తెలుగు జాతీయ దినపత్రిక
అక్షర విజేత
నిజం నిర్భయం నిష్పక్షం
తెలంగాణ, ఆంధ్రప్రదేశ్, తమిళనాడు, కర్ణాటక

హైదరాబాద్ సంపుటి:05 సంచిక :219 ఎడిటర్ : బి. అనిల్ కుమార్ పేజిలు : 12, వెల. 6రూ/ గురువారం- 12 - ఫబ్రవరి - 2026

గ్రూప్-1 మూల్యాంకనంలో అక్రమాలపై హైకోర్టు కీలక ఉత్తర్వులు

ఏపీపీఎస్సీ గ్రూప్-1 పరీక్ష మూల్యాంకనంలో అక్రమాలను నిగ్గు తేల్చేందుకు సిట్ ఏర్పాటుకు ఏపీ హైకోర్టు ఆదేశాలు జారీ చేసింది.

ఎంపికైన అభ్యర్థుల జవాబుపత్రాలు భద్రంగా ఉన్నాయా లేదా వాటిని ఎవరైనా ట్యాంపర్ చేశారా అనేది ఫోరెన్సిక్ నిపుణులతో పరిశీలించాలని సూచించింది.

అమరావతి, ఫిబ్రవరి 11: ఏపీపీఎస్సీ గ్రూప్-1 ప్రధాన పరీక్ష జవాబుపత్రాల మూల్యాంకనంలో అక్రమాలపై రాష్ట్ర హైకోర్టుకీలక ఉత్తర్వులు జారీ చేసింది. మూల్యాంకనంలో చోటు చేసుకున్న అక్రమాలను నిగ్గు తేల్చేందుకు స్పెషల్ ఇన్వెస్టిగేషన్ టీమ్(సిట్) ఏర్పాటుకు ధర్మాసనం ఆదేశించింది. అడిషనల్ డీజీ స్థాయి అధికారితో సిట్ ఏర్పాటు చేయాలని స్పష్టం చేసింది. మిగతా..2లో

థాయ్‌లాండ్‌లో స్కూల్లోకి జొరబడి విద్యార్థులు, టీచర్లపై కాల్పులు

సోంఘ్‌క్లా ప్రావిన్స్‌లో ఘటన.. ఒకరి మృతి

నిందితుడిని అదుపులోకి తీసుకున్న పోలీసులు

18 సంవత్సరాల వ్యక్తి కాల్పులకు తెగబడ్డాడని వెల్లడి

ఢిల్లి : థాయ్‌లాండ్‌లో ఒక దుండగుడు స్కూల్‌లోకి జొరబడి విద్యార్థులు, ఉపాధ్యాయులపై తుపాకీతో కాల్పులు జరిపాడు. ఈ ఘటనలో ఒకరు మృతి చెందగా, ఇద్దరు గాయపడ్డారు. అధికారులు తెలిపిన వివరాల ప్రకారం, థాయ్‌లాండ్‌లోని సోంఘ్‌క్లా ప్రావిన్స్‌లో ఈ ఘటన జరిగింది. ఈ ఘటనకు సంబంధించి పోలీసులు నిందితుడిని అదుపులోకి తీసుకున్నారు. పాఠశాలలో దుండగుడు బంధించిన విద్యార్థులు, ఉపాధ్యాయులను పోలీసులు రక్షించారు. నిందితుడు 18 సంవత్సరాల కుర్రాడు అని, అతడు పలుమార్లు తన తుపాకీతో కాల్పులకు తెగబడ్డాడని మిగతా..2లో

మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో బీజేపీని గెలిపించాలని కోరిన కిషన్ రెడ్డి

- గత 12 ఏళ్లలో మున్సిపాలిటీల అభివృద్ధి కుంటుపడిందని విమర్శ
- ప్రజాధనాన్ని దోచుకోవడం, మజ్లిస్ ఓట్లపైనే వారి దృష్టి అని వ్యాఖ్య
- వీధి లైట్లకు కూడా నోచుకోని దుస్థితిలో పట్టణాలున్నాయని ఆవేదన
- ప్రధాని మోదీ నాయకత్వానికి మద్దతుగా బీజేపీని ఆశీర్వదించాలని పిలుపు

హైదరాబాద్ : నేడు తెలంగాణ మున్సిపల్ ఎన్నికల పోలింగ్ నేపథ్యంలో కేంద్రమంత్రి, బీజేపీ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు జి. కిషన్ రెడ్డి కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. రాష్ట్రంలోని మున్సిపాలిటీలు అభివృద్ధి చెందాలంటే ఈ ఎన్నికల్లో

కొడంగల్ లో
సీఎం రేవంత్ రెడ్డి ఓటు

- మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో ఓటు హక్కు వినియోగించుకున్న పలువురు ప్రజాప్రతినిధులు
- కొడంగల్ లో రేవంత్ రెడ్డి, మధిరలో భట్టి, నల్గొండలో కోమటిరెడ్డి వెంకట్ రెడ్డి, నిజామాబాద్ లో మహేశ్ కుమార్ గౌడ్
- బ్యాలెట్ బాక్స్ సో ఓటు వేస్తున్న సీఎం రేవంత్ రెడ్డి

హైదరాబాద్: : తెలంగాణలో జరుగుతున్న మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో పలువురు ప్రముఖులు తమ ఓటు హక్కును వినియోగించుకున్నారు. సీఎం రేవంత్ రెడ్డి తన నియోజకవర్గం కొడంగల్ లోని జడ్పీ బాలుర ఉన్నత పాఠశాలలో ఓటు వేశారు. అనంతరం అక్కడి నుంచి హైదరాబాద్ చేరుకుని, శంషాబాద్ నుంచి దిల్లీకి బయలుదేరారు. ఖమ్మం జిల్లా మధిరలోని 9వ వార్డులో ఉప ముఖ్యమంత్రి భట్టి విక్రమార్క ఓటు హక్కు వినియోగించుకున్నారు. ఇంకా ఎవరెవరు, ఎక్కడెక్కడ ఓటు వేశారంటే?

డిప్యూటి సీఎం భట్టి విక్రమార్క

ప్రణాళిక వేసుకుని వెళ్తున్నాం : ఓటు వేసిన అనంతరం ఉపముఖ్యమంత్రి భట్టి మాట్లాడుతూ ప్రపంచీకరణ తరువాత గ్రామాలు పట్టణాలుగా రూపాంతరం చెందుతున్నాయన్నారు. ఈ పరిణామాలను దృష్టిలో పెట్టుకొని ప్రజా ప్రభుత్వం పట్టణాల్లో మౌలిక వసతుల కల్పనకు ప్రణాళికాబద్ధంగా ముందుకు పోతుందని తెలిపారు. 2047 కల్లా 3 ట్రిలియన్ డాలర్ల ఎకానమీగా రాష్ట్రాన్ని తీర్చిదిదెందుకు క్యూర్, ప్యూర్, రేర్ విభాగాలుగా ప్రణాళికలు సిద్ధం చేసుకుని ముందుకు పోతున్నామని వెల్లడించారు. మిగతా..2లో

రేవంత్ రెడ్డి అధికార దుర్వినియోగానికి పాల్పడ్డారు

తెలంగాణ రాష్ట్రంలో మున్సిపల్ ఎన్నికల వేళ అధికార, ప్రతిపక్షాల మధ్య మాటల యుద్ధం సాగుతోంది.

గులాబీ పార్టీ శ్రేణులను ఉద్దేశిస్తూ మాజీ మంత్రి, బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కల్వకుంట్ల తారక రామరావు ఆసక్తికర ట్వీట్ చేశారు.

హైదరాబాద్: : తెలంగాణ వ్యాప్తంగా ఇవాళ(బుధవారం) మున్సిపల్ ఎన్నికలు జరిగాయి. చెదురుమదురు ఘటనల మినహా ఎన్నికలు ప్రశాంతంగా జరిగాయి. ఎన్నికల వేళ అధికార, ప్రతిపక్షాల మధ్య మాటల యుద్ధం సాగుతోంది. ఈ క్రమంలో గులాబీ పార్టీ శ్రేణులను ఉద్దేశిస్తూ మాజీ మంత్రి, బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కల్వకుంట్ల తారక రామరావు ఆసక్తికర ట్వీట్ చేశారు. రేవంత్ రెడ్డి అధికార దుర్వినియోగానికి పాల్పడ్డారంటూ కేటీఆర్ ఫైర్ అయ్యారు. 'మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో అధికార కాంగ్రెస్ పార్టీ ఎన్ని అరాచకాలు చేసినా వీరోచితంగా పోరాడిన గులాబీ సైనికులందరికీ పేరుపేరునా హృదయపూర్వక అభినందనలు. ఆదిలాబాద్ నుంచి ఆలంపూర్ వరకూ మిగతా..2లో

ఆపరేషన్ సిందూర్‌లో రాఫెలే హీరో, మరిన్ని మల్టీ రోల్ యుద్ధ విమానాలు కొంటాం

- 'వాయు శక్తి-2026'లో ఆపరేషన్ సిందూర్ విన్యాసాలు
- ఎయిర్ మార్షల్ నగేష్ కపూర్ వెల్లడి

ఢిల్లి : ఆపరేషన్ సిందూర్‌లో రాఫెల్ మల్టీ రోల్ యుద్ధ విమానాలు(ఎంఆర్ఎఫ్ఏ) హీరోల్లా పనిచేశాయని భారత ఆర్మీ వైస్ చీఫ్ ఆఫ్ ఎయిర్ స్టాఫ్, ఎయిర్ మార్షల్ నగేశ్ కపూర్ కొనియాడారు. అందుకే మరిన్ని మల్టీ రోల్ యుద్ధ విమానాలను కొనాలని భారత వాయుసేన భావిస్తోందన్నారు. అయితే మల్టీ రాఫెల్‌లనే కొనాలా, ఇతర రకాల మల్టీ రోల్ ఫైటర్ జెట్లను తీసుకోవాలా అనే దానిపై ప్రస్తుతం చర్చలు జరుగుతున్నాయని

అసెంబ్లీ బడ్జెట్ సమావేశాలు
ఏపీ గవర్నర్ ప్రసంగం...

- రాష్ట్ర పునర్నిర్మాణ ప్రక్రియ గాడిన పడిందన్న గవర్నర్ అబ్దుల్ నజీర్
- ఉభయ సభలను ఉద్దేశించి బడ్జెట్ సమావేశాల తొలిరోజు ప్రసంగం
- రాష్ట్ర జీఎస్‌డీపీ రూ.17.62 లక్షల కోట్లకు చేరిందని వెల్లడి
- తలసరి ఆదాయం రూ.2.95 లక్షలకు పెరిగిందని స్పష్టీకరణ
- గత ప్రభుత్వ పాలనపై 7 శ్వేతపత్రాలు విడుదల చేశామని వెల్లడి

అమరావతి : ఆంధ్రప్రదేశ్ పునర్నిర్మాణ ప్రక్రియ పక్కాగా గాడిన పడిందని, ఆర్థిక పరిమితులు ఉన్నప్పటికీ జాగ్రత్తతో కూడిన ప్రాధాన్యతలు, సంస్కరణల ద్వారా రాష్ట్రం వృద్ధి పథంలోకి తిరిగి వస్తోందని గవర్నర్ ఎస్. అబ్దుల్ నజీర్ అన్నారు. బుధవారం నాడు బడ్జెట్ సమావేశాల ప్రారంభం సందర్భంగా శాసనసభ, శాసనమండలి ఉభయ సభలను ఉద్దేశించి ఆయన ప్రసంగించారు. గత 21 నెలల్లో ప్రభుత్వం మౌలిక సంస్కరణలను పూర్తి చేసిందని, అన్ని రంగాల్లోనూ స్పష్టమైన ఫలితాలు కనిపిస్తున్నాయని తెలిపారు.

భారతమాతను మోదీ సర్కార్ అమ్మేసింది
హోల్ సేల్‌గా అమెరికాకు సరెండర్

- లోక్ సభలో అమెరికా, భారత్ ట్రేడ్ డీల్ పై రాహుల్ గాంధీ విమర్శలు
- ఒప్పందంలో అమెరికా ప్రయోజనాలకే ప్రాధాన్యం ఇచ్చారని ఆరోపణలు
- కేంద్రం తీరుపై కాంగ్రెస్ అగ్రనేత ఘాటు వ్యాఖ్యలు

ఢిల్లి : భారత్ - అమెరికా మధ్యంతర ట్రేడ్ డీల్ ద్వారా భారతమాతను కేంద్ర ప్రభుత్వం అమ్మేసిందని కాంగ్రెస్ అగ్రనేత రాహుల్ గాంధీ విమర్శించారు. భారతదేశ ఇంధన భద్రతను అమెరికా చేతుల్లో పెట్టి, రైతుల ప్రయోజనాలను ఫణంగా పెట్టి సర్కారు హోల్‌సేల్‌గా సరెండర్ అయి పోయిందని ఆయన ఆరోపించారు. బుధవారం లోక్‌సభలో కేంద్ర బడ్జెట్‌పై చర్చ సందర్భంగా రాహుల్ మాట్లాడారు. భారత్ - అమెరికా మధ్యంతర వాణిజ్య ఒప్పందం ఏకపక్షంగా ఉందని, దీనివల్ల భారత రైతుల ప్రయోజనాలు దెబ్బతింటాయన్నారు. ఈ ట్రేడ్ డీల్ అమల్లోకి వస్తే, భారత మార్కెట్‌లోకి అమెరికా వ్యవసాయ ఉత్పత్తుల ప్రవాహం భారీగా పెరుగుతుందని రాహుల్ తెలిపారు. అమెరికా వ్యవసాయ ఉత్పత్తుల

గవర్నర్‌తో పచ్చి అబద్ధాలు చెప్పించారు

- గవర్నర్ ప్రసంగం అవాస్తవాలు, కల్పితాలతో నిండిన డొల్ల పత్రం అని షర్మిల విమర్శ
- కూటమి ప్రభుత్వం సూపర్ సిక్స్ హామీలను పూర్తిగా విస్మరించిందని ఆరోపణ
- పోలవరం ఎత్తు తగ్గించి, ఆరోగ్యశ్రీని చంపేస్తున్నారని ప్రభుత్వంపై విమర్శలు
- ప్రతిపక్ష నేతగా జగన్ విఫలమయ్యారని, దమ్ముంటే రాజీనామా చేయాలని డిమాండ్

అమరావతి : రాష్ట్ర బడ్జెట్ సమావేశాల ప్రారంభం సందర్భంగా గవర్నర్ చేసిన ప్రసంగం పూర్తిగా డొల్లగా, అవాస్తవాలు, కల్పితాలతో నిండి ఉందని

సీఎం చంద్రబాబు అధ్యక్షతన
మంత్రివర్గ సమావేశం

24 అజెండా అంశాలకు ఆమోదం

- సీఎం అధ్యక్షతన రాష్ట్ర మంత్రివర్గ సమావేశం
- కీలక నిర్ణయాలకు ఆమోదం
- నీటిపారుదలశాఖలోని 7,189 నిర్వహణ పనులకు పరిపాలనా ఆమోదం

అమరావతి : సీఎం చంద్రబాబు అధ్యక్షతన సచివాలయంలో జరుగుతున్న మంత్రివర్గ సమావేశం పలు కీలక నిర్ణయాలకు ఆమోదం తెలిపింది. నీటిపారుదలశాఖలోని 7,189 నిర్వహణ పనులకు పరిపాలనా ఆమోదం తెలిపారు. భూములు బదిలీకి సంబంధించి చట్ట సవరణ ముసాయిదా బిల్లుకు క్యాబినెట్ లో ఆమోదం లభించింది. గాజువాక రెవెన్యూ గ్రామ పరిధిలో 1000 చ.గజాల వరకూ క్రమబద్ధీకరణ దరఖాస్తుల గడువును మరో 6 నెలలు పొడిగిస్తూ అనుమతించింది. రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ప్రభుత్వ భూములలో నివాసాలు ఏర్పరుచుకున్న అనధికార ఆక్రమణల క్రమబద్ధీకరణ దరఖాస్తుల గడువును 30-06-2026 వరకూ అనుమతికి క్యాబినెట్ ఆమోదించింది. కృష్ణా జిల్లా గన్నవరం మండలం కేసరపల్లి గ్రామంలోని సర్వే నెం.29/8లోని 3.84 ఎకరాల భూమిని "కస్టమ్స్ (ప్రివెంటివ్) కమిషనరేట్ కార్యాలయం, నివాస గృహాల నిర్మాణం" మిగతా..2లో

తల్లిదండ్రుల్లేని చిన్నారులకు భరోసాగా
డిప్యూటీ సీఎం

ప్రతి నెల రూ.10 వేలు - అనాథ పిల్లలకు అండగా నిలచిన డిప్యూటీ సీఎం పవన్

ఆదుకోవాలని వీడియో పోస్ట్ చేసిన ఇద్దరు పిల్లలకు సాయం చేసిన పవన్, ప్రతి నెలా చెరో రూ.5 వేల చొప్పున రూ.10 వేలు అందించాలని ఆదేశాలు

అమరావతి : డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్ ఎంత బిజీగా ఉన్నా ఎవరైనా సాయం చేయాలని తనను సోషల్ మీడియా లేదా ఇతర మార్గాల ద్వారా సంప్రదించిన వారి సమస్యలపై వెంటనే స్పందిస్తున్నారు. ఇలా గతంలో ఎంతోమందికి సాయం అందించారు. అదేవిధంగా అనేక గ్రామాలకు రోడ్లు సైతం నిర్మించి సమస్యలు పరిష్కరించారు. తాజాగా తల్లిదండ్రులు లేరని, తమను ఆదుకోవాలని సామాజిక మాధ్యమాల ద్వారా చిన్నారులు చేసిన విజ్ఞప్తి డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్ ను కదిలించింది. ఆదుకోవాలని వీడియో తీసి పోస్ట్ చేసిన వారికి నేరుగా బాధ్యత వహిస్తూ ఇద్దరు చిన్నారులకు ప్రతి నెలా చెరో రూ.5000 చొప్పున మొత్తంగా రూ.10,000ను ఇవ్వాలని అధికారులకు పవన్ ఆదేశించారు. చెరొక రూ.5000 ఇవ్వాలని ఆదేశం: కాకినాడ జిల్లా పిఠాపురం మండలం మాధవపురం గ్రామానికి చెందిన మిగతా..2లో

మొదటి పేజీ తరువాయి

సీఎం చంద్రబాబు అధ్యక్షతన మంత్రివర్గ సమావేశం – 24 అజెండా అంశాలకు ఆమోదం

కోసం ఉపయోగించేందుకు అనుగుణంగా గతంలో ఇచ్చిన జీవోలో మార్పు చేస్తూ కేబినెట్ నిర్ణయం తీసుకుంది. ఏలూరు జిల్లా అగిరిపల్లి మండలం తోటపల్లి గ్రామంలో 45.60 ఎకరాల ప్రభుత్వ భూమిని ఎస్ ఆర్ ఈడీసీఏపీ కి కాంప్రెస్డ్ బయోగ్యాస్ ప్లాంట్ స్థాపన కోసం కేటాయించే ప్రతిపాదనకు ఆమోదించనుంది. నంద్యాల జిల్లా సంజామల మండలం నొస్సం గ్రామంలో 1500 ఎకరాల భూమిని 250 మెగావాట్ల సౌర విద్యుత్ ప్రాజెక్ట్ కోసం ఎస్ ఆర్ ఈడీసీఏపీకి కేటాయించేందుకు క్యాబినెట్ ఆమోదించనుంది. ఏపీ ఏఐ లివింగ్ ల్యాబ్స్ కి ఆమోదం: విశాఖపట్నం ఆనందపురం మండలం గుడిలోవ గ్రామంలో 18.57 ఎకరాల ప్రభుత్వ భూమి కేటాయింపుపై మంత్రివర్గం ఆమోదం తెలిపే అవకాశముంది. ఆంధ్రప్రదేశ్ ఏఐ లివింగ్ ల్యాబ్స్ ప్రారంభానికి, తిరుపతిలో ఏపీఎస్ డీసీ కోసం డిజాస్టర్ రికవరీ సెంటర్ ఏర్పాటుకు మంత్రి మండలి ఆమోదం తెలపనుంది. డీఎస్ డబ్ల్యూఎస్ (సవరణ) బిల్లు 2026ను శాసనసభలో ప్రవేశపెట్టేందుకు గ్రీన్ సిగ్నల్ ఇచ్చే అవకాశం ఉంది. అమరావతి మెరినా అభివృద్ధికి (పీపీపీ మోడల్) 33 సంవత్సరాల లీజు ప్రాతిపదికన, టెండర్లకు అనుమతించింది. పీఎంఏవై గ్రామీణ్ 2.0లో యూనిట్ ఖర్చు రూ.2 లక్షల 39 వేలుగా నిర్ణయించింది క్యాబినెట్ అంగీకారం తెలపనుంది. రామాయపట్నం పోర్ట్ అభివృద్ధి కార్పొరేషన్ రుణ పునర్వినియోగం, రాష్ట్ర హామీ, కంఫర్ట్ లెటర్ జారీ తదితర అంశాలపై మంత్రివర్గం చర్చించింది. ఎన్నికల ఓటర్ల జాబితా ప్రచురణకు ఏడాదికి 4 అర్హత తేదీలను కల్పించేందుకు సవరణ బిల్లుకు కేబినెట్ ఆమోదించింది. యాగంటి పీఎస్పీ (1000 ఎండబ్ల్యూ), రాజుపాలెం పీఎస్పీ (800 ఎండబ్ల్యూ) ప్రాజెక్టులను ఏపీ జెన్కో స్వతంత్రంగా అమలు చేయడానికి ప్రతిపాదనకు ఆమోదం తెలిపింది. ఏపీ ట్రాన్స్ కో లో కడప జోన్ పరిపాలన కోసం అసిస్టెంట్ సెక్రటరీ పోస్టు సృష్టి ప్రతిపాదనకు ఆమోదం తెలపనుంది. సుజ్లాన్ & యాక్సిస్ సంస్థల అభ్యర్థన మేరకు పునరుత్పాదక విద్యుత్ ప్రాజెక్టుల అమలు గడువును మరో 2 సంవత్సరాలు పొడిగిస్తూ మంత్రివర్గం నిర్ణయించింది.

అసెంబ్లీ బడ్జెట్ సమావేశాలు: ఏపీ గవర్నర్ ప్రసంగం...

సంక్షేమం, అభివృద్ధి, సుపరిపాలన ద్వారా రాష్ట్రాన్ని పునర్నిర్మించే బాధ్యతను ప్రజలు తమ ప్రభుత్వానికి అప్పగించారని గవర్నర్ గుర్తుచేశారు. "గత కొన్నేళ్ల ఆర్థిక ఒత్తిడి తీవ్ర అసమతుల్యతలను సృష్టించింది. అనేక రంగాల్లో గణనీయమైన అప్పులు పేరుకుపోయాయి. అయినా, ఆర్థిక వ్యవస్థను స్థిరీకరించడానికి, రుణ వ్యయాలను తగ్గించడానికి, విశ్వసనీయతను తిరిగి సంపాదించడానికి ప్రభుత్వం గట్టి చర్యలు తీసుకుంది. స్వర్ణాంధ్ర దార్శనికతతో ముందుకు సాగుతున్నాం" అని ఆయన వివరించారు. ప్రభుత్వ ప్రయత్నాల ఫలితంగా రాష్ట్ర ఆర్థిక పనితీరు మెరుగుపడిందని గవర్నర్ తెలిపారు. "2025-26 మొదటి ముందస్తు అంచనాల ప్రకారం, ఆంధ్రప్రదేశ్ స్థూల రాష్ట్ర దేశీయోత్పత్తి గత ఏడాది రూ.15.91 లక్షల కోట్ల నుంచి రూ.17.62 లక్షల కోట్లకు పెరిగింది. ఇది 10.75 శాతం నామమాత్రపు వృద్ధి రేటును సూచిస్తోంది. రాష్ట్ర తలసరి ఆదాయం గతేడాది రూ.2.66 లక్షల నుంచి రూ.2.95 లక్షలకు పెరిగింది. వ్యవసాయ రంగంలో 7.83 శాతం, పరిశ్రమల రంగంలో 9.53 శాతం, సేవల రంగంలో 12.94 శాతం వృద్ధి సాధించాం" అని ఆయన గణాంకాలతో సహా వివరించారు. గత ప్రభుత్వ హయాంలో జరిగిన దుష్పరిపాలనపై ప్రజలకు వాస్తవాలు తెలియజేసేందుకు ఏడు శ్వేతపత్రాలను విడుదల చేసినట్లు గవర్నర్ తన ప్రసంగంలో పేర్కొన్నారు. ప్రజాధనం దుర్వినియోగం, పోలవరం ప్రాజెక్టును పట్టాలు తప్పించడం, విద్యుత్ రంగం విధ్వంసం, సహజ వనరుల దుర్వినియోగం, అనిశ్చితమైన ఎక్సైజ్ విధానాలు, శాంతిభద్రతల క్షీణతతో పాటు భవిష్యత్ రాజధాని అమరావతిని నాశనం చేసే లక్ష్యంతో చేసిన మూడు రాజధానుల వంటి అంశాలను ఈ శ్వేతపత్రాల ద్వారా ప్రజల ముందు ఉంచామన్నారు.అధికారంలోకి వచ్చిన వెంటనే 'సూపర్ సిక్స్' హామీలను నెరవేర్చడంపై దృష్టి సారించామని, క్రమంగా పాలనను పునరుజ్జీవనం నుంచి ఉన్నత స్థాయికి తీసుకెళ్లామని గవర్నర్ తెలిపారు. 2047 నాటికి అభివృద్ధి చెందిన భారత్ అనే జాతీయ ఆకాంక్షలకు అనుగుణంగా, రాష్ట్రాన్ని 'సంపన్న, ఆరోగ్యకరమైన, సంతోషకరమైన'దిగా తీర్చిదిద్దడమే లక్ష్యమని స్పష్టం చేశారు. ఈ పరివర్తన యజ్ఞంలో ప్రతి పౌరుడూ భాగస్వామి కావాలని ఆయన పిలుపునిచ్చారు. మన బలంపై విశ్వాసంతో, ఐక్య లక్ష్యంతో ఏపీ ముందుకు సాగుతోందని, ప్రతి పౌరుడూ గౌరవంగా, అవకాశాలతో జీవించే భవిష్యత్తుకు ప్రభుత్వం కట్టుబడి ఉందని గవర్నర్ తన ప్రసంగాన్ని ముగించారు.

రేవంత్ రెడ్డి అధికార దుర్వినియోగానికి పాల్పడ్డారు

పురపాలక సమరంలో మీరు కనబరిచిన పోరాట స్ఫూర్తి బీఆర్ఎస్‌కు కొండంత బలాన్నిచ్చింది, పార్టీలో ఆకాశమంత ఆత్మవిశ్వాసాన్ని నింపింది. రెండేళ్ల పాలనలో ఘోరమైన పరిపాలనా వైఫల్యాలను మూటగట్టుకున్న ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ ఓటమి భయంతోనే ఈ ఎన్నికల్లో ఇంతటి దౌర్జన్య కాండకు దిగారు. కాంగ్రెస్ పార్టీకి పంచాయతీ ఎన్నికల్లో మొదలైన పరాభవం, పట్టణాల్లోనూ తప్పదనే ఆందోళనతోనే అడుగడుగునా రేవంత్ రెడ్డి అధికార దుర్వినియోగానికి పాల్పడ్డారు' అని కేటీఆర్ అన్నారు. 'సీఎం రేవంత్ రెడ్డి అక్రమంగా లూటీచేసిన వేలకోట్ల ప్రజాధనంతో, ప్రజాతీర్పునే మార్చాలన్న ఈ కుట్రలను తెలంగాణ సమాజం చూస్తూ ఊరుకునే ప్రసక్తే లేదు. పోలీసుశాఖను అడ్డం పెట్టుకుని బీఆర్ఎస్ శ్రేణులపై సాగించిన వేధింపుల పర్వానికి, దాడులకు రేవంత్ రెడ్డి భారీ మూల్యం చెల్లించుకోక తప్పదు. ప్రజలకిచ్చిన హామీలను, మొత్తంగా పరిపాలనను గాలికి వదిలేసి రాష్ట్రాన్ని సంక్షోభంలోకి నెట్టిన పాపం రేవంత్ రెడ్డిని ప్రతినిత్యం వెంటాడుతూనే ఉంటుంది' అంటూ కేటీఆర్ ఘాటు వ్యాఖ్యలు చేశారు.

కొడంగల్ లో సీఎం రేవంత్ రెడ్డి ఓటు

చెరువులను ఆక్రమణదారుల నుంచి విముక్తి కల్పించి పార్కులు, చెరువులను టూరిజం ప్రాంతాలుగా అభివృద్ధి చేస్తున్నామని వివరించారు. తమ ప్రభుత్వంలో 70 వేల ప్రభుత్వ ఉద్యోగాలను భర్తీ చేశామన్న భట్టి గ్రామీణ ప్రాంతాల యువత పోటీ పరీక్షల కోసం హైదరాబాద్ వెళ్లకుండా నియోజకవర్గ కేంద్రాల్లోని ఆన్లైన్లో ఉచితంగా శిక్షణ పొందేందుకు అంబేద్కర్ నాలెడ్జ్ సెంటర్లు ఏర్పాటు చేస్తున్నట్లు చెప్పారు.

కుటుంబసభ్యులతో మంత్రి పొన్నం

ప్రజాస్వామ్యంలో ఓటు ఆయుధం : సిద్దిపేట జిల్లా హుస్నాబాద్ లో రవాణాశాఖ మంత్రి పొన్నం ప్రభాకర్ కుటుంబసభ్యులతో కలిసి ఓటు వేశారు. ప్రజాస్వామ్యంలో ఓటు హక్కు అనేది ఒక ఆయుధమని, ప్రతి ఒక్కరు ఓటు హక్కును వినియోగించుకోవాలని పొన్నం అన్నారు. సిద్దిపేట జిల్లా హుస్నాబాద్ మున్సిపాలిటిలోని 3వ వార్డులోని నవభారత్ పబ్లిక్ స్కూల్ లో కుటుంబ సమేతంగా మంత్రి ఓటు హక్కును వినియోగించుకున్నారు. హుస్నాబాద్‌లో రెండుచోట్ల బీఆర్ఎస్ అభ్యర్థుల భర్తలను పోలీసులు అదుపులోకి తీసుకున్నారు. 15వ వార్డు బీఆర్ఎస్ అభ్యర్థి మంజుల భర్త శ్రీనివాస్, ఒకటో వార్డు బీఆర్ఎస్ అభ్యర్థి స్వప్న భర్త విజయ్ భాస్కర్ ఉన్నారు. ఓటర్లకు డబ్బులు పంచుతున్నారని అదుపులోకి తీసుకున్నట్లు పోలీసులు తెలిపారు. శ్రీనివాస్ వద్ద రూ.6 వేలు, విజయ్‌భాస్కర్ వద్ద రూ.5 వేలు స్వాధీనం చేసుకున్నారు.

మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో బీజేపీని గెలిపించాలని కోరిన కిషన్ రెడ్డి

బీజేపీ అభ్యర్థులను గెలిపించాలని ఆయన ఓటర్లకు పిలుపునిచ్చారు. ఓటరు మహాశయులకు నమస్కారం అంటూ ఎక్స్ వేదికగా ఓటర్లను ఉద్దేశించి ఒక ప్రకటన విడుదల చేశారు. గత 12 ఏళ్ల బీఆర్ఎస్, కాంగ్రెస్ పాలనలో రాష్ట్రవ్యాప్తంగా మున్సిపాలిటీల అభివృద్ధి పూర్తిగా కుంటుపడిందని కిషన్ రెడ్డి ఆరోపించారు. ప్రస్తుతం పట్టణాలు కనీసం వీధి లైట్లకు కూడా నోచుకోని దుస్థితికి చేరుకున్నాయని, ప్రజలు నిత్యం ఏదో ఒక సమస్యతో సతమతమవుతున్నారని ఆయన పేర్కొన్నారు. బీఆర్ఎస్, కాంగ్రెస్ నాయకులకు ప్రజాధనాన్ని కొల్లగొట్టడం, మజ్లిస్–మైనార్టీ ఓట్లపై దృష్టి పెట్టడం తప్ప ప్రజా సమస్యలను పరిష్కరించాలనే ఆలోచన ఏమాత్రం లేదని ఆయన తీవ్రంగా విమర్శించారు. దేశాన్ని అభివృద్ధి పథంలో నడిపిస్తున్న ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ నాయకత్వానికి అండగా నిలవాలని, మున్సిపాలిటీల సమగ్రాభివృద్ధి కోసం బీజేపీ అభ్యర్థులను ఆశీర్వదించాలని కిషన్ రెడ్డి ప్రజలను కోరారు.

భారతమాతను మోదీ సర్కార్ అమ్మేసింది హోల్‌సేల్‌గా అమెరికాకు సరెండర్

ధాటికి భారత రైతులు విలవిలలాడాల్సిన దుస్థితి వస్తుందన్నారు. ఇక భారతదేశ వస్త్ర పరిశ్రమ పని అయిపోయినట్టేనని ఆయన వ్యాఖ్యానించారు. అమెరికాతో ట్రేడ్ డీల్ ఫలితంగా ఇంధన భద్రతను భారత్ కోల్పోయిందన్నారు. ఇకపై భారత్ ఎవరి నుంచి చమురును కొనాలో అమెరికాయే చెబుతుందని రాహుల్ పేర్కొన్నారు. ట్రేడ్ డీల్‌పై చర్చల సందర్భంగా, భారత్‌ను సరిసమాన భాగస్వామిగా పరిగణించాలని అమెరికా ప్రెసిడెంట్ ట్రంప్‌ను కేంద్ర ప్రభుత్వం కోరి ఉండాల్సిందన్నారు. "మీ ప్రభుత్వం భారతదేశాన్ని అమ్మేసింది. దేశాన్ని అమ్ముతున్నందుకు సిగ్గుగా లేదా ? మీరు భారత మాతను అమ్మేశారు" అని రాహుల్ కామెంట్ చేశారు.

ఎప్‌స్టీన్ ఫైల్స్ ప్రభావం మోదీపై పడి ఉండొచ్చు: రాహుల్

"అంత సాధారణంగా భారత్‌ను ప్రధాని మోదీ అమ్మేస్తారంటే నేను నమ్మను. బహుశా, ఆయనపై ఏదో బయటి ఒత్తిడి ప్రభావం పడి ఉండొచ్చు. ఎప్‌స్టీన్ ఫైల్స్ రిలీజ్ అయ్యాయని తెలిసినప్పటి నుంచి ప్రధాని మోదీ కళ్లలో భయం స్పష్టంగా కనిపిస్తోంది. వాటితో ముడిపడిన ఒత్తిడి ప్రభావం ప్రధానిపై పడిందేమో. వాళ్లు ప్రధాని మోదీని ఉక్కిరిబిక్కిరి చేసి ఉండొచ్చు. బెదిరించి ఉండొచ్చు. ఇంకో 30 లక్షలకుపైగా ఎప్‌స్టీన్ ఫైల్స్ తదుపరి విడతల్లో రిలీజ్ కావాల్సి ఉంది. గతంలో భారత వస్తు,ఉత్పత్తులపై అమెరికా 3 శాతం సుంకాన్నే విధించేది. కానీ ఇక నుంచి ఆరు రెట్లు అదనంగా 18 శాతం సుంకాన్ని విధిస్తుందట. ఇక ఇదే సమయంలో అమెరికా సరుకులపై భారత్ విధించే 16 శాతం సుంకాన్ని, సున్నాకు తగ్గిస్తారట. ఎందుకోసం ప్రధాని మోదీ ఇలాంటివన్నీ ఒప్పుకున్నారు ? ప్రస్తుతం అమెరికా నుంచి భారత్ ఏటా 46 బిలియన్ డాలర్లు విలువైన వస్తు, ఉత్పత్తులను దిగుమతి చేసుకుంటోంది. దీన్ని ఏకంగా 100 బిలియన్ డాలర్లు దాటిస్తామని ట్రంప్‌కు మోదీ ఎందుకు హామీ ఇచ్చారు ?" అని రాహుల్ గాంధీ సంచలన ఆరోపణలు చేశారు.

థాయ్‌లాండ్‌లో స్కూల్లోకి జొరబడి విద్యార్థులు, టీచర్లపై కాల్పులు

ఒక పోలీసు అధికారి వెల్లడించారు. నిందితుడు తుపాకీతో ఫటోంగ్ ప్రధాన్ ఖిరివాట్ పాఠశాలలోకి ప్రవేశించి కాల్పులు జరిపాడని తెలిపారు. కాగా, 2022లో ఒక మాజీ పోలీసు అధికారి తుపాకీ, కత్తితో దాడి చేయడం వల్ల ఒక నర్సరీ స్కూల్లో 22 మంది పిల్లలు సహా 36 మంది చనిపోయారు.

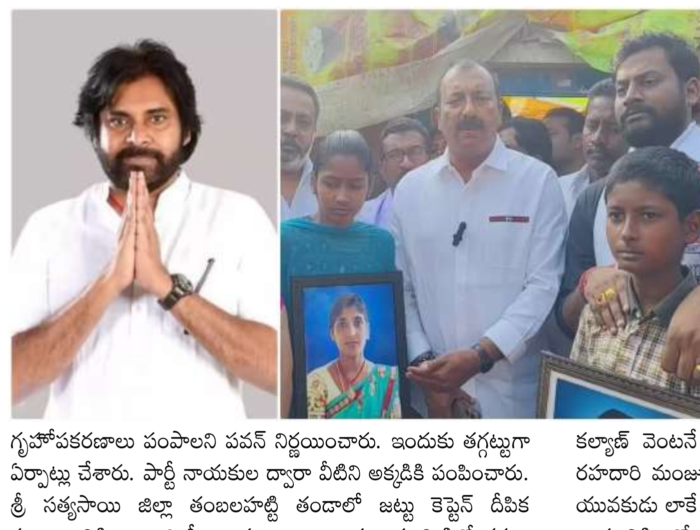
గవర్నర్‌తో పచ్చి అబద్ధాలు చెప్పించారు

మొదటి పేజీ తరువాయి

ఏపీ కాంగ్రెస్ అధ్యక్షురాలు వైఎస్ షర్మిల తీవ్రస్థాయిలో విమర్శించారు. ఎన్నికల మ్యానిఫెస్టోకు కొన్ని మెరుగులు దిద్ది చదివినట్లుగా ఉందని, రాష్ట్ర అభివృద్ధిపై కూటమి ప్రభుత్వానికి ఎలాంటి దశ, దిశ లేదని ఆమె ఎద్దేవా చేశారు. 19 నెలల పాలన వైఫల్యాలను కప్పిపుచ్చుకునేందుకే గవర్నర్‌తో పచ్చి అబద్ధాలు చెప్పించారని ఆరోపించారు. కూటమి ప్రభుత్వానికి పాలనపై విజన్ గానీ, విజ్ఞత గానీ లేవని, సుపరిపాలన, సమతూకం మచ్చుకైనా కనిపించడం లేదని దుయ్యబట్టారు. సూపర్ సిక్స్ హామీలు సూపర్ ఫ్లాప్ అయ్యాయని షర్మిల విమర్శించారు. రూ. 33 వేల కోట్లతో వాటిని అమలు చేస్తున్నామని చెప్పడం పూర్తిగా బూటకమని అన్నారు. నిరుద్యోగులకు నెలకు రూ. 3 వేలు ఇస్తామన్న నిరుద్యోగ భృతి హామీ అడ్రస్ లేకుండా పోయిందని, తల్లికి వందనం కింద 20 లక్షల మంది విద్యార్థులను, అన్నదాత సుఖీభవ కింద 40 లక్షల మంది రైతులను మోసం చేశారని ఆరోపించారు. మెగా డీఎస్సీని దగా డీఎస్సీగా మార్చారని, గోడ క్యాలెండర్లు మారుతున్నా జాబ్ క్యాలెండర్ మాత్రం రావడం లేదని విమర్శించారు. కోటి మంది మహిళలకు నెలకు రూ. 1500 ఇచ్చే ఆడబిడ్డ పథకానికి దిక్కులేదని, కానీ 5 లక్షల మంది మహిళలను పారిశ్రామికవేత్తలుగా మారుస్తున్నామని చెప్పడం హాస్యాస్పదంగా ఉందని అన్నారు. రాష్ట్రానికి జీవనాడి అయిన పోలవరం ప్రాజెక్టు ఎత్తును 41.15 మీటర్లకు తగ్గించి దానిలో జీవం తీశారని షర్మిల ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. సంజీవని లాంటి ఆరోగ్యశ్రీని యూనివర్సల్ హెల్త్ పాలసీ పేరుతో చంపేశారని, 1.43 కోట్ల కుటుంబాలకు వైద్యాన్ని అందని ద్రాక్ష చేశారని మండిపడ్డారు. రూ. 13 లక్షల కోట్ల పెట్టుబడులు, 20 లక్షల ఉద్యోగాలు అనేవి అభూత కల్పనలని కొట్టిపారేశారు. రాజధాని అమరావతికి చట్టబద్ధత అంటూ డ్రామాలు ఆడుతున్నారే తప్ప చేతల్లో అది కనిపించడం లేదని అన్నారు. కిలో రూపాయికి టమాటో, ఉల్లి అమ్ముకుంటున్న రైతులను పట్టించుకోకుండా, మార్కెట్ ఇంటర్వెన్షన్ ద్వారా ఆదుకున్నామని చెప్పడం దారుణమని ఆమె పేర్కొన్నారు. ఈ సందర్భంగా వైసీపీ అధినేత జగన్ వైఖరిపైనా షర్మిల తీవ్రస్థాయిలో ధ్వజమెత్తారు. ప్రజలు ఓట్లేసి గెలిపించింది ఒక్కరోజు మురిపెం కోసం కాదని, మైకు ఇస్తేనే మాట్లాడతా అని మారం చేయడానికి అసెంబ్లీకి పంపలేదని అన్నారు. జగన్ తన సొంత అజెండాను పక్కనపెట్టి, ప్రజా అజెండాతో సభకు వెళ్లి అధికార పక్షాన్ని నిలదీయాలని హితవు పలికారు. కూటమి ప్రభుత్వ వైఫల్యాలపై, హామీలపై సభావేదికగా పోరాడాలని సూచించారు. శాసనసభకు వెళ్లే దమ్ము, ధైర్యం లేకుంటే జగన్ తన ఎమ్మెల్యేలతో సహా రాజీనామా చేయాలని షర్మిల సవాల్ విసిరారు.

తల్లిదండ్రుల్లేని చిన్నారులకు భరోసాగా డిప్యూటీ సీఎం

మొదటి పేజీ తరువాయి



అక్కాతమ్ముళ్లు సత్య, చంటిలు రెండేళ్ల క్రితం తమ తండ్రిని కోల్పోయారు. రెండు నెలల క్రితం తమ తల్లి సైతం క్యాన్సర్ తో కన్నుమూసింది. దాంతో నిరాదరణకు గురైన తమను ఆదుకోవాలని ఫోన్ లో వీడియో తీసి దాన్ని సామాజిక మాధ్యమాల్లో పోస్టు చేశారు. అనంతరం ఈ విషయం డిప్యూటీ సీఎం పవన్ దృష్టికి వెళ్లింది. అందుకు అనుగుణంగా పవన్ స్పందించి ఇద్దరికీ ప్రతి నెలా చెరొక ఐదు వేలు చొప్పున మొత్తంగా 10 వేలను ఇవ్వాలని అధికారులను ఆదేశించారు. వీరిలో కుమార్తె సత్య ఇంటర్ పూర్తి చేయగా, కుమారుడు చైతన్య 8వ తరగతి చదువుతున్నాడు. ఈ నేపథ్యంలో పవన్ దృష్టికి ఈ విషయం చేరడంతో వ్యక్తిగతంగా సైతం డబ్బులను పంపిస్తానని హామీ ఇచ్చారు. అంతేకాకుండా వీలైనంత త్వరగా ఇల్లు కట్టించి ఇద్దరి పిల్లలను వచ్చే విద్యా సంవత్సరం నుంచి రెసిడెన్షియల్ పాఠశాలలో నేర్పించాలని కలెక్టర్ కు బాధ్యతలను అప్పగిస్తూ తాజాగా ఆదేశాలను జారీ చేయడం గమనార్హం. గతంలోనూ: తాను ప్రాతినిధ్యం వహిస్తున్నటువంటి పిఠాపురం నియోజకవర్గంలో ఓ పక్క అభివృద్ధి పథంలో పరుగులు పెట్టిస్తూనే మరోవైపు దాతృత్వ సేవలను డిప్యూటీ సీఎం పవన్ అందిస్తున్నారు. గతంలో సైతం పవన్ ఆదేశాలతో నియోజకవర్గంలో మొత్తం 42 మంది అనాథ పిల్లలకు ప్రతి నెలా ఒక్కొక్కరికి రూ.5000 చొప్పున జనసేన కార్యకర్తలు ఇంటింటికీ వెళ్లి అందించారు. ఈ పిల్లలకు నగదు చెల్లింపులుగా డిప్యూటీ సీఎం హోదాలో పవన్ కు వచ్చేటటువంటి తన జీతంలో నుంచి తీసి ఇవ్వడం గొప్ప విషయం. ఈ పరంపరలోనే మరో ఇద్దరు చిన్నారులకు అండగా ఉండటం పవన్ దాతృత్వ హృదయానికి నిదర్శనంగా పేర్కొనవచ్చు. అంధ మహిళా క్రికెటర్లకు గృహోపకరణాలు: అంధుల మహిళా ప్రపంచ క్రికెట్ కప్ గెలిచిన జట్టు సభ్యులు దీపిక, కరుణకుమారి ఇళ్లకు డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్ గృహోపకరణాలు పంపించారు. ఆ క్రికెట్ జట్టుతో పవన్ భేటీ అయిన సంగతి తెలిసిందే. ఈ సందర్భంగా ఆ కుటుంబాల ఆర్థిక పరిస్థితులు ఆయన దృష్టికి వచ్చాయి. దీంతో ఆ ఇద్దరు మహిళా క్రికెటర్లకు తక్షణమే గృహోపకరణాలు పంపాలని పవన్ నిర్ణయించారు. ఇందుకు తగ్గట్టుగా ఏర్పాట్లు చేశారు. పార్టీ నాయకుల ద్వారా వీటిని అక్కడికి పంపించారు. శ్రీ సత్యసాయి జిల్లా తంబలహట్టి తండాలో జట్టు కెప్టెన్ దీపిక కుటుంబానికి, అల్లూరి సీతారామరాజు జిల్లా వంట్లమామిడిలో కరుణ కుమారి కుటుంబానికి వంట సామాగ్రి, టీవీ, టేబుల్ ఫ్యాను, మిక్సర్ గ్రైండర్, కుర్చీలు, చాపలు, స్టీల్ ప్లేట్లు, ప్రెషర్ కుక్కర్లు, ఎల్ఈడీ బల్బులు, ఇస్త్రీ పెట్టె, పాత్రలు, దుప్పట్లు, దిండులు, కుటుంబం మొత్తానికి నూతన వస్త్రాలు పంపించారు. కేవలం నిర్ణీత సమయంలోనే ఈ వస్తువులు వారి వారి ఇళ్లకు ఇవి చేరుకున్నాయి. హిందూపురం అర్బన్ డెవలప్‌మెంట్ అథారిటీ ఛైర్మన్ టీసీ.వరుణ్, జనసేన నాయకుడు పొదిలి బాబూరావు తదితరులు తంబలహట్టి తండాకు వెళ్లి ఈ వస్తు సామాగ్రిని దీపిక కుటుంబానికి అందించారు. ఇచ్చిన మాట ప్రకారం: వైఎస్సార్సీపీ హయాంలో రోడ్డు విస్తరణ పేరుతో ఇప్పటంలో జనసేన కార్యకర్తల ఇళ్లు కూల్చివేశారు. జనసేన ఆవిర్భావ సభకు భూములు ఇచ్చారనే కక్షతో ఇలా చేశారనే ఆరోపణలున్నాయి. అప్పట్లో పవన్ కల్యాణ్ ఈ గ్రామంలో పర్యటించి బాధితులకు ధైర్యం చెప్పారు. ఎన్నికల్లో గెలిచాక మళ్లీ రావాలని ఇండ్ల నాగేశ్వరమ్మ అనే వృద్ధురాలు ఆయన్ను కోరింది. ఈ నేపథ్యంలో ఆమెకు ఇచ్చిన మాట మేరకు పవన్ కల్యాణ్ గతేడాది డిసెంబర్ లో నాగేశ్వరమ్మ ఇంటికి వెళ్లారు. ఆమెను పవన్ ఆత్మీయ ఆలింగనం చేసుకుని యోగక్షేమాలు తెలుసుకున్నారు. వృద్ధురాలికి రూ.50 వేలు, ఆమె మనవడి చదువుకు రూ.లక్ష ఆర్థిక సాయం అందించారు. నాగేశ్వరమ్మ కుటుంబసభ్యులతో ఆయన మాట్లాడారు. ఆమె మనవడి చదువు కోసం ప్రతి నెలా తన వేతనం నుంచి రూ.5 వేలు ఇవ్వాలని పవన్ నిర్ణయించారు. అలాగే మనవడికి ఉద్యోగం కావాలని అడగగా పరిశీలిస్తామని హామీ ఇచ్చారు. నిమిషాల వ్యవధిలోనే : కానిస్టేబుల్ నియామక పత్రాల ప్రదానం సందర్భంగా ఓ అభ్యర్థి చేసిన విజ్ఞప్తికి డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్ వెంటనే స్పందించారు. విన్నపం విన్న నిమిషాల వ్యవధిలో రహదారి మంజూరు చేశారు. కానిస్టేబుల్ గా నియమితుడైన గిరిజన యువకుడు లాకే బాబూరావు తన సక్సెస్ స్టోరీ వివరించే క్రమంలో తన గ్రామానికి రోడ్డు వేయించమని సీఎం చంద్రబాబుని కోరారు. బాబూరావు కోరిక మేరకు అతని గ్రామానికి రోడ్డు వేసే బాధ్యతను వేదికపై ఉన్న పవన్ కల్యాణ్ కి చంద్రబాబు అప్పగించారు. అల్లూరి సీతారామరాజు జిల్లాలోని జీకే వీధి మండలం దేవరపల్లి పంచాయతీ పరిధిలోని తెనుములబండ గ్రామానికి చెందిన బాబూరావు చెప్పిన వివరాల మేరకు పవన్ కల్యాణ్ అధికారులకు ఆదేశాలు జారీ చేశారు. తక్షణం రోడ్డు నిర్మాణానికి అవసరమైన అంచనాలు రూపొందించి, అనుమతులు ఇవ్వాలని స్పష్టం చేశారు. పవన్ ఆదేశాలతో ఆఘమేఘాలపై కదిలిన యంత్రాంగం తెనుములబండ నుంచి ఎలుగురాతిబండ వరకు 2 కిలోమీటర్ల మేర రూ.2 కోట్లతో బీటీ రోడ్డు నిర్మాణానికి అంచనాలు సిద్ధం చేసి పవన్ కల్యాణ్ కు సమాచారం ఇచ్చారు. వాటిని ఆమోదించాలని అల్లూరి సీతారామరాజు జిల్లా కలెక్టర్ ను పవన్ ఆదేశించారు. ఆ మేరకు కలెక్టర్ పరిపాలన అనుమతులు ఇచ్చారు. వేదిక మీద రోడ్డు గురించి విజ్ఞప్తి చేయగా సభ ముగిసేలోగా రోడ్డు మంజూరు చేయటం విశేషం.

ఆపరేషన్ సిందూర్‌లో రాఫెలే హీరో, మరిన్ని మల్టీ రోల్ యుద్ధ విమానాలు కొంటాం

మొదటి పేజీ తరువాయి

ఆయన వెల్లడించారు. దీనిపై తుది నిర్ణయాన్ని తీసుకోవాల్సి ఉందన్నారు. రాజస్థాన్‌లోని జైసల్మీర్ సమీపంలో ఉన్న పోఖ్రాన్ ఫీల్డ్ ఫైరింగ్ రేంజ్ వద్ద ఫిబ్రవరి 27న వాయుశక్తి -2026 పేరుతో భారత వాయుసేన భారీ సైనిక విన్యాసాలు చేయబోతోంది. బుధవారం రోజు న్యూఢిల్లీలో విలేకరుల సమావేశం వేదికగా ఆ కార్యక్రమం వివరాలను నగేశ్ కపూర్ వెల్లడించారు. వాయుశక్తి విన్యాసాల్లో భాగంగా ఆపరేషన్ సిందూర్ వేళ భారత యుద్ధ విమానాలు చేసిన పలు పోరాట ఘట్టాలనూ ప్రజల కోసం ప్రదర్శిస్తామని ఆయన తెలిపారు.

ఎలాంటి సందేశాన్ని తీసుకోవాలో వాళ్ల ఇష్టం

"ఉగ్రవాదాన్ని ఉపేక్షించేది లేదు అనే స్పష్టమైన సందేశాన్ని ఆపరేషన్ సిందూర్ ద్వారా ఇచ్చాం. భారత గడ్డపై జరిగే ప్రతీ ఉగ్రదాడికి బదులిచ్చి తీరుతాం. ఉగ్రదాడులకు తప్పకుండా తగిన మూల్యాన్ని చెల్లించుకోవాల్సి ఉంటుంది. ఆపరేషన్ సిందూర్ వేళ అత్యంత కచ్చితత్వంతో పాకిస్థాన్‌లోని ఉగ్రవాద శిబిరాలను భారత్ ఎలా ధ్వంసం చేసింది అనేది ఫిబ్రవరి 27న జరగనున్న వాయుశక్తి విన్యాసాల్లో చూపిస్తాం. ఇందుకోసం యుద్ధ విమానాల నుంచి నిర్దిష్ట ప్రదేశాల్లో బాంబులను జార విడుస్తాం. లక్ష్యంగా చేసుకున్న ప్రదేశాలను ధ్వంసం చేస్తాం. సైనిక విన్యాసాలు చేయడం మా పని. వీటి నుంచి ఎలాంటి సందేశాన్ని తీసుకోవాలి అనేది చూసేవారి ఇష్టం" అని భారత ఆర్మీ వైస్ చీఫ్ ఆఫ్ ఎయిర్ స్టాఫ్ నగేశ్ కపూర్ తెలిపారు.

120 రకాల రక్షణ ఉత్పత్తులను ప్రదర్శిస్తాం

"రాజస్థాన్‌లో నిర్వహించనున్న వాయుశక్తి విన్యాసాల్లో భాగంగా యుద్ధ విమానాలు, ట్రాన్స్‌పోర్ట్ విమానాలు, సైనిక హెలికాప్టర్ల వంటి దాదాపు 120 రకాల రక్షణ రంగ ఉత్పత్తులను ప్రదర్శించబోతున్నాం. ఆపరేషన్ సిందూర్‌లో బ్రహ్మోస్ సహా పలు లాంగ్ రేంజ్ మిస్సైళ్లను వినియోగించాం. కానీ ఫిబ్రవరి 27న జరిగే సైనిక విన్యాసాల్లో వాటిని ఉపయోగించం. ఎందుకంటే సైనిక విన్యాసాలు జరిగే ప్రదేశానికి దగ్గరలోనే సందర్శకులు కూర్చొని ఉంటారు. ఈసారి రెండు కొత్త ఆయుధాలను ప్రజలకు చూపించబోతున్నాం. మేం ప్రదర్శించనున్న ఆయుధాల్లో చాలావరకు భారత్‌లో తయారైనవే ఉంటాయి" అని భారత ఆర్మీ వైస్ చీఫ్ ఆఫ్ ఎయిర్ స్టాఫ్ నగేశ్ కపూర్ చెప్పారు.

77 యుద్ధ విమానాలు, 43 హెలికాప్టర్లు, 8 ట్రాన్స్‌పోర్ట్ విమానాలు

"ఫిబ్రవరి 27న వాయుశక్తి విన్యాసాల్లో ప్రదర్శించనున్న రక్షణ రంగ ఉత్పత్తుల జాబితాలో 77 యుద్ధ విమానాలు, 43 హెలికాప్టర్లు, 8 ట్రాన్స్‌పోర్ట్ విమానాలు ఉంటాయి. రాఫెల్, తేజస్, సుఖోయ్ 30 ఎంకేఐ, మిగ్ 29, మిరాజ్ 2000 యుద్ధ విమానాలను ప్రదర్శిస్తాం. అపాచీ, ఎంఐ 17, ఎంఐ 17 వీ5, చినూక్, ఎల్‌సీహెచ్, ఏఎల్‌హెచ్ రకాల హెలికాప్టర్లతో సైనిక విన్యాసాలు చేస్తాం. సీ–17, సీ– 295, సీ–130జే లాంటి ట్రాన్స్‌పోర్ట్ విమానాలను ఈ విన్యాసాల్లో చూడొచ్చు. ఆకాశ్, స్పైడర్, ఎల్–70, ప్రత్యేక భద్రతా బలగాల సత్తాను చూసే అవకాశం సందర్శకులకు లభిస్తుంది" అని భారత వాయుసేన వింగ్ కమాండర్ ఏబీ వాసానే తెలిపారు.

277 ఆయుధాలు, 11,835 కేజీల పేలుడు సామగ్రి

"భారత ఆర్మీకి చెందిన ఎం–777, ఎల్ –70, పారా ఎస్‌జీ బలగాలు కూడా ఈ విన్యాసాల్లో పాల్గొంటాయి. ఇందులో భాగంగా 277 ఆయుధాలను, 11,835 కేజీల పేలుడు సామగ్రిని వినియోగిస్తాం. రాత్రి వేళ, పగటి టైంలో భారత సైన్యం ఏవిధంగా పోరాడగలదు అనేది వాయుశక్తి విన్యాసాల్లో చూడొచ్చు. ఈ విన్యాసాల కోసం జైసల్మీర్, ఉత్తర్ లయ్, ఫాలోడి, జోధ్‌పూర్, హిండాన్, వడోదర నుంచి యుద్ధ విమానాలు, ట్రాన్స్‌పోర్ట్ విమానాలు తరలి వస్తాయి. భారత వాయుసేన యుద్ధ సన్నద్ధతను చూపించడమే వాయుశక్తి 2026 విన్యాసాల ప్రధాన లక్ష్యం. తద్వారా దేశ ప్రజల్లో విశ్వాసాన్ని నింపి, ఆర్మీలో చేరే దిశగా యువతను ప్రోత్సహించాలని మేం భావిస్తున్నాం" అని భారత వాయుసేన వింగ్ కమాండర్ ఏబీ వాసానే చెప్పారు.

ఆధునిక రంగాల్లోనూ అసమానతలే!

సైన్స్, టెక్నాలజీ, ఇంజినీరింగ్, మ్యాథమెటిక్స్(స్టెమ్) విభాగాల్లో విద్య, ఉద్యోగాల్లో లింగపరమైన అసమానతలు నేటికీ కొనసాగుతూనే ఉన్నాయి. ప్రపంచవ్యాప్తంగా 46శాతం మంది మహిళలు ఉన్నత విద్యను అభ్యసిస్తుంటే, వారిలో 35శాతం మందే స్టెమ్ విభాగాల్లో కెరీర్‌ను కొనసాగిస్తున్నారు. ఈ అసమానతలను రూపుమాపాలన్న ఉద్దేశంతో ఐరాస ఏటా ఫిబ్రవరి 11న 'సైన్స్ రంగంలో మహిళలు, బాలికల అంతర్జాతీయ దినోత్సవం' నిర్వహిస్తోంది. ఏఐ, స్టెమ్, సామాజిక శాస్త్రాలను ఆర్థిక రంగంతో సమ్మిళితం చేస్తూ 'ఆమె' భవిష్యత్తును నిర్మించాలన్నది ఈ ఏడాది నినాదం. శాస్త్ర, సాంకేతిక, ఇంజినీరింగ్, గణిత రంగాల్లో లింగపరమైన అసమానత్వం అభివృద్ధి చెందిన దేశాల్లోనూ స్థిరంగా కొనసాగుతున్నట్లు 'యునెస్కో' గుర్తించింది. ఈ అంతరం వల్ల మహిళల మేధాశక్తిని ప్రపంచం పూర్తిస్థాయిలో వినియోగించుకోలేకపోతోంది. ఉన్నత విద్యలో మహిళలు అద్భుతమైన పురోగతి సాధిస్తున్నప్పటికీ– సైన్స్, టెక్నాలజీ రంగాల్లో వారి ప్రాతినిధ్యం చాలా తక్కువగానే ఉంటోంది. పైగా అధిక వేతనాలతో కూడిన ఉద్యోగాలను వారు అందుకోలేకపోతున్నారు. నేడు ఏఐ కార్యకలాపాల్లో మహిళలు 22 శాతమే ఉండగా, క్వాంటమ్ కంప్యూటింగ్‌లో మరీ తక్కువగా రెండు శాతానికే పరిమితమయ్యారు. స్టెమ్ పరిశోధనల్లోనూ వారి ప్రాతినిధ్యం 31శాతానికే పరిమితమని ఐరాస వెల్లడించింది. ఈ విభాగాల్లో వేళ్లూనుకున్న లింగ అసమానత్వం మహిళా సాధికారతకూ, దేశార్థికానికీ, యావత్ ప్రపంచ పురోగతికీ విఘాతకరం. ఈ సంగతిని గుర్తించిన పలు దేశాలు స్టెమ్ విభాగాల్లో బాలికలూ మహిళలకు అవకాశాలను మెరుగుపరిచేలా విధివిధానాలను రూపొందిస్తున్నాయి.

విజయాల్లో కీలకం...

గణితం, ఇంజినీరింగ్‌లు 'పురుషుల ఫీల్డ్' అనే అపోహ చాలాకాలంగా ఉంది. కానీ, దీన్ని చాలామంది భారతీయ మహిళలు పటాపంచలు చేశారు. చంద్రుడి దక్షిణ ధ్రువంపై పరిశోధన కోసం చేపట్టిన 'చంద్రయాన్–3' ప్రాజెక్టుకు నాయకత్వం వహించిన వారిలో తెలుగు మహిళ కల్పన కాళహస్తి ఉండటం విశేషం. వంద మందికి పైగా మహిళా శాస్త్రవేత్తలు ఈ ప్రాజెక్టులో పాల్గొన్నారు. డీఆర్‌డీవో, దాని అనుబంధ సంస్థల్లో స్త్రీల వాటా 16–18 శాతమే అయినప్పటికీ, ఆయా సంస్థలు సాధిస్తున్న విజయాల్లో వారు కీలకపాత్ర పోషిస్తున్నారు. మిస్సైల్ ఉమెన్ ఆఫ్ ఇండియాగా పేరుగాంచిన టెస్సీ థామస్, రాకెట్ ఉమెన్‌గా పేరొందిన రీతు కరిదాల్ వంటివారు ఈ తరం ఆడపిల్లలకు స్ఫూర్తిప్రదాతలు. ఎన్నో అడ్డంకులు ఉన్నా, భారతీయ ఐటీ రంగంలో మహిళల ప్రాతినిధ్యం 35శాతాన్ని మించడం మరో విశేషం. అయితే, దేశీయ యూనివర్సిటీల్లోని స్టెమ్ ఫ్యాకల్టీలో స్త్రీలు కేవలం 13.5శాతమే. ఐఐటీలు వంటి ప్రతిష్ఠాత్మక సంస్థల్లో మహిళా బోధకులు కనీసం ఏడు శాతమైనా లేరు! లింగ సమానత్వాన్ని ఏ దేశమూ ఇంతవరకు సాధించలేదని 'గ్లోబల్ జెండర్ గ్యాప్ రిపోర్ట్–2025' విశ్లేషించింది. భారతదేశమైతే ప్రపంచ స్త్రీ–పురుష అంతరాల సూచీలో 131వ స్థానంలో ఉన్నట్లు పేర్కొంది. ఈ పరిస్థితుల్లో స్టెమ్ రంగాల్లో లింగ అసమానతను రూపుమాపడానికీ, మహిళల్లో విద్య–ఉపాధి మధ్య అంతరాన్ని తగ్గించడానికీ కేంద్రం పలు కార్యక్రమాలు అమలు చేస్తోంది. తొమ్మిదో తరగతి నుంచి 12వ తరగతి బాలికల కోసం 'విజ్ఞాన్ జ్యోతి' పథకాన్ని రూపొందించింది. 'అటల్ టింకరింగ్ ల్యాబ్స్' ద్వారా బడుల్లో ఆధునిక సైన్స్ ల్యాబ్‌లను ఏర్పాటు చేస్తున్నారు. సాంకేతిక విద్యను అభ్యసించే బాలికల కోసం ప్రగతి స్కాలర్‌షిప్ పథకాన్ని ఏఐసీటీఈ ప్రారంభించింది. స్టెమ్ విభాగాల్లో మహిళలకు డాక్టరేట్, పోస్ట్ డాక్టరేట్, సీనియర్ సైంటిస్ట్ స్థాయి వరకు ఆర్థిక సాయం అందించడానికి 'వైజ్ అండ్ కిరణ్' కార్యక్రమాన్ని అమలు చేస్తున్నారు.

అధిగమించాల్సిన సవాళ్లెన్నో...

భారతీయ విద్యార్థినుల్లో సుమారు 43శాతం మంది స్టెమ్ కోర్సుల్లో గ్రాడ్యుయేషన్ పూర్తిచేస్తున్నా, 14–22 శాతం మందే ఉద్యోగాల్లో చేరుతున్నారు. ఈ విభాగాల్లో కొలువులు సాధించడం వారికి కష్టమవుతోంది. వివాహం ఆలస్యమైతే సంతాన సాఫల్యత తగ్గిపోతుందన్న అపోహతో చాలామంది తల్లిదండ్రులు చదువు పూర్తికాగానే అమ్మాయిలకు పెళ్లి చేసేస్తున్నారు. స్టెమ్ ఉద్యోగాలు చేయాలంటే పరిశ్రమలు, పరిశోధనా సంస్థలు, బహుళజాతి సంస్థలు ఉండే చోటుకే వెళ్లాల్సి ఉంటుంది. అది మహిళలకు ఇబ్బందికరంగా మారుతోంది. కొలువుల్లో చేరిన వారిలోనూ చాలామంది పని ప్రదేశాల్లో అభద్రతాభావం, లైంగిక వేధింపుల కారణంగా ఉద్యోగాలను వీడుతున్నారు. కుటుంబ బాధ్యతలను నిర్వర్తిస్తూనే స్టెమ్ రంగాల్లో ఒత్తిడిని తట్టుకుని ఉద్యోగాల్లో కొనసాగడం మహిళలకు సవాలుగా మారింది. వీటన్నింటికీ అడ్డుకట్ట వేయాల్సిన సమయమిది. స్టెమ్ చదువులు, ఉద్యోగాల పట్ల అమ్మాయిల్లో నెలకొన్న భయాందోళనలను తొలగించేందుకు ప్రత్యేక చర్యలు తీసుకోవాలనీ; అందుకోసం భారీగా నిధులు కేటాయించాలని ప్రపంచ దేశాలకు ఐరాస పిలుపిచ్చింది. భారత్ వంటి దేశాలు అందుకు కట్టుబాటు చాటడం అత్యావశ్యకం.

ప్రతి ఒక్కరు ఓటు హక్కును వినియోగించుకోవాలి

28వ వార్డు కౌన్సిలర్ అభ్యర్థి శ్రావణి కవిరాజ్

విజేత,వికారాబాద్ ప్రతినిధి : ఓటు హక్కును వినియోగించుకోవడం మన బాధ్యత అని 28వ వార్డు కౌన్సిలర్ అభ్యర్థి నీరోజీ శ్రావణి కవిరాజ్ అన్నారు. బుధవారం వికారాబాద్ పట్టణంలో 28వ వార్డు కౌన్సిలర్ అభ్యర్థి నీరోజీ శ్రావణి కవిరాజ్ కుటుంబ సభ్యులతో కలిసి ఓటు హక్కును వినియోగించుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆమె మాట్లాడుతూ,భారత రాజ్యాంగం మనకు కల్పించిన ఓటుహక్కును వినియోగించుకోవడం మనందరి బాధ్యత అని స్పష్టం చేశారు.ప్రతి ఒక్కరూ నిర్భయంగా, ఎటువంటి ప్రలోభాలకు లొంగకుండా ఓటు హక్కును వినియోగించుకోవాలని కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో 28వ వార్డుకు చెందిన బాల్ రాజ్ చారి, కవిరాజ్ చారి, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఓటుహక్కును వినియోగించుకోవడం మన బాధ్యత

మాజీ ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ మెతుకు ఆనంద్

విజేత,వికారాబాద్ ప్రతినిధి : ఓటు హక్కును వినియోగించుకోవడం మన బాధ్యత అని మాజీ ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ మెతుకు ఆనంద్ అన్నారు. బుధవారం వికారాబాద్ పట్టణంలోని బాలుర ఉన్నత పాఠశాల లో ఓటు హక్కును వికారాబాద్ జిల్లా బీఆర్ఎస్ పార్టీ అధ్యక్షులు, మాజీ ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ మెతుకు ఆనంద్, వారి సతీమణి డాక్టర్ సబితా ఆనంద్ కూతురు వినూత్న ఆనంద్ వినియోగించుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా డాక్టర్ మెతుకు ఆనంద్ మాట్లాడుతూ,భారత రాజ్యాంగం మనకు కల్పించిన ఓటుహక్కును వినియోగించుకోవడం మనందరి బాధ్యత అని స్పష్టం చేశారు.ప్రతి ఒక్కరూ నిర్భయంగా, ఎటువంటి ప్రలోభాలకు లొంగకుండా ఓటు హక్కును వినియోగించుకోవాలని కోరారు.

ఏడుపాయల వనదుర్గాదేవిని దర్శించుకున్న ఎమ్మెల్యే రోహిత్ రావు

పూర్ణకుంభంతో ఎమ్మెల్యే కు ఘన స్వాగతం

విజేత,పాపన్నపేట : ఏడుపాయల శ్రీ వనదుర్గాభవానీ మాత అమ్మవారిని బుధవారం మెదక్ ఎమ్మెల్యే మైనంపల్లి రోహిత్ రావు దర్శించుకుని ప్రత్యేక విశేష పూజలు నిర్వహించారు. ఆలయ అర్చకులు, సిబ్బంది ఎమ్మెల్యే రోహిత్ రావు కు పూర్ణకుంభంతో ఘన స్వాగతం పలికారు.ఆలయ గర్భాలయంలో వనదుర్గాదేవి అమ్మవారికి ఎమ్మెల్యే రోహిత్ కుంకుమార్చన, విశేషాలంకరణ పూజలు నిర్వహించారు. ఆలయ ప్రధాన అర్చకులు వేద మంత్రాల మధ్య ఎమ్మెల్యే రోహిత్ కు అమ్మవారి అనుగ్రహఆశీస్సులను అందజేస్తూ, తీర్థ ప్రసాదాలను అందించారు. ఆలయ మర్యాదలతో ఏడుపాయల ఆలయ జూనియర్ సహాయకులు పి మధుసూదన్ రెడ్డి ఎమ్మెల్యే రోహిత్ కు శాలువా కప్పి ఘనంగా సన్మానించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఆలయ సిబ్బంది మధుసూదన్ రెడ్డి, సూర్య శ్రీనివాస్, ప్రతాప్ రెడ్డి, ఎమ్మెల్యే అనుచరులు, పార్టీ నాయకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పోలింగ్ కేంద్రాన్ని పరిశీలించిన ఎమ్మెల్యే.. జిఎంఆర్.

విజేత దేవరకద్ర : దేవరకద్ర మున్సిపాలిటీ ఎన్నికల సందర్భంగా ఎన్నికలు జరిగే పోలింగ్ కేంద్రాలను దేవరకద్ర నియోజకవర్గ ఎమ్మెల్యే జై మధుసూదన్ రెడ్డి బుధవారం సందర్శించారు. మీన్ గోన్పల్లి, దేవరకద్ర 11వ వార్డు పోలింగ్ కేంద్రాన్ని సందర్శించి నాయకులతో మాట్లాడారు ఓటు వివరాలను, పోలింగ్ శాతం ఎలా ఉందని అడిగి తెలుసుకున్నారు. ఓటు హక్కు ఉన్న ప్రతి ఒక్కరు కూడా తమ ఓటు హక్కును వినియోగించుకోవాలని తెలిపారు. ఆయన వెంట టిపిసిసి ఆర్గనైజింగ్ సెక్రటరీ అరవింద్ కుమార్ రెడ్డి,కాంగ్రెస్ పార్టీ మండల అధ్యక్షుడు అంజిరెడ్డి, రాఘవేందర్ రెడ్డి, కాంగ్రెస్ పార్టీ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి కిషన్ రావు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

అభివృద్ధి ముందంజలో బాల్కొండ గ్రామపంచాయతీలి

బాల్కొండ సర్పంచ్ గాండ్ల రాజేష్-

విజేత, బాల్కొండ : బాల్కొండ మండల కేంద్రంలో రెండు సంవత్సరాల నుంచి లేని అభివృద్ధి గత రెండు నెలలుగా బాల్కొండ గ్రామపంచాయతీ సర్పంచ్ గాండ్ల రాజేష్ ఆధ్వర్యంలో కనిపిస్తుంది అని ప్రజలు తెలపడం జరిగింది.తాను నిద్రపోకుండా రోజుకు 18 గంటలు ప్రజలతో మమేకమై 16 వార్డులో ఏ సమస్యలున్న వెంటనే తీర్చడం వెనుక ప్రజలు హర్షం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. బాల్కొండ గ్రామంలో 16 వార్డులలో వార్డ్ మెంబర్లు ఏ పని చెప్పిన కాదనకుండా వెంటనే తక్షణమే వాటిని పరిష్కరించడం ఒక బాల్కొండ సర్పంచ్ గాండ్ల రాజేష్ కి చెందింది.గత ప్రభుత్వంలో ఏడు సంవత్సరాల నుంచి లేని అభివృద్ధి ఇప్పుడు కనిపిస్తుందని ప్రజలు ధీమా వ్యక్తం చేస్తున్నారు. యువకుడైన బాల్కొండ సర్పంచ్ గాండ్ల రాజేష్ తన రోజు 18 గంటల వ్యవధిలో తనకు నిద్రాహారాలు మాని తనకు తోచిన వార్డులో తోచిన పనిని గ్రామ పంచాయతీ సిబ్బందితో గ్రామ సమస్యలను పరిష్కరిస్తూ 16 వార్డ్ మెంబర్లు వారు చెప్పిన విధంగా వారి వారి వార్డులలో వారి సమస్యలను పరిష్కరిస్తూ ముందుకు సాగుతూ యువకులు యువ రక్తాన్ని తనంటే ఏంటో నిరూపించుకోవడం జరుగుతుందని ప్రజలు తెలపడం జరిగింది. గతంలో ఏదైనా జరగొచ్చు గత రెండు సంవత్సరాల నుంచి లేని అభివృద్ధి ఇప్పుడు రెండు నెలలు చేసి చూపిస్తున్నాడని ప్రజలు బాల్కొండ సర్పంచ్ గాండ్ల రాజేష్ ను అభినందిస్తున్నారు. తన మన అని అభిప్రాయం లేకుండా కుల మతాలకు అతీతంగా సేవ చేస్తూ ప్రజా మార్గంలో నడుస్తూ తనకు ప్రజలు కట్టిన పట్టాన్ని నిరూపిస్తూ ముందుకు సాగుతూ అనేక అభివృద్ధి కార్యక్రమాలు చేపడుతూ ఒక్క ఫోన్ చేసి చెప్పిన వెంటనే పరిష్కారం చేస్తున్నాడని ప్రజలు తెలుపుతున్నారు.ఈ లాంటి సర్పంచును గతంలో ఎన్నడూ చూడలేదని ప్రజలు వాపోతున్నారు. రెండు సంవత్సరాల క్రితం ముగిసిన ఐదు సంవత్సరాల అభివృద్ధి ఏమి చెందలేదని ప్రజలు వాపోతున్నారు గత మూడు నెలలైనా అధికారం చేపట్టి అనేక అభివృద్ధి కార్యక్రమాలు చెప్పిన వెంటనే తక్షణమే తన కర్తవ్యం గా తన ఇంటి సమస్యగా తీసుకొని తానున్నానంటూ ముందుకు వెళుతూ ప్రజల మన్ననలు పొందుతున్నాడు. ప్రజలు సర్పంచ్ అంటే ఇలాగే ఉండాలని చూసి నేర్చుకోవాలని ఇతర గ్రామ చెందిన గ్రామ ప్రజలు తెలుపుతున్నారు. తక్షణమే అర్ధరాత్రి అయిన అపరాత్రైన అని కాకుండా తనకు కాల్ చేసిన వెంటనే బాల్కొండ ప్రజలకు ఐదు నిమిషాలు,పది నిమిషాల్లో అందుబాటులో ఉండి అక్కడ సమస్యను పరిష్కరించడం తన యువ రక్తాన్ని నిరూపిస్తూ ఒక యువకుడు బాల్కొండ సర్పంచ్ అయితే ఎలా ఉంటాడో అని నిరూపిస్తూ ముందుకు సాగుతూ వెళ్తున్నాడు. ప్రజలు తనను సర్పంచ్ గా ఎన్నుకున్నందుకు ప్రజలకు ధన్యవాదాలు తెలుపుతూ గాండ్ల రాజేష్ ఇలాగే రాబోయే ఐదు సంవత్సరాలు ప్రజలకు సేవ చేస్తానని తాను ప్రజల సమక్షంలో తెలుపుతూ ప్రజలతో అనునిత్యం ప్రజలతో మమేకమై ప్రజలలో ఒకరిగా ఉంటూ ప్రజల సమస్యలను పరిష్కరిస్తానని ప్రజలకు విజ్ఞప్తి చేస్తూ తాను ఇలాగే ముందుకు సాగుతానని కేంద్రం నుంచి వచ్చిన నిధులను,రాష్ట్ర ప్రభుత్వం నుంచి వచ్చిన నిధులను గ్రామపంచాయతీకి సద్వినియోగం చేస్తూ బాల్కొండలోని 16 వార్డులకు వాటిని వినియోగిస్తూ అనుక్షణం ప్రజల కోసం పనిచేస్తానని ఆయన తెలిపారు.డ్రైనేజీ సమస్యలు గానీ, ముండ్ల పొదలు తొలగించడంలో గాని తనకున్న బడ్జెట్ను ఉపయోగించి తక్షనే పరిష్కరిస్తాన్ని ఆయన ప్రజల సమక్షంలో తెలపడం జరిగింది. ప్రజలు తనను సర్పంచ్ గా ఎన్నుకున్నందుకు ప్రజలకు ధన్యవాదాలు తెలుపడం జరిగింది.

లేబర్ కోడులు కార్మిక హక్కులకు ఉరితాళ్ళు

కార్మికసంఘాలనేతలు

సమ్మెకుసిద్ధమవుతున్న సింగరేణి పర్మినెంట్,కాంట్రాక్టు కార్మికులు

విజేత, పినపాక : కేంద్ర బిజెపి ప్రభుత్వం తెచ్చిన నాలుగు లేబర్ కోడులు కార్మిక హక్కులకు ఉరితాళ్ళు వంటివని వాటిని రద్దు చేయకపోతే కార్మికుల మనుగడే ప్రశ్నార్ధకంగా మారుతుందని అందుకే ప్రతి కార్మికుడు ఫిబ్రవరి 12వ తేదీన సార్వత్రిక సమ్మెలో పాల్గొని కేంద్ర ప్రభుత్వానికి నిరసన తెలియజేయాలని సిఐటియు జిల్లా అధ్యక్షులు కే బ్రహ్మాచారి ఐఎన్ టియూసీ మణుగూరు ఏరియా ఉపాధ్యక్షులు కృష్ణంరాజు ఏఐటీయూసీ బ్రాంచ్ కార్యదర్శి రాంభూపాల్ టీజీబీకేఎస్ మణుగూరు ఏరియా ఉపాధ్యక్షులు నాగెల్లి వెంకటేశ్వర్లు ఐ ఎఫ్ టి యు మణుగూరు నాయకులు చంద్రన్న విజ్ఞప్తి చేశారు. సమ్మె జయప్రదం కోసం కార్మిక సంఘాల ఆధ్వర్యంలో సింగరేణి పని కేంద్రాలలో విస్తృతంగా ప్రచారం నిర్వహించారు .36% ఓట్లు వచ్చిన కేంద్ర బిజెపి ప్రభుత్వం ఏకపక్షంగా పార్లమెంట్లో బలం ఉందని కార్మికుల పోరాడి సాధించుకున్న చట్టాలను రద్దు చేయడం ప్రజాస్వామ్య వ్యవస్థకే ప్రమాదకరమని కార్మిక సంఘాల నేతలు పేర్కొన్నారు .ఈ సందర్భంగా నాయకులు మాట్లాడుతూ కేంద్ర బిజెపి ప్రభుత్వం కార్మిక హక్కులపై ముప్పేట దాడి చేస్తుందని విమర్శించారు. రాజకీయ అధికార బలం తోటి చట్టాలు రద్దు చేస్తే కార్మికులు సహించబోరని రాజకీయ సమ్మెళ ద్వారానే కేంద్ర ప్రభుత్వానికి తగిన బుద్ధి చెబుతారని నేతలు హెచ్చరించారు. చట్టబద్ధంగా వేతనాలు పొందే హక్కు, సంఘం పెట్టుకునే హక్కు, ఉమ్మడి బారసారాల హక్కు, కార్మికులు తమకు నచ్చిన సంఘాన్ని ఎన్నుకునే హక్కు ఇలా అన్ని రకాల హక్కుల పైన బిజెపి ప్రభుత్వం దాడి చేస్తుందని కార్మికులను బానిసలుగా మార్చి శ్రమ దోపిడీ చేయటమే ఈ లేబర్ కోడెల లక్ష్యంగా ఉందని పేర్కొన్నారు .కాంట్రాక్ట్ కార్మికులకు ఉన్న కొద్దిపాటి సౌకర్యాలకు కూడా దూరం చేసి ఫిక్స్ టర్మ్ ఎంప్లాయ్మెంట్ పద్ధతిలోకి తీసుకురావడం ఉపాధి భద్రత మీద దాడి చేసినట్లు అవుతుందని పేర్కొన్నారు. కార్మిక సమస్యలపై యూనియన్ల భాగస్వామ్యం లేకుండానే యాజమాన్యాలు ,ప్రభుత్వాలు ఏకపక్ష నిర్ణయాలు చేసి కార్మికులపై రుద్దే విధంగా లేబర్ కోడలు ఉన్నాయని నాయకులు విమర్శించారు. పిఎఫ్ చట్టం ,ఈఎస్ఐ చట్టం, బోనస్ చట్టం ఇలా అన్ని చట్టాలను రద్దుచేసి ప్రభుత్వాలకు, యాజమాన్యాలకు అనుకూలంగా లేబర్ కోడులు తయారు చేసుకున్నారని కార్మిక సంఘాలు పేర్కొన్నాయి. లేబర్ కోడులు ప్రజాస్వామ్యానికి వ్యతిరేకంగా ఉన్నాయని వీటి రద్దు కోసం ప్రజాస్వామ్యతంగా సమ్మె జరుగుతుందని కార్మిక సంఘాలు పేర్కొన్నాయి. సమ్మెను విజయవంతం చేయడం ద్వారా లేబర్ కోడులపై కార్మిక వర్గం వ్యతిరేకతను ప్రభుత్వానికి తెలియజెప్పాలని కార్మిక సంఘాలు పిలుపునిచ్చాయి. లేబర్ కోడులు మంచివి అంటూ సింగరేణి యాజమాన్యం కార్మిక శాఖ అధికారులతో కలిసి ప్రచారం నిర్వహించటం అత్యంత దుర్మార్గమైన చర్యగా కార్మిక సంఘాలు పేర్కొన్నాయి. ఈ లేబర్ కోడులను రద్దు చేయకపోతే భవిష్యత్తులో బహుళ రోజుల నిరవధిక సమ్మెలు చేస్తామని కేంద్ర ప్రభుత్వాన్ని కార్మిక సంఘాలు హెచ్చరించాయి. ఈ ప్రచార కార్యక్రమంలో ఐ ఎన్ టి సి నాయకులు ఇతియాజ్ పాషా ఏఐటీయూసీ నాయకులు సాయి ప్రకాష్ చారి సిఐటియు బ్రాంచ్ కార్యదర్శి వెంకటరత్నం టీజీబీకేఎస్ నాయకులు కడారి ప్రసాద్ సిఐటియు నాయకులుముత్యాల. సుమన్ ముజఫర్ ,టీజీబీకే ఎస్ నాయకులు జగదీశ్వర్ రావు తదితరులు పాల్గొన్నారు

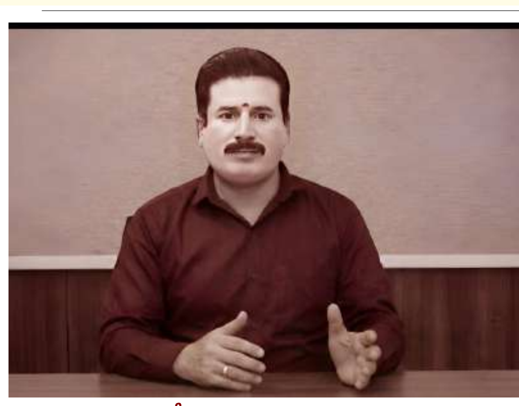
ప్రశాంతంగా కొనసాగుతున్న మున్సిపల్ ఎన్నికలు

చేవెళ్ల జోన్ పరిధిలోని మూడు మున్సిపాలిటీలలో ఎన్నికలు జరుగుతున్నాయి.

ఫ్యూచర్ సిటీ పోలీస్ కమిషనర్ శ్రీ జి. సుధీర్ బాబు, ఐపీఎస్

విజేత, చేవెళ్ల : రంగారెడ్డి జిల్లా చేవెళ్ల మున్సిపాలిటీ ఫ్యూచర్ సిటీ పోలీస్ కమిషనరేట్ పరిధిలో మున్సిపల్ ఎన్నికల వాతావరణం ప్రశాంతంగా కొనసాగుతోందని. ఫ్యూచర్ సిటీ పోలీస్ కమిషనర్ జి. సుధీర్ బాబు, ఐపీఎస్ తెలిపారు ఈసందర్భంగా మాట్లాడుతూ ప్రజలు తమ ఓటు హక్కును వినియోగించుకోవడంలో ఉత్సాహంగా పాల్గొంటున్నారని. మధ్యాహ్నం 1 గంటల వరకు 55 శాతం పోలింగ్ నమోదైందని. సాయంత్రం 5 గంటల వరకు పోలింగ్ కొనసాగనున్నందున, సుమారు 80 శాతం వరకు పోలింగ్ నమోదవుతుందని అంచనా వేస్తున్నామన్నారు ఈ సమయానికి సాధారణంగా మహిళా ఓటర్లు ఎక్కువగా పోలింగ్ కేంద్రాలకు వచ్చి ఓటు వేస్తున్నారు. అందువల్ల పోలింగ్ శాతం వేగంగా పెరుగుతుందని భావిస్తున్నాము. మహిళా ఓటర్లకు ఎలాంటి ట్రాఫిక్ ఇబ్బందులు కలగకుండా ప్రత్యేక ఏర్పాట్లు చేపట్టామని క్రిటికల్ మరియు సెన్సిటివ్ గ్రామాలను ముందుగానే గుర్తించి అక్కడ కట్టుదిట్టమైన భద్రతా ఏర్పాట్లు చేశాము. ఈ జోన్లో నిర్దిష్ట పోలీస్ స్కేలు ప్రకారం 500 మంది పోలీసు సిబ్బందిని భద్రత కోసం మోహరించామని.మొత్తం కమిషనరేట్ పరిధిలో 38 రూట్లలో పర్యవేక్షణ మరియు పహారా నిర్వహించబడుతోంది.చేవెళ్ల జోన్ పరిధిలోని మూడు మున్సిపాలిటీలలో ఎన్నికలు జరుగుతున్నాయి. పోలింగ్ ముగిసిన అనంతరం బ్యాలట్ బాక్సులను తరలించి, కౌంటింగ్ కేంద్రం ఉన్న డిస్ట్రిబ్యూషన్ సెంటర్లోని స్ట్రాంగ్ రూమ్లో భద్రపరచి. ఎల్లుండి కౌంటింగ్ నిర్వహించబడుతుందని. పోలింగ్ సాయంత్రం 5 గంటల వరకు కొనసాగుతుంది అని ఫ్యూచర్ సిటీ పోలీస్ కమిషనర్ జి. సుధీర్ బాబు, ఐపీఎస్ గారు తెలిపారు.

తెలంగాణ ఉద్యమకారుల త్యాగాలను కించపరచవద్దు



కోర్టు వ్యాఖ్యలపై కప్పాటి పాండురంగా రెడ్డి తీవ్ర అభ్యంతరం

విజేత, చేవెళ్ల : స్వరాష్ట్ర సాధన కోసం పద్నాలుగేళ్ల పాటు సాగిన ఉజ్వల పోరాటంలో తమ జీవితాలను ధారపోసిన తెలంగాణ ఉద్యమకారుల పట్ల గౌరవనీయ హైకోర్టు చేసినట్లుగా వస్తున్న వ్యాఖ్యలు అత్యంత దురదృష్టకరమని తెలంగాణ జాగృతి రంగారెడ్డి జిల్లా అధ్యక్షులు కప్పాటి పాండురంగా రెడ్డి తీవ్ర అభ్యంతరం వ్యక్తం చేశారు. ఈ వ్యాఖ్యలు వేలాది మంది ఉద్యమకారుల మనోభావాలను తీవ్రంగా గాయపరిచాయని ఆయన ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. స్వాతంత్ర్య పోరాటానికి సమానమైన ఉద్యమం తెలంగాణ ఉద్యమం ఇంటి స్థలం, పింఛను ఇవ్వడానికి మీరేమైనా స్వాతంత్ర్య సమరయోధులా అని న్యాయస్థానం ప్రశ్నించడం ఉద్యమకారుల త్యాగాలను తక్కువ చేసి చూపడమే. 1969 నుండి 2014 వరకు సాగిన పోరాటం ఆధిపత్య పరాయి పాలన నుండి విముక్తి కోసం, ఆత్మగౌరవం కోసం జరిగిన పోరాటం. ప్రాణాలకు తెగించి కొట్లాడిన ఉద్యమకారుల త్యాగాలను బిక్షగా చూడటం సరైనది కాదు. ఎన్నికల హామీలు రాజ్యాంగబద్ధమైన హక్కు ఎన్నికల సమయంలో రాజకీయ పార్టీలు ఇచ్చే హామీలు కేవలం ఓట్ల కోసం మాత్రమే కావు. అవి ఒక సామాజిక వర్గానికి లేదా బాధ్యతాయుతమైన పౌరులకు ఇచ్చే భరోసా. ప్రత్యేక రాష్ట్రంలో తమ బతుకులు మారుతాయని ఆశించడంలో తప్పు లేదు. ఇచ్చిన హామీలను అమలు చేయాలని కోరడం ప్రతి ఉద్యమకారుడి రాజ్యాంగబద్ధమైన హక్కు. ప్రభుత్వం ఎంతమందికని ఇవ్వగలుగుతుంది అన్న ప్రశ్న తగదు. అసలు ప్రత్యేక రాష్ట్రం సిద్ధించిందే నీళ్లు, నిధులు, నియామకా కోసం. ఉద్యమకారుల పోరాటం వల్లే నేడు రాష్ట్ర ఖజానాకు ఆదాయం వస్తోంది, వేల కోట్ల అభివృద్ధి పనులు జరుగుతున్నాయి. రాష్ట్రం ఏర్పడటానికి మూలకారకులైన వారి సంక్షేమాన్ని చూడాల్సిన బాధ్యత ప్రభుత్వంపై ఉంది.

న్యాయస్థానాలకు విజ్ఞప్తి:

తెలంగాణ ఉద్యమకారులను కేవలం లబ్ధిదారులుగా చూడటం మానుకోవాలని, వారు ఈ రాష్ట్ర నిర్మాతలని పాండురంగా రెడ్డి గుర్తు చేశారు. కోర్టులు చట్టాలను గౌరవించడమే కాకుండా, ప్రజల సెంటిమెంట్లను మరియు చారిత్రక నేపథ్యాలను కూడా పరిగణనలోకి తీసుకోవాలి. ఉద్యమకారుల ఆత్మగౌరవాన్ని దెబ్బతీసే వ్యాఖ్యలు ప్రజాస్వామ్యానికి చేటు చేస్తాయని, తెలంగాణ సమాజం వీటిని సమర్థించదని ఆయన స్పష్టం చేశారు. న్యాయస్థానాలు, న్యాయమూర్తులు మరియు న్యాయవాదులు ఉద్యమకారులకు అండగా నిలవాలని ఆయన కోరారు.

ప్రజాస్వామ్యంలో ఓటు హక్కు కీలకం

డా. వైభవ్ రెడ్డి

విజేత,చేవెళ్ల : ప్రజాస్వామ్యాన్ని బలపరిచేది ప్రజల తీర్పే, ప్రతి ఒక్కరూ తమ హక్కును వినియోగించాలి అని డా. వైభవ్ రెడ్డి పేర్కొన్నారు. చేవెళ్ల మున్సిపల్ పరిధిలోని 10వ వార్డు రామన్నగూడా లో ఆయన సతీమణి డా.వ్యూహ రెడ్డితో కలిసి పోలింగ్ కేంద్రానికి చేరుకుని తమ ఓటు హక్కును వినియోగించుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా స్థానికులు కూడా పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొని ప్రజాస్వామ్య ప్రక్రియలో భాగస్వాములయ్యారు. ఎన్నికలు ప్రజల ఆశయాలను ప్రతిబింబించే వేదికగా నిలుస్తాయని, బాధ్యతాయుతంగా తీర్పు ఇవ్వడం ప్రతి పౌరుడి కర్తవ్యంమన్నారు.

ఓటు వేసేందుకు వెళ్లిన మహిళకు చేదు అనుభవం

విజేత, ఇబ్రహీంపట్నం :- మున్సిపాలిటీ ఎన్నికలలో ఓ మహిళకు చేదు అనుభవం ఎదురైంది. తన ఓటు ను వేరేవాళ్లు వేశారంటూ ఓ మహిళ ఆవేదన వ్యక్తం చేసింది. వివరాలలోకి వెళితే రంగారెడ్డి జిల్లా ఇబ్రహీంపట్నం మున్సిపాలిటీ, శేరిగూడలోని 15వ వార్డులో ఓటు వేసేందుకు వెళ్లిన క్యామ పారిజాతకు చేదు అనుభవం ఎదురైంది. ఓటేసి తమకు కావాల్సిన నాయకుడుని ఎన్నుకునేందుకు గ్రామంలోని పోలింగ్ బూత్ వద్దకు వెళ్లి క్యూలో నిలబడింది. తీరా తన వొంతు రాగానే ఓటు వేసేందుకు పేరు వివరాలు తెలుపగా.. ఆ ఓటు అప్పటికే పోల్ అయినట్లు అధికారులు చెప్పడంతో సదరు మహిళా ఓటరు ఒక్కసారిగా అవాక్కయ్యింది. తాను ఓటు వేసేందుకు ఇప్పుడే వచ్చానని తెలుపగా మరోసారి పరిశీలించి ఓటు ఇప్పటికే వేశారని అధికారులు చెప్పారు. దీంతో చేసేదేమిలేక అక్కడి నుండి వెనుదిరిగింది. తన ఓటు వేరే వాళ్ళు వేశారని ఆవేదనతో ఆందోళన చేసింది.

"రైతుల కడుపు కొడతారా.?

జాతీయ బీసీ సంక్షేమ సంఘం స్టేట్ సెక్రటరీ

డాక్టర్. వడ్డేపల్లి హనుమంతు

విజేత,హైదరాబాద్ ప్రతినిధి : జాతీయ బీసీ సంక్షేమ సంఘం స్టేట్ సెక్రటరీ డాక్టర్. వడ్డేపల్లి హనుమంతు మాట్లాడుతూ. అమ్మ పెట్టదు అడుక్కోనివ్వదు అని ఓ పాత సామెత. ప్రస్తుతం దేశంలోని రైతుల పట్ల కేంద్రం అనుసరిస్తున్న తీరుకు ఇది సరిగ్గా అతికినట్టుంది. దేశానికి అన్నం పెట్టే అన్నదాతలను అమ్మలా అక్కున చేర్చుకోవాల్సిన కేంద్ర సర్కార్ వారిపై కక్ష కట్టింది. పైగా ఆదుకుంటున్న రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలపై కొరడా ఝుళిపిస్తోంది. కేరళలోని వామపక్ష ప్రభుత్వం తమ రాష్ట్రంలోని వరి రైతులకు ఇస్తున్న బోనస్‌ను వెంటనే నిలిపి వేయాలంటూ కేంద్రం హుకూం జారీ చేసింది.. పండిన పంటకు లాభాల వర్షం కురిపిస్తానంటూనే సర్కార్ రైతుల సమస్యలను పూర్తిగా విస్మరించింది. కేంద్రం ఎలాగో పట్టించుకోవడం లేదు, కనీసం రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలైనా రైతులకు అండగా నిలబడుతుంటే, అదీ భరించలేక పోతోంది. ఇలా ఉత్తర్వుల రూపంలో రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలపై నియంతృత్వంగా వ్యవహరిస్తూ రైతుల కడుపు కొడుతున్నది.. వాస్తవానికి వ్యవసాయాన్ని కార్పొరేట్లకు అప్పగించే ప్రయత్నంలో ఉంది కేంద్ర సర్కారు. ఆ కుట్రలో భాగంగానే గతంలో మూడు చట్టాలను తీసుకొచ్చింది. వీటికి వ్యతిరేకంగా రైతాంగం పెద్ద ఎత్తున తిరగబడింది. కేంద్ర సర్కారు కాస్త వెనక్కు తగ్గింది.. కనీస మద్దతు ధరల చట్టం చేస్తానని స్పష్టమైన హామీ కూడా ఇచ్చింది. కానీ దాన్ని ఎప్పుడో అటకెక్కించింది. రైతులను వ్యవసాయానికి దూరం చేసేందుకు కుట్రలు సాగిస్తోంది.. ఏదో ఒక రూపంలో రైతులను ఇబ్బందులు పెట్టి 'ఇక మేము ఈ వ్యవసాయం చేయలేము బాబో' అనేట్టు, చేయదల్చుకుంది. భారం భరించలేక రైతులు తప్పుకుంటే వ్యవసాయాన్ని కార్పొరేట్లకు అప్పగించేందుకు కూర్చున్నది. ఇప్పటికే అధికారంలో ఉన్న రాష్ట్రాల్లో విద్యుత్ చట్టంలో సవరణలు తీసుకొచ్చి వ్యవసాయ బోర్లకు స్మార్ట్‌మీటర్లు పెట్టింది. కరెంటు బిల్లుల రూపంలో రైతు పట్టి పీడుస్తున్నది. మిగిలిన రాష్ట్రాలను కూడా భయపెట్టో, బుజ్జగించో తమ పంచన చేర్చుకోవాలని చూస్తున్నది. అయితే కొన్ని రాష్ట్రాల్లో పప్పులు ఉడకడం లేదు. ఇందులో కేరళ కొరకరాని కొయ్యగా మారింది.అదే కేంద్రానికి కడుపుమంటగా మారింది కాబోలు! సర్కారు అనుసరిస్తున్న ప్రజావ్యతిరేక, ముఖ్యంగా రైతు వ్యతిరేక విధానాలను వ్యతిరేకించడంలో కేరళలోని వామపక్ష ప్రభుత్వం ఎప్పుడూ ఓ అడుగు ముందే ఉంటుంది. ఒకపక్క సాగు ఖర్చులు పెరిగిపోయాయి. మరో పక్క కేంద్రం నిర్ణయించిన కనీస మద్దతు ధర చాలక రైతులు అప్పులపాలవు తున్నారు. అందుకే కేరళ ప్రభుత్వం రైతులకు బోనస్ అందిస్తూ అండగా నిలిచింది. దాంతో ఆ రాష్ట్రం కేంద్ర ప్రభుత్వం నలుసుగా మారింది. అందుకే ఉత్తర్వుల రూపంలో హెచ్చరికలు జారీ చేసింది. వెంటనే బోనస్ ఆపివేయక పోతే ధాన్యం కొనుగోలు చేసేదే లేదని బెదిరింపులకు పాల్పడింది..అయితే కేంద్రం తమపై ఎన్ని ఆంక్షలు పెట్టినా రైతులకు కనీస మద్దతు ధరతో పాటు బోనస్ కూడా కచ్చితంగా చెల్లించి తీరుతామని ఎల్‌డీఎఫ్ ప్రభుత్వం తేల్చిచెప్పింది. కేంద్రం కొనుగోలు చేయకపోతే సహకారం సంఘాల ద్వారా పైలట్ పద్ధతిలో ధాన్యం కొనుగోలు చేసుకోవాలని నిర్ణయించుకుంది. గతంలోనూ కేంద్రం పెట్టిన ఇలాంటి ఎన్నో ఆంక్షలను కేరళ తిప్పికొట్టింది. తన రాష్ట్ర ప్రజాప్రయోజనాలకే మద్దతిచ్చింది. ఇది కదా అసలైన ప్రజానుకూల ప్రభుత్వమంటే.. తన అనుంగు మిత్రులైన కార్పొరేట్లకు వేల కోట్ల రూపాయలు రాయితీలిస్తున్న కేంద్రం రైతులను ఆదుకుంటే మాత్రం మింగుడు పడడం లేదు. ఇప్పటికే రైతులకు బోనస్ ఇస్తున్న రాష్ట్రాలలో కేరళ, తెలంగాణతో పాటు ఒడిశా, చత్తీస్‌గఢ్, మధ్యప్రదేశ్ రాష్ట్రాలు ఉన్నాయి. అలాగే గుజరాత్, రాజస్థాన్‌లో కూడా కొద్దో గొప్పో బోనస్ అందిస్తున్నారు. అయితే ఈ రాష్ట్రాల వారికి ఎవ్వరికీ అందని ఉత్తర్వులు కేవలం ఒక్క కేరళకు మాత్రమే ఎందుకు జారీ చేశారో ఆలోచిం చాల్సిన అవసరమైతే ఉంది. అంటే

కేంద్ర సర్కారు ముందు రాష్ట్రాలనే టార్గెట్ చేసిందనేది ఇక్కడ స్పష్టం.. త్వరలో తెలంగాణపై కూడా ఆంక్షలు విధించే ప్రమాదం లేకపోలేదు! సామాన్యులకు అండగా నిలబడుతున్న రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలపై ఆంక్షలు పెట్టేందుకు, ప్రశ్నలను కట్టడి చేసేందుకు కేంద్ర సర్కారు ఇందులో కేరళ రాష్ట్రంపై ఆంక్షలు ఒకటైతే, పీఎం కేర్స్‌ను పార్లమెంటులో ప్రశ్నించే హక్కు లేదంటూ లోక్‌సభ సచివాలయానికి ఉత్తర్వులు జారీ చేయడం మరో దారుణం..అంటే కేంద్ర ప్రభుత్వం సారథ్యంలో నడిచే సహాయ నిధుల వివరాలను ఎవరూ ప్రశ్నించడానికి వీలు లేదని అల్టిమేట్ ఇచ్చింది. కేంద్రం అనుసరిస్తున్న ఈ నియంతృత్వ ఇలాగే కొనసాగితే దేశం మరింత ప్రమాదంలోకి నెట్టి వేయబడటం ఖాయం కనుక ఈ రకమైన చర్యలను ప్రజామద్దతుతో ఎదుర్కోవాలి..జాతీయ బీసీ సంక్షేమ సంఘం స్టేట్ సెక్రటరీ డాక్టర్. వడ్డేపల్లి హనుమంతు తెలిపారు.

పోలింగ్ కేంద్రాన్ని పరిశీలించిన

జిల్లా ఎస్పీ,, జిల్లా కలెక్టర్ విజయేంద్ర బోయి.

విజేత దేవరకద్ర : దేవరకద్ర మున్సిపాలిటీ ఎన్నికల్లో భాగంగా బుధవారం ఎన్నికలు జరిగే పోలింగ్ కేంద్రాలను జిల్లా కలెక్టర్ విజయేంద్ర బోయి, జిల్లా ఎస్పీ జానకి తనిఖీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా వారు ఎన్నికల అధికారులతో పోలింగ్ గురించి పలు విషయాలు అడిగి తెలుసుకున్నారు మాట్లాడుతూ ఓటర్లకు ఎలాంటి ఇబ్బంది లేకుండా అన్ని సౌకర్యాలు కల్పించాలి హోటల్కు కావాల్సిన సౌకర్యాలు వీల్ చైర్ త్రాగునీరు ఎలాంటి ఇబ్బందులు లేకుండా చూడాలి. ప్రతి ఒక్కరు కూడా ఎన్నికల నియమ నిబంధనలు పాటించాలన్నారు . పోలింగ్ కేంద్రాల వద్ద ఎలాంటి సంఘటన జరగకుండా పోలీసులు పటిష్ట భద్రత నియమాలు తప్పకుండా పాటించాలన్నారు పోలింగ్ శాతం ఓటర్ల వివరాలను అడిగి తెలుసుకున్నారు.

టిడిపి నాయకులను పరామర్శించిన జనసేన నాయకులు

విజేత దేవరపల్లి : దేవరపల్లి టీడీపీ నాయకులు యాగంటి వెంకటేశ్వర రావు. యాగంటి శ్రీనివాస్ యాగంటి, సాయి బాబు తల్లి యాగంటి నారాయణమ్మ ఇటీవల కాలంలో స్వర్గస్తులయ్యారు. జనసేన నాయకులు నారాయణమ్మ చిత్రపటానికి పూలమాలలు వేసి నివాళులర్పించి కుటుంబ సభ్యులను ,పరామర్శించారు. ఈ కార్యక్రమం లో గోపాలపురం నియోజకవర్గం జనసేన పార్టీ ఇంచార్జి సువర్ణ రాజు , గ్రామ గౌరవ అధ్యక్షులు పసుపులేటి ప్రసాద్ , అధ్యక్షులు కంబాల సత్తిబాబు ఉపాధ్యక్షులు కొడమంచిలి శ్రీను , మండల నాయకులు చప్పటి శివ , మాధవరపు వెంకటేశ్వర రావు , దాసరి శేషరావు , గ్రామ ప్రధాన కార్యదర్శి జాజిమొగ్గల శ్రీనివాస్ , ఉప ప్రధాన కార్యదర్శి అడబాల మణికంఠ తదితరులు పాల్గొన్నారు

సంగమేశ్వర స్వామి దేవాలయంలో భక్తులకు అన్ని రకాల ఏర్పాట్లు

పురాతన శివాలయానికి పెద్ద సంఖ్యలో భక్తులు

అమీన్ పూర్ అక్షర విజేత : అమీన్ పూర్ జిహెచ్ఎంసి పరిధిలోని కృష్ణారెడ్డిపేట ఐలాపూర్ గ్రామ శివారులోని పురాతన శ్రీ పార్వతి సమేత శ్రీ సంగమేశ్వర స్వామి దేవాలయం లో మహాశివరాత్రి బ్రహ్మోత్సవాలు ఘనంగా నిర్వహించుటకు అన్ని రకాల ఏర్పాట్లు చేశామని ఆలయ కమిటీ నిర్వాహకులు తెలిపారు. బుధవారం నాడు ఆలయ కమిటీ ఆధ్వర్యంలో మహాశివరాత్రి కి చేస్తున్న ఏర్పాట్లను వారు పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ ఈ యొక్క పురాతన శివాలయంలో మహాశివరాత్రి బ్రహ్మోత్సవాలు ఈనెల 15 నుండి 16 వరకు నిర్వహించబడునని ఈ యొక్క బ్రహ్మోత్సవాలకు కిష్టారెడ్డిపేట ఐలాపూర్ మరియు చుట్టుపక్కన కాలనీవాసులు పెద్ద సంఖ్యలో తరలివస్తున్నారని ఆ యొక్క భక్తులకు ఎలాంటి ఇబ్బంది కలగకుండా అన్ని రకాల ఏర్పాట్లు పూర్తి చేశామని ఆలయ కమిటీ నిర్వాహకులు తెలిపారు. సుమారు 5000 నుండి 7000 వరకు భక్తులు తరలివస్తారని 16వ తారీఖున ఉదయం 9 గంటలకు శ్రీ పార్వతి సమేత సంగమేశ్వర స్వామి కళ్యాణ మహోత్సవం నిర్వహించబడును. మధ్యాహ్నం 12 గంటలకు అన్న ప్రసాద వితరణ కార్యక్రమం నిర్వహించబడును. ఈ యొక్క కార్యక్రమంలో భక్తులు పెద్ద సంఖ్యలో హాజరు కావాలని వారు కోరారు.

విజేత దినపత్రిక క్యాలెండర్ ను ఆవిష్కరించిన అధికారులు

విజేత,రాయికోడ్ : సంగారెడ్డి జిల్లా రాయికోడ్ మండల తహసీల్దార్ కార్యాలయంలో తహశీల్దార్ ఆశ జ్యోతి, నాయబ్ తహసీల్దార్ నరేష్,ఆర్ఐ శ్రీకాంత్, కార్యాలయ సిబ్బంది,సిరూర్ గ్రామ ఉపసర్పంచ్ శివకుమార్ మరియు మండల ప్రజాపరిషత్ కార్యాలయంలో ఎంపీడీఓ ఎంఎం షరీఫ్,సూపరిండెంట్ నర్సింహారెడ్డి,ఏపీఓ రమేష్, కార్యాలయ సిబ్బంది తదితరులు బుధవారం విజేత దినపత్రిక 2026 క్యాలెండర్ ఆవిష్కరించారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ దినపత్రికలు ప్రజాసమస్యలను వెలికితీసి వాటి పరిష్కారం కొరకు కృషి చేయాలని తెలిపారు.

వికారాబాద్ గడ్డ కాంగ్రెస్ అడ్డ

అనన్య మున్సిపల్ చైర్ పర్సన్ కావడం ఖాయం

అనన్య భారీ మెజార్టీతో గెలవడం పక్క

కాంగ్రెస్ పార్టీ తోనే వికారాబాద్ మున్సిపల్ అభివృద్ధి సాధ్యం

కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకుడు మంగలి రాజు

విజేత,వికారాబాద్ ప్రతినిధి : వికారాబాద్ గడ్డ కాంగ్రెస్ అడ్డా అని కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకుడు మంగలి రాజు అన్నారు.వికారాబాద్ ఎమ్మెల్యే, శాసనసభాపతి గడ్డం ప్రసాద్ కుమార్ కూతురు అనన్య వికారాబాద్ మునిసిపల్ చైర్ పర్సన్ కావడం ఖాయమని ఆయన అన్నారు. బుధవారం వికారాబాద్ జిల్లా ధారూర్ మండల పరిధిలోని ధర్మాపూర్ గ్రామానికి చెందిన కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకుడు మంగలి రాజు విజేత వికారాబాద్ ప్రతినిధితో మాట్లాడుతూ, మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో అనన్య భారీ మెజార్టీతో గెలవడం ఖాయమని ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వంలో వికారాబాద్ మునిసిపాలిటీ అన్ని విధాలుగా అభివృద్ధి చెందుతుందని ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు. అనన్య ఆధ్వర్యంలో వికారాబాద్ మునిసిపాలిటీ ఎంతో అభివృద్ధి చెందుతుందని అన్నారు. మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్ పార్టీ అత్యధిక సీట్లను సాధించి మున్సిపల్ చైర్ పర్సన్ పదవిని కైవసం చేసుకుంటుందని ధీమా వ్యక్తం చేశారు. రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి, శాసనసభాపతి గడ్డం ప్రసాద్ కుమార్ ఆధ్వర్యంలో వికారాబాద్ మునిసిపాలిటీ ఊహించని విధంగా అభివృద్ధి చెందుతుందని అన్నారు.

ఆర్.బి.ఐ ఆర్థిక అక్షరాస్యత వారోత్సవాలు

విజేత,గణపురం : గణపురం మండల కేంద్రంలోని యూబీఐ బ్యాంకు గణపురం బ్రాంచ్ ఆధ్వర్యంలో గణపురం గ్రామపంచాయతీ ఆవరణలో బ్యాంకు సేవలపై అవగాహన సదస్సు ఏర్పాటు చేయటం జరిగింది. ఈ సదస్సు లో యూబీఐ బ్యాంకు మేనేజర్ ఎండీ యాకుబ్ పాషా,ఎల్డీఎం తిరుపతి మాట్లాడుతుప్రతి ఒక్కరు బ్యాంకులో అకౌంట్ కలిగి ఉండాలి అని జీరో అకౌంట్ (పీఎంజేడీవై) గురించి వివరించారు. అలానే భీమా చేసుకోవాలి ధీమాగా ఉండాలన్నారు.బ్యాంకు సేవలు వినియోగించుకోవాలని కేవైసీ ఢ సి కేవైసీ, క్రాప్ లోన్స్, మహిళ సంఘాల రుణాలు డిపాజిట్, గోల్డ్ లోన్స్,సైబర్ మోసాలు వాటికీ పరిష్కారం మొదలగు అంశాల గురించి వివరించారు. బ్యాంకు లోనే తీసుకున్నవారు సకాలం లో వడ్డీ చెల్లించి వారి యొక్క క్రెడిట్ స్కోర్ కాపాడుకోవాలని సూచించారు. సైబర్ నేరాలపై ఖాతా దారులు అప్రమత్తంగా ఉండి తగిన జాగ్రత్తలు పాటించి తమ ఖాతాను భద్రంగా కాపాడుకోవాలి అన్నారు. కార్యక్రమం అనంతరం కేవైసీ పోస్టర్లను ఆవిష్కరించారు. ఈ సదస్సులో ముఖ్య అతిధులు గా ఎల్డిఎం ఏ తిరుపతి భూపాలపల్లి, యు బి ఐ బ్యాంకు మేనేజర్ యం డీ యాకుబ్ పాషా, గ్రామ సర్పంచ్ కటుకూరి రాధిక శ్రీనివాస్, ఉపసర్పంచ్ ఓరుగంటికృష్ణ,గ్రామపంచాయతీ వార్డ్ సభ్యులు,సి ఎఫ్ ఎల్ కౌన్సిలర్స్. బుర్ర సాగర్,కె రామకృష్ణ,రైతులు యువత పాల్గొన్నారు.

శేరిగూడలో తన ఓటు హక్కును వినియోగించుకున్న క్యామ మల్లేష్

విజేత, ఇబ్రహీంపట్నం :- ఇబ్రహీంపట్నం మున్సిపల్ ఎన్నికల సందర్భంగా బుధవారం ఉదయం భువనగిరి పార్లమెంట్ బిఆర్ఎస్ పార్టీ ఇన్చార్జి క్యామ మల్లేష్ తన ఓటు హక్కును వినియోగించుకున్నారు. రంగారెడ్డి జిల్లా ఇబ్రహీంపట్నం నియోజకవర్గం ఇబ్రహీంపట్నం మున్సిపాలిటీ తన స్వగ్రామమైన శేరిగూడ లోని 16వ వార్డులో తన ఓటు హక్కును భువనగిరి పార్లమెంటు బిఆర్ఎస్ పార్టీ ఇన్చార్జి క్యామ మల్లేష్ వినియోగించుకున్నారు.

14 న పాపన్నపేట శివాలయంలో శివపార్వతుల కళ్యాణోత్సవం

విజేత,పాపన్నపేట : మహా శివరాత్రి సందర్భంగా పాపన్నపేట శివాలయంలో శ్రీ శివపార్వతుల కళ్యాణ మహోత్సవం నిర్వహిస్తున్నట్లు నిర్వాహకులు, ఆలయ అర్చకులు చెర్వుపల్లి విశ్వనాథ శర్మ తెలిపారు. స్వస్తిశ్రీ విశ్వావసు నామ సంవత్సర మాఘ బహుళ ద్వాదశి ఫిబ్రవరి 14 శనివారం రోజున మండల కేంద్రమైన పాపన్నపేట శివాలయంలో శ్రీ పార్వతి పరమేశ్వరుల స్వామి వారి కళ్యాణ మహోత్సవం అంగరంగ వైభవంగా నిర్వహించనున్నట్లు తెలిపారు. శనివారం ఉదయం 9.00 గంటలకు శ్రీ మహా గణపతి పూజ, పుణ్యాహవాచనం, నవగ్రహ ఆరాధన, శ్రీ ఆంజనేయ స్వామివారికి మన్యు సూక్త సహిత సింధూర పూజ, శ్రీ భవానీ శంకర స్వామి వారికి రుద్ర అభిషేకం, రుద్ర హవనం వైభవంగా నిర్వహించబడునని పేర్కొన్నారు. మధ్యాహ్నం మదిరే సుజాత సుధాకర్ దంపతులచే అన్నప్రసాద వితరణ కార్యక్రమం ఉంటుందన్నారు. ప్రజలు అందరూ అధిక సంఖ్యలో పాల్గొని స్వామి వారి కృపకు పాత్రులు కాగలరని ఆలయ అర్చకులు చెరువుపల్లి విశ్వనాథ శర్మ విజ్ఞప్తి చేశారు.

ఇబ్రహీంపట్నం మున్సిపాలిటీలో ముగిసిన ఎన్నికలు.

బ్యాలెట్ బాక్స్ లో అభ్యర్థుల భవిష్యత్తు.

విజేత, ఇబ్రహీంపట్నం :- రంగారెడ్డి జిల్లా ఇబ్రహీంపట్నం మున్సిపాలిటీలో బుధవారం మున్సిపాలిటీ ఎన్నికలు ప్రశాంతంగా ముగిశాయి. ఉదయం ఏడు గంటల నుండి సాయంత్రం 5 గంటల వరకు ఇబ్రహీంపట్నంలోని 24 వార్డులలో ఎన్నికల నిర్వహణ కొనసాగింది. గత కొన్ని రోజులుగా మున్సిపాలిటీలో ప్రధాన పార్టీల అభ్యర్థులు నువ్వా నేనా అనే విధంగా ప్రచారాన్ని కొనసాగించాయి. మున్సిపాలిటీలో మొత్తం పోలైన ఓట్లు -20196, అందులో పురుషుల ఓట్లు-9747, మహిళల ఓట్లు -10449, మొత్తంగా పోలైన ఓటింగ్ శాతం 77.70. 24 వార్డుల లో 48 పోలింగ్ బూతులలో పోలింగ్ నిర్వహించగా అట్టి 42 పోలింగ్ బాక్సులను ఎన్నికల అధికారులు బౌలింగ్ ఏజెంట్లకు ముందు సాయంత్రం 5 గంటల తర్వాత సిజ్ చేసి ఇబ్రహీంపట్నంలోని శ్రీ ఇందు ఇంజనీరింగ్ కళాశాలకు తరలించడం జరిగింది. ఫలితాల కోసం 13వ తేదీ వరకు వేసి చూడవలసి ఉంది.

పోలింగ్ కేంద్రాలు పరిశీలించిన ఇంచార్జి కలెక్టర్

విజేత, రాజన్న సిరిసిల్ల ప్రతినిధి: మున్సిపల్ ఎన్నికల నేపథ్యంలో సిరిసిల్ల మున్సిపాలిటీ పరిధిలోని మోడల్ పోలింగ్ కేంద్రం ఏర్పాటు చేసిన కుసుమ రామయ్య ఉన్నత పాఠశాల అలాగే సిరిసిల్ల గీతా నగర్ లోని మండల పరిషత్ ప్రాథమిక పాఠశాల, మున్సిపల్ పరిధిలోని ఇప్పలపల్లి ప్రాథమిక పాఠశాలలో ఇంచార్జి కలెక్టర్, జిల్లా ఎన్నికల అధికారి గరిమ అగ్రవాల్ బుధవారం పరిశీలించారు. హెల్ప్ డెస్క్, మెడికల్ క్యాంప్ ను, ఓటింగ్ సరళిని సందర్శించి అధికారులతో మాట్లాడారు. అనంతరం వేములవాడ మున్సిపల్ పరిధిలోని కోనాయిపల్లి జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాలలో,అలాగే 20 వ వార్డు పరిధిలో ఏర్పాటు చేసిన మోడల్ పోలింగ్ కేంద్రంలో పరిశీలించారు. వేములవాడ లోని సినారె కళామందిరంలో రిసెప్షన్ కేంద్రం, కౌంటింగ్ కేంద్రంలో ఏర్పాట్లు పరిశీలించారు. అధికారులకు పలు సూచనలు చేశారు. అనంతరం గాంధీ నగర్ లోని గ్రీన్ పోలింగ్ కేంద్రంలో పరిశీలించారు. పరిశీలనలో అదనపు కలెక్టర్ గడ్డం నగేష్, ఆర్డీవోలు వెంకటేశ్వర్లు, రాధాభాయ్, మున్సిపల్ కమిషనర్లు ఖదీర్ పాషా, సంపత్ కుమార్, తహసీల్దార్లు మహేష్ కుమార్, జయంత్ కుమార్, టీపీఓ అన్సార్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఘనంగా పల్లవి కిడ్జ్ పాఠశాల వార్షికోత్సవం

విద్యార్థులు అన్ని రంగాల్లో రాణించాలి డైరెక్టర్ క్రాంతి కుమార్

అమీన్ పూర్ అక్షర విజేత : విద్యార్థులు చదువుతోపాటు అన్ని రంగాల్లో రాణించాలని పల్లవి కిడ్జ్ పాఠశాల డైరెక్టర్ క్రాంతి కుమార్ ఉప్పల కోరారు. అమీన్ పూర్ జిహెచ్ఎంసి పరిధిలోని నర్రగూడెం లోని పల్లవి కిడ్జ్ పాఠశాల వార్షికోత్సవ వేడుకలను నర్రగూడెంలో ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ యొక్క వార్షికోత్సవ కార్యక్రమంలో విద్యార్థిని విద్యార్థులు అలరించిన సాంస్కృతిక కార్యక్రమాలు ఎంతో అబ్బురపరిచాయి.ఈ సందర్భంగా పాఠశాల డైరెక్టర్ మాట్లాడుతూ ఈ యొక్క వార్షికోత్సవం విద్యార్థులకు చిరస్మరణీయంగా గుర్తుంటుందని ఆయన అన్నారు. విద్యార్థులు బాగా కష్టపడి చదువుకొని మీయొక్క తల్లిదండ్రులకు పాఠశాలకు సమాజానికి మంచి పేరు తీసుకొచ్చే విధంగా అన్ని రంగాల్లో ముందు ఉండాలని ఆయన ఆకాంక్షించారు. ఈ యొక్క కార్యక్రమంలో పాఠశాల ప్రిన్సిపల్ త్రివేణి ఉప్పల పాఠశాల ఉపాధ్యాయిని,ఉపాధ్యాయులు విద్యార్థిని, విద్యార్థులు, తల్లిదండ్రులు, సిబ్బంది తదితరులు ఈ యొక్క కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు.

అపర సంజీవినిల 108/102 అంబులెన్స్ సేవలు

ఆపదలో ఆదుకుంటున్న 108 అంబులెన్స్ లు

ఉమ్మడి జిల్లా ప్రోగ్రామ్ మేనేజర్ రవి

విజేత రేవల్లి వనపర్తి ప్రతినిధి : ఉమ్మడి జిల్లా వ్యాప్తంగా 108 మరియు 102 అంబులెన్సు అత్యుత్తమంగా పనిచేస్తున్నాయని అపర సంజీవనిల ఆదుకుంటున్నయని ఉమ్మడి జిల్లా ప్రోగ్రామ్ మేనేజర్ కె రవి పేర్కొన్నారు.బుధవారం రేవల్లి మండల కేంద్రంలోని 108 అంబులెన్సను ఆకస్మికంగా తనిఖీ చేశారు.అంబులెన్స్ లోని వివిధ రకాల పరికరాల పనితీరు మరియు మందులను పరిశీలించడం జరిగింది.108 అంబులెన్స ద్వారా ప్రజలకు అత్యుత్తమ సేవలను అందిస్తున్నామని ప్రమాద బాధితులను ఆపదలో ఉన్న వారిని వెంటనే దగ్గర్లోని ప్రభుత్వ ఆసుపత్రికి తరలిస్తున్నామని పేర్కొన్నారు.ఉమ్మడి జిల్లా వ్యాప్తంగా 108 మరియు 102 అంబులెన్స ద్వారా ప్రజలకు వైద్య సహాయాన్ని అందిస్తున్నట్టు ఆయన పేర్కొన్నారు ప్రజలందరూ ఈ సేవలను వినియోగించుకోవాలని కోరారు.ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా ఎగ్జిక్యూటివ్ మెహబూబ్, ఎమర్జెన్సీ మెడికల్ టెక్నీషియన్ నరసింహ పైలెట్ పి కిరణ్ చారి పాల్గొన్నారు

పేదల కళ్ళల్లో ఆనందం చూడడమే కాంగ్రెస్ లక్ష్యం

సర్పంచ్ చింతల విద్యాధర్ ముదిరాజ్

విజేత గజ్వేల్ : పేదల కళ్ళల్లో ఆనందం చూడడమే కాంగ్రెస్ లక్ష్యం అని వట్టిపల్లి గ్రామ సర్పంచ్ చింతల విద్యాధర్ ముదిరాజ్ అన్నారు.జగదేవపూర్ మండలం లోని వట్టిపల్లి గ్రామంలో ఇందిరమ్మ ఇండ్లు మంజూరైన లబ్ధిదారులకు మంజూరైన లబ్ధిదారులకు ధ్రువీకరణ పత్రాలను గ్రామ కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షులు తిరుపతి రెడ్డి తో కలిసి గ్రామ సర్పంచ్ చింతల విద్యాధర్ ముదిరాజ్ చేతుల మీదుగా లబ్ధిదారులకు అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా సర్పంచ్ విద్యాధర్ మాట్లాడుతూ కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ప్రజా ప్రభుత్వం అని పేర్కొన్నారు కాంగ్రెస్ ఎప్పుడు పేదల పక్షం.. పేదల కళ్ళల్లో ఆనందం చూడడమే కాంగ్రెస్ లక్ష్యం అన్నారు.కాంగ్రెస్ ప్రతి గారంటీని పేదలకు అందిస్తుందని తెలిపారు. గతంలో ఆర్టీసీ రెట్లు పెంచితే.. కాంగ్రెస్ మహిళలకు ఉచిత ప్రయాణం అందిస్తుందని పేర్కొన్నారు.గ్రామంలో పేద ప్రజలకు ఆరు ఇందిరమ్మ ఇండ్లు మంజూరయ్యాయని చెప్పారు. అర్హులైన ప్రతి ఒక్కరికి ఇందిరమ్మ ఇల్లు పథకం వర్తిస్తుందని ఆయన స్పష్టం చేశారు. గ్రామంలో అర్హులైన వారు ఎవరు కూడా ఆందోళన చెందవలసిన అవసరం లేదని పేర్కొన్నారు. ఇందిరమ్మ ఇండ్లు మంజూరు చేసిన ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డికి లబ్ధిదారులు కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో గ్రామ కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు కార్యకర్తలు వార్డు సభ్యులు గ్రామస్తులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సమ్మెను జయప్రదం చేయండి

సిఐటియు మెదక్ జిల్లా ఉపాధ్యక్షులు కడారి నాగరాజు

కేంద్రం అవలంబిస్తున్న రైతు కార్మిక వ్యతిరేక విధానాలను, నాలుగు లేబర్ కోడ్లను రద్దు చేయాలని నేడు చేపడుతున్న సిఐటియు దేశవ్యాప్త సార్వత్రిక సమ్మెను జయప్రదం చేయాలని మెదక్ జిల్లా ఉపాధ్యక్షులు నాగరాజు పిలుపునిచ్చారు. ఆయన మాట్లాడుతూ సమ్మెను ప్రతి ఒక్కరూ పాల్గొని జయప్రదం చేయాలని, కార్మికుల పొట్టగొట్టే చట్టాలను కేంద్రం తేవాలని చూస్తుందని ఆయన మండిపడ్డారు. చట్టాలు రద్దు అయ్యే వరకు పోరాటం ఆపేది లేదని స్పష్టం చేశారు. కార్మికులు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొని జయప్రదం చేయాలని పిలుపునిచ్చారు.

ప్రశాంతంగా మున్సిపల్ ఎన్నికలు

85. 51 శాతం ఓట్లు నమోదు..

విజేత దేవరకద్ర : దేవరకద్ర నియోజకవర్గంలోని దేవరకద్ర మున్సిపాలిటీ ఎన్నికలు బుధవారంప్రశాంతంగా ముగిశాయి. మొత్తం 85. 51 ఓట్లు పోలింగ్ అయినట్టు ఎన్నికల ఆర్వార్, మున్సిపల్ కమిషనర్ నరేష్ బాబు తెలిపారు మున్సిపాలిటీ పరిధిలోని 12 వార్డులగాను. 14 పోలింగ్ కేంద్రాలను ఏర్పాటు చేశాం. మొత్తం ఓటర్లు 10070 గాను 8611 ఓట్లు నమోదు అయ్యాయి. పోలింగ్ కేంద్రాల వద్ద ఓటర్లకు ఎలాంటి ఇబ్బంది లేకుండా అన్ని సౌకర్యాలు కల్పించామన్నారు. పోలింగ్ కేంద్రాల వద్ద ఎలాంటి సంఘటన జరగకుండా ఎస్సై బి నాగన్న భారీ బంధ భస్తు ఏర్పాటు చేశారు

ఉద్రిక్తతల నడుమ ముగిసిన పురపోరు

13న తేలనున్న భవితవ్యం

విజేత, నర్సాపూర్ ప్రతినిధి: ఎట్టకేలకు నర్సాపూర్ మున్సిపల్ ఎన్నికల ప్రక్రియ ఉద్రిక్తతల నడుమ బుధవారం నాడు ముగిసింది. నర్సాపూర్ పట్టణంలో ఎన్నడూ లేని విధంగా ఈ ఎన్నికల్లో పార్టీల మధ్య గొడవలు రావడం పట్టణంలో ఉత్కంఠకు తెరలేపినట్లు అయింది. 8వ వార్డులో కాంగ్రెస్, బిఆర్ఎస్, 15 వార్డులో బిజెపి, బిఆర్ఎస్ పార్టీలు గొడవకు దిగడం సర్వత్రా చర్చనీయాంశం అయింది. 15వ వార్డులో ఓటర్లను మభ్యపెడుతున్నారని బిజెపి, బిఆర్ఎస్ నాయకులు, కార్యకర్తలు గొడవకు దిగగా విషయం తెలుసుకున్న స్థానిక పోలీసులు సంఘటన స్థలం వద్దకు చేరుకొనిగొడవనుశాంతింపజేశారు. అదేవిధంగా ఓటర్ స్లిప్పులు పంపిణీ పేరిట డబ్బులు పంచుతూ మభ్యపెట్టాలని చూస్తున్నారని 8వ వార్డులో గొడవకు దిగగా అక్కడ కూడా పోలీసులు సంఘటన స్థలానికి చేరుకొని శాంతియుత వాతావరణం నెలకొనేలా చేయడంలోసఫలీకృతులయ్యారు. ఉదయం 7 నుండి సాయంత్రం 5గంటల వరకు వరకు పోలీసులు 144 సెక్షన్ పకడ్బందీగా అమలు చేయడంతోఓటర్లుతమఓటుహక్కునువినియోగించుకున్నారు. ఇదిలా ఉండగా ఓటింగ్ సరళిని అధికారులు ఎప్పటికప్పుడు సమీక్షించారు. సాయంత్రం ఐదు గంటల వరకు ఓటింగ్ జరగగా 78.61% శాతం ఓటింగ్ నమోదు అయినట్లు అధికారులు తెలిపారు.

ఆకట్టుకున్న హరిత పోలింగ్ స్టేషన్

ఇదిలా ఉండగా నర్సాపూర్ ప్రభుత్వ జూనియర్ కళాశాల ఆవరణలో ఏర్పాటు చేసిన పోలింగ్ కేంద్రం వద్ద మున్సిపల్ కమిషనర్ రామ్ చరణ్ రెడ్డి, పర్యావరణ ఇంజనీర్ శ్రీకాంత్ లు హరిత పోలింగ్ స్టేషన్ ను ఏర్పాటు చేయడం అందర్నీ ఆకట్టుకుంది. పచ్చటి స్వాగత తోరణాలు, పోలింగ్ స్టేషన్లో మామిడాకుల తోరణాలతో అందంగా ముస్తాబు చేయడంతో ఓటు వేయడానికి వచ్చిన ఓటర్లు సంతోషానికి లోనయ్యారు ఉన్నతాధికారులు సైతం ప్రశంసించారు.

గజ్వేల్ లో ఓటు హక్కును వినియోగించుకున్న

భక్తిరత్న జాతీయ అవార్డు గ్రహీత రామకోటి రామరాజు

విజేత గజ్వేల్: మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో తమ ఓటు హక్కును వినియోగించుకున్నారు సిద్దిపేట జిల్లా గజ్వేల్ కు చెందిన భక్తిరత్న జాతీయ అవార్డు గ్రహీత శ్రీరామకోటి భక్త సమాజం ధార్మిక సేవా సంస్థ వ్యవస్థాపక అధ్యక్షులు రామకోటి రామరాజు పుష్ప దంపతులు.ఓటు వేసి ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ భారత రాజ్యాంగం మనకు కల్పించిన ఓటు హక్కు ప్రతి ఒక్కరు వినియోగించు కోవాలన్నారు.మన ఓటుతో ఒక మంచి నాయకున్ని ఎన్నుకోవాలన్నారు. నీతిగా ఓటు వేసి రామరాజ్యాన్ని స్థాపించాలన్నారు. ఓటే వజ్రాయుధం అన్నారు. అవినీతి పరులను ఓటుతోనే కొట్టాలన్నారు.

సార్వత్రిక సమ్మెను జయప్రదం చేయండి

తెలంగాణ రాష్ట్ర రైతు సంఘం

విజేత ఖమ్మం : సార్వత్రిక సమ్మెను జయప్రదం చేయాలని తెలంగాణ రాష్ట్ర రైతు సంఘం జిల్లా రైతాంగానికి -విజ్ఞప్తి చేసింది. మోడీ అనుసరిస్తున్న రైతాంగ వ్యతిరేక విధానాలతో దేశంలో వ్యవసాయ రంగం మరింత సంక్షోభంలోకి కూరుకుపోనుందని రైతు సంఘం జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి కొండపర్తి గోవిందరావు తెలిపారు. బుధవారం సమ్మె జయప్రదం కోరుతూ వివిధ ప్రాంతాలలో రైతు సంఘం ఆధ్వర్యంలో ప్రచారం నిర్వహించారు. ఈ -సందర్భంగా గోవిందరావు మాట్లాడుతూ ఇటీవల మోడీ ప్రభుత్వం చేసుకున్న వాణిజ్య ఒప్పందాలతో పలు విదేశీ వ్యవసాయ ఉత్పత్తులకు సుంకం లేకుండా దిగుమతి చేసుకోవడంతో భారతదేశంలో వ్యవసాయ ఉత్పత్తుల ధరలపై తీవ్ర ప్రభావం చూపుతుందన్నారు. ఇప్పటికే వ్యవసాయ రంగంలో పెట్టుబడులకు ఉత్పత్తి ఆధారంగా వచ్చే ఆదాయానికి మధ్య తీవ్ర వ్యత్యాసం ఉందని పెట్టుబడులకు అనుగుణంగా గిట్టుబాటు ధర లభించడం లేదన్నారు. -విదేశీ ఉత్పత్తులు దేశంలో సుంకం లేకుండా దిగుమతి చేసుకుంటే భారతదేశ వ్యవసాయ ఉత్పత్తులకు డిమాండ్ ఉండదని ఆయన స్పష్టం చేశారు. వ్యవసాయ రంగాన్ని కార్పొరేటీకరించేందుకు మోడీ ప్రభుత్వం యత్నిస్తుందని సుదీర్ఘ పోరాట ఫలితంగా నల్ల చట్టాలను రద్దు చేసినట్లు నటించి తిరిగి దొడ్డిదారిన అమలుకు పూనుకుంటుందని గోవిందరావు ఆరోపించారు. సమ్మెతో మోడీ ప్రభుత్వానికి కనువిప్పు కలిగించేలా రైతులు సమ్మెను జయప్రదం చేయాలన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో రైతు సంఘం జిల్లా అధ్యక్షులు దొండపాటి రమేష్, నాయకులు పగడాల మల్లేష్, కూచిపూడి రవి, శాఖమూరి శ్రీనివాసరావు, రామకృష్ణ, రమేష్, పెద్ద సంఖ్యలో రైతులు పాల్గొన్నారు.

ఘనంగా జరిగిన ఖమ్మం గ్రేస్ పాస్టర్స్ ఫెలోషిప్

విజేత ఖమ్మం : ఖమ్మం గ్రేస్ పాస్టర్ ఫెలోషిప్ బుధవారం టేకులపల్లి, కేసీఆర్ టవర్స్ లో ఘనంగా జరిగింది. వైస్ ప్రెసిడెంట్ పాస్టర్ బి.ఆడమ్ ఈ కార్యక్రమాన్ని ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ ఫెలోషిప్ లో ప్రవక్త యేసు లాజరస్ ప్రభు సందేశాన్ని అందించారు. ఏసు లాజరస్ మాట్లాడుతూ... ప్రభు ద్వారా రక్షణ పొంది సేవకులమై న మనము అనేకులను ప్రభువు వైపుకు మళ్ళించి వారికి రక్షణ భాగ్యాన్ని అందించే దిశగా సేవకులు ప్రయాణం చేయాలని, ఏసుప్రభు శిష్యులు లాగా ప్రవక్తల లాగా ఎన్ని శ్రమలు వచ్చినా ఎన్ని కష్టాలు వచ్చినా ఈ పరిచర్యలో అందరం కూడా బాలి భాగస్తులం కావాలని, శ్రమలకి కృంగిపోవద్దని, సేవకులమైన మనము ప్రతిదినము దేవుని సన్నిధిలో కన్నీరు కారుస్తూ ప్రార్థించాలని ముఖ్య సందేశాన్ని అందించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఖమ్మం గ్రేస్ పాస్టర్ ఫెలోషిప్ ఫౌండర్ బి.రమేష్ పాల్, ప్రెసిడెంట్ బిషప్ మేడి.సిల్వరాజు, వైస్ ప్రెసిడెంట్ బి ఆడమ్, చీఫ్ అడ్వైజర్స్ పాస్టర్ జి.ప్రకాష్ రావు, పాస్టర్ యేసు లాజరస్, నూతన సెక్రెటరీ పాస్టర్ ప్రభుదాస్, పాస్టర్ ఏలియా, జాయింట్ సెక్రటరీ పాస్టర్ ఎలీషా,పాస్టర్ బర్నబాస్, పాస్టర్ సత్యపాల్, బ్రదర్ ఐజక్ పాల్,సిస్టర్ రూతు,బ్రదర్ జాన్ వెస్లీ,తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ప్రభుత్వం స్పెషల్ ఆఫీసర్ల పాలనతో జీహెచ్ఎంసీ ఎన్నికలను ఆలస్యం చేస్తూ హైదరాబాద్ నగరాన్ని దోచుకోవాలని చూస్తుంది: బిఆర్ఎస్ ఎల్పీ విప్, ఎమ్మెల్యే కెపి.వివేకానంద్

అక్షర విజేత, కుత్బుల్లాపూర్ :- జిహెచ్ఎంసి ని మూడు కార్పొరేషన్లుగా విభజిస్తూ ప్రభుత్వం తీసుకున్న నిర్ణయం పనికిమాలిన చర్య అని కుత్బుల్లాపూర్ ఎమ్మెల్యే, బిఆర్ఎస్ ఎల్పీ విప్ కెపి.వివేకానంద్ ఎమ్మెల్యే క్యాంప్ కార్యాలయంలో నిర్వహించిన విలేకరుల సమావేశంలో ప్రభుత్వ అనాలోచిత నిర్ణయాలు, ప్రభుత్వ పాలనపై తీవ్ర స్థాయిలో మండిపడ్డారు.ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ తెలంగాణ రాష్ట్రం ఏర్పడిన తర్వాత,12 యేళ్లు ఎన్నికలు నిర్వహించి పాలన సౌకర్యవంతంగా అమలు చేసింది బిఆర్ఎస్ ప్రభుత్వం.కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వచ్చి, పాలన చేతకాక హైదరాబాద్ నగరాన్ని కమిషనరేట్లు, మున్సిపాలిటీలు, కార్పొరేషన్లు అని ముక్కలు చేసి పాలించాలని చూస్తున్నారు.ప్రతి నిర్ణయాన్ని ప్రజలకు,ప్రజా ప్రతినిధులకు తెలియకుండా రహస్య ఒప్పందాలు నిర్ణయాలు తీసుకుంటున్నారు రేవంత్ రెడ్డి ప్రభుత్వం.స్పెషల్ ఆఫీసర్లను నియమించి రాచరిక పాలన చేస్తున్నారు ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి.ప్రభుత్వ పాలన అంటే స్థానికంగా ఉన్న సమస్యలను పరిగణనలో తీసుకొని,ప్రజల అభిప్రాయాలు తెలుసుకొని నిర్ణయం తీసుకోవాలి,రాచరిక పాలన కాదు. రాష్ట్రంలో రాచరిక పాలన కొనసాగుతుంది.స్పెషల్ ఆఫీసర్ ల పేరుతో జీహెచ్ఎంసీ ఎన్నికలను తాత్సారం చేస్తూ హైదరాబాద్ నగరాన్ని దోచుకోవడానికి ప్రభుత్వం దండుపాళ్యం ముఠాగా తయారైంది.తెలంగాణ రాష్ట్రానికి గ్రేటర్ హైదరాబాద్ అనేది గుండెకాయ.అలాంటి గుండె ను ముక్కలు చేసి పాలన చేయడం దుర్మార్గమైన చర్య అని మండిపడ్డారు.ఇప్పటికైనా ముఖ్యమంత్రి పునరాలోచన చేసి కార్పొరేషన్ల పై సరైన నిర్ణయం తీసుకోవాలని ,లేని ఎడల న్యాయపోరాటానికి ప్రజలు సిద్ధంగా ఉన్నారని హెచ్చరించారు.

పిల్లుట్ల దొంగతనం కేసులో నిందితులెవరో?

నాలుగు నెలలు గడిచిన దొరకని దొంగలు!!

మూడు తులాల బంగారం, నగదు ఎత్తుకెళ్లిన దొంగలు.!!!

విజేత, శివంపేట : గత నాలుగు నెలల క్రితం జరిగిన దొంగతనం కేసులో దొంగలేవరో ఇంతవరకు దొరికింది లేదు. ఇక వివరాలలోకి వెళ్తే.. మండలంలోని పిల్లుట్ల గ్రామంలో గత సంవత్సరం అక్టోబర్ నెల 10న పిల్లుట్ల గ్రామానికి చెందిన రిటైర్డ్ వీఆర్ఓ గంగుల కిష్టారెడ్డి ఇంటిలోకి రాత్రి సమయంలో ఇంటి కమాన్ పొయ్యిలో నుండి ఎవరో గుర్తు తెలియని దొంగలు ఇంట్లోకి అక్రమంగా ప్రవేశించి, ఇంట్లో దాచిన మూడు తులాల బంగారంతో రూ.60 వేల నగదును ఎత్తుకెళ్లారు. ఇంట్లో ఇద్దరే వృద్ధ దంపతులు ఉంటుండడంతో అదునుగా భావించిన దొంగలు, పక్కా ప్రణాళికతోనే కిష్టారెడ్డి ఇంట్లో దొంగలు దొంగతనం చేశారని విషయాన్ని గ్రామస్థులు పోలీసుల దృష్టికి తీసుకెళ్లారు.దొంగతనం జరిగిన సమాచారాన్ని అందుకొని శివ్వంపేట ఎస్ఐ మధుకర్ రెడ్డి ఆధ్వర్యంలో స్థానిక పోలీసులతో పాటు మెదక్ నుండి క్లూస్ టీం బృందం పిల్లుట్ల గ్రామానికి చేరుకొని, ఆధారాలతో పాటు, బీరువాపై, ఇతర వస్తువులపై ఉన్న దొంగల వేలిముద్రలను సేకరించారు. ఐనగాని నాలుగు నెలలు గడిచినప్పటికి కూడ ఇంతవరకు దొంగలు దొరికిన ఆనవాళ్లు మాత్రం లేవని గ్రామస్థులు ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. నాలుగు నెలలు గడిచిన దొంగలు దొరకడం లేదంటే ఇది నిందితుల చాకచక్యమా...పోలీసుల నిర్లక్ష్యమా అని గ్రామస్థులు అనుమానం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. అక్టోబర్ నెలలో గంగుల కిష్టారెడ్డి ఇంట్లో దొంగలు పడి బంగారంతో పాటు నగదు దోచుకెళ్లిన ఘటన మరువక ముందే గ్రామానికి చెందిన యశ్వంతారావుపేట భూషమ్మ ఇంటిలో, వెంకట్రావుపేట లచ్చయ్య ఇంటిలో కూడ దొంగలు పడి నగదును ఎత్తికెళ్లిన ఘటనలు చోటుచేసుకున్నట్లు గ్రామస్థులు తెలిపారు.నిందితులను గుర్తించి తమకు పోలీసులు తగిన న్యాయం చేయాలనీ వృద్ధ దంపతులు కిష్టారెడ్డి, అనసూయ విజ్ఞప్తి చేశారు.ఇదే విషయమై ఎస్ఐ మధుకర్ రెడ్డిని వివరణ కోరగా.. పిల్లుట్ల దొంగతనం కేసులో సమగ్ర విచారణ చేపట్టామని, నిందితులను త్వరలోనే పట్టుకుంటామని ఎస్ఐ తెలిపారు.

మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో ఓటు హక్కు వినియోగించిన జిల్లా కలెక్టర్ రాహుల్ రాజ్ దంపతులు

విజేత మెదక్ జిల్లా ప్రతినిధి: మున్సిపల్ ఎన్నికల పోలింగ్ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ రాహుల్ రాజ్ తన ఓటు హక్కును వినియోగించుకున్నారు. బుధవారం జిల్లా కేంద్రంలోని మున్సిపాలిటీ గాంధీనగర్ వార్డ్ నం.18లో ఉన్న పోలింగ్ స్టేషన్ నం.35 వద్ద కలెక్టర్ దంపతులు సామాన్య ఓటర్లలా వరుసలో నిలబడి తమ ఓటును వేశారు. ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్ రాహుల్ రాజ్ మాట్లాడుతూ, ప్రజాస్వామ్యంలో ఓటు హక్కు అత్యంత శక్తివంతమైనదని పేర్కొన్నారు. అర్హులైన ప్రతి ఓటరు తమ ఓటు హక్కును తప్పనిసరిగా వినియోగించుకోవాలని పిలుపునిచ్చారు. ప్రతి ఓటరు పోలింగ్ కేంద్రానికి చేరుకుని నిర్భయంగా ఓటు వేయాలని, స్థానిక స్వపరిపాలనలో భాగస్వాములు కావాలని సూచించారు.

ప్రశాంతంగా మున్సిపల్ పోలింగ్

మెదక్ మున్సిపాలిటీలో 100 శాతం ఓటింగ్ జరగాలి : సాధారణ పరిశీలకులు రవి కిరణ్

విజేత మెదక్ జిల్లా ప్రతినిధి: మెదక్ మున్సిపల్ ఎన్నికల పోలింగ్ ప్రక్రియ ప్రశాంతంగా కొనసాగుతున్నట్లు సాధారణ పరిశీలకులు రవి కిరణ్ తెలిపారు. బుధవారం మెదక్ మున్సిపల్ పరిధిలోని పలు వార్డులు, పోలింగ్ కేంద్రాలను ఆయన విస్తృతంగా పర్యటించి పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా పోలింగ్ సిబ్బంది పనితీరు, ఓటర్లకు కల్పించిన సౌకర్యాలు, ఓటింగ్ ఏర్పాట్లపై ఆయన ఆరా తీశారు. పోలింగ్ కేంద్రాలకు వచ్చిన ఓటర్లతో మాట్లాడి ఏర్పాట్లపై అభిప్రాయాలు తెలుసుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా రవి కిరణ్ మాట్లాడుతూ, మెదక్ మున్సిపల్ ఎన్నికలు ఎలాంటి అవాంఛనీయ ఘటనలు లేకుండా ప్రశాంతంగా జరుగుతున్నాయని తెలిపారు. మెదక్ మున్సిపాలిటీ ప్రజలు పెద్ద ఎత్తున ఓటింగ్లో పాల్గొని 100 శాతం ఓటింగ్ నమోదు కావాలని ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో అదనపు కలెక్టర్ నగేష్, మెదక్ ఆర్డీవో రమాదేవి, డీఎస్పీ ప్రసన్న కుమార్, మెదక్ తహసిల్దార్ లక్ష్మణ్ బాబు మరియు ఎన్నికల సిబ్బంది పాల్గొన్నారు

జన సైనికుడు కుటుంబాన్ని పరామర్శించిన జన సైనికులు

విజేత దేవరపల్లి ; ఉమ్మడి పశ్చిమ గోదావరి జిల్లా జనసేన పార్టీ ప్రధాన కార్యదర్శి యాంత్రపాటి రాజు తల్లి ఇటీవల కాలంలో మృతి చెందారు నల్లజర్ల మండలం. నబి పేట గ్రామంలో వారి స్వగృహం వద్ద ఆమె చిత్రపటానికి పూలమాలవేసి నివాళులు అర్పించారు. వారి కుటుంబ సభ్యులను పరామర్శించారు ఈ కార్యక్రమం లో దేవరపల్లి గ్రామ జనసేన పార్టీ గౌరవ అధ్యక్షులు పసుపులేటి ప్రసాద్ , దేవరపల్లి గ్రామ అధ్యక్షులు కంబాల సత్తిబాబు గోపాలపురం నియోజకవర్గం మహిళా నాయకురాలు దిరిసిన ఫాతిమా రాణి ,కళ్ళే నాగేశ్వరరావు ,మండల నాయకులు బల్ల రాము , టీవీఎస్ ఎన్ రెడ్డి., దేవరపల్లి గ్రామ ప్రధాన కార్యదర్శి సూరిశెట్టి బాలు గౌరీపట్నం అధ్యక్షులు రాము కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు

మున్సిపల్ ఎన్నికలు ప్రశాంతం

ఫ్యూచర్ సిటీ కమీషనర్ జి.సుధీర్ బాబు.

మున్సిపాలిటీలోని శేరిగూడ, సీతారాంపేట్ పోలింగ్ కేంద్రాలను సందర్శన.

విజేత, ఇబ్రహీంపట్నం :- ఇబ్రహీంపట్నంలో మున్సిపల్ ఎన్నికలు ప్రశాంతంగా జరుగుతున్నాయని ఫ్యూచర్ సిటీ కమిషనర్ సుధీర్ బాబు (ఐపిఎస్) వెల్లడించారు. ప్రజలు ఓటు హక్కు వినియోగించుకోవడం కోసం ఉత్సాహంగా పోలింగ్ కేంద్రాలకు వచ్చారని అయన వెల్లడించారు. అయన తోపాటు మహేశ్వరం డిసిపి నారాయణ రెడ్డి, ఇబ్రహీంపట్నం ఏసీపీ కేవీపీ రాజు, ఇబ్రహీంపట్నం సీఐ మహేందర్ రెడ్డి లతో కలిసి శేరిగూడ, సీతారాంపేట్ లలో పోలింగ్ కేంద్రాలను సందర్శించారు. ఈ సందర్భంగా ఫ్యూచర్ సిటీ కమీషనర్ సుధీర్ బాబు మాట్లాడుతూ... మహిళలు ఓటు హక్కు వినియోగించుకునేందుకు అత్యధికంగా వచ్చారన్నారు. ఎన్నికల నిర్వహణకు ఎలాంటి ఇబ్బందులు లేకుండా ముందస్తు చర్యలు చేపట్టినట్లు తెలిపారు. ట్రాఫిక్ సమస్యలు లేకుండా ఏర్పాట్లు చేశామన్నారు. సమస్యాత్మక కేంద్రాలను గుర్తించడంతో పాటు ఎప్పటికప్పుడు పర్యవేక్షణ చేస్తున్నట్టు వెల్లడించారు. బుధవారం సాయంత్రం 5 గంటల వరకు 80 శాతం వరకు పోలింగ్ నమోదు అయ్యే అవకాశం ఉందని అయన పేర్కొన్నారు. రాజ్యాంగం కల్పించిన ఓటు హక్కును స్వేచ్ఛగా వినియోగించుకునేందుకు ఓటర్లకు పలు సూచనలు చేశారు. పోలింగ్ తర్వాత బ్యాలెట్ బాక్స్ లను తరలింపు ఉంటుందన్నారు. శుక్రవారం ఉదయం 8 గంటల నుంచి కౌంటింగ్ ఉంటుందని, అందుకు సంబంధించి ఏర్పాట్లు పూర్తి చేస్తామని తెలిపారు. స్ట్రాంగ్ రూమ్స్ పరిశీలించడం జరిగిందని, వార్డుల వారిగా బ్యాలెట్ బాక్స్ లకు త్రీ లేయర్స్ ఆఫ్ బందోబస్తు ఏర్పాటు చేశామన్నారు. కౌంటింగ్ కేంద్రం మొదటి గేటు వద్ద, ప్రధాన ద్వారం, బ్యాలెట్ బాక్స్ లకు భద్రత చర్యలు ఉన్నాయన్నారు. ఏ ఆర్ ఫోర్సు, సిఆర్ ఫోర్సు, లోకల్ లా అండర్స్ తో ఫైనల్ డే కౌంటింగ్ రోజు కూడా ఎలాంటి వెహికల్స్ ప్రాబ్లమ్స్ లేకుండా పార్కింగ్ ప్లేస్ ట్రాఫిక్ సమస్య ఏర్పాటు చేశామన్నారు. కౌంటింగ్ అనంతరం కూడా విజయోత్సవ ర్యాలీలు చేయడానికి అనుమతులు తప్పనిసరని వెల్లడించారు. ఎన్నికల కోడ్ కౌంటింగ్ వరకు తప్పనిసరిగా అమలులో ఉంటుందని అయన పేర్కొన్నారు.

శివరాంపల్లిలో దర్గాగా అక్రమ సెల్లార్ తవ్వకం

టౌన్ ప్లానింగ్ నిబంధనలను పాటించకుండా భూగర్భ స్థాయిలో పనులు

అధికారుల మౌనం ఎందుకు.?

విజేత రాజేంద్రనగర్ : రాజేంద్రనగర్ సర్కిల్ పరిధిలో శివరాంపల్లి సులేమాన్ చెరువు సమీపంలో దర్గాగా అక్రమంగా సెల్లార్ తవ్వకం జరుగుతుందనే ఆరోపణలు స్థానికుల్లో ఆగ్రహాన్ని రేకెత్తిస్తున్నాయి. సంబంధిత అనుమతులు లేకుండానే భూగర్భ తవ్వకాలు చేపట్టారని, నిబంధనలు ఉల్లంఘిస్తున్నారనే విమర్శలు వెల్లువెత్తుతున్నాయి.స్థానికుల వివరాల ప్రకారం, భారీ యంత్రాలతో వేగంగా సెల్లార్ తవ్వకాలు కొనసాగుతున్నాయి.అయితే,ఈ నిర్మాణానికి అవసరమైన మున్సిపల్ అనుమతులు తీసుకున్నారా లేదా అన్న దానిపై స్పష్టత లేదు.టౌన్ ప్లానింగ్ నిబంధనలను పాటించకుండా భూగర్భ స్థాయిలో పనులు చేపట్టడం చట్ట విరుద్ధమని స్థానిక ప్రజలు అంటున్నారు. అక్రమ తవ్వకాల వల్ల భూగర్భ జలాలపై ప్రతికూల ప్రభావం పడే అవకాశం ఉందని స్థానికులు ఆందోళన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. ఇలాంటి పనులపై అధికార యంత్రాంగం ఎందుకు చర్యలు తీసుకోవడం లేదని ప్రశ్నిస్తున్నారు. ఈ వ్యవహారంపై సంబంధిత శాఖలు వెంటనే విచారణ చేపట్టి, అనుమతులు లేకుండా తవ్వకాలు చేస్తున్నట్లయితే కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలని ప్రజలు డిమాండ్ చేస్తున్నారు.అక్రమ సెల్లార్ తవ్వకాలకు అడ్డుకట్ట వేయకపోతే మరిన్ని నిర్మాణదారులు కూడా నిబంధనలు లెక్కచేయకపోవచ్చని హెచ్చరిస్తున్నారు. ఇప్పటికైనా అధికారులు స్పందించి తక్షణమే అక్రమ సెల్లార్ తవ్వకంపై కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలని అక్కడి ప్రజలు డిమాండ్ చేస్తున్నారు.

ప్రశాంతంగా ముగిసిన ఎన్నికలు

24 వార్డులలో 78.45 శాతం పోలింగ్ నమోదు.

బ్యాలెట్ బాక్స్ లో నిక్షిప్తమై ఉన్న అభ్యర్థుల భవితవ్యం.

విజేత, ఇబ్రహీంపట్నం :- ఇబ్రహీంపట్నం మున్సిపాలిటీలో బుధవారం మున్సిపాలిటీ ఎన్నికలు ప్రశాంతంగా ముగిశాయి. ఎన్నికల ప్రక్రియలో భాగంగా ఉదయం ఏడు గంటల నుండి సాయంత్రం 5 గంటల వరకు 24 వార్డులలో ఎన్నికల నిర్వహణ కొనసాగింది. గత కొన్ని రోజులుగా మున్సిపాలిటీలో ప్రధాన పార్టీల అభ్యర్థులు నువ్వా నేనా అనే విధంగా ప్రచారాన్ని నిర్వహించారు. మున్సిపాలిటీలో మొత్తం పోలైన ఓట్లు -20392, అందులో పురుషుల ఓట్లు-9882, మహిళల ఓట్లు -10510, మొత్తం 78.45 శాతం ఓట్లు పోలు కాగా, మున్సిపల్ లో 24 వార్డులలో 48 పోలింగ్ బూతులలో పోలింగ్ నిర్వహించగా, 48 పోలింగ్ బాక్సులను ఎన్నికల అధికారులు పోలింగ్ ఏజెంట్ల ముందు సాయంత్రం 5 గంటల తర్వాత సిజ్ చేసి ఇబ్రహీంపట్నంలోని శ్రీఇందు ఇంజనీరింగ్ కళాశాలకు తరలించడం జరిగింది. ఎన్నికల ఫలితాల కోసం ఈ నెల 13వ తేది శుక్రవారం కౌంటింగ్ ఉంటుందని అధికారులు పేర్కొన్నారు.

ప్రశాంతంగా మున్సిపల్ ఎన్నికల పోలింగ్

జిల్లా కలెక్టర్ అనుదీప్ దురిశెట్టి

జిల్లాలోని 5 మునిసిపాలిటీలలో మొత్తం పోలింగ్ 82.50 శాతం నమోదు

ఏదులాపురం మునిసిపల్ లోని పోలింగ్ స్టేషన్ ను క్షేత్రస్థాయిలో, కలెక్టరేట్ లోని వెబ్ కాస్టింగ్ మానిటరింగ్ సెల్ నుండి మునిసిపల్ ఎన్నికల పోలింగ్ సరళిని తనిఖీ చేసిన జిల్లా కలెక్టర్

విజేత ఖమ్మం: మునిసిపల్ ఎన్నికల పోలింగ్ ఖమ్మం జిల్లాలో ఎలాంటి అవాంఛనీయ సంఘటనలు లేకుండా, ప్రశాంతంగా జరిగినట్లు జిల్లా కలెక్టర్ అనుదీప్ దురిశెట్టి తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ అనుదీప్ దురిశెట్టి మాట్లాడుతూ జిల్లాలో 5 మున్సిపాలిటీలలోని 116 వార్డులకు జరిగిన పోలింగ్ లో మొత్తం 82.50 శాతం ఓటింగ్ నమోదైందని అన్నారు. ఉదయం 9 గంటల వరకు 15.37 శాతం, 11 గంటల వరకు 37.10 శాతం, మధ్యాహ్నం 1 గంట వరకు 59.41 శాతం పోలింగ్ నమోదైందని, సాయంత్రం 3 గంటల వరకు 72.93 శాతం పోలింగ్ నమోదైందని, 5 గంటల వరకు 82.30 శాతం పోలింగ్ నమోదైందని అన్నారు. పోలింగ్ ముగిసే సమయానికి సాయంత్రం 5 గంటల వరకు పోలింగ్ కేంద్రాలకు చేరుకున్న ఓటర్లకు టోకెన్ అందించి ఓటు హక్కు వినియోగించుకునే అవకాశం కల్పించామని, మొత్తంగా ఖమ్మం జిల్లాలో 1,41,875 మంది ఓటర్లకు గాను 117043 మంది ఓటర్లు తమ ఓటు హక్కును వినియోగించు కోగా, ఇందులో 55,506 మంది పురుష ఓటర్లు, 61,520 మంది మహిళా ఓటర్లు, 17 మంది ఇతరులు ఉన్నారు. మొత్తంగా జిల్లాలోని 5 మున్సిపాలిటీలలో 82.50 శాతం పోలింగ్ నమోదైందని అన్నారు. పోలింగ్ జరిగిన ఏదులాపురం మున్సిపాలిటీలో 85.45 శాతం, వైరా మున్సిపాలిటీలో 83.71 శాతం, సత్తుపల్లి మున్సిపాలిటీలో 77.81 శాతం, కల్లూరు మున్సిపాలిటీలో 87.08 శాతం, మధిర మున్సిపాలిటీలో 78.19 శాతం పోలింగ్ నమోదైందని కలెక్టర్ తెలిపారు పోలింగ్ ప్రశాంతంగా జరిగేలా కలెక్టరెట్ నుంచి నిరంతరం మానిటరింగ్ చేయడం జరిగిందని అన్నారు.

2nd ORDINARY ELECTIONS TO MUNICIPALITIES & MUNICIPAL CORPORATIONS, 2026
PROFORMA - IX
STATEMENT SHOWING THE POLL PERCENTAGE TO BE FURNISHED ON 11.02.2026.
(to be generated through Te-poll and sent on 11.02.2026)

Name of the District: Khammam
No. of ULBs: 5
No. of Wards : 116

Sl. No.	Name of the ULB	No. of Wards	No. of PSs	Total No of Voters Male	Female	Others	Total	Total Votes Polled Male	Female	Others	Total	Overall Percentage of Polled Votes Male	Female	Others	Total	Remarks
1	Edulapuram	31	67	21046	22762	3	43811	17759	19674	2	37435	84.38	86.43	66.67	85.45	
2	Wyra	20	41	11696	12991	2	24689	9792	10875	1	20668	83.72	83.71	50.00	83.71	
3	Sathupalli	23	48	13620	15195	15	28830	10555	11868	11	22434	77.50	78.10	73.33	77.81	
4	Kalluru	20	40	9081	9785	0	18866	7846	8582	0	16428	86.40	87.71	0.00	87.08	
5	Madhira	22	44	12251	13424	4	25679	9554	10521	3	20078	77.99	78.37	75.00	78.19	
	Total	116	240	67694	74157	24	141875	55506	61520	17	117043	82.00	82.96	70.83	82.50	

అంతకుముందు జిల్లా కలెక్టర్ అనుదీప్ దురిశెట్టి పురపాలక ఎన్నికల్లో భాగంగా ఏదులాపురం మున్సిపాలిటీ పరిధి జలగం నగర్ జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాలలో ఏర్పాటు చేసిన పోలింగ్ కేంద్రంను తనిఖీ చేసి ఓటింగ్ సరళిని పరిశీలించి, పోలింగ్ కేంద్రంలో ఓటర్లకు కల్పించిన వసతులను పరిశీలించారు. అనంతరం జిల్లా కలెక్టర్, ఎన్నికల సాధారణ పరిశీలకులు పవన్ కుమార్ కలెక్టరేట్ లోని వెబ్ కాస్టింగ్ మానిటరింగ్ సెల్ ను పరిశీలించారు. వెబ్ కాస్టింగ్ మానిటరింగ్ సెల్ లో డిఆర్ఓ పద్మశ్రీ, సిపిఓ శ్రీనివాస్, టెక్నీకల్ మేనేజర్ హనుమా చారి, ఈడిఎం దుర్గాప్రసాద్, టెక్నికల్ టీం సభ్యులు, సంబంధిత అధికారులు తదితరులు ఉన్నారు.

మహేశ్వరం గ్రామ ప్రజలందరూ మార్చి 1లో గా ఇంటి టాక్సీ కట్టుకోవాలి

నూతన గృహ నిర్మాణ పర్మిషన్ ప్రతి ఒక్కరు తీసుకోవాలి : సెక్రెటరీ సుజాత

విజేత మహేశ్వరం : మహేశ్వరం గ్రామ ప్రజలకు తెలియజేయునది ఏమనగా గ్రామపంచాయతీ కార్యాలయం ద్వారా విజ్ఞప్తి చేయడం జరుగుతుంది, మహేశ్వరం గ్రామంలో గృహ నిర్మాణాలు చేపడుతున్నటువంటి, గృహ నిర్మాణ యజమానులందరూ తప్పకుండా గ్రామ పంచాయతీ కార్యాలయం నుండి గృహ నిర్మాణ అనుమతులు పొంది గ్రామపంచాయతీ సూచించిన కొలతల ప్రకారం అనగా సెట్టు బ్యాక్ స్థలం వదిలిన తర్వాత మాత్రమే గృహ నిర్మాణం నిర్మించాలని,గ్రామపంచాయతీ నుండి తెలియజేయడం జరుగుతుంది, ఇట్టి నియమ నిబంధనల ప్రకారం కాకుండా నిబంధనలకు వ్యతిరేకంగా గృహ నిర్మాణం నిర్మిస్తే ఇంటి పర్మిషన్ రద్దు చేయడమే కాకుండా గృహ నిర్మాణ యజమానిపై తెలంగాణ పంచాయతీ రాజ్ చట్టం 2018 ప్రకారం చట్టపరమైన కఠిన చర్యలు తీసుకోబడుతుంది అని తెలిపారు, అలాగే గ్రామంలో ఉన్నటువంటి ప్రతి ఇంటి యజమాని సకాలంలో అనగా ఈనెల 28 వ తేదీ లోపు ఇంటి ట్యాక్స్ లు చెల్లించాలని ప్రతి ఒక్క ఇంటి యజమాని సరైన టైంలో ట్యాక్స్ చెల్లించి గ్రామపంచాయతీకి సహకరించాలని మహేశ్వరం గ్రామ సెక్రెటరీ సుజాత,తెలిపారు ,. మహేశ్వరం సర్పంచ్ పాలకవర్గం తెలియజేశారు .

ప్రజాస్వామ్యంలో ఓటు చాలా విలువైనది

విజేత,రాయికల్: రాయికల్ మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో తమ ఓటు హక్కును యువత వినియోగించుకున్నారు. జగిత్యాల జిల్లా రాయికల్ పురపాలక సంఘ ఎన్నికలలో పట్టణానికి చెందిన యువకులు గన్నవరం లక్ష్మణ్ వట్టిమల్ల విరాట్, తునికిసుష్మ తమ తల్లి సోదరీమణులతో కలిసి ఆనందంగా ఓటు హక్కును వినియోగించుకున్నారు. అనంతరం యువకులు మాట్లాడుతూ భారత రాజ్యాంగ మనకు కల్పించిన ఓటు హక్కు ప్రతి ఒక్కరూ వినియోగించుకోవాలని, ఎన్నికల ప్రక్రియలో యువత భాగస్వామ్యం పెరగడం ప్రజాస్వామ్యానికి బలమని అభిప్రాయాన్ని వ్యక్తం చేశారు పట్టణంలో పలు పోలింగ్ కేంద్రాల్లో యువ ఓటర్లు హాజరై ఓ టు హక్కును వినియోగించుకున్నారు. అదేవిధంగా పట్టణానికి చెందిన తుమ్మనపల్లి గంగమ్మ 96 సం:ల వయసుగలవృద్ధురాలు ఆమె ఓటు హక్కును వినియోగించుకున్నారు.

నూతన గృహ నిర్మాణాలకు పర్మిషన్ తప్పనిసరి

అనుమతులు లేకుండా నిర్మిస్తున్న వారిపై చర్యలు తప్పవు

గ్రామ పంచాయతి కార్యాలయము

మహేశ్వరం మండలం మహేశ్వరం రంగారెడ్డి జిల్లా

విజేత మహేశ్వరం : గ్రామ పంచాయతి కార్యాలయము మహేశ్వరం ద్వారా మహేశ్వరం గ్రామ ప్రజలకు మహేశ్వరం గ్రామ పంచాయతీ పరిధిలో నూతన గృహ నిర్మాణాలు చేపట్టదలచిన గృహ యజమానులకు తెలియ జేయునది ఏమనగా మహేశ్వరం గ్రామ పంచాయతి కార్యాలయము ద్వారా గృహ నిర్మాణమునకై గృహ నిర్మాణ అనుమతులు పొంది, గ్రామ పంచాయతి కార్యాలయము ద్వారా కొలతలు నిర్వహించిన తరువాత మాత్రమే సెట్ బ్యాక్ స్థలము వదలిన పిదప మాత్రమే గృహ నిర్మాణములు చేపట్టవలెనని తెలియపరచడమైనది. ఇట్టి విషయములో ఎవరైనా గ్రామ పంచాయతి ఆదేశములు పాటించకుండా అక్రమముగా గృహ నిర్మాణములు చేపట్టినచో అట్టి గృహములపై తెలంగాణ పంచాయతి రాజ్ చట్టము 2018 ప్రకారము చట్ట పరమైన కఠిన చర్యలు తీసుకోవడమే గాక, అట్టి అక్రమముగా నిర్మించిన గృహములను కూల్చివేయడము జరుగుతుందని తెలియపరచనైనది .కావున ఇట్టి విషయములో ప్రజలందరూ గ్రామ పంచాయతికి సహకరించగలరని పంచాయతి కార్యదర్శి సుజాత, తెలిపారు,

నర్సాపూర్ ప్రభుత్వ కళాశాలలో పోలింగ్ కేంద్రాన్ని పరిశీలించిన అదనపు ఎస్పీ మహేందర్

విజేత మెదక్ జిల్లా ప్రతినిధి : నర్సాపూర్ పట్టణంలోని ప్రభుత్వ కళాశాలలో ఏర్పాటు చేసిన పోలింగ్ కేంద్రాన్ని మెదక్ జిల్లా అదనపు ఎస్పీ మహేందర్ బుధవారం పరిశీలించారు. ఎన్నికల నిర్వహణ జరుగుతున్న విధానం, పోలింగ్ కేంద్రంలో అమలు చేస్తున్న భద్రతా ఏర్పాట్లను ఆయన సమీక్షించారు. ఈ సందర్భంగా పోలింగ్ సిబ్బందితో మాట్లాడి, ఎన్నికల నిబంధనలను కచ్చితంగా పాటిస్తూ పారదర్శకంగా విధులు నిర్వహించాలని సూచించారు. పోలింగ్ కేంద్రం పరిసర ప్రాంతాల్లో భద్రతా సిబ్బంది అప్రమత్తంగా ఉండాలని, శాంతి భద్రతలకు భంగం కలిగించే చర్యలను ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ సహించబోమని అదనపు ఎస్పీ హెచ్చరించారు. ఎన్నికలు ప్రశాంత వాతావరణంలో జరిగేలా పోలీసులు పూర్తి స్థాయిలో కట్టుదిట్టమైన బందోబస్తు ఏర్పాటు చేసినట్లు తెలిపారు. అలాగే అక్కడ ఏర్పాటు చేసిన హరిత పోలింగ్ స్టేషన్‌ను పరిశీలించి, సంబంధిత అధికారులతో కలిసి ఫోటో దిగారు

మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో ఎగిరేది కాంగ్రెస్ జెండానే

మెజారిటీ మున్సిపాలిటీలో కాంగ్రెస్ పార్టీ విజయం సాధిస్తుంది

ఎమ్మెల్యే మేడిపల్లి సత్యం

విజేత చొప్పదండి : చొప్పదండి ఎమ్మెల్యే మేడిపల్లి సత్యం మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో తన ఓటు హక్కు వినియోగించుకొని మాట్లాడుతూ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి ఆధ్వర్యంలో తెలంగాణ రాష్ట్రంలో మెజారిటీ మున్సిపాలిటీలో విజయం సాధించి కాంగ్రెస్ పార్టీ జెండా ఎగురవేస్తుందని అన్నారు. మున్సిపల్ ఎన్నికల సందర్భంగా బుధవారం చొప్పదండి పట్టణంలోని 10వ వార్డులో తన ఓటు హక్కును వినియోగించుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే చొప్పదండి మున్సిపాలిటీని అధిక మెజారిటీతో కైవసం చేసుకోబోతున్నట్లు తెలిపారు. తెలంగాణ రాష్ట్రంలో జరుగుతున్న అభివృద్ధి, పథకాలతో ప్రజలు కాంగ్రెస్ పార్టీకి ఓటు వేశారని జోష్యం చెప్పారు. చొప్పదండి పట్టణాన్ని అన్ని రంగాల్లో అభివృద్ధి చేయడానికి కృషి చేస్తున్నట్లు తెలిపారు. బిఆర్ఎస్ బిజెపి పార్టీలు కుమ్మక్కై పనిచేస్తున్నాయని విమర్శించారు. ప్రజలు ఆ పార్టీలను నమ్మే పరిస్థితి లేదని, కాంగ్రెస్ పార్టీతోనే అభివృద్ధి సాధ్యమన్న నమ్మకంతో ఓటు వేయడానికి సిద్ధంగా ఉన్నారని పేర్కొన్నారు. ప్రజల ఆశీర్వాదంతో కార్పొరేషన్లు, మున్సిపాలిటీలో కాంగ్రెస్ జెండా ఎగురుతుందని పేర్కొన్నారు.

కరెంట్ తీగలతో దుప్పి వేట కలకలం

ఇద్దరు అదుపులో, వేట మాంసం స్వాధీనం

విజేత బెల్లంపల్లి : బెల్లంపల్లి రేంజ్ పరిధిలోని చాకేపల్లి గ్రామంలో ఇద్దరి వ్యక్తుల వద్ద వేట మాంసం స్వాధీనం చేసుకున్నట్లు అడవి అధికారి పూర్ణచందర్ తెలిపిన వివరాల ప్రకారం తెలిసింది.వచ్చిన సమాచారం మేరకు దుర్గం రాజ్‌కుమార్ ఇంటిలో సోదా చేయగా వండిన వేట మాంసం లభ్యమైంది. విచారణలో అతను దుర్గం వెంకటి అనే వ్యక్తి విద్యుత్ తీగలతో దుప్పిని హతమార్చి, మాంసం కోయడానికి పిలిచాడని, అక్కడికి వెళ్లినప్పుడు మాంసం ఇచ్చినట్లు వెల్లడించాడు. తదుపరి దుర్గం వెంకటిని అదుపులోకి తీసుకొని విచారించగా, అతడు చేసిన నేరాన్ని అంగీకరించినట్లు అధికారులు తెలిపారు. ఇరువురిని రేంజ్ కార్యాలయానికి తరలించి విచారణ కొనసాగిస్తున్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో డిప్యూటీ రేంజ్ ఆఫీసర్ కె. గౌరీ శంకర్, సెక్షన్ ఆఫీసర్ శ్రీనివాస్, ఎనిమల్ ట్రాకర్ సమ్మయ్య పాల్గొన్నారు.

రూల్స్ ఉల్లంఘిస్తే కఠిన చర్యలు తప్పవు

ప్రజాస్వామ్యంలో అందరూ సమానమే ఏసీపీ రవికుమార్

విజేత బెల్లంపల్లి : బెల్లంపల్లి మున్సిపాలిటీ పరిధిలో జరుగుతున్న పోలింగ్ సందర్భంగా నిబంధనలు అతిక్రమించిన వారిపై పోలీసులు కఠినంగా వ్యవహరించారు. బెల్లంపల్లి ఏసీపీ రవికుమార్ పలు పోలింగ్ కేంద్రాలను స్వయంగా సందర్శించి పోలీసు బందోబస్తును పర్యవేక్షించారు.పోలింగ్ కేంద్రాల పరిధిలో 100 మీటర్ల రూల్స్‌కు విరుద్ధంగా గుమికూడిన వారిని ఏసీపీ స్వయంగా చెదరగొట్టారు. బజార్ ఏరియా మెయిన్ రోడ్డుపై రూల్స్ అతిక్రమించి నిలిచిన వారిని సిబ్బందితో కలిసి పంపించారు.ఈ సందర్భంగా ఏసీపీ రవికుమార్ మాట్లాడుతూ, ప్రజాస్వామ్యంలో అందరూ సమానమే. ప్రతి ఒక్కరు రూల్స్‌ను తప్పనిసరిగా పాటించాలి. రూల్స్‌ను అతిక్రమిస్తే కఠిన చర్యలు తీసుకోక తప్పదు” అని స్పష్టం చేశారు.పోలింగ్ ప్రశాంతంగా, పారదర్శకంగా జరిగేలా పోలీసులు పటిష్ట చర్యలు చేపడుతున్నారని, ప్రజలు సహకరించాలని ఆయన కోరారు.

రాయికల్ మున్సిపాలిటీలో ముగిసిన ఎన్నికలు

బ్యాలెట్ బాక్స్ లో పురపాలక సంఘ ఎన్నికలలో పోటీ చేసిన అభ్యర్థుల భవిష్యత్తు

విజేత,రాయికల్ : జగిత్యాల జిల్లా రాయికల్ మున్సిపాలిటీలో బుధవారం పురపాలక సంఘ ఎన్నికలు ప్రశాంతంగా ముగిసాయి ఉదయం 7 గంటల నుండి ప్రారంభమై సాయంత్రం 5 గంటల వరకు రాయికల్ లోని 12 వార్డులలో ఎన్నికల నిర్వహణ కొనసాగింది గత కొన్ని రోజులుగా మునిసిపాలిటీలో ప్రధాన పార్టీల అభ్యర్థులు స్వతంత్ర అభ్యర్థులు నువ్వా నేనా అనే విధంగా ప్రచారాన్ని కొనసాగించాయి రాయికల్ మున్సిపాలిటీలో పురుష ఓటర్లు 6157, మహిళలు 6927 గాను, మొత్తం ఓటర్లు 13084 ఉన్నారు రాయికల్ పురపాలక సంఘంలో12 వార్డులు, 24 పోలింగ్ బూతులలో ఓటు హక్కు వినియోగించుకున్న ఓటర్లుమొత్తం ఓటర్లు 9808 దాంట్లో పురుషులు4250,మహిళలు 5558 తమ ఓటు హక్కును స్వేచ్ఛగా వినియోగించుకున్నారు. మొత్తంగా పోలైన ఓటింగ్ శాతం 74. 96% గా నమోదయింది. అభ్యర్థుల భవితవ్యం ఎన్నికల ఫలితాలకోసం(ఎన్నికల ఫలితాల)కోసం 2026 ఫిబ్రవరి 13వ తేదీ వరకు వేచి చూడవలసిందే. ఈ పురపాలక సంఘ ఎన్నికలను అడిషనల్ కలెక్టర్ గౌతమ్ రెడ్డి, జగిత్యాల రూరల్ సర్కిల్ ఇన్స్పెక్టర్ సుధాకర్,రాయికల్ ఎస్సై సి. హెచ్. సుదీర్ రావు పర్యవేక్షణలో పోలీసుల బందోబస్తు నడుమ మున్సిపల్ అధికారులు,ఎన్నికలసిబ్బంది నిర్వహణలో ప్రశాంత వాతావరణంలో ముగిసాయి.

బలన్‌పూర్‌లో ఎన్‌ఆర్ఎస్ పనులకు భూమి పూజ

విజేత, బజార్ హత్నూర్ ప్రతినిధి: ఆదిలాబాద్ జిల్లా బజార్ హత్నూర్ మండల కేంద్రంలోని బలన్‌పూర్ గ్రామంలో ఎన్‌ఆర్ఎస్ పథకం భాగంగా అభివృద్ధి పనులకు భూమి పూజ కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో గ్రామ సర్పంచ్ పూసల ప్రియాంక-భీమేష్ ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొని పనులను ప్రారంభించారు. గ్రామ అభివృద్ధి కోసం ప్రభుత్వం అందిస్తున్న నిధులను సమర్థవంతంగా వినియోగిస్తామని ఆమె తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఉప సర్పంచ్ రాజేందర్, పంచాయతీ కార్యదర్శి ప్రదీప్, కార్బరి నరేష్, ప్రకాశ్, శంభు, ప్రసాద్, దేవరావు, సంతోష్, అనిల్ తదితరులు పాల్గొన్నారు. గ్రామ ప్రజలు పెద్ద సంఖ్యలో హాజరై అభివృద్ధి పనులకు మద్దతు తెలిపారు.

భారతదేశ 5 వ దివంగత రాష్ట్రపతి ఫక్రుద్దీన్ అలీ అహ్మద్ఆశయాలు సాధించాలి

షేక్ హాజీ బాబా మహేశ్వరం ముస్లిం వెల్ఫేర్ సొసైటీ మండల అధ్యక్షుడు

విజేత మహేశ్వరం : తేదీ 11 ఫిబ్రవరి 2026 బుధవారం రోజున రంగారెడ్డి జిల్లా మహేశ్వరం నియోజకవర్గ కేంద్రంలో మహేశ్వరం ముస్లిం వెల్ఫేర్ సొసైటీ మండల అధ్యక్షులు షేక్ హాజీ బాబా, మాట్లాడుతూ దివంగత నేత ఫక్రుద్దీన్ అలీ అహ్మద్ గారీ 50వ వర్ధంతి సందర్భంగా ఆ మహనీయునికి ఘన నివాళి అర్పిస్తున్నాము.భారతదేశానికి ఐదవ రాష్ట్రపతిగా 1974 నుండి 1977 వరకూ పనిచేసాడు.ఫక్రుద్దీన్ అలీ అహ్మద్ గారు 1905, మే 13 న ఢిల్లీలో జన్మించాడు. అత్యధికంగా ఆర్డినెన్సులు జారీచేసిన రాష్ట్రపతిగా రికార్డులకెక్కాడు. స్వతంత్రోధ్యమకాలంలో చురుకుగా పాల్గొన్న ఫక్రుద్దీన్ అలీ అహ్మద్, 1966 నుండి రాష్ట్రపతి అయ్యేంతవరకూ కేంద్రమంత్రిగా పనిచేసాడు. రాష్ట్రపతిగా పదవిలో ఉన్నపుడే 11.02.1977 న మరణించాడు. ఆయన సేవలు భారతదేశ ప్రజలు ఎప్పటికీ మరువలేరని ఆయన ఆశయాలను ప్రతి ఒక్కరు సాధించాలని ఆయన చూపించిన అడుగుజాడలలో నడవాలని ఈ సందర్భంగా షేక్ హాజీ బాబా పిలుపునిచ్చారు,

ఆర్మూర్ లోని మున్సిపల్ ఎన్నికల సందర్భంగా పోలింగ్ సరళిని పర్యవేక్షించిన పోలీస్ కమిషనర్

విజేత, ఆర్మూర్ : నిజామాబాద్ పోలీస్ కమిషనరేట్ పరిధిలోని నిజామాబాద్,ఆర్మూర్, బోధన్,భీంగల్ లో జరుగుతున్నటువంటి మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ ఎన్నికల సందర్భంగా పోలింగ్ సరళిని ఆర్మూర్ లో మధ్యాహ్న సమయం లో నిజామాబాదు పోలీస్ కమిషనర్ శ్రీ పి. సాయి చైతన్య, ఐపీఎస్ పోలింగ్ బూతులలో పోలింగ్ సరళిని క్షుణ్ణంగా పర్యవేక్షించడం జరిగింది.ఈ సందర్భంగా పోలీస్ కమిషనర్ మాట్లాడుతూ ప్రజలు తమ ఓటు హక్కును ప్రతి ఒక్కరు సద్వినియోగ పరచుకోవాలని , సిబ్బంది ఎక్కడ కూడా అలసత్వం వహించరాదని , ఓటర్లతో మరియు ప్రజలతో మర్యాదపూర్వకంగా మెలగాలని , ఎన్నికల ప్రవర్తన నియమాలను తూ.చా తప్పకుండా ప్రతి ఒక్కరూ పాటించాలని తెలియజేశారు.ఎక్కడ ఎలాంటి అవాంఛనీయ సంఘటనలు జరగకుండా కట్టుదిట్టమైన భద్రత ఏర్పాట్లు చేయాలని ఆదేశాలు జారీ చేయడం జరిగింది. ఈ సందర్భంగా ఆర్మూర్ మండల పరిషత్ కార్యాలయం మరియు సంతోష్ నగర్ లోని విద్య హైస్కూల్లో పోలింగ్ బూతులను క్షుణ్ణంగా పర్యవేక్షించారు.ఈ సందర్భంగా ఆర్మూర్ ఏసీపి శ్రీ వెంకటేశ్వర్ రెడ్డి , ఆర్మూర్ ఎస్హెచ్ఓ శ్రీ సత్యనారాయణ , మరియు ఏ.ఆర్.ఓ శ్రీ భూమేశ్వర్ మరియు ఎన్నికల సంబంధించిన సంబంధిత అధికారులు పాల్గొనడం జరిగింది.

బాల్యవివాహాల నిర్మూలనకు కట్టుబడి ఉండాలి

జిల్లా బాలల సంరక్షణ అధికారి నాగరాజు

విజేత,పెద్ద శంకరంపేట్ : బాల్యవివాహాలు సమాజానికి శాపం అది జిల్లా బాలల సంరక్షణ అధికారి నాగరాజు అన్నారు.. మహిళా శిశు సంక్షేమ శాఖ ఆదేశాల మేరకు బాల్య వివాహ ముక్తుభారత్ కార్యక్రమంలో భాగంగా అంకుల్ మీడియా ఆధ్వర్యంలో గ్రామంలో వీధి నాటకం నిర్వహించారు.. బాల్య వివాహాలు దుష్పరిణామాలు అమ్మాయిలకు విద్య ప్రాముఖ్యత అవగాహన కల్పించారు.. చిన్నవయసులో పెళ్లిళ్లు చేస్తే చెట్ట విరుద్ధమని అలా వివాహాలు చేస్తే సమాచారం అందించాలని కోరారు..ఈ కార్యక్రమంలో గ్రామ సర్పంచ్ జంగం రేణుక, ఐసిడిఎస్ సూపర్వైజర్లు పుష్పలత ,శ్రీశైల, జనరల్ స్పెషలిస్ట్ నాగమణి అంగన్వాడి టీచర్లు పాల్గొన్నారు.

చాట్‌జీపీటీ సేవల్లో అంతరాయం.. సోషల్ మీడియా ద్వారా యూజర్లు ఫిర్యాదు

ఓపెన్ ఏఐకి చెందిన చాట్‌బాట్ చాట్‌జీపీటీ సేవల్లో అంతరాయం ఏర్పడింది. ఫలితంగా భారత్ సహా ప్రపంచ వ్యాప్తంగా ఉన్న లక్షలాది మంది యూజర్లు ఈ సమస్యను ఎదుర్కొన్నారు. దీనిపై యూజర్లు సోషల్ మీడియా ద్వారా ఫిర్యాదులు చేస్తున్నారు. డౌన్‌డిటెక్టర్ ప్రకారం.. స్థానిక కాలమానం ప్రకారం మంగళవారం మధ్యాహ్నం 12 గంటల సమయంలో సమస్య తలెత్తింది. మధ్యాహ్నం 3:15కి సమస్య గరిష్ఠ స్థాయికి చేరింది. మొబైల్ యాప్, వెబ్ రెండింటిలోనూ ఈ సమస్యను ఎదుర్కొన్నట్లు యూజర్లు ఫిర్యాదు చేస్తున్నారు. ఏదైనా ప్రశ్నలు వేయగా దాన్ని స్వీకరించేందుకు చాట్ జీపీటీ నిరాకరిస్తోందని, ప్రశ్న తీసుకున్నా త్వరగా స్పందించడం లేదని యూజర్లు పేర్కొంటున్నారు. అంతేకాదు లాగిన్, నెట్‌వర్క్ ఎర్రర్, యాప్ సంబంధిత ఇతర సమస్యలు కూడా ఎదుర్కొంటున్నట్లు ఫిర్యాదు చేస్తున్నారు. ఈ సమస్యపై ఇప్పటి వరకూ వెయ్యికి పైగా ఫిర్యాదులు వచ్చినట్లు డౌన్‌డిటెక్టర్ తెలిపింది. 'చాట్ జీపీటీ డౌన్' అంటూ యూజర్లు ఎక్స్‌లో పోస్టులు పెడుతున్నారు. దేశంలో 88శాతం మంది వెబ్ సైట్ ద్వారా చాట్ జీపీటీ వినియోగించే వాళ్లు ఫిర్యాదు చేయగా,

దేశవ్యాప్త సమ్మెకు టిడబ్ల్యూ జేఎఫ్ మద్దతు

జర్నలిస్టులంతా విరివిగా పాల్గొనండి..

ఇందిరాపార్క్ వద్ద 11 గంటలకు

ఆందోళన..

విజేత, మేడ్చల్ మల్కాజిగిరి ప్రతినిధి : కేంద్రంలోని బీజేపీ సర్కార్ అమలు చేస్తున్న కార్మిక వ్యతిరేక విధానాలను నిరసిస్తూ రేపు గురువారం జరుగుతున్న దేశవ్యాప్త సమ్మెకు తెలంగాణ వర్కింగ్ జర్నలిస్ట్స్ (టిడబ్ల్యూజేఎఫ్) రాష్ట్ర కమిటీ మద్దతు ప్రకటించింది. ఈ మేరకు ఆ సంఘం రాష్ట్ర కన్వీనర్ పి. రాంచందర్, ప్రధానకార్యదర్శి బి.బసవపున్నయ్య మంగళవారం ఒక ప్రకటన విడుదల చేశారు. కార్పొరేట్ అనుకూల విధానాలను అనుసరించడాన్ని ఖండించారు. మోడీ సర్కారు తెచ్చిన నాలుగు లేబర్ కోడ్ లను వెంటనే రద్దుచేయాలని డిమాండ్ చేశారు. రద్దయిన 29 చట్టాల్లో జర్నలిస్టులకు సంబంధించి రెండు చట్టాలు కూడా ఉన్నాయని గుర్తు చేశారు. జర్నలిస్టుల కనీస వేతనాలకు సంబంధించి గురుబక్ష్ మతీజియా వేజ్ బోర్డు సిఫారసులను అమలుచేయించకపోగా, ఉన్న చట్టాన్ని కోడ్ లు గా మార్చి పాత్రికేయరంగాన్ని నిర్వీర్యం చేసిందని విమర్శించారు. జాతీయ కార్మిక సంఘాలు చేపట్టిన సార్వత్రిక సమ్మెలో రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా అన్నీ జిల్లా కేంద్రాల్లో జర్నలిస్టులు భారీ సంఖ్యలో పాల్గొని సమ్మెను పిలుపునిచ్చారు. కార్మికులకు కనీస వేతనాలు చెల్లించాలని డిమాండ్ చేశారు. 12న హైదరాబాద్లోని ఇందిరాపార్క్ వద్ద ఉదయం 11 గంటలకు జరిగే సమ్మెలో పాల్గొనాలని విజ్ఞప్తి చేశారు.

తెలంగాణ ఉద్యమకారుల త్యాగాలను కించపరచవద్దు

కోర్టు వ్యాఖ్యలపై కప్పాటి పాండురంగా రెడ్డి తీవ్ర అభ్యంతరం

విజేత మహేశ్వరం : స్వరాష్ట్ర సాధన కోసం పద్నాలుగేళ్ల పాటు సాగిన ఉజ్వల పోరాటంలో తమ జీవితాలను ధారపోసిన తెలంగాణ ఉద్యమకారుల పట్ల హైకోర్టు చేసినట్లుగా వస్తున్న వ్యాఖ్యలు అత్యంత దురదృష్టకరమని తెలంగాణ జాగృతి రంగారెడ్డి జిల్లా అధ్యక్షులు కప్పాటి పాండురంగా రెడ్డి, తీవ్ర అభ్యంతరం వ్యక్తం చేశారు. ఈ వ్యాఖ్యలు వేలాది మంది ఉద్యమకారుల మనోభావాలను తీవ్రంగా గాయపరిచాయని ఆయన ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. స్వాతంత్ర్య పోరాటానికి సమానమైన ఉద్యమం తెలంగాణ ఉద్యమం ఇంటి స్థలం, పింఛను ఇవ్వడానికి మీరేమైనా స్వాతంత్ర్య సమరయోధులా?" అని న్యాయస్థానం ప్రశ్నించడం ఉద్యమకారుల త్యాగాలను తక్కువ చేసి చూపడమే. 1969 నుండి 2014 వరకు సాగిన పోరాటం ఆధిపత్య పరాయి పాలన నుండి విముక్తి కోసం, ఆత్మగౌరవం కోసం జరిగిన పోరాటం. ప్రాణాలకు తెగించి కొట్లాడిన ఉద్యమకారుల త్యాగాలను "బిక్ష"గా చూడటం సరైనది కాదు. ఎన్నికల హామీలు రాజ్యాంగబద్ధమైన హక్కు ఎన్నికల సమయంలో రాజకీయ పార్టీలు ఇచ్చే హామీలు కేవలం ఓట్ల కోసం మాత్రమే కావు. అవి ఒక సామాజిక వర్గానికి లేదా బాధ్యతాయుతమైన పౌరులకు ఇచ్చే భరోసా. ప్రత్యేక రాష్ట్రంలో తమ బతుకులు మారుతాయని ఆశించడంలో తప్పు లేదు. ఇచ్చిన హామీలను అమలు చేయాలని కోరడం ప్రతి ఉద్యమకారుడి రాజ్యాంగబద్ధమైన హక్కు. "ప్రభుత్వం ఎంతమందికని ఇవ్వగలుగుతుంది?" అన్న ప్రశ్న తగదు. అసలు ప్రత్యేక రాష్ట్రం సిద్ధించిందే నీళ్లు, నిధులు, నియామకా కోసం. ఉద్యమకారుల పోరాటం వల్లే నేడు రాష్ట్ర ఖజానాకు ఆదాయం వస్తోంది, వేల కోట్ల అభివృద్ధి పనులు జరుగుతున్నాయి. రాష్ట్రం ఏర్పడటానికి మూలకారకులైన వారి సంక్షేమాన్ని చూడాల్సిన బాధ్యత ప్రభుత్వంపై ఉంది.

న్యాయస్థానాలకు విజ్ఞప్తి:

తెలంగాణ ఉద్యమకారులను కేవలం "లబ్ధిదారులు"గా చూడటం మానుకోవాలని, వారు ఈ రాష్ట్ర నిర్మాతలని పాండురంగా రెడ్డి గుర్తు చేశారు. కోర్టులు చట్టాలను గౌరవించడమే కాకుండా, ప్రజల సెంటిమెంట్లను మరియు చారిత్రక నేపథ్యాలను కూడా పరిగణనలోకి తీసుకోవాలి. ఉద్యమకారుల ఆత్మగౌరవాన్ని దెబ్బతీసే వ్యాఖ్యలు ప్రజాస్వామ్యానికి చేటు చేస్తాయని, తెలంగాణ సమాజం వీటిని సమర్థించదని ఆయన స్పష్టం చేశారు. న్యాయస్థానాలు, న్యాయమూర్తులు న్యాయవాదులు ఉద్యమకారులకు అండగా నిలవాలని ఆయన కోరారు,

గ్రామపంచాయతీ కార్యాలయంలో శ్రీమంతాలు, అన్నప్రాసన, నిర్వహించారులి

విజేత, బాల్కొండ : బాల్కొండ గ్రామపంచాయతీ పరిధిలో గ్రామపంచాయతీ సందర్శించి అక్కడ బాలల పరిరక్షణ కమిటీ గురించి దాని యొక్క ప్రత్యేకత గురించి తెలియజేయడం జరిగింది.తదనంతరం అంగన్వాడి సెంటర్ పరిధిలో కమిటీ ఫార్మేషన్కు సంబంధించిన తెలియజేయడం జరిగింది.ఈ కమిటీకి చైర్మన్ సర్పంచ్ ఉంటారని వారి విధులు బాధ్యతలు తెలియజేయడం జరిగింది.కచ్చితంగా కొత్త కమిటీ ఫామ్ చేయాలి అని తెలియజేస్తూ ఆ తర్వాత సామూహిక సీమంతాలు, అన్నప్రాసన, అక్షరాభ్యాస కార్యక్రమం నిర్వహించి 1000 డేస్ గోల్డెన్ డేస్ గురించి అవగాహన కల్పిస్తూ గర్భిణిగా ఉన్నప్పుడు వినాల్సిన మాటలు తినాల్సినటువంటి ఆహారము చేయాల్సినటువంటి ఆలోచనలు తీసుకోవలసిన జాగ్రత్తల గురించి తెలియజేస్తూ ఇంకా పుట్టగానే ప్రతి తల్లి తన బిడ్డకి ముర్రుపాలు కచ్చితంగా ఇవ్వాలని తెలియజేస్తూ ఆరు నెలలు నిండే వరకు కేవలం తల్లిపాలు ఇస్తూ రెండు సంవత్సరాల వరకుతల్లిపాల ప్రాముఖ్యత తెలియజేస్తూ ప్రీ స్కూల్ ప్రాముఖ్యత ను తెలియజేయడం జరిగింది.మానవ మనుగడ మొత్తంలో పునాది లాంటిది. ఈ సున్నా నుంచి ఐదు సంవత్సరాల లోపు వయసు కాబట్టి వారు తీసుకోవలసిన జాగ్రత్తలు సలహాలు సూచనలు ఆహారము ఆరోగ్యము గురించి అవగాహన కల్పిస్తూ, ఏ ఇంటిలోనూ ఏ పిల్లలలోనూ తల్లులలోను పోషణలేని గ్రామపంచాయతీగా తయారు కావాలని దానికోసం ప్రతి తల్లులు అంగన్వాడికి వచ్చి ఆరోగ్య లక్ష్మి ఫుడ్ తినాలి.అని తెలియజేస్తూ వారికి కావాల్సిన సలహాలు సూచనలు పాటించాలని తెలియజేయడం జరిగింది.ఈ కార్యక్రమంలో సర్పంచ్ గాండ్ల రాజేష్,ఉప సర్పంచ్ వార్డ్ మెంబర్లు బాల్కొండ చేతుల మీదుగా జ్యోతి ప్రజ్వలన కార్యక్రమం నిర్వహించి సామూహిక సీమంతాలు అన్నప్రాసన అక్షరాభ్యాస కార్యక్రమాలు నిర్వహించడం జరిగింది.ఈ కార్యక్రమంలో బాల్కొండ సర్పంచ్ రాజేష్ ఐసిడిఎస్ సూపర్వైజర్ రమాదేవి, ఉప సర్పంచ్ రాజేందర్ వార్డ్ మెంబర్ అనూజ, అంగన్వాడి టీచర్లు కళాపూర్ణ,సునీత, పద్మావతి,శ్రీదేవి,అపర్ణ అంగన్వాడి టీచర్లందరూ ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు.ఆశ వర్కర్లు,ఏఎన్ఎం ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు.

కాంగ్రెస్, బీజేపీల అరాచకాలకు ఎదురొడ్డి పోరాడిన గులాబీ సేన

విజేత, ఆర్మూర్ : బీఆర్ఎస్ జిల్లా అధ్యక్షుడు, మాజీ ఎమ్మెల్యే జీవన్ రెడ్డి ఆర్మూర్ మున్సిపల్ ఎన్నికలలో కాంగ్రెస్, బీజేపీలు కుమ్మక్కై ఎన్ని అరాచకాలు, అక్రమాలకు పాల్పడినప్పటికీ బీఆర్ఎస్ విజయం కోసం ధైర్యంగా పోరాడిన పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తలకు పేరుపేరునా హృదయపూర్వక అభినందనలు అని బీఆర్ఎస్ నిజామాబాద్ జిల్లా అధ్యక్షుడు,ఆర్మూర్ మాజీ ఎమ్మెల్యే ఆశన్నగారి జీవన్ రెడ్డి ఒక ప్రకటనలో పేర్కొన్నారు. జిల్లాలోని మొత్తం పురపాలక సంఘాలలో పార్టీ శ్రేణులు కనబరిచిన పోరాట స్ఫూర్తి బీఆర్ఎస్ కు కొండంత బలాన్నిచ్చిందన్నారు. రెండేళ్ల కాంగ్రెస్ ఘోరమైన పరిపాలనలో ప్రజల ఉసురు పోసుకున్న పాపాన్ని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి మూటగట్టుకున్నారని ఆయన అన్నారు. ఓటమి భయంతోనే రేవంత్ రెడ్డి సూచనలతో కాంగ్రెస్ నేతలు ఈ ఎన్నికల్లో కనీవినీ ఎరుగని రీతిలో దౌర్జన్యకాండకు దిగారని ఆయన ఆరోపించారు. పోలీసులు అధికార పార్టీకి బాహాటంగానే వత్తాసు పలికారని ఆయన విమర్శించారు. అక్రమంగా లూటీచేసిన ప్రజాధనంతో, ప్రజాతీర్పునే మార్చాలన్న కాంగ్రెస్ కుట్రలను నిజామాబాద్ జిల్లా ప్రజలు తిప్పికొట్టా రన్న అభిప్రాయాన్ని జీవన్ రెడ్డి వ్యక్తం చేశారు.జిల్లాలో పోలీసుశాఖను అడ్డం పెట్టుకుని బీఆర్ఎస్ శ్రేణులపై సాగించిన వేధింపులు, అరాచకాలు,అక్రమ దాడులకు రేవంత్ రెడ్డి ప్రభుత్వం భారీ మూల్యం చెల్లించుకోక తప్పదని ఆయన హెచ్చరించారు.పార్టీ గెలుపు కోసం వీరోచిత పోరాటం చేసిన జిల్లా పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తలకు ఆయన కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. కాగా ఎన్నికల హామీలను,గాలికి వదిలేసి రాష్ట్రాన్ని నిలువునా ముంచిన రేవంత్ రెడ్డి ప్రభుత్వానికి మునిసిపల్ ఎన్నికల ఫలితాలు చెంపపెట్టుగా మారనున్నాయన్న ఆశాభావాన్ని జీవన్ రెడ్డి వ్యక్తం చేశారు.

భూమికి 400 అడుగుల ఎత్తులో విజయ్ మాల్యా ఇల్లు.. హౌస్ ఖరీదు ఎంతో తెలుసా?

దేశంలోని అతిపెద్ద వ్యాపారవేత్తలు చాలా మంది ఈ విలాసవంతమైన టవర్‌లో నివసిస్తున్నారు. ఇన్ఫోసిస్ వ్యవస్థాపకుడు నారాయణ మూర్తి, రచయిత్రి సుధా మూర్తి, జెరోధర్ నిఖిల్ కామత్, బయోకాన్ కిరణ్ మజుందర్ షా వంటి వ్యవస్థాపకులు ఇక్కడ ఫ్లాట్‌లను కొనుగోలు.. బెంగళూరులోని యుబి సిటీలో ఉన్న కింగ్‌ఫిషర్ టవర్‌లోని 34వ అంతస్తులో ఉన్న రెండంతస్తుల పెంట్‌హౌస్ బహుశా చాలా మంది ఊహలకు అందనిది. ఈ బంగ్లా భూమి నుండి 400 అడుగుల ఎత్తులో ఉంది. ఈ స్కై-విల్లాలో స్విమ్మింగ్ పూల్, ప్రైవేట్ హెలిప్యాడ్, 360-డిగ్రీల కోణంలో చూడవచ్చు. అలాగే అనేక అత్యాధునిక సౌకర్యాలు ఉన్నాయి. ఈ విల్లా విజయ్ మాల్యాకు చెందినది. బెంగళూరులోని యుబి సిటీలో ఉన్న కింగ్‌ఫిషర్ టవర్‌లోని 34వ అంతస్తులో ఉన్న రెండంతస్తుల పెంట్‌హౌస్ బహుశా చాలా మంది ఊహలకు అందనిది. ఈ బంగ్లా భూమి నుండి 400 అడుగుల ఎత్తులో ఉంది. ఈ స్కై-విల్లాలో స్విమ్మింగ్ పూల్, ప్రైవేట్ హెలిప్యాడ్, 360-డిగ్రీల కోణంలో చూడవచ్చు. అలాగే అనేక అత్యాధునిక సౌకర్యాలు ఉన్నాయి. ఈ విల్లా విజయ్ మాల్యాకు చెందినది.

కింగ్‌ఫిషర్ టవర్ 4.5 ఎకరాల విస్తీర్ణంలో ఉంది. మొత్తం 33 అంతస్తులు, 81 అపార్ట్‌మెంట్‌లను కలిగి ఉంది. మాలియా పై అంతస్తులో తెల్లటి పెంట్‌హౌస్‌ను నిర్మించింది. ఆ బంగ్లా దాదాపు 40,000 చదరపు అడుగుల విస్తీర్ణంలో ఉంది. కానీ అతను ఈ ఇంట్లో ఒక్కరోజు కూడా ఉండలేకపోయాడు. కింగ్‌ఫిషర్ టవర్ 4.5 ఎకరాల విస్తీర్ణంలో ఉంది. మొత్తం 33 అంతస్తులు, 81 అపార్ట్‌మెంట్‌లను కలిగి ఉంది. మాలియా పై అంతస్తులో తెల్లటి పెంట్‌హౌస్‌ను నిర్మించింది. ఆ బంగ్లా దాదాపు 40,000 చదరపు అడుగుల విస్తీర్ణంలో ఉంది. మాలియా దానిని తన ఇష్టానుసారం నిర్మించుకుంది.కానీ అతను ఈ ఇంట్లో ఒక్కరోజు కూడా ఉండలేకపోయాడు.

విజయ్ మాల్యా ఎన్నో కలలతో ఈ బంగ్లాను నిర్మించుకున్నాడు. ఈ బంగ్లాను నిర్మించిన ప్రెస్టీజ్ ఎస్టేట్స్ ప్రాజెక్ట్స్ సంస్థ చైర్మన్ ఇర్ఫాన్ రజాక్ ప్రకారం.. 33 అంతస్తుల భవనం పైన ఇంత పెద్ద పెంట్ హౌస్ నిర్మించడం ఒక సవాలు. విజయ్ మాల్యా ఎన్నో కలలతో ఈ బంగ్లాను నిర్మించుకున్నాడు. ఈ బంగ్లాను నిర్మించిన ప్రెస్టీజ్ ఎస్టేట్స్ ప్రాజెక్ట్స్ సంస్థ చైర్మన్ ఇర్ఫాన్ రజాక్ ప్రకారం.. 33 అంతస్తుల భవనం పైన ఇంత పెద్ద పెంట్ హౌస్ నిర్మించడం ఒక సవాలు.

దేశంలోని అతిపెద్ద వ్యాపారవేత్తలు చాలా మంది ఈ విలాసవంతమైన టవర్‌లో నివసిస్తున్నారు. ఇన్ఫోసిస్ వ్యవస్థాపకుడు నారాయణ మూర్తి, రచయిత్రి సుధా మూర్తి, జెరోధర్ నిఖిల్ కామత్, బయోకాన్ కిరణ్ మజుందర్ షా వంటి వ్యవస్థాపకులు ఇక్కడ ఫ్లాట్‌లను కొనుగోలు చేశారు. ప్రతి అపార్ట్‌మెంట్ సుమారు 8000 చదరపు అడుగుల విస్తీర్ణంలో ఉంది. కనీస ధర రూ. 20 కోట్లు. దేశంలోని అతిపెద్ద వ్యాపారవేత్తలు చాలా మందిఇన్ఫోసిస్ వ్యవస్థాపకుడు నారాయణ మూర్తి, రచయిత్రి సుధా మూర్తి, జెరోధర్ నిఖిల్ కామత్, బయోకాన్ కిరణ్ మజుందర్ షా వంటి వ్యవస్థాపకులు ఇక్కడ ఫ్లాట్‌లను కొనుగోలు చేశారు. ప్రతి అపార్ట్‌మెంట్ సుమారు 8000 చదరపు అడుగుల విస్తీర్ణంలో ఉంది. కనీస ధర రూ. 20 కోట్లు.

ఈ పెంట్ హౌస్ ఖరీదు దాదాపు 20 మిలియన్లు (లేదా దాదాపు రూ.170 కోట్లు ఉంటుందని అంచనా). కానీ విజయ్ మాల్యాకు అక్కడ ఒక్కరోజు కూడా ఉండే అవకాశం రాలేదు. కోట్లాది రూపాయల కుంభకోణంలో చిక్కుకున్న విజయ్ మాల్యా లండన్ పారిపోయాడు. అతను తన కొడుకు, కోడలితో కలిసి అక్కడే నివసిస్తున్నాడు. 170 కోట్లు ఉంటుందని అంచనా). కానీ విజయ్ మాల్యాకు అక్కడ ఒక్కరోజు కూడా ఉండే అవకాశం రాలేదు.

సైకిల్ సవారీకి సిద్ధమా?

ఆరోగ్యం కోసం.. ఆనందం కోసం ఇప్పుడు చాలామంది సైకిల్ యాత్రలు చేస్తున్నారు. అబ్బాయిలే కాదు.. అమ్మాయిలూ రెండు చక్రాలపై సవారీకి ఆసక్తి చూపుతున్నారు. అందులోనూ ఒంటరిగా ప్రయాణించడానికీ ముందుకొస్తున్నారు. ఇలాంటి యాత్రలతో ప్రకృతిని ఆస్వాదించడంతోపాటు సరికొత్త అనుభవాలను మూట గట్టుకుంటున్నారు. అయితే.. సైక్లింగ్ యాత్రలో అనేక సవాళ్లు ఎదురవుతాయని నిపుణులు అంటున్నారు. అందుకే.. సోలో సైక్లింగ్ చేపట్టేముందు కొన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని సూచిస్తున్నారు. సోలో సైక్లింగ్‌కు వెళ్లేముందు.. సైకిల్ కండిషన్‌ను ఒకటికి రెండుసార్లు చూసుకోండి. అవసరమైతే టైర్లు, బ్రేకులు సహా ఇతర విడిభాగాలను మార్చుకోండి. హెల్మెట్లు, గ్లవ్స్‌తోపాటు ప్రథమ చికిత్స కిట్‌ను వెంట ఉంచుకోండి. రాత్రిపూట ప్రయాణించాల్సిన అవసరం ఏర్పడవచ్చు. కాబట్టి, సైకిల్ ముందు, వెనుక లైట్లతోపాటు రిఫ్లెక్టర్లనూ అమర్చుకోండి. సైకిల్ యాత్ర చేయాలంటే ఆరోగ్యంతోపాటు ఫిట్‌నెస్ కూడా ముఖ్యమే. కాబట్టి, మీరు సంపూర్ణ ఆరోగ్యంగా ఉన్నారని నిర్ధారించుకోండి. లేకుంటే.. తగినంత విశ్రాంతి తీసుకోండి. పూర్తిస్థాయిలో ఫిట్‌నెస్ సాధించినప్పుడే.. ప్రయాణానికి సిద్ధమవ్వండి. దారిలో బలవర్ధకమైన ఆహారం తీసుకోండి. హైడ్రేటెడ్‌గా ఉండేందుకు తగినన్ని నీళ్లు తాగుతూ ఉండండి. ఎక్కడికి వెళ్లాలి? ఏ మార్గం గుండా వెళ్లాలి? ఎక్కడ బస చేయాలి? అనే విషయాలను ముందుగానే నిర్ణయించుకోండి. ఇక మీరు ప్రయాణించే మార్గం గురించి సంపూర్ణ అవగాహన ఉండాలి. రోడ్ల స్థితిగతులు, ట్రాఫిక్, వసతి సౌకర్యాలు ఇతర అంశాల గురించి క్షుణ్నంగా తెలుసుకోండి. వాతావరణ పరిస్థితుల గురించి తెలుసుకోవడానికి తాజా వాతావరణ సమాచారాన్ని ఎప్పటికప్పుడు అందించే యాప్స్‌ను మీ ఫోన్‌లో ఇన్‌స్టాల్ చేసుకోండి. భద్రతకు అధిక ప్రాధాన్యం ఇవ్వండి. టూర్‌కు సంబంధించిన అన్ని విషయాలను కుటుంబసభ్యులతో పంచుకోండి. ఎక్కడినుంచి ఎక్కడికి ప్రయాణిస్తున్నారు? ఎక్కడెక్కడ విశ్రాంతి తీసుకుంటారు? లాంటి సమాచారాలను ముందే తెలియజేయండి. అవసరమైన వస్తువులను మాత్రమే ప్యాక్ చేయండి. ఏమైనా మర్చిపోతే.. దారిలో కొనుగోలు చేయవచ్చు. కాబట్టి.. ప్రతిదీ తీసుకెళ్లాల్సిన అవసరం లేదు. ఫోన్ కోసం పోర్టబుల్ చార్జర్, పోర్టబుల్ వైఫై హాట్‌స్పాట్, లోకల్ మ్యాప్స్, జీపీఎస్ పరికరాలు వెంట ఉంచుకోండి. రాత్రిపూట సైక్లింగ్ చేయాల్సి వస్తే.. అందుకు తగిన దుస్తులను ధరించండి. ఇక సైకిల్‌కు సంబంధించిన ప్రాథమిక మరమ్మతులను నేర్చుకోండి. చిన్నచిన్న సమస్యలు ఎదురైతే.. మీరే రిపేర్ చేసుకునేలా ఉండాలి. దీనివల్ల సమయం ఆదా కావడంతోపాటు ఒత్తిడి ఉండదు. అందుకోసం వివిధ అవసరాలకు ఉపయోగపడే మల్టీ టూల్‌ను వెంట ఉంచుకోండి.

ఈ దుంపను చాలా మంది తేలిగ్గా తీసుకుంటారు.. కానీ దీంతో కలిగే లాభాలు ఏమిటో తెలుసా..?

ప్రకృతిలో మనకు అనేక రకాల దుంపలు అందుబాటులో ఉన్నాయి. ఒక్కో దుంప ఒక్కో ప్రత్యేకతను కలిగి ఉంటుంది. వాటిల్లో కంద కూడా ఒకటి. దీన్నే పులగంద అని కూడా అంటారు. ఆంగ్లంలో ఎలిఫెంట్ ఫుట్ లేదా ఎలిఫెంట్ యామ్ అని పిలుస్తారు. దీంతో అనేక రకాల వంటకాలను చేస్తుంటారు. కంద పులుసు, వేపుడు, టమాటా కూర వంటివి చేసి తింటారు. ఈ దుంప వాస్తవానికి ఎంతో రుచిగా ఉంటుంది. అయితే దీన్ని వండే ముందు బాగా కడగాల్సి ఉంటుంది. మీద ఉండే పొట్టు తీసి బాగా కడిగి అప్పుడే వండాలి. కందను ఆహారంలో భాగం చేసుకుంటే అనేక లాభాలను పొందవచ్చు. మన శరీరానికి కావల్సిన అనేక పోషకాలు ఇందులో ఉంటాయి. ఈ దుంపల్లో క్యాలరీలు చాలా తక్కువగా ఉంటాయి. అనేక రకాల పోషకాలు లభిస్తాయి.

జీర్ణ వ్యవస్థకు..

100 గ్రాముల ఉడకబెట్టిన కందలో చాలా తక్కువ మొత్తంలో క్యాలరీలు ఉంటాయి. అలాగే సంక్లిష్టమైన పిండి పదార్థాలు, ఫైబర్, ప్రోటీన్లు, విటమిన్లు బి6, సి, బి9, బి1, బి2, బి3లతోపాటు పొటాషియం, మెగ్నిషియం, ఫాస్ఫరస్, ఐరన్, జింక్, కాపర్, మాంగనీస్, ఫ్లేవనాయిడ్స్, ఒమెగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్లు ఈ దుంపల్లో సమృద్ధిగా ఉంటాయి. కందను ఆహారంలో భాగం చేసుకోవడం వల్ల ఫైబర్ సమృద్ధిగా లభిస్తుంది. ఇది జీర్ణక్రియను మెరుగు పరుస్తుంది. మలబద్దకం తగ్గేలా చేస్తుంది. కంద ప్రీ బయోటిక్ ఆహారంగా కూడా పనిచేస్తుంది. అంటే దీన్ని తింటే మన జీర్ణ వ్యవస్థలో మంచి బ్యాక్టీరియా వృద్ధి చెందుతుందన్నమాట. ఇది జీర్ణ వ్యవస్థను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. కందను తింటే అజీర్తి ఉండదు. గ్యాస్ తగ్గిపోతుంది. పైల్స్ ఉన్నవారికి కంద ఎంతగానో మేలు చేస్తుంది. జీర్ణాశయం, పేగుల్లో ఉండే అల్సర్లు కూడా నయమవుతాయి.

షుగర్, కొలెస్ట్రాల్‌కు చెక్..

కంద గ్లైసీమిక్ ఇండెక్స్ చాలా తక్కువగా ఉంటుంది. పేరుకు దుంప అయినప్పటికీ దీన్ని తింటే రక్తంలో షుగర్ స్థాయిలు పెరగవు. పైగా కందలో ఆల్లన్‌టోయిన్ అనే సమ్మేళనం ఉంటుంది. ఇది శరీరం ఇన్సులిన్‌ను మెరుగ్గా ఉపయోగించుకునేలా చేస్తుంది. దీంతో షుగర్ స్థాయిలు తగ్గుతాయి. డయాబెటిస్ అదుపులో ఉంటుంది. డయాబెటిస్ ఉన్నవారికి కంద ఎంతగానో మేలు చేస్తుంది. కందలో అధికంగా ఉండే ఫైబర్ మన శరీరంలోని చెడు కొలెస్ట్రాల్‌ను తగ్గిస్తుంది. మంచి కొలెస్ట్రాల్‌ను పెంచుతుంది. కందలో ఉండే ఒమెగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్లు గుండెను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతాయి. శరీరంలో సోడియం స్థాయిలను నిర్వహిస్తాయి. దీంతో కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలు తగ్గడంతోపాటు రక్త సరఫరా మెరుగు పడుతుంది. బీపీ తగ్గుతుంది. హైబీపీ, గుండె జబ్బులు ఉన్నవారికి కంద ఎంతగానో మేలు చేస్తుంది.

బరువు తగ్గేందుకు..

పేరుకు దుంప అయినప్పటికీ కందను తింటే చాలా తక్కువగా క్యాలరీలు లభిస్తాయి. పైగా ఇందులో ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది. అందువల్ల కందను తింటే ఎక్కువ సేపు ఉన్నా ఆకలి వేయదు. కడుపు నిండిన భావనతో ఉంటారు. దీంతో ఆహారం తక్కువగా తింటారు. ఇది బరువు తగ్గేందుకు సహాయం చేస్తుంది. కందను ఆహారంలో భాగం చేసుకోవడం వల్ల బరువు తగ్గాలనుకునే వారికి ఎంతగానో మేలు జరుగుతుంది. దీంతో బరువును నియంత్రణలో ఉంచుకోవచ్చు. కందలో అనేక సమ్మేళనాలు ఉంటాయి. ఫ్లేవనాయిడ్స్ అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి యాంటీ ఇన్ ఫ్లామేటరీ కారకాలుగా పనిచేస్తాయి. వీటి వల్ల శరీరంలో ఉండే వాపులు, నొప్పులు తగ్గిపోతాయి. ముఖ్యంగా ఆర్థరైటిస్ ఉన్నవారికి ఎంతగానో మేలు జరుగుతుంది. కందను తరచూ ఆహారంలో భాగం చేసుకుంటే నొప్పుల నుంచి బయట పడవచ్చు. కందలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, విటమిన్ సి, బీటా కెరోటిన్, ఫినోలిక్ సమ్మేళనాలు అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి ఫ్రీ ర్యాడికల్స్‌ను నిర్మూలిస్తాయి. క్యాన్సర్, గుండె జబ్బులు రాకుండా చూస్తాయి. రోగ నిరోధక శక్తిని పెంచుతాయి. ఇలా కందతో మనం అనేక లాభాలను పొందవచ్చు.

మొక్కతో లుక్!

అపార్ట్‌మెంట్ జీవనశైలి పెరిగాక మొక్కలు కూడా ఇంట్లోకే వచ్చేశాయి. దాంతో ఇంటివారు వాటిని సాధ్యమైనంత అందంగా కనిపించేలా అమర్చుకుంటున్నారు. చక్కని కుండీలను జతచేసి పూల మొక్కలు, క్రోటన్లలాంటివి పెంచుతున్నారు. అయితే పెట్టిన గదికి ఓ ప్రత్యేక ఆకర్షణగా ఇవి కనిపించాలంటే పరిమాణంలో కాస్త పెద్దగా ఉండే రకాలు ఎంచుకోవాలని చెబుతున్నారు గృహాలంకరణ నిపుణులు. అందుకోసం ఏయే మొక్కలు బాగుంటాయో కూడా సూచిస్తున్నారు.

కార్న్ ప్లాంట్

ఇంట్లో ఏ గదిలో పెట్టినా ముచ్చటగా కనిపించే వాటిలో కార్న్‌ప్లాంట్ కూడా ఒకటి. గణుపుల కాండంతో ఉండే వీటి ఆకులు పల్చగా పొడవుగా రేకల్లా పెరుగుతూ ఉంటాయి. ఎత్తు పెరుగుతున్న కొద్దీ ఆయా గణుపుల నుంచీ ఆకులు వస్తుంటాయి. సోఫా పక్కన లేదా గదిలో మంచం దగ్గర%ో% ఇలా ఎక్కడ ఉంచినా ఆ చోటుకి మంచి లుక్‌ని తెస్తుందీ మొక్క.

ఫిడెల్ లీఫ్ ఫిగ్

పొడవాటి కాండంతో దానిపైన మరింత పొడవైన కొమ్మలతో, వెడల్పాటి ఆకులతో పెరిగే చెట్టు ఫిడెల్ లీఫ్ ఫిగ్. దీనికి ఎండ ఎక్కువగా కావాలి. నీళ్లు కూడా సమయానికి పోయాలి. అయితే దీని నిర్మాణం, ఆకుల ఆకృతిల వల్ల గదిలో ఏ మూల పెట్టినా అక్కడ ఐకాన్‌లా కనిపిస్తుంటుంది.

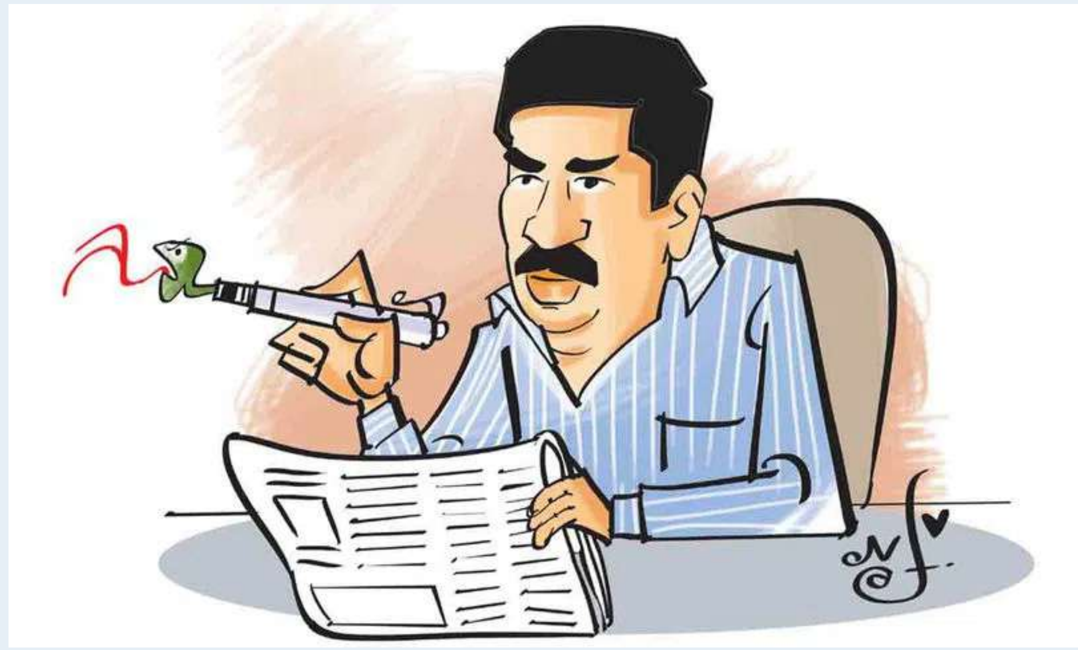
రబ్బర్ మొక్క

మందపాటి మెరిసే ఆకులతో ఉండే రబ్బర్ మొక్క కూడా ఇంటి అలంకరణకు చక్కగా ఉపయోపడుతుంది. ఎత్తుగా వెడల్పాటి ఆకులతో పెరిగే ఇది, గదికి బోల్డ్ స్టేట్‌మెంట్‌లా కనిపిస్తుంది. అంతేకాదు, గాలిని శుద్ధి చేసేందుకూ పనిచేస్తుంది.

అరేకా పామ్

సన్నటి పొడవాటి కొబ్బరి, ఈత చెట్ల తరహా ఆకుల నిర్మాణంతో ఉంటుంది అరేకా పామ్. దీన్ని పక్కల నుంచి కత్తిరిస్తూ ఉంటే ఎత్తుగా పెరుగుతూ అందమైన కొమ్మలను ఏర్పర్చుకుని గదికి ఆకర్షణగా మారుతుంది. పెద్దగా ఎండ తగలకపోయినా చక్కగా బతికేస్తుంది.

గజగజ వణుకుతున్న 'దమ్మున్న' లాబీ!



'సమైక్య రాష్ట్రంలోనే మనం బాగున్నం' అన్నరు ఇటీవల సీఎం రేవంత్ రెడ్డి. అనడమే కాదు, సమైక్య 'దినాల' కోసం తీవ్రంగా శ్రమిస్తున్నరు. ఆయనకు మోదీ, చంద్రబాబు, రాధాకృష్ణల సంపూర్ణ సహకారం ఉన్నది. రాహుల్ గురించి ఎంత తక్కువ మాట్లాడుకుంటే అంత మంచిది. తనకు మూటలు అందినప్పుడు ఆనందంగా, సరిపోనప్పుడు అలుకగా ఉంటున్నరు. మరిన్ని సంచుల కోసం రేవంత్ మీద ఒత్తిడి పెట్టడాన్ని 'రేవంత్-రాహుల్ మధ్య గ్యాప్'గా చూడకూడదు! సత్యభామ పారిజాత వృక్షం కోసం అలుగుతదే తప్ప కృష్ణుడిపై పగ కాదు కదా! మోదీ, రాహుల్, చంద్రబాబు రాజకీయ నాయకులు. రాజకీయ పార్టీల ప్రతినిధులు. వారు రాజకీయం చేయడం సహజం. రాధాకృష్ణకు ఏం రోగం? 'అక్షరంపై ఆంక్షలా?' అనడానికి ఆయనకున్న విశ్వసనీయత ఏమిటి? పసిబిడ్డ తెలంగాణను, తెలంగాణ శాసనసభ్యులను ఎంత అవమానకరంగా చిత్రించిన్రో మనం మరువగలమా? తెలంగాణ సమాజం ఆగ్రహిస్తే ఏడాదిన్నరకు పైగా బ్యాన్ అయిన విషయం ఆర్కే మరువగలడా? అసలు తెలంగాణ పుట్టుకే ఇష్టం లేదు కదా రాధాకృష్ణకు! డిసెంబర్ 9 ప్రకటన వెనక్కి వెళ్లిపోయినప్పుడు ఆయన సెలబ్రేట్ చేసుకున్నరు. తెలంగాణ బిల్లు పాస్ అయిన రోజు ఆయన ముఖం కందగడ్డలా ఉన్నదని ఆ ప్రతిక ఎడిటోరియల్ సిబ్బందే చెప్పిన్రు ఈ వ్యాస రచయితకు. ఇప్పుడేమో తన నిబద్ధతను శ్రీకృష్ణ కమిటీ మెచ్చుకుందని అబద్ధాలు రాస్తడు! 'తెలంగాణ రాష్ట్రం ఏర్పాటుచేసి రాజకీయ లబ్ధి కూడా పొందాలనుకుంటే కాంగ్రెస్ నాయకులను ముందు పెట్టి, పోరాటం చేయాల్సిందిగా సూచించాల్సింది. ప్రత్యేక రాష్ట్రం కోసం కాంగ్రెస్ పార్టీ పోరాడుతోందని ప్రజల్లో నమ్మకం ఏర్పడ్డాక తెలంగాణ ఇచ్చి ఉంటే మీరు తెలివిగా ఆలోచించారని నమ్మేవాళ్లం' ఇది జైరాం రమేశ్‌తో తాను మాట్లాడిన విషయం అంటూ నిర్లజ్జగా రాసుకున్నడు రాధాకృష్ణ. నవీన ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో చంద్రబాబు మొదటి టర్మ్‌లో ఆయనకు అనధికార సలహాదారు రాధాకృష్ణ. 'ఎన్టీఆర్ పేరు తీసేయండి', 'ఆ నా కొడుకులకు జీతాలు పెంచకండి' అంటూ దర్పం ఒలకబోస్తూ సలహాలు ఇవ్వడం చూడలేదా మనం? మీడియాకు రాజకీయ పార్టీలతో ఏమి పని? పత్రికా స్వేచ్ఛ అంటే ఏ పార్టీలను ఎట్లా తొక్కాలో సలహాలు ఇవ్వడమా? అమిత్ షా ప్రైవేట్‌గా వచ్చి ఎందుకు కలుస్తడు మిమ్మల్ని? మీరు ఎందుకు రాహుల్ గాంధీని కలుస్తరు? వైరి శిబిరాలు అని చెప్పుకొనే రెండు జాతీయ పార్టీలతో ఏకకాలంలో అంటకాగడం రాజకీయ వ్యభిచారం కదా! మీ అందరి లక్ష్యం తెలంగాణ వినాశనమే, సమైక్య పాలన పునఃస్థాపనయే కదా! కాబట్టే, మీ అందరి కొత్త బంటు అయిన రేవంత్ రెడ్డిని అన్ని పార్టీలు, మీడియా సంస్థలు ఏకమై జాకీలు పెట్టి లేపడానికి ప్రయత్నిస్తున్నయి. అయినా లాభం లేకపోగా, రోజురోజుకూ పాతాళంలోకి కూరుకుపోతున్నది రేవంత్ రెడ్డి ప్రభుత్వం. అభివృద్ధి- సంక్షేమం అటకెక్కి, మోసపోయిన గ్రహింపు వచ్చిన జనం నిరసనలు నిత్యకృత్యమైనయి. గ్రామసభలు పోలీసు పహారా లేకుండా సాగడం లేదు. ఇందిరమ్మ ఇండ్ల విషయంలో సొంత పార్టీ కార్యకర్తనే ఆత్మహత్యకు పురిగొల్పే 'ప్రజా పాలన' నడుస్తున్నది. మాజీ నక్సలైట్, మంత్రి సీతక్కకు మావోయిస్టు పార్టీ నుంచే హెచ్చరిక లేఖ అందిందంటే ఈ ప్రభుత్వ సర్వభ్రష్టత అర్థమవుతుంది. ఆంధ్రజ్యోతి కూడా దాచాలన్నా దాగనంత గతకాలపు వెలుగుబీ ఇప్పటి చీకటి ప్రజల అనుభవంలోకి వచ్చింది. కాబట్టే, జనం తెలంగాణ భవన్‌కు క్యూ కడుతున్నరు. రేవంత్ రెడ్డి 'జై తెలంగాణ' అనకపోవడానికి తాత్విక భూమిక ఉన్నది. 'తెలంగాణ' అంటే 'కేసీఆర్' గుర్తొస్తరు. అంత అవిభాజ్యం ఆ రెండు పదాలు. కేసీఆర్ ఆనవాలు లేకుండా చేయాలన్న సంకల్పంతో ఉన్న రేవంత్ రెడ్డి తెలంగాణను కనుమరుగు చేస్తే కేసీఆర్ కనుమరుగు అవుతరు అనుకుంటున్నరు. కాబట్టే, సమైక్య పాలన మంచిగుంది అన్నరుబీ తెలంగాణ లోగో, తెలంగాణ తల్లి రూపం మార్చేసిన్రుబీ అందెశ్రీ గేయాన్ని ఆలపించ వీలులేనంతగా సినీ సంగీత మసిలో ముంచి తేల్చిన్రుబీ అడవితల్లి గురించి పాటలల్లిన గద్దర్ పేరిట అవార్డును గంధపు చెక్కలు స్మగ్లింగ్ చేసే పాత్రకు ఇచ్చిన్రుబీ 'ఒకే అంటే ఓయోకు రమ్మన్నాడే' పాటకు గద్దర్ పురస్కారం ఇచ్చిన్రు. ఇట్లా, ఒక్కొక్కరిని వెతికి వెతికి, వేటాడి వేటాడి ఆనవాలు తుడిచేస్తున్నరు.

తెలంగాణను బొంద పెట్టాలని ఎంతెంత ప్రయత్నాలు చేస్తున్నరో అంతకు రెట్టింపు ఎగిసి పడుతున్నది ప్రజా చైతన్యం. ఆ మేరకు బీఆర్ఎస్ ప్రభ పెరుగుతున్నది. ఇది అవశ్యం! ఎందుకంటే, తెలంగాణ అంటే బీఆర్ఎస్ పార్టీయే. మరో మాట లేదు. ఇదంతా తెలుసు రాధాకృష్ణకు. రెండేండ్ల రేవంత్ పాలన పెట్టిన గోస ఫలితంగా 'తెలంగాణ బీఆర్ఎస్ జాగీరు'గా మరల మారుతున్నది. బీఆర్ఎస్ పార్టీ బాధ్యతగల్ల 'జాగీర్దారు'గా తన ప్రజలకు రక్షగా నిలబడింది. ఆ కడుపు మంటే మొన్నటి చెత్త పలుకు! అధికారంలోకి వచ్చినకాడి నుంచి కాడి కిందపడేసి, పాలన అటకెక్కించి, కేసీఆర్ కుటుంబాన్ని, బీఆర్ఎస్ పార్టీని నిందలపాలు చేయడమే పనిగా పెట్టుకున్నరు దుష్ట చతుష్టయం. 'వారికి సమయం ఇద్దాం' అంటూ బీఆర్ఎస్ వంద రోజులు ఆగింది గానీ, వారు మాత్రం తెల్లారి నుంచే చీకటి పనులు మొదలు పెట్టిన్రు. కాళేశ్వరంపై ఎంత నిందలు వేసినా, అది అద్భుతం అన్నది సుప్రీం కోర్టు. ఫోన్ ట్యాపింగ్ ఆరోపణల్లో వాస్తవం లేదు అన్నది 'హిందూ' పత్రిక. అయినా ఆగని విషమూక ఒక మహిళా జర్నలిస్టు బలవన్మరణాన్ని కూడా బురద జల్లుడుకు వాడుకున్నది. నికార్సయిన తెలంగాణ స్వరస్వేచ్ఛను మరణానంతరం వ్యక్తిత్వ హననం చేసిన్రు. సోషల్ మీడియా, యాంటీ సోషల్ మీడియా అన్నీ కలిసి ఈ దారుణాలు సాగించిన్రు. 'పొరపాటున పెట్టిన థంబ్ నెయిల్'గా వర్ణించిన ఆర్కే ఎంతటి కుసంస్కారి అన్నది తేటతెల్లమైంది. ప్రశ్నించే గాంభీర్య పోజు పెట్టిన పిరికి మేకపోతు జడిసింది. తన కార్యాలయాల ముందు బందోబస్తు పెట్టుకుంది. తెలంగాణ శత్రువులు అంతా ఒకటయిన్రు. మహాన్యూస్‌కు, ఆంధ్రజ్యోతికి క్యూ కట్టిన్రు. కేంద్రమంత్రి బండి సంజయ్ అన్ని విలువలు ఒదిలేసిన్రు. కేంద్ర హోంశాఖ సహాయ మంత్రి సొంత మట్టి బిడ్డలపై దాడులు చేస్తా అంటున్నడు. మీడియాకు గాని, రాజకీయ నాయకులకు గాని ఇంతటి బలుపు కలుగడానికి కారణం ఏమిటి? నియంత్రించే వ్యవస్థలు నిదురపోతున్నయా? ఎవరి శృంఖలాలను ఛేదించుకుని స్వతంత్ర్యం పొందినమో, వారికే ఈ గడ్డను తిరిగి అప్పజెప్పడాన్ని ఎట్టి పరిస్థితిలోనూ అనుమతించబోము. అందుకు ప్రయత్నాలు చేసే ఎవరినైనా ఉపేక్షించబోము. ఆంధ్రా మూక చేస్తున్న దాడి కేసీఆర్‌పైనే అన్నట్టు చూడకండి. అది తెలంగాణపై దాడి. మన అస్తిత్వంపై యుద్ధం. మన సర్వ నాశనమే వారి పంతం. అందరూ ఒక్కటిగా నిలబడి తాకట్టులోని తెలంగాణను విముక్తం చేయాలి. 'తెలంగాణ బీఆర్ఎస్ జాగీరా అన్నోడు రేపు హైదరాబాద్ తెలంగాణ జాగీరా అంటడు' అన్న నెటిజన్ శ్రీశైలం యాదవ్ ఆందోళన మనందరికీ వార్నింగ్ బెల్! చివరగా రాధాకృష్ణకు, ఇంకా అతనిలాంటి నీచులకు ఒక హెచ్చరిక! మొన్న బనకచర్ల గాని, ఇప్పుడు మత్స్య బోర్డు తరలింపు గాని బీఆర్ఎస్ ఉన్నంతవరకు సాగవు. నీళ్లు బాబుకు, నిధులు రాహుల్‌కు, నియామకాలు ఆంధ్రా లాబీకి నడువవు. తెలంగాణ 'జాగీర్'దార్ పార్టీ కాపాడుకుంటది తెలంగాణను. ఇక్కడి బిడ్డల పట్ల గుండె నిండా తడి ఉన్నది మాకు. దొంగల నుంచి, దోపిడీదారు ల నుంచి రక్ష మేమే. తెలంగాణ మా జాగీర్! మీ భయం కూడా అదే!! అంటరు బ్రెజిల్ రచయిత పాలో కోయిలో. అందర్నీ ప్రేమిస్తది తెలంగాణ. అట్లని అస్తిత్వంపై దాడి జరిగితే ఊకోదు. కత్తి ఎత్తుతది. తెలుసుకొని మసులుకొండి! పదకొండు అక్షౌహిణుల సైన్యం ఉన్నా, తాము గెలవలేమని ఎరుక ధృతరాష్ట్రునికి. అవతల ఏడు అక్షౌహిణులే ఉన్నా, కృష్ణుడు ఉన్నడు, ధర్మం ఉన్నదనీ ఎరుకే. అధర్మానికి భయమెక్కువ. వణుకూ ఎక్కువ. మిడతల దండు లాంటి ఆంధ్రా లాబీ అండదండగా ఉన్నా ఆర్కేకు వణుకు మొదలైంది. దీనికి ఒక లాజికల్ ఎండ్ చూపించాల్సింది మనమే! జై తెలంగాణ!!

పుచ్చగింజలలోని పప్పును రోజూ తినండి.. ఎన్నో అద్భుతమైన లాభాలు కలుగుతాయి..!

పుచ్చకాయలను తిన్న వెంటనే ఎవరైనా ఏం చేస్తారు..? ఆ కాయల్లో ఉండే విత్తనాలను పడేస్తారు. అయితే పుచ్చకాయల్లో ఉండే విత్తనాలు కూడా మనకు ఎంతగానో ఉపయోగపడతాయి. పుచ్చకాయ విత్తనాల్లో పప్పు ఉంటుంది. ఈ పప్పును తింటే అనేక లాభాలు కలుగుతాయని పోషకాహార నిపుణులు చెబుతున్నారు. పుచ్చ గింజల పప్పులో మన శరీరానికి కావల్సిన అనేక ముఖ్యమైన పోషకాలు ఉంటాయి. ఈ పప్పును తినడం వల్ల పలు వ్యాధులను నయం చేసుకోవచ్చు. పుచ్చ గింజల పప్పును ఒక గుప్పెడు మోతాదులో తింటే సుమారుగా 150 క్యాలరీల మేర శక్తి లభిస్తుంది. ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు 14 గ్రాములు, పిండి పదార్థాలు 5 గ్రాములు, ఫైబర్ 3 గ్రాములు, బి విటమిన్లు నియాసిన్, ఫోలేట్, థయామిన్, బి6, విటమిన్ ఇ, మెగ్నిషియం, ఐరన్, జింక్, ఫాస్ఫరస్, మాంగనీస్, కాపర్, పొటాషియం అధికంగా లభిస్తాయి.

ప్రోటీన్లు అధికం..

పుచ్చ గింజల పప్పులో అనేక ప్రోటీన్లు ఉంటాయి. ఇవన్నీ వృక్ష సంబంధ ప్రోటీన్లు. కనుక నాన్ వెజ్ తినని వారు ప్రోటీన్లను ఈ పప్పు ద్వారా పొందవచ్చు. ఇవి కండరాల మరమ్మత్తులకు, నిర్మాణానికి సహాయం చేస్తాయి. కోల్పోయిన శక్తిని తిరిగి పొందేలా చేస్తాయి. కణజాల అభివృద్ధికి దోహదం చేస్తాయి. కండరాలు ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి. పుచ్చ గింజల పప్పులో మోనో అన్‌శాచురేటెడ్, పాలీ అన్‌శాచురేటెడ్ కొవ్వులు అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు. మన శరీరంలో ఉండే కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను నియంత్రిస్తాయి. దీంతో బీపీ తగ్గుతుంది. రక్త నాళాల్లో ఉండే అడ్డంకులు తొలగిపోతాయి. గుండె ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. హార్ట్ ఎటాక్ రాకుండా నివారించవచ్చు. రోజూ పుచ్చ గింజల పప్పును తింటే హృదయ సంబంధ వ్యవస్థ ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. హైబీపీ ఉన్నవారికి ఈ పప్పు ఎంతగానో మేలు చేస్తుంది. బీపీ నియంత్రణలో ఉంటుంది.

డయాబెటిస్ ఉంటే..

పుచ్చ గింజల పప్పులో జింక్, ఐరన్, విటమిన్ ఇ అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి రోగ నిరోధక వ్యవస్థను పటిష్టంగా మారుస్తాయి. రోగ నిరోధక వ్యవస్థ కణాలు నిర్మాణం అయ్యేలా చేస్తాయి. దీంతో రోగ నిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. శరీరం ఇన్‌ఫెక్షన్లకు వ్యతిరేకంగా పోరాడుతుంది. రోగాలను తగ్గేలా చేస్తుంది. గాయాలు, పుండ్లు త్వరగా నయం అవుతాయి. సీజనల్ వ్యాధులైన దగ్గు, జలుబు, జ్వరం నుంచి త్వరగా కోలుకుంటారు. పుచ్చ గింజల పప్పులో ఉండే ప్రోటీన్లు, ఫైబర్, ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు షుగర్ ఉన్నవారికి ఎంతగానో మేలు చేస్తాయి. ఈ పప్పును తింటే షుగర్ లెవల్స్ పెరగవు. పైగా ఇందులో ఉండే యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు షుగర్ లెవల్స్‌ను తగ్గిస్తాయి. కనుక డయాబెటిస్ ఉన్నవారు ఎలాంటి జంకు లేకుండా పుచ్చ గింజల పప్పును రోజూ గుప్పెడు మోతాదులో తినవచ్చు. దీంతో షుగర్ నియంత్రణలో ఉంటుంది.

ఎముకల ఆరోగ్యానికి..

పుచ్చ గింజల పప్పులో మెగ్నిషియం, ఫాస్ఫరస్, కాపర్ అధికంగా ఉంటాయి కనుక ఈ పప్పును తింటే ఎముకల సాంద్రత పెరుగుతుంది. ఎముకలు నిర్మాణమవుతాయి. విరిగిన ఎముకలు త్వరగా అతుక్కుంటాయి. ఎముకలు దృఢంగా మారి ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి. వృద్ధాప్యంలో ఆర్థరైటిస్, ఆస్టియోపోరోసిస్ వంటి ఎముకల సంబంధ వ్యాధులు రాకుండా జాగ్రత్త పడవచ్చు. ఈ పప్పును తింటే అందులో ఉండే ఫైబర్ జీర్ణ వ్యవస్థను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. మలబద్దకం తగ్గేలా చేస్తుంది. జీర్ణ వ్యవస్థలో ఉండే మంచి బ్యాక్టీరియా వృద్ధి చెందేలా చేస్తుంది. దీంతో జీర్ణ వ్యవస్థ పనితీరు మెరుగు పడుతుంది. పుచ్చ గింజల పప్పును రాత్రి పూట గుప్పెడు మోతాదులో నీటిలో నానబెట్టి మరుసటి రోజు ఉదయం బ్రేక్ ఫాస్ట్‌లో తినాలి. దీంతో శరీరానికి శక్తి లభిస్తుంది. ఉత్సాహంగా ఉంటారు. చురుగ్గా పనిచేస్తారు. రోజంతా శక్తి స్థాయిలు అలాగే ఉంటాయి. నీరసం, అలసట ఉండవు. ఇలా పుచ్చ గింజల పప్పు మనకు చేసే మేలు అంతా ఇంతా కాదు. కాబట్టి వీటిని రోజూ తినాలి.

వర్షాకాలంలో రోజూ తేనెను తప్పనిసరిగా తీసుకోవాల్సిందే.. ఎందుకంటే..?

ప్రకృతి మనకు అందించిన అనేక సహజసిద్ధమైన ఆహారాల్లో తేనె కూడా ఒకటి. ఆయుర్వేదంలో తేనెకు ఎంతో ప్రాధాన్యతను కల్పించారు. అనేక రకాల వ్యాధులను నయం చేసేందుకు ఔషధంగా తేనెను ఉపయోగిస్తారు. ఇతర మూలికలతో దీన్ని కలిపి తీసుకుంటారు. తేనెలో అద్భుతమైన ఔషధ గుణాలు ఉంటాయి. అయితే వర్షాకాలంలో రోజూ తేనె తీసుకోవాలని ఆయుర్వేద వైద్యులు చెబుతున్నారు. తేనెలో ఉండే యాంటీ బ్యాక్టీరియల్, యాంటీ వైరల్, యాంటీ ఫంగల్, యాంటీ మైక్రోబియల్ గుణాలు ఈ సీజన్‌లో మనకు కలిగే వ్యాధులను తగ్గించడంలో సహాయం చేస్తాయని అంటున్నారు. తేనెను రోజూ ఉదయం పరగడుపున ఒక టీస్పూన్ మోతాదులో తీసుకోవచ్చు. లేదా ఒక గ్లాస్ గోరు వెచ్చని నీటిలో కలిపి తాగవచ్చు. రాత్రి పూట ఒక గ్లాస్ గోరు వెచ్చని పాలలో కలిపి కూడా తేనెను తీసుకోవచ్చు. దీంతో అనేక లాభాలు కలుగుతాయి.

రోగ నిరోధక శక్తికి..

తేనెలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, అనేక రకాల బి విటమిన్లు, విటమిన్ సి, క్యాల్షియం, కాపర్, ఐరన్, మెగ్నిషియం, మాంగనీస్, ఫాస్ఫరస్, పొటాషియం, జింక్ వంటి మినరల్స్ సమృద్ధిగా లభిస్తాయి. ఇవి రోగ నిరోధక వ్యవస్థను పటిష్టంగా మారుస్తాయి. రోజూ ఉదయం పరగడుపునే తేనె తీసుకోవడం వల్ల శరీరం వ్యాధి నిరోధకశ శక్తిని పెంచుకుని రోగాలు, ఇన్ఫెక్షన్లపై పోరాటం చేస్తుంది. శరీరాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. తేనె దగ్గుకు సహజసిద్ధమైన ఔషధంగా పనిచేస్తుంది. ఈ సీజన్‌లో చాలా మంది దగ్గు సమస్యతో బాధపడుతుంటారు. అలాంటి వారు పూటకు ఒక టీస్పూన్ చొప్పున తేనెను తీసుకుంటుంటే ఎంతగానో ఫలితం ఉంటుంది. అలాగే జలుబు, గొంతులో గరగర, మంట, గొంతు నొప్పి వంటి సమస్యల నుంచి సైతం ఉపశమనం లభిస్తుంది.

జీర్ణ సమస్యలకు..

వర్షాకాలంలో కలుషిత ఆహారం, నీరు వంటివి తీసుకోవడం వల్ల ఫుడ్ పాయిజనింగ్ అవుతుంది. విరేచనాలు తలెత్తుతాయి. అయితే తేనె వీటికి చక్కని పరిష్కారంగా పనిచేస్తుంది. తేనెను తీసుకుంటే జీర్ణ వ్యవస్థలో ఉండే క్రిములు నశిస్తాయి. దీంతో ఫుడ్ పాయిజనింగ్ నుంచి కోలుకుంటారు. జీర్ణ వ్యవస్థ సైతం ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. జీర్ణాశయంలో మంచి బ్యాక్టీరియా పెరుగుతుంది. ఇది జీర్ణ వ్యవస్థను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. వర్షాకాలంలో వచ్చే జీర్ణ సమస్యల నుంచి సురక్షితంగా ఉండవచ్చు. తేనె మన శరీరానికి సహజసిద్ధంగా శక్తిని అందిస్తుంది. ఉదయం తేనెను తీసుకోవడం వల్ల శరీరం ఉత్సాహంగా మారుతుంది. చురుగ్గా ఉంటారు. యాక్టివ్‌గా పనిచేస్తారు. రోజంతా శక్తి స్థాయిలు అలాగే ఉంటాయి. నీరసం, అలసట తగ్గుతాయి. రోజంతా తిరిగే వారు లేదా శారీరక శ్రమ చేసేవారు ఉదయం తేనె తీసుకుంటే నీరసం, అలసట రాకుండా చూసుకోవచ్చు.

శ్వాసకోశ సమస్యలకు..

తేనెలో సహజసిద్ధమైన యాంటీ మైక్రోబియల్, యాంటీ ఇన్ ఫ్లామేటరీ గుణాలు ఉంటాయి. అందువల్ల శరీరంలో ఉండే బ్యాక్టీరియా, ఫంగస్ నశిస్తాయి. ఇన్‌ఫెక్షన్ల నుంచి రక్షణ లభిస్తుంది. గాయాలు, పుండ్లు త్వరగా మానిపోతాయి. చర్మ సమస్యలు, ఇన్‌ఫెక్షన్ల నుంచి బయట పడవచ్చు. వర్షాకాలం సీజన్‌లో చాలా మందికి చర్మ సమస్యలు వస్తుంటాయి. కానీ తేనె తీసుకుంటే చర్మానికి రక్షణ లభిస్తుంది. శ్వాసకోశ సమస్యలను తగ్గించడంలో తేనె అద్భుతంగా పనిచేస్తుంది. తేనెను తీసుకుంటే దగ్గు, జలుబు తగ్గిపోతాయి. గొంతు, ఊపిరితిత్తుల్లో ఉండే కఫం పోతుంది. శ్వాస నాళాల్లో ఉండే అడ్డంకులు తొలగిపోతాయి. గాలి సరిగ్గా లభిస్తుంది. ఈ విధంగా ఈ సీజన్‌లో తేనెను తీసుకోవడం వల్ల అనేక లాభాలను పొందవచ్చు.

'నామినీలు తప్పనిసరి'

బ్యాంక్ ఖాతాలతోపాటు డిపాజిట్ ఖాతాలు, లాకర్లు ఇక నుంచి కచ్చితంగా నామినీలు తప్పనిసరి చేయాలని బ్యాంకులకు రిజర్వు బ్యాంక్ తాజాగా ఆదేశించింది. దేశవ్యాప్తంగా అత్యధిక స్థాయిలో బ్యాంక్ ఖాతాలకు నామినీలు లేరని, వెంటనే పాత, కొత్త ఖాతాలకు కచ్చితంగా నామినీ ఉండాల్సిందేనని శుక్రవారం ఆదేశించింది. డిపాజిటర్ మరణించిన వారి కుటుంబీలకు ఆయా డిపాజిట్లను సమర్పించడంలో ఇబ్బందులు తలెత్తుతున్నాయని, ఈ సమస్య రాకుండా ఉండేందుకు ఈ చర్యలు తీసుకుంటున్నట్లు వెల్లడించింది. ప్రభుత్వ, ప్రైవేట్ బ్యాంకుల్లో చాలా డిపాజిట్ ఖాతాలకు నామినీలు లేరని సెంట్రల్ బ్యాంక్ గుర్తించింది. మరోవైపు, బ్యాంక్ ఖాతాకు సంబంధించి లావాదేవీలకోసం '1600ఎక్స్ఎక్స్' ఫోన్ నంబర్‌ను వినియోగించుకోవాలని బ్యాంకులకు సెంట్రల్ బ్యాంక్ సూచించింది. ఆర్థిక మోసాలను నియంత్రించడానికి ఈ సరికొత్త నంబర్‌ను ప్రవేశపెట్టింది ఆర్బీఐ. అలాగే ప్రమోషనల్ కోసం బ్యాంకులు, ఇతర రెగ్యులేటెడ్ సంస్థలు 140ఎక్స్ఎక్స్ నంబర్‌ను వినియోగించుకోవాలని సూచించింది.

విప్రోలో 12 వేల ఉద్యోగాలు

దేశంలో నాలుగో అతిపెద్ద ఐటీ సేవల సంస్థ విప్రో భారీ స్థాయిలో ఫ్రెషర్లను నియమించుకోవడానికి సిద్ధమైంది. వచ్చే ఆర్థిక సంవత్సరంలో 10-12 వేల మంది ఫ్రెషర్లను రిక్రూట్ చేసుకోనున్నట్లు ప్రకటించింది. గడిచిన రెండు త్రైమాసికాలుగా భారీ స్థాయిలో ఉద్యోగులను నియమించుకున్న సంస్థ..మూడో త్రైమాసికంలో 1,157 మంది సిబ్బంది తగ్గారు. దీంతో మొత్తం ఉద్యోగుల సంఖ్య 2,32,732కి పరిమితమైనట్లు ఆర్థిక ఫలితాల విడుదల సందర్భంగా కంపెనీ వర్గాలు వెల్లడించాయి. ప్రతి త్రైమాసికంలో 2,500-3,000 మంది ఫ్రెషర్లు ఆన్‌బోర్డ్‌లో ఉంటున్నారని కంపెనీ మానవ వనరుల ప్రతినిధి సౌరభ్ గోవిల్ తెలిపారు. మరోవైపు, ప్రస్తుత ఆర్థిక సంవత్సరం డిసెంబర్ త్రైమాసికానికిగాను సంస్థ రూ.3,354 కోట్ల కన్సాలిడేటెడ్ నికర లాభాన్ని గడించింది. క్రితం ఏడాది ఇదే త్రైమాసికంలో నమోదైన లాభంతో పోలిస్తే 24.4 శాతం ఎగబాకింది. సమీక్షకాలంలో కంపెనీ ఆదాయం స్వల్పంగా పెరిగి రూ.22,319 కోట్లకు చేరుకున్నట్లు బీఎస్ఈకి సమాచారం అందించింది.

మార్కెట్లోకి హీరో ఎక్స్‌పల్స్ 210.. రూ.1.75లక్షలు..!

ప్రముఖ టూ వీలర్స్ తయారీ సంస్థ హీరో మోటో కార్ప్ భారత్ మొబిలిటీ గ్లోబల్ ఎక్స్‌పో-2025లో శుక్రవారం తన హీరో ఎక్స్‌పల్స్ 210 మోటార్ సైకిల్‌ని ఆవిష్కరించింది. దీని ధర రూ.1,75,800 పలుకుతుంది. ఎక్స్‌పల్స్200 మోటార్ బైక్ స్థానే ఎక్స్‌పల్స్ 210 మోటారు సైకిల్‌ను ఆవిష్కరిస్తున్నారని భావిస్తున్నారు. తొలిసారి గతేడాది ఈఐసీఎంఏ-2024లో ఈ మోటార్ సైకిల్ ఆవిష్కరించారు. హీరో ఎక్స్‌పల్స్ 210 మోటార్ సైకిల్ న్యూ210సీసీ, లిక్విడ్ కూల్డ్ సింగిల్ సిలిండర్ ఇంజిన్ కలిగి ఉంటుంది. ఇది గరిష్టంగా 24.6బీహెచ్‌పీ విద్యుత్, 20.7ఎన్ఎం టార్క్ వెలువరిస్తుంది. 6-స్పీడ్ గేర్‌బాక్స్‌తో వస్తోంది. జాతీయ రహదారులు, నగరాల్లో ఈ మోటారు సైకిల్ బాగా పని చేస్తుంది. ప్రస్తుత జనరేషన్ మోటార్ సైకిల్‌కంటే స్మూత్‌నెస్, ఫిట్‌నెస్‌తో ఉంటుంది. హీరో ఎక్స్‌పల్స్ 210 మోటార్ సైకిల్ సర్క్యులర్ ఎల్ఈడీ యూనిట్, ఎల్ఈడీ టర్న్ ఇండికేటర్లు, న్యూ ట్రాన్స్‌పరెంట్ విజర్, డ్యుయల్ స్పోర్ట్ డిజైన్, బీక్ లైక్ ఫ్రంట్ గార్డ్, ఫ్లాట్ సీట్, నకిల్ గార్డ్స్ వంటి ఫీచర్లు ఉంటాయి. టర్న్ బై టర్న్ నేవిగేషన్, కాల్ అలర్ట్స్ నోటిఫికేషన్ల కోసం స్మార్ట్ ఫోన్ కనెక్టివిటీతోపాటు 4.2 అంగుళాల టీఎఫ్‌టీ కన్సోల్, ఎల్ఈడీ ఇల్యూమినేషన్ ఉంటాయి. హీరో ఎక్స్‌పల్స్ 210 మోటార్ సైకిల్ లాంగ్ ట్రావెల్ ఫ్రంట్ ఫోర్క్స్, మనోసాక్ ఉంటాయి. ఫ్రంట్‌లో 210ఎంఎం సస్పెన్షన్ ట్రావెల్ ఫోర్క్, రేర్‌లో 205 ఎంఎం బ్రేక్ ఉంటాయి. ఫ్రంట్ అండ్ రేర్‌లో డిస్క్ బ్రేక్ డ్యూటీస్ ఉంటాయి. ఆఫర్ మీద స్విచ్చబుల్ డ్యుయల్ చానెల్ యాంటీ లాక్ బ్రేకింగ్ సిస్టమ్, 220ఎంఎం అండ్ అడ్జస్టబుల్ హ్యాండిల్ బార్ ఉంటుంది.

భారీగా పతనమైన ఫారెక్స్ రిజర్వ్ నిల్వలు 625.871 బిలియన్ డాలర్లకు పరిమితం

భారత్ ఫారెక్స్ రిజర్వ్ నిల్వలు భారీగా తగ్గాయి. ఈ నెల పదో తేదీతో ముగిసిన వారానికి ఫారెక్స్ రిజర్వు నిల్వలు 8.714 బిలియన్ డాలర్లు పతనమై 625.871 బిలియన్ డాలర్లకు పడిపోయాయని ఆర్బీఐ శుక్రవారం తెలిపింది. ఈ నెల మూడో తేదీతో ముగిసిన వారంలోనూ ఫారెక్స్ రిజర్వ్ నిల్వలు 5.693 బిలియన్ డాలర్లు పతనమై 634.585 బిలియన్ డాలర్లకు చేరుకున్నాయని ఆర్బీఐ వెల్లడించింది. గత కొన్ని వారాలుగా ఫారెక్స్ రిజర్వ్ నిల్వలు తగ్గుతూ వస్తున్నయి. అంతర్జాతీయంగా ఫారెక్స్ మార్కెట్లో అనిశ్చితి నెలకొన్నప్పుడు రూపాయి విలువ పతనం కాకుండా ఆర్బీఐ బహిరంగ మార్కెట్లో డాలర్లు విక్రయిస్తున్నది. 2024 సెప్టెంబర్ నెలాఖరులో ఫారెక్స్ రిజర్వు నిల్వలు రూ.704.885 బిలియన్ డాలర్లతో జీవిత కాల గరిష్టాన్ని తాకాయి. ఈ నెల పదో తేదీతో ముగిసిన వారానికి ఫారిన్ కరెన్సీ అసెట్స్ 9.469 బిలియన్ డాలర్లు తగ్గిపోయి 536.011 బిలియన్ డాలర్లకు చేరుకున్నాయని ఆర్బీఐ శుక్రవారం విడుదల చేసిన ప్రకటనలో తెలిపింది. బంగారం రిజర్వు నిల్వలు 792 మిలియన్ డాలర్లు క్షీణించి 67.883 బిలియన్ డాలర్ల వద్ద స్థిర పడ్డాయి. స్పెషల్ డ్రాయింగ్ రైట్స్ (ఎస్‌డీఆర్ఎస్).. 33 మిలియన్ డాలర్లు పడిపోయి 17.781 బిలియన్ డాలర్లకు చేరుకున్నాయి. అంతర్జాతీయ ద్రవ్యనిధి సంస్థ (ఐఎంఎఫ్)లో భారత్ ఫారెక్స్ రిజర్వ్ నిల్వలు 4 మిలియన్ డాలర్లు పతనమై 4.195 బిలియన్ డాలర్లకు పరిమితం అయ్యాయని ఆర్బీఐ వెల్లడించింది.

ఈవీ రేసులో సుజుకి ఎక్స్‌పోలో ఈ-యాక్సెస్ ఇవీ స్పెషిఫికేషన్స్

ప్రముఖ టూ వీలర్స్ తయారీ సంస్థ సుజుకి మోటార్ సైకిల్ ఇండియా ఎలక్ట్రిక్ వెహికల్స్ రేసులోకి ఎంటరైంది. తాజాగా ఈ-యాక్సెస్ స్కూటర్ ఆవిష్కరించింది. దాంతోపాటు భారత్ మొబిలిటీ గ్లోబల్ ఎక్స్‌పో-2025లో తొలి రోజు న్యూ యాక్సెస్ 125 స్కూటర్, గిక్సర్ ఎస్ఎఫ్ 250 ఫ్లెక్స్ ఫ్యుయల్ మోటారు సైకిల్ ఆవిష్కరించింది. 3.07కిలోవాట్ల ఎల్ఐపీ బ్యాటరీతో వస్తున్న ఈ-యాక్సెస్ స్కూటర్ సింగిల్ చార్జింగ్‌తో 95 కి.మీ దూరం ప్రయాణిస్తుంది. గరిష్టంగా గంటలకు 71 కి.మీ దూరం వెళుతుంది. పోర్టబుల్ చార్జర్ సాయంతో 6.42 గంటల్లో, ఫాస్ట్ చార్జర్‌తో 2.12 గంటల్లో చార్జింగ్ అవుతుంది. రెండు రైడింగ్ మోడ్స్, మూడు కలర్ ఆప్షన్లలో లభిస్తుందీ స్కూటర్. దీని ధర రూ.1.20 లక్షల నుంచి రూ.1.40 లక్షల మధ్య ఉంటుందని భావిస్తున్నారు. ఎకో, రైడ్ ఏ, రైడ్ బీ మోడ్స్‌లో లభిస్తుందీ స్కూటర్. సైడ్ స్టాండ్ ఇంటర్ లాక్ సిస్టమ్ టిప్ ఓవర్ డిటెక్షన్, కీ ఫ్యాబ్ బేస్డ్ రిమోట్ వెహికల్ లాకింగ్ / అన్ లాకింగ్, మల్టీ ఫంక్షన్ స్టార్టర్ స్విచ్, కలర్ టీఎఫ్‌టీ ఎల్‌సీడీ స్క్రీన్, సుజుకి రైడ్ కనెక్ట్ ఈ-యాప్ ద్వారా స్మార్ట్ ఫోన్ కనెక్టివిటీ ఉంటుంది. త్రీ డ్యుయల్ టోన్ కలర్ ఆప్షన్లు %-% మెటాలిక్ మ్యాట్ బ్లాక్ నం.2/ మెటాలిక్ మ్యాట్ బోర్డియక్స్ రెడ్, పెరల్ గ్రేస్ వైట్ లేదా మెటాలిక్ మ్యాట్ ఫిబ్రోయిన్ గ్రే, పెరల్ జేడ్ గ్రీన్ లేదా మెటాలిక్ మ్యాట్ ఫిబ్రోయిన్ గ్రే కలర్ ఆప్షన్లలో లభిస్తుంది. మార్కెట్లో ఆవిష్కరించిన తర్వాత దీని ధరను ప్రకటిస్తామని సుజుకి మోటార్ ఇండియా తెలిపింది.

స్పోర్టీ లుక్‌తో కియా ఈవీ6.. బుకింగ్స్ షురూ..ధరెంతంటే..?!

ప్రముఖ కార్ల తయారీ సంస్థ కియా ఇండియా శుక్రవారం భారత్ మొబిలిటీ గ్లోబల్ ఎక్స్‌పో 2025 లో కియా తన న్యూ ఈవీ6 కారును ఆవిష్కరించింది. న్యూ ఈవీ6 కార్ల కోసం బుకింగ్స్ కూడా ప్రారంభం అయ్యాయి. ఈ కారు ధర రూ.60.97 లక్షల నుంచి రూ.65.95 లక్షల (ఎక్స్ షోరూమ్) మధ్య ఉంటుందని తెలుస్తోంది. తొలిసారి 2022లో ఈవీ6 (%జు౦%6) కారును కియా ఆవిష్కరించింది. తాజాగా రీ ఫ్రెష్డ్ వర్షన్ పలు మార్పులతో తీసుకొస్తున్నది. గతేడాది మే నెలలో అప్‌డేటెడ్ వర్షన్ కారు దక్షిణ కొరియాలో ఆవిష్కరించింది. న్యూ బ్యాటరీ ఆప్షన్‌తోపాటు ఇంటీరియర్, ఎక్స్‌టీరియర్, ఫీచర్లు జత చేశారు. దేశీయంగా కంప్లీట్‌లీ బిల్ట్ యూనిట్ (సీబీయూ)గా లభిస్తుంది. అప్‌డేటెడ్ కియాఈవీ6 కారు అడాస్ 2.0, 27 అడ్వాన్స్ సేఫ్టీ, డ్రైవర్ అసిస్టెన్స్ ఫీచర్లతో వస్తోంది. సిటీలో ప్రయాణానికి వీలుగా ఫ్రంట్ కొల్లిషన్ అవాయిడెన్స్ అసిస్ట్ (ఎఫ్‌సీఏ), పెడెస్ట్రియన్, సైకిలిస్ట్, జంక్షన్ టర్నింగ్ సినారియోస్, న్యూ లేన్ చేంజ్ అసిస్ట్, ఏవాసింగ్ స్టీరింగ్ అసిస్ట్ వంటి ఫీచర్లు ఉంటాయి. ఈవీ కొల్లిషన్ సేఫ్టీ, స్ట్రక్చరల్ రిజిడిటీ, ప్రయాణికుల రక్షణను మెరుగు పరుస్తాయి. స్పోర్టియర్ డిజైన్‌తో ఈవీ6 వస్తోంది. స్టార్ మ్యాప్ లైటింగ్ విత్ కనెక్టెడ్ డీఆర్ఎల్స్, జీటీ-లైన్ ఫ్రంట్ బంపర్, గ్లోసీ 19-అంగుళాల వీల్స్, స్టార్ మ్యాప్ ఎల్ఈడీ రేర్ ల్యాంప్స్ ఉంటాయి. డబుల్ డీ-కట్ స్టీరింగ్ వీల్‌తోపాటు ప్రీమియం క్యాబిన్ ఉంటుంది. అప్‌డేటెడ్ కియాఈవీ6 కారు రీ డిజైన్డ్ ఫ్రంట్ గ్రిల్లె, రీఫ్రెష్డ్ లుక్ బంపర్ ఫీచర్లు, న్యూలీ 20-అంగుళాల స్టైల్డ్ బ్యాక్ అండ్ 19- సిల్వర్ అల్లాయ్ వీల్స్‌తో వస్తోంది. రేర్‌లో స్లీక్ ఫుల్ విడ్త్ ఎల్ఈడీ లైట్ బార్ ఉంటాయి. 84కిలోవాట్ల బ్యాటరీ వస్తున్న కియా ఈవీ6 కారు సింగిల్ చార్జింగ్‌తో 650 కి.మీ పై చిలుకు దూరం ప్రయాణిస్తుంది. ఈ ఇంజిన్ గరిష్టంగా 325 పీఎస్ పవర్, 605 ఎన్ఎం టార్క్ వెలువరిస్తుంది. ఆల్ట్రా ఫాస్ట్ చార్జింగ్‌కు మద్దతుగా ఉంటుందీ కారు. 350కిలోవాట్ల డీసీ చార్జర్ సాయంతో కేవలం 18 నిమిషాల్లో 10-80శాతం చార్జింగ్ అవుతుంది.

కియా ఈవీ9 ప్రదర్శన

కియా ఇండియా తన ఫ్లాగ్ షిప్ ఎలక్ట్రిక్ ఎస్‌యూవీ కారు ఈవీ9 (%జు౦%9) ని కూడా ప్రదర్శించింది. 99.8 కిలోవాట్ల బ్యాటరీ ప్యాక్, ఆల్ట్రా ఫాస్ట్ చార్జింగ్ సామర్థ్యం, సింగిల్ చార్జింగ్‌తో 561 కి.మీ దూరం ప్రయాణించగల సామర్థ్యం ఉంటుంది. కియా కనెక్ట్ 2.0, ఓవర్ ది ఎయిర్ (ఓటీఏ) అప్డేట్స్, ఫ్యూచరిస్టిక్ డిజిటల్ డిజైన్, 27 అడాస్ ఫీచర్లు, 10- ఎయిర్ బ్యాగ్ సిస్టమ్ ఉంటాయి. వీటితోపాటు కియా సిరోస్, కియా ఇండియా ఈ %-% విజన్ కాన్సెప్ట్ ప్రదర్శించింది.

జ్యువెల్లర్లూ వ్యాపారుల నుంచి డిమాండ్ ఆల్‌టైం గరిష్టానికి బంగారం ధరలు

దేశీయ బులియన్ మార్కెట్లో స్థానికుల నుంచి కొనుగోళ్ల మద్దతు లభించడంతో వరుసగా మూడో రోజు బంగారం ధరలు పెరిగాయి. దేశ రాజధాని ఢిల్లీలో శుక్రవారం 99.9శాతం స్వచ్ఛత గల బంగారం తులం ధర రూ.700 వృద్ధి చెంది రికార్డు గరిష్ట స్థాయికి చేరువైంది. శుక్రవారం తులం బంగారం ధర రూ.82,000 పలికింది. గురువారం 99.9 శాతం స్వచ్ఛత గల బంగారం తులం ధర రూ.81,300 వద్ద స్థిర పడింది. ఆభరణాల తయారీలో వినియోగించే 99.5 శాతం స్వచ్ఛత గల బంగారం తులం ధర వరుసగా మూడో రోజూ రూ.700 వృద్ధితో 81,600 ముగిసింది. గురువారం 99.5శాతం స్వచ్ఛత గల బంగారం తులం ధర రూ.80,900 వద్ద స్థిర పడింది. మరోవైపు, శుక్రవారం కిలో వెండి ధర రూ.500 తగ్గి రూ. 93,500 వద్ద ముగిస్తే, బుధవారం రూ.94,000 వద్ద స్థిర పడింది. గతేడాది అక్టోబర్ 31న 99.9 శాతం స్వచ్ఛత గల బంగారం తులం ధర రూ.82,400, 99.5 శాతం స్వచ్ఛత గల బంగారం తులం ధర రూ.82,000లతో జీవిత కాల గరిష్టాన్ని తాకింది. అంతర్జాతీయ మార్కెట్లో బలహీన ధోరణులు నెలకొన్నా, దేశీయంగా జ్యువెల్లర్లు, వ్యాపారుల నుంచి అధిక డిమాండ్ ఉండటంతో బంగారం ధరలకు రెక్కలొచ్చాయి. ఇక మల్టీ కమోడిటీ ఎక్స్ఛేంజ్ (ఎంసీఎక్స్)లో గోల్డ్ కాంట్రాక్ట్స్ ఫిబ్రవరి డెలివరీ తులం ధర రూ.424 (0.54 శాతం) తగ్గి రూ.78,802 వరకూ పెరిగి ముగింపు సమయానికి రూ.78,800లకు చేరుకుందని ఎల్‌కేపీ సెక్యూరిటీస్ కమోడిటీ అండ్ కరెన్సీ అనలిస్ట్ ఉపాధ్యక్షులు జతిన్ త్రివేది చెప్పారు. మధ్య ప్రాచ్యంలో ఉద్రిక్తతలు తగ్గుముఖం పట్టడంతోపాటు ద్రవ్యోల్బణంతోపాటు అమెరికా డేటా పాజిటివ్‌గా ఉండటంతో బంగారం ధర పెరుగుదలపై ఆశలు పెరిగాయన్నారు. ఎంసీఎక్స్‌లో శుక్రవారం కిలో వెండి మార్చి డెలివరీ ధర రూ.1,093 (1.18 శాతం) తగ్గి రూ.91,710 పలికింది. అంతర్జాతీయంగా, కామెక్స్ గోల్డ్ ఫ్యూచర్స్‌లో ఔన్స్ బంగారం ధర 21.10 డాలర్లు (0.77 శాతం) తగ్గి 2,729.80 డాలర్లకు చేరుకుంది. యూఎస్ హౌసింగ్ అండ్ ఇండస్ట్రీయల్ ప్రొడక్షన్ డేటా రానున్న నేపథ్యంలో ఔన్స్ బంగారం ధర 2,750 డాలర్ల దిగువకు పడిపోయిందని కోటక్ సెక్యూరిటీస్ కమోడిటీ రీసెర్చ్ అనలిస్ట్ వైస్ ప్రెసిడెంట్ కాయ్నాత్ చెయిన్‌వాలా తెలిపారు. ఎకనమిక్ డేటా బలహీన పడితే ఈ ఏడాది మూడు లేదా నాలుగు సార్లు వడ్డీరేట్లు తగ్గించే అవకాశం ఉందని యూఎస్ ఫెడ్ రిజర్వ్ గవర్నర్ క్రిస్టోఫర్ వాలర్ చెప్పారు. వడ్డీరేట్లు తగ్గితే బంగారం ధరలు పెరుగుతాయన్నారు. మరోవైపు, కామెక్స్ సిల్వర్ ఫ్యూచర్స్‌లో 1.47 శాతం తగ్గి ఔన్స్ వెండి ధర 31.26 డాలర్లకు చేరుకుంది.

ఇన్ఫోసిస్ నారాయణ మూర్తికి షాక్ భారీగా తగ్గిన సంపద

వారానికి 70 గంటల పని దినాన్ని సిఫార్సు చేసిన ఇన్ఫోసిస్ నారాయణ మూర్తి శుక్రవారం భారీ నష్టాన్ని చవిచూశారు. ఇన్ఫోసిస్ లిమిటెడ్ షేర్లలో దాదాపు 6% పతనమయ్యాయి. ఈ క్రమంలో ఇతర ఐటీ రంగ స్టాక్‌లు, సెన్సెక్స్, నిఫ్టీ వంటి కీలక సూచీలపై ప్రభావం చూపడమే కాకుండా, కంపెనీ సహ వ్యవస్థాపకుడు నారాయణ మూర్తి కుటుంబ సభ్యుల సంపదపై కూడా ప్రభావం పడింది.

ఈ కారణంగా..

ఇదే సమయంలో బీఎస్ఈలో ఇన్ఫోసిస్ షేర్లు 5.89% తగ్గి రూ. 1,812.70 వద్ద ముగిశాయి. కంపెనీ బలమైన 3 ఫలితాలను నమోదు చేసిన తర్వాత ఈ తగ్గుదల కనిపించింది. ఇందులో 1.7% ఆదాయ వృద్ధి ఉంది. అయితే విశ్లేషకుల ప్రకారం ఈ వృద్ధి ప్రధానంగా పాస్-త్రూ ఆదాయం, ఇన్-ఆర్గానిక్ సహకారం నుంచి వచ్చిందని నమ్ముతున్నారు. అయితే ప్రధాన వ్యాపారంలో మాత్రం ఎటువంటి వృద్ధి కనిపించలేదు. ఇన్ఫోసిస్ తన ఉత్పత్తుల స్థాయిని పెంచేందుకు ప్రయత్నిస్తున్నప్పటికీ, నూతన వ్యాపార ఒప్పందాలు లేకపోవడం, పెట్టుబడిదారులలో అనిశ్చితి కలిగించడం, భారీగా వృద్ధి అవకాశాలు లేకపోవడం వంటి విషయాలు ఇన్ఫోసిస్ పెట్టుబడులకు ప్రతికూలంగా మారాయి.

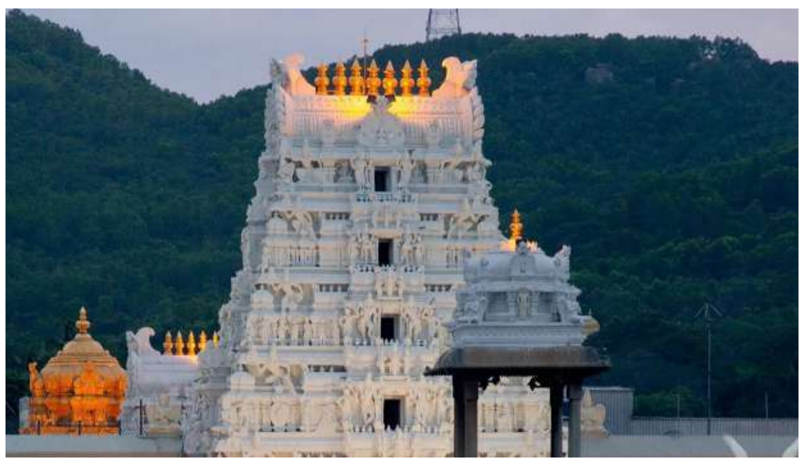
ఎంత తగ్గిందంటే..

సెప్టెంబర్ త్రైమాసికం చివరి నాటికి మూర్తి కంపెనీలో 0.40% వాటాను కలిగి ఉండగా, ఆయన భార్య సుధా మూర్తి 0.92% వాటాను కలిగి ఉన్నారు. ఆయన కుమారుడు రోహన్ మూర్తి, కుమార్తె, మాజీ బ్రిటిష్ ప్రధాన మంత్రి రిషి సునక్ భార్య అక్షత మూర్తి వరుసగా 1.62%, 1.04% వాటాను కలిగి ఉన్నారు. ఆయన మనవడు ఏకగ్రహ మూర్తి కూడా 0.04% వాటాను కలిగి ఉన్నాడు. ఈ క్రమంలో మూర్తి కుటుంబం మొత్తం 4.02% వాటాను కలిగి ఉంది. దీని విలువ గురువారం దాదాపు రూ. 32,152 కోట్లు ఉండగా, శుక్రవారం షేర్లు పడిపోయిన తర్వాత ఇది రూ. 30,300 కోట్లకు పడిపోయింది. ఫలితంగా కుటుంబ సంపదకు రూ.1,850 కోట్లు తగ్గిపోయింది.

క్షీణత ఎందుకు సంభవించింది?

3లో పెద్ద ఒప్పందాలు లేకపోవడం, 26లో రెండంకెల వృద్ధి అవకాశాలపై అనిశ్చితి పెట్టుబడిదారుల ఆందోళనలను పెంచింది. ఈ నేపథ్యంలో 25 కి మెరుగైన ఆదాయ మార్గదర్శకత్వం ఉన్నప్పటికీ, 4 లో కాలానుగుణ బలహీనత, మూడో పక్ష ఆదాయాలలో క్షీణత వచ్చింది. దీంతో ఇది ఖర్చు తగ్గించే ఒప్పందాలపై ప్రభావం చూపిందని ఇన్ఫోసిస్ యాజమాన్యం తెలిపింది. అయితే వారు ప్రస్తుతం, రిటైల్ రంగాలలో మెరుగుదల సంకేతాలను చూస్తున్నారు. ఇది భవిష్యత్తులో కంపెనీ పనితీరును మెరుగుపరుస్తుందని చెప్పవచ్చు. ఈ రెండు రంగాలలో జాగ్రత్తగా పెరుగుదల ఉంటుందని అంచనా వేసింది. అలాగే విచక్షణా వ్యయంలో పెరుగుదల, బహుళ పరిమాణ రంగాలలో పెరుగుదల భవిష్యత్తులో కంపెనీ పనితీరును మెరుగుపరుస్తుందని భావిస్తున్నారు.

కరీంనగర్ టూ తిరుమల.? తక్కువ ఖర్చుతో నయా టూర్ ప్యాకేజ్ మీ కోసమే..



మీరు కరీంనగర్ నుంచి తిరుమల శ్రీవారి దర్శనం కోసం ప్లాన్ చేస్తున్నారా.? కానీ ఖర్చు విషయంలో వెనకాడుతున్నారా.? అయితే దిగులు పడాల్సిన అవసరం లేదు. మీ కోసం ఇండియన్ రైల్వే కాటరింగ్ అండ్ టూరిజం కార్పోరేషన్ (%×=జుజ%) బడ్జెట్ టూర్ ప్యాకేజ్ ప్రకటించింది. మరి ఆ ప్యాకేజీ వివరాలు ఏంటి.? ఈరోజు మనం తెలుసుకుందాం.. ఐఆర్సిటిసి ప్రకటించిన ప్యాకేజీ పేరు కరీంనగర్ నుండి తిరుపతి. దీని %ూ=005ూ%. ఈ టూర్ ప్యాకేజీలో తిరుపతి, శ్రీ కాళహస్తి కవర్ అవుతాయి. అయితే ఈ టూర్ ప్రతి గురువారం మాత్రమే అందుబాటులో ఉంటుంది. ఈ టూర్ రైలు ద్వారా కొనసాగుతుంది. ఈ యాత్ర మొత్తం 3 రాత్రులు, 4 రోజులు ఉంటుంది.

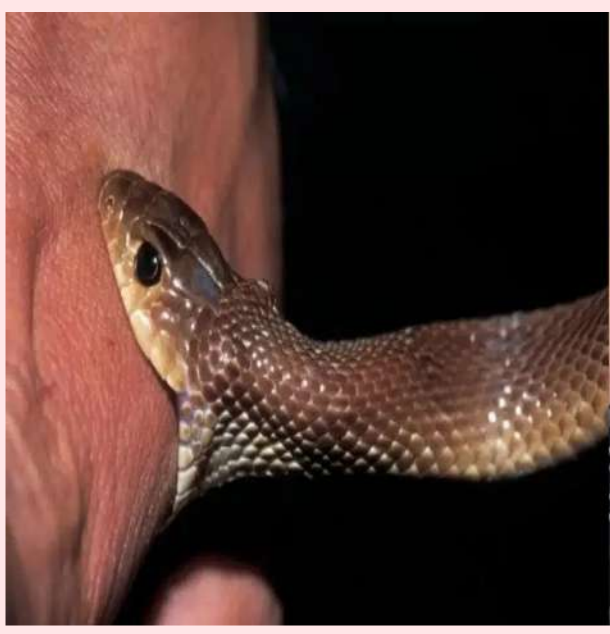
ఈ టూర్ ప్యాకేజీ తొలిరోజు సాయంత్రం 07:19 గంటలకు కరీంనగర్ రైల్వే స్టేషన్ నుంచి కరీంనగర్ తిరుపతి సూపర్ ఫాస్ట్ ఎక్స్‌ప్రెస్ రైలులో కొనసాగుతుంది. 08:05 గంటలకు పెద్దపల్లి, 09:15 గంటలకు వరంగల్, 11:00 గంటలకు ఖమ్మంలో బోర్డింగ్ పాయింట్స్ ఉన్నాయి.

ఓవర్ నైట్ జర్నీ చేసిన తర్వాత రెండవ రోజు తిరుపతికి ఉదయం 07.50 గంటలకు చేరుకుంటారు. వెంటనే హోటల్‌లో చెక్ ఇన్ అవుతారు. ఫ్రెష్ అయిన తర్వాత, తిరుచానూరు పద్మావతి, శ్రీ కాళహస్తి ఆలయాలు దర్శించుకొని హోటల్‌కు తిరిగి వస్తారు. రాత్రికి తిరుపతిలో బస చేస్తారు.

మూడవ రోజు తెల్లవారుజామున 02:30 గంటలకు హోటల్ నుంచి బయలుదేరి ఉచిత క్యూ దర్శనం కోసం తిరుమలలో దిగుతారు. మధ్యాహ్నం దర్శనం పూర్తయిన తర్వాత హోటల్‌లో చెక్ అవుట్ చేసి సాయంత్రం తిరుపతి రైల్వే స్టేషన్‌కు చేరుకొని కరీంనగర్ తిరుపతి సూపర్ ఫాస్ట్ ఎక్స్‌ప్రెస్ రైలులో రాత్రి 08:15 గంటలకు రిటర్న్ జర్నీ ఉంటుంది. తర్వాతి రోజు ఉదయం 03:26 గంటలకు ఖమ్మం, 04:41 గంటలకు వరంగల్, 05:55 గంటలకు పెద్దపల్లి, 08:40 గంటలకు కరీంనగర్ చేరుకుంటారు. దీంతో టూర్ పూర్తి అవుతుంది.

ఈ టూర్ ప్యాకేజి స్లీపర్, థర్డ్ ఏసి అందుబాటులో ఉంటాయి. ధరల విషయానికి వస్తే స్టాండర్డ్ (స్లీపర్) సింగిల్ షేరింగ్ కోసం రూ. 12120, ట్విన్ షేరింగ్ అయితే రూ. 9030, ట్రిపుల్ షేరింగ్ రూ. 7250, 5-11 సంవత్సరాలు పిల్లలకు విత్ బెడ్ రూ. 4790, విత్ అవుట్ బెడ్ రూ. 3730గా ఉంది. అలాగే కంఫర్ట్ (థర్డ్ ఏసి)గాను సింగిల్ షేరింగ్ కోసం రూ. 14030, ట్విన్ షేరింగ్ అయితే రూ. 10940, ట్రిపుల్ షేరింగ్ రూ. 9160, 5-11 సంవత్సరాలు పిల్లలకు విత్ బెడ్ రూ. 6700, విత్ అవుట్ బెడ్ రూ. 5640గా నిర్ణయించారు.

పాము కాటు వేస్తే పోరపాటున కూడా ఇలా చేయవద్దు.. ప్రాణాలు పోవచ్చు సుమా..



వర్షాకాలంలో పాములు తమ పుట్టల నుంచి బయటకు వచ్చి.. ఆశ్రయం కోసం పిలవని అతిథులుగా ఇంటిలోకి కూడా చేరుకుంటాయి. ముఖ్యంగా గ్రామీణప్రాంతం వారు ఈ సీజన్ లో పాములతో సహవాసం చేయాల్సిందే. ఒకొక్కసారి పాములు కాటు వేస్తాయి. అయితే ఇలా విషపూరితమైన పాము కాటు వేసిన తర్వాత ప్రతి నిమిషం విలువైనదని గుర్తుంచుకోవాలి. వెంటనే ప్రాథమిక చికిత్స అందించడం వలన ప్రాణాలను కాపాడవచ్చు. వంటింటి చిట్కాలను పాటిస్తూ ఆస్పత్రికి తీసుకెళ్లడంలో ఆలస్యం చేయవద్దు లేదా సమయాన్ని వృథా చేయవద్దు. సరైన సమయంలో చికిత్స అందిస్తే ప్రాణాలు కాపాడవచ్చు. వర్షాకాలంలో ముఖ్యంగా పచ్చదనం ఎక్కువగా ఉండే గ్రామీణ, కొండ ప్రాంతాలలో పాము కాటు కేసులు పెరుగుతాయి. భారతదేశంలో పాము కాటు తీవ్రమైన ప్రజారోగ్య సమస్య. %ఔనూ% నివేదిక ప్రకారం ప్రపంచవ్యాప్తంగా ప్రతి సంవత్సరం 4.5 నుంచి 5.4 మిలియన్ల మంది పాములు కాటుకు గురవుతున్నారు. వీటిలో 1.8 నుంచి 2.7 మిలియన్ల మంది మరణిస్తున్నారు. ఈ మరణాలు విషపూరితమైన పాముల కాటు ప్రభావం వల్ల సంభవిస్తున్నాయి. ప్రపంచంలోనే పాము కాటు వలన భారతదేశంలో అత్యధిక మరణాలు సంభవిస్తున్నాయి. భారతదేశంలో పాము కాటు కారణంగా ఏటా దాదాపు 1.2 మిలియన్ల మంది మరణిస్తున్నారు. అంటే ప్రతి సంవత్సరం దాదాపు 58,000 మరణాలు నమోదవుతున్నాయి. భారత్ సీరమ్స్ అండ్ వ్యాక్సిన్స్ లిమిటెడ్, మ్యాన్‌కైండ్ ఫార్మా లిమిటెడ్ ప్రకారం.. భారతదేశంలో 90 శాతం మందిని నాలుగు రకాల పాములే కాటు వేస్తున్నాయి. అంటే కట్లపాము, నాగుపాము, ఇండియన్ కోబ్రా, రస్సెల్స్ వైపర్ వంటి పాములు కాటు వేస్తున్నాయి. ఈ రోజు పాము కరిస్తే తక్షణం ఎలా చికిత్స అందించాలో తెలుసుకుందాం..

పాము కాటు వేస్తే ఏమి చేయాలంటే

పాము విషం శరీరంలోని అనేక భాగాలను దెబ్బతీస్తుంది. ఇది రక్తస్రావం, పక్షవాతం, మూత్రపిండాల వైఫల్యం, గుండెపోటు, కండరాల విచ్ఛిన్నం, మరణానికి కూడా కారణమవుతుంది. అటువంటి పరిస్థితిలో పాము కరచిన వెంటనే బాధితుడిని సమీపంలోని ఆసుపత్రికి తీసుకెళ్లడం చాలా ముఖ్యం. వెంటనే యాంటీ-వెనమ్ ఇవ్వాలి. శరీరంలోని విషం ప్రభావాన్ని తగ్గించి ప్రాణాలను కాపాడుతుంది. ఈ చికిత్స సురక్షితమైనది. పాము కాటు వేసినప్పుడు వంటింటి చిట్కాలను అనుసరిస్తూ బాధితుడికి ఆస్పత్రికి తీసుకుని వెళ్ళడం ఆలస్యం చేస్తే.. అతని పరిస్థితి దిగజారి ప్రాణాలు పోయే అవకాశం కూడా ఉంది.

పాము కాటుకు ప్రథమ చికిత్స

పాము కాటు వేసిన వెంటనే ఏమి చేయాలంటే.. ముందు భయపడవద్దు. ప్రశాంతంగా ఉండాలి. శరీర కదలికలను తగ్గించాలి. ఎందుకంటే శరీరం కదులుతూ ఉంటే విషం శారీరం అంతా వ్యాపిస్తుంది. బాధితుల శరీరం మీద ఉన్న నగలు లేదా బిగుతుగా ఉండే దుస్తులు ధరిస్తే.. వాటిని వెంటనే తీసివేయండి. పాము కాటు వేసిన భాగాన్ని కిందకు వేలదీయండి. రోగిని ఎడమ వైపుకు పడుకోబెట్టి.. కుడి కాలును వంచి.. తలను చేతితో ఆసరాగా ఉంచాలి. వెంటనే సమీపంలోని ఆసుపత్రికి వెళ్ళండి.

పాము కాటు తర్వాత పొరపాటున కూడా ఈ పనులు చేయవద్దు

కాటు వేసినప్పుడు కల్గిన గాయాన్ని కడగకండి. కరిచిన భాగంపై గట్టిగా కట్టు కట్టకండి. మంచు లేదా చల్లని వస్తువులను పూయకండి. గాయాన్ని కోయకండి లేదా విషం నోటితో పీల్చకండి. మద్యం లేదా కెఫిన్ ఉన్న వస్తువులను తినకండి. సొంతంగా మందులు తీసుకోకండి. ఎక్కువగా నడవడం లేదా పరిగెత్తడం మానుకోండి. పామును చంపడానికి లేదా పట్టుకోవడానికి ప్రయత్నించకండి. వంటింటి చిట్కాలపై ఆధారపడకండి.

ఏ విషయాలను గుర్తుంచుకోవాలంటే

గ్రామీణ ప్రాంతాల్లోనే ఎక్కువగా పాము కాటు కేసులు నమోదు అవుతాయి. దాదాపు 60-80% కేసులలో పాములు పాదాల మీద లేదా చీలమండలపై కాటు వేస్తాయి. పొలాల్లో పనిచేసేటప్పుడు ఎల్లప్పుడూ బూట్లు ధరించండి. ఇళ్లలో దీపాలు వెలిగించండి. పాములు రాకుండా పరిసరాలను శుభ్రంగా ఉంచండి. వర్షాకాలంలో ప్రత్యేక జాగ్రత్తలు తీసుకోండి.

వీకెండ్ టూర్ ప్లాన్ చేస్తున్నారా..? హైదరాబాద్ నుండి వన్ డే ట్రిప్..

ఈ టూర్‌తో బోలెడంతా ఆరోగ్యం మీ సొంతం..!

అనంతగిరి హిల్స్.. హైదరాబాద్‌కు అతి చేరువలో ఉన్న అత్యంత అందమైన కొండ ప్రాంతాల్లో ఇది ఒకటి. ఈ ప్రదేశం దట్టమైన అడవులు, జలపాతాలు, కాఫీ తోటలు, పచ్చని లోయలతో నిండి ఉంటుంది. నగర జీవన హడావిడి నుండి దూరంగా, ప్రకృతి సౌందర్యంలో మునిగిపోవాలనుకునే వారికి అనువైన గమ్యస్థానం. హైదరాబాద్‌కు చాలా దగ్గర ఉంటుంది. కాబట్టి..రోడ్డు మార్గంలో వెళితే సుమారు 2-2.5 గంటల ప్రయాణంలో ఇక్కడికి చేరుకోవచ్చు. ఒక్క రోజులో ఈ ట్రిప్ ఎంజాయ్ చేసి రావొచ్చు. వికారాబాద్ జిల్లాలోని ఈ అనంతగిరి కొండలు దట్టమైన అడవులు, కొండలతో నిండి ఉంటుంది. ఇక్కడ ట్రెక్కింగ్ చేయడానికి చాలా అనుకూలమైన ప్రదేశాలు ఉన్నాయి. అనంత పద్మనాభ స్వామి ఆలయం నుండి కొండ శిఖరం వరకు ట్రెక్కింగ్ చేయడం ప్రతి ఒక్కరికీ మర్చిపోలేని అనుభూతినిస్తుంది. . ఈ ట్రెక్కింగ్ సమయంలో.. మీరు పురాతన గుహలు, చిన్న చిన్న జలపాతాలు, సుందరమైన దృశ్యాలు కనువిందు చేస్తాయి. అందమైన అనంతగిరి కొండల్లో ఆధ్యాత్మికతకు నిలయమైన పద్మనాభ ఆలయం కూడా ఉంటుంది. ఎటుచూసిన పచ్చటి ఔషధ మొక్కలు మంచి సువాసనను వెదజల్లుతుంటాయి. అందుకే సీజన్ ఏదైనా సరే.. వేలాది మంది పర్యాటకులు అనంతగిరి అందాలను చూసేందుకు ఇక్కడకు వస్తుంటారు. మానసిక ఉల్లాసంతో పాటు ఆరోగ్యాన్ని కూడా ప్రసాదిస్తున్నాయి.

అనంతగిరి హిల్స్‌లో చిన్న చిన్న జలపాతాలు, వ్యూ పాయింట్లు కూడా ఉన్నాయి. ఇక్కడి వచ్చే పర్యాటకులకు ఫోటోలు తీసుకునేందుకు అద్భుతమైన ప్రదేశాలు. ఇక సూర్యాస్తమయ దృశ్యాలు ఇక్కడ నుండి చూడటానికి అద్భుతంగా ఉంటాయి. అనంతగిరి కొండలపై మానవాళికి ఉపయోగపడే ఎన్నో రకాల ఔషధ గుణాలు కలిగిన మొక్కలు సహజ సిద్ధంగా పెరుగుతున్నాయి. వీటి సంరక్షణకు ఫారెస్టు అధికారులు ప్రత్యేక చర్యలు చేపట్టారు. అనంతగిరికి వచ్చే దారిలో 1200 ఎకరాల విస్తీర్ణంలో ఔషధ వనాన్ని నిర్మించారు. సుమారు 30 రకాల ఔషధ మొక్కలను అక్కడ ప్రత్యేకించి నాటారు. ఇకపోతే, అనంతగిరి హిల్స్‌కు హైదరాబాద్ నుండి 163 రోడ్డు మార్గం ద్వారా సులభంగా చేరుకోవచ్చు. రోడ్డు ఇరుపక్కలా పచ్చని పొలాలు, చిన్న గ్రామాలు, కొండల మధ్య గుండా వెళుతుంది. మీరు సొంత వాహనంలో లేదా టాక్సీ ద్వారా కూడా ఇక్కడికి ప్రయాణించవచ్చు. బస్సు సౌకర్యం కూడా అందుబాటులో ఉంది. కానీ సౌలభ్యం కోసం కారు లేదా బైక్ ఉత్తమం. అంతేకాదు.. వర్షాలు పడ్డాయి. పచ్చగా మారి మరింత అందంగా కనిపిస్తుంటుంది..అందుకే ఇప్పుడే అనంతగిరి హిల్స్ ట్రిప్‌కి ప్లాన్ చేసుకోండి.

అబ్బ.. కారంగా ఉంటాయని దూరం పెట్టేరు.. ప్రయోజనాలు తెలిస్తే అస్సలు వదిలిపెట్టరు..

మనం తరచుగా చాలా వంటకాల్లో పచ్చి మిరపకాయలను కారపు రుచిని జోడించడానికి ఉపయోగిస్తాము.. కానీ కొంతమంది దానిని పచ్చిగా కూడా తీసుకుంటారు. కానీ కొంతమందికి మిరపకాయ రుచి చూడగానే నోరు మండడం ప్రారంభమవుతుంది. కానీ అలాంటి కారంగా ఉండే పదార్థం మన ఆరోగ్యానికి కూడా ఎంతో మేలు చేస్తుందని తెలిస్తే మీరు కూడా ఆశ్చర్యపోతారు.. మనం తరచుగా చాలా వంటకాల్లో పచ్చి మిరపకాయలను కారపు రుచిని జోడించడానికి ఉపయోగిస్తాము.. కానీ కొంతమంది దానిని పచ్చిగా కూడా తీసుకుంటారు. కానీ కొంతమందికి మిరపకాయ రుచి చూడగానే నోరు మండడం ప్రారంభమవుతుంది. కానీ అలాంటి కారంగా ఉండే పదార్థం మన ఆరోగ్యానికి కూడా ఎంతో మేలు చేస్తుందని తెలిస్తే మీరు కూడా ఆశ్చర్యపోతారు.. అవును పచ్చి మిరపకాయ మన ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తుందని పోషకాహార నిపుణులు చెబుతున్నారు. పచ్చి మిరపకాయల్లో విటమిన్లు, ఖనిజాలు, యాంటీఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉన్నాయి. ఇవి బరువు తగ్గడానికి, జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచడానికి, చర్మ ఆరోగ్యాన్ని కాపాడడానికి, రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడానికి.. గుండె జబ్బుల ప్రమాదాన్ని తగ్గించడాని సహాయపడతాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. వాస్తవానికి పచ్చి మిరపకాయ పేరు వింటేనే.. చాలా మంది భయపడతారు.. దీని మంట నషాళానికి ఎక్కుతుంది. ఎందుకంటే కారంగా ఉండటం వల్ల దానికి చాలా మంది దూరంగా ఉంటారు. అయితే.. దాని పోషక విలువలు గురించి తెలిస్తే.. అస్సలు వదిలిపెట్టరని.. మీరు అనుకున్నదానికంటే ఎక్కువగా ఉంటాయని పేర్కొంటున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు.. పచ్చి మిరపకాయ తినడం వల్ల కలిగే ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఏంటో తెలుసుకోండి..

పచ్చి మిరపకాయలు తినడం వల్ల కలిగే ప్రయోజనాలు

చర్మం ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుంది అందం పెరుగుతుంది: పచ్చి మిరపకాయలు విటమిన్ సి గొప్ప వనరుగా పరిగణిస్తారు. దీనితో పాటు ఇందులో బీటా-కెరోటిన్ కూడా ఉంటుంది.. ఈ రెండు పోషకాలు మన చర్మానికి మేలు చేస్తాయి. ఇది చర్మం మెరుపు, బిగుతు, మెరుగైన ఆకృతిని నిర్వహించడంలో సహాయపడుతుంది. ఐరన్ సమృద్ధిగా ఉంటుంది: పచ్చి మిరపకాయలలో కూడా చాలా ఐరన్ ఉంటుంది. ఇది మన శరీరంలో రక్త ప్రసరణను పెంచడానికి చాలా ముఖ్యమైనది. దీని కారణంగా, మన శరీరానికి శక్తి లభిస్తుంది.. శరీరం చురుకుగా ఉంటుంది.. దీంతో మీరు ఎలాంటి అలసటను ఎదుర్కోవాల్సిన అవసరం ఉండదు.. ఇనుము మన చర్మానికి కూడా మేలు చేస్తుంది.. ఇంకా బ్రెయిన్ ను చురుకుగా ఉంచుతుంది.. శరీర ఉష్ణోగ్రత నియంత్రించబడుతుంది: పచ్చి మిరపకాయలలో క్యాప్సైసిన్ అనే సమ్మేళనం కనిపిస్తుంది. ఇది మెదడులోని హైపోథాలమస్ శీతలీకరణ కేంద్రాన్ని చురుగ్గా ఉంచడంలో సహాయపడుతుంది. ఇది శరీర ఉష్ణోగ్రతను నియంత్రణలో ఉంచుతుంది. భారతదేశం వంటి వేడి దేశాల ప్రజలకు పచ్చి మిరపకాయలను నమలడం ప్రయోజనకరంగా ఉంటుందంటున్నారు నిపుణులు.. రోగనిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది: పచ్చి మిరపకాయల్లో విటమిన్ సి ఉండటం వల్ల, ఇది మన శరీర రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది.. ఇంకా ఇన్ఫెక్షన్ల నుండి మనల్ని రక్షిస్తుంది. ఇన్ఫెక్షన్ కారణంగా జలుబు %-% దగ్గుతో బాధపడేవారికి, పచ్చి మిరపకాయలు దివ్యౌషధం కంటే తక్కువ కాదు.. ఎందుకంటే ఇది శ్లేష్మాన్ని పలుచన చేస్తుంది.

డయాబెటిస్ రోగులకు అలర్ట్.. ఇలాంటి తప్పులు చేశారో షుగర్ అస్సలు కంట్రోల్ కాదు..

డయాబెటిస్ అనేది ఒక వ్యాధి.. దీనిని సకాలంలో నియంత్రించకపోతే శరీరంలోని అనేక భాగాలు నెమ్మదిగా దెబ్బతింటాయి. దీనికి కారణం కేవలం వ్యాధి మాత్రమే కాదు, మనం రోజూ చేసే కొన్ని చిన్న చిన్న తప్పులు.. వీటిని మనం తరచూ విస్మరించడం వల్ల మరింత ప్రమాదంలో పడతామని పేర్కొంటున్నారు వైద్య నిపుణులు.. ప్రస్తుత కాలంలో మధుమేహం కేసులు భారీగా పెరుగుతున్నాయి.. ఇలాంటి పరిస్థితుల్లో జీవనశైలి, మనం తీసుకునే ఆహారం పై దృష్టిసారించడం మంచిది.. దీంతో రక్తంలో చక్కెర శాతాన్ని అదుపులో ఉంచుకోవచ్చంటున్నారు వైద్యనిపుణులు.. అయితే.. డయాబెటిస్ రోగులకు అతిపెద్ద సవాలు రక్తంలో చక్కెరను అదుపులో ఉంచుకోవడం.. తరచుగా ప్రజలు మందులు తీసుకుంటారు.. వారి ఆహారంపై కూడా శ్రద్ధ చూపుతారు.. కానీ ఇప్పటికీ వారి చక్కెర స్థాయి కొన్నిసార్లు అమాంతం పెరుగుతుంది.. కొన్నిసార్లు అకస్మాత్తుగా తగ్గుతుంది. ఈ పరిస్థితి.. చికిత్స లేకపోవడం వల్ల మాత్రమే కాదు, జీవనశైలి, అలవాట్లలో కొన్ని చిన్న తప్పుల వల్ల వస్తుంది. రక్తంలో చక్కెర ఎందుకు అదుపులో ఉండదు.. ఇది ఆరోగ్యంపై ఎలాంటి ప్రభావం చూపుతుందో తెలుసుకుందాం.. రక్తంలో చక్కెర నియంత్రణలో లేకపోతే, ఔషధం మార్చడం ఒక్కటే పరిష్కారం కాదు. మీ జీవనశైలి, ఆహారం, ఒత్తిడి స్థాయి %-% కార్యాచరణపై శ్రద్ధ చూపడం ముఖ్యం. ఈ సాధారణ తప్పులను నివారించడం ద్వారా, మీరు చక్కెర స్థాయిని నియంత్రించడమే కాకుండా, మధుమేహం సమస్యల నుండి కూడా మిమ్మల్ని మీరు రక్షించుకోవచ్చు. మీరు రక్తంలో చక్కెరను నియంత్రించడానికి కూడా ప్రయత్నిస్తుంటే, ఈ సాధారణ తప్పులను నివారించడం చాలా ముఖ్యం..

సక్రమంగా తినకపోవడం ఆహార ప్రణాళికను పాటించకపోవడం

మధుమేహంలో సమయానికి, సమతుల్య పద్ధతిలో తినడం చాలా ముఖ్యం. చాలా మంది మందులపై ఆధారపడతారు.. దీంతో ఏదైనా తినవచ్చని అనుకుంటారు.. కానీ ఇది అతిపెద్ద తప్పు. కొన్నిసార్లు ఎక్కువసేపు ఆకలితో ఉండటం లేదా ఒకేసారి ఎక్కువగా తినడం రెండూ రక్తంలో చక్కెరను పెంచుతాయి. తెల్ల రొట్టె, బియ్యం, స్వీట్లు, ప్యాక్ చేసిన ఆహారాన్ని నివారించండి.

వ్యాయామం లేకపోవడం లేదా చాలా తక్కువ కదలికలు

రక్తంలో చక్కెర నియంత్రణలో శారీరక శ్రమ ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తుంది. మీరు రోజంతా కూర్చుని ఎటువంటి వ్యాయామం చేయకుండా ఉంటే, శరీరంలో ఇన్సులిన్ సున్నితత్వం తగ్గుతుంది. ప్రతిరోజూ 30 నిమిషాల నడక, యోగా లేదా తేలికపాటి వ్యాయామం కూడా చక్కెర స్థాయిలను మెరుగుపరచడంలో సహాయపడుతుంది.

మందులు సకాలంలో తీసుకోకపోవడం లేదా వాటిని మీరే మార్చుకోకపోవడం

చాలా మంది వైద్యుడిని సంప్రదించకుండానే ఔషధం తీసుకోవడం లేదా మోతాదు పెంచడం లేదా తగ్గించడం మర్చిపోతారు. ఇది అకస్మాత్తుగా చక్కెర స్థాయిని పెంచవచ్చు లేదా తగ్గించవచ్చు. కొన్నిసార్లు ఇంటి నివారణల కోసం ప్రజలు ఔషధం తీసుకోవడం మానేస్తారు.. ఇది ప్రమాదకరం కావచ్చు.

నిద్ర లేకపోవడం ఎక్కువ ఒత్తిడికి గురికావడం

మానసిక ఒత్తిడి నిద్ర లేకపోవడం వల్ల మధుమేహం మరింత తీవ్రమవుతుంది. మీరు ఒత్తిడికి గురైనప్పుడు, శరీరంలో కార్టిసాల్ హార్మోన్ పెరుగుతుంది. ఇది రక్తంలో చక్కెరను పెంచుతుంది. ప్రతిరోజూ 7-8 గంటల నిద్ర, ధ్యానం వంటి పద్ధతులు ఒత్తిడిని తగ్గిస్తాయి.

రక్తంలో చక్కెరను క్రమం తప్పకుండా పర్యవేక్షించకపోవడం

మీరు డయాబెటిక్ రోగి అయితే, వారానికి కనీసం 2-3 సార్లు మీ చక్కెర స్థాయిని తనిఖీ చేసుకోవడం ముఖ్యం. చాలా సార్లు ప్రజలు ఏవైనా లక్షణాలు కనిపించే వరకు వారి రక్తంలో చక్కెరను తనిఖీ చేసుకోరు. కానీ ఎటువంటి లక్షణాలు లేకుండా కూడా రక్తంలో చక్కెర ఎక్కువగా లేదా తక్కువగా ఉండవచ్చు.. కావున ఎప్పటికీ తనఖీలను మర్చిపోవద్దు..

తగినంత నీరు తాగకపోవడం అధిక చక్కెర పానీయాలు తీసుకోవడం

తక్కువ నీరు త్రాగడం వల్ల శరీరం డీహైడ్రేట్ అవుతుంది. రక్తంలో గ్లూకోజ్ పరిమాణం పెరుగుతుంది. అలాగే, చాలా మంది పండ్ల రసాలు ఆరోగ్యకరమైనవని భావించి తాగుతారు.. అయితే వాటిలో అధిక మొత్తంలో సహజ చక్కెర ఉంటుంది.. ఇది చక్కెర స్థాయిని పెంచుతుంది.

డాక్టర్ నుండి క్రమం తప్పకుండా ఫాలో-అప్ తీసుకోకపోవడం..

మీరు చాలా కాలంగా డయాబెటిక్ రోగి అయితే, మందులతోనే కాకుండా క్రమం తప్పకుండా తనిఖీ చేయడం ద్వారా కూడా నియంత్రణ సాధ్యమవుతుంది. లిపిడ్ ప్రొఫైల్ మూత్రపిండాల పనితీరు వంటి పరీక్షలు ఎప్పటికప్పుడు చేయించుకోవడం ముఖ్యం.. రక్తంలో చక్కెర శాతం పెరిగినా.. లేదా తగ్గినా.. వెంటనే వైద్యులను సంప్రదించి చికిత్స పొందండి..

రైలు ప్రయాణికులకు గుడ్‌న్యూస్..! ఆ 25 రైళ్లలో IRCTC ఇ-ప్యాంట్రీ సేవలు ప్రారంభం

భారతీయ రైల్వే క్యాటరింగ్ అండ్ టూరిజం కార్పొరేషన్ 25 లాంగ్ డిస్టెన్స్ రైళ్లలో ఇ-ప్యాంట్రీ సేవను ప్రారంభించింది. ప్రయాణికులు తమకు నచ్చిన భోజనాన్ని ముందస్తుగా బుక్ చేసుకోవడానికి, ఎంపిక చేసిన స్టేషన్లలో వాటిని డెలివరీ పొందడానికి ఈ వ్యవస్థ వీలు కల్పిస్తుంది. ఇది సుదీర్ఘ ప్రయాణంలో ఎక్కువ సౌలభ్యాన్ని, సరసమైన ధరలో నాణ్యమైన ఆహారాన్ని అందిస్తుంది. 25 లాంగ్ డిస్టెన్స్ మెయిల్, ఎక్స్‌ప్రెస్ రైళ్లలో ఇండియన్ రైల్వే క్యాటరింగ్ అండ్ టూరిజం కార్పొరేషన్ ఇ-ప్యాంట్రీ సేవను ప్రారంభించింది. ఈ 25 రైళ్లలో ఎక్కువ భాగం తూర్పు మధ్య రైల్వే పరిధిలో నడుస్తున్నాయి. ఐఆర్‌సిటిసి న్యూఢిల్లీ పబ్లిక్ రిలేషన్స్ ఆఫీసర్ (పిఆర్ఓ) వికె భట్టి ప్రకారం.. కొత్తగా ప్రవేశపెట్టిన వ్యవస్థ ప్రయాణీకులు తమకు నచ్చిన భోజనాన్ని ముందస్తుగా బుక్ చేసుకోవడానికి, మార్గమధ్యలో ఎంపిక చేసిన స్టేషన్లలో వాటిని డెలివరీ చేయడానికి వీలు కల్పిస్తుంది. ఇది సుదీర్ఘ ప్రయాణంలో ఎక్కువ సౌలభ్యాన్ని అందిస్తుంది. ముఖ్యంగా అత్యంత సరసమైన ధరకు ప్రామాణిక ఆన్‌బోర్డ్ క్యాటరింగ్ కంటే తమకు నచ్చిన భోజనాన్ని ప్రయాణికులు పొందే విధంగా ఈ చొరవ తీసుకున్నారు. ఈ-ప్యాంట్రీ మోడల్ కింద ప్రయాణీకులు ఆథరైజ్డ్ సెల్లర్ ద్వారా అందుబాటులో ఉన్న విస్తృత శ్రేణి ఆహార ఎంపికల నుండి ఎంచుకోవచ్చు. నియమించబడిన స్టేషన్లలో డెలివరీని ఎంచుకోవచ్చు. తాజా భోజనాన్ని సకాలంలో అందిస్తుంది. ఈ సౌకర్యం ప్రయాణీకుల ఆహార ప్రాధాన్యతలపై మెరుగైన నియంత్రణను ఇవ్వడం ద్వారా వారికి సంతృప్తిని పెంచుతుందని భట్టి చెప్పారు. జయనగర్-న్యూఢిల్లీ ఎక్స్‌ప్రెస్ (12561/12562), దానాపూర్-సికింద్రాబాద్ ఎక్స్‌ప్రెస్ (12791/12792), బరౌని-అహ్మదాబాద్ ఎక్స్‌ప్రెస్ (19483/19484), జయనగర్-లోక్మాన్ తిలక్ ముంబై ఎక్స్‌ప్రెస్ (11061/11062) లలో ప్రయాణించే వారికి ఈ సౌకర్యం ఎక్కువగా ఉపయోగపడనుందని భట్టి అన్నారు. ఈ విధానానికి వచ్చే స్పందనతో రాబోయే రోజుల్లో ఈ-ప్యాంట్రీ సేవను మరిన్ని రైళ్లకు విస్తరించే అవకాశం ఉందని, డిజిటల్ పద్ధతుల ద్వారా ఆన్‌లైన్‌లో చెల్లింపులు చేయవచ్చని, ప్రయాణ సమయంలో నగదు లావాదేవీల అవసరాన్ని తొలగిస్తామని, ఈ-ప్యాంట్రీ సేవను బుక్ చేసుకునే ప్రయాణీకులందరికీ భోజన ధృవీకరణ కోడ్ (వీఎజ) ఇవ్వబడుతుందని ఆయన అన్నారు. ప్రయాణీకులు ఈ-ప్యాంట్రీ సేవ గురించి వివరాలను సైట్ www.irctc.co.in లో చూడవచ్చు అని భట్టి తెలిపారు.

వందే భారత్ స్లీపర్ రైళ్లల్లో కొత్త రూల్స్.. రైల్వేశాఖ బిగ్ డెసిషన్.. కొత్తగా మరో కోటా

వందే భారత్ స్లీపర్ రైలు ప్రయాణికులకు గుడ్‌న్యూస్. రైల్వేశాఖ కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది. ఇక నుంచి ఈ రైళ్లల్లో ప్రత్యేక కోటాను అమలు చేయాలని నిర్ణయం తీసుకుంది. అలాగే అమృత్ భారత్ సెకండ్ వెర్షన్ రైళ్లల్లో కూడా ఈ సదుపాయం కల్పించనుంది. దేశంలోని రైల్వే ప్రయాణికులకు రైల్వేశాఖ భారీ గుడ్‌న్యూస్ తెలిపింది. వందే భారత్ స్లీపర్‌తో పాటు అమృత్ భారత్-×× రైళ్లల్లో నియమాలను మార్చింది. టికెట్ల కేటాయింపుల్లో పలు మార్పులకు రైల్వే బోర్డు శ్రీకారం చుట్టింది. ఈ రైళ్లల్లో ఇక నుంచి ఎమర్జెన్సీ కోటాను ప్రవేశపెట్టాలని నిర్ణయించింది. దీంతో అత్యవసర పరిస్థితుల్లో జర్నీ చేసేవారికి ఎమర్జెన్సీ కోటా కింద టికెట్లు లభించనున్నాయి. ప్రత్యేక సమయాల్లో రైల్వే ప్రయాణికులు సీటు, బెర్త్ పొందటం సులభవుతుంది. ఈ మేరకు రైల్వేశాఖ బుధవారం ఉత్తర్వులు జారీ చేసింది. ఈ వివరాలేంటో ఒకసారి చూద్దాం.

అత్యవసర కోటా వివరాలు

అత్యవసర ప్రయాణం చేసేవారి కోసం రైల్వేశాఖ ఎమర్జెన్సీ కోటా ప్రవేశపెట్టింది

ఏడు కంటే ఎక్కువ స్లీపర్ క్లాస్ కోచ్‌లు ఉన్న అమృత్ భారత్ - I రైళ్లల్లో 24 బెర్త్‌ల అత్యవసర కోటా ఉంటుంది

ఇక వందే భారత్ స్లీపర్ రైళ్లల్లో ఫస్ట్ క్లాస్ ఏసీ కోచ్‌ల్లో వీక్ డేస్‌లో 4 బెర్త్‌లు, వీకెండ్‌లో 6 బెర్త్‌లు అత్యవసర కోటాకు కేటాయించారు

ఇక వందే భారత్ స్లీపర్ ట్రైన్లల్లో సెకండ్ ఏసీలో వీక్ డేస్‌లో 20 బెర్త్‌లు, వీకెండ్స్‌లో 30 బెర్త్‌లు ఎమర్జెన్సీ కోటాలో ఉంటాయి

ఇక వందే భారత్ స్లీపర్ రైళ్లల్లో థర్డ్ క్లాస్ ఏసీ కోచుల్లో వీక్ డేస్‌లో 24 బెర్త్‌లు, వీకెండ్‌లో 42 బెర్త్‌లు అత్యవసర కోటాలో కేటాయిస్తారు

అత్యవసర కోటా వల్ల ఉపయోగాలు

ముందస్తు రిజర్వేషన్ లేదా నో బుకింగ్ తేదీలలో ఏది ముందు వస్తే దాని నుంచి అత్యవసర కోటా అమలు చేస్తారు

అత్యవసరంగా ఏదైనా ప్రాంతానికి వెళ్లాలనునేవారికి ఇది ఉపయోగపడుతుంది

పరిస్థితులకు అనుగుణంగా ఈ కోటాను సర్దుబాటు చేస్తామని రైల్వేశాఖ స్పష్టం చేసింది

జోన్లు, సీట్ల లభ్యతను పరిశీలించిన అనంతరం ఈ కోటా బెర్త్‌లను సర్దుబాటు చేయనున్నారు

ప్రస్తుతం పశ్చిమబెంగాల్‌లోని హౌరా నుంచి అస్సాంలోని గౌహతి వరకు వందే భారత్ స్లీపర్ ఎక్స్‌ప్రెస్‌ను రైల్వేశాఖ నడుపుతోందిజ. త్వరలో మరిన్ని స్లీపర్ రైళ్లు రానున్నాయి. ప్రస్తుతం 230 స్లీపర్ రైళ్లు తయారీ దశలో ఉన్నాయి. ఈ ఏడాదిలో దేశవ్యాప్తంగా మరిన్ని ప్రాంతాలకు రైళ్లను విస్తరించున్నారు

ఇక దేశవ్యాప్తంగా 12 అమృత్ భారత్ సెకండ్ వెర్షన్ రైళ్లు నడుస్తున్నాయి

ఇక నుంచి ఏయే కోటాలు ఉంటాయంటే..

ఇప్పటివరకు వికలాంగులు, గర్భిణీ స్త్రీలు, సీనియర్ సిటిజన్లు, డ్యూటీ పాస్ ఉన్నవారికి ప్రత్యేక కోటా కింద సీట్లు కేటాయిస్తున్నారు. ఇప్పుడు అత్యవసర కోటాను కూడా కొత్తగా వందే భారత్ స్లీపర్ రైళు,, అమృత్ భారత్ రైళ్లల్లో ప్రవేశపెట్టారు.

అమల్లోకి కొత్త ఆధార్ కార్డు రూల్స్..
పూర్తిగా నిబంధనలు మార్చిన కేంద్రం.. కీలక మార్పులు ఇవే..

ఆధార్ కార్డు వినియోగదారులు అలర్ట్. ఈ నెల నుంచే ఆధార్ కార్డ్ కొత్త నియమాలు అమల్లోకి వచ్చాయి. ఆధార్ వివరాల అప్డేట్ మరింత ఈజీ అవ్వడంతో పాటు బయోమెట్రిక్ వివరాల్లో యూఐడీఏఐ పలు మార్పులు చేసింది. వీటి గురించి ప్రతీఒక్కరూ తెలుసుకోండి. ఆధార్ కార్డ్ అనేది రోజువారీ జీవితంలో ప్రభుత్వ సేవలతో పాటు ఇతర సేవలకు అతి ముఖ్యమైన ధృవీకరణ పత్రంగా మారిపోయింది. బ్యాంక్ అకౌంట్ ఓపెన్ చేయడం దగ్గర నుంచి సిమ్ కార్డ్ పొందడం, ప్రభుత్వ పథకాలు లేదా సబ్సిడీలు పొందటం.. ఇలా ఆధార్ అనేది ప్రతిచోటా అవసరమవుతుంది. దీంతో ఆధార్ నియమాల్లో జరిగే మార్పులు కోట్లాది మంది ప్రజలను ప్రభావితం చేస్తాయి. సురక్షితంగా, డిజిటల్‌గా ఆధార్ వినియోగించుకునేందుకు ఫిబ్రవరి 2026లో UIDAI అనేక మార్పులు చేసింది. ఆధార్‌ను క్రమం తప్పకుండా ఉపయోగించేవారు తప్పనిసరిగా ఈ మార్పుల గురించి తెలుసుకోవాల్సిన అవసరముంది. అవేంటో ఇప్పుడు చూద్దాం.

బయోమెట్రిక్ అప్డేట్ తప్పనిసరి

ఆధార్ వినియోగదారులు తప్పనిసరిగా బయోమెట్రిక్ వివరాలను అప్డేట్ చేసుకోవాలి. గత 10 సంవత్సరాలలో వేలిముద్రలు, ఐరిస్ స్కాన్‌ను అప్‌డేట్ చేసుకోని వ్యక్తులు త్వరగా పూర్తి చేయాలని ఖ×ణూ× స్పష్టం చేసింది. కొన్నిసార్లు ఫ్రింగర్ ఫ్రింట్ ద్వారా ఆధార్ వెరిఫికేషన్ సమయంలో పాత బయోమెట్రిక్ డేటా సరిగ్గా మ్యాచ్ అవ్వడం లేదు. దీంతో బ్యాంకింగ్, సిమ్, ఇతర ప్రభుత్వ ప్రయోజనాల కోసం ఆధార్‌ను ఉపయోగించేటప్పుడు వెరిఫికేషన్ ఫెయిల్యూర్ అవుతుంది. ఇక 15 సంవత్సరాల వయస్సు తర్వాత పిల్లలకు బయోమెట్రిక్ అప్డేట్ చేయించడం తప్పనిసరి. చిన్న వయస్సులో తీసుకున్న బయోమెట్రిక్ వివరాలు ఇప్పుడు పనిచేయవు. దీంతో ఇప్పుడు మళ్లీ కొత్తగా ఇవ్వాల్సి ఉంటుంది.

ఫేస్ రికగ్నిషన్ అప్డేట్

ఇక ఆధార్ ఈకేవైసీ ప్రక్రియ కూడా యూఐడీఏఐ అప్‌గ్రేడ్ చేసింది. గతంలో వేలిముద్రలు, ఐరిస్ ఆధారంగా వెరిఫికేషన్ చేసేవారు. కానీ వృద్ధులు, కార్మికుల్లో చేతివేళ్లు అరిగిపోయిన వారికి బయోమెట్రిక్ ధృవీకరణ సమయంలో సమస్యలు ఎదురవుతున్నాయి. దీనిని పరిష్కరించడానికి UIDAI ఫేస్ రికగ్నిషన్ టెక్నాలజీని విస్తరిస్తోంది. దీంతో గుర్తింపును నిర్ధారించడానికి మీ ముఖాన్ని అదనపు ఆప్షన్‌గా ఉపయోగించవచ్చు. ఈకైవేసీ మరింత వేగంగా పూర్తి అవ్వడంతో పాటు కేవలం వేలిముద్రలపై మాత్రమే ఆధారపడటాన్ని తగ్గిస్తుంది.

మొబైల్, అడ్రస్ అప్డేట్ ఈజీ

ఇక కేంద్ర ప్రభుత్వం కొత్త ఆధార్ యాప్ ఇటీవల తీసుకొచ్చింది. ఈ యాప్ ద్వారా మొబైల్ నెంబర్, అడ్రస్ సులువుగా అప్డేట్ చేసుకోవచ్చు. మీరు ఎక్కడినుంచైనా ఆధార్ నెంబర్ అప్డేట్ చేసుకోవచ్చు. గతంలో ఆధార్ సెంటర్ లేదా యూఐడీఏఐ పోర్టల్‌లోకి వెళ్లి వివరాలను అప్డేట్ చేసుకోవాల్సి వచ్చేంది. కానీ ఇప్పటినుంచి కేవలం ఈ ఆధార్ యాప్ ఉపయోగించి మీ మొబైల్ నుంచి అడ్రస్, మొబైల్ నెంబర్ వంటివి సులువుగా నిమిషాల్లోనే మార్చుకోవచ్చు. ఇక మీ కుటుంబసభ్యుల ఆధార్ వివరాలు అన్నీ ఒకేచోట ఉంచుకోవచ్చు.

గ్యాస్ ఎక్కువ రోజులు రావాలా.. అయితే ఈ సింపుల్ టిప్స్ పాటించండి! డబ్బు ఆదా చేసుకోండి!

గ్యాస్ ధరలు పెరుగుతున్న నేపథ్యంలో, వంటగదిలో కొన్ని తెలివైన చిట్కాలతో గ్యాస్ ఆదా చేసుకోవచ్చు. సరైన పాత్రల వాడకం, మూతలతో వండటం, ప్రెజర్ కుక్కర్ ఉపయోగించడం, లీకేజీలను తనిఖీ చేయడం వంటివి గ్యాస్ వినియోగాన్ని గణనీయంగా తగ్గిస్తాయి. గ్యాస్ ఎక్కువ రోజులు రావడానికి ఈ చిట్కాలు చాలా ముఖ్యం. గ్యాస్ సిలిండర్ల ధర పెరుగుతున్నందున వాటిని తెలివిగా ఉపయోగించడం చాలా ముఖ్యం. వంటగదిలో కొన్ని చిన్న మార్పులు చేయడం వల్ల గ్యాస్ ఆదా అవుతుంది. వంట కూడా ఫాస్ట్‌గా చేయొచ్చు. మీ డబ్బు సైతం ఆదా అవుతుంది. మరి గ్యాస్ ఎక్కువ రోజులు రావాలంటే ఏం చేయాలో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.. మూతలను సరిగ్గా వాడండి.. ఎల్లప్పుడూ మూత పెట్టి ఉడికించాలి. ఇది ఆవిరి, వేడిని బంధిస్తుంది, ఆహారం వేగంగా ఉడకడానికి వీలు కల్పిస్తుంది. గ్యాస్ వినియోగాన్ని గణనీయంగా తగ్గిస్తుంది. మీరు బియ్యం, కూరగాయలు లేదా పప్పులు వండుతున్న సమయంలో ఈ చిన్న టిప్ పెద్ద తేడాను కలిగిస్తుంది. సరైన పాత్ర పరిమాణాన్ని ఎంచుకోండి.. తక్కువ మొత్తంలో ఆహారం వండే సమయంలో పెద్ద పెద్ద పాత్రలు వాడొద్దు. చిన్న పాత్రలు త్వరగా వేడెక్కుతాయి. వంట త్వరగా అవుతుంది. అలాగే గ్యాస్ కూడా ఆదా అవుతుంది. కేజీ వంటకు సరిపడా పాత్రనే ఎంచుకోండి. కేజీ బియ్యానికి మూడు కేజీలు సరిపోయే పాత్ర వాడితే గ్యాస్ ఎక్కువగా ఖర్చు అవుతుంది. ప్రెజర్ కుక్కర్లను వాడండి.. ప్రెజర్ కుక్కర్లు గ్యాస్ ఆదా చేయడానికి గొప్ప సాధనం. పప్పులు, బియ్యం, కూరగాయలు లేదా సూప్‌లను వండడానికి వాటిని ఉపయోగించండి. మీరు సరైన నీటి నిష్పత్తిని ఉపయోగిస్తున్నారని, గరిష్ట సామర్థ్యం కోసం మూత సరిగ్గా కప్పండి. కేజీలు, బలహీనమైన మంటల కోసం క్రమం తప్పకుండా తనిఖీ చేయండి.. బలహీనమైన మంట లేదా గుర్తించబడని గ్యాస్ లీక్ వేగంగా గ్యాస్ క్షీణతకు దారితీస్తుంది. కాలానుగుణంగా సిలిండర్ జాయింట్, నాజిల్‌ను తనిఖీ చేయండి. మంట తక్కువగా లేదా అస్థిరంగా అనిపిస్తే, వెంటనే దాన్ని తనిఖీ చేయండి. ముందుగానే కావలసిన పదార్థాలను సిద్ధం చేసుకోండి.. గ్యాస్ ఆన్ చేసే ముందు తరిగిన కూరగాయలు, సుగంధ ద్రవ్యాలు సిద్ధంగా ఉంచుకోవడం వల్ల మీ బర్నర్ ఆన్ అయ్యే సమయం తగ్గుతుంది. ఇది వంటను వేగవంతం చేయడమే కాకుండా అనవసరమైన గ్యాస్ వృధాను నివారిస్తుంది. పాత్రకు మంట సరిగ్గా తగిలేలా చూసుకోండి.. వంట చేసే సమయంలో మంట పాత్రకు తగులుతుందా? ఎంత ఎత్తులో ఉందో చూసుకోండి. ఎక్కువ ఎత్తులో ఉంటే మంట సరిగ్గా తగలక, వంట ఆలస్యం అవ్వడంతో పాటు గ్యాస్ కూడా త్వరగా అయిపోతుంది.

సామాన్యులకు ఊరట..
పడిపోయిన కోడిగుడ్ల ధరలు.. ఇప్పుడు ఎంతంటే..?

కోడిగుడ్ల ధరలు మళ్లీ తగ్గాయి. గత రెండు నెలలుగా కోడిగుడ్ల ధరలు పెరుగుతున్నాయి. ఒక సమయంలో ఒక్కో కోడిగుడ్డు ధర ఏకంగా రూ.10కి కూడా చేరుకుంది. ప్రస్తుతం ధరలు తగ్గడంతో వినియోగదారులు ఊరట చెందుతున్నారు. ప్రస్తుతం తెలుగు రాష్ట్రాల్లో కోడిగుడ్ల ధరలు ఎలా ఉన్నాయో చూద్దాం. సామాన్యులకు గుడ్‌న్యూస్. తెలుగు రాష్ట్రాల్లో కోడిగుడ్ల ధరల భారీగా తగ్గాయి. ఒకేసారి వీటి ధరలు పడిపోయాయి. మొన్నటివరకు కోడిగుడ్ల ధరలు ఆకాశాన్నంటాయి. ఒక్కో గుడ్డు ధర రిటైల్ మార్కెట్లో రూ.10 పలికింది. కానీ ఇప్పుడిప్పుడే ధరలు దిగొస్తుండటంతో సామాన్యులు ఊరట చెందుతున్నారు. సామాన్యులకు తక్కువ ఖర్చులో అందుబాటులో ఉండే పదార్థంగా కోడిగుడ్డుని పరిగణిస్తారు. ప్రతీ ఇంట్లో తరచూ గుడ్లను తింటూ ఉంటారు. ధరలు పెరగడంతో మొన్నటివరకు కోడిగుడ్లు తినేందుకు ఎక్కువ మొత్తం ఖర్చు పెట్టాల్సి వచ్చింది. ఇప్పుడు పండుగల సీజన్ ముగియడం, డిమాండ్ లేకపోవడంతో కోడిగుడ్ల ధరలు గణనీయంగా తగ్గిపోయాయి.

ఇప్పుడు ఒక్కో గుడ్డు ఎంతంటే.

ప్రస్తుతం ఒక్కో కోడిగుడ్డు ధర రూ.6 పలుకుతోంది. గత నెలలో ఈ ధర ఏకంగా రూ.10కి చేరుకుంది. దీంతో సామాన్యులు కోడిగోడ్డుకు దూరమయ్యారు. ఇప్పుడు ధరల తగ్గడంతో సామాన్యులకు ఉపశమనం లభించింది. ఇక రిటైల్ షాపుల్లో రూ.6కి విక్రయిస్తుండగా.. హోల్‌సేల్ మార్కెట్లో ధర మరింత తగ్గింది. ప్రస్తుతం హోల్‌సేల్ షాపుల్లో ఒక్కో గుడ్డు ధర రూ.5కే లభిస్తోంది. దీంతో హోటల్స్, బేకరీలతో పాటు వీధి వ్యాపారం చేసేవారికి పెట్టుబడి ఖర్చు తగ్గుతుంది. ఇక గుడ్ల ధరలు తగ్గడంతో సేల్స్ పెరగడం వల్ల హోల్‌సేల్ యజమానులకు కూడా లాభం జరుగుతుందని చెప్పవచ్చు.

తగ్గడానికి రీజన్ ఇదే..

కోళ్ల ఉత్పత్తి పెరగడంతో గుడ్ల ఉత్పత్తి కూడా అమాంతం పెరిగింది. గుడ్లు ఎక్కువగా ఉత్పత్తి అవుతుండగా.. సరఫరా తక్కువగా ఉంది. దీని వల్ల డిమాండ్ తగ్గడంతో ధరలు పడిపోయినట్లు పౌల్ట్రీ వ్యాపారులు చెబుతున్నారు. ఇక కోళ్లకు పెట్టే దాణా ఖర్చులు కూడా తగ్గుముఖం పట్టాయి. దీంతో కోడిగుడ్ల ధరలు తగ్గినట్లు చెబుతున్నారు. త్వరలో వేసవికాలం ప్రారంభం కానుంది. ఈ క్రమంలో ధరలు స్థిరంగా ఉండటంతో వినియోగదారులు ఊరట చెందుతున్నారు.

తగ్గిన చికెన్ ధరలు

అటు తెలుగు రాష్ట్రాల్లో చికెన్ ధరలు కూడా తగ్గిపోయాయి. గత నెలలో సంక్రాంతి పండుగ డిమాండ్ కారణంగా చికెన్ ధరలు కొండెక్కాయి. కేజీ చికెన్ ఏకంగా రూ.350కి చేరుకుంది. ప్రస్తుతం రూ.100 మేర ధరలు తగ్గాయి. ప్రస్తుతం షాపుల్లో కేజీ చికెన్ రూ.240 నుంచి రూ.250 మధ్య లభిస్తోంది. అటు గత నెలలో కేజీ మటన్ రూ.1500 వరకు చేరుకోగా.. ఇప్పుడు మళ్లీ సాధారణ ధరకు చేరుకున్నాయి. కేజీ మటన్ రూ.700 నుంచి రూ.800 మధ్య పలుకుతోంది. దాదాపు తెలుగు రాష్ట్రాల్లో అన్ని ప్రాంతాల్లో ధరలు పతనమయ్యాయని చెప్పవచ్చు.

ఉద్యోగం మానేస్తే పీఎఫ్ అకౌంట్ ఇనాక్టివ్ అవుతుందా.. కేంద్రం బిగ్ అప్డేట్..

ఈపీఎఫ్‌వో అకౌంట్‌పై చాలామందికి సందేహాలు ఉంటాయి. పీఎఫ్ అకౌంట్‌కు కంట్రిబ్యూషన్ ఆగిపోతే ఇనాక్టివ్ అవుతుందా.. కేంద్ర ప్రభుత్వం ఇచ్చే వడ్డీ ఆగిపోతుందా అనే అనుమానాలు చాలామందిలో ఉంటాయి. అసలు ఎప్పుడు ఇనాక్టివ్ అవుతుంది? వడ్డీ నిలిచిపోయే అవకాశం ఎప్పుడు ఉంటుంది అనే వాటికి సమాధానాలు ఇప్పుడు చూద్దాం. ఈపీఎఫ్ ఖాతాదారులకు అనేక అనుమానాలు ఉంటాయి. ఉద్యోగం మానేసిన వారితో పాటు పదవీ విరమణ చేసినవారిలో అనేక ప్రశ్నలు సర్వసాధారణంగా ఉంటాయి. పదవీ విరమణ చేసిన తర్వాత కూడా ఈపీఎఫ్ బ్యాలెన్స్ వడ్డీ వస్తుందా.. అకౌంట్ ఇనాక్టివ్ అయినప్పుడు తిరిగి దానిని యాక్టివ్ చేయవచ్చా? అనే ప్రశ్నలు చాలామందిలో ఉంటాయి. అసలు ఈపీఎఫ్ ఖాతా ఎప్పుడు పనిచేయకుండా ఆగిపోతుంది.. ఒకవేళ ఇనాక్టివ్ అయితే మళ్లీ ఎప్పుడు యాక్టివ్ అవుతుంది.. ఏయే సందర్భాల్లో పీఎఫ్ అకౌంట్ ఇనాక్టివ్ అవుతుంది? అనే విషయాలు ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.

ఎప్పుడు పనిచేయదు..

ఫైనల్ సెటిల్మెంట్‌కు ఎలిజిబుల్ అయిన తర్వాత మీ పీఎఫ్ ఖాతాలో మూడు సంవత్సరాలు ఎలాంటి కాంట్రిబ్యూషన్ జమ కాకపోయినా లేదా మూడేళ్ల పాటు ఎలాంటి క్లెయిమ్ దాఖలు చేయపోయినా ఖాతా అనేది ఇనాక్టివ్ అయిపోతుంది. ఇక 58 సంవత్సరాల రిటైర్మెంట్ పీరియడ్ లేదా వేరే దేశానికి వెళ్లిపోవడం, లేదా ఖాతాదారుడు మరణించిన సమయంలో ఆగిపోతుంది. ఇక ఉద్యోగం వదిలేయడం లేదా కొన్ని సంవత్సరాల పాటు ఈపీఎఫ్‌కు ఎలాంటి కాంట్రిబ్యూషన్ జమ కాకపోవడం వల్ల కూడా అకౌంట్ ఆటోమేటిక్‌గా పనిచేయడం ఆగిపోతుంది.

ఈపీఎఫ్ ఖాతా మాత్రమే..

అయితే కేవలం ఈపీఎఫ్ సభ్యుల ఐడీ మాత్రమే పనిచేయడం ఆగిపోతుంది. యూనివర్సల్ అకౌంట్ నెంబర్(ఖూాచీ) మాత్రం జీవితాంతం యాక్టివ్‌గానే ఉంటుంది. కానీ యూఏఎన్ క్రింద ప్రతీసారి ఎంప్లాయిమెంట్ లింక్డ్ ఈపీఎఫ్ అకౌంట్‌ను విడిగా పరిగణిస్తారు. మూడేళ్ల పాటు నగదును ఉపసంహరించుకోకపోయినా లేదా ఎటువంటి సహకారం అందించపోయినా ఆ ఖాతా పనిచేయనిదిగా ట్యాగ్ చేయబుతుంది. దీని వల్ల మీకు కేంద్ర ప్రభుత్వం అందించే వార్షిక వడ్డీ కూడా నిలిచిపోతుంది.

రిటైర్మెంట్ తర్వాత వడ్డీ వస్తుందా..

ఈపీఎఫ్‌వో నిబంధనల ప్రకారం ఉద్యోగం నుంచి బయటకొచ్చాక ఎటువంటి నగదు చెల్లించకపోతే సభ్యుడికి 58 సంవత్సరాల నిండే వరకు వడ్డీ అందిస్తారు. 58 ఏళ్ల తర్వాత ఫైనల్ సెటిల్మెంట్‌కు అర్హత పొందిన తేదీ నుంచి మూడు సంవత్సరాల వరకు వడ్డీ కొనసాగుతోంది. ఈ మూడేళ్లల్లో ఈపీఎఫ్ బ్యాలెన్స్ క్లెయిమ్ చేయకపోతే ఈ అకౌంట్ పనిచేయడం ఆగిపోవడం వల్ల వడ్డీ అందదు.

ఎలా యాక్టివేట్ చేసుకోవాలి..

ఆధార్, పాన్, బ్యాంక్ అకౌంట్ కేవైసీ వివరాల అప్డేట్ చేసుకోవాలి

యూఏఎన్ యాక్టివ్‌గా ఉందని మొబైల్ నెంబర్‌తో నిర్ధారించుకోవాలి

యూఏఎన్ పోర్టల్ లేదా ప్రాంతీయ ఈపీఎఫ్‌వో కార్యాలయం ద్వారా క్లెయిమ్ సమర్పించవచ్చు

క్లెయిమ్ ప్రాసెస్ అయ్యాక అకౌంట్ మళ్లీ యాక్టివ్ అవుతుంది.

సకాలంలో కేవైసీ అప్డేట్ చేసుకోవడం లేదా క్లెయిమ్స్ దాఖలు చేయడం వల్ల అకౌంట్‌ను యాక్టివ్‌గా ఉంచుకోవచ్చు

పెట్టుబడిదారులకు అలర్ట్.. వెండి ధరలు ఎలా ఉండబోతున్నాయి నిపుణుల విశ్లేషణ ఇదే!

వీజశలో వెండి ఫ్యూచర్స్ ధర రూ.2.58 లక్షలకు పెరిగింది. ఖూ ఆర్థిక డేటా బలహీనపడటం, ఫెడ్ రేటు కోత అంచనాలు ధరల పెరుగుదలకు కారణం. గతంలో ఢిల్లీలో ధరలు తగ్గినప్పటికీ, సురక్షితమైన స్వర్గధామంగా వెండికి డిమాండ్ పెరుగుతోంది. మరిన్ని వివరాలు ఇలా ఉన్నాయి.. మల్టీ కమోడిటీ ఎక్స్ఛేంజ్ లో వెండి ఫ్యూచర్స్ ధర 2.52 శాతం అంటే రూ.6,365 పెరిగి కిలోకు రూ.2,58,913కి చేరుకుంది. ఫిబ్రవరి 10న ఢిల్లీలో వెండి ధరలు రూ.7,500 లేదా దాదాపు 3 శాతం తగ్గి కిలోకు రూ.2.64 లక్షలకు చేరుకున్నాయి. ఆల్ ఇండియా సరాఫా అసోసియేషన్ ప్రకారం.. సోమవారం కిలోకు రూ.2,72,000గా ముగిసిన వెండి ధర నుండి రూ.7,500 తగ్గి కిలోకు రూ.2,64,500కి (అన్ని పన్నులు కలిపి) చేరుకుంది. వెండి ధరల గురించి కమోడిటీ నిపుణుడు అజయ్ సురేష్ కేడియా మాట్లాడుతూ.. బలహీనమైన ఖూ ఆర్థిక డేటా సురక్షితమైన స్వర్గధామ డిమాండ్‌ను పెంచడంతో మునుపటి సెషన్ నష్టాల నుండి తిరిగి పుంజుకుని, వెండి 1 శాతం కంటే ఎక్కువ పెరిగి 82 డాలర్ల దగ్గర ట్రేడవుతుందని అన్నారు. డిసెంబర్ రిటైల్ అమ్మకాలు ఊహించని విధంగా వృద్ధిని చూపించలేదు, ఇది వినియోగదారుల వ్యయంపై పెరుగుతున్న ఒత్తిడిని నొక్కి చెబుతోంది. మార్కెట్లు ప్రస్తుతం సంవత్సరాంతానికి ఫెడరల్ రిజర్వ్ రేటు కోతలలో దాదాపు 60 బేసిస్ పాయింట్లను పరిగణనలోకి తీసుకుంటున్నాయి. అదే సమయంలో విధాన అనిశ్చితి కారణంగా పెట్టుబడిదారులు డాలర్ విలువ కలిగిన ఆస్తుల నుండి దూరంగా ఉంటున్నారు. ఇటీవలి పదునైన ర్యాలీలు, అమ్మకాలు అస్థిరత ఆందోళనలను పెంచాయని నిపుణుడు చెప్పారు. వెండి భవిష్యత్తుపై కేడియా మాట్లాడుతూ.. వెండి ధరలు 80.80 డాలర్ల కంటే ఎక్కువగా ఉండటం పెరుగుదల జోరును సూచిస్తుందని అన్నారు. ఈ లోహం ఈ స్థాయి కంటే ఎక్కువగా ఉన్నప్పటికీ, ఇది ప్రారంభంలో 83.50 డాలర్లని పరీక్షించే అవకాశం ఉంది, ఆ తర్వాత 85.20 డాలర్ల వద్ద నిరోధం ఉంటుంది.

ట్రాన్సాక్షన్ లిమిట్ పెంపు!- డిపాజిట్లు, ఆస్తులు, వాహనాల కొనుగోలుకు ఊరట!- ఏప్రిల్ 1 నుంచే అమలు!

న్యూ ట్యాక్స్ రూల్స్ 2026తో మధ్యతరగతి ప్రజలకు, చిరు వ్యాపారులకు ఊరట- ఏప్రిల్ 1 నుంచే అమలు

సామాన్యులు, చిరువ్యాపారులకు గుడ్ న్యూస్ . పాన్ ట్రాన్సాక్షన్స్ లిమిట్ పెంచుతూ ఆదాయ పన్ను శాఖ కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది. ఇందుకోసం దశాబ్దాల కాలం నాటి నిబంధనల స్థానంలో 'ఆదాయపు పన్ను నిబంధనలు, 2026' పేరుతో కొత్త ముసాయిదాను ప్రవేశపెట్టింది. మధ్యతరగతి ప్రజలకు, చిరు వ్యాపారులకు ఊరట కలిగించడంతోపాటు, బ్యాంకింగ్, వ్యాపార లావాదేవీలు మరింత సరళతరం చేయడమే లక్ష్యంగా ఈ ముసాయిదా ప్రతిపాదనలు చేసింది.

బ్యాంకింగ్ లావాదేవీలు- పరిమితి పెంపు

ప్రస్తుత నిబంధనల ప్రకారం, బ్యాంక్ లేదా పోస్టాఫీస్ లో ఒక రోజుకు రూ.50వేలు కంటే ఎక్కువ నగదు డిపాజిట్ చేస్తే పాన్ కార్డు ఇవ్వడం తప్పనిసరి. అయితే కొత్త ముసాయిదాలో ఈ రోజు వారీ పరిమితిని తొలగించి, వార్షిక పరిమితిని ప్రవేశపెట్టారు. అంటే ఇకపై ఒక ఆర్థిక సంవత్సరంలో మొత్తం రూ.10 లక్షలు లేదా అంతకంటే ఎక్కువ నగదు డిపాజిట్ / విత్ డ్రా చేసినప్పుడు మాత్రమే పాన్ కార్డు సమర్పించాల్సి ఉంటుంది. ఇది తరచూ చిన్నచిన్న నగదు లావాదేవీలు చేసేవారికి ఊరట కలిగిస్తుంది.

వాహనాల కొనుగోలు- రూల్స్ ఛేంజ్

ఇప్పటి వరకు ధరతో సంబంధం లేకుండా ఏదైనా నాలుగు చక్రాల వాహనం కొనుగోలు చేయాలంటే పాన్ కార్డు తప్పనిసరిగా సమర్పించాలి. కానీ కొత్త ముసాయిదా నిబంధనల ప్రకారం, రూ.5 లక్షల కంటే తక్కువ ధర ఉన్న వాహనాలకు పాన్ కార్డు సమర్పించాల్సిన పనిలేదు. అయితే తొలిసారి రూ.5 లక్షల కంటే ఎక్కువ ధర ఉన్న టూవీలర్ (బైక్ /స్కూటర్) కొనుగోలుకు పాన్ కార్డు తప్పనిసరి చేయాలని ప్రతిపాదించారు.

హోటల్ బిల్లులకు కూడా

పర్యాటక, ఆతిథ్య రంగాలను ప్రోత్సహించేందుకు హోటల్ , రెస్టారెంట్ బిల్లు చెల్లింపు పరిమితిని రెట్టింపు చేశారు. గతంలో రూ.50వేలకు పైన బిల్లు చెల్లించాలంటే పాన్ ఇవ్వాల్సి ఉండేది. కానీ ఇప్పుడు ఆ పరిమితిని రూ.1 లక్షలకు పెంచారు. ఈ నిబంధన బాంక్వెట్ హాళ్లు, కన్వెన్షన్ సెంటర్లు, ఈవెంట్ మేనేజ్ మెంట్ సేవలకు కూడా వర్తిస్తుంది.

రియల్ ఎస్టేట్ రంగానికి ఊతం

రియల్ ఎస్టేట్ మార్కెట్ లో పారదర్శకతను పెంచుతూనే, రాతపనిని తగ్గించేందుకు ఈ ముసాయిదాలో పలు నిబంధనలు మార్చారు. ఆస్తుల కొనుగోలు, విక్రయం లేదా కానుక (గిఫ్ట్) కింద జరిగే లావాదేవీలకు ఉన్న పాన్ పరిమితిని రూ.10 లక్షల నుంచి రూ.20 లక్షలకు పెంచారు. అంటే రూ.20 లక్షల కంటే ఎక్కువ విలువైన ఆస్తి లావాదేవీలకు మాత్రమే పాన్ కార్డు సమర్పించాల్సి ఉంటుంది.

ఇన్సూరెన్స్ సేవలకు

ఇక బీమా కంపెనీల నుంచి ఏదైనా పాలసీ కొనుగోలు చేయాలంటే, పాన్ కార్డు తప్పనిసరి చేయాలనే కొత్త నిబంధనలు ప్రతిపాదిస్తున్నాయి. మొత్తంగా చూసుకుంటే, డిజిటల్ ఆర్థిక వ్యవస్థను ప్రోత్సహించడానికి, పన్ను చెల్లింపుదారులకు వ్యాపార సౌలభ్యాన్ని మెరుగుపరచడానికి ఈ మార్పులు బాగా ఉపకరిస్తాయని చెప్పవచ్చు. ఆదాయ పన్ను శాఖ 2026 ఫిబ్రవరి 22 నుంచి ఈ ముసాయిదా నిబంధనలపై అభిప్రాయాలను, అభ్యంతరాలను తెలియజేయాలని ప్రజలను కోరింది. ఒక వేళ ఈ ముసాయిదాకు ఆమోదం లభిస్తే, ఈ 2026 ఏప్రిల్ 1 నుంచే అమల్లోకి వచ్చే అవకాశం ఉంది.

ఏప్రిల్ 1 నుంచి కొత్త చట్టం అమల్లోకి

న్యూ ఇన్ కంట్యాక్స్ యాక్ట్ -2025 ఏప్రిల్ 1 నుంచి అమలులోకి వస్తుందని ఆర్థిక మంత్రి నిర్మలా సీతారామన్ బడ్జెట్ ప్రసంగంలో చెప్పారు. సామాన్యులు కూడా ఈజీగా అర్థం చేసుకునేలా ఫారమ్ లను సరళతరం చేసామని తెలిపారు. ఎన్ ఆర్ ఎస్ కింద టీసీఎస్ రేటు 5 శాతం నుంచి 2 శాతానికి తగ్గించాలని నిర్ణయించామన్నారు. సవరించిన పన్ను రిటర్నుల దాఖలు గడువును డిసెంబర్ 31 నుంచి మార్చి 31 వరకు పొడిగిస్తున్నట్లు తెలిపారు. అయితే ఈ బడ్జెట్లో మధ్యతరగతి ప్రజలు ఎదురుచూసిన ఆదాయపు పన్ను మినహాయింపులు ఏమీ లేవు. ఈసారి పన్ను శ్లాబుల్లో ఎటువంటి మార్పులు చేయనప్పటికీ, దశాబ్దాల కాలం నాటి పాత చట్టానికి స్వస్తి పలుకుతూ కొత్త అధ్యాయానికి తెరలేపారు. 60 ఏళ్ల నాటి 1961 ఆదాయపు పన్ను చట్టం స్థానంలో, ఏప్రిల్ 1 నుంచి కొత్త ఆదాయపు పన్ను చట్టం-2025 అమల్లోకి తెస్తామని చెప్పారు. సంక్లిష్టంగా ఉన్న సెక్షన్లను 819 నుంచి 536కి తగ్గించి, సామాన్యులకు సైతం సులభంగా అర్థమయ్యేలా దీనిని రూపొందించామని చెప్పారు. గతేడాది ప్రకటించిన విధంగానే పన్ను శ్లాబులను ఉంచారు. అయితే సెక్షన్ 87ఏ కింద లభించే పన్ను రిబేట్ వల్ల రూ.12 లక్షల వరకు ఆదాయం ఉన్నవారికి ఎటువంటి పన్ను పడదు. దీనికి అదనంగా రూ.75,000 స్టాండర్డ్ డిడక్షన్ కలిపితే, రూ.12.75 లక్షల వరకు ఆదాయం ఉన్న శాలరీడ్ ఎంప్లాయిస్‌కు జీరో పన్ను వర్తిస్తుంది.

మదుపర్లకు భద్రత.. మార్కెట్‌కు ముప్పు!

ఈ సారి ప్రవేశపెట్టిన బడ్జెట్ కొందరిని మెప్పించగా.. మరికొందరిని నిరాశపర్చింది. దీని ప్రభావం స్టాక్ మార్కెట్‌పై కూడా పడింది. 1999 తర్వాత మళ్లీ ఆదివారం నిర్వహించిన 'ఫుల్ సెషన్' నష్టాల్లో ముగిసింది. సెన్సెక్స్ సుమారు 1500 పాయింట్లు, నిఫ్టీ సుమారు 500 పాయింట్లు పడిపోయింది. అయితే ఈ బడ్జెట్లో స్టాక్ మార్కెట్ ట్రేడింగ్‌కు సంబంధించి 'ఫ్యూచర్ అండ్ ఆప్షన్స్' విభాగంలో తీసుకున్న నిర్ణయం ఇప్పుడు చర్చ నీయాంశంగా మారింది.

మదుపర్లకు భద్రత.. మార్కెట్‌కు ముప్పు

ఈ సారి ప్రవేశపెట్టిన బడ్జెట్ కొందరిని మెప్పించగా.. మరికొందరిని నిరాశపర్చింది. దీని ప్రభావం స్టాక్ మార్కెట్‌పై కూడా పడింది. 1999 తర్వాత మళ్లీ ఆదివారం నిర్వహించిన 'ఫుల్ సెషన్' నష్టాల్లో ముగిసింది. సెన్సెక్స్ సుమారు 1500 పాయింట్లు, నిఫ్టీ సుమారు 500 పాయింట్లు పడిపోయింది. అయితే ఈ బడ్జెట్లో స్టాక్ మార్కెట్ ట్రేడింగ్‌కు సంబంధించి 'ఫ్యూచర్ అండ్ ఆప్షన్స్' విభాగంలో తీసుకున్న నిర్ణయం ఇప్పుడు చర్చ నీయాంశంగా మారింది. ఇది మదుపర్లకు భద్రతగా కొందరు విశ్లేషిస్తుండగా.. మరికొందరు భవిష్యత్తులో 'మార్కెట్'కు ముప్పు తప్పదేమోనని ఆందోళన వ్యక్తం చేస్తున్నారు.

పెరిగిన పన్నులు..

తాజా బడ్జెట్‌లో కేంద్రం 'డెరివేటివ్స్ మార్కెట్'కు సంబంధించి పన్నులను భారీగా పెంచింది. స్పెక్యులేషన్‌ను తగ్గించే పేరుతో ఎస్‌టీటీ (సెక్యూరిటీ ట్రాన్సాక్షన్ ట్యాక్స్) రేట్లను సవరించింది. ఈక్విటీ ఫ్యూచర్స్ ట్రేడింగ్‌పై పన్నును 150 శాతం పెంచింది. మరీ ముఖ్యంగా రిటైల్ ట్రేడర్లు ఎక్కువగా ఆసక్తి చూపించే ఆప్షన్స్ ట్రేడింగ్‌లో.. ప్రీమియం విలువను 50 శాతం పెంచింది. ఫ్యూచర్స్ ఎక్సర్ సైజ్ చేసేటప్పుడు ఉన్న ఎస్టీటీని 20 శాతం పెంచింది.

సర్కారు చెప్పిన 'లక్ష్యాలు' మంచివే అయినా..

ఈ పన్ను పెంపులను 'సామాన్యుల రక్షణ కవచం'గా కొందరు అభివర్ణిస్తున్నారు.. గతంలో విడుదలైన నివేదికల ప్రకారం.. ఫ్యూచర్స్ అండ్ ఆప్షన్స్ విభాగంలో ట్రేడింగ్ చేస్తున్న వారిలో 90 శాతం మంది నష్టాల పాలవుతున్నారు. స్టాక్ మార్కెట్‌పై పరిజ్ఞానం లేని యువత, వేతన జీవులు.. త్వరగా సంపన్నులవ్వాలనే ఆశతో ఇందులో దిగి ఉన్నది పోగొట్టుకుంటున్నారు. పన్నులు పెంచడం ద్వారా వీరి ప్రవేశాన్ని కఠినతరం చేసినట్లవుతుంది. మరోవైపు స్టాక్ మార్కెట్ అనేది సంపద సృష్టికి వేదిక.. కానీ క్షణాల్లో లాభ నష్టాలను తేల్చే జూదశాలగా కొందరు మార్చేశారు. అధిక పన్నుల వల్ల స్పెక్యులేషన్ ఆధారంగా జరిగే ట్రేడింగ్ తగ్గి.. పెట్టే పెట్టుబడులు స్థిరమైన ఈక్విటీలు, మ్యూచువల్ ఫండ్ల వైపు మళ్లే అవకాశముంది. చిన్న మొత్తాలతో పెద్ద రిస్క్ తీసుకునే ధోరణిని తగ్గించి.. ప్రజల్లో పొదుపు, సురక్షితమైన పెట్టుబడి అలవాట్లను ప్రోత్సహించడానికి ఈ పన్ను పెంపు దోహదపడుతుందనే అభి ప్రాయాలు వ్యక్తమవుతున్నాయి.

మార్కెట్‌పై ప్రతికూల ప్రభావం!

ఈ పన్ను పెంపు వల్ల మార్కెట్‌పై ప్రతికూల ప్రభావం పడే అవకాశాలు ఎక్కువగా ఉన్నాయనే ఆందోళనలు సైతం వ్యక్తమవుతున్నాయి. మార్కెట్ సజావుగా సాగాలంటే కొనుగోలు, అమ్మకం దారుల రద్దీ (లిక్విడిటీ/వాల్యూమ్) ఉండాలి. పన్ను భారం వల్ల ట్రేడర్లు మార్కెట్ నుంచి తప్పుకుంటే ట్రేడింగ్ పరిణామం భారీగా పడిపోతుంది. దీని వల్ల పెద్ద ఇన్వెస్టర్లు తమ షేర్లను అమ్ముకోవాలన్నా, కొనాలన్నా ఇబ్బంది అవుతుంది. ఇది మార్కెట్ పతనానికి దారితీయొచ్చుననే ఆందోళన సైతం ఉన్నది. మ్యూచువల్ ఫండ్స్, బీమా సంస్థలు తమ నష్టాల ను తగ్గించుకోవడానికి ఎఫ్ అండ్ ఓ మార్కెట్‌ను వాడుకుంటాయి. ఇప్పుడు పన్నుల పెంపుతో ఇది ఖరీదైన వ్యవహారంగా మారుతుంది. పరోక్షంగా ఈ భారం మళ్లీ సామాన్య మదుపర్లపైనే పడుతుంది. చట్టబద్ధమైన పన్నులు భరించలేక ట్రేడర్లు ప్రభుత్వ నియంత్రణ లేని 'డబ్బా ట్రేడింగ్' లేదా విదేశీ యాప్స్ ద్వారా జరిగే ఫారెక్స్, క్రిప్టో ట్రేడింగ్ వైపు మళ్లే ప్రమాదముంది. అంతేకాకుండా స్టాక్ బ్రోకింగ్ సంస్థలు, ట్రేడింగ్ పై ఆధారపడి జీవిస్తున్న ప్రొఫెషనల్ ట్రేడర్ల ఆదాయంపై ఇది కోలుకోలేని దెబ్బవేస్తుంది. ఫిన్ టెక్ రంగంలో ఉద్యోగాల కోతకు సైతం దారితీయొచ్చు. సామాన్యులను ఆర్థిక నష్టాల నుంచి కాపాడాలనే ప్రభుత్వ ఉద్దేశ్యం మంచిదే అయినా.. దాని కోసం ఎంచు కున్న మార్గం మార్కెట్ సమతుల్యను దెబ్బతీయొద్దు. ప్రభుత్వం మార్కెట్ పరిస్థితులను నిశితంగా గమనిస్తూ.. అవసరమైతే భవిష్యత్తులో దిద్దుబాటు చర్యలు చేపడితే బాగుంటుంది.

లవ్ ఉన్నా లవర్ లేదని ఫీలైపోతున్నారా..! ఇదిగో చిట్కా!

జంటలేని ఒంటరి జీవితం ఎందుకు? అనుకోకండి బ్రో.. మీకు వాలెంటైన్స్ డే రోజు ఏం చేయాలనే సందేహమే అవసరం లేదు. ఆరోజు మీ ఆలోచనలు ఆందోళనకరమైన విషయాలవవైపు వెళ్లకుండా ఉండేందుకు వివిధ పనులు, కార్యకలాపాలు మస్తు ఉంటాయి.

ఒకప్పుడు లవ్ చేసుకోవడమంటే పెద్ద టాస్కే.. పైగా అది అందరికీ చెప్పకూడని రహస్యంగా భావించే వారు. ఇప్పుడట్లేం లేదు బ్రో.. అంతా ఓపెన్ టాప్ సీక్రెట్లే..! పైగా ఈ రోజుల్లో గర్ల్ ఫ్రెండ్ లేదని నామోషీగా ఫీలయ్యే బాయ్స్.. బాయ్ ఫ్రెండ్ లేదని నామోషీగా ఫీలయ్యే గర్ల్స్ ఎక్కువే ఉంటున్నారడం ఏమాత్రం అతిశయోక్తి కాదు! పైగా అసలే వాలెంటైన్స్ డే సందర్భమిది. మరి గర్ల్ ఫ్రెండ్ లేదా బాయ్ ఫ్రెండ్ లేని వాళ్ల పరిస్థితి ఏంటి? అని కూడా కొందరు సరదాగా మాట్లాడుకుంటున్నారు సోషల్ మీడియాలో.. అలాంటి వారికోసం కూడా ఏదో ఒక మార్గం లేకపోలేదు బ్రో/సిస్ అని సలహాలిస్తున్నారు పలువురు.. అవేంటో చూద్దాం పదండి! లవర్ ఉన్నోళ్లకేంటి బ్రో.. నచ్చిన విధంగా వాలెంటైన్స్ డేను జరుపుకుంటారు. ఆరోజు సినిమాలకో, షికార్లకో, విహార యాత్రలకో ప్లాన్ చేసుకుంటారు. కొందరు ఇంట్లోనే ఉండి ఎంజాయ్ చేస్తారు. ఇదంతా పక్కన పెడితే.. మరి మా సంగతేంటి? అనే సందేహాలు 'ఏక్ నిరంజన్'లను, 'పెళ్లి కాని ప్రసాదు'లను వెంటాడుతుంటాయి. అయితే మీకు లేనంత మాత్రాన మీరలా ఫీల్ అవ్వాల్సిన అవసరం లేదంటున్నారు కొందరు నిపుణులు. గర్ల్ ఫ్రెండ్ లేని యువకులు లేదా బాయ్ ఫ్రెండ్ లేని యువతులు, ఒంటరి వాళ్లమని, జంట లేదని, తమకేం సరదాలుంటాయని నిరాశ చెందాల్సిన పని లేదని చెబుతున్నారు. గర్ల్/బాయ్ ఫ్రెండ్ లేకపోయినా అందమైన క్షణాలను ఆస్వాదించే సరదా కార్యకలాపాలు చాలానే ఉంటాయి ట్రై చేయండని చెబుతున్నారు.

ఇలా ప్లాన్ చేసుకోవచ్చు..

పార్ట్‌నర్ లేదా బాయ్/గర్ల్ ఫ్రెండ్ లేకున్నా ఆనందంగా గడపడానికి అనేక మార్గాలు ఉంటాయి. "ముఖ్యంగా ఒంటరి వ్యక్తులు ఆ రోజు తమను తాము ప్రేమించుకోండి. ఇష్టమైన పనులు మీకోసం చేసుకోండి. దీనివల్ల మీలో గొప్ప అనుభూతి కలుగుతుంది. మీ భవిష్యత్తుకోసం మీరు మంచి నిర్ణయాలు తీసుకోగలుగుతారు. మీ ఆరోగ్యంపట్ల మీరు తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోగలుగుతారు. మిమ్మల్ని మీరు ప్రేమించుకోవడం, మీ పై మీరు నమ్మకాన్ని కలిగి ఉండటం ప్రేమకు మరో రూపంగా నిలుస్తుంది" అంటున్నారు నిపుణులు. ఎందుకంటే ఇలా ఉండే వ్యక్తులు ఆత్మ విశ్వాసంతో ఉండి అనేక విజయాలు సాధించగలుగుతారు. తద్వారా సమాజంలో గుర్తింపు, ఆదరణ, ప్రేమ సహజంగానే లభిస్తుంటాయి. పైగా 'మిమ్మల్ని మీరు నిజంగా ప్రేమించుకున్నప్పుడే ఇతరులను ప్రేమించగలుగుతారు' అంటుంటారు. కాబట్టి మీరు ఒంటరిగా ఉన్నట్లయితే అస్సలు ఫీలవ్వకండి. వాలెంటైన్స్ డే రోజు సరదాగా, మరింత ఉత్సాహంగా ఉండేలా ప్లాన్ చేసుకోండి.

ఫ్రెండ్స్‌తో కలిసి..

లైఫ్‌లో ఒంటరితనం లేదా పార్ట్‌నర్ లేకుండా ఉండటం కూడా అత్యంత సహజమైన దశ, యుక్త వయస్సుకు రాగానే వెంటనే గర్ల్ ఫ్రెండో, బాయ్ ఫ్రెండో కలిగి ఉండాలనే రూల్ ఏమీ లేదు కదా! ప్రతి ఒక్కరూ ప్రేమలో పడి చెట్ట పట్టాలేసుకుని తిరుగాలని కూడా లేదు. ఎవరి చాయిస్‌ను బట్టి వారు ఉంటారు. ఎవరి ఆసక్తిని బట్టి వారు మెలుగుతుంటారు. ఆయా పరిస్థితులు, అవకాశాలు కూడా సరదాలు, సంతోషాలు, పార్ట్‌నర్లు వంటి విషయాల్లో ప్రభావం చూపుతుంటాయి. సో.. మీరు మీ విషయంలో అస్సలు దిగులు పడకూడదంటున్నారు నిపుణులు. మీరు ఏక్ నిరంజన్‌లు అయినా సరే.. వాలెంటైన్స్ డే రోజు, మీ లాంటివారు ఇంకెంతోమంది ఉంటారని మర్చిపోకండి. మీ స్నేహితుల్లోనే చాలా మంది సింగిల్స్ ఉంటారు. వారితో కలిసి ఆ రోజు సరదాగా గడిపే ప్లాన్ చేసుకోండి. అందరూ కలిసి పార్టీ చేసుకోవచ్చు. నచ్చితే ఏ సముద్ర తీరానికో వెళ్లి క్యాండిల్లైట్ పార్టీ కూడా చేసుకోవచ్చు. అందరూ కలిసి సినిమాలకు, విహారాలకు వెళ్లొచ్చు. అందర్నీ ఉత్తేజ పరిచే సభలు, సమావేశాలు ఏర్పాటు చేసుకోవచ్చు. సంగీతాన్ని ఆస్వాదించవచ్చు. ఒంటరి వారందరూ కలిసి సామాజిక కార్యక్రమాల్లో పాల్గొనవచ్చు. చేయాలే కానీ బోలెడన్ని పనులుంటాయ్.. పంచుకోవాలి కానీ అనేక వేదికలు మీకోసం సిద్ధంగా ఉంటాయ్.

నచ్చిన ప్రదేశానికి వెళ్లి..

ఫ్రెండ్స్‌తో కలిసి నచ్చిన ప్రదేశానికి వెళ్లి అక్కడి పరిసరాలను ఆస్వాదించవచ్చు. ఫిబ్రవరి 14 నాడు నచ్చిన హోటల్‌కు వెళ్లి రుచికరమైన ఆహారంతో లంచ్ లేదా డిన్నర్ చేయవచ్చు. అందరూ కలిసి సరదాగా మాట్లాడుకోవచ్చు. వాలెంటైన్స్ డే గురించి చర్చించవచ్చు. అందరూ కలిసి ఫోటోలు దిగడం, వివిధ ఆటలు ఆడటం చేయవచ్చు. ఫ్రెండ్స్‌తో సరదాగా గడపడం ఇష్టం లేకుంటే ఒంటరిగా ఉండి కూడా మీరు ఆనందాన్ని ఆస్వాదించవచ్చు. మీ అందం, ఆహార్యంపై దృష్టి పెట్టండి. లేదా మీకు ఇష్టమైన దుస్తులు కొనడానికి, ఫేషియల్ చేసుకోవడానికి సమయం కేటాయించుకోండి. నచ్చిన హెయిర్‌కట్‌ని చేయించుకోండి. దీనివల్ల మీ మనసులో అందమైన అనుభూతి కలుగుతుంది.

అక్కడే ఆగిపోకండి.. !

ఆ రోజు మీరు సినిమా చూడాలంటే పార్ట్‌నర్ లేరని ఆగిపోకండి. అలా లేని ఇతర స్నేహితులతో కలిసి సినిమాకు వెళ్లండి. లేకుంటే ఇంట్లోనే మీకు నచ్చిన సినిమాలు, సిరీస్‌లు చూడండి. మీరే ఏవైనా రీల్స్ చేయండి. దీంతో మీలో ఆరోజు ఆనందం రెట్టింపవుతుంది. మీలోని అందమైన, ఉత్సాహ భరితమైన భావోద్వేగాలవల్ల ఆరోగ్యానికి మేలు చేసే హార్మోన్‌లు కూడా మీ మెదడులో రిలీజ్ అవుతాయి. మిమ్మల్ని మరింత ఉత్సాహంగా ఉంచుతాయి. ఫ్రెండ్స్‌తో కలిసి సినిమాలు చూడటానికి ఇష్టం లేకపోతే, మరో మార్గం ఉంది. ఇంట్లో కుటుంబ సభ్యులతో, తోబుట్టువుతో కలిసి డిన్నర్ చేయడం, సినిమాలు చూడటం చేయవచ్చు. మీకు డ్యాన్స్ ఇష్టమైతే అది కూడా ప్రాక్టీస్ చేయవచ్చు. కొత్త కొత్త బీట్స్ గురించి తెలుసుకోవచ్చు.

ఈ యాక్టివిటీస్‌లో పాల్గొనవచ్చు

వాలెంటైన్స్ డే రోజు ఇబ్బందిగా ఫీలవ్వకుండా ఉండేందుకు స్వచ్ఛంద సేవా కార్యక్రమాలను కూడా ఎంచుకోవచ్చు. ఆ రోజు అనాథాశ్రమానికో, వృద్ధాశ్రమానికో వెళ్లి అక్కడ గడపవచ్చు. వివిధ పనుల్లో సాయం చేయవచ్చు. ఆయా వ్యక్తులతో సంభాషించడం మీకు ఇష్టమైతే అలా కూడా చేయవచ్చు. వారి గురించి తెలుసుకున్నాక మీలో ఏవైనా ఐడియాలు వస్తే పంచుకోవచ్చు.

ఆహ్లాదకరంగా, ఆనందంగా..

జంటలేని ఒంటరి జీవితం ఎందుకు? అనుకోకండి బ్రో.. మీకు వాలెంటైన్స్ డే రోజు ఏం చేయాలనే సందేహమే అవసరం లేదు. ఆరోజు మీ ఆలోచనలు ఆందోళనకరమైన విషయాలవవైపు వెళ్లకుండా ఉండేందుకు వివిధ పనులు, కార్యకలాపాలు మస్తు ఉంటాయి. మీరుండే రూమ్, హాస్టల్ గది లేదా మీ ఇంటిని సర్దుకోవచ్చు. అందంగా డెకరేట్ చేసుకోవచ్చు. ఆహ్లాదకరమైన వాతావరణం కలిగేలా తీర్చిదిద్దుకోవచ్చు. మీరే స్వయంగా మార్కెట్‌కు వెళ్లి అలంకరణ వస్తువులను తీసుకొచ్చి అలంకరించుకోవచ్చు. మీరు కూడా అందంగా ముస్తాబై అద్దంలో చూసుకుని మురిసిపోవచ్చు. కుటుంబ సభ్యులు మెచ్చే పనులు చేయవచ్చు. ఇష్టమైన వంటకాలు వండుకొని తినవచ్చు. లేదా ఆర్డర్ చేసుకోవచ్చు. నచ్చిన పుస్తకాలు చదవొచ్చు. పెండింగ్‌లో ఉన్న మీకు ఇష్టమైన పనులు పూర్తి చేయవచ్చు. పెరట్లో కొత్తగా మొక్కలను నాటవచ్చు. మనసులో ఎవరైనా ఉంటే ప్రపోజ్ చేయవచ్చు. చేయాలేగానీ అనేక రకాల పనులు, కార్యకలాపాలు ఉంటాయి. అవి మిమ్మల్ని సంతోషంగా ఉంచుతాయి. కాబట్టి డోంట్ వర్రీ బాయ్స్ అండ్ గర్ల్స్!

భారత్-అమెరికా వాణిజ్య ఒప్పందంలో కీలక మార్పులు

భారత్- అమెరికా దేశాల మధ్య కుదిరిన చారిత్రాత్మక మధ్యంతర వాణిజ్య ఒప్పందం లో కీలక పరిణామం చోటు చేసుకుంది. ఈ ఒప్పందానికి సంబంధించి శ్వేతసౌధం విడుదల చేసిన 'ఫ్యాక్ట్ షీట్' లో అనూహ్య మార్పులు చోటుచేసుకున్నాయి.

భారత్- అమెరికా దేశాల మధ్య కుదిరిన చారిత్రాత్మక మధ్యంతర వాణిజ్య ఒప్పందం లో కీలక పరిణామం చోటు చేసుకుంది. ఈ ఒప్పందానికి సంబంధించి శ్వేతసౌధం విడుదల చేసిన 'ఫ్యాక్ట్ షీట్' లో అనూహ్య మార్పులు చోటుచేసుకున్నాయి. తొలుత విడుదల చేసిన నివేదికలో భారత్ అమెరికాకు చెందిన 'పప్పుధాన్యాలపై' పన్నులు తగ్గించనుందని పేర్కొన్న అమెరికా, తాజాగా సవరించిన నివేదికలో ఆ పదాన్ని పూర్తిగా తొలగించింది. కాగా భారత వ్యవసాయ రంగంపై ప్రభావం చూపే ఈ అంశాన్ని ఒప్పందంలో భాగంగా భారత్ అంగీకరించలేదని, అందుకే శ్వేతసౌధం ఈ సవరణ చేయాల్సి వచ్చిందని నిపుణులు భావిస్తున్నారు. వాణిజ్య లక్ష్యాల విషయంలో కూడా శ్వేతసౌధం తన పదజాలాన్ని మార్చుకుంది. అమెరికా నుంచి సుమారు 500 బిలియన్ డాలర్ల విలువైన వస్తువులను కొనుగోలు చేయడానికి భారత్ 'కట్టుబడి ఉంది'అని మొదట పేర్కొన్న శ్వేతసౌధం, ఇప్పుడు దానిని భారత్ 'ఉద్దేశిస్తోంది' అని మార్చింది. దీనివల్ల ఈ కొనుగోళ్లు ఒక తప్పనిసరి ఒప్పందం కాదని, కేవలం భవిష్యత్తు వాణిజ్య అంచనాలు మాత్రమేనని స్పష్టమవుతోంది. ఈ మార్పు ద్వారా భారత్ తన సార్వభౌమత్వాన్ని, వాణిజ్య వెసులుబాటును కాపాడుకోగలిగిందని విశ్లేషకులు అంచనా వేస్తున్నారు. మరో ముఖ్యమైన మార్పు ఈ డీల్‌లో మారో మారు.. డిజిటల్ సేవల పన్ను విషయంలో జరిగింది. భారత్ తన డిజిటల్ పన్నును తొలగిస్తుందని అమెరికా తొలుత ప్రకటించినప్పటికీ, తాజా నివేదికలో ఆ వాక్యాన్ని తొలగించి, కేవలం డిజిటల్ వాణిజ్య నిబంధనలపై చర్చలు జరపడానికి రెండు దేశాలు అంగీకరించాయని మాత్రమే పేర్కొంది. అలాగే, భారత్ కొనుగోలు చేయాల్సిన వస్తువుల జాబితా నుంచి 'వ్యవసాయ ఉత్పత్తులు' అనే పదాన్ని తొలగించి, కేవలం ఇంధనం కమ్యూనికేషన్ టెక్నాలజీ, బొగ్గు వంటి రంగాలకు మాత్రమే పరిమితం చేశారు. ఈ సవరణలు భారత వాణిజ్య వ్యూహానికి దక్కిన విజయంగా విశ్లేషకులు అభిప్రాయపడుతున్నారు. దేశీయ రైతులకు, ఐటీ రంగ ప్రయోజనాలకు విఘాతం కలగకుండా భారత్ తన అభ్యంతరాలను గట్టిగా వినిపించడంతోనే శ్వేతసౌధం ఈ మార్పులు చేసినట్లు తెలుస్తోంది. ఇరు దేశాల మధ్య పరస్పర ప్రయోజనాల ప్రాతిపదికన ఈ ఒప్పందం కొనసాగుతుందని, రాబోయే రోజుల్లో మరిన్ని చర్చల ద్వారా పూర్తి స్థాయి వాణిజ్య ఒప్పందానికి మార్గం సుగమం అవుతుందని అధికారులు అంచనా వేస్తున్నారు.

నెలసరి ఆలస్యమవుతోందా - ఇవి చెక్ చేసుకోవాలంటున్న నిపుణులు!

రుతు క్రమంలో ఇబ్బందులకు మానసిక ఒత్తిడితోపాటు అధిక వ్యాయామమూ కారణం కావొచ్చట!

నెలసరి కొన్నిసార్లు ముందుగా లేదంటే ఆలస్యంగా రావడం మామూలే! అయితే, కొంతమందిలో ప్రతిసారీ ఇలాగే జరుగుతుంటుంది. హార్మోన్ల అసమతుల్యతే దీనికి కారణమనుకుంటారు. కానీ, ఇది నిజం కాదంటున్నారు నిపుణులు. జీవనశైలి మార్పులు, పలు ఆరోగ్య సమస్యలూ ఇందుకు కారణం కావచ్చని చెబుతున్నారు. అందుకే ప్రతి నెలా పిరియడ్స్ ముందుగా లేదంటే ఆలస్యంగా వస్తున్నట్లు గమనిస్తే, ఎవరికి వారే స్వయంగా కొన్ని ప్రశ్నలు వేసుకోవాలని పేర్కొంటున్నారు. తద్వారా అసలు సమస్యేంటో గుర్తించి, మొదట్లోనే డాక్టర్‌ని సంప్రదించి చికిత్స తీసుకోవచ్చని సూచిస్తున్నారు. మరి, మిమ్మల్ని మీరు అడగాల్సిన ప్రశ్నలేంటో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం!

ఒత్తిడికి గురవుతున్నానా :

ప్రస్తుతం చిన్న చిన్న విషయాలకే ఒత్తిడికి గురవడం, ఆందోళన చెందడం చాలామందిలో కనిపిస్తుంది. అయితే, ఇలా ఒత్తిడికి గురైన ప్రతిసారీ శరీరంలో కార్టిసాల్ హార్మోన్ ఉత్పత్తి పెరుగుతుందంటున్నారు నిపుణులు. ఇది ఇతర హార్మోన్ల స్థాయుల పైనా ప్రతికూల ప్రభావం చూపుతుందని చెబుతున్నారు. ఈ క్రమంలో నెలసరిని క్రమబద్ధీకరించే ల్యుటినైజింగ్, ఫాలికల్ స్టిమ్యులేటింగ్ హార్మోన్, ఈస్ట్రోజెన్, ప్రొజెస్టరాన్ వంటి హార్మోన్ల స్థాయులు అదుపు తప్పుతాయని పేర్కొంటున్నారు. దీని ప్రభావం నెలసరిపై పడి.. తద్వారా ఇర్రెగ్యులర్ పిరియడ్స్‌కు దారితీస్తుందని తెలియజేస్తున్నారు. కాబట్టి నెలనెలా పిరియడ్స్ ఆలస్యమైతే.. 'తాము ఏ విషయంలోనైనా టెన్షన్ పడుతున్నావ' అని ఎవరికి వారే ప్రశ్నించుకోవాలని సూచిస్తున్నారు. ఫలితంగా మీ ఇర్రెగ్యులర్ పిరియడ్స్‌కి ఒత్తిడి కారణమా కాదా అనేది తెలుస్తుందని సలహా ఇస్తున్నారు. ఒత్తిడి.. రుతు చక్రంపై ప్రభావం చూపుతుందని ఎశ్రీవజవశ్రీఖఅఎశ్రీఅఅఅష అధ్యయనం పేర్కొంది.

డైటింగ్ వల్లా :

శరీరానికి పోషకాలన్నీ అందినప్పుడే హార్మోన్లు సక్రమంగా పని చేస్తాయి. కానీ, కొందరైతే డైటింగ్ పేరుతో కడుపు మాడ్చుకుంటారు. దీనివల్ల శరీరానికి సరిపడా పోషకాలు, క్యాలరీలు అందవట. దీనివల్ల కూడా ఈస్ట్రోజెన్, ప్రొజెస్టరాన్ వంటి ప్రత్యుత్పత్తి హార్మోన్ల అసమతుల్యత తలెత్తుతుందని పలు అధ్యయనాల్లో వెల్లడైంది. ఇదీ నెలసరి క్రమం తప్పడానికి, ఆలస్యంగా రావడానికి కారణమవుతుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. అందుకే పిరియడ్స్ ప్రతి నెలా ఆలస్యమవుతుంటే.. తాము డైట్‌లో ఏవైనా మార్పులు చేసుకున్నామా? క్యాలరీల్ని తగ్గించామా అనే దిశగానూ ఆలోచించాలంటున్నారు. ఋతుక్రమ రుగ్మతలు ఉన్న మహిళలు అధిక చక్కెర కలిగిన ఆహారాలు లేదా పానీయాలను ఎక్కువగా తీసుకుంటారని, తగినంత పోషకాలు తీసుకోరని చీఫ్‌అశీఖ్రీ ాఅఎత్రీఖతీఎ శీట వీవఎఅషఅఅవ అధ్యయనం పేర్కొంది. లతో సార్ట్ చేస్తారు. కానీ, కొంతమంది త్వరగా బరువు తగ్గాలని మొదట్లోనే అధిక తీవ్రత ఉన్న వ్యాయామాల్ని రొటీన్‌లో చేర్చుకుంటారని నిపుణులు చెబుతున్నారు. దీనికి తోడు ఆహారం కూడా సరిగ్గా తీసుకోరని చెబుతున్నారు. ఫలితంగా, శరీరం శక్తి స్థాయుల్ని కోల్పోతుందంటున్నారు. ఇది పిరియడ్స్ పై ప్రతికూల ప్రభావం చూపుతుందని తెలియజేస్తున్నారు. తద్వారా నెలసరి ఆలస్యమవడం, కొంతమందిలో ఆగిపోవడం కూడా జరుగుతుందంటున్నారు. అంతేకాదు, ఉన్నట్లుండి బరువు తగ్గినా, పెరిగినా కూడా పిరియడ్స్ సమస్యలు తప్పవంటున్నారు. నెలసరిని క్రమబద్ధీకరించే ఈస్ట్రోజెన్, ప్రొజెస్టరాన్ హార్మోన్లలో హెచ్చుతగ్గులే ఇందుకు ప్రధాన కారణమట! కాబట్టి, నెలసరి ఆలస్యమైతే మీ శారీరక బరువు, వ్యాయామాల విషయాల్లోనూ ఈ ప్రశ్నలు సంధించుకోవడం వల్ల అసలు కారణమేంటో ఓ అవగాహన వస్తుందని పేర్కొంటున్నారు. క్రమరహిత రుతుస్రావానికి అధిక వ్యాయామం కూడా ఒక కారణమని అఅష్టౖస.అఅష్ట.ౖశీజ అధ్యయనం పేర్కొంది.

మందుల ప్రభావమేమో :

దీర్ఘకాలం మందులు వాడే వారు, వాటిని మార్చినా మొదట్లో కొన్నాళ్ల పాటు నెలసరి అదుపు తప్పడం గమనిస్తుంటాం. ముఖ్యంగా, గర్భ నిరోధక మాత్రలు, ఒత్తిడిని తగ్గించే మందులు, థైరాయిడ్-స్థూలకాయానికి సంబంధించిన మందులు, కొన్ని రకాల నొప్పి నివారిణులు కూడా నెలసరిపై ప్రతికూల ప్రభావం చూపిస్తాయంటున్నారు నిపుణులు. అంతేకాదు, రక్తస్రావంలోనూ హెచ్చుతగ్గులొస్తాయని చెబుతున్నారు. అందుకే పిరియడ్స్ విషయంలో మార్పులేవైనా గమనిస్తే, 'నేను వాడే కొత్త మందుల వల్లే ఇలా జరుగుతోందేమో'నని ఒకటికి రెండుసార్లు ప్రశ్నించుకోవడం మంచిదని సూచిస్తున్నారు.

నిద్ర సరిపోతోందా :

పని ఒత్తిడి, షిఫ్టుల వల్ల ఇప్పుడు చాలామంది ప్రశాంతమైన నిద్రకు నోచుకోలేకపోతున్నారు. దీని ప్రభావం ఆరోగ్యంపై పడుతుందంటున్నారు నిపుణులు. తద్వారా బరువు పెరగడం, ఒబెసిటీ, పీసీఓఎస్ వంటి సమస్యలు తలెత్తుతాయని హెచ్చరిస్తున్నారు.

printed , published and owned by DR.B.ANILKUMAR ,@ 407 THARNAKA , HYDERABAD , Telangana state.published at DAIWIK PUBLICATIONS pvt.ltd.printed at SNEHITHA PRINTERS H.NO : 2-6 , Warangal Dist.Telangana state ,EDITOR DR.B.ANILKUMAR ,RNI NO TELTEL/2021/ 81079 , cell : 7702866885 ,vijethatelugudaily@gmail.com