

ప్రారంభమైన మినీ మేడారం

తరలివస్తున్న వేలాదిమంది భక్తులు తగిన ఏర్పాటు చేసిన అధికారులు



హైదరాబాద్ : ప్రపంచంలోనే అతిపెద్ద గిరిజన జాతరగా మేడారం సమ్మక్క-సారలమ్మల జాతర పేరు కాంచింది. ఈ క్రమంలోనే నేటి నుంచి మినీ మేడారం జాతర ప్రారంభం అయ్యింది. బుధవారం నుంచి 15వ తేదీ వరకు జాతర జరగనుంది. సాధారణంగా ప్రతి రెండేళ్లకు ఒకసారి మేడారం మహా జాతర జరుగుతుంది. మధ్యలో వచ్చే ఏడాది మాత్రం మినీ జాతరను నిర్వహిస్తారు. బుధవారం మండమెలిగే పండుగతో మినీ జాతరను ప్రారంభించారు. ఇక గురువారం నాడు మండమెలిగే పూజలు.. శుక్రవారం నాడు భక్తుల మొక్కుల చెల్లింపు.. శనివారం నాడు చిన్నజాతర నిర్వహిస్తారు. **2లో**



గురువారం, ఫిబ్రవరి 13, 2025	సంపుటి - 20	సంచిక 138	వెల - 4రూ	పేజీలు - 12
Hyderabad, Karimnagar, Khammam, Nalgonda, Nizamabad, Warangal, Mahabubnagar.				

సోమరులను తయారు చేస్తున్న ఉచిత పథకాలు

కష్టపడకుండానే డబ్బులు వస్తే పనిచేస్తారా

రాజకీయ పార్టీల ఉచిత హామీలపై సుప్రీం వ్యాఖ్యలు



న్యూఢిల్లీ :

ఉచిత పథకాలతో ప్రజల్లో కష్టపడే తత్వం పోతోందని, వారు పనులకు దూరంగా ఉంటున్నారని, రాజకీయ పార్టీల ఉచిత పథకాలను ఉద్దేశిస్తూ సుప్రీంకోర్టు కీలక వ్యాఖ్యలు చేసింది. ఎన్నికల సమయంలో ఆయా రాజకీయ పార్టీలు ఉచితాలను ప్రకటించే పద్ధతి మంచి కాదని వ్యాఖ్యానించింది. పట్టణ ప్రాంతాల్లో నిరాశ్రయులకు ఆశ్రయం కల్పించాలని

దాఖలైన పిటిషన్లపై విచారణ చేపట్టిన న్యాయస్థానం.. ఉచితాలపై ఈ వ్యాఖ్యలు చేసింది. 'ఉచిత పథకాలు మంచివి కావు. దురదృష్ట వశాత్తూ.. వీటి కారణంగా ప్రజలు కష్టపడి పని చేసేందుకు ఇష్టపడడం లేదు. ఉచితంగా రేషన్, డబ్బులు అందుతున్నాయి. ఎలాంటి పని చేయకుండానే డబ్బులు వస్తుండటంతోనే ఇలా జరుగుతోంది. ప్రజలకు సౌకర్యాల అందించాలన్న **మిగతా 2లో**

స్థానిక సంస్థల ఎన్నికలకు రేవంత్ కనరత్తు

సీనియర్లకు ప్రాధాన్యం... వీహెచ్ కు కీలక పదవి..?



సీఎం రేవంత్ రెడ్డి కాంగ్రెస్ పార్టీలో మొదటి నుంచి ఉన్న సీనియర్లకు గౌరవం ఇస్తూనే తగిన పదవులు కట్టబెట్టేందుకు కనరత్తు చేస్తున్నారు. అందున స్థానిక సంస్థల ఎన్నికలు కూడా సమీపిస్తున్నందున సీనియర్లతో కలిసి ప్రయాణం చేసేందుకు సిద్ధమవుతున్నారు. అందుకే మంత్రివర్గ విస్తరణ.. నామినేటెడ్ పోస్టుల పైన కాంగ్రెస్ అధి నాయకత్వం ఆచి తూచి వ్యవహరిస్తోంది. ఈ నెలాఖరులో తెలంగాణ అసెంబ్లీ బడ్జెట్ సమావేశాలు ప్రారంభం కానున్నాయి.

హైదరాబాద్ :

పార్టీలో సీనియర్లకు ప్రాధాన్యత పైన రాహుల్ గాంధీ ఇప్పటికీ సీఎం రేవంత్ కు స్పష్టత ఇచ్చినట్లు తెలుస్తోంది. అందులో భాగంగా వీహెచ్ కు కీలక పదవి ప్రకటనకు ముఖ్యమంత్రి సిద్ధం అవుతున్నట్లు సమాచారం. తెలంగాణలో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ఏర్పడి 14 నెలలు పూర్తయింది. పార్టీ సీనియర్లు ఇంకా కొందరికి

ప్రాధాన్యత దక్కటం లేదు. ఈ అంశం పైన ఢిల్లీకి లేఖలు వెళ్ళాయి. దీంతో, రాహుల్ గాంధీ పార్టీ సీనియర్లకు తగిన గుర్తింపు ఇవ్వాలని రేవంత్ కు స్పష్టం చేసినట్లు తెలుస్తోంది. అందులో భాగంగా వారికి పదవుల పైన రేవంత్ కనరత్తు చేస్తున్నారు. పార్టీ సీనియర్ నేత వీహెచ్ కు కీలక పదవి దక్కే అవకాశం కనిపిస్తోంది. వీహెచ్ పార్టీ అధికారంలోకి వచ్చిన రాజ్యసభ సీటు ఆశించారు. **2లో**



ఫ్రాన్స్ లో యుద్ధవీరులకు మోడీ నివాళి

మార్సెయిల్ లో భారత కాన్సులేట్ కార్యాలయానికి ప్రారంభం

న్యూఢిల్లీ : ఫ్రాన్స్ లో ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ మూడు రోజుల అధికారిక పర్యటన కొనసాగుతోంది. ఇందులో భాగంగా బుధవారంనాడు పలు కార్యక్రమాల్లో మోదీ పాల్గొన్నారు. దక్షిణ మార్సెయిల్ లోని మజార్స్ యుద్ధ

శ్మశానవాటికను సందర్శించి మొదటి, రెండవ ప్రపంచ యుద్ధంలో అమరులైన భారత జవాన్లకు శ్రద్ధాంజలి ఘటించారు. ప్రధాని వెంట ప్లాన్స్ కార్యక్రమాల్లో మోదీ పాల్గొన్నారు. దక్షిణ మార్సెయిల్ లోని మజార్స్ యుద్ధ శ్మశానవాటికను సందర్శించి మొదటి, రెండవ ప్రపంచ యుద్ధంలో అమరులైన భారత జవాన్లకు శ్రద్ధాంజలి ఘటించారు. ప్రధాని వెంట ప్లాన్స్ కార్యక్రమాల్లో మోదీ పాల్గొన్నారు. **2లో**

బసిలను అణచాలని చూస్తే ఊరుకోం

బసి లెక్కలన్నీ తప్పల తడకలే

మేధోమధన నడస్సులో తీవ్రార్త మల్లన్న ఘాటు వ్యాఖ్యలు

హైదరాబాద్ :

ఎవరైనా బీసీ జాతుల గొంతు మీద కాలు పెడతామని అంటే ఊరుకోం బిడ్డా.. మీ అంతు చూస్తామని ఎమ్మెల్యే తీవ్రార్త మల్లన్న ఘాటు వ్యాఖ్యలు చేశారు. బంజారాహిల్స్

కళింగభవన్ లో తెలంగాణ ప్రభుత్వ కులగణన సర్వే రిజల్ట్స్ పూర్తిపరాలు, సమస్యలు, అందోళనకర అంశాలు, పరిష్కార మార్గాలు అంతంపై బుధవారం మేధోమధన నడస్సు నిర్వహించారు. -వీపుల్స్ కమిటీ ఆన్ క్యాస్ట్ సెన్సెస్ అల్ ఇండియా బ్యాక్ వర్డ్ క్లాస్ సెన్

ఫెడరేషన్, తెలంగాణ బ్యాక్ వర్డ్ క్లాస్ ఎంప్లాయిస్ ఫెడరేషన్ ఆధ్వర్యంలో జరిగిన ఈ నడస్సుకు తీవ్రార్త మల్లన్న హాజరై ప్రసంగించారు. మనం ఇప్పటి వరకు కులగణనలోని లోపాలను సమాజం ముందు పెట్టినం.. **మిగతా 2లో**



వచ్చే అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో తమది ఒంటరి పోరాటమే



కోల్ కతా : రానున్న అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో తృణమూల్ ఒంటరి పోరాటంచేస్తుందని ఆ పార్టీ అధినేత్రి మమతా బెనర్జీ స్పష్టం చేశారు. పశ్చిమ బెంగాల్ లో 2026 ఏప్రిల్-మే నెలల్లో జరిగే అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో అధికార తృణమూల్

బెంగాల్ లో వరుసగా నాలుగోసారి విజయం సాధిస్తాం సిఎం మమతా బెనర్జీ ఆసక్తికర వ్యాఖ్యలు

కాంగ్రెస్ ఒంటరిగానే పోటీ చేస్తుందని ముఖ్యమంత్రి మమతా బెనర్జీ పార్టీ శాసనసభాపక్ష సమావేశంలో ప్రకటించారు. పార్టీ అధికార పత్రిక జాగో బింగ్లా ఈ విషయం వెల్లడించింది. తమకు ఎవరి మద్దతు అవసరం **2లో**

మాఘపౌర్ణమితో కుంభమేళాలో పుణ్యస్నానాలు

లక్ష్మలాదిగా తరలివచ్చిన భక్తులు



మాఘ పూర్ణిమ సందర్భంగా మహా కుంభమేళాకు లక్ష్మలాది మంది భక్తులు పోకొన్నారు. ఉత్తరప్రదేశ్ లోని ప్రయాగ్ రాజ్ కు తండ్రిపతండాలుగా భక్తులు తరలివచ్చారు. ఉదయం నుంచి దాదాపు కోటిమంది భక్తులు పుణ్య స్నానాలు ఆచరించారు. ఇంకా లక్ష్మలాది మంది భక్తులు తరలివస్తున్నారు. **2లో**

2008 డీఎస్సీ అభ్యర్థులకు కొలువులు

సెకండరీ గ్రేడ్ తీచర్లు (ఎన్ జీటీ)లుగా రెండు, మూడు రోజుల్లో నియోమకం నెలకు రూ.31,030 చొప్పున చెల్లించనున్న సర్కారు

2

హైదరాబాద్ : తెలంగాణ రాష్ట్రంలో ఉన్న డిఎస్సీ 2008లో సప్తపోయిన బాధితులకు మరోవారంలో కొలువులు దక్కనున్నాయి. గతంలోనే ఈ మేరకు ప్రకటన ఇచ్చినప్పటికీ దానిని రేవంత్ సర్కార్ నిలబెట్టుకోలేదు. దీంతో మరోమారు డిఎస్సీ బాధితులకు న్యాయం చేసేందుకు ప్రభుత్వం ముందుకొచ్చింది. అయితే ఈసారి ప్రభుత్వం మాటమీద నిలబడుతుందో.. లేదో.. అన్నది వేచిచూడాల్సిందే.

రోజురోజుకూ సాంకేతికరంగం అభివృద్ధి

టెక్నాలజీని వినియోగించుకొని ప్రగతిని సాధించాలి

సీఎం నారాచంద్రబాబునాయుడు



అమరావతి : రోజురోజుకూ సాంకేతికరంగం అభివృద్ధి చెందుతుందని, దానికనుగుణంగా అతర్వాత చేసినప్పుడే ప్రగతి పథంలో నడవగలుగుతామని ఏపీ సీఎం నారా చంద్రబాబునాయుడు అన్నారు. ప్రస్తుతం ప్రపంచాన్ని ఏబి (ఆర్టిఫిషియల్ ఇంటెలిజెన్స్) శాసిస్తోందని తెలిపారు. రాబోయే రోజుల్లో డేటా సందర్భ అవుతుందని ఆయన పేర్కొన్నారు. **మిగతా 2లో**

నోటాను కల్పిత అభ్యర్థిగా ప్రతిపాదించిన ఈసీ

తీవ్రంగా వ్యతిరేకించిన రాజకీయ పార్టీలు

ఏకగ్రీవాల పేరుతో దండాలను అరికట్టాలన్న ఈసీ రాజకీయ పార్టీలతో భేటీలో కుదరని ఏకాభిప్రాయం



హైదరాబాద్ : ఎన్నికల ఫలితాలను ప్రకటించేటప్పుడు నోటాను 'కల్పిత' ఎన్నికల అభ్యర్థిగా పరిగణించడం, పోటీ చేస్తున్న అభ్యర్థి 'కల్పిత' అంటే నోటా కంటే అభ్యర్థి అంటే నోటా అత్యధిక సంఖ్యలో సమాన ఓట్లను పొందినట్లయితే, పోటీ

చేస్తున్న అభ్యర్థి ఎన్నికైనట్లు ప్రకటించడం, ఎన్నికల్లో పోటీ చేస్తున్న అభ్యర్థులందరూ వ్యక్తిగతంగా 'కల్పిత' ఎన్నికల అభ్యర్థి' అంటే నోటా కంటే తక్కువ ఓట్లు పొందినట్లయితే, పోటీ చేస్తున్న అభ్యర్థులలో ఎవరూ ఎన్నికైనట్లు

ప్రకటించబడరు. ఎవరు ఎన్నిక కానట్లు అయితే, ఆ స్థానానికి తిరిగి ఎన్నిక నిర్వహించబడుతుంది. నోటా కంటే తక్కువ ఓట్లు పొందిన పోటీ చేస్తున్న అభ్యర్థులందరూ తిరిగి ఎన్నికల్లో పోటీ చేయడానికి అర్హులు కారు? **2లో**

స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల్లో నోటాను కల్పిత అభ్యర్థిగా పేర్కొనడం జరిగే లోపాల రాజకీయ పార్టీలతో విత్తుల సాంకేతికరంగం అభివృద్ధి చెందుతుందని, దానికనుగుణంగా అతర్వాత చేసినప్పుడే ప్రగతి పథంలో నడవగలుగుతామని ఏపీ సీఎం నారా చంద్రబాబునాయుడు అన్నారు. ప్రస్తుతం ప్రపంచాన్ని ఏబి (ఆర్టిఫిషియల్ ఇంటెలిజెన్స్) శాసిస్తోందని తెలిపారు. రాబోయే రోజుల్లో డేటా సందర్భ అవుతుందని ఆయన పేర్కొన్నారు. **మిగతా 2లో**

సంపాదకీయం

కులాల కుంపట్లో చలికామకుంటున్న రాజకీయ పార్టీలు!

ఏరోజుకు ఏది అవసరమో అది మాట్లాడడం..ఆయా వర్గాలను ఆకట్టుకునేలా చెప్పడం రాజకీయ పార్టీలకు షరా మామూలు అయ్యింది. దేశంలో బడుగు,బలహీన వర్గాలతో పాటు, నిమ్మ వర్గాలను దువ్వడంలో రాజకీయ పార్టీలు ఆరితేరాయి. తాజాగా ఇప్పుడు ఎస్సీవర్గీకరణ, బిసి కులగణన వ్యవహారం నడుస్తోంది. ఈ రెండు వర్గాలను ఆకట్టుకునేందుకు ఆయా పార్టీలు జెండాల్ెత్తుకున్నాయి. తామే వారికి రక్షణ కవచమని, వారి అభ్యున్నతే తమ రాజకీయం అని చెబుతున్నాయి. తెలంగాణలో బిసి కులగణన సరిగా జరగలేదని బిజెపి, బిఆర్ఎస్ వాదిస్తున్నాయి. పక్కా ప్రణాళికతో చేపట్టామని కాంగ్రెస్ చెబుతోంది. ఎవరు కరెక్ట్..ఎవరు రాంగ్ అన్నది ఆయా వర్గాల ప్రజలు విశ్లేషించుకుంటున్నారు. నిజానికి ఏ పార్టీ కూడా ఈ కులాలకు పెద్దపీట వేయడంలేదు. కాంగ్రెస్ అధ్యక్షుడుగా దళితుడైన మల్లికార్జున ఖర్గే ఎన్నికైనా అది పేరుకు మాత్రమే. పెత్తనం, వ్యవహారమంతా రాహుల్, సోనియా, ప్రియాంకల గుప్పిట్లో ఉంది. అదో కుటుంబ పార్టీగా మారింది. బిఆర్ఎస్లో అయితే పూకా కుటుంబ పార్టీయే. టిడిపి కూడా మరీ కుటుంబ పార్టీ అనక తప్పదు. వీరంతా ఇప్పుడు కులాల ఉద్దరణకు వీరతాళ్ళు వేసుకున్నారు. బిసిలపై కాంగ్రెస్కు ప్రేమలేదని, వారిని మోసం చేశారని తెలంగాణలో బిజెపి, బిఆర్ఎస్లు అంటున్నాయి. అందుకే ఇప్పుడు బిజెపి కూడా బిసి అధ్యక్షుడిని చేస్తుందన్న ప్రచారం ఉంది. కాంగ్రెస్ ఇప్పటికే బిసిని అధ్యక్షుడిగా చేసేసింది.బిఆర్ఎస్లో ఆ ఛాన్స్ లేదు. అక్కడ వెలమదొరలు తప్ప మరొకరికి ఛాన్స్ లేదు. టిడిపిలో చంద్రబాబు కుటుంబం తప్ప మరొకరికి ఛాన్స్ లేదు. ఇలా పార్టీల్లోనే న్యాయంచేయలేని వారు ఎస్సీ, బిసిలకు న్యాయం చేస్తామంటే నమ్మడం ఎలా అన్నదే సమస్య. దేశంలో రాజకీయ పార్టీలు, ప్రజా సంఘాలు, కార్మిక సంఘాలు అన్నీ అగ్రవర్ణాల నాయకత్వంలోనే నడుస్తున్నాయి. కమ్యూనిస్టుల్లో కూడా అగ్రకులాలదే పెత్తనం అని వేరుగా చెప్పనక్కరలేదు. తమ గుప్పిట్లో అధికారం ఉండాలి...కానీ తము మాత్రం కింది కులాల వారికి అండగా ఉన్నామని చెప్పుకోవాలన్న తలబిరుసుతనంతో ఆయా పార్టీల నేతలు ఉన్నారు. అందుకే పార్టీ నాయకత్వ మైనా, అధికార పెద్దరికమైనా చేజారిపోకుండా జాగ్రత్త పడుతూనే ఉంటారు. ఇప్పటికీ తక్కువ కులాల్లో జాతి వివక్ష కొనసాగుతోంది. దీనిని తొలగించి వారిని సమాజంలో అందరితో సమానంగా చేయడానికి ప్రయత్నాలు సాగడం లేదు. అంతెందుకు కులవ్యవస్థ నిర్మూలనకు ఎవ్వరూ పోరాడడం లేదు. కులాల పేరు చెప్పి రాజకీయ పట్నం గడుపుకునేందుకు అలవాటు పడ్డ వీరు కలుఅలను సజీవంగా కొనసాగించేలా చేస్తున్నారు. బడుగువర్గాల, శ్రమజీవుల ప్రతినిధులమని చెప్పుకొనే పార్టీల్లో కూడా ఈ జాడ్యం కొనసాగడం దారుణం. మరోవైపు అగ్రకుల అధిపత్యానికి విరుద్ధంగా..పాలనలో తమ వాటా, భాగస్వామ్యం కోసం దేశం లోని బిసిలు, దళితులు గట్టిగా పోరాడలేక పోతున్నాయి. కాన్సిరామ్ బిఎస్పి స్థాపించి సంచలనం సృష్టించినా, అధికార యావలో ఆ పార్టీ కొట్టుకుపోయింది. అంతెందుకు తెలంగాణలో దళిత ఉద్దరణ అంటూ బయలుదేరి బిఎస్పిలో చేరిన ఐపిఎస్ అధికారి ఆర్ఎస్ ప్రవీణ్ కుమార్ కూడా అధికార యావలో బిఆర్ఎస్లో చేరారు. బిఆర్ఎస్ పాలనకు వ్యతిరేకంగా గళం విప్పిన ఆయన చివరకు అదేపార్టీ చంకనెక్కారు. అంటే ఏదో ఓక డబ్బున్న పార్టీలో చేరితే తప్ప మనుగడ లేదని ఆయన గుర్తించివుంటారు. నిజానికి బిసిలు సమగ్ర కులగణన కోరుతున్నారు. మాదిగలు ఎస్సీ రిజర్వేషన్లలో తమ వాటా తేల్చుమంటున్నారు. తాజాగా ఎబిసిడి వర్గీకరణ జరగాలని మందకృష్టమాదిగ కోరుతున్నారు. వీరి డిమాండ్లు క్రమంగా రాజకీయ ప్రాధాన్యతను పొందాయి. గత పార్లమెంటు, అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో పార్టీలు వీటి ప్రస్తావన తేక తప్పలేదు. తాజాగా ఇప్పుడు పంచాయితీ ఎన్నికలు రావడంతో అన్నిరాజకీయ పార్టీలు బిసిలకు తామే ప్రతినిధులం అన్నట్లుగా బయలుదేరాయి. తొమ్మిదన్నరేళ్లు అన్ని వర్గాలను అణగదొక్కి, తెలంగాణ పేరు చెప్పి దోచకున్న బిఆర్ఎస్ నేతలుకూడా బిసిలపట్ల ఎక్కడ లేని ప్రేమను ఒకబోస్తున్నారు. కాంగ్రెస్ పార్టీని కేంద్రంలో గెలిపిస్తే దేశంలో బిసిల కులగణన చేపడతామని రాహుల్ గాంధీ చెబుతూ వచ్చారు. ఎస్సీ రిజర్వేషన్లలో మాదిగలకు న్యాయం చేస్తామని భరోసా ఇస్తూ ప్రధాని మోడి ఎన్నికల ప్రచార వేదికపై మందకృష్ట మాదిగ కన్నీళ్లు తుడిచారు. నిజం ఏమిటంటే ఈ రెండు సమస్యలు రాజకీయ క్షేత్రంలో పావులుగా వాడుకోవడానికి అన్ని పార్టీలకు ఉపయోగపడుతున్నాయి. ఏ ప్రధాన రాజకీయ పార్టీకి వీరి డిమాండ్ల పట్ల చిత్తశుద్ధి లేదనడంలో సందేహం లేదు. తమ రాజకీయ నిచ్చనను ఎక్కడానికి వీరు మెట్లుగా ఉపయోగపడతారు కాబట్టి వారి గురించి మాట్లాడుతున్నారు. వారి సమస్యలను అధ్యయనం చేసి, వారి ఆకాంక్షలను నెరవేర్చి ఆయా వర్గాల అభ్యున్నతికి పాటుపడాలన్న ఆసక్తి ఏ రాజకీయపార్టీకి లేదనే చెప్పాలి. పైగా వారిని ఎదగకుండా చేసి, ఉన్నచోటనే ఉంచి అవసరానుగుణంగా వాడుకోవాలన్న రాజకీయ దురుద్దేశం కూడా ఆయా పార్టీ నేతలకుంది. దేశంలోని బిసిలు, మాదిగలు కోరుకుంటున్న విధంగా విధాన కల్పన చేయాలనీ ఏ ప్రభుత్వానికి లేదు. కింది కులాలు ఎదిగి తమ పీఠాలు కదిలించకుండా సకల జాగ్రత్తలు ఆ నాయకులు తీసుకుంటారు. నిజానికి దేశం అభివృద్ధిలో పయనించాలంటే పేద, ధనిక వర్గాలను గుర్తించి వారికి పథకాలు అందచేయాలి. దళిత,బిసి వర్గాలను గుర్తించి వారి ఆర్థిక స్థోమత ఆధారంగా పతకాలు రచించాలి. విద్య,ఉద్యోగ రంగాల్లో వారికి ప్రాధాన్యం ఇవ్వాలి. రాజకీయంగా వారిని భాగస్వాముల ను చేయాలి. కులనిర్మూలన చేసి భారతజాతిని ఏకంచేయాలి. అలాచేసే ధైర్యం ఉండా అన్నది చెప్పాలి. కులాల కుంపట్ల రాజేసి రాజకీయ లబ్ధి పొందే రాజకీయ స్వార్థ పరుల పట్ల ఆయా కులాల వారు జాగ్రత్తగా ఉండడం ఎప్పటికీ అసరం.

పంచాయితీ ఎన్నికల వేళ కులాల బుజ్జగింపులు



బి.బి. ఎస్సీలను దువ్వతున్న రాజకీయపార్టీలు

చట్టపరంగా సీట్లు ఇచ్చే ధైర్యం చేస్తాయా అన్నదే సమస్య హైదరాబాద్ : తెలంగాణలో పంచాయితీ ఎన్నికల వేళ కులగణన చివ్యరేవుతోంది. పార్టీపరంగా బిసిలకు 42శాతం రిజర్వేషన్లు అందిస్తామని సిఎం రేవంత్ రెడ్డి ప్రత్యేక అసెంబ్లీ సమావేశంలో ప్రకటించారు. అన్ని పార్టీలు ఇలాగే చేయాలన్నారు. అసెంబ్లీలో బిల్లు పెట్టాలని బిజెపి, బిఆర్ఎస్ చేసిన డిమాండ్ ముందుకు రాలేదు. సుప్రీం తీర్పు మేరకు రిజర్వేషన్లు 50శాతం మించరాదు. దీంతో బిల్లు పెట్టే ప్రసక్తి ఉండదు. కానీ రాజకీయంకోసం బిఆర్ఎస్ డిమాండ్ చేసింది. ఇప్పుడు అదే నినాదంతో ఊరూవాడా ఊరేగుతోంది. ఎన్నికల సందర్భంగా ఇచ్చిన హామీ మేరకు కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం

సమగ్ర కులగణన చేపట్టింది. అది ఏ మేరకు చట్టబద్ధతతో, ఎన్ని విధాలుగా ఉపయోగపడుతుందో కాలమే చెప్పాలి. ఇప్పటికే ఓట్ల కోసం బిసి లెక్కలు వేసిన కర్ణాటక, బీహార్, ఎపి రాష్ట్రాలు బిసి జనాభాకు కొత్తగా చేసిందేమీ లేదు. కేంద్రం చొరవలేకుండా జనాభా లెక్కలకు విలువ లేదని రాష్ట్రాలకు కూడా తెలుసు. జనాభాభా లెక్కల ద్వారానే బిసిల లెక్కలు తేల్చాలన్న డిమాండ్ కూడా ఉంది. ఎస్సీ రిజర్వేషన్లలో విభజనను రాష్ట్రాలు చేసుకో వచ్చని సుప్రీం కోర్టు తేటతెల్లం చేసింది. దీంతో తెలంగాణలో ఓ అడుగు ముందుకు పడింది. అయితే అది సమగ్రంగా లేదని తాజాగా మందకృష్ట అంటున్నారు. ఎబిసిడి వర్గీకరణ చేయాలని ఆయన డిమాండ్ చేస్తున్నారు. ఎస్సీ వర్గీకరణపై ఆగస్టు 2024లో సుప్రీం ఈ మాట చెప్పినా బిజెపి పాలిత రాష్ట్రాల్లో ఒక్కటి కూడా రిజర్వేషన్ల అంశంపై చర్చించడం లేదు. ఆయా రాష్ట్రాల్లో ఒత్తిడి కూడా కనిపించడం లేదు.

తెలంగాణలో మాత్రమే ప్రభుత్వం అధ్యయన కమిటీని వేసి, 60 రోజుల్లో దళిత ఉపకులాల లెక్కలు నివేదిక ఇవ్వాలని అక్టోబర్ 2024లో ఏకసభ్య కమిషన్ నియమించింది. నివేదిక రావడంతో అసెంబ్లీలో దీనిని ప్రవేశ పెట్టారు. ఆమేరకు రిజర్వేషన్లు ప్రకటించారు. తెలంగాణలో బిసిలను, మాదిగలను మచ్చిక చేసుకునే ప్రయత్నాల్లో బిజెపికి దూకుడు పెంచింది. వారికి తామే వారసులం అన్నరీతిలో ప్రకటనలు చేస్తున్నారు. రాజ్యాంగబద్ధంగా రాష్ట్రాలు ఎస్సీ రిజర్వేషన్లను ఉపకులాలకు వంచవచ్చని సుప్రీకోర్టు చెప్పింది. తెలంగాణ ఈ విషయంలో రెండు అడుగులు వేసింది కాబట్టి ఆయా నేతలతో వాటి అమలు కోసం ప్రభుత్వంపై ఒత్తిడి పెంచాలి అనే వ్యూహంలో ఉన్నాయి. అందుకే ఒకరికి రాజ్యసభ సభ్యత్వం ఇచ్చి, మరొకరికి చర్మశ్రీ ఇచ్చింది. తెలివిగా బిసి ఉద్యమనేత కృష్ణయ్యకు రాజ్యసభను, ఎస్సీవర్గీకరణ కోసం పోరాడిని మందకృష్టకు పద్మశ్రీని ప్రకటించింది. ఇది రాజకీయ లబ్ధికోసంచేసిందే తప్ప ప్రేమతో చేసింది కాదు. ఒకరికి పద్మశ్రీ, మరొకరికి రాజ్యసభ పదవి కట్టబడితే ఆయా నేతలు ప్రాతినిధ్యం వహిస్తున్న వర్గాలకు లభించేదేమిటన్నదే ప్రశ్న. కులాల పరంగా వారికి న్యాయం చేయకుండా ఇలాంటి ద్రామాలు చేస్తున్నారు. ఇవాళిలో ఈ గౌరవాలు ఇచ్చిన ప్రభుత్వం తమ డిమాండ్లను కూడా సానుకూలంగా పరిష్కరిస్తుందని భరోసా ఇవ్వగలరా. ఇప్పుడు బిసిలకు గానీ, మాదిగలకు గానీ వారి డిమాండ్లపై నిజాయితీగా పోరాడే కొత్త శక్తికే వీరు ముందుకు రావాలి. రాజకీయంగా సాధించే పదీమను ప్రదర్శించాలి. పంచాయితీ ఎన్నికల్లో ఆయా వర్గాలు తమ డిమాండ్లపై దృష్టి పెట్టి రాకీయ పార్టీల మెడలు వంచాలి.

ఇంత వరకు హెబాంగార్లులకు జీతాలు ఇవ్వకపోవడం సిగ్గుచేటు

హైదరాబాద్ : చిన్నజీతాలతో జీవితాలు నెట్టుకొచ్చే వారికి 12 రోజులు గడుస్తున్నా జీతాలు ఇవ్వకపోవడం దారుణమని సిద్ధిపేట ఎమ్మెల్యే, మాజీ మంత్రి తన్నీరు హరీశ్‌రావు అన్నారు. తెలంగాణ వ్యాప్తంగా 16వేలకు పైగా ఉన్న హెబాంగర్లులకు 12 రోజులు గడస్తున్నా జీతాలు చెల్లించకపోవడం సిగ్గుచేటని అన్నారు. చిన్న జీతాలపైనే ఆధారపడి జీవీస్తున్న హెబాంగర్లుల చేతిలో చిల్లిగవ్వలేక చాలా ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్నారని ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. ఇంటి ఆదెలు, పిల్లల స్కూల్ ఫీజులు, రోజువారీ ఖర్చుల కోసం అప్పులు చేయాల్సిన దుస్థితి నెలకొందని అన్నారు. ఈఎంఐలు చెల్లించకపోవడం పల్ల బ్యాంకు అధికారులు ఫోన్లు చేసి నిలదీస్తున్న పరిస్థితి ఉందని వాపోయారు. కాంగ్రెస్ పార్టీ అధికారంలోకి వచ్చిన నాటి నుంచి ప్రతి నెలా ఇదే తీరు కొనసాగుతున్నా పట్టించుకోని వారే లేకుండా పోయారని ద్వేషమెత్తారు. మాటలు మాటలు దాటితే, చేతలు గడప దాటని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్‌రెడ్డి వీరికి ఏం సమాధానం చెబుతారని ప్రశ్నించారు. పథకాల్లో కోతలు, జీతాలు చెల్లించకుండా ఉద్యోగులకు వాతలు పెడుతున్నారని విమర్శించారు. ఇది ప్రజా పాలన కాదు, ప్రజా వ్యతిరేక పాలన అని ఆక్షేపించారు. హెబాంగర్లులకు వేతనాలు తక్షణం చెల్లించాలని రాష్ట్ర ప్రభుత్వాన్ని హరిష్‌రావు డిమాండ్ చేశారు.

నార్సింగ్ డిఐ శ్రీనివాస్ పై చర్యలు ఐజి కార్యాలయానికి లటాచ్

హైదరాబాద్ : నార్సింగ్ డిఐ (డిటెక్టివ్ ఇన్‌స్పెక్టర్) శ్రీనివాస్‌ను సైబరాబాద్ సీపీ ఐజి కార్యాలయానికి అటాచ్ చేశారు. లావణ్యతో తరచూ వాట్సాప్‌లో వీడియో కాల్స్ మాట్లాడుతూ శ్రీనివాస్ పరిచయం పెంచుకున్నారు. ఈ నేపథ్యంలో ఆ ఇద్దరి ఆడియో కాల్స్ సోషల్ మీడియాలో వైరల్ కావడంతో పోలీస్ ఉన్నతాధికారులు విచారణ జరిపారు. విచారణలో డిఐ శ్రీనివాస్ లావణ్యతో మాట్లాడింది నిజమే అని తేలడంతో అతనిని ఐజి ఆఫీసుకు అటాచ్ చేశారు.. లావణ్య నటుడు రాజ్ తరుణ్‌పై ఫిర్యాదు చేసినప్పటి నుంచి శ్రీనివాస్‌తో ఆమె పరిచయం పెరిగింది. తరచూ ఇద్దరూ ఫోన్లో వీడియో కాల్స్.. ఆడియో కాల్స్ మాట్లాడుతున్నారు. అవి సోషల్ మీడియాలో వైరల్‌గా మారడంతో సైబరాబాద్ సీపీ శ్రీనివాస్‌పై ఈ మేరకు చర్యలు తీసుకున్నారు.

కేసులను తప్పదోవ పట్టించే యత్నం ఆరోపణలు, ఎదురుదాడలతో బిఆర్ఎస్ డ్రామా

హైదరాబాద్ : మొగుడిని కొట్టి మొగసాలకు ఎత్తిన చందంగా ఇప్పుడు బిఆర్ఎస్ అన్ని వర్గాలకు ప్రాతనిధ్య పాట్రిగా ప్రచారం చేసుకుంటోంది. రైతులపట్ల ఎక్కడలేని ప్రేమను ఒకబోస్తోంది. వారి సమస్యలపై జిల్లాల వారీగా పోరాటాలు చేస్తోంది. ధర్మాలు చేస్తోంది. హాస్పళ్లలో పురుగుల అస్తం అని గగ్గోలు పెడుతోంది. బిసిలకు కాంగ్రెస్ ద్రోహంచేస్తోందని అంటోంది. జర్నలిస్టులకు అన్యాయం చేస్తున్నారని అంటోంది. గ్రామీణ వైద్యులకు అన్యాయం జరిగిపోయిందని వారి ధర్మలకు మద్దతు ప్రకటించింది. ఇలా చెప్పుకుంటూ పోతే తెలంగాణలో సకల సమస్యలన్నీ కాంగ్రెస్ పట్లనే వుట్టుకు వచ్చాయని ప్రచారం చేసి, ఆయా వర్గాలను దువ్వే ప్రయత్నాలు ముమ్మరం చేసింది. గతంలో ప్రజల్లోకిరాకుండా, ప్రజల సమస్యలు పట్టించుకోకుండా, తొమ్మిదిన్నరేళ్లు నిరంకుశంగా పాలించిన బిఆర్ఎస్ ఇప్పుడు చిలకపలుకులతో బయలుదేరింది. ఓవైపు తమ హయాంలో జరిగిన అవినీతిపై ఓ వైపు విచారణ సాగుతోంది. వాటికి సమాధానం ఇవ్వడం లేదు. కానీ ఏడాది రేపంత్ రెడ్డి పాలనలో మాత్రం తెలంగాణ ఆగమైందని వలబోస్తున్నారు. అమ్మత్ పథకంలో ఆక్రమాలు జరిగాయని ఫిర్యాదుచేశారు. గతంలో ప్రధాని స్వయంగా కాశీశ్వరం తెసిఆర్‌కు ఎదీఎంలాగా మారించిన ప్రధాని స్వయంగా ఆరోపించారు. బిజెపి నేతలు కూడా ఆరోపించారు. వీటిని తిప్పికొట్టడం మినహా బిఆర్ఎస్ చేసిందేమీ లేదు. ఇప్పుడు కాశీశ్వరం, పోస్ ట్యూపింగ్, ఫార్ములా రేసింగ్ అవినీతి గుప్పుమంది. అమ్మత్ పథకంలో భారీ స్వామ్ జరిగిందని ఆరోపిస్తూ వస్తున్న బిఆర్ఎస్ పర్సెంటేజ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ కేంద్రమంత్రికి ఖట్టరకు ఫిర్యాదు చేశారు. టెండర్లు రద్దు చేసి వెంటనే ఈ విషయంపై విచారణ చేపట్టాలని సూచించారు. రేపంత్ రెడ్డి భావమంది సృజన్ రెడ్డికి ఈ టెండర్లు ఆక్రమంగా కట్టబెట్టారని కేటీఆర్ ఆరోపిస్తున్నారు. ఇవే కాకుండా మరోన్ని కుంభకోణాలు రాతోతున్నాయని టీజర్ కూడా ఇప్పీశారు. నీరయితే మారిది అన్ని శాఖల్లో జరిగిన అవినీతిని వెలికి తీస్తామని హెచ్చరించారు. తెలంగాణలో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వ ఆక్రమాలను జాతీయ స్థాయిలోనే ఎండగడతామని ఎన్నిసార్లు ఆయనా ఢిల్లీ వస్తామని అన్నారు. మరోవైపు ఎమ్మెల్యే ఎన్నికల్లో ఎందుకోనే బిఆర్ఎస్ దూరంగా ఉంది. ఈ మధ్య కాలంలో రేపంత్ రెడ్డిపై ప్రతిపక్ష బిఆర్ఎస్ తీవ్ర ఆరోపణలు చేస్తూ వస్తోంది. ఫార్ములా ఈ- కార్ రేస్ కేసులో కీలక పులుపు తిరుగుతుందని కీలక వ్యవస్థలను విచారించేందుకు అవకాశం ఉందని అంటున్నారు. ఈ కేసులో కీలకంగా కేటీఆర్ పేరు వినిపిస్తోంది. ఆయనపై ఎవీవి విచారణ సాగుతోంది. మొత్తంగా అవినీతి కేసుల్లో బిఆర్ఎస్ నేతలు బయటపడతారా లేక విచారణతో కాలయాపన చేస్తారా అన్నది చూడాలి.

జీహెచ్ఎంసీ కార్మికుల సేవలను ప్రభుత్వం గుర్తించింది : కోదండరామ్



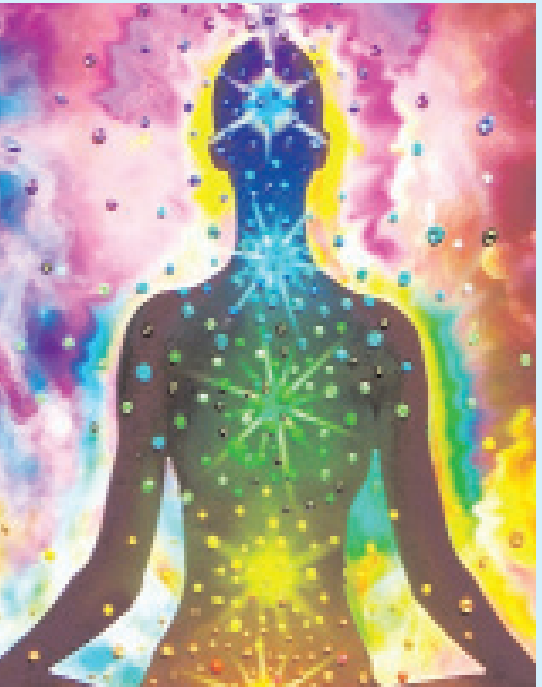
హైదరాబాద్ : జీహెచ్ఎంసీ కార్మికులు చేస్తున్న సేవలను కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం గుర్తిస్తుందని తెలంగాణ జన సమితి అధ్యక్షుడు, ఎమ్మెల్యే ప్రొఫెసర్ కోదండరాం అన్నారు. తెలంగాణ జనసమితి మద్దతు ఇచ్చిన ఐఎన్‌టీయూసీ అనుబంధ మునిసిపల్ సహకార మజ్దూర్ యూనియన్ అధ్యక్షులలో సరూర్‌నగర్ సర్కిల్ కార్యాలయం ఆవరణలో జరిగిన జీహెచ్ఎంసీ ఉద్యోగులు, కార్మికుల సమావేశంలో ఐఎన్‌టీయూసీ అధ్యక్షుడు, రాజ్యసభ మాజీ సభ్యులు డాక్టర్ సునీల్‌రెడ్డి, కనీస వేతనాల బోర్డు చైర్మన్ జనశీప్రసాద్, సత్తుజీరెడ్డి, ఐఎన్‌టీయూసీ గ్రేటర్ హైదరాబాద్ అధ్యక్షుడు అదీల్ షరీఫ్, ప్రధాన కార్యదర్శి ఏవీఎస్ శివకుమార్, టీజేపీ ప్రధాన కార్యదర్శి శివకుమార్, టీజేపీ కన్వీనర్ ఆకుల శ్రీనివాస్ తదితరులు

పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా కోదండరాం మాట్లాడుతూ ఐఎన్‌టీయూసీ, జీహెచ్ఎంసీ కార్మిక యూనియన్ నాయకులతో కలిసి కార్మికుల సమస్యల పరిష్కారానికి ప్రభుత్వంతో చర్చిస్తానన్నారు. ఈ సందర్భంగా హయత్‌నగర్, ఎల్‌బీనగర్, సరూర్‌నగర్ సర్కిళ్లకు చెందిన పలువురు ఉద్యోగులు, కార్మికులు సంతోషరెడ్డి సమక్షంలో ఐఎన్‌టీయూసీలో చేరారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఐఎన్‌టీయూసీ జోనల్ ప్రెసిడెంట్ శివకుమార్, కార్యదర్శి శరణ్‌జితసింగ్, నాయకులు శివరాజ్, మహేష్, సరసింహ, యాదగిరి, రాజశేఖర్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సమదృష్టి సాధ్యమా?

చరాచర ప్రకృతిలోని సకల జీవులను తనతో సమంగా భావిస్తూ, తనలో దర్పస్తూ, ఇతరుల కష్టసుఖాలకు సహృదయంతో స్పందించేవారిని, పరమ యోగులుగా పరిగణిస్తాను' అంటూడు కృష్ణపరమాత్మ. వ్యక్తి ఎలాగైతే శరీరంలోని అవయవాలను తనవిగా భావిస్తూ అన్నిదినీ సమానంగా ఆదరిస్తాడో, అలాగే తన అంశ ఆయన అన్ని జీవరాసులనూ పరమాత్మ అంటేనే చూస్తాడు. పరమాత్మలాగే పరమయోగులూ ప్రపంచంలోని ప్రతి జీవినీ సమదృష్టితో దర్శిస్తారు. జీవకోటి శ్రేయస్కరమైన మార్గంలో తరించాలనీ తబిస్తారు. 'సమం వశ్యతే' అంటే సమదర్శనం. సృష్టిలో ఒకే విధంగా జనించని అందరినీ సమంగా దర్శించడం సాధ్యమా? ఒక్కొక్కరి బలాలు, బలహీనతలు వేరువేరుగా ఉంటాయి. అలాంటప్పుడు అం దరినీ సమదృష్టితో ఆదరించాలి అనడం వినడానికి బాగుంటుందేమో కాని ఆచరణలో సాధ్యమా? నిజానికది చూసేవారి దృష్టికోణమే కాని, చూడబడేవానికి సంబంధించినది కాదు కాబట్టి

అసాధ్యం కాదు.. సాధన చేస్తే సమదృష్టి అలవడడం జరుగుతుంది. వ్యక్తిలో భౌతిక ఆధ్యాత్మిక పార్శ్వాలలో జాత్యంతరీకరణ జరగాలి. జాతి అంటే స్థాయి. నిజానికి వ్యక్తుల సాధనలో వారి స్థాయిని బట్టి వారి దృష్టి పరిణతి చెందుతుంది. భౌతిక దృష్టికోణంతో పరిశీలిస్తే.. 'నేను నాది, నీవు నీది' అనే భేదభావం కలుగుతుంది. స్థాయి కొంత ఉన్నతమైతే ఎదుటివారిని భౌతికంగా కాకుండా ఆత్మగా భావిస్తాం. భేదమనేది భౌతికమే కాని ఆత్మపరంగా లేదనే సత్యం అవగతమైతే జాతి మత స్థాయి భేదాలకు ప్రాధాన్యం లేకుండా అందరినీ ఒకే దృష్టితో చూస్తాం. స్థాయిని మరింత పెంచుకున్న సాధకులు అందరిలోనూ పరమాత్మను దర్శించగలుగుతారు. అయితే వారు కూడా భౌతిక జగత్తును పట్టించుకుంటారు.. కాకపోతే ఫలితాలపై ఉదాసీన వైఖరితో కర్మలను ఆచరిస్తారు. సమాజంలో మంచిన మాత్రమే స్వీకరించి చెడును పదిలేస్తారు. పరమయోగులు ఆత్మ్యుత్త స్థాయికి చేరినవారు.



ఆధ్యాత్మికం

వంద శాతం ఆస్తి పన్ను వసూలే లక్ష్యంగా రామగుండం నగరపాలక సంస్థ

• ప్రత్యేక అధికారిగా వ్యవహరిస్తున్న జిల్లా కలెక్టర్... అదనపు కలెక్టర్

గోదావరి ఖని టౌన్ (డి ట్రిమ్ స్టూన్): మార్చి లోపు వంద శాతం ఆస్తి పన్ను వసూళ్ళు సాధించడమే లక్ష్యంగా రామగుండం నగర పాలక సంస్థ రెవెన్యూ విభాగం అధికారులు , సిబ్బంది కృషి చేస్తున్నారు. రామగుండం నగర పాలక సంస్థ ప్రత్యేకాధికారిగా వ్యవహరిస్తున్న జిల్లా కలెక్టర్, కమిషనర్ గా వ్యవహరిస్తున్న అదనపు కలెక్టర్ (స్థానిక సంస్థలు)లు నిత్యం పన్ను పసూళ్ళ పురోగతిని సమీక్షిస్తున్నారు. బుధవారం నాటికి ప్రైవేటు ఆస్తుల ఇంటి పన్ను 53 శాతం, ప్రభుత్వ ఆస్తుల నుండి 92 శాతం పసూలు కాగా మిగతా బకాయలు పసూలు చేయడానికి కమిషనర్ ఆదేశాల మేరకు డిప్యూటీ కమిషనర్ వెంకట స్వామి నేతృత్వంలో నగర పాలక సంస్థ ఆర్ & ఆంజనేయులు, ఆర్ ఐ శంకర్ రావు అధ్యక్షులలో సైఫల్ డ్రైవ్ నిర్వహిస్తున్నారు. డిప్యూటీ కమిషనర్ స్వయంగా మొండి బకాయ దారుల ఇళ్ళకు వెళ్ళి అవకాశం కల్పిస్తున్నారు. పన్నులు చెల్లించి పట్టణాభివృద్ధికి తోడ్పడాలని సూచిస్తున్నారు. సైఫల్ డ్రైవ్ లో భాగంగా



వాహనాలకు మైకులు అమర్చి వాడవాడలా ప్రచారం చేస్తున్నారు. ఏళ్ల తరబడి పసూలు కాని భారీ మొత్తం బకాయలను పసూలు చేయడానికి రెవెన్యూ రికవరీ చట్టం ప్రకారం ఇచ్చిన నోటీసులకు స్పందన వచ్చిన

నేపథ్యంలో ఇదే తరహాలో మరి కొన్ని ఆస్తులకు కూడా ఈ చట్టం ప్రకారం నోటీసులు జారీ చేయడానికి సన్నాహాలు చేస్తున్నారు. బకాయదారులు తమ పన్నులను ఫిబ్రవరి లోగా చెల్లించనట్లయితే మార్చి

నెలలో చట్ట ప్రకారం ఆస్తులను జప్తు చేయడం జరుగుతుందని డిప్యూటీ కమిషనర్ వెంకట స్వామి తెలిపారు. జప్తుల బారిన పడకుండా సకాలంలో పన్నులు చెల్లించి సహకరించాలని కోరారు.

అధికారులు బిల్లులు చెల్లించక రోడ్డున పడుతున్న బాధితులు

- 2023 అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో పోలింగ్ స్టేషన్లలో కాంట్రాక్టు పద్ధతిన పని చేసిన వారికి బిల్లులు చెల్లించండి
- ప్రభుత్వం నుండి సుమారు 60 లక్షల కు పైగా నిధులు విడుదలైనట్టు సమాచారం

గోదావరిఖని (డి ట్రిమ్ స్టూన్): రాష్ట్రంలో నవంబర్ 30, 2023న జరిగిన అసెంబ్లీ ఎన్నికల సందర్భంగా రామగుండం కార్పొరేషన్ పరిధిలోని దాదాపు (206) పోలింగ్ బూత్ లలో ఎన్నికల విధులు నిర్వహించిన సిబ్బంది, ఇబ్బంది పడకుండా వాళ్ళందరికీ కాంట్రాక్టు పద్ధతిన స్థానిక, జిల్లా అధికారుల ఆదేశాల మేరకు నాడు జరిగిన అసెంబ్లీ ఎన్నికలలో పోలింగ్ స్టేషన్ లలో సౌకార్యార్థం కొరకు టెండర్ల ద్వారా టెంట్ హౌజ్ సామాగ్రి హెంటుల్ భోజనాలు, కిరాణిం, సామాన్లు సౌండ్ బాక్స్ లు స్పీట్లు, స్పృశ్య మహిళా గ్రూప్స్ సభ్యుల ద్వారా బోజనాలు ఇంకా తదితర వారితో పసూలు చేయించి 15 నెలలు గడిచినా ఇప్పటి వరకు కూడ బిల్లులు చెల్లించకపోవడంతో పసూలు

చేసిన వారు, వారి కుటుంబాలు రోడ్డున పడుతున్నారని ఫైల్ ఫర్ టెటర్ సొసైటీ అధ్యక్షులు మద్దెల దినేష్ ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. అనంతరం మద్దెల దినేష్ మాట్లాడుతూ 2023 నవంబర్ 30న అసెంబ్లీ ఎన్నికల జరిగి నేటికీ 15నెలలు అవుతున్న ఎన్నికల సమయంలో పోలింగ్ స్టేషన్లలో సిబ్బందితో పాటు ప్రజలకు ఎలాంటి ఇబ్బంది ఉండకూడదనే ఉద్దేశంతో అధికారుల ఆదేశాల మేరకు వివిధ రకాల టెండర్ల ద్వారా కాంట్రాక్టు పొందిన వారు అధికారులు చేప్పినవన్నీ వివిధ రకాల పసూలు కష్టపడి పని చేసినప్పటికీ ని ఇంత వరకు వారికి రావాల్సిన బిల్లులు పూర్తిగా చెల్లించక పోవడంతో పసూలు చేసిన వారు బిల్లులు రాక

తెచ్చిన అప్పులు వాటి వడ్డీలు కట్టలేక సంబంధించిన అధికారుల కార్యాలయాల చుట్టూ చెప్పులు అరిగేల తిరిగిన కాని కనికరం చూపుకుండా నిర్లక్ష్యంగా వ్యవహరించడం సరికాదని ప్రభుత్వం నుండి నిధులు రాలేదని ఉచిత సలహాలు ఇవ్వడమే సరిపోతుండా అని ఆయన అధికారుల ను ప్రశ్నించారు. ఒక కాంట్రాక్టర్ అయితే బిల్లులు రాక బాధలు భరించలేక, అప్పుల బాధలు తట్టుకోలేక బీవరికి ప్రధాన ఎన్నికల కమిషన్ కు ఫిర్యాదు చేయడం గమనార్హమని ఆయన పేర్కొన్నారు. ఇక చేసిన పసూలకు బిల్లులు ఇవ్వకుంటే చేసినప్పటికీ ని ఇంత వరకు వారికి అట్టి కాంట్రాక్టర్ హెచ్చరించారని, ఇక పోతే అసెంబ్లీ ఎన్నికల లో పని చేసిన వారికి

పార్లమెంట్ ఎన్నికలలో బిల్లులు ఇవ్వకుండా అధికారులు ఇతర ప్రాంతాల వారికి పసూలు అప్పజెప్పడం కోసమెరుపని ఆయన అన్నారు. ఇప్పటికైనా అసెంబ్లీ ఎన్నికలలో పనిచేసిన వారికి పూర్తి స్థాయిలో బిల్లులు చెల్లించాలని, రాష్ట్ర ఆర్థిక శాఖ నుండి 61లక్షల రూపాయలు నిధులు విడుదల అయినట్టు సమాచారం ఉందని కనుక జిల్లా ట్రెజరీ నుండి సంబంధించిన అధికారుల ద్వారా పసూలు చేసి 15 నెలల నుండి వేచి చూస్తున్న వారికి మానవతా దృక్పథంతో అలోచించి నిర్లక్ష్యం చేయకుండా త్వరిత గతంగా వారి వారి బిల్లులు మంజూరు చేయాలని వారి కుటుంబాలను ఆదుకువాలని ఒక ప్రకటన దినేష్ డిమాండ్ చేశారు.

లారీ ఓనర్స్ అసోసియేషన్ కార్యాలయం ఏర్పాటు

లక్ష్మీపేట, ఫిబ్రవరి 12 (టైమ్ స్టూన్): పట్టణంలోని కరీంనగర్ చౌరస్తాలో బుధవారం లారీ ఓనర్ వెటర్స్ అసోసియేషన్ బ్రాంచ్ కార్యాలయాన్ని లక్ష్మీపేట మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్ దాసరి ప్రేమ్ చంద్ ప్రారంభించారు. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథులుగా లక్ష్మీపేట పట్టణ కాంగ్రెస్ అధ్యక్షులు ఆరిఫ్, జిల్లా కాంగ్రెస్ ఉపాధ్యక్షులు చింత ఆశోక్, మంచెర్యాల జిల్లా రవాణా సంస్థ డైరెక్టర్ అంకెళ్ల శ్రీనివాస్ హాజరయ్యారు. అనంతరం వారు మాట్లాడుతూ లక్ష్మీపేట, దండేపల్లి, జన్నారం ప్రాంతాలలోని లారీలకు ఈ కార్యాలయం ఎంతో ఉపయోగ పడుతుందని అన్నారు. గతంలో మంచెర్యాల జిల్లాలో బొగ్గ రవాణా కోసం లారీలు ఎంతగానో ఉపయోగపడేదీవని ఇప్పుడు బొగ్గ రవాణా తగ్గిపోవడంతో లారీల యజమానులు అనేక ఇబ్బందులకు గురవుతున్నారని తెలిపారు. పరి ధాన్యం, పత్తి లోడింగ్ పక్క జిల్లాలకు వెళ్లడానికి ఈ ప్రాంత లారీలు ఉపయోగపడతాయని



వారు పేర్కొన్నారు. ఇతర జిల్లాల లారీలకు తీసుకురావడం, తీసుకెళ్లడం ఇక్కడ ఉన్న ప్రాంత రైతులకు గాని ట్రేడర్స్ గాని భారం పడుతుందని అన్నారు. ఈ ప్రాంతంలో లారీ ట్రాన్స్ పోర్ట్ అసోసియేషన్

సభ కార్యాలయాన్ని ఏర్పాటు చేయడం వలన లారీ యజమానులకు రైతులకు ట్రేడర్స్ కు ఎంతో ఉపయోగపడుతుందని లారీ ట్రాన్స్ పోర్ట్ అసోసియేషన్ సభ్యులు పేర్కొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో లారీ ఓనర్స్

అసోసియేషన్ ఆడల్స్ కమిటీ చైర్మన్ మహమ్మద్ ఖాళీద్, మెంబర్స్ కరీం బాబా, షరీఫ్, అజాం, ఇషామ్, శ్రీనివాస్ రెడ్డి, అలీమ్, ముజీబ్, లచ్చన్న, సల్మాన్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

టీ బీ జీ కే ఎస్ ను మరింత బలోపేతం చేద్దాం

- గౌరవాధ్యక్షురాలు ఎమ్మెల్సీ కవిత

రామగిరి(డి ట్రిమ్ స్టూన్)ఫిబ్రవరి 12: కార్మికుల శ్రేయస్సును కోరే, కార్మికుల పక్షపాతిగా ఉండే తెలంగాణ బొగ్గ గని కార్మిక సంఘాన్ని మరింత బక్కుతగా బలోపేతంగా తీర్చిదిద్దడామని తెలంగాణ బొగ్గ గని కార్మిక సంఘం గౌరవాధ్యక్షురాలు, నిజామాబాద్ స్థానిక సంస్థల శాసనమండలి సభ్యురాలు కల్వకుంట్ల కవిత పేర్కొన్నారు. హైదరాబాద్ లోని తన నివాసంలో టీబీజీకేఎస్ అధ్యక్షులు మిర్జాల రాజరెడ్డి ఇతర నాయకులతో కలిసిన సందర్భంలో ఆమె మాట్లాడుతూ ప్రస్తుతం గెలిచిన సంఘాలు కార్మికుల హక్కులను, ప్రయోజనాలను విస్మరిస్తున్నాయన్నారు. కేసీఆర్ పాలనలో టీబీజీకేఎస్ హయాంలో అనేక ఆర్థిక ప్రయోజనాలు, వారసత్వ ఉద్యోగాలు పెద్ద ఎత్తున యువతకు ఉపాధి అవకాశాలు లభించాయన్నారు. రానున్న రోజుల్లో యూనియన్ బలోపేతం కోసం వినూత్న రీతిలో కార్యక్రమాలను



నిర్వహిద్దామన్నారు. కార్మికులను చైతన్య పరుస్తూ హక్కుల సాధన కోసం, విద్య, వైద్య రంగాలలో మెరుగైన వసతుల కోసం బక్కుంగా కదులుదామని సూచించారు. ఈ నెల 23వ తేదీ రోజున జరిగే తన కుమార్తె

వివాహ వేడుకకు హాజరు కావాల్సిందిగా కోరుతూ తెలంగాణ బొగ్గ గని కార్మిక సంఘం గౌరవాధ్యక్షురాలు నిజామాబాద్ ఎమ్మెల్సీ కల్వకుంట్ల కవితకి తెలంగాణ బొగ్గ గని కార్మిక సంఘం

డిప్యూటీ జనరల్ సెక్రెటరీ పింగిలి సంపత్ రెడ్డి ప్రత్యేక ఆహ్వానాన్ని అందజేసిన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో సెంట్రల్ కమిటీ నాయకులు పాశం శ్రీనివాస్ రెడ్డి, బోయినపల్లి శ్రీకాంతరావు ఉన్నారు.

ఉచిత వైద్య శిబిరాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోవాలి

- జమాతే ఇస్లామి జిల్లా పట్టణ అధ్యక్షులు అబ్దుల్ హై జావిద్

పెద్దపల్లి ప్రతినిధి (డి ట్రిమ్ స్టూన్): జమాతే ఇస్లామీ హింద్ అధ్యక్షులలో ఈ నెల 15న నిర్వహిస్తున్న ఉచిత వైద్య శిబిరాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోవాలని పెద్దపల్లి జమాతే ఇస్లామి జిల్లా పట్టణ అధ్యక్షులు అబ్దుల్ హై జావిద్ తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ ఈ వైద్య శిబిరాన్ని ఫార్వర్డ్ హాస్పిటల్, కరీంనగర్ తో కలిసి పెద్దపల్లి పట్టణంలోని ఫారం కాంప్లెక్స్ లో ఉదయం 10 గంటలనుండి సాయంత్రం 4:00 వరకు నిర్వహిస్తున్నామని, ఇందులో కరీంనగర్ కు చెందిన ప్రముఖ వైద్యుల అధ్యక్షులలో పూర్వం సంబంధిత చికిత్స, సాధారణ ఆరోగ్య సమస్యలు, ఎముకలు %౧౫ కీళ్ల సమస్యలు, ఉచిత కంటి శస్త్ర చికిత్స, పళ్లు, నోటి సంబంధిత చికిత్స, శిశువుల, పిల్లల ఆరోగ్య సేవలు, మహిళల ఆరోగ్య సేవలు,ఉచిత ఈ సీ జీ,2డి ఈకో, షుగర్ టెస్ట్, చేసిన తర్వాత ఉచితముగా మందులు పంపిణీ చేస్తామని, కంటి జబ్బులు ఉన్నవారికి శస్త్ర చికిత్సలు కూడా చేస్తామని ఈ అవకాశాన్ని కుల మతాలకతీతంగా పెద్దపల్లి పట్టణ, పరిసర ప్రాంతాల ప్రజలు సద్వినియోగం చేసుకోవాలని కోరారు.మరిన్ని వివరాలకు 9849607860 నెంబర్ కు కాల్ చేసి వివరాల సమారు చేసుకోవాలని తెలిపారు.

పేకాట రాయుళ్ళ అరెస్టు



లక్ష్మీపేట, ఫిబ్రవరి 12, (టైమ్ స్టూన్): మండలంలోని బలరావు పేట గ్రామ శివారులో పేకాట స్థావరం పై బుధవారం లక్ష్మీపేట ఎస్సై సతీష్ సిబ్బందితో కలిసి 7గురు పేకాట రాయుళ్ళను అదుపులోకి తీసుకున్నారు. ఎస్సై సతీష్ తెలిపిన వివరాలు ఇలా ఉన్నాయి. బలరావుపేట గ్రామ శివారులో పేకాట ఆడుతున్నారాన్న పక్క సమాచారం మేరకు పోలీస్ సిబ్బంది దాడి చేసి పేకాట ఆడుతున్న బత్తుల రమేష్, కోన తిరుపతి, బేర రాజయ్య, నంగం ఒడయ్య, గోర్ల మల్లేష్, వనపర్తిల సుధాకర్, మండి సత్యన్న ను అదుపులోకి తీసుకుని వారి వద్ద నుండి 5 బైకులు, 6 నెల్ ఫోన్లు, 13 వేల రూపాయల నగదును స్వాధీనం చేసుకున్నారు.

యూనియన్ జెండా ఆవిష్కరించిన విద్యుత్ ఉద్యోగులు



లక్ష్మీపేట, ఫిబ్రవరి12: 74 వసంతాలు పూర్తి చేసుకొని 75వ వసంతంలోకి అడుగుపెడుతున్న సందర్భంగా విద్యుత్ శాఖ ఉద్యోగుల 1104 యూనియన్ కంపెనీ రిటైర్డ్ ఫార్మన్ మెట్టు రాజేశ్వర్ రావు జెండా ఆవిష్కరించారు. బుధవారం పట్టణంలోని విద్యుత్ ఏ ఈ కార్యాలయం వద్ద సభ్యులతో కలిసి మాట్లాడారు. యూనియన్ వల్ల ఎన్ని అడ్డంకులు ఉన్న ఎదుర్కోవచ్చని అన్నారు . విద్యుత్ పనుల్లో ప్రతి ఒక్కరు జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని కోరారు. కార్యక్రమంలో యూనియన్ నాయకులు సన్నింగ రావు, శంకరయ్య, చంద్రమౌళి, రాజమౌళి సెక్టన్ సిబింది తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మోరం తరలింపుకు అనుమతులు

- మండల తాసిల్దార్ యం.డి వకీల్



ధర్మారం,ఫిబ్రవరి ,12 (డి ట్రిమ్ స్టూన్): ధర్మారం మండలం తాసిల్దార్ యం డి వకీల్ బుధవారం రోజు విలేజరుల సమావేశం ఏర్పాటు చేశారు. ఈ సందర్భంగా తాసిల్దార్ మాట్లాడుతూ..పెద్దపల్లి జిల్లా కలెక్టర్ ఆదేశాలమేరకు గృహఅవసరాల నిమిత్తం మొరం తీసుకోనుటకు మండల తహశీల్దార్ కార్యాలయం నుండి అనుమతి ఇవ్వటం జరుగుతుందని తెలిపారు ట్రాక్టర్ లోడు మట్టికి 2 మందల రూపాయలు టిప్పర్లోడు మట్టికి 8వందలు చలాన లేదా డిడి చెల్లించి అనుమతి పొందవలసి ఉంటుందని తెలిపారు. ఈ అవకాశాన్ని ప్రజలందరూ సద్వినియోగం చేసుకోవాలని అన్నారు. అదేవిధంగా అనుమతి లేకుండా తవ్వకాలు జరిపి మట్టిని తరలించినట్లైతే చట్టపరంగా తగు చర్యలు తీసుకోవటం జరుగుతుందని ప్రభుత్వ భూములకు అనుమతి ఉండదని అన్నారు. మరియు సొంత పట్ట భూములకైన అనుమతి తప్పనిసరి అని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో డిప్యూటీ తాసిల్దార్ ఉదయ్ కుమార్, ఆరీబి వరలక్ష్మి, ఆ రైతు సవీన్ రావు, మరియు సిబ్బంది తదితరులు పాల్గొన్నారు

కాంగ్రెస్ కులగణన తప్పల తడక

- కాంగ్రెస్ పార్టీ అంటేనే మోసానికి కేరాఫ్ అడ్రస్
- కులగణన పై ఈ నెల 14న రౌండ్ టేబుల్ సమావేశం
- 42 శాతం రిజర్వేషన్లు వాగ్దానాన్ని కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం తుంగలో తొక్కింది
- కాంగ్రెస్ బిసెలకు న్యాయం చేసేదాక వదిలిపెట్టం
- రామగుండం మాజీ ఎమ్మెల్యే బి.ఆర్.ఎస్ పార్టీ అధ్యక్షుడు కోరుకంటి చందర్

గోదావరిఖని (డి క్రిమీ న్యూస్): తెలంగాణ రాష్ట్రంలోని బిసెలను అనుగడార్చేందుకే రెవంట్ రెడ్డి కుట్రలు పన్నుతున్నారు. అత్యధిక జనాభా కలిగిన బిసెలను అనుగడార్చేందుకే కులగణన పేరుతో సర్వే చేపట్టినదని కులగణన సర్వే అంతా తప్పుల తడకని కాంగ్రెస్ పార్టీ అంటేనే మోసానికి కేరాఫ్ అడ్రస్ అని రి సర్వే నిర్వహించకుంటే బీసీల పక్షాన ఉద్దేశం చేస్తామని రామగుండం మాజీ ఎమ్మెల్యే బి.ఆర్.ఎస్ పార్టీ జిల్లా అధ్యక్షుడు కోరుకంటి చందర్ హెచ్చరించారు. 14న గోదావరిఖని ప్రెస్ క్లబ్ లో నిర్వహించే బిసెల రౌండ్ టేబుల్ సమావేశం కు అందరూ హాజరుకావాలని ఆయన పిలుపు నిచ్చారు. బుధవారం గోదావరిఖని ప్రెస్ క్లబ్ లో ఏర్పాటు చేసిన విలేకరుల సమావేశంలో మాజీ కోరుకంటి చందర్ మాట్లాడుతూ సర్వేలో పేరుతో బీసీల జనాభా తానికే తగ్గించి ఓసీల జనాభాను పెంచారన్నారు. గతంలో తెలంగాణ రాష్ట్రంలో జరిగిన సకలజనుల కుటుంబాల సర్వేకు ప్రస్తుతం తెలంగాణలోని కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం చేపట్టిన కుల గణన సర్వేకు చాలా వ్యత్యాసం ఉందన్నారు. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం చేపట్టిన కులగణన సర్వేను ఆ పార్టీకి సంబంధించిన సతతే తప్పుపడుతున్నారని, అయినా కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వంలో మార్పు రావడంలేదని విమర్శించారు. బీసీ కులాలు ఐక్యం కావాలని అవసరం ఉందని ఈనెల 14న గోదావరిఖని ప్రెస్ క్లబ్ లో ఉదయం రౌండ్



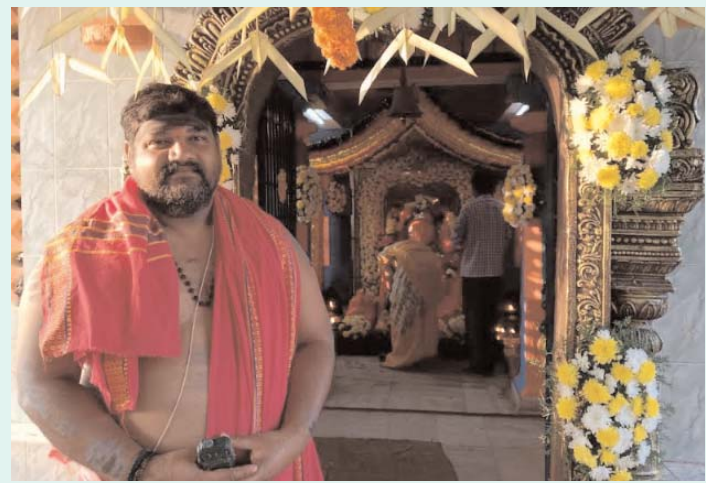
టేబుల్ సమావేశం ఏర్పాటు చేస్తున్నామని ఈ సమావేశానికి బీసీ ఉప కులాలు అందరూ హాజరు కావాలని పిలుపునిచ్చారు. బీసీ వర్గాలకు జరిగిన అన్యాయం పై బిఆర్ఎస్ పార్టీ ఆధ్వర్యంలో పెద్ద ఎత్తున ఉద్యమాలు చేస్తామని పేర్కొన్నారు. తెలంగాణ రాష్ట్రంలో సర్వే పేరుతో బీసీ ఉపకులాల వర్గాలకు చేసిన అన్యాయంతో కాంగ్రెస్ పతనం ప్రారంభమైందని స్పష్టం చేశారు. కుల గణన సర్వేలో 5వార్డు శాతం బిసెల జనాభా తగ్గించి దాదాపు 22 లక్షల మంది లేనట్లుగా చేసింది రెవంట్ సర్కార్ అన్నారు. బీసీ వర్గాలను లక్షలాది

సంఖ్యల్లో తగ్గించి చూపిన సిఎం రెవంట్ బిసెలకు క్షమాపణ చెప్పాలన్నారు. బిఆర్ఎస్ పార్టీ మాత్రమే బిసెలకు పార్లమెంటు అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో 50 శాతం సీట్లు తెలాయించిందని గుర్తు చేశారు. అసెంబ్లీ 34 పార్లమెంటు లో 6 సీట్లు తెలాయించిందన్నారు. కులగణన జరిగిన తరువాత బిసెలు ఆందోళనకు గురైతున్నని కాంగ్రెస్ చేపట్టిన కులగణన పూర్తిగా బీసీలకు అన్యాయం చేసిందని ఉండన్నారు. గత ముఖ్యమంత్రి కేసీఆర్ కనిపిస్తే ఎరుగని రీతిలో 24 గంటల్లో సమగ్ర కుటుంబ సర్వే

చేయించారన్నారు. కులగణన పై ఈ నెల 14న గోదావరిఖని ప్రెస్ క్లబ్ లో చేపట్టే రౌండ్ టేబుల్ సమావేశంలో బీసీ కులస్తులు పాల్గొని విజయవంతం చేయాలని కోరారు. విలేకరుల సమావేశంలో నాయకులు గోపు ఐలయ్య యాదవ్, బొడ్డు రవీందర్, బోడ్డుపల్లి శ్రీనివాస్ నూతి తిరుపతి, అన్న వేణు, కల్వవర్ద కృష్ణవేణి, సట్టు శ్రీనివాస్ ఇల్లం అయిలయ్య సంధ్యారెడ్డి, కోడి రామకృష్ణ, వెంకన్న కిరణ్ జీ , సారయ్య నాయక్ వెంకటేశ్ శ్రీనివాస్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

అర్చక రంగరాజన్ పై దాడి హేయమైన చర్య

- శ్రీ మహా గణపతి, భక్తేశ్వర ఆలయాల అర్చకులు పల్లి రాము, సంజీవ్



రామగిరి(డి క్రిమీ న్యూస్)ఫిబ్రవరి 12: చిలుకూరు బాలాజీ ఆలయ ప్రధాన అర్చకుడు రంగరాజన్ పై జరిగిన దాడి చాలా తీవ్రమైన హేయమైన చర్య గా మంధని పట్టణంలో గల శ్రీ మహా గణపతి దేవాలయాల అర్చకులు పల్లి రాము, శ్రీ భీక్షేశ్వర స్వామి ఆలయ పూజారి పల్లి సంజీవ్ లు అభివర్ణించారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ ఒక ఆలయానికి ప్రధాన అర్చకుడుగా స్వామివారికి సేవ చేస్తున్న రంగరాజన్ పై రామరాజ్యం పేరుతో దాడి చేయడం చాలా దారుణమన్నారు. అసలు ఆలయ పురోహితుడు చేసిన తప్పిదం ఏమిటని వారు ప్రశ్నించారు. దాడి చేసిన రాఘవ రెడ్డి రామరాజ్యం గ్రూప్ యొక్క లక్ష్యమేమిటని వారు నిరదేశారు. రామరాజ్య స్థాపనకు రంగరాజన్ ఏమైనా అడ్డుపడ్డాడా ? ఏ రోజైనా ఆ రామరాజ్య ఏర్పాటుకు వ్యతిరేకంగా ప్రవర్తించాడా? తన ఆలయ నిర్వహణ వనలేమే తాను చేసుకుంటున్న అర్చకుని మీద శారీరక దాడి చేయడం ఎంతవరకు సమంజసము అని వారు ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. అసలు అర్చకుడు అనే విషయాన్ని పక్కకు పెడితే, ఒక వ్యక్తి మీద మౌళిక వ్యక్తి శారీరక దాడికి పాల్పడడం అంటే అతని ప్రాథమిక హక్కులకు విఘాతం కల్పించడమేనన్నారు. ఇంకా కఠినంగా చెప్పాలంటే అతని మీద అది ఒక హత్యా ప్రయత్నము లాంటిదని, ఇలాంటి హేయమైన చర్యలకు పాల్పడుతూ, ఆ చర్యలను సమర్థించుకోవడానికైనా లేదా మద్దతు కూడగట్టుకోవడానికైనా రామరాజ్యం అనే సంస్థ తరఫున తామే ఈ పని చేశామని నిర్దేశిగా బాహులు గా చెప్పుకోవడం ప్రజాస్వామ్య దేశంలో ఒక క్రూరమైన స్పందనను బాహులుగా ప్రకటించడమే అవుతుందన్నారు. ఇలాంటి చర్యలు ఎవరు ఎవరి మీద చేసినా దానికి సభ్య సమాజం మద్దతు ఉండదనే విషయాన్ని గుర్తించాలన్నారు. ఇలాంటి దాడులు తిరిగి నిర్వహిస్తామని భావిస్తే అది పూర్తిగా ప్రజాస్వామ్య సూక్తికి విరుద్ధమన్నారు. ఆలయ పురోహితునిపై దాడి చేసిన వారిని వెంటనే అరెస్టు చేసి కఠినంగా శిక్షించి ఇకముందు ఇలాంటి చర్యలు పునరావృతం కాకుండా దుండగులకు కఠిన శిక్షలు అమలు చేయాలని వారు కేంద్ర రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలను కోరారు.

ముఖ్యమంత్రిని సన్మానించి కృతజ్ఞతలు తెలిపిన ఎమ్మెల్యేలు



తిమ్మాపూర్ (డి క్రిమీ న్యూస్): ఎన్టీసీపీ కార్యకర్తలకు అసెంబ్లీ ఆవారం తెలిపిన సేవలకు మోసానికొందారే ఎమ్మెల్యే కన్నపరెడ్డి సత్కారాలను సేవలకు మోసానికొందారే సామాజిక వర్గానికి చెందిన ఎమ్మెల్యేలు కడియం శ్రీహరి, వేముల వీరేశం, తోట లక్ష్మికాంతారావు లతో పాటు పలువురు మాదిగ నాయకులు ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డిని హైదరాబాద్ కలిసి ఎన్టీసీపీ కార్యకర్తలకు సత్కారాలను కల్పించేందుకు కృషి చేయాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. 30 ఏళ్ల ఎన్టీసీపీ పరీక్షలకు పాల్గొన్న దేశంలోనే మొట్టమొదటగా తెలంగాణ రాష్ట్ర శాసనసభలో వర్గీకరణ నివేదికలను ప్రవేశపెట్టి చర్చ అనంతరం ఆమోదించబడేందుకు తుదిఫలితాను, దీంతో మాదిగల ఏళ్లనాటి కల సాకారం చేశారని ముఖ్యమంత్రిని ఎమ్మెల్యేలు కొనియాడారు. ఈ సందర్భంగా ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డిని ఎమ్మెల్యేలు శాలువాతో సన్మానించి కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.

అక్రమ రేషన్ బియ్యం పట్టివేత

ఇల్లంతకుంట (డి క్రిమీ న్యూస్): రాజన్న సిరిసిల్ల జిల్లా ఇల్లంతకుంట మండలం రహింఖాన్ పేట గ్రామం వద్ద అక్రమ రేషన్ బియ్యాన్ని తరలిస్తున్న ఇద్దరు వ్యక్తులను బుధవారం పోలీసులు పట్టుకున్నారు. కోసరావుపేట మండలం బాపునాయుపేటకు చెందిన గంట నమ్మప్ప(27), కోమరయ్య అనే దంపతులు రహింఖాన్ పేటలో బుధవారం ఇళ్ళుకొలిరుగుతూ రేషన్ బియ్యాన్ని కొనుగోలు చేస్తూ బియ్యాన్ని తీసుకుంటూ పోలీసులు పట్టుకుని వారిద్దరినీ నుండి 1.5 కిలోటాల్ల బియ్యాన్ని స్వాధీనపరచుకొని ఇద్దరిపై తేసు సమూహం చేసి రిమాండ్ కు పంపిస్తున్న తెలుపారు. ఎవ్వరైనా రేషన్ బియ్యాన్ని అక్రమంగా కొనుగోలు చేసినట్లయితే చట్టపరమైన చర్యలు తీసుకుంటామని ఇలాంటి వారిని గుర్తించితే పోలీసులకు సమాచారం అందించాలని స్థానిక ఎస్సై కదిరి శ్రీకాంత్ గౌడ్ తెలిపారు.

డయాబెటిక్ పేషెంట్లకు ఈ బియ్యం వరం. శాస్త్రవేత్తల సలహా ఏంటంటే..

సంప్రదాయ విత్తనాలకు భిన్నంగా అధిక దిగుబడుతున్న వంగడం సాంబ మసూరి.. దక్షిణ భారతదేశంలోని ఎక్కువ ప్రాంతాల్లో రైతులు ఈ రకం వరినే సాగు చేస్తారు. దీని అన్నం తినడానికి రుచిగా ఉంటుంది. అదే సమయంలో పంట తక్కువ రోజుల్లో పండడం వల్ల రైతుకు పెద్దగా ఖర్చు ఉండదు. నేడు ఈ రకం వరి వంగడాన్ని ఉత్తరప్రదేశ్, కర్ణాటక, తమిళనాడు, చత్తీస్ గఢ్, జార్ఖండ్, తెలంగాణ వంటి వివిధ రాష్ట్రాల్లో 1.5 లక్షల హెక్టార్లకు పైగా సాగు చేస్తున్నారు. నిర్వహించిన జాతీయ సాంకేతిక దినోత్సవం సందర్భంగా జరిగిన కార్యక్రమంలో పాల్గొనేందుకు వచ్చిన సీనియర్ ప్రిన్సిపల్ సైంటిస్ట్ డా. హితేంద్ర పటేల్ సాంబా మసూరి బియ్యం గురించి వివరించారు. సాంబా మసూరి బియ్యం బాక్టీరియా ముదత వ్యాధికి నిరోధకతను కలిగి ఉంటుంది. చాలా తక్కువ గ్లైసెమిక్ సూచికను కలిగి ఉంటుంది. ఇది డయాబెటిక్ రోగులకు చాలా ఉపయోగకరంగా ఉంటుంది. గ్లైసెమిక్ ఇండెక్స్ అనేది కార్బోహైడ్రేట్-0.5 ఫండ్ లేదా డింక్స్ తినడం లేదా తాగిన తర్వాత రక్తంలో ఎంత గ్లూకోజ్ పెరుగుతుందనే దాని ఆధారంగా ర్యాంక్ చేసే స్కేల్ అని గమనించాలి. తక్కువ ఉన్న బియ్యం మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులకు మంచిదని చెబుతున్నారు.. తక్కువ ఉన్న ఆహారాన్ని తీసుకోవడం వల్ల రక్తప్రవాహంలోకి గ్లూకోజ్ నెమ్మదిగా విడుదలై మధుమేహం దుష్ప్రభావాలను తగ్గిస్తుంది. ఇది మంచి దిగుబడి మరియు చక్కటి రుచిని కలిగి ఉన్నా కాదా చూపింది, దాని మార్కెట్ సామర్థ్యాన్ని మరియు రైతులకు రాజ్యాన్ని పెంచుతుంది. ఇది బాక్టీరియా ముదతకు కూడా నిరోధకతను కలిగి ఉంటుంది.

ఆడపిల్లలు భారత దేశ ప్రగతికి రథచక్రాలు - మల్యాల సిడిపిడి వీరలక్ష్మి..

ఎండపల్లి, ఫిబ్రవరి 12(డి క్రిమీ న్యూస్): మహిళా శిశు సంక్షేమ శాఖ ఆధ్వర్యంలో బేటి బాచాో బేటి పడాో అనే కార్యక్రమం 10సంవత్సరాలు పూర్తి చేసుకున్న సందర్భంగా జగిత్యాల జిల్లా ఎండపల్లి మండలం జడ్చీపావెన్ పాఠశాల ఆవరణలో విద్యార్థులకు మానసిక ఆరోగ్యము, ప్రేరణ అనే అంశంపై అవగాహన కార్యక్రమం చేపట్టారు. ఈ కార్యక్రమానికి మల్యాల ప్రాజెక్ట్ సిడిపిడి వీరలక్ష్మి హాజరు అయ్యారు. అనంతరం మాట్లాడుతూ... ఆడపిల్లలు అన్ని రంగాల్లో ముందు ఉంటూ భారత దేశ ప్రగతికి రథచక్రాలుగా మారాలని వారి అభివృద్ధితో పాటు సమాజ అభివృద్ధికి పాటుపడాలని అన్నారు. అనంతరం జిల్లా బాలల పరిరక్షణ విభాగం నుండి చైర్మన్ హెల్మెట్ లైన్ 1098 కో ఆర్డినేటర్ శ్రావణ్ మాట్లాడుతూ... ప్రస్తుత తరుణంలో పిల్లలు అనేక రకాల ఆకర్షణలకు ముఖ్యంగా మొబైల్ ఫోన్, డ్రెస్స్, డ్రెస్సు, డ్రెస్సు అనే అంశాలకు ఆకర్షితులు కావడం, అదే వారి బంగారు భవిష్యత్తుకు అటంకం కలిగించుకుంటున్నారని వాటి నుంచి బయటపడి ఒక లక్ష్యం ఏర్పాటు చేసుకొని దానికి అనుగుణంగా ముందుకు వెళ్లాలని ఎన్ని రకాల అవంతరాలు వచ్చినా



ఆకర్షణలు వచ్చినా లోను కాకుండా మానసిక ధైర్యంతో ముందుకు వెళ్లాలని సూచించారు. నేటి సమాజంలో ఇప్పటికీ వయస్సు నిండకుండా వివాహాలు చేస్తున్నారని బాల్య వివాహాల రూపంలో బాలికల యొక్క హక్కులకు భంగం కలుగుతుందని వారు 21సంవత్సరాల వచ్చేంత వరకు వివాహం చేసుకోరాదని సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో సూపర్వైజర్లు జ్యోతి, ప్రధాన ఉపాధ్యాయులు ఉపాధ్యాయులు అంగన్వాడీ టీచర్లు తదితరులు పాల్గొన్నారు.



శేఖర్ అన్న కోసం మేము సైతం అంటూ

ప్రచారం నిర్వహించిన హుజురాబాద్ ట్రస్ట్ సభ్యులు

కరీంనగర్ బాస్, ఫిబ్రవరి 12(డి క్రిమీ న్యూస్): ఎమ్మెల్సీ ఎల్ కన్న ప్రచారంలో భాగంగా కరీంనగర్ జిల్లా హుజురాబాద్ లో ట్రస్ట్ బలపరిచిన అభ్యర్థి యాదగిరి శేఖర్ రావుకు మద్దతు తెలపాలని కోరుతూ ట్రస్ట్ ప్రైవేట్ పాఠశాలల యజమానులు పట్టభద్రులను కలుస్తూ మద్దతు కోరడం జరిగింది. పట్టభద్రుల సమస్యలు తెలిసిన వాడిగా పట్టభద్రుల కోసం కష్టపడే శక్తి సామర్థ్యాలు ఉన్న నాయకుడు యాదగిరి శేఖర్ రావు అని అలాంటి వారిని గెలిపించుకుంటే ఇటు పట్టభద్రులు అటు ప్రజలు అభివృద్ధి పథంలో ముందుకు వెళ్తామని పట్టభద్రుల అభివృద్ధి కోసమే ఈరోజు ఎమ్మెల్సీగా పస్తున్నారని ఒక్కసారి ఆహ్వానించి సరైన నిర్ణయం తీసుకునే బాధ్యత పట్టభద్రుల పైన ఉన్నదని పదవి కోసం జీతం కోసమో



రావడంలేదని తనకు వచ్చే జీతం మొత్తం ప్రతినెల ఒక మండలంకి ఖర్చు చేస్తానని బహిరంగంగా ప్రకటించిన ఏకైక వ్యక్తి ఎవరన్నా ఉన్నారు. అంటే తనే మా యాదగిరి శేఖర్ రావు అని ప్రచారం నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో హుజురాబాద్ ట్రస్ట్ అధ్యక్షులు ఉపాధ్యక్షులు మరియు ట్రస్ట్ బాధ్యులు పాల్గొన్నారు.



మహిళలను ఇబ్బందులకు గురిచేసే వారిని ఊపేక్షించేది లేదు

- అడిషనల్ డిసిపి అడ్మిన్ సి.రాజు

గోదావరి డివిజన్ (డి డివిజన్): మహిళలను ఇబ్బందులు పెట్టే వారిని ఊపేక్షించేది లేదని, అటువంటి వారి పట్ల కఠిన చర్యలు తీసుకుంటామని అడిషనల్ డిసిపి అడ్మిన్ సి.రాజు హెచ్చరించారు. రామగుండం పోలీస్ కమిషనరేట్ పరిధిలో షీ టీమ్స్ గత నాలుగు నెలల కాలంలో మహిళలను, అమ్మాయిలను వేధింపులకు గురిచేసిన ఈ షీ టీమ్స్, వేధింపులకు గురి చేస్తూ షీ టీమ్స్కు ప్రత్యక్షంగా పట్టుబడిన ఈ షీ టీమ్స్ మొత్తం 29 మందికి కమిషనరేట్లోని కాన్ఫరెన్స్ హాల్లో మహిళా భద్రతా విభాగం (ఉమిన్ సేఫ్టీ వింగ్)

హైదరాబాద్కు చెందిన నిపుణులచే నిర్వహించిన ట్రైనింగ్ ద్వారా అడ్మిన్లో కోసైలింగ్ కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఈ కోసైలింగ్లో మహిళలను ఎలా గౌరవించాలి, వారి పట్ల ప్రవర్తించాల్సిన తీరు, మహిళలపై అసభ్యంగా ప్రవర్తించి నష్టయితే చట్ట ప్రకారం ఎలాంటి శిక్షలకు గురి అవుతారు, సమాజంలో మహిళలను గౌరవిస్తూ బాధ్యత గల పౌరునిగా ఎలా జీవించాలి తదితర విషయాలపై వారికి అవగాహన కల్పించారు. ఈ సందర్భంగా అడిషనల్ డిసిపి అడ్మిన్ సి.రాజు మాట్లాడుతూ ఆదవారి పట్ల



బాధ్యతగా, మర్యాదగా నడుచుకోవాలని, వారికి అండగా నిలవాలని, పలు రకాల అవసరాలతో ఇంటి నుంచి బయటకు వచ్చే స్త్రీలకు ఎలాంటి ఇబ్బందులు కలిగించ కూడదన్నారు. స్త్రీలను గౌరవించడం తమ

వ్యక్తిత్వంలో భాగం కావాలని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో పెద్దపల్లి షీ టీమ్ ఎస్ఐ ఎం.లావణ్య, షీ టీమ్ మంచినాటి, పెద్దపల్లి జిల్లా నిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

మానవత్వం చాటుకున్న మాజీ కౌన్సిలర్



పెద్దపల్లి ప్రతినధి (డి డివిజన్): పెద్దపల్లి బస్టాండ్ సమీపంలో బైక్ పై వెళ్తున్న వ్యక్తికి గుండె పోటు రావడంతో బైక్ నుండి కింద పడిపోవడంతో అటుగా వెళ్తున్న పెద్దపల్లి మున్సిపల్ మాజీ కౌన్సిలర్ కొలిపాక సంధ్య చిరంజీవి వెంటనే స్పందించి ఆ వ్యక్తికి సివిల్ ఆఫీస్ పోవడం జరిగింది గమనించిన మాజీ కౌన్సిలర్ కొలిపాక సంధ్య చిరంజీవి ప్రక్కకు తన కారును అపి ఆ వ్యక్తిని సీవిల్ ఆఫీస్ ప్రాణాలు కాపాడారు. చుట్టూ ప్రక్కల వారు చేరుకొని సహాయం చేశారు వెంటనే కౌన్సిలర్ చిరంజీవి అంబులెన్సుకి సమాచారం అందించి ప్రభుత్వ ఆసుపత్రికి తరలించడం జరిగింది. తన ప్రాణాలు కాపాడినందుకు బర్డ్ శ్రీనివాస్ చిరంజీవికి కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. నిత్యం ప్రజలలో ఉంటూ తనకి తోచిన సహాయం అందించడంతో పాటు నేడు ఒకరి ప్రాణాలు కాపాడడంతో స్థానికులు అభినందించారు.

అడుగుంటి పోతున్న భూగర్భజలాలు

- జోరుగా సాగుతున్న ఇసుకదండం..
- ట్రాక్టర్ల ద్వారా ఇప్పానుసారంగా ఇసుక జాతర
- ఇసుక తరలిస్తున్న వారిపై పిడియాక్ట్ నమోదు చేయాలి



భూపాలపల్లి, ఫిబ్రవరి -12:(డి డివిజన్): భీకుమట్ల, చిట్టాల మండలాల్లో అక్రమ ఇసుక రవాణా మూలంగా భూగర్భజలాలు అడుగుంటిపోతున్నాయని సిపిఐ ఎంఎల్ లింగేశ్వర్ జిల్లా కార్యదర్శి మారపల్లి మల్లేష్ అన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ భీకుమట్ల మండలం కలికోటపల్లి శివారు మానేరు నుండి, చిట్టాల మండలం కల్వపల్లి మానేరు నుండి నిరంతరం రాత్రినక వగలనక ఇసుక దోపిడీ జరుగుతుందని గత ప్రభుత్వంలో లాఠీల ద్వారా అక్రమ ఇసుక రవాణా జరిగేదని ప్రస్తుత ప్రభుత్వంలో ట్రాక్టర్ల ద్వారా నిరంతరం ఇసుక అక్రమ రవాణా చేస్తూ కొంత మంది నాయకులు అట్టి ఇసుకను పట్టణాలకు తరలిస్తూ సామ్యు చేసుకుంటున్నారని , ప్రభుత్వం మానని కూడా సహజ వనరుల దోపిడీ ఆగడం లేదని, గతంలో లాఠీల ద్వారా ఇప్పుడు ట్రాక్టర్ ల ద్వారా తరలించడమేనని ఎద్దేవా చేశారు. ఈ అక్రమ రవాణా మూలంగా భూగర్భ జలాలు అడుగుంటిపోయి ప్రజలకు తాగు,సాగునీరు దొరకక చాలా ఇబ్బందులు పడుతున్నారని, నలివాగు పరివాహక ప్రాంతాల్లో భోర్ల ఎండిపోయి పంటలు పండి పరిస్థితి లేదని ఆయన ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. ఇంత అక్రమ దండం కొనసాగుతున్న మైనింగ్ రెవెన్యూ అధికారులు పట్టించుకున్న దాఖలాలు లేవని అన్నారు. విచ్చలవిడిగా ఇసుక రవాణా చేస్తున్న వారిపై పిడి యాక్ట్ నమోదు చేయాలని, యానంగి పంటలకు డివిషన్ 38 కాలవ ద్వారా రైతులకు నీరు అందించే విధంగా మరియు ఈ అక్రమ ఇసుక దండంపై అరికట్టే విధంగా జిల్లా కలెక్టర్, మరియు శాసనసభ్యులు చర్యలు తీసుకోవాలని ఆయన కోరారు.

జగిత్యాల జిల్లా మూడవ మహాసభను విజయవంతం చేయండి

- ఏబిటియూసీ జిల్లా ఉపాధ్యక్షుడు ఇరుగురాల భూమేశ్వర్



పగడపల్లి, ఫిబ్రవరి, 12 (డి డివిజన్): పెగడపల్లి మండల కేంద్రంలో ఏబిటియూసీ జిల్లా ఉపాధ్యక్షుడు ఇరుగురాల భూమేశ్వర్, అధ్యక్షంలో భవనిరాజు కార్మికుల కరపత్రం విడుదల చేశారు. అనంతరం ఇరుగురాల భూమేశ్వర్ మాట్లాడుతూ జగిత్యాల జిల్లా మూడవ మహాసభను విజయవంతం చేయాలని కోరారు కార్మికులకు సమగ్ర సంక్షేమ చట్టం తీసుకురావాలని అన్నారు. సంక్షేమ బోర్డులో ఉన్న కోట్లాది రూపాయలు ఇతర అవసరాలకు ప్రభుత్వం వాడకుండా కార్మికులకే చెందే విధంగా ప్రభుత్వం చర్యలు తీసుకోవాలని అన్నారు జిల్లాలో కార్మికుల ఐక్యతను చాటుతూ జిల్లా 3వ మహాసభను అధిక సంఖ్యలో కార్మికులు పాల్గొని విజయవంతం చేయగలరని కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో భవన నిర్మాణ కార్మికుల సంఘం జిల్లా మాజీ ప్రధాన కార్యదర్శి శనిగారపు ప్రవీణ్, మండల కన్వీనర్ రావ్ సురేష్, బోమ్మన శంకర్, బోమ్మన బాబు, నుంకే ప్రకాష్, బోమ్మన పురుషోత్తం, మల్లాం అంజయ్య, వడ్లూరి అంజయ్య, బోల్లం రవి, బైర అంజయ్య, బైరరాజ్ కుమార్, బోమ్మన శంకర్, తదితరులు పాల్గొన్నారు..

శ్రీ సంత సేవాలాల్ జయంతి

- 286 వ జయంతి 15 ఫిబ్రవరిన రాష్ట్ర ప్రభుత్వం సెలవు రోజుగా ప్రకటించాలి
- బి.జె.పి సీనియర్ నాయకులు రఘు నాయక్, రవీందర్ నాయక్...

సంగారెడ్డి జిల్లా (డి డివిజన్): సంగారెడ్డి జిల్లాలో బుధవారం జరిగిన సమావేశంలో బి జె పి నాయకులు రఘు నాయక్ మాట్లాడుతూ సేవాలాల్ జయంతి రోజు బంజారా ఉద్యోగులు, ఉపాధ్యాయులు, విద్యార్థులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొని పూజలు చేస్తారు. మహా భోగి కార్యక్రమాన్ని నిర్వహిస్తారని, ఈ కార్యక్రమాలకు బంజారా భారీ సంఖ్యలో పాల్గొంటారు కావున ఆ రోజు ప్రభుత్వం సెలవు ప్రకటించాలని ఆయన కోరారు. రాష్ట్రవ్యాప్తంగా అధికారకంగా ఘనంగా నిర్వహించేందుకు తక్షణమే సెలవు మంజూరు చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. ఈ సమావేశం లో బంజారా నాయకులు రఘు నాయక్, రవీందర్ నాయక్, బేగంపేట్ తండ్రా ప్రవీణ్, వివేక్, రవి నాయక్, శంకర్, రాము, రమేష్, బంజారా సభ్యులు పాల్గొన్నారు.



పరిశుభ్రత విషయంలో పట్టణ ప్రజలు సహకరించాలి

- చెత్త - ప్లాస్టిక్ రహిత పెద్దపల్లిగా తీర్చిదిద్దడాం
- మున్సిపల్ కమిషనర్ ఆకుల వెంకటేష్

పెద్దపల్లి ప్రతినధి (డి డివిజన్): పెద్దపల్లి పట్టణ పరిశుభ్రత విషయంలో ప్రజలందరూ సహకరించాలని, పెద్దపల్లి పట్టణాన్ని చెత్త ఫ్రెండ్లీ రహిత పెద్దపల్లిగా తీర్చిదిద్దడానికి మున్సిపల్ కమిషనర్ ఆకుల వెంకటేష్ అన్నారు. స్వచ్ఛత హీ సేవ 2024-25 కార్యక్రమంలో భాగంగా బుధవారం మున్సిపల్ కమిషనర్ ఆకుల వెంకటేష్ మున్సిపల్ సిబ్బంది తో కలిసి పెద్దపల్లి పట్టణం లోని మినీ ట్యాంక్ బండ్ (ఎల్లమ్మ గుండమ్మ చెరువు) పై స్వచ్ఛ భారత్ కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఈసందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ పెద్దపల్లి పట్టణాన్ని చెత్త - ప్లాస్టిక్ రహిత పెద్దపల్లి గా తీర్చిదిద్దడానికి పెద్దపల్లి పట్టణ ప్రజలు మున్సిపల్ సిబ్బందికి సహకరించాలని కోరారు. ఇంట్లో ప్రతిరోజు

వెళ్లే చెత్త తడి పొడి చెత్తగా వేరుచేసి మీ వద్దకు వచ్చే మున్సిపల్ సిబ్బందికి స్వచ్ఛ ఆటోలకు అందజేయాలని అలాగే పెద్దపల్లి పట్టణంలోని మినీ ట్యాంక్ బండ్ పై సాయంత్రం వేళ వచ్చే సందర్భకులు అలాగే పట్టణ ప్రజలు ఇంట్లో నుండి పూజ సామాన్లు, ప్లాస్టిక్ కవర్లు తీసుకువచ్చి చెరువులో వేయడం జరుగుతుందని దయచేసి అలా వేయకుండా మినీ ట్యాంక్ బండ్ పై ఏర్పాటుచేసిన ప్లాస్టిక్ డస్ట్ బిన్స్ లో వేయాలని అన్నారు. పెద్దపల్లి పట్టణాన్ని పరిశుభ్రంగా ఉంచే క్రమంలో మీ పంతు సహాయ సహకారాలు అందించాలని, ఇంత చక్కటి కార్యక్రమం చేయడం చాలా సంతోషంగా ఉందని ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న మున్సిపల్ సిబ్బందికి వార్డ్ ఆఫీసర్లకు



మరియు ప్రతి ఒక్కరికీ పేరుపేరునా ధన్యవాదాలు తెలియజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో మున్సిపల్ మేనేజర్ శివప్రసాద్, జూనియర్ అసిస్టెంట్ రమాకాంత్, వార్డ్ ఆఫీసర్లు, సానిటరీ ఇన్స్పెక్టర్లు, మున్సిపల్ సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

సింగరేణి అధికారులతో సీఎంపిఎఫ్ కమిషనర్ సమావేశం

హైదరాబాద్ కాంపి. (డి డివిజన్): సింగరేణి రామగుండం రెండు ఏరియా జీఎం కాన్ఫరెన్స్ హాల్లో బుధవారం సీఎంపిఎఫ్ (భవిష్య నిధి) కో అడినేషన్ కమిటీ సమావేశం జరిగింది. ఉదయం ఇక్కడికి వచ్చిన సీఎంపిఎఫ్ రామగుండం రీజినల్ కమిషనర్ శ్రీహరి పవారే ని ఏరియా అధికారులు కాలువా కప్పి పుష్కగుచ్చాన్ని అందజేసి స్వాగతం పలికారు. తదనంతరం జరిగిన సమావేశంలో ఆయన ఏరియా ఉద్యోగుల సీఎంపిఎఫ్ రికవరీ ఇతర అంశాలపై సింగరేణి అధికారులతో చర్చించారు. సింగరేణి కొత్తగూడెంలోని కార్పొరేట్ కార్యాలయం ద్వారా కాంట్రాక్ట్ కార్మికులకు సంబంధించి మెంబర్ మ్యాస్టర్ డేటాను సమర్పించడం, 11.11.2024 నాటి రెటర్ నెం. -31- 0028.0/1/2023- %/47 ద్వారా లోని సబ్స్క్రిబర్ల డేటాను సమర్పించడం, కాంట్రాక్ట్ కార్మికుల కవరేజీ మరియు %గ్రూ%-5 యొక్క సకాలంలో డిపాజిట్, తప్పనిసరి రాబడి, రెగ్యులర్, కాంట్రాక్ట్ కార్మికులకు సంబంధించి సాఫ్ట్ కాపీలో, అలాగే హార్డ్ కాపీలో యొక్క



సకాలంలో సమర్పించడం, సవరించిన పెన్షన్ క్లెయిమ్ సెటిల్మెంట్, పోర్టల్లో ప్రకారం అడ్వాన్స్ క్లెయిమ్ల సమర్పణ తదితర విషయాలపై కమిషనర్ ఏరియా సింగరేణి అధికారులతో చర్చించారు. అలాగే ఏరియాలోని సంబంధించిన సమస్యలపై ఆయన సానుకూలంగా స్పందించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఈ కార్యక్రమంలో ఏరియా ఎస్ఐ.టు జయం ఎం.రాముడు, డిజిఎం (పర్సనెల్) అధికారి ప్రతినధి ఎస్.అనిల్ కుమార్, డిజిఎం మైన్స్ వెంకట రామచంద్ర, ఏరియా సెక్యూరిటీ అధికారి

షరీఫ్ మహమ్మద్, గుర్తింపు సంఘం ట్రాంక్ సెక్రెటరీ జిగురు రవీందర్, అసిస్టెంట్ సెక్రెటరీ సామ్యు, ఏరియాలోని వివిధ విభాగాల అధికారులు, సంక్షేమాధికారులు, సీఎంపిఎఫ్ కో అడినేషన్ కమిటీ అధికారులు పాల్గొన్నారు.

స్వదేశీ భావజాలంతో దేశం ఆర్థికంగా మనుగడ సాధిస్తుంది

- స్వదేశీ మేళాతో ఉత్పత్తులు, వ్యాపారులకు, కళాకారులకు గుర్తింపు

కరీంనగర్ టౌన్, ఫిబ్రవరి12(డి డివిజన్): స్వదేశీ జాగరణ మంత్రి నిర్వహిస్తున్న స్వదేశీ మేళాతో స్థానిక కళాకారులు, ఉత్పత్తులు, వ్యాపారులను అమితంగా ప్రోత్సహించడం అభినందనీయమని, స్వదేశీ భావజాలం కలిగి ఉండి స్వదేశీ వస్తువులను కొనుగోలు చేయడం పల్ల దేశానికి ఆర్థిక ప్రయోజనమే కాకుండా, కుటుంబం, గ్రామం, రాష్ట్రం, దేశం మొత్తం స్వయం సమృద్ధిని సాధిస్తుందని స్థానిక భారత్ అభియాన్ ప్రాంత కో కన్వీనర్ ఇంద్రసేనారెడ్డి, స్వదేశీ జాగరణ మంత్రి దక్షిణ మధ్య క్షేత్ర సంఘటన కార్యదర్శి జగదీష్ జి, రాష్ట్ర స్వయంసేక్ సంఘ తెలంగాణ పూర్వ సంఘ చాలాక్ బుర్లా దక్షిణామూర్తి అన్నారు. బుధవారం స్వదేశీ మేళా ప్రారంభోత్సవ సందర్భంగా ముఖ్య అతిథులుగా హాజరైన వారు మాట్లాడుతూ ముఖ్యంగా స్వదేశీ అనేది మన స్వయం సమృద్ధి తో పాటు దేశ ఆత్మ నిర్భరతను అన్ని రంగాల్లో సహకారం చేసే అద్భుత తారక మంత్రమన్నారు. ముఖ్యంగా స్వదేశీ వస్తువుల తయారీ దిగుమతి చేసుకున్న వస్తువులపై



ఆధారపడటాన్ని అధిగ మించడంలో సహాయపడుతుందని , ప్రజలు స్వదేశీ వస్తువులు, ఉత్పత్తులను ఉపయోగించాలని వారు ఈ సందర్భంగా పిలుపునిచ్చారు. ప్రధానంగా స్వదేశీ వస్తువుల తయారీదారుల కోసం కేంద్ర రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు అందిస్తున్న పథకాలు, ప్రయోజనాలు సద్వినియోగం చేసుకోవాలన్నారు. స్వదేశీ మేళా

ప్రోగ్రాంలో భాగంగా పాలిటెక్నిక్, ఇంజనీరింగ్ విద్యార్థులకు వర్క్ షాప్ నిర్వహించారు. విద్యా తో పాటుగా ఉద్యోగం, వ్యాపారం లోడ్ రాణించాలని, ఉద్యోగం ఇచ్చే స్థాయి కి ఎవరాలని ఈ వర్క్ షాప్ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న కరీంనగర్ పోలీస్ ట్రైనింగ్ సెంటర్ సూపరిండిండెంట్ సుంకర్ శ్రీనివాస్ , ఐ వి వై స్కూల్ చైర్మన్ పసుపుల మహేష్

సూచించారు. ఈ సందర్భంగా పలు కీలక అంశాలపై సూచనలు చేసి, విద్యార్థుల భవిష్యత్తు ను తీర్చిదిద్దే కోవదానికి పలు ఉదాహరణలు చెప్పారు. ఇట్టి కార్యక్రమంలో స్వదేశీ మేళా బాధ్యులు ముక్కు హరీష్ బాబు, గంప వెంకటే, కళ్లం వాసుదేవ రెడ్డి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

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



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 బిరన్, కాల్షియం, ఫాస్ఫరస్, జింక్, కోలిన్, విటమిన్ 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 క్యాన్సర్లతో 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.

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 పైనాపిల్లో తగినంత పరిమాణంలో కనిపిస్తాయి. ఇది ఎముకలు, దంతాలను బలపరుస్తుంది. పైనాపిల్ రసంలో పోషకాలు సమృద్ధిగా లభిస్తాయి.



30 ఏళ్లు వచ్చేసరికి.. పురుషుల్లో వచ్చే అనారోగ్య సమస్యలు ఇవే!

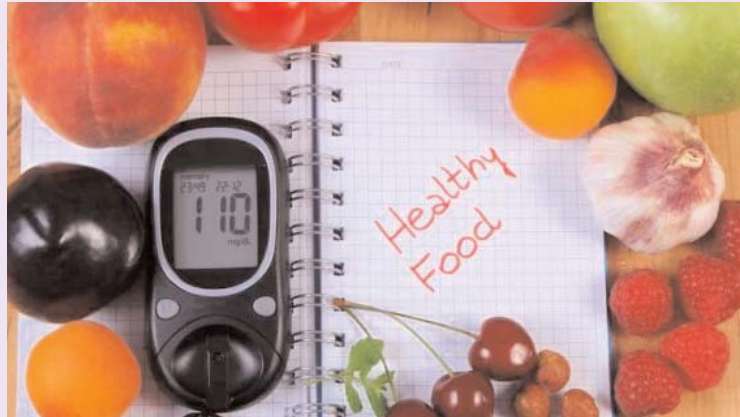
సాధారణంగా వయసు పెగ్గి కొద్ది.. ఎన్నో రకాల అనారోగ్య సమస్యలు వస్తూ ఉంటాయి. ఇవి చాలా కామన్ విషయం. కానీ ఇప్పుడున్న రోజుల్లో చిన్న పెద్దా అనే వయసుతో సంబంధం లేకుండా అన్ని రకాల వ్యాధులు వస్తున్నాయి. వీటి పట్ల మొదట్లోనే జాగ్రత్తలు తీసుకోకపోతే.. చిన్న సమస్యలు కాస్తా పెద్ద సమస్యలుగా మారుతున్నాయి. అయితే ఆడవారి కంటే పురుషులు తమ ఆరోగ్యం పట్ల నిరక్షణం వహిస్తూ ఉంటారు. అస్సలు పట్టించుకోరు. అనారోగ్య సమస్యల లక్షణాలు కనిపించినా కేర్ చేయరు. ఆ తర్వాత ఆస్పత్రి పాలవ్వాలి వస్తుంది. ఇటీవల జరిగిన సర్వేల ప్రకారం.. 30 ఏళ్లు దాటిన పురుషుల్లో కొన్ని రకాల హెల్త్ ప్రొబ్లమ్స్ వచ్చే అవకాశాలు ఉన్నాయట. వీటిని ప్రారంభంలో గుర్తించకపోతే.. చివరికి ప్రాణాల మీదకి 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, కాల్షియం లోపం ఏర్పడుతుంది. దీంతో కీళ్ల నొప్పులు, ఎముకలకు సంబంధించిన సమస్యలు రావచ్చు. కాబట్టి 30 ఏళ్ల

వయసులో పురుషులు ఖచ్చితంగా కాల్షియం 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 రైఫ్ స్టైల్లో ఖచ్చితంగా మార్పులు చేసుకోవాలి. ఆరోగ్యకరమైన ఆహారాన్ని మాత్రమే తీసుకోవాలి. బరువు పెరగడం: పురుషులకు 30 ఏళ్లు దాటాక.. బరువు అనేది పెరుగుతూ ఉంటారు. ఒత్తిడి, సరైన వేళ్ళు సరైన ఆహారం తీసుకోకపోవడం వంటి కారణాల వల్ల బరువు అనేది పెరిగిపోతారు. ఈ సమయంలో మీరు మీ శరీరంపై ప్రత్యేకమైన శ్రద్ధ పడాలి. వ్యాయామాలు, వాకింగ్ వంటివి చేయడం వల్ల ఒత్తిడి, బరువు తగ్గుతాయి. క్యాన్సర్: పురుషులకు 30 ఏళ్ల వయసులో ప్రోస్టేట్ క్యాన్సర్ వచ్చే అవకాశం ఉందని పలు అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి. మూత్రంలో మంట, పుష్కణాల్లో నొప్పి, యూరిన్ సమస్యలు, ఇన్ ఫెక్షన్స్ రావచ్చు. మీరు ఈ సమస్యలతో ఇబ్బంది పడితే టెస్టులు చేయించుకోవడం అవసరం.



గుట్టలాంటి పాట్లకు ఛూమంత్రం..



గసగసాలులో ఎన్నో జీవద్ర గుణాలు దాగున్నాయి. ఇవి ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తాయి. మసాలా దినుసు గసగసాలు యాంటీ ఇన్ఫ్లేమటరీ, 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

చేయడంలో గసగసాలు ఉపయోగపడతాయి. ఇంకా ఎసిడిటీ, 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 సిరప్స్ మార్కెట్ నుంచి కొనుగోలు చేసి, దానిని షర్మత్ గా చేసుకుని తాగవచ్చు. ఇది తీసుకోవడం వల్ల ఎక్కువసేపు ఆకలిగా అనిపించకుండా చేస్తుంది. దీంతో బరువు క్రమంగా తగ్గుతుంది. గసగసాలు, పాలు కలిపి తీసుకోవడం వల్ల శరీరానికి అనేక ప్రయోజనాలు సేకరూతాయి. దీని వినియోగం వల్ల కండరాలు, ఎముకలు బలపడతాయి. ఒక గ్లాసు పాలలో 1 టేబుల్ స్పూన్ గసగసాలు వేసిమరించి గోరువెచ్చగా ఉన్నప్పుడు త్రాగాలి.

ఉదయాన్నే ఖాళీ కడుపుతో కొత్తిమీర నీళ్లు తాగితే ఏమవుతుందో తెలుసా..?

కొత్తిమీర నీరు ఎసిడిటీ, పిత్తాసు 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 ఇన్ఫ్లేమటరీ గుణాలు ఉన్నాయి. ఇది ఎసిడిటీ 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 ప్రామాన్ని 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 పాలిఫెనాల్ యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు క్యాన్సరు కలిగించడంలో 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.



దయాబెటీస్ వ్యాధిగ్రస్తులు ఏడాది పొడవునా బ్లడ్ షుగర్ లెవెల్స్ అదుపులో ఉంచుకోవడం నవాలతో కూడుకున్న విషయం. ముఖ్యంగా వేసవిలో షుగర్ లెవెల్స్ ను తగ్గించుకోవడం అంత సులువు కాదు. అందుకే దయాబెటీక్ రోగులందరికీ వేసవి కష్టకాలంతో సమానం. అయితే కొన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకుంటే వేసవిలో మీ ఆరోగ్యాన్ని పదిలంగా ఉంచుకోవచ్చుంటున్నారని నిపుణులు. వోక్సర్ హాస్పిటల్ కన్సల్టెంట్ ఫిజిషియన్, దయాబెటికల్ డాక్టర్ మీరా.. దయాబెటిక్ 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 ఉంటారు. ఎందుకంటే మధుమేహం ఉన్నవారు తమ శరీరంలోని నీటిని త్వరగా కోల్పోతారు. దీంతో సులభంగా నిర్బలీకరణానికి గురవుతారు. పైగా తక్కువ నీరు తీసుకోవడం వల్ల రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు వేగంగా పెరుగుతాయి. దీంతో రక్తనాళాలు, నరాల దెబ్బతినడం వంటి కొన్ని మధుమేహం సమస్యలు స్వీడ గ్రంథులపై ప్రభావం చూపుతాయి. పైగా శరీర ఉష్ణోగ్రత కూడా పెరుగుతుంది. ఇది పీల్డ్ గ్లూకోజ్, పీల్డ్ స్ట్రోక్ కు కారణమవుతుంది. ఒక్కోసారి ప్రాణాలు కూడా పోతాయి. అందుకే వేసవిలో షుగర్ లెవెల్స్ అదుపులో ఉంచుకోవాలి. వేసవిలో మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులు ఈ కింది జాగ్రత్తలు తీసుకుంటే హయిగా ఉండవచ్చు. ఔ వేసవిలో మధుమేహాన్ని నియంత్రించడానికి తీసుకోవల్సిన జాగ్రత్తలు వీరైనంత హైడ్రేటింగ్ ఉండాలి వేసవి కాలంలో అధిక వేడికారణంగా చెమట ద్వారా ఎక్కువ నీటిని కోల్పోతారు. ఇది నిర్బలీకరణానికి దారితీస్తుంది. నిర్బలీకరణం రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను పెంచడానికి దారితీస్తుంది. అందుకే ఈ కాలంలో నీరు ఎక్కువగా తాగాలి. తద్వారా డీహైడ్రేషన్ ను నివారించవచ్చు. కానీ చక్కెర కలిపిన తీపి పానీయాలకు దూరంగా ఉండాలి. ఆల్కహాల్ కెఫైన్ వద్దు ఆల్కహాల్, కెఫైన్ ఆధారిత పానీయాల నిర్బలీకరణానికి 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 వ్యాయామం చేయడం 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 యూక్లిప్ గా 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. ఎందుకంటే బయటకు వెళ్లకపోవడం బెటర్ రక్తంలో చక్కెర స్థాయిని అదుపులో ఉంచుకోవడానికి వేసవి ఎడల నుంచి మిమ్మల్ని మీరు వీరైనంత ఎక్కువగా రక్షించుకోవాలి. వడదెబ్బ శరీరాన్ని ఒత్తిడి గలి చేస్తుంది. రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను పెంచుతుంది. ఒకవేళ తప్పనిసరితే చర్మానికి సన్ స్క్రీమ్ రాసుకోవడంతోపాటు వడదెబ్బను నివారించడానికి టోపీ, సన్ గ్లాస్స్, గొడుగుతో బయటకు వెళ్లాలి. అలాగే, శరీరంలోని బహిరగత భాగాలను కవర్ చేసేలా చూసుకోవాలి.

ఇంగ్లాండ్పై భారత్ సూపర్ విక్టరీ

నెట్వర్క్

ఇంగ్లాండ్ను వైట్ వాష్ చేసిన భారత జట్టు
142 పరుగుల తేడాతో విజయం
3-0 తేడాతో సిరీస్ కైవశం
భారీ నమోదు చేసిన భారత్
తకంతో కదం తొక్కిన శుభో్మన్ గిల్
విరాట్, అయ్యర్ మెరుపు ఇన్నింగ్స్
వన్డేలో కోహ్లా 73వ అర్ధ సెంచరీ పూర్తి

భారత్-ఇంగ్లాండ్ మధ్య జరుగుతున్న 3 మ్యాచ్ల వన్డే సిరీస్లో చివరి మ్యాచ్ అవ్వడాబాదీలోని నరేంద్ర మోడీ స్టేడియంలో జరిగింది. ఈ మ్యాచ్లో ఇండియా బ్యాటింగ్, బొలింగ్ లో అదరగొట్టి 142 పరుగుల తేడాతో విజయం సాధించింది. దీంతో ఇంగ్లాండ్ జట్టును వైట్ వాష్ చేస్తూ సిరీస్ను 3-0 తేడాతో భారత జట్టు గెలుచుకుంది. టాప్ గెలిచిన ఇంగ్లాండ్ కెప్టెన్ జోస్ బట్లర్ ముందుగా బొలింగ్ ఎంచుకోవడంతో భారత్ బ్యాటింగ్ కు దిగింది. భారత్ అద్భుతమైన బ్యాటింగ్ తో 50 ఓవర్లలో ఇంగ్లాండ్ ముందు 357 పరుగుల లక్ష్యాన్ని ఉంచింది. భారీ టార్గెట్ లో బ్యాటింగ్ కు దిగిన ఇంగ్లాండ్ జట్టు 34.2 ఓవర్లలో 214 పరుగులకు ఆటోల్ అయింది. 357 పరుగుల టార్గెట్ తో బరిలోకి దిగిన ఇంగ్లాండ్ ను భారత బౌలర్లు చెదుగుడు అడుకున్నారు. ఆరంభం నుంచే ఇంగ్లాండ్ పై పట్టు సాధించి పరుగులు చేయకుండా అడ్డుకున్నారు. ఇంగ్లాండ్ కు మంచి ఆరంభం లభించింది. 11 ఓవర్లలో 2 వికెట్లకు 89 పరుగులు చేసింది. ఔన్ డకెట్ దూకుతూ ఆటను ప్రారంభించాడు కానీ, పెద్ద ఇన్నింగ్స్ ఆడలేకపోయాడు. అతను 22 బంతుల్లో 34 పరుగులు చేశాడు. అర్వింద్ సింగ్ వేసిన ఒక ఓవరులో డకెట్ పరుగులు 4 ఫోర్లు కొట్టాడు. డకెట్ తన ఇన్నింగ్స్లో 8 ఫోర్లు కొట్టాడు. అర్వింద్ సింగ్ వేసిన బంతికి కెప్టెన్ రోహిత్ శర్మ అతన్ని క్యాచుగా తీసుకున్నారు. డకెట్ తర్వాత, ఫిలిప్ సాల్ట్ 21 బంతుల్లో 23 పరుగులు చేసి బెరుయ్యాడు. సాల్ట్ 4 ఫోర్లు కొట్టి అర్వింద్ బౌలింగ్లో అక్షర్ బౌలింగ్లో క్యాచ్ ఇచ్చి బెరుయ్యాడు. కుబ్జీవ్ యాదవ్ భారత్ కు మూడో వికెట్ అందించాడు. అతను టామ్ బాంటన్, జో రూల్ భాగస్వామ్యాన్ని కట్ చేశాడు. వీరిద్దరూ మూడో వికెట్కు 46 పరుగుల భాగస్వామ్యాన్ని



నెలకొల్పాడు. కుబ్జీవ్ బాంటన్ ను కేవల్ రాహుల్ క్యాచ్ తో అందుకున్నాడు. బాంటన్ 41 బంతుల్లో 38 పరుగులు చేశాడు. ఆ తర్వాత రిజెండర్ బ్యాట్స్మన్ జో రూట్ను అక్షర్ పటేల్ క్లీన్ బౌల్డ్ చేశాడు. రూట్ 29 బంతుల్లో 24 పరుగులు మాత్రమే చేసి పెవిలియన్ కు చేరాడు. 22 ఓవర్లలో 4 వికెట్లకు 139 పరుగులు చేసిన ఇంగ్లాండ్ ఆ తర్వాత కూడా భారత బౌలింగ్ ముందు నిలవలేకపోయింది. ఆ తర్వాత హార్మిత్ రాజా, వాషింగ్టన్ సుందర్ లు రాణించడంతో ఇంగ్లాండ్ కచ్చాలు మరింత పెరిగాయి. ఇంగ్లాండ్ స్కోరు 31 ఓవర్లలో 8 వికెట్లకు 179 పరుగులు చేసింది. మొత్తంగా బౌలర్లలో అర్వింద్ సింగ్, హార్మిత్ రాజా, అక్షర్ పటేల్, హార్మిత్ పాండ్యా తలా 2 వికెట్లు తీసుకోవడంతో ఇంగ్లాండ్ జట్టు 214 పరుగులకు ఆటోల్ అయింది. దీంతో ఇంగ్లాండ్ పై ఇండియా 142 పరుగుల తేడాతో విజయం సాధించింది. ఈ మ్యాచ్ తో పాటు సిరీస్ మొత్తంగా పరుగుల పరద పారించిన భారత వైస్ కెప్టెన్ శుభో్మన్ గిల్ ఫ్లేయర్ అఫ్ ది మ్యాచ్ తో పాటు ఫ్లేయర్ అఫ్ ది సిరీస్ అవార్డును అందుకున్నాడు. అనతకుముందు మూడో వన్డేలో ఇంగ్లాండ్ కు 357 పరుగుల లక్ష్యాన్ని భారత్ నిర్దేశించింది. బుధవారం అవ్వడాబాదీలోని నరేంద్ర మోడీ స్టేడియంలో ఇంగ్లాండ్ బొలింగ్ ఎంచుకుంది. దీంతో ముందుగా బ్యాటింగ్ చేసిన భారత జట్టు 50 ఓవర్లలో 356 పరుగులకు ఆటోల్ అయింది. శు భోమ్స్ గిల్ (102 బంతుల్లో 112 పరుగులు) సెంచరీ సాధించాడు. విరాట్ కోహ్లా 52, శ్రేయస్ అయ్యర్ 78, కేవల్ రాహుల్ 40 పరుగులు చేసి

జట్టు స్కోరును 350 దాటించారు. విరాట్ ఎట్టకేలకు తన హాఫ్ సెంచరీతో విమర్శలకు సమాధానం ఇచ్చాడు. వన్డేలో అతడికి ఇది 73వ అర్ధ సెంచరీని పూర్తి చేశాడు. బోర్డర్- గావస్కర్ ట్రోఫీ తర్వాత తాజా మ్యాచ్లో కోహ్లా అద్భుతమైన టచ్తో కనిపించాడు. రెండో వికెట్కు గిల్తో కలిసి కీలకమైన 116 పరుగుల భాగస్వామ్యం నెలకొల్పాడు. ఈ ఇన్నింగ్స్లో 7 ఫోర్లు, 1 సిక్సు ఉంది. కీలకమైన ఛాంసియన్స్ ట్రోఫీకి ముందు విరాట్ వైట్/బాల్ ఫార్మాట్లో కమ్/బ్యాక్ ఇవ్వడం భారత్ కు శుభసూచికం. గత మ్యాచ్లో కెప్టెన్ సెంచరీతో అలరించగా, తాజాగా విరాట్ హాఫ్ సెంచరీతో రాణించాడు. ఈ సిరీస్లో తో సీనియర్లద్దరూ టచ్లోకి రావడంతో టీమ్ఇండియా ఫ్యాన్స్ సోషల్ మీడియాలో తమ ఆనందం పేర్ చేసుకుంటున్నారు. ఇక రాయల్ ఛాలెంజర్స్ బెంగళూరు కూడా కోహ్లా ఇన్నింగ్స్ను ప్రశంసిస్తూ పోస్ట్ పేర్ చేసింది. 'కింగ్ ఈజ్ బ్యాక్' అనే హ్యాష్ ట్యాగ్లతో సోషల్ మీడియాలో పోస్టులు వైరల్ అవుతున్నాయి. ఓపెనర్ రోహిత్ బ్యాటింగ్ చేస్తున్నప్పుడు హాట్స్పాట్ వ్యూవర్స్ సంఖ్య 80 లక్షలగా ఉంది. కోహ్లా వచ్చిన తర్వాత అకస్మాత్తుగా 1.9 కోట్లకు చేరుకుందని ఓ ఫ్యాన్ పోస్ట్ చేశాడు. మరోవైపు, శ్రేయస్ అయ్యర్ కూడా నిలకడగా ఆడుతున్నాడు. నాలుగో సాఫ్ట్ సాఫ్ట్ స్పిరంగా రాణిస్తూ జట్టులో చోటు పదిలం చేసుకుంటున్నాడు. ఈ సిరీస్లో రెండు హాఫ్ సెంచరీలు నమోదు చేసి తన ప్రతిభ చాటుకుంటున్నాడు. ఈ సిరీస్లో అయ్యర్ రెండో హాఫ్ సెంచరీ కొట్టాడు. మూడో వన్డేలో ఎనిమిది ఫోర్లు, రెండు సిక్సర్లతో విరుచుకుపడ్డాడు.

64 బంతుల్లోనే 78 పరుగులు చేశాడు. 122 పరుగుల వద్ద విరాట్ బేట్? అవ్వగానే అయ్యర్ క్రిజాలోకి వచ్చాడు. ఎదుర్కొన్న తొలి బంతి నుంచే ఆధిపత్యం చూపించాడు. ఏడా పెడా బౌండరీలతో స్కోరు బోర్డును పరుగులు పెట్టించాడు. ఈ క్రమంలోనే 43 బంతుల్లో అర్ధ సెంచరీ పూర్తి చేశాడు. ఆ తర్వాత వేగంగా సెంచరీ దిశగా దూసుకెళ్లాడు. దుర్భుష్టవశాత్తూ 78 పరుగుల వద్ద ఆదిల్? రషీద్ బౌలింగ్లో క్యాచ్ ఇచ్చి పెవిలియన్ చేరాడు. అయ్యర్, గిల్ 93 బంతుల్లో మూడో వికెట్కు 104 పరుగులు జోడించారు. కాగా, తొలి వన్డేలో 59 పరుగులు చేసిన అయ్యర్, రెండో మ్యాచ్లో 44 రన్స్ తో రాణించాడు. 2023 వన్డే వరల్డ్ కప్ నుంచి నాలుగో స్థానంలో 53.40 యావరేజీతో పరుగులు చేస్తున్నాడు. ఇప్పటివరకు నాలుగో స్థానంలో అయ్యర్? 18 ఇన్నింగ్స్లో 114.59 డ్రైక్ రేట్తో 801 పరుగులు చేశాడు. ఇందులో 2 సెంచరీలు, 6 హాఫ్ సెంచరీలు ఉన్నాయి.ఇక ఇంగ్లాండ్ బౌలర్లలో ఆదిల్ రషీద్ 4 వికెట్లు పడగొట్టగా, మార్క్ వుడ్ 2 వికెట్లు తన ఖాతాలో చేసుకున్నాడు. గన్ అబ్జిక్యూషన్, సాకిజ్ మహమూద్, జో రూల్ తలా ఒక వికెట్ పడగొట్టారు. మూడు వన్డేల సిరీస్లో భారత్ 2-0 ఆధిక్యంలో ఉంది. ఇంగ్లాండ్ విజయానికి 357 పరుగుల లక్ష్యాన్ని నిర్దేశించింది. ఇన్నింగ్స్ చివరి ఓవర్లో టీం ఇండియా రెండు వికెట్లు కోల్పోయింది. ఇందులో అర్వింద్ సింగ్ రనౌట్ కాగా, వాషింగ్టన్ సుందర్ మార్క్ వుడ్ బౌలింగ్లో హ్యాండ్ బ్రాకిక్ క్యాచ్ ఇచ్చి బెరుయ్యాడు. భారత జట్టులో 3 మార్పులు జరిగాయి. రవింద్ర జడేజా, మహ్మద్ షమీలకు విశ్రాంతి ఇచ్చారు. పరుణ్ చక్రవర్తి గాయపడ్డాడు. కుబ్జీవ్ యాదవ్ ఫ్లేయింగ్ ఎలెవన్ లోకి తిరిగి వచ్చాడు. అర్వింద్ సింగ్, వాషింగ్టన్ సుందర్లకు అవకాశం లభించింది. ఇంగ్లీష్ జట్టు ఒక మార్పు చేసింది. జేమ్ ఓవర్స్ స్థానంలో టామ్ బాంటన్ కు అవకాశం ఇచ్చారు. 2011 నుండి ఇంగ్లాండ్లో జరిగిన 3 లేదా అంతకంటే ఎక్కువ మ్యాచ్ల సిరీస్లో భారతదేశం అన్ని మ్యాచ్లను గెలుచుకుంది. చివరిసారిగా 2011-12లో ఇండియా సొంత మైదానంలో జరిగిన 5 మ్యాచ్ల సిరీస్లో ఇంగ్లాండ్ను 5-0 తేడాతో ఓడించింది. 1984 తర్వాత సొంతగడ్డపై ఇంగ్లాండ్తో జరిగిన ఒక్క వన్డే సిరీస్ను కూడా టీమ్ ఇండియా కోల్పోలేదు.

భారత్ గెలువాలంటే రోహిత్ రాణించాలి

ఫామ్లో ఉంటేనే కెప్టెన్గా సరైన నిర్ణయాలు దిగజే క్రికెట్లో సునీల్ గవాస్కర్ అభిప్రాయం ఐసీసీ ఛాంపియన్స్ ట్రోఫీ 2025లో టీమిండియా విజేతగా నిలవాలంటే కెప్టెన్ రోహిత్ శర్మ రాణించడం కీలకమని దిగ్గజ క్రికెటర్ సునీల్ గవాస్కర్ అభిప్రాయపడ్డాడు. రోహిత్ శర్మ ఫామ్లో ఉంటేనే కెప్టెన్గా ఎలాంటి ఒత్తిడి లేకుండా సరైన నిర్ణయాలు తీసుకుంటాడని చెప్పాడు. ఫిబ్రవరి 19 నుంచి ఐసీసీ ఛాంపియన్స్ ట్రోఫీ 2025కి తెరలేవనున్న విషయం తెలిసిందే. ఫిబ్రవరి 20న బంగ్లాదేశ్తో జరిగే తొలి మ్యాచ్తో భారత్ తమ క్యాంపైన్ను ప్రారంభించనుంది. ఈ మోగా టోర్నీకి ముందు టీమిండియా కెప్టెన్ రోహిత్ శర్మతో పాటు విరాట్ కోహ్లా ఫామ్లోకి వచ్చాడు. ఇంగ్లండ్తో రెండో వన్డేలో రోహిత్ శర్మ విద్యవంశకర శతకం సాధించగా.. మూడో వన్డేలో విరాట్ కోహ్లా హాఫ్ సెంచరీ నమోదు చేశాడు. రోహిత్ శర్మ ఫామ్లోకి రావడంపై సంతోషం వ్యక్తం చేసిన సునీల్ గవాస్కర్.. అతను అత్యంత అరుదైన బ్యాటర్ అని ఓ జాతీయ దినపత్రికకు రాసిన కాలమ్లో పేర్కొన్నాడు. వన్డే ఫార్మాట్లో రోహిత్ శర్మ అత్యంత విద్యవంశకర ఓపెనింగ్ బ్యాటర్. ఐసీసీ ఛాంపియన్స్ ట్రోఫీలో భారత్ విజేతగా నిలవాలంటే రోహిత్ ఫామ్లో ఉండటం అత్యంత కీలకం. ఈ ఫార్మాట్లో మూడు డబుల్ సెంచరీలు బాదిన మరో బ్యాటర్ లేడు. రోహిత్ శర్మనే ఈ అత్యంత అరుదైన రికార్డ్ అందుకున్నాడు. కెప్టెన్గా ఒత్తిడిలోనూ సరైన నిర్ణయాలు తీసుకోవాలంటే అతను ఫామ్లో ఉండటం కీలకం.విరాట్ కోహ్లా బిగ్ మ్యాచ్ ఫ్లేయర్. దేశం తరపున పరుగులు చేసి ఛాంపియన్స్ ట్రోఫీ అందించాలనే విషయం కంటే ఏది అతనికి ప్రేరణగా నిలవదు. 2013 ఛాంపియన్స్ ట్రోఫీ విజయానంతరం విరాట్ కోహ్లా గంగ్లమ్ డ్యూటీతో సెలెబ్రేట్ చేసుకున్నాడు. ఈ సారి అతను భారత విజయంలో భాగమైతే.. అతని నుంచి మేం మరో ప్రత్యేకమైన సెలెబ్రేషన్స్ చూడవచ్చు. అని గవాస్కర్ పేర్కొన్నాడు.

న్యూజిలాండ్కు భారీ ఎదురుదెబ్బ

గాయం కారణంగా రచిన రవీంద్ర దూరం?

ఛాంపియన్స్ ట్రోఫీకి లాకీ ఫెర్నాండెస్ దూరం

2025 ఛాంపియన్స్ ట్రోఫీ ప్రారంభం దగ్గర పడుతుండగా, ఒకరి తర్వాత ఒకరు స్టార్ ఆటగాళ్లు గాయం కారణంగా ఛాంపియన్స్ ట్రోఫీ నుంచి వైదొలుగుతున్నారు. గాయాల కారణంగా ఆస్ట్రేలియా, పాకిస్తాన్, దక్షిణాఫ్రికా స్టార్ ఆటగాళ్లు ఐసీసీ టోర్నమెంట్లో ఆడడం లేదు. అదే సమయంలో, న్యూజిలాండ్ కూడా పెద్ద ఎదురుదెబ్బ తగిలింది. గాయం కారణంగా న్యూజిలాండ్ ఫాస్ట్ బౌలర్ లాకీ ఫెర్నాండెస్ కూడా ఛాంపియన్స్ ట్రోఫీకి దూరమయ్యాడు. ఇప్పుడు ఫెర్నాండెస్ స్థానంలో కివీ జట్టులో ఎవరికి అవకాశం లభిస్తుందో చూడాలి. ఛాంపియన్స్ ట్రోఫీ కోసం కివీస్ జట్టు ఎంపిక చేసిన 15 మంది సభ్యుల జట్టులో లాకీ ఫెర్నాండెస్ ఉన్నాడు. అయితే, అతను తొడ కండరాల గాయం కారణంగా జట్టుకు దూరమయ్యాడు. దుబాయ్లో జరిగిన 2025 బీగ్ సందర్భంగా లాకీ గాయపడ్డాడు.



అతను షార్డా వారియర్స్ తరపున ఎలివిన్సెటర్ మ్యాచ్లో కూడా పాల్గొనలేదు. అయితే పాకిస్తాన్, దక్షిణాఫ్రికా, న్యూజిలాండ్ వద్ద జరుగుతున్న ముక్కోణపు వన్డే సిరీస్లో అతను ఆడలేకపోయాడు. ఈ

సీరీస్ కోసం అతను కివీస్ జట్టులో కూడా చేరాడు. లాకీ ఫెర్నాండెస్ న్యూజిలాండ్ ఉత్తమ ఆటగాళ్ళలో లెక్కింపబడ్డాడు. లాకీ వన్డే కెరీర్ అద్భుతంగా ఉంది. అతను 2016 లో న్యూజిలాండ్ తరపున వన్డే ఆరంగేట్రం చేశాడు. ఇప్పటివరకు, ఫెర్నెస్ 65 వన్డే మ్యాచ్లు ఆడి 64 ఇన్నింగ్స్లో 99 వికెట్లు పడగొట్టాడు. అతను ఒక ఇన్నింగ్స్లో ఒకసారి ఐదు వికెట్లు, రెండుసార్లు నాలుగు వికెట్లు పడగొట్టాడు. 50 ఓవర్ల ఫార్మాట్లో లాకీ ఎకానమ్ 5.68గా ఉంది. న్యూజిలాండ్, పాకిస్తాన్, దక్షిణాఫ్రికా మధ్య నాలుగు మ్యాచ్ల ముక్కోణపు వన్డే సిరీస్ పాకిస్తాన్లో జరుగుతోంది. అంతకుముందు (ఫిబ్రవరి 8న పాకిస్తాన్తో జరిగిన మ్యాచ్లో), న్యూజిలాండ్ ఆల్ రౌండర్ రచిన రవీంద్ర ఫీల్డింగ్ చేస్తున్నప్పుడు పెద్ద ప్రమాదానికి గురయ్యాడు. బంతిని పట్టుకోవడానికి ప్రయత్నిస్తుండగా అతని ముఖం నుంచి రక్తం కారడం ప్రారంభమైంది. అతను మైదానం నుంచి వెళ్లిపోయాడు. అతని నుదిటిపై కుట్టు పడ్డాయి. ఆ తర్వాత అతను తదుపరి మ్యాచ్ కూడా ఆడలేదు. ఛాంపియన్స్ ట్రోఫీలో రచిన ఆడటంపై ఇంకా సస్పెన్స్ కొనసాగుతోంది.

ఆసీస్ జట్టును వేధిస్తున్న గాయాలు.

కొత్త ఆటగాళ్లతో బలలోకి దిగే అవకాశం
కెప్టెన్ స్టీవెన్ స్మిత్ ను నియమించే చాన్స్

మూడోసారి ఐసీసీ ఛాంపియన్స్ ట్రోఫీ గెలుచుకుని హ్యాట్రిక్ కొట్టాలని భావిస్తున్న ఆస్ట్రేలియాకు అన్ని అవకాశనాలే ఎదురవుతున్నాయి. ఇప్పటికే రెగ్యులర్ కెప్టెన్ పాట్ కమిన్స్, జోష్ హేజెల్ వుడ్ గాయాల కారణంగా మోగాటోర్నీకి దూరమవ్వగా, తాజాగా వ్యక్తిగత కారణాలతో స్టార్ పేసర్ మిషెల్ స్టార్క్ ఈ టోర్నీ నుంచి తప్పుకున్నాడు. అలాగే స్టార్ ఆల్ రౌండర్ మార్కస్ స్ట్రాయినిస్ వన్డేలకు రిటైర్మెంట్ ప్రకటించాడు. మూలిగే నక్కుప్త తాడివందు పడ్డాన చందాన మరో స్టార్ ఆల్ రౌండర్ మిషెల్ మార్క్ కూడా గాయంతో టోర్నీకి దూరమయ్యాడు. దీంతో దాదాపు కొత్త ముఖాలతోనే ఈ మోగాటోర్నీలో ఆసీస్ ఆడనుంది. 2009లో రిక్ పాండింగ్ నాయకత్వంలో చివరిసారిగా ఈ టోర్నీ నెగ్గిన కంకారాలు.. ఆ తర్వాత కనీసం పైసల్ కు కూడా చేరుకోలేకపోయారు. ఈసారి ఎలాగైనా టోర్నీని దక్కించుకుందామని భావించినా, ఆటగాళ్ల గాయాలు టీమ్ ను సతమతం చేస్తున్నాయి. ఇక కమిన్స్ దూరం కావడంతో జట్టు కెప్టెన్ అనుభజ్జుడైన స్టీవెన్ స్మిత్ ను ప్రకటించారు. మోగాటోర్నీకి స్టార్క్ దూరం కావడం చాలా బాధకరమని, అయితే అతని వ్యక్తిగత ప్రైవసీని గౌరవించి, కారణాలు బయటకు చెప్పడం లేదని ఆసీస్ చీఫ్ సెలెక్టర్ జార్జ్ బెయిల్ వ్యాఖ్యానించాడు. ఇక జట్టులో కొత్త ఆటగాళ్లు చాలా మంది ఉన్నారని నావిన్ సీనియర్లు నడిపిస్తారని, సత్తా చాటుకోవడానికి ఇది మంచి తరుణమని తెలిపాడు. టోర్నీలో వివిధ ప్రత్యర్థులకు తగినట్లుగా జట్టు కూర్పు చేసేంత ఆటగాళ్లు తమ వద్ద ఉన్నారని పేర్కొన్నాడు. బుధవారం నుంచి శ్రీలంకతో ప్రారంభమయ్యే రెండు వన్డేల సిరీస్ కు కూడా స్టార్క్ దూరమయ్యాడని తెలిపాడు.గతేడాది భారత్ తో 5 బెస్టుల బెస్టుల సిరీస్ వరకు స్టార్క్ నిరంతరాయంగా ఆడాడని గుర్తు చేశాడు. ముగ్గురు ప్రధాన పేసర్లు దూరం కావడంతో సీన్ అబాల్ తో కలిసి స్పెస్సర్ జాన్సన్, నాథన్ ఎల్లిస్, బెన్ డ్యూర్నియన్ లు పేస్ బాధ్యతలు మోస్తారు. సీమ్ ఆల్ రౌండర్ గా ఆరోన్ హార్డ్ ని జట్టులోకి తీసుకున్నారు. ఈనెల 19 నుంచి పాక్ లో ప్రారంభమయ్యే ఈ మోగాటోర్నీలో గ్రూప్-బిలో ఆసీస్ ఆడనుంది. ఇందులో సౌతాఫ్రికా, ఇంగ్లాండ్, ఆఫ్ఘనిస్తాన్ జట్లు ఆడుతున్నాయి. ఆస్ట్రేలియా స్వూడ్: స్టీవెన్ స్మిత్ (కెప్టెన్), సీన్ అబాల్, అలెక్స్ కేరీ, బెన్ డ్యూర్నియన్, నాథన్ ఎల్లిస్, జేక్ ఫ్రేసర్ మెక్ గర్స్, ఆరోన్ హార్డ్, ట్రావిస్ హెడ్, జోష్ ఇంగ్లీష్, స్పెస్సర్ జాన్సన్, మార్కస్ లబుషేన్, గైన్ మ్యాన్స్ వెల్, తస్సీర్ సంగరా, మధ్యస్థ ఫార్ట్, ఆడమ్ జంపా.

ఆస్ట్రేలియాపై శ్రీలంక ఘన విజయం!

సమష్టిగా రాణించిన శ్రీలంక 49 పరుగుల తేడాతో ఆస్ట్రేలియా చిత్తు

ఆస్ట్రేలియాతో రెండు టెస్టుల సిరీస్లో క్లీన్ స్వీప్ అయిన శ్రీలంక.. వన్డే సిరీస్లో మాత్రం శుభారంభం చేసింది. రెండు వన్డేల సిరీస్లో భాగంగా కొలంబో వేదికగా బుధవారం జరిగిన తొలి మ్యాచ్లో సమష్టిగా రాణించిన శ్రీలంక 49 పరుగుల తేడాతో ఆస్ట్రేలియాను చిత్తు చేసింది. ఈ మ్యాచ్లో ముందుగా బ్యాటింగ్ చేసిన శ్రీలంక 46 ఓవర్లలో 214 పరుగులకు కుప్పకూలింది. చరిత్ర అనలక(126 బంతుల్లో 14 ఫోర్లు, 5 సిక్స్లతో 127) సెంచరీతో చెలరేగగా..దునిత్ వెల్లాంగే(30) రాణించాడు. ఆసీస్ బౌలర్లలో సీన్ అబాల్ వాడుకుని వికెట్లు తీరుగా.. స్పెస్సర్ జాన్సన్, ఆరోన్ హార్డ్, నాథన్ ఎల్లిస్ మొదట వికెట్లు పడగొట్టారు. మాధ్యస్థ ఫార్ట్ ఓ వికెట్ తీసాడు. అనంతరం ఆస్ట్రేలియా 33.5 ఓవర్లలో 165 పరుగులకు ఆటోలైంది. మార్కస్ లబుషేన్(41), ఆరోన్ హార్డ్(32) టాప్ స్కోర్లగా నిలిచారు. శ్రీలంక బౌలర్లలో మహ్మద్ తీక్షణ(4/40) నాలుగు వికెట్లు తీరుగా.. ఆసిత ఫెర్నాండ్స్ రెండు వికెట్లు, వానిందు హసరంగా, చరిత్ర అనలంక తలో వికెట్ తీసారు.

విశ్లేషణ



ప్రతిరోజు చల్లటి నీటితో స్నానం చేస్తే ఏమవుతుంది? మంచిదేనా!!

చాలామంది వర్షాకాలం, శీతాకాలంలో వేడి నీళ్లతో స్నానం చేస్తారు. ఇక ఎండాకాలం వచ్చిందంటే ఉష్ణ తాపాన్ని తట్టుకోలేక చస్పిళ్ళతో స్నానం చేస్తూ ఉంటారు. ఎండాకాలంలో ప్రతిరోజు చస్పిళ్ళతో స్నానం చేస్తే ఏమవుతుంది? స్నానం చేయడం మంచిదేనా? చస్పిళ్ళ స్నానం వలన జుట్టు ఊడిపోతుందా? ఏమైనా అనారోగ్యాలు వస్తాయా? వంటి వివరాలను ప్రస్తుతం మనం తెలుసుకుందాం. చస్పిటి స్నానం వలన ఏం జరుగుతుందంటే వేసవికాలంలో చస్పిళ్ళతో స్నానం చేయడం వల్ల చాలా ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు కలుగుతాయని, ప్రతిరోజు చస్పిళ్ళ స్నానం చేయడం ఎంతో మంచిదని చెబుతున్నారు వైద్యనిపుణులు. చల్లటి నీటిలో స్నానం చేయడం వల్ల శరీరంలో ఉండే వాపులు, కండరాల నొప్పులు తగ్గుతాయని, రక్త ప్రసరణ మెరుగు పడుతుందని చెబుతున్నారు. అంతేకాదు మానసిక ఒత్తిడి కూడా తగ్గుతుందని, ఫలితంగా ఆరోగ్యంగా ఉంటామని చెబుతున్నారు వైద్యనిపుణులు. చస్పిటి స్నానంతో డిప్రెషన్ నుండి రిలాక్స్ చస్పిళ్ళ స్నానం చేస్తే ఏదో జరిగిపోతుందన్న అపోహ వద్దని, చస్పిళ్ళ స్నానం చేయడం వల్ల నాడీ వ్యవస్థ ప్రేరిపితం అవుతుందని చెబుతున్నారు. ఐదు నిమిషాల పాటు చస్పిటి స్నానం చేయడం వల్ల డిప్రెషన్ నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది . ఇది ఫీల్ గుడ్ ఎండార్బిన్ హోర్మోన్ ఉత్పత్తిని పెంచుతుంది. వ్యాధి నిరోధక శక్తి కోసం చస్పిటి స్నానం చస్పిటి స్నానం చేయడం వల్ల మన హృదయ స్పందన రేటు కరెక్ట్ గా మారుతుందని, రక్తపోటు తగ్గుతుందని, ఆక్సిజన్ సక్రమంగా తీసుకోగలమని చెబుతున్నారు. మన శరీరంలో వ్యాధి నిరోధక శక్తి పెరుగుతుందని, వేసవిలో రోజు చస్పిళ్ళతో స్నానం చేస్తే ఎంతో మంచిదని సూచిస్తున్నారు. చర్మం, జుట్టుకు చస్పిటి స్నానం మేలు చల్లని నీళ్లతో స్నానం చేయడం వల్ల శరీరంలోని ల్యూకోసైట్లు ప్రేరిపితం అవుతాయి. ఇవి మనల్ని సాధారణ అనారోగ్యాల నుండి కాపాడతాయి. చస్పిటి స్నానం చేయడం వల్ల చర్మ రుద్రాలను బిగుతుగా చేసి ఆయిల్ ఉత్పత్తిని తగ్గిస్తుంది. చర్మాన్ని, జుట్టు పొడిబారకుండా కాపాడుతుంది.

మార్కెట్

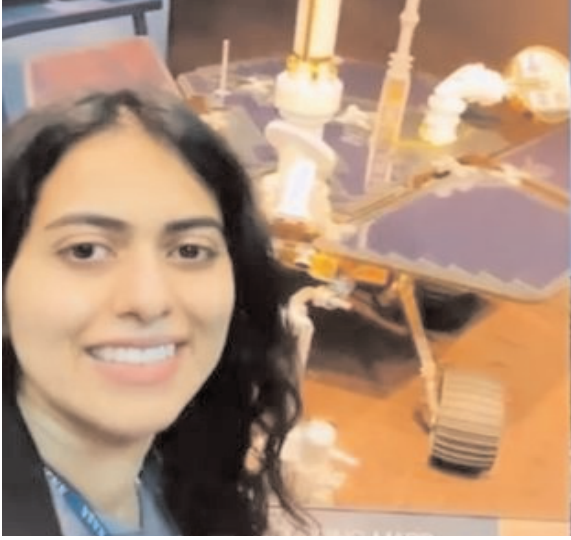
కృత్రిమ మేధస్సుకు భారతీయులు సై..

ఏబి టెక్నాలజీని వినియోగిస్తున్న దేశ జనాభాలో సగం కంటే ఎక్కువ మంది ఈ టెక్నాలజీని వినియోగిస్తున్న 65 శాతం మంది

న్యూఢిల్లీ, ఫిబ్రవరి 11 : టెక్నాలజీ రంగంలో రోజుకొక విసూత్తు మార్పులు జరుగుతుంటాయి. ఇటీవలకాలంలో అత్యంత ప్రజాదరణ పొందిన కృత్రిమ మేధస్సు(ఏబి) టెక్నాలజీ వాడకంలో భారతీయులు ముందువరుసలో నిలిచారు. దేశ జనాభాలో సగం కంటే అత్యధిక మంది ఈ టెక్నాలజీని వినియోగిస్తున్నారని మైక్రోసాఫ్ట్ విడుదల చేసిన సర్వేలో వెల్లడైంది. అంతర్జాతీయ దేశాల్లో వినియోగిస్తున్నవారికంటే ఇది రెండింతలు అధికంగా 65 శాతం మంది ఇండియన్స్ ఈ టెక్నాలజీని వినియోగిస్తున్నామని ని, 2023 కంటే ఇది 26 శాతం అధికమని పేర్కొంది. అంతర్జాతీయ దేశాల్లో సరాసరిగా 31 శాతం మంది ఈ టెక్నాలజీని వాడుతున్నారు. ముఖ్యంగా దేశీయంగా ఈ టెక్నాలజీని అనువాదాలకు, ప్రశ్నల జవాబులకోసం, మెరుగైన పనితీరు కనబర్చడానికి, స్కాల్డ్వర్క్లో విద్యార్థులకు సహాయం అందించడానికి వినియోగిస్తున్నారు. ఏబి టెక్నాలజీ వాడకంలో విలియన్లన్నీ(25 నుంచి 44 ఏండ్లలోపువారు) 84 శాతం మంది ఉన్నారుని పేర్కొంది. డిజిటల్ చాలెంజ్స్పై తల్లిదండ్రులకంటే తమ పిల్లలకు అవగాహణ అధికంగా ఉన్నదని, గడిచిన కొన్నేండ్లుగా ఇది మరింత పెరుగుతున్నదని తెలిపింది. అయినప్పటికీ అంతర్జాతీయ ట్రెండ్లను ప్రతిబింబించేలా ఆన్లైన్ దుర్వినియోగం, డీప్ ఫేక్లు, స్వామిలపై ఈ నివేదిక అందోళన వ్యక్తంచేసింది. 18 ఏండ్ల కంటే తక్కువ వయస్సు కలిగిన యువకులు ఏబి టెక్నాలజీని విపరీతంగా వాడేస్తున్నారని తెలిపింది.

నాసా ఏరో స్పేస్ ఇంజనీర్గా తొలి భారతీయ యువతి!

అమెరికాలోని నాసా (నేషనల్ ఏరోనాటిక్స్ అండ్ స్పేస్ అడ్మినిస్ట్రేషన్)లో ఉద్యోగం... ఈ కల చాలా మందికే ఉండి ఉంటుంది. ఈ కలను సాకారం చేసుకున్న తొలి భారతీయ యువతి అక్షత కృష్ణమూర్తి. నాసా అనగానే మనకు అంతరిక్షంలోకి వెళ్లి గ్రహాలను అధ్యయనం చేసిన రాకేట్ శర్మ గుర్తు వస్తారు. అలాగే కల్పనా చావ్లా, సునీత విలియమ్స్ కూడా గుర్తుకు వస్తారు. కల్పనా చావ్లా, సునీత విలియమ్స్ ఇద్దరూ భారతీయ సంతతికి చెందిన వారే కానీ భారత పౌరసత్వం ఉన్న వాళ్ళు కాదు. అమెరికా పౌరసత్వమే వారి అంతరిక్ష పథాన్ని సుగమం చేసింది. ఇక అక్షత విషయానికి వస్తే... ఆకాశానికి అవల బెంగళూరుకు చెందిన అక్షతా కృష్ణమూర్తికి చిన్నప్పటి నుంచి ఆకాశానికి అవల ఏముంటుంది అనే ఆలోచనే. ఆమె బాల్యం ఆకాశంలో నక్షత్రాలను చూడడంతో, చుక్కల్లో చందమామ వెలుగుతో సంతృప్తి చెందలేదు. అంతరిక్షం అంటే మనకు కనిపించేది మాత్రమే కాదు, ఇంకా ఏదో ఉంది, అదేంటో తెలుసుకోవాలనే ఆసక్తి ఉండేది. బాల్యంలో మొదలైన ఆసక్తిని పెద్దయ్యేవరకు కొనసాగించింది. తన పయనాన్ని అంతరిక్షం వైపుగా సాగాలని కోరుకుంది. అందుకోసం తీవ్రంగా శ్రమించింది, నేడు నాసాలో ఏరో స్పేస్ ఇంజనీర్గా ఉద్యోగం సంపాదించింది. ఆ వివరాలను తెలియజేస్తూ “ఇది కేవలం అర్హుల అని కానీ, కాకతాళీయంగా జరిగిపోయిందని చెప్పను. పూర్తిగా పదిహేనేళ్ల కఠోర శ్రమతోనే, అంతకు మించిన ఓర్పుతోనే సాధ్యమైంది” అంటుంది అక్షత. అలాగే అంతరిక్షంలో కెరీర్ని వెతుక్కువాలంటే పాఠించాల్సిన కొన్ని సూత్రాలను కూడా పంచుకుంది. నక్షత్రశాల నుంచి అంతరిక్షం వరకు... “నాసాలోని జెట్ ప్రోపల్షన్ లాబొరేటరీలో స్పేస్ మిషన్లకు ‘ప్రిన్సిపల్ నావిగేటర్ అండ్ స్పేస్ సిస్టమ్స్ ఇంజనీర్’గా విధులు నిర్వహిస్తున్నాను. నాసా ఇన్రో సంయుక్తంగా నిర్వహించిన సింథటిక్ ఆపెర్చర్ రాడార్ మిషన్లో ఫేజ్ లీడ్గానూ, మార్చి 2020 మిషన్లో రోబోటిక్స్ సిస్టమ్స్ ఇంజనీర్గానూ బాధ్యతలు నిర్వహించాను. నేను చదివించి స్టేట్ బోర్డ్ ఫిలబస్లోనే. మాది సంపన్న కుటుంబం కూడా కాదు. అయితే చిన్నప్పుడు నా వీకెండ్ ఎంజాయ్మెంట్లో ప్లాటానిటీయం విజిల్స్, బెంగళూరులో ఎయిర్షోన్ ఎక్కువగా ఉండేవి. నా ఆసక్తిని గమనించిన మా అమ్మానాన్న నేనడిగిన ప్రతిసారి తీసుకెళ్లేవారు. హుబ్లీ టెలిస్కోప్ గురించి తెలుసుకోవడం నా జీవితంలో గొప్ప మలుపు. బహుశా 2000 సంవత్సరంలో అనుకుంటాను. నాకప్పుడు పడేళ్ళు. వ్యోమగాములు అంతరిక్షంలో నడవడం గురించి తెలిసి చాలా



అనందం కలిగింది. అంతరిక్షం నుంచి భూమిని చూడాలనే కోరిక కూడా. కెరీర్ గురించిన ఆలోచనలకు స్పష్టమైన రూపం వచ్చింది కూడా అప్పుడే. అంతరిక్షంలోకి వెళ్లే మార్గాల గురించి అధ్యయనం చేయగా చేయగా వ్యోమగాముల్లో ఎక్కువమంది ఎమ్బెడీలోనే చదివారని తెలిసింది. నేను అదే సంస్థలో చదవాలని నిర్ణయించుకున్నాను. దాంతో బీటెక్ మెకానికల్ ఇంజనీరింగ్లో చేరాను. బెంగళూరులోని ఆర్ కాల్జేలో మెకానికల్ ఇంజనీరింగ్ 2010 బ్యాచ్లో నేను మాత్రమే అమ్మాయిని. యూనివర్సిటీ ఆఫ్ ఇల్లినాయిస్లో ఏరోస్పేస్లో మాస్టర్స్ చేశాను. పీహెచ్డీకి ఎమ్బెడీ (మసాచుసెట్స్ ఇన్స్టిట్యూట్ ఆఫ్ టెక్నాలజీ) నుంచి స్టాలర్పిస్తో సీటు వచ్చింది. అయితే యూఎస్లో అంతరిక్షంలో ఉద్యోగం రావాలంటే ఆ దేశ పౌరసత్వం ఉండాలి కనీసం గ్రీన్కార్డ్ అయినా ఉండాలి. సెమినార్లలో నేను సమర్పించిన పేపర్లకు ప్రశంసలు వచ్చినప్పటికీ ఉద్యోగం వచ్చేది కాదు. అయినా నా పరిశోధనలను మాత్రం ఆపలేదు. ప్రొఫెసర్లకు వారికో కలిసి పని చేసే అవకాశం ఇవ్వమని వినుతులు పోస్ట్ చేయడం కూడా ఆపలేదు. నా అప్లికేషన్ ఎప్పుడూ వెయిల్ లిస్టులోనే ఉండేది. వీసా సమయం పూర్తి కావస్తున్న సమయంలో ఒక పేపర్ ప్రెజెంటేషన్ సారా సీగర్ అనే ఆస్ట్రో ఫిజిసిస్ట్ దృష్టిని ఆకర్షించింది. అలా ఒక విదాదికి ఇంటర్వ్యూకి అవకాశం వచ్చింది. ఆ విదాది పూర్వపుతున్న సమయంలో మరో పీహెచ్డీకి అప్లయ్ చేశాను.



నాసా ఇన్రో సంయుక్తంగా నిర్వహించిన కార్యక్రమాల్లో కూడా పని చేశాను. మొత్తం మీద మూడవ ప్రయత్నంలో నాసాలో ఫుల్టైమ్ ఉద్యోగినియ్యాను. మేధ ఉంది పాడు లేదు, మనదేశంలో అంతరిక్షంలో పరిశోధన చేయగలిగిన మేధ ఉంది. మొక్క ఎదగాలంటే అందుకు అనువైన పాడు ఉండాలి. అలాంటి పాడును తల్లిదండ్రులు బాల్యంలోనే వేయాలి. అలాంటి ప్రోత్సాహం మన దగ్గర ఉండాలిసంతగా లేదనే చెప్పాలి. అందుకే లక్ష్యాన్ని సాధించడంలో నాకు ఎదురైన సవాళ్లతోపాటు అవకాశాలను వివరిస్తూ సోషల్ మీడియాలో పోస్టులు పెడుతున్నాను. నేను సూచించేదేమిటంటే... న్యూఢిల్లీలో సైన్స్ ప్రొజెక్టుల్లో పాల్గొనాలి. అంతరిక్షంలో కూడా ఆస్ట్రో ఫిజిక్స్, ఆస్ట్రానామీ, టెక్నాలజీ, ఇంజనీరింగ్ వంటి చాలా విభాగాలుంటాయి. మన ఆసక్తి ఎందులో అనేది తెలుసుకోవాలి. అంతరిక్షరంగంలో స్థిరపడాలంటే బాచిలర్స్ సరిపోదు. బాచిలర్స్లో సైన్స్, ఇంజనీరింగ్తోపాటు పీహెచ్డీ తప్పనిసరి. అలాగే అర్థిపీయల్ ఇంటర్మిడియట్, మెషిన్ రిలైంగ్, కోడింగ్ వంటి నైపుణ్యాలూ కూడా మెరుగుపరుచుకోవాలి. అంతరిక్షానికి సంబంధించి వీలైనంత ఎక్కువ నదస్సులు, సమావేశాల్లో పాల్గొనాలి. నిపుణులను సంప్రదిస్తూ మన సందేహాలను నివృత్తి చేసుకుంటూ జ్ఞానాన్ని పెంచుకోవాలి. ఇవన్నీ అంతరిక్షయానాన్ని సుగమం చేసే మార్గాలు” అంటోంది అక్షత.

మామిడి పండ్లను తినడం వల్ల మొటిమలు వస్తాయా? నిపుణులు ఏమంటున్నారంటే..



మామిడి పండ్లు తినడం వల్ల ముఖంపై మొటిమలు, గడ్డలు వస్తాయని చాలామంది చెబుతుంటారు. పాపం ఆ ఉద్దేశ్యంతోనే మామిడపండు తినేందుకు భయపడు తుంటారు. నిజానికి మామిడి పండ్లకు మొటిమలకు సంబంధం ఉందా? వాటిని తినడం వల్ల వస్తాయా ? అంటే.. వేసవిలో అందరూ మామిడి పండ్లంటే ఇష్టంగా తింటారు. పోషకాల రీత్యా మామిడిని పండ్లలో రాణిగా అని పిలుస్తారు. నిజానికి ఈ మామిడి ఆగ్నేయాసియాలో ఉద్భవించింది. కానీ ఇది ప్రపంచవ్యాప్తంగా సాగు చేసే సాధారణ పండుగా మారింది. ఈ మామిడి తినడం వల్ల శరీరానికి కావాల్సిన ఎన్నో రకాల విటమిన్లు,



పోషకాలు అందుతాయి. దీనిలో బీటా కెరోటిన్ అధికంగా ఉండటం వల్ల చర్మ ఆరోగ్యాన్ని మెరుగు పరచడంలో కీలకపాత్ర పోషిస్తుందని దెర్మటాలజీ నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఈ బీటా కెరోటిన్ అనేది యాంటీ ఆక్సిడెంట్ పిగ్మెంట్, శరీరంలోని ఫ్రీ రాడికల్స్ తో పోరాడుతుంది. కేన్సర్ వంటి ప్రాణాంతక వ్యాధులతో పోరాడుతుంది. అంతేగాక దీనిలో ఉండే పోషకాలన్నీ ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తాయి. ముఖ్యంగా మంటను తగ్గించి జీర్ణశక్తిని మెరుగుపరుస్తుంది. అలాంటి మామిడి పండ్లను తింటే కొందరిలో మొటిములు ఎందుక వస్తాయంటే..? అధిక చర్మరొగ్గా, గైన్మెక్ సూచిక అని

చెబుతున్నారని నిపుణులు. ఇక్కడ గైన్మెక్? ఇండెక్స్ అనేది రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను సూచించే స్కేల్. ఇక్కడ పండ్లు, బియ్యం, ఇతర కార్బ్ రిచ్ ఉత్పత్తులు, ముఖ్యంగా వేయించిన లేదా ప్రాసెస్ చేసిన ఆహారాల్లో అత్యధిక గైన్మెక్ సూచికను కలిగి ఉంటాయి. అమెరికన్ అకాడమీ ఆఫ్ డెర్మటాలజీ అసోసియేషన్ ప్రకారం..టీనేజ్ పిల్లలు తెగ ఇష్టంగా తింటారు. ఇది వారు యుక్త వయసుకు చేరుకునే సమయం..సరిగ్గా ఈ టైంలోనే వారిలో సెబమ్ ఉత్పత్తి అవుతుంటుంది. దీంతో వారిలో జిడ్డు చర్మం, మొటిమలు మొదలయ్యే దశ స్లోగా మొదలవుతుంది. సరిగ్గా ఆ సమయంలోనే ఈ మామిడి పండ్లు కూడా వాళ్ళుగా ఇష్టంగా తినడంతో పెద్దవాళ్ళు మొటిమలకి, మామిడి పండ్లకి లింక్ చేసే..అవి తినడం వల్లనే వస్తున్నాయని అనేస్తారు. మొటిమలను నిరోధించే క్రిమీలను ఉపయోగిస్తే..ఈ సమస్య నుంచి సులభంగా బయటపడగలుగుతారు. పైగా చర్మం కూడా ప్రకాశవంతంగా అందంగా మారుతుందని చెబుతున్నారని నిపుణులు.

ట్రంప్ సుంకాలదెబ్బతో విదేశీ ఇన్వెస్టర్లు ఔట్..



దెబ్బతిన్న సెంటిమెంట్.. నష్టాలతో ఈక్విటీ మార్కెట్లు..!

4%సీఎంఎం % ఎ దేశీయ స్టాక్ మార్కెట్టు బుధవారం పరుసగా ఆరో సెషన్లో సస్టాల్మెట్ ముగిసాయి. ఆమెరికా అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్ సుంకాల యుద్ధం.. ఆమెరికా డాలర్ షన్ యూఎస్ బాండ్లు బలోపేతం కావడంతో దేశీయ మార్కెట్టు నుంచి విదేశీ ఇన్వెస్టర్లు వాటాలు ఉపసంహరిస్తుండటంతో దేశీయ మడుపర్లలో సెంటిమెంట్ బలహీన పడింది. ఫలితంగా బిఎస్ఈ-30 ఇండెక్స్ సెన్సెక్స్ ఇండ్రాడీ

ట్రేడింగ్లో 905.21 పాయింట్లు పతనంతో 76 వేల పాయింట్లు దిగువన 75,388.39 పాయింట్ల కనిష్టానికి పడిపోయింది. ట్రేడింగ్ ముగిసే సమయానికి ఫైనాన్షియల్ స్ట్రాక్స్ రికవరీతో 122.52 పాయింట్ల సస్టెంట్ 76,171.08 పాయింట్ల సస్టెంట్ సరి పెట్టుకున్నాయి. మరోవైపు ఎస్ఎస్ఈ-50 సూచీ నిష్టి 26.55 పాయింట్లు (0.12 శాతం) కోల్పోయి 23,045.25 పాయింట్ల పడ్డ స్థిర పడింది. అంతర్గత ట్రేడింగ్లో 273.45 పాయింట్లు (1.18 శాతం) సస్టెంట్ 22,798.35 పాయింట్లకు చేరుకుని కీలక 23,000 మార్క్ దిగువకు చేరుకుంది. ఈ నెల నాలుగో తేదీ

నుంచి బీఎస్ఈ ఇండెక్స్ సెన్సెక్స్ 2,412.73 పాయింట్లు (3.07 శాతం), ఎస్ఎస్ఈ సూచీ నిష్టి 694 పాయింట్లు (2.92 శాతం) సస్టెంట్యాయి. బీఎస్ఈ-30 సెన్సెక్స్లో మహేంద్రా అండ్ రియల్స్ ఇండస్ట్రీస్, ఇండస్ అండ్ బ్యాంక్, అదానీ పోర్ట్స్, టెలాస్, ఇన్ఫోసిస్ భారీగా సస్టెంట్యాయి. మరోవైపు బజాజ్ ఫిన్ సర్వీ టాటా స్టీల్, లార్గెన్ అండ్ టర్బో, ఆల్ట్రా టెక్ సిమెంట్, కోటక్ మహేంద్రా బ్యాంక్, టాటా మోటార్స్ తదితర పెద్ద లాభ వడ్డాయి. మంగళవారం నాటికి దేశీయ సెన్సెక్స్ మార్కెట్టు నుంచి విదేశీ సంస్థాగత ఇన్వెస్టర్లు రూ.

గ్యాషా..బ్యూటీ తమాషా!

అందంగా కనిపించాలంటే చర్మ ఆరోగ్యంతోపాటు, ముఖాకృతీ ముఖ్యమే. అయితే వయసు పెరిగేకొద్దీ రకరకాల కారణాల వల్ల అది మార్పులకు లోనవుతుంటుంది. గీతలు, ముడతలు పడుతుంటాయి. వాటి నుంచి ఉపశమనం పొందడంతోపాటు, చక్కని ముఖాకృతి కోసం అంటూ ఇటీవల బ్యూటీ బజార్లో ఓ కొత్త సౌందర్య సాధనం హాల్చల్ చేస్తున్నది. అదే ‘గ్యాషా స్టోన్’. హృదయాకారంలో ఉండే ఉపరత్నాలు జాతికి చెందిన రాయి ఇది. జేడ్, క్వార్ట్జ్, అమెథిస్ట్ లాంటి రాళ్ళకు వీటిలో ఉంటాయి. ఈ తరహా రాళ్ళకు కొన్ని రుగ్మతల నుంచి స్వస్థపరచే గుణం ఉంటుందని నమ్ముతారు. చైనా సంప్రదాయ వైద్య విధానంలో ఈ రాయి భాగంగా ఉండేది. బిగుసుకుపోయిన కండరాలను రిలాక్స్ చేసేందుకు, నొప్పుల్ని తగ్గించేందుకు దీన్ని వాడేవారు. ఆ కాలం నుంచే ఇది సౌందర్య సాధనంగానూ ఉంది. హృదయాకారంలో ఉండే ఈ రాయిని ముఖం, మెడ ప్రాంతాలను మసాజ్ చేసేందుకు వాడుతున్నారు. ముక్కు, చెంపలు, దవడ, నుదురులాంటి చోట్ల ప్రత్యేక పద్ధతుల్లో దీనితో మరనా చేస్తారు. వివిధ కోణాల్లో ఉపయోగించేలా దీని ఆకృతి ఉంటుంది. ఇలా పద్ధనా చేయడం వల్ల రక్త ప్రసరణ బాగా జరిగి చర్మం అందంగా, ఆరోగ్యంగా కనిపిస్తుంది. ముడతలు తగ్గి చర్మం కాంతివంతంగా, బిగుతుగా తయారవుతుందట. కళ్లకింద వలయాలు, ఉబ్బినట్టు కనిపించడంలాంటి వాటి మీదా ప్రభావం చూపుతుంది. మొత్తంగా సరికొత్త యాంటీ ఏజింగ్ లుట్గా గ్యాషా మారించడం చూస్తున్నాం. దీన్ని ఎలా వాడాలన్న దానిమీదా యాట్యుట్లో వీడియోలు చాలానే ఉన్నాయి. వాటినే ఇప్పుడు అమ్మాయిలు తెగ వెతిక్కుతున్నారు.

సనాతనధర్మ పరిరక్షణ యాత్రలో పవన్ కళ్యాణ్

కేరళలో అగస్త్యమహర్షి

ఆలయ సందర్శన

కొచ్చి : తిరుమల లద్దూ వివారంపై డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కళ్యాణ్ మరోసారి కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు.. తిరుమల లద్దూ వివారం దుర్భుష్టకరం అని అన్నారు. ప్రస్తుతం సనాతన ధర్మ యాత్రలో ఉన్న పవన్ కళ్యాణ్ మీడియాతో మాట్లాడుతూ ఈమేరకు కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. ఆలయాల నుంచి ఎవరూ దబ్బలు ఆశించకూడదని.. కానీ అలా జరగకపోవడం బాధాకరమని అన్నారు. ఘటనకు బాధ్యులైన నిందితులు అరెస్టయ్యారని అన్నారు. తిరుమల కట్రి నెయ్యి కేసులో ఇటీవల సీబీఐ నలుగురిని అరెస్ట్ చేసిన క్రమంలో పవన్ కళ్యాణ్ వ్యాఖ్యలు ప్రాధాన్యత సంతరించుకున్నాయి.సనాతన ధర్మ యాత్రలో భాగంగా బుధవారం కేరళ, తమిళనాడులోని వివిధ పవిత్ర స్థలాలకు పవన్ కళ్యాణ్ తీర్థయాత్ర ప్రారంభించారు.ఈ సందర్భంగా తమిళనాడులోని పవిత్ర స్థలాలకు ఆధ్యాత్మిక యాత్రకు బయలుదేరారు. కొచ్చి అంతర్జాతీయ విమానాశ్రయానికి చేరుకున్న ఆయన తన ప్రయాణంలో శ్రీ అగస్త్య మహర్షి ఆలయాన్ని దర్శించుకొని.. ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. తొలుత పవన్ కల్యాణ్ కేరళ పర్యటనకు వెళ్లారు.



సనాతనధర్మ పరిరక్షణలో భాగంగా కేరళ, తమిళనాడు రాష్ట్రాల్లోని పలు ఆలయాలను పవన్ సందర్శించనున్నారు. దీనిలో భాగంగా బుధవారం ఆయన కేరళలోని కొచ్చి సమావేశానికి ఉన్న అగస్త్య

మహర్షి ఆలయానికి వెళ్లి ప్రత్యేక పూజలు చేశారు. పవన్ కల్యాణ్ వెంట ఆయన కుమారుడు అశీరాంసందన్, తితిదే బోర్డు సభ్యుడు ఆనంద్ సాయి ఉన్నారు. బుధవారం సాయంత్రం

ప్రయత్నించానని, కానీ దొరకలేదని, ఇప్పుడెలా ఉన్నారని బాబు అడిగారు. కాస్త మర్యాదదని మనోహర్ జవాబిచ్చారు.

జగన్ కు ప్రతిపక్ష హెబాదా కూడా ప్రజలు ఇవ్వలేదు

బుద్ధితెచ్చుకొని ప్రజా సమస్యల పరిష్కారానికి సహకరించాలి : మంత్రి కొల్లు రవీంద్ర

అమరావతి : జగన్ కేవలం ఒక ఎమ్మెల్యే మాత్రమేనని, ప్రజలు కనీసం ప్రతిపక్ష హెబాదా కూడా ఇవ్వటానికి ఇష్టపడలేదనే విషయాన్ని గుర్తు పెట్టుకోవాలని మంత్రి కొల్లు రవీంద్ర అన్నారు. బుధవారం మంగళగిరిలోని పార్టీ కేంద్ర కార్యాలయంలో ప్రజల నుంచి మంత్రి కొల్లు రవీంద్ర వినితులు స్వీకరించారు. ఈ సందర్భంగా మంత్రి కొల్లు రవీంద్ర, పల్లె శ్రీనివాస్ మీడియా సమావేశం ఏర్పాటు చేశారు. మంత్రి కొల్లు రవీంద్ర మాట్లాడుతూ.. వైఎస్ జగన్ అసెంబ్లీ సమావేశాలకు హాజరై ప్రజా సమస్యలను ప్రభుత్వం దృష్టికి తీసుకురావాలని కోరారు. ప్రతిపక్ష హెబాదా ఇస్తేనే అసెంబ్లీకి వస్తానని జగన్ అనడం హాస్యాస్పదంగా ఉందని విమర్శించారు. ఏపీలో బటన్ నోక్కే సీఎం పోయి అభివృద్ధి కాంక్షించే నాయకుడు ముఖ్యమంత్రిగా ఉన్నారని గుర్తుచేశారు. ఉమ్మడి కృష్ణా జిల్లాలో బర్డ్ ఫ్లూ పై ఎప్పటికప్పుడు అధికారులతో మాట్లాడుతున్నామని తెలిపారు. బర్డ్ ఫ్లూపై సీఎం చంద్రబాబు నిరంతరం అధికారులతో మాట్లాడుతున్నారని తెలిపారు. వైసీపీ చేసే దుష్ప్రచారాన్ని ప్రజలు నమ్మవద్దని.. అలా చేస్తే వదలబోమని మంత్రి కొల్లు రవీంద్ర హెచ్చరించారు.

కాల్ మనీ కేసులో కొత్త విషయాలు వెలుగులోకి

ప్రధాన నిందితుడు మహబూబ్ సుభానీ కోట్లాలో వసూలు

అమరావతి : కాల్ మనీ కేసులో సంపదలు వెలుగులోకి వస్తున్నాయి. తాజాగా నెల్లూరు జిల్లాలోని కావలిలో మనీస్టాం వెలుగు చూసింది. ఈ కేసులో ప్రధాన నిందితుడు మహబూబ్ సుభానీ ఆగడాల మీటిమిరిపోయాయి ఇప్పుడు ఈ కేసు ఏపీలో సంచలనంగా మారింది. కావలిలో మనీస్టాం ప్రధాన నిందితుడు మహబూబ్ సుభానీ రూ.వందల కోట్ల కుంభకోణాలను వెలుగులోకి వచ్చింది. ఏపీ, తెలంగాణ, కర్ణాటక రాష్ట్రాల్లోని పలు ప్రాంతాల్లో మనీ స్టాంలు. మక్రల్, రాయచూర్, నరసరావుపేట, కాకినాడలో ఆర్థిక నేరాలవెలులుగోకి వచ్చాయి. కొన్నేళ్లుగా పోలీసుల నుంచి తప్పించుకు తిరుగుతూ కావలిలో మహబూబ్ సుభానీ మకాం వేసినట్లు పోలీసులు తెలిపారు.మక్రల్లో రూ.200కోట్లు స్వాస్త్ర చేసినట్లు మహబూబ్ సుభానీపై ఆరోపణలు వచ్చాయి. మక్రల్ ప్రాంత పీఎస్ లో మహబూబ్ సుభానీపై నాలుగు కేసులు నమోదయ్యాయి. ఏబీఎన్ కథనాలు చూసి కావలికి మక్రల్ బాధితులు చేరుకుంటున్నారు. కావలి ఎమ్మెల్యే కావ్యా కృష్ణారెడ్డిని ఫోనులో తెలంగాణ రాష్ట్రంలోని నారాయణపేట జిల్లా మక్రల్ నియోజకవర్గ కాంగ్రెస్ ఎమ్మెల్యే శ్రీహరి అభినందించారు. ప్రజలు మోసపోతున్న వైనాన్ని పసిగట్టి పోలీసులని అరెస్ట్ చేయడంపై కావ్యా కృష్ణారెడ్డిపై ప్రశంశలు కురిపించారు. కాగా.. కావలిలో భారీ మనీ స్టాం బయటపడింది. ప్రజల నుంచి రూ. 78 కోట్లు వసూలు చేసి మహబూబ్ సుభానీ పరారయ్యాడు. ఎమ్మెల్యే కావ్యా కృష్ణారెడ్డి చొరవతో ఈ కుంభకోణం బహిర్గతమైంది. ఇందుకు సహకారం మహబూబ్ సుభానీపై పోలీసులకు పెద్ద సంఖ్యలో బాధితులు ఫిర్యాదు చేస్తున్నారు. ముసునూరలో సుభానీ ఏడాదిన్నర నుంచి అసంతృప్త అసోషియేట్స్ పేరుతో కార్యాలయం కొనసాగిస్తున్నారు. కొందరు పోలీసులు అతనితో చేతులు కలిపి ప్రజల నుంచి భారీగా సగదు వసూలు చేశాడనే ఆరోపణలు వెల్లువెత్తాయి. మహబూబ్ సుభానీతో కలిసి పోలీసులే విజెంటూరు వ్యవహరించారు. మొదట్లో ఇద్దరు తహసీల్దార్లు, సీబి, డీఎస్సీ రా్యంకో పోలీసు అధికారులు పెట్టుబడులు పెట్టి రూ. కోట్లలో రాబట్టుకున్నారు. మహబూబ్ సుభానీ పరారైన విషయం తెలుసుకుని బాధితులు అసంతృప్త అసోషియేట్స్ కార్యాలయం వద్దకు భారీగా వస్తున్నారు.

స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల్లో బలంగా ఉన్న చోటే పోటీ చేస్తాం

మిగిలిన చోట్ల కాంగ్రెస్ తో పనిచేస్తాం : కూనంనేని సాంబశివరావు

హైదరాబాద్ : స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల్లో బలంగా ఉన్న చోట పోటీ చేస్తామని.. మిగతా చోట్ల కాంగ్రెస్ పార్టీ కాంగ్రెస్ పార్టీతో కలుపుకుపోతామని సీపీఐ రాష్ట్ర కార్యదర్శి ఎమ్మెల్యే కూనంనేని సాంబశివ రావు తెలిపారు. కాంగ్రెస్ పార్టీ కలిసి వస్తే ముందుకు వెళ్తామన్నారు. ఇక పట్టభద్రుల ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్ పార్టీ అభ్యర్థికి మద్దతు ఇస్తున్నామని.. ఉపాధ్యాయ ఎమ్మెల్సీల అభ్యర్థుల్లో ఎవరికి మద్దతు ఇవ్వాలనే దానిపై చర్చిస్తున్నట్లు తెలిపారు. ఎస్సీ వర్గీకరణ, బీసీ కులగణన చేయడాన్ని తాను సాగనిస్తున్నామని తెలిపిన కూనంనేని.. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం మొండి పోకడకు వెళ్లకండా ఆట్రీసీ కార్మికుల సమస్యలను వెంటనే పరిష్కరించాలని డిమాండ్ చేశారు. మావోయిస్టులను ఎన్ కౌంటర్ పేరుతో అత్యంత దారుణంగా చంపేస్తున్నారని.. దీనిపై న్యాయ విచారణ జరిపించాలని ఎమ్మెల్యే కూనంనేని సాంబశివరావు డిమాండ్ చేశారు. ఈ క్రమంలోనే.. కాంగ్రెస్ పార్టీ కమ్యూనిస్టులను కలుపుకోవడంలో వైఫల్యం చెందిందని కూనంనేని చెప్పుకొచ్చారు. సమస్యయం చేసుకోవడంలో ఫెయిలైందని సాంబశివరావు అభిప్రాయపడ్డారు. కమ్యూనిస్టు పార్టీల కలయికతోనే విజయం సాధించిందన్న విషయాన్ని హస్తం పార్టీ మర్చిపోతుందంటూ సున్నితంగానే చురకలంటించారు. దేశవ్యాప్తంగా అనేక పరిణామాలు చూస్తున్నారని కానీ.. కలుపుకోవడం తెలియదం లేదన్నారు. కులగణన సర్వే రిపోర్టును రేవండ్ రెడ్డి ప్రభుత్వం అధికారంగా ప్రకటించిందని.. అందుకు సంతోషం వ్యక్తం చేశారు కూనంనేని. అయితే.. అందులో బీసీలు తగ్గారన్న ఆరోపణలు వెల్లువెత్తుతున్నాయని.. గ్రామ సభల్లో ఈ అంశంపై చర్చ పెట్టబడవచ్చు. ఎస్సీ కులగణనలో చిన్న చిన్న



లోపాలున్నాయని తెలిపిన కూనంనేని.. వాటిని రీ వెర్రిపై చేయాలన్నారు. ఆట్రీసీ కార్మికుల సమస్య దిశగా ఆలోచనలు చేస్తున్నారని.. వాళ్ల సమస్యలను వెంటనే పరిష్కరించాలన్నారు. స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల్లో బలం ఉన్నచోట పోటీ చేస్తామన్న కూనంనేని.. కుదిరిన చోట కాంగ్రెస్ పార్టీతో కలుపుకుపోతామని స్పష్టం చేశారు. పట్టభద్రుల ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్ అభ్యర్థికి మద్దతు ఇస్తున్నామని తెలిపుతున్నామని తెలిపారు. టీవీఎం ఎమ్మెల్సీలకు ఇంకా చర్చలు సాగుతున్నాయని తెలిపారు. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వానికి చేసినవి చెప్పుకోవడం చేత కావడం

పెట్టారన్న విషయాన్ని గుర్తు చేసిన కూనంనేని.. ముహూర్తాలు ఎవరు పెడతారు.. ఎందుకు పెడుతారంటూ తీవ్ర స్థాయిలో మండిపడ్డారు. రాజ్యాంగాన్ని కాలరాసే విధంగా మావోయిస్టులను మట్టుపెట్టడానికి ముహూర్తాలు పెట్టడం ఏమిటని ప్రశ్నించారు. సంఘవిరోధహితమే అసెంబ్లీలో, పార్లమెంట్లో ఉంటారు.. ప్రజలకోసం పనిచేసే మావోయిస్టులను చంపేస్తారా అంటూ కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. అమిత్ షా హత్యలు చేస్తున్నట్లనే.. అతనిపై విచారణ చేయాలని కూనంనేని సాంబశివ రావు పేర్కొన్నారు.

స్వల్పంగా దిగొచ్చిన బంగారం ధరలు

న్యూఢిల్లీ : గత కొద్ది రోజులుగా పెరుగుతూ వస్తున్న బంగారం ధరలు బుధవారం ఊరట కలిగించాయి. 24 క్యారెట్ల 10 గ్రాముల తులం బంగారం ధర రూ.710 లు తగ్గి 86వేల 670 ల వద్ద ట్రేడ్ అవుతోంది.అదే 22 క్యారెట్ల 10 గ్రాముల బంగారం ధర రూ.700 లు తగ్గి 79వేల 400 లకు చేరింది. ఫిబ్రవరి ప్రారంభం నుంచి బంగారం ధరలు పెరుగుతూ వస్తున్నాయి. ప్రారంభంలో 84 వేల 490 లున్న బంగారం ధర.. 12రోజుల్లో రూ. 2వేలకు పైగా పెరిగింది. ఇదే కంటిన్యూ అయితే మే నాటికి బంగారం ధరలు లక్షకు చేరుకునే అవకాశం ఉంది. అంతర్జాతీయ మార్కెట్లో మార్పులను బట్టి బంగారం ధరలు హెచ్చు తగ్గులకు లోను కావచ్చు. బంగారం ధరలు ప్రపంచ మార్కెట్లో బంగారం ధరలపై ఆధారపడి ఉంటాయి. డాలర్ తో పోలిస్తే రూపాయి రేట్లు కేంద్రం విధించే దిగుమతి సుంకాలు, ద్రవ్యోల్బణం, ప్రపంచ ధరలలో మార్పు, కేంద్ర బ్యాంకు బంగారు నిల్వ, వడ్డీ రేట్లలో హెచ్చుతగ్గులు, ఆభరణాల మార్కెట్లపై వంటి అనేక అంతర్జాతీయ అంశాలు బంగారం ధరలను ప్రభావితం చేస్తాయి.

మోడీ విమానాన్ని పేల్చేస్తామంటూ బెదిరింపులు

ఆరా తీస్తే ఓ పిచ్లోడి పనిగా గుర్తించు

ముంబై : విదేశీ పర్యటనలో ఉన్న ప్రధానమంత్రి నరేంద్రమోదీ ప్రయాణిస్తున్న విమానానికి ఉగ్ర బెదిరింపులు రావడం తీవ్ర కలకలం రేపింది. మోదీ విమానాన్ని లక్ష్యంగా చేసుకొని ఉగ్రదాడి జరగొచ్చని తమకు సమాచారం వచ్చినట్లు ముంబయి పోలీసులు వెల్లడించారు.'ఫిబ్రవరి 11న ముంబయి పోలీసు కంట్రోల్ రూమ్ కు ఓ ఫోన్ కాల్ వచ్చింది. విదేశీ పర్యటనలో ఉన్న మోదీ విమానంపై ఉగ్రవాదులు దాడి జరగొచ్చు అని అవతలి వ్యక్తి బెదిరించారు. సమాచారంలో ఉన్న తీవ్రత దృష్ట్యా మేం వెంటనే ఇతర దర్యాప్తు సంస్థలను అప్రమత్తం చేశాం. కాల్ చేసిన వ్యక్తి ఎవరనే దానిపై దర్యాప్తు చేపట్టాం' అని ముంబయి పోలీసులు వెల్లడించారు. దర్యాప్తు అసంతరం ఫోన్ కాల్ చేసిన వ్యక్తిని గుర్తించి అదుపులోకి తీసుకున్నారు. అతడి మానసిక పరిస్థితి సరిగా లేదని ప్రాథమికంగా తెలుస్తోందని పోలీసులు వెల్లడించారు. దీనిపై మరింత లోతుగా దర్యాప్తు కొనసాగిస్తున్నట్లు పేర్కొన్నారు. ప్రధాని మోదీ సోమవారం నాలుగు రోజుల విదేశీ పర్యటనకు బయల్దేరారు. ప్రస్తుతం ఫ్రాన్స్ లో ఉన్న ఆయన కృత్రిమ మేధ కార్యచరణ సదస్సులో పాల్గొన్నారు. పారిస్ పర్యటనను ముగించుకొని నేడు అమెరికా బయల్దేరనున్నారు. రెండు రోజుల పాటు అగ్రరాజ్యంలో పర్యటించనున్నారు. ఈసందర్భంగా అమెరికా నూతన అధ్యక్షుడు ట్రంప్ తో భేటి కానున్నారు.

బడ్జెట్ పై మంత్రులు, అధికారులతో బాబు సమీక్ష ఈ ఏడాది నుంచే సూపర్ సిక్స్ అమలుకు కసరత్తు

అమరావతి : వార్షిక బడ్జెట్ పై ఇంం చంద్రబాబు కసరత్తు మొదలు పెట్టారు. ఆయా శృంఖలకు కేటాయింపులు, ఆదాయం, వ్యయాలపై మద్దించే చేపట్టారు. ఈనెల 28న ఉభయ సభల్లో 2025-26 వార్షిక బడ్జెట్ ప్రవేశ పెట్టేందుకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం సిద్దమవుతోంది. 24 నుంచి అసెంబ్లీ సమావేశాలు ప్రారంభం కానుండటంతో వార్షిక బడ్జెట్ పై సీఎం చంద్రబాబు ఉండవల్లిలోని తన నివాసంలో సమాక్షించారు. అధికమంత్రి వర్యావుల కేశవ్, ఇతర ఉన్నతాధికారులు సమావేశంలో పాల్గొన్నారు. ఈ ఏడాది నుంచి సూపర్ సిక్స్ పథకాలు అమలు చేయాలని ఇప్పటికే ప్రకటించినందున బడ్జెట్ లో అందుకు తగ్గ కేటాయింపులపై కీలకంగా చర్చించినట్లు తెలుస్తోంది. తల్లికి వందనం, అన్నదాత సుఖీభవ, మహిళలకు ఉచిత బస్సు ప్రయాణం వంటి పథకాల అమలుకు ఈ ఏడాది నుంచే శ్రీకారం చుట్టేందుకు ప్రభుత్వం సిద్దమవుతోంది. అటు పథకాలు, ఇటు అభివృద్ధి కార్యక్రమాలను సమన్వయం చేసుకుంటూ బడ్జెట్ కేటాయింపులు చేయడం సర్కార్ కు సవాల్ గా మారింది. సూక్ష్మమ అధిగమించాల్సిన అంశాలపై అధికారులకు సీఎం చంద్రబాబు దిశానిర్దేశం చేసినట్లు తెలుస్తోంది.

విజయవాడ సితార గ్రౌండ్స్ ఎగ్జిబిషన్ లో అగ్నిప్రమాదం

దగ్ధమైన పలు వ్యాపార స్థాళ్లు

విజయవాడ : విజయవాడ నగరంలోని సితార గ్రౌండ్స్ లో ఏర్పాటు చేసిన జలకన్య ఎగ్జిబిషన్ లో భారీ అగ్ని ప్రమాదం సంభవించింది. ఈ ప్రమాదంలో ఎగ్జిబిషన్ పూర్తిగా దగ్ధమైంది. ఈ ఎగ్జిబిషన్ లో వంట సామాగ్రిలో గ్యాస్ బండలు ఉండడంతో.. అవి సైతం పేలాయి. ఈ ప్రమాదంతో ఈ ఎగ్జిబిషన్ పరిసర ప్రాంతాల్లో నివాసం ఉంటున్న ప్రజలు భయంతో పరుగులు తీశారు. ఈ ఘటనపై సమాచారం అందుకున్న అగ్నిమాపక సిబ్బందితోపాటు పోలీసులు హుటాహుటిన ఘటన స్థలానికి చేరుకున్నారు. అనంతరం మంటలను అదుపులోకి తీసుకు వచ్చేందుకు అగ్నిమాపక సిబ్బందికి తీసుకు ప్రయత్నిస్తున్నారు. అగ్నిప్రమాదం ఘటనపై విజయవాడ వెస్ట్ డివిజన్ ఏపీసీ ఎన్ఎస్ఐక్ల దురారావుకు ఫోన్ చేసి హో మంత్రి అనిత ఆరా తీశారు. ఈ ప్రమాదంలో ప్రాణ, ఆస్తి నష్టం ఏమైనా జరిగిందా? అంటూ విచారణ అడిగి ఆమె తెలుసుకున్నారు. గ్యాస్ సిలిండర్ పేలుడు కారణంగానే మంటలు వ్యాపించాయని.. అయితే వాటిని అదుపులోకి తీసుకు వచ్చామని హో మంత్రి అనితకు ఆయన వివరించారు.



ఛావా ప్రీలిజ్ వేడుకల్లో రష్మిక

లల్లు అర్జున్ తో నా ఎనర్జీ సరిపోతుందని వ్యాఖ్య

ప్రస్తుతం వరుస విజయాలతో దూసుకుపోతోంది రష్మిక. తెలుగుతో పాటు బాలీవుడ్ లోనూ సినిమాలను చేస్తూ తీరిక లేకుండా గడుపుతోంది. విక్రీ కొశల్ కీలక పాత్రలో లక్ష్మణ్ ఉబేకర్ దర్శకత్వంలో రూపొందిన హిస్టారికల్ ఎపిక్ యాక్షన్ ఫిల్మ్ 'ఛావా' రష్మిక కథానాయిక. అన్ని కార్యక్రమాలు పూర్తి చేసుకున్న ఈ మూవీ ఫిబ్రవరి 14న ప్రేక్షకుల ముందుకు రానుంది. చిత్ర ప్రచార కార్యక్రమాల్లో భాగంగా రష్మిక ఓ ఇంటర్వ్యూలో మాట్లాడారు. ఇటీవల కాలంలో ఆమెతో కలిసి నటించిన హీరోల గురించి తన అభిప్రాయాన్ని

వంచుకున్నారు. 'గొప్ప కథల్లో భాగమవడం నాకెంతో ఇష్టం. ఆ సినిమాను ప్రేక్షకులు చూసి, దాని గురించి మాట్లాడుతుంటే, మరింత సంతోషంగా ఉంటుంది. అలాంటి కథల్లోనే నటించాలనుకుంటా. నేను తెరపై కనిపించినంతసేపు ప్రేక్షకుల దృష్టి నాపై ఉండేలా చేయగలను. అదే సమయంలో ఆ సన్నివేశంలో ఎవరు నటిస్తున్నారన్న విషయాన్ని పట్టించుకోను' అని చెప్పుకోచ్చింది. తన సహ నటుల గురించి మాట్లాడుతూ వారిపై ప్రశంసలు కురిపించింది. విక్రీ కొశల్, అల్లు అర్జున్, రణవీర్ కపూర్ లతో కలిసి పనిచేయడం ఎంతో సంతోషంగా అనిపించిందని తెలిపింది. 'ఇటీవల నేను చేసిన సినిమాల్లోని కో-స్టార్స్ అందరూ ఎంతో మంచి వ్యక్తులు. స్నేహభావంతో, ఎదుటివారికి ఇబ్బంది

కలగకుండా వ్యవహరిస్తారు. ముఖ్యంగా అల్లు అర్జున్ సరేతో నా ఎనర్జీ పర్ఫెక్ట్ గా మ్యాచ్ అవుతుంది. ఆయనతో నటించడం ఎంతో సౌకర్యంగా ఉంటుంది. ఇక రణవీర్ కు నాకూ నాన్నన్న సన్నదు. కేవలం పాత్రల గురించి తప్ప ఇతర విషయాలేవీ మాట్లాడుకోం. అంతా ప్రొఫెషనల్ గా ఉంటాం. చివరిగా విక్రీ కొశల్ అద్భుతమైన వ్యక్తి. ఇలాంటి వారు చాలా అరుదుగా ఉంటారు. వాళ్లతో కలిసి పనిచేయడం ఎంతో సంతోషాన్ని ఇచ్చింది' అంటూ తెలిపింది రష్మిక. మరోవైపు రాహుల్ రవీంద్రన్ దర్శకత్వంలో 'ది గర్ల్స్ ఫ్రెండ్', సల్మాన్ ఖాన్-మురుగదాస్ కాంటినేషన్ లో రూపొందుతున్న 'సికిందర్', అలాగే ధనుష్-శేఖర్ కమ్మల ఫిల్మ్ 'కుబేర్' చిత్రాల్లో రష్మిక నటిస్తోంది.



నన్ను రాజకీయాల్లోకి లాగకండి

లైలా హీరో విష్ణుక్ సేన్ పోస్ట్

'లైలా' ప్రీలిజ్ వేడుకల్లో నటుడు పుష్పీ చేసిన రాజకీయ వ్యాఖ్యలు నెట్టింట చర్చనీయాంశమైన విషయం తెలిసిందే. దీనిపై విష్ణుక్ సేన్, చిత్ర నిర్మాత సాహు గారపాటి ఇప్పటికీ క్రమావణలు చెప్పారు. అయినా 'లైలా'కు వ్యతిరేకంగా ఎక్స్ వేదికగా పోస్ట్లు మాత్రం అగడం లేదు. తాజాగా దీనిపై విష్ణుక్ సేన్ మరోసారి స్పందించారు. తనను, తన సినిమాను రాజకీయాల్లోకి లాగొద్దంటూ పోస్ట్ పెట్టారు. ఈ సినిమా పాట పోస్టర్లను విష్ణుక్ సేన్ షేర్ చేశారు. 'నా సినిమాకు సంబంధించిన ప్రతి పోస్టర్.. నా సినిమాకు సంబంధించింది మాత్రమే. సినిమాల పోస్టర్స్, పోస్టర్లను షేర్ చేసే ప్రతిసారి రెండుసార్లు ఆలోచించలేను. ఈ ఫోటోలో ఉంది సోనూ మోదల్.. ఫిబ్రవరి 14న మీ ముందుకు వస్తున్నాడు' అని అన్నారు. ఇక ఎక్స్ లో ట్రెండ్ అవుతోన్న బాయ్ కాల్ లైలా

హ్యాష్ ట్యాగ్ గురించి మాట్లాడుతూ.. 'నేను ప్రతిసారి తగ్గును. ప్రీలిజ్ ఈవెంట్ లో జరిగిన దానిని నిన్న మనస్ఫూర్తిగా క్షమాపణలు చెప్పాను. అతిగా ఆలోచించొద్దు. ప్రశాంతంగా ఉండండి. మళ్లీ చెబుతున్నాను.. నేను నటుడిని మాత్రమే. నన్ను, నా సినిమాను రాజకీయాల్లోకి లాగొద్దు' అని విష్ణుక్ సేన్ చెప్పారు. విష్ణుక్ సేన్ హీరోగా దర్శకుడు రామ్ నారాయణ్ తెరకెక్కించిన చిత్రమే 'లైలా' ఆకాంక్ష శర్మ హీరోయిన్. ఫిబ్రవరి 14న ప్రేక్షకుల ముందుకురానుంది. ఈసందర్భంగా ఇటీవల నిర్వహించిన ప్రీ రిలిజ్ ఈవెంట్ లో.. తన పాత్రకు సంబంధించిన చిత్రకరణ విశేషాలు చెబుతూ 150 మేకల్లో చివరకు 11 మిగిలాయని నటుడు పుష్పీరాజ్ చెప్పడం రాజకీయంగా చర్చనీయాంశమైంది. ఈ సినిమాని బాయ్ కాల్ చేయాలంటూ సోషల్ మీడియాలో ట్రెండ్ మొదలైంది. ఈ హ్యాష్ ట్యాగ్ తో ఇప్పటివరకూ లక్షా 50వేలకు పైగా పోస్ట్లు షేర్ అయ్యాయి.

రామ్ గోపాల్ వర్మ శారీ టీజర్ విడుదల

టాలీవుడ్ విలక్షణ దర్శకుడు రామ్ గోపాల్ లేటెస్ట్ మూవీ 'శారీ'. గిరి కృష్ణకమల్ దర్శకత్వంలో, అర్జివి-ఆర్వి ప్రొడక్షన్స్ పై ప్రముఖ వ్యాపారవేత్త రవి శంకర్ వర్మ నిర్మిస్తున్నారు. సత్తా యాదు, ఆరాధ్య దేవి హీరో హీరోయిన్లుగా నటించిన ఈ మూవీని వలు నిజజీవిత సంఘటనల ఆధారాలతో సైకలాజికల్ థ్రిల్లర్ గా రూపొందుతోంది. కాగా ఈ చిత్రం పాన్ ఇండియా మూవీగా తెలుగు, హిందీ, తమిళ, మలయాళ భాషల్లో ఫిబ్రవరి 28న ప్రపంచవ్యాప్తంగా విడుదల కానుంది. ఇందులో భాగంగా తాజాగా ఈ రోజు 'శారీ' సినిమాకు సంబంధించిన ట్రైలర్ విడుదల చేశారు. ట్రైలర్ ఊహించని విధంగా చాలా త్రిల్లింగ్ గా ఉంది. అమ్మాయిలు ఎదుర్కొంటున్న సమస్యలు గురించి భాగా చూపించారు. కొంత భయంగా కూడా ఉంది. ఇక దర్శక, నిర్మాత రామ్ గోపాల్ వర్మ 'సోషల్ మీడియాలో ఎవరెవరు ముక్కు మొహం తెలియని వాళ్ళతో పరిచయం పెంచుకుని, వాళ్ళ బ్యాక్ గ్రౌండ్ గాని, ఫోర్ గ్రౌండ్ గాని, ఏమి తెలియకుండా నమ్మేయడంతో, ఎదురయ్యే ప్రమాదాలు, భయంకర సంఘటనలు, మనం చాలా చాలా విన్నాం! చూసాం! ఇలాంటి నిజ జీవిత ఘటన ఆధారంగా తీసిన సినిమా ఈ 'శారీ' మూవీ' చెప్పారు. ఇక నిర్మాత రవిశంకర్ వర్మ మాట్లాడుతూ 'మా 'శారీ' చిత్రంలోని టీజర్, 'ఐ వాంట్ లవ్' అండ్ 'ఎగిరే గువ్వలాగా?' అనే రెండు లిరికల్ సాంగ్స్ విడుదల చేసాము. వాటికి సోషల్ మీడియాలో విశేష స్పందన లభించింది. ఈ రోజు ట్రైలర్ మాంగ్ మీడియా ద్వారా తెలుగు, హిందీ, తమిళ, మలయాళ భాషల్లో విడుదల చేసాము. సినిమా ఈ నెల 28న అన్ని భాషల్లో థియేట్రికల్ రిలీజ్ చేస్తున్నాం తప్పక చూడండి' అంటూ తెలిపారు.



దబిడిబిడి పాట కొరియోగ్రఫీపై విమర్శలు ఇలా వస్తాయని ఊహించలేదంటున్న ఊర్వశి రాతేలా

'దాకు మహారాజ్'లో అగ్ర కథానాయకుడు నందమూరి బాలకృష్ణ తో కలిసి నటించారు బాలీవుడ్ నటి ఊర్వశి రాతేలా. ఇందులో బాలయ్యతో కలిసి ఆమె 'దబిడి దిబిడి' పాటకు డ్యాన్స్ చేశారు. ఈ పాట విడుదలైన సమయంలో కొరియోగ్రఫీపై వచ్చిన కాంట్రవర్సీ గురించి తాజాగా ఊర్వశి రాతేలా స్పందించారు. ప్రేక్షకుల నుంచి ఈవిధమైన స్పందన తాను అన్నీలు ఊహించలేదని అన్నారు. ఆ పాట, అందులోని స్వేచ్ఛలను ప్రేక్షకులు ఆదరిస్తారనుకున్నానని ఆమె చెప్పారు. కానీ, ఈవిధంగా మాట్లాడతారని తాను అన్నీలు అనుకోలేదని తెలిపారు. 'రిహార్సల్స్ అంతా ప్రశాంతంగా జరిగింది. అన్ని పాటలకు వివిధంగా కొరియోగ్రఫీ ఉంటుందో అదేవిధంగా ఈ పాటకూ చేశాం. శేఖర్ మాస్టర్ ఈ పాటకు డ్యాన్స్ కొరియోగ్రఫీ చేశారు. ఇప్పటికీ నాలుగుసార్లు ఆయనతో కలిసి వర్క్ చేశాను. ఆయన స్వేచ్ఛలు చెప్పినప్పుడు నాకు ఏమాత్రం బెదిల్చినా లేదా అభ్యంతరకరంగా అనిపించలేదు. సాధారణమైన స్వేచ్ఛల

మాదిరిగానే భావించా. కానీ, పాట విడుదలయ్యాక సోషల్ మీడియాలో వచ్చిన విమర్శలు చూసి పాకయా. కొరియోగ్రఫీని ప్రేక్షకులు తప్పుపట్టడానికి కారణం ఏమిటో అంచనా వేయడానికి కూడా సమయం లేకపోయింది. అంతా సడెన్ గా జరిగిపోయింది. రిహార్సల్స్ చేస్తున్నప్పుడు ఇలాంటి విమర్శలు వస్తాయని మేము అన్నీలు ఊహించలేదు. రిహార్సల్స్ క్లిప్స్ విడుదల చేసినప్పుడు ఎలాంటి విమర్శలు రాలేదు' అని ఊర్వశి రాతేలా తెలిపారు. ఏదేమైనా సోషల్ మీడియా వేదికగా కొంతమంది కాలాని చేసే వ్యాఖ్యలను తాను పట్టించుకోనని అన్నారు. వివరణాత్మక విమర్శలను తాను స్వాగతిస్తానని చెప్పారు. బాలకృష్ణ హీరోగా బాబీ దర్శకత్వంలో తెరకెక్కిన చిత్రమే 'దాకు మహారాజ్'. సంక్రాంతి కానుకగా జనవరి 12న ఇది విడుదలైంది. ప్రజ్ఞా జైస్వాల్, శ్రద్ధా శ్రీనాథ్, బాబీ దేవోల్ కీలక పాత్రల్లో నటించారు. ఊర్వశి రాతేలా అతిథి పాత్ర పోషించారు. తమన్ స్వరాలు అందించారు. సితార ఎంటర్టైన్మెంట్స్ పతాకంపై ఇది నిర్మితమైంది. సుమారు రూ.100 కోట్లకు పైగా ఇది వసూలు చేసినట్లు అంచనా.

