తెలుగు దినపత్రిక

వార్త నిర్భయం

సామాన్యుని చేతిలో సామాజిక అస్త్రం!

www.vaarhtanirbhayam.com

ఎడిటర్ కాడేపాగు అశోక్

ఆంధ్రప్రదేశ్ & తెలంగాణ

తెలంగాణ - ఆంధ్ర ప్రదేశ్ సంపుటి : 01 సంచిక : 114 చీఫ్ ఎడిటర్: కాడేపాగు అశోక్ పేజిలు : 04, వెల రూ. 4రూ/ ఆదివారం- 22 - మార్చి - 2026

Published From Kurnool : Circulated at 'Kurnool Srikakulam, VishakaPatanam, Vijayanagaram, East Godavari, West Godavari, Krishna, Guntur, Prakasam, Nellore, Chittoor,, Kadapa, Anantapuram,

తెలుగు రాష్ట్రాల్లో కొండెక్కిన కోడి ధర..

ఒక్క రోజులోనే భారీగా ధరలు పెరగడంతో వినియోగదారులు బెంబేలెత్తుతున్నారు.

విజయవాడలో స్కిన్ లెస్ చికెన్ కిలో ధర రూ. 380 నుండి రూ. 400 వరకు పలుకుతోంది.

హైదరాబాద్ లో కిలో చికెన్ రూ. 340 నుండి రూ. 350 మధ్య విక్రయిస్తున్నారు.

అమరావతి : తెలుగు రాష్ట్రాల్లో చికెన్ ప్రియులకు ఆదివారం భోజనం భారంగా మారబోతోంది. నిన్నటి వరకు సాదాసీదాగా ఉన్న మిగతా..2లో

భద్రాచలం అభివృద్ధికి ప్రభుత్వం కట్టుబడి ఉంది: మంత్రి కొండా సురేఖ

భద్రాచలం శ్రీ సీతారామచంద్రస్వామి దేవస్థానం మరియు పట్టణ సమగ్ర అభివృద్ధి పై మంత్రి కొండా సురేఖ సమీక్షా సమావేశం నిర్వహించారు.

హైదరాబాద్: భద్రాచలం శ్రీ సీతారామచంద్రస్వామి దేవస్థానం మరియు పట్టణ సమగ్ర అభివృద్ధి పై డాక్టర్ బీఆర్ అంబేద్కర్ సచివాలయంలోని తన చాంబర్లో రాష్ట్ర అటవీ, పర్యావరణ మరియు దేవాదాయ శాఖ మంత్రి కొండా సురేఖ అధ్యక్షతన మంత్రులు పొంగులేటి శ్రీనివాసరెడ్డి, తుమ్మల నాగేశ్వరరావు, వాకిటి శ్రీహరి, ఎంపీ బలరాం నాయక్, ఎమ్మెల్యేలు తెల్లం వెంకట్రావు, జాటోత్ రామచంద్ర నాయక్ లతో కలిసి సమీక్ష సమావేశం నిర్వహించారు. "భద్రాచలం పునర్నిర్మాణం మరియు పునరుజ్జీవనం" ప్రాజెక్ట్‌కు సంబంధించిన ప్రణాళికల పై చర్చించారు. మిగతా..2లో

తిరుమల శ్రీవారి సేవలో సీఎం చంద్రబాబు కుటుంబం

- దేవాన్ష్ పుట్టినప్పటి నుంచీ ఏటా ఒకరోజు అన్నప్రసాద వితరణ
- సామాన్య భక్తునిలా వైకుంఠ క్యూ కాంప్లెక్స్ నుంచి వెళ్లి దర్శించుకున్న సీఎం
- మొదట్నుంటీ క్యూ కాంప్లెక్సులో వెళ్లి దర్శించుకుంటున్న చంద్రబాబు

అమరావతి : ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు తిరుమల శ్రీవారి సేవలో పాల్గొన్నారు. సీఎం హోదాలో నేరుగా మహాద్వారం ద్వారా ఆలయంలోకి ప్రవేశించి శ్రీవారిని దర్శించుకునే అవకాశం ఉన్నా సామాన్య భక్తునిలా వైకుంఠ క్యూ కాంప్లెక్స్ నుంచి దర్శించుకున్నారు. అనంతరం మాతృశ్రీ తరిగొండ వెంగమాంబ అన్నదాన సత్రానికి వెళ్లి కుటుంబ సభ్యులతో కలిసి భక్తులకు అన్న ప్రసాద వితరణ చేశారు.

కాంగ్రెస్‌కు జీవన్ రెడ్డి 'గుడ్ బై'?

రంజాన్ వేళ బీఆర్ఎస్ నేతలతో కలిసి ప్రార్థనలు!

హైదరాబాద్ మార్చి 21 (వార్త నిర్భయం) ఉమ్మడి కరీంనగర్ జిల్లా రాజకీయ ఉద్దండుడు, ఎమ్మెల్సీ జీవన్ రెడ్డి రాజకీయ ప్రయాణం ఇప్పుడు ఒక కీలక మలుపు వద్ద నిలుచుంది. గత కొంతకాలంగా కాంగ్రెస్ నాయకత్వంపై అసంతృప్తితో ఉన్న ఆయన, శనివారం రంజాన్ పర్వదినం సందర్భంగా బీఆర్ఎస్ నాయకులతో కలిసి ప్రార్థనల్లో పాల్గొనడం రాజకీయ వర్గాల్లో పెను సంచలనం సృష్టించింది. కేవలం పండుగ శుభాకాంక్షలు చెప్పుకోవడమేనా? లేక ఇది 'గులాబీ' గూటికి చేరేందుకు వేసిన తొలి అడుగా? అన్న చర్చ ఊపందుకుంది. జగిత్యాల ఎమ్మెల్యే సంజయ్ కుమార్ కాంగ్రెస్‌లో చేరినప్పటి నుండి జీవన్ రెడ్డి తీవ్ర అసహనంతో ఉన్నారు. దశాబ్దాలుగా పార్టీని నమ్ముకున్న తన కంటే, ఇతర పార్టీల నుండి వచ్చిన వారికే ప్రాధాన్యత ఇస్తున్నారని ఆయన సన్నిహితుల వద్ద ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. ఇప్పటికే తన నివాసం వద్ద కాంగ్రెస్ పార్టీ ఫ్లెక్సీలను తొలగించడం ద్వారా ఆయన తన నిరసనను బహిరంగంగానే వ్యక్తపరిచారు. పార్టీ కార్యక్రమాలకు కూడా ఆయన దూరంగా ఉంటున్నారు. శనివారం రంజాన్ ప్రార్థనల అనంతరం బీఆర్ఎస్ ముఖ్య నేతలతో జీవన్ రెడ్డి చాలా సేపు ఏకాంతంగా ముచ్చటించడం అందరినీ ఆశ్చర్యపరిచింది. సాధారణంగా ప్రత్యర్థి పార్టీ నేతలతో ఇంత ఆత్మీయంగా కనిపించడం వెనుక రాజకీయ వ్యూహం ఉందనేది విశ్లేషకుల అభిప్రాయం. ఇప్పటికే తన అనుచరులతో చర్చలు పూర్తి చేసిన జీవన్ రెడ్డి, త్వరలోనే తన భవిష్యత్తు కార్యాచరణను ప్రకటిస్తానని

ఏపీ సర్కార్ కీలక నిర్ణయం.. డెయిరీ, పశుసంవర్ధక ఫారాలకు భారీ ఊరట

- ★ పశుసంవర్ధక రంగానికి ఏపీ సర్కార్ భారీ ఊరట కల్పించింది.
- ★ పట్టణాల్లో పశుపోషకులకు అభివృద్ధి ఛార్జీల నుంచి మినహాయింపు నిచ్చింది.
- ★ భవన అనుమతుల రుసుములో సడలింపులు చేసింది.

అమరావతి, మార్చి 21 : పశుసంవర్ధక రంగానికి ఏపీ సర్కార్ భారీ ఊరట కల్పించింది. పట్టణాల్లో పశుపోషకులకు అభివృద్ధి ఛార్జీల నుంచి మినహాయింపు నిచ్చింది. మిగతా..2లో

ఇరాన్ పై దాడులను ఖండించడంలో మోదీ సర్కార్ విఫలం- ఇది పిరికితనానికి, ద్రోహానికి నిదర్శనం

- ఇరాన్ పై ఇజ్రాయెల్, అమెరికా దాడులను ఖండించడంలో మోదీ ప్రభుత్వం విఫలం
- ఇది భారత నాగరికత విలువలకు ద్రోహం చేసినట్లే- కాంగ్రెస్ విమర్శలు

ఢిల్లీ : ఇరాన్ పై అమెరికా, ఇజ్రాయెల్ లు చేస్తున్న దాడుల విషయంలో మోదీ సర్కార్ అనుసరిస్తున్న వైఖరిపై కాంగ్రెస్ తీవ్ర విమర్శలు గుప్పించింది. ఇరాన్ పై జరుగుతున్న వైమానిక దాడులను, ఆ దేశ అగ్రనేతల హత్యలను, అక్కడ బలవంతపు పాలనా మార్పు కోసం జరుగుతున్న ప్రయత్నాలను

కేరళలో మరోసారి షిగెల్లా కలకలం

12మందికి పాజిటివ్

- పెరుగుతుండటంతో ప్రజల్లో ఆందోళన
- తాజాగా 12 మందికి వైరస్ సోకినట్టు వెల్లడి
- ఆరోగ్య శాఖ, గ్రామపంచాయతీ అప్రమత్తం- నివారణ చర్యలు ముమ్మరం

ఢిల్లీ : కేరళలోని కోజికోడ్ జిల్లాలో షిగెల్లా వ్యాధి కలకలం రేపుతోంది. పెరువయల్ గ్రామపంచాయతీ పరిధిలోని ఎరంజికల్ ప్రాంతంలో తాజాగా మరో 12 మందికి షిగెల్లా సోకినట్లు నిర్ధరణ కావడంతో స్థానిక ప్రజల్లో ఆందోళన నెలకొంది. ఇప్పటికే కొద్ది రోజుల క్రితం నలుగురికి ఈ వ్యాధి నిర్ధరణ కాగా, వారిలో ఒక చిన్నారి మృతి చెందడం పరిస్థితిని మరింత తీవ్రమయ్యేలా చేసింది. తాజాగా నమోదైన కేసులతో మొత్తం బాధితుల సంఖ్య గణనీయంగా పెరిగింది. ఆరోగ్య శాఖ తెలిపిన వివరాల ప్రకారం, కొత్తగా పాజిటివ్ వచ్చిన వారిలో చాలా మంది ఇప్పటికే బాధితులైన వారి కుటుంబ సభ్యులే. దీంతో వ్యాధి ఒకే ప్రాంతంలో వేగంగా వ్యాప్తి చెందుతున్నట్టు అధికారులు భావిస్తున్నారు. ఇదే నేపథ్యంలో ఆరోగ్య శాఖ, గ్రామపంచాయతీ యంత్రాంగం అప్రమత్తమై విస్తృత స్థాయిలో నివారణ చర్యలు చేపట్టింది. మిగతా..2లో

స్వేచ్ఛా నౌకాయానం, సముద్ర మార్గాల భద్రత ముఖ్యం'

ఇరాన్ అధ్యక్షుడితో ప్రధాని మోదీ

- ఇరాన్ అధ్యక్షుడు పెజిష్కియాన్ తో ఫోన్ లో మాట్లాడిన ప్రధాని మోదీ
- ఈద్ , నౌరోజ్ శుభాకాంక్షలు తెలిపిన పీఎం

ఢిల్లీ : పశ్చిమాసియాలో తీవ్ర ఉద్రిక్తతలు నెలకొన్న వేళ ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ శనివారం ఇరాన్ అధ్యక్షుడు మసూద్ పెజిష్కియాన్ తో ఫోన్లో మాట్లాడారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన ఇరాన్ అధ్యక్షుడికి ఈద్ , నౌరోజ్ పండుగ శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు. మిగతా..2లో

కొండగట్టులో ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించిన బండి సంజయ్

- కేంద్ర హోంశాఖ సహాయ మంత్రి బండి సంజయ్ కుమార్ స్వామివారిని దర్శించుకుని ప్రత్యేక పూజలు
- అంజన్న ఆశీర్వాద యాత్ర' ముగింపు సమయానికి ఆలయం మూసివేయడంతో, అప్పట్లో ఆయన ముఖద్వారం వద్దే మొక్కు తీర్చుకున్నారు.

జగిత్యాల జిల్లాలోని ప్రముఖ పుణ్యక్షేత్రం కొండగట్టు అంజన్న సన్నిధిలో నేడు ఆధ్యాత్మిక కోలాహలం నెలకొంది. కేంద్ర హోంశాఖ సహాయ మంత్రి బండి సంజయ్ కుమార్ స్వామివారిని దర్శించుకుని ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు.

ఆరు గ్యారంటీల్లో అరగ్యారంటీ కూడా

ఇప్పటివరకు అమలు కాలేదు

- బీఆర్ఎస్ సీనియర్ నేతలు, లీగల్ సెల్ విభాగంతో కేటీఆర్ సమావేశం
- ఆరు గ్యారెంటీలకు చట్టబద్ధత అంశంపై ప్రైవేట్ మెంబర్ బిల్లుపై చర్చ
- గ్యారంటీలకు చట్టబద్ధత కోరుతూ ప్రైవేటు మెంబర్ ప్రవేశపెట్టనున్నామని వెల్లడి

హైదరాబాద్: ఆరు గ్యారంటీలపై సీఎం రేవంత్ రెడ్డి సంతకం చేసిన దస్త్రం కనిపించకుండా పోయిందన్న బీఆర్ఎస్ నేత కేటీఆర్ కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం 4 కోట్ల మందికి టోపీ పెట్టిందని ఎద్దేవా చేశారు. బీఆర్ఎస్ సీనియర్ నేతలు, లీగల్ సెల్ విభాగంతో కేటీఆర్ సమావేశం అయ్యారు. ఆరు గ్యారెంటీలకు చట్టబద్ధత అంశంపై ప్రైవేట్ మెంబర్ బిల్లుపై చర్చించారు. అనంతరం కేటీఆర్ మీడియా సమావేశంలో మాట్లాడారు. శుక్రవారమే ప్రైవేటు బిల్లు : సీఎం రేవంత్ రెడ్డి ప్రమాణస్వీకారం రోజున 6 గ్యారంటీల దస్త్రంపై సంతకం చేశారని, అభయహస్తం అనే దస్త్రంపై రేవంత్ రెడ్డి తొలి సంతకం చేశారని కేటీఆర్ గుర్తు చేశారు. గవర్నర్ ప్రసంగంలోనూ ఆరు గ్యారంటీలపై సంతకం జరిగిందని చెప్పించారని, ఆరు గ్యారంటీల్లో అరగ్యారంటీ కూడా ఇప్పటివరకు అమలు కాలేదని విమర్శించారు. ఆరు గ్యారంటీలకు చట్టబద్ధత కోరుతూ ప్రైవేటు మెంబర్ బిల్లు ప్రవేశపెట్టనున్నామని ప్రకటించారు. వచ్చే శుక్రవారం నాడు శాసనసభలో తాము ప్రైవేటు బిల్లు పెట్టాలని నిర్ణయించామని, తాము సభలో బిల్లు ప్రవేశపెట్టేలా అనుమతి ఇవ్వాలని స్పీకర్‌ను కోరుతున్నామని అన్నారు. కాంగ్రెస్ హామీ ఇచ్చిన అంశమే అయినందున మిగతా..2లో

ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డికి మాజీ మంత్రి హరీశ్ రావు బహిరంగ లేఖ

- జిల్లాలో సగం మంది రైతులకు రుణమాఫీ జరగలేదని, మూడుసార్లు రైతు భరోసా ఎగ్గొట్టారని మండిపడ్డారు.
- కానీ అదే కాళేశ్వరం ప్రాజెక్టును కాంగ్రెస్ వాళ్లు కూలేశ్వరంగా అభివృద్ధించారని మండిపడ్డారు.

హైదరాబాద్: సిద్దిపేట అభివృద్ధికి నిధులు రద్దు చేశారని, దీనిపై ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి వివరణ ఇవ్వాలని బీఆర్ఎస్ సీనియర్ ఎమ్మెల్యే, మాజీ మంత్రి హరీశ్ రావు డిమాండ్ చేశారు. రేపు సిద్దిపేటలో ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి పర్యటించనున్నారు. ఈనేపథ్యంలో ఆయన పలు ప్రశ్నలతో బహిరంగ లేఖ రాశారు. సిద్దిపేటలో ఆయిల్ పామ్

మొదటి పేజి తరువాయి

ఏపీ పారిశ్రామిక రంగంలో మరో ముందడుగు

ఇది రాష్ట్ర చరిత్రలోనే అతిపెద్ద పారిశ్రామిక పెట్టుబడులలో ఒకటి. ఈ పరిశ్రమ ద్వారా ప్రత్యక్షంగా, పరోక్షంగా సుమారు లక్ష మందికి ఉపాధి అవకాశాలు లభించనున్నాయి. నక్కపల్లి, పాయకరావుపేట, చుట్టుపక్కల ప్రాంతాల యువతకు ఉద్యోగ అవకాశాలు లభించనున్నాయి. ఉక్కు కర్మాగారం వస్తే దానిపై ఆధారపడే వందలాది చిన్న తరహా పరిశ్రమలు చుట్టుపక్కల ఏర్పడతాయి. తద్వారా పరోక్ష ఉపాధి భారీగా పెరుగుతుంది. ఆర్సెలార్ మిట్టల్ - నిప్పాన్ స్టీల్ సంస్థలు ఏడాదికి 17.8 మిలియన్ మెట్రిక్ టన్నుల ఉక్కు ఉత్పత్తిని లక్ష్యంగా పెట్టుకున్నాయి. ఈ సంస్థలు అత్యంత ఆధునికమైన, పర్యావరణహితమైన సాంకేతికతను ఇక్కడ ఉపయోగించనున్నాయి.

23న భూమిపూజ..

ఏపీ ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు కేంద్ర మంత్రులతో కలిసి ఈనెల 23వ తేదీన (సోమవారం) భూమిపూజ చేయనున్నారు. కేంద్ర ఉక్కు శాఖ మంత్రి హెచ్.డి. కుమారస్వామి, పౌర విమానయాన శాఖ మంత్రి కింజరాపు రామ్మోహన్ నాయుడు, ఉప ముఖ్యమంత్రి పవన్ కల్యాణ్, ఇతర ముఖ్య నేతలు ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొననున్నారు.

పారిశ్రామిక రంగంలో కొత్త అధ్యాయం..

గత 21 నెలలుగా ఏపీ ప్రభుత్వం చేపట్టిన పారిశ్రామిక విధానాలు, సులభతర వాణిజ్యం వేగవంతమైన అనుమతుల వల్లే ఈ ప్రాజెక్టు పట్టాలెక్కింది. విశాఖపట్నం పోర్టుకు సమీపంలో ఉండటంతో ముడిసరుకు రవాణా , ఎగుమతులకు ఈ ప్రాంతం వ్యూహాత్మకంగా చాలా కీలకం. ఈ ప్రాజెక్టు కేవలం ఒక ఫ్యాక్టరీ మాత్రమే కాదని, ఆంధ్రప్రదేశ్‌ను 'భారతదేశ ఉక్కు రాజధాని'గా మార్చే దిశగా వేసిన బలమైన అడుగని ప్రభుత్వ వర్గాలు పేర్కొన్నాయి.

తెలుగు రాష్ట్రాల్లో కొండెక్కిన కోడి ధర..

మధ్య తరగతి గుండెల్లో రైళ్లు!

కోడి మాంసం ధరలు ఒక్కసారిగా ఆకాశాన్ని తాకాయి. కేవలం ఒక్క రోజులోనే భారీగా ధరలు పెరగడంతో వినియోగదారులు బెంబేలెత్తుతున్నారు. ముఖ్యంగా ఏపీలో నిన్నటి కంటే ఈరోజు ఏకంగా రూ. 70 అదనంగా పెరగడం గమనార్హం. విజయవాడలో స్కిన్ లెస్ చికెన్ కిలో ధర రూ. 380 నుండి రూ. 400 వరకు పలుకుతోంది. హైదరాబాద్ లో కిలో చికెన్ రూ. 340 నుండి రూ. 350 మధ్య విక్రయిస్తున్నారు. అసలు దీని ధర అడిగితేనే గుండె జారిపోయేలా ఉంది. కిలో నాటుకోడి ఏకంగా రూ. 800 పలుకుతోంది. అంటే దాదాపు మటన్ ధరతో పోటీ పడుతోంది. వ్యాపారులు మరియు పౌల్ట్రీ రైతుల విశ్లేషణ ప్రకారం ఈ పెరుగుదల వెనుక ఐదు కీలక కారణాలు ఉన్నాయి. తీవ్రమైన ఎండల వల్ల కోళ్లు పెద్ద సంఖ్యలో మృత్యువాత పడుతున్నాయి. దీంతో మార్కెట్‌లోకి రావాల్సిన సప్లై గణనీయంగా తగ్గింది. ప్రస్తుతం రంజాన్ పండుగ కావడంతో చికెన్ వినియోగం విపరీతంగా పెరిగింది. పెళ్లిళ్లు, గృహప్రవేశాలు వంటి శుభకార్యాలు ఎక్కువగా ఉండటంతో డిమాండ్ రెట్టింపయింది. పెట్రోల్, డీజిల్ ధరల పెరుగుదల వల్ల రవాణా ఖర్చులు పెరిగాయి. అలాగే కోళ్లకు వేసే దానా ధరలు కూడా పెరగడంతో పౌల్ట్రీ రైతులు రేట్లు పెంచక తప్పడం లేదు.

ఏపీ సర్కార్ కీలక నిర్ణయం..

డెయిరీ, పశుసంవర్ధక ఫారాలకు భారీ ఊరట

భవన అనుమతుల రుసుములో సర్కార్ సడలింపులు చేసింది. ఈ సందర్భంగా అమరావతిలోని సచివాలయంలో ఏపీ వ్యవసాయ శాఖ మంత్రి కింజరాపు అచ్చెన్నాయుడు ఈరోజు(శనివారం) మాట్లాడారు. రాష్ట్రంలో పశుసంవర్ధక రంగాన్ని బలోపేతం చేస్తూ పశుపోషకులు, చిన్నరైతులకు పెద్దఎత్తున ఊరటనిచ్చేలా నిర్ణయం తీసుకున్నామని తెలిపారు. ఏపీలోని పట్టణ స్థానిక సంస్థలు, పట్టణ అభివృద్ధి సంస్థలు పరిధిలో డెయిరీ ఫారాలు, గొర్రెలు/మేకల పెంపకం కేంద్రాలు, పందుల పెంపకం యూనిట్లు, ఇతర పశుసంవర్ధక ఫారాలకు బెటర్‌మెంట్, డెవలప్‌మెంట్ చార్జీలు మినహాయింపు ఇచ్చినట్లు స్పష్టం చేశారు. ఈ ఫారాలకు భవన అనుమతి/లైసెన్స్ రుసుమును గ్రామ పంచాయతీల్లో వసూలు చేసే రుసుముకు సమానంగా నిర్ణయించినట్లు తెలిపారు. ఈ నిర్ణయం ద్వారా పట్టణ ప్రాంతాల్లో పశుపోషణపై ఆధారపడిన రైతులు, చిన్న వ్యవసాయదారులకు ఆర్థిక భారం గణనీయంగా తగ్గే అవకాశం ఉందని చెప్పుకొచ్చారు. దీంతో మరింత మందికి స్వయం ఉపాధి, సంవృద్ధి లభిస్తుందని వెల్లడించారు. గత జూన్‌లో జరిగిన సీఎం కాంక్లేవ్ మీటింగ్‌లో ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు ఇచ్చిన హామీని అమలు చేస్తూ ఈ నిర్ణయం తీసుకున్నామని మంత్రి కింజరాపు అచ్చెన్నాయుడు పేర్కొన్నారు.

ఆరు గ్యారంటీల్లో అరగ్యారంటీ

కూడా ఇప్పటివరకు అమలు కాలేదు

ఆ పార్టీ కూడా బిల్లుకు మద్దతు ఇవ్వాలని కోరారు. ఎమ్మెల్యేలపై ఒత్తిడి తేవాలి : మహిళలకు నెలకు రూ.2500 ఇస్తామన్నారని, వెంటనే అమలు చేయాలని కేటీఆర్ డిమాండ్ చేశారు. పింఛను రూ.2 వేల నుంచి రూ.4 వేలకు పెంచుతామన్నారని, వెంటనే పెంచాలని అన్నారు. విద్యార్థులకు విద్యా భరోసా కార్డులు ఇస్తామన్నారని, వెంటనే ఇవ్వాలని, కౌలు రైతులకు రూ.15 వేలు ఇస్తామన్నారని, అదీ అమలు చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. తాము పెట్టే బిల్లు పాస్ అయితే హామీలన్నీ చట్ట ప్రకారంగా అమలవుతాయని స్పష్టం చేశారు. తాము పెట్టే బిల్లుకు మద్దతు ఇవ్వాలని ప్రజలు వారి ఎమ్మెల్యేలపై ఒత్తిడి తేవాలని కోరారు. "వచ్చే శుక్రవారం నాడు శాసనసభలో మేము ప్రైవేటు బిల్లు పెట్టాలని నిర్ణయించాం. ఆరు గ్యారంటీలకు చట్టబద్ధత కోరుతూ ప్రైవేటు మెంబర్ ప్రవేశపెట్టనున్నాం. మేము సభలో బిల్లు ప్రవేశపెట్టేలా అనుమతి ఇవ్వాలని స్పీకర్‌ను కోరుతున్నాం. కాంగ్రెస్ హామీ ఇచ్చిన అంశమే కాబట్టి ఆ పార్టీ కూడా బిల్లుకు మద్దతు ఇవ్వాలి. ఆరు గ్యారంటీలపై సీఎం సంతకం చేసిన దస్త్రం కనిపించకుండా పోయింది రేవంత్ రెడ్డి ప్రమాణస్వీకారం రోజున 6 గ్యారంటీల దస్త్రంపై సంతకం చేశారు. అభయహస్తం అనే దస్త్రంపై సీఎం రేవంత్‌రెడ్డి తొలి సంతకం చేశారు. గవర్నర్ ప్రసంగంలోనూ ఆరు గ్యారంటీలపై సంతకం జరిగిందని చెప్పించారు. ఆరు గ్యారంటీల్లో అరగ్యారంటీ కూడా ఇప్పటివరకు అమలు కాలేదు"

కొండగట్టులో ప్రత్యేక పూజలు

నిర్వహించిన బండి సంజయ్

గత శనివారం నిర్వహించిన 'అంజన్న ఆశీర్వాద యాత్ర' ముగింపు సమయానికి ఆలయం మూసివేయడంతో, అప్పట్లో ఆయన ముఖద్వారం వద్దే మొక్కు తీర్చుకున్నారు. ఆ వెలితిని పూడ్చుకుంటూ నేడు మళ్ళీ ఆలయానికి విచ్చేశారు. అర్చకులు, అధికారులు ఆయనకు ఘనస్వాగతం పలికారు. గర్భాలయంలో పూజల అనంతరం బండి సంజయ్‌ను శాలువాతో సన్మానించి ఆశీర్వచనాలు, ప్రసాదాన్ని అందజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో కరీంనగర్ మేయర్ సునీల్ రావు, బీజేపీ నేతలు ప్రవీణ్ రావు, బండ రమణారెడ్డి, భారీ సంఖ్యలో కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు. భక్తుల రద్దీతో ఆలయ ప్రాంగణం సందడిగా మారింది.

భద్రాచలం అభివృద్ధికి ప్రభుత్వం

కట్టుబడి ఉంది: మంత్రి కొండా సురేఖ

ఈ సందర్భంగా మంత్రి మాట్లాడుతూ.. భద్రాచలం శ్రీ సీతారామచంద్రస్వామి దేవస్థానం దేశవ్యాప్తంగా భక్తుల విశ్వాసానికి నిలయమని, ఆలయం, పట్టణాన్ని ఆధునిక సౌకర్యాలతో అభివృద్ధి చేయడం ప్రభుత్వ ప్రధాన లక్ష్యమని స్పష్టం చేశారు. యాత్రికుల సౌకర్యాల మెరుగుదల పై ప్రత్యేక దృష్టి పెట్టాలని, పార్కింగ్ సదుపాయాలు, రహదారుల విస్తరణ, పరిశుభ్రత పరిరక్షణ వంటి అంశాలను ప్రాధాన్యంగా తీసుకోవాలని అధికారులకు సూచించారు. మాడ వీధుల అభివృద్ధి, కల్యాణ మండపం నిర్మాణం, రామవనం అభివృద్ధి, డిజిటల్ ఇన్ఫర్మేషన్ సెంటర్లు, తాగునీటి సరఫరా, శుభ్రమైన మరుగుదొడ్ల ఏర్పాటు వంటి పనులను వేగవంతం చేయాలని ఆదేశించారు. యాత్రికులకు ఎలాంటి ఇబ్బందులు లేకుండా దర్శన సౌకర్యాలు కల్పించాలని తెలిపారు. ఈ నెల 27న జరగనున్న శ్రీ సీతారాముల కల్యాణ మహోత్సవాన్ని దృష్టిలో ఉంచుకుని అన్ని ఏర్పాట్లు పక్కాగా చేయాలని సూచించారు. కల్యాణ మండపాన్ని ఆకర్షణీయంగా అలంకరించడంతో పాటు లైటింగ్, నిరంతర విద్యుత్ సరఫరా, తాగునీరు, మరుగుదొడ్లు వంటి సౌకర్యాలను సమృద్ధిగా ఏర్పాటు చేయాలని ఆదేశించారు. వృద్ధులు, దివ్యాంగుల కోసం బ్యాటరీ వాహనాలు అందుబాటులో ఉంచాలని, అగ్నిమాపక చర్యలు, అంబులెన్స్ సేవలు సిద్ధంగా ఉండాలని తెలిపారు. ఈ సమావేశంలో దేవాదాయ శాఖ ముఖ్య కార్యదర్శి శైలజ రామయ్యర్ ఇతర అధికారులు, ప్రాజెక్టు రూపకర్తలు, సంబంధిత విభాగాల ప్రతినిధులు పాల్గొన్నారు.

తిరుమల శ్రీవారి సేవలో సీఎం చంద్రబాబు కుటుంబం

మొదటి పేజి తరువాయి

ఆ తర్వాత సీఎం కూడా శ్రీవారి అన్న ప్రసాదాన్ని స్వీకరించారు. ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు తిరుమల శ్రీవారిని దర్శించుకున్నారు. మనవడు దేవాంశ్ పుట్టినరోజు సందర్భంగా కుటుంబసభ్యులతో కలిసి సీఎం శ్రీవారి సేవలో పాల్గొన్నారు. ఆలయానికి చేరుకున్న సీఎంకు ఆలయ ఈవో, అర్చకులు మహాద్వారం వద్ద ఇస్తికఫాల్ స్వాగతం పలికారు. సతీమణి భువనేశ్వరి, కుమారుడు లోకేశ్, మనుమడు దేవాంశ్ తో కలిసి ఆలయం లోనికి వెళ్లిన సీఎం శ్రీవారిని దర్శించుకున్నారు. రంగనాయకుల మండపంలో చంద్రబాబు, ఆయన కుటుంబ సభ్యులకు పండితుల వేదాశీర్వచనాలు చేశారు. అనంతరం అర్చకులు శ్రీవారి తీర్థప్రసాదాలు అందజేశారు. దేవుని ముందు అందరూ సమానమే: శ్రీవారి పాదాల చెంత పుట్టానని, ఆయన కటాక్షం వల్లే తనకు పునర్జన్మ లభించిందని బహిరంగంగా ప్రకటిస్తూ తన ఇలవేల్పుపై భక్తిభావాలను చాటుకునే సీఎం చంద్రబాబు, భక్తిని మాటల్లోనే కాదు, ఆచరణలోనూ చూపుతున్నారు. ముఖ్యమంత్రి హోదాలో ఉన్నవారికి తిరుమలలో ప్రోటోకాల్ ప్రకారం మహాద్వారం నుంచి నేరుగా ఆలయ ప్రవేశానికి అవకాశం ఉంది. కానీ దేవుని ముందు అందరూ సమానమేనన్న భావనతో చంద్రబాబు ముఖ్యమంత్రి హోదాలో తిరుమలకు వచ్చినా క్యూ కాంప్లెక్స్ ద్వారా వెళ్లి శ్రీవారిని దర్శించుకుంటున్నారు. బ్రహ్మోత్సవాల సందర్భంగా ప్రభుత్వం తరపున పట్టు వస్త్రాలు సమర్పించే సమయంలో మినహా తిరుమల వచ్చిన ప్రతిసారీ కుటుంబసమేతంగా క్యూలైన్ ద్వారానే వెళ్లి స్వామివారిని దర్శించుకుంటున్నారు. తొలిసారి సీఎంగా బాధ్యతలు చేపట్టినప్పటి నుంచీ ఇదే సంప్రదాయాన్ని పాటిస్తున్నారు. క్షేత్రస్థాయిలో పరిశీలన: క్యూ కాంప్లెక్స్ నుంచి దర్శనానికి వెళ్లడం ద్వారా శ్రీవారిపై తనకున్న భక్తిభావాన్ని చాటడంతో పాటు సామాన్య భక్తులకు టీటీడీ కల్పిస్తున్న సౌకర్యాలనూ గమనిస్తూ సీఎంగా తన బాధ్యతలను చంద్రబాబు నెరవేరుస్తున్నారు. క్యూ కాంప్లెక్స్‌లో ప్రసాదం పంపిణీ, తాగునీటి సదుపాయం, పారిశుద్ధ్యం వంటి అంశాలు ఎలా ఉన్నాయో క్షేత్రస్థాయిలో పరిశీలిస్తూ లోపాలు కనిపిస్తే వెంటనే సరిదిద్దాలని అధికారులకు సూచనలు చేస్తారు. తిరుమల కొండపై భక్తుల ఆకలి తీర్చే అన్నదాన కార్యక్రమానికి ఏటా విరాళం అందజేస్తూ చంద్రబాబు కుటుంబం దాతృత్వం చాటుకుంటోంది. 1985లో ఎన్టీఆర్ హయాంలో 2 వేల మందితో ప్రారంభమైన అన్నదానం 1994లో ఎస్వీ నిత్య అన్నదాన ట్రస్టుగా రూపాంతరం చెంది, తరిగొండ వెంగమాంబ అన్నప్రసాదం కాంప్లెక్స్ ద్వారా, నిత్యం వేలాది మంది భక్తుల కడుపు నింపుతోంది. ఈ ప్రతిష్ఠాత్మక ట్రస్టుకు సీఎం చంద్రబాబు తన మనవడు దేవాన్ష్ పుట్టినప్పటి నుంచీ ఒక ఏడాది మినహా 11 సార్లు ఒక రోజు అన్నదాన వ్యయాన్ని విరాళంగా అందజేస్తున్నారు. 11 సార్లు: 2015, 2016 సంవత్సరాల్లో రూ. 20 లక్షలు, 2017లో రూ. 25 లక్షలు, 2018లో రూ.26 లక్షలు, 2019 నుంచి 2021 వరకు రూ. 30 లక్షలు, 2023లో రూ.33 లక్షలు, 2024లో రూ.38 లక్షలు, 2025, 2026 సంవత్సరాల్లో రూ. 44 లక్షల రూపాయల చొప్పున దేవాంశ్ పేరుతో అన్నదానం కోసం విరాళం అందజేశారు. ఇలా మొత్తం 11 సార్లు 3 కోట్ల 40 లక్షల రూపాయలు విరాళంగా అందజేసి స్వామివారిపై తమ కుటుంబానికి ఉన్న అపారమైన భక్తిని చాటుకున్నారు. మనవడు దేవాంశ్ పుట్టినరోజు సందర్భంగా ఈ ఉదయం తిరుమల శ్రీవారిని సీఎం చంద్రబాబు కుటుంబ సమేతంగా దర్శించుకోనున్నారు. దర్శనానంతరం మాతృశ్రీ తరిగొండ వెంగమాంబ అన్నదాన సత్రానికి చేరుకొని భక్తులకు అన్నప్రసాద వితరణ చేయనున్నారు. అనంతరం తిరుమలలోని ఇంటిగ్రేటెడ్ కమాండ్ కంట్రోల్ సెంటర్ (ఐసీసీసీ) ని సందర్శించనున్నారు.

ప్రతీ ఏటా విరాళం:

ఎన్టీఆర్ హయాంలో తిరుమలలో ఏర్పాటు చేసిన అన్నదానం ట్రస్టు తిరుమల కొండకు వచ్చే భక్తులకు అన్నప్రసాదంతో ఆకలి తీరుస్తూనే ఉంది. తరిగొండ వెంగమాంబ అన్నప్రసాదం కాంప్లెక్సులో నిత్యం భక్తులకు అన్నప్రసాద వితరణ జరుగుతూనే ఉంటుంది. ఈ ట్రస్టుకు తన మనవడు దేవాంశ్ పుట్టినప్పటి నుంచీ ప్రతి ఏడాదీ విరాళాన్ని సీఎం చంద్రబాబు అందిస్తున్నారు. దేవాంశ్ పేరుతో అన్నదానం కోసం 12 సార్లు విరాళం అందించారు.

'స్వేచ్ఛా నౌకాయానం, సముద్ర మార్గాల భద్రత ముఖ్యం'

మొదటి పేజి తరువాయి

ఈ పండుగ సీజన్ పశ్చిమాసియాలో శాంతి, స్థిరత్వం, శ్రేయస్సు తీసుకురావాలని ఆకాంక్షించారు. ఈ సందర్భంగా ప్రధాని మోదీ పశ్చిమాసియాలోని కీలక మౌలిక సదుపాయాలపై జరుగుతున్న దాడులను తీవ్రంగా ఖండించారు. ఇలాంటి దాడులు ప్రాంతీయ స్థిరత్వానికి ముప్పు కలిగిస్తాయని, ప్రపంచ సరఫరా గొలుసులను దెబ్బతీస్తాయని ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. అంతర్జాతీయ నౌకాయాన స్వేచ్ఛను కాపాడడం, సముద్ర రవాణా మార్గాలను సురక్షితంగా ఉంచడం అత్యంత ముఖ్యమని స్పష్టం చేశారు. అంతేకాదు ఇరాన్ లో ఉన్న భారత పౌరుల భద్రతకు సంబంధించి అక్కడి ప్రభుత్వం అందిస్తున్న నిరంతర సహకారానికి ప్రధాని మోదీ కృతజ్ఞతలు తెలియజేశారు. "ఇరాన్ అధ్యక్షుడు డాక్టర్ మసూద్ పెజెస్కియాన్ తో మాట్లాడి ఈద్ , నౌరోజ్ శుభాకాంక్షలు తెలియజేశాను. ఈ పండుగలు పశ్చిమాసియాలో శాంతిని నెలకొల్పుతాయని ఆశిస్తున్నాను. ప్రాంతీయ స్థిరత్వాన్ని దెబ్బతీసే మౌలిక సదుపాయాలపై దాడులను ఖండించాను."

- ప్రధాని మోదీ, ఎక్స్ పోస్టు

దౌత్య సంబంధాలు పై అమెరికా, ఇజ్రాయెల్ లు దాడులు చేయడంతో పశ్చిమాసియాలో యుద్ధం ప్రారంభమైంది. అప్పటి నుంచి ఇప్పటి వరకు ఇరాన్ అధ్యక్షుడితో మోదీ మాట్లాడడం ఇదే రెండోసారి. అంతకు ముందు మార్చి 12న ఇరువురు నేతలు మాట్లాడుకున్నారు. అప్పుడు ఇరాన్ అధ్యక్షుడు యుద్ధ పరిస్థితుల గురించి వివరించారు. అయితే భారత్ మొదటి నుంచి అన్ని సమస్యలను చర్చలు, దౌత్యం ద్వారానే పరిష్కరించుకోవాలని, ఇదే తమ స్థిరమైన విధానమని స్పష్టం చేస్తూ వస్తోంది. వాస్తవానికి పశ్చిమాసియా సంక్షోభం మొదలైనప్పటి నుంచి ప్రధాని మోదీ - సౌదీ అరేబియా, యూఏఈ, ఖతార్ , బహ్రెయిన్, కువైట్, జోర్డాన్ , ఫ్రాన్స్ , మలేషియా తదితర దేశాల నాయకులతో సంప్రదింపులు జరిపారు.

వార్ ఎఫెక్ట్

గత మూడు వారాలుగా ఇరాన్ వర్సెస్ అమెరికా, ఇజ్రాయెల్ ల మధ్య దాడులు, ప్రతిదాడులు నిరంతరాయంగా కొనసాగుతూ ఉన్నాయి. ముఖ్యంగా ఇరాన్ ప్రతీకార దాడులకు దిగి ఇజ్రాయెల్ తో సహా, తన పొరుగు దేశాల్లో ఉన్న అమెరికన్ మిలటరీ బేస్ లను లక్ష్యంగా చేసుకొని దాడులు చేస్తోంది. అంతేకాదు ప్రపంచ చమురు రవాణాలో దాదాపు 20 శాతం మేర జరిగే హర్మూజ్ జలసంధిని తన నియంత్రణలోకి తీసుకుంది. దీనితో ప్రపంచవ్యాప్తంగా చమురు సహా మిగతా ఇంధన సమస్యలు మొదలయ్యాయి. ఈ నేపథ్యంలో ఇరాన్ కొన్ని ఎంచుకున్న చమురు నౌకలను మాత్రమే హర్మూజ్ గుండా వెళ్లేందుకు అనుమతి ఇస్తోంది.

ఇరాన్ ప్రస్తుత పరిస్థితి ఏమిటి?

అలీ ఖమేనీ మృతి తర్వాత, ఆయన కుమారుడు మోజ్తబా ఖమేనీ ఇరాన్ సుప్రీం లీడర్ గా ఎన్నికయ్యారు. ఆయన కూడా యుద్ధ రంగంలో తగ్గేది లేదంటున్నారు. అందుకే అమెరికా, ఇజ్రాయెల్ పై ప్రతీకార దాడులు కొనసాగిస్తున్నారు. దీనితో యుద్ధం మరింత తీవ్రమవుతోంది. మరోవైపు ఇరాన్ లోని అత్యంత కీలకమైన నతాంజ్ యురేనియం శుద్ధి కేంద్రంపై అమెరికా, ఇజ్రాయెల్ లో సంయుక్తంగా వైమానిక దాడులు జరిపాయి. ఈ విషయాన్ని ఇరాన్ ప్రభుత్వ వార్తా సంస్థ తస్నిమ్ ధ్రువీకరించింది. అయితే ఈ దాడి తర్వాత ఎలాంటి రేడియోధార్మిక పదార్థాలు వెలువడలేదని పేర్కొంది. కనుక అణుకేంద్రం సమీపంలో నివసించే ప్రజలకు ఎలాంటి ముప్పు లేదని అధికారులు తెలిపారు. ఇంతకు ముందు అంటే గురువారం ప్రపంచంలోనే అతిపెద్ద గ్యాస్ ద్రవీకరణ కేంద్రమైన ఖతార్‌లోని రాస్ లఫ్ఫాన్ పారిశ్రామిక నగరంపై ఇరాన్ బాలిస్టిక్ క్షిపణులతో విరుచుకుపడింది. దీనితో తమ దేశ ఎల్ఎన్‌జీ ఎగుమతి సామర్థ్యం 17 శాతం మేర పడిపోయిందని, తమకు భారీ నష్టం వాటిల్లిందని ఖతార్ రక్షణ మంత్రిత్వశాఖ పేర్కొంది.

కేరళలో మరోసారి షిగెల్లా కలకలం- 12మందికి పాజిటివ్

మొదటి పేజి తరువాయి

ఎరంజికల్, పూవట్టుపరంబ ప్రాంతాలతో పాటు పరిసర ప్రాంతాల్లో ప్రత్యేక చర్యలు కొనసాగుతున్నాయి. అనుమానిత లక్షణాలు ఉన్న వారిని గుర్తించేందుకు మెడికల్ టీంలు ఇంటింటికీ వెళ్లి పరిశీలనలు నిర్వహిస్తున్నాయి. లక్షణాలు కనిపిస్తున్న వారిని వెంటనే ఆసుపత్రులకు తరలించే ఏర్పాట్లు చేశారు. ఇప్పటికే మరికొంతమంది అనుమానితులను ఆసుపత్రుల్లో చేర్చి, వారి నమూనాలను సేకరించి పరీక్షలు చేస్తున్నారు. వ్యాధి వ్యాప్తిని అరికట్టేందుకు ఆశా వర్కర్ల ఆధ్వర్యంలో ఇంటింటికీ బావుల క్లోరినేషన్ కార్యక్రమం చేపట్టారు. తాగునీటి వనరులను శుభ్రపరిచే పనులు వేగవంతం చేశారు. అదనంగా, ఆహార భద్రతా శాఖ అధికారులు రంగంలోకి దిగారు. పరిశుభ్రత లేని పరిస్థితుల్లో పనిచేస్తున్న మూడు ఆహార దుకాణాలను మూసివేయాలని ఆదేశించారు. ప్రజలకు సురక్షితమైన ఆహారం, తాగునీరు అందేలా కట్టుదిట్టమైన చర్యలు తీసుకుంటున్నారు. ఈ పరిస్థితిపై పెరువయల్ గ్రామపంచాయతీ అధ్యక్షుడు ఆర్వీ జాఫర్ స్పందిస్తూ, షిగెల్లా కేసులు పెరుగుతున్న నేపథ్యంలో అత్యవసర సమావేశాలు నిర్వహించినట్టు తెలిపారు. ఈద్ రోజున కూడా ఆరోగ్య కార్యకర్తలు, ప్రజాప్రతినిధులు, అంగన్‌వాడీ సిబ్బంది, ఆశా వర్కర్లతో కలిసి సమావేశమై చర్యలను సమీక్షించినట్టు చెప్పారు. పంచాయతీ పరిధిలోని అన్ని వార్డుల్లో కూడా క్లోరినేషన్ పూర్తి చేసినట్టు వెల్లడించారు. ప్రజల్లో అవగాహన పెంచేందుకు ప్రత్యేక కార్యక్రమాలు చేపట్టినట్టు అధికారులు తెలిపారు. మెడికల్ క్యాంపులు ఏర్పాటు చేసి, వ్యాధి లక్షణాలు, నివారణ చర్యలపై వివరాలు అందిస్తున్నారు. జ్వరము, విరేచనాలు, వాంతులు వంటి లక్షణాలు కనిపిస్తే వెంటనే వైద్యులను సంప్రదించాలని సూచిస్తున్నారు. ఇదిలా ఉండగా, వ్యాధి వ్యాప్తికి అసలు కారణాలను తెలుసుకునేందుకు అధికారులు దర్యాప్తు ప్రారంభించారు. ముఖ్యంగా తాగునీటి వనరుల నుంచి నమూనాలు సేకరించి పరీక్షలు నిర్వహిస్తున్నారు. పిల్లలు కూడా బాధితుల్లో ఉండటంతో ఆరోగ్య శాఖ మరింత జాగ్రత్తలు తీసుకుంటోంది. గ్రామపంచాయతీ ఆధ్వర్యంలో రాపిడ్ రెస్పాన్స్ టీమ్ ఏర్పాటు చేసి, పరిస్థితిని నిరంతరం పర్యవేక్షిస్తున్నారు. అత్యవసర పరిస్థితుల్లో బాధితులను వెంటనే ఆసుపత్రులకు తరలించేలా ప్రత్యేక ఏర్పాట్లు చేశారు. ప్రస్తుతం చేపట్టిన చర్యలతో వ్యాధి వ్యాప్తిని త్వరలోనే

అదుపులోకి తీసుకురాగలమనే ఆశాభావాన్ని అధికారులు వ్యక్తం చేస్తున్నారు. ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండి, పరిశుభ్రత పాటిస్తే షిగెల్లా వ్యాధిని సమర్థంగా నివారించవచ్చని ఆరోగ్య శాఖ సూచిస్తోంది.గెల్లా అంటే ఏంటి అసలు? షిగెల్లా అనేది బాక్టీరియా (సూక్ష్మక్రిములు) వల్ల కలిగే ఒక రకమైన అంటువ్యాధి, దీనిని షిగెల్లోసిస్ అని కూడా పిలుస్తారు. ఇది ప్రధానంగా జీర్ణవ్యవస్థను, ముఖ్యంగా ప్రేగులను ప్రభావితం చేస్తుంది. ఈ ఇన్ఫెక్షన్ గురించి కొన్ని ముఖ్యమైన విషయాలు:

ఇరాన్ పై దాడులను ఖండించడంలో మోదీ సర్కార్ విఫలం- ఇది పిరికితనానికి, ద్రోహానికి నిదర్శనం

మొదటి పేజి తరువాయి

అడ్డుకోవడంలో మోదీ సర్కార్ పూర్తిగా విఫలమైందని విమర్శించింది. దాడులను ఖండించకపోవడం నైతిక పిరికితనానికి చిహ్నమని, భారత నాగరికత విలువలకు ద్రోహం చేయడమేనని పేర్కొంది. కాంగ్రెస్ ప్రధాన కార్యదర్శి జైరాం రమేశ్ శనివారం ఎక్స్ వేదికగా మోదీ సర్కార్ పై విరుచుకుపడ్డారు. "ప్రధాని మోదీ తనకు అమెరికా అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్, ఇజ్రాయెల్ ప్రధాని నెతన్యాహులతో గొప్ప స్నేహం ఉందని చెప్పుకుంటారు. మరి ఆ గొప్ప స్నేహాన్ని ఉపయోగించి, యుద్ధాన్ని ఆపడానికి మోదీ ఎందుకు చొరవ తీసుకోవడం లేదు" అని ప్రశ్నించారు. "ఇరాన్ పై అమెరికా, ఇజ్రాయెల్ వైమానిక దాడులు ప్రారంభమై సరిగ్గా 21 రోజులు లేదా మూడు వారాలు అవుతోంది. ప్రధాని మోదీ తన ఆర్భాటపు ఇజ్రాయెల్ పర్యటన ముగించుకుని, తిరిగి భారత్ కు వచ్చి కూడ 23 రోజులైంది. కానీ, ప్రస్తుతం భారత్ లో సహా ప్రపంచవ్యాప్తంగా తీవ్ర ఆర్థిక అస్థిరతకు దారితీసిన అమెరికా, ఇజ్రాయెల్ వైమానిక దాడులను మోదీ సర్కార్ ఖండించిందా? కనీసం విమర్శించిందా? అంటే, దానికి సమాధానం లేదు (నో). పోనీ అమెరికా-ఇజ్రాయెల్ లో ఇరాన్ అగ్రనేతలను లక్ష్యంగా చేసుకొని హత్యలు చేస్తోంది. కనీసం మోదీ ప్రభుత్వం ఆ హత్యలను ఖండించిందా? అంటే, దానికి కూడా సమాధానం లేదు (నో). ఇరాన్ లో అంతర్యుద్ధం వచ్చేలా, అక్కడి

ప్రభుత్వాన్ని కూల్చేసి దేశాన్ని విచ్ఛిన్నం చేయడానికి అమెరికా, ఇజ్రాయెల్ చేస్తున్న క్రూరమైన ప్రయత్నాలను మోదీ సర్కార్ విమర్శించిందా? అంటే, దానికి సమాధానం లేదు (నో). పోనీ ఇరాన్ పై చేస్తున్న బాంబు దాడులను, అలాగే గల్ఫ్ దేశాల్లోని ఇంధన, ఇతర మౌలిక సదుపాయాలపై ఇరాన్ చేస్తున్న దాడులను వెంటనే నిలిపివేయాలని చెబుతూ, మోదీ ప్రభుత్వం ఏమైనా దౌత్యప్రయత్నాలు చేసిందా? ఏమైనా చొరవ తీసుకుందా? కాల్పుల విరమణ కోసం ప్రధాని మోదీ తన స్నేహాన్ని ఉపయోగించారా? అంటే, దానికి సమాధానం లేదు (నో). ఈ నాలుగు 'నో'లు మోదీ ప్రభుత్వ నైతిక పిరికితనాన్ని, భారత నాగరికత విలువల పట్ల చేస్తున్న రాజకీయ ద్రోహాన్ని ప్రతిబింబిస్తున్నాయి."

- జైరాం రమేశ్, కాంగ్రెస్ ప్రధాన కార్యదర్శి (కమ్యునికేషన్స్) ఎక్స్ పోస్ట్

మరింత తీవ్రమవుతున్న యుద్ధం

గత మూడు వారాలుగా కొనసాగుతున్న పశ్చిమాసియా ఉద్రిక్తతలు ఏమాత్రం తగ్గే సూచనలు కనిపించడం లేదు. శనివారం తెల్లవారు జామున కూడా ఇరాన్ తమపై క్షిపణులు ప్రయోగించిందని ఇజ్రాయెల్ పేర్కొంది. మరోవైపు, తమ ప్రధాన చమురు కేంద్రాలు ఉన్న తూర్పు ప్రాంతంలో కేవలం 2 గంటల వ్యవధిలో 20 డ్రోన్ లను కూల్చివేసినట్లు సౌదీ అరేబియా వెల్లడించింది. మరోవైపు ఇరాన్ కూడా ఏమాత్రం వెనక్కు తగ్గడం లేదు. ఇప్పటికే గల్ఫ్ దేశాల్లోని ఇంధన కేంద్రాలపై దాడులు చేస్తున్న ఇరాన్ , ఇకపై ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఉన్న పర్యాటక ప్రాంతాలపై కూడా దాడులు చేస్తామని హెచ్చరించింది. ఈ నేపథ్యంలో, అమెరికా మరిన్ని యుద్ధ నౌకలను, మరో 2500 మెరైన్స్ ను పశ్చిమాసియాలో మోహరిస్తోంది. కాగా, ఇప్పటి వరకు జరిగిన యుద్ధం వల్ల ఇరాన్ లో 1300 మందికి పైగా, లెబనాన్ లో 1000 మందికి పైగా, ఇజ్రాయెల్ లో 15 మంది, అమెరికాకు చెందిన 13 మంది సైనికులు మరణించారు. లెబనాన్ , ఇరాన్ ల్లో లక్షలాది మంది ప్రజలు నిరాశ్రయులయ్యారు.

ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డికి మాజీ మంత్రి హరీశ్ రావు బహిరంగ లేఖ

మొదటి పేజి తరువాయి

మీది ఎందుకని ప్రశ్నించారు. ఆయిల్ పామ్ ఫ్యాక్టరీ ప్రారంభోత్సవానికి రావడానికంటే ముందు జిల్లాకు రద్దు చేసిన అభివృద్ధి పనులకు సంబంధించిన రూ.1,070 కోట్ల నిధులను విడుదల చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. జిల్లాలో సగం మంది రైతులకు రుణమాఫీ జరగలేదని, మూడుసార్లు రైతు భరోసా ఎగ్గొట్టారని మండిపడ్డారు. రేవంత్ రెడ్డి ముఖ్యమంత్రిగా బాధ్యతలు చేపట్టిన 27 నెలల తర్వాత సిద్దిపేటకు వస్తున్నారని అన్నారు. తెలంగాణ రాష్ట్రంలో సిద్దిపేట నియోజకవర్గం లేదన్నట్లుగా ఇన్నాళ్లు వ్యవహరించారని విమర్శించారు. ఆయిల్ పామ్ ఫ్యాక్టరీ ప్రారంభం పేరిట సిద్దిపేటలో అడుగుపెడుతున్న ముఖ్యమంత్రికి తాను పలు ప్రశ్నలు సంధించదలుచుకున్నానని అన్నారు. కాళేశ్వరం ప్రాజెక్టు ప్రతిఫలమే ఈ పామాయిల్ ఫ్యాక్టరీ అని పేర్కొన్నారు. కానీ అదే కాళేశ్వరం ప్రాజెక్టును కాంగ్రెస్ వాళ్లు కూలేశ్వరంగా అభివర్ణించారని మండిపడ్డారు. ఇక్కడ ఫ్యాక్టరీ ఏర్పాటు బీఆర్ఎస్ ప్రభుత్వం హయాంలో చేసిన కృషి ఫలితమే అన్నారు. ఫ్యాక్టరీ ఏర్పాటు, పామాయిల్ తోటల సాగులో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం చేసింది శూన్యమని విమర్శించారు. 2021 జూన్ 5న తొలి పామాయిల్ మొక్కను నాటింది తానేనని వెల్లడించారు. 2022 జనవరి 12వ తేదీన 62 ఎకరాల భూమి కేటాయించి, మార్చి 4న భూమికి ఫెన్సింగ్ పనులు మరియు స్టోరేజ్ వాటర్ రిజర్వాయర్‌ను ప్రారంభించామని తెలిపారు 2023 ఏప్రిల్ 4న ఫ్యాక్టరీకి పునాదిరాయి వేసి పనులు ప్రారంభించామని అన్నారు. పామాయిల్ ఫ్యాక్టరీ నిర్మాణంలో గత బీఆర్ఎస్ ప్రభుత్వం పాత్ర కొండంత అయితే, కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం పాత్ర గోరంత కూడా లేదని అన్నారు. ముఖ్యమంత్రిగా రేవంత్ రెడ్డి బాధ్యతలు చేపట్టిన వెంటనే సిద్దిపేట నియోజకవర్గ అభివృద్ధి పనులకు సంబంధించి రూ.1,070 కోట్ల నిధులను అర్ధాంతరంగా రద్దు చేశారని ఆరోపించారు. నిధులను రద్దు చేయడంతో ఎక్కడి పనులు అక్కడే ఆగిపోయాయని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. రేపు అధికారిక పర్యటన చేస్తున్నందున, ఆ నిధులన్నీ తిరిగి ఇవ్వాలని డిమాండ్ చేశారు. సిద్దిపేట నియోజకవర్గంలో 22 వేల మందికి పైగా రైతులకు రుణమాఫీ కాలేదని తెలిపారు. రూ.170 కోట్ల మేర రైతు భరోసా నిధులు రాలేదని, వాటిని రేపు ఇవ్వాలని డిమాండ్ చేశారు. బీఆర్ఎస్ హయాంలో మంజూరై, కాంగ్రెస్ అధికారంలోకి వచ్చాక రద్దయి ఆగిపోయిన పనుల జాబితాను ఆయన పేర్కొన్నారు. రంగనాయకసాగర్ టూరిజం, కోమటిచెరువు శిల్పారామం, సిద్దిపేట నియోజకవర్గ ఔటర్ రింగు రోడ్డు, తోర్నాలలో బీఎస్సీ అగ్రికల్చర్ కళాశాల, మిట్టపల్లిలో ప్రభుత్వ మహిళా డిగ్రీ కళాశాల భవనం, సిద్దిపేటలో క్రీడాకారుల కోసం స్పోర్ట్స్ హబ్, టు టౌన్ పోలీస్‌స్టేషన్ భవనం, త్రీ టౌన్ పోలీస్‌స్టేషన్ భవనం, సిద్దిపేట-ఇల్లంతకుంట ఫోర్‌లేన్ రోడ్డు, సిద్దిపేట-కిష్టాపూర్ రహదారి, సిద్దిపేటలో మల్టీపర్పస్ ఆడిటోరియం, సిద్దిపేట బ్లాక్ ఆఫీస్ సమీపంలో ఇంటిగ్రేటెడ్ వెజ్ మరియు నాన్ వెజ్ మార్కెట్ ఆగిపోయాయని అన్నారు.

ఏళ్ల నాటి సొంతింటి కల నెరవేరింది.

మా కల నెరవేర్చిన కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వానికి ధన్యవాదాలు.

నూతన వస్త్రాలు అందించిన వనపర్తి ఎమ్మెల్యే తూడి మేఘారెడ్డి.

వనపర్తి బ్యూరో మార్చి 21 (వార్త నిర్భయం)

ఎన్నో ఏళ్లుగా సొంత ఇంటి నిర్మాణం కోసం కలలుగన్న మా కుటుంబానికి నేడు కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వంలో ఇందిరమ్మ ఇల్లు మంజూరు చేయించి మాకు ఓ సొంత గూడును ఏర్పాటు చేసుకునేందుకు 5 లక్షల రూపాయలు మంజూరు చేసిన కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వ పెద్దలు ముఖ్యమంత్రివర్యులు మాన్యశ్రీ ఎనుముల రేవంత్ రెడ్డి కి, వనపర్తి నిరుపేదల ఆశాజ్యోతి వనపర్తి ఎమ్మెల్యే తూడి మేఘారెడ్డి కి ప్రత్యేక కృతజ్ఞతలు అంటూ ఇందిరమ్మ ఇంటి లబ్ధిదారులు తమ ఆనందాన్ని వ్యక్తం చేశారు శనివారం వనపర్తి పట్టణం 15వ వార్డు కు చెందిన దీపిక ఉపేందర్ మరియులిబివనపర్తి పట్టణం 21వ వార్డు మేఘ్యు తాండకు చెందిన దన్ సింగ్, చిట్టెమ్మ నిర్మించుకున్న నూతన ఇందిరమ్మ ఇంటిగృహప్రవేశానికి వనపర్తి ఎమ్మెల్యే తూడి మేఘారెడ్డి హాజరై దంపతులకు నూతన వస్త్రాలు అందించి అభినందించారుఈ సందర్భంగా లబ్ధిదారులు మాట్లాడుతూ ఎన్నో సంవత్సరాలుగా సొంత ఇంటి నిర్మాణం కోసం కలలుగన్నామని అయినా తమ ఆర్థిక స్తోమత సరిగా లేక అద్దె ఇళ్లల్లో ఉంటూ చాలీచాలని జీవనం గడిపామని, ఇక సొంత ఇంటి కల నెరవేరదు అనుకుని నిరాశ చెందిన మాకు కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వచ్చాక ఇందిరమ్మ ఇల్లు మంజూరు చేయించి రూ.5 లక్షల రూపాయలు అందజేసిందని ఇలాంటి ప్రభుత్వం పదికాలాలపాటు చల్లగా ఉండాలని ఆయా కుటుంబ సభ్యులు వారి మనోభావాలను వ్యక్తం చేశారులిబివనపర్తి ఎమ్మెల్యే తూడి మేఘారెడ్డి గారు ఎల్లప్పుడు నిరుపేదల గురించి ఆలోచించే వ్యక్తి అని ఆయన సహకారంతోనే ఇంటి నిర్మాణం వేగవంతంగా పూర్తి చేసుకున్నామని వారు పేర్కొన్నారు ఈ సందర్భంగా వారు ఎమ్మెల్యే గారికి కృతజ్ఞతలు తెలియజేశారు కార్యక్రమంలో వనపర్తి మున్సిపల్ వైస్ చైర్మన్ మధుసూదన్ గౌడ్, స్థానిక కౌన్సిలర్లు సౌమ్య రాఘవేంద్ర, ధనలక్ష్మి, మార్కెట్ యార్డ్ డైరెక్టర్ సురేష్, వనపర్తి మండలం మాజీ ఎంపీపీ కిచ్చారెడ్డి, ఖిల్లా ఘణపురం మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు సాయి కిరణ్ రెడ్డి పట్టణ కౌన్సిలర్లు మాజీ కౌన్సిలర్లు కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు కార్యకర్తలు తదితరులు పాల్గొన్నారు

మతసామరస్యానికి ప్రతీక రంజాన్ పండగ.

ముస్లిం సహోదరులకు రంజాన్ శుభాకాంక్షలు తెలియజేసిన ఎమ్మెల్యే తూడి మేఘారెడ్డి .చిన్నారెడ్డి

వనపర్తి బ్యూరో మార్చి 21 (వార్త నిర్భయం)

రంజాన్ పండుగ సందర్భంగా వనపర్తి పట్టణంలోని గోపాల్పేట రోడ్ లో గల ఈద్గా వద్ద ముస్లిం సోదరులు ప్రత్యేక ప్రార్థనలు నిర్వహించారుఈ సందర్భంగా వనపర్తి ఎమ్మెల్యే తూడి మేఘారెడ్డి జిల్లెల్ల చిన్నారెడ్డి ఈద్గా వద్దకు చేరుకుని ముస్లిం సహోదరులకు రంజాన్ పండుగ శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారులిబిరంజాన్ పండుగ మతసామరస్యానికి ప్రతీకగా నిర్వహించుకుంటారని రంజాన్ మాసం లో ఉపవాస దీక్షలతో నిష్టగా ముస్లిం సోదరులు మాసము మొత్తం ప్రార్థనలు చేసుకుని రంజాన్ పండుగ రోజున ఈద్గాల వద్ద ప్రత్యేక ప్రార్థనలు చేసి కుల మతాలకతీతంగా ఈ పండగలో పాల్గొని శుభాకాంక్షలు తెలియజేసుకోవడం ఐక్యతకు మారుపేరని ఎమ్మెల్యే పేర్కొన్నారులిబికార్యక్రమంలో వనపర్తి మున్సిపల్ చైర్మన్ మాధవి రమేష్, వైస్ చైర్మన్ మధుసూదన్ గౌడ్, మార్కెట్ యార్డ్ అధ్యక్షులు శ్రీనివాస్ గౌడ్, సభ్యులు శంకర్ ప్రసాద్, వనపర్తి మండలం మాజీ ఎంపీపీ కిచ్చారెడ్డి, ఖిల్లా ఘణపురం మండల నాయకులు సాయి చరణ్ రెడ్డి, జిల్లా యూత్ అధ్యక్షులు వారికి ఆదిత్య, వనపర్తి పట్టణ కౌన్సిలర్లు, మాజీ కౌన్సిలర్లు, ముస్లిం సోదరులు మైనార్టీ నాయకులు,కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు

బడ్జెట్లో దివ్యాంగులకు స్థానం లేదన్న రేవంత్ సర్కార్

బోధన్ మార్చ్ 21 వార్త నిర్భయం : వికలాంగుల హక్కుల పోరాట సమితి జాతీయ అధ్యక్షులు సిద్ధార్థ సూర్యవంశం గారు మాట్లాడుతూ రేవంత్ సర్కార్ దివ్యాంగులకు బడ్జెట్లో స్థానం లేదన్నట్టుగా మాకు మొండి చేయి చూపించాడు ప్రభుత్వం ఏర్పడి మూడు సంవత్సరాలు గడుస్తున్న మేనిఫెస్టోలో ఇచ్చినట్లుగా దివ్యాంగులకు 4 నుండి 6000 పెంచుతామని అదేవిధంగా వృద్ధులకు వితంతువులకు బీడీ కార్మికులకు చేత పెన్షన్ దారులకు 2000 నుండి 4000 పెంచుతామని చెప్పి అసెంబ్లీలో అభిషేయమే తీయలేదు ఈ విధంగా రేవంత్ సర్కార్ దివ్యాంగులకు వృద్ధులకు వితంతువులకు అన్యాయం చేశారు బ్యాక్లాగ్ పోస్ట్ ఇస్తామని ఇవ్వలేదు ఇంద్రమ్మ ఇళ్లలో దివ్యాంగులకు ఇల్లు కట్టిస్తామని కూడా అది కూడా చేయలే పక్క రాష్ట్రం లాగా పదవి ఎక్కగానే చేస్తానని చెప్పి మోసం చేశాడు పక్క రాష్ట్రం వాళ్లకు బడ్జెట్ ఉంటుంది కానీ మన తెలంగాణలో దివ్యాంగులకు ఎటువంటి బడ్జెట్ ఉండదు ఎందుకు ఇంత అన్యాయం సర్కారు ఎక్కిన నుండి ఇప్పటివరకు ఇస్తానన్న పెన్షన్ కట్టి ఇవ్వాలని అదేవిధంగా దివ్యాంగులకు బస్సులో మహిళలకు ఏ విధంగా అయితే ఉచిత ప్రయాణం ఉందో మాకు కూడా కల్పించాలని బడ్జెట్లో మా దివ్యాంగులకు ఈ డిమాండ్లను పూర్తి చేస్తామని చెప్పక పోతే వికలాంగులకు పోరాట సమితి వ్యవస్థాపక అధ్యక్షులు పద్మశ్రీ మందకృష్ణ మాదిగ గారి నాయకత్వంలో దివ్యాంగులము అందరం రాష్ట్రంలో పెద్ద ఎత్తున ధర్నా చేస్తామని ప్రతి జిల్లాలో కలెక్టరేట్ ఆఫీస్ ల ముట్టడి చేసి మా దివ్యాంగుల యొక్క హక్కును నిలుపుకుంటామని ప్రభుత్వాన్ని హెచ్చరిస్తున్నాం అలా చేయకపోతే మా దివ్యాంగుల అందరం రోడు పై మా యొక్క నిరాహార దీక్షలు చేపడుతామని సర్కార్ దిగివచ్చేవరకుమేమువదలమనిరేవంత్ సర్కార్న్ హెచ్చరిస్తున్నాము.

రంజాన్ వేడుకల్లో పాల్గొన్న ఉప్పల్ మాజీ కార్పొరేటర్ రజిత పరమేశ్వర్ రెడ్డి.

ఉప్పల్ మార్చి 21 (వార్త నిర్భయం)

ఉప్పల్ దూదేకుల సంఘం కమ్యూనిటీ హాల్ లో ముస్లిం మైనార్టీ సోదరుల ఆహ్వానం మేరకు రంజాన్ వేడుకల్లో ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొన్న రజిత పరమేశ్వర్ రెడ్డి .ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ పవిత్రమైన రంజాన్ సందర్భంగా , ఈద్ జరుపుకుంటున్న ప్రతి ఒక్కరికీ హృదయపూర్వక శుభాకాంక్షలు. ఈద్ అనేది మనల్ని సమాజానికి దగ్గర చేసుకునే కరుణ, ఉదారత, ఐక్యత వంటి విలువలను ఆలోచించే ఈ పండుగ ప్రతి ఇంటిలో శాంతి, సౌభాగ్యం, సమృద్ధిని, ఐశ్వర్యం తీసుకురావాలని, అన్ని సమాజాల మధ్య సోదరభావాన్ని మరింత బలపరచాలని కోరుకుంటున్నాను. అందరికీ ఆనందం, ఆరోగ్యం, నిరంతర అభివృద్ధి కలగాలని ఆశిస్తున్నట్లు తెలిపారు..అదేవిధంగా ముస్లిం సోదర సోదరీమణులందరికీ రంజాన్ శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు..ఈ కార్యక్రమం లో నాగూర్ భాష గారు,అల్లా భాష పీరంబి ,మల్లికార్జున్, చిన్న మస్తాన్, నబీ సాబ్, రాజమయి , వి శ్రీను, డి హుస్సేన్, ఎన్ మౌలానా, అన్వర్ భాష, అఫ్జల్ పాషా, ఖాదర్ పాషా, తుమ్మల దేవి రెడ్డి, సల్ల ప్రభాకర్ రెడ్డి, బెన్ని భీమ్సేన్, మోహన్ నాయక్, తుమ్మల రాజేందర్ రెడ్డి, గర్దాస్ వెంకటేష్, కెమిడీ శ్రీనివాస్, బదుగుల ఉపేందర్ యాదవ్ , జంగారెడ్డి, అయోధ్య, ప్రశాంత్ రెడ్డి, పీరంబి, సిద్దమ్మ, పూలమ్మ, మౌలాబి, కాసింబి, రాజ్యలక్ష్మి, పర్వీన్, బిబి, మరియు ముస్లిం మైనార్టీ సోదరులు పాల్గొన్నారు...

మతసామరస్యానికి ప్రతీక రంజాన్ పర్వదినం రాష్ట్ర మాజీ మంత్రి డాక్టర్ సి లక్ష్మారెడ్డి

ముస్లిం సోదరులకు రంజాన్ శుభాకాంక్షలు తెలిపిన మాజీ మంత్రి

జడ్చర్ల మార్చి 21 వార్తా నిర్భయం ఘనంగా రంజాన్ పండుగ పర్వదినం వేడుకలను పురస్కరించుకొని జడ్చర్ల పట్టణంలోని బాదేపల్లి పాత బజార్,జడ్చర్ల ,కావేరమ్మ పేట ,ఈద్గాల వద్ద ముస్లీం సోదరులకు ఆలింగనం చేసుకుని రంజాన్ శుభాకాంక్షలు మాజీ మంత్రి డాక్టర్ సి లక్ష్మారెడ్డి శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు.రంజాన్ పండుగ పర్వదినం మతసామరస్యానికి,సమైక్యతకు ప్రతీకగా నిలుస్తుందన్నారు. అల్లా దీవెనలు అందరిపై ఉండాలని కోరుకుంటున్నాను అని అన్నారు.ఐక్యమత్యంగా కలిసి మెలిసి కులమతాలకతీతంగా పండుగలుజరుపుకోవడం ఆనవాయితీగా వస్తోందని తెలిపారు.

వరంగల్ తూర్పు నియోజకవర్గం ప్రజలకు రంజాన్ శుభాకాంక్షలు తెలిపిన నానపునేని నరేందర్.

వరంగల్ ప్రతినిథి మార్చి 21(వార్త నిర్భయం ప్రగతి) పవిత్ర రంజాన్ పర్వదినాన్ని పురస్కరించుకుని ఓ సిటీలోనీ మైనారిటీ నాయకులు మహమ్మద్ మొయినుద్దీన్ నివాసంలో ఏర్పాటు చేసిన తేనెటి విందు కార్యక్రమానికి హాజరైన గ్రేటర్ వరంగల్ తొలి మేయర్ మరియు వరంగల్ తూర్పు మాజీ శాసనసభ్యులు నన్నపునేని నరేందర్ వారికి వారి కుటుంబ సభ్యులకు హృదయపూర్వక 'ఈద్ ముబారక్' తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో 18వ డివిజన్ మైనార్టీ నాయకులు మహమ్మద్ రియాజుద్దీన్. ముహమ్మద్ యాసిన్. ముహమ్మద్ ముస్తాక్ హుస్సేన్. మహమ్మద్ అమాన్. రాజు. మహిళా నాయకురాలులు మహమ్మద్ రెహన బెగం. బీ ఆర్ ఎస్ పార్టీ కి చెందిన నాయకులు మరియు ముఖ్య నాయకులు పాల్గొన్నారు

రంజాన్ పర్వదిన శుభాకాంక్షలు తెలియజేసిన ఎమ్మెల్యే నాగరాజు ....

వరంగల్ ప్రతినిథి మార్చి 21 (వార్త నిర్భయం) పవిత్ర రంజాన్ పర్వదినాన్ని పురస్కరించుకొని రాష్ట్ర గ్రంథాలయ సంస్థ చైర్మన్ మహమ్మద్ రియాజ్, వరంగల్ జిల్లా కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షుడు మహమ్మద్ అయూబ్, హన్మకొండ జిల్లా గ్రంథాలయ సంస్థ చైర్మన్ మహమ్మద్ అజీజ్ ఖాన్ నివాసాలకు వెళ్లి వారి ఆతిథ్యాన్ని స్వీకరించారు వర్ధన్నపేట నియోజకవర్గ ఎమ్మెల్యే, విశ్రాంత ఐపీఎస్ అధికారి కేఆర్ నాగరాజు...ఈ సందర్భంగా వరంగల్ పశ్చిమ నియోజకవర్గ ఎమ్మెల్యే నాయిని రాజేందర్ రెడ్డి , పరకాల నియోజకవర్గ ఎమ్మెల్యే రేవూరి ప్రకాష్ రెడ్డి గార్లతో కలిసి వారి కుటుంబ సభ్యులకు రంజాన్ పండుగ శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు....ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే కేఆర్ నాగరాజు మాట్లాడుతూ రంజాన్ పండుగ సోదరభావం, సహనం, దానం వంటి విలువలను ప్రతిబింబించే పవిత్రమైన పండుగ అని అన్నారు. సమాజంలో ఐక్యత, సామరస్యాన్ని పెంపొందించేందుకు ఇలాంటి పండుగలు ఎంతో తోడ్పడతాయని పేర్కొన్నారు...ముస్లిం సోదర సోదరీమణులందరికీ శాంతి, సౌభ్రాతృత్వం కలగాలని ఆకాంక్షించారు..

భక్తి శ్రద్ధలతో రంజాన్ వేడుకలు

చిన్న చింతకుంటమార్చి 21: (వార్త నిర్భయం) ముస్లింల పవిత్ర పండగ రంజాన్ వేడుకలును చిన్న చింతకుంట మండల వ్యాప్తంగా ఘనంగా జరిగాయి. పండుగ సందర్భంగావ్ ముస్లింలు ఉదయమే చిన్న పెద్దలు అందరూ ఈద్గాకు చేరుకుని ప్రత్యేక ప్రార్థనలు చేశారు. అక్కడ ఒకరికొకరు ఆలింగ నం చేసుకుని శుభాకాంక్షలు తెలుపుకున్నారు.కాగా మండల కేంద్రం లోనీ ఈద్గా లో వివిధ పార్టీల నాయకులు చేరుకుని రంజాన్ శుభాకాంక్షలు తెలిపారు.

గోమాత ద్వారా పాత ఆంజనేయస్వామి విగ్రహా ఉద్వాసన.

రేవల్లి మర్చి 21 (వార్త నిర్భయం) :

రేవల్లి మండల పరిధి లో తలుపునూరు గ్రామంలో శిథిలావస్థకు చేరుకున్న శ్రీ ఆంజనేయస్వామి దేవాలయాన్ని పునర్నిర్మానం చేపట్టడానికి గ్రామస్తులంతా కలిసి చందాలు వేసుకొని పునర్నిర్మాణం చేసుకోవాలని నిర్ణయించుకున్నారు.ఈ కార్యక్రమంలో భాగంగా శనివారం గ్రామస్తులంతా కలిసి గణేష్ హోమం నిర్వహించి దేవాలయ పునర్నిర్మాణ కార్యక్రమాన్ని మొదలుపెట్టారు. దేవాలయంలో గల పాత ఆంజనేయ స్వామి విగ్రహాన్ని గోమాత ద్వారా ఉద్వాసన చేసి కదిలించారు. త్వరలో వచ్చే విజయదశమి వరకు దేవాలయ నిర్మాణం పూర్తి చేస్తామని గ్రామస్తులు తెలిపారు .ఈ కార్యక్రమంలో గ్రామంలోని పెద్దలు యువకులు మహిళలు ఎంత ఉత్సాహంగా పాల్గొన్నారు.

జడ్చర్ల 7వ వార్డులో ఊర కుంట చెరువు పునరుద్ధరణ పనులకు శంకుస్థాపన ఎంపీ డీకే అరుణ ఎమ్మెల్యే జనంపల్లి అనిరుధ్ రెడ్డి

రూ.1.11 కోట్లతో పోచమ్మ గుడి సమీప చెరువు అభివృద్ధి

జడ్చర్ల మార్చి 21 వార్తా నిర్భయం

జడ్చర్ల మున్సిపాలిటీ పరిధిలోని 7వ వార్డులో పోచమ్మ గుడి సమీపంలోని ఊరకుంట చెరువు పునరుద్ధరణ (రెజువనేషన్) పనులకు శనివారం ఎంపీ డీకే అరుణ ఎమ్మెల్యే జనంపల్లి అనిరుధ్ రెడ్డి శంకుస్థాపన చేశారు.రూ.1.11 కోట్ల వ్యయంతో చేపట్టనున్న ఈ చెరువు పునరుద్ధరణ పనుల ద్వారా స్థానికులకు నీటి వనరులు మెరుగుపడి, పర్యావరణ సమతౌల్యం సాధ్యమవుతుందని తెలిపారు.ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే అనిరుధ్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ,నియోజకవర్గ అభివృద్ధి కోసం ప్రతి రూపాయి ప్రజల అవసరాలకు వినియోగిస్తామని, చెరువుల పునరుద్ధరణకు ప్రత్యేక ప్రాధాన్యత ఇస్తున్నామని ఎమ్మెల్యే పేర్కొన్నారు. ఎంపీ డీకే అరుణ మాట్లాడుతూ కేంద్ర ప్రభుత్వ తెలంగాణ రాష్ట్ర అభివృద్ధికి కట్టుబడి ఉందని స్పష్టం చేశారు.కార్యక్రమంలో. మున్సిపల్ చైర్ పర్సన్ కోనేటి పుష్పలత. వైస్ చైర్మన్. సారిక రామ్మోహన్. వార్డ్ కౌన్సిలర్లు. చైతన్య చౌహన్. కోట్ల ప్రశాంత్ రెడ్డి. ఉమా శంకర్ గౌడ్. రమేష్. సాహితి రెడ్డి. కురుమూర్తి.గుండు ఉమాదేవి. రాధా కృష్ణ. తదితరులు పాల్గొన్నారు

ప్రజా సమస్యలపై కళాకారులు గజ్జ కట్టాలి.

యుద్ధం వద్దు శాంతి ముద్దు అనే నినాదంతో కళాకారులు గొంతేత్తాలి

సిపిఎం వనపర్తి జిల్లా కార్యదర్శి శ్రీ పుట్ట ఆంజనేయులు పిలుపు

వనపర్తి బ్యూరో మార్చి 21 (వార్త నిర్భయం) దేశంలో మరియు రాష్ట్రంలో ప్రజల ఎదుర్కొంటున్న తక్షణ సమస్యలపై కళాకారులు కాలికి గజ్జి కట్టాలని, గ్రామ గ్రామాన డప్పు మోగించి, ప్రజలను చైతన్యవంతం చేయాలని, సిపిఎం వనపర్తి జిల్లా కార్యదర్శి శ్రీ పుట్ట ఆంజనేయులు గారు కళాకారు లకు పిలుపునిచ్చారు. వనపర్తి పట్టణంలోని సిఐట యు కార్యాలయంలో ప్రజానాట్యమండలి డైరీ ఆవిష్కరణ కార్యక్ర మానికి ముఖ్య అతిథులుగా హాజరైన పుట్ట ఆంజ నేయులు కళాకారులను ఉద్దేశించి పై విధంగా పేర్కొన్నారుప్రపం చవ్యాప్తంగా సామ్రాజ్యవాదం పెచ్చరిల్లుతు న్నదని, యుద్ధాలు వద్దు శాంతి ముద్దు అనే నినాదంతోటి కళాకారులు , ప్రజా శ్రేయస్సును కోరి, తమ కంఠం విప్పాలని, పాటల ద్వారా సమాజానికి శాంతి సందేశం అందించాలని పిలుపునిచ్చారుదేశంలో మూఢనమ్మకాలు పెరిగిపోతున్నాయని,పాలకులు ప్రజలని మతం మత్తులో ముంచుతున్నారని, అధికార కోసం ప్రజలను మోసం చేస్తున్నారని ఆవేదన వ్యక్తపరిచారు, శాస్త్రీయ ఆలోచన వైపు ప్రజలని మరల్చాలని, ఆ పాత్ర కళాకారులపైనే గణనీయంగా ఉందని, ఆట,పాట ,మాట ద్వారా గ్రామ గ్రామాన చైతన్య కళాజాతలు నిర్వహించాలని కోరారు.నేడు కళాకారులు డబ్బులకు ఆశపడి తమ పాటను అమ్ముకుంటున్నారని ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు., ప్రజల పక్షాన నిలబడి అనేక సంవత్సరాల నుండి కళ కళ కోసం కాదు కల ప్రజల కోసం అనే నినాదంతో సజీవంగా నిలబడినది ప్రజానాట్య మండలి మాత్రమేనని కొనియాడారు. .ప్రజానాట్య మండ డైరీనీ ఆవిష్కరిస్తున్నం దుకు సంతోషంగా ఉందనీ ఆనందం వ్యక్తపరి చారు. ఈ కార్యక్రమానికి ప్రజానాట్యమండి జిల్లా కార్యదర్శి మల్లెమోని శివ అధ్యక్షులు వెంకటేష్ సహకార దర్శి సీఎం వెంకటస్వామి ఉపాధ్యక్షులు కురుమయ్య గౌరవ అధ్యక్షులు, ఎన్ రాములు జిల్లా కమిటీ సభ్యులు బాలకృష్ణ పాల్గొన్నారు..

ఘనంగా ఈదుల్ ఫీతర్ వేడుకల పాల్గొన్న ఎమ్మెల్యే జనంపల్లి అనిరుధ్ రెడ్డి

ముస్లిం సోదరులకు రంజాన్ శుభాకాంక్షలు తెలిపిన ఎమ్మెల్యే

సోదరభావం, ఐక్యతకు ప్రతీక రంజాన్ పండుగ : ఎమ్మెల్యే

జడ్చర్ల, మార్చ్ 21, వార్తా నిర్భయం

రంజాన్ పర్వదినాన్ని పురస్కరించుకొని జడ్చర్ల మున్సిపాలిటీ పరిధిలోని పాతబజార్, జడ్చర్ల, కావేరమ్మపేట ప్రాంతాలలో నిర్వహించిన రంజాన్ వేడుకలలో శనివారం జడ్చర్ల ఎమ్మెల్యే జనంపల్లి అనిరుధ్ రెడ్డి పాల్గొన్నారు.ఈ సందర్భంగా ముస్లిం సోదరులతో కలసి ప్రార్థనల్లో పాల్గొన్న ఎమ్మెల్యే ముస్లిం మైనార్టీలకు రంజాన్ శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు. రంజాన్ పండుగ సోదరభావం, ప్రేమ, సహనానికి ప్రతీకగా నిలుస్తుందని పేర్కొన్నారు. సమాజంలో ఐక్యత, పరస్పర గౌరవం పెంపొందించే ఈ పవిత్ర పండుగ అందరికీ శాంతి, సౌభాగ్యం తీసుకురావాలని ఆకాంక్షించారు.రాష్ట్ర ప్రభుత్వం అన్ని వర్గాల అభివృద్ధికి కట్టుబడి ఉందని, ముఖ్యంగా మైనార్టీ సంక్షేమానికి అనేక సంక్షేమ పథకాలు అమలు చేస్తోందని తెలిపారు. ప్రతి కుటుంబం అభివృద్ధి చెందేలా ప్రభుత్వం చర్యలు తీసుకుంటోందని అన్నారు.

వికలాంగులు బడ్జెట్ పత్రాలు దగ్ధం.

వికలాంగుల సంక్షేమాన్ని మరిచిన కాంగ్రెస్.

బడ్జెట్ ను సవారించాలి.

వికలాంగులకు మూడు వేల కోట్లు కేటాయించాలి.

భారత వికలాంగుల హక్కుల పరిరక్షణ సమితి రాష్ట్ర అధ్యక్షులు గిద్దె రాజేష్.

హైదరాబాద్ మార్చి 21 (వార్త నిర్భయం)

బడ్జెట్ లో వికలాంగుల సంక్షేమానికి నిధులు కేటాయించని బట్టి విక్రమార్క తీరును నిరసిస్తూ బట్టలు చింపుకొని బలుసు ఆకులు తింటూ బడ్జెట్ పత్రాలు దగ్ధం చేసి బరాఖత్ గూడెం లో భారత వికలాంగుల హక్కుల పరిరక్షణ సమితి రాష్ట్ర అధ్యక్షులు గిద్దె రాజేష్ బృందం వినూత్న నిరసన బడ్జెట్ మంత్రి బట్టి బడ్జెట్ ను వెంటనే సవరించి వికలాంగుల సంక్షేమానికి 3000 కోట్లు కేటాయించాలని డిమాండ్‌లి తెలంగాణ రాష్ట్ర అసెంబ్లీలో రాష్ట్ర ఆర్థిక మంత్రి బట్టి విక్రమార్క శుక్రవారం ప్రవేశపెట్టిన 2026- 27 బడ్జెట్లో వికలాంగుల సంక్షేమానికి నిధులు కేటాయించని తీరు నిరసిస్తూ భారత వికలాంగుల హక్కుల పరిరక్షణ సమితి రాష్ట్ర అధ్యక్షులు గిద్దె రాజేష్ నేతృత్వంలో సూర్యాపేట జిల్లా మునగాల మండలం బరాఖత్ గూడెం లో వికలాంగులు బట్టలు చింపుకొని, బలుసు ఆకులు తింటూ బడ్జెట్ పత్రాలను దగ్ధం చేసి ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి ప్రభుత్వానికి వ్యతిరేకంగా నినాదాలు చేశారు. ఈ సందర్భంగా రాష్ట్ర అధ్యక్షులు గిద్దె రాజేష్ నిరసన కార్యక్రమాన్ని ఉద్దేశించి మాట్లాడుతూ తెలంగాణ అసెంబ్లీ ఎన్నికల సమయంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ ప్రకటించిన 'అభయహస్తం' మేనిఫెస్టోలో వికలాంగులకు ఇచ్చిన హామీలను అమలు చేయకుండా ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి ప్రభుత్వం వికలాంగుల పట్ల తీవ్ర వివక్ష ప్రదర్శిస్తోందని ముఖ్యంగా అధికారంలోకి వచ్చిన మొదటి నెల నుంచే వికలాంగులకు రూ. 6,000 పెన్షన్ ఇస్తామని ఆర్టీసీ బస్సుల్లో 100% రాయితీతో వికలాంగులకు ఉచిత ప్రయాణం కల్పిస్తామని రాష్ట్రంలో వికలాంగుల బ్యాక్లాగ్ ఉద్యోగాల భర్తీ చేస్తామని రాష్ట్రంలో వికలాంగుల సంక్షేమ శాఖ ను మహిళా శిశు సంక్షేమ శాఖ నుంచి వేరుచేసి ప్రత్యేక శాఖగా కొనసాగిస్తామని అనేక హామీలు ఇచ్చిన ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి ప్రభుత్వం హామీల అమలకై బడ్జెట్ లో పైసా కూడా కేటాయించకుండా వికలాంగుల సమాజాన్ని మోసం చేసిన తీరు బాధాకరమని ముఖ్యంగా రాష్ట్ర ఉప ముఖ్యమంత్రి ఆర్థిక మంత్రి బట్టి విక్రమార్క తను ప్రవేశపెట్టిన బడ్జెట్ ను వెంటనే సవరించి 3000 కోట్లతో వికలాంగుల సంక్షేమానికి ప్రత్యేక బడ్జెట్ ను ప్రవేశపెట్టాలని గత రెండేళ్లుగా కాంగ్రెస్ అసెంబ్లీ ఎన్నికల హామీల అమలు కోసం ఎంతో ఆశగా ఎదురుచూస్తున్న వికలాంగుల ఆశలపై బట్టి బడ్జెట్ నీళ్లు చల్లిందని వెంటనే బడ్జెట్ మంత్రి బట్టి తన ప్రవేశపెట్టిన బడ్జెట్ ను సవరించి అసెంబ్లీ ఎన్నికల సమయంలో వికలాంగులకు ఇచ్చిన హామీలు నెరవేర్చేలా వికలాంగుల సంక్షేమానికి పాటుపడేలా 3,000 కోట్లతో ప్రత్యేక బడ్జెట్ ప్రవేశపెట్టాలని డిమాండ్ చేశారు ఈ కార్యక్రమంలో రాష్ట్ర ఉపాధ్యక్షులు కొల్లూరి ఈదయ్య బాబు సంఘం జిల్లా ఉపాధ్యక్షులు మున్న మధు యాదవ్ జిల్లా క్రమశిక్షణ కమిటీ చైర్మన్ సుధాకర్ సంఘం మునగాల మండల అధ్యక్షుడు గోపిరెడ్డి మదన్మోహన్ రెడ్డి వెగ్గలం సత్యం కీసర సక్కుబాయి ఉరుముల ఆదయ్య నరసమ్మ ఊటుకూరి పద్మ ముత్తమ్మ కొల్లూరి నాగరాజు పబ్బు శంకర్ తదితరులు పాల్గొన్నారు

కాంగ్రెస్‌కు జీవన్ రెడ్డి 'గుడ్ బై'?

రంజాన్ వేళ బీఆర్ఎస్ నేతలతో కలిసి ప్రార్థనలు

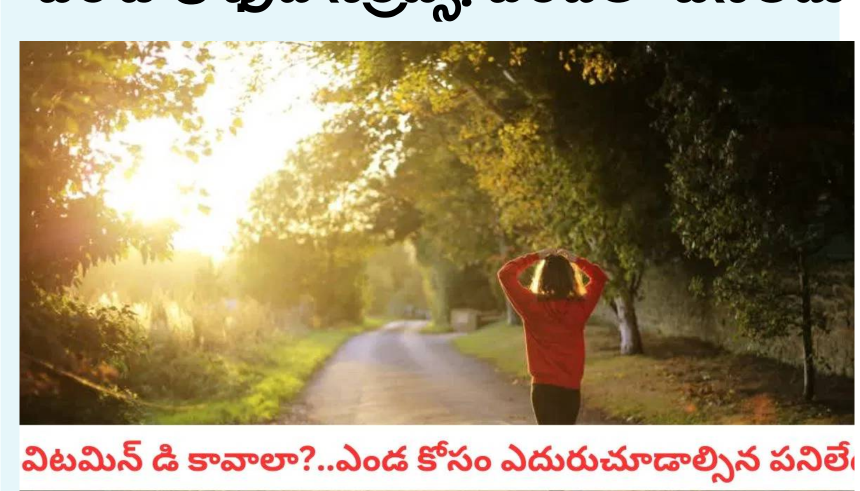
హైదరాబాద్ మార్చి 21 (వార్త నిర్భయం)

ఉమ్మడి కరీంనగర్ జిల్లా రాజకీయ ఉద్ధండుడు, ఎమ్మెల్సీ జీవన్ రెడ్డి రాజకీయ ప్రయాణం ఇప్పుడు ఒక కీలక మలుపు వద్ద నిలుచుంది. గత కొంతకాలంగా కాంగ్రెస్ నాయకత్వంపై అసంతృప్తితో ఉన్న ఆయన, శనివారం రంజాన్ పర్వదినం సందర్భంగా బీఆర్ఎస్ నాయకులతో కలిసి ప్రార్థనల్లో పాల్గొనడం రాజకీయ వర్గాల్లో పెను సంచలనం సృష్టించింది. కేవలం పండుగ శుభాకాంక్షలు చెప్పుకోవడమేనా? లేక ఇది 'గులాబీ' గూటికి చేరేందుకు వేసిన తొలి అడుగా? అన్న చర్చ ఊపందుకుంది.జగిత్యాల ఎమ్మెల్యే సంజయ్ కుమార్ కాంగ్రెస్‌లో చేరినప్పటి నుండి జీవన్ రెడ్డి తీవ్ర అసహనంతో ఉన్నారు. దశాబ్దాలుగా పార్టీని నమ్ముకున్న తన కంటే, ఇతర పార్టీల నుండి వచ్చిన వారికే ప్రాధాన్యత ఇస్తున్నారని ఆయన సన్నిహితుల వద్ద ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. ఇప్పటికే తన నివాసం వద్ద కాంగ్రెస్ పార్టీ ఫ్లెక్సీలను తొలగించడం ద్వారా ఆయన తన నిరసనను బహిరంగంగానే వ్యక్తపరిచారు. పార్టీ కార్యక్రమాలకు కూడా ఆయన దూరంగా ఉంటున్నారు. శనివారం రంజాన్ ప్రార్థనల అనంతరం బీఆర్ఎస్ ముఖ్య నేతలతో జీవన్ రెడ్డి చాలా సేపు ఏకాంతంగా ముచ్చటించడం అందరినీ ఆశ్చర్యపరిచింది. సాధారణంగా ప్రత్యర్థి పార్టీ నేతలతో ఇంత ఆత్మీయంగా కనిపించడం వెనుక రాజకీయ వ్యూహం ఉందనేది విశ్లేషకుల అభిప్రాయం. ఇప్పటికే తన అనుచరులతో చర్చలు పూర్తి చేసిన జీవన్ రెడ్డి, త్వరలోనే తన భవిష్యత్తు కార్యాచరణను ప్రకటిస్తానని తెలిపారు.

చలికాలంలో గుండెపోటు ప్రమాదం ఎందుకు పెరుగుతుంది? అసలు కారణాలు ఇవే!

చలికాలంలో శరీరం ఇప్పటికే వెచ్చగా ఉండటానికి జీవక్రియను పెంచడానికి ప్రయత్నిస్తుంది. మనం మార్నింగ్ వాక్ చేయవలసి వస్తే ఉదయం చలి నుండి మనల్ని మనం రక్షించుకోవాలి. మన తల, చెవులు, చేతులు, కాలి వేళ్లను కప్పుకోవాలి. మీ ఛాతీ.. గుండెపోటు వచ్చిందంటే చాలు ఎంతో జాగ్రత్తగా ఉండాలి. కొన్ని సార్లు ఒక్కసారి వచ్చిన గుండెపోటుతోనే మరణాలు సంభవిస్తుంటాయి. ఒకసారి వచ్చి వెళ్లిందంటే జాగ్రత్తగా ఉండటం మంచిదని సూచిస్తున్నారు వైద్య నిపుణులు. ఈ మధ్య కాలంలో గుండెపోటు వచ్చేవారి సంఖ్య పెరిగిపోతోంది. ఉన్నట్టుండి గుండె పోటు వచ్చి కుప్పకూలిపోతున్నారు. ఆస్పత్రికి తీసుకెళ్లేలోపే ప్రాణాలు గాల్లో కలిసిపోతున్నాయి. గుండెపోటు రాగానే నిమిషాల్లో ఆస్పత్రికి చేరిస్తే గోల్డెన్ అవర్స్‌గా భావిస్తారు. ఇక చలికాలంలో గుండె సమస్యలు పెరుగుతాయి. గుండె సంబంధిత వ్యాధులున్నవారు చలికాలంలో అప్రమత్తంగా ఉండాలంటున్నారు. ఉదయాన్నే చలి మీ గుండె ఆరోగ్యాన్ని దెబ్బతీస్తుంది. ప్రత్యేకించి ఎవరైనా వార్మప్ లేకుండా వ్యాయామం చేస్తే లేదా సరిగ్గా దుస్తులు ధరించకపోతే ఇబ్బందులు పడే ప్రమాదం ఉంది. ఎపినెఫ్రిన్, నోర్‌పైన్‌ఫ్రైన్, కార్టిసాల్ వంటి కొన్ని హార్మోన్ల స్రావం పెరగడం వల్ల చాలా వరకు గుండెపోటులు ఉదయం 4 నుండి 10 గంటల మధ్య వస్తాయని పరిశోధనలు సూచిస్తున్నాయి. ఇవి ఆక్సిజన్ డిమాండ్, రక్తపోటు పెరుగుదలను ప్రేరేపిస్తాయి. ఇది కాకుండా ఎండోథెలియల్‌ప్రొజెనిటర్ కణాల స్థాయి తగ్గడం కూడా గుండెపోటు అవకాశాలను పెంచుతుంది.

శీతాకాలంలో డి-విటమిన్ లెవెల్స్ పెంచే 3 ఫుడ్ సీక్రెట్స్! ఎండతో పనేలేదు



ఆరోగ్యానికి అత్యంత అవసరమైన పోషకాల్లో విటమిన్-డి కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. ఇది కేవలం ఎముకల బలానికే కాకుండా, కాల్షియం, ఫాస్పరస్‌లను శరీరం గ్రహించేలా చేసి, రోగనిరోధక వ్యవస్థను శక్తివంతం చేస్తుంది. విటమిన్-డి మన మానసిక స్థితిని, శక్తి స్థాయిలను కూడా ప్రభావితం చేస్తుంది. అయితే, చలికాలంలో సూర్యరశ్మి తక్కువగా దొరుకుతున్నందున, కేవలం ఎండపైనే ఆధారపడకుండా, విటమిన్-డి స్థాయిలను పెంచుకునేందుకు ఆహార మార్గాలు తప్పనిసరి. విటమిన్-డి లోపం చాలా నెమ్మదిగా మొదలవుతుంది. అందుకే అలసట, బలహీనమైన ఎముకలు వంటి లక్షణాలు త్వరగా కనిపించవు. వృద్ధులు, రాత్రి షిఫ్టుల్లో పనిచేసేవారు, ఎక్కువగా ఇళ్లలోనే గడిపేవారు, నలుపు రంగు చర్మం ఉన్నవారు, పూర్తిగా శాకాహారం తీసుకునేవారు ఈ లోపానికి గురయ్యే ప్రమాదం ఉంది. ఈ లోపం రాకుండా చూసుకోవాలంటే, నిత్యం కొన్ని ఆహార మార్పులు చేసుకోవడం ఉత్తమం.కొవ్వు చేపలు, పుట్టగొడుగులే కీలకంసూర్యరశ్మి సరిగా లేనప్పుడు ఆహారమే ప్రధాన ఆధారం. సాల్మన్, ట్యూనా, మాకరెల్ వంటి కొవ్వు అధికంగా ఉన్న చేపల్లో విటమిన్-డి పుష్కలంగా లభిస్తుంది. ఈ చేపలను వారానికి కనీసం ఒకటి రెండు సార్లు తీసుకుంటే, శరీరానికి కావాల్సిన విటమిన్-డి మోతాదు సులువుగా అందుతుంది. అంతేకాదు, వీటిలో ఉండే ఒమెగా-3 ఫ్యాటీ యాసిడ్స్ మెదడు, గుండె ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తాయి. శాకాహారులకు అత్యుత్తమ మార్గం పుట్టగొడుగులు (మష్రూమ్స్). కొన్ని రకాల పుట్టగొడుగులు