మా కలం.. మీ గళం..

RNI : APTEL/ 2017/74310

మన గళం

దిన పత్రిక

ఆంధ్రప్రదేశ్, తెలంగాణ | పబ్లిషర్ : నగరూరు రాఘవేంద్ర | సంపుటి : 08 | సంచిక : 252 | శుక్రవారం | 27 - 03 - 2026 | పేజీలు: 8 | వెల: 4

రైతు సమస్యల పరిష్కారమే లక్ష్యం

4లో..

యుద్ధం ముగింపు దిశగా చర్చలు

- ☐ పశ్చిమాసియాలో శాంతి దిశగా అడుగులు
- ☐ 15 సూత్రాల కాల్పుల విరమణ ప్రతిపాదనను సిద్ధం చేసిన ట్రంప్ ప్రభుత్వం
- ☐ అంతర్జాతీయ మార్కెట్‌లో ఒడిదుడుకులు
- ☐ ముడి చమురు ధరల తగ్గుదల ఉన్నప్పటికీ దేశీయంగా పెరిగిన బంగారం

మన గళం డెస్క్ : పశ్చిమాసియాలో గత కొన్ని వారాలుగా కొనసాగుతున్న యుద్ధ మేఘాలు క్రమంగా తొలగిపోయే సూచనలు కనిపిస్తున్నాయి. అమెరికా అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్ ఈ యుద్ధాన్ని ముగించేందుకు తీవ్రస్థాయిలో దౌత్య ప్రయత్నాలు మొదలుపెట్టారు. ఇందులో భాగంగా ఇరాన్‌కు 15 సూత్రాలతో కూడిన కాల్పుల విరమణ ఒప్పంద ప్రతిపాదనను పంపినట్లు సమాచారం. ఈ ఒప్పందం ద్వారా అణు కార్యక్రమాల నియంత్రణ, హార్ముజ్ జలసంధి పునరుద్ధరణ వంటి అంశాలపై పట్టు సాధించాలని అమెరికా భావిస్తోంది. ఇరాన్ కూడా కొన్ని షరతులతో కూడిన ప్రతిపాదనలను తిరిగి పంపినట్లు వార్తలు వస్తుండటంతో, త్వరలోనే శాంతి ఒప్పందం కుదిరే అవకాశం ఉందన్న ఆశలు ప్రపంచ దేశాల్లో చిగురిస్తున్నాయి. మరోవైపు యుద్ధం ముగింపు దశకు చేరుకుందన్న అంచనాలతో అంతర్జాతీయ మార్కెట్‌లో ముడి చమురు ధరలు స్వల్పంగా తగ్గుముఖం పట్టాయి. బ్రెంట్ క్రూడ్ ఆయిల్ ధరలు బ్యారెల్కు సుమారు 2 శాతం మేర తగ్గి 103 డాలర్ల వద్ద ట్రేడ్ అవుతున్నాయి. భారత్ వంటి దిగుమతులపై ఆధారపడే దేశాలకు ఇది సానుకూల అంశమే అయినప్పటికీ, రవాణా మార్గాల్లో ఇంకా అనిశ్చితి కొనసాగుతూనే ఉంది. ముఖ్యంగా హార్ముజ్ జలసంధి గుండా వాణిజ్య నౌకల రాకపోకలు ఇంకా పూర్తిస్థాయిలో పునరుద్ధరించబడలేదు. ఇరాన్ కేవలం తమకు మిత్ర దేశాలుగా ఉన్న భారత్, రష్యా, చైనా వంటి దేశాల నౌకలకు మాత్రమే అనుమతినిస్తుండటం గమనార్హం.

శాంతి చర్చల వార్తలు వస్తున్నప్పటికీ, ఇన్వెస్టర్లలో నెలకొన్న భయాందోళనలు బంగారం ధరలను ఆకాశానికి చేర్చుతున్నాయి. ముఖ్యంగా డొనాల్డ్ ట్రంప్ చేసిన కొన్ని హెచ్చరికలు, ఇజ్రాయెల్ ఇంకా దాడులు కొనసాగిస్తుండటంతో సురక్షిత పెట్టుబడిగా భావించే బంగారం వైపు అందరూ మొగ్గు చూపుతున్నారు. దీని ప్రభావం హైదరాబాద్ మార్కెట్‌పై 2 లో..

దేశంలో చమురు కొరత లేదు

కేంద్రం స్పష్టం

- 60 రోజులకు సరిపడా నిల్వలు ఉన్నాయన్న ప్రభుత్వం
- పుకార్లతో ప్రజల్లో ఆందోళన అధిక కొనుగోళ్లు
- సరఫరా, ధరల్లో ఎలాంటి మార్పు లేదని వెల్లడి

మన గళం, న్యూఢిల్లీ : దేశంలో చమురు కొరత లేదని కేంద్ర ప్రభుత్వం స్పష్టం చేసింది. పెట్రోల్, డీజిల్, ఎల్పీజీ వంటి ఇంధనాల సరఫరాలో ఎలాంటి అంతరాయం లేదని కేంద్ర పెట్రోలియం మంత్రిత్వశాఖ ప్రకటించింది. ప్రస్తుతం దేశంలో కనీసం 60 రోజులకు సరిపడా చమురు నిల్వలు ఉన్నాయని, ప్రజలు ఎలాంటి ఆందోళనకు గురి కావాల్సిన అవసరం లేదని పేర్కొంది. ఇటీవల చమురు కొరత ఉందన్న పుకార్ల కారణంగా 2 లో..

పశ్చిమాసియా పరిస్థితులపై

శుక్రవారం సమావేశం

- వీడియో కాన్ఫరెన్స్ ద్వారా దేశవ్యాప్త సమన్వయం
- చమురు భద్రత, సరఫరా మార్గాలపై చర్చ
- విదేశాల్లో భారతీయుల రక్షణపై దృష్టి

మన గళం, న్యూఢిల్లీ : పశ్చిమాసియాలో నెలకొన్న యుద్ధ పరిస్థితులు, అంతర్జాతీయ సంక్షోభం నేపథ్యంలో భారత ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ కీలక నిర్ణయాలకు రంగం సిద్ధం చేస్తున్నారు. ఈ నేపథ్యంలో దేశంలోని అన్ని రాష్ట్రాల ముఖ్యమంత్రులతో శుక్రవారం సాయంత్రం వీడియో కాన్ఫరెన్స్ ద్వారా సమావేశం నిర్వహించనున్నారు. సాయంత్రం 6:30 గంటలకు ప్రారంభమయ్యే ఈ సమావేశంలో ప్రస్తుత పరిస్థితులపై సమగ్ర చర్చ జరగనుంది. పశ్చిమాసియా యుద్ధ ప్రభావం ప్రపంచ దేశాలపై పడుతున్న నేపథ్యంలో భారత్‌పై కూడా దాని ప్రభావం కనిపిస్తున్నది. ముఖ్యంగా చమురు సరఫరా, ధరల స్థిరత్వం, వాణిజ్య మార్గాలపై ప్రభావం పడే అవకాశం ఉండటంతో కేంద్రం అప్రమత్తంగా ఉంది. ఈ నేపథ్యంలో 2 లో..

మార్కాపురం ప్రమాదంపై

ఉన్నతస్థాయి సమీక్ష

- సబ్ కలెక్టర్ కార్యాలయంలో అత్యవసర సమావేశం
- రోడ్డు భద్రతా ప్రమాణాల కఠిన అమలు ఆదేశాలు

మన గళం, మార్కాపురం : మార్కాపురం వద్ద జరిగిన ఘోర రోడ్డు ప్రమాద ఘటనపై రాష్ట్ర హోంమంత్రి వంగలపూడి అనిత ఆధ్వర్యంలో ఉన్నతస్థాయి సమీక్షా సమావేశం నిర్వహించారు. ప్రమాదంపై సమగ్ర విశ్లేషణ చేసి భవిష్యత్తులో ఇలాంటి 2 లో..

మార్కాపురంలో ఘోర

రోడ్డు ప్రమాదం

- 13 మంది సజీవ దహనం   - రాష్ట్రాన్ని కలచివేసిన ఘటన

మన గళం, మార్కాపురం : ఆంధ్రప్రదేశ్‌లోని మార్కాపురం జిల్లాలో ఈరోజు తెల్లవారుజామున ఘోర రోడ్డు ప్రమాదం చోటుచేసుకుని రాష్ట్రవ్యాప్తంగా విషాదాన్ని మిగిల్చింది. ప్రైవేట్ బస్సు, టిప్పర్ లారీ ఢీకొన్న ఈ ఘటనలో 10 మంది ప్రయాణికులు సజీవ దహనమయ్యారు. పలువురు తీవ్రంగా గాయపడటంతో పరిస్థితి ఆందోళనకరంగా మారింది. హైదరాబాద్ నుంచి పామూరుకు సుమారు 40 మంది ప్రయాణికు లతో బయలుదేరిన ప్రైవేట్ బస్సు మార్కాపురం జిల్లా రాయవరం సమీపంలోని క్వారీల వద్దకు రాగానే ఎదురుగా వస్తున్న టిప్పర్ లారీని బలంగా ఢీకొట్టింది. ఢీకొన్న ప్రభావం తీవ్రంగా ఉండటంతో బస్సు పూర్తిగా దెబ్బతింది. ప్రమాదం తర్వాత బస్సు డీజిల్ ట్యాంక్ పగిలిపోవడంతో ఒక్కసారిగా మంట లు చెలరేగాయి. వేగంగా వ్యాపించిన మంటలు 2 లో..

మధ్యాహ్న భోజన పథకంపై ఎమ్మెల్యే తనిఖీ

2 లో..

ఆరోగ్య చైతన్య యాత్రకు

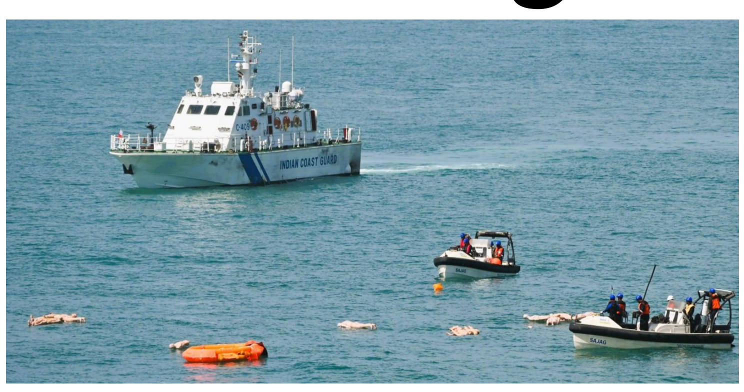
మంత్రి అభినందనలు

- 17,400 కి.మీ బైక్ యాత్రతో అవగాహన
- తాప్సీ ఉపాధ్యాయ సాహసం ప్రశంసనీయమని వ్యాఖ్య
- ఆరోగ్యవంతమైన భారత్ లక్ష్యమని స్పష్టం

మన గళం, అమరావతి : ఆంధ్రప్రదేశ్ ఆరోగ్య శాఖ మంత్రి సత్యకుమార్ యాదవ్ ప్రజల్లో ఆరోగ్య చైతన్యం పెంపు కోసం సాగుతున్న సాహసోపేత యాత్రను అభినందించారు. ఇప్పటివరకు 17,400 కిలోమీటర్ల బైక్ యాత్ర పూర్తి చేసిన తాప్సీ ఉపాధ్యాయను అమరావతి సచివాలయంలో కలిసి ఆమె కృషిని ప్రశంసించారు. 2 లో..

సముద్ర భద్రతపై

భారీ విన్యాసం



- పోర్బందర్ తీరంలో రీజినల్ సెర్చ్ అండ్ రెస్క్యూ ఎక్సర్‌సైజ్
- పలు సంస్థల సమన్వయంతో అత్యవసర స్పందన సాధన
- సముద్ర భద్రతకు కట్టుబాటు పునరుద్ఘాటన

మన గళం, పోర్బందర్ : సముద్ర భద్రతను మరింత బలోపేతం చేయడానికి ఇండియన్ కోస్ట్ గార్డ్ ఆధ్వర్యంలో పోర్బందర్ తీరంలో రీజినల్ సెర్చ్ అండ్ రెస్క్యూ ఎక్సర్‌సైజ్ నిర్వహించారు. మార్చి 25న జరిగిన ఈ విన్యాసం ద్వారా సముద్రంలో అత్యవసర పరిస్థితుల సమయంలో స్పందన సామర్థ్యాన్ని పెంపొందించడం లక్ష్యంగా పెట్టుకున్నారు. ఈ 2 లో..

దేశంలో చమురు కొరత లేదు: కేంద్రం స్పష్టం

ప్రజలు పెట్రోల్ బంకుల వద్ద భారీగా క్యూలు కడుతున్నారని అధికారులు తెలిపారు. అయితే ఈ ప్రచారం ఉద్దేశపూర్వకంగా జరుగుతోందని, దీనివల్ల వినియోగదారులు అవసరానికి మించి కొనుగోళ్లు చేస్తున్నారని కేంద్రం తెలిపింది. దేశంలోని అన్ని పెట్రోల్ బంకుల్లో సాధారణంగానే సరఫరా కొనసాగుతోందని స్పష్టం చేసింది.

దేశంలో ఎక్కడా చమురు కొరత లేదని, ధరలు కూడా ఎప్పటిలాగే ఉన్నాయని కేంద్రం వెల్లడించింది. పెట్రోల్, డీజిల్ కోసం బంకుల వద్ద క్యూలు కట్టాల్సిన అవసరం లేదని ప్రజలకు సూచించింది. సరఫరా వ్యవస్థ సజావుగా కొనసాగుతోందని అధికారులు పేర్కొన్నారు. భారత్ పెట్రో ఉత్పత్తుల తయారీలో ప్రపంచంలో ఐదో స్థానంలో ఉండగా, ఆయిల్ రిఫైనింగ్ సామర్థ్యంలో నాలుగో స్థానంలో ఉందని కేంద్రం తెలిపింది. దేశంలోని రిఫైనరీలు పూర్తి స్థాయిలో పనిచేస్తున్నాయని, 150కు పైగా దేశాలకు పెట్రో ఉత్పత్తులు ఎగుమతి చేస్తున్నామని వెల్లడించింది.

దేశంలోని ఆయిల్ కంపెనీల వద్ద 60 రోజులకు సరిపడా క్రూడాయిల్ నిల్వలు ఉన్నాయని కేంద్రం తెలిపింది. వ్యూహాత్మక నిల్వలతో కలిపి మొత్తం 74 రోజులకు సరిపడా చమురు నిల్వలు అందుబాటులో ఉన్నాయని పేర్కొంది. ప్రపంచ పరిణామాలు ఎలా ఉన్నా దేశంలో ఇంధన సరఫరా నిలకడగా కొనసాగుతుందని భరోసా ఇచ్చింది. దేశీయంగా ఎల్పీజీ నిల్వలు కూడా తగినంతగా ఉన్నాయని, ఉత్పత్తి పెంచుతున్నామని కేంద్రం వెల్లడించింది. విదేశాల నుంచి కూడా కార్గోల ద్వారా చమురు దిగుమతులు కొనసాగుతున్నాయని తెలిపింది. ప్రతి పౌరుడికి అవసరమైన ఇంధనం అందుబాటులో ఉండేలా ప్రభుత్వం అన్ని చర్యలు తీసుకుంటోందని స్పష్టం చేసింది.

మార్కాపురంలో ఘోర రోడ్డు ప్రమాదం

క్షణాల్లోనే బస్సు, టిప్పర్‌ను చుట్టుముట్టాయి. మంటల తీవ్రత ఎక్కువగా ఉండటంతో ప్రయాణికులు బయటకు రావడానికి అవకాశం లేకుండా పోయింది. ఈ సమయంలో ఎక్కువ మంది ప్రయాణికులు గాఢ నిద్రలో ఉండటంతో ప్రమాదాన్ని ముందుగానే గుర్తించలేకపోయారు. కొందరు అప్రమత్తమై బస్సు అద్దాలు పగలగొట్టుకుని బయటకు దూకి ప్రాణాలు కాపాడుకున్నారు. అయితే 10 మంది మాత్రం మంటల్లో చిక్కుకుని బయటపడలేక సజీవ దహనమయ్యారు.

ప్రమాద సమాచారం అందుకున్న వెంటనే పోలీసులు, అగ్నిమాపక సిబ్బంది ఘటనా స్థలానికి చేరుకుని మంటలను అదుపులోకి తెచ్చారు. గాయపడిన వారిని తక్షణమే మార్కాపురం ప్రభుత్వ ఆసుపత్రికి తరలించి చికిత్స అందిస్తున్నారు. అక్కడ వైద్యులు తీవ్రంగా గాయపడిన వారిపై ప్రత్యేక పర్యవేక్షణ చేస్తున్నారు. మృతదేహాలు పూర్తిగా కాలిపోవడంతో వారి గుర్తింపులో ఇబ్బందులు ఎదురవుతున్నాయి. ఈ ఘటనపై పోలీసులు కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు ప్రారంభించారు. గాయపడిన వారిలో కొందరి పరిస్థితి విషమంగా ఉండటంతో మృతుల సంఖ్య పెరిగే అవకాశం ఉందని అధికారులు భావిస్తున్నారు.

మార్కాపురం ప్రమాదంపై ఉన్నతస్థాయి సమీక్ష

ఘటనలు పునరావృతం కాకుండా చర్యలు చేపట్టాలని అధికారులకు ఆదేశించారు. మార్కాపురం జిల్లా సబ్ కలెక్టర్ కార్యాలయంలో నిర్వహించిన ఈ సమావేశంలో రవాణా శాఖ మంత్రి మండిపల్లి రాంప్రసాద్ రెడ్డి, స్థానిక ఎమ్మెల్యే నారాయణరెడ్డి, రాష్ట్ర డీజీపీ హరీష్ కుమార్ గుప్తా పాల్గొన్నారు. ప్రమాదానికి గల కారణాలను క్షుణ్ణంగా పరిశీలించి వివిధ కోణాల్లో చర్చించారు. ఈ సందర్భంగా హోంమంత్రి అనిత ప్రమాదానికి దారితీసిన అంశాలపై సమగ్ర నివేదిక సిద్ధం చేయాలని అధికారులను ఆదేశించారు. రోడ్డు పరిస్థితులు, వాహనాల సాంకేతిక లోపాలు, డ్రైవర్ నిర్లక్ష్యం వంటి అంశాలను లోతుగా విశ్లేషించాలని సూచించారు. భవిష్యత్తులో ఇలాంటి విషాదకర ఘటనలు జరగకుండా రోడ్డు భద్రతా ప్రమాణాలను యుద్ధ ప్రాతిపదికన కఠినంగా అమలు చేయాలని ఆమె స్పష్టం చేశారు. నిబంధనలను ఉల్లంఘించే వారిపై కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలని హెచ్చరించారు. ప్రయాణికుల రక్షణే ప్రభుత్వానికి అత్యంత ప్రాధాన్యత అని హోంమంత్రి పేర్కొన్నారు. ప్రజల భద్రత కోసం అవసరమైన అన్ని చర్యలు తీసుకుంటామని తెలిపారు. ట్రాఫిక్ నియంత్రణ, వాహనాల తనిఖీలు మరింత కట్టుదిట్టం చేయాలని ఆదేశించారు. ఈ సమావేశంలో తీసుకున్న నిర్ణయాలను వెంటనే అమలు చేయాలని సంబంధిత అధికారులకు సూచించారు. రోడ్డు భద్రతపై ప్రజల్లో అవగాహన పెంచే కార్యక్రమాలు చేపట్టాలని పేర్కొన్నారు. ఇటువంటి ఘటనలు పునరావృతం కాకుండా సమగ్ర చర్యలు చేపట్టనున్నట్లు వెల్లడించారు.

పశ్చిమాసియా పరిస్థితులపై శుక్రవారం సమావేశం

దేశంలో ఏర్పడే సమస్యలను ముందుగానే అంచనా వేసి తగిన చర్యలు తీసుకోవడంపై ప్రధానంగా చర్చ జరగనుంది సమావేశంలో చమురు భద్రత, సరఫరా మార్గాల నిర్వహణ, అత్యవసర పరిస్థితులకు సిద్ధంగా ఉండే ప్రణాళికలు, విదేశాల్లో ఉన్న భారతీయుల రక్షణ వంటి అంశాలు ప్రధానంగా చర్చకు రానున్నాయి. రాష్ట్రాలు, కేంద్రం కలిసి సమన్వయంతో పనిచేసి "టీమ్ ఇండియా"గా వ్యవహరించాల్సిన అవసరాన్ని ప్రధాని మోదీ మరోసారి గుర్తు చేయనున్నారు.

అంతర్జాతీయ పరిణామాల నేపథ్యంలో దేశీయ స్థిరత్వం ఎలా కాపాడుకోవాలన్న దానిపై కూడా చర్చ జరగనుంది. అత్యవసర పరిస్థితులను ఎదుర్కొనేందుకు రాష్ట్రాలు ముందస్తు చర్యలు తీసుకోవాలని సూచనలు ఇవ్వనున్నట్లు సమాచారం. ప్రజలకు అవసరమైన వస్తువుల సరఫరా నిరంతరంగా కొనసాగేందుకు చర్యలు తీసుకోవాలని కూడా చర్చలో ప్రాధాన్యం ఉండనుంది. ఇదిలా ఉంటే, ప్రస్తుతం ఎన్నికలు జరుగుతున్న రాష్ట్రాల ముఖ్యమంత్రులు ఈ సమావేశంలో పాల్గొనే అవకాశం తక్కువగా ఉందని తెలుస్తోంది. ఎన్నికల కోడ్ అమల్లో ఉండటంతో వారు ప్రత్యక్షంగా పాల్గొనకపోవచ్చు. అయితే ఆయా రాష్ట్రాల చీఫ్ సెక్రటరీలతో కేంద్రం ప్రత్యేకంగా సమావేశమై సూచనలు ఇవ్వనుంది. ఈ కీలక సమావేశం అనంతరం దేశంలో పరిస్థితులను దృష్టిలో ఉంచుకుని ప్రధాని మోదీ కీలక నిర్ణయాలు

తీసుకునే అవకాశం ఉంది. అంతర్జాతీయ పరిస్థితులకు అనుగుణంగా దేశ భద్రత, ఆర్థిక స్థిరత్వాన్ని కాపాడే దిశగా కేంద్రం చర్యలు తీసుకుంటుందని అధికార వర్గాలు సూచిస్తున్నాయి.

సముద్ర భద్రతపై భారీ విన్యాసం

విన్యాసంలో ఇండియన్ నేవీతో పాటు ఇతర సముద్ర సంబంధిత సంస్థలు పాల్గొన్నాయి. సమన్వయంతో పనిచేసే విధానాలను ప్రదర్శిస్తూ అత్యవసర పరిస్థితుల్లో ఎలా స్పందించాలో ప్రాక్టికల్‌గా సాధన చేశారు. పలు శాఖల మధ్య సమగ్ర సహకారం ఎంత ముఖ్యమో ఈ కార్యక్రమం ద్వారా స్పష్టమైంది. విన్యాసంలో సముద్రంలో విమానం పడిపోవడం వంటి పరిస్థితిని సృష్టించి, పెద్ద ఎత్తున సెర్చ్ అండ్ రెస్క్యూ ఆపరేషన్‌ను నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంలో తక్షణ స్పందన, సమన్వయం, వేగవంతమైన చర్యలు ఎంత కీలకమో ప్రదర్శించారు. ప్రతి సంస్థ తమ పాత్రను సమర్థవంతంగా నిర్వర్తించింది.

ఇండియన్ కోస్ట్ గార్డ్ యూనిట్లతో పాటు ఎయిర్‌పోర్ట్స్ అథారిటీ, మెరైన్ పోలీస్, కస్టమ్స్, ఫిషరీస్ శాఖలు కూడా ఈ విన్యాసంలో పాల్గొన్నాయి. పలు విభాగాల సమిష్టి చర్యల ద్వారా అత్యవసర పరిస్థితులను సమర్థవంతంగా ఎదుర్కోవచ్చని అధికారులు తెలిపారు. ఈ విన్యాసం ద్వారా ఇంటర్ ఏజెన్సీ సమన్వయం మరింత బలోపేతమైందని అధికారులు పేర్కొన్నారు. భవిష్యత్తులో ఇలాంటి పరిస్థితులు ఎదురైనప్పుడు వేగంగా స్పందించే సామర్థ్యం పెరిగిందని తెలిపారు. సముద్ర భద్రతకు తమ కట్టుబాటును మరోసారి పునరుద్ఘాటించారు. సముద్రంలో ప్రయాణించే నౌకలు, మత్స్యకారుల భద్రత కోసం ఇలాంటి

విన్యాసాలు కీలకమని అధికారులు అభిప్రాయపడ్డారు. అత్యవసర పరిస్థితుల్లో ప్రాణాలను కాపాడటానికి సమగ్ర ప్రణాళికలు, సమన్వయం అవసరమని పేర్కొన్నారు.

యుద్ధం ముగింపు దిశగా చర్చలు

స్పష్టంగా కనిపిస్తోంది. గడిచిన 24 గంటల్లో నగరంలో తులం బంగారం ధరపై సుమారు రూ. 376 పెరిగింది. ప్రస్తుతం 24 క్యారెట్ల 10 గ్రాముల బంగారం ధర రికార్డు స్థాయిలో రూ. 1,46,680 మార్కును తాకింది. సాధారణ కొనుగోలుదారులు ఈ పెరిగిన ధరలను చూసి బెంబేలెత్తిపోతున్నారు. యుద్ధ క్షేత్రంలో పరిస్థితులు గమనిస్తే, ఇజ్రాయెల్ వైమానిక దళం టెహ్రాన్ సమీపంలోని కీలక క్షిపణి తయారీ కేంద్రాలపై దాడులు నిర్వహించింది. దీనికి ప్రతిగా ఇరాన్ రివల్యూషనరీ గార్డ్స్ కూడా ఇజ్రాయెల్‌లోని టెల్ అవీవ్ లక్ష్యంగా డ్రోన్లను ప్రయోగించాయి. ఇరు పక్షాలు తామే విజయం సాధించామని ప్రకటించుకుంటున్నాయి. ట్రంప్ తన ప్రకటనలో "మనం ఈ యుద్ధంలో గెలిచాం, ఇరాన్ నాయకత్వ మార్పు దిశగా వెళ్తోంది" అని పేర్కొన్నప్పటికీ, క్షేత్రస్థాయిలో ఇంకా పోరాటం కొనసాగుతూనే ఉంది. అగ్రరాజ్యాల మధ్య జరుగుతున్న ఈ మాటల యుద్ధం ప్రపంచవ్యాప్తంగా రాజకీయ మరియు ఆర్థిక పరిణామాలను వేగంగా మారుస్తోంది.

భారత్ ఈ పరిణామాలను నిశితంగా గమనిస్తోంది. విదేశాంగ మంత్రి ఎస్. జైశంకర్ ఇప్పటికే వివిధ దేశాలతో సంప్రదింపులు జరుపుతున్నారు. రష్యా, పాకిస్థాన్ వంటి దేశాలు మధ్యవర్తిత్వం వహించేందుకు సిద్ధమవుతుండటం గమనార్హం. ఒకవేళ వచ్చే 48 గంటల్లో కాల్పుల విరమణ ఒప్పందం కుదిరితే, అంతర్జాతీయ వాణిజ్య మార్గాల్లో సాధారణ స్థితి నెలకొంటుందని నిపుణులు భావిస్తున్నారు. లేనిపక్షంలో చమురు ధరలు మళ్ళీ పెరిగి, ప్రపంచ ఆర్థిక వ్యవస్థ మరింత సంక్షోభంలో పడే ప్రమాదం ఉంది. ప్రస్తుతం యావత్ ప్రపంచం అమెరికా-ఇరాన్ మధ్య జరగబోయే తదుపరి దౌత్య చర్చల వైపు ఆసక్తిగా చూస్తోంది.

ఆరోగ్య చైతన్య యాత్రకు మంత్రి అభినందనలు

ఈ యాత్ర సమాజంలో ఆరోగ్యంపై అవగాహన పెంచడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తుందని మంత్రి పేర్కొన్నారు. ఈ సందర్భంగా మంత్రి మాట్లాడుతూ, ప్రస్తుత జీవనశైలిలో మార్పుల కారణంగా స్థూలకాయం, ఇతర ఆరోగ్య సమస్యలు పెరుగుతున్నాయని తెలిపారు. ఈ పరిస్థితుల్లో తాప్సీ ఉపాధ్యాయ చేపట్టిన యాత్ర ప్రజలకు ఆరోగ్యంపై అవగాహన కల్పించడంలో ఎంతో ఉపయోగపడుతుందని చెప్పారు. ముఖ్యంగా యువత ఆరోగ్యకర జీవన విధానాలను అలవర్చుకోవాల్సిన అవసరం ఉందన్నారు.

తాప్సీ ఉపాధ్యాయ తన యాత్ర లక్ష్యాలను మంత్రి ముందు వివరించారు. దేశవ్యాప్తంగా ప్రజలను కలుసుకుంటూ ఆరోగ్యంపై చైతన్యం కల్పించడం తన ప్రధాన ఉద్దేశమని తెలిపారు. గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో కూడా ఆరోగ్యంపై అవగాహన పెంచేందుకు ఈ యాత్ర ఉపయోగపడుతోందని చెప్పారు. ఈ యాత్ర కేవలం వ్యక్తిగత ప్రయత్నం కాకుండా సామాజిక ఉద్యమంగా మారాలని మంత్రి ఆకాంక్షించారు. ప్రజలు ఆరోగ్యాన్ని ప్రాధాన్యంగా తీసుకుని సరైన ఆహారం, వ్యాయామం, జీవనశైలిని అనుసరించాలని సూచించారు. ఆరోగ్యమే నిజమైన సంపద అని గుర్తించాల్సిన అవసరం ఉందన్నారు. దేశవ్యాప్తంగా ఆరోగ్య చైతన్య కార్యక్రమాలు మరింత విస్తరించాల్సిన అవసరం ఉందని మంత్రి అభిప్రాయపడ్డారు. ప్రతి ఒక్కరూ ఆరోగ్యంపై శ్రద్ధ పెట్టేలా అవగాహన కార్యక్రమాలు చేపట్టాలని సూచించారు. తాప్సీ ఉపాధ్యాయ యాత్ర మరింత మందికి స్ఫూర్తిగా నిలుస్తుందని పేర్కొన్నారు. గౌరవ ప్రధాన మంత్రి నరేంద్ర మోదీ నాయకత్వంలో ఆరోగ్యవంతమైన భారత్ నిర్మాణమే లక్ష్యమని మంత్రి స్పష్టం చేశారు. ఈ దిశగా ప్రభుత్వం కూడా పలు కార్యక్రమాలు చేపడుతున్నట్లు తెలిపారు.

మధ్యాహ్న భోజన పథకంపై ఎమ్మెల్యే తనిఖీ

విజయవాడ, మార్చి 26 మన గళం : పాఠశాలల్లో అమలవుతున్న మధ్యాహ్న భోజన పథకాన్ని సౌత్ ఎమ్మెల్యే వంశీకృష్ణ శ్రీనివాస్ తనిఖీ చేశారు. ఆకస్మికంగా పాఠశాలను సందర్శించిన ఆయన విద్యార్థులకు అందుతున్న భోజన నాణ్యత, వంటశాల పరిస్థితులను పరిశీలించారు. పిల్లలకు అందుతున్న ఆహారం ఆరోగ్యకరంగా, నాణ్యంగా ఉండాలని సూచించారు.ఈ సందర్భంగా విద్యార్థులతో కలిసి భోజనం చేసిన ఎమ్మెల్యే, ఆహార రుచి, నాణ్యతపై ప్రత్యక్షంగా తెలుసుకున్నారు. పిల్లలతో మాట్లాడి వారి అభిప్రాయాలను అడిగి తెలుసుకున్నారు. భోజనం సమయానికి అందుతున్నదా, ఏవైనా సమస్యలు ఉన్నాయా అనే విషయాలను తెలుసుకున్నారు.పాఠశాల పరిసరాల్లో పరిశుభ్రతపై ఎమ్మెల్యే ప్రత్యేకంగా దృష్టి సారించారు. వంటశాల, భోజన ప్రాంతం ఎప్పటికప్పుడు శుభ్రంగా ఉంచాలని సిబ్బందికి ఆదేశించారు. తాగునీరు, పాత్రల శుభ్రత వంటి అంశాల్లో ఎలాంటి నిర్లక్ష్యం ఉండకూడదని స్పష్టం చేశారు. పిల్లల ఆరోగ్యం దృష్ట్యా పోషకాహార ప్రమాణాలను తప్పకుండా పాటించాలని ఎమ్మెల్యే సూచించారు. మెనూ ప్రకారం ఆహారం అందించడంతో పాటు గుడ్లు, పాలు, పప్పులు వంటి పదార్థాల నాణ్యతను నిరంతరం పరిశీలించాలని తెలిపారు. మధ్యాహ్న భోజన పథకం విద్యార్థుల ఆరోగ్యం, విద్యాభివృద్ధికి కీలకమని ఎమ్మెల్యే పేర్కొన్నారు. ఈ పథకం సమర్థవంతంగా అమలవ్వాలంటే అధికారులు, సిబ్బంది బాధ్యతాయుతంగా పనిచేయాలని సూచించారు. విద్యార్థులకు నాణ్యమైన ఆహారం అందించడంలో ఎలాంటి లోపాలు ఉన్నా వెంటనే సరిదిద్దాలని ఎమ్మెల్యే ఆదేశించారు. ప్రభుత్వం అమలు చేస్తున్న సంక్షేమ పథకాలు ప్రజలకు పూర్తిగా చేరేలా చర్యలు తీసుకోవాలని తెలిపారు.

శుక్రవారం
27 - 03 - 2026

మా కలం.. మీ గళం..
మన గళం
దిన పత్రిక

అమ్మవారికి చల్లదనం కోసం జాతర కలిసికట్టుగా గ్రామ పెద్దలు ప్రజల ఆధ్వర్యంలో అమ్మవారి జాతర

మనగళం బనగానపల్లె: ప్రతి సంవత్సరం అందరి సహకారంతో ప్రశాంత వాతావరణంలో పార్టీలకు కులాలకు అతీతంగా అమ్మవారి జాతరను నిర్వహించడం జరుగుతుందని గ్రామ పెద్దలు హనుమంతు రెడ్డి, వంగల సురేష్ రెడ్డి, వై మహానంది రెడ్డి, రామ గంగిరెడ్డి, వెంకటసుబ్బారెడ్డి లు పేర్కొన్నారు.

బనగానపల్లె మండలం టంగుటూరు లో ఘనంగా పెద్దమ్మతల్లి 16 రోజుల పండుగ ఘనంగా నిర్వహించారు.ప్రతి సంవత్సరం పెద్దమ్మ దేవర మహోత్సవం సాంప్రదాయంగా నిర్వహిస్తున్నారు.ఈ ఉత్సవాల్లో వేలాది మంది భక్తులు మహిళలు అమ్మవారిని దర్శించుకుని ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించడం జరుగుతుందని వారు చెప్పారు. 8వేల మంది భక్తులకుఅన్నదానం ఏర్పాటు చేసినట్లు టంగుటూరు గ్రామస్తులు తెలిపారు. ఎగ్రామ కమిటీ ఆధ్వర్యంలో ఎద్దుల బల ప్రదర్శన పోటీలు నిర్వహించారు. అమ్మవారి చల్లదనం కోసం 16వ రోజు పండుగను అంగరంగ వైభవంగా నిర్వహించడం జరుగుతుందన్నారు. కొన్ని సంవత్సరాలుగా ఆనవాయితీగా ప్రతి సంవత్సరం అమ్మవారి జాతర నిర్వహించడం

జరుగుతుందన్నారు.పెద్ద సంఖ్యలో అమ్మవారి భక్తులు పాల్గొన్నారు.

ట్రావెల్స్ బస్సులు మరియు ఆర్టీసీ బస్సులను తనిఖీ చేస్తున్న సున్నిపెంట సీఐ గంటా సుబ్బారావు

మనగళం శ్రీశైలం : ఈరోజు శ్రీ నంద్యాల జిల్లా ఎస్పీ గారు ఉత్తర్వుల మేరకు ఆత్మకూరు డిఎస్పి గారి పర్యవేక్షణలో శ్రీశైలంలోని

లింగాలగట్టు ఫారెస్ట్ చెక్ పోస్ట్ దగ్గర ప్రైవేట్ బస్సులు మరియు ట్రావెల్స్ బస్సులు అన్నీ కూడా క్షుణ్ణంగా తనిఖీ చేయడమైనది. ప్రభుత్వము నిర్ణయించిన ఫైర్ డిపార్ట్మెంట్ కు సంబంధించి మరియు రోడ్డు ట్రాన్స్పోర్ట్ అధికారుల సంబంధించి అన్ని నియమ నిబంధనలు పాటిస్తున్నారా లేదా అని ఫైర్ డిపార్ట్మెంట్ మరియు ట్రాన్స్పోర్ట్ అధికారులతో కలిసి

బస్సులను తనిఖీ చేయడమైనది.

ఆలూరులో జరుగునున్న 21 వ జిల్లా మహాసభలను జయప్రదం చేయండి ఏఐటియుసి

మన గళం సి బెలగల్ : కర్నూలు జిల్లాలో సి బెలగల్ మండలంలో స్థానిక బస్టాండ్ ఆవరణంలో ఏఐటియుసి జిల్లా మహాసభల సంబంధించి గోడపత్రికలను బెలగల్ సిపిఐ మండల కార్యదర్శి మల్లికార్జున కోడుమూరు ఏఐటీయూసీ మండల కార్యదర్శి మద్దూరు చిన్న రాముడు ఆటో యూనియన్ జిల్లా నాయకులు మధు కలిసి గోడపత్రికలను విడుదల చేయడం జరిగింది ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ నరేంద్ర మోడీ అధికారంలోకి వచ్చిన తర్వాత నాలుగు లేబర్ కోడ్స్ తీసుకుని వచ్చి 105 జీవో ఆటో కార్మికులకు యాక్సిడెంట్ జరిగిన చోట ఆటో డ్రైవర్ పది లక్షల రూపాయలు కట్టే విధంగా చట్టాన్ని తీసుకుని వచ్చి కార్మికుల పొట్ట కొడుతూ వాటన్నిటిని వ్యతిరేకించే విధంగా ఆలూరులో జరగబోయే మహాసభల్లో తీర్మానాలు జరుగుతాయని పిలుపు ఇచ్చారు .ఈ కార్యక్రమంలో కార్మికులు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొని జయప్రదం చేయాలని పిలుపునిచ్చారు.. ఈ కార్యక్రమంలో పక్కిరప్ప రంగడు తదితరులు పాల్గొన్నారు

దత్తాత్రేయస్వామిదవారికి విశేష పూజలు

మనగళం శ్రీశైలం: లోకకల్యాణంకోసం దేవస్థానం ఈ రోజు (26.03.2026) ఆలయప్రాంగణంలోని త్రిఫలవృక్షం క్రింద నెలకొని ఉన్న శ్రీ దత్తాత్రేయస్వామివారికి విశేషపూజలను నిర్వహించింది.ప్రతి గురువారం దేవస్థానసేవగా (సర్కారీసేవగా) ఈ కైంకర్యం జరిపించబడుతోంది.ఈ పూజాకార్యక్రమం నిర్విఘ్నంగా జరిగేందుకు ముందుగా మహాగణపతిపూజను జరిపించబడింది. ఆ తరువాత దత్తాత్రేయస్వామివారికి పంచామృతాభిషేకం, విశేషపూజలు నిర్వహించబడ్డాయి. లోకోద్ధరణకోసమై బ్రహ్మ,విష్ణు,మహేశ్వరులు ఒకే స్వరూపములో దత్తాత్రేయునిగా అవతరించారు. అందుకే త్రిమూర్తి స్వరూపునిగా దత్తాత్రేయుడు ప్రసిద్ధుడు.కాగా శ్రీశైలక్షేత్రానికి దత్తాత్రేయుల వారికి ఎంతో దగ్గర సంబంధం ఉంది. ఆలయ ప్రాంగణంలోని త్రిఫలవృక్షం క్రింద దత్తాత్రేయులవారు తపస్సు చేశారని ప్రతీతి. అందుకే ఈ వృక్షానికి దత్తాత్రేయ వృక్షమని పేరు. కాగా దత్తాత్రేయస్వామివారు కలియుగంలో గోదావరితీరాన పిఠాపురంలో శ్రీపాదవల్లభునిగా జన్మించారు. వీరు ఒకసారి శ్రీశైలక్షేత్రంలోనే చాతుర్మాస్య వ్రతాన్ని ఆచరించినట్లుగా గురుచరిత్రలో చెప్పబడింది. కాగా శ్రీపాదవల్లభుడు తమ శిష్యులకు ఆయా తీర్థక్షేత్రాల మహిమావిశేషాలను పేర్కొనే సందర్భంలో కూడా శ్రీశైలాన్ని పలుసార్లు ప్రస్తావించారు. శ్రీపాదవల్లభుల జన్మ తరువాత మహారాష్ట్రలోని కరంజినగరములో నృసింహసరస్వతి స్వామిగా దత్తాత్రేయస్వామివారు జన్మించారు.వీరు ఒకసారి మహాశివరాత్రి రోజున శ్రీశైలమల్లికార్జునుని సేవించినట్లుగా కూడా గురుచరిత్ర చెబుతోంది. నృసింహసరస్వతి వారు తమ అవతార సమాప్తిని శ్రీశైలంలోని పాతాళగంగలోనే చేశారు. కలియుగ ప్రభావం రోజు రోజుకు ఎక్కువకావడముతో, నృసింహసరస్వతీస్వామి అదృశ్య రూపములో ఉండి తన భక్తులను రక్షించాలని నిర్ణయించారు. దాంతో భౌతికదేహాన్ని త్యజించేందుకు నలుగురు శిష్యులతో కలిసి శ్రీశైలానికి వచ్చారు. శ్రీశైలంలోని కదళీవనం దగ్గర తమ శిష్యులు చూస్తుండగానే నృసింహసరస్వతిస్వామివారు అరటి ఆకులతో చేసిన ఒక ఆసనంపై కూర్చొని, కృష్ణానదిలో ప్రవేశించి, కొంతదూరం ఆ అరటిఆకులపైనే పయనిస్తూ, అదృశ్యమైనట్లు గురుచరిత్ర చెబుతోంది.

కూరగాయల ధరలు తగ్గింపు

హైదరాబాద్, మార్చి 26 మన గళం : గ్యాస్ ధరల పెరుగుదలతో ఇబ్బందులు పడుతున్న ప్రజలకు, హోటల్ నిర్వాహకులకు కాస్త ఊరటనిచ్చేలా కూరగాయల ధరలు తగ్గుముఖం పట్టాయి. హైదరాబాద్లో గత కొన్ని రోజులుగా పెరిగిన ధరలు ఇప్పుడు గణనీయంగా తగ్గడంతో వినియోగదారులు కొంత ఉపశమనం పొందుతున్నారు. ప్రస్తుతం నగరంలోని కూకట్‌పల్లి మార్కెట్‌లో టమోటా ధర కిలోకు పది నుంచి పదిహేను రూపాయల మధ్య ఉండగా, వంకాయ ధర పదిహేను నుంచి ఇరవై రూపాయల మధ్య కొనసాగుతోంది. బెండకాయ ధర ఇరవై ఎనిమిది నుంచి ముప్పై ఐదు రూపాయల వరకు ఉండగా, పచ్చిమిర్చి మాత్రం ముప్పై ఐదు నుంచి నలభై ఐదు రూపాయల మధ్య ఉంది. ఇక బీరకాయ ధర ముప్పై ఐదు నుంచి యాభై రూపాయల మధ్య ఉండగా, క్యారెట్ ధర ఇరవై ఐదు నుంచి ముప్పై రూపాయల వరకు ఉంది. ఆలుగడ్డ ధర పదిహేడు నుంచి ఇరవై ఐదు రూపాయల మధ్య ఉండగా, ఉల్లిగడ్డ ధర పదిహేను నుంచి ఇరవై రెండు రూపాయల వరకు కొనసాగుతోంది. కాకరకాయ ధర ముప్పై ఐదు నుంచి నలభై ఐదు రూపాయల మధ్య ఉండగా, కీరదోస ధర పదిహేను నుంచి పదెనిమిది రూపాయల వద్ద స్థిరపడింది. ఆకు కూరలు కట్టకు పదిహేను నుంచి ఇరవై రూపాయల మధ్య లభిస్తున్నాయి. ఇక బోయినపల్లి హోల్‌సేల్ మార్కెట్లో కూరగాయలు భారీ పరిమాణంలో విక్రయించబడుతున్నాయి.

మార్చి 27న శ్రీ సీతారామచంద్రస్వామి వార్ల కల్యాణోత్సవం

మనగళం శ్రీశైలం : ఈ నెల 27న శ్రీరామనవమి పర్వదినాన్ని పురస్కరించుకుని దేవస్థాన అనుబంధ దేవాలయమైన శ్రీప్రసన్నాంజనేయస్వామి ఆలయంలో సీతారామచంద్రస్వామివార్ల కల్యాణోత్సవం జరిపించబడుతుంది.ఈ ఉత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని ఆంజనేయస్వామివారి ఆలయంలో ఉదయం గం. 9.00ల నుండి సీతారాముల వారికి, ఆ తరువాత ఆంజనేయస్వామి వారికి విశేష పూజాదికాలు జరిపించబడుతాయి. తరువాత ఉదయం గం. 9.30 నుండి సీతారాముల కల్యాణోత్సవం జరిపించబడుతుంది. ఈ కల్యాణ మహోత్సవంలో ముందుగా లోక సంక్షేమాన్ని కాంక్షిస్తూ సంకల్పం పఠించబడుతుంది. తరువాత కల్యాణోత్సవం నిర్విఘ్నంగా జరగాలని మహా గణపతి పూజ జరిపించబడుతుంది. అనంతరం వృద్ధి, అభ్యుదయాలను కాంక్షిస్తూ పుణ్యాహవచనం జరిపించబడుతుంది. ఆ తరువాత కంకణపూజ, కంకణధారణ, యజ్ఞోపవీతపూజ, యజ్ఞోపవీతధారణ, నూతన వస్త్ర సమర్పణ, వరపూజ, ప్రవర పఠన, గౌరీపూజ, మాంగల్య పూజ, శ్రీ సీతాదేవివారికి మాంగల్యధారణ, తలంబ్రాలు మొదలైన

కార్యక్రమాలతో సంప్రదాయ బద్ధంగా సీతారామ కల్యాణం జరిపించబడుతుంది. కల్యాణోత్సవం తరువాత భక్తులకు తీర్థప్రసాదాలు అందజేయబడుతాయి.

ప్రముఖులకు ఆహ్వానం పలుకుతున్న శ్రీశైలం ట్రస్ట్ బోర్డ్ చైర్మన్ రమేష్ నాయుడు

మనగళం శ్రీశైలం : శ్రీశైలక్షేత్రాన్ని సందర్శించాలని కోరుతూ పలువురు ప్రముఖులను ఆహ్వానిస్తున్నట్లుగా దేవస్థానం ధర్మకర్తల మండలి అధ్యక్షులు శ్రీ పోతుగుంట రమేష్‌నాయుడు తెలిపారు. ఇందులో భాగంగా పలువురు కేంద్రమంత్రులను, పలు రాష్ట్రాల ముఖ్యమంత్రులను క్షేత్రానికి విచ్చేసి శ్రీస్వామిఅమ్మవార్లను దర్శించుకోవాలని కోరుతూ ధర్మకర్తల మండలి తరుపున ఆహ్వానిస్తున్నట్లుగా పేర్కొన్నారు. అదేవిధంగా దాతలను ఆహ్వానించుటలో భాగంగా పలు ప్రముఖ సంస్థల ప్రతినిధులను కూడా క్షేత్రాన్ని సందర్శించాలని కోరనున్నట్లుగా ఆయన పేర్కొన్నారు. ఇంకా వారు మాట్లాడుతూ ఇప్పటికే భక్తులరద్దీ రోజు రోజుకు పెరుగుతోందన్నారు. ముఖ్యంగా తెలుగు రాష్ట్రాల నుంచేకాకుండా కర్ణాటక మహారాష్ట్రాలతో పాటు పలు ఇతర రాష్ట్రాల నుంచి కూడా క్షేత్రాన్ని అధికసంఖ్యలో భక్తులు

దర్శించుకుంటున్నారన్నారు. అందుకే మౌలిక సదుపాయాల కల్పనకు అధిక ప్రాధాన్యత ఇస్తున్నామన్నారు. కాగా శ్రీశైలక్షేత్రం ఎంతో మహిమాన్వితమైనదన్నారు. మరెక్కడాలేని విధంగా జ్యోతిర్లింగం మరియు శక్తిపీఠం ఒకే ఆలయ ప్రాంగణములో వెలసివుండడం ఈ క్షేత్రం యొక్క విశేషమని అన్నారు. అంతేకాకుండా శ్రీశైలం అనాదిక్షేత్రంగా కూడా ప్రసిద్ధమైందని కూడా పేర్కొన్నారు. అందుకే క్షేత్రాన్ని మరింత ఆధ్యాత్మిక

కేంద్రంగా తీర్చిదిద్దేందుకు పలు చర్యలు చేపడుతున్నామన్నారు. మాస్టర్‌ప్లాన్‌లో తుదిరూపానికి రూపొందించిన డి.పి.ఆర్.లో కూడా పలు ఆధ్యాత్మిక కట్టడాల నిర్మాణాలకుప్రతిపాదించడం జరిగిందన్నారు. అదేవిధంగా క్షేత్రాభివృద్ధికి ఇతోధికంగా దాతల సహకారాన్ని కూడా పొందడం జరుగుతుందని ఛైర్మెన్ పేర్కొన్నారు.

రైతు సమస్యల పరిష్కారమే లక్ష్యం

– చెప్పాడంటే చేసి చూపిస్తాడు

మన గళం కోడుమూరు: కర్నూలు జిల్లాలోని కోడుమూరు మండలం పరిధిలోని కృష్ణాపురం గ్రామంలో రైతులు పొలాలకు వెళ్లే మంగళమిట్టే రోడ్డు దారిలో నాలుగు చోట్ల వాగులలో నీరు ఉండి రైతులకు పొలం నుండి ధాన్యం తీసుకురావడానికి పొలాలకు ఎరువులు తోలుకోవడానికి ఇబ్బందికరంగా ఉన్నదని ఆ నాలుగు చోట్ల వాగులలో పైపులు ఏర్పాటు చేసి రైతులకు ఇబ్బంది లేకుండా చేయాలని కృష్ణాపురం గ్రామానికి చెందిన రైతులు సమస్యను కేడీసీసీబీ చైర్మన్ విష్ణువర్ధన్ రెడ్డి కోడుమూరు ఎమ్మెల్యే బొగ్గుల దస్తగిరి దృష్టికి తీసుకెళ్లగా వారు వెంటనే స్పందించి మీకు కృష్ణాపురం గ్రామ రైతులకు వాగులలోని నాలుగు చోట్ల పైపులు ఏర్పాటు చేస్తే రైతులకు ఇబ్బంది లేకుండా చేస్తామని హామీ ఇవ్వడం జరిగింది ఆ హామీ ప్రకారం రైతుల కొరకు వాగులలోని నాలుగు చోట్ల పైపులు ఏర్పాటు చేసి రోడ్డు బాగు చేయడం జరిగింది. చెప్పాడంటే చేస్తాడంతే అన్నట్లు చెప్పినట్లు చేసిన హామీ నెరవేర్చిన విష్ణువర్ధన్ రెడ్డి కి ఎమ్మెల్యే బొగ్గుల దస్తగిరి కి కృష్ణాపురం గ్రామం రైతుల తరఫున ప్రత్యేక ధన్యవాదాలు తెలిపారు.

చెంచుగిరి జనులకు ఉచిత స్పర్శదర్శనం

మనగళం శ్రీశైలం : ప్రతీ నెలలోనూ ఒకరోజున చెంచుగిరిజనులకు ప్రత్యేకంగా ఉచిత స్పర్శదర్శనం కల్పించాలని నిర్ణయించడం జరిగింది. డిసెంబరు నెలలో ముక్కోటి ఏకాదశి రోజున ఈ కార్యక్రమం ప్రారంభించబడింది. ప్రతీ నెలలో కూడా చివరి బుధవారం రోజున చెంచు గిరిజన భక్తులకు ఈ ఉచిత స్పర్శదర్శనాన్ని కల్పించడం జరుగుతోంది. ఇందులో భాగంగా ఈ రోజు (25.03.2026) చెంచు భక్తులకు శ్రీస్వామివార్ల స్పర్శదర్శనం ఉచితంగా దర్శించుకున్నారు. చెంచు గిరిజనులు ఈ రోజు స్వామివార్ల స్పర్శదర్శనం, అమ్మవారిని దర్శించుకోవడం జరిగింది. ఇతర ప్రాంతాల నుంచి వచ్చిన చెంచు గిరిజనులకు దేవస్థానం ఉచిత వసతి, అల్పాహార, భోజన సదుపాయం కల్పించింది. అదేవిధంగా దర్శనానంతరం చెంచు భక్తులందరికీ దేవస్థాన అన్నపూర్ణా ప్రసాదవితరణ భవనంలో అన్నప్రసాదాలు ఏర్పాటు చేయబడ్డాయి. ఈ రోజు ఉదయం చెంచుగిరిజన భక్తులు సంప్రదాయబద్ధంగా తప్పెట వాయిద్యాలతో, చెంచు నృత్యాలతో దర్శనానికి విచ్చేశారు. ఉమారామలింగేశ్వరస్వామి ఆలయం వద్ద దేవస్థానం అధికారులు వారికి ఆహ్వానం పలికారు. తరువాత ధర్మకర్తల మండలి అధ్యక్షులు శ్రీ పోతుగుంట రమేష్‌నాయుడు మాట్లాడుతూ తాము పదవీబాధ్యతలను స్వీకరించిన వెంటనే స్థానిక మేకలబండ చెంచుగూడెములను సందర్శించానన్నారు. ఆ సందర్భంలో చెంచు భక్తులు తమకు స్వామివారి స్పర్శదర్శనాన్ని కల్పించవలసినదిగా కోరడం జరిగిందన్నారు. తదనుగుణంగా ధర్మకర్తల మండలి సమావేశంలో చెంచుభక్తులకు నెలలో ఒకరోజున ప్రత్యేకంగా ఉచిత స్పర్శదర్శనాన్ని కల్పించాలని ర్మకర్తల మండలి సమావేశములో తీర్మానించడం జరిగిందన్నారు. నెలలో ఒకరోజున చెంచు భక్తులకు ఈ ఉచిత స్పర్శదర్శనం కల్పించడం జరుగుతున్నదన్నారు. తరువాత కార్యనిర్వహణాధికారివారు మాట్లాడుతూ చెంచు భక్తులు శ్రీ భ్రమరాంబాదేవివారిని తమ కూతురిగా, శ్రీ మల్లికార్జునస్వామివారిని తమ అల్లునిడిగా భావిస్తారన్నారు. దేవస్థానంలో జరిగే ఆయా ఉత్సవాలలో గ్రామోత్సవం నందు ప్రత్యేకంగా చెంచుల సంప్రదాయ నృత్యాలను దేవస్థానం ఏర్పాటు చేయడం జరుగుతున్నదన్నారు. అలాగే ఇటీవల జరిగిన సంక్రాంతి బ్రహ్మోత్సవాలలో దివ్య కల్యాణమహోత్సవానికి చెంచు భక్తులను ప్రత్యేకంగా ఆహ్వానించడం జరిగిందన్నారు. శ్రీస్వామివారి ఉచిత స్పర్శదర్శనానికి చెంచుగిరిజన భక్తులను ఎంపిక చేయడంలో స్థానిక ఐ.టి.డి.ఏ ప్రాజెక్టు అధికారి వారి సహకారాన్ని తీసుకుంటున్నామన్నారు.

శ్రీశైలంలోవైభవంగా స్వర్ణరథోత్సవం

మనగళం శ్రీశైలం : ఆరుద్రా నక్షత్రాన్ని పురస్కరించుకుని ఈ రోజు (26.03.2026) శ్రీస్వామిఅమ్మవార్లకు స్వర్ణరథోత్సవం నిర్వహించబడింది. కాగా ఆరుద్రోత్సవంలో భాగంగా ఈ రోజు వేకువజామున శ్రీస్వామివారికి మహాన్యాసపూర్వక ఏకాదశ రుద్రాభిషేకం, అన్నాభిషేకం, విశేషపూజలు నిర్వహించబడ్డాయి. అనంతరం స్వర్ణ రథోత్సవం జరిపించబడింది. ఈ స్వర్ణ రథోత్సవంలో ముందుగా దేశం శాంతి సౌభాగ్యాలతో విలసిల్లాలని, అతివృష్టి అనావృష్టి నివారించబడాలని, ప్రకృతి వైపరీత్యాలు సంభవించకుండా సకాలంలో తగినంత వర్షాలు కురిసి దేశం పాడిపంటలతో తులతూగాలని, జనులందరికీ ఆయురారోగ్యాలు కలిగి వారికి అకాల మరణాలు రాకుండా ఉండాలని, దేశంలో అగ్నిప్రమాదాలు, వాహన ప్రమాదాలు మొదలైనవి జరగకుండా ఉండాలని, ప్రజలందరూ సుఖశాంతులతో ఉండాలంటూ ఆలయ అర్చకులు లోకకల్యాణానికాంక్షిస్తూ సంకల్పాన్ని పఠించారు. తరువాత రథారూఢులైన శ్రీస్వామిఅమ్మవార్లకు విశేషపూజలు జరిపించబడ్డాయి. అనంతరం భక్తుల శివనామస్మరణతో వేదమంత్రాల నడుమ ఉదయం గం.7.30లకు ఈ స్వర్ణరథోత్సవం ప్రారంభమైంది. గంగాధర మండపం నుంచి నందిమండపం వరకు తిరిగి అక్కడి నుండి నంది మండపం వరకు ఈ రథోత్సవాన్ని జరిపించడం జరిగింది. సంప్రదాయ కళల పరిరక్షణలో భాగంగా రథోత్సవంలో పలు కళా బృందాల కోలాటం, తప్పెట చిందులు, మొదలైన జానపద కళారూపాలు కూడా ఏర్పాటు చేయబడ్డాయి. అదేవిధంగా రథోత్సవంలో సంప్రదాయ నృత్యం, ఏర్పాటు చేయబడింది. ఈనాటి స్వర్ణరథోత్సవంలో ధర్మకర్తల మండలి అధ్యక్షులు శ్రీపోతుగుంట రమేష్‌నాయుడు, పలువురు దర్మకర్తల మండలి సభ్యులు, అర్చకస్వాములు, పలువిభాగాల అధికారులు, పర్యవేక్షకులు, తదితర సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

రాయవరం బస్ ప్రమాదంలో సజీవ దహనమైన కుటుంబాలను ప్రభుత్వం ఆదుకోవాలి

– ఆస్పత్రిలో చికిత్స పొందుతున్న క్షతగాత్రులను పరామర్శించిన... – జిల్లా కాపునాడు మహిళా సంఘం అధ్యక్షురాలు సిద్ధం కృష్ణవేణి

మన గళం మార్కాపురం : నూతన జిల్లా కేంద్రం మార్కాపురం పట్టణానికి కూత వేటు దూరంలోనీ రాయవరం గ్రామ సమీపంలో ఈరోజు తెల్లవారుజామున ప్రైవేట్ ట్రావెల్ బస్, కంకర లోడ్ టిప్పర్ ఎదురెదురుగా ఢీకొన్న ఘటనలో

బస్సు పూర్తిగా దహనం కావడంతో బస్సులో ప్రయాణిస్తున్న దాదాపు 13 మంది ప్రయాణికులు సజీవ దహనం కావడం పట్ల జిల్లా కాపునాడు మహిళా సంఘం అధ్యక్షురాలు సిద్ధం కృష్ణవేణి తీవ్ర దిగ్భ్రాంతి వ్యక్తం చేశారు. ఈ ఘటన తెలిసిన వెంటనే కాపునాడు మహిళా నాయకురాలతో కలిసి ఆసుపత్రిలో చికిత్స పొందుతున్న క్షతగాత్రులను పరామర్శించడంతో పాటు, మృత్యువాత పడ్డ కుటుంబ సభ్యులను కలిసి సంతాపాన్ని, సానుభూతిని తెలియజేశారు.

ఈ సందర్భంగా ఆమె మాట్లాడుతూ కనిగిరి ,మార్కాపురం నియోజకవర్గాలకు చెందిన వలస కూలీలు తెలంగాణ రాష్ట్రంలో ఉపాధి కోసం వెళ్లి రేపు తమ తమ గ్రామాల్లో జరిగే శ్రీరానామ నవమి ఉత్సవాల్లో పాల్గొనేందుకు ఎంతో సంతోషంతో కుటుంబ సభ్యులతో కలిసి గ్రామాలకు తిరిగి వస్తుండగా ఇలాంటి ఘటన జరగటం బాధాకరమని ఆమె అన్నారు ఆ కుటుంబాలను కేంద్ర రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు మానవతా దృక్పథంతో ఆదుకోవాలని కోరారు. ఫిట్నెస్ లేని బస్సులను నడిపిన హరికృష్ణ ట్రావెల్స్ యాజమాన్యం పై చర్యలు తీసుకోవాలని మార్కాపురం జిల్లా కాపునాడు మహిళా సంఘం అధ్యక్షురాలు సిద్ధం కృష్ణవేణి స్పష్టం చేశారు. ఆమెతో పాటు ఈ కార్యక్రమంలో కార్యదర్శి మగ్రి ఝాన్సీ మరియు మహిళ నాయకులు పాల్గొన్నారు

కోడుమూరులో నందు వైభవంగా జరగబోతున్న శ్రీశ్రీశ్రీ కోదండ సీతరాముని కళ్యాణోత్సవం

మన గళం కోడుమూరు: కర్నూలు జిల్లా కోడుమూరు పట్టణంలో స్థానిక శ్రీ రాముల వారి దేవాలయంలో ఎస్ ఎస్ కె సమాజ్ సంఘ సభ్యులు ఆధ్వర్యంలో శ్రీ సీతా సమేత శ్రీరాములు వారికి అత్యంత వైభవంగా రేపు ఉదయం కళ్యాణం జరుగుతుంది ఈ సీతారాముల కళ్యాణానికి ప్రజలు విరివిగా పాల్గొని సీతారాముల వారి ఆశీర్వాదం తీసుకొని వీరు ఏర్పాటు చేసిన అన్న ప్రసాదములు స్వీకరించవలసిందిగా వారు కోరుకున్నారు ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ శ్రీరాముడు విష్ణువు యొక్క ఏడవ అవతారం, త్రేతాయుగంలో అయోధ్య రాజు దశరథుడు మరియు కౌసల్య దేవికి జన్మించాడు. సత్యం, ధర్మం, మరియు పితృవాక్య పరిపాలనకు నిదర్శనంగా నిలిచే రాముని చరిత్ర వాల్మీకి రామాయణంలో వర్ణించబడింది. సీతారాముల కళ్యాణం, పద్నాలుగేళ్ల వనవాసం, రావణ సంహారం మరియు రాముని పట్టాభిషేకం శ్రీరాములవారు చైత్ర శుద్ధ నవమి, వసంత రుతువు, గురువారం నాడు పునర్వసు నక్షత్రంలో శ్రీరాముడు జన్మించాడు విశ్వామిత్రునితో వెళ్ళి రాక్షస సంహారం చేసి, మిథిలా నగరంలో జనక మహారాజు కుమార్తె సీతను వివాహం చేసుకున్నాడు అలాగే కైకేయి అమ్మ కోరిక మేరకు 14 ఏళ్లు వనవాసం చేస్తూ, సీతా లక్ష్మణులతో అడవికి వెళ్ళాడు. రాక్షసరాజు రావణుడు సీతను అపహరించగా, హనుమంతుడు, సుగ్రీవుడు, వానర సైన్యంతో సముద్రంపై వంతెన నిర్మించి లంకకు చేరాడు అనంతరం లంకలో జరిగిన యుద్ధంలో రావణుడిని వధించి, సీతను రక్షించి, తిరిగి అయోధ్యకు వచ్చి పట్టాభిషేకం చేసుకున్నాడు " రామరాజ్యం " అంటే ఆదర్శవంతమైన పాలనకు రాముడు ప్రతీక. సీతా సమేతంగా భద్రాచలంలో వెలసిన రాముడు, రామదాసు వంటి భక్తులచే కీర్తించబడిన మహనీయుడు ఈ లోకానికి ఆదర్శంగా నిలిచారని వారు తెలియజేశారు

మా కలం.. మీ గళం..
మన గళం
దిన పత్రిక

సంపాదకీయం

పన్ను ఆదా గడువు సమీపిస్తోంది

ప్రస్తుత 2025-26 ఆర్థిక సంవత్సరం ముగింపునకు కేవలం నాలుగు రోజులు మాత్రమే సమయం మిగిలి ఉంది. ప్రతి ఏటా మార్చి నెలాఖరు అనేది అటు సామాన్యులకు, ఇటు వ్యాపారవేత్తలకు అత్యంత కీలకమైన సమయం. కేవలం క్యాలెండర్ మారుతుందనే కాకుండా, ఆదాయపు పన్ను లెక్కలు, బ్యాంకింగ్ లావాదేవీలు మరియు ప్రభుత్వ పథకాలకు సంబంధించిన గడువు తేదీలు అన్నీ ఈ నెలాఖరుతోనే ముగిసిపోతాయి. ఈ సమయంలో సరైన ఆర్థిక ప్రణాళిక లేకపోతే చివరి నిమిషంలో అనవసరపు ఆందోళనకు గురికావాల్సి వస్తుంది. అందుకే ప్రతి ఒక్కరూ తమ ఆర్థిక స్థితిగతులను ఒక్కసారి సమీక్షించుకుని, పెండింగ్‌లో ఉన్న పనులను త్వరితగతిన పూర్తి చేయాలని ఆర్థిక నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. సమయపాలన పాటించడం వల్ల ఆర్థిక నష్టాలను నివారించడమే కాకుండా, మానసిక ప్రశాంతతను కూడా పొందవచ్చు. ముఖ్యంగా వేతన జీవులకు మరియు పన్ను చెల్లింపుదారులకు ఆదాయపు పన్ను ఆదా చేసుకునేందుకు మార్చి 31 చివరి అవకాశం. సెక్షన్ 80సి కింద లభించే రూ. 1.5 లక్షల వరకు మినహాయింపును పూర్తిస్థాయిలో వినియోగించుకున్నారో లేదో సరిచూసుకోవాలి. పీపీఎఫ్ , ఎల్ఐసీ ప్రీమియాలు, పిల్లల స్కూల్ ఫీజులు లేదా మ్యూచువల్ ఫండ్స్ వంటి వాటిలో పెట్టుబడులు పెట్టాలనుకునే వారు ఈ నాలుగు రోజుల్లోనే ఆ ప్రక్రియను పూర్తి చేయాలి. చివరి నిమిషంలో సర్వర్లు మొరాయించే అవకాశం ఉన్నందున, ఆన్‌లైన్ లావాదేవీలను ముందుగానే పూర్తి చేయడం ఉత్తమం. సరైన పెట్టుబడి మార్గాలను ఎంచుకోవడం ద్వారా కేవలం పన్ను ఆదా చేయడమే కాకుండా, భవిష్యత్తు అవసరాల కోసం సంపదను సృష్టించుకునే అవకాశం ఉంటుంది. పొదుపు అనేది ఒక అలవాటుగా మారినప్పుడే ఆర్థిక భద్రత సాధ్యమవుతుంది. బ్యాంకింగ్ రంగంలో కూడా మార్చి ముగింపు ప్రభావం స్పష్టంగా కనిపిస్తోంది. రుణ గ్రహీతలు తమ ఈఎంఐలు సక్రమంగా చెల్లిస్తున్నారా లేదా అనేది చూసుకోవాలి. అలాగే కేవైసీ అప్‌డేట్స్ పెండింగ్‌లో ఉంటే వెంటనే పూర్తి చేయాలి, లేదంటే ఏప్రిల్ 1 నుండి ఖాతాలు స్తంభించిపోయే ప్రమాదం ఉంది. బ్యాంకులు కూడా వార్షిక ముగింపు పనుల్లో నిమగ్నమై ఉన్నందున, వినియోగదారులు తమ చెక్కుల క్లియరెన్స్ లేదా ఇతర ముఖ్యమైన పనుల కోసం బ్యాంకు సెలవులను గమనించాలి. డిజిటల్ బ్యాంకింగ్ సేవలపై అవగాహన పెంచుకోవడం ద్వారా బ్యాంకులకు వెళ్లే శ్రమ తగ్గుతుంది. అయితే ఆన్‌లైన్ లావాదేవీలు చేసేటప్పుడు సైబర్ నేరగాళ్ల పట్ల అత్యంత అప్రమత్తంగా ఉండాలని, ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ ఓటీపీలు ఎవరికీ షేర్ చేయకూడదని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. వ్యాపారస్తులకు మార్చి 31 అనేది ఒక పరీక్షా సమయం వంటిది. ఏడాది పొడవునా జరిగిన కొనుగోళ్లు, అమ్మకాల లెక్కలను సరిచూసుకోవడం, స్టాక్ ఆడిట్ చేయడం వంటి పనులు ఈ లోపే పూర్తి కావాలి. జీఎస్టీ రిటర్నుల దాఖలులో ఎటువంటి తప్పులు లేకుండా చూసుకోవడం ద్వారా భవిష్యత్తులో నోటీసులు రాకుండా జాగ్రత్త పడవచ్చు. వ్యాపార విస్తరణ కోసం తీసుకున్న రుణాల వినియోగం మరియు వడ్డీ చెల్లింపుల విషయంలో పక్కాగా ఉండాలి. ఈ ఏడాది సాధించిన లాభనష్టాలను బేరీజు వేసుకుని, వచ్చే ఆర్థిక సంవత్సరానికి కావలసిన బడ్జెట్‌ను ఇప్పుడే సిద్ధం చేసుకోవడం వల్ల వ్యాపారంలో నిలకడ సాధించవచ్చు. పారదర్శకమైన అకౌంటింగ్ పద్ధతులను పాటించడం వల్ల ప్రభుత్వ పరంగా ఎటువంటి ఇబ్బందులు ఎదురుకావు. ప్రభుత్వ పొదుపు పథకాల్లో పెట్టుబడి పెట్టే వారు కూడా తమ ఖాతాలు యాక్టివ్‌గా ఉన్నాయో లేదో చూసుకోవాలి. ఉదాహరణకు సుకన్య సమృద్ధి యోజన లేదా పీపీఎఫ్ ఖాతాల్లో కనీస వార్షిక మొత్తాన్ని జమ చేయకపోతే ఆ ఖాతాలు నిలిచిపోయే అవకాశం ఉంటుంది. అటువంటి వారు పెనాల్టీలు కట్టి ఖాతాలను పునరుద్ధరించుకోవడానికి ఈ నాలుగు రోజులు ఎంతో కీలకం. సీనియర్ సిటిజన్ సేవింగ్ స్కీమ్స్ వంటి వాటిలో పెట్టుబడి పెట్టే వృద్ధులకు ఈ సమయం చాలా ముఖ్యమైనది. ప్రతి చిన్న పొదుపు కూడా భవిష్యత్తులో పెద్ద మొత్తంగా మారుతుందనే విషయాన్ని గుర్తుంచుకోవాలి. ప్రభుత్వ పథకాలు ఇచ్చే భరోసా మరే ఇతర ప్రైవేట్ పథకాలు ఇవ్వలేవని గ్రహించి, అర్హత ఉన్న ప్రతి ఒక్కరూ వీటిని వినియోగించుకోవాలి. ఆర్థిక క్రమశిక్షణ అనేది కేవలం పన్ను కట్టడం లేదా పొదుపు చేయడమే కాదు, అనవసరపు ఖర్చులను నియంత్రించడం కూడా. మార్చి ఎండింగ్ సేల్స్ పేరుతో వచ్చే ఆఫర్లకు ఆకర్షితులై అనవసరమైన వస్తువులను కొనుగోలు చేయడం వల్ల ఆర్థిక ప్రణాళిక దెబ్బతినే అవకాశం ఉంది. క్రెడిట్ కార్డుల వినియోగం విషయంలో కూడా పరిమితులు విధించుకోవాలి. అధిక వడ్డీ రేట్లు ఉన్న అప్పులను వీలైనంత త్వరగా తీర్చివేయడం ద్వారా ఆర్థిక భారం తగ్గుతుంది. అత్యవసర నిధి ని ఏర్పాటు చేసుకోవడం ద్వారా అనుకోని ఆపదలు వచ్చినప్పుడు ఇబ్బంది పడకుండా ఉండవచ్చు. సంపాదనలో కనీసం 20 శాతం పొదుపు చేయడం అనేది ఒక బంగారు సూత్రంగా పాటించాలని ఆర్థిక వేత్తలు సూచిస్తుంటారు. ఆదాయపు పన్ను శాఖ కూడా పన్ను చెల్లింపుదారులకు అవసరమైన మార్గదర్శకాలను ఎప్పటికప్పుడు జారీ చేస్తోంది. పాన్ కార్డును ఆధార్‌తో లింక్ చేయడం వంటి పనులు ఇంకా ఎవరైనా పూర్తి చేయకపోతే, వాటిని వెంటనే పూర్తి చేయాలి. లేదంటే పెనాల్టీలతో పాటు ఆర్థిక లావాదేవీలకు ఆటంకం కలగవచ్చు. అడ్వాన్స్ టాక్స్ చెల్లింపుల విషయంలో కూడా జాప్యం చేయకూడదు. పన్ను ఎగవేత అనేది నేరమని, బాధ్యతాయుతమైన పౌరుడిగా సక్రమంగా పన్ను చెల్లించడం ద్వారా దేశాభివృద్ధిలో భాగస్వాములు కావాలని ప్రభుత్వం కోరుతోంది. ఆదాయపు పన్ను రిటర్నులు ఫైల్ చేసేటప్పుడు సరైన డాక్యుమెంట్లను దగ్గర ఉంచుకోవడం ద్వారా తప్పులు దొర్లకుండా చూసుకోవచ్చు. నిపుణులైన చార్టర్డ్ అకౌంటెంట్ల సలహాలు తీసుకోవడం ఎంతో ఉత్తమం. భీమా రంగంలో కూడా మార్చి నెలలో పాలసీల కొనుగోలు పెరుగుతుంది. లైఫ్ ఇన్సూరెన్స్ మరియు హెల్త్ ఇన్సూరెన్స్ అనేది కేవలం టాక్స్ సేవింగ్ కోసం మాత్రమే కాకుండా, కుటుంబ రక్షణ కోసం అని గుర్తించాలి. సరైన పాలసీని ఎంచుకునేటప్పుడు దాని టర్మ్స్ అండ్ కండిషన్స్ పూర్తిగా చదవాలి. క్లెయిమ్ సెటిల్మెంట్ రేషియో ఎక్కువగా ఉన్న కంపెనీలనే ఎంచుకోవడం మంచిది. ఇప్పటికే ఉన్న పాలసీల ప్రీమియంలను గడువులోగా చెల్లించడం ద్వారా పాలసీలు లాప్స్ కాకుండా చూసుకోవచ్చు. ముఖ్యంగా వైద్య ఖర్చులు పెరుగుతున్న ఈ రోజుల్లో తగినంత హెల్త్ ఇన్సూరెన్స్ ఉండటం అనేది అత్యంత అవసరం. ఇది ఆపద సమయంలో ఆర్థికంగా కొండంత అండగా నిలుస్తుంది. వచ్చే ఏప్రిల్ 1 నుండి కొత్త ఆర్థిక సంవత్సరం ప్రారంభం కానుంది. కొత్త సంవత్సరంలో కొత్త నిర్ణయాలు తీసుకోవడానికి ఇది సరైన సమయం. గతేడాది చేసిన ఆర్థిక తప్పుల నుండి పాఠాలు నేర్చుకుని, ఈ ఏడాది మరింత మెరుగైన పెట్టుబడి ప్రణాళికలను సిద్ధం చేసుకోవాలి. స్టాక్ మార్కెట్, రియల్ ఎస్టేట్ లేదా బంగారం వంటి రంగాల్లో పెట్టుబడులు పెట్టేటప్పుడు మార్కెట్ పరిస్థితులను క్షుణ్ణంగా అధ్యయనం చేయాలి. వైవిధ్యభరితమైన పోర్ట్‌ఫోలియో ఉండటం వల్ల రిస్క్ తగ్గుతుంది. నిరంతరం ఆర్థిక అంశాలపై అవగాహన పెంచుకోవడం ద్వారా మోసగాళ్ల బారిన పడకుండా ఉండవచ్చు. జ్ఞానమే నిజమైన సంపద అని భావించి ఆర్థిక అక్షరాస్యత వైపు అడుగులు వేయాలి. ముగింపుగా, మార్చి 31 అనేది ఒక ముగింపు మాత్రమే కాదు, ఒక కొత్త ఆర్థిక ప్రస్థానానికి ఆరంభం. ఈ మిగిలి ఉన్న నాలుగు రోజులను సమర్థవంతంగా వినియోగించుకోవడం ద్వారా మీ ఆర్థిక భవిష్యత్తును పదిలపరుచుకోవచ్చు. హడావిడి పడకుండా, ప్రతి నిర్ణయాన్ని ఆచి తూచి తీసుకోవాలి. మీ ఆర్థిక లక్ష్యాలను స్పష్టంగా నిర్దేశించుకుని, వాటి సాధన కోసం కృషి చేయాలి. ఆర్థిక క్రమశిక్షణ అనేది వ్యక్తిగత ఎదుగుదలకే కాకుండా, దేశ ఆర్థిక వ్యవస్థ పటిష్టతకు కూడా తోడ్పడుతుంది. కాబట్టి, ఈ రోజే మీ ఆర్థిక డైరీని తెరిచి, పెండింగ్ పనులను పూర్తి చేయండి. మీకు మరియు మీ కుటుంబానికి సుస్థిరమైన ఆర్థిక భవిష్యత్తు ఉండాలని ఆకాంక్షిద్దాం.

గూడూరు నగర పంచాయతీ ప్రజాప్రతినిధులకు ఘన సన్మానం

మన గళం గూడూరు: కూటమి ప్రభుత్వ ఒత్తిడిలకు లొంగకుండా ప్రజలకు సంక్షేమం, సుపరిపాలన అందించిన గూడూరు నగర పంచాయతీ ఛైర్మన్, వైస్ ఛైర్మన్స్, కౌన్సిలర్ల పదవీకాలం ఈ నెల 17వ తేదీతో ముగియడంతో వారిని ఘనంగా వైఎస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ మాజీ కుడా ఛైర్మన్ కోట్ల హార్షవర్ధన్ రెడ్డి కోడుమూరు నియోజకవర్గ ఇన్‌చార్జ్ ఆదిమూలపు సతీష్ వారిని సన్మానించారు ఈ సందర్భంగా నాయకులు మాట్లాడుతూ, వైఎస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ సిద్ధాంతాలకు కట్టుబడి ప్రజలకు అందించాల్సిన సేవలను బాధ్యతగా నిర్వర్తించినందుకు ప్రజా ప్రతినిధులను అభినందించారు. పదవులు ఉన్నా లేకపోయినా ప్రజా సేవే లక్ష్యంగా ముందుకు సాగాలని, పార్టీ బలోపేతానికి ప్రతి ఒక్కరు కృషి చేయాలని పిలుపునిచ్చారు అలాగే వైయస్ జగన్ గారి ఆశయాలను సాకారం చేసేందుకు ప్రతి కౌన్సిలర్ కట్టుబడి పని చేశారని, రానున్న ఎన్నికల్లో మరింత సమర్థంగా పనిచేసి జగనన్నను తిరిగి ముఖ్యమంత్రిగా చేసుకోవడమే లక్ష్యంగా కలిసికట్టుగా ముందుకు సాగాలని సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో స్థానిక నాయకులు, కార్యకర్తలు, ప్రజలు పాల్గొని ప్రజాప్రతినిధులకు శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు.

డిమార్ట్ - రిలయన్స్ రిటైల్

హైదరాబాద్, మార్చి 26 మన గళం : మధ్యతరగతి కుటుంబాలకు నెలసరి సరుకుల కొనుగోలు విషయంలో డిమార్ట్ మరియు రిలయన్స్ రిటైల్ ప్రధాన ఎంపికలుగా మారాయి. ధరలు, సౌలభ్యం, అందుబాటు వంటి అంశాల్లో ఈ రెండు సంస్థలు గట్టి పోటీ పడుతున్నాయి. అయితే మీ అవసరాన్ని బట్టి ఏది బెస్ట్ అనేది నిర్ణయించుకోవాల్సి ఉంటుంది. డిస్కౌంట్ల విషయంలో డిమార్ట్ ముందంజలో ఉంటుంది. మార్కెట్ ధర కంటే తక్కువ ధరలకు వస్తువులను అందించడం దీని ప్రత్యేకత. కంపెనీల నుంచి నేరుగా భారీగా సరుకును కొనుగోలు చేసి తక్కువ ధరలకు వినియోగదారులకు అందిస్తుంది. నెలకు సరిపడా సరుకులను ఒకేసారి కొనుగోలు చేసి డబ్బు ఆదా చేయాలనుకునేవారికి ఇది మంచి ఎంపిక. అయితే స్టోర్లు తక్కువగా ఉండటం, రద్దీ ఎక్కువగా ఉండటం కొంత అసౌకర్యంగా మారుతుంది. ఇక రిలయన్స్ రిటైల్ విషయానికి వస్తే, విభిన్న రకాల ఉత్పత్తులు, సౌలభ్యం దీని బలం. కిరాణా సరుకులతో పాటు ఫ్యాషన్, ఎలక్ట్రానిక్స్ వంటి అనేక విభాగాల్లో వస్తువులు అందుబాటులో ఉంటాయి. నగరాల్లో దాదాపు ప్రతి ప్రాంతంలో స్టోర్లు ఉండటంతో సులభంగా చేరుకోవచ్చు. అంతేకాకుండా ఇంటి వద్దకే సరుకులు అందించే ఆన్‌లైన్ సేవలతో వినియోగదారులకు మరింత సౌకర్యాన్ని అందిస్తోంది. మొత్తంగా చూస్తే, తక్కువ ధరలకు ఎక్కువగా కొనుగోలు చేయాలనుకునేవారికి డిమార్ట్ అనుకూలంగా ఉంటే, సౌలభ్యం, అందుబాటు, ఆన్‌లైన్ సేవలు కోరుకునేవారికి రిలయన్స్ రిటైల్ మంచి ఎంపికగా నిలుస్తో

ఉమాంగ్ యాప్‌తో ప్రభుత్వ సేవలు

హైదరాబాద్, మార్చి 26 మన గళం : ప్రజలకు ప్రభుత్వ సేవలను సులభంగా అందించేందుకు కేంద్ర ప్రభుత్వం తీసుకొచ్చిన ఉమాంగ్ యాప్ ఇప్పుడు మరింత విస్తృతంగా ఉపయోగపడుతోంది. ఒక్క యాప్ ద్వారా వేలాది సేవలను పొందే అవకాశం ఉండటంతో ప్రజలు పెద్దఎత్తున దీనిని వినియోగిస్తున్నారు. ఈ యాప్ ద్వారా ఇంటి నుంచే మొబైల్ సహాయంతో నిమిషాల్లోనే ప్రభుత్వ సేవలను పొందవచ్చు. మొత్తం రెండు వేల నాలుగు వందలకుపైగా సేవలు ఇందులో అందుబాటులో ఉన్నాయి. ప్రభుత్వ కార్యాలయాలకు వెళ్లాల్సిన అవసరం లేకుండా సమయం, ఖర్చు రెండింటినీ ఆదా చేసుకునే వీలుంది. ఇటీవల ఈ యాప్‌లో జరిగిన లావాదేవీలు భారీగా పెరగడం దీని వినియోగాన్ని స్పష్టంగా చూపిస్తోంది. ప్రభుత్వ కార్యాలయాల్లో గంటల తరబడి వేచి ఉండాల్సిన అవసరాన్ని తగ్గించేందుకు ఈ యాప్‌ను ప్రారంభించారు. పలు శాఖల సేవలను ఒకేచోట అందించే విధంగా దీన్ని రూపొందించారు. గ్యాస్ బుకింగ్ నుంచి పింఛన్, ఆధార్, డ్రైవింగ్ లైసెన్స్, రేషన్ కార్డు వరకు అనేక సేవలను ఈ యాప్ ద్వారా పొందవచ్చు. ప్రతి సేవ కోసం వేర్వేరు వెబ్‌సైట్లకు వెళ్లాల్సిన అవసరం లేకుండా అన్నీ ఒకేచోట లభిస్తాయి. ఈ యాప్‌ను కొన్ని సంవత్సరాల క్రితమే ప్రారంభించినప్పటికీ, ప్రస్తుతం సేవల సంఖ్య గణనీయంగా పెరిగింది. మొదట కొన్ని సేవలతో ప్రారంభమైన ఇది ఇప్పుడు అనేక రెట్లు విస్తరించింది. ప్రాంతీయ భాషల్లో కూడా అందుబాటులో ఉండటంతో గ్రామీణ ప్రాంతాల ప్రజలు కూడా సులభంగా ఉపయోగించగలుగుతున్నారు. మొత్తంగా ఉమాంగ్ యాప్ ప్రభుత్వ సేవలను ప్రజల చేతుల్లోకి తీసుకువచ్చిన డిజిటల్ వేదికగా మారింది. ఇంటి నుంచే పథకాలకు దరఖాస్తు చేయడం, సేవలు పొందడం వంటి సౌకర్యాలతో ప్రజలకు పెద్దగా ఉపశమనం కలిగిస్తోంది.ంది.

హోండా షైన్‌కు క్రేజ్

హైదరాబాద్, మార్చి 26 మన గళం : కమ్యూటర్ బైక్ విభాగంలో హోండా షైన్ 125కు మంచి ఆదరణ లభిస్తోంది. అద్భుతమైన మైలేజీ, సౌకర్యవంతమైన రైడింగ్, తక్కువ ఖర్చుతో నిర్వహణ వంటి లక్షణాల వల్ల ఈ బైక్‌ను ఎక్కువ మంది ఇష్టపడుతున్నారని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఇటీవల చేసిన నవీకరణలతో ఈ బైక్‌కు డిమాండ్ మరింత పెరిగింది. మొదటగా ధర విషయానికి వస్తే, ఈ బైక్ సాధారణ ప్రజలకు అందుబాటులో ఉండే విధంగా ఉంది. డ్రమ్, డిస్క్ వేరియంట్లలో లభిస్తూ ఇతర బైక్‌లకు గట్టి పోటీ ఇస్తోంది. సింపుల్, క్లాసిక్ డిజైన్ కూడా ఈ బైక్‌కు ప్రత్యేక ఆకర్షణ. ఆకర్షణీయమైన రంగుల్లో అందుబాటులో ఉండటం వల్ల యువతను కూడా ఆకట్టుకుంటోంది. ఇంజన్ పనితీరు పరంగా కూడా ఈ బైక్ బలంగా నిలుస్తోంది. 124 సీసీ సామర్థ్యంతో కూడిన ఇంజన్, ఐదు గేర్ల వ్యవస్థతో సాఫీగా నడుస్తుంది. లీటరుకు సుమారు యాభై ఐదు కిలోమీటర్ల మైలేజీ ఇవ్వడం దీని పెద్ద ప్లస్ పాయింట్. తాజా ఉద్గార నిబంధనలకు అనుగుణంగా ఉండటం కూడా మరో ప్రత్యేకత. ఫీచర్ల విషయానికి వస్తే, ఆధునిక సదుపాయాలు ఈ బైక్‌లో ఉన్నాయి. డిజిటల్ మీటర్ ద్వారా మైలేజీ, సర్వీస్ వివరాలు తెలుసుకోవచ్చు. మొబైల్ ఛార్జింగ్ కోసం ప్రత్యేక పోర్ట్, సైలెంట్ స్టార్ట్, సైడ్ స్టాండ్ భద్రతా వ్యవస్థ వంటి సదుపాయాలు వినియోగదారులకు మరింత సౌకర్యాన్ని అందిస్తున్నాయి.

రోజువారీ ప్రయాణాలకు అనువుగా ఉండేలా దీన్ని రూపొందించారు. తక్కువ బరువు, సరైన సీటు ఎత్తు వల్ల ట్రాఫిక్‌లో సులభంగా నడపవచ్చు. గుంతల రోడ్లపై కూడా సాఫీగా ప్రయాణించేందుకు అనుకూలంగా ఉంది. తక్కువ నిర్వహణ ఖర్చు, నమ్మకమైన పనితీరు కారణంగా హోండా షైన్ 125 సాధారణ వినియోగదారులకు మంచి ఎంపికగా నిలుస్తోంది.

కుండీలో పచ్చిమిర్చి మొక్కలు తళతళలాడాలంటేడ ఈ చిట్కాలు తప్పనిసరి

- సూర్యరశ్మి, నీటిపారుదల కీలకం- సరైన ఎరువులతో అధిక దిగుబడి- పురుగుల నియంత్రణతో ఆరోగ్యకర పెరుగుదల

డెస్క్, మార్చి 26 మన గళం, ఆరోగ్యం : ఇంటి వద్దే కుండీలలో పచ్చిమిర్చి మొక్కలను పెంచడం ప్రస్తుతం చాలా మంది అలవాటు చేసుకుంటున్నారు. అయితే సరైన సంరక్షణ లేకపోతే మొక్కలు బలహీనంగా మారి దిగుబడి తగ్గిపోతుంది. నిపుణుల సూచనల ప్రకారం కొన్ని సులభమైన పద్ధతులను పాటిస్తే పచ్చిమిర్చి మొక్కలు ఆరోగ్యంగా పెరిగి కాయలతో నిండిపోతాయి. పచ్చిమిర్చి మొక్కలకు రోజుకు కనీసం 5 నుంచి 7 గంటలు సూర్యరశ్మి అవసరం. సరిపడా వెలుతురు లేకపోతే మొక్కలు పెరిగినా పూలు, కాయలు రావు. అలాగే నీరు పోయేటప్పుడు జాగ్రత్త అవసరం. మట్టి ఎండినప్పుడు మాత్రమే నీరు పోయాలి. నీరు ఎక్కువైతే వేర్లు కుళ్లిపోవడం, తక్కువైతే మొక్క ఎండిపోవడం జరుగుతుంది. కుండిలో నీరు నిల్వ ఉండకుండా డ్రైనేజ్ సదుపాయం ఉండాలి. మొక్కలకు పోషకాలు అందించడానికి ఆర్గానిక్ ఎరువులు ఉపయోగించడం మంచిదని నిపుణులు చెబుతున్నారు. వారానికి ఒకసారి కంపోస్ట్ లేదా వర్మీ కంపోస్ట్ ఇవ్వడం ద్వారా మొక్కల పెరుగుదల మెరుగవుతుంది. అలాగే బనానా తొక్కల నీరు, మజ్జిగ ద్రావణం వంటి సహజ ఎరువులు కూడా ఉపయోగకరంగా ఉంటాయి. మొక్కలో పాత ఆకులు, బలహీన కొమ్మలను తొలగించడం ద్వారా కొత్త కొమ్మలు పెరిగి ఎక్కువ పూలు వస్తాయి. పురుగుల సమస్య తలెత్తితే నీమ్ ఆయిల్ లేదా సబ్బునీటితో స్ప్రే చేయడం ద్వారా నియంత్రించవచ్చు. ఈ విధంగా సరైన సంరక్షణ తీసుకుంటే ఇంటి కుండీలలోనే పచ్చిమిర్చి మొక్కలు పచ్చగా పెరిగి మంచి దిగుబడి ఇస్తాయని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

పచ్చి చేపలు - ఎండు చేపల... ఆరోగ్యానికి ఏవి ఉత్తమం?

డెస్క్, మార్చి 26,మన గళం, ఆరోగ్యం : నాన్‌వెజ్ ఆహారంలో చేపలు ముఖ్యమైన భాగం. మార్కెట్‌లో పచ్చి చేపలు, ఎండు చేపలు రెండు రకాలుగా లభిస్తాయి. సాధారణంగా చాలా మంది పచ్చి చేపలను ఎంచుకుంటారు. అయితే పోషకాహార నిపుణుల ప్రకారం ఎండు చేపలు కూడా ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తాయి. రెండింటిలోనూ శరీరానికి అవసరమైన ప్రోటీన్లు, విటమిన్లు, ఖనిజాలు ఉన్నప్పటికీ, వాటి సాంద్రతలో మాత్రం గణనీయమైన తేడా ఉంటుంది. పచ్చి చేపల్లో నీటి శాతం ఎక్కువగా ఉండటంతో ప్రోటీన్ శాతం సుమారు 1820% వరకు ఉంటుంది. అదే ఎండు చేపల్లో నీరు దాదాపు పూర్తిగా తొలగిపోవడం వల్ల ప్రోటీన్ శాతం 60% వరకు పెరుగుతుంది. ఈ కారణంగా ఎండు చేపలు అధిక పోషకాలతో కూడిన ఆహారంగా గుర్తింపు పొందాయి. ఇవి ఒమేగా-3 కొవ్వు ఆమ్లాలు, కాల్షియం, విటమిన్లు వంటి ముఖ్యమైన పోషకాలను అందించి గుండె ఆరోగ్యం, ఎముకల బలం, మెదడు పనితీరును మెరుగుపరచడంలో సహాయపడతాయి. అయితే ఎండు చేపల వినియోగంలో కొన్ని జాగ్రత్తలు అవసరం. ఎక్కువ కాలం నిల్వ ఉండేందుకు వీటిలో ఉప్పు అధికంగా ఉపయోగిస్తారు. దీనివల్ల అధిక రక్తపోటు లేదా గుండె సంబంధిత సమస్యలు ఉన్నవారు వీటిని పరిమితంగా తీసుకోవాలి. వండే ముందు ఎండు చేపలను నీటిలో బాగా కడగడం లేదా కొంతసేపు మరిగించడం ద్వారా ఉప్పు శాతం తగ్గించుకోవచ్చు. మరోవైపు పచ్చి చేపలు తక్కువ ఉప్పుతో ఉండి తేలికగా జీర్ణమవుతాయి కానీ త్వరగా పాడయ్యే అవకాశముంది. మొత్తానికి చూస్తే పచ్చి చేపలు, ఎండు చేపలు రెండూ ఆరోగ్యానికి మేలు చేసే ఆహారాలే. పోషకాల పరంగా ఎండు చేపలు కొంత ముందుంటే, సురక్షిత వినియోగం, తక్కువ ఉప్పు కారణంగా పచ్చి చేపలు కూడా సమానంగా ఉపయోగకరంగా ఉంటాయి. కాబట్టి వ్యక్తిగత ఆరోగ్య పరిస్థితులను బట్టి, మితంగా ఈ రెండు రకాల చేపలను ఆహారంలో చేర్చుకోవడం ద్వారా శరీరానికి పూర్తి పోషణ లభిస్తుందని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

రాత్రి జాజికాయ తీసుకుంటేడ శరీరానికి సహజ శాంతి, ఆరోగ్యానికి మేలు

డెస్క్, మార్చి 26 మన గళం, ఆరోగ్యం : వంటల్లో రుచి, సువాసన కోసం ఉపయోగించే జాజికాయ ఆరోగ్యానికి కూడా అనేక ప్రయోజనాలను అందించే సహజ ఔషధంగా గుర్తింపు పొందుతోంది. ముఖ్యంగా రాత్రి పడుకునే ముందు కొద్దిగా జాజికాయ తీసుకోవడం వల్ల శరీరానికి విశ్రాంతి లభించడమే కాకుండా, నిద్ర నాణ్యత కూడా మెరుగవుతుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. జాజికాయ జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. కడుపు ఉబ్బరం, గ్యాస్ వంటి సమస్యలను తగ్గించి, ఆహారం సులభంగా జీర్ణమయ్యేలా సహాయపడుతుంది. రాత్రి సమయంలో దీన్ని తీసుకోవడం వల్ల శరీరం సాంత్వన పొందుతూ, నిద్రకు అనుకూల వాతావరణం ఏర్పడుతుంది. నిద్రలేమితో బాధపడేవారికి ఇది సహజ పరిష్కారంగా ఉపయోగపడుతుంది. ఇందులో ఉన్న యూజెనాల్ వంటి సమ్మేళనాలు కండరాల నొప్పులు, కీళ్ల నొప్పులను తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి. అలాగే యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు అధికంగా ఉండటం వల్ల శరీరంలో వాపును తగ్గించి కణాలను రక్షిస్తాయి. రక్తంలో చక్కెర స్థాయిల నియంత్రణలో కూడా ఇది కొంతవరకు సహాయపడుతుందని కొన్ని అధ్యయనాలు సూచిస్తున్నాయి. జాజికాయకు బ్యాక్టీరియా వ్యతిరేక గుణాలు ఉండటంతో నోటి దుర్వాసనను తగ్గించి, దంత ఆరోగ్యాన్ని కాపాడడంలో ఉపయోగపడుతుంది. అయితే దీనిని పరిమిత పరిమాణంలో మాత్రమే తీసుకోవడం ఎంతో ముఖ్యమని వైద్యులు హెచ్చరిస్తున్నారు. అధికంగా తీసుకుంటే దుష్ప్రభావాలు కలగవచ్చు. కాబట్టి రోజువారీ ఆహారంలో కొద్దిగా జాజికాయను చేర్చుకోవడం ద్వారా ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచుకోవచ్చని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

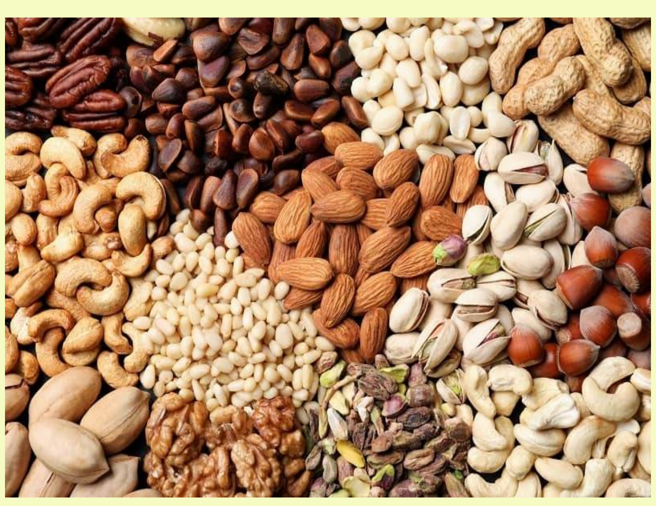
జుట్టు పెరుగుదలకు సహజ మార్గం... రోజ్‌మేరీ - ఉల్లి నూనె

డెస్క్, మార్చి 26 మన గళం, ఆరోగ్యం : నేటి జీవనశైలిలో మార్పులు, ఒత్తిడి, అసమతుల్య ఆహారం కారణంగా జుట్టు రాలడం, పలచబడటం, పెరుగుదల తగ్గడం వంటి సమస్యలు సాధారణమైపోయాయి. ఈ సమస్యలకు పరిష్కారంగా చాలా మంది సహజ చికిత్సల వైపు మొగ్గు చూపుతున్నారు. ముఖ్యంగా రోజ్‌మేరీ నూనె, ఉల్లి నూనె వంటి సహజ నూనెలు జుట్టు ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచడంలో ముఖ్య పాత్ర పోషిస్తున్నాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. రోజ్‌మేరీ నూనె ఒక హెర్బల్ ఎసెన్షియల్ నూనెగా తల చర్మంలో రక్త ప్రసరణను పెంచి జుట్టు కుదుళ్లకు పోషణ అందిస్తుంది. దీంతో జుట్టు పెరుగుదల వేగవంతమవుతుంది. జుట్టు పలచబడటం, అధికంగా రాలిపోవడం వంటి సమస్యలతో బాధపడేవారికి ఇది మంచి పరిష్కారంగా ఉంటుంది. అయితే ఈ నూనెను నేరుగా వాడకూడదు. కొబ్బరి లేదా బాదం నూనె వంటి క్యారియర్ నూనెలతో కలిపి వారానికి 2-3 సార్లు వాడితే మంచి ఫలితాలు కనిపిస్తాయి. ఉల్లి నూనెలో సల్ఫర్ పుష్కలంగా ఉండటం వల్ల జుట్టు కుదుళ్లను బలపరచడంలో ఇది కీలకంగా పనిచేస్తుంది. జుట్టు రాలడాన్ని తగ్గించడమే కాకుండా, దెబ్బతిన్న జుట్టును పునరుద్ధరించడంలో సహాయపడుతుంది. అలాగే ఉల్లి నూనెలో ఉన్న యాంటీ బాక్టీరియల్, యాంటీ ఫంగల్ గుణాలు తల చర్మాన్ని శుభ్రంగా ఉంచి చుండ్రును తగ్గిస్తాయి. క్రమం తప్పకుండా వాడితే జుట్టుకు సహజమైన మెరుపు, మృదుత్వం కూడా వస్తుంది. అయితే ఏ నూనె అయినా ఉపయోగించే ముందు జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం అవసరం. కొంతమందికి ఉల్లి వాసన అసౌకర్యంగా అనిపించవచ్చు, అలెర్జీలు కూడా ఉండొచ్చు. అందుకే ముందుగా ప్యాచ్ టెస్ట్ చేయడం మంచిది. తల చర్మం సున్నితంగా ఉన్నవారు వైద్యుల సలహా తీసుకోవాలి. సరిగా, మితంగా వాడితే రోజ్‌మేరీ మరియు ఉల్లి నూనెలు జుట్టు పెరుగుదలకు సహజ పరిష్కారాలుగా పనిచేస్తాయని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

వేసవిలో నానబెట్టిన విత్తనాలుడ శరీరానికి సహజ శక్తి

- హైడ్రేషన్‌కు తోడు పోషకాలు
- జీర్ణక్రియకు మేలు చేసే విత్తనాలు
- మితంగా తీసుకుంటేనే పూర్తి ప్రయోజనం

డెస్క్, మార్చి 26 మన గళం, ఆరోగ్యం : వేసవి కాలంలో అధిక ఉష్ణోగ్రతల కారణంగా శరీరం చెమట ద్వారా ఎక్కువ ద్రవాలను కోల్పోతుంది. అందువల్ల హైడ్రేషన్‌తో పాటు సరైన పోషకాహారం తీసుకోవడం చాలా అవసరం. నీరు తాగడం ముఖ్యమే అయినప్పటికీ, కొన్ని విత్తనాలను నీటిలో నానబెట్టి తీసుకోవడం ద్వారా అదనపు ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు పొందవచ్చు. నీటిలో నానిన విత్తనాలు జెల్‌లా మారి సులభంగా జీర్ణమవుతాయి. వీటిలో ఫైబర్, ప్రోటీన్లు, ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు, విటమిన్లు, ఖనిజాలు సమృద్ధిగా ఉండటంతో శరీరానికి అవసరమైన శక్తిని అందిస్తాయి. వేసవిలో ఎక్కువగా ఉపయోగించే విత్తనాలలో చియా, సబ్జా విత్తనాలు ముఖ్యమైనవి. ఇవి నీటిలో నానబెట్టినప్పుడు తేమను నిల్వచేసే గుణం కలిగి ఉండి శరీరాన్ని హైడ్రేట్‌గా ఉంచుతాయి. ఫైబర్, ఒమెగా-3 ఫ్యాటీ ఆమ్లాలు అధికంగా ఉండటంతో జీర్ణక్రియ మెరుగుపడటమే కాకుండా ఎక్కువసేపు ఆకలి వేయకుండా కూడా సహాయపడతాయి. అలాగే సబ్జా విత్తనాలు శరీరాన్ని చల్లగా ఉంచే గుణం కలిగి ఉండి, వేసవి పానీయాలలో విస్తృతంగా ఉపయోగిస్తారు. అవిసె గింజలు, మెంతులు కూడా ఆరోగ్యానికి మేలు చేసే విత్తనాలు. అవిసె గింజలు ఓమెగా-3 ఫ్యాటీ ఆమ్లాలు, ఫైబర్, ప్రోటీన్లతో నిండి ఉండి జీర్ణాశయ ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తాయి. మెంతులను రాత్రంతా నానబెట్టి ఉదయం తీసుకోవడం ద్వారా రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రించడంలో సహాయపడతాయి. ఇవి మెటాబాలిజాన్ని పెంచి శరీరానికి అవసరమైన శక్తిని అందిస్తాయి. నువ్వులు చిన్నవైనా పోషకాలలో పెద్దవి. కాల్షియం, మెగ్నీషియం, ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు వీటిలో సమృద్ధిగా ఉంటాయి. నానబెట్టిన తర్వాత ఇవి జీర్ణానికి సులభమవుతాయి. సలాడ్లు, అల్పాహారం, స్మూతీలలో వీటిని చేర్చుకోవచ్చు. చియా, సబ్జా, అవిసె, మెంతులు, నువ్వులు వంటి విత్తనాలను మితంగా తీసుకుంటే శరీరానికి సమగ్ర ఆరోగ్యం లభిస్తుంది. అయితే అధికంగా తీసుకుంటే సమస్యలు తలెత్తే అవకాశం ఉన్నందున సమతుల్యంగా వినియోగించడం అవసరమని వైద్యులు సూచిస్తున్నారు.



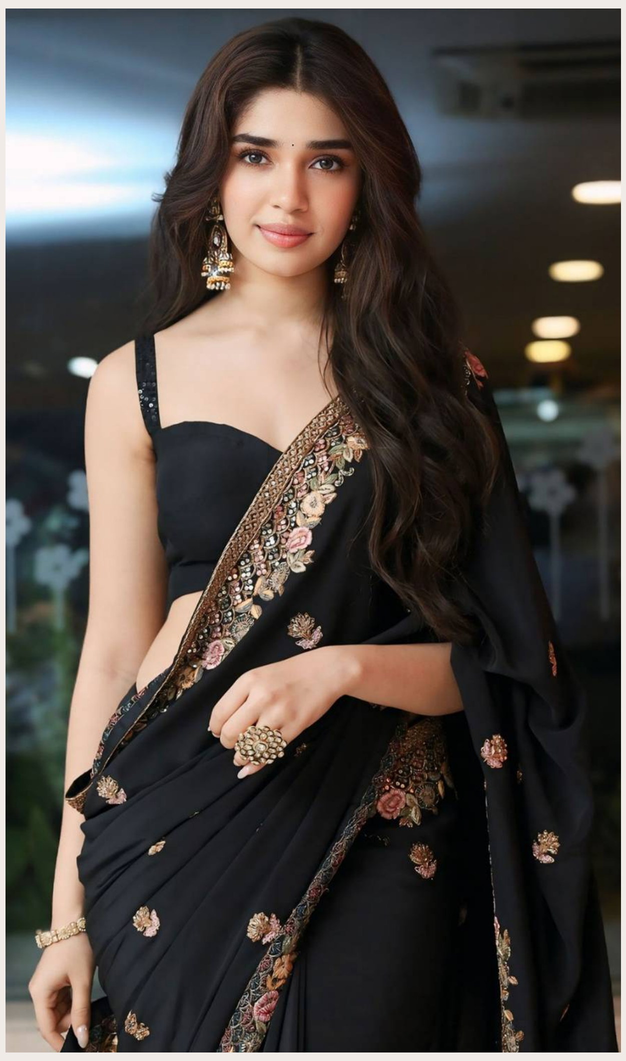
మా కలం.. మీ గళం..
మన గళం
దిన పత్రిక

'రాకాస'.. ట్రైలర్ అదుర్స్!

హైదరాబాద్, మార్చి 26 మన గళం : యూత్‌లో మంచి క్రేజ్ సంపాదించుకున్న యువ హీరో సంగీత్ శోభన్ ప్రధాన పాత్రలో నటిస్తున్న తాజా చిత్రం 'రాకాస' ట్రైలర్ విడుదలై ఆకట్టుకుంటోంది. రాకాస హారర్, కామెడీ, ఫాంటసీ అంశాల మేళవింపుతో ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకునేలా రూపొందింది. జీ స్టూడియోస్ సమర్పణలో, పింక్ ఎలిఫెంట్ పిక్చర్స్ బ్యానర్‌పై నిహారిక కొణిదెల ఈ చిత్రాన్ని నిర్మించారు. దర్శకుడు మానస శర్మ ఈ సినిమాను వినూత్న కథతో తెరకెక్కించారు. ట్రైలర్‌లో అమెరికా నుంచి వచ్చిన ఓ యువకుడు (సంగీత్ శోభన్) తన గ్రామానికి తిరిగి వచ్చాక ఎదుర్కొనే భయానక పరిస్థితులను ఆసక్తికరంగా చూపించారు. ఊరికి సమీపంలోని పాడుబడ్డ కోట, బ్రహ్మరాక్షసుడి కథ, గ్రామస్థుల ఆచారాలు కలిపి కథలో థ్రిల్‌ను పెంచాయి. హీరోను బలి ఇవ్వాలని ప్రయత్నించే గ్రామస్తుల మధ్య, అతను తన కామెడీ టైమింగ్‌తో ఎలా బయటపడతాడనేది ప్రధాన ఆకర్షణగా కనిపిస్తోంది. ఈ సినిమాలో వెన్నెల కిశోర్, తనికెళ్ల భరణి, బ్రహ్మాజీ, ఆశిష్ విద్యార్థి, గెటప్ శ్రీను తదితరులు కీలక పాత్రల్లో నటిస్తున్నారు. ఇప్పటికే 'కమిటీ కుర్రాళ్లు'తో నిర్మాతగా విజయం అందుకున్న నిహారిక, ఈ చిత్రంతో మరో హిట్ సాధించాలని లక్ష్యంగా పెట్టుకున్నారు. అన్ని కార్యక్రమాలు పూర్తి చేసుకున్న ఈ సినిమా ఏప్రిల్ 3న ప్రపంచవ్యాప్తంగా విడుదల కానుంది.

బ్యాడ్ లక్ బ్యూటీకి ఛాన్స్ ఇచ్చిన అనిల్ రావిపూడి..

దెబ్బకు దశ తిరగాల్సిందే



హైదరాబాద్, మార్చి 26 మనగళం: టాలీవుడ్ సక్సెస్‌ఫుల్ డైరెక్టర్ అనిల్ రావిపూడి మరోసారి తన కొత్త ప్రాజెక్ట్‌తో ఆసక్తి రేపుతున్నారు. వరుసగా బ్లాక్‌బస్టర్ విజయాలతో మంచి ఫామ్‌లో ఉన్న ఆయన, తాజాగా మరో మల్టీస్టారర్ సినిమాకు రెడీ అవుతున్నట్టు సమాచారం.

ఇప్పటికే వెంకటేష్ దగ్గుబాటితో కలిసి పలు విజయవంతమైన సినిమాలు చేసిన అనిల్, ఈసారి కూడా అదే కాంబినేషన్‌ను కొనసాగించనున్నారు. ఈ ప్రాజెక్ట్‌లో నందమూరి కళ్యాణ్ రామ్ కూడా కీలక పాత్రలో కనిపించనున్నారని టాక్ వినిపిస్తోంది. దీంతో ఈ సినిమా మీద అంచనాలు భారీగా పెరిగాయి. ఇక హీరోయిన్ల విషయానికి వస్తే, కీర్తి సురేష్ను వెంకటేష్ సరసన తీసుకోవాలని మేకర్స్ ప్లాన్ చేస్తున్నట్టు తెలుస్తోంది. ఇప్పటికే ఆమెతో చర్చలు జరిపినట్టు సమాచారం. ఇదే సమయంలో కళ్యాణ్ రామ్ సరసన ఓ యంగ్ హీరోయిన్‌ను ఫిక్స్ చేసినట్టు ఇండస్ట్రీలో వార్తలు వినిపిస్తున్నాయి. ఆ యంగ్ హీరోయిన్ గతంలో కొన్ని సినిమాలు చేసినప్పటికీ ఆశించిన విజయాలు అందుకోలేక 'బ్యాడ్ లక్ బ్యూటీ'గా పేరుపొందింది. అయితే అనిల్ రావిపూడి సినిమాలో ఛాన్స్ దక్కడం ఆమె కెరీర్‌కు టర్నింగ్ పాయింట్ అవుతుందనే అభిప్రాయం వ్యక్తమవుతోంది. మొత్తానికి, కామెడీ, ఫ్యామిలీ ఎంటర్‌టైన్‌మెంట్‌లకు కేరాఫ్ అడ్రస్‌గా నిలిచిన అనిల్ రావిపూడి ఈసారి మల్టీస్టారర్‌తో బాక్సాఫీస్‌ను మరోసారి షేక్ చేయడానికి సిద్ధమవుతున్నట్టు తెలుస్తోంది. ఈ సినిమాలో నటీనటుల పూర్తి వివరాలు, అధికారిక ప్రకటన త్వరలో వెలువడనుంది.

అవార్డుల గురించి మృణాల్ నయా డెఫినిషన్

హైదరాబాద్, మార్చి 26,మన గళం : బాలీవుడ్, టాలీవుడ్‌లో తనదైన గుర్తింపు తెచ్చుకుంటున్న నటి మృణాల్ ఠాకూర్ అవార్డులు, ట్రోలింగ్‌పై చేసిన తాజా వ్యాఖ్యలు వైరల్ అవుతున్నాయి. సాధారణంగా అవార్డులను పెద్ద విజయంగా భావించే సినీ ప్రపంచంలో, మృణాల్ మాత్రం వాటికి భిన్నమైన నిర్వచనం ఇచ్చి అందరినీ ఆశ్చర్యపరిచారు. తనను దృష్టిలో పెట్టుకుని దర్శకులు కథలు రాయడమే అసలైన అవార్డు అని ఆమె పేర్కొన్నారు. హీరోయిన్లకు ప్రాధాన్యత ఇచ్చే స్క్రిప్ట్‌లు రావడం అంటే అది ఏ ట్రోఫీ కంటే గొప్ప గౌరవమని మృణాల్ అభిప్రాయపడ్డారు. ఈ వ్యాఖ్యలు ప్రస్తుతం సినీ వర్గాల్లో చర్చనీయాంశంగా మారాయి. ట్రోలింగ్ విషయంలో కూడా మృణాల్ తన ప్రత్యేక దృక్పథాన్ని వెల్లడించారు. నెగెటివ్ కామెంట్స్ వచ్చినా వాటిని పాజిటివ్‌గా తీసుకుని, వాటిలోనూ పబ్లిసిటీని చూసుకోవడం నేర్చుకున్నానని చెప్పారు. కెరీర్ ప్రారంభంలో ఎదురైన విమర్శలు తనను మరింత బలంగా మార్చాయని ఆమె తెలిపారు. సీతా రామం వంటి చిత్రాలతో ప్రేక్షకులకు దగ్గరైన మృణాల్, ఆ సినిమా తన కెరీర్‌లో ప్రత్యేకమని అన్నారు. ఆ సినిమాలో తన పాత్రను దృష్టిలో పెట్టుకుని కథ రాశారని భావించినప్పుడు ఇప్పటికీ ఆనందంగా అనిపిస్తుందని చెప్పారు. మరోవైపు, తాజాగా చేసిన డెకాయిట్ సినిమా తనలో పూర్తి మార్పును తీసుకువచ్చిందని వెల్లడించారు. ఆ సినిమాలో తన నటనను చూసుకుని తానే ఆశ్చర్యపోయానని, ఇప్పుడు అన్ని రకాల పాత్రలకు సిద్ధంగా ఉన్నానని స్పష్టం చేశారు. మొత్తానికి, అవార్డుల కంటే అవకాశాలకే ప్రాధాన్యం ఇస్తూ, నటిగా మరింత ఎదగాలని లక్ష్యంగా పెట్టుకున్న మృణాల్ ఠాకూర్ వ్యాఖ్యలు సినీ ప్రేమికులను ఆకట్టుకుంటున్నాయి.

శ్రీలీల రూట్లో ట్రావెల్ చేస్తున్న మమిత

హైదరాబాద్, మార్చి 26మన గళం : ప్రస్తుతం సినీ పరిశ్రమలో హీరోయిన్లు తమ కెరీర్‌ను స్మార్ట్‌గా ప్లాన్ చేసుకుంటూ ముందుకు సాగుతున్నారు. ఈ క్రమంలో శ్రీలీల, మమితా బైజు కెరీర్ ఎంపికలు ప్రత్యేకంగా చర్చకు వస్తున్నాయి. కేవలం కమర్షియల్ గ్లామర్ పాత్రలకే పరిమితం కాకుండా, నటనకు ప్రాధాన్యం ఉన్న పాత్రలను ఎంచుకుంటూ శ్రీలీల మంచి గుర్తింపు సంపాదించారు. ముఖ్యంగా భగవంత్ కేసరి సినిమాలో నందమూరి బాలకృష్ణతో కలిసి ఆమె చేసిన పాత్రకు విమర్శకుల ప్రశంసలు దక్కాయి. ఆ పాత్ర ఆమె కెరీర్‌లో ఒక మైలురాయిగా నిలిచింది. అలాగే ఉస్తాద్ భగత్ సింగ్ చిత్రంలోనూ శ్రీలీల పాత్రకు మంచి స్పందన లభించింది. దీంతో ఆమెకు స్టార్ హీరోయిన్‌గా మరింత క్రేజ్ పెరిగింది. ఇప్పుడు ఇదే స్ట్రాటజీని మమితా బైజు కూడా ఫాలో అవుతున్నట్లు కనిపిస్తోంది. బబ్లీ గర్ల్ ఇమేజ్‌తో గుర్తింపు తెచ్చుకున్న మమితా, కేవలం లైట్ హార్ట్ పాత్రలకే కాకుండా, బలమైన పాత్రల వైపు అడుగులు వేస్తున్నారు. ప్రస్తుతం ఆమె జనగణమన సినిమాలో నటిస్తున్నట్టు సమాచారం. ఈ చిత్రంలో, శ్రీలీల భగవంత్ కేసరిలో చేసినట్టే ఒక ప్రాధాన్యమైన పాత్రలో మమితా కనిపించనున్నారనే టాక్ వినిపిస్తోంది. మొత్తానికి, గ్లామర్‌కే పరిమితం కాకుండా, నటనకు ప్రాధాన్యం ఉన్న పాత్రలను ఎంచుకుంటూ శ్రీలీల చూపిన మార్గంలో మమితా బైజు ప్రయాణం ప్రారంభించడం ఆసక్తికరంగా మారింది. ఇది ఆమె కెరీర్‌కు పెద్ద మలుపు తీసుకురావచ్చని సినీ వర్గాలు అభిప్రాయపడుతున్నాయి.

బ్యాండ్ మేళం' మూవీ రివ్యూ..

హైదరాబాద్, మార్చి 26 మన గళం : గతంలో కోర్ట్ సినిమాతో ఆకట్టుకున్న యంగ్ జంట హర్ష్ రోషన్, శ్రీదేవి ఆపల్ల మరోసారి కలిసి నటించిన తాజా చిత్రం బ్యాండ్ మేళం ప్రేక్షకుల ముందుకు వచ్చింది. కోన వెంకట్ వంటి అనుభవజ్ఞుడైన రైటర్ కూడా ఈ ప్రాజెక్ట్‌తో జతకట్టడంతో అంచనాలు పెరిగాయి. అయితే సినిమా ఆ అంచనాలను అందుకుందా లేదా అనేది ఇప్పుడు చూద్దాం.

కథ: తెలంగాణ గ్రామీణ నేపథ్యంలో సాగే ఈ కథలో గిరి (హర్ష్ రోషన్), తన మేనమామ కూతురు రాజీ (శ్రీదేవి ఆపల్ల)పై చిన్ననాటి నుంచి ప్రేమ పెంచుకుంటాడు. కాలక్రమేణా వారి కుటుంబ పరిస్థితులు మారిపోతాయి. గిరి నిర్లక్ష్యంగా జీవిస్తుంటే, రాజీ చదువులో ముందుకు సాగుతుంది. ప్రేమ, ఆత్మగౌరవం, జీవిత లక్ష్యాల మధ్య గిరి ఎలా మారాడు? చివరకు తన ప్రేమను గెలుచుకున్నాడా? అన్నదే కథ.

కథనం: సినిమాకు ప్రధాన మైనస్ పాయింట్ అవుట్‌డేటెడ్ స్టోరీ. కొత్తదనం లేకుండా సాగిన కథనం ప్రేక్షకుడిని పెద్దగా ఆకట్టుకోదు. ఎమోషనల్ కనెక్ట్ లేకపోవడం, బలహీనమైన స్క్రీన్‌ప్లే కారణంగా సినిమా ఎక్కడా పట్టు సాధించలేదు. ముఖ్యంగా 'బ్యాండ్' కాన్సెప్ట్‌ను జస్టిఫై చేయడానికి తరచూ వచ్చే సీన్స్ కూడా బోర్ ఫీలింగ్ తెప్పిస్తాయి.

నటీనటులు: హర్ష్ రోషన్ ఈసారి మాస్ అవతార్‌లో కనిపించినా, అతని క్యారెక్టర్ కొంత ఓవర్‌గా అనిపిస్తుంది. శ్రీదేవి ఆపల్ల తన పాత్రకు తగినంతగా నటించినా, ఆమెకు పెద్దగా స్కోప్ లేదు. సాయికుమార్ వంటి అనుభవజ్ఞులు తమ పాత్రలకు న్యాయం చేశారు.

టెక్నికల్ విభాగం: సంగీతం ఈ సినిమాకు కీలకం కావాల్సి ఉన్నా, విజయ్ బుల్గానిన్ అందించిన పాటలు, బ్యాక్‌గ్రౌండ్ స్కోర్ పెద్దగా ప్రభావం చూపలేదు. సినిమాటోగ్రఫీ ఓకే అనిపించినా, ఎడిటింగ్ వీక్‌గా ఉంది. నిర్మాణ విలువలు మాత్రం బాగున్నాయి.

తీర్పు: మొత్తానికి, మంచి కాన్సెప్ట్ ఉన్నప్పటికీ, బలహీనమైన కథనం కారణంగా బ్యాండ్ మేళం ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకోవడంలో విఫలమైంది.

ఓపెనింగ్ వేడుక రద్దు

బెంగళూరు, మార్చి 26 , మన గళం : భారత క్రికెట్ నియంత్రణ మండలి కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది. ఐపీఎల్ 2026 సీజన్‌కు ప్రతి ఏడాది జరిగే ప్రారంభోత్సవ వేడుకలను ఈసారి రద్దు చేస్తున్నట్లు ప్రకటించింది. మార్చి 28న రాయల్ ఛాలెంజర్స్ బెంగళూరు, సన్‌రైజర్స్ హైదరాబాద్ జట్ల మధ్య తొలి మ్యాచ్ చిన్నస్వామి స్టేడియంలో జరగనుంది. అయితే ఆడంబరమైన ఓపెనింగ్ కార్యక్రమాలు లేకుండానే ఈసారి టోర్నీ ప్రారంభం కానుంది. గత ఏడాది ఇదే స్టేడియం వెలుపల జరిగిన విషాద ఘటనే ఈ నిర్ణయానికి కారణమైంది. ఆర్‌సీబీ విజయోత్సవ వేడుకల సందర్భంగా జరిగిన తొక్కిసలాటలో పలువురు అభిమానులు ప్రాణాలు కోల్పోయారు. వారి జ్ఞాపకార్థం, కుటుంబాలకు గౌరవం తెలుపుతూ ఎటువంటి వినోద కార్యక్రమాలు నిర్వహించకూడదని బోర్డు నిర్ణయించింది. అయితే ప్రారంభ వేడుకలు లేకపోయినా, సీజన్ ముగింపు వేడుకలను ఘనంగా నిర్వహించాలని భారత క్రికెట్ నియంత్రణ మండలి ప్రణాళికలు రూపొందిస్తోంది. మే 31న జరిగే ఫైనల్ మ్యాచ్ సందర్భంగా గ్రాండ్ క్లోజింగ్ సెర్మనీ నిర్వహించనున్నట్లు సమాచారం. ఇక తొలి మ్యాచ్‌పై కూడా ఆసక్తి నెలకొంది. రాయల్ ఛాలెంజర్స్ బెంగళూరు డిఫెండింగ్ ఛాంపియన్‌గా బరిలోకి దిగుతుండగా, సన్‌రైజర్స్ హైదరాబాద్ కూడా గట్టి పోటీ ఇవ్వాలని చూస్తోంది. వర్షం ప్రభావం ఉండే అవకాశం ఉన్నప్పటికీ, అభిమానులు ఈ పోరుకు ఆసక్తిగా ఎదురుచూస్తున్నారు.

ఐపీఎల్‌లో కొత్త తారలు

హైదరాబాద్, మార్చి 26, మన గళం : ఐపీఎల్ 2026లో మరోసారి యువ ఆటగాళ్ల హవా కనిపించనుంది. ప్రతీ సీజన్‌లాగే ఈసారి కూడా దేశవాళీ క్రికెట్‌లో మెరిసిన కొత్త ముఖాలు పెద్ద వేదికపై తమ ప్రతిభను నిరూపించుకునేందుకు సిద్ధమయ్యాయి. ముఖ్యంగా నాలుగు అన్‌క్యాప్డ్ ఆటగాళ్లపై ఇప్పుడు అందరి దృష్టి నిలిచింది. మొదటగా అకిబ్ నబీ దార్. జమ్మూ కశ్మీర్‌కు చెందిన ఈ స్వింగ్ బౌలర్, దేశవాళీ టోర్నీల్లో అద్భుత ప్రదర్శనతో గుర్తింపు పొందాడు. గత రెండు సీజన్లలో భారీగా వికెట్లు తీసి తన ప్రతిభను చాటాడు. అతడిని ఢిల్లీ క్యాపిటల్స్ భారీ మొత్తానికి కొనుగోలు చేయడం అతని ప్రతిభకు నిదర్శనం. ఇక కార్తీక్ శర్మ, చెన్నై సూపర్ కింగ్స్ తరఫున ఆడనున్నాడు. వికెట్ కీపర్ బ్యాటర్‌గా సిక్సర్లతో అలరించిన ఈ యువ ఆటగాడు దేశవాళీ టోర్నీల్లో రికార్డులు సృష్టించాడు. భారీ మొత్తానికి కొనుగోలు చేయడం అతడిపై ఉన్న నమ్మకాన్ని చూపిస్తోంది. మరో ఆటగాడు ప్రశాంత్ వీర్. ఎడమచేతి స్పిన్నర్‌గా, ఆల్‌రౌండర్‌గా తన ప్రతిభను నిరూపించుకున్న ఈ యువ ఆటగాడు కూడా చెన్నై సూపర్ కింగ్స్లో చోటు దక్కించుకున్నాడు. జట్టులో కీలక ఆల్‌రౌండర్ స్థానాన్ని భర్తీ చేసే సామర్థ్యం అతనిలో ఉందని భావిస్తున్నారు. ఇక మంగేష్ యాదవ్, రాయల్ ఛాలెంజర్స్ బెంగళూరు తరఫున ఆడనున్నాడు. తక్కువ అనుభవం ఉన్నప్పటికీ, తన బౌలింగ్ ప్రతిభతో సెలెక్టర్ల దృష్టిని ఆకర్షించాడు. అవసరమైనప్పుడు బ్యాటింగ్‌లోనూ రాణించగలగడం అతని ప్రత్యేకత. మొత్తంగా ఈ యువ ఆటగాళ్లు ఐపీఎల్ 2026లో ఎలా రాణిస్తారో చూడాలని అభిమానులు ఆసక్తిగా ఎదురుచూస్తున్నారు. ఈ సీజన్‌లో కొత్త తారలు వెలుగులోకి రావడం ఖాయం అనే అంచనాలు వినిపిస్తున్నాయి.

వైభవ్ బర్త్‌డే వేడుకలు

గౌహతి, మార్చి 26 , మన గళం : వైభవ్ సూర్యవంశీ అనే యువ సంచలనం మార్చి 27న తన 15వ పుట్టినరోజును జరుపుకోబోతున్నాడు. ఐపీఎల్ 2026 ప్రారంభానికి ఒక్క రోజు ముందు జరగనున్న ఈ వేడుకలు అస్సాం రాష్ట్రంలోని గౌహతిలో జరుగనున్నాయి. రాజస్థాన్ రాయల్స్ జట్టుతో కలిసి ఉన్న వైభవ్, జట్టు సభ్యుల సమక్షంలోనే ఈ వేడుకల్లో పాల్గొననున్నాడు. గౌహతిలోని బర్సాపరా స్టేడియంలో మార్చి 30న జరగనున్న తొలి మ్యాచ్ కోసం జట్టు ఇప్పటికే అక్కడికి చేరుకుంది. దీంతో వరుసగా రెండో ఏడాది తన పుట్టినరోజును ఫ్రాంచైజీతోనే జరుపుకోవడం విశేషంగా మారింది. గత సీజన్‌లో కేవలం 14 ఏళ్ల వయసులోనే ఐపీఎల్‌లోకి అడుగుపెట్టిన ఈ యువ ఆటగాడు తన బ్యాటింగ్‌తో అందరినీ ఆశ్చర్యపరిచాడు. కొన్ని మ్యాచ్‌లలోనే దూకుడైన ఆటతీరుతో భారీ పరుగులు చేసి ప్రత్యేక గుర్తింపు తెచ్చుకున్నాడు. ముఖ్యంగా తక్కువ బంతుల్లో శతకం సాధించడం అతని ప్రతిభకు నిదర్శనంగా నిలిచింది. ఈసారి కూడా వైభవ్ సూర్యవంశీ లక్ష్యం పెద్దదే. రాజస్థాన్ రాయల్స్కు టైటిల్ అందించడమే కాకుండా, క్రిస్ గేల్ పేరిట ఉన్న భారీ స్కోరు రికార్డును బద్దలు కొట్టాలని సంకల్పంతో ఉన్నాడు. బర్త్‌డే సంబరాల అనంతరం వెంటనే ప్రాక్టీస్ ప్రారంభించనున్న వైభవ్, ఈ సీజన్‌లో మరిన్ని రికార్డులు సృష్టించేందుకు సిద్ధమవుతున్నాడు. ఐపీఎల్ ప్రారంభంతో పాటు ఈ చిన్న వయస్కుడి పుట్టినరోజు కావడంతో రాజస్థాన్ జట్టులో పండగ వాతావరణం నెలకొంది. అభిమానులు కూడా ఈ యువ తార మరోసారి ఎలా మెరిసిపోతాడో అని ఆసక్తిగా ఎదురుచూస్తున్నారు.

పీఎస్‌ఎల్‌లో వార్నర్ ఆగ్రహం

హైదరాబాద్, మార్చి 26 , మన గళం : పాకిస్థాన్ సూపర్ లీగ్ 2026 ప్రారంభానికి ముందే వివాదం చెలరేగింది. లాహోర్‌లో జరిగిన ప్రెస్ సమావేశంలో డేవిడ్ వార్నర్ పాక్ కెప్టెన్ల ప్రవర్తనపై తీవ్ర అసహనం వ్యక్తం చేశారు. ప్రెస్ మీట్ సందర్భంగా తన జట్టు వ్యూహాల గురించి మాట్లాడుతున్న సమయంలో, పక్కనే ఉన్న షాహీన్ అఫ్రిది, మహ్మద్ రిజ్వాన్, సౌద్ షకీల్ ఒకరితో ఒకరు సరదాగా మాట్లాడుకుంటూ నవ్వుకోవడం వార్నర్‌ను అసహనానికి గురి చేసింది. దీంతో వెంటనే స్పందించిన డేవిడ్ వార్నర్, “ఇక్కడ ఏం జరుగుతోంది? కొంతమంది స్కూల్ పిల్లల్లా ప్రవర్తిస్తున్నారు. అంతర్జాతీయ స్థాయి సమావేశంలో ఎలా ఉండాలో తెలియదా?” అంటూ ఘాటుగా వ్యాఖ్యానించారు. ఈ వ్యాఖ్యలు ఇప్పుడు క్రికెట్ వర్గాల్లో చర్చనీయాంశంగా మారాయి. ఒకవైపు వార్నర్ వ్యాఖ్యలను కొందరు తప్పుబడుతుండగా, మరికొందరు మాత్రం ప్రెస్ మీట్లలో ప్రొఫెషనలిజం తప్పనిసరి అని ఆయనకు మద్దతు తెలుపుతున్నారు. ముఖ్యంగా సీనియర్ ఆటగాడు మాట్లాడుతున్నప్పుడు గౌరవం ఇవ్వాల్సిందేనని విశ్లేషకులు అభిప్రాయపడుతున్నారు. మొత్తంగా పాకిస్థాన్ సూపర్ లీగ్ 2026 ప్రారంభానికి ముందే ఈ ఘటన టోర్నీపై మరింత దృష్టిని ఆకర్షిస్తోంది.

సీఎస్కే ఓపెనింగ్ జోడీ ఖరారు

హైదరాబాద్, మార్చి 26 , మన గళం : చెన్నై సూపర్ కింగ్స్ జట్టు ఓపెనింగ్ జోడీపై ఉన్న సందేహాలకు కెప్టెన్ రుతురాజ్ గైక్వాడ్ తెరదించారు. ఐపీఎల్ 2026 సీజన్‌లో తానే ఓపెనర్‌గా బరిలోకి దిగుతానని, తనతో పాటు సంజు శాంసన్ ఇన్నింగ్స్ ప్రారంభిస్తాడని ప్రకటించారు.

గత సీజన్‌లో టాప్ ఆర్డర్ వైఫల్యం జట్టును తీవ్రంగా ప్రభావితం చేసింది. పలువురు ఆటగాళ్లను ఓపెనింగ్‌లో ప్రయత్నించినా ఆశించిన ఫలితం రాలేదు. దీంతో ఈసారి ముందుగానే స్పష్టమైన వ్యూహంతో బరిలోకి దిగాలని జట్టు నిర్ణయించింది. ముంబైలో జరిగిన ఐపీఎల్ కెప్టెన్ల సమావేశంలో ఈ విషయాన్ని వెల్లడించిన రుతురాజ్ గైక్వాడ్, కొత్త ఓపెనింగ్ జోడీ జట్టుకు మెరుగైన ఆరంభాన్ని ఇస్తుందని ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు. ఈ సీజన్‌లో చెన్నై సూపర్ కింగ్స్ తమ తొలి మ్యాచ్‌ను ఈ నెల 30న రాజస్థాన్ రాయల్స్తో గువాహటిలో ఆడనుంది. అనంతరం స్వదేశంలో జరిగే మ్యాచ్‌లతో అభిమానులను అలరించేందుకు సిద్ధమవుతోంది. మొత్తంగా కొత్త ఓపెనింగ్ జోడీతో బరిలోకి దిగుతున్న చెన్నై జట్టు ఈసారి మెరుగైన ప్రదర్శన ఇవ్వాలని లక్ష్యంగా పెట్టుకుంది.

ఎస్ఆర్‌హెచ్ టికెట్ల అమ్మకం

హైదరాబాద్, మార్చి 26 , మన గళం : క్రికెట్ అభిమానులకు గుడ్‌న్యూస్. సన్‌రైజర్స్ హైదరాబాద్ హోమ్ మ్యాచ్ టికెట్ల విక్రయం ప్రారంభం కానుంది. ఏప్రిల్ 5న లక్నో సూపర్ జెయింట్స్తో జరగనున్న మ్యాచ్ కోసం ఇప్పటికే ఏర్పాట్లు పూర్తి చేశారు. ఈ మ్యాచ్ రాజీవ్ గాంధీ అంతర్జాతీయ క్రికెట్ స్టేడియంలో జరగనుంది. టికెట్లను అభిమానులు ప్రత్యేక మొబైల్ యాప్ ద్వారా బుక్ చేసుకోవచ్చని జట్టు యాజమాన్యం తెలిపింది. రెండు టికెట్లు కొనుగోలు చేస్తే ఒక జట్టు జెర్సీని ఉచితంగా అందించే ఆఫర్‌ను కూడా ప్రకటించారు. హోమ్ గ్రౌండ్‌లో జరిగే తొలి మ్యాచ్ కావడంతో టికెట్లకు భారీ డిమాండ్ ఉండే అవకాశం ఉంది. ఈ సీజన్‌లో ప్రారంభ దశలో విడుదలైన షెడ్యూల్ ప్రకారం సన్‌రైజర్స్ హైదరాబాద్ తమ మైదానంలో తొలి విడతలో ఒకే మ్యాచ్ ఆడనుంది. దీంతో అభిమానులు ఈ మ్యాచ్‌ను ప్రత్యక్షంగా వీక్షించేందుకు ఆసక్తి చూపుతున్నారు. ఇక టోర్నీలో తమ తొలి మ్యాచ్‌ను మార్చి 28న రాయల్ ఛాలెంజర్స్ బెంగళూరుతో బెంగళూరులో ఆడనుంది. ఇప్పటికే జట్టు అక్కడికి చేరుకుని సాధనలో నిమగ్నమైంది. మొత్తంగా ఐపీఎల్ 2026 ప్రారంభానికి ముందు నుంచే అభిమానుల్లో ఉత్సాహం నెలకొంది. టికెట్ల అమ్మకం ప్రారంభం కావడంతో క్రికెట్ ప్రేమికులు మ్యాచ్‌ను ప్రత్యక్షంగా ఆస్వాదించేందుకు సిద్ధమవుతున్నారు.

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.