రోజులు సభ నడుపుతారో స్పష్టతలేదు

బీఏసీ సమావేశం నుంచి బీఆర్ఎస్, ఎంఐఎం వాకౌట్

హైదరాబాద్ : హరీశ్ రావు ప్రభుత్వ తీరును తప్పుపట్టారు. బీఏసీ లేకుండానే 2 బిల్లులు ప్రవేశపెట్టి, చర్చ పెట్టడం సంప్రదాయ విరుద్ధమని, కనీసం బీఏసీ మీటింగ్?లో ఎన్ని రోజులు సభ నడుపుతారో కూడా స్పష్టంగా చెప్పడం లేదన్నారు. సభ కనీసం 15 రోజులు నడపాలని ఆయన డిమాండ్ చేశారు. ప్రభుత్వం మాత్రం 3, 4 రోజులు సభ నడుపుతామని చెబుతోందని ఇలా అయితే ప్రజా సమస్యలపై చర్చ ఎలా సాధ్యమని ప్రశ్నించారు. అసెంబ్లీలో ప్రభుత్వ ఆంక్షలపై కూడా హరీశ్ రావు మండి పడ్డారు. తొలిరోజు టీ షర్టులతో వస్తే ఎందుకు ఆపారని మీటింగ్?లో నిలదీశామని హరీశ్‌రావు తెలిపారు. టీషర్టుతో పార్లమెంటుకు రాహుల్ వెళ్లట్లేదా అని ప్రశ్నించారు. లగచర్ల రైతులకు బేడీలపై చర్చించాలంటే స్పందించట్లేదన్నారు. 2లో

- సభ కనీసం 15 రోజులు నడపాలి
- అసెంబ్లీలో ప్రభుత్వ ఆంక్షలపై హరీశ్‌రావు మండిపాటు
- శాసనసభలో విపక్ష సభ్యుల నినాదాలు
- ప్రభుత్వానికి వ్యతిరేకంగా ప్లకార్డుల ప్రదర్శన
- సభా మర్యాదలు దెబ్బతీసేలా వ్యవహరిస్తున్నారు
- ఆవేదన వ్యక్తం చేసిన శాసనసభ స్పీకర్
- సభా సంప్రదాయాలను విపక్షసభ్యులు పట్టించుకోవట్లేదు
- బీఆర్ఎస్ తీరును ఖండించిన మంత్రులు
- ఎలాంటి నిర్ణయాలు లేకుండానే ముగిసిన బీఏసీ సమావేశం
- 21వరకు అసెంబ్లీ సమావేశాలు
- బిఎసిలో శాసనసభ స్పీకర్ నిర్ణయం

పోలవరం ఎపికి గేమ్ ఛేంజర్

నదుల అనుసంధానంతో నీటి సమస్యకు చెక్

రివర్స్ టెండరింగ్ పేరుతో ప్రాజెక్ట్ సరర్వనాశనం

పోలవరంపై అధికారులతో సమీక్ష..సందర్శన

పోలవరం, అమరావతి రెండు కళ్లు

సిఎం చంద్రబాబు నాయుడు వెల్లడి

ఏలూరు : ఆంధ్రప్రదేశ్ విభజన తరువాత పోలవరం, అమరావతి రెండు కళ్లు అని.. పోలవరం రాష్ట్రానికి జీవనాడి అని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు అన్నారు. సోమవారం పోలవరం ప్రాజెక్ట్‌ను సందర్శించిన సీఎం అనంతరం మీడియాతో మాట్లాడుతూ... రివర్స్ టెండరింగ్ పేరుతో అప్పటి కాంట్రాక్టర్‌కు నోటీసులు ఇచ్చి బయటకు పంపేశారని.. అప్పటి కాంట్రాక్టర్‌ను మార్చి రాటిఫికేషన్‌కు పంపించారు దుర్మార్గులు అంటూ ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. వారి అవినీతి, కుట్ర, అనుభవరాహిత్యం వలన అంతా నాశనం చేశారన్నారు. దీంతో ఐదేళ్ల పోలవరం వెనకబడిందన్నారు. పోలవరం పూర్తి చేసి, నదుల 2లో

హైదరాబాద్‌లో పడిపోతున్న ఉష్ణోగ్రతలు

బాలానగర్ 11.5, పటాన్‌చెరు 11.7, షాపూర్‌నగర్ 11.7, లింగంపల్లి 11.8, బోయిన్‌పల్లి 11.9, బేగంపేట 12, ఆసిఫ్‌నగర్ 12, నేరేడ్‌మెట్ 12.1, లంగర్‌హౌస్ 12.2, మోండా మార్కెట్ 12.4, చందానగర్ 12.7, షేక్‌పేట 12.8, మాదాపూర్ 12.8, ముషీరాబాద్ 12.9, చాంద్రాయణగుట్ట 13, కూకట్‌పల్లి 13.1, గోల్కొండ 13.2, సఫిల్‌గూడ, హయత్‌నగర్ 13.3, ఉప్పల్ 13.4, మల్లాపూర్ 13.5, ఆదర్శ్‌నగర్ 13.5, తిరుమలగిరి, చర్లపల్లి 13.6 డిగ్రీల చొప్పున ఉష్ణోగ్రతలు నమోదయ్యాయి. ఇక ఉమ్మడి ఆదిలాబాద్ జిల్లాలో రాష్ట్రంలోనే అతితక్కువ ఉష్ణోగ్రతలు నమోదయ్యాయి. ఆదిలాబాద్ జిల్లా బేలాలో 6.3 డిగ్రీలు రికార్డయ్యాయి. నిర్మల్ జిల్లా తాంద్రలో 6.3, ఆదిలాబాద్ జిల్లా పోచర 6.4, జైనథ్ 6.5, అర్లి (టీ) 6.6, చాప్రాల్ 6.6, సంగారెడ్డి జిల్లా సత్వార్ 6.6, వికారాబాద్‌లోని బంట్వారం 6.7, సంగారెడ్డిలోని న్యాల్కల్‌లో 6.7, ఎలిమినేడు, రాచలూరు (రంగారెడ్డి) 6.7, సిర్పూర్ యూ (ఆసిఫాబాద్) 6.7, చందనపల్లి (రంగారెడ్డి) 6.7, కోహీర్ (సంగారెడ్డి) 6.7, మర్పల్లి (వికారాబాద్) 6.8, వికారాబాద్ జిల్లాలోని నగరం (టీ), మన్నెగూడలో 6.8, నల్లవెల్లి (సంగారెడ్డి) 6.8, పోతరరెడ్డిపేట (సిద్దిపేట) 6.9, జహీరాబాద్ (సంగారెడ్డి) 6.9, మెనూర్ (కామారెడ్డి) 6.9, రాఘవపేట (జగిత్యాల) 7.3, కెరమెరి (ఆసిఫాబాద్) 7.3 డిగ్రీల ఉష్ణోగ్రతలు నమోదయ్యాయి. ఉత్తరాది నుంచి ఈదురుగాలులు, శీతల పవనాలు వీస్తుండటంతో ఉష్ణోగ్రతలు పడిపోయాయి. దీంతో ప్రజలు బయటకు రావడానికి జంకుతున్నారు.

సంగీత ప్రపంచంలో ధృవతార

జాకిర్ హుస్సేన్ మరణం చాలా బాధాకరమని పేర్కొన్నారు. శాస్త్రీయ సంగీత ప్రపంచంలో విప్లవాత్మక మార్పులు తీసుకువచ్చిన నిజమైన మేధావి అని కొనియాడారు. జాకిర్ హుస్సేన్ మరణం తీవ్ర బాధను కలిగిస్తోంది. భారతీయ శాస్త్రీయ సంగీత ప్రపంచంలో విప్లవాత్మక మార్పులు తీసుకువచ్చిన నిజమైన మేధావిగా ఆయన ఎప్పటికీ గుర్తుండిపోతారు. తన అసమానమైన ప్రతిభతో లక్షలాది మందిని ఆకర్షించారు. తబలాకు ప్రపంచవ్యాప్తంగా గుర్తింపుతెచ్చారు. భారతీయ శాస్త్రీయ సంప్రదాయాలను ప్రపంచ సంగీతంతో మిళితం చేసి సాంస్కృతిక ఐక్యతకు చిహ్నంగా మారారు. ఆయన ప్రదర్శనలు ఎన్నోతరాల సంగీత విద్వాంసులతో పాటు ఎంతోమంది సంగీతప్రియుల్లో కూడా స్ఫూర్తినింపాయి. జాకిర్ హుస్సేన్ కుటుంబంతో పాటు.. ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఉన్న ఆయన అభిమానులకు నా సానుభూతి అని ప్రధాని మోదీ సంతాపం తెలిపారు. జాకిర్ హుస్సేన్.. భారతీయ శాస్త్రీయ సంగీతంలో మహోన్నత వ్యక్తి. ఆయన అద్భుతమైన సంగీత ప్రదర్శనలు తరతరాల సంగీత ప్రియులకు స్ఫూర్తినిచ్చాయి. ఆయన వారసత్వం సంగీత ప్రపంచంపై ప్రభావం చూపడంతో పాటు స్ఫూర్తినిస్తూనే ఉంటుందని ఎపి సిఎం చంద్రబాబు నాయుడు అన్నారు. 'ప్రఖ్యాత సంగీత విద్వాంసుడు జాకిర్ హుస్సేన్ అకాల మరణం తీవ్ర దిగ్భ్రాంతిని కలిగించింది. ఆయన మరణం దేశానికి, ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఉన్న లక్షలాది మంది అభిమానులకు తీరని నష్టం. ఆయన కుటుంబానికి నా ప్రగాఢ సానుభూతి అని బెంగాల్ సిఎం మమతా బెనర్జీ పేర్కొన్నారు. జాకిర్ హుస్సేన్ సంగీతం ఎప్పటికీ హృదయాల్లో ప్రతిధ్వనిస్తూనే ఉంటుంది. ఆయన మరణం సంగీత ప్రపంచానికి తీరని లోటు. ఆయన ఆత్మకు శాంతి కలగాలని ప్రార్థిస్తున్నానని ఎమ్మెల్యే హరీశ్‌రావు అన్నారు. 'పద్మ విభూషణ్ జాకిర్ హుస్సేన్ మరణం సంగీత ప్రపంచానికి తీరని లోటు. ఆయన ఆత్మకు శాంతి చేకూరాలి. ఆయన కుటుంబానికి ఈ లోటును తట్టుకొనే ధైర్యాన్ని ఇవ్వాలని భగవంతుడిని ప్రార్థిస్తున్నానని యూపి సిఎం యోగి ఆదిత్యనాథ్ తెలిపారు. ప్రఖ్యాత తబలా విద్వాంసుడు జాకిర్ హుస్సేన్ (73) కన్నుమూశారు. రక్తపోటు సంబంధిత సమస్యలతో బాధపడుతున్న ఆయన రెండు వారాల క్రితం శాన్ ఫ్రాన్సిస్కోలోని ఆసుపత్రిలో చేరారు. పరిస్థితి విషమించడంతో ఐసీయూలో చికిత్స పొందారు. ఈక్రమంలోనే తుదిశ్వాస విడిచారు. తబలా మ్యాస్ట్రోగా ప్రఖ్యాతిగాంచిన జాకిర్ హుస్సేన్ 1951 మార్చి 9న ముంబయిలో జన్మించారు. ప్రముఖ తబలా వాయిద్యకారుడు అల్లారఖా పెద్ద కుమారుడైన జాకిర్‌హుస్సేన్ చిన్నప్పటి నుంచే తండ్రి బాటలో నడిచారు. ఈ క్రమంలో హిందుస్థానీ క్లాసికల్ మ్యూజిక్, జాజ్ ఫ్యూజన్‌లో నైపుణ్యం సాధించి తనదైన ముద్ర వేశారు. తొలుత ఆదివారం రాత్రి ఆయన చనిపోయినట్లు జాతీయ మీడియాలో కథనాలు వెలువడ్డాయి. అయితే ఆయన చనిపోలేదని, పరిస్థితి విషమంగా ఉందని, చికిత్స అందుతోందని కుటుంబ సభ్యులు తెలిపారు. తాజాగా ఆయన మరణాన్ని ధ్రువీకరించారు. 1990లో సంగీత్‌నాటక అకాడమీ అవార్డు, 2009లో గ్రామీ పురస్కారం అందుకున్నారు. 1988లో పద్మశ్రీ, 2002లో పద్మభూషణ్, 2023లో పద్మవిభూషణ్‌తో కేంద్ర ప్రభుత్వం ఆయన్ను గౌరవించింది. జాకిర్ హుస్సేన్ భారత్‌తోపాటు ప్రపంచవ్యాప్తంగా గుర్తింపు తెచ్చుకున్నారు. మొత్తంగా ఐదు గ్రామీ అవార్డులు గెలుచుకున్న ఆయన.. ఈ ఏడాది ప్రారంభంలో 66వ గ్రామీ అవార్డుల్లో మూడింటిని కైవసం చేసుకున్నారు. ఆరు దశాబ్దాల పాటు సాగిన సంగీత ప్రయాణంలో.. మన దేశంతోపాటు ఎంతో మంది అంతర్జాతీయ కళాకారులతో కలిసి పనిచేశారు. తబలా మ్యాస్ట్రో జాకిర్ హుస్సేన్.. ఆరు దశాబ్దాల తన సుదీర్ఘ సంగీత ప్రయాణంలో ఎంతోమంది సంగీతప్రియులకు ఆరాధ్యమైన విద్వాంసుడు. శాస్త్రీయ సంప్రదాయాలను ప్రపంచ సంగీతంతో మిళితం చేసి సాంస్కృతిక ఐక్యతకు చిహ్నంగా నిలిచిన కళాకారుడు. అయితే, చాలామందికి జాకిర్ హుస్సేన్ అంటే ఠక్కున గుర్తొచ్చేది మాత్రం 'వాహ్ తాజ్ అనే పదమే. దీంతోనే ఆయన సంగీతప్రియులకే కాకుండా యావత్ దేశంలోని ప్రతీ ఇంటికీ చేరువయ్యారు అనడంలో ఏ సందేహం లేదు..! అదే 1990ల్లో ఆయన నటించిన బ్రూక్‌బాండ్ తాజ్‌మహల్ టీ యాడ్. జాకిర్ హుస్సేన్ తబలా వాయిస్తుంటే చెవుల్లో తేనె పోసినట్లు ఉంటుందంటారు సంగీతప్రియులు. వర్షపు చినుకుల సవ్వడి నుంచి పరమశివుడి ఢమరుకం ధ్వని వరకు ప్రతి శబ్దాన్ని తన తబలపై ఆయన పునఃసృష్టి చేసేవారు. అందుకే ఆయన ప్రదర్శనను తిలకించే వీక్షకులంతా 'వాహ్ ఉస్తాద్' అంటూ కొనియాడేవారు. దీన్ని ఆధారంగా చేసుకొనే హిందుస్థాన్ థాంప్సన్ అసోసియేట్స్ కంపెనీ ఓ యాడ్ రూపొందించింది. అదే 'బ్రూక్‌బ్రాండ్ తాజ్ మహల్ టీ' యాడ్. ఇందులో ఆగ్రాలోని ప్రఖ్యాత కట్టడం తాజ్‌మహల్ ముందు జాకిర్ హుస్సేన్ కూర్చుని తబలా వాయిస్తుంటారు. 'తన కళను ఉత్తమంగా తీర్చుకునేందుకు ఈ మ్యాస్ట్రో సాధన చేస్తారు. అలాగే తాజ్‌మహల్ టీని కూడా ఉత్తమంగా అందించేందుకు ఎన్నోరకాల నాణ్యతా పరీక్షలు చేశాం' అంటూ బ్యాక్‌గ్రౌండ్‌లో వాయిస్ వినిపిస్తుంది. వీడియోలో చివరగా ఆయన వాయిద్యానికి మైమర్చిపోయిన ఓ అమ్మాయి జాకిర్‌కు ఓ కప్పు టీ అందిస్తూ 'వాహ్ ఉస్తాద్' అని అంటుంది. దానికి ఆయన బదులిస్తూ 'వాహ్ ఉస్తాద్ కాదు.. వాహ్ తాజ్ అనండి' అని అంటారు. మరో యాడ్‌లో ఓ బాలుడితో కలిసి తబలా వాయిస్తూ ఉంటారు. బాలుడి ప్రతిభను మెచ్చి జాకిర్ 'వాహ్ ఉస్తాద్' అంటారు. దీనికి ఆ బాలుడు 'అరె హుజూర్ వాహ్ ఉస్తాద్ కాదు.. వాహ్ తాజ్ అనాలి' అని చెప్పడంతో వారిద్దరూ నవ్వులు చిందిస్తారు. ఈ యాడ్ అప్పటికీ, ఇప్పటికీ ప్రత్యేకమే..! అంతేనా ఈ ప్రకటనతో తాజ్‌మహల్ టీ బ్రాండ్‌కు దేశవ్యాప్తంగా విశేష ఆదరణ లభించింది. ముఖ్యంగా మిడిల్‌క్లాస్‌ను అమితంగా ఆకట్టుకుంది. 1966లో ఈ తాజ్‌మహల్ టీని కంపెనీ కోల్‌కతాలో ప్రారంభించింది. తొలుత దీని ప్రచారం కోసం జాకిర్ హుస్సేన్‌ను అనుకోలేదట. నటీనటులు జీనత్ అమన్, మాళవిక్ తివారీ వంటి వారు యాడ్‌లో కన్పించారు. అయితే అప్పట్లో కేఎస్ చక్రవర్తి అనే వ్యక్తి హిందుస్థాన్ థాంప్సన్ అసోసియేట్స్‌లో కాపీరైటర్‌గా పనిచేసేవారు. ఆయనకు తబలా వాయిద్యం అంటే చాలా ఇష్టం. అలా ఓసారి జాకిర్ హుస్సేన్ ప్రదర్శనను తిలకిస్తుంటే.. తాజ్ యాడ్‌కు ఆయన సరిగ్గా సరిపోతారని అనిపించిందట. అదే విషయాన్ని సంస్థ యాజమాన్యానికి చెప్పగా వారు జాకిర్‌ను సంప్రదించారు. ఈ యాడ్ కాన్సెప్ట్ ఆయనకూ నచ్చడంతో సొంత ఖర్చులతో శాన్‌ఫ్రాన్సిస్కో నుంచి ఆగ్రాకు వచ్చినట్లు అప్పట్లో కథనాలు వచ్చాయి. ఈ ప్రకటనలో నటించడం గురించి గతంలో జాకిర్ హుస్సేన్ ఓ ఇంటర్వ్యూలో గుర్తుచేసుకున్నారు. 'నా పేరు వినగానే 'వాహ్ తాజ్' అని చాలామంది చెబుతారు. సాధారణంగా బాలీవుడ్ మ్యూజిక్‌తో పోలిస్తే శాస్త్రీయ సంగీతానికి ఆదరణ కాస్త తక్కువే. శాస్త్రీయ కళాకారులను కూడా అంతగా ఎవరూ గుర్తుపెట్టుకోరు. ప్రజలకు చేరువయ్యేందుకు మాలాంటివారికి ఏదో ఒక వేదిక కావాలి. 'తాజ్ టీ' నాకు అలాగే ఉపయోగపడింది. ఆ యాడ్‌లో నేను కన్పించింది 30 సెకన్లే అయినా.. నన్ను చాలామంది గుర్తుపట్టేలా చేసింది. నేను ఎవరనే ఆసక్తిని మరింత పెంచిందని జాకిర్ ఆనాడు చెప్పారు.

కొత్తగా 10 లక్షల రేషన్ కార్డులు

తీసుకున్నట్లు ఉత్తమ్ చెప్పారు. అంతే గాకుండా రాష్ట్రంలోని శాసనసభ్యులు, శాసనమండలి సభ్యులు, లోక్‌సభ, రాజ్యసభ సభ్యుల నుండి సేకరించిన సూచనలను కుడా మంత్రివర్గ ఉప సంఘం పరిగణనలోకి తీసుకున్నట్లు ఆయన చెప్పారు. వీటన్నింటినీ అధ్యయనం చేసిన ఉపసంఘం.. కొత్త తెల్ల రేషన్ కార్డుల మంజూరికి అర్హతా ప్రమాణాలు నిర్ణయిస్తూ చేసిన సిఫారసులు.. కేబినెట్ ముందుంచినట్లు ఆయన వివరించారు.రాష్ట్రంలో ఖాళీగా ఉన్న చౌక ధరల దుకాణాల డీలర్ల భర్తీ ప్రక్రియను చేబడతామని మంత్రి ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి ప్రకటించారు. కొత్తగా ఏర్పడ్డ గ్రామ పంచాయతీలతో పాటు తాండాలలో కుడా చౌక ధరల దుకాణాల ఏర్పాటు చేస్తామన్నారు. చౌక ధరల దుకాణాల ద్వారా ఇప్పటి వరకు పంపిణీ చేస్తున్న దొడ్డు రకం బియ్యాన్ని ప్రజలెవ్వరు వినియోగించక పోవడంతో.. దారి మళ్లుతున్న వాస్తవాన్ని ప్రభుత్వం గుర్తించిందన్నారు. అందుకే తెల్ల రేషన్ కార్డు దారులందరికి ఇకపై సన్న బియ్యం పంపిణీ చేయనున్నట్లు స్పష్టం చేశారు.తెలంగాణా రాష్ట్రం ఏర్పాటుకు ముందు ఉమ్మడి ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో తెలంగాణా ప్రాంతంలో.. 91 లక్షల 68 వేల 231 రేషన్ కార్డులు ఉండేవన్నారు. మొత్తం లబ్ధిదారుల సంఖ్య 3.38 కోట్లని ఆయన సభకు వివరించారు. తెలంగాణ ఆవిర్భావం అనంతరం ఇక్కడి నుండి ఆంధ్రప్రదేశ్‌కు చెందిన వారు తమ తమ ప్రాంతాలకు తిరిగి వెళ్లారని.. 2 లక్షల 46 వేల 324 రేషన్ కార్డులు రద్దు అయినట్లు ఉత్తమ్ వెల్లడించారు. తెలంగాణా ఏర్పడ్డాక 2.7 కోట్ల లబ్ధిదారులకు గాను మొత్తం 89 లక్షల 21 వేల 907 తెల్ల రేషన్ కార్డులు ఉన్నాయన్నారు.

ప్రజలను తప్పుదోవ పట్టిస్తున్న కాంగ్రెస్

టూరిజంపైన అసెంబ్లీలో చర్చ పెట్టడం ప్రభుత్వ ప్రాధాన్యతలకు అద్దం పడుతుందని కేటీఆర్ విమర్శించారు. లగచర్ల అంశంపై శాసనసభలో చర్చించాలని స్పీకర్‌కు విజ్ఞప్తి చేశామని తెలిపారు. అసలైన అప్పులతో రాష్ట్ర ప్రభుత్వం సవరణ స్టేట్‌మెంట్ ఇవ్వాలని కేటీఆర్ డిమాండ్ చేశారు. సవరణ ఇవ్వని పక్షంలో సభా హక్కుల ఉల్లంఘన తీర్మానాన్ని అసెంబ్లీలో ప్రవేశపెట్టాలని కోరారు. గతంలో తానే స్వయంగా అప్పటి ముఖ్యమంత్రి కిరణ్ కుమార్ రెడ్డిపై ఇచ్చిన ప్రివిలేజ్ మోషన్‌ను అప్పటి స్పీకర్ మనోహర్ అంగీకరించారని గుర్తుచేశారు. దానిపై అప్పుడు సభలో చర్చ జరిగిందని పేర్కొన్నారు. గతంలో ఉన్న పద్ధతులు, సాంప్రదాయాలకు అనుగుణంగా ప్రివిలేజ్ మోషన్ కు అనుమతి ఇవ్వాలని స్పీకర్‌ను విజ్ఞప్తి చేశామని తెలిపారు. గతంలో ఉన్నటువంటి సాంప్రదాయాలను పరిగణలోకి తీసుకుని సభా హక్కుల ఉల్లంఘన తీర్మానానికి స్పీకర్ గడ్డం ప్రసాద్ శాసనసభలో అనుమతి ఇస్తారని ఆశిస్తున్నానని అన్నారు. ముఖ్యమంత్రి, మంత్రులు, ఇతర కాంగ్రెస్ నేతలు అప్పులపై బయట కూడా అడ్డగోలుగా మాట్లాడుతున్నారని కేటీఆర్ మండిపడ్డారు. 7 లక్షల కోట్ల అప్పు అంటూ లేని అప్పు గురించి మాట్లాడుతున్నారని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. వీళ్ల చెబుతున్న అప్పుల లెక్కలు తప్పు కాబట్టి.. ఈ ప్రభుత్వం కడుతున్నామని చెబుతున్న నెలకు 6వేల 500 కోట్ల వడ్డీ లెక్కలు కూడా తప్పే అని స్పష్టం చేశారు. ఏడాదికి కేవలం రూ.22 వేల కోట్ల వడ్డీ మాత్రమే కడుతున్నారని చెప్పారు. రాష్ట్రంలో అనేక సమస్యలు ఉండగా కేవలం టూరిజంపైనే రాష్ట్ర ప్రభుత్వం చర్చకు స్వీకరించడం బాధాకరమని కేటీఆర్ అన్నారు. రాష్ట్రంలో ఢిల్లీ టూరిజం, జైలు టూరిజం బాగా నడుస్తున్నాయని ఎద్దేవా చేశారు. రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి, మంత్రులు ఢిల్లీకి 100కి పైగా చేసిన పర్యటనలతో ఢిల్లీ టూరిజం బాగా పెరిగిందని విమర్శించారు. మరోవైపు 40 మంది లగచర్ల రైతులను జైలులో పెట్టడం, ప్రభుత్వానికి వ్యతిరేకంగా మాట్లాడుతున్న సోషల్ మీడియా కార్యకర్తల నుంచి మొదలుకొని పార్టీ నాయకులను జైల్లో పెడుతున్న జైలు టూరిజం.. బెయిల్ వచ్చిన తర్వాత కూడా నటులను జైలులో ఉంచుతున్న జైలు టూరిజం.. ప్రభుత్వ పథకాలపై మాట్లాడుతుంటే జైలుకు పంపిస్తామని ముఖ్యమంత్రి చేస్తున్న జైలు టూరిజం.. ఈ విధంగా తెలంగాణలో జైలు టూరిజం బాగా నడుస్తుందని అన్నారు. సర్పంచ్‌ల సమస్యలపై కూడా శాసన సభలో చర్చకు లేవనెత్తామని కేటీఆర్ తెలిపారు. సర్పంచ్‌లకు ఇవ్వాల్సిన రూ.600 కోట్ల పెండింగ్ బిల్లులను వెంటనే విడుదల చేయాలని రాష్ట్ర ప్రభుత్వాన్ని బీఆర్ఎస్ తరపున డిమాండ్ చేశామన్నారు. గత నెలలో బడా కాంట్రాక్టర్లకు ఇచ్చిన రూ.1200 కోట్ల నిధుల్లో సగం ఇస్తే.. సర్పంచ్‌ల సమస్యలు పరిష్కారమవుతాయని అన్నారు. ఈ అంశంలో రాష్ట్ర ప్రభుత్వానికి సూచనలు ఇవ్వాలని స్పీకర్ కు కూడా విజ్ఞప్తి చేశామని నచెప్పారు. లగచర్ల అంశంపై కూడా సభలో చర్చించాలని స్పీకర్‌ను కోరినట్లు కేటీఆర్ తెలిపారు. రైతులను అక్రమంగా జైలులో ఉంచిన కాంగ్రెస్ సర్కార్ తీరుపై రాష్ట్ర ప్రజలు ఆవేదన చెందుతున్నారని పేర్కొన్నారు. ఈ విషయంలో ప్రభుత్వ వైఖరిని శాసన సభలో తెలియజేయాలని డిమాండ్ చేశారు.

నేడు లోక్‌సభ ముందుకు జమిలి బిల్లు

సభలో ప్రవేశ పెట్టనున్నట్లు ముందుగా వార్తలు వచ్చాయి. అయితే తాజాగా రివైజ్ చేసిన లోక్‌సభ బిజినెస్ జాబితాలో వీటిని తొలగించారు. లోక్‌సభ కార్యదర్శి విడుదల చేసిన రివైజ్డ్ జాబితాలో సోమవారం ఈ రెండు బిల్లులకు సంబంధించిన అజెండాను పెట్టలేదు. దీంతో ఈ బిల్లులు నేడు సభ ముందుకు రాలేదు. మంగళవారం ఈ బిల్లులు లోక్షభ ముందుకు రానున్నట్లు ప్రభుత్వ వర్గాలను ఉటంకిస్తూ జాతీయ మీడియా పేర్కొంది. దేశవ్యాప్తంగా అన్ని రాష్ట్రాల అసెంబ్లీలకు, లోక్‌సభకు, స్థానిక సంస్థలకు ఒకేసారి ఎన్నికలను నిర్వహించడమే జమిలి ఎన్నికల ప్రధాన ఉద్దేశం. వాస్తవానికి మన దేశంలో జమిలి ఎన్నికల నిర్వహణ కొత్తదేమీ కాదు. 1952లో తొలి సాధారణ ఎన్నికలు మొదలుకొని, 1967 వరకు లోక్‌సభకు, రాష్ట్రాల అసెంబ్లీలకు చాలావరకు ఒకేసారి ఎన్నికలు జరిగాయి. అయితే అనంతర కాలంలో సుస్థిర ప్రభుత్వాలు ఏర్పడకపోవడం, గడువుకు ముందే పలు రాష్ట్రాల శాసనసభలను బర్తరఫ్ చేయడం తదితర కారణాలతో జమిలి ఎన్నికలు పట్టాలు తప్పాయి. దీంతో లోక్‌సభ, అసెంబ్లీలకు వేర్వేరుగా ఎన్నికలు జరపడం మొదలైంది. ఈ క్రమంలో మోడీ అధికారంలోకి వచ్చిన తరవాత లోక్‌సభ, రాష్ట్ర అసెంబ్లీలకు ఏకకాలంలో ఎన్నికల నిర్వహణకు ఉద్దేశించిన 'ఒకే దేశం-ఒకే ఎన్నిక' ప్రణాళికకు శ్రీకారం చుట్టారు. ఎట్టకేలకు పార్లమెంట్ ముందుకు ఈ బిల్లు రానుంది. దీనికోసం ప్రతిపాదించిన 129వ రాజ్యాంగ సవరణ బిల్లు సహా మరో బిల్లును కేంద్రం మంగళవారం లోక్‌సభ లో ప్రవేశపెట్టనుంది. జమిలి ఎన్నికల నిర్వహణపై అనేక అనుమానాలు నెలకొన్నవేళ దీనిపై విస్తృత సంప్రదింపుల కోసం బిల్లులను జాయింట్ పార్లమెంటరీ కమిటీ (ఏఖఅ)కి పంపించాలని స్పీకర్ ఓం బిర్లాను కేంద్రమంత్రి అభ్యర్థించనున్నారు. అనంతరం దీనిపై ప్యానెల్ కమిటీ ఏర్పాటుకు సభ్యులను ప్రతిపాదించాలని సభాపతి పార్టీలను కోరనున్నారు. సాయంత్రానికి కమిటీ సభ్యులను ప్రకటించే అవకాశం ఉంది. పార్లమెంట్‌లో పార్టీల సంఖ్యాబలం ఆధారంగా కమిటీలో వారికి చోటు దక్కుతుంది. అంటే అతిపెద్ద పార్టీ అయిన భాజపా నుంచి ఒక ఎంపీ కమిటీ ఛైర్మన్‌గా ఉంటారు. తొలుత ఈ ప్రతిపాదిత కమిటీకి 90 రోజుల సమయం కేటాయిస్తారు. అవసరాన్ని బట్టి ఆ తర్వాత దాన్ని పొడిగిస్తారు. లోక్‌సభ, అసెంబ్లీ ఎన్నికలతో పాటే స్థానిక సంస్థల ఎన్నికలనూ నిర్వహించాలని మాజీ రాష్ట్రపతి రామ్‌నాథ్ కోవింద్ ఆధ్వర్యంలోని కమిటీ ప్రభుత్వానికి సిఫార్సు చేసిన సంగతి తెలిసిందే. ఈనేపథ్యంలో జమిలి ప్రణాళికకు ఇటీవల కేంద్ర మంత్రివర్గం ఆమోదం తెలిపింది. స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల విషయాన్ని ప్రస్తుతానికి పక్కనబెట్టి.. లోక్‌సభ, అసెంబ్లీ ఎన్నికల కోసం రూపొందించిన రెండు బిల్లులను కేంద్ర కేబినెట్ ఈనెల 12న ఆమోదించింది. వీటిని ఈ పార్లమెంట్ సమావేశాల్లోనే లోక్‌సభ ముందుకుతీసుకురావాలని కేంద్రం కృతనిశ్చయంతో ఉంది. ప్రస్తుత శీతాకాల సమావేశాలు ఈనెల 20తో ముగియనున్నాయి.

మేడారం ఆలయాలకు మహర్దశ

హైదరాబాద్ : మేడారం సమ్మక్క, సారలమ్మ ఆలయాల పునర్నిర్మాణానికి టెండరు ప్రక్రియ పూర్తయ్యింది. త్వరలో పనులు ప్రారంభం కానున్నాయి. 2026లో జరిగే మహాజాతర నాటికి పనులు పూర్తి చేయాలని అధికారులు పట్టుదలగా ఉన్నారు. ఈ నిర్మాణం కోసం ప్రభుత్వం రూ.1.92 కోట్లు మంజూరు చేసింది. దీంతో పనులు వేగంగా జరుగుతాయని అధికారులు చెబుతున్నారు. 1971లో దేవాదాయశాఖ వనదేవతలిద్దరికీ ఆలయాలు నిర్మించింది. అవి చిన్నగా ఉండటం, ప్రస్తుతం భక్తుల రాక పెరగడంతో పూజా కార్యక్రమాలకు ఇబ్బందిగా మారింది. దీంతో నూతన నిర్మాణాలు చేపట్టాలని పూజారులు ప్రభుత్వాన్ని కోరుతూ వస్తున్నారు. దీనిపై దృష్టిసారించిన దేవాదాయశాఖ.. ఈ ఏడాది మహాజాతర ముగిసిన తర్వాత మార్చిలో ఆలయ పునర్నిర్మాణానికి సంబంధించి ప్రభుత్వానికి ప్రతిపాదనలు పంపింది. ఈ నేపథ్యంలో.. నవంబరులో రూ.1.92 కోట్ల నిధులు మంజూరు అయ్యాయి. ఈ నెల 12న టెండరు ప్రక్రియ ముగిసింది. త్వరలోనే పనులు ప్రారంభించి మహాజాతర కంటే ముందే నిర్మాణం పూర్తి చేస్తామని.. మేడారం ఆలయ కార్యనిర్వహణాధికారి స్పష్టం చేశారు. మేడారం సమ్మక్క, సారలమ్మ జాతర.. దేశంలోనే అతిపెద్ద గిరిజన జాతర. రెండేళ్లకోసారి జరిగే ఈ వనదేవతల జాతరకు లక్షలాది మంది భక్తులు తరలివస్తారు. గతంలో కేవలం జాతర సమయంలోనే భక్తులు వచ్చేవారు. కానీ ఇప్పుడు నిత్యం వేల మంది అమ్మవార్ల దర్శనం కోసం వస్తున్నారు. మేడారంలోని దేవతల గద్దెల ప్రాంగణం విస్తరణకు మాస్టర్ ప్లాన్ రూపొందనుంది. నాలుగు దశాబ్దాల కిందట దాతలు నిర్మించిన గద్దెల ప్రాంగణమే ఇప్పటికీ అందుబాటులో ఉంది. జాతరకు ముందు అప్పుడప్పుడు మార్పులు, చేర్పులు చేస్తున్నారు. కానీ శాశ్వతంగా అభివృద్ధి చేయడం లేదు. గద్దెల ప్రాంగణం వద్ద ఎలాంటి మార్పులు చేయకపోవడంతో.. జాతర సమయంలో భక్తుల నియంత్రణకు ఇబ్బందులు ఎదురవుతున్నాయి. ఈ సమస్యకు శాశ్వత పరిష్కారం చూపాలని ప్రభుత్వం నిర్ణయించింది. ప్పటికే మేడారం వెళ్లే రహదారుల అభివృద్ధికి రూ.17.50 కోట్లు, గెస్ట్ హౌస్‌ల నిర్మాణాలకు రూ.3.50 కోట్లు మంజూరు చేసి.. పనులు చేపట్టారు. తాజాగా.. వనదేవతల గద్దెల ప్రాంగణంలో భక్తులకు సౌకర్యాలు కల్పించేందుకు ప్రణాళికలు రూపొందినట్లు అధికారులు చెబుతున్నారు. సమ్మక్క, సారలమ్మ అమ్మవార్లను దర్శించుకొనేందుకు పస్రా, చింతల్, కొండాయి, తాడ్వాయి మీదుగా మేడారంలో ప్రవేశించి.. గద్దెల ప్రాంగణానికి చేరుకొనేందుకు వీలుగా రోడ్ల నిర్మాణానికి తొలి ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలని నిర్ణయించారు.

పోలవరం ఎపికి గేమ్ ఛేంజర్

అనుసంధానం చేస్తే రాష్ట్రానికి లైఫ్ లైన్ అవుతుందన్నారు. గొల్లపల్లి, బనకచర్లకు మూడు దశల్లో అనుసంధానం చేయవచ్చన్నారు. ఈ సందర్భంగా పోలవరం నిర్మాణ పనులపై అధికారులు, కాంట్రాక్ట్ సంస్థలతో సీఎం సమీక్ష సమావేశం నిర్వహించారు. పోలవరంకు పనులకు సంబంధించిన వివరాలను సీఎం చంద్రబాబు అధికారులు వెల్లడించారు. అనంతరం ఆయన మీడియాతో మాట్లాడుతూ..నదుల అనుసంధానం ద్వారా రాష్ట్రంలో అన్ని జిల్లాలకు నీటి సమస్య లేకుండా చేయొచ్చని ఆయన అన్నారు. పోలవరం ఎంతో ప్రాముఖ్యత ఉన్న ప్రాజెక్టు.. 2014-19 మధ్య రేయింబవళ్ళు పని చేశామని ఆయన అన్నారు. టీడీపీ హయాంలో 72శాతం పనులు చేశామని సీఎం చంద్రబాబు అన్నారు. 2019లో ప్రభుత్వం మారిన వెంటనే కాంట్రాక్టర్లను మార్చారని, రివర్స్ టెండరింగ్ పేరుతో ప్రాజెక్టు ను నాశనం చేసారన్నారు. కుట్ర, కుతంత్రాలు, రాజకీయాలతో ప్రాజెక్టు సర్వ నాశనం చేసారని, 2020తర్వాత వచ్చిన వరదలతో గ్యాప్ 1 లో రెండు వందల మీటర్ల మేర అగాధాలు ఏర్పడ్డాయని, వైబ్రో కాంపాక్షన్ ద్వారా ఇసుకతో ఆగాధాలు పూడ్చి పనులు చేయాలన్నారు. ప్రాజెక్టు నిర్లక్ష్యం చేయడం వల్ల2,400 కోట్లు అదనంగా ఖర్చు అవుతుందని, ఖీఓఅ, ఓఓఅ కెనాల్ పనులు పూర్తి చేయాల్సి ఉందని, పోలవరం 2026అక్టోబర్ నాటికి పూర్తి చేయాలని లక్ష్యంతో ఉన్నామన్నారు సీఎం చంద్రబాబు. ఎప్పుడెప్పుడు ఏ పని చేయాలనే విషయంలో అధికారులు పూర్తి క్లారిటీతో ఉండాలి..ఎప్పటికప్పుడు సమాచారం ఇవ్వాలని ఆయన అధికారులకు సూచించారు. టీడీపీ ప్రభుత్వం కొనసాగి ఉంటే 2021నాటికి ప్రాజెక్టు పూర్తి అయ్యేదని, పట్టిసీమ లేకుండా ఉంటే కృష్ణ డెల్టా ఎడారిగా మారేదన్నారు. ఒక వ్యక్తి అలసత్వానికి పోలవరం ఒక నిదర్శనమని, నాశనం అయినా ప్రాజెక్టు ను గాడిలో పెట్టడమే కాకుండా పూర్తి చేయడం లక్ష్యమన్నారు సీఎం చంద్రబాబు. తెలిసి చేసినా , తెలియక చేసినా తప్పు తప్పే అని చంద్రబాబు అన్నారు.ఉత్తరాంధ్ర సుజల స్రవంతి కూడా రాష్ట్రానికికి నీటి సమస్య ఉండదని తెలిపారు. చైనాలో ఉండే త్రీ జార్జెస్ డ్యాం కంటే పోలవరం ఎత్తయిన ప్రాజెక్టు అని చెప్పుకొచ్చారు. 2014లో తెలంగాణాలోని ఏడు మండలాలు ఇస్తేనే ప్రమాణం చేస్తానంటే, కేంద్రం ఆ మండలాలను విలీనం చేశారని తెలిపారు. అప్పట్లో డయాఫ్రం వాల్‌ను460 కోట్లతో బావర్ సంస్థ నిర్మించిందని.. మొత్తం మీద 72 శాతం పనులు చేశామన్నారు.

జాబ్ క్యాలెండర్ ప్రకారమే నోటిఫికేషన్లు

పరీక్షలు మాత్రమే నిర్వహించాల్సి ఉన్న వీటిని కూడా కొత్త జాబ్ క్యాలెండర్‌లో ప్రకటించి కాంగ్రెస్ సర్కారు తన ఖాతాలో వేసుకున్నది. యూపీఎస్సీ ఏటా జాబ్ క్యాలెండర్ ప్రకటిస్తుంది. నోటిఫికేషన్ తేదీ, దరఖాస్తు గడువు, రాత పరీక్ష తేదీ లాంటి పూర్తి వివరాలు అందులో పొందుపరుస్తుంది. కానీ రేవంత్ సర్కారు ప్రకటించిన జాబ్ క్యాలెండర్‌లో ఇవేవీ లేవు. కేవలం ఫలానా నెలలో నోటిఫికేషన్ ఇస్తాం.. ఫలానా నెలలో పరీక్ష నిర్వహిస్తామన్న వివరాలు మాత్రమే ప్రకటించారు.

రాజ్యాంగాన్ని అపహాస్యం చేసిన చరిత్ర కాంగ్రెస్‌ది

న్యూఢిల్లీ : కుటుంబం కోసం రాజ్యాంగాన్నే మార్చివేశారని కాంగ్రెస్‌ను కేంద్ర ఆర్థికమంత్రి నిర్మలా సీతారామన్ దుయ్యబట్టారు. ఇప్పుడు మాత్రం రాజ్యాంగ పరిరక్షణ గురించి ప్రసంగాలు చేస్తోందని సీతారామన్ మండిపడ్డారు. భారత రాజ్యాంగాన్ని ఆమోదించుకొని 75వ ఏడాదిలోకి అడుగుపెట్టిన సందర్భంగా రాజ్యసభలో సోమవారం ప్రత్యేక చర్చ జరుగుతోంది. అధికార పక్షం తరఫున కేంద్రమంత్రి నిర్మలాసీతారామన్ చర్చను ప్రారంభించారు. ఈసందర్భంగా కాంగ్రెస్‌పై ఘాటు వ్యాఖ్యలు చేశారు. 'రెండో ప్రపంచయుద్ధం తర్వాత దాదాపు 50 దేశాలకు స్వాతంత్ర్యం లభించింది. అవి రాజ్యాంగాన్ని రచించుకున్నాయి. కాలక్రమంలో పలు దేశాలు తమ రాజ్యాంగం అసలు ఉద్దేశాన్ని మార్చివేశాయి. కానీ మన రాజ్యాంగం మాత్రం కాలపరీక్షలను తట్టుకొని నిలబడింది. వాక్ స్వాతంత్ర్యాన్ని అణచివేసేందుకు కాంగ్రెస్ సవరణలు చేసింది.ఇందిర హయాంలో విధించిన ఎమర్జెన్సీ, 42వ రాజ్యాంగ సవరణ గురించి ఆమె ప్రస్తావించారు. 'కాంగ్రెస్ చేసిన సవరణలు రాజ్యాంగం బలోపేతానికి కాదు. అధికారంలో ఉన్నవారిని రక్షించుకోవడానికి.. కుటుంబం కోసం ఈ ప్రక్రియను ఉపయోగించారు' అని వ్యాఖ్యలు చేశారు. ఇందిర అధికారంలో ఉన్నప్పుడు రాజ్యాంగాన్ని నిలిపివేయాలని ప్రయత్నించారని భాజపా చీఫ్, కేంద్రమంత్రి జేపీ నడ్డా విమర్శించారు. ఈ వ్యాఖ్యలపై కాంగ్రెస్ (అనీనిణస।బబ) నుంచి అభ్యంతరం వ్యక్తమైంది.

బీఏసీ లేకుండానే 2 బిల్లులు

సభలో పర్యాటకం కంటే లగచర్ల రైతులపై చర్చే ముఖ్యమని చెప్పామన్నారు. ప్రతి రోజూ జీరో అవర్ ఉండాలని కోరినట్లు హరీశ్‌రావు తెలిపారు.అయితే ఈ ఆరోపణలను డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్క ఖండించారు. అసెంబ్లీ నిబంధనల మేరకే బీఏసీ జరిగిందని స్పష్టం చేశారు. బీఏసీలో బీఆర్ఎస్ వ్యవహరించిన తీరు సరిగ్గాలేదని అభ్యంతరం వ్యక్తం చేశారు. అసెంబ్లీ లాబీలో ఆయన మీడియా ప్రతినిధులతో ఇష్టాగోష్ఠిగా మాట్లాడారు. అసెంబ్లీ ఎన్ని రోజులు నడుపాలన్నది స్పీకర్ నిర్ణయిస్తారని, ఈ విషయం పదేళ్లు పాలించిన వారికి ఇది తెలియదా అంటూ ఎద్దేవా చేశారు. మాజీ మంత్రి హరీష్‌రావు చెప్పినట్లు సభ పనిదినాలు ఉండాలంటే ఎలా అని ప్రశ్నించారు. తాను ఎల్‌వోపీగా ఉన్నప్పుడు గత ప్రభుత్వం ఇలాగే చేసిందన్న విషయం తనకు తెలియదా అన్నారు. ఇప్పుడు కూడా సభ ఎన్ని రోజులు జరపాలో స్పీకరే నిర్ణయిస్తారని తేల్చి చెప్పారు.శాసనసభలో విపక్ష సభ్యుల నినాదాల మధ్య సభ రేపటికి వాయిదా పడింది. సభా మర్యాదలు దెబ్బతీసేలా సభ్యులు వ్యవహరిస్తున్నారని స్పీకర్? ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. సోమవారం మధ్యాహ్నం అసెంబ్లీలోని స్పీకర్ ఛాంబర్‌లో బీఏసీ సమావేశమైంది. అయితే బీఏసీ సమావేశం నుంచి బీఆర్ఎస్, ఎంఐఎం పార్టీలు వాకౌట్ చేశారు. సభా పని దినాలు, సబ్జెక్ట్‌పై క్లారిటీ ఇవ్వనందుకు వాకౌట్ చేసిన బీఆర్ఎస్ ప్రకటించింది. మరోవైపు టీ షర్ట్స్‌పై బీఏసీలో వాడి వేడి చర్చ జరిగింది. టీ షర్ట్స్ వేసుకుని వస్తే తప్పేంటని బీఆర్ఎస్ సభ్యులు ప్రశ్నించారు. పార్లమెంట్‌కు రాహుల్ గాంధీ టీ షర్ట్స్ వేసుకుని వెళ్లడం లేదా అని సమావేశంలో హరీష్ రావు ప్రశ్నించారు. బీఏసీ సమావేశంపై మాజీ మంత్రి హరీష్ రావు తీవ్ర అసంతృప్తి వ్యక్తం చేశారు. మీడియాతో నిర్వహించిన చిట్‌చాట్‌లో ఆయన మాట్లాడుతూ.. గంట సేపు సమావేశం జరిగినా సభ పనిదినాలపై స్పష్టత ఇవ్వడం లేదని ఆయన అన్నారు. అందుకే బీఏసీ నుంచి వాకౌట్ చేసినట్ల మాజీ మంత్రి తెలిపారు. 'మేము 15రోజులు సభ పెట్టాలని అడిగాము. సభను నాలుగైదు రోజులే నడిపే మూడ్‌లో ఉన్నారు. మమ్మల్ని అడ్వయిజ్ మాత్రమే ఇవ్వాలని సీఎం అన్నారు. కేవలం సలహా మాత్రమే ఇవ్వాలని అంటున్నారు. ఇదే విషయంపై ఎంఐఎం కూడా వాక్ ఔట్ చేసింది. ప్రోటోకాల్ పాటించడం లేదని స్పీకర్‌కు చెప్పాం. బీఏసీ పెట్టకుండానే బిల్స్ ఎలా పెడతారు అని అడిగాము. పెళ్ళిళ్లు ఉన్నాయని సభ పెట్టకపోవడం ఏంటని అడిగాము. కనీసం 15 రోజులు ఈసారి సభ నడపాలని బీఆర్ఎస్ నుంచి అడిగాం. ప్రతిరోజూ జీరో అవర్ పెట్టాలని అడిగాం. టీషర్ట్‌లతో ఎందుకు రానియడం లేదని గట్టిగా అడిగాము. మీ నాయకుడు రాహుల్ గాంధీ టీ షర్ట్‌లతో వెళ్ళాడు కదా అని గుర్తు చేశాము. బీఏసీ అంటే బిస్కెట్ అండ్ చాయ్ లాగా చేశారు' అంటూ హరీష్ రావు వ్యాఖ్యలు చేశారు.బీఏసీ అంటే బిస్కెట్ అండ్ చాయ్ లాగా చేశారని మాజీ మంత్రి హరీష్ రావు అన్నారు. స్పీకర్ ఛాంబర్ లో బీఏసీ భేటీ జరిగింది. ఈ సభలో సీఎం రేవంత్ రెడ్డి, మాజీ సీఎం హరీష్ రావు, ఎంఐఎం సభ్యులు హాజరయ్యారు. కాగా.. సభలో మీరు కేవలం సలహా మాత్రమే ఇవ్వాలని అనడంతో బీఆర్ఎస్ వాకౌట్ చేసిందన్నారు. ఇదే విషయంపై ఎంఐఎం కూడా వాక్ ఔట్ చేసిందని హరీష్ రావు తెలిపారు. సభ పని దినాలు అజెండా పై ప్రభుత్వం స్పష్టత ఇవ్వడం లేదని నిరసన తెలిపామన్నారు. సభ గంటన్నర పాటు కొనసాగిందన్నారు. సభలో మంత్రి ప్రసంగిస్తున్న సమయంలో బీఆర్ఎస్? సభ్యులు ప్రభుత్వానికి వ్యతిరేకంగా ప్లకార్డులను ప్రదర్శించారు. దీంతో సభ్యుల వద్ద ప్లకార్డులను తీసుకురావాలని మార్షల్స్?కు స్పీకర్? ఆదేశించారు. ప్లకార్డులను మార్షల్స్?కు ఇస్తే మాట్లాడే అవకాశమిస్తామని స్పీకర్? సభ్యులకు సూచించారు. విపక్ష సభ్యుల నినాదాల మధ్య సభను రేపటికి వాయిదా వేశారు. శాసనసభలో బీఆర్ఎస్? నేతల తీరును ఉపముఖ్యమంత్రి భట్టి విక్రమార్క, మంత్రి శ్రీధర్? బాబులు ఖండించారు. పర్యాటక అంశంపై మంత్రి మాట్లాడుతుంటే అడ్డుకున్నారని మండిపడ్డారు. సభా సంప్రదాయాలను విపక్షసభ్యులు పట్టించుకోవట్లేదని ఆక్షేపించారు. సభా మర్యాదకు భంగం కలిగించడం సరికాదని భట్టి విక్రమార్క హితవుపలికారు.

డిసెంబర్ 25లోపు ఇందిరమ్మ ఇండ్ల

దరఖాస్తుల సర్వే పూర్తి చేయాలి

- గ్రామాల్లో పారిశుధ్య నిర్వహణ పై ప్రత్యేక దృష్టి సారించాలి

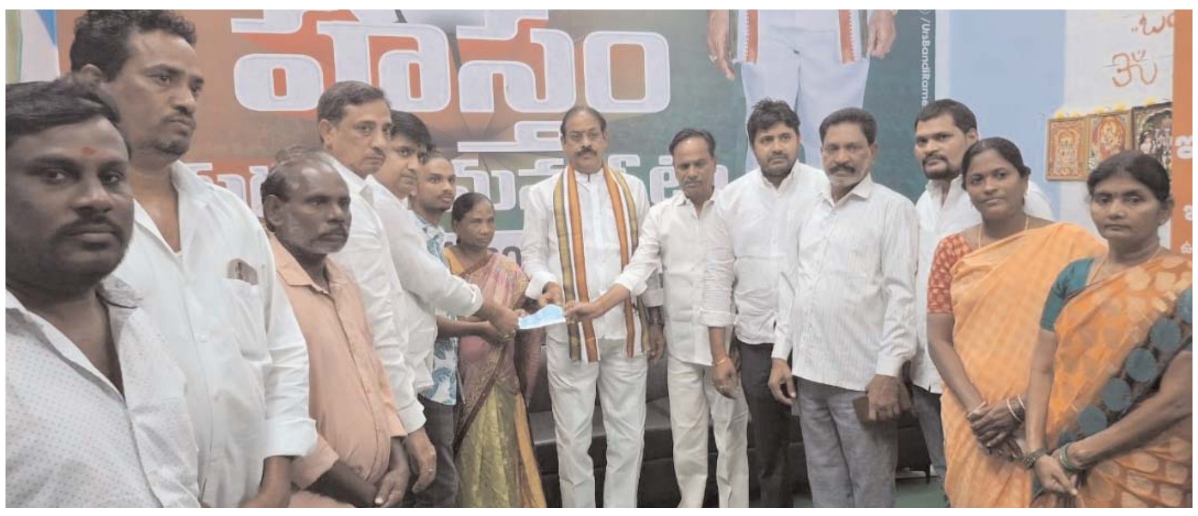
- ఇందిరమ్మ ఇండ్ల సర్వే, గ్రామాలలో పారిశుధ్య నిర్వహణ పై సమీక్ష నిర్వహించిన జిల్లా కలెక్టర్ కోయ శ్రీ హర్ష

పెద్దపల్లి ప్రతినిధి (ది క్రైమ్ న్యూస్): ఇందిరమ్మ ఇండ్ల యాప్ ద్వారా జిల్లాలో ఇండ్ల కోసం దరఖాస్తు చేసుకున్న దరఖాస్తుల సర్వే డిసెంబర్ 25 లోపు పూర్తి చేయాలని జిల్లా కలెక్టర్ కోయ శ్రీ హర్ష అన్నారు. సోమవారం ఇందిరమ్మ ఇండ్ల దరఖాస్తుల సర్వే, గ్రామాలలో పారిశుధ్య నిర్వహణ పై జిల్లా కలెక్టర్ కోయ శ్రీ హర్ష స్థానిక సంస్థల అదనపు కలెక్టర్ జే.అరుణ శ్రీ తో కలిసి సమీక్ష నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ కోయ శ్రీ హర్ష మాట్లాడుతూ గ్రామీణ ప్రాంతాలలో నర్సరీలలో బ్యాగ్ ఫీలింగ్ ప్రక్రియ సకాలంలో పూర్తి చేయాలని కలెక్టర్ సంబంధిత అధికారులకు సూచించారు. గ్రామాలలో పారిశుధ్య నిర్వహణపై ప్రత్యేక దృష్టి సారించాలని, ప్రతి రోజు ఇంటింటికి వెళ్లి చెత్త సేకరణ జరగాలని, రోడ్ల పై చెత్త ప్లాస్టిక్ ఉండకుండా ఎప్పటికప్పుడు శుభ్రం చేయాలని, కంపోస్ట్ షెడ్‌ను పూర్తి స్థాయిలో వినియోగిం చుకోవాలని, గ్రామం నుంచి వచ్చే తడి చెత్తతో వర్మీ కంపోస్ట్ తయారు చేయాలని కలెక్టర్ అధికారులకు ఆదేశించారు. ప్రజా పాలన ద్వారా ఇందిరమ్మ ఇండ్ల కోసం వచ్చిన దరఖాస్తులను ఇందిరమ్మ ఇండ్ల యాప్ ఉపయోగిస్తూ సర్వే చేయాలని, సకాలంలో సర్వే పూర్తి చేసేందుకు అవసరమైన మేర లాగిన్లు సిద్ధం చేసుకోవాలని, ప్రతి దరఖాస్తు ద్వారానే ఇంటికి వెళ్లి ప్రస్తుత స్థితి గతి తెలిసేలా ఫోటో యాప్ లో అప్లోడ్ చేయాలని, ఇందిరమ్మ ఇండ్ల సర్వే ప్రక్రియ డిసెంబర్ 25 లోగా పూర్తి చేసే విధంగా ప్రణాళిక బద్ధంగా పనిచేయాలని కలెక్టర్ అధికారులను సూచించారు. ఈ సమావేశంలో జిల్లా పంచాయతీ అధికారి వీర బుచ్చయ్య, జడ్పి సీఈఓ నరేందర్, మున్సిపల్ కమిషనర్లు, ఎంపీడీవోలు, ఎంపీ ఓలు, సంబంధిత అధికారులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కార్యకర్తలకు కాంగ్రెస్ పార్టీ ఎల్లప్పుడూ అండగా ఉంటుంది

బండి రమేష్

కూకట్ పల్లి డిసెంబర్ 16 (ది క్రైమ్ న్యూస్): ఇటీవల రోడ్డు ప్రమాదంలో తీవ్రంగా గాయపడి ప్రైవేట్ ఆస్పత్రిలో చికిత్స పొందుతున్న కాంగ్రెస్ పార్టీ సీనియర్ కార్యకర్త బాబ్జి కుమార్ కు కూకట్పల్లి నియోజకవర్గం కాంగ్రెస్ పార్టీ ఇంచార్జ్ బండి రమేష్, సోమవారం వ్యక్తిగతంగా 50 వేల రూపాయల ఆర్థిక సహాయాన్ని అందజేశారు. బాబ్జి ఆరోగ్య పరిస్థితి పై ఆసుపత్రి వర్గాలను బండి రమేష్ ఆరా తీశారు. బాబ్జి త్వరగా కోలుకునేలా తగు వైద్య చికిత్సను అందించాలని డాక్టర్లకు సూచించారు. అలాగే ఆదివారం ఆడుకుంటూ నాలాలో పడి మృతి చెందిన ఫతేనగర్ డివిజన్ కు చెందిన బాలుడు ముజ్మిల్ తల్లిదండ్రులకు వ్యక్తిగతంగా బండి రమేష్10 వేల రూపాయల ఆర్థిక సహాయాన్ని అందించడంతో పాటు జిహెచ్ఎంసి అధికారులతో మాట్లాడి 5 లక్షల



రూపాయల ప్రభుత్వ సహాయం అందేలా బండి రమేష్ చర్యలు తీసుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా బండి రమేష్ మాట్లాడుతూ కాంగ్రెస్ పార్టీకి చెందిన ప్రతి కార్యకర్తకు పార్టీ అన్నివేళలా అండగా ఉంటుందని దీంతో పాటు తాను సైతం వ్యక్తిగతంగా వారికి నిరంతరం అందుబాటులో ఉండటంతో పాటు వారికి అండగా ఉంటానని హామీ ఇచ్చారు. కార్యక్రమంలో లక్ష్మయ్య, సూరజ్ తివారి, రమేష్, యూసఫ్, శివ చౌదరి, అయాజ్, కిట్టు, రమణ, రజిత, జోజమ్మ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

రాష్ట్రస్థాయి సైన్స్ ఫెయిర్‌కు ఆల్ఫోర్స్ విద్యార్థులు ఎంపిక

- పోటీ ఏదైనా ఆల్ఫోర్స్ విద్యార్థులే ముందంజ: ఆల్ఫోర్స్ విద్యాసంస్థల అధినేత నరేందర్ రెడ్డి

సుల్తానాబాద్ డిసెంబర్ 16(ది క్రైమ్ న్యూస్): జిల్లాస్థాయి సైన్స్ ఫెయిర్ లో సుల్తానాబాద్ పాఠశాలకు చెందిన విద్యార్థులు అత్యుత్తమ ప్రతిభ కనబరిచి రాష్ట్రస్థాయి పోటీలకు ఎంపికైన వై యోగేష్, గోపతి త్రిలోచన్ వర్మలను సోమవారం ప్రత్యేకంగా అభినందించారు. ఈ సందర్భంగా నరేందర్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ విద్యార్థులను నిష్ణాతులైన అధ్యాపకులచే విద్యార్థులకు అన్ని రంగాల్లో తర్ఫీద్ ఇవ్వడంతో విద్యార్థులు రాష్ట్ర, జాతీయ స్థాయిలో ఉత్తమంగా ఎదుగుతున్నారని అన్నారు. గ్రామీణ ప్రాంతాల విద్యార్థులు సైతం కార్పొరేట్ స్థాయికి తగ్గకుండా అద్వితీయమైన ప్రతిభతో అద్భుతాలు సృష్టిస్తున్నారని అన్నారు.

గణితశాస్త్రం సీనియర్ విభాగంలో తొమ్మిదో తరగతికి చెందిన వై. యోగేష్ ప్రథమ స్థానంలో నిలువగా సైన్స్ విభాగంలో గోపతి త్రిలోచన్ వర్మ ద్వితీయ స్థానంలో నిలిచి రాష్ట్రస్థాయి సైన్స్ ఫెయిర్ కు ఎంపీ కావడం అభినందనీయమన్నారు. అలాగే గతేడాది ఇదే పాఠశాలకు చెందిన ఎం. పూజా శ్రీ అనే విద్యార్థిని సైన్స్ ఫెయిర్ లో రాష్ట్రపతి చేతుల మీదుగా అవార్డు తీసుకొని జపాన్‌లో జరిగిన అంతర్జాతీయ స్థాయి పోటీల్లో పాల్గొనడం గర్వించదగ్గ విషయం అన్నారు. కార్యక్రమంలో ప్రిన్సిపాల్ తో పాటు అధ్యాపకు బృందం తదితరులు ఉన్నారు.

జర్నలిస్ట్ అనిల్‌కు కేంద్రమంత్రి బండి సంజయ్ శుభాకాంక్షలు

తిమ్మాపూర్ (ది క్రైమ్ న్యూస్): కరీంనగర్ జిల్లా తిమ్మాపూర్ మండలం ఎల్ఎండిలోని తాపాల లక్ష్మీనరసింహస్వామి దేవస్థాన కళ్యాణ మండపంలో ఈనెల 11న టి యు డబ్ల్యూ జే జర్నలిస్ట్ యూనియన్ నిర్వహించిన ఎన్నికల్లో జిల్లా కార్యవర్గ సభ్యునిగా ఎన్నికైన తిమ్మాపూర్ మండల ఎలక్ట్రానిక్ మీడియా రిపోర్టర్ సిరిసిల్ల అనీల్ ను కేంద్ర హోంశాఖ సహాయ మంత్రి బండి సంజయ్ శాలువాతో సన్మానించి శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. నూతన కార్యవర్గంలో నిబద్ధతతో ఉండి జర్నలిస్టులకు ఏ సమస్య వచ్చినా యూనియన్ నాయకులు ముందుండాలని సూచిస్తూ తాను కూడా జర్నలిస్టుల సమస్యలపై తప్పకుండా కృషి చేస్తానని కేంద్రమంత్రి బండి సంజయ్ హామీ ఇచ్చారు.

విద్యార్థులకు ఉచిత పలకలు అందించిన దాతలు

ధర్మపురి డిసెంబర్ 16, (ది క్రైమ్ న్యూస్): అంగన్వాడీ విద్యార్థులకు ఉచిత పలకలు అందించినట్లు దాతలు తెలిపారు. సోమవారం పట్టణంలోని న్యూ హరిజనవాడ అంగన్వాడీ కేంద్ర విద్యార్థులకు 2,500/- రెండు వేల ఐదువందల విలువగల ఇరువది పలకలు విరాళము గా ధర్మపురి పట్టణానికి చెందిన సంఘనబట్ల సంధ్య సునీల్, రావులపెల్లి సమత కృష్ణలు అందించినట్లు వారు పేర్కొన్నారు. ఉచిత పలకలు అందించిన దాతలకు విద్యార్థుల తల్లిదండ్రులు, అంగన్వాడి సూపర్వైజర్ కుసుమ, టీచర్ మాధవి లత లు ప్రత్యేక కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.

విద్యార్థులు లక్ష్యం నిర్దేశించుకోవాలి

- మున్సిపల్ చైర్ పర్సన్ గాజుల లక్ష్మి రాజమల్లు

సుల్తానాబాద్,డిసెంబర్ 16 (ది క్రైమ్ న్యూస్): విద్యార్థులు లక్ష్యం నిర్దేశించుకొని పట్టుదలతో ముందుకు సాగాలని సుల్తానాబాద్ మున్సిపల్ చైర్పర్సన్ గాజుల లక్ష్మీ రాజమల్లు, టేబుల్ టెన్నిస్ అధ్యక్షులు కోడం అజయ్ అన్నారు. స్థానిక ఇండియన్ పబ్లిక్ పాఠశాలలో సోమవారం పెద్దపల్లి జిల్లా టేబుల్ టెన్నిస్ అసోసియేషన్ ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన పోటీలను ప్రారంభించారు. జిల్లా లోని వివిధ పాఠశాల నుంచి 100 మంది విద్యార్థిని విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ విద్యార్థులు చదువుతోపాటు క్రీడల్లో రాణించాలని, లక్ష్యం దిశగా ముందుకు సాగాలని, గెలుపోటములు సమానంగా తీసుకోవాలని, రాష్ట్రస్థాయిలో విజయం సాధించి మంచి పేరు తీసుకురావాలని అన్నారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా స్థాయి పోటీల్లో గెలుపొంది రాష్ట్ర స్థాయికి ఎంపికైన క్రీడాకారులకు మెడల్స్ ప్రదానం చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఇండియన్ పబ్లిక్ పాఠశాల చైర్మన్ మాటేటి సంజీవ్ కుమార్, ప్రిన్సిపల్ కృష్ణప్రియ, సుల్తానాబాద్ స్పోర్ట్స్ క్లబ్ అధ్యక్షులు ముస్త్యాల రవీందర్ టేబుల్ టెన్నిస్ జిల్లా కార్యదర్శి బొల్లి సత్యనారాయణ, అసోసియేషన్ కోశాధికారి గోపికృష్ణ, సహాయ కార్యదర్శి ఇక్బాల్, తిరుపతి, పీఈటీలు ఆసియా, మధు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ప్రశాంతంగా ముగిసిన గ్రూప్-2 పరీక్షలు

- స్థానిక సంస్థల అదనపు కలెక్టర్ జే.అరుణ శ్రీ

పెద్దపల్లి ప్రతినిధి (ది క్రైమ్ న్యూస్): పెద్దపల్లి జిల్లాలో గ్రూప్-2 పరీక్షలు ప్రశాంతంగా ముగిశాయని స్థానిక సంస్థల అదనపు కలెక్టర్ జే.అరుణ శ్రీ సోమవారం ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. సోమవారం పెద్దపెల్లి జిల్లాలోని 18 పరీక్ష కేంద్రాల్లో జరిగిన గ్రూప్ 2 పరీక్షలో 9018 మంది అభ్యర్థులకు గాను ఉదయం సెషన్ కి 4349 మంది హాజరు కాగా, 4669 మంది అభ్యర్థులు గైర్హాజరయ్యారని, మధ్యాహ్నం పరీక్షకు 4346 మంది అభ్యర్థులు హాజరు కాగా, 4672 మంది అభ్యర్థులు గైర్హాజరయ్యారని అదనపు కలెక్టర్ ప్రకటనలో పేర్కొన్నారు.

భూ తగాదాలతో తమ్ముడు పై అన్నా దాడి

ధర్మారం. డిసెంబర్ 16 (ది క్రైమ్ న్యూస్): ధర్మారం మండలంలోని రామయ్య పల్లె గ్రామానికి చెందిన ఇద్దరు అన్నదమ్ములు భూ తగదాలో గొడవ పడ్డారు. తమ్ముడు మార్క లింగయ్య పై అతని అన్న మర్క శంకరయ్య మరియు కొడుకు ఇద్దరు దాడి చేసి లింగయ్యను చంపాలని ఉద్దేశపూర్వకంగా కర్రలతో తీవ్రంగా గాయరిచారు అని లింగయ్య కొడుకు అజయ్ పిర్యాదు మేరకు కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేస్తున్నట్లు స్టేషన్ హౌస్ ఆఫీసర్ ఎం డి సబిర్ తెలిపారు.

ఎంపిక చేసిన భూముల్లో పంటలు వేయొద్దు

- ఆర్డిఓ సురేష్

ముత్తారం.డిసెంబర్.16.(ది క్రైమ్ న్యూస్): ముత్తారం మండలంలోని జాతీయ రహదారి నిర్మాణానికి ఎంపిక చేసిన భుముల్లో భూనిర్వాసితులు ఈ యాసంగి నుండి పంటలను వేయవద్దని ఆర్డీవో కె.సురేష్ ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. మండలంలోని ముత్తారం, ఓడేడు, అడవిశ్రీరాంపూర్, కేసనపల్లి,మైదంబండ,సర్వారం,పోతారం,లక్కారం, శుక్రవారం పేట ఈ గ్రామాల్లో రహదారి నిర్మాణం కోసం భూమి పనులు మొదలవుతాయని అలాగే నిర్వాసితులు కలెక్టర్ కు పెట్టుకున్న ఆర్బిటేషన్ నగదు ఆయా నిర్వాసితుల బ్యాంక్ ఖాతాలో జమ చేసే ప్రక్రియ మొదలు అయ్యిందని తెలిపారు.

సంపాదకీయం

రక్షణ కవచం నిర్లక్ష్యం ఫలితం

నేటి ఉరుకుల పరుగుల జీవితంలో ప్రయాణం ప్రమాదకరమైనదిగా మారింది. ఇటీవల కాలంలో పెరుగుతున్న ఘటనలు ..మన ముందున్న లెక్కలు ఈ విషయం చెబుతున్నాయి. ముఖ్యంగా టూవీలర్ ప్రమాదలు ఎక్కువగా జరుగుతున్నాయి. వాహన ప్రమాదాలలో చనిపోతున్న వారు కూడా ద్విచక్ర వాహనదారులే అధికం. దీనికి వారి నిర్లక్ష్యం కూడా కారణమవుతోంది. బైక్ నడపడంలో తాము నేర్పరులమని, హెల్మెట్ అవసరం లేదని, ఇది శిరోభారమని భావించేవారు మనలో చాలా మందే ఉన్నారు. హెల్మెట్ భారం కాదు అది ఒక రక్షణ కవచం. యువత బైక్ ఎక్కితే చాలు రయ్ రయ్ మని దూసుకుపోతుంటారు. మితిమీరిన వేగం, మద్యం మత్తులో నడపడం, ట్రాఫిక్ నిబంధనలను ఉల్లంఘించడం పరిపాటిగా మారింది. ఇటీవల యువత సెల్‌ఫోన్ డ్రైవింగ్, రాంగ్‌రూట్, ఓవర్‌టేక్ చేయడం, నిర్లక్ష్యంగా హెల్మెట్ లేకుండా డ్రైవింగ్ చేస్తూ ప్రాణాలు తీసుకుంటున్నారు. సెల్‌ఫోన్ మాట్లాడుతూ వాహనాలు నడుపుతున్న సంఘటనలు ఇటీవల ఎక్కువయ్యాయి. శరీరానికి తలకాయ ప్రధానం, ఇంద్రియాలలో నైనం ప్రధానం, షడ్రుచులలో ఉప్పు ప్రధానం, నదులకు నీరు ప్రధానం' అని సుభాషిత రత్నావళి చెబుతుంది. కానీ, శిరస్సుకు శిరస్త్రాణం ప్రధానం అని జీవితం చెబుతుంది. ఉరుకుల పరుగుల జీవితంలో వేగానికున్న ప్రాధాన్యత భద్రతకు ఇవ్వకపోవడంతో భారీ మూల్యం చెల్లించుకోవాల్సి వస్తోంది. హెల్మెట్ లేకపోతే ఏమౌతుందిలే అన్న చిన్నపాటి నిర్లక్ష్యం వల్ల ఎంతోమంది యువకులు ప్రాణాలను కోల్పోతున్నారు. దేశంలో ఏడాదికి సగటున 1.78లక్షల మంది రోడ్డు ప్రమాదాలలో మరణిస్తున్నారని, అందులో 60మంది 18నుంచి 34 ఏళ్లలోపు వారేనని సాక్షాత్తూ కేంద్ర రోడ్డు రవాణా, రహదారుల శాఖ మంత్రి నితిన్ గడ్కరీ ఇటీవల లోక్‌సభలో వెల్లడించారు. దేశంలో ప్రతి గంటకూ దాదాపు 53 ప్రమాదాలు, 19 మరణాలు జరుగుతున్నాయి. దీనిలో 45శాతం ద్విచక్ర వాహన ప్రమాదాలే. దేశంలో ప్రస్తుతం యువ జనాభా ఎక్కువగా వుంది. అయితే, ప్రస్తుతం 15 ఏళ్ల లోపు వున్న బాలల శాతం 2036 నాటికి గణనీయంగా తగ్గనుందని 'భారతదేశంలో మహిళలు-పురుషులు 2023' నివేదిక వెల్లడిస్తోంది. దీనికంటే ఆందోళన కలిగించే విషయం ఏమిటంటే ద్విచక్ర వాహన ప్రమాదాలలో చనిపోతున్న వారిలో ఎక్కువమంది యువతే కావడం. తెలుగు రాష్ట్రాలలో హెల్మెట్ ధరించకుండా బైక్‌లు నడుపేవారి సంఖ్య అధికంగా ఉంది. హెల్మెట్ ధారణ తప్పనిసరి చేయాలని ఎ.పి హైకోర్టు గతంలోనే స్పష్టం చేసింది. తాజాగా 'హెల్మెట్ పెట్టుకోకపోవడం వల్ల ప్రమాదాలు పెరుగుతున్నా యని, గత జూన్ నుంచి సెప్టెంబర్ మధ్యకాలంలో హెల్మెట్ ధరించకపోవడం వల్ల ఏపీలో 667 మంది చనిపోయారని' తీవ్ర ఆందోళన వ్యక్తం చేసింది. హెల్మెట్ వినియోగించేలా చేయడంలో పోలీసులు కఠినంగా వ్యవహరించకపోవడం వల్లే అంతమంది చనిపోయారని, పోలీసుల అలసత్వం వల్లే ఈ పరిస్థితి నెలకొందని హైకోర్టు వ్యాఖ్యానించింది. ఒక పరిమితి వరకే బండి వేగం మన చేతుల్లో వుంటుంది. ఆ పరిమితి దాటితే ఆ వేగాన్ని కంట్రోల్ చేయడం కష్టం. వేగాన్ని నియంత్రించుకోలేకపోతే అది ప్రమాదానికి దారితీస్తుంది. ద్విచక్ర వాహనదారులు కచ్చితంగా హెల్మెట్ పెట్టుకోవాలని 'మోటారు వాహనాల చట్టం 1998లోని 129, 177 సెక్షన్లు చెబుతున్నాయి. దీని ప్రకారం జరిమానా విధించడమే కాదు, డ్రైవింగ్ లైసెన్స్ రద్దు చేసే అవకాశం కూడా వుంటుంది. మనం ప్రయాణించే రోడ్డు రేస్ ట్రాక్ కాదు. వాహనం ఎక్కగానే రేసింగ్ మూడ్‌లోకి వెళ్లిపోవడం వల్ల కోరి ప్రమాదాన్ని తెచ్చుకోవడమే అవుతుంది. టైర్లు, బ్రేకులు, బైక్ కండిషన్ పట్ల శ్రద్ధ పెట్టాలి. చాలావరకు రోడ్డు ప్రమాదాలు, టైర్లు, బ్రేకులు విఫలమవడం వల్లనే జరుగుతాయి. హెల్మెట్ ధరిస్తే? ప్రాణాలు కోల్పోకుండా కనీసం గాయాలతోనైనా బయటపడే అవకాశం వుంటుంది. హెల్మెట్లు ప్రమాదాలలో మరణాన్ని నివారించగలవు, నిరోధించగలవు. అయితే, అది మాత్రమే చాలదు. బైక్ నడిపేటప్పుడు నిర్లక్ష్యంగా వ్యవహరించడం మీకే కాదు, తోటి ప్రయాణీకులకు కూడా ప్రమాదమే నన్న విషయం గుర్తించాలి.

హైదరాబాద్ రెండో రాజధాని దిశగా అడుగులు పడుతున్నాయా?

ఈమధ్య సుప్రీంకోర్టు ఢిల్లీ నగరాన్ని ఏం చేయబోతున్నారని కేంద్ర ప్రభుత్వాన్ని ప్రశ్నించింది. కేంద్ర మంత్రి నితిన్ గడ్కరీ కూడా ఢిల్లీలో కాలుష్యం తీవ్రంగా ఉందని,. తాను ఎప్పుడు ఢిల్లీకి వచ్చినా అనారోగ్యం పాలవుతున్నానని ఇటీవల చెప్పుకొచ్చారు. ఇలాంటి పరిణామాల మధ్య ఢిల్లీని దేశ రాజధానిగా ఇంకా కొనసాగించాలా అని సాక్షాత్తు సీనియర్ కాంగ్రెస్ నేత శశి థరూర్ ఈ మధ్య కాలంలో చేసిన వ్యాఖ్యలు ఆలోచింపదగినవి. థరూర్ వ్యాఖ్యలు దేశ రాజధానిపై మరోసారి దేశవ్యాప్త చర్చకు దారితీశాయి.. దక్షిణాదిన రెండో రాజధాని ఉండాలన్న ప్రస్తావన చాలా దశాబ్దాలుగా వస్తున్నదే. దేశానికి రెండో రాజధానిగా హైదరాబాద్ ఉండాలన్న చర్చ స్వాతంత్యం వచ్చిన తొలినాళ్లలోనే వచ్చింది. ఈ ప్రతిపాదనను రాజ్యాంగ నిర్మాత డాక్టర్ బిఆర్ అంబేద్కర్ తన 'థాట్స్ ఆఫ్ లింగ్విస్టిక్ స్టేట్స్' అనే పుస్తకం 11వ అధ్యాయంలో హైదరాబాద్‌ను రెండో రాజధానిగా చేయాలని స్వయంగా ప్రతిపా దించారు. దీనికి అనుకూలంగా కొన్ని బలమైన కారణాలను కూడా చూపారు. మన శత్రు దేశాలైన పాకిస్తాన్, చైనా దేశ సరిహద్దుకు ఢిల్లీ కేవలం 300 కిలోమీటర్ల దూరంలో ఉందని. కానీ, హైదరా బాద్ సుదూరంగా ఉండటం దేశ భద్రతాపరంగా, అన్ని వాతావరణ పరిస్థితులకు అనువైన ప్రాంతమని గట్టిగా వాదించారు. ప్రస్తుతం ప్రపంచంలోనే అత్యంత కాలుష్య నగరంగా ఢిల్లీ మారింది. గతంలో హైదరాబాద్‌లో ఎత్తైన అంబేద్కర్ విగ్రహ ఆవిష్కరణకు హాజరైన అంబేద్కర్ మనవడు ప్రకాశ్ అంబేద్కర్ హైదరాబాద్‌ను రెండో రాజధానిగా అంబేద్కర్ గుర్తు చేసినప్పుడు కూడా ఈ చర్చ జరిగింది. మహారాష్ట్ర మాజీ గవర్నర్ సీహెచ్ విద్యాసాగర్‌రావు ఎప్పటికైనా హైదరాబాద్ దేశానికి రెండో రాజధానిగా అవుతుందన్న నమ్మకం ఉందన్నారు. ఇదిలావుంటే, గత ఏడాది రేవంత్ రెడ్డి సీఎంగా ప్రమాణం చేసిన తర్వాత నుంచి ముఖ్యమంత్రి హోదాలో తీసుకుంటున్న చర్యలన్ని భవిష్యత్తు దృష్ట్యా హైదరా బాద్‌ను మహా విశ్వనగరంగా మార్చే ప్రయత్నంలో తీసుకుంటున్నవే. ఢిల్లీ తరహా పరిస్థితులు తలెత్తకుండా హైదరాబాద్ రెండో రాజధాని ఖచ్చితంగా కావొచ్చనే ముందుచూపుతోనే హైడ్రాలాంటి కఠిన చర్యలు తీసుకుంటున్నారని రాజకీయ విమర్శకులు ప్రశంసిస్తున్నారు. అలాగే, కాలుష్యరహిత నగరంగా మార్చేందుకు డీజిల్/ పెట్రోల్ వాహనాలను తరలించి పొల్యూషన్ రహిత ఎలక్ట్రిక్ వాహనాలను ప్రోత్సహించడం వెనక కారణం కూడా ఇదేనని కొందరి వాదన. అలాగే, ప్రపంచవ్యాప్తంగా 140 దేశాల్లోని 258 ప్రపంచ నదులలో అత్యంత కాలుష్యంగా మూసీ నది 22వ స్థానంలో ఉన్నట్లు ది ప్రొసీడింగ్స్ ఆఫ్ నేషనల్ అకాడమీ ఆఫ్ సైన్సెస్ జర్నల్ లో ప్రచురితమైంది. కనీసం 70 కిలోమీ టర్ల మేర 48 రకాల క్యాన్సర్ కారకాలైన రసాయన అవశేషాలు లభించాయి. ఈ కలుషితమైన నీరు ప్రజల ఆరోగ్యానికి భారీగా హాని చేస్తోందనీ పరిశోధనలు తేల్చాయి. ప్రతిపక్షాల నుంచి ప్రభుత్వం ఎన్ని విమర్శలు ఎదుర్కొన్నా మూసీ పునరుజ్జీవానికి కట్టుబడి ఉంటామని ప్రకటించ డం, అలాగే ఉన్న నగరంపై మరింత జనసాంద్రత పెరగకుండా ఫోర్త్ సిటీ ఆలోచన కూడా వెనుక కూడా రెండో రాజధాని వ్యూహమే ఉన్నట్లు అనుకోవచ్చేమో! అలాగే, 2019 మల్కాజిగిరి పార్లమెంటు ఎన్నికల ప్రచారంలో రెండో రాజధాని ఆలోచనకు మద్దతు ఇచ్చారు. ఇక రెండో రాజధాని ఆలోచన బీజేపీకి ఖచ్చితంగా ఉందని ఆ నాయకుల వ్యవహార శైలి, మాటలు తదితర పరిణామాలతో వెల్లడవుతూ వస్తోంది. రీజనల్ రింగ్ రోడ్డు అనుమతి, విస్తరణ వెనుక బీజేపీ ఆలోచన లేకపోలేదనే అభిప్రాయం విశ్లేషకుల్లో ఉంది. తెలంగాణలో అధికారంలోకి రావాలని భావిస్తున్న బీజేపీ ఇక్కడ తన బలాన్ని పెంచుకునేందుకు అన్ని అస్త్రశస్త్రాలు ప్రయో గించడానికి పావులు కదుపుతోంది. రెండో రాజధాని పేరుతో హైదరాబాద్ ను కేంద్ర పాలిత ప్రాంతంగా మార్చితే తెలంగాణ మరోసారి భగ్గుమనే అవకాశం ఉంది. తెలంగాణకు గుండెకాయలాంటి హైదరాబాద్‌ను పూర్తిగా వేరు చేస్తే మాత్రం సమస్యే. హైదరాబాద్ లా అండ్ ఆర్డర్ లాంటి ఒకటి అరా వ్యవస్థలు కేంద్రం చేతిలో ఉంచుకొని, మిగతా పరిపాలన అంతా తెలంగాణ రాష్ట్ర పరిధిలో ఉంచితే సానుకూలత రావచ్చు. హైదరాబాద్ తెలంగాణకు దూరం కాకుండా చేయగలిగితేనే.. రెండో రాజధానికి ప్రజల నుంచి, పార్టీల నుంచి అభ్యంతరాలు రాకపోవచ్చు! ఇక, దేశానికి హైదరాబాద్ రెండో రాజధాని ప్రతిపాదన అంత ఆషామాషీ విషయం కాదు. తెలంగాణ రాష్ట్ర ఆదాయం 50శాతం పైగా కేవలం హైదరాబాద్ నుంచే ఉంది కాబట్టి ఆ ఆదా యం నిస్సంకోచంగా తెలంగాణ కే చెందేలా ఏర్పడాలి. ఇటు తెలంగాణకు రాజధానిగా ఉంటూనే, అటు దేశానికి రెండో రాజధానిగా ఉంటే మంచిదే. రెండో రాజధానితో హైదరాబాద్ నగరమే కా కుండా నగరం చుట్టూ నలువైపులా ఉన్న అనేక ప్రాంతాలు భారీ ఎత్తున లబ్ది పొందే అవకాశాలు ఎక్కువ. అంతేకాదు, రెండో రాజధాని అందుబాటులో ఉండడం తెలంగాణ ప్రజల అభివృద్ధికి మంచి మార్గం కాగలుగుతుంది. ఒకవేళ రెండో రాజధానిపై నిర్ణయం తీసుకునే అవకాశం ఉంటే మాత్రం.. కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు తెలంగాణ ప్రజల ఆకాంక్షలు, ఆశయాలను ఏ మాత్రం విస్మరించకూడదు. రెండో రాజధాని విషయంలో అదే కీలకాంశం అవుతోంది. ప్రత్యేక తెలంగాణ కోసం ఉద్యమిస్తున్న సమయంలో హైదరాబాద్ ను దేశానికి రెండో రాజధాని చేయాలనే ప్రతిపాదన శ్రీకృష్ణ కమిషన్ ముందుకు వచ్చింది. కానీ, అది పూర్తిగా తిరస్కరించినట్లు నాటి తెలంగాణ జేఏసీ చైర్మన్, ప్రొ. కోదండరాం చెప్పారు. హైదరాబాద్ ని దేశానికి రెండో రాజధా నిగా చేయాలనే ప్రతిపాదనను తాము స్వాగతిస్తామని ఆనాడు ముఖ్యమంత్రి హోదాలో 2018లో ఇండియా టుడే సదస్సులో కేసీఆర్ స్పష్టంగా చెప్పారు. కానీ, నేడు అదే పార్టీ హైదరాబాద్‌ను కేంద్ర పాలిత ప్రాంతంగా చేయాలని బీజేపీ కుట్రలు చేస్తోందని. దాన్ని అడ్డుకునే ధైర్యం కాంగ్రెస్‌కు లేదని 2024 ఏప్రిల్ 29న కరీంనగర్‌లో జరిగిన పార్లమెంటు ఎన్నికల సమావేశంలో బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ ద్వంద్వ వైఖరితో విరుచుకుపడిన విషయం తెలిసిందే. అధికారంలో ఉన్నప్పుడు ఒక రీతిగా, ప్రతిపక్ష స్థానంలో మరొక రీతిగా వ్యవహరించడం రాజకీయ అవకాశవాదానికి పరాకాష్టగా చెప్పుకోవచ్చు. ఇలాంటి అవకాశవాద రాజకీయాలు క్షేమకరం కాదని వారు గుర్తుంచుకోవాలి.

పావురాలతో మనుషులకు ప్రమాదమా?

నగర వాతవరణంలో పక్షుల మనగడ కష్టమవుతోంది. ఇప్పటికే అనేక రకాల పక్షులు నగరాల్లో కనుమరుగయ్యాయి. అయితే పావురాలకు మాత్రం ఇది వర్తించదు. పల్లె ప్రాంతాల్లో కన్నా నగరా ల్లోనే మనం పావురాను ఎక్కువగా చూస్తాం. సిటీస్‌లో వాటికి నీరు, ఆహారం అందుబాటులో ఉంటాయి. వాటిని చంపితినే జంతువులు దాదాపు ఉండవు. ఉన్నా చాలా తక్కువ. వీటికి తోడు ఎత్తయిన బిల్డింగులు, కిటికీలు, పైకప్పులు, వంతెనలు, ఫ్లైఓవర్లు, గోదాములు..ఇలా ఒకటేంటి, అవి నివసించడానికి ఎన్నో అనువైన ప్రదేశాలున్నాయి. అయితే, మెట్రో సిటీస్‌లో వీటి సంఖ్య పెరగటం మనుషులకు ప్రమాదంగా పరిణమిస్తోంది. పావురాల వల్ల కలిగే ఆరోగ్య ప్రమాదాలను పరిగణనలోకి తీసుకున్న పుణె మున్సిపల్ కార్పొరేషన్, వాటిని పోషించే వారిపై చర్యలు ప్రారంభించింది. పావురాల రెట్టలు, ఈకలు శ్వాసకోశ ఇన్ఫెక్షన్లకు కారణమవుతాయి. వీటితోపాటు చర్మ సమస్యలు, అలర్జీలు, సైనసైటిస్ ప్రమాదం పెరుగుతుంది. కానీ, ఏదైనా ఒక జీవి జనాభా విపరీతంగా పెరిగితే అది పర్యావరణంపైనా ప్రభావం చూపుతుంది. పావురాల సంఖ్య పెరగడం పర్యావరణంలో అసమ తుల్యతకు సంకేతం. పావురాలు స్థానిక జాతులే. ఇళ్లలో పెంచుకోవడానికి పావురాలను మనుషులు అడవుల నుంచి గ్రామాలు, పట్టణాలకు తీసుకొచ్చారు. అంతకు ముందు అవి కొండా కోనల్లో తిరుగుతూ, పెద్ద పెద్ద బండరాళ్ల మధ్య గూళ్లు పెట్టుకుని జీవించేవి. చిన్న చిన్న పురుగులు, పండ్లు తిని బతికేవి. వీటి రెట్టల ద్వారా పండ్ల విత్తనాలు అడవి అంతటా వ్యాపించేవి. కానీ, ఇప్పుడు పక్షులకు అడవులలో తిండి సరిగా దొరకడం లేదు. పావురాలను డేగలు, గద్దలు వేటాడి చంపి తింటుంటాయి. తోడేళ్లు, నక్కలకు కూడా ఇవి చాలా ఇష్టమైన ఆహారం. తరచూ మనుషులు కూడా వీటిని వేటాడుతుంటారు. ఇంతకు ముందు ఈ పక్షులు అడవుల్లో చాలా ఎక్కువగా ఉండేవి. ఇప్పుడు చాలా తగ్గాయి. నగరాల్లో వీటికి శత్రువులు పెద్దగా లేకపోవడం, రక్షణ ఎక్కువగా ఉండటం వాటి సంఖ్య పెరగడానికి కారణమైంది. పైగా ప్రజలు వాటికి తిండిగింజలు వేస్తూ వేటాడే శ్రమను తగ్గిస్తున్నారు. దీంతో సహజంగానే సంతానోత్పత్తి సులభమవుతోంది. పౌల్ట్రిలలో కోళ్లు పెరిగినట్లే, ఇక్కడ పావురాలు కూడా పెరుగుతున్నాయి. నగరాలు పెద్ద పౌల్ట్రీఫ్రామ్‌గా మారాయి. పావురాల సంఖ్య పెరిగేకొద్దీ ప్రకృతిలోని ఇతర జీవులపై దాని ప్రభావం పడుతుంది. ఇవి తమకంటే చిన్నసైజులో ఉండే పిచ్చుకల్లాంటి వాటిని వేధిస్తుంటాయి. అవి కట్టుకున్న గూళ్లను ఆక్రమిస్తుంటాయి. వాటి ఆహారాన్ని తినేస్తాయి. దీనివల్ల ఆహారపు కొరతతో చిన్నపక్షులు నశిస్తుంటాయి. ఒక్క పావురానిదే కాదు, ఏ పక్షి మల మూత్రాలైనా మన చుట్టూ ఎక్కువగా ఉంటే, అవి మనిషి ఆరోగ్యంపై ప్రభావం చూపుతాయి. ఇక, పర్యావరణంలో పావురాలు కూడా కీలక పాత్ర పోషిస్తున్నప్పటికీ, అవి పెద్ద సంఖ్యలో పెరగడం వల్ల ప్రకృతి సమతుల్యత దెబ్బతింటుందని పర్యావరణవేత్తలు చెబుతున్నారు. ఏ ప్రదేశంలో ఎన్ని పక్షులు నివసించాలి అన్నదానిపై ఒక నిర్దిష్ట పరిమితి ఉంది. ఒక రకం జీవరాశి అధికంగా పెరిగితే, దానివల్ల ఇతర జీవులకు లభించే ఆహారం, నివాసం, ఎగిరే స్థలం తగ్గుతాయి. అది వాటి జనాభా మీద ప్రభావం చూపిస్తుంది. పావురాలు అన్ని పరిస్థితులను తట్టుకుంటాయి. కొన్ని ఇతర పక్షుల మాదిరిగా కాకుండా, ఏ సమయంలోనైనా గుడ్లు పెట్టి సంతానోత్పత్తి చేయగలవు. నివాసానికి అనుకూల స్థలం, పుష్కలంగా ఆహారం, వేటాడే జంతువులు లేకపోవడంలాంటివి పావురాలు విపరీతంగా పెరగడానికి కారణమవుతున్నాయి. ఇప్పుడు నగరాలలో చాలా ప్రాంతాలను పావురాలు ఆక్రమించినట్లు కనిపిస్తుంది. వీటి కారణంగానే కాకులు, పిచ్చుకల్లాంటి కొన్ని పక్షులు కనిపించకుండా పోతున్నాయి.

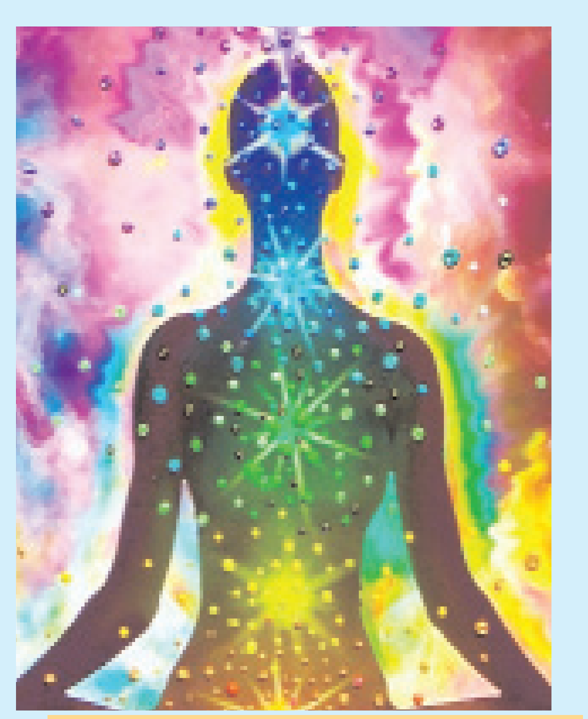
అసెంబ్లీలో రైతుల అరెస్టులపై చర్చించాలి

జైల్లో ఉండాల్సిన తప్పుడు రైతులు ఏం చేశారు : పాడి కౌశిక్‌రెడ్డి

హైదరాబాద్ : అసెంబ్లీలో చర్చించాల్సింది టూరిజంపై కాదని లగచర్లలో రైతులను అక్రమంగా అరెస్టు చేయడంపై చర్చించాలని బీఆర్ఎస్ నేత, ఎమ్మెల్యే పాడి కౌశిక్‌రెడ్డి అన్నారు. లగచర్ల రైతులు చేసిన తప్పేంటని ప్రశ్నించారు. నెల రోజులుగా జైల్లో వేసేంత తప్పు అన్నదాతు ఏం చేశారని నిలదీశారు. గుండెపోటు వచ్చిన హీరా నాయక్‌ను బేడీలు వేసి దవాఖానకు తీసుకెళ్లారని మండిపడ్డారు. తద్వారా యావత్ తెలంగాణ రైతులను అవమానించారని చెప్పారు. లగచర్లలో జరిగిన టెర్రర్‌పై చర్చ జరగాలని వాయిదా తీర్మానం ఇచ్చామన్నారు. ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ సంజయ్‌తో కలిసి ఆయన అసెంబ్లీ మీడియా పాయింట్ వద్ద మాట్లాడారు. అదానీ, అల్లుడు, అన్నదమ్ముల కోసం రేవంత్ భూసేకరణ చేస్తున్నారని ఆరోపించారు. సీఎం ఢిల్లీ టూరిజం, జైలు టూరిజం తప్ప రాష్ట్రంలో ఏమీ లేదని విమర్శించారు. వెంటనే ఎన్నికలు రావాలని ప్రజలు కోరుకుంటున్నారని చెప్పారు. ఎన్నికలు వస్తే రేవంత్ పీడ వదలిపోతుందని రైతులు అనుకుంటున్నారని చెప్పారు.

నైపుణ్యమే యోగం

'అర్జునా! ఎవరైతే బుద్ధితో విచారించి, ఫలితాపేక్ష లేకుండా, వివేకంతో కర్మలను ఆచరిస్తాడో.. అతను తన కర్మలకు సంబంధించిన మంచిచెడు ఫలితాలను ఈ జన్మలోనే వదిలేస్తాడు. అందువల్ల నైపుణ్యంతో పనిచేయడం అనేది యోగం' అంటాడు కృష్ణుడు. 'అర్జునా! ఎవరైతే బుద్ధితో విచారించి, ఫలితాపేక్ష లేకుండా, వివేకంతో కర్మలను ఆచరిస్తాడో.. అతను తన కర్మలకు సంబంధించిన మంచిచెడు ఫలితాలను ఈ జన్మలోనే వదిలేస్తాడు. అందువల్ల నైపుణ్యంతో పనిచేయడం అనేది యోగం' అంటాడు కృష్ణుడు. కర్మాచరణకు ప్రేరణ ఆ పనిలో పొందే ఫలితమే కదా.. అప్పుడా పలితాన్ని అపేక్షించకుంటే, పొందకుంటే.. కార్యనిర్వహణపై ఆసక్తిగాని, ప్రేరణగాని ఉత్సాహం గాని రాదు సరికదా.. పని చేయాలనే కోరికే నశిస్తుందన్న ప్రశ్న ఉదయిస్తుంది. నిజానికి ఎవరైనా ఫలితానికి బందీ అయితే తమ కర్తవ్యాన్ని సమత్వ బుద్ధితో నిర్వహించడం కష్టమవుతుంది. ఆశించిన ఫలితం వస్తుందో రాదో అనే భయం, ఆందోళన, చికాకు, ఉద్విగ్నత పనితనంపై ప్రభావాన్ని చూపుతూ.. గరిష్ఠ నైపుణ్య సామర్థ్యంతో పని చేయలేక పోవచ్చు. స్వార్థ ప్రయోజనాలను విడిచి పనిచేస్తే, మనపని లోని నాణ్యత ఏ మాత్రం తగ్గకపోగా, మరింత ఉన్నత ప్రమాణాలతో కార్య నిర్వహణ సాధ్యపడుతుందంటాడు కృష్ణుడు. 'కౌశలం' అంటే పనిలో నిబద్ధతతో కూడిన నేర్పు లేదా నైపుణ్యం. దానినే యోగం అంటుంది గీత. ప్రక్రియ ఆధారంగా చేసే పనిలో ఫలితం ఏదైనా సమానంగా తీసుకోవడమే సమత్వం. ఒక దొంగలో నైపుణ్యం ఉన్నా అది ఆదరణీయమా అంటే.. కాదనే చెప్పాల్సి వస్తుంది. నైతిక విలువలు లేని నైపుణ్యాలను గీత ఆదరించదు. సరైన పనిని, సరైన విధానంలో నిర్వహించాలి. దానికి సరైన కారణం ఉండాలి. దానినే కౌశలం అంటారు. భగవద్గీత బద్ధకస్తుడైన సాధారణ వ్యక్తిని, అసాధారణ కార్యసాధనా దక్షునిగా తీర్చిదిద్దేందుకు ఉపకరిస్తుంది.



ఆధ్యాత్మికం

యాదవ సంఘ సభ్యులకు ఉచిత వైద్య శిబిరం

యాదవ సంఘ సభ్యులకు ఉచిత వైద్య శిబిరం

రామగిరి(ది క్రైమ్ న్యూస్)డిసెంబర్ 16: కమాన్పూర్ మండలం జూలపల్లి గ్రామ యాదవ సంఘం సభ్యులకు సోమవారం కరీంనగర్ మెడికవర్ ఆసుపత్రి ఆధ్వర్యంలో ఉచిత వైద్య శిబిరాన్ని నిర్వహించారు. శిబిరాన్ని యాదవసంఘ నాయకులు ప్రారంభించారు. ఈ శిభిరంలో 150 ద మందికి బీపీ, షుగర్, ఈసీజీ, 2డి ఎకో మొదలగు సూపర్ స్పెషాలిటీ వైద్య పరీక్షలు చేశారు. ఆసుపత్రి వైద్యులు డాక్టర్ నాగరాజు, డాక్టర్ శ్రీకాంత్ వైద్య పరీక్షలు నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా మెడికవర్ సెంటర్ హెడ్ గుర్రం కిరణ్ మాట్లాడుతూ... యాదవ సంఘ సభ్యులకు, స్థానిక ప్రజలకు సూపర్ స్పెషాలిటీ వైద్య సేవలు అందించాలన్న లక్ష్యంతోనే ఈ వైద్య శిబిరం నిర్వహించామని అన్నారు. అన్ని రకాల సూపర్ స్పెషాలిటీ వైద్యాన్ని అందుబాటులోకి తేవడమే కాకుండా

నిరంతర సేవలు అందిస్తున్నామని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో యాదవ సంఘ నాయకులు బోసు తిరుపతి, జై కొమురయ్య, మాదాసి శివ, బి సాయి శంకర్, ఎం రవీందర్, జి జగన్, కే తిరుపతి, మాదాసి రాజకుమార్, కటికి రెడ్డి హరీష్, ఆసుపత్రి మార్కెటింగ్ మేనేజర్ కోట కర్ణాకర్, బొంగోని హరీష్, శ్రీనివాస్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఇందిరమ్మ ఇళ్ల లబ్ధిదారుల ఎంపిక సర్వేను పరిశీలించిన కార్పొరేటర్ దొడ్ల వెంకటేష్ గౌడ్

కూకట్ పల్లి డిసెంబర్ 16 (ది క్రైమ్ న్యూస్): అభివృద్ధితో పాటు సంక్షేమ పథకాల అమలులో ఆల్విన్ కాలనీ డివిజన్ ను అగ్రగామి డివిజన్ గా నిలపడమే ధ్యేయంగా కృషి చేస్తున్నట్లు కూకట్ పల్లి సర్కిల్ ఆల్విన్ కాలనీ డివిజన్ కార్పొరేటర్ దొడ్ల వెంకటేష్ గౌడ్ అన్నారు. సోమవారం డివిజన్ పరిధిలోని దత్తాత్రేయ కాలనీలో తెలంగాణ ప్రభుతం అదేశాలమేరకు ఇందిరమ్మ ఇళ్ల లబ్ధిదారులను గుర్తించేందుకు నిర్వహిస్తున్న సర్వేను డివిజన్ కార్పొరేటర్ దొడ్ల వెంకటేష్ గౌడ్, యువనేత దొడ్ల రామకృష్ణ గౌడ్, మునిసిపల్ అధికారులతో కలిసి పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా కార్పొరేటర్ మాట్లాడుతూ ప్రజాపాలనలో స్వీకరించిన దరఖాస్తులను పరిశీలించి అధికారులు వారి ఇళ్ల వద్దకు వెళ్లి సర్వే నిర్వహించడం జరుగుతుందని అన్నారు. సర్వే కోసం ప్రత్యేకంగా రూపొందించిన మొబైల్ యాప్ లో లబ్ధిదారుల వివరాలు పొందుపరచడం జరుగుతుందని అన్నారు. సొంత స్థలం ఉండి, లేదా రేకుల ఇల్లు ఉన్న లబ్ధిదారులను ఎంపికచేసి వారు

స్లాబు ఇల్లు నిర్మించుకోవడానికి ప్రభుత్వం తరపునుండి ఐదు లక్షల రూపాయల ఆర్థికసాయం అందించడం జరుగుతుంది అన్నారు. కార్యక్రమంలో పాండుగౌడ్, రామకృష్ణ, సత్యనారాయణ, ఎ.ఎం.సి కె.శ్రీనివాస్, సర్వేయర్లు ముస్తఫా, కుమార్, జయలక్ష్మి, సుమన్, అరుణ కుమారి తదితరులుపాల్గొన్నారు.

నూతనంగా ఎన్నికైన అసోసియేషన్ సభ్యులు

కాలనీ అభివృద్ధికి కృషి చేయాలి

- కార్పొరేటర్ దొడ్ల వెంకటేష్ గౌడ్

కూకట్ పల్లి డిసెంబర్ 16 (ది క్రైమ్ న్యూస్): ప్రజా సమస్యల పరిష్కారంలో కాలనీ అసోసియేషన్ సభ్యులు చొరవ తీసుకొని వారు గుర్తించిన సమస్యలను తన దృష్టికి తీసుకువస్తే వాటి పరిష్కారానికి కృషి చేస్తానని ఆల్విన్ కాలనీ డివిజన్ కార్పొరేటర్ దొడ్ల వెంకటేష్ గౌడ్ అన్నారు. ఇటీవల కూకట్ పల్లి సర్కిల్ ఆల్విన్ కాలనీ డివిజన్ పరిధిలోని ఆల్విన్ కాలనీ ఫేస్ (1) లో జరిగిన కాలనీ అసోసియేషన్ ఎన్నికల్లో గెలిచిన సభ్యులు సోమవారం డివిజన్ కార్పొరేటర్ దొడ్ల వెంకటేష్ గౌడ్, యువనేత దొడ్ల రామకృష్ణ గౌడ్ లను మర్యాదపూర్వకంగా కలిసారు. ఈ సందర్భంగా గెలుపొందిన సభ్యులను కార్పొరేటర్ దొడ్ల వెంకటేష్ గౌడ్ శాలువాలతో సన్మానించి, అభినందనలు తెలిపారు. కార్యక్రమంలో శివరాజ్ గౌడ్, పోశెట్టిగౌడ్, కాలన అసోసియేషన్ ప్రెసిడెంట్ బి.వెంకటేష్ గౌడ్, వైస్ ప్రెసిడెంట్ రామ్ రెడ్డి, జనరల్ సెక్రటరీ కుమార చారి, జాయింట్ సెక్రటరీ రఘు, కోశాధికారి లక్ష్మీ, కల్చరల్ సెక్రటరీ హేమలత, అడ్వైజర్లు నరసింగరావు, యాదవ రెడ్డి, బిష్మ కుమార్, మనోహర్, మోహన్ రావు, మనోహర్ రెడ్డి, శంకర్, లక్ష్మయ్య, బాలరాజు, దత్తు, ఖదీర్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ప్రజా వినతులను సత్వరమే పరిష్కరించాలి

- జిల్లా కలెక్టర్ కోయ శ్రీ హర్ష

పెద్దపల్లి, డిసెంబర్ 16 (ది క్రైమ్ న్యూస్): ప్రజావాణిలో వచ్చిన వినతులను సత్వరమే పరిష్కరించాలని జిల్లా కలెక్టర్ కోయ శ్రీ హర్ష జిల్లా అధికారులను ఆదేశించారు. సోమవారం ప్రజావాణి కార్యక్రమం సందర్భంగా సమీకృత జిల్లా కలెక్టరేట్ సమావేశ మందిరంలో జిల్లా కలెక్టర్ కోయ శ్రీ హర్ష అదనపు కలెక్టర్ డి.వేణు తో కలిసి ప్రజల దరఖాస్తులు స్వీకరించారు. ఎలిగేడు మండలం లాలపల్లె గ్రామ నివాసి బోగ కనకమ్మ తన భర్త భూమయ్య గ్రామ రెవెన్యూ సహాయకుడిగా ఎలిగేడు మండలంలో పని చేస్తూ డిసెంబర్ 5 2023 నా మరణించాడని, అతని యొక్క గ్రాచ్యుటీ ఇన్సూరెన్స్ ఇంతవరకు రాలేదని దాన్ని త్వరగా చెల్లించేలా చర్యలు తీసుకోవాలని కోరుతూ దరఖాస్తు చేసుకోగా కలెక్టరేట్ పరిపాలన అధికారికి రాస్తూ వెంటనే పరిశీలించి అవసరమైన చర్యలు తీసుకోవాలని కలెక్టర్ తెలిపారు. గోదావరిఖని బాపూజీ నగర్ కు చెందిన బోయిని ఓదెమ్మ తన భర్త జూలై 19, 2023 నాడు మరణించారని, తనకు వితంతు పెన్షన్ మంజూరు చేయాలని కోరుతూ దరఖాస్తు చేసుకోగా జిల్లా గ్రామీణ అభివృద్ధి అధికారికు రాస్తూ అవసరమైన చర్యలు తీసుకోవాలని కలెక్టర్ తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలోజిల్లాఅధికారులు,సంబంధితఅధికారులుతదితరులు పాల్గొన్నారు.

"నిక్షయ్ శివిర్" కార్యక్రమాన్ని పరిశీలించిన డబ్ల్యూహెచ్ఓ అధికారులు

మానకొండూర్ (ది క్రైమ్ న్యూస్): కరీంనగర్ జిల్లా మానకొండూరు మండల కేంద్రంలోని ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రాన్ని డబ్ల్యూహెచ్వో అధికారులు సందర్శించారు. 2025 నాటికి క్షయ(టిబి) వ్యాధి నిర్మూలనే లక్ష్యంగా కేంద్ర ప్రభుత్వం చేపట్టిన "నిక్షయ్ శివిర్" కార్యక్రమంలో భాగంగా డబ్ల్యూహెచ్ఓ కన్సల్టెన్సీ ప్రోగ్రాం అధికారులు వైద్యులు విష్ణు, వైద్యురాలు బ్లేస్సి ఆసుపత్రిలోని టీబీ రికార్డులను పరిశీలించి హర్షం వ్యక్తం చేశారు.కార్యక్రమంలో వైద్యురాలు సౌమ్య వైద్యాధికారి మహమ్మద్ సల్మాన్, ఆరోగ్య కేంద్రం సిహెచ్ఓ రాజు నాయక్ సూపర్వైజర్ జుబీర్,ఎస్ టి ఎస్ సదయ్య పాల్గొన్నారు.

మానకొండూర్ పాఠశాలను సందర్శించిన విద్యాశాఖ రీజనల్ జైంట్ డైరెక్టర్

మానకొండూర్ (ది క్రైమ్ న్యూస్): కరీంనగర్ జిల్లా మానకొండూరు మండలకేంద్రంలోని జిల్లా పరిషత్ బాలుర ఉన్నత పాఠశాలను విద్యాశాఖ రీజనల్ జైంట్ డైరెక్టర్ కె సత్యనారాయణ రెడ్డి సోమవారం ఆకస్మికంగా సందర్శించారు.పదవ తరగతి స్టడీ అవర్స్ ను తనిఖీ చేసి సిలబస్ వివరాలు తెలుసుకుని విద్యార్థుల సామర్థ్యాలను పరిశీలించారు. కార్యక్రమంలో మండల విద్యాశాఖ అధికారి ఎం.మధుసూదనా చారి, ప్రధానోపాధ్యాయులు డి. శ్రీనివాస్, ఉపాధ్యాయులు పాల్గొన్నారు.

జక్కని సంజయ్ దీక్షను విరమింపజేసిన జీవి రామకృష్ణారావు

మానకొండూర్ (ది క్రైమ్ న్యూస్): రానున్న స్థానిక సంస్థల ఎన్నికలలో బీసి లకు 43 శాతం రిజర్వేషన్ అమలు చేయాలనీ డిమాండ్ చేస్తూ హుజూరాబాద్ పట్టణ కేంద్రంలోని అంబేద్కర్ విగ్రహం ముందు బీసి ఆజాది యూత్ ఫెడరేషన్ జాతీయ అధ్యక్షులు జక్కని సంజయ్ చేపట్టిన నిరాహర దీక్షకు బీఆర్ఎస్ పార్టీ కరీంనగర్ జిల్లా అధ్యక్షుడు జివి రామకృష్ణారావు సంఘీభావం తెలిపి అనంతరం దీక్షని విరమింపజేశారు. కార్యక్రమంలో కరీంనగర్ మాజీ మేయర్ సర్దార్ రవీందర్ సింగ్, మాజీ ఎస్సీ కార్పొరేషన్ చైర్మన్ బండ శ్రీనివాస్, బీఆర్ఎస్ నగర అధ్యక్షులు కొలిపాక శ్రీనివాస్, మాజీ జెడ్పిటిసి తాళ్లపల్లి శేఖర్ గౌడ్, బీఆర్ఎస్ రాష్ట్ర నాయకులు మైకేల్ శ్రీను తదితరులు పాల్గొన్నారు.

తెలంగాణ వీరవనిత తెలంగాణ

తల్లి రూపు మార్చడం విడ్డూరం

- తెలంగాణ అస్తిత్వాన్ని దెబ్బతీస్తున్న కాంగ్రెస్ సర్కార్... - పేర్లు..రూపాలను మార్చడంపైనే సీఎం రేవంత్ దృష్టి - రామగిరి గడ్డపైనే త్వరలో తెలంగాణ వీరవనిత విగ్రహం - ఎమ్మెల్సీ కవితక్క చేతుల మీదుగా శంఖుస్థాపనకు ఏర్పాట్లు - మంథని మాజీ ఎమ్మెల్యే పుట్ట మధూకర్

రామగిరి(ది క్రైమ్ న్యూస్)డిసెంబర్ 16: నాలుగు కోట్ల తెలంగాణ ప్రజల ఆకాంక్షతో సాధించుకున్న తెలంగాణ అస్తిత్వాన్ని కాంగ్రెస్ సర్కార్ దెబ్బతీస్తోందని మంథని మాజీ ఎమ్మెల్యే పుట్టమధూకర్ అన్నారు. సోమవారం రామగిరి మండలం సెంటనరీకాలనీలో ఏర్పాటు చేసిన విలేకరుల సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడుతూ మలిదశ ఉద్యమాన్ని ముందుకు నడిపించిన గడ్డ రామగిరి గడ్డ అని, ఇక్కడి తెలంగాణ చౌక్ నుంచే సింగరేణి కార్మికులు ఉద్యమానికి శ్రీకారం చుట్టారని అన్నారు. ఎప్పుడు జేఏసీ పిలుపునిచ్చినా రామగిరి గడ్డ మీదనుంచే ఈ ప్రాంతానికి తెలంగాణ వాదాన్ని వినిపించారని ఆయన అన్నారు. అయితే తెలంగాణ రాష్ట్రంలో అదికారంలోకి వచ్చిన కాంగ్రెస్ పార్టీ ప్రభుత్వం, సీఎం రేవంత్‌రెడ్డి ప్రజా పాలనపై దృష్టి పెట్టకుండా పేర్లు,రూపాలను మార్చడంపైనే దృష్టి కేంద్రీకరిస్తున్నాడని ఆయన విమర్శించారు. ఈనాడు తెలంగాణ వీరవనిత తెలంగాణ తల్లి రూపు మార్చి తెలంగాణ ఆత్మగౌరవాన్ని దెబ్బతీస్తున్నారని అన్నారు. ఆనాడు తెలంగాణ ఉద్యమంలో రూపుదిద్దుతున్న తెలంగాణ తల్లి రూపాన్ని మార్చడం విడ్డూరంగా ఉందని, ఎవరైనా గొప్పగా తయారు చేయాలనే ఆలోచన చేస్తారే కానీ పాత పద్దతి అంటూ తల్లిని కూడా అలాగే చూపించడం సీఎం రేవంత్‌రెడ్డి, కాంగ్రెస్ సర్కార్‌కే సాధ్యమైందన్నారు. ఆనాడు మలిదశ ఉద్యమాన్ని ముందుకు నడిపించిన రామగిరి గడ్డపై తెలంగాణ వీర వనిత విగ్రహా ఆవిష్కరణకు అన్ని ఏర్పాట్లు చేస్తున్నామని, మాజీ ఎంపీ, ఎమ్మెల్సీ కల్వకుంట కవిత చేతుల మీదుగా త్వరలో విగ్రహా ఆవిష్కరణకు

శంఖుస్థాపన చేయనున్నట్లు ఆయన తెలిపారు.కాంగ్రెస్ పార్టీ అధికారంలోకి రానప్పుడు ఒక తీరు, అధికారంలోకి వచ్చిన తర్వాత ఒకతీరుగా వ్యవహరిస్తోందని, సింగరేణి కార్మికులనుసైతం వంచించి మోసం చేసిందన్నారు. సింగరేణి సంస్థను పూర్తిగా నిర్వీర్యం చేసి ముందుకు నడుస్తోందన్నారు. ఒకప్పుడు మంథని ప్రాంతంలో జై తెలంగాణ అనేందుకు భయపడే వాళ్లని, అలాంటి ప్రాంతంలోనే ఆనాడు ఉద్యమ సమయంలో రూపుదిద్దుకున్న తెలంగాణ వీరవనిత, తెలంగాణ తల్లి విగ్రహాన్ని ఆవిష్కరించుకోవడం జరుగుతుందని, ఎమ్మెల్సీ కవితక్క చేతుల మీదుగా విగ్రహ ఏర్పాటుకు శంఖుస్థాపన కార్యక్రమానికి తెలంగాణవాదులు, సింగరేణి కార్మికులు, బీఆర్ఎస్ కార్యకర్తలు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొని విజయవంతం చేయాలని ఆయన కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో మార్కెట్ కమిటీ మాజీ చైర్మన్ పూదరి సత్యనారాయణ,రామగిరి

మండల బిఆర్ఎస్ పార్టీ అధ్యక్షుడు శంకేషి రవీందర్, రైతు సమన్వయ కమిటీ అధ్యక్షుడు మాదరవేణ కుమార్ యాదవ్, సెంటనరీ కాలనీ టౌన్ బీఆర్ఎస్ పార్టీ అధ్యక్షుడు కాపురబోయిన భాస్కర్, రత్నాపూర్ తాజా మాజీ ఎంపీటీసీ ధర్మల రాజసంపత్, బిఆర్ఎస్ పార్టీ నాయకులు గాజుల ప్రసాద్, యాసం తిరుపతి, వేగోలపు మల్లయ్య, రోడ్డ శ్రీనివాస్, దేవ శ్రీనివాస్, మారగోని కుమార్ గౌడ్, టీబీజీకేఎస్ ఫిట్ సెక్రెటరీ మల్లేష్, మహేందర్, పన్నులు తాజా మాజీ ఉపసర్పంచ్ దామెర శ్రీనివాస్, బేగంపేట గ్రామ శాఖ అధ్యక్షుడు లచ్చున్న, రత్తాపూర్ గ్రామ శాఖ అధ్యక్షుడు భద్రపు ప్రశాంత్, బిల్డర్ మట్టరాజు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

బసంత నగర్ లోక్షయ వ్యాధి నిర్మూలన కార్యక్రమంను ఆకస్మికంగా తనిఖీ చేసిన డీసీహెచ్ ఓ డాక్టర్ అన్నా ప్రసన్న కుమారి

పెద్దపల్లి, డిసెంబర్ 16,(ది క్రైమ్ న్యూస్): బసంత నగర్ లోని వడ్డెర కాలనీలో నిర్వహించిననిక్షయ్ శిబిరమును జిల్లా వైద్య ఆరోగ్యశాఖ అధికారి, డా . అన్నా ప్రసన్న కుమారి ఆకస్మికంగా సందర్శించారు. అనంతరం వారు మాట్లాడుతూ క్షయ వ్యాధి నిర్మూలనలో భాగంగా నిర్వహించుచున్న క్షయ వ్యాధి గ్రస్తుల ను గుర్తించుటకు తెమడ పరీక్షలను సేకరించుట, ఎక్స్ రే పరీక్షలు అవసరమైన వారిని పరీక్షకు తరలించుట పై సమీక్షించారు. పూర్వము క్షయ వ్యాధి సోకి తగ్గిన వారు, క్షయ వ్యాధి సోకిన వారి కుటుంబ సభ్యులు, పోషకాహార లోపం గలవారు, మధుమేహం కలవారు, హెచ్ఐవి సోకిన వారు మరియు 60 సంవత్సరముల వయసుపడిన వారందరికి క్షయ వ్యాధి నిర్ధారణ పరీక్షలు చేయించు కోవాలని తెలిపారు.వడ్డెర కాలనీ, బసంత నగర్ లో నిర్వహించిన శిబిరం నందు (37) తెమడ పరీక్షలు , అప్పన్నపేట యందు (19) తెమడ పరీక్షలు సేకరించారు. వీటిని క్షయ వ్యాధి నిర్ధారణ కొరకు టి-హబ్ డయాగ్నోసిస్ కేంద్రముకు పంపించారు . అప్పన్నపేట యందు జరిగిన నిక్షయ్ శిబిరమును టి. బి (పో (గ్రాం అధికారి డాక్టర్ కే. వి . సుధాకర్ రెడ్డి పర్యవేక్షించారు. ఈ కార్యక్రమంలో సంబంధిత అధికారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ప్రజా సమస్యలు పరిష్కరించాలని బీఆర్ఎస్ నాయకుల వినతి..!

రామగిరి(ది క్రైమ్ న్యూస్)డిసెంబర్ 16: కమాన్‌పూర్ మండల కేంద్రంలోని పిల్లిపల్లె కు వెళ్లేదారిలో నూతలగుంట వద్ద గతంలో నిర్మించిన స్మశాన వాటిక నిరుపయోగంగా మారిందని దీనిని వినియోగంలోకి తీసుక వచ్చే విధంగా తగు చర్యలు తీసుకోవాలని కోరుతూ.. సోమవారం ఎంపివో భాస్కర్ కు మండల బీఆర్ఎస్ నాయకులు వినతి పత్రాన్ని అందజేశారు. అక్కడ పందుల నివాస కేంద్రంగా తయారై తీవ్ర దుర్గంధాన్ని వెదజల్లుతుందని పేర్కొన్నారు. ఆ స్మశాన వాటిక అసంపూర్తితో ఉన్న కారణం చేత ప్రజలకు ఉపయోగంలోకి రాకపోవడం వలన అది చెత్తాచెదారంతో మారిందని పేర్కొన్నారు. ఆ ప్రాంతంలో జంతు కళాభారాలను వేయడం వలన ప్రజల ఆరోగ్యానికి తీవ్ర నష్టం వాటిల్లుతుందని, వెంటనే తగు చర్యలను చేపట్టి అక్కడ చెత్తను తొలిగించి పరిశుభ్రత ఉండే విధంగా చర్యలు తీసుకోవాలని కోరారు. ధోబిఘాట్ నిర్మాణం జరిగిన ఉపయోగలోకి లేకపోవడం వలన నిరుపయోగంగా తయారైందని దానిని కూడా ఉపయోగంలోకి తీసుకొచ్చే విధంగా చర్యలు చేపట్టాలని కోరారు. నూతలకుంట మంచినీటి సరస్సుగా నైనా కావాల్సిన ఏర్పాట్లను దాని నిర్వహణకు ప్రత్యేక శ్రద్ధ చొరవ చూపెట్టాల్సిందిగా, వైకుంఠధామం పూర్తిస్థాయిలో పనులను పూర్తి చేసి ప్రజలకు అందుబాటులో తెచ్చే విధంగా చర్యలు చేపట్టాలని ప్రజలకు ఉపయోగపడే కార్యక్రమాల రూపకల్పన వెంటనే చేయాలని విన్నవించారు. ఈ కార్యక్రమంలో బిఆర్ఎస్ పార్టీ మండల కన్వీనర్ తాటికొండ శంకర్, మండల యూత్ అధ్యక్షులు బొమ్మగాని అనిల్ గౌడ్, ఏఎంసీ మాజీ వైస్ చైర్మన్ గుర్రం లక్ష్మీమల్లు, బీఆర్ఎస్ నాయకులు తోట రాజ్ కుమార్ లతో పాటు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

రైళ్లలో ప్రయాణించేటప్పుడు మహిళలకు ఎలాంటి హక్కులు ఉంటాయో తెలుసా?

మీరు భారతీయ రైల్వేలలో ప్రయాణించినప్పుడల్లా మీ హక్కులు, రైల్వే నియమాల గురించి తెలుసుకోవడం చాలా ముఖ్యం. సాధారణ ప్రయాణీకుల కోసం రైల్వే అనేక నిబంధనలను రూపొందించింది. దీంతో ప్రజల రాకపోకలు సులభతరంగా మారాయి. అదేవిధంగా రైల్వే కూడా మహిళల కోసం అనేక నియమాలను రూపొందించింది. ఇందులో మహిళలు ఒంటరిగా ప్రయాణించి టిక్కెట్టు పొందలేకపోతే వారికి ఎలాంటి హక్కులు లభిస్తాయి? వారి కోసం ఎన్నో నిబంధనలు రూపొందించారు. ఇలాంటి హక్కులు సామాన్యులకు అస్సలు తెలియవు. అందువల్ల ఈ నియమాల గురించి తెలుసుకోవడం చాలా ముఖ్యం. రైల్వేలో మహిళా కోటాలో 45 ఏళ్లు పైబడిన మహిళలకు ప్రాధాన్యత ఉంటుంది. దీనితో పాటు 3 సంవత్సరాల వయస్సు ఉన్న పిల్లలు కూడా ఈ మహిళలతో ప్రయాణించవచ్చు. ఆమె మహిళల కోటాలో మాత్రమే ఉంటారు. ఇంతకుముందు స్లీపర్ క్లాస్‌లో మాత్రమే అందుబాటులో ఉండే ఈ సదుపాయం ఇప్పుడు ఏసీలో కూడా అందుబాటులోకి వచ్చింది. రైలులో ప్రయాణించేటప్పుడు మహిళలు ఈ హక్కులు ట్రైన్‌లో రిజర్వేషన్లు లేకుంటే లేదా టిక్కెట్ లేకుండా ప్రయాణిస్తే టీటీఈ మహిళలను రైలు నుంచి దించలేరు. భారతీయ రైల్వే చట్టం ప్రకారం, మహిళ తన రైలు ప్రయాణాన్ని కొన్ని షరతులతో కొనసాగించడానికి అనుమతించబడింది. ఇది కాకుండా, రైలులో ఒక మహిళ ఒంటరిగా ప్రయాణిస్తుంటే, ఆమె టీటీఈతో మాట్లాడి తన సీటును మార్చవచ్చు. రైళ్లలో ఒంటరిగా ప్రయాణించే మహిళలకు హక్కులు ఉన్నాయి. అయితే ఒక మహిళా ప్రయాణికురాలు రైలులో ప్రయాణిస్తుంటే టిక్కెట్టు లేకుంటే, అటువంటి పరిస్థితిలో ఆమెను రైలు బోగీ నుండి బయటకు దించలేరు. %ుజు% తదుపరి స్టేషన్‌లో టికెట్ పొందమని మహిళకు విజ్ఞప్తి చేయవచ్చు. స్త్రీ వద్ద డబ్బు లేకపోతే ఆమెపై ఎలాంటి ఒత్తిడి చేయడానికి వీలు లేదు. ఈ చట్టం 1989లో రూపొందించబడింది. రాష్ట్రపతి నుంచి పోలీస్ మెడల్, ఇండియన్ పోలీస్ అవార్డు పొందిన మహిళలకు ఛార్జీలలో 50 శాతం రాయితీ ఇస్తారు. ఇది కాకుండా యుద్ధంలో వీరమరణం పొందిన సైనికుల భార్యలకు కూడా ఛార్జీలలో రాయితీ లభిస్తుంది. 182 హెల్ప్‌లైన్‌ను ప్రభుత్వం ప్రారంభించింది. ఇందులో మహిళలు భద్రతకు సంబంధించిన ఫిర్యాదులు చేయవచ్చు.

ఖర్చుల అదుపు ఆ వయస్సులో చాలా కీలకం.. డబ్బు నిర్వహణలో కీలక సూచనలు

ప్రస్తుత ప్రపంచంలో డబ్బు అనేది అత్యంత ముఖ్యమైన వనరుల్లో ఒకటిగా ఉంది. అయితే యుక్తవయస్కులకు ఆర్థిక అక్షరాస్యత చాలా అరుదుగా బోధిస్తారు. అందువల్ల చాలా మంది వ్యక్తులు డబ్బు నిర్వహణ గురించి చాలా తక్కువ ఆలోచనతో పెరుగుతారు. పెట్టుబడులు, పొదుపులు, బడ్జెట్ వంటి అంశాలను ఎదుర్కొన్నప్పుడు నిమగ్నమైపోతారు. యుక్తవయసులో మనం నేర్చుకునే విషయాలు జీవితాంతం మనతోనే ఉంటాయి. అందువల్ల యుక్తవయస్కులకు మంచి డబ్బు అలవాట్లను నేర్పించాలని నిపుణులు వివరిస్తున్నారు. పిల్లల మాదిరిగా కాకుండా యువకులు ప్రాథమిక డబ్బు విషయాలను గ్రహించడానికి, డబ్బుకు ప్రాముఖ్యతను అర్థం చేసుకునే మానసిక స్థితితో ఉంటాయి. ఈ నేపథ్యంలో ఆర్థిక భద్రతకు టీనేజర్స్ నిపుణులు ఇచ్చే సూచనలు సలహాలను ఓ సారి తెలుసుకుందాం. పాకెట్ మనీ నెలవారీ లేదా వారానికోసారి పాకెట్ మనీ ఇవ్వడం వల్ల యువకులు తమ డబ్బును నిర్వహించేలా ప్రేరేపిస్తారు. మీ పిల్లలు ఎప్పుడు కావాలంటే అప్పుడు డబ్బు పొందడానికి అనుమతించే బదులు, ఒక సెట్ అలవెన్స్ ఇవ్వడం వల్ల వారి డబ్బును ట్రాక్ చేయడం టీనేజర్లకు నేర్పుతుంది. వారు పొందాలనుకునే దాని కోసం డబ్బును ఆదా చేయడంతో న్యాయపరంగా ఖర్చు చేయడం వంటి నిర్ణయాలు తీసుకునేలా ఇది వారిని ప్రేరేపిస్తుంది. ఆర్థిక విద్య టీనేజర్లకు పొదుపు ఖాతా అంటే ఏంటి? ఫిక్స్‌డ్ డిపాజిట్ అంటే ఏంటి? మ్యూచువల్ ఫండ్స్, డెట్ ఎలా పనిచేస్తుంది? లాంటి ప్రాథమిక అంశాలను నేర్పాలి. వీలైతే మీరు వారి కోసం బ్యాంక్ ఖాతాను కూడా తెరవవచ్చు. తద్వారా వారు బ్యాంకింగ్ వ్యవస్థ గురించి తెలుసుకుంటారు. ఈ విధంగా వారు 'లాభ-నష్టాల' లెక్కలతో పాటు ఆర్థిక నిర్వహణను నేర్చుకుంటారు. పొదుపు ప్రోత్సాహం టీనేజ్‌లో అవసరాలకు అనుగుణంగా ఖర్చు చేయడం అలవాటు చేసుకోవాలి. ముఖ్యంగా వచ్చిన సంపాదనలో కచ్చితంగా పొదుపు చేసేలా వారిని ప్రోత్సహించాలి. టీనేజర్లకు చిన్న పొదుపు లక్ష్యాలను కూడా సెట్ చేయడం ద్వారా లక్ష్యాలను సాధించడానికి వారిని ప్రోత్సహించడానికి రివార్డ్ సిస్టమ్‌ను పరిచయం చేయవచ్చు. ఖర్చులను ట్రాక్ చేయడం ఒకరి ఖర్చులను ట్రాక్ చేయడం వ్యక్తికి వారి ఖర్చు అలవాట్లలో ఒక నమూనాను చూడటానికి సహాయపడుతుంది. వారు ఎలా ఖర్చు చేస్తున్నారో? తెలుసుకోవడం ద్వారా టీనేజ్ వారి ఆర్థిక నిర్ణయాధికారాన్ని బాగా అర్థం చేసుకోవచ్చు. ముఖ్యంగా డబ్బు-ట్రాకింగ్ యాప్‌లను ట్రాక్ చేయవచ్చు. గృహ బడ్జెటింగ్ ఇంటి ఖర్చుల్లో టీనేజర్లను పాల్గొనేలా చేయడం వారికి ఖర్చులపై అవగాహన కల్పించవచ్చు. విద్యుత్, నీరు, బీమా,ఇతర యుటిలిటీ బిల్లుల గురించి తెలియజేయడం వల్ల ఖర్చులపై అవగాహన వస్తుంది. ముఖ్యంగా గృహ అవసరాలకు అనువైన వస్తువుల కొనుగోలు చేసే సమయంలో వారిని మన వెంట తీసుకెళ్లడం ద్వారా ఆర్థిక నిర్వహణపై ఆలోచన ఉంటుంది.

వన్ ప్లస్ నార్డ్ సీఈ4 ఆవిష్కరణకు ముహూర్తం ఖరారు.. ఎప్పుడంటే..?

చైనా టెక్నాలజీ సంస్థ వన్ ప్లస్ తన వన్ ప్లస్ నార్డ్ సీఈ4 ఫోన్‌ను ఏప్రిల్ ఒకటో తేదీన భారత్ మార్కెట్లో ఆవిష్కరించనున్నది. క్వాల్‌కామ్ స్నాప్ డ్రాగన్ 7 జెన్ 3 ప్రాసెసర్ తో పని చేస్తుంది. వన్ ప్లస్ నార్డ్ సీఈ4 ఫోన్ ధర రూ.25 వేలు ఉండొచ్చునని భావిస్తున్నారు. వన్ ప్లస్ నార్డ్ సీఈ4 ఫోన్ 120 హెర్ట్జ్ రీఫ్రెష్ రేటుతో (1440ఐ3168 పిక్సెల్స్ రిజొల్యూషన్) 6.7 అంగుళాల అమోలెడ్ డిస్ ప్లే కలిగి ఉంటుందని భావిస్తున్నారు. రేర్ డ్యుయల్ కెమెరా సెటప్ ఉండవచ్చునని తెలుస్తున్నది. 50-మెగా పిక్సెల్ ప్రైమరీ కెమెరా, 8-మెగా పిక్సెల్ అల్ట్రావైడ్ కెమెరా, సెల్ఫీలూ వీడియో కాల్స్ కోసం 16 మెగా పిక్సెల్ సెన్సర్ కెమెరా ఉంటుంది. బ్లాక్, గ్రీన్ కలర్ ఆప్షన్లలో ఫోన్ లభిస్తుంది. ఆండ్రాయిడ్ 13 బేస్డ్ ఆక్సిజన్ ఓఎస్ ఔటాఫ్ బాక్స్ వర్షన్ పై పని చేస్తుందీ వన్ ప్లస్ నార్డ్ సీఈ4 ఫోన్. 8జీబీ ర్యామ్ తో వస్తున్న ఈ ఫోన్ లో అదనంగా మరో 8 జీబీ ర్యామ్ వర్చువల్‌గా పెంచుకోవచ్చు. ఇన్ బిల్ట్ స్టోరేజీ 256 జీబీగా ఉంటుంది.. మైక్రో ఎస్డీ కార్డు సాయంతో ఒక టిగా బైట్ వరకూ పెంచుకోవచ్చు. 80వాట్ల ఫాస్ట్ చార్జింగ్ మద్దతుతో 5000 ఎంఏహెచ్ కెపాసిటీ గల బ్యాటరీతో వస్తుంది. 5జీ, 4జీ, 3జీ, 2జీ, వై-ఫై, బ్లూటూత్ 5.2, జీపీఎస్, ఎఫ్ఎం రేడియో, యూఎస్బీ టైప్ సీ పోర్ట్ కనెక్టివిటీ కలిగి ఉంటుంది.

కేంద్ర ప్రభుత్వ సంక్షేమ పథకాలను ప్రజల్లోకి తీసుకెళ్లాలి

కెవిఎల్ఎన్ రెడ్డి

ధర్మపురి డిసెంబర్ 16, (ది క్రైమ్ న్యూస్): కేంద్ర ప్రభుత్వ సంక్షేమ పథకాలను ప్రజల్లోకి తీసుకెళ్లాలని కె వి ఏల్ ఎన్ రెడ్డి అన్నారు.ధర్మపురి పట్టణంలోని కర్నె అక్కపెల్లి కళ్యాణ మంటపంలో సోమవారం ఏర్పాటు చేసిన సమావేశంలో అసెంబ్లీ కన్వీనర్, కొత్తపేట తాజామాజీ సర్పంచ్ కొమ్ము రాంబాబు అధ్యక్షతన సమావేశం నిర్వహించడం జరిగింది. ఈ సమావేశానికి బీజేపీ రాష్ట్ర నాయకులు జగిత్యాల జిల్లా బీజేపీ సంస్థాగత ఎన్నికల ఇన్చార్జి కె వి ఎల్ ఎన్ రెడ్డి ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా కె వి ఎల్ ఎన్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ కేంద్ర ప్రభుత్వ సంక్షేమ పథకాలను ప్రజల్లోకి తీసుకు వెళ్లాలని అన్నారు. రైతు, మహిళా, యువత, దళిత ఇలా అన్ని వర్గాల ప్రజ్జలని తెలంగాణలోని కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం మోసం చేసిందని పేర్కొన్నారు. గడిచిన సంవత్సర కాలంగా తెలంగాణ ప్రజలను మోసం చేస్తూ కాలం గడుపుతున్న కాంగ్రెస్ వైఫల్యాలపై ప్రజల్లో చర్చించాలని నాయకుల కు సూచించారు. రాబోయే స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల్లో తెలంగాణలో బీజేపీ జెండా ఎగరవేయటం ఖాయమని అందుకు నిదర్శనంగా ప్రజల్లో మోడీ పాలనపై ఉన్న ప్రగాఢ నమ్మకమే అని ఆయన అన్నారు. ఈ సమావేశంలో జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి రాగిల్ల సత్యనారాయణ, జిల్లా కార్యాలయ కార్యదర్శి జుంబర్తి దివాకర్, జిల్లా కార్యదర్శి పిల్లి శ్రీనివాస్, బిజెవైఎం రాష్ట్ర కార్యదర్శి ఓరగంటి చంద్రశేఖర్, అసెంబ్లీ కో కన్వీనర్ బండారి లక్ష్మణ్, ఓబీసీ మోర్చ జిల్లా కార్యదర్శి ఆకుల శ్రీనివాస్ బిజెవైఎం రాష్ట్ర నాయకులు మంచే రాజేష్, ధర్మపురి పట్టణ అధ్యక్షులు బెజ్జరపు లవన్, మండల అధ్యక్షులు సంగేపూ గంగారాం, వెల్గటూర్ అధ్యక్షులు గోపతి జనార్ధన్, ఎండపెల్లి అధ్యక్షులు రావు హన్మంతు రావు, బుగ్గరం అధ్యక్షులు డివిటి శ్రీధర్, గొల్లపెల్లి అధ్యక్షులు కట్ట మహేష్, పెగడపెల్లి అధ్యక్షులు గంగుల కొమురెల్లి బిజెవైఎం జిల్లా సోషల్ మీడియా ఇన్చార్జి దివిటి శ్రీధర్, మండల ప్రధాన కార్యదర్శి కుమ్మరి తిరుపతి, బిజెవైఎం నాయకులు బాకి రాకేష్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఎమ్మెల్యే కవ్వంపల్లి చేసింది ఇసుక,మట్టి మాఫియా అభివృద్ధి...!

- మాజీ ఎమ్మెల్యే రసమయి బాలకిషన్

మానకొండూర్ (ది క్రైమ్ న్యూస్): కరీంనగర్ జిల్లా మానకొండూరు మండలకేంద్రంలోని బిఆర్ఎస్ పార్టీ కార్యాలయంలో జిల్లా అధ్యక్షుడు జివి రామకృష్ణారావు ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన సమావేశానికి మాజీ ఎమ్మెల్యే రసమయి బాలకిషన్ ముఖ్యఅతిథిగా హాజరై మాట్లాడుతూ ఎమ్మెల్యే కవ్వంపల్లి సత్యనారాయణ విడుదల చేసిన ప్రగతి నివేదికలో నియోజకవర్గానికి 360 కోట్లు లెక్క ఉండగా ఎమ్మెల్యే నిధుల నుండి గాని, ముఖ్యమంత్రి ప్రత్యేక నిధుల నుండి గాని ఖర్చుపెట్టినది ఏదైనా ఉందా అని ప్రశ్నించారు.119 నియోజకవర్గాల్లో గత బిఆర్ఎస్ ప్రభుత్వంలో దరఖాస్తు చేసుకున్న వాటినే లబ్దిదారులకు ఎమ్మెల్యే ఇస్తున్నాడని కొత్తవేమి ఇవ్వట్లేదని, మానకొండూర్ నియోజకవర్గానికి 50 పడకల ఆసుపత్రి,360కోట్లలో 17కోట్ల 50లక్షలు ఎందుకు లేదని అసంపూర్తిగా ఉన్న లక్ష్మీపూర్ ఆరోగ్య కేంద్రం, గన్నేరువరం ఆరోగ్య కేంద్రం, ఇల్లంతకుంట 50 పడకల ఆసుపత్రి ఏమైందని ప్రశ్నించారు. నియోజకవర్గంలో కులసంఘ భవనాలు,మహిళా సంఘ భవనాలు పూర్తి చేసిన దాఖలాలు లేవని,గతంలో నిధులు కేటాయించి పూర్తి చేసిన పనులకు తన పేరు పెట్టుకుంటున్నాడే తప్ప ఎమ్మెల్యే కవ్వంపల్లి చేసిందేమిటో చూపెట్టాలని అన్నారు.ఓట్ల కోసం పద్దతిప్పల ప్రజల సమస్యలు పరిష్కరించడంలో ఎందుకు లేదని,సంవత్సర కాలంలో ఎమ్మెల్యే కవ్వంపల్లి ఇసుక మాఫియా, గుట్టల మాఫియా, వసూళ్ల మాఫియా లాంటి అభివృద్ధి పనులు తప్ప ప్రజలకు చేసింది శూన్యమని ఆరోపించారు.నియోజకవర్గంలో గతంలో వచ్చిన రోడ్లకు రినివల్స్ ను ఆపిండని ఇది ప్రగతి నివేదికలో ఎందుకు చేర్చలేదని, మానేరు ద్వారా లక్ష ఎకరాలు నీరందించేందుకు కాలువలు తీయిస్తే సంకల ఫైలు పెట్టుకుని పైరోకుల కోసం తిరుగుతున్నాడే తప్ప వాటిని పూర్తి చేయించడంలేదని విమర్శించారు. గుండ్లపల్లి నుండి పొత్తూరు వరకు డబుల్ రోడ్డుకు మంజూరైన 72 కోట్ల రూపాయలలో కోటి రూపాయలు ఎవరు మింగారని అది ఎందుకు పూర్తి కావడం లేదని, ఇల్లంతకుంట నుండి సిద్దిపేటకు డబుల్ రోడ్డు ఏమైందని,153 కోట్ల లిఫ్ట్ ఇరిగేషన్ పని ఎందుకు ఆగిందని వీటి గురించి నివేదిక ఎందుకు రాయలేదని బెజ్జంకిలో తాను కష్టపడి తీసుకువచ్చిన రోడ్లను కాన్సిల్ చేయించాడని ఆవేదన చెందారు. శంకరపట్నం, తిమ్మాపూర్, ఇల్లంతకుంట మండలాలలో అరుంధతి కళ్యాణ మండపాలు పూర్తి కాలేదని, ఎన్ఆర్ఐ నిధులు ఎమ్మెల్యే నిధులు కాదని ప్రధానమంత్రి గ్రామీణ సడక్ యోజన నిధులని, నియోజకవర్గంలో 50 శాతం కూడా రుణమాఫీ జరగలేదని జరగకుండా జరిగిందని ఫోజులు కొడుతున్నారని మండిపడ్డారు.ప్రభుత్వం వడ్ల కొనుగోలులో పూర్తిగా విఫలమైందని ఇచ్చిన హామీలు నెరవేర్చేసరికి ఉన్న 4ఏండ్ల కాలం అయిపోయి అబద్దాలతో ప్రజలను మభ్యపెడుతూ ప్రభుత్వాన్ని నడపడం కాంగ్రెస్ కే సాధ్యమని అన్నారు. మానకొండూరు మండలంలో ఇసుక, మట్టి మాఫియాను ఆపాలని,బెజ్జంకి మండలం గుగ్గిల్లలో ఇథనాల్ ఫ్యాక్టరీ అనుమతులను రద్దు చేసి మూయించాలని మాజీ ఎమ్మెల్యే రసమయి బాలకిషన్ డిమాండ్ చేశారు.కార్యక్రమంలో మాజీ జెడ్పిటిసిలు తాళ్లపల్లి శేఖర్ గౌడ్, సిద్ధం వేణు, తిమ్మాపూర్ మాజీ ఎంపీపీ కేతిరెడ్డి వనితా- దేవేందర్ రెడ్డి నాయకులు పిట్టల మదు,సుదగోని సదయ్య గౌడ్,గంట మహిపాల్,నర్సయ,గడ్డం నాగరాజు,గుర్రం కిరణ్,ఎం.డీ గౌస్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సింగరేణి కంపెనీలో పెండింగ్లో ఉన్న విజిలెన్స్ డిపెండెంట్ ఉద్యోగాలు పరిష్కరించాలి

- కేంద్రమంత్రి బొగ్గు గని శాఖ మంత్రి జి కిషన్ రెడ్డి దృష్టికి తీసుకుపోతాం

- రామగిరి మండల బిజెపి అధ్యక్షుడు మొలుమూరి శ్రీనివాస్

రామగిరి(ది క్రైమ్ న్యూస్)డిసెంబర్ 16: గత కొన్ని సంవత్సరాలుగా సింగరేణి కంపెనీలో పెండింగ్లో ఉన్న విజిలెన్స్ కేసులు పరిష్కరించాలని లేనిపక్షంలో కార్మిక కుటుంబ సభ్యులందరిని తీసుకుని కేంద్రమంత్రి బొగ్గు గని శాఖ మంత్రి జి కిషన్ రెడ్డి దృష్టికి తీసుకువెళ్తామని రామగిరి మండల బిజెపి అధ్యక్షుడు మొలుమూరి శ్రీనివాస్ అన్నారు. రామగిరి మండలం సెంటనరి కాలనీలో మండల బిజెపి పార్టీ అధ్యక్షుడు మొలుమూరి శ్రీనివాస్ మాట్లాడుతూ గత కొన్ని సంవత్సరాలుగా సింగరేణిలో పెండింగ్లో ఉన్న విజిలెన్స్ కేసులో పరిష్కరించాలని లేనిపక్షంలో వీరందరిని తీసుకుని కేంద్రమంత్రి దృష్టికి తీసుకువెళ్తామని కొన్ని సంవత్సరాలుగా కార్మిక కుటుంబాలు రోడ్డు మీద పడుతున్న కూడా సింగరేణి కంపెనీ వీరుని పట్టించుకోకపోవడం బాధాకరం గత కొన్ని సంవత్సరాలుగా ఉద్యోగాలు లేక కుటుంబాలు రెక్క ఆడితే కానీ డొక్కాడని పరిస్థితికి వచ్చాయి అయినా కూడా సింగరేణి అధికారులు కార్మికుల గోడు వినడం లేదు కుమారుని కు లేక అల్లుడికో కూతురుకు ఉద్యోగ మిద్దామనుకొని మెడికల్ అన్ ఫిట్ అయిన తర్వాత కారుణ్య నియామకం ద్వారా ఉద్యోగం ఇవ్వమంటే సింగరేణి కంపెనీ మీ పేర్లు తప్పు ఉన్నాయని మీ కులాలు వేరు ఉన్నాయని వారిని ఇబ్బంది చేస్తూ ఉద్యోగం ఇవ్వడం లేదు. లేనిపక్షంలో 25 లక్షల రూపాయలు కూడా ఇవ్వకుండా కార్మిక కుటుంబాలను ఇబ్బందులకు గురిచేస్తున్నాయి. సింగరేణి యాజమాన్యం తెలంగాణ రాష్ట్రం ఏర్పడిన అధికారుల తీరు మారడం లేదు గతంలో ముఖ్యమంత్రి కేసీఆర్ విజిలెన్స్ కేసులు పరిష్కరించాలని చెప్పినా కూడా వాళ్లు మాట వినలేదు. ఇప్పుడు ఉన్న కాంగ్రెస్ పార్టీ ప్రభుత్వం ఐఎన్టియూసి నాయకులు కూడా ఈ యొక్క సమస్యను పరిష్కరించడం లేదని వీరి సమస్యను పరిష్కరించకపోతే విజిలెన్స్ కేసులో ఉన్న కార్మిక కుటుంబ సభ్యులందరిని కేంద్రమంత్రి కిషన్ రెడ్డి దగ్గరకు తీసుకువెళ్లి సమస్య పరిష్కారం అయ్యేలాగా చూస్తాం అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో రామగిరి మండల బిజెపి పార్టీ అధ్యక్షుడు మొలుమూరి శ్రీనివాస్, బిజెపి సీనియర్ నాయకులు మెరుగు శ్రీకాంత్, కందుల రమేష్, అరుణ్ కుమార్ పాల్గొన్నారు.

ఉదయాన్నే పరగడుపున ఈ డ్రింక్ తాగితే అనేక వ్యాధులు పరార్.. అద్భుతమైన హోమ్ రెమిడీస్

ప్రస్తుతం చాలా మందిని అనారోగ్య సమస్యలు వెంటాడుతున్నాయి. మన ఆరోగ్యం మన చేతుల్లోనే ఉంటుంది. కొన్ని హోమ్ రెమిడిస్ పాటించడం వల్ల మంచి ఫలితాలు ఉంటాయి. అయితే ఉదయాన్నే కొన్ని డ్రింక్స్ తాగినట్లయితే శరీరంలోని కొన్ని సమస్యలు తొలగిపోతాయి. అల్లం వల్ల కలిగే ప్రయోజనాల గురించి కొత్తగా చెప్పాల్సిన పనిలేదు. అన్ని వేళలా మందులు తీసుకునే బదులు, మీరు వంటగదిలోని కొన్ని వస్తువులపై ఆధారపడవచ్చు. అటువంటి పదార్థాలలో ఒకటి అల్లం. అల్లం అనేక పోషకాలతో నిండి ఉంటుంది. ఇందులో ప్రొటీన్లు, కార్బోహైడ్రేట్లు, జింక్, కాపర్, మాంగనీస్ పుష్కలంగా ఉన్నాయి. ఇందులో క్రోమియం, విటమిన్ సి, కాల్షియం, ఫాస్పరస్, ఐరన్ కూడా ఉన్నాయి. ఇది బ్యాక్టీరియా, వైరస్‌లతో పోరాడగలదు. మీరు టాన్సిల్ సమస్యలతో బాధపడుతుంటే మీకు అల్లం ఎంతగానో ఉపయోగకరంగా ఉంటుంది. గొంతు నొప్పి నుండి టాన్సిలైటిస్ వరకు అన్నింటి నుండి ఉపశమనాన్ని అందిస్తుంది. అల్లంలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్, యాంటీ బ్యాక్టీరియల్, యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ, యాంటీ క్యాన్సర్ గుణాలు ఉన్నాయి. అలాగే ఇవన్నీ శరీరానికి చాలా ఉపయోగకరంగా ఉంటాయి. అల్లం రసం కూడా బరువు తగ్గడంలో సహాయపడుతుంది. ఖాళీ కడుపుతో అల్లం రసం తాగడం వల్ల కూడా చాలా ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి. అల్లం రసం మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులకు కూడా మేలు చేస్తుంది.ఒక గ్లాసు గోరువెచ్చని నీటిలో ఒక చెంచా అల్లం రసం కలపండి. క్రమం తప్పకుండా తాగాలి. అప్పుడు తేడా మీకే అర్థమవుతుంది. మీరు రోజంతా చాలా ఉల్లాసంగా ఉండగలరు. అయితే మీరు నిద్రలేచి, ఖాళీ కడుపుతో ఈ అల్లం నీటిని తాగితే, మీరు కేవలం కొన్నింటితో బరువు తగ్గవచ్చు. అందుకే ఈరోజు నుండే అలవాటు చేసుకోండి. (నోట్: ఇందులోని అంశాలు కేవలం అవగాహన కోసం మాత్రమే. నిపుణుల సలహాలు, సూచనల మేరకు అందించడం జరిగింది. వీటిని అనుసరించే ముందు వైద్యులను సంప్రదించాలని సూచిస్తున్నాము.

డయాబెటిస్ ఎన్ని రకాలు..

ఎలా సంభవిస్తుంది? నివారణ చర్యలు ఏమిటి?

డయాబెటిస్ చాలా సాధారణ సమస్యగా మారుతోంది. నేడు ప్రతి ఇంట్లో ఒకరు మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులు ఉన్నారు. భారతదేశంలో ఈ సంఖ్య చాలా వేగంగా పెరుగుతోంది. ఇప్పుడు యువత చిన్న వయస్సులోనే ఈ వ్యాధికి గురవుతున్నారు. డయాబెటిస్ అనేది చాలా తీవ్రమైన సమస్య. ఇది శరీరంలో రక్తంలో చక్కెర స్థాయి పెరుగుదల కారణంగా సంభవిస్తుంది. దానిని నియంత్రించకపోతే అది క్రమంగా శరీరంలోని ప్రతి అవయవాన్ని ప్రభావితం చేస్తుంది. ప్రకారం, 2030 నాటికి భారతదేశంలో మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తుల సంఖ్య రెట్టింపు అవుతుంది. మధుమేహం రావడానికి గల కారణాలను, దానిని నివారించే మార్గాలను తెలుసుకుందాం. మధుమేహం అంటే ఏమిటి? శరీరంలో రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయి పెరిగినప్పుడు ఈ సమస్యను డయాబెటిస్ అంటారు. వాస్తవానికి, శరీరంలోని రక్తంలో గ్లూకోజ్‌ను నియంత్రించే పని ఇన్సులిన్ ద్వారా జరుగుతుంది. ఇది ప్యాంక్రియాస్‌లో ఉత్పత్తి అవుతుంది. ప్యాంక్రియాస్‌లో ఇన్సులిన్ ఉత్పత్తి అయిన తర్వాత రక్తంలో ఉండే గ్లూకోజ్‌ను నియంత్రిస్తుంది. కానీ కొన్ని కారణాల వల్ల క్లోమం తగినంత పరిమాణంలో ఇన్సులిన్‌ను ఉత్పత్తి చేయలేకపోయినప్పుడు, శరీరంలో గ్లూకోజ్ స్థాయి పెరిగి మధుమేహం సమస్య ప్రారంభమవుతుంది. మధుమేహం రకాలు మధుమేహం ప్రధానంగా రెండు రకాలుగా విభజించబడింది: టైప్-1, టైప్-2 మధుమేహం. ప్యాంక్రియాస్‌లో ఏదైనా లోపం కారణంగా చిన్నతనం నుండి ఇన్సులిన్ ఉత్పత్తి కానప్పుడు, పిల్లవాడు టైప్-1 డయాబెటిస్‌కు గురవుతాడు. అతని శరీరం ఇన్సులిన్ ఉత్పత్తి చేయలేకపోవటం వలన అతని జీవితాంతం ఇన్సులిన్ ఇవ్వబడుతుంది. టైప్-2 మధుమేహం మన అనారోగ్య జీవనశైలి కారణంగా వయస్సు పెరిగేకొద్దీ వస్తుంది. కానీ ఈ రోజుల్లో యువత అనారోగ్య జీవనశైలి చిన్న వయస్సులోనే టైప్-2 డయాబెటిస్‌కు కారణం అవుతోంది. టైప్ 2 డయాబెటిస్‌కు కారణాలు అనారోగ్య జీవనశైలి ఒత్తిడి బయట జంక్ ఫుడ్ ఎక్కువగా తీసుకోవడం క్రమరహిత జీవనశైలి తక్కువ శారీరక శ్రమ ఊబకాయం మధుమేహం నివారణ జీవనశైలి మెరుగుదల ఆరోగ్యకరమైన, పోషకమైన ఆహారాన్ని తీసుకోవడం ఆహారంలో ఆకుపచ్చని కూరగాయలు, సీజనల్ పండ్లను తీసుకోవడం తగినంత నీరు తాగడం ఒత్తిడిని తగ్గించండి శారీరకంగా చురుకుగా ఉండటం రోజూ అరగంట పాటు వ్యాయామం లేదా వాకింగ్ చేయడం స్థూలకాయాన్ని నియంత్రిస్తుంది కొలెస్ట్రాల్, అధిక రక్తపోటు వంటి వ్యాధులను నివారించడం బయట జంక్, ఫాస్ట్ ఫుడ్ తక్కువగా తినండి

బీర్ తాగితే ఒంటికి చలువ చేస్తుందా..?

కిడ్నీలో రాళ్లు కరుగుతాయా?

ఎండాకాలం వస్తే మద్యం ప్రియులు బీర్లు తెగ సేవిస్తారు. అదెంటి అంటే.. బీర్ తాగితే ఒంటికి చలవు చేస్తుందని చెబుతారు. కానీ ఇది ఎంతమాత్రం కరెక్ట్ కాదంటున్నారు డాక్టర్లు. అందుకు ఎలాంటి శాస్త్రీయమైన ఆధారాలు లేవంటున్నారు. అంతేకాదు బీర్ తాగితే గుండెకు మంచిదనే ప్రచారాన్ని కూడా కొట్టి పారేస్తున్నారు. ఇక కొందరు బీర్ తాగడం వల్ల కిడ్నీల్లో రాళ్లు తగ్గుతాయని చాలామంది నమ్ముతారు. ఇది నిజం కాదని నెఫ్రోలాజిస్ట్‌లు నొక్కి చెబుతున్నారు. అయితే బీర్ తాగేవారు లావు అవుతారు అనడంలో కొంతమేర వాస్తవం ఉంది. అయితే బరువు పెరిగేందుకు ఇది మంచి పద్ధతి కాదు. ఒక గ్రాము ఆల్కాహాల్ సేవిస్తే 7 కేలరీలు శరీరానికి అందుతాయి. ఈ క్రమంలో బీర్ అధికంగా సేవిస్తే బరువు పెరుగుతారు. ఇక బీర్‌ను తలకు పట్టిస్తే.. షాంపులా వాడితే జుట్టు పెరుగుతుందన్నది మరికొందరి వాదన. జుట్టు కుదుళ్ల నుంచే బలంగా ఉండాలి. జుట్టుకు ఏదైనా రాసుకుంటే పెరుగుతుందనే దాన్ని సైన్స్ విశ్వసించదు అంటున్నారు డాక్టర్లు. ఆల్కాహాల్ కొద్ది మొత్తంలో తీసుకుంటే మంచిదని గతంలో పరిశోధనల్లో తేలింది. అయితే వరల్డ్ హెల్త్ ఆర్గనైజేషన్.. జనవరిలో విడుదల చేసిన రిపోర్ట్ ప్రకారం.. ఎంత మొత్తంలో ఆల్కాహాల్ తీసుకున్నా కూడా అది ఆరోగ్యానికి చేటే అని వెల్లడించింది. ఆల్కాహాల్ సేవనం పలు రకాల క్యాన్సర్లకు కారణం అవుతుంది. అయితే బీర్ కాకుండా ఇతర రకాల ఆల్కాహాల్ తీసుకునే వారికి లివర్ 5 ఏళ్లలో దెబ్బతింటే, బీర్ తాగే వారికి 10 సంవత్సరాల్లో దెబ్బతింటుందని కొందరు డాక్టర్స్ చెబుతున్నారు.

జిల్లాలోని హాస్టల్స్ మరమ్మత్తు పనులు చేపట్టి 2 నెలలో పూర్తి చేయాలి

- పంచాయతీరాజ్ ఇంజనీరింగ్ పై సమీక్ష నిర్వహించిన జిల్లా కలెక్టర్ కోయ శ్రీ హర్ష

పెద్దపల్లి, డిసెంబర్-16 (ది క్రైమ్ న్యూస్): జిల్లాలో ఉన్న ఎస్సీ, బీసీ సంక్షేమ వసతి గృహాల వద్ద ప్రతిపాదించిన మరమ్మత్తు పనులు 2 నెలలలో పూర్తి చేయాలని జిల్లా కలెక్టర్ కోయ శ్రీ హర్ష అన్నారు. సోమవారం పంచాయతీరాజ్ ఇంజినీరింగ్ పై జిల్లా కలెక్టర్ కోయ శ్రీ హర్ష సమీక్ష నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ కోయ శ్రీ హర్ష మాట్లాడుతూ, జిల్లాలో ఉన్న 13 బీసి, 15 ఎస్సీ సంక్షేమ వసతి గృహాల్లో అవసరమైన మరమ్మత్తు పనులు, మౌలిక వసతుల కల్పన ప్రతిపాదనలు పరిశీలించి అవసరమైన నిధులు మంజూరు చేస్తామని వెంటనే పనులు చేపట్టి రెండు నెలల వ్యవధిలో పూర్తి చేయాలని సంబంధిత ఇంజనీరింగ్ అధికారులను ఆదేశించారు. జిల్లాలోని ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో పెండింగ్ ఉన్న కాంపౌండ్ వాల్, ఇతర చిన్న చిన్న పనుల ప్రతిపాదనల పై చర్చించిన కలెక్టర్ నిధులు మంజూరు చేస్తామని,

పనులు సకాలంలో పూర్తయ్యేలా చూడాలని అధికారులకు తెలిపారు. గ్రామీణ పంచాయతీ రాజ్ విభాగానికి సంబంధించి పురోగతి ఉన్న పనులు త్వరగా పూర్తి చేసి ప్రజలకు అందుబాటులోకి తీసుకొని రావాలని అన్నారు. ఈ సమావేశంలో జిల్లా బిసి అభివృద్ధి అధికారి రంగారెడ్డి, ఈఈ పంచాయతీరాజ్ గిరీష్ బాబు, జిల్లా ముఖ్య ప్రణాళిక అధికారి రవీందర్, జడ్పి సీఈఓ నరేందర్, సంబంధిత అధికారులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సమిష్టి కృషితో నాణ్యత, ఉత్పత్తి, ఉత్పాదకత పెంచుదాం

- పని గంటలు పెంచుతూ నిర్దేశించిన లక్ష్యాలను సాధించాలి
- అడ్రియాల ప్రాజెక్ట్ ఏరియా జనరల్ మేనేజర్ కొప్పుల వేంకటేశ్వర్లు

రామగిరి(ది క్రైమ్ న్యూస్)డిసెంబర్ 16: పని గంటలు పెంచుతూ నిర్దేశించిన లక్ష్యాలను సాధించాలని అడ్రియాల ప్రాజెక్ట్ ఏరియా జనరల్ మేనేజర్ కొప్పుల వేంకటేశ్వర్లు అన్నారు. సింగరేణి వ్యాప్తంగా నిర్వహిస్తునటువంటి మల్టీ డిపార్ట్మెంటల్ సమావేశాలలో భాగంగా అడ్రియాల లాంగ్ వాల్ గని నందు సోమవారం నిర్వహించిన అవగాహణ కార్యక్రమాన్ని అడ్రియాల ప్రాజెక్ట్ ఏరియా జనరల్ మేనేజర్ కొప్పుల వేంకటేశ్వర్లు ముఖ్యఅతిథిగా పాల్గొని ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ ఈ ఆర్థిక సంవత్సరానికి నిర్దేశించుకున్న 72 మిలియన్ టన్నుల బొగ్గు ఉత్పత్తి లక్ష్యాలను అధిగమించడానికి, పని గంటలు పెంచుతూ భద్రతతో కూడిన ఉత్పత్తిని సాధించాలని అన్నారు. ఉత్పత్తి వ్యయాన్ని తగ్గించుకోవాల్సిన బాధ్యత అందరి పైన ఉందని, కావున ఎవరి స్థాయిలో వారు సాధ్యమైనంత వరకు వ్యయాన్ని తగ్గించుకోవాలని కోరారు. అంతే కాకుండా నాణ్యత ప్రమాణాలు తప్పనిసరిగా పాటిస్తూ, అంకిత భావంతో పని చేయాలని అన్నారు. భద్రత పట్ల అశ్రద్ధ వహించకుండా అధికారులు, సూపర్వైజర్లు సంబంధిత ఉద్యోగులకు భద్రతపై అవగాహన కల్పించాలని సూచించారు. ప్రతి ఉద్యోగి సక్రమంగా పని చేస్తూ వ్యక్తిగతంగా అభివృద్ధి చెందుతూ, సంస్థ అభివృద్ధికి తోడ్పడాలన్నారు. ఏ ఇతర ప్రభుత్వ సంస్థలో లేని విధంగా సింగరేణి సంస్థలో ఉద్యోగుల కోసం అనేక సంక్షేమ కార్యక్రమాలు నిర్వహించడం జరుగుతుందని, కావున ఉద్యోగులందరూ దీనిని గమనించి, సమిష్టి కృషితో నాణ్యత,

ఉత్పత్తి, ఉత్పాదకత పెంచుతూ సంస్థను మరింత ముందుకు తీసుకువెళ్లాలని కోరారు. ఈ సమావేశంలో భాగంగా నిర్దేశించిన లక్ష్యాలను అధిగమించడానికి రూపొందించిన ప్రణాళికల గురించి సంబంధిత అధికారులు పవర్ పాయింట్ ప్రజెంటేషన్ ద్వారా అవగాహన కల్పించారు. దీనిలో భాగంగా సంస్థ అభివృద్ధికి సంబంధించి పలువురు ఉద్యోగులు ఇచ్చినటువంటి సలహాలు, సూచనలను సంబంధిత అధికారులు స్వీకరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ప్రాజెక్ట్ ఆఫీసర్ కోలిపాక నాగేశ్వరరావు, ఎస్వోటుజియం బండి సత్యనారాయణ, ఫైనాన్స్ ఎజియం పి.శ్రీనివాసులు, ఐఈ డిజియం కె.చంద్రశేఖర్, ఇంచార్జ్ పర్సనల్ విభాగాధిపతి గుర్రం శ్రీహరి, ఇంచార్జ్

మేనేజర్ యం.రమేష్, సీనియర్ పి.ఓ మతీన్ హుస్సేన్, అధికారులు ఎల్.రవిచంద్ర, విక్రమ్, పిట్ సెక్రెటరిలు గంగాధర్, కొమురయ్య, ఇతర అధికారులు, కార్మిక సంఘాల నాయకులు, ఉద్యోగులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఒరిస్సా కార్మికులకు పాత బట్టల పంపిణీ

పెద్దపల్లి ప్రతినిధి (ది క్రైమ్ న్యూస్): పెద్దపల్లి మండలం రాఘవపూర్ గ్రామంలోని ఎల్ ఎం ఎన్ ఇటుక బట్టీలలో పనిచేస్తున్న ఒరిస్సా కార్మికులకు, పిల్లలకు టిఆర్ఎస్ పెద్దపల్లి పట్టణ అధ్యక్షులు ఉప్పు రాజకుమార్ పాత బట్టలను అందజేశారు, నిత్యం మన ఇళ్లలో ఆన్లైన్లో ఎన్నో డబ్బులు వేచించి బట్టలు తీసుకోవడం జరుగుతుంది, కానీ ఒకానొక సందర్భంలో పార్టీ సైజులు మనకన్నా చిన్నగా గాని పెద్దగా గాని రావచ్చు, అలాంటివి మరియు నిత్యం మన పిల్లలకు గానీ మన కుటుంబ సభ్యులకు గానీ వేసే బట్టలు చిన్నగా అయినవి ఉంటుంటాయి వాటిని ఇటికబట్టిలలో ఒడిస్సా కార్మికులు, వారి పిల్లలు నివసిస్తూ ఉంటారు కాబట్టి వారికి డొనేట్ చేయడం చాలా మంచిదని అన్నారు. ఈ సందర్భంగా టిఆర్ఎస్ పట్టణ అధ్యక్షులు ఉప్పు రాజ్ కుమార్ మాట్లాడుతూ ఈరోజు ఎల్ఎంఎన్ ఇతికబట్టిలలో బట్టలు డొనేట్ చేయడం చాలా ఆనందంగా ఉందని మీరు కూడా మీ ఇళ్లలో సైదులు మీకు సరిపోకుండా పక్కకు పడేస్తూ ఉంటారు అలా పడేయకుండా ఇలాంటి ఒడిస్సా కార్మికులకు డొనేట్ చేయడం చాలా

బాగుంటుందని చాలా ఆనందాన్ని ఇస్తుందని అన్నారు, పెద్దపల్లి మండలంలో గాని పట్టణంలో గాని ఎవరైనా దాతలు ఉండుంటే వారు కూడా ఇళ్లలో పక్కన పడేసిన బట్టలు ఇలాంటి కార్మికులకు ఇవ్వాలని ఎందుకంటే వారు మనం వాడిన బట్టలు కూడా ఇస్తుంటే వారు వేసుకొని చాలా ఆనందిస్తున్నారని, ఎవరి ఇండ్ల వద్దన్నా బాగున్న బట్టలు ఉంటే ఒడిస్సా కార్మికులకు మరియు వారి పిల్లలకు ఇవ్వాలని లేదంటే మమ్మల్ని సంప్రదించిన మేము తీసుకెళ్లి వారికి అందజేయడం జరుగుతుందని అన్నారు, ఎవరైనా ఇంటివద్ద బట్టలు ఉండి ఉంటే మమ్ములను సంప్రదించాలని కోరారు.

మధుమేహం ఉన్నవారికి ఏ పిండి రొట్టె షుగర్ లెవల్స్ పెంచదు!

బ్రెడ్, పిజ్జా, బర్గర్, పాస్తా వంటి ఆహారాలు చాలా మందికి ఇష్టం. అయితే అవి ఆరోగ్యానికి ఏమాత్రం మంచిది కాదు. బ్రెడ్ నుండి పాస్తా వరకు ఈ రకమైన ఆహారాలు పిండితో తయారు అవుతాయి. అయితే పిండి శరీరానికి ప్రమాదం కలిగించేది. పిండితో చేసిన ఆహారాన్ని తినడం వల్ల బరువు పెరుగుతారు. ఊబకాయం వచ్చే ప్రమాదం ఏర్పడుతుంది. ఇది టైప్-2 మధుమేహం, అధిక రక్తపోటు, హృదయ సంబంధ వ్యాధుల ప్రమాదాన్ని కూడా పెంచుతుంది. అందుకే పిండితో చేసిన బ్రెడ్‌కు కూడా దూరంగా ఉండాలి. డయాబెటిస్‌లో పిండితో చేసిన ఆహారాలు అస్సలు పని చేయవు. మీరు పిండికి బదులుగా రొట్టె చేయడానికి ఎలాంటి పిండిని ఉపయోగిస్తారు? మీరు గోధుమ పిండి లేదా సాదా పిండి బ్రెడ్ తినవచ్చు. ఇందులో ఫైబర్ పుష్కలంగా ఉంటుంది. అంతే కాకుండా ఇంకా ఎలాంటి పిండిని తినవచ్చో తెలుసుకుందాం. రాగుల పిండిలో ఫైబర్ పుష్కలంగా ఉంటుంది. ఈ ఫైబర్ పేగు ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుతుంది. మధుమేహం, కొలెస్ట్రాల్, ఊబకాయంతో బాధపడేవారు రాగుల పిండిని ఉపయోగించవచ్చు. గ్యాస్, అజీర్ణ సమస్యల నుండి విముక్తి పొందడానికి జొన్న పిండిని ఉపయోగించండి. మీరు గ్లూటెన్ రహిత ఆహారం కోసం చూస్తున్నట్లయితే, మీరు జొన్న పిండితో చేసిన రొట్టెని ప్రయత్నించవచ్చు. ఇది గ్యాస్, గుండెల్లో మంట, మలబద్ధకం వంటి సమస్యల నుండి ఉపశమనం కలిగిస్తుంది. మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులు ఓట్స్‌తో చేసిన పిండిని తినవచ్చు. ఈ మిల్లెట్ లాంటి తృణధాన్యాల పిండితో చేసిన రొట్టెలు పిండి ఆధారిత ఆహారాల కంటే చాలా ఆరోగ్యకరమైనవి. అవి రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు పెరగవు. గరం పిండి, జొన్నలు, రాగుల పిండి వంటివి మార్కెట్‌లో సులభంగా దొరుకుతాయి. మీరు కొబ్బరి పిండిని కూడా ఉపయోగించవచ్చు. డయాబెటిక్ రోగులకు కొబ్బరి పిండి మేలు చేస్తుంది. కొబ్బరి పిండితో కుకీలు, లడ్డూలు, రొట్టెలు చేస్తే మంచిది. బాదం పిండిని ఇతర పిండి కంటే ఎక్కువ ధరకు విక్రయిస్తున్నారు. బాదం పిండిలో అధిక ప్రోటీన్, ఫైబర్, ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు ఉంటాయి. మీరు కేకులు, మఫిన్లు చేయడానికి బాదం పిండిని ఉపయోగించవచ్చు. ఈ పిండితో చేసిన ఆహారాన్ని తింటే రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు పెరగవు. (ఇందులోని అంశాలు కేవలం అవగాహన కోసం మాత్రమే. నిపుణుల సలహాలు, సూచనల మేరకు అందిస్తున్నాము. వీటిని అనుసరించే ముందు నిపుణులను సంప్రదించండి.

పాదాల్లో కనిపించే ఈ లక్షణాలు.. గుండెపోటుకు సంకేతం కావొచ్చు..

ఇటీవల గుండె సంబంధిత వ్యాధులతో బాధపడుతోన్న వారి సంఖ్య రోజురోజుకీ పెరుగుతోంది. చిన్న వయసు వారు కూడా గుండె పోటుకు గురికావడం అందరినీ కలవరపెడుతోంది. అయితే గుండె జబ్బులను త్వరగా గుర్తించి, చికిత్స అందిస్తే ప్రాణాలను కాపాడుకోవచ్చని నిపుణులు సూచిస్తుంటారు. పలు రకాల లక్షణాల ఆధారంగా గుండెపోటును ముందుగానే గుర్తించవచ్చని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఇలాంటి ఓ లక్షణం గురించి ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.. శరీరంలో కొలెస్ట్రాల్ పెరగడం వల్ల గుండె సంబంధిత వ్యాధులు వస్తాయని ప్రత్యేకంగా చెప్పాల్సిన పనిలేదు. ఎలివేటెడ్ కొలెస్ట్రాల్, కాళ్ల వాపు గుండె జబ్బుకు ప్రాథమిక సంకేతాలుగా నిపుణులు చెబుతున్నారు. కాళ్లలో వాపు గుండె వైఫల్యానికి సంకేతంగా నిపుణులు చెబుతున్నారు. రక్తప్రసరణలో సమస్యలు కూడా గుండె వైఫల్యానికి కారణమ తెలిసిందే. రక్త ప్రసరణలో సమస్య ఉంటే.. పాదాలలో నీరు నిండుతుంది. దీంతో ఇది పాదం వాపునకు దారి తీస్తుంది. అందుకే కాళ్లలో వాపు గుండె జబ్బుకు ప్రాథమిక సంకేతంగా చెబుతుంటారు. అందుకే కాళ్లు వాపునకు గురైతే ఎట్టి పరిస్థితుల్లో లైట్ తీసుకోకూడదని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఎందుకంటే ఇది అనేక తీవ్రమైన అనారోగ్య సమస్యలకు దారి తీస్తుందని చెబుతున్నారు. పాదాలు, చీలమండలు, పొత్తికడుపు వాపు గుండె సంబంధిత వ్యాధుల ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది. కాళ్లు, పాదాలలో వాపును పెరిఫెరల్ ఎడెమా అంటారు. దీంతో కాళ్లు బరువుగా ఉంటాయి. చర్మంలో కూడా వాపు లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. బూట్లు ధరించడంలో ఇబ్బంది ఉంటుంది. అలాగే వాపు కూడా పాదాలు వేడిగా, గట్టిగా మారడానికి కారణమవుతుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఈ చిట్కాలు పాటించాలి..చెడు కొలెస్ట్రాల్ పెరుగుదల గుండె సంబంధిత వ్యాధులకు దారితీస్తుందని తెలిసిందే. అలాంటి పరిస్థితిలో, తీసుకునే ఆహారంలో మార్పులు చేసుకోవాలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. ఆయిల్ ఫుడ్‌ను వీలైనంత వరకు తగ్గించాలి. ప్రతీ రోజూ కచ్చితంగా వ్యాయామం చేయడాన్ని అలవాటుగా మార్చుకోవాలి. తీసుకునే ఆహారంలో ఉప్పును పూర్తిగా తగ్గించాలి. శరీరంలో సోడియం పరిమాణం పెరిగితే అది వాపునకు దారి తీస్తుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఇలాంటి పరిస్థితిల్లో సమయాన్ని వృథా చేయకుండా వైద్యుడిని సంప్రదించాలని సూచిస్తున్నారు.

జున్ను తింటే ఆ వ్యాధులన్నీ మటాష్.. పరిశోధనల్లో వెల్లడి

శాఖాహారంలో అత్యధిక పోషకాలు ఉండే వాటిల్లో జున్ను ఒకటి. పాలతో తయారుచేసే జున్నులోనో పోషకాలు చేపలు, మాంసంతో సమానంగా ఉంటాయి. అందుకే జున్నును ప్రోటీన్ 'పవర్‌హౌస్'గా పరిగణిస్తారు. అమెరికన్ ఫుడ్ డేటా సెంటర్ ప్రకారం.. 100 గ్రాముల చీజ్‌లో 21.43 గ్రాముల ప్రోటీన్ ఉంటుంది. ఇందులో విటమిన్ ఎ, కాల్షియం కూడా పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఆరోగ్య నిపుణుల అభిప్రాయం ప్రకారం.. జున్ను తినడం వల్ల శరీరంలోని అనేక వ్యాధులు నయం అవుతాయట. అనేక వ్యాధులకు చీజ్ ఔషధంలా పని చేస్తుందని చెబుతున్నారు.లో ప్రచురించిన యూనివర్శిటీ హాస్పిటల్‌లోని పరిశోధకుల అధ్యయనం.. క్వాషియోర్కర్ వ్యాధికి ప్రోటీన్ లోపంగా కారణంగా పేర్కొంది. ఈ వ్యాధి కారణంగా శరీరం బక్కచిక్కిపోతుంది. ఇది అధిక బలహీనత, అలసట కలిగిస్తుంది. రోగి ఇటువంటి స్థితిలో జున్ను తింటే, త్వరగా కోలుకుంటాడని నిపుణులు అంటున్నారు. ఈ రోజుల్లో అధిక మంది ఫ్యాటీ లివర్‌తో బాధపడుతున్నారు. కాలేయ కణాలలో కొవ్వు పేరుకుపోవడం వల్ల ఈ సమస్య తలెత్తుతుంది. ఇది శరీరంలో ప్రోటీన్ లేకపోవడం వల్ల సంభవిస్తుంది. కాబట్టి ప్రోటీన్ లోపాన్ని అధిగమించడానికి జున్ను తినవచ్చు. ప్రోటీన్ లోపం వల్ల ఎముకల బలం తగ్గుతుంది. ఇది బోలు ఎముకల వ్యాధి ప్రమాదానికి దారితీస్తుంది. ఆ తర్వాత క్రమంగా పగుళ్లకు దారితీస్తుంది. జున్నులో ప్రోటీన్, కాల్షియం పుష్కలంగా ఉంటుంది. అందుకే ఇన్ని ప్రయోనాలు ఉన్న జున్నును ఆహారంలో చేర్చుకోవాలంటున్నారు నిపుణులు.

వ్యాపారం

మీ హెూమ్‌లోన్ ఈఎంఐని తగ్గించుకోవడానికి ఐదు మార్గాలు

రెపో రేటును స్థిరంగా ఉంచడం ద్వారా భారతీయ రిజర్వ్ బ్యాంక్ రుణగ్రహీతలకు ఊరటనిచ్చింది. చాలా మంది గృహ రుణ గ్రహీతలు లలో కొంత ఉపశమనం పొందుతారని ఆశించారు. ఆర్బీఐ మీ తగ్గించకపోయినా, మీరు ఈ 5 చిట్కాల సహాయంతో మీ వాయిదాలను తగ్గించుకోవచ్చు. రిజర్వ్ బ్యాంక్ ఆఫ్ ఇండియా వరుసగా 7వ సారి రెపో రేటును 6.50 శాతం వద్ద స్థిరంగా ఉంచింది. బ్యాంకులు ఆర్‌బిఐ రెపో రేటు ఆధారంగా గృహ రుణాలు, కారు రుణాలు, వ్యక్తిగత రుణాలపై వడ్డీ రేట్లను నిర్ణయిస్తాయి. హెూమ్ లోన్ తగ్గించడానికి చిట్కాలు: మీకు మంచి సిబిల్ స్కోర్ ఉంటే, మీరు మీ బ్యాంక్ నుండి గృహ రుణంపై తక్కువ వడ్డీ రేటును పొందవచ్చు. మీ సిబిల్ స్కోర్ కాలక్రమేణా మెరుగుపడుతున్నప్పటికీ, హెూమ్ లోన్‌పై వడ్డీని తగ్గించడానికి మీరు మీ బ్యాంక్‌తో చర్చలు జరపవచ్చు. మీ రుణంపై వడ్డీని తగ్గించడానికి తరచుగా బ్యాంక్ మేనేజర్‌కు తగినంత మార్జిన్ ఉంటుంది. గృహ రుణ ఈఎంఐలను తగ్గించడానికి ఒక మార్గం ఫ్లోటింగ్ వడ్డీ రేటుకు మారడం. రిజర్వ్ బ్యాంక్ ఆఫ్ ఇండియా తన రెపో రేటును తగ్గించిన తర్వాత మీ కూడా తదనుగుణంగా తగ్గుతుంది. మీరు మీ నెలవారీ తగ్గించుకోవాలనుకుంటే, మీరు మీ లోన్ కాలపరిమితిని పొడిగించవచ్చు. ఇది మీ నెలవారీ హెూమ్ లోన్ తగ్గిస్తుంది. హెూమ్ లోన్ ఈఎంఐని తగ్గించడానికి మరొక మార్గం మీ లోన్‌ని మరొక బ్యాంకుకు పోర్ట్ చేయడం. ఇది మీ నెలవారీ ఈఎంఐని తగ్గించడంలో మీకు సహాయపడుతుంది. రుణాన్ని పోర్ట్ చేయడంపై, కొత్త బ్యాంక్ తరచుగా తన కస్టమర్లకు తక్కువ వడ్డీ రేట్లను అందిస్తుంది. మీ హెూమ్ లోన్ ఈఎంఐని తగ్గించుకోవడానికి మీరు ప్రతి సంవత్సరం ఒకటి నుండి రెండు అదనపు ఈఎంఐలను చెల్లించవచ్చు. దీని వల్ల రెండు ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి. ఒకటి మీ లోన్ కాలపరిమితి తగ్గుతుంది. రెండవది మీ ఈఎంఐ కూడా తగ్గుతుంది.

రికార్డ్ బద్దలు కొడుతున్న బంగారం, వెండి ధరలు

చైనా నుండి పెరుగుతున్న డిమాండ్ కారణంగా వెండి ప్రపంచంలోని అన్ని లోహాలకు రెక్కలొస్తున్నాయి.ఆదాయాన్ని ఆర్జించే శక్తి బంగారంలోనే కాదు వెండికి కూడా ఉందనే అభిప్రాయం కూడా వ్యక్తమైంది. శనివారం వెండిపై ఏకంగా రూ.1800 వరకు పెరిగి ప్రస్తుత ధర రూ.83,500లకు చేరుకుంది. ఏప్రిల్ నెలలో వెండి ధర దాదాపు 8 శాతం పెరిగింది అంటే దాదాపు రూ.6000 పెరిగింది. మరోవైపు, బంగారం గురించి మాట్లాడితే, ఫ్యూచర్స్ మార్కెట్‌లో ధరలు రూ.70 వేలకు చేరుకున్న తర్వాత కూడా, 4 శాతానికి పైగా పెరుగుదల కనిపించింది. నిపుణుల అభిప్రాయం ప్రకారం, చైనాలో మెరుగైన తయారీ గణాంకాల కారణంగా, వెండికి డిమాండ్ పెరిగింది. అదే సమయంలో, ఇతర మూల లోహాలకు డిమాండ్ పెరగడంతో, ధరలు పెరిగాయి. వెండి ధరలు ఏ స్థాయికి చేరుకున్నాయో తెలుసుకుందాం. రికార్డు స్థాయిలో వెండి ధరలు: దేశంలోని ఫ్యూచర్స్ మార్కెట్‌లో వెండి ధరలో భారీ పెరుగుదల కనిపించింది. ధరలు తారా స్థాయికి చేరుకున్నాయి. ఎంసీఎక్స్ డేటా ప్రకారం.. రానున్న రోజుల్లో వెండి ధర మరింత పెరిగే అవకాశం ఉంది. ఎంత పెరిగింది గత వారం ఒక నెల గురించి మాట్లాడుకుంటే దాదాపు 8 శాతం వృద్ధి కనిపించింది. అంటే ఏప్రిల్ నెలలో వెండి ధర రూ.5,982 పెరిగింది. మరోవైపు, గత నెలలో వెండి ధర 9 శాతానికి పైగా పెరిగింది. అంటే ఒక నెలలో వెండి ధరలో రూ.6,892 పెరుగుదల కనిపించింది. గతేడాది చివరి ట్రేడింగ్ రోజున వెండి ధర రూ.75,500గా ఉంది. ఇందులో ఇప్పటి వరకు రూ.దాదాపు రూ.6000 వరకు పెరుగుదల కనిపించింది. అంటే ప్రస్తుత సంవత్సరంలో వెండి పెట్టుబడిదారులకు 7.32 శాతం ఆర్జించింది. రికార్డు స్థాయిలో బంగారం ధరలు ఇక బంగారం విషయానికొస్తే.. ఏప్రిల్‌లో తొలిసారిగా రూ.70 వేలు దాటింది. శనివారం మధ్యాహ్నం 2 గంటల సమయానికి 10 గ్రాముల బంగారంపై 1300 వరకు ఎగబాకిందంటే ధర ఏ మేరకు పెరుగుతుందో అర్థం చేసుకోవచ్చు. బంగారం ధర రూ.71,290కి చేరుకుంది. ఇక నిన్న మార్కెట్ ముగిసిన తర్వాత పది గ్రాముల బంగారం ధర రూ.70,636గా నమోదైంది. ఒక రోజు క్రితం బంగారం ధర పడిపోయి రూ.69,297 వద్ద ప్రారంభమైంది. భౌగోళిక రాజకీయ ఉద్రిక్తత కారణంగా బంగారం ధర పెరుగుదల కనిపిస్తోంది. రానున్న రోజుల్లో బంగారం ధర కూడా రూ.72 వేల స్థాయిని దాటే అవకాశం ఉంది. బంగారం ఎంత సంపాదించింది? ప్రస్తుత సంవత్సరంలో బంగారం వెండి కంటే ఎక్కువ సంపాదించింది. ఈ సమయంలో బంగారం ధరలో రూ.6673 పెరుగుదల కనిపించింది. అంటే ఇన్వెస్టర్లు బంగారంలో 10 శాతానికి పైగా పెరుగుదల కనిపించింది. గత నెల రోజులుగా మనం మాట్లాడుకుంటే, ఈ కాలంలో బంగారం ధర రూ.5,059 పెరిగింది. అంటే బంగారం పెట్టుబడిదారులకు 7.70 శాతం లాభాన్ని అందించింది. మరోవైపు, గత వారం లేదా ఏప్రిల్ నెలలో, బంగారం వెండి కంటే తక్కువ సంపాదించింది. ఏప్రిల్ నెలలో బంగారం ధర రూ.2,998 పెరిగింది. అంటే ఈ కాలంలో బంగారం పెట్టుబడిదారులకు 4.43 శాతం ఆదాయాన్ని ఇచ్చింది. చైనా తయారీ రంగం మెరుగుపడిందని హెచ్‌డిఎఫ్‌సి కమోడిటీ అండ్ కరెన్సీ హెడ్ అనూజ్ గుప్తా అన్నారు. దీంతో మూల లోహాల ధరల్లో పెరుగుదల కనిపిస్తోంది. స్పాట్ సిల్వర్‌లో కనిపించిన పెరుగుదల సిల్వర్ ఫ్యూచర్లలో అంతగా లేదు. మరోవైపు, రాగి, ఇతర మూల లోహాలలో కూడా పెరుగుదల కనిపిస్తోంది. రానున్న రోజుల్లో వెండికి ఎంత డిమాండ్ పెరిగితే, ధరలు అంతగా పెరిగే అవకాశం ఉంది. చైనా తయారీ రంగం వృద్ధి కారణంగా వెండికి పారిశ్రామిక డిమాండ్‌లో పెరుగుదల కనిపిస్తోంది.

హెల్త్ ఇన్సూరెన్స్ క్లెయిమ్‌ను ఎప్పుడెప్పుడు రిజెక్ట్ చేస్తారో తెలుసా?

ఈ రోజుల్లో హెల్త్ ఇన్సూరెన్స్ ప్రతి ఒక్కరికి అవసరమే. కరోనా తర్వాత చాలా మంది ఆరోగ్య బీమాను తీసుకునేందుకు ముందుకు వస్తున్నారు. ఏదైనా అనారోగ్య సమస్య తలెత్తితే చికిత్సకు అయ్యే ఖర్చును లెక్కలోకి తీసుకుంటే.. ఆరోగ్య బీమా అవసరం. ఇది ఆసుపత్రి ఖర్చుల వల్ల మీరు ఆర్థికంగా చితికిపోకుండా చేస్తుంది. కుటుంబంలోని ఇద్దరు, ముగ్గురికి సాధారణ వైరల్ లేదా డెంగ్యూ సోకితే, ఆసుపత్రి బిల్లు 2-3 లక్షలు అవుతుంది. గుండె ఆపరేషన్, లేదా కిడ్నీ మార్పిడి అవసరమైతే ఖర్చు రూ.10 నుంచి 15 లక్షలకు చేరుతుంది. ఇలాంటి పరిస్థితుల్లో ఆరోగ్య బీమా లేకపోతే, అప్పుల్లో కూరుకుపోవడం ఖాయం. ఒక్కోసారి ఆరోగ్య బీమా ఉన్నా.. మీరు దాని ప్రయోజనాన్ని పొందలేరు. ఎందుకంటే బీమా కంపెనీ క్లెయిమ్‌ను చెల్లించడానికి నిరాకరిస్తుంది. ఒక పాలసీదారుగా, మీరు దీనికి కారణాలను తెలుసుకోండి. కొన్ని కారణాల వల్ల ఆరోగ్య బీమా క్లెయిమ్‌ను కంపెనీ తిరస్కరించవచ్చు.

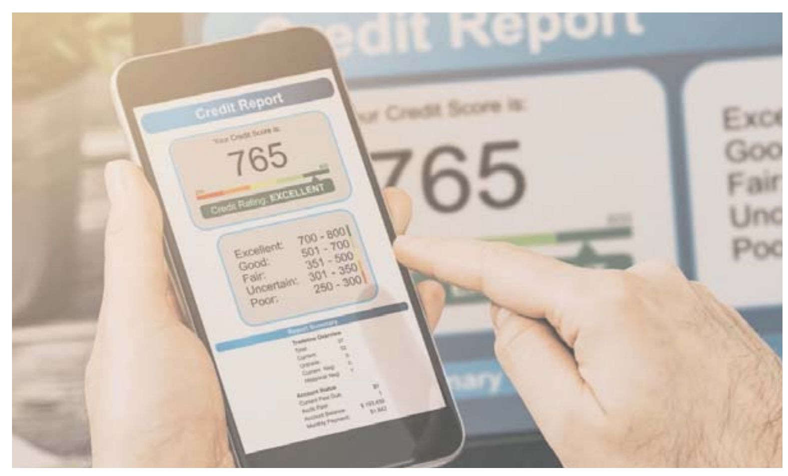
పన్ను చెల్లింపు విధానంలో కీలక మార్పులు..

పాత, కొత్త పన్ను విధానాల మధ్య ప్రధాన తేడాలివే..!

కొత్త ఆర్థిక సంవత్సరం 2024-25, ఏప్రిల్ 1న ప్రారంభమైనందున పన్ను చెల్లింపుదారులు పాత, కొత్త ఆదాయపు పన్ను విధానాల్లో మధ్య తేడాల గురించి తెలియక పన్ను చెల్లింపుదారులు ఆందోళనకు గురవుతున్నారు. ఈ నేపథ్యంలో ఈ రెండు విధానాలపై వర్తించే ఆదాయపు పన్ను రేట్లు, స్లాబ్ గురించి తెలుసుకోవాలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. ముఖ్యంగా కొత్త ఆదాయపు పన్ను విధానం ఎఫ్‌వై 2023-24 నుండి డిఫాల్ట్ ఎంపికగా మారింది. పన్ను చెల్లింపుదారుల నుంచి వారి ప్రాధాన్య పన్ను విధానం గురించి చురుకైన నిర్ణయం అవసరం. ఈ నేపథ్యంలో కొత్త, పన్ను చెల్లింపు విధానాల్లో ప్రధాన తేడాలను తెలుసుకుందాం. ప్రామాణిక తగ్గింపులు గతంలో పాత పన్ను విధానంలో మాత్రమే అందుబాటులో ఉన్న రూ. 50,000 స్టాండర్డ్ డిడక్షన్ ఇప్పుడు కొత్త పన్ను విధానంలో కూడా విస్తరించారు. ఇది పన్ను చెల్లింపుదారులు తమ జీతం ఆదాయం నుండి రూ. 50,000 స్టాండర్డ్ డిడక్షను క్లెయిమ్ చేసుకోవచ్చు. పన్ను రాయితీ పరిమితి కొత్త పన్ను విధానంలో రూ. 7 లక్షల వరకు ఆదాయంపై మొత్తం పన్ను రాయితీ ప్రవేశపెట్టారు. ఇది పాత పాలనలో మునుపటి రూ. 5 లక్షల థ్రెషోల్డ్ కంటే గణనీయంగా పెరిగింది. రూ. 7 లక్షల వరకు ఆదాయం ఉన్న వ్యక్తులు కొత్త పాలనలో ఎలాంటి పన్ను చెల్లించకుండా పూర్తిగా మినహాయింపు ఉంటుంది. పాత పన్ను విధానంలో మినహాయింపులు పాత పన్ను విధానంలో మినహాయింపులు అనుమతిం చబడతాయి పాత పన్ను విధానంలో, పన్ను చెల్లింపుదారులు తమ పన్ను బాధ్యతలను తగ్గించుకోవడానికి అనేక రకాల తగ్గింపులు, మినహాయింపులు, భత్యాలను ఉపయోగిం చుకోవచ్చు. సాధారణ పన్ను పొదుపు మార్గాలలో పీపీఎఫ్, యూఎల్ఐపీలు, ఈఎల్ఎస్ఎస్, జీవిత బీమా ప్రీమియంలు, ఈపీఎఫ్ విరాళాలు, గృహ రుణ వడ్డీ, స్టాండర్డ్ డిడక్షన్, ట్యూషన్ ఫీజులు, ఆరోగ్య బీమా ప్రీమియంలు, మరిన్నింటిలో పెట్టుబడులు ఉంటాయి. కొత్త పన్ను విధానంలో మినహా యింపులు కొత్త పన్ను విధానం ఎన్‌పీఎస్‌కు విరాళాలు, అద్దె నివాసాల కోసం ప్రామాణిక తగ్గింపులు, రవాణా భత్యాలు వంటి సాపేక్షంగా తక్కువ తగ్గింపులను అందిస్తుంది. కొత్త పన్ను విధానం జీవిత బీమా ద్వారా వచ్చే ఆదాయం, విద్య కోసం స్కాలర్షిప్లు, పదవీ విరమణపై లీవ్ ఎన్‌క్యాష్‌మెంట్, వ్యవసాయ ఆదాయం, అద్దె ఆదాయం, జీతంపై ప్రామాణిక తగ్గింపులతో సహా సాపేక్షంగా తక్కువ తగ్గింపులను అందిస్తుంది. అయితే కొత్త పన్ను విధానంలో లీవ్ ట్రావెల్ అలవెన్స్, ఇంటి అద్దె భత్యం, స్టాండర్డ్ డిడక్షన్, సెక్షన్ 80సీ, 80డీతో సహా పాత పన్ను విధానంలో లభించే అనేక తగ్గింపులు, మినహాయింపులు కొత్త పాలనలో కవర్ అవవు. సర్‌చార్జ్ రేటు రూ.5 కోట్ల కంటే ఎక్కువ ఆదాయం ఉన్న అధిక నికర విలువ కలిగిన వ్యక్తులకు సర్‌చార్జ్ రేటు 37 శాతం నుంచి 25 శాతానికి తగ్గుతుంది. సర్‌చార్జ్ ఈ తగ్గింపు వారి ప్రభావవంతమైన పన్ను రేటును తగ్గిస్తుంది. ఈ ఆదాయ బ్రాకెట్లోని వ్యక్తులకు ఉపశమనం అందిస్తుంది. ఉత్తమమైన విధానం ఏంటి? పాత, కొత్త పన్ను విధానాల మధ్య ఎంపిక వ్యక్తిగత ప్రాధాన్యతలు, ఆర్థిక లక్ష్యాలపై ఆధారపడి ఉంటుంది. కొత్త పాలనను ఎంచుకునే పన్ను చెల్లింపుదారులు పెట్టుబడులలో ఎక్కువ సౌలభ్యాన్ని పొందవచ్చు. ముఖ్యంగా లాక్-ఇన్ పీరియడ్లతో కూడిన సాధనాలను నివారించేందుకు ఇష్టపడతారు. అయితే ఏదైనా నిర్ణయం తీసుకునే ముందు ఒకరి ఆర్థిక పరిస్థితులు, లక్ష్యాలతో ఏ పాలన మెరుగ్గా సరిపోతుందో తెలుసుకోవడానికి ఆదాయపు పన్ను కాలిక్యులేటర్‌ను ఉపయోగించడం ఉత్తమం.

సిబిల్ స్కోర్ విషయంలో అవన్నీ అపోహలే..! సిబిల్ స్కోర్ పెంచే సూపర్ టిప్స్ ఇవే..!

ప్రస్తుత రోజుల్లో పెరిగిన ఖర్చుల నేపథ్యంలో లోన్లు తీసుకోవడం అనేది సర్వసాధారణ మైపోయింది. ఈ నేపథ్యంలో బ్యాంకులు లోన్లు అందించడానికి సిబిల్ స్కోర్‌ను ప్రామాణికంగా తీసుకుంటాయి. దీంతో ప్రతి వ్యక్తి మీ క్రెడిట్ స్కోర్‌ను మెరుగుపరచడం అనేది మొదటి బాధ్యతగా మారింది. రుణాలు తీసుకునే చరిత్రను నిర్మించడంతో మీ క్రెడిట్‌ను చక్కగా నిర్వహించడం ద్వారా మీ క్రెడిట్ స్కోర్‌ను మెరుగుపర్చుకోవచ్చు. క్రెడిట్ స్కోర్ అనేది సాధారణంగా 300 నుంచి 900 వరకు ఉండే మూడు అంకెల సంఖ్య, ఇది ఒక వ్యక్తికు సంబంధించిన క్రెడిట్ యోగ్యతను ప్రతిబింబిస్తుంది. ఇది మీకు రుణం ఇచ్చే ప్రమాదాన్ని అంచనా వేయడానికి రుణదాతలు ఉపయోగించే స్కోర్‌గా ఉంటుంది. అధిక స్కోర్ మెరుగైన క్రెడిట్ చరిత్రను సూచిస్తుంది. అలాగే మీ రుణ ఆమోదం, అనుకూలమైన వడ్డీ రేట్ల అవకాశాలను పెంచుతుంది. క్రెడిట్ స్కోర్‌పై అపోహలు మీ క్రెడిట్ స్కోర్‌ని నిర్ణయించడంలో చెల్లింపు చరిత్ర అత్యంత కీలకమైన అంశాలలో ఒకటి. మీరు క్రెడిట్ కార్డ్ బిల్లులు, లోన్ ఈఎంఐలు మరియు యుటిలిటీ బిల్లులతో సహా మీ బిల్లులను సకాలంలో చెల్లించారని నిర్ధారించుకోవాలి. మీ క్రెడిట్ పరిమితులకు సంబంధించి అధిక క్రెడిట్ కార్డ్ బ్యాలెన్స్‌లను నిర్వహించడం మీ క్రెడిట్ స్కోర్‌ను ప్రతికూలంగా ప్రభావితం చేస్తుంది.మీ స్కోర్‌ను తగ్గించే ఎర్రర్‌లు లేదా తప్పుల కోసం మీ క్రెడిట్ నివేదికను క్రమం తప్పకుండా తనిఖీ చేయాలి. క్రెడిట్ బ్యూరోతో మీరు కనుగొన్న ఏవైనా వ్యత్యాసాలను గమనించాలి. క్రెడిట్ కార్డ్లు, రుణాలు, తనఖాలు వంటి వివిధ రకాల క్రెడిట్‌ల మిశ్రమాన్ని కలిగి ఉండటం మీ క్రెడిట్ స్కోర్‌ను సానుకూలంగా ప్రభావితం చేస్తుంది. అయితే మీ క్రెడిట్ మిశ్రమాన్ని వైవిధ్యపరచడానికి మీకు అవసరం లేని ఖాతాలను తెరవవద్దు. పాత క్రెడిట్ ఖాతాలను మూసివేయడం వల్ల మీ క్రెడిట్ చరిత్రను తగ్గించవచ్చు, ఇది మీ స్కోర్‌ను ప్రతికూలంగా ప్రభావితం చేయవచ్చు. సుదీర్ఘ క్రెడిట్ చరిత్రను నిర్వహించడానికి మీరు వాటిని తరచుగా ఉపయోగించకపోయినా పాత ఖాతాలను తెరిచి ఉంచండి. కొత్త క్రెడిట్ కోసం తరచుగా దరఖాస్తు చేయడం వల్ల మీరు ఆర్థిక ఇబ్బందులను ఎదుర్కొంటున్నారని లేదా అధిక మొత్తంలో ఉన్నారని రుణదాతలకు సూచించవచ్చు. మీకు అవసరమైనప్పుడు మాత్రమే క్రెడిట్ కోసం దరఖాస్తు చేసుకోండి. చెల్లించాల్సిన పూర్తి మొత్తం కంటే తక్కువ రుణాలను సెటిల్ చేయడం ఇప్పటికీ మీ క్రెడిట్ నివేదికలో చూపుతుంది. తద్వారా మీ క్రెడిట్ స్కోర్‌పై



ప్రతికూల ప్రభావం చూపవచ్చు. సాధ్యమైనప్పుడల్లా అప్పులు పూర్తిగా చెల్లించాలని లక్ష్యంగా పెట్టుకోండి. క్రెడిట్ స్కోర్ మెరుగుదలకు చిట్కాలు క్రెడిట్ కార్డ్ ఖాతాలను మూసివేయడం వల్ల మీ క్రెడిట్ స్కోర్‌కు హాని కలిగించవచ్చు. మీ అందుబాటులో ఉన్న క్రెడిట్‌ని తగ్గించడంతో పాటు క్రెడిట్ చరిత్రను తగ్గిస్తుంది. ఈ రెండూ మీ స్కోర్‌ను ప్రతికూలంగా ప్రభావితం చేస్తాయి. మీరు మీ క్రెడిట్ నివేదిక లేదా స్కోర్‌ని తనిఖీ చేసినప్పుడు అది సెన్సిటివ్ విచారణగా పరిగణిస్తారు. అది మీ క్రెడిట్ స్కోర్‌పై ప్రభావం చూపదు. అయితే రుణదాతల నుండి కఠినమైన విచారణలు మీ స్కోర్‌ను కొద్దిగా తగ్గించగలవు. మీ క్రెడిట్ కార్డ్‌పై బ్యాలెన్స్‌ని కలిగి ఉండటం వల్ల మీ క్రెడిట్ స్కోర్ మెరుగుపడదు. ఇది అధిక వడ్డీ ఛార్జీలకు దారి తీస్తుంది. మీ క్రెడిట్ వినియోగ నిష్పత్తిని ప్రతికూలంగా ప్రభావితం చేస్తుంది. మీ ఆదాయం నేరుగా మీ క్రెడిట్ స్కోర్ లెక్కింపులో చేర్చరు. అయితే కొన్ని రకాల రుణాల కోసం మీ క్రెడిట్ యోగ్యతను అంచనా వేసేటప్పుడు రుణదాతలు మీ ఆదాయాన్ని పరిగణించవచ్చు.

ఇకపై అమెజాన్‌లో తక్కువ ధరకే వస్తువులు..

అందుబాటులోకి కొత్త సేవలు..

ఈ-కామర్స్ రంగంలో తనదైన ముద్ర వేసింది ప్రముఖ సంస్థ అమెజాన్. ఎక్కడో అమెరికాలో మొదలైన ఈ సంస్థ నేడు ప్రపంచమంతా విస్తరించింది అంటేనే అమెజాన్ క్రేజ్ ఏంటో అర్థం చేసుకోవచ్చు. ఇదిలా ఉంటే వినియోగదారులకు ఎప్పటికప్పుడు మంచి మంచి ఆఫర్లను ప్రకటిస్తూ యూజర్లను ఆకట్టుకునే అమెజాన్ తాజాగా మరో కొత్త వ్యాపారంలోకి అడుగుపెట్టింది. తక్కువ ధరలో వస్తువుల కోసం కొత్త సేవలను ప్రారంభించింది. ఆన్‌లైన్‌లో తక్కువ ధరకు వస్తువులు లభించే మీషో, షాప్సీ గుర్తొస్తాయి. అయితే ప్రస్తుతం అమెజాన్ కూడా ఇలాంటి సేవలనే అందుబాటులోకి తీసుకొచ్చింది. ఇందులో భాగంగానే బజార్ పేరుతో కొత్త సేవలను ప్రారంభించింది. ఇప్పటికే ఈ యాప్ సైతం అందుబాటులోకి వచ్చింది. రూ. 600లోపు విలువ కలిగిన దుస్తులు, వాచ్‌లు, ఫుట్‌వేర్‌ను అందించడమే లక్ష్యంగా కొత్త వ్యాపార విభాగాన్ని ప్రారంభించినట్లు అమెజాన్ తెలిపింది. ఇందులో తక్కువ ధరకే అన్ని రకాల వస్తువులు లభిస్తాయి. చీరలు, కుర్తాలు, షర్టులు, టీషర్టులు, చిన్నపిల్లల దుస్తులు, బెడ్‌షీట్లు, డోర్ కర్టెన్స్, హ్యాండ్ బ్యాగులు వంటి అనేక రకాల వస్తువులను ఇందులో అందుబాటులో ఉంచుతారు. దేశం నలుమూలలా ఉన్న మానుఫాక్చరింగ్ హబ్స్ నుంచి సెల్లర్లు తమ ఉత్పత్తులను ఈ బజార్ వేదికగా విక్రయిస్తారు. అందుకే ఇందులో ధర తక్కువగా ఉండనుంది. అలాగే సెల్లర్ల నుంచి ఎలాంటి ఫీజూ వసూలు చేయడం లేదు. అయితే ఈ వస్తువుల డెలివరీకి మాత్రం 4 నుంచి 5 రజులు పడుతాయిని కంపెనీ తెలిపింది. సాధారణంగా అమెజాన్‌లో అయితే ఆర్డర్ చేసిన రెండు రోజుల్లోనే వస్తువులు డెలివరీ అవుతాయనే విషయం తెలిసిందే. షాప్సీ, మీషో వంటి ఈ కామర్స్ సంస్థలకు పోటీనిచ్చేందుకు అమెజాన్ ఈ సేవలను ప్రారంభించింది. మరి అమెజాన్ బజార్ ఏ మేర సక్సెస్ అవుతుందో చూడాలి.

పేటీఎం ద్వారా ఫాస్టాగ్ రీచార్జ్ సాధ్యమేనా..?

ఈ టిప్స్ పాటిస్తే చాలంటున్న నిపుణులు

ఫాస్ట్‌ట్యాగ్ అంటే టోల్ ప్లాజాల వద్ద ట్రాఫిక్ సమస్య లేకుండా టోల్ ట్యాక్స్ చెల్లించేందుకు వీలు కల్పిస్తుంది. నేషనల్ హైవేస్ అథారిటీ ఆఫ్ ఇండియా రేడియో ఫ్రీక్వెన్సీ ఐడెంటిఫికేషన్ సిస్టమ్ ద్వారా టోల్ చెల్లింపును తీసుకుంటుంది. నాలుగు చక్రాల వాహనాలు టోల్ బూత్‌ను దాటినప్పుడు వాటి విండ్‌స్క్రీన్‌పై ఉంచిన ఫాస్ట్‌ట్యాగ్ స్టిక్కర్ ద్వారా ఆటోమేటిక్‌గా టోల్‌ను తగ్గించవచ్చు. ఫాస్ట్‌ట్యాగ్ లేని వ్యక్తులు ఫిబ్రవరి 16, 2021 నుంచి జాతీయ రహదారులపై ఉన్న ప్లాజాల ద్వారా డబుల్ ట్యాక్స్ చెల్లించడం ద్వారా జరిమానా విధిస్తారు. హైవేల్లోని అన్ని టోల్ ప్లాజాల వెలుపల ఉన్న కియోస్కల వద్ద ఎవరైనా తమ ఫాస్ట్‌ట్యాగ్‌లను రీఛార్జ్ చేసుకోవచ్చు. ఇప్పుడు ఎక్కువ మంది వ్యక్తులు ఆన్‌లైన్ బ్యాంకింగ్ ద్వారా లేదా పేటీఎం వంటి సేవల్లో ఈ-వాలెట్ల ద్వారా రీఛార్జ్ చేస్తున్నారు. పేటీఎంలో రీచార్జ్ ఇలా మీ పేటీఎం ఖాతాకు లాగిన్ అవ్వాలి. 'రీఛార్జ్ బిల్ చెల్లింపులు' ఎంపికను ఎంచుకోవాలి. 'ట్రాన్సిట్' విభాగానికి క్రిందికి స్క్రోల్ చేయాలి. 'ఫాస్ట్‌ట్యాగ్ రీఛార్జ్' ఎంపికను ఎంచుకోవాలి. ఎంపికల జాబితా నుండి ఫాస్టాగ్ జారీచేసే బ్యాంకును ఎంచుకోవాలి. మీ వాహనం నంబర్‌ని అందించి, 'ప్రొసీడ్'పై క్లిక్ చేయాలి. రీఛార్జ్ మొత్తాన్ని నమోదు చేసి, 'ప్రొసీడ్' క్లిక్ చేయాలి. అనంతరం చెల్లింపు ఎంపికను ఎంచుకుంటే అది పేటీఎం వాలెట్ బ్యాలెన్స్, యూపీఐ, నెట్ బ్యాంకింగ్ లేదా డెబిట్/క్రెడిట్ ద్వారా కావచ్చు. చెల్లింపు పూర్తయ్యాక మీరు చేసిన చెల్లింపు గురించి నోటిఫికేషన్ పొందుతారు. మార్చి 26న పేటీఎం తన యాప్ ద్వారా నేరుగా ఫాస్ట్‌ట్యాగ్ రీఛార్జ్‌లను ప్రారంభిస్తున్నట్లు ప్రకటించింది. ఫాస్టాగ్‌ను పేటీఎం వాలెట్‌కి లింక్ చేసినప్పుడు వినియోగదారు ప్రత్యేకంగా ఫాస్టాగ్‌కను రీఛార్జ్ చేయడానికి కాకుండా వారి పేటీఎం వాలెట్‌లో బ్యాలెన్స్‌ను నిర్వహించాలి. ఇది అంతర్రాష్ట్ర ప్రయాణాన్ని సులభతరం చేస్తుంది. అలగే వారి ఫాస్ట్‌ట్యాగ్ బ్యాలెన్స్‌ను ట్రాక్ చేయడంలో ఒక అవాంతరం నుండి తప్పించుకుంటుంది. పేటీఎంలో ఫాస్టాగ్ కొనుగోలు ఇలా ఫాస్టాగ్ ఖాతా తెరిచి బై హెచ్‌డీఎఫ్‌సీ ఫాస్టాగ్ అని సెర్చ్ చేసి ఎంచుకోవాలి కస్టమర్, వాహన వివరాలను పూరించాలి. చెల్లింపు చేసి, మీ ఇంటి చిరునామాకు హెచ్‌డీఎఫ్‌సీకు ఫాస్ట్‌ట్యాగ్‌ని డెలివరీ అవుతుంది. ఎన్‌హెచ్‌ఏఐ పేటీఎం ఫాస్ట్‌ట్యాగ్ వినియోగదారులకు మార్చి 15లోపు కొత్త ఫాస్ట్‌ట్యాగ్‌ని మరొక బ్యాంక్ నుంచి పొందాలని సూచించింది. పేటీఎం పేమెంట్స్ బ్యాంక్‌పై భారతీయ రిజర్వ్ బ్యాంక్ ఆంక్షలు విధించింది. ఈ సంవత్సరం ప్రారంభంలో ఎన్‌హెచ్‌ఏఐ ఒక వాహనం, ఒక ఫాస్ట్‌ట్యాగ్ కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభించింది. బహుళ వాహనాలకు ఒకే ఫాస్ట్‌ట్యాగ్‌ని ఉపయోగించలేరు లేదా ఒక వాహనానికి బహుళ ఫాస్ట్‌ట్యాగ్‌లను లింక్ చేయలేరు. అందువల్ల కేవైసీ ద్వారా ఫాస్ట్‌ట్యాగ్‌ని ధ్రువీకరించాల్సి ఉంటుంది.

చందన

పాదాలలో.. ఇలాంటి సమస్యలున్నాయా? అయితే ఇలా చేయండి!

మారుతున్న వేడి వాతావరణం కారణంగా చర్మ సమస్యలు రావచ్చు. పాదాల విషయానికొస్తే.. దుమ్ము, దూళితో పాదాలు నలుపెక్కే అవకాశం ఉంది. చెమటతో మరింత మందంగా చీలికలేర్పడవచ్చు. కనుక మృదువైన పాదాల సంరక్షణకై ఈ చిన్న చిట్కాలు ఏంటో చూద్దాం. ఇలా చేయండి.. చేతులు, పాదాలపై నల్లటి మచ్చలుంటే వాడేసిన నిమ్మతొక్కతో రుద్దితే పోతాయి. సమ్మర్‌లో బయటకు వెళ్ళేటప్పుడు పాదాలకు సాక్స్ వేసుకుంటే పగుళ్ళు రాకుండా ఉంటాయి. రాత్రి పడుకునే ముందు పాదాలను శుభ్రంగా కడిగి ఆరిన తర్వాత మసాజ్ క్రీమ్ లేదా ఆయిల్‌తో ఐదు నిమిషాల పాటు మర్దన చేయాలి. పదిహేను రోజులకు ఒకసారి పెడిక్యూర్ చేసుకోవాలి. స్నానం పూర్తయిన తర్వాత పమిస్ స్టోన్‌తో పాదాలను మెల్లగా రుద్దాలి. ఇలా చేస్తే మృతకణాలు తొలగిపోయి పాదాలు నునుపుగా ఉంటాయి.

పాలలో తామరవిత్తనాలు కలుపుకొని తాగితే ఇన్ని ప్రయోజనాలుంటాయా..?

తామరపువ్వును పూజలో వాడుతాము. కానీ తామర పువ్వును ఆహారంగా తీసుకుంటే ఎన్నో ప్రయోజనాలు ఉంటాయని ఆయుర్వేద పండితులతో పాటు వైద్యులు కూడా సూచిస్తున్నారు. భారతదేశంలో 7వేల సంవత్సరాల నుంచి ఈ తామరపువ్వును వైద్యంలో ఉపయోగిస్తున్నారు. ఇక చైనా ప్రభుత్వం, తామరపువ్వుకు ఆహారంగా, ఓషదంగా గుర్తింపునిచ్చి మార్కెట్లలో అమ్మడానికి అనుమతిస్తోంది. హిందూ దేవీ లక్ష్మీదేవి నివసించేది తామర పువ్వులోనే. బురదనీటిలో తామరపువ్వు పెరిగినా ఎన్నో ఓషధ గుణాలు వాటి విత్తనాల్లో ఉన్నాయ్. రాత్రి పడుకునే సమయంలో పాలల్లో తామరపువ్వు విత్తనాలు వేసి కలుపుకొని తాగితే ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిది. దీని వల్ల అనేక లాభాలున్నాయ్. అవేంటో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం. 2011లో జరిగిన పరిశోధనల ప్రకారం ఇది రుజువైనట్లు ఆధారాలు చూపించారు. తామర విత్తనాల్లో ఉండే పాలిఫెనాల్స్‌కు ఈ గుణం ఉన్నట్లు కొనుగ్గొన్నారు. డిప్రెషన్ ఇప్పుడున్న ఆరోగ్యసమస్యల్లో డిప్రెషన్ కేసులు ఎక్కువగా ఉన్నాయ్. తామర విత్తనాల్లో డిప్రెషన్‌ను తగ్గించే సాపొనిన్స్, ఫ్లావనాయిడ్లు ఉన్నాయంటున్నారు. ఇందులో నిద్రను సరిగ్గా బ్యాలెన్స్ చేసే ఆల్కలాయిడ్లు కూడా ఉన్నట్లు తేలింది. పెయిన్ కిల్లర్ తామర విత్తనాల్లో ఉండే ఫ్లావనాయిడ్లు పెయిన్ కిల్లర్‌గా కూడా పనిచేస్తాయటి. ఈ విషయాన్ని 2009లో జరిపిన పరిశోధనలో కనుగ్గొన్నారు. వేసవిలో మైగ్రేన్ తలనొప్పి ఎందుకు పెరుగుతుంది, లక్షణాలు, ఉపశమనం ఎలా పొందాలో తెలుసుకోండి గుండె వ్యాధులు యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు కూడా అధికంగా ఉండడంతో శరీరంలో ఉండే హానికరమైన బ్యాక్టీరియాతో సమర్థవంతంగా పోరాడుతుంది. దీంతో గుండె సంబంధిత వ్యాధులు, మధుమేహం బారినపడకుండా చేసే శక్తి తామర విత్తనాలకు ఉందని చెబుతున్నారు. రోగనిరోధక శక్తి రోగనిరోధక శక్తిని కూడా పెంచుతుంది. పాలల్లో ఉండే క్యాల్షియం, ప్రొటీన్లు, తామర విత్తనాల్లో ఉండే యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు కలిస్తే ఇక రోగనిరోధకశక్తి బలంగా ఉంటదనడంలో అనుమానం లేదు. ఫైబర్ తామర విత్తనాల్లో జీర్ణక్రియకు అవసరమైన ఫైబర్ ఉంటుంది. పాలల్లో కలిపి తీసుకుంటే మలబద్ధకం, యాసిడిటీ లాంటి సమస్యలు దూరమౌతాయ్. పాలల్లో క్యాల్షియం ఉంటుందన్న విషయం తెలిసిందే. తామర విత్తనాలలో కూడా క్యాల్షియం అధికంగా ఉంటుంది. ఇక రెండూ కలిపి తీసుకుంటే యముకలకు సంబంధించి ఎటువంటి అనారోగ్య సమస్య తలెత్తదని అంటున్నారు. కార్బోహైడ్రేట్లు తామర విత్తనాల్లో కార్బొహైడ్రేట్లు మెండుగా ఉంటాయ్. విలువైన పోషకాలతో పాటు ఇవి కూడా ఉండడంతో పాలల్లో కలిపి తీసుకుంటే అప్పటికప్పుడే శరీరం అలసట నుంచి దూరమై యాక్టివ్ అవుతుంది. ముందు జాత్రత్తలు తామరపువ్వు విత్తనాలను పాలల్లో కలిపి తీసుకునే ముందు వైద్యులను ఒకసారి సంప్రదించాల్సిన అవసరం ఉంది. విత్తనాలకు వేడి ఎక్కువగా పుట్టించే లక్షణం ఉండడం వల్ల గుండె సంబంధిత రోగులు, గర్భిణులు, పిల్లలు వైద్యుల సలహా తీసుకున్న తరువాత వీటిని తినాలి.

తను ఒక 'రైజింగ్ స్టార్ ఆఫ్ ది ఇయర్'..

బాధ పడి ఆ బాధను కాలగమనంలో మరచిపోయేవారు కొందరు. బాధ పడి ఆ బాధలో నుంచి కొత్త అడుగు వేసేవారు కొందరు. కలైయారసి రెండో కోవకు చెందిన మహిళ. నేతకార్మికుల బంగారు కాలాన్ని కళ్లతో చూసిన కలైయారసి అవే కళ్లతో వారి కష్టాలను చూసింది. ఆ బాధలో నుంచి 'రాటై' స్టార్టప్‌కు స్వీకారం చుట్టింది. సంప్రదాయ నేతకళకు డిఐవై(డూ ఇట్ యువర్ సెల్ఫ్) కిట్స్ ద్వారా కొత్త వెలుగు తెస్తోంది తమిళనాడుకు చెందిన కలైయారసి రామచంద్రన్. పిల్లలు, పెద్దలు ఉపయోగించేలా ఈ కిట్‌ను డిజైన్ చేశారు. సంప్రదాయ కళకు విస్తృతప్రాచుర్యం కల్పిస్తున్న కలైయారసి గురించి... కొన్ని సంవత్సరాల క్రితం.. 'చదువుకోవాలని ఉంది' అని తన మనసులోని మాటను భర్తకు చెప్పింది కలైయారసి. పెళ్లికి ముందు పై చదువులు చదువుకోడానికి ఆర్థిక ఇబ్బందులు అడ్డుగోడలుగా నిలిచాయి. ఆర్థిక ఇబ్బందుల వల్ల పై చదువులకు తల్లిదండ్రులు ససేమిరా అన్నారు. కలైయారసి మనసులో మాట విన్న భర్త 'తప్పకుండా' అని ప్రోత్సహించాడు. అలా కలైయారసి ఎంసీఎ పూర్తి చేసింది. ఆ తరువాత ఒక ఐటీ కంపెనీలో డెవలపర్‌గా పని చేసింది. ఈరోడ్(తమిళనాడు) జిల్లాలోని సాలంగపాలయం గ్రామానికి చెందిన కలైయారసి నేతకార్మికుల కుటుంబం నుంచి వచ్చింది. సాఫ్ట్‌వేర్ ఇంజనీర్‌గా పనిచేసినా నేతకళపై ఆమెకు ఉన్న ప్రత్యేకాభిమానం మాత్రం దూరం కాలేదు. సెలవుల్లో సొంత ఊరుకు వచ్చిన కలైయారసి అక్కడ నేతకార్మికుల కష్టాలను ప్రత్యక్షంగా చూసింది. ఊళ్లో చేనేత మగ్గాల సంఖ్య 7,500 నుంచి 2,500కు పడిపోయింది. కష్టాలలో ఉన్న నేతకార్మికులకు ఆసరాగా నిలవడానికి తన వంతుగా ఏదైనా చేయాలనుకుంది కలైయారసి. నేతకళ గురించి మరిన్ని వివరాలు తెలుసుకొని 'రాటై

హ్యాండ్లూమ్' పేరుతో స్వగ్రామంలో ఎకో%-%ఫ్రెండ్లీ హ్యాండ్లూమ్ స్టార్టప్‌కు శ్రీకారం చుట్టింది. పర్యావరణహిత కోణంలో ఆలోచించి ఆర్గానిక్ క్లాత్ వీవింగ్‌పై ప్రత్యేక దృష్టి పెట్టింది. 'నేతపని ద్వారా ఉపాధి పొంది సంతోషంగా ఉన్న కార్మికుల ఆర్థికపరిస్థితి ఆ తరువాత దిగజారిపోయింది. చాలామంది ఉపాధి వెదుక్కుంటూ పట్టణాల బాట పట్టారు. డబుల్ షిఫ్ట్‌లలో పనిచేసేవాళ్లు. కొందరు వాచ్‌మెన్‌గా పని చేశారు. తల్లిదండ్రులు ఊళ్లో లేకపోవడంతో పిల్లల చదువు గాడి తప్పింది. తమిళనాడులో ఎన్నో గ్రామాలకు వెళ్లి నేతకార్మికులతో మాట్లాడి వారి కష్టాలు తెలుసుకున్నాను. ఈ పరిస్థితి నాకు బాధాకరంగా అనిపించింది' అంటున్న కలైయారసి తాను చేస్తున్న ఉద్యోగానికి రాజీనామా చేసి నేతకళను స్వయంగా నేర్చుకుంది. సహజరంగులతో పాటు అరటి పీచు, జనపనార, ఇతర పదార్థాలతో తయారుచేసిన సేంద్రియ నూలును 'రాటై' ఉపయోగిస్తోంది. ప్రస్తుతం 28 కుటుంబాల వరకు 'రాటై హ్యాండ్లూమ్' కోసం పనిచేస్తున్నాయి. సంప్రదాయ చేనేత వస్త్రాలకు ఊతం ఇచ్చేందుకు పోర్టబుల్ డిఐవై హ్యాండ్లూమ్ కిట్‌ల ఆలోచనకు శ్రీకారం చుట్టింది కలైయారసి. ఎక్కడికంటే అక్కడికి చేతితో తీసుకెళ్లగలిగే ఈ మగ్గాలకు యూజర్ మాన్యువల్, క్యూ ఆర్ కోడ్ ఉంటుంది. దీని ద్వారా యూట్యూబ్ వీడియోల సహాయంతో పరికరాన్ని ఎలా ఉపయోగించాలో తెలుసుకోవచ్చు. తమిళనాడులోని ఎన్నో స్కూల్స్‌లో పిల్లల దగ్గర పోర్టబుల్ లూమ్స్ కనిపిస్తున్నాయి. స్కూల్స్‌లో వీవింగ్ క్లబ్స్ ఏర్పాటు కావడం మరో విశేషం. మూడు ఆప్షన్‌లలో, మూడు స్థాయిల్లో అందుబాటులో ఉన్న వీటిని పెద్దలు, పిల్లలు ఉపయోగించవచ్చు. 'రాటై' స్టార్టప్ 'రైజింగ్ స్టార్ ఆఫ్ ది ఇయర్' అవార్డ్ గెలుచుకుంది. టాన్‌సీడ్ (తమిళనాడు స్టార్టప్ అండ్ ఇనోవేషన్ మిషన్) ద్వారా పది లక్షల గ్రాంట్ వచ్చింది. 'నేతకార్మికులకు ఉపాధి కల్పించడమే కాదు ఈ తరానికి ఆ కళపై ఆసక్తి కలిగేలా, నేర్చుకునేలా చేయాలనేది నా లక్ష్యం' అంటుంది కలైయారసి. పిల్లల కోసం వర్క్‌షాప్.. 'రాటై' ద్వారా నేత కార్మికులకు అండగా నిలిస్తూనే మరో వైపు నేతకళపై పిల్లలకు అవగాహన, ఆసక్తి కలిగించడానికి వర్క్‌షాప్‌లు నిర్వహిస్తోంది కలైయారసి. పెద్దలకు 'నేతపని'ని స్ట్రెస్%-%బస్టింగ్ ఎక్సర్‌సైజ్‌గా పరిచయం చేస్తోంది. 'వీలైనన్ని ఎక్కువ స్కూల్స్‌కు వెళ్లి పిల్లలకు నేతకళ గురించి చెప్పాలనుకుంటున్నాను. ఒక ఆర్ట్‌గా మన విద్యావిధానంలో నేతకళ భాగం కావాలని ఆశిస్తున్నాను' అంటుంది కలైయారసి.

ఏంటి? వైరల్ ఫీవరా! ఇలా జాగ్రత్త పడండి..

3, 4 రోజులకి పైబడి జ్వరంగా ఉండటం, వాంతులు, విరేచణాలు కావటం, చలిగా ఉండటం ఇవన్నీ మలేరియా వ్యాధికి కారకాలవచ్చు. మలేరియా సోకితే చాలా ప్రాణంతకంగా భావించే గత రోజుల్లో.. ప్రస్తుతం వాటికి తగిన మాత్రలు, వ్యాధి నిర్ధారణ పరీక్షలు ఎన్నో ఉన్నాయి. ఒకప్పుడు ప్రతి జ్వర పీడితుడిని పరీక్షించి, మలేరియా వ్యాధిగా గుర్తించి నిర్ధారణ పరీక్షల నిమిత్తం జాగ్రత్తలు చెప్పేవారు. కానీ ఇప్పుడు ఇలాంటి విషపూరిత జ్వరాల నుంచి, పీడిత వ్యాధుల నుంచి ముందుగానే నివారిత వ్యాక్సిన్లు ప్రతి ఒక్కరికీ ఇస్తున్నారు. వ్యాధి సోకాక ఇబ్బంది పడటం కన్నా, ముందుగానే వ్యాధి నివారణకు, కారకాలైన దోమలను నివారించుటలో ప్రతీ ఒక్కరి పాత్ర ఎంతో ముఖ్యమైనది. నేడు 'ప్రపంచ మలేరియా దినోత్సవం సందర్భంగా ప్రత్యేక కథనం.. 'చార్లెస్ అల్ఫాన్సో లావెరన్' 1880లో మనుషుల్లో మలేరియా వ్యాధికారక క్రిమిని కనుగొన్నారు. ఇది 'ప్లాస్మోడియం' జాతికి చెందిన పరాన్నజీవిగా గుర్తించారు. ఇవి 5 రకాలు. అవి.. ప్లాస్మోడియం నాలెస్సి, ప్లాస్మోడియం వైవాక్స్, ప్లాస్మోడియం ఫాల్సిపారమ్, ప్లాస్మోడియం మలేరియే, ప్లాస్మోడియం ఓవేల్. ఈ పరాన్నజీవులతో మలేరియా సోకే అవకాశం ఉంది. ఈ క్రిమి మనుషుల్లో ఒకరి నుండి మరొకరికి దోమల ద్వారా వ్యాపిస్తుందని నిర్ధారించడం జరిగింది. ఈ వ్యాధిని అధికంగా అనుభవించిన ఆఫ్రికా ఖండం 2001లో "ఆఫ్రికా మలేరియా డే" ఆచరించిగా. ప్రపంచ దేశాలు ఏప్రిల్ 25ను 'వరల్డ్ మలేరియా డే'గా ఆచరిస్తూ వస్తున్నాయి. ఇలా వ్యాపిస్తుంది.. అపరిశుభ్రత వాతావరణం, చెత్తా చెదారంతో కూడిన తడి ప్రదేశాలతో వ్యాధికి అవకాశం ఆడ అనాఫిలిస్ దోమకాటుతో ఒకరి నుంచి మరొరికి వ్యాధికారక క్రిమి ప్లాస్మోడియాగా వ్యాప్తి చెందుతుంది. ఈ వ్యాధి దోమకుట్టిన 8 నుంచి 12 రోజుల్లో లక్షణాలు బయటపడతాయి. చిన్నపిల్లలకు, గర్భిణులకు త?వ్రగా సోకడమే కాకుండా చాలా ప్రమాదకరంగా మారుతుంది.

వ్యాధి లక్షణాలు.. చలి, వణుకుతో కూడిన జ్వరం రావడం. వాంతులు విరేచణాలు కావడం. ప్లాస్మోడియా జాతికి చెందిన రెండు క్రిముల వల్ల పరసర ప్రాంతాలలో మలేరియా సోకే అవకాశం. ఇందులో వైవాక్స్ మలేరియా తక్కువగా బాధిస్తే, పాల్సిఫారమ్ మలేరియా ఎక్కువ బాధిస్తుంది. కొన్ని పరిస్థితుల్లో ప్రాణాపాయం కూడా ఉండవచ్చు. మురికి, నీటి నిలువ, రద్దీ ప్రాంతాల్లో పాల్సిఫారమ్ మలేరియా ఎక్కువగా సోకుతుంది. మైదాన, పట్టణ ప్రాంతాల్లో వైవాక్స్ మలేరియా ఎక్కువగా ప్రబలుతోంది. మలేరియా రాకుండా జాగ్రత్తలు.. వ్యక్తిగత, పరిసరాల పరిశుభ్రత పాటించడం తప్పనిసరి. ఇళ్లలో, చుట్టూర పరిసర ప్రాంతాల్లో దోమల దోమలపొగగానీ, మందుగానీ చల్లించాలి. నివసిస్తున్న ప్రదేశాల చుట్టూ నీటి నిల్వలు లేకుండా చూడాలి. అనాఫిలిస్ దోమలు మంచినీటి నిల్వల్లో గుడ్లు పెట్టి.. లార్వా, ప్యూపాగా పెరిగి పెద్ద దోమలుగా మారే అవకాశం.. కనుక వాటి నుంచి ముందు జాగ్రత్తలు తీసువకోవాలి. ఖాళీ కడుపుతో మలేరియా చికిత్స మాత్రలు మింగరాదు. డాక్టర్ సూచనల మేరకు వాటిని ఉపయోగించాలి. వ్యాధి నిర్ధారణ పరీక్షల్లో సత్వర విధానాలు, చికిత్సలో సంయుక్త ఔషధ పద్ధతులు, దోమల నియంత్రణకు వినియోగించే నూతన కీటక సంహారిణీలచే.. వ్యధిని అరికట్టవచ్చు. దీర్ఘకాలం వినియోగించగలిగిన దోమతెరలు, ఆరోగ్యసేవల అందుబాటు మొదలైన నూతన విధానాలతో మలేరియా వ్యాధి నివారణ సాధ్యపడుతుంది.

అమెరికాలో ఐటీ జాబ్ వదిలేసి, రీ యూజబుల్ న్యాప్‌కిన్స్ తయారీ

'ఎంత పెద్ద చదువులు చదివినా.. ఆర్థికంగా ఎంత ఎదిగినా మనసుకు తృప్తిగా లేకపోతే అందులో సహజత్వం లోపిస్తుంది. చేసే పనుల్లో నైపుణ్యం రాదు..' అంటున్నారు హేమ. పర్యావరణహితంగా మహిళలకు ఉపయుక్తంగా ఉండే రీ యూజబుల్ క్లాత్‌తో ప్యాడ్స్, పిల్లలకు డైపర్లు తయారు చేస్తూ, గ్రామంలోని మహిళలకు ఉపాధి కల్పిస్తూ వాటిని మార్కెటింగ్ చేస్తున్నారు. తమిళనాడు, చిత్తూరు బార్డర్‌లో ఉన్న అతిమంజరీ పేట్‌లో ఉన్న హేమ తన ఉత్పత్తులతో హైదరాబాద్‌లోని క్రాఫ్ట్ కౌన్సిల్‌లోని ప్రదర్శనశాలలో తన స్టాల్ ద్వారా పరిచయం అయ్యారు. అత్యంత నిరాడంబరంగా కనిపిస్తున్న ఆమె... అమెరికాలో సాఫ్ట్‌వేర్ ఇంజనీర్ ఉద్యోగం చేసి, స్వదేశానికి వచ్చి తనను తాను పర్యావరణ ప్రేమికగా ఎలా మలచుకున్నారో, మరికొందరి మహిళలను ఎలా భాగస్వాములను చేస్తున్నారో వివరించారు. "మా ఊరిలో పన్నెండేళ్లుగా ఉంటున్నాం. గ్రామీణ, పట్టణ ప్రాంతాలలో వాడకంలో ఉన్న వస్తువులకు ప్రత్యామ్నాయ, పర్యావరణ అనుకూల ఉత్పత్తులను తయారుచేయాలనే లక్ష్యంగా పెట్టుకున్నాను. చాలా ఆలోచనలు చేశాక మహిళల రుతుక్రమ సమయంలో వాడే ప్యాడ్స్‌కు సంబంధించిన పరిష్కారం కనుక్కోవాలనుకున్నాను. అందులో భాగంగా 2020లో 'కొన్నై' పేరుతో మా ఉత్పత్తులన్నీ గ్రామంలోని మహిళలు, యువతతో కలిసి చిన్న చిన్న సమూహాలుగా ఏర్పాటు చేసి, వారితో తయారుచేస్తున్నాను. మహిళలు, చంటిపిల్లలకు ఉపయోగపడే రీ యూజబుల్ ఉత్పత్తుల తయారీకి కొంతమందిని గ్రూప్‌గా చేసి వారి ఇళ్ల నుంచే, సౌకర్యవంతమైన సమయంలో తయారుచేసిచ్చేలా ప్రణాళిక చేశాను. చదువుకునే అమ్మాయిలకు, అబ్బాయిలకు ఇది ఒక పార్ట్‌టైమ్ ఉపాధి లాగా కూడా ఉపయోగపడుతుంది. వాడకం సులువు.. మృదువుగా, మన్నికగా ఉండటమే కాకుండా వాడిన తర్వాత రెండు గంటల పాటు నీళ్లలో నానబెట్టి, ఎండలో ఆరవేయవచ్చు. తిరిగి వీటిని వాడుకోవచ్చు. వెదురు కాటన్‌ను వాటర్‌ప్రూఫ్ ఫ్యాబ్రిక్‌తో జత చేసి వీటిని తయారుచేస్తుంటాం. ఇవి సురక్షితంగానూ, అనుకూలంగానూ ఉంటాయి. తిరిగి ఉపయోగించడం వల్ల పర్యావరణానికి కలిగే నష్టాన్నీ నివారించవచ్చు. డిస్పోజబుల్ ప్యాడ్‌లలో రసాయనాల కారణంగా చర్మానికి హాని కూడా కలిగిస్తాయి. మహిళలకు రీ యూజబుల్ క్లాత్ ప్యాడ్స్ మాత్రమే కాదు పిల్లలకు డైపర్లు, మ్యాట్లు, వైప్స్.. అన్నీ ఎకో ఫ్రెండ్లీవే తయారుచేస్తున్నాం. ఇవి మృదువుగా ఉంటాయి. కాబట్టి చర్మానికి ఎలాంటి హానీ కలిగించవు. స్మాల్, మీడియమ్.. సైజులను బట్టి డిజైన్ల బట్టి ధరలు ఉన్నాయి. ఆర్డర్లను బట్టి ఒక్కొరికి రూ.5,000 వరకు ఆదాయం లభిస్తుంది. ఇందులో ఇప్పుడు పెద్దగా ఆదాయం రాకపోవచ్చు. నేను ఆదాయం, రాబడి గురించి ఆలోచించడం లేదు. మునుముందు అందరూ పర్యావరణహితంగా మారాల్సిందే. అందుకు నా వంతు ప్రయత్నం చేస్తున్నాను. సొంత ఊరికి... మేం పన్నెండేళ్లు అమెరికాలో ఉన్నాం. నేనూ, మా వారు దేవ్ అక్కడే సాఫ్ట్‌వేర్ ఇంజనీర్లుగా ఉద్యోగాలు చేశాం. మాకు ఇద్దరు పిల్లలు. ఒక దశలో మాకు అక్కడ ఉండాలనిపించలేదు. మొత్తం కుటుంబంతో సొంత ఊరికి వచ్చేశాం. ఇక్కడే ఊళ్లో ఏడెకరాల భూమి కొనుగోలు చేశాం. అందులో ఎక్కువ శాతం రాగులు పండిస్తాం. ఆ పని అంతా మా వారు చూసుకుంటారు. ఎవరికి నచ్చిన పని వాళ్లు... అమెరికన్ సంస్కృతిలో పిల్లల మీద చదువుల ఒత్తిడి ఉండదు. పిల్లలకు ఏది ఇష్టమో, ఏ కళలో నైపుణ్యం సాధించాలనుకుంటారో దానిని వారే కనిపెట్టేలా, నైపుణ్యాలు సాధించేలా చూస్తారు. మేం కూడా పిల్లలను స్కూళ్లను, కాలేజీకి పంపించలేదు. హొమ్ స్కూలింగ్ అని మాకు గ్రూప్ ఉంటుంది. ఆ కమ్యూనిటీలో పిల్లలకు నచ్చినవి చదువుకుంటారు. తప్పనిసరిగా చదవాలనే నిబంధన పెడితే, మనసుకు ఇష్టంలేని దానిమీద వారెప్పటికీ ప్రావీణ్యులు కాలేరు. ఇవన్నీ ఆలోచించాం. పిల్లలకు ఏది ఇష్టమో అదే చేయమన్నాం. ఇద్దరూ సంగీతం నేర్చుకున్నారు. ఇరవై ఏళ్ల మా అబ్బాయికి శాస్త్రీయ సంగీతం అంటే ఎక్కువ ఇష్టం. పద్దె నిమిదేళ్ల మా అమ్మాయి ఉడెన్ ఫర్నీచర్‌లో తన నైపుణ్యాలను చూపుతుంటుంది. నేను పర్యావరణ హితంగా ఉండే పనులు చేయాలనే ఆలోచనతో రీ యూజబుల్ న్యాపికిన్స్ పై దృష్టి పెట్టాను. మా విధానాలు మా ఇతర కుటుంబాల వారికి నచ్చుతుందని నేను అనుకోను. ఎందుకంటే, ఈ పోటీ ప్రపంచంలో ప్రతి ఒక్కరూ పరుగులు పెట్టేవారే. తమకేది నచ్చుతుందో, ఏం చేయగలమో, ఎందులో సంతృప్తి లభిస్తుందో దానిని కనుక్కోలేరు. ప్రకృతి నీడన, నచ్చిన పనుల్లో భాగస్వాములం అవుతూ పర్యావరణహితగా జీవిస్తున్నాం. నా ఈ ఆలోచనను విరివిగా మార్కెట్లోకి తీసుకెళ్లడానికి ఆన్‌లైన్‌లోనే కాకుండా ఆఫ్‌లైన్ ద్వారా రకరకాల క్రాఫ్ట్ మేళాలో పెడుతూ సాధ్యమైనంత వరకు ప్రజల్లోకి తీసుకెళుతున్నాను' అని వివరించారు హేమ.

రోజూ ఈ జ్యూస్ తాగితే ఇన్ని లాభాలా..? ఇప్పటికైనా అలవాటు చేసుకోండి..!

జీర్ణ సమస్యలతో బాధపడేవారికి పైనాపిల్ జ్యూస్ చాలా మేలు చేస్తుంది. మీరు అతిసారం, కడుపు నొప్పి, మలబద్ధకం లేదా ఉబ్బరంతో బాధపడుతుంటే, పైనాపిల్ రసం మీకు సరైనది. ఇది జీర్ణవ్యవస్థను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. ఈ పండులో లభించే కాల్షియం, మెగ్నీషియం, ఇతర పోషకాలు పైనాపిల్స్‌లో తగినంత పరిమాణంలో కనిపిస్తాయి. ఇది ఎముకలు, దంతాలను బలపరుస్తుంది. పైనాపిల్ రసంలో పోషకాలు సమృద్ధిగా లభిస్తాయి.

ముఖ్యంగా మాంగనీస్, కాపర్, విటమిన్ బి6, విటమిన్ సి పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఈ పోషకాలన్నీ ఎముకల ఆరోగ్యం, రోగనిరోధక శక్తి, గాయం నయంకావటం, శక్తి ఉత్పత్తి చేయటానికి, కణజాల సంశ్లేషణలో ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తాయి.ఇందులో ఐరన్, కాల్షియం, ఫాస్పరస్, జింక్, కోలిన్, విటమిన్లు కె, బి కూడా ఉంటాయి. పైనాపిల్ యాంటీఆక్సిడెంట్లు, విటమిన్ సి అద్భుతమైన మూలం. ఇది గుండె ఆరోగ్యాన్ని ప్రోత్సహించడంలో సహాయపడుతుంది. పైనాపిల్ జ్యూస్ తాగడం వల్ల గుండె సంబంధిత వ్యాధులు రాకుండా ఉంటాయి. పైనాపిల్ రసంలో విటమిన్ ఎ లభిస్తుంది. ఇది కంటి చూపును మెరుగుపరచడంలో సహాయపడుతుంది. పిల్లలకు పైనాపిల్ జ్యూస్ ఇవ్వడం వల్ల కంటి చూపు మెరుగుపడుతుంది. అనేక రకాల క్యాన్సర్‌తో పోరాడవచ్చు.. బ్రోమెలైన్ జీర్ణక్రియ, గుండె ఆరోగ్యంతో పాటు అనేక రకాల క్యాన్సర్‌ల నుండి మిమ్మల్ని కాపాడుతుందని అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి. ఆస్తమా లక్షణాలను కూడా తగ్గించవచ్చు. పైనాపిల్ రసం ఉబ్బసంతో ఇబ్బంది పడేవారికి కూడా మేలు చేస్తుంది. పైనాపిల్ జ్యూస్‌లో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉన్నాయి. ఇది మీ శరీరాన్ని డ్యామేజ్ నుండి, ఇతర వ్యాధుల నుండి కాపాడుతుంది. ఇందులో బ్రోమెలైన్ అనే ఎంజైమ్‌ల సమూహం కూడా ఉంటుంది. ఇది వాపును తగ్గిస్తుంది, జీర్ణక్రియను మెరుగుపరుస్తుంది. రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది.

30 ఏళ్లు వచ్చేసరికి.. పురుషుల్లో వచ్చే అనారోగ్య సమస్యలు ఇవే!

సాధారణంగా వయసు పెరిగే కొద్దీ.. ఎన్నో రకాల అనారోగ్య సమస్యలు వస్తూ ఉంటాయి. ఇవి చాలా కామన్ విషయం. కానీ ఇప్పుడున్న రోజుల్లో చిన్న పెద్దా అనే వయసుతో సంబంధం లేకుండా అన్ని రకాల వ్యాధులు వస్తున్నాయి. వీటి పట్ల మొదట్లోనే జాగ్రత్తలు తీసుకోకపోతే.. చిన్న సమస్యలు కాస్తా పెద్ద సమస్యలుగా మారుతున్నాయి. అయితే ఆడవారి కంటే పురుషులు తమ ఆరోగ్యం పట్ల నిర్లక్ష్యం వహిస్తూ ఉంటారు. అస్సలు పట్టించుకోరు. అనారోగ్య సమస్యల లక్షణాలు కనిపించినా కేర్ చేయరు. ఆ తర్వాత ఆస్పత్రి పాలవ్వాల్సి వస్తుంది. ఇటీవల జరిగిన సర్వేల ప్రకారం.. 30 ఏళ్లు దాటిన పురుషుల్లో కొన్ని రకాల హెల్త్ ప్రాబ్లమ్స్ వచ్చే అవకాశాలు ఉన్నాయట. వీటిని ప్రారంభంలో గుర్తించకపోతే.. చివరికి ప్రాణాల మీదకే వస్తుంది. ఇంతకీ పురుషులకు 30 ఏళ్లు దాటాక వచ్చే సమస్యలు ఏంటో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం. ఎముకలు బలహీనం: 30 ఏళ్లు వచ్చిన తర్వాత పురుషుల్లో ఎముకలు

బలహీనంగా మారతాయి. ఈ వయసులో ఆహారం విషయంలో సరైన జాగ్రత్తలు తీసుకోకపోతే.. శరీరంలో విటమిన్ డి, క్యాల్షియం లోపం ఏర్పడుతుంది. దీంతో కీళ్ల నొప్పులు, ఎముకలకు సంబంధించిన సమస్యలు రావచ్చు. కాబట్టి 30 ఏళ్ల వయసులో పురుషులు ఖచ్చితంగా క్యాల్షియం ఉండే ఆహారం తీసుకోవాలి. అలాగే వ్యాయామం కూడా చేయాలి. గుండె జబ్బులు: ప్రస్తుత కాలంలో ఉన్న ఆహారపు అలవాట్ల కారణంగా శరీరంలో చెడు కొలెస్ట్రాల్ అనేది విపరీతంగా పెరిగిపోతుంది. ఈ కొలెస్ట్రాల్ కారణంగా గుండె జబ్బులు వచ్చే అవకాశాలు ఎక్కువగా ఉన్నాయి. కాబట్టి ముందుగానే జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం అవసరం. మీ లైఫ్ స్టైల్‌లో ఖచ్చితంగా మార్పులు చేసుకోవాలి. ఆరోగ్యకరమైన ఆహారాన్ని మాత్రమే తీసుకోవాలి. బరువు పెరగడం: పురుషులకు 30 ఏళ్లు దాటాక.. బరువు అనేది పెరుగుతూ ఉంటారు. ఒత్తిడి, సరైన వేళకు సరైన ఆహారం తీసుకోకపోవడం వంటి కారణాల వల్ల బరువు అనేది పెరిగిపోతారు. ఈ సమయంలో మీరు మీ శరీరంపై ప్రత్యేకమైన శ్రద్ధ వహించాలి. వ్యాయామాలు, వాకింగ్ వంటివి చేయడం వల్ల ఒత్తిడి, బరువు తగ్గుతాయి. క్యాన్సర్: పురుషులకు 30 ఏళ్ల వయసులో ప్రోస్టేట్ క్యాన్సర్ వచ్చే అవకాశం ఉందని పలు అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి. మూత్రంలో మంట, వృషణాల్లో నొప్పి, యూరిన్ సమస్యలు, ఇన్ ఫెక్షన్లు రావచ్చు. మీరు ఈ సమస్యలతో ఇబ్బంది పడితే టెస్టులు చేయించుకోవడం అవసరం.

గుట్టలాంటి పొట్టకు ఛూమంత్రం..

గసగసాలులో ఎన్నో ఔషధ గుణాలు దాగున్నాయి. ఇవి ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తాయి. మసాలా దినుసు గసగసాలు యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ, యాంటీ ఫంగల్, యాంటీ బాక్టీరియల్ లక్షణాలను కలిగి ఉన్నాయి. వీటిని రాగి, ఒమేగా 3 కొవ్వు ఆమ్లాలు, ప్రోటీన్, కార్బోహైడ్రేట్లు, కాల్షియం, ఫైబర్, మాంగనీస్ గొప్ప మూలంగా పరిగణిస్తారు. గసగసాలు అనేక వ్యాధుల నుండి రక్షించడంలో సాయపడతాయి. నాడీ వ్యాధులు, మధుమేహం, గుండె జబ్బులు వంటి వివిధ రకాల ఆరోగ్య సమస్యలను దూరం చేయడంలోగసగసాలుఉపయోగపడతాయి.ఇంకాఎసిడిటీ, మలబద్ధకం సమస్య నుంచి కూడా ఉపశమనం కలిగిస్తాయి. గసగసాలు.. బరువు తగ్గించడంలో కూడా ప్రభావవంతంగా ఉంటాయి. పొట్ట, నడుము చుట్టూ కొవ్వు పెరగడం వల్ల మీరు ఇబ్బంది పడుతుంటే గసగసాలు తీసుకోవడం చాలా మంచిది.. ఎందుకంటే ఇందులోని ఒమేగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్‌లు బరువు తగ్గడానికి సహకరిస్తాయి. గసగసాలలో ఫైబర్ పుష్కలంగా ఉంటుంది.. ఇది బరువు తగ్గడానికి సహాయపడుతుంది. రోజువారీ ఆహారంలో గసగసాలు చేర్చుకుంటే.. కొన్ని రోజుల్లోనే మార్పు వస్తుంది. ఇంకా గసగసాల సిరప్‌ను మార్కెట్ నుంచి కొనుగోలు చేసి, దానిని షర్బత్‌గా చేసుకుని తాగవచ్చు.ఇదితీసుకోవడం వల్లఎక్కువసేపు ఆకలిగా అనిపించకుండా చేస్తుంది. దీంతో బరువు క్రమంగా తగ్గుతుంది.గసగసాలు, పాలు కలిపి తీసుకోవడం వల్ల శరీరానికి అనేక ప్రయోజనాలు చేకూరుతాయి. దీని వినియోగం వల్ల కండరాలు, ఎముకలు బలపడతాయి. ఒక గ్లాసు పాలలో 1టేబుల్ స్పూన్ గసగసాలు వేసిమరిగించి గోరువెచ్చగా ఉన్నప్పుడు త్రాగాలి.

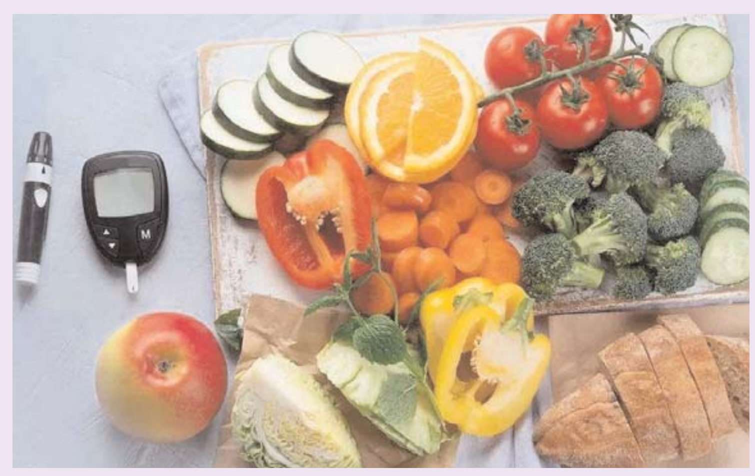
ఉదయాన్నే ఖాళీ కడుపుతో కొత్తిమీర నీళ్లు తాగితే ఏమవుతుందో తెలుసా..?

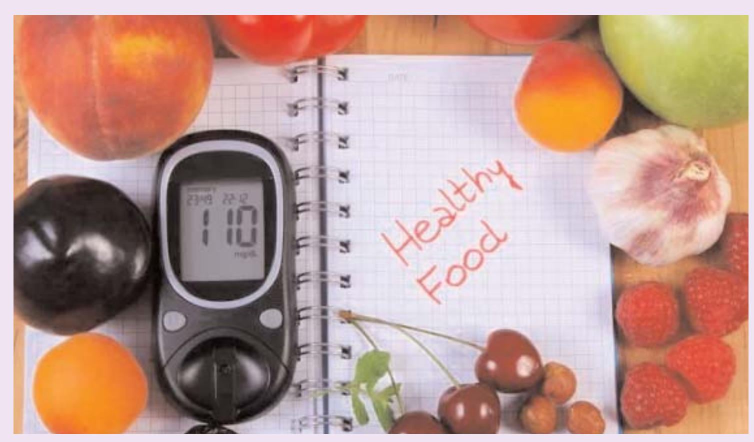
కొత్తిమీర నీరు ఎసిడిటీ, పిత్తాను తగ్గించడంలో చాలా మేలు చేస్తుంది. కొత్తిమీరలోని గుణాలు పొట్టకు మేలు చేస్తాయి. కొత్తిమీర నీరు తాగడం వల్ల కడుపులో యాసిడ్ స్థాయి తగ్గుతుంది. ఎసిడిటీ వల్ల వచ్చే మంట, నొప్పి తగ్గుతుంది. కొత్తిమీరలో యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ గుణాలు ఉన్నాయి. ఇది అసిడిటీ వల్ల వచ్చే సమస్యలను తగ్గిస్తుంది. ఉదయాన్నే ఖాళీ కడుపుతో కొత్తిమీర నీరు తాగడం వల్ల కడుపు సమస్యల నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. కొత్తిమీర నీరు మలబద్ధకం సమస్య నుండి ఉపశమనం పొందడంలో సహాయపడుతుంది. కొత్తిమీరలో అధిక పీచు ఉంటుంది. ఇది జీర్ణక్రియను మెరుగుపరుస్తుంది. కొత్తిమీర గింజలలో ఉండే థైమోల్ అనే పదార్థం మలబద్ధకం నుండి ఉపశమనం కలిగించే జీర్ణ రసాల స్రావాన్ని పెంచుతుంది. అలాగే, కొత్తిమీర నీటిని తీసుకోవడం వల్ల శరీరంలో నీటి శాతం పెరుగుతుంది. ఇది మలబద్ధకం నుండి ఉపశమనం పొందడంలో సహాయపడుతుంది. బరువు నియంత్రణ, బరువు తగ్గడంలో కొత్తిమీర నీరు ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తుంది. కొత్తిమీరలో ఉండే ఫైబర్ కడుపు నిండుగా ఉంచుతుంది. ఆకలి దప్పులను తగ్గిస్తుంది. ఇది జీర్ణక్రియను మెరుగుపరుస్తుంది. బరువు నియంత్రణలో సహాయపడుతుంది. కొత్తిమీరలో ఉన్న పాలీఫెనాల్ యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు కొవ్వును కరిగించడంలో సహాయపడతాయి. థైరాయిడ్ సమస్యలకు సహజ నివారణగా పనిచేస్తుంది. కొత్తిమీర ఆకులు, కాండం యాంటీఆక్సిడెంట్ లక్షణాలను కలిగి ఉంటాయి. ఇవి సరైన థైరాయిడ్ పనితీరుకు సహాయపడతాయి. మీరు దీన్ని ఉదయం ఖాళీ కడుపుతో తాగితే అద్భుత ఫలితం ఉంటుంది. కొత్తిమీరలో గ్లైసెమిక్ 33 మాత్రమే ఉంది. ఇది చాలా తక్కువ. అటువంటి పరిస్థితిలో, ఇది మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులకు ప్రయోజనకరంగా చెప్పవచ్చు. పచ్చి కొత్తిమీర శరీరంలో చక్కెర స్థాయిని తగ్గించి, ఇన్సులిన్ మొత్తాన్ని పెంచుతుంది. అలాగే, రక్తంలో చక్కెర తక్కువగా ఉంటే కొత్తిమీర నీటిని తాగకూడదు. అది రక్తంలో చక్కెరను తగ్గిస్తుంది.

అవిసె గింజలతో ఆరోగ్యమే కాదు.. ఇలా వాడితే మెరిసే అందం మీ సొంతం!

మన శరీరానికి అవసరమైన ఎన్నో పోషకాలు అవిసె గింజల్లో ఉన్నాయి. కొలెస్ట్రాల్, డయాబెటిస్, ఆర్థరైటిస్ వంటి సమస్యలు ఉన్నవారు, ప్రతిరోజూ అవిసె గింజలతో చేసిన ఆహారాన్ని తినడం వల్ల వాటిని అదుపులో ఉంచుకోవచ్చు. మన శరీరానికి ఎంతో అత్యవసరమైన ఒమేగా త్రీ ఫ్యాటీ ఆమ్లాలు అవిసె గింజల్లో ఉంటాయి. ఇవి పిల్లలకు, పెద్దలకు, గర్భిణులకు చాలా అవసరం. అవిసె గింజలతో చేసుకుంటే రోజుకో లడ్డును తినవచ్చు. ఇది శరీరానికి ఎంతో మేలు చేస్తుంది. ఫేస్ ప్యాక్: ఒక టీస్పూన్ అవిసె గింజలను కప్పు నీటిలో వేసి అరగంట పాటు నానబెట్టాలి. తర్వాత చిన్న మంటమీద నీరంతా జెల్‌గా మారేవరకు ఉడికించాలి. చల్లారిన తర్వాత జెల్‌ను ముఖానికి పట్టించాలి. కాసేపటి తర్వాత ముఖాన్ని శుభ్రం చేసుకోవాలి. రోజుకు ఒకసారి ఈ ప్యాక్ వేసుకుంటే చర్మంపై ఉన్న వాపు, మచ్చలు, మొటిమలు తగ్గుతాయి. రోజ్ వాటర్‌తో: అవిసెలను నీళ్లలో నానబెట్టి మిక్సీలో వేసి పేస్టులా చేసుకోవాలి. ఆ పేస్టులో రోజ్ వాటర్ కలిపి ముఖానికి పట్టించాలి. ఇలా చేయడం వల్ల అవిసె గింజల్లో ఉన్న పోషకాలు చర్మాన్ని ప్రకాశవంతంగా మారుస్తాయి. స్క్రబ్ గా ఉపయోగపడుతుంది: చర్మంలో ఉండే మృత కణాలను తొలగించి చర్మాన్ని తాజాగా ఉంచడానికి అవిసె గింజల పొడి మంచి స్క్రబ్‌గా ఉపయోగపడుతుంది. ఇందుకోసం ఒక కప్పులో అవిసె గింజల పొడి, ఒక టేబుల్ స్పూన్ తేనె వేసి బాగా కలుపుకోవాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని ముఖానికి అప్లై చేసుకుని పదిహేను నిమిషాల తర్వాత చల్లటి నీటితో ముఖాన్ని శుభ్రపరుచుకోవాలి. ఇలా చేస్తే చర్మం తాజాగా మారుతుంది. జుట్టు ఆరోగ్యానికి: ఒక టీస్పూన్ అవిసె గింజల పొడిని చిన్న గిన్నెలో వేసి, ఒక గుడ్డును కొట్టి ఆ పొడిలో వేసి బాగా కలపాలి. ఆ మిశ్రమాన్ని ముఖానికి, జుట్టుకు రాసుకుని అరగంట తర్వాత స్నానం చేయాలి. ఇలా చేస్తే జుట్టు మెరుస్తుంది. చర్మం కాంతిమంతంగా మారుతుంది.

షుగర్ లెవెల్స్ అదుపులో ఉంచే దివ్యాస్త్రాలు.. ఈ 5 జాగ్రత్తలు తప్పనిసరి!





డయాబెటిస్ వ్యాధిగ్రస్తులు ఏడాది పొడవునా బ్లడ్ షుగర్ లెవెల్స్ అదుపులో ఉంచుకోవడం సవాలుతో కూడుకున్న విషయం. ముఖ్యంగా వేసవిలో షుగర్ లెవెల్స్‌ను తగ్గించుకోవడం అంత సులువు కాదు. అందుకే డయాబెటిక్ రోగులందరికీ వేసవి కష్టకాలంతో సమానం. అయితే కొన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకుంటే వేసవిలో మీ ఆరోగ్యాన్ని పదిలంగా ఉంచుకోవచ్చంటున్నారు నిపుణులు. వోక్‌హార్డ్ హాస్పిటల్స్ కన్సల్టెంట్ ఫిజిషియన్, డయాబెటాలజిస్ట్ డాక్టర్ మీరా.. డయాబెటిక్ రోగులను వేసవి ఎలా ప్రభావితం చేస్తుందో వివరించారు. సాధారణంగా అధిక వేడి వల్ల అలసట, డీహైడ్రేషన్ వంటి కారణాల వల్ల రక్తంలో చక్కెర స్థాయిని అదుపులో ఉంచుకోవడం కష్టతరం అవుతుంది. అందుకే మధుమేహం ఉన్నవారు వేసవిలో మరింత జాగ్రత్తగా ఉంగాలి. ఎందుకంటే మధుమేహం ఉన్నవారు తమ శరీరంలోని నీటిని త్వరగా కోల్పోతారు. దీంతో సులభంగా నిర్జలీకరణానికి గురవుతారు. పైగా తక్కువ నీరు తీసుకోవడం వల్ల రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు వేగంగా పెరుగుతాయి. దీంతో రక్తనాళాలు, నరాల దెబ్బతినడం వంటి కొన్ని మధుమేహం సమస్యలు స్వేద గ్రంధులపై ప్రభావం చూపుతాయి. పైగా శరీర ఉష్ణోగ్రత కూడా పెరుగుతుంది. ఇది హీట్ ఎగ్జాషన్, హీట్ స్ట్రోక్‌కు కారణమవుతుంది. ఒక్కోసారి ప్రాణాలు కూడా పోతాయి. అందుకే వేసవిలో షుగర్ లెవల్స్ అదుపులో ఉంచుకోవాలి. వేసవిలో మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులు ఈ కింది జాగ్రత్తలు తీసుకుంటే హాయిగా ఉండొచ్చు. ఔ వేసవిలో మధుమేహాన్ని నియంత్రించడానికి తీసుకోవల్సిన జాగ్రత్తలు వీలైనంత హైడ్రేటెడ్‌గా ఉండాలి వేసవి కాలంలో అధిక వేడికారణంగా చెమట ద్వారా ఎక్కువ నీటిని కోల్పోతారు. ఇది నిర్జలీకరణానికి దారితీస్తుంది. నిర్జలీకరణం రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను పెంచడానికి దారితీస్తుంది. అందుకే ఈ కాలంలో నీరు ఎక్కువగా తాగాలి. తద్వారా డీహైడ్రేషన్‌ను నివారించవచ్చు. కానీ చక్కెర కలిపిన తీపి పానీయాలకు దూరంగా ఉండాలి. ఆల్కహాల్ కెఫిన్ వద్దు ఆల్కహాల్, కెఫిన్ ఆధారిత పానీయాలు నిర్జలీకరణానికి దారితీస్తాయి. ఎందుకంటే ఇవి అధిక మూత్రవిసర్జనకు కారణం అవుతాయి. ఈ పానీయాలు శరీరంలో నీటిని కోల్పోవడానికి, రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను పెంచడానికి దారితీస్తాయి. కాబట్టి అలాంటి డ్రింక్స్ తీసుకోవడం తగ్గించాలి. రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను ఎప్పటికప్పుడు చెక్ చేసుకుంటూ ఉండాలి వేసవిలో రక్తంలో చక్కెర స్థాయిని ఎప్పటికప్పుడు తనిఖీ చేసుకుంటూ ఉండాలి. వేడి వాతావరణంలో హృదయ స్పందన రేటు పెరిగి, అధిక చెమటలు పట్టవచ్చు. ఇది రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను ప్రభావితం చేస్తుంది. అందుకే ఈ కాలంలో ఇన్సులిన్ మోతాదును మార్చుకోవాలి. ఇన్సులిన్ మోతాదును మార్చాలనుకుంటే వైద్యుడిని సంప్రదించి నిర్ణయం తీసుకోవాలి. శారీరకంగా చురుకుగా ఉండాలి శారీరకంగా చురుకుగా ఉండటం ద్వారా రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను అదుపులో ఉంచుకోవచ్చు. ఈ కాలంలో యాక్టివ్‌గా ఉండటానికి ఉదయం, సాయంత్రం వేళల్లో వాకింగ్ చేయాలి. ఇలాంటి చిన్నపాటి వ్యాయామాలు చేయడం వల్ల రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలో హెచ్చుతగ్గులు వస్తాయి. అందుకే వ్యాయామాలు చేసే ముందు, పూర్తి చేసిన తర్వాత దాన్ని పరీక్షించుకోవాలి. ఎండలో బయటకు వెళ్లకపోవడం బెటర్ రక్తంలో చక్కెర స్థాయిని అదుపులో ఉంచుకోవడానికి వేసవి ఎండల నుంచి మిమ్మల్ని మీరు వీలైనంత ఎక్కువగా రక్షించుకోవాలి. వడదెబ్బ శరీరాన్ని ఒత్తిడికి గురి చేస్తుంది. రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను పెంచుతుంది. ఒకవేళ తప్పనిసరైతే చర్మానికి సన్ స్క్రీన్ రాసుకోవడంతోపాటు వడదెబ్బను నివారించడానికి టోపీ, సన్ గ్లాసెస్, గొడుగుతో బయటకు వెళ్లాలి. అలాగే, శరీరంలోని బహిర్గత భాగాలను కవర్ చేసేలా చూసుకోవాలి.

కన్నప్ప ఫస్ట్‌లుక్ రిలీజ్

లాలెట్టన్ (మోహన్ లాల్) కిరాట అనే పవర్‌ఫుల్ రోల్‌లో మోహన్‌లాల్ ఒకవైపు ఫ్యామిలీ గొడవలతో సతమవుతున్న మంచు ఫ్యామిలీ.. మరోవైపు తమ కలల ప్రాజెక్ట్ కన్నప్పను పూర్తి చేసే పనిలో పడింది. మంచు కుటుంబం నుంచి వస్తున్న మోస్ట్ ప్రెస్టీజియస్ ప్రాజెక్ట్ కన్నప్ప. దాదాపు రూ.100 కోట్ల బడ్జెట్‌తో వస్తున్న ఈ సినిమాను కలెక్షన్ కింగ్ మంచు మోహన్ బాబు నిర్మిస్తుండగా.. మంచు విష్ణు కథానాయకుడిగా నటిస్తున్నాడు. హిస్టారికల్ కం మైథాలజీ బ్యాక్‌డ్రాప్‌లో వస్తున్న ఈ చిత్రంలో ప్రభాస్‌తో పాటు బాలీవుడ్, కోలీవుడ్ అగ్ర తారలు నటిస్తున్న విషయం తెలిసిందే. ఈ చిత్రానికి మహాభారతం సీరియల్ ఫేమ్ ముఖేష్‌కుమార్ సింగ్ దర్శకత్వం వహిస్తున్నాడు. ఇప్పటికే ఈ మూవీ నుంచి మంచు మోహన్ బాబు, మంచు విష్ణులతో పాటు ప్రముఖుల ఫస్ట్ లుక్‌లను పంచుకున్న చిత్రబృందం తాజాగా మళయాలం స్టార్ నటుడు మోహన్ లాల్ ఫస్ట్ లుక్‌ను విడుదల చేసింది. ఈ సినిమాలో లాలెట్టన్ (మోహన్ లాల్) కిరాట అనే పవర్‌ఫుల్ రోల్‌లో కనిపించబోతున్నట్లు చిత్రబృందం తెలిపింది.

సీమ బ్యాక్‌డ్రాప్‌తో అఖిల్ కొత్త సినిమా

కెరీర్‌లో సరైన బ్రేక్ ఎదురుచూస్తున్న యాక్టర్లలో ఒకరు అక్కినేని అఖిల్. గతేడాది సురేందర్ రెడ్డి దర్శకత్వంలో నటించిన ఏజెంట్ బాక్సాఫీస్ వద్ద బోల్తా కొట్టింది. ఇప్పటివరకు నటించిన బ్యాక్ టు బ్యాక్ సినిమాలు ఆశించిన స్థాయిలో ప్రేక్షకులను ఇంప్రెస్ చేయక పోవడంతో.. అఖిల్ నెక్స్ట్ ఏ సినిమా ప్రకటిస్తాడా.. ? అని ఎదురుచూస్తున్న వారి కోసం కొత్త అప్‌డేట్ తెరపైకి వచ్చింది. అఖిల్ కొత్త ప్రాజెక్ట్ రాయలసీమ బ్యాక్ డ్రాప్‌లో సాగే ప్రేమ కథని తెలుస్తోంది. మురళీ కిశోర్ అబ్బూరు దర్శకత్వం వహిస్తున్న ఈ మూవీ లాంచ్ కూడా పూర్తయినట్టు వార్తలు వస్తుండగా.. మేకర్స్ నుంచి అధికారిక ప్రకటన రావాల్సి ఉంది. ఈ చిత్రానికి ఎస్ థమన్ సంగీతం అందించనున్నాడు. అంతేకాదు ఈ మూవీలో డ్యాన్సింగ్ క్వీన్ శ్రీలీల అఖిల్‌కు జోడీగా కనిపించబోతుందని.. హెూం బ్యానంప్లై నాగార్జున, నాగవంశీ సంయుక్తంగా తెరకెక్కించ నున్నారని ఇన్ సైడ్ టాక్. మురళీ కిశోర్ అబ్బూరు వినరో భాగ్యము విష్ణు కథ చిత్రాన్ని తెరకెక్కించాడు. మరి ఈ డైరెక్టర్ అఖిల్‌కు మంచి బ్రేక్ ఇస్తాడా..? అన్నది తెలియాల్సి ఉంది. అఖిల్ నిశ్చితార్థం జైనబ్ రవ్జీతో నవంబర్ 26న ఘనంగా జరిగింది. వీరి వెడ్డింగ్ వివరాలపై క్లారిటీ రావాల్సి ఉంది.

అల్లుఅర్జున్ సీఎం అవుతాడు : జోతిష్యుడు వేణు స్వామి

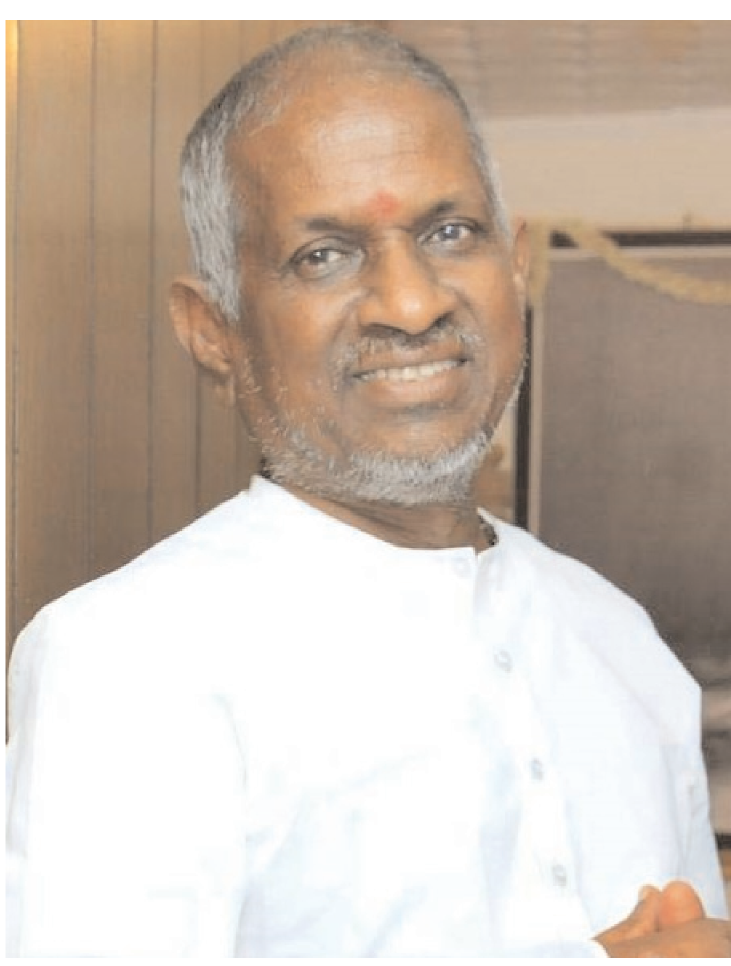
తన వివాదాస్పద వ్యాఖ్యలతో ఎప్పుడు వార్తల్లో నిలిచే ప్రముఖ జోతిష్యుడు వేణు స్వామి మరోసారి సంచలన వ్యాఖ్యలు చేశాడు. జైలుకి వెళ్లిన వాళ్లందరూ సీఎం అవుతున్నారు కాబట్టి అల్లు అర్జున్ కూడా ఫ్యూచర్‌లో సీఎం అవుతాడని తెలిపాడు. తాజాగా ఒక ఇంటర్వ్యూలో పాల్గోన్న ఆయన మాట్లాడుతూ.. జగన్ మోహన్ రెడ్డి జైలుకు వెళ్లిన వచ్చిన అనంతరం ఎలా సీఎం అయ్యాడో అలాగే అల్లు అర్జున్ కూడా ముఖ్యమంత్రి అవుతాడని.. జైలుకు వెళ్లిన అనంతరం జగన్ ఎలా కసితో బయటికి వచ్చాడో అంతకంటే 100 100 రేట్ల ఫైర్‌తో అల్లు అర్జున్ బయటికి వచ్చాడు. అతడు ఇప్పుడు పాన్ ఇండియన్ స్టార్ అయ్యాడు. భవిష్యత్‌లో ముఖ్యమంత్రి కూడా అయ్యే ఛాన్స్ ఉంది అంటూ వేణు స్వామి తెలిపాడు.

అగ్రనటుడు ప్రభాస్‌కు షూటింగ్‌లో గాయం

అగ్ర కథానాయకుడు ప్రభాస్ తృటిలో ప్రమాదం నుంచి తప్పించుకున్నాడు. ఓ సినిమా షూటింగ్‌లో భాగంగా.. ఆయన గాయపడినట్లు సమాచారం. ప్రస్తుతం ఆయన విశ్రాంతి తీసుకుంటున్నట్లు తెలుస్తుంది. అయితే ఈ విషయాన్ని ప్రభాస్ సోషల్ మీడియా వేదికగా వెల్లడించాడు. ఆయన ప్రధాన పాత్రలో నటించిన చిత్రం 'కల్కి 2898 ఏడీ'. నాగ్ అశ్విన్ దర్శకత్వంలో వచ్చిన ఈ చిత్రం సూపర్ హిట్‌గా నిలవడమే కాకుండా రూ.1100 కోట్లకు పైగా వసూళ్లను రాబట్టింది. అయితే ఈ సినిమాను వచ్చే ఏడాది జపాన్‌లో విడుదల చేస్తున్నారు మేకర్స్. జనవరి 3న జపాన్‌లో విడుదల కానుంది. ఈ సందర్భంగా జపాన్‌లో ప్రమోషన్స్‌లో పాల్గొనాల్సి ఉంది ప్రభాస్. అయితే తాను ఈ వేడుకకు రాలేకపోతున్నానని ప్రభాస్ వెల్లడించారు. మీరు నాపై చూపిస్తున్న ప్రేమకు, అభిమానాలకు ధన్యవాదాలు. జపాన్‌లోని అభిమానులని కలవాలని ఎప్పటినుంచో అనుకుంటున్నా. కానీ మూవీ షూటింగ్‌లో నా కాలుకు గాయమైంది. దీంతో ఈ జపాన్‌కు రాలేకపోతున్న.. ఈ విషయంలో నన్ను క్షమించండి అంటూ ప్రభాస్ రాసుకోచ్చాడు.

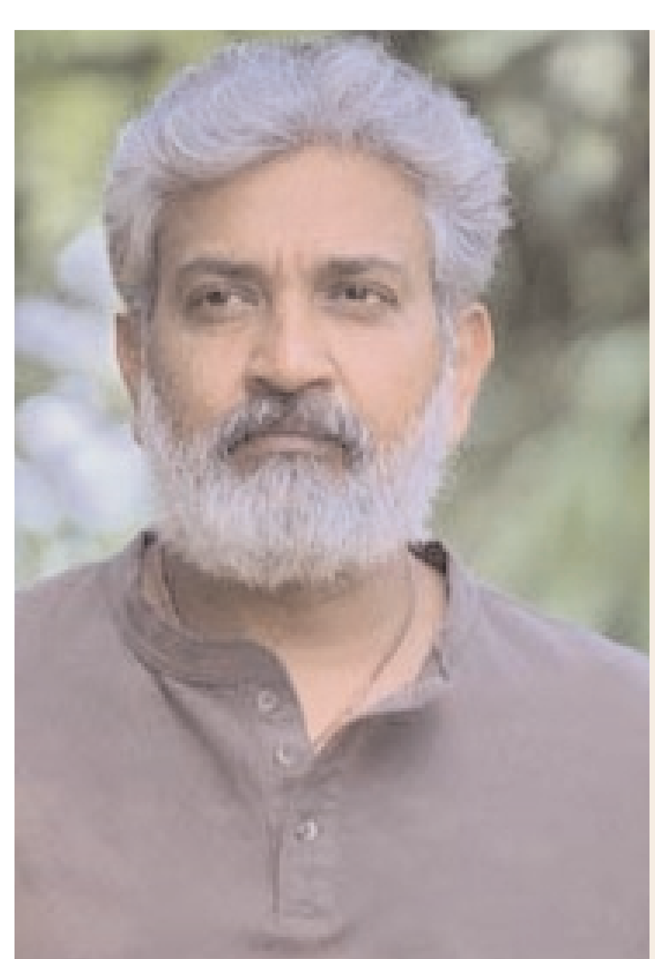
ఆలయంలో ఇళయరాజాకు అవమానం

దిగ్గజ సంగీత దర్శకుడు ఇళయరాజాకు ఆలయంలో అవమానం జరిగినట్లు తెలుస్తుంది. తమిళనాడులోని శ్రీవిల్లిపుత్తూరులో ఉన్న ఆండాళ్ దేవాలయంలో గర్భగుడికి వెళ్లిన ఇళయరాజాను అక్కడున్న పూజారులు బయటకు పంపించిన దృశ్యాలు ప్రస్తుతం సోషల్ మీడియాలో వైరల్‌గా మారాయి. డిసెంబర్ 16 నుంచి మార్గశిర మాసం ప్రారంభమవుతుండటంతో తమిళనాడులోని శ్రీవిల్లిపుత్తూరు ఆండాళ్ ఆలయంలోని అండాళ్, రంగమన్నార్‌లన్ దర్శించుకునేందుకు ఇళయరాజా ఆలయానికి చేరుకున్నాడు. ఆలయంలోకి వెళ్లిన అనంతరం ఇళయరాజాతో పాటు చిన్నజీయర్ కూడా అతడి వెంట ఉన్నాడు. అయితే స్వామివారి దర్శనం కోసం గర్భగుడి ముందు ఉన్న అర్థ మండపంలోకి రాజా ప్రవేశించడానికి ప్రయత్నించగా.. అక్కడ ఉన్న పూజారులతో పాటు చిన్న జీయర్ కూడా బయటనే ఉండమని చెప్పారు. దీంతో అర్థ మండపం మెట్ల దగ్గర నిలబడి ఇళయరాజా ఆలయ మర్యాదలను స్వీకరించడంతో పాటు స్వామివారిని దర్శించుకున్నాడు. అయితే గర్భగుడిలోకి ఇళయరాజాను రానివ్వక పోవడం కలకలం రేపింది. ఈ విషయంపై నెటిజన్లు ఆగ్రహం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. ఎన్నో పాటల్లో స్వామిని కీర్తించిన సంగీత విద్వాంసుడికి దక్కిన గౌరవం ఇదేనా అంటూ కామెంట్లు పెడుతున్నారు. కాగా ప్రస్తుతం ఇందుకు సంబంధించిన వీడియో సోషల్ మీడియాలో వైరల్‌గా మారింది.



తుపాకీని సరెండర్ చేసిన మోహన్‌బాబు

ఫ్యామిలీ గొడవల నేపథ్యంలో నటుడు మంచు మోహన్ బాబు తన లైసెన్స్డ్ గన్ను పోలీసులకు సరెండర్ చేశారు. మోహన్ బాబు తన పర్సనల్ పీఆర్వో ద్వారా డబుల్ బ్యారెల్ గన్ను చంద్రగిరి పోలీసులకు అప్పగించినట్లు సమాచారం. గతకొన్ని రోజులుగా మంచు మోహన్ అతడి కుమారుడు మంచు మనోజ్‌లకు మధ్య వివాదాలు తలెత్తిన విషయం తెలిసిందే. ఈ నేపథ్యంలోనే మోహన్ బాబు, మంచు మనోజ్ బాబు పోలీసులను ఆశ్రయించగా.. ముందుజాగ్రత్త చర్యల్లో భాగంగా వారి తుపాకుల్ని సరెండర్ చేయమని పోలీసులు ఆదేశించారు.



ఆయుధ పూజకు స్టెప్పులేసిన రాజమౌళి

ఆస్కార్ అవార్డు విజేత, ప్రముఖ సంగీత దర్శకుడు ఎమ్.ఎమ్. కీరవాణి ఇంట్లో పెళ్లి బాజాలు మోగిన విషయం తెలిసిందే. ఆయన చిన్న కుమారుడు మత్తు వదలరా ఫేం శ్రీ సింహా తాజాగా పెళ్లి బంధంలోకి అడుగుపెట్టాడు. సీనియర్ నటుడు మురళీ మోహన్ మనవరాలు రాగ మాగంటిని శ్రీసింహ వివాహం చేసుకున్నాడు. అయితే వీరి పెళ్లిలో రాజమౌళి దంపతులు అమ్మా నాన్న ఓ తమిళ అమ్మాయి సినిమాలోని 'లంచ్ కొస్తావా మంచె కొస్తావా' పాటకు స్టెప్పులేసిన సంగతి తెలిసిందే. దీనికి సంబంధించిన వీడియో ఇప్పటికే వైరల్‌గా మారింది. అయితే పెళ్లి అనంతరం శ్రీ సింహ బారాత్ జరుగగా.. ఈ వేడుకలో రాజమౌళి మళ్లీ తన డాన్స్‌తో అలరించాడు. ఎన్టీఆర్ నటించిన దేవర సినిమాలోని ఆయుధ పూజ పాటకి కీరవాణి పెద్ద కొడుకు కాలా భైరవతో కలిసి స్టెప్పులేశాడు. కాగా ఈ వీడియోను మీరు చూసేయండి.

Printed, Published & Owned by B. Srinivas, Printed at Abhyudaya Publications,& Printers Algunoor, MDI: Thimmapur District, Karimnagar. 505001(T.S) Published at H.NO. 6-3-289,Kishan Nagar, Karimnagar MDI: District karimnagar- 505001(T.S) Editor: B.Srinivas, RNI NO. APTEL/2006/18964, Cell : 7989575563, Mail:thecrimenews123@gmail.com