RNI No.TELTEL/2005/16755

ప్రజాబలం

PRAJABALAM Telugu Daily తెలుగు దినపత్రిక

Website: prajabalam.in

Cell: 9292104449 / 9848384973
SRAVANTHI Enterprises
OFFSET PRINTERS

We undertake
Printing of
Daily News Papers

హైదరాబాద్ సంపుటి : 23 సంచిక : 145 సోమవారం, నవంబర్ 16, 2026 , పేజీలు - 12 వెల : 2/-

తెలంగాణ సాగు నీటి ప్రాజెక్టులకు

సహకరించండి

- తుమ్మిడిహెట్టి నిర్మాణంపై మహారాష్ట్రను ఒప్పించండి
- ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీకి ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి వినతి
- ఖేలో ఇండియా యూత్ గేమ్స్-2026కు ప్రధానమంత్రికి ఆహ్వానం



ఢిల్లీ: తెలంగాణలో పెండింగ్‌లో ఉన్న ప్రాజెక్టుల అనుమతులు, అంతర్రాష్ట్ర వివాదాల పరిష్కారానికి సహకరించాలని ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీకి ముఖ్యమంత్రి ఎ.రేవంత్‌రెడ్డి విజ్ఞప్తి చేశారు. తాము అధికారంలోకి వచ్చాక ప్రాజెక్టుల పనులు వేగవంతం చేశామని, భూ నిర్వాసితులకు పరిహారం వేగంగా అందజేస్తున్నామని ప్రధానమంత్రికి సీఎం తెలియజేశారు. ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీతో ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి ప్రధానమంత్రి అధికారిక నివాసంలో ఆదివారం సమావేశం అయ్యారు. సమావేశంలో కేంద్ర క్రీడా, యువజన వ్యవహారాల శాఖ మంత్రి మన్ సుఖ్ మాండవీయ, రాష్ట్ర నీటి పారుదల శాఖ మంత్రి ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి, రాష్ట్ర క్రీడా, యువజన సర్వీసుల శాఖ మంత్రి వాకిటి శ్రీహరి పాల్గొన్నారు.

ప్రాణహిత నదిపై తుమ్మిడిహెట్టి ప్రాజెక్టును +152 మీటర్ల వద్ద నిర్మించేందుకు మహారాష్ట్ర ప్రభుత్వాన్ని ఒప్పించాలని ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీకి ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి విజ్ఞప్తి చేశారు. ఇటీవల మహారాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి దేవేంద్ర ఫడ్నవీస్‌తో భేటీ అయిన విషయాన్ని ఈ సందర్భంగా సీఎం ప్రధానమంత్రి దృష్టికి తీసుకెళ్లారు. మహారాష్ట్రలో ముంపునకు అవసరమైన పరిహారం ఇచ్చేందుకు తాము సిద్ధంగా ఉన్నామని తెలిపారు. తెలంగాణ సాగు నీటి అవసరాల దృష్ట్యా తుమ్మిడిహెట్టికి మహారాష్ట్రను ఒప్పించాలని ప్రధానమంత్రి మోదీని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి కోరారు. తుమ్మిడిహెట్టి

మిగతా 2లో...

అధికారంలో ఉన్నప్పుడు పేదవారిని పట్టించుకోని

దొరల ప్రభుత్వం



ఖమ్మం జిల్లా, నవంబర్ 15: జిల్లాలోని ఏదులాపురం మున్సిపా లిటీ పరిధిలోని నాయుడుపేటలో నూతన పెన్షన్ల పంపిణీ కార్యక్రమ ంలో రెవెన్యూ మంత్రి పొంగులేటి శ్రీనివాస్ రెడ్డి పాల్గొన్నారు. ప్రజా పాలనలో నాలుగున్నర లక్షల మం దికి నూతన పెన్షన్లను అందిస్తున్నా మని మంత్రి వెల్లడించారు.'రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా నాలుగున్నర లక్షల మందికి కొత్త పెన్షన్లు ఇస్తున్నాం. గత ప్రభుత్వం పది సంవత్సరాల పాలనలో రేషన్ కార్డులను ఇవ్వకపోతే.. ప్రజా ప్రభుత్వంలో ఇచ్చాం. దేశంలో ఏ రాష్ట్రం ఇవ్వని విధంగా సన్న బియ్యం ఇస్తున్నాం. డ్వాక్రా మహిళలకు 73 వేల కోట్ల రూపాయల రుణాలను సున్నా వడ్డీకి ఇచ్చాం.పేదవారికి ఇళ్ళు ఇవ్వాలనే బుద్ధి గత పాలకులకు లేదు. మా ప్రభుత్వం ఎనిమిది లక్షల ఇందిరమ్మ ఇళ్లను ఇచ్చింది. వారు కట్టిన కాళేశ్వరం కూలి పోయింది తప్ప.. దొరల పాలనలో పేదవారికి ఇళ్లు లభించలేదు. మాజీ ముఖ్యమంత్రి, మాజీ మంత్రులు ఉన్న

మిగతా 2లో...

కాళేశ్వరం ప్రాజెక్టులో నీటిని నిల్వ

చేసే అవకాశం లేదు

- ఎల్‌నినో ప్రపంచానికి విపత్తులా మారింది..
- అధికారులు అప్రమత్తంగా ఉండాలి..



భద్రాద్రి కొత్తగూడెం జిల్లా, నవంబరు 15 : కాళేశ్వరం ప్రాజెక్టులో గేట్లు మూసి నీటిని నిల్వ చేసే అవకాశం లేదని తెలంగాణ మంత్రి తుమ్మల నాగేశ్వరరావు స్పష్టం చేశారు. సమ్మక్క సాగర్ బ్యారేజ్ వద్ద మాత్రమే నీటి నిల్వకు అవకాశం ఉందని తెలిపారు. (ఆదివారం) భద్రాద్రి కొత్తగూడెం జిల్లా దుమ్ముగూడెం ఆనకట్ట వద్ద గోదావరి నీటి నిల్వ పనులను మ ంత్రి పరిశీలించారు. అలాగే, దమ్మపేట మం డలం పూసుకుంట గ్రామంలో పర్యటించారు. తన జన్మదినం సందర్భంగా పూసుకుంట గిరిజనులతో సమావేశమయ్యారు. గిరిజనుల సమస్యలను అడిగి తెలుసుకొని అర్హులైన గిరిజనులకు పెన్షన్లు, రేషన్ కార్డులు, జాబ్ కార్డులు, పాఠశాల విద్యార్థులకు యూనిఫామ్స్ పంపిణీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా మంత్రి తుమ్మల మాట్లాడారు.ఎల్‌నినో ప్రపంచానికి విపత్తులా మారిందని మంత్రి తుమ్మల తెలిపారు. ఎల్‌నినో ప్రత్యేక పరిస్థితుల్లో తాగునీటికి ఎద్దడి లేకుండా నీటిని నిల్వ

మిగతా 2లో...

యువత ఉద్యోగాల కోసం ఎదురుచూడకుండా పారిశ్రామికవేత్తలుగా ఎదిగి, మరికొందరికి ఉపాధి కల్పించాలి

ప్రెస్ నోట్రంగారెడ్డి జిల్లాతేదీ: 15-11-2026

ఎన్ఎస్ ఇండస్ట్రీస్ ప్రారంభోత్సవంలో గౌరవ రాష్ట్ర ఉప ముఖ్యమంత్రి మల్లు భట్టి విక్రమార్కయువత ఉద్యోగాల కోసం ఎదురుచూడకుండా స్వయం ఉపాధి మార్గాలను ఎంచుకొని పారిశ్రామికవేత్తలుగా ఎదగడంతో పాటు, మరికొందరికి ఉపాధి అవకాశాలు కల్పించాలని గౌరవ రాష్ట్ర ఉప ముఖ్యమంత్రి మల్లు భట్టి విక్రమార్క పిలుపునిచ్చారు.ఆదివారం రంగారెడ్డి జిల్లా మహేశ్వరం మండలం మంఖాల్ లో ఏర్పాటు చేసిన ఎన్ఎస్ ఇండస్ట్రీస్ పరిశ్రమను గౌరవ రాష్ట్ర ఉప ముఖ్యమంత్రి మల్లు భట్టి విక్రమార్క ప్రారంభించారు.ఈ సందర్భంగా ఉప ముఖ్యమంత్రి మాట్లాడుతూ, ఎన్ఎస్ ఇండస్ట్రీస్‌ను స్థాపించి పారిశ్రామికవేత్తలుగా నూతన ప్రయాణాన్ని ప్రారంభిస్తున్న యువకులు విశాల్, సాగర్‌లను అభినందించారు. ఉన్నత విద్యను అభ్యసించిన యువత ఉద్యోగాల కోసం ఇతరులపై ఆధారపడకుండా తమ కాళ్లపై తాము నిలబడాలనే సంకల్పంతో పరిశ్రమను స్థాపించడం అభినందనీయమన్నారు.తాము స్వయంగా పారిశ్రామికవేత్తలుగా ఎదగడంతో పాటు, ఇతరులకు కూడా ఉద్యోగ, ఉపాధి అవకాశాలు కల్పించాలనే లక్ష్యంతో ముందుకు రావడం

మిగతా 2లో...



భార్యాభర్తల సంభాషణలు

వినడమూ డిగ్నిటీయా



హైదరాబాద్: కేంద్ర హోం శాఖ సహాయ మంత్రి బండి సంజయ్ కుమార్.. బీఆర్ఎస్ నేతలపై తీవ్రంగా విమర్శలు చేశారు. దోచుకోవడమే డిగ్నిటీ ఆఫ్ ఆఫీసా అని ఆయన ప్రశ్నించారు. ఆదివారం హైదరాబాద్‌లో మీడియాతో ఆయన మాట్లాడారు. 'భార్యాభర్తల బెడ్రూం సంభాషణలను వినడం కూడా డిగ్నిటీ ఆఫ్ ఆఫీసా? ఇంటర్ విద్యార్థులు, ఉద్యోగులను ఇబ్బంది పెట్టి ఆత్మహత్యలకు పురిగొల్పేలా

మిగతా 2లో...

మావోయిస్టుల హింసాకాండతో

ఆదివాసీలు నష్టపోయారు

- దేశం సాధించిన విజయాల్లో నక్సలిజం-మావోయిజం నుంచి విముక్తి పొందడం కూడా ఒకటని ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ అన్నారు.



న్యూ ఢిల్లీ :మావోయిస్టుల హింసాకాండ వల్ల ఆదివాసీలు నష్టపోయారని ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ అన్నారు. గత ప్రభుత్వాలు గిరిజనుల సంక్షేమాన్ని పట్టించుకోకుండా వారిని గాలికొదిలేశాయని ఆరోపించారు. నక్సలైట్లు గిరిజ నుల ఓటు హక్కును సైతం కాలరాసినా నాటి పాలకులు చోద్యం చూస్తూ ఉండిపోయారని విమర్శించారు. స్వాతంత్ర్య సమరయోధుడు బిర్సా ముండా 151వ జయంతి సందర్భంగా మహారాష్ట్ర గడ్చిరోలిలో నిర్వహించిన కార్యక్రమంలో ప్రధాని వర్చువల్‌గా ప్రసంగించారు. 3వేల కోట్ల రూపాయల విలువైన 246 అభివృద్ధి ప్రాజెక్టులకు ప్రధాని ప్రారంభోత్సవాలు, శంకుస్థాపనలు చేశారు. దశాబ్దాలుగా దేశంలోని దాదాపు 125 జిల్లాలు కనీస వసతులకు నోచుకోని గిరిజన ప్రాంతాల అభివృద్ధిపై తమ ప్రభుత్వం ప్రత్యేక దృష్టి సారించిందని మోదీ తెలిపారు. ఆయా ప్రాంతాల ప్రగతి కోసం లక్ష కోట్లకు పైగా నిధులు కేటాయించినట్లు వెల్లడించారు. గిరిజన వర్గాలు ఎల్లప్పుడూ అన్యాయానికి వ్యతిరేకంగా నిలబడ్డాయని ప్రశంసించారు. దేశంలో 50 కోట్ల మందిని పేదరికం నుంచి బయటకు తీసుకురావడం, స్వాతంత్ర్యం వచ్చిన తర్వాత భారత్ సాధించిన అతిపెద్ద విజయాల్లో ఒకటని అన్నారు.

"మావోల హింస వల్ల గిరిజన సమాజం ఎక్కువగా నష్టం పోయింది. 2014లో

మిగతా 2లో...

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

అధికారంలో ఉన్నప్పుడు పేదవారిని పట్టించుకోని

నియోజకవర్గంలో కూడా ఇందిరమ్మ ఇళ్ళను ఇస్తున్నాం. రాష్ట్ర ఆర్థిక పరిస్థితి బాలేకపోయినా.. అభివృద్ధిని కుంటుపడనీయలేదు. వరి వేస్తే ఉరి అని ఆనాటి దొర చెబితే.. ఇందిరమ్మ ప్రభుత్వం.. వరికి 500 రూపాయల బోనస్‌తో పాటు మద్దతు ధరను కూడా ఇచ్చింది' అంటూ మంత్రి ప్రజా పాలన గురించి తెలియజేశారు.

కాళేశ్వరం ప్రాజెక్టులో నీటిని నిల్వ

చేస్తున్నామని వెల్లడించారు. గతంలో మాదిరిగా గోదావరిలో నీటి ప్రవాహం లేదని చెప్పుకొచ్చారు. తాగునీటి గండం లేకుండా నీటిని నిల్వ చేస్తున్నామని వివరించారు. సీతమ్మ సాగర్ పూర్తి అయితే 36 టీఎంసీల నీటిని నిల్వ చేయొచ్చని అన్నారు. 350 మెగావాట్ల జల విద్యుత్ ఉత్పత్తి చేయొచ్చని తెలిపారు.సీతమ్మ సాగర్ నిర్మాణం పూర్తి అవకపోవడంతో ఆనకట్ట ఎత్తు పెంచుతామని మంత్రి తుమ్మల అన్నారు. ఉమ్మడి ఖమ్మం జిల్లాలో మిషన్ భగీరథ నీటి సరఫరా ఇబ్బంది లేకుండా నీటిని నిల్వ చేస్తున్నట్లు తెలిపారు. దుమ్ముగూడెం ఆనకట్టపై మీటర్ ఎత్తున ఇసుక బస్తాలు ఏర్పాటు చేస్తామని.. ఇప్పటికే మూడు లేయర్లు ఇసుక బస్తాలు ఏర్పాటు చేశామని చెప్పారు. మరో రెండు, మూడు లేయర్లు ఇసుక బస్తాలు ఏర్పాటు చేస్తామని, ఒక టీఎంసీ మేర నీటిని నిల్వ చేయొచ్చని అన్నారు. గోదావరి నీటి నిల్వ విషయంలో అధికారులు అప్రమత్తంగా ఉండాలని మంత్రి తుమ్మల నాగేశ్వరరావు ఆదేశించారు.

భార్యాభర్తల సంభాషణలు

చేయడమేంది? సర్పంచులు, కాంట్రాక్టర్లకు బిల్లులివ్వకుండా ఆత్మహత్యల పాల్జేయడమే డిగ్నిటీ ఆఫ్ ఆఫీసా? రాష్ట్ర ప్రజలకు డిగ్నిటీ ఆఫ్ ఆఫీస్ అంటే ఏమిటో తెలుసు. అందుకే బీఆర్ఎస్‌ను ఫాంహౌజ్ కే పరిమితం చేశారు' అని సంజయ్ వ్యాఖ్యానించారు.గురువు కాళ్లు గుంజేవాళ్లం కాదు..తాను బరాబర్ తన గురువుల కాళ్లు మొక్కుతానని బండి సంజయ్ తెలిపారు. 'బీఆర్ఎస్, కాంగ్రెస్ లెక్క మంది కొంపలు ముంచే విలువలు మాకు మా గురువులు నేర్పలేదు. మీ లాగా చెప్పులు ఎత్తుకుపోయేవాడిని కాదు. గురువు కాళ్లను గుంజేవాళ్లం కాదు. మావి సంస్కారం, విలువలతో కూడిన రాజకీయాలు' అని సంజయ్ పేర్కొన్నారు.రాహుల్ ప్రధాని అయితే దేశం ముక్కలే..కాంగ్రెస్ ఎంపీ, లోక్‌సభ ప్రతిపక్ష నేత రాహుల్ గాంధీపైనా సంజయ్ విమర్శలు చేశారు. రాహుల్ గాంధీ చెల్లని రూపాయి అని ఎద్దేవా చేశారు. విదేశాల్లోని చెల్లని రూపాయలను తీసుకొచ్చి సమ్మిట్ పెడితే ఒరిగేదేమిటి అని ప్రశ్నించారు. ప్రధాని అయ్యే అర్హతే రాహుల్ గాంధీకి లేదన్నారు. ఆయన పొరపాటున ప్రధాని అయితే దేశం ముక్కలవడం తథ్యమని సంజయ్ వ్యాఖ్యానించారు.

మావోయిస్టుల హింసాకాండతో

మావోయిజం, నక్సలిజంతో ఇబ్బందిపడ్డాయి. ఏటా వందలాది హింసాత్మక ఘటనలు జరిగేవి. ఈ ఘటనల్లో వేలాది మంది అమాయకులు తమ ప్రాణాలను కోల్పోవాల్సి వచ్చింది. మృతుల్లో ఆదివాసీ సోదర సోదరీమణులే అత్యధిక సంఖ్యలో ఉండేవారు. గత ప్రభుత్వాలు మావోయిజం, నక్సలిజం బారిన పడిన గిరిజనులను గాలికి వదిలేశాయి. గిరిజనుల హక్కులను లాక్కున్నా నోటికి తాళం వేసుకుని కూర్చున్నారు. గిరిజన సమాజ సోదర సోదరీమణులను కనీసం ఓటు కూడా వేయనిచ్చేవారు కాదు. అప్పటి ప్రభుత్వాలు కేవలం ప్రేక్షక పాత్ర వహిస్తూ కళ్లు మూసుకున్నాయి. నేడు నక్సలిజం-మావోయిజం పూర్తిగా అంతం కావడంతో గిరిజన సమాజానికి చెందిన తల్లులు, సోదరీమణులు మాకు తమ ఆశీస్సులను అందిస్తున్నారు. దేశం సాధించిన విజయాల్లో నక్సలిజం-మావోయిజం నుంచి విముక్తి పొందడం కూడా ఒకటి. కొద్ది రోజుల క్రితమే ఛత్తీస్‌గఢ్‌లోని బస్తర్ కేంద్రంలో నేను భద్రతా దళాలతో కలిసి దీపావళి జరుపుకొన్నాను. ఒకప్పుడు ప్రజలు వెళ్లడానికి కూడా భయపడిన ప్రాంతం అది. గడ్చిరోలితో సహా నక్సల్ ప్రభావిత ప్రాంతాలన్నింటిలోనూ ఇప్పుడు కేవలం దీపావళి దీపాలే కాకుండా, ప్రజల జీవితాల్లో ఒక కొత్త ఆశాకిరణం కూడా ప్రసరించింది."

---నరేంద్ర మోదీ, ప్రధానమంత్రిబిర్సా ముండా జయంతికి దేశవ్యాప్తంగా 2 లక్షలకు పైగా కార్యక్రమాలు

'జనజాతియ గౌరవ్ దివస్' అనేది గిరిజన సమాజం గౌరవానికి, గిరిజన నాయకుడు బిర్సా ముండా అందించిన స్ఫూర్తికి సంబంధించిన పండుగ అని ప్రధాని మోదీ అభివర్ణించారు. "2021 నవంబర్ 15 నుంచి 'జనజాతియ గౌరవ్ దివస్' (గిరిజన గౌరవ దినోత్సవం) జరుపుకొంటున్నాం. నేడు ఇది ఒక జాతీయ వేడుకగా మారింది. గతేడాది భగవాన్ బిర్సా ముండా జయంతి సందర్భంగా దేశవ్యాప్తంగా 2 లక్షలకు పైగా కార్యక్రమాలు జరిగాయి. వీటిలో కోట్ల మంది పౌరులు పాల్గొన్నారు. ఒకప్పుడు అనేక పండుగలు, సందర్భాలు విదేశీ దృక్కోణం నుంచి నిర్ణయించేవారు. కానీ నేడు, భారతదేశం తన వారసత్వాన్ని, చరిత్రను, వీరులను స్వదేశీ గర్వంతో స్మరించుకుంటోంది. ఇది మన జాతీయ చైతన్యంలో వచ్చిన ఒక పెద్ద మార్పునకు సంకేతం." అని ప్రధాని మోదీ అన్నారు. భగవాన్ బిర్సా ముండా జయంతిని పురస్కరించుకుని ప్రతి సంవత్సరం నవంబర్ 15న జనజాతీయ గౌరవ్ దివస్‌ను పాటిస్తారు. 1875లో గిరిజన సమాజంలో జన్మించిన బిర్సా ముండా, బ్రిటిష్ వలస పాలనకు వ్యతిరేకంగా జరిగిన గిరిజన ప్రతిఘటనలో ప్రముఖ నాయకుడిగా ఎదిగారు.

యువత ఉద్యోగాల కోసం

ఎంతో స్ఫూర్తిదాయకమని పేర్కొన్నారు. యువ పారిశ్రామికవేత్తల ప్రోత్సాహానికి రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఎల్లప్పుడూ సిద్ధంగా ఉంటుందని, పరిశ్రమల స్థాపనకు అవసరమైన సహకారం అందిస్తుందని తెలిపారు.విశాల్, సాగర్ భవిష్యత్తులో మరింత ఉన్నత స్థాయికి ఎదిగి, రాష్ట్రంలో పరిశ్రమలు



స్థాపించాలనుకునే యువతకు ఆదర్శంగా నిలవాలని ఆకాంక్షించారు. వీరి విజయ ప్రయాణం మరెందరో యువతకు స్ఫూర్తినిస్తూ, స్వయం ఉపాధి, పారిశ్రామిక అభివృద్ధి దిశగా ప్రోత్సహిస్తుందని ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు.యువతలో ఉన్న నైపుణ్యం, ఆలోచనా శక్తి, సృజనాత్మకత సమాజ అభివృద్ధికి ఉపయోగపడాలని, వ్యక్తిగత అభివృద్ధితో పాటు సమాజానికి ప్రయోజనం చేకూర్చే కార్యక్రమాల్లో యువ పారిశ్రామికవేత్తలు భాగస్వాములు కావాలని ఉప ముఖ్యమంత్రి సూచించారు.ఈ కార్యక్రమంలో ఎమ్మెల్సీ తక్కెళ్లపల్లి రవీంద్ర రావు, సీపీఓ సౌమ్య, జిఎం ఇండస్ట్రీస్ శ్రీలక్ష్మి, పలు పారిశ్రామిక వేత్తలు, అధికారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.జిల్లా పౌర సంబంధాల అధికారి, రంగారెడ్డి జిల్లా గారిచే జారీ చేయనైనది.

తెలంగాణ సాగు నీటి ప్రాజెక్టులకు సహకరించండి

(మొదటి పేజీ తరువాయి)



ప్రాజెక్టుతో తెలంగాణలోని వెనుకబడిన, గిరిజన ప్రాంతాల సాగు, తాగు నీటి అవసరాలకు గ్రావిటీ ద్వారా నీటిని వినియోగించుకునే అవకాశం కలుగుతుందని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి ప్రధానమంత్రి మోదీకి తెలియజేశారు. డాక్టర్ ఎస్.జైపాల్‌రెడ్డి పాలమూరు-రంగారెడ్డి ఎత్తిపోతల పథకం (పీఆర్ఎల్ఐఎస్), సీతమ్మ సాగర్ బహుళార్థసాధక ప్రాజెక్టు (ఎస్ఎస్ఎంపీ), డిండి ఎత్తిపోతల పథకం (డీఎల్ఐఎస్)లపై రాష్ట్ర ప్రభుత్వం భారీగా వ్యయం చేసినా పర్యావరణ, ఇతర చట్టబద్ధమైన అనుమతులు పెండింగ్‌లో ఉండటంతో తాగు నీటి ప్రయోజనాలు అందడం లేదని ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీకి సీఎం రేవంత్ రెడ్డి తెలిపారు. పర్యావరణ అనుమతుల విషయంలో ఇటీవల సుప్రీంకోర్టు సానుకూల తీర్పు ఇచ్చినందున ఏమాత్రం ఆలస్యం లేకుండా పర్యావరణ, ఇతర అనుమతులు ఇచ్చేలా చూడాలని పీఎం మోదీకి ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి విజ్ఞప్తి చేశారు. సాస్కీ (రాష్ట్రవవవ టశీతీ రాజూవవెఖుశ్రీ ౼ాంంటుర్ఖుఅషెవ ˉశీ క్ఫ్వం టశీతీ ఝుఝూత్ఖుశ్రీ ×అజవర్ఎవత్) కింద తెలంగాణకు అదనంగా రూ.5,000 కోట్లు మంజూరు చేయాలని ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీకి ముఖ్యమంత్రి ఎ.రేవంత్‌రెడ్డి విజ్ఞప్తి చేశారు. తెలంగాణలో 70 నుంచి 90 శాతం మేర పూర్తయిన ప్రాజెక్టులకు ఈ నిధులు వినియోగించుకుంటామని ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీకి ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి తెలియజేశారు. ఈ ఆర్థిక సంవత్సరంలోనే ఈ నిధులు మంజూరు చేస్తే కొత్త ఆయకట్టుతో పాటు స్థిరీకరించిన ఆయకట్టుకు సాగు నీరు సరఫరా చేసేందుకు వీలవుతుందని తెలిపారు. ఫలితంగా రైతుల ఆదాయం, గ్రామీణ ఉపాధి అవకాశాలు, ఆహార ధాన్యాల ఉత్పత్తి పెరుగుతుందన్నారు. సమ్మక్క సాగర్ ప్రాజెక్టుకు సంబంధించిన డీపీఆర్‌ను ఇప్పటికే కేంద్ర జల సంఘానికి (సీడబ్ల్యూసీ) సమర్పించామని ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీకి సీఎం రేవంత్ రెడ్డి తెలియజేశారు. ఈ ప్రాజెక్టుతో ఛత్తీస్‌గఢ్ లో ముంపునకు గురయ్యే భూమి, గ్రామాల వివరాలను అంచనాకు పూర్తిస్థాయి నీటిమట్టం (ఎఫ్ఆర్ఎల్), బ్యాక్ వాటర్ స్థాయి గుర్తింపుతో కూడిన సమగ్ర సర్వేకు రూ.9.88 కోట్లు చెల్లించిన విషయాన్ని ప్రధానమంత్రి దృష్టికి సీఎం తీసుకెళ్లారు. ఛత్తీస్‌గఢ్‌కు భూ పరిహారం చెల్లించేందుకు తాము సిద్ధంగా ఉన్నామని, ఆ రాష్ట్రం నుంచి నిరభ్యంతర పత్రం (ఎన్ఓసీ) త్వరగా జారీ అయ్యేలా చూడాలని ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీకి ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి విజ్ఞప్తి చేశారు. ప్రధానమంత్రి కృషి సించాయీ యోజన (పీఎంకేఎస్‌వై) కింద ఇంటిగ్రేటెడ్ సమ్మక్క సాగర్ ప్రాజెక్టు-సీతారామ ఎత్తిపోతల పథకానికి రూ.5,183 కోట్లు, మోడికుంట వాగుకు రూ.392 కోట్లు, చిన్న కాళేశ్వరం ప్రాజెక్టుకు రూ.171 కోట్లు, చనాకా-కొరాటా బ్యారేజీకి రూ.103 కోట్లు మంజూరు చేయాలని ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి కోరారు. హైదరాబాద్‌లో డిసెంబరు నెలలో నిర్వహించనున్న 'ఖేలో ఇండియా యూత్ గేమ్స్ - 2026' ప్రారంభ, ముగింపు వేడుకలకు ముఖ్య అతిథిగా హాజరుకావాలని ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీని ముఖ్యమంత్రి ఎ.రేవంత్‌రెడ్డి ఆహ్వానించారు. ఆహ్వాన పత్రికను పీఎంకు సీఎం అందజేసి, గేమ్స్ లోగో, మస్కట్‌ల గురించి వివరించారు. ఖేలో ఇండియా యూత్ గేమ్స్‌లో దేశవ్యాప్తంగా ఉన్న 7,000 మందికి పైగా అత్యుత్తమ



యువ క్రీడాకారులు పాల్గొననున్నారని, భవిష్యత్తులో ఆసియా క్రీడలు, ఒలింపిక్స్ వంటి ప్రతిష్ఠాత్మక అంతర్జాతీయ పోటీల్లో భారత్ తరఫున ప్రాతినిధ్యం వహించేందుకు వారికి ఇదొక చక్కని వేదిక కానుందని సీఎం ప్రధానమంత్రికి తెలియజేశారు. 2002లో జాతీయ క్రీడలు, 2007లో ప్రపంచ మిలిటరీ క్రీడలను విజయవంతంగా నిర్వహించిన చరిత్ర తెలంగాణకు ఉందని పీఎంకు సీఎం తెలిపారు.

'ఖేలో ఇండియా' లోగో, మస్కట్ ఆవిష్కరణ

తెలంగాణ వేదికగా వచ్చే డిసెంబరు 11 నుంచి 22వ తేదీ వరకు నిర్వహించనున్న 8వ 'ఖేలో ఇండియా యూత్ గేమ్స్ - 2026' అధికారిక లోగో, మస్కట్‌లను ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి, కేంద్ర క్రీడలు, యువజన వ్యవహారాల శాఖ మంత్రి మన్‌సుఖ్ మాండవీయ ఆదివారం దిల్లీలో ఆవిష్కరించారు. కేంద్ర మంత్రి అధికారిక నివాసంలో ఆదివారం నిర్వహించిన కార్యక్రమంలో రాష్ట్ర క్రీడా, యువజన సర్వీసుల శాఖ మంత్రి వాకిటి శ్రీహరి, రాష్ట్ర మంత్రి ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి, రాష్ట్ర ప్రభుత్వ సలహాదారు (క్రీడలు) ఏపీ జితేందర్ రెడ్డి, రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శి సంజయ్ జాజు, సీఎం ప్రిన్సిపల్ సెక్రటరీ వి.శేషాద్రి, క్రీడా శాఖ ప్రత్యేక ప్రధాన కార్యదర్శి వాణీ ప్రసాద్, స్పోర్ట్స్ అథారిటీ ఎండీ సోనీబాలా దేవి తదితరులు పాల్గొన్నారు. హైదరాబాద్‌తో పాటు రాష్ట్రంలోని వివిధ జిల్లా కేంద్రాల్లో గేమ్స్ నిర్వహణకు స్టేడియాలు సిద్ధం చేసినట్లు కేంద్ర మంత్రి మాండవీయకు సీఎం రేవంత్ రెడ్డి తెలిపారు. 27 క్రీడాంశాల్లో 7,000 మందికి పైగా క్రీడాకారులు తలపడనున్నారని తెలిపారు. మూడేళ్లలోనే రాష్ట్ర క్రీడా బడ్జెట్‌ను రూ.113 కోట్ల నుంచి రూ.465 కోట్లకు పెంచినట్లు సీఎం కేంద్ర మంత్రి దృష్టికి తీసుకెళ్లారు. రాష్ట్రంలో ఇప్పటికే 61 మినీ స్టేడియాల నిర్మాణం పూర్తి కాగా, మరో 15 స్టేడియాల పనులు వివిధ దశల్లో ఉన్నాయని కేంద్ర మంత్రికి సీఎం రేవంత్ రెడ్డి తెలిపారు.



తెలంగాణ ఆత్మగౌరవాన్ని దెబ్బతీస్తున్నారు - కాంగ్రెస్, బీజేపీ నేతల తీరుపై కేటీఆర్ ధ్వజం

హైదరాబాద్, నవంబర్ 15 :

తెలంగాణ ఆత్మగౌరవాన్ని కాంగ్రెస్, బీజేపీ నేతలు తమ రాజకీయ ప్రయోజనాల కోసం తాకట్టు పెడుతున్నారని బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ తీవ్రస్థాయిలో విమర్శించారు. జాతీయ నాయకుల మెప్పు కోసం రాష్ట్ర గౌరవాన్ని పక్కనపెట్టి వ్యవహరిస్తున్నారని మండిపడ్డారు. ముఖ్యమంత్రి రేవంత్‌రెడ్డి గాంధీ కుటుంబానికి బాడీగార్డులా వ్యవహరిస్తున్నారని కేటీఆర్ ఎద్దేవా చేశారు. రాహుల్‌గాంధీ బైక్ వెంట మంత్రి, పీసీసీ అధ్యక్షుడు పరుగెత్తిన తీరును ప్రస్తావిస్తూ.. తెలంగాణ ప్రజల ఆత్మగౌరవాన్ని కించపరిచేలా ఈ వ్యవహారం ఉందని విమర్శించారు.మరోవైపు కేంద్ర మంత్రి అమిత్‌షాకు బీజేపీ రాష్ట్ర నాయకులు ఇస్తున్న ప్రాధాన్యంపైనా కేటీఆర్ తీవ్రంగా స్పందించారు. అమిత్‌షా కాళ్లకు నమస్కరిస్తూ, ఆయన చెప్పులు మోసే స్థాయికి దిగజారడం సిగ్గుచేటని వ్యాఖ్యానించారు. తెలంగాణ రాష్ట్రం ఆత్మగౌరవం, స్వాభిమానం కోసం జరిగిన పోరాట ఫలితంగా ఏర్పడిందని, ఆ విలువలను కాంగ్రెస్, బీజేపీ నేతలు విస్మరిస్తున్నారని కేటీఆర్ తన 'ఎక్స్' పోస్టులో విమర్శించారు.

ప్రజాబలం

బి.జే.పి పార్టీలో బి.ఆర్.ఎస్ నాయకులు చేరినట్లు ప్రగల్భాలు పలుకొద్దు

గండిపేట మండలం ప్రజాబలం ప్రతినిధి 15 నవంబర్ 2026 : మణికొండ, నెక్నంపూర్ డివిజన్ లో భారత రాష్ట్ర సమితి పార్టీ ఎదుగుదలను జీర్ణించుకోలేక, ఒరవలేని తనంతో కళ్ల బొల్లి మాటలు మాట్లాడుతూ శాసన సభ్యుని కార్యక్రమాలకు హాజరు అవుతు, అధికార కాంగ్రెసు పార్టీలో కొనసాగుతున్న నాయకులను పట్టుకొని భారత రాష్ట్ర సమితి నాయకులుగా చిత్రీకరిస్తూ బి.జే.పి పార్టీలో చేరినట్లు ప్రగల్భాలు పలుకడం మానుకోవాలని హితవు పలుకడం జరిగింది. వాస్తవానికి స్థానిక మణికొండ, నెక్నంపూర్ డివిజన్ బి.ఆర్.ఎస్ పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తల కృషి వలన, ప్రజల సంపూర్ణ సహకారంతో ఎన్నికైన శాసన సభ్యుడు తన అవసరం నిమిత్తం తన అనుచరులతో పాటు అధికార పార్టీలో చేరడం జగ మెరిగిన సత్యం కాగా తత్ ఫలితంగా అనుచరులకు గుడ్డిమల్కాపూర్ వ్యవసాయ శాఖ మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్ గా మరియు నార్సింగి వ్యవసాయ శాఖ మార్కెట్ కమిటీ డైరెక్టర్ పదవులు ఇప్పించడం ప్రజలు గమనిస్తున్నారు. అసెంబ్లీ సమావేశాల సమయంలో నిండు సభలో నేను భారత రాష్ట్ర సమితి శాసన సభ్యున్నిగా చెలామణి అవుతున్నానని చెప్పడం ప్రపంచ ఎనిమిదవ వింతగా గోచరి స్తుంది. కావున ప్రజలను మభ్య పెట్టడం మానుకొని రాజకీ యలకు అతీతంగా యదార్థంగా ప్రజా సేవలో పాల్గొశీటు ముం



దుకు సాగాలని భారత రాష్ట్ర సమితి స్థానిక నాయకులుగా హెచ్చరిస్తున్నాము.

చాకచక్యంగా నేరస్తులను పట్టుకున్న కొల్చారం మండల పోలీసులు అభినందించిన డిఎస్పి ప్రసన్నకుమార్



కొల్చారం 15 నవంబర్ (ప్రజాబలం): ప్రతినిధి : కొల్చారం మండల పరిధిలోని తుక్కాపూర్ గ్రామంలో తేదీ 13.11.2026 నాడు మధ్య రాత్రి యజమానియగు కర్రె కృష్ణమూర్తి తండ్రి బాబు వయసు 31 సంవత్సరాలు గ్రామం జప్తి జానకంపల్లి నాగిరెడ్డిపేట్ కామారెడ్డి జిల్లా గారి యొక్క చైన్ హార్వెస్టర్ను అతని వద్ద డ్రైవర్గా పనిచేస్తున్న 1. అమీన్ ఖాన్ అలియాస్ హమీద్ ఖాన్ తండ్రి లియా కత్ ఖాన్ వయసు 24 సంవత్సరాలు అక్యుపేషన్ హార్వెస్టర్ డ్రైవర్స్ మరియు 2. మహమ్మద్ కైఫ్ అలియాస్ కైఫ్ ఖాన్ తండ్రి లియాకత్ ఖాన్ వయసు 22 సంవత్సరాలు అను ఇద్దరు వ్యక్తులు హార్వెస్టర్ను దొంగిలించకపోయినారని ఫిర్యాదు ఇవ్వగా అట్టి వ్యక్తులను ఈరోజు తేదీ 15.11.2026 నాడు ఉదయం సుమారు 10 గంటల సమ యంలో కొల్చారం మండల పరిధిలోని ఏడు పాయల టీ జంక్షన్ వద్ద వెహికల్ చెకింగ్ చేస్తూ అట్టి వ్యక్తులను పట్టుకొని విచారించగా చేసిన నేరాన్ని అంగీకరించగా అట్టి వ్యక్తులు దొంగ లించకపోతున్న హార్వెస్టర్ను మరియు లారీని పొల్యూషన్ తీసుకొని వచ్చి స్వాధీన పరచుకొని అట్టి నేరస్తులను రిమాండ్ నిమిత్తము యటఎఎ కోర్టు మెదక్ నందు మెజిస్ట్రేట్ ముందు హాజరు పరచడం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమంలో సిఐ కృష్ణమూర్తి, ఎస్సై మహమ్మద్ మొహినుద్దీన్, పోలీస్ సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

చిన్నారికి లక్ష రూపాయల ఆర్థిక సహాయం అందించిన యువ భారత్ శక్తి ఫౌండేషన్..

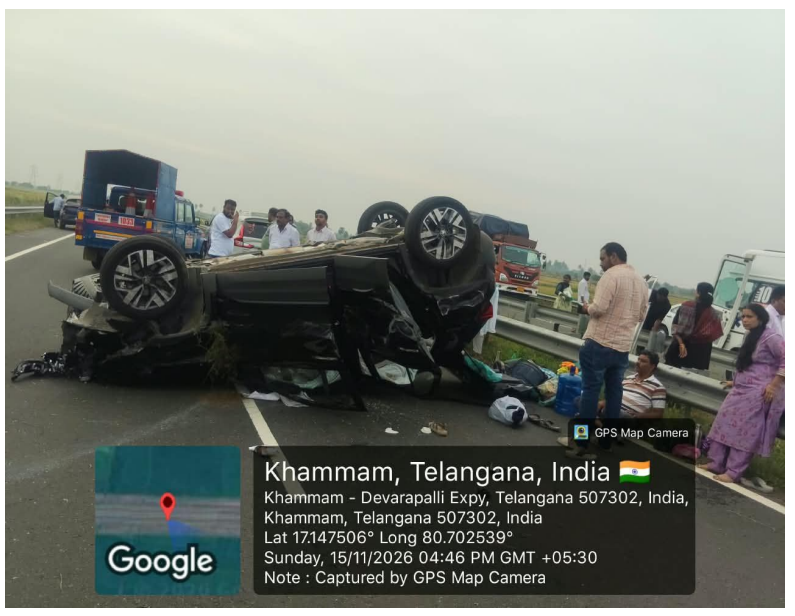
- లివర్ మార్పిడి చికిత్స కోసం దాతల సహకారంతో ఆర్థిక సాయం

సత్తుపల్లి , ప్రజాబలం ప్రతినిధి నవంబర్ 15: లివర్ సంబంధిత వ్యాధితో బాధపడుతున్న తొమ్మిదేళ్ల చిన్నారికి యువ భారత్ శక్తి ఫౌండేషన్ అండగా నిలిచింది. సత్తుపల్లి మండలం కాకర్లపల్లి గ్రామానికి చెందిన తోట గణేష్ కుమార్తె లహరి ప్రియ గత కొంతకాలంగా లివర్ సమస్యతో బాధపడుతోంది. చిన్నారికి లివర్ మార్పిడి శస్త్రచికిత్స అవసరం కావడంతో చికిత్స ఖర్చుల నిమిత్తం కుటుంబ సభ్యులు ఆర్థిక ఇబ్బందులు ఎదుర్కొం టున్నారు.ఈ నేపథ్యంలో యువ భారత్ శక్తి ఫౌండేషన్ ఆధ్వ ర్యంలో సామాజిక మాధ్యమాల ద్వారా దాతలకు విజ్ఞప్తి చేయగా, పలువురు దాతలు స్పందించి రూ.లక్ష విరాళంగా అందించారు. సేకరించిన మొత్తం లక్ష రూపాయలను ఫౌండేషన్ ముఖ్య స భ్యులు స్వయంగా చిన్నారి ఇంటికి వెళ్లి తల్లిదండ్రులకు అందజేశారు.ఈ సందర్భంగా చిన్నారి తల్లిదండ్రులు మాట్లాడుతూ.. తమ బిడ్డ ప్రాణాలను కాపాడుకునేందుకు ఆపద సమయంలో దాతల సహకారంతో లక్ష రూపాయల ఆర్థిక సాయం అందించిన యువ భారత్ శక్తి ఫౌండేషన్ సభ్యులకు,



సహకరించిన దాతలందరికీ ప్రత్యేక కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. ఆపదలో ఉన్న పేద కుటుంబాలకు అండగా నిలుస్తూ మానవతా సేవలు అందిస్తున్న యువ భారత్ శక్తి ఫౌండేషన్ సభ్యులను పలువురు అభినందించారు.

నిద్రమత్తులో కారు బోల్తా.. ధ్వంసమైన క్రాష్ బ్యారియర్



- ఖమ్మం దేవరపల్లి ఎక్స్‌ప్రెస్ హైవేపై ప్రమాదం.. స్వల్ప గాయాలతో బయటపడిన ప్రయాణికులు

సత్తుపల్లి , ప్రజాబలం ప్రతినిధి నవంబర్ 15: ఖమ్మం--దేవరపల్లి ఎక్స్‌ప్రెస్ హైవేపై వేంసూరు మండల ప్రాంతం వద్ద నిద్రమత్తు కారణంగా కారు అదుపుతప్పి బోల్తా పడిన ఘటన ఆదివారం చోటుచేసుకుంది. డ్రైవర్ నిద్రమత్తులోకి జారుకోవడంతో కారు రహదారి పక్కన ఉన్న ఇనుప రక్షణ కంచెను బలంగా ఢీకొని పల్టీలు కొట్టింది. ఈ ప్రమాదంలో కారులో ప్రయాణిస్తున్న వారికి స్వల్ప గాయాలయ్యాయి.ఆదివారం సాయంత్రం 4.23 గంటల సమయంలో హైవే కిలోమీటర్ 70+550 వద్ద ఈ ప్రమాదం జరిగింది. అదుపుతప్పిన కారు రక్షణ కంచెను ఢీకొని బోల్తా పడటంతో వాహనం పూర్తిగా దెబ్బతింది. ఈ ఘటనలో మధ్య డివైడర్ వైపు ఒక ఇనుప దూలం, ఒక స్తంభంతో పాటు రహదారి పక్కవైపు మరో దూలం, స్తంభం ధ్వంసమ య్యాయి. ప్రమాదానికి గురైన కారు నంబరు టీజీ 08 టీజీ 1716గా గుర్తించారు.
సమాచారం అందుకున్న అంబులెన్స్ సిబ్బంది వెంటనే ఘటనా స్థలానికి చేరుకుని క్షతగాత్ర తులకు సహాయం అందించారు. అదృష్ట వశాత్తూ ప్రాణాపాయం తప్పడంతో అంతా ఊపిరి పీల్చుకున్నారు. అధికారులు ప్రమా దానికి గురైన కారును తొలగించి, రహదారిపై భద్రతా చర్యలు చేపట్టడంతో ట్రాఫిక్ రాక పోకలు తిరిగి సాధారణ స్థితికి చేరుకు న్నాయి .ప్రయాణ సమయంలో నిద్రమత్తును నిర్లక్ష్యం చేయకుండా, అలసటగా అనిపిస్తే వాహనాన్ని పక్కకు నిలిపి విశ్రాంతి తీసుకోవాలని ఈ ఘటన మరోసారి హెచ్చరిస్తోంది.

నేడు మంత్రి వివేక్ వెంకటస్వామి చేతుల మీదుగా నూతన పింఛన్లు పంపిణీ కొల్చారం మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షులు నాగుల గారి మల్లేశం గౌడ్

కొల్చారం 15 నవంబర్ (ప్రజాబలం): ప్రతినిధి :గత 12 ఏళ్ల ఎదురుచూపులకు నేడు నాంది పలుకుతూ కొల్చారం మం డలానికి 548 నూతన పింఛన్లు మన ప్రియతమ రాష్ట్ర ముఖ్య మంత్రివర్యులు అనుముల రేవంత్ రెడ్డి మంజూరు చేయడం జరిగింది సహచర మంత్రి వర్గ సభ్యుల మరియు మెదక్ జిల్లా ఇన్చార్జి మంత్రివర్యులు గడ్డం వివేక్ వెంకటస్వామి మరియు నర్సాపూర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ ఇంచార్జ్ ఆవుల రాజు రెడ్డి గారి ఆమోదం మేరకు కొల్చారం మండలానికి భారీ ఎత్తున నూతన పింఛన్లు మంజూరు చేయడం జరిగింది.
మండలానికి ఇంత పెద్ద మొత్తం పింఛన్లు సుమారుగా 548 మందికి గాను నూతనంగా ఒంటరి మహిళ . ఫిజికల్ హ్యాండికాపేడ్, సింగిల్ ఉమెన్ అండ్ మ్యారీడ్, గీత కార్మికులకు గాను సుమారుగా 548 మందికి పింఛన్లు మంజూరు చేసినందుకు గాను కొల్చారం మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ తరపున వారికి ప్రత్యేక ధన్యవాదాలు తెలియజేస్తున్నా మన్నారు.అందులో భాగంగా రేపు ఉదయం 11 గంటలకు మన మెదక్ జిల్లా ఇన్చార్జి మంత్రివర్యులు శ్రీ గడ్డం వివేక్ వెంకటస్వామి చేతుల మీదుగా రేపు నూతనంగా మంజూరైన పింఛన్ల మంజూరైన లబ్ధిదారులకు మంజూరు పత్రాలను అందజేయడం జరుగు తుంది. ఇందులో భాగంగా
ఫిజికల్ హ్యాండీక్యాప్డ్ గాను 99



సింగిల్ ఉమెన్ విత్ మ్యారేజ్ 42
సింగిల్ ఉమెన్ ఆర్ మారీడ్ 07
గీత కార్మికుల గాను 22
వితంతు పింఛన్లు 348
మొత్తం 548 పెన్షన్లు మంజూరు చేయడం జరిగింది .
గత 12 ఏళ్ల కాలం నుండి ఏ ఒక్కరికి పింఛన్ మంజూరు చేయకుండా కాలయాపన చేసిన గత ప్రభుత్వాలకు దీటుగా ఈరోజు ప్రజాపాలన అందిస్తున్న ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి ఆధ్వర్యంలో ఇంత భారీ మొత్తంలో నూతనంగా పింఛన్లు మంజూరు చేసినందుకు గాను వారికి వారి మంత్రి వర్గానికి కూడా కొల్చారం మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ తరపున ప్రత్యేక ధన్యవాదాలు తెలియజేస్తున్నా మన్నారు. ఇట్లు నిరుపేదలు ఆదుకోవడంలో ముందు వరుసలో ఉన్న ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి గారికి ఎల్లవేళలా మండల ప్రజలు అండగా ఉంటారని ఈ సందర్భంగా కొల్చారం మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షులు నాగుల గారి మల్లేశం గౌడ్ మీడియా ముఖంగా తెలిపారు.

మీ పొరుగువారు సురక్షితంగా భావించినప్పుడు

మంచి పొరుగుతనం యొక్క ఇస్లామిక్ అర్థం

శాంతియుత సమాజం గొప్ప ప్రసంగాలతో ప్రారంభం కాదు. అది మనకు చాలా దగ్గరగా ఉండే ఒక విషయంతో మొదలవుతుంది; పక్కింట్లో నివసించే వ్యక్తి సురక్షితంగా, గౌరవించబడినట్లుగా మరియు విలువైన వ్యక్తిగా భావిస్తున్నాడా. లేదా అనే దానితో. ఈ సరళమైన కానీ లోతైన సూత్రం, సహీహ్ అల్-బుఖారీ 6016లో నమోదు చేయబడిన ప్రవక్త ముహమ్మద్ యొక్క ఒక శక్తివంతమైన సూక్తికి మూలంలో ఉంది. అబూ షురైహ్ ఉల్లేఖించిన దాని ప్రకారం, ప్రవక్త మూడుసార్లు ఇలా అన్నారు, "అల్లాహ్ సాక్షిగా, అతను విశ్వసించడు!" ఆయన ఎవరిని ఉద్దేశించి అన్నారని సహచరులు అడిగినప్పుడు, ప్రవక్త ఇలా వివరించారు, "ఎవరి పొరుగువాడో తన హాని నుండి సురక్షితంగా భావించడో, అతడే విశ్వసించడు."ఈ పునరావృతం చాలా ఆశ్చర్యకరంగా ఉంది. ప్రవక్త ఆ విషయాన్ని ఒక్కసారే చెప్పి ఉండవచ్చు, కానీ ఆయన దానిని మూడుసార్లు పునరావృతం చేశారు. పొరుగువారి హక్కులను, భావోద్వేగ భద్రతను ఇస్లాం ఎంత తీవ్రంగా పరిగణిస్తుందో ఇది చూపిస్తుంది. ఈ కథనం ఒక నిర్దిష్ట తగాదాను వర్ణించదు లేదా నష్టపోయిన ఒక నిర్దిష్ట పొరుగువారిని గుర్తించదు. దానికి బదులుగా, ఇది ఒక సాధారణ నైతిక సూత్రాన్ని స్థాపిస్తుంది. ఒక వ్యక్తి యొక్క మతపరమైన నిబద్ధతను, ఆ వ్యక్తి తన చుట్టూ నివసించే ప్రజలతో ప్రవర్తించే విధానం నుండివేరు చేయలేము.వాడిన పదజాలం కూడా ముఖ్యమైనది. ఒక వ్యక్తి తన పొరుగువారిపై శారీరకంగా దాడి చేయకూడదని ప్రవక్త కేవలం చెప్పలేదు. పొరుగువారు అతని హాని నుండి సురక్షితంగా భావించకూడదని ఆయన మాట్లాడారు. ఇది బోధనను మరింత విస్తృతం చేస్తుంది. భద్రతలో శారీరక హింస, భయపెట్టడం, బెదిరింపులు, వేధింపులు, ఆస్తి నష్టం, నిరంతేరి ఆటంకం మరియు ఇతర రకాల ఉద్దేశపూర్వక హాని నుండి స్వేచ్ఛ ఉంటుంది. ఏమి చేస్తాడోనన్న భయం లేకుండా వారు జీవించగలగడం. పొరుగువారు సురక్షితంగా భావించడం అంటే, పక్కింటి వ్యక్తిమన పొరుగువారు మన మతం, భాష, కులం, రాజకీయ అభిప్రాయాలు లేదా సామాజిక నేపథ్యాన్ని పంచుకోకపోవచ్చని మనం పరిగణించినప్పుడు ఈ సూత్రం మరింత శక్తివంతంగా మారుతుంది. ఇస్లాం మంచి పొరుగుతనాన్ని పూర్తి సారూప్యతపై ఆధారపడనీయదు. ఖురాన్, ఒక ముస్లిం మంచిగా ప్రవర్తించవలసిన వారిలో పొరుగువారిని కూడా చేర్చింది. సూరా అన్-నిసా 4:36లో, అల్లాను ఆరాధించమని ఆజ్ఞాపించిన తరువాత, తల్లిదండ్రులు, బంధువులు, అనాథలు, పేదలు మరియు దగ్గరి, దూరపు పొరుగువారి పట్ల దయ చూపమని ఆ వచనం విశ్వాసులకు బోధిస్తుంది. ఈ జాబితాలో పొరుగువారిని చేర్చడం ఇస్లామిక్ నీతిలో సామాజిక బాధ్యత యొక్క ప్రాముఖ్యతను తెలియజేస్తుంది.ఇరుగుపొరుగు వారి మధ్య ప్రతి అభిప్రాయ భేదం విశ్వాస్య వైఫల్యం అని దీని అర్థం కాదు. మానవుల మధ్య విభేదాలు రావడం అనివార్యం. ఇరుగుపొరుగు వారికి వేర్వేరు జీవనశైలులు, అభిప్రాయాలు మరియు అంచనాలు ఉండవచ్చు. సంఘర్షణ ఎప్పటికీ జరగకూడదని ఇస్లామిక్ సూత్రం కాదు. దానికి బదులుగా, విభేదాలు క్రూరత్వానికి, అవమానానికి లేదా ఉద్దేశపూర్వక హాని చేయడానికి సాకుగా మారకూడదు. ఈ వ్యత్యాసం నేటి రద్దీగా ఉండే పట్టణ సమాజాలలో ప్రత్యేకంగా వర్తిస్తుంది. అపార్ట్మెంట్ భవనాలు, నివాస ప్రాంతాలు మరియు మిశ్రమ సమాజాలు విభిన్న నేపథ్యాల ప్రజలను దగ్గరి సంబంధంలోకి తీసుకువస్తాయి. శబ్దం, పార్కింగ్, ఆస్తి సరిహద్దులు, పిల్లల ఆటలు, పెంపుడు జంతువులు, నిర్మాణ పనులు లేదా వ్యక్తిగత విభేదాలు కొన్నిసార్లు ఉద్రిక్తతను సృష్టించగలవు.
ప్రతి అభిప్రాయ భేదాన్ని ఒక యుద్ధంగా మారనీయకపోవడం ఇస్లామీయ ప్రతిస్పందన. అది సహనం, సంభాషణ, న్యాయం మరియు సంయమనాన్ని ప్రోత్సహించాలి. బుఖారీ 6016 తర్వాత వెంటనే నమోదు చేయబడిన మరో కథనం కూడా ఇదే సూత్రాన్ని బలపరుస్తుంది. ప్రవక్త ఇలా అన్నారు: అల్లాహ్ను విశ్వసించేవాడు తన పొరుగువారికి హాని చేయకూడదు, తన అతిథిని గౌరవించాలి మరియు మంచిగా మాట్లాడాలి లేదా మౌనంగా ఉండాలి. ఇది విశ్వాసం, ప్రవర్తన మరియు సామాజిక సామరస్యం మధ్య ఒక అందమైన సంబంధాన్ని ఏర్పరుస్తుంది. విశ్వాసం కేవలం వ్యక్తిగత ఆరాధన ద్వారా మాత్రమే ప్రదర్శించబడదు. ప్రజలు మనతో వ్యవహరించేటప్పుడు వారు పొందే అనుభవంలో కూడా అదీ ప్రతిబింబిస్తుంది.ఇది సమాజాలకు చాలా ముఖ్యం. ఇరుగుపొరుగు వారు ఒకరినొకరు నమ్ముకున్నప్పుడు, చిన్న చిన్న అభిప్రాయ భేదాలు పెద్ద గొడవలుగా మారకముందే పరిష్కరించబడతాయి. తన పొరుగువాడు వెంటనే ప్రతిస్పందించకుండా తన మాట వింటాడని తెలిసిన వ్యక్తి, వారిని శాంతియుతంగా సంప్రదించే అవకాశం ఎక్కువగా ఉంటుంది. మంచి పొరుగుతనం దయకు అవకాశాలను కూడా సృష్టిస్తుంది. ఒకరి యోగక్షేమాలను విచారించడం.వృద్ధులైన పొరుగువారికి సహాయం చేయడం, అనారోగ్యంతో ఉన్నవారికి ఆదుకోవడం, అత్యవసర పరిస్థితుల్లో ఒక కుటుంబానికి అండగా నిలవడం లేదా ఇతరులను గౌరవంగా పలకరించడం వంటివి చిన్నవిగా అనిపించవచ్చు. కానీ అటువంటి చర్యలు సామాజిక విశ్వాసాన్ని పెంపొందిస్తాయి.
భారతదేశం వంటి విభిన్న సమాజాలలో, ఈ సూత్రానికి అపారమైన ప్రాముఖ్యత ఉంది. ఒక మంచి ముస్లిం భయానికి బదులుగా భద్రతకు, అందోళనకు బదులుగా భరోసాకు, శత్రుత్వానికి బదులుగా దయకు మూలంగా మారడానికి ఆకాంక్షించాలి. పొరుగువారు ఇలా చెప్పగలగాలి: "నేను ఈ వ్యక్తితో అన్ని విషయాలలో ఏకీభవించకపోవచ్చు. కానీ అతను ఉద్దేశపూర్వకంగా నాకు హాని చేయడని నాకు తెలుసు." ప్రవక్త బోధనలోని సౌందర్యం అదే. అది ఒక గొప్ప ధార్మిక సూత్రాన్ని తీసుకుని దానిని రోజువారీ జీవితంలోకి తీసుకువస్తుంది. ఇస్లాం ఇచ్చే సమాధానం స్పష్టం, ఒక విశ్వాసి తన చుట్టూ ఉన్నవారు తన హాని నుండి సురక్షితంగా ఉన్నారని మరియు తన నడవడికపై విశ్వాసం కలిగి ఉన్నారని భావించేలా చేయడానికి కృషి చేయాలి.

ఫ్రాంకోఫోన్ మరియు
జర్నలిజం అధ్యయనాలు,
జామియా మిలియా
ఇస్లామియా.

కోడిపందేల స్థావరంపై వేంసూరు పోలీసుల దాడి

- ముగ్గురు అరెస్ట్.. నాలుగు ద్విచక్ర వాహనాలు, కోడిపుంజు, నగదు, సెల్‌ఫోన్లు స్వాధీనం..



సత్తుపల్లి, ప్రజాబలం ప్రతినిధి నవంబర్ 15: ఖమ్మం జిల్లా వేంసూరు పోలీస్‌స్టేషన్ పరిధిలోని శాంబునిగూడెం గ్రామ సమీపంలో కోడిపందేల స్థావరంపై పోలీసులు దాడి నిర్వహించారు. ఈ దాడిలో కోడిపందేలు నిర్వహిస్తూ నగదు పందెం కాస్తున్న ముగ్గురు వ్యక్తులను పోలీసులు అరెస్ట్ చేశారు. మరో కొంతమంది పోలీసులను గమనించి తమ ద్విచక్ర వాహనాలను అక్కడే వదిలి పరారయ్యారు.నమ్మదగిన సమాచారం మేరకు ఆదివారం మధ్యాహ్నం వేంసూరు పోలీసుల బృందం శాంబుని గూడెం గ్రామ సమీపంలోని రహదారి పక్కన ఉన్న ఖాళీ ప్రదేశంలో దాడి చేపట్టింది. ఈ సందర్భంగా కోడిపందేలు నిర్వహిస్తున్న ముగ్గురిని అదుపులోకి తీసుకున్నారు.

అరెస్టయిన వారిలో తెల్లాడేవరపల్లికి చెందిన పౌజుల నాగేంద్రబాబు, టేకులపల్లికి చెందిన దొంగల నాగరాజు, కోడూరుకు చెందిన కుర్రాపుల సత్యనారాయణ ఉన్నారు.

పోలీసులు ఘటనా స్థలంలో ఒక కోడిపుంజు, రూ.1,500 పందెం నగదు, నాలుగు ద్విచక్ర వాహనాలు, వివిధ కంపెనీలకు చెందిన సెల్‌ఫోన్లను స్వాధీనం చేసుకున్నారు. పట్టుబడిన ముగ్గురు నిందితులతో పాటు స్వాధీనం చేసుకున్న వస్తువులను పోలీస్‌స్టేషన్‌కు తరలించి వారిపై చట్టప్రకారం తదుపరి చర్యలు చేపట్టారు.ఈ సందర్భంగా పోలీసులు మాట్లాడుతూ కోడిపందేలు, జూదం వంటి చట్టవిరుద్ధ కార్యకలాపాలకు పాల్పడితే కఠిన చర్యలు తప్పవని హెచ్చరించారు. ఇలాంటి అసాంఘిక కార్యకలాపాలపై సమాచారం తెలిస్తే వెంటనే సమీప పోలీస్‌స్టేషన్‌కు తెలియజేయాలని ప్రజలకు విజ్ఞప్తి చేశారు.

పల్లెల ప్రదీప్, ఎస్సై, వేంసూరు పోలీస్‌స్టేషన్

విశ్వకర్మ జేఏసీ చైర్మన్‌గా దేవరకొండ కాళిదాస్

- సుందరయ్య విజ్ఞాన కేంద్రంలో
- విశ్వకర్మ కమ్యూనిటీ జేఏసీ ఎన్నికలు



హైదరాబాద్ :విశ్వకర్మ కమ్యూనిటీ జేఏసీ చైర్మన్‌గా ప్రముఖ జర్నలిస్ట్, పారిశ్రామికవేత్త దేవరకొండ కాళిదాస్‌ను ఏకగ్రీవంగా ఎన్నుకున్నారు. హైదరాబాద్‌లోని సుందరయ్య విజ్ఞాన కేంద్రంలో శనివారం జేఏసీ రాష్ట్ర స్థాయి ఎన్నికలు జరిగాయి. ప్రధాన కార్యదర్శిగా బైరోజు వీరశేఖరా చారి, కోశాధికారిగా బి.రాజమౌళి చారిలు ఎంపికయ్యారు. వైస్-చైర్మన్లుగా మల్లయ్య, అడ్డూరి రవీంద్రాచారి, పెండోట శ్రీనివాస్, సీహెచ్.ఉపేందర్, జి.ఉమారాణి, కార్యదర్శులుగా ఎం.జీవన్ కుమార్, డాక్టర్ శ్యామ్ సుందర్, సదానందం శ్రీమంతుల, మహారాజ రవీంద్రాచారి, ముత్తోజు మధు చారి, సంయుక్త కార్యదర్శులుగా ఎ.రఘువీర్, వడ్ల శేఖర్, ఆర్.శ్రీనివాస్, బి.మోహన్‌రావు, ఆర్.వి.లక్ష్మి, ఈసీ మెంబర్లుగా డాక్టర్ రవీంద్రాచారి, బానాల వీరబ్రహ్మచారి, పి.రామలింగా చారి, ఎస్.గోవర్ధన్ చారి, పూసల శ్రీనివాస్, రావుల నరేష్, రవికిరణ్, కంది రవిలు ఎన్నికయ్యారని ఎన్నికల అధికారులు జగదీశ్వర్, శంకరయ్యలు ప్రకటించారు.

జర్నలిజం రంగంలో విశేష అనుభవం కలిగిన కాళిదాస్‌కు చైర్మన్‌గా బాధ్యతలు అప్పగించడంపై విశ్వకర్మ పెద్దలు హర్షం వ్యక్తం వ్యక్తం చేస్తూ... అభినందనలు తెలియజేశారు. త్వరలోనే రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ఉన్న విశ్వకర్మ సంఘాలను సమన్వయం చేస్తూ జేఏసీని బలోపేతం చేయడం, సామాజిక వర్గ సమస్యల పరిష్కారానికి కృషి చేయడం తన ముందున్న బాధ్యతలు అని కాళిదాస్ ఈ సందర్భంగా తెలిపారు. తెలంగాణ రాష్ట్రంలో 15 లక్షల మంది వరకు ఉన్న విశ్వకర్మలకు రాజ్యాధికారంలో వాటా దక్కించుకునేందుకు కృషి చేస్తామని ఆయన పేర్కొన్నారు. త్వరలోనే కొత్త కార్యవర్గం ప్రమాణ స్వీకార కార్యక్రమం ఉంటుందని ఆయన వెల్లడించారు.

కార్తీక సోమవారం వేళ శివుడికి సమర్పించే గోధుమ రవ్వ కేసరి తయారీ విధానం, ప్రాసెస్ చాలా సింపుల్!

కార్తీక మాసం శివారాధనకు ఎంతో విశిష్టమైనది. ముఖ్యంగా కార్తీక సోమవారాల్లో భక్తులు ఉపవాసాలు ఉండి, పరమశివుడిని ప్రత్యేకంగా పూజిస్తారు. ఈ సమయంలో స్వామివారికి ఇష్టమైన ప్రసాదాలను తయారుచేసి నైవేద్యంగా సమర్పించడం ఆనవాయితీ. అలాంటి ప్రసాదాల్లో గోధుమ రవ్వ కేసరి ఒకటి. ముఖ్యంగా 16 సోమవారాల వ్రతంలోనూ దీనిని నైవేద్యంగా సమర్పిస్తుంటారు. మరి ఈ ప్రసాదాన్ని ఇంట్లోనే ఎలా తయారుచేసుకోవాలి? దీని తయారీకి కావాల్సిన పదార్థాలేంటి? తినడం వల్ల ఎలాంటి పోషక ప్రయోజనాలు ఉంటాయో తెలుసుకుందాం.కార్తీక మాసం వచ్చిందంటే చాలు.. శివాలయాలు భక్తుల శివనామస్మరణతో మారుమోగుతాయి. ఈ మాసంలో ప్రతి రోజూ ప్రత్యేకమైనదే అయినప్పటికీ కార్తీక సోమవారాలకు మరింత విశిష్టత ఉంటుంది. ఈ రోజుల్లో చాలామంది భక్తులు ఉపవాసాలు ఉండి, శివుడికి అభిషేకాలు, అర్చనలు చేస్తూ తమ భక్తిని చాటుకుంటారు. పూజలతోపాటు స్వామివారికి ఇష్టమైన ప్రసాదాలను తయారుచేసి నైవేద్యంగా సమర్పిస్తుంటారు.అలాంటి ప్రత్యేక ప్రసాదాల్లో గోధుమ రవ్వ కేసరి ఒకటి. అలాంటి ప్రసాదాల్లో గోధుమ రవ్వ కేసరి ఒకటి. ముఖ్యంగా 16 సోమవారాల వ్రతంలోనూ దీనిని నైవేద్యంగా సమర్పిస్తుంటారు. తక్కువ పదార్థాలతో, సులభంగా తయారుచేసుకోగలిగే ఈ ప్రసాదం రుచితోపాటు కొన్ని పోషక ప్రయోజనాలను కూడా అందిస్తుంది. మరి గోధుమ రవ్వ కేసరిని ఎలా తయారుచేయాలి? దాని వల్ల కలిగే ఉపయోగాలేంటో తెలుసుకుందాం.గోధుమ రవ్వ కేసరికి కావాల్సిన పదార్థాలుగోధుమ రవ్వ కేసరి తయారీకి ఎక్కువ పదార్థాలు అవసరం లేదు. ఇంట్లో సులభంగా లభించే వాటితోనే దీనిని రెడీ చేసుకోవచ్చు.గోధుమ రవ్వ – ఒక కప్పుబెల్లం – ఒక కప్పు (రుచికి తగినంత)నెయ్యి – 3 నుంచి 4 టేబుల్ స్పూన్లు



గోధుమ రవ్వ కేసరి తయారీ విధానంగోధుమ రవ్వ కేసరి తయారు చేసుకోవడానికి ముందుగా స్టవ్‌పై ఒక కడాయి పెట్టి కొద్దిగా నెయ్యి వేయాలి. అందులో గోధుమ రవ్వ వేసి చిన్న మంటపై దోరగా వేయించుకోవాలి. రవ్వ మంచి సువాసన వచ్చేవరకు వేయిస్తే కేసరి రుచిగా ఉంటుంది. మరో పాత్రలో నీటిని వేడి చేయాలి. వేడినీటిని వేయించిన రవ్వలో కొద్దికొద్దిగా పోస్తూ ఉండలు కట్టకుండా కలపాలి. రవ్వ మెత్తగా ఉడికే వరకు మూత పెట్టి ఉంచాలి.

మధ్య మధ్యలో తిప్పుతూ ఉండాలి. ఇప్పుడు బెల్లాన్ని నీటిలో కరిగించి, వడకట్టి రవ్వలో కలపాలి. చక్కెర ఉపయోగిస్తే నేరుగా వేసుకోవచ్చు. బెల్లం రవ్వలో బాగా కలిసిన తర్వాత కొంచెం నేపు ఉడకనివ్వాలి. మరో చిన్న కడాయిలో నెయ్యి వేసి జీడిపప్పు, కిస్మిస్ వేయించి కేసరిలో కలపాలి. దింపే ముందు యాలకుల పొడి వేసి కలపాలి. అంతే.. రుచికరమైన గోధుమ రవ్వ కేసరి రెడీగోధుమ రవ్వలో ఫైబర్‌గోధుమ రవ్వలో శరీరానికి అవసరమైన పలు పోషకాలు ఉంటాయి. ముఖ్యంగా ఇందులో కార్బోహైడ్రేట్లు, ప్రోటీన్, ఫైబర్, విటమిన్ బి, ఐరన్, మెగ్నీషియం వంటి పోషకాలు ఉంటాయి. రవ్వను తయారుచేసే విధానాన్ని బట్టి పోషకాల పరిమాణం మారుతుంది. సంపూర్ణ గోధుమలతో తయారుచేసిన రవ్వలో ఫైబర్ ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఇది శరీరానికి శక్తిని అందిస్తుంది. అలాగే నెయ్యిలో హెల్తీ ఫ్యాట్స్, జీడిపప్పులో ప్రోటీన్, ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు, కిస్మిస్‌లో కొన్ని ఖనిజాలు లభిస్తాయి.బెల్లంతో బెనిఫిట్స్..బెల్లంలో ఐరన్, పొటాషియం, కాల్షియం లాంటి మినరల్స్. ముఖ్యంగా ఐరన్ శరీరంలో హిమోగ్లోబిన్ తయారీకి తోడ్పడుతుందని జీర్ణా అధ్యయనం పేర్కొంది. పొటాషియం కండరాల పనితీరుకు, శరీరంలోని ద్రవాల సమతుల్యతకు సహాయపడుతుంది. బెల్లంలో ఉండే కొద్దిపాటి మినరల్స్ శరీరానికి ఉపయోగపడతాయి. అంతేకాకుండా బెల్లం కేసరికి మంచి రంగు, ప్రత్యేకమైన రుచిని అందిస్తుంది.

ఈ బెనిఫిట్స్ ఉంటాయి..గోధుమ రవ్వలో ఉండే ఫైబర్ జీర్ణవ్యవస్థ పనితీరుకు తోడ్పడుతుంది. మలబద్ధకం సమస్యను తగ్గించడానికి సహాయపడుతుంది. ఇందులోని కార్బోహైడ్రేట్లు శరీరానికి శక్తిని అందిస్తాయి. ముఖ్యంగా సంపూర్ణ గోధుమ రవ్వతో తయారుచేసిన కేసరి తింటే కొంతసేపు కడుపు నిండిన భావన ఉంటుంది. గోధుమ రవ్వలోని బి విటమిన్లు శరీరంలోని జీవక్రియలకు ఉపయోగపడతాయి. ఐరన్, మెగ్నీషియం వంటి ఖనిజాలు కూడా శరీర విధులకు తోడ్పడతాయి. అయితే కేసరిలో బెల్లం ఎక్కువగా ఉపయోగిస్తే కేలరీలు పెరుగుతాయి.ప్రసాదం తయారీలో తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలు

గోధుమ రవ్వ కేసరి తయారుచేసేటప్పుడు కొన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. రవ్వను మరీ ఎక్కువగా వేయించకూడదు. నీటిని సరైన మోతాదులో పోస్తూ ఉండలు కట్టకుండా కలపాలి. బెల్లం ఉపయోగిస్తే అందులో ఉండే మలినాలను తొలగించేందుకు కరిగించి వడకట్టడం మంచిది. ఆరోగ్యాన్ని దృష్టిలో పెట్టుకుని బెల్లం, నెయ్యి మోతాదులను తగ్గించుకోవచ్చు.

కార్తీక సోమవారం వేళ భక్తిశ్రద్ధలతో గోధుమ రవ్వ కేసరి తయారుచేసి శివుడికి నైవేద్యంగా సమర్పించుకోవచ్చు. 16 సోమవారాల వ్రతంలోనూ కుటుంబ సంప్రదాయం ప్రకారం ఈ ప్రసాదాన్ని చేసుకోవచ్చు. రుచికరమైన ఈ సంప్రదాయ ప్రసాదాన్ని మితంగా ఆస్వాదిస్తూ పండుగ ప్రత్యేకతను ఆనందించవచ్చు.ముఖ్య గమనిక: ఈ కథనంలోని సమాచారం కేవలం అవగాహన కోసం మాత్రమే. కొన్ని అధ్యయనాలు, కొందరు నిపుణులు పేర్కొన్న అంశాల ఆధారంగా తెలియజేశాము. అలాగే వీటిని పాటించడం, పాటించకపోవడం పూర్తిగా మీ వ్యక్తిగత విషయం. వీటిని ఎంత వరకు విశ్వసించాలనేది కూడా పూర్తిగా మీ వ్యక్తిగత విషయం. సమయం తెలుగు వీటిని ధృవీకరించడం లేదు.

శీతాకాలంలో అధికమయ్యే వాయు కాలుష్యం.. ఈ లక్షణాలు కనిపిస్తే జాగ్రత్త పడాల్సిందే..

ఢిల్లీలో శీతాకాలంలో పెరిగే వాయు కాలుష్యం కళ్లలో మంట, దగ్గు, శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బందులకే పరిమితం కాదు. గాలిలోని సూక్ష్మ కాలుష్య కణాలు ఊపిరితిత్తుల్లోకి లోతుగా చేరి వాపును కలిగించడంతోపాటు గుండెపైనా ప్రభావం చూపుతాయి. కాలుష్య గాలిని సిగరెట్ పొగతో పోల్చినప్పటికీ, 15 రోజుల కాలుష్య ప్రభావాన్ని నిర్దిష్ట సంఖ్యలో సిగరెట్లు తాగడంతో సమానంగా లెక్కించడానికి శాస్త్రీయ ఆధారాలు లేవు. పీఎం 2.5, పీఎం 10 కణాలు, నైట్రోజన్ డయాక్సైడ్, ఓజోన్ వంటి కాలుష్య పదార్థాలు శ్వాసకోశాన్ని దెబ్బతీస్తాయి. వాహనాల పొగ, పరిశ్రమలు, నిర్మాణ దుమ్ము, చెత్తను కాల్చడం వంటివి కాలుష్యానికి ప్రధాన కారణాలు. శీతాకాలంలో వాతావరణ పరిస్థితుల వల్ల ఇవి భూమికి దగ్గరగా పేరుకుపోతాయి. కాలుష్య ప్రభావం వ్యక్తి ఆరోగ్యం, వయస్సు, ఇప్పటికే ఉన్న వ్యాధులు, కాలుష్యానికి గురయ్యే సమయంపై ఆధారపడి ఉంటుంది.అధిక కాలుష్యానికి గురైతే కనిపించే లక్షణాలు..మొదటి మూడు



రోజుల్లో కళ్లలో ఎర్రదనం, దురద, నీరు కారడం, తుమ్ములు, గొంతునొప్పి, దగ్గు, తలనొప్పి వంటి లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. నాలుగు నుంచి ఏడు రోజుల పాటు కాలుష్యానికి గురైతే దగ్గు, పిల్లికూతలు, ఛాతీలో అసౌకర్యం, ఆయాసం పెరుగుతుంది. ఉబ్బసం, దీర్ఘకాలిక ఊపిరితిత్తుల వ్యాధులు ఉన్నవారిలో సమస్యలు తీవ్రమయ్యే అవకాశం ఉంటుంది. ఢిల్లీలోని ఎయిమ్స్ నిర్వహించిన అధ్యయనంలో స్వల్పకాలిక కాలుష్య ప్రభావానికి, తీవ్రమైన శ్వాసకోశ సమస్యలతో అత్యవసర విభాగానికి వచ్చే సందర్భాలకు మధ్య సంబంధం ఉన్నట్లు గుర్తించారు. 8 నుంచి 15 రోజుల పాటు కాలుష్యానికి గురైతే శ్వాసకోశంలో వాపు కొనసాగుతుంది. సూక్ష్మ కణాలు రక్తనాళాలు, గుండె పనితీరుపైనా ప్రభావం చూపి గుండెపోటు, పక్షవాతం ప్రమాదాన్ని పెంచుతాయని పరిశోధనలు సూచిస్తున్నాయి.వీరికి ప్రమాదం ఎక్కువ..పిల్లలు, వృద్ధులు, ఉబ్బసం లేదా సీఓపీడీ ఉన్నవారు, గుండె జబ్బులతో బాధపడేవారు, గర్భిణులు కాలుష్య ప్రభావానికి ఎక్కువగా గురయ్యే అవకాశం ఉంటుంది. పిల్లల్లో ఊపిరితిత్తులు ఇంకా అభివృద్ధి చెందుతుండడం, వృద్ధుల్లో ఇతర ఆరోగ్య సమస్యలు ఉండడం ఇందుకు కారణాలు. అయితే 15 రోజుల కాలుష్య ప్రభావం వల్ల ప్రతి ఒక్కరికీ శాశ్వత ఊపిరితిత్తుల నష్టం జరుగుతుందని చెప్పలేం.

చలికాలంలో షుగర్ పెరగొద్దంటే ఏం చేయాలో తెలుసా? డైటీషియన్ చెప్పినట్టు ఫాలో అయితే చాలు!



వాతావరణం చల్లగా ఉన్నప్పుడు శరీరంలో ఒత్తిడి హార్మోన్లు ఎక్కువగా విడుదలవుతాయి. ఇవి కాలేయం నుంచి ఎక్కువ గ్లూకోజ్‌ను రక్తంలోకి విడుదల చేసేలా ప్రేరేపిస్తాయి. అలాగే ఇన్సులిన్ నిరోధకతను పెంచుతాయి. అందుకే ఆహారం మారకపోయినా చలికాలంలో కొందరికి షుగర్ లెవెల్స్ పెరుగుతాయి.చలికాలం ప్రారంభమైంది. ఇప్పటికే చలిగాలులు ఎక్కువగా వీస్తున్నాయి. శీతాకాలం రాగానే వాతావరణం చల్లబడటంతో మన ఆహారపు అలవాట్లు, లైఫ్‌స్టైల్‌లో మార్పులు వస్తాయి. వేడి వేడిగా తినాలని కోరుకుంటారు. దీంతో ఫాస్ట్ ఫుడ్, జంక్ ఫుడ్ ఎక్కువగా తింటారు. ఇది ఆరోగ్యానికి ఎంత మాత్రం మంచిది కాదు. మరోవైపు సాధారణ వ్యక్తులతో పోలిస్తే షుగర్ ఉన్నవారు శీతాకాలంలో ఆహారం విషయంలో అప్రమత్తంగా ఉండాలని చీఫ్ ఆఫ్ డైటెటిక్స్ శ్రీమతి అర్చన (క్రిమ్స్, మహాదేవపుర, బెంగళూరు) సూచిస్తున్నారు.

సాధారణంగా డయాబెటిక్ పేషంట్లు తిండి విషయంలో చాలా జాగ్రత్తగా ఉండాలి. ఏది పడితే అది తింటే రక్తంలో షుగర్ స్థాయిలు అదుపు తప్పే ప్రమాదం ఉంది. చలికాలంలో షుగర్ పేషెంట్లు ఎలాంటి ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటారు. ఎలాంటి జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలనే విషయాల్ని డైటీషియన్ అర్చన వెల్లడించారు. ఆ పూర్తి వివరాలు ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.

మైదానంలో అగ్రెసివ్ సెలబ్రేషన్స్..
పాకిస్థాన్‌లోనూ సెన్సేషన్‌గా తెలంగాణ కుర్రాడు.. యశ్‌వీర్ గౌడ్ వివరాలివే..!
గిరిబాబుతో 55 ఏళ్ల సాన్నిహిత్యం.. గొప్ప స్నేహితుడిని కోల్పోయా: మోహన్ బాబు ఎమోషనల్
'నేనూ, కృష్ణవంశీ విడిపోలేదు.. కానీ వేర్వేరుగా ఉంటున్నాం'.. విడాకుల రూమర్స్‌పై రమ్యకృష్ణ క్లారిటీ
ఖుషి: 47 ఏళ్ల వయసులో పాతికేళ్ల యువతిలా గ్లామర్ ట్రీట్... 'బావలే బావలే' పాటతో ట్రెండింగ్‌లో నర్గీస్ ఫక్రీ
చలికాలంలో శరీరాన్ని వెచ్చగా ఉంచుకోవడం ముఖ్యం. దీంతో సహజంగానే వేడివేడిగా, రుచికరంగా ఉండే ఆహారాన్ని ఎక్కువగా ఇష్టపడతాం. ముఖ్యంగా తీపి పదార్థాలు, నూనెలో వేయించిన వంటకాలు, కార్బోహైడ్రేట్లు ఎక్కువగా ఉండే భోజనం వైపు మనసు మళ్లుతుంది.వీటిలో కేలరీలు చాలా ఎక్కువగా ఉంటాయి. ఇవి రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిల్ని అదుపులో ఉంచడాన్ని కష్టతరం చేస్తాయి. దీనికి తోడు చలి కారణంగా శారీరక శ్రమ తగ్గడం కూడా రక్తంలో షుగర్ లెవల్స్‌పై తీవ్ర ప్రభావం చూపుతుంది.షుగర్ తగ్గేందుకు ఏం చేయాలి, ఎండలో ఎక్కువసేపు ఉంటే బ్లడ్ షుగర్ లెవల్స్ తగ్గుతాయా, ఎక్స్‌పర్ట్స్ ఏమంటున్నారంటేఇది చదివారా:షుగర్ తగ్గేందుకు ఏం చేయాలి, ఎండలో ఎక్కువసేపు ఉంటే బ్లడ్ షుగర్ లెవల్స్ తగ్గుతాయా, ఎక్స్‌పర్ట్స్ ఏమంటున్నారంటేశీతాకాలంలో ప్రత్యేకంగా తయారుచేసే వంటకాల్ని ఎక్కువగా తినడం ఒక ప్రధాన సమస్య. ఉదాహరణకు క్యారెట్ హల్వా, రకరకాల స్వీట్లు, పరాటాలు వంటివి ఈ సీజన్‌లో ఎక్కువగా తీసుకుంటారు. వీటిలో చక్కెర, మైదా, శాచురేటెడ్ ఫ్యాట్స్ (చెడు కొవ్వులు) అధిక మొత్తంలో ఉంటాయి. వీటిని పూర్తిగా మానేయాల్సిన అవసరం లేకపోయినా, బ్లడ్ షుగర్ లెవెల్స్ ఒక్కసారిగా పెరగకుండా ఉండాలంటే వాటిని ఎంత పరిమాణంలో తింటున్నామనే దానిపై తప్పనిసరిగా నియంత్రణ ఉండాలి.చలికాలంలో పాలకూర, మెంతికూర, క్యారెట్, క్యాలీఫ్లవర్, బ్రకోలీ, ముల్లంగి వంటి పోషకాలు నిండిన కూరగాయలు పుష్కలంగా లభిస్తాయి. వీటిలో డైటరీ ఫైబర్, విటమిన్లు మెండుగా ఉంటాయి. ఇవి ఆరోగ్యాన్ని కాపాడటంతో పాటు బ్లడ్ షుగర్ స్థాయిల్ని నియంత్రించడంలో సాయపడతాయి. అయితే, సహజసిద్ధమైన తీపి ఉండే క్యారెట్, బీట్‌రూట్ వంటి కూరగాయలు, పండ్లను కూడా షుగర్ ఉన్నవారు మితంగానే తీసుకోవాలి.

చలికాలంలో చాలామంది నిర్లక్ష్యం చేసే ముఖ్యమైన విషయం 'హైడ్రేషన్' (నీరు తాగడం). వాతావరణం చల్లగా ఉండటం వల్ల దాహం వేయదు, ఫలితంగా నీరు చాలా తక్కువగా తాగుతారు. ఇది శరీరంలో నీటి శాతం తగ్గడానికి దారితీస్తుంది. శరీరంలో నీరు తగ్గినప్పుడు రక్తంలో గ్లూకోజ్ గాఢత పెరిగి షుగర్ లెవెల్స్ హెచ్చుతగ్గులకు లోనవుతాయి. కాబట్టి బయట వాతావరణం ఎంత చల్లగా ఉన్నా, రోజంతా తగినంత నీరు తాగుతూ శరీరాన్ని హైడ్రేటెడ్‌గా ఉంచుకోవడం చాలా అవసరం.

డయాబెటిక్ పేషంట్లు ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ పూట భోజనాన్ని మానేయకూడదు. ప్రతిరోజూ ఒకే సమయానికి భోజనం చేసేలా సమయపాలన పాటించాలి. అలాగే చలి ఎక్కువగా ఉందని వ్యాయామం ఆపేయకుండా, ఇంట్లోనే చిన్నపాటి వర్కవుట్లు చేయడం లేదా ఎండ వచ్చిన తర్వాత, వాతావరణం కాస్త వెచ్చగా ఉన్నప్పుడు వాకింగ్‌కు వెళ్లడం మంచిది.

చివరగా డయాబెటిస్ ఉన్నవారు శీతాకాలపు ఆహారాలకు పూర్తిగా దూరంగా ఉండాల్సిన పనిలేదు. ఏ ఆహారాన్ని ఎంచుకుంటున్నాం, ఎంత పరిమాణంలో తింటున్నాం అనే విషయంలో విచక్షణతో వ్యవహరించడమే అసలైన రహస్యం.

ఇది కేవలం అవగాహన కోసం అందించిన సమాచారం మాత్రమే. మీ ఆహారపు అలవాట్లలో లేదా మందులలో మార్పులు చేసుకునే ముందు మీ వ్యక్తిగత వైద్యుడిని లేదా డైటీషియన్‌ను సంప్రదించడం ఉత్తమం.

ఉల్లికారం చికెన్ గ్రేవీ, వంటరాని వారు కూడా క్షణాల్లో చేయొచ్చు, రెగ్యులర్ చికెన్ కంటే టేస్ట్ అదిరిపోద్ది



చికెన్ ప్రియులు చాలా మందే ఉంటారు. వారు కొత్తగా ఏది ట్రై చేయాలనుకున్నా ముందుగా చికెన్ కూరనే ట్రై చేయాలనుకుంటారు. అలాంటివారు ఎప్పుడు ఒకేలా కూర చేసే బదులు ఓ సారి ఉల్లికారంతో ట్రై చేయండి అదిరిపోతుంది. ఎక్కువ మసాలాలు లేకుండానే చేసే ఈ కూరని తక్కువ టైమ్‌లోనే వంటరాని వారు కూడా ఈజీగా చేసేయొచ్చు. ఈ కూరని చపాతీ, పుల్కా, అన్నంతో కూడా బెస్ట్ కాంబినేషన్ అని చెప్పొచ్చు.కూరలు ఎప్పుడు ఒకేలా చేస్తే ఏం బాగుంటుంది. కాస్త వెరైటీగా ఉండాలిగా. అయితే, వెరైటీగా చేయాలనుకున్నప్పుడు ఎక్కువ పదార్థాలు వేయొద్దు. కానీ, టేస్ట్ మాత్రం బ్రహ్మాండంగా రావాలి. పైగా క్షణాల్లో అయిపోవాలి. ఎన్ని అనుకుంటామా.. ఇదెలా కుదురుతుందని మళ్లీ నార్మల్‌గానే వండేస్తాం. కానీ, మీరు అనుకున్నట్లుగానే తక్కువ టైమ్‌లో, తక్కువ టైమ్‌తో ఎక్కువ టేస్టీగా తయారయ్యే కూర ఉల్లికారం చికెన్ గ్రేవీకర్రీ. ఒక్కసారి ట్రై చేశారనుకోండి. మళ్లీ మళ్లీ ఇదే చేసుకుని తింటారు. టేస్ట్ అదిరిపోతుంది.

మీరు మెచ్చే కథనాలుమైదానంలో అగ్రెసివ్ సెలబ్రేషన్స్.. పాకిస్థాన్‌లోనూ సెన్సేషన్‌గా తెలంగాణ కుర్రాడు.. యశ్‌వీర్ గౌడ్ వివరాలివే..!తిరుమలలో అద్భుతం జరిగిందని హైదరాబాద్ భక్తురాలి ఆనందం.. టీటీడీకి థ్యాంక్స్ చెబుతూ!
గిరిబాబుతో 55 ఏళ్ల సాన్నిహిత్యం.. గొప్ప స్నేహితుడిని కోల్పోయా: మోహన్ బాబు ఎమోషనల్
దీపావళికి స్వీట్స్ మాత్రమే కాదు, కాస్తా స్పెషల్‌గా చాట్ చేయండి, బయటి స్నాక్స్ కంటే పందరెట్లు టేస్టీ
ఇది చదివారా:ఇద్దరికీ ఈ కూర సరిపోతుంది. మీ ఇంట్లోని వారి సంఖ్యని బట్టి పదార్థాలని పెంచడం తగ్గించడం చేసుకోండి.
ముందుగా ఓ గిన్నెలో మనం తయారుచేసుకున్న ఉల్లికారాన్ని,ఓ టేబుల్ స్పూన్ పరిమాణంలో వేసి కొద్దిగా ఉప్పు వేసి అందులో చికెన్ ముక్కల్ని వేసి బాగా కలిపి మ్యారినేట్ చేయండి. దీనిని ఓ 10 నిమిషాల పాటు అలానే ఉంచండి. దీనిని ఎంతసేపు మ్యారినేట్ చేస్తే చికెన్ టేస్ట్ అంత బాగుంటుంది.ఎంతసేపు రెగ్యులర్ ఆమ్లెటేనా ఓ సారి ఇప్పుడు చెప్పినట్లు చేయండి, ఆరోగ్యానికి ఆరోగ్యం, రుచికి రుచి పైగా క్షణాల్లో చేసేయొచ్చుఇది చదివారా:ఎంతసేపు రెగ్యులర్ ఆమ్లెటేనా ఓ సారి ఇప్పుడు చెప్పినట్లు చేయండి, ఆరోగ్యానికి ఆరోగ్యం, రుచికి రుచి పైగా క్షణాల్లో చేసేయొచ్చు
ఇప్పుడు కడాయి పెట్టి అందులో నూనె వేసి కరివేపాకు వేయాలి. కరివేపాకు చిటపటలాడాక మ్యారినేట్ చేసిన చికెన్ వేసి సిమ్‌లో పెట్టి ఉడికించాలి. 10 నిమిషాల తర్వాత మిగిలిన ఉల్లికారం వేసి మొత్తంగా ఉడికించండి. చికెన్‌లోని నీరు మొత్తం బయటికి వచ్చేసి కూరలోని నూనె మొత్తం సెపరేట్ అయ్యేవరకూ ఉడికించండి. మధ్యమధ్యలో కలుపుతూ ఉండండి. ఇదంతా సిమ్‌లో పెట్టి చేయండి. అంతే, కూర రెడీ అయినట్లే.ఇక్కడ చెప్పిన కూరని ఇద్దరు రెండు పూటలా చక్కగా తినేయొచ్చు.

ప్రజాబలం

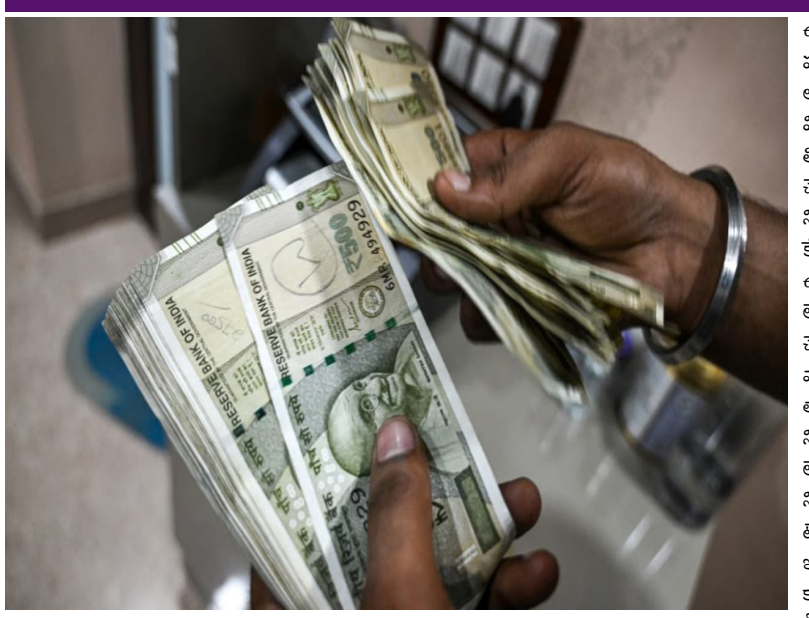
పాక్ ఆటగాళ్ల ముందే భారత కుర్రాళ్ల అగ్రెసివ్ సెలబ్రేషన్స్.. మైదానంలో రచ్చ





చేతిలో ఒక్క వికెట్ .. చివరి బంతికి మూడు పరుగులు కావాలి.. ప్రత్యర్థి పాకిస్థాన్.. ఇలాంటి ఉత్కంఠభరిత పరిస్థితుల్లోనూ భారత యువ ఆటగాడు మోహిత్ ఉల్వా ఏమాత్రం ఒత్తిడికి గురికాలేదు. చివరి బంతిని బౌండరీకి తరలించి భారత్‌కు అద్భుత విజయాన్ని అందించాడు. అండర్-19 ఆసియా కప్ ఫైనల్‌లో పాకిస్థాన్‌ను ఓడించిన భారత జట్టు సంబరాలు మిన్నంటాయి. భారత్ అండర్-19 జట్టు పాకిస్థాన్‌పై అద్భుత విజయంతో ఆసియా కప్‌ను అందుకుంది. ఒమన్‌లోని అల్ అమరత్ మైదానంలో శనివారం జరిగిన ఫైనల్ పోరులో చివరి బంతి వరకు ఉత్కంఠ కొనసాగింది. 338 పరుగుల భారీ లక్ష్యంతో బరిలోకి దిగిన భారత్ ఒక దశలో ఓటమి అంచుకు చేరింది. 252 పరుగులకే ఎనిమిది వికెట్లు కోల్పోవడంతో పాకిస్థాన్ విజయం దాదాపు ఖాయమని అనిపించింది. కానీ చివరి వరకు పోరాడిన భారత కుర్రాళ్లు మ్యాచ్ స్వరూపాన్నే మార్చేశారు. చివరి బంతికి మూడు పరుగులు కావాల్సిన సమయంలో మోహిత్ ఉల్వా బౌండరీ బాది భారత్‌కు ఒక్క వికెట్ తేడాతో విజయాన్ని అందించాడు. దీంతో భారత్ తొమ్మిదోసారి అండర్-19 ఆసియా కప్ టైటిల్‌ను గెలుచుకుంది.ఓటమి అంచు నుంచి గెలుపు వైపుభారత్ ఇన్నింగ్స్‌లో ఆర్యవీర్ సెహ్వాగ్ 58 పరుగులు, కెప్టెన్ లక్ష్య రైచందాని 80 పరుగులతో జట్టుకు మంచి ఆరంభం ఇచ్చారు. అయితే మధ్య ఓవర్లలో వరుసగా వికెట్లు పడటంతో భారత్ కష్టాల్లో పడింది. ఈ సమయంలో మనాల్ చౌహాన్, మోహిత్ ఉల్వా జట్టును ఆదుకున్నారు. వీరిద్దరూ పాక్ బౌలర్లపై ఎదురుదాడికి దిగి పరుగుల వేగాన్ని పెంచారు. తొమ్మిదో వికెట్‌కు కీలక భాగస్వామ్యంతో భారత శిబిరంలో ఆశలు రేపారు. మనాల్ 47 పరుగులు చేసి ఔటయ్యే సమయానికి భారత్ ఇంకా విజయానికి 29 పరుగుల దూరంలో ఉంది. చేతిలో ఒక్క వికెట్ మాత్రమే ఉండటంతో పాకిస్థాన్ ఆటగాళ్లు విజయంపై ధీమాగా కనిపించారు.మనాల్ ఔటైనా మోహిత్ మాత్రం ఒత్తిడికి గురికాలేదు. మరోవైపు చివరి బ్యాటర్ సి. వెంకట కూడా అతడికి అండగా నిలిచాడు. మోహిత్ వరుసగా బౌండరీలు బాదుతూ భారత్‌ను విజయానికి చేరువ చేశాడు. చివరి ఓవర్‌లో భారత్‌కు ఎనిమిది పరుగులు అవసరమయ్యాయి. పాకిస్థాన్ కెప్టెన్ అహ్మద్ హుస్సేన్ చేతికి బంతి ఇచ్చాడు. అది బౌండరీ దాటడంతో భారత ఆటగాళ్ల ఆనందానికి అవధులు లేకుండా పోయాయి. మోహిత్ 26 బంతుల్లో 49 పరుగులతో అజేయంగా నిలిచాడు. వెంకట 11 పరుగులతో నాటౌట్‌గా ఉన్నాడు.

ఉద్యోగం పోయిందా? నో టెన్షన్.. ఎప్పటికీ డిమాండ్ ఉండే 8 వ్యాపారాలు



ఒకప్పుడు ఉద్యోగం అంటే జీవితం స్థిరపడిపోయినట్లే. కానీ నేటి ఆర్థిక పరిస్థితులు పూర్తిగా మారిపోయాయి. ఉద్యోగ భద్రత ప్రశ్నార్థకంగా మారింది. ఆర్టిఫిషియల్ ఇంటెలిజెన్స్ (ూ×) ప్రభావం ఉద్యోగాలపై పడుతోంది, ద్రవ్యోల్బణం పెరుగుతున్నా జీతాలు మాత్రం పెరగడం లేదు. ఇలాంటి తరుణంలో కేవలం ఒకే ఒక ఆదాయ వనరుపై ఆధారపడటం అత్యంత ప్రమాదకరమని ఆర్థిక నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. రేపు ఏం జరుగుతుందో మనం నియంత్రించలేకపోవచ్చు. కానీ ఎలాంటి పరిస్థితులు వచ్చినా డిమాండ్ ఉండే పనులను ఎంచుకోవడం తెలివైన నిర్ణయం.ప్రపంచం మారుతున్నా, టెక్నాలజీ అభివృద్ధి చెందుతున్నా కొన్ని మౌలిక అవసరాలు మాత్రం ఎప్పటికీ మారవు. ఆహారం, దుస్తులు, ఆరోగ్యం, విద్య వంటివి ఏ ూ× వచ్చినా, ఆర్థిక సంక్షోభం వచ్చినా, లాక్‌డౌన్‌లు వచ్చినా ప్రజలకు తప్పనిసరి. సరిగ్గా ఇలాంటి అవసరాల చుట్టూనే సక్సెస్ అయ్యే వ్యాపారాలను నిర్మించుకోవాలి. అయితే చాలా మంది వ్యాపారాన్ని కూడా ఒక ఉద్యోగం లాగే భావిస్తుంటారు. దీన్ని నివారించడానికి ట్రిప్ టెస్ట్ అనే ఒక పరీక్షను పరిగణనలోకి తీసుకోవాలి.ట్రిప్ టెస్ట్ అంటే ఏమిటి?మీకు ఒక వ్యాపారం ఉందనుకుందాం. మీరు రెండు వారాల పాటు పని చేయకుండా వెకేషన్‌కు వెళ్లారు. మీ ఫోన్, ల్యాప్‌టాప్ స్విచ్ఛాఫ్ చేసి, ఎవరికీ తెలియకుండా విశ్రాంతి తీసుకున్నారు. రెండు వారాల తర్వాత తిరిగి వచ్చి మీ బ్యాంక్ ఖాతాను తనిఖీ చేసినప్పుడు, మీకు డబ్బు వచ్చి ఉంటే అది నిజమైన వ్యాపారం. ఒకవేళ రాకపోతే, అది కేవలం మీరు స్వయంగా సృష్టించుకున్న ఒక ఉద్యోగం మాత్రమే. ఒక మొబైల్ రిపేర్ మెకానిక్ లేదా ట్యూషన్ టీచర్ రెండు వారాలు పని చేయకపోతే వారి ఆదాయం ఆగిపోతుంది. అంటే వారు ఒక సిస్టమ్‌ను నిర్మించకుండా, తమకు తామే ఒక ఉద్యోగాన్ని సృష్టించుకున్నారు. నిజమైన వ్యాపారం అంటే మీరు ఉన్నా లేకపోయినా ఒక పక్కా సిస్టమ్ పనిచేస్తూ, మీకు నిరంతరం ఆదాయాన్ని అందిస్తూ ఉండాలి. ఈ టెస్ట్‌ను పాస్ చేసే 8 వ్యాపార ఆలోచనలను ఇప్పుడు చూద్దాం.సాధారణ టిఫిన్ సర్వీస్ లా కాకుండా, క్లౌడ్ కిచెన్‌లు సిస్టమ్ ఆధారితమైనవి. మీరు వంట చేయరు, మీ చెఫ్ చేస్తారు. డెలివరీ భాగస్వాములు ఆహారాన్ని వినియోగదారులకు చేరవేస్తారు. ఒకే కిచెన్ సెటప్‌తో స్విగ్గీ, జొమాటో వంటి ప్లాట్‌ఫామ్‌లలో బహుళ బ్రాండ్‌లను నడపవచ్చు (ఉదాహరణకు, బిర్యానీ, మోమోస్, సలాడ్‌లు). మూడు నుండి ఐదు లక్షల పెట్టుబడితో చిన్న కిచెన్, ఇద్దరు చెఫ్‌లు, ప్యాకేజింగ్ సామగ్రితో దీన్ని ప్రారంభించవచ్చు. రెబెల్ ఫుడ్స్ (ఫాసోస్, బెహ్రూజ్ బిర్యానీ) వంటి కంపెనీలు ఈ మోడల్‌తో వేల కోట్ల విలువైన సంస్థలుగా ఎదిగాయి.ప్రతి ఇల్లు, ఆఫీస్, షాప్, హాస్పిటల్స్‌లో ఏసీలు సర్వసాధారణం. ఏసీల అమ్మకాలు పెరుగుతున్న కొద్దీ వాటి నిర్వహణ, సర్వీసింగ్ అవసరం కూడా పెరుగుతుంది. ఒక ఏసీకి సంవత్సరానికి కనీసం రెండుసార్లు సర్వీసింగ్ అవసరం. కేవలం రిపేర్లు కాకుండా, యాన్యువల్ మెయింటెనెన్స్ కాంట్రాక్టులు (ూవీజ) తీసుకోవడం ద్వారా నిరంతర ఆదాయాన్ని పొందవచ్చు. ఒక 200 మంది ూవీజ కస్టమర్ల నుండి సంవత్సరానికి సుమారు రూ.8 లక్షలు సంపాదించవచ్చు. చిన్న షాప్, ఇద్దరు ముగ్గురు టెక్నీషియన్లు, బేసిక్ టూల్ కిట్‌తో దీన్ని ప్రారంభించవచ్చు.

కోహ్లీతో మాట్లాడిన తర్వాతే రిటైర్మెంట్ నిర్ణయం.. కేన్ మామా ఇంట్రెస్టింగ్ కామెంట్స్



అంతర్జాతీయ క్రికెట్‌లో తమదైన ముద్ర వేసిన ఇద్దరు దిగ్గజాలు విరాట్ కోహ్లీ కేన్ విలియమ్సన్ . మైదానంలో ప్రత్యర్థులుగా తలపడినప్పటికీ వ్యక్తిగతంగా వీరిద్దరి మధ్య మంచి స్నేహం ఉంది. తాజాగా తన అంతర్జాతీయ క్రికెట్ రిటైర్మెంట్ నిర్ణయం వెనుక కోహ్లీతో జరిగిన సంభాషణ కీలకంగా మారిందని న్యూజిలాండ్ మాజీ కెప్టెన్ కేన్ విలియమ్సన్ వెల్లడించాడు. ఈ ఏడాది అంతర్జాతీయ క్రికెట్‌కు వీడ్కోలు పలకాలని నిర్ణయించుకునే ముందు కోహ్లీతో మాట్లాడినట్లు తెలిపాడు.

రిటైర్మెంట్‌కు ముందు కోహ్లీతో ప్రత్యేక సంభాషణ..!

'బిట్వీన్ ది టూ బీర్స్' పాడ్‌కాస్ట్‌లో మాట్లాడిన విలియమ్సన్.. తనకు నమ్మకమైన వ్యక్తులతో రిటైర్మెంట్ గురించి చర్చించినట్లు చెప్పాడు. ఈ క్రమంలో ప్రకటన చేయడానికి ఒక రోజు ముందు విరాట్ కోహ్లీతో ఫోన్‌లో మాట్లాడినట్లు వెల్లడించాడు.కోహ్లీతో జరిగిన సంభాషణ తనకు అద్దంలో చూసుకున్న అనుభూతిని కలిగించిందని పేర్కొన్నాడు. ఇన్నేళ్ల క్రికెట్ ప్రయాణంలో ఎదుర్కొన్న అనుభవాలు, వ్యక్తిగత భావాలు, కెప్టెన్సీ బాధ్యతల గురించి ఇద్దరూ చర్చించుకున్నట్లు వివరించాడు. ఆ సంభాషణ తర్వాత తన భార్య హోటల్ గదిలోకి వచ్చినప్పుడు.. ఇక రిటైర్మెంట్ ప్రకటించాల్సిన సమయం వచ్చిందని చెప్పినట్లు విలియమ్సన్ గుర్తుచేసుకున్నాడు.

మా ఇద్దరి జీవిత పయాణం ఒకేలా సాగింది..!

విరాట్ కోహ్లీతో తనకు ప్రత్యేకమైన అనుబంధం ఉందని కేన్ తెలిపాడు. ఇద్దరూ దాదాపు ఒకే కాలంలో అంతర్జాతీయ క్రికెట్‌లో ఎదిగారని, కెప్టెన్సీ బాధ్యతలు చేపట్టారని చెప్పాడు. అంతేకాకుండా ఇద్దరికీ ఒకే సమయంలో పిల్లలు కలగడం వంటి వ్యక్తిగత అనుభవాలు కూడా ఉన్నాయని వెల్లడించాడు.తన జట్టులోని ఆటగాళ్లతోనూ కొన్ని విషయాలు పంచుకోవచ్చని, కానీ తనలాంటి పరిస్థితులను ఇన్నేళ్లపాటు అనుభవించిన వ్యక్తితో మాట్లాడటం ప్రత్యేకమని పేర్కొన్నాడు. కోహ్లీతో ఎలాంటి సంకోచం లేకుండా తన మనసులోని భావాలను పంచుకోగలిగానని వివరించాడు.10 వేల టెస్ట్ పరుగుల లక్ష్యం కోసం ఆడలేదు..!తన టెస్ట్ కెరీర్‌లో 10 వేల పరుగుల మైలురాయిని అందుకోవాలనే వ్యక్తిగత లక్ష్యం ఎప్పుడూ లేదని విలియమ్సన్ స్పష్టం చేశాడు. ఆ సంఖ్య కోసం క్రికెట్ ఆడలేదని తెలిపాడు. తన దృష్టిలో విజయవంతమైన కెరీర్ అంటే కేవలం పరుగులు, సెంచరీలు, బ్యాటింగ్ సగటులు మాత్రమే కాదని అభిప్రాయపడ్డాడు.ఒక దశలో ఆటపై ఉన్న సహజమైన ఆసక్తి తగ్గి, ఇతరుల కోసం లేదా రికార్డుల కోసం ఆడుతున్నామనే భావన కలిగితే ఆ విషయాన్ని గుర్తించాలని కోహ్లీతో జరిగిన చర్చ తనకు స్పష్టం చేసిందని తెలిపాడు.కోహ్లీ కంటే ఎక్కువ టెస్ట్ పరుగులు చేసిన విలియమ్సన్..!కేన్ విలియమ్సన్ తన టెస్ట్ కెరీర్‌లో 9,515 పరుగులు సాధించాడు. విరాట్ కోహ్లీ 9,230 పరుగులు చేశాడు. ఇక వన్డేల్లో విలియమ్సన్ ఖాతాలో 7,256 పరుగులు ఉన్నాయి. టీ20ల్లో 2,775 పరుగులు సాధించాడు.ప్రస్తుతం కోహ్లీ అంతర్జాతీయ క్రికెట్‌లో వన్డే ఫార్మాట్‌లో మాత్రమే కొనసాగుతున్నాడు. గత ఏడాది ఇంగ్లండ్ పర్యటనకు ముందు టెస్ట్ క్రికెట్‌కు వీడ్కోలు పలికాడు. ఇద్దరు దిగ్గజాల మధ్య ఉన్న స్నేహం, ఒకరి అనుభవాలు మరొకరికి ఎలా ఉపయోగపడ్డాయో విలియమ్సన్ వ్యాఖ్యలు తెలియజేస్తున్నాయి.

మీ బ్యాంక్ అకౌంట్‌పై లీన్ మార్క్ పడిందా..? సింపుల్‌గా ఇలా చేస్తే సమస్య తొలగిపోయినట్లే..



నేటి డిజిటల్ యుగంలో నెట్ బ్యాంకింగ్, మొబైల్ బ్యాంకింగ్, యూపీఐ ద్వారా ఎక్కువగా నగదు లావాదేవీలు జరుగుతున్నాయి. ఆన్‌లైన్ వల్ల ట్రాన్సాక్షన్లు ఎక్కువగా జరుగుతున్న తరుణంలో బ్యాంక్ ఖాతా ఫ్రీజ్ అవ్వడం లేదా లీన్ మార్క్ పడటం అనేది ఇటీవల కాలంలో మరింత ఎక్కువైంది. సైబర్ క్రైమ్‌కు పాల్పడేవారు, అనుమానాస్పద లావాదేవీలు, మ్యూల్ ఖాతాలు నిర్వహించేవారి అకౌంట్లే కాకుండా అపరిచితులతో జరిపిన లావాదేవీల కారణంగా అమాయకుల ఖాతాలు కూడా ఫ్రీజ్ అవుతున్నాయి. ఆన్‌లైన్ బెట్టింగ్స్ నిర్వహించేవారు, ఆ యాప్స్‌లలో లావాదేవీలు జరిపేవారి అకౌంట్లు కూడా ఇటీవల కాలంలో ఎక్కుగా ఫ్రీజ్ అవుతున్నాయి. ఈ సమస్యల వల్ల తమ ఖాతాల్లోని సొమ్ము నిలిచిపోవడం వల్ల అమాయక ప్రజలు మానసిక ఒత్తిడికి గురవుతున్నారు. లీన్ మార్క్, మనీ ఫ్రీజ్ అంటే ఏమిటి? మళ్లీ డబ్బులు ఎలా పొందాలనేది చూద్దాం.లీన్ మార్క్ అంటే ఏంటి..?లీన్ మార్క్ అనేది ఒక బ్యాంక్ ఖాతాపై విధించే తాత్కాలిక నిషేధంగా చెప్పవచ్చు. ఈ మార్క్ పడితే మీ అకౌంట్లోని డబ్బును ఉపసంహరించుకోవడానికి లేదా బదిలీ చేయడానికి అనుమతి ఉండదు. చట్టపరమైన ఉత్తర్వులు, సైబర్ క్రైమ్ ఫిర్యాదులు, అనుమానాస్పద లావాదేవీల వల్ల ఇది జరుగుతుంది. మనీ ఫ్రీజ్ అంటే ఖాతా మొత్తం పూర్తిగా స్తంభింపజేయడం. దీనివల్ల మీకు అన్ని లావాదేవీలు నిలిచిపోతాయి. ఫ్రీజ్ అయిన బ్యాంక్ అకౌంట్‌ను మీరు అసలు ఎక్కడా ఉపయోగించలేరు. అనధికారిక యాప్‌ల ద్వారా లావాదేవీలు జరపడం, అపరిచితుల వ్యక్తులతో లావాదేవీలు నిర్వహించడం, తెలియకుండానే సైబర్ నేరగాళ్ల డబ్బును తమ ఖాతాల ద్వారా బదిలీ చేయడం, మోసపూరిత ఆఫర్లు బారిన పడి డబ్బులు పంపడం వల్ల మీ అకౌంట్ పూర్తిగా ఫ్రీజ్ అయ్యే అవకాశాలుంటాయి. ఒక సైబర్ క్రైమ్ కేసులో అనేక ఖాతాలు అనుమానిత జాబితాలోకి వస్తాయి. దీంతో మీకు సంబంధం లేపోయినా అకౌంట్లు ఫ్రీజ్ అయ్యే అవకాశాలుంటాయి

ఎలాంటి చర్యలు తీసుకోవాలిఒకసారి బ్యాంక్ ఖాతాపై లీన్ మార్క్ లేదా అది ఫ్రీజ్ అయినా పరిష్కరించుకోవడం చాలా కష్టంతో కూడుకున్న పనిగా చెప్పవచ్చు. బాధితులు బ్యాంకు అధికారులను సంప్రదించినప్పుడు సైబర్ క్రైమ్ విభాగాన్ని సంప్రదించమని సూచిస్తున్నారు. సైబర్ క్రైమ్ విభాగాన్ని సంప్రదించినప్పుడు "మీరు ఏదో క్రైమ్ చేసి ఉంటారు" అని అంటున్నారు. బ్యాంకులు, సైబర్ క్రైమ్ అధికారులు ఒకరిపై ఒకరు బాధ్యత నెట్టేయడంతో అకౌంట్లలో డబ్బులు నిలిచిపోయినవారు తీవ్ర ఇబ్బందులు పడుతున్నారు.ఈ జాగ్రత్తలు తీసుకోండి..ం లేదా వారికి డబ్బు పంపడం చేయవద్దు

-ఎవరైనా అత్యవసరమని డబ్బు అడిగినా వారికి నగదు రూపంలో సహాయం చేయండి-పెద్ద మొత్తంలో డబ్బు లావాదేవీలు జరపాల్సి వచ్చినప్పుడు బ్యాంకులోకి వెళ్లి డిపాజిట్ చేయడం లేదా విత్‌డ్రా చేయడం వంటివి చేయండ-అనధికారిక లేదా అనుమానాస్పద మొబైల్ అప్లికేషన్లను ఉపయోగించి ఆర్థిక లావాదేవీలు జరపడం మానుకోండి

-సైబర్ క్రైమ్ మోసాల గురించి ఎల్లప్పుడూ అప్రమత్తంగా ఉండండి

నరాలు తెగే ఉత్కంఠ.. చివరి బాల్‌కు ఫోర్..



క్రికెట్ అభిమానులకు అసలైన మజాను పంచుతూ, నరాలు తెగే ఉత్కంఠ మధ్య సాగిన అండర్-19 వన్డే ఆసియా కప్ ఫైనల్‌లో భారత కుర్రాళ్లు అద్భుతం చేశారు. చిరకాల ప్రత్యర్థి పాకిస్థాన్‌తో జరిగిన తుది పోరులో టీమిండియా ఒక్క వికెట్ తేడాతో సంచలన విజయం సాధించి ట్రోఫీని ముద్దాడింది. ఓటమి అంచుల దాకా వెళ్లి, ఆఖరి బంతికి ఫోర్ బాదడం ద్వారా భారత్ సాధించిన ఈ చారిత్రాత్మక గెలుపు ఇప్పుడు క్రీడా ప్రపంచంలో హాట్ టాపిక్‌గా మారింది. ఫైనల్ పోరులో తొలుత బ్యాటింగ్ చేసిన పాకిస్థాన్ భారీ స్కోరు సాధించి, భారత్ ముందు 338 పరుగుల కొండంత లక్ష్యాన్ని ఉంచింది. ఫైనల్ వంటి కీలక మ్యాచ్‌లో ఇంత పెద్ద టార్గెట్‌ను ఛేదించడం అంటే సాధారణ విషయం కాదు. మ్యాచ్ చివరి ఓవర్ వరకు హోరాహోరీగా సాగింది. సరిగ్గా 50వ ఓవర్ చివరి బంతికి భారత్ విజయానికి 3 పరుగులు అవసరమయ్యాయి. చేతిలో ఉన్నది ఒకే ఒక్క వికెట్.. స్టేడియంలో అంతా నిశ్శబ్దం..హీరోగా నిలిచిన మోహిత్ఆ ఒత్తిడి సమయంలో క్రీజులో ఉన్న భారత బ్యాటర్ మోహిత్ అద్భుతమైన తెగువ చూపించాడు. కేవలం 26 బంతుల్లోనే 49 పరుగులతో (నాటౌట్) మెరుపు ఇన్నింగ్స్ ఆడిన మోహిత్, ఆఖరి బంతిని బౌండరీకి తరలించాడు. బంతి బౌండరీ లైన్ దాటగానే భారత శిబిరంలో సంబరాలు అంబరాన్నంటాయి. అప్పటివరకు గెలుపు తమదేనని భావించిన పాకిస్థాన్ ఆటగాళ్లు ఒక్కసారిగా షాక్‌కు గురై నిరాశలో మునిగిపోయారు.దీనికి సంబంధించిన వీడియో సోషల్ మీడియాలో వైరల్‌గా మారింది.

మోత మోగిస్తున్న చికెన్, కోడిగుడ్ల ధరలు..



నాన్ వెజ్ ప్రియులకు పిడుగులాంటి వార్త. చికెన్, కోడిగుడ్ల ధరలు భారీగా పెరుగుతున్నాయి. ఇటీవల దసరా, దీపావళి లాంటి వరుస పండుగల క్రమంలో డిమాండ్ వల్ల ధరలు పెరగ్గా.. ఇప్పటికీ అదే న్థ?యిలో కొనసాగుతున్నాయి. అయితే ఎల్‌నినో ప్రభావం వల్ల మేత కొరత, మేత ధరలు పెరగడం వల్ల రాబోయే రోజుల్లో కోడిగుడ్లు, చికెన్ ధరలు భారీగా పెరగనున్నట్లు పౌల్ట్రీ పరిశ్రమ వర్గాలు అంచనా వేస్తున్నాయి. డిసెంబర్ నాటికి ధరలు ఏకంగా 25 నుంచి 30 శాతం వరకు పెరిగే అవకాశం ఉందని చెబుతున్నాయి. దీంతో రాబోయే రోజుల్లో నాన్‌వెజ్ ప్రియులకు ముద్ద దిగాలంటే జేబులకు చిల్లులు పడక తప్పని పరిస్థితి రానుందని తెలుస్తోంది.

ప్రస్తుత తెలుగు రాష్ట్రాల్లో చికెన్ ధరలివే..

-నవంబర్ 14వ తేదీన చికెన్ ధరలను పరిశీలిస్తే.. హైదరాబాద్‌లో కిలో స్కిన్‌లెస్ చికెన్ ధర రూ.252 వద్ద కొనసాగుతుండగా.. డ్రస్సుడ్ చికెన్ రూ.223, రిటైల్ లైవ్ బర్డ్ రూ.144, ఎక్స్ ఫారం లైవ్ బర్డ్ రూ.117కు లభిస్తున్నాయి

-తెలంగాణతో పోలిస్తే ఏపీలో చికెన్ ధరలు మరింత పెరిగాయి. విజయవాడ జోన్‌లో కిలో స్కిన్‌లెస్ చికెన్ ధర రూ.266, డ్రస్సుడ్ రూ.236, రిటైల్ లైవ్ బర్డ్ రూ.152, ఫారం దగ్గర లైవ్ బర్డ్ రూ.125గా కొనసాగుతోంది

కోడిగుడ్ల రేట్లు ఎలా ఉన్నాయంటే..?

హైదరాబాద్‌లో 12 గ్రుడ్ల రిటైల్ ధర రూ.88 వద్ద ఉండగా.. విజయవాడ జోన్ పరిధిలో రూ.80గా కొనసాగుతున్నాయి.

ధరల పెరుగుదలకు కారణాలు..

క్రిస్మస్, న్యూ ఇయర్ వేడుకలు దగ్గర పడుతుండటంతో మార్కెట్‌లో మాంసానికి డిమాండ్ విపరీతంగా పెరుగనుంది. ఎల్నినో వల్ల కోళ్లకు పెట్టే దానా ఖర్చులు విపరీతంగా పెరిగాయి. మొక్కజొన్న, నూకల ధరలు గత ఏడాదితో పోలిస్తే దాదాపు రెట్టింపయ్యాయి. గత ఏడాది కిలో రూ.18 ఉన్న మొక్కజొన్న ధర ఇప్పుడు ఏకంగా రూ.34కి చేరుకుంది. ఇది డిసెంబర్ నాటికి రూ.40 చేరుతుందని చెబుతున్నారు. అలాగే కిలో రూ.14 నుంచి రూ.15 ఉన్న నూకల ధర ప్రస్తుతం 31 నుంచి 32 రూపాయలకు ఎగబాకింది. దీంతో పౌల్ట్రీ రైతులకు ఖర్చు పెరగడంతో ధరలు పెంచేందుకు సిద్ధమవుతున్నారు. ఖర్చులు పెరగడం వల్ల డిసెంబర్, జనవరి నాటికి పౌల్ట్రీ ఉత్పత్తి ఏకంగా 20 శాతానికిపైగా తగ్గిపోతుందని వ్యాపారులు చెబుతున్నారు. ఒకవైపు దానా ధరల మంట, మరోవైపు పడిపోయిన ఉత్పత్తి వంటివి చికెన్, కోడిగుడ్ల ధరలను పెంచనున్నాయి. దీంతో ఇది సామాన్యుడి కంచంపై పడనుంది. ఇప్పటికే కూరగాయల ధరలు, పప్పుల ధరలు ఆందోళన కలిగిస్తుండగా.. ఇప్పుడు కోడిగుడ్డు, చికెన్ ధరలు కూడా పెరిగే సామాన్యుడిపై పెను భారం పడనుంది.

బిగ్ బాస్ వల్ల నాకు ఏం ఉపయోగం లేదు



సినిమా అవకాశాల కోసం ఎన్నో ప్రయత్నాలు.. వ్యక్తిగత జీవితంలో ఒడిదొడుకులు.. ప్రేమలో ఎదురైన చేదు అనుభవాలు.. బిగ్ బాస్ తర్వాత కెరీర్‌లో వచ్చిన మార్పులు.. ఇలా నటి ఇనయా సుల్తానా ఓ ఇంటర్వ్యూలో తన జీవితానికి సంబంధించిన పలు ఆసక్తికర విషయాలను వెల్లడించారు. సినీ పరిశ్రమలో అవకాశాల కోసం తాను పడిన కష్టాలను వివరిస్తూనే, తన బ్రేకప్‌కు గల కారణాలను కూడా బయటపెట్టారు. అంతేకాదు, బిగ్ బాస్ షో తర్వాత తన పారితోషికం తగ్గిపోయిందని చెప్పి అందరినీ ఆశ్చర్యపరిచారు. ఇంతకీ ఇనయా సుల్తానా ఏయే విషయాలను పంచుకున్నారంటే.. సినిమా ఇండస్ట్రీలో అవకాశాలు సంపాదించడం అంత సులభం కాదని ఇనయా సుల్తానా తెలిపారు. అవకాశాల కోసం పలువురిని స్వయంగా కలవాల్సి వచ్చిందని, కొన్నిసార్లు చిన్న చిన్న పాత్రలు చేయడానికి కూడా సిద్ధపడ్డానని గుర్తుచేసుకున్నారు. ఇండస్ట్రీలో మనుషులను హ్యాండిల్ చేయగల సామర్థ్యం తనకు ఉందని, మీడియా కూడా తనకు ఎంతో కొంత అండగా నిలిచిందని చెప్పారు. తన వ్యక్తిగత జీవితం గురించి మాట్లాడుతూ గత ప్రేమ వ్యవహారంపై ఇనయా ఆసక్తికర వ్యాఖ్యలు చేశారు. తనకు వస్తున్న పేరు, ఫేమ్, సినిమా అవకాశాలను మాజీ ప్రియుడు తట్టుకోలేకపోయేవాడని తెలిపారు. అతడి అసూయే తమ బ్రేకప్‌కు ప్రధాన కారణమని వెల్లడించారు.తన సోషల్ మీడియా ప్రొఫైల్‌లో గతంలో మాదిరిగా ఫొటోషూట్ చిత్రాలు కనిపించవని పేర్కొన్నారు. ప్రస్తుతం తాను చేస్తున్న సినిమా ప్రాజెక్టుల గురించి కూడా బయటకు చెప్పడం లేదని ఇనయా వెల్లడించారు. ప్రాజెక్టుల వివరాలు ముందుగానే పంచుకుంటే దిష్టి తగులుతుందనే భయం ఉందని, అందుకే సినిమాల విషయాలను గోప్యంగా ఉంచుతున్నట్లు తెలిపారు.తదుపరి ప్రాజెక్టుల వివరాలను వెల్లడిస్తాననే సంకేతాలిచ్చారు.

ఆ హీరో మార్కెటింగ్ ప్లాన్ అదిరిపోతుంది



ప్రస్తుత చిత్ర పరిశ్రమలోని ఆర్థిక, క్రియేటివ్ సవాళ్లపై ప్రముఖ దర్శకుడు రామ్ గోపాల్ వర్మ తన విశ్లేషణను ఓ ఇంటర్వ్యూలో వివరించారు. పెద్ద హీరోలు అధిక పారితోషికం తీసుకుంటూ, భారీ బడ్జెట్ చిత్రాలలోనే నటించాలనే ఒత్తిడిని ఎదుం్కొంటు న్నారని ఆర్జీవీ అభిప్రాయపడ్డారు. ప్రేక్షకులు వారి నుంచి అధిక అంచనాలను పెట్టుకోవడం దీనికి కారణం అన్నారు. ఉదాహరణకు, మన ఇండస్ట్రీ పెద్ద హీరోలు 127 అవర్స్ వంటి ప్రయోగాత్మక చిత్రం చేస్తే ప్రేక్షకులు రిసీవ్ చేసుకుంటారా.? అన్నది ప్రశ్నార్థకం. స్టార్‌డమ్ అంటే కేవలం నటుడి స్క్రీన్ ప్రజెన్స్ అని, కథ కంటే కాస్టింగ్ ఫ్యాక్టర్ ముఖ్యమని ఆర్జీవీ పేర్కొన్నారు.బాలీవుడ్ స్టార్ ఆమీర్ ఖాన్ అనుసరించిన వినూత్న మార్కెటింగ్ వ్యూహాన్ని వర్మ ప్రస్తావించారు. ఆమీర్ గజిని వంటి పెద్ద హిట్ తర్వాత, తారే జమీన్ పర్ వంటి చిన్న, ఆర్ట్-హౌస్ సినిమాను తక్కువ బడ్జెట్‌తో నిర్మించి, దానిని గజిని అమ్మిన ధరలో 10వ వంతుకే అమ్మేశారు. ఈ లాజిక్ ప్రకారం, తక్కువ ధరలో అమ్మి, తక్కువ వసూళ్లు వచ్చినా సినిమా విజయం సాధించినట్లు అవుతుంది, దానివల్ల పెట్టుబడిపై రాబడి పెరుగుతుంది. ఇది భారతీయ సినీ పరిశ్రమలో చాలా మంది అనుసరించని లాజిక్ అని ఆర్జీవీ అన్నారు. భారీ బడ్జెట్ కారణంగా రాధే శ్యామ్ వంటి చిత్రాలు ఆశించిన విజయం సాధించలేదని, బాహుబలి మాత్రం నటులు హిందీ ప్రేక్షకులకు తెలియకపోయినా, భారీ విజువల్స్ కారణంగా విజయం సాధించిందని ఆయన తెలిపారు. ఆర్జీవీ తన సొంత చిత్రాలైన శివ, సత్యలను ఉదాహరణగా చూపుతూ, తనకు ఆనందం కలిగించిన కథలనే తక్కువ బడ్జెట్‌తో, వాస్తవిక లొకేషన్లలో, పక్కా ప్లాన్ తో తీశానని వివరించారు.సినిమాకు ఏం అవసరమో దానికే ఖర్చు చేశానని, డబ్బు ఆదా చేయాలనే ఉద్దేశ్యం కాదని ఆయన స్పష్టం చేశారు. చిత్ర పరిశ్రమలో చాలా మందికి ఆడియన్స్ టేస్ట్ గురించి తక్కువ అవగాహన ఉంటుందని, ఒక సినిమా ఎందుకు హిట్ అవుతుందో లేదా ఫ్లాప్ అవుతుందో అర్థం చేసుకోలేరని ఆర్జీవీ అన్నారు. అలాగే చిల్డ్రన్ ఆఫ్ హెవెన్ అనే ఇరానియన్ చిత్రాన్ని ఇండియాలో తార రం పం పేరుతో రీమేక్ చేసిన విధానాన్ని వివరిస్తూ, అసలు సినిమా వెనుక ఉన్న ఉద్దేశ్యం ("పిల్లల కోసం సినిమా తీయడం") మారిపోయి, వ్యాపార లాభాల కోసం ప్రయత్నించినప్పుడు ఎలాంటి నష్టాలు సంభవిస్తాయో ఆర్జీవీ ఉదహరించారు. హానెస్టీ అలాగే మెయిన్ పాయింట్ నుంచి డైవర్ట్ అవ్వడం వల్ల చిత్రనిర్మాతలకు నష్టం వాటిల్లుతుందని ఆయన చెప్పారు. విభిన్న చిత్రాలు విజయం సాధిస్తుండటాన్ని బట్టి, ప్రేక్షకులు ఏదైనా చూస్తారని

ఇది కదా ఫ్యాన్స్‌కు కావాల్సింది.. ఎన్టీఆర్-అనిల్ రావిపూడి క్రేజీ కాంబో.. నవ్వుల విందుకు రంగం సిద్ధం!



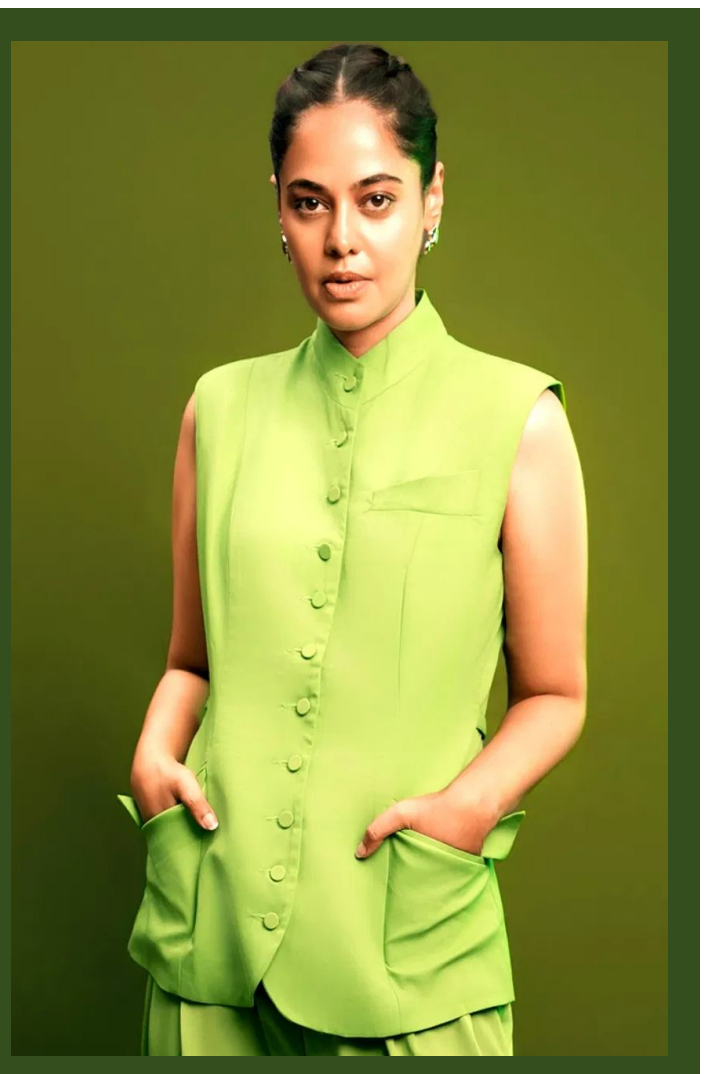
టాలీవుడ్‌లో మరో ఆసక్తికరమైన కాంబినేషన్‌కు తెరలేచింది. మ్యాన్ ఆఫ్ మాసెస్ ఎన్టీఆర్, సక్సెస్‌ఫుల్ డైరెక్టర్ అనిల్ రావిపూడి కలిసి ఓ సినిమా చేయబోతుండటంతో అభిమానుల్లో ఆసక్తి నెలకొంది. ఇప్పటివరకు ఈ ఇద్దరి కాంబినేషన్‌లో సినిమా రాకపోవడంతో ఈ ప్రాజెక్ట్‌పై సినీ ప్రేక్షకుల్లో అంచనాలు పెరుగుతున్నాయి. తాజాగా ఎన్టీఆర్ ఈ విషయాన్ని సోషల్ మీడియా వేదికగా వెల్లడించారు. అనిల్ రావిపూడితో కలిసి దిగిన ఫొటోను షేర్ చేస్తూ 'నవ్వుల విందు సిద్ధమవుతోంది' అంటూ ఆసక్తికరమైన క్యాప్షన్ ఇచ్చారు. దీంతో ఈ సినిమా పూర్తిస్థాయి ఎంటర్‌టైనర్‌గా ఉండబోతుందనే హింట్ ఇచ్చేశారు. ఈ చిత్రాన్ని ఎన్టీఆర్ ఆర్ట్స్ బ్యానర్‌పై నందమూరి కల్యాణ్‌రామ్ నిర్మించనున్నారు. మరోవైపు అనిల్ రావిపూడి కూడా ఈ కాంబినేషన్‌పై స్పందిస్తూ.. ఎన్టీఆర్‌తో సినిమా చేయాలనే కోరిక ఎప్పటి నుంచో ఉందని తెలిపారు. త్వరలోనే షూటింగ్ ప్రారంభం కానుందనే అర్థం వచ్చేలా సరదాగా అంటూ పోస్ట్ చేశారు.ప్రస్తుతం తారక్ భారీ ప్రాజెక్టులతో బిజీగా ఉన్నారు. ప్రశాంత్ నీల్ దర్శకత్వంలో తెరకెక్కుతున్న 'డ్రాగన్' సినిమాపై ఇప్పటికే భారీ అంచనాలు ఉన్నాయి. ఈ చిత్రం పూర్తయిన తర్వాత ఎన్టీఆర్ చేయబోయే సినిమా ఏదనే విషయంపై అభిమానుల్లో ఆసక్తి నెలకొంది. ఈ నేపథ్యంలో అనిల్ రావిపూడితో సినిమా ప్రకటన రావడం అందరినీ ఆశ్చర్యపరిచింది. ప్రశాంత్ నీల్ సినిమాతో యాక్షన్ మోడ్‌లో కనిపించనున్న తారక్.. అనిల్ రావిపూడి దర్శకత్వంలో మాత్రం తనలోని కామెడీ టైమింగ్‌ను మరోసారి చూపించే అవకాశం ఉంది. అనిల్ సినిమాల్లో కామెడీ, ఫ్యామిలీ ఎమోషన్స్‌తో పాటు హీరో ఎలివేషన్స్‌కు కూడా ప్రత్యేక స్థానంచూపించే అవకాశం ఉంది. అనిల్ సినిమాల్లో కామెడీ, ఫ్యామిలీ ఎమోషన్స్‌తో ఉంటుంది. ఈ నేపథ్యంలో ఎన్టీఆర్‌ను ఆయన ఎలా చూపించబోతున్నారనేది ఆసక్తికరంగా మారింది.ఇదిలా ఉంటే ఇప్పటికే ఎన్టీఆర్, త్రివిక్రమ్ శ్రీనివాస్ కాంబినేషన్‌లో ఓ భారీ పౌరాణిక నేపథ్య చిత్రం తెరకెక్కనుందనే వార్తలు వచ్చాయి. ఈ ప్రాజెక్ట్‌కు సంబంధించిన ప్రీ ప్రొడక్షన్ పనులకు సమయం పట్టే అవకాశం ఉండటంతో, ఈలోపు మరో సినిమా చేయాలని ఎన్టీఆర్ నిర్ణయించుకున్నట్లు తెలుస్తోంది.

బలగం సినిమా ఆడిషన్‌కు వెళ్ళినప్పుడు దిల్ రాజు చెప్పిన మాటకు షాక్ అయ్యా..!



తెలుగు సినీ ప్రేక్షకులకు బాలనటిగా పరిచయమైన కావ్య కళ్యాణరామ్, తన అద్భుతమైన నటనతో ప్రస్తుతం కథానాయికగా దూసుకుపోతున్నారు. ఇటీవల విడుదలైన మసూద అలాగే బలగం వంటి చిత్రాలతో విజయాలను సొంతం చేసుకున్న కావ్య, తన సినీ ప్రయాణం, చిత్రాల ఎంపిక, వ్యక్తిగత విషయాల గురించి ఓ ఇంటర్వ్యూలో అనేక ఆసక్తికర విషయాలను వెల్లడించారు. చిన్నతనంలోనే సినీరంగ ప్రవేశం చేసిన కావ్య, అప్పటి టాప్ హీరోలతో కలిసి నటించి మంచి గుర్తింపు పొందారు.ఇప్పుడు కూడా క్రేజ్ ఉన్న హీరోలతో పనిచేశారని ఇంటర్వ్యూలో ప్రియదర్శి గుర్తు చేశారు. పెద్దయ్యాక తిరిగి సినిమాల్లోకి రావాలని నిర్ణయించుకున్నప్పుడు, ఆమె మొదట ప్రముఖ దర్శకుడు కె. రాఘవేంద్ర రావు గారిని కలిసి ఆశీస్సులు తీసుకున్నారు. ఆయనను గురూజీ అని పిలిచే కావ్య, రాఘవేంద్ర రావు గారు తనకు సొంత మనిషిలా భావించి సినీ రంగం గురించి జాగ్రత్తలు చెప్పారని పేర్కొన్నారు. "ఈ ఫీల్డ్ చాలా కష్టం, చిన్నప్పటిలాగా కాదు. మంచి సినిమాలు చూసి చెయ్యి. పది సినిమాలు చేయనవసరం లేదు, చేసిన ఒకటి, రెండు బాగా చెయ్యి. చదువుకున్నావు, అది వదలద్దు" అని ఆయన ఇచ్చిన సలహా తనకెంతో ముఖ్యమని కావ్య తెలిపారు.ఇప్పుడు కూడా క్రేజ్ ఉన్న హీరోలతో పనిచేశారని ఇంటర్వ్యూలో ప్రియదర్శి గుర్తు చేశారు. పెద్దయ్యాక తిరిగి సినిమాల్లోకి రావాలని నిర్ణయించుకున్నప్పుడు, ఆమె మొదట ప్రముఖ దర్శకుడు కె. రాఘవేంద్ర రావు గారిని కలిసి ఆశీస్సులు తీసుకున్నారు. ఆయనను గురూజీ అని పిలిచే కావ్య, రాఘవేంద్ర రావు గారు తనకు సొంత మనిషిలా భావించి సినీ రంగం గురించి జాగ్రత్తలు చెప్పారని పేర్కొన్నారు. "ఈ ఫీల్డ్ చాలా కష్టం, చిన్నప్పటిలాగా కాదు. మంచి సినిమాలు చూసి చెయ్యి. పది సినిమాలు చేయనవసరం లేదు, చేసిన ఒకటి, రెండు బాగా చెయ్యి. చదువుకున్నావు, అది వదలద్దు" అని ఆయన ఇచ్చిన సలహా తనకెంతో ముఖ్యమని కావ్య తెలిపారు.మసూద చిత్రాన్ని అంగీకరించడానికి గల కారణాన్ని వివరిస్తూ, కథే తనను ఆకట్టుకుందని కావ్య తెలిపారు. దిల్‌రాజ్ సమర్పణలో స్వధర్మ ఎంటర్‌టైన్‌మెంట్స్ నిర్మించిన ఈ చిత్రంలో, మళ్ళీ రావా మరియు ఏజెంట్ సాయి శ్రీనివాస ఆత్రేయ వంటి మంచి సినిమాలు నిర్మించిన వారిపై నమ్మకంతోనే తాను సినిమాను ఒప్పుకున్నానని చెప్పారు.

ఆ సమస్య వాళ్ళ కొన్ని సంవత్సరాలు డిప్రెషన్ లోకి వెళ్లా



నటి బిందు మాధవి తన సినీ ప్రస్థానం, వ్యక్తిగత జీవితంలో ఎదుర్కొన్న సవాళ్లు, ముఖ్యంగా ప్రేమ విషయంలో డిప్రెషన్‌తో పోరాడిన అనుభవాలు, మరియు తెలుగు చిత్ర పరిశ్రమకు తిరిగి రావాలనే తన ఆశయాలను ఇండియాగ్లిట్జ్ తెలుగుకు ఇచ్చిన ఇంటర్వ్యూలో పంచుకున్నారు. ఆమె వెల్లడించిన విషయాలు సినీ ప్రియులను ఆకట్టుకుంటున్నాయి. మోడల్‌గా తన కెరీర్‌ను ప్రారంభించిన బిందు మాధవి, మొదట చెన్నైకి వెళ్లి మోడలింగ్ చేశారు. ఆ తర్వాత సెగ అనే సినిమా ద్వారా ఆమె సినీ రంగ ప్రవేశం చేశారు.తెలుగులో ఆవకాయ్ బిర్యానీ చిత్రం ఆమెకు ఒక బ్రేక్ అని చెప్పవచ్చు. ఈ సినిమా తర్వాత ఆమె హైదరాబాద్‌కు షిఫ్ట్ అయ్యారు, ఆమె తండ్రి ప్రభుత్వ ఉద్యోగి కావడంతో గుంటూరు, విజయవాడలో పనిచేసేవారు. బిందు మాధవి హైదరాబాద్‌లో స్థిరపడాలని భావించడంతో ఆమె తండ్రి కూడా ట్రాన్స్‌ఫర్ చేయించుకొని వచ్చారు. అయితే, తెలుగులో ఆమె ఆశించిన స్థాయిలో సరైన పాత్రలు లభించలేదు. కేవలం పక్కన నిలబడటం, నవ్వడం, ఒక పాటలో కనిపించడం వంటి పాత్రలే వస్తూ ఉండేవని, వాటి పట్ల తనకు ఆసక్తి లేదని ఆమె స్పష్టం చేశారు. అవకాశాలు బ్రేక్ తీసుకోవాల్సి వచ్చింది. దీనికి గల కారణాలను వివరిస్తూ, ఆమె వ్యక్తిగత సమస్యల కారణంగా డిప్రెషన్‌తో బాధపడినట్లు తెలిపారు.అప్పుడు తనకు వచ్చిన అవకాశాలతో తాను సంతృప్తిగా లేనని తెలిపారు. ఈ నేపథ్యంలో ఆవె తిరిగి చెన్నైకి వెళ్లి అక్కడ ఆడిషన్స్ ఇచ్చి తమిళ చిత్రాలలో అవకాశాలు సంపాదించారు. తమిళంలో తనకు లభించిన పాత్రలతో ఆమె సంతోషంగా ఉన్నానని పేర్కొన్నారు. అయితే, తమిళంలో కెరీర్ పీక్ స్టేజ్‌లో ఉన్నప్పుడే ఆమె సుమారు మూడు నుండి నాలుగు సంవత్సరాలు బ్రేక్ తీసుకోవాల్సి వచ్చింది. దీనికి గల కారణాలను వివరిస్తూ, ఆమె వ్యక్తిగత సమస్యల కారణంగా డిప్రెషన్‌తో బాధపడినట్లు తెలిపారు.

ఈ వారం థియేటర్లలో 10 కొత్త సినిమాలు



దీపావళి కానుకగా రిలీజైన రామాయణ, సీన్ సినిమాలు సూపర్ హిట్ టాక్ తో రన్ అవుతున్నాయి. అయితే ఈ వారం కూడా భారీగా సినిమాలు థియేటర్లలో సందడి చేయనున్నాయి. ఇట్లు అర్జున, గోట్(+.ా.ూ.ం), భోగి, మాయ లేడీ, డార్క్ చాక్లెట్, దొంగ నా కొడుకు, చంద్రయాన్, జింగో పెన్, అ, టాల్కమ్ పౌడర్.. ఇలా దాదాపు 10 కు పైగా సినిమాలు వెండితెరపై సందడి చేయనున్నాయి. మరోవైపు ఓటీటీలోనూ పెద్ద ఎత్తున సినిమాలు స్ట్రీమింగ్ కు రాబోతున్నాయి. దసరాకు థియేటర్లలో రిలీజైన సినిమాలన్నీ ఈ వారంలోనే ఓటీటీలోకి వచ్చే అవకాశముంది. జైలర్ 2, రణబాలి స్ట్రీమింగ్ డేట్స్ సినిమాల స్ట్రీమింగ్ డేట్స్ ఖరారు కాగా క్రేజీ కల్యాణం కూడా ఈ వీకెండ్ లోనే స్ట్రీమింగ్ కు వచ్చే ఛాన్స్ ఉంది. వీటితో పాటు దాయిరా, వైబ్, పరివారిక్ మనురంజన్ లాంటి డబ్బింగ్ చిత్రాలు.. పుష్పక విమానం అనే తెలుగు సిరీస్ ఉన్నంతలో చూడాలనే ఆసక్తి కలిగిస్తున్నాయి. మరి ఈ వారంలో ఏయే సినిమా ఏయే ఓటీటీలో వస్తుందో తెలుసుకుందాం రండి.నెట్‌ఫ్లిక్స్‌ద గుడ్ లాయర్ (ఫ్రెంచ్ సినిమా) -- నవంబర్ 09ద బాడీ (ఇంగ్లిష్ వెబ్ సిరీస్) -- నవంబర్ 11నెవర్ సరండర్ (ఇండోనేసియన్ సినిమా) -- నవంబర్ 12మిరాకిల్స్ ఆఫ్ ఈఆర్ (కొరియన్ వెబ్ సిరీస్) -- నవంబర్ 12దాయిరా (హిందీ మూవీ) -- నవంబర్ 13రణబాలి (తెలుగు సినిమా) -- నవంబర్ 13హోర్ట్ ల్యాండ్ (కెనడియన్ వెబ్ సిరీస్) -- నవంబర్ 13కంక్ ఆన్ సినిమా (ఇంగ్లిష్ మాక్యుమెంటరీ) -- నవంబర్ 15అమెజాన్ ప్రైమ్ వీడియోజైలర్ 2 (తెలుగు డబ్బింగ్ సినిమా) -- నవంబర్ 12వైబ్ (హిందీ చిత్రం) -- నవంబర్ 13జియో హాట్‌స్టార్పుష్పకవిమానం (తెలుగు వెబ్ సిరీస్) -- నవంబర్ 12స్టూడెంట్ ఆఫ్ ద ఇయర్: ఆఫ్టర్ డార్క్ (హిందీ వెబ్ సిరీస్) -- నవంబర్ 13జీ5బ్లైండ్ గేమ్ (హిందీ సినిమా) -- నవంబర్ 11
బాంద్రా (తెలుగు డబ్బింగ్ మూవీ) -- నవంబర్ 13అఫ్రాతఫ్రీ (మరాఠీ చిత్రం) -- నవంబర్ 13మిర్గయ 1.5 (బెంగాలీ) -- నవంబర్ 13

ప్రజాబలం

ఈసారి ఓటర్లు పెరిగారు - 6 లక్షలకు చేరుకున్న ఎమ్మెల్సీ ఓటు దరఖాస్తులు

హైదరాబాద్: రంగారెడ్డి, హైదరాబాద్, మహబూబ్‌నగర్ ఉమ్మడి జిల్లాలకు ఎమ్మెల్సీల ఎన్నిక ప్రక్రియ ఊపందుకుంది. రెండు నెలల క్రితం ఓటర్ల నమోదు ప్రక్రియ ప్రారంభమైంది. మొన్నటి వరకు 2.5 లక్షలుగా ఉన్న దరఖాస్తులు రెండు వారాల్లోనే 6 లక్షలకు చేరుకున్నాయి. కాగా ఎన్నికల అధికారులు దీనిపై ముమ్మరంగా ప్రచారం చేశారు. మరికొన్ని రోజుల్లో తుది జాబితా విడదల అవ్వనుంది. ప్రస్తుతం కొనసాగుతున్న ఎమ్మెల్సీ పదవికాలం మార్చి 29, 2027న ముగియనుంది. ఈ నేపథ్యంలో రాజకీయ పార్టీలు ఈ ఎన్నికలపై ప్రత్యేక దృష్టి సారించాయి.తుది జాబితా విడుదల అప్పుడే!రాష్ట్ర ఎన్నికల సంఘం ఈ నెల 25వ తేదీన ముసాయిదా ఓటర్ల జాబితాను ప్రకటించనుంది. తుది ఓటర్ల జాబితాను డిసెంబర్ 30న ముద్రిస్తారు. ఎన్నికల షెడ్యూల్‌ను జనవరి మొదటి వారంలో విడుదల చేయనున్నట్లు సమాచారం. తుది ఓటర్ల జాబితా తర్వాత దరఖాస్తులను పరిశీలించి, ఆమోదించిన దరఖాస్తులతో మరో రెండు అనుబంధ ఓటర్ల జాబితాలను సిద్ధం చేస్తారని అధికారులు చెబుతున్నారు.రికార్డు స్థాయిలో ఓటరు నమోదుగత ఎన్నికల్లో మూడు ఉమ్మడి జిల్లాల్లో అంటే ప్రస్తుత 9 జిల్లాల్లో 156 మండలాల నుంచి 5 లక్షల మంది ఓటర్లుగా నమోదు



చేసుకున్నారు. ఇప్పుడు ఓటర్ల జాబితాలో అదనంగా లక్ష నుంచి రెండు లక్షల మంది చేరే సూచనలు ఉన్నాయని రాజకీయ పార్టీలు అంచనా వేస్తున్నాయి. ఈ నేపథ్యంలో అధికారులు ఓటరు నమోదు దరఖాస్తులపై నిఘాను పెంచారు. 6 లక్షల దరఖాస్తుల్లో ఇప్పటి వరకు కేవలం 2,57,309 దరఖాస్తులు మాత్రమే ఆమోదించారు. 6,330 దరఖాస్తులు తిరస్కరించగా, 3.35 లక్షలు పెండింగ్‌లో ఉన్నట్లు తెలుస్తోంది.అప్పుడు కూడా దరఖాస్తు చేసుకోవచ్చుఈ నెల 6 వరకు అందిన దరఖాస్తులను పరిశీలించి, 25వ తేదీన ముసాయిదా ఓటర్ల జాబితా ప్రకటించనున్నట్లు సుదర్శన్ రెడ్డి ఇటీవల తెలిపారు. ముసాయిదా జాబితా ప్రచురించిన తర్వాత ఈ నెల 25 నుంచి డిసెంబరు 10 వరకు అభ్యంతరాలు, క్లెయిమ్‌ల సమయంలో కూడా దరఖాస్తు చేసుకోవచ్చునని వెల్లడించారు. అభ్యంతరాలు, క్లెయిమ్‌లను పరిశీలించి వచ్చే నెల 30న పట్టభద్రుల ఓటర్ల తుది జాబితా ప్రచురిస్తామన్నారు. తుది జాబితా ప్రకటించిన తర్వాత నామినేషన్ల గడువు చివరి రోజు వరకు కూడా గ్రాడ్యుయేట్లు ఓటు కోసం దరఖాస్తు చేసుకొనే అవకాశం ఉందని సీఈవో సుదర్శన్ రెడ్డి వివరించారు.పట్టభద్రుల ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికలకు సంబంధించి బీజేపీ, కాంగ్రెస్? పార్టీలు వారి అభ్యర్థులను ఇదివరకే ఎంపిక చేశాయి. బీఆర్?ఎస్? నుంచి ఇంకా ఎవరినీ బరిలో నిలపలేదు. బీజేపీ నుంచి ఆ పార్టీ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడైన ఎన్?.రాంచందర్?రావును ఖరారు చేసినట్లు తెలిసింది. మహబూబ్‌నగర్-రంగారెడ్డి-హైదరాబాద్ గ్రాడ్యుయేట్ ఎమ్మెల్సీ బీజేపీ అభ్యర్థిగా ఆయనను ఎంపిక చేసినట్లు సమాచారం. మరికొన్ని రోజుల్లో ఆయన పేరును పార్టీ అధికారికంగా ప్రకటించనుంది.

సజ్జనార్ ఆస్తుల కొనుగోళ్లపై విచారణ జరిపించాలి



హైదరాబాద్, నవంబరు 15 : తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్‌రెడ్డికి గోషామహల్ ఎమ్మెల్యే రాజాసింగ్ లేఖ రాశారు. తెలంగాణ ఫోన్ ట్యాపింగ్ కేసుపై కీలక విషయాలను ప్రస్తావించారు. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వచ్చిన తర్వాత వెలుగులోకి వచ్చిన ఫోన్ ట్యాపింగ్ కుంభకోణంలో పలువురు ప్రముఖ రాజకీయ నాయకులు, వీఐపీలు, ఇతర కీలక వ్యక్తుల ఫోన్లపై నిఘా పెట్టినట్లు ఆరోపణలు వచ్చాయని పేర్కొన్నారు.ఈ కేసులో ఎఫ్ఐఆర్ నమోదు కావడంతో పాటు, సజ్జనార్, రామకృష్ణారావు సహా పలువురు ఉన్నతాధికారుల ప్రమేయంపై ఆరోపణలు వచ్చినప్పటికీ, దర్యాప్తు పురోగతి, దాని దిశపై ఇంకా అనేక ప్రశ్నలు మిగిలే ఉన్నాయని రాజాసింగ్ చెప్పుకొచ్చారు. ఈ దర్యాప్తు అసలు లక్ష్యం నుంచి పక్కదారి పట్టిందనే తీవ్రమైన అందోళనలు వ్యక్తమవుతున్నాయని అన్నారు. అప్పటి పోలీస్ కమిషనర్ సజ్జనార్ పాత్రపైనా, ఈ కేసులోని అన్ని అంశాలపై నిష్పక్షపాతంగా దర్యాప్తు జరిగిందా..? లేదా అన్నదానిపైనా అనేక ఆరోపణలు, ప్రశ్నలు తలెత్తుతున్నాయని చెప్పారు. అనుమానాలకు తావివ్వకుండా ఈ అంశాలపై స్వతంత్రంగా, పారదర్శకంగా విచారణ జరగాల్సిన అవసరం ఉందని తెలిపారు.

బాయిలర్ల నిర్వహణపై తెలంగాణ ప్రభుత్వం కీలక నిర్ణయం



హైదరాబాద్, నవంబర్10: రాష్ట్రంలో బాయిలర్ల నిర్వహణపై తెలంగాణ ప్రభుత్వం కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది. బాయిలర్ల సర్టిఫికెట్ల గడువు మరో మూడు నెలలు పొడిగిస్తూ నిర్ణయం తీసుకుంది. ఈ మేరకు మంగళవారం తెలంగాణ ప్రభుత్వం జీవో నంబర్ 465 జారీ చేసింది. కేంద్ర ప్రభుత్వ సూచనల మేరకు ఈ నిర్ణయం తీసుకున్నట్లు ఆ ఉత్తర్వుల్లో రాష్ట్ర ప్రభుత్వం పేర్కొంది. పశ్చిమాసియా ఉద్రిక్తతలతో ఇంధన సరఫరాపై తీవ్ర ప్రభావం చూపిందని వివరించింది. దీంతో ఇంధన వినియోగాన్ని సమర్థంగా నిర్వహించేందుకు ప్రత్యేక వెసులుబాటు కల్పిస్తున్నట్లు తెలిపింది.100 టన్నులు, అంతకంటే ఎక్కువ సామర్థ్యం ఉన్న బాయిలర్లకు ఈ వెసులుబాటు వర్తిస్తుందని పేర్కొంది. తెలంగాణ ప్రభుత్వం తీసుకున్న తాజా నిర్ణయంతో విద్యుత్ కేంద్రాలు, చమురు, గ్యాస్ పరిశ్రమలకు ఊరట కలిగిస్తుంది. అలాగే పెట్రోలియం రిఫైనరీలు, పెట్రోకెమికల్‌తోపాటు ఎరువుల పరిశ్రమలకు వెసులుబాటు కల్పిస్తుంది. 2026, నవంబర్ 30వ తేదీ వరకు మాత్రమే గతంలో విడుదల చేసిన నోటిఫికేషన్ అమలు కానుంది. ఆరు నెలల్లో సర్టిఫికెట్ గడువు ముగిసే బాయిలర్లకు మూడు నెలల పొడిగింపు ఇచ్చింది. భద్రతా ప్రమాణాలు, సాంకేతిక తనిఖీలు మాత్రం తప్పనిసరి అని జారీ చేసిన జీవోలో ప్రభుత్వం స్పష్టం చేసింది.

అక్రమ అండాల సేకరణ వ్యవహారంలో దర్యాప్తు ముమ్మరం - ఒక్కో మహిళకు రూ.65 వేలు!

హైదరాబాద్: అండాల సేకరణ అక్రమ వ్యవహారంలో పోలీసులు దర్యాప్తును ముమ్మరం చేశారు. హైదరాబాద్, రంగారెడ్డి జిల్లా డీఎంహెచ్‌వోల ఫిర్యాదుల మేరకు జూబ్లీహిల్స్, ఫిల్మ్‌నగర్, మియాపూర్, మహంకాళి, మలక్‌పేట పోలీసు స్టేషన్లలో 5 ఐఎఫ్ఆర్‌లు నమోదు చేశారు. ఒయాసిస్ ఫెర్టిలిటీ క్లినిక్స్ నిర్వాహకులపై కేసులు నమోదు చేశారు. పశ్చిమ బెంగాల్, ఉత్తరప్రదేశ్, బిహార్, మహారాష్ట్ర, ఛత్తీస్‌గఢ్ రాష్ట్రాల నుంచి మహిళలను హైదరాబాద్‌కు తీసుకొచ్చి అండాల దానానికి ప్రలోభపెట్టినట్లు విచారణలో గుర్తించారు.ఒక్కో మహిళకు రూ.30 వేల ఇస్తామని ఆశ చూపి ఈ ప్రక్రియకు ఒప్పించినట్లు ఆరోపణ లున్నాయి. అంతేకాకుండా వైద్యుల పర్యవేక్షణ లేకుండానే మహిళలకు హార్మోన్ ఇంజెక్షన్లు ఇచ్చినట్లు అధికారులు గుర్తించారు. ఈ వ్యవహారంలో మహిళలను తీసుకొచ్చే ఫెసిలిటేటర్లతోనూ ప్రత్యేక ఒప్పందాలు చేసుకున్నట్లు వెలుగులోకి వచ్చింది. ఒక్కో మహిళను తీసుకొస్తే రూ.65



వేల వరకు చెల్లించేలా ఒప్పందాలు చేసుకోగా అండాల సంఖ్య, నాణ్యత తగ్గితే ఫెసిలిటేటర్లకు చెల్లించాల్సిన మొత్తంలో 50 శాతం కోత విధించేలా నిబంధనలు పెట్టినట్లు గుర్తించారు. మొత్తం 66 మంది మహిళల నుంచి అండాల సేకరణ చేసినట్లుగా తెలుస్తున్నా, అధికారులకు మాత్రం 47 మంది మహిళలకు సంబంధించిన రికార్డులే లభించాయి. మిగిలిన 19 మంది మహిళల వివరాలను ఏఆర్‌టీ బ్యాంక్ దాచిపెట్టినట్లు దర్యాప్తులో తేలింది. ఇప్పటికే ఈ వ్యవహారంలో మల్కాజిగిరి పోలీసులు మూడు కేసులు నమోదు చేసి, ఎనిమిది మంది నిందితులను అరెస్ట్ చేశారు. భారతీయ న్యాయ సంహితతోపాటు ఏఆర్‌టీ చట్టం కింద కేసులు నమోదు చేశారు. తాజాగా మరో ఐదు కేసులు నమోదుకావడంతో ఈ అక్రమ దందాలో మరిన్ని వివరాలు వెలుగులోకి వచ్చే అవకాశముంది. పరారీలో ఉన్న ఇతర నిందితుల కోసం పోలీసులు గాలింపు చర్యలు చేపట్టారు.క్రమ అండాల సేకరణ వ్యవహారాన్ని తెలంగాణ రాష్ట్ర మహిళా కమిషన్ అత్యంత తీవ్రంగా పరిగణిస్తూ విచారణను కొనసాగిస్తోంది. ఈ నేపథ్యంలో శుక్రవారం మహిళా కమిషన్ ఎదుట హాజరుకావాలని 8 ఏఆర్‌టీ కేంద్రాలు, అండాల బ్యాంకులకు నోటీసులు జారీ చేయగా, ఆయా సంస్థల ప్రతినిధులు విచారణకు హాజరయ్యారు. ఆ సంస్థల యాజమాన్యాలు స్వయంగా విచారణకు హాజరు కావాలని కమిషన్ స్పష్టంగా ఆదేశించినప్పటికీ, కొన్ని కేంద్రాల నుంచి కేవలం ప్రతినిధులు, సిబ్బంది మాత్రమే హాజరుకావడంపై ఛైర్?పర్సన్ నేరెళ్ల శారద తీవ్ర అసంతృప్తి వ్యక్తం చేశారు. తదుపరి విచారణ తేదీన తప్పనిసరిగా యాజమాన్యాలు వ్యక్తిగతంగా హాజరవుతామని హామీ ఇవ్వడంతో విచారణను వాయిదా వేశారు.శుక్రవారం విచారణలో ఆయా ఏఆర్‌టీ కేంద్రాలు, అండాల బ్యాంకులు సమర్పించిన నివేదికలు, రికార్డులు, డోనర్ల వివరాలను కమిషన్ క్షుణ్ణంగా పరిశీలించింది. ఈ సందర్భంగా డోనర్ల వివరాల్లో పలు అవకతవకలు, అనుమానాస్పద అంశాలు వెలుగులోకి వచ్చినట్లు ఛైర్?పర్సన్? తెలిపారు. సమర్పించిన వివరాల ప్రకారం సుమారు 90 శాతం మంది డోనర్లు ఇతర రాష్ట్రాలకు చెందినవారని ఛైర్‌పర్సన్ నేరెళ్ల శారద పేర్కొన్నారు. అండాల దానం చేయడానికి వస్తున్నారని ఆయ ఏఆర్?టీ కేంద్రాలు, అండాల బ్యాంకులు పేర్కొనడం ఆశ్చర్యకరం కలిగించడమే కాకుండా అనేక అనుమానాలకు తావిస్తోందని శారద తెలిపారు.

ఈ-సిగరెట్ల అక్రమ దందాపై ఈగల్ ఫోర్స్ ఉక్కుపాదం! - ఈగల్ డీఎస్పీ

హైదరాబాద్ : హైదరాబాద్‌లో యువత, టీనేజర్లను లక్ష్యంగా చేసుకొని సాగుతున్న నిషేధిత ఈ-సిగరెట్ల అక్రమ దందాపై ఈగల్ ఫోర్స్ ఉక్కుపాదం మోపుతోంది. రాయదుర్గంలోని ఓ అవుట్‌లెట్‌పై దాడిచేసి భారీగా నిషేధిత వేప్స్, విదేశీ సిగరెట్లను స్వాధీనం చేసుకున్నారు. పన్నులు ఎగ్గొట్టి చైనా నుంచి అక్రమంగా దిగుమతి చేసుకుంటూ ర్యాపిడో, ఉబర్, ఓలా వంటి యాప్‌ల ద్వారా గుట్టుచప్పుడు కాకుండా డెలివరీ చేస్తున్నట్లు గుర్తించామని ఈగల్ డీఎస్పీ మధు మోహన్?రెడ్డి తెలిపారు. ఈ అక్రమ దందాపై ఈటీవీ భారత్ ముఖాముఖిలో అనేక వివరాలు వెల్లడించారు. 2019 లో కేంద్ర ప్రభుత్వం వేప్స్, ఈ-సిగరెట్లపై నిషేధం విధించింది. ఈజీ మనీ కోసం కొంతమంది వ్యక్తులు వీటిని చైనా నుంచి దిగుమతి చేసుకుంటున్నారు. గచ్చిబౌలి, మాదాపూర్, రాయదుర్గం లాంటి ప్రాంతాల్లో



కేరళంకు చెందిన వ్యక్తులు కూల్?డ్రింక్?లు, పెర్?ఫ్యూమ్? షాపుల మాటున వేప్స్, ఈ-సిగరెట్ల దందా పకడ్బందీగా నడుపుతున్నట్లుగా గుర్తించాం. ఆయా షాపులకు సంబంధించి ప్రత్యేక వాట్సప్? గ్రూప్?ను క్రియేట్? చేసుకొని, ఆ గ్రూపులో కస్టమర్లను యాడ్? చేసుకుంటున్నారు. వేప్స్, ఈ-సిగరెట్ల కొత్త స్టాక్? వివరాలు ఆ గ్రూప్?లో పోస్ట్ చేస్తారు. రోజుకో ఫ్లేవర్? ఉందంటూ ఆ గ్రూప్?లో ఎక్కువగా ఉన్న టీనేజర్లను ఆకర్షిస్తున్నారు. కొన్ని షాపులోనే అమ్మకాలు చేస్తుండగా, మరికొన్ని వాట్సప్ ద్వారా ఆర్డర్ తీసుకుని కస్టమర్ లొకేషన్‌కు పోర్టర్ ద్వారా, ర్యాపిడో, ఉబర్ ద్వారా డోర్ డెలివరీ చేస్తున్నట్లు తెలిసింది. పన్నులు చెల్లించకుండా అక్రమమార్గంలో దందా చేస్తున్నారు. మామూలు సిగరెట్ కంటే నాలుగు రెట్ల హానికరమైన నికోటిన్ కలిగి ఉండే ఈ-సిగరెట్ల వల్ల యువత ఆరోగ్యానికెందిన వారు ఎక్కువగా దుబాయిలో ఉంటారు.విస్తరించి ఉన్నట్లుగా తెలుస్తోంది. ఎలాంటి టాక్స్? లేకుండా అక్రమ వ్యాపారం జరుగుతోంది. ఆ బ్యాంకు అకౌంట్లను ఫ్రీజ్? చేస్తున్నాం. ఈ దందా చేసే వారిపై దృష్టి పెడుతున్నాం.

కల్లం మోడ్రన్ రైస్ మిల్స్‌కు ఈడీ షాక్.. రూ.18.33 కోట్ల ఆస్తులు అటాచ్

హైదరాబాద్, నవంబరు 10 : కల్లం మోడ్రన్ రైస్ మిల్స్ కేసులో ఈడీ అధికారులు చర్యలు చేపట్టారు. కల్లం పేరిరెడ్డి, కుటుంబ సభ్యులు, అనుచరుల ఆస్తులపై కొరడా ఝుళిపించారు. రూ.18.33 కోట్ల విలువైన స్థిరాస్తులను ఈడీ అధికారులు అటాచ్ చేశారు. ఆంధ్రప్రదేశ్, తెలంగాణలోని ఆస్తులను జప్తు చేశారు. బ్యాంకు రుణాల మోసం కేసులో మనీలాండరింగ్ నిరోధక చట్టం కింద చర్యలు తీసుకున్నారు. 2010 - 2013 మధ్య ఎస్‌బీహెచ్ నుంచి రూ.24.57 కోట్ల రుణాలను ఈ గ్రూపు సంస్థలు పొందిన విషయం తెలిసిందే. నకిలీ, ఫోర్జరీ ఆస్తిపత్రాలను తనఖాగా కల్లం మోడ్రన్ రైస్ మిల్స్ పెట్టి రుణాలు పొందినట్లు ఈడీ అధికారులు గుర్తించారు.బ్యాంకుకు రూ.18.33 కోట్ల నష్టం కలిగించినట్లు కల్లం మోడ్రన్ రైస్ మిల్స్‌పై ఆరోపణలు ఉన్నాయి. కల్లం మోడ్రన్ రైస్ మిల్స్, శ్రీ రామబ్రహ్మ మోడ్రన్ రైస్ మిల్స్, శ్రీ వినాయక ట్రేడర్స్ పేరుతో రుణాలు తీసుకున్నట్లు ఈడీ అధికారుల దర్యాప్తులో తేలింది. బంధువులు, ఉద్యోగులు, అనుచరుల పేర్లతో సుమారు 26 సంస్థలను నిర్వహించినట్లు అధికారులు తెలిపారు. మూడు సంస్థల క్యాష్ క్రెడిట్ ఖాతాల నుంచి రూ.23.81 కోట్ల నగదును ఉపసంహరించినట్లు ఈడీ దర్యాప్తులో తేలింది. కార్మికులు, అకౌంటెంట్లు, కల్లం పేరిరెడ్డి పేర్లతో నగదు విత్‌డ్రా చేసినట్లు గుర్తించారు. రుణాల సొమ్ముతోనే పలు స్థిరాస్తులను కొనుగోళ్లు చేసినట్లు దర్యాప్తులో ఈడీ అధికారులు వెల్లడించారు. బంధువులు, అనుచరుల పేర్లకు ఎలాంటి నగదు చెల్లించకుండానే ఆస్తులను బదిలీ చేసినట్లు తెలిపారు.



ఏపీలో తెలంగాణ ఐపీఎస్ అధికారి రాజీవ్ హనుమంతుకు రోడ్డు ప్రమాదం



నెల్లూరు జిల్లా : తెలంగాణ రెవెన్యూ, స్టాంప్‌లు, రిజిస్ట్రేషన్ల శాఖ ఐజీ, 2012 బ్యాచ్ ఐఏఎస్ అధికారి రాజీవ్ హనుమంతు ప్రయాణిస్తున్న కారు ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో రోడ్డు ప్రమాదానికి గురైంది. ఈ ఘటనలో ఆయనతో పాటు కుటుంబసభ్యులు గాయపడ్డారు. నెల్లూరు జిల్లా అనంతసాగరం మండలం చాపరాళ్లపల్లి సమీపంలోని 565వ నంబర్ జాతీయ రహదారిపై ఈ ప్రమాదం చోటుచేసుకుంది.రాజీవ్ హనుమంతు తన కుటుంబసభ్యులతో కలిసి కారులో తిరుమల శ్రీవారి దర్శనం ముగించుకుని శ్రీశైలం వెళ్తుండగా, మార్గమధ్యంలో వారి కారు ఎదురుగా వచ్చిన ఓ స్కూల్ వ్యాన్‌ను ఢీకొట్టింది. ఈ ప్రమాదంలో కారులో ఉన్న రాజీవ్ హనుమంతు, ఆయన కుటుంబసభ్యులు గాయపడ్డారు. ప్రమాదం జరిగిన వెంటనే స్థానికులు, పోలీసులు స్పందించి క్షతగాత్రులను తొలుత ఆత్మకూరు ప్రభుత్వ ఆసుపత్రికి తరలించి ప్రాథమిక చికిత్స అందించారు.

కొండగట్టులో భారీ కుంభకోణం.. రూ.23 కోట్ల నిధులు గోల్‌మాల్?

కొండగట్టు : ప్రసిద్ధ పుణ్యక్షేత్రం కొండగట్టు ఆంజనేయస్వామి ఆలయంలో కోట్ల రూపాయల నిధులు పక్కదారి పట్టినట్లు ఆరోపణలు వెల్లువెత్తుతున్నాయి. దాదాపు రూ.23 కోట్ల మేర అవకతవకలు జరిగినట్లు ఆడిట్ నివేదికలో తేలగా, ఈ వ్యవహారంపై ఏళ్ల తరబడి విచారణ ముందుకు సాగకపోవడం తీవ్ర విమర్శలకు దారితీస్తోంది.2013-14 నుంచి 2017-18 మధ్య కాలంలో జరిగిన ఆడిట్‌లో ఈ భారీ వ్యత్యాసాలు బయటపడ్డాయి. తొలుత రూ.2.26 కోట్లుగా ఉన్న అభ్యంతరాలు, తదుపరి ఆడిట్‌లలో రూ.23 కోట్లకు చేరినట్లు తెలిసింది. హుండీ ద్వారా వచ్చిన డబ్బులు, ఆర్జిత సేవల టికెట్ల ద్వారా వచ్చిన ఆదాయం పూర్తిగా ఖజానాకు జమ కాలేదని, ప్రసాదాల తయారీకి కొనుగోలు చేసిన సరుకుల లెక్కల్లోనూ భారీ తేడాలు ఉన్నాయని ఆడిట్ విభాగం స్పష్టం చేసింది. ఈ నిధుల దుర్వినియోగానికి ఆలయ ఉద్యోగులే బాధ్యులని తేల్చి చెప్పింది.ఈ అక్రమాలపై విచారణ జరపాలని 2022లోనే అప్పటి ఆలయ ఈవో ఉన్నతాధికారులకు లేఖ రాశారు. దీంతో వేములవాడ ఆలయ ఈవోను విచారణాధికారిగా నియమిస్తూ



అదే ఏడాది ఆగస్టులో ఆదేశాలు జారీ అయ్యాయి. 2025లో మరోసారి ఆదేశాలు ఇచ్చినా, విచారణ మాత్రం అంగుళం కూడా ముందుకు కదలలేదు. ఇటీవల విధుల్లో చేరిన ఓ కొత్త ఉద్యోగి ఈ ఫైల్‌ను గుర్తించి మళ్లీ ఉన్నతాధికారుల దృష్టికి తీసుకెళ్లినట్లు తెలుస్తోంది.విచారణ నత్తనడకన సాగుతుండగానే, ఆరోపణలు ఎదుర్కొంటున్న ఉద్యోగుల్లో కొందరు పదోన్నతులు పొంది ఇతర ఆలయాలకు బదిలీ కావడం గమనార్హం. మరికొందరు ఎలాంటి చర్యలు లేకుండానే ఉద్యోగ విరమణ పొందారు. దేవాదాయ శాఖలోని కొందరు అధికారులు ఉద్దేశపూర్వకంగానే విచారణను ఆలస్యం చేస్తూ అవినీతిపరులను కాపాడుతున్నారనే ఆరోపణలు బలంగా వినిపిస్తున్నాయి.ఇదిలా ఉండగా, గత ఆగస్టులో ఇదే ఆలయంలో రూ.49.29 లక్షల నిధుల దుర్వినియోగానికి సంబంధించి నలుగురు ఉద్యోగులపై శాఖాపరమైన చర్యలు తీసుకున్నారు. ఒకరిని ఉద్యోగం నుంచి తొలగించి, ముగ్గురి ఇంక్రిమెంట్లను నిలిపివేశారు. ప్రస్తుతం ఆలయంలో 60 ఏళ్ల తర్వాత చారిత్రాత్మక చందనోత్సవం నవంబర్ 16 నుంచి జరగనున్న తరుణంలో ఈ భారీ కుంభకోణం మళ్లీ తెరపైకి రావడం చర్చనీయాంశంగా మారింది.

పంచాయతీ నామినేషన్ల వేళ.. అన్నమయ్య జిల్లాలో ఘర్షణలు, పలువురికి గాయాలు



అన్నమయ్య జిల్లా, నవంబర్ 15:
రాష్ట్రంలో పంచాయతీ ఎన్నికలకు సంబంధించిన నామినేషన్ల ప్రక్రియ ప్రారంభమైన నేపథ్యంలో అన్నమయ్య జిల్లాలో ఘర్షణలు చోటుచేసుకున్నాయి.రాష్ట్రంలో పంచాయతీ ఎన్నికలకు సంబంధించిన నామినేషన్ల ప్రక్రియ ప్రారంభమైన నేపథ్యంలో అన్నమయ్య జిల్లాలో ఘర్షణలు చోటుచేసుకున్నాయి. జిల్లాలోని రామాపురం మండలంలోని హసనాపురంలో రెండు వర్గాల మధ్య ఘర్షణలు తలెత్తాయి. సిబ్బాల గ్రామ పంచాయతీకి సంబంధించి.. నామినేషన్లు కొనసాగుతున్న వేళ.. ఇరు వర్గాలు కొట్టుకోవడంతో పలువురికి గాయాలయ్యాయి. అప్రమత్తమైన పోలీసులు.. రంగప్రవేశం చేసి పరిస్థితిని అదుపులోకి తెచ్చి.. నామినేషన్ల ప్రక్రియను యథాతథంగా పూర్తి చేయించారు.

రామోజీరావు జయంతి - ఏపీ వ్యాప్తంగా బైక్ ర్యాలీలు

అమరావతి:అక్షర యోధుడు, రామోజీ గ్రూప్ సంస్థల వ్యవ స్థాపకులు, పద్మవిభూషణ్ స్వర్గీయ రామోజీ రావు జయంతి (నవంబర్ 16)ని ఏపీవ్యాప్తంగా ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా రామోజీరావు ఆశయాలను స్మరించుకుంటూ ఈనాడు, ఈటీవీ, మార్గదర్శి, కళాంజలి సిబ్బంది ఆయన చిత్రపటానికి పూలమాలలు వేసి నివాళులు అర్పించారు. పలు జిల్లాల్లో బైక్ ర్యాలీలు నిర్వహిం చారు.రామోజీరావు జయంతి సందర్భంగా విశాఖపట్నంలో మార్గదర్శి సిబ్బంది, ఖాతాదారులు మారథాన్ నిర్వహి ంచారు. ఆర్కే బీచ్‌లోని కాళీమాత ఆలయం నుంచి వైఎంసీఏ వరకు ఇది సాగింది. ఏలూరులో అశోక స్తూపం నుంచి బైక్ ర్యాలీ నిర్వహించిన ఉద్యోగులు, ఫైర్ స్టేషన్, పాత బస్టాండ్ కూడళ్ల వద్ద మానవహారం చేపట్టారు. గుడివాడలో బైక్ ర్యాలీ అనంతరం బైపాస్ రోడ్డులోని మమత వృద్ధాశ్రమంలో పండ్లు పంపిణీ చేశారు.కొత్త పట్నం బస్టాండ్ నుంచి : ఒంగోలులో డీఎస్పీ రాయపాటి శ్రీనివాస్ జెండా ఊపి బైక్ ర్యాలీని ప్రారంభించారు. కర్నూలు రోడ్డులోని మార్గదర్శి కార్యాలయం నుంచి కొత్తపట్నం బస్టాండ్, కలెక్టరేట్ మీదుగా ఈ ర్యాలీ సాగింది. తెలుగు జాతి పట్ల అంకితభావంతో పనిచేసిన



రామోజీరావు సేవలు చిరస్మరణీయంగా నిలిచిపోతాయని డీఎస్పీ కొనియాడారు. విజయవాడలో పోలీస్ కంట్రోల్ రూమ్ వద్ద ప్రముఖ న్యాయవాది సుంకర రాజేంద్రప్రసాద్ బైక్ ర్యాలీని ప్రారంభించారు. ఈ ర్యాలీ బెంజ్ సర్కిల్ మీదుగా కళాంజలి షోరూమ్ వరకు సాగింది.పశ్చిమగోదావరి జిల్లా భీమవరం, తాడేపల్లిగూడెం, తణుకు ప్రాంతాల్లో బైక్ ర్యాలీలు నిర్వహించారు. గుంటూరులో హిందూ కళాశాల మార్గదర్శి కార్యాలయం నుంచి కలెక్టరేట్, బృందావన్ గార్డెన్స్ మీదుగా ర్యాలీ సాగింది. మంగళగిరిలో బస్టాండ్ నుంచి నేతన్న సర్కిల్ వరకు ర్యాలీ నిర్వహించారు. శ్రీ సత్యసాయి జిల్లా హిందూపురంలో బైక్ ర్యాలీలో పాల్గొన్న సిబ్బంది 'మార్గదర్శి మా విశ్వాసం' అని నినాదాలు చేశారు. తిరుపతిలో సుమారు 15 కిలోమీటర్ల మేర ర్యాలీ ఉత్సాహంగా సాగింది. పల్నాడు జిల్లా నరసరావుపేటలో సిబ్బందికి, ఖాతాదారులకు అల్పా హారం ఏర్పాటు చేశారు.రామోజీరావు అడుగుజాడల్లో : కడప, ప్రొద్దు టూరులో నిర్వహించిన ర్యాలీల్లో సిబ్బ ంది పాల్గొని రామోజీ రావు సేవలను స్మరించుకున్నారు. కాకినాడ, మచిలీపట్నం, మండపేట, నంద్యాల, అనంతపురం, శ్రీకాకుళం, నెల్లూరు, చిత్తూరు, విజయనగరం తదితర ప్రాంతాల్లో మార్గదర్శి సిబ్బంది భారీ ర్యాలీలు నిర్వహించారు. నీతి, నిజాయితీతో వ్యాపార సంస్థలను నడపటమే కాకుండా సమాజ శ్రేయస్సుకు పాటుపడిన వ్యక్తి రామోజీరావు అని సిబ్బంది కొనియాడారు. ఆయన ఎంతోమంది ఉద్యోగుల జీవితాల్లో వెలుగులు నింపారని, ఆయన ఆశయాలను, విలువలను భావితరాలకు అందిస్తామని ప్రతిజ్ఞ చేశారు.

ఏపీకి జాతీయ స్థాయిలో అరుదైన గౌరవం - యాక్సెస్ ఈక్వాలిటీలో నెం.2

అమరావతి, :సంపదలోనే కాదు సామాన్యుడికి అందే అవకాశాల్లోనూ ఆంధ్రప్రదేశ్ సత్తా చాటుతోంది. ప్రజలకు సేవలు, సౌకర్యాలు అందించడంలో టాప్‌గా నిలిచింది. దేశవ్యా ప్తంగా యాక్సెస్ ఈక్వాలిటీ ఇండెక్స్‌లో రెండో ర్యాంక్‌తో రాష్ట్రం సరికొత్త రికార్డు సృష్టించింది. సామాజిక, ఆర్థిక భద్రతలో దేశంలోనే అగ్రగామిగా నిలిచి అభివృద్ధికి కేరాఫ్‌గా మారింది.ఆర్థిక పరిస్థితులను విశ్లేషించి : అభివృద్ధి అంటే కేవలం సంపద సృష్టి మాత్రమే కాదు ఆ సంపదను ప్రజలకు అందుబాటులో ఉన్న అవకాశాలుగా మలచాలి. ఈ అంశం ప్రాతిపదికగా ఓ.పీ. జిందాల్ గ్లోబల్ యూనివర్సిటీకి చెందిన సెంటర్ ఫర్ న్యూ ఎకనామిక్ స్టడీస్ రూపొందించిన యాక్సెస్ ఈక్వాలిటీ ఇండెక్స్ ఏఈఐ-2026లో ఏపీ మెరుగైన పనితీరు కనబర్చింది. దేశంలోని 28 రాష్ట్రాల సామాజిక, ఆర్థిక పరిస్థితులను విశ్లేష ించి నివేదికను రూపొందించారు. రిపోర్ట్‌లో ఆంధ్రప్రదేశ్‌కు 0.66 స్కోరు లభించింది. 0.68 స్కోరుతో గోవా తొలి స్థానంలో నిలవగా సిక్కిం 0.63, కేరళ 0.60, తమిళనాడు, తెలంగాణ 0.57 స్కోర్లతో తర్వాతి స్థానాల్లో



ఉన్నాయి.ఐదు కీలక అంశాలు పరిగణనలోకి : ఈ సూచీ ఆధారంగా ఏపీని ఫ్రంట్ రన్నర్ రాష్ట్రంగా సీఎన్ఇఎస్ గుర్తించింది. రాష్ట్రాల అభివృద్ధిని అంచనా వేయడంలో ఈ సూచీ ఐదు కీలక అంశాలను పరిగణనలోకి తీసుకుంది. ప్రాథమిక మౌలిక సదుపాయాలు, ఆరోగ్య సంరక్షణ, విద్య, సామాజిక-ఆర్థిక భద్రత, న్యాయ సేవల ఆధారంగా రాష్ట్రాల పనితీరును విశ్లేషించింది. ప్రాథమిక మౌలిక సదుపాయాలు, ఆరోగ్య సంరక్షణ, విద్య, సామాజిక-ఆర్థిక మొత్తం 23 విభాగాల్లోని 60 సూచికలను పరిశీలించి ప్రతి అంశానికి సమాన ప్రాధాన్యం ఇచ్చింది. ఈ ఐదు అంశాల్లో సామాజిక, ఆర్థిక భద్రత విభాగంలో ఆంధ్రప్రదేశ్ 0.69 స్కోరుతో దేశంలోనే అగ్రస్థానంలో నిలిచింది. రెండో స్థానంలో ఉన్న గోవా 0.50 స్కోరుకే పరిమితమైంది. మిగిలిన నాలుగు విభాగాల్లోనూ ఏపీ అగ్రరాష్ట్రాల జాబితాలో చోటు దక్కించుకుంది.దేశంలో 13వ స్థానంలో ఆంధ్రప్రదేశ్ : తలసరి ఆదాయంలో ఆంధ్రప్రదేశ్ దేశంలో 13వ స్థానంలో ఉన్నప్ప టికీ ఆర్థిక స్థాయిని బట్టి అంచనా వేసిన యాక్సెస్ స్కోరు 0.51 మాత్రమే. ఐతే అంచనాలకు మించి 0.15 పాయింట్లు అధికం గా రాష్ట్రం నమోదు చేసింది.ప్రాథమిక మౌలిక సదుపాయాలు, ఆరోగ్య ఆదాయానికి, అవకాశాల కల్పనకు మధ్య ఉన్న ఈ సానుకూల వ్యత్యాసం దేశంలోని అన్ని రాష్ట్రాల్లో ఏపీలోనే అత్యధికంగా నమోదైంది. కేరళ 0.07, హిమాచల్ ప్రదేశ్ 0.06 పాయింట్లతో తర్వాతి స్థానాల్లో ఉన్నాయి. ప్రజలకు అవసరమైన సేవలు, సౌకర్యాలు ఎంతమేర అందుబాటులో ఉన్నాయన్నదే ఈ సూచీ ప్రధాన ఉద్దేశం. తాగునీరు, పారిశుద్ధ్యం, గృహవసతి, స్వచ్ఛమైన ఇంధనం, వైద్య సదుపాయాలు, విద్య, ఉపాధి, బ్యాంకింగ్, బీమా, పింఛన్లు, న్యాయ సేవల లభ్యతను ఇందులో పరిశీలించారు.

స్థానిక సంస్థల రెండో విడత ఎన్నికల్లో కూటమి విజయమే లక్ష్యం: ఏపీ బీజేపీ చీఫ్

అమరావతి, నవంబర్15:



స్థానిక సంస్థల రెండో విడత ఎన్నికల్లో కూటమి విజయమే లక్ష్యమని ఏపీ బీజేపీ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు పీవీఎన్ మాధవ్ స్పష్టం చేశారు. గతంలో సాధించిన విజయా లను పునరావృతం చేసేలా ఈ ఎన్నికలకు నమాయత్తమవుతున్నామని తెలిపారు. ఆదివారం రాజధాని అమరావతిలో ఆయన మాట్లాడుతూ.. 2024 అసెంబ్లీ ఎన్నికలతో పాటు ఇటీవల జరిగిన స్థానిక సంస్థల ఎన్ని కల్లో కూటమికి ప్రజలు మద్దతు ఇచ్చారని అన్నారు. ఈ మద్దతు ఈసారి కూడా కొనసాగుతోందని విశ్వాసం వ్యక్తం చేశారు. ప్రభుత్వ పాలనపై ప్రజల్లో సానుకూల స్పందన తోపాటు విశ్వాసం కూడా పెరుగుతుందని పేర్కొన్నారు.రాష్ట్రాభివృద్ధికి కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు సమన్వయంతో పనిచేస్తున్నాయని పీవీఎన్ మాధవ్ చెప్పారు. అన్ని ప్రాంతాల్లో టీడీపీ, జనసేన, బీజేపీ నేతల సమన్వయంతో అభ్యర్థుల ఎంపిక, సీట్ల పంపకాలపై చర్చలు జరిపామని వివరించారు. పంచాయతీ ఎన్నికల మొదటి విడతకు కూడా ఎన్నికల ప్రక్రియ ప్రారంభమైందని అన్నారు. జిల్లా అధ్యక్షులు, ఎమ్మెల్యేలతో కలిసి క్షేత్రస్థాయిలో సమన్వయంతో పనిచేయాలని నిర్ణయించామని తెలిపారు. సంక్షేమం, అభివృద్ధి అనే రెండు అంశాలకు సమాన ప్రాధాన్యతను ఇస్తూ డబుల్ ప్రభుత్వం ముందుకు సాగుతోందని బీజేపీ చీఫ్ పీవీఎన్ మాధవ్ ధీమా వ్యక్తం చేశారు.

అనకాపల్లి జిల్లాలో ముగ్గురి యువకుల మృతి హోం మంత్రి అనిత విచారం

అనకాపల్లి జిల్లా , నవంబరు 15 :



అనకాపల్లి జిల్లా ఎస్.రాయవరం మండలం పెనుగొల్లులోని వరాహ నదిలో స్నానానికి దిగి ముగ్గురు యువకులు గల్లంతై, మృతి చెందిన విషయం తెలిసిందే. (ఆదివారం) ఉదయం యువకుల మృతదేహాలు లభ్యమయ్యా యి. యువకుల మృతిపై ఆంధ్రప్రదేశ్ హోం మంత్రి వంగలపూడి అనిత విచారం వ్యక్తం చేశారు. శనివారం ఈతకు వెళ్లి వరాహ నదిలో యువకులు గల్లంతై, చనిపోయారని తెలిపారు. నిన్న సాయంత్రం నుంచి పోలీసులు, గ్రామస్థుల ఆధ్వర్యంలో గాలింపు చర్యలు కొనసాగాయని చెప్పుకొ చ్చారు. యువకులు మృతిచెందడం అత్యంత బాధాకరమని అన్నారు. మృతుల కుటుంబాలకు హోం మంత్రి అనిత ప్రగాఢ సానుభూతి తెలిపారు.కాగా, యువకుల మృతి పట్ల బాధిత కుటుంబాలకు ప్రభుత్వం న్యాయం చేయాలని కోరుతూ వారి బంధువులు జాతీయ రహదారిపై నిరసన వ్యక్తం చేశారు. వారి నిరసనతో పెనుగల్లు జాతీయ రహదారిపై కిలోమీటర్ల మేర వాహనాల రాకపోకలు నిలిచిపోయాయి.

గ్రామస్థాయిలోనూ కూటమి బలపరిచే అభ్యర్థులనే గెలిపించాలి

అమరావతి, :గ్రామస్థాయి ఎన్నికలను నాయకులు తేలిగ్గా తీసుకోవద్దని పార్టీ నేతలకు ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు స్పష్టం చేశారు. పంచాయ తీలతో పాటు 23 పట్టణ స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల సన్నద్ధతపై టీడీపీ ముఖ్యనేతలతో శనివారం చంద్రబాబు టెలీ కాన్ఫరెన్స్ నిర్వహించారు. క్షేత్రస్థాయిలో నేతల్ని తీర్చిదిద్దేందుకు ఈ ఎన్నికలు మంచి అవకాశమని సీఎం అన్నారు. కేంద్రం, రాష్ట్రం, పురపాలికలు, జిల్లా పరిషత్తుల్లో ఎన్డీయేనే ఉందని అన్నారు. పట్టణ, పరిషత్ ఎన్నికల్లో కూటమికి చారిత్రక విజయాన్ని ఇచ్చినట్లే, కూటమి బలపరిచే అభ్యర్థులనే సర్పంచులుగా గెలిపించాలని సీఎం చంద్రబాబు కోరారు. గ్రామస్థాయిలోనూ కూటమి బలపరిచే అభ్యర్థులు గెలవాలన్నారు. అప్పుడే సంక్షేమ, అభివృద్ధి కార్యక్రమాలు సజావుగా సాగుతాయని చంద్రబాబు స్పష్టం చేశారు. నాలుగు నగరపాలక సంస్థలు, 19 పురపాలక సంఘాలు, నగర పంచాయతీలకు జరిగే ఎన్నికల్లోనూ కూటమి అభ్యర్థులు తిరుగులేని విజయం సాధించాలని దిశానిర్దేశం చేశారు.పుర, పరిషత్తు ఎన్నికల్లో కూటమికి ప్రజలు చరిత్రాత్మక విజయాన్ని కట్టబెట్టారని చంద్రబాబు పేర్కొన్నారు. 94 మున్సిపాలిటీలు, 3235 వార్డులు, 575 జడ్పీటీసీలు, 7,500కు పైగా ఎంపీటీసీ స్థానాల్లో కూటమి బలపరిచిన అభ్యర్థులు విజయభేరి మోగించారన్నారు. ఈవీఎం, బ్యాలెట్, పోస్టల్ బ్యాలెట్ ఇలా ఏ విధానమైనా కూటమిదే హవా అని చంద్రబాబు స్పష్టం చేశారు. "గతం కంటే 25 శాతం ఓటు



బ్యాంకు పెరిగింది. ఉద్యోగులంతా కూటమి ప్రభుత్వం వైపే నిలబడ్డారు. సుమారు 7 జిల్లాల్లో క్లీన్‌స్వీప్ చేశాం. అనకాపల్లి, మార్కాపురం జిల్లాల్లో 100 శాతం స్ట్రైక్‌రేట్ సాధించాం" అని చంద్రబాబు తెలిపారు. వైఎస్సార్సీపీ చేసిన తప్పుడు ప్రచారాల్ని ప్రజలు నమ్మలేదన్నారు.గొడవలకు పోవద్దని సూచన: త్వరలో జరిగే 23 పట్టణ ఎన్నికల్లోనూ కూటమి అభ్యర్థులు తిరుగులేని విజయం సాధించాలన్నారు. స్థానిక ఎన్నికల్లో విద్యావంతులు, యువతకు అవకాశంమిచ్చామని గుర్తుచేశారు. ప్రజల మనోభావాల ప్రకారం పని చేయాలని, ఎట్టి పరిస్థితుల్లో చెడ్డ పేరు తెచ్చుకోవద్దని సూచించారు. గొడవలకు పోవొద్దన్న చంద్రబాబు కొందరు హింసనే నమ్ముకుంటారని, కూటమి మాత్రం ప్రజాస్వామ్యాన్ని నమ్ముతుందని అన్నారు. అధికారాన్ని మంచి చేయడానికి, ప్రజలకు దగ్గర కావడానికి ఉపయోగించుకోవాలని నిర్దేశించారు.ప్రజల మనోభావాలకు తగ్గట్లు పనిచేస్తే: తమ మనోభావాలకు తగ్గట్టు పనిచేసే నాయకులతో ప్రజలు ఉంటారని చంద్రబాబు తెలిపారు. మంచి చేయడానికి, ప్రజలకు దగ్గరవడానికి అధికారాన్ని ఉపయోగించాలని అన్నారు. ఎంపీటీసీ, జడ్పీటీసీ స్థానాల్లో గెలిచినవారు క్రియాశీలకంగా పనిచేయాలన్నారు. రాబోయే 30 ఏళ్లకు ఉపయోగపడేలా నాయకత్వాన్ని నిర్మించుకుందాం అని చంద్రబాబు శ్రేణులకు దిశానిర్దేశం చేశారు.

'తుపాన్లతో 4.61 లక్షల హెక్టార్లలో పంట నష్టం' - వివరాలు వెంటనే నమోదు చేయాలి

అమరావతి:అర్నబ్, మురసు తుపాన్ల వల్ల దెబ్బతిన్న పంట నష్టాల నమోదును వేగవంతం చేయాలని వ్యవసాయ శాఖ మంత్రి కింజరాపు అచ్చెన్నా యుడు అధికారులను ఆదేశించారు. అర్హులైన ఒక్క రైతు కూడా మిగిలిపోకుండా ఎన్యుమ రేషన్ పూర్తి చేయాలని స్పష్టం చేశారు. రెండు తుపాన్ల ప్రభావంతో రాష్ట్రంలో మొత్తం 4,61,194 హెక్టార్లలో వ్యవసాయ పంటలు దెబ్బతిన్నాయని అధికారులు మంత్రికి వివరించారు.అర్నబ్ తుపానుతో భారీ నష్టం : అర్నబ్ తుపానుతో 3,27,843 హెక్టార్లలో పంట నష్టం జరిగింది. 5,23,136 మంది రైతులపై ప్రభావం పడింది. ఈ తుపాను వల్ల వ్యవసాయ పంటలకు ఏకంగా రూ. 2,392.84 కోట్ల నష్టం వాటిల్లినట్లు అధికారులు వెల్లడించారు. మురసు తుపానుతో 1,33,351 హెక్టార్లలో పంటలు దెబ్బతిన్నాయి. 1,86,269



మంది రైతులపై ప్రభావం పడింది. 29,960 హెక్టార్లలో నష్టం : రెండు తుపాన్లతో కలిపి 29,960 హెక్టార్లలో ఉద్యాన పంటలకు నష్టం వాటిల్లింది. అర్నబ్ తుపాను ఉద్యాన పంటల నష్టాల ఎన్యుమరేషన్ 99.24 శాతం పూర్తయింది. కానీ, మురసు తుపాను నష్టాల నమోదు మాత్రం 32.77 శాతమే పూర్తయిందని అధికారులు తెలిపారు. దీనిపై మంత్రి అసంతృప్తి వ్యక్తం చేశారు.మురసు నష్టాల నమోదును వెంటనే పూర్తి చేయాలని ఆదేశించారు. క్షేత్రస్థాయిలో సిబ్బంది కొరత ఉంటే వెంటనే భర్తీ చేసి, నష్టపో యిన ప్రతి రైతును గుర్తించాలని సూచిం చారు. నష్టాల నమోదు పూర్తయిన వెంటనే పరిహారం అందేలా చర్యలు తీసుకుంటా మని అచ్చెన్నాయుడు హామీ ఇచ్చారు.

స్థానిక ఎన్నికల్లో ఓటమిని అంగీకరించలేకనే మాపై జగన్ అండ్ కో అసత్య ఆరోపణలు

నంద్యాల జిల్లా , నవంబరు 15 :



వైసీపీ అధినేత వైఎస్ జగన్ మోహన్ రెడ్డిపై ఏపీ మంత్రి బీసీ జనార్దన్ రెడ్డి (తీవ్ర ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల్లో ఓటమిని అంగీకరించలేక కూటమి ప్రభుత్వంపై అసత్య ప్రచారాలు చేస్తున్నారని ధ్వజమెత్తారు. జగన్ అండ్ కో ఆధారాలు లేని ఆరోపణలతో ప్రజల్లో గందరగోళం సృష్టి ంచడాన్ని ఇప్పటికైనా మానుకోవాలని మంత్రి హితవు పలికారు. వైసీపీ నుంచి పోటీ చేసేం దుకు కనీసం అభ్యర్థులు కూడా ముందుకు రాని పరిస్థితి ఉందని ఎద్దేవా చేశారు.స్థానిక ఎన్నికలపై దిశానిర్దేశం..పంచాయతీ ఎన్నికలపై వైసీపీ నేతలు చేస్తున్న అసత్య ప్రచారాలను మంత్రి తీవ్రంగా ఖండించారు. (ఆదివారం) నంద్యాల జిల్లాలోని కొలిమిగుండ్లలో మండల ఎన్డీఏ కూటమి ముఖ్య నాయకులతో పంచాయతీ ఎన్నికల సన్నద్ధతపై మంత్రి బీసీ జనార్దన్ రెడ్డి సమీక్షా సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సమావేశంలో కేడర్‌కు స్థానిక ఎన్నికలపై దిశానిర్దేశం చేశారు. గ్రామస్థాయిలో కూటమి పార్టీల మధ్య సమన్వయం, ఎన్నికల కార్యాచరణపై నాయకులకు మార్గనిర్దేశం చేశారు. కూటమి నాయకులు, కార్యకర్తలు సమష్టిగా పనిచేస్తూ పంచాయతీ ఎన్నికలకు సిద్ధం కావాలని పిలుపునిచ్చారు.పంచాయతీ ఎన్నికల్లోనూ కూటమి అభ్యర్థులదే విజయం..మున్సిపల్, పరిషత్ ఎన్నికల్లో సాధించిన అఖండ విజయాన్ని పంచాయతీ ఎన్నికల్లోనూ పునరావృతం చేస్తామని మంత్రి ధీమా వ్యక్తం చేశారు. పంచాయతీ ఎన్నికల్లోనూ కూటమి అభ్యర్థులదే విజయమని ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు. ఎన్నికల ప్రక్రియపై ప్రజల్లో భయాందోళనలు సృష్టించేందుకు వైసీపీ ప్రయత్నిస్తోందని దుయ్యబట్టారు.

సాంకేతిక ఆవిష్కరణల్లో భారత్ గ్లోబల్ లీడర్‌గా ఎదగాలి: రాజ్‌నాథ్ సింగ్



న్యూ ఢిల్లీ అధునాతన సాంకేతికతను వినియోగించుకునే దేశంగా కాకుండా కీలక రంగాల్లో నూతన ఆవిష్కరణలు చేస్తూ ప్రపంచానికి నాయకత్వం వహించే స్థాయికి భారత్ ఎదగాలని రక్షణమంత్రి రాజ్‌నాథ్ సింగ్ ఆదివారం పిలుపునిచ్చారు. దేశ భద్రతా సన్నద్ధత, ఆత్మనిర్భరత (స్వయం సమృద్ధి) కోసం దేశంలోని 'నాన్-డిస్ట్రక్టివ్ టెస్టింగ్' (చీణు) వ్యవస్థను బలోపేతం చేయాల్సిన అవసరముందని ఆయన నొక్కి చెప్పారు. నాన్-డిస్ట్రక్టివ్ ఎవాల్యుయేషన్, ఎనేబ్లింగ్ టెక్నాలజీస్‌పై జరిగిన 36వ వార్షిక సదస్సు, ఏరోస్పేస్‌లో నాన్-డిస్ట్రక్టివ్ టెస్టింగ్‌పై జరిగిన 15వ అంతర్జాతీయ సింపోజియంను ఉద్దేశించి వర్చువల్‌గా ప్రసంగించారు."ఆధునిక తనిఖీ సాంకేతికతలలో దేశీయ సామర్థ్యాలను పెంపొందించడం ఎంతో అవసరం. ముఖ్యంగా నాణ్యత ప్రమాణాలను ప్రోత్సహించడం, వ్యూహాత్మక రంగాల్లో పరీక్ష ఫలితాల కచ్చితత్వం, విశ్వసనీయత, సమగ్రతను కాపాడుకోవాల్సిన అవసరముంది. ఇందుకోసం ప్రత్యేక సెన్సార్లు, మూల్యాంకన పరికరాలు, సంబంధిత సాఫ్ట్‌వేర్‌లలో మన స్వదేశీ సామర్థ్యాలను బలోపేతం చేసుకోవాలి. అలాగే, రక్షణ రంగాల్లో దేశీయ సామర్థ్యాలను అభివృద్ధి చేయడం చాలా అవసరం."– రాజ్?నాథ్ సింగ్?, రక్షణమంత్రి'పరికరాలను విడదీయకుండా వాటి లోపాలను గుర్తించాలి'శస్త్రచికిత్స అవసరం లేకుండా మానవ శరీరంలోని సమస్యలను అల్ట్రాసౌండ్, ఎక్స్‌రేలు ఎలా గుర్తిస్తాయో, పరికరాలను విడదీయకుండా వాటి అంతర్గత లోపాలను గుర్తించేందుకు చీణు సాంకేతికత ఉపయోగపడుతుందని రాజ్?నాథ్? పేర్కొన్నారు. భారత రక్షణ వ్యవస్థలను ఆధునీకరిస్తున్న తరుణంలో ప్రతి విడిభాగం నాణ్యతతో ఉండాలని నొక్కి చెప్పారు. బయటకు కనిపించని లోపాల వల్ల పరికరాల జీవితకాలం తగ్గడమే కాకుండా, కీలక సమయాల్లో ఆపరేషన్ల విజయానికి ముప్పు వాటిల్లవచ్చని హెచ్చరించారు.'నాణ్యత అనేది జాతీయ భద్రతతో ముడిపడిన అంశం'ఒక దేశ పురోగతి కేవలం అది అభివృద్ధి చేసే సాంకేతికతలపైనే కాకుండా, అది నిర్మించే వ్యవస్థల నాణ్యత, విశ్వసనీయత, భద్రతపై కూడా ఆధారపడి ఉంటుందని రాజ్?నాథ్? సింగ్ నొక్కి చెప్పారు. భారత రక్షణ వ్యవస్థలు మరింత అధునాతనంగా మారుతున్నందున, తయారీలో ప్రతి దశలోనూ అత్యున్నత నాణ్యత, విశ్వసనీయత ప్రమాణాలను అందుకోవాలని అన్నారు. క్షిపణులు, యుద్ధ విమానాలు, నౌకలు, అంతరిక్ష నౌకల తయారీలో నాణ్యత కేవలం నిబంధన మాత్రమే కాదని, అది జాతీయ భద్రతతో ముడిపడిన అంశమని ఆయన స్పష్టం చేశారు. రక్షణ రంగంలో స్వయం సమృద్ధి సాధించడం కేవలం ఆర్థిక లక్ష్యం కాదని, అదొక వ్యూహాత్మక అవసరమని పేర్కొన్నారు. ఇందుకోసం ప్రభుత్వ రంగ సంస్థలు, ప్రైవేటు తయారీదారులు, స్టార్టప్‌లు, మీవీజులు ఇందులో కీలక పాత్ర పోషించాలని సూచించారు.'భద్రతా అవసరాలకు అనుగుణంగా సామర్థ్యాలను మెరుగుపరుచుకోవాలి'వేగంగా మారుతున్న భౌగోళిక వాతావరణానికి అనుగుణంగా అడుగులు వేయాల్సిన అవసరముందని రక్షణమంత్రి సూచించారు. ఇందుకోసం స్వదేశీ ఆయుధాలు, ప్లాట్‌ఫారమ్‌లు, సహాయక వ్యవస్థలు అన్ని వేళలా అత్యున్నత స్థాయి విశ్వసనీయతను, పనితీరును అందించాలని అన్నారు.

సీఎం సభలో మాట్లాడనివ్వలేదని మైక్ విసిరి కొట్టి, పోడియం పడేసిన ఎమ్మెల్యే



ఉత్తరాఖండ్: ఉత్తరాఖండ్‌లోని పితోరాగఢ్ జిల్లాలో శనివారం నిర్వహించిన ప్రతిష్ఠాత్మక జౌల్జీబీ జాతరలో తీవ్ర రాజకీయ దుమారం చెలరేగింది. వేదికపై మాట్లాడేందుకు తనకు అవకాశం ఇవ్వలేదంటూ ఆగ్రహంతో ఊగిపోయిన ధార్చుల నియోజకవర్గ కాంగ్రెస్ ఎమ్మెల్యే హరీశ్ సింగ్ ధామి మైక్‌ను విసిరికొట్టడం తీవ్ర చర్చనీయాంశమైంది.శనివారం జౌల్జీబీ జాతరకు ముఖ్య అతిథిగా హాజరైన ఉత్తరాఖండ్ ముఖ్యమంత్రి పుష్కర్ సింగ్ ధామి కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభించి, కొంత సమయం తర్వాత అక్కడి నుంచి వెళ్లిపోయారు. సీఎం వెళ్లిపోయిన వెంటనే కాంగ్రెస్ ఎమ్మెల్యే హరీశ్ సింగ్ ధామి తన మద్దతుదారులతో కలిసి వేదికపైకి చేరుకుని గందరగోళం సృష్టించారు.జాతరకు అధ్యక్షుడిగా ఉన్న తనకు ముఖ్యమంత్రి సమక్షంలో మాట్లాడేందుకు అవకాశం ఇవ్వలేదని ఎమ్మెల్యే హరీశ్ సింగ్ ధామి తీవ్ర అసహనం వ్యక్తం చేశారు. ఆ తర్వాతైనా మాట్లాడేందుకు ప్రయత్నించగా నిర్వాహకులు మైక్‌ను ఆపేశారని ఆరోపిస్తూ, ఆగ్రహంతో మైక్‌ను విసిరికొట్టారు. అంతటితో ఆగకుండా వేదికపై ఉన్న పోడియాన్ని, కుర్చీలను కింద పడేసి రాష్ట్ర ప్రభుత్వంపై, సీఎం పుష్కర్ సింగ్ ధామిపై తీవ్ర విమర్శలు గుప్పించారు. ఎమ్మెల్యే హరీశ్ సింగ్ ధామి వేదికపై రసాభాస సృష్టించిన వీడియో ప్రస్తుతం సోషల్ మీడియాలో వైరల్ అవుతోంది. ఈ ఘటనపై భారతీయ జనతా పార్టీ తీవ్రంగా స్పందించింది. బాధ్యతాయుతమైన ఎమ్మెల్యే స్థానంలో ఉన్న వ్యక్తి బహిరంగ వేదికపై ఈ విధంగా ప్రవర్తించడం సిగ్గుచేటని దీజీూ నేతలు మండిపడ్డారు

యూపీ ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్ 181 సీట్లు అడుగుతోంది: అఖిలేశ్ యాదవ్



ఉత్తరప్రదేశ్: వచ్చే ఏడాది ఉత్తరప్రదేశ్‌లో అసెంబ్లీ ఎన్నికలు జరగబోతున్నాయి. కాంగ్రెస్, సమాజ్‌వాదీ పార్టీ కలిసి పోటీచేయాలని నిర్ణయించుకున్నాయి. అయితే విపక్ష కూటమిలో సీట్ల పంపకాల వ్యవహారం వివాదాస్పదంగా మారే అవకాశం కనబడుతోంది. యూపీ అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్ ఏకంగా 181 అసెంబ్లీ స్థానాలను కోరుతున్నట్లు ఎస్పీ అధినేత, మాజీ ముఖ్యమంత్రి అఖిలేశ్ యాదవ్ వెల్లడించారు. మొత్తం 403 స్థానాలున్న ఉత్తరప్రదేశ్ అసెంబ్లీలో దాదాపు సగం సీట్లు కాంగ్రెస్ అడుగుతున్నట్లు ఆయన పేర్కొన్నారుకాంగ్రెస్ అన్ని సీట్లు అడుగుతున్నప్పటికీ అఖిలేశ్ మాత్రం సానుకూల వ్యాఖ్యలు చేశారు. కాంగ్రెస్‌తో తమ సంబంధాలు బాగున్నాయని, బీజేపీని ఓడించేందుకు ఇండియా కూటమి కలిసే పోరాడుతుందని అఖిలేశ్ ధీమా వ్యక్తం చేశారు. ఢిల్లీలో జరిగిన హిందుస్థాన్ టైమ్స్ లీడర్‌షిప్ సమ్మిట్‌లో అఖిలేశ్ యాదవ్ పాల్గొన్నారు. యూపీ అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్ ఎన్ని స్థానాలు కోరుతోందని అఖిలేశ్‌ను ప్రశ్నించగా.. ఆయన 181 సీట్లు అడుగుతోందని జవాబిచ్చారు. అఖిలేశ్ వ్యాఖ్యలపై కాంగ్రెస్ కూడా స్పందించింది. నవంబర్ 17న సమాజ్‌వాదీ పార్టీతో సీట్ల పంపకాలపై చర్చలు ప్రారంభించనున్నట్లు వెల్లడించింది ఉత్తరప్రదేశ్ రాజకీయాల్లో ఒకప్పుడు కాంగ్రెస్ బలమైన శక్తిగా ఉండేది . ఈ ఫలితాలతో రాష్ట్రంలో తమ బలం పెరిగిందని కాంగ్రెస్ భావిస్తోంది. అందుకే వచ్చే అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో ఎక్కువ స్థానాల్లో పోటీ చేయాలని ప్రయత్నిస్తోంది.

'వందేమాతరం' పూర్తికాకముందే కూర్చున్న మంత్రి, కలెక్టర్



న్యూ ఢిల్లీ :కేరళంలో జాతీయ గేయం 'వందేమాతరం' విషయంలో వివాదం చెలరేగింది. ఓ ప్రభుత్వ కార్యక్రమంలో గేయం పూర్తికాకముందే ఆరోగ్య, కుటుంబ సంక్షేమ శాఖ మంత్రి కె. మురళీధరన్‌తో పాటు పలువురు ప్రముఖులు కూర్చుండిపోవడం రాజకీయ దుమారానికి దారితీసింది. జాతీయ గేయాన్ని అవమానించారని ఆరోపిస్తూ బీజేపీ తీవ్ర ఆగ్రహం వ్యక్తం చేసింది. మంత్రి, జిల్లా కలెక్టర్‌తో పాటు ఈ ఘటనలో భాగస్వాములైన వారిపై చట్టపరమైన చర్యలు తీసుకుంటామని హెచ్చరించింది. ఈ ఘటన కాసరగోడ్ జిల్లాలోని కరాడ్కు పంచాయతీ పరిధిలో ఉన్న ముల్లెరియా ఫ్యామిలీ హెల్త్ సెంటర్‌లో జరిగింది.ముల్లెరియా ఫ్యామిలీ హెల్త్ సెంటర్‌లో కొత్తగా నిర్మించిన ప్రయోగశాల భవన ప్రారంభోత్సవ కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో జాతీయ గేయం 'వందేమాతరం'ను పూర్తిగా ఆలపించాలని పంచాయతీ నిర్వహణ కమిటీ నిర్ణయించింది. అయితే గేయంలోని మొదటి రెండు చరణాలు పూర్తికాగానే మంత్రి కె. మురళీధరన్ తన కుర్చీలో కూర్చుండిపోయారు. ఆయనను అనుసరిస్తూ వేదికపై ఉన్న ఎంపీ రాజమోహన్ ఉన్నిత్తన్, ఎమ్మెల్యే కల్లాత్ర మహిన్, జిల్లా కలెక్టర్ శ్రీధన్య సురేశ్ కూడా కూర్చున్నారు. అయితే ఎమ్మెల్యే కె. నీలకందన్ మాత్రం గేయం పూర్తయ్యే వరకు నిలబడే ఉన్నారు. ఈ పరిణామం అక్కడున్నవారి దృష్టిని ఆకర్షించింది. అనంతరం ఈ ఘటన రాజకీయ వివాదానికి దారితీసింది.ఈ ఘటనపై బీజేపీ నాయకత్వం తీవ్ర అభ్యంతరం వ్యక్తం చేసింది. జాతీయ గేయం పూర్తికాకముందే ప్రజాప్రతినిధులు, అధికారులు కూర్చోవడం సముచితం కాదని విమర్శించింది. బాధ్యతాయుతమైన పదవుల్లో ఉన్నవారు ఇలా వ్యవహరించడం సమాజానికి తప్పుడు సంకేతాలు పంపుతుందని పేర్కొంది. బీజేపీ జిల్లా అధ్యక్షురాలు ఎం.ఎల్. అశ్విని ఈ ఘటనను రాజ్యాంగ ఉల్లంఘనగా అభివర్ణించారు. మంత్రి, జిల్లా కలెక్టర్‌తో పాటు ఇందులో భాగస్వాములైన ఇతరులపై కేసులు నమోదు చేస్తామని స్పష్టం చేశారు. క్యాబినెట్ మంత్రి రాజ్యాంగ నిబంధనలను ఉల్లంఘించడం తీవ్రమైన విషయమని పేర్కొన్నారు. జాతీయ గీతంతో సమాన ప్రాధాన్యం కలిగిన 'వందేమాతరం'ను అవమానించినందుకు మంత్రి, ఇతర ప్రముఖులు బహిరంగంగా క్షమాపణ చెప్పాలని బీజేపీ డిమాండ్ చేసింది. ఈ వ్యవహారంపై చట్టపరమైన చర్యలు తీసుకోవడంతో పాటు, మంత్రికి వ్యతిరేకంగా నిరసనలను మరింత ఉధృతం చేస్తామని జిల్లా కమిటీ హెచ్చరించింది.ఈ వివాదానికి ముందు మంత్రి కె. మురళీధరన్ సోమవారం ఉదయం నుంచి కాసరగోడ్ జిల్లాలో పలు అధికారిక కార్యక్రమాల్లో పాల్గొన్నారు. ఆరోగ్య రంగంలో మౌలిక సదుపాయాలను మెరుగుపరిచే లక్ష్యంతో చేపట్టిన పలు ప్రాజెక్టులను ప్రారంభించారు. కాస్తంగడ్‌లో వ్యాక్సిన్ స్టోర్‌ను, చెమ్నాడ్ గ్రామ పంచాయతీ పరిధిలోని మెల్పరంబ వద్ద అరమంగనం జనకీయ ఆరోగ్య కేంద్రాన్ని ప్రారంభించారు. కేంద్రం, ఇంటిగ్రేటెడ్ పబ్లిక్ హెల్త్ ల్యాబ్‌లను కూడా ప్రారంభించారు. కరాడ్కులోని కార్యక్రమానికి వెళ్లే ముందు ఉక్కినాడ్కులో ఉన్న ప్రభుత్వ వైద్య కళాశాలను సందర్శించారు.

వెంట్రుకలో 40వ వంతు కచ్చితత్వంతో మైక్రాన్ జబీజ యంత్రాలు డెవలప్- కేంద్రమంత్రి అశ్వినీ వైష్ణవ్ ప్రశంసలు



ఢిల్లీ :మానవుడి వెంట్రుక మందంలో 40వ వంతు కచ్చితత్వంతో విడిభాగాలను తయారు చేయగల స్వదేశీ 5-యాక్సిస్ ప్రెసిషన్ సీఎన్‌సీ యంత్రాలను భారత్ అభివృద్ధి చేసింది. కర్ణాటకలోని బెంగళూరులో ఉన్న ఎథెరియల్ మెషీన్స్ ప్లాంట్ తయారు చేసిన ఈ యంత్రాలు 2 మైక్రాన్ల కచ్చితత్వాన్ని కలిగి ఉంటాయి. ఈ విషయాన్ని ఎథెరియల్ మెషీన్స్ ప్లాంట్‌ను సందర్శించిన అనంతరం కేంద్ర ఎలక్ట్రానిక్స్, ఐటీ శాఖ మంత్రి అశ్వినీ వైష్ణవ్ వెల్లడించారు. 2 మైక్రాన్ల కచ్చితత్వాన్ని కలిగిన దేశీయ 5-యాక్సిస్ ప్రెసిషన్ సీఎన్‌సీ యంత్రాలను ఎథెరియల్ మెషీన్స్ ప్లాంట్ అభివృద్ధి చేసిందని తెలిపారు. ఇది దేశ తయారీ సామర్థ్యం కేవలం తుది ఉత్పత్తుల అసెంబ్లింగ్‌కే పరిమితం కాకుండా ఎంతో ముందుకు వెళ్తోందనడానికి నిదర్శనమని కొనియాడారు."దేశ తయారీ రంగాన్ని 'స్క్రూడ్రైవర్ టెక్నాలజీ' అని విమర్శించే వారికి ఇది సరైన సమాధానం. పూర్తిగా 'డిజైన్డ్ ఇన్ ఇండియా', 'మేడ్ ఇన్ ఇండియా' కింద 2 మైక్రాన్ల కచ్చితత్వంతో కూడిన 5 యాక్సిస్ ప్రెసిషన్ సీఎన్‌సీ యంత్రాలను రూపొందించారు. వివరంగా చెప్పాలంటే, మనిషి వెంట్రుక మందం దాదాపు 80 మైక్రాన్లు ఉంటుంది. సెమీకండక్టర్ ప్రోగ్రామ్ కింద భారత్‌లో పటిష్ఠమైన, స్వావలంబన కలిగిన ఎకో సిస్టమ్‌ను నిర్మించడానికి కేంద్రం కట్టుబడి ఉంది. 5 యాక్సిస్ ప్రెసిషన్ సీఎన్‌సీ యంత్రాలను అభివృద్ధి చేయడం ద్వారా భారత్ కేవలం తుది ఎలక్ట్రానిక్ ఉత్పత్తులను అసెంబుల్ చేయడానికే పరిమితం కాకుండా, ఇతర పారిశ్రామిక ప్రక్రియల్లో ఉపయోగించే యంత్రాలు, విడిభాగాలను కూడా ఎక్కువగా తయారు చేస్తోందని రుజువు చేసింది." అని అశ్వినీ వైష్ణవ్ సోషల్ మీడియా ప్లాట్‌ఫామ్ 'ఎక్స్'లో పోస్ట్ పెట్టారు.ఈథరియల్ మెషీన్స్ అనేది ఒక డీప్ టెక్ తయారీ సంస్థ అని, ఇది అధునాతన సీఎన్‌సీ యంత్రాలను రూపకల్పన, అభివృద్ధి, నిర్వహణ చేస్తుందని కేంద్ర మంత్రి అశ్వినీ వైష్ణవ్ తెలిపారు. అలాగే పలు రంగాలలోని కీలక అవసరాల కోసం అత్యంత కచ్చితత్వంతో పారిశ్రామిక భాగాలను తయారు చేస్తుందని పేర్కొన్నారు. ఆత్మనిర్భర్ భారత్ స్ఫూర్తితో సెమీకండక్టర్ల తయారీకి అవసరమైన అధునాతన యంత్రాలను, అధిక కచ్చితత్వం గల భాగాలను భారత్ స్వయంగా అభివృద్ధి చేసి, తయారు చేసుకోవడం అత్యవసరమని అభిప్రాయపడ్డారు. ఇలా చేయడం వల్ల దేశీయ సెమీకండక్టర్ల ఎకో సిస్టమ్ బలోపేతం అవుతుందన్నారు. అలాగే దేశం దిగుమతులపై ఆధారపడడాన్ని తగ్గిస్తుందన్నారు.'

వలస కార్మికులందరూ తిరిగి రండి.. బెంగాల్ సీఎం పిలుపు



బెంగాల్ : పొట్టకూటి కోసం ఇతర రాష్ట్రాలకు వలస వెళ్లిన కార్మికులు తిరిగి రావాలని పశ్చిమ బెంగాల్ ముఖ్యమంత్రి సువేందు అధికారి పిలుపునిచ్చారు. ప్రస్తుతం దేశవ్యాప్తంగా అమలవుతున్న వీబీ జీ రామ్ జీ పథకం కింద కార్మికులందరికీ 125 రోజుల పాటు కచ్చితంగా ఉపాధి కల్పిస్తామని ఆయన హామీ ఇచ్చారు. 'ఇప్పుడు వీబీ జీ రామ్ జీ పథకం అమలవుతోంది. దీని కింద కార్మికులకు కచ్చితంగా ఉపాధి కల్పిస్తాం. కాబట్టి ఇతర రాష్ట్రాలకు వలస వెళ్లిన కార్మికులంతా తిరిగి బెంగాల్‌కు రండి. సొంత రాష్ట్రంలో పని చేసుకుంటూ కుటుంబంతో కలిసి ఉండండి' అంటూ సువేందు అధికారి పేర్కొన్నారు. (బుధవారం) పంచాయతీ శాఖ సమావేశానికి హాజరైన ఆయన.. వలస కార్మికుల కోసం ఈ పిలుపునిచ్చారు.పంచాయతీ శాఖ సమావేశంలో బెంగాల్ సీఎం మాట్లాడుతూ.. వీబీ జీ రామ్ జీ పథకంలో రాష్ట్రవ్యాప్తంగా 22 కోట్ల పనిదినాలను నమోదు చేసే దిశగా పనిచేస్తున్నామని అన్నారు. కేంద్రం ఇచ్చిన ఈ టార్గెట్‌ను తాము త్వరలోనే అందుకుంటామని ఆయన ధీమాగా చెప్పారు. అలాగే ఈ పథకం కోసం రాష్ట్ర, కేంద్ర ప్రభుత్వాలు సంయుక్తంగా రూ.12,000 కోట్ల నిధులు కేటాయించాయని వివరించారు. ఇప్పటి వరకు బెంగాల్‌లో 65.62 లక్షల పని దినాలు నమోదు చేశామని వెల్లడించారు.

సిద్దు స్టింగ్ వీడియో కేసులో కుమారస్వామి సహాయకుడి విచారణ



కర్ణాటక :కర్ణాటక మాజీ ముఖ్యమంత్రి సిద్దరామయ్యను లక్ష్యంగా చేసుకుంటూ స్టింగ్ వీడియోలను ప్రసారం చేసిన కేసులో కేంద్ర మంత్రి హెచ్‌డీ కుమార స్వామి కార్యాలయంతో సంబంధం ఉన్న మీడియా కన్సల్టెంట్ ప్రజ్వల్ ప్రసాద్‌ను బెంగళూరు సెంట్రల్ క్రైం బ్రాంచ్ (సీసీబీ) సైబర్ క్రైం పోలీసులు ప్రశ్నించారు. ప్రసాద్ మంగళవారం సీసీబీ ప్రధాన కార్యాలయానికి వచ్చి పోలీసుల ముందు హాజరయ్యాడు. విచారణకు హాజరు కావాలని పోలీసులు అంతకుముందు అతనికి నోటీసు పంపారు. ముందస్తు బెయిల్ పొందడానికి ముందు నిందితుడు తప్పించుకోవడంతో పోలీసులు ఆ నోటీసులు జారీ చేశారు. స్టింగ్ వీడియోల కేసులో ప్రసాద్ పాత్రతో పాటు అతని వెనుక ఎవరు ఉన్నారో గుర్తించేందుకు ప్రయత్నిస్తున్నారు. సోషల్ మీడియాలో అప్‌లోడ్ చేయడానికి ఉపయోగించిన మొబైల్ ఫోన్‌ను ఢిల్లీలో కొన్నారని, అక్కడే కుమారస్వామి అధికారిక నివాసంలో ప్రసాద్‌కు ఆ ఫోన్ ఇచ్చారని బెంగళూరు పోలీస్ కమిషనర్ సీమంత్ కుమార్ సింగ్ తెలిపారు.

టెక్ రంగంలో భారత్ సరికొత్త రికార్డ్- 3 స్వదేశీ' ఏకా-1 మోడల్స్ ఆవిష్కరణ



ఢిల్లీ :కృత్రిమ మేధ (ఏఐ) రంగంలో స్వదేశీ సామర్థ్యాలను పెంపొందించుకునే దిశగా భారత్ మరో కీలక అడుగు వేసింది. దేశీయ అవసరాలకు అనుగుణంగా రూపొందించిన మూడు ఫౌండేషన్ ఏఐ మోడళ్లను కేంద్ర ప్రభుత్వం ఆవిష్కరించింది. కేంద్ర ఎలక్ట్రానిక్స్, ఐటీ మంత్రిత్వ శాఖ ఆధ్వర్యంలోని ఇండియా-ఏఐ మిషన్ ఈ మోడళ్లను అభివృద్ధి చేయించింది. బెంగళూరుకు చెందిన సోకెట్ ఏఐ ల్యాబ్స్ రూపొందించిన 'ఏకా-1' జెన్‌టెక్యూ అభివృద్ధి చేసిన 'ధీర్-2బీ', 'ధీర్-5బీ' మోడళ్లను ఐటీ శాఖ కార్యదర్శి ఎస్.కృష్ణన్ విడుదల చేశారు. ఈ మోడళ్లు ఇంటర్నెట్ కనెక్షన్ లేకుండానే మొబైల్ ఫోన్లలో పనిచేయగలగడం ప్రత్యేకత. డేటా భద్రతకు ప్రాధాన్యమిస్తూ, ప్రభుత్వ, రక్షణ, పారిశ్రామిక, విద్యా రంగాల్లో వీటిని ఉపయోగించవచ్చని అధికారులు తెలిపారు.సాధారణ ఏఐ సేవలతో పాటు ప్రత్యేక రంగాల్లోనూ ఉపయోగపడేలా వీటిని రూపొందించారు. గణితం, కోడింగ్, తార్కిక విశ్లేషణ, శాస్త్రీయ పరిశోధన, సైబర్ భద్రత వంటి విభాగాల్లో ఇవి సహాయపడతాయని ఐటీ శాఖ కార్యదర్శి ఎస్.కృష్ణన్ తెలిపారు. ముఖ్యంగా ఇంటర్నెట్ కనెక్షన్ లేని ప్రాంతాల్లో, అత్యంత సున్నితమైన సమాచారంతో పనిచేసే సంస్థల్లో వీటిని వినియోగించుకునే అవకాశం ఉందన్నారు. సాధారణంగా ఏఐ సేవలను ఉపయోగించాలంటే ఇంటర్నెట్ కనెక్షన్ అవసరం. అయితే ఈ కొత్త మోడళ్లను నేరుగా మొబైల్ ఫోన్లలోనే అమలు చేయవచ్చు. దీనివల్ల వినియోగదారులు తమ సమాచారాన్ని ఆన్‌లైన్ సర్వర్లకు పంపించాల్సిన అవసరం ఉండదు. డేటా భద్రతకు ప్రాధాన్యమిచ్చే ప్రభుత్వ విభాగాలు, రక్షణ సంస్థలు, పరిశ్రమలకు ఇది ఉపయోగకరంగా ఉంటుందని అధికారులు పేర్కొన్నారు. ప్రత్యేక అనువర్తనాల కోసం వీటిని సురక్షితమైన, ఇంటర్నెట్ అందుబాటులో లేని వాతావరణాల్లోనూ అమలు చేయవచ్చని వెల్లడించారు22 భారతీయ భాషల్లో ఏకా-1సోకెట్ ఏఐ ల్యాబ్స్ అభివృద్ధి చేసిన 'ఏకా-1' మోడల్ గణితం, కోడింగ్, రీజనింగ్ వంటి పనుల కోసం ప్రత్యేకంగా రూపొందించారు. ఈ మోడల్ 26.3 బిలియన్ పారామీటర్లతో రూపొందింది. దీనికి 7.5 ట్రిలియన్ టోకెన్ల సమాచారంతో శిక్షణ ఇచ్చినట్లు సోకెట్ ఏఐ సీఈఓ అభిషేక్ ఉప్పర్వాల్ తెలిపారు.

చిటికెన వేలిపై గోవర్ధన గిరిని మోసిన కృష్ణుడు- 'గోవిందా' నామం వెనక ఉన్న అసలు కథ ఇదే!



భగవంతుడైన శ్రీకృష్ణుడు గోకులంలో ఎన్నో లీలావిలాసాలు చేసాడు. అందులో ఒకటి గోవర్ధనోద్ధారణ! గర్వంతో శ్రీకృష్ణుడు భగవంతుడనే విషయాన్ని మర్చిపోయిన ఇంద్రునికి గుణపాఠం నేర్పడానికి శ్రీకృష్ణుడు చేసిన గోవర్ధనోద్ధార లీలా విశేషాలను గోవర్ధన పూజ అని, అన్నకూట్ అని జరుపుకోవడం అనాదిగా వస్తున్న సంప్రదాయం. ఈ సందర్భంగా గోవర్ధన పూజ ఎప్పుడు? ఆ రోజు ఎవరిని పూజించాలి? ఈ పూజ వెనుక ఉన్న ఆంతర్యం ఏమిటి? విషయాలు తెలుసుకుందాం.

గోపాలకృష్ణుని లీలలు

శ్రీకృష్ణుడు గోకులంలో ఉండేటప్పుడు ఎన్నో బాల్యక్రీడలు చేసాడు. సాక్షాత్తు భగవంతుడైన శ్రీ కృష్ణుడు సాధారణ గోవుల కాపరిలాగా గోపాలకులతో కలిసి గోవులను మేపుతూ, వారితో కలిసి చల్దులు ఆరగిస్తూ గడిపేవాడు. ఈ క్రమంలో బాల కృష్ణుడు అనేక లీలలు ప్రదర్శించాడు. గోపాలకుల నిర్మల భక్తికి ప్రసన్నుడైన కృష్ణుడు నిరంతరం వారితో కలిసి మెలిసి తిరుగుతుండేవాడు.ఇంద్రయాగమన పురాణాల ప్రకారం ఇంద్రుడు వర్షాలు కురిపించే దేవుడు. ద్వాపర యుగానికి పూర్వం వరకు ప్రజలంతా వర్షాల కోసం ఇంద్రయాగం చేసేవారు. ఆ ఇంద్రయాగంతో సంతృప్తి చెందిన ఇంద్రుడు సమృద్ధిగా వర్షాలు కురిపించేవాడు, దాంతో పంటలన్నీ చక్కగా పండుతూ ఎలాంటి కరువు కాటకాలు లేకుండా అందరూ ఆనందంగా జీవించేవారు.

ఇంద్రుని గర్వం

ఈ విషయంలో ఇంద్రునికి కొంత గర్వం ఉండేది. ఎంతలా అంటే అందరూ పూజించే శ్రీకృష్ణుడు భగవంతుడే అన్న విషయం విస్మరించి, కృష్ణుడు కూడా తనను పూజించాలని అని అనుకునే వరకు ఆ గర్వం పెరిగింది. ఈ విషయాన్ని గమనించిన కృష్ణుడు ఇంద్రుని గర్వం అణిచి అతనికి బుద్ధి చెప్పాలనుకున్నాడు.

గోవర్ధన పర్వతాన్ని పూజించమన్న కృష్ణుడు

ప్రతి ఏడాదిలాగే ఇంద్రయాగం చేయడానికి గోకులంలో ప్రజలంతా సిద్ధమవుతున్నారు. ఇంద్రుని గర్వం అణచడానికి ఇదే సరైన సమయం అని తలచి కృష్ణుడు, గోకుల ప్రజలతో 'ఇకనుంచి మనం ఇంద్రుని పూజించవద్దు. మనకు ఆహారాన్ని, మన పశువులకు గ్రాసాన్ని ఇస్తూ వర్షాలు కురవడానికి సహకరించే ఈ గోవర్ధన పర్వతాన్నే దైవంగా భావిద్దాం. వర్షాల కోసం ఈ గోవర్ధన పర్వతాన్నే మనమందరం పూజిద్దాం' అని అంటాడు. గోకుల వాసులకు కృష్ణుని మాట వేదవాక్కు లాంటిది. అందుకని వారందరూ గోవర్ధన పర్వతాన్నే పూజించసాగారు.

ఇంద్రునికి మాట చేరవేసిన నారదుడు

గోకుల వాసులంతా ఇంద్రయాగం మానేసి గోవర్ధన పూజ చేస్తున్నారనే విషయాన్ని నారద మహర్షి ఇంద్రునికి చెప్పాడు. వెంటనే ఆగ్రహించిన ఇంద్రుడు గోకుల వాసులకు తగిన బుద్ధి చెప్పాలని నిశ్చయించుకున్నాడు.

గోకులంపై రాళ్ల వర్షం

గోకుల వాసులపై ఆగ్రహించిన ఇంద్రుడు గోకులంపై ఏడు పగళ్లు, ఏడు రాత్రులు రాళ్ల వర్షాన్ని కురిపించింది. దాంతో గోకుల వాసులంతా అల్లకల్లోమైపోయారు. ఆ ధాటికి భయపడ్డ గోకుల ప్రజలు శ్రీకృష్ణుని శరణు వేడారు.గోవర్ధన గిరి మోసిన గోపాలుడు

గోపాలకులపై అపారమైన కరుణతో శ్రీకృష్ణుడు తన చిటికెన వేలితో గోవర్ధన పర్వతాన్ని పైకెత్తి గోపాలకులతో 'ఓ గోపాలకులారా! మీ గోవులను, లేగలను తీసుకుని ఈ గోవర్ధన పర్వతం కిందకు రండి! మనమందరం ఇక్కడే క్షేమంగా ఉందాం. ఈ పర్వతంపై మనకు కావాల్సిన పళ్లు, పశువులకు కావాల్సిన గ్రాసం అన్ని ఉన్నాయి. ఈ రాళ్ల వర్షం ఆగేవరకు మీరందరూ ఇక్కడే రక్షణ పొందండి' అని పిలుపునిచ్చాడు.గోవర్ధన పర్వతం కింద సురక్షితంగా గోపాలకులు!కృష్ణుడు ఇచ్చిన అభయంతో గోపాల బాలకులు శ్రీకృష్ణుని అపారమైన కరుణకు ఆనందించి గోవర్ధన పర్వతం కింద ఏడు రాత్రులు, ఏడు పగళ్లు ఆనందంగా గడిపారు.

ఇంద్రుని గర్వభంగం

శ్రీకృష్ణుడు చేసిన గోవర్ధన లీలను చూసిన ఇంద్రునికి గర్వభంగం అయింది. సాక్షాత్తు ఆ శ్రీమన్నారాయణుడే శ్రీకృష్ణుడుగా అవతరించి ఉన్నాడన్న సంగతి విస్మరించి ఆయనచే పూజలందుకోవాలనుకున్న తన అజ్ఞానానికి చింతించాడు.అయిన శ్రీకృష్ణుడు ఇంద్రుని క్షమించాడు. ఆనాటి నుంచి గోకుల ప్రజలందరూ గోవర్ధన పూజ చేయడం ఆనవాయితీగా మారింది.

బలి చక్రవర్తి పాతాళానికి ఎందుకు వెళ్లాడు? భూమిపైకి తిరిగి వచ్చే వరం కథ ఇదే



దీపావళి అమావాస్య మరుసటి రోజు, కార్తిక శుద్ధ పాడ్యమిని బలి పాడ్యమిగా జరుపుకోవడం సంప్రదాయం. ఈ సంప్రదాయం వెనుక శ్రీ మహావిష్ణువు దశావతారాలకు సంబంధించిన పురాణ గాథ ఒకటి ఉంది. ఈ సందర్భంగా అసలు బలి చక్రవర్తి ఎవరు? ఆయన పాతాళానికి ఎందుకు వెళ్లాడు? భూమిపైకి తిరిగి వచ్చే వరం ఆయనకు ఎవరిచ్చారు? అనే విషయాలు తెలుసుకుందాం.తెలుగు పంచాంగం ప్రకారం కార్తిక శుద్ధ పాడ్యమిని బలి పాడ్యమిగా జరుపుకుంటాం. ఈ ఏడాది నవంబర్ 10, మంగళవారం కార్తిక శుద్ధ పాడ్యమి సందర్భంగా ఈ రోజునే బలి పాడ్యమిగా జరుపుకోవాలని పంచాంగకర్తలు సూచిస్తున్నారు. ఈ సందర్భంగా బలి పాడ్యమి విశిష్టత గురించి తెలుసుకుందాం.

ఎవరీ బలి చక్రవర్తి?

శ్రీమద్భాగవతం, విష్ణు పురాణం ప్రకారం మహాభక్తుడైన ప్రహ్లాదుని మనుమడే బలి చక్రవర్తి. తన తాత మాదిరిగానే ఈయన కూడా విష్ణు భక్తుడు. ప్రజారంజకంగా పరిపాలించే గొప్ప పాలకుడు.

స్వర్గాధిపత్యం కోల్పోయిన ఇంద్రుడు

ఒకానొకసారి బలి చక్రవర్తి విశ్వజిత్ యాగం చేసి, విప్రులకు, మహర్షులకు దానధర్మాలు చేసి అత్యంత శక్తిమంతుడై ఇంద్రుడిపై దండెత్తి ఇంద్రలోకాన్ని ఆక్రమిస్తాడు. ఇంద్రుడు స్వర్గాధిపత్యాన్ని కోల్పోవడమే కాకుండా దేవతలు శక్తిహీనులవుతారు. ఆ సందర్భంలో దేవతలంతా కలిసి శ్రీ మహావిష్ణువును ప్రార్థిస్తారు. అప్పుడు శ్రీహరి తాను అవతార స్వీకారం చేసి బలి అహంకారాన్ని అణిచి, దేవతలకు పూర్వ వైభవాన్ని తీసుకు వస్తానని మాట ఇస్తాడు.

శ్రీ మహావిష్ణువు అవతార స్వీకారం

దేవతలకు అభయమిచ్చి నట్లుగానే శ్రీమన్నారాయణుడు కశ్యప ప్రజాపతి భార్య అయిన అదితి గర్భాన జన్మిస్తాడు. పుట్టీపుట్టగానే 5 సంవత్సరాల బాలుడిగా మారిపోతాడు. వామనుడిగా ఉన్న ఈ పిల్లవాడికి తల్లిదండ్రులు ఉపనయన సంస్కారాలు జరిపిస్తారు.

బలి చక్రవరి అశ్వమేధ యాగం

అదే సమయంలో బలి చక్రవర్తి అశ్వమేధ యాగం చేస్తున్నాడని, బ్రాహ్మణులకు భూరి విరాళాలు, దానధర్మాలు చేస్తున్నాడని వామనుడికి తెలుస్తుంది. వెంటనే ఈ వామనుడు బలి యాగం నిర్వహిస్తున్న యాగశాల ప్రాంతానికి చేరుకుంటాడు. వామనుని చూడగానే అతని తేజస్సు చూసి బలి ఆశ్చర్యపోతాడు.ఒకానొకసారి బలి చక్రవర్తి విశ్వజిత్ యాగం చేసి, విప్రులకు, మహర్షులకు దానధర్మాలు చేసి అత్యంత శక్తిమంతుడై ఇంద్రుడిపై దండెత్తి ఇంద్రలోకాన్ని ఆక్రమిస్తాడు. ఇంద్రుడు స్వర్గాధిపత్యాన్ని కోల్పోవడమే కాకుండా దేవతలు శక్తిహీనులవుతారు. ఆ సందర్భంలో దేవతలంతా కలిసి శ్రీ మహావిష్ణువును ప్రార్థిస్తారు. అప్పుడు శ్రీహరి తాను అవతార స్వీకారం చేసి బలి అహంకారాన్ని అణిచి, దేవతలకు పూర్వ వైభవాన్ని తీసుకు వస్తానని మాట ఇస్తాడు.

ఏం కావాలో కోరుకోమంటాడు.

బలి పరవశం

అసలే విష్ణు భక్తుడైన బలి చక్రవర్తి వామన రూపంలో వచ్చింది శ్రీహరి అని గ్రహించి భక్తి పారవశ్యంతో హరి పాదాలు కడిగి ఆయన అడిగిన మూడు అడుగులు నేలను దానంగా ఇవ్వడానికి సిద్ధపడుతారు.ఇంతింతై వటుడింతై చూస్తుండగానే వామన రూపంలో ఉన్న శ్రీహరి మొదటి అడుగుతో భూమిని, రెండో అడుగుతో ఆకాశాన్ని ఆక్రమించి, మూడో అడుగు ఎక్కడ వేయాలని అడుగుతాడు. అప్పుడు బలి చక్రవర్తి సంకోచించకుండా తన శిరసుపై హరి పాదాన్ని మోపమని కోరుతాడు.

ఏ గ్రహ దోషానికి ఏ పండు దానం చేయాలి? బృహన్నారదీయం చెప్పిన ఫలదాన రహస్యం ఇదే!



హైందవ సంప్రదాయంలో దానధర్మాలకు విశిష్టమైన స్థానం ఉంది. ముఖ్యంగా కార్తిక మాసంలో చేసే దానాల వలన కోటి జన్మల పాపాలు పోతాయని, మోక్షప్రాప్తి కలుగుతుందని విశ్వాసం. అయితే మనం చేసే దానధర్మాలతో నవగ్రహ దోషాలు కూడా పోతాయంటే అది ఇంకా అద్భుతం కదా! విశేషించి కార్తిక మాసంలో పళ్లను దానం చేస్తే గ్రహ దోషాలు పోతాయని అంటారు. ఏ పండుతో, ఏ గ్రహ దోషం పోతుందో తెలుసుకుందాం.నవగ్రహ దోషాలు మానవ జీవితాన్ని దుర్భరం చేస్తాయి. ఎంత కష్టపడినా ఫలితం రాకపోవడం, ఆర్థిక సమస్యలు, రుణబాధలు, సంతానలేమి, అనారోగ్య సమస్యలకు కారణం గ్రహ దోషాలే! జ్యోతిష్య శాస్త్ర పరంగా నవగ్రహ దోష నివారణకు ఫలదానం విశేషమైన ఫలితాన్ని ఇస్తుంది. గ్రహ దోషాల నివృత్తికి, నవగ్రహాలను ప్రసన్నం చేసుకోవడం ప్రధానం. నవగ్రహ దోషాలు తొలగించుకోవడానికి ఫలదానం ఎంత ప్రధానమైనదో 'బృహన్నారదీయం' లో వివరించి ఉంది. మరి నవగ్రహ దోష నివారణకు ఫలదానం ఎలాంటి ఫలితాన్ని ఇస్తుంది? ఏ గ్రహ దోషానికి ఏ ఫలాన్ని దానం చేయాలనే విశేషాలు ఇప్పుడు చూద్దాం.ఒక్కో గ్రహానికి ఒక్కో ఫలంనవగ్రహాలు 9. గ్రహాధిపతి ఆదిత్యునితో మొదలు పెట్టి కేతువుతో ముగిసే 9 గ్రహాలు వాటి వాటి స్థానాలను అనుసరించి అపుడప్పుడు జాతకునికి దోషాలను కలిగిస్తుంటాయి. అలాంటప్పుడు ఆయా గ్రహాల అనుకూలత కోసం ఏ గ్రహానికి ఏ ఫలం దానం ఇవ్వాలో చూద్దాం.సూర్యాయ మాతులుంగంచ చంద్ర కదళీఫలంకుజాయ దాడిమీ ఫలం బుధాయ ఆమ్రఫలం తథోరవే పనసంచైవ శుక్రాయ ఖర్జూరకం తథాశనయే జంబూ ఫలం చైవ రాఘవే నారికేళకంకేతవే మాతులింగంచ ఫలన్యేతాని కల్పయేతఅని బృహన్నారదీయంలో వివరించి ఉంది. ఈ శ్లోకం ప్రకారంగా ఏ గ్రహ దోషానికి ఏ ఫలాన్ని దానం ఇవ్వాలో చూద్దాం.సూర్యుడునవగ్రహాలకు అధిపతి సూర్యుడు. ఆరోగ్య ప్రదాత అయిన సూర్య గ్రహం అనుకూలత లేకపోతే అనారోగ్య సమస్యలు వేధిస్తాయి. వృత్తి పరంగా పురోగతి ఉండదు. సూర్య గ్రహ దోషం ఉన్నవారు ఆదివారం రోజు మాతులుంగ ఫలం అంటే దబ్బపండును దానంగా ఇవ్వడం వలన సూర్యుని అనుగ్రహాన్ని పొందవచ్చుచంద్రుడుచంద్రుడు మనఃకారకుడు. చంద్ర గ్రహ దోషం ఉంటే మానసిక ప్రశాంతత లోపిస్తుంది. చంద్రుని అనుగ్రహం కోసం సోమవారం రోజు కదళీఫలం అంటే అరటి పండును దానంగా ఇవ్వడం వల్ల చంద్రుని అనుగ్రహం పొందవచ్చుకుజుడుకుజ గ్రహ దోషం వలన వివాహం కావడంలో ఆలస్యం, సంతానం కలగక పోవడం వంటి ఇబ్బందులు ఉంటాయి. కుజుని అనుగ్రహం పొందడానికి మంగళవారం రోజు దాడిమీ ఫలం అంటే దానిమ్మ పండును దానంగా ఇవ్వడం వలన జాతకంలో కుజ దోష ప్రభావం తగ్గుతుంది బుధుడుజాతకంలో బుధుడు దోష యుక్తమై ఉండి, విద్య ఉద్యోగ, వ్యాపారాల్లో ప్రతికూల ఫలితాలు వస్తుంటే బుధవారం రోజు మామిడిపళ్లను దానంగా ఇవ్వడం వలన బుధ గ్రహ దోషం తొలగి అన్నింటా అనుకూలిస్తుంది గురుడుజాతకంలో గురుబలం తక్కువగా ఉండి, వివాహ సంబంధమైన సమస్యలు అధికంగా ఉంటే, వాటిని తొలగించుకునేందుకు గురువారం తాంబూలంలో పనసపండును ఉంచి దానంగా ఇవ్వడం వల్ల గురుగ్రహం అనుకూలత పెరిగి శుభాలు చేకూరుతాయి. శుక్రుడుజాతకరీత్యా శుక్రగ్రహ దోషం ఉంటే ఆ దోషాన్ని తొలగించుకునేందుకు శుక్రవారం ఖర్జూర పండ్లను తాంబూలంలో ఉంచి దానంగా ఇస్తే విశేషమైన ధనయోగం సిద్ధిస్తుంది. అంతేకాదు కళారంగంలో కూడా మంచి పురోభివృద్ధి ఉంటుంది.శని భగవానుడు ఏలినాటి శని, అర్ధాష్టమ శని, అష్టమ శని, కంటక శని, సప్తమ శని, వ్యయ శని అనేవి గోచారపరంగా సిద్ధించే శని దోషాలు. ఈ దోషాలు తొలగించుకోవడానికి శనివారం జంబూ ఫలం అంటే నేరేడు పండ్లను తాంబూలంలో ఉంచి దానంగా ఇవ్వడం వలన గోచారరీత్యా కలిగే అన్ని రకాల శని దోషాల నుంచి విముక్తి పొందవచ్చు.

రాహువుజాతకరీత్యా రాహు దోషం ఉంటే విదేశీ ప్రయత్నాలు ఆలస్యం కావడం, విదేశాలకు వెళ్లాలనే కల నెరవేరడంలో జాప్యం జరగడం, స్నేహితులతో ఇబ్బందులు ఎదురు కావడం, అనారోగ్య సమస్యలతో సతమతమవడం వంటి ఇబ్బందులు ఎదురవుతాయి. అలాంటప్పుడు రాహువుకు ప్రియమైన శనివారం రోజు కొబ్బరికాయను దానంగా ఇవ్వడం వలన రాహు గ్రహ దోషం తొలగి సానుకూల ఫలితాలు లభిస్తాయి.వారు మాతులుంగ ఫలం దానం చేయడం వలన విశేషమైన శుభ ఫలితాలు పొందవచ్చు.

శుభ భూయాత్!

ముఖ్య గమనిక : పైన తెలిపిన వివరాలు కొందరు నిపుణులు, వివిధ శాస్త్రాల్లో పేర్కొన్న అంశాల ఆధారంగా అందించినవి మాత్రమే. వీటిలో అన్నిటికీ ఆధునిక శాస్త్రీయ ఆధారాలు లేకపోవచ్చుననే విషయాన్ని పాఠకులు గమనించాలి. దీన్ని ఎంతవరకు విశ్వసించాలనేది పూర్తిగా మీ వ్యక్తిగత విషయం

పిల్లలను ఇంట్లో ఒంటరిగా వదిలి వెళ్తున్నారా? - తల్లిదండ్రులుగా ఈ జాగ్రత్తలు తీసుకోవాల్సిందే!



ఉద్యోగ బాధ్యతలు లేదా అత్యవసర పనుల వల్ల తల్లిదండ్రులిద్దరూ పిల్లలను ఇంట్లో ఒంటరిగా వదిలి వెళ్లాల్సి రావడం ఈరోజుల్లో సహజం. అయితే ఇలాంటప్పుడు పిల్లలు ఒంటరితనం, ఆందోళనతో పాటు భద్రతా పరమైన సమస్యలను కూడా ఎదుర్కొనే ఛాన్స్ ఉంది. పిల్లల వయస్సును బట్టి వారు ఎదుర్కొనే సవాళ్లు మారుతుంటాయి కాబట్టి, వారు ఇంట్లో సురక్షితంగా ఉండేందుకు తల్లిదండ్రులు కొన్ని జాగ్రత్తలు పాటించాల్సి ఉంటుందంటున్నారు నిపుణులు. మరి, అవేంటో ఇప్పుడు చూద్దాం.

అందులో పోస్ట్‌చేయొద్దు :

కొందరికి తాము చేసే ప్రతి పనిని ఇతరులకు తెలియజేయాలనే ఆత్రుతతో సోషల్ మీడియాలో పోస్ట్‌లు పెడుతుంటారు. ఒక్కోసారి ఇవే ప్రమాదకరంగా మారుతాయని చెబుతున్నారు నిపుణులు. ఇదే విషయాన్ని మీ పిల్లలకు తెలియజేయాలంటున్నారు. మీరు మీ పిల్లలను ఇంట్లో ఉంచి బయటకు వెళ్లినప్పుడు, వారు ఒంటరిగా ఉన్నారని తెలియజేసే విధంగా సోషల్ మీడియాలో ఎలాంటి పోస్టులు పెట్టొద్దని తెలియజేయాలి. ఇలాంటి పోస్టులు పెట్టడం వల్ల కలిగే ప్రమాదాన్ని వారికి అర్థమయ్యేలా వివరించాలి.

వారొస్తే డోర్ తీయవద్దు :

సాధారణంగా మనం బయటకు వెళ్లినప్పుడు అపరిచితులకు(తెలియని వారికి) దూరంగా ఉండాలని, వారు ఏది ఇచ్చినా తీసుకోవద్దని పిల్లలకు చెబుతుంటాం. మీరు(తల్లిదండ్రులు) ఇంట్లో లేని సమయంలోనూ అదే పద్ధతిని ఫాలో అవ్వమని చెప్పాలి. అలాగే తెలియని వారెవరైనా ఇంటికొచ్చి డోర్ కొడితే తీయవద్దని చెప్పాలి. ఇందుకోసం మీ ఇంటి చుట్టూ సెక్యూరిటీ కెమెరాలను ఏర్పాటు చేయండి. ఇలా చేయడం వల్ల ఎవరు డోర్ బెల్ కొట్టారో పిల్లలు ఈజీగా తెలుసుకోవడానికి వీలుంటుంది. అలాగే మీరు ఎక్కడున్నా సరే మధ్యమధ్యలో ఈ కెమెరాల ద్వారా వాళ్లను ఓ కంట కనిపెట్టడం మర్చిపోవద్దని సూచిస్తున్నారు నిపుణులు.'ఆల్వా హస్బెండ్'?తో వేగలేకపోతున్నారా? - గొడవ పడకుండా బుద్ధి చెప్పే స్మార్ట్ టిప్స్!

ఆ ప్రయోగాలు వద్దు!

కొంతమంది పిల్లలు అమ్మానాన్న ఇంట్లో లేని సమయాన్ని చూసి, తామే పెద్దవాళ్లమైపోయామనే సరదాలో వంటగదిలోకి దూరి రకరకాల ప్రయోగాలు చేస్తుంటారు. ముఖ్యంగా సొంతంగా వంట చేయడానికి ట్రై చేస్తుంటారు. ఇది అస్సలు మంచిది కాదంటున్నారు. మీరు బయటకు వెళ్లినప్పుడు గ్యాస్ స్టవ్ పూర్తిగా ఆఫ్ చేసి వెళ్లాలి. అదేవిధంగా ఇలాంటి మంట వచ్చే వస్తువులకు దూరంగా ఉండమని పిల్లలకు చెప్పాలి. దానివల్ల వచ్చే అనర్థాలను వారికి వివరించి చెప్పాలంటున్నారు.

ఎమర్జెన్సీ నంబర్లు :

పేరెంట్స్ ఇంట్లో లేనప్పుడు ఏదైనా ఊహించని అత్యవసర పరిస్థితి వస్తే, పిల్లలు ఎవరిని సంప్రదించాలో ముందే స్పష్టమైన అవగాహన కల్పించాలి. ఆపద సమయంలో భయపడకుండా వెంటనే స్పందించేలా పిల్లలను సిద్ధం చేయడం చాలా ముఖ్యం. అత్యవసర సేవలకు సంబంధించిన నంబర్లు వారి మొబైల్?లో సేవ్ చేయాలి. అలాగే, మీ సన్నిహితులు, ఇంటి పక్కన ఉన్నవారి నంబర్లను కూడా పిల్లలకు ఇవ్వాలని చెబుతున్నారు నిపుణులు.

ఇవి కూడా పాటించండి!

ఇంట్లో ఎమర్జెన్సీ లైట్లకు ఎప్పుడూ ఛార్జింగ్ ఉండేలా చూసుకోవాలి. పిల్లలకు దానిని ఎలా ఉపయోగించాలో తెలియజేయాలి. ఎప్పుడైనా కరెంట్ లేనప్పుడు, ఇన్వర్టర్ పని చేయనప్పుడు ఇది చాలా బాగా యూజ్ అవుతుంది.

ఇంటర్నెట్ వాడకానికి సంబంధించిన జాగ్రత్తలను పిల్లలకు వివరించాలి. మొబైల్?లో లొకేషన్‌ను ఆఫ్ చేయడం, సోషల్ మీడియాలో వ్యక్తిగత విషయాలను పంచుకోకుండా ఉండడం వంటివి ఇందులో భాగమే అంటున్నారుపిల్లలు ఆడుకుంటున్న టైమ్?లో దెబ్బలు తగిలించుకోవడం మామూలే. ఒకవేళ మీరు ఇంట్లో లేనప్పుడు అలా జరిగితే వారే సొంతంగా ప్రథమ చికిత్స చేసుకునేలా శిక్షణ ఇవ్వడం మంచిది. ఇది వివిధ సందర్భాల్లో వారికి ఎంతో ఉపయోగపడుతుంది.

ఇంట్లో ఉండే మందులను వారికి దూరంగా పెట్టాలి.పిల్లలకు ఈ జాగ్రత్తలన్నిటినీ కేవలం మాటల్లో చెప్పడమే కాదు, వారు నిజంగా ఆపద టైమ్?లో ఎలా ఆచరిస్తారో మీ పర్యవేక్షణలోనే ఒకసారి స్వయంగా పరీక్షించి చూడడం ఎంతో ముఖ్యమని సూచిస్తున్నారు నిపుణులు.

రామంతాపూర్ చిన్న చెరువు వద్ద భక్తిశ్రద్ధలతో ఛట్ పూజలో పాల్గొన్న రాష్ట్ర కాంగ్రెస్ నాయకుడు మహమ్మద్ రఫీక్

● సూర్యభగవానుడికి అర్ఘ్యం సమర్పించి ప్రజల సుఖసంతోషాల కోసం ప్రార్థనలు

రామంతాపూర్, నవంబర్ 15

రామంతాపూర్ డివిజన్ పరిధిలోని చిన్న చెరువు వద్ద నిర్వహించిన పవిత్ర ఛట్ పూజ కార్యక్రమంలో రాష్ట్ర కాంగ్రెస్ నాయకుడు మహమ్మద్ రఫీక్ పాల్గొని ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. ఒడిశా, బీహార్ రాష్ట్రాలతో పాటు తెలంగాణలోనూ భక్తిశ్రద్ధలతో జరుపుకునే ఛట్ పూజలో భాగంగా సూర్యభగవానుడికి అర్ఘ్యం సమర్పించి ప్రజలందరూ సుఖసంతోషాలతో, ఆయురారోగ్యాలతో, అష్టైశ్వర్యాలతో జీవించాలని ప్రార్థించారు. ఈ సందర్భంగా మహమ్మద్ రఫీక్ మాట్లాడుతూ



ఛట్ పూజకు ఎంతో విశిష్టమైన ఆధ్యాత్మిక ప్రాముఖ్యత ఉందని, మన సంస్కృతి, సంప్రదాయాలు, భక్తిభావాన్ని భావితరాలకు అందించడంతో పాటు సామాజిక ఐక్యతను కాపాడుకోవడం ప్రతి ఒక్కరి బాధ్యత అని పేర్కొన్నారు. కులమతాలకు అతీతంగా అన్ని పండుగల్లో ప్రజలతో కలిసి పాల్గొంటూ, అన్ని మతాలు, వర్గాల ఆచార సంప్రదాయాలను గౌరవించడం సమాజ ఐక్యతకు నిదర్శనమన్నారు.ఈ పవిత్ర పర్వదినం సందర్భంగా రామంతాపూర్ ప్రజలతో పాటు రాష్ట్ర ప్రజలందరికీ ఆయన హృదయపూర్వక ఛట్ పూజ శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు. ప్రజల మధ్య ఉంటూ, వారి సంతోషాల్లో భాగస్వాములవుతూ ప్రతి పండుగలో ప్రజలతో మమేకం కావడం ఆనందంగా ఉందని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో సురేష్ సింగ్, సన్నీ సింగ్, పవన్ సింగ్, యోగేందర్ సింగ్, అమరేందర్ సింగ్, సీనియర్ కాంగ్రెస్ నాయకులు గంగపుత్ర భాస్కర్, ఆదినారాయణ గౌడ్, ఎం.డి. షకీల్, రాజ్ కుమార్, పెద్దపల్లి శివకుమార్, సూర్య ఐకాన్ స్వామి, ఎం.డి. మోసిన్, నిహాల్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

తెలంగాణ రాష్ట్ర ఏఐసీసీ ఇంచార్జ్‌గా బి.ఎం. సందీప్ నియామకం హర్షం వ్యక్తం చేసిన కంది శ్రవణ్ కుమార్ రెడ్డి

● నూతన బాధ్యతలు చేపట్టిన సందీప్‌కు హృదయపూర్వక శుభాకాంక్షలు



హబ్సీగూడ, నవంబర్ 15 తెలంగాణ రాష్ట్ర ఏఐసీసీ ఇం చార్జ్‌గా బి.ఎం. సందీప్ నియమితులైన సం దర్భంగా మేడ్చల్--మల్కాజిగిరి జిల్లా యూత్ కాంగ్రెస్ మాజీ అధ్యక్షులు, హబ్సీగూడ డివిజన్ కాంగ్రెస్ అధ్యక్షులు కంది శ్రవణ్ కుమార్ రెడ్డి హృదయపూర్వక శుభాకాంక్షలు తెలిపారు.ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ, తెలంగాణ రాష్ట్ర ఏఐసీసీ ఇంచార్జ్‌గా బి.ఎం. సందీప్‌కు బాధ్యతలు అప్పగించడం పట్ల సంతోషం వ్యక్తం చేశారు. నూతన బాధ్యతల్లో ఆయన విజయవంతంగా ముందుకు సాగాలని ఆకాంక్షించారు. రాష్ట్రంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ సంస్థాగత బలోపేతానికి, పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తల మధ్య సమన్వయానికి ఆయన కృషి చేయాలని ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు.బి.ఎం. సందీప్ నాయకత్వంలో పార్టీ కార్యక్రమాలు మరింత సమర్థవంతంగా ప్రజల్లోకి వెళ్లాలని, పార్టీ శ్రేణులకు నూతన ఉత్సాహం కలగాలని కంది శ్రవణ్ కుమార్ రెడ్డి ఆకాంక్షించారు. ఈ సందర్భంగా మరోసారి ఆయనకు ప్రత్యేక శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు.

దుర్గానగర్ ఈద్గా అభివృద్ధికి రూ.48 లక్షల నిధులు మంజూరు

● నిధుల మంజూరుపై ఎమ్మెల్యే బండారి లక్ష్మారెడ్డికి ముస్లిం మైనారిటీ కమిటీ కృతజ్ఞతలు





నాచారం, నవంబర్ 15 :ఉప్పల్ నియోజకవర్గం నాచారం 21వ డివిజన్ పరిధిలోని దుర్గానగర్ ఈద్గా అభివృద్ధికి రూ.48 లక్షల నిధులు మంజూరయ్యాయి. ఈ నిధుల మంజూరుతో ఈద్గా అభివృద్ధికి మార్గం సుగమం కావడంతో ముస్లిం మైనారిటీ కమిటీ ప్రతినిధులు హర్షం వ్యక్తం చేశారు. ఈ సందర్భంగా ఉప్పల్ ఎమ్మెల్యే బండారి లక్ష్మారెడ్డికి ప్రత్యేక కృతజ్ఞతలు తెలియజేశారు.ఈ సందర్భంగా బీఆర్ఎస్ పార్టీ సీనియర్ నాయకులు మేడల మల్లికార్జున గౌడ్ మాట్లాడుతూ, దుర్గానగర్ ఈద్గా అభివృద్ధికి అవసరమైన నిధులు మంజూరు చేయించడంలో ప్రత్యేక చొరవ చూపిన ఎమ్మెల్యే బండారి లక్ష్మారెడ్డికి హృదయపూర్వక ధన్యవాదాలు తెలిపారు. ఈద్గా అభివృద్ధికి ఆయన చేసిన కృషి అభినందనీయమని పేర్కొన్నారు.రూ.48 లక్షల నిధులు మంజూరైన సందర్భంగా ముస్లిం మైనారిటీ కమిటీ పెద్దలు ఎమ్మెల్యే బండారి లక్ష్మారెడ్డి, మేడల మల్లికార్జున గౌడ్, సయామ్‌లకు ప్రత్యేక ప్రార్థనలు నిర్వహించి తమ కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. అనంతరం మిఠాయిలు పంచుకుని ఆనందాన్ని వ్యక్తం చేశారు. ఈద్గా, శ్మశానవాటిక అభివృద్ధికి సహకరించిన నాయకులకు ఎల్లప్పుడూ తమ మద్దతు, సహకారం ఉంటుందని కమిటీ ప్రతినిధులు తెలిపారు.
ఈ కార్యక్రమంలో బీఆర్ఎస్ నాయకులు టేకులపల్లి రాంచందర్, పొన్నాల మహేందర్, జబ్బార్, క్యాసగోని మల్లికార్జున గౌడ్, గొల్లూరి ప్రభాకర్, యూసఫ్, నరేష్, మొయిజ్, అనిల్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.శ్మశానవాటిక కమిటీ అధ్యక్షుడు ఎం.డి. గౌసుద్దీన్, ఇన్‌చార్జి ఎం.డి. నయీమ్, కమిటీ సభ్యులు తౌఫీక్, అబ్దుల్ రహీమ్, ఉబైద్, జీలానీ, సాదిక్, ముస్తఫా, షరీఫ్, వలీ, అలీమ్, రహీమ్, జహంగీర్, హుస్సేన్, యూనుస్, ఖాసిం, హాజీ, మహేందర్, ఖాజా మొహియుద్దీన్, జమాల్, యాకూబ్, జబ్బార్, మొయిజ్, ఇమ్రాన్, అహ్మద్, నానీ, యూసుఫ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.అలాగే మసీద్-ఎ-జమాల్, మసీద్ నూర్-ఎ-గౌసియా, మసీద్-ఎ-మహమ్మదియా, మసీద్-ఎ-నూర్ మసీదుల కమిటీ ప్రతినిధులు కూడా ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు. ఈద్గా, శ్మశానవాటిక అభివృద్ధికి సహకరించిన ప్రజాప్రతినిధులు, నాయకులకు ప్రత్యేక కృతజ్ఞతలు తెలియజేశారు.

నాచారంలో ఘనంగా కరాటే బ్లాక్ బెల్ట్ పరీక్షలు, పతకాల ప్రదానం





● ఆత్మరక్షణ విద్య బాలబాలికలకు ఎంతో అవసరం: మేడల మల్లికార్జున గౌడ్

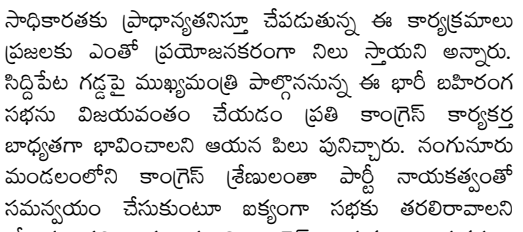
నాచారం, నవంబర్ 15 నాచారం 21వ డివిజన్‌లోని సీడీఎస్ భవనంలో రాజశేఖర్ రెడ్డి ఆధ్వర్యంలో కరాటే బ్లాక్ బెల్ట్ స్థాయి పరీక్షలు, పతకాల ప్రదాన కార్యక్రమం ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమానికి బీఆర్ఎస్ సీనియర్ నా యకులు మేడల మల్లికార్జున గౌడ్ ముఖ్య అతిథిగా హాజరయ్యారు.ఈ సందర్భంగా మేడల మల్లికార్జున గౌడ్ మాట్లాడుతూ, నేటి సమాజంలో ముఖ్యంగా బాలబాలికలకు ఆత్మ రక్షణ విద్య ఎంతో అవసరమని పేర్కొన్నారు. కరాటేలో కఠోర సాధన చేసి బ్లాక్ బెల్ట్ స్థాయికి చేరుకున్న ప్రతి ఒక్కరికీ హృదయపూర్వక అభినందనలు తెలిపారు. విద్యార్థులు ఈ విజయాన్ని సాధించేందుకు నిరంతరం శిక్షణ ఇచ్చిన కరాటే గురువులతో పాటు ప్రోత్సహించిన తల్లిదండ్రులను ప్రత్యేకంగా అభినందించారు.విద్యార్థులు ఇదే స్ఫూర్తితో మరింత ఉన్నత స్థాయికి ఎదిగి, తమ ప్రతిభతో కుటుంబానికి, ప్రాంతానికి మంచి పేరు తీసుకురావాలని ఆకాంక్షించారు. యువతలో క్రీడా స్ఫూర్తిని పెంపొందించడంతో పాటు ఆత్మరక్షణ నైపుణ్యాలను ప్రోత్సహించేందుకు తన వంతు సహకారం ఎల్లప్పుడూ అందిస్తానని హామీ ఇచ్చారు.ఈ కార్యక్రమంలో పీస్ చీఫ్ రేప్పోల్ సుదర్శన్, నాచారం క్రీడా మైదాన శిక్షకులు రాజశేఖర్ రెడ్డి, శ్రీరామ్ దీజర్, ఆశిని, ధరణి, నేషంట్, సాయి, దర్శిని, ఇతర కరాటే శిక్షకులు, విద్యార్థులు, తల్లిదండ్రులు, స్థానిక నాయకులు పాల్గొన్నారు.

శాంతినగర్‌లో రూ.1.98 కోట్లతో డ్రైనేజీ కాలువ నిర్మాణం

● నిర్మాణ పనులను పరిశీలించిన కాంగ్రెస్ నాయకుడు వల్లపు శ్రీకాంత్ యాదవ్.. నాణ్యతా ప్రమాణాలు పాటించాలని సూచన

రామంతాపూర్, నవంబర్ 15

ఉప్పల్ నియోజకవర్గం పరిధిలోని రామంతాపూర్ డివిజన్ శాంతినగర్ కాలనీలో రూ.1.98 కోట్ల వ్యయంతో చేపట్టిన మురుగునీటి కాలువ (బాక్స్ డ్రైన్) నిర్మాణ పనులను రామంతాపూర్ డివిజన్ కాంగ్రెస్ పార్టీ కార్యనిర్వాహక అధ్యక్షుడు వల్లపు శ్రీకాంత్ యాదవ్, జీహెచ్ఎంసీ సహాయ ఇంజినీర్ శ్వేతతో కలిసి పరిశీలించారు.శ్రీకాంత్ యాదవ్ సహకారంతో ఉప్పల్ నియోజకవర్గ కాంగ్రెస్ పార్టీ ఇన్‌చార్జి పరమేశ్వర్ రెడ్డి శాంతినగర్‌లో బాక్స్ డ్రైన్ నిర్మాణం కోసం రూ.1 కోటి 98



లక్షల నిధులు మంజూరు చేయించారని తెలిపారు. నిర్మాణ పనులను పరిశీలించిన శ్రీకాంత్ యాదవ్, పనుల్లో నాణ్యతా ప్రమాణాలను తప్పనిసరిగా పాటించాలని, ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ నాణ్యత విషయంలో రాజీ పడకూడదని అధికారులకు సూచించారు. కాలనీవాసులకు దీర్ఘకాలిక ప్రయోజనం కలిగేలా పనులను పకడ్బందీగా పూర్తి చేయాలని కోరారు.శాంతినగర్ కాలనీలో మురుగునీటి సమస్య పరిష్కారానికి నిధులు మంజూరు చేయించి నిర్మాణ పనులు ప్రారంభమయ్యేలా కృషి చేసిన పరమేశ్వర్ రెడ్డి, వల్లపు శ్రీకాంత్ యాదవ్‌లకు కాలనీవాసులు ప్రత్యేక కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.ఈ కార్యక్రమంలో కాలనీ అధ్యక్షుడు రాజు, ప్రధాన కార్యదర్శి మురళీధర్, రామ నర్సయ్య, బుచ్చిరెడ్డి, సదానందం, రఘు, శ్రీకాంత్, బాలకిషన్, చిట్టిబాబు, జానయ్య, యాదగిరి, నాగమణి, సులోచన, అన్నపూర్ణతో పాటు కాంగ్రెస్ నాయకులు జంగయ్య, సత్యనారాయణ, స్వామి, జి. స్వామి, సచిన్, శంకర్, యోగి, గౌతమ్, మహేష్, రామకృష్ణ, శివ, క్రాంతి, సంధ్యారాణి, శోభ, అంబిక
తదితరులు పాల్గొన్నారు.

చలో సిద్దిపేట.. సీఎం సభను విజయవంతం చేద్దాం!

● నంగునూరు మండలం నుంచి కాంగ్రెస్ శ్రేణులు, ప్రజలు భారీగా తరలిరావాలి పిలుపునిచ్చిన ఏఎంసీ వైస్ చైర్మన్, యువజన కాంగ్రెస్ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి సాదుల పవన్ కుమార్

నంగునూరు, / నవంబర్ 15 :ఈ నెల 19న సిద్దిపేటలో ముఖ్యమంత్రి ఎనుముల రేవంత్ రెడ్డి పాల్గొననున్న భారీ బహిరంగ సభను చారిత్రాత్మకంగా విజయవంతం చేయాలని నంగునూరు వ్యవసాయ మార్కెట్ కమిటీ వైస్ చైర్మన్, సిద్దిపేట జిల్లా యు వజన కాంగ్రెస్ ప్రధాన కార్యదర్శి సాదుల పవన్ కుమార్ పిలు పునిచ్చారు. ఈ సందర్భంగా మండలంలోని కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తలు, ప్రజాప్రతినిధులు, అభిమానులు, ప్రజలు పెద్ద సంఖ్యలో తరలివచ్చి సభను విజయవంతం చేయా లని ఆయన కోరారు. మాజీ ప్రధానమంత్రి, దివంగత ఇంది రాగాంధీ జయంతిని పురస్కరించుకుని సిద్దిపేటలో ఈ భారీ బహిరంగ సభను నిర్వహిస్తున్నట్లు పవన్ కుమార్ తెలిపారు. ఈ సభ వేదికగా ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ప్రతిష్ఠాత్మకంగా అమలు చేయనున్న ఇందిరమ్మ కుటుంబ జీవిత బీమా పథకాన్ని ప్రారంభించడంతో పాటు, మహిళలకు ఇందిరమ్మ చీరల పంపిణీ కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభించనున్నట్లు వెల్లడించారు. రాష్ట్రంలోని ప్రతి కుటుంబానికి ఆర్థిక భద్రత కల్పించడం, మహిళలకు గౌరవం, ఆత్మగౌరవంతో కూడిన సంక్షేమాన్ని అందించడం ప్రభుత్వ లక్ష్యమని పేర్కొన్నారు. ప్రజా సంక్షేమం, మహిళా



సాధికారతకు ప్రాధాన్యతనిస్తూ చేపడుతున్న ఈ కార్యక్రమాలు ప్రజలకు ఎంతో ప్రయోజనకరంగా నిలు స్తాయని అన్నారు. సిద్దిపేట గడ్డపై ముఖ్యమంత్రి పాల్గొననున్న ఈ భారీ బహిరంగ సభను విజయవంతం చేయడం ప్రతి కాంగ్రెస్ కార్యకర్త బాధ్యతగా భావించాలని ఆయన పిలు పునిచ్చారు. నంగునూరు మండలంలోని కాంగ్రెస్ శ్రేణులంతా పార్టీ నాయకత్వంతో సమన్వయం చేసుకుంటూ ఐక్యంగా సభకు తరలిరావాలని కోరారు. ప్రతి గ్రామం నుంచి కాంగ్రెస్ నాయకులు, కార్యకర్తలు, ప్రజలు పెద్ద సంఖ్యలో తరలివచ్చి చలో సిద్దిపేట కార్యక్రమాన్ని విజయవంతం చేయాలని సాదుల పవన్ కుమార్ విజ్ఞప్తి చేశారు.
ఈ కార్యక్రమంలో సీనియర్ నాయకులు రాపోల్ రాజ్ బహదూర్ రెడ్డి, డీసీసీ జనరల్ సెక్రటరీ రంగు అశోక్, ఏఎంసీ డైరెక్టర్లు ఎండీ ఇమ్రాన్, గొట్టం రంగారెడ్డి, తిప్పని రాజేశ్వర్, జీవన్ నాయక్, ప్రభాకర్, చేర్యాల కృష్ణ, పీఏసీఎస్ డైరెక్టర్ కరెడ్ల వెంకట్ రెడ్డి, కాటం కనకయ్య, గడ్డం కర్ణాకర్ రెడ్డి, పదిరే శ్యామ్ రెడ్డి, పిల్లి మహేష్, బర్రె సంతోష్ రెడ్డి, రవీందర్ రెడ్డి, బోజా రాములు, నాయిని సంపత్ రెడ్డి, మాదే మహేష్ తదితర మండల కాంగ్రెస్ నాయకులు,
కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం పేదల సంక్షేమానికి పెద్దపీట వేస్తోంది



● అన్ని వర్గాల అభ్యున్నతే ప్రభుత్వ లక్ష్యం
● సీఎం సభలో మరో కొత్త పథకం ప్రారంభించే అవకాశం
● కాంగ్రెస్ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి మీసం నాగరాజ్ యాదవ్

సిద్దిపేట జిల్లా ప్రతినిధి / / నవంబర్ 15

కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం పేదల సంక్షేమమే ప్రధాన లక్ష్యంగా పాలన సాగిస్తోందని, అన్ని వర్గాల ప్రజల అభ్యున్నతి, సంక్షేమం కోసం ప్రభుత్వం కృషి చేస్తోందని కాంగ్రెస్ పార్టీ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి మీసం నాగరాజ్ యాదవ్ అన్నారు. ఈ సందర్భంగా రాష్ట్ర వైద్యారోగ్య శాఖ మంత్రి దామోదర రాజనర్సింహ ఆదేశాల మేరకు అనారోగ్య సమస్యలతో బాధపడుతున్న పలువురు బాధితులకు ముఖ్యమంత్రి సహాయ నిధి (సీఎంఆర్ఎఫ్) చెక్కులను ఆయన అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ, ఆర్థిక ఇబ్బందులతో వైద్య ఖర్చులు భరించలేని పేద కుటుంబాలకు ముఖ్యమంత్రి సహాయ నిధి ఎంతో తోడ్పాటునందిస్తోందని తెలిపారు. రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి నాయకత్వంలో ప్రభుత్వం సంక్షేమం, అభివృద్ధికి సమాన ప్రాధాన్యతనిస్తూ ముందుకు సాగుతోందని పేర్కొన్నారు. ఈ నెల 19న సిద్దిపేటలో నిర్వహించనున్న ముఖ్యమంత్రి బహిరంగ సభలో ప్రజలకు మరింత ప్రయోజనం చేకూర్చే కొత్త పథకాన్ని ప్రారంభించనున్నట్లు తెలిపారు. ప్రభుత్వం అమలు చేస్తున్న సంక్షేమ పథకాలు అర్హులైన ప్రతి ఒక్కరికీ చేరేలా కృషి చేస్తున్నామని చెప్పారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఒగ్గు కిషన్, రామకృష్ణ, రాజు, గణేష్, అశోక్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఓపెన్ మార్షల్ ఆర్ట్ ఇంటర్నేషనల్ కరాటే పోటీలలో మెడల్స్ సాధించిన విద్యార్థులు

(నాగారం) :నాగారం డివిజన్ లో డ్రాగన్ ఫిట్ షాటోఖాన్ ఇంటర్నేషనల్ మార్షల్ ఆర్ట్ వారు ఆదివారంఆర్ ఎల్ నగర్ లో నిర్వహించిన తెలంగాణా కప్ 4వ ఓపెన్ మార్షల్ ఆర్ట్స్ ఇంటర్ నేషనల్ ఛాంపియన్ షిప్ కరాటే టోర్నమెంట్ లో చీర్యాల జంగయ్య కరాటేమాస్టర్ వద్ద శిక్షణ పొందుతున్న కె బి ఎఫ్ ఐ విద్యార్థిని, విద్యార్థులు పాల్గొని వారు తమ ప్రతిభను చాటారు. వారు కాటా విభాగం లో మనికేష్ బ్రౌన్ బెల్ట్ గోల్డుమెడల్ మరియు శ్రీహర్షిత్ వారి సిస్టర్ మనోజ్ఞ గార్లకు సిల్వర్ మెడల్స్



లక్ష్మీప్రణవ్ బ్రౌన్ బెల్ట్ హేమచేంద్ర మేఘనాధ్ లు చేరిష్ బ్రాంజ్ మెడల్స్ సాధించారు మరియు స్పారింగ్ (కుమిటే) విభాగంలో ఓక సిల్వర్ రెండు రజిత పతకాలతోపాటు టీమ్ చాంపియాన్షిప్ కూడా సాధించడం విశేషామని విద్యార్థుల తల్లిదండ్రులు కొనియాడారు.

మటన్, చికెన్ తిన్న తర్వాత వీటిని తీసుకుంటున్నారా? జాగ్రత్త!

చాలామంది ఎక్కువగా నాన్‌వెజ్ ను ఇష్టపడుతూ ఉంటారు. తరచూ మటన్, చికెన్ తింటూ ఉంటారు. చాలా మందికి ముక్క లేనిదే ముద్ద దిగదు. రకరకాల వంటకాలను చేసి నాన్ వెజ్ ను ఇష్టంగా తినేవారు మాంసాహారం తిన్న తర్వాత కొన్ని రకాల ఆహార పదార్థాలను తీసుకోవడం వల్ల అనేక అనారోగ్య సమస్యలు వచ్చే అవకాశం ఉంటుంది.



మాంసాహారం తిన్నాక ఏ ఆహారాలను అసలు తీసుకోకూడదు? మటన్, చికెన్ తిన్న తర్వాత ఎటువంటి ఆహారాలను అసలు తీసుకోకూడదు ? తీసుకుంటే ఎటువంటి సమస్యలు వస్తాయి? అనేది ప్రస్తుతం మనం తెలుసుకుందాం. చికెన్ లేదా మటన్ తిన్న తర్వాత పొరపాటున కూడా తేనెను తీసుకోకూడదు. మటన్, చికెన్ శరీర ఉష్ణోగ్రతను పెంచుతుంది. ఇదే సమయంలో తేనె కూడా ఉష్ణోగ్రతను మరింత పెంచుతుంది. దీని కారణంగా చర్మ సమస్యలు, రక్తపోటు పెంగడం వంటి సమస్యలు వస్తాయి. అందువల్ల తేనెను అవాయిడ్ చేయండి.

టీ తాగడం : చాలామంది నాన్ వెజ్ ఆహారం తిన్న తర్వాత టీ తాగుతారు. మటన్ తిన్న వెంటనే టీ తాగడం ఆరోగ్యానికి చాలా హాని చేస్తుంది. టీలో టానిన్స్ అనే పదార్థం మాంసాహారంలోని ప్రోటీన్ లతో కలిసి జీవక్రియను అడ్డుకుంటుంది. దీంతో అజీర్ణం, గుండెల్లో మంట, ఎసిడిటీ వంటి సమస్యలు వస్తాయి. కనుక నాన్ వెజ్ ఆహారం తిన్న తర్వాత టీ కి దూరంగా ఉండాలి.

పాలు తాగడం : చాలామంది నాన్ వెజ్ తిన్న తర్వాత తెలియక పాలు తాగుతారు. అయితే నాన్ వెజ్ తిన్న తర్వాత పాలు తాగడం మంచిది కాదు. ఈ రెండు భిన్న లక్షణాలు జీర్ణక్రియలో ఇబ్బందులు కలిగించే అవకాశం ఉంటుంది. నాన్ వెజ్ తిన్న తర్వాత పాలు తాగడం వల్ల కొంతమంది గ్యాస్ట్రిక్ సమస్యలను ఎదుర్కొంటారు.

నాన్ వెజ్ తిన్నాక ఆహారాల విషయంలో జాగ్రత్త : అందుకే పొరపాటున కూడా నాన్వెజ్ తిన్న తర్వాత తీసుకునే ఆహార పదార్థాలు ఎంపిక విషయంలో నిర్లక్ష్యం వహించకూడదు ఒకవేళ నిర్లక్ష్యంగా ఏది పడితే అది తింటే ఏది పడితే అది తాగితే కచ్చితంగా అనారోగ్య సమస్యలను ఎదుర్కోవాల్సి వస్తుంది.

ఏ బ్లడ్ గ్రూప్ వారికి బ్రెయిన్ స్ట్రోక్ వచ్చే ప్రమాదం ఎక్కువ?

బ్రెయిన్ స్ట్రోక్, దీనినే మెదడు పోటు అని కూడా అంటారు, ఇది మెదడుకు రక్తం సరఫరా చేసే నాళాలలో ఆటంకం ఏర్పడినప్పుడు సంభవిస్తుంది. ప్రపంచవ్యాప్తంగా మరణాలకు , వైకల్యాలకు ఇది ఒక ప్రధాన కారణం. బ్రెయిన్ స్ట్రోక్ రావడానికి అనేక కారణాలు ఉన్నాయి, అందులో అధిక రక్తపోటు, మధుమేహం, అధిక కొలెస్ట్రాల్, ధూమపానం, ఊబకాయం వంటివి ముఖ్యమైనవి. అయితే, ఇటీవల జరిగిన పరిశోధనల్లో, ఒక వ్యక్తి యొక్క బ్లడ్ గ్రూప్ కూడా బ్రెయిన్ స్ట్రోక్ వచ్చే ప్రమాదాన్ని ప్రభావితం చేస్తుందని కనుగొన్నారు.



పరిశోధనలు ఏం చెబుతున్నాయి?: అమెరికన్ అకాడమీ ఆఫ్ న్యూరాలజీ జర్నల్ అయిన 'న్యూరాలజీ'లో ప్రచురించబడిన ఒక అధ్యయనం ప్రకారం, A బ్లడ్ గ్రూప్ ఉన్నవారికి 60 సంవత్సరాల కంటే ముందే బ్రెయిన్ స్ట్రోక్ వచ్చే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుందని తేలింది. ఈ అధ్యయనంలో, ప్రపంచవ్యాప్తంగా 17,000 మంది స్ట్రోక్ రోగులు , 6,00,000 మంది ఆరోగ్యకరమైన వ్యక్తుల డేటాను విశ్లేషించారు. ఈ విశ్లేషణలో, A' బ్లడ్ గ్రూప్ ఉన్నవారికి ఇతరులతో పోలిస్తే 16% ఎక్కువ ప్రమాదం ఉందని కనుగొన్నారు. అదే సమయంలో, O' బ్లడ్ గ్రూప్ ఉన్నవారికి స్ట్రోక్ వచ్చే ప్రమాదం తక్కువగా ఉందని గుర్తించారు.

ఎందుకు 'ఆ బ్లడ్ గ్రూప్‌కు ఎక్కువ ప్రమాదం?: »A' బ్లడ్ గ్రూప్ ఉన్నవారిలో రక్తం గడ్డకట్టే అవకాశం ఎక్కువగా ఉంటుందని పరిశోధకులు భావిస్తున్నారు. రక్తం గడ్డకట్టడం అనేది స్ట్రోక్‌కు దారితీసే ప్రధాన కారణాలలో ఒకటి. అయితే, దీనికి ఖచ్చితమైన కారణాలు ఇంకా పూర్తిగా అర్థం కాలేదు. మరిన్ని పరిశోధనలు జరగాల్సి ఉంది. అయితే ఇతర అంశాలు కూడా పరిగణలోకి తీసుకుంటే 60 సంవత్సరాల కంటే తక్కువ వయస్సు ఉన్నవారిలో ఈ ప్రభావం ఎక్కువగా కనిపిస్తుంది. పురుషులతో పోలిస్తే మహిళల్లో ఈ ప్రభావం కొంచెం ఎక్కువగా ఉండవచ్చు. అధిక రక్తపోటు, మధుమేహం వంటి ఇతర ప్రమాద కారకాలు ఉన్నవారిలో బ్లడ్ గ్రూప్ ప్రభావం మరింత ఎక్కువగా ఉండే అవకాశం ఉంది. »A' బ్లడ్ గ్రూప్ ఉన్నవారికి బ్రెయిన్ స్ట్రోక్ వచ్చే ప్రమాదం కొంచెం ఎక్కువ గా ఉన్నప్పటికీ, ఇది ఒక చిన్న ప్రమాద కారకం మాత్రమే అని గుర్తుంచుకోవాలి. బ్లడ్ గ్రూప్ ఏమైనప్పటికీ, ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలిని పాటించడం, రక్తపోటు , కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను నియంత్రణలో ఉంచుకోవడం, ధూమపానం మానేయడం , క్రమం తప్పకుండా వ్యాయామం చేయడం ద్వారా స్ట్రోక్ ప్రమాదాన్ని గణనీయంగా తగ్గించుకోవచ్చు.

అధిక బరువు తగ్గాలని చూస్తున్నారా..?

అయితే ఈ పండ్లను మీ డైట్‌లో చేర్చుకోండి..!

అధిక బరువును తగ్గించుకునేందుకు చాలా మంది అనేక రకాల ప్రయత్నాలు చేస్తుంటారు. సరైన సమయానికి ఆహారం తినడం, వ్యాయామం చేయడం, వేళకు నిద్రపోవడం, సరైన డైట్‌ను పాటించడం వంటివి చేస్తుంటారు. అయితే బరువును తగ్గించడంలో మనం తినే ఆహారం ఎంతో ముఖ్య పాత్ర పోషిస్తుంది. ముఖ్యంగా మనం తినే ఆహారంలో భాగంగా పలు రకాల పండ్లను తీసుకోవాల్సి ఉంటుంది. ఇవి పోషకాలను అందించడమే కాదు మన శరీరానికి శక్తి వచ్చేలా చేస్తాయి. అలాగే అధిక బరువును తగ్గిస్తాయి. మీరు గనక బరువు తగ్గించుకోవాలనుకునే ప్రణాళికలో ఉంటే కచ్చితంగా ఈ పండ్లను డైట్‌లో చేర్చుకోవాలని పోషకాహార నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఈ పండ్ల వల్ల బరువును త్వరగా తగ్గించుకునేందుకు వీలుంటుందని అంటున్నారు.



యాపిల్, బెర్రీలు..

యాపిల్ పండ్లు ప్రపంచ వ్యాప్తంగా చాలా మందికి ఫేవరెట్ పండ్లుగా ఉన్నాయి. ఈ పండ్లు మన ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తాయి. వీటిల్లో ఫైబర్, విటమిన్ సి, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు అధికంగా ఉంటాయి. ఈ పండ్లలో క్యాలరీలు చాలా తక్కువగా ఉంటాయి. వీటి గ్లైసీమిక్ ఇండెక్స్ కూడా చాలా తక్కువే. అందువల్ల యాపిల్ పండ్లను తింటే ఎక్కువ సేపు ఉన్నా ఆకలి వేయదు. కడుపు నిండిన భావన కలుగుతుంది. దీంతో ఆహారం తక్కువగా తింటారు. ఇది బరువు తగ్గేందుకు సహాయ పడుతుంది. బ్లూబెర్రీలు, స్ట్రాబెర్రీలు, రాస్ప్ బెర్రీలను ఆహారంలో భాగం చేసుకుంటే బరువును త్వరగా తగ్గించుకోవచ్చు. ఈ పండ్లలో యాంటీ ఒబెసిటీ గుణాలు ఉంటాయి. అందువల్ల వీటిని తింటే శరీరంలోని కొవ్వు కరుగుతుంది. అధిక బరువు తగ్గుతారు. ఈ పండ్లలో ఉండే యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, విటమిన్లు, మినరల్స్ బీపీ, కొలెస్ట్రాల్‌ను తగ్గిస్తాయి. శరీరంలోని కొవ్వు కరిగేలా చేస్తాయి.

నారింజ, పుచ్చకాయలు..

నారింజ పండ్లలో క్యాలరీలు తక్కువగా ఉంటాయి. ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది. వీటిని రోజు వారి ఆహారంలో భాగం చేసుకుంటే అధిక బరువును త్వరగా తగ్గించుకోవచ్చు. నారింజ పండ్లలో విటమిన్ సి అధికంగా ఉంటుందన్న సంగతి తెలిసిందే. ఇది మెటబాలిజం పెరిగేందుకు దోహదం చేస్తుంది. తరచూ నారింజ పండ్లను తింటుంటే జీర్ణక్రియ మెరుగు పడుతుంది. కడుపు ఉబ్బరం నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. అధిక బరువు తగ్గుతారు. పుచ్చకాయలు, ఖర్బూజాల్లో నీటి శాతం అధికంగా ఉంటుంది. క్యాలరీలు కూడా వీటిల్లో తక్కువగానే ఉంటాయి. కనుక బరువు తగ్గాలనుకునే వారికి ఈ పండ్లు ఎంతో మేలు చేస్తాయి. ఈ పండ్లను తినడం వల్ల ఎక్కువ సేపు ఉన్నా కడుపు నిండిన భావనతో ఉంటారు. దీంతో బరువు తగ్గడం సులభతరం అవుతుంది.

దానిమ్మ, బొప్పాయి..

దానిమ్మ పండ్లలో పొటాషియం, మెగ్నిషియం, విటమిన్ సి, జింక్ అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి అధిక బరువు తగ్గేందుకు ఎంతో సహాయం చేస్తాయి. దానిమ్మ పండ్లలో ఆంథో సయనిన్స్, టానిన్స్ అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి బరువు తగ్గేందుకు ఉపయోగపడతాయి. దానిమ్మ పండ్లను రోజూ తింటుంటే బరువును తేలిగ్గా తగ్గించుకోవచ్చు. అధిక బరువు తగ్గేందుకు బొప్పాయి పండు కూడా మేలు చేస్తుంది. అధ్యయనాలు చెబుతున్న ప్రకారం బొప్పాయి పండ్లలో ఉండే పపైన్ అనే ఎంజైమ్ శరీర మెటబాలిజంను పెంచుతుంది. దీంతో మనం తిన్న ఆహారం సులభంగా జీర్ణమవుతుంది. ఫలితంగా శరీరంలో కొవ్వు పేరుకుపోకుండా చూసుకోవచ్చు. ఇది బరువు తగ్గేందుకు సహాయం చేస్తుంది. ఇలా పలు రకాల పండ్లను రోజువారీ ఆహారంలో భాగం చేసుకుంటే దీంతో అధిక బరువును సులభంగా తగ్గించుకోవచ్చు.

మీకు గుల్కండ్ గురించి తెలుసా..?దీన్ని రోజూ తింటే.. ఎన్నో లాభాలు..!

మనకు ఆరోగ్యాన్ని అందించే ఆహారాలు మన చుట్టూనే ఎన్నో ఉన్నాయి. కానీ అలాంటి ఆహారాల గురించి చాలా మందికి తెలియదు. వాటి గురించి మనం తెలుసుకోవాల్సిన అవసరం ఎంతైనా ఉంది. అలాంటి ఆహారాల్లో గుల్కండ్ కూడా ఒకటి.ఎ మనకు ఆరోగ్యాన్ని అందించే ఆహారాలు మన చుట్టూనే ఎన్నో ఉన్నాయి. కానీ అలాంటి ఆహారాల గురించి చాలా మందికి తెలియదు. వాటి గురించి మనం తెలుసుకోవాల్సిన అవసరం ఎంతైనా ఉంది. అలాంటి ఆహారాల్లో గుల్కండ్ కూడా ఒకటి. చాలా మందికి దీని గురించి తెలియదు. కానీ స్వీట్ పాన్ తినేవారికి మాత్రం తెలుస్తుంది. ఎందుకంటే స్వీట్ పాన్‌లో గుల్కండ్‌ను కూడా వేస్తారు. ఇది ఎంతో తియ్యగా, అద్భుతమైన రుచిని కలిగి ఉంటుంది. వాస్తవానికి మనకు గుల్కండ్ నేరుగా తినేందుకు కూడా లభిస్తుంది. కానీ దీని గురించి చాలా మందికి తెలియకపోవడం వల్ల దీన్ని ఎవరూ తినడం లేదు. ఇది చాలా అద్భుతమైన ఆహారమని పోషకాహార నిపుణులు చెబుతున్నారు.

వేడి తగ్గుతుంది..

గులాబీ పువ్వుల రెక్కలతో గుల్కండ్‌ను తయారు చేస్తారు. దీనికి శరీరాన్ని చల్లబరిచే గుణం ఉంటుంది. కనుక దీన్ని వేసవిలో ఎక్కువగా తింటుంటారు. ఇక చాలా చోట్ల లస్సీ, ఫాలూదా వంటి పానీయాల తయారీలోనూ కొందరు గుల్కండ్‌ను వాడుతుంటారు. ఈ క్రమంలోనే గుల్కండ్‌ను తింటుంటే అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు పొందవచ్చని పోషకాహార నిపుణులు చెబుతున్నారు. గుల్కండ్‌ను కేవలం ఒక టీస్పూన్ మోతాదులోనే తినాల్సి ఉంటుంది. దీనికి శరీరాన్ని చల్లబరిచే గుణం ఉంటుంది. కనుక ఎండలో తిరిగి వచ్చిన వారు వేడి చేయకూడదు అనుకుంటే ఒక టీస్పూన్ గుల్కండ్‌ను తినాలి. వేసవి తాపం నుంచి తట్టుకునేందుకు,వేడిని తగ్గించుకునేందుకు కూడా దీన్ని తినవచ్చు. ఇది ఎంతో రుచిగా ఉంటుంది.

జీర్ణ వ్యవస్థకు..

గుల్కండ్ లో అనేక యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు ఉంటాయి. ఇవి ఆక్సీకరణ ఒత్తిడిని తగ్గిస్తాయి. ఫ్రీ ర్యాడికల్స్ వల్ల కణాలకు జరిగే నష్టాన్ని నివారిస్తాయి. గుల్కండ్‌ను తింటే చర్మం ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. రోగ నిరోధక వ్యవస్థ పటిష్టంగా మారుతుంది. రోగ నిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. వ్యాధులు, ఇన్ఫెక్షన్లకు వ్యతిరేకంగా శరీరం పోరాడుతుంది. మన జీర్ణ వ్యవస్థకు గుల్కండ్ ఎంతో మేలు చేస్తుంది. ఇది ప్రోబయోటిక్ ఆహారాల జాబితా కిందకు వస్తుంది. అందువల్ల దీన్ని తింటే జీర్ణక్రియ మెరుగు పడడంతోపాటు జీర్ణ వ్యవస్థలో మంచి బ్యాక్టీరియా పెరుగుతుంది. దీంతో అసిడిటీ, కడుపు ఉబ్బరం, మలబద్దకం నుంచి ఉపశమనం పొందవచ్చు. జీర్ణాశయం, పేగులు ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి.

దంతాలు పసుపు రంగులోకి మారాయా?

ఇలా చేస్తే ముత్యాల్లా మెరిసిపోవడం పక్కా!



మన దంతాలు ప్రకృతి సమయంలో తెల్లగా ఉండేలా రూపొందబడ్డాయి. అయితే, క్రమంగా ఆహారపు అలవాట్లు, జీవనశైలి, మరియు కొన్ని ఆరోగ్య సమస్యల వల్ల పసుపు లేదా బూడిద రంగు మరకలు ఏర్పడతాయి. ముఖ్యంగా, కాఫీ, టీ, పొగ త్రాగడం, మరియు ఖనిజలవణాల అధిక ప్రమాణం గల నీటిని సేవించడం వల్ల ఈ సమస్య ఎక్కువగా కనిపిస్తుంది. ముత్యాల్లా మెరిసే తెల్లటి దంతాలు.. క్రమేనా పసుపు రంగులోకి మారడం ఆందోళన కలిగిస్తుంది. ఇతరులతో మాట్లాడేటప్పుడు ఇబ్బందికరంగా ఉంటుంది. అయితే, ఇంట్లోనే కొంత శ్రద్ధ వహించడం ద్వారా మన దంతాలను తిరిగి తెల్లబడేలా చేసుకోవచ్చు.

1. బేకింగ్ సోడా - నిమ్మరసం బేకింగ్ సోడా (Baking Soda) ఒక సహజమైన శుభ్రపరిచే పదార్థం. ఇది దంతాలపై ఏర్పడిన మరకలను తొలగించడంలో సహాయపడుతుంది. కొద్దిగా బేకింగ్ సోడాలో కొన్ని చుక్కల నిమ్మరసం కలిపి పేస్ట్ తయారు చేసుకోండి. దాన్ని బ్రష్ సహాయంతో దంతాలకు అప్లై చేసి 1-2 నిమిషాల పాటు మర్దన చేయండి. ఆపై గోరువెచ్చని నీటితో కళ్లుక్కోండి. వారానికి 2 సార్లు మాత్రమే ఈ పద్ధతిని పాటించాలి, ఎందుకంటే ఎక్కువగా చేస్తే దంతాల ఎమల్షన్ నష్టం చెందే ప్రమాదం ఉంది.

2. కొబ్బరి నూనెతో కూలింగ్ (Oil Pulling) : కొబ్బరి నూనె దంతాలను శుభ్రపరచడంతో పాటు బ్యాక్టీరియాను తొలగించడంలో చాలా ప్రభావవంతంగా ఉంటుంది. ఒక టీస్పూన్ కొబ్బరి నూనెను నోటిలో తీసుకుని 10-15 నిమిషాల పాటు తిప్పాలి. ఆ తర్వాత ఉమ్మి వేసి, గోరువెచ్చని నీటితో నోటిని శుభ్రం చేసుకోవాలి. ఇది ప్రతిరోజూ ఉదయం ఖాళీ కడుపుతో చేస్తే మంచి ఫలితాలు కనిపిస్తాయి.

3. ఆపిల్ సిడర్ వెనిగర్ : ఆపిల్ సిడర్ వెనిగర్ (Apple Cider Vinegar) లో సహజమైన యాసిడ్‌లు ఉండటంతో, ఇది దంతాలపై ఉన్న మరకలను క్రమంగా తొలగించడంలో సహాయపడుతుంది. ఒక గ్లాసు నీటిలో 1 స్పూన్ ఆపిల్ సిడర్ వెనిగర్ కలిపి, దాంతో గార్గిల్ చేయాలి. వారానికి 2-3 సార్లు మాత్రమే ఉపయోగించాలి, ఎందుకంటే ఎక్కువగా చేస్తే దంతాల పల్లాలను ప్రభావితం చేయవచ్చు. ఆహారం తిన్న వెంటనే, ముఖ్యంగా టీ లేదా కాఫీ తీసుకున్న తర్వాత గోరువెచ్చని నీటితో పుక్కిలించడం వల్ల మరకలు ఏర్పడే అవకాశం తగ్గుతుంది

4. స్ట్రాబెర్రీ - బేకింగ్ సోడా మిశ్రమం : స్ట్రాబెర్రీలోని మాలిక్ యాసిడ్ (Malic Acid) దంతాలపై ఏర్పడిన మరకలను తొలగించడంలో సహాయపడుతుంది. రెండు స్ట్రాబెర్రీలను మెత్తగా మెదపి, అందులో అర టీస్పూన్ బేకింగ్ సోడా కలిపి పేస్ట్ తయారు చేయాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని బ్రష్‌తో దంతాలకు అప్లై చేసి, 2-3 నిమిషాలు మర్దన చేయాలి. వారానికి ఒకసారి మాత్రమే ఈ విధానాన్ని ఉపయోగించాలి.

5. తేనె - కర్పూరం : తేనెకు సహజమైన యాంటీబాక్టీరియల్ గుణాలు ఉన్నాయి, ఇది దంతాలను ఆరోగ్యంగా ఉండేలా చేయడంలో సహాయపడుతుంది. తేనెలో చిటికెడు కర్పూరం కలిపి దంతాలకు అప్లై చేసి 2 నిమిషాల తర్వాత కడుక్కోవాలి. ఇది దంతాలపై ఏర్పడే బ్యాక్టీరియాను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది.అంతే కాకుండా ఉదయం లేవగానే మరియు రాత్రి పడుకునే ముందు తప్పనిసరిగా బ్రష్ చేయాలి. ఫ్లోరైడ్ ఉన్న మంచి టూత్‌పేస్ట్ ఉపయోగించాలి. బ్రష్ చేయడం తర్వాత మౌత్ వాష్ ఉపయోగించడం మరింత మంచిది. దంతాలపై పసుపు మరకలు తొలగించడానికి ఇంట్లోనే కొన్ని సులభమైన, సహజమైన మార్గాలు అనుసరించడం ద్వారా మంచి ఫలితాలు పొందవచ్చు. అయితే, దీర్ఘకాలిక మరకలు, లేదా తీవ్రమైన సమస్యలు ఉంటే, నిపుణులైన డెంటిస్ట్‌ను సంప్రదించడం మంచిది.

వెల్లుల్లి పొట్టును పడేయకండి.. దాంతో కలిగే లాభాలు తెలిస్తే ఇకపై పడేయరు..!



వెల్లుల్లిని మనం తరచూ అనేక వంటకాల్లో ఉపయోగిస్తుంటాం. దీని వల్ల వంటలకు చక్కని రుచి, వాసన వస్తాయి. వెల్లుల్లిని తింటే నోరంతా దుర్వాసన వస్తుందనే కారణంతో కొందరు దీన్ని దూరం పెడతారు. కానీ వెల్లుల్లి మనకు అందించే ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు బోలెడు. వెల్లుల్లిని రోజూ పచ్చిగా తింటే మనకు అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు కలుగుతాయని ఆయుర్వేదం చెబుతోంది. వెల్లుల్లిని తినడం వల్ల షుగర్, కొలెస్ట్రాల్ లెవల్స్ అదుపులో ఉంటాయి. బీపీ తగ్గుతుంది. గుండె ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. ఇంకా ఎన్నో లాభాలు ఉంటాయి. అయితే కేవలం వెల్లుల్లి మాత్రమే కాదు, దాని పొట్టు కూడా మనకు ఎంతో మేలు చేస్తుంది. దీంతో పలు అనారోగ్య సమస్యల నుంచి బయట పడవచ్చు. వెల్లుల్లి పొట్టు మనకు ఏవిధంగా ఉపయోగపడుతుందో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.

చర్మ సంరక్షణకు..

చర్మ సమస్యలతో బాధపడుతున్న వారికి వెల్లుల్లి పొట్టు చక్కని ఔషధంలా పనిచేస్తుంది. వెల్లుల్లి పొట్టును నీళ్లతో కలిపి పేస్ట్‌లా చేసి దాన్ని రాస్తుంటే చర్మంపై ఉండే వాపులు, దురదలు తగ్గుతాయి. అలాగే గాయాలు, పుండ్లు కూడా త్వరగా మానుతాయి. వెల్లుల్లి పొట్టులో యాంటీ ఇన్ఫ్లామేటరీ, యాంటీ ఫంగల్ గుణాలు ఉంటాయి. ఇవి చర్మాన్ని సంరక్షిస్తాయి. చర్మ సమస్యలు తగ్గేలా చేస్తాయి. వెల్లుల్లి పొట్టును నేరుగా తినాల్సిన పనిలేదు .ఈ పొట్టును మీరు వండే సూప్‌లు లేదా కూరల్లో వేస్తే చాలు, వాటి ల్లో ఉండే సారం కూరల్లోకి దిగుతుంది. సూప్‌ల తయారీలో కూడా వెల్లుల్లి పొట్టును వేయవచ్చు. దీని వల్ల ఆ పొట్టులో ఉండే యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు సూప్‌లో కలుస్తాయి. దీంతో వెల్లుల్లి పొటులో ఉండే పోషకాలు మన శరీరానికి అందుతాయి.

హార్ట్ ఎటాక్ రాదు..

వెల్లుల్లి పొట్టును నీటిలో వేసి మరిగించి దాంతో డికాషన్ తయారు చేయవచ్చు. ఈ డికాషన్‌ను రాత్రి నిద్రకు ముందు తాగాలి. దీంతో మైండ్ రిలాక్స్ అవుతుంది. మానసిక ప్రశాంతత లభించి నిద్ర చక్కగా పడుతుంది. పడుకున్న వెంటనే గాఢ నిద్రలోకి జారుకుంటారు. వెల్లుల్లి పొట్టులో విటమిన్లు ఎ, సి, ఇ అధికంగా ఉంటాయి. అలాగే ఈ పొట్టులో ఫ్లేవనాయిడ్స్, క్వర్సెటిన్ అనే సమ్మేళనాలు కూడా అధికంగానే ఉంటాయి. ఇవి కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను తగ్గిస్తాయి. దీంతో రక్త నాళాలలో ఉండే అడ్డంకులు తొలగిపోతాయి. ఫలితంగా హార్ట్‌ఎటాక్ రాకుండా చూసుకోవచ్చు. రాత్రి పూట చాలా మందికి నిద్రలో ఉండగా కాలి పిక్కలు, కండరాలు పట్టుకుపోతుంటాయి. ఈ సమస్య నుంచి బయట పడేందుకు వెల్లుల్లి పొట్టు ఎంతగానో పనిచేస్తుంది. వెల్లుల్లి పొట్టు వేసి మరిగించిన నీళ్లను రాత్రి నిద్రకు ముందు తాగుతుండాలి. దీంతో ఈ సమస్య నుంచి విముక్తి పొందవచ్చు.

ఇమ్యూనిటీ పవర్‌కు..

గుండె ఆరోగ్యానికి కూడా వెల్లుల్లి పొట్టు ఎంతో మేలు చేస్తుంది. వెల్లుల్లి పొట్టులో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి బీపీని క్రమబద్ధీకరిస్తాయి. దీంతో రక్త సరఫరా నియంత్రణలో ఉంటుంది. గుండె జబ్బులు రాకుండా రక్షించుకోవచ్చు. వెల్లుల్లి పొట్టులో సల్ఫర్ సమ్మేళనాలు అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి రోగ నిరోధక వ్యవస్థను పటిష్టం చేస్తాయి. దీని వల్ల ఇమ్యూనిటీ పెరుగుతుంది. శరీరం రోగాలు, ఇన్ఫెక్షన్లకు వ్యతిరేకంగా పోరాటం చేస్తుంది. సీజనల్ వ్యాధుల నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. వెల్లుల్లి పొట్టును నేరుగా తినలేని వారు దాన్ని పొడిగా చేసి అన్నంలో మొదటి ముద్దలోనూ కలిపి తినవచ్చు. ఇలా వెల్లుల్లి పొట్టును తీసుకుంటుంటే అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను పొందవచ్చు.

ధనియాల నీటితో బరువుకు చెక్... ఆరోగ్య అద్భుతాలు ఎన్నో!

మన ఆరోగ్యానికి దోహదం చేసే ఎన్నో దినుసులు మన ఇంట్లోనే ఉంటాయి. అయితే వాటిని ఎలా ఉపయోగించాలి? అనేది ప్రతి ఒక్కరు తెలుసుకొని ఉంటే మన ఇంట్లో ఉండే దినుసులతోనే మన ఆరోగ్యాన్ని మనం పొందవచ్చు. వంటింట్లో ఉండే అనేక దినుసులు జీలకర్ర, ధనియాలు, మెంతులు ఇలా ప్రతి ఒక్కటి మనకు విశేషమైన ఆరోగ్యాన్ని ఇస్తాయని చెప్పడంలో ఎటువంటి సందేహం లేదు.



ధనియాల నీటితో ఆరోగ్యం : ప్రస్తుతం మనం ఈరోజు ధనియాలు మనకు ఆరోగ్యానికి ఏ విధంగా దోహదం చేస్తాయి? ధనియాల నీళ్లతో మనం ఏ విధంగా ఆరోగ్యంగా ఉండవచ్చు ? అనేది తెలుసుకుందాం. రాత్రంతా ధనియాల గింజలను నానబెట్టి ఉదయాన్నే ఆ నీటిని తాగితే బోలెడన్ని ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు కలుగుతాయి. ధనియాల నీటిలో విటమిన్ ఏ, విటమిన్ ఈ, విటమిన్ సి విటమిన్ కే పుష్కలంగా ఉంటాయి.

ఆరోగ్య సమస్యలతో పాటు చర్మ సమస్యలకు పరిష్కారం : ధనియాల నీటిని తాగడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య సమస్యలతో పాటు చర్మసమస్యలు కూడా తగ్గుతాయి. చర్మం ఆరోగ్యంగా కాంతివంతంగా మారుతుంది మన రోగ నిరోధక వ్యవస్థ బలపడుతుంది. వైరల్ ఇన్ఫెక్షన్ల బారి నుండి ధనియాల నీరు మనలను కాపాడుతుంది. ధనియాల నీరు ఆరోగ్యానికి ఎంతో మంచిది. ఇది మన జీర్ణ క్రియను మెరుగుపరుస్తుంది.ప్రతిరోజు ఉదయం ఖాళీ కడుపుతో ధనియాల నీటిని తాగడం వల్ల అద్భుతమైన ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు తప్పక వస్తాయి.

ధనియాల నీటితో డయాబెటిస్ కి చెక్ : శరీరంలో చెడు కొలెస్ట్రాల్ ను ధనియాల నీరు తగ్గిస్తుంది. ముఖ్యంగా ధనియాల నీరు మన మెటబాలిజంను మెరుగుపరుస్తుంది.ఊబకాయంతో బాధపడే వారిలో బరువు తగ్గడానికి దోహదం చేస్తుంది. డయాబెటిస్ తో బాధపడేవారు ప్రతిరోజూ ధనియాల నీరు తాగితే డయాబెటిస్ నుంచి రక్షణ కలుగుతుంది. ధనియాల నీటితో జుట్టు బలోపేతం అవుతుంది. చర్మ ఆరోగ్యాన్ని ధనియాల నీరు మెరుగు పరుస్తుంది.

హైబీపీకి, థైరాయిడ్ కి బెస్ట్ : నరాలలో పేరుకుపోయిన కొవ్వు అడ్డంకులను తొలగించడంతో పాటు, అధిక రక్తపోటు సమస్యను తగ్గించడానికి ధనియాల నీరు ఉపయోగపడుతుంది. ఇన్ని ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను కలిగి ఉన్న ధనియాల నీటిని ప్రతిరోజు ఉదయం క్రమం తప్పకుండా తీసుకుంటే థైరాయిడ్ సమస్యకు కూడా పరిష్కారం లభిస్తుంది. ఎవరైతే క్రమం తప్పకుండా దీనిని చేస్తారో తప్పక ఫలితం ఉంటుంది.

Edited ,Printed Published & Owned by A.SRAVANTHI ,Printed at: SRAVANTHI ENTER PRISES 1-9-18/A,Ramnagar,Hyderabad - 500020, T.S and Published at 5-2-518,Osmangunj ,Risala Abdulla,Hyderabad -95 Editor; A.SRAVANTHI, RNI NO ; TELTEL/2005/16755 Cell ; 92921 04449
Email:prajaabalamnews@gmail.com