మా కలం.. మీ గళం..
RNI : APTEL/ 2017/74310
మన గళం
దిన పత్రిక
ఆంధ్రప్రదేశ్, తెలంగాణ | పబ్లిషర్ : నగరూరు రాఘవేంద్ర | సంపుటి : 08 | సంచిక : 208 | ఆదివారం | 01 - 02 - 2026 | పేజీలు: 8 | వెల: 4

మాఘమాస పౌర్ణమి
పురస్కరించుకుని శ్రీశైల గిరిప్రదక్షిణ

3లో..

కిష్త్వార్‌లో ఎన్‌కౌంటర్

- చత్రూ సెక్టార్‌లో ఉగ్రవాదులతో భద్రతా దళాల ఎదురుకాల్పులు
- ముగ్గురు సైనికులు గాయపడ్డట్లు సమాచారం
- ఉత్తర కమాండ్ జీఓసీ పర్యవేక్షణ

మన గళం, జమ్మూ కశ్మీర్ : జమ్మూ కశ్మీర్ కిష్త్వార్ జిల్లాలోని చత్రూ సెక్టార్‌లో భద్రతా దళాలు ఉగ్రవాదులతో ఎదురుపడ్డాయి. డోల్గామ్-దిచ్చర్ ప్రాం తం సమీపంలో జరిగిన ఈ ఎదురుకాల్పుల్లో భద్రతా బలగాలు ఉగ్రవాదులతో సంపర్కం సాధించాయి. ఈ ఆపరేషన్‌లో భారత సైన్యంకు చెందిన టూ పారా స్పెషల్ ఫోర్సెస్, ఎలెవెన్ రాష్ట్రీయ రైఫిల్స్, అలాగే అస్సాం రైఫిల్స్ బలగాలు పాల్గొన్నాయి. 2 లో..

కుప్పంలో ఇ-సైకిళ్లతో
సీఎం చంద్రబాబు ర్యాలీ

- 5,555 ఇ-సైకిళ్ల పంపిణీతో గిన్నీస్ రికార్డు
- ప్రజావేదిక వరకు ఇ-సైకిళ్లపై సీఎం ప్రయాణం
- పచ్చదనం, సుస్థిర రవాణాకు పెద్ద అడుగు

మన గళం, కుప్పం : కుప్పం నియోజకవర్గం శాంతిపురం మండలం శివపురంలోని తన నివాసం నుంచి తూంసీ వద్ద ఏర్పాటు చేసిన ప్రజావేదిక వరకు ముఖ్యమంత్రి ఎన్. చంద్రబాబు నాయుడు ఇ-సైకిళ్లతో ర్యాలీగా చేరుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా ఇ-సైకిళ్ల వినియోగంపై ప్రజల్లో అవగాహన కల్పించేలా సీఎం స్వయంగా ర్యాలీలో పాల్గొనడం ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలిచింది. ప్రజావేదిక వద్ద నిర్వహించిన కార్యక్రమంలో సీఎం చంద్రబాబు నాయుడు మొత్తం 5,555 ఇ-సైకిళ్లను లబ్ధిదారులకు పంపిణీ చేశారు. పచ్చదనం, పర్యావరణ పరిరక్షణతో పాటు ఇంధన పొదుపు లక్ష్యంగా ఈ కార్యక్రమాన్ని ప్రభుత్వం చేపట్టిందని సీఎం పేర్కొన్నారు. విద్యార్థులు, ఉద్యోగులు, గ్రామీణ యువతకు ఇ-సైకిళ్లు ఎంతో ఉపయోగకరమని ఆయన తెలిపారు. ఇరవై నాలుగు గంటల వ్యవధిలో ఇంత

పెద్ద సంఖ్యలో ఇ-సైకిళ్లను లబ్ధిదారులకు అందించడం ద్వారా ఈ కార్యక్రమం గిన్నీస్ వరల్డ్ రికార్డ్సో చోటు దక్కించుకుంది. ఇది రాష్ట్రానికి గర్వకారణమని, అభివృద్ధి కార్యక్రమాల్లో ఆంధ్రప్రదేశ్ కొత్త ప్రమాణాలను నెలకొల్పుతోందని సీఎం వ్యాఖ్యానించారు.

యూరోఫైటర్ టైఫూన్‌కు
చారిత్రక మైలురాయి

- లక్ష గంటల విమాన ప్రయాణాన్ని పూర్తి చేసిన యుద్ధవిమానాలు
- నాటో గగన రక్షణలో కీలక పాత్ర
- యూరప్ మిత్రదేశాల సమిష్టి శక్తికి నిదర్శనం

మన గళం, బ్రస్సెల్స్ : ప్రపంచవ్యాప్తంగా వినియోగంలో ఉన్న యూరోఫైటర్ టైఫూన్ యుద్ధవిమానాలు లక్ష గంటల విమాన ప్రయాణాన్ని పూర్తి చేసి చారిత్రక మైలురాయిని చేరుకున్నాయి. ఆధునిక బహుముఖ సామర్థ్యాలున్న యుద్ధవిమానంగా గుర్తింపు పొందిన ఈ విమానం, గగనతల రక్షణలో కీలక ఘట్టాన్ని నమోదు చేసింది. యూరోఫైటర్ టైఫూన్ నాటో మరియు మిత్ర దేశాల గగన రక్షణ వ్యవస్థలో ప్రధాన 2 లో..

హైదరాబాద్ కోఠిలో
కాల్పుల కలకలం

- ఎస్‌బీఐ ఏటీఎం వద్ద గన్‌తో కాల్పులు, రూ.6 లక్షల దోపిడీ
- డబ్బులు డిపాజిట్ చేసేందుకు వచ్చిన రషీద్‌పై దాడి
- సీసీటీవీ ఫుటేజ్ ఆధారంగా దర్యాప్తు

2 లో..

కేజీహెచ్ నిర్లక్ష్యంతో
బిడ్డ మృతి

- విశాఖ విమానాశ్రయంలో ఉప ముఖ్యమంత్రికి మహిళ వినతి
- బాధిత కుటుంబాన్ని సచివాలయానికి తీసుకురావాలని ఆదేశం
- వైద్యులు, సిబ్బందిపై విచారణకు హామీ

మన గళం, విశాఖపట్నం : శాఖపట్నం కేజీహెచ్ వైద్యులు, సిబ్బంది నిర్లక్ష్యం కారణంగా గర్భంలోనే తన శిశువు మృతి చెందిందంటూ ఓ మహిళ చేసిన ఫిర్యాదుపై రాష్ట్ర ఉప ముఖ్యమంత్రి పవన్ కళ్యాణ్ తక్షణమే స్పందించారు. బాధిత మహిళను కుటుంబంతో సహా సోమవారం రాష్ట్ర సచివాలయంలోని తన కార్యాలయానికి దగ్గరుండి తీసుకురావాలని అధికారులను ఆదేశించారు. అక్కడ స్వయంగా బాధిత కుటుంబంతో మాట్లాడి పూర్తి వివరాలు తెలుసుకుంటామని ఆయన తెలిపారు. శుక్రవారం రాత్రి విశాఖ పర్యటన ముగించుకుని తిరుగు ప్రయాణంలో ఉండగా విశాఖ విమానాశ్రయంలో శ్రీమతి పట్నాల ఉమాదేవి అనే మహిళ ఉప ముఖ్యమంత్రి పవన్ కళ్యాణ్‌ను కలిశారు. గత ఏడాది 2 లో..

హార్వర్డ్‌లో సీఎం రేవంత్ రెడ్డి
విస్తృత చర్చలు

- ☐ విద్యార్థులు, అలుమ్నీలతో నాయకత్వం, అభివృద్ధిపై సంభాషణ
- ☐ తెలంగాణ రైజింగ్-2047 దృష్టిని వివరించిన సీఎం

2 లో..

సునేత్ర పవార్‌కు
ప్రధాని శుభాకాంక్షలు

- మహారాష్ట్ర ఉప ముఖ్యమంత్రిగా బాధ్యతలు చేపట్టిన తొలి మహిళ
- రాష్ట్ర ప్రజల సంక్షేమానికి కృషి చేస్తారని విశ్వాసం
- అజిత్‌దాదా పవార్ దృష్టిని నెరవేరుస్తారని వ్యాఖ్య

మన గళం, న్యూఢిల్లీ : మహారాష్ట్ర ఉప ముఖ్యమంత్రిగా బాధ్యతలు చేపట్టిన సునేత్ర పవార్‌కు ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ హృదయపూర్వక శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. ఈ పదవిని చేపట్టిన తొలి మహిళగా సునేత్ర పవార్ చరిత్ర సృష్టించారని ప్రధాని పేర్కొన్నారు. రాష్ట్ర ప్రజల సంక్షేమం కోసం ఆమె అంకితభావంతో పని చేస్తారని తనకు పూర్తి విశ్వాసం 2 లో..

మొదలైన కింగ్ పిన్స్ వేట

- అంతర్జాతీయ ఎర్రచందనం స్మగ్లర్ ముజామిల్ అరెస్ట్
- స్మగ్లర్లు వారి వెనుక ఉన్నవారిపై ఉక్కుపాదం: కూటమి ప్రభుత్వం
- యాంటి రెడ్ శాండర్స్ టాస్క్ ఫోర్స్‌కు ఉప ముఖ్యమంత్రి ప్రశంసలు

మన గళం, విజయవాడ :
ఎర్రచందనం అక్రమ రవాణాపై కఠిన చర్యలు చేపట్టాలన్న నిర్ణయాన్ని ఎన్. చంద్రబాబు నాయుడు నేతృత్వంలోని కూటమి ప్రభుత్వం తీసుకుంది. ఈ క్రమంలో కింగ్ పిన్స్ వేట ప్రారంభమై తొలి విజయం సాధించింది. అంతర్జాతీయ ఎర్రచందనం స్మగ్లర్ మొహమ్మద్ ముజామిల్‌ను యాంటి రెడ్ శాండర్స్ స్మగ్లింగ్ టాస్క్ ఫోర్స్

2 లో..

కిష్త్వార్‌లో ఎన్‌కౌంటర్

ఎన్‌కౌంటర్‌లో ముగ్గురు సైనికులు గాయపడినట్లు ప్రాథమిక సమాచారం అందింది. గాయపడిన వారికి తక్షణ వైద్య సహాయం అందిస్తున్నట్లు భద్రతా వర్గాలు తెలిపాయి. పరిస్థితిని ఉత్తర కమాండ్ జీఓసీతో పాటు ఉన్నతాధికారులు క్షేత్రస్థాయిలో పర్యవేక్షిస్తున్నారని వెల్లడించారు. ఉగ్రవాదులను ముట్టడించి ఆపరేషన్ కొనసాగుతున్నట్లు అధికారులు స్పష్టం చేశారు. ప్రాంతమంతా కట్టుదిట్టమైన భద్రత ఏర్పాటు చేసి, అదనపు బలగాలను రంగంలోకి దించారు. ఎన్‌కౌంటర్ ముగిసిన అనంతరం పూర్తి వివరాలను వెల్లడిస్తామని భద్రతా వర్గాలు తెలిపాయి.

కేజీహెచ్ నిర్లక్ష్యంతో బిడ్డ మృతి

డిసెంబర్ మొదటి వారంలో కాన్పు నిమిత్తం కేజీహెచ్ విశాఖపట్నంలో చేరిన తన పట్ల వైద్యులు, సిబ్బం ది తీవ్ర నిర్లక్ష్యంగా, అమానవీయంగా వ్యవహ రించారని ఆమె ఫిర్యాదులో పేర్కొన్నా రు. కాన్పుకు గడువు పూర్తయ్యిందని తెలిపినా సాధారణ కాన్పు పేరిట తీవ్రంగా వేధించారని, తన పరిస్థితి ప్రమాదకరంగా ఉందని కుటుంబ సభ్యులు చెప్పినా పట్టించుకోలేదని వాపోయారు. కాన్పు సమయంలో తన గుండెలపైకి ఎక్కి కూర్చుని అమానవీయంగా ప్రవర్తించారని, కుటుంబ సభ్యులను తీవ్ర పదజాలంతో దూషించారని ఆమె ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. చివరి నిమిషం వరకు సిజేరియన్‌కు నిర్ణయం తీసుకోకపోవడం వల్ల మృత శిశువుకు జన్మనివ్వాల్సి వచ్చిందని తెలిపారు. కేజీహెచ్ సిబ్బంది తీరుతో తాను శారీరక హింసతో పాటు జీవితకాలం మానసిక వేదనకు గురయ్యానని చెప్పారు. తనలాంటి పరిస్థితి మరే మహిళకు రాకుండా బాధ్యులైన వైద్యులు, సిబ్బందిపై సమగ్ర విచారణ జరిపి కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలని ఆమె ఉప ముఖ్యమంత్రిని వేడుకున్నారు. ఆమె వేదన విని చలించిన పవన్ కళ్యాణ్, ప్రభుత్వం తరపున బాధిత కుటుంబానికి తగిన భరోసా అందిస్తామని,

న్యాయం జరిగేలా చర్యలు తీసుకుంటామని స్పష్టం చేశారు.

యూరోఫైటర్ టైఫూన్‌కు చారిత్రక మైలురాయి

స్థంభంగా కొనసాగుతోంది. వేగవంతమైన ప్రతిస్పందన, ఆధునిక సాంకేతికత, బహుముఖ ఆపరేషన్ సామర్థ్యాలతో ఈ యుద్ధవిమానాలు ఆకాశ భద్రతను నిరంతరం కాపాడుతున్నాయి. సంక్లిష్టమైన భద్రతా సవాళ్ల మధ్య కూడా ఈ విమానం విశ్వసనీయతను నిరూపించుకుంటోంది. బ్రిటన్, జర్మనీ, స్పెయిన్, ఇటలీ వంటి యూరోప్ మిత్రదేశాల సంయుక్త సహకారంతో అభివృద్ధి చేసిన యూరోఫైటర్ టైఫూన్, అంతర్జాతీయ రక్షణ భాగస్వామ్యానికి ప్రతీకగా నిలుస్తోంది. దేశాల మధ్య సాంకేతిక సమన్వయం, శిక్షణ, ఆపరేషనల్ సమగ్రతకు ఇది ఉదాహరణగా భావిస్తున్నారు. లక్ష గంటల విమాన ప్రయాణం పూర్తవడం యూరోఫైటర్ టైఫూన్ సామర్థ్యాలకు, నిర్వహణ ప్రమాణాలకు, పైలట్ల నైపుణ్యానికి సాక్ష్యంగా నిలుస్తోంది. భవిష్యత్తులో కూడా గగనతల భద్రతలో ఈ యుద్ధవిమానాలు కీలక పాత్ర పోషిస్తాయని రక్షణ నిపుణులు అభిప్రాయపడుతున్నారు.

మొదలైన కింగ్ పిన్స్ వేట

అరెస్టు చేసింది. ముజామిల్ ఎర్రచందనం దుంగలను లైసెన్స్ పేరుతో అక్రమంగా చైనాకు తరలించేవాడని విచారణలో తేలింది. శేషాచలం నుంచి బెంగళూరు మీదుగా రవాణా నిర్వహించేవాడని అధికారులు వెల్లడించారు. అతనిపై పలు కేసులు ఉండగా, సుమారు ఎనభై ఏడు శాతం కేసుల్లో శిక్షలు ఖరారైనప్పటికీ తప్పించుకుని తిరుగుతున్నాడని తెలిపారు ఉప ముఖ్యమంత్రి, అటవీ పర్యావరణ శాఖల మంత్రి పవన్ కళ్యాణ్ ఆదేశాలతో టాస్క్ ఫోర్స్ ప్రత్యేక ఆపరేషన్ చేపట్టింది. ఈ ఆపరేషన్‌లో భాగంగా శనివారం ఉదయం చిత్తూరు నాయుడుపేట జాతీయ రహదారిపై అడిషనల్ ఎస్పీ కులశేఖర్ ఆధ్వర్యంలోని బృందం ముజామిల్‌ను పట్టుకుంది. అతనికి చైనాలోని జైమెన్ టాంగాంగ్ ఫాంగ్ ట్రేడ్ కంపెనీతో సంబంధాలు ఉన్నట్లు అధికారులు తెలిపారు. ఎర్రచందనం అక్రమ రవాణాకు పాల్పడేవారిపై ప్రభుత్వం నిర్దయగా వ్యవహరిస్తుందని, కింగ్ పిన్స్ ఎవరైనా సరే వదలబోమని గత చిత్తూరు జిల్లా పర్యటనలో పవన్ కళ్యాణ్ హెచ్చరించిన విషయం తెలిసిందే. ఆ హెచ్చరికల అనంతరం ప్రారంభించిన ప్రత్యేక గాలింపు ఆపరేషన్‌లో తొలి విజయంగా ముజామిల్ అరెస్టు చోటుచేసుకుంది. ఈ ఆపరేషన్‌లో పాల్గొని సహకరించిన టాస్క్ ఫోర్స్ హెడ్ ఎస్పీ సుబ్బారాయుడు, అడిషనల్ ఎస్పీ కులశేఖర్‌తో పాటు ఇతర సిబ్బందిని పవన్ కళ్యాణ్ ఈ సందర్భంగా అభినందించారు. ఎర్రచందనం అక్రమ రవాణా నిరోధానికి అత్యంత ప్రాధాన్యత ఇస్తూ, కింగ్ పిన్స్ వేటను మరింత ముమ్మరం చేస్తామని ప్రభుత్వం స్పష్టం చేసింది.

హైదరాబాద్ కోఠిలో కాల్పుల కలకలం

- ఎస్‌బీఐ ఏటీఎం వద్ద గన్‌తో కాల్పులు, రూ.6 లక్షల దోపిడీ - డబ్బులు డిపాజిట్ చేసేందుకు వచ్చిన రషీద్‌పై దాడి

మన గళం, హైదరాబాద్ : హైదరాబాద్‌లోని కోఠి ప్రాంతంలో కాల్పుల ఘటన తీవ్ర కలకలం రేపింది. కోఠిలో ఉన్న స్టేట్ బ్యాంక్ ఆఫ్ ఇండియా ఏటీఎం వద్ద దుండగులు గన్‌తో కాల్పులు జరిపి ఆరు లక్షల రూపాయల నగదుతో పరారైనట్లు పోలీసులు తెలిపారు. డబ్బులు డిపాజిట్ చేసేందుకు ఏటీఎం వద్దకు వచ్చిన రషీద్‌పై దుండగులు కాల్పులు జరిపినట్లు సమాచారం. ఈ ఘటనలో రషీద్‌కు గాయాలు కావడంతో వెంటనే ఆస్పత్రికి తరలించారు. అతడి పరిస్థితిపై వైద్యులు చికిత్స అందిస్తున్నట్లు అధికారులు వెల్లడించారు. ఈ ఘటనపై సమాచారం అందుకున్న సుల్తాన్ బజార్ పోలీసులు సంఘటనా స్థలానికి చేరుకుని దర్యాప్తు ప్రారంభించారు. ఏటీఎం పరిసరాల్లోని సీసీటీవీ ఫుటేజ్‌ను పరిశీలిస్తూ దుండగుల కదలికలను గుర్తించే ప్రయత్నం చేస్తున్నారు. నగరంలో వరుసగా జరుగుతున్న నేరాల నేపథ్యంలో ఈ ఘటనపై పోలీసులు ప్రత్యేక దృష్టి సారించారు. నిందితులను త్వరలోనే పట్టుకుంటామని, ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని పోలీసులు సూచించారు.

సునేత్ర పవార్‌కు ప్రధాని శుభాకాంక్షలు

ఉందని తెలిపారు. మహారాష్ట్ర అభివృద్ధి ప్రయాణంలో సునేత్ర పవార్ కీలక పాత్ర పోషిస్తారని ప్రధాని అభిప్రాయపడ్డారు. ప్రజా సమస్యల పరిష్కారంలో, సామాజిక సంక్షేమ కార్యక్రమాల అమలులో ఆమె నిరంతరం శ్రమిస్తారని ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు. మహిళల నాయకత్వానికి ఇది ఒక ప్రేరణగా నిలుస్తుందని కూడా వ్యాఖ్యానించారు. దివంగత అజిత్‌దాదా పవార్ చూపిన దృష్టి, ఆశయాలను సునేత్ర పవార్ నిబద్ధతతో ముందుకు తీసుకెళ్తారని ప్రధాని మోదీ పేర్కొన్నారు. ఆయన కలలు కన్న అభివృద్ధి లక్ష్యాలను సాకారం చేయడంలో ఆమె కీలకంగా వ్యవహరిస్తారని చెప్పారు. మహారాష్ట్ర ప్రజల శ్రేయస్సే లక్ష్యంగా కొత్త బాధ్యతల్లో సునేత్ర పవార్ విజయం సాధించాలని కోరుతూ, ఆమె పాలన రాష్ట్రానికి మరింత పురోగతిని తీసుకురావాలని ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ తన సందేశంలో స్పష్టం చేశారు.

హార్వర్డ్‌లో సీఎం రేవంత్ రెడ్డి విస్తృత చర్చలు

- విద్యార్థులు, అలుమ్నీలతో నాయకత్వం, అభివృద్ధిపై సంభాషణ - తెలంగాణ రైజింగ్-2047 దృష్టిని వివరించిన సీఎం
- తెలంగాణ గ్లోబల్ బ్రాండ్ అంబాసిడర్లుగా నిలవాలని పిలుపు

మన గళం, కేంబ్రిడ్జ్ బోస్టన్ : అమెరికాలోని మసాచుసెట్స్ రాష్ట్రం కేంబ్రిడ్జ్ బోస్టన్‌లో ఉన్న హార్వర్డ్ యూనివర్సిటీలో తన అధికారిక కార్యక్రమాల ముగింపు రోజున ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి విస్తృత స్థాయిలో చర్చలు నిర్వహించారు. హార్వర్డ్ యూనివర్సిటీకి చెందిన వివిధ విభాగాల విద్యార్థులు, అలుమ్నీలతో పాటు ఎంఐటీ, కొలంబియా యూనివర్సిటీల విద్యార్థులు, పూర్వ విద్యార్థులతో సీఎం సుదీర్ఘంగా పరస్పరం మాట్లాడారు. ఈ సమావేశాల్లో నాయకత్వం, విజయం, ఆర్థిక వృద్ధి, అభివృద్ధి నమూనాలు, స్థిరత్వం, పర్యావరణ సవాళ్లు, రైతులు, మహిళలు, యువత కేంద్రంగా అమలు చేస్తున్న సంక్షేమ విధానాలు వంటి కీలక అంశాలపై విస్తృత చర్చ జరిగింది. విద్యార్థులు అడిగిన ప్రశ్నలకు సీఎం స్పష్టంగా స్పందిస్తూ పాలనలో ఎదురయ్యే సవాళ్లు, మార్పు తేవడంలో నాయకత్వ పాత్రపై తన అనుభవాలను పంచుకున్నారు. తెలంగాణ భవిష్యత్ దృష్టి అయిన తెలంగాణ రైజింగ్-2047 గురించి సీఎం రేవంత్ రెడ్డి వివరించారు. ఈ దృష్టి ద్వారా సమగ్ర వృద్ధి, భాగస్వామ్య అభివృద్ధి, సాధికారతకు ఎలా అవకాశాలు ఏర్పడతాయో వివరించారు. పాలనలో పారదర్శకత, ప్రజల భాగస్వామ్యమే తన దీర్ఘకాలిక లక్ష్యమని ఆయన స్పష్టం చేశారు. నాయకత్వం, దృష్టిపై బోధించాలని కొందరు విద్యార్థులు కోరినప్పుడు, అలాంటి బోధన హార్వర్డ్‌లోని ప్రతిష్టాత్మక అధ్యాపకులకే తగినదని సీఎం వ్యాఖ్యానించారు. తాను "నకిలీ ప్రొఫెసర్" పాత్రలో ఉండాలనుకోవడం లేదని, పరస్పర సంభాషణ, అనుభవాల పంచకం, పరస్పర అభ్యాసమే తనకు

ఇష్టమని తెలిపారు. భారతదేశ భవిష్యత్తుపై ఆశావహ దృక్ప థాన్ని వ్యక్తం చేసిన సీఎం, తెలంగాణ, హైదరాబాద్ దేశానికి మార్గదర్శకంగా నిలుస్తాయని చెప్పారు. విద్యార్థులు, అలుమ్నీలు భారత అభివృద్ధి ప్రయాణంతో అనుసంధానమై ఉండాలని, తెలంగాణ రైజింగ్‌కు గ్లోబల్ బ్రాండ్ అంబాసిడర్లుగా నిలవాలని పిలుపునిచ్చారు. ఈ సందర్భంగా పలు వురు విద్యార్థులు, అలుమ్నీలు తెలంగాణ అభివృద్ధికి తమ నైపుణ్యాన్ని, అనుభవాన్ని వినియోగించేందుకు సిద్ధంగా ఉన్నామని స్పష్టం చేశారు.

కుప్పంలో ఇ-సైకిళ్లతో సీఎం చంద్రబాబు ర్యాలీ

ఇ-సైకిళ్ల పంపిణీ కార్యక్రమం సుస్థిర రవాణా దిశగా రాష్ట్రం తీసుకున్న కీలక అడుగుగా అభివర్ణించారు. పర్యావరణ హితమైన విధానాలతో పాటు ప్రజలకు నేరుగా ఉపయోగపడే కార్యక్రమాలను ప్రభుత్వం ముందుకు తీసుకెళ్తోందని సీఎం చంద్రబాబు నాయుడు స్పష్టం చేశారు. ఈ కార్యక్రమంతో కుప్పం ప్రాంతంలో పండుగ వాతావరణం నెలకొంది.

బిజెపి రాష్ట్ర కార్యదర్శి కి ఘనస్వాగతం పలికిన బిజెపి నాయకులు

మన గళండోన్ పట్టణానికిరాష్ట్ర కార్యదర్శి అంకాల్ రెడ్డి రావడంతో ఆయనకు డోన్ భారతీయ జనతా పార్టీ నాయకులు మ్యాక్స్ ఫోర్ హోటల్ దగ్గర ఘన స్వాగతం పలికారు. అనంతరం ఆయన మాట్లాడుతూరాష్ట్ర కార్యదర్శి అంకాలు రెడ్డి డోన్ నియోజకవర్గం లో పార్టీ బలోపేతం కావాలని పార్టీ కార్యకర్తలకు పిలుపునివ్వడం జరిగినది. ఈ కార్యక్రమంలో యువ నాయకుడు రాజపుత్ కమలేష్, ఏసీ మోర్చా నంద్యాల జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి గణేష్, మైనార్టీ మోర్చా జిల్లా ఉపాధ్యక్షులు ఇర్ఫాన్, ఏసీ మోర్చా జిల్లా ఉపాధ్యక్షులు నరసింహ, ఓబిసి నాయకుడు ఉమాజీరావు, రాష్ట్ర నాయకుడు హేమ సుందర్ రెడ్డి, ముదిరాజు లక్ష్మీనారాయణ, నంద్యాల జిల్లా ఐటీ సెల్ కన్వీనర్ ఆరబోలు వీరేష్, విశ్వకర్మ ఇంప్లిమెంటేషన్ నెంబర్ ఆర్మీ రామయ్య మరియు బిజెపి నాయకులు కలవడం జరిగినది.

సింగల్ విండో చైర్మన్ గా చనుగొండ్ల శ్రీరాములు ఎన్నిక

మన గళండోన్ డోన్ సింగిల్ విండో చైర్మన్‌గా నూతనంగా నియమితులైన శ్రీ చనుగొండ్ల శ్రీరాములు , ఈ రోజుశనివారం మర్యాదపూర్వకంగా డోన్ శాసనసభ్యులు కోట్ల జయ సూర్య ప్రకాష్ రెడ్డి మరియు డోన్ మాజీ ఎమ్మెల్యే శ్రీమతి శ్రీ కోట్ల సుజాతమ్మ ని వారి నివాసంలో కలిసి తనపై నమ్మకం ఉంచి. ఈ బాధ్యతలను అప్పగించడంలో సహకరించినందుకు కోట్ల కుటుంబానికి శ్రీరాములు హృదయపూర్వక కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.

చౌడేశ్వరి దేవికి పట్టు వస్త్రాలు సమర్పించిన సంధ్య విక్రమ్

మన గళం కోడుమూరు: కోడుమూరు పట్టణంలోని శ్రీశ్రీశ్రీ చౌడేశ్వరి దేవికి తిరుణాల సందర్భంగా అమ్మవారికి మొదటి నూతన వస్త్రాలను కోడుమూరు నియోజకవర్గ జనసేన నాయకులు సంధ్యా విక్రమ్ కుమార్ సమర్పించారు. అనంతరం కోడుమూరు నియోజకవర్గ ప్రజలు సుభిక్షంగా ఉండాలని ఆకాంక్షించి ప్రత్యేక పూజ కార్యక్రమాలు నిర్వహించారు. అందరికీ ఐశ్వర్యం, శాంతి, ఆనందం కలగాలని ఆకాంక్షించారు. ఈ కార్యక్రమంలో భారీగా జనసేన నాయకులు, కార్యకర్తలు, వీర మహిళలు, అభిమానులు, శ్రేయోభిలాషులు పాల్గొని విజయవంతం చేశారు.

మాఘమాస పౌర్ణమి పురస్కరించుకుని శ్రీశైల గిరిప్రదక్షిణ

మనగళం,శ్రీశైలం :రేపు (01.02.2026) మాఘమాస పౌర్ణమి పురస్కరించుకుని శ్రీశైల గిరిప్రదక్షిణ కార్యక్రమం దేవస్థానం సాంప్రదాయబద్ధంగా నిర్వహించనున్నది .రేపు సాయంత్రం శ్రీస్వామిఅమ్మవార్ల మహామంగళహారతుల అనంతరం ఈ గిరిప్రదక్షిణ ప్రారంభవుతుంది. ఆలయ మహాద్వారం నుండి మొదలైన ఈ ప్రదక్షిణ గంగాధరమండపం, అంకాళమ్మ ఆలయం, నందిమండపం, బయలువీరభద్రస్వామి ఆలయం నుండి అలంకారేశ్వర ఆలయం మీదుగా వలయ రహదారిపైకి చేరుకుంటుంది. అక్కడి నుండి సారంగధర మఠం మీదుగా సాగి హేమారెడ్డి మల్లమ్మ మందిరం వద్దకు చేరుకుంటుంది. హేమారెడ్డి మల్లమ్మ మందిరం నుంచి మహిషాసురమర్ధిని, రుద్రాక్షమఠం, విభూతిమఠాల మీదుగా రుద్రవనంలోకి చేరుకుంటుంది. రుద్రవనం నుంచి నందిమండపం వద్దకు రావడంతో ఈ గిరి ప్రదక్షిణ ముగుస్తుంది. శ్రీశైలక్షేత్రములోని ప్రాచీనమఠాలను, ఆలయాలను భక్తులచేత దర్శింపజేయిస్తూ వారిలో భక్తిభావాలను మరింతగా పెంపొందింపజేయాలని, అదేవిధంగా క్షేత్రాన్ని ఆధ్యాత్మికంగా తీర్చిదిద్దడంలో భాగంగా ఈ

గిరిప్రదక్షిణను నిర్వహించడం జరుగుతోంది. ఇల కైలాసంగా ప్రసిద్ధమైన శ్రీశైలమహాక్షేత్రములో గిరిప్రదక్షిణ చేయడం ఎంతో ఫలప్రదం. కావున యాత్రికులు మరియు స్థానికులు ఈ గిరిప్రదక్షిణ కార్యక్రమములో పాల్గొనవలసినదిగా కోరడమైనది.

మండలంలో ఎన్టీఆర్ భరోసా పెన్షన్ కార్యక్రమం..

- మిట్టసోమాపురం గ్రామంలో లబ్ధిదారులకు నందవరం మండల టిడిపి నాయకులు ఆధ్వర్యంలో పెన్షన్ల పంపిణీ...

నందవరం జనవరి 31 మనగళం న్యూస్ : నందవరం మండల పరిధిలోని మిట్టసోమాపురం గ్రామంలో ఎమ్మిగనూరు ఎమ్మెల్యే బివి జయనాగేశ్వర రెడ్డి ఆదేశాల మేరకు మిట్టసోమాపురం గ్రామంలో నందవరం మండల తెలుగుదేశం పార్టీ నాయకుల ఆధ్వర్యంలో లబ్ధిదారులకు పెన్షన్లు పంపిణీ చేయడం జరిగింది ఈ సందర్భంగా నందవరం మండల అధ్యక్షులు కాసీంవలి మాట్లాడుతూ గ్రామ టిడిపి నాయకులు వీరేష్ లబ్ధిదారులు ఇబ్బంది పడకుండా ఒకరోజు ముందుగానే పెన్షన్స్ లు పంపిణీ చేస్తున్న మంచి ప్రభుత్వం కూటమి ప్రభుత్వం అని అన్నారు ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో జూలై 2024 నుండి అమలులోకి వచ్చిన ఎన్టీఆర్ భరోసా పెన్షన్ పథకం కింద, సామాజిక భద్రతా పెన్షన్లు నెలకు రూ. 4,000 నుండి రూ. 15,000 వరకు వర్తిస్తాయి. వృద్ధులు, వితంతువులు, గీత/నేత కార్మికులకు రూ. 4,000, వికలాంగులకు రూ. 6,000, మరియు తీవ్రమైన వైకల్యం లేదా దీర్ఘకాలిక వ్యాధులున్న వారికి రూ. 10,000 - రూ. 15,000 వరకు పెన్షన్ అందుతుంది. ఎన్నికల ముందు ఇచ్చిన హామీలను నెరవేర్చి ప్రజల ముఖ్యమంత్రిగా నారా చంద్రబాబు నాయుడు గారు నిలిచారన్నారు. ప్రజలు కూటమి ప్రభుత్వానికి ఎల్లప్పుడూ మద్దతుగా ఉండాలన్నారు. రాష్ట్ర అభివృద్ధికి ప్రభుత్వం కొనసాగింపు అవసరమని సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో మండల, గ్రామ టిడిపి నాయకులు, కార్యకర్తలు, ప్రజలు పాల్గొనడం జరిగింది ఈ కార్యక్రమంలో మిట్టసోమాపురం నాయకులు మరియు వివిధ గ్రామాల నాయకులు పాల్గొన్నారు.

బంగారం - వెండి పతనానికి కారణం ఇతడే..!

న్యూఢిల్లీ , జనవరి 31, మనగళం : తాజాగా బంగారం, వెండి ధరలు అనూహ్యంగా భారీగా పడిపోవడానికి ప్రధాన కారణంగా కెవిన్ వార్ష్‌ను ఆర్థిక విశ్లేషకులు పేర్కొంటున్నారు. అమెరికా మాజీ అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్ ఆయనను ఫెడరల్ రిజర్వ్ తదుపరి ఛైర్మన్‌గా నామినేట్ చేయడంతో గ్లోబల్ మార్కెట్లలో ఆందోళన నెలకొంది. ఫెడరల్ రిజర్వ్ మాజీ గవర్నర్లు సాధారణంగా వడ్డీ రేట్ల విషయంలో కఠిన వైఖరి అవలంబిస్తారనే అభిప్రాయం ఉండటంతో పెట్టుబడిదారులు ముందుగానే అప్రమత్తమయ్యారు. వడ్డీ రేట్లు పెరిగే అవకాశముందనే అంచనాలతో డాలర్ బలపడుతుందనే భావన మార్కెట్‌లో వేగంగా వ్యాపించింది. ఫలితంగా ఇన్వెస్టర్లు భారీగా బంగారం, వెండి అమ్మకాలకు దిగడంతో ధరలు ఒక్కసారిగా కుప్పకూలాయి. డాలర్ బలోపేతం అయినప్పుడు లోహాలు విదేశీ కొనుగోలుదారులకు ఖరీదవుతాయి. దీంతో డిమాండ్ తగ్గి ధరలు పడిపోవడం సహజమని నిపుణులు చెబుతున్నారు. గతంలో కూడా ఫెడరల్ రిజర్వ్ గవర్నర్ నియామకాల సమయంలో బంగారం, వెండి ధరల్లో తీవ్ర మార్పులు నమోదయ్యాయి. ముఖ్యంగా వడ్డీ రేట్ల పెంపు సంకేతాలు కనిపిస్తే పెట్టుబడిదారులు భద్రమైన ఆస్తుల నుంచి నిధులను మళ్లించడం సాధారణమని మార్కెట్ వర్గాలు వెల్లడిస్తున్నాయి.

డైవర్షన్ పాలిటిక్స్‌లో భాగంగానే లడ్డూ ప్రసాదంపై తప్పుడు ఆరోపణలు

మన గళం కోడుమూరు: ఎన్నికల వాగ్ధానాలను అమలు చేయలేక, పాలనా వైఫల్యాల నుంచి ప్రజల దృష్టిని మళ్లించేందుకే చంద్రబాబు నాయుడు నేతృత్వంలోని కూటమి ప్రభుత్వం తిరుమల లడ్డూ ప్రసాదంపై తప్పుడు ఆరోపణలు చేసిందని కోడుమూరు నియోజకవర్గ వైయస్‌ఆర్‌సీపీ ఇంచార్జి డాక్టర్ ఆదిమూలపు సతీష్, కోడుమూరు జెడ్పీటిసి రఘునాథ్ రెడ్డి తీవ్రంగా మండిపడ్డారు. తిరుమల లడ్డూ తయారీలో ఉపయోగించిన నెయ్యిలో జంతు కొవ్వు కలిసిందంటూ కావాలనే అసత్య ప్రచారాలు చేశారని ఆయన ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. తిరుమల లడ్డూ ప్రసాదంపై కూటమి ప్రభుత్వం చేసిన విషప్రచారాలను డాక్టర్ సతీష్ తీవ్రంగా ఖండించారు. కోట్లాది మంది భక్తుల మనోభావాలను దెబ్బతీసేలా జరిగిన ఈ దుష్ప్రచారాలు పూర్తిగా అబద్ధమని తేలిందని, ఇకనైనా ఇలాంటి ప్రచారాలకు స్వస్తి పలకాలని డిమాండ్ చేశారు. రాజకీయ లబ్ధి కోసం దేవాలయాలను, దేవుడిని వాడుకోవడం దురదృష్టకరమని వ్యాఖ్యానించారు తిరుమల తిరుపతి దేవస్థానం లడ్డూ ప్రసాదంపై జరిగిన విషప్రచారంపై వాస్తవాలు వెలుగులోకి వచ్చిన నేపథ్యంలో, స్వామి వారిపై జరిగిన అపవాదు తొలగినందుకు కృతజ్ఞతగా కోడుమూరు పట్టణంలోని శ్రీ చెన్నకేశవస్వామి ఆలయంలో డాక్టర్ ఆదిమూలపు సతీష్ గారి ఆధ్వర్యంలో వైయస్‌ఆర్‌సీపీ నేతలు ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. ఆలయంలో టెంకాయలు కొట్టి మొక్కులు తీర్చుకున్నారు.

ఈ సందర్భంగా డాక్టర్ సతీష్ మాట్లాడుతూ..ఆ రోజు తాము సనాతన ధర్మ పరిరక్షకులమంటూ గొప్పలు చెప్పిన పవన్ కళ్యాణ్ దుర్గ గుడి మెట్లు కడిగారని గుర్తు చేశారు. ఈ రోజు ఆయన చేసిన ఆరోపణలన్నీ అబద్ధమని తేలిన నేపథ్యంలో, ఇప్పుడు ఏ గుడి మెట్లు కడుగుతారో పవన్ కళ్యాణ్ ప్రజలకు సమాధానం చెప్పాలని డిమాండ్ చేశారు వైయస్ జగన్ మోహన్ రెడ్డిపై నిత్యం ఆరోపణలు చేయడం, వైయస్‌ఆర్‌సీపీపై అసత్యాలు ప్రచారం చేయడమే కూటమి నేతల పనిగా మారిందని ఆయన విమర్శించారు ప్రజలు ఈ కుట్ర రాజకీయాలను గమనిస్తున్నారని, తగిన సమయంలో తగిన బుద్ధి చెబుతారని డాక్టర్ ఆదిమూలపు సతీష్ స్పష్టం చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో కోడుమూరు మండల కన్వీనర్ రమేష్ నాయుడు, జిల్లా రైతు విభాగం ప్రధాన కార్యదర్శి కృష్ణారెడ్డి,జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి ప్రభాకర్, జిల్లా కార్యదర్శి శివా రాముడు, కోడుమూరు నియోజకవర్గం సాంస్కృతిక విభాగం అధ్యక్షులు, మాజీ ఉప సర్పంచ్ ప్రవీణ్ కుమార్, జిల్లా యువజన విభాగ ఉపాధ్యక్షులు సోమశేఖర్ రెడ్డి, వికలాంగులు విభాగం అధ్యక్షులు మునెప్ప, ఉప సర్పంచ్ మాదాలు, జిల్లా వాలంటరీ విభాగం కార్యదర్శి తేనేశ్వర్ రెడ్డి, ఆర్టీవో విభాగం అధ్యక్షులు జగదీష్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కైలాసద్వారం వద్ద ఏర్పాట్ల పరిశీలన

- కైలాసద్వారం వద్ద మహాశివరాత్రి బ్రహ్మోత్సవాల ఏర్పాట్లను
పరిశీలించిన అధ్యక్షులు మరియు కార్యనిర్వహణాధికారి
- అన్ని ఏర్పాట్లు పకడ్బందీగా ఉండాలని ఆదేశం
- అధికారులకు దిశానిర్దేశం

మనగళం శ్రీశైలం : ఫిబ్రవరి 8 నుంచి 18 వరకు మహాశివరాత్రి బ్రహ్మోత్సవాలు జరగనున్నాయి. భక్తుల సౌకర్యాలను దృష్టిలో ఉంచుకుని ఈ ఉత్సవాలకు వివిధ విస్తృత ఏర్పాట్లు చేయబడుతున్నాయి. ఇందులో భాగంగా ఈ రోజు (31.01.2026) ధర్మకర్తల మండలి అధ్యక్షులు శ్రీ పోతుగుంట రమేష్‌నాయుడు, కార్యనిర్వహణాధికారి శ్రీ యం.శ్రీనివాసరావు దేవస్థానం ఇంజనీరింగ్ మరియు అధికారులతో కలిసి కైలాసద్వారం, హాటకేశ్వరం, ఫాలధార -- పంచధార ప్రాంతాలను పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా అధ్యక్షులు మరియు కార్యనిర్వహణాధికారి అధికారులకు పలు సూచనలు చేశారు. ముఖ్యంగా కాలిబాటలో వచ్చే భక్తులు ఎలాంటి అసౌకర్యాలకు గురికాకుండా అవసరమైన అన్ని ఏర్పాట్లు చేయాలన్నారు. ముందుగా కైలాసద్వారం వద్ద భక్తులు సేద తీరేందుకు వీలుగా వేయబడిన తాత్కాలిక చలువపందిర్లను (తాత్కాలిక షెడ్లు) పరిశీలించారు. తరువాత ఉత్సవాల సందర్భంగా ఈ షెడ్లకు మంచినీటి వసతి, తాత్కాలిక విద్యుద్దీకరణ మొదలైన ఏర్పాట్లను చేయాలన్నారు. కైలాసద్వారం వద్ద మరియు భీమునికొలను మెట్ల మార్గంలో నిరంతరం మంచినీటి సరఫరా జరుగుతుండాలని ఇంజనీరింగ్ అధికారులను ఆదేశించారు. కైలాసద్వారం వద్ద గల 20వేల లీటర్ల సామర్థ్యపు శాశ్వత మంచినీటిట్యాంకు (ఆర్.సి.సి ట్యాంకు)నకు నిరంతరం మంచినీటిని సరఫరా జరుగుతుండాలన్నారు.. అదేవిధంగా కైలాసద్వారం వద్ద గతంలో వలెనే 5వేల లీటర్ల సామర్థ్యం గల మరో 8 సింటెక్స్ ట్యాంకులు ఏర్పాటు చేయాలన్నారు. ముఖ్యంగా కైలాసద్వారం నుండి భీమునికొలను మార్గములో 1000 లీటర్ల సామర్థ్యం గల ట్యాంకులను కనీసం 6చోట్ల ఏర్పాటు చేయాలని ఆదేశించారు. కైలాసద్వారం వద్ద మొత్తం 60వేల లీటర్లు నీరు వుండేవిధంగా చర్యలు చేపట్టాలన్నారు. అనంతరం కైలాసద్వారం దగ్గర మరియు కైలాసద్వారం హాటకేశ్వరం వద్ద భక్తులు అన్నదానం చేసే ప్రదేశాలను పరిశీలించారు.అన్నదానం చేస్తున్న భక్తబృందాలు, స్వచ్ఛందసేవాసంస్థలకు దేవస్థానం తరుపున పూర్తి సహాయ సహకారాలు అందించాలన్నారు. జిల్లా వైద్య ఆరోగ్యశాఖ సమన్వయంతో కైలాసద్వారం వద్ద ఉచిత వైద్యశిబిరం ఏర్పాటుకు చర్యలు తీసుకోవాలన్నారు. కాలిబాటతో వచ్చే భక్తులు ప్రధానంగా కాలిబొబ్బలు, ఒళ్లునొప్పులు మొదలైన ఇబ్బందులతో బాధపడుతుంటారని, ఈ సమస్యలకు సంబంధించిన మాత్రలు, పూతమందులు (ఆయింట్‌మెంట్) మొదలైనవి అందుబాటులో వుంచాలన్నారు. అదేవిధంగా కైలాసద్వారం మరియు పరిసరాలను, భీమునికొలను మెట్ల ప్రారంభ ప్రాంతాన్ని ఎప్పటికప్పుడు శుభ్రపరుస్తుండాలని పారిశుద్ధ్య విభాగాన్ని ఆదేశించారు. ముఖ్యంగా కైలాసద్వారం వద్ద జనరేటర్ ఏర్పాటు చేసి తాత్కాలిక విద్యుద్దీకరణ ఏర్పాటు చేయాలని ఆదేశించారు.తరువాత కార్యనిర్వహణాధికారివారు హాటకేశ్వర ప్రాంతాన్ని పరిశీలించారు. హాటకేశ్వరాలయం వద్ద దేవస్థానం నిర్మిస్తున్న నీటిసంపు నిర్మాణాన్ని పరిశీలించారు. ఈ సంపు నీటినిల్వ సామర్థ్యం 3.90 లక్షల లీటర్లు.ఈ నిర్మాణాన్ని త్వరగా పూర్తి చేయాలన్నారు. అలాగే నిర్మాణంలో పూర్తి నాణ్యతను పాటించాలన్నారు. తరువాత హాటకేశ్వరం వద్ద దేవస్థానం నిర్మిస్తున్న జల్లుస్నానాల ఏర్పాట్లను పరిశీలించారు. ఈ పరిశీలనలో ఎగ్జిక్యూటీవ్ ఇంజనీరు యం. నరసింహారెడ్డి, సహాయ కార్యనిర్వహణాధికారి బి. మల్లికార్జునరెడ్డి, ఇంచార్జి డిప్యూటీ ఎగ్జిక్యూటీవ్ ఇంజనీర్లు పి.వి. సుబ్బారెడ్డి, పి. చంద్రశేఖరశాస్త్రి, అసిస్టెంట్ ఇంజనీర్లు, సంబంధిత సిబ్బంది పాల్గొన్నారు. అదేవిధంగా స్థానిక ఫారెస్ట్ రేంజ్ ఆఫీసర్ శ్రీ యం. పరమేశుడు, ఫారెస్ట్ బీట్ ఆఫీసరు శ్రీ ఆర్. బాలాజీ కూడా పాల్గొన్నారు.

బురాన్ దొడ్డి గ్రామంలో ఎమ్మెల్యే చేతుల మీదుగా ఎన్టీఆర్ భరోసా పెన్షన్ పథకం

మన గళం కోడుమూరు: పేదల సంక్షేమమే ధ్యేయంగా రాష్ట్ర ప్రభుత్వం అమలు చేస్తున్న ఎన్టీఆర్ భరోసా పెన్షన్ పథకం కార్యక్రమంలో భాగంగా బెలగల్ మండలం బురాన్ దొడ్డి గ్రామంలో కోడుమూరు ఎమ్మెల్యే శ్రీ బొగ్గుల దస్తగిరి గారు పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా అర్హులైన వృద్ధులు, దివ్యాంగులు, వితంతువులకు ఇంటింటా వెళ్లి పెన్షన్ పంపిణీ చేసి, వారి సమస్యలను అడిగి తెలుసుకున్నారు. పేదల జీవితాల్లో భరోసా కల్పించే ఎన్టీఆర్ భరోసా పెన్షన్ పథకం ప్రభుత్వం ప్రజల పట్ల చూపుతున్న నిబద్ధతకు నిదర్శనమని ఎమ్మెల్యే గారు తెలిపారు.ఏడాదికి 33 , 600 కోట్లు ఏడాదికి చీ= భరోసా పెన్షన్ల కింద ఇవ్వడం జరుగుతుందని తెలియజేశారు.సూపర్ సిక్స్ పథకాలు అమలు చేశామని సంక్షేమంతో పాటు అభివృద్ధి ని ముఖ్యమంత్రి శ్రీ నారా చంద్రబాబు నాయుడు గారు ముందుకు తీసుకెళ్తున్నారని పేర్కొన్నారు.అనంతరం ఈ గ్రామంలో ఉన్నత పాఠశాలను సందర్శించి విద్యార్థుల తో మీరా గారు ముచ్చటించి పాఠశాలలో సదుపాయాల గురించి తెలుసుకున్నారు అలాగే రాబోయే 10 వ తరగతి పరీక్షల్లో మంచి ఉత్తీర్ణత సాధించి ఉజ్వల భవిష్యత్తుకు ఇప్పుడే పునాది వేసుకోవాలని విద్యార్థులకు సూచనలు చేశారు .

ఈ కార్యక్రమంలో మండల నాయకులు కూటమి నాయకులు కార్యకర్తలు , సచివాలయ సిబ్బంది , అధికార యంత్రాంగం మరియు కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

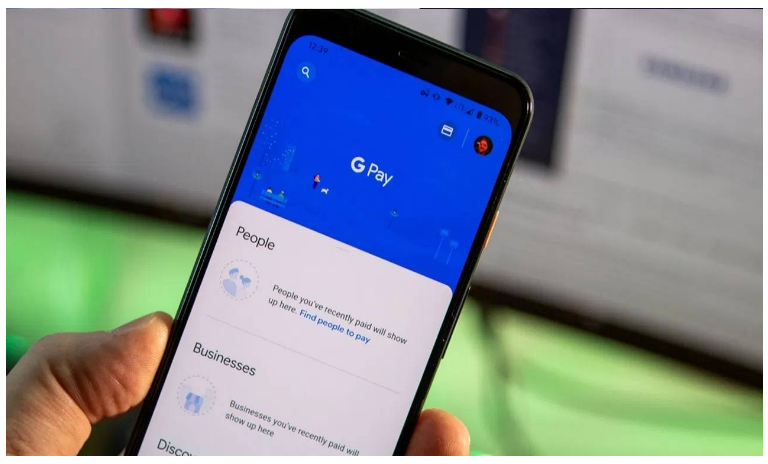
శివాన్స్ డాన్సు అకాడమి, హైదరాబాద్ వారిచే సంప్రదాయ నృత్య ప్రదర్శన ఏర్పాటు

మనగళం శ్రీశైలం : దేవస్థానము నిర్వహిస్తున్న ధర్మపథంలో భాగంగా (నిత్యకళారాధన కార్యక్రమంలో భాగంగా) ఈ రోజు (31.01.2026) శివాన్స్ డాన్సు అకాడమి, హైదరాబాద్ వారిచే సంప్రదాయ నృత్య ప్రదర్శన ఏర్పాటు చేయబడింది.ఆలయ దక్షిణ మాడవీధిలోని నిత్యకళారాధన వేదిక వద్ద ఈ రోజు సాయంకాలం నుండి ఈ సంప్రదాయ నృత్య ప్రదర్శన కార్యక్రమం నిర్వహించబడుతున్నది. ఈ కార్యక్రమములో వినాయకకౌత్వం, మూషికవాహన, శివస్తుతి, శివాష్టకం, మహిషాసురమర్ధిని, లింగాష్టకం, భో...శంభో, కాలభైరవాష్టకం తదితర గీతాలకు దీక్షితారెడ్డి, అఖిల, సహస్ర తదితరులు నృత్యప్రదర్శన చేయనున్నారు. కాగా ఈ నిత్య కళారాధనలో ఆయా రోజులలో హరికథ, బుర్రకథ, సంప్రదాయ నృత్యం, వాయిద్య సంగీతం, భక్తిరంజని లాంటి కార్యక్రమాలు ఏర్పాటు చేయబడుతున్నాయి. శ్రీస్వామిఅమ్మవార్లకు ఆయా కైంకర్యాలన్నీ పరిపూర్ణంగా జరగాలని మరియు ప్రాచీన సంప్రదాయ కళల పరిరక్షణలో భాగంగా ఈ నిత్యకళారాధన కార్యక్రమాలు నిర్వహించబడుతున్నాయి.

కోడుమూరు పట్టణ ప్రజలకు ఆహ్వానం

మన గళం కోడుమూరు: కోడుమూరు పట్టణంలో వెలసిన శ్రీ శ్రీ శ్రీ చౌడేశ్వరి దేవి తిరునాల సందర్భంగా, రేపు 1-02-2026, ఆదివారం ఉదయం 9గంటలకు గ్రామ పంచాయతీ సర్పంచ్ భాగ్యరత్న డిప్యూటీ ఎంపీడీవో మంజుల గారి ఆధ్వర్యంలో అమ్మవారికి పట్టు వస్త్రాలు తీసుకెళ్లడం జరుగుతుంది.. కావున గ్రామ పెద్దలు, అన్ని రాజకీయ పార్టీల నాయకులు మీడియా మిత్రులు పట్టణ ప్రజలు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొని అమ్మవారి ఆశీస్సులు పొందవల్సిందిగా కోరుకుంటూ హృదయ పూర్వకంగా ఆహ్వానిస్తున్నాము.

గూగుల్ పే వాడేవారికి సూపర్ ఛాన్స్..



నగరం,జనవరి 31 ,మన గళం : దేశవ్యాప్తంగా కోట్లాది మంది వినియోగిస్తున్న యూపీఐ చెల్లింపుల యాప్ గూగుల్ పే వినియోగ´దారులకు శుభవార్త. మరింత మంది యూజర్లను ఆకర్షించేందుకు గూగుల్ పే కొత్త సేవలను అందుబాటులోకి తీసుకొస్తోంది. ఇందులో భాగంగా ప్రముఖ ప్రైవేట్ బ్యాంక్ యాక్సిస్ బ్యాంక్‌తో కలిసి ప్రత్యేక క్రెడిట్ కార్డును ప్రారంభించింది. గూగుల్ పే ఫ్లెక్స్ యాక్సిస్ బ్యాంక్ క్రెడిట్ కార్డు పేరుతో వచ్చిన ఈ కార్డు కేవలం గూగుల్ పే యాప్ ద్వారానే పొందే అవకాశం ఉంది. ఈ కార్డు ద్వారా వినియోగదారులకు అనేక ప్రయోజనాలు లభిస్తాయి. నిమిషాల్లోనే కార్డు మంజూరు కావడం దీని ప్రత్యేకత. ఇది పూర్తిగా డిజిటల్ క్రెడిట్ కార్డు కావడంతో వెంటనే లావాదేవీలు ప్రారంభించవచ్చు. రూపే ఆధారిత కార్డు కావడం వల్ల యూపీఐ స్కాన్ చేసి నేరుగా షాపుల్లో చెల్లింపులు చేయవచ్చు. ప్రతి ఖర్చుపై స్టార్స్ రూపంలో రివార్డ్స్ లభిస్తాయి. ఒక స్టార్ విలువ ఒక రూపాయికి సమానం కావడం వినియోగదారులకు అదనపు లాభంగా మారుతోంది. కార్డు కోసం దరఖాస్తు చేసుకోవాలంటే ముందుగా మొబైల్‌లో గూగుల్ పే ఓపెన్ చేసి మనీ సెక్షన్‌లోకి వెళ్లాలి. అక్కడ క్రెడిట్ కార్డు లేదా గెట్ ఫ్లెక్స్ ఆప్షన్ ఎంచుకుని అప్లైపై క్లిక్ చేయాలి. తరువాత పాన్, ఆదాయం, ఉద్యోగ వివరాలను అందించి ఆధార్, పాన్ ఆధారంగా కేవైసీ పూర్తి చేయాలి. అర్హత ఉంటే కొన్ని నిమిషాల్లోనే కార్డు మంజూరు అవుతుంది. డిజిటల్ కార్డు అందుబాటులోకి వచ్చిన వెంటనే చెల్లింపులు చేయొచ్చు. ఇప్పటికే ఫోన్ పే, పేటీఎం వంటి యూపీఐ యాప్‌లు కూడా బ్యాంకులతో భాగస్వామ్యం చేసి ప్రత్యేక క్రెడిట్ కార్డులను అందిస్తున్నాయి. ఈ నేపథ్యంలో గూగుల్ పే తీసుకొచ్చిన ఈ కొత్త కార్డు డిజిటల్ చెల్లింపులను మరింత వేగవంతం చేయడమే కాకుండా వినియోగదారులకు అదనపు ఆఫర్లను అందించనుంది.

ఈ విషయంలో భారత్ వరల్డ్ నెంబర్ 2..

న్యూఢిల్లీ , జనవరి 31, మనగళం : భారత్ శరవేగంగా అభివృద్ధి దిశగా దూసుకెళ్తూ ప్రపంచ దేశాలతో పోటీ పడుతోంది. ప్రతి రంగంలో వృద్ధిని నమోదు చేస్తూ ప్రపంచంలోనే అత్యంత వేగంగా ఎదుగుతున్న ఆర్థిక వ్యవస్థగా నిలుస్తోంది. జీడీపీలో భారత్ స్థానం నిరంతరం మెరుగుపడుతుండగా, ప్రపంచ కుబేరుడు ఎలాన్ మస్క్ చేసిన ఒక ట్వీట్ అంతర్జాతీయంగా చర్చనీయాంశంగా మారింది. బ్యాలెన్స్ పవర్ మారుతోందంటూ ఆయన చేసిన వ్యాఖ్యలు గ్లోబల్ మార్కెట్ల దృష్టిని ఆకర్షించాయి. అంతర్జాతీయ ద్రవ్య నిధి డేటాను ప్రస్తావిస్తూ ప్రపంచ దేశాల జీడీపీపై మస్క్ చేసిన పోస్ట్ ప్రస్తుతం విస్తృతంగా చర్చకు దారితీసింది.

2026 డేటా ప్రకారం ప్రపంచ జీడీపీ వృద్ధిలో టాప్ 10 దేశాల జాబితాలో భారత్ రెండో స్థానంలో నిలిచింది. తొలి స్థానంలో చైనా 26.2 శాతం వాటాతో కొనసాగుతుండగా, భారత్ 17.0 శాతంతో తర్వాతి స్థానాన్ని దక్కించుకుంది. యునైటెడ్ స్టేట్స్ 9.9 శాతంతో మూడో స్థానంలో ఉండగా, ఇండోనేషియా 3.8 శాతంతో నాలుగో స్థానంలో ఉంది. తుర్కియే 2.2 శాతంతో ఐదో స్థానం, నైజిరియా 1.5 శాతంతో ఆరో స్థానం పొందాయి. బ్రెజిల్ 1.5 శాతంతో ఏడో స్థానంలో నిలిచినప్పటికీ, వియత్నాం 1.6 శాతంతో ఎనిమిదో స్థానం, సౌదీ అరేబియా 1.7 శాతంతో తొమ్మిదో స్థానం దక్కించుకున్నాయి. జర్మనీ 0.9 శాతంతో పదో స్థానంలో ఉంది. చైనా, భారత్ కలిసి ప్రపంచ జీడీపీ వృద్ధిలో 43.6 శాతం వాటా కలిగి ఉండటం విశేషం.

గత కొన్నేళ్లుగా భారత్ జీడీపీ గ్రాఫ్ ఎప్పటికప్పుడు పైకి ఎగుస్తోంది. ప్రపంచంలో అత్యంత వేగంగా ఎదుగుతున్న ఆర్థిక వ్యవస్థగా దేశం కొనసాగుతుండగా, రాబోయే సంవత్సరాల్లో అగ్రస్థానాన్ని లక్ష్యంగా పెట్టుకుని కేంద్ర ప్రభుత్వం ఆర్థిక సంస్కరణలను వేగవంతం చేస్తోంది. పార్లమెంట్ బడ్జెట్ సమావేశాల్లో ప్రవేశపెట్టిన ఆర్థిక సర్వే ప్రకారం 2026-27 ఆర్థిక సంవత్సరంలో భారత్ జీడీపీ వృద్ధి రేటు 6.8 నుంచి 7.2 శాతం మధ్య ఉండొచ్చని అంచనా. 2025-26 ఆర్థిక సంవత్సరంలో ఇది 7.4 శాతంగా నమోదైంది. ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఆర్థిక అనిశ్చితి కొనసాగుతున్నప్పటికీ భారత్ వృద్ధి పథంలో ముందుకు సాగుతుండటం గమనార్హం.

మా కలం.. మీ గళం..
మన గళం
దిన పత్రిక

సంపాదకీయం

సముద్ర సరిహద్దుల కాపలాదారులు: భారత తీర రక్షక దళం సేవల స్మరణ

భారత తీర రక్షక దళం దినోత్సవం దేశ భద్రతను భూమిపై మాత్రమే కాకుండా, సముద్రాల్లో కూడా కాపాడుకోవాల్సిన అవసరాన్ని గుర్తుచేసే రోజు. వేల కిలోమీటర్ల పొడవైన భారత తీరరేఖను, విశాలమైన ప్రత్యేక ఆర్థిక మండలిని రక్షిస్తూ, అలల మధ్య నిత్యం అప్రమత్తంగా ఉండే ఈ దళం సేవలు చాలాసార్లు కనిపించకుండా జరిగిపోతుంటాయి. కానీ ఆ మౌన సేవలే దేశానికి భరోసాగా నిలుస్తున్నాయి.

1977లో ఏర్పాటైన తీర రక్షక దళం, కాలక్రమేణా భారత సముద్ర భద్రతలో కీలక స్తంభంగా మారింది. అక్రమ రవాణా, స్మగ్లింగ్, ఉగ్రవాద చొరబాట్లు వంటి ప్రమాదాల నుంచి దేశాన్ని కాపాడడంలో ఈ దళం కీలక పాత్ర పోషిస్తోంది. సముద్ర మార్గం ద్వారా వచ్చే ముప్పులు భూమిపై కనిపించకపోయినా, అవి దేశ భద్రతపై తీవ్రమైన ప్రభావం చూపగలవు. ఈ నేపథ్యంలో తీర రక్షక దళం అప్రమత్తత దేశానికి అగోచర కవచంగా నిలుస్తోంది.

తీర రక్షక దళం సేవలు కేవలం రక్షణకే పరిమితం కావు. సముద్రంలో చిక్కుకున్న మత్స్యకారులను రక్షించడం, నౌకా ప్రమాదాల్లో ప్రాణాలను కాపాడడం, ప్రకృతి విపత్తుల సమయంలో సహాయక చర్యలు చేపట్టడం వంటి మానవతా కార్యక్రమాల్లోనూ ఈ దళం ముందుంటుంది. తుఫానులు, తీరప్రాంత విపత్తుల సమయంలో అలల్ని చీల్చుకుంటూ సహాయం అందించే వారి ధైర్యం ప్రశంసనీయం.

నేటి ప్రపంచంలో సముద్ర భద్రత అనేది కేవలం సైనిక అంశం మాత్రమే కాదు, అది ఆర్థిక భద్రతతోనూ ముడిపడి ఉంది. చమురు రవాణా, అంతర్జాతీయ వాణిజ్యం, మత్స్య సంపద, సముద్ర వనరుల పరిరక్షణ ఇవన్నీ సముద్రాలపై ఆధారపడి ఉన్నాయి. ఈ వనరులు భద్రంగా ఉన్నప్పుడే దేశ ఆర్థిక వ్యవస్థ స్థిరంగా ఉంటుంది. ఈ కోణంలో తీర రక్షక దళం దేశ ఆర్థిక భద్రతకు కూడా కాపలాదారులుగా నిలుస్తోంది.

సాంకేతికత అభివృద్ధి చెందుతున్న కొద్దీ సముద్ర మార్గాల ద్వారా వచ్చే ముప్పులు కూడా రూపం మార్చుకుంటున్నాయి. డ్రగ్ ట్రాఫికింగ్, అక్రమ ఆయుధ రవాణా, సైబర్ ఆధారిత నావికా నేరాలు వంటి సవాళ్లు పెరుగుతున్నాయి. ఈ పరిస్థితుల్లో తీర రక్షక దళాన్ని ఆధునిక సాంకేతికతతో, మెరుగైన వనరులతో బలోపేతం చేయాల్సిన అవసరం మరింత పెరిగింది. భద్రతపై పెట్టే ఖర్చు, వాస్తవానికి భవిష్యత్తుపై పెట్టే పెట్టుబడే.

తీర రక్షక దళ సిబ్బంది జీవితం సవాళ్లతో నిండి ఉంటుంది. కుటుంబాలకు దూరంగా, ప్రతికూల వాతావరణంలో, ప్రాణాల్ని పణంగా పెట్టి విధులు నిర్వర్తిస్తారు. అలల మధ్య గడిపే ఆ రాత్రులు, అప్రమత్తతతో నిండిన ఆ పగళ్లు సాధారణ జీవితానికి దూరమైనవే. ఈ త్యాగాన్ని సమాజం గుర్తించడం, గౌరవించడం అవసరం.

తీర రక్షక దళ దినోత్సవం ఒక వేడుక మాత్రమే కాదు, ఒక గుర్తు. సముద్రాల వైపు మన దృష్టిని మళ్లించే సందర్భం. భద్రత అనేది సరిహద్దులకే పరిమితం కాదని, సముద్రాల వరకూ విస్తరించి ఉందని ఈ రోజు గుర్తుచేస్తుంది. దేశం నిశ్చింతగా నిద్రపోతున్నప్పుడు, అలల మధ్య అప్రమత్తంగా నిలిచే ఆ రక్షకుల సేవలకు ఇది ఒక మౌన వందనం.

భవిష్యత్తులో భారత్ సముద్ర ఆధారిత శక్తిగా ఎదగాలంటే, తీర రక్షక దళ పాత్ర మరింత కీలకమవుతుంది. వారి శక్తిని పెంచడం, వారి సేవలను గుర్తించడం, వారి భద్రతను నిర్ధారించడం దేశం చేయాల్సిన కర్తవ్యం. భారత తీర రక్షక దళ దినోత్సవం ఈ బాధ్యతను మనందరికీ మరోసారి గుర్తుచేస్తుంది. నేటి సాంకేతిక యుగంలో సముద్ర ముప్పులు కూడా కొత్త రూపాలు దాల్చుతున్నాయి. ఆధునిక నావికా నేరాలు, సాంకేతిక పద్ధతుల్లో జరిగే అక్రమ రవాణా, సరిహద్దుల్ని దాటే నేరగాళ్ల నెట్‌వర్క్‌లు---ఇవన్నీ తీర రక్షక దళానికి కొత్త సవాళ్లు. ఈ పరిస్థితుల్లో దళాన్ని ఆధునిక నౌకలు, గస్తీ వ్యవస్థలు, నిఘా సాంకేతికతతో బలోపేతం చేయాల్సిన అవసరం మరింత పెరుగుతోంది. భద్రతపై పెట్టే ప్రతి పెట్టుబడి, వాస్తవానికి దేశ భవిష్యత్తుపై పెట్టే పెట్టుబడే.

తీర రక్షక దళ సిబ్బంది జీవితం సవాళ్లతో నిండి ఉంటుంది. కుటుంబాలకు దూరంగా, అలల మధ్య, నిరంతర అప్రమత్తతతో గడిపే జీవితం ఇది. పండుగలు, పబ్బాలు, వ్యక్తిగత క్షణాలు---అన్నీ విధి ముందు చిన్నవిగా మారిపోతాయి. ఈ త్యాగం వెలుగులోకి రావడం అరుదే. కానీ దేశం నిశ్చింతగా జీవించగలుగుతోందంటే, ఆ వెనుక ఉన్న ఈ మౌన త్యాగాలే కారణం.

భవిష్యత్తులో భారత్ సముద్ర ఆధారిత శక్తిగా ఎదగాలంటే, తీర రక్షక దళ పాత్ర మరింత కీలకమవుతుంది. బ్లూ ఎకానమీ, సముద్ర వనరుల వినియోగం, తీరప్రాంత అభివృద్ధి---ఇవి అన్నీ భద్రతతోనే ముడిపడి ఉన్నాయి. భద్రత లేకుండా అభివృద్ధి నిలబడదు. అందుకే తీర రక్షక దళాన్ని బలోపేతం చేయడం, వారి సేవలను గుర్తించడం, వారి సంక్షేమాన్ని నిర్ధారించడం దేశ కర్తవ్యంగా మారాలి.

భారత తీర రక్షక దళ దినోత్సవం ఒక వేడుక మాత్రమే కాదు, ఒక హెచ్చరిక కూడా. భద్రత అనేది సరిహద్దులకే పరిమితం కాదని, సముద్రాల వరకూ విస్తరించి ఉందని గుర్తుచేసే రోజు. అలల మధ్య అప్రమత్తంగా నిలిచే ఆ రక్షకుల సేవలకు సమాజం కృతజ్ఞత తెలపాల్సిన సందర్భం. దేశ భవిష్యత్తు సురక్షితంగా ఉండాలంటే, ఈ మౌన కాపలాదారుల బలమే ఆధారం.

ప్రపంచ హిజాబ్ దినోత్సవం: ఎంపిక హక్కు, గుర్తింపు, గౌరవంపై చర్చ

- మహిళల స్వేచ్ఛ అంటే ఏంటి అనే ప్రశ్న
- మతపరమైన గుర్తింపుకు గౌరవం అవసరం
- భిన్నత్వాన్ని అంగీకరించడమే నిజమైన సమానత్వం

డెస్క్, జనవరి 31 , మనగళం: ప్రపంచ హిజాబ్ దినోత్సవం మహిళల స్వేచ్ఛ, మతపరమైన గుర్తింపు, వ్యక్తిగత ఎంపిక హక్కులపై ప్రపంచాన్ని ఆలోచనకు నడిపించే రోజు. హిజాబ్ అనేది కేవలం ఒక వస్త్రం కాదు. అది అనేక మహిళలకు వారి విశ్వాసం, సంస్కృతి, వ్యక్తిత్వానికి ప్రతీక. ఈ రోజున ప్రపంచవ్యాప్తంగా నిర్వహించే కార్యక్రమాలు, హిజాబ్‌ను ఒక వివాదంగా కాకుండా, ఒక ఎంపికగా చూడాలన్న సందేశాన్ని బలంగా వినిపిస్తున్నాయి.

మహిళల స్వేచ్ఛ గురించి మాట్లాడేటప్పుడు, ఆ స్వేచ్ఛ ఎవరి నిర్వచనంలో ఉండాలన్న ప్రశ్న తలెత్తుతుంది. ఒక మహిళ ఏం ధరించాలి, ఏం ధరించకూడదు అన్నది ఆమె నిర్ణయమే కావాలా? లేక సమాజం, రాజకీయం, లేదా ఆధిపత్య ఆలోచనలే నిర్ణయించాలా? ప్రపంచ హిజాబ్ దినోత్సవం ఈ ప్రశ్నను నేరుగా ఎదురుపెడుతుంది. హిజాబ్ ధరించడం ఒకరి ఎంపిక అయితే, దానిని గౌరవించాల్సిన బాధ్యత సమాజంపై ఉందన్న భావనను ఇది ముందుకు తెస్తుంది. నేటి ప్రపంచంలో మహిళల శరీరంపై, వారి వస్త్రధారణపై తీర్పులు చెప్పే ధోరణి ఇంకా కొనసాగుతూనే ఉంది. కొన్ని సందర్భాల్లో హిజాబ్‌ను బలవంతంగా మోపుతున్నారన్న విమర్శలు వినిపిస్తే, మరికొన్ని సందర్భాల్లో హిజాబ్‌ను నిషేధించడం కూడా జరుగుతోంది. ఈ రెండింటి మధ్య మహిళ స్వరం ఎక్కడ ఉందన్నదే అసలైన ప్రశ్న. హిజాబ్ దినోత్సవం మహిళకు తన విశ్వాసాన్ని అనుసరించే హక్కు ఉందని, అదే సమయంలో ఆమెకు ప్రశ్నించే స్వేచ్ఛ కూడా ఉందని గుర్తుచేస్తుంది. మతపరమైన గుర్తింపు అనేది వ్యక్తి వ్యక్తిత్వంలో భాగం. ఒకరి దుస్తులు, ఆచారాలు, విశ్వాసాలు వారి గౌరవంతో ముడిపడి ఉంటాయి. వాటిని అవమానించడం, నిరాకరించడం సమాజంలో విభజనను పెంచుతుంది. భిన్నత్వాన్ని అంగీకరించడమే ప్రజాస్వామ్య సమాజానికి బలం. ఈ దినోత్సవం "అందరూ ఒకేలా ఉండాలి" అన్న భావనకు ప్రత్యామ్నాయంగా, "అందరికీ సమాన గౌరవం ఉండాలి" అన్న ఆలోచనను ముందుకు తెస్తుంది.

హిజాబ్‌పై జరిగే చర్చలు కేవలం మత పరిమితుల్లోనే ఉండవు. అవి మహిళా హక్కులు, విద్య, ఉపాధి, ప్రజా స్థలాల్లో భాగస్వామ్యం వంటి అంశాలతో ముడిపడి ఉంటాయి. హిజాబ్ ధరించిన మహిళలను చదువు, ఉద్యోగం, సామాజిక అవకాశాల నుంచి దూరం చేయడం స్వేచ్ఛకు విరుద్ధం. ఒక మహిళ తన గుర్తింపుతోనే సమాజంలో ముందుకు సాగగలగాలి అన్నదే ఈ దినోత్సవం చెప్పే సందేశం.

యువతలో ఈ అంశంపై అవగాహన పెరగడం చాలా అవసరం. సోషల్ మీడియా కాలంలో అభిప్రాయాలు వేగంగా తీర్పులుగా మారిపోతున్నాయి. హిజాబ్‌ను చూసి ఒక వ్యక్తి స్వభావాన్ని నిర్ణయించడం ప్రమాదకర ధోరణి. అవగాహన, సంభాషణ, పరస్పర గౌరవమే ఈ అపోహలను తొలగించగల మార్గాలు. ప్రపంచ హిజాబ్ దినోత్సవం అలాంటి సంభాషణలకు ఒక వేదిక.

ఈ రోజు అసలైన ఉద్దేశ్యం ఎవరికైనా హిజాబ్ ధరించమని చెప్పడం కాదు. అలాగే, హిజాబ్‌ను విస్మరించమని చెప్పడం కూడా కాదు. మహిళకు తన ఎంపికపై సంపూర్ణ హక్కు ఉండాలన్నదే దీని సారాంశం. స్వేచ్ఛ అంటే ఒకే విధంగా ఉండటం కాదు, భిన్నంగా ఉండే హక్కును అంగీకరించడమే.

ప్రపంచ హిజాబ్ దినోత్సవం మన సమాజానికి ఇచ్చే ప్రధాన సందేశం స్పష్టం---మహిళల స్వేచ్ఛను మాటల్లో కాకుండా, ఆచరణలో గౌరవించాలి. దుస్తుల ఆధారంగా కాదు, వ్యక్తిత్వం ఆధారంగా మహిళలను చూడగలిగినప్పుడే నిజమైన సమానత్వం సాధ్యమవుతుంది.

భయంగా మారుతున్న ఆకాశ ప్రయాణం

- పెరుగుతున్న విమాన ప్రమాదాలు?
- సాంకేతిక లోపాలే కారణమా... మానవ తప్పిదాలా?
- భద్రతపై నమ్మకం కోల్పోతున్న ప్రయాణికులు?
- నియంత్రణ ఎక్కడ..

డెస్క్, జనవరి 31 ,మనగళం: ఇటీవల వరుసగా జరుగుతున్న విమాన ప్రమాదాలు, అత్యవసర ల్యాండింగులు, సాంకేతిక లోపాల వార్తలు సామాన్య ప్రయాణికుల్లో తీవ్ర ఆందోళన కలిగిస్తున్నాయి. ఒకప్పుడు సురక్షిత ప్రయాణ మార్గంగా భావించిన విమానయానం ఇప్పుడు భయాందోళనలకు కేంద్రంగా మారుతోందనే చర్చ విస్తృతంగా సాగుతోంది. "విమానంలో ఎక్కాలంటేనే గుండె దడ పెరుగుతోంది" అని పలువురు ప్రయాణికులు వ్యాఖ్యానించడం పరిస్థితి తీవ్రతను సూచిస్తోంది.

విమాన ప్రమాదాలకు ఒకే ఒక్క కారణం ఉండదని నిపుణులు చెబుతున్నారు. సాంకేతిక లోపాలు, సరైన నిర్వహణ లేకపోవడం, వాతావరణ మార్పుల ప్రభావం, పైలట్లపై అధిక పని ఒత్తిడి, మానవ తప్పిదాలు కలిసి ప్రమాదాలకు దారితీస్తున్నాయి. ముఖ్యంగా పాత విమానాలను ఎక్కువకాలం వినియోగించడం, ఖర్చు తగ్గింపు పేరుతో నిర్వహణలో రాజీ పడటం ప్రమాదాలను పెంచుతున్నాయనే విమర్శలు వినిపిస్తున్నాయి.

మరోవైపు, వాతావరణ మార్పుల కారణంగా ఆకస్మిక గాలివానలు, తీవ్ర తుఫాన్లు, గాలి అశాంతి (టర్బులెన్స్) ఘటనలు పెరుగుతున్నాయి. ఇవి విమానయానంపై ప్రత్యక్ష ప్రభావం చూపుతున్నాయి. పైగా ప్రయాణికుల సంఖ్య పెరుగుతున్న కొద్దీ, విమానాశ్రయాలపై ఒత్తిడి కూడా ఎక్కువవుతోంది. రద్దీ గల రన్‌వేలు, వేగవంతమైన షెడ్యూల్‌లు భద్రతా ప్రమాణాలపై ప్రభావం చూపుతున్నాయన్న అభిప్రాయం వ్యక్తమవుతోంది.

ఈ పరిస్థితుల్లో ప్రయాణికుల్లో నమ్మకం పెంపొందించడం విమానయాన రంగానికి పెద్ద సవాలుగా మారింది. కఠినమైన భద్రతా తనిఖీలు, పారదర్శక నిర్వహణ, పైలట్లు సిబ్బందికి సరైన విశ్రాంతి, పాత విమానాలపై స్పష్టమైన విధానాలు తీసుకురావాల్సిన అవసరం ఉందని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. లేదంటే, ఆకాశ ప్రయాణం అంటే సౌకర్యం కాదు భయమే అనే భావన సమాజంలో మరింత బలపడే ప్రమాదం ఉందని హెచ్చరిస్తున్నారు.

ఈ రెండు బ్యాంకుల విలీనం..! ఖాతాదారులకు అలర్ట్.. పాస్‌బుక్, ఐఎఫ్‌సీ మారొచ్చు!

న్యూఢిల్లీ , జనవరి 31, ,మనగళం: దేశంలో త్వరలోనే మరో భారీ ప్రభుత్వ రంగ బ్యాంక్ ఏర్పడే అవకాశాలు కనిపిస్తున్నాయి. యూనియన్ బ్యాంక్ ఆఫ్ ఇండియా, బ్యాంక్ ఆఫ్ ఇండియా మధ్య విలీనం ప్రక్రియ ప్రారంభమైనట్లు సమాచారం. ఈ ఏడాది చివరి నాటికి ఈ విలీనం పూర్తయ్యే అవకాశముండగా, అది అమలులోకి వస్తే దేశంలో మూడవ అతిపెద్ద ప్రభుత్వ రంగ బ్యాంక్‌గా అవతరించనుంది.

ప్రస్తుతం ఈ విలీనానికి సంబంధించిన అంతర్గత మూల్యాంకనం, కార్యాచరణ ఏకీకరణ వంటి కీలక ప్రక్రియలు కొనసాగుతున్నాయి. విలీనం పూర్తయిన తర్వాత ఖాతాదారుల పాస్‌బుక్‌లు, ఐఎఫ్‌సీ కోడ్‌లు మారే అవకాశముండటంతో వినియోగదారులు అప్రమత్తంగా ఉండాలని బ్యాంకింగ్ వర్గాలు సూచిస్తున్నాయి.

చిన్న ప్రభుత్వ బ్యాంకులను పెద్ద బ్యాంకులతో విలీనం చేసి, ప్రస్తుతం ఉన్న 12 బ్యాంకుల స్థానంలో 4 నుంచి 5 పెద్ద బ్యాంకులను ఏర్పాటుచేయాలని కేంద్రం యోచిస్తోంది. ఈ విలీనంతో బ్యాలెన్స్ షీట్, బ్రాంచ్ నెట్‌వర్క్, కస్టమర్ బేస్ గణనీయంగా విస్తరించనున్నాయి. 2025 ఆర్థిక సంవత్సరానికి సుమారు రూ. 25.4 లక్షల కోట్ల ఆస్తులతో ఈ విలీన బ్యాంక్ అతిపెద్ద ప్రభుత్వ బ్యాంకుల్లో ఒకటిగా నిలవనుంది.

మార్కెట్ క్యాపిటలైజేషన్ పరంగా సుమారు రూ. 2.13 లక్షల కోట్ల విలువతో ఈ సంస్థ ఆరవ స్థానంలో నిలిచే అవకాశం ఉంది. అలాగే బ్యాంక్ ఆఫ్ బరోడా, కెనరా బ్యాంక్, పంజాబ్ నేషనల్ బ్యాంక్‌లను అధిగమించనుంది. ప్రస్తుతం యూనియన్ బ్యాంక్, బ్యాంక్ ఆఫ్ ఇండియా వరుసగా ఐదవ, ఆరవ అతిపెద్ద ప్రభుత్వ రంగ బ్యాంకులుగా కొనసాగుతున్నాయి.

స్ట్రెస్ తగ్గించుకోవాలంటే జీవనశైలిలో మార్పు తప్పనిసరి

డెస్క్, జనవరి 31 :,మనగళం: ఆధునిక జీవనశైలిలో స్ట్రెస్ అనేది ప్రతి ఒక్కరి జీవితంలో భాగమైపోయింది. ఉద్యోగ ఒత్తిడి, ఆర్థిక సమస్యలు, కుటుంబ బాధ్యతలు, పోటీ ప్రపంచం, సోషల్ మీడియా ప్రభావం వంటి అనేక కారణాల వల్ల మనసు ఎప్పుడూ ఉద్విగ్నంగా ఉంటుంది. చిన్న సమస్యకే ఎక్కువగా ఆలోచించడం, భవిష్యత్తుపై అనవసర భయాలు పెంచుకోవడం వల్ల స్ట్రెస్ మరింత తీవ్రమవుతోందని మానసిక నిపుణులు చెబుతున్నారు. దీర్ఘకాలంగా స్ట్రెస్ కొనసాగితే శారీరక, మానసిక ఆరోగ్యంపై తీవ్ర ప్రభావం చూపే ప్రమాదం ఉందని వారు హెచ్చరిస్తున్నారు.

– శారీరక ఆరోగ్యంపై స్ట్రెస్ ప్రభావం

స్ట్రెస్ ఎక్కువైతే నిద్రలేమి, తలనొప్పులు, కడుపు సమస్యలు, అధిక రక్తపోటు, గుండె సంబంధిత ఇబ్బందులు తలెత్తే అవకాశం ఉందని వైద్యులు చెబుతున్నారు. కొందరిలో ఆకలి తగ్గిపోవడం, మరికొందరిలో అతిగా తినే అలవాటు పెరగడం కూడా స్ట్రెస్ ప్రభావమేనని పేర్కొంటున్నారు. అలాగే రోగనిరోధక శక్తి తగ్గి తరచూ అనారోగ్యానికి గురయ్యే అవకాశాలు పెరుగుతాయని హెచ్చరిస్తున్నారు. అందుకే స్ట్రెస్‌ను నిర్లక్ష్యం చేయకుండా సమయానికే తగ్గించుకోవడం చాలా అవసరమని నిపుణుల అభిప్రాయం.

– స్ట్రెస్ తగ్గించేందుకు సరళమైన మార్గాలు

రోజూ కొద్దిసేపు వాకింగ్, యోగా, వ్యాయామం చేయడం వల్ల స్ట్రెస్ స్థాయి గణనీయంగా తగ్గుతుందని మానసిక నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. ముఖ్యంగా ప్రాణాయామం, ధ్యానం మనసును ప్రశాంతంగా ఉంచడంలో ఎంతో ఉపయోగపడుతాయని చెబుతున్నారు. నచ్చిన సంగీతం వినడం, పుస్తకాలు చదవడం, ప్రకృతిలో కొద్దిసేపు గడపడం కూడా స్ట్రెస్ తగ్గించడంలో సహాయపడుతుందని అంటున్నారు. అలాగే మొబైల్, సోషల్ మీడియా వినియోగాన్ని నియంత్రించుకోవడం ద్వారా అనవసర మానసిక ఒత్తిడిని తగ్గించుకోవచ్చని సూచిస్తున్నారు.

– ఆలోచనల మార్పే అసలైన పరిష్కారం

స్ట్రెస్‌ను పూర్తిగా తొలగించడం కంటే, దాన్ని ఎదుర్కొనే విధానాన్ని మార్చుకోవడం ముఖ్యమని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ప్రతి విషయాన్ని మన చేతిలో లేనిదిగా భావించిగా ఆలోచించకుండా, మన చేతిలో ఉన్న విషయాలపై దృష్టి పెట్టడం అలవాటు చేసుకోవాలని సూచిస్తున్నారు. కృతజ్ఞత భావాన్ని అలవాటు చేసుకోవడం, రోజూ చిన్న సంతోషాలను గుర్తించడం, ఇతరులతో పోలికలు పెట్టుకోకుండా ఉండడం వల్ల మనసు తేలికగా మారుతుందని చెబుతున్నారు. అవసరమైతే కుటుంబ సభ్యులు, స్నేహితులు లేదా నిపుణులతో మాట్లాడడం కూడా స్ట్రెస్ తగ్గించడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తుందని మానసిక వైద్యులు సూచిస్తున్నారు.

డ్రైవింగ్‌లో జాగ్రత్తే ప్రాణరక్ష

డెస్క్, జనవరి 31,మనగళం: నేటి జీవితంలో డ్రైవింగ్ అవసరం ఆధునిక జీవనశైలిలో డ్రైవింగ్ అనేది తప్పనిసరి నైపుణ్యంగా మారింది. ఉద్యోగాలు, వ్యాపారం, విద్య, కుటుంబ అవసరాల కోసం ప్రతిరోజూ లక్షలాది మంది రోడ్లపై ప్రయాణిస్తున్నారు. అయితే వాహనాల సంఖ్య పెరుగుతున్న కొద్దీ రోడ్డు ప్రమాదాల సంఖ్య కూడా ఆందోళనకర స్థాయిలో పెరుగుతోందని గణాంకాలు చెబుతున్నాయి. డ్రైవింగ్ అనేది కేవలం వాహనం నడపడం మాత్రమే కాదని, బాధ్యతతో కూడిన చర్య అని ట్రాఫిక్ నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. చిన్న నిర్లక్ష్యం కూడా పెద్ద ప్రమాదానికి దారి తీసే అవకాశం ఉందని వారు సూచిస్తున్నారు.

– వేగం, నిర్లక్ష్యమే ప్రమాదాలకు మూలం

అతివేగం, మొబైల్ ఫోన్ ఉపయోగిస్తూ డ్రైవింగ్ చేయడం, సీట్‌బెల్ట్ లేదా హెల్మెట్ ధరించకపోవడం వంటి అలవాట్లు ప్రమాదాలకు ప్రధాన కారణాలుగా మారుతున్నాయని ట్రాఫిక్ అధికారులు చెబుతున్నారు. అలాగే మద్యం సేవించి వాహనం నడపడం ప్రాణాంతక ప్రమాదాలకు దారి తీస్తుందని స్పష్టం చేస్తున్నారు. ట్రాఫిక్ నిబంధనలు పాటించకపోవడం వల్ల కేవలం డ్రైవర్‌కే కాదు, రోడ్డుపై ఉన్న ఇతరుల ప్రాణాలకూ ముప్పు ఏర్పడుతుందని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. రోడ్డు అనేది ఒక్కరిదీ కాదని, అందరూ పంచుకునే స్థలం అన్న అవగాహన ప్రతి డ్రైవర్‌కు అవసరమని వారు పేర్కొంటున్నారు.

– శారీరక--మానసిక స్థితి కూడా ముఖ్యం

డ్రైవింగ్ చేసే సమయంలో శారీరక ఆరోగ్యం, మానసిక స్థితి కూడా చాలా కీలకమని వైద్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. నిద్రలేమి, అలసట, తీవ్ర ఒత్తిడితో డ్రైవింగ్ చేయడం ప్రమాదకరమని హెచ్చరిస్తున్నారు. ఎక్కువసేపు నిరంతరం వాహనం నడిపే వారు మధ్య మధ్యలో విరామం తీసుకోవాలని సూచిస్తున్నారు. అలాగే కళ్ల చూపు సమస్యలు ఉన్నవారు సరైన కళ్లద్దాలు ఉపయోగించకపోతే ప్రమాదాల ముప్పు పెరుగుతుందని చెబుతున్నారు. డ్రైవింగ్ ముందు మనసు ప్రశాంతంగా ఉండటం ఎంతో అవసరమని నిపుణుల అభిప్రాయం.

– జాగ్రత్తలే సురక్షిత ప్రయాణానికి మార్గం

సురక్షిత డ్రైవింగ్ కోసం ట్రాఫిక్ నిబంధనలు కచ్చితంగా పాటించడం, వేగ నియంత్రణ పాటించడం, రోడ్డు పరిస్థితులను గమనిస్తూ ముందుకు సాగడం అవసరమని అధికారులు సూచిస్తున్నారు. సీట్‌బెల్ట్, హెల్మెట్ తప్పనిసరిగా ధరించడం, వాహనాన్ని క్రమం తప్పకుండా తనిఖీ చేయించడం కూడా ఎంతో ముఖ్యం. డ్రైవింగ్‌లో సహనం, బాధ్యత, ఇతరుల పట్ల గౌరవం ఉంటేనే రోడ్లు సురక్షితంగా మారతాయని నిపుణులు అభిప్రాయపడుతున్నారు. ఒక్కరి జాగ్రత్త వందలాది ప్రాణాలను కాపాడగలదన్న విషయం ప్రతి డ్రైవర్ గుర్తుంచుకోవాల్సిన అవసరం ఉందని వారు సూచిస్తున్నారు.

కాఫీ తాగే ముందు నీరు తాగితే ఆరోగ్యానికి మేలు

డెస్క్, జనవరి 31:,మనగళం: చాలామంది నిద్రలేవగానే కాఫీ లేదా టీ తాగే అలవాటు కలిగి ఉంటారు. అయితే ఆరోగ్య నిపుణుల మాటల్లో చెప్పాలంటే, ఉదయం లేవగానే తాగాల్సిన తొలి పానీయం కాఫీ కాదు, నీరే కావాలి. రాత్రి నిద్ర సమయంలో శరీరం గంటల తరబడి నీరు తీసుకోకుండా ఉంటుంది. ఈ కారణంగా ఉదయం శరీరం స్వల్పంగా డీహైడ్రేషన్‌కు గురవుతుందని వైద్యులు చెబుతున్నారు. అలాంటి సమయంలో ముందుగా ఒకటి లేదా రెండు గ్లాసుల నీరు తాగితే శరీరం మళ్లీ హైడ్రేట్ అయి, అంతర్గత వ్యవస్థలు చురుకుగా పనిచేయడం ప్రారంభిస్తాయని సూచిస్తున్నారు.

– కాఫీ ముందు నీరు ఎందుకు అవసరం?

ఖాళీ కడుపుతో నేరుగా కాఫీ తాగితే కాఫీలోని కాఫీన్ కడుపుపై ప్రభావం చూపి ఆమ్లత్వం, గ్యాస్ట్రిక్ సమస్యలు, కడుపులో మంట వంటి ఇబ్బందులు తలెత్తే అవకాశం ఉందని వైద్య నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. ముందుగా నీరు తాగడం వల్ల కడుపులో ఒక రక్షణ పొరలా పనిచేసి కాఫీన్ ప్రభావాన్ని కొంత మేర తగ్గిస్తుందని చెబుతున్నారు. అంతేకాదు, నీరు తాగడం వల్ల జీర్ణక్రియ మేల్కొని, కాఫీ తీసుకున్న తర్వాత శరీరం దాన్ని సులభంగా స్వీకరించగలుగుతుందని నిపుణుల అభిప్రాయం.

– శరీరానికి లభించే అదనపు ప్రయోజనాలు

ఉదయం నీరు తాగడం వల్ల రక్తప్రసరణ మెరుగుపడుతుందని, మెదడుకు తగినంత ఆక్సిజన్ అందుతుందని వైద్యులు చెబుతున్నారు. దీంతో అలసట తగ్గి, తలనొప్పులు తగ్గే అవకాశం ఉంటుందని సూచిస్తున్నారు. శరీరంలోని విషపదార్థాలను బయటకు పంపే ప్రక్రియ కూడా నీరు తాగడం వల్ల వేగవంతమవుతుందని అంటున్నారు. ఆ తరువాత కాఫీ తాగితే దాని వల్ల వచ్చే ఉత్సాహం సహజంగా, ఆరోగ్యకరంగా ఉంటుందని నిపుణులు పేర్కొంటున్నారు.

– చిన్న అలవాటు : పెద్ద ఆరోగ్య లాభం

కాఫీని పూర్తిగా మానేయాల్సిన అవసరం లేదని, కానీ దాన్ని తాగే విధానంలో చిన్న మార్పు చేసుకుంటే ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు జరుగుతుందని వైద్యులు సూచిస్తున్నారు. రోజూ ఉదయం లేవగానే ముందుగా నీరు తాగడం, ఆ తర్వాత కొద్దిసేపటికి కాఫీ తీసుకోవడం అలవాటు చేసుకుంటే కడుపు సమస్యలు తగ్గడమే కాకుండా శరీరం మొత్తం చురుకుగా ఉంటుందని చెబుతున్నారు. ఈ చిన్న అలవాటు దీర్ఘకాలంలో మంచి ఆరోగ్యాన్ని అందించగలదని నిపుణులు అభిప్రాయపడుతున్నారు.

యోగ - శరీరం, మనసుకు సమతుల్య ఆరోగ్యం

డెస్క్, జనవరి 31 ,మనగళం: యోగ అనేది వేల సంవత్సరాలుగా భారతీయ జీవన విధానంలో భాగంగా కొనసాగుతున్న సాధన. ఒకప్పుడు ఋషులు, సాధువులకే పరిమితమైన యోగం నేడు ప్రపంచవ్యాప్తంగా కోట్లాదిమంది అనుసరిస్తున్న ఆరోగ్య మార్గంగా మారింది. ఆధునిక జీవనశైలిలో పెరుగుతున్న ఒత్తిడి, ఆందోళన, శారీరక అలసటకు యోగం సహజ పరిష్కారంగా నిలుస్తోందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. యోగ అనేది కేవలం వ్యాయామం మాత్రమే కాదు, శ్వాస, ధ్యానం, ఆలోచనల సమన్వయంతో సంపూర్ణ ఆరోగ్యాన్ని అందించే జీవన విధానమని వారు పేర్కొంటున్నారు. నిత్యం యోగాసనాలు చేయడం వల్ల శరీరంలోని కండరాలు బలపడతాయని, వంపు--తిప్పుల వల్ల శరీర సౌలభ్యం పెరుగుతుందని వైద్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. వెన్నెముక, మెడ, నడుము సంబంధిత నొప్పులు తగ్గడంలో యోగ కీలక పాత్ర పోషిస్తుందని సూచిస్తున్నారు. రక్తప్రసరణ మెరుగుపడి గుండె ఆరోగ్యం బలపడుతుందని, జీర్ణక్రియ సక్రమంగా సాగుతుందని చెబుతున్నారు. మధుమేహం, అధిక రక్తపోటు వంటి జీవనశైలి వ్యాధులను నియంత్రించడంలో కూడా యోగ సహాయపడుతుందని నిపుణుల అభిప్రాయం. యోగలోని ప్రాణాయామం, ధ్యానం మనసును ప్రశాంతంగా ఉంచడంలో ఎంతో ప్రభావవంతమని మానసిక నిపుణులు చెబుతున్నారు. రోజూ కొద్దిసేపు ధ్యానం చేయడం వల్ల ఆందోళన, చిరాకు, నిద్రలేమి వంటి సమస్యలు తగ్గుతాయని సూచిస్తున్నారు. మనసు కేంద్రీకృతమై, ఆలోచనల్లో స్పష్టత పెరుగుతుందని, పనిపై దృష్టి మెరుగవుతుందని చెబుతున్నారు. విద్యార్థులు, ఉద్యోగులు, వృద్ధులు అందరికీ మానసిక సమతుల్యత కోసం యోగ అవసరమని నిపుణులు అభిప్రాయపడుతున్నారు.

ఆరోగ్యానికి మధురమైన వరం.. బొప్పాయి పండు

డెస్క్, జనవరి 31 ,మనగళం: బొప్పాయి పండు తెలుగు రాష్ట్రాల్లో సులభంగా లభించే, పోషకాలతో నిండిన పండుగా గుర్తింపు పొందింది. తీపి రుచి, మృదువైన గుజ్జుతో చిన్నపిల్లల నుంచి వృద్ధుల వరకు అందరికీ ఇష్టమైన పండుగా ఇది నిలుస్తోంది. ఉదయం అల్పాహారంగా గానీ, భోజనం తరువాత గానీ బొప్పాయి తింటే శరీరానికి తేలికపాటి అనుభూతి కలుగుతుందని చాలా మంది అనుభవం చెబుతున్నారు. తక్కువ ఖర్చుతో, సంవత్సరం పొడవునా లభించడమే కాకుండా ఆరోగ్యానికి అనేక విధాలుగా మేలు చేసే పండుగా బొప్పాయి ప్రత్యేక స్థానం సంపాదించింది.

– జీర్ణక్రియకు బొప్పాయి సహజ ఔషధం

బొప్పాయిలో ఉండే 'పాపైన్' అనే ఎంజైమ్ జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తుందని వైద్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. అజీర్ణం, కడుపు ఉబ్బరం, మలబద్ధకం వంటి సమస్యలు ఉన్నవారికి బొప్పాయి ఎంతో ఉపశమనంగా మారుతుందని సూచిస్తున్నారు. ముఖ్యంగా భోజనం తర్వాత కొద్దిగా బొప్పాయి తింటే ఆహారం సులభంగా జీర్ణమవుతుందని చెబుతున్నారు. అందుకే జీర్ణక్రియ సమస్యలతో బాధపడేవారికి బొప్పాయి పండును ఆహారంలో చేర్చుకోవాలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

– పోషక విలువలు, రోగనిరోధక శక్తి పెంపు

బొప్పాయిలో విటమిన్--సి, విటమిన్--ఏ, ఫైబర్, యాంటీఆక్సిడెంట్లు సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ఇవి శరీర రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడంలో సహాయపడతాయని వైద్యులు చెబుతున్నారు. తరచూ జలుబు, దగ్గు వచ్చే వారికి బొప్పాయి మంచి పండుగా మారుతుందని సూచిస్తున్నారు. అలాగే కంటి చూపు మెరుగుదల, చర్మ ఆరోగ్యం కాపాడడంలో కూడా బొప్పాయి ఉపయోగపడుతుందని నిపుణుల అభిప్రాయం. శరీరంలోని విషపదార్థాలను బయటకు పంపడంలో ఇది సహకరిస్తుందని చెబుతున్నారు.

– పరిమితిలో తీసుకుంటేనే పూర్తి మేలు

ఎన్నో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నప్పటికీ బొప్పాయిని అతిగా తీసుకోవడం మంచిది కాదని వైద్యులు హెచ్చరిస్తున్నారు. అధికంగా తింటే కొందరిలో కడుపు సమస్యలు వచ్చే అవకాశం ఉందని సూచిస్తున్నారు. అలాగే కొన్ని ప్రత్యేక ఆరోగ్య పరిస్థితుల్లో ఉన్నవారు వైద్యుల సలహాతోనే బొప్పాయి తీసుకోవాలని సూచిస్తున్నారు. సమతుల్య ఆహారంలో భాగంగా, పరిమితంగా బొప్పాయి పండును వినియోగిస్తే శరీరానికి, మనసుకు రెండింటికీ మేలు చేకూరుతుందని నిపుణులు అభిప్రాయపడుతున్నారు.

నవ్వు ఆరోగ్యానికి సహజ ఔషధం

డెస్క్, జనవరి 31 : ,మనగళం: నవ్వే మనసుకు తొలి చికిత్స నేటి ఒత్తిడితో నిండిన జీవనశైలిలో మనిషి ఎక్కువగా కోల్పోతున్నది సహజమైన నవ్వేనని మానసిక నిపుణులు చెబుతున్నారు. పని ఒత్తిడి, బాధ్యతలు, పోటీ ప్రపంచం మధ్య మనసు ఎప్పుడూ భారంగా మారుతోంది. ఇలాంటి పరిస్థితుల్లో మనసు హాయిగా నవ్వితే క్షణాల్లోనే ఉద్రిక్తత తగ్గుతుందని నిపుణులు స్పష్టం చేస్తున్నారు. నవ్వు అనేది కేవలం ఆనందాన్ని వ్యక్తపరిచే భావమే కాకుండా, మనసుకు తక్షణ ఉపశమనం ఇచ్చే శక్తివంతమైన సాధనమని వారు అభిప్రాయపడుతున్నారు.

– శారీరక ఆరోగ్యంపై నవ్వు ప్రభావం

నవ్వినప్పుడు శరీరంలో 'హ్యాపీ హార్మోన్లు'గా పిలిచే ఎండార్ఫిన్స్ విడుదలవుతాయని వైద్యులు చెబుతున్నారు. ఇవి నొప్పిని తగ్గించడంలో, రక్తప్రసరణను మెరుగుపరచడంలో సహాయపడతాయని వివరించారు. రోజూ నవ్వే అలవాటు ఉన్నవారిలో గుండె ఆరోగ్యం మెరుగ్గా ఉండటం, రోగనిరోధక శక్తి పెరగడం గమనించామని వారు పేర్కొంటున్నారు. అలాగే నవ్వు ఊపిరితిత్తులకు మంచి వ్యాయామంలా పనిచేసి శ్వాస వ్యవస్థను బలోపేతం చేస్తుందని వైద్య నిపుణుల అభిప్రాయం.

– స్ట్రెస్ తగ్గించడంలో నవ్వు పాత్ర

నవ్వు స్ట్రెస్‌ను తగ్గించే సహజ ఆయుధమని మానసిక వైద్యులు చెబుతున్నారు. చిరునవ్వు అయినా సరే, అది మెదడుకు సానుకూల సంకేతాలను పంపి ఆందోళనను తగ్గిస్తుందని వివరించారు. నవ్వే అలవాటు ఉన్నవారు సమస్యలను తేలికగా తీసుకునే శక్తిని పెంపొందించుకుంటారని, దీని వల్ల డిప్రెషన్, నిద్రలేమి వంటి సమస్యలు దూరమవుతాయని చెబుతున్నారు. కుటుంబంలో, కార్యాలయంలో నవ్వుతో కూడిన వాతావరణం ఉంటే సంబంధాలు కూడా బలపడతాయని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

– నవ్వును జీవన భాగం చేసుకోవాలి

నవ్వు కోసం ప్రత్యేక కారణాలు వెతకాల్సిన అవసరం లేదని నిపుణులు చెబుతున్నారు. నచ్చిన సినిమా చూడడం, పిల్లలతో గడపడం, స్నేహితులతో మాట్లాడడం, చిన్న చిన్న ఆనందాలను ఆస్వాదించడం ద్వారా నవ్వును జీవితంలో భాగం చేసుకోవచ్చని సూచిస్తున్నారు. రోజూ కొద్దిసేపైనా మనస్ఫూర్తిగా నవ్వడం అలవాటు చేసుకుంటే శరీరం, మనసు రెండూ ఆరోగ్యంగా ఉంటాయని వారు అభిప్రాయపడుతున్నారు. చివరికి నవ్వు ఉచితం అయినా, అందించే ఆరోగ్య లాభాలు అమూల్యమైనవని నిపుణులు గుర్తుచేస్తున్నారు.

మా కలం.. మీ గళం..
మన గళం
దిన పత్రిక

బ్యాడ్ లక్ వెనకేసుకు తిరుగుతున్న ముద్దుగుమ్మ

సక్సెస్ చూసి చాలా కాలం అయ్యింది పాపం

మన గళం : బ్యాక్ టు బ్యాక్ సినిమాలు చేస్తున్నా బ్యాడ్ లక్ వెనకేసుకు తిరుగుతున్న ముద్దుగుమ్మ ఈ అమ్మడు. హీరోయిన్ గా వరుసగా సినిమాలు చేసి మెప్పించింది ఈ భామ. చాలా మంది ముద్దుగుమ్మలు తక్కువ సినిమాలతోనే ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకుంటున్నారు. మంచి సినిమా పడితే స్టార్స్ గా మారిపోవాలని హీరోయిన్స్ ప్రయత్నిస్తున్నారు. దాంతో మంచి ఛాన్స్ దొరికితే తమ టాలెంట్ మొత్తం చూపించడానికి, అలాగే ఎలాంటి సాహసమైన చేయడానికి హీరోయిన్స్ రెడీ అవుతున్నారు. అయితే కొంతమంది ముద్దుగుమ్మలు కొన్ని సినిమాలతోనే పరిమితం అవుతున్నారు. వరుసగా సినిమాలు చేసి ఆ తర్వాత అవకాశాలు లేక సోషల్ మీడియాతోనే గడిపేస్తున్న హీరోయిన్స్ చాలా మంది ఉన్నారు. వారిలో ఈ అమ్మడు ఒకరు. ఈ చిన్నది చేసింది 12 సినిమాలు కానీ హిట్స్ మాత్రంనాలుగు మాత్రమే.. అవకాశాలు లేక తన గ్లామర్ తో దర్శక నిర్మాతలను ఆకర్షిస్తున్న ఈ అమ్మడు ఎవరో కాదు.. తెలుగులో చేసిన మొదటి సినిమాతోనే మంచి విజయాన్ని అందుకుంది. తన అందం, అభినయంతో కట్టిపడేసింది. కానీ ఆతర్వాత అంతగా సక్సెస్ అందుకోలేకపోయింది. వరుసగా సినిమాలు చేసినప్పటికీ అంతగా హిట్స్ అందుకోలేదు. ఇంతకూ ఆమె ఎవరో కాదు అందాల భామ హెబ్బా పటేల్.. అలా ఎలా సినిమాతో హీరోయిన్ గా టాలీవుడ్ కు పరిచయం అయ్యింది హెబ్బా.. ఆ తర్వాత కుమారి 21 ఎఫ్ సినిమాతో ఓవర్ నైట్ లో స్టార్ హీరోయిన్ గా మారిపోయింది అందాల భామ హెబ్బా పటేల్. సుకుమార్ రైటింగ్స్ పై తెరకెక్కిన ఈ సినిమాతో మంచి విజయాన్ని అందుకుంది ఈ ముద్దుగుమ్మ. ఈ సినిమా సూపర్ హిట్ అయ్యింది. తర్వాత వరుసగా సినిమాలు చేసిన అదృష్టం కలిసి రాలేదు. స్పెషల్ సాంగ్స్ చేసిన అంతగా గుర్తింపు రాలేదు. ఇటీవలే ఓదెల 2సినిమాలో మెరిసింది. ఇక సోషల్ మీడియాలో యాక్టివ్ గా ఉండే హెబ్బా పటేల్ తన అందంతో కుర్రకారును కట్టిపడేస్తుంది. క్రేజీ ఫోటోలు షేర్ చేస్తూ రచ్చ చేస్తుంది ఈ అమ్మడు.

మళ్ళీ జంటగా శివాజీ - లయ..!

హైదరాబాద్ ,31 జనవరి 2026 ,మన గళం: టాలీవుడ్ సీనియర్ నటీనటులు శివాజీ, లయ చాలా కాలం తర్వాత జంటగా నటించిన క్రైమ్ కామెడీ చిత్రం 'సాంప్రదాయిని సుప్పిని సుద్దపూసని' డిజిటల్ విడుదలకు సిద్ధమైంది. సుధీర్ శ్రీరామ్ దర్శకత్వంలో రూపొందిన ఈ చిత్రం థియేటర్లకు రాకుండా నేరుగా ఓటీటీ వేదికపై ప్రేక్షకుల ముందుకు రానుంది. ప్రముఖ డిజిటల్ ప్లాట్‌ఫామ్ ఈటీవీ విన్ ఈ సినిమా హక్కులను సొంతం చేసుకోగా, ఫిబ్రవరి 12 నుంచి స్ట్రీమింగ్ చేయనున్నట్లు ప్రకటించారు. ఒకప్పుడు వెండితెరపై సూపర్ హిట్ జోడీగా గుర్తింపు పొందిన శివాజీ--లయ కాంబినేషన్ మళ్లీ రావడం ప్రేక్షకుల్లో ఆసక్తిని రేకెత్తిస్తోంది. 'స్వయంవరం', 'టాటా బిర్లా మధ్యలో లైలా' వంటి చిత్రాల్లో వీరి కెమిస్ట్రీ ప్రత్యేకంగా నిలిచింది. ఇప్పుడు క్రైమ్ ఎలిమెంట్స్ కలిసిన కామెడీ ఎంటర్‌టైనర్‌తో మరోసారి ప్రేక్షకులను అలరించేందుకు సిద్ధమవుతున్నారు. వెరైటీ టైటిల్‌తో వస్తున్న ఈ సినిమాకు ఇప్పటికే విడుదలైన పోస్టర్లు, ప్రమోషనల్ కంటెంట్ మంచి స్పందన తెచ్చుకున్నాయి. నవ్వులతో పాటు ఉత్కంఠను కలగలిపిన కథతో రూపొందిన ఈ చిత్రం ఫ్యామిలీ ఆడియన్స్‌ను కూడా ఆకట్టుకునే

అవకాశముందని సినీ వర్గాలు భావిస్తున్నాయి. చాలా గ్యాప్ తర్వాత తమ అభిమాన జోడీని మళ్లీ ఒకే తెరపై చూడబోతున్నామని ప్రేక్షకులు ఆసక్తిగా ఎదురుచూస్తున్నారు.

చిట్టి ఇంతలా మారిపోయిందా..!

హైదరాబాద్ ,31 జనవరి 2026 ,మన గళం: 'జాతిరత్నాలు' సినిమాతో ఒక్కసారిగా ప్రేక్షకుల దృష్టిని ఆకర్షించిన ఫరియా అబ్దుల్లా పేరు చెబితే ఇప్పటికీ చాలామందికి 'చిట్టి' పాత్రే గుర్తుకొస్తుంది. ఆ సినిమా తర్వాత కెరీర్ ఆశించినంత వేగంగా సాగకపోయినా, తనకంటూ ప్రత్యేకమైన ఇమేజ్‌ను నిలబెట్టుకునేందుకు ఆమె ప్రయత్నాలు కొనసాగిస్తోంది. మధ్యలో చేసిన కొన్ని సినిమాలు పెద్దగా విజయం సాధించకపోయినా, సోషల్ మీడియాలో గ్లామరస్ ఫోటోలు, వీడియోలతో అభిమానులకు దగ్గరగా ఉంటూ తన పాపులారిటీని కొనసాగిస్తోంది. తాజాగా తిరువీర్ హీరోగా తెరకెక్కుతున్న 'భగవంతుడు' సినిమా టీజర్ విడుదల కావడంతో ఫరియా మరోసారి చర్చనీయాంశమైంది. ఈ టీజర్‌లో ఆమె లుక్, పాత్ర రూపకల్పన ప్రేక్షకులను ఆశ్చర్యానికి గురి చేసింది. ఒకవైపు పల్లెటూరి అమ్మాయిలా లంగా ఓణీలో కనిపిస్తూనే, మరోవైపు కథ డిమాండ్ మేరకు బోల్డ్ షేడ్స్ ఉన్న సీన్స్‌లో కనిపించడం ప్రత్యేకంగా నిలిచింది. ముఖ్యంగా రొమాంటిక్ సన్నివేశాలు, లిప్‌లాక్ షాట్, చివర్లో రౌడీలకు ఎదురెళ్లే ధీటైన ఎక్స్‌ప్రెషన్స్ చూస్తే ఇప్పటివరకు చూసిన ఇమేజ్‌కు పూర్తిగా భిన్నంగా ఆమెను చూపించినట్టు తెలుస్తోంది. కంటెంట్ బలంగా ఉంటే గ్లామర్ రోల్స్ చేయడంలో తనకు ఎలాంటి అభ్యంతరం లేదని ఫరియా ఇప్పటికే పలుమార్లు చెప్పింది. అదే మాటకు తగ్గట్టుగానే ఈ పీరియడ్ రూరల్ డ్రామాలో ఆమె పాత్రను డిజైన్ చేసినట్లు టీజర్ ద్వారా స్పష్టమవుతోంది. గ్లామర్‌తో పాటు ఎమోషన్, ఆగ్రహం, అమాయకత్వం కలగలిపిన పాత్రగా ఇది కనిపిస్తోందని సినీ వర్గాలు అభిప్రాయపడుతున్నాయి. 'జాతిరత్నాలు' తర్వాత సరైన కమర్షియల్ హిట్ కోసం ఎదురుచూస్తున్న ఫరియాకు 'భగవంతుడు' కీలక మలుపుగా మారే అవకాశాలు కనిపిస్తున్నాయి. నటనకు మంచి స్కోప్ ఉన్న ఈ పాత్రతో ఆమె మళ్లీ ఫామ్‌లోకి వస్తుందా లేదా అన్నది చూడాలి. టీజర్‌తో సినిమాపై ఆసక్తి పెరిగిన నేపథ్యంలో, సోషల్ మీడియాలో మ్యాజిక్ చేసిన చిట్టి ఈసారి వెండితెరపై కూడా అదే మ్యాజిక్ రిపీట్ చేస్తుందేమోనని అభిమానులు ఆసక్తిగా ఎదురుచూస్తున్నారు.

టాలీవుడ్ డ్యాన్సర్లకు రామ్ చరణ్ అండ..

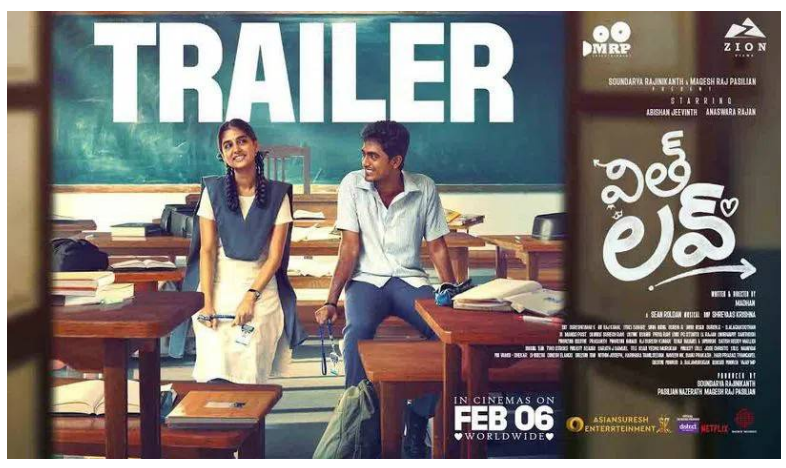
హైదరాబాద్, 31 జనవరి 2026 ,మన గళం: మెగా పవర్ స్టార్ రామ్ చరణ్ మరోసారి తన ఉదారతను చాటుకున్నారు. టాలీవుడ్ డ్యాన్సర్స్ అసోసియేషన్‌కు చెందిన సుమారు 500 మంది సభ్యులు మరియు వారి కుటుంబాలకు ఉచిత హెల్త్ ఇన్సూరెన్స్ అందించే బాధ్యతను స్వీకరించారు. గతంలో తన పుట్టినరోజు సందర్భంగా ఇచ్చిన హామీని నెరవేర్చుతూ హెల్త్ కార్డుల పంపిణీకి సంబంధించిన ప్రతిపాదనను తాజాగా ఆమోదించినట్లు సమాచారం. ఈ పథకం కోసం సుమారు రూ.50 లక్షల వరకు వెచ్చిస్తున్నట్లు తెలుస్తోంది.

సినీ షూటింగ్‌లలో ప్రమాదాలను ఎదుర్కొంటూ పనిచేసే డ్యాన్సర్లు అనారోగ్యం లేదా ప్రమాదాల సమయంలో ఆర్థిక ఇబ్బందులు పడకూడదనే ఉద్దేశంతో చరణ్ ఈ నిర్ణయం తీసుకున్నారు. ప్రతి డ్యాన్సర్ కుటుంబానికి సమగ్ర ఆరోగ్య బీమా అందేలా ఈ పథకాన్ని రూపొందించారు.

తన భార్య ఉపాసన కొణిదెలతో కలిసి ఈ సేవా కార్యక్రమాన్ని పర్యవేక్షిస్తున్న రామ్ చరణ్, సామాజిక బాధ్యతలో మెగాస్టార్ చిరంజీవి బాటలోనే ముందుకు సాగుతున్నారని సినీ వర్గాలు చెబుతున్నాయి. ప్రస్తుతం భారీ సినిమాలతో బిజీగా ఉన్నప్పటికీ సినీ కార్మికుల భద్రత కోసం ముందుకు రావడంపై డ్యాన్సర్ సంఘాలు హర్షం వ్యక్తం చేస్తున్నాయి. ఈ నిర్ణయంతో 500కు పైగా కుటుంబాలకు వైద్య భరోసా లభించగా, చరణ్‌ను రియల్ లైఫ్ హీరోగా పరిశ్రమ కొనియాడుతోంది.

దర్శకుడి నుంచి హీరోగా సెన్సేషన్..

హైదరాబాద్ ,31 జనవరి 2026 ,మన గళం: : ఇండస్ట్రీలో దర్శకులు హీరోలుగా మారడం కొత్త విషయం కాకపోయినా, ఒక సెన్సేషనల్ దర్శకుడు కథానాయకుడిగా ఎంట్రీ ఇస్తే ప్రేక్షకుల్లో ఆసక్తి మరింత పెరుగుతుంది. 'టూరిస్ట్ ఫ్యామిలీ' చిత్రంతో ప్రత్యేక గుర్తింపు తెచ్చుకున్న తమిళ దర్శకుడు అభిషన్ జీవింత్ ఇప్పుడు 'విత్ లవ్' సినిమాతో హీరోగా తన అదృష్టాన్ని పరీక్షించుకోబోతున్నాడు. మదన్ దర్శకత్వంలో తెరకెక్కుతున్న ఈ క్యూట్ లవ్ స్టోరీలో మలయాళీ నటి అనస్వర రాజన్ కథానాయికగా నటిస్తోంది. ఈ చిత్రాన్ని సూపర్ స్టార్ రజనీకాంత్ కుమార్తె సౌందర్య రజనీకాంత్ ప్రతిష్టాత్మకంగా నిర్మిస్తున్నారు. ఫిబ్రవరి 06న ప్రేక్షకుల ముందుకు రానున్న ఈ సినిమా నుంచి తాజాగా తెలుగు ట్రైలర్ విడుదలైంది. ట్రైలర్‌ను పరిశీలిస్తే ఇది స్వచ్ఛమైన ప్రేమకథగా కనిపిస్తోంది. విజువల్స్,



సంగీతం కలగలిపి ఆహ్లాదకరమైన అనుభూతిని కలిగిస్తున్నాయి. ముఖ్యంగా యూత్‌కు కనెక్ట్ అయ్యే భావోద్వేగాలు సినిమాలో సమృద్ధిగా ఉన్నట్లు తెలుస్తోంది. ఈ చిత్రానికి సీన్ రోల్డాన్ సంగీతం అందిస్తుండగా, శ్రేయాస్ కృష్ణ సినిమాటోగ్రఫీ నిర్వహిస్తున్నారు. కావ్య అనిల్, సచిన్ నాచిప్పన్, తేని మురుగన్, శరవణన్ తదితరులు కీలక పాత్రల్లో నటిస్తున్నారు. దర్శకుడిగా పేరు తెచ్చుకున్న అభిషన్ జీవింత్ హీరోగా కూడా అదే స్థాయి విజయాన్ని అందుకుంటాడా అనే ఆసక్తి సినీ వర్గాల్లో నెలకొంది.

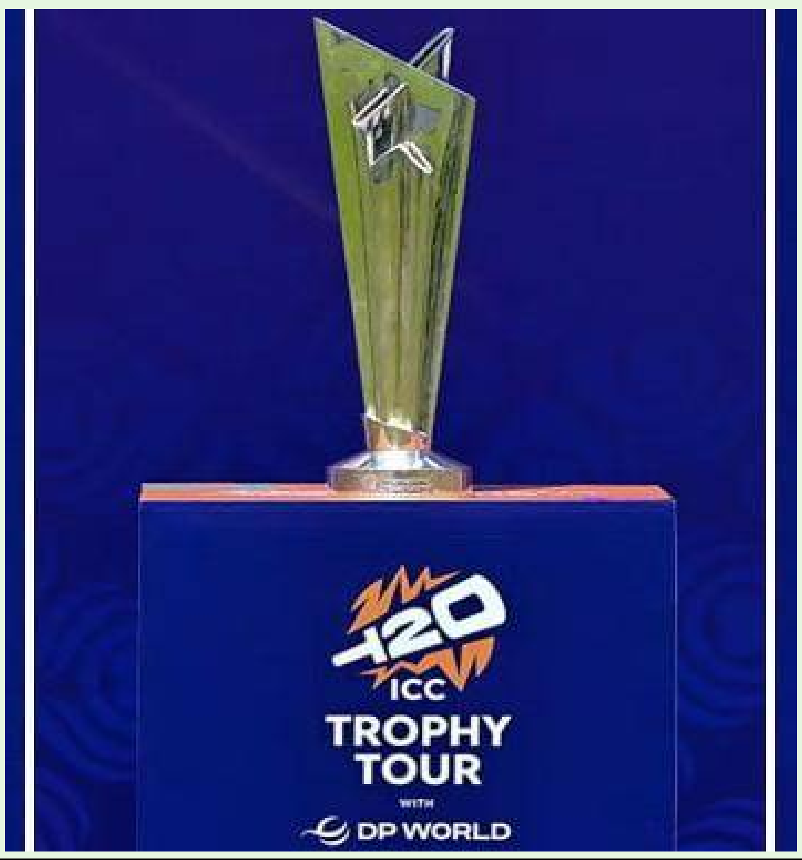
కెప్టెన్‌గా మెరుస్తున్నా గుర్తింపు తగ్గిందేనా?..

ముంబై , 31 జనవరి 2026 ,మన గళం: టీ20 కెప్టెన్‌గా సూర్యకుమార్ యాదవ్‌కు తగిన గుర్తింపు లభించడం లేదని భారత మాజీ ఆల్‌రౌండర్ ఇర్ఫాన్ పఠాన్ అభిప్రాయపడ్డారు. అతని నాయకత్వంలో రోహిత్ శర్మ ఛాయలు కనిపిస్తున్నాయని, జట్టును సమర్థంగా ముందుకు నడిపిస్తున్నాడని ప్రశంసించారు. రోహిత్ తర్వాత కెప్టెన్సీ బాధ్యతలు స్వీకరించిన సూర్య, ఎలాంటి ఒత్తిడికి లోనుకాకుండా జట్టును విజయాల బాట పట్టించాడని పఠాన్ తెలిపారు. అతని నాయకత్వంలో భారత్ 41 టీ20 మ్యాచ్‌లు ఆడి 31 విజయాలు సాధించడం విశేషం. అలాగే 2025 ఆసియా కప్‌ను కూడా కైవసం చేసుకోవడం అతని కెప్టెన్సీ సామర్థ్యానికి నిదర్శనమని పేర్కొన్నారు. అయితే జట్టు విజయవంతంగా కొనసాగుతున్నప్పటికీ, వ్యక్తిగత ప్రదర్శన విషయంలో సూర్య విమర్శలను ఎదుర్కొంటున్నాడు. ముఖ్యంగా 2025లో ఆడిన 21 మ్యాచ్‌లలో కేవలం 218 పరుగులు మాత్రమే చేయడంతో అతని ఫామ్‌పై ప్రశ్నలు తలెత్తాయి. టీ20 ప్రపంచకప్ ముందు సూర్యకుమార్ తన బ్యాటింగ్‌తో మళ్లీ ఫామ్‌లోకి రావాల్సిన అవసరం ఉందని పఠాన్ సూచించారు. కెప్టెన్‌గా అతనికి వరల్డ్‌కప్‌లో స్థానం ఖాయం అయినప్పటికీ, పరుగులు చేసి

తన అసలు సత్తా ఏమిటో నిరూపించుకోవాల్సిన సమయం ఇదేనని అభిప్రాయపడ్డారు.

టీ20 వరల్డ్ కప్‌కు ముందే ఐసీసీకి కొత్త తలనొప్పి..

ముంబై , 31 జనవరి 2026 ,మన గళం: 2026 టీ20 ప్రపంచకప్ ప్రారంభానికి ముందే అంతర్జాతీయ క్రికెట్ మండలి మరో వివాదంలో చిక్కుకుంది. ఆటగాళ్ల హక్కుల విషయంలో ఐసీసీ మరియు ప్రపంచ క్రికెటర్ల సంఘం మధ్య తీవ్ర రగడ నెలకొంది. వరల్డ్ కప్‌లో పాల్గొనే ఆటగాళ్ల పేరు, ఫొటో, వీడియో వంటి వాణిజ్య హక్కులకు సంబంధించి రూపొందించిన కొత్త నిబంధనలపై డబ్ల్యూసీఏ అభ్యంతరం వ్యక్తం చేసింది. గతంలో కుదిరిన ఒప్పందానికి విరుద్ధంగా ఈ నిబంధనలు ఉన్నాయని, దీనివల్ల ఆటగాళ్ల హక్కులకు భంగం కలుగుతోందని సంఘం ఆరోపించింది. ముఖ్యంగా మీడియా కార్యక్రమాలు, డ్రెస్సింగ్ రూమ్ ప్రవేశం, వ్యక్తిగత సమాచార వినియోగం వంటి అంశాల్లో ప్లేయర్లకు నష్టం జరుగుతుందని తెలిపింది. చిన్న దేశాల ఆటగాళ్లు ఈ మార్పుల వల్ల ఎక్కువగా ప్రభావితమవుతారని, ప్రపంచకప్ చాలా మందికి జీవనాధారం కావడంతో ఈ విషయాన్ని తేలికగా తీసుకోలేమని సంఘం సీఈవో పేర్కొన్నారు. అయితే ఈ ఆరోపణలను ఐసీసీ ఖండించింది. 2024లో కుదిరిన ఒప్పందం కొన్ని దేశాలకు మాత్రమే వర్తిస్తుందని, అన్ని జట్లకు కాదని స్పష్టం చేసింది. మరోవైపు అన్ని దేశాల ఆటగాళ్లకు ఒకే విధమైన నిబంధనలు అమలు చేయాలని డబ్ల్యూసీఏ డిమాండ్ చేస్తోంది. ఇప్పటికే తమకు మద్దతు తెలిపిన పలువురు ఆటగాళ్లతో ఒప్పందాలపై సంతకాలు కూడా చేయించుకున్నట్లు వెల్లడించింది. భారత్, శ్రీలంక వేదికగా ఫిబ్రవరి 7 నుంచి ఈ మెగా టోర్నీ జరగనుంది. ఈలోగా వివాదం పరిష్కారం కాకపోతే టోర్నమెంట్ నిర్వహణపై ప్రభావం పడే అవకాశం ఉందని క్రీడా వర్గాలు భావిస్తున్నాయి.



సెమీస్ బెర్త్ కోసం దాయాదుల మహా సమరం..

ముంబై ,31 జనవరి 2026 ,మన గళం: అండర్–19 ప్రపంచకప్ 2026లో సెమీ ఫైనల్ బెర్త్ కోసం భారత్--పాకిస్థాన్ జట్లు హై వోల్టేజ్ పోరుకు సిద్ధమయ్యాయి. ఆదివారం బులవాయో వేదికగా జరిగే ఈ సూపర్ సిక్స్ మ్యాచ్‌పై ప్రపంచవ్యాప్తంగా క్రికెట్ అభిమానుల్లో తీవ్ర ఉత్కంఠ నెలకొంది. ఇప్పటికే ఆస్ట్రేలియా, ఆఫ్ఘనిస్థాన్, ఇంగ్లండ్ జట్లు సెమీస్‌కు చేరుకోగా, మిగిలిన ఒక్క స్థానానికి ఈ దాయాది దేశాలు పోటీ పడుతున్నాయి. గ్రూప్–2 పట్టికలో ఆయుష్ మాత్రే నేతృత్వంలోని భారత్ రెండో స్థానంలో ఉండగా, పాకిస్థాన్ మూడో స్థానంలో ఉంది. ఇంగ్లండ్ 8 పాయింట్లతో అగ్రస్థానంలో నిలిచి సెమీస్ బెర్త్ ఖరారు చేసుకుంది. దీంతో భారత్--పాక్ మ్యాచ్ వర్చువల్ నాకౌట్‌గా మారింది. భారత్ ప్రస్తుతం రెండు పాయింట్ల ఆధిక్యంతో పాటు ం3.337 నెట్ రన్‌రేట్ కలిగి ఉండటం పెద్ద బలం. పాకిస్థాన్‌పై గెలిస్తే గ్రూప్ టాపర్‌గా నిలిచి సెమీస్‌లో ఆఫ్ఘనిస్థాన్‌ను ఎదుర్కొంటుంది. ఓడిపోయినా మెరుగైన రన్‌రేట్ కారణంగా భారత్ అవకాశాలు పూర్తిగా ముగిసిపోవు. పాకిస్థాన్ పరిస్థితి మాత్రం క్లిష్టంగా మారింది. సెమీస్ చేరాలంటే కేవలం విజయం సరిపోదు; భారీ తేడాతో గెలవాలి. ముందుగా బ్యాటింగ్ చేస్తే కనీసం 85 పరుగుల తేడాతో గెలవాలి. ఛేజింగ్ చేస్తే లక్ష్యాన్ని చాలా తక్కువ ఓవర్లలోనే చేరుకోవాలి. ఈ సమీకరణాలు సాధిస్తేనే పాక్‌కు నాకౌట్ ఆశలు నిలుస్తాయి. సూపర్ సిక్స్ నిబంధనల ప్రకారం అర్హత సాధించిన జట్లపై గెలిచిన పాయింట్లనే పరిగణనలోకి తీసుకోవడంతో పాకిస్థాన్ రెండు పాయింట్లు వెనుకబడింది. ఈ మ్యాచ్ ఫలితం ఇంగ్లండ్ సెమీస్ ప్రత్యర్థిని కూడా నిర్ణయించనుంది. భారత్ గెలిస్తే ఇంగ్లండ్ ఆస్ట్రేలియాతో, పాక్ గెలిస్తే ఆఫ్ఘనిస్థాన్‌తో తలపడుతుంది. గత ఏడాది అండర్–19 ఆసియా కప్ ఫైనల్లో భారత్‌ను ఓడించి ట్రోఫీ గెలిచిన పాకిస్థాన్‌పై ప్రతీకారం తీర్చుకునే అవకాశం ఇప్పుడు భారత్ ముందుంది. సెమీస్ టికెట్ కోసం జరగనున్న ఈ పోరు అభిమానులకు ఉత్కంఠభరిత మ్యాచ్‌గా నిలవనుంది.

టీ20 ప్రపంచకప్‌కు ముందు ఆస్ట్రేలియాకు బిగ్ షాక్...

ముంబై ,31 జనవరి 2026, మన గళం: ఫిబ్రవరి 7న ప్రారంభం కానున్న టీ20 ప్రపంచకప్‌కు ముందు ఆస్ట్రేలియా జట్టుకు గట్టి ఎదురుదెబ్బ తగిలింది. స్టార్ పేస్ బౌలర్ ప్యాట్ కమిన్స్ గాయం కారణంగా మెగా టోర్నీకి పూర్తిగా దూరమయ్యాడు. ప్రావిజనల్ జట్టులో మార్పులు చేసి 15 మందితో కూడిన తుది జట్టును క్రికెట్ ఆస్ట్రేలియా ప్రకటించింది. గతేడాది జూలైలో వెన్ను గాయానికి గురైన కమిన్స్ ఇంకా పూర్తిగా కోలుకోకపోవడంతో అతడిని టోర్నీ నుంచి తప్పించాలని నిర్ణయించారు. అతడి స్థానంలో పేసర్ బెన్ ద్వార్షుయిస్‌కు అవకాశం ఇచ్చారు. అదే సమయంలో టాప్ ఆర్డర్ బ్యాటర్ మ్యాథ్యూ షార్ట్‌ను కూడా తుది జట్టు నుంచి తప్పించారు. మరోవైపు గాయాల కారణంగా యాషెస్ సిరీస్‌కు దూరమైన జోష్ హేజిల్‌వుడ్ పూర్తిస్థాయి ఫిట్‌నెస్ సాధించి జట్టులోకి తిరిగి రావడం ఆసీస్‌కు ఊరటనిచ్చే అంశంగా మారింది. అలాగే పాకిస్థాన్ పర్యటనకు దూరమైన టిమ్ డేవిడ్ కూడా తుది జట్టులో చోటు దక్కించుకున్నాడు. ఈ జట్టుకు మిచెల్ మార్ష్ సారథ్యం వహించనున్నాడు. హేజిల్‌వుడ్, నాథన్ ఎల్లిస్, జేవియర్ బార్ట్‌లెట్‌లతో

పేస్ విభాగం బలంగా ఉండగా, భారత్ మరియు శ్రీలంక పిచ్‌లను దృష్టిలో పెట్టుకుని స్పిన్‌కు ప్రాధాన్యం ఇస్తూ ఆడమ్ జంపా, మాథ్యూ కునెమన్‌లను జట్టులో చేర్చారు. గ్రూప్–బీలో ఉన్న ఆస్ట్రేలియా ఫిబ్రవరి 11న కొలంబో వేదికగా తన తొలి మ్యాచ్ ఆడనుంది.

పరిణీతి చోప్రా అన్‌ఫాలోపై సైనా రియాక్షన్ ఇదే!

ముంబై , 31 జనవరి 2026 , మన గళం: భారత బ్యాడ్మింటన్ స్టార్ సైనా నెహ్వాల్, తన బయోపిక్‌లో తన పాత్ర పోషించిన నటి పరిణీతి చోప్రా తనను ఇన్‌స్టాగ్రామ్‌లో అన్‌ఫాలో చేయడంపై స్పందించారు. ఒక ఇంటర్వ్యూలో మాట్లాడిన సైనా, ఈ విషయం తాను అసలు గమనించలేదని తెలిపారు. ట్రైనింగ్, టోర్నమెంట్లు, ఈవెంట్లతో ఎప్పుడూ బిజీగా ఉండటం వల్ల సోషల్ మీడియా విషయాలపై ఎక్కువగా దృష్టి పెట్టనని పేర్కొన్నారు.

అన్‌ఫాలో వంటి విషయాలకు ప్రాధాన్యం ఇవ్వాల్సిన అవసరం లేదని స్పష్టం చేసిన సైనా, పరిణీతి చోప్రాతో తమ అనుబంధంపై కూడా క్లారిటీ ఇచ్చారు. మేమిద్దరం ఎప్పుడూ మంచి స్నేహితులమని చెప్పుకోలేదని, సినిమా అవసరాల కోసమే కలిసినట్లు చెప్పారు. తన జీవిత ప్రయాణం గురించి వివరించేందుకు మాత్రమే సమావేశాలు జరిగాయని వెల్లడించారు. షూటింగ్ సమయంలో కలిసి లంచ్‌లు లేదా డిన్నర్లకు వెళ్లలేదని, రెండు మూడు వారాలకు ఒకసారి గంట లేదా రెండు గంటలు మాత్రమే కలిసేవాళ్లమని చెప్పారు. ఆ సమయంలో కూడా దర్శకుడు మా మధ్య ఉండేవారని తెలిపారు. కలిసి ఎక్కువ సమయం గడపనప్పుడు ఫాలో లేదా అన్‌ఫాలో వంటి అంశాలకు ప్రాధాన్యం ఇవ్వాల్సిన అవసరం లేదని సైనా నెహ్వాల్ పేర్కొన్నారు.

విమర్శకులపై సెటైర్లు.. ఫైనల్‌కు దూసుకెళ్లిన జకోవిచ్!

ముంబై , 31 జనవరి 2026 , మన గళం: ఆస్ట్రేలియన్ ఓపెన్ 2026లో మరోసారి తన అసాధారణ ప్రతిభను చాటిచెప్పిన టెన్నిస్ దిగ్గజం నొవాక్ జకోవిచ్ ఫైనల్‌కు దూసుకెళ్లి విమర్శకుల నోళ్లు మూయించారు. వయసు, ఫామ్, ఫిట్‌నెస్ అంటూ తనపై వచ్చిన అనేక అనుమానాలకు కోర్టులో ఆటతోనే సమాధానం చెప్పారు. ఈ నేపథ్యంలో తనను తక్కువగా అంచనా వేసిన వారిపై సెటైర్లతో కూడిన వ్యాఖ్యలు చేసి మరోసారి వార్తల్లో నిలిచారు. 'చాలామందికి నాపై నమ్మకం లేదు. కొందరు నిపుణులు రిటైర్ అవ్వాలని కూడా సలహా ఇచ్చారు. ఆ మాటలు తప్పని నిరూపించేలా నన్ను మరింత ప్రేరేపించిన వారందరికీ ధన్యవాదాలు' అంటూ ఎద్దేవా చేశారు. తనపై వచ్చిన విమర్శలనే ప్రేరణగా మార్చుకుని మరోసారి గ్రాండ్‌స్లామ్ టైటిల్ దిశగా అడుగులు వేస్తున్నారు.

ఇప్పటికే 25 గ్రాండ్‌స్లామ్ టైటిల్స్‌తో చరిత్ర సృష్టించే అంచున ఉన్న 38 ఏళ్ల జకోవిచ్, ఈ విజయంతో తన అనుభవం ఇంకా అత్యున్నత స్థాయిలోనే ఉందని నిరూపించారు. ఫైనల్‌లో గెలిస్తే టెన్నిస్ చరిత్రలో మరొక అరుదైన మైలురాయిని అందుకునే అవకాశముంది.

Printed,edited,published and owned by Nagaruru Raghavendra, Printed At : Global Printers, D.No 10 MIE Industrial Estate, Kallur, Kurnool. AP. Published From H.NO.45/139, Narasimha Reddy Nagar, Kurnool-518004.A.P. Mobile Number : 9160686078. RNI NO. AP TEL/2007/74310.