ధర్మఘంట

జాతీయ తెలుగు దినపత్రిక

TELTEL/2012/47103

నల్లగొండ | సంపుటి : 12 | సంచిక : 137 | ఎడిటర్ : మేడే శాంతికుమార్ | శనివారం,16 ఆగస్టు 2025 | పేజీలు : 8 | వెల : 1

Circulated by: Nalgonda, Hyderabad, Warangal, Ranga Reddy, Medak, Khammam, Adilabad, Nizamabad, Mahabub Nagar, Karimnagar

ఓన్లీ పేరుతో యాప్‌ను ప్రారంభించిన ర్యాపిడో

బైక్ టాక్సీ ప్లాట్‌ఫామ్ ర్యాపిడో ఫుడ్ డెలివరీ రంగంలోకి ప్రవేశించింది. ప్రస్తుతం రైడ్ సేవలు అందిస్తున్న ర్యాపిడో యాప్, వ్యాపార విస్తరణలో భాగంగా ఆన్‌లైన్ ఫుడ్ డెలివరీ రంగంలోకి అడుగుపెట్టింది. ఇందుకోసం ‘ఓన్లీ’ పేరుతో ఒక యాప్‌ను ప్రారంభించింది. ప్రస్తుతం బెంగళూరులో ఎంపిక చేసిన ప్రాంతాల్లో ఈ సేవలు అందుబాటులో ఉంటాయి.

ఇకపై 4 గంటల్లో చెక్కుల క్లియరెన్స్

రిజర్వ్ బ్యాంక్ ఆఫ్ ఇండియా కస్టమర్లకు భారీ గుడ్ న్యూస్ తెలిపింది. చెక్కుల క్లియరెన్స్ సమయాన్ని రెండు రోజుల నుంచి కేవలం 4 గంటలకు తగ్గిస్తూ కొత్త విధానాన్ని ప్రవేశపెడుతోంది. చెక్ ట్రంకేషన్ సిస్టమ్‌ను బ్యాచ్ ప్రాసెసింగ్ నుంచి ఆల్వేస్ క్లియరింగ్, ‘ఆన్-రియలైజేషన్-సెటిల్‌మెంట్’ విధానానికి మార్చనుంది. ఈ కొత్త విధానం రెండు దశల్లో అమలు కానున్నట్టు పేర్కొంది.

దేశానికి రక్షణగా.. శ్రీకృష్ణుడి స్ఫూర్తితో

‘మిషన్ సుదర్శన్ చక్ర’

మహాభారతంలో శ్రీకృష్ణుడి స్ఫూర్తితో ఎలాంటి ముప్పునుంచైనా దేశాన్ని రక్షించేందుకు వీలుగా మిషన్ సుదర్శన్ చక్రను అనే ఆధునిక ఆయుధ వ్యవస్థను అందుబాటులోకి తెస్తున్నట్లు ప్రధాని మోదీ ప్రకటించారు. 79వ స్వాతంత్ర దినోత్సవ వేడుకల్ని పురస్కరించుకుని ప్రధాని మోదీ ఎర్రకోట వేదికగా 103 నిమిషాల పాటు సుదీర్ఘ ప్రసంగం చేశారు. ఈ ప్రసంగంలో .. రాబోయే పదేళ్లలో అంటే 2035 నాటికి, దేశ భద్రత కోసం రక్షణా కవచాన్ని అందుబాటులోకి తేనున్నాం. అందుకే శ్రీకృష్ణుడి స్ఫూర్తితో సుదర్శన చక్ర మార్గాన్ని ఎంచుకున్నట్లు చెప్పారు. ఆత్మనిర్భర్ భారత్ లక్ష్యాన్ని మరింత బలోపేతం చేసేందుకు సుదర్శన్ చక్ర ఆయుధ వ్యవస్థ 2035 నాటికి అభివృద్ధి అవుతుంది. మిషన్ సుదర్శన్ చక్ర దేశ రక్షణలో కీలక పాత్ర పోషించనుంది. రైల్వే స్టేషన్లు, ఆసుపత్రులు ప్రార్ధనా స్థలాలు సహా దేశవ్యాప్తంగా ఉన్న అన్ని కీలక ప్రదేశాలను సురక్షితంగా ఉంచేలా మిషన్ సుదర్శన చక్ర కీలక పాత్ర పోషించనున్నట్లు తెలిపారు.

2

- భారత్‌ను రక్షించేందుకు సుదర్శన్ చక్ర సిద్ధం
- వచ్చే పదేళ్లలో దేశీయ సాంకేతికతతో అభివృద్ధి చేయనున్న ఈ వ్యవస్థ కీలక ప్రదేశాలను కాపాడనుంది
- ప్రతి పౌరుడు దీని కింద సురక్షితంగా ఉన్నట్లు భావిస్తారని ప్రధాని భరోసా
- ప్రస్తుత కాలంలో దేశంలోని కీలకమైన మౌలిక వసతులను ముప్పు నుంచి రక్షించాల్సిన అవసరం ఉంది
- దేశంలో సాంకేతికత అభివృద్ధి విదేశాలపై ఆధారపడటాన్ని గణనీయంగా తగ్గిస్తోంది
- మహాభారతంలోని శ్రీ కృష్ణుడి స్ఫూర్తితో ఈ నిర్ణయం
- జీఎస్టీలో కొత్త తరం సంస్కరణలు
- త్వరలో మేడ్ ఇన్ ఇండియా చిప్‌లు
- ఒకప్పుడు తిండిగింజల కోసం..
- అణు ఇంధనంలో ప్రైవేటు పెట్టుబడులు

ఈసీని మేనేజ్ చేస్తే.. అన్ని సీట్లే ఎందుకు వస్తాయి

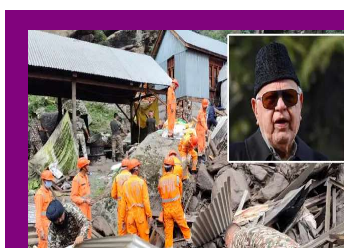
- ఓట్లు గల్లంతు విషయంలో ఎన్నికల సంఘానికి, బీజేపీకి, ప్రధాని మోదీకి ఏం సంబంధమంటూ
- మోదీ పాలనకు ముందు పరిస్థితి.. ఆ తర్వాత ఏమిటనేది ప్రజలు చూస్తున్నారు
- రెండు రాజ్యాంగాలు అవసరం లేదంటూ శ్యామ్ ప్రసాద్ ముఖర్జీ పోరాటం చేశారు
- ఈసీ చర్యలు తీసుకుంటుంది
- ఎన్నికల సంఘాన్ని తాము మేనేజ్ చేసేలా ఉంటే 240 ఎంపీ సీట్లకు ఎందుకు పరిమితమవుతాం

మళ్లీ బానిసత్వంలోకి తెలంగాణ పోయింది

- బీఆర్‌ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్
- మన స్వేచ్ఛా, స్వాతంత్ర్యాల కోసం బలిపీఠం ఎక్కిన వేలాది మంది త్యాగధనులకు, ఆనాటి నాయకత్వానికి వినమ్ర పూర్వక శ్రద్ధాంజలి
- 14 రాష్ట్రాలతో మొదలైన స్వతంత్ర భారతదేశ ప్రయాణం ఇవ్వాళ 28 రాష్ట్రాల వైవిధ్య భారతంగా విలసిల్లుతుంది
- అతి చిన్న వయసు కలిగిన తెలంగాణ రాష్ట్రం బీఆర్‌ఎస్ పాలనలో మొత్తం భారతదేశానికే ఆదర్శంగా నిలిచింది
- గాంధీ, నెహ్రూ, అంబేద్కర్ స్ఫూర్తితో కేసీఆర్ నాయకత్వంలో తెలంగాణ పోరాటం జరిపి రాష్ట్రాన్ని సాధించుకున్నాం

హైదరాబాద్

పంద్రాగస్టు సందర్భంగా బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. తెలంగాణ మళ్లీ బానిసత్వంలోకి పోయిందని, తన స్వాతంత్రాన్ని, స్వేచ్ఛను కోల్పోయింది అని కేటీఆర్ పేర్కొన్నారు. తెలంగాణ భవన్‌లో జరిగిన స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ వేడుకల్లో కేటీఆర్ పాల్గొని, జాతీయ జెండాను ఎగురవేశారు. ఈ సందర్భంగా కేటీఆర్ మాట్లాడుతూ.. ఎన్నో కులాలు, ఎన్నో మతాలు, ఎన్నో భాషలు, ఎన్నో రాష్ట్రాలు కలిగి ఉన్న వైవిధ్య భారతానికి స్వాతంత్రం సిద్ధించి 79 ఏళ్లు అవుతున్న సందర్భంగా ప్రపంచ వ్యాప్తంగా ఉన్న - మిగతా 3లో



మేఘ విస్ఫోటం.. శిథిలాల కింద 500 మందికి పైనే

- “కిశ్త్‌వాడ్‌లో చోటుచేసుకున్న క్లౌడ్ బరస్ట్‌లో 500 మందికి పైగా శిథిలాల కింద చిక్కుకున్నట్లు భావిస్తున్నా
- కొందరు అధికారులు ఈ సంఖ్య 1000 దాటొచ్చని చెబుతున్నారు.
- ఎంతో విలువైన ప్రాణాలను కాపాడేందుకు సహాయక చర్యలు కొనసాగుతున్నాయి
- అధికార నేషనల్ కాన్ఫరెన్స్ పార్టీ అధినేత ఫరూక్ అబ్దుల్లా

అహింసా పద్ధతిలో మహాసంగ్రామం గెలిచాం

- సామాజికంగా, ఆర్థికంగా తెలంగాణ బలపడాలి
- స్వాతంత్ర్య పోరాటంతో ప్రపంచానికి సరికొత్త మార్గం చూపించాం
- గోల్కొండ కోటలో 79వ స్వాతంత్ర్య వేడుకల్లో తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి
- తెలంగాణను నెంబర్ వన్ రాష్ట్రంగా తీర్చిదిద్దేందుకు కృషి చేస్తున్నాము
- కులగణనతో వందేళ్ల కల నెరవేర్చాం
- పేదరిక నిర్మూలన కోసం కృషి చేస్తున్నాం
- సామాజికంగా, ఆర్థికంగా తెలంగాణ బలపడాలి
- సన్నబియ్యం పంపిణీతో పేదల కళ్లలో ఆనందం చూశాం

హైదరాబాద్

స్వాతంత్ర్య పోరాటంతో ప్రపంచానికి సరికొత్త మార్గం చూపించామని తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి అన్నారు. అహింసా పద్ధతిలో మహాసంగ్రామం గెలిచామని పేర్కొన్నారు. శుక్రవారం హైదరాబాద్‌లోని గోల్కొండ కోటలో జరిగిన 79వ స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ వేడుకల్లో ఆయన పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా ముఖ్యమంత్రి మాట్లాడుతూ.. ‘ పటిష్ట భారత్ కోసం నెహ్రూ ఎన్నో చర్యలు చేపట్టారు. నెహ్రూ హయాంలోనే దేశ ప్రగతికి బలమైన పునాదులు పడ్డాయి. పంచవర్ష ప్రణాళికతో దేశాన్ని తిరుగులేని శక్తిగా మార్చారు. తెలంగాణను నెంబర్ వన్ రాష్ట్రంగా తీర్చిదిద్దేందుకు కృషి చేస్తున్నాము. కులగణనతో వందేళ్ల కల నెరవేర్చాం. పేదరిక నిర్మూలన కోసం కృషి చేస్తున్నాం. సామాజికంగా, ఆర్థికంగా తెలంగాణ బలపడాలి. సన్నబియ్యం పంపిణీతో పేదల కళ్లలో ఆనందం చూశాం. వరంగల్‌లో ఇచ్చిన రైతు రుణమాఫీ హామీ నెరవేర్చాం. 25 లక్షల - మిగతా 3లో

ధర్మస్థల పుణ్యక్షేత్ర ప్రతిష్టను దెబ్బతీసేందుకు కుట్ర

- ధర్మస్థల తవ్వకాలపై శివకుమార్ సంచలన వ్యాఖ్యలు
- త్వరలోనే నిజం నిలకడ మీద తెలుస్తుంది
- “నేను ఇప్పటికీ ధర్మస్థల మంజునాథస్వామి భక్తుడినే
- ధర్మస్థల వీరేంద్రహెగ్డే చేసిన సేవలను గౌరవిస్తాం

జూబ్లీహిల్స్ ఎన్నిక

గులాబీకే మొగ్గు

- గతేడాది కూడా కంటోన్‌మెంట్‌కు ఉప ఎన్నిక జరిగింది
- ఇది కూడా బీఆర్‌ఎస్ స్థానమే. కానీ, ఉప ఎన్నికల్లో ఇక్కడ కాంగ్రెస్ గెలిచింది.
- జూబ్లీహిల్స్‌ను కూడా తన ఖాతాలో వేసుకోవాలని కాంగ్రెస్ చేస్తోంది. నిలబెట్టుకోవాలని బీఆర్‌ఎస్ ప్రయత్నిస్తోంది.
- తాజాగా మూడ్ ఆఫ్ ది పబ్లిక్ అండ్ పాపులేషన్ సంస్థ నిర్వహించిన సర్వేలో సంచలన విషయాలు వెలుగు చూశాయి
- ఈ సర్వే ప్రకారం, ప్రజల అభిప్రాయాలు, పాలక పార్టీపై సంతృప్తి, అభ్యర్థులు ఎవరే ఆసక్తిని చాలా మంది కనబర్చారు.

హైదరాబాద్

తెలంగాణలో త్వరలో మరో ఉప ఎన్నిక రాబోతోంది. జూబ్లీహిల్స్ బీఆర్ఎస్ ఎమ్మెల్యే మాగంటి గోపీనాథ్ ఇటీవల అనారోగ్యంతో మరణించారు. దీంతో అక్కడ ఉప ఎన్నిక అనివార్యమైంది. గతేడాది కూడా కంటోన్‌మెంట్‌కు ఉప ఎన్నిక జరిగింది. - మిగతా 3లో

2019 లోక్‌సభ ఎన్నికల్లోనూ ఓట్ల చోరీ?!

- లోక్‌సభలో విపక్ష నేత మరింత స్వరం పెంచి ‘ఈ చోరీ ఒక్క నియోజకవర్గానికే పరిమితం కాలేదని.. చాలా చోట్ల జరిగింది”
- 2019 లోక్‌సభ ఎన్నికల్లో అనుమానాస్పద రీతిలో అధికార పార్టీ కొన్ని సీట్లు గెల్చుకుందనేది ఆ ప్రొఫెసర్ వాదన.
- ఆ లోక్‌సభ ఎన్నికల్లో బీజేపీ అనూహ్య విజయాలు చాలానే సాధించింది.

ఘోర రోడ్డు ప్రమాదం

10 మంది యాత్రికులు దుర్మరణం

బరద్వాన్

పశ్చిమ బెంగాల్ రాష్ట్రంలో ఘోర రోడ్డు ప్రమాదం చోటు చేసుకుంది. యాత్రికులతో బిహార్ వెళుతున్న బస్సు.. రోడ్డు ప్రమాదానికి గురౌవడంతో 10 మంది దుర్మరణం చెందారు. ఈ ఘటనలో 35 మందికి గాయాలు కాగా, పలువురి పరిస్థితి విషమంగా ఉంది. యాత్రికులతో బిహార్ వెళుతున్న బస్సు పశ్చిమ బెంగాల్ రాష్ట్రంలో బరద్వాన్ జిల్లాలో ఆగి ఉన్న ట్రక్కును ఢీకొట్టింది. నేషనల్ హైవే 19పై రోడ్డు ప్రక్కన ఆపి ఉంచిన ట్రక్కును బస్సు డ్రైవర్ గమనించకపోవడంతో ఈ ప్రమాదం జరిగింది. నాలా ఫెర్రీ ఘాట్ వద్ద వేగంగా వెళ్తున్న బస్సు ఒక్కసారి ట్రక్కును ఢికొట్టడంతో 10 మంది అక్కడికక్కడే ప్రాణాలు కోల్పోయారు. గాయపడిన వారిని స్థానిక ఆస్పత్రులకు తరలించి చికిత్స అందిస్తున్నారు. ఈ ఘటనపై పోలీసులు దర్యాప్తు చేపట్టారు.

సంపాదకీయం

అలుపెరుగని పోరాట యోధుడు

భారత దేశంలో సర్దార్ లుగా పేరొందిన ప్రముఖులలో ఒకరు సర్దార్ వల్లభభాయి పటేల్. మరొకరు సర్దార్ గౌతు లచ్చన్న. ఒకరిది దేశస్థాయిలో, మరొకరిది రాష్ట్ర స్థాయిలో రాణించారు. సర్దార్ అంటే సేనాని. స్వాతంత్ర్యోద్యమ పోరాట వీరునిగా ఎన్నో ఉద్యమాలు నడిపిన కురువృద్ధుడు సర్దార్ గౌతు లచ్చన్న. జమీందారీ వర్గాల వ్యతిరేక పోరాట వీరునిగా ప్రజాహృదయాలలో లచ్చన్న స్థానం చెక్కు చెదరనిది. గౌతు లచ్చన్న (ఆగష్టు 16, 1909 – ఏప్రిల్ 19, 2006) సాహసానికి, కార్యదక్షతకు మెచ్చి ప్రజలిచ్చిన కితాబే సర్దార్. సర్దార్ గౌతు లచ్చన్న, వి.వి.గిరి, నేతాజి సుభాష్ చంద్రబోస్, జయంతి ధర్మతేజ, మొదలగు అనేకమంది జాతీయ నాయకులతో కలిసి భారత దేశ స్వాతంత్ర్య పోరాటాలలో పాల్గొని, అనేక పర్యాయాలు జైలుకు వెళ్ళారు. ప్రకాశం పంతులు, బెజవాడ గోపాల రెడ్డి మంత్రివర్గంలో మంత్రి పదవి నిర్వహించిన లచ్చన్న, మద్యపాన నిషేధం విషయంలో ప్రకాశం పంతులుతో విభేదించి, అవిశ్వాస తీర్మానం ప్రవేశపెట్టి, ప్రకాశం ప్రభుత్వ పతనానికి కారణభూతుడయ్యారు. చిన్న రాష్ట్రాల ఏర్పాటుకు మద్దతు ప్రకటించారు. తెలంగాణ ప్రత్యేక రాష్ట్ర సాధనకు నాటి ఉద్యమ నేత మర్రి చెన్నారెడ్డితో చేతులు కలిపారు. తెలంగాణా రాష్ట్ర అవసరాన్ని, ఔచిత్యాన్ని వివరిస్తూ పుస్తకం వ్రాశాడు. ఇందిరాగాంధి అత్యవసర పరిస్థితి విధించినప్పుడు వ్యతిరేకించి, స్వేచ్ఛ కోసం పోరాడారు. చౌదరి చరణ్ సింగ్, జయప్రకాష్ నారాయణ, మసాని లతో కలిసి పనిచేశారు. తెలుగులో మంచి ఉపన్యాసకుడుగా, రాజాజి ఉపన్యాసాల అనువాదకుడిగా, చరిత్ర ముద్ర వేయించుకున్న బడుగువర్గ పోరాట యోధుడు లచ్చన్న. సర్దార్ గౌతు లచ్చన్న. ఉత్తర కోస్తా కళింగసీమలో ఉద్దానం ప్రాంతాన (నాటి గంజాం జిల్లా) సోంపేట తాలూకాలో బారువా అనే గ్రామంలో 1909 ఆగష్టు 16 వ తేదీన ఒక సాధారణ బీద గౌడ కుటుంబములో గౌతు చిట్టయ్య, రాజమ్మ దంపతులకు జన్మించారు. బారువాలో గల ప్రాథమిక పాఠశాలలో 1916లో చేరి, పాఠశాలలో 8 వ తరగతి వరకు చదివి, ప్రక్కనే ఉన్న మందసా రాజావారి హైస్కూల్లో 9 వ తరగతిలో చేరి, పరీక్ష తప్పాడు. శ్రీకాకుళంలో ఉన్నత పాఠశాలలో చేర్పించగా, అక్కడ జగన్నాథం పంతులుగారి ఇంటిలో ఉండి చదువు సాగించారు. ఆ స్కూల్లో డ్రిల్ మాష్టారు నేమాని నరసింహమూర్తి శిక్షణలో జాతీయ భావాల్ని అలవర్చుకున్నారు. లచ్చన్నకు ఆనాటికి 21 సవంత్సరాలు. 1929–30 విద్యా సంవత్సరం మెట్రిక్యులేషన్ చదువుతుండగానే 21వ ఏట గాంధీజీ పిలుపువిని విద్యకు స్వస్తి చెప్పి స్వాతంత్ర్యోద్యమంలో దూకారు. 1930 లో మహాత్మాగాంధీ ఉప్పు సత్యాగ్రహానికి పిలుపినిచ్చారు. దీనికి ప్రభావితుడైన లచ్చన్న బారువా సమీపంలో ఉన్న సముద్రపు నీరుతో ఉప్పు తయారుచేసి ఆ డబ్బుతో ఆ ఉద్యమాన్ని నడిపారు. విదేశీ వస్తు బహిష్కరణోద్యమంలో పాల్గొని అందరూ చూస్తుండగానే తన విలువైన దుస్తులను అగ్నికి అహుతి చేశారు. ఉప్పు సత్యాగ్రహంలో పాల్గొంటున్నప్పుడు లచ్చన్నను అరెస్టు చేసి టెక్కలి, నరసన్నపేట సబ్ జైళ్లల్లో నలభై రోజులు ఉంచారు. కోర్టు తీర్పు మేరకు మరో నెల రోజుల శిక్షను అతను బరంపురం జైల్లో అనుభవించవలసి వచ్చింది. 1932 వ సంవత్సరంలో శాసనోల్లంఘన ఉద్యమంలో పాల్గొంటున్న లచ్చన్నను రాజమండ్రి జైల్లో ఐదు మాసాలు ఉంచారు. అంటరానితనం నిర్మూలన. అంటరానితనం మీద కత్తి ఝుళిపించాడు లచ్చన్న. అతను నడిపిన హరిజన సేవా సంఘాలు, చేపట్టిన హరిజన రక్షణ యాత్రలు ప్రజలను బాగా ప్రభావితం చేశాయి. బారువా గ్రామ వీధుల్లో యువజనులను వెంట వేసుకొని భజన గీతాలు పాడుతూ వెళుతుంటే గ్రామమంతా దద్దరిల్లుతున్నట్లు కనిపించేది. సవర్ణులలో ఆశ్చర్యం, హరిజనులలో ఆశలు రేకెత్తించేవి. రాత్రి పాఠశాలలు నిర్వహించి బడుగు వర్గాల విద్యాభివృద్ధికి అతనెంతో కృషి చేశాడు. హరిజనులకు దేవాలయాలలో ప్రవేశం కలిగించారు. లచ్చన్న చేసిన ఆర్థిక సహాయంతో కుశాగ్రబుద్ధులైన ఎందరో హరిజన విద్యార్థులు ఉన్నత స్థానాల నలంకరించారు. ఆచార్య గోగినేని రంగాతో లచ్చన్న స్నేహం రాష్ట్ర రాజకీయాలలో ఒక నూతన శకాన్ని ఆరంభించింది. మహాత్మాగాంధీ, పండిట్ నెహ్రూ గురు శిష్య సంబంధం లాంటిదే రంగా– లచ్చన్నల సంబంధం. 1935లో రాష్ట్రంలో కాంగ్రెస్ సోషలిస్టు పార్టీ శాఖ ఏర్పడినప్పుడు దానికి అతను సభ్యుడుగా ఎన్నికయ్యాడు. ఆ రోజుల్లో రైతు సంఘాలు కాంగ్రెస్ పార్టీలోని అంగాలే. 1939లో త్రిపురలో జరిగిన అఖిలభారత కాంగ్రెస్ మహాసభ, కిసాన్ సభలను ఆంధ్రలోని పలాసాలో జరపాలని తీర్మానించారు. రాహుల్ సాంకృత్యాయన్ ఈ సభలకు అధ్యక్షత వహించారు. ఈ సభలు జయప్రదం కావడానికి ప్రధానకారకుడు లచ్చన్నే. దీనితో ఆయన పేరూ, ఆయన కార్యదీక్ష దేశమంతటా తెలిసింది. లచ్చన్న అనేక కిసాన్ ఉద్యమాలు నడిపి ఆ రోజుల్లో జమీందార్ల పక్కల్లో బల్లెంగా తయరైనారు. 1942లో జరిగిన క్విట్ ఇండియా ఉద్యమంలో పాల్గొన్న లచ్చన్నను ప్రభుత్వం అతి ప్రమాదకరమైన వ్యక్తిగా గుర్తించి, ఆయనను పట్టి యిచ్చిన వారికి పదివేల రూపాయల బహుమతిని ప్రకటించింది. చివరకు ప్రభుత్వమే అతనిని బంధించి మూడేళ్ళు జైల్లో ఉంచి 1945 అక్టోబరులో విడుదల చేసింది. ఆనాటి నుంచి లచ్చన్న ఆంధ్ర అగ్రనాయకులలో ఒకరైనారు. 1947లో లచ్చన్న ఇండియన్ నేషనల్ ట్రేడ్ యూనియన్ కాంగ్రెస్ కు రాష్ట్ర శాఖ అధ్యక్షులయ్యారు. 1950లో ఆచార్య గోగినేని రంగా కృషి కార్ లోక్ పార్టీని స్థాపించినప్పుడు అందులో లచ్చన్న ప్రధాన పాత్ర పోషించాడు. 1953 అక్టోబరు 1 న ప్రత్యేక ఆంధ్ర రాష్ట్రం ఏర్పడింది. మద్రాసు ప్రభుత్వం నుంచి ఆంధ్రులకు రావలసిన ఆస్తుల విభజనను పరిశీలించడానికై ఏర్పడిన ఆంధ్రసంఘంలో కాంగ్రెస్ నుంచి నీలం సంజీవరెడ్డి, ప్రజా పార్టీ నుంచి తెన్నేటి విశ్వనాథం, కృషి కార్ లోక్ పార్టీనుంచి లచ్చన్న సభ్యులు. ప్రకాశం పంతులు మంత్రివర్గంలో, బెజవాడ గోపాలరెడ్డి మంత్రివర్గం లోనూ, లచ్చన్న మంత్రిగా పనిచేశారు. 1961లో రాజాజీ ఏర్పాటు చేసిన స్వతంత్ర పార్టీకి ఆంధ్రప్రదేశ్ శాఖకు సర్దార్ గౌతు లచ్చన్న అధ్యక్షుడు. 1978లో లచ్చన్న ఆంధ్రప్రదేశ్ శాసనసభలో అధికార ప్రతిపక్ష నాయకుడుగా ఉన్నాడు. పబ్లిక్ అక్కౌంట్స్ ఛైర్మన్ గా ఆ రోజుల్లో పనిచేశారు. కొంతకాలం బహుజన పార్టీలో పనిచేసిన లచ్చన్న ఆ తరువాత అన్ని రాజకీయ పార్టీలతో తెగతెంపులు చేసుకుని, పార్టీలకు అతీతంగా బడుగు వర్గాల సంక్షేమానికి కృషి చేస్తూ వచ్చారు. అణగారిన వర్గాల ఆశాజ్యోతి సర్దార్ గౌతు లచ్చన్న 2006 ఏప్రిల్ 19 న కన్నుమూశారు.

పుంభావ సరస్వతి వానమామలై

తెలుగుదేశం ఆధునికపు కవితా పోకడలకు అలవాటు పడిన కాలమది. భావకవిత్వం, అభ్యుదయ కవిత్వం, వచనకవిత్వం లాంటి ఎన్నో నూతన సాహిత్య ప్రయోగాలాతో వర్ధిల్లుతున్న కాలంలో, ప్రాచీన కవితారీతులతో ప్రజలను మెప్పించిన కవి వానమామలై. అమూల్య సాహిత్య సంపదను తెలుగువారి కందించిన అద్వితీయ కవితా విశారదుడు, వాగీశ్వరీ మంత్ర సిద్ధిని పొందిన మహనీయుడు పుంభావ సరస్వతి వానమామలై వరదాచార్య. ఒక మహాకవి పోతన చరిత్రను మరోకవి గ్రంధస్థం చేయడం విశేషమే మరి. వానమామలై (1914–1984), 1914 ఆగస్టు 16న వరంగల్ జిల్లా మడికొండ గ్రామంలో వైఖానస బ్రాహ్మణుల పండిత కుటుంబంలో జన్మించారు. రైతు కుటుంబములో జన్మించిన వరదాచార్యులు ఏడవ తరగతి వరకు మాత్రమే చదివి ఎల్... సంస్కృతాంధ్ర సాహిత్యం, తార్కికం, వేదాంతం, వ్యాకరణాలను అభ్యసించారు. సంస్కృతం, తెలుగు, ఉర్దూ, హిందీ, ద్రవిడం, మరాఠీ, ఇంగ్లీషు భాషలలో పట్టు సాధించారు. హరికథాగానంలో ప్రావీణ్యతను సంతరించుకున్నారు. ఈయన అన్నలైన వానమామలై వేంకటాచార్యులు, వానమామలై లక్ష్మణాచార్యులు, వానమామలై జగన్నాథాచార్యులు కూడా సాహిత్యకారులే. కాళోజీ, పల్లా దుర్గయ్య, ఆచార్య బిరుదురాజు రామరాజువంటి సాహితీ దిగ్గజాలు మడికొండకే చెందిన వారేకాక, ఆయన ఆత్మీయులు కూడా. ఆయన సహజ పాండిత్యాన్ని గుర్తించిన అప్పటి హైదరాబాద్ రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి బూర్గుల రామకృష్ణారావు ప్రత్యేక ఉత్తర్వుల ద్వారా నిజామాబాద్ జిల్లా దోమకొండ జనతా కళాశాలలో సాంస్కృతిక కార్యక్రమ నిర్వాహకుడిగా నియమించారు. తర్వాత ఆంధ్ర సారస్వత పరిషత్తునుండి విశారద పట్టా పుచ్చుకున్నారు. విశారద పూర్తయ్యాక చెన్నూర్ ఉన్నత పాఠశాలకు బదిలీ అయ్యి 13 సంవత్సరాలు ఉపాధ్యాయుడిగా పనిచేసి 1972లో పదవీ విరమణ చేశారు. చెన్నూరులో వేదపాఠశాల నెలకొల్పారు. 1972లో అప్పటి ఆంధ్రప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి పి.వి.నరసింహారావు శాసనమండలికి నామినేట్ చేయగా 1978 వరకు శాసనమండలి సభ్యుడిగా కొనసాగారు. 1968లో పోతన చరిత్రము గ్రంథానికి ఆంధ్రప్రదేశ్ సాహిత్య అకాడెమీ అవార్డు, 1971లో ఆంధ్రప్రదేశ్ సాహిత్య అకాడెమీ విశిష్ట సభ్యత్వము, 1973లో కరీంనగర్ జిల్లా కోరుట్లలో భారతీ

సాహిత్య సమితి వారిచే గండపెండేరం, స్వర్ణ కంకణం, రాత్నాభిషేకం,1976లో సంపూర్ణానంద సంస్కృత విశ్వ విద్యాలయం, వారణాసి వారిచే డి.లిట్ వాచస్పతి గౌరవ పట్టా పొందారు. అభినవ కాళిదాసు, మహాకవి శిరోమణి, ఆంధ్ర కవిత ఉత్ప్రేక్ష చక్రవర్తి, అభినవ పోతన, ఆంధ్ర కవివతంస, మధురకవి, కవి కోకిల, కవిశిరో వతంస తదితర బిరుదాంచితులైనారు. తెలంగాణ ప్రజలను జాగృతం చేసేందుకు హైదరాబాద్ రాజ్యంలో (తెలంగాణ) నిజాం నియంతృత్వ పాలనను వర్ణిస్తూ అనేక పాటలు, పద్యాలు రాశారు. పౌరాణికుడిగా ప్రదర్శనలు ఇచ్చారు. హరికథలు, పురాణాలు చెప్పారు. "పోతన చరిత్రము" వ్రాసి "అభినవ పోతన"గా వాసికెక్కిన వానమామలై తెలంగాణా కవులలో అగ్రగణ్యుడు, అపూర్వ సాహితీ దురంధరుడు.... దాశరథి కృష్ణమాచార్యులకు అతి సన్నిహితులు, ఆచార్య సి. నారాయణరెడ్డికి అత్యంత ఆప్తుడు, ఎన్నో గేయకృతులు, వ్యాసాలు, నాటకాలు, బుఱ్ఱకథలు ఎన్ని వ్రాసినా.. తెలుగు సాహిత్యంలో ఆయనకు సుస్థిర స్థానాన్ని సముపార్జించి పెట్టింది "పోతన చరిత్రము". మహాభాగవత కర్త మహాకవి బమ్మెర పోతన్న జీవిత విశేషాలను అద్వితీయ ప్రబంధంగా అందించిన ఘనత మన వరదన్నదే. అలా తెలుగు రచయితల సంఘం ఆయనకు "అభినవ పోతన" బిరుదునిచ్చి సత్కరించింది. ఆయన వరదన్న పుట్టి పెరిగింది మడికొండలోనే అయినా స్థిరపడింది తాత ముత్తాతల ఊరైన చెన్నూరులోనే. 'వరదన్నకు చిన్ననాటనే బాల్యగురువైన కాళోజీ రంగారావు శ్రీరామ తారక మంత్రోపదేశం గావించారు. మంథెనవాసి మేనమామ తిరువరంగం గోపాలాచార్యులు వాగీశ్వరి మంత్రోపదేశం చేయగా, ఖాజీపేట సమీపంలోగల మెట్టుగుట్టపై ఎనభైరోజులు కఠోరదీక్షతో ఉపాసించి వాణీ కటాక్ష వరసిద్ధిని పొందినట్లు చెపుతారు. ఇతని శతజయంతి ఉత్సవాలు 18-8-2011 నుండి 18-8-2012 వరకు జరిగాయి. ఈ సందర్భంగా అనేక సభలు సమావేశాలు నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా చెన్నూర్ లోని జగన్నాథ ఆలయానికి ఎదురుగా ఉన్న స్థలంలో ఆయన కాంస్య విగ్రహాన్ని నెలకొల్పారు. క్షయవ్యాధి పీడితుడై, ఊపిరి తిత్తులకు పది సార్లు శస్త్రచికిత్సతో ఒక ఊపిరితిత్తితోనే కడదాకా జీవించి,1984, అక్టోబరు 30నఈ లోకాన్ని వీడి వెళ్ళారు.

సిద్ధి పొందిన తాపసి రామకృష్ణుడు

స్వామి వివేకానంద గురువు అయిన స్వామి రామకృష్ణ పరమహంస,(గదాధర్ ఛటోపాధ్యాయ) (ఫిబ్రవరి 18, 1836 – ఆగష్టు 16, 1886) విభిన్న మతాలు భగవంతుడిని చేరడానికి విభిన్న మార్గాలు అని అనుభవపూర్వకంగా మొట్ట మొదటి సారిగా ప్రపంచానికి చాటిచెప్పిన మహనీయులు. భారతీయ జాతీయతపై రామకృష్ణ పరమహంస ప్రభావం అలేఖ్యం. హిందూ మతం లోని మూఢ నమ్మకాలు అధిక సంప్రాదాయాలను కొంతవరకు తొలగించి, హిందూ మతాన్ని ఇస్లాం, క్రైస్తవ మతాల సవాళ్లకు ధీటుగా నిలబెట్టిన మహనీయుడు రామకృష్ణుడు. అన్ని మతాల సారాన్ని ఆమూలాగ్రంగా ఆస్వాదించడం లక్ష్యంగా అవిరళ కృషి చేసి, సిద్ధి పొందిన తాపసి ఆయన. అన్ని మతాలు భగవం తుని చేరడానికి విభిన్న మార్గాలని అనుభవ రీత్యా మొదటి సారి ప్రపంచానికి చాటి చెప్పిన ఆధ్యాత్మిక గురువు. 1836 ఫిబ్రవరి 18న పశ్చిమ బెంగాల్ లోని హుగ్లీ జిల్లాలో కామార్పుకూర్ గ్రామంలో ధార్మిక పేద బ్రాహ్మణులైన క్షుదీరాం, చంద్రమణీ దేవికి జన్మించారు. బాల్యం నుండీ ప్రకృతి ఆరాధకునిగా, సాధు సజ్జన ప్రసంగాలలో ఆసక్తి కనబరుస్తూ, వారికి సేవలందించే వారు. బయట ప్రపంచంతో సంబంధాలను పక్కనపెట్టి ప్రకృతిని ఆస్వాదిస్తూ గడిపేవారు. ఉపనయనం కాగానే మొదటి భిక్ష ఒక శూద్ర యువతి వద్ద పొందుతానని మాటిచ్చి, పట్టుబట్టి, ఎందరు చెప్పినా వినక, యువతికి ఇచ్చిన మాటను నిలబెట్టుకుని, సాంప్రదాయ మార్పుకు శ్రీకారం చుట్టారు. 5 ఏళ్ళ శారదా దేవితో ఆయన పెళ్ళి కాగా, శారద... రామకృష్ణుని మొదటి శిష్యురాలుగా మారింది. తాను గురువుల వద్ద నేర్చుకున్న విద్యలన్నీ ఆమెకు నేర్పారు. ఆమె గ్రహణ శక్తికి మెచ్చి ఆమెను త్రిపుర సుందరి శక్తిగా పూజించడము మొదలు పెట్టారు. ఆమెను సాక్షాత్ కాళికాదేవిలా భావించి పూజించారు. ఆమెను కూడా తనంతటి వారిగా తీర్చిదిద్దారు. శారదా రామకృష్ణుల సంబంధము సామాన్య మానవులు అర్థము చేసుకోలేరని భావించేవారు. చాలా కాలము అమెతో గడిపిన తరువాత

రామకృష్ణుడు వారి బంధము ఆధ్యాత్మికమైనదని నిర్ణయించారు. తండ్రి మరణానంతరం పెద్దన్న రాంకుమార్ కలకత్తాలో సంస్కృత పాఠశాల నడుపుతూ, పౌరోహిత్యం చేస్తున్న క్రమంలో, రాణి రాషమోణి అనే యువతి దక్షిణేశ్వర్ కాళీమాత గుడి కట్టించగా, రాంకుమార్ పూజారిగా, రామకృష్ణుడు దేవతను అలంకరించే వారు. రాంకుమార్ మరణించాక, ఆయనే పూజారిగా మారారు. గుడిలో ఉన్నది. రాతి విగ్రహమా? లేక సజీవమా తెలుసుకునేందుకు రేయింబవళ్ళు చేసిన కఠోర ప్రార్థన ద్వారా అమ్మవారి దర్శన భాగ్యం ఆయనకు కలిగింది. మనిషికి చేసేలాగే విగ్రహానికి సేవలు చేసేవారు. స్వామి రామకృష్ణ పరమహంస తన తంత్ర సాధనలో భాగంగా వివిధ గురువుల మార్గదర్శకత్వం క్రింద వైష్ణవ భక్తి గురించి, అద్వైత వేదాంతం గురించి తెలుసుకున్నారు. అన్ని మతాల పరమ సత్యాన్ని గ్రహించారనే ప్రచారంతో అన్ని మతాల వారూ ఆయన దర్శనానికి వచ్చేవారు. అనేకమంది విదేశీయులు ఆధ్యాత్మికతకు ప్రభావితమై, రామకృష్ణుని అనుసరించారు కూడా. తోతాపురి అనే సాధువు అద్వైతాన్ని బోధించారు. భైరవీ బ్రాహ్మణి అనే ఆమె ఆయనకు భక్తిభావంలో భగవత్ సాక్షాత్కారమును ఉపదేశించారు. తద్వారా మూడు రోజులలోనే నిర్వికల్ప సమాధిని పొందిన మహనీయుడు. జ్ఞానాన్ని సంపాదించడానికి, మానవ ఉనికికి సంబంధించిన అంశాల గురించి తెలుసుకోవాలని పరితపించారు. క్రమంగా ఆయన తన జీవితానికి గల పరమార్థాన్ని అర్థం చేసుకున్నారు. తాను ఏమి కోరుకుంటున్నాడో ఆ దిశగా అడుగులు వేసి చివరికి ఫలితం సాధించారు. బెంగాలీ గ్రామీణ కుటుంబంలో జన్మించిన రామకృష్ణ , తర్వాతి కాలంలో భగవత్, ఆత్మసాక్షాత్కారం పొంది, తర్వాత ఇస్లాం క్రైస్తవ మార్గాల సాధన ద్వారా ఫలితం పొందారు. స్వామి వివేకానంద నిజంగా భగవదనుభవం పొందిన వారిని అన్వేషిస్తూ... ఎందరినో కలిసి నిరాశకు లోనై, చివరికి రామకృష్ణులను కలిశారు. "మహాత్మా మీరు భగవంతున్ని చూసారా?" అని ప్రశ్నించి సానుకూల సమాధానం పొందారు. రామకృష్ణులు కేవలం స్పర్శతో ఆధ్యాత్మిక అనుభవాలను ప్రసాదించారు. అలా వివేకానంద ఆయన శిష్యులుగా మారారు. రామకృష్ణుడు తన ప్రత్యక్ష శిష్యులకు సన్యాసము ఇవ్వడము ద్వారా రామకృష్ణ మిషన్ ను స్వయముగా ప్రారంభించగా, స్వామీ వివేకానంద రామకృష్ణుని సందేశాలను పాశ్చాత్య దేశాలకు వ్యాపింప చేశారు. తాము చని పోయే ముందు తమ ఆధ్యాత్మిక శక్తులన్నీ వివేకానందునికి ధారవోసి, 1886 ఆగస్టు 16న మహా సమాధిని పొందారు. స్వార్థం నుండి విడివడితే భగవంతుడిని పొంద వచ్చునని నిరూపించి చూపారు.

సెట్లో శ్రమ ... బడ్జెట్‌లో భారం

తెలుగు సినిమా పరిశ్రమలో ఇటీవలి కాలంలో సినీ కార్మికుల వేతనాల పెంపుదల అంశం మళ్లీ ప్రధాన చర్చా విషయమైంది. దాదాపు 24 విభాగాలకు పైగా చెందిన టెక్నీషియన్లు, కూలీలు, సహాయక సిబ్బంది ప్రస్తుత ద్రవ్యోల్బణ పరిస్థితుల్లో జీవన వ్యయాలకు సరిపడేలా వేతనాలు పెంచాలని గళం ఎత్తుతున్నారు. ప్రస్తుతం సెట్ కార్పెంటర్‌లు రోజుకు సగటు రూ. 1,200 నుండి రూ. 1,500 వరకు, లైటింగ్ అసిస్టెంట్లు రూ. 1,000 నుండి రూ. 1,400 వరకు, మేకప్ ఆర్టిస్టులు రూ. 1,500 వరకు, డ్రైవర్లు రూ. 1,200 వరకు, జూనియర్ ఆర్టిస్టులు రోజు రూ. 800 నుండి రూ. 1,000 వరకు వేతనం పొందుతున్నారు. అయితే పెరుగుతున్న కిరాయిలు, ఆహార ధరలు, వైద్య ఖర్చులు, పిల్లల విద్య వ్యయాలను దృష్టిలో ఉంచుకుని, ఈ వేతనాలను కనీసం 30 నుండి 50 శాతం వరకు పెంచాలని కార్మికులు కోరుతున్నారు. అంటే, సెట్ కార్పెంటర్‌ల వేతనం రూ. 1,800 నుండి రూ. 2,200కు, లైటింగ్ అసిస్టెంట్లది రూ. 1,500 నుండి రూ. 2,000కు, జూనియర్ ఆర్టిస్టులది రూ. 1,200 వరకు పెంచాలని డిమాండ్ ఉంది. ఈ సమస్యను పరిష్కరించాలన్న ఉద్దేశంతో సినీ కార్మిక సంఘాలు ఇటీవల పలు సమావేశాలు నిర్వహించి, వేతనాల పెంపు అంశాన్ని నిర్మాతల మండలికి అధికారికంగా వినిపించాయి. సమ్మెకు దిగే పరిస్థితులు రాకూడదని కోరుకుంటూ ఒక గడువు విధించి, ఆ లోగా పెంపు అమలు చేయకపోతే షూటింగ్‌లు నిలిపి వేస్తామని హెచ్చరించారు. నిర్మాతల మండలి ఈ డిమాండ్‌ను ప్రారంభంలో జాగ్రత్తగా స్వీకరించింది. ప్రస్తుత పరిస్థితుల్లో సినిమా నిర్మాణ ఖర్చులు భారీగా పెరిగాయని, డిజిటల్ ప్రమోషన్ వ్యయాలు, మల్టీప్లెక్స్ పంపిణీ శాతం, ఒటిటి పోటీ, విదేశీ చిత్రాల ప్రభావం వల్ల ఆదాయంపై ఒత్తిడి ఉందని నిర్మాతలు వాదించారు. ముఖ్యంగా తక్కువ బడ్జెట్ సినిమాల నిర్మాతలు అదనపు వేతన భారాన్ని భరించడం కష్టమని, ఇది చిన్న నిర్మాతల వెనకడుగుకు దారితీస్తుందని తెలిపారు. అయినప్పటికీ, కొందరు నిర్మాతలు కార్మికుల శ్రమకు గౌరవం ఇవ్వడం పరిశ్రమ దీర్ఘకాల ప్రగతికి మేలని అభిప్రాయ పడ్డారు. సమస్య తీవ్రతరమవడంతో రాష్ట్ర ప్రభుత్వం జోక్యం చేసుకోవాల్సి వచ్చింది. కార్మిక శాఖ ఆధ్వర్యంలో సినీ కార్మిక సంఘాల నేతలు, నిర్మాతల మండలి ప్రతినిధులు, మధ్యవర్తుల సమక్షంలో పలు విడతల చర్చలు జరిగాయి. ఈ చర్చల్లో వేతనాల పెంపును ఒకేసారి కాకుండా దశలవారీగా అమలు చేయాలని, అత్యవసర విభాగాలకు తక్షణ పెంపు ఇవ్వాలని, మిగిలిన విభాగాలకు వచ్చే ఆర్థిక సంవత్సరంలో పెంపు అమలు చేయాలని నిర్ణయించారు. అదేవిధంగా కార్మికుల కోసం బీమా, వైద్య సహాయం, పింఛన్ పథకాలు, పని గంటల పరిమితి, వారాంత విశ్రాంతి దినం వంటి సంక్షేమ చర్యలను కూడా పరిగణలోకి తీసుకోవాలని అంగీకరించారు. తెలుగు సినిమా చరిత్రలో ఇలాంటి వేతన వివాదాలు పలు సార్లు చోటు చేసుకున్నాయి. 1988లో, 2001లో, 2011లో జరిగిన సమ్మెలు గుర్తించదగ్గవిగా ఉన్నాయి. 1988 సమ్మె 17 రోజులు కొనసాగి, అనేక చిత్రాల విడుదల వాయిదా పడింది. 2001లో కార్మికులు 12 రోజులపాటు పని నిలిపి వేయగా, అప్పట్లో కూడా ప్రభుత్వం జోక్యం చేసుకుని వేతనాలపై రాజీ కుదిర్చింది. 2011లో 10 రోజులపాటు సమ్మె జరగగా, వేతనాలు 20 శాతం పెరిగాయి. ఈ సారి సమస్య పరిష్కార విధానం పూర్వ అనుభవాల కంటే సుస్థిరంగా ఉండాలని వర్గాలు భావిస్తున్నాయి.ప్రస్తుత పరిస్థితుల్లో దీర్ఘకాలిక పరిష్కారం తీసుకు రావాలంటే శాశ్వత విధానం అవసరం. కార్మిక సంఘాలు, నిర్మాతల మండలి, ప్రభుత్వం కలిసి కనీస వేతన ప్రమాణాలను నిర్ధారించే చట్టబద్ధ మార్గదర్శకాలు రూపొందించాలి. ద్రవ్యోల్బణ సూచికలను బట్టి వేతనాల సవరణకు ఆటోమేటిక్ విధానం ఉండాలి.

యంగ్‌గా కనిపించాలనుకుంటున్నారా?

ఇప్పుడున్న బిజీ లైఫ్ లో టైముకు తినడం లేదు. కంటికి సరిపడా నిద్ర ఉండడం లేదు. మారిన ఆహారపు అలవాట్లు కూడా ఆరోగ్యం పై ప్రభావం చూపిస్తుంటాయి. చాలా మంది తక్కువ వయసులోనే అలసిపోయినట్లు, బలహీనంగా లేదా వృద్ధులుగా కనిపిస్తుంటారు. ముఖ్యంగా చర్మంపై ముడతలు, వదులుగా ఉండటం లేదా కాంతి లేకపోవడం మీరు మీ ఆరోగ్యం పట్ల శ్రద్ధ వహించాల్సిన సంకేతాలు. దీని వల్ల మహిళలు ఎక్కువగా సమస్యలను ఎదుర్కొంటారు. చాలా సార్లు వారు ఈ లక్షణాలను విస్మరించి, వాటిని సౌందర్య సాధనాలు లేదా మేకప్ ద్వారా దాచడానికి ప్రయత్నిస్తారు. కానీ నిజం ఏమిటంటే శరీరానికి లోపలి నుంచి పోషణ లభించకపోతే, చర్మంపై నిజమైన మెరుపు కనిపించదు. మీ ముఖం వయస్సుతో పాటు మరింత మెరిసిపోవాలంటే పలు రకాల పండ్లను డైట్ లో చేర్చుకుంటే యంగ్ గా, అందంగా కనిపిస్తారంటున్నారు నిపుణులు. నారింజ పండు మీకు సహజమైన మెరుపును ఇవ్వడమే కాకుండా, మొత్తం శరీరాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. నారింజ పండ్లు విటమిన్ సి కి మంచి మూలం. ఇది చర్మం కొల్లాజెన్ ఉత్పత్తికి సహాయపడుతుంది. కొల్లాజెన్ మన చర్మాన్ని బిగుతుగా చేస్తుంది. ఇది వృద్ధాప్య సంకేతాలు కనిపించకుండా నిరోధిస్తుంది. ఇది ముడతలను కూడా తగ్గిస్తుంది.నేరేడు పండులో యాంటీఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా లభిస్తాయి. ఇవి చర్మ కణాలను దెబ్బతినకుండా కాపాడతాయి. అంతేకాకుండా, విటమిన్ సి అధికంగా ఉండే ఈ పండు కొల్లాజెన్ ఉత్పత్తికి కూడా సహాయపడుతుంది. ఇది చర్మాన్ని బిగుతుగా, మెరుస్తూ కనిపించేలా చేస్తుంది. దానిమ్మలో పాలీఫెనాల్స్ అనే యాంటీఆక్సిడెంట్లు ఉంటాయి. దీన్ని తినడం వల్ల శరీరంలోని రక్త లోపాన్ని తీరుస్తుంది. ఇది ముఖంలోని మచ్చలను కూడా తొలగిస్తుంది. ఇది రక్త ప్రసరణను కూడా ప్రోత్సహిస్తుంది. రోజూ ఒక దానిమ్మ తినడం ద్వారా వృద్ధాప్య లక్షణాలను నివారించుకోవచ్చు.ప్రతి ఒక్కరూ ఆపిల్ తినడానికి ఇష్టపడతారు. ఆపిల్ లో ఉండే ఫైబర్, విటమిన్ సి చర్మాన్ని హైడ్రేటెడ్ గా ఉంచుతాయి. ఇది ముడతలను కూడా తగ్గిస్తుంది. దీన్ని ఆహారంలో చేర్చుకుంటే చర్మానికి సహజమైన మెరుపును ఇస్తుంది.

బార్లీ గింజలను చీప్‌గా చూడకండీ

బార్లీ గింజలను గర్భిణీలు మాత్రమే తీసుకుంటారని చాలా మంది అనుకుంటారు. నిజానికి, ఇవి ప్రతి ఒక్కరి ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తాయని ఆరోగ్య నిపుణులు అంటున్నారు. బార్లీ గింజల ఆరోగ్య ప్రయోజనాల గురించి చాలా మందికి తెలియదు. వీటిని గర్భిణీలు మాత్రమే తీసుకుంటారని చాలా మంది అనుకుంటారు. నిజానికి, ఇవి ప్రతి ఒక్కరి ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తాయని ఆరోగ్య నిపుణులు అంటున్నారు. ప్రతి ఉదయం బార్లీ నీరు తాగడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు పొందచ్చుట. ఇది పలు రకాల ఆరోగ్య సమస్యలకు దివ్యౌషధంగా పనిచేస్తుంది . ముఖ్యంగా ఇది హైడ్రేషన్, జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచడంలో సహాయపడుతుంది. అలాగే అధిక కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను తగ్గిస్తుంది. ఇది శరీరం నుంచి మలినాలను తొలగించడంలో సహాయపడుతుంది. అందుకే ఆరోగ్య నిపుణులు.. ప్రతి ఒక్కరూ ప్రతిరోజూ బార్లీ నీటిని తాగాలని సిఫార్సు చేస్తున్నారు. బార్లీ నీటిలో ఫైబర్, యాంటీఆక్సిడెంట్లు వంటి పోషకాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. అందువల్ల ఇది కడుపు సంబంధిత సమస్యలను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. జీర్ణక్రియను మెరుగుపరుస్తుంది. బార్లీ నీటిని రోజూ తాగడం వల్ల గుండెల్లో మంట, గ్యాస్, మలబద్ధకం వంటి సమస్యల నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. అంతేకాకుండా ఇది మూత్రపిండాల పనితీరుకు కూడా సహాయపడుతుంది. కిడ్నీ సమస్యలతో బాధపడేవారు ప్రతిరోజూ బార్లీ నీరు తాగడం వల్ల ఆరోగ్యం బాగుంటుంది. ఈ నీటిని ప్రతిరోజూ తాగడం వల్ల శరీరం నుంచి హానికరమైన పదార్థాలు బయటకు వెళ్లిపోతాయి. శరీరం నిర్విషీకరణను సులభతరం చేస్తుంది. అంతేకాకుండా ఈ నీరు కిడ్నీ ఇన్ఫెక్షన్లు, రాళ్ళు వంటి సమస్యల నుంచి శరీరాన్ని రక్షిస్తుంది. బార్లీ నీరు గుండె ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిది. ఇది రక్తపోటును నియంత్రించడంలో సహాయపడుతుంది. గుండె ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది. దీన్ని రోజూ తాగడం వల్ల గుండె సంబంధిత సమస్యలు వచ్చే ప్రమాదం తగ్గుతుందని ఆరోగ్య నిపుణులు అంటున్నారు. డయాబెటిస్ తో బాధపడేవారు ఈ నీటిని తాగడం ద్వారా ఈ వ్యాధిని తగ్గించుకోవచ్చు. రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రించడంలో ఇది ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తుంది. అందుకే వైద్యులు డయాబెటిస్ ఉన్నవారు ప్రతిరోజూ ఉదయం గ్లాసు బార్లీ నీరు తాగాలని సలహా ఇస్తున్నారు.

రోజూ గ్లాసుడు జ్యూస్ తాగారంటే రోగాలన్నీ పరార్!

బత్తాయి పండు గురించి తెలియని వారుండరు. బత్తాయిని సీజన్‌తో పనిలేకుండా అన్ని కాలాల్లో తినేందుకు ఇష్టపడతారు. ఆరోగ్యానికి కూడా మంచిది. దీనిని జ్యూస్ రూపంలో లేదా నేరుగా పండ్ల రూపంలో కూడా తీసుకోవచ్చు. ఇందులో విటమిన్ సి, భాస్వరం, పొటాషియం పుష్కలంగా ఉంటాయి. మోసాంబి పండు అదేనండీ బత్తాయి పండు గురించి తెలియని వారుండరు. బత్తాయిని సీజన్‌తో పనిలేకుండా అన్ని కాలాల్లో తినేందుకు ఇష్టపడతారు. ఆరోగ్యానికి కూడా మంచిది. దీనిని జ్యూస్ రూపంలో లేదా నేరుగా పండ్ల రూపంలో కూడా తీసుకోవచ్చు. ఇందులో విటమిన్ సి, భాస్వరం, పొటాషియం పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇవి రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతాయి. కాబట్టి వర్షాకాలంలో కూడా దీనిని తినవచ్చు. అంతే కాదు ఇది కొన్ని కాలానుగుణ ఆరోగ్య సమస్యలను కూడా నివారిస్తుంది. కాబట్టి ఈ పండ్ల రసాన్ని ప్రతిరోజూ తీసుకోవడం ద్వారా శరీరాన్ని హానికరమైన ఇన్ఫెక్షన్ల నుంచి రక్షించుకోవచ్చు. ప్రతి రోజూ దీనిని తీసుకోవడం ద్వారా చాలా ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను పొందవచ్చు. బత్తాయి పండ్ల రసాన్ని క్రమం తప్పకుండా తీసుకోవడం వల్ల అజీర్ణం, ప్రేగు కదలికలు, మలబద్ధకం వంటి సమస్యలను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది.బత్తాయి పండు రసం శరీరం నుంచి విషాన్ని బయటకు పంపడంలో సహాయపడటమే కాకుండా విరేచనాలు, వాంతులు, తిమ్మిరిని కూడా తగ్గిస్తుంది.బత్తాయిలోని యాంటీఆక్సిడెంట్లు, యాంటీ ఫంగల్ లక్షణాలు కంటి ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచడమే కాకుండా, గుండె ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడానికి, గుండె సంబంధిత వ్యాధుల నుంచి మిమ్మల్ని రక్షించడానికి కూడా సహాయపడతాయి. బత్తాయి రసంలోని విటమిన్ సి, యాంటీఆక్సిడెంట్లు వృద్ధాప్య సంకేతాలను తగ్గించడంలో, కొల్లాజెన్ ఉత్పత్తిని పెంచడంలో, చర్మ ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడంలో సహాయపడతాయి.బత్తాయి రసంలోని పొటాషియం కంటెంట్ రక్తపోటును నియంత్రించడంలో సహాయపడుతుంది. రక్తపోటు ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తుంది.విటమిన్ సి సమృద్ధిగా ఉండే మోసంబి మంట, వాపు నుంచి రక్షిస్తుంది. అంతేకాదు బత్తాయి పండు ఆస్టియో ఆర్థరైటిస్, రుమటాయిడ్ ఆర్థరైటిస్ లక్షణాలను కూడా తగ్గిస్తుంది. ఇందులో జీర్ణ రసాలు, ఆమ్లాలు, పిత్త స్రావాన్ని పెంచడం ద్వారా జీర్ణవ్యవస్థను ఉత్తేజపరిచే ఫ్లేవనాయిడ్లు అధికంగా ఉంటాయి. అందువల్ల అజీర్ణం, క్రమరహిత ప్రేగు కదలికలు, ఇతర జీర్ణశయాంతర సమస్యలతో బాధపడేవారికి బత్తాయి జ్యూస్ ఎంతో ఉపయోగపడుతుంది. అందుకే సీజన్‌తో పనిలేకుండా అన్ని కాలాల్లో దీనిని ఆహారంలో తీసుకోవడం మంచిది.

ఈ లక్షణాలతో ప్రమాదమా..?

మెదడుకు సంబంధించిన కొన్ని వ్యాధులు క్రమంగా మన ప్రవర్తనలో భాగమవుతాయి. ఇది మానసిక సమస్యకు సంకేతం కావచ్చని అర్థం చేసుకోలి. అబ్సెసివ్ కంపల్సివ్ డిజార్డర్ కూడా అలాంటి ఒక మానసిక స్థితి. ఇది కూడా ఒక యాంగ్జైటీ డిజార్డర్ అని వైద్యులు చెబుతుంటారు. అంటే ప్రతిదీ శుభ్రంగా ఉండాలి. ప్రతిదీ పద్ధతిగా సర్ది ఉండాలి. ఏది ఉండాల్సిన చోట అది ఉండాలి. ఇలాంటి చాలా రూల్స్ వీరికి ఉంటాయి. అలా లేకపోతే వీరు ఒక విధమైన ఒత్తిడికి లోనైపోతారు. ఆందోళన కలుగుతుంది. దాన్ని ఇతరుల మీదా చూపిస్తారు. ఎసీడీ అనేది ఒక మానసిక సమస్య.. దీనిని సకాలంలో గుర్తించి చికిత్స ద్వారా ఉపశమనం పొందొచ్చు. కింది లక్షణాలు కనిపిస్తే.. వీలైనంత త్వరగా మానసిక నిపుణుడిని సంప్రదించండి. ఎందుకంటే సమస్య ప్రారంభంలోనే, చికిత్స అందిస్తే మంచిది. ప్రతి వస్తువు మీదా సూక్ష్మ జీవులు ఏమున్నాయో అని భయపడుతుంటారు. చెత్త, విషం లాంటివి బయట నుంచి తెచ్చుకున్న వాటి మీద పేరుకుపోయి ఉంటాయేమోనని భావిస్తుంటారు. వాటిని మంచిగా చెయ్యడానికి ఇంట్లో చాలా ప్రాసెసింగ్ చేస్తారు. యాక్సిడెంట్లు అయిపోతాయేమో, అనారోగ్యాలు వస్తాయేమో, ఎవరైనా హాని కలిగిస్తారేమో అన్న భయాలు వీరిని ఇబ్బంది పెడుతుంటాయి. చిన్న అనారోగ్యం వచ్చినా దాని మీద అతి జాగ్రత్త తీసుకుంటూ ఉంటారు. ఎక్కువగా చేతులు కడుక్కుంటూ, స్నానాలు చేస్తూ ఉంటారు. ఇంటినీ, ఇంట్లో వస్తువుల్నీ కూడా పదే పదే శుభ్రం చేస్తారు. బయటకు వెళ్లేప్పుడు గ్యాస్ ఆపామా లేదా? కరెంటు స్విచ్చులు ఆపామా లేదా తాళాలు సరిగ్గా వేశామా లేదా అనే విషయాల్ని ఒకటికి రెండు సార్లు చెక్ చేసుకుంటారు. ఏ వస్తువుల్ని ఎక్కడ పెట్టాలో అక్కడే పెట్టమని ఇంట్లో వారికి వంద రూల్స్ చెబుతుంటారు. ఈ తీరు వల్ల కుటుంబ సభ్యులు చాలా విసిగిపోయి కోప్పడటం లాంటివి చేస్తారు. ఇలాంటి వాటి వల్ల వారింకా ఒత్తిడికి లోనైపోయి మానసికంగా చాలా డిస్టర్బ్ అయిపోతారు. ఇలాంటి వాటికి కాంగ్నిటివ్ బిహేవియర్ థెరపీని ఎక్కువగా వైద్యులు సిఫార్సు చేస్తుంటారు. అలాగే యాంగ్జైటీ మేనేజ్‌మెంట్ టెక్నిక్స్ చెబుతారు. పరిస్థితి మరీ తీవ్రంగా ఉంటే మందులనూ సిఫార్సు చేస్తారు.

బ్రెస్ట్ క్యాన్సర్‌ను ఎలా గుర్తించాలి?

బ్రెస్ట్ క్యాన్సర్.. ప్రస్తుత జీవన మార్గంలో మహిళల ఆరోగ్యానికి పెద్ద ప్రమాదంగా మారింది. ఈ వ్యాధి ఒక్కసారిగా వచ్చే వ్యాధి కాదు. దీని వెనుక కాలక్రమంగా జరిగే శారీరక మార్పులు, అలవాట్లు, జీవనశైలి భిన్నతలు ప్రధానంగా కారణమవుతుంటాయి. ఈ వ్యాధిని ప్రాథమిక దశలో గుర్తిస్తే చికిత్స సులభంగా అందించడం, ఆరోగ్యంగా జీవించే అవకాశం పెరుగుతుంది. అయితే చాలామంది మహిళలు లక్షణాలను పట్టించుకోకపోవడం వల్ల ప్రమాదం మరింత పెరుగుతోంది. ముఖ్యంగా బ్రెస్ట్ క్యాన్సర్‌కు రెండు ప్రధాన కారణాలు ఉంటాయి. అందులో మొదటిది వంశపారంపర్య కారణాలు. నిపుణల ప్రకారం.. కుటుంబంలో ఎవరికైనా.. అమ్మ, నానమ్మ, అమ్మమ్మ, అక్క లేదా చెల్లెలు వంటి బంధువులెవరికైనా బ్రెస్ట్ క్యాన్సర్ వచ్చినట్లైతే.. ఇతర కుటుంబ సభ్యులకు కూడా వచ్చే అవకాశం ఉంది. ఇది నేరుగా సంక్రమించే వ్యాధి కాకపోయినా.. శరీరంలో క్యాన్సర్ కారకాలను పెంచేలా ప్రభావితం చేస్తుంది. ఈ వ్యాధి కేవలం వృద్ధాప్యంలో మాత్రమే కాదు.. 30 నుంచి 35 ఏళ్ల మహిళల్లోనూ కనిపించడం ఆందోళనకరం. ఇక రెండవ కారణం.. జీవనశైలి, ఆహారపు అలవాట్లు. ఆధునిక జీవనశైలిలో జంక్ ఫుడ్ ఎక్కువగా తినడం, వ్యాయామం లేని జీవితం, మద్యం సేవించడం, ధూమపానం, అధిక బరువు, మానసిక ఒత్తిడి, శారీరక చురుకుతనం లేకపోవడం, సరిపడా నిద్ర లేకపోవడం వంటి అలవాట్లు బ్రెస్ట్ క్యాన్సర్‌కు దారితీస్తున్నాయి. ఈ కారణాలన్నీ మన దైనందిన జీవనశైలి భాగంగా ఉన్నప్పటికీ, దీని ప్రభావం శరీరంపై అధికంగా ఉంటుంది. ఇకపోతే, బ్రెస్ట్ క్యాన్సర్‌ను ముందుగా గుర్తించేందుకు కొన్ని ప్రాథమిక లక్షణాలు తెలుసుకోవడం ఎంతో అవసరం. బ్రెస్ట్ ప్రాంతంలో కణతి (లంప్) కనిపించడం, ఒకవైపు బ్రెస్ట్ లేదా చేతి భాగాల్లో గంతులు రావడం, బ్రెస్ట్ నుండి రక్తస్రావం జరగడం, రెండు బ్రెస్టుల ఆకారాల్లో తేడా రావడం, నిప్పిల్స్‌లో నొప్పి, నిరంతరంగా రసస్రావం ఉండడం, నిప్పిల్ లేదా బ్రెస్ట్ రంగులో మార్పు వంటి లక్షణాలు కనిపిస్తే వెంటనే వైద్యులను సంప్రదించాలి. అయితే, చాలా మహిళలు వీటిని సాదారణంగా తీసుకొని చికిత్స కోసం ఆలస్యం చేస్తుంటారు. దానితో అత్యంత ప్రమాదకరంగా మారుతుంది.

అహింసా పద్ధతిలో మహాసంగ్రామం గెలిచాం

-మొదటిపేజీ తరువాయి

మంది రైతులను రుణ విముక్తులను చేశాం. రైతులకు క్వింటాల్‌పై 500 రూపాయలు బోనస్ ఇస్తున్నాం. ఏటా ఉచిత విద్యుత్ కోసం 16 వేల కోట్ల రూపాయలు ఖర్చు చేస్తున్నాం' అని అన్నారు.

ఎస్సీ వర్గీకరణ చేసిన మొదటి రాష్ట్రం

సీఎం రేవంత్ తన ప్రసంగాన్ని కొనసాగిస్తూ.. 'దేశంలో ఎస్సీ వర్గీకరణ చేసిన మొదటి రాష్ట్రం తెలంగాణ. సుప్రీంకోర్టు తీర్పునకు అనుగుణంగా రాష్ట్రంలోని ఎస్సీల్లో ఉన్న 59 ఉప కులాలను మూడు గ్రూపులుగా విభజించాం. గ్రూప్- 1 లో 15, గ్రూప్ -2 లో 18, గ్రూప్ -3 లో 26 కులాలను చేర్చాం. ప్రతి ఏటా ఫిబ్రవరి 4ను 'తెలంగాణ సోషల్ జస్టిస్ డే' గా జరుపుకోవాలని నిర్ణయించాం. మసకబారిన ఆరోగ్య శ్రీ పథకానికి పూర్వవైభవం తెచ్చాం. బాధ్యతలు స్వీకరించిన వెంటనే ఆరోగ్య శ్రీ పరిధిని రూ.5 నుండి 10 లక్షలకు పెంచాం. 27 ఎకరాల విస్తీర్ణంలో 2,700 కోట్ల రూపాయల వ్యయంతో నయా ఉస్మానియా ఆస్పత్రి భవన సముదాయాన్ని నిర్మిస్తున్నాం. రాష్ట్రంలో అనేక చోట్ల వైద్య విద్యా కళాశాలలు నిర్మిస్తున్నాం. ప్రజా ప్రభుత్వం ఏర్పడిన తర్వాత వైద్యారోగ్య రంగంపై 16 వేల 521 కోట్ల రూపాయలు వ్యయం చేశాం. మహిళా ఉన్నతి-తెలంగాణ ప్రగతి అనే నినాదంతో కోటి మంది ఆడబిడ్డలను కోటీశ్వరులను చేయాలన్న లక్ష్యంతో మేం పని చేస్తున్నాం. బాధ్యతలు స్వీకరించిన 48 గంటల్లోనే మహాలక్ష్మి పథకం కింద ఆడబిడ్డలకు ఆర్టీసీలో ఉచిత రవాణా సౌకర్యాన్ని కల్పించాం. ఈ పథకం కింద ఆడబిడ్డలకు రూ.6790 కోట్లు ఆదా అయ్యింది. ఇటీవలే 200 కోట్ల జీరో టికెట్ల మైలురాయిని దాటడం మా విజయాలలో మరో మైలురాయి. రాష్ట్రంలో ఆడబిడ్డల సంక్షేమం, అభివృద్ధి కోసం మా ప్రభుత్వం మొత్తంగా 46,689 కోట్లు సమకూర్చింది. యువత తెలంగాణ శక్తికి ప్రతీక. గడచిన పదేళ్లలో యువతను మత్తుకు బానిసలను చేసే కుట్ర జరిగింది. ఆ కుట్రను మేం చేధించాం. ఇవ్వాళ తెలంగాణలో డ్రగ్స్ అనే మాట వినబడటానికి వీలు లేకుండా కఠినంగా వ్యవహరిస్తున్నాం.

ఈగల్ పేరుతో ఏర్పాటైన వ్యవస్థ రాష్ట్రం మూల మూలలా నిశితంగా నిఘా పెట్టింది. డ్రగ్స్ మాయగాళ్ల వెన్నులో వణుకు పుట్టిస్తోంది. 20 నెలల కాలంలో దాదాపు 60 వేల ఉద్యోగాలు భర్తీ చేశాం' అని అన్నారు.

'హైడ్రా' అవసరాన్ని హైదరాబాద్ గుర్తిస్తోంది

హైడ్రా.. హైదరాబాద్‌ను రక్షించే ఒక గొప్ప వ్యవస్థ అని ప్రశంసించారు. హైడ్రా అవసరాన్ని హైదరాబాద్ గుర్తిస్తోందన్నారు. రాజకీయ ప్రయోజనాల కోసం ప్రతిపక్షాలు హైడ్రాను అస్త్రంగా వాడుకుంటున్నాయని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. 'హైదరాబాద్‌ను స్వచ్ఛమైన, శుభ్రమైన, సౌకర్యవంతమైన నగరంగా తీర్చిదిద్దాలని కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం భావిస్తోంది. ఆ ఆలోచన నుండి ఏర్పాటైనదే హైడ్రా వ్యవస్థ. బెంగళూరు, ముంబై, చెన్నై లాంటి నగరాలు వరదలతో చిన్నాభిన్నం అవుతున్నాయి. అలాంటి దుస్థితి హైదరాబాద్‌కు రాకూడదు అంటే చెరువుల ఆక్రమణ, అక్రమ నిర్మాణాలను నిరోధించాలి. ఆ ఉద్దేశంతోనే హైడ్రాను తీసుకువచ్చాం. ఇటీవలే ప్రత్యేక పోలీస్ స్టేషన్‌ను కూడా ఏర్పాటు చేశాం. ఇప్పటి వరకు హైడ్రా 13 పార్కులు, 20 సరస్సులను ఆక్రమణల నుంచి రక్షించింది. అంబర్‌పేట్ బతుకమ్మ కుంటను పునరుద్ధరించింది. 30వేల కోట్ల రూపాయల విలువైన ప్రభుత్వ భూములను కాపాడింది. రాజకీయ ప్రయోజనాల కోసం ప్రతిపక్షాలు హైడ్రాను అస్త్రంగా వాడుకుంటున్నాయి. అక్రమ నిర్మాణాల విషయంలో చర్యలు తీసుకోవడం, చెరువుల పునరుద్ధరణలో హైడ్రా సమర్థంగా పని చేస్తోంది. హైడ్రా అవసరాన్ని హైదరాబాద్ గుర్తిస్తోంది. హైడ్రా.. హైదరాబాద్‌ను రక్షించే ఒక గొప్ప వ్యవస్థ. ఆ వ్యవస్థను కాపాడుకుందామని నేను మీ అందరికి పిలుపునిస్తున్నా. అలాగే, శాంతి భద్రతలు ఒక రాష్ట్ర ప్రగతిలో కీలక పాత్ర పోషిస్తాయి అని అన్నారు. ఇదే సమయంలో మాకు విల్ ఉంది.. విజన్ ఉంది.. తెలంగాణ రైజింగ్-2047 మా విజన్. ఆ విజన్ నిజం చేసే మిషన్ ఈ ప్రభుత్వం తీసుకుంది. ప్రపంచ వేదికపై తెలంగాణను నెంబర్ వన్‌గా నిలబెట్టడమే మా విజన్. ఇందుకు ప్రజలందరి సహకారం, ఆశీర్వాదం అవసరం అని వ్యాఖ్యలు చేశారు.

జూబ్లీహిల్స్ ఎన్నిక గులాబీకే మొగ్గు

-మొదటిపేజీ తరువాయి

ఇది కూడా బీఆర్ఎస్ స్థానమే. కానీ, ఉప ఎన్నికల్లో ఇక్కడ కాంగ్రెస్ గెలిచింది. ఈ నేపథ్యంలో జూబ్లీహిల్స్‌ను కూడా తన ఖాతాలో వేసుకోవాలని కాంగ్రెస్ చేస్తోంది. నిలబెట్టుకోవాలని బీఆర్ఎస్ ప్రయత్నిస్తోంది. ఈ నేపథ్యంలో తాజాగా మూడ్ ఆఫ్ ది పబ్లిక్ అండ్ పాపులేషన్ సంస్థ నిర్వహించిన సర్వేలో సంచలన విషయాలు వెలుగు చూశాయి. ఈ సర్వే ప్రకారం, ప్రజల అభిప్రాయాలు, పాలక పార్టీపై సంతృప్తి, అభ్యర్థులు ఎవరే ఆసక్తిని చాలా మంది కనబర్చారు.తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి నేతృత్వంలోని కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం గత 18 నెలలుగా అధికారంలో ఉంది. సర్వే ప్రకారం, రేవంత్ రెడ్డి పరిపాలన, సంక్షేమం, అభివృద్ధి విషయంలో 28.40% మంది మాత్రమే మద్దతు తెలిపారు. ఎన్నికల సమయంలో ఇచ్చిన హామీలు మహిళలకు రూ.2500, విద్యార్థులకు స్కూటీ, తులం బంగారం, రూ.4 వేల పెన్షన్, రూ.500 గ్యాస్ సిలిండర్, 200 యూనిట్ల ఉచిత విద్యుత్, 2 లక్షల ఉద్యోగాలు, ఇందిరమ్మ ఇళ్లు అమలులో లోపాలు ఉన్నాయని ప్రజలు భావిస్తున్నారు. 'అప్పులు' అనే సాకుతో ఈ హామీలను నెరవేర్చడంలో విఫలమవుతున్నారని ఆరోపణలు ఉన్నాయి. జూబ్లీహిల్స్‌లో విద్యుత్ కోతలు, తాగునీటి కొరత, రోడ్ల గుంతలు, వీధి లైట్ల సమస్యలు, పారిశుద్ధ్య లోపాలు ప్రజల అసంతృప్తికి కారణాలుగా నిలుస్తున్నాయి.సర్వే ప్రకారం, జూబ్లీహిల్స్ ఎమ్మెల్యేగా మాగంటి సునీతమ్మకు 46.60% మంది మద్దతు తెలిపారు. దివంగత ఎమ్మెల్యే మాగంటి గోపీనాథ్ కుటుంబ సభ్యురాలిగా సునీతమ్మకు సానుభూతి ఓట్లు లభించే అవకాశం ఉంది. గోపీనాథ్ గతంలో ఈ నియోజకవర్గంలో మూడుసార్లు విజయం సాధించడం, స్థానికంగా ఆయనకు ఉన్న పట్టు ఈ అనుకూలతకు కారణం.కాంగ్రెస్ నుంచి అజారుద్దీన్, నవీన్‌యాదవ్ టికెట్ ఆశిస్తున్నారు. ఈ సర్వేలో అజారుద్దీన్‌కు 22.72%, నవీన్ యాదవ్‌కు 15.90% మద్దతు లభించింది. అజారుద్దీన్‌కు ముస్లిం సామాజిక వర్గం నుంచి బలమైన మద్దతు ఉంది, అయితే నవీన్ యాదవ్ కుల, మత, పార్టీలకు అతీతంగా స్థానికంగా మంచి సంబంధాలు కలిగి ఉన్నారు. కాంగ్రెస్‌లోఇద్దరి మధ్య టికెట్ కోసం పోటీ ఉండటంతో కాంగ్రెస్ అభ్యర్థి ఎంపిక కీలకం కానుంది. బీజేపీ అభ్యర్థి లంకల దీపక్ రెడ్డికి 4.54% మద్దతు ఉండగా, 12.5% మంది తమ అభిప్రాయం వెల్లడించకపోవడం గమనార్హం.సర్వేలో 65.90% మంది బీఆర్ఎస్ మేనిఫెస్టో హామీలను అమలు చేయగల సామర్థ్యం కలిగి ఉందని భావించారు. కాంగ్రెస్‌కు 17.04%, బీజేపీకి 3.40% మద్దతు లభించగా, 13.65% మంది ఈ అంశంపై నిర్ణయానికి రాలేదు. బీఆర్ఎస్ పాలనలో సంక్షేమ పథకాలు, అభివృద్ధి కార్యక్రమాలను సమర్థవంతంగా అమలు చేసిన నేపథ్యం ఈ అభిప్రాయానికి బలం చేకూర్చింది. కాంగ్రెస్ హామీలపై ప్రజల్లో నమ్మకం తగ్గడం ఈ ఫలితాల్లో స్పష్టమవుతోంది. ఇక పార్టీల పరంగా చూస్తే బీఆర్ఎస్‌కు 44.91%, కాంగ్రెస్‌కు 37.33% మద్దతు ఉంది. ఇతర పార్టీలకు 0.55%, నోటాకు 0.85% మద్దతు తెలిపారు. కానీ 13.02% మంది తమ అభిప్రాయాన్ని తెలపలేదు. బీఆర్ఎస్‌కు సానుభూతి ఓట్లు, గత పాలన ఘనతలు అనుకూల కారకాలుగా ఉన్నాయి. అయితే, కాంగ్రెస్ అధికారంలో ఉండటం, స్థానిక సమస్యల పరిష్కారంలో ప్రభుత్వ యంత్రాంగాన్ని ఉపయోగించుకునే అవకాశం దానికి బలం చేకూర్చుతోంది. ప్రజల్లో ఒక వర్గం 'అధికార పార్టీకి ఓటు వేస్తేనే సమస్యలు పరిష్కారమవుతాయి' అనే భావనలో ఉంది.

గ్రామాల్లో యూరియా కష్టాలు

మెదక్ : పంటల సాగు ప్రారంభం నుంచే రైతులు ఎరువుల కోసం పడుతున్న ఇబ్బందులు అన్నీ ఇన్నీ కావు. యూరియా కోసం రైతులు పడుతున్న కష్టాలు ప్రభుత్వ నిర్లక్ష్యానికి అద్దం పడుతున్నాయి. సిద్దిపేట జిల్లా నంగునూరు మండలం పాలమాకుల సహకార కేంద్రం వద్ద యూరియా కోసం రైతులు ప్రతి రోజు భారీగా సంఖ్యలో బారులు తీరుతున్నారు. నంగునూరు మండలంలో గత వానాకాలంలో 25,878 ఎకరాల్లో సాగు చేయగా, అప్పట్లో 2600 మెట్రిక్ టన్నుల యూరియా సరఫరా అయ్యింది. కానీ, ఈసారి 25,750 ఎకరాలకు సాగు అంచనా వేసి, 1800 మెట్రిక్ టన్నుల యూరియా అవసరమని వ్యవసాయ అధికారులు ప్రభుత్వానికి నివేదించారు. అయితే, ఇప్పటివరకు కేవలం 1100 మెట్రిక్ టన్నులు మాత్రమే నంగునూరు మండల కేంద్రానికి సరఫరా అయ్యింది.యూరియా సరఫరాలో ఎంత జాప్యం జరుగుతోందో స్పష్టమవుతోంది. రైతులకు సరిపడా యూరియాను సకాలంలో అందించకుండా, నిబంధనలతో ఇబ్బందులకు గురిచేయడంపై రైతులు తీవ్ర స్థాయిలో మండిపడుతున్నారు. నంగునూరు మండలంలో రైతులు యూరియా కోసం పడుతున్న పాట్లు జిల్లాలో చర్చనీయాంశంగా మారాయి. గతంలో యూరియా పంపిణీ ఇంతటి గందరగోళానికి దారితీయలేదని రైతులు గుర్తు చేసుకుంటున్నారు. నాటి కేసీఆర్ ప్రభుత్వం రైతుల అవసరాలను గుర్తించి, యూరియాను నేరుగా ఇంటికే సరఫరా చేసేదని, ఇప్పుడు అలాంటి పరిస్థితులు లేకపోవడంపై రైతులు తీవ్ర అసంతృప్తి వ్యక్తం చేస్తున్నారు.యూరియా పంపిణీలో ప్రభుత్వం ఓటీపీ విధానం మాకు తలనొప్పిగా మారింది. బస్తాలు మాకు నేరుగా ఇవ్వకుండా, ఓటీపీ విధానం ద్వారా ఇస్తున్నారు. ఒక్కరికి సుమారు 20 నిమిషాల సమయం పడుతుంది. చాలా సందర్భాల్లో సర్వర్ పనిచేయకపోవడం వల్ల గంటల తరబడి ఎదురుచూడాల్సి వస్తుంది. ఓటిపి విధానం తక్షణమే రద్దు చేయాలి.

పిల్లి కలవ్వ, రైతు, కోనాయిపల్లి. గడిచిన 10 సంవత్సరాలలో పొలం పనులు వదిలి ఎరువుల కోసం పరుగులు పెట్టాల్సిన అవసరం ఉండేది కాదు. ఏ ఇబ్బంది లేకుండా సకాలంలో యూరియా దొరికేది, అందుకే పంటలు కూడా మంచిగ పండేవి. యూరియా మస్తుగ దొరికేది. ఇప్పుడు ఎరువుల కోసం ఎంత తిరిగినా దొరకతలేవు. నాటి ప్రభుత్వం మంచిగ చేసేది, ఇప్పుడైతే మమ్మల్ని మస్తు బాధ పెడుతున్నారు.యూరియా దళారులకు చేరొద్దని ఉద్దేశంతో ఓటీపీ విధానం ప్రభుత్వం అమలు చేసింది. ఈసారి అగ్రికల్చర్ కి మాత్రమే 1800 మెట్రిక్ టన్నుల యూరియా నివేదిక పంపించాం. మండలంలో ప్రస్తుతానికి వరి 18,500 ఎకరాల్లో సాగు చేశారు.రైతులు యూరియా వినియోగంపై స్పష్టమైన సమాచారం కోసం ఒక పాస్ బుక్కు రెండు యూరియా సంచులు మాత్రమే ఇవ్వాలని ఆదేశాలున్నాయి. యూరియా ఏ రోజు వస్తుందని ఒక రోజు ముందస్తుగానే రైతులకు సమాచారం అందిస్తున్నాము. యూరియా నిల్వ లేకుండా రైతులకు వెంటనే సరఫరా చేస్తున్నాము.

తెలంగాణ మళ్లీ బానిసత్వంలోకి పోయింది

-మొదటిపేజీ తరువాయి

భారతీయులందరికీ పార్టీ అధ్యక్షులు కేసీఆర్ తరపున బీఆర్ఎస్ తరపున హృదయపూర్వకంగా స్వాతంత్ర దినోత్సవ శుభాకాంక్షలు. మన స్వేచ్ఛా, స్వాతంత్ర్యాల కోసం బలిపీఠం ఎక్కిన వేలాది మంది త్యాగధనులకు, ఆనాటి నాయకత్వానికి వినమ్ర పూర్వక శ్రద్ధాంజలి. 14 రాష్ట్రాలతో మొదలైన స్వతంత్ర భారతదేశ ప్రయాణం ఇవ్వాళ 28 రాష్ట్రాల వైవిధ్య భారతంగా విలసిల్లుతుంది అని కేటీఆర్ పేర్కొన్నారు. అతి చిన్న వయసు కలిగిన తెలంగాణ రాష్ట్రం బీఆర్ఎస్ పాలనలో మొత్తం భారతదేశానికే ఆదర్శంగా నిలిచింది. గాంధీ, నెహ్రూ, అంబేద్కర్ స్ఫూర్తితో కేసీఆర్ నాయకత్వంలో తెలంగాణ పోరాటం జరిపి రాష్ట్రాన్ని సాధించుకున్నాం. అభివృద్ధి, సంక్షేమం, తలసరి ఆదాయం, వ్యవసాయ విస్తరణలో అద్భుత విజయాలను సాధించి.. జై జవాన్ జై కిసాన్ అనే నినాదాన్ని కేసీఆర్ నాయకత్వం నిజం చేసింది. ఎక్కడో 14 స్థానంలో ఉన్న తెలంగాణ 10 ఏళ్లలోనే పంజాబ్, హర్యానాను వెనక్కి నెట్టి ధాన్యం ఉత్పత్తిలో అగ్రభాగాన చేరడానికి రైతును రాజునే చేయాలన్న కేసీఆర్ సంకల్పమే కారణం అని పేర్కొన్నారు. ఐటీ రంగం, పరిశ్రమలు, పట్టణాభివృద్ధి, పల్లె ప్రగతి, పేద వారికి సంక్షేమ కార్యక్రమాలు ఇలా ఏ రంగం తీసుకున్న పదేళ్లలో భారత దేశానికే లైట్ హౌజ్‌లాగా తెలంగాణ నిలబడ్డది. 20 నెలల కాంగ్రెస్ పాలన చూస్తుంటే బాధ కలుగుతుంది. రైతులు రాజు చేయాలన్న కేసీఆర్ తపన పక్కకు వెళ్లిపోయింది. స్వాతంత్ర దినోత్సవం వేళ యూరియా కోసం రైతులు చాంతాడంత లైన్లలో చెప్పులు పెట్టి క్యూ కడుతున్నారు. మళ్ళీ ఆనాటి పాత కాంగ్రెస్ రోజులను రేవంత్ రెడ్డి తీసుకొచ్చిండు. స్వాతంత్ర్యం అంటే సొంతంగా పరిపాలించుకోవడమే కాదు ఆత్మగౌరవంతో బతకడం. కేసీఆర్ నాయకత్వంలో పదేళ్ల పాటు ఆత్మగౌరవంతోనే బతికాం. కానీ ఇవ్వాళ మళ్లీ ఢిల్లీ పాలన తెలంగాణ ప్రజల నెత్తి మీద రుద్దపడిందని కేటీఆర్ ధ్వజమెత్తారు. ఢిల్లీ కిరాయి పాలన మొదలైంది. ఢిల్లీ పార్టీల పెత్తనం తెలంగాణలో నడుస్తుంది. 51 సార్లు ఢిల్లీకి ముఖ్యమంత్రి అప్ అండ్ డౌన్ చేశారు. ప్రతి చిన్న పనికి కూడా ఢిల్లీ వైపే చూడాల్సిన దుస్థితి ఇవాళ తెలంగాణలో ఉంది. తెలంగాణ మళ్లీ బానిసత్వంలోకి పోయింది. తన స్వాతంత్రాన్ని, స్వేచ్ఛను కోల్పోయింది. సంక్షేమంలో, వ్యవసాయంలో వెనుకబడ్డది. ఐటీ, పరిశ్రమలు తరలిపోతున్నాయి, దానికి ఢిల్లీ పార్టీలైన బీజేపీ, కాంగ్రెస్ కారణం. స్వీయ రాజకీయ అస్తిత్వమే తెలంగాణకు శ్రీరామరక్ష అని పెద్దలు జయశంకర్ సార్ వేల సార్లు చెప్పారు. సాధించుకున్న స్వాతంత్ర్యాన్ని కాపాడుకోవాలి. ఆత్మగౌరవంతో బతకాలి. పేదలు ఆర్థిక స్వావలంబన సాధించాలని జయశంకర్ సార్ చెప్పేవారు. ఇవన్నీ జరగాలంటే కేసీఆర్ నాయకత్వమే శ్రీరామ రక్ష అన్న మాటను మీ అందరికి గుర్తు చేస్తున్నాను. కులం, మతం లాంటి ఎన్నో అంశాలు మనల్ని విడదీయవచ్చు. కానీ మనందరినీ కలిపి ఉంచేది భారతీయత ఒక్కటే అని కేటీఆర్ పేర్కొన్నారు.

ఈసీని మేనేజ్ చేస్తే.. అన్ని సీట్లే ఎందుకు వస్తాయి

హైదరాబాద్ : తెలంగాణలో తిరంగా ర్యాలీలు ఘనంగా నిర్వహించారని కేంద్ర హోమ్ శాఖ సహాయ మంత్రి బండి సంజయ్ తెలిపారు. ఈ ర్యాలీలో విద్యార్థులు, ప్రజలు పెద్ద ఎత్తున పాల్గొన్నారని చెప్పారు. అయితే కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం మూర?త్వంతో జెండాలు ఎగురవేయనీయ లేదని ఆయన మండిపడ్డారు. శుక్రవారం హైదరాబాద్‌లో కేంద్ర మంత్రి బండి సంజయ్ విలేకర్లతో మాట్లాడుతూ.. ప్రధాని మోదీ వచ్చిన తరువాత ప్రతి ఒక్కరూ జెండా ఎగురవేసే కార్యక్రమాన్ని చేపట్టారని గుర్తు చేశారు. ఈ కార్యక్రమం ప్రధాని మోదీ ఆలోచన అని పేర్కొన్నారు. మోదీ పాలనకు ముందు పరిస్థితి.. ఆ తర్వాత ఏమిటనేది ప్రజలు చూస్తున్నారని చెప్పారు. అవినీతి రహిత పాలన అందిస్తున్నారంటూ ప్రధాని మోదీపై ప్రశంసల వర్షం కురిపించారు. రెండు రాజ్యాంగాలు అవసరం లేదంటూ శ్యామ్ ప్రసాద్ ముఖర్జీ పోరాటం చేశారని వివరించారు. ఓట్ల గల్లంతు విషయంలో ఎన్నికల సంఘానికి, బీజేపీకి, ప్రధాని మోదీకి ఏం సంబంధమంటూ ఆయన ప్రశ్నించారు దీనిపై ఫిర్యాదు చేస్తే.. ఈసీ చర్యలు తీసుకుంటుందన్నారు. ఎన్నికల సంఘాన్ని తాము మేనేజ్ చేసేలా ఉంటే 240 ఎంపీ సీట్లకు ఎందుకు పరిమితమవుతామంటూ ప్రతిపక్షాలను బండి సంజయ్ సూటిగా ప్రశ్నించారు. హైదరాబాద్ ఓల్డ్ సిటీలో ఒక్క ఇంట్లోనే 300 ఓట్లు ఉన్నాయని ఈ సందర్భంగా ఆయన గుర్తు చేశారు. అయితే కాంగ్రెస్ వాళ్లు 60 ఏళ్ళు దేశాన్ని దోచుకున్నారని.. దీనిపై తాము మీరు రిగ్గింగ్ చేశారని ఎప్పుడైనా అన్నామా అంటూ ప్రశ్నించారు. కాంగ్రెస్ పార్టీ అగ్రనేత, ఎంపీ రాహుల్ గాంధీ వ్యవహారంతో కాంగ్రెస్ పార్టీ కుక్కలు చింపిన విస్తరి అయిందని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. బీహార్‌లో మీ పార్టీని నమ్మరని.. అక్కడ గెలిచేది బీజేపీనే అంటూ కాంగ్రెస్ పార్టీ అగ్ర నాయకత్వానికి ఈ సందర్భంగా స్పష్టం చేశారు.

పాలేరు పొంగింది

ఖమ్మం : కొద్దిరోజులుగా ఉమ్మడి ఖమ్మం జిల్లాలో విపరీతంగా వర్షాలు కురుస్తున్నాయి. ఎగువ ప్రాంతాలలో కూడా భారీగా వర్షాలు కురుస్తున్న నేపథ్యంలో వరద నీరు విపరీతంగా వస్తున్నది. దీంతో ఉమ్మడి ఖమ్మం జిల్లాలోని చెరువులు, వాగులు, కుంటలు నిండుగా నీటితో కనిపిస్తున్నాయి. కొన్ని ప్రాంతాల్లో అయితే మత్తళ్లు దునుకుతున్నాయి. దీంతో రైతులు ఉత్సాహంగా వరి నాట్లు వేస్తున్నారు. వరి నాట్లు పూర్తయిన చోట కలుపులు తీస్తున్నారు.ఉమ్మడి ఖమ్మం జిల్లాలో ప్రధాన నీటి వనరులలో ఒకటి పాలేరు రిజర్వాయర్. కృష్ణా నీటిని నిల్వ చేసేందుకు ఈ రిజర్వాయర్ నిర్మించారు. ఈ రిజర్వాయర్ కు నాగార్జునసాగర్ నుంచి నీరు వస్తుంది. ఈ నీటి ద్వారా పాలేరు, ఖమ్మం, మధిర నియోజకవర్గాలకు తాగునీరు అందుతుంది. కల్లూరు, బోనకల్, పాలేరు, ఖమ్మం రూరల్, తిరుమలాయపాలెం, పెనుబల్లి, తల్లాడ, కొణిజర్ల వంటి మండలాల్లోని పంట పొలాలకు సాగునీరు అందుతుంది. ఈ రిజర్వాయర్ కు కృష్ణానది నుంచి మాత్రమే కాకుండా.. చుట్టుపక్కల ప్రాంతాల్లో వర్షాలు కురిస్తే వచ్చే వరదతో కూడా నిండుతుంది.. పాలేరు రిజర్వాయర్ ప్రస్తుతం కురుస్తున్న వర్షాలకు నిండింది. నిండడం మాత్రమే కాదు అలుగు కూడా పాడుతోంది. ఈ రిజర్వాయర్ పరిధిలో వేలాది ఎకరాల ఆయకట్టు ఉంది. ఆ ఆయకట్టుకు ఈ సంవత్సరం ఢోకా లేకుండా పోయింది.రిజర్వాయర్ అలుగుపడుతున్న నేపథ్యంలో పక్కనే ఉన్న నాయకన్ గూడెం ఏరులో ఆ నీరు ప్రవహిస్తోంది. దీంతో ఖమ్మం జిల్లా పోలీసులు అక్కడ హెచ్చరిక బోర్డులు ఏర్పాటు చేశారు. ఎందుకంటే నాయకన్ గూడెం నుంచే సూర్యాపేట, దాని మీదుగా హైదరాబాద్ వెళ్లాల్సి ఉంటుంది. గతంలో నాయకన్ గూడెం ఏరు పారుతున్న సమయంలో ప్రమాదాలు జరిగాయి. ఈసారి అటువంటి ప్రమాదాలు చోటు చేసుకోకుండా ఉండడానికి అక్కడి పోలీసులు హెచ్చరిక బోర్డులు ఏర్పాటు చేశారు.. పాలేరు అలుగు పోస్తున్న నేపథ్యంలో.. ఆ దృశ్యాలను చూసేందుకు పర్యాటకులు వస్తున్నారు.

నిద్రలో కాళ్లు, చేతులకు తిమ్మిర్లు.. కారణం ఇదే.. మరేం చేయాలి?

ప్రతిరోజు ఎన్ని పనులు చేసినా.. సరైన నిద్ర పోతేనే మనిషికి ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. కానీ కొన్ని కారణాలవల్ల చాలామంది కనీసం 8 గంటల నిద్ర కూడా పోవడం లేదు. దీంతో అనేక కొత్త అనారోగ్యాలు వస్తున్నాయి. కొందరు నిద్ర పట్టడానికి అనేక ప్రయత్నాలు చేస్తుంటారు. మరికొందరు ఏవేవో వ్యసనాలకు అలవాటు అవుతారు. అయితే వీటివల్ల తాత్కాలికంగా నిద్ర పట్టినా.. దీర్ఘకాలికంగా అనేక సమస్యలను ఎదుర్కోవాల్సి వస్తుంది. ఇటీవల కొందరు చెబుతున్న ప్రకారం.. నిద్రలో కాళ్లు చేతులు తిమ్మిర్లు వచ్చినట్లు అనిపిస్తున్నాయని అంటున్నారు. అలాగే నిద్రలేచేసరికి చేతులు కాళ్లు అలాగే తిమ్మిర్లు అయి ఉండిపోతున్నాయని అంటున్నారు. నిద్రపోయిన సమయంలో శరీరంలో అనేక చర్యలు జరుగుతూ ఉంటాయి. వీటిలో మెదడు ఎక్కువగా పనిచేస్తూ ఉంటుంది. అయితే ఆరోగ్యకరమైన నిద్ర ఉండడం వల్ల రక్తప్రసరణ మెరుగ్గా ఉండి ఎలాంటి ఆలోచనలు రాకుండా ఉంటాయి. దీంతో శరీరంలోని అవయవాలు కూడా సక్రమంగా ఉండగలుగుతాయి. అయితే ఒక్కోసారి నిద్ర పోయినా సమయంలో చేతుల్లో తిమ్మిర్లు వచ్చినట్టు అవుతుంది. ఎందుకు గళా కారణం సయాటిక్ అనే నాడీపై ఒత్తిడి పెరగడమే.అంతేకాకుండా మణికట్టు నరాలపై ఒత్తిడి పెరగడం వల్ల శరీరానికి రక్తప్రసరణ నెమ్మదిగా మారుతుంది. దీంతో చేతులు, కాళ్లు తిమ్మిర్లుగా మారినట్లు అనిపిస్తూ ఉంటాయి. ఇది ఇలాగే ఉండి ఉదయం లేచే వరకు కొనసాగుతూ ఉంటుంది. దీంతో నిద్రలేచేసరికి నిలబడడానికి కూడా కష్టంగా మారుతుంది. మానవ శరీరం ఎన్నో రకాల విటమిన్ల సమ్మేళనంతో ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. అయితే ఈ శరీరంలో విటమిన్ ల లోపం వల్ల అనేక ఆరోగ్య సమస్యలు వస్తుంటాయి. చేతులు, కాళ్లు తిమ్మిర్లు రావడానికి కూడా శరీరంలోని విటమిన్ ల లోపం అని ఆరోగ్య నిపుణులు తెలుపుతున్నారు. శరీరంలో దీ12, దీ6 విటమిళ్ళతోపాటు మెగ్నీషియం లోపం ఉండటం వల్ల ఇలాంటి సమస్యలు వచ్చే అవకాశాలు ఎక్కువగా ఉన్నాయి. అయితే ఈ సమస్యను నిర్లక్ష్యంగా చేస్తే నరాల బలహీనతగా మారే అవకాశం ఉంటుంది. ఈ సమస్య నుంచి బయటపడాలంటే రక్త ప్రసరణ మెరుగ్గా ఉండే ఆహారాన్ని తీసుకుంటూ ఉండాలి. దీ6 విటమిన్ ఉండే అరటిపండు, సోయాబీన్ తో పాటు చేపలు ఎక్కువగా తీసుకుంటూ ఉండాలి. ఇవి తినడం వల్ల శరీరంలో రక్తప్రసరణ మెరుగ్గా ఉంటుంది. దీ12 లభించే మాంసాహారకృతులు తీసుకోవడం వల్ల ఈ సమస్య నుంచి బయటపడవచ్చు. అలాగే మెగ్నీషియం కనీసం ఎక్కువగా లభించే ఆకుకూరలు తీసుకోవడం వల్ల తిమ్మిర్ల సమస్య నుంచి బయటపడవచ్చు. అయితే కేవలం ఈ ఆహారాలు మాత్రమే తీసుకుంటే సరిపోదు. ప్రతిరోజు సరైన వ్యాయామం చేయాలి. రెగ్యులర్గా వ్యాయామం చేయకపోతే రక్తం గడ్డకట్టుకుపోయే అవకాశం ఉంది. అంతేకాకుండా ప్రతిరోజు సమయానికి తగ్గట్టుగా ఆహారాన్ని తీసుకుంటూ ఉండాలి. సమతుల ఆహారం లేకపోవడం వల్ల కూడా ఈ సమస్య వచ్చే అవకాశం ఉంది.

చెడు కొలెస్ట్రాల్‌ను పెంచే అలవాట్లు

చెడు కొలెస్ట్రాల్. ఈ పేరు వెంటే కొంతమందికి భయం వేస్తుంది. కానీ వద్దని అనుకున్నా.. రావద్దని కోరుకున్నా.. దాదాపు ప్రతి ఒక్కరిలో ఉంటుంది. అయితే కొందరిలో ఎక్కువగాను.. మరికొందరిలో తక్కువగాను ఉంటుంది. చెడు కొలెస్ట్రాల్ కేవలం నాణ్యత లేని ఆహారం తినడంతోనే కాకుండా.. కొన్ని అలవాట్ల కారణంగా కూడా శరీరంలో వచ్చి చేరుతుంది. ఈ చెడు కొలెస్ట్రాల్ రక్తనాళాల్లో పేరుకుపోవడంతో గుండె సమస్యలు వచ్చే అవకాశాలు ఎక్కువగా ఉన్నాయి. అయితే ఎలాంటి అలవాట్లతో ఇది శరీరంలోని రక్తంలో చేరుతుంది? ఇది రాకుండా ఉండాలంటే ఎలాంటి అలవాట్లు ఉండాలి? దీర్ఘకాలిక ఒత్తిడి: కొందరు ఎప్పుడూ ఒకే రకమైన సమస్యతో బాధపడుతూ ఉంటారు. ఈ సమస్య పరిష్కారం కోసం ఆలోచించకుండా.. అది పెద్ద భారంగా మారిందని బాధపడుతూ ఉంటారు. ఇలా దీర్ఘకాలికంగా కొన్ని సమస్యలతో బాధపడే వారిలో కాలేయం కొలెస్ట్రాల్ను ఉత్పత్తి చేస్తుంది. ఇది కాలేయంలో పేరుకుపోయి ఆ తర్వాత రక్త సరఫరా కాకుండా చేస్తుంది.

సరిపడా నిద్ర లేకపోవడం: ప్రతిరోజు 8 గంటలు నిద్రపోవడంతో ఆరోగ్యంగా ఉండగలుగుతారు. కానీ నేటి కాలంలో ఈ సమయం కూడా నిద్రపోయే అవకాశం ఉండడం లేదు. దీంతో ఇలా నిద్రలేమిటో బాధపడేవారు అనేక రకాల ఆరోగ్యానికి గురవుతున్నారు. ఇందులో భాగంగా నిద్ర లేమితో చెడు కొలెస్ట్రాల్ కూడా శరీరంలో పేరుకుపోతుంది. నిద్రలేమి వల్ల ఒత్తిడి హార్మోన్స్ ఎక్కువగా తయారవుతాయి. ఇది వల్ల చెడు కొలెస్ట్రాల్ అధికంగా పెరిగి గుండె సమస్యలకు దారితీస్తూ ఉంటుంది. శీతల పానీయాలు: కొందరు సరదా కోసం శీతల పానీయాలు సేవిస్తూ ఉంటారు. అయితే ఇవి రెగ్యులర్గా తీసుకోవడం వల్ల చెడు కొలెస్ట్రాల్ రక్తంలో పేరుకు పోతుంది. దీనివల్ల రక్తం సరఫరాలో అడ్డంకులు ఏర్పడతాయి. ఇది దీర్ఘకాలికంగా ఉండడంతో గుండెపోటు వచ్చే అవకాశాలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. అందువల్ల సాధ్యమైనంతవరకు శీతల పానీయాలు తగ్గించే ప్రయత్నం చేయాలి.

గంటల తరబడి కూర్చోవడం: వివిధ పనుల కారణంగా గంటలు తరబడి ఒకే చోట కూర్చోవడం వల్ల మంచి కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలో తగ్గిపోతుంటాయి. దీంతో రక్తం లో చెడు కొలెస్ట్రాల్ పెరిగి గుండె సమస్యలు వస్తూ ఉంటాయి. ఒకే చోట ఎక్కువసేపు కూర్చోవడం వల్ల రక్తప్రసరణలో ఇబ్బందులు ఉంటాయి. అందువల్ల ఒకేచోట గంటల తరబడి కూర్చునే ప్రయత్నం చేయకూడదు. చిరుతిళ్లు: బయట దొరికే ప్రాసెస్ ఫుడ్ తో పాటు చిరు తిండ్లు ఎక్కువగా తినడం వల్ల అధిక బరువు పెరుగుతూ ఉంటారు. దీంతో ఆటోమేటిగ్గా చెడు కొలెస్ట్రాల్ పెరుగుతూ ఉంటుంది. ఈ కొలెస్ట్రాల్ అధికంగా కావడంతో మానసికంగా ఇబ్బందులకు గురవుతూ ఉంటారు. ఫలితంగా ఆలోచన శక్తి కూడా తగ్గిపోతుంది. అందువల్ల బయట ఫుడ్ కోసం చూడకుండా ఇంట్లో వండిన ఆహారాన్ని మాత్రమే తీసుకునే ప్రయత్నం చేయాలి. బయట విక్రయించే ఆహార పదార్థాల్లో చక్కెర నిల్వలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. దీంతో వీటిని తీసుకోవడం వల్ల శరీరంలో షుగర్ లెవెల్స్ పెరిగిపోయి చెడు కొలెస్ట్రాల్ అధికమయ్యే ప్రమాదం ఉంది.

ఈ సమస్యలు ఉన్నవారు తినకూడదంట..

వెల్లుల్లిలో అనేక ఔషధ గుణాలు ఉన్నాయి.. దీనిలోని పోషకాలు ఎన్నో సమస్యలకు దివ్యౌషధంగా పనిచేస్తాయి.. కానీ వెల్లుల్లిని చాలా జాగ్రత్తగా తీసుకోవాలంటున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు.. అయితే.. వెల్లుల్లి తినడం వల్ల కొంతమందికి సమస్యలు వస్తాయని.. దీని విషయంలో అవగాహనతో ఉండాలని పేర్కొంటున్నారు. వెల్లుల్లిలో పోషకాలతోపాటు.. ఎన్నో ఔషధ గుణాలు దాగున్నాయి.. అయితే.. వెల్లుల్లిని అనేక భారతీయ వంటశాలలలో చాలా సంవత్సరాలుగా సుగంధ ద్రవ్యంగా ఉపయోగిస్తున్నారు. వెల్లుల్లిని ఉపయోగించి మసాలా వంటకాలు, అలాగే పలు ప్రత్యేక వంటకాలు తయారు చేస్తారు. ఆయుర్వేదంలో దీనిని ఔషధంగా కూడా ఉపయోగిస్తారు. ఇందులో ఉండే అల్లిసిన్ వంటి బయోయాక్టివ్ సమ్మేళనాలు శరీరానికి అనేక ప్రయోజనాలను అందిస్తాయి. వెల్లుల్లిలో యాంటీమైక్రోబయల్, యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ, గుండె-రక్షణ లక్షణాలు ఉన్నాయి.. ఇవి గుండె ఆరోగ్యానికి ప్రయోజనకరంగా పరిగణించబడతాయి. కానీ దాని వల్ల అనేక ప్రయోజనాలు ఉన్నప్పటికీ, వెల్లుల్లి అందరికీ ఆరోగ్యకరమైన ఎంపిక కాదు.. కొంతమందికి దానిని తినడం ద్వారా సమస్యలు రావొచ్చు లేదా వారికి ఉన్న వ్యాధి తీవ్రమవుతుంది. వెల్లుల్లికి రక్తం గడ్డకట్టడాన్ని నిరోధించే లక్షణాలు ఉన్నాయి. అందువల్ల, గుండెపోటు ప్రమాదం ఉన్నవారు దీనిని తీసుకోవడం మంచిది. కానీ ఒక వ్యక్తి ఇప్పటికే వార్ఫరిన్ లేదా ఆస్పిరిన్ వంటి రక్తాన్ని పలుచబరిచే మందులను తీసుకుంటుంటే, వెల్లుల్లిని ఎక్కువగా తినడం వల్ల అంతర్గత రక్తస్రావం జరుగుతుంది.. కావున వీరు తీసుకోకూడదు.. ముఖ్యంగా శస్త్రచికిత్స లేదా గాయం సందర్భాలలో అస్సలు తినొద్దు.. వెల్లుల్లి దిగువ అన్నవాహిక స్పింక్టర్ కండరాన్ని సడలించి, కడుపులో ఆమ్లం పెరిగి యాసిడ్ రిఫ్లక్స్‌కు కారణమవుతుంది. ఇది గుండెల్లో మంట, వికారం వంటి +జు=ణ లక్షణాలను పెంచుతుంది. కాబట్టి మీరు ఈ సమస్యతో బాధపడుతుంటే, వెల్లుల్లిని తక్కువగా తినండి.. లేదా అస్సలు తినకండి.. వెల్లుల్లిలో ఫ్రక్టాన్ అనే కార్బోహైడ్రేట్ ఉంటుంది, ఇది అలాంటి వారిలో గ్యాస్, ఉబ్బరం మరియు నొప్పి వంటి సమస్యలను కలిగిస్తుంది. అటువంటి పరిస్థితిలో, ఈ లక్షణాలను తగ్గించడానికి ఆహారం తీసుకుంటున్న వ్యక్తులు వెల్లుల్లిని తినకూడదు. కొంతమందికి వెల్లుల్లి అలెర్జీ ఉంటుంది. ఇది నోరు, గొంతులో మంట, వికారం, తీవ్రమైన సందర్భాల్లో అనాఫిలాక్టిక్ ప్రతిచర్యకు కారణమవుతుంది. అలెర్జీ ఉన్నవారు వెల్లుల్లికి దూరంగా ఉండటం బెటర్. గర్భధారణ సమయంలో, పాలిచ్చే మహిళలు వెల్లుల్లి పరిమిత పరిమాణంలో తీసుకోవడం సురక్షితం.. కానీ పెద్ద పరిమాణంలో తీసుకుంటే.. ఇది గర్భాశయ సంకోచాలను పెంచుతుంది. పాలిచ్చే ఎక్కువ వెల్లుల్లి తినడం వల్ల దాని బలమైన వాసన పాలలోకి వెళుతుంది.. ఇది శిశువు తినే విధానాన్ని ప్రభావితం చేస్తుంది.

కీళ్ళను దెబ్బతీసే నడక అలవాట్లు..

ఆరోగ్య దృష్ట్యా సాధారణంగా ఇటీవల చాలా మంది వాకింగ్‌కు ప్రిఫరెన్స్ ఇస్తున్నారు. అలాగే నడక అనేది మనం ప్రతిరోజూ దాని గురించి నిజంగా ఆలోచించకుండా చేసే పని. కానీ మీరు నడిచే విధానం కీళ్ల నొప్పులను మరింత తీవ్రతరం చేస్తుందని నిపుణులు సూచిస్తుంటారు. కాలక్రమేణా మనం అలవాటు చేసుకునే కొన్ని అలవాట్లు, సాధారణంగా తెలియకుండానే మన మోకాళ్లు, తుంటి, చీలమండలపై అదనపు ఒత్తిడిని కలిగిస్తాయి. ఒక చిన్న మార్పు కానీ పెద్ద తేడాను కలిగిస్తుంది. మీరు మీ పాదం మీ ముందు పడుతుందని అర్థం చేసుకుంటే, మీరు దానిని దాటినప్పుడు అది మీ సమతుల్యతను దెబ్బతీస్తుంది. మీ కాలు మీద ఒత్తిడిని కలిగిస్తుంది. మడమ నేలను బలంగా తాకుతుంది. కాగా ఆ షాక్ మీ కీళ్ల గుండా ప్రయాణిస్తుంది. తక్కువ, వేగవంతమైన దశలతో నడవడం సాధారణంగా మీ శరీరానికి మంచిది. మీ చేతులు ప్రయాణం కోసం మాత్రమే కాకుండా, సమతుల్యంగా ఉండటానికి కూడా సహాయపడతాయి. అవి చాలా గట్టిగా లేదా ఎక్కువగా ఊపుతూ ఉంటే, మీరు కొంచెం దూరంగా ఉన్నట్లు అనిపించవచ్చు.

బ్రోకలీ తినే అమ్మాయిలకు అలర్ట్..!

బ్రోకలీ ఎంతో పోషకమైన ఆహారం. రోగనిరోధక శక్తిని పెంచే ఔషధ గుణాలు ఇందులో పుష్కలంగా ఉంటాయి. దీని క్రమం తప్పకుండా తీసుకోవడం ఆరోగ్యానికి అనేక విధాలుగా మేలు చేస్తుంది. అయితే కొన్ని ఆరోగ్య సమస్యలు ఉన్న మహిళలు దీనిని పొరబాటున కూడా తినకూడదని ఆరోగ్య నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. బ్రోకలీ ఎంతో పోషకమైన ఆహారం. రోగనిరోధక శక్తిని పెంచే ఔషధ గుణాలు ఇందులో పుష్కలంగా ఉంటాయి. దీని క్రమం తప్పకుండా తీసుకోవడం ఆరోగ్యానికి అనేక విధాలుగా మేలు చేస్తుంది. అయితే కొన్ని ఆరోగ్య సమస్యలు ఉన్న మహిళలు దీనిని పొరబాటున కూడా తినకూడదని ఆరోగ్య నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. థైరాయిడ్ సమస్యలు ఉన్న మహిళలు (హైపోథైరాయిడిజం) బ్రోకలీకి దూరంగా ఉండాలి. ఇందులో థైరాయిడ్ గ్రంథి పనితీరుకు అంతరాయం కలిగించే గాయిట్రోజెన్‌లు ఉంటాయి. అందువల్ల థైరాయిడ్ సమస్యలు ఉన్న దీనిని తినకూడదు. జీర్ణశయాంతర (జీర్ణ) సమస్యలు ఉన్న మహిళలు కూడా బ్రోకలీ తినకూడదు. బ్రోకలీలో ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది. కాబట్టి దీనిని ఎక్కువగా తినడం వల్ల గ్యాస్, ఉబ్బరం, అజీర్ణం సమస్యలు ఏర్పడతాయి. మూత్రపిండాల్లో రాళ్లు ఉన్న మహిళలు బ్రోకలీని ముట్టుకోకూడదు. ఇందులో ఆక్సలేట్లు ఉంటాయి. ఇవి మూత్రపిండాల్లో రాళ్లను పెంచుతాయి. అలాగే కొంతమంది మహిళలకు బ్రాసికా కుటుంబంలోని కూరగాయలకు అంటే బ్రోకలీ, కాలీఫ్లవర్ తింటే అలెర్జీ వస్తుంది. ఇది దురద, వాపు, శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బందిని కలిగిస్తుంది. అలాగే గర్భిణీలు అధిక మొత్తంలో బ్రోకలీ తినకూడదు. బ్రోకలీ తక్కువ మొత్తంలో తీసుకుంటేనే గర్భిణీలకు ప్రయోజనకరంగా ఉంటుంది. కానీ ఎక్కువగా తీసుకోవడం వల్ల జీర్ణవ్యవస్థపై ఒత్తిడి పెరుగుతుంది.

ప్రజల సంక్షేమం అభివృద్ధి ధ్యేయంగా ప్రభుత్వ పాలన

పెద్దపల్లి : ప్రజల సంక్షేమం అభివృద్ధి ధ్యేయంగా ప్రభుత్వ పాలన కొనసాగిస్తున్నామని రాష్ట్ర మైనారిటీస్ ఫైనాన్స్ కార్పొరేషన్ చైర్మన్ మహమ్మద్ ఓబేదుల్లా అన్నారు. సమీకృత జిల్లా కలెక్టరేట్ ప్రాంగణంలో పరేడ్ గ్రౌండ్స్ లో నిర్వహించిన స్వాతంత్ర దినోత్సవ వేడుకల లో రాష్ట్ర మైనారిటీస్ ఫైనాన్స్ కార్పొరేషన్ చైర్మన్ మహమ్మ ద్ ఓబేదుల్లా ముఖ్య అతిథిగా పాల్గోన్నారు. శుక్రవారం ఉదయం ముఖ్య అతిథి పోలీసు గౌరవ వందనం స్వీకరించి, జాతీయ పతాకావిష్కరణ చేసారు. అనంతరం ముఖ్య అతిథి తన సందేశాన్ని తెలియజేసా రు. మహాలక్ష్మి పథకం కింద మహిళలకు, ట్రాన్స్ జెండర్లకు ఆర్టీసీ బస్సులలో ఉచిత ప్రయాణం పథకాన్ని ప్రవేశపె ట్టిందని, దీని ద్వారా మన జిల్లాలో ఇప్పటి వరకు మహిళలకు 155 కోట్ల 80 లక్షల రూపాయలను ఆదా అయ్యాయని పేర్కొన్నారు. మహిళలపై భారం పడకుం డా గ్యాస్ సిలిండర్ ను సబ్సిడీ పై 500 రూపాయలకే ప్రజా ప్రభుత్వం సరఫరా చేస్తుందని, మన పెద్దపల్లి జిల్లాలో ఇప్పటి వరకు లక్షా 18 వేల 397 కుటుంబాలకు గ్యాస్ సిలిండర్లను సబ్సీడి పై సరఫరా చేసి సంబంధిత లబ్దిదారుల బ్యాంక్ ఖాతాలలో 14 కోట్ల 3 లక్షల రూపాయలు సబ్సీడీ సోమ్ము జమ చేశామని మైనారిటీస్ ఫైనాన్స్ కార్పొరేషన్ చైర్మన్ పేర్కొన్నారు. గృహ జ్యోతి పథకం క్రింద 200 యూనిట్ల లోబడి విద్యుత్ వినియోగిస్తు న్న ప్రజలకు ప్రభుత్వం ఉచితంగా విద్యుత్ అందిస్తుందని, మన జిల్లాలో విద్యుత్ పంపిణీ సంస్థలకు 85 కోట్ల 24 లక్షల రూపాయల ను గృహ జ్యోతి క్రింద చెల్లించి 1,31,966 కుటుంబాలకు ఉచితంగా విద్యుత్ సరఫరా చేయడం జరిగిందని తెలిపారు. పేద ప్రజల సోంత ఇంటి కలను సాకారం చేసేందుకు ప్రభుత్వం ఇందిరమ్మ ఇండ్ల పథకాన్ని ప్రవేశ పెట్టిందని, మన జిల్లాలో మొదటి విడత కింద ఇప్పటి వరకు 6244 ఇందిరమ్మ ఇండ్లను మంజూరు చేసి 19 కోట్ల 52 లక్షల రూపాయలను నిర్మాణాలు జరుపుకుంటున్న లబ్ధిదారుల బ్యాంకు ఖాతాల లో జమ చేశామని అన్నారు. 70 ఏళ్ళుగా పి.డి.ఎస్ వ్యవస్థ పేద ప్రజల ఆహార భద్రతకు భరోసా ఇస్తుందని, అదే స్ఫూర్తితో ప్రజా ప్రభుత్వం ఉగాది నుంచి సన్న బియ్యం పంపిణీని ప్రారంభించిందని అన్నారు. పేదల ఆత్మగౌరవాని కి మరో ప్రతీక రేషన్ కార్డు లను అర్హులైన పేద కుటుంబా ల అందరికీ పంపిణీ చేస్తున్నామని, మన జిల్లాలో నూతనంగా 12 వేల 168 కుటుంబాలకు రేషన్ కార్డ్ జారి చేశామని అన్నారు. రైతులకు అందించే పెట్టుబడి సహాయాన్ని 12 వేల రూపాయలకు పెంచి వానాకాలం పంటకు పెద్దపల్లి జిల్లాలో 1,51,507 మంది రైతుల ఖాతాలో 161 కోట్ల 2 లక్షల రూపాయల రైతు భరోసా నిధులు జమ చేసామని ఆయన అన్నారు. యాసంగి సీజన్ లో 62 వేల 621 మంది రైతుల వద్ద నుండి రూ.926 కోట్ల విలువ గల 4 లక్షల మెట్రిక్ టన్నుల వరి ధాన్యం కొనుగోలు చేసి 48 గంటల లోగా చెల్లింపులు చేసామని తెలిపారు. జిల్లాలో ఆయిల్ పామ్ పంటను 3158 ఎకరాలలో సాగు చేస్తున్న రైతులకు 4 కోట్ల 70 లక్షల సబ్సిడీ అందించామని అన్నారు. కాకతీయ కాలువ క్రింద ఉన్న 2 లక్షల 30 వేల ఆయకట్టు స్థిరీకరణ,10 వేల ఎకరాల కొత్త ఆయకట్టు సాగు నీరు అందించేందుకు శ్రీ లక్ష్మి నరసింహస్వామి పత్తిపాక రిజర్వాయర్ ను 3 నుంచి 5 టిఎంసీల సామర్థ్యంతో నిర్మాణానికి డిపిఆర్ తయారు కోసం కోటి 10 లక్షల రూపాయల మంజూరు చేసామని అన్నారు. 13 వేల 396 ఎకరాల ఆయకట్టు స్థిరీకరణ చేసే రామగుండం ఎత్తిపోతల పథకం పెండింగ్ పండ్లు యుద్ధ ప్రాతిపదికను పూర్తిచేసే నీటి పారుదల శాఖ మంత్రి చేతుల మీదుగా ప్రారంభించామని తెలిపారు. కూనారం ఆర్.ఓ.బిను 119 కోట్లతో నిర్మిస్తున్నామని, గోదావరిఖని జనరల్ ఆసుపత్రి 160 కోట్లతో నిర్మాణం జరుగుతుందని అన్నారు. ఉపాధి హామీ పనులకు క్రింద ప్రస్తుత సంవత్సరం 44 వేల 986 కుటుంబాలకు 11 లక్షల పని దినాల ఉపాధి కల్పించి 59 కోట్ల 55 లక్షలు ఖర్చు చేశామని తెలిపారు. ఇందిరా మహిళా శక్తి కార్యక్రమం క్రింద మన జిల్లాలో మహిళా సంఘాల చే 27 స్టిచ్చింగ్ కేంద్రాలు ఏర్పాటు చేసి పాఠశాల విద్యార్థుల ఏకరూప దుస్తులను కుట్టిస్తున్నామని , 4 క్యాంటీన్, మొబైల్ ఫిష్ రిటైల్ ఔట్ లెట్ లు ఏర్పాటు చేశామని, రెండు సోలార్ విద్యుత్ ఉత్పత్తి ప్లాంట్ల స్థాపన వంటి వివిధ కార్యక్రమాల అమలకు చర్యలు తీసుకుంటున్నామని అన్నారు. మంథని మండలం చిల్లపల్లి గ్రామ పంచాయతీకి ఉమెన్ ఫ్రెండ్లీ పంచాయతీ కేటగిరిలో దీన్ దయాల్ ఉపాధ్యాయ పంచాయతీ సతత్ వికాస్ పురస్కార అవార్డు లభించిందని అన్నారు. జిల్లాలోని పట్టణ ప్రాంతాల్లో 173 కోట్లు ఖర్చు చేస్తూ సిసి రోడ్లు, సిసి డ్రైయిన్లు, బీ.టి రోడ్లు, స్మశాన వాటికలు ఇంటిగ్రేటెడ్ మార్కెట్, పురపాలక భవనం, డంప్ యార్డ్ వంటి పలు అభివృద్ధి పనులు చేపట్టామ ని, అమృత పథకం 2.0 క్రింద 293 కోట్ల 84 లక్షలతో ఫీవర్ ట్రీట్మెంట్ ప్లాంట్ లు నిర్మిస్తున్నా మని అన్నారు. రాజీవ్ ఆరోగ్య శ్రీ కవరేజిని 5 లక్షల నుంచి 10 లక్షలకు పెంచి జిల్లాలో 28 వేల 550 మంది రోగులకు 68 కోట్ల 67 లక్షల రూపాయల విలువ గల క్షత్రియ చికిత్సల ను ఆరోగ్యశ్రీ పథకం కింద ఉచితంగా నిర్వహించాం. 23 కోట్ల 75 లక్షలతో గోదావరిఖని జనరల్ ఆసుపత్రి నందు 50 పడకల క్రిటికల్ కేర్ యూనిట్, 26 కోట్లతో, 51 కోట్లతో పెద్దపల్లిలో 100 పడకల ఆసుపత్రి, 22 కోట్లతో మంథధి లో 50 పడకల ఆసుపత్రి నిర్మిస్తున్నామని అన్నారు. భా వితరాల మెరుగైన భవిష్యత్తుకు మంచి విద్యే పునాది. మన జిల్లాలో అమ్మ ఆదర్శ పాఠశాల కమిటీల ద్వారా 15 కోట్ల 81 లక్షలు ఖర్చు చేసి ప్రభుత్వ పాఠశాల లో అభివృద్ధి పనులు పూర్తి చేశామని తెలిపారు. రాబోయే విద్యా సంవత్సరంలో ఏఐ టూల్స్ , ఐ.ఎఫ్.పి ప్యానల్స్ ద్వారా విద్యార్థులకు బోధించుటకు జిల్లాలోని ఉపాధ్యాయులకు శిక్షణ అందించామని తెలిపారు. ఎ స్సీ వర్గీకరణ, బీసి లకు 42 శాతం రిజర్వేషన్ తో సామాజిక తెలంగాణ సాధనకు కృషి చేస్తున్నామని తెలిపారు. 561 మందికి ఉపాధి కల్పిస్తూ జిల్లాలో 39 కోట్ల పెట్టుబడితో 44 వ్యాపార యూనిట్ లకు అనుమతులు మంజూరు చేసామని, ప్రధాన మంత్రి ఉపాధి కల్పన పథకం క్రింద 12 యూనిట్ లను మంజూరు చేశామని, టీ – ప్రైడ్, టీ – ఐడియా క్రింద 27 సేవా రంగ, తయారీ రంగ పరిశ్రమలకు 2 కోట్ల 41 లక్షల సబ్సిడీ రిలీజ్ చేసిందని అన్నారు. అనంతరం ముఖ్య అతిథి జిల్లాలో ఉత్తమ ప్రతిభ కనబరిచిన 203 మంది ఉద్యోగులకు ప్రశంసా పత్రాలు పంపిణీ చేశారు. 10వ తరగతి, ఇంటర్ లో టాపర్లు గా నిలిచిన 4 విద్యార్థులకు 10 వేల చోప్పున బహుమానం అందించారు. మెప్మా క్రింద 148 స్వయం సహాయక మహిళా సంఘాలకు 17 కోట్ల 36 లక్షల 98 వేల రూపాయల బ్యాంకు లింకేజీ రుణాలు పంపిణీ చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా కలెక్టర్ కోయ శ్రీ హర్ష, పెద్దపల్లి ఎమ్మెల్యే చింతకుంట విజయ రమణా రావు, రామగుండం ఎమ్మెల్యే మక్కన్ సింగ్ రాజ్ ఠాకూర్, జిల్లా గ్రంథాలయ సంస్థ చైర్మన్ ఏ. అన్నయ్య గౌడ్, అదనపు కలెక్టర్లు జె .అరుణశ్రీ, డి.వేణు, డి.సి.పి. కరుణాకర్, ఆర్.డి.ఓ. బి.గంగయ్య, కలెక్టరేట్ ఏ. ఓ. శ్రీనివాస్, జిల్లా అధికారులు, ప్రజా ప్రతినిధులు, సంబంధిత అధికారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కృష్ణవేణి పాఠశాలలో 79వ స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ వేడుకలు.

విద్యార్థులు స్వాతంత్ర సమరయోధుల త్యాగాలను స్మరించుకోవాలి
కృష్ణవేణి పాఠశాల డైరెక్టర్ శ్రీనివాస్ రెడ్డి.

గోదావరిఖని : గోదావరిఖనిలోని కృష్ణవేణి పాఠశాల అడ్డగుంటపల్లి లో 79వ స్వాతంత్ర్య దినోత్సవం ను పురస్కరించుకొని కృష్ణవేణి పాఠశాలలో, వేడుకలు ఘనంగా నిర్వహించారు.ఈ కార్యక్రమంలో ముఖ్య అతిథిగా పాఠశాల డైరెక్టర్ మంజుల శ్రీనివాస్ రెడ్డి పాల్గొని ముందుగా మహనీయుల చిత్రపటాలకు పూలమాల ను సమర్పించి తరంతరం జాతీయ పతాకమును ఎగరవేయడం జరిగినది. డైరెక్టర్ శ్రీ శ్రీమతి మంజుల శ్రీనివాస్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ విద్యార్థులకు స్వాతంత్ర్య సమరయోధుల త్యాగాలను స్మరించుకోవాలని, దేశ అభివృద్ధికి ప్రతీ ఒక్కరూ తమ వంతు కృషి చేయాలని పిలుపునిచ్చారు. మా కృష్ణవేణి సంస్థలలో ఏ ఐ టెక్నాలజీ విజయవంతంగా సాగుతున్నందుకు కృషి చేస్తున్న ఉపాధ్యాయులను అభినందించడం జరిగినది . తరగతి వారీగా విద్యార్థులకు బహుమతులు కూడా ఇవ్వడం జరిగినది. విద్యార్థులు ఉపన్యాసాలు కూడా ఇవ్వడం జరిగినది మరియు విద్యార్థులు దేశభక్తి నాయకుల వేషధారణలో కూడా పాల్గొనడం జరిగినది.విద్యార్థులు సాంస్కృతిక ప్రదర్శనలతో దేశభక్తిని ప్రదర్శించారు. ఉపాధ్యాయులు, విద్యార్థులు, తల్లిదండ్రులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొని కార్యక్రమాన్ని విజయవంతం చేశారు.

పార్టీ మారడంలేదు

పైలట్ రోహిత్ రెడ్డి

వికారాబాద్ : ఇటీవల తన పలు మీడియాలలో , పత్రికలలో తాను పార్టీ మారుతున్నట్లు వచ్చిన కథనాలను వికారాబాద్ జిల్లా తాండూర్ మాజీ ఎమ్మెల్యే పైలట్ రోహిత్ రెడ్డి తీవ్రంగా ఖండించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన విదేశాల నుంచి వీడియోలను రిలీజ్ చేశారు. గువ్వల బాలరాజును తాను పంపిస్తున్నట్లు వచ్చిన ఆరోపణలను తీవ్రంగా ఖండించారు. తాను కూడా పార్టీ వీడుతున్న దానిపై కూడా మండిపడ్డారు. రాబోయేది బిఆర్ఎస్ ప్రభుత్వమే అని తెలియజేశారు.

పంట పొలాలలో కెమికల్ జలాలు

రైతుల ధర్నా

సంగారెడ్డి జిల్లా : బొంతపల్లి పారిశ్రామిక వాడలో కెమికల్ జలాలు ఎరులై పారుతున్నాయి. గత మూడురోజులగా కురుస్తున్న వర్షానికి వర్షపు నీటితో కలిపి రసాయన జలాలను మైత్రి డ్రగ్స్ పరిశ్రమ యాజమాన్యం బయటకు వదిలింది. కెమికల్ జలాలతో వదలడంతో చుట్టుపక్కల ఉన్న పంట పూర్తిగా పాడయిపోయింది

తాండూరులో ఘనంగా 79 స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ సంబరాలు

తాండూర్: తాండూర్ మండలంలో ఘనంగా స్వతంత్ర దినోత్సవ సంబరాలు జరిగాయి.ఉ దయం నుండే స్వతంత్ర దినోత్సవ వేడుకలకై చిన్న పెద్ద తేడా లేకుండా సమయాత్తం అవడం కనిపించింది. ఈ సందర్భంగా పలు పాఠశాలల ఆధ్వర్యంలో విద్యార్థిని విద్యార్థులతో ర్యాలీలు నిర్వహించారు. ఈ ర్యాలీలో విద్యార్థులు దేశభక్తి నినాదాలతో హోరెత్తించారు. స్వతంత్రం సిద్ధించి 79సంవత్సరాలు కావస్తున్నందున ఒకింత నూతన ఉత్సాహంతో సంబరాలు జరుపుకోవడం మనకు కనిపించింది. అదేవిధంగా పలు కార్యాలయాల్లో సైతం జెండాలు ఆవిష్కరించారు. ఎంపీడీవో కార్యాలయంలో మండల్ స్పెషల్ ఆఫీసర్ అంజయ్య జెండా ఆవిష్కరణ చేయగా తాండూర్ సర్కిల్ పోలీస్ స్టేషన్లో సీఐ దేవయ్య,తాండూర్ పోలీస్ స్టేషన్ లో ఎస్సై కిరణ్ కుమార్,మాదారం పోలీస్ స్టేషన్లో ఎస్సై సౌజన్య, తహసిల్దార్ కార్యాలయంలో ఎమ్మార్వో జ్యోత్స్న ,మండల వ్యవసాయ శాఖ కార్యాలయంలో వ్యవసాయశాఖ అధికారి సుష్మ,ఎంఈఓ కార్యాలయంలో మండల విద్యాధికారి మల్లేశం, ప్రభుత్వ ఆసుపత్రి కేంద్రంలో మండల వైద్యధికారి జాన్సీ రాణి, ప్రాథమిక వ్యవసాయ సహకార సంఘం కార్యాలయంలో దత్తుమూర్తి,విద్య భారతి పాఠశాలలో పాఠశాల వ్యవస్థాపకులు సురభి ఆగమరావు, శరత్ కుమార్,ఐబీ కేంద్రంలో కాంగ్రెస్ మండల అధ్యక్షుడు ఎండి ఈసా,ఐబీ కేంద్రంలో జనతా పార్టీ మండల అధ్యక్షుడు దూడపాక భరత్, మోడీ నగర్లో జనతా పార్టీ సీనియర్ నాయకులు చిలువేరు శేషగిరి,లయన్స్ క్లబ్ కేద్రంలో అధ్యక్షుడు దేవరకొండ రాజన్న,కేంద్రంలో ఆటో స్టాండ్ లో మండల ఆటో యూనియన్ అధ్యక్షుడు అభిబ్, ఐబీ కేంద్రంలో బి ఆర్ ఎస్ పార్టీ అధ్యక్షుడు దత్తుమూర్తి, తాండూర్ ఉర్దూ మీడియం పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయురాలు ప్రేమలత లు జెండాను ఆవిష్కరించారు.ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ ఎందరో అమరవీరుల త్యాగాల పోరాటల ఫలితమే స్వేచ్ఛా స్వాతంత్ర్యం అని,దేశ భవిష్యత్తు కోసం తమ ప్రాణాలను సైతం ఫణంగా పెట్టి బ్రిటిష్ పాలకుల సంకెళ్ల నుండి విముక్తి కలిగిన రోజని, స్వాతంత్ర్య దినోత్సవం యావత్తు దేశానికి గొప్ప పండుగ రోజు అని అన్నారు.ఈ కార్యక్రమంలో ఎంపీడీవో శ్రీనివాస్, డిప్యూటీ తాసిల్దార్ కల్పన,ఆర్ ఐ లు ఇజాజుద్దీన్, పద్మజా, ఏపిఏం శ్యామల,సీసీ సరిత,మండల ప్రజాప్రతి నిధులుపూసల ప్రణయ్ కుమార్,సాలిగామ బాణయ్య, శిరంగ్ శంకర్,సల్వాజ్ మహేందర్ రావు ,సూరం రవీందర్ రెడ్డి ,రత్నాకర్ రావు,దత్తుమూర్తి ,దత్తాత్రేయరావు ,పురుషోత్తం గౌడ్,శంకర్ గౌడ్,ఎల్క రామచందర్ ,మసాడి శ్రీరాములు ,శ్రీదేవి,మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ యూత్ అధ్యక్షుడు పెట్టం విష్ణుకళ్యాణ్,మండల యూత్ జనరల్ సెక్రెటరీ అరుణ్ కుమార్,యూత్ టౌన్ ప్రెసిడెంట్ సింగారావ్ శ్రీధర్,తాండూర్ మండల్ ఎన్ఎస్ యూఐ జనరల్ సెక్రెటరీ కోహిల్ పటేల్, వెంకటస్వామి, సాగర్ ,రెహమాత్ ఖాన్,మసాడి తిరుపతి, దామోదర్, జనార్ధన్, తిరుపతి, కాంపెల్లి చిన్నయ్య, అబుసాద్,నవీన్,పులగం తిరుపతి, రామగౌని మహీధర్ గౌడ్, పాగిడి చిరంజీవి ,ఏముర్ల ప్రదీప్ సంగర్ష్ శీతల్ ,పుట్ట కుమార్, సురేష్,మల్లేష్, విఘ్నేష్, రాజయ్య, రాజేశం,మండల లయన్స్ కేశెట్టి సంతోష్ కుమార్, ఠాకూర్ ఉమ్రావ్ సింగ్, రౌతు వెంకటేశం,మొగిలి ,మలయ్య మద్ది బోయిన వెంకటేశం,రాజశేఖర్ లు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

భారత స్వాతంత్ర్య పోరాటం ఒక అలుపెరగని పోరాటం

–సింగిల్ విండో చైర్మన్ కొత్త శ్రీనివాస్

మంథని: భారత స్వాతంత్ర్య పోరాటం ఒక అలుపెరగని పోరాటమని, ఎందరో త్యాగాలకు ప్రతీక అని మంథని సింగిల్ విండో చైర్మన్ కొత్త శ్రీనివాస్ అన్నారు. శుక్రవారం మంథని సహకార సంఘ కార్యాలయ ఆవరణలో సింగిల్ విండో చైర్మన్ కొత్త శ్రీనివాస్ జాతీయ జెండాను ఆవిష్కరించారు. ఈ సందర్భంగా సింగిల్ విండో చైర్మన్ కొత్త శ్రీనివాస్ మాట్లాడుతూ ఎందరో త్యాగాలకు ప్రతీక మనం జరుపుకుంటున్న స్వాతంత్ర దినోత్సవం అని అన్నారు.అహింస సిద్ధాంతాన్ని నమ్మి ఏకతాటిపై నడిపించిన గాంధీ కోట్లాది మంది భారతీయుల్లో స్ఫూర్తిని నింపారన్నారు. సుభాష్ చంద్రబోస్, భగత్ సింగ్, సుఖ్‌దేవ్, రాజ్ గురు వంటి ఎందరో యోధులు వారి ప్రాణాలు పణంగా పెట్టి స్వాతంత్రాన్ని సాధించారనీ అన్నారు.స్వాతంత్రం కోసం ప్రాణాలర్పించిన వీరులకు ఈ సందర్భంగా నివాళు లర్పించారు. ఐటి, పరిశ్రమలు, శాసనసభ వ్యవహారాల శాఖ మంత్రి దుద్దిల్ల శ్రీధర్ బాబు సహాయ సహకారాలతో సహకార సంఘాన్ని మరింత అభివృద్ధి పరుస్తానని అన్నారు. సంఘం ద్వారా రైతులకు అన్ని రకాల సేవలందిస్తామని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో సంఘ ఉపాధ్యక్షులు బెల్లంకొండ ప్రకాష్ రెడ్డి, డైరెక్టర్లు ఆకుల రాజబాబు, రావికంటి సతీష్ కుమార్, లెక్కల కిషన్ రెడ్డి, కొత్త శ్రీనివాస్, దాసరి లక్ష్మి మొనీడయ్య, దేవల్ల విజయ్ కుమార్, సంఘ కార్యదర్శి మామిడాల అశోక్ కుమార్, ఏఎంసి చైర్మన్ కుడుదుల వెంకన్న, టీజీఈఆర్సి సలహాదారు శశిభూషణ్ కాచే, ప్రముఖ న్యాయవాది ఇనుముల సతీష్, మాజీ మున్సిపల్ చైర్ పర్సన్ పెంద్రి రమ, మాజీ ఉపాధ్యక్షులు శ్రీపతి బానయ్య, మాజీ ఎంపీపీ కొండ శంకర్, మండల కాంగ్రెస్ అధ్యక్షులు ఆయిలి ప్రసాద్, నాయకులు ముస్కుల సురేందర్ రెడ్డి, మూల పురుషోత్తం రెడ్డి,వొడ్నాల శ్రీనివాస్, అజీమ్ ఖాన్ ,ఎక్కటి అనంతరెడ్డి, సాదుల శ్రీకాంత్, అక్కపాక సది, గుండా రాజు, గుండా పాపారావు, రామడుగు మారుతి, గోటికారి కిషన్, రవితేజ, ఆకుల శ్రీనివాస్, మేడగొని రాజమౌళి గౌడ్,పర్షవేణి మోహన్, గొల్లపల్లి శ్రీనివాస్, అంకుష్ విజయ్ కుమార్, కొట్టే రమేష్,మాజీ మున్సిపల్ కౌన్సిలర్లు వీకే రవి, నక్క నాగేంద్ర శంకర్,సంఘ సిబ్బంది తదితరులు పాల్గొన్నారు.

నేతాజీ స్టేడియంలో ఘనంగా 79వ స్వాతంత్ర దినోత్సవ వేడుకలు

మణుగూరు : మణుగూరు మున్సిపాలిటీ పరిధిలోని నేతాజీ సుభాష్ చంద్రబోస్ క్రీడా మైదానంలో నేతాజీ వాకర్స్ క్లబ్ ఆధ్వర్యంలో శుక్రవారం ఘనంగా 79 వ స్వాతంత్ర దినోత్సవ వేడుకలు నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా నేతాజీ వాకర్స్ క్లబ్ ప్రధాన కార్యదర్శి రావులపల్లి రామ్మూర్తి జాతీయ పతాకాన్ని ఆవిష్కరించారు. అనంతరం నేతాజీ వాకర్స్ క్లబ్ అందరికీ స్వాతంత్ర దినోత్సవ శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు. స్వాతంత్ర దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకొని నేతాజీ వాకర్స్ క్లబ్ ఆధ్వర్యంలో మెగా రక్తదాన శిబిరాన్ని నిర్వహించారు. మణుగూరు ఏరియా హాస్పిటల్ సూపర్డెంట్ వైద్యులు సునీల్ రక్తదాన శిబిరాన్ని రిబ్బన్ కట్ చేసి ప్రారంభించారు. ఈ రక్తదాన శిబిరంలో వాకర్స్ మరియు యువకులు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొని 35 మంది రక్తదానం చేశారు. ఈ సందర్భంగా రావులపల్లి రామ్మూర్తి మాట్లాడుతూ రోడ్డు ప్రమాదాల్లో ఎంతోమంది రక్తం దొరకక ప్రాణాలు కోల్పోతున్నారని ఈ రక్తదాన శిబిరం ద్వారా ఎంతో మంది ప్రాణాలు నిలబెట్టొచ్చని అన్నారు. నేతాజీ వాకర్స్ క్లబ్ ద్వారా మరిన్ని సేవా కార్యక్రమాలు చేస్తామని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో క్లబ్ కోశాధికారి వడ్డానం రమేష్, ఉపాధ్యక్షులు జొన్నలగడ్డ వెంకటేశ్వరరావు, గౌరవ అధ్యక్షులు ఎన్. విజయభాస్కర్ రెడ్డి,పుచ్చకాయల శంకర్,కటకం సతీష్ యాదగిరి గౌడ్, జాయింట్ సెక్రెటరీ రాజేంద్ర ప్రసాద్, శంకర్, అమర కిరణ్, ఏలియా, రామ్ రెడ్డి, నాగేశ్వరరావు, సుమన్, అలవాల రాంబాబు, దేశబోయిన తిరుపతిరావు, వంగా సంతోష్, తిరుమల శ్రీనివాసరావు, కనుకు రమేష్, రామకృష్ణ,రావులపల్లి ప్రభాకర్ తదితర వాకింగ్ సభ్యులు పాల్గొన్నారు

'శాతవాహనలో స్వాతంత్ర దినోత్సవ వేడుకలు

కరీంనగర్ : శాతవాహన విశ్వవిద్యాల యంలోని పరిపాలనా భవనంలో ఉపకు లపతి ఆచార్య ఉమేష్ కుమార్ జాతీయ పతాకం ఎగరవేసి ఉద్యోగులకు, విద్యార్థులకు శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. ఆయన మాట్లాడుతూ సమాజాన్ని విద్యతోనే మార్చాలని, ఆ విద్యను అభ్యసించాలంటే విశ్వవిద్యాలయాలు కీలక పాత్ర పోషిస్తాయని వాటి కొరకు కేంద్ర రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు ఆర్థిక సహాయాన్ని అందిస్తాయని, విశ్వవిద్యాలయానికి అదనపు అవసరాల కొరకు అమెరికా యాత్ర చేపట్టానని తెలుపుతూ విశ్వవిద్యాలయ అభ్యున్నతి కొరకు శాతవాహన ఎడ్యుకేషన్ ట్రస్ట్ ను ఏర్పాటు చేశామని దానికి అధ్యక్షులుగా ఉపకులపతి వ్యవహరిస్తారని విశ్వవిద్యాలయానికి మౌలిక, సాంకేతిక, ఆర్థిక అవసరాల కొరకు నిధులు సమకూరుస్తున్నామని, అవసరమైన సదుపాయాల కొరకు కూడా రెండు వారాలపాటు అమెరికాలోని ఏడు రాష్ట్రాలను పర్యటించనున్నట్లు తెలిపారు. విశ్వవిద్యాలయాన్ని అన్ని రంగాలలో ముందు ఉంచడానికి ప్రయత్నం చేద్దామని తెలిపారు. స్వాతంత్ర దినోత్సవ వేడుకలలో రిజిస్ట్రార్ ఆచార్య జాస్తి రవికుమార్, ఓ ఎస్ డి టు విసి డా.హరికాంత్, పరీక్షల నియంత్రణ అధికారి డా. సురేష్ కుమార్, సైన్స్ కళాశాల ప్రిన్సిపల్ డా. జయంతి, ఆర్ట్స్ కళాశాల ప్రిన్సిపల్ ఆచార్య సుజాత, డా.మనోహర్, డా. శ్రీరంగ ప్రసాద్, ఆచార్య వరప్రసాద్ వివిధ విభాగాధిపతులు, బోధన బోధనేతర సిబ్బంది తో పాటు విద్యార్థిని విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

బిజినెస్

జూలై ఎగుమతుల్లో 7 శాతం వృద్ధి

ఎగుమతుల రంగం రెండు నెలల క్షీణతకు స్వస్తి పలికింది. జూలైలో ఎగుమతులు 7.29 శాతం వృద్ధితో 3,724 కోట్ల డాలర్లుగా (రూ.3.24 లక్షల కోట్లు) నమోదయ్యాయి. ఇంజనీరింగ్, ఎలక్ట్రానిక్స్, వజ్రాభరణాలు, ఫార్మా, కెమికల్స్ రంగాలు ఈ వృద్ధికి ఊతం ఇచ్చాయి. అదే సమయంలో వాణిజ్య లోటు మాత్రం 8 నెలల గరిష్ఠ స్థాయి 2,735 కోట్ల డాలర్లకు (రూ.2.38 లక్షల కోట్లు) దూసుకుపోయింది. గత ఏడాది నవంబరులో నమోదైన వాణిజ్య లోటు 3,177 కోట్ల డాలర్ల (రూ.2.76 లక్షల కోట్లు) తర్వాత నమోదైన గరిష్ఠ స్థాయి ఇదే. గురువారం వాణిజ్య శాఖ విడుదల చేసిన గణాంకాల ప్రకారం దిగుమతులు 8.6% వృద్ధితో 6,459 కోట్ల డాలర్లకు (రూ.5.62 లక్షల కోట్లు) చేరాయి. ట్రంప్ సుంకాల నేపథ్యంలోనూ భారత్–అమెరికా దేశాల మధ్య ద్వైపాక్షిక వాణిజ్యం పెరుగుతోంది. జూలైలో మన దేశం అమెరికాకు 801 కోట్ల డాలర్ల విలువైన సరుకులు ఎగుమతి చేసి,..ఆ దేశం నుంచి 455 కోట్ల డాలర్ల విలువైన సరుకులు దిగుమతి చేసుకుంది. గత ఏడాది ఇదే కాలంతో పోలిస్తే జూలైలో భారత ఎగుమతులు 19.94 శాతం పెరగగా, దిగుమతులు 13.78 శాతం పెరిగాయని కేంద్ర వాణిజ్య మంత్రిత్వ శాఖ తెలిపింది. ప్రస్తుత ఆర్థిక సంవత్సరం తొలి నాలుగు నెలల్లోనూ అమెరికాకు మన ఎగుమతులు 21.64 శాతం పెరిగి 3,353 కోట్ల డాలర్లకు చేరాయి. ఆ దేశం నుచి మన దేశానికి వచ్చే దిగుమతులూ 12.33 శాతం పెరిగి 1,741 కోట్ల డాలర్లకు చేరాయి.

ఫుడ్ డెలివరీ రంగంలో కొత్త పోటీదారు

దేశంలో వేగంగా అభివృద్ధి చెందుతున్న ఫుడ్ డెలివరీ రంగంలోకి కొత్త పోటీదారు అడుగుపెట్టింది. బైక్ టాక్సీ సేవలకు పేరుగాంచిన రాపిడో, ఇప్పుడు రాపిడో ఓన్లీ అనే ప్రత్యేక ఫుడ్ డెలివరీ ప్లాట్‌ఫామ్ అనే యాప్‌ను ప్రారంభించింది. బుధవారం ఈ యాప్‌ను అధికారికంగా లాంచ్ చేస్తూ, తొలి దశలో బెంగళూరులో సర్వీసులు ప్రారంభిస్తున్నట్లు కంపెనీ ప్రకటించింది. ర్యాపిడో ఓన్లీ సేవలు ప్రారంభ దశలో బైరసంద్ర, తవరేకేరీ, మడివాలా లేఅవుట్, హెూసూర్–సర్జాపుర రోడ్, కోరమంగళ ప్రాంతాల్లో టెస్టింగ్ రూపంలో అందుబాటులో ఉంటాయి. ఈ సేవలను అమలు చేయడానికి ర్యాపిడో ఙతీశ్రీఇ టెక్నాలజీస్ పేరుతో అనుబంధ సంస్థను ఏర్పాటు చేసింది. కంపెనీ ప్రకారం, ర్యాపిడో ఓన్లీ డెలివరీ ఛార్జీలు ప్రస్తుతం మార్కెట్‌లో అగ్రస్థానంలో ఉన్న జొమాటో, స్విగ్గీ కంటే సుమారు 15% తక్కువగా ఉంటాయి. అదేవిధంగా రెస్టారెంట్లపై ఎక్కువ కమీషన్ వసూలు చేయకుండా, స్థిరమైన తక్కువ ఫీజుతో సేవలను అందించనున్నట్లు తెలిపింది. ఝజూఅఇశీ ాఝఅశ్రీఎ యాప్ ఇప్పటికే గూగుల్ ప్లే స్టోర్లో అందుబాటులో ఉంది. ర్యాపిడోకు ప్రస్తుతం ఉన్న 10 మిలియన్ వాహనాలను ఈ సేవలకు వినియోగించనుంది. సమయాన్ని, ఖర్చును తగ్గించేందుకు సమీప ప్రాంతాల ఆర్డర్లను మాత్రమే డ్రైవర్‌లకు కేటాయించే విధానం అమలు చేయనుంది.

ఈటీఎఫ్ మార్గంలో కొత్త పెట్టుబడులు

దీర్ఘకాలంలో సంపదను సృష్టించాలనుకునే వారు ఎక్కువగా ఎంచుకునేది ఇదే. మదుపు చేసి, కొన్నాళ్లపాటు వేచి చూసే మదుపదురులు.. అప్పటికప్పుడే లాభాలు రావాలనుకునే ట్రేడర్లు అందరూ మంచి లాభాల కోసమే ప్రయత్నిస్తుంటారు. ఇటీవలి కాలంలో చాలామంది తమ అదృష్టాన్ని పరీక్షించుకుంటూ పెట్టుబడులు పెడుతున్నారు. కొత్త మదుపరులు నేరుగా ఈక్విటీల్లో మదుపు చేయాలంటే.. ఎంతో అవగాహన అవసరం. కాస్త అనుభవం వచ్చే వరకూ పెట్టుబడులు పెట్టేందుకు ఉన్న మరో మార్గం ఎక్స్ఛేంజ్ ట్రేడెడ్ ఫండ్లు (ఈటీఎఫ్).కొవిడ్ అనంతరం భారతీయ మదుపరుల ఆలోచనా విధానం మారిందనే చెప్పొచ్చు. 2020లో దాదాపు 4 కోట్ల వరకూ ఉన్న డీమ్యాట్ ఖాతాలు.. 2025 నాటికి సుమారు 20 కోట్లకు చేరుకున్నాయి. మ్యూచువల్ ఫండ్లలో మదుపు చేస్తున్న వారి సంఖ్యా తక్కువేమీ కాదు. ఎప్పటికప్పుడు ఫండ్లలోకి పెద్ద మొత్తంలో పెట్టుబడులు ప్రవహిస్తున్నాయి. ఒకప్పుడు పెట్టుబడులు ప్రథమ శ్రేణి నగారాల నుంచే వచ్చేవి. ఇప్పుడు రెండు, మూడో శ్రేణి నగరాలు, చిన్న పట్టణాల నుంచీ మదుపరులు పెట్టుబడులు పెడుతున్నారు. ఈక్విటీ మార్కెట్లో హెచ్చుతగ్గుల ప్రభావం తగ్గించుకొని, మార్కెట్లో నిలదొక్కుకోవాలంటే.. కొత్త మదుపరులు నేరుగా ఈక్విటీల్లో మదుపు చేయకుండా ఎక్స్ఛేంజ్ ట్రేడెడ్ ఫండ్లను (ఈటీఎఫ్) పరిశీలించవచ్చు. ఈటీఎఫ్‌లు మ్యూచువల్ ఫండ్ల మాదిరిగానే పనిస్తాయి. కానీ, ఇవి స్టాక్ ఎక్స్ఛేంజీల్లో నమోదవుతాయి. సాధారణంగా చాలా ఈటీఎఫ్‌లు సూచీల ప్రామాణికంగానే పనిచేస్తాయి. వీటిని ఇండెక్స్ ఫండ్లుగానూ చెప్పొచ్చు. ఇందులో స్టాక్ మార్కెట్ ఆధారంగా, కొన్ని బాండ్ మార్కెట్, మరికొన్ని బంగారం ఇండెక్స్ ఆధారంగా ఉంటాయి. సూచీల ఆధారంగా పనిచేస్తాయి.. కాబట్టి, ఫండ్లు అన్నీ దాదాపుగా ఒకే విధమైన రాబడినిస్తాయి. ఉదాహరణకు నిఫ్టీ 50 ఇండెక్స్ ఈటీఎఫ్‌నే తీసుకుంటే.. నిఫ్టీ సూచీలోని 50 షేర్లలోని నిష్పత్తి ప్రకారం ముదుపు చేస్తుంది. అంటే, నిఫ్టీ సూచీ ఇచ్చే రాబడులను ఈ ఫండ్ ప్రతిబింబిస్తుంది. బీఎస్ఈ 500 ఈటీఎఫ్.. 500 కంపెనీల్లో మదుపు చేస్తుంది. అంటే, ఈ 500 కంపెనీలను ఎంచుకునే బదులు బీఎస్ఈ 500 ఈటీఎఫ్‌లో మదుపు చేస్తే చాలన్నమాట. ఈటీఎఫ్‌లో మదుపు చేయడం ద్వారా నేరుగా ఈక్విటీ మార్కెట్ లాభాలను సొంతం చేసుకునే అవకాశం ఉంటుంది. ఈటీఎఫ్‌లు స్టాక్ ఎక్స్ఛేంజీల్లో ట్రేడ్ అవుతాయి. కాబట్టి, ఎప్పుడు కావాలంటే అప్పుడు కొనొచ్చు. విక్రయించొచ్చు. పైగా తక్కువ ఖర్చుతో ఈక్విటీల్లో మదుపు చేసే వీలు కల్పిస్తాయి. మీ డీమ్యాట్ ఖాతా నుంచి లావాదేవీలు నిర్వహించుకోవచ్చు. కొత్త మదుపరులు తమ పెట్టుబడుల్లో వైవిధ్యం ఉండేలా చూసుకునేందుకు వీటిని వినియోగించుకోవచ్చు. నేరుగా ఈక్విటీల్లో మదుపు చేస్తే వచ్చే నష్టభయం వీటిలో అంతగా ఉండదు.

ఎనిమిది నెలల గరిష్ఠానికి వాణిజ్య లోటు

భారతదేశ ఎగుమతుల కంటే దిగుమతులు ఎక్కువగా ఉండటంతో వాణిజ్య లోటు అమాంతం పెరిగింది. ప్రస్తుత ఏడాది జులైలో సరుకుల ఎగుమతులు 7.29 శాతం పెరిగి 37.24 బిలియన్ డాలర్లుగా నమోదయ్యాయి. గతేడాది ఇదే కాలంలో 34.71 బిలియన్ డాలర్లుగా ఉన్నాయి. కాగా.. గడిచిన జులైలో దిగుమతులు 8.6 శాతం పెరిగి 64.59 బిలియన్ డాలర్లకు చేరాయి. గతేడాది జులైలో 59.49 బిలియన్ డాలర్లుగా నమోదయ్యాయి. గడిచిన నెలలో ఎగుమతుల కంటే దిగుమతులు ఎక్కువగా ఉండటంతో వాణిజ్య లోటు 27.35 బిలియన్లకు పెరిగింది. ఇది 8 నెలల గరిష్ఠ స్థాయి కావడం గమనార్హం. 2024 ఇదే జులైలో 24.77 బిలియన్ల లోటు చేసుకుంది.జూన్ 2025లోని 35.14 బిలియన్ల డాలర్ల ఎగుమతులతో పోల్చితే జులైలో పెరిగాయి. ఇందుకు ప్రధానంగా ఎలక్ట్రానిక్స్, ఫార్మాస్యూటికల్స్, ఇంజనీరింగ్ గూడ్స్, సముద్ర ఉత్పత్తులు, మాంసం, డైరీ ఉత్పత్తులు మద్దతును అందించాయని వాణిజ్య మంత్రిత్వ శాఖ వెల్లడించింది. ఈ రంగాల్లో బలమైన పనితీరు ఎగుమతులను పెంచిందని పేర్కొంది. ప్రస్తుత ఆర్థిక సంవత్సరం ఏప్రిల్ నుంచి జులైలో కాలంలో సరుకుల ఎగుమతులు 3.07 శాతం పెరిగి 149.2 బిలియన్ డాలర్లుగా చోటు చేసుకున్నాయి. దిగుమతులు 5.36 శాతం పెరిగి 244.01 బిలియన్ డాలర్లుగా చోటు చేసుకున్నాయి. దీంతో ఈ కాలంలో వాణిజ్య లోటు 94.81 బిలియన్ డాలర్లకు చేరింది. అమెరికా అధిక టారిఫ్‌లు ప్రస్తుత, వచ్చే మాసాల్లో ఎగుమతులపై తీవ్ర ప్రభావం చూపనున్నాయని నిపుణులు సహా ఆ పరిశ్రమ వర్గాలు తీవ్ర ఆందోళనలో ఉన్న విషయం తెలిసిందే.

స్పోర్ట్స్

ప్రతీకారం తీర్చుకున్న టీమిండియా..

ఆస్ట్రేలియా గడ్డపై సిరీస్ కైవసం

భారత ఏ మహిళల క్రికెట్ జట్టు ఆస్ట్రేలియా గడ్డపై సంచలనం సృష్టించింది. మూడు మ్యాచ్‌ల వన్డే సిరీస్‌ను మరో మ్యాచ్ మిగిలుండగానే 2–0 తేడాతో కైవసం చేసుకుంది. తద్వారా ఈ సిరీస్‌కు ముందు టీ20 సిరీస్‌లో (ఆసీస్ చేతిలోనే) ఎదురైన క్లీన్ స్వీప్ (0–3) పరాభవానికి ప్రతీకారం తీర్చుకుంది. బ్రిస్బేన్ వేదికగా ఇవాళ (ఆగస్ట్ 15) జరిగిన రెండో వన్డేలో భారత్ 2 వికెట్ల తేడాతో ఆసీస్‌ను మట్టికరిపించింది. దీనికి ముందు ఇదే వేదికగా జరిగిన తొలి వన్డేలోనూ భారత్ ఇదే తరహాలో ఆసీస్‌పై విజయం సాధించింది. రెండో వన్డేలో టాస్ గెలిచి తొలుత బ్యాటింగ్ చేసిన ఆసీస్.. అలైస్సా హీలీ (91), కిమ్ గార్త్ (41 నాటౌట్) సత్తా చాటడంతో నిర్ణీత 50 ఓవర్లలో 9 వికెట్ల నష్టానికి 265 పరుగులు చేసింది. భారత బౌలర్లలో మిన్ను మణి (10–1–46–3), సైమా ఠాకోర్ (8–1–30–2) ఆసీస్ బ్యాటర్లను ఇబ్బంది పెట్టారు. రాధా యాదవ్, టైటాస్ సాధు, ప్రేమా రావత్, తనుజా కన్వర్ తలో వికెట్ తీశారు. అనంతరం 266 పరుగుల లక్ష్య ఛేదనకు దిగిన భారత్.. మరో బంతి మాత్రమే మిగిలుండగా 8 వికెట్లు కోల్పోయి విజయాన్ని అందుకుంది. 193 పరుగులకే 7 వికెట్లు కోల్పోయి ఓటమి దిశగా సాగుతున్న దశలో తనూజా కన్వర్ (50), పేమా రావత్ (32 నాటౌట్) అద్భుతమైన పోరాటపటిమ కనబర్చి భారత్‌ను గెలిపించారు. అంతకుముందు యస్తికా భాటియా (66), కెప్టెన్ రాధా యాదవ్ (60) అర్ధ సెంచరీలతో రాణించారు. ఆసీస్ బౌలర్లలో జార్జియా, యామీ ఎడ్గర్, హేవర్డ్ తలో 2 వికెట్లు తీయగా.. కిమ్ గార్త్ ఓ వికెట్ దక్కించుకుంది. ఈ సిరీస్‌లో నామమాత్రపు మూడో వన్డే ఇదే వేదికగా ఆగస్ట్ 17న జరుగనుంది. ఈ మ్యాచ్ అనంతరం భారత్ ఆసీస్‌తోనే ఓ అనధికారిక టెస్ట్ మ్యాచ్ కూడా ఆడనుంది. ఈ మ్యాచ్ ఆగస్ట్ 21న ప్రారంభమవుతుంది.

చప్పగా ప్రారంభమైన విండీస్ క్రికెట్ పండగ.. విధ్వంసకర వీరులున్నా మెరుపుల్లేవు!

కరీబియన్ ప్రీమియర్ లీగ్ 2025 ఎడిషన్ భారతకాలమానం ప్రకారం ఇవాళ (ఆగస్ట్ 15) తెల్లవారు జామున ప్రారంభమైంది. ఆరంభ మ్యాచ్‌లో ఆంటిగ్వా అండ్ బార్బుడా ఫాల్కన్స్, సెయింట్ కిట్స్ అండ్ నెవిస్ పేట్రియాట్స్ జట్లు తలపడ్డాయి. ఈ మ్యాచ్ ఎలాంటి మెరుపులు లేకుండా చప్పగా సాగింది. ఇరు జట్లలో విధ్వంసకర బ్యాటర్లున్నా ఒక్కరూ బ్యాట్‌ను ఝులిపించలేదు. బౌలర్ల ఆధిపత్యం నడుమ సాగిన ఈ మ్యాచ్‌లో పేట్రియాట్స్‌పై ఫాల్కన్స్ 6 వికెట్ల తేడాతో విజయం సాధించింది. ఈ మ్యాచ్‌లో తొలుత బ్యాటింగ్ చేసిన ఫాల్కన్స్.. వకార్ సలాంఖిల్ (4–0–22–4), నసీం షా (3.1–0–20–2), ఫజల్ హక్ ఫారూకీ (4–0–30–2), కైల్ మేయర్స్ (2–0–12–1) ధాటికి 17.1 ఓవర్లలో 121 పరుగులకే ఆలౌటైంది. ఫాల్కన్స్ ఇన్నింగ్స్‌లో కరీమా గోరె (61) ఒక్కడే అర్ధ సెంచరీతో రాణించాడు. ఇతను కూడా రాణించకపోయుంటే ఫాల్కన్స్ 100 పరుగుల లోపే ఆలౌటయ్యేది. ఫాల్కన్స్ జట్టులో రకీమ్ కార్న్‌వాల్, బెవాన్ జాకబ్స్, ఫేబియన్ అలెన్, షకీబ్ అల్ హసన్ లాంటి విధ్వంసకర బ్యాటర్లున్నా ఒక్కరూ బ్యాట్ ఝులిపించలేకపోయారు. అనంతరం స్వల్ప లక్ష్య ఛేదనకు దిగిన పేట్రియాట్స్ 15 ఓవర్లలోనే 4 వికెట్లు కోల్పోయి విజయతీరాలకు చేరింది. పేట్రియాట్స్ బ్యాటర్లు తలో చేయి వేసి తమ జట్టును గెలిపించుకున్నారు. ఎవిన్ లూయిస్ 25, ఆండ్రీ ఫ్లెచర్ 19, కైల్ మేయర్స్ 15, అలిక్ అథనాజ్ 37 నాటౌట్, జేసన్ హెూల్డర్ 18 నాటౌట్ పరుగులు చేశారు. విధ్వంసకర బ్యాటర్ రిలీ రొస్సో డకౌటై నిరాశపరిచాడు. ఈ జట్టులో కూడా అందరూ మెరుపు వీరులే ఉన్నా ఒక్కరు కూడా స్థాయికి తగ్గ ప్రదర్శన చేయలేదు. ఫాల్కన్స్ బౌలర్లలో కార్న్‌వాల్ 2, ఘజన్‌ఫర్, మెక్‌కాయ్ తలో వికెట్ తీశారు.

'యాడ్స్ చేయడానికే పనికివస్తారు.. కోచ్‌ల మాట అస్సలు వినరు'

పాకిస్తాన్ స్టార్ క్రికెటర్లు బాబర్ ఆజం మహ్మద్ రిజ్వాన్‌లపై విమర్శల వర్షం కురుస్తోంది. గత కొన్ని నెలలుగా వీరిద్దరి చెత్త ఆట తీరే ఇందుకు కారణం. స్థాయికి తగ్గట్లు ఆడటంలో విఫలమవుతున్న బాబర్, రిజ్వాన్ జట్టు పరాజయాలకు పరోక్ష కారణం అవుతున్నారు. వన్డే వరల్డ్‌కప్ 2023, టీ20 ప్రపంచకప్–2024, ఐసీసీ చాంపియన్స్ ట్రోఫీ–2025లో బాబర్, రిజ్వాన్ వైఫల్యాల కారణంగా పాక్ భారీ మూల్యమే చెల్లించాల్సి వచ్చింది. 2023, 2024 ప్రపంచకప్ టోర్నీల తర్వాత బాబర్ ఆజం కెప్టెన్ పదవికి రాజీనామా చేయగా.. రిజ్వాన్ సారథిగా ఎంపికయ్యాడు.

టీ20ల నుంచి ఉద్వాసన

అయితే, ఆ తర్వాత కొన్నాళ్లకే టీ20 జట్టు నుంచి బాబర్‌తో పాటు రిజ్వాన్‌ను తప్పించిన పాక్ క్రికెట్ బోర్డు యాజమాన్యం.. సల్మాన్ ఆఘాకు పగ్గాలు అప్పగించింది. ఇక వన్డేల్లోనూ బాబర్– రిజ్వాన్ జోడీ ఫెయిల్ అవుతోంది. తాజాగా వెస్టిండీస్‌తో మూడో వన్డేల్లో వీరిద్దరు చెత్త ప్రదర్శన కనబరిచారు. ఆతిథ్య విండీస్ విధించిన 295 పరుగుల లక్ష్యాన్ని ఛేదించే క్రమంలో బాబర్ ఆజం 23 బంతులు ఎదుర్కొని కేవలం 9 పరుగులే చేయగా.. కెప్టెన్ రిజ్వాన్ తొలి బంతికే డకౌట్‌గా వెనుదిరిగాడు. వీరితో పాటు మిగతా ఆటగాళ్లు కూడా విఫలం కావడంతో 92 పరుగులకే ఆలౌట్ అయిన పాకిస్తాన్.. ఏకంగా 202 పరుగుల తేడాతో ఘోర ఓటమిని చవిచూసింది. 34 ఏళ్ల తర్వాత వన్డే సిరీస్‌ను 1–2తో వెస్టిండీస్‌కు కోల్పోయింది.

యాడ్స్ చేయడానికే పనికివస్తారు

ఈ నేపథ్యంలో మాజీ క్రికెటర్ బసిత్ అలీ బాబర్ ఆజం, మహ్మద్ రిజ్వాన్‌ల ఆట తీరుపై మండిపడ్డాడు. "కెరీర్ ఆరంభంలో ఎంతో గొప్పగా ఆడిన వీరిద్దరు.. ఇప్పుడు స్థాయికి తగ్గట్లు ఆడటంలో విఫలమవుతున్నారు. వాళ్లు కేవలం యాడ్స్ చేయడానికే పనికివస్తారు. వాళ్లను అలా వదిలేస్తేనే మంచిదేమో!.. కోచ్‌ల మాట వినరు. బ్యాటింగ్ కోచ్‌లు ఏదైనా చెప్తే.. విన్నట్లు నటిస్తారంతే. పోనీ.. ఇంజమామ్ ఉల్ హక్, యూసఫ్, యూనిస్ ఖాన్ లాంటి వాళ్లు సలహాలు ఇస్తేనైనా బాగుపడతారనుకుంటే.. అందుకు బాబర్, రిజ్వాన్ అందుకు అస్సలు సమ్మతించరు. ఎవరు ఏం చెప్పినా వారు చెవినపెట్టరు" అంటూ బసిత్ అలీ ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశాడు.

బ్లాక్ డ్రెస్సులో కుర్రకారుని పిచ్చెక్కిస్తున్న దిశా పటానీ

తన హాట్ గ్లామర్‌తో కుర్రకారును ఎప్పటికప్పుడు ఆకర్షిస్తూనే ఉండే హీరోయిన్‌లలో దిశా పటానీ ఒకరు. తన మూవీకి సంబంధించిన అప్‌డేట్‌లతో పాటు తన ఫొటోషూట్‌లను అభిమానులతో సోషల్ మీడియాలో అప్పుడప్పుడు పంచుకుంటుంది ఈ అమ్మడు. ఇవి చూసి ఫ్యాన్స్ పిచ్చెక్కిపోవడమే కాకుండా.. వైరల్ చేస్తుంటారు. ఇదిలావుంటే తాజాగా ఈ అమ్మడు బ్లాక్ డ్రెస్‌లో తాజాగా ఫొటోలను పంచుకుంది. ఈ డ్రెస్‌లో తన గ్లామరస్ పోజులతో కుర్రకారు హృదయాలను కొల్లగొడుతోంది. కాగా ఇందుకు సంబంధించిన ఫొటోలను మీరు కూడా చూసేయండి.

బెల్లంకొండ, అనుపమ హర్రర్ సినిమా టీజర్ ఎలా ఉంది?

బెల్లంకొండ సాయి శ్రీనివాస్ కొత్త సినిమా 'కిష్కింధపురి' టీజర్‌ను విడుదల చేశారు. కౌశిక్ పెగల్లపాటి దర్శకత్వంలో తెరకెక్కుతున్న ఈ చిత్రంలో అనుపమ పరమేశ్వరన్ హీరోయిన్‌గా నటిస్తుంది. మిస్టరీ అండ్ హారర్ థ్రిల్లర్ మూవీగా 'కిష్కింధపురి' రానుంది. ఇటీవల విడుదలైన ఈ సినిమా గ్లింప్స్‌కు మంచి రెస్పాన్స్ వచ్చింది. ఇప్పుడు రిలీజైన టీజర్ కూడా అంతే స్థాయిలో అలరించేలా ఉంది. అర్చన సమర్పణలో సాహు గారపాటి నిర్మిస్తున్న ఈ సినిమా ఈ ఏడాది సెప్టెంబర్ 12న విడుదల కానుంది. అలాగే బెల్లంకొండ సాయి శ్రీనివాస్ హీరోగా 'హైందవ' అనే మూవీ రూపొందుతోంది. లుధీర్ బైరెడ్డి దర్శకత్వంలో మహేశ్ చందు ఈ సినిమాను నిర్మిస్తున్నారు. నాలుగువందల ఏళ్ల క్రితం నాటి గుడి నేపథ్యంలో ఈ సినిమా కథనం సాగుతుందట. ఈ రెండు సినిమాలు కూడా ఫారెస్ట్ ఎపిసోడ్స్ నేపథ్యంలోనే కొనసాగనున్నాయని తెలుస్తోంది.

'సంక్రాంతికి వస్తున్నాం' తర్వాత హిట్ కాంబినేషన్‌లో సినిమా

ఈ ఏడాదిలో 'సంక్రాంతికి వస్తున్నాం' వంటి బ్లాక్‌బస్టర్ మూవీ తర్వాత వెంకటేష్ కొత్త సినిమాను ప్రారంభించారు. నేడు దర్శకుడు త్రివిక్రమ్‌తో వెంకీ సినిమా షూటింగ్ ప్రారంభమైంది. తాజాగా కొబ్బరికాయ కొట్టి షూటింగ్ ప్రారంభించారు. మరికొద్దిరోజుల్లోనే రెగ్యూలర్ షూటింగ్ కూడా మొదలు కానుంది. వెంకటేశ్, త్రివిక్రమ్ కాంబినేషన్‌లో ఇప్పటికే రెండు సినిమాలు వచ్చాయి. నువ్వు నాకు నచ్చావ్, మల్లీశ్వరిలకు త్రివిక్రమ్ రైటర్‌గా పనిచేసిన విషయం తెలిసిందే. అయితే, ఈసారి త్రివిక్రమ్ దర్శకత్వంలోనే వెంకీ నటిస్తున్నారు. ఇందులో హీరోయిన్స్‌గా త్రిష, రుక్మిణీ వసంత్, నిధి అగర్వాల్, మీనాక్షి చౌదరి పేర్లు పరిశీలనలో ఉన్నాయి. వారిలో ఇద్దరు నటించనున్నారు. హారిక అండ్ హాసినీ క్రియేషన్స్ పై ఎస్.రాధాకృష్ణ నిర్మించనున్న ఈ మూవీ వచ్చే ఏడాది సమ్మర్‌లో విడుదల కానుంది. వెంకటేష్ చేతిలో చాలా సినిమాలు ఉన్నాయి. మీనాతో కలిసి ఓ సినిమా (దృశ్యం 3) చేయనున్నారు. 'సంక్రాంతికి వస్తున్నాం' తర్వాత అనిల్ రావిపూడి దర్వకత్వంలోనే మరో సినిమా ఉంది. ఈ చిత్రాలతో పాటు మెగాస్టార్ చిరంజీవి మూవీలో అతిథి పాత్రలో కనిపించనున్నారు. ఇక అనిల్ రావిపూడి దర్శకత్వంలోనే వెంకటేష్ చేయబోయే సినిమా 'సంక్రాంతికి వస్తున్నాం' సీక్వెల్ 'మళ్లీ సంక్రాంతికి వస్తున్నాం' కూడా ఉంది. ఇలా వరుస సినిమాలతో ఆయన ఫుల్ బిజీగా ఉన్నారు.

మూవీస్

రూ.84 కోట్ల లగ్జరీ ఇల్లు కొన్న హీరోయిన్.. రేంజ్ మామూలుగా లేదుగా..

ప్రస్తుతం బాలీవుడ్ ఇండస్ట్రీలోని అగ్ర హీరోయిన్లలో ఆమె ఒకరు. తక్కువ సమయంలోనే హిట్ చిత్రాల్లో నటించిన ఈ అమ్మడు.. ఇటీవలే లగ్జగీ పెంట్ హౌస్ కొనుగోలు చేసినట్లు సమాచారం. ఆమె మరెవరో కాదండి.. హీరోయిన్ కృతి సనన్. మిమి సినిమాకుగానూ ఉత్తమ నటిగా జాతీయ చలనచిత్ర అవార్డ్ అందుకుంది. ఈ ఒక్క సినిమా ఆమె కెరీర్ ను మలుపు తిప్పింది. దీంతో హిందీ సినిమా ప్రపంచంలోని స్టార్ హీరోయిన్లలో ఆమె ఒకరిగా నిలిచింది. తాజాగా ఈ అమ్మడు ముంబైలోని నాగరిక పాలి హిల్ ప్రాంతంలో సముద్రానికి ఎదురుగా ఉన్న డ్యూప్లెక్స్ పెంట్‌హౌస్‌ను కొనుగోలు చేసినట్లు తెలుస్తోంది. నివేదికల ప్రకారం కృతి సనన్ కొనుగోలు చేసిన రెసిడెన్షియల్ టవర్‌లోని ఈ లగ్జరీ పెంట్‌హౌస్‌ను రూ. 78.20 కోట్లు అని తెలుస్తోంది. ది ఎకనామిక్ టైమ్స్ ప్రకారం కృతి కొత్త ఇల్లు 14వ , 15వ అంతస్తులలో విస్తరించి ఉంది. ఇది 6,636 చదరపు అడుగుల వైశాల్యం కలిగి ఉంది. పై అంతస్తుతో పాటు 1,209 చదరపు అడుగుల టెర్రస్ కూడా ఉంటుంది. చదరపు అడుగు ధర దాదాపు రూ. 1.18 లక్షలు. ఈ ఒప్పందంలో 6 కార్ పార్కింగ్ స్లాట్లు కూడా ఉన్నాయి. ఈ డీల్ కోసం కృతి సనన్ రూ.3.91 కోట్ల స్టాంప్ డ్యూటీ, %+టు%, ఇతర ఛార్జీలతో సహా మొత్తం రూ.84.16 కోట్లకు పైగా చెల్లించింది. అరేబియా సముద్రానికి దగ్గరగా కృతి కొనుగోలు చేసిన ఇల్లు ఉన్నట్లు సమాచారం. కృతి సనన్ రియల్ ఎస్టేట్‌లో పెట్టుబడి పెట్టడం ఇదే మొదటిసారి కాదు. 2023లో అలీబాగ్‌లో 2,000 చదరపు అడుగుల ప్లాట్‌ను కొనుగోలు చేసింది. అమితాబ్ బచ్చన్ కూడా ఇక్కడ ఒక ప్లాట్‌ను కొనుగోలు చేశారు. మీడియా నివేదికల ప్రకారం కృతి 2024లో బాంద్రా వెస్ట్‌లో 4-%దీఎఖ% అపార్ట్‌మెంట్‌ను కొనుగోలు చేసింది, దీని విలువ రూ. 35 కోట్లు. ఇక సినిమాల విషయానికి వస్తే.. కృతి సనన్ ఆనంద్ ఎల్ రాయ్ దర్శకత్వంలో ధనుష్ తో కలిసి 'తేరే ఇష్క్ మే' సినిమాలో కనిపించనుంది.

హిందుస్థాన్ కోసం మళ్లీ పోరాడదాం.. సన్నీడియోల్ 'బోర్డర్ 2' ఫస్ట్ లుక్ రిలీజ్

గదర్ 2తో బ్లాక్ బస్టర్ అందుకున్న బాలీవుడ్ నటుడు సన్నీడియోల్ ఇప్పుడు మరో బ్లాక్ బస్టర్ సినిమాకు సీక్వెల్‌ను తీస్తున్న విషయం తెలిసిందే. ఆయన ప్రధాన పాత్రల్లో నటిస్తున్న తాజా చిత్రం బోర్డర్ 2. ఈ సినిమాకు సినిమాకు అనురాగ్?సింగ్? దర్శకత్వం వహించనుండగా.. భూషణ్?కుమార్?, కృష్ణన్?కుమార్?, జేపీదత్తా, నిధిదత్తా కలిసి నిర్మిస్తున్నారు. ఈ చిత్రంలో వరుణ్ ధావన్, దిలిజిత్ దోసాంజే, అహాన్ శెట్టి, సోనమ్ బజ్వా తదితరులు కీలక పాత్రల్లో నటించబోతున్నారు. ప్రస్తుతం శరవేగంగా షూటింగ్ జరుపుకుంటున్న ఈ చిత్రం వచ్చే ఏడాది జనవరి 22న ప్రేక్షకుల ముందుకు రాబోతుంది. అయితే నేడు ఇండిపెండెన్స్ డేని పురస్కరించుకొని మూవీ నుంచి ఫస్ట్ లుక్‌ని విడుదల చేసింది చిత్రయూనిట్. ఈ ఫస్ట్ లుక్‌లో సన్నీ డియోల్ గన్ పట్టుకుని శత్రువులను కాల్చుతున్నట్లు కనిపిస్తుంది. "మళ్ళీ ఒకసారి మన హిందుస్థాన్ కోసం పోరాడదాం" అంటూ ఈ పోస్టర్‌కి క్యాప్షన్ ఇచ్చాడు సన్నీ.

Printed, Published, Owned by & Editor: MEDE SHANTHI KUMAR, Printed at SPOORTHI PRINTERS, Published From SPOORTHI PUBLICATIONS,
: 7-8-94/2, Sri Nagar Colony, Panagal Road, Nalgonda, Telangana - 508001, # : F-7, Cherukuri Mini Towers, Road No.4, Jadges colony, Vanasthalipuram, Hyderabad-500070.
epaper.dharmaganta.com, www.dharmaganta.com, dharmagantasp@gmail.com, +919440994108, +919885826108, +919440828108