మా కలం.. మీ గళం..

మన గళం

దిన పత్రిక

RNI : APTEL/ 2017/74310

ఆంధ్రప్రదేశ్, తెలంగాణ | పబ్లిషర్ : నగరూరు రాఘవేంద్ర | సంపుటి : 08 | సంచిక : 244 | మంగళవారం | 17 - 03 - 2026 | పేజీలు: 8 | వెల: 4

ఏప్రిల్ 1 నుంచి కొత్త ఆదాయపు పన్ను నిబంధనలు

4లో..

యుద్ధ పరిస్థితుల్లోనూ భారత్‌కు చమురు సరఫరా కొనసాగింపు

- పశ్చిమాసియా ఉద్రిక్తతల మధ్య భారత నౌకల సాహసం
- యుద్ధ ప్రాంతాన్ని దాటి క్రూడ్‌తో భారత్ వైపు ప్రయాణం
- శివాలిక్, నందాదేవి నౌకలు కూడా దేశానికి చేరుకోనున్నాయి

న్యూఢిల్లీ, 16 మార్చి ,మన గళం: పశ్చిమాసియాలో యుద్ధ పరిస్థితులు కొనసాగుతున్నప్పటికీ భారత్‌కు చమురు సరఫరా నిరంతరంగా కొనసాగుతోంది. ప్రమాదకర పరిస్థితులను ఎదుర్కొంటూ 2 లో..

వంటగ్యాస్ కొరత లేదని కేంద్రం స్పష్టం

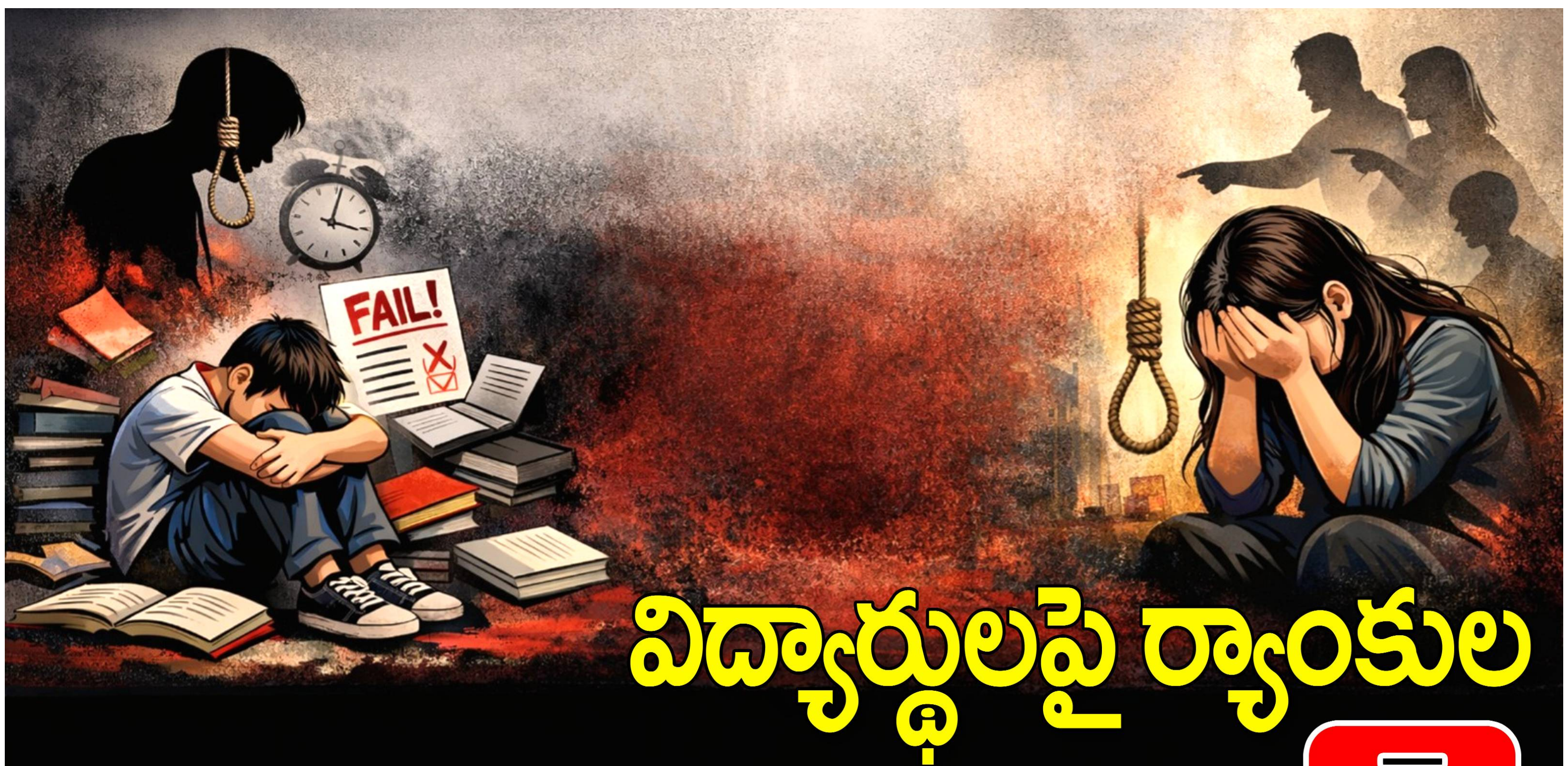
- గృహ వినియోగదారులకు ఎల్పీజీ పూర్తిగా అందుబాటులో
- పెట్రోల్, డీజిల్ సరఫరాపై ఆందోళన అవసరం లేదు
- పర్షియన్ గల్ఫ్ నుంచి ఎల్పీజీ క్యారియర్ భారత్ వైపు

న్యూఢిల్లీ, 16 మార్చి ,మన గళం: దేశంలో వంటగ్యాస్ కొరత ఉందన్న ప్రచారంపై కేంద్ర ప్రభుత్వం కీలక ప్రకటన చేసింది. 2 లో..

గాయపడిన సైనికుడిని పరామర్శించిన రాహుల్

- ఐఈడి పేలుడులో కాలును కోల్పోయిన అధికారి
- ఝార్ఖండ్‌లో నక్సల్ వ్యతిరేక చర్యల్లో గాయాలు
- సైనికుడి ధైర్యాన్ని కొనియాడిన ప్రతిపక్ష నాయకుడు

న్యూఢిల్లీ, 16 మార్చి,మన గళం: ప్రతిపక్ష నాయకుడు రాహుల్ గాంధీ న్యూఢిల్లీలో గాయపడిన సైనిక అధికారిని 2 లో..



విద్యార్థులపై ర్యాంకుల ఒత్తిడి

- ☐ చదువుల పేరుతో చిగురుటాకుల బలి..
- ☐ విద్యా వ్యవస్థ ఎటువైపు?
- ☐ పరీక్షల సమయంలో పెరుగుతున్న మానసిక ఆందోళనలు..
- ☐ పసి ప్రాణాలను బలిగొంటున్న పోటీ తత్వం
- ☐ కేవలం మార్కుల వేటలోనే యంత్రాలుగా మారుతున్న విద్యార్థులు..
- ☐ సృజనాత్మకతకు తావులేని వైనం
- ☐ ఆత్మహత్యల నివారణకు తీసుకోవాల్సిన అత్యవసర జాగ్రత్తలు

మన గళం డెస్క్ : నేటి ఆధునిక కాలంలో విద్యా వ్యవస్థ కేవలం మార్కులు మరియు ర్యాంకుల చుట్టూ తిరుగుతుండటం ఆందోళన కలిగిస్తోంది. పరీక్షల సమయం దగ్గర పడుతుందంటే చాలు విద్యార్థుల్లో ఒక రకమైన అభద్రతా భావం మరియు భయం నెలకొంటున్నాయి. చదువు అనేది జ్ఞానాన్ని ఇచ్చేదిగా ఉండాలి కానీ, ప్రాణాలను తీసేదిగా మారకూడదు. విద్యా సంస్థల మధ్య నెలకొన్న వ్యాపార పోటీలో విద్యార్థులు కేవలం సంఖ్యలుగా మారిపోతున్నారు. వారి ఇష్టాయిష్టాలతో సంబంధం లేకుండా, సమాజంలో 2 లో..

ఈస్ట్‌వెస్ట్ కార్గో కారిడార్‌గా రాష్ట్ర అభివృద్ధి

- పోర్టుల అభివృద్ధిపై సీఎం చంద్రబాబు సమీక్ష
- మూలపేట, మచిలీపట్నం, రామాయపట్నం పోర్టుల్లో త్వరితగతిన ఆపరేషన్లు
- కార్గో రవాణా విస్తరణకు కీలక ఆదేశాలు

మన గళం, అమరావతి : రాష్ట్రాన్ని ఈస్ట్‌వెస్ట్ కార్గో కారిడార్‌గా అభివృద్ధి చేయాలని ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు అధికారులకు ఆదేశించారు. పోర్టులు మరియు ఫిషింగ్ హార్బర్ల అభివృద్ధిపై సోమవారం సచివాలయంలో సమీక్ష సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భం గా రాష్ట్రంలోని ప్రధాన పోర్టుల అభివృద్ధి, కార్గో రవాణా విస్తరణ, 2 లో..

పోలీసుల సహకారంతో పరీక్ష రాసిన విద్యార్థిని

- తప్పు పరీక్షా కేంద్రానికి వెళ్లిన పదో తరగతి విద్యార్థిని
- పరిస్థితి గుర్తించి వెంటనే స్పందించిన పోలీసులు
- సమయానికి సరైన కేంద్రానికి చేర్చి పరీక్షకు అవకాశం

మన గళం, విశాఖపట్నం : పోలీసుల చొరవతో పదో తరగతి చదువుతున్న ఒక విద్యార్థిని పరీక్ష రాసే అవకాశం పొందింది. పరీక్షా కేంద్రం వివరాలను సరిగా పరిశీలించకపోవడంతో ఆమెకు కేటాయించిన కేంద్రం కాకుండా వేరే పరీక్షా కేంద్రానికి వెళ్లింది. ఈ విషయం గుర్తించడంతో అక్కడ విధుల్లో ఉన్న పోలీసులు వెంటనే స్పందించి ఆమెను సరైన పరీక్షా కేంద్రానికి చేర్చారు. విద్యార్థినికి కనితి ఉన్నత పాఠశాలలో పరీక్షా కేంద్రం కేటాయించగా, తల్లిదండ్రులు ఆమెను గాజువాకలోని మరో పరీక్షా కేంద్రం వద్ద దించి వెళ్లిపోయారు. హాల్ టికెట్ పరిశీలించిన ఇన్విజిలేటర్ ఆమెకు కేటాయించిన కేంద్రం వేరేదని గుర్తించి అక్కడ పరీక్ష రాయడానికి 2 లో..

పారిశుద్ధ్య కార్మికుల సంక్షేమానికి చర్యలు

3 లో..

- ధర్మవరంలో నమస్తే పథకం క్యాంప్‌లో మంత్రి సత్యకుమార్ యాదవ్
- పీపీఈ కిట్లు పంపిణీ చేసిన మంత్రి

తెలుగు వారి ఆత్మగౌరవానికి ప్రతీకగా మహోత్సవం

– ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు, ఉప ముఖ్యమంత్రి పవన్ కల్యాణ్ చేతుల మీదుగా ఆవిష్కరణ

మన గళం, అమరావతి : అమరావతిలో అమరజీవి పొట్టి శ్రీరాములు భారీ విగ్రహావిష్కరణ కార్యక్రమం ఘనంగా నిర్వహించారు. తెలుగు వారి ఆత్మగౌరవానికి ప్రతీకగా నిలిచే ఈ విగ్రహాన్ని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు, ఉప ముఖ్యమంత్రి పవన్ కల్యాణ్ ఆవిష్కరించారు. ఈ కార్యక్రమానికి పలువురు మంత్రులు, ప్రజాప్రతినిధులు, 2 లో..

యుద్ధ పరిస్థితుల్లోనూ భారత్‌కు చమురు సరఫరా కొనసాగింపు

భారతీయ నౌకలు క్రూడ్ ఆయిల్‌ను దేశానికి సురక్షితంగా తీసుకువస్తున్నాయి. యుద్ధ ప్రాంతాలను దాటి భారత నౌకలు విజయవంతంగా ప్రయాణించడం దేశ ఇంధన భద్రతకు కీలకంగా మారింది. తాజాగా 'జగ్ లాడ్కి' అనే నౌక యుద్ధ ప్రాంతాన్ని దాటి సాహసోపేతంగా ప్రయాణం కొనసాగించింది. యునైటెడ్ అరబ్ ఎమిరేట్స్‌లోని ఫుజైరా పోర్టుపై శనివారం దాడి జరిగిన సమయంలో ఈ నౌక అక్కడ చమురు లోడ్ చేసుకుంటోంది. అయినప్పటికీ పరిస్థితులను ఎదుర్కొంటూ నౌక తన ప్రయాణాన్ని విజయవంతంగా కొనసాగించింది. ఈ నౌక మొత్తం 80,800 టన్నుల ముర్బాన్ క్రూడ్ ఆయిల్‌ను లోడ్ చేసుకుని భారత్‌కు తిరుగు ప్రయాణం ప్రారంభించింది. యుద్ధ పరిస్థితులు ఉన్నప్పటికీ నౌక సిబ్బంది ధైర్యంగా విధులు నిర్వహిస్తూ దేశానికి అవసరమైన ఇంధన సరఫరా కొనసాగిస్తున్నారని అధికారులు తెలిపారు. ఇదిలా ఉండగా మరో రెండు భారతీయ నౌకలు కూడా చమురు మరియు గ్యాస్‌తో భారత్‌కు చేరుకునే దిశగా ప్రయాణిస్తున్నాయి. 'శివాలిక్', 'నందాదేవి' అనే నౌకలు మొత్తం 92,712 టన్నుల ఎల్పీజీతో దేశానికి చేరుకోనున్నట్లు సమాచారం. దీంతో దేశానికి ఇంధన సరఫరా కొనసాగుతుందని అధికారులు పేర్కొన్నారు. ప్రస్తుత యుద్ధ పరిస్థితుల్లో కూడా భారతీయ నౌకలు తమ బాధ్యతను సమర్థంగా నిర్వహించడం దేశానికి గర్వకారణంగా మారింది. దేశ ఇంధన అవసరాలను తీర్చేందుకు నౌకాదళం మరియు నౌకా సిబ్బంది చూపుతున్న ధైర్యసాహసాలు ప్రశంసనీయం అని నిపుణులు పేర్కొంటున్నారు.

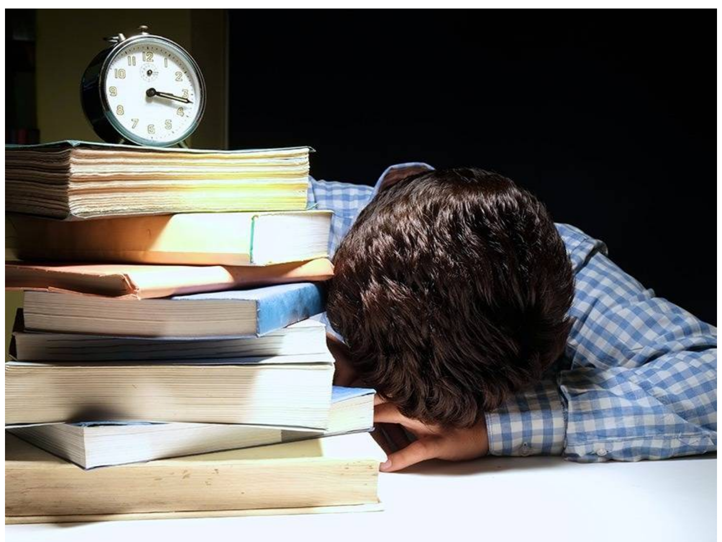
వంటగ్యాస్ కొరత లేదని కేంద్రం స్పష్టం

గృహ వినియోగదారులకు వంద శాతం ఎల్పీజీ గ్యాస్ సిలిండర్లు అందుబాటులో ఉన్నాయని స్పష్టం చేసింది. అన్ని రాష్ట్రాల్లోనూ గృహ అవసరాలకు సరిపడేంత ఎల్పీజీ నిల్వలు ఉన్నాయని వెల్లడించింది. ప్రజలు ఎలాంటి ఆందోళనకు గురికావాల్సిన అవసరం లేదని కేంద్రం తెలిపింది. దేశవ్యాప్తంగా పెట్రోల్, డీజిల్ సరఫరా కూడా సమృద్ధిగా ఉందని ప్రభుత్వం స్పష్టం చేసింది. దేశంలోని అన్ని చమురు శుద్ధి కర్మాగారాలు పూర్తి సామర్థ్యంతో పనిచేస్తున్నాయని వెల్లడించింది. ఇంధన సరఫరాలో ఎలాంటి అంతరాయం లేదని, కొరతకు సంబంధించిన వార్తలు అసత్యమని కేంద్రం పేర్కొంది. పర్షియన్ గల్ఫ్ ప్రాంతం నుంచి బయలుదేరిన "శివాలిక్" ఎల్పీజీ క్యారియర్ హర్మూజ్ జలసంధిని విజయవంతంగా దాటి భారతదేశానికి సమీపానికి చేరుకుందని ప్రభుత్వం తెలిపింది. ఈ క్యారియర్ నేడు సాయంత్రం ఐదు గంటల సమయంలో భారత్ చేరుకునే అవకాశం ఉందని వెల్లడించింది. దీంతో దేశానికి మరింత ఎల్పీజీ సరఫరా అందుబాటులోకి రానుంది. పశ్చిమాసియా ప్రాంతంలో ఉన్న భారత నౌకల పరిస్థితిని ప్రభుత్వం నిరంతరం సమీక్షిస్తున్నట్లు తెలిపింది. ప్రతి నౌకలోని సిబ్బందితో ఎప్పటికప్పుడు సంప్రదింపులు కొనసాగుతున్నాయని వెల్లడించింది. పర్షియన్ గల్ఫ్ ప్రాంతంలో ప్రస్తుతం 611 మంది సిబ్బందితో 22 భారతీయ జెండా కలిగిన నౌకలు ఉన్నాయని కేంద్ర ప్రభుత్వం స్పష్టం చేసింది.

గాయపడిన సైనికుడిని పరామర్శించిన రాహుల్

పరామర్శించారు. ఆర్.కే. పురంలో ఉన్న సీఆర్పీఎఫ్ మెస్‌లో ఆయన కోబ్రా బెటాలియన్ అసిస్టెంట్ కమాండెంట్ అజయ్ మాలిక్‌ను కలిసి ఆయన ఆరోగ్య పరిస్థితిని తెలుసుకున్నారు. దేశ సేవలో గాయపడిన సైనికుడికి ధైర్యం చెప్పి ఆయన త్యాగాన్ని ప్రశంసించారు. అజయ్ మాలిక్ ఝార్ఖండ్‌లో నక్సల్ వ్యతిరేక చర్యల్లో పాల్గొంటున్న సమయంలో ఐఈడి పేలుడు సంభవించింది. ఆ పేలుడులో ఆయన తీవ్రంగా గాయపడ్డారు. తీవ్ర గాయాల కారణంగా వైద్యులు ఆయన కాలును తొలగించాల్సి వచ్చింది. ప్రస్తుతం ఆయన చికిత్స అనంతరం కోలుకుంటున్నారు. ఈ నేపథ్యంలో రాహుల్ గాంధీ ఆయనను ప్రత్యక్షంగా కలసి పరామర్శించారు. దేశ భద్రత కోసం ప్రాణాలను పణంగా పెట్టి విధులు నిర్వహిస్తున్న సైనికుల త్యాగం ఎప్పటికీ మరువలేనిదని ఆయన పేర్కొన్నారు. దేశ సేవలో గాయపడిన సైనికుల ధైర్యం ప్రతి ఒక్కరికీ స్ఫూర్తినిస్తుందని అన్నారు. అజయ్ మాలిక్ చూపిన ధైర్యసాహసాలు దేశానికి గర్వకారణమని రాహుల్ గాంధీ పేర్కొన్నారు. విధి నిర్వహణలో గాయపడినా దేశ సేవ పట్ల ఆయన చూపిన నిబద్ధతను ఆయన కొనియాడారు. ఇటువంటి సైనికుల త్యాగం వల్లే దేశం సురక్షితంగా ఉందని అన్నారు. దేశ రక్షణ కోసం కృషి చేస్తున్న భద్రతా దళాల సిబ్బందికి ప్రభుత్వం, సమాజం మరింత మద్దతు ఇవ్వాలని రాహుల్ గాంధీ అభిప్రాయపడ్డారు. దేశ సేవలో గాయపడిన సైనికులను గౌరవించడం ప్రతి భారతీయుడి బాధ్యత అని ఆయన పేర్కొన్నారు.

విద్యార్థులపై ర్యాంకుల ఒత్తిడి



గుర్తింపు కోసం తల్లిదండ్రులు కూడా పిల్లలపై మితిమీరిన ఒత్తిడిని పెంచుతున్నారు. దీనివల్ల అనేకమంది చిన్నారులు తట్టుకోలేక ఆత్మహత్యల వంటి దారుణమైన నిర్ణయాలు తీసుకుంటున్నారు. చిగురుటాకుల్లాంటి ప్రాణాలు చదువుల పేరుతో బలి కావడం సమాజానికే తీరని అవమానం. పాఠశాలలు మరియు కళాశాలలు కేవలం ఫలితాల కోసమే ప్రాధాన్యత ఇస్తూ, విద్యార్థుల మానసిక ఆరోగ్యాన్ని పూర్తిగా విస్మరిస్తున్నాయి. ఉదయం నుండి రాత్రి వరకు విశ్రాంతి లేని చదువులు, నిరంతర పరీక్షలు విద్యార్థులను యంత్రాలుగా మారుస్తున్నాయి. క్రీడలు, కళలు మరియు ఇతర సృజనాత్మక పనులకు సమయం లేకపోవడం వల్ల వారిలో ఒత్తిడిని తగ్గించుకునే మార్గం లేకుండా పోతోంది. మార్కులు తక్కువ వస్తే తమ జీవితం ముగిసిపోయిందనే తప్పుడు ఆలోచన పిల్లల్లో నాటుకుపోతోంది. విద్యా వ్యవస్థలో ఉన్న ఈ లోపాల వల్ల ప్రతి ఏటా పరీక్షల ఫలితాల సమయంలో విషాదకర వార్తలు వినాల్సి వస్తోంది. కేవలం పుస్తకాల్లో ఉన్న విషయాన్ని గుర్తుపెట్టుకోవడం మాత్రమే విద్య కాదు, జీవితాన్ని ఎలా ఎదుర్కోవాలో నేర్పడమే నిజమైన చదువు.

తల్లిదండ్రుల మితిమీరిన ఆశలు కూడా పిల్లలపై భారాన్ని పెంచుతున్నాయి. పక్క ఇంటి పిల్లలతో లేదా స్నేహితులతో పోల్చి చూడటం వల్ల విద్యార్థుల్లో ఆత్మన్యూనతా భావం పెరుగుతోంది. ప్రతి బిడ్డకూ ఒక ప్రత్యేకమైన నైపుణ్యం ఉంటుందని గుర్తించడంలో పెద్దలు విఫలమవుతున్నారు. మార్కులు తక్కువ వచ్చినప్పుడు మందలించడం లేదా కించపరచడం వల్ల పిల్లలు మానసిక కుంగుబాటుకు లోనవుతున్నారు. విద్యా సంస్థలు కూడా ర్యాంకులను తమ ప్రచార అస్త్రాలుగా వాడుకుంటూ, తక్కువ మార్కులు వచ్చే విద్యార్థులను నిర్లక్ష్యం చేస్తున్నాయి. ఈ వివక్ష పిల్లల మనసుపై లోతైన గాయాలు చేస్తోంది. ఫలితంగా వారు ఒంటరితనానికి గురై తప్పుడు మార్గాల వైపు మళ్లుతున్నారు. తల్లిదండ్రులు తమ పిల్లలతో స్నేహపూర్వక సంబంధాన్ని కలిగి ఉండటం అత్యవసరం.

పరీక్షల సమయంలో విద్యార్థుల్లో కలిగే ఆందోళనలను గుర్తించి వాటిని నివారించడానికి విద్యా సంస్థలు ప్రత్యేక చొరవ చూపాలి. ప్రతి పాఠశాలలో మరియు కళాశాలలో మానసిక విశ్లేషకులను నియమించి, విద్యార్థులకు ఎప్పటికప్పుడు ధైర్యాన్ని నూరిపోయాలి. పరీక్షలు అంటే జీవితం కాదు, అది కేవలం ఒక చిన్న మెట్టు మాత్రమేనని వారికి అర్థమయ్యేలా చెప్పాలి. ఒత్తిడిని జయించే పద్ధతులు, యోగా మరియు ధ్యానం వంటివి పాఠ్యాంశాల్లో భాగంగా చేయాలి. విద్యా బోధన పద్ధతుల్లో కూడా మార్పు రావాలి, బట్టీ పట్టే విధానం కంటే విషయాన్ని అవగాహన చేసుకునేలా ప్రోత్సహించాలి. అప్పుడే విద్యార్థుల్లో ఆత్మవిశ్వాసం పెరుగుతుంది మరియు వారు ఎటువంటి సవాలునైనా ధైర్యంగా ఎదుర్కోగలరు. ప్రభుత్వాలు కూడా ఈ విషయంలో కఠినమైన నిబంధనలు అమలు చేయాలి. ఆత్మహత్యల నివారణకు సామాజిక చైతన్యం చాలా అవసరం. విద్యార్థులు ఎవరైనా విచారంగా ఉన్నా లేదా ప్రవర్తనలో మార్పులు కనిపించినా వెంటనే గమనించాలి. వారికి అవసరమైన మానసిక మద్దతును అందించాలి. విద్యా సంస్థల మధ్య ఉన్న అనారోగ్యకరమైన పోటీని అరికట్టడానికి ర్యాంకుల ప్రకటనలపై ఆంక్షలు విధించాలి. కేవలం గ్రేడ్ల ద్వారా ఫలితాలను వెల్లడించడం వల్ల కొంతవరకు ఒత్తిడిని తగ్గించవచ్చు. సమాజంలో కూడా చదువుకు మాత్రమే ప్రాధాన్యత ఇవ్వకుండా, మనిషి యొక్క విలువలకు మరియు నైతికతకు గౌరవం ఇవ్వాలి. విద్యార్థులు తమ బాధలను పంచుకోవడానికి ప్రత్యేకమైన సహాయక కేంద్రాలను ఏర్పాటు చేయాలి. దీనివల్ల ఆపదలో ఉన్నవారిని సకాలంలో కాపాడుకునే అవకాశం ఉంటుంది.

మారుతున్న కాలానికి అనుగుణంగా విద్యా వ్యవస్థలో సమూల మార్పులు రావాల్సిన ఆవశ్యకత ఉంది. కేవలం ఉద్యోగాల కోసమే చదువు అనే ధోరణి మారాలి. స్వయం ఉపాధి మరియు సృజనాత్మక ఆలోచనలను ప్రోత్సహించేలా విద్యా విధానం ఉండాలి. విద్యార్థుల శారీరక మరియు మానసిక దృఢత్వానికి సమాన ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలి. పరీక్షల విధానంలో కూడా మార్పులు చేసి, నిరంతర సమగ్ర మూల్యాంకనం ద్వారా వారి సామర్థ్యాన్ని అంచనా వేయాలి. ఒకే ఒక్క పరీక్ష ద్వారా విద్యార్థి భవిష్యత్తును నిర్ణయించడం సరైన పద్ధతి కాదు. విద్యా వ్యవస్థ అనేది విద్యార్థులను శక్తివంతులుగా చేయాలి తప్ప, వారిని బలహీనపరచకూడదు. ఈ దిశగా మేధావులు మరియు పాలకులు కలిసి పనిచేయాలి. అప్పుడే మనం ఒక బలమైన మరియు మేధోపరమైన తరానికి పునాది వేయగలం. పిల్లలు తమ ఆసక్తులను స్వేచ్ఛగా అనుసరించేలా ప్రోత్సహించాలి. ఒకరు గణితంలో ప్రతిభ చూపితే, మరొకరు సంగీతంలో లేదా క్రీడల్లో రాణించవచ్చు. అన్ని రంగాల్లోనూ ఉన్నత శిఖరాలను అధిరోహించే అవకాశాలు నేడు పుష్కలంగా ఉన్నాయి. కేవలం వైద్యం లేదా సాంకేతిక విద్య మాత్రమే గొప్పవి అనే భావన నుండి తల్లిదండ్రులు బయటకు రావాలి. పిల్లల సంతోషమే అందరి లక్ష్యం కావాలి. వారు మానసిక ఒత్తిడి లేని వాతావరణంలో చదువుకున్నప్పుడే అద్భుతాలు సృష్టించగలరు. ప్రతి బిడ్డలో ఒక విజేత ఉంటాడు, ఆ విజేతను బయటకు తీయడమే ఉపాధ్యాయుల మరియు తల్లిదండ్రుల బాధ్యత. వారి కలలకు రెక్కలు తొడగాలి తప్ప, వారి రెక్కలను విరిచేయకూడదు. ముగింపుగా, విద్యార్థుల ఆత్మహత్యలు అనేవి కేవలం వ్యక్తిగత విషాదాలు కావు, అవి విద్యా వ్యవస్థ యొక్క వైఫల్యాలు. ఈ మారణకాండను అరికట్టడానికి ప్రతి ఒక్కరూ తమ వంతు బాధ్యతను గుర్తించాలి. మార్కుల కంటే మనిషి ప్రాణం విలువైనదని చాటిచెప్పాలి. చిగురుటాకుల లాంటి విద్యార్థుల భవిష్యత్తును కాపాడుకోవడం మనందరి కర్తవ్యం. 'డిజైనర్ టెక్ గురు' ఎల్లప్పుడూ విద్యార్థుల సంక్షేమం కోరుకుంటుంది. పరీక్షలు రాస్తున్న ప్రతి విద్యార్థికి ధైర్యం చెప్పండి, వారికి అండగా నిలవండి. ఆత్మవిశ్వాసంతో ముందడుగు వేయండి, విజయం మీ సొంతమవుతుంది. పసి ప్రాణాల బలి లేని విద్యా వ్యవస్థ కోసం అందరం కలిసి పోరాడుదాం. ఆరోగ్యవంతమైన మరియు ఆనందకరమైన చదువులే మన దేశానికి శ్రీరామరక్ష.

ఈస్ట్‌వెస్ట్ కార్గో కారిడార్‌గా రాష్ట్ర అభివృద్ధి

మౌలిక సదుపాయాల బలోపేతంపై అధికారులతో సుదీర్ఘంగా చర్చించారు. రాష్ట్ర ఆర్థిక అభివృద్ధిలో పోర్టుల పాత్ర కీలకమని పేర్కొంటూ వాటి సామర్థ్యాన్ని పెంచే దిశగా చర్యలు తీసుకోవాలని సీఎం సూచించారు. మూలపేట, మచిలీపట్నం, రామాయపట్నం పోర్టుల్లో త్వరితగతిన కార్గో హ్యాండ్లింగ్ కార్యకలాపాలు ప్రారంభం కావాలని ముఖ్యమంత్రి స్పష్టం చేశారు. ఈ మూడు పోర్టులను సమర్థవంతంగా అభివృద్ధి చేసి రాష్ట్రాన్ని తూర్పుపడమర కార్గో రవాణాకు ప్రధాన కేంద్రంగా మార్చాలని లక్ష్యంగా పెట్టుకోవాలని తెలిపారు. పోర్టుల ద్వారా సరుకు రవాణా పెరిగితే రాష్ట్ర ఆర్థిక వ్యవస్థకు పెద్ద ఊతం లభిస్తుందని సీఎం పేర్కొన్నారు.

ఈ పోర్టుల నుంచి ఒడిశా, ఛత్తీస్‌ఘఢ్, మధ్యప్రదేశ్, మహారాష్ట్ర, తెలంగాణ, కర్ణాటక వంటి రాష్ట్రాల హింటర్‌ల్యాండ్ ప్రాంతాలకు కార్గో రవాణా జరిగేలా ప్రణాళికలు రూపొందించాలని అధికారులను ఆదేశించారు. సరుకు రవాణా కోసం రహదారి, రైల్వే మార్గాలను సమన్వయంతో అభివృద్ధి చేసి పారిశ్రామిక రంగానికి అనుకూల వాతావరణం కల్పించాలని చెప్పారు. ఈ చర్యలతో రాష్ట్రం జాతీయ స్థాయిలో ముఖ్యమైన వాణిజ్య కేంద్రంగా ఎదుగుతుందని అభిప్రాయపడ్డారు.

రామాయపట్నం పోర్టు నుంచి కడప ఉక్కు కర్మాగారం వరకు ప్రత్యేక రవాణా మార్గాన్ని ఏర్పాటు చేయడానికి రైల్వే శాఖ ఇప్పటికే ఆమోదం తెలిపిందని సీఎం వెల్లడించారు. ఈ ప్రత్యేక మార్గం ఏర్పాటుతో పరిశ్రమలకు అవసరమైన ముడిసరుకు మరియు తయారైన ఉత్పత్తుల రవాణా మరింత సులభం అవుతుందని తెలిపారు. దీని ద్వారా పారిశ్రామిక అభివృద్ధి వేగవంతం అవుతుందని పేర్కొన్నారు. రెండో దశలో బుడిగట్లపాలెం, పూడిమడక, కొత్తపట్నం ఫిషింగ్ హార్బర్ల అభివృద్ధి పనులను కూడా వేగంగా చేపట్టాలని సీఎం అధికారులను ఆదేశించారు. తీరప్రాంతాల్లో మత్స్యకారుల జీవనోపాధి మెరుగుపడేలా ఆధునిక మౌలిక సదుపాయాలు కల్పించాలని సూచించారు. ఈ సమీక్ష సమావేశంలో పెట్టుబడులు మరియు మౌలిక సదుపాయాల కల్పన శాఖ ప్రత్యేక ప్రధాన కార్యదర్శి కృష్ణబాబు, మారిటైమ్ బోర్డు సీఈఓ అభిషేక్ కుమార్ తదితర అధికారులు పాల్గొన్నారు.

తెలుగు వారి ఆత్మగౌరవానికి ప్రతీకగా మహోత్సవం

అధికారులు, ప్రజలు పెద్ద సంఖ్యలో హాజరయ్యారు. అమరావతి రాజధాని ప్రాంతంలో ఏర్పాటు చేసిన ఈ త్యాగశిల్పం తెలుగుజాతి చరిత్రను గుర్తుచేసే స్మారకంగా నిలుస్తుందని నాయకులు పేర్కొన్నారు. ఈ సందర్భంగా జరిగిన సభలో ఉప ముఖ్యమంత్రి పవన్ కల్యాణ్ మాట్లాడుతూ పొట్టి శ్రీరాములు సంకల్ప బలం గురించి ప్రస్తావించారు. మహాత్మా గాంధీ ఒక సందర్భంలో శ్రీరాములు లాంటి పదకొండు మంది ఉంటే ఒకే ఏడాదిలో దేశానికి స్వాతంత్ర్యం తీసుకురాగలనని అన్నారని పేర్కొన్నారు. ఆ మాటలు ఆయన సంకల్పశక్తి ఎంత గొప్పదో తెలియజేస్తాయని పవన్ కల్యాణ్ అన్నారు. పొట్టి శ్రీరాములు వంటి మహనీయుల త్యాగాల వల్లే మనకు స్వేచ్ఛ మరియు ప్రత్యేక ఆంధ్ర రాష్ట్రం లభించిందని ఆయన తెలిపారు. అలాంటి మహానుభావుల త్యాగాన్ని గుర్తుచేసుకోవడం ప్రతి తరానికి అవసరమని పేర్కొన్నారు. రాజధాని ప్రాంతంలో ఈ విధంగా గొప్ప విగ్రహాన్ని ఏర్పాటు చేయడం ద్వారా చరిత్రను భావితరాలకు అందించినట్లవుతుందని అభిప్రాయపడ్డారు. తాను పొట్టి శ్రీరాములు గారిని ప్రత్యక్షంగా కలిసే అవకాశం పొందలేకపోయినా, వారి కుటుంబ సభ్యులను చూడటం ద్వారా ఆయన త్యాగాలను గుర్తు చేసుకునే అవకాశం లభించిందని పవన్ కల్యాణ్ తెలిపారు. ఆ మహనీయుడి జీవితం ప్రతి ఒక్కరికీ స్ఫూర్తినిస్తుందని ఆయన పేర్కొన్నారు. అమరావతి నడిబొడ్డున పొట్టి శ్రీరాములు విగ్రహాన్ని ఏర్పాటు చేసినందుకు ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబుకు పవన్ కల్యాణ్ కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.

పోలీసుల సహకారంతో పరీక్ష రాసిన విద్యార్థిని

అనుమతి ఇవ్వకుండా తిరిగి పంపించారు. దీంతో విద్యార్థిని ఆందోళనకు గురై బయటకు వచ్చింది పరీక్ష రాయలేనన్న భయంతో విద్యార్థిని ఏడుస్తూ బయటకు రావడం అక్కడ విధుల్లో ఉన్న పోలీసుల దృష్టికి వచ్చింది. పరిస్థితిని గమనించిన పోలీసులు ఆమెను పిలిచి విషయం తెలుసుకున్నారు. హాల్ టికెట్ పరిశీలించి నిజమైన పరీక్షా కేంద్రం వేరే చోట ఉన్నట్లు గుర్తించారు. వెంటనే స్పందించిన పోలీసులు సమయం వృథా కాకుండా చర్యలు చేపట్టారు. విద్యార్థినిని పోలీసు వాహనంలో తీసుకెళ్లి కనితి రోడ్డు ఉన్నత పాఠశాల పరీక్షా కేంద్రానికి చేర్చారు. దీంతో ఆమెకు సమయానికి పరీక్ష రాసే అవకాశం లభించింది.

మంగళవారం
17 - 03 - 2026

మా కలం.. మీ గళం..
మన గళం
దిన పత్రిక

కూటమి ప్రభుత్వంలో శాంతి భద్రతలకు ఆగాతం

- డ్రగ్స్, మద్యం మరియు పేకాట స్థావరాలకు మద్దతుగా కూటమి ప్రభుత్వం.
- రాష్ట్రంలో అరాచక పాలన నడుస్తోంది..ఎమ్మెల్యే వీరుపాక్షి.

(ఆలూరు మనగళం): ఆలూరు మండల కేంద్రంలో అధితి గృహంలో విలేకరుల సమావేశం నిర్వహించిన ఆలూరు వైసీపీ ఎమ్మెల్యే విరుపాక్షి. ఈ సందర్భంగా ఆంధ్ర రాష్ట్రం ఏర్పాటుకు ప్రాణాలర్పించిన వీరుడు, అమరజీవి శ్రీ పొట్టి శ్రీరాములు 125వ జయంతి సందర్భంగా పొట్టి శ్రీ రాములు చిత్ర పటానికి పూలమాల వేసి నివాళులు అర్పించారు. అనంతరం విలేకరుల సమావేశంలో మాట్లాడుతూ, కూటమి ప్రభుత్వం ఏర్పడిన తర్వాత రాష్ట్రంలో డ్రగ్స్, పేకాట, దౌర్జన్యాలు, కల్తీ లిక్కర్ విచ్చలవిడిగా ఏర్లుఐ పారుతుంది అన్నారు. ఏలూరు టీడీపీ ఎంపీ పుట్ట మహేష్ డ్రగ్స్ తీసుకుంటు దొరికిన విషయం మన అందరికి తెలిసిందే, షోకాజ్ నోటీసు ఇస్తే ఎలా..? అని వీరుపాక్షి ప్రశ్నించారు. ఎంపీ పదవికి రాజీనామా చేసి, టీడీపీ పార్టీ నుండి మరియు పార్టీ సభ్యత్వం నుండి వెంటనే సస్పెండ్ చేయాలి అని టీడీపీ అధ్యక్షులు చంద్రబాబు ను ఎమ్మెల్యే వీరుపాక్షి డిమాండ్ చేశారు. రాష్ట్రంలో కూటమి నాయకుల యవ్వారం చూస్తూ, శాంతి భద్రతలు అదుపు తప్పి, యువత తప్పుదారి పడుతున్నారు. రాష్ట్ర హోమ్ మంత్రి వి. అనిత చూస్తూ ఉన్నానరా..? అని ప్రశ్నించారు. రాష్ట్రంలో అరాచక పాలన తప్ప, సూపరిపాలన ఎక్కడ అని అన్నారు. గ్రామాలలో కూటమి నాయకుల ఆధ్వర్యంలో విచ్చలవిడిగా బెల్ట్ షాప్లు నడుపుతున్న, కూటమి ప్రభుత్వం మాత్రం చూస్తూ ఉంది అన్నారు. ఆలూరు నియోజకవర్గంలో కూడ ఎక్కడ చూసిన టీడీపీ నాయకుల ఆధ్వర్యంలో పొలాల్లో పేకాట స్తావరాలు నడుస్తున్నాయి. పేకాటరాయుళ్ళు ఇచ్చే మామూళ్లుకి, చూసి చూడనట్టు పోలీసులు వ్యవహరిస్తున్నారు. నిన్న పెద్దహోత్తూరు, మరకట్టు గ్రామాల మధ్యలో పేకాట స్తావరాలు నడుపుతూ పట్టుబడ్డ కూటమి నాయకులు. చిప్పగిరి మండలంలో కూడ పెద్దఎత్తున పొలాల్లో పేకాట స్తావరాలు నడుస్తున్న ఏమి తెలియనట్టు పోలీసులు ఉన్నారు. వైసీపీ ఎమ్మెల్యే చెబితే పోలీసులు వినే పరిస్థితిలో లేరు అన్నారు. రాష్ట్రంలో విచ్చలవిడిగా డ్రగ్స్, గంజాయి తీసుకొని యువకుల జీవితాలు నాశనం అవుతున్న చంద్రబాబు నాయుడుకు, మరియు వాళ్ళ ఎమ్మెల్యేలకు అక్రమ ఆదాయమే ముఖ్యం అన్నారు. ప్రజలు అన్ని గమనిస్తున్నారు, రానున్న స్థానిక ఎన్నికల్లో డ్రగ్స్, మద్యం మరియు పేకాట స్తావరాలు నడుపుతూ ప్రజల ధనం, మాన, ప్రాణాలతో చెలగాటం అడే ఇలాంటి కూటమి ప్రభుత్వానికి ప్రజలు బుద్ధి చెబుతారు అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో వైస్సార్సీపీ నాయకులు, కార్యకర్తలు, బీవీర్ అభిమానులు పాల్గొన్నారు.

ఉగాది మహోత్సవములు ప్రారంభం

మనగళం శ్రీశైలం : ఐదురోజులపాటు (16.03.2026 నుండి 20.03.2026) నిర్వహింపబడే ఉగాది ఉత్సవాలు ఈ రోజు (16.03.2026) ప్రారంభమయ్యాయి. కాగా ఈ ఉదయం ఆలయ ప్రాంగణంలో ఉత్సవ ప్రారంభ కార్యక్రమాలు ఆగమశాస్త్రానుసారం జరిపించబడ్డాయి. ఈ సందర్భంగా శ్రీస్వామిఅమ్మవార్లకు విశేషపూజలు జరిపించబడ్డాయి.

యాగశాల ప్రవేశం : ఉత్సవ నిర్వహణలో భాగంగా ముందుగా కార్యనిర్వహణాధికారి స్థానాచార్యులు (అధ్యాపక), అర్చకస్వాములు, వేదపండితులు, అధికారులు సంప్రదాయబద్ధంగా ఆలయ ప్రాంగణంలో స్వామివార్ల యాగశాల ప్రవేశం చేశారు.

వేదస్వస్తి : ఆలయప్రవేశం చేసిన వెంటనే వేదపండితులు వేదపారాయణలు చేసి వేదస్వస్తి నిర్వహించారు.

శివసంకల్పం : వేదపఠనం అయిన వెంటనే స్థానాచార్యులు (అధ్యాపక) , అర్చకస్వాములు, వేదపండితులు, లోకక్షేమాన్నికాంక్షిస్తూ ఉత్సవ సంకల్పాన్ని పఠించారు. దీనికే శివసంకల్పం అని పేరు. ఈ సంకల్పంలో దేశం శాంతి సౌభాగ్యాలతో విలసిల్లాలని, ప్రకృతి వైపరీత్యాలు సంభవించ కుండా సకాలంలో తగినంత వర్షాలు కురిసి దేశం పాడిపంటలతో తులతూగాలని, జనులందరికీ ఆయురారోగ్యాలు కలిగి వారికి అకాల మరణాలు జరగకుండా ఉండాలని, దేశంలో అగ్నిప్రమాదాలు, వాహన, ప్రమాదాలు మొదలైనవి జరగకుండా ఉండాలని, ప్రజలందరూ సుఖశాంతులతో ఉండాలంటూ ఆలయ అర్చకులు, వేదపండితులు సంకల్పపఠనం చేశారు.

గణపతి పూజ : సంకల్పపఠనం తరువాత ఉత్సవాలు నిర్విఘ్నంగా జరగాలని మహాగణపతి పూజ జరిపించబడింది.

పుణ్యాహవచనం : గణపతిపూజ తరువాత పుణ్యాహవచనం జరిపించబడింది. వృద్ధి మరియు అభ్యుదయాల కోసం ఈ పుణ్యాహవచనం జరిపించబడుతుంది.

చండీశ్వరపూజ : సంకల్పపఠనం తరువాత చండీశ్వరపూజ జరిపించబడింది. ఈ ఉత్సవాలు క్షేత్రపాలకుడైన వీరభద్రస్వామి పర్యవేక్షణలో, శివపరివార దేవతలలో ఒకరైన చండీశ్వరుని నాయకత్వంలో నిర్వహించబడుతాయని చెప్పబడుతోంది. అందుకే యాగశాల ప్రవేశం తరువాత చండీశ్వరునికి ప్రత్యేకంగా పూజాదికాలు జరపించడం సంప్రదాయం. కంకణ పూజ, కంకణధారణ చండీశ్వరపూజ తరువాత కంకణాలకు (రక్షాబంధనాలకు) శాస్త్రోక్తంగా పూజాదికాలు జరిపించబడ్డాయి. తరువాత అధికారులు, అర్చకస్వాములు కంకణాలను ధరించారు.

ఋత్విగ్వరణం : కంకణధారణ తరువాత ఋత్విగ్వరణం నిర్వహించబడింది. ఉత్సవాలలో ఆయా వైదిక కార్యక్రమాలు నిర్వహించమని ఋత్విక్కులను ఆహ్వానిస్తూ వారికి దీక్షావస్త్రాలను అందజేసే కార్యక్రమానికే ఋత్విగ్వరణం అని పేరు.

అఖండస్థాపన : ఋత్విగ్వరణం తరువాత అఖండదీపస్థాపన చేయబడింది. అనంతరం వాస్తుపూజ చేయబడింది.

రుద్రకలశస్థాపన : వాస్తు హోమం తరువాత మండపారాధన చేసి ప్రత్యేక కలశస్థాపన చేయబడింది. కలశస్థాపన తరువాత కలశార్చన జరిపించబడింది. తరువాత పంచావరణార్చనలు నిర్వహించబడ్డాయి.అనంతరం లోకకల్యాణం కోసం జపానుష్ఠానాలు జరిపించబడ్డాయి.

అంకురార్పణ : ఉత్సవాల మొదటిరోజు సాయంకాలం జరిగే అంకురార్పణకు ఎంతో విశేషముంది. ఈ కార్యక్రమములో ఆలయ ప్రాంగణంలోని నిర్ణీత పునీత ప్రదేశములోని మట్టిని సేకరించి యాగశాలకు తీసుకువస్తారు. దీనినే "మృత్సంగ్రహణం" అంటారు. తరువాత ఈ మట్టిని తొమ్మిది పాలికలలో (మూకుళ్ళలో) నింపి, దాంట్లో నవధాన్యాలను పోసి, ఆ మట్టిలో మొలకెత్తించే పనిని ప్రారంభిస్తారు. ఈ అంకురారోపణ కార్యక్రమానికి చంద్రుడు అధిపతి, శుక్లపక్ష చంద్రునివలే పాలికలలోని నవధ్యాన్యాలు సైతం దినదినాభివృద్ధి చెందాలని ప్రార్థిస్తారు. పాలికలలో రోజూ నీరు పోసి నవధాన్యాలు పచ్చగా మొలకెత్తేలా చూస్తారు. అలంకారాలను ఆరోపింపజేసే కార్యక్రమం కాబట్టే దీనికి అంకురార్పణ అని పేరు. ఈ ప్రారంభ పూజా కార్యక్రమములో కార్యనిర్వహణాధికారి శ్రీ యం. శ్రీనివాసరావు, అర్చకస్వాములు, వేదపండితులు, సంబంధిత అధికారులు, సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

భృంగివాహనసేవ ఈ ఉత్సవాలలో భాగంగానే ఈ సాయంకాలం స్వామిఅమ్మవార్లకు భృంగివాహనసేవ జరిపించబడుతుంది. ఈ సేవలో శ్రీ స్వామిఅమ్మవార్ల ఉత్సవమూర్తులను భృంగివాహనసేవపై వేంచేబు చేయించి విశేషంగా అలంకార మండపములో పూజాదికాలు జరిపించబడుతాయి. తరువాత గ్రామోత్సవం నిర్వహించబడుతుంది. భృంగివాహనాధీశులైన శ్రీస్వామిఅమ్మవార్లను దర్శించడం వలన పనులలో ఏకాగ్రత లభిస్తుందని, పాపాలు హరించబడుతాయని చెప్పబడుతోంది. మహాలక్ష్మీ అలంకారం ఉత్సవాలలో భాగంగా ఈ రోజు (16.03.2026) శ్రీ అమ్మవారి ఉత్సవమూర్తికి మహాలక్ష్మీ అలంకారం గ్రామోత్సవం జరుగనున్నాయి. చతుర్భుజాలు గల ఈ దేవిపై రెండు చేతులలో పద్మాలను, క్రింది చేతులలో కుడివైపున అభయ హస్తం, ఎడమ వైపు వరముద్రతో దర్శనం ఇవ్వనున్నారు. మహాలక్ష్మీ స్వరూపాన్ని దర్శించడం వలన శత్రుబాధలు నివారించబడి, సకల శుభాలు కలుగుతాయని చెప్పబడుతోంది. అదే విధంగా గ్రామోత్సవంలో నాదస్వరం, కోలాటం, చెక్కభజన, రాజభటులవేషాలు, కేరళ చండీమేళం, కొమ్ముకొయ్య నృత్యం, ముంభాయ్ డోల్ థేష్, విళక్కు, స్వాగత నృత్యం, వీరభద్ర డోలు కుణిత, జాంజ్ పథక్ (కర్ణాటక డోలు) కాళికా నృత్యం, జానపద పగటి వేషాలు, నందికోలు సేవ, గొరవనృత్యం, తప్పెటచిందు, బీరప్పడోలు, నందికోలసేవ, ఢమరుకం, చిడతలు, శంఖం, పిల్లనగ్రోవి, డోలు విన్యాసం, గిరిజన చెంచు నృత్యం తదితర కళారూపాలు గ్రామోత్సవంలో ఏర్పాటు చేయబడ్డాయి.

బీజేపీ పార్టీ సిద్ధాంతాలకు కట్టుబడి పనిచేస్తా.

- బీజేపీ శిక్షణ తరుగతుల మహాసభలో గుమ్మనూరు నారాయణ.

(ఆలూరు మనగళం): హైకోర్టు సీనియర్ అడ్వకేట్ పురుషోత్తం రెడ్డి ప్రత్యేక ఆహ్వానం మేరకు మంత్రాలయం మండలం కల్లు దేవ కుంట గ్రామంలో నిర్వహించిన పండిట్ దీన్ దయాల్ ఉపాధ్యాయ ప్రశిక్షణ మహా అభియాన్ సభలో ఆలూరు మాజీ మార్కెట్ యార్డ్ చైర్మన్ గుమ్మనూరు నారాయణ పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా గుమ్మనూరు నారాయణ మాట్లాడుతూ, దేశంలోనూ, రాష్ట్రంలోనూ బిజెపి పార్టీ సిద్ధాంతాలకు కట్టుబడి చాలా రాష్ట్రాలలో ఎందరో నాయకులు సుపరిపాలన అందిస్తున్నారని, ఈ సందర్భంగా తెలిపారు. అలాగే బిజెపి సిద్ధాంతాలు కట్టుబడి నేను కూడా పని చేస్తానని హామీ ఇచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో కూటమి నాయకులు, బిజెపి నాయకులు, కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

హోటళ్లపై విజిలెన్స్ అధికారుల దాడులు

మన గళం బనగానపల్లె : బనగానపల్లె పట్టణంలోని పలు హోటళ్లపై నంద్యాల విజిలెన్స్ అధికారులు విస్తృత దాడులు చేపట్టారు గృహ అవసరాల సిలిండర్లను వాణిజ్యపరంగా వాడుతున్నట్లు గుర్తించిన అధికారులు మొత్తం ఐదు సిలిండర్లను సీజ్ చేశారు ఆర్ ఆర్ ఎ-1 భవనం శ్రీను హోటళ్లతోపాటు పలు హోటళ్లలో తనిఖీలు చేసి కేసులు నమోదు చేశారు సీజ్ చేసిన సిలిండర్లను తదుపరి చర్యల కోసం సివిల్ సప్లై అధికారులకు అప్పగించారు విజిలెన్స్ ఎస్ఐ వెంకటనారాయణ ఆధ్వర్యంలో ఈ తనిఖీలు జరిగాయి

పారిశుద్ధ్య కార్మికుల సంక్షేమానికి చర్యలు

మన గళం, ధర్మవరం : ధర్మవరం మున్సిపాలిటీ పరిధిలో నిర్వహించిన "నమస్తే పథకం" ప్రొఫైలింగ్ క్యాంప్‌లో రాష్ట్ర మంత్రి సత్యకుమార్ యాదవ్ పాల్గొన్నారు. జాతీయ యాంత్రిక పారిశుద్ధ్య వ్యవస్థ అభివృద్ధి లక్ష్యంగా కేంద్ర ప్రభుత్వం చేపట్టిన ఈ కార్యక్రమం ద్వారా పారిశుద్ధ్య కార్మికుల సంక్షేమం, భద్రత, జీవనోపాధి మెరుగుదలపై దృష్టి సారిస్తున్నట్లు మంత్రి తెలిపారు. కార్యక్రమంలో స్థానిక అధికారులు, ప్రజాప్రతినిధులు పాల్గొన్నారు. సామాజిక న్యాయం, సాధికారత మంత్రిత్వ శాఖతో పాటు గృహనిర్మాణ, పట్టణ వ్యవహారాల మంత్రిత్వ శాఖలు సంయుక్తంగా ఈ పథకాన్ని అమలు చేస్తున్నాయని మంత్రి పేర్కొన్నారు. దేశవ్యాప్తంగా పారిశుద్ధ్య కార్మికుల పరిస్థితులను మెరుగుపరచడం, వారికి అవసరమైన రక్షణ పరికరాలు అందించడం ఈ కార్యక్రమం ప్రధాన ఉద్దేశమని వివరించారు. ఈ సందర్భంగా మంత్రి సత్యకుమార్ యాదవ్ పారిశుద్ధ్య కార్మికులకు పర్సనల్ ప్రొటెక్టివ్ ఎక్విప్మెంట్ కిట్లను పంపిణీ చేశారు. పారిశుద్ధ్య పనులు నిర్వహించే సమయంలో కార్మికుల ఆరోగ్యం, భద్రతకు ఇవి ఎంతో ఉపయోగపడతాయని చెప్పారు. కార్మికుల సంక్షేమానికి ప్రభుత్వం ప్రత్యేక శ్రద్ధ చూపుతున్నట్లు తెలిపారు. పట్టణ పరిశుభ్రత కోసం నిరంతరం కృషి చేస్తున్న పారిశుద్ధ్య కార్మికుల సేవలను మంత్రి కొనియాడారు. సమాజ ఆరోగ్యం కోసం వారు చేస్తున్న సేవలు ఎంతో గొప్పవని అన్నారు. వారి కృషితోనే పట్టణాలు పరిశుభ్రంగా ఉండగలుగుతున్నాయని పేర్కొన్నారు. పారిశుద్ధ్య కార్మికుల ఆరోగ్యం, భద్రతకు ప్రభుత్వం కట్టుబడి ఉందని మంత్రి స్పష్టం చేశారు. భవిష్యత్తులో కూడా వారి సంక్షేమం కోసం మరిన్ని కార్యక్రమాలు చేపట్టనున్నట్లు తెలిపారు. కార్యక్రమంలో మున్సిపల్ అధికారులు, ప్రజాప్రతినిధులు పాల్గొన్నారు.

అమరజీవి శ్రీ పొట్టి శ్రీరాములు జయంతి వేడుకలో పాల్గొన్న కోడుమూరు ఎమ్మెల్యే

మన గళం కర్నూలు: అమరజీవి శ్రీ పొట్టి శ్రీరాములు జయంతి సందర్భగా కర్నూలు నగరంలోని చిన్న పార్క్ నందు గల శ్రీ పోట్టి శ్రీరాములు విగ్రహానికి పూలమాల వేసి నివాళులు అర్పించారు ఈసందర్భంగా కోడుమూరు ఎమ్మెల్యే బొగ్గుల దస్తగిరి మాట్లాడుతూ పొట్టి శ్రీరాములు వారు ఆంధ్ర రాష్ట్ర అవతరణ కోసం, తెలుగు వారి ఆత్మగౌరవం కోసం, మరియు తెలుగు ప్రజల ప్రత్యేక గుర్తింపు కోసం, ప్రాణాలను సైతం లెక్కచేయకుండా అమర నిరాహారణ దీక్ష చేశారు. భారతదేశ ప్రజాస్వామ్య భాషా ప్రయుక్త రాష్ట్రాల కోసం, ప్రత్యేక ఆంధ్ర రాష్ట్ర ఆవిర్భావం జరిగింది అని ఈ సందర్భంగా తెలియజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో మండల నాయకులు, కార్యకర్తలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

డోర్ టు డోర్ కార్యక్రమంలో కోడుమూరు ఎమ్మెల్యే శ్రీ బొగ్గుల దస్తగిరి

– రైతన్నా –మీకోసం మరియు పీఎం కిసాన్ అన్నదాత సుఖీభవ పథకం మూడవ విడత నిధులు రైతుల ఖాతాల్లో జమ

మన గళం కర్నూలు: రైతన్నా –మీకోసం మరియు పీఎం కిసాన్ అన్నదాత సుఖీభవ పథకం మూడవ విడత నిధులు రైతుల ఖాతాల్లో జమ చేయడం జరిగిందన్నారు ఈరోజు మొదటి రోజు డోర్ టు డోర్ కార్యక్రమంలో కోడుమూరు ఎమ్మెల్యే శ్రీ బొగ్గుల దస్తగిరి గపాల్గొన్నారు ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ రైతుల సంక్షేమం కూటమి ప్రభుత్వ ప్రధాన లక్ష్యమని తెలిపారు. రైతులకు ఆర్థికంగా అండగా నిలవడానికి కేంద్ర ప్రభుత్వం మరియు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం కలిసి పీఎం కిసాన్ అన్నదాత సుఖీభవ పథకం ద్వారా నేరుగా రైతుల ఖాతాల్లో నిధులను జమ చేయడం జరిగిందని తెలిపారు. రైతు సంక్షేమమే దేశాభివృద్ధికి బాట వేస్తుందని పేర్కొంటూ, రైతులు బలంగా ఉంటేనే ఆర్థిక వ్యవస్థ బలపడుతుందని ఎమ్మెల్యే అన్నారు. మొత్తం మీద 2025–26 సంవత్సరానికి గాను రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా 8985 కోట్ల రూపాయలను సుమారు 46 లక్షల రైతులకు మూడు విడతలుగా అందిచడం జరిగింది అన్నారు. ముఖ్యంగా కోడుమూరు నియోజవర్గానికి ప్రతి విడతలో 35052 రైతులకి సుమారు 19.72 కోట్ల రూపాయలను ఇవ్వడం జరిగిందన్నారు.రాష్ట్రాన్ని అభివృద్ధి పథంలో తీసుకెళ్తూ సంక్షేమాన్ని అందిస్తూ ముఖ్యమంత్రి వర్యులు నారా చంద్రబాబు నాయుడు అహర్నిశలు కృషి చేస్తున్నారన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో కూటమి ప్రజాప్రతినిధులు,వ్యవసాయ శాఖ అధికారులు, టీడీపీ నాయకులు మరియు రైతులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు

ఏప్రిల్ 1 నుంచి కొత్త ఆదాయపు పన్ను నిబంధనలు

హైదరాబాద్, మార్చి 16 ,మన గళం: కొత్త ఆర్థిక సంవత్సరం ప్రారంభం కానున్న నేపథ్యంలో ఏప్రిల్ 1 నుంచి దేశంలో కొత్త ఆదాయపు పన్ను నిబంధనలు అమల్లోకి రానున్నాయి. ఇటీవల కేంద్ర బడ్జెట్‌లో ప్రకటించిన పలు మార్పులు ఈ ఆర్థిక సంవత్సరంతో అమలు కానున్నాయి. పన్ను చెల్లింపులను సులభతరం చేయడం, వ్యవస్థను మరింత పారదర్శకంగా చేయడం లక్ష్యంగా ఈ మార్పులను ప్రభుత్వం తీసుకొచ్చింది. కొత్త ఆదాయపు పన్ను చట్టం 2025 ఏప్రిల్ 1 నుంచి అమల్లోకి రానుంది. ప్రస్తుతం అమల్లో ఉన్న 1961 ఆదాయపు పన్ను చట్టానికి బదులుగా ఈ కొత్త చట్టం అమలులోకి వస్తుంది. కొత్త చట్టం ద్వారా పన్ను రిటర్నులు దాఖలు చేసే విధానం సులభతరం చేయబడుతుంది. పేపర్‌లెస్ విధానాన్ని సాధారణ ప్రజలకు అర్థమయ్యేలా రూపొందించారు. ఆడిట్ అవసరం లేని పన్ను చెల్లింపుదారులకు రిటర్నులు దాఖలు చేసే గడువును పొడిగించారు. ఐటీఆర్3, ఐటీఆర్4 దాఖలు చేసేందుకు ఆగస్టు 31 వరకు గడువు ఇచ్చారు. అలాగే ఐటీఆర్1, ఐటీఆర్2 రిటర్నులు దాఖలు చేయడానికి జూలై 31 వరకు సమయం ఉంటుంది. పన్ను వసూలు విధానంలో కూడా మార్పులు చేశారు. కొన్ని వస్తువులపై టీసీఎస్ రేట్లను సవరించారు. ఆల్కహాలిక్ పానీయాలపై టీసీఎస్ రేటును 1 శాతం నుంచి 2 శాతానికి పెంచారు. స్క్రాప్, ఖనిజాల అమ్మకాలపై కూడా 1 శాతం నుంచి 2 శాతానికి పెంపు చేశారు. మరోవైపు విదేశీ టూర్ ప్యాకేజీలు, విద్య మరియు వైద్య చికిత్స కోసం విదేశాలకు పంపే డబ్బుపై టీసీఎస్ రేటును 5 శాతం నుంచి 2 శాతానికి తగ్గించారు. స్టాక్ మార్కెట్ లావాదేవీలపై కూడా మార్పులు చేశారు. ఫ్యూచర్స్, ఆప్షన్స్ ట్రేడింగ్‌పై సెక్యూరిటీ లావాదేవీల పన్ను పెంచారు. అలాగే డివిడెండ్ ఆదాయంపై ఇప్పటివరకు అనుమతించిన వడ్డీ వ్యయాల తగ్గింపును రద్దు చేశారు. ఇకపై డివిడెండ్ ఆదాయం పూర్తిగా వర్తించే పన్ను శ్రేణి ప్రకారం పన్ను విధించబడుతుంది. ఈ మార్పులు దేశంలోని పన్ను చెల్లింపుదారులపై ప్రభావం చూపనున్నాయి.

ఐపీఓల్లో పబ్లిక్‌కు మరిన్ని షేర్లు

న్యూఢిల్లీ, మార్చి 16 ,మన గళం: ఐపీఓలకు వచ్చే కంపెనీలు రిటైల్, నాన్ రిటైల్ పెట్టుబడిదారులు మరియు సంస్థాగత మదుపరులకు షేర్లు కేటాయించే విధానంలో కేంద్ర ప్రభుత్వం మార్పులు చేసింది. ఈ మేరకు కేంద్ర ఆర్థిక మంత్రిత్వ శాఖ కొత్త నిబంధనలను ప్రకటిస్తూ ప్రత్యేక నోటిఫికేషన్ జారీ చేసింది. కొత్త నియమాల ప్రకారం ఐపీఓ తర్వాత కంపెనీలలో ప్రజల వాటా పెరగేలా చర్యలు తీసుకున్నారు. ఐపీఓ తర్వాత రూ.1,600 కోట్ల నుంచి రూ.5,000 కోట్ల వరకు మూలధనం ఉన్న కంపెనీలు మూడు సంవత్సరాల లోపు కనీసం 25 శాతం షేర్లను పబ్లిక్‌కు ఇవ్వాల్సి ఉంటుంది. అలాగే ఐపీఓ ఇష్యూలో కనీసం 2.5 శాతం షేర్లు లేదా మార్పిడి చేయగల డిబెంచర్లను ప్రజలకు కేటాయించడం తప్పనిసరి చేశారు. ఐపీఓ తర్వాత రూ.1,600 కోట్ల వరకు ఈక్విటీ ఉన్న కంపెనీలు తమ షేర్లు లేదా కన్వర్టబుల్ డిబెంచర్లలో కనీసం 25 శాతం పబ్లిక్‌కు జారీ చేయాలి. లిస్టింగ్ తర్వాత రూ.1,600 కోట్ల నుంచి రూ.4,000 కోట్ల మధ్య ఈక్విటీ ఉన్న కంపెనీలు కనీసం రూ.4,000 కోట్ల విలువైన షేర్లను పబ్లిక్‌కు ఇవ్వాల్సి ఉంటుంది. అలాగే రూ.4,000 కోట్ల నుంచి రూ.5,000 కోట్ల వరకు ఈక్విటీ ఉన్న కంపెనీలు కనీసం 10 శాతం షేర్లు లేదా కన్వర్టబుల్ డిబెంచర్లను పబ్లిక్‌కు కేటాయించాలి.

బ్యాంకుల్లో మూలుగుతున్న రూ.74,580 కోట్లు

న్యూఢిల్లీ, మార్చి 16 ,మన గళం: దేశంలోని బ్యాంకులు మరియు ఆర్థిక సంస్థల్లో వేల కోట్ల రూపాయలు క్లెయిమ్ చేయకుండా పేరుకుపోయినట్లు సమాచారం. పది సంవత్సరాలకు పైగా నిర్వహించని బ్యాంక్ ఖాతాలు లేదా మెచ్యూరిటీ తర్వాత కూడా తీసుకోని డిపాజిట్లను 'క్లెయిమ్ చేయని డిపాజిట్లు'గా పరిగణిస్తారు. రిజర్వ్ బ్యాంక్ నిబంధనల ప్రకారం ఇటువంటి నిధులను డిపాజిటర్ ఎడ్యుకేషన్ అండ్ అవేర్‌నెస్ నిధికి బదిలీ చేస్తారు. లోక్‌సభలో కేంద్ర ఆర్థిక మంత్రిత్వ శాఖ వెల్లడించిన వివరాల ప్రకారం 2024 మార్చి 31 నాటికి దేశంలోని బ్యాంకుల్లో క్లెయిమ్ చేయని డిపాజిట్లు సుమారు రూ.60,610 కోట్లు ఉన్నాయి. అయితే కేవలం ఒకే ఏడాదిలో ఈ మొత్తం గణనీయంగా పెరిగి 2025 మార్చి 31 నాటికి రూ.74,580 కోట్లకు చేరింది. అంటే ఒక్క ఏడాదిలోనే వేల కోట్ల రూపాయలు అదనంగా పేరుకుపోయాయి. ఈ క్లెయిమ్ చేయని డిపాజిట్లలో ఎక్కువ భాగం ప్రభుత్వ రంగ బ్యాంకుల వద్దనే ఉన్నట్లు గణాంకాలు సూచిస్తున్నాయి. 2024లో ఈ డిపాజిట్లలో ప్రభుత్వ రంగ బ్యాంకుల వాటా సుమారు 74 శాతం ఉండగా, 2025లో కూడా దాదాపు అదే స్థాయిలో కొనసాగింది. క్లెయిమ్ చేయని నిధులను అసలు యజమానులకు తిరిగి అందించేందుకు ప్రభుత్వం మరియు రిజర్వ్ బ్యాంక్ పలు చర్యలు చేపట్టాయి. ప్రజలు తమ లేదా కుటుంబ సభ్యుల పేర్లపై ఉన్న పాత ఖాతాలు, డిపాజిట్ల వివరాలను తెలుసుకునేందుకు ప్రత్యేక ఆన్‌లైన్ వేదికను కూడా ప్రారంభించారు. ఇందులో వివరాలు నమోదు చేసి సంబంధిత బ్యాంకులో అవసరమైన పత్రాలు సమర్పిస్తే డబ్బును తిరిగి పొందే అవకాశం ఉంటుంది. భవిష్యత్తులో ఈ సమస్య తగ్గించేందుకు నామినీ నిబంధనల్లో కూడా మార్పులు చేశారు. బ్యాంక్ ఖాతాలకు ఒకరి బదులుగా నలుగురు నామినీలను నమోదు చేసుకునే అవకాశం కల్పించారు. దీంతో క్లెయిమ్ చేయని డిపాజిట్ల సమస్య తగ్గుతుందని అధికారులు భావిస్తున్నారు.

24 గంటల్లోనే పార్శిల్ డెలివరీ.. పోస్టాఫీసు కొత్త సేవ

న్యూఢిల్లీ, మార్చి 16 ,మన గళం: దేశంలో ఈకామర్స్ మరియు పార్శిల్ డెలివరీ సేవలకు పెరుగుతున్న డిమాండ్‌ను దృష్టిలో పెట్టుకుని పోస్టల్ విభాగం కొత్త వేగవంతమైన సేవను ప్రారంభిస్తోంది. '24 స్పీడ్ పోస్ట్' పేరుతో తీసుకొస్తున్న ఈ సేవ ద్వారా పార్శిళ్లను 24 గంటల్లోనే డెలివరీ చేయడం లక్ష్యంగా పెట్టుకున్నారు. ఈ కొత్త సేవను మార్చి 17న న్యూఢిల్లీలో నిర్వహించే కార్యక్రమంలో కేంద్ర కమ్యూనికేషన్ల మంత్రి జ్యోతిరాదిత్య సింధియా ప్రారంభించనున్నారు. కమ్యూనికేషన్ల సహాయ మంత్రి చంద్రశేఖర్ పెమ్మసాని కూడా ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొననున్నారు. ప్రారంభ దశలో ఈ సేవ దేశంలోని ఆరు ప్రధాన నగరాల్లో అందుబాటులోకి రానుంది. ఢిల్లీ, ముంబై, చెన్నై, కోల్‌కతా, బెంగళూరు, హైదరాబాద్ నగరాల మధ్య పంపే పార్శిళ్లను మరుసటి రోజే చేరవేయడం ఈ సేవ ప్రధాన లక్ష్యం. సకాలంలో డెలివరీ జరిగేలా ప్రత్యేక ప్రాసెసింగ్ వ్యవస్థతో పాటు వాయు రవాణా సదుపాయాలను ఉపయోగించనున్నారు. వినియోగదారులకు ఓటీపీ ఆధారిత సురక్షిత డెలివరీ, సందేశాల ద్వారా ట్రాకింగ్ సమాచారం, ఆలస్యం అయితే డబ్బు తిరిగి చెల్లించే హామీ వంటి సౌకర్యాలు అందుబాటులో ఉంటాయి. వ్యాపార సంస్థలకు కూడా ఈ సేవలో ప్రత్యేక సదుపాయాలు కల్పిస్తున్నారు. పెద్ద పార్శిళ్లకు ఉచిత పికప్, కేంద్రీకృత బిల్లింగ్ వ్యవస్థ, అవసరమైన సాంకేతిక అనుసంధానం వంటి సౌకర్యాలు ఉండనున్నాయి. ఈ కొత్త సేవతో పోస్టల్ విభాగం వేగవంతమైన డెలివరీ రంగంలో తన స్థానాన్ని మరింత బలోపేతం చేసుకోవాలని ప్రభుత్వం భావిస్తోంది.

మంగళవారం
17 - 03 - 2026

మా కలం.. మీ గళం..
మన గళం
దిన పత్రిక

సంపాదకీయం

ఆహార కల్తీ - ప్రాణాలతో చెలగాటం

నేటి సమాజంలో మనిషి బ్రతకడానికి ప్రధానాధారమైన ఆహారమే ప్రాణాంతకంగా మారుతోంది. మనం ఉదయం లేచినప్పటి నుండి రాత్రి పడుకోబోయే వరకు తినే ప్రతి వస్తువులోనూ ఏదో ఒక రూపంలో కల్తీ నిండి ఉంటోంది. పాలు, నూనె, పప్పు ధాన్యాలు, కూరగాయలు మరియు పండ్లలో కూడా రసాయనాలు కలపడం వల్ల సామాన్యుల ఆరోగ్యం తీవ్రంగా దెబ్బతింటోంది. కేవలం తక్కువ పెట్టుబడితో ఎక్కువ లాభాలను ఆర్జించాలనే దురాశతో కొంతమంది వ్యాపారులు ప్రజల ప్రాణాలతో చెలగాటం ఆడుతున్నారు. ఈ కల్తీ మహమ్మారి వల్ల చిన్న పిల్లల నుండి వృద్ధుల వరకు అందరూ రకరకాల దీర్ఘకాలిక వ్యాధుల బారిన పడుతుండటం ఆందోళన కలిగించే విషయం. ఇది కేవలం ఒక ప్రాంతానికో లేదా ఒక వస్తువుకో పరిమితం కాకుండా అన్ని రంగాలకు విస్తరించడం శోచనీయం. పప్పు ధాన్యాల్లో రంగులు కలపడం, వంట నూనెలలో తక్కువ ధర కలిగిన ఇతర నూనెలను మిశ్రమం చేయడం వంటి పద్ధతులు ఇప్పుడు సర్వసాధారణంగా మారిపోయాయి. ముఖ్యంగా పాలలో యూరియా మరియు ఇతర హానికర ద్రవాలను కలిపి కృత్రిమ పాలను తయారు చేస్తున్న ముఠాల ఆగడాలు మితిమీరిపోతున్నాయి. పండ్లు త్వరగా పండటానికి వాడుతున్న రసాయనాలు నేరుగా మన శరీరంలోకి వెళ్లి విషంగా మారుతున్నాయి. ఇటువంటి ఆహారాన్ని భుజించడం వల్ల జీర్ణకోశ వ్యాధులు, మూత్రపిండాల సమస్యలు మరియు క్యాన్సర్ వంటి ప్రాణాంతక వ్యాధులు ప్రబలుతున్నాయి. వినియోగదారులకు నాణ్యమైన ఆహారాన్ని అందించాల్సిన బాధ్యతను వ్యాపారులు విస్మరించి, కేవలం ధనార్జనే ధ్యేయంగా పనిచేయడం వల్ల సామాజిక విలువల పతనం స్పష్టంగా కనిపిస్తోంది. ఇది నాగరిక సమాజానికి తీరని అవమానం.

ఆహార కల్తీని అరికట్టాల్సిన ప్రభుత్వ తనిఖీ సంస్థలు తమ బాధ్యతను సరిగ్గా నిర్వర్తించకపోవడం వల్ల కల్తీదారులు మరింత బరితెగిస్తున్నారు. క్షేత్రస్థాయిలో నాణ్యతను పరీక్షించాల్సిన అధికారులు నామమాత్రపు తనిఖీలతో సరిపెట్టుకోవడం లేదా అవినీతికి పాల్పడటం వల్ల ప్రజల ప్రాణాలు గాలిలో కలిసిపోతున్నాయి. మార్కెట్లోకి వస్తున్న వస్తువులను ఎప్పటికప్పుడు ప్రయోగశాలల్లో పరీక్షించి, దోషులపై కఠిన చర్యలు తీసుకోవాల్సిన అవసరం ఎంతైనా ఉంది. తనిఖీ వ్యవస్థలో ఉన్న లోపాలను ఆసరాగా చేసుకుని కల్తీ ముఠాలు తమ వ్యాపార సామ్రాజ్యాన్ని విస్తరిస్తున్నాయి. ప్రభుత్వ యంత్రాంగం కఠినంగా వ్యవహరించనంత కాలం ఈ కల్తీ రక్కసిని అదుపు చేయడం అసాధ్యం. ప్రజల ప్రాణాల కంటే ఆదాయమే ముఖ్యం అనుకోవడం ప్రభుత్వాల నైతిక వైఫల్యం కిందకే వస్తుంది.

ప్రస్తుతం అమలులో ఉన్న చట్టాలు కల్తీదారులను శిక్షించడానికి తగినంత కఠినంగా లేవనే విమర్శలు వినిపిస్తున్నాయి. ఏదో కొద్దిపాటి జరిమానా చెల్లించి మళ్ళీ తమ అక్రమ వ్యాపారాలను యథేచ్ఛగా సాగించడం వీరికి అలవాటుగా మారింది. ఆహార కల్తీని హత్యాయత్నంగా పరిగణించి, దోషులకు జీవితకాల జైలు శిక్ష విధించేలా చట్టాల్లో మార్పులు రావాలి. అప్పుడే కల్తీ చేయడానికి ఎవరైనా భయపడే వాతావరణం నెలకొంటుంది. అలాగే ప్రత్యేక న్యాయస్థానాలను ఏర్పాటు చేసి ఇటువంటి కేసులను త్వరగా పరిష్కరించాలి. ఒకసారి కల్తీకి పాల్పడిన వ్యాపారి యొక్క లైసెన్సును శాశ్వతంగా రద్దు చేయడంతో పాటు వారి ఆస్తులను జప్తు చేయాలి. కఠినమైన శిక్షలు లేకపోవడం వల్లే సమాజంలో ఇటువంటి నేరాలు పెచ్చుమీరుతున్నాయి. ఇది కేవలం ఆర్థిక నేరం కాదు, మానవత్వానికే విరుద్ధమైన చర్య. ఆహార కల్తీ విషయంలో వినియోగదారులు కూడా అప్రమత్తంగా ఉండాలి. ఆకర్షణీయమైన రంగులు, తక్కువ ధర చూసి నాణ్యత లేని వస్తువులను కొనుగోలు చేయకూడదు. ప్యాక్ చేసిన వస్తువులపై ఉన్న వివరాలను జాగ్రత్తగా చదవాలి. ఏదైనా వస్తువు కల్తీ అని అనుమానం కలిగితే వెంటనే సంబంధిత అధికారులకు ఫిర్యాదు చేసే చైతన్యం ప్రజల్లో పెరగాలి. ప్రజల మౌనమే కల్తీదారులకు పెట్టుబడిగా మారుతోంది. పాఠశాల స్థాయి నుండి పిల్లలకు కల్తీ ఆహారం పట్ల మరియు దానివల్ల కలిగే అనర్థాల పట్ల అవగాహన కల్పించాలి. సామాజిక మాధ్యమాలు మరియు వార్తా పత్రికల ద్వారా కల్తీని గుర్తించే సులభమైన పద్ధతులను ప్రజలకు వివరించాలి. ప్రజలందరూ ఏకమైతేనే ఈ విషతుల్యమైన వ్యవస్థను ప్రక్షాళన చేయగలం. మన ఆరోగ్యం మన చేతుల్లోనే ఉందని గుర్తించాలి.

రైతులు కూడా ఆహార ఉత్పత్తుల తయారీలో రసాయనాల వాడకాన్ని తగ్గించాలి. సేంద్రీయ వ్యవసాయం వైపు మొగ్గు చూపి, స్వచ్ఛమైన ఆహారాన్ని పండించడం ద్వారా సమాజానికి మేలు చేయవచ్చు. పంట కోతకు ముందు వాడే పురుగు మందుల అవశేషాలు ఆహారంలో ఉండిపోవడం వల్ల కూడా అనేక ఆరోగ్య సమస్యలు తలెత్తుతున్నాయి. ప్రభుత్వాలు రైతులకు ప్రకృతి వ్యవసాయంపై శిక్షణ ఇవ్వడంతో పాటు, పండించిన పంటలకు సరైన మద్దతు ధర కల్పించాలి. వినియోగదారులు కూడా నేరుగా రైతుల నుండి వస్తువులను కొనుగోలు చేసే విధానం అలవాటు చేసుకుంటే దళారుల కల్తీ ఆగడాలను అరికట్టవచ్చు. స్వచ్ఛమైన ఆహారం అనేది ప్రతి పౌరుడి హక్కు. ఆ హక్కును కాపాడటంలో ప్రతి ఒక్కరూ భాగస్వాములు కావాలి. అప్పుడే ఆరోగ్య భారతం సాధ్యమవుతుంది.

హోటళ్లు మరియు తినుబండారాల కేంద్రాల్లో కూడా నాణ్యత ప్రమాణాలు గాలికి వదిలేస్తున్నారు. వినియోగించిన నూనెనే మళ్ళీ మళ్ళీ వాడటం వల్ల శరీరంలో విషపూరిత పదార్థాలు పేరుకుపోతున్నాయి. వంట గదుల్లో అపరిశుభ్రత మరియు నాసిరకం దినుసుల వాడకం వల్ల రోగాలు ముసురుకుంటున్నాయి. ఆహార భద్రతా అధికారులు నిరంతరం దాడులు నిర్వహించి ఇటువంటి కేంద్రాలపై కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలి. నాణ్యత ధృవీకరణ లేని వస్తువుల అమ్మకాలను పూర్తిగా నిషేధించాలి. ప్రజల ఆరోగ్యాన్ని దృష్టిలో ఉంచుకుని ఆహార తయారీలో కచ్చితమైన నిబంధనలు అమలు చేయాలి. వ్యాపార సంస్థలు కూడా తమ లాభాల కోసం ప్రజల ప్రాణాలను బలిపీఠం ఎక్కించకూడదని గుర్తించాలి. నైతిక విలువలతో కూడిన వ్యాపారం అందరికీ శ్రేయస్కరం. ముగింపుగా, ఆహార కల్తీ అనేది సమాజం ఎదుర్కొంటున్న అతిపెద్ద సవాలు. దీనిని అరికట్టడానికి కేవలం చట్టాలు మాత్రమే సరిపోవు, ప్రజల్లో మార్పు రావాలి మరియు ప్రభుత్వ యంత్రాంగం చిత్తశుద్ధితో పనిచేయాలి. మనము మరియు మన తరువాతి తరాలు ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే ఈ విషవలయాన్ని తెంచుకోవాల్సిన సమయం ఆసన్నమైంది. కల్తీ లేని ఆహారం, కల్తీ లేని గాలి, కల్తీ లేని నీరు అందించడం ప్రభుత్వాల ప్రథమ బాధ్యత. సామాన్యుడి ప్రాణానికి విలువ ఉన్నప్పుడే ప్రజాస్వామ్యానికి అర్థం ఉంటుంది. ఈ దిశగా 'డిజైనర్ టెక్ గురు' ఎల్లప్పుడూ ప్రజల పక్షాన నిలబడి పోరాడుతుంది. రేపటి ఆరోగ్యవంతమైన సమాజం కోసం నేడే కల్తీ రక్కసిపై సమరం మొదలుపెడదాం. పరిశుభ్రమైన ఆహారమే మనందరి రక్షణ కవచం కావాలి.

ఉగాది బ్రహ్మోత్సవాలకు సుమారు 1800 మంది పోలీస్ సిబ్బందితో పటిష్ట బందోబస్తు...

- ట్రాఫిక్ క్రమబద్ధీకరణ పై చర్యలు తీసుకోవాలని అధికారులకు ఆదేశాలు...
- కమాండ్ కంట్రోల్ ద్వారా పరిస్థితిని పర్యవేక్షించాలి...
- భక్తులకు అసౌకర్యం కలగకుండా విధులు నిర్వహించాలి....
- భక్తులు సంయమనం పాటిస్తూ పోలీసు వారికి సహకరించాలి....
- జిల్లా ఎస్పీ శ్రీ సునీల్ షోరాణ్ గారు

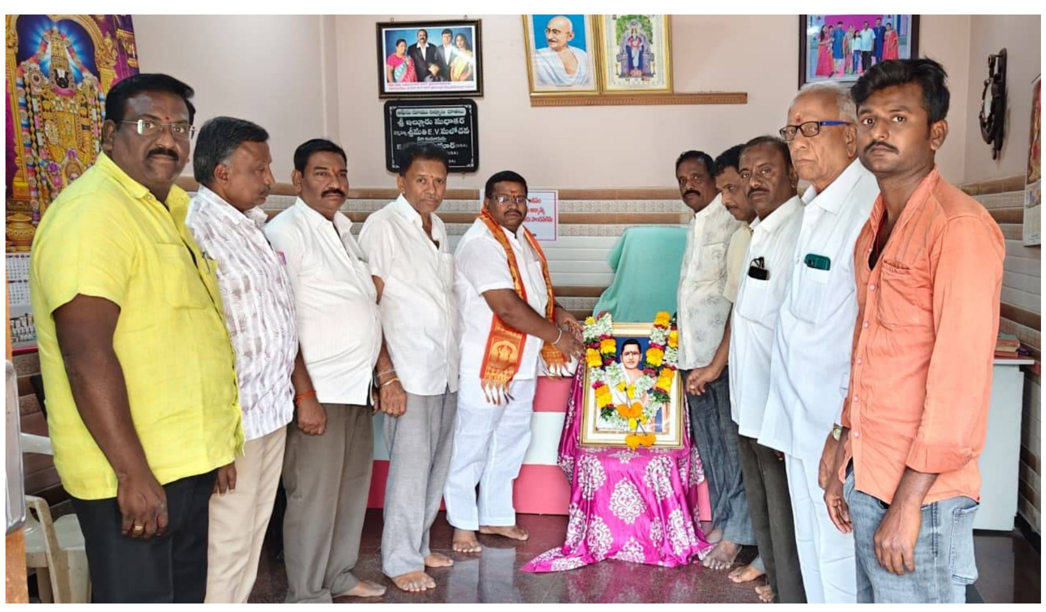
మనగళం శ్రీశైలం : నంద్యాల జిల్లాలో శ్రీశైల క్షేత్రం నందు సోమవారం నుండి ఉగాది బ్రహ్మోత్సవాలు జరగనున్న సందర్భంగా బందోబస్తు నిమిత్తం వచ్చిన సెక్టర్ అధికారులతో(సబ్ ఇన్స్పెక్టర్ స్థాయి నుండి డీఎస్పీ స్థాయి వరకు) సమావేశం ఏర్పాటు చేసి బందోబస్తులో చేయవలసిన విధులపై నంద్యాల జిల్లా ఎస్పీ శ్రీ సునీల్ షోరాణ్ గారు దిశా నిర్దేశం చేశారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా ఎస్పీ గారు మాట్లాడుతూ బందోబస్తుకు వచ్చిన సిబ్బందిని ఎనిమిది సెక్టార్లుగా విభజించడం జరిగిందని,ప్రతి సెక్టార్ కు ఒక ఉన్నతాధికారిని నియమించి నిరంతరం పర్యవేక్షణ చేయడం జరుగుతుందన్నారు. శ్రీశైలం నందు ట్రాఫిక్ సమస్యను అధిగమించుటకు మొబైల్ వాహనాలను ఏర్పాటు చేయడంతో పాటు నిరంతరం 24/7 శ్రీశైలం క్షేత్రం చుట్టూ తిరుగుతూ ట్రాఫిక్ క్రమబద్ధీకరించేలా చర్యలు తీసుకోవడం జరిగింది. శ్రీశైల క్షేత్రం నందు వాహనాలు, భక్తుల రద్దీ ఎక్కువగా ఉండే ప్రదేశాలను గుర్తించి ట్రాఫిక్ పాయింట్లను ఏర్పాటు చేయడంతో పాటు సరిపడా సిబ్బందిని నియమించడం జరిగింది. వివిధ రాష్ట్రాల నుంచి శ్రీశైల క్షేత్రానికి వచ్చే భక్తులు వారి వాహనాలను ఇతరులకు ఇబ్బంది కలిగేలా రోడ్డుపైన పార్కింగ్ చెయ్యరాదు. పోలీసుల సూచనల మేరకు రింగురోడ్డు వెనకాల గల మరియు =జ బస్టాండ్ వెనక పార్కింగ్ ప్రదేశాలలో మాత్రమే పార్కింగ్ చేసుకోవాలి. కంట్రోల్ రూమ్ ద్వారా భక్తుల రద్దీని మరియు వాహనాల రద్దీని నిరంతరం పర్యవేక్షణ చేస్తూ క్రమబద్ధీకరించేలా సంబంధిత అధికారులకు సమాచారం అందించాలి. భక్తులకు ఎలాంటి అసౌకర్యం కలగకుండా ప్రశాంత వాతావరణంలో దర్శనాలు చేసుకునేలా విధులు నిర్వహించాలని అధికారులకు మార్గ నిర్దేశం చేయడం జరిగింది. క్యూలైన్ కంపార్ట్మెంట్లోని భక్తులు సంయమనం పాటిస్తూ పోలీసు వారి సూచనలను అనుసరించి సురక్షితంగా దైవదర్శనం చేసుకోవాలి. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా ఎస్పీ గారితో పాటు అడిషనల్ ఎస్పీ అడ్మిన్ చీ. యుగంధర్ బాబు గారు, ఆత్మకూరు డిఎస్పి రామంజి నాయక్ గారు,బందోబస్తుకు వచ్చిన అధికారులు పాల్గొన్నారు.

ఆలూరులో మార్చి 28,29,30 తేదీల్లో ఏఐటీయూసీ 21వ జిల్లా మహాసభలు..వాల్ పోస్టర్ల విడుదల

- మహాసభలను జయప్రదం చేయాలని కార్మికులకు..సిపిఐ నాయకుల పిలుపు.
- హమాలీ, ఆటో, ఆశా, అంగన్వాడి కార్మికులు భారీగా పాల్గొనాలి.

(ఆలూరు మనగళం): ఆలూరు పట్టణంలో ఈనెల 28, 29, 30 తేదీలలో జరగనున్న కర్నూలు జిల్లా ఏఐటీయూసీ 21వ జిల్లా మహాసభలను జయప్రదం చేయాలని కోరుతూ సోమవారం వాల్ పోస్టర్లను విడుదల చేశారు. ఈ సందర్భంగా సిపిఐ జిల్లా కార్యదర్శి బి. గిడ్డయ్య మాట్లాడుతూ జిల్లా నలుమూలల నుండి వేలాది మంది కార్మికులు, కర్షకులు, అసంఘటిత కార్మికులు, కాంట్రాక్ట్ మరియు ఔట్‌సోర్సింగ్ ఉద్యోగులు మహాసభలకు తరలి రావాలని పిలుపునిచ్చారు. కార్మికులకు పనికి తగిన వేతనం ఇవ్వాలని, కేంద్ర ప్రభుత్వం 44 కార్మిక చట్టాలను నాలుగు లేబర్ కోడ్లుగా మార్చిన నిర్ణయాన్ని వ్యతిరేకిస్తూ కార్మిక హక్కుల కోసం పోరాటానికి సిద్ధం కావాలని అన్నారు. "హలో కార్మిక–చలో ఆలూరు" అనే నినాదంతో కార్మిక లోకమంతా ఐక్యంగా పోరాటాలకు సిద్ధం కావాలని సూచించారు. ఈ మహాసభలకు సిపిఐ జాతీయ కార్యదర్శి కామ్రేడ్ కె. రామకృష్ణ హాజరవుతారని తెలిపారు. మూడు రోజుల పాటు జరిగే ఈ మహాసభల్లో హమాలీ సంక్షేమ బోర్డుల ఏర్పాటు, కార్మిక సంక్షేమానికి సంబంధించిన పలు అంశాలపై చర్చలు జరుగుతాయని చెప్పారు. హమాలీ, ఆటో, ఆశా, అంగన్వాడి, హోటల్, బిల్డింగ్ వర్కర్స్ తదితర కార్మికులు పెద్ద ఎత్తున పాల్గొని మహాసభలను విజయవంతం చేయాలని పిలుపునిచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో సిపిఐ మండల కార్యదర్శి పి. రామాంజనేయులు, ఏఐటీయూసీ తాలూకా అధ్యక్షుడు కృష్ణమూర్తి, కార్యదర్శి వి. రంగన్న, ఏఐవైఎఫ్ జిల్లా సహాయ కార్యదర్శి శ్రీ రమేష్, సిద్దేశ్వర శాఖ కార్యదర్శి సిద్దలింగ, పెద్ద హోతూరు శాఖ కార్యదర్శి రాముడు, ఉలిగప్ప, వెంకటేష్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కోడుమూరు పట్టణంలో అమరజీవి పొట్టి శ్రీరాములు 125వ జయంతి వేడుకలు



మన గళం కోడుమూరు: కోడుమూరు పట్టణంలో అమరజీవి పొట్టి శ్రీరాములు 125వ జయంతి సందర్భంగా కోడుమూరులో ఆర్యవైశ్యులు పొట్టి శ్రీరాములు చిత్రపటానికి పూలదండలతో జయంతి వేడుకలు ఘనంగా జరుపుకోవడం జరిగినది, అలాగే ఆర్యవైశ్య సంఘం జిల్లా ఉపాధ్యక్షులు తెలుగుదేశం పార్టీ నాయకులు మాట్లాడుతూ ఆంధ్రుల ఆత్మగౌరవ ప్రతీక అమరజీవి పొట్టి శ్రీరాములు తెలుగువారికి ప్రత్యేక రాష్ట్రం కొరకు 58 రోజులు పాటు ఆమరణ నిరాహార దీక్ష చేసి ప్రాణ త్యాగం చేశారు, ఈ త్యాగ ఫలితంగానే భాష ప్రయుక్త రాష్ట్రాలు ఏర్పాటుకు పునాది పడింది, గాంధీజీకి పొట్టి శ్రీరాములు అంటే ఎంతో అభిమానం అందుకే పొట్టి శ్రీరాములు లాంటి వారు మరో పదిమంది ఉంటే ఏడాదిలోనే స్వరాజ్యం తెస్తాను అని గాంధీజీ చెప్పారు, అలాగే ఆర్యవైశ్యుల్ని గుర్తించి కూటమి ప్రభుత్వం ఈ రోజున అమరావతిలో తుళ్లూరులో 58 అడుగుల విగ్రహాన్ని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబునాయుడు డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కళ్యాణ్ మంత్రి టీజీ భరత్ ఆవిష్కరించారు 150 కోట్ల అంచనా వ్యాయంతో 6.8 ఎకరాలలో చేపట్టిన స్ఫూర్తి వనంతో తొలి దశ పనులు పూర్తయ్యాయి రెండో దశలో మ్యూజియం, ఫోటో గ్యాలరీ, ఆడోటేడియం, స్కిల్ డెవలప్మెంట్ సెంటర్ నిర్మిస్తామని తెలిపారు, ఈ కార్యక్రమంలో పట్టణ సంఘం అధ్యక్షులు కలికే నాగరాజ్ శెట్టి, కళ్యాణ మండపం అధ్యక్షులు పట్నం సుధాకర్ శెట్టి, రఘు రామయ్య శెట్టి, నరసింహయ్య శెట్టి, కొట్రికె ఉదయ్ కుమార్ శెట్టి, మయూరి రమేష్, హనుమ నారాయణ, ఎదిరే రమేష్, చిలుకూరు వెంకటేష్, తదితరులు పాల్గొనడం జరిగినది.

వేసవిలో చల్లని నీరు తాగడం మంచిదేనా?

- దాహం తీరుస్తుంది కానీ జాగ్రత్తలు అవసరం
- అధికంగా తాగితే జీర్ణక్రియపై ప్రభావం
- సహజంగా చల్లని నీరు మంచిదని నిపుణుల సూచన

డెస్క్, 16 మార్చి ,మన గళం: వేసవికాలంలో ఎండ తీవ్రంగా ఉండటంతో చాలా మంది దాహం తీర్చుకోవడానికి చల్లని నీటిని తాగడం అలవాటు చేసుకుంటారు. బయట నుంచి ఇంటికి వచ్చిన వెంటనే ఫ్రిజ్‌లో ఉన్న చల్లని నీరు తాగితే తక్షణ ఉపశమనం కలిగినట్లు అనిపిస్తుంది. అయితే అధికంగా చల్లని నీరు తాగడం శరీరానికి పూర్తిగా మంచిది కాదని ఆరోగ్య నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. అత్యంత చల్లని నీరు తాగడం వల్ల జీర్ణక్రియపై ప్రభావం పడే అవకాశం ఉంటుంది. ఇది కడుపులో ఉన్న జీర్ణరసాల పనితీరును కొంతమేర తగ్గించవచ్చు. దీంతో అజీర్తి, కడుపు అసౌకర్యం వంటి సమస్యలు వచ్చే అవకాశం ఉందని వైద్యులు చెబుతున్నారు. అలాగే ఎండలో ఎక్కువసేపు ఉండి వెంటనే చాలా చల్లని నీరు తాగితే గొంతు సమస్యలు లేదా జలుబు వచ్చే అవకాశం ఉంటుంది. శరీరం ఒక్కసారిగా ఉష్ణోగ్రత మార్పుకు గురవడం వల్ల అలాంటి సమస్యలు ఎదురయ్యే అవకాశముందని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. అందుకే వేసవిలో నీరు తాగేటప్పుడు మితంగా తాగడం మంచిదని వైద్యులు చెబుతున్నారు. ఫ్రిజ్‌లో ఉన్న చాలా చల్లని నీటి కంటే సహజంగా చల్లగా ఉన్న నీరు తాగడం ఆరోగ్యానికి మంచిదని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. దీంతో దాహం తీరడంతో పాటు శరీర ఆరోగ్యం కూడా కాపాడుకోవచ్చు.

పాలిచ్చే తల్లులకు మునగాకు మేలు

డెస్క్, 16 మార్చి ,మన గళం: ప్రసవం తర్వాత పాలిచ్చే తల్లులు తీసుకునే ఆహారం తల్లి ఆరోగ్యానికే కాకుండా శిశువు ఆరోగ్యంపైనా ప్రభావం చూపుతుంది. ఈ సమయంలో పోషకాహారం తీసుకోవడం ఎంతో అవసరం. అలాంటి ఆహారాల్లో మునగాకు ముఖ్యమైనదిగా భావిస్తారు. మునగాకులో అనేక పోషకాలు ఉండటంతో పాలిచ్చే తల్లులకు ఇది ఎంతో ఉపయోగకరంగా ఉంటుందని పోషకాహార నిపుణులు చెబుతున్నారు. మునగాకులో కాల్షియం, ఐరన్, విటమిన్లు సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ఇవి తల్లి శరీరానికి బలం అందించడంతో పాటు ప్రసవం తర్వాత వచ్చే బలహీనతను తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి. ముఖ్యంగా పాలిచ్చే తల్లుల్లో పాల ఉత్పత్తి పెరగడంలో మునగాకు ఉపయోగపడుతుందని వైద్య నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. మునగాకును పప్పుగా లేదా కూరగా వండుకుని తినడం ఆరోగ్యానికి మంచిదిగా భావిస్తారు. గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో ప్రసవం తర్వాత తల్లులకు మునగాకు వంటలు చేయడం ఒక సంప్రదాయంగా ఉంది. ఇది తల్లి శరీరానికి అవసరమైన పోషకాలను అందించడంలో సహాయపడుతుంది. అందుకే పాలిచ్చే తల్లులు తమ రోజువారీ ఆహారంలో మునగాకును చేర్చుకోవాలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. సరైన పరిమాణంలో మునగాకు తీసుకోవడం వల్ల తల్లి ఆరోగ్యం మెరుగుపడడంతో పాటు శిశువుకు అవసరమైన పోషకాలు పాలు ద్వారా అందే అవకాశం ఉంటుందని వారు చెబుతున్నారు.

వేసవిలో నిమ్మరసం ఆరోగ్యానికి మేలు

డెస్క్, 16 మార్చి ,మన గళం: వేసవికాలంలో అధిక ఉష్ణోగ్రతల కారణంగా శరీరం త్వరగా అలసటకు గురవుతుంది. ఈ సమయంలో దాహం ఎక్కువగా వేస్తూ శరీరంలో నీటి లోపం ఏర్పడే ప్రమాదం ఉంటుంది. అలాంటి పరిస్థితుల్లో నిమ్మరసం శరీరానికి చల్లదనం ఇచ్చే సహజ పానీయంగా ఉపయోగపడుతుంది. ఇంట్లోనే సులభంగా తయారు చేసుకునే ఈ పానీయం వేసవి కాలంలో ఆరోగ్యాన్ని కాపాడటానికి సహాయపడుతుంది. నిమ్మరసంలో విటమిన్ పదార్థాలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. ఇవి శరీరానికి శక్తిని అందించడంతో పాటు రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడంలో సహాయపడతాయి. రోజులో ఒకటి లేదా రెండు సార్లు నిమ్మరసం తాగడం వల్ల శరీరంలో నీటి సమతుల్యతను నిలుపుకోవడానికి సహాయపడుతుంది. దీంతో వేసవిలో వచ్చే అలసట తగ్గే అవకాశం ఉంటుంది. అలాగే నిమ్మరసం జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచడంలో కూడా ఉపయోగపడుతుంది. భోజనం చేసిన తర్వాత తేలికగా నిమ్మరసం తాగితే కడుపులో జీర్ణక్రియ సక్రమంగా జరిగే అవకాశం ఉంటుంది. శరీరంలో ఉండే మలినాలను బయటకు పంపడంలో కూడా ఇది సహాయపడుతుందని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. వేసవిలో ఎండలోకి వెళ్లే ముందు లేదా బయట నుంచి వచ్చిన తర్వాత నిమ్మరసం తాగడం వల్ల శరీరానికి తక్షణ ఉపశమనం లభిస్తుంది. అందుకే వేసవి కాలంలో నీటితో పాటు నిమ్మరసం వంటి సహజ పానీయాలను తీసుకోవడం ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తుందని వైద్య నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

గర్భధారణలో జంక్ ఆహారం ప్రమాదకరం

- తల్లిబిడ్డ ఆరోగ్యంపై ప్రతికూల ప్రభావం
- అధిక కొవ్వు, ఉప్పు సమస్యలకు కారణం
- సహజ ఆహారానికి వైద్యుల సూచనలు

డెస్క్, 16 మార్చి ,మన గళం:గర్భధారణ సమయంలో మహిళలు తీసుకునే ఆహారం తల్లి ఆరోగ్యానికే కాకుండా గర్భంలో ఉన్న శిశువు అభివృద్ధిపైనా ప్రభావం చూపుతుంది. ఈ సమయంలో ఎక్కువగా జంక్ ఆహారం తీసుకోవడం ఆరోగ్యానికి మంచిది కాదని వైద్య నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. బయట లభించే వేయించిన పదార్థాలు, అధిక ఉప్పు మరియు కొవ్వు ఉన్న ఆహారాలు గర్భిణుల ఆరోగ్యంపై ప్రతికూల ప్రభావం చూపే అవకాశం ఉందని చెబుతున్నారు. జంక్ ఆహారంలో ఎక్కువగా కొవ్వు, ఉప్పు, చక్కెర పదార్థాలు ఉంటాయి. ఇవి గర్భిణుల్లో బరువు పెరగడం, రక్తపోటు పెరగడం వంటి సమస్యలకు కారణమయ్యే ప్రమాదం ఉంది. అలాగే జీర్ణక్రియ సమస్యలు, అలసట, శరీరంలో పోషక లోపాలు కూడా ఏర్పడే అవకాశం ఉందని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. గర్భధారణ సమయంలో శిశువు సక్రమంగా పెరగాలంటే శరీరానికి అవసరమైన పోషకాలు అందాలి. అయితే జంక్ ఆహారం ఎక్కువగా తినడం వల్ల అవసరమైన విటమిన్లు, ఖనిజాలు తక్కువగా అందే అవకాశం ఉంటుంది. దీనివల్ల తల్లి ఆరోగ్యంతో పాటు శిశువు అభివృద్ధి కూడా ప్రభావితమయ్యే అవకాశం ఉందని వైద్యులు చెబుతున్నారు. అందుకే గర్భిణులు ఎక్కువగా తాజా పండ్లు, కూరగాయలు, పాలు, గింజలు వంటి పోషకాహారం తీసుకోవాలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. బయట ఆహారాన్ని తగ్గించి ఇంట్లో తయారు చేసిన ఆరోగ్యకరమైన ఆహారాన్ని తీసుకోవడం ద్వారా తల్లి మరియు బిడ్డ ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవచ్చని వైద్య నిపుణులు చెబుతున్నారు.

కిస్మిస్ ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు

డెస్క్, 16 మార్చి ,మన గళం: కిస్మిస్ అనేది ద్రాక్ష పండ్లను ఎండబెట్టి తయారు చేసే సహజ ఆహారం. చిన్న పరిమాణంలో ఉన్నప్పటికీ ఇందులో అనేక పోషకాలు ఉంటాయి. శరీరానికి అవసరమైన విటమిన్లు, ఖనిజాలు అందించడంలో కిస్మిస్ కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. రోజూ తగిన పరిమాణంలో కిస్మిస్ తీసుకోవడం వల్ల ఆరోగ్యానికి పలు ప్రయోజనాలు లభిస్తాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. కిస్మిస్‌లో సహజంగా శక్తినిచ్చే పదార్థాలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. అలసటగా అనిపించినప్పుడు కొద్దిగా కిస్మిస్ తింటే శరీరానికి వెంటనే శక్తి అందుతుంది. ఇందులో ఉండే ఐరన్ పదార్థం రక్తహీనత సమస్యను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. ముఖ్యంగా మహిళలు మరియు పిల్లలకు కిస్మిస్ ఉపయోగకరమైన ఆహారంగా భావిస్తారు. జీర్ణక్రియ సరిగా లేకపోవడం, మలబద్ధకం వంటి సమస్యలు ఉన్నవారికి కూడా కిస్మిస్ మంచిదని వైద్య నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. రాత్రి సమయంలో కొద్దిగా కిస్మిస్‌ను నీటిలో నానబెట్టి ఉదయం తింటే జీర్ణక్రియ మెరుగుపడే అవకాశం ఉంటుంది. అలాగే కడుపు సమస్యలు తగ్గించడంలో కూడా ఇది సహాయపడుతుంది. అలాగే కిస్మిస్‌లో ఉండే సహజ యాంటీఆక్సిడెంట్లు శరీరాన్ని అనేక వ్యాధుల నుంచి రక్షించడంలో సహాయపడతాయి. ఎముకల బలాన్ని పెంచడంలో, చర్మ ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచడంలో కూడా కిస్మిస్ పాత్ర ఉందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. అందుకే రోజువారీ ఆహారంలో తగిన పరిమాణంలో కిస్మిస్ చేర్చుకోవాలని ఆరోగ్య నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

ముఖంపై టాన్ తొలగించే సహజ చిట్కాలు

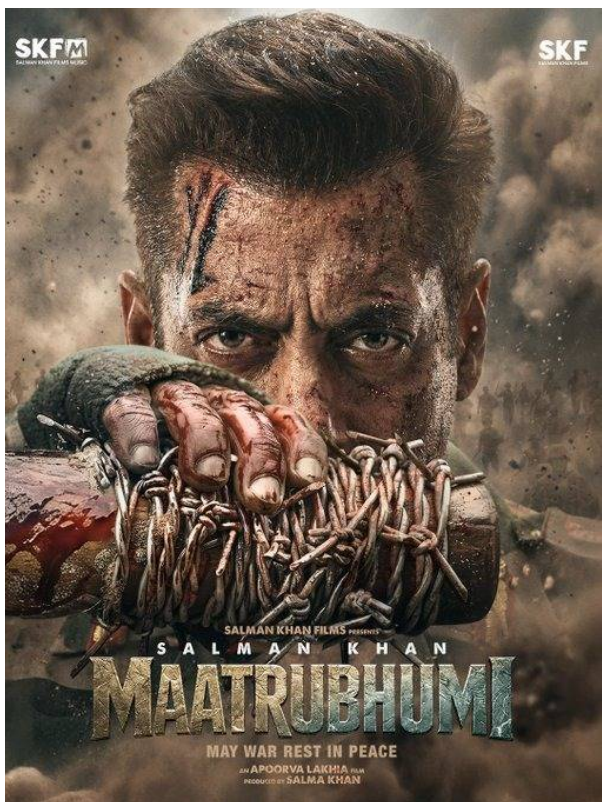
డెస్క్, 16 మార్చి, మన గళం: వేసవికాలంలో ఎక్కువసేపు ఎండలో ఉండడం వల్ల ముఖంపై టాన్ సమస్య చాలా మందికి కనిపిస్తుంది. ఎండ కిరణాల్లో ఉండే కఠిన కిరణాలు చర్మంపై ప్రభావం చూపి రంగు మార్పుకు కారణమవుతాయి. దీని వల్ల ముఖం మసకబారినట్లు, నల్లబడినట్లు కనిపిస్తుంది. అయితే కొన్ని సహజ చిట్కాలను పాటిస్తే ఇంట్లోనే ముఖంపై ఉన్న టాన్‌ను కొంతవరకు తగ్గించుకోవచ్చు. టాన్ తగ్గించడానికి పెరుగు, నిమ్మరసం మంచి సహజ పరిష్కారంగా భావిస్తారు. ఒక చెంచా పెరుగు తీసుకుని అందులో కొద్దిగా నిమ్మరసం కలిపి ముఖానికి రాసి పది నుండి పదిహేను నిమిషాల తర్వాత కడిగితే చర్మంపై ఉన్న మలినాలు తొలగి మెరుపు పెరుగుతుంది. అలాగే టమోటా రసం కూడా చర్మానికి మంచిదిగా భావిస్తారు. టమోటా ముక్కను నేరుగా ముఖంపై రుద్దితే టాన్ తగ్గేందుకు సహాయపడుతుంది. అలాగే తేనె, పసుపు కలిపి చేసిన మిశ్రమాన్ని ముఖానికి రాస్తే చర్మానికి తేమ లభిస్తుంది. ఇది చర్మాన్ని మృదువుగా ఉంచడంలో సహాయపడుతుంది. కీరదోసకాయ రసం కూడా చర్మాన్ని చల్లగా ఉంచి ఎండ వల్ల వచ్చిన మంటను తగ్గించడంలో ఉపయోగపడుతుంది. ముఖంపై టాన్ రాకుండా ఉండాలంటే ఎండలోకి వెళ్లే ముందు చర్మాన్ని రక్షించుకోవడం ముఖ్యమని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. బయటకు వెళ్లేటప్పుడు తల కప్పుకోవడం, నీరు ఎక్కువగా తాగడం, చర్మాన్ని శుభ్రంగా ఉంచడం వంటి అలవాట్లు పాటిస్తే చర్మ ఆరోగ్యం మెరుగుపడే అవకాశం ఉంటుంది.

మా కలం.. మీ గళం..
మన గళం
దిన పత్రిక

విశ్వనాథ్ అండ్ సన్స్" టీజర్ విడుదలఊ షూటర్ జీవితంతో ప్రేమకథ

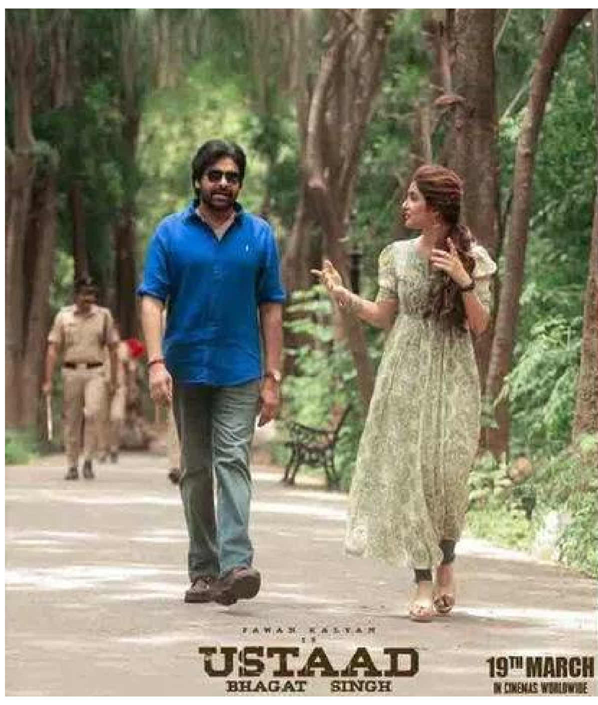
హైదరాబాద్, మార్చి 16 మన గళం: దక్షిణాది స్టార్ హీరో సూర్య నటిస్తున్న తాజా చిత్రం "విశ్వనాథ్ అండ్ సన్స్"పై ప్రేక్షకుల్లో ఆసక్తి పెరుగుతోంది. దర్శకుడు వెంకీ అట్లూరి తెరకెక్కిస్తున్న ఈ చిత్రాన్ని సితార ఎంటర్‌టైన్‌మెంట్స్, ఫార్చ్యూన్ ఫోర్ సినిమాస్ సంస్థలు నిర్మిస్తున్నాయి. నిర్మాత నాగవంశీ నిర్మిస్తున్న ఈ చిత్రాన్ని శ్రీకర స్టూడియోస్ సమర్పిస్తోంది. తాజాగా విడుదలైన ఈ సినిమా టీజర్ సామాజిక మాధ్యమాల్లో మంచి స్పందన అందుకుంటోంది. టీజర్‌ను పరిశీలిస్తే ఇది సాధారణ వాణిజ్య చిత్రం కాకుండా భావోద్వేగాలతో నిండిన క్రీడా నేపథ్య కథగా ఉండబోతుందని తెలుస్తోంది. ఒక షూటర్ క్రీడాకారుడి జీవితం, అతని కష్టాలు, విజయాలు, వ్యక్తిగత పోరాటాల చుట్టూ కథ నడుస్తున్నట్టు టీజర్‌లో చూపించారు. హీరో పాత్రలో ఉన్న భావోద్వేగాలు కథలో కీలకంగా నిలవనున్నాయి. ఈ చిత్రంలో సూర్యకు జంటగా యువ నటి అమిత బైజు నటిస్తోంది. టీజర్‌లో వీరి మధ్య ఉండే ప్రేమకథ కూడా కథలో ముఖ్య పాత్ర పోషించనున్నట్టు సంకేతాలు కనిపిస్తున్నాయి. ముఖ్యంగా నలభై ఏళ్ల వయసులో హీరో ఎదుర్కొనే ప్రేమకథను దర్శకుడు హృద్యంగా చూపించనున్నట్టు తెలుస్తోంది. టీజర్‌లో కనిపించిన దృశ్యాలు, నేపథ్య సంగీతం ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకుంటున్నాయి. షూటింగ్ రేంజ్‌లో చిత్రీకరించిన సన్నివేశాలు, క్రీడా నేపథ్యంతో రూపొందించిన ఘట్టాలు సినిమాపై ఆసక్తిని మరింత పెంచుతున్నాయి. ప్రస్తుతం చిత్రీకరణ వేగంగా కొనసాగుతుండగా, ఈ సినిమాను జూలైలో విడుదల చేయాలని చిత్రబృందం యోచిస్తోంది. క్రీడా నేపథ్యం, ప్రేమ, భావోద్వేగాల మేళవింపుగా రూపొందుతున్న ఈ చిత్రం ప్రేక్షకులకు కొత్త అనుభూతిని అందించనుందా అన్నది చూడాలి.

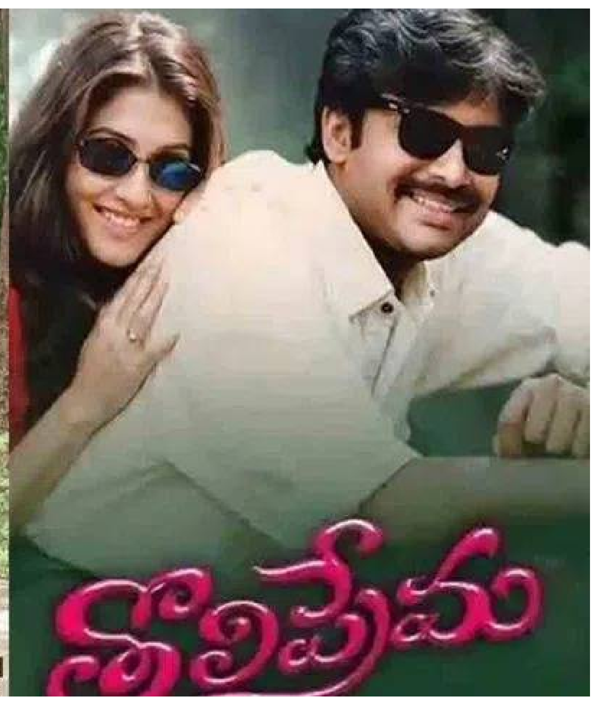
సల్మాన్ ఖాన్ సినిమాకు 'మాతృభూమి' టైటిల్



ముంబై, మార్చి 16,మన గళం: బాలీవుడ్ స్టార్ హీరో సల్మాన్ ఖాన్ ప్రధాన పాత్రలో రూపొందుతున్న యుద్ధ నేపథ్య చిత్రం మొదట 'బ్యాటిల్ ఆఫ్ గల్వాన్' అనే పేరుతో రూపొందింది. అయితే విడుదల సమయం దగ్గరపడుతున్న వేళ ఈ చిత్రానికి కొత్తగా 'మాతృభూమి' అనే టైటిల్‌ను నిర్ణయించారు. కొత్త టైటిల్‌తో రూపొందించిన పోస్టర్‌ను చిత్రబృందం ఆన్‌లైన్‌లో విడుదల చేసింది. ఈ చిత్రం భారతదేశంచైనా సరిహద్దులో 2020లో జరిగిన గల్వాన్ లోయ ఘటన ఆధారంగా తెరకెక్కుతోంది. అపూర్వ లాఖియా దర్శకత్వంలో రూపొందుతున్న ఈ సినిమాలో చిత్రాంగద సింగ్ కథానాయికగా నటిస్తోంది. ఇటీవల విడుదలైన టీజర్ తర్వాత ఈ చిత్రంపై చైనా ప్రభుత్వానికి చెందిన కొన్ని మీడియా సంస్థలు అభ్యంతరాలు వ్యక్తం చేశాయి. గల్వాన్ ఘటనకు సంబంధించిన విషయాలను వక్రీకరిస్తున్నారంటూ విమర్శలు వచ్చాయి. ఈ వివాదాల నేపథ్యంలోనే చిత్రబృందం టైటిల్‌ను మార్చినట్లు సినీ వర్గాల్లో చర్చ జరుగుతోంది. కొత్త టైటిల్ 'మాతృభూమి'గా ప్రకటించడంతో వివాదాలకు ముగింపు పడుతుందని భావిస్తున్నారు. ఈ చిత్రంలో సల్మాన్ ఖాన్ తెలంగాణకు చెందిన గల్వాన్ వీరుడు కల్నల్ సంతోష్ బాబు పాత్రలో కనిపించనున్నట్లు బాలీవుడ్ వర్గాల్లో ప్రచారం జరుగుతోంది. అయితే దీనిపై చిత్రబృందం అధికారికంగా ప్రకటించాల్సి ఉంది.

మళ్లీ 'తొలిప్రేమ' రోజుల్లోకి..





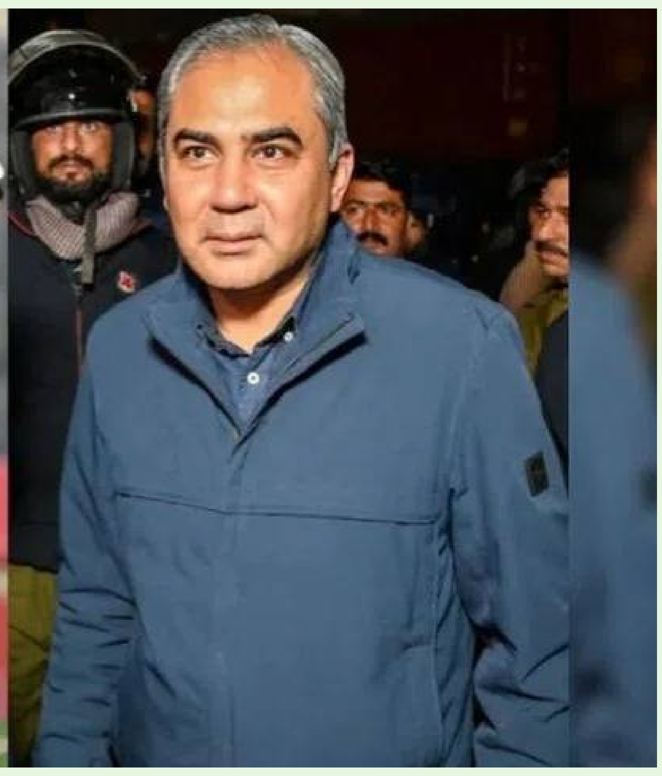
హైదరాబాద్, మార్చి 16 ,మన గళం: పవన్ కళ్యాణ్ కెరీర్‌లో ఎప్పటికీ గుర్తుండిపోయే చిత్రాల్లో 'తొలిప్రేమ' ఒకటి. ఆ సినిమాలోని పాటలు, సన్నివేశాలు ఇప్పటికీ ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకుంటూనే ఉన్నాయి. ఇప్పుడు అదే జ్ఞాపకాలను మళ్లీ తెరపైకి తీసుకురావాలని 'ఉస్తాద్ భగత్ సింగ్' చిత్రబృందం సర్‌ప్రైజ్ ప్లాన్ చేసినట్లు సమాచారం. మార్చి 19న ఉగాది కానుకగా విడుదల కానున్న 'ఉస్తాద్ భగత్ సింగ్' చిత్రంలో 'తొలిప్రేమ'లోని ప్రసిద్ధ 'ఈ మనసే' పాటను మళ్లీ సృష్టించినట్లు తెలుస్తోంది. ఈ పాటను పవన్ కళ్యాణ్, శ్రీలీలపై చిత్రీకరించనున్నట్లు సమాచారం. ఈ వార్తతో అభిమానుల్లో ఉత్సాహం మరింత పెరిగింది. మాస్ పాత్రలో కనిపించబోయే పవన్ కళ్యాణ్, అదే సినిమాలో లవర్‌బాయ్‌గా ఎలా కనిపిస్తాడో చూడాలని అభిమానులు ఆసక్తిగా ఎదురుచూస్తున్నారు. మరోవైపు ఈ పాటలో శ్రీలీల నటన కూడా ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకుంటుందా అనే చర్చలు సాగుతున్నాయి. శ్రీమైత్రీ మూవీ మేకర్స్ నిర్మిస్తున్న ఈ చిత్రంలో రాశి ఖన్నా కీలక పాత్రలో నటిస్తోంది. ప్రతినాయకుడిగా పార్థిబన్ నటిస్తుండగా, గౌతమి, కె.ఎస్. రవికుమార్ ఇతర ముఖ్య పాత్రల్లో కనిపించనున్నారు. దేవి శ్రీ ప్రసాద్ సంగీతం అందిస్తున్న ఈ చిత్రానికి నేపథ్య సంగీతాన్ని ఎస్. థమన్ సమకూరుస్తున్నారు. ఉగాది సందర్భంగా విడుదల కానున్న ఈ సినిమాపై ఇప్పటికే భారీ అంచనాలు నెలకొన్నాయి.

స్టార్ కిడ్ నుంచి గ్లోబల్ ఐకాన్‌గా ఆలియా భట్ ప్రయాణం

హైదరాబాద్, మార్చి 15,మన గళం: బాలీవుడ్ అగ్ర నటి ఆలియా భట్ నేడు ముప్పై మూడో వయస్సులోకి అడుగుపెట్టారు. రెండు వేల పన్నెండులో విడుదలైన "స్టూడెంట్ ఆఫ్ ది ఇయర్" చిత్రంతో సినీ రంగంలోకి అడుగుపెట్టిన ఆమె, కేవలం కొన్ని సంవత్సరాల్లోనే దేశవ్యాప్తంగా అత్యంత ప్రజాదరణ పొందిన నటీమణుల్లో ఒకరిగా ఎదిగారు. నటిగా మాత్రమే కాకుండా నిర్మాతగా, వ్యాపారవేత్తగా, ఒక బిడ్డకు తల్లిగా ఆమె సాగిస్తున్న ప్రయాణం అనేక మందికి స్ఫూర్తిదాయకంగా నిలుస్తోంది. ప్రముఖ దర్శకుడు మహేష్ భట్ కుమార్తెగా సినీ రంగంలోకి వచ్చినప్పటికీ, ఆలియా భట్ తన ప్రతిభతో ప్రత్యేక గుర్తింపు సంపాదించుకున్నారు. తొలి చిత్రానంతరం వచ్చిన విమర్శలను ఆమె సవాలుగా తీసుకుని మరింత శ్రమించారు. "హైవే" చిత్రంతో తన నటనను నిరూపించుకుని ప్రేక్షకుల ప్రశంసలు అందుకున్నారు. అనంతరం వచ్చిన "ఉడ్తా పంజాబ్", "రాజీ" వంటి చిత్రాలు ఆమెను బాలీవుడ్ ప్రముఖ నటీమణుల సరసన నిలబెట్టాయి. దర్శకుడు ఎస్ ఎస్ రాజమౌళి తెరకెక్కించిన "ఆర్ ఆర్ ఆర్" చిత్రంతో ఆమె తెలుగు ప్రేక్షకులకు కూడా మరింత చేరువయ్యారు. సంజయ్ లీలా భన్సాలీ దర్శకత్వంలో వచ్చిన "గంగూబాయి కతియావాడి" చిత్రంలో అద్భుత నటన కనబరిచి జాతీయ పురస్కారాన్ని అందుకున్నారు. అంతేకాకుండా అంతర్జాతీయ వేదికపై కూడా తన ముద్ర వేస్తూ నెట్‌ఫ్లిక్స్ నిర్మించిన "హార్ట్ ఆఫ్ స్టోన్" చిత్రంతో హాలీవుడ్‌లోకి అడుగుపెట్టారు. ప్రముఖ అంతర్జాతీయ బ్రాండ్‌లకు ప్రతినిధిగా వ్యవహరిస్తూ గ్లోబల్ స్థాయిలో గుర్తింపు పొందుతున్నారు. ఆలియా భట్ కేవలం నటి మాత్రమే కాకుండా గాయని, నిర్మాతగా కూడా తన ప్రతిభను చాటుతున్నారు. "ఎటర్నల్ సన్‌షైన్ ప్రొడక్షన్స్" పేరుతో నిర్మాణ సంస్థను స్థాపించి "డార్లింగ్స్" వంటి వైవిధ్యమైన చిత్రాలను నిర్మించారు. పర్యావరణ పరిరక్షణపై అవగాహన కల్పించే కార్యక్రమాల్లో కూడా ఆమె చురుకుగా పాల్గొంటున్నారు. నటుడు రణబీర్ కపూర్‌ను వివాహం చేసుకున్న తర్వాత ఆమె వ్యక్తిగత జీవితం మరింత ఆనందంగా మారింది. ఈ దంపతులకు రాహా అనే కుమార్తె ఉంది. కుటుంబ బాధ్యతలు, సినీ జీవితం రెండింటినీ సమతుల్యంగా నిర్వహిస్తూ ఆలియా భట్ తన ప్రత్యేకతను చాటుకుంటున్నారు. ప్రస్తుతం ఆమె చేతిలో "జిగ్రా", "లవ్ అండ్ వార్" వంటి భారీ చిత్రాలు ఉన్నాయి. ప్రతి చిత్రంతో తన నటనను కొత్త కోణంలో చూపిస్తూ ఆలియా భట్ సినీ ప్రపంచంలో మరింత ఎత్తుకు ఎదుగుతున్నారు.

మా కలం.. మీ గళం..
మన గళం
దిన పత్రిక
క్రీడా
మంగళవారం
17 - 03 - 2026

పాక్ క్రికెట్ బోర్డుపై మాజీ ఆటగాడి ఆగ్రహం



హైదరాబాద్, మార్చి 16 ,మన గళం : బంగ్లాదేశ్‌తో జరిగిన ఒకరోజు అంతర్జాతీయ క్రికెట్ సిరీస్‌ను పాకిస్థాన్ జట్టు రెండుఒకటి తేడాతో కోల్పోవడంతో ఆ దేశ క్రికెట్‌పై తీవ్ర విమర్శలు వెల్లువెత్తుతున్నాయి. ఈ నేపథ్యంలో పాకిస్థాన్ మాజీ క్రికెటర్ కమ్రాన్ అక్మల్ జట్టు ప్రదర్శనపై తీవ్ర ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. మూడో ఒకరోజు మ్యాచ్‌లో పాకిస్థాన్ కెప్టెన్ సల్మాన్ ఆఘా శతకం సాధించినప్పటికీ జట్టుకు విజయం దక్కలేదు. ఆ మ్యాచ్‌లో పాకిస్థాన్ పదకొండు పరుగుల తేడాతో ఓటమి పాలైంది. దీనిపై స్పందించిన కమ్రాన్ అక్మల్ పాకిస్థాన్ క్రికెట్ పరిస్థితి చాలా దారుణంగా మారిందని విమర్శించారు. ఇప్పుడు పాకిస్థాన్‌తో ఆడేందుకు నెదర్లాండ్స్ వంటి జట్లు కూడా ఆసక్తిగా ఉన్నాయని, మమ్మల్ని ఓడించి పరీక్షా హోదా సంపాదిస్తామని అనుకుంటున్నాయని వ్యాఖ్యానించారు. ఈ మ్యాచ్‌లో బంగ్లాదేశ్ జట్టు సులభంగా మూడువందల యాభై పరుగులు చేయగలిగే స్థితిలో ఉన్నప్పటికీ చివరికి రెండువందల తొంభై పరుగులకే పరిమితమైందని అక్మల్ తెలిపారు. లిటన్ దాస్ నెమ్మదిగా ఆడినప్పటికీ పాకిస్థాన్ ఆ లక్ష్యాన్ని చేధించలేకపోవడం జట్టు బలహీనతను చూపిస్తోందని విమర్శించారు. అంతేకాకుండా పాకిస్థాన్ క్రికెట్ బోర్డు చైర్మన్ మోహ్సిన్ నక్వీపై కూడా ఆయన తీవ్ర విమర్శలు చేశారు. ప్రత్యర్థులను మ్యాచ్‌లలో ఓడించలేకపోతే ఐసీసీ ట్రోఫీని దొంగిలించి ఇంటికి తీసుకెళ్తారా అని పరోక్షంగా ప్రశ్నించారు. ఓ టెలివిజన్ చర్చలో పాల్గొన్న అక్మల్ పాకిస్థాన్ క్రికెట్ బోర్డు పనితీరును తీవ్రంగా ఖండించారు. ఈ సిరీస్‌లో తొలి మ్యాచ్‌లో బంగ్లాదేశ్ ఎనిమిది వికెట్ల తేడాతో విజయం సాధించింది. రెండో మ్యాచ్‌లో పాకిస్థాన్ డక్‌వర్త్‌లూయిస్ విధానంలో గెలిచింది. అయితే నిర్ణయాత్మకమైన మూడో మ్యాచ్‌లో పదకొండు పరుగుల తేడాతో ఓటమి పాలవడంతో పాకిస్థాన్ సిరీస్‌ను కోల్పోయింది. దీంతో పాకిస్థాన్ క్రికెట్‌పై విమర్శలు మరింతగా పెరుగుతున్నాయి.

కర్ర సాయంతో నడుస్తున్న హర్షిత్ రానా.. ఐపీఎల్‌కు దూరమయ్యే అవకాశాలు

కొల్‌కతా, మార్చి 16 ,మన గళం : ఐపీఎల్ పంతొమ్మిదో సీజన్ సమీపిస్తున్న వేళ కోల్‌కతా నైట్ రైడర్స్ జట్టుకు గాయాల సమస్యలు తలెత్తుతున్నాయి. జట్టు కీలక పేస్ బౌలర్ హర్షిత్ రానా గాయం కారణంగా ఈ సీజన్‌కు దూరమయ్యే పరిస్థితి కనిపిస్తోంది. ఇరవై ఓవర్ల ప్రపంచకప్‌కు ముందు దక్షిణాఫ్రికాతో జరిగిన వార్మప్ మ్యాచ్‌లో మోకాలి గాయానికి గురైన హర్షిత్ రానా అప్పటి నుంచి పూర్తిగా కోలుకోలేదు. ఐపీఎల్ ప్రారంభానికి ముందు అతను ఫిట్‌గా మారుతాడని జట్టు యాజమాన్యం ఆశించినప్పటికీ పరిస్థితి అంతగా అనుకూలంగా కనిపించడం లేదు. ఇటీవల బయటకు వచ్చిన ఒక వీడియోలో హర్షిత్ రానా కర్ర సాయంతో నడుస్తూ కనిపించాడు. దీంతో ఈ సీజన్‌లో అతను ఆడే అవకాశాలు చాలా తక్కువగా ఉన్నాయని క్రికెట్ వర్గాలు భావిస్తున్నాయి. ఇప్పటికే జట్టులో కీలక పేస్ బౌలర్‌గా ఉన్న అతని గైర్హాజరీ కోల్‌కతా బౌలింగ్ విభాగానికి పెద్ద దెబ్బగా మారే అవకాశం ఉంది. ఇప్పటికే వేలంలో భారీ ధరకు కొనుగోలు చేసిన బంగ్లాదేశ్ పేసర్ ముస్తాఫిజుర్ రెహమాన్‌ను కోల్‌కతా జట్టు విడుదల చేసింది. ఇప్పుడు హర్షిత్ రానా కూడా అందుబాటులో లేకపోతే జట్టు పేస్ బౌలింగ్ బాధ్యతలు వైభవ్ అరోరా, బ్లెస్సింగ్ ముజరబాని, ఉమ్రాన్ మాలిక్, ఆకాశ్ దీప్, కార్తిక్ త్యాగి వంటి బౌలర్లపై పడనున్నాయి. గత మూడు సీజన్లుగా కోల్‌కతా నైట్ రైడర్స్‌కు ప్రాతినిధ్యం వహిస్తున్న హర్షిత్ రానా ఇప్పటివరకు 34 మ్యాచ్‌లు ఆడి 40 వికెట్లు సాధించాడు. గత సీజన్‌లో ఆశించిన ఫలితాలు సాధించలేకపోయిన కోల్‌కతా జట్టు ఈసారి పుంజుకోవాలని చూస్తోంది. ఐపీఎల్ పంతొమ్మిదో సీజన్‌లో మార్చి 29న ముంబై ఇండియన్స్‌తో కోల్‌కతా తన తొలి మ్యాచ్ ఆడనుంది.

చిన్నస్వామికి తొలగిన అడ్డంకులు..

బెంగళూరు, మార్చి 16 ,మన గళం : బెంగళూరులోని చిన్నస్వామి స్టేడియంలో ఐపీఎల్ మ్యాచ్‌ల నిర్వహణకు ఉన్న అన్ని అడ్డంకులు తొలగిపోయాయి. దాదాపు ఏడాది కాలంగా ఒక్క మ్యాచ్ కూడా జరగని ఈ మైదానంలో ఐపీఎల్ నిర్వహణకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం అధికారికంగా అనుమతులు జారీ చేసింది. షెడ్యూల్ వెలువడినప్పటి నుంచి ఈ మైదానంలో ప్రారంభ మ్యాచ్ జరుగుతుందా లేదా అన్న సందేహాలకు కూడా దీనితో తెరపడింది. మైదానంలో ఇటీవల చేసిన నిర్మాణపరమైన మార్పులు, అభిమానుల భద్రతకు సంబంధించిన ఏర్పాట్లను పరిశీలించిన నిపుణుల కమిటీ సానుకూల నివేదికను ప్రభుత్వానికి సమర్పించింది. దీంతో ప్రభుత్వం ఐపీఎల్ మ్యాచ్‌ల నిర్వహణకు పచ్చజెండా ఊపింది. ఈ విషయాన్ని కర్ణాటక క్రికెట్ సంఘం కార్యదర్శి సంతోష్ మీనన్ వెల్లడించారు. ఈ సందర్భంగా విధానసభలో హోం మంత్రి డాక్టర్ జీ పరమేశ్వర్, నిపుణుల కమిటీ సభ్యులు, కర్ణాటక క్రికెట్ సంఘం ప్రతినిధులు, రాయల్ ఛాలెంజర్స్ బెంగళూరు యాజమాన్యం పాల్గొన్న సమావేశం జరిగింది. స్టేడియంలో చేపట్టిన నిర్మాణపరమైన మార్పులు, భద్రతా చర్యలపై కమిటీ నివేదికను సమర్పించగా ప్రభుత్వం సంతృప్తి వ్యక్తం చేసి మ్యాచ్‌లకు అనుమతి ఇచ్చింది. గత ఏడాది జూన్ 4న స్టేడియంలో జరిగిన తొక్కిసలాట ఘటనలో 11 మంది మరణించడంతో ఈ మైదానంలో మ్యాచ్‌ల నిర్వహణ నిలిపివేశారు. భద్రతా లోపాలు ఉన్నాయని కోర్టు కూడా అభిప్రాయపడగా, పోలీసులు కూడా అనుమతి ఇవ్వలేదు. దీంతో అప్పటి నుంచి అక్కడ ఒక్క క్రికెట్ మ్యాచ్ కూడా జరగలేదు. ఈ పరిస్థితుల్లో స్టేడియానికి మళ్లీ పూర్వ వైభవం తీసుకురావాలని కర్ణాటక క్రికెట్ సంఘం నిర్ణయించింది. అభిమానుల భద్రత కోసం ఆధునిక సాంకేతిక వ్యవస్థలను ఏర్పాటు చేయాలని నిర్ణయించారు. కృత్రిమ మేధ ఆధారిత కెమెరాల సహాయంతో ప్రేక్షకుల మధ్య తోపులాటలు జరగకుండా పర్యవేక్షణ చేయాలని భావిస్తున్నారు. స్టేడియంలోకి అభిమానులను అనుమతించే సమయంలో, మ్యాచ్ అనంతరం బయటకు వెళ్లే సమయంలో క్యూలైన్ విధానాన్ని కచ్చితంగా అమలు చేస్తామని తెలిపారు. ఈ చర్యల కోసం దాదాపు రూ.4.5 కోట్ల వ్యయంతో ప్రత్యేక కెమెరాలను ఏర్పాటు చేయాలని నిర్ణయించారు. ఐపీఎల్ 19వ సీజన్‌లో డిఫెండింగ్ ఛాంపియన్‌గా బరిలోకి దిగనున్న రాయల్ ఛాలెంజర్స్ బెంగళూరు తమ తొలి మ్యాచ్‌లో సన్‌రైజర్స్ హైదరాబాద్ జట్టును చిన్నస్వామి స్టేడియంలోనే ఎదుర్కొనునుంది. దీంతో అభిమానుల్లో మళ్లీ ఉత్సాహం నెలకొంది.

ఇండియన్ వెల్స్ టైటిల్‌తో చరిత్ర సృష్టించిన జన్నిక్ సినర్

ఇండియన్ వెల్స్, మార్చి 16 ,మన గళం : పురుషుల టెన్నిస్‌లో వేగంగా ఎదుగుతున్న ఇటలీ స్టార్ ఆటగాడు జన్నిక్ సినర్ అరుదైన రికార్డు సృష్టించాడు. చిన్న వయసులోనే ప్రధాన హార్డ్ కోర్ట్ టోర్నీలన్నింటిలో విజేతగా నిలిచి టెన్నిస్ ప్రపంచంలో కొత్త చరిత్ర రాశాడు. ఇండియన్ వెల్స్ టోర్నీ ఫైనల్లో రష్యా ఆటగాడు డానిల్ మెద్వెదేవ్‌పై జన్నిక్ సినర్ అద్భుత విజయం సాధించాడు. ఈ మ్యాచ్‌లో సినర్ ధాటికి మెద్వెదేవ్ పూర్తిగా తేలిపోయాడు. టోర్నీ మొత్తం సమయంలో ఒక్క సెట్ కూడా కోల్పోకుండా ఫైనల్ వరకు దూసుకొచ్చిన సినర్, ఫైనల్లో కూడా అదే జోరును కొనసాగించి విజేతగా నిలిచాడు. ఈ విజయంతో కేవలం 24 ఏళ్ల వయసులోనే ప్రధాన హార్డ్ కోర్ట్ టోర్నీలన్నింటిలో ఛాంపియన్‌గా నిలిచిన ఆటగాడిగా సినర్ గుర్తింపు పొందాడు. ఇప్పటివరకు ఈ ఘనత సెర్బియా దిగ్గజ ఆటగాడు నోవాక్ జకోవిచ్ పేరిట ఉండేది. జకోవిచ్ 31 ఏళ్ల వయసులో ఈ మైలురాయిని చేరుకున్నాడు. అయితే ఇప్పుడు సినర్ అతని రికార్డును బద్దలు కొట్టి కొత్త చరిత్ర సృష్టించాడు. అంతేకాదు, హార్డ్ కోర్ట్‌లో జరిగే ప్రధాన వెయ్యి స్థాయి మాస్టర్స్ టోర్నీలన్నింటిలో విజేతగా నిలిచిన మూడో ఆటగాడిగానూ సినర్ నిలిచాడు. అతనికంటే ముందు స్విట్జర్లాండ్ దిగ్గజ ఆటగాడు రోజర్ ఫెడరర్, సెర్బియా స్టార్ నోవాక్ జకోవిచ్ మాత్రమే ఈ ఘనత సాధించారు. ఇండియన్ వెల్స్ టైటిల్‌ను తొలిసారి గెలుచుకోవడంతో జన్నిక్ సినర్ ప్రపంచ టెన్నిస్‌లో తన స్థానాన్ని మరింత బలపరిచాడు. ఈ విజయంతో భవిష్యత్తులో మరిన్ని రికార్డులు సృష్టించే సామర్థ్యం ఉన్న ఆటగాడిగా అతను గుర్తింపు పొందుతున్నాడు.

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.