

మరోసారి షాకిచ్చిన

బంగారం, వెండి ధరలు

మన ఇంట్లో ఏ చిన్న శుభకార్యం జరిగినా బంగారం కొనుగోలు చేస్తుంటారు. ఇక అందులోనూ మన దేశంలో గోల్డ్ కి మరంత పాపులారిటీ ఎక్కువ. ఇక ఈ మధ్య కాలంలో బంగారం ధరల్లో హెచ్చుతగ్గులు కనిపిస్తున్నాయి. ఈ నేపథ్యంలో ఒకరోజు రేట్లు తగ్గి కాస్త ఊరటనిస్తుంటే మరో రోజు పెరిగి అమ్మా అనిపిస్తున్నాయి.

ధర్మముంటి

TELTEL/2012/47103

జాతీయ తెలుగు దినపత్రిక

విదేశీ మారకం నిల్వల్లో భారీ

పతనం

భారతదేశ విదేశీ మారకం నిల్వల్లో భారీ తగ్గుదల చోటు చేసుకుంది. అక్టోబర్ 24తో ముగిసిన వారంలో ఏకంగా 6.9 బిలియన్ డాలర్లు తగ్గి 695.355 బిలియన్లకు చేరుకున్నాయని రిజర్వ్ బ్యాంక్ ఆఫ్ ఇండియా (ఆర్బిఐ) తెలిపింది. ఇది ఇంతక్రితం వారంలో నమోదైన 702.28 బిలియన్లతో పోల్చితే తగ్గుదలను సూచిస్తుందని వెల్లడించింది. ఫారెక్స్ నిల్వలలో ప్రధాన భాగం అయినా విదేశీ కరెన్సీ ఆస్తులు సమీక్షా వారంలో 3.862 బిలియన్ డాలర్లు తగ్గి 566.548

నల్లగొండ

సంపుటి : 12

సంచిక : 217

ఎడిటర్ : మేడే శాంతికుమార్

మంగళవారం 4 నవంబర్ 2025

పేజీలు : 8

వెల : 1

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



పత్తి రైతులను తేమ పేరిట

మోసం చేస్తున్నారు

సీసీఐ కొనుగోలు కేంద్రాల్లో రైతులను ఇబ్బంది పెడుతున్నారు వేరే దిక్కు లేక రైతులు ప్రైవేటుకు అమ్ముకుంటున్నారు తెలంగాణ జాగృతి అధ్యక్షురాలు కవిత ఆదిలాబాద్

రాష్ట్రంలో పత్తి రైతుల పరిస్థితి దయనీయంగా ఉందని.. తేమ పేరిట రైతులను మోసం చేస్తున్నారని తెలంగాణ జాగృతి అధ్యక్షురాలు కవిత ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. సీసీఐ కొనుగోలు కేంద్రాల్లో రైతులను ఇబ్బంది పెడుతున్నారని మండిపడ్డారు. వేరే దిక్కు లేక రైతులు ప్రైవేటుకు - మిగతా3లో

అనవసర అంశాలపైనే ప్రసంగాలు'

- ప్రధానిపై ప్రియాంక గాంధీ విసుర్లు!
- రాష్ట్రంలో ఎన్డీయే సర్కారు అవినీతి, దుష్పరిపాలనపై మాత్రం సోద మెదపడం లేదు
- ప్రతిపక్ష నేతలు దేశాన్ని, బిహార్ ను అవమానిస్తున్నారంటూ ప్రధాని మోదీ పదేపదే అరోపిస్తున్నారు
- కేంద్ర ప్రభుత్వం ఈ వ్యవహారాలపైనే ఎక్కువ దృష్టి సారించినట్లు కనిపిస్తోంది



ఎస్ఎల్బీసీ టన్నెల్ విషయంలో రాజకీయం తగదు

- టన్నెల్ పూర్తి చేసేందుకు కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం కృషి చేస్తోందన్న రేవంత్ రెడ్డి
- టన్నెల్ బోర్ మిషన్ తో పనులు పూర్తి చేయడం కష్టంగా మారందని వ్యాఖ్య
- బీఆర్ఎస్ హయాంలో 10 కిలోమీటర్లు కూడా పూర్తి చేయలేకపోయారని విమర్శ
- కమిషన్లు రావని ఎస్ఎల్ బీసీ టన్నెల్ ప్రాజెక్టును పక్కకు పెట్టారు
- బీఆర్ఎస్ ప్రభుత్వం పై నిప్పులు చెరిగిన సిఎం రేవంత్ రెడ్డి



నాగర్ కర్నూలు ఎస్ఎల్బీసీ టన్నెల్ విషయంలో బీఆర్ఎస్ రాజకీయం చేయడం సరికాదని తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి అన్నారు. నాగర్ కర్నూలు జిల్లా మున్సిపాలిటీలో పర్వతించిన ముఖ్యమంత్రి, హెలి మాగ్నెటిక్ సర్వేకు సిద్ధంగా ఉన్న హెలికాప్టర్, ఆధునాతన పరికరాలను పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ, ఎస్ఎల్బీసీ

టన్నెల్ పూర్తి చేసేందుకు కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ఎంతో కృషి చేస్తోందని అన్నారు. టన్నెల్ బోర్ మిషన్ తో పనులు చేయడం కష్టంగా మారందని అన్నారు. ఈ పనులపై రాజకీయం చేయవద్దని కోరారు. ఎన్ని అవాంతరాలు ఎదురైనా టన్నెల్ పనులు పూర్తి చేసి తీరుతామని అన్నారు. ప్రాజెక్టు మంజూరు చేసినప్పుడు పనుల అంచనా విలువ రూ. 1,986 కోట్లు అని, రెండు దశాబ్దాల్లో - మిగతా3లో



ట్రక్ బీభత్సం

- 19 మంది దుర్మరణం
- 50 మందికి గాయాలు
- 17కు పైగా వాహనాలు సుజ్జనుజ్జయ్యాయి
- అతి వేగంతో వచ్చిన డంపర్ ట్రక్ ముందుగా ఓ కారును ఢీకొట్టింది
- ప్రమాద సమయంలో డంపర్ డ్రైవర్ మద్యం సేవించినట్లు సమాచారం.

రూ.3వేల కోట్లు కొల్లగొట్టారు

- డిజిటల్ అరెస్టులపై కఠినచర్యలు
- “ఒక్క మనదేశంలోనే ఈ అరెస్టు బాధితుల నుంచి రూ.3వేల కోట్లు కొల్లగొట్టడం దిగ్భ్రాంతికరం
- ఈ నేరగాళ్లు పెచ్చుమీరిపోయారు
- వీటికి అడ్డుకట్టవేసేలా కఠినచర్యలు తీసుకోవాలని నిశ్చయించుకున్నాం



పత్తి కొనుగోళ్లలో సీసీఐ నిబంధనలు మార్చండి

- కేంద్రానికి మంత్రి తుమ్మల లేఖ
- “ఈ ఏడాది అధిక పర్జాల్ పల్ల పత్తి రైతులకు తీవ్ర నష్టం వాటిల్లింది.
- కేంద్ర జాతీయ మంత్రి గిరిరాజ్ సింగ్, సీసీఐ సీఎండ్ లిటికేషన్ గుర్తాకు లేఖ
- సీసీఐ తీసుకొచ్చిన కొత్త నిబంధన పత్తి రైతులకు నష్టం చేసేలా ఉంది
- తేమ శాతం విషయంలో 20శాతం వరకు ఉన్నా సరే పత్తి పంట సీసీఐ కొనుగోలు చేయాలి
- కపాస్ కిసాన్ యాప్ పై అపగాహన లేకపోవడం వల్ల కూడా పత్తి రైతులకు ఇబ్బందులు తలెత్తాయి.



భారత్ వృత్తికలు చరిత్ర సృష్టించారు

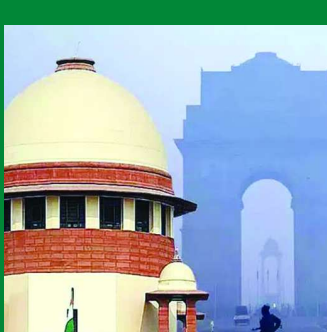
- ప్రైవేటీకరణలో పరిశోధనలు ప్రోత్సహించేందుకు రూ.లక్ష కోట్లతో నిధి
- విజయాన్ని చూసి గర్విస్తున్నా సన.. ఈ విజయం దేశంలోని కోట్లాది మంది యువతకు స్ఫూర్తిగా నిలుస్తుంది
- శాస్త్రవేత్తలు అత్యంత బరువైన కమ్యూనికేషన్ శాటిలైట్ ను విజయవంతంగా ప్రయోగించారు
- ఎన్డీయే అంటే వికాసం.. మహాగర్ బంధన్ అంటే వికాసం
- రాష్ట్రంలో మరోసారి ఏన్డీయే ప్రభుత్వం ఏర్పడేలా తొలిసారి ఓటువేసి వారు తమ హక్కును వినియోగించుకోవాలి

రోడ్డు ప్రమాదాలను తగ్గించేందుకు కఠిన చర్యలు

- ప్రమాదాలు జరుగకుండా రవాణా శాఖ అధికారులు జాగ్రత్త చర్యలు తీసుకోవాలి
- వాహనాల స్పీడ్ లాక్ వరకు అమలవుతున్నాయో అధికారులు పర్యవేక్షించాలి
- రవాణా శాఖ అధికారులు ఎన్ఫోర్స్ మెంట్ సీరియస్ గా ఉండాలి
- చేవెళ్ల, తదితర ఘటనలు జరిగినప్పుడు అధికారులు తనిఖీలు చేయడమే కాదని నిరంతరం యాక్ షన్ ప్లాన్ ఉండేలా కఠినంగా వ్యవహరించాలి



హైదరాబాద్ తెలంగాణ రాష్ట్రంలో వరుస ప్రమాదాలు జరుగుతున్నాయని ... ప్రమాదాలు జరుగకుండా రవాణా శాఖ అధికారులు జాగ్రత్త చర్యలు తీసుకోవాలని మంత్రి పొన్నం ప్రభాకర్ దిశానిర్దేశం చేశారు. నోమవారం రవాణా శాఖ అధికారులతో మంత్రి పొన్నం ప్రభాకర్ జూమ్ ద్వారా సమీక్షా సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సమావేశంలో తెలంగాణ ప్రభుత్వ స్పెషల్ వీప్ సెక్రటరీ వికాస్ రాజ్, రవాణా శాఖ కమిషనర్ ఇలాంబర్తి, జేటీసీలు, డీటీసీలు, ఇతర రవాణా శాఖ అధికారులు పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా అధికారులకి కీలక ఆదేశాలు జారీ చేశారు. ఈరోజు జరిగిన చేవెళ్ల ప్రమాదంలో రెండు వాహనాలకు - మిగతా3లో



పరిస్థితి బిగజాలినప్పుడు కాదు..

ముందుగానే సిద్ధం కావాలి

- ఢిల్లీ వాయు కాలుష్యంపై “సుప్రీం” వ్యాఖ్యలు..!
- పరిస్థితి మరింత దిగజాలినప్పుడు మాత్రమే అధికారులు చర్యలు తీసుకోకూడదు
- 37 స్టేషన్లలో తొమ్మిది మాత్రమే నిరంతరాయంగా పని చేస్తున్నాయి
- ఏజెన్సీలు “ప్రతిస్పందించడానికి బదులు”గా.. “ముందుగానే సిద్ధం” కావాలని స్పష్టం

చేవెళ్లలో ఘోర ప్రమాదం



- ప్రయాణికుల సరకయాతన
- రంగారెడ్డి జిల్లా చేవెళ్ల సమీపంలో ఘోర రోడ్డు ప్రమాదం
- అర్ధిసీ బస్సును ఢీకొని, మీద పడిన కంకర లారీ
- ప్రమాదంలో 20 మంది ప్రయాణికులు అక్కడికక్కడే మృతి
- మృతుల్లో బస్సు, లారీ డ్రైవర్లతో పాటు మహిళలు, చిన్నారు
- అసుపత్రికి క్షతగాత్రుల తరలింపు, ముగ్గురి పరిస్థితి విషమం
- బాధితులకు మెరుగైన వైద్యం అందించాలని సీఎం ఆదేశాలు

హైదరాబాద్ రంగారెడ్డి జిల్లాలో తాండూరు డిపో ఆర్ధిసీ బస్సును కంకర లోడుతో వెళ్తున్న లారీ ఢీకొట్టిన ఘటన ఎన్నో కుటుంబాల్లో విషాదాన్ని నింపింది.రంగారెడ్డి జిల్లా చేవెళ్ల మండలం మీర్జాగూడ వద్ద ఆర్ధిసీ బస్సును, రాంగ్ రూటులో వచ్చిన కంకర లోడుతో వెళ్తున్న లారీ ఢీకొట్టింది. అనంతరం బస్సు మీద లారీ ఒరిగి పడిపోయింది.లారీ లోని కంకర లోడ్ వర్షం కురిసినట్లుగా బస్సులోని వారిని కమ్మేసింది. ఈ ప్రమాదంలో మరణించిన వారిలో అత్యధికంగా మహిళలే ఉన్నారు.కొందరు ప్రయాణికులు ఆ కంకర - మిగతా3లో

భారత పుత్రికలు చరిత్ర సృష్టించారు

న్యూఢిల్లీ : న్యూఢిల్లీలోని భారత్ మండపంలో ఎమ్మర్సింగ్ సైన్స్, టెక్నాలజీ అండ్ ఇన్ఫోవేషన్ కాంక్రేట్‌ని ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ సోమవారం ప్రారంభించారు. ప్రైవేట్ రంగంలో పరిశోధన, అభివృద్ధిలను ప్రోత్సహించేలా వాతావరణం కల్పించేందుకు రూ.లక్ష కోట్ల నిధిని ఉపయోగించనున్నట్లు ప్రధాని తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా జనీసీ వన్డే వరల్డ్ కప్ సాధించిన భారత జట్టును, బాహుబలి రాకెట్‌ను విజయవంతంగా నింగిలోకి పంపిన భారతీయ అంతరిక్ష పరిశోధనా సంస్థ ఇస్రోను ఆయన అభినందించారు. ఆయన మాట్లాడుతూ కార్యక్రమం సైన్స్‌కు సంబంధించిందని.. కానీ తొలుత క్రికెట్‌లో భారత్ సాధించిన అద్భుతమైన విజయం గురించి మాట్లాడుతున్నా నన్నూ. భారత మొత్తం తమ జట్టు సాధించిన విషయంతో సంతోషంగా ఉందని.. మహిళల జట్టు తొలి ప్రపంచకప్‌ని సాధించిందని.. ఇందుకు తాను మహిళా జట్టును పూర్వదరు పూర్వకంగా అభినందిస్తున్నానూ. విజయాన్ని చూసి గర్విస్తున్నానని.. ఈ విజయం దేశంలోని కోట్లాది మంది యువతకు స్ఫూర్తిగా నిలుస్తుందన్నారు.ఆ తర్వాత భారీ ఉపగ్రహాన్ని అత్యంత బరువైన ఉపగ్రహాన్ని ప్రయోగించిన దుకు ఇస్రోను అభినందించారు. నిన్న భారత్ శాస్త్ర సాంకేతిక రంగంలో జెండా ఎగుర వేసిందని.. శాస్త్రవేత్తలు అత్యంత బరువైన కమ్యూనికేషన్ శాటిలైట్‌ను విజయవంతంగా ప్రయోగించారన్నారు. ఈ మిషన్, ఇస్రోతో సంబంధం ఉ?న శాస్త్రవేత్తలందరినీ తాను అభినందిస్తున్నానన్నారు. రూ.లక్ష కోట్ల నిధి ప్రైవేట్‌రంగంలో పరిశోధనలను ప్రోత్సహిస్తుందన్నారు. ఈ రోజు శాస్త్ర సాంకేతిక ప్రపంచంలో కూడా గొప్పరోజుని.. 21వ శతాబ్దంలో ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఉన్న నిపుణులు కలిసి కొత్తతరం శాస్త్ర సాంకేతిక రంగాలకు మార్గదర్శకత్వం చేయాల్సిన అవసరం ఉందన్నారు. పరిశోధన అభివృద్ధి అభివృద్ధి పథకాన్ని ప్రారంభించామని.. దానికి రూ.లక్ష కోట్ల నిధిని కేటాయించామన్నారు.'రూ.లక్ష కోట్లు మోడి వద్దే ఉంటుందని మీరు అనుకోవచ్చు. అందుకే మీరు చప్పట్లు కొట్టడం లేదు. ఈ లక్ష కోట్లు మీ కోసం (శాస్త్రవేత్తలు). ఇది మీ సామర్థ్యాలను పెంపొందించడానికి. ఇది మీ కోసం కొత్త అవకాశాలను తెరవడానికి. ప్రైవేట్ రంగంలో కూడా పరిశోధన, అభివృద్ధిని ప్రోత్సహించడమే మా ప్రయత్నం' అని పేర్కొన్నారు. భారతదేశం హై రిస్క్,



అధిక ప్రభావ పరిశోధన ప్రాజెక్టులకు మద్దతు ఇస్తోందని ప్రధాని తెలిపారు. ఈ రంగంలో ప్రైవేట్ పెట్టుబడులను సైన్స్ అండ్ టెక్నాలజీకి శక్తి కేంద్రంగా ఎదగడానికి ప్రోత్సహిస్తోందని ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ అన్నారు. దేశంలో ఆధునిక అభివృద్ధిల పర్యావరణ వ్యవస్థను పెంపొందించడానికి తమ ప్రభుత్వం గణనీయమైన సంస్కరణలను చేపట్టిందన్నారు.ఒక దశాబ్దంలో పరిశోధన వ్యయం రెట్టింపు అయ్యిందని.. మా ప్రభుత్వం ఆర్థిక నియంత్రణ, సముపార్జన విధానంలో గణనీయమైన సంస్కరణలు చేసిందని చెప్పారు.ఇది భారత్ అభివృద్ధి పట్ల నిబద్ధతను ప్రతిబింబిస్తుందని ప్రధాన మంత్రి పేర్కొన్నారు. విశ్వవిద్యాలయాలలో పరిశోధన, అభివృద్ధిలను ప్రోత్సహించడానికి, వృద్ధి-అభివృద్ధికి కొత్త అవకాశాలను సృష్టించడానికి ప్రభుత్వం అనుసంధాన్ రీసెర్చ్ ఫౌండేషన్‌ను స్థాపించిందని తెలిపారు. దశాబ్దం కిందట భారత్‌లో మహిళలు దాఖలు చేసే పేటెంట్ల సంఖ్య ఏటా వంద కంటే తక్కువగా ఉండేదని.. ప్రస్తుతం ఈ సంఖ్య 5వేలకు పెరిగిందన్నారు. భారత్‌లో రాజకీ విద్యను అభ్యసిస్తున్న వారిలో 43శాతం మంది మహిళలు ఉన్నారని.. ఇది ప్రపంచ

సగటు కంటే చాలా ఎక్కువ అని ప్రధాని వివరించారు. **దేశ మహిళల్లో అత్యుత్సాహానికి చిహ్నం** క్రికెట్‌లో భారత పుత్రికలు చరిత్ర సృష్టించారని ప్రధాని నరేంద్రమోదీ హర్షం వ్యక్తంచేశారు. ఈ విజయం దేశ మహిళల్లో అత్యుత్సాహానికి చిహ్నమని అభివర్ణించారు. భారత మహిళా జట్టు తొలిసారి వన్డే ప్రపంచకప్ విజేతగా నిల వడంపై ఈ విధంగా స్పందించారు. బిహార్‌లోని సహర్నాలో సోమవారం నిర్వహించిన ఎన్నికల ప్రచారంలో మాట్లాడుతూ.. ఎన్డీయే అంటే వికాసమని, మహాగర్ బంధన్ అంటే వినాశనమని వ్యాఖ్యానించారు. రాష్ట్రంలో మరోసారి ఏన్డీయే ప్రభుత్వం ఏర్పడేలా తొలిసారి ఓటువేసే వారు తమ హక్కును వెల్లినప్పుడు అక్కడి నేతలకు మఖానా బాక్సలను కానుకగా అందజేశాను. ఇది బిహార్ కాంగ్రెసుకు శ్రమకు నిదర్శనమని చెప్పారు. అలాగే కోసీ నది వరదల ప్రభావాన్ని తగ్గించేలా శాశ్వత పరిష్కారం కోసం మేం కృషి చేస్తున్నాం" అని మోదీ అన్నారు. ఆర్థేడ్ 'జంగల్ రాజ్'లో పోలీసులు కూడా సురక్షితంగా లేరని, చట్టాన్ని కాపాడేందుకు చర్యలు తీసుకున్న డిఎస్సీ సత్యపాల్‌సింగ్‌ను హత్య చేశారని విమర్శించారు.

పరిస్థితి దిగజారినప్పుడు కాదు.. ముందుగానే సిద్ధం కావాలి

ఢిల్లీ-నేషనల్ క్యాపిటల్ రీజియన్‌లో వాయు కాలుష్యంపై సుప్రీంకోర్టు సోమవారం విచారణ జరిపింది. ఈ సందర్భంగా అఫిడవిట్ దాఖలు చేయాలని కమిషన్ ఫర్ ఎయిర్ క్వాలిటీ మేనేజ్‌మెంట్ ని ఆదేశించింది. కాలుష్యాన్ని అరికట్టేందుకు ఇప్పటి వరకు ఎలాంటి చర్యలు తీసుకున్నారని కమిషన్‌ను ప్రశ్నించింది. పరిస్థితి మరింత దిగజారినప్పుడు మాత్రమే ఆధికారులు చర్యలు తీసుకోకూడదని.. అంతకు ముందు సిద్ధం కావాలని సీజేబి జస్టిస్ బీఆర్ గవాయ్, జస్టిస్ కే వినోద్ చంద్రసింహ్ కూడిన ధర్మాసనం పేర్కొంది. విచారణ సందర్భంగా కోర్టుకు అమికన్ క్యూరిగా సహాయం చేస్తున్న సీనియర్ న్యాయవాది అపరాజిత సింగ్ దీపావళి తర్వాత ఢిల్లీలోని అనేక వాయు నాణ్యత పర్యవేక్షణ కేంద్రాలు పని చేయడం లేదంటూ కోర్టుకు తెలిపారు.

37 స్టేషన్లలో తొమ్మిది మాత్రమే నిరంతరాయంగా పని చేస్తున్నాయని.. ఈ కేంద్రాలు సరిగా పని చేయకపోతే గ్రేడెడ్ రెస్పాన్స్ యాక్షన్ ప్లాన్ ను ఎప్పుడు అమలు చేయాలో నిర్ణయించడం కష్టమవుతుందని అపరాజిత సింగ్ తెలిపారు. పరిస్థితి క్లిష్ట స్థాయికి చేరుకోకుండా నిరోధానికి కమిషన్ ఏం చర్యలు తీసుకుందో చెప్పాలని.. ఇప్పటికే దాఖలున్న ప్రతిపాదన చర్యలను వివరించే వివరణాత్మక అఫిడవిట్‌ను దాఖలు చేయాలని కమిషన్‌ను ఆదేశించింది. ఏజెన్సీలు 'ప్రతిస్పందించడానికి బదులు'గా.. 'ముందుగానే సిద్ధం' కావాలని స్పష్టం చేసింది. కాలుష్య డేటాను పర్యవేక్షించే బాధ్యత కేంద్ర కాలుష్య నియంత్రణ బోర్డుదేనని కమిషన్ తరపున న్యాయవాది వాదనలు వినిపించారు. అన్ని ఏజెన్సీలు త్వరలో తమ నివేదికలను సమన్వితాయని అదనపు సాలిసిటర్



జనరల్ ఐశ్వర్య భాటి కోర్టుకు హామీ ఇచ్చారు. కాలుష్యం పెరిగినప్పుడు ఏజెన్సీలు చర్యలు తీసుకోవడమే కాకుండా.. దాన్ని నివారించడానికి సకాలంలో చర్యలు తీసుకోవాలని గతంలో ఆదేశించినట్లుగా కోర్టు గుర్తు చేసింది. అయితే, అక్టోబర్ 15న దీపావళి సందర్భంగా ఢిల్లీ ఎన్‌సీఆర్‌లో పరిమిత స్థాయిలో గ్రేడ్ క్రాకర్స్ అమ్మకాలు, వినియోగానికి సుప్రీంకోర్టు అనుమతి ఇచ్చిన విషయం తెలిసిందే. సాంప్రదాయ ఉత్సవాలు, పర్యావరణ సమస్యల మధ్య

సమతుల్యత అవసరమని కోర్టు పేర్కొంది. గ్రీన్ క్రాకర్స్ అక్టోబర్ 18 నుంచి 20 మధ్య మాత్రమే విక్రయించవచ్చని.. నిర్దిష్ట సమయాల్లో మాత్రమే కాలేషన్‌లకు అనుమతి ఇచ్చింది. ఈ మినహాయింపును టెస్ట్ కేసు ప్రాతిపదికన ఇస్తున్నట్లు కోర్టు పేర్కొంది. అలాగే, అక్టోబర్ 14 నుంచి 25 వరకు గాలి నాణ్యతను పర్యవేక్షించి.. రోజువారీ నివేదికలను సమర్పించాలని కేంద్ర కాలుష్య నియంత్రణ బోర్డు, రాష్ట్ర కాలుష్య నియంత్రణ బోర్డులను కోర్టు ఆదేశించింది.

అనవసర అంశాలపైనే ప్రసంగాలు'

దేశాన్ని బిహార్‌ను అవమానించారంటూ ప్రతిపక్ష నేతలందరిపై ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ ముద్ర వేస్తున్నారని కాంగ్రెస్ అగ్రనేయకురాలు ప్రియాంక గాంధీ విమర్శించారు. దీనికోసం కేంద్రంలో కొత్తగా 'అవమానాల మంత్రిత్వశాఖ'ను ఏర్పాటు చేయాలంటూ ఎద్దేవా చేశారు. బిహార్ అసెంబ్లీ ఎన్నికల నేపథ్యంలో సోనెలింగాల్లో నిర్వహించిన ప్రచార సభలో ఈమేరకు ప్రసంగించారు. ప్రధాని అనవసర విషయాలన్నీ మాట్లాడుతున్నారని, కానీ.. రాష్ట్రంలో ఎన్డీయే సర్కారు అవినీతి, దుష్పరిపాలనపై మాత్రం నోరు మెదపడం లేదన్నారు. "అభివృద్ధి గురించి మాట్లాడటా నికి బదులుగా.. ప్రతిపక్ష నేతలు దేశాన్ని, బిహార్‌ను అవమానిస్తున్నారంటూ ప్రధాని మోదీ పదేపదే ఆరోపిస్తున్నారు. కేంద్ర ప్రభుత్వం ఈ వ్యవహారాలపైనే ఎక్కువ దృష్టి సారించినట్లు కనిపిస్తోంది. కాబట్టి.. దీని కోసం నూతనంగా 'అవమానాల శాఖ'ను ఏర్పాటు చేయాలి" అని ప్రియాంక గాంధీ వ్యాఖ్యానించారు. ఎన్నికల సమయంలో రాష్ట్రానికి చరాలు ప్రకటించే ముందు.. గత 20 ఏళ్లలో ఎన్డీయే సర్కారు ఏం చేసిందో మోదీ, అమితో షా సమాధానం చెప్పాలని డిమాండ్ చేశారు.

బిహార్ ప్రభుత్వాన్ని నీతికే కుమార్ నడపడం లేదని.. ప్రధాని, ఇతర వ్యక్తులు దిట్టి నుంచి రిమోట్ కంట్రోల్ ద్వారా నియంత్రిస్తున్నారని ప్రియాంక పేర్కొన్నారు. ప్రజల ఓటు హక్కును లాక్కొనేందుకు చూస్తున్నారని ఆరోపించారు. స్థానికంగా ఉద్యోగ అవకాశాలు లేకపోవడంతోనే యువత ఇతర ప్రాంతాలకు వలస వెళ్లాల్సి వస్తోందన్నారు. ఉపాధి కల్పించే ప్రభుత్వ రంగ సంస్థలను భాజపా సన్నిహిత కార్పొరేట్‌లకు అప్పగించారని ఆరోపించారు. ఇదిలా ఉండగా.. ఛత్ పూజ, మహా కుంభమేళాలను ప్రతిపక్ష



నేతలు అవమానించారంటూ ప్రధాని మోదీ ఆదివారం ఆరోపించిన విషయం తెలిసిందే. ఈ క్రమంలోనే ప్రియాంక గాంధీ వ్యాఖ్యలు ప్రాధాన్యం సంతరించుకున్నాయి.

ట్రక్ బీభత్సం..



జైపూర్: రాజస్థాన్‌లో మరో ఘోర ప్రమాదం జరిగింది. సోమవారం రాజస్థాన్ రాజధాని జైపూర్‌లో ప్రయాణిస్తున్న వాహనాలపై దంపర్ ట్రక్ దూసుకెళ్లింది. ఐదుకిలోమీటర్ల మేర వాహనాలను ఢీకొట్టుకుంటూ వెళ్లింది. ఈ ప్రమాదంలో 19 మందికి పైగా మృతి చెందారు. యాభై మందికి పైగా తీవ్రంగా గాయపడ్డారు. 17కు పైగా వాహనాలు నుజ్జునుజ్జుయ్యాయి. జైపూర్ నగరంలోని హర్మదా పోలీస్ స్టేషన్ పరిధిలో ఓ దంపర్ ట్రక్ బీభత్సం సృష్టించింది. అతి వేగంతో వచ్చిన దంపర్ ట్రక్ ముందుగా ఓ కారును ఢీకొట్టింది. ఆ తర్వాత పల్లీ కొడుతూ మరో రెండు వాహనాలపై దూసుకెళ్లింది. ఈ ప్రమాదంలో కార్లు, బైకులు, పాదచారులు అన్నీ దంపర్ ట్రక్ కిందపడి నుజ్జునుజ్జుయ్యాయి. అయినప్పటికీ ట్రక్ డ్రైవర్ వాహనం అవకుండా ముందుకెళ్లినట్లు స్థానికులు తెలిపారు. ప్రమాదంతో అప్రమత్తమైన స్థానికులు క్షతగాత్రులను అత్యవసర చికిత్స నిమిత్తం ఆస్పత్రికి తరలించారు. ప్రమాదంపై సమాచారం అందుకున్న పోలీసులు ఘటన స్థలానికి చేరుకున్నారు. ప్రమాద సమయంలో దంపర్ డ్రైవర్ మద్యం సేవించినట్లు సమాచారం. ఐదు కిలోమీటర్ల మేర అతను వాహనాలను ఢీకొంటూ ముందుకు సాగినట్లు ప్రత్యక్ష సాక్షులు తెలిపారు. 'దంపర్ ట్రక్ డ్రైవర్ మద్యం మత్తులో ఉన్నాడు. రోడ్డుమీద వాహనాల్ని ఢీకొట్టుకుంటూ వెళ్లాడు. వాహనాలు ప్రమాదానికి గురవుతున్నా ఆవకుండా ముందుకు వెళ్లాడని ' వారు పేర్కొన్నారు.

పోలీసుల దర్వాప్తు

ప్రమాద సమాచారం అందుకున్న వెంటనే పోలీసులు ఘటనా స్థలానికి చేరుకుని పరిస్థితిని సమీక్షించారు. దంపర్ డ్రైవర్ మద్యం సేవించాడా? లేక వాహనంలో బ్రేక్ ఫెయిల్చ్యూర్ జరిగిందా? అనే కోణాల్లో పూర్తి స్థాయిలో దర్వాప్తు ప్రారంభించారు.

రూ.3వేల కోట్లు కొల్లగొట్టారు



దిట్టి: దేశవ్యాప్తంగా ఇటీవలి కాలంలో పెచ్చుమీరుతున్న 'డిజిటల్ అరెస్టు' మోసాలపై సుప్రీంకోర్టు తీవ్రంగా స్పందించింది. ఈ మోసాలకు అడ్డుకట్ట వేసేందుకు కఠినచర్యలు తీసుకుంటామని పేర్కొంది. డిజిటల్ అరెస్టు స్కామ్‌లపై కొద్దిరోజులుగా సుప్రీంకోర్టులో విచారణ జరుగుతోంది. "ఒక్క మసదేశంలోనే ఈ అరెస్టు బాధితుల నుంచి రూ.3వేల కోట్లు కొల్లగొట్టడం దిగ్భ్రాంతికరం. ఇప్పుడు వీటిని మనం తీవ్రంగా తీసుకోకపోతే.. ఈ నేరగాళ్లు పెచ్చుమీరిపోతారు. వీటికి అడ్డుకట్టవేసేలా కఠినచర్యలు తీసుకోవాలని నిశ్చయించుకున్నాం" అని సుప్రీంకోర్టు పేర్కొంది. "డిజిటల్ అరెస్టు సమస్య పెద్దన వాల్‌గా ఉంది. ఇతర దేశాల్లో ఎలాంటి పరిస్థితి ఉండో తెలియదు. సాంకేతిక, ఆర్థిక విభాగాలు ఎలా పనిచేస్తున్నాయో తెలియదు. ఆ విభాగాలు మరింత సమర్థవంతంగా పనిచేసేందుకు చర్యలు తీసుకోవాల్సిన అవసరం ఉంది" అని హెచ్చరించింది. ఇలాంటి కేసుల్లో బాధితులు ఎక్కువగా పర్యాధికులే ఉండటం అత్యంత దయనీయమని సాలిసిటర్ జనరల్ తుషార్ మెహతా న్యాయస్థానానికి వెల్లడించారు. అలాగే ఈ కేసుల్లో ఫిర్యాదులపై దర్వాప్తు చేసేందుకు కేంద్ర హోంశాఖ ఆధ్వర్యంలో ప్రత్యేక యూనిట్ ఉందని తెలిపిన మెహతా.. ఈ వ్యవహారంలో సమగ్ర దర్వాప్తు వివరాలు దాఖలు చేసేందుకు సమయం కావాలని కోరారు. ఈ మోసాలు దేశవ్యాప్తంగా చోటుచేసుకుంటున్న నేపథ్యంలో మొత్తం వ్యవహారంపై దర్వాప్తును సీబీఐకి అప్పగించాలని యోచిస్తున్నట్లు గత విచారణలో సుప్రీంకోర్టు పేర్కొంది. దేశవ్యాప్తంగా విభిన్న రాష్ట్రాల్లో సమోదైన ఎఫ్ఐఐలరలను కలిపి విస్తృతస్థాయిలో దర్వాప్తు జరిపే సాంకేతిక, సిబ్బందిపరమైన వనరులు సీబీఐకి ఉన్నాయా? అని కూడా ఆరా తీసింది. కాలనాల సాలిసిటర్ జనరల్ తుషార్ మెహతా సమాధానం ఇస్తూ ఇప్పటికే సీబీఐ ఇలాంటి మోసాలపై దర్వాప్తు చేస్తోందని చెప్పారు. కేంద్రహోంశాఖ పరిధిలోని సైబర్ క్రిమ్ డివిజన్ నుంచి ఇందుకు అవసరమైన సాంకేతిక సాయం అందుతున్నట్లు వివరించారు.

'కూటమిలో పప్పు, తప్పు, అప్పు': సీఎం యోగి

దృఢంగా: ఉత్తరప్రదేశ్

ముఖ్యమంత్రి యోగి ఆదిత్యనాథ్ ఇండియా కూటమిపై తీవ్ర విమర్శలు చేశారు. సోమవారం బీహార్ లోని దర్భంగాలో జరిగిన బహిరంగ ర్యాలీలో ఆయన ప్రసంగించారు.



కాంగ్రెస్, ఆర్థేడ్ల పనితీరును దుర్ముఖట్టారు. వారి పాలనలో రాష్ట్రంలో ఏమి జరిగిందో గుర్తు చేశారు. ఆర్థేడ్-కాంగ్రెస్ కూటమిపై విమర్శలు బాణాన్ని ఎక్కువెత్తిన సీఎం యోగి.. వారి గత పాలనలో పేదలకు ప్రాథమిక అవసరాలు, సంక్షేమ ప్రయోజనాలు అందకుండా పోయాయని ఆరోపించారు. 2005కి ముందు కాంగ్రెస్, ఆర్థేడ్ పాలనలో రాష్ట్రంలోని పేదలు అనారోగ్యానికి గురైతే, వైద్య సదుపాయాలు లేక బాధపడుతూ చనిపోయేవారని అన్నారు. మహాత్మాగాంధీ చిప్పిన మూడు కోతులు కథను గుర్తు చేస్తూ, నేడు ఇండియా కూటమిలో పప్పు, తప్పు, అప్పు అనే మూడు కొత్త కోతులు ఉన్నాయన్నారు. వాటి గుణాలను వివరిస్తూ పప్పు నిజం మాట్లాడలేదని, తప్పు సరైనది చూడలేదని, అప్పు నిజం వినలేదని అ?న్నారు. ఈ నేతలు ఎన్డీఏ ప్రభుత్వంలో జరిగిన అభివృద్ధి పనులను చూడలేరు, వినలేరు, మాట్లాడలేరని, అందుకే తప్పుడు సమాధానాన్ని వ్యాప్తి చేస్తున్నారని యోగి ఆరోపించారు. కశ్మీర్‌ను కాలంగ్రెస్ వివాదాస్పదం చేసిందని, అయితే ప్రధాని మోదీ దానిని ఉగ్రవాదం నుండి విముక్తి చేశారని సీఎం యోగి పేర్కొన్నారు. హిందువులు కశ్మీర్‌ను విడిచి వెళ్లాల్సి రావడం వెనుక కాంగ్రెస్ తప్పిదముందని, ఇప్పుడు మిథిల, బీహార్ ప్రజలు కూడా అక్కడ ప్రశాంతంగా జీవించగలుగుతున్నారన్నారు. ప్రతిపక్ష పార్టీలు రామునికి వ్యతిరేకం అని, హిందూ విశ్వాసాన్ని అగౌరవపరుస్తున్నాయని సీఎం ఆరోపించారు. రామ రథయాత్రను ఆపేందుకు ఆర్థేడ్ ప్రయత్నించిందని, అయోధ్యలో రామ భక్తులపై కాల్పులు జరపాలని సమాజ్ వాదీ పార్టీ ఆదేశించిందని, పవిత్ర నగరాన్ని రక్తంతో ఎర్రగా మార్చారని యోగి ఆరోపించారు. ఆర్థేడ్ పాలనలో బీహార్‌లో 70కి పైగా మారణహోమాలు జరిగాయన్నారు. ఈ పార్టీలు ప్రజలను కులాల వారీగా విభజించి, జాతీయ భద్రతను బలహీనపరుస్తున్నాయని ఆరోపించారు.

బరువు తగ్గడానికి ఏది బెస్ట్?

అరటిపండ్లు ఆరోగ్యానికి ఎంతో మంచివి. ఇవి శరీరానికి తక్షణ శక్తిని అందిస్తాయి. చలికాలంలో బరువు తగ్గడానికి అరటి కాయ తినాలా..? అరటిపండా..? ఈ రెండింటి మధ్య ఉన్న తేడాలు, ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు గురించి తెలుసా..? శీతాకాలంలో ఆహారం విషయంలో ప్రత్యేక శ్రద్ధ తీసుకోవడం చాలా ముఖ్యం. ఎందుకంటే ఈ సీజన్‌లో ఆహారపు అలవాట్లు, జీవనశైలి మారడం వలన అనేక ఆరోగ్య సమస్యలు తలెత్తుతాయి. ఈ చలికాలంలో లభించే పండ్లలో అరటిపండు చాలా రుచికరమైనది, అద్భుతమైన ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను కలిగి ఉంటుంది. అయితే అరటి కాయ తినాలా..? అరటిపండు తినాలా అనే సందేహం చాలా మందిలో ఉంటుంది. పండిన అరటిపండ్లు ఎప్పుడూ మంచి రుచిని, తక్షణ శక్తిని అందిస్తాయి. పండిన అరటిపండ్లలో చక్కెర శాతం ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఇది వాటిని అద్భుతమైన శక్తి వనరుగా మారుస్తుంది. ఇవి అధిక గ్లైసెమిక్ సూచిక కలిగి ఉంటాయి. దీని అర్థం ఇవి శక్తిని త్వరగా విడుదల చేస్తాయి. పండిన అరటిపండ్లు సులభంగా జీర్ణమవుతాయి. కాబట్టి ఇవి పిల్లలకు, అధైర్యకు తక్షణ శక్తిని అందించడానికి ఉత్తమ ఎంపిక.పచ్చి అరటిపండ్లు పండిన వాటి కంటే భిన్నమైన, ప్రత్యేకమైన ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను కలిగి ఉంటాయి. పచ్చి అరటిపండ్లలో రెసిస్టెంట్ స్టార్చ్ అనే ఒక రకమైన కార్బోహైడ్రేట్ ఉంటుంది. ఇది జీర్ణవ్యవస్థలో నెమ్మదిగా కడులుతూ రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రించడంలో సహాయపడుతుంది. వీటిలో ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది. ఇది జీర్ణవ్యవస్థ ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తుంది. మధుమేహం ఉన్నవారు లేదా ఇన్సులిన్ నిరోధకత సమస్య ఉన్నవారికి పచ్చి అరటిపండ్లు చాలా మంచివి. లక్ష్యం బరువు తగ్గడం అయితే పచ్చి అరటిపండు మీకు ఉత్తమంగా సహాయపడుతుంది. పచ్చి అరటిపండ్లలో కేలరీలు తక్కువగా ఉంటాయి. ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది. అధిక ఫైబర్ కారణంగా, ఇది ఎక్కువసేపు కడుపు నిండుగా ఉంచుతుంది. దీనివల్ల తరచుగా ఆకలి వేయకుండా ఉంటుంది. అతిగా తినడాన్ని నియంత్రించడం ద్వారా బరువు నియంత్రణలో ఉంచుతుంది. నిపుణుల అభిప్రాయం ప్రకారం.. రెండు రకాల అరటిపండ్లు వాటి ప్రయోజనాలను కలిగి ఉంటాయి. తక్షణ శక్తి కావాలంటే పండిన అరటిపండు. జీర్ణక్రియ, రక్తంలో చక్కెర నియంత్రణ లేదా బరువు తగ్గడం కోసం అయితే పచ్చి అరటిపండు తినడం బెస్ట్. మీ వ్యక్తిగత ఆరోగ్య అవసరాలు, లక్ష్యాలు ఆధారంగా సరైన అరటిపండును ఎంచుకోవచ్చు.



చెరకు, చెరకు రసం.. ఆరోగ్యానికి ఏది బెటర్

చెరకు.. దీనిని కేవలం తీపి కోసం మాత్రమే కాదు.. హిందూ పండుగలలో దేవుడికి నైవేద్యంగానూ ఉపయోగిస్తారు. రుచితో తియ్యగా ఉండి ఆరోగ్యానికి అనేక ప్రయోజనాలు అందించే ఈ చెరకు.. తక్షణ శక్తిని ఇవ్వడం, జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచడం, రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడంలో అద్భుతంగా పనిచేస్తుంది. తక్షణ శక్తికి చెరకు రసం: చెరకు, దాని రసం రెండూ శరీరానికి త్వరగా శక్తిని అందించేవే.. చెరకును నమిలినప్పుడు, శరీరానికి గ్లూకోజ్ నెమ్మదిగా విడుదలవుతుంది. ఇది దీర్ఘకాలిక శక్తిని అందిస్తుంది. చెరకు రసం తాగడం ద్వారా గ్లూకోజ్ వెంటనే రక్తంలో కలిసి తక్షణ శక్తిని ఇస్తుంది. ముఖ్యంగా అలసటగా ఉన్నప్పుడు లేదా వ్యాయామం తర్వాత చెరకు రసం తాగడం చాలా ఉపయోగకరం.జీర్ణక్రియకు ఫైబర్ బలం: జీర్ణవ్యవస్థను బలోపేతం చేయడంలో చెరకు ముఖ్యపాత్ర పోషిస్తుంది. చెరకును నమిలేటప్పుడు అందులోని ఫైబర్ జీర్ణక్రియను నెమ్మదిస్తుంది. దీని ద్వారా జీర్ణవ్యవస్థ బలంగా మారుతుంది. దీనిని క్రమం తప్పకుండా తీసుకోవడం వల్ల మలబద్ధకం, ఇతర కడుపు సమస్యలు తగ్గుతాయి. చెరకు రసం కూడా జీర్ణక్రియకు మేలు చేస్తుంది. కానీ నమలడంతో పోలిస్తే రసంలో ఫైబర్ తక్కువగా ఉండటం వల్ల దాని ప్రభావం కొంచెం తక్కువగా ఉంటుంది. దంతాలు, చిగుళ్లకు బలం: ఆశ్చర్యకరంగా.. చెరకు నమలడం వల్ల దంతాలు శుభ్రపడతాయి. చిగుళ్ళు కూడా బలంగా తయారవుతాయి. ఇందులో ఎముకలను బలోపేతం చేసే కాల్షియం, పాస్ఫరస్ వంటి ముఖ్యమైన మినరల్స్ ఉంటాయి. చెరకు నమలడం దంత ఆరోగ్యానికి దీర్ఘకాలిక ప్రయోజనాలను అందిస్తుంది.

ఇమ్మ్యూనిటీ - డీటాక్స్: చెరకు, చెరకు రసం రెండూ రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడానికి సహాయపడతాయి. విటమిన్ సి, యాంటీఆక్సిడెంట్లు శరీరం బ్యాక్టీరియల్, వైరల్ ఇన్ఫెక్షన్తో పోరాడేందుకు శక్తినిస్తాయి. చెరకు రసంలో ఉండే యాంటీఆక్సిడెంట్లు, ఖనిజాలు కాలేయాన్ని శుభ్రపరచడానికి సహాయపడతాయి. తక్షణ డీటాక్స్ ఫలితాల కోసం రసం తాగడం మంచిది. నమలాలా..? తాగాలా..?: చెరకును నమలడం, రసం తాగడం రెండూ ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తాయి. మీరు మీ శక్తిని క్రమంగా పెంచుకోవాలని, కడుపు సమస్యల నుంచి రిలీఫ్, దంతాలు, చిగుళ్లను పటిష్టం చేసుకోవాలని అనుకుంటే చెరకును నమిలి తినడం ఉత్తమం. మీకు తక్షణ శక్తి కావాలన్నా, శరీరం డీటాక్స్ జరగాలన్నా లేదా వేసవిలో వెంటనే చల్లదనం కావాలన్నా చెరకు రసం తాగడం మరింత ప్రభావవంతంగా ఉంటుంది.



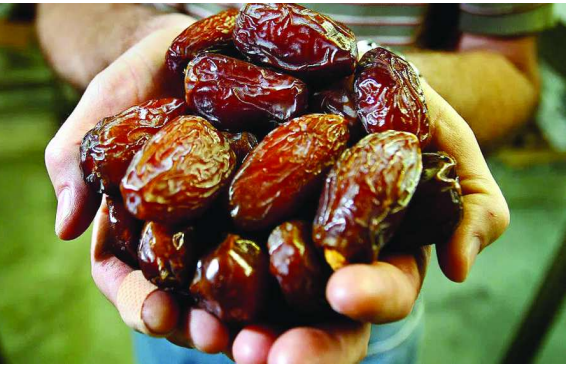
మునగకాయ నీరు లాభాలు...

మునగ.. ఇది బహుశార్దసాధక చెట్టు. దీని ఆకులు, పువ్వులు, కాయలను ఆహారం కోసం, వివిధ ఔషధ ప్రయోజనాల కోసం ఉపయోగిస్తారు. మునగకాయలు ఆరోగ్యానికి చాలా ప్రయోజనకరమైన అనేక పోషకాలను కలిగి ఉంటాయి. మునగ నీరు కూడా ఆరోగ్యానికి అనేక ప్రయోజనాలు కలిగి ఉన్నాయని ఆయుర్వేద ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. మునగకాయ నీళ్లు అనేక రకాల వ్యాధులను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుందని వివరిస్తున్నారు. మునగకాయలు ఆరోగ్యానికి చాలా మేలు చేస్తాయి. వీటిని తినడం వల్ల అనేక వ్యాధులను నివారించవచ్చు. మునగకాయలలో ప్రోటీన్, విటమిన్లు ఎ, సి, బి కాంప్లెక్స్, కాల్షియం, ఐరన్, మెగ్నీషియం, పొటాషియం వంటి అనేక పోషకాలు ఉంటాయి. ఇవి శరీరానికి చాలా మేలు చేస్తాయి. మునగకాయ నీరు మిమ్మల్ని వ్యాధుల నుండి రక్షించడంలో సహాయపడటమే కాకుండా మీ మొత్తం ఆరోగ్యాన్ని కూడా మెరుగుపరుస్తుంది. మునగకాయ ఆకు అయినా, బెరడు అయినా, లేదా మునగకాయ కాయ అయినా, మునగకాయ అన్ని భాగాలు ఆరోగ్య ప్రయోజనాలతో నిండి ఉంటాయి. మునగకాయ నీరు తాగడం వల్ల కలిగే ప్రయోజనాల గురించి చాలా మందికి తెలియదు. మునగ కాయ వాటర్ శరీర రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడంలో సహాయపడుతుంది. ఇందులో ఉండే యాంటీఆక్సిడెంట్లు, విటమిన్లు శరీరానికి బ్యాక్టీరియా, వైరస్లతో పోరాడే శక్తిని ఇస్తాయి. దీన్ని క్రమం తప్పకుండా తాగడం వల్ల కాలానుగుణ వ్యాధుల నుండి మిమ్మల్ని రక్షించుకోవచ్చు.మునగ కాయలు ఫైబర్, ఆయుర్వేద లక్షణాలను బలోపేతం చేస్తాయి. ఉంటాయి. ఇవి జీర్ణవ్యవస్థను బలోపేతం చేస్తాయి. దీని నీరు పేగు వ్యర్థాలను బయటకు వంచడంలో సహాయపడుతుంది. మలబద్ధకాన్ని తగ్గిస్తుంది. జీర్ణక్రియ నిర్వహించబడుతుంది. కడుపు తేలికగా అనిపిస్తుంది. మునగ కాయ వాటర్ జీవక్రియను వేగవంతం చేస్తుంది. ఇది బరువు తగ్గడానికి సహాయపడుతుంది. ఇది ఆకలిని నియంత్రిస్తుంది. అదనపు కొవ్వును తగ్గిస్తుంది. ఉదయం ఖాళీ కడుపుతో దీన్ని తాగడం వల్ల బరువు తగ్గడం వేగవంతం అవుతుంది. మునగ కాయ వాటర్ రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రించడంలో సహాయపడుతుంది. దీని లక్షణాలు ఇన్సులిన్ సెన్సిటివిటీని పెంచుతాయి. డయాబెటిస్‌ను నియంత్రించడంలో సహాయపడతాయి. ప్రతిరోజూ దీనిని తాగడం డయాబెటిక్ రోగులకు ప్రయోజనకరంగా ఉంటుంది. మునగకాయ నీటిలో విటమిన్ సి, యాంటీఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇవి మెరిస్ చర్మాన్ని, బలమైన జుట్టును ప్రోత్సహిస్తాయి. ఇది చర్మం నుండి విషాన్ని బయటకు పంపి జుట్టు మూలాలను పోషిస్తుంది. క్రమం తప్పకుండా తీసుకోవడం వల్ల మీ చర్మాన్ని ప్రకాశవంతం చేస్తుంది. మీ జుట్టుకు మెరుపు వస్తుంది. మునగకాయ నీటిని ఎలా తయారు చేయాలి? 3-4 తాజా మునగకాయలు, 2-3 గ్లాసుల నీటిని తీసుకోవాలి. ముందుగా మునగ కాయలను ముక్కలుగా కట్ చేసుకోవాలి. వాటిని నీటిలో వేసి 10-15 నిమిషాలు తక్కువ మంట మీద మరిగించాలి. నీటిని వడకట్టి తీసుకోవాలి. ఈ నీటిని ఉదయం ఖాళీ కడుపుతో లేదా పగటిపూట కూడా తాగొచ్చు. ఈ మునగ కాయ వాటర్ అనేది మీ ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచడంలో సహాయపడే సహజమైన, సరళమైన నివారణ. దీనిని తీసుకోవడం వల్ల అనారోగ్యాన్ని నివారించడమే కాకుండా ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలిని కూడా ప్రోత్సహిస్తుంది.



చందమామలాంటి అందం కావాలా?

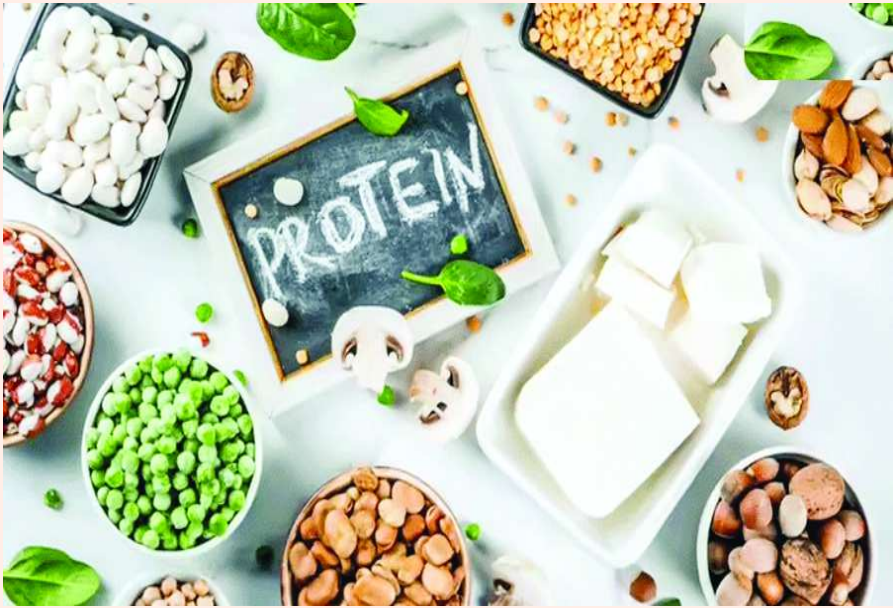
ఖర్జూరాల్లో ఇతర పండ్ల కంటే ఎక్కువ కేలరీలు ఉంటాయి. అందుకే రోజూ రెండు ఖర్జూరాలు తినడం వల్ల కడుపు శుభ్రపడుతుంది. మలబద్ధకం నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. ఖర్జూరాలలో ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది. అవి పేగుల నుంచి విషపూరిత అంశాలను తొలగించడంలో సహాయపడతాయి. ఖర్జూరం రుచికి తీపిగా ఉండటమేకాకుండా ఇందులో పోషకాలు కూడా దండిగా ఉంటాయి. ఇందులో అనేక పోషక లక్షణాలు ఉన్నాయి. పిల్లలు, పెద్దలు అనే తేడా లేకుండా అన్ని వయసుల వారికి ఖర్జూరం మేలు చేస్తుంది. అయితే ఇందులో ఇతర పండ్ల కంటే ఎక్కువ కేలరీలు ఉంటాయి. అందుకే రోజూ రెండు ఖర్జూరాలు తినడం వల్ల కడుపు శుభ్రపడుతుంది. మలబద్ధకం నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. ఖర్జూరాలలో ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది. అవి పేగుల నుంచి విషపూరిత అంశాలను తొలగించడంలో సహాయపడతాయి. ఇది నిర్విషకరణకు సహాయపడుతుంది. ఖర్జూరాల్లో ఇతర పండ్ల కంటే ఎక్కువ యాంటీఆక్సిడెంట్లు ఉంటాయి. వీటిలోని ఫ్లేవనాయిడ్లు వంటి శక్తివంతమైన యాంటీఆక్సిడెంట్లు డయాబెటిస్, అల్బిమర్స్, క్యాన్సర్ వంటి వ్యాధుల ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తాయి. ఇది వాపును తగ్గించడంలో కూడా సహాయపడుతుంది. ఫిసీలిక్ ఆమ్లాల శోధ నిరోధక లక్షణాల కారణంగా ఇది గుండె ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది. ఖర్జూరాలు తీపిగా ఉంటాయి. ఇందులో కార్బోహైడ్రేట్లు ఎక్కువగా ఉన్నప్పటికీ ఇవి మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులకు సురక్షితం. వీటిలో తక్కువ గ్లైసెమిక్ సూచిక ఉంటుంది. అందువల్ల అవి రక్తంలో చక్కెర పెరగడానికి అనుమతించవు. అయితే పరిమితంగా మాత్రమే వీటిని తీసుకోవాలి. ఖర్జూరంలో ఖనిజాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇది ఎముకలను బలంగా చేస్తుంది. ఆస్టియోపోరోసిస్ వంటి సమస్యల నుంచి కూడా రక్షిస్తుంది. ఖర్జూరంలో రాగి, మాంగనీస్, సెలీనియం వంటి ఖనిజాలు ఉంటాయి. ఇవి ఎముకల నిర్మాణానికి సహాయపడతాయి. ఖర్జూరాలు ఫైటోహోల్మిక్లకు మంచి మూలం. ఇది చర్మం వృద్ధాప్య ప్రక్రియను నెమ్మదిస్తుంది. ఖర్జూరాలను క్రమం తప్పకుండా తీసుకోవడం వల్ల ముదతలు తగ్గుతాయి.చర్మం మరింత సాగేలా చేస్తుంది.



ప్రోటీన్ కోసం వెజిటేరియన్ ఫుడ్స్

వెజిటేరియన్స్కి పోషకాలు అందవు అంటారు. కానీ, పోషకాలు కేవలం నాన్‌వెజ్‌లో మాత్రమే ఉండడంలేదు. మన చుట్టూ ఉండే కొన్ని వెజిటేరియన్ ఫుడ్స్‌లో కూడా పుష్కలమైన ప్రోటీన్ ఉంటుంది. వీటిని తీసుకోవడం వల్ల కండరాల బలం పెరగడం దగ్గర్నుంచీ కడుపు నిండిన బరువు ఉంటుంది. బరువు తగ్గడానికి హెల్త్ అవుతుంది. ఎక్కువగా ప్రాసెస్ చేయని ఫుడ్స్ ఇలాంటి ఫుడ్స్‌ని తింటే మీరు ఉపవాసం ఉంటే మధ్యమధ్యలో ఆకలి ఉండదు. పైగా ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిది. మరి అలాంటి ప్రోటీన్ రిచ్ వెజిటేరియన్ ఫుడ్స్ ఏంటో తెలుసుకోండి. మనలో చాలామందికి ఈ విషయం గురించి తెలియకుండానే పప్పులు తింటున్నాం. అదేంటంటే, పప్పుల్లో పుష్కలంగా ప్రోటీన్ ఉంటుంది. ఇందులో ఫైర్ కూడా ఉంటుంది. వీటిని తీసుకోవడం వల్ల పెద్ద ప్రేగుల్లోని మంచి బ్యాక్టీరియాకి హెల్త్ చేస్తుంది. పప్పు ధాన్యాలు తింటే గుండె సమస్యలు, షుగర్, అధిక బరువు, క్యాన్సర్స్ వంటి సమస్యలు కూడా తగ్గుతాయి. దీనికి కారణం ఇందులోని ఫోలేట్, మాంగనీస్, ఐరన్, యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్ వంటి ఎన్నో పోషకాలు. కిడ్నీ బీస్ప్లోల కూడా పుష్కలంగా ప్రోటీన్ ఉంటుంది. శనగల దగ్గర్నుంచీ, రకరకాల బీన్స్‌లు కూడా ప్రోటీన్ రిచ్ ఫుడ్స్. ఇందులో సంక్లిష్ట కార్బోహైడ్రేట్స్ ఉంటాయి. వీటితో పాటు ఫైబర్, ఐరన్, ఫోలేట్, పాస్ఫరస్, పొటాషియం, మాంగనీస్ వంటి గుణాలు ఉన్నాయి. వీటిని తీసుకోవడం వల్ల కొలెస్ట్రాల్ లెవల్స్ తగ్గడమే కాకుండా రక్తంలో చక్కెర తగ్గుతుంది. బీజ్ తగ్గుతుంది. బెల్లీ ఫ్లాట్ తగ్గుతుంది. వీటిని రెగ్యులర్‌గా కాకుండా కాస్తా మసాలా వండుకుని తింటే నాన్‌వెజ్ కంటే ఎంతో రుచిగా ఉంటాయి. పచ్చి బఠానీలు ఇందులోనూ పుష్కలంగా ప్రోటీన్ ఉంటుంది. ఓ కప్పు పచ్చి

బఠానీల్లో దాదాపు 9 గ్రాముల ప్రోటీన్ ఉంటుంది. వీటితో పాటు ఫైబర్, థయామిన్, ఫోలేట్, మాంగనీస్, విటమిన్, కెలతో పాటు ఐరన్, మెగ్నీషియం, పాస్ఫరస్, జింక్, కాపర్, ఇతర బి విటమిన్స్ ఉంటాయి. వీటిని మనం ఎలా అయినా వండుకోవచ్చు. ఎంచక్కా వీటితో స్నాక్స్ కూడా చేసుకుని తినొచ్చు. ఉడికించి కాస్తా పోపు చేసుకుని తింటే బ్రేక్‌ఫాస్ట్ లంచ్ ఎప్పుడైనా చాలా బాగుంటుంది. నట్స్, సీడ్స్ గురించి ఎంత చెప్పినా తక్కువే. ఇందులో ప్రోటీన్ పోషకాలు ఉంటాయి. బాదం ఓ ఔస్స్ పరిమాణంలో దాదాపు 6 గ్రాముల ప్రోటీన్ ఉంటుంది. వీటితో పాటు ఐరన్, కాల్షియం, మెగ్నీషియం, సెలీనియం, పాస్ఫరస్, విటమిన్ ఈ, కొన్ని బి విటమిన్స్‌తో పాటు ఫైబర్, హెల్త్ ఫ్యాట్స్ కూడా ఉంటాయి. వీటితో పాటు యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్ ఉంటాయి. వీటిని నానబెట్టుకుని తింటే మంచిది. అలా కాకుండా వాటిని నూనెలో తియించి తింటే పోషకాలు తగ్గుతాయని గుర్తుంచుకోండి. వీటిని స్నాక్స్‌లా, స్వీట్స్‌లో ఎలా అయినా చేసుకుని తినొచ్చు. అన్నీ స్పెషల్ ఫుడ్స్ గురించి చెబుతున్నారు. మరి రెగ్యులర్‌గా తినే కూరగాయల్లో ప్రోటీన్ ఉండదా అంటే అందులోనూ ఉంటాయి. బ్రెకోఫీ, పాలకూర, బంగాళాదుంపలు, చిలగడదుంపలు, బ్రెస్వల్ ఫ్రొట్స్‌లో ప్రోటీన్ ఉంటుంది. ఇక పండ్లలో జామ, మల్బరీస్, భాక్ బెల్స్, అరటిపండ్లలో కూడా ప్రోటీన్ ఉంటుంది. కాబట్టి, హ్యాపీగా తినేయొచ్చు.



ప్రజలకు మెరుగైన వైద్యసేవలు అందించాలి

జగిత్యాల ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ సంజయ్ కుమార్

జరిత్యాలు : ప్రభుత్వ ఆసుపత్రులకు వచ్చే రోగులకు మెరుగైన వైద్య సేవలు అందించేందుకు జరిత్యాలు ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ సజజ్ కుమార్ అన్నారు.సోమవారంజరిత్యాలు జిల్లా కేంద్రంలోని మాత శిశు ఆసుపత్రి ను జరిత్యాలు ఎమ్మెల్యే సందర్శించారు. ఈ సందర్భంగాఆస్పత్రిలోని ఆశ్రిజన ఫ్లోరి ను సందర్శించి అందుబాటు లో ఉన్న వడకలు,ఆశ్రిజన, డ్రగ్స్,స్టాక్ హాజరు రిజిస్టర్ ను ఎమ్మెల్యే పరిశీలించి ఆసుపత్రిలో మందుల సరఫరాపై విమర్శ తెలుసుకొని వైద్య అధికారులతో సమీక్ష సానువేతం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా జరిత్యాలు హాస్పిటల్ డైరెక్టరు డాక్టర్ సజజ్ కుమార్ మోల్లూరు కాటా కౌత్ ఆశ్రిజన ఫ్లోరి ఎర్వాలు చేయటం జరిగిందని ఆశ్రిజన ఉపయోగించడం,డ్రగ్స్ విషయంలో కొంత నిధులు అవసరం ఉందని ఎమ్మెల్యే దృష్టికి రాగా మంత్రివర్గాలు అధ్యర్థి లక్ష్మణ్ కుమార్ తో మోల్లూరుడం జరిగిందని స్పందించిన మంత్రి విషయాన్ని రాత్రి వైద్య ఆరోగ్య శాఖ మంత్రి దృష్టికి పంపిణీకి నిధులు మంజూరు కృషి చేస్తానని అన్నారు. ఆసుపత్రి స్టాక్ హాజరు రిజిస్టర్ పరిశీలించి ఆసుపత్రిని తనిఖీ చేయటం జరిగిందని, ఉద్యోగులు బాధ్యతాయుతంగా పనిచేయాలన్నారు. మాతా శిశు ఆసుపత్రిలో చుట్టూ పక్కన 4 జిల్లాల ప్రజలకు నాణ్యమైన వైద్య సేవలు అందిస్తుందని ఆసుపత్రిని విస్తరించే విధంగా 200 కోట్లు తో 230 వడకల ఆసుపత్రి రావడం జరిగిందని టెండర్ ప్రక్రియ కూడా పూర్తి అయిందని



అధికారులు తిలిపారని ఎమ్మెల్యే అన్నార్.క్రిటికల్ కేరీ
యూనిట్ కూడా పూర్తి అయిందని త్వరలోనే ప్రారంభిస్తామని
అన్నార్.ఈ కార్యక్రమంలో మెడికల్ కాలేజీ ప్రిన్సిపాల్

డాక్టర్. సునీల్, సూపరిండెంట్ డాక్టర్.కృష్ణమూర్తి, ఆరిఎంహో
లు డా. సుమన్ మోహన్ రావు, డా.గీతిక, డా.నవీన్,
తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఫీజు రియంబర్స్మెంట్ బకాయిలు వెంటనే విడుదల చేయాలి

డిగ్రీ కళాశాలల యాజమాన్య సంఘం నేతలు

జగిత్యాల : రాష్ట్ర ప్రభుత్వం గత నాలుగు సంవత్సరాలుగా ఇప్పవలసిన ఫీజు రియంబర్స్మెంట్ బకాయిలు ప్రస్తుత సంవత్సరంతో కలిసి పదివేల కోట్లకు చేరిందని,ఈ విషయంపై గత రెండు సంవత్సరాలుగా ప్రస్తుత ప్రభుత్వాలతో విన్ని సైక్ల మనవి చేసిన కనీస స్పందన లేదని,ఫీజు రియంబర్స్మెంట్ బకాయిలు వెంటనే విడుదల చేయాలని డిగ్రీ కళాశాలల యాజమాన్య సంఘం నేతలు డిమాండ్ చేశారు. సోమవారం జగిత్యాల జిల్లా డిగ్రీ కళాశాల యాజమాన్య సంఘం ఆధ్వర్యంలో విలేజ్ గ్రామాల సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా డిగ్రీ కళాశాల సంఘం ప్రభుత్వం కార్యదర్శి రూపం రామకృష్ణ మాట్లాడుతూ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం గత నాలుగు సంవత్సరాలుగా ఇప్పవలసిన ఫీజు రియంబర్స్మెంట్ బకాయిలు ప్రస్తుత సంవత్సరంతో కలిసి పదివేల కోట్లకు చేరిందని,ఈవిషయంపై గత రెండు సంవత్సరాలుగా ప్రస్తుత ప్రభుత్వాలతో విన్ని సైక్ల మనవి చేసిన కనీస స్పందన లేని కారణంగా రాష్ట్రంలోని అన్ని ఉన్నత విద్యాసంస్థలు తప్పని పరిస్థితిలో నిరదిష్ట కలెక్షన్ బంధుకు వ్యవహాసని నష్టం చేశారు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం యొక్క నిర్లక్ష్య దోరణి ప్రణాళిక, ముందు చూపులేని తనం వల్ల ఈరోజు స్కాలర్షిప్ బకాయిలు 10,000 కోట్లకు చేరుకున్నాయని ఆరోపించారు.పేద వర్గవ్యతగరతి విద్యార్థులు తీవ్రంగా నష్టపోతున్నారని, ప్రభుత్వం గతంలో ఇచ్చిన 1200 కోట్ల టోకెన్స్ వెంటనే క్లియర్ చేయాలని, మిగతా బకాయిలకు ఒక సంవత్సరం ప్రణాళికతో ముందుకు వచ్చి తాము కూడా ప్రభుత్వాలతో సహకరిస్తామని,అంతవరకు బంధు విరమించలేమని తెలిపారు.అనంతరం శాశవాహన యూనివర్సిటీ ప్రైవేటు కళాశాలల యాజమాన్య సంఘం ప్రధాన కార్యదర్శి శ్రీపాద నరేష్ మాట్లాడుతూ ముందు మంత చదువుకున్న నిరుద్యోగవలసిన స్వయం ఉపాధి పథకంలో భాగంగా కళాశాలలు నెలకొల్పి తాము ఉపాధి పొందుతూ తమతోపాటు పదిమందికి ఉద్యోగ అవకాశాలు కల్పిస్తున్న కళాశాలలని,



వివేకాన్ని కార్పేటిలే కళాశాలలు కొంతమంది రాజకీయ నాయకుల కళాశాల మాని అందరూ అదే బాటలో ఉన్నారని అలోచించడం తప్ప అన్నారు. ప్రభుత్వం మూలానికి నిరుద్యోగ గల ఉపాధి అవకాశాలను దెబ్బతీయ వద్దని, నిజాయితీగా మని చేస్తున్న మూలానికి వాళ్ళ జీవితాలను కాపాడమని వెంటనే రియూచింగ్ లో నిర్ధులు విడుదల చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. విద్యార్థులు మానసికంగా దృఢంగా ఎదిగే వరకునులే చదివే డిగ్రీ విద్యను నిర్లక్ష్యం చేయవద్దని పాఠశాల స్థాయిలో విద్యార్థి ఎలా చదివినా ఉన్నత విద్యలో కనకకు మంచి విద్యను అభ్యసిస్తే భవిష్యత్తులో ఉన్నత స్థాయికి వెళ్లే అవకాశాలు ఉంటాయని, అలాంటి విద్యను అందించే విద్యాకాఖనం కూడా మాన్యుస్క్రిప్ట్ ముఖ్యమంత్రి చిన్న మాపు చూడడం చాలా బాధాకరమని అడివన వ్యక్తం చేశారు. దక్షులు అడిగితే తమపై విజిలెన్స్ దాడులతో భయభ్రాంతులకు గురైనట్లు సమాజంలో మాపై చెడు అభిప్రాయం

వచ్చే రకంగా ప్రవర్తించడం సరైనది కాదని తెలిపారు. మన జగిత్యాల జిల్లాకు సంబంధించిన సుమారు 50 కోట్ల రూపాయలు వెంటనే విడుదల చేయాలని, ఇప్పటికే గత 3 సంవత్సరాల నుండి సుమారు 10 కళాశాలలు ఆర్థిక ఇబ్బందులతో మూతబడి కేవలం 11 కళాశాలలు మాత్రమే విద్యార్థులను వాటిని కాపాడాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. ఆసంతరం ధర్మపురి నవోదయ కళాశాల కరన్షిండెంట్ ఆంజనేయులు మాట్లాడుతూ గ్రామీణ ప్రాంత కళాశాలలో రియంబర్స్ లో నిధులు లేక మూతబడితే అత్యధ యువత చెరు మార్గాల వైపు వెళ్తున్నారని చెప్పారు. చార్జ్ షిఫ్ట్ కోసం కూలీ పనులకు లేదా బుడూబీ లాంటి దేశాలకు వలస వెళ్తున్నారని అలాంటి ప్రమాదం నుంచి యువతను కాపాడాలని బాధ్యత రాష్ట్ర ప్రభుత్వానిదేనని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో ధర్మపురి కళాశాల కరన్షిండెంట్ మూర్తి, ఇతర యాజమాన్య సభ్యులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

రైతులకు అండగా ప్రజా ప్రభుత్వం!

ప్రభుత్వ విప్, వేములవాడ ఎమ్మెల్యే ఆది శ్రీనివాస్
హాజరైన ఇంచార్జి కలెక్టర్ గరిమ అగ్రవాల్

వేములవాడ : వేములవాడ, కోనరావుపేట మండలాల్లో మూడు సీసీబి కొనుగోలు కేంద్రాల ప్రారంభంరైతులకు అందగా ప్రజా ప్రభుత్వం నిలుస్తుందని ప్రభుత్వ వీవీ, వేములవాడ ఎమ్మెల్యే అబ్బీ శ్రీనివాస్ తెలిపారు. వేములవాడ అర్బన్ మండలం నాంపల్లిలోని లక్ష్మీ నరసింహ కాటన్ ఇండస్ట్రీస్, సంకేపల్లిలోని లక్ష్మీ ఇండస్ట్రీస్, కోనరావుపేట వ్యవసాయ మార్కెట్ కమిటీ ఆవరణలో శ్రీ కావేరి కాటన్ ఇండస్ట్రీస్ సీసీబి కొనుగోలు కేంద్రాలను సోమవారం ప్రభుత్వ వీవీ, వేములవాడ ఎమ్మెల్యే అబ్బీ శ్రీనివాస్, ఇంచార్జ్ కరెక్టర్ గరిమ అగ్రవాలే తో కలిసి ప్రారంభించారు.ఈ సందర్భంగా ప్రభుత్వ వీవీ, వేములవాడ ఎమ్మెల్యే అబ్బీ శ్రీనివాస్ మాట్లాడు రు. జిల్లాలోని పత్తి రైతులకు ఇబ్బందులు కలుగకుండా, మద్దతు ధర వచ్చేలా వ్యవసాయశాఖ మంత్రి తుమ్మల నాగేశ్వరరావుతో మాట్లాడడంతో స్థానికంగా సీసీబి కొనుగోలు కొనసాగిస్తున్నారని సుప్రసిద్ధ చేశారు.జిల్లాలో సీసీబి అవసర్యులలో ఐదు జిస్టింగ్ మిల్లుల్లో కొనుగోలు కేంద్రాలు ఏర్పాలు చేశారని, వేములవాడ పరిధిలో రెండు, కోనరావుపేట మండలంలో ఒకటి, ఇబ్బంతకుంట మండలంలో రెండు ఉన్నాయని తెలిపారు. రైతులు తమ సమాచారంలో ఆయా సీసీబి కొనుగోలు కేంద్రాల్లో పత్తి విక్రయించి మద్దతు పొందాలని వినియోగ నిచ్చారు.పత్తి నాణ్యత ఆధారంగా క్లింబాలకు రూ. 7689 నుంచి 8110 మద్దతు ధర కచ్చితంగా పైలెడించారు. ప్రజా ప్రభుత్వం రైతులకు అందగా నిలుస్తుందని, వారి సరక్షేమానికీ అనేక పథకాలు అమలు చేస్తుందని తెలిపారు. 20 నెలల కాలంలో రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా రూ. లక్ష కోట్లకు పైగా రైతు సరక్షేమ అభివృద్ధి కార్యక్రమాలకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం నిధులు వెచ్చించిందని తెలిపించారు. 20 వేల కోట్లకు పైగా రుణమివ్వే రైతులకు చేసినందని తెలిపారు. పన్ను పద్ధు ఉంచుంచే రైతులకు క్లింబాలకు అదనంగా రూపాయలు 500 అందజేస్తుందని



విపరీతం. దుష్టుకోటి జిల్లాలోని ఆయా మండలాల్లో ధాన్యం కొనుగోలు కేంద్రాలు ఏర్పాటు చేసి మద్దతు ధరకు ధాన్యం కొనుగోలు చేస్తుందని స్పష్టం చేశారు. రైతులకు ఇబ్బందులు కలుగకుండా కొనుగోళ్ళు చేయాలని సూచించారు. ఈ ప్రాంతాల్లో సాగునీటి ప్రాజెక్టులు పూర్తి చేసేందుకు ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ తీవ్రంగా ఆసక్తి, ఇతర మంత్రులు నిధులు మంజూరు చేస్తున్నారని పేర్కొన్నారు. ఎల్లంపల్లి ప్రాజెక్టు పరిధిలోని కాలువలు ఇతర వసూలు పూర్తి చేసేందుకు దాదాపు 300 కోట్లు పైగా ప్రజా ప్రభుత్వం నిధులు విడుదల చేసేందని తెలిపారు. రాజన్న ఆలయ ఆవిష్కర్తడికి సీఎం శంకుస్థాపన చేశారని, పానుల వేగవంతంగా తగ్గి కొనుగోలుతున్నారని పేర్కొన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఇంచార్జి కలెక్టర్ గరిమ అగ్రవాలే మాట్లాడారు.

ఈ ఏడాది 46 వేల ఎకరాల్లో పత్తి సాగు చేశారని, జిల్లాలో 5 లక్షలకు పైగా క్షింభాళ్ళ పత్తి దిగుబడి వస్తుందని ప్రవసాని శాఖ అధికారులు అంచనా వేశారని తెలిపారు. సహనీ కినానూ, లో రైతులు స్లాట్ బుక్ చేసుకోవాలని కోరారు. సీబీబి, మార్కెటింగ్, ఇతర శాఖల అధికారులు సమన్వయంతో రైతులకు వసతులు కల్పించాలని ఆదేశించారు. కార్యక్రమంలో ఏఎస్ ఐ చైర్మన్లు రొంది రాజు, కచ్చకూరుల ఎల్లయ్య, మేములూరు ఆర్డీ రాధాభామ, జిల్లా ప్రవసాని అధికారి ఆఫ్ఫర్ జేగం, మార్కెటింగ్ శాఖ అధికారులు ప్రకాష్, సీబీబి సీపీఓ రఘురామ్ తహసీల్దార్లు విజయ ప్రకాశ్ రావు, వరలక్ష్మి, ఎంపీడిఓల అధికారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఏం జరిగిందో అర్థం కాలేదు

హైదరాబాద్ : రంగారెడ్డి జిల్లా చేవెళ్ల సమీపంలో జరిగిన రోడ్డు ప్రమాదంపై బస్సు కండక్టర్ కన్నీళ్లు పెట్టుకున్నారు. విార్జానగర్ వద్దకు బస్సు రాగానే ఏం జరుగుతుందో క్షణపాటు అర్థం కాలేదని, కన్నుమూసి తెరిచేలోపు ఘోరం జరిగిపోయిందని ఆయన ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. ఈ ప్రమాదంలో 19 మంది మృతి చెందగా, వదులు సస్పెండ్లో గాయపడిన వారు ఆసుపత్రిలో చికిత్స పొందుతున్నారని, స్వల్ప గాయాలతో ప్రమాదం నుంచి తప్పి తో చికిత్స పొందుతున్న కండక్టర్ ఆసుపత్రిలో చికిత్స పొందుతున్నారు. మిడియాతో మాట్లాడుతూ, బస్సులో పోలీసులు, ఉద్యోగులు సహా మొత్తం 72 మంది ప్రయాణికులు ఉన్నారని ఆయన తెలిపారు. హైదరాబాద్-బీజాపూర్ జాతీయ రహదారి 163పై విార్జానగర్ వద్ద ఈ రోజు ఉదయం తాండూరు డిపోకు చెందిన ఆర్టీసీ బస్సును కంకర లోడుతో వెళుతున్న లారీ ఢీకాట్టింది. ఈ ధాటికి బస్సుపై కంకర లోడు విడిపోవడంతో వెలుపులు ప్రయాణికులు దాని కింద కారుకుపోయారు, ఈ దుర్ఘటనలో హైదరాబాద్ జిల్లా యాలాల వారిచేలం హాజీపూర్కు చెందిన బంధువు, లక్ష్మీ చందపలు మృతి చెందారు. దీంతో వారి కుమార్తెలు భవాని, శివలీల అనాథయ్యాయి. తల్లిని చింపాల మరణంతో ఆ చిన్నారులు కన్నీరుమున్నీరుగా విలపిస్తుండటంతో అక్కడున్న వారి వ్యూహాలు బరువెక్కిాయి.

అధిక వర్షాలతో దెబ్బతిన్న ప్రభుత్వ నిర్మాణాల

శాశ్వత నిర్మాణానికి ప్రతిపాదనలు సిద్ధం చేయాలి

సిద్ధిపెట్టె : జిల్లాలో అధిక వర్షాలతో దెబ్బతిన్న ప్రభుత్వ నిర్మాణాల శాశ్వత నిర్మాణానికి ప్రతిపాదనలు సిద్ధం చేయాలని జిల్లా కలెక్టర్ కె. హేమావతి అధికారులను ఆదేశించారు. సోమవారం కలెక్టర్‌లో జిల్లా కలెక్టర్ జిల్లా అధికారులతో సమావేశం నిర్వహించి ముగ్ధానుతూ. జిల్లాలో కురిసిన అధిక వర్షాలతో దెబ్బతిన్న పంచాయితీఠాత్ మరలను అతీ అండ్ బీ లో లెవెల్ సంతెనలు, కల్నర్లు, రోడ్ల శాశ్వత నిర్మాణానికి ప్రతిపాదనలు సిద్ధం చేయాలని సంబంధిత అధికారులు ఆదేశించారు. అదేవిధంగా అధిక వర్షాలతో దెబ్బతిన్న ప్రభుత్వ పాఠశాలలు, అంగన్వాడీ కేంద్రాలు, గ్రామపంచాయితీ కార్యాలయాల, మున్సిపాలిటీలో వివిధ నిర్మాణాల మరమ్మత్తుల కొరకు ప్రతి పాదనలు సిద్ధం చేయాలని ఆన్వారు. కౌన్సిల వెంటనే నేరుగా ఢాన్యం కొనుగోలు కేంద్రాలకు తీసుకువచ్చి నిర్ణిత తేమశాతం వచ్చేనరకు కొనుగోలు కేంద్రాలలోన ఢాన్యాన్ని రైతులు ఆరబెట్టుతున్నారని కానీ అకాల వర్షాలు సంభవించినప్పుడు ఆ ఢాన్యం తడిసిపోవడం జరుగుతుంది. కాబట్టి రైతులు ఢాన్యం కొనం వెంటనే కొనుగోలు కేంద్రాలకు తీసుకుని రాకుండా నిర్ణిత తేమశాతం వచ్చేనరకు ఆరబెట్టుకొని కొనుగోలు కేంద్రాలకు తీసుకువచ్చేలా వ్యవసాయ మంత్రి ఇతర అధికారులు రైతులకు అవగాహన కల్పించాలని ఆన్వారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా అదనపు కలెక్టర్ రెవెన్యూ అబ్దుల్ హమీద్, డిజిఆర్ నాగరాజమ్మ, కిష్కణ డిప్యూటీ కలెక్టర్ భవ్య, వివిధ శాఖల జిల్లా అధికారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సాంఘిక సంస్థల ఎన్నికల కేసు

నవంబర్ 24కు విచారణ వాయిదా

హైదరాబాద్ : రాష్ట్రంలో స్థానిక ఎన్నికల నిర్వహణకు సంబంధించి విడుదల చేసిన నోటిఫికేషన్‌ను స్టేట్ ఎలక్షన్ కమిషన్ నుస్పందించేసిన తర్వాత 9న ఉత్తర్వులు జారీ చేసి విషయం తెలిసిందే. అయితే, ఆ ఉత్తర్వులను నుస్పందించేయడానికి సవాలు చేస్తూ సురేందర్ అనే న్యాయవాది తెలంగాణ హైకోర్టులో పిటిషన్ దాఖలు చేశారు. ఈ మేరకు ఆ పిటిషన్‌పై మరోసారి విచారణ చేపట్టిన ధర్మాసనం కీలక వ్యాఖ్యలు చేసింది. రాష్ట్రంలో స్థానిక ఎన్నికలు ఎప్పుడు నిర్వహిస్తారో చెప్పాలని ప్రభుత్వంతో పాటు, రాష్ట్ర ఎన్నికల సంఘాన్ని ధర్మాసనం ప్రశ్నించింది. అయితే, వాదనల సందర్భంగా ప్రభుత్వం తరపు న్యాయవాది ఎన్నికల నిర్వహణపై బెంకే?కు తమ ఆఖరిచాయం తెలిపేందుకు మరింత గడువు కావాలని కోరారు. మరోవైపు ఎన్నికల నిర్వహించేందుకు సిద్ధంగా ఉన్నామని రాష్ట్ర ఎన్నికల సంఘం కూడా తెలిపింది. దీంతో కోర్టులో తదుపరి విచారణకు ధర్మాసనం ఈ నెల 24కు వాయిదా వేసింది.

ప్రజావాణి దరఖాస్తులను పరిష్కరించాలి:

కలెక్టర్ పమేలా సత్పత్తి

కవచపద్యం : సోమవారం కలెక్టరేట్ ఆడిటోరియంలో ప్రజావాణీ నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఆదినపక కలెక్టరు లక్ష్మీ కిరణ్ దేవన్నా, అడ్మిని తానాణి వాడే స్థానిక నంబూరి, నగరపాలక కమిషనర్ ప్రభు గోపాలా, డీఆర్ఓ వెంకటేశ్వర్లు, అడ్మిన్లు మహేశ్వర్లు, రమేష్ బాబుతో కలిసి దరఖాస్తులు స్వీకరించారు. మొత్తం 369 మంది అర్హురాలు ప్రజావాణీలో దరఖాస్తులు సమర్పించారు. కొన్ని దరఖాస్తులను అభ్యుదయిక్త పరిష్కారించారు. ఈ కార్యక్రమంలో వివిధ శాఖల ఉన్నతాధికారులు, సిబ్బంది పాల్గొన్నారు. ఆనంతరం కలెక్టర్ మహల్లాదుతూ. పెండింగ్ లో ఉన్న అభివృద్ధి పనులు పూర్తి చేయాలని అధికారులను ఆడిటోరియం.భారీ మల్లాలకు దెబ్బతిన్న పంటల వివరాలు, ఇతర వివరాలు, చనిపోయిన జంతువుల వివరాలు ఎన్టీఆర్ఎఫ్ కింద సమోదా చేయాలని తమస్థానికలకు సూచించారు. దెబ్బతిన్న భవనాలు, ట్యాంకులు, రోడ్ల వివరాలు సమోదా చేయాలని పంచాయతీరాణ్, ఆర్ అండ్ ి, నీటిపారుదల శాఖ, మున్సిపల్ శాఖలను ఆడిటోరియం, తాతాబిల్ల ఆవరణలను శుభ్రం చేయాలని ఎంపీడీవోలను ఆడిటోరియం.

మైనర్ డ్రైవింగ్‌పై కఠిన చర్యలు

తల్లిదండ్రులు వాహన యజమానులు బాధ్యులు

ట్రాఫిక్ ఏసిపి సుమన్ కుమార్

నిషిద్ధిః పట : ప్రజా రవాణా భద్రతను దృష్టిలో ఉంచుకుని, 18 సంవత్సరాల లోపు మైనర్ వ్యక్తులు వాహనాలు నడపడం చట్టపరంగా నిషిద్ధమని ట్రాఫిక్ ఎసిస్టు సుమన్ కుమార్ తెలుపుతున్నారు. జీడీఎం చోటుచేసుకున్న అనేక ప్రమాదాల నేపథ్యంలో మైనర్ డ్రైవింగ్ పై కఠిన చర్యలు తీసుకుంటుమని తెలిపారు. 18 ఏళ్ల కంటే తక్కువ వయసు కలిగిన వ్యక్తి మోటార్ వాహనం నడపడం లేదా డ్రైవింగ్ గా పరిగణించ బడుతుంది. ఇలాంటి వ్యక్తులు చట్టప్రకారం లైసెన్స్ లేదా పర్మిట్ డ్రైవింగ్ లైసెన్స్ విందలేరు. మైనర్ డ్రైవింగ్ చేస్తే వాహన యజమాని లేదా తల్లిదండ్రులు పై ఎఫ్ఆర్ఐ నమోదు చేస్తామన్నారు. లైసెన్స్ లైసెన్స్ తో వాహనం నడిపేటప్పుడు, వాహనంపై ఎల్ బోర్డు స్పష్టంగా ఉండాలి. పక్కన పూర్వ లైసెన్స్ ఉన్న వ్యక్తి ఉండాలి. సెల్ ఫోన్ వినియోగం, ర్యాష్ డ్రైవింగ్, రైడింగ్ డ్రిఫ్ట్ లాంటివి కలిపిగా నిషేధం. చట్టం ఉల్లంఘిస్తే తల్లిదండ్రులు తమ పిల్లలను మోటార్ వాహనాలు నడపడానికి అనుమతించరాదు. చట్టం ఉల్లంఘిస్తే తల్లిదండ్రులపై నేరపూరిత చర్యలు తప్పవు. మైనర్ డ్రైవింగ్ వల్ల జరిగే ప్రమాదాల బాధ్యత పూర్తిగా యజమానులు మరియు తల్లిదండ్రులపైనే ఉంటుందని అయిన అన్నారు.

ప్రజావాణి అర్బీలను వెంటనే పరిష్కరించాలి

అర్జీదారుల సమస్యలపై వినతులు స్వీకరించిన కోరుట్ల ,మెట్ పల్లి ఆర్డివోలు

ప్రజావాణి ఫిర్యాదుల సంఖ్య 46

జికిత్సాల : ప్రజావాణి ఆర్థిక పై సమగ్ర విచారణ జరిపి సమస్యలను పరిష్కరించాలని అధికారులను కోరుట్లమెట్ల పల్లి ఆర్థివోలు జీవాకర్ రెడ్డి, శ్రీనివాస్ అభివీచారు. సోమవారం కర్ణకేరేట్ ఆడిటోరియంలో నిర్వహించిన ప్రజావాణి కార్యక్రమంలో ప్రజల నుండి ఫిర్యాదులు, వివతులను కోరుట్లమెట్ల పల్లి ఆర్థివోలు జీవాకర్ రెడ్డి, శ్రీనివాస్ స్వీకరించారు. ఈ సందర్భంగా కోరుట్ల, మెట్ల పల్లి ఆర్థివోలు మాట్లాడుతూపలు సమస్యల పరిష్కారం కోరుతూ జిల్లా కేంద్రంలో పాటు జిల్లాలోని పలు ప్రాంతాలపలు ప్రజల సమస్యలు విన్నవించుకోదానికి ప్రజావాణికి పూర్వరని, అధికారులు వారి శాఖల వారిగా స్వీకరించిన ఫిర్యాదులపై సానుకూలంగా వ్యవహరించడంతో పాటు సమస్యల పై సమగ్ర విచారణ చేపట్టి పరిష్కారానికి చొరవ చూపాలని అన్నారు. ఆర్థిలను ఎప్పటికప్పుడు పరిశీలన జరుపుతూ పెండింగ్ లో ఉంచకుండా పరిష్కరించాలని అధికారులను అభివీచారు.కాగా సోమవారం నిర్వహించిన ప్రజావాణి కార్యక్రమానికి మొత్తం 46 ఫిర్యాదులు, వివతులు వచ్చాయని, వాటిని వెంటనే సందర్శించి అధికారులను పరిష్కరించే విధంగా తగు చర్యలు తీసుకోవాలని సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా వివిధ శాఖల అధికారులు, సంబంధిత అధికారులు, ఫిర్యాదుదారులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

