

తగ్గనున్న ఐఓబీ,
ఐడీబీఐ బ్యాంకుల

ఈఎంఐలు

ఇటీవల పలు బ్యాంకులు రుణాలపై వడ్డీ రేట్లను తగ్గిస్తున్నాయి. తాజాగా రెండు బ్యాంకులు తమ మార్జిన్ క్యాస్ ఆఫ్ ఫండ్స్ అధారిత లిండింగ్ రేట్లను(ఎంసీఎల్ఆర్) సవరించాయి. ఐఓబీఐ బ్యాంకు శుక్రవారం (సెప్టెంబర్ 12) నుంచి, ఇండియన్ ఓవర్సీస్ బ్యాంక్(ఐఓసీ) సెప్టెంబర్ 15 నుంచి అమల్లోకి వచ్చేలా ఎంసీఎల్ఆర్ను సవరించాయి.

ధర్మమంటి

జాతీయ తెలుగు దినపత్రిక

TELTEL/2012/47103

పెద్ద కంపెనీలకు ఐపీఓ
నిబంధనలను

సడలించిన సెటి

స్టాక్ మార్కెట్ల నియంత్రణ సంస్థ సెటి బోర్డు శుక్రవారం పలు కీలకమైన సంస్కరణలకు ఆమోదం తెలిపింది. ఐపీఓ నిబంధనలు, విదేశీ పెట్టుబడిదారులకు సరళీకృత ప్రవేశం, పబ్లిక్ ఇష్యూలలో యాంకర్ పెట్టుబడిదారుల కోసం కొత్త ఫ్రేమ్వర్క్ వంటి అంశాలు ఇందులో ఉన్నాయి. సెటి చీఫ్ తుహీన్ కాంత పాండే అధ్యక్షతన జరిగిన మూడవ బోర్డు సమావేశంలో..

నల్లగొండ సంపుటి : 12 సంచిక : 165 ఎడిటర్ : మేడే శాంతికుమార్ ఆదివారం, 14 సెప్టెంబర్ 2025 పేజీలు : 8 వెల : 1

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



న్యాయంగా రావాల్సిన నీటివాటాను సాధిస్తాం

- బ్రెజ్ఝనల్ ముందు బలమైన వాదనలు వినిపిస్తాం
- తాగు, సాగునీటితో సహా పరిశ్రమలకు నీటి వినియోగానికి చర్యలు తీసుకుంటాం.
- 811 టీఎంసీల కృష్ణా జలాల్లో రాష్ట్రానికి 71శాతం డిమాండ్ చేస్తున్నాం: మంత్రి ఉత్తమ్
- బ్రెజ్ఝనల్ విచారణ సమయంలో సీఎం రేవంత్ రెడ్డి దిల్లీకి వచ్చి సమీక్షిస్తారు.

హైదరాబాద్

ఈ నెల 23 నుంచి కృష్ణా బ్రెజ్ఝనల్ విచారణ దృష్ట్యా.. నీటిపారుదల రంగ నిపుణులు, న్యాయ నిపుణులతో మంత్రి ఉత్తమ్ కుమారరెడ్డి సమీక్ష నిర్వహించారు. - మిగతా3లో

మేం పార్టీ మారలేదండి



- బీఆర్ఎస్ నుంచి గెలిచిన 10 మంది ఎమ్మెల్యేలు అధికర కాంగ్రెస్ పార్టీలో చేరారు
- సుప్రీం కోర్టు పార్టీ మారిన ఎమ్మెల్యేపై చర్యలకు గడువు విధించింది
- దీంతో స్పీకర్ గడ్డం ప్రసాద్ కుమార్ ఇటీవలే నోటీసులు జారీ చేశారు
- దీంతో పది మంది ఎమ్మెల్యేలు తాజాగా స్పీకర్ నోటీసులకు వివరాలు
- 8 మంది తాము పార్టీ మారలేదని వివరణ ఇవ్వడం ఇప్పుడు ఆశ్చర్యకరంగా

హైదరాబాద్

తెలంగాణ రాజకీయాల్లో పార్టీ ఫిరాయింపుల వ్యవహారం వివాదాస్పదమైంది. 2023 ఎన్నికల్లో బీఆర్ఎస్ అధికారం కోల్పోయింది. కాంగ్రెస్ అధికారంలోకి వచ్చింది. దీంతో బీఆర్ఎస్ నుంచి గెలిచిన 10 మంది ఎమ్మెల్యేలు అధికర కాంగ్రెస్ పార్టీలో చేరారు. దీనిపై బీఆర్ఎస్ హైకోర్టును ఆశ్రయించింది. ఫిరాయింపు ఎమ్మెల్యేల ఎన్నిక రద్దు చేయాలని కోరింది. కోర్టు చర్య తీసుకోవాలని - మిగతా3లో



మన ప్రధానుల సంప్రదాయం ఇది కాదు

- మోదీ మణిపుర్ పర్యటనపై ప్రియాంక విమర్శలు
- మణిపుర్ లో ఘర్షణలు జరిగిన రెండేళ్ల తర్వాత ప్రధాని మోదీ అక్కడ పర్యటనకు వెళ్లడం దురదృష్టకరం
- ప్రమాదాలు, విషాదాలు జరిగినప్పుడు ప్రధానులు వెంటనే అక్కడికి వెళ్తారు.
- స్వాతంత్ర్యం వచ్చినప్పటి నుంచి అందరు ప్రధానులు ఇదే పాటించారు.

ఐజ్యూల్ కు చారిత్రక దినం

- ఐజ్యూల్ కు నేడు చారిత్రక దినం అని, రైల్వే మ్యూవ్ లో మిజోరాంలోని ఐజ్యూల్ కు స్థానం దొరికింది
- ప్రపంచంలోనే అత్యంత వేగంగా అభివృద్ధి చెందుతున్న ఆర్థిక వ్యవస్థ భారతదేశానిదే
- ఈశాన్య రాష్ట్రాల ఆర్థిక కారిడార్ లో మిజోరం కీలక పాత్ర పోషిస్తున్నది
- స్వాతంత్ర్య ఉద్యమం అయినా, జాతి నిర్మాణం అయినా, మిజోరాం ప్రజలు ఎల్లప్పుడూ సహకరించడంలో ముందున్నారు
- ప్రధాని మోదీ



ఫార్ములా ఈ-రేసు కేసులో కీలక పరిణామం

- ఫార్ములా ఈ-రేసు కేసులో ఏసీబీ నివేదిక విజిలెన్స్ కమిషన్ పథకం చేరింది
- మరో రెండు రోజుల్లో ఫైల్ పై విజిలెన్స్ తుది నిర్ణయం తీసుకోనుంది
- అనంతరం, ప్రభుత్వానికి ఫార్ములా ఈ-రేసు కేసు తుది నివేదికను అందజేయనుంది

గ్రూప్ 1 పోస్టుల వ్యవహారం.. అప్పీల్ కు వెళ్లాలనుకోవడం సిగ్గుచేటు

- అభ్యర్థులను మంత్రులు, అధికారులు రూ.లక్షలు లంచం అడిగారు
- ఈ అవకతవకలపై సిట్టింగ్ జడ్జిత్ విచారణ జరిపించాలని డిమాండ్ చేశారు
- తప్పు దిబ్బకోకుండా అప్పీల్ కు వెళ్లాలనుకోవడం సరికాదు
- 2 లక్షల ఉద్యోగాలు ఇస్తామని నిరుద్యోగులను మోసం చేశారు
- మాజీ మంత్రి, భారత రాష్ట్ర సమితి ఎమ్మెల్యే హరీశ్ రావు



హైదరాబాద్

గ్రూప్ 1 పోస్టులకు రూ.లక్షలు లంచం తీసుకున్నట్లు ఆరోపణలున్నాయని మాజీ మంత్రి, భారత రాష్ట్ర సమితి ఎమ్మెల్యే హరీశ్ రావు అన్నారు. అభ్యర్థులను మంత్రులు, అధికారులు రూ.లక్షలు లంచం అడిగారన్నారు. ఈ అవకతవకలపై సిట్టింగ్ జడ్జిత్ విచారణ జరిపించాలని డిమాండ్ చేశారు. గ్రూప్-1 జవాబు ప్రశ్నలను పునర్ మూల్యాంకనం చేయించాలని.. లేదంటే పరీక్షలను రద్దు చేసి మళ్లీ నిర్వహించాలంటూ హైకోర్టు ఇచ్చిన తీర్పుపై రాష్ట్ర ప్రభుత్వం అప్పీల్ కు వెళ్లాలనుకోవడం సిగ్గుచేలు. తప్పు దిబ్బకోకుండా - మిగతా3లో



ఢిల్లీలో కలకలం.. తాజ్ హిల్స్ హోటల్ కు బాంబు బెదిరింపు

- బెదిరింపు మెయిల్స్ గత రెండు రోజులుగా కలకలం
- ఢిల్లీ హైకోర్టుకు గుర్తు తెలియని వ్యక్తులు బాంబు బెదిరింపు మెయిల్ చేశారు.
- పై రెండు ఘటనల్లో కూడా అవి ఆకతాయిలు చేసిన బెదిరింపు మెయిల్లు అని పోలీసుల విచారణలో తేలింది.

రాష్ట్రాన్ని అడ్డగోలుగా దోచుకుంది కేసీఆర్ కుటుంబమే

- హరీష్ రావు, కేటీఆర్ లకు బీజేపీలో చేరినట్లు నోటీసులు పంపిస్తాం..
- టీఎస్పీసీ అధ్యక్షుడు మహేష్ కుమార్ గౌడ్
- హరీష్ రావు, కేటీఆర్ లు ప్రధాని మోదీని కలిశారు
- కేటీఆర్ స్థాయిని మించి రాహుల్ గాంధీ గురించి మాట్లాడుతున్నారు
- మానసికంగా బీఆర్ఎస్ పార్టీ బీజేపీలో విలీనం అయింది

హైదరాబాద్

మాజీ మంత్రి కేటీఆర్ కు టీఎస్పీసీ అధ్యక్షుడు మహేష్ కుమార్ గౌడ్ ఫ్రాంట్ కౌంటర్ ఇచ్చారు. హరీష్ రావు, కేటీఆర్ లు ప్రధాని మోదీని కలిశారని వ్యాఖ్యానించారు. వాళ్ళు బీజేపీలో చేరినట్లు వాళ్ళకు కూడా తాము నోటీసులు పంపిస్తామని పేర్కొన్నారు. సీఎం రేవంత్ రెడ్డిని అన్ని



పార్టీల ఎమ్మెల్యేలు, ఎంపీలు కలుస్తారని తెలిపారు. కేటీఆర్ స్థాయిని మించి రాహుల్ గాంధీ గురించి మాట్లాడుతున్నారు మండిపడ్డారు. దేశం కోసం ప్రాణాలు త్యాగం చేసింది గాంధీ కుటుంబమని చెప్పారు. రాష్ట్రాన్ని అడ్డగోలుగా దోచుకుంది కేసీఆర్ కుటుంబమని విమర్శించారు. ఈ మేరకు ఆయన శనివారం - మిగతా3లో



ఓటరు సర్వేపై ఆదేశాలు.. మా అధికార

పరిధిని అతిక్రమించడమే

- దేశవ్యాప్తంగా ఈ కసరత్తు చేపట్టేందుకు ఎన్నికల సంఘం సన్నద్ధమవుతున్నట్లు వార్తలు వస్తున్న వేళ కీలక పరిణామం
- దేశవ్యాప్తంగా ఎస్ఐఆర్ ను నిర్వహించాలని సుప్రీంకోర్టులో దాఖలైన పిటిషన్ కు ఘోరిరేకంగా ఎన్నికల కమిషన్ కౌంటర్ అఫిడవిట్ దాఖలు
- ప్రత్యేక ఓటరు సమగ్ర సర్వేను చేపట్టాలంటూ నిరంతరం ఆదేశాలు ఇవ్వడం.. తమ అధికార పరిధిని అతిక్రమించడమే అవుతుందంటూ ఈసీ వ్యాఖ్యా

మేం పొట్టి మారలేదండి

-మొదటిపేజీ తరువాయి

స్వీకర గడ్డం ప్రసాదించమన సం ఆదేశించింది. స్వీకర జాప్యం చేయడంతో బీఆర్ఎస్ నేతలు సుప్రీం కోర్టుకు ఆశ్రయించారు. దీంతో సుప్రీం కోర్టు పార్టీ మారిన ఎమ్మెల్యేపై చర్యలు గడుపు విధించింది. దీనితో స్వీకర గడ్డం ప్రసాదించమార ఇదీవలే నోటీసులు జారీ చేశారు. దీంతో పది మంది ఎమ్మెల్యేలు తాజాగా స్వీకర నోటీసులకు వివరణ ఇచ్చారు. అయితే విశేషం ఏమిటంటే పది మంది ఎమ్మెల్యేల్లో 8 మంది తాము పార్టీ మారలేదని వివరణ ఇవ్వడం ఇవ్వడం ఆశ్చర్యకరంగా మారింది. బీఆర్ఎస్ ఎమ్మెల్యేలు కాంగ్రెస్లో చేరుకుని ప్రతిపక్షం ఆలోపించింది. ఫిర్యాదులు నిర్దేశ పట్టం ప్రకారం, వారిని అనర్థులుగా ప్రకటించాలని పిటిషన్లు దాఖలయ్యాయి. సుప్రీంకోర్టు గత జూలై 31న తీర్పు ఇచ్చి, స్వీకర మూడు నెలల్లో నిర్ణయం తీసుకోవాలని ఆదేశించింది. ఆదేశాలు అలవానివి సమర్పించి, పార్లమెంటుకు తుది విధానాన్ని పునర్విచారించాలని సుప్రీం కోర్టు, ఫిబ్రవరి నుంచి నోటీసులు జారీ ఆయ్యాయి, ఇది రాజకీయ ఒత్తిడిని పెంచింది. ఈ కేసు

హస్తంలో పాణ్డీ మార్పులకు ఆటంకం కల్పిస్తున్నట్లు కనపిస్తోంది. ఎనిమిది మంది ఎమ్మెల్యేలు లిఖితపూర్వకంగా స్పీకర్‌కు సమాధానాలు ఇచ్చారు. ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డిని కీలకంగా నియోజకవర్గాల అభివృద్ధి కోసమేనని, పాణ్డీ సభ్యత్వం మారలేదని చెప్పారు. పోచారం శ్రీనివాసరెడ్డి, బండ్రు కృష్ణమోహన్‌రెడ్డి, కాలే యాదయ్య, గూడెం మహిపాలేరెడ్డి, అరికెపాడి గాంధీ వంటివారు బీఆర్‌ఎస్ నూత్రాలకు నిబద్ధులమని పేర్కొన్నారు. కొందరు తమ ఫోటోలను మార్చింగ్ చేశారు, సీఎంత్ కలయికలు గౌరవార్హమేనని వివరించారు. ఇక దానం నాగేందర్, కడిమిండ్ల శ్రీహరి మాత్రం మరిన్ని రోజులు కావాలని కోరారు. 8 మంది ఎమ్మెల్యేకు ఇందుకు ఆధారాలు కూడా చూపించారు. స్పీకర్ వాటిని ఫిరాయింపు ఆరోపణలు చేసినవానికి పంపారు. కొందరు ఎమ్మెల్యేలకు ప్రభుత్వ సలవులు లభించాయి. పోచారం శ్రీనివాసరెడ్డికి వ్యవసాయ పరివహార పాత్ర, అరికెపాడి గాంధీకి బల్లెట్ ఆటోమ్యాట్ కమిటీ చైర్మన్ స్థానం ఇచ్చారు. ఇది బీఆర్‌ఎస్‌లో ఆగ్రహస్థి రేకెత్తింది.

గతంలో అతికొపూడి గాంధీ బీఆర్ఎస్‌పై తీవ్ర వ్యూహాలు చేసి, పార్టీలో భ్రోకర్లు ఉన్నారని అన్నారు. కానీ ఇప్పుడు కనీసాన్‌లోనే ఉన్నాయని చెప్పుడు మాట మార్చుకుని కనిపిస్తోంది. పాడి కొ్కేరెడ్డి వంటి నాయకులు నసాలో విసిరారు. ఈ పదవులు ఫిరాయిపు ఆరోపణలను మరింత బలపరుస్తున్నాయి, ఎందుకంటే అవి ప్రతిపక్షకూలకు తోటాయంచాల్సివే.స్పీకర్ ప్రసాద్ కుమార్ ఒక్కొక్కసారిని విచారించనన్నారు. బీఆర్ఎస్ ప్రతినిధులు, ఎమ్మెల్యేలు, న్యాయవాదులు హాజరుకాకావి. విచారణలు అలస్యంగా చేయడంకా చూడాలని స్పీకర్ హెచ్చరించారు. ఈ ప్రక్రియ బీఆర్ఎస్‌కు ప్రయోజనం కలిగించవచ్చు, ఎందుకంటే ఫిరాయింపులు ఆగిపోయాాయి. మొత్తంగా, ఈ కేసులుబుల తెలంగాణలో రాజకీయాలను మార్చవచ్చు. అనర్హత తీర్పును వచ్చిన తర్వాత ఉప ఎన్నికలు జరిగే అవకాశం ఉంది. ఇది కాంగ్రెస్ ఆధిపత్యాన్ని పరీక్షిస్తుంది. రాజ్యాంగపరమైన బాధ్యతలు, రాజకీయ అవకాశచారం మధ్య సమతుల్యత అవసరమని ఈ సంఘటనలు సూచిస్తున్నాయి.

కర్ణ రాజకీయాల్లో తెలంగాణ తీరు వేరు!

తెలంగాణలో ఈ-ఫార్మూలా కేసు అనన్యీకరంగా మారుతోంది. ఈ-ఫార్మూలా రేసు సంస్థకు రూ.44 కోట్లు విదనలకు బాధ్యుడిని తానేనని, అందులో తప్పేమీ లేదని బీఆర్ఎస్ వర్గింగ్ డైరెక్టర్ మాజీ మంత్రి కేటీఆర్ కుందబద్ధకు కొట్టడం ఒక తరంగా డైరెక్ట్మెన్ట్ పనే అని చెప్పాలి. అయితే ఈ ఉదంతంలో క్విన్ ప్రో కో జరిగిందని తెలంగాణ అసెంబ్లీ నిరోధక శాఖ చెప్పిన తీరు చూస్తే ఊహజనిత అంశాలపై ఆధారపడే ఆ నిర్ణయానికి వచ్చారా? అనిపించకమానదు. ఈ వ్యవహారంలో అసలు తప్పు జరిగిందా లేక కేటీఆర్పై పనికట్టుకుని కేసు పెట్టారా? అన్నది పరిశీలించాల్సి ఉంది. కాంగ్రెసుకు మద్దతిచ్చి ఒక వలెక ఫార్మూలా ఈ రేస్ నామూలం. రూ.600 కోట్ల క్విన్ ప్రోకో ఫార్మూలా రేల్వే పెట్టెంది. దానిని చూస్తే అంత భారీ మొత్తం బీఆర్ఎస్కు లభించిందా అనిపిస్తుంది. కాని మొత్తం కథనం చూస్తే ఈ మొత్తం వ్యవహారంలో హెచ్ఎంఎం బోర్డు ఖజానా నుంచి మొత్తం రూ.54.87 కోట్లు దుర్వినియోగం ఆద్యాయుని, అప్పటికే కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం అధికారంలోకి రావడంతో ఈ కథ ఆగిపోయిందని, లేకుండా రూ.600 కోట్ల స్కామ్ జరిగిందని ఏపీబీ నెపేదిక స్పష్టం చేయడం ఆ వలెక నాంది. కాంగ్రెస్ అధికారంలోకి రాకపోతే ఇది స్కామ్ అని ఏపీబీ కూడా చెప్పేది కాదన్న సంగతి గుర్తుంచుకోవాలి. ఈ ఫార్మూలా రేసులో రూ.600 కోట్లు ఖర్చు చేసేలా అగ్రిమెంట్స్ చేసుకున్నారని, ఇందుకు పలు రూపాలలో ప్రతిఫలం పొందేలా ప్రణాళిక రూపొందించారని ఏపీబీ తెలిపింది. మొత్తం రూ.600 కోట్లు ఖర్చు చేస్తే, మొత్తం అంశా బీఆర్ఎస్కు ఎలా వెళ్ల తుంటుంది, అది క్విన్ ప్రోకో ఎలా అవంతం అయ్యిందో అర్థం కాదు. ఈ ఫార్మూలా రేస్ ఒక సీజన్ లో నిర్వహిస్తే అయ్యే ఖర్చు ఎంత? అందులో క్విన్ ప్రోకోకి ఎంత అవకాశం ఉంటుంది అన్నది అలోచిస్తే పలు సందేహాలు వస్తాయి. ట్రిబ్యున్ల చెందిన ఫార్మూలా ఈ ఆవరేషన్స్, హైదరాబాద్ను చెందిన గ్రీన్ కో, ఎస్ఎస్ జెన్ అనే సంస్థల మధ్య ఈ రేసు నిర్వహణకు 2022లో త్రైమాసిక ఒప్పందం కుదిరింది. 2023 ఫిబ్రవరిలో సీజన్ తొమ్మిదా రేసు నిర్వహించారు. ఆ తర్వాత ట్రిబ్యున్ల కంపెనీకి, నెక్స్ట్ జెన్ మధ్య విభేదాలు తలెత్తాయి. ఈ ఫార్మూలా సంస్థ తనకు రావల్సిన నిధులు రాకపోవడంతో రేసును నిలిపివేస్తున్నట్లు ప్రకటించింది. నెక్స్ట్ జెన్ సంస్థకు ఈ రేస్లో స్వస్థం వచ్చిందట. ఆ మీదట ఆ కంపెనీ తదవధి నిజమవుతూ రూ.600 కోట్లు ఖర్చు చేయలేక చేతిరాలైసింది. దాంతో అప్పటి మునిసిపల్ శాఖ మంత్రి కేటీఆర్ చొరప తీసుకుని ఫార్మూలా ఈ ఆవరేషన్స్ సంస్థతో మునిసిపల్ శాఖ మరో ఒప్పందం చేసుకుని ఈవెంట్ నిర్వహణకు అన్నీ కలిపి రూ.110 కోట్లు చెల్లించడానికి అంగీకరించారు. ఇంతలో ఎన్నికలు వచ్చాయి. దీనిని దృష్టిలో ఉంచుకుని ఎన్నికల సంఘం ఆదేశాలు తీసుకోకుండా ఫార్మూలా ఈ ఆవరేషన్స్ సంస్థకు 2023 ఆక్టోబర్ లో హెచ్ఎంఎం నుంచి కేటీఆర్ రూ.45.71 కోట్ల నిధులు విడుదల చేయించామని తెలుపుతూ అభియోగం. ఆర్థిక శాఖ నుంచి కూడా అనుమతులు తీసుకోలేదన్నది మరో అభియోగం. ఫలితంగా హెచ్ఎంఎంపీకి రూ.75 కోట్ల స్వస్థం వచ్చిందని ఏపీబీ వాదన. దీనిని పరిశీలిస్తే కేటీఆర్ తీసుకున్న నిర్ణయాలలో సాంకేతిక లోపాలు కొట్టట్లు అనిపిస్తుంది. ప్రభుత్వం ఏదైనా నిర్ణయం తీసుకున్నప్పుడు నిర్దిష్ట నిబంధనలు పాటించాల్సి ఉంటుంది. ఏ మంత్రి అయినా స్వతంత్రంగా ఇలా చొరప తీసుకుంటే ఇబ్బందులు వస్తాయి, మంత్రిగా కేటీఆర్ ఉద్దేశంలో ఏదైనా

లేపం ఉంటే తప్పే అవుతుంది. కాని ఆయన చెబుతున్న దాని ప్రకారం హైదరాబాద్ ఇమీజీని అంతర్జాతీయ స్థాయికి తీసుకువెళ్లడానికి ఈ రేస్ ఉపయోగపడుతుంది. అదే నిజమా? కాదా? అన్నదానిని ప్రస్తుత ప్రభుత్వం చర్చించిందే లేదో తెలియదు. ఏసీబీ ఆ కోణం జోలికి వెళ్లినట్లు అనిపించదు. కాగా ఈ ఈవెంట్లో బీఆర్ఎస్కు భాగస్వామిగా ఉన్న గ్రీన్ కో, దాని అనుబంధ సంస్థల ద్వారా రూ.41 కోట్లు ఎలక్ట్రోల్ బాండ్లు నిధులు వహిస్తుంటు. ఆ తర్వాత గ్రీన్ కో ఈ ఫార్ములా సంస్థలు ఈవెంట్ ఫ్రాన్స్ చేశాయన్నది అభియోగంగా ఉందని మీడియా వార్తలు సూచిస్తున్నాయి. ఈ గ్రీన్ కో సంస్థ ఈ ఈవెంట్లో భాగస్వామిగా ఉన్న ఇతర కంపెనీలతో తమ ఉత్పత్తుల మార్కెటింగ్ ఒప్పందాలు చేసుకుందట. గ్రీన్ కో కంపెనీ బీఆర్ఎస్ కు నిధులు ఇవ్వడం ఎలా తప్పు అవుతుంది? ఆ మాటకు వస్తే బీజేపీ, కాంగ్రెస్ లకు అనేక కంపెనీలు విరాళాలు ఎలక్ట్రోల్ బాండ్ల రూపంలో ఇచ్చాయి. వాటికే పలు ఇతర రాజకీయ పార్టీలకు అదే విధంగా నిధులు అందాయాయి. ఆ కంపెనీలు ప్రభుత్వం కాంట్రాక్టులు పొందుతుంటాయి. ఈ బాండ్లు ఇవ్వకపోయినా కాంట్రాక్టులు చేస్తుంటాయి. . అందులో క్విడ్ ప్రోకో ఉందని ఆరోపిస్తే దేశంలోని అన్ని రాజకీయ పార్టీలకు వచ్చిన ఎలక్ట్రోల్ బాండ్లు, ఆయా కంపెనీలతో ఉన్న సంబంధాలజ్ఞే విచారణ చేయించాలి. అందుకు తెలంగాణలోని కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం సిద్ధమా? పైగా ఎలక్ట్రోల్ బాండ్స్కు, ఈ కేసుకు సంబంధించి పెట్టిన తీరు కూడా అంత సమర్థనీయంగా లేదు. గ్రీన్ కోకి గత బీఆర్ఎస్ ప్రభుత్వం నుంచి ఏమైనా భారీ రాయితీ నిబంధనలకు విరుద్ధంగా వచ్చిందా అన్నది ఎక్కడా చెప్పినట్లు లేదు.పైగా వారు కూడా ఇందులో ఎంతోకొంత మొత్తం ఖర్చు చేయాల్సి ఉంటుంది కదా! కేటీఆర్ నహా పదిమందిపై ఏసీబీ కేసులు పెట్టింది. దీనిపై కేటీఆర్ స్పందించా, రాష్ట్ర ప్రభుత్వం నుంచి పంపిన రూ.45.71 కోట్ల నిధులు ఫార్ములా ఈ ఆపరేషన్స్ సంస్థకు చేరాయని, ఇందులో అవినీతి ఎక్కడ ఉందని ప్రశ్నించా. ఎవరూ కోరకపోయినా, ఇందులో అవినీతి ఉందా? లేదా? అన్నదానిపై తాను లై డిటెక్టర్ టెస్ట్ కు సిద్ధమని అని నవాల్ విసిరారు. అలాగే రేపంకో కూడా సిద్ధం అవుతారా అని ప్రశ్నించారు. రేపంకో గతంలో ఓటుకు నోటు కేసులో నింతుడుగా ఉన్నానేపేర్లలో ఆయనకు ఈ నవాల్ చేయారు. ఎమెల్తేల కొన్నాడు కేసులో దొరికావా? లేదా? అని ఆయన

అదిగారు. రేపంతో పై అప్పట్లో కేసు పెట్టిందను ఏదో రకంగా తనపై ఏపీఐతో కేసు పెట్టించారన్నది కేటీఆర్ అభిప్రాయం.. తానే నిధులు విడుదల చేయించానని, హైదరాబాద్ ప్రతిష్ఠ కోసమే చేశానని కేటీఆర్ చెబుతున్నారు. ఒక రాజకీయ నేత ఇలా ధైర్యంగా తానే నిధులు మంజూరు చేశానని చెప్పడం అరుదు. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ఈ రేసును కొనసాగించకపోవడం వల్ల హైదరాబాద్ కు ఈ రంగంలో వచ్చే అవకాశం ఉన్న వందల కోట్ల పెట్టుబడులు అగిపోయాయని ఆయన అంటున్నారు. ఈ కోణంలో ప్రభుత్వం బాణాలు ఇవ్వడం లేదు. ఈ మొత్తం వ్యవహారంలో ఒక పరిణామం ఏమిటంటే కేటీఆర్ కు, మొత్త మున్సిపల్ డబ్బు కార్యర్థుని, ఇతర అధికారులను ఏపీఐ విధించినా, ఎవరిని అరెస్టు చేయలేదు. అంతేకాక ప్రభుత్వం అనుమతి వచ్చిన వెంటనే కోర్టులో ఏపీఐ చార్జిషీట్ దాఖలు చేస్తుంది వారెలా నూచిస్తున్నారు. ఇది ఒకరకంగా మంచిదే. ఏదో కేసు పెట్టి ప్రతివక్త రాజకీయ పార్టీకి చెందిన వారిని, కొందరు అధికారులను ఇష్టం వచ్చినట్లు అరెస్టు చేయడం కన్నా విచారణ తర్వాత కోర్టులో నేరుగా చార్జిషీట్ చేయడం సరైన వర్గం. ఈ వారలను బట్టి కేటీఆర్ ను, ఇతరులను అరెస్టు చేయకపోవచ్చన్న అభిప్రాయం కలుగుతుంది. ఇందులో కొత్తగా సాక్ష్యాలు పోయేవి కాని, సాక్షులు ప్రభావితం చేసేది కాని ఏమీ ఉండదు. నిధుల మంజూరుకు తానే బాధ్యుడనని కేటీఆర్ అంటున్నప్పుడు, అందులోని ఉద్దేశం ఏదో రకంగా ఇబ్బతిం బడిన ఈ క్విట్ ప్రోక్స్ అనే, ఎంకోర్ లో జరుగుతున్న కేసు దృష్టిపై ఇబిఐ ఈ క్విట్ ప్రోక్స్ అనే, ఎంకోర్ లో జరుగుతున్న కేసు దృష్టిపై ఇబిఐ అనిపిస్తుంది. ఏపీలో ఇబ్బదు జరుగుతున్న కక్ష రాజకీయాలు చూస్తున్నవారికి, తెలంగాణలో కూడా కొంతమేర అలాగే సాగుతున్నాయన్న విమర్శకు తక్కువ అవకాశం ఇవ్వారనుకోవాలి. ప్రభుత్వం ఈ కేసు ముందుకు వెళ్లడానికి అనుమతి ఇస్తుందా? దీనికి గవర్నర్ పరిష్కారే కూడా తీసుకుంటారా? ఇన్నది చూడాలి. ప్రభుత్వం నేరుగా అనుమతి ఇచ్చినా కోర్టులో ఇబ్బదికిప్పుడు తేలుతున్నది అనుకోజాలం. ఒక వేళ కోర్టులో ఇందులో తప్పు జరిగిందని తేలితే కేటీఆర్ కు రాజకీయంగా కొంత నష్టం జరుగుతుంది. కేసు కొట్టేసే పరిస్థితి వస్తే రేపంతో ప్రభుత్వం కావాలని ఈ కేసు పెట్టెందన్న అభిప్రాయం ఏర్పడుతుంది. ఏదిఏమైనా ఈ వ్యవహారంలో సాంకేతికంగా కొన్ని తప్పులు జరిగి ఉందన్నప్పుడు కాని అవినీతి రుజువు చేయడం అంత తేలికైన పనికాకపోవచ్చు.

ಆರ್ಟಿಸ್ಟ್ ಅಪ್ ಡೇಟ್

హైదరాబాద్ : తెలంగాణ రాష్ట్ర రోడ్డు రవాణా సంస్థ కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది. స్టాల్డ్ కార్డులను ఇవాన్సుని ప్రాధమికంగా నిర్ణయించింది. తెలంగాణ ఆర్టీసీ డిజిటింగ్ మరియు బస్ పాస్ వ్యవస్థలను ఆధునికీకరించడానికి నిర్ణయవంతమిది. ఇందుకోసం ప్రయాణాలకు స్టాల్డ్ కార్డులు ప్రవేశపెట్టబడుతుంది. మొదట ఈ సౌకర్యాన్ని విద్యార్థులు బస్ పాస్‌లోకి ప్రారంభించి, తరువాత మహిళా కోసం అమలు చేస్తామని 'మహిళాక్షే' కమిటీ బస్సు ప్రయాణం వరకు అభిదారులకు విస్తరించనున్నట్లు అధికారిక మార్గాల్లో వెల్లడించామి. టీజీఆర్టీసీ అధికారులు ఇచ్చిన సమాచారం ప్రకారం, బస్ పాస్‌లు పొందడం, రెన్యూవల్ చేయడం మరియు సులభం కావడంతో పాటు, సంస్థ డిజిటల్ టెక్నాలజీకి అనుగుణంగా ముందుగు వేయనుంది. ప్రస్తుతం రాష్ట్రవ్యాప్తంగా బస్ అక్టలర్లుగా కొనసాగిస్తున్న ఆర్టీసీ బస్ పాస్‌లు ప్రస్తుతం ఉన్నాయి. ఇప్పటివరకు విద్యార్థులు రెన్యూవల్ చేసే సమయం ప్రత్యేక కార్యక్రమం ద్వారా వచ్చింది. ప్రతిపాదిత స్టాల్డ్ కార్డు వ్యవస్థ అమలులోకి వస్తే, వీటిని డిజిటల్ గా రిచార్జ్ చేసుకోవచ్చుంది. ఇకపాతే, హైదరాబాద్ రాష్ట్రవైతం కర్ణాటక, మహారాష్ట్ర, ఉత్తరప్రదేశ్ లో అమలులో ఉన్న స్టాల్డ్ కార్డు మోడళ్లను



అధ్యయనం చేయనుంది. . ఎవ్వరీ నుంచి రాష్ట్రంలో సమగ్ర అధ్యయనం ద్వారా దేశీయ తెలంగాణలో ప్రయోజనాలకు అనుకూలంగా ఈ పథకం రాబోయే నెలల్లో దశలవారీ మహిళాక్షి పథకం కింద ఉచితంగా ప్రయోగించాల్సి వస్తోంది. స్టార్ట్ కార్పొరేషన్ ప్రతిరోజూ ఆర్థిక బియ్యం వినియోగించే కలుగుతుందని భావిస్తున్నారు. ఇతర రాష్ట్రాల తరఫూ స్టార్ట్ కార్పొరేషన్ రూపకల్పన పై టీడీపీ

అడ్డీనీ అధికారులు పరిశీలిస్తున్నారు. ఇప్పటికీ బెంగళూరు, ముంబై, లక్నో వంటి మహానగరాల్లో ఈ సౌకర్యం అందుబాటులో ఉందని తెలుసుకున్నా దీక్షపని అడ్డీనీ అధికారులు రాష్ట్రంలోనూ స్పార్ట్స్ కార్డులను ప్రవేశపెట్టాలని నిర్ణయించినట్లు తెలిసింది. ఇతర రాష్ట్రాల్లో ఉన్న పద్ధతిని, అక్కడ స్పార్ట్స్ కార్డులు మంజూరు చేసే విధానాన్ని అంటే? అధ్యయనం చేసిన తర్వాత... ఆ యా వ్యాప్తిగా ఉన్న శక్తిమం పద్ధతులను గుర్తించి, అమలు చేయాలని నన్ను లక్ష్యంగా పెట్టుకుంది. ప్రవేశపెట్టనున్నట్లు సమాచారం. ప్రస్తుతం జరించడానికి మహిళలు తమ ఆధార్ కార్డులు కనెక్ట్ చేసి ధృవీకరిణి అవసరం ఉండదు. దీంతో లక్షలాది మహిళలకు మరింత సౌలభ్యం లను సమానాలను పూర్తిగా అధ్యయనం చేసిన ద్వారా తుది నిర్ణయం తీసుకోనుంది

రాష్ట్రాన్ని అడ్డగోలుగా దోచుకుంది

కేసీఆర్ కుటుంబం

-మొదటిపేజీ తరువాయి

మీడియాతో మాట్లాడారు.. కేటీఆర్ మీ రాజకీయ శక్తి ముగిసిందని మహేష్ కుమార్ గౌడ్ ధ్వజమెత్తారు. ప్రధాని మోడీ మోక్షం కోసం కేటీఆర్ రాహుల్ గాంధీని విమర్శిస్తున్నారని ఆరోపించారు. కేటీఆర్, హరీష్ రావులు పార్టీని బీజేపీలో విలీనం చేసేదానికి మాత్రాసరి కవిత చెప్పారని గుర్తు చేశారు. మానసికంగా బీజేపీవే పార్టీ బీజేపీలో విలీనం అయిందని స్పష్టం చేశారు. సీబీఐ విచారణ నుంచి తప్పించుకోవాలని మోడీ కాళ్ళు మొక్కి బయటపడాలని చూస్తున్నారని పేర్కొన్నారు. పార్టీ ఫిరాయింపు ఎమ్మెల్యేల గురించి రాహుల్ గాంధీ ఎందుకు మాట్లాడుతారని ప్రశ్నించారు. కేటీఆర్ ,హరీష్ రావు మోడీ దగ్గర మొకరిల్లడానికి, మళ్ళీ మోడీని కలవాలని చూసేది వాస్తవం కాదా..? అని నిలదీశారు. కేసీఆర్ పది ఏండ్లు పాలించి వందేళ్లకు సరిపడా దోచుకున్నారని విమర్శించారు. ఎమ్మెల్యేల ఫిరాయింపుల కేసు.. స్వీకర, ఎమ్మెల్యేల పదవు నష్టం చూస్తున్న వ్యవహారమని మహేష్ కుమార్ గౌడ్ స్పష్టం చేశారు. ఎమ్మెల్యేలు చెప్పిన దాన్ని స్వీకర ప్రామాణికంగా తీసుకుంటారని తెలిపారు. తెలంగాణ వాది నరేంద్రన్ రెడ్డి ఇండియా కూటమి నుంచి ఉపరాష్ట్రపతి అభ్యర్థిగా పోటీ చేస్తే సిగ్గు తీకుండా బీజేపీని మద్దతు ఇవ్వలేదని ఘూటు వ్యాఖ్యలు చేశారు. దేశం ప్రధాని మోడీ, రాహుల్ గాంధీగా విడిపోయిందని పేర్కొన్నారు. రాహుల్ గాంధీ దేశ భవిష్యత్తును, రాజ్యాంగాన్ని కాపాడాలని తపన పడుతున్నారని పేర్కొన్నారు. మోడీ ఓటే చోరీ చేసి బయట పోయాడని తెలిపారు. ఓటే చోరీ చేసి మోడీ దొంగపోయారని ఆరోపించారు. సీబీఐ, కాడిల్ మీద నమ్మకం లేదని రాహుల్ గాంధీ చెప్పారని మహేష్ కుమార్ గౌడ్ గుర్తు చేశారు. రాహుల్ గాంధీతో తాను కూడా ఏకీభవిస్తున్నట్లు ఆయన ప్రకటించారు. అందుకే కేటీఆర్ లాంటి వాళ్ళతో మోడీ మాట్లాడిస్తున్నారని మండిపడ్డారు. కాశీశ్వరం కేసు సీబీఐకి అప్పజెప్పితే 48 గంటల్లో తెలుస్తామన్న కేంద్ర మంత్రులు కిషన్ రెడ్డి, బండి సంజయ్ ఇప్పుడు ఎందుకు మాట్లాడటం లేదని ప్రశ్నించారు. దేశాన్ని విచ్ఛిన్నం చేసి, రాజ్యాంగం మార్చి మనుషుడ రాజకీయం చేయాలనుకున్న బీజేపీతో బీజేపీని కుట్రలు చేస్తుందని విమర్శించారు. ఫోటోలు కాక రేయితో కేటీఆర్ అడ్డంగా దొంగపోయిన దృగ్గం అని పేర్కొన్నారు. కేటీఆర్ ఖచ్చితంగా లోపలికి వెళ్తారని మహేష్ కుమార్ గౌడ్ తల్చి చెప్పారు.

ఫార్ములా ఈ-రేసు కేసులో కీలక పరిణామం



స్వాచారాబాద: తెలంగాణలో ఘర్షణలు ఈ-రేసు కేసులో మరో తీలక పరిణామం చోటుచేసుకుంది. ఈ కేసులో ఏసీబీ ఇప్పటికీ సమగ్రంగా నివేదికను రిఫ్ చేసింది. ఇక, తాజాగా ఆ రిపోర్టు తాజాగా విజిలెన్స్ కమిషన్ వద్దకు చేరింది. దీంతో, ఈ కేసులో ఏం జరుగుతుందో? అనే సస్పెన్స్ నెలకొంది. ఏవరూ ప్రకారం.. ఘర్షణలు ఈ-రేసు కేసులో ఏసీబీ నివేదిక విజిలెన్స్ కమిషన్ వద్దకు చేరింది. కాగా, మరో రెండు రోజుల్లో ఫైల్ పై విజిలెన్స్ తుది నిర్ణయం తీసుకోనుంది. అనంతరం, ప్రభుత్వానికి ఘర్షణలు ఈ-రేసు కేసు తుది నివేదికను అందజేయనుంది. ఒకవేళ, అక్రమ ఆమోదం వచ్చిన వెంటనే నిందితులపై చార్జీషీటు దాఖలు చేసేందుకు తిరిగి నివేదిక ఏసీబీకి చేరనుంది. ఇక, ఘర్షణలు ఈ-రేసు కేసులో ఏ1గా ఉన్న మాజీ మంత్రి కేటీఆర్, ఏ2గా సీనియర్ ఐఎఫ్ఎస్ అధికారి ఆరవింద్ కుమార్, ఏ3గా హెచ్ఎంఏఏ మాజీ ఇంజనీర్ బీబిఎన్ రెడ్డిలతో సాధలు మరో ఇద్దరు ఏ4, ఏ5 నిందితులపై ఉన్న విషయం తెలిసిందే. ఇదిలా ఉండగా.. ఘర్షణలు ఈ-కారు రేసులో ఇప్పటికీ మాజీ మంత్రి కేటీఆర్ ను రెండు సార్లు, ఐఎఫ్ఎస్ అధికారి ఆరవింద్ ను మూడు సార్లు ఏసీబీ ప్రశ్నించింది.

న్యాయంగా రావాల్సిన నీటివాటాను సాధిస్తాం

-మొదటిపేజీ తరువాయి

సుప్రీంకోర్టు సీనియర్ న్యాయవాది వైద్యనాథన్తో పాటు, పలువురు ఉన్నతాధికారులు పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా మంత్రి ఉత్తమ మాట్లాడుతూ.. కృష్ణా జలాల విషయంలో తెలంగాణ ప్రయోజనాలకు కట్టుబడి ఉన్నామని స్పష్టం చేశారు. 811 టీఎంసీల కృష్ణా జలాల్లో రాష్ట్రానికి 71శాతం డిమాండ్ చేస్తున్నామన్నారు. న్యాయంగా రావాల్సిన సీనిటూషన్ సాధిస్తామని తెలిపారు. ట్రెజ్యరీలో ముందు బదిలీన వారందను వినియోగం చేసేవారు. తాగు, సాగునీటితో సహా పరిశ్రమలకు నీటి వినియోగానికి చర్యలు తీసుకుంటామన్నారు. ట్రెజ్యరీలో విచారణ సమయంలో సీఎం రేపంతోడి దిబ్బీకి వచ్చి సమీక్షిస్తారని తెలిపారు.

గత పాలకుల నిర్లక్ష్యమే కారణం..

తెలంగాణలో నిర్మిస్తున్న ప్రాజెక్టులకు 65 శాతం మేర నీటి కేటాయింపులు ఉండాలి అందుని అన్నారు. పెరుగుతున్న అవసరాలకు తగ్గట్లుగా నీటి కేటాయింపులు ఉండాలి అనేందుకు అనుగుణంగా తాజా సమాచారాన్ని బ్రిటిష్‌లోకు సమర్పించామన్న ఉత్తమ... ఎన్టీపిసిల్లోను ఈ అవకాశాన్ని జారవిడుచుకోలేమని పునరుద్ఘాటించారు. జూన్, జూలై మాసాల్లో 80 టీఎంసీల నీటిని అందుబాటులో ఉండడంతో పాటు ఆవరేషన్ ప్రోజెక్ట్‌లో అనుసరించి నీటిని వినియోగించుకునే స్వేచ్ఛ తెలంగాణకు ఉండేలా బ్రిటిష్‌నల్ ముందు ఉంచుతామని తెలిపారు. ఏపీ అగ్రమంగా వినియోగిస్తున్న 291 టీఎంసీల నీటి ఉండడం వెలుగులోకి వచ్చినందున... ఆ నీటిని పునర్విభజన చేయాలి అనేందుకు మంత్రి డిమాండ్ చేశారు. తెలంగాణ ప్రాజెక్టులకు ఏపీ అద్దూర్‌వాడలోనిది... రాష్ట్ర హక్కులను కూడా బ్రిటిష్‌నల్ ఎదుట జరిగే వాదనల్లో వినిపిస్తామని చెప్పారు. ప్రతిపాదిత ప్రాజెక్టుల అంతాలతో కూడిన ప్రత్యేక జీడీసీ విడుదల చేసేందుకు ప్రభుత్వం సిద్ధమవుతోందని తెలిపారు. ప్రాజెక్టులు పూర్తి చేయకపోవడం వల్లే కృష్ణా జలాలను తెలంగాణ వినియోగించుకోలేక పోయిందని భారత రాష్ట్ర సమితి నేతలపై ఉత్తమ మండిపడ్డారు. గత పాలకుల ఉదాసీనత కారణంగా ఏపీ అగ్రమంగా నీటిని తరలింపకుండా ప్రయోగం పొందడం విమర్శించారు.

గ్రూప్ 1 పోస్టుల వ్యవహారం..

అప్పీల్‌కు వెళ్లాలనుకోవడం సిగ్గుచేటు

-మొదటిపేజీ తరువాయి

అప్పీలకు వెళ్లాలనుకోవడం సరికాదని చెప్పారు. 2 లక్షల ఉద్యోగాలు ఇస్తామని నిరుద్యోగులను మోసం చేశారని ఆరోపించారు. నిరుద్యోగుల తరపున తమ పార్టీ బోరాటం చేస్తుందని చెప్పారు. అసెంబ్లీలో నిలదీసి న్యాయం జరిగేలా కృషి చేస్తామని పేర్కొన్నారు.



రాత్రిపూట
ఈ సంకేతాలు కనిపిస్తే..
లివర్లో ఫ్లాట్
పెరుగుతున్నట్లు అర్థం

మీరు రాత్రిపూట సరిగ్గా నిద్రపోలేకపోతున్నారా? లేదా కడుపులో అసౌకర్యంగా ఉందా? చాలామంది ఈ సమస్యలను అలసట వల్ల వస్తున్నాయని అనుకుంటారు. కానీ, కొన్నిసార్లు ఈ చిన్న సంతకాలు మీ లివర్ ఆరోగ్యం గురించి హెచ్చరిస్తాయి. ఫ్యాటీ లివర్ సమస్యను ముందుగానే గుర్తించడం చాలా అవసరం. మనిషి శరీరంలో లివర్ ఒక ముఖ్యమైన భాగం. ఇది శరీరాన్ని శుద్ధి చేయడంలో, శక్తిని నిల్వ చేయడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. కానీ, ఇటీవల కాలంలో మారుతున్న జీవనశైలి వల్ల ఫ్యాటీ లివర్ సమస్య సాధారణమైపోయింది. ఇది ఒక తీవ్రమైన సమస్య. దీనిని నిర్లక్ష్యం చేస్తే లివర్ ఫెయిల్యూర్ కూడా కావచ్చని నిపుణులు చెబుతున్నారు. అందుకే, ఈ సమస్యను సమయానికి గుర్తించడం చాలా ముఖ్యం. ఎపిగాస్ట్రిక్ నొప్పి: ఫ్యాటీ లివర్ ఉన్నవారికి రాత్రిపూట కడుపులో అసౌకర్యం, నొప్పి ఉండవచ్చు. కడుపు పైభాగంలో, కుడివైపు నొప్పి ఉంటే అది ఫ్యాటీ లివర్ సంతకం కావచ్చు. దీనివల్ల రాత్రిపూట సరిగ్గా నిద్ర పట్టకపోవచ్చు. రాత్రిపూట మీ కడుపు నిండుగా లేదా ఒత్తిడిగా అనిపిస్తే దాన్ని తేలికగా తీసుకోకండి. రాత్రి ఆకలి తగ్గడం: గత కొన్ని రోజులుగా మీ ఆకలిలో మార్పు వస్తే దాన్ని తేలికగా తీసుకోకండి. ముఖ్యంగా రాత్రి భోజనం సమయంలో ఆకలి లేకపోవడం ఫ్యాటీ లివర్ సంతకం కావచ్చు. ఫ్యాటీ లివర్ సమస్య ఉన్నవారికి తరచుగా ఆకలి తగ్గుతుంది. దీనివల్ల బరువు తగ్గడం, పోషకాహార సమస్యలు రావచ్చు. నిద్రలో సమస్యలు: మీకు కొంతకాలంగా నిద్ర పట్టకపోతే దాన్ని నిర్లక్ష్యం చేయకండి. నిద్రలేమి సమస్య తరచుగా ఫ్యాటీ లివర్ తో ముడిపడి ఉంటుంది. ఫ్యాటీ లివర్ సమస్య ఉన్నవారు తరచుగా నిద్రలేమితో బాధపడతారు.



మధ్యం తాగేవారిని దోమలు ఎక్కువగా కుడతాయట !

దోమల వల్ల అందులో ఇబ్బంది పడుతుంటారు. కానీ, కొంతమందిని ఈ దోమలు ఎక్కువగా కుదుతుంటాయి. ఇలా ఎందుకు జరుగుతుందో మీరు ఎప్పుడైనా ఆలోచించారా..? దీని గురించి ఒక ఆసక్తికరమైన సమాచారం వెలుగులోకి వచ్చింది. శాస్త్రవేత్తలు ఇటీవల ఒక అధ్యయనాన్ని నిర్వహించారు. అందులో చాలా ఆశ్చర్యకరమైన విషయాలు వెలుగులోకి వచ్చాయి. ఈ పరిశోధన దోమల కాకుడు, బీరీ వినియోగానికి మధ్య ప్రత్యక్ష సంబంధాన్ని వెల్లడించింది. ఇది చాలా మందిని ఆశ్చర్యపరిచింది. అందుచే చాలామంది కొంతమంది వ్యక్తులను ఎందుకు ఎక్కువగా కుదుతుంటాయి. వాళ్ళ రక్తం అంటే వాటికి ఎందుకంత ఇష్టమో అర్థం చేసుకోవడానికి శాస్త్రవేత్తలు సంవత్సరాలుగా ప్రయత్నిస్తున్నారు. దీనిని మరింత ఆసక్తికరమైనదానికి, ఈ బృందం నెదర్లాండ్స్‌లోని ఒక ప్రధాన సంగీత ఉత్సవం అయిన లోలాండ్స్‌లో వేలాది దోమలు, 500 మంది మనుషులతో ఒక ప్రయోగాన్ని నిర్వహించింది. పరిశోధకులు ఉత్సవ స్థలంలో ఒక తాత్కాలిక ప్రయోగశాలను ఏర్పాటు చేశారు. అక్కడ స్వచ్ఛంద సేవకులు వారి ఆహారం, పరిశుభ్రత, ప్రవర్తన గురించి ప్రశ్నలకు సమాధానం ఇవ్వమని అడిగారు. అప్పుడు పాల్గొనేవారిని దోమలు ఉన్న ప్రత్యేక పెట్రోల్ చేతులు పెట్టమని కోరారు.. ఆ పెట్రోల్



చిన్న గుర్రాలు ఉన్నాయి. కీటకాలు హాస్యవానికి కుట్టుకుందానే మనిషి వాననను పసిగట్టడానికి వీలు కల్పిస్తాయి. కెమెరాలను ఉపయోగించి ప్రతి చేతిపై ఎన్ని దోమలు వాలాయి, అవి ఎంతసేపు ఉండిపోయాయో బృందం రికార్డ్ చేసింది. ఫలితాలు ఆశ్చర్యకరంగా ఉన్నాయి. బీరు తాగిన వ్యక్తులు దోమలకు 1.35 రెట్లు ఎక్కువ ఆకర్షణీయంగా ఉన్నట్లు కనుగొనబడింది. మునుపటి రాత్రి ఎవరితోనైనా మంచం పంచుకున్న, తక్కువ లేదా సస్మీప్నీ ఉపయోగించని లేదా క్రమం తప్పకుండా స్నానం చేయని వ్యక్తుల పట్ల దోమలు ఎక్కువగా ఆకర్షితులవుతాయని కూడా ఆధ్యయనం హుంపించింది. పరిశోధకుల అభిప్రాయం ప్రకారం, దోమలు నేరుగా అల్బుహోల్ వైపు ఆకర్షించబడవు, కానీ బీరు తాగడం వల్ల శరీర దుర్వాసనలో వచ్చే మార్పుల ద్వారా ఆకర్షించబడతాయి. బీరు తాగేవారు తరచుగా భిన్నంగా ప్రవర్తిస్తారని, ఎక్కువగా పుష్కలం చేస్తారని, ఎక్కువగా చెమటలు పడతారని, ఇది వారి శరీర సువాసనను మారుస్తుందని ఫెలిక్స్ హోల్ వివరించారు. ఈ వానన మార్పు దోమలకు చాలా ఆకర్షణీయంగా కనిపిస్తుంది. ఇంకా విశేషమేమిటంటే, దోమలు 350 అడుగుల (100 మీటర్లకు పైగా) దూరం నుండి కూడా మానవ సువాసనను గుర్తించగలవని ఆధ్యయనం కనుగొంది. కాబట్టి, ఎవరైనా మధ్యం సేవించి ఉంటే మరియు వారి శరీర దుర్వాసన మారితే, వారు చాలా దూరం నుండి దోమలను ఆకర్షించవచ్చు. పరిశోధకుల అభిప్రాయం ప్రకారం.. దోమలు నేరుగా అల్బుహోల్ వైపు ఆకర్షించబడవు. కానీ, బీరు తాగడం వల్ల శరీర దుర్వాసనలో వచ్చే మార్పుల ద్వారా ఆకర్షించబడతాయి. బీరు తాగేవారు తరచుగా భిన్నంగా ప్రవర్తిస్తారని, ఎక్కువగా డ్యాన్స్ చేస్తారని, ఎక్కువగా చెమటలు పడతారని, ఇది వారి శరీర సువాసనను మారుస్తుందని ఫెలిక్స్ హోల్ వివరించారు. ఈ వానన మార్పు దోమలకు చాలా ఆకర్షణీయంగా కనిపిస్తుంది. ఇంకా విశేషమేమిటంటే, దోమలు 350 అడుగుల (100 మీటర్లకు పైగా) దూరం నుండి కూడా మనిషి సువాసనను గుర్తించగలవని ఆధ్యయనం కనుగొంది. కాబట్టి, ఎవరైనా మధ్యం సేవించి ఉంటే, వారి శరీర దుర్వాసన మారితే వారు చాలా దూరం నుండి దోమలను ఆకర్షిస్తారని పరిశోధకులు వివరించారు.

કાશ્ઝલોં ઝલા ડાંડે

గుండెపోటు ముప్పు ఉన్నట్టే..!

గుండె పోటు వచ్చే ముందు కొన్ని లక్షణాలు కనిపిస్తాయని, వాటిని బట్టి ముందుగానే అప్రమత్తం అవ్వాలని చెబుతున్నారు. ఇలాంటి విషయాల్లో నిద్రక్కుం చేస్తే తీవ్రమైన ఇబ్బందులు తప్పవని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. ముఖ్యంగా కాళ్ళలో కనిపించే కొన్ని సింప్టమ్స్ గుండెపోటు ముప్పును గుర్తు చేస్తాయని చెబుతున్నారు. గుండె, మెదడులోని ధమనులు మూసుకుపోవడం వల్ల గుండెపోటు, క్రొయిస్ ప్రోక్ వస్తుంది. ఇది ఇటీవలి కాలంలో అందరికీ తెలిసిన అంశం. కానీ, కాళ్ళతో సహా శరీరంలోని ఇతర భాగాల ధమనులలో మూసుకుపోవడం వల్ల కూడా గుండె జబ్బులు వస్తాయి. ముఖ్యంగా కాళ్ళ ధమనులలో మూసుకుపోవడం వల్ల గుండె జబ్బులు వచ్చే ప్రమాదం ఉందని వైద్య ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. గుండె పోటు వచ్చే ముందు కొన్ని లక్షణాలు కనిపిస్తాయని, వాటిని బట్టి ముందుగానే అప్రమత్తం అవ్వాలని చెబుతున్నారు. ఇలాంటి విషయాల్లో నిద్రక్కుం చేస్తే తీవ్రమైన ఇబ్బందులు తప్పవని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. ముఖ్యంగా కాళ్ళలో కనిపించే కొన్ని సింప్టమ్స్ గుండెపోటు ముప్పును గుర్తు చేస్తాయని చెబుతున్నారు. గుండెపోటును ముందుగా హెచ్చరించే సంకేతాలు.. మెట్ల మొదటిది కాళ్ళ వాపులు. ఎక్కువ సేపు కూర్చుని ఉన్నా, నిలబడినా శరీరంలో ఉన్న నీరంతా పాదాలకు చేరుకుంటుంది. ఫలితంగా అక్కడ వాపులు ఎక్కువగా కనబడేందుకు అవకాశం ఉంటుంది. ఎప్పుడైతే గుండె సరైన విధంగా పని చేయక అప్పుడు వంటింగ్ సరిగ్గా జరగదు. ఫలితంగా శరీరంలో ఉన్న ప్లూయిడ్ అంతా చర్మం కిందకు వచ్చి చేరుకుంటుంది. ఇది క్రమంగా వాపులకు దారి తీస్తుంది. రక్తక్యాల్లో కొలెస్ట్రాల్ పేరుకుపోతే గుండెతో పాటు కాళ్ళలో కూడా అడ్డంకులు వస్తాయి. దీనిని వరిధీయ ధమని వ్యాధి అంటారు. నిద్రక్కుం చేస్తే గుండెపోటు లేదా స్ట్రోక్ ప్రమాదం ఉంటుంది. నడిచేటప్పుడు కాళ్ళ కండరాల్లో నొప్పి వస్తుంది. విశ్రాంతి తీసుకుంటే ఆ నొప్పి తగ్గుతుంది. కాళ్ళలో తిమ్మిరి లేదా జలదరింపు అనుభవం కలుగుతుంది. పాదాల రంగు మారి చల్లగా అనిపిస్తాయి. గాయలు, గీతలు త్వరగా నయం కావు. కాళ్ళపై జుట్టు రాలిపోతుంది. చర్మం పొడిగా మెరుగు కనిపిస్తుంది. గోర్లు నెమ్మదిగా పెరిగి, పెరుగుగా మారతాయి. ఈ లక్షణాలు గమనిస్తే వెంటనే డాక్టర్‌ను సంప్రదించడం అవసరం. ఈ రకమైన నొప్పి సాధారణంగా దూనలు, తొడలు, తుంటితో సహా శరీరం దిగువ భాగంలో వందం వస్తుంది. ఆ నొప్పి నడుస్తున్నప్పుడు, మెట్లు ఎక్కితప్పుడు, వ్యాయామం చేస్తున్నప్పుడు సంభవిస్తుంది. ఇది విశ్రాంతి తీసుకున్నప్పుడు తగ్గుతుంది.



పచ్చి మిర్చి తింటే ఇన్ని లాభాలా..?

పచ్చి మిరపకాయలలో అనేక పోషకాలు ఉంటాయి. ఇవి ఆరోగ్యానికి అనేక ప్రయోజనాలను అందిస్తాయి.. బిరుదు తగ్గడం నుండి గుండె ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచడం వరకు పచ్చి మిరపకాయలు చాలా ఉపయోగకరంగా ఉంటాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. పచ్చి మిరపకాయలు ప్రపంచంలో ఎక్కువగా ఉపయోగించే సుగంధ ద్రవ్యాలలో ఒకటి. పచ్చి మిరపకాయలు ఆహారాన్ని కారంగా, రుచికరంగా చేస్తాయి. ఇది మాత్రమే కాదు, ఈ మిరపకాయలను రోజూ తినడం వల్ల మన ఆరోగ్యానికి కూడా చాలా ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి. పచ్చి మిరపకాయలలో విటమిన్-సి, ఎ, బిరస్ ఉంటాయి. మిరపకాయలో శరీరానికి అవసరమైన భాస్వరం, రాగి వంటి అంతాలు కూడా ఉంటాయి. పచ్చి మిరపకాయలలో క్యాప్సైసిన్ అనే సమృతం ఉంటుంది. ఇది గుండె జబ్బులను నివారిస్తుంది. క్యాప్సైసిన్ మూలకం మిరపకాయలకు కారంగా కూడా ఉంటుంది. దీనినే పాటు, పచ్చి మిరపకాయలు తినడం జీర్ణక్రియ, కంటి చూపు, రోగనిరోధక శక్తికి ఉపయోగపడుతుంది. పచ్చిమిర్చి చర్మానికి చాలా ప్రయోజనకరంగా పనిచేస్తుంది. మొటిమలు, మచ్చలను తగ్గిస్తుంది. కొల్లాజెన్ ఉత్పత్తిని పెంచి చర్మాన్ని తాజాగా, కారివంతంగా ఉంచుతుంది. ఇందులో యాంటీ-ఆక్సిడెంట్లు ఉంటాయి. ఇవి ఫ్రీ రాడికల్ సెల్ డ్యామేజ్ ను తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి. అంతేకాకుండా, ఇది అకాల వృద్ధాప్య లక్షణాలను తగ్గించడంలో కూడా సహాయపడుతుంది. పచ్చిమిర్చి తినడం వల్ల జీవక్రియ వేగవంతం అవుతుంది. ఇది కేలరీలను త్వరగా బర్న్ చేయడంలో సహాయపడుతుంది. కేలరీలను బర్న్ చేయడం బరువు తగ్గించడంలో చాలా సహాయపడుతుంది. పచ్చిమిర్చి కొలిస్టెరాల్ ను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. ఇది గుండె జబ్బులను నివారిస్తుంది. ఇది గుండె, ధమనీలను ఆక్సీకరణ నష్టం నుండి రక్షిస్తుంది. ఇది గుండె జబ్బుల ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తుంది. పచ్చిమిర్చి జీర్ణక్రియను వేగవంతం చేస్తుంది. దీన్ని తినడం వల్ల గ్యాస్ట్రిక్ రసాలు త్వరగా విడుదలవుతాయి. ఇది ఆహారం త్వరగా జీర్ణం కావడానికి సహాయపడుతుంది. పోషకాలను సులభంగా గ్రహించడంలో కూడా



సహాయపడుతుంది. పచ్చిమిర్చి తినడం వల్ల ముక్కు
మూసుకుపోవడం తగ్గుతుంది. జలుబు లేదా
అలెర్జిక్ వల్ల ముక్కు మూసుకుపోవడం వల్ల
పచ్చిమిర్చి చాలా
సహాయపడుతుంది.

మాడూరం నుండి బీరు తాగడం ఖుష్టంగా ధ్యాన్యమైన మార్పు దూరం నుండి రుద్ధానన

అకుకూరలతో నివారించటంలో సహాయపడుతుంది.

పాటు కూరగాయలు ఇందులో విటమిన్ సి, జింక్, రిబోఫ్లేవిన్, మెగ్నీషియం, థియోమిన్ వంటి ఖనిజాలు అధికంగా ఉంటాయి. దయచెయ్యి ఉన్నవారికి బీరకాయలు ఎంతో ఉపయోగపడతాయి. ఇన్నోవిన్ ఉత్పత్తికి సహాయకారిగా పనిచేయటం వల్ల పుగర్ రెవల్వస్ అడుపులో ఉంచుంది. తద్వారా అన్ని అమయవాలు ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి. రోగ నిరోధక శక్తిని పెంచుతాయి. కంటి ఆరోగ్యాన్ని రక్షించే బీటా కెరోటిన్ బీరకాయలో సమృద్ధిగా లభిస్తుంది. ఆకలి నియంత్రింబలో ఉంచుతుంది. కామెర్ సమస్యకు బీరకాయను ఆహారంగా తీసుకోవటం వల్ల మేలు కలుగుతుంది. బీరకాయల్లో శరీరానికి కావల్సిన కెల్షియం, అల్ట్రావయ్ట్ అధికంగా ఉంటాయి. ఇది లివర్ను శుభ్ర పరుస్తాయి. ఇందులో ఉండే ఐరన్ రక్తక్రీసత సమస్యను నివారిస్తుంది. బీరకాయ తినటం వల్ల శరీరంలో అమృత్యాన్ని తగ్గించి.. వేడిని తొలగిస్తుంది. మూత్రవిసర్జన సాఫీగా సాగిలా చేస్తుంది. అల్లర్ల సమస్య ఉన్నవారు బీరకాయను ఆహారంలో భాగం చేసుకోవటం వల్ల సమస్య నుండి ఉపశమనం కలిగిస్తుంది. చర్మ సౌందర్యాన్ని మెరుగుపరచటంలోనూ బీరకాయ బెస్ట్ మెడిసిన్లా పనిచేస్తుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు.





