వార్త వేకువ

తెలుగు దినపత్రిక

నిజం వైపు నిరంతరం...

PRGI No: TGTEL/26/A2290

వార్త వేకువ
విలేకర్లు కావలెను.
వార్త వేకువ తెలుగు దినపత్రికకు
తెలంగాణ & ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రాలలోని అన్ని జిల్లాల్లో నియోజకవర్గం మరియు మండల స్థాయిలో వార్తల సేకరణ కొరకు రిపోర్టర్లు కావలెను. జర్నలిజంపై ఆసక్తిగల వారికి అవకాశం కల్పిస్తున్నాము. ఆసక్తిగలవారు ఈ క్రింది నెంబర్‌ను సంప్రదించవచ్చును.
సెల్ - 9133444314

ప్రచురణ : రంగారెడ్డి ఎడిటర్ : ఆవనగంటి అనిల్ కుమార్ సంపుటి : 01 సంచిక : 52 వెల : 4 పేజీలు : 08 ఆదివారం 21 - 06 - 2026

రైతుల ఖాతాల్లోకి రూ.3,125 కోట్ల అన్నదాత సుఖీభవ నిధుల విడుదల

- ఆంధ్రప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు
- 46.85 లక్షల మంది రైతుల ఖాతాల్లోకి రూ.3,125 కోట్లు విడుదల
- తొలి విడతగా ఒక్కో రైతుకు రూ.7 వేల చొప్పున ఆర్థిక సాయం
- రైతులకు లాభసాటిగా ఉండాలని పామాయిల్ పంటను ప్రోత్సహిస్తున్నాం
- మనం ప్రకృతిసేద్యం వైపు మారాలి
- సంజీవని ప్రాజెక్టు ద్వారా అందరి ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుతాం
- 'స్వచ్ఛాంధ్ర - స్వర్ణాంధ్ర' కార్యక్రమంలో సీఎం చంద్రబాబు

వార్త వేకువ , అమరావతి, జూన్ 20 : రైతులకు ప్రతి విషయంలో అండగా ఉన్నామని సీఎం చంద్రబాబు తెలిపారు. గతంలో ధాన్యం కొని ఆరు నెలలైనా డబ్బులు వచ్చేవి కావన్నారు. కానీ కూటమి ప్రభుత్వం ధాన్యం కొనుగోలు చేసిన 48 గంటల్లో డబ్బులు ఇస్తోందన్నారు. రైతు బాగుంటే గ్రామీణ ఆర్థికవ్యవస్థ బాగుంటుందన్నారు. వైఎస్సార్సీపీ హయాంలో రైతులు అనేక సమస్యలు ఎదుర్కొన్నారని గుర్తు చేశారు. భూమి తల్లితో సమానం, అలాంటి భూమికి ఎక్కువ యూరియా వేస్తున్నామని తెలిపారు.తాత్కాలిక ప్రయోజనం కోసం రైతులు ఎక్కువ యూరియా వినియోగిస్తున్నారన్నారు. ఎక్కువ రసాయనాలు వినియోగిస్తే, ఇతర దేశాలు మన ఉత్పత్తులను దిగుమతి చేసుకోవన్నారు. మన ఉత్పత్తులను ఇతర దేశాలు దిగుమతి చేసుకోకపోతే నష్టం జరుగుతోందన్నారు. పల్నాడు జిల్లా చిలకలూరిపేట మండలం లింగంగుంట్లలో నిర్వహించిన స్వచ్ఛాంధ్ర-స్వర్ణాంధ్ర, 'పీఎం కిసాన్-అన్నదాత సుఖీభవ' కార్యక్రమానికి సీఎం చంద్రబాబు హాజరయ్యారు.' రాయలసీమ హార్టికల్చర్ హబ్‌గా తయారైంది. రైతులకు లాభసాటిగా ఉండాలని పామాయిల్ పంటను ప్రోత్సహిస్తున్నాం. పామాయిల్ పంటలో అంతర్గత పంటలూ వేసుకోవచ్చు. నా జీవితంలో ఇవాళ్టికి మించిన ఆనందం మరొకటి లేదు. ఇవాళ మూడు మంచి కార్యక్రమాల్లో పాల్గొన్నాను. యోగా, స్వచ్ఛాంధ్ర, అన్నదాత సుఖీభవ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నాను. సంపద సృష్టించి, - మిగతా 2 లో

మన సంస్కృతి వల్లే భారత్‌కు విశ్వగురు స్థానం

- ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు
- ఉండవల్లి గుహల వద్ద బాబా రాందేవ్‌తో కలిసి యోగాంధ్ర కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న చంద్రబాబు
- భారత సంస్కృతి, విలువలే దేశానికి విశ్వగురు స్థానాన్ని అందించాయని వ్యాఖ్య
- టెక్నాలజీకి యోగా వంటివి జోడించి, ఏపీని ఆధ్యాత్మిక కేంద్రంగా తీర్చిదిద్దుతామని వెల్లడి

'యోగాంధ్ర' కార్యక్రమంలో భాగంగా శనివారం ఉండవల్లి గుహల వద్ద యోగా గురు బాబా రాందేవ్ నిర్వహించిన యోగా సాధన కార్యక్రమంలో చంద్రబాబు పాల్గొన్నారు. యోగాంధ్ర లోగోతో ఉన్న చొక్కా ధరించి, రాందేవ్ ప్రదర్శించిన పలు యోగాసనాలను ఆసక్తిగా తిలకించారు.ఈ సందర్భంగా రాందేవ్ బాబా.. - మిగతా 2 లో

వార్త వేకువ , అమరావతి, జూన్ 20 : మన మహోన్నత సంస్కృతి, విలువల వల్లే భారతదేశం ప్రపంచానికి విశ్వగురువుగా నిలిచిందని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు అన్నారు. ఈ వారసత్వాన్ని కాపాడుకుని, భవిష్యత్ తరాలకు అందించడం ప్రతి ఒక్కరి బాధ్యత అని ఆయన పిలుపునిచ్చారు.

మీ ఇంట్లో ఆడవాళ్లు లేరా?

- గుడివాడ అమర్నాథ్‌కు హోంమంత్రి అనిత స్ట్రాంగ్ కౌంటర్
- వ్యక్తిగత విమర్శలపై వైసీపీకి హోంమంత్రి అనిత గట్టి హెచ్చరిక
- మీ ఇంట్లో ఆడవాళ్ల గురించి ఆలోచించుకోవాలని హితవు
- గతంలో తనపై జరిగిన వేధింపులకు కేసులు పెట్టలేదన్న మంత్రి
- అభివృద్ధిపైనే తన దృష్టి అని, ప్రతీకార చర్యలు ఉండవని స్పష్టీకరణ

వార్త వేకువ , అమరావతి, జూన్ 20 : తన చదువు, వేషధారణ, రూపంపై వ్యక్తిగత విమర్శలు చేస్తున్న వైసీపీ నేతలకు ఆంధ్రప్రదేశ్ హోంమంత్రి వంగలపూడి అనిత ఘాటుగా బదులిచ్చారు. ఇలాంటి అనుచిత వ్యాఖ్యలు చేసే ముందు తమ ఇంట్లోని మహిళల గురించి ఆలోచించుకోవాలని ఆమె హితవు పలికారు. శుక్రవారం అనకాపల్లి జిల్లా నక్కపల్లి మండలం చినదొడ్డిగల్లు గ్రామంలో నిర్వహించిన బహిరంగ సభలో ఆమె ఈ మేరకు స్పందించారు.ఈ సందర్భంగా అనిత మాట్లాడుతూ.. "నన్ను వ్యక్తిగతంగా దూషించే వారిని, అవమానించే వారిని నేను ఏమాత్రం లెక్కచేయను. గత వైసీపీ ప్రభుత్వ హయాంలో నన్ను అనేక ఇబ్బందులకు గురిచేయడమే కాకుండా, పలు ఆంక్షలు విధించారు. ప్రస్తుత - మిగతా 2 లో

విశాఖ పర్యటనకు రానున్న రాష్ట్రపతి ద్రౌపది ముర్ము

- జూన్ 30న విశాఖకు వస్తున్న రాష్ట్రపతి
- కేంద్రీయ గిరిజన విశ్వవిద్యాలయం ప్రథమ స్నాతకోత్సవంలో పాల్గొననున్న రాష్ట్రపతి
- కార్యక్రమంలో పాల్గొననున్న గవర్నర్ అబ్దుల్ నజీర్, సీఎం చంద్రబాబు

వార్త వేకువ ,ఢిల్లీ, జూన్ 20 : భారత రాష్ట్రపతి ద్రౌపది ముర్ము జూన్ 30వ తేదీన విశాఖపట్నం పర్యటనకు రానున్నారు. ఆంధ్రప్రదేశ్ కేంద్రీయ గిరిజన విశ్వవిద్యాలయం ప్రథమ స్నాతకోత్సవానికి ఆమె ముఖ్య అతిథిగా హాజరుకానున్నారు. ఈ మేరకు వర్సిటీ వీసీ ప్రొఫెసర్ టి. శ్రీనివాసన్ అధికారికంగా ప్రకటించారు.ఈ ప్రథమ స్నాతకోత్సవంలో 2021 నుండి 2026 విద్యా సంవత్సరాల మధ్య తమ కోర్సులు, ప్రోగ్రామ్‌లు విజయవంతంగా పూర్తి చేసుకున్న సుమారు 400 మంది విద్యార్థులకు రాష్ట్రపతి స్వయంగా డిగ్రీ పట్టాలను అందజేయనున్నారు. వీరితో పాటు వివిధ విభాగాల్లో అద్భుత ప్రతిభ కనబరిచిన 15 మంది టాపర్లకు గోల్డ్ మెడల్స్ కూడా ప్రదానం చేయనున్నారు.రాష్ట్రపతితో పాటు ఆంధ్రప్రదేశ్ గవర్నర్ జస్టిస్ - మిగతా 2 లో

ఏపీ, తెలంగాణకు భారీ వర్ష సూచన

- ఉరుములు, పిడుగులతో ముంచెత్తనున్న వానలు
- తెలుగు రాష్ట్రాల్లో నేటి నుంచి చల్లబడనున్న వాతావరణం
- రెండు రాష్ట్రాల్లోని పలు జిల్లాలకు భారీ వర్ష సూచన
- హైదరాబాద్‌లో రాత్రి పూట మారనున్న వాతావరణం

వార్త వేకువ , హైదరాబాద్, జూన్ 20 : తెలుగు రాష్ట్రాల్లో వాతావరణం ఎప్పుడు ఎలా మారుతుందో అర్థం కాని పరిస్థితి నెలకొంది. ఇప్పటికే రుతుపవనాలు ఎంట్రీ ఇచ్చినా, అక్కడక్కడ మాత్రమే వర్షాలు కురిశాయి.. అయితే, నేటి నుంచి వాతావరణం పూర్తిగా చల్లబడనుందని, ఇరు రాష్ట్రాల్లో పిడుగులతో కూడిన భారీ వర్షాలు కురిసే అవకాశం ఉందని వాతావరణ శాఖ తెలిపింది.ఏపీలోని ఉత్తరాంధ్ర, దక్షిణ కోస్తా, - మిగతా 2 లో

2 లో

భారత్ ధర్మసత్రం కాదు

- అమిత్ షా వ్యాఖ్యలు
- చొరబాటుదారులను ఓటు బ్యాంకుగా మార్చుకుంటున్నారని విమర్శలు
- ప్రతి చొరబాటుదారుడినీ గుర్తించి దేశం నుంచి పంపిస్తామని స్పష్టీకరణ
- ఈ దేశానికి చెందిన వారు మాత్రమే ఇక్కడుంటారని ఉద్ఘాటన

2 లో

పీఎం కిసాన్ 23వ విడత నిధులను విడుదల

- భారత ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ
- 9.44 కోట్ల మంది రైతుల ఖాతాల్లోకి రూ. 18,880 కోట్లు జమ
- ప్రతి లబ్ధిదారునికి రూ. 2,000 చొప్పున ఆర్థిక సాయం
- పశ్చిమ బెంగాల్‌లోని తారకేశ్వర్ నుంచి నిధుల బదిలీ కార్యక్రమం

2 లో

నిరాహార దీక్ష చేస్తా

- కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వానికి కవిత వార్నింగ్
- సింగరేణి బాయిబాట కార్యక్రమంలో భాగంగా భూపాలపల్లి జిల్లాలోని గనిని సందర్శించిన కవిత
- మెడికల్ అన్‌ఫిట్ కోసం దరఖాస్తు చేసుకున్న 1200 మంది వారసులకు ఉద్యోగాలు ఇవ్వాలని డిమాండ్
- ఉద్యోగాలు ఇవ్వకపోతే జులై 20 నుంచి నిరాహార దీక్షకు కూర్చుంటానని హెచ్చరిక

బండి భగీరథ్‌కు బెయిల్ చర్లపల్లి జైలు నుంచి విడుదల

2 లో

- బండి భగీరథ్‌కు తాత్కాలిక బెయిల్ మంజూరు చేసిన మల్కాజ్‌గిరి కోర్టు
- వారం రోజుల పాటు బెయిల్
- పోక్సో కేసులో నెల రోజులుగా జైల్లో రిమాండ్ ఖైదీగా ఉన్న భగీరథ్
- పోక్సో కేసులో భగీరథ్‌ను మే 16న అరెస్ట్ చేసి రిమాండ్‌కు తరలించిన పోలీసులు
- రెండు తెలుగు రాష్ట్రాల్లో చర్చనీయాంశంగా మారిన భగీరథ్ వ్యవహారం

రూ.లక్షా పదివేల కోట్ల ఆస్తులు కాపాడాం

మాపై దుష్ప్రచారం ఆపండి

- హైడ్రా కమిషనర్ రంగనాథ్
- హైడ్రాకు వ్యతిరేకంగా ప్రచారం చేస్తున్నారంటూ రంగనాథ్ ఆగ్రహం
- హైడ్రాను బద్నాం చేసేందుకు దుష్ప్రచారం చేస్తున్నారని మండిపాటు
- సిటీలో ఇప్పటి వరకు 600 ఆపరేషన్స్ పూర్తి చేశామని వెల్లడి
- తమకు రాజకీయ పార్టీలతో సంబంధం లేదన్న రంగనాథ్
- హైడ్రా ఎప్పుడూ మౌనంగా ఉండదని స్పష్టీకరణ

వార్త వేకువ , హైదరాబాద్, జూన్ 20 : హైదరాబాద్ లో ఆక్రమణదారుల గుండెల్లో రైళ్లు పరిగెత్తిస్తున్న 'హైడ్రా'పై గత కొన్ని రోజులుగా వ్యతిరేక ప్రచారం జరుగుతోందంటూ ఆ సంస్థ కమిషనర్ ఏవీ రంగనాథ్ తీవ్రంగా స్పందించారు. కొందరు పనిగట్టుకుని తమ సంస్థను బద్నాం చేయడానికి దుష్ప్రచారం చేస్తున్నారని మండిపడ్డారు. ఈరోజు హైదరాబాద్‌లో నిర్వహించిన మీడియా సమావేశంలో ఆయన హైడ్రా యాక్షన్ ప్లాన్, ఇప్పటివరకు సాధించిన విజయాలపై పక్కా లెక్కలతో క్లారిటీ ఇచ్చారుహైడ్రా కేవలం కూల్చివేతలకే పరిమితం కాలేదని, ఇప్పటివరకు సిటీలో దాదాపు 600 ఆపరేషన్స్ పూర్తి చేసి, ఆక్రమణదారుల గుప్పిట్లో ఉన్న సుమారు లక్షా పదివేల కోట్ల రూపాయల విలువైన ప్రభుత్వ ఆస్తులను, చెరువులను, పార్కులను కాపాడామని రంగనాథ్ వెల్లడించారు. దోపిడీకి గురికాకుండా ఉండాలనే ఆకాంక్షతోనే ప్రత్యేక తెలంగాణ కోసం ఇక్కడి ప్రజలు కొట్లాడారని, ఆ ఆశయాలకు అనుగుణంగానే ప్రభుత్వ ఆస్తులను రక్షిస్తున్నామని చెప్పారు."రాష్ట్ర ప్రభుత్వం హైడ్రాకు పూర్తి స్వేచ్ఛను ఇచ్చింది. మాకు రాజకీయ పార్టీలతో సంబంధం లేదు. ఎంఐఎం - మిగతా 2 లో

వార్త వేకువ
తెలుగు దినపత్రిక
నిజం వైపు నిరంతరం...
ఆదివారం 21 - 06 - 2026

సంపాదకీయం

అమెరికా అమిత్ర వైఖరి

ఒకసారంటూ పొరపొచ్చాలు వచ్చాక ఎంత సన్నిహిత మిత్రుల మధ్యనైనా తిరిగి సాధారణ సంబంధాలు ఏర్పడటం అంత సులభం కాదు. ఫ్రాన్స్‌లో జరిగిన జీ--7 దేశాల శిఖరాగ్ర సదస్సు సందర్భంగా ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ, అమెరికా అధ్యక్షుడు డోనాల్డ్ ట్రంప్ మధ్య బుధవారం జరిగిన ద్వైపాక్షిక సమావేశం తీరుతెన్నులు గమనిస్తే ఈ సంగతి సులభంగా అర్థమవుతుంది. ట్రంప్ గత 16 నెలలుగా అనుసరిస్తున్న అమిత్ర వైఖరి ఇందుకు కారణం. మిత్ర దేశాలని లేదు, ప్రత్యర్థి దేశాలని లేదు -- అందరినీ ఒకే గాటన కడుతూ, ఒక దేశాధినేతకు ఉండాల్సిన కనీస ఔచిత్యాన్ని మరిచి ఇష్టానుసారం మాట్లా డటం ఆయనకు అలవాటుగా మారింది.అంతేకాదు -- ఎడాపెడా అధిక సుంకాలు విధించటం, తమ సరుకుపై సుంకాలు తగ్గించాలని కోరడం వంటివి మన దేశాన్ని చీకాకు పరి చాయి. ఇలాంట చేదు అనుభవాలు ఎన్ని ఎదురైనా మన దేశం సంయమనం పాటించింది. నిజానికి మొన్న భారత నావికులు ముగ్గుర్ని హోర్మూజ్ జలసంధి వద్ద హత్య చేసిన ఉదంతంతోసహా ఈ 16 నెలల పొడవునా మన దేశం పరుషంగా మాట్లాడింది ఎప్పుడూ లేదు. నోబెల్ శాంతి బహుమతి యావలో భారత్--పాక్ యుద్ధాన్ని తానే ఆపాననీ, ఇద్ద రినీ తీవ్రంగా బెదిరించాననీ మాట్లాడినప్పుడు అందులో ఏమాత్రం నిజం లేదని మన దేశం చెప్పింది. ఆయన ఇలా డప్పుకొట్టుకుంటున్నప్పుడల్లా మొదట్లో ఖండిస్తూనేవచ్చింది. కానీ దీన్ని ఆయన ఒక అలవాటుగా మార్చుకున్నారని తేలాక మిన్నకుండి పోయింది. అయినా ట్రంప్‌లో ఆగ్రహావేశాలు తగ్గలేదని తాజా సమావేశం రుజువు చేసింది.మాటలకేం... ట్రంప్ చాలా మాట్లాడారు. 55 నిమిషాలపాటు సాగిన ఈ సమావేశం అనంతరం 'మోదీ మంచిగా కనబడతారు. బాగుంటారు. దేవదూత. కానీ 'కిల్లర్'. వాణిజ్య, వ్యాపార చర్చల్లో చాలా కఠినంగా, నిక్కచ్చిగా ఉంటారు' అంటూ ప్రశంసలతో ముంచెత్తారు. మోదీ ప్రధానిగా ఉన్నంతకాలం ఎవరైనా భారత్‌వైపు కన్నెత్తి చూస్తే వాళ్ల అంతు చూస్తామని కూడా చెప్పారు. వాణిజ్య ఒప్పందం విషయంలో చాలా దగ్గరగా వచ్చేశామని కూడా అన్నారు. కానీ చేతలు చూస్తే అందుకు అనుగుణంగా లేవు.తన ఆధ్వర్యంలోని కమాండ్లలో ఒకటైన ఇండో--పసిఫిక్ కమాండ్‌కు ఆ పేరు పెట్టింది ఆయన ఏలుబడిలోని అమెరికాయే. తిరిగి ఆయనే ఎనిమిదేళ్లనాటి ఆ పేరులో భారత్‌నుసూచించే 'ఇండో' తొలగించి ఇప్పుడు యూఎస్--పసిఫిక్ కమాండ్‌గా మార్చటం, అది కూడా ఈ సమావేశానికి కొంచెం ముందుగా చేయటం యాదృచ్ఛికమేమీ కాదు. ఇటీవల యూఎస్--పసిఫిక్ కమాండ్‌లో పాక్ ఆక్రమిత కశ్మీర్(పీఓకే)ను పాకిస్తాన్‌లో అంతర్భాగంగా చూపటంలోనూ అమెరికా దురుద్దేశం స్పష్టమే. పాకిస్తాన్ పాలకులతో ట్రంప్‌కి ఏర్పడిన కొత్త చుట్టరికం అందరికీ తెలుసు.తూర్పు, దక్షిణ చైనా సముద్ర ప్రాంతాల్లో చైనా దూకుడునూ, ఆధిపత్య ధోరణుల్నీ ఎదుర్కొనటానికి ఆ దేశంతో సమస్యలున్న భారత్‌ను కలుపుకోవాలని నిర్ణయించి 2007లో క్వాడ్‌కు అంకురార్పణ చేసింది అమెరికాయే. హిందూ మహా సముద్రప్రాంతంలో చైనా విస్తరణవాద వైఖరిని ఎదుర్కొనటానికి క్వాడ్, దాంతోపాటు ఇండో-- పసిఫిక్ కమాండ్ తోడ్పడతాయని కూడా అప్పట్లో తెలిపింది. కానీ స్వప్రయోజనాలే తప్ప మరేమీ పట్టని అమెరికాను నమ్ముకుని ముందడుగు వేయొద్దని అనేకమంది నిపుణులు అప్పట్లోనే మన దేశాన్ని హెచ్చరించారు. ఇవాళ చైనాతో అంటకాగటానికి రెడీ అయి, ఆ కమాండ్ పేరే మార్చిన అమెరికా కీలక సమయాల్లో ఎలా ఉండగలదో సులభంగానే ఊహించుకోవచ్చు. ట్రంప్ రెండోసారి అధ్యక్ష పీఠం ఎక్కిన వెంటనే అందరికన్నా ముందు ఆయనతో వాణిజ్య ఒప్పందంపై చర్చించింది మనమే అయినా... మన తర్వాత వచ్చిన దేశాలు ఇప్పటికే ఒప్పందాలు కుదుర్చుకున్నాయి. మనం కూడా బ్రిటన్, యూరోపియన్ యూని యన్ (ఈయూ), కెనడాలతో వాణిజ్య ఒప్పందాలు ఖరారు చేసుకోగలిగాం. వీటిపై లాంఛనంగా సంతకాలు చేయటమే మిగిలివుంది. మనకి నచ్చని అంశాలున్నప్పుడూ, అన్యాయమైన షరతులు పెడుతున్నప్పుడూ వ్యతిరేకించటం, కొంత జాప్యం జరిగినా ఈ విషయంలో మన ప్రయోజనాల పరిరక్షణకే ప్రాముఖ్యతనివ్వటం సరైన వైఖరి. ఉత్త మాటలతో ఎవరినీ నమ్మించలేమని ట్రంప్ గ్రహించేలా చేయటం అవసరం.

మీ ఇంట్లో ఆడవాళ్లు లేరా?

మొదటిపేజీ తరువాయి - అధికారంతో వారిపై కేసులు నమోదు చేసే అవకాశం ఉన్నప్పటికీ, నేను ప్రతీకార రాజకీయాలకు పాల్పడలేదు" అని స్పష్టం చేశారు. తన దృష్టి కేవలం ప్రజాసేవ, పరిపాలనపైనే ఉందని ఆమె తేల్చి చెప్పారు.రాజకీయాలకు అతీతంగా అభివృద్ధి పనులు జరగాలని, గడిచిన రెండేళ్లలో తాను ఎలాంటి అవినీతికి తావు ఇవ్వలేదని ఆమె పేర్కొన్నారు. రాజకీయాలు కేవలం ఎన్నికల వరకే పరిమితమని, ఆ తర్వాత కేవలం సుపరిపాలనపైనే తన దృష్టి ఉంటుందని అనిత వివరించారు.

విశాఖ పర్యటనకు రానున్న రాష్ట్రపతి ద్రౌపది ముర్ము

మొదటిపేజీ తరువాయి - అబ్దుల్ నజీర్, ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు, కేంద్ర విద్యాశాఖ మంత్రి ధర్మేంద్ర ప్రధాన్, రాష్ట్ర ఐటీ అండ్ విద్యాశాఖ మంత్రి నారా లోకేశ్ ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొననున్నారు. దేశ ప్రథమ పౌరురాలైన రాష్ట్రపతితో పాటు సీఎం, గవర్నర్ ఒకే వేదికపైకి వస్తుండటంతో విశాఖ జిల్లా యంత్రాంగం అప్రమత్తమైంది. భారీ భద్రతా ఏర్పాట్లను చేస్తోంది.

ఏపీ, తెలంగాణకు భారీ వర్ష సూచన

మొదటిపేజీ తరువాయి - రాయలసీమ జిల్లాలపై వర్షాల ప్రభావం ఎక్కువగా ఉండబోతోంది. ముఖ్యంగా శ్రీకాకుళం, విజయనగరం, అల్లూరి సీతారామరాజు, కాకినాడ, విశాఖపట్నం, గుంటూరు, పల్నాడు, ప్రకాశం, నెల్లూరు, కడప, చిత్తూరు, తిరుపతి జిల్లాల్లో పిడుగులతో కూడిన భారీ వర్షాలు పడే ఛాన్స్ ఉందని వాతావరణ శాఖ వెల్లడించింది. మిగిలిన జిల్లాల్లో తేలికపాటి నుండి మోస్తరు వానలు కురుస్తాయి.తెలంగాణలో నేడు ఉరుములు, మెరుపులతో కూడిన వానలు పడతాయని వాతావరణ శాఖ తెలిపింది. ముఖ్యంగా సెంట్రల్, దక్షిణ తెలంగాణ జిల్లాలపై దీని ప్రభావం తీవ్రంగా ఉంటుంది. సంగారెడ్డి, వికారాబాద్, రంగారెడ్డి, మెదక్, సిద్దిపేట్, మహబూబ్ నగర్, వనపర్తి, నాగర్ కర్నూల్, నారాయణ్ పేట్, నల్గొండ, యాదాద్రి భువనగిరి, జనగాం, కామారెడ్డి జిల్లాల్లో సాయంత్రం నుండి అర్ధరాత్రి సమయంలో భారీ వర్షాలు కురిసే అవకాశం ఉంది. హైదరాబాద్‌లో కూడా పగటిపూట ఎండ ఉన్నప్పటికీ.. రాత్రి సమయంలో వాతావరణం ఒక్కసారిగా మారిపోయి ఉరుములు, పిడుగులతో కూడిన వర్షాలు పడే ముప్పు ఉందని వెదర్ రిపోర్ట్స్ చెబుతున్నాయి.

భారత్ ధర్మసత్రం కాదు

మొదటిపేజీ తరువాయి - శివసేన (యూబీటీ) అధినేత ఉద్ధవ్ ఠాక్రే, కాంగ్రెస్ పార్టీలపై కేంద్ర హోంమంత్రి అమిత్ షా తీవ్రస్థాయిలో విరుచుకుపడ్డారు. భారత్ ధర్మసత్రం కాదని, ఈ దేశం పౌరులకు మాత్రమే ఇక్కడ నివసించే హక్కు ఉంటుందని ఆయన స్పష్టం చేశారు. దేశంలోని ప్రతి చొరబాటుదారుడినీ గుర్తించి, వారిని వెళ్లగొడతామని హెచ్చరించారు. శనివారం మహారాష్ట్రలోని కొల్హాపూర్‌లో మహాలక్ష్మి ఆలయ అభివృద్ధి పనులకు శంకుస్థాపన చేసిన అనంతరం జరిగిన బహిరంగ సభలో ఆయన ఈ వ్యాఖ్యలు చేశారు.చొరబాటుదారులను ఓటు బ్యాంకుగా మార్చుకుని రాజకీయ లబ్ధి పొందాలని కాంగ్రెస్, ఉద్ధవ్ ఠాక్రే ప్రయత్నిస్తున్నారని అమిత్ షా ఆరోపించారు. "ఈ దేశం ధర్మసత్రం కాదని వారికి స్పష్టంగా చెప్పదలుచుకున్నాను. ఈ దేశానికి చెందిన వారు మాత్రమే ఇక్కడ ఉంటారు. ప్రతి చొరబాటుదారుడినీ గుర్తించి, దేశం నుంచి తరిమికొడతాం" అని ఆయన పేర్కొన్నారు.

రూ.లక్షా పదివేల కోట్ల ఆస్తులు కాపాడాం

మొదటిపేజీ తరువాయి - అయినా, అధికార కాంగ్రెస్ అయినా మాకు ఒకటే. ఫాతిమా కాలేజీ లాంటి విద్యాసంస్థలు భాగ్యనగరంలో చాలా ఉన్నాయి. చట్టం అందరికీ సమానమే. హైడ్రా ఎప్పుడూ సైలెంట్‌గా ఉండదు. అలాగని రాత్రికి రాత్రి వచ్చి ఇళ్లను కూల్చేస్తుందనేది అవాస్తవం" అని స్పష్టం చేశారు.గుడిసెలు వేసుకున్న వారిలో నిజమైన పేదలు ఎవరు అనేది పరిశీలిస్తామని, వారికి ప్రభుత్వం తరఫున డబుల్ బెడ్‌రూం ఇళ్లు కేటాయించిన తర్వాతే తదుపరి చర్యలు ఉంటాయని మానవీయ కోణంలో మాట్లాడారు. ఇటీవల హైదరాబాద్‌లో కురిసిన భారీ వర్షానికి నగరం అతలాకుతలం అయిన విషయాన్ని ఆయన గుర్తుచేశారు. ఆక్రమణల వల్లే నాలాలు పూడిపోయి ఈ పరిస్థితి వచ్చిందన్నారు. "లక్ష మంది ప్రజలకు మంచి చేయాలన్నప్పుడు.. కొంతమంది ఆక్రమణదారులకు చెడు జరగక తప్పదు. ఒకవేళ హైడ్రా వైపు ఏమైనా తప్పు ఉంటే క్షమాపణ చెప్పడానికి కూడా సిద్ధమే. తప్పులు జరిగితే సరిదిద్దుకుంటూ ముందుకెళతాం. హైడ్రా పొలిటికల్ సెటిల్‌మెంట్లకు అడ్డాగా మాత్రం మారదు" అని తేల్చిచెప్పారు.

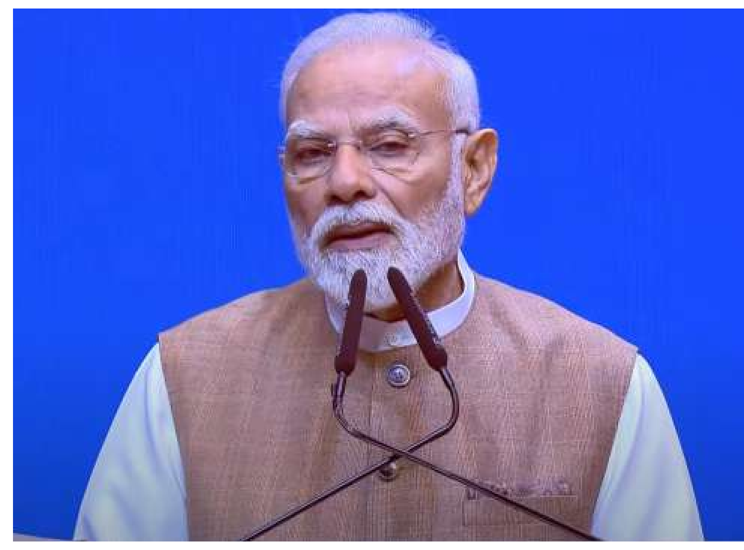
రైతుల ఖాతాల్లోకి రూ.3,125 కోట్ల అన్నదాత సుఖీభవ నిధుల విడుదల

మొదటిపేజీ తరువాయి - మీ కష్టాలు తీరుస్తామని ఎన్నికల్లో హామీ ఇచ్చాం. పీఎం కిసాన్-అన్నదాత సుఖీభవ కింద రైతులకు రూ.7 వేలు జమ చేశాం. పీఎం కిసాన్-అన్నదాత సుఖీభవ కింద రూ.3,125 కోట్లు విడుదల చేశాం. బటన్ నొక్కగానే 99.8 శాతం రైతులకు నిధులు జమయ్యాయి. రైతులకు ఏటా రూ.20 వేలు ఇస్తామని హామీ ఇచ్చి నిలబెట్టుకున్నాం. గత ప్రభుత్వం ఆర్థిక విధ్వంసం సృష్టించింది. విధ్వంసం నుంచి వికాసం వైపు తీసుకెళ్తామని మీకు హామీ ఇచ్చాం. మమ్మల్ని నమ్మి 95 శాతం మంది ఎన్డీఏ అభ్యర్థులను గెలిపించారు" అని చంద్రబాబు తెలిపారు."రైతులకు లాభసాటిగా ఉండాలని పామాయిల్ పంటను ప్రోత్సహిస్తున్నాం. పామాయిల్ పంటలో అంతర్గత పంటలూ వేసుకోవచ్చు. మనం ప్రకృతిసేద్యం వైపు మారాలి. సంజీవని ప్రాజెక్టు ద్వారా అందరి ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుతాం. ఒకప్పుడు ఆంధ్రా అంటే వరి, తెలంగాణ అంటే మెట్ట పొలాలు. ఇప్పుడు ఆంధ్రాను డామినేట్ చేసి తెలంగాణ వరిని పండిస్తోంది. రైతులను కాపాడేందుకు ఎంతైనా ఖర్చైనా వెనుకాడబోం. రొయ్యల ఫీడ్ ధరను కిలోకు రూ.12 పెంచితే, రూ.8కి తగ్గించాం. కిలో తోతాపురి మామిడికి రూ.4 ఇస్తున్నాం. రైతులను కాపాడుకునే బాధ్యత మా ప్రభుత్వం తీసుకుంటుంది."- చంద్రబాబు, సీఎంఅంతకుముందు లింగంగుంట్ల గ్రామంలోని అంగన్వాడీ కేంద్రాన్ని సీఎం చంద్రబాబు సందర్శించారు. నెట్ జీరో కాన్సెప్టులో భాగంగా అంగన్వాడీలకు ఇండక్షన్ స్టవ్‌లను సీఎం పంపిణీ చేశారు. అంగన్వాడీ కేంద్రానికి ఇండక్షన్ స్టవ్, స్టీల్ పాత్రలు అందించారు. అనంతరం స్వయంగా రాగిజావ తయారుచేసి సీఎం చంద్రబాబు చిన్నారులకు ఇచ్చి, తానూ తాగారు. తరువాత చిన్నారులతో మమేకమైన సీఎం, వారితో కలిసి కింద కూర్చునే కాసేపు వారితో ముచ్చటించారు. తరువాత పచ్చదనం పెంపులో భాగంగా అంగన్వాడీ కేంద్రం ప్రాంగణంలో మొక్కను నాటారు. అనంతరం రైతులతో ముఖాముఖి నిర్వహి ంచారు. లింగంగుంట్లలో ప్రకృతి వ్యవసాయ క్షేత్రాన్ని సందర్శించిన సీఎం, గానుగ ఎక్కి వేరుశెనగ, కొబ్బరినూనె ఉత్పత్తిని పరిశీలించారు. వ్యవసాయ క్షేత్రంలో రైతులతో మాట్లాడి వివరాలు తెలుసుకున్నారు. ప్రకృతి వ్యవసాయ క్షేత్రంలో సీఎం చంద్రబాబు విత్తనాలు నాటారు. ఆ తర్వాత టీడీపీ కార్యకర్తలు, నేతలతో సమావేశమయ్యారు.

మన సంస్కృతి వల్లే భారత్‌కు విశ్వగురు స్థానం

మొదటిపేజీ తరువాయి - చక్రాసనం, వృశ్చికాసనం, మయూరాసనం వంటి కఠినమైన ఆసనాలను ప్రదర్శించి, వాటి ప్రాముఖ్యతను ముఖ్యమంత్రికి వివరించారు. అనంతరం చంద్రబాబు మాట్లాడుతూ, "బాబా రాందేవ్‌తో నాకు 30 ఏళ్ల అనుబంధం ఉంది. ఆయన యోగాను ప్రజల్లోకి బలంగా తీసుకెళ్లారు. టెక్నాలజీ వ్యసనంగా మారకుండా ఉండాలంటే, దానికి యోగా, ఆధ్యాత్మికత వంటివి జోడించాలి. యోగాతో శరీరం, మెదడు అనుసంధానమవుతాయి," అని అన్నారు. యోగాను ప్రజల్లోకి తీసుకెళ్లినందుకు రాందేవ్‌కు దేశ ప్రజల తరఫున కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.రాష్ట్రంలోని ఆధ్యాత్మిక, పర్యాటక ప్రాంతాల్లో యోగాంధ్ర కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తున్నామని, అందులో భాగంగానే 6-7 శతాబ్దాల నాటి చారిత్రక ఉండవల్లి గుహల వద్ద ఈ కార్యక్రమం చేపట్టామని వివరించారు. ఆంధ్రప్రదేశ్‌ను దేశానికి ఆధ్యాత్మిక కేంద్రంగా తీర్చిదిద్దాలని బాబా రాందేవ్‌ను కోరారు. ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ కృషితో యోగాకు అంతర్జాతీయ గుర్తింపు లభించిందని, నేడు 190 దేశాలు యోగా దినోత్సవాన్ని జరుపుకుంటున్నాయని గుర్తుచేశారు. ఆధ్యాత్మికతతో కూడిన వికసిత్ భారత్ సాధనలో ప్రధానికి అండగా నిలుస్తామని చెప్పారు.రాష్ట్రంలో ప్రజా ఆరోగ్యం కోసం 'సంజీవని' ప్రాజెక్టును అమలు చేస్తున్నామని, ఇందులో రోగ నివారణకు పెద్దపీట వేస్తూ యోగా, ప్రాణాయామం వంటి వాటిని చేర్చుతున్నామని చంద్రబాబు తెలిపారు. రాష్ట్రంలో 50 శాతం పచ్చదనం పెంచడంతో పాటు, 20 లక్షల మంది రైతులను ప్రకృతి వ్యవసాయం వైపు ప్రోత్సహిస్తున్నామని, రసాయన రహిత పంటల ద్వారా ప్రజల ఆరోగ్యాన్ని కాపాడటమే తమ లక్ష్యమని స్పష్టం చేశారు. దేవతల రాజధాని స్ఫూర్తితో ప్రజా రాజధాని అమరావతిని నిర్మిస్తున్నామని, భూములిచ్చిన రైతులకు ధన్యవాదాలు తెలిపారు. కాలుష్య రహిత, నివాస యోగ్య నగరంగా, అభివృద్ధి, ఆధ్యాత్మికత, పర్యాటకానికి పెద్దపీట వేస్తూ అమరావతిని భవిష్యత్ నగరంగా తీర్చిదిద్దుతామని ఆయన పునరుద్ఘాటించారు.

పీఎం కిసాన్ 23వ విడత నిధులను విడుదల



మొదటిపేజీ తరువాయి - ప్రధాన మంత్రి కిసాన్ సమ్మాన్ నిధి (పీఎం-కిసాన్) పథకంలో భాగంగా 23వ విడత నిధులను ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ శనివారం విడుదల చేశారు. పశ్చిమ బెంగాల్‌లోని హుగ్లీ జిల్లా తారకేశ్వర్‌లో నిర్వహించిన కార్యక్రమంలో ఆయన బటన్ నొక్కి, ఈ నిధులను నేరుగా రైతుల ఖాతాల్లోకి బదిలీ చేశారు. ఈ విడత కింద దేశవ్యాప్తంగా 9.44 కోట్లకు పైగా అర్హులైన రైతు కుటుంబాల బ్యాంకు ఖాతాల్లోకి మొత్తం రూ. 18,880 కోట్లకు పైగా నగదు జమ అయింది.'పీఎం కిసాన్ ఉత్సవ్ దివస్' సందర్భంగా జరిగిన ఈ కార్యక్రమంలో, ప్రతి లబ్ధిదారునికి రూ. 2,000 చొప్పున ఆర్థిక సాయం అందింది. వ్యవసాయ పనులతో పాటు ఇతర కుటుంబ అవసరాలకు ఈ మొత్తం రైతులకు సకాలంలో అండగా నిలుస్తుందని కేంద్ర ప్రభుత్వం పేర్కొంది. 2019 ఫిబ్రవరిలో ప్రారంభమైన ఈ పథకం ద్వారా చిన్న, సన్నకారు రైతులకు ఏటా రూ. 6,000 చొప్పున మూడు విడతల్లో ఆర్థిక సహాయం అందజేస్తున్నారు. తాజా విడుదలతో కలిపి ఈ పథకం కింద ఇప్పటివరకు రూ. 4.46 లక్షల కోట్లకు పైగా నిధులను పంపిణీ చేసినట్లు అధికారులు వెల్లడించారు.ఈ విడతలో పశ్చిమ బెంగాల్‌లోని 45.35 లక్షల మంది రైతులకు రూ. 907 కోట్లు, గుజరాత్‌లోని 51.28 లక్షల మంది రైతులకు రూ. 1,025 కోట్లు అందాయి. దేశవ్యాప్త లబ్ధిదారులలో 2.18 కోట్లకు పైగా మహిళా రైతులు ఉండటం గమనార్హం. పథకం ప్రయోజనాలను సక్రమంగా పొందేందుకు రైతులు తమ ఈ-కేవైసీ ప్రక్రియను తప్పనిసరిగా పూర్తి చేసుకోవాలని అధికారులు సూచించారు. లబ్ధిదారులు తమ పేరును జాబితాలో తనిఖీ చేసుకునేందుకు pmkisan.gov.in వెబ్‌సైట్‌లోని 'ఫార్మర్స్ కార్నర్'ను సందర్శించవచ్చు.

బండి భగీరథ్‌కు బెయిల్ - చర్లపల్లి జైలు నుంచి విడుదల

మొదటిపేజీ తరువాయి - తెలంగాణలో గత నెల రోజులుగా హాట్ టాపిక్‌గా ఉన్న కేంద్ర సహాయ మంత్రి కుమారుడు బండి భగీరథ్ కేసులో కీలక పరిణామం చోటుచేసుకుంది. భగీరథ్‌కు ఎట్టకేలకు మల్కాజ్‌గిరి కోర్టులో ఊరట లభించింది. దాదాపు నెల రోజులుగా చర్లపల్లి జైల్లో రిమాండ్ ఖైదీగా ఉన్న అతనికి న్యాయస్థానం షరతులతో కూడిన బెయిల్ మంజూరు చేసింది.ఒక మైనర్ బాలిక తల్లి ఇచ్చిన ఫిర్యాదుతో భగీరథ్‌పై కఠినమైన పోక్సో కేసు నమోదైన సంగతి తెలిసిందే. కేంద్ర మంత్రి కొడుకు కావడం, పైగా సున్నితమైన కేసు కావడంతో రెండు తెలుగు రాష్ట్రాల్లో ఈ అంశం పెద్ద చర్చనీయాంశంగా మారింది. కొన్ని రోజులు అజ్ఞాతంలోకి వెళ్లిన భగీరథ్.. మే 17న పోలీసుల ముందుకు వచ్చి సరెండర్ అయ్యాడు.ఆ తర్వాత మేడ్చల్ కోర్టు 14 రోజుల రిమాండ్ విధించడంతో చర్లపల్లి జైలుకు తరలించారు. బెయిల్ పిటిషన్లు తిరస్కరణకు గురవడంతో నెల రోజులకు పైగా జైల్లోనే గడపాల్సి వచ్చింది. తాజాగా ఇంజినీరింగ్ పరీక్షల నేపథ్యంలో, భగీరథ్ కు కోర్టు షరతులతో కూడిన బెయిల్ మంజూరు చేసింది. దీంతో, భగీరథ్ జైలు నుంచి బయటకు రానున్నారు.

నిరాహార దీక్ష చేస్తా

మొదటిపేజీ తరువాయి - సింగరేణి 'బాయిబాట' కార్యక్రమంలో భాగంగా తెలంగాణ రక్షణ సేన పార్టీ అధ్యక్షురాలు కల్వకుంట్ల కవిత ఈరోజు జయశంకర్ భూపాలపల్లి జిల్లాలోని కేటీకే-5 గనిని సందర్శించారు. ఈ సందర్భంగా కార్మికుల సమస్యలపై ఆమె మాట్లాడుతూ... కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వంపై, సింగరేణి యాజమాన్యంపై తీవ్రస్థాయిలో ధ్వజమెత్తారు. సింగరేణిలో మెడికల్ అన్‌ఫిట్ కోసం దరఖాస్తు చేసుకుని పెండింగ్‌లో ఉన్న దాదాపు 1200 మంది వారసులకు వెంటనే ఉద్యోగాలు ఇవ్వాలని కవిత డిమాండ్ చేశారు. ప్రభుత్వానికి ఒక నెల రోజులు టైమ్ ఇస్తున్నామని, ఆలోగా ప్రక్రియ పూర్తి చేయకపోతే జులై 20 నుంచి తాను నిరాహార దీక్షకు కూర్చుంటానని హెచ్చరించారు. సింగరేణిలో ఏ చిన్న పని జరగాలన్నా నేరుగా డిప్యూటీ సీఎం ఆఫీస్ నుంచే లంచాలు అడుగుతున్నారంటూ కవిత సంచలన ఆరోపణ చేశారు. కాంగ్రెస్ పాలనలో లాభాల్లో ఉన్న సింగరేణిని నష్టాల్లోకి నెట్టేస్తున్నారని మండిపడ్డారు. మొన్న జరిగిన ప్రమాదంలో ఒక కార్మికుడికి తీవ్ర గాయాలవడానికి యాజమాన్యం వాడుతున్న నాసిరకం డిటోనేటర్లే కారణమన్నారు. గనుల లోపల పని చేసే కార్మికులకు కనీసం స్వచ్ఛమైన గాలి, మంచి నీరు కూడా ఇవ్వకుండా అధికారులు కక్కుర్తి పడుతున్నారని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు.రిటైర్ అయిన కార్మికులకు సొంత ఇంటి కల నెరవేర్చడం కోసం సింగరేణికి ప్రత్యేకంగా 'హౌసింగ్ బోర్డు' ఏర్పాటు చేయాలని ఆమె డిమాండ్ చేశారు. ఇల్లు కట్టుకోవడానికి ప్రభుత్వం లేదా కార్మిక సంఘం తరఫున రూ. 10 లక్షల ఆర్థిక సాయం అందించాలన్నారు. అలాగే విజిలెన్స్ ఎంక్వయిరీల పేరుతో కార్మికులను భయభ్రాంతులకు గురిచేయవద్దని అన్నారు. ఉద్యమ కాలం నుంచే తాను సింగరేణి కార్మికులతో కలిసి నడిచానని గుర్తుచేసిన కవిత... తెలంగాణ హక్కుల కోసం తాను స్థాపించిన 'తెలంగాణ రక్షణ సేన' పార్టీని భూపాలపల్లి ప్రజలు, బొగ్గుగని కార్మికులు గుండెల్లో పెట్టుకుని ఆదరించాలని విజ్ఞప్తి చేశారు.

నిర్మాణంలో ఉన్నగోడ కూలి ఆరుగురు భక్తులు దుర్మరణం

పదుల సంఖ్యలో శిథిలాల కింద చిక్కుకున్న జనం!

పరభణి జిల్లాలోని ప్రసిద్ధ యశవాడి దేవస్థానంలో ఘటన

ఒక్కసారిగా కూలిపోయిన హనుమాన్ మందిర్ సభా మండపం పైకప్పు

శిథిలాల కింద చిక్కుకున్న సుమారు 25 మందిని బయటకు తీసిన పోలీసులు

మహారాష్ట్రలో ఘోర ప్రమాదం జరిగింది. పరభణి జిల్లాలో యశవాడి గ్రామంలో ఉన్న ప్రసిద్ధ హనుమాన్ మందిర్ సభా మండపం పైకప్పు ఒక్కసారిగా కూలిపోయింది. ఈ దుర్ఘటనలో ఆరుగురు భక్తులు అక్కడికక్కడే ప్రాణాలు కోల్పోయారు. శిథిలాల కింద చిక్కుకున్న సుమారు 25 మందిని బయటకు తీసినట్లు పోలీసులు తెలిపారు.పోలీసుల కథనం ప్రకారం,మహారాష్ట్ర పరభణి జిల్లాలోని యశవాడి గ్రామంలో శనివారం మధ్యాహ్నం ఒక్కసారిగా ఆర్తనాదాలు మిన్నంటాయి. స్థానిక హనుమాన్ మందిరం ముందు నూతనంగా నిర్మిస్తున్న భారీ సభా మండపం పైకప్పు ఒక్కసారిగా కుప్పకూలిపోయింది. ఈ ప్రమాదంలో ఇప్పటివరకు శిథిలాల నుంచి ఆరుగురి మృతదేహాలను అధికారులు వెలికితీశారు.శనివారం కావడంతో హనుమాన్ మందిరంలో ప్రత్యేక కీర్తనలు, అనంతరం మహాప్రసాద వితరణ కార్యక్రమాన్ని ఏర్పాటు చేశారు. దీంతో పరిసర గ్రామాల నుంచి వందలాది మంది భక్తులు ఆలయానికి తరలివచ్చారని, వీరంతా సభా మండపంలో కూర్చుని ఉన్న సమయంలోనే ఈ ప్రమాదం జరిగినట్లు పోలీసులు తెలిపారు . ప్రమాదం జరిగిన వెంటనే స్థానికులు, జిల్లా యంత్రాంగం యుద్ధప్రాతిపదికన సహాయక చర్యలు చేపట్టాయి. మరోవైపు, జిల్లా పరిపాలనా విభాగం, విపత్తు నిర్వహణ బృందాలు రంగంలోకి దిగి జేసీబీ యంత్రాల సహాయంతో శిథిలాలను తొలగిస్తున్నారు. శిథిలాల కింద చిక్కుకున్న వారిలో 25 మందిని సురక్షితంగా బయటకు తీసుకొచ్చారు. శిథిలాల కింద ఇంకా ఎంతమంది చిక్కుకున్నారనే కోణంలో రెస్క్యూ ఆపరేషన్ కొనసాగుతోంది. నిర్మాణ లోపం వల్లే ఈ పైకప్పు కూలిందా అనే కోణంలో పోలీసులు కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు జరుపుతున్నారు.

వార్త వేకువ
తెలుగు దినపత్రిక
నిజం వైపు నిరంతరం...
శనివారం 20 - 06 - 2026

హైదరాబాద్ అమెరికన్ కాన్సులేట్ రోడ్డుకు"ట్రంప్ "పేరు ప్రతిపాదనను వెంటనే ఉపసంహరించుకోవాలి

సీఐటీయూ జిల్లా కార్యదర్శి కల్లూరి మల్లేశం

చౌటుప్పల్,జూన్20 (వార్త వేకువ) : హైదరాబాద్ లోని అమెరికన్ కాన్సులేట్ కార్యాలయం రోడ్డుకు అమెరికా అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్ పేరు పెట్టాలన్న రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ప్రతిపాదనను వెంటనే ఉపసంహరించుకోవాలని సీఐటీయూ యాదాద్రి భువనగిరి జిల్లా కార్యదర్శి కల్లూరి మల్లేశం డిమాండ్ చేశారు.?శనివారం చౌటుప్పల్ మండల కేంద్రంలో సీఐటీయూ మండల జనరల్ బాడీ సమావేశం జిల్లా కోశాధికారి యండి పాషా అధ్యక్షతన నిర్వహించారు.ఈ సమావేశం అనంతరం, కాన్సులేట్ రోడ్డుకు ట్రంప్ పేరు పెట్టడాన్ని వ్యతిరేకిస్తూ సీఐటీయూ రాష్ట్ర కమిటీ ఇచ్చిన పిలుపు మేరకు కార్మికులు,నాయకులు నల్ల బ్యాడ్జీలు ధరించి చౌటుప్పల్ బస్టాండ్ సమీపంలో నిరసన కార్యక్రమం నిర్వహించారు.?ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా ...

మొదటి నెల జీతాన్ని సహాయంగా అందించి ఆదర్శంగా నిలిచిన సుల్తాన్ పురం సర్పంచ్

గుర్రంపోడు జూన్ 20 (వార్త వేకువ) : నల్గొండ జిల్లా,గుర్రంపోడు మండలంలోని సుల్తాన్‌పురం గ్రామంలో కొన్ని రోజుల క్రితం కాకురాలం బజార్ కు జరిగిన రోడ్డు ప్రమాదంలో గాయపడి చికిత్స పొందుతూ ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్న బాధితుడికి సుల్తాన్‌పురం గ్రామ సర్పంచ్ వాడపల్లి శివ తన మొదటి జీతాన్ని ఆర్థిక సహాయంగా అందజేశారు. మాజీ మంత్రి వర్యులు మాజీ సీఎల్పీ నేత కుందూరు జానారెడ్డి జన్మదినాన్ని పురస్కరించుకుని నిర్వహించిన ఈ సేవా కార్యక్రమం అందరి ప్రశంసలు అందుకుంది. సర్పంచ్‌గా అందుకున్న తొలి జీతాన్ని అవసరంలో ఉన్న వ్యక్తికి అందించి వాడపల్లి శివ మానవత్వానికి నిలువెత్తు నిదర్శనంగా నిలిచారని గ్రామస్థులు కొనియాడారు. ఈ కార్యక్రమంలో పాశంవారిగూడెం సర్పంచ్ అలివేలు నర్సిరెడ్డి, వాడపల్లి మల్లేష్, ఉపసర్పంచ్ గణేష్, సురకారపు నాగయ్య, అందుగుల శివ, మల్లేష్ పందుల నరేష్ వాడపల్లి వెంకటయ్య మహిళా సంఘం వాళ్లు తదితరులు పాల్గొన్నారు

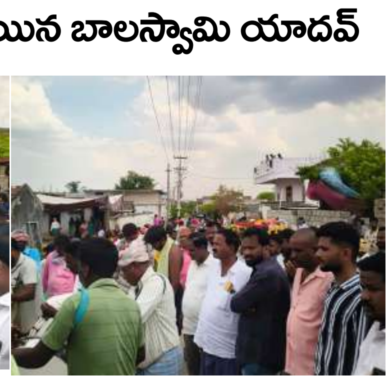
ప్రపంచ యోగ సంబరాలలో పాల్గొన్న ఎమ్మెల్యే కుంభ అనిల్ కుమార్ రెడ్డి

భువనగిరి రూరల్ జూన్ 20 (వార్త వేకువ) : యాదాద్రి భువనగిరి జిల్లా పోచంపల్లి పట్టణంలో బోధిధర్మ యోగ అండ్ హెల్త్ ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన ప్రపంచ యోగ సంబరాలలో భాగంగా స్థానిక బాలాజీ ఫంక్షన్ హాల్ లో నిర్వహించిన కార్యక్రమానికి భువనగిరి ఎమ్మెల్యే కుంభం అనిల్ కుమార్ రెడ్డి ముఖ్య అతిథిగా హాజరయ్యారు ఈ సందర్భంగా ఆయన యోగ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు ఈ సందర్భంగా వివిధ ఆసనాలను ఆయన వేసారు. అనంతరం మండలంలోని ప్రభుత్వ, ప్రైవేట్ పాఠశాలలోని పదో తరగతి పరీక్షలలో మొదటి స్థానాన్ని సాధించిన విద్యార్థులందరికీ ప్రత్యేక మెమొంటోళ్లు అందజేశారు అనంతరం ఆయన మాట్లాడుతూ ప్రతినిత్యం యోగా చేయడం ద్వారా ప్రజల ఆరోగ్యంగా ఉంటారని ఆయన తెలిపారు వీరితోపాటు మున్సిపల్ చైర్మన్ తడక వెంకటేశ్వర్లు అధికారులు కాంగ్రెస్ నాయకులు తదితరులు పాల్గొన్నారులి

చండూరు ఎఫ్.ఎస్.సి.ఎస్ చైర్మన్ గా చెరుపల్లి ఆంజనేయులు

చండూర్,జూన్20 (వార్త వేకువ) : చండూరు ఎఫ్.ఎస్.సి.ఎస్ చైర్మన్ గా ఉన్న కోడి సుష్మ ఇటీవల చండూరు మున్సిపల్ కౌన్సిలర్ గా ఎన్నిక కైనందున చండూరు ఎఫ్.ఎస్.సి.ఎస్ చైర్మన్ పదవికి రాజీనామా చేయడంతో శనివారం చండూరు ఎఫ్.ఎస్.సి.ఎస్-నాన్ ఆఫీసియల్ సభ్యుల నుండి ఒకరిని చైర్మన్ గా ఎన్నుకునే కార్యక్రమాన్ని సంబంధిత అధికారులు నిర్వహించారు. గట్టుపల్ గ్రామానికి చెందిన డైరెక్టర్ చెరుపల్లి ఆంజనేయులును చైర్మన్ అభ్యర్థిగా ప్రతిపాదించగా అతనిని 8మంది డైరెక్టర్లు ఆమోదించడంతో చైర్మన్ గా ఎంపికయ్యారు.ఎంపిక ప్రక్రియను జిల్లా సహకార శాఖ అధికారి ఆదేశాల మేరకు ఎఫ్.ఎస్.సి.ఎస్ అధికారులు ఈ ఎన్నిక ప్రక్రియను పూర్తి చేశారు.చండూరు ఎఫ్.ఎస్.సి.ఎస్ లో మొత్తం 13 మంది డైరెక్టర్లు ఉండగా గట్టుపల్ కు చెందిన దుబ్బ రాములు అనే డైరెక్టర్ డిఫాల్ట్ అవ్వడం,కోడి సుష్మ కౌన్సిలర్ గా ఎన్నిక కావడంతో 11 మంది డైరెక్టర్లు ఉన్నారు.వీరిలో 8 మంది చెరుపల్లి ఆంజనేయులకు ఆమోదం తెలపడంతో చెరుపల్లి ఆంజనేయులు ను చైర్మన్ గా ఎంపికయ్యారు.చైర్మన్ గా ఎంపికైన చెరుపల్లి ఆంజనేయులకు మాజీ చైర్మన్ కోడి సుష్మతో పాటు డైరెక్టర్లు,చండూరు మండల,పట్టణ ప్రముఖులు శాలువాలు కప్పి అభినందనలు తెలిపారు.ఈ కార్యక్రమంలో ఉమ్మడి నల్గొండ డిసిసిబి మాజీ అధ్యక్షులు కుంభం శ్రీనివాస్ రెడ్డి,చండూరు మున్సిపల్ చైర్మన్ కోడి శ్రీనివాసులుతో పాటు చండూరు పట్టణ ముఖ్య నాయకులు,చండూర్ మండల ముఖ్య నాయకులు పాల్గొన్నారు.

కందుల రాజు అంత్యక్రియలో పాల్గొన్న సర్పంచ్ దేశ బోయిన బాలస్వామి యాదవ్



వలిగొండ జూన్ 20 (వార్త వేకువ) : యాదాద్రి భువనగిరి జిల్లా వలిగొండ మండలం రెడ్లరేపాక గ్రామానికి చెందిన కందుల రాజు అనారోగ్యంతో చనిపోయిననాడు ఈ అంత్యక్రియలో గ్రామ సర్పంచ్ దేశ బోయిన బాలస్వామి యాదవ్ ఉప సర్పంచ్ కోమల కుమార్ కందుల నరసింహా కందుల శ్రీను బందారపు నవీన్ గౌడ్ (దాత) మరియు వార్డు సభ్యులు గ్రామ ప్రజలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

బిఆర్ఎస్ పార్టీ ఆధ్వర్యంలో ఎస్ఐఆర్ పై కార్యకర్తలకు దిశానిర్దేశం

పార్టీ శ్రేణులు అప్రమత్తంగా ఉండాలి..!

మాజీ ఎమ్మెల్యే కూసుకుంట్ల ప్రభాకర్ రెడ్డి

మునుగోడు,జూన్20 (వార్త వేకువ) : మునుగోడు పట్టణ కేంద్రంలోని ధనలక్ష్మి ఫంక్షన్ హాల్‌లో బీఆర్ఎస్ పార్టీ ఆధ్వర్యంలో ఎస్ఐఆర్(స్పెషల్ ఇంటెన్సివ్ రివిషన్) ప్రత్యేక ఓటరు జాబితా సవరణ కార్యక్రమంపై అవగాహన సదస్సు మరియు పార్టీ సభ్యత్వ నమోదు

కార్యక్రమం ఘనంగా నిర్వహించారు.మునుగోడు మాజీ ఎమ్మెల్యే,

అభివృద్ధి ప్రదాత కూసుకుంట్ల ప్రభాకర్ రెడ్డి ఆధ్వర్యంలో జరిగిన ఈ సమావేశానికి మాజీ మంత్రి,సూర్యాపేట ఎమ్మెల్యే గుంటకండ్ల జగదీశ్వర్ రెడ్డి,ఎస్ఐఆర్ అవగాహన సదస్సు ఇన్‌చార్జి డాక్టర్ ఆర్.ఎస్.ప్రవీణ్ కుమార్ ముఖ్య అతిథులుగా హాజరయ్యారు.ఈ సందర్భంగా కూసుకుంట్ల ప్రభాకర్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ.. భారత ఎన్నికల సంఘం చేపట్టిన ఎస్ఐఆర్ కార్యక్రమం అత్యంత కీలకమైందని,ప్రతి బూత్ స్థాయిలో పార్టీ నాయకులు,బూత్ ఇన్‌చార్జ్‌లు,బీఎల్ఏలు,కార్యకర్తలు సమన్వయంతో పనిచేసి అర్హులైన ప్రతి ఓటరు పేరును ఓటరు జాబితాలో ఉండేలా కృషి చేయాలని సూచించారు.ఓటరు జాబితాలో పేర్ల చేర్పు,తొలగింపు,మార్పులు వంటి అంశాలపై పూర్తి అవగాహన కలిగి ఉండాలని,ప్రజలకు సరైన సమాచారం అందించాలని పిలుపునిచ్చారు.అదేవిధంగా పార్టీ సభ్యత్వ నమోదు కార్యక్రమాన్ని కూడా అత్యంత ప్రతిష్టాత్మకంగా తీసుకోవాలని,డిజిటల్ విధానంలో జరుగుతున్న పార్టీ సభ్యత్వ నమోదును ప్రతి కార్యకర్త గ్రామ స్థాయి నుంచి బూత్ స్థాయి వరకు విజయవంతం చేయాలని కోరారు.పార్టీ బలోపేతానికి సభ్యత్వ నమోదు కార్యక్రమం కీలకమని,ప్రతి కార్యకర్త కనీసం నిర్దేశిత లక్ష్యాన్ని పూర్తి చేయాలని సూచించారు.మునుగోడు నియోజకవర్గ అభివృద్ధి కోసం గతంలో చేపట్టిన పలు అభివృద్ధి కార్యక్రమాలను గుర్తు చేసిన కూసుకుంట్ల ప్రభాకర్ రెడ్డి,ప్రజల సమస్యల పరిష్కారానికి బీఆర్ఎస్ పార్టీ ఎల్లప్పుడూ కట్టుబడి ఉంటుందని పేర్కొన్నారు.నియోజకవర్గంలోని ప్రతి గ్రామం,ప్రతి బూత్‌లో పార్టీని మరింత బలోపేతం చేసే దిశగా కార్యకర్తలు పనిచేయాలని

కోరారు.ఎస్ఐఆర్ అవగాహన సదస్సు ఇన్‌చార్జి డాక్టర్ ఆర్.ఎస్.ప్రవీణ్ కుమార్ మాట్లాడుతూ.. ఎస్ఐఆర్ ప్రక్రియలో బీఎల్ఓలు,బీఎల్ఏలు అనుసరించాల్సిన విధానాలు,ఎన్నికల సంఘం మార్గదర్శకాలు, అవసరమైన పత్రాలు,ఫారమ్‌ల వినియోగం,ఓటర్ల ధృవీకరణ వంటి అంశాలపై సవివరంగా అవగాహన కల్పించారు.కార్యక్రమం విజయవంతానికి ప్రతి కార్యకర్త బాధ్యతాయుతంగా వ్యవహరించాలని సూచించారు.ముఖ్య అతిథి గుంటకండ్ల జగదీశ్వర్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ.. బీఆర్ఎస్ పార్టీ శ్రేణులు ఎల్లప్పుడూ ప్రజల పక్షాన నిలుస్తాయని,ఎస్ఐఆర్ కార్యక్రమాన్ని సమర్థవంతంగా నిర్వహించి ప్రజాస్వామ్య పరిరక్షణలో భాగస్వాములు కావాలని కోరారు.పార్టీ సభ్యత్వ నమోదులో రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా ముందంజలో నిలిచేలా మునుగోడు నియోజకవర్గ కార్యకర్తలు కృషి చేయాలని పిలుపునిచ్చారు.సమావేశంలో బూత్ వారీగా తీసుకోవాల్సిన చర్యలు,ఓటరు జాబితా సవరణలో పాటించాల్సిన జాగ్రత్తలు, డిజిటల్ సభ్యత్వ నమోదు విధానం, కార్యకర్తల బాధ్యతలు, గ్రామ స్థాయిలో నిర్వహించాల్సిన అవగాహన కార్యక్రమాలపై సుదీర్ఘంగా చర్చించారు.అనంతరం పలువురు నాయకులు, కార్యకర్తలు తమ అభిప్రాయాలు వెల్లడించారు.ఈ కార్యక్రమంలో రాష్ట్ర నాయకులు బడుగు లింగయ్య యాదవ్, పాల్వాయి స్రవంతి, మరియు మున్సిపల్ కౌన్సిలర్లు,పార్టీ నాయకులు, మండల అధ్యక్షులు,వివిధ గ్రామాల సర్పంచ్ ఉప సర్పంచ్ లు,వార్డు మెంబర్లు, మాజీ ప్రజా ప్రతినిధులు,బూత్ ఇన్‌చార్జ్‌లు, బీఎల్ఏలు, కార్యకర్తలు మరియు భారీ సంఖ్యలో పార్టీ శ్రేణులు పాల్గొన్నారు.

చౌటుప్పల్ లో పర్మిషన్ లేకుండా నడుపుతున్న ప్రైవేట్ స్కూల్లపై కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలి

ట్రినిటీ విద్యాసంస్థ అక్రమ పుస్తకాల దందను సీజ్ చేసిన విద్యాధికారులు పల్లగోర్ల మోదీరాందేవ్

చౌటుప్పల్,జూన్20 (వార్త వేకువ) : చౌటుప్పల్ మున్సిపల్ కేంద్రంలో విచ్చలవిడిగా పర్మిషన్ లేకుండా స్కూలు నడుపుతూ విద్యార్థుల ప్రాణాలతో చెలగాటలాడుతున్న విద్యాసంస్థలను సీజ్ చేయాలని బీసీ సంఘం నాయకులు కోరారు.చౌటుప్పల్ పట్టణంలో ఉన్న ట్రినిటీ విద్యాసంస్థలు ఒక స్కూలుకు పరిమిషన్ ఉంటే 3 స్కూల్లు నడుపుతున్నారు.పర్మిషన్ లేకుండా క్లాసులు నిర్వహిస్తున్నారు. ఏదేచ్ఛగా విద్యార్థులకు బయట దొరికే రేట్ల కంటే దాదాపు మూడు రెట్లు అధిక ధరలకు పుస్తకాలు,స్టేషనరీ,డ్రెస్సులు అమ్ముతున్నారు. ట్రినిటీ విద్యాసంస్థ యాజమాన్యాన్ని విద్యార్థి సంఘాల నాయకులు ప్రశ్నిస్తే,నా వెనక అధికారులు,నాయకులు ఉన్నారు.పర్మిషన్ లేకుండా మా ఇష్టానుసారంగా స్కూల్ నడుపుతామని అంటున్నారు. ట్రినిటీ స్కూల్ యజమాన్యం ఫీజుల పేరుతో విద్యార్థుల రక్తం తాగుతున్నారు. ఇదే విషయంపై డి.ఈ.ఓ కు బీసీ సంఘం నాయకులు విషయం తెలియజేయగా,మండల విద్యాధికారి గురువారావు వారి బృందాన్ని పంపి పర్మిషన్ లేని ట్రినిటీ స్కూల్ ను అందులో దొరికిన బుక్కులను ను సిజ్ చేశారు.ఈ సందర్భంగా బీసీ విద్యార్థి సంఘం రాష్ట్ర కన్వీనర్ పల్లగొర్ల మోదీరాందేవ్ యాదవ్ మాట్లాడుతూ.. ప్రవేట్ విద్యాసంస్థలు విద్యార్థుల రక్తం తాగుతూ పర్మిషన్ లేకుండా విద్యార్థుల జీవితాలతో ఆటలాడుతున్నాయి.ప్రవేట్ విద్యాసంస్థలు ప్రభుత్వ ఉత్తర్వుల ప్రకారం పర్మిషన్ లేకుండా బిల్డింగ్ సేఫ్టీ సర్టిఫికెట్,శానిటైజర్ మరియు ఫైర్ సేఫ్టీ ప్రమాణాలు

పాటించకుండా ఏదేచ్ఛగా పుస్తకాలు,స్టేషనరీ,స్కూల్ యూనిఫామ్స్ అమ్ముతూ,ఫిట్నెస్ లేని బస్సులను నడుతూ విద్యార్థుల జీవితాలతో ప్రవేట్ స్కూల్లు ఆటలాడుతున్నాయన్నారు.స్కూల్ ఫీజు అని,బస్సు ఫీజు,ట్యూషన్ ఫీజ్ అని,డొనేషన్ ఫీజ్ అని ప్రైవేట్ విద్యాసంస్థలు విద్యార్థుల తల్లిదండ్రులను నిలువునా దోచుకుంటున్నారు. స్కూల్లో ఎలాంటివి అమ్మొద్దని నిబంధనలు ఉన్నా అవి పెడచెవినపెట్టి, కాయ కష్టం చేసి సంపాదించుకున్న పేదల సొమ్మును దోచుకుంటున్నారని పేర్కొన్నారు.2005 ఫీజు నియంత్రం చట్ట అమలులో ఉన్న అవన్నీ పట్టించుకోకుండా విద్యార్థుల తల్లిదండ్రుల రక్తం

తాగుతున్నారు. ఇలాంటి ప్రైవేట్ విద్యాసంస్థలను గుర్తించి కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలన్నారు. విద్యాశాఖ మంత్రి నియమించి ప్రభుత్వ స్కూల్లల్లో మెరుగైన వసతులు కల్పించాలని,ప్రభుత్వం వెంటనే ఫీజు నియంత్రణ చట్టం అమలు తీసుకొచ్చి పేద విద్యార్థులకు న్యాయం చేయాలని డిమాండ్ చేశారు.ఈ సమావేశంలో బీసీ విద్యార్థి సంఘం రాష్ట్ర కన్వీనర్ పల్లగొర్ల మోదీరాందేవ్,బీసీ విద్యార్థి సంఘం రాష్ట్ర కార్యదర్శి సి.హెచ్ మనీల్,ఎడ్ల మహాలింగం,నిరంజన్ గౌడ్,మల్లయ్య, భాస్కర్,తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సీఎం రేవంత్ రెడ్డి ఈ నెల 30 న ఖమ్మం రానున్న రైతు సమ్మేళన సభకు

రైతులు, కాంగ్రెస్ పార్టీ శ్రేణులు భారీగా తరలి రండి, విజయవంతం చేయండి

డిసిఎంఎస్ మాజీ చైర్మన్ కొత్వాల పిలుపు

భద్రాద్రి జిల్లా జూన్ 20 (వార్త వేకువ) : పాల్వంచ పట్టణ కేంద్రంలోని కాంగ్రెస్ పార్టీ కార్యాలయంలో విలేకరులతో మాట్లాడుతూ,తెలంగాణ రైతులకు కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం, రైతు భరోసా పథకం ఒక వరం. డి సి ఎం ఎస్,మాజీ చైర్మన్ కొత్వాల,అన్నారు. రైతులకు ఈనెల 30 నుండి, ముఖ్యమంత్రి, రేవంత్ రెడ్డి చేతుల మీదుగా రైతు భరోసా పైకం పంపిణీ, ఈ 30,న,రానున్న, రైతు సమ్మేళన సభకు, భారీగా తరలి రండి అని రైతులకు కాంగ్రెస్ పార్టీ శ్రేణులకు డీసీఎంఎస్ మాజీ చైర్మన్ కొత్వాల శ్రీనివాసరావు పిలుపునిచ్చారు. ఖమ్మం జిల్లాకు రానున్న సీ.ఎం రేవంత్ రెడ్డి.కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం చేపడుతున్న రైతు భరోసా పథకం తెలంగాణ రైతులకు వరమని డీసీఎంఎస్ మాజీ చైర్మన్, రాష్ట్ర మార్క్ఫెడ్ మాజీ

డైరెక్టర్, పాల్వంచ సొసైటీ చైర్మన్ కొత్వాల శ్రీనివాసరావు, తెలిపారు.

రైతులకు వానాకాలం సాగు పెట్టుబడి నిమిత్తం 9000,కోట్ల భారీ బడ్జెట్ ను రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి ఏ. రేవంత్ రెడ్డి నాయకత్వంలోని కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం మంజూరు చేసిందని ఈనెల, 30వ,తేదీన, ముఖ్యమంత్రి ఖమ్మం జిల్లాలోని మధిర నియోజకవర్గం లో రైతు భరోసా నిధులను,విడుదల,చేయనున్నారని అన్నారు. దీనితో రాష్ట్రంలోని 73లక్షల మంది ,రైతులకు, లబ్ధి, చేకూరుతుందన్నారు. రైతులకు ప్రతి ఎకరానికి 6000 రూపాయలు చొప్పున ఆర్థిక సహాయాన్ని అందించి రైతాంగాన్ని ఆదుకుంటున్నదని కొత్వాల అన్నారు. రైతు భరోసా తో పాటు సన్న వడ్లకు క్వింటాకు 500 రూపాయల బోనస్, వరి, మొక్కజొన్న పంటలకు ప్రభుత్వం మద్దతు ధర వంటి రైతు సంక్షేమ పథకాలు చేపడుతూ రైతాంగాన్ని ఆదుకుంటున్నదని కొత్వాలన్నారు. సీ.ఎం రేవంత్ రెడ్డి పర్యటనను జయప్రదం చేయాలి,రైతు భరోసా పథకం ప్రారంభానికి ఈనెల 30,న ఖమ్మం,జిల్లా, మధిర, నియోజకవర్గం ,వస్తున్న, సీ.ఎంరేవంత్రెడ్డి,కి, రైతులు, కాంగ్రెస్ నాయకులు కార్యకర్తలు ఘన స్వాగతం పలకాలని కొత్వాల,కోరారు.

నూతన ఆర్డీఓ శ్రీనివాస్ రెడ్డి ని సన్మానించి వినతిపత్రం అందజేసిన సమాచార హక్కు చట్టం సాధన కమిటీ జాతీయ చైర్మన్ డాక్టర్ చంటి ముదిరాజ్

ఇబ్రహీంపట్నం 20 జూన్ (వార్త వేకువ) : ఇబ్రహీంపట్నం రెవెన్యూ డివిజనల్ అధికారిగా (ఆర్డీఓ) నూతనంగా బాధ్యతలు స్వీకరించిన శ్రీనివాస్ రెడ్డి గారిని ఈరోజు సమాచార హక్కు చట్టం సాధన కమిటీ జాతీయ చైర్మన్ డాక్టర్ చంటి ముదిరాజ్ ఆధ్వర్యంలో మర్యాదపూర్వకంగా కలిసి శాలువాతో సన్మానించడం జరిగింది. ఈ సందర్భంగా ఇబ్రహీంపట్నం రెవెన్యూ డివిజన్ పరిధిలోని కొందరు తహసిల్దార్లు ప్రభుత్వ భూములకు అక్రమంగా రిజిస్ట్రేషన్లు నిర్వహిస్తున్నారనే అంశాన్ని వారి దృష్టికి తీసుకువెళ్లడం జరిగింది. అలాగే సమాచార హక్కు చట్టం (ఆర్టీఐ) కింద కోరిన సమాచారాన్ని సంబంధిత అధికారులు అందించడం లేదని పేర్కొంటూ వినతిపత్రం సమర్పించారు. ప్రభుత్వ భూముల పరిరక్షణ కోసం అక్రమ రిజిస్ట్రేషన్లపై సమగ్ర విచారణ జరిపి బాధ్యులపై కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలని, ఆర్టీఐ చట్టాన్ని సమర్థవంతంగా అమలు చేసి ప్రజలకు పారదర్శకంగా సమాచారాన్ని అందించేలా చర్యలు చేపట్టాలని డాక్టర్ చంటి ముదిరాజ్ కోరారు. వినతిపత్రాన్ని స్వీకరించిన ఆర్డీఓ శ్రీనివాస్ రెడ్డి గారు సమస్యలను పరిశీలించి చట్టబద్ధమైన చర్యలు తీసుకుంటామని హామీ ఇచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో రాష్ట్ర అధ్యక్షులు సూర స్రవంతి,రంగారెడ్డి జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి ప్రవీణ్,కిషన్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ప్రజా సేవలో మరింత ముందుకు సాగాలి

: బిఆర్ఎస్ ఎల్పి విప్, ఎమ్మెల్యే కేపీ. వివేకానంద్.

కుత్బుల్లాపూర్ నియోజకవర్గం, జూన్ 20, (వార్త వేకువ) : 125 - గాజుల రామారం డివిజన్ మల్లారెడ్డి నగర్ లో బిఆర్ఎస్ నాయకులు కస్తూరి బాల్ రాజ్ పుట్టినరోజు వేడుకలు ఘనంగా జరుగగా బిఆర్ఎస్ ఎల్పి విప్, ఎమ్మెల్యే కేపీ.వివేకానంద్ గారు ముఖ్యఅతిధిగా హాజరై నేడు పుట్టినరోజు జరుకుంటున్న సీనియర్ నాయకులు కస్తూరి బాల్ రాజ్ తో కేక్ కట్ చేయించి శుభాకాంక్షలు తెలియజేస్తూ ప్రజాసేవలో మరింత ముందుకు సాగాలని ఆశీర్వదించారు. ఈ సందర్భంగా పేద మహిళలు, మహిళా కార్మికురాల్లకు ఎమ్మెల్యే గారి చేతుల మీదుగా దుస్తులను పంపిణీ చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో స్థానిక మాజీ ప్రజాప్రతినిధులు, పలువురు డివిజన్ అధ్యక్షులు, నాయకులు, కార్యకర్తలు, అభిమానులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

తన పుట్టినరోజు సందర్భంగా బిఆర్ఎస్ ఎల్పి విప్, ఎమ్మెల్యే కేపీ. వివేకానంద్ ని మర్యాదపూర్వకంగా కలిసిన బిఆర్ఎస్ నాయకులు ఎర్వ సాయి కిరణ్ (బంటి).

కుత్బుల్లాపూర్ నియోజకవర్గం, జూన్ 20, (వార్త వేకువ) : 127 - రంగారెడ్డి నగర్ డివిజన్ కు చెందిన నాయకులు ఎర్వ సాయి కిరణ్ (బంటి) తన పుట్టినరోజు సందర్భంగా చింతల్ లోని బిఆర్ఎస్ పార్టీ కార్యాలయంలో బిఆర్ఎస్ ఎల్పి విప్, ఎమ్మెల్యే కేపీ. వివేకానంద్ ని మర్యాద పూర్వకంగా కలిశారు.ఈ సందర్భంగా ప్రజాసేవలో మరింత ముందుకు వెళుతూ అభివృద్ధి చెందాలని ఎమ్మెల్యే నేడు పుట్టినరోజు జరుపుకుంటున్న ఎర్వ సాయికిరణ్ ని ఆశీర్వదించారు.ఈ కార్యక్రమంలో పలువురు మాజీ ప్రజాప్రతి నిధులు, నాయకులు, కార్యకర్తలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

అందరి సహకారంతోనే నగర పరిశుభ్రత

జిల్లా కలెక్టర్, నగరపాలక ప్రత్యేక అధికారిణి డాక్టర్ ఏ. సిరి

పారిశుద్ధ్యంపై ప్రజల్లో అవగాహన పెరగాలి

వీధుల్లో వ్యర్థాలు వేస్తే జరిమానా తప్పదు

కర్నూలు : ప్రజలందరి సహకారంతోనే నగర పరిశుభ్రత సాధ్యమవుతుందని జిల్లా కలెక్టర్, నగరపాలక ప్రత్యేక అధికారిణి డాక్టర్ ఏ. సిరి పేర్కొన్నారు. శనివారం కలెక్టరేట్ ప్రాంగణంలో కలెక్టర్, కమిషనర్ చల్లా ఓబులేసుతో కలిసి స్వర్ణ ఆంధ్ర - స్వచ్ఛ ఆంధ్ర కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. అనంతరం ప్రజలు, ఉద్యోగులచే స్వర్ణ ఆంధ్ర - స్వచ్ఛ ఆంధ్ర స్వచ్ఛత ప్రతిజ్ఞ చేయించారు.ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ.. గత నాలుగు వారాలుగా వివిధ అంశాలతో ఆపరేషన్ క్లీన్ స్వీప్ ప్రత్యేక కార్యక్రమాన్ని విజయవంతంగా పూర్తి చేశామని, ఇది ప్రత్యేక డ్రైవ్‌గా కాకుండా నిరంతర ప్రక్రియగా కొనసాగుతుందన్నారు. పారిశుద్ధ్యంపై ప్రజల్లో అవగాహన పెరగాలని, చెత్తను ఎక్కడబడితే అక్కడ వేయకుండా తడి, పొడి, హానికరమైన, ప్రత్యేకమైన వ్యర్థాలను వేర్వేరుగా చేసి మున్సిపల్ వాహనాలకే అప్పగించడం విధిగా భావించాలని సూచించారు. పర్యావరణానికి హాని కలిగించే వ్యక్తులకు జరిమానాలు విధించే అధికారాలను దేశ అత్యున్నత న్యాయస్థానం కలెక్టర్లకు ఇచ్చినట్లు పేర్కొన్నారు. ఎవరైనా బాధ్యతారాహిత్యంగా వ్యవహరిస్తే జరిమానా విధిస్తామని స్పష్టం చేశారు. కమిషనర్ మాట్లాడుతూ.. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రతిష్ఠాత్మకంగా చేపట్టిన స్వర్ణ ఆంధ్ర - స్వచ్ఛ ఆంధ్ర కార్యక్రమంలో భాగంగా ఆపరేషన్ క్లీన్ స్వీప్ పేరుతో గత నాలుగు వారాలుగా ప్రతి శనివారం ప్రత్యేక థీమ్‌తో స్వచ్ఛత కార్యక్రమాలు నిర్వహించడం జరుగుతుందని పేర్కొన్నారు. రహదారులు, జంక్షన్లు, రెడ్-యెల్లో స్పాట్ల శుభ్రత, కాలువలు, డ్రైన్లు, వీధుల పరిశుభ్రత, వ్యర్థాల వర్గీకరణపై అవగాహన, మార్కెట్లు, వాణిజ్య ప్రాంతాల పరిశుభ్రత కార్యక్రమాలు చేపట్టామన్నారు. చివరి వారంలో ప్రజా మరుగుదొడ్ల పరిశుభ్రత, చెత్త పేరుకుపోయిన ప్రాంతాల శుభ్రత పనులు చేపట్టినట్లు పేర్కొన్నారు. నగర శుభ్రత కోసం ప్రభుత్వం, నగరపాలక సంస్థ, పారిశుద్ధ్య కార్మికులు చేస్తున్న కృషిని ప్రజలు గుర్తించి సహకరించాలని కమిషనర్ కోరారు.

అంగన్వాడి కేంద్రాన్ని ఆకస్మికంగా తనిఖీ చేసిన జిల్లా కలెక్టర్ డా. ఎ.సిరి,పాణ్యం ఎమ్మెల్యే చరిత రెడ్డి

కర్నూలు : కర్నూల్ నగరంలోని 19 వార్డు గణేష్ నగర్ లో ఇంటిగ్రేటెడ్ చైల్డ్ డెవలప్మెంట్ సర్వీసెస్ (ఐసిడిఎస్) ప్రాజెక్టు కింద నిర్వహించబడుతున్న అంగన్వాడి సెంటర్ (1311094) ను జిల్లా కలెక్టర్ డా. ఎ.సిరి, పాణ్యం ఎమ్మెల్యే గౌరు చరిత రెడ్డి నేడు ఆకస్మిక తనిఖీ చేశారు. అంగన్వాడీ కేంద్రంలో ఆహార నాణ్యత, పరిశుభ్రత, టాక్ రిజిస్టర్ ఎంట్రీలను పరిశీలించారు. అందిస్తున్న ఆహారం, పరిశుభ్రత మరింత మెరుగుపడేలా తగు చర్యలు తీసుకోవాలని సిబ్బందిని కలెక్టర్ ఆదేశించారు. పిల్లలతో ముచ్చటించి, ప్రశ్నలతో వారి ప్రోగ్రెస్ ను తెలుసుకున్నారు. పిల్లలకు తినుబండారాలు పంచారు. అంగన్వాడి కేంద్రం సిబ్బంది, పిల్లల తల్లిదండ్రులతో వాట్సాప్ గ్రూప్ ద్వారా సూచనలు, సలహాలు, తరచుగా ఫీడ్బ్యాక్ తీసుకోవాలని ఆదేశించారు. నైతిక విలువలు, మంచి ప్రవర్తన అలవడేలా పిల్లలకు బోధించాలని సూచించారు. అంగన్వాడి కేంద్రంలో మెరుగైన సౌకర్యాలు, శుభ్రమైన శౌచాలయం, స్వచ్ఛమైన తాగునీరు, మధ్యాహ్న భోజన పథకంలో భాగంగా పౌష్టికాహారం ఉండేలా చర్యలు తీసుకోవాలని ఆదేశించారు.మాతా శిశు సంక్షేమ శాఖ అధికారులు ప్రతి అంగన్వాడీ కేంద్రాన్ని తరచుగా సందర్శించి, తనిఖీలు నిర్వహించాలన్నారు. నిరంతర పర్యవేక్షణ ద్వారా అంగన్వాడీ కేంద్రాలు క్రియాశీలకంగా పనిచేసే బాధ్యత తీసుకోవాలని కలెక్టర్ అధికారులు, సిబ్బందిని ఆదేశించారు. ఈ సందర్భంగా పాణ్యం ఎమ్మెల్యే గౌరు చరిత రెడ్డి మాట్లాడుతూ గర్భిణీలు, బాలింతలు ప్రభుత్వం అందిస్తున్న పోషకాహారం సద్వినియోగం చేసుకుని ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవాలని సూచించారు. ఈ కార్యక్ర మంలో ఐసిడిఎస్ ప్రాజెక్ట్ డైరెక్టర్ కె. విజయ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

యోగా కేవలం వ్యాయామం కాదు, అదొక జీవన తత్వశాస్త్రం

శ్రీ లక్ష్మీ స్కూల్ డైరెక్టర్ - చైర్మన్ పి. దీక్షిత్

కర్నూలు : యోగా అనేది కేవలం శారీరక వ్యాయామం మాత్రమే కాదు అని అద్భుతమైన జీవన తత్వశాస్త్రమని శ్రీ లక్ష్మీ స్కూల్ డైరెక్టర్ ఠ చైర్మన్ పి దీక్షిత్ పేర్కొన్నారు. శనివారం స్థానిక నర్సింగరావుపేట లోని శ్రీ లక్ష్మీ హై స్కూల్ పాఠశాల క్రీడామైదానంలో జరిగిన అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవం కార్యక్రమ వేడుకలలో ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొని ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ మన శరీరము మరియు మెదడు ఒకదానితో ఒకటి సమన్వయము చేసుకుంటూ పని చేసినప్పుడు మనకు అనంతమైన విశ్వశక్తి లభిస్తుందని తెలిపారు. రోజు యోగ చేయడం వలన మెదడు చురుకుగా మారి ప్రతిరోజు సరికొత్త ఆలోచనలు స్ఫూర్తిస్తాయని తద్వారా జీవితంలో ఉన్నత శిఖరాలను అధిరోహించి సూర్యుడిలా ప్రకాశిస్తారని ఆయన ఆకాంక్షించారు. యోగ సాధనలో ఉన్నప్పుడు మనకు ఎప్పుడూ విశ్వం తోడుగా ఉంటుందని తెలిపారు. 3000 ఏళ్ల క్రితమే భూమి గుండ్రంగా ఉందని చెప్పిన పతాంజలి మహర్షి యోగాను ప్రపంచానికి పరిచయం చేసిన ఘనత ప్రాచీన కాలానికి చెందిన పతాంజలి మహర్షికి దక్కుతుందని దీక్షిత్ గుర్తు చేశారు. 2014 వ సంవత్సరము నుండి అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవంగా ప్రపంచ దేశాలకు భారతదేశం పరిచయం చేసిందని తెలియజేశారు. ప్రతి సంవత్సరము జూన్ 21న ఉత్తరార్ధ గోళంలో అతి సుదీర్ఘమైన పగలు ఉండడమే కాక యోగ సాధనను ప్రకృతితో ఎలా సాధించవచ్చు. ఈరోజు ప్రత్యేకంగా సూచిస్తుందని సూర్యకాంతి భూమిపై ఎక్కువ సమయం ఉంటుందని మానవ శరీరానికి ఎక్కువ శక్తి చైతన్యాన్ని ఇస్తుందని, యోగాసనాలు వేయడం వల్ల విద్యార్థులకు శారీరకంగా, మానసికంగా, చదువు పరంగా అద్భుతమైన ప్రయోజనాలు పొందగలరని తెలియజేశారు. అనంతరము విద్యార్థులను మౌర్య, చోళ, విజయనగర, శాతవాహన విభాగాలుగా విభజించి వారిచే నిలబడి కూర్చొని శయన స్థితి ఆసనాలను చేశారు. తదుపరి సూర్య నమస్కారాలను విద్యార్థినీ, విద్యార్థులు చే నృత్య రూపంలో ప్రదర్శించారు. ఈ కార్యక్రమంలో కోఆర్డినేటర్ చక్రధర్, వ్యాయామ ఉపాధ్యాయులు లోకేష్ ,మిన్నెల, హరీష్, చిన్నరాజు, షమీం, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

నేర నియంత్రణ, ప్రజల భద్రతే లక్ష్యం

రాత్రి వేళల్లో కొనసాగుతున్న విజిబుల్ పోలీసింగ్

నీట్ పరీక్ష ప్రశ్నపత్రాల భద్రతా ఏర్పాట్లపై ప్రత్యేక తనిఖీలు

కర్నూలు : కర్నూలు ఎస్పీ విక్రాంత్ పాటిల్ ఆదేశాల మేరకు జిల్లాలో ప్రజల భద్రత, శాంతిభద్రతల పరిరక్షణ కోసం 'విజిబుల్ పోలీసింగ్' కార్యక్రమాన్ని విస్తృతంగా కొనసాగిస్తున్నారు.ఈ కార్యక్రమంలో భాగంగా నేరాల నియంత్రణకు అనుమానాస్పద వ్యక్తులు, వాహనాలపై తనిఖీలు నిర్వహిస్తూ, ప్రజల్లో భద్రతాభావాన్ని పెంపొందించే చర్యలు చేపడుతున్నారు.కర్నూలు, ఎమ్మిగనూరు, పత్తికొండ, ఆదోని సబ్ డివిజన్ల పరిధిలో పోలీసులు కట్టుదిట్టంగా విజిబుల్ పోలీసింగ్ నిర్వహించారు.కర్నూలు నగరంలో కర్నూలు మూడవ పట్టణ సిఐ శేషయ్య ఆధ్వర్యంలో బ్లూ కోల్ట్స్, క్యూఆర్టీ పోలీసు బృందాలు విస్తృత తనిఖీలు నిర్వహించారు. డ్రంక్ అండ్ డ్రైవ్ పరీక్షలు కూడా చేపట్టారు. అదేవిధంగా రహదారి ప్రమాదాల నివారణకు "స్టాప్, ఫేస్ వాష్ అండ్ గో" కార్యక్రమాన్ని నిర్వహిస్తూ వాహనదారులకు అవగాహన కల్పిస్తున్నారు.చీజుజు పరీక్షల నిర్వహణ నేపథ్యంలో ప్రశ్నపత్రాల భద్రతకు అత్యంత ప్రాధాన్యత ఇస్తూ భద్రపరిచిన నీట్ పరీక్ష ప్రశ్నపత్రాల భద్రతా ఏర్పాట్లను పరిశీలించారు.భద్రతా చర్యలను తనిఖీ చేసి, విధుల్లో ఉన్న సిబ్బందికి అవసరమైన సూచనలు చేశారు.ప్రజలు పోలీసులకు సహకరించాలని, ఎక్కడైనా అనుమానాస్పద వ్యక్తులు లేదా ఘటనలు గమనించిన వెంటనే పోలీసులకు సమాచారం అందించాలని కోరారు. అత్యవసర పరిస్థితుల్లో డయల్-112 లేదా డయల్-100కు సమాచారం ఇవ్వాలని సూచించారు.

స్వర్ణాంధ్ర స్వచ్ఛాంధ్ర లో ప్రజలు భాగస్వామ్యం కావాలి

స్వర్ణాంధ్ర -- స్వచ్ఛాంధ్ర కార్యక్రమంలో అంగన్వాడీ కేంద్రాన్ని సందర్శించిన ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ బీ.వీ. జయ నాగేశ్వర్ రెడ్డి

ఎమ్మిగనూరు : ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు నాయకత్వంలో పరిశుభ్రత, పారిశుద్ధ్యం, వ్యర్థాల నిర్వహణ, పర్యావరణ పరిరక్షణ మరియు ప్రజల భాగస్వామ్యాన్ని లక్ష్యంగా పెట్టుకొని రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రతిష్ఠాత్మకంగా నిర్వహిస్తున్న స్వర్ణాంధ్ర -- స్వచ్ఛాంధ్ర (ఎస్ ఏ ఎస్ ఏ) కార్యక్రమం నిరంతరం ముందుకు సాగుతోందని ఎమ్మిగనూరు శాసనసభ్యులు, రాష్ట్ర తెలుగుదేశం పార్టీ అధికార ప్రతినిధి, పీఏసీ సభ్యులు డాక్టర్ బీ.వీ. జయ నాగేశ్వర్ రెడ్డి తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో భాగంగా శనివారం ఎమ్మిగనూరు పట్టణంలోని 12వ వార్డు మారెమ్మకొండ సమీపంలో ఉన్న అంగన్వాడీ కేంద్రాన్ని ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ బీవీ జయనాగేశ్వర్ రెడ్డి సందర్శించారు. అక్కడ చిన్నారులకు అందిస్తున్న పౌష్టికాహారం,వంటగది, బాత్రూమ్‌లు, పరిసర ప్రాంతాల్లో పరిశుభ్రత, పారిశుద్ధ్య నిర్వహణను క్షుణ్ణంగా పరిశీలించి సంబంధిత అధికారులకు పలు సూచనలు చేశారు.అనంతరం అంగన్వాడీ వంటగదిలో భోజన ఏర్పాట్లలో స్వయంగా పాల్గొని, అంగన్వాడీ సిబ్బందితో కలిసి చిన్నారులకు భోజనం వడ్డించి ఆప్యాయంగా తినిపించారు. అనంతరం విద్యార్థులు, అంగన్వాడీ సిబ్బంది, స్థానిక ప్రజలతో కలిసి పరిసరాల పరిశుభ్రత, పారిశుద్ధ్యం పట్ల సామాజిక బాధ్యతను పెంపొందించేలా పరిశుభ్రత ప్రతిజ్ఞ చేయించారు.ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ బీ.వీ. జయ నాగేశ్వర్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ ఆరోగ్యకరమైన, సంపన్నమైన ఆంధ్రప్రదేశ్ నిర్మాణమే కూటమి ప్రభుత్వ లక్ష్యమని, పరిశుభ్రత, పారిశుద్ధ్యం, సామాజిక భాగస్వామ్యాన్ని ప్రభుత్వం చురుగ్గా ప్రోత్సహిస్తోందని తెలిపారు. ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు నిర్దేశించిన "స్వచ్ఛాంధ్ర -- ఆరోగ్యాంధ్ర -- ఐశ్వర్య ఆంధ్ర" లక్ష్యాన్ని సాకారం చేయడానికి ప్రజలందరినీ భాగస్వాములను చేయడమే ఈ కార్యక్రమం ముఖ్య ఉద్దేశమని పేర్కొన్నారు.ఈ కార్యక్రమంలో మునిసిపల్ కమిషనర్, ఐసీడీఎస్ అధికారులు, అంగన్వాడీ టీచర్, ఆయా, 12వ వార్డు ఇన్‌చార్జి, పట్టణ తెలుగుదేశం పార్టీ అధ్యక్షులు, క్లస్టర్ ఇన్‌చార్జి,కూటమి నాయకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మున్సిపల్ కాంట్రాక్ట్ అవుట్ సోర్సింగ్ కార్మికులను రెగ్యులర్ చేయాలి

కార్మికుల రిటైర్మెంట్ వయసును 62 సం!!

పెంచాలని మున్సిపల్ కార్యాలయం ముందు ధర్నా

ఎమ్మిగనూరు : ఏపీ మున్సిపల్ వర్కర్స్ యూనియన్ రాష్ట్ర సమితి పిలుపు మేరకు రాష్ట్రవ్యాప్తంగా మున్సిపాలిటీ పరిధిలో పనిచేస్తున్న ఔట్సోర్సింగ్ కాంట్రాక్ట్ కార్మికులను రెగ్యులర్ చేసి రిటైర్మెంట్ వయసును 62 సంవత్సరాలు పెంచాలని కోరుతూ శనివారం మున్సిపల్ కార్యాలయం ముందు ధర్నా కార్యక్రమం చేపట్టడం జరిగిందని ఏపీ మున్సిపల్ వర్కర్స్ యూనియన్ అధ్యక్ష కార్యదర్శులు ఎల్లప్ప,శివ ఏఐటీయూసీ పట్టణ అధ్యక్ష కార్యదర్శులు విజయేంద్ర, నరసింహారెడ్డి తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ ఎన్నో ఏళ్ల తరబడి మున్సిపల్ పరిధిలో చాలీచాలని జీతాలకు పనిచేయడం జరుగుతుందని అనేక ప్రభుత్వాలు అధికారంలోకి వచ్చిన మున్సిపల్ కార్మికుల సమస్యలను పరిష్కరించడంలో వైఫల్యం చెందాయని వారు తెలిపారు.ముఖ్యంగా కూటమి ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వస్తే మున్సిపాలిటీలో పనిచేస్తున్న పారిశుద్ధ కార్మికుల అవుట్సోర్సింగ్, కాంట్రాక్ట్ కార్మికులను రెగ్యులర్ చేసి వారికి రిటైర్మెంట్ బెనిఫిట్స్ కల్పిస్తామని హామీ ఇవ్వడం జరిగిందని అయితే ఇప్పటివరకు ఏ కార్మికులును రెగ్యులర్ చేసిన దాఖలు లేవని వారు తెలిపారు.సమాన పనికి కనీస వేతనం 26 వేల రూపాయలు ఇవ్వాలని చెప్పి సుప్రీంకోర్టు చెప్పినప్పటికీ పాలక ప్రభుత్వాలు ఏమాత్రం స్పందించడం లేదని వారు తెలిపారు.ఇప్పటికైనా కూటమి ప్రభుత్వం స్పందించి మున్సిపాలిటీ పార్శిద కార్మికులకు ప్రభుత్వ సంక్షేమ పథకాలు వర్తింపజేసి, గ్రాజ్యుటీ, కార్మికులకు ఇంటి స్థలాలు, పనిముట్లు కల్పించాలని లేనిపక్షంలో పెద్ద ఎత్తున ఆందోళన కొనసాగిస్తామని ఈ సందర్భంగా కూటమి ప్రభుత్వాన్ని వారు హెచ్చరించారు. అనంతరం మున్సిపల్ అధికారులకు వినతి పత్రం ఇవ్వడం జరిగింది.ఈ కార్యక్రమంలో ఏపీ మున్సిపల్ వర్కర్స్ యూనియన్ నాయకులు సల్మాన్,చిన్న రంగుడు, ఈరన్న, యోహాన్, నాగప్ప, భీమన్న గౌడ్, రామకృష్ణ, రాము, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఆత్మవిశ్వాసంతో సాధన చేస్తే ఏ పథకమైనా సాధించవచ్చు

శ్రీ లక్ష్మీ విద్యా సంస్థల డైరెక్టర్ విద్యావేత్త దీక్షిత్

కర్నూలు : ఆత్మవిశ్వాసంతో క్రమం తప్పకుండా సాధన చేస్తే ఏ లక్ష్యమైనా సాధించవచ్చని శ్రీలక్ష్మి స్కూల్ డైరెక్టర్ దీక్షిత్ అన్నారు. శనివారం కర్నూలు అవుట్‌డోర్ స్టేడియంలో జిల్లా ఒలంపిక్ సంఘం ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన అంతర్ పాఠశాలల జిమ్నాస్టిక్ పోటీలను ఆయన ముఖ్య అతిథిగా హాజరై ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా దీక్షిత్ మాట్లాడుతూ విద్యార్థులు క్రీడల్లో పాల్గొనడం శారీరక, మానసిక వికాసానికి దోహదపడుతుందన్నారు. "గెలుపు ఓటములను సమానంగా స్వీకరించాలి. ఓటమి నుంచి పాఠాలు నేర్చుకుని ముందుకు సాగాలి. పట్టుదల, క్రమశిక్షణ ఉంటేనే ఉన్నత స్థాయికి చేరుకోగలం" అని విద్యార్థులకు సూచించారు. జిమ్నాస్టిక్స్ వంటి క్రీడలు ఏకాగ్రత, శరీర సమతుల్యత, ఆత్మస్థైర్యాన్ని పెంపొంది స్తాయని తెలిపారు.జిల్లాలోని పాఠశాల స్థాయి నుంచే క్రీడా ప్రతిభను వెలికితీసేందుకు జిల్లా ఒలంపిక్ సంఘం కృషి చేస్తోందని సంఘం కార్యనిర్వాహక అధ్యక్షుడు నాగరత్నమయ్య తెలిపారు.విద్యతో పాటు క్రీడలకు సమాన ప్రాధాన్యం ఇవ్వాలని, తల్లిదండ్రులు పిల్లలను ప్రోత్సహించాలని కోరారు. గెలుపొందిన విజేతలకు ఈనెల 23న జరిగే ఒలంపిక్ డే రన్ లో బహుమతులను అందజేస్తామన్నారు.ఈ కార్యక్రమంలో డా.రుద్ర రెడ్డి,అవినాష్ శెట్టి తో పాటు పలువురు క్రీడా శిక్షకులు, వ్యాయామ ఉపాధ్యాయులు, విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

కురువల పై దాడులను ఖండించిన ఎంపీ బస్తిపాటి నాగరాజు

కర్నూలు : జిల్లాలో కురువ కులస్థుల పై జరుగుతున్న దాడులను ఎంపీ బస్తిపాటి నాగరాజు ఖండించారు...పార్లమెంటరీ స్టాండింగ్ కమిటీ సమావేశాలలో భాగంగా పశ్చిమ బెంగాల్ రాష్ట్రంలోని డార్జీలింగ్ లో ఉన్న ఆయన ఒక ప్రకటన ద్వారా దాడుల పై స్పందించారు. జిల్లాలోని పలు ప్రాంతాలలో కురువ సామాజిక వర్గానికి చెందిన వ్యక్తుల పై దాడులకు పాల్పడటం విచారకరమన్నారు..ఇక కర్నూలు పట్టణంలో కాంట్రాక్టర్ రంగన్న పై జరిగిన దాడి హేయమైన చర్య అని, పార్లమెంటరీ స్టాండింగ్ కమిటీ సమావేశాలు ముగిసిన తరవాత బాధితులను నేరుగా కలుస్తానన్న ఎంపీ...దాడులకు పాల్పడిన వారి పై చట్ట పరంగా కఠిన చర్యలు తీసుకుంటామని తెలిపారు.

ఐసిడిఎస్ కార్యాలయాన్ని ఓడీసీ మండల కేంద్రంలోనే ఏర్పాటు చేయాలి

కలెక్టర్‌కు ఆర్‌సీపీ వినతి

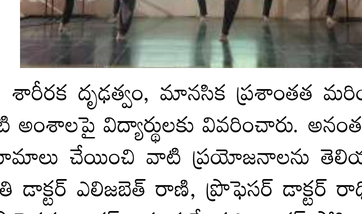
కర్నూలు : ఓడి చెరువు మండల కేంద్రంలో ఐసిడిఎస్ కార్యాలయాన్ని ఏర్పాటు చేయకుండా, సుమారు మూడు కిలోమీటర్ల దూరంలో ఉన్న మహమ్మదాబాద్ క్రాసింగ్ వద్ద ఏర్పాటు చేయడం వల్ల ప్రజలు, అంగన్వాడీ సిబ్బంది మరియు ఐసిడిఎస్ ఉద్యోగులు తీవ్ర ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్నారని ఆర్‌సీపీ నాయకులు తెలిపారు.ప్రస్తుతం కార్యాలయం క్రాసింగ్ ప్రాంతంలో, భూగర్భ అంతస్తులో (అండర్‌గ్రౌండ్) నిర్వహించబడుతున్నందున సరైన మొబైల్ నెట్‌వర్క్ అందడం లేదని వారు పేర్కొన్నారు. దీంతో అంగన్వాడీ టీచర్లు, ఐసిడిఎస్ సూపర్వైజర్లు తమ విధుల నిర్వహణలో అనేక సమస్యలను ఎదుర్కొంటున్నారని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు.మండల కేంద్రానికి దూరంగా కార్యాలయం ఉండటం వల్ల ప్రజలకు కూడా సేవలు పొందడంలో ఇబ్బందులు కలుగుతున్నాయని తెలిపారు. కాబట్టి ప్రజల సౌకర్యాన్ని దృష్టిలో ఉంచుకుని ఓడి చెరువు మండల కేంద్రంలోనే ఐసిడిఎస్ కార్యాలయాన్ని ఏర్పాటు చేయాలని జిల్లా కలెక్టర్‌కు ఆర్‌సీపీ నాయకులు వినతి పత్రం సమర్పించారు.

క్రీడాకారులకు స్వీయ క్రమశిక్షణ అవసరం

టిడిపి యువ నేత గౌరు జనార్దన్ రెడ్డి,ఏపీఎస్పీ డి.ఎస్పి మహబూబ్ బాషా

కర్నూలు : క్రీడాకారులు స్వీయ క్రమశిక్షణ పాటిస్తేనే క్రీడారంగంలో మెరుగైన ఫలితాలు సాధించవచ్చు అని టిడిపి యువ నేత గౌరు జనార్దన్ రెడ్డి,ఏపీఎస్పీ డి.ఎస్పి మహబూబ్ బాషా లు అన్నారు.శనివారం సిల్వర్ జూబ్లీ కళాశాల క్రీడా మైదానంలో జిల్లా ఒలంపిక్ సంఘం ఆధ్వర్యంలో ఏర్పాటుచేసిన అంతర్ పాఠశాలల వాలీబాల్,త్రో బాల్ పోటీలను వారు ముఖ్య అతిథిగా హాజరై ప్రారంభించారు.ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ క్రీడాకారుల సంక్షేమానికి నిరంతరం కృషి చేస్తామన్నారు.ప్రతిభ కలిగిన క్రీడాకారులను ప్రోత్సహించేందుకు తాము ఎల్లప్పుడూ సిద్ధంగా ఉంటామని అన్నారు. సోషియో స్పోర్ట్స్ సంస్థ సీఈవో కృష్ణ వీర పనింద్ర ఆధ్వర్యంలో క్రీడాకారులకు స్పోర్ట్స్ కిట్లను పంపిణీ చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా ఒలంపిక్ సంఘం కార్యనిర్వాహక అధ్యక్షుడు నాగరత్నమయ్య,జిల్లా సంఘం కార్యదర్శి శ్రీనివాసులు,డాక్టర్ రుద్ర రెడ్డి,అవినాష్ శెట్టి, వాలీబాల్ శిక్షకులు రవి,రాజేష్,శివ, వ్యాయామ ఉపాధ్యాయులు పాల్గొన్నారు.

కర్నూలు మెడికల్ కళాశాలలో యోగా అవగాహన కార్యక్రమం



కర్నూలు : జూన్ 21న నిర్వహించనున్న అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్స వాన్ని పురస్కరించుకుని కర్నూలు మెడికల్ కళాశాల ఫిజియాలజీ విభాగం ఆధ్వర్యంలో ఆడిటోరియం లో శుక్రవారం విద్యార్థులకు యోగా ప్రాముఖ్యతపై అవగాహన కార్యక్రమం నిర్వహించారు.ఈ సందర్భంగా యోగా ద్వారా ఏకాగ్రత పెంపొందించడం, మానసిక ఒత్తిడిని తగ్గించడం, శారీరక దృఢత్వం, మానసిక ప్రశాంతత మరియు ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలిని అలవర్చుకోవడం వంటి అంశాలపై విద్యార్థులకు వివరించారు. అనంతరం విద్యార్థులతో వివిధ యోగా ఆసనాలు, ప్రాణాయామాలు చేయించి వాటి ప్రయోజనాలను తెలియజేశారు.ఈ కార్యక్రమంలో ఫిజియాలజీ విభాగాధిపతి డాక్టర్ ఎలిజబెత్ రాణి, ప్రొఫెసర్ డాక్టర్ రాధిక, అసోసియేట్ ప్రొఫెసర్ డాక్టర్ లక్ష్మి, అసిస్టెంట్ ప్రొఫెసర్లు డాక్టర్ ఉమామహేశ్వరి, డాక్టర్ సోఫియా, డాక్టర్ సురేష్, డాక్టర్ తులసి, డాక్టర్ సురేంద్ర, ట్యూటర్లు డాక్టర్ విష్ణు, డాక్టర్ తేజ, డాక్టర్ ఫాతిమా, పీజీ వైద్య విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.విద్యార్థులు ఉత్సాహంగా యోగా సాధనలో పాల్గొని కార్యక్రమాన్ని విజయవంతం చేశారు.

హైదరాబాద్ మల్టీప్లెక్స్‌ల్లో ఫుడ్ సేఫ్టీ దాడులు

ఎక్కడ ఏం గుర్తించారంటే

హైదరాబాద్ మల్టీప్లెక్స్‌లలో ఫుడ్ సేఫ్టీ అధికారుల విస్తృత తనిఖీలు

రెస్టారెంట్లతో పోలిస్తే సినిమా హాళ్లలో పరిస్థితి మెరుగ్గా ఉందని వెల్లడి

కొన్నిచోట్ల గడువు ముగిసిన పదార్థాలు, నిల్వలో లోపాలు గుర్తింపు

పెద్దఎత్తున పురుగులు, అపరిశుభ్రత వంటి సమస్యలు లేవన్న అధికారులు

లోపాలున్న చోట సిబ్బందికి సూచనలు

హైదరాబాద్ నగరంలోని పలు రెస్టారెంట్లలో ఇటీవల నిర్వహించిన తనిఖీల్లో తీవ్రమైన ఉల్లంఘనలు వెలుగుచూడగా, అందుకు భిన్నంగా ప్రముఖ మల్టీప్లెక్స్‌లలోని ఫుడ్ కోర్టులు ఆహార భద్రతా ప్రమాణాలను మెరుగ్గా పాటిస్తున్నట్లు సైబరాబాద్ మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ అధికారులు వెల్లడించారు. శుక్రవారం నగరంలోని ప్రధాన మాల్స్‌లో ఉన్న సినిమా థియేటర్ల ఆహార విభాగాలపై అధికారులు ఆకస్మిక తనిఖీలు చేపట్టారు.ఇన్‌ఆర్బిట్ మాల్‌లోని పీవీఆర్ ఐనాక్స్, లులూ మాల్‌లోని సినీపోలిస్, జీఎస్ఎం మాల్‌లోని ఐనాక్స్ ఫుడ్ అవుట్‌లెట్లలో అధికారులు క్షుణ్ణంగా తనిఖీలు చేశారు. ఈ తనిఖీల్లో కొన్ని స్వల్ప లోపాలను గుర్తించినప్పటికీ, సాధారణ రెస్టారెంట్లలో కనిపించినట్లుగా పురుగులు ఉనికి లేదా తీవ్రమైన అపరిశుభ్రత వంటి పరిస్థితులు లేవని అధికారులు స్పష్టం చేశారు.ఇన్‌ఆర్బిట్ మాల్‌లోని పీవీఆర్ ఐనాక్స్‌లో గడువు ముగిసిన సేవ్‌తో పాటు పాడైపోయిన కాలీఫ్లవర్‌ను గుర్తించిన అధికారులు వాటిని వెంటనే ధ్వంసం చేయించారు. వండిన చికెన్ టిక్కాను ఫ్రీజర్‌లో నిబంధనలకు విరుద్ధంగా నిల్వ చేయడం, కొన్ని ఆహార పదార్థాలపై లేబుల్స్ లేకపోవడం వంటి లోపాలను గుర్తించారు. అయినప్పటికీ, సిబ్బంది హెయిర్‌నెట్‌లు, ఆప్రన్లు ధరించడం వంటి వ్యక్తిగత పరిశుభ్రతతో పాటు పరిసరాల శుభ్రత సంతృప్తికరంగా ఉన్నట్లు పేర్కొన్నారు.లులూ మాల్‌లోని సినీపోలిస్‌లో డస్ట్‌బిన్‌లకు మూతలు లేకపోవడం, ఫ్రీజర్‌లో ఉడికించిన పాస్తాను నిల్వ ఉంచడం వంటి చిన్నపాటి లోపాలు మినహా మిగిలిన ప్రమాణాలు బాగున్నాయని అధికారులు తెలిపారు. జీఎస్ఎం మాల్‌లోని ఐనాక్స్‌లో బర్గర్ బన్స్, చికెన్ టిక్కాకు సరైన లేబులింగ్ లేకపోవడం, నీటి నాణ్యత పరీక్షా నివేదికలు అందుబాటులో లేకపోవడం వంటి కారణాలతో యాజమాన్యానికి ఇంప్రూవ్‌మెంట్ నోటీసులు జారీ చేశారు.ఇటీవల గచ్చిబౌలి, మదీనగూడ, కొండాపూర్ ప్రాంతాల్లోని రెస్టారెంట్లపై జరిగిన తనిఖీల్లో బొద్దింకలు, నిల్వ ఉంచిన పాచిపోయిన ఆహారం, బూజు పట్టిన పదార్థాలు బయటపడిన సంగతి తెలిసిందే. ఆయా రెస్టారెంట్లతో పోలిస్తే మల్టీప్లెక్స్‌లలోని ఫుడ్ కోర్టులు మెరుగైన ప్రమాణాలను పాటిస్తుండటం సిని ప్రేక్షకులకు కొంత ఊరటనిచ్చే పరిణామం.

మాట నిలబెట్టుకున్న పవన్

గంటల వ్యవధిలోనే నిరంజన్‌కు ట్యాబ్, కుక్క పిల్ల

కుక్కపిల్లతో పాటు వీడియోలు, సినిమాలు చూసేందుకు ఒక ట్యాబ్ కావాలని అడిగిన నిరంజన్

అభిమాని అడిగిన కోరికలను తీర్చిన ఏపీ డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్

ధన్యవాదాలు తెలిపిన బాలుడి కుటుంబసభ్యులు

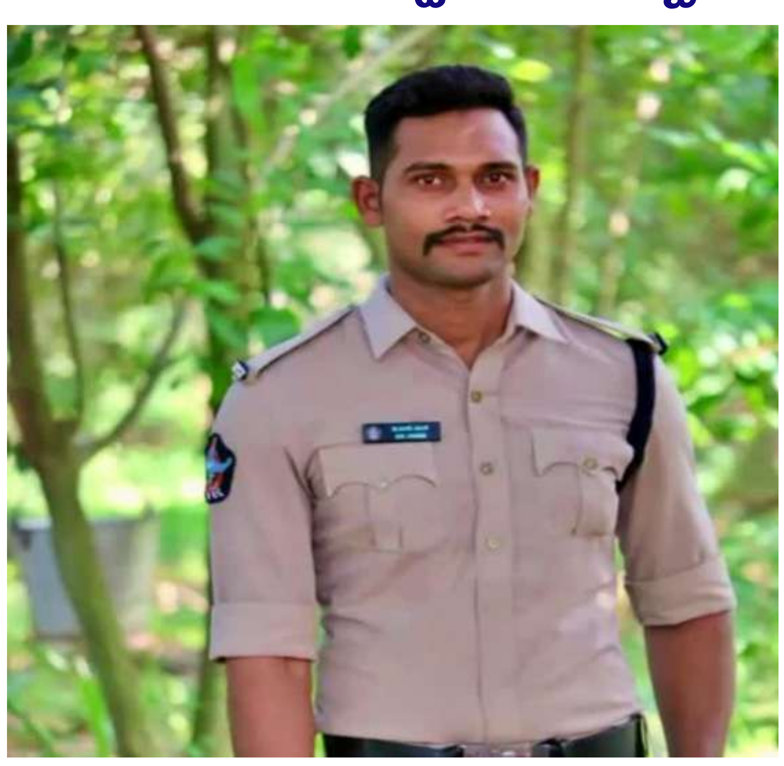
అరుదైన జన్యుపరమైన వ్యాధితో బాధపడుతున్న తన అభిమాని పొనుగోటి నిరంజన్‌ను స్వయంగా వెళ్లి ఆప్యాయంగా పలకరించిన ఏపీ ఉపముఖ్యమంత్రి పవన్ కల్యాణ్, అభిమాని అడిగిన కోరికలను గంటల వ్యవధిలోనే తీర్చి ఇచ్చిన మాట నిలబెట్టుకున్నారు. హనుమకొండకు చెందిన తన అభిమాని ఇంటికి వచ్చి పరామర్శించిన సమయంలో తనకు కుక్కపిల్లతో పాటు వీడియోలు, సినిమాలు చూసేందుకు ఒక ట్యాబ్ కావాలని నిరంజన్ అడగగా, పవన్ అప్పటికప్పుడు స్పందించారు.నిరంజన్ కోరినవి వెంటనే అందించాల్సిందిగా పవన్ తన టీం సభ్యులను ఆదేశించారు. దీంతో పవన్ టీమ్, జనసేన కార్యకర్తలు హైదరాబాద్‌లోని డాగ్ ఫాంలో ఖరీదైన లాసా అప్సో జాతికి చెందిన కుక్కపిల్లతో పాటు సామ్‌సంగ్ కంపెనీ ట్యాబ్‌ను తీసుకువచ్చి నిరంజన్‌కు అందజేశారు. తల్లిదండ్రులు రాంగోపాల చారి, మానస చేతుల మీదుగా నిరంజన్‌కు అందించడంతో ఆ బాలుడి కళ్లల్లో చెప్పలేని ఆనందం కనిపించింది. అభిమాన హీరో తాను అడిగిన వెంటనే కానుకలు పంపారని నిరంజన్ సంబురపడ్డాడు. అడిగిన వెంటనే కుక్కపిల్లను, ట్యాబ్‌ను అందజేసిన పవన్ కల్యాణ్‌కు నిరంజన్ తల్లిదండ్రులు, కుటుంబ సభ్యులు ధన్యవాదాలు తెలిపారు.అరుదైన వ్యాధులతో బాధపడుతున్న బాలుడు నిరంజన్‌ను బండ్ల గణేశ్ పరామర్శించారు. బాలుడికి ధైర్యం చెప్పిన బండ్ల గణేశ్ నిరంజన్ కుటుంబానికి రూ.5 లక్షల చెక్కు అందించారు. బాలుడిని పవన్ కల్యాణ్ కలిశాక తన వంతుగా సాయం చేశానని వెల్లడించారు.ఈ నెల 17 ఏపీ డిప్యూటీ సీఎం, జనసేన అధినేత పవన్‌కల్యాణ్ హనుమకొండలో పర్యటించారు. పట్టణంలోని హనుమాన్‌నగర్‌లో జన్యుపరమైన వ్యాధితో బాధపడుతున్న నిరంజన్ అనే అభిమాని ఇంటికి వెళ్లి ఆయన పరామర్శించారు. కదల్లేని స్థితిలో మంచానికే పరిమితమైన బాలుడిని ఆప్యాయంగా పలకరించారు. అతడి తల్లిదండ్రులు పొనుగోటి రాంగోపాల్ - మానసతో మాట్లాడి నిరంజన్ ఆరోగ్య పరిస్థితులను తెలుసుకున్నారు. ఇది వరకు ఎక్కడ వైద్యం చేయిస్తున్నారనే వివరాలను అడిగారు. నిరంజన్‌ను కాపాడుకోవ డానికి ఏయే అవకాశాలు ఉన్నాయనే విషయంపై ఆరా తీశారు. అనంతరం వైద్య ఖర్చుల నిమిత్తం బాలుడికి రూ.లక్ష ఆర్థిక సాయం అందించారు.తిరుమల వేంకటేశ్వరస్వామి ఆలయం నుంచి తెప్పించిన వస్త్రాన్ని నిరంజన్‌కు పవన్ కల్యాణ్ కప్పారు. స్వామివారి అక్షింతలు వేసి అతడిని ఆశీర్వదించారు. తర్వాత నిరంజన్ ఆరోగ్యంగా ఉన్న సమయంలో పవన్‌కల్యాణ్‌ను అనుకరిస్తూ వేసిన డ్యాన్స్ వీడియోలను వీక్షించారు. అనంతరం భద్రకాళి అమ్మవారి ఆలయంలో నిరంజన్ ఆరోగ్యం బాగుపడాలని ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు.బాలుడిని పరామర్శించిన పవన్ అతనికి చిరవకాలం గుర్తుండిపోయేలా ఓ నోట్ రాసి ఇచ్చారు. 'ప్రియమైన నిరంజన్‌కు ప్రేమతో దుర్గామాత ఆశీస్సులతో చల్లగా ఉండాలని కోరుకుంటున్నా' అని డైరీలో పవన్ కల్యాణ్ రాశారు.నిరంజన్ తల్లిదండ్రుల జీవనోపాధి గురించి అడిగి తెలుసుకున్నారు. నిరంజన్ తండ్రి గతంలో కాకతీయ ఆస్పత్రి క్యాంటిన్‌లో పని చేసేవారని తెలిపారు. వారి జీవనోపాధి మరింత మెరుగుపర్చేందుకు క్యాంటిన్ పెట్టించాలని తెలంగాణ జనసేన నాయకులకు పవన్ కల్యాణ్ తెలిపారు. అలాగే బాలుడిని పరామర్శించే క్రమంలో అతను పవన్‌కల్యాణ్‌కు కుక్కపిల్ల బొమ్మను చూపి పెంచుకోవాలిని ఉందని చెప్పడు. దీంతో నేడు ఆయన హైదరాబాద్‌లోని డాగ్ ఫాంలో ఖరీదైన లాసా అప్సో జాతికి చెందిన కుక్కపిల్లను కొని పంపించారు. దీనితో పాటు సినిమాలు చూసుకునేందుకు వీలుగా సామ్‌సంగ్ ట్యాబ్‌ను బహూకరించారు.

గోదావరిలో దూకిన కానిస్టేబుల్ మృతదేహం వెలికి తీసిన ఎస్డీఆర్ఎఫ్ సిబ్బంది

ఏపీఎస్పీ కానిస్టేబుల్ వంశీ మృతదేహం లభ్యం

రోడ్ కం రైలు వంతెన పైనుంచి దూకిన కానిస్టేబుల్ వంశీ

నదిలో గాలించి మృతదేహాన్ని వెలికితీసిన ఎస్డీఆర్ఎఫ్ బృందాలు



తూర్పుగోదావరి జిల్లా రాజమహేంద్రవరం గోదావరిలో దూకిన ఏపీఎస్పీ కానిస్టేబుల్ చంద్రమళ్ల వంశీ మృతదేహం లభ్యమైంది. నిన్నటి నుంచి గాలించిన ఎస్డీఆర్ఎఫ్ బృందాలు మృతదేహాన్ని వెలికితీశాయి. పోస్టుమార్టం నిమిత్తం ఆసుపత్రికి తరలించారు.పోలీసులు, స్థానికుల వివరాల ప్రకారం తూర్పు గోదావరి జిల్లా శ్రీరామపురానికి చెందిన ఏపీఎస్పీ కానిస్టేబుల్ చంద్రమల్ల వంశీ గురువారం అర్ధరాత్రి 1 గంట సమయంలో తన తండ్రికి ఫోన్ చేసి రాజమహేంద్రవరంలోని రోడ్-కమ్-రైల్ వంతెన పైనుంచి దూకి ఆత్మహత్య చేసుకోబోతున్నానని చెప్పారు. ఆ తర్వాత తన ఫోన్‌ను స్విచ్ ఆఫ్ చేసుకున్నారు. భయాందోళనకు గురైన కుటుంబం వెంటనే పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేశారు. పోలీసులు సంఘటనా స్థలానికి చేరుకుని వంతెనపై గాలించగా, వంశీకి చెందిన బైక్ , చెప్పులు లభించాయి. పోలీసులు వాటిని స్వాధీనం చేసుకుని, నదిలో అతని కోసం విస్తృత గాలింపు చర్యలు చేపట్టారు. నదిలో క్షుణ్ణంగా గాలించేందుకు పోలీసులు కాకినాడ నుంచి ాణ=ఖీ బృందాలను రప్పించారు. మత్స్యకారులు, నిపుణులైన డైవర్లు పడవల ద్వారా గాలింపు చేపట్టారు.వంశీ గత కొన్నేళ్లుగా కాకినాడలోని ఏపీఎస్పీ 3వ బెటాలియన్‌లో కానిస్టేబుల్‌గా పనిచేస్తున్నారు. ప్రస్తుతం సెలవపై ఉన్నారు. మహిళా కానిస్టేబుల్‌తో వంశీకి సన్నిహిత సంబంధం ఉన్నట్లు సమాచారం. కొంతకాలం క్రితం వివాహం చేసుకోవాలని కోరినప్పటికీ వంశీ నిరాకరించారని ఆరోపిస్తూ ఆమె పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేశారు. దీంతో స్థానిక పోలీస్ స్టేషన్ సర్కిల్ ఇన్‌స్పెక్టర్ వంశీని, అతని కుటుంబ సభ్యులను పిలిపించి కౌన్సెలింగ్ ఇచ్చారు. ఆ సమయంలో తనను వివాహం చేసుకోవాలని ఆ మహిళా కానిస్టేబుల్ పట్టుబట్టినట్లు తెలిసింది.రెండు రోజుల్లో నిశ్చితార్థం: మరోవైపు వంశీ కుటుంబం అతనికి మరొక యువతితో వివాహం నిశ్చయించింది. రెండు రోజుల్లో జరగాల్సిన నిశ్చితార్థానికి ఏర్పాట్లు జరుగుతున్నాయి. ఈ పరిస్థితుల్లో, ఆ మహిళా కానిస్టేబుల్ గురువారం సాయంత్రం మరో ఫిర్యాదు చేశారు. ఆమెను వివాహం చేసుకోవాలని పోలీసులు వంశీకి, అతని కుటుంబానికి కౌన్సెలింగ్ ఇచ్చారని బంధువులు తెలిపారు. తీవ్ర ఆందోళనతో ఏం చేయాలో తెలియని స్థితిలో వంశీ అర్ధరాత్రి ఇంటి నుంచి బయటకు వెళ్లినట్లు సమాచారం.ఆ తర్వాత అతను తన తండ్రికి ఫోన్ చేసి ఆత్మహత్య చేసుకోబోతున్నట్లు చెప్పాడు. ఆ మహిళా కానిస్టేబుల్ ఫిర్యాదు, వేధింపులు తద్వారా కలిగిన మానసిక వేదన కారణంగానే వంశీ ఆత్మహత్య చేసుకున్నాడని అతని కుటుంబ సభ్యులు ఆరోపిస్తున్నారు. ఉన్నతాధికారులు ఈ ఘటనపై విచారణ జరుపుతున్నారు. శుక్రవారం నుంచి నదిలో గాలింపు చర్యలు చేపట్టిన ఎస్డీఆర్ఎఫ్ బృందాలు, శనివారం ఉదయం మృతదేహాన్ని వెలికితీశాయి. పోస్ట్‌మార్టం కోసం మృతదేహాన్ని రాజమహేంద్రవరం ప్రభుత్వ ఆసుపత్రికి తరలించారు.

తెలంగాణపై పవన్ కల్యాణ్ ఫోకస్

మణికొండలో జనసేన కొత్త ఆఫీస్

హైదరాబాద్‌లో జనసేన తెలంగాణ రాష్ట్ర కార్యాలయం ప్రారంభం

పార్టీ అధినేత పవన్ కల్యాణ్ చేతుల మీదుగా ప్రారంభోత్సవం

జీహెచ్ఎంసీ ఎన్నికలే లక్ష్యంగా పార్టీ బలోపేతంపై జనసేన దృష్టి

ఆంధ్రప్రదేశ్ అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో సాధించిన అఖండ విజయం స్ఫూర్తితో జనసేన పార్టీ తెలంగాణలో తన కార్యకలాపాలను విస్తరించే దిశగా కీలక అడుగు వేసింది. పార్టీ అధినేత, ఏపీ ఉపముఖ్యమంత్రి పవన్ కల్యాణ్ శుక్రవారం హైదరాబాద్‌లోని మణికొండలో జనసేన తెలంగాణ రాష్ట్ర కార్యాలయాన్ని అధికారికంగా ప్రారంభించారు.మణికొండలోని మల్కం చెరువు సమీపంలో నూతనంగా ఏర్పాటు చేసిన ఈ కార్యాలయంలో తొలుత సంప్రదాయబద్ధంగా పూజా కార్యక్రమాలు నిర్వహించారు. అనంతరం పవన్ కల్యాణ్ పార్టీ జెండాను ఆవిష్కరించి, కార్యాలయంలోకి ప్రవేశించారు. అక్కడ ఏర్పాటు చేసిన తెలంగాణ తల్లి చిత్రపటానికి ఆయన పుష్పాంజలి ఘటించారు. ఈ సందర్భంగా పార్టీ రాష్ట్ర నాయకులు, కార్యకర్తలతో ఆయన కొద్దిసేపు ముచ్చటించారు. ఈ కార్యక్రమానికి జనసేన శ్రేణులు, అభిమానులు భారీ సంఖ్యలో తరలివచ్చారు.రానున్న గ్రేటర్ హైదరాబాద్ మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ (జీహెచ్ఎంసీ) ఎన్నికలను దృష్టిలో ఉంచుకుని, తెలంగాణలో పార్టీని క్షేత్రస్థాయిలో బలోపేతం చేయడమే లక్ష్యంగా ఈ కార్యాలయాన్ని ఏర్పాటు చేశారు. జీహెచ్ఎంసీ ఎన్నికల్లో అవసరమైతే ఒంటరిగానే బరిలోకి దిగుతామని పవన్ కల్యాణ్ ఇప్పటికే స్పష్టం చేశారు. పార్టీలోకి చేరికలను ప్రోత్సహించేందుకు వీలుగా త్వరలోనే ఒక ప్రత్యేక జాయినింగ్స్ కమిటీని కూడా నియమించనున్నారు.

ఏపీలో తొలి క్వాంటం ఇంక్యుబేటర్ ప్రారంభం

మన్నవ మోహన కృష్ణ

చండీగఢ్ విశ్వవిద్యాలయం బిజినెస్ ఇంక్యుబేషన్ సెంటర్ (క్యూబిక్) తో ఒక చారిత్రాత్మక అవగాహన ఒప్పందం

భాగస్వామ్యం ద్వారా క్వాంటం టెక్నాలజీ, అత్యాధునిక పరిశోధనలు, యువ స్టార్టప్‌ల అభివృద్ధి

ఆంధ్రప్రదేశ్‌ను భవిష్యత్ సాంకేతిక రంగాలకు కేంద్రంగా తీర్చిదిద్దే దిశగా రాష్ట్ర ప్రభుత్వం మరో కీలక ముందడుగు వేసింది. ఇందులో భాగంగా తొలి క్వాంటం ఇంక్యుబేటర్‌ను మేధా టవర్స్‌లో ఏపీటీఎస్ ఛైర్మన్ మన్నవ మోహన కృష్ణ, ఛండీఘర్ యూనివర్సిటీ ఎండీ జై ఇందర్ సింగ్ సందు, క్వాంటం వ్యాలీ డైరెక్టర్ శ్రీధర్ ప్రారంభించారు.అనంతరం ఛండీఘర్ యూనివర్సిటీ బిజినెస్ ఇంక్యుబేషన్ సెంటర్‌తో ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం తరపున మయూరి టెక్‌లో మన్నవ మోహన కృష్ణ అవగాహన ఒప్పందంపై సంతకాలు చేశారు. ఈ ఒప్పందం ద్వారా క్వాంటం టెక్నాలజీ, పరిశోధన, స్టార్టప్‌ల అభివృద్ధి, నైపుణ్య శిక్షణ, ఇంక్యుబేషన్ కార్యక్రమాల్లో పరస్పర సహకారానికి మార్గం సుగమం కానుంది.ఈ సందర్భంగా మన్నవ మోహన కృష్ణ మాట్లాడుతూ.. ఆవిష్కరణలు, స్టార్టప్‌ల ప్రోత్సాహంలో దేశంలోనే ప్రత్యేక గుర్తింపు పొందిన ఛండీఘర్ యూనివర్సిటీతో భాగస్వామ్యం రాష్ట్ర యువతకు సువర్ణావకాశాలను అందిస్తుందని తెలిపారు. క్వాంటం ఇంక్యుబేటర్ ద్వారా విద్యార్థులు, పరిశోధకులు, స్టార్టప్‌లకు ప్రపంచ స్థాయి మెంటారింగ్, అత్యాధునిక క్వాంటం కంప్యూటింగ్ వనరులు, పరిశ్రమలతో అనుసంధానం, పెట్టుబడిదారులతో భాగస్వామ్య అవకాశాలు లభిస్తాయని పేర్కొన్నారు.సీఎం చంద్రబాబు దూరదృష్టి, ఐటీ మంత్రి నారా లోకేశ్ నాయకత్వంలో ఏపీని క్వాంటం, డీప్‌టెక్, ఆర్టిఫిషియల్ ఇంటెలిజెన్స్ రంగాలకు కేంద్రంగా తీర్చిదిద్దేందుకు ప్రభుత్వం కట్టుబడి ఉందన్నారు. క్వాంటం వ్యాలీ డైరెక్టర్ శ్రీధర్ మాట్లాడుతూ.. క్వాంటం టెక్నాలజీ భవిష్యత్ ప్రపంచాన్ని నిర్దేశించే విప్లవాత్మక రంగమని, ఈ అవకాశాలను రాష్ట్ర యువత సద్వినియోగం చేసుకుని ప్రపంచ స్థాయిలో రాణించాలని ఆకాంక్షించారు. ఈ కార్యక్రమంలో రతన్ టాటా ఇన్నోవేషన్ హబ్ సీఈఓ ధాత్రి రెడ్డి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఒకేరోజు 17 మంది పారిశ్రామికవేత్తలతో నారా లోకేశ్ భేటీ

ఏపీలో పెట్టుబడులు పెట్టాలంటూ ఆహ్వానం

ఆంధ్రప్రదేశ్ బ్రాండ్‌ను ప్రమోట్ చేయడమే లక్ష్యంగా పెట్టుకున్న మంత్రి నారా లోకేశ్

ఐదు గంటల వ్యవధిలోనే 17మంది పారిశ్రామికవేత్తలను కలిసిన మంత్రి

ఆంధ్రప్రదేశ్ బ్రాండ్‌ను ప్రమోట్ చేయడమే లక్ష్యంగా మంత్రి నారా లోకేశ్ కోల్‌కతాలో నిర్వహించిన ఇండియన్ ఛాంబర్ ఆఫ్ కామర్స్ ప్లీనరీలో పలువురు పారిశ్రామికవేత్తలతో భేటీ అయ్యారు. మధ్యాహ్నం ప్లీనరీ సమావేశం ముగిసిన తర్వాత ఐదు గంటల వ్యవధిలోనే 17మంది పారిశ్రామికవేత్తలను కలిసి ఏపీలో పెట్టుబడులు పెట్టాల్సిందిగా వారిని ఆహ్వానించారు.ఐటీసీ ఛైర్మన్, మేనేజింగ్ డైరెక్టర్ సంజీవ్ పురితో లోకేశ్ భేటీ అయి క్రాప్ వ్యాల్యూ చైన్ క్లస్టర్లలో పెట్టుబడులు పెట్టే అంశాన్ని పరిశీలించాలని, వాతావరణ మార్పులను తట్టుకుని నిలబడగలిగే వంగడాల సృష్టి, అగ్రి ఫారెస్ట్రీ, ఆదర్శ గ్రామాల నిర్మాణంలో ఏపీతో కలిసి పని చేయాలని కోరారు. ఐటీసీ ఛైర్మన్ సంజీవ్‌పురి మాట్లాడుతూ ఐటీసీ సంస్థ ఇప్పటికే ఏపీలో నిర్వహిస్తున్న ప్రాజెక్టులు, హోటల్స్ గురించి మంత్రికి వివరించారు. సీఎస్ఆర్ నిధులతో సుస్థిర గ్రామీణాభివృద్ధి కార్యక్రమం ద్వారా 361 గ్రామాలను ఆదర్శ గ్రామాలుగా తీర్చిదిద్దుతున్నామని ఆయన అన్నారు. ఏపీ తాజా ప్రతిపాదనలను పరిశీలిస్తామని తెలిపారు.విక్రమ్ సోలార్ ఛైర్మన్, ఎండీ జ్ఞానేశ్ చౌదరి, సీఈఓ అరుణ మిట్టల్‌తో మంత్రి లోకేశ్ భేటీ అయ్యారు. ఈ సందర్భంగా మాట్లాడిన లోకేశ్ ఏపీ ప్రభుత్వం పునరుత్పాదక ఇంధన రంగానికి అందిస్తున్న ప్రోత్సాహకాలను ఉపయోగించుకొని విక్రమ్ సోలార్ లిమిటెడ్(బీఎస్ఎల్) పవర్ హైవ్ స్టోరేజ్‌ని విస్తరించడంతో పాటు ఇంటిగ్రేటెడ్ సౌర విద్యుత్తు హబ్ ఏర్పాటు చేయాలని కోరారు.శ్యామ్ మెటాలిక్స్, ఎనర్జీ లిమిటెడ్ డైరెక్టర్ షీతల్ అగర్వాల్, సూపర్ స్మెల్టర్స్ లిమిటెడ్ చీఫ్ మెంటార్ గోపాలకృష్ణ చరణ్, రష్మీ మెటాలిక్స్ లిమిటెడ్ డైరెక్టర్ సంజీవ్ కేఆర్ పట్వారీలతో లోకేశ్ సమావేశమయ్యారు. అల్యూమినియం ఫాయిల్, ఫ్లాట్-రోల్డ్ ఉత్పత్తులు, ఈవీ గ్రేడ్ అల్యూమినియం తయారీ కేంద్రాన్ని ఏర్పాటు చేయాలని శ్యామ్ మెటాలిక్స్ డైరెక్టర్ షీతల్‌ను మంత్రి కోరారు. విజయనగరంలో ఏర్పాటు చేయనున్న స్టీల్ ప్లాంట్ సామర్థ్యాన్ని రెండు ఎంటీపీఏకు విస్తరించాలని సూపర్ స్మెల్టర్స్ చీఫ్ మెంటర్ గోపాల్ కృష్ణ చరణ్‌కు మంత్రి విజ్ఞప్తి చేశారు. రాష్ట్రంలో ఒక ఇంటిగ్రేటెడ్ స్టీల్, డక్టైల్ ఐరన్(డీఐ) పైపుల తయారీ కేంద్రాన్ని ఏర్పాటు చేయాలని రష్మీ మెటాలిక్స్ డైరెక్టర్ సంజయ్ కేఆర్ పట్వారీని మంత్రి లోకేశ్ కోరారు.నెల్లూరు, చిత్తూరు ఎలక్ట్రానిక్ తయారీ క్లస్టర్లలో హిమాద్రి ఫేజ్-2 క్లీన్ టెక్, సిలికాన్-కార్బన్ యానోడ్ యూనిట్‌ను ఏర్పాటు చేయాలని హిమాద్రి కెమికల్స్ ఛైర్మన్, మేనేజింగ్ డైరెక్టర్ అనురాగ్ చౌదరిని మంత్రి లోకేశ్ కోరారు. అనురాగ్‌తో భేటీ సందర్భంగా లోకేశ్ మాట్లాడుతూ హిమాద్రి అంతర్గత పరిశోధన, అభివృద్ధి కేంద్రం సాంకేతికత ఆధారంగా ఐఐటీ-తిరుపతి, ఆంధ్ర విశ్వవిద్యాలయం భాగస్వామ్యంతో అమరావతిలో అధునాతన మెటీరియల్ ల్యాబ్‌ను ఏర్పాటు చేయాలని విన్నవించారు. రాష్ట్రంలోని దేశీయ పాలిమర్, రబ్బరు, పెయింట్ ఉత్పత్తి రంగాలకు సరఫరా చేసేందుకు ఇప్పటికే విశాఖపట్నంలో ప్రాంతీయ కేంద్రాన్ని నిర్వహిస్తున్న హిమాద్రిని స్థానికంగా తన స్పెషాలిటీ బ్లాక్ కార్బన్ ఉత్పత్తి యూనిట్ ఏర్పాటు చేయాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. అనంతరం అనురాగ్ చౌదరి మాట్లాడుతూ ఏపీ ప్రభుత్వ ప్రతిపాదనలను పరిశీలిస్తామని తెలిపారు. ఏపీకి విరివిగా పరిశ్రమలు వస్తే యువతకు ఉపాధి అవకాశాలు మరింతగా పెరుగుతాయని మంత్రి ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు.

వేసవిలో చేతులపై టాన్ పేరుకుండా.. రంగుని మెరుగుపరిచేందుకు ఈ సింపుల్ టిప్స్ ట్రై చేయండి..

వేసవిలో ముఖాన్ని జాగ్రత్తగా చూసుకోవడం ఎంత ముఖ్యమో, చేతులను జాగ్రత్తగా చూసుకోవడం కూడా అంతే ముఖ్యం. అటువంటి పరిస్థితిలో చేతులపై టాన్ ను తొలగించడానికి ఇంట్లో ఉన్న కొన్ని వస్తువులను ఉపయోగించవచ్చు. ఇది చేతుల రంగును పెంచడమే కాదు వాటికి సహజమైన మెరుపును కూడా ఇస్తుంది. కనుక ఇంట్లోనే ఏ వస్తువులతో టాన్ రిమూవల్ మాస్క్ తయారు చేసుకోవచ్చో ఈ రోజు తెలుసుకుందాం.. వేసవి కాలం చాలా సమస్యలను తెస్తుంది. ముఖ్యంగా చర్మ సంరక్షణ విషయానికి వస్తే తీవ్రమైన సూర్యకాంతి, వేడి గాలుల కారణంగా చర్మం టాన్ అవ్వడం సర్వసాధారణం. దీంతో ముఖ సంరక్షణపై ఎక్కువ శ్రద్ధ చూపించే మనం.. చేతుల విషయంలో కేరింగ్ ను విస్మరిస్తాము. అయితే చేతులకు కూడా జాగ్రత్త అవసరం. ప్రత్యక్షంగా సూర్య కిరణాలు తాకడం వలన చేతుల రంగును మారుస్తాయి. అవి పొడిగా, ముదురు రంగులో కనిపిస్తాయి. టానింగ్ తొలగించడానికి మార్కెట్లో అనేక ఉత్పత్తులు అందుబాటులో ఉన్నాయి. అయితే కొన్నిసార్లు అవి ఖరీదైనవి, కొన్నిసార్లు రసాయనాల కారణంగా ప్రజలు వాటిని ఉపయోగించడానికి ఇష్టపడరు. అటువంటి పరిస్థితిలో సురక్షితమైన, సులభమైన పరిష్కారం వంటింటి చిట్కాలు. ఇంట్లో దొరికే పదార్థాలతో తయారుచేసిన మాస్క్‌లు టానింగ్‌ను తగ్గించడమే కాదు చర్మానికి పోషణనిచ్చి, స్కిన్ కు సహజ మెరుపును తిరిగి ఇస్తాయి. కనుక వేసవిలో టానింగ్ వల్ల ప్రభావితమైన చేతుల రంగును మెరుగుపరచడంలో సహాయపడే కొన్ని సులభమైన, ప్రభావవంతమైన ఇంట్లో తయారుచేసే మాస్క్‌ల గురించి ఈ రోజు తెలుసుకుందాం.. శనగపిండి, పసుపు, పెరుగు మాస్క్ వేసవిలో చేతులపై వచ్చే టానింగ్‌ను తొలగించడానికి శనగపిండి మాస్క్ ఒక అద్భుతమైన నివారణ. దీని కోసం 2 చెంచాల శనగపిండి, 1 చిటికెడు పసుపు , 1 చెంచా పెరుగు కలిపి పేస్ట్ తయారు చేసుకోవాలి. దీని తర్వాత దానికి కొన్ని చుక్కల నిమ్మరసం కలపండి. ఈ మిశ్రమాన్ని చేతులకు రాసుకుని 20 నిమిషాల తర్వాత చేతులు కడుక్కోవాలి. ఈ మాస్క్ ట్యానింగ్‌ను తొలగించడమే కాదు చర్మాన్ని తేమగా కూడా ఉంచుతుంది.

కంటి నిండా నిద్ర పట్టట్లేదా..? ఇలా ఎందుకు జరుగుతుందో తెలుసా..?

నిద్రలేమి సమస్య ఈ రోజుల్లో చాలా మందిని వేధిస్తోంది. సరిపడా నిద్ర లేకపోతే ఆరోగ్యంపై చాలా చెడు ప్రభావాలు పడతాయి. ఈ నిద్రలేమికి ప్రధాన కారణాలు ఏంటో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం. ప్రతిరోజూ ఒకే సమయానికి పడుకుని, ఒకే సమయానికి లేవడం శరీరానికి చాలా మంచిది. కానీ ఈ సమయాలను తరచూ మార్చడం వల్ల శరీరం గందరగోళానికి గురై నిద్ర పట్టకపోవచ్చు. అందుకే ఒకే సమయానికి నిద్రపోవడం అలవాటు చేసుకోవాలి. చాలా మంది పడుకునే ముందు ఫోన్ ను ఎక్కువగా చూస్తుంటారు. ఇది మెదడును నిద్ర మోడ్ లోకి వెళ్లనివ్వదు. మొబైల్ స్క్రీన్ నుండి వచ్చే నీలి రంగు కాంతి నిద్రకు సహాయపడే హార్మోన్ల ఉత్పత్తిని తగ్గిస్తుంది. కాబట్టి పడుకునే ముందు కనీసం ఒక గంట పాటు మొబైల్ కు దూరంగా ఉండటం మంచిది. రాత్రిపూట కాఫీ, టీ వంటి కెఫిన్ ఉన్న డ్రింక్ లు తాగడం వల్ల నిద్రకు ఆటంకం కలుగుతుంది. కెఫిన్ మెదడును చురుకుగా ఉంచి నిద్రను దూరం చేస్తుంది. అందుకే సాయంత్రం తర్వాత ఈ డ్రింక్ లను తగ్గించుకోవడం మంచిది. రాత్రి సమయంలో ఎక్కువగా తింటే అజీర్తి సమస్యలు వస్తాయి. ఇది నిద్రకు భంగం కలిగిస్తుంది. నిద్రపోవడానికి కనీసం రెండు గంటల ముందు తేలికపాటి భోజనం చేయడం ఉత్తమం. రోజూ కొంత సమయం వ్యాయామానికి కేటాయించడం వల్ల శరీరం ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. వ్యాయామం ఒత్తిడిని తగ్గించి మంచి నిద్ర పట్టడానికి సహాయపడుతుంది. వాకింగ్, యోగా, స్విమ్మింగ్ వంటివి మనసుకు, శరీరానికి విశ్రాంతినిస్తాయి. పగటిపూట ఎక్కువ గంటలు నిద్రపోతే రాత్రిపూట నిద్ర పట్టదు. మధ్యాహ్నం కాసేపు విశ్రాంతి తీసుకోవాలనుకుంటే, 15 నుండి 20 నిమిషాలకు మించి నిద్రపోవద్దు. సాయంత్రం 3 గంటల తర్వాత పడుకోవడం మంచిది కాదు. ప్రస్తుత బిజీ లైఫ్‌లో పని ఒత్తిడి, వ్యక్తిగత ఒత్తిడి నిద్రను దెబ్బతీస్తున్నాయి. ఒత్తిడిని తగ్గించుకోవడానికి మెదడుకు విశ్రాంతినిచ్చే పనులు చేయాలి. ధ్యానం, యోగా, పాటలు వినడం, పుస్తకాలు చదవడం వంటివి మనసుకు ప్రశాంతతను ఇస్తాయి. నిద్రపోయే గది చాలా చల్లగా గానీ, చాలా వేడిగా గానీ ఉండకూడదు. గాలి బాగా వచ్చేలా చూసుకోవాలి. అలాగే పడుకునే మంచం కూడా సౌకర్యవంతంగా ఉండాలి. ఇవి నిద్రకు ఆటంకం లేకుండా చేస్తాయి. మద్యం సేవించడం, పొగ త్రాగడం, జంక్ ఫుడ్ తినడం వంటి అలవాట్లు నిద్రను దెబ్బతీస్తాయి. వీటిని తగ్గించి తాజా పండ్లు, కూరగాయలు, తేలికపాటి రాత్రి భోజనం వంటి ఆరోగ్యకరమైన ఆహారపు అలవాట్లను పాటించడం వల్ల నిద్ర మెరుగుపడుతుంది. నిద్రలేమిని చిన్న సమస్యగా తీసిపారేయకూడదు. ఇది ఇతర ఆరోగ్య సమస్యలకు దారితీయవచ్చు. ఈ చిన్న చిన్న కారణాలను గుర్తించి వాటిని సరిచేసుకుంటే మళ్లీ చక్కటి నిద్రను పొందవచ్చు.

మీ శరీరానికి కావాల్సిన పోషకాలు వీటిలో ఫుల్ ఉంటాయి..! తినడం అస్సలు మిస్సవ్వొద్దు..!

బాదంలో శరీరానికి అవసరమైన అనేక పోషకాలు ఉంటాయి. వీటిని రాత్రి నానబెట్టి ఉదయం తినడం వల్ల ఆరోగ్యానికి అనేక రకాల లాభాలు కలుగుతాయి. జీర్ణం, గుండె ఆరోగ్యం, మెదడు పనితీరు, బరువు నియంత్రణ, నిద్ర సమస్యలు వంటి వాటికి బాదం ఎంతో సహాయపడుతుంది. బాదం గింజలు ఆరోగ్యానికి చాలా మంచివి. అయితే వీటిని నానబెట్టి తింటే ఇంకా ఎక్కువ ప్రయోజనాలు ఉంటాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ముఖ్యంగా పరగడుపున తింటే శరీరానికి ఎన్నో పోషకాలు అందుతాయి. రోజూ ఇలా చేయడం వల్ల శారీరక ఆరోగ్యంతో పాటు మానసిక ఉల్లాసం కూడా లభిస్తుంది. రాత్రి పడుకునే ముందు బాదం గింజలను నీటిలో నానబెట్టాలి. ఉదయం వాటిని నీటిలోంచి తీసి వాటిపై ఉన్న పొట్టును తీసేసి తినాలి. ఇలా తింటే బాదంలో ఉన్న పోషకాలు శరీరానికి సులభంగా అందుతాయి. నానబెట్టిన బాదంలో ఫైబర్ ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఇది జీర్ణ సంబంధిత సమస్యలను తగ్గిస్తుంది. మలబద్ధకం, అజీర్ణం వంటి వాటి నుంచి ఉపశమనం కలిగించి జీర్ణవ్యవస్థను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. బరువు తగ్గాలనుకునే వారికి బాదం మంచి ఆప్షన్. ఇందులో ఉండే ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు, ప్రొటీన్లు ఆకలిని నియంత్రించి ఎక్కువగా తినకుండా ఆపుతాయి. తక్కువ కేలరీలు ఉన్నా ఎక్కువ పోషణను అందించే బాదం శరీరాన్ని ఉత్సాహంగా ఉంచుతుంది. బాదంలో ఉండే యాంటీఆక్సిడెంట్లు, ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు గుండెను కాపాడటంలో ముఖ్యపాత్ర పోషిస్తాయి. ఇవి శరీరంలో చెడు కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిని తగ్గించి మంచి కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిని పెంచుతాయి. దీని వల్ల గుండె సంబంధిత వ్యాధుల ప్రమాదం తగ్గుతుంది. ప్రతిరోజూ ఉదయాన్నే పరగడుపున బాదం తినడం వల్ల మెదడు పనితీరు మెరుగుపడుతుంది. బాదంలో ఉండే విటమిన్ ఒమేగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్స్ మెదడు కణాల ఎదుగుదలకు సహాయపడతాయి. విద్యార్థులు తరచుగా దీన్ని తీసుకుంటే జ్ఞాపకశక్తి పెరుగుతుంది. బాదంలో ఉండే మెగ్నీషియం అనే ఖనిజం నరాలను ప్రశాంతంగా ఉంచి మంచి నిద్ర పట్టడానికి సహాయపడుతుంది. నిద్రలేమితో బాధపడే వారు దీన్ని తినడం వల్ల నిద్రలో మార్పును గమనించవచ్చు. రోజూ కొన్ని బాదం లను నానబెట్టి తినే అలవాటు చేసుకోవడం వల్ల ఎన్నో శారీరక, మానసిక ప్రయోజనాలు పొందవచ్చు.

కాలేయాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచడానికి ఉత్తమ వ్యాయామాల గురించి మీకు తెలుసా..?

వేయించిన ఆహారాలు, ఒత్తిడి క్రమంగా కాలేయాన్ని బలహీనపరుస్తాయని చెబుతున్నారు నిపుణులు. మందుల సహాయం తీసుకునే ముందు కాలేయాన్ని లోపలి నుండి బలోపేతం చేసే కొన్ని వ్యాయామాల గురించి తెలుసుకుందాం. మీ కాలేయం సంవత్సరాల తరబడి ఫిట్‌గా, చురుగ్గా ఉండాలని మీరు కోరుకుంటే, ఉత్తమ.. శరీరంలోని ప్రతి భాగం చాలా ముఖ్యమైనది. కానీ ఈ యంత్రం ఇంజిన్ బలహీనంగా మారితే ఏం జరుగుతుంది? మన శరీరంలో కాలేయం ఎంతో ముఖ్యమైది. ఇది శరీరంలోని అతి ముఖ్యమైన, కష్టపడి పనిచేసే అవయవాలలో ఒకటి. కాలేయం ఆహారాన్ని జీర్ణం చేయడంలో సహాయపడటమే కాకుండా శరీరం నుండి విషపూరిత అంశాలను తొలగించడానికి కూడా పనిచేస్తుంది.

కపాలభాతి ప్రాణాయామం

ఇది కాలేయానికి అత్యంత ప్రభావవంతమైన యోగా ఆసనం అని భావిస్తారు. ఈ ప్రాణాయామంలో వేగంగా గాలి వదులుతూ కడుపు లోపలికి, బయటకు కదిలిస్తూ ఉంటుంది. ఇది కాలేయాన్ని శుభ్రపరుస్తుంది. కొవ్వు పేరుకుపోకుండా నిరోధిస్తుంది. రోజూ 5-10 నిమిషాలు కపలాభతి చేయడం వల్ల కాలేయ పనితీరు మెరుగుపడుతుంది. కపలాభతి అనేది ఒక శక్తివంతమైన ప్రాణాయామం, దీనిలో శ్వాసను వదులుతున్నప్పుడు ఉదర కండరాలు వేగంగా సంకోచిస్తూ సడలిస్తుంటాయి. ఇది కేవలం శ్వాస ప్రక్రియ మాత్రమే కాదు, ఒక రకమైన డీటాక్స్ కూడా.

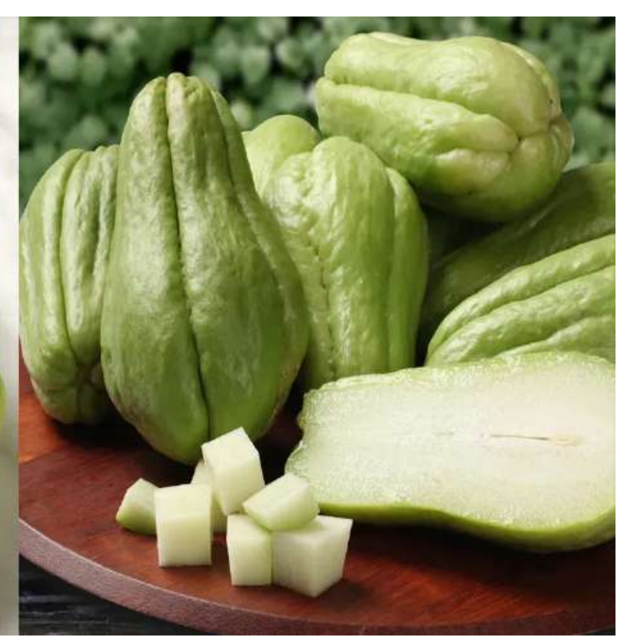
కాలేయానికి ఎలా ఉపయోగపడుతుంది?

కొవ్వు పేరుకుపోకుండా నిరోధిస్తుంది: కపలాభతి కడుపులోని అంతర్గత అవయవాలను సక్రియం చేస్తుంది. ఇది కాలేయంపై పేరుకుపోయిన కొవ్వును తగ్గిస్తుంది. రక్త ప్రసరణను మెరుగుపరుస్తుంది: ఈ ప్రాణాయామం కాలేయం వైపు రక్త ప్రవాహాన్ని పెంచుతుంది. కణాలు ఎక్కువ ఆక్సిజన్‌ను అందించడానికి, మెరుగ్గా పనిచేయడానికి వీలు కల్పిస్తుంది. డీటాక్స్‌లో సహాయపడుతుంది: కపలాభతి శరీరం నుండి విషపూరిత అంశాలను తొలగిస్తుంది. కాలేయం పనిని సులభతరం చేస్తుంది. ఒత్తిడిని తగ్గిస్తుంది: మానసిక ఒత్తిడి కాలేయ ఆరోగ్యంపై చెడు ప్రభావాన్ని చూపుతుంది. కపలాభతి మనస్సును ప్రశాంతపరుస్తుంది. మరియు హార్మోన్లను సమతుల్యంగా ఉంచుతుంది. మీ కాలేయం ఆరోగ్యంగా ఉండాలని, జీవితాంతం వ్యాధులకు దూరంగా ఉండాలని మీరు కోరుకుంటే, ప్రతి ఉదయం కేవలం 10 నిమిషాలు కపలాభతి ప్రాణాయామం చేయడం అలవాటు చేసుకోండి. యోగ ఒక బహుమతి లాంటిది. ఇది ఎటువంటి ఖర్చు లేకుండా మిమ్మల్ని అంతర్గతంగా ఆరోగ్యంగా చేస్తుంది.

రాత్రి పూట వెల్లుల్లి తింటే ఆరోగ్యానికి ఎన్ని లాభాలో తెలుసా..?

వెల్లుల్లి ఒక అద్భుతమైన ఔషధ గుణాలు కలిగిన పదార్థం. రాత్రి పడుకునే ముందు పచ్చి వెల్లుల్లిని తినడం వల్ల ఎన్నో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు లభిస్తాయి. ఇది ఒత్తిడిని తగ్గించడంతో పాటు నిద్రను మెరుగుపరుస్తుంది. గుండె ఆరోగ్యం, షుగర్, కొలెస్ట్రాల్, బరువు నియంత్రణలోనూ సహాయపడుతుంది. వెల్లుల్లిని రాత్రి పడుకునే ముందు తింటే మన శరీరానికి ఎన్నో లాభాలు కలుగుతాయి. వెల్లుల్లిలో ఉండే సహజ గుణాలు శరీరాన్ని శుభ్రం చేసి ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తాయి. పచ్చి వెల్లుల్లి మన శరీరాన్ని, మనసును రిలాక్స్ చేస్తుంది. ఒత్తిడిని తగ్గించి నిద్ర సమస్యలను దూరం చేస్తుంది. మెదడు నాడీ వ్యవస్థపై మంచి ప్రభావం చూపి గాఢమైన నిద్ర పట్టేలా చేస్తుంది. నిద్రలేమితో బాధపడే వారికి ఇది చాలా ఉపయోగపడుతుంది. వెల్లుల్లి శరీరంలోని గ్లూకోజ్ స్థాయిలను బ్యాలెన్స్ చేస్తుంది. ఇన్సులిన్ పనితీరును మెరుగుపరుస్తుంది. షుగర్ ఉన్నవారికి ఇది సహజ ఔషధంలా పని చేస్తుంది. రోజూ తగిన మోతాదులో తీసుకుంటే రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు అదుపులో ఉంటాయి. పచ్చి వెల్లుల్లి తినడం వల్ల అధిక కొలెస్ట్రాల్ సమస్య తగ్గుతుంది. ఇది చెడు కొలెస్ట్రాల్ ను తగ్గించి శరీరానికి అవసరమైన మంచి కొలెస్ట్రాల్ ను పెంచుతుంది. దీనివల్ల గుండె జబ్బుల నుంచి రక్షణ లభిస్తుంది. వెల్లుల్లిలో యాంటీబాక్టీరియల్, యాంటీవైరల్, యాంటీఫంగల్ గుణాలు ఉంటాయి. ఇవి శరీరాన్ని రోగాల నుంచి కాపాడతాయి. తరచుగా జలుబు, దగ్గు, జ్వరం వచ్చే వారికి ఇది ఒక రక్షణ కవచంలా పని చేస్తుంది. పచ్చి వెల్లుల్లి శరీరంలోని కొవ్వును వేగంగా కరిగించడానికి సహాయపడుతుంది. ఇది మెటబాలిజంను పెంచి బరువు తగ్గాలనుకునే వారికి ఉపయోగపడుతుంది. ఆకలిని నియంత్రించడం వల్ల ఎక్కువగా తినే అలవాటు తగ్గుతుంది. ప్రతిరోజూ రాత్రి పడుకునే ముందు ఒకటి లేదా రెండు వెల్లుల్లి రెబ్బలు తినడం వల్ల మన ఆరోగ్యానికి ఎన్నో లాభాలు కలుగుతాయి. ఇది పూర్తిగా సహజమైన పద్ధతి. అయితే ఏవైనా అనూహ్య లక్షణాలు కనిపిస్తే వెంటనే నిపుణుల సలహా తీసుకోవాలి.

జామకాయ అనుకునేరు.. కానేకాదు! ఇదోక ప్రకృతి వరం.. క్యాన్సర్, ఊబకాయంకి దివ్యౌషధం..



ఆరోగ్యానికి మేలు చేసే కూరగాయలలో చయోటే అదేనండీ సీమ వంకాయ ఒకటి. దీనిని ఆహారంలో చేర్చుకోవడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నాయంటున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు. బాటిల్ గోర్డ్ లేదా సోరకాయ జాతికి చెందిన ఈ కూరగాయ.. పోషకాలకు మూలం. ఇది ఊబకాయం, ప్రాణాంతక క్యాన్సర్‌లను నివారించడంలో బలేగా సహాయపడుతుంది.. ప్రతిరోజూ మనం వంట కోసం వివిధ రకాల కూరగాయలను ఉపయోగిస్తుంటాం.. అవి నాలుకకు రుచికరంగా ఉండటమే కాకుండా, ఆరోగ్యానికి కూడా చాలా మేలు చేస్తుంటాయి. అలాంటి కూరగాయలలో చయోటే అదేనండీ సీమ వంకాయ ఒకటి. దీనిని ఆహారంలో చేర్చుకోవడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నాయంటున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు. బాటిల్ గోర్డ్ లేదా సోరకాయ జాతికి చెందిన ఈ కూరగాయ.. పోషకాలకు మూలం. ఇది ఊబకాయం, ప్రాణాంతక క్యాన్సర్‌లను నివారించడంలో బలేగా సహాయపడుతుంది. మరి వీటిని తినడం వల్ల కలిగే ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఏమిటో ఇక్కడ తెలుసుకుందాం..

గుండె ఆరోగ్యానికి సప్లిమెంట్

సీమ వంకాయలలో ఫైటోకెమికల్స్ అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి రక్త ప్రవాహాన్ని మెరుగుపరచడంలో, రక్తపోటును నియంత్రించడంలో సహాయపడతాయి. అలాగే ఇందులో ఉండే మైరిసెటిన్ కొలెస్ట్రాల్, వాపు, గుండె జబ్బులు, క్యాన్సర్ వంటి ప్రాణాంతక వ్యాధులను నివారించడంలో సహాయపడుతుంది.

చర్మ క్యాన్సర్ నివారణకు దివ్యౌషధం

సీమ వంకాయ లోప, బయటి తొక్కలో క్యాన్సర్‌ను నివారించగల యాంటీఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇది చర్మ క్యాన్సర్‌ను నివారించడంలో ప్రభావవంతంగా పనిచేస్తుంది.

హిందీ సప్లిమెంటరీ పరీక్షకు ఒకేఒక్కడు.. ఇన్విజిలేటర్లేమో ముగ్గురు!

శరీరంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రించడం

శరీరంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రించడానికి సీమ వంకాయ ఒక గొప్ప ఆహారం. ఇందులో ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది. ఇది టైప్ 2 డయాబెటిస్ రోగులు తినడానికి ఉత్తమమైన కూడా.

లివర్ ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుతుంది

సీమ వంకాయకు కాలేయంలో అనవసరమైన కొవ్వు పేరుకుపోకుండా నిరోధించే సామర్థ్యం ఉంది. గర్భిణీ స్త్రీల ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచడానికి ఇది మంచి ఆహారం. ఎందుకంటే దీనిలోని %దీ%9 ప్రోటీన్ పిండం అభివృద్ధికి, ముఖ్యంగా మెదడు, వెన్నుపాము అభివృద్ధికి సహాయపడుతుంది. ఇది అకాల జనన అవకాశాలను తగ్గిస్తుంది. అధ్యయనాల ప్రకారం సీమ వంకాయలో లుకేమియా, గర్భాశయ క్యాన్సర్ వంటి కొన్ని క్యాన్సర్ కణాల పెరుగుదలను నెమ్మదింపజేసే ముఖ్యమైన పోషకాలు ఉన్నాయి. వంకాయలోని యాంటీఆక్సిడెంట్లు మరియు పోషకాలు కణాల నష్టాన్ని నివారించడంలో సహాయపడతాయి. ఇది శరీరం యొక్క వృద్ధాప్య ప్రక్రియను నెమ్మదిస్తుందని అనేక అధ్యయనాలు చూపించాయి. అలాగే, ఈ వంకాయ వాపుకు దివ్యౌషధం. విటమిన్ సి సమృద్ధిగా ఉండే ఈ కూరగాయ వర్షాకాలం, శీతాకాలంలో సాధారణంగా కనిపించే వివిధ బాక్టీరియల్, వైరల్ ఇన్ఫెక్షన్లతో పోరాడటానికి భలేగా సహాయపడుతుంది.

ఇలాంటి గుణాలున్నావారు నిత్య అసంతృప్తి వాదులు వీరు సుఖంగా ఉండరు, ఎదుటివారు ఉంటే ఓర్వలేరు

మహాభారతంలోని ముఖ్యమైన పాత్రలలో ఒకరు విదురుడు. అంబిక దాసికి, వ్యాసుడికి జన్మించినవాడు విదురుడు. అతని తెలివితేటల కారణంగా ప్రజలు ఇప్పటికీ విదురుడిని గుర్తుంచుకుంటారు. విదురుడు తన జ్ఞానం, అనుభవం ద్వారా ధృతరాష్ట్రునికి చెప్పిన నీతులను విదుర నీతిగా ప్రసిద్ధిగంచాయి. వీటిని పాటించడం వల్ల జీవితం అత్యున్నత స్థాయిలో ఉంటుందని పండితులు చెబుతారు. అదే విధంగా మనిషి జీవితంలో ముందుకు సాగాలంటే సరైన మార్గదర్శకత్వం అవసరం.. అని విదుర్ నీతిలో అనేక విషయాలు చెప్పబడ్డాయి. మనిషి జీవితంలో ముందుకు సాగాలంటే ప్రతికూల ఆలోచనలు వదిలి సానుకూల ఆలోచనలు చేయాలి. మంది గొప్ప వ్యక్తుల జీవితాలు, ఆలోచనల నుంచి ప్రేరణ పొందవచ్చు. అలాంటి ఆలోచనలు జీవితంలో ముందుకు సాగడానికి ప్రతి ఒక్కరికీ సహాయపడతాయి. మహాభారతంలోని ముఖ్యమైన పాత్రలలో మహాత్మా విదురుడు ఒకరు. అతని తెలివితేటలు, జ్ఞానం, కృష్ణ భక్తీ వలన విదురుడిని నేటికీప్రజలు గుర్తుంచుకుంటారు. మహాత్మా విదురుడు చెప్పిన విధానాలను విదుర నీతి అంటారు. మహాత్మా విదురుడు ఎప్పుడూ అసంతృప్తిగా ఉండే వ్యక్తుల గురించి తన నీతి శాస్త్రంలో చెప్పాడు. వీరు ఎప్పుడు సంతోషంగా ఉండరు.. దుఃఖ పడుతూనే జీవితాన్ని గడిపెస్తారని అన్నారు. అసూయ విదుర నీతి ప్రకారం ఇతరుల పురోగతిని చూసి అసూయపడే వ్యక్తి తన జీవితంలో ఎప్పుడూ విచారంగా ఉంటాడు. ఈ రకమైన గుణం అంటే అసూయ గుణం వ్యక్తులకు ఆత్మవిశ్వాసం తక్కువగా ఉంటుంది. అసూయతో జీవించే వ్యక్తి అవతలి వ్యక్తిలో ప్రతికూలత ఆలోచనలను కూడా పెంచుతాడు. ద్వేషించే గుణం ద్వేషం లేదా అసహ్యం అనేది మిమ్మల్ని లోపలి నుంచి దహించి వేసే భావన . ఇతరుల పట్ల అకారణ ద్వేషం ఉన్న వ్యక్తి చివరికి ప్రతికూలత ను ఒంటరితనాన్ని ఎంచుకుంటాడు. అది తప్ప వీరికి మరేమీ మిగలదు. ఇతరులను ద్వేషించే వ్యక్తి తన దగ్గరి బంధువుల నుంచి కూడా దూరం అవుతాడు.

గబ్బిలాల నుంచి వీటిని నేర్చుకుంటే.. జీవితంలో ఎప్పటికీ బాధపడరు.

అసంతృప్తి జీవితంలో సంతోషంగా ఉండాలంటే ఉన్నదానితో సంతృప్తి చెందాలి. విదుర నీతి ప్రకారం తనకి ఉన్న దానితో సంతృప్తి చెందని వ్యక్తి ఎల్లప్పుడూ అసంతృప్తిగా ఉంటాడు. అలాంటి వారికి ఆనంద సాధనాలు ఉన్నప్పటికీ వారు ఎప్పుడూ సంతోషంగా ఉండరు.

కోపం- అనుమానం

కోపంగా ఉన్న వ్యక్తి జీవితంలో ఎప్పుడూ దుఃఖం ఉంటుందని మహాత్మా విదురుడు అన్నాడు. అధికంగా కోపం తెచ్చుకునే వ్యక్తి జీవితంలో సంబంధాలపై ప్రభావం చూపిస్తుంది. సంబంధాలను కూడా పాడు చేస్తుంది. ఇంకా విదుర నీతిలో ప్రతి చిన్న విషయాన్ని అనుమానించి, తన జీవితాన్ని నిత్యం సందేహంతో గడిపే వ్యక్తి జీవితం దుఃఖించదాంతోనే గడిచిపోతుందని చెప్పాడు. ఇతరులపై ఆధారపడి ఉండటం కష్టపడి పనిచేయడం ద్వారానే విజయం లభిస్తుంది. కష్టపడి పనిచేయడం మానేసి ఇతరులపై ఆధారపడే వ్యక్తికి సమాజంలో తగినంత గౌరవం లభించదు. అలాంటి వ్యక్తి ఎల్లప్పుడూ సంతోషంగా ఉండదు.

స్టాక్ మార్కెట్‌లో “షేర్స్” ఎలా కొనాలి

ఈ అంశాలను చూసి తీసుకుంటేనే మంచి లాభాలు!

షేర్లలో మదుపు చేసే ముందు గమనించాల్సిన అంశాలివే!

మంచి కంపెనీని ఎలా ఎంచుకోవాలో చెబుతున్న నిపుణులు!

ప్రస్తుత రోజుల్లో చాలా మంది భవిష్యత్తు ఆర్థిక అవసరాల కోసం స్టాక్ మార్కెట్‌లో పెట్టుబడి పెడుతుంటారు. ఇందులో ఆచరణాత్మకంగా ఇన్వెస్ట్ చేయడం ద్వారా సంపదను క్రమంగా పెంచుకోవచ్చు. అయితే, తొందరపాటు నిర్ణయాలు, ప్లానింగ్ లేకుండా చేసే పెట్టుబడులు చాలా ఆర్థిక ఇబ్బందులకు గురి చేస్తాయని గుర్తుంచుకోవాలి. ముఖ్యంగా మీరు ఇన్వెస్ట్ చేసే కంపెనీ విషయంలో ఆలోచించి నిర్ణయం తీసుకోవాలంటున్నారు నిపుణులు. మీ కుటుంబ ఆర్థిక స్థితిగతులను తెలుసుకునేందుకు ఎప్పటికప్పుడు ఎలాగైతే సమీక్షించుకుంటారో, కంపెనీల గురించి తెలుసుకునేందుకు అదే క్రమశిక్షణను పాటించాలని చెబుతున్నారు. కేవలం షేరు ధర లేదా త్రైమాసిక లాభాలను మాత్రమే అంచనా వేయకుండా, వ్యాపారం నిజమైన స్థిరత్వాన్ని అర్థం చేసుకోవాలంటున్నారు. అసలు స్టాక్ మార్కెట్‌లో పెట్టుబడి పెట్టేముందు ఏ ఏ అంశాలను గమనించాలి మంచి కంపెనీని ఎలా ఎంచుకోవాలో ఈ స్టోరీలో తెలుసుకుందాం.ఒక వ్యక్తి ‘నికర విలువ’ అంటే వారి మొత్తం ఆస్తుల విలువ నుంచి అప్పులను తీసివేయగా వచ్చే మొత్తం అని అర్థం. ఒక లిస్టెడ్ కంపెనీకి సంబంధించి నికర విలువ అంటే, దీనినే ‘బుక్ వాల్యూ లేదా షేర్ హోల్డర్స్ ఈక్విటీ’ అని కూడా పిలుస్తారు. ఒకవేళ సంస్థ తన ఆస్తులన్నింటినీ అమ్మి, అప్పులు అన్నీ తీర్చేస్తే సిద్ధాంతపరంగా కంపెనీలో ఎంత విలువ మిగులుతుందో ఈ సూచిక ఇన్వెస్టర్స్‌కు స్పష్టం చేస్తుంది. ఇది మాత్రమే సంస్థ విజయాన్ని నిర్ణయించే ఏకైక సూచిక కాదని గమనించాలి. అయినప్పటికీ, వరుసగా కొన్ని సంవత్సరాలపాటు స్థిరంగా పెరుగుతున్న నికర విలువ ఆ బిజినెస్ సమర్థంగా ఆస్తులను కూడబెడుతోందని, తన వాటాదారుల కోసం విలువను సృష్టిస్తోందని అర్థం చేసుకోవాలంటున్నారు నిపుణులు.ఒక వ్యక్తి తన సంపాదనలో ఎంత పొదుపు చేస్తున్నాడు అనేది వారి ఫ్యూచర్ ఆర్థిక వెసులుబాటును నిర్ణయిస్తుంది. ఒక కంపెనీ విషయంలో అయితే దీనిని లాభాలను తన వద్దే ఉంచుకునే విధానం ప్రతిబింబిస్తుందంటున్నారు నిపుణులు. ఆర్థిక క్రమశిక్షణ ఉన్న సంస్థలు తమ లాభాన్నింటినీ పూర్తిగా డివిడెండ్ల రూపంలో పంపిణీ చేయకుండా, ఆ ఆదాయంలో కొంత భాగాన్ని తిరిగి బిజినెస్‌లోనే ఇన్వెస్ట్ చేస్తాయి. అలా తిరిగి పెట్టుబడి పెట్టిన డబ్బులనే “రిటైన్డ్ ఎర్నింగ్స్” అంటారు. ఇవి సంస్థ ఫ్యూచర్ విస్తరణకు ఇంధనంగా పనిచేస్తాయంటున్నారు. కంపెనీ ఈ నిధులను తన పనితీరును మెరుగుపర్చేందుకు, సామర్థ్యాన్ని విస్తరించేందుకు లేదా కొత్త మార్కెట్లోకి ప్రవేశించేందుకు వాడుతోందా లేదా అన్నది ఇన్వెస్టర్స్ గమనించాలని చెబుతున్నారు. స్వల్పకాలిక నగదు పంపిణీల కంటే ఈ విధానం దీర్ఘకాలిక వృద్ధిని మరింత ప్రభావవంతంగా ముందుకు నడిపిస్తుందని సూచిస్తున్నారు.ఎవరికైనా అనుకోకుండా ఆదాయ మార్గాలు కోల్పోయినప్పుడు అత్యవసర నిధి ఆర్థిక రక్షణనిస్తుంది. ఇదేవిధంగా క్లిష్టమైన ఆర్థిక దశలను తట్టుకుని నిలబడే కంపెనీ సామర్థ్యాన్ని దాని ద్రవ్య లభ్యత(లిక్విడిటీ) డిసైడ్ చేస్తుంది. బలమైన నగదు నిల్వలు ఉన్న సంస్థలు సరఫరా గొలుసు సమస్యలను, గిరాకీ మందగమనాన్ని, పెరుగుతున్న ఖర్చులను ఈజీగా ఎదుర్కోగలవని చెబుతున్నారు నిపుణులు. వీటికి అప్పులు తీసుకోవాల్సిన అవసరం రాదు. ఇందుకు భిన్నంగా, స్వల్పకాలిక చెల్లింపు బాధ్యతలను తీర్చేందుకు పదే పదే కష్టపడే

సంస్థ ద్రవ్య లభ్యత ఒత్తిడిని ఎదుర్కొనే ప్రమాదం ఉంటుంది. తద్వారా ఆయా రంగాల్లో ఆర్థిక మాంద్యం ఏర్పడినప్పుడు ఆ కంపెనీ మరింత బలహీనపడుతుందని సూచిస్తున్నారు.యాజమాన్యం కీలక బాధ్యతల్లో ఒకటి అప్పులను తీర్చడం. పెట్టుబడిదారులు దీనిని అంచనా వేసేందుకు “అప్పు-ఈక్విటీ నిష్పత్తి” అనే ప్రాథమిక సూత్రం ఉపయోగిస్తుంటారు. ఒక కంపెనీ తన ఈక్విటీకి మించి ఎక్కువ అప్పులను కలిగి ఉంటే, దాని లాభాల్లో గణనీయమైన భాగం వ్యాపార వృద్ధికి బదులుగా వడ్డీ చెల్లింపులకే వెళ్తుందని గమనించాలి. ముఖ్యంగా ఆదాయాలు పడిపోయినప్పుడు లేదా వడ్డీ రేట్లు పెరిగినప్పుడు అధిక రుణ స్థాయిలు తీవ్రమైన ఆర్థిక ఒత్తిడిని కలిగించే ఛాన్స్ ఉంటుంది. అందుకే ఇన్వెస్టర్స్ సాధారణంగా ఆర్థిక వెసులుబాటును కొనసాగించేందుకు తమ అప్పులను నియంత్రించదగిన పరిమితుల్లో ఉంచే సంస్థలకే ఎక్కువ ప్రాధాన్యం ఇవ్వాలని చెబుతున్నారు నిపుణులు.స్టాక్స్‌లో పెట్టుబడి పెట్టే వ్యక్తులు సంస్థ భవిష్యత్తును అంచనా వేయడం కూడా ముఖ్యం. దీన్ని అంచనా వేయడం మన పదవీ విరమణ ప్రణాళిక వంటిది. రాబోయే దశాబ్దానికి వ్యాపారాన్ని యాజమాన్యం ఎలా సన్నద్ధం చేస్తుందో పరిశీలించడం దీనిలో ఉంటుంది. ఇది తరచూ వారి మూలధన వ్యయ ప్రణాళికల ద్వారా అర్థమవుతుంది. సంస్థ ఆధునిక సాంకేతిక పరిజ్ఞానం, కొత్త కేంద్రాలు, ఆర్అండ్‌డీలో ఇన్వెస్ట్ చేస్తోందా లేదా గమనించాలి.ఫ్యూచర్‌లో సాంకేతికత లేదా వినియోగదారుల ప్రాధాన్యతలలో వచ్చే మార్పులకు సిద్ధపడకుండా, కేవలం వర్తమానంపై మాత్రమే దృష్టి సారించే కంపెనీ చివరికి పోటీలో విఫలం కావచ్చని గుర్తుంచుకోవాలి. వ్యూహాత్మక ప్లాన్, యాజమాన్యం నుంచి వచ్చే స్పష్టమైన ఇన్ఫర్మేషన్ ఈ సంసిద్ధతకు కీలక సూచికగా భావించాలంటున్నారు నిపుణులు. ఇవన్నీ ఒకదానితో ఒకటి అనుసంధానమై ఉంటాయి. కాబట్టి, విడివిడిగా చూడొద్దంటున్నారు.ఉదాహరణకు ఒక సంస్థ అధిక లాభాల వృద్ధిని చూపించవచ్చు. కానీ, ఆ వృద్ధి పూర్తిగా పెరుగుతున్న అప్పుల ద్వారానే వస్తే, దాని ఆర్థిక ఆరోగ్యం గురించి కాస్త ఆలోచించాల్సిందే అంటున్నారు నిపుణులు. అలాగే, బలమైన నగదు నిల్వలు ఉన్నప్పటికీ, వృద్ధి కోసం దానిని యూజ్ చేయనట్లయితే చేజారిన అవకాశాలను సూచిస్తుంది. కాబట్టి, అన్ని అంశాలనూ పరిశీలిస్తూ, దీర్ఘకాలిక లక్ష్యంతో పొదుపు చేసినప్పుడే పెట్టుబడిదారులు విజయం సాధిస్తారని చెబుతున్నారు నిపుణులు.

టవర్లు అవసరం లేకుండా ఇంటర్నెట్

జియో భారీ ప్రాజెక్టు సిద్ధం!

శాటిలైట్ నెట్‌వర్క్‌పై జియో దృష్టి

ఆకాశ్ అంబానీ కీలక ప్రకటన

భారత్‌కు సొంత ఎల్ఈఓ వ్యవస్థ లక్ష్యం

దూర ప్రాంతాలకు ఇంటర్నెట్ అందించే అవకాశం

ప్రాజెక్టు గడువు ఇంకా ప్రకటించలేదు

మొబైల్ టవర్లు చేరని ప్రాంతాల్లో కూడా ఇంటర్నెట్ అందాలంటే ఏం చేయాలి దీనికి సమాధానంగా ఇప్పుడు అంతరిక్షాన్ని ఉపయోగించుకునే దిశగా అడుగులు వేస్తోంది జియో. భారత్‌కు సొంతంగా ఉపగ్రహాల నెట్‌వర్క్ ఏర్పాటు చేసే అవకాశాలను పరిశీలిస్తున్నట్లు రిలయన్స్ జియో ప్రకటించింది.జియో ఛైర్మన్ ఆకాశ్ అంబానీ ఈ విషయాన్ని వెల్లడించారు. భారత్ కోసం ప్రత్యేకంగా తక్కువ ఎత్తులో భూమి చుట్టూ తిరిగే ఉపగ్రహాల వ్యవస్థను అభివృద్ధి చేసే అంశాన్ని పరిశీలిస్తున్నామని చెప్పారు. ప్రస్తుతం ప్రపంచవ్యాప్తంగా శాటిలైట్ ఆధారిత ఇంటర్నెట్ సేవలపై ఆసక్తి పెరుగుతోంది. ముఖ్యంగా దూర ప్రాంతాలు, కొండ ప్రాంతాలు, దీవుల వంటి చోట్ల ఇంటర్నెట్ అందించడంలో ఈ సాంకేతికత కీలకంగా మారుతోంది.జియో ప్రతిపాదిస్తున్న వ్యవస్థను ఎల్ఈఓ (లో ఎర్త్ ఆర్బిట్) శాటిలైట్ కాన్స్టిలేషన్ అంటారు. ఇందులో వందల సంఖ్యలో లేదా వేల సంఖ్యలో ఉపగ్రహాలు భూమికి దగ్గరి కక్ష్యలో తిరుగుతాయి. దీంతో సాధారణ శాటిలైట్ సేవలతో పోలిస్తే వేగవంతమైన ఇంటర్నెట్ అందించే అవకాశం ఉంటుంది. ఈ ప్రాజెక్టు అమల్లోకి వస్తే జియో ప్రపంచంలోని అతికొన్ని సంస్థల సరసన నిలవనుంది. ప్రస్తుతం శాటిలైట్ ఇంటర్నెట్ రంగంలో ఎలాన్ మస్క్‌కు చెందిన స్టార్‌లింక్ వంటి సేవలు ఇప్పటికే పనిచేస్తున్నాయి.జియో ఇప్పటికే శాటిలైట్ కమ్యూనికేషన్ రంగంలో భాగస్వామ్యాలను పెంచుకుంటోంది. అలాగే దేశంలోనే గ్రౌండ్ స్టేషన్ల నిర్మాణంపై కూడా దృష్టి సారిస్తోంది. ఈ కేంద్రాల ద్వారానే భూమిపై ఉన్న వినియోగదారులు, అంతరిక్షంలోని ఉపగ్రహాల మధ్య సమాచార మార్పిడి జరుగుతుంది. ఈ నెట్‌వర్క్ ఏర్పాటైతే గ్రామీణ ప్రాంతాలు, అటవీ ప్రాంతాలు, కొండలు, దీవుల్లో ఇంటర్నెట్ సేవలు మరింత విస్తరించే అవకాశం ఉంది. ఫైబర్ కేబుళ్లు వేయడం కష్టమైన ప్రాంతాల్లో ఇది కీలక పాత్ర పోషించవచ్చు.నిపుణుల అభిప్రాయం ప్రకారం, ఇలాంటి సొంత శాటిలైట్ వ్యవస్థ దేశ భద్రత పరంగా కూడా ఉపయోగపడుతుంది. విపత్తుల సమయంలో కమ్యూనికేషన్ వ్యవస్థలను కొనసాగించడం, అత్యవసర సేవలకు మద్దతు ఇవ్వడం, రక్షణ రంగ అవసరాలకు తోడ్పడటం వంటి ప్రయోజనాలు ఉంటాయి.ఇటీవలి కాలంలో భారత అంతరిక్ష రంగంలో ప్రైవేట్ కంపెనీల భాగస్వామ్యం వేగంగా పెరుగుతోంది. కేంద్ర ప్రభుత్వ సంస్కరణల తర్వాత అనేక స్టార్టప్‌లు కూడా ఈ రంగంలోకి వచ్చాయి. ఈ నేపథ్యంలో జియో తాజా ప్రకటనకు ప్రాధాన్యం ఏర్పడింది. అయితే ఈ ప్రాజెక్టు ఎప్పుడు ప్రారంభమవుతుందనే విషయంపై జియో ఇప్పటివరకు ఎలాంటి గడువు ప్రకటించలేదు.

రిటైర్మెంట్‌కు దగ్గరగా ఉన్నారా

ఈ తప్పులు చేస్తే ఆర్థిక ఇబ్బందులు తప్పవట!

పదవీ విరమణ తర్వాత తీసుకునే నిర్ణయాలతో ఆర్థికపరమైన సమస్యలు

ఈ విషయాల్లో జాగ్రత్తగా ఉండాలంటున్న నిపుణులు!

పదవీ విరమణ.. చాలా మందికి విశ్రాంతి, సంతృప్తిని ఇచ్చే సమయం. కొన్ని సంవత్సరాల పాటు ఉద్యోగ బాధ్యతల్లో నిమగ్నమైన వారికి రిటైర్మెంట్ చాలా అవసరం, అమూల్యమైనది. అయితే ఈ సమయంలో చేసే కొన్ని సాధారణ తప్పులు ఆర్థిక భద్రత విషయంలో వారిని ప్రమాదంలో పడేస్తుంటాయని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. ఎందుకంటే ఆర్థికపరమైన కొన్ని కీలక విషయాల్లో తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోకపోవడం, భవిష్యత్ ఖర్చులను పరిగణనలోకి తీసుకోకపోవడం, ద్రవ్యోల్బణం, ఆరోగ్య సంరక్షణ ఖర్చుల ప్రభావాన్ని తరచూ విస్మరించడం వంటివి చేస్తుంటారని చెబుతున్నారు. ఈ క్రమంలోనే పదవీ విరమణ చేసే సమయంలో, చేసిన తర్వాత వారు చేయకూడని ఆర్థికపరమైన తప్పులేంటో ఈ స్టోరీలో చూద్దాం.ప్రస్తుతం వైద్య ఖర్చులు చాలా వేగంగా పెరుగుతున్నాయి. రిటైర్మెంట్ సమయంలో ఏదైనా పెద్ద జబ్బు వస్తే, వచ్చిన డబ్బు మొత్తం ఆసుపత్రి బిల్లులకే సరిపోతుంది. ఈ క్రమంలోనే ఆకాశాన్నంటుతున్న చికిత్స ఖర్చులు, మందులు, ఆసుపత్రి బిల్లుల నుంచి రక్షణ పొందడానికి ఆరోగ్య బీమా ఆప్షన్ కాదని, తప్పనిసరి అని సూచిస్తున్నారు. సాధారణ కవరేజ్ కోసం ఒక బేస్ ఇండివిడ్యువల్ పాలసీని తీసుకోవడం, పెద్ద క్లెయింల కోసం దానికి ఒక సూపర్ టాప్-అప్‌ను యాడ్ చేయమంటున్నారు. అంతేకాకుండా, అదనపు ఖర్చుల కోసం కొంత డబ్బును ఎల్లప్పుడు దగ్గర ఉంచుకోవడం ముఖ్యమంటున్నారు. ఈ బహుళ అంచెల ఆరోగ్య రక్షణ పరిస్థితులు వృద్ధాప్య జీవితాన్ని దెబ్బతీయకుండా కాపాడతాయంటున్నారు.కొంతమంది స్థిరాస్తి పెట్టుబడులను ప్రధాన ఆదాయ మార్గంగా పరిగణిస్తుంటారు. అంటే రిటైర్ అయిన తర్వాత వచ్చే డబ్బులతో ఇళ్లు లేదా స్థలాలు కొని, వాటి ద్వారా వచ్చే అద్దెలతో బతకాలి అనుకుంటారు. అయితే, పన్నులు, మరమ్మతులు, నిర్వహణ/సొసైటీ ఫీజులు వంటి ఖర్చులు.. అద్దెల ద్వారా వచ్చిన ఆదాయాన్ని మిగలకుండా చేస్తాయని చెబుతున్నారు. ఎందుకంటే వృద్ధాప్యంలో జీవన వ్యయం ఎక్కువగానే ఉంటుంది. కాబట్టి, స్థిరాస్తి ఆదాయంపై ఆధారపడకూడదంటున్నారు. దీనికి బదులుగా 60 ఏళ్లు పైబడిన సీనియర్లు రివర్స్ మార్ట్‌గేజ్‌ను పరిగణనలోకి తీసుకోవడం మేలని సూచిస్తున్నారు. ఈ పథకంలో బ్యాంకులు.. సొంత ఇంటిపై రుణాన్ని అందిస్తాయని.. నివసిస్తున్నంత కాలం క్రమం తప్పకుండా నిర్దిష్ట ఆదాయాన్ని పొందొచ్చంటున్నారు. ఈ పథకంలో మరణం లేదా ఇంటి అమ్మకం వరకు ఈఎంఐ చెల్లింపులు అవసరం

లేదంటున్నారు. ఇది పన్ను రహిత నిధులను అందిస్తుందని.. సొంత స్థిరాస్తులు అమ్ముకోకుండానే నిధులు పొందే అవకాశం ఇందులో ఉంటుందంటున్నారు.చాలా మంది సీనియర్ సిటిజన్లకు ఫిక్స్‌డ్ డిపాజిట్లు గ్యారెంటీ రాబడులతో సురక్షితంగా అనిపిస్తాయి. కానీ, ఆదాయ పన్ను శాఖ వాటి వడ్డీపై పూర్తి ఆదాయ శ్లాబ్ రేటు ప్రకారం పన్ను విధిస్తుందంటున్నారు. దీనివల్ల చేతికి అందే డబ్బు తగ్గిపోతుందని.. పన్ను రూపంలో పెద్ద మొత్తాన్ని కోల్పోయి, మినహాయింపుల తర్వాత తక్కువే మిగులుతుందంటున్నారు. అందుచేత, కొంత మొత్తాన్ని డీప్ డిస్కౌంట్ బాండ్లకు మార్చమని సలహా ఇస్తున్నారు. వీటిపై వచ్చే లాభాలను ఆదాయ పన్ను శాఖ దీర్ఘకాలిక మూలధన లాభాలుగా పరిగణించి కేవలం 12.50% మాత్రమే పన్ను విధిస్తుందని.. దీనివల్ల ఎక్కువ ఆదాయం అందుతుందంటున్నారు. పన్ను పరంగా తెలివైన ఈ చర్య, అదనపు రిస్క్ లేకుండా పదవీ విరమణ జీవితంలో ఆర్థిక భరోసాగా పనిజేస్తుందంటున్నారు. అయితే బాండ్లను కొనుగోలు చేసే ముందు వాటి రేటింగ్‌ను పరిశీలించడం తప్పనిసరి అని సూచిస్తున్నారు.చాలా మంది పదవీ విరమణ అనంతరం స్టాక్స్‌లోని హెచ్చుతగ్గులకు భయపడి వాటిని దూరం పెట్టేస్తారు. కానీ, ఈక్విటీలకు దూరంగా ఉండడం వల్ల 20-30 ఏళ్లలో ద్రవ్యోల్బణం నెమ్మదిగా పొదుపును మింగేస్తుందంటున్నారు. ఈ క్రమంలో పెరుగుతున్న ఖర్చులను అధిగమించి స్థిరమైన దీర్ఘకాలిక వృద్ధి పొందాలంటే పెట్టుబడిలో 10 నుంచి 15శాతం నాణ్యమైన లార్జ్-క్యాప్ స్టాక్స్ లేదా బ్యాలెన్స్‌డ్ ఫండ్లలో ఉంచాలని నిపుణులు సిఫార్సు చేస్తున్నారు. దీనికి సమతుల్యంగా, అత్యవసర పరిస్థితులు, ఆదాయం కోసం 5 నుంచి 7 సంవత్సరాల ఖర్చులకు సరిపడా జీవన వ్యయాలను ఋణ/బాండ్లు వంటి సురక్షితమైన వాటిలో పెట్టుబడిగా పెట్టాలంటున్నారు. ఇలాంటి ఇన్వెస్ట్‌మెంట్‌లు తీవ్రమైన నష్టభయాలు లేకుండా ద్రవ్యోల్బణాన్ని ఎదుర్కొంటూ మూలధనాన్ని కాపాడతాయని వివరిస్తున్నారు.పదవీ విరమణ అంటే కేవలం సేవింగ్స్ మాత్రమే కాదని.. వచ్చిన డబ్బును ఎలా ఖర్చు చేయాలో తెలుసుకోవడం అంటున్నారు నిపుణులు. దీనివల్ల అది 25 సంవత్సరాల పైనే సరిపోతుందని చెబుతున్నారు. కానీ స్పష్టమైన విత్‌డ్రా ప్రణాళిక లేకుండా, చాలా మంది ముందుగానే ప్రయాణాలు, వినోదం కోసం, పిల్లల కోసం అధికంగా ఖర్చు చేసేస్తారని.. దీనివల్ల, తర్వాత సంవత్సరాల్లో వారి వైద్య, ఇతర అవసరాలకు ఏమీ మిగలదంటున్నారు. కాబట్టి, పదవీ విరమణ చేసిన వారు మొదటి సంవత్సరం వారి దగ్గర ఉన్న మొత్తం నిధిలో 4-5 శాతం మొత్తాన్ని పక్కకు తీసి పెట్టడం మంచిదంటున్నారు.

మూడు నెలలు ఆన్‌లైన్‌లో ఫుడ్ ఆర్డర్లు పెట్టిన యువతి

తీరా బిల్లు చూసుకుంటే..!

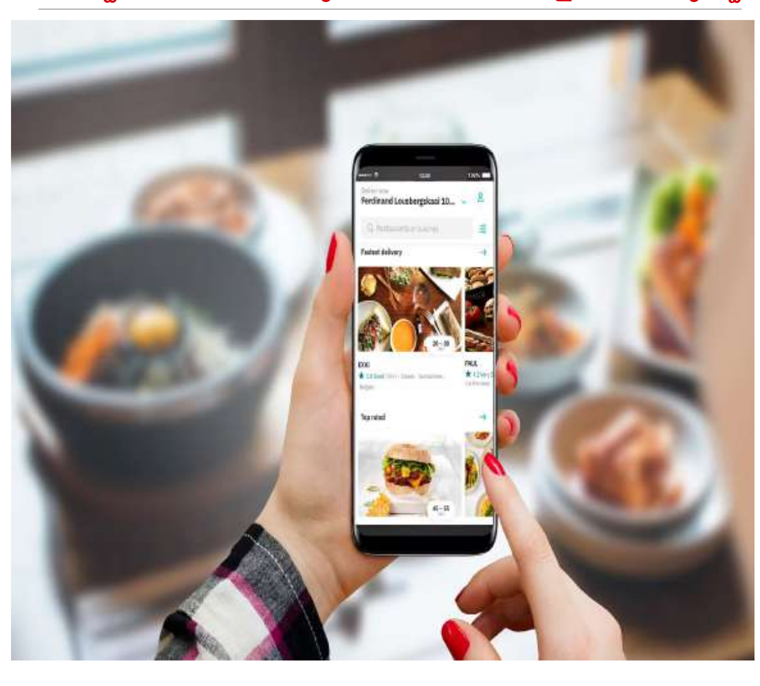
మూడు నెలల్లో ఆహారం కోసం రూ.35,400 ఖర్చు చేశానన్న గురుగ్రామ్ యువతి

రెడ్డిట్‌లో తన ఖర్చుల వివరాలను పంచుకోవడంతో పోస్ట్ వైరల్

ఆన్‌లైన్ ఫుడ్ డెలివరీ యాప్‌లు, రెస్టారెంట్ల వల్లే ఈ భారీ ఖర్చని వెల్లడి

ఖర్చు ఎక్కువైనా భోజనం తర్వాత సంతృప్తి కలగడం లేదని ఆవేదన

ఈ పోస్ట్‌తో నగరాల్లోని జీవన వ్యయం, ఆహారపు అలవాట్లపై నెటిజన్ల మధ్య చర్చ



నగరాల్లోని ఆధునిక జీవనశైలి, ముఖ్యంగా ఆహారపు అలవాట్లపై అవుతున్న ఖర్చు గురించి ఆన్‌లైన్‌లో ఒక పెద్ద చర్చ మొదలైంది. గురుగ్రామ్‌కు చెందిన ఓ యువతి, కేవలం మూడు నెలల్లో తన ఆహారం కోసం ఎంత ఖర్చు చేసిందో వివరిస్తూ సోషల్ మీడియా ప్లాట్‌ఫామ్ రెడ్డిట్‌లో పెట్టిన ఒక పోస్ట్ ఇప్పుడు వైరల్‌గా మారింది. “గత మూడు నెలలుగా నా ఫుడ్ ఖర్చులను ట్రాక్ చేశాను. ఫలితాలు చూసి నిజంగా భయపడ్డాను” అనే లైన్‌తో ఆమె ఈ పోస్ట్ చేసింది.ఆ వివరాల ప్రకారం గురుగ్రామ్‌లో నివసిస్తున్న ఈ యువతి మొదటి నెలలో ఆహారం కోసం రూ.11,400, రెండో నెలలో రూ.13,200, మూడో నెలలో రూ.10,800 ఖర్చు చేసింది. మొత్తం మీద మూడు నెలలకే ఆమె ఫుడ్ బిల్లు రూ.35,400కి చేరింది. ఈ ఖర్చులో ఎక్కువ భాగం జొమాటో వంటి ఫుడ్ డెలివరీ యాప్‌ల ద్వారా, తాను నివసిస్తున్న పేయింగ్ గెస్ట్ వసతి సమీపంలోని రెస్టారెంట్ల ద్వారానే జరిగిందని ఆమె పేర్కొంది. ఇంత డబ్బు ఖర్చు చేస్తున్నప్పటికీ, భోజనం తర్వాత తనకు పెద్దగా సంతృప్తి కలగడం లేదని, అలవాటుగా స్ట్రీమింగ్ ప్లాట్‌ఫామ్‌లలో సమయం గడుపుతున్నానని ఆమె తన అసంతృప్తిని కూడా పంచుకుంది. ఫుడ్ ఖర్చులను తగ్గించుకోవడానికి ఇతరులు ఎలాంటి పద్ధతులు పాటిస్తున్నారని ఆమె ప్రశ్నించింది.ఈ పోస్ట్ నెటిజన్ల నుంచి భిన్నమైన స్పందనలను రాబట్టింది. చాలామంది తమ సొంత అనుభవాలను పంచుకుంటూ, నగరాల్లోని జీవన వ్యయంపై తమ అభిప్రాయాలను తెలిపారు. కొందరు తమ ఆహారం, పానీయాల ఖర్చులు ఇంతకంటే చాలా ఎక్కువగా ఉంటాయని, ముఖ్యంగా ప్రయాణాల్లో ఉన్నప్పుడు ఈ ఖర్చు లక్షల్లో ఉంటుందని కామెంట్లు చేశారు. జీవనశైలిలో సౌకర్యం, ఆనందం కోసం ఆహారంపై చేసే ఖర్చును ప్రతికూలంగా చూడాల్సిన అవసరం లేదని వారు వాదించారు.మరికొందరు దీనికి భిన్నంగా పొదుపు మార్గాలను సూచించారు. కచ్చితమైన బడ్జెట్ వేసుకోవాలని, ఫుడ్ డెలివరీల సంఖ్య తగ్గించుకోవాలని, వంటకు సమయం కేటాయించడం లేదా ఇంట్లోనే భోజనం వండుకోవడం వంటి అలవాట్లతో ఖర్చును గణనీయంగా తగ్గించుకోవచ్చని సలహా ఇచ్చారు. చిన్న చిన్న అలవాట్లను మార్చుకోవడం ద్వారా నెలవారీ ఖర్చుల్లో పెద్ద మార్పు తీసుకురావచ్చని వారు అభిప్రాయపడ్డారు.ఇక, చాలామంది యువతి పరిస్థితి తమకు కూడా ఉందని, తమ నెలవారీ ఫుడ్ ఖర్చులు కూడా సుమారు రూ.11,000 నుంచి రూ.14,000 మధ్య ఉంటున్నాయని తెలిపారు. ఒత్తిడితో కూడిన పనివేళల కారణంగా వంట చేసుకునే సమయం, శక్తి ఉండటం లేదని, దాంతో ఆన్‌లైన్‌లో ఫుడ్ ఆర్డర్ చేయడం విలాసం కంటే అవసరంగా మారిందని వారు పేర్కొన్నారు. అయితే, నెల చివర్లో ఈ ఖర్చులన్నీ కలిపి చూసుకున్నప్పుడు ఆర్థికంగా ఒత్తిడికి గురవుతున్నామని వారు అంగీకరించారు.కొందరు నెటిజన్లు ఈ పోస్ట్‌లోని భావోద్వేగ కోణాన్ని విశ్లేషించారు. ఇక్కడ అసలు సమస్య ఖర్చు చేసిన డబ్బు మాత్రమే కాదని, అంత ఖర్చు చేసినా సంతృప్తి లేకపోవడమే అసలైన ఆందోళన అని వ్యాఖ్యానించారు. నగరాల్లో లభించే సౌకర్యం కోసం సమయాన్ని ఆదా చేస్తున్నప్పటికీ, ఆహార నాణ్యత, భోజనం ద్వారా లభించే ఆనందం విషయంలో రాజీ పడాల్సి వస్తోందని వారు అభిప్రాయపడ్డారు. మొత్తం మీద ఈ ఒక్క పోస్ట్ నేటి తరం నగరవాసులు ఎదుర్కొంటున్న ఆర్థిక, జీవనశైలి సవాళ్లకు అద్దం పడుతోంది.

ఇండియన్స్ పాత ఫోన్‌లు అమ్మట్లేదట.. కారణం ధర కాదు!

పాత ఫోన్లు అమ్మేందుకు 70% మంది వెనుకడుగు

వ్యక్తిగత డేటాపైనే ప్రధాన ఆందోళన

ధర కంటే భద్రతకే ఎక్కువ ప్రాధాన్యం

ఫ్యాక్టరీ రీసెట్‌పై పూర్తి నమ్మకం లేదు

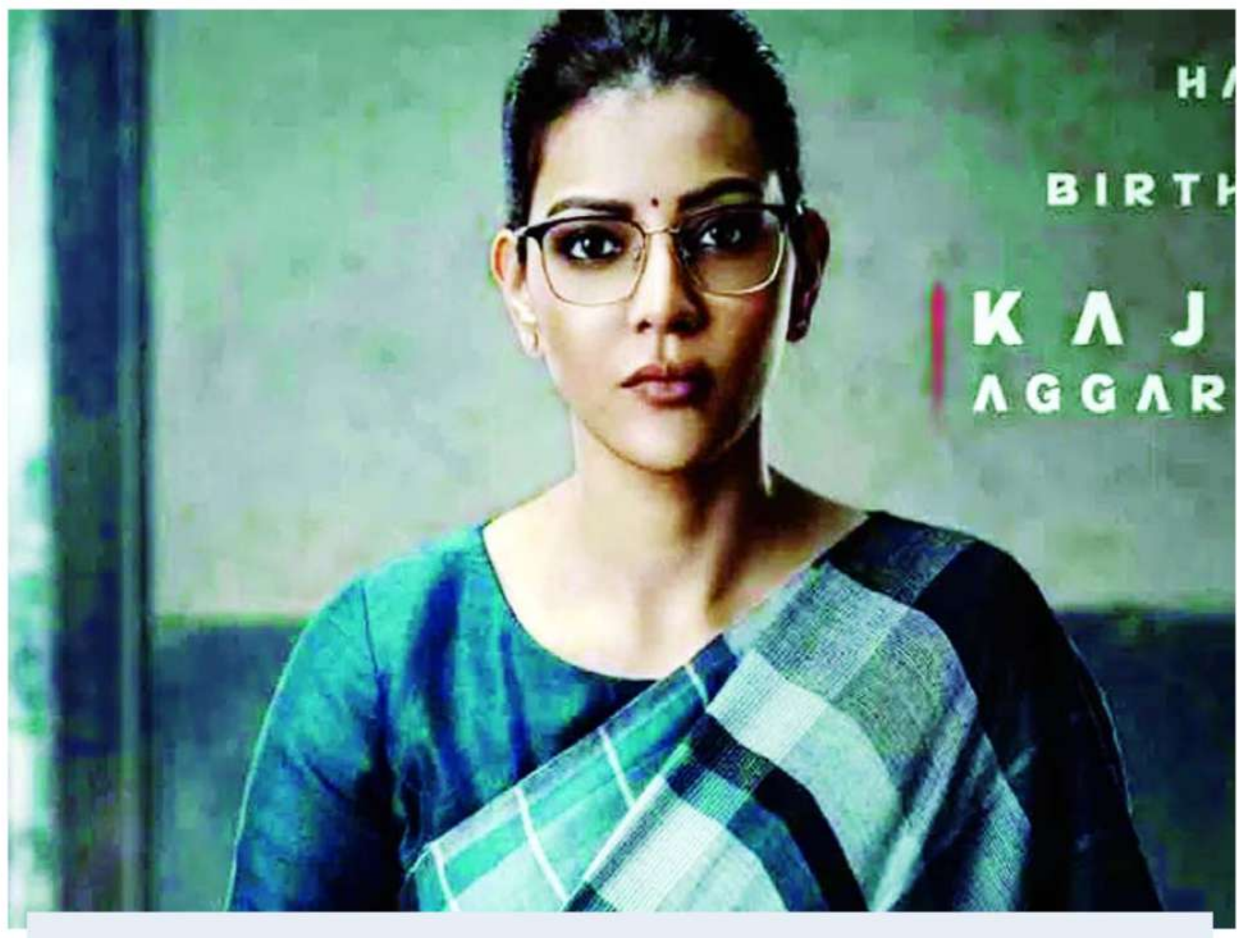
డేటా డిలీషన్ సర్టిఫికెట్‌కు భారీ మద్దతు

పాత స్మార్ట్‌ఫోన్ ఇంట్లో మూలన పడేయడం చాలా మందికి అలవాటే. కొత్త ఫోన్ కొన్న తర్వాత పాతది అమ్మేయొచ్చు. ఎక్స్ఛేంజ్ కూడా చేసుకోవచ్చు. అయినా చాలామంది ఆ అడుగు వేయడం లేదు. కారణం ధర కాదు. ఫోన్‌లోని వ్యక్తిగత సమాచారం బయటకు వెళ్లిపోతుందన్న భయమే. క్యాషిఫై నిర్వహించిన సర్వేలో ఆసక్తికర విషయాలు వెలుగుచూశాయి. 8 వేల మంది అభిప్రాయాలు సేకరించారు. అందులో దాదాపు 70 శాతం మంది పాత ఫోన్ అమ్మడానికి వెనుకాడుతున్నట్లు చెప్పారు. 75 శాతం మందికి తమ వ్యక్తిగత సమాచారం దుర్వినియోగం అవుతుందన్న ఆందోళన ఉంది. బ్యాంక్ వివరాలు, ఫొటోలు, పాస్‌వర్డ్‌లు ఫోన్‌లో ఉండటమే ఇందుకు కారణమని వెల్లడించారు.సర్వేలో పాల్గొన్న వారిలో సగానికి పైగా ఇప్పటికే ఫోన్‌ను అమ్మినట్లు లేదా ఎక్స్ఛేంజ్ చేసినట్లు చెప్పారు. అంటే రీసేల్ మార్కెట్ పెరుగుతోందన్న మాట. కానీ అదే స్థాయిలో భద్రతపై సందేహాలు కూడా పెరుగుతున్నాయి. ఫోన్ అమ్మే వేదికను ఎంచుకునేటప్పుడు 45 శాతం మంది డేటా భద్రతకే ప్రాధాన్యం ఇస్తున్నారు. మంచి ధర ముఖ్యం అని చెప్పిన వారు 29.5 శాతమే ఉండటం గమనార్హం.పాత ఫోన్ ఇచ్చే ముందు 83 శాతం మంది ఫ్యాక్టరీ రీసెట్ చేస్తున్నట్లు తెలిపారు. అయితే అదే సమయంలో 41 శాతం మందికి అది పూర్తిగా డేటాను తొలగించదన్న అవగాహన ఉంది. మరో ముగ్గురిలో ఒకరు గతంలో డిలీట్ చేసిన సమాచారాన్ని తిరిగి

పొందిన అనుభవం ఉందని చెప్పారు. దీంతో ఫ్యాక్టరీ రీసెట్‌పైనే ఆధారపడటం సరిపోదన్న భావన పెరుగుతోంది.సర్టిఫైడ్ డేటా డిలీషన్ సౌకర్యం ఉంటే రీసేల్ ప్లాట్‌ఫామ్‌లపై మరింత నమ్మకం పెరుగుతుందని 69 శాతం మంది చెప్పారు. డేటా పూర్తిగా తొలగించామని తెలిపే సర్టిఫికెట్ చాలా ముఖ్యమని 83 శాతం మంది అభిప్రాయపడ్డారు. అవసరమైతే ఇందుకోసం అదనపు చార్జీ చెల్లించడానికి కూడా సగానికి పైగా మంది సిద్ధంగా ఉన్నారు. స్మార్ట్‌ఫోన్ రీసేల్‌లో డేటా భద్రతపై కఠిన నిబంధనలు అవసరమని 87.2 శాతం మంది కోరారు.

‘అమరన్’ దర్శకుడితో ధనుష్ కొత్త మూవీ..

తమిళ స్టార్ నటుడు ధనుష్ 55వ చిత్రానికి సంబంధించిన క్రేజీ అప్‌డేట్ వచ్చేసింది. ఊ55గా తెరకెక్కుతున్న ఈ పాన్ ఇండియా చిత్రానికి ‘హవీ’ అనే పవర్‌ఫుల్ టైటిల్‌ను ఫిక్స్ చేస్తూ, మేకర్స్ ‘హవీ ఖీఱతీర్ హ్‌తీఱనెవ’ పేరుతో అదిరిపోయే గ్లింప్స్‌ను విడుదల చేశారు. దట్టమైన అడవులు, కొండల నడుమ సాగే ఇంటెన్స్ యాక్షన్ డ్రామాగా ఈ గ్లింప్స్ కట్ చేశారు. అమాయక గిరిజనులను సాయుధ బలగాలు చుట్టుముట్టగా, భయంతో ఉన్న వారంతా ఒక్కసారిగా “అణ్ణా మలైయార్‌కు!” అని నినదించే సీన్ ఒళ్లు గగుర్పొడిచేలా ఉంది. ఆ వెంటనే వర్షం, పొగమంచు మధ్య చేతిలో తుపాకితో ధనుష్ వయలెంట్ అవతారంలో ఎంట్రీ ఇస్తాడు. తుపాకులు పట్టుకున్న బలగాలతో ఒంటిచేత్తో తలపడే యాక్షన్ సీక్వెన్స్‌లు సినిమాపై అంచనాలను ఆకాశానికి చేర్చాయి. ఈ చిత్రాన్ని మేకర్స్ మల్టీ-పార్ట్ సిరీస్‌గా ప్లాన్ చేస్తున్నట్లు తెలుస్తుంది. మొదటి భాగాన్ని తీసుకొస్తున్నారు. ‘అమరన్’ వంటి బ్లాక్‌బస్టర్ తర్వాత వస్తున్న ప్రాజెక్ట్ కావడంతో ‘హవీ’పై భారీ హైప్ నెలకొంది. ఈ చిత్రంలో ధనుష్‌తో పాటు మలయాళ మెగాస్టార్ మమ్ముట్టి, టాలెంటెడ్ హీరోయిన్ సాయి పల్లవి, యంగ్ సెన్సేషన్ శ్రీలీల కీలక పాత్రల్లో నటిస్తున్నారు. అయితే ఫస్ట్ స్ట్రైక్‌లో కేవలం ధనుష్ యాక్షన్ పోర్షన్ మాత్రమే చూపించి, మమ్ముట్టి, సాయి పల్లవి లుక్స్‌ను సస్పెన్స్‌గా ఉంచారు. సాయి పల్లవి ఈ చిత్రంలో పోలీస్ ఆఫీసర్‌గా కనిపించనుందని టాక్. యంగ్ మ్యూజిక్ సెన్సేషన్ సాయి అభ్యంకర్ అందించిన బ్యాక్‌గ్రౌండ్ స్కోర్ గ్లింప్స్‌కు ప్రాణం పోసింది. వండర్‌బార్ ఫిలింస్, ఆర్‌టేక్ స్టూడియోస్ సంయుక్తంగా భారీ బడ్జెట్‌తో ఈ చిత్రాన్ని నిర్మిస్తున్నాయి. గ్లింప్స్‌తో పాటే రిలీజ్ డేట్‌ను కూడా అనౌన్స్ చేశారు. ‘హవీ’ చిత్రం 2026 అక్టోబర్ 16న ప్రపంచవ్యాప్తంగా తెలుగు, తమిళ, కన్నడ, మలయాళ భాషల్లో గ్రాండ్‌గా విడుదల కానుంది.



కాజల్ అగర్వాల్ బర్త్‌డేకు బాలయ్య గిఫ్ట్..

NBK111లో హీరోయిన్‌గా ఎంట్రీ, ఫస్ట్ లుక్ విడుదల

నందమూరి బాలకృష్ణ, మాస్ డైరెక్టర్ గోపీచంద్ మలినేని కాంబినేషన్‌లో తెరకెక్కుతున్న ప్రతిష్ఠాత్మక చిత్రం NBK111 నుంచి మేకర్స్ బిగ్ సర్‌ప్రైజ్ ఇచ్చారు. నేడు హీరోయిన్ కాజల్ అగర్వాల్ పుట్టినరోజు సందర్భంగా ఆమె ఫస్ట్ లుక్ పోస్టర్‌ను విడుదల చేస్తూ చిత్రంలో కాజల్ హీరోయిన్‌గా నటిస్తున్నట్లు అధికారికంగా ప్రకటించారు. దీంతో గత కొన్ని వారాలుగా ఈ ప్రాజెక్ట్‌పై నెలకొన్న ఊహాగానాలకు ఫుల్‌స్టాప్ పడింది. ఈరోజు విడుదల చేసిన ఫస్ట్ లుక్ పోస్టర్‌లో కాజల్ సింపుల్ చీరకట్టులో, కళ్లజోడు ధరించి అత్యంత గంభీరంగా కనిపించింది. కార్యాలయ వాతావరణంలో నిలబడి ఉన్న ఆమె లుక్‌లో సీరియస్‌నెస్, పవర్‌ఫుల్ వైబ్ స్పష్టంగా కనిపిస్తోంది. స్టార్ హీరోయిన్‌ను ఇలా డీ-గ్లామర్ లుక్‌లో చూపించడంతో పాత్రపై క్యూరియాసిటీ ఒక్కసారిగా పెరిగింది. పోస్టర్‌తో పాటు చిత్ర బృందం కాజల్‌కు పుట్టినరోజు శుభాకాంక్షలు తెలుపుతూ, ఈ సినిమా ఆమె కెరీర్‌లో మరో మైలురాయిగా నిలుస్తుందని పేర్కొంది. ‘భగవంత్ కేసరి’ తర్వాత బాలకృష్ణ, కాజల్ కాంబినేషన్‌లో వస్తున్న రెండో చిత్రమిది. ‘భగవంత్ కేసరి’లో కాజల్ పాత్రకు మంచి పేరు వచ్చిన సంగతి తెలిసిందే. అయితే NBK111లో మాత్రం ఆమె పూర్తి స్థాయి కథానాయికగా, కథను మలుపు తిప్పే కీలక పాత్రలో కనిపించనుందని ఫిల్మ్ నగర్ వర్గాలు చెబుతున్నాయి. యాక్షన్, ఎమోషన్‌ల మేళవింపుగా భారీ బడ్జెట్‌తో తెరకెక్కుతున్న ఈ చిత్ర షూటింగ్ ఇప్పటికే శరవేగంగా జరుగుతోంది.

ఫోక్ సింగర్ నాగదుర్గకు బంపర్ ఆఫర్..

ఆ టాప్ బ్యానర్‌లో హీరోయిన్‌గా లక్కీ ఛాన్స్!

‘కాపోళ్ల ఇంటికాడా’, ‘పేరుగల్ల పెద్దిరెడ్డి’, ‘దారి పొంటొతుండు’ వంటి విలక్షణమైన జానపద గీతాలతో, తన అద్భుతమైన నృత్యంతో యూట్యూబ్‌లో మిలియన్ల కొద్దీ వ్యూస్ సొంతం చేసుకున్న ప్రముఖ ఫోక్ సింగర్, డాన్సర్ నాగదుర్గ టాలీవుడ్‌లో బంపర్ ఆఫర్ కొట్టేసింది. డిజిటల్ ప్లాట్‌ఫామ్‌పై తన మార్కు జానపద నృత్యాలతో సెన్సేషన్ సృష్టించిన ఈ తెలంగాణ జానపద కళాకారిణి, ఇప్పుడు ఏకంగా సిల్వర్ స్క్రీన్ పై హీరోయిన్‌గా అదృష్టాన్ని పరీక్షించుకోబోతోంది. ప్రముఖ క్రియేటివ్ డైరెక్టర్ సుకుమార్ కి చెందిన ‘సుకుమార్ రైటింగ్స్’ (ూబఎబఝతీ ఔతీఱఅస్త్రం) మరియు సక్సెస్‌ఫుల్ ప్రొడ్యూసర్ బన్నీ వాస్ కి చెందిన ‘బన్నీ వాస్ ప్రొడక్షన్స్’ సంయుక్తంగా నిర్మిస్తున్న ఒక క్రేజీ ప్రాజెక్టులో నాగదుర్గకు హీరోయిన్‌గా లక్కీ ఛాన్స్ దక్కింది. ఈ సినిమాలో హీరోగా వైవిధ్యమైన పాత్రలతో టాలీవుడ్‌లో తనకంటూ ఒక ప్రత్యేక గుర్తింపు తెచ్చుకున్న ప్రియదర్శి నటించబోతున్నాడు. ఈ సినిమాతో వంశీ రెడ్డి దర్శకుడిగా పరిచయం అవుతున్నాడు. ఇప్పటికే ‘కలివి వనం’ అనే ఓ విలక్షణమైన చిత్రంలో నటించిన నాగదుర్గ, ఆ తర్వాత తమిళంలోనూ ఓ క్రేజీ ప్రాజెక్ట్ లో నటించింది. ఇప్పుడు టాలీవుడ్ లోని మోస్ట్ సక్సెస్‌ఫుల్ బ్యానర్ల నిర్మాణంలో, ప్రియదర్శి సరసన లీడ్ రోల్ పొంది ఇండస్ట్రీలో హాట్ టాపిక్‌గా మారింది. నాగదుర్గ పల్లెటూరి నైపథ్యం, ఆమె సహజ సిద్ధమైన నటన, హావభావాలు ఈ చిత్రానికి ప్రధాన బలం కానున్నాయని తెలుస్తోంది. ఈ కాంబినేషన్‌కు సంబంధించిన మరిన్ని వివరాలు, టైటిల్ మరియు పూర్తి నటీనటుల వివరాలను మేకర్స్ త్వరలోనే అధికారికంగా ప్రకటించనున్నారు. తెలంగాణ బ్యాక్‌డ్రాప్‌లో ఈ సినిమా తెరకెక్కబోతున్నట్లు సమాచారం

భారీతనంతో ఆకట్టుకునేలా ‘నాగబంధం’ ట్రైలర్

రూ.100 కోట్ల బడ్జెట్ అనగానే సాధారణంగా పేరున్న హీరోలనే పెడుతుంటారు. కానీ ఒక సినిమాలో నటించిన అనుభవమున్న విరాట్ కర్ణ అనే కుర్రాడిని పెట్టి తీసిన చిత్రం ‘నాగబంధం’. అనంత పద్మనాభ స్వామి బ్యాక్ డ్రాప్ స్టోరీతో దీన్ని తీశారు. వచ్చే నెల 3న థియేటర్లలో రిలీజ్ కానుంది. ఈ క్రమంలోనే తాజాగా ట్రైలర్ రిలీజ్ చేశారు. భారీతనంతో ఇది ఆకట్టుకుంది. ట్రైలర్ బట్టి చూస్తే అనంత పద్మనాభ స్వామి దేవాలయంలోని స్వర్ణపుష్పం దక్కించుకునేందుకు కొందరు విలన్స్ ప్రయత్నిస్తుంటారు. ఈ ప్రయాణంలో హీరో వాళ్లకు సాయపడాల్సి వస్తుంది. తర్వాత ఏమైంది? హిమాలయాల్లో ఉండే నాగసాధువులు ఎందుకు వచ్చారు? లాంటి అంశాలే స్టోరీలా అనిపిస్తుంది. ప్రతి ఫ్రేమ్‌లో భారీతనం కనిపించింది. యాక్షన్, రక్తపాతం కూడా గట్టిగానే చూపించారు. నభా నటేశ్ హీరోయిన్ కాగా అభిషేక్ నామా దర్శకుడు. ఇందులో నటించిన చాలామంది కొత్తవాళ్లే. వీళ్లపై రూ.100 కోట్ల బడ్జెట్ పెట్టేశారు. మరి తెలుగు ప్రేక్షకుల్ని ఇది ఏ మేరకు మెప్పిస్తుందనేది చూడాలి?

PUBLISHED AND OWNER BY AVANAGANTI ANIL KUMAR Published at 3-83/A, BADANGPET, BALAPUR, RANGAREDDY District TELANGANA - 500058. Printed at SMILYSONLINE 6-7-48, VANASTHALIPURAM SHOPPING COMPLEX, RANGAREDDY District, TELANGANA - 500070. EDITOR AVANAGANTI ANIL KUMAR PRGI NO. : TGTEL/26/A2290 , CELL : 9133444314