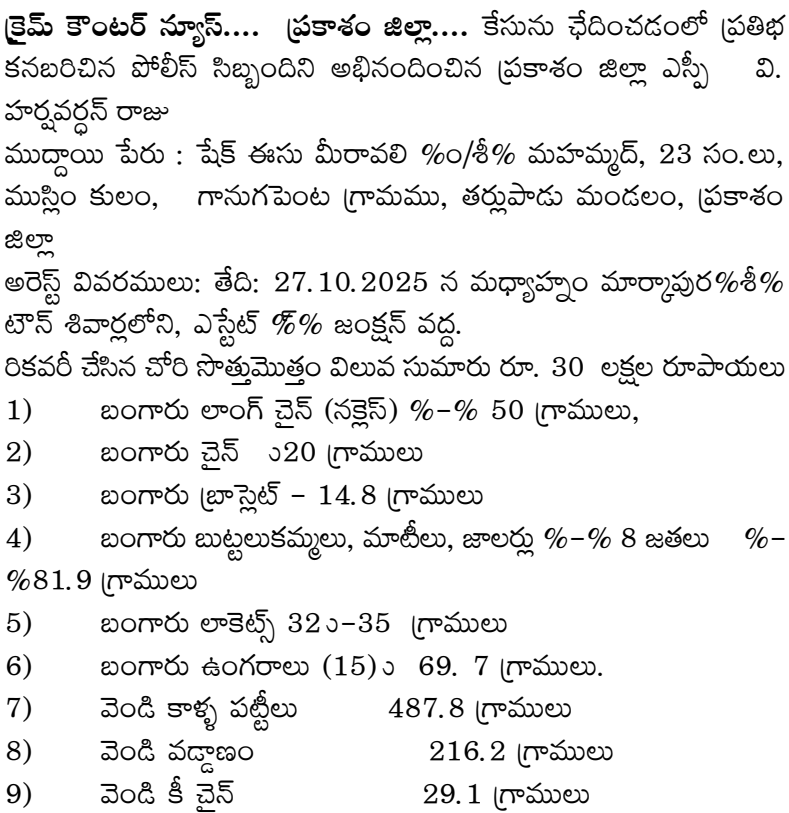


చేడు వ్యసనాలకు మరియు బెట్టింగులకు అలవాటు పడి రాత్రి పూట ఇంటిలో దొంగతనానికి పాల్పడిన దొంగను అరెస్ట్ చేసిన మార్కాపురం పోలీసులు.



10) డ్రోన్ కెమెరా .. 1

నేరము గురించి వివరములు:జిల్లాలో నేరలను నిర్మూలించుటకు మరియు నేరస్థులను గుర్తించుటకు ప్రకాశం జిల్లా 68% శ్రీ వి. హర్ష వర్మన్ రాజు, సూచనల మేరకు రాత్రి పూట నేరాలు గుర్తించి మరియు దొంగల గురించి ప్రత్యేక నిఘా ఉంచాలనే హెచ్చరికల నేపథ్యంలో 68% , స్వీయ పర్యవేక్షణలో, మార్కాపురం 6%అణూ 8%. నాగరాజు , ఆధ్వర్యంలో మార్కాపురం 6%జు, 9%, సుబ్బారావు, సర్కిల్ 6%౫౫% లకు ఇవ్వబడిన సూచనల మేరకు వారి పరిధిలో ముఖ్యమైన ప్రదేశాలలో కదలికలను గుర్తించుటకు నిఘా నేతృలు ఏర్పాటు చేసినారు.

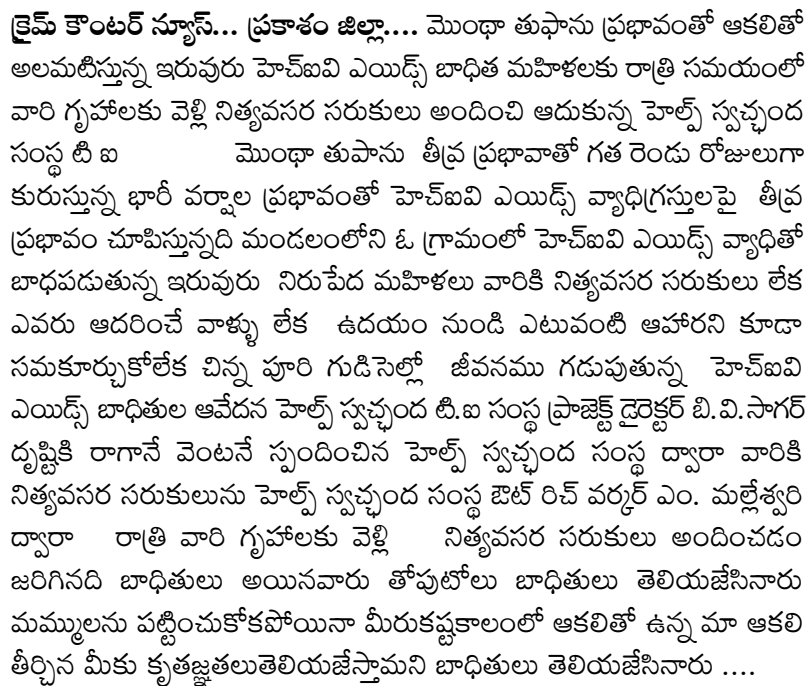
తేది. 01.08.2025 న మార్కాపురం టౌన్ లోని సత్యనారాయణ స్వామి గుడికి దగ్గరలో గల షేక్ బాబు కూల్ డ్రింక్స్ షాప్ వారు తేది 22.07.2025 న వారి కూతురి వద్దకు అస్సాం వెల్లుతూ, వారి ఇంటికి తాళాలు వేసి వెళ్ళినట్లు, తరువాత తేది 04.08.2025 న బాధితుడి బావమరిది ఈకేసులో పిర్యాది షేక్ కాశీంషా ఇంటిని తెరిచి చూసినప్పుడు, ఇంటిలో గుర్తు తెలియని దొంగలు బంగారు, వెండి వస్తువులు, డ్రోన్ కెమెరా మరియు మొబైలు ఫోన్ లను దొంగిలించబడినట్లు గమనించి పోలీస్ స్టేషన్ లో పిర్యాదు చేశాడు.

ఈ కేసును ప్రకాశం జిల్లా ఎస్పీ శ్రీ వి. హర్షవర్మన్ రాజు., ఆదేశాల మేరకు మార్కాపురం డి.ఎన్.పి పర్యవేక్షణలో మార్కాపురం సిబ్బంది మరియు వారి సిబ్బంది బృందాలుగా ఏర్పడి దర్యాప్తు ప్రారంభించటం జరిగింది. ఈ కేసుకు సంబంధించి అన్ని కోణాలలో దర్యాప్తు చేసి టెక్నికల్, నాన్ టెక్నికల్ ఆధారాలతో అనుమానిత ముద్దాయి కదలికల పై నిఘా ఉంచుతూ, తేది 27.10.2025 న మధ్యాహ్నం 15:15 గంటలకు మార్కాపురం 8% టౌన్ శివార్లలోని, ఎస్టేట్ 7% జంక్షన్ వద్ద ముద్దాయి మరొక దొంగతనం చేయడానికి, తాను దొంగిలించిన మిగిలిన ఆభరణాలను అమ్ముకోవడానికి వెళుతూ ఉండగా, రాబడిన సమాచారం మేరకు మార్కాపురం , మార్కాపురం టౌన్ 6%౫౫% మరియు వారి సిబ్బంది ముద్దాయిని పట్టుకొని అరెస్ట్ చేసి అతని వద్ద ఉన్న బంగారు, వెండి ఆభరణాలు మరియు ఒక డ్రోన్ కెమెరా, ఒక ఫోను స్వాధీన పరుచుకొనినారు.

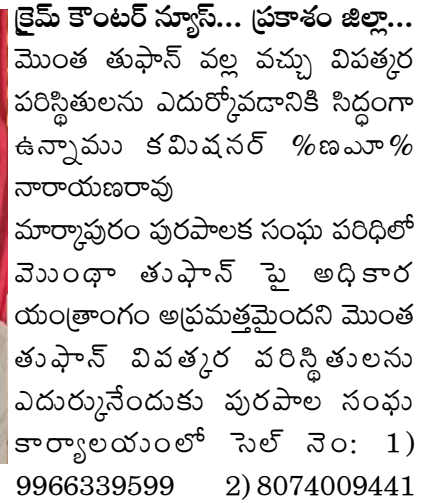
ముద్దాయి దొంగతనం చేసిన మిగిలిన బంగారు ఆభరణాలను మార్కాపురం లోని మరియు గిద్దలూరు నందు తాకట్టు పెట్టి, ఆ వచ్చిన డబ్బులతో తన చెదు వ్యసనాల కోసం, బెడ్డింగ్ కోసం డబ్బులను ఖర్చు చేసినాడని తెలిపినాడు.

మార్కాపురం సిబ్బ సుబ్బారావు వారి సిబ్బంది తో కలిసి సదరు హైనాన్స్ సెంట్రల్లో తాకట్టు పెట్టిన బంగారు వస్తువులను కేసు దర్యాప్తు నిమిత్తం స్వాధీన పర్చుకోబడినవి. స్వాధీనం చేసుకున్న సొత్తు విలువ సుమారు రూ. 30,00,000/- గా ఉన్నది. తదుపరి ఈ కేసులో ముద్దాయిని గౌరవ కోర్టు వారి ఎదుట రిమాండ్ నిమిత్తం హాజరు పర్చవలసి ఉన్నది.

అభినందన: ఈకేసులో ఉత్తమ ప్రతిభ కనపరిచిన మార్కాపురం నాగరాజు, మార్కాపురం 6%జు, 9%, సుబ్బారావు, మార్కాపురం టౌన్ 6%౫౫% , సైదు బాబు, మార్కాపురం రూరల్ 6%౫౫%. అంకమరావు పోలీస్ సిబ్బంది 6%జు-1307, 9౫%-2417-2363, వెంకటేశ్వర్లు, -2601 . ిపిసి 3927 పి.లక్ష్మి రెడ్డిలను జిల్లా 68% వి. హర్షవర్మన్ రాజు ప్రత్యేకంగా అభినందించారు.



**మార్కాపురం పురపాలక సంఘ కార్యాలయంలో
కమాండ్ కంట్రోల్ రూమ్ ఏర్పాటు**



3) 9966622515 లతో కమాండ్ కంట్రోల్ రూమ్ ను ఏర్పాటు చేశామని చెరువు కట్టి, అలుగు మరియు గుండ్లకమ్మపరివాహక ప్రాంత ప్రజలను కూడా అప్రమత్తం చేశామని అలాగే తుఫాన్ ప్రభావిత దృష్ట్యా ఉద్యోగులకు సెలవులు కూడా రద్దు చేసి అందరు అధికారులు, కార్యాలయ సిబ్బంది మరియు సచివాలయ సిబ్బంది 24 గంటలు ప్రజలకు అందుబాటులో ఉంటారని కమిషనర్ %ణామ% నారాయణరావు , తెలియజేశారు.

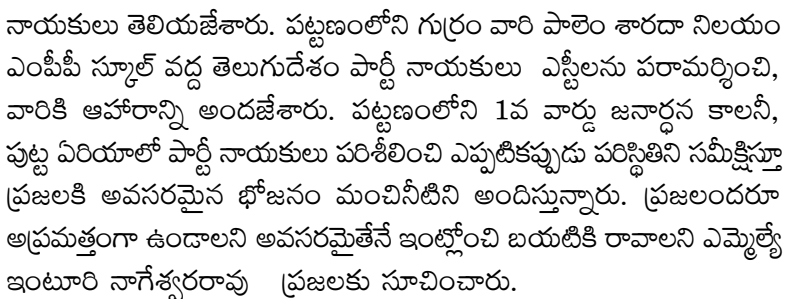
నేలకూలిన భారీ వృక్షం

క్రైమ్ కాంటర్ ప్రతినిధి లింగ
సముద్రం, మండలంలో నీ
పెద్దవని, కావలి మధ్య నిలిచిన
రాకపోకలు
లింగసముద్రం
మెంతా తుఫాన్ కారణంగా
కురుస్తున్న వర్షాలకు
మండలంలోని పెద్ద వవని
గ్రామంలో కొద్దిసేపటి క్రితం ఏళ్ల
తరబడి నాటి వేపచెట్టు బియ్యండ్
సమీపంలో మంగళవారం కుప్ప
కూలింది. దీంతో కావలి పెద్ద
వవనీ గ్రామాల మధ్య
రాకపోకలు నిలిచిపోయాయి.



తుఫాన్ సహాయ చర్యలలో టిడిపి నేతలు

డ్రైవ్స్ కౌంటర్ ప్రతినధి టి. నాగ బ్రహ్మం కందుకూరు రూరల్, కందుకూరు పట్టణంలోని పలు రోతట్టు ప్రాంతాలలో పట్టణ పార్టీ అధ్యక్షుడు దామా మల్లేశ్వరరావు, తదితర టీడీపీ నేతలు మంగళవారం శీ% పర్యటించారు. టి.ఆర్.ఆర్ గవర్నమెంట్ పాలిటెక్నిక్ కాలేజీలో ఏర్పాటు చేసిన పునరావాస కేంద్రాలకు వెళ్లి ప్రభుత్వం బాధితులకు ఏర్పాటు చేసిన సహాయ కార్యక్రమాలను పరిశీలించారు. బాధితులతో మాట్లాడి వారికి అందుతున్న సేవల గురించి వివరాలు తెలుసుకున్నారు. ఉదయం అల్పాహారం మధ్యాహ్న భోజనం ఏర్పాటు చేశారని, మున్సిపల్ అధికారులు, వైద్య సిబ్బంది, పార్టీ నాయకులు అందుబాటులో ఉండి తమకు ఎటువంటి ఇబ్బంది రాకుండా చూసుకుంటున్నారని బాధితులు సంతోషం వ్యక్తంచేశారు. చిన్న పిల్లలకు బిస్కెట్ ప్యాకెట్లను, పాలు పంపిణీ చేశారు. మునిసిపల్, రెవిన్యూ, పోలీసు, వైద్య సిబ్బందితో మాట్లాడారు. భారీ వర్షాలు కురుస్తున్న నేపథ్యంలో అప్రమత్తంగా ఉండాలని పట్టణ ప్రజలకు సూచించారు. ప్రజలకు ఎటువంటి ఇబ్బందులు తలెత్తకుండా చూడాలని ఎమ్మెల్యే ఇంటూరి నాగేశ్వరరావు ఎప్పటికప్పుడు పరిస్థితిని సమీక్షిస్తూ అధికారులకు ఆదేశాలిస్తున్నారని నాయకులు తెలిపారు. మీకు ఎప్పుడు సహాయం కావాలన్న తమకు తెలియజేసి వెంటనే స్పందించేందుకు సిద్ధంగా ఉన్నామని టీడీపీ



దర్గాహున్నూరులో నిరుపయోగంగా ఉన్న పీహెచ్‌సీ భవనం



తుఫాన్ షెల్టర్ కుప్రజల తరలింపు



ఉలపహడు క్రైమ్ కౌంటర్ ప్రతినిధి, మొ%శీ%థా తుఫాన్ సందర్భంగా మండలంలోని సుబ్బారాయుడు సత్రం, చాకి చర్ల తూర్పు, పడమర సంఘాలు, లోతట్టు ప్రాంతాలలో టిఎస్సీ బాలసుబ్రహ్మణ్యం మంగళవారం పర్యటించారు. ఆయన సూచనలు మేరకు% నుంచి దాదాపు 150 సూచనలు మేరకు సాగిచర్ల తుఫాను సెంటర్ కు తరలించారు. ఆయన వెంట ఎస్ఐ అంకమ్మ, సిబ్బంది ఉన్నారు.

దుప్పట్ల పంపిణీ కార్యక్రమం



క్రైమ్ కౌంటర్ ప్రతినిధి ఉలపహడు, ఎమ్మెల్యే నాగేశ్వరరావు తీరప్రాంత గ్రామాలలో ఎప్పటికప్పుడు సమాచారాన్ని తెలుసుకుంటూ అధికారులకు సూచనలు చేస్తున్నారు. ప్రధానంగా ఆహారం, తాగునీరు అందించేలా చర్యలు తీసుకుంటున్నారు. ప్రజల ఆరోగ్య పరిస్థితులను దృష్టిలో ఉంచుకొని వైద్య సిబ్బంది, మందులను అందుబాటులో ఉంచారు. తుఫాను షెల్టర్లలో తలదాచుకుంటున్న వారికి అందుతున్న సౌకర్యాలపై ఎప్పటికప్పుడు పర్యవేక్షణ చేస్తున్నారు. ఎమ్మెల్యే ఆదేశాలతో చాకిచెర్ల, పెద్దపట్టపుపాలెం తుఫాన్ షెల్టర్ లోని సుమారు 110 మంది తుఫాను ప్రభావిత బాధితులకు సొంత నిధులతో దుప్పట్లు పంపిణీ చేయించారు. టీడీపీ నాయకులు పొడపాటి సుధాకర్, గ్రామ పార్టీ అధ్యక్షుడు మిరియం మల్లికార్జున, తూపులి రమేష్, అశోక్, వెంకట్ ఇతర టీడీపీ నాయకులు కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

మార్కాపురం పట్టణ శివారులో నివసించే ప్రజల కి తుఫాను ముందస్తు సూచనలు



క్రైమ్ కౌంటర్ స్టాఫ్...ప్రకాశం జిల్లా.... మార్కాపురం పట్టణ శివారులో నివసించే ప్రజల కి తుఫాను ముందస్తు సూచనలు తెలియజేస్తున్న మార్కాపురం పట్టణ టిడిపి యూత్ అధ్యక్షులు దొడ్డ దుర్గేష్ రెడ్డి 15 వ వార్డు ఓటిన బోయిన రామాంజనేయులు 16 వార్డు ఇన్చార్జి చల్లగాలి విద్యాసాగర్ నాయకులు నాయకులు మరియు టిడిపి నాయకులు నారాయణ దుద్దుకూ రీ అల్లారయ్య ... ముం దా తుఫాన్

ముంచుకొస్తున్న నేపథ్యంలో బాధిత ప్రాంతాల్లో ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలి... వాతావరణ శాఖ జారీ చేసే తాజా హెచ్చరికలను ప్రజలు ఎప్పటికప్పుడు గమనించం డి... అత్యవసర పరిస్థితుల్లో తప్ప దూర ప్రాంత ప్రయాణాలు చేయవద్దు... విద్యుత్ వైర్లు స్తంభాలు ట్రాన్స్ ఫార్మర్ దగ్గరికి వెళ్ళవద్దు కొండ ప్రాంత ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలి... తుఫాన్ తుఫాను సమయంలో రోడ్లమీద చెట్లు కంచెలు, కూలేప్రవాదం ఉంది చిన్నపిల్లలని బయటకు పంపించకండి... ఎక్కడైనా విద్యుత్ వైర్లు తెగిపడితే వెంటనే మార్కాపురం పట్టణసాధారణగా విద్యుత్ అధికారులకు సమాచారం ఇవ్వండి మీ మొబైల్ లో అత్యవసర నెంబర్లు మీ దగ్గర ఉంచుకోండి... మార్కాపురం పట్టణ టిడిపి యూత్ అధ్యక్షుడు దొడ్డ దుర్గేష్ రెడ్డి....



ఆహార పొట్లాల అందజేత



లింగసముద్రం క్రైమ్ కౌంటర్ ప్రతినిధి, మొంతా తుఫాన్ ప్రభావంతో కురుస్తున్న భారీ వర్షాలకు ఎమ్మెల్యే ఇంటూరి నాగేశ్వరరావు ఆదేశాలతో మండల తెలుగు యువత మాజీ అధ్యక్షులు, తెలుగుదేశం పార్టీ సీనియర్ నాయకులు నీలం బ్రహ్మరెడ్డి ఆధ్వర్యంలో తిమ్మారెడ్డి పాలెం పంచాయతీ పరిధిలోని సింగరపాలెం లో ఉన్న పాముల కులస్తులకు ఆహార ప్యాకెట్లను అందజేశారు. మంగళవారం ఉదయం నుండి కురుస్తున్న భారీ వర్షాలకు ఇళ్లలో నుంచి బయటికి రాలేని పరిస్థితుల్లో ఉన్న వారికి ఆహార ప్యాకెట్లను తయారు చేయించి వీటిని మండల తెలుగుదేశం పార్టీ అధ్యక్షులు పూరి మెట్ల గురునాథం, టిడిపి నాయకులు నీలం బ్రహ్మరెడ్డి, తిమ్మారెడ్డి పాలెం టిడిపి గ్రామ పార్టీ అధ్యక్షులు మల్వార్ది, గనకనపల్లి బాల నారాయణ, షేక్ ఫరేష్, తదితరులు అందజేశారు.

మొంథా తుఫాన్ యెడల జిల్లా ప్రజలు

అప్రమత్తంగా వుండాలి -ఓంగోలు

ఎంపీమాగుంట శ్రీనివాసులురెడ్డి



ఓంగోలు క్రైమ్ కౌంటర్ ప్రతినిధి, ప్రకాశం జిల్లాపై మొంథా తుఫాన్ ప్రభావం తీవ్రంగా ఉంటుందని వాతావరణ శాఖ తెలిపినందున ఒలంపి మాగుంట శ్రీనివాసులు రెడ్డి తెలిపారు. అధికారుల సూచనలు పాటిస్తూ ప్రజలందరూ ముఖ్యంగా తీరప్రాంత ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఇళ్లలోనే వుండాలని ఆయన వెల్లడించారు. ప్రజల భద్రత కోసం జిల్లా అధికారులు ఎప్పటికప్పుడు సూచనలిస్తూ, ముందస్తు జాగ్రత్తలతో అన్ని రకాల సహాయక చర్యలను చేపట్టాలని కోరారు.

కేంద్ర ఎన్నికల కమిషనా! బిజెపి

అనుబంధ ఎన్నికల మోర్చనా?

షేక్ సైదా కాంగ్రెస్ పార్టీ రాష్ట్ర అధికార ప్రతినిధి

క్రైమ్ కౌంటర్ స్టాఫ్...ప్రకాశం జిల్లా.... పొదిలి (అక్టోబర్ 28) భారత ఎన్నికల కమిషన్ ప్రత్యేక ఓటర్ల జాబితా సవరణ (ఎస్ ఐ ఆర్) దేశంలోని 12 రాష్ట్రాలు, కేంద్ర పాలిత ప్రాంతాల్లో అమలు చేస్తామని సోమవారం భారత ఎన్నికల కమిషన్ ప్రకటించడాన్ని కాంగ్రెస్ పార్టీ రాష్ట్ర అధికార ప్రతినిధి ప్రకాశం జిల్లా కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షులు షేక్ సైదా తీవ్రంగా ఖండించారు.

బీహార్లో అమలు చేసిన ఎస్ ఐ ఆర్ ను సవాల్ చేస్తూ సుప్రీంకోర్టు లో పిటిషన్లు దాఖలైనాయని, వాటిని దేశ అత్యున్నత న్యాయస్థానం విచారిస్తున్న తరుణంలో ఎన్నికల కమిషన్ ఆకస్మికంగా ఏకపక్షంగా ఎస్ఐఆర్ ప్రకటించడం ప్రజాస్వామ్య వ్యవస్థలకు గొడ్డలి వేటని! ఇది కోర్టులను, న్యాయ వ్యవస్థలను ధిక్కరించడమే! నని సైదా తీవ్రంగా విమర్శించారు. భారత్ ఎన్నికల కమిషన్ కాస్త! భారతీయ జనతా పార్టీ అనుబంధ ఎన్నికల విభాగంగా మారిపోయిందని సైదా ఎద్దేవా చేశారు.

ఓటర్ల జాబితా ప్రత్యేక సమగ్ర సవరణ (ఎస్ ఐ ఆర్) నిర్వహణకు కేంద్ర ఎన్నికల సంఘం తొందరపడటం సమంజసం కాదని బీహార్ ఎన్నికలు ముగిసే వరకు వేచి ఉండాలని సైదా అన్నారు. బీహార్ లో ఎస్ ఐ ఆర్ గురించి ఇప్పటికే లోక్సభ ప్రతిపక్ష నేత, కాంగ్రెస్ అగ్ర నాయకులు రాహుల్ గాంధీ లేవనెత్తిన అనేక ప్రశ్నలకు, అనుమానాలకు జవాబు ఇవ్వకుండా నియంతృత్వ పోకడలతో ఎన్నికల కమిషన్ వ్యవహరించడం సమంజసం కాదని, ఈ విధానం వల్ల 140 కోట్ల మంది దేశ ప్రజలు, ప్రతిపక్షాలు, ప్రజాస్వామ్యవాదులు, న్యాయ కోవిదులు సంశ్చితకరంగా లేరని ఎన్నికల కమిషన్ ఉద్దేశాలు, నిర్ణయాలు దాని విశ్వాసనియత అనుమానంగా ఉందని కాంగ్రెస్ పార్టీ రాష్ట్ర అధికార ప్రతినిధి షేక్ సైదా తీవ్రంగా విమర్శించారు....



అంకమ్మ తల్లి రూముల నిర్మాణానికి

ఆటంకం లేదు, ఆలయ ఈవో కార్తీక్



క్రైమ్ కౌంటర్ ప్రతినిధి కంచర్ల మల్లికార్జున రావు నియోజకవర్గ ఇన్చార్జి కందుకూరు, శ్రీ అంకమ్మ తల్లి అమ్మవారి ఆలయంలో ఆలయ ప్రాంగణంలో నూతనంగా నిర్మించే వ్యాపార సముదాయాల శాశ్వత రూముల నిర్మాణానికి ఎటువంటి ఆటంకం లేదనీ ఆలయ నిర్వహణాధికారి కార్తీక్ తెలిపారు. గత నెల 24వ తేదీన కోర్ట్ ఆర్డర్ వచ్చింది. ఈ కోర్టు ఆర్డర్ ప్రకారం ఆలయ ప్రాంగణం మొత్తం 2.30 సెంట్లు. అందులో 1.52 ఎకరాల లో మాత్రమే నిర్మాణాలు చేపట్టవద్దని కోర్టు చెప్పారు. మిగిలిన 0.78 సెంట్లలో నిర్మాణాలను చేసుకోవచ్చని చెప్పారు. ఆలయ ప్రాంగణంలో 0.78 సెంట్లలో మాత్రమే రూముల నిర్మాణం చేపడుతున్నామని పేర్కొన్నారు. మిగిలిన 1.52 ఎకరాల్లో అమ్మవారి తిరునాళ్లలో జరిగే కార్యక్రమాలకోసం ఈ స్థలాన్ని ఉపయోగించుకోవటం జరుగుతుందని తెలిపారు. కలెయ ప్రాంగణంలో నిర్మించే రూములకు ఎటువంటి ఆటంకం లేదని సూచించారు.

కూలిన ఇల్లు మహిళకు గాయాలు



క్రైమ్ కౌంటర్ ప్రతినిధి లింగసముద్రం , మండలంలో తుఫాను కారణంగా ఎడతెరిపి లేకుండా కురుస్తున్న వర్షాలకు మండలంలోని విఆర్ కోట పంచాయతీ బ్రాహ్మణపల్లి గ్రామంలో ఓ ఇల్లు కుప్ప కూలింది. ఈ ఘటనలో గ్రామానికి చెందిన సోమినేని విజయమ్మ అనే మహిళకు గాయాలయ్యాయి. రెండు రోజుల నుంచి కురుస్తున్న వర్షాలకు గోడలు తడిసి నాని పోవడంతో ఇల్లు కూలినట్లు గ్రామస్తులు తెలిపారు. ఆ ఇంట్లో మహిళ ఒక్కరో ఉంటున్నారని , మహిళకు గాయాలవడంతో విఆర్ కోటలో ప్రాథమిక వైద్య సేవల ను అందించామని తెలిపారు.

క్రైమ్ కౌంటర్ స్టాఫ్...ప్రకాశం జిల్లా... ప్రజల భద్రత కోసం తుఫాన్ కారణంగా భారీ వర్షాలు ప్రభావిత జిల్లాలో రహదారులపై రాష్ట్ర హైవేల్లో ప్రైవేటు మరియు వాణిజ్య వాహనాలకు ఆంక్షలు విధించడం జరుగుతుంది: ప్రకాశం జిల్లా ఎస్పీ శ్రీ వి. హర్షవర్ధన్ రాజు, %గ్వాలా. %ఆంధ్రప్రదేశ్ విపత్తుల నిర్వహణ సంస్థ హెచ్చరికల మేరకు, మొంథా తుఫాన్ కారణంగా భారీ వర్షాల ప్రభావం ఉండే జిల్లాల్లో ప్రజల భద్రతను దృష్టిలో ఉంచుకొని కొన్ని అత్యవసర చర్యలు తీసుకోవడం జరుగుతోంది. ఈ నేపథ్యంలో జాతీయ రహదారులపై ప్రయాణించే భారీ వాహనాల రాకపోకలను ఈ రోజు రాత్రి 7.00 గంటల నుండి నిలిపివేయడం జరుగుతుంది.

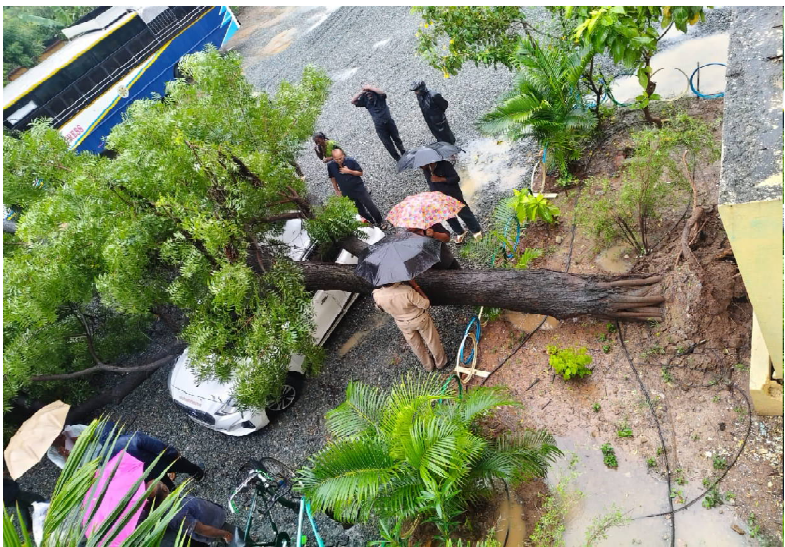
అదే విధంగా అన్ని జాతీయ రహదారులు మరియు రాష్ట్ర హైవేల్లో ప్రైవేటు మరియు వాణిజ్య వాహనాల ప్రయాణం పూర్తిగా నిషేధించబడుతుంది. వాహనదారులు ప్రత్యామ్నాయ మార్గాలు ఉపయోగించుకోవాలని లేదా సురక్షిత ప్రదేశాల్లో వాహనాలను నిలిపివేయాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. ప్రజలు అత్యవసర పరిస్థితులు మినహా రోడ్లపై ప్రయాణాలు చేయకుండా సహకరించాలన్నారు.

ఈ ఆంక్షలు ఎవరి వ్యక్తిగత అసౌకర్యం కోసం కాకుండా, ప్రజల ప్రాణ, ఆస్తి భద్రతను కాపాడడమే లక్ష్యంగా అమలులోకి తెచ్చినవి.

తుఫాన్ ప్రభావం తగ్గిన వెంటనే ఈ నిబంధనలు ఉపసంహరించబడతాయి. ఈ సమయంలో ప్రజలు పోలీస్ శాఖకు పూర్తి సహకారం అందించాలని విజ్ఞప్తి చేయడమైనది..

వాతావరణ శాఖ, విపత్తు నిర్వహణ సంస్థ, మరియు పోలీస్ శాఖ నుండి జారీ అయ్యే హెచ్చరికలు, సూచనలు తప్పకుండా పాటించాలని మనవి చేయడమైనది. అత్యవసర పరిస్థితుల్లో తక్షణ సహాయం కొరకు డయల్ 112కి, పోలీస్ హెల్ప్లైన్ నెంబర్ 9121102266 లేదా సంబంధిత స్థానిక పోలీసు అధికారులకు సమాచారమివ్వాలని జిల్లా ఎస్పీ కోరారు....





క్రెమ్ కౌంటర్ స్క్వాస్...ప్రకాశం జిల్లా...గిద్దలూరు మండలం గిద్దలూరు అడ్మినిస్ట్రేషన్ లో తుఫాను ప్రభావంతో చెట్టు విరిగి అక్కడే నిలిచిన ఉన్న కారు మీద పడింది కారులో కానీ చుట్టూపక్కల కానీ సిబ్బంది లేకపోవడంతో ఊపిరి పీల్చుకున్నా అధికారులు..

సిహాయక చర్యల లో టౌన్ ఎస్.ఐ శివ నాగరాజు



క్రెమ్ కౌంటర్ ప్రతినిధి కంచర్ల మల్లికార్జున రావు నియోజకవర్గ ఇన్చార్జి కందుకూరు, తుఫాను ప్రభావంతో కందుకూరు పట్టణంలోని ప్రకాశం కాలనీలో ఇళ్లలోకి వర్షపు నీరు చేరడంతో అక్కడ నివసిస్తున్న 2 కుటుంబాల వారు తీవ్ర ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్నారు. సహాయక చర్యల లో భాగంగా కందుకూరు టౌన్ ఎస్.ఐ శివ నాగరాజు స్పందించి వారి సిబ్బందితో కలిసి ఆ

కుటుంబాలని పట్టణంలోని ప్రకాశం కాలనీలో ఉండడానికి సరిగా లేని ఇంటిలో నివసిస్తున్న రెండు కుటుంబాల వారిని కందుకూరు టి.ఆర్.ఆర్ పాలిటెక్నిక్ కాలేజ్ వునరవాస కేంద్రానికి తరలించారు.

రాకపోకలు జరిగేనా..



క్రెమ్ కౌంటర్ ప్రతినిధి కంచర్ల మల్లికార్జున రావు నియోజకవర్గ ఇన్చార్జి కందుకూరు, పట్టణంలోని ఉప్పు చెరువు వద్ద ఉన్న టిడ్కో ఇళ్లకు వెళ్లే దారి తుఫాను కారణంగా కురుస్తున్న వర్షాలకు రహదారి మరమతులకు గురైంది. దీంతో వాహనాలు రాకపోకలను చేయాలంటే ప్రజలు నానా అగచాట్లు పడుతున్నారు. ప్రజలు రాకపోకలకు అంతరాయం ఏర్పడింది. చుట్టూపక్కల కాలువలన్నీ నిండిపోయి నీరంతా రోడ్డు మీద ప్రవహిస్తోంది. వర్షం పడినప్పుడల్లా ఇక్కడ ఇదే పరిస్థితి. అంతే కాకుండా ఇక్కడ రోడ్ సరిగా లేదనీ, రోడ్ వేయాలని పలుమార్లు కాలనీవాసులు అధికారులకు ఫిర్యాదు చేసినా ప్రయోజనం లేదని వాపోతున్నారు. ఇప్పటికైనా అధికారులు స్పందించి సమస్యను పరిష్కరించాలని కోరుతున్నారు.

ఎడతెరపిలేని వర్షాలు.. జనజీవనం అస్తవ్యస్తం

నెల్లూరు, అక్టోబర్ 28: మొంథా తుపాను రాష్ట్రాన్ని వణికిస్తోంది. దీని ప్రభావంతో రాష్ట్రంలో పలు ప్రాంతాల్లో కుంభవృష్టిగా వర్షాలు పడుతున్నాయి. మొంథా తుపానుతో ఉమ్మడి నెల్లూరు జిల్లాలో ఎడతెరపిలేకుండా వర్షాలు కురుస్తున్నాయి. దీంతో జనజీవనం అస్తవ్యస్తంగా మారింది. భారీ వర్షాలకు ద్వారాలు, నదులు, రిజర్వాయర్లు, వాగులు, వంకలు, కాలువలు నిండుకుండుల్లా మారాయి. వర్షాలకు వెయ్యి హెక్టార్లలో వరి, వేరుశనగ, మినుము, పెసర, కూరగాయల పంటలు నీటమునిగాయి. సముద్రంలో రాకాసి అలలు ఉవ్వెత్తున ఎగిసిపడుతున్నాయి. తీరంలో పలు చోట్ల 50 అడుగుల నుంచి 100 అడుగుల మేర సముద్రం ముందుకొచ్చిన పరిస్థితి. మర్రిపాడు మండలం రామానాయుడుపల్లెలో ఈతకెక్కిన 13 ఏళ్ల బాలుడు మృత్యువాతపడ్డాడు. ఇక వర్షాల నేపథ్యంలో ఈరోజు (మంగళవారం) జిల్లా వ్యాప్తంగా విద్యాసంస్థలకు సెలవు ప్రకటించారు. అలాగే ప్రభుత్వ ఉద్యోగులకు సెలవులు రద్దు చేశారు. గ్రామాల్లోనే ఉండాలని కలెక్టర్ ఆదేశాలు జారీ చేశారు. ప్రభుత్వ యంత్రాంగంతో కలెక్టర్, ఎస్సీ ఎప్పటికప్పుడు పరిస్థితులను సమీక్షిస్తున్నారు. వర్షాలకు వాగులు, వంకలతో పొంగిపొర్లుతుండటంతో పలు గ్రామాల మధ్య రాకపోకలు నిలిచిపోయాయి. లోతట్టు గ్రామాలపై ప్రత్యేక నిఘా పెట్టారు అధికారులు. ఆయా గ్రామాలకు రేషన్ బియ్యం, నిత్యవసర సరుకులతో పాటు ఎన్టీఆర్ఎఫ్, ఎన్టీఆర్ఎఫ్ బృందాలను కూడా అందుబాటులో ఉంచారు. అలాగే కండలేరు కింది భాగంలో గ్రామాలను అధికారులు ఖాళీ చేయిస్తున్నారు. కృష్ణపట్నం పోర్టులో 5వ ప్రమాద హెచ్చరిక జారీ చేశారు. కృష్ణపట్నం, జువ్వలదిన్నె చోర్లరేకు వండ్లాదిగా పెద్దబోట్లు చేరాయి. ఇక ఎంతటి విపత్తునైనా ధీటుగా ఎదుర్కొనేందుకు ప్రభుత్వ యంత్రాంగం సిద్ధమైంది.



ఆహారం ప్యాకెట్లు అందజేత



క్రెమ్ కౌంటర్ ప్రతినిధి కంచర్ల మల్లికార్జున రావు నియోజకవర్గ ఇన్చార్జి కందుకూరు, మొంథా తుఫాను ప్రభావంతో కురుస్తున్న వర్షాలకు శివారు ప్రాంతంలో గుడిసెల్లో ఉన్న పేదలకు మాజీ ఎమ్మెల్యే కందుకూరు నియోజకవర్గం వైసీపీ ఇన్ చార్జి బుర్రా మధుసూదన్ యాదవ్ ఆదేశాల మేరకు విప్పగుంట రోడ్డు లోని పేదలకు, ఒకటవ వార్డు పొట్ట దగ్గర ఎస్సీలకు ఆహారం పాకెట్స్ పంపిణీ చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో వైసీపీ నాయకులు వైసీపీ పట్టణ అధ్యక్షులు రఫీ, గణేశం గంగిరెడ్డి, నగల నారయ్య, బాలకృష్ణారెడ్డి, వై నాగభూషణం, రహీం, కానాల శివ ప్రసాద్, శ్రీరామ కుమార్ స్వామి, సుభాని, జిలాని, నయీమ్, అన్వర్ తదితరులు ఉన్నారు.

రాళ్లపాడు కు పెరుగుతున్న వరద ఉధృతి మూడు గేట్లు నీటిని విడుదల



లింగసముద్రం క్రెమ్ కౌంటర్ ప్రతినిధి, తుఫాను ప్రభావంతో కురుస్తున్న వర్షాలకు రాళ్లపాడు ప్రాజెక్టులోనికి భారీగా వరద నీరు రావడంతో సోమవారం అర్ధరాత్రి ఒక గేటు ఎత్తి వెయ్యి క్యూసెక్కుల నీటిని మన్నేరుకు విడుదల చేసినట్లు ప్రాజెక్టు డి.ఈ వెంకటేశ్వర్లు తెలిపారు. ప్రాజెక్టులోనికి వరద ఉధృతి ఎక్కువగా ఉండడంతో మరో గేటును కూడా ఎత్తి రెండు గేట్ల ద్వారా రెండువేల క్యూసెక్కుల నీటిని విడుదల చేస్తున్నట్లు చెప్పారు. ఆ సమయంలో ప్రాజెక్టులోనికి మూడువేల క్యూసెక్కులు నీరు వస్తుందని తెలిపారు. నీటి ప్రవాహం ఎక్కువగా ఉండడంతో మంగళవారం సాయంత్రం మూడో గేటును కూడా ఎత్తి నీటిని విడుదల చేస్తున్నారు. మన్నేరు ప్రాంతాల ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని చెప్పారు తుఫాను ప్రభావంతో కురుస్తున్న భారీ వర్షాలకు ప్రాజెక్ట్ లోనికి వరద ఉధృతి ఎక్కువైతప్పుడు నీటిని మన్నేరుకు విడుదల చేస్తామని తెలియజేశారు.

గుడ్ న్యూస్.. ఆ ఉద్యోగులని విధుల్లోకి తీసుకోవాలి.. సుప్రీం ఆదేశం



ఢిల్లీ, అక్టోబరు 28 1200 మంది మల్టీపర్సన్ హెల్త్ అసిస్టెంట్లు (పురుష) కు సుప్రీంకోర్టు శుభవార్త తెలిపింది. ఉమ్మడి ఆంధ్రప్రదేశ్ లో నియమించిన మల్టీపర్సన్ హెల్త్ అసిస్టెంట్లని విధుల్లోకి తీసుకోవాలని ఆంధ్రప్రదేశ్, తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలకి సుప్రీంకోర్టు ఆదేశాలు జారీ చేసింది. ఇవాళ (మంగళవారం) మల్టీపర్సన్ హెల్త్ అసిస్టెంట్లు దాఖలు చేసిన పిటిషన్ పై జస్టిస్ అరవింద్ కుమార్, జస్టిస్ ఎస్సీ అంజలియాల ధర్మాసనం విచారణ చేపట్టింది. అయితే, 2013లో ఉమ్మడి ఆంధ్రప్రదేశ్ లో కారుణ్య కారణాలతో తిరిగి నియమించిన 1,200 మంది నియామకాలపై స్పష్టత ఇచ్చింది సుప్రీంకోర్టు. 2013లో అప్పటి ప్రభుత్వం తీసుకున్న నిర్ణయాన్ని హైకోర్టు కొట్టివేసింది. అయితే, హైకోర్టు నిర్ణయంపై సుప్రీంకోర్టులో సవాల్ చేశారు మల్టీపర్సన్ హెల్త్ అసిస్టెంట్లు. 2002 అప్పటి

అధికారులు అప్రమత్తంగా ఉండాలి: మంత్రి గొట్టిపాటి రవికుమార్

పశ్చిమగోదావరి జిల్లా, అక్టోబరు 28 మొంథా తుపాను ని ఎదుర్కొనేందుకు అధికారులందరూ 24 గంటలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని పశ్చిమగోదావరి జిల్లా ఇన్చార్జ్ మంత్రి గొట్టిపాటి రవి కుమార్ ఆదేశించారు. ఇవాళ (మంగళవారం) భీమవరం కలెక్టరేట్ లో అధికారులతో మంత్రి గొట్టిపాటి రవికుమార్, కేంద్ర సహాయ మంత్రి శ్రీనివాస్ వర్మ సమీక్షా సమావేశం నిర్వహించారు. పశ్చిమగోదావరి జిల్లాలో ఏ ఒక్క ప్రాణ, ఆస్తి నష్టం జరుగకుండా పటిష్ట చర్యలు తీసుకోవాలని సూచించారు. తుపాను అనంతరం పరిశుభ్రత, పారిశుధ్య నిర్వహణకు అత్యంత



ప్రయాణాలు చేయకుండా ప్రజలు సహకరించాలి.. ఎస్ పి హర్ష వర్ధన్ రాజు

ఒంగోలు క్రెమ్ కౌంటర్ ప్రతినిధి, ప్రజల భద్రత కోసం తుఫాన్ కారణంగా భారీ వర్షాలు ప్రభావిత జిల్లాలో రహదారులపై రాష్ట్ర హైవేలలో (ప్రైవేటు, వాణిజ్య వాహనాలకు ఆంక్షలు విధించామని జిల్లా ఎస్పీ.వి. హర్షవర్ధన్ రాజు అన్నారు. ఆంధ్రప్రదేశ్ విపత్తుల నిర్వహణ సంస్థ హెచ్చరికల మేరకు, మొంథా తుఫాన్ కారణంగా భారీ వర్షాల ప్రభావం ఉండే జిల్లాల్లో ప్రజల భద్రతను దృష్టిలో ఉంచుకొని కొన్ని అత్యవసర చర్యలను తీసుకోవడం జరుగుతుందనీ పేర్కొన్నారు. ఈ నేపథ్యంలో జాతీయ రహదారులపై ప్రయాణించే భారీ వాహనాల రాకపోకలను మంగళవారం రాత్రి 7.00 గంటల నుంచి నిలిపేసామని చెప్పారు. ఆయా %శ్రీ % జాతీయ రహదారులు, రాష్ట్ర హైవేల్లో (ప్రైవేటు, వాణిజ్య వాహనాల ప్రయాణం పూర్తిగా నిషేధించబడుతుందనీ తెలిపారు. వాహనదారులు ప్రత్యామ్నాయ మార్గాలు ఉపయోగించుకోవాలని లేదా సురక్షిత ప్రదేశాలలో వాహనాలను నిలిపివేయాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. ప్రజలు అత్యవసర పరిస్థితులు మినహా రోడ్లపై ప్రయాణాలు చేయకుండా సహకరించాలన్నారు. ఈ ఆంక్షలు ఎవరి వ్యక్తిగత ఆసౌకర్యం కోసం కాకుండా, ప్రజల ప్రాణ, ఆస్తి భద్రతను కాపాడడమే లక్ష్యంగా అమలులో ఉంటాయని తెలియజేశారు.



తుఫాన్ ప్రభావం తగ్గిన వెంటనే ఈ నిబంధనలను ఉపసంహరించబడతాయనీ తెలియజేశారు. ఈ సమయంలో ప్రజలు పోలీస్ శాఖకు పూర్తి సహకారం అందించాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. వాతావరణ శాఖ, విపత్తు నిర్వహణ సంస్థ, పోలీస్ శాఖ నుంచి జారీ అయ్యే హెచ్చరికలు, సూచనలను పాటించాలని అన్నారు. అత్యవసర పరిస్థితులలో తక్షణ సహాయం కొరకు డయల్ 112కి, పోలీస్ వాట్సాప్ నెంబర్ 9121102266 , సంబంధిత స్థానిక పోలీసు అధికారులకు సమాచారమివ్వాలని ఆయన కోరారు.

నేడు పాఠశాలలకు, జూనియర్ కళాశాలకు సెలవు జిల్లా కలెక్టర్ హిమాన్సు శుక్లా



నెల్లూరు, కంచర్ల మల్లికార్జున రావు క్రెమ్ కౌంటర్ ప్రతినిధి, 'మొంథా' తుఫాను నేపథ్యంలో భారీ వర్షాలు కురిసే అవకాశం ఉన్నందున మంగళవారం ఆయా ప్రభుత్వ, ప్రైవేట్, ఎయిడెడ్ పాఠశాలలు, అంగన్వాడీ పాఠశాలలకు, ఆయా ప్రభుత్వ, ప్రైవేట్, జూనియర్ కళాశాలకు సెలవు ప్రకటించామనీ జిల్లా కలెక్టర్ హిమాన్సు శుక్లా సోమవారం ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. ఈ ఉత్తర్వులను ఆయా రకాల పాఠశాలలు, జూనియర్ కళాశాలల యాజమాన్యాలు విధిగా అమలుచేయాలని ఆదేశించారు.

ప్రకటనలో తెలిపారు. ఈ ఉత్తర్వులను ఆయా రకాల పాఠశాలలు, జూనియర్ కళాశాలల యాజమాన్యాలు విధిగా అమలుచేయాలని ఆదేశించారు.

గుడ్ న్యూస్.. ఆ ఉద్యోగులని విధుల్లోకి తీసుకోవాలి.. సుప్రీం ఆదేశం

రాష్ట్ర ప్రభుత్వం అర్హత ప్రమాణాలు ఖరారు చేసి... నోటిఫికేషన్ జారీ చేయగా... దాన్ని పలువురు అభ్యర్థులు హైకోర్టు, సుప్రీంకోర్టులో అప్పీలు సవాల్ చేశారు. పదోతరగతితో పాటు.. డిప్రామో ఉన్న వారు అర్హులుగా అప్పటి రాష్ట్ర ప్రభుత్వ నోటిఫికేషన్ ను సుప్రీంకోర్టు సమర్థించింది. ఇంటర్మీడియట్ అర్హతతో అపాయింట్ అయిన సుమారు 1200 మంది సీనియారిటీ జాబితా ఆధారంగా కోర్టు ఉత్తర్వులతో ప్రభుత్వం టెర్మినేట్ చేసింది. వీరికి న్యాయం చేయడం కోసం మానవతా దృక్పథంతో అప్పటి రాష్ట్ర ప్రభుత్వం 2013లో జీజీ నెంబర్ 1207ని తీసుకువచ్చింది. 1200 మంది కారుణ్య నియామకాలని నిబంధనల ద్వారా విధుల్లోకి తీసుకోవాలని ప్రభుత్వం నిర్ణయించింది. 2013లో తీసుకువచ్చిన జీజీను పలువురు అభ్యర్థులు హైకోర్టులో సవాల్ చేశారు. విచారణ అనంతరం గత ఏడాది నవంబర్ లో ఏపీ ప్రభుత్వ నిర్ణయాన్ని హైకోర్టు తప్పుపడుతూ జీవోని కొట్టివేసింది. ఈ విషయంపై అర్జులైన అభ్యర్థులు సుప్రీంకోర్టుని ఆశ్రయించి తమకు న్యాయం చేయాలని విన్నవించారు. మానవతా దృక్పథంతో తీసుకువచ్చిన జీవోని అమలు చేయడానికి సిద్ధంగా ఉన్నామని సుప్రీంకోర్టుకు ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం స్పష్టం చేసింది. 1200 మందిలో ఏపీలో ఉన్న వారందరినీ విధుల్లోకి తీసుకుంటామని ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం సుప్రీంకోర్టుకు చెప్పింది. ఇరువురి వాదనలు విన్న తర్వాత సుప్రీంకోర్టు విచారణ ముగించింది. ఈ మేరకు సుప్రీంకోర్టు ఈరోజు తుది ఉత్తర్వులు జారీ చేసింది. రాష్ట్ర విభజనకు ముందు జరిగిన నియమకాల ప్రక్రియ కాబట్టి ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వంతో పాటు తెలంగాణ ప్రభుత్వం కూడా ఈ ఉత్తర్వులు అమలు చేయాలని జస్టిస్ అరవింద్ కుమార్, జస్టిస్ ఎస్సీ అంజలియాల ధర్మాసనం ఆదేశాలు జారీ చేసింది.

అధికారులు అప్రమత్తంగా ఉండాలి: మంత్రి గొట్టిపాటి రవికుమార్

ప్రాధాన్యం ఇవ్వాలని దిశానిర్దేశం చేశారు. సీజనల్ వ్యాధులు వ్యాపించకుండా ముందున్న జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని సూచించారు మంత్రి గొట్టిపాటి రవి కుమార్. మరోవైపు.. పశ్చిమగోదావరి జిల్లాలో మంత్రి గొట్టిపాటి రవి కుమార్ ఇవాళ (మంగళవారం) పర్యటించారు. పశ్చిమగోదావరి జిల్లాలో వునరావాస కేంద్రాన్ని మంత్రి గొట్టిపాటి రవికుమార్, కేంద్రమంత్రి శ్రీనివాస్ వర్మ పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా అధికారులకి కీలక ఆదేశాలు జారీ చేశారు. తుపాను నేపథ్యంలో చేపట్టాల్సిన చర్యలపై దిశానిర్దేశం చేశారు.



9నినిమా



గుర్తుపట్టలేనంతగా మారిపోయిన టాలీవుడ్ హీరోయిన్..

పైన ఫోటోలో కనిపిస్తున్న హీరోయిన్ ఎవరో గుర్తుపట్టారా.. ? దాదాపు 20 సంవత్సరాలు తెలుగులో ఎన్నో సూపర్ హిట్ చిత్రాల్లో నటించి మెప్పించింది. స్టార్ హీరోలతో ఎన్నో హిట్ చిత్రాల్లో నటించింది. 90వ దశకంలో తెలుగు, తమిళంలో అనేక హిట్ చిత్రాల్లో నటించింది. ఆమె మరెవరో కాదు. రవళి.. ఆమె 1990 లో మలయాళ చిత్రం జడ్డిమెంట్ ద్వారా అరంగేట్రం చేసింది. తర్వాత సంవత్సరం జయభేరి సినిమాతో టాలీవుడ్ లోకి వచ్చింది. కెరీర్ ప్రారంభంలో పెద్దగా అవకాశాలు రాలేదు. పెళ్లి సందడి సినిమా ఆమె కెరీర్ మలుపు తిప్పింది. ఈ మూవీతో ఓపర్ నైట్ స్టార్ అయ్యింది. ఒరేయ్ రిక్తా, విసోదం, చిన్నబాయి, ముద్దుల మొగుడు, శు భాకాంక్షలు వంటి చిత్రాల్లో నటించి గురింపు తెచ్చుకుంది. ఆ తర్వాత నెమ్మదిగా అవకాశాలు తగ్గడంతో క్యారెక్టర్ ఆర్టిస్టుగానూ పలు చిత్రాల్లో నటించింది. 2007లో నీలికృష్ణను రవళి పెళ్లి చేసుకుంది. ఈ దంపతులకు ఇద్దరు కుమార్తెలు. ఆమె సోదరి వారిత కూడా నటి కావడం విశేషం. తెలుగులో అనేక సీరియల్స్ చేసింది. చివరిగా తెలుగులో 2011లో మాయగాడు చిత్రంలో నటించింది. తెలుగులో వెంకటేశ్, బాలకృష్ణ, మలయాళంలో మోహన్ లాల్ వంటి స్టార్ హీరోలతో నటించింది. చాలా కాలంగా సినిమాలకు దూరంగా ఉంటున్న రవళి.. ఇప్పుడు మీడియా ముందుకు వచ్చింది. పెళ్లి తర్వాత తన ఫ్యామిలీతో గడుపుతుంది రవళి. ఇటీవల హీరోయిన్ రోజాతో కలిసి దీపావళి సెలబ్రేషన్స్ చేసుకుంది. రవళి స్వతహాగా తెలుగమ్మాయి. 18 ఏళ్లకే ఇండస్ట్రీలోకి అడుగుపెట్టింది. దాదాపు 20 ఏళ్లు ఇండస్ట్రీలో రాణించింది. అందమైన రూపం, సహజ సటనతో ఆడియన్స్ హృదయాల్లో స్థానం సంపాదించుకుంది.

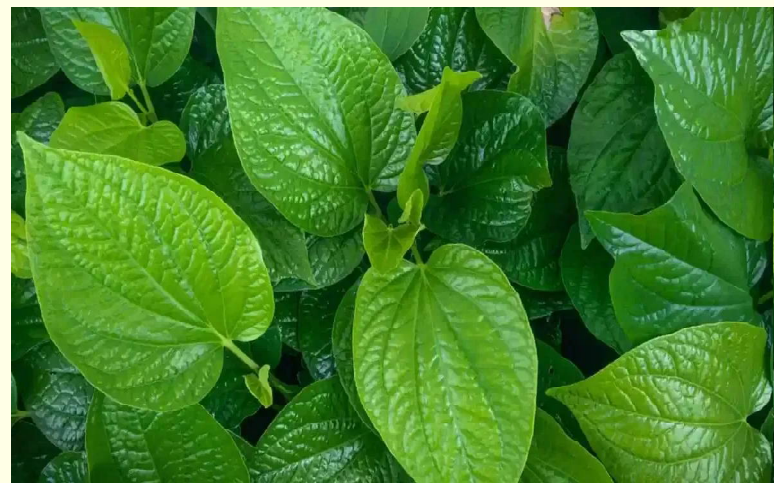


అమ్మబాబోయ్.. రూ.20 సమోసా తింటే.. రూ.3 లక్షల బిల్లు..

జంక్ ఫుడ్ తినడానికి ఇష్టపడే వారికి ఇది బ్యాడ్ న్యూస్. ఢిల్లీకి చెందిన ప్రముఖ కార్మియాలజిస్ట్ డాక్టర్ శైలేష్ సింగ్ తీవ్ర హెచ్చరిక జారీ చేశారు. మీరు తక్కువ ధరకే దొరుకుతుందని తింటున్న అనారోగ్యకరమైన ఆహారం చివరకు మీ జేబుకు రూ. 3 లక్షల మేర బిల్లు పెడుతుందని ఆయన అన్నారు. కాస్త హాస్యాన్ని జోడించి ఆయన చేసిన ఈ ఆరోగ్య హెచ్చరిక ప్రస్తుతం సోషల్ మీడియాలో వైరల్ అవుతోంది. రూ. 90 వేల సమోసా.. రూ. 3 లక్షల అప్పు మీరు రోజుకు రూ.20 పెట్టి సమోసా లాంటివి తింటే.. 15 ఏళ్లకు మీకు సుమారు రూ. 90,000 ఖర్చవుతుంది. కానీ అసలు ఖర్చు అది కాదు.. మీరు తినే ఈ అనారోగ్యకరమైన ఆహారం మీ గుండె రక్తనాళాలను పాడు చేస్తుంది. దీనిని ఆయన 400 శాతం వడ్డీతో అప్పు తీసుకోవడంగా అభివర్ణించారు. చివరికి ఈ అప్పును మీరు రూ.3 లక్షల యాంటియాప్లాస్టీ ఆపరేషన్ ద్వారా తీర్చాల్సి వస్తుందని డాక్టర్ సింగ్ హెచ్చరించారు. ఈ హెచ్చరిక ఇప్పుడు సోషల్ మీడియాలో బాగా వైరల్ అవుతోంది.

అలవాట్లు మార్చుకోండి అనారోగ్యకరమైన అలవాట్లు నుండి ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలికి ఎలా మారవచ్చో కూడా డాక్టర్ సింగ్ వివరించారు. ఈ మార్పు ప్రారంభంలో కష్టంగా అనిపించినా, దానిని కొనసాగిస్తే అది రోజువారీ అవసరంగా మారుతుందని అన్నారు. డాక్టర్ సింగ్ ముట్టాడుతూ.. “వాకింగ్ ప్రారంభించిన మొదటి వారం కష్టంగా అనిపించవచ్చు. కానీ 52వ వారం వచ్చేసరికి.. వాకింగ్ చేయకుండా ఉండటం మీకు మరింత కష్టంగా అనిపిస్తుంది. కష్టపడితే కేవలం ఏడు రోజులు మాత్రమే అసౌకర్యం ఉంటుంది.. కానీ వశ్యాత్వం మాత్రం జీవితాంతం ఉంటుంది. మీ కష్టాన్ని మీరే ఎంచుకోండి” అని ప్రజలకు సూచించారు. గుండెకు హాని ఎలా..?

సమోసా లాంటి వేయించిన, తీపి పదార్థాల్లో ఉండే కొవ్వు, చక్కెరలు మన శరీరంలో పెరు కొలెస్ట్రాల్, కొవ్వు స్థాయిలను పెంచుతాయి. ఇవి రక్తనాళాలలో పేరుకుపోయి, గుండె జబ్బులకు దారి తీస్తాయి. జంక్ ఫుడ్ వల్ల ఊబకాయం కూడా పెరుగుతుంది. ఇది గుండె జబ్బులు, క్యాన్సర్ లాంటి అనేక సమస్యలకు కారణం అవుతుంది. అందుకే జంక్ ఫుడ్ మానేసి వడ్డు, కూరగాయలు తినడం అలవాటు చేసుకోవాలని వైద్యులు సలహా ఇస్తున్నారు.



ఇది తెలిస్తే నోరెళ్లబెడతారు..

భారతదేశంలో తమలపాకులను శతాబ్దాలుగా ఉపయోగిస్తున్నారు. చాలామంది భోజనం తర్వాత వీటిని నమిలి తింటారు. అయితే.. తమలపాకులకు ఆరోగ్యం %-% మతపరమైన ప్రాముఖ్యత కూడా ఉంది. పూజ నుండి ఆహారం వరకు ప్రతిదానిలోనూ తమలపాకులను చేర్చుతారు. ఆకుపచ్చగా మెరుస్తూ ఉండే సువాసనగల తమలపాకు నోటి పరిశుభ్రతకు మాత్రమే కాకుండా శరీర ఆరోగ్యానికి కూడా ప్రయోజనకరంగా ఉంటుంది.. కానీ చాలా సార్లు మనం దీనిని సంప్రదాయంలో ఒక భాగంగా మాత్రమే పరిగణిస్తాము. నిజానికి, ఈ చిన్న ఆకులో శరీరాన్ని ఫిట్గా ఉంచే అనేక లక్షణాలు దాగి ఉన్నాయి. తమలపాకులలో విటమిన్ సి, థయామిన్, నియాసిన్, రిబోఫ్లేవిన్, కెరోటిన్, కాల్షియం, ఫైబర్, ప్రోటీన్లు, యాంటీఆక్సిడెంట్లు సమృద్ధిగా ఉంటాయి. వీటిలో క్యాంపియోన్, బీటెల్ ఫినాల్ వంటి రసాయన భాగాలు కూడా ఉన్నాయి.. ఇవి ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తాయి. పూర్వ కాలంలో తమలపాకు తినడం ప్రాముఖ్యత కేవలం సంప్రదాయం మాత్రమే కాదు.. దానికి వైద్యపరమైన కారణాలు కూడా ఉన్నాయంటున్నారు ఆయుర్వేద నిపుణులు.. తమలపాకును సరైన పరిమాణంలో, సరైన పద్ధతిలో తీసుకోవడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు లభిస్తాయి. మనం ఎక్కువ కాలం ఆరోగ్యంగా ఉండగలము. తమలపాకు ప్రయోజనాలు %-% దానిని తినడానికి సరైన సమయం, పద్ధతి గురించి ఈ కథనంలో తెలుసుకోండి..

కడుపునకు మేలు చేస్తుంది.. భోజనం తర్వాత తమలపాకు తినడం కొత్త సంప్రదాయం కాదు. తమలపాకులోని సహజ పదార్థాలు జీర్ణవ్యవస్థ సజావుగా పనిచేయడానికి సహాయపడతాయి. కాబట్టి పూరాతన కాలం నుండి తమలపాకును వినియోగిస్తున్నారు. ఇది ఆహారాన్ని త్వరగా జీర్ణం చేయడానికి సహాయపడుతుంది. ఉబ్బరం, అమృత్యం %-% గ్యాస్ వంటి సమస్యల నుండి ఉపశమనం కలిగిస్తుంది. శ్వాసకోశ సమస్యల నుండి ఉపశమనం.. మారుతున్న వాతావరణం అనేక ఆరోగ్య సమస్యలను తెస్తుంది. తమలపాకులోని యాంటీఆక్సిడెంట్ %-% యాంటీ ఇన్ఫ్లేమేటరీ లక్షణాలు శ్వాసకోశంలో మంటను తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి. వేడి నీటిలో ఆకులను మరిగించి ఆవిరి పీల్చడం వల్ల కఫం సడలుతుంది.. దీంతో శ్వాస తీసుకోవడం సులభం అవుతుంది. మంచి మానసిక స్థితి.. మీరు అలసిపోయినట్లు, చిరాకుగా లేదా నిరాశగా అనిపిస్తే, తమలపాకు తినడం వల్ల మీ మనస్సు ప్రశాంతంగా, రిఫ్రెష్ గా ఉంటుంది.

రోహిత్, కోహ్లాలను వదిలేయండి: 2027 ప్రపంచ

కప్ ప్రణాళికలపై బీసీసీఐకి సూచించిన దిగ్గజాలు

భారత క్రికెట్ దిగ్గజాలు రోహిత్ శర్మ, విరాట్ కోహ్లా ల విషయంలో భారత క్రికెట్ నియంత్రణ మండలి (బీసీసీఐ) ఒక కీలకమైన వంధాను అనుసరిస్తోంది. 2027 వన్డే ప్రపంచ కప్ నకు సంబంధించిన ప్రణాళికలు రూపుదిద్దుకుంటున్న నేపథ్యంలో, ఈ ఇద్దరు సీనియర్ ఆటగాళ్లను ఒత్తిడి లేకుండా వారి ఆటపై దృష్టి పెట్టడానికి ‘ఒంటరిగా వదిలేయాలని’ మాజీ సెలెక్టర్లు, క్రికెట్ పండితులు బీసీసీఐకి సూచిస్తున్నారు.

ఎందుకు ఈ చర్చ? ప్రస్తుతం రోహిత్ శర్మ (37), విరాట్ కోహ్లా (36) వయసులో ఉన్నారు. 2027 ప్రపంచ కప్ నాటికి వారి వయసు ఇంకా పెరుగుతుంది. ఈ నేపథ్యంలో, యువ ఆటగాళ్లకు అవకాశం ఇవ్వాలనే ఉద్దేశంతో వీరిద్దరి భవిష్యత్తుపై బీసీసీఐ సెలెక్టర్ల వైఖరిపై కొంతకాలంగా చర్చ జరుగుతోంది. వన్డే ఫార్మాట్ లో తమ అద్భుతమైన ఫామ్ ను, ఫిట్ నెస్ ను వారు కొనసాగిస్తున్నప్పటికీ, తరచుగా వారి స్థానంపై ప్రశ్నలు తలెత్తుతున్నాయి. ఇటీవల ఆస్ట్రేలియాతో జరిగిన వన్డే సిరీస్ లో రోహిత్ సెంచరీ, కోహ్లా అర్ధ సెంచరీతో జట్టుకు విజయం అందించారు. లేనిపోని భయాలు సృష్టించొద్దు..

భారత మాజీ చీఫ్ సెలెక్టర్ కృష్ణమాచారి శ్రీకాంత్ బీసీసీఐకి ఒక బలమైన హెచ్చరిక చేశారు. రోహిత్, కోహ్లాలు వారి భవిష్యత్తు గురించి భయం కలిగించవద్దని, వారిని ఒంటరిగా వదిలేయాలని ఆయన స్పష్టం చేశారు.

“వారు ఫిట్ గా ఉన్నారు, అద్భుతంగా ఆడుతున్నారు. వారికి భయం కలిగించకండి. వారిని ఒంటరిగా వదిలేయండి. వారిద్దరూ జట్టుకు చాలా ముఖ్యమని, 2027



ప్రపంచ కప్ గెలవడానికి వారి చుట్టూ జట్టును నిర్మిస్తామని వారికి చెప్పండి. వారిని ఫిట్ గా ఉండమని మాత్రమే చెప్పండి” అంటూ సూచించారు.

మరో దిగ్గజ ఆటగాడు సునీల్ గవాస్కర్ కూడా రోహిత్, కోహ్లా స్థానాలకు మద్దతు తెలిపారు. వారు అందుబాటులో ఉంటే, వారి అనుభవం, సామర్థ్యం దృష్ట్యా వారి పేర్లను 2027 ప్రపంచ కప్ జట్టులో నేరుగా రాయాలని ఆయన అభిప్రాయపడ్డారు. 2027 ప్రణాళికల్లో రోహిత్, కోహ్లా..

ముఖ్యంగా ఐసీసీ టోర్నమెంట్ల వంటి పెద్ద వేదికలపై ఒత్తిడిని తట్టుకోవడానికి రోహిత్, కోహ్లా అవారమైన అనుభవం జట్టుకు చాలా అవసరం. వీరిద్దరూ ఇప్పటికే టెస్ట్, టీ20 ఫార్మాట్ లకు దూరంగా ఉండటంతో, వన్డేలపైనే పూర్తి దృష్టి సారించారు. దీని ద్వారా 2027 ప్రపంచ కప్ వరకు ఫిట్ నెస్ ను, ఫామ్ ను కాపాడుకోవడం సులభతరం అవుతుంది.

శుభమనే గిల్ కు వన్డే కెప్టెన్సీని అప్పగించినప్పటికీ, రోహిత్, కోహ్లా మార్గదర్శకత్వం కొత్త నాయకుడికి చాలా విలువైనదిగా ఉంటుంది. ఈ ఇద్దరు దిగ్గజాలను వారి ఆట ఆడేందుకు స్వేచ్ఛనిచ్చి, వారి అనుభవాన్ని 2027 ప్రపంచ కప్ విజయం కోసం ఉపయోగించుకోవాలనేదే మెజారిటీ మాజీల అభిప్రాయం. బీసీసీఐ ఈ సలహాను ఎంతవరకు పరిగణనలోకి తీసుకుంటుందో వేచి చూడాలి.

తీవ్రమైన శ్రేయాన్ అయ్యర్ గాయం..

ఆస్ట్రేలియాతో జరిగిన మూడో వన్డేలో భారత మిడిల్ ఆర్డర్ బ్యాట్స్ మన్ శ్రేయాన్ అయ్యర్ గాయపడ్డాడు. క్యాచ్ తీసుకున్న తర్వాత ఆ ఆటగాడు తీవ్రంగా గాయపడ్డాడు. వృథాగా అతను ఐసీయూలో చేరాడు. అయితే, అతని పరిస్థితి ఇప్పుడు మెరుగుపడుతోంది. అతను వేగంగా కోలుకుంటున్నాడు. ఇంతలో, శ్రేయాన్ గాయం తీవ్రతను వివరిస్తూ బీసీసీఐ కొత్త మెడికల్ అప్ డేట్ ను విడుదల చేసింది. అక్టోబర్ 25న ఆస్ట్రేలియాతో జరిగిన మూడో వన్డే సందర్భంగా శ్రేయాన్ అయ్యర్ ఉదర భాగంలో తీవ్ర గాయమైందని బీసీసీఐ కార్యదర్శి దేవ్ జిత్ సైకియా తెలిపారు. ఆయన ప్లీహంలో రక్తస్రావం జరిగింది. అదృష్టవశాత్తూ, గాయాన్ని వెంటనే గుర్తించి రక్తస్రావం ఆగిపోయింది.

అక్టోబర్ 28న శ్రేయాన్ అయ్యర్ కు రెండవ స్కాన్ జరిగిందని, అతని పరిస్థితి గణనీయంగా మెరుగుపడిందని బీసీసీఐ తెలిపింది. అతను ఇప్పుడు కోలుకుంటున్నాడు. బీసీసీఐ వైద్య బృందం సిడ్నీ, భారతదేశంలోని నిపుణులైన వైద్యులను సంప్రదిస్తూనే ఉంటుందని, అయ్యర్ ఆరోగ్యాన్ని పర్యవేక్షిస్తామని తెలిపింది. శ్రేయాన్ అయ్యర్ గాయం కారణంగా దక్షిణాఫ్రికా వన్డే సిరీస్ లో ఆడటం అతనికి కష్టంగా మారింది. అతని స్థానంలో రజత్ పాటిదార్ ను పరిగణించవచ్చని నివేదికలు సూచిస్తున్నాయి.

