

రైతు భరోసా కింద ౨ రోజుల్లో రూ.౨౦౦౦ కోట్లు రైతుల ఖాతాల్లో జమ : సీఎం రేవంత్

తెలంగాణలోని అన్నదాతలకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం తీవ్ర కబురు అందించింది. రాజోమ్ తొమ్మిది రోజుల్లో రైతుల ఖాతాల్లో రూ. 9,000 కోట్ల రైతు భరోసా నిధులను నేరుగా జమ చేయనున్నట్లు ముఖ్యమంత్రి ఎ. రేవంత్ రెడ్డి వెల్లడించారు. హైదరాబాద్ లో మంగళవారం జరిగిన ఒక భారీ బహిరంగ సభలో ఆయన ఈ నిధుల విడుదలకు శ్రీకారం చుట్టారు. ప్రస్తుత వర్షాభావ పరిస్థితులను దృష్టిలో ఉంచుకుని, వ్యవసాయ శాఖ సిఫార్సు చేసిన ఏడు రకాల అధిక దిగుబడినిచ్చే పరి మంగడాలనే రైతులు సాగు చేయాలని సీఎం ఈ సందర్భంగా కోరారు. నిధుల కొరత లేదు. గత 30 నెలల్లో రూ. 20,000 కోట్ల రుణమాఫీ/రైతు భరోసా పథకానికి అవసరమైన బడ్జెట్ అందుబాటులో ఉందని, రైతు వేదికల ద్వారా నాణ్యమైన పరి విత్తనాలను పంపిణీ చేసేందుకు సిద్ధంగా ఉంచామని ముఖ్యమంత్రి స్పష్టం చేశారు. తమ ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వచ్చిన గత 30 నెలల కాలంలో అన్నదాతల సంక్షేమానికి పెద్దపీట వేసిందని ఆయన వివరించారు. ఇప్పటివరకు 25.35 లక్షల మంది రైతులకు ప్రయోజనం చేకూరుస్తూ రూ. 20,000 కోట్ల వ్యవసాయ రుణాలను మాఫీ చేశామని గుర్తుచేశారు. రైతు భరోసా కింద ఇప్పటికా రూ. 36,000 కోట్లు అందించామని, ఇందులో తాము వగ్గాలు చేపట్టగానే ఇచ్చిన రూ. 7,000 కోట్లు కూడా ఉన్నాయని తెలిపారు. ప్రభుత్వం రైతు సంక్షేమం కోసం నెలకు కేవలం రూ. 2,000 కోట్లు మాత్రమే ఖర్చు చేస్తే, తమ కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం నెలకు ఏకంగా రూ. 6,000 కోట్లు వెచ్చిస్తోందని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి గణాంకాలతో వివరించారు. రైతు సమస్యలపై చర్చించేందుకు శాసనసభ ప్రత్యేక సమావేశాన్ని ఏర్పాటు చేసేందుకు తాము సిద్ధంగా ఉన్నామని



ప్రకటించారు. బీఆర్ఎస్ వద్దే పాలనకు, తమ రెండున్నరేళ్ల పరిపాలనకు మధ్య ఉన్న తేడాపై బహిరంగ చర్చకు రావాలని ఆయన ప్రతిపక్షానికి సవాల్ విసిరారు. తెలంగాణను అప్పుల పాలు చేశారు.. అభివృద్ధి పనులు ఆపేది లేదు!గత కేసీఆర్ ప్రభుత్వ హయాంలో మిగులు బడ్జెట్తో

ఉచిత కంటి శాస్త్ర చికిత్సలు



చెన్నార్ ఇంద్రప్రభ జూన్ 30 : చెన్నార్ పట్టణంలో బందారి రాజేశ్వరి ట్రస్ట్ వ్యవస్థాపకులు బందారి లక్ష్మణ్ ఆధ్వర్యంలో చెన్నార్, కోటపల్లి, వేమనపల్లి మండలాలకు చెందిన 20 మంది నిరుపేదలకు ఉచిత కంటి శాస్త్ర చికిత్స చేసినట్లు వైద్యులు పాఠం మహాత్ తెలిపారు. బందారి రాజేశ్వరి ట్రస్ట్ ద్వారా ఇప్పటికే వందలాది ఉచిత కంటి అపరేషన్లు నిర్వహించడం జరిగిందన్నారు. నిరుపేదలకు కంటి చూపును అందించడంలో ట్రస్ట్ ముందు వరసలో ఉండడం అభినందనీయమని తెలిపారు. కార్యక్రమం లో ట్రస్ట్ వ్యవస్థాపకులు బందారి లక్ష్మణ్, వైద్య సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

మహాంకాళి వాడలో కార్టన్ సెర్వ్

చెన్నార్ ఇంద్రప్రభ జూన్ 30 : చెన్నార్ పట్టణంలోని మహాంకాళి వాడలో పోలీసులు ఆకస్మిక తనిఖీలు నిర్వహించారు కాలనీలోని కొందరు యువకులు చెడు వ్యవసాలకు అలవాటు పడి అక్రమ కార్యకలాపాలకు పాల్పడుతున్నారనే ప్రజా ఫిర్యాదుల నేపథ్యంలో పోలీసులు కమ్యూనిటీ కాంటాక్ట్ కార్యక్రమాన్ని చేపట్టారు. ..ఈ సందర్భంగా పట్టణ సీబి బన్నిలార్ ఆధ్వర్యంలో కాలనీలో విస్తృతంగా తనిఖీలు నిర్వహించి ప్రజలకు అవగాహన కల్పించారు తనిఖీల్లో భాగంగా పలు కిరాణా దుకాణాల్లో అక్రమంగా నిల్వ ఉంచిన మద్యాన్ని స్వాధీనం చేసుకుని సీజ్ చేశారు అదేవిధంగా, సరైన ద్రువపత్రాలు లేని 50 ద్విచక్ర వాహనాలు, రెండు ఆటోలను పోలీసులు సీజ్ చేశారు. ద్రంకెన్ డ్రైవ్ నిర్వహించగా ఇద్దరిపై కేసులు నమోదు చేసినట్లు సీబి బన్నిలార్ తెలిపారు



పౌర హక్కుల దినోత్సవం

గంగాధర, జూన్ 30 (ఇంద్ర ప్రభ) : గంగాధర మండలంలోని సర్కార్ పేట గ్రామంలో మంగళవారం పౌర హక్కుల దినోత్సవాన్ని ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో రాజ్యాంగం కల్పించిన పౌర హక్కులు, సమానత్వం, సామాజిక న్యాయం, మానవ హక్కుల పరిరక్షణపై ప్రజలకు అవగాహన కల్పించారు. కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథులుగా మండల ఎంపీడీవో దమ్మని రాము, ఎంఈఓ ఎలిగేటి మల్లికార్జున్, డీటీ రమేష్ బాబు, ఎంపీఓ ప్రతాప్, ఆర్ఓ సంతోష్ కుమార్, గ్రామ సర్పంచ్ కర్నాట తిరుపతి పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ రాజ్యాంగం ప్రతి పౌరుడికి సమాన హక్కులు కల్పించిందని, వాటిని ప్రతి ఒక్కరూ తెలుసుకొని బాధ్యతాయుతంగా వినియోగించుకోవాలని సూచించారు. సమాజంలో వివక్షకు తావులేకుండా సామరస్య వాతావరణం నెలకొల్పేందుకు ప్రతి ఒక్కరూ కృషి చేయాలని పిలుపునిచ్చారు. మండల అంబేద్కర్ సంఘం అధ్యక్షుడు ప్రవీణ్, నాయకులు ద్వాప శ్రీనివాస్ మాట్లాడుతూ భారత రాజ్యాంగ నిర్మాత డాక్టర్ బి.ఆర్. అంబేద్కర్ ఆశయాలకు అనుగుణంగా సమానత్వం, సౌభ్రాతృత్వం, సామాజిక న్యాయం సాధనకు ప్రతి ఒక్కరూ కృషి చేయాల్సిన అవసరం ఉందన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో వివిధ శాఖల అధికారులు, గ్రామంలోని కుల సంఘాల నాయకులు, ప్రజాప్రతినిధులు, గ్రామ పెద్దలు, యువత, మహిళలు, గ్రామ ప్రజలు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు. కార్యక్రమం విజయవంతంగా ముగిసింది.



ఆయిల్ పామ్ సాగుకు ముందుకు రావాలి వెయ్యికి పైగా ఎకరాల్లో నాటేందుకు ప్రణాళికలు జిల్లాలో ఎరువులకు కొరత లేదు జిల్లా కలెక్టర్ గలమ అగ్రవాల్ ఎల్లారెడ్డిపేట మండలం రాచర్ల గొల్లపల్లిలో ఆయిల్ పామ్ మొక్కలు నాటే కార్యక్రమాన్ని బుధవారం నిర్వహించగా, జిల్లా కలెక్టర్ గలమ అగ్రవాల్ హోజర్ మొక్కలు నాటారు. జిల్లా కలెక్టర్ గలమ అగ్రవాల్ మాట్లాడుతూ.. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం, సీఎం రేవంత్ రెడ్డి ఆదేశాలకు అనుగుణంగా జిల్లాలో ప్రజా పాలన ప్రగతి ప్రణాళిక లో భాగంగా పంటల వైవిధ్యం, ఆయిల్ పామ్ సాగుపై అవగాహన సదస్సులు నిర్వహించామని తెలిపారు. అలాగే రైతు వేదికలు, పీఏసీ ఎన్ లలో అవగాహన కార్యక్రమాలు నిర్వహించామని పేర్కొన్నారు. ఆయిల్ పామ్ సాగుతో దీర్ఘ కాలం పాటు ఆదాయం సమకూరుతుందని వివరించారు. జిల్లాకు సరిహద్దుల్లోని సిద్దిపేట జిల్లాలో సర్కార్ వద్ద ఆయిల్ పామ్ ఫ్యాక్టరీ అందుబాటులోకి వచ్చిందని వెల్లడించారు. జిల్లాలో ఆయిల్ పామ్ సాగు చేసేందుకు రైతులు ముందుకు వస్తున్నారని పేర్కొన్నారు. వెయ్యిపైగా ఎకరాల్లో ఆయిల్ పామ్ మెగా ఫ్లాంటేషన్ కు వ్యవసాయ శాఖ, ఉద్యానవన శాఖ, సహకార శాఖ, డీవ్, మొక్కలు పంపిణీ చేసే కంపెనీలు సంయుక్తంగా ఏర్పాటు చేస్తున్నాయని తెలిపారు. బుధవారం జిల్లాలోని ఎల్లారెడ్డిపేట, బోయినపల్లి, తంగళ్లపల్లి, ఇల్లంతకుంట మండలాల్లో కలిపి 34 ఎకరాల్లో ఆయిల్ పామ్ మొక్కలు నాటామని వెల్లడించారు. గొల్లపల్లిలో రైతు రాజేందర్ రెడ్డి 18 ఎకరాల్లో ఆయిల్ పామ్ మొక్కలు నాటారని తెలిపారు ప్రస్తుత వాతావరణ పరిస్థితుల్లో దృష్టిపై రైతులు వ్యవసాయ శాఖ అధికారుల సూచనల మేరకు పంటలు సాగు చేయాలని సూచించారు. జిల్లాలో ఎరువులకు కొరత లేదని స్పష్టం చేశారు. యూరియా కావలసిన రైతులు ఫెర్టిలైజర్ యూజ్ లో తమ వివరాలు సమాను చేసుకుని కొనుగోలు చేయాలని పిలుపు నిచ్చారు. రైతు వేదికలు, ప్రాథమిక వ్యవసాయ సహకార సంఘాలు, ప్రైవేట్ డీలర్ల వద్ద సహాయకులు అందుబాటులో ఉన్నారని తెలిపారు. రైతులు ఆందోళన చెందవద్దని, వ్యవసాయ శాఖ అధికారులను సంప్రదించాలని జిల్లా కలెక్టర్ గలమ అగ్రవాల్ సూచించారు. కార్యక్రమంలో మార్కెట్ కమిటీ చైర్ పర్సన్ సబ్బా బేగం, మండల ప్రత్యేక అధికారి అప్పల బేగం, ఉద్యానవన శాఖ అధికారి శరత్, తహసీల్దార్ సుజాత, ఎంపీడీఓ సత్యయ్య, సర్పంచ్ కొండ రమేష్ గౌడ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సిరిసిల్ల లోని బాలాజీ స్పీట్ హౌస్ సీజ్.. రూ. లక్ష జరిమానా! ఖారా మిక్చర్ లో...బల్లి కలకలంపై ఆహార భద్రతా అధికారుల ఉక్కుపాదం..

రాజన్నసిరిసిల్ల జిల్లా, జూలై 01, ఇంద్రప్రభ : రాజన్న సిరిసిల్ల జిల్లా కేంద్రంలోని ప్రముఖ 'బాలాజీ స్పీట్ హౌస్'పై అధికారులు ఉక్కుపాదం మోపారు. ఈ దుకాణంలో విక్రయించిన ఖారా (మిక్చర్) ప్యాకెట్ లో బల్లి కనిపించిన ఘటనపై ఆహార భద్రతా, మున్సిపల్ అధికారులు సంయుక్తంగా కఠిన చర్యలు చేపట్టారు. దుకాణంతో పాటు స్పీట్ తయారీ కేంద్రాన్ని సీజ్ చేయడంతో పాటు భారీ జరిమానా విధించారు. ఖారాలో బల్లి వచ్చిన ఉదంతం సామాజిక మాధ్యమాల్లో వైరల్ కావడంతో, స్పందించిన జిల్లా ఫుడ్ సేఫ్టీ అధికారి అనూప నేతృత్వంలో... అధికారులు సదరు స్పీట్ హౌస్ లో ఆకస్మిక తనిఖీలు నిర్వహించారు. తయారీ కేంద్రంలో నిబంధనలకు విరుద్ధంగా, అత్యంత అపరిశుభ్ర వాతావరణంలో తినబందారాలు తయారు చేస్తున్నట్లు అధికారులు గుర్తించారు. అక్కడ నిల్వ ఉంచిన నాణ్యత లేని, కాలం చెల్లిన ఆహార తయారీ కేంద్రంతో పాటు.. విక్రయ దుకాణాన్ని స్పీట్ హౌస్ వారి వాహనంలో పారవేయించి, ధ్వంసం చేశారు. ప్రజలు ఆరోగ్యంతో ఆటలాడితే సహించేది లేదని అధికారులు స్పష్టం చేశారు. నిబంధనలు ఉల్లంఘించినందుకు గానూ మున్సిపల్ అధికారులు సదరు యాజమాన్యానికి రూ. 1 లక్ష జరిమానా విధించారు. అదేవిధంగా ఫుడ్ సేఫ్టీ నిబంధనల ప్రకారం స్పీట్ తయారీ కేంద్రంతో పాటు.. విక్రయ దుకాణాన్ని స్పీట్ హౌస్ వారి వాహనంలో పారవేయించి, ధ్వంసం చేశారు. ప్రజలు ఆరోగ్యంతో ఆటలాడితే సహించేది లేదని అధికారులు స్పష్టం చేశారు. నిబంధనలు ఉల్లంఘించినందుకు గానూ మున్సిపల్ అధికారులు సదరు యాజమాన్యానికి రూ. 1 లక్ష జరిమానా విధించారు. అదేవిధంగా ఫుడ్ సేఫ్టీ నిబంధనల ప్రకారం స్పీట్ తయారీ కేంద్రంతో పాటు.. విక్రయ దుకాణాన్ని స్పీట్ హౌస్ వారి వాహనంలో పారవేయించి, ధ్వంసం చేశారు. ప్రజలు ఆరోగ్యంతో ఆటలాడితే సహించేది లేదని అధికారులు స్పష్టం చేశారు.



దేవునిగూడలో పామాయిల్ సాగుపై అవగాహన సదస్సు

జన్నారం, జూలై 1 (ఇంద్రప్రభ): మండలంలోని దేవునిగూడ గ్రామంలో పామాయిల్ సాగుపై రైతులకు అవగాహన సదస్సు నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమానికి మాట్రిక్ కంపెనీ సీఈఓ ఉదయ్ కుమార్ ముఖ్య అతిథిగా హోజర్ రైతులకు పామాయిల్ సాగు పద్ధతులు, తోటల యాజమాన్యం, దిగుబడి పెంపు, మార్కెట్ అవకాశాలు మరియు ఆర్థిక ప్రయోజనాలపై వివరించారు. పామాయిల్ సాగు తక్కువ నిర్వహణ ఖర్చుతో దీర్ఘకాలికంగా స్థిరమైన ఆదాయాన్ని అందించే పంట అని పేర్కొంటూ, రైతులు ఈ పంట సాగుపై ఆసక్తి చూపాలని ఆయన సూచించారు. రైతుల సందేహాలకు సమాధానాలు ఇస్తూ సాగులో తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలను వివరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో మాట్రిక్ కంపెనీ ఫీల్డ్ ఎగ్జిక్యూటివ్ ఎంబిడి కవిత, రైతులు గుర్రం గోపాల్ రెడ్డి, కల్లెం బాబు రెడ్డి, కల్లెం తిరుపతి రెడ్డి, కల్లెం లచ్చారెడ్డి, సింగిరెడ్డి సుధాకర్ రెడ్డి, గుర్రం గంగారెడ్డి, కల్లెం ప్రవీణ్ రెడ్డి, తోట మధాకర్, ఆసే వెంకటేశ్, మునిగెల భూచన్, గూడ కిరణ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.



అభివృద్ధి పనులకు భూమి పూజ

ఇంద్ర ప్రభ రాయకల్ జూలై 1 రాయకల్ మండల మహిళా పూర్ గ్రామంలో గ్రామపంచాయతీ నిధులతో చేపట్టనున్న అభివృద్ధి పనులను భూమిపూజ చేసి ప్రారంభించి, గ్రామంలో 5 గురు లద్దీదారులకు మంజూరైన ఇందిరమ్మ ఇళ్ల గృహ ప్రవేశ కార్యక్రమానికి హాజరై శుభాకాంక్షలు తెలిపి చీర కానుకగా అందజేసిన జగిత్యాల ఎమ్మెల్యే దా సంజయ్ కుమార్ గారు. ఈ కార్యక్రమంలో అత్యున్నత కౌశిల్య గంగారెడ్డి సర్పంచ్ తలారా నాగమణి రాజేష్ ఉప సర్పంచ్ దొంగ ప్రజయ్, సింగల్ విండో చైర్మన్ ఏనుగు మల్లారెడ్డి మాజీ ఐఎంఐ చైర్మన్ గన్నె రాజరెడ్డి, కోల శ్రీనివాస్, రవీందర్ రావు, సురేందర్ నాయక్, బెజ్జంకి మోహన్, వార్డ్ సభ్యులు బొమ్మెల లక్ష్మి బాబు, నేమిళ్ల లత, లింగంపల్లి లక్ష్మణ్, కొల నారాయణ, వన్నెల వికాస్ బాలయ్య, మండల సర్పంచులు, మాజీ ప్రజా ప్రతినిధులు, నాయకులు, మహిళలు, యువత, గ్రామస్థులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.



ఐజేయు కృషితో జర్నలిస్టుల పిల్లలకు సూల్ ఫీజులో 50 శాతం రాయితీ సర్కులర్ జారీ చేసిన జిల్లా కలెక్టర్ కు ధన్యవాదాలు టీయుడబ్ల్యుజే ఐజేయు జిల్లా అధ్యక్షుడు చీటి శ్రీనివాసరావు



ఇంద్ర ప్రభ రాయకల్ జూలై 1 టీయుడబ్ల్యుజే ఐజేయు కృషితో జిల్లాలో జర్నలిస్టుల పిల్లలకు సూల్ ఫీజులో 50 శాతం రాయితీ లభించిన టీయుడబ్ల్యుజే ఐజేయు జిల్లా అధ్యక్షుడు చీటి శ్రీనివాసరావు అన్నారు. జగిత్యాల జిల్లా కేంద్రంలోని తహసీల్ చౌరస్తా సమీపంలో గల టీయుడబ్ల్యుజే ఐజేయు అనుబంధ ప్రెస్ క్లబ్ లో బుధవారం ఆయన ప్రెస్ మీట్ ఏర్పాటు చేశారు. ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ జర్నలిస్టుల ఇబ్బందులను దృష్టిలో ఉంచుకుని విద్యా సంవత్సరం ప్రారంభం కాకముందే టీయుడబ్ల్యుజే ఐజేయు జిల్లా కార్యవర్గంతో కలిసి సుమారు 550 మంది సభ్యుల్లో చిన్న పిల్లలు ఉన్నవారికి 50 శాతం ఫీజులో రాయితీ కోసం జిల్లా లోని అన్ని ప్రైవేటు విద్యా సంస్థలను సంప్రదించి జిల్లా కమిటీ ద్వారా జిల్లా కలెక్టర్ కు విన్నవించామన్నారు. ఇందుకు సానుకూలంగా స్పందించిన కలెక్టర్ జీవో లేకున్నా మానవతా దృక్పథం తో ప్రైవేటు విద్యా సంస్థల్లో జర్నలిస్టుల పిల్లలకు ఫీజులో 50 శాతం రాయితీ కల్పిస్తూ సర్కులర్ జారీ చేశారని ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ కు జిల్లా కార్యవర్గం పక్షాన ధన్యవాదాలు తెలిపారు. ప్రైవేటు విద్యా సంస్థలతో కూడా ఈ విషయాన్ని చర్చించి అర్హతైన ప్రతి జర్నలిస్టుల పిల్లలకు ఫీజులో 50 శాతం రాయితీ అందేవిధంగా చూస్తామన్నారు. ఎవరికైనా ఈ విషయంలో ఇబ్బందులు ఎదురైతే జిల్లా కార్యవర్గం దృష్టికి తీసుకురావాలని సూచించారు. జర్నలిస్టుల హక్కుల పరిరక్షణతో పాటు సమస్యల పరిష్కారానికి తమ కార్యవర్గం కృషి చేస్తుందని వివరించారు. అయితే కొందరు సభ్యులు ప్రస్తుత టీయుడబ్ల్యుజే ఐజేయు కార్యవర్గం చేపట్టే జర్నలిస్టుల సంక్షేమాన్ని సీరు గార్చే ప్రయత్నం చేస్తున్నారని ఆరోపించారు. అదేవిధంగా జర్నలిస్టుల కుటుంబాలకు జిల్లా వైద్య శాఖ అధికారులతో చర్చించి అన్ని రకాల వైద్య సేవలు అందించే విధంగా వారితో మాట్లాడమని, త్వరలో ఉచిత వైద్య శిబిరం ఏర్పాటుకు వారు సానుకూలంగా స్పందించారన్నారు. యూనియన్ సభ్యులందరికీ గుర్తింపు కార్డులు జారీ చేస్తాం, ఇప్పటికే గుర్తింపు కార్డుల ప్రక్రియ 85 శాతం పూర్తయ్యిందని, మిగతా వారు కూడా వారి వివరాలు జిల్లా బాధ్యులకు అందజేసి సహకరించాలని కోరారు. జిల్లాలో జర్నలిస్టులు హక్కుల పరిరక్షణలో ధ్యేయంగా పని చేస్తున్నాం అని జిల్లా అధ్యక్షుడు చీటి శ్రీనివాసరావు స్పష్టం చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో ప్రధాన కార్యదర్శి బెజ్జంకి సంపూర్ణ చారి, ఉపాధ్యక్షులు గడ్డల హరికృష్ణ, హైదర్ అలీ, కోశాధికారి సినిల్ల వేణు గోపాల్, సహాయ కార్యదర్శి గుర్రం చంద్ర శేఖర్, కార్యవర్గ సభ్యులు సంబు రాజరెడ్డి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పానకల్లో ఎన్ఐఆర్పై అవగాహన సదస్సు

జన్మారం, జూలై 1 (ఇంద్రప్రభ): జన్మారం మండలంలోని పానకల్ మేజర్ గ్రామపంచాయతీలో ఎన్ఐఆర్ (స్పెషల్ ఇంటెన్సివ్ రివిజన్) కార్యక్రమంపై అవగాహన సదస్సు బుధవారం నిర్వహించారు. కార్యదర్శి రాహుల్ రెవెన్యూ ఇన్స్పెక్టర్ సర్పంచ్ జక్క సుబ్బ భూషేష్ ఉప సర్పంచ్ జలపతి అధ్యక్షతన జరిగిన ఈ కార్యక్రమంలో ఓటరు జాబితా ప్రత్యేక సవరణ ప్రక్రియ, కొత్త ఓటర్ల నమోదు, వివరాల సవరణ, అవసరమైన ప్రువచిత్రాల సమర్పణ తదితర అంశాలపై గ్రామస్థులకు అవగాహన కల్పించారు. ఈ సందర్భంగా అధికారులు మాట్లాడుతూ, అర్హత ఉన్న ప్రతి ఒక్కరూ తమ పేరు ఓటరు జాబితాలో నమోదు చేసుకోవడంతో పాటు, వివరాలను పరిశీలించి అవసరమైతే సవరణలు చేయించుకోవాలని సూచించారు. ఎన్ఐఆర్ కార్యక్రమాన్ని విజయవంతం చేసేందుకు గ్రామ ప్రజలు సహకరించాలని కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో గ్రామ కార్యదర్శి రాహుల్, మండల రెవెన్యూ ఇన్స్పెక్టర్ (ఆర్ఐ), బీఎల్ఓలు, వార్డు సభ్యులు, ప్రజాప్రతినిధులు, గ్రామస్థులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.



హోంగార్డులపై వేధింపులు ఆపాలి, అన్యాయ బదిలీలను వెంటనే రద్దు చేయాలి - డిజిపీకి ఎమ్మెల్యే పాడి కౌశిక్ రెడ్డి విజ్ఞప్తి

హుజూరాబాద్ జూన్ 30 ఇంద్రప్రభ: రాష్ట్రంలో ప్రజల భద్రత కోసం రాత్రింబవళ్లు సేవలందిస్తున్న హోంగార్డులను అన్యాయంగా ఇబ్బందులకు గురిచేయడం సరికాదని హుజూరాబాద్ ఎమ్మెల్యే పాడి కౌశిక్ రెడ్డి అన్నారు. తెలంగాణ డిజిపీ వెంటనే జోక్యం చేసుకుని హోంగార్డుల సమస్యలపై ప్రత్యేక దృష్టి సారించి వారికి న్యాయం చేయాలని కోరారు. రాష్ట్రంలో సుమారు 16 వేల మంది, ఉమ్మడి కఠినంగర్ జిల్లాలో సుమారు 1,100 మంది హోంగార్డులు విధులు నిర్వహిస్తున్నారని తెలిపారు. స్వల్ప వేతనంతో కుటుంబాలను పోషిస్తున్న హోంగార్డులను వందల కిలోమీటర్ల దూరాలకు బదిలీ చేయడం వల్ల వారు తీవ్ర ఆర్థిక, కుటుంబ ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్నారని అన్నారు. హుజూరాబాద్, వేములవాడ, మంధని, సిరిసిల్ల తదితర ప్రాంతాల మధ్య హోంగార్డులను తరచూ బదిలీ చేయడం వల్ల వారి జీవనం భారంగా మారిందన్నారు. నెలకు సుమారు రూ.30 వేల వేతనం పొందే హోంగార్డులు ప్రతిరోజూ దూరప్రాంతాలకు ప్రయాణించడం సాధ్యంకాదని పేర్కొన్నారు. మానవీయ కోణంలో ఆలోచించి ఈ బదిలీలను వెంటనే పునఃమిశ్రించాలని డిమాండ్ చేశారు. గతంలో కఠినంగర్ పోలీస్ కమిషనరేట్లో హోంగార్డుల నుంచి అక్రమ వసూళ్లు జరిగినట్లు అసెంబ్లీ సాక్షిగా ప్రస్తావించిన విషయాన్ని గుర్తు చేశారు. ఆ ఆరోపణలపై సమగ్ర విచారణ జరిపి బాధ్యులపై చర్యలు తీసుకోవాలని కోరారు. ప్రస్తుతం కొంతమంది హోంగార్డులను ప్రతిపక్ష నాయకులను కలిశారనే పేరుతో బదిలీచేయడం, వారి వివరాలు సేకరించాలని ఒత్తిడి చేస్తున్నారనే ఆరోపణలు వస్తున్నాయని తెలిపారు. ఇటువంటి చర్యలు ప్రజాస్వామ్య స్ఫూర్తికి విరుద్ధమని, ఉద్యోగుల మనోభ్రాంతిని దెబ్బతీస్తాయని విమర్శించారు. హోంగార్డులను వీలైనంత వరకు వారి సొంత జిల్లాల్లో లేదా కొత్త జిల్లా పరిధిలోనే విధులు నిర్వహించేలా చర్యలు తీసుకోవాలని, అన్యాయ బదిలీలను వెంటనే రద్దు చేసి హోంగార్డులకు న్యాయం చేయాలని ఎమ్మెల్యే పాడి కౌశిక్ రెడ్డి డిజిపీని కోరారు.



వైభవంగా శ్రీ సుబ్రహ్మణ్య స్వామి దేవాలయ ప్రమాణస్వీకారం

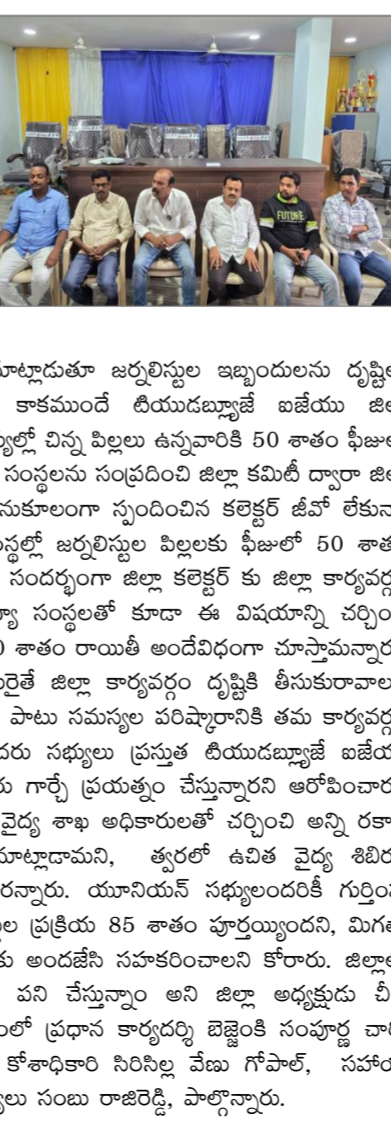


ఇంద్రప్రభ, కంటోన్మెంట్, జూలై 01 : శ్రీసుబ్రహ్మణ్యస్వామి దేవాలయంలో రాజగోపురం నిర్మాణానికి నూతన పాలక మండలి సభ్యులకు, ఆ భగవంతుడు శక్తిసామర్థ్యాలు కల్పించాలని, నూతన పాలకమండలి చైర్మన్ నాగేందర్ యాదవ్ అన్నారు. కంటోన్మెంట్ మారేడుపల్లిలోని శ్రీసుబ్రహ్మణ్య స్వామి దేవాలయ నూతన పాలకమండలి కమిటీ ప్రమాణస్వీకారం మహోత్సవం కన్నుల పండుగగా నిర్వహించారు.

ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్యఅతిథిగా దేవదాయ శాఖ, ఎండోమెంట్ విభాగం ఇన్స్పెక్టర్ అంధాలు హాజరయ్యారు. నూతన పాలకమండలి సభ్యులు గోట్ల గిరిదారి, సాయికుమార్, శివకుమార్, ప్రశాంత్, పద్మణ, సంధ్య, మల్లేష్, కృష్ణానంద, ధర్మోదర, నవీన్ కుమార్, రాజయ్య ల చేత ఈ వో విట్టల్ ఆధ్వర్యంలో ప్రమాణ స్వీకారం చేయించారు. ఈ సందర్భంగా నూతన ఆలయ చైర్మన్ నాగేంద్ర యాదవ్ మాట్లాడుతూ... ఆలయ అభివృద్ధి కోసం నూతన పాలకమండలి సభ్యులం అందరం కలిసి సమిష్టిగా ముందుకు సాగుతామని పేర్కొన్నారు. ఆలయ అభివృద్ధి కోసం దాతలు, భక్తులు సహకరించాలని కోరారు. దాతలను ప్రతి ఒక్కరిని గౌరవించుకోవడం అలయ కమిటీ సభ్యుల బాధ్యత అని తెలియజేశారు. ఆలయ అభివృద్ధి కోసం రేనోవేషన్ కమిటీకి సహకరించిన ఎమ్మెల్యే శ్రీ గణేష్ కు, దేవదాయ శాఖ అధికారులకు, కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులకు ప్రత్యేకంగా ధన్యవాదాలు తెలిపారు. పాలకమండలి సభ్యులు కుటుంబ సమేతంగా పాల్గొని స్వామివారి ఆశీస్సులు పొందారు. కాంగ్రెస్ పార్టీ సీనియర్ నాయకులు బిద్రినాథ్ యాదవ్, సంజీవ్ యాదవ్, ఈశ్వర్ వివేక్ కుమార్, మహేష్ యాదవ్, మోండా బివిజెట్ అధ్యక్షుడు నాగేష్ యాదవ్, వైష్ణవి, నూతన పాలకమండలి సభ్యులను శాలువా, పూల బొకేలతో ఘనంగా సన్మానించారు. ఈ కార్యక్రమంలో పాలకమండలి కుటుంబ సభ్యులు, స్థానిక భక్తులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఐజేయు కృషితో జర్నలిస్టుల పిల్లలకు సూల్ ఫీజులో 50 శాతం రాయితీ సర్కులర్ జారీ చేసిన జిల్లా కలెక్టర్ కు ధన్యవాదాలు టీయుడబ్ల్యుజే ఐజేయు జిల్లా అధ్యక్షుడు చీటి శ్రీనివాసరావు

(ఇంద్రప్రభ), కోరంట్ల, జూలై, (01) టీయుడబ్ల్యుజే ఐజేయు కృషితో జిల్లాలో జర్నలిస్టుల పిల్లలకు సూల్ ఫీజులో 50 శాతం రాయితీ లభించిన టీయుడబ్ల్యుజే ఐజేయు జిల్లా అధ్యక్షుడు చీటి శ్రీనివాసరావు అన్నారు. జగిత్యాల జిల్లా కేంద్రంలోని తహసీల్ చౌరస్తా సమీపంలో గల టీయుడబ్ల్యుజే ఐజేయు అనుబంధ ప్రెస్ క్లబ్ లో బుధవారం ఆయన ప్రెస్ మీట్ ఏర్పాటు చేశారు. ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ జర్నలిస్టుల ఇబ్బందులను దృష్టిలో ఉంచుకుని విద్యా సంవత్సరం ప్రారంభం కాకముందే టీయుడబ్ల్యుజే ఐజేయు జిల్లా కార్యవర్గంతో కలిసి సుమారు 550 మంది సభ్యుల్లో చిన్న పిల్లలు ఉన్నవారికి 50 శాతం ఫీజులో రాయితీ కోసం జిల్లా లోని అన్ని ప్రైవేటు విద్యా సంస్థలను సంప్రదించి జిల్లా కమిటీ ద్వారా జిల్లా కలెక్టర్ కు విన్నవించామన్నారు. ఇందుకు సానుకూలంగా స్పందించిన కలెక్టర్ జీవో లేకున్నా మానవతా దృక్పథం తో ప్రైవేటు విద్యా సంస్థల్లో జర్నలిస్టుల పిల్లలకు ఫీజులో 50 శాతం రాయితీ కల్పిస్తూ సర్కులర్ జారీ చేశారని ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ కు జిల్లా కార్యవర్గం పక్షాన ధన్యవాదాలు తెలిపారు. ప్రైవేటు విద్యా సంస్థలతో కూడా ఈ విషయాన్ని చర్చించి అర్హతైన ప్రతి జర్నలిస్టుల పిల్లలకు ఫీజులో 50 శాతం రాయితీ అందేవిధంగా చూస్తామన్నారు. ఎవరికైనా ఈ విషయంలో ఇబ్బందులు ఎదురైతే జిల్లా కార్యవర్గం దృష్టికి తీసుకురావాలని సూచించారు. జర్నలిస్టుల హక్కుల పరిరక్షణతో పాటు సమస్యల పరిష్కారానికి తమ కార్యవర్గం కృషి చేస్తుందని వివరించారు. అయితే కొందరు సభ్యులు ప్రస్తుత టీయుడబ్ల్యుజే ఐజేయు కార్యవర్గం చేపట్టే జర్నలిస్టుల సంక్షేమాన్ని సీరు గార్చే ప్రయత్నం చేస్తున్నారని ఆరోపించారు. అదేవిధంగా జర్నలిస్టుల కుటుంబాలకు జిల్లా వైద్య శాఖ అధికారులతో చర్చించి అన్ని రకాల వైద్య సేవలు అందించే విధంగా వారితో మాట్లాడమని, త్వరలో ఉచిత వైద్య శిబిరం ఏర్పాటుకు వారు సానుకూలంగా స్పందించారన్నారు. యూనియన్ సభ్యులందరికీ గుర్తింపు కార్డులు జారీ చేస్తాం, ఇప్పటికే గుర్తింపు కార్డుల ప్రక్రియ 85 శాతం పూర్తయ్యిందని, మిగతా వారు కూడా వారి వివరాలు జిల్లా బాధ్యులకు అందజేసి సహకరించాలని కోరారు. జిల్లాలో జర్నలిస్టులు హక్కుల పరిరక్షణలో ధ్యేయంగా పని చేస్తున్నాం అని జిల్లా అధ్యక్షుడు చీటి శ్రీనివాసరావు స్పష్టం చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో ప్రధాన కార్యదర్శి బెజ్జంకి సంపూర్ణ చారి, ఉపాధ్యక్షులు గడ్డల హరికృష్ణ, హైదర్ అలీ, కోశాధికారి సినిల్ల వేణు గోపాల్, సహాయ కార్యదర్శి గుర్రం చంద్ర శేఖర్, కార్యవర్గ సభ్యులు సంబు రాజరెడ్డి, పాల్గొన్నారు.



సంపాదకీయం

జాతీయ రాజకీయాలలో రైతు అజెండా

భారత దేశం ప్రాథమికంగా గ్రామీణ, వ్యవసాయ ఆధారిత దేశం. దేశంలో అత్యధిక ప్రజాసేవకు ఇప్పటికీ గ్రామీణ ఆర్థిక వ్యవస్థపై ఆధారపడి ఉన్నారు. దేశంలో ప్రజా ప్రతినిధులతో అత్యధికంగా గ్రామీణ సేవలపై గలవారే. అయితే స్వాతంత్ర్యం సిద్ధించిన 75 ఏళ్లలో గ్రామీణ ఆర్థిక వ్యవస్థ మన ప్రణాళిక వేర్లకు ఏనాడూ ప్రాధాన్యత గల రంగంగా ఉండలేదు. అందుకు ప్రధాన కారణం ఇప్పటి వరకు దేశాన్ని ఏలుతున్న వారెవ్వరికీ జాతీయ రాజకీయాలను నిర్దేశిస్తున్న వారెవరికీ వ్యవసాయంపై, గ్రామీణ రంగంపై తగిన అవగాహన లేకపోవడమే. ఇప్పటి వరకు గ్రామీణ సేవలపై గలవారెవ్వరూ ప్రధానమంత్రి కాలేదు. అటువంటి వారు కనీసం దేశాన్ని పరిపాలిస్తున్న రాజకీయ పార్టీలకు అధ్యక్షులు కూడా కాలేదు. అందుకే జాతీయ రాజకీయ అజెండాలో వ్యవసాయం లేదా రైతులు ఏనాడూ కీలక భాగస్వామ్యం కాలేకపోతున్నారు. ఇప్పటి వరకు రైతులుగా చెప్పుకోనేవారు ఇద్దరే ప్రధాన మంత్రులు కాగలిగారు. వారిలో మొదటిగా చరణ్ సింగ్ పార్లమెంట్ విశ్వాసం పొందలేక రాజీనామా చేయవలసి వచ్చింది. ఆ తర్వాత హెన్రీ దేవగౌడ్ సంవత్సర కాలం కూడా పదవీలో ఉండలేకపోయారు. వారిద్దరూ అవినీతి ఆరోపణలతో లేదా మరో తప్పు చేసి పదవి కోల్పోయారు. విధానాల పట్ల నిబద్ధతే వారిని పదవీకి దూరం చేసింది. దేశానికి రైతేమిన్నముక అని అందరూ చెబుతూ ఉంటారు. కానీ మన ప్రణాళికలు ఏవీ రైతుల సాధికారకతకు ప్రాధాన్యత ఇచ్చిన దాఖలాలు లేవు. అటువంటి పరిస్థితులలో కేసీఆర్ ప్రారంభించిన జాతీయ రాజకీయ పక్షం బిఆర్ఎస్ రైతు అజెండాగా జాతీయ రాజకీయాలలోకి రావడం హర్షణీయం. తాము కిసాన్ రాజ్యం తెస్తామని చెప్పడం ఆనందం కలిగిస్తుంది. బిఆర్ఎస్ ఎన్ని సీట్లు గెలుచుకుంటుందో, అధికారంలో ఏ మేరకు భాగస్వామి కాగలరో వేరే విషయం. వ్యవసాయరంగం అంశాలపై, రైతు సాధికారకతపై జాతీయ స్థాయిలో ఒక చర్చను ప్రారంభించడానికి, అన్ని రాజకీయ పార్టీలు, కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు రైతులను విస్మరించలేని పరిస్థితులు కల్పించడానికి దోహదపడగలదని ఆశిద్దాము. మొదటిగా స్వాతంత్ర్యం రావడానికి ముందే కాంగ్రెస్ లో వ్యవసాయ విధానం అవసరం అంటూ కిసాన్ అజెండాను ఆచార్య ఎన్జీ రంగా ప్రతిపాదించారు. 1930 దశకంలో ఆయన ఉంచిన అజెండాలో ఆంధ్రాలో ఇప్పటికీ దేశంలోని రైతాంగం ఎదుర్కొంటున్న ప్రధాన సమస్యలు వాటిని గమనించారు. అంటే సుమారు వందేళ్లుగా విధానపరంగా రైతుల సమస్యలపై ప్రభుత్వాల దృష్టిలో మౌలిక మార్పులు కాలేదని స్పష్టం అవుతుంది. స్వాతంత్ర్యం తర్వాత ఆచార్య రంగా ప్రతిపాదించిన అంశాలపై నెహ్రూ ప్రోత్సాహంతో కాంగ్రెస్ ఓ కమిటీని నియమించినా, ఆ కమిటీ సిఫార్సులను కాంగ్రెస్ ఆమోదించ లేదు. 'ఆచార్య రంగా పార్లమెంట్లో ఉన్నంత కాలం నేను రైతు సమస్యలను ఏ విధంగా నిర్ణయం చేయగలను?' అంటూ మా వరసకు నెహ్రూ భయం నడించినా ఆయన విధానం ఎన్నడూ వ్యవసాయానికి అనుకూలం కాదు. ఆచార్య రంగా తర్వాత వ్యవసాయ విధానంపై అలుపెరుగని పోరాటం చేసింది చరణ్ సింగ్. ప్రధాని జవహర్ లాల్ నెహ్రూ, తొలి షానింగ్ కమిషన్ చైర్మన్ పిని మహాలానీలతో ఆర్థిక విధానాలను తీవ్రంగా ప్రతిఘటించి, గాంధీ ఆలోచనలతో ప్రభావితమై స్వాతంత్ర్య భారతంలో ప్రత్యామ్నాయ అభివృద్ధి సమూహాన్ని రైతుల (శ్రేయస్సు) ప్రాతిపదికగా దేశం ముందుంచారు. వ్యవసాయాన్ని గ్రామీణ రంగాన్ని నిర్ణయం చేయించి, పరిశ్రమలు, వాణిజ్యాలకు నెహ్రూ ఇచ్చిన ప్రాధాన్యతతో కాంగ్రెస్లో ఉంటూనే తీవ్రంగా విభేదించారు. స్వాతంత్ర్య భారతదేశంలో మొదటిగా వ్యవసాయ రంగానికి కీలక ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలని వాదించారు. బలమైన వ్యవసాయ రంగం లేకుండా పారిశ్రామిక రంగం అభివృద్ధికి దోహదకరం అయిన స్పష్టం చేశారు. నెహ్రూ రెండో పంచవర్ష ప్రణాళికలో ప్రభుత్వ రంగ సంస్థలకు ప్రాధాన్యత ఇవ్వడాన్ని ఆయన తీవ్రంగా వ్యతిరేకించారు. పారిశ్రామికీకరణ ద్వారా వ్యవసాయం అభివృద్ధి నిధ్యం కాదని హెచ్చరించారు. ప్రభుత్వ ఉద్యోగాలలో రైతుల పిల్లలకు 50 శాతం రిజర్వేషన్లు కల్పించాలని 1939లో కాంగ్రెస్ పార్లమెంటులో ప్రాసెస్ ముందు ప్రతిపాదన ఉంచారు. ప్రధాన మంత్రిగా ఆయన ఒక సభలో పరిశ్రమలో అభివృద్ధికి దారితీసే బీహార్ దేశంలో బాగా అభివృద్ధి చెందిన రాష్ట్రం అయి ఉండవలసింది, కానీ వ్యవసాయ ప్రాతిపదిక గల పంజాబ్ కాదని ఈ సందర్భంగా చెప్పారు. రైతుల అనుకూల విధానాలకు రాజకీయంగా త్యాగాలకు సహితం వెనుకాడలేదు. నెహ్రూ ప్రతిపాదించిన ఉమ్మడి, సహకార వ్యవసాయాన్ని ఆచార్య రంగా, చరణ్ సింగ్ వంటి వారు తీవ్రంగా ప్రతిఘటించారు. ఆ తర్వాత భయం నడించినా గాంధీ వ్యవసాయంలో తీసుకొచ్చిన హాఠితో విప్లవం సహితం రైతుల జీవన ప్రమాణాలు మెరుగు పరచడానికి, వ్యవసాయం గిట్టుబాటు ప్రవృత్తిగా మారడానికి దోహదపడ లేదు. కేవలం గ్రామాల నుండి సంపద పట్టణాలకు వలస వెళ్లేయడే దారి తీసింది. వ్యవసాయ ఉత్పత్తులకు కనీస మద్దతుధర ఇస్తే రైతుల పరిస్థితులు మెరుగువుతాయని రాజకీయ నాయకులు వాదిస్తుంటారు. కానీ అటువంటి దాఖలాలు ఏవీ లేవు. మద్దతు ధరలు కేవలం సుమారు 25 పంటలకు మాత్రమే ఉన్నాయి. వాటిల్లో కూడా వాసులు, నాలుగు పంటలను మాత్రమే మద్దతు ధర లభించిన పక్షంలో ప్రభుత్వం విజ్ఞులు కొనుగోలుచేసే రైతులను ఆదుకోగల వ్యవస్థలు అందుబాటులో ఉన్నాయి. ఆ వ్యవస్థలు సహితం ఆసరణలో రైతులకు వ్యతిరేకంగా, దశాల్లకు, వ్యాపారులకు అనుకూలంగా పని చేస్తూ, నిత్యం రైతులు నిలుపు దోపిడీకి గురవడానికి దోహదం చేస్తున్నాయి. రైతు అనుకూల వ్యవసాయ మార్కెటింగ్ వ్యవస్థ ఏర్పాటు గురించి ప్రభుత్వం శ్రద్ధ చూపడం లేదు. ప్రభుత్వాలు అనుసరిస్తున్న ఎగుమతు, దిగుమతి విధానాలు రైతు నష్ట విరుస్తున్నాయి. రైతుల ఆదాయాలను 2022 నాటికి రైతులపై సైన్యమే ప్రధాన మంత్రి సరేంద్ర్ మోడీ ప్రకటించిన గడువు పూర్తయింది. కానీ, ఈ దిశలో ఏ మేరకు సాధించారో మాత్రం చెప్పలేకపోతున్నారు. ద్రవ్యోల్బణం పరిగణనలోకి తీసుకోలేక గత ఆరోగ్య రైతుల ఆదాయం ఇది వరకన్నా పడిపోయినదని స్పష్టం అవుతుంది. మరోవంక, వారి రుణ భారం కూడా పెరిగింది. పెరిగిన వ్యవసాయ ఉత్పత్తుల ధరల కన్నా, వ్యవసాయ ఉపకరణాలు, ఎరువులు, వ్యవసాయ ఖర్చుల దాదాపు రెట్టింపు అయ్యాయి. జాతీయ ఉపాధి హామీ పథకాన్ని వ్యవసాయం పనులతో అనుసంధానం చేయమని దేశంలోని గ్రామీణ ఉపాధి హామీ పార్టీలు కోరుతున్నా ప్రభుత్వం పెదవి విప్పడం లేదు. 1991లో తీసుకొచ్చిన ఆర్థిక సంస్కరణలు దేశంలో బిలియన్ల సంఖ్య పెంచడానికి, కొందరు పారిశ్రామిక వేత్తలు ప్రపంచంలోనే కుబేరులుగా మారడానికి దోహదపడిన, గ్రామీణ వ్యవసాయ రంగాలలో చెప్పుకోదగిన మార్పులకు దోహదపడలేదు. దేశ రక్షణ రీత్యా కీలకమైన రక్షణ రంగంలో కూడా 100 శాతం విదేశీ ప్రత్యక్ష పెట్టుబడులకు అనుమతిస్తున్న ప్రభుత్వం వ్యవసాయ మార్కెట్లోకి మాత్రం అనుమతి ఇవ్వడం లేదు. పొగాకు, పత్తి, మిరప, పసుపు వంటి వాణిజ్య పరమైన పంటల మార్కెట్లోకి విదేశీ వ్యాపారులను అనుమతిస్తే పోటీ పెరిగి రైతుల ఆదాయం పెరిగే అవకాశం ఉంటుంది. అయితే స్వదేశీ పారిశ్రామిక వేత్తలు, వ్యాపారుల వత్తిడులకు లొంగి ప్రభుత్వం అనుమతి ఇవ్వడం లేదు. ఉల్లి పాయలు నిత్యావసర ఆహార వస్తువులు కావు. పది రూపాయల ధర పెరిగి, రైతుల కొంచెం ఎక్కువ ఆదాయం వస్తుంది అంటే, వెంటనే ప్రభుత్వం ఖరీదైన పంటలకు విదేశీలకు విదేశీలకు ఎగుమతులు ఆపివేస్తుంది. ఉల్లి పాయలను దిగుమతి చేసుకుంటుంది. పర్యవసానంగా రైతులకు వచ్చే ఆదాయం గండి పడుతుంది. పత్తి, మిరప, పొగాకు వంటి పంటల విషయంలో సహితం రైతులకు అటువంటి దుర్భర అనుభవాలు ఎదురవుతున్నాయి. వ్యవసాయ రంగంలో మూడు దశాబ్దాల తర్వాత సంస్కరణలకు సరేంద్ర్ మోడీ ప్రభుత్వం సాహసించి, కొత్త వ్యవసాయ చట్టాలు తీసుకు వస్తున్నారంటే అందరు స్వాగతించారు. అయితే చట్టాలలో కీలక అంశాలలో రైతుల ప్రయోజనాలను విస్మరిస్తున్నారని అనుమానాలు వ్యక్తం అయ్యాయి. మెగా వ్యాపారుల ప్రయోజనాలకు రెడ్డి కార్పొరేట్ పరుస్తున్నారనే భయాలు వెల్లడయ్యాయి. అటువంటి భయాలను నివృత్తి చేసే ప్రయత్నాలు జరగలేదు. అదే సమయంలో మినుములు ధరల కట్టడి పేరుతో విదేశాల నుండి దిగుమతులకు అనుమతి ఇవ్వడంలో రైతుల భయాలు మరింతగా పెరిగాయి. రైతులకు మంచి ధర వచ్చే సమయంలో ప్రభుత్వం ఎగుమతులు చేసే పారిశ్రామిక వేత్తల ప్రయోజనాలకు ప్రాధాన్యత ఇవ్వడంతో ప్రభుత్వంలో రైతుల సమస్యలు అర్థం చేసుకునే వారు లేరని విషయం స్పష్టమైంది. రైతులకు గిట్టుబాటు ధర లభించడం ద్వారా మాత్రమే వ్యవసాయం ప్రోత్సాహం లభించగలదు. అయితే ప్రభుత్వ విధానాలు అన్ని పట్టుబాలో గల ప్రజలకు కారుచవుకా నిత్యావసర ఆహార వస్తువులు అందుబాటులో ఉండడానికి మాత్రమే ప్రాధాన్యత ఇస్తున్నాయి. ప్రపంచంలో ఆహార వస్తువుల విషయంలో భారత దేశంలో వినియోగదారులకు సుమారు 800 శాతం నష్టాన్ని లభిస్తుంది. ఈ నష్టాన్ని రైతులు ఇవ్వడం లేదు. తమ ఉత్పత్తులను కారుచవుకా అమ్మకావడం ద్వారా రైతులు ప్రభుత్వం. ప్రపంచంలో మరెక్కడా అంటే దారుణమైన దోపిడీ రైతుల గురికావడం లేదు. ఇటువంటి నిలుపు దోపిడీ నుండి రైతులకు రక్షణ కల్పించాలి. అప్పుడు మాత్రమే దేశం సుభిక్షం కాగలదు. అందుకనే రైతు అజెండాగా జాతీయ రాజకీయాలలో ఓ మలుపుకు బిఆర్ఎస్ దోహదపడితే విప్లవాత్మక మార్పులకు దారి తీయగలదు.

మెడ పై నల్లటి గీతలు ఆరోగ్యం డేంజర్ లో పడ్డట్టే...

చాలామందికి శరీరంపై కొన్ని ప్రదేశాలలో నల్లటి వలయాలు ఏర్పడుతూ ఉంటాయి. అదేవిధంగా కళ్ళకింద కనిపించే నల్లటి గీతలు గురించి మనం ఎప్పుడు వింటూనే ఉంటాం. ఇవి ఒత్తిడి, నిద్ర లేకపోవడం మూలంగా వస్తూ ఉంటాయి. అయితే మెడ పై కనిపించే నల్లటి గీతలు గురించి ఎప్పుడైనా తెలుసుకున్నారా? ఈ వలయాలు మురికి పేరుకుపోవడం వలన వస్తాయని అందరూ అనుకుంటూ ఉంటారు. అయితే దీనికి అంతర్లత ఇబ్బందుల వలన ఎలా జరుగుతుందని ఎవరికీ తెలియదు. ఈ సమస్యని మీరు కూడా ఎదుర్కొంటే కనుక అది మీ ఆరోగ్యాన్ని డేంజర్ లో పడేసినట్టే అని తెలుసుకోవడం మంచిది. అయితే దీని గురించి కొన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం చాలా ముఖ్యం. మెడపై కనిపించే నల్లటి వలయాలు గురించి అప్రమత్తంగా ఉండడం చాలా ముఖ్యం. అవి మీకు ఏదైనా ఇబ్బంది తెచ్చి పెట్టవచ్చు అని ఆరోగ్య నిపుణులు తెలియజేస్తున్నారు. ఇవి ఫ్రీ డయాబెటిస్ గుణాలు, అంటే మీ శరీరం ప్రస్తుతం షుగర్ వ్యాధికి సంతకాలను తెలుపుతున్నట్లు దీనిని ఎలా తగ్గించుకోవాలి? ఎప్పుడు చూద్దాం. అయితే నిత్యం తీసుకునే ఆహారంలో కొన్ని మార్పులు చేసుకోవాలి. ఎనిమిది గంటలు ప్రశాంతమైన నిద్ర కావాలి. ఒత్తిడి తగ్గించుకోవాలి. బీడీలు, సిగరెట్లు, మద్యం లాంటివాటికి దూరంగా ఉండాలి. లేకపోతే ఇవి ఊపిరితిత్తులకి చెడుని కలిగిస్తాయి. అదేవిధంగా వీటివలన మెడ పై నల్లటి గీతలు వస్తూ ఉంటాయి. లైఫ్ స్టైల్ లో మార్పులు గుండా పుగర్ వ్యాధి లక్షణాలను నివారించుకోవచ్చు. స్కిన్ పై గోధుమ, పసుపు లేదా ఎరుపు రంగు మచ్చలు కనిపించడం మొదలైతే వెంటనే వైద్యుని సంప్రదించాలి. తర్వాత కొన్ని పరీక్షలు చేయించుకోవడం చాలా ముఖ్యం. అదేవిధంగా భుజాలపై నడుముపై వెల్షిల్ చర్మం కనిపిస్తే జాగ్రత్తగా ఉండడం ముఖ్యం. ఎందుకంటే ఇది ఫ్రీ మధుమేహం లక్షణాలలో యాడ్ చేయబడిన ఇన్సులిన్ అధికమయ్యే సంతకం అని వైద్య నిపుణులు జాగ్రత్తగా ఉండాలి అని తెలియజేస్తున్నారు..

శరీరంలోని ఈ భాగాల్లో వాపు ఉంటే అస్సలు నిర్లక్ష్యం చేయకండి..

శరీరంలో ఎక్కడ వాపు ఉన్న దానిని తేలికగా తీసుకోకూడదని ఆరోగ్య నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. శరీరంలో వాపు అనేక వ్యాధులకు సంతకం కావచ్చని హెచ్చరిస్తున్నారు. కొన్నిసార్లు వ్యాధులు శరీరంలోని వాపు, మంటను తేలికగా తీసుకుంటారు. ఇది అలాంటి వారికి ప్రమాదంగా మారుతుంది. చేతులు, కాళ్ళలో వాపు, కళ్ళు వాపు, ముఖం వాపు తీవ్రమైన వ్యాధుల లక్షణాలు. అటువంటి పరిస్థితిలో, మీకు అలాంటి సమస్య ఉంటే వెంటనే వైద్యుడిని సంప్రదించాలని సూచిస్తున్నారు. వ్యాధిని శరీరంలో వాపుకు అనేక కారణాలు ఉండవచ్చు. ఎముకలు, లేదా కండరాలలో నిరంతర నొప్పి, లేదా శరీరంలో ఏదైనా తీవ్రమైన వ్యాధి ఉంటే వాపు కనిపిస్తుంది. ఇంకా శరీరంలో వాపు వచ్చడానికి ప్రధాన కారణాలలో ఒకటి రక్తం లేకపోవడం. చాలా సందర్భాలలో, శరీరంలో రక్తం లేకపోవడం వల్ల, అనేక భాగాలు వాపునకు గురవుతాయి. రక్తం లేకపోవడం వల్ల కళ్ళు, పాదాలలో కూడా వాపు కనిపిస్తుంది. శరీరంలో వాపు తీవ్రమైన వ్యాధులకు దారితీస్తుంది. కిడ్నీ సమస్యలు, డైరాయిడ్ వల్ల వాపు, ఒక్కోసారి డైరాయిడ్ అకస్మాత్తుగా తగ్గిపోవడం వల్ల శరీరంలో వాపు వస్తుంది. డైరాయిడ్ తక్కువగా ఉండటం కూడా వాపుకు ప్రధాన కారణం కావచ్చు. బలహీనమైన గుండె కారణంగా కొన్నిసార్లు వాపు కూడా వస్తుంది. కాలేయంలో ఎలాంటి సమస్య వచ్చినా శరీరంలో వాపు కనిపిస్తుంది. అటువంటి పరిస్థితిలో వాపును అస్సలు విస్మరించవద్దని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. మీ శరీరంలో ఎప్పుడైనా వాపు కనిపిస్తే, కొన్ని ఇంటి నివారణ చిట్కాలు కూడా అవలంబించవచ్చు. అలాగని చెప్పేటప్పుడు లేకుండా సడవకూడదు. పడుకనే ముందు మీ పాదాలకు ఆవల నూనె రాసి మసాజ్ చేసుకోని నిద్రపోండి. దీనివల్ల మంచి ఫలితం ఉంటుంది. ముఖ్యమైన విషయం ఏమిటంటే శరీరంలో వాపు కనిపిస్తే, అస్సలు నిర్లక్ష్యం చేయకుండా వెంటనే డాక్టర్‌ను సంప్రదించడం మరువద్దు. తప్పనిసరిగా డాక్టర్ సలహాలు, సూచనలు పాటించాలి.

వెల్తుల్లి నీరు ఆరోగ్యానికి ఎంత మంచిదంటే?

వెల్తుల్లిలోని ఔషధ గుణాలు ఇది అనేక వ్యాధుల నుంచి రక్షించి ఆరోగ్యంగా ఉంచడంలో చాలా బాగా సహాయపడతాయి. అయితే, వెల్తుల్లి నీటిని రెగ్యులర్‌గా తాగితే చాలా ఆరోగ్యంగా ఉండొచ్చని ఆయుర్వేద నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. మనం ప్రతిరోజూ ఒక గ్లాసు వెల్తుల్లి నీటిని తాగడం వల్ల అనేక సమస్యలు దూరమవుతాయి.. ఆరోగ్యానికి అద్భుతమైన ప్రయోజనాలు చేకూరుతాయని చెబుతున్నారు. ఈ వెల్తుల్లిలో యాంటీ బ్యాక్టీరియల్, యాంటీవైరల్ లక్షణాలు ఉన్నాయి. ఇవి అనేక వ్యాధులను దూరం చేస్తాయి. వెల్తుల్లిలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్ పోటు విటమిన్ బి1, విటమిన్ సి, విటమిన్ బి6 వంటి పోషకాలు పుష్కలంగా లభిస్తాయి. ఇంకా ఆరోగ్యానికి మేలు చేసే మాంగనీస్, కాల్షియం, ఐరన్ కూడా ఉన్నాయి.

క్యాన్సర్ పేషెంట్ల మానసిక వేదన ఎలా ఉంటుందో తెలుసా?



ఇంతకుముందు క్యాన్సర్ అంటే భయపడేవారు కాదు కానీ ఇప్పుడు క్యాన్సర్ అనే పదం సర్వసాధారణం. పిల్లల నుంచి పెద్దల వరకు ఏదో ఒక రకంగా క్యాన్సర్ బారిన పడుతున్నారు. వైద్య ప్రపంచంలో కూడా దీనికి చికిత్స అందుతోంది. ఏది ఏమైనప్పటికీ, క్యాన్సర్ రోగులకు జీవితం సరవమేనవుతుంది నిజం. కేన్సర్ రోగులను ఆదుకునే సంరక్షకుల జీవితాలు ఇక సుఖంగా లేవని వివిధ అధ్యయనాలు వెల్లడిస్తున్నాయి. సంరక్షకుల మానసిక ఆరోగ్యంపై క్యాన్సర్ తీవ్రమైన ప్రభావాలను చూపుతుందని అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి. క్యాన్సర్ రోగుల సంరక్షకుల మానసిక క్షోభ తరచుగా నిర్లక్ష్యం చేయబడుతుందని అధ్యయనం కనుగొంది. కాబట్టి సంరక్షకుల గురించి అధ్యయనం ఏమి చెబుతుంది? సంరక్షకుని మానసిక ఆరోగ్యం క్యాన్సర్ రోగిపై ఎలాంటి ప్రభావం చూపుతుంది? దానికి సంబంధించిన పూర్తి సమాచారం ఇదిగో. క్యాన్సర్ రోగుల సంరక్షకుల జీవన నాణ్యతను తెలుసుకోవడానికి పాటాలోని 'సాక్షి' లోని రేడియోషన్ ఆంకలజీ విభాగం 2021లో ఒక అధ్యయనం నిర్వహించింది. దీని కోసం దేశంలోని మొత్తం 350 మంది క్యాన్సర్ సంరక్షకులను సంప్రదించారు. వీరిలో 264 మంది సంరక్షకులు తది విశ్లేషణకు అర్హులు. ఎంపిక చేసిన 264 మంది సంరక్షకులకు మొత్తం 31 ప్రశ్నలు అడిగారు. ఈ ప్రశ్నలలో ఏడు సంరక్షకులపై భారం గురించి, 13 రోజువారీ దినచర్య సమస్యల గురించి, 8 మొత్తం పరిస్థితికి సానుకూలంగా ఎలా స్వీకరించాలనే దాని గురించి మరియు సంరక్షకుల ఆర్థిక సమస్యల గురించి 3 ప్రశ్నలు అడిగారు. ఇందులోని సర్వే క్యాన్సర్ సంబంధించిన అంతర్జాతీయ ఇన్స్టిట్యూట్ ప్రచురితమైంది. ఈ విధంగా, నిర్వహించిన ఒక సర్వేలో, 54 శాతం మంది సంరక్షకులు క్యాన్సర్ రోగిని భారంగా భావిస్తారు. భారం గురించి అడిగినప్పుడు 54 శాతం మంది ఈ విధంగా సమాధానమిచ్చారు. అలాగే, ఆర్థిక సమస్యల గురించి అడిగినప్పుడు, 55 శాతం మంది తమ ఆర్థిక పరిస్థితి కారణంగా క్యాన్సర్ రోగుల సంరక్షకులుగా పనిచేస్తున్నారని చెప్పారు. కేన్సర్ పేషెంట్ల సంరక్షణకు మంచి జీతం లభిస్తుందనే కారణంతో జనాలు ఈ పనికి వెళ్తున్నారని సర్వేలో తేలింది.

వివాహ సమయంలో అలంకరించిన పేజీ వందిరికి కట్టిన మామిడికాయ తోరణాల పచ్చదనంపలుచబడి ముందే నవ దంపతులు విడిపోవడానికి సిద్ధం అవుతున్నారు. సనాతన దర్శనం సూచించిన వివాహ బంధానికి నిర్వహణలు వాయు వేగంగా మారుతున్నాయి. ఇద్దరు వ్యక్తుల మధ్య సామాజిక ఒప్పందంగా వివాహ బంధాన్ని పరిగణించడం జరుగుతోంది. తాళిని ఎగతాళి చేస్తూ విడాకులకు దారులు తెరుస్తున్నారు. విడాకులను సంక్షిప్త సమస్యగా చూడకుండా, ఇద్దరి మధ్య వెలకొన్న సమస్యకు ఓ మంచి పరిష్కారం తీసుకోవడం జరుగుతున్నది. విడాకులు తీసుకొని పునర్వివాహం లేదా సింగిల్ పేరింట్‌గా జీవించడం సర్వసాధారణం, ఫ్యాషన్ అవుతోంది.

విడాకులు ఓ ప్రపంచ సమస్య ప్రపంచవ్యాప్తంగా మానవ సమాజంలో విడాకులు ఒక ప్రధాన సమస్యగా నిలుస్తున్నాయి. విశ్వవ్యాప్తంగా విడాకుల రేటు 1.80 (ప్రతి వెయ్యి మందిలో) ఉండగా, భారతంలో 1.0 ఉందని గమనించారు. మాల్దీవులు, బెలారస్, యూఎస్ఎ దేశాల్లో విడాకులు అధిక శాతం జరుగుతున్నాయి. తక్కువ విడాకులు నమోదు చేసుకున్న దేశాల జాబితాలో ఇండియా, మెజారిటీ, కెనా, జింబాబ్వే, వియత్నాం, సౌత్ ఆఫ్రికా దేశాలు ఉన్నాయి. ప్రతి వెయ్యి మందిలో 30 మంది భారతీయులు, 400 మంది అమెరికన్లు విడాకులు పొందుతున్నారు.

భారతంలో విడాకుల పర్యాలు దినదినం దేశవ్యాప్తంగా విడాకుల రేటు క్రమంగా పెరుగుతోంది. విడాకులు అనేది ఒక వ్యక్తిగత సమస్య అయినప్పటికీ దాని ప్రభావం సమాజ, కుటుంబ వ్యవస్థలపై అధికంగా పడుతున్నది. ప్రతి వెయ్యి మందిలో విడాకులు పొందిన వారి సంఖ్యను విడాకుల రేటుగా భావిస్తాం. గత రెండు దశాబ్దాల్లో విడాకుల రేటు రెట్టింపు కావడం సోపానీయం. ఢిల్లీ, ముంబాయి, బెంగుళూరు, కోల్ కతా, అస్సీ లాంటి మహానగరాల్లో దాదాపు వెయ్యి మందిలో 30 వరకు విడాకులు నమోదు అవుతున్నాయి. యూపీ, బీహార్, హర్యానా, రాజస్థాన్ లాంటి ఉత్తర భారత రాష్ట్రాల్లో విడాకుల రేటు తక్కువగా కనిపిస్తున్నది. ఈశాన్య రాష్ట్రాలతో పాటు మహానగరాల్లో నివసించే దంపతుల్లో విడాకులు అధికంగా కనిపిస్తున్నాయి. చిన్న నగరాల్లో కూడా విడాకుల కేసులు అధికంగా కనిపించడం విచారకరం. 2021 - 22 విడాదిలో అత్యధికంగా మహారాష్ట్రలో 18.7 శాతం, ఎంపీలో 17.8 శాతం, కర్ణాటకలో 11.7 శాతం, యూపీలో 8.8 శాతం, పశ్చిమ బెంగాల్‌లో 8.2 శాతం, ఢిల్లీలో 7.7 శాతం, తమిళనాడులో 7.1 శాతం, తెలంగాణలో 6.7 శాతం విడాకులు నమోదు అయ్యాయి. విడాకులు పొందిన దంపతుల్లో 25 నుంచి 34 ఏండ్ల వయస్సు ఉన్న వారే అధికంగా (దాదాపు 35 శాతం) కనిపిస్తున్నారు. 18 - 24 ఏండ్ల లోపు దంపతులు 28 శాతం, 35 - 44 ఏండ్ల లోపు ఉన్న వారిలో 16 శాతం, 45 - 54 ఏండ్ల లోపు వారిలో 10 శాతం, 55 - 64 ఏండ్ల వారు 7 శాతం, 65 ఏండ్ల దానిన

ఆ మూడు రోగాలు..

ప్రాణాలు తీసేస్తున్నాయి

అలవాట్లు మనిషిని పట్టిస్తాయి. అంతే కాదు బంధిస్తాయి. బానిసను కూడా చేస్తాయి. అవి చెడు వ్యవహారాలు కావచ్చు. ఆహారపు అలవాట్లు కూడా కావచ్చు. కరోనా తర్వాత మానవ జీవితంలో పెను మార్పులు సంభవించాయి. అవి జీవన విధానంలో కావచ్చు, ఆహారపు అలవాట్లలో కావచ్చు. సరైన ఆహారాలు తీసుకోకుంటే మనిషి ఆనారోగ్యానికి గురవుతారని మనందరికీ తెలిసినా ఎందుకీ వాటిపై ఆసక్తి వహిస్తూ వస్తాం. ప్రపంచ వ్యాప్తంగా ఆహారపు అలవాట్లు, ఆరోగ్యపరమైన జాగ్రత్తలు తీసుకోకపోవడం వల్ల ఎక్కువ మరణాలు సంభవిస్తున్నాయి అని మీకు తెలిసినా.. తెలియాలంటే దీనిని చదివేయండి. స్వీ హెల్త్, డాక్టర్ హెల్త్ మూసే అనే అంకలపై ఓ సర్వే నిర్వహించింది. ఇందులో ముఖ్యమరణానికి గల కారణాలను వివరించింది. అత్యధికంగా ప్రాణాలు కోల్పోతున్న వారిలో హైపర్ టెన్షన్ బాధితులు ఎక్కువగా ఉన్నారని తెలిసింది. దాదాపు దీనివల్ల 40శాతం మంది తమ విలువైన ప్రాణాలు కోల్పోతున్నారు. మరోవైపు ఒబిసీటీ వల్ల 20శాతం మంది చనిపోతే.. దయచేసి వల్ల 15 శాతం మంది మృత్యువాత పడుతున్నారు. మరోవైపు సిగరెట్ల తాగకండి జీవితంలో రన్ అవుట్ కావడాని నినిమా కి ముందు రావాలి డ్రావిట్ ప్రకటన వంటి పదే చూపిస్తున్నా దానిని బేఖాతం చేస్తూ కొంతమంది ధూమపానం చేస్తూనే ఉన్నారు. దీని వల్ల 15శాతం మంది రన్ అవుట్ అంటే చనిపోతున్నారు. ఎటువంటి రిస్క్ ఫ్యాక్టర్ తెలియకుండా చనిపోయే వర్గం కూడా ఉన్నారు. ఇందులో కూడా హైపర్ టెన్షన్ వల్ల 53శాతం కాగా ఒబిసీటీ 37శాతం, దయాబిటీస్ 9శాతం, గుండెనొప్పులు వల్ల 26శాతం మంది మృత్యువాత పడుతున్నారని తెలిసింది. మరోవైపు క్యాన్సర్ వల్ల 22శాతం మంది మరణిస్తే రిస్క్ ఫ్యాక్టర్ క్యాన్సర్ చావుకు 100 శాతం కారణం అవుతోంది. అదే సందర్భంలో గుండెపోటు వల్ల ఆరుశాతం మంది మరణిస్తే ఇది కూడా హైపర్ టెన్షన్ వల్లనే వస్తోందని తెలిసింది.

ఈ పండ్లు తింటే కంటిచూపు

రెట్టింపు అవుతుంది

ఈ పండ్లు తింటే కంటిచూపు రెట్టింపు అవుతుంది? కంటి ఆరోగ్యానికి మంచి చేసే పండ్లలో సిట్రస్ పండ్లు బాగా ఉపయోగపడతాయి. నిమ్మ, నారింజ, బియ్యం, డ్రాక్షుపండ్లు వంటి పుల్లని పండ్లలో విటమిన్ సి పుష్కలంగా ఉంటుంది. ఇది కంటిలోని రక్తనాళాల ఆరోగ్యాన్ని బాగా బలపరుస్తుంది. ఇది పయస్సు-సంబంధిత దృష్టి లోపాలను ఈజీగా నివారిస్తుంది. అలాగే కంటిచుక్కలకు కూడా సహాయపడుతుంది. ఇంకా ఆఫ్రికాలో విటమిన్ ఎ, సి, ఇ సహా కెరోటినాయిడ్ల చాలా పుష్కలంగా ఉంటాయి. వీటిలో బీటా కెరోటిన్ ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఇది రాత్రి దృష్టిని మెరుగుపరచడం ఇంకా చీకట్లో దృశ్యాలను చూడగల కళ్ళ సామర్థ్యాన్ని మెరుగుపరచడంలో సహాయపడుతుంది. కంటి రెటీనాను దెబ్బతీసే సీలం, అతిసీలలోహిత కిరణాల నుంచి రక్షించడంలో ఆఫ్రికాలోని పోషకాలు చాలా బాగా సహాయపడతాయి. బ్లాబెర్రీస్, స్ట్రాబెర్రీస్, క్రాన్బెర్రీస్ ఇంకా బ్లాక్బెర్రీస్ మొదలైన బెర్రీ పండ్లు కంటి ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడానికి చాలా గొప్ప పండ్లు. బెర్రీలలోని యాంటీఆక్సిడెంట్లు లో బీటీ, కళ్ళ పొడిబారడం, దృష్టి లోపాలు ఇంకా మచ్చల ముఖ్యమైన నివారించడంలో సహాయపడుతుంది. అరటిపండ్లు కూడా కంటి ఆరోగ్యానికి చాలా ముఖ్యమైనవి. అరటి పండ్లలో పొటాషియం అనే పోషకం చాలా సమృద్ధిగా లభిస్తుంది. ఇది కంటి ఆరోగ్యానికి బాగా మేలు చేస్తుంది. తరచూ పొడి బారిన కళ్ళకు ఈ మూలకం చాలా అవసరం. మంచి కంటి ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడం కోసం రోజూవారీ ఆహారంలో ఖచ్చితంగా అరటిపండ్లను తీసుకోవాలి. ఇంకా అలాగే బొప్పాయి కూడా కంటికి మేలు చేస్తుంది. ఇందులో లూటీన్ ఇంకా జీమాక్సాంథిన్ అనే యాంటీఆక్సిడెంట్ వంటి కీలక పోషకాలు లభిస్తాయి.. పైగా ఇవి సహజమైన సన్‌బ్లాక్ గా పనిచేస్తాయి. ఇది రెటీనాలోకి వచ్చే అదనపు కాంతిని గ్రహించడంలో చాలా బాగా సహాయపడుతుంది. బ్లాబెర్రీస్ నుండి కంటిని రక్షించడంలో కూడా ఇవి చాలా బాగా సహాయపడతాయి. కాబట్టి ఖచ్చితంగా ఈ పండ్లు తినండి. మీ కంటి ఆరోగ్యాన్ని మరింతగా మెరుగుపరచుకోండి.



వారు 5 శాతం విడాకులు పొందుతున్నారు. విడాకులు కోరుకున్న వారిలో పురుషులు 56.2 శాతం, మహిళలు 43.8 శాతం ఉంటున్నారు. భారతంలో విడాకులు పొందడానికి సాధారణంగా కనీసం 6 మాసాల నుంచి 20 ఏండ్లు, అమెరికాలో 2 ఏండ్లు, ఐరోపాలో 6 ఏండ్ల సమయం పడుతుంది.

భిన్నత్వంలో వికాస్యానికి చిరునామా భవ్య భారతం. సువిశాల భారతంలో దాదాపు 09 ప్రధాన మతాలు, దాదాపు 3,00,00లకు పైగా కులాలు, 25,00,00 వరకు ఉప కులాలు, బహు ప్రధాన జాతులు ఉన్నాయి. దేశ ప్రజల సంస్కృతులు, వారసత్వ సంపదలు, పండుగలు, ఆచార వ్యవహారాలు విభిన్నంగా ఉంటాయి. విడాకులకు కారణాలుగా ఇరువురికి మధ్య సమాచార లోపం, ఆర్థిక చిక్కులు, వివాహేతర సంబంధాలు, ప్రేమ కొరవడం, పాశ్చాత్య సంస్కృతి, లైంగిక సామర్థ్యం లోపించడం, భావోద్వేగ (అహం) సమస్యలు, అపసమ్మతాలు, విలువల్లో వ్యత్యాసం, నిరుత్సాహం, అభిద్రవ, పరకల్ప వేధింపులు, స్వతంత్రతను కోరుకోవడం, అసంబద్ధ పని సంస్కృతి, మద్దం/పొగాకు దురలవాట్లు, మానసిక నిరాశ/ఒత్తిడి/చెడు, కుల మతాంతర పెళ్లిళ్లు లాంటివి ప్రధానంగా గమనించబడ్డాయి. పురుషాధిక్య భారత సమాజంలో విద్యాధిక మహిళలు మంచి ఉద్యోగాలు చేస్తూ స్వతంత్ర భావాలతో పాటు జీవనశైలిని సహితం కోరుకుంటున్నారు. పర్సెన్ ఊమ్స్ గా తన కాళ్ళ పైన తాను నిలబడడంతో కుటుంబ సంభ్రం, భర్తల మాటలను విసకుండా విభేదాల అగాధాలను పెంచుకుంటూ తాళి తెగేదాకా లాగుతున్నారని తెలిసింది. ఉన్నత విద్యార్థుల పెరిగిన కొలది విడాకుల రేటు కూడా పెరుగుతున్నది.

విడాకులు ఇకపై వైభవం కాదని, సిగ్గు మాత్రం చర్య కానే కాదని నేటి సమాజం భావిస్తున్నది. విడాకులు పొందిన మహిళలు కూడా తమ జీవితాలను తిరిగి కొత్తగా ప్రారంభించడం, స్వతంత్రంగా సమాజం ఎదురుగా నిలబడి గౌరవం పొందడం చూస్తున్నారు. నాటి వివాహ వ్యవస్థల విలువలు మారుతున్నాయి, ప్రేమలు పలుపబడుతున్నాయి, సర్దుకు పోవడం మరిచిపోతున్నారు. సంసార నాశనం జాప్యంగా ముందుకు సాగడానికి సర్దుకు పోవడమనే కంచె ఉపయోగపడాలి. అటుమగలు ఆకర్షణీయ వేతనాలను కలిగి ఉండడంతో విడాకుల రేటు పెరుగుతోందని, ఇలా బలహీన సంబంధాలు కలిగిన దంపతులు కలిసి ఉండడం కన్న విడిపోవడమే ఉత్తమమని, విడాకులు తీసుకొని స్వతంత్రంగా నివసిస్తున్నారని వాదించే వారు కూడా ఉన్నారు. నిత్య గౌడవలతో కలిసి ఉండడం కన్న విడాకులు పొంది స్వతంత్రంగా, ప్రశాంతంగా బతకడం ఉత్తమమని నేటి డిజిటల్ సమాజం కోరుకుంటున్నది. పురుషాధిక్య సమాజంలో ఉద్యోగ మహిళలు గృహ హింస, అణచివేత, బానిస బతుకు లాంటి సంతకాలను చేదించుకొని నేటి వనతులు విడాకులను ఆశ్రయించడం కూడా సముచితంగానే కనిపిస్తున్నది. విడాకులు పొందిన మహిళలను చిన్న చూపు చూసే నాటి సమాజం నుంచి నేడు విడాకులు పొందిన మహిళలు ధైర్యంగా, ఆత్మవిశ్వాసంతో జీవనాలను గడవడం సమాజం చేత అంగీకరించబడుతున్నది.

స్నానానికి వేడి నీరు మంచిదేనా

ఎందా కాలం, వర్షా కాలంలో ఎలా ఉన్నా కానీ.. శీతా కాలంలో మాత్రం చాలా జాగ్రత్తగా ఉండాలి. ముఖ్యంగా చర్మం పరంగా, ఆరోగ్యం పరంగా ఖచ్చితంగా తగినన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. లేదంటే చాలా ఇబ్బందులు పడొచ్చి ఉంటుంది. ఇక సాధారణంగా కొంత మంది చచ్చిపోతే స్నానం చేస్తారు. మరి కొంత మంది అయితే వేడి నీటితో చేస్తారు. ఎందుకంటే స్నానం చేస్తే మంచి రిలాక్సేషన్ దొరుకుతుంది. చిరాకు పోయి.. మనసుకి చాలా హాయిగా ఉంటుంది. అయితే చచ్చిపోతే స్నానం మంచిదా? వేడి నీటి స్నానం చేయడం మంచిదా? అనే డాక్టర్ చాలా మందిలో కూడా ఉంటుంది. మరి ఏ నీటి స్నానం వల్ల బాగాలు ఉన్నాయి? ఇప్పుడు మనం తెలుసుకుందాం. ఇక శీతా కాలంలో చచ్చిపోతే స్నానం చేయడం వల్ల బాడీలో వాతం అనేది బాగా పెరుగుతుంది. దీని వల్ల నొప్పులు, కండరాల నొప్పులు, చర్మం పొడి బారడం ఇంకా బలహీనమైన జీవక్రియ వంటి సమస్యలు ఎక్కువగా ఎదురవుతాయి. ఇంకా అంతే కాకుండా శరీరం నొప్పులు తీరవు. కానీ ఒకవేళ క్రమం తప్పకుండా చచ్చిపోతే స్నానం చేసే వారైతే మాత్రం.. శీతా కాలంలో కూడా చచ్చిపోతే స్నానం చేయడం చాలా మంచిదని వైద్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఎందుకంటే ఇది మన శరీరంలో ఎలాంటి భంగం కలిగించదు. ఇంకా అంతే కాకుండా చచ్చిపోతే స్నానం చేయడం వల్ల బ్లడ్ సర్క్యులేషన్ పెరుగుతుంది. తెల్ల రక్తకణాలు అధిక శాతం ఇంకా జీవ క్రియ రేటు ఎక్కువగా ఉంటాయని పలు అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి.

వింటర్ సీజన్ లో వేడి నీటితో స్నానం చెయ్యడం శరీర వాతాన్ని తగ్గిస్తుంది. ఇంకా అలాగే కండరాల నొప్పులు, ఒత్తిడి తగ్గుతుంది. మనసుకు, శరీరానికి చాలా ప్రశాంతంగా ఉంటుంది. ఇంకా అంతే కాకుండా వేడి నీళ్లు చేసేటప్పుడు వచ్చే పొగను పీల్చడం ద్వారా జలుబు వంటి సమస్యలు కూడా తగ్గుతాయి. ఇంకా చలి తీవ్రతను కూడా తగ్గిస్తుంది. చలికాలంలో చచ్చిపోతే స్నానం చేయడం వల్ల వాతాన్ని పెంచడమే కాకుండా చలి కూడా పెరుగుతుంది. కాబట్టి శరీరం వేడిని కాపాడుకోవడానికి ఖచ్చితంగా చాలా కష్ట పడాలి. చలి కాలంలో బాహ్య ప్రపంచం అనేది చల్లగా ఉంటుంది. అప్పుడు శరీరం అంతర్గత వాతావరణాన్ని చెప్పగా ఉంచడానికి ప్రయత్నిస్తుంది. కాబట్టి మీరు శీతాకాలంలో వేడి నీటితో స్నానం చేయడం వల్ల ఖచ్చితంగా మంచి ప్రయోజనాలు ఉంటాయి. వేడి నీటి స్నానంతో చలి కారణంగా వణుకు తగ్గడమే కాకుండా ఒత్తిడి, కండరాల నొప్పులు ఇంకా సీజన్ గా వచ్చే వ్యాధులనూ దూరం చేసుకోవచ్చని ఆయుర్వేద నిపుణులు చెబుతున్నారు.

ఇంగువతో కూడా బరువు తగొచ్చు..

ప్రస్తుతం చాలా మంది అధిక బరువుతో ఇబ్బంది పడుతున్నవారే ఉన్నారు. బిజీ లైఫ్ కారణంగా సరైన సమయానికి తినక పోవడం, గంటలకు గంటలు ఒకే చోట కూర్చోవడం, ఇంకీ ఫుడ్ తినడం, వ్యాయామం చేయకపోవడం వంటి కారణాల వల్ల ఈజీగా వెయిట్ పెరిగి పోతున్నారు. బరువు పెరగడం వల్ల శరీరంపై చాలా సస్టెలు పడే అవకాశాలు ఉన్నాయి. దయాబిటీస్, రక్తపోటు, జీర్ణ సమస్యలు, గుండె పోటు వంటి పలు సమస్యలు ఎదురవుతాయి. బరువు తగ్గాలి అంటే శరీరంలో పేరుకు తోయిన కొవ్వును కరిగించాలి. వెయిట్ లాస్ కోసం మందులు కాకుండా.. వ్యాయామం, సరైన ఆహారం తీసుకుంటే ఈ సమస్యలన్నింటికీ చెక్ పెట్ట వచ్చు. తినే ఆహారమే శరీర బరువును నియంత్రించే ఉంచుతుంది. బరువు తగ్గడానికి చాలా మంది ఎన్నో ప్రయత్నాలు చేస్తూ ఉంటారు. అలాంటి వారు ఇంట్లో ఉండే ఇంగువను మర్చిపోతారు. బరువును తగ్గించడంలో ఇంగువ చాలా బాగా ఉపయోగ పడుతుంది. ఇంగువ నీళ్లను తాగడం వల్ల త్వరగా బరువు తగ్గచ్చు. బరువు తగ్గి అనేకునే వారు ఇంగువ నీళ్లను తాగడం అలవాటు చేసుకోవాలి. ఇంగువ అనేది ఇప్పుడు అందరి ఇళ్లలో కూడా ఉంటుంది. మరి ఇంగువతో శరీర బరువును ఎలా తగ్గించుకోవచ్చో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం. ఇంగువను ఒక గ్లాస్ గోరు వెచ్చటి నీటిలో కలుపుకుని తాగితే.. బరువును తగ్గించుకోవచ్చు. ఇంగువలో యాంటీ ఒబిసీటీ గుణాలు ఉంటాయి. ఇవి వెయిట్ లాస్ అయ్యేందుకు హెల్ప్ చేస్తాయి. ప్రతి రోజూ ఇలా ఒక గ్లాస్ ఇంగువ నీటిని తాగితే.. నింపుల్ గా బరువు తగ్గచ్చు. ఇంగువ నీటితో ఆధిక బరువునే కాకుండా.. తల నొప్పిని కూడా తగ్గించుకోవచ్చు. అంతే కాకుండా వీరుందన్న లో వచ్చే నొప్పి కూడా ఇంగువ నీళ్లు బాగా ఉపయోగ పడతాయి.

తొలి తరం వైద్యురాలు

జూరూకూటా రావత్ (నవంబర్ 22, 1864 - సెప్టెంబర్ 25, 1955) బ్రిటీష్ ఇండియాలో తొలి మహిళా వైద్యులలో ఒకరు. కాదంబి గంగూలి, ఆనందీబాయి జోషిలు 1886లో వైద్యశాస్త్రంలో డిగ్రీ పొందిన తొలి భారతీయ మహిళలు కాగా కాదంబి గంగూలి మాత్రం ప్రాక్టీసు చేపట్టింది. తద్వారా రుక్మాబాయి వైద్యవృత్తిని అవలంబించిన రెండవ మహిళగా పేరు పొందింది. చారిత్రాత్మకమైన "ఏజ్ ఆఫ్ కన్సెంట్ చట్టం 1891" ఏర్పడటానికి రుక్మాబాయి ముఖ్య కారణం. రుక్మాబాయి మహారాష్ట్రకు చెందిన ఒక వద్రంగి కుటుంబంలో జనార్దన్ పాండరంగ్, జయంతిబాయి దంపతులకు జన్మించింది. రుక్మా బాయికి ఎనిమిదేళ్ల వయసులో తండ్రి మరణించారు. జయంతి బాయి తన ఆస్తినింతటిని రుక్మాబాయి పేరుమీదకు మార్చించింది. ఆమెకు 11 యేళ్ల వయసులో తల్లి ఆమెను 19 యేళ్ల దాదాజీ భిక్షాణికి ఇచ్చి వివాహం జరిపించింది. జయంతి బాయి దా.సఖారాం అర్జున్ ను వివాహం చేసుకుంది. కానీ రుక్మాబాయి వారితో పాటు జీవిస్తూ శ్రీ మిషన్ చర్చ్ క్రైబ్లో పుస్తకాలను చదువుతూ విద్యను గడిపింది. రుక్మాబాయి, ఆమె తల్లి ప్రార్థనా సమాజం, ఆర్య మహిళా సమాజం సభలకు వారం వారం హాజరయ్యే వారు. దాదాజీ తల్లి మరణించిన తర్వాత అతడు తన మేనమామ వద్ద పెరిగారు. అక్కడ వాతావరణం కారణంగా దాదాజీ సోపరి పోతుగా, దుర్భాగ్నిగా తయారయ్యారు. రుక్మాబాయి తన 12వ యేట తన భర్త దాదాజీ వద్దకు వెళ్లడానికి తీర్మానించింది. ఆమె పెంపుడు తండ్రి దా.సఖారాం అర్జున్ ఆమె నిర్ణయానికి మద్దతుగా నిలిచారు. దానితో దాదాజీ కోర్టును ఆశ్రయించారు. పేనీ, గిల్బర్ట్, సయూరీ మొదలైన వకీళ్ల ద్వారా రుక్మాబాయి దాదాజీతో కలిసి జీవించక పోవడానికి కల కారణాలను కోర్టుకు తెలిపింది.



కేసుపై సమాజంలో రుక్మాబాయిని సమర్థిస్తూ, వ్యతిరేకిస్తూ అనేక చర్చలు జరిగాయి. కొందరు హిందువులు చట్టం హిందూ ఆచార వ్యవహారాలను గౌరవించడం లేదని ఆందోళనకు దిగారు. పిన్నే తీర్పుపై నేటివ్ ఓపీనియన్, మరాఠా అనే పత్రికలు తీవ్ర వ్యతిరేకతను వ్యక్తపరుస్తూ దాదాజీ వక్షాన నిలిచాయి. ఈ సమయంలోనే ట్రిప్పి ఆఫ్ ఇండియాలో ఒక భారతీయ మహిళ అనే కలం పేరుతో వరుసగా రుక్మాబాయి వ్రాసిన వ్యాసాలు ప్రజలలో కదలింపు తెచ్చింది. ఈ కేసులో 1887, మార్చి 4వ తేదీన జస్టిస్ ఫరాన్ తీర్పు చెబుతూ రుక్మా బాయిని భర్తతో కలిసి ఉండాలని లేదా 6 నెలలు కారాగారంలో ఉండాలని ఆదేశించారు. రుక్మాబాయి దైర్యంగా ఈ తీర్పును అంగీకరించే కంటే గరిష్టంగా శిక్షను అనుభవించ దానికి సిద్ధంగా ఉన్నారని బదులు ఇచ్చింది. బాలగంగాధర్ తిలక్ తన "కేసరి" పత్రికలో రుక్మాబాయి తిరుగుబాటు ఇంగ్లీషు చదువుల ప్రభావమని పేర్కొన్నాడు. హిందూ మతం ప్రమాదంలో పడి పోయిందని వ్యాఖ్యానించారు. మాక్స్ ముల్లర్ ఈ విషయంలో తన అభిప్రాయం చెప్తూ ఈ సమస్యకు న్యాయ పరమైన తీర్పులు సమాధానం కావాలని, రుక్మాబాయి విద్యబుద్ధులే ఆమెకు ఆమె కోరిన రీతిలో తీర్పు చెప్పే న్యాయాధి కారిగా

మారుస్తుందని అభిప్రాయ పడ్డాడు. 1888లో దాదాజీతో 2000 రూపాయలు చెల్లించి తెగతెంపులు చేసుకునే విధంగా అంగీకారం కుదిరింది. ఆ తరువాత రుక్మాబాయి ఇంగ్లాండులో చదువు కోవడానికి బయలు దేరింది. కామో హాస్పిటల్ కు చెందిన డా.ఎడిత్ పెజె రుక్మాబాయిని చదువు కోవడానికి ప్రోత్సహించారు. కావలసిన ధనాన్ని సమకూర్చారు. ఆమె 1889లో ఇంగ్లాండు వెళ్లి అక్కడ "లండన్ న్యూల్స్ ఆఫ్ మెడిసిన్ ఫర్ వుమెన్"లో విద్యనభ్యసించింది. అక్కడ ఆమె చదువుకు వలుపురు అధికంగా అందగా నిలిచారు. 1918లో ఆమె వుమెన్స్ మెడికల్ సర్వీస్ లో చేరే అవకాశాన్ని తిరస్కరించి రాజ్ కోట్ లోని స్టేట్ హాస్పిటల్ ఫర్ వుమెన్స్ లో చేరింది. ఆమె ముఖ్య వైద్య అధికారిణిగా 35 సంవత్సరాలు పని చేసి టొంబాయిలో 1930లో పదవీ విరమణ చేసింది. తరువాత కూడా ఆమె సంఘ సంస్కరణలను కొనసాగించింది. "పరదా, దాని నిషేధానికి ఆపశ్చకత" అనే కరవల్యాన్ని ప్రచురించింది. 2016లో ఆమె జీవితచరిత్ర ఆధారంగా "రుక్మాబాయి భీమరావ్ రావత్" అనే మరాఠీ సినిమా వెలువడింది. అసోత్ మహాదేవన్ ఆ సినిమా దర్శకుడు కాగా తనిషా చలర్జీ ముఖ్య భూమికను నిర్వహించింది.

టూత్ బ్రష్లను టాయిలెట్

రూమ్ లో పెడుతున్నారా..!

టూత్ బ్రష్. ఇది లేకపోతే మనకు పని స్టార్ట్ కాదు. రోజూ మనం ఉపయోగించే వస్తువుల్లో ఇది కూడా ఒకటి. రోజుకు కనీసం రెండు సార్లు అయినా బ్రష్ చేయడం మంచిదని వైద్య నిపుణులు చెబుతూ ఉంటారు. ఉదయం, రాత్రి బ్రష్ చేయడం వల్ల దంతాలు స్ట్రాంగ్ గా, బలంగా ఉంటాయి. అలాగే పళ్ల కూడా తెల్లగా ఉంటాయి. కాబట్టి బ్రష్ ని ఎప్పుడూ జాగ్రత్తగా ఉంచుకోవాలి. దుమ్ము, ధూళి పడకూండా చూసుకోవాలి. అయితే కొంత మంది టూత్ బ్రష్ లను బాత్రూమ్ లలో పెడుతుంటారు. ఇది మంచి పద్ధతి కాదని నిపుణులు చెబుతున్నారు. టూత్ బ్రష్ ని టాయిలెట్ లో ఉంచి చాలా సమస్యలు వస్తాయట.. మరి అవేంటో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం. టూత్ బ్రష్ ని టాయిలెట్ లో ఉంచడం వల్ల క్రిములు ఎక్కువగా చేరే ప్రమాదం ఉంది. ఎందుకంటే బాత్ రూమ్ లో వాతావరణం తేమగా ఉంటుంది. దీని వల్ల రోగకారక క్రిములు ఎక్కువగా తిరుగుతాయి. ఇవన్నీ కూడా అంటు వ్యాధులకి కారణం అయ్యే అవకాశం ఉంది. అంతే కాకుండా బ్రష్ ని బాత్ రూమ్ లో ఉంచడం వల్ల.. కంటికి కనిపించని విస్తృత అవశేషాలు చేరే అవకాశం ఉంది. షుగర్ చేసేటప్పుడు వచ్చే నీటి బిందువుల ద్వారా క్రిములపై చేరతాయి. టాయిలెట్ లో బ్రష్ ఉంచడం వల్ల.. కంటికి కూడా కనిపించని సూక్ష్మ క్రిములు కూడా బ్రష్ లోకి చేరతాయి. ఇవి మనకు తెలియకుండా బాడీలోకి చేరి.. వ్యాధులు కలుగజేసేందుకు కారకాలు అవుతాయి. బ్రష్ ని వీలైనంత వరకూ బాత్ రూమ్ కి దూరంగా ఉంచడమే మంచిది. కాస్త గాలి, ఎండ తగిలే ప్రాంతంలో పెడితే.. ఎండ వేడికి క్రిములు నశిస్తాయి. ఒకవేళ కుదరని సమయంలో బాత్ రూమ్ లో పెడితే బ్రష్ కేసులు వాడటం మంచిది. దీని వల్ల క్రిములు చేరకుండా ఉంటాయి. అలాగే అప్పుడప్పుడు టూత్ బ్రష్ లను వేడి నీటిలో ముంచి లేపితే చాలా మంచిది.

తలనొప్పి తీవ్రంగా వేధిస్తోందా?

కార్యాలయాల్లో ఉద్యోగులు.. మార్కెట్లో వ్యాపారులు.. స్కూల్లో విద్యార్థులు.. ఇంట్లో గృహిణులు.. ఇలా నేటి కాలంలో ప్రతి ఒక్కరూ అనేక రకాలూగా ఒత్తిడికి గురవుతున్నారు. చేయాలైన పనులు ఇన్ టైంలో చేయలేకపోవడంతో (ప్రెషర్ కు గురవుతారు. ఈ సమయంలో తలనొప్పి తీవ్రంగా వేధిస్తుంది. చాలా మంది తలనొప్పిని తేలికగా తీసుకుంటారు. ఏదైనా బామ్ రాసుకుంటే సరిపోతుంది అని అనుకుంటారు. కానీ తలనొప్పి కూడా ఒక వ్యాధి అని గుర్తించాలి. ఇది ఒక్కసారి ప్రాణం పోయేంత పనిచేస్తుంది. అయితే తలనొప్పి వల్ల కొన్ని వ్యాధులకు గురవుతారు. అందువల్ల దీనిని నిర్లక్ష్యం చేయకుండా సరైన చికిత్స తీసుకోవాలి. అయితే తలనొప్పి వల్ల ఎలాంటి వ్యాధులకు గురవుతారు? తలనొప్పి గురించి చాలా మంది పెద్దగా పట్టించుకోరు. కానీ ఇది రాసు రాసు మైగ్రేన్ కు దారి తీస్తుంది. తలనొప్పి క్రమంగా పెరుగుతుంటే ఇది ఆ స్టేజికి వెళ్లే అవకాశం ఉందని కొందరు ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. కొంత మందికి తలనొప్పి ఇలా వచ్చి అలా వెళ్తుంది. కానీ కొందరికి మాత్రం కనీసం గంట సేపు వరకు వేధిస్తుంది. ఇలాంటి సమయంలో కళ్లు మూసుకుపోయినట్లు అవుతాయి. తల తిరుగుతుంది. ఇలాంటి పరిస్థితిని మైగ్రేన్ గానే భావించాలి. పని ఒత్తిడి వల్ల తలనొప్పి రానే కాస్త రిలాక్స్ కావడానికి ప్రయత్నిస్తుంటారు. అయితే తరువాత ఇలా తలనొప్పి వస్తే మాత్రం అస్సలు నిర్లక్ష్యం చేయకూడదని అంటున్నారు. ఇలాంటి తలనొప్పి వయసుతో సంబంధం లేకుండా చిన్నారుల నుంచి పెద్దవళ్ల వరకు అందరికీ ఉంటుంది. చిన్నబిల్లలో తలనొప్పి ఎక్కువగా వస్తే వెంటనే వైద్యులను సంప్రదించడం మంచిది. పెద్దవారు కూడా నిర్లక్ష్యం చేయకుండా వైద్యులను సంప్రదించాలి. లేకుండా కాస్త ఒత్తిడికి గురై తల తిరిగి కిందపడిపోయే ప్రమాదం ఉంది.

డయాబెటిస్ ఉన్నవాళ్లు

ఈ నీళ్లు రోజూ తాగితే..!

ఈ మధ్య కాలంలో సమస్యలు అనేవి చాలా చిన్న వయస్సులోనే వచ్చేస్తున్నాయి. ఒకప్పుడు 50 సంవత్సరాలు వచ్చాక వచ్చే సమస్యలు.. ఇప్పుటి రోజుల్లో 30 సంవత్సరాలు వాకే ముందే వచ్చేస్తున్నాయి. మారిన జీవనశైలి అలవాట్లు, బిజీ లైఫ్ స్టైల్, నిద్రలేమి, ఒత్తిడి రావడంతో కరకాల కారణాలతో ఈ మధ్య కాలంలో చాలా చిన్న వయసులోనే డయాబెటిస్ బారిన పడుతున్నారు. డయాబెటిస్ నియంత్రణలో లేకపోతే కిడ్నీ, గుండె, ఊపిరితిత్తులు, కంటికి సంబంధించిన సమస్యలు వచ్చే ప్రమాదం చాలా ఎక్కువగా ఉంది. డయాబెటిస్ ఉన్నవారు డయాబెటిస్ నియంత్రణలో ఉంచే ఆహారం మీద శ్రద్ధ పెట్టాలి. డయాబెటిస్ పేషెంట్స్ ఫైబర్ సమృద్ధిగా ఉన్న ఆహారాలను తీసుకుంటే రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు నియంత్రణలో ఉంటాయి. ప్యాంక్రియాస్ తగినంత ఇన్సులిన్ ఉత్పత్తి చేయవచ్చు అలాగే ఉత్పత్తి చేసే ఇన్సులిన్ ను శరీరం సమర్థవంతంగా ఉపయోగించే లక్ష్యం డయాబెటిస్ సమస్య వస్తుంది. శనగలులో డైబల్ ఫైబర్ సమృద్ధిగా ఉంటుంది. ముఖ్యంగా రాబినోస్ అనే కరిగి ఫైబర్ శనగలులో పుష్కలంగా ఉంటుంది. ఇది రక్తంలో చక్కెరను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. ప్రతి రోజు ఒక టౌల్ లో ఒక స్పూన్ శనగలను నీటిని పోసి రాత్రి సమయంలో నానబెట్టి మరుసటి రోజు ఉదయం తింటే సరిపోతుంది. ఇంట్లో ఉన్న వంద శాతం పోషకాలు మన శరీరానికి అందుతాయి. బార్లో దాదాపు 6 గ్రాముల కరిగి ఫైబర్ ఉంటుంది. బార్లీ తీసుకుంటే.. కొలెస్ట్రాల్, బ్లడ్ షుగర్ తగ్గించడానికి సహాయపడుతుంది. బార్లీ మీ డైబల్ తీసుకుంటే రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు కంట్రోల్లో ఉంటాయి. ఇది వాస్తవం కూడా తగ్గిస్తుంది. ఒక స్పూన్ బార్లీ గింజలను గ్లాసు నీటిలో వేసి ఉడికించి ఆ నీటిని వడకట్టి తాగాలి. సబ్బు గింజలలో ఫైబర్ పుష్కలంగా ఉంటుంది. ఇది జీవక్రియను తగ్గించి.. పిండి పదార్థాలను తగ్గరూ.. గ్లూకోజ్ గా మార్చడాన్ని నియంత్రిస్తుంది. సబ్బు గింజలు డయాబెటిస్ తో బాధపడేవారికి మేలు చేస్తుంది, వారికి సూపర్ ఫుడ్ గా పని చేస్తుంది. ప్రతి రోజు ఒక గ్లాస్ నీటిలో ఆరస్పూన్ గింజలను వేసి గంట అలా వదిలేస్తే ఆ గింజలు జెల్లీ మారిగా ఉబ్బుతాయి. ఆ తర్వాత గింజలతో సహా ఆ నీటిని తాగాలి.

వైద్య చరిత్రలో సంచలనం..

ప్రస్తుతం సోషల్ మీడియా ప్రతి ఒక్కరికీ అందుబాటులోకి వచ్చింది. ఈ క్రమంలోనే ప్రపంచంలో ఎక్కడ ఏం జరిగినా కూడా ఇట్టే తెలుసుకోగలుగుతున్నాడు మనపి. ఆరవేతిలో ఉన్న స్మార్ట్ ఫోన్ లోనే ప్రపంచాన్ని మొత్తం చుట్టేయగలుగుతున్నాడు అని చెప్పాలి. ఈ క్రమంలోనే ఇలా ఇంటర్నెట్లో వెలుగులోకి వచ్చే ఎన్నో విషయాలు అటు అందరిని ఆకట్టుకుని గురిచేస్తూ ఉంటాయి. నేటి అధునాతన టెక్నాలజీతో ఇక అసాధ్యమైన సైతం అసాధ్యమై చిన్నప్పటి నుంచి ప్రతి ఒక్కరిని కూడా సమరమార్కెట్లకు గురి చేస్తూ ఉంటుంది అని చెప్పాలి. ఈ క్రమంలోనే ఇటీవల కాలంలో ఈ అధునాతన టెక్నాలజీతో వైద్య రంగంలో పచ్చన్న మార్పులు అయితే సమృద్ధిగా కాని విధంగా ఉన్నాయి అన్న విషయం తెలిసిందే. ఇక ఇప్పుడు వెలుగులోకి వచ్చిన ఘటన కూడా ఇలాంటి కోవలోకి చెందినదే. ఏకంగా టెక్నాలజీని ఉపయోగించి ఇప్పుడు వరకు ఎక్కడ కని వీని ఎరగని రీతిలో ఒక అద్భుతమైన ప్రయోగాన్ని విజయవంతం చేశారు. సైన్సులో లో స్వలింగ సంపర్కంల వికంగా మగ బిడ్డకు జన్మనిచ్చారు. ఇందులో కొత్త ఏమంది అంటే.. అయితే ఒక అరుదైన పద్ధతిలో ఇలా ఈ స్వలింగ సంపర్కంల జంట మగ బిడ్డకు జన్మనిచ్చడం గమనార్హం. ఇంతకీ అరుదైన పద్ధతి ఏంటో తెలుసా ఏకంగా ఆ పనికంద ఇద్దరి గర్భాలలో కూడా పెరగడం గమనార్హం. అదేంటి అది ఎలా సాధ్యమవుతుంది అనుకుంటున్నారా.. వివరాలిక్కే వెళ్తే.. గత నెల 30వ జనవరిన చిన్నాల్ ఇద్దరి గర్భాలలో కూడా పెరిగింది. ఈ రకం చికిత్సను %xవిమాషవత్తీత్రి % అని అంటారు. దీని ప్రకారం ఇన్సెమియా అనే 30 ఏళ్ల మహిళ గర్భంలోనే ముందుగా వీర్యాన్ని ప్రవేశపెట్టారు. ఐదు రోజుల తర్వాత ఇక పిండం అభివృద్ధిని గమనించి.. ఇక ఆమె భాగస్వామి అయిన గర్భానికి పిండాన్ని బదిలీ చేశారు. ఇక ఇలా ఇద్దరి గర్భాల్లో పిండం పెరగగా.. ఇటీవలే మగ బిడ్డకు జన్మనిచ్చారు. అయితే ఇలా సైన్సులో జరగడం ఇదే మొదటిసారి అని చెప్పాలి.

బాత్రూంలో మొబైల్ యూజ్ చేస్తున్నారా..

మనం ఎక్కడికి వెళ్లినా కూడా కచ్చితంగా మొబైల్ ని తీసుకువెళ్లడం అలవాటుగా మారుతోంది. అలా బాత్రూం కి వెళ్ళేటప్పుడు కూడా చాలా మంది మొబైల్ ని వెంట తీసుకొని వెళ్తూ ఉన్నారు. కొంతమంది బాత్రూం లో కూర్చొని పాటలు వినడం లేకపోతే వార్తలు వినడం వంటివి చూస్తూ ఉన్నారు. చాలా మంది అలా చూస్తూ బాత్రూం లోనే గంటల తరబడి ఉంటున్నట్లుగా కొన్ని నివేదికలు తెలియజేస్తున్నాయి. నిజానికి ఇలా చేయడం ఆరోగ్యానికి చాలా హానికరమట. ఆరోగ్య నిపుణులు సైతం ఈ విషయం పైన పలు విషయాలను తెలియజేస్తూ ఉన్నారు. వీటి గురించి పూర్తి వివరాలు తెలుసుకుందాం.

వింటర్లో హానీమూన్ ప్లాన్ చేస్తున్నారా..

కోత్తగా పెళ్లయిన జంటలు తమ జీవిత భాగస్వామితో సరదాగా గడిపేందుకు హానీమూన్ కు వెళ్తుంటారు. ముఖ్యంగా వింటర్ సీజన్లో హానీమూన్ కు వెళ్లేవారు హిల్ స్టేషన్లను ఎక్కువగా ప్రాముఖ్యతనిస్తుంటారు. అలాంటి జంటలు విహారించేందుకు భారతదేశంలో చాలా ప్రదేశాలే ఉన్నాయి. ఇక, కేరళలో ఇలాంటి ప్రదేశాలకు వెళ్లేవారు.. ఇక్కడి బీచ్ లో సరదాగా విహారం చేస్తూ, అద్భుతమైన పర్వత ప్రాంతాలను వీక్షించొచ్చు. ఇంకా బోటులో షికార్లు కూడా చేయొచ్చు. ఇక్కడ అనేక అందమైన ప్రదేశాలు ఉంటాయి. ఈ ప్రకాశమైన వాతావరణంలో జీవిత భాగస్వామితో కలిసి ఎంతో ఆనందంగా గడపొచ్చు. రండి కేరళలోని ఆ ప్రదేశాలలో ముద్దాం.. అరిస్టోహానీమూన్ కు వెళ్లేవారు కేరళలో సందర్శించాల్సిన ప్రదేశాలలో ముఖ్యంగా అరిస్టో ఉంటుంది. ఈ ప్రదేశం దేశవర్తకాల నుంచి వచ్చే వర్షాలకులను బాంతులు ఆకట్టుకుంటుంది. ఈ ప్రాంతమంతా పచ్చని తీపి పరచినట్లు ఉంటుంది. ఎటుచూసినా కనిపించే కొబ్బరిచెట్లు పర్యాటకులను పలకరిస్తూ ఉంటాయి. అందమైన బీచ్ లతో పాటు హానీ బోట్ ప్రయాణాన్ని కూడా ఇక్కడ అస్సాదించొచ్చు. ఇక, పెళ్లయిన కొంతజంటలకు ఈ ప్రాంతం ఎంతో అనువుగా సౌకర్యవంతంగా ఉంటుంది. కోవళమ్ బీచ్ కోత్తగా పెళ్లయిన జంటలకు సందర్శించేందుకు కోవళమ్ బీచ్ ఎంతో బాగుంటుంది. సముద్రపు అలల తీరాన భాగస్వామితో కలిసి మీ విషయాలను పంచుకోవచ్చు. కేరళలోని తిరువనంతపురంలో అరేబియా సముద్రానికి చేరువలో ఉన్న తీర పట్టణం కోవలం. ఇక్కడ అన్నిరకాల సముద్రపు ఆహారాన్ని రుచి చూడొచ్చు. ఇంకా ఇక్కడ సందర్శించేందుకు అనేక రకాల ప్రదేశాలున్నాయి. పద్మనాభపురం ప్యాంప్, కరమన్ నది, వెల్లయని సరస్సులు ఇక్కడి ముఖ్యమైన పర్యాటక ప్రదేశాలు. సాయంత్రం సమయంలో ప్రత్యేకమైన లైట్ హౌస్ బీచ్ అందాలను తిలకించాల్సిందే. అలాగే శంఘముఖం బీచ్ కూడా ఎంతో ఆహ్లాదభరితంగా ఉంటుంది. పయనాద్ ప్రకృతి ఒడిలో జీవిత భాగస్వామితో కలిసి విహారించాలనుకునే వారు తప్పకుండా కేరళలోని పయనాద్ ను సందర్శించాల్సిందే. హానీమూన్ కు వెళ్లే జంటలకు ఈ ప్రదేశం ఎంతో ఉత్తమమైనది. ఇక్కడి ప్రకృతి అందాలలో కొ జంటలు ఎంతో సరదాగా గడిపేయొచ్చు. ఇంకా ఇక్కడ విల్డినైరకాల వన్యప్రాణులను చూడడంతో పాటు బోటింగ్ వంటి సాహస కార్యకలాపాలను కూడా చేయొచ్చు. పయనాద్ కు సమీపంలో ఉండే ఊటీ, కూర్గ్, కన్నూర్, మైసూర్ వంటి ప్రముఖ పర్యాటక స్థలాలను కూడా సందర్శించొచ్చు. కుమారకొం హానీమూన్ జంటలకు కేరళలోని మరో ఉత్తమ గమ్యస్థానం కుమారకొం. ఈ ప్రదేశం కోత్తగా పెళ్లయిన జంటలు విహారించేందుకు ఎంతో అద్భుతంగా ఉంటుంది. ఇక్కడి సరస్సులలోని బోటిలో ప్రయాణం చేయొచ్చు. ఈ ప్రాంతం చుట్టూ ఎటు చూసినా పర్యాటకులకు పచ్చని అందాలే తారసపడతాయి. అనేక వృక్ష, జంతు జాతులను ఇక్కడ మనం చూడొచ్చు. ఇక్కడ సందర్శించేందుకు ఎన్నో పురాతన ఆలయాలు, వేల చరిత్ర కలిగిన మ్యూజియంల కూడా ఉన్నాయి. అవి పర్యాటకులను కొన్ని వేల సంవత్సరాల వెనక్కి తీసుకువెళ్తాయి. ఇక్కడి జలపాతాల్లో జలకలాపొచ్చు. మున్నార్ కోత్తగా పెళ్లయిన జంటలు విహారయాత్రకు వెళ్లేందుకు కేరళలోని మున్నార్ ఎంతో అద్భుతమైన ప్రదేశమని చెప్పుకోవచ్చు. ఇక్కడ ప్రకృతి అందాలతో కూడిన సరస్సులు ఎన్నో ఉంటాయి. ఇంకా ఇక్కడ ఎటుచూసినా కనిపించే పర్వతాలు, జలపాతాల సవ్యవలతో ఈ ప్రదేశం ఎంతో ఆహ్లాదభరితంగా ఉంటుంది. ఇక్కడి వీ ఎస్పెక్టల్ కూడా సందర్శించదగ్గ ప్రదేశాలే. మున్నార్ లో పర్యాటకుల సందర్శనకు ఎరవికలం నేషనల్ పార్క్, కుండల సరస్సు, టీ మ్యూజియం వంటి వివిధ ప్రదేశాలు ఉన్నాయి. ముఖ్యంగా భాగస్వామితో కలిసి నడిచేందుకు ఇక్కడ ఎంతో అద్భుతమైన ప్రదేశాలు ఉన్నాయి.

టాటా నుంచి మరో 4 ఈవీ కార్లు..

ప్రముఖ ఆటో వాహన కంపెనీ టాటా మోటార్స్ ఈ సంవత్సరం కొత్త కార్లను మార్కెట్లోకి తీసుకు రానుంది. టాటా మోటార్స్ తో పాటు దాని అనుబంధ శిఖార్ల ల్యాండ్ రోవర్ (జేవెఆర్) బ్రాండ్ పై కూడా కొత్త కార్లను మార్కెట్లోకి తీసుకు రానుంది. వచ్చే సంవత్సరం ప్రారంభం నాటికి మరో 4 కొత్త విద్యుత్ కార్లను తీసుకురావాలని టాటా మోటార్స్ నిర్ణయించింది. వాణిజ్య వాహనాల విభాగంలో హైడ్రోజన్ వాహనాలను మార్కెట్లోకి తీసుకురానుంది. త్వరలోనే అవెడెట్ చేసిన నెక్సాన్ కారును కూడా మార్కెట్లోకి తీసుకురానుంది. అవెడెట్ నెక్సాన్ ఈవీ మార్కెట్లోకి తీసుకు వచ్చిన వెంటనే హరియన్ విద్యుత్ కారును లాంచ్ చేయనుంది. ఈ సంవత్సరమే పంచ్ ఈవీ కారు కూడా మార్కెట్లోకి తీసుకు వచ్చేందుకు టాటా మోటార్స్ నిర్ణయించింది. వచ్చే ఆర్థిక సంవత్సరం మొదటి త్రైమాసికంలో టాటా ఎంతో ప్రతిష్టాత్మకంగా రూపొందిస్తున్న కర్న్ ఈవీ కారు కూడా మార్కెట్లోకి తీసుకు వస్తామని కంపెనీ చైర్మన్ నటరాజన్ చంద్రశేఖరన్ వెల్లడించారు. ఈ సంవత్సరం చివరి నాటికి రెంజ్ రోవర్, రెంజ్ రోవర్ స్పోర్ట్స్ విద్యుత్ కార్ల బుకింగ్ ను ప్రారంభించిన తెలిపారు. జుగూర్ ఈవీ కార్లను 2024లో మార్కెట్లోకి తీసుకు రానున్నట్లు తెలిపారు. కమర్షియల్ వాహనాల్లో సీఎస్ వెర్షన్ కోర్స్ కొత్త వాటిని మార్కెట్లోకి తీసుకు వస్తామన్నారు. ప్రస్తుతం టాటా మోటార్స్ నెక్సాన్, టిగోర్, టియాగో బ్రాండ్ లో విద్యుత్ కార్లను విక్రయిస్తోంది.

ఇలా చేస్తే 7 రోజుల్లోనే తెల్లగా అవుతారు?

ఇలా చేస్తే 7 రోజుల్లోనే తెల్లగా అవుతారు? పెరుగు కేవలం మన శరీర ఆరోగ్యానికే కాదు చర్మ ఆరోగ్యానికీ కూడా చాలా రకాలూగా మేలు చేస్తుంది. ఎందుకంటే పెరుగులో ఉండే లాక్టిక్ యాసిడ్ మృత చర్మ కణాలను ఈజీగా తొలగిస్తుంది. అలాగే చర్మానికి సహజమైన మెరుపును తెస్తుంది. ఇంకా నిస్టెజిన్ని తిప్పికొడుతుంది. నల్ల మచ్చలను ఈజీగా తొలగిస్తుంది. పెరుగులో ఉండే జింక నల్ల మచ్చలను ఈజీగా తొలగించి చర్మాన్ని కాంతివంతంగా మార్చడంలో బాగా సహాయపడుతుంది. పెరుగులో ఉండే యాంటీ బ్యాక్టీరియల్ లక్షణాలు మొటిమలను నివారించడంలో కూడా చాలా బాగా సహాయపడతాయి. పెరుగులో ఉండే లాక్టిక్ యాసిడ్ చర్మంపై ముడుతలను తొలగించడంలో కూడా బాగా సహాయపడుతుంది. ఒక టీస్పూన్ కాఫీ పౌడర్ లో చిటికెడు పసుపు, ఒక టీస్పూన్ పెరుగు కలిపి రాసుకుంటే ముఖంపై ఉన్న బ్లాక్ హెడ్స్ అన్ని చాలా ఈజీగా తొలగిపోతాయి. ఈ మిశ్రమాన్ని మీ ముఖానికి పట్టించి ఒక 20 నిమిషాల తర్వాత కడిగేయాలి. బాత్రూం లో మొబైల్ ని ఉపయోగించడం చాలా ప్రమాదకరమని ఇందుకు గల కారణం ఏమిటంటే బాత్రూం లో మొబైల్ వాడడం వల్ల ఫ్లైస్ వచ్చే ప్రమాదం ఉంటుందట. తీవ్రమైన నొప్పి కొన్నిసార్లు రక్తస్రావం కూడా అయితుందని తెలియజేస్తున్నారు.. మలం ద్వారా హెమోరాయిడ్లు సైతం సంభవించే అవకాశం ఉంటుంది. బాత్రూం లో పలు రకాల బ్యాక్టీరియాలు ఉంటాయి. ఇలాంటి పరిస్థితులలో బాత్రూం లో ఎక్కువసేపు కూర్చొని మొబైల్ ఉపయోగిస్తే ఆ బ్యాక్టీరియా ఈ ధోరణి కు సైతం అతుక్కుపోతాయి. ఆ తర్వాత మొబైల్ ద్వారా నోటి ద్వారా ఇతర మార్గాల ద్వారా సులభంగా శరీరంలోకి ప్రవేశిస్తాయని నిపుణులు తెలుపుతున్నారు. అంతేకాకుండా బాత్రూం లో కూర్చొని మొబైల్ చూస్తూ ఉండడం వల్ల.. రక్తనాళాల పైన వెరికోస్ వెయిన్ అనే బ్యాక్టీరియా సైతం శరీరంలోకి ప్రవేశిస్తుందట. అందుకే బాత్రూం కి మొబైల్ కి వెళ్ళేటప్పుడు సెల్ ఫోన్ తీసుకోవడం వద్దేమీ మంచి ఏదీలేదు. వెస్ట్రన్ టాయిలెట్ ఉంటే నీలు పైన కూర్చోబిటప్పుడు కచ్చితంగా పాదాలు కింద వచ్చినా స్టూలు వేసుకొని కూర్చోవడం మంచిది. ఇది మీ కూర్చొని బంగిమలు సైతం మెరుగుపరచేలా చేస్తుందట. అయితే ఇలాంటి తప్పిలు చేసేవారు ఇకమిదటైనా మొబైల్ ని బాత్రూం కి వెళ్ళేటప్పుడు తీసుకోకుండా వెళ్లడం మంచిది. ఈ ప్యాక్ ముఖంపై ఉన్న బ్లాక్ హెడ్స్ ను పోగొట్టడానికి చాలా బాగా సహాయపడుతుంది. అలాగే రెండు టీస్పూన్ పెరుగులో ఒక టీస్పూన్ తేనె, నిమ్మరసం కలిపి ముఖానికి పట్టించాలి. ఒక 15 నిమిషాల తర్వాత చల్లదీ నీటిని మీ ముఖాన్ని కడగాలి. ఇలా వారానికి రెండు సార్లు చేస్తే ముఖంపై ఉన్న నల్ల మచ్చలు ఈజీగా తొలగిపోతాయి. రెండు టీస్పూన్ ఓట్ మీల్ పౌడర్ లో ఒక టీస్పూన్ పెరుగు, రోజ్ వాటర్ చేసి బాగా కలిపి దీన్ని మీ ముఖానికి అప్లై చేసి ఒక 10 నుంచి 15 నిమిషాలు వదిలేయండి.. అది ఆరిన తర్వాత చల్లదీ నీటితో ముఖం శుభ్రంగా కడుక్కోవాలి. ఇక ఓట్ల కొలాజెన్ ఉత్పత్తిని పెంచడానికి, చర్మపు రంగును మెరుగుపరచడంలో బాగా సహాయపడతాయి. కాబట్టి ఖచ్చితంగా ఈ డిప్లీ పాటించండి.. ముఖం 7 రోజుల్లోనే తెల్లగా కాంతివంతంగా మారిపోతుంది..

కార్తిక మాసంలో

ఈ శివాలయాలను సందర్శించాల్సిందే..

కార్తిక మాసం సందర్భంగా చాలామంది దేశంలో ప్రసిద్ధిచెందిన శివాలయాలను సందర్శించాలనుకుంటారు. కర్ణాటక రాష్ట్రంలో కూడా ప్రసిద్ధిచెందిన శివాలయాలు చాలానే ఉన్నాయి. వాటిని ఈ కార్తిక మాసంలోనే సందర్శించొచ్చు. ఈ మాసంలో శివాలయాలను సందర్శించి ఎంతో భక్తితో పూజలు చేస్తే భగవంతుని అనుగ్రహం లభిస్తుందని చాలామంది సమృతం. కర్ణాటకలోని ఈ ప్రసిద్ధ శివాలయాలు గురించి తెలుసుకుందాం పదవి.. కోటిలింగేశ్వరాలయం ప్రపంచంలోనే అత్యధిక లింగాలను కలిగి ఉన్న ఆలయం కోటిలింగేశ్వరాలయం. ఇది కోలార్ జిల్లాలోని కమ్మంపల్లెలో నెలకొని ఉంది. ఇక్కడి శివలింగం ప్రపంచంలోనే పెద్దది. 108 అడుగుల ఎత్తులో శివలింగం, 35 అడుగుల ఎత్తులో సందివిగ్రహం ఇక్కడ లెక్కించబడతాయి. శివలింగాలు మనకు దర్శనమిస్తాయి. ఈ శివలింగాలు రకరకాలు సైజుల్లో ఉంటాయి. ఈ ఆలయం కర్ణాటకలోని బంగాళు గునులకు ప్రసిద్ధి చెందిన కోలార్ నగరంలో ఉంది. ఈ ఆలయాన్ని ప్రకాశమైన వాతావరణంలో అద్భుత వాస్తవం కళా నైపుణ్యంతో నిర్మించారు. ఇక్కడకు వచ్చే భక్తులకు శివసన్నిధానంలో ఉన్న భావనను కలిగిస్తుంది. ఆలయం లోపలికి వెళ్ళేకొద్దీ ఒక అడుగు మొదలుకొని, నాలుగైదు అడుగుల ఎత్తు వరకూ శివలింగాలు భక్తులకు దర్శనమిస్తూనే ఉంటాయి. వీలన్నింటి మధ్యలో అతి భారీ శివలింగం ఒకటి ఉంటుంది. దానికి అభిముఖంగా సందేశ్వరుడి విగ్రహం ఆకాశాన్ని తాకుతున్నారూ అన్నట్లుగా కనిపిస్తాయి. మహాబలేశ్వర్ ఆలయం గోకర్ణకర్ణాటకలోని ప్రముఖ శైవక్షేత్రంగా ప్రసిద్ధిచెందింది గోకర్ణ మహాబలేశ్వర్ ఆలయం. ఇది కర్ణాటకలోని అత్యంత ప్రసిద్ధ శివాలయాల్లో ఒకటిగా పేరుగాంచింది. ఈ ఆలయం ఉత్తర కన్నడలో అంటే కార్వార్ బీచ్ లో ప్రపంచం అరేబియా సముద్రం ఎదురుగా ఉంటుంది.

తెలుగు ప్రజల హృదయేశ్వరి

జూరక్తదానం చేస్తున్నారా.. అయితే ఈ విషయాలు మీ కోసం?

తెలుగు చలనచిత్ర చరిత్రలో స్వర్ణ యుగానికి చెందిన గొప్ప చిత్రంగా మల్లీశ్వరి ఖ్యాతి గాంచింది. ఆ సినిమా భారతదేశంలోనే కాక ఇతర దేశాలలో కూడా చాలా రోజుల పాటు ప్రదర్శించ బడింది. రాచరికపు ఆడంబరాలను, ఆచారాలను చిత్రించినా ఆ సినిమా కమ్యూనిస్టు దేశమైన చైనా లోనే వంద రోజులకు పైగా ఆడింది. ఆ సినిమాకు మాటలు, పాటలు, కళ, నటన, సంగీతం, ఛాయా గ్రహణం, ఎడిటింగులతో సహా అంతా తానై బి.ఎన్.రెడ్డి నడిపించినవే. అందుకే కృష్ణశాస్త్రి “మల్లీశ్వరి సృష్టిలో మేమంతా నిమిత్త మాత్రులం. బి.ఎన్.రెడ్డి దీనికి సర్వస్వం.” అన్నారు. మల్లీశ్వరి బహుళ ప్రజాదరణ పొందిన చిత్రం. బొమ్మిరెడ్డి నరసింహారెడ్డి (బి.ఎన్.రెడ్డి) (నవంబర్ 16, 1908 - నవంబర్ 8, 1977) తెలుగు సినిమా దర్శకుడు, నిర్మాత. 1975లో దాదాసాహెబ్ ఫాల్కే అవార్డు పొందిన తొలి దక్షిణ భారతీయుడు. పద్మ భూషణ్ పురస్కార గ్రహీత. శ్రీకృష్ణదేవ రాయలంటే ఆరాధనాభావమున్న, ఆంధ్రాంగ్ల సాహిత్యాలను విస్తృతంగా అధ్యయనం చేసిన బి.ఎన్.రెడ్డి రాయలవారి మీద ఒక సినిమా తీయాలని సంకల్పించారు. బి.ఎన్. తమ తొలి సినిమా ‘పంచదాశరం’ ఘాటింగు కోసం హంపి ప్రాంతానికి వెళ్ళినప్పటి నుండి అందుకు తగిన కథ కోసం వెదుకుతూనే ఉన్నారు. ఇల్లెట్టెరెడ్డి వీక్షితో వచ్చిన ఒక కథ, బుచ్చిబాబు వ్రాసిన “రాయల కరణ కృత్యం” నాటిక కలిపి దేవులపల్లి కృష్ణశాస్త్రి చేత “మల్లీశ్వరి” స్క్రిప్టుగా అభివృద్ధి చేశారు. అయితే బుచ్చిబాబు పేరు కథా రచయితగా సినిమాలో స్థానం కల్పించ లేదు.



ఘంటసాల, భానుమతి గార్లతో అందాల ఓ మేఘమాల పాట పాడించారు సాలూరు వారు. సందమూరి తారక రామరావు, భానుమతి, సురభి కమలాబాయి, జేబీ మల్లిక, మాస్టర్ వెంకటరమణ, న్యాపతి రాఘవరావు, బుచ్చిపర్తి మణి, శ్రీహాశ్వప, కుమారి, వంగర, కమలాదేవి తదితరులు తమ పాత్రలలో ఒదిగి పోయారు. చిత్రపర్తి శ్రీకృష్ణ దేవరాయలు పరిపాలన నేపథ్యంలో ఈ చిత్ర కథ నడుస్తుంది. అప్పటి రాజవిధానం ప్రకారం రాజాంతఃపురంలో పనిచేయడానికి ఇష్టపడిన యువతులను వారింటికి పల్లకి పంపి, వారి కుటుంబానికి ధన కనక బహుమానాలు ఇచ్చి, రాజాస్థానానికి పిలిపించే వారు. కాని ఒకసారి అంతఃపురంలో చేరిన యువతులకు బయటి మగవారితో సంబంధాలు ఏర్పడ్డాయి. ఈ నియమాన్ని అతిక్రమించిన వారికి ఉరిశిక్ష వేసేవారు. చిత్రంలో పాటలు అన్నీ విశేషంగా జనాదరణ పొందాయి. లంబోదర లక్ష్మణులకా - పుండర దాసు కీర్తనలతో బాహుళ్యం పెట్టారు. కోవెల తోట విడిదంటి పిలవిన బిగువలూ ఔరాబీ ఔనా! నిజమేనా! మరతున్నా మరువలేను, ఉషా పరిణయం యక్షగానం- కమలాదేవి, భానుమతి పరకుల తీయారో, గిత్తలు ఉరకలు వేయాలిబీ మనసున మలైల మాలుగానేబీ ఆకాశ వీధిలో హాయిగా ఎగిరేవు, ఎన్నినాళ్ళకీ బతుకు పండెనో, ఎంత హాయి ఈ రేయి నిండెనో, యుం యుం యుం తుమ్మదా తుమ్మదా తదితర పాటలు చిరస్థాయిగా నిలిచిపోయాయి.

ఒక సంప్రదాయ గానం, మరొక పురందరదాసు కీర్తన (గణేశ ప్రార్థన) తప్పింది మిగిలినవన్నీ దేవులపల్లి కృష్ణశాస్త్రి రచనలే. స్త్రీలను ఆకర్షించేందుకు భక్తి పాటలను ఏదో విధంగా వొప్పించే రోజుల్లో ఈ సినిమాలో లైటింగ్ శ్రీగణనాథం అనే గీతం తప్ప మిగతా పాటలన్నీ సినిమాకు ముఖ్య కథాంశమైన అనురాగం, ప్రణయం, రెండవ థీం అయిన విజయనగర వైభవం చుట్టూ ఉండేలా రూపొందించారు. మొత్తం పాటల స్వరకల్పనకు ఆరు నెలల కాలం పట్టింది. సినిమాలో మల్లీశ్వరి నాగరాజు ముందు ప్రదర్శించిన సృష్టి గానాలను మారువేషంలో చూసిన అల్లసాని పెద్దన ఆశువుగా ఆమెను మెచ్చుకుంటూ ఓ వధ్యం చెప్పి సన్నివేశం ఉంది. అల్లసాని పెద్దన రాసినట్లుగా అతిక జిగిగితో రావాలన్న జాగ్రత్త వల్ల కృష్ణశాస్త్రితో 108 పద్యాల రాయించుకుని అందులో ఒక్కటి ఎంపిక చేసుకున్నారు బి.ఎన్.రెడ్డి. మల్లీశ్వరి చలనచిత్రం ద్వారా చిత్రరంగానికి ప్రముఖ కవి, భావకవిత్వోద్యమంలో ముఖ్యుడైన దేవులపల్లి కృష్ణశాస్త్రిని పరిచయం చేశారు. ఈ చిత్రాన్ని సర్వేపల్లి రాధాకృష్ణ చూశారు. ఆయన గమనించిన విషయం - చిత్రంలో మల్లీ, నాగరాజులు, మారువేషంలో ఉన్న రాయలవారిని కలిసింది పెద్దవర్ణం వచ్చిన కారణంగా. ఐతే రాయలవారు వీరితో మాట్లాడి తిరిగి వెళ్ళిపోయే సమయంలో గుర్రాల స్వారి వల్ల ధూళి రేగుతుంది. ఇది ఎలా సాధ్యం? అని ప్రశ్నించారు.

వాహినీ వారి మల్లీశ్వరి. ఇది దేవులపల్లి వారి తొలి సినిమా. ఆయన పాటలు - మాటలు, రసాలూరు రాజేశ్వర రావు కమ్మని బాణీలు, ఎన్.టి.ఆర్., భానుమతిల అద్భుత నటన, ఘంటసాల - భానుమతి గార్ల లలితమైన గాన పటిమ అన్నీ కలబోసిన రాగేశ్వరి మల్లీశ్వరి. శ్రీ కృష్ణ దేవరాయలు పాలించే విజయ నగరానికి సమీపాన నివసించే పల్లెటూరి యువ ప్రేమికులు మల్లీ, నాగరాజు. తెలియక వెలకారానికి, మారువేషంలో వున్న రాయలు, పెద్దనలతో రాణివాసం పల్లకి కోరి, తద్వారా ప్రేమికులు విడిపోయి, విరహ వేదన అనుభవిస్తారు. అలనాడు మహాకవి కాళిదాసు ప్రేమికుల సంకేతాలను ‘మేఘ సందేశం’ గా రచించగా, ఈ చిత్రంలో నాయికా నాయకుల నడుమ తోటికిసలాడే ప్రణయ స్పందనా తరంగాలను ‘ఆకాశ వీధిలో హాయిగా’ తేలియాడే మబ్బు తునకతో పంపారు కృష్ణ శాస్త్రి. అంతేకాదు ఈ మల్లీశ్వరి మేఘమాల నిజంగానే దేశదేశాలు తిరిగింది, చైనాతో సహా. సాలూరికి ఇష్టమైన చక్కని ఈ పాటను రాగ మాళిక గా ఖంపలాన్, కీరవాణి, హంసానంది రాగాలలో కూర్చి

బిల్లు ఆమోదం పై జాప్యానికి నిరసనగా ఇండోనేషియాలో ఇంటి పనివారి దీక్షలు

జకార్తా : ఇండోనేషియాలో ఇంటిపనివారు తమకు రక్షణ కల్పించాలని కోరుతూ నిరాహార దీక్షకు దిగారు. జకార్తాలో పార్లమెంట్ కు ఎదురుగా వేసిన శిబిరాల్లో దాదాపు 40మంది డౌమెన్టిక్ వర్కర్స్ అలయన్స్ కి చెందిన కార్మికులు ఈ దీక్షలో పాల్గొన్నారు. ఇంటిపనివారి రక్షణకు సంబంధించిన బిల్లును పార్లమెంటులో ప్రవేశపెట్టడంలో జాప్యాన్ని వారు నిరసించారు. రాజధాని జకార్తాలో పాటూ ఇతర ప్రధాన నగరాల్లో సోమవారం నిరసనలు జరిగాయి. బిల్లు ఆమోదం పొందేవరకు ప్రతి రోజూ ఇలా నిరసన చేపడతామని డౌమెన్టిక్ వర్కర్స్ నేషనల్ అడ్వోకేసీ నెట్ వర్క్ కి చెందిన లీలా అంబ్రాయిని చెప్పారు. ప్రభుత్వం నుండి వారికెలాంటి రక్షణ వుండదన లేదని ఆమె విమర్శించారు. పనిమనుష్యుల రక్షణ బిల్లును తక్షణమే ఆమోదించి చట్టంగా మార్చాలని ఆమె పార్లమెంట్ సభ్యులను కోరారు. బిల్లు ఆమోదంలో జాప్యం జరిగిన కొద్దీ మరింతమంది వర్కర్లు తీవ్రమైన హింస, వివక్షలకు గురవుతారని ఆమె హెచ్చరించారు. ఇండోనేషియాలో డౌమెన్టిక్ వర్కర్లు ఎదుర్కొంటున్న సవాళ్ళను ప్రతిబింబించేలా వారు గడియారాలు, నేవ్ కిస్స్, ఇతర పారిశుధ్య పరికరాలను ప్రదర్శించారు. హింస, అవమానాలు, వివక్ష, దూషణలు వంటి సమస్యలను పరిష్కరించేందుకు 2014లో డౌమెన్టిక్ వర్కర్స్ బిల్లును పార్లమెంట్ సభ్యులు ప్రతిపాదించారు. అప్పటి నుండి కనీసం మూడుసార్లు ఈ బిల్లును ప్రాధాన్యతా జాబితాలో నుండి తొలగిస్తూనే వస్తున్నారు.

చైనా, వియత్నాం మధ్య చీలిక తెచ్చేందుకు అమెరికా కుతంత్రం

హానోయీ : ఇండోనేషియాలో ప్రాంతంలో చైనా పలుకుబడి పెరుగుతుండడంతో అమెరికా కొత్త ఎత్తు వేసింది. సోషలిస్టు దేశమైన వియత్నాంకు, చైనాకు మధ్య తంపులు పెట్టాలని అమెరికా చూస్తోంది. దీనిలో భాగంగానే బైడెన్ ఆకస్మికంగా వియత్నాం పర్యటనను ఏర్పాటుచేసుకున్నారు. చైనా, ఇతర సోషలిస్టు ప్రగతిశీల దేశాలను లక్ష్యంగా చేసుకుని అమెరికా జరుపుతున్న కొత్త ప్రవృత్తి యుద్ధంలో భాగంగా, చైనా, వియత్నాంల మధ్య చీలిక తీసుకురావాలని వాషింగ్టన్ లోని నేతలు భావిస్తున్నారు. చైనా, వియత్నాంలు సరిహద్దును పంచుకుంటున్నాయి. ఈ నేపథ్యంలో చైనాను అన్ని వైపుల నుండి చుట్టూముట్టేందుకు గానూ వియత్నాంను తమ పూర్వాంశాల్లోకి చేర్చుకోవాలని అమెరికా కృత చర్యలతో వున్నట్లు కనిపిస్తోంది. వియత్నాం పట్ల చరణిడి ఈ చీలిక విధానాన్ని అమెరికా అనుసరిస్తూ వస్తోంది. అయితే ఇప్పటివరకు ఈ విధానం పెద్దగా విజయం సాధించలేదు. ఈ నేపథ్యంలో అమెరికా తన ప్రయత్నాలను ముప్పురం చేసింది. అమెరికాతో చైనా వ్యతిరేక ఒప్పందం కుదుర్చుకోవడమన్నది వియత్నాం విదేశాంగ విధాన మార్గదర్శక సూత్రాలకు పూర్తి విరుద్ధంగా వుంది. అన్ని దేశాలతో సాంఘిక సహజీవనం సాధిస్తూ, మీలటరీ కూటమితో పున్నట్లు వెల్లడిస్తోంది, ఏ ఇతర దేశానికీ అనుకు పాల్పడకుండా జీవించాలన్నది వియత్నాం లక్ష్యంగా వుంది. అయినా కానీ వియత్నాంను తనవైపునకు లాగాలని అమెరికా చాలా పట్టుగా వుంది. అయితే, ఆసియాలో బైడెన్ ప్రభుత్వం ఉద్దిక్తతలను రెచ్చగొడుతుండడంతో సహకారం, సాంతి పంథాను అనుసరించాలని చైనా, వియత్నాం ప్రభుత్వాలు నిర్ణయించాయి. ఈ నెల 9, 10 తేదీల్లో వియత్నాం దివ్యాలి విదేశాంగ మంత్రి, చైనా విదేశీ వ్యవహారాల ఉపమంత్రి సమావేశమై ద్వైపాక్షిక సంబంధాలపై చర్చించారు. సమగ్ర వ్యూహాత్మక సహకార భాగస్వామ్యంగా ఇరు దేశాల మధ్య సంబంధాలను నిర్మించారు.

భారతదేశంలో అత్యధిక ముస్లింలు హిందూ మతం నుండి మారారు

జమ్మూ : కశ్మీర్ పండ్లపై కాంగ్రెస్ పార్టీ మాజీ నేత, డెమోక్రటిక్ ప్రోగ్రెసివ్ ఆజాద్ పార్టీ అధినేత గులాం నబీ ఆజాద్ సంవలన వ్యాఖ్యలు చేశారు. భారత దేశంలో ఉన్న అత్యధిక ముస్లింలు హిందూ మతం నుంచి ఇస్లాం మతాన్ని స్వీకరించినవారేనని కామెంట్ చేశారు. ఇందుకు నిదర్శనంగా కశ్మీర్ లోయలోని కశ్మీర్ పండ్లలో ఆని ఆయన వ్యాఖ్యానించారు. ఇస్లాం మతం 1,500 ఏళ్ల క్రితమే ఉంది. అయితే హిందూ మతం ఇస్లాం మతం కంటే చాలా పురాతనమైనది అని ఆయన వెల్లడించారు. కశ్మీర్ లోని ధోదా జిల్లాలో జరిగిన సమావేశంలో గులాం నబీ ఆజాద్ మీడియాతో మాట్లాడుతూ.. “రాజకీయం మైలేజీ కోసం మతాన్ని అడ్డు పెట్టుకునేవారంతా బలహీనులే. ఇటీవల ఒక బీజేపీ నాయకుడు మాట్లాడుతూ భారత్ లో ముస్లింలకు బయట నుంచి వచ్చిన వారేనని అన్నారు. అయితే భారత్ లో ముస్లింలెవరూ బయట నుంచి వచ్చినవారు కాదు. భారత్ లో బయట నుండి వచ్చిన ముస్లింలు 10 నుంచి 20 శాతం మాత్రమే ఉంటారు.

విశేష రాజకీయ అనుభవ శాలి

శంకర్ దయాళ్ శర్మ (ఆగస్టు 19, 1918.డిసెంబర్ 26, 1999) ప్రసిద్ధ స్వాతంత్ర్య సమర యోధులు, ఒక ప్రముఖ న్యాయవాది, రాజకీయవేత్త, అసాధారణమైన విద్యార్హతలు కలిగిన పండితులు. భారతదేశ స్వాతంత్ర్య పోరాటంలో చురుకుగా పాల్గొన్న స్వాతంత్ర్య సమరయోధులలో ఆయన ఒకరు. ఆయన భారత క్రియాశీల రాజకీయాలలో విశేష అనుభవం కలిగి, ఎన్నో ఉన్నత స్థానాలను నిర్వహించారు. రాష్ట్ర, కేంద్ర ప్రభుత్వాలలో మంత్రిగా, రాష్ట్ర కాంగ్రెస్, జాతీయ కాంగ్రెస్ అధ్యక్షులుగా, రాష్ట్రాల గవర్నరుగా, దేశ ఉప రాష్ట్రపతిగా, సర్వోన్నత పదవి రాష్ట్రపతిగా విధులు నిర్వహించిన విశేష అనుభవ శాలి. 1940 లలో తమ రాజకీయ జీవితాన్ని ప్రారంభించారు. 1940 వ దశకంలో శర్మ భారత స్వాతంత్ర్యోద్యమంలో పాల్గొన్నారు. అదే దశకంలోనే కాంగ్రెస్ పార్టీలో చేరి చివరి వరకూ అదే పార్టీకి విధేయులుగా ఉన్నారు. 1942 లో జరిగిన చారిత్రాత్మక క్వీట్ ఇండియా ఉద్యమంలో, స్వదేశీ స్వాతంత్ర్య ఉద్యమంలో చురుకుగా పాల్గొన్నారు. రాజకీయ కార్యకలాపాలలో పాల్గొనడం ప్రారంభించిన వెంటనే శంకర్ దయాళ్ శర్మ కాంగ్రెస్ జాతీయ కాంగ్రెస్ లో చేరారు. కాంగ్రెస్ పార్టీ పక్షాన భారత దేశంలో బ్రిటిష్ పాలనకు వ్యతిరేకంగా ఎన్నో పోరాట కార్యక్రమాల్లో భాగస్వాములు అయ్యారు. భోపాల్ నగరంలో 1918, ఆగస్టు 19న జన్మించిన శర్మ సెయింట్ జాన్ కళాశాల, ఆగ్రా కళాశాల, అలహాబాద్ విశ్వ విద్యాలయం, లింకన్ ఇన్, హార్వర్డ్ న్యాయ పాఠశాల మొదలైన అనేక విద్యా సంస్థల్లో విద్య నభ్యసించారు. శర్మ లక్నో విశ్వ విద్యాలయంలో 9 సంవత్సరాలు న్యాయ శాస్త్రాన్ని బోధించారు. తరువాత కేంబ్రిడ్జ్ విశ్వ విద్యాలయంలో న్యాయ శాస్త్రాన్ని బోధించారు. శర్మ 1992 నుండి 1997 వరకు రాష్ట్రపతిగా, 1987 నుండి 1992 వరకు రామస్వామి వెంకటరామన్ రాష్ట్రపతిగా ఉన్నప్పుడు, ఉప రాష్ట్రపతిగా పనిచేశారు. అంతకు పూర్వం 1950 నుండి 1952 వరకు భోపాల్ కాంగ్రెస్ కమిటీ అధ్యక్షులుగా ఉన్నారు. 1952 లో అప్పటి భోపాల్ రాష్ట్రానికి ముఖ్యమంత్రి అయ్యారు. 1956లో భోపాల్ మిగతా చిన్న రాష్ట్రాలతో కలిసి మధ్యప్రదేశ్ ఏర్పాడేవరకూ ముఖ్యమంత్రిగా పనిచేశారు. విద్యా శాఖ, న్యాయ శాఖ మొదలైన అనేక శాఖల్లో కేంద్ర మంత్రిగా, ఆంధ్రప్రదేశ్ గవర్నరుగా పనిచేశారు. 1960లలో ఇందిరా గాంధీ బలమైన మద్దతు చూడగా, ఆమె కాంగ్రెస్ పక్షాన్ని చేపట్టడాన్ని సమర్థించారు. ఆమె ప్రధాన మంత్రిగా ఉన్న కాలంలో అనేక మంత్రి పదవులు నిర్వహించారు. 1972-74 మధ్యలో భారత జాతీయ కాంగ్రెస్ అధ్యక్షులుగా పనిచేశారు. 1974-77 మధ్యలో కమ్యూనికేషన్ శాఖా మంత్రిగా పనిచేశారు. 1984 లో ఆంధ్రప్రదేశ్ గవర్నర్ గా నియమితులయ్యారు . పంజాబ్ లో ఎన్నికల తర్వాత, 1985 లో శర్మ పంజాబ్ గవర్నర్ గా నియమితులయ్యారు. న్యాయవాద వృత్తిలో ఆయన అందించిన సేవలకు గుర్తింపుగా అంతర్జాతీయ సంఘం నుండి లివింగ్ లెజెండ్స్ ఆఫ్ ది లా అవార్డును అందుకున్నారు. ఆయన జీవిత చరమాంకంలో తీవ్ర అనారోగ్యానికి గురై, 1999 అక్టోబరు 9 న వివరణమైన గుండెపోటుతో ఢిల్లీలో తుదిశ్వాస విడిచారు. ఆయన భౌతిక కాయాన్ని విజయ్ ఘాట్ వద్ద ఖననం చేశారు.

అమెరికా నుంచి తెలుగు విద్యార్థులు వెనక్కి!

అమెరికాలో చదువుకోవడం కోసం వెళ్లిన తెలుగు విద్యార్థులను అక్కడి ఇమి గ్రేప్స్/ఖర్తా అధికారులు ఎయిర్ పోర్టు నుంచే తిప్పివంచేశారు. ఎందుకు పంపేస్తున్నారనే దానిపై అధికారికంగా ఎలాంటి సమాచారం ఇవ్వకుండానే.. బలవంతంగా విమానం ఎక్కించి వెనక్కి పంపారు. ఇలా అట్లాంటా, డాన్స్ ప్రాన్సిస్కో, షికాగో ప్రాంతాల నుంచి 21 మందిని తిప్పివంచినట్లు తెలిసింది. తారాపు వారం రోజులు నుంచి ఇలా ఒకరిద్దరిని పంపేస్తున్నా.. ఇప్పుడు ఒక్కోరే 20 మందికిపైగా విద్యార్థులను వెనక్కి పంపడంతో విషయం బయటికి వచ్చిందని అమెరికాలోని తెలుగు సంఘాలు చెప్తున్నాయి. అయితే పత్రాలు, వివరాలన్నీ పరిశీలించాకే అమెరికా వీసా ఇస్తారని, అలాంటిప్పుడు ఈ సమస్య ఎందుకొచ్చిందన్న ఆందోళన వ్యక్తమవుతోంది. సదరు విద్యార్థులు పేర్లు, ఇతర వివరాలు ఇంకా బయటికి రాలేదు. పక్కాగా విద్యార్థులు చేసుకున్నా..: అమెరికాలో ఆగస్టులో విద్యా సంవత్సరం మొదలవుతుంది. దీనికి తగ్గట్టుగానే భారత విద్యార్థులు ప్రణాళిక నిర్ధం చేసుకుంటారు. అక్కడి వీసా నిబంధనలకు అనుగుణంగా అన్ని డాక్యుమెంట్లు నిర్ధం చేసుకుంటారు. ముందే బోఫోర్, జీఆర్ఈ వంటి పరిష్కలు రాస్తారు. వాటి మార్పుల ఆధారంగానే అక్కడి యూనివర్సిటీలలో సీట్లు వస్తాయి. తర్వాత అమెరికాలో చదువుకున్నట్లు రోజులు జీవించడానికి అవసరమయ్యే మేర సామగ్రిని బ్యాంకుల బ్యాంకుల్లోగా మార్చారు. ఇందుకోసం విద్యార్థులు కన్సల్టెన్సీల సహకారం తీసుకుంటున్నారు. ఇక్కడ అజనెసింగ్ పూర్వయాక్ విదో ఒక కంపెనీలో ఉద్యోగం చేస్తున్నట్లుగా అనుభవం సర్టిఫికెట్లు కూడా సమర్పిస్తున్నారు. ఈ వ్యవహారంలోనే మన విద్యార్థులు ఇబ్బందుల్లో పడుతున్నారని అమెరికాలోని తెలుగు అసోసియేషన్లు చెప్తున్నాయి.

ఈ రోజుల్లో చిన్న పెద్ద అని తేడా లేకుండా చాలా మంది సెన్నిటివిటీ సమస్యతో ఇబ్బంది పడుతున్న విషయం తెలిసింది.

ఈ సెన్నిటివిటీ కారణంగా చల్లని పదార్థాలు, తీయని పదార్థాలు చివరికి వేడి పదార్థాలు తిన్నా కూడా పళ్ళు జివ్వమంటూ ఉంటాయి. కొన్ని కొన్ని సార్లు ఈ నొప్పి తీవ్రం అయ్యి దవడలు వాడడం పండ్లు ఊడిపోవడం లాంటి సమస్యలు కూడా తలెత్తుతూ ఉంటాయి. కొన్ని సార్లు నొప్పి భరించలేనంతగా ఉంటుంది. ఈ బాధల తట్టుకోలేక ఎంతో ఇష్టమైన ఐస్ క్రీమ్ కు దూరంగా ఉంటుంటారు. పళ్ల సెన్నిటివిటీ కారణంగా హాకిగా పని తినలేరు, తాగలేరు. కొందరికి తీపి పదార్థాలు ఇష్టమైన సరే ఈ నొప్పి కారణంగా వాటికి దూరంగా ఉంటారు. అయితే ఈ సమస్యను కొన్ని వంటింటి చిట్టాలను ఉపయోగించి పరిష్కరించుకోవచ్చు. సున్నితమైన దంతాల సమస్యను పరిష్కరించడానికి, ఉప్పు నీళ్లు బెస్ట్ ఆప్షన్ అని చెప్పవచ్చు. ఇది దంత సమస్యలను నయం చేయడంలో సహాయపడుతుంది. ఉప్పులో ఉండే క్రిమినాశక గుణాలు మంటలను తగ్గించేందుకు తోడ్పడతాయి. పంటి నొప్పి నుంచి ఉపశమనం పొందడానికి రోజుకు రెండుసార్లు ఉప్పు నీటితో పుక్కిలించాలి. ఇది మీ నోటి ఆరోగ్యానికి అద్భుతమైన మోత వాష్ గా కూడా పనిచేస్తుంది. ఇందుకోసం ఒక గ్లాస్ వేడి నీటిలో 1/2 టీస్పూన్ ఉప్పు వేసి పీటిలో నోటిలో వేసుకుని 30 సెకన్ల పాటు పుక్కిలించాలి. ఇలా చేయడం వల్ల ఆ సెన్నిటివిటీ సమస్య నుంచి పొందవచ్చు. అలాగే తేనెలో యాంటీ బాక్టీరియల్, యాంటీ సెప్టిక్ లక్షణాలు ఉంటాయి. ఇది దంత సమస్యలను పరిష్కరిస్తుంది. పంటి నొప్పి, మంటలను తగ్గిస్తుంది. వాపు నుంచి ఉపశమనం పొందడానికి గ్రీన్ టీ తాగుతూ ఉంటారు. గ్రీన్ టీ పళ్ల సెన్నిటివిటీ తగ్గించడానికి సహాయపడుతుంది. గ్రీన్ టీలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్, యాంటీ ఇన్ఫ్లేమేటరీ గుణాలు ఉంటాయి. ఇవి నోటి ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తాయి. గ్రీన్ టీని మోత వాష్ గా ఉపయోగించండి. రోజుకు రెండు సార్లు నోటిలో గ్రీన్ టీ వేసుకుని పుక్కిలించాలి ఇది దంతాలను బలోపేతం చేయడానికి, మంటలను తగ్గించడానికి తోడ్పడుతుంది.

పాక్ తాత్కాలిక ప్రభుత్వంలో తీవ్రవాది భార్యకు చోటు

ఇస్లామాబాద్: పాకిస్తాన్ తాత్కాలిక ప్రధానిగా బాధ్యతలు స్వీకరించిన అన్వర్-ఉల్-హక్ కకర్ తాత్కాలికంగా కేబినెట్ విస్తరించారు. కేబినెట్లో తీవ్రవాది యూసీన్ మాలిక్ సభితుడి మిశాల్ హుస్సేన్ మాలిక్ కు కూడా చోటు కల్పించడం పాకిస్తాన్ మీడియాలో హాట్ టాపిక్ గా మారింది. త్వరలో జరగనున్న నేపథ్యంలో షెఖాజ్ పరీఫ్ తమ ప్రభుత్వాన్ని రద్దు చేశారు. అనంతరం ఆగస్టు 15న అన్వర్-ఉల్-హక్ కకర్ అధికార మంత్రిగా బాధ్యతలు స్వీకరించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన నియమించిన కొత్త కేబినెట్ మంత్రుల జాబితాలో మానవ వనరుల శాఖ మంత్రిగా మిశాల్ హుస్సేన్ మాలిక్ ను నియమించినట్లు తెలిపారు. మిశాల్ భర్త జమ్మా కశ్మీర్ లిబరల్ డెమోక్రసీ ఫ్రంట్ అధినేత యూసీన్ మాలిక్ తీవ్రవాదులకు నిధులను సమకూర్చిన కేసులో నేషనల్ ఇన్వెస్టిగేషన్ ఏజెన్సీ నెరనుడిగా నిర్ధారించగా కోర్టు తరడికి జీవితఖైదు విధించింది. ప్రస్తుతం యూసీన్ మాలిక్ శిక్షను అనుభవిస్తున్నారు. మిశాల్ హుస్సేన్ మాలిక్ తోపాటు ఆర్థిక మంత్రిగా మాజీ సెంట్రల్ బ్యాంకు చీఫ్ షంషాద్ అబ్దుల్, అంతర్గత వ్యవహారాల శాఖ మంత్రిగా సర్పరాజ్ బుగాడి నియమితులయ్యారు. వీరితోపాటు మొత్తం 16 మంది మంత్రులతో కూడిన పాకిస్తాన్ కేబినెట్ తో అధ్యక్షుడు అంబ్ అల్లీ ప్రమాణ స్వీకారం చేయించారు. కొత్తగా మంత్రులుగా బాధ్యతలు స్వీకరించిన వారిలో జబీల్ అబ్బాస్ జిలానీ, లెఫ్టినెంట్ జనరల్ (ఆర్) అన్వర్ అలీ హైదర్, ముర్తజా సోలంగి సమీ నయూద్, షాహిద్ అబ్రహ్ తార్, అహ్మద్ ఇర్షాన్ అస్లాం, ముహమ్మద్ అలీ, గోహర్ ఎజాజ్, ఉమర్ సైఫ్, సదీమ్ జాన్, ఖలీల్ జాన్, అనీష్ అహ్మద్, జమాల్ షా, మదాద్ అలీ సింధ్ ఉన్నారు. పాక్ తాత్కాలిక ప్రధానికి ముఖ్య సలహాదారులుగా ఎయిర్ మార్షల్ (ఆర్) ఫర్హాద్ హుస్సేన్ ఖాన్, ఆహద్ ఖాన్ చీమా, వకాల్ మసూద్ ఖాన్ ప్రమాణస్వీకారం చేశారు. పీపుల్స్ డెమోక్రటిక్ పార్టీ అధ్యక్షుడు మహబూబ్ నూస్ సోదరి, జమ్మా కశ్మీర్ మాజీ ముఖ్యమంత్రి మస్తీ మహమ్మద్ సయీద్ కుమార్తె రుబైయాత్ సయీద్ 1989, డిసెంబరు 8న కిర్వాన్ కు గురవ్వగా ఆ కేసులో యూసీన్ మాలిక్ ను నిందితుడిగా గుర్తించారు. ఈ నేపథ్యంలోనే యూసీన్ మాలిక్ స్థాపించిన జమ్మా కశ్మీర్ లిబరల్ డెమోక్రసీ ఫ్రంట్ ను 2019లో అధికారికంగా నిషేధించింది పాకిస్తాన్. వారిలో కొంతమంది మొగల్ సైన్యంలో పనిచేశారు. మిగిలిన వారంతా హిందూ మతం నుండి వచ్చి ఇస్లాం మతాన్ని స్వీకరించిన వారే. దీనికి ఉదాహరణ కశ్మీర్లోనే చూడొచ్చు. 600 ఏళ్ల క్రితం కశ్మీర్లో ఉన్న ముస్లింలంతా.. కశ్మీర్ పండిట్ల వారంతా హిందూ మతం నుంచి ఇస్లాం మతాన్ని స్వీకరించినవారే.' అని ఆజాద్ వెల్లడించారు.

సబ్ కా సాత్ సబ్ క సత్తేనాత్

ఈ దేశంలో ఆదివాసీ హక్కులను నీరు గార్చిన పార్టీ, అంటే హక్కుల చట్టాన్ని దారుణంగా దెబ్బతీసిన పార్టీ, రిజర్వేషన్లకు గండికొట్టిన పార్టీ, గుజరాత్ లో ముస్లింలను ఊచకోత కోసిన పార్టీ, సుప్రీంకోర్టు తీర్పు అనే గంగా జలంతో మోడిని కడిగిన ముత్యంలా బయటికి తెచ్చుకున్న పార్టీ, లోగడ హిందూ సంప్రదాయాన్ని వెత్తికెత్తుకున్న ఓ ముస్లిం - (కలాం) దేశాధ్యక్షుడిగా చేసిన పార్టీ... ఇప్పుడు తమ రాజకీయ ప్రయోజనాల కోసం వెతికి వెతికి ఓ ఆదివాసీ మహిళను అధ్యక్ష పదవికి నిలబెట్టుకుంది. వీటన్నింటి వెనక ఉన్న కుట్రకొణాన్ని ప్రజలు అర్థం చేసుకుంటున్నారు. దేశాధ్యక్ష పదవికి ద్రోహిణి ముర్రును నిలబెట్టిన పార్టీ దేశ ప్రజలకు చాలా విషయాలు చెబుతుంది. ఆదివాసీ మహిళ అని గొంతెత్తి చెప్పడమే గానీ, ఆమె కనీసం ఆదివాసీలకు ఏం చేసిందో చెబుతుంది. ఎమ్మెల్యేగా, మంత్రిగా, గవర్నర్ గా పనిచేసిన ఆమె తన స్వంత ఊరికి కనీసం కరెంటు ఇప్పించలేదు. ఆమె అధ్యక్ష పదవికి నామినేషన్ చేసిన మరునాడు ఇక పరువు పోతుందని తొందరపడి ఒడిశాలోని మయూర్ భంజ్ జిల్లా కుసుం సమితిలోని ఆమె స్వగ్రామం ఉపరెవెన్యూ-లో విద్యుత్ ప్రణాళి ఏర్పాటుకు గోతులు తవ్వారు. స్వాతంత్ర్యం లభించిన దెబ్బి అయిందేం తర్వాతనా ఆ ఊరికి విద్యుత్ వెలుగులు అందేదీ? 2006 జనవరి 2న ఒడిశాలోని కలింగ్ గర్లో ఓ సంఘటన జరిగింది. అక్కడ టాలూ స్ట్రీట్ ప్లాంలో కోసం ఆదివాసీల భూమిని లాక్కూన్నారు. ఆదివాసీలు తిరగబడ్డారు. అక్కడ అప్పుడు అధికారంలో ఉన్న బీజేపీ-బీజేపీ సంయుక్త కూటమి ప్రభుత్వం పోలీసు కాల్పులు జరిపించింది. పదమూడు మంది గిరిజనులు తూటాలకు బలయ్యారు. ఆ ప్రభుత్వంలో ద్రోహిణి ముర్రు మంత్రిగా ఉండికూడా నోరు మెదపలేదు. ఇక ఈమె మోడి భజన చేయడం తప్ప దేశ ప్రజల గూర్చి ఆలోచిస్తుందని ఎవరనుకుంటారు?



/ జహాజ్ బేనోద్ / కొయ్ సవాల్ కర్ / ఉన్ జైల్ బేజ్ దో!!

హంమతి అమితేషా తెలంగాణలో పర్యటిస్తూ అల్లూరి సీతారామరాజు హైదరాబాద్ నిజాంకు వ్యతిరేకంగా పోరాడారని చెప్పారు. మతి స్థిమితం కోల్పోయిన వారి మాటల్లాగా ఉన్నాయేమిటి? మన మంత్రుల ఉపన్యాసాలూ? - అని జనం లేవన వినమకుని ఛస్సున్నారు. ఈ దేశంలో నానిరుద్దీన్ షా పాండు. అమితే షా పాండు. న్యూఢి ఇరానీ పాండు, సోనియా గాంధీ ఇటాలియన్? ఈ దేశంలో ఏదైనా సాధ్యమే! ఒకానొకప్పుడు జర్మనీలో ఒక ప్రముఖ కవిని అరెస్ట్ చేశారు. అప్పుడు అతని బందెడ్ల కాతురు తల్లిని ఇలా అడిగింది... "అమ్మా! నాన్నను పోలీసులు ఎందుకు తీసుకుపోతున్నారు?" అని. అందుకు తల్లి అంది కదా "మీ నాన్న పోలీస్ లోని విమర్శనకు కవిత్వం రాశారు - అందుకని!" "అదేమిటి? పోలీస్ కూడా నాన్నను విమర్శిస్తూ ఓ కవిత రాయిచ్చు కదా?" అంది కూతురు అమాచకుంకా. "అయినకు అంత తెలివే ఉంటే, ఇంక చెప్పేదేముంది? చదువు విజ్ఞత లేని మూరు? లే రక్తపాతం సంస్థిస్తారు. ప్రశ్నించే వారిని అరెస్ట్ చేస్తారు. ఒక్కోసారి చంపిస్తారు కూడా!" - అని చెప్పింది. (గమనిక: ఇది కేవలం జర్మనీకి, పోలీస్ సంబంధించిన విషయం. ఎవరైనా దీన్ని భారతదేశానికి అన్వయించుకుని చూస్తే... బాధ్యత వారిదే అవుతుందని మనవి!) అగ్నివర్షం నిరసనూ దేశంలోని యువత పలు రాష్ట్రాల్లో నిరసనకు దిగి, జరిపిన విద్యంసాన్ని దృష్టిలో ఉంచుకుని ఎవరో సోషల్ మీడియాలో ఒక పోస్ట్ పెట్టారు. అది ఇలా ఉంది... దేశ ప్రధాని దేశ ప్రజలకు నమస్కరిస్తూ- "దయచేసి ప్రభుత్వ ఆస్తులకు నిప్పుపెట్టకండి! నాకు అమ్మదానికి ఇబ్బందవుతుంది" - అని! అయిన దేశ ప్రజలకు విజ్ఞత చేస్తున్నట్లుగా ఉంది. అందులో వ్యంగ్యం ఉన్నా... వాస్తవం కూడా ఉంది కాబట్టి జనం హర్షించాలి! దేశంలో దొంగవోట్లు పెరిగాయి. ఆర్.బి.ఐ. తాజాగా విడుదల చేసిన నివేదిక కేంద్ర ప్రభుత్వానికి చెంపపెట్టు అయ్యింది. ప్రధానికి తలెత్తికోలేని స్థితి తెచ్చింది. 500 ఫేక్ నోట్లు చలామణిలో 101 శాతం పెరిగాయి. 2000 ఫేక్ నోట్లు 54 శాతం పెరిగాయి. రూ.50-100 తప్ప మిగిలిన నోట్లలో నశిలింది (దొంగవోట్లు). విపరీతంగా పెరిగిపోయిన నోట్లనుగా రిజర్వ్ బ్యాంక్ నివేదిక ఇచ్చింది. ఈ 2022లో అన్ని డిసామినేషన్ల కలిపి దేశంలో 31,05,721 కోట్ల విలువ గల కరెన్సీ నోట్లు చలామణిలోకొచ్చాయి. ఇలాంటి అంశాల మీద మన కి బాత్ - వినిపించడేమీ? చోద్యం? బీజేపీ అధికార ప్రతినిధి సూపర్ శర్మ, మరో సభ్యుడు సవీన్

కుమార్ జిందాల్ మహ్యద్ ప్రవక్తలై వివాదాస్పదమైన వ్యాఖ్యలు చేశారు. ఫలితంగా అరబ్ దేశాలు మండిపడ్డాయి. భారతీయ ఉత్పత్తులను తమ దేశాలలో నిషేధించినంత పని చేసాయి. భారత ప్రధాని ఖాట్ లో అక్కడి చెత్తకుండిలపై అతికించి పెద్ద ఎత్తున నిరసనలు తెలిపాయి. ఈ రకంగా దేశ 'గౌరవాన్ని' ప్రస్తుత బీజేపీ ప్రభుత్వం ప్రపంచ వ్యాప్తం చేసింది? దేవుణ్ణి, మతాల్ని, అందరూ విశ్వాసాల్ని వదిలించుకునే స్థాయి ఈ ప్రభుత్వానికి ఎలాగూ లేదు. కనీసం పరమత సహనమైనా ఉండాలి కదా? భారతదేశంలో ఇస్లాం కత్తి ద్వారా వ్యాపించిందని, బలవంతంగా ఆ రోజుల్లో మత మార్చిడిలు జరిగాయని ఆరోస్టెస్-బీజేపీ వంటి సంస్థలు ఊరికే వాదిస్తుంటాయి. కానీ, ఎవ వాదనలో పసలేదు. చరిత్ర తెలిసిన వారు ఈ విషయం అంగీకరించరు. స్వామి వివేకానంద కూడా ఈ విషయాన్ని స్పష్టం చేశారు. అయిన స్వయంగా ఒక చోట ఇలా రాశారు... "భారతీయులు (హిందువులు) ఖడ్గ భయంతో మహ్యద్దీయంగా మారారు - అని అనడంలో యదార్థం లేదు - అది అవాస్తవం!" అని రాశారు. "ఒకవైపు హిందూ మతాచార్యుల కఠిన నిబంధనల వల్ల, మరొక వైపు జమీందారుల అణచివేత, హింసాత్మక చర్యల వల్ల కొందరు హిందువులు ఇస్లాం స్వీకరించారు. అంతేకానీ, ముస్లిం రాజులు మెదమీద కత్తిపెట్టి మతమార్చిడిలు జరిపించలేదు. వివేకానందుడు ఈ విషయం ఒక లేఖలో ప్రస్తావించాడు. అలాగే మరోసారి, మరో శిష్యుడికి రాసిన ఉత్తరంలో ఇలా రాశారు... "నాయనా! మనిషి గానీ, ఇతరులను ద్వేషిస్తూ మనుగడ సాగించలేదు. అదే విధంగా ఏ జాతైనా ఇతరులను ద్వేషిస్తూ బతకలేదు. ఏనాడైతే మన వాళ్లు (హిందువులు) "మౌన్న" అనే శబ్దాన్ని స్పష్టంచారో, ఇతరులతో రాకపోకలు విరచించారో - అప్పుడి నుండే భారతదేశానికి దౌర్భాగ్యం దాపరించింది. ఆ ద్వేషాన్ని నిర్మూలించడానికి అందరూ జాగ్రత్తం కావాలి! ఏకీకృతం కావాలి!! (వివేకానంద లేఖవలి పేజీ:158-159) "దేశమంటే సామాన్యులు! సామాన్యుల విద్య, వికాసాలపై, సాంస్కృతిక పునరుద్ధింపనం పైన దేశ భవిష్యత్తు ఆధారపడి ఉంటుంది. ప్రజావైతన్యం ద్వారానే ప్రజాస్వామ్యం బలపడుతుంది" (గ్రంథి విగ్, (ఫోక్ స్కూల్ రూపకర్: దెహ్రాద్). చివరకు మనం తెలుసుకోవచ్చిన సారాంశం ఏమిటంటే... మనుషుల్ని చంపి, మతాన్ని బలికిస్తామనే రోజులు చచ్చిపోవాలి. మతాన్ని నాశనం చేసి, మానవత్వాన్ని నిలబెడదామనే రోజులు వికసించాలి! అప్పుడు గానీ, ఈ భూమి మీద మనిషి ప్రకాశంగా బతకలేడు.

రద్దయిన ఇజ్రాయిల్ పార్లమెంట్

జెరూసలేం : ఇజ్రాయిల్ పార్లమెంట్ రద్దయింది. దీంతో నాలుగేండ్ల కన్నా తక్కువ కాలంలోనే ఐదోసారి ఎన్నికలకు రంగం సిద్దమైంది. పార్లమెంట్ ను రద్దు చేసేందుకు అనుకూలంగా గురువారం పార్లమెంట్ సభ్యులు ఓటు వేశారు. అధికారిక దానిన తర్వాత మళ్లీ పార్లమెంట్ దేశ తాత్కాలిక ప్రధానిగా విదేశాంగ మంత్రి యూరెల్ లవీద్ బాధ్యతలు చేపడతారు. ఇజ్రాయిల్ లో 12 ఏండ్ల సుదీర్ఘ పాలన అనంతరం బెంజామిన్ నెతన్యాయును గద్దె దించుతూ సప్తాభి ఔర్బల్ నంకీర్డం అధికారంలోకి వచ్చింది. ఇజ్రాయిల్ వ్యాప్తంగా ఎనిమిది పార్టీలు ఒకేతాటి పైకి వచ్చి ఉమ్మడి ప్రాతిపదికగా ఆనాడు ప్రభుత్వాన్ని ఏర్పాటు చేశాయి. ఏడాది కాలం పూర్తయిందో లేదో ఆ సంకీర్ణం కూలిపోయింది. ఈ నేపథ్యంలో తాత్కాలిక ప్రభుత్వ అధ్యక్షులు ఇజ్రాయిల్ ఎన్నికలు నవంబరు 1న నిర్వహించనున్నారు. నెతన్యాయు అవి నీతి ఆలోచన ఇలను ఎదుర్కొంటున్న పుట్టికీ ఈసారి ఎన్నికల్లో నెతన్యాయుకు, అయిన మిత్రులకు ఎక్కువ స్థిబ్ధభింపే అపకా శాలు వున్నాయని మీడియా నిర్వహించిన ఒపీనియన్ పోల్ లో వెల్లడైంది. అయితే తాను తప్పేమీ చేయలేదని నెతన్యాయు పేర్కొంటున్నారు.

నాటోలో ఫిన్లాండ్,

స్వీడన్ చేరికపై మాకేం సమస్య లేదు

మాస్కో : నాటోలో ఫిన్లాండ్, స్వీడన్ దేశాలు చేరితే రష్యాకు ఎలాంటి ఇబ్బంది లేదని, అయితే మిలిటరీ బృందాలు, సైనిక మౌలిక సదుపాయాలను అక్కడ మోహరించినట్లయితే మాత్రం మేం తగులితే స్పందిస్తామని రష్యా అధ్యక్షుడు పుటిన పేర్కొన్నారు. తుర్కీమెనిస్థాన్ లో నిర్వహించిన ఓ కార్యక్రమంలో ఆయన ఈమేరకు వ్యాఖ్యానించారు.

ఉక్రెయిన్ మాదిరి ఆ రెండు దేశాలతో తమకెలాంటి ప్రాదేశిక విభేదాలు లేవన్నారు. ప్రస్తుతం మా మధ్య అంతా బాగానే ఉంది. కానీ ఇకముందు కొన్ని ఉద్రిక్తతలు ఉండొచ్చు. మాకు ముప్పు ఉంటే అవి అనివార్యం అని చెప్పారు. ఉక్రెయిన్ పై రష్యా సైనిక చర్య పరిణామాల నేపథ్యంలో స్వీడన్, ఫిన్లాండ్ లు నాటో కూటమిలో చేరేందుకు నిర్ణయించిన సంగతి తెలిసిందే. ఈ క్రమం లోనే బుధవారం స్పెయిన్ రాజధాని మాడ్రీడ్ లో జరిగిన నాటో సదస్సులో వాటి సభ్యత్వం కోసం అధికారిక ప్రక్రియను ప్రారంభించారు. ఇప్పటివరకు ఈ రెండు దేశాల చేరికపై అభ్యంతరం చెబుతూ వచ్చిన తుర్కీయే (టర్కీ) సైతం ఎట్టకేలకు తన అంగీకారాన్ని తెలిపింది. రష్యా మొదటి నుంచి విమర్శిస్తూ వచ్చింది. ఈ వ్యవహారాన్ని అంతర్జాతీయ భద్రతను అస్థిర పరిచే అంశంగా పేర్కొంది.

మెక్సికోలో మరో జర్మనిస్టు హత్య

మెక్సికో: మెక్సికోలోని ఈశాన్య రాష్ట్రం తమోలిపాస్ రాష్ట్రంలో బుధవారం ఒక జర్మనిస్టును కాల్చి చంపారు. మరణించిన జర్మనిస్టును స్థానిక వార్తాపత్రిక ఎక్స్ ప్రెస్ లో పనిచేస్తున్న డె లా క్రూజ్ (47) గా గుర్తించారు. ఈ ఘటనతో మెక్సికోలో ఈ ఏడాదిలో ఇప్పటికి వరకూ 12 మంది జర్మనిస్టులు హత్యకు గురయ్యారు. ఇటీవల 13 ఏండ్లలో ఒక ఏడాదిలో ఇంతమంది జర్మనిస్టులు హత్యకు గురికావడం ఇదే మొదటిసారి. నియూడాల్ విక్టోరియా నగరంలోని తన ఇంటి నుంచి బయటకు వస్తున్న సమయంలో జర్మనిస్టు డి లా క్రూజ్ ను హత్య చేశారు. ఈ దాడిలో అతని 23 ఏండ్ల కుమార్తె, భార్య కూడా తీవ్రంగా గాయపడినట్లు అధికారులు చెప్పారు. నీటి సమస్య వంటి స్థానిక, గ్రామీణ అంశాలపై డె లా క్రూజ్ తరుమగా కథనాలు రాస్తుంటారు. అలాగే రాజకీయ నాయకుల అవినీతి గురించి కూడా సోషల్ మీడియాలో విమర్శలు చేస్తారు. తమోలిపాస్ రాష్ట్రం రాజధాని నియూడాల్ విక్టోరియాలో ఎక్స్ ప్రెస్ వార్తా పత్రిక ప్రచురిస్తారు. ఈ రాష్ట్రంలో వ్యవస్థీకృత నేరాలు, మారక ద్రవ్యాల నేరాలు ఎక్కువగా జరుగుతుంటాయి. ఎక్స్ ప్రెస్ వార్తా పత్రికపై తరుచు దాడులు జరుగుతుంటాయి. 2012లో కార్యాలయం వెలుపలలో కార్ బాంబ్ తో దాడి జరిగింది. 2018లో నగరంలో జరుగుతున్న హింస గురించి వెలుపల రాయవర్షం హెచ్చరిస్తూ ఎక్స్ ప్రెస్ భవనం వెలుపల ఒక మనిషి తల గురించారు. 2018లో పత్రిక రిపోర్టర్ హెక్టర్ గొంజాలెజ్ ను కొట్టి చంపారు. కాగా, మరోవైపు మీడియా ఉద్యోగులకు ప్రపంచంలోనే అత్యంత ప్రమాదకరమైన దేశాల్లో మెక్సికో ఒకటి. ఈ దేశంలో 2000 నుంచి ఇప్పటి వరకూ 150 మంది జర్మనిస్టులు హత్యకు గురయ్యారు.

ఫిలిప్పీన్స్ అధ్యక్షుడిగా ఫెర్డినాండ్ మారోస్ జూనియర్ ప్రమాణ స్వీకారం

మనిలా : ఫిలిప్పీన్స్ అధ్యక్షుడిగా ఫెర్డినాండ్ మారోస్ జూనియర్ గురువారం ప్రమాణ స్వీకారం చేశారు. దేశ అత్యున్నత పదవిలో కొడుకును కూర్చోబెట్టడానికి దశాబ్దాల తరబడి తండ్రి చేసిన ప్రయత్నాలు దీంతో పూర్తయ్యాయి. ఫెర్డినాండ్ మారోస్ సీనియర్ పాలనను మానవ హక్కుల దుర్వినియోగం, అవినీతితో నిండిన చీకటి అధ్యాయంగా రాజకీయ విమర్శకులు పేర్కొంటారు. ప్రమాణ స్వీకారం అనంతరం అటువంటి తన తండ్రి పాలనను ప్రశంసిస్తూ జూనియర్ మాట్లాడారు. గత నెలలో జరిగిన ఎన్నికల్లో మారోస్ జూనియర్ (64) సాధించారు. వందలాదిమంది స్థానిక, విదేశీ ప్రతినిధుల సమక్షంలో మరీలాలో నేషనల్ మ్యూజియం వద్ద జరిగిన బహిరంగ కార్యక్రమంలో ఆయన ప్రమాణ స్వీకారం చేశారు. ప

ఆద్యంతం వినోదభరితం

'భీమదేవరవల్లి బ్రాంచి' పూర్తి అర్ధానికే గ్రామీణ జీవన చిత్రం. రెండు గంటల పాటు ప్రేక్షకుడిని నవ్వించడమే లక్ష్యంగా తెరకెక్కుతున్న సహజ చిత్రమిది. క మారుమూల గ్రామంలో జరిగిన సంఘటన దేశ వ్యాప్తంగా సెన్సేషనల్ అయ్యింది. ఆ హాట్ టాపిక్ ఆధారంగా ఈ సినిమాను నెటోలిజం జోనర్లో మేకింగ్ చేస్తున్నారు. ఈ జోనర్ లో వస్తున్న మొదటి తెలుగు సినిమా ఇదే కావడం విశేషం. గత ఇరవై రోజులుగా కరీంనగర్ జిల్లాలోని మల్లాపూర్ గ్రామం, దాని పరిసర ప్రాంతాల్లో ఏకధాటిగా రెండవ షెడ్యూల్ చిత్రీకరణ జరుగుతోంది. సుధాకర్ రెడ్డి, కీర్తి లత, అభిరామ్, రూప, అంజి బాబు, రాజవ్ తదితరులు నటిస్తున్నారు. ఏబి సినిమాస్, నిహల్ ప్రొడక్షన్స్ పతాకాలపై రూపొందుతున్న ఈ చిత్రానికి 'మీ శ్రేయోభిలాషి' చిత్రంతో రచయితగా ఎన్నో అవార్డులు అందుకున్న రమేష్ చెప్పాల కథ,మాటలు అందించడంతోపాటు దర్శకత్వం వహిస్తున్నారు. చిత్రానికి నిర్మాత : బత్తిని కీర్తిలత గౌడ్, సహా నిర్మాత: రాజా నరేందర్ చెట్లపెల్లి, కెమెరా: చిట్టిబాబు, సంగీతం: చరణ్ అద్వైత్, సాహిత్యం:సుద్దాల అశోక్ తేజ, ఎడిటింగ్: బొంతుల నాగేశ్వర్ రెడ్డి.

100వ సినిమా కోసం రాఘవేంద్రావు

టాలీవుడ్ కింగ్ నారాయణ్ త్వరలో 100 సినిమాలు పూర్తి చేసుకోబోతున్నారు. అందులో నారాయణ్ గెస్ట్ రోల్స్ చేసిన సినిమాలు తీసేస్తే మాత్రం ఆ సంఖ్య 100 అందుకోవడానికి మరింత సమయం పడుతుంది. అయితే కొన్నాళ్లు క్రితం 100వ సినిమా చేయడానికి ఇంకా చాలా సమయం ఉందని చెప్పుకొచ్చారు నాగ్. తాజాగా నారాయణ్ పందవ సినిమా గురించిన కొన్ని ఆసక్తికరమైన వార్తలు ఇప్పుడు సోషల్ మీడియాలో వైరల్ గా మారాయి. ప్రస్తుతం నారాయణ్ ప్రవీణ్ సత్తార్ డైరెక్షన్లో "ది ఘోస్ట్" అనే సినిమాతో బీజే క్ గా ఉన్నారు. ఈ సినిమా నారాయణ్ కంట్రీలో 99వ సినిమా కాబోతోంది.అయితే ఈ సినిమా తర్వాత నారాయణ్ తన 100వ సినిమాని దర్శకేంద్రుడు రాఘవేంద్రావు దర్శకత్వంలో చేయబోతున్నారని అంటూ ఈ మధ్య వార్తలు వినిపిస్తున్నాయి. ఇప్పటికే రాఘవేంద్రావు దర్శకత్వంలో నారాయణ్ అన్నయ్య, శ్రీరామదాసు వంటి ఖ్యాతి బస్టర్ సినిమాలలో నటించారు. ఈ నేపథ్యంలోనే తన సినిమాని కూడా రాఘవేంద్రావు దర్శకత్వంలో చేస్తే బాగుంటుందని నారాయణ్ అనుకుంటున్నారు. ఇక గత కొంతకాలంగా నారాయణ్ డిజాస్టర్ లతో సతమతమవుతున్న సంగతి తెలిసింది. ఈ నేపథ్యంలోనే నాగ్ తన వందవ సినిమాతో మంచి హిట్ ని అందించే బాధ్యత రాఘవేంద్రావుకి ఇవ్వబోతున్నారని సమాచారం.

ఒకే ఏడాది మూడు సినిమాలను లిలీజ్ చేయనున్న శింబు

తమిళ స్టార్ శింబు తెలుగు ప్రేక్షకులకు సుపరిచితమే. 'మన్నద్', 'వల్లభ' వంటి సినిమాలతో తెలుగులోనూ మంచి క్రేజ్ ఏర్పరచుకున్నారు. ఇటీవలే 'మానాడు' సినిమాతో సూపర్ హిట్ ను సాధించారు. గత కొంత కాలం నుంచి వరుస ఫైటలు వెంటబడుతున్న సమయంలో శింబుకు మూడు మంచి కంబ్యాక్ ఇచ్చింది. ప్రస్తుతం ఈయన చేతిలో నాలుగు సినిమాలున్నాయి. అందులో రెండు మాటింగ్లు పూర్తి చేసుకోగా ఒకటి మాటింగ్ దశలో ఉంది. ఇంకొకటి ప్రీ ప్రొడక్షన్ పనులలో బిజీగా ఉంది. ఇదిలా ఉంటే శింబు ఈ ఏడాది మూడు సినిమాలతో ప్రేక్షకులను ఎంట్లడైన్ చేయడానికి సిద్ధమయ్యాడు. ఇప్పుడున్న పరిస్థితుల్లో ఒక స్టార్ హీరో ఏడాదిలో ఒక్క సినిమా విడుదల చేయడమే కష్టంగా ఉంది. అలాంటిది శింబు ఈ ఏడాది ఏకంగా మూడు సినిమాలతో నందడి చేయనున్నాడు. శింబు స్పెషల్ అప్పీయరెన్స్ గా నటించిన మాహా ఈ నెల 22న విడుదల కానుంది. హాస్యిక మెత్తాస్సీ హిరోయిన్ గా నటించిన ఈ చిత్రాన్ని యూఆర్ జమీల్ దర్శకత్వం వహించాడు. ఇక గౌతమ్ వాసుదేవమీనన్ దర్శకత్వంలో తెరకెక్కిన 'వెండు తానింధాళు కాదు' చిత్రం సెప్టెంబర్ 15న విడుదల కానున్నట్లు మేకర్స్ గతంలోనే ప్రకటించారు. యాక్షన్ డ్రామాగా తెరకెక్కిన ఈ చిత్రంపై కోలీవుడ్ ప్రేక్షకులలో భారీ అంచనాలే ఉన్నాయి. తాజాగా ఈయన నటిస్తున్న లేటెస్ట్ చిత్రం పతువాతల విడుదల తేదీని కూడా మేకర్స్ ప్రకటించారు. ఈ చిత్రాన్ని డిసెంబర్ 14న విడుదల చేయనున్నట్లు మేకర్స్ తాజాగా ప్రకటించారు. ఎన్. కృష్ణ దర్శకత్వం వహించిన ఈ చిత్రానికి ఏఆర్. రెహమాన్ సంగీతం అందిస్తున్నాడు. ఇప్పటికే చిత్రం నుండి విడుదలైన పోస్టర్ లకు ప్రేక్షకుల నుండి విశేష స్పందన వచ్చింది. వీటితో పాటుగా కరోనా కుమార్ అనే కామెడీ ఎంటర్టెనర్ చిత్రంలో నటించబోతున్నాడు. ఈ చిత్రం ప్రస్తుతం ప్రీ ప్రొడక్షన్ పనులను జరుపుకుంటుంది..

మీరు ఏమైన కొనిస్తున్నారా, మేం ఏం వేసుకుంటే మీకెందుకు..

క్యారెక్టర్ ఆర్టిస్ట్ గా తెలుగు ప్రేక్షకులకి చాలా దగ్గరైన అందమైన నటి సురేఖా వాణి. ఆ మధ్య కాలంలో సురేఖా వాణి సినిమా లేదంటే అతిశయోక్తి కాదు. దాదాపు ప్రతి సినిమాలో ఏదో ఒక పాత్రలో కనిపించి మెప్పించేది. ఇటీవల కాస్త అఫర్ట్ తగ్గడంతో కూతురితో కలిసి నానా రచ్చ చేస్తుంది. ముఖ్యంగా పొట్టి దుస్తులలో వీరు చేస్తున్న హంగామాని చూసి కొందరు నెటిజన్స్ డ్రోల్స్ చేస్తున్నారు. సురేఖ వాణి సుప్రీత్ లు చూడ్డానికి తల్లి కూతుళ్లలా కాకుండా (ఫ్రెండ్స్) లా ఉంటారు. వయస్సులో కూడా డిఫరెన్స్ అనిపించదు. ముఖ్యంగా సోషల్ మీడియాలో వీరిద్దరూ వీడియోలకు స్పెషల్ గా వేస్తుంటారు. అంతే కాదు.. విదేశాలకు వెళ్ళి మరీ వీరు వేస్తుంటుంది.. ఆ ఫోటోలు సోషల్ మీడియాలో వంతుకోవడం వీరికి కామన్ గా మారింది. గోపా బ్యాంకాక్ వెళ్లి ఎంజాయ్ చేస్తుంటారు ఈ సెలబ్రిటీ తల్లికూతుళ్ళు. అయితే ఈ విషయంలో చాలా సార్లు డ్రోల్స్ గా గురయ్యారు వీరు. కొంతమంది నెటిజన్లు వీరిపై నెగిటివ్ కామెంట్స్ చేశారు. భర్త చనిపోయిన బాధ కూడా సురేఖావాణికి లేదని ఎంజాయ్ చేస్తుండటాని రకరకాలు గా విమర్శలు గుప్పించారు. అంతే కాకుండా తల్లికూతుళ్ళ డ్రెస్ సెన్స్ పై కూడా ఎన్నో నెగిటివ్ కామెంట్స్ సోషల్ మీడియాలో దర్భయం ఇచ్చాయి. ఇక బాబుస్టూడియో.. తాజాగా అంటున్నారో సుప్రీత్ ఘాటుగా సమాధానం ఇచ్చారు.మా బట్టలు మా ఇష్టం .. మీ దబ్బలుతో మీరు ఏమైనా కొని ఇస్తున్నారా..? లేక మీ నుంచి మేమేమన్నా ఆశిస్తున్నామా..? అడుగుతున్నామా..? మీ పని మీరు చూసుకోక. మా గురించి మీకెందుకు అంటూ నెటిజన్లపై విరుచుకుపడింది సురేఖావాణి కూతురు సుప్రీత్. తన తల్లితో పాటు తన డ్రెస్ సెన్స్ గురించి మాట్లాడిన వారి నోరు మూయించింది.

కొలంబియా ఆర్థిక మంత్రిగా ఎక్సాక్ మాజీ కార్యదర్శి ఆంటానియో

బోగోటా : కొలంబియా ప్రజా జీవితంలో, అంతర్జాతీయ సంస్కృతిలో విశేష అసభవం గడిచిన, ప్రతిష్టాత్మక ఆర్థికవేత్త జోస్ ఆంటానియో ఒకేంపోను దేశ ఆర్థిక మంత్రిగా నియమించనున్నట్లు అధ్యక్షుడిగా ఎన్నికైన గుస్తావో పెట్రో ప్రకటించారు. ప్రస్తుతం ఆయన కొలంబియా యూనివర్సిటీలో ప్రొఫెసర్ గా చేస్తున్నారు. ఉత్సాహకరమే కాదు జీవన ఆర్థిక వ్యవస్థను జోస్ ఆంటానియో నిర్వహించిన పెట్రో డిప్లొమేట్ చేశారు. నోట్రే డేమ్ యూనివర్సిటీలో చదువు పూర్తయిన అనంతరం 1993లో వ్యవసాయ మంత్రిగా ప్రజా జీవితాన్ని ఆంటానియో వహించారు. ఆ తర్వాత 1998 నుండి 2003 వరకు లాస్ వైబ్ అమెరికా, కరేబియా దేశాల ఆర్థిక కమిషన్ (ఎక్సాక్) కార్యదర్శిగా పనిచేశారు. 2007 వరకు ఐక్యరాజ్య సమితి ఆర్థిక, సామాజిక వ్యవహారాల డిప్యూటీ సెక్రటరీగా వున్నారు. ఇటీవలి కాలంలో కొలంబియా సెంట్రల్ బ్యాంక్ కో డైరెక్టర్ గా వున్నారు.

సముద్రంలో బోటు బోల్తా..

డాకర్ : ఆఫ్రికా దేశం సెనెగల్ లో పెను విషాదం చోటుచేసుకుంది. వలసదారులతో ఐరోపాకు వెళుతున్న బోటు దక్షిణ కాసామాన్స్ ప్రాంతంలోని కఫౌంటైన్ సమీపంలో సముద్రంలో బోల్తా పడింది. ఈ దుర్ఘటనలో 13 మంది మతలి చెందినట్లు రిడ్ క్రాస్ అధికారులు వెల్లడించారు. సోమవారం రాత్రి ఈ ఘటన చోటుచేసుకుందని తెలిపారు. ఈ బోటులో మంటలు వ్యాపించడం వల్లే బోల్తా పడి ఈ దుర్ఘటన జరిగినట్లు స్థానిక వార్తా కథనాలు పేర్కొంటున్నాయి. నిబ్బంది మాట్లాడుతూ ... ప్రమాద సమయంలో బోటులో దాదాపు 150 మందికి పైగా ఉన్నారుని, వీరిలో 91 మందిని కాపాడమని తెలిపారు. మరో 40 మందికి పైగా గల్లంతయ్యారని, సహాయక చర్యలు చేపట్టమని చెప్పారు. గల్లంతయినవారి అహూతీ కోసం తామంతా గాల్పిస్తున్నామన్నారు. అసలు ఈ దుర్ఘటనకు దారితీసిన కారణాల్లోనే ? ఈ బోటుకు, మైగ్రేషన్ ఆపరేషన్ కు ఇన్ ఛార్జ్ ఎవరు ? అనే అంశంపై అధికారులు అలా తీస్తున్నారు.

వేములవాడ రాజన్న లయన్స్ క్లబ్ నూతన అధ్యక్షుడిగా కొలిపాక నరసయ్య జనరల్ సెక్రటరీగా ఈసంపల్లి శ్రీనివాస్, కోశాధికారిగా తోట శేఖర్ బాధ్యతలు స్వీకరణ

రాజన్నసిరిసిల్ల జిల్లా, జూలై 01, ఇంద్రప్రభ : వేములవాడ రాజన్న లయన్స్ క్లబ్ నాల్గవ వార్షిక ఇన్స్టాల్మెంట్ కార్యక్రమం మంగళవారం స్థానిక ఇన్ కేబుల్ కార్యాలయంలో... ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా క్లబ్ నూతన కార్యవర్గాన్ని ఎన్నుకొని, బాధ్యతలు అప్పగించారు. అధ్యక్షుడిగా కొలిపాక నరసయ్య, జనరల్ సెక్రటరీగా ఈసంపల్లి శ్రీనివాస్, కోశాధికారిగా తోట శేఖర్ బాధ్యతలు స్వీకరించారు. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథులుగా లయన్స్ అసెంబ్లీ శివప్రసాద్, రిజిస్ట్రార్ వైరెపర్సన్ మారం కుమార్, జోనల్ వైరెపర్సన్ కటకం శ్రీనివాస్, ప్రోగ్రాం వైరెపర్సన్ తీగల వెంకటేశ్వరరావు, వేములవాడ లయన్స్ క్లబ్ అధ్యక్షుడు బచ్చు వంశీకృష్ణ, కార్యదర్శి కొమ్ము నటరాజ్ హాజరయ్యారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ... వేములవాడ రాజన్న లయన్స్ క్లబ్ మూడు సంవత్సరాలుగా నిరంతరం సేవా కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తూ నాల్గవ సంవత్సరంలోకి అడుగుపెట్టడం అభినందనీయమన్నారు. క్లబ్ అధ్యక్షులలో... ఇప్పటివరకు సుమారు 50 ఉచిత వైద్య శిబిరాలు, 5 కంటి వైద్య శిబిరాలు నిర్వహించి, 50 మంది పేద రోగులకు ఉచిత కంటి ఆపరేషన్లు చేయించినట్లు తెలిపారు. అలాగే యోగా శిబిరాలు, ఆరోగ్య అవగాహన కార్యక్రమాలు, వివిధ సేవా కార్యక్రమాలను విజయవంతంగా నిర్వహించినట్లు పేర్కొన్నారు. రానున్న రోజుల్లో పేద, మధ్యతరగతి ప్రజలకు మరింత చేరువై, ప్రతి గ్రామంలో ఉచిత వైద్య శిబిరాలు నిర్వహించడంతో పాటు, జిల్లా పరిషత్ పాఠశాల విద్యార్థులకు డ్రగ్స్, మధ్యపానం, ఇతర చెడు వ్యసనాలపై అవగాహన కార్యక్రమాలు



విస్తృతంగా చేపట్టాలని ఈ సందర్భంగా తీర్మానించారు. ఈ కార్యక్రమంలో చార్జెడ్ ప్రెసిడెంట్ గోస్సుల రవి, పశువుల అంజినరేందర్, తోట అంజనేయులు, సుమన్, రమేష్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

హిందీ పండిత్ తీగల సత్యనారాయణకు ఘన వీడ్కోలు



రాజన్నసిరిసిల్ల జిల్లా, జూలై 01, ఇంద్రప్రభ : వేములవాడ మున్సిపల్ పరిషత్, శాత్రాజ్ పల్లి జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాలలో... హిందీ పండిత్ గా సేవలందించిన తీగల సత్యనారాయణ ఉద్యోగ విరమణ సందర్భంగా, పాఠశాల ఆవరణలో మంగళ వారం రోజున ఘనంగా వీడ్కోలు కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా పలువురు ఉపాధ్యాయులు, విద్యార్థులు, విస్తూణి మిత్రులు మాట్లాడుతూ, తీగల సత్యనారాయణ తన సుదీర్ఘ సేవా కాలంలో క్రమశిక్షణ, నిజాయితీ, అంకితభావంతో విద్యార్థులకు విద్యాభోధన చేసి, ఎందరో విద్యార్థుల భవిష్యత్తుకు బాటలు వేసిన ఆదర్శ ఉపాధ్యాయుడిగా గుర్తింపు పొందారని కొనియాడారు. విద్యార్థుల్లో విద్యతో పాటు మంచి విలువలు, క్రమశిక్షణ పెంపొందించడంలో ఆయన చేసిన కృషి చిరస్మరణీయమని అన్నారు. అనంతరం ఆయనను శాలువాతో సత్కరించి, పుష్పగుచ్ఛం, జ్ఞాపిక అందజేసి, ఘనంగా సన్మానించారు. ఉద్యోగ విరమణ అనంతరం కూడా ఆయనారోగ్యాలతో, ఆనందంగా జీవించాలని సహచర ఉపాధ్యాయులు, విద్యార్థులు, గ్రామస్థులు ఆకాంక్షించారు. ఈ కార్యక్రమంలో పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయులు శ్రీనివాస్, సహచర ఉపాధ్యాయులు, కొన్ని లర్నెస్, పుస్తకాలతో పాటు, మొట్టమొదట శ్రీనివాస్, బాల్య మిత్రులు... ఎల్లాల ఆనంద రెడ్డి, తాహేర్ పాషా, మోటూరి మల్లేశం, దుర్గం పరశురాం, కొలిపాక శ్రీనివాస్, లాయక్ పాషా, విద్యార్థులు, పూర్వ విద్యార్థులు, తల్లిదండ్రులు పాల్గొన్నారు.

భూమి పూజ



ఇంద్ర ప్రభ రాయకల్ జూలై 1 రాయకల్ మండలం కుమ్మరిపెల్లి గ్రామంలో జూలై 5 లక్షల నిధులతో అభివృద్ధి పనులకు భూమిపూజ చేసి, గుమ్మడి సంద్యతిరుపతి గార్లందరిమ్మ ఇళ్లు గృహ ప్రవేశ కార్యక్రమానికి హాజరై శుభాకాంక్షలు తెలిపి చీర కానుకగా అందజేసిన జగిత్యాల ఎమ్మెల్యే డా సంచయ్ కుమార్ గారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఆత్మ వైరెన్ కాశీపెల్లి గంగారెడ్డి, సర్పంచ్ గుమ్మడి సంతోష్, ఉప సర్పంచ్ శేఖర్, మాజీ టీఎస్ సభ్యులు సుధాకర్ రావు, కోల శ్రీనివాస్ రవీందర్ రావు సురేందర్ నాయక్ బెజ్జంకి మోహన్, సనీష్ రావు, మాజీ సర్పంచ్ స్వప్న వెంకటేశ్వర రెడ్డి, భూమిపూజ మాజీ ఉప సర్పంచ్ రాజు, నాయకులు సుర జగన్, బాలరాజు పోవల శంకర్ నల్ల పవన్ వార్డు సభ్యులు మండల సర్పంచులు నాయకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ప్రారంభోత్సవం

ఇంద్ర ప్రభ రాయకల్ జూలై 1 జగిత్యాల పట్టణంలో శ్రీ లక్ష్మీ నరసింహ స్వామి మట్టి స్పెషాలిటీ హాస్పిటల్ పునః ప్రారంభోత్సవ కార్యక్రమంలో పాల్గొని యాజమాన్యానికి శుభాకాంక్షలు తెలియజేసిన బిజెపి జగిత్యాల నియోజకవర్గం ఇంచార్జ్ డా. బోగ శ్రావణికి కార్యక్రమంలో నాయకులు అమరదాశ, పూర్వ రిజిస్ట్రార్ శ్రీనివాస్, గంగాధరి మధు మరయు తదితరులు పాల్గొన్నారు.



పంచాయతీ కార్యదర్శి గడప రాజసులోచనకు ఘన వీడ్కోలు



గంగాధర, జూన్ 30 : గంగాధర మండలంలోని లక్ష్మీదేవిపల్లి గ్రామ పంచాయతీ కార్యదర్శిగా సుదీర్ఘకాలం సేవలందించి మంగళవారం పదవీ విరమణ పొందిన గడప రాజసులోచన గారికి మండల ప్రజా పరిషత్ కార్యాలయంలో ఘన సన్మాన సభ నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమానికి గంగాధర ఎంపీ డి. ధమ్మని రాము అధ్యక్షత వహించారు. ఈ సందర్భంగా మాజీ జిల్లా పరిషత్ చైర్మన్, మాజీ ప్రభుత్వ విప్, మాజీ ఎమ్మెల్యే ఆరెపల్లి మోహన్ మాట్లాడుతూ ప్రభుత్వ సేవలో నిజాయితీ, అంకితభావంతో పనిచేసి ప్రజల అభిమానాన్ని సంపాదించుకున్న రాజసులోచన సేవలు ఆదర్శనీయమని కొనియాడారు. పదవీ విరమణ అనంతరం కూడా సమాజ సేవలో చురుకుగా పాల్గొంటూ ఆరోగ్యంగా, ఆనందంగా జీవించాలని ఆకాంక్షించారు. సర్పంచుల పోరం రావు గౌరవ అధ్యక్షుడు, అలిగి చైర్మన్ ఉప్పల అంజనీప్రసాద్ మాట్లాడుతూ గ్రామాభివృద్ధి, ప్రజా సేవలో ఆమె చేసిన కృషి చిరస్మరణీయమని పేర్కొన్నారు. పంచాయతీ కార్యదర్శుల సఫలం జిల్లా అధ్యక్షుడు గారి రమేష్, జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి జిల్లెల్ల లక్ష్మయ్య మాట్లాడుతూ శాఖ అభివృద్ధికి ఆమె అందించిన సేవలను గుర్తు చేసుకుంటూ శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. అనంతరం ఎంపీ ప్రభుత్వ మాజీ ఎంపీ డి. జనార్దన్ రెడ్డి, ఏపీఎస్ సత్యప్రకాష్, హౌసింగ్ ఏక యశ్వంత్, లక్ష్మీదేవిపల్లి సర్పంచ్ బాస వేణి శ్రీనివాస్, మధురానగర్ సర్పంచ్ వేముల భాస్కర్, ఉపసర్పంచ్ రాజు తదితరులు రాజసులోచనను శాలువాతో సత్కరించి, జ్ఞాపిక అందజేసి పదవీ విరమణ శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో మండలంలోని పంచాయతీ కార్యదర్శులు, కంప్యూటర్ ఆపరేటర్లు, కార్యాలయ సిబ్బంది, ప్రజాప్రతినిధులు, ఉద్యోగులు తదితరులు పాల్గొని రాజసులోచనకు ఘనంగా వీడ్కోలు పలికారు.

డాక్ స్టాఫ్ తో విస్తృత తనిఖీలు పాఠశాలలు, పాస్ షాపులు, వైన్స్ పల్లెట్ రూమ్ లలో



గంగాధర, జూన్ 30 (ఇంద్ర ప్రభ) : మండలంలోని గంగాధర, బూర్గుపల్లి గ్రామాల్లో మాదక ద్రవ్యాల నిర్మూలన, నేర నియంత్రణ, శాంతిభద్రతల పరీక్షణ లక్ష్యంగా మంగళవారం ఎస్సై పంశీకృష్ణ అధ్యక్షులతో డాక్ స్టాఫ్ తో తనిఖీలు నిర్వహించారు. ఈ తనిఖీల్లో కరీంనగర్ నుంచి వచ్చిన క్లస్టర్ డీమ్, డాక్ స్టాఫ్ బృందాలు పాల్గొని పలు ప్రాంతాల్లో క్షుణ్ణంగా సోదాలు చేపట్టాయి. ముందుగా గంగాధరలోని జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాల (జెడ్ పి పాస్ ఎస్) లో డాక్ స్టాఫ్ సహాయంతో తరగతి గదులు, పాఠశాల ప్రాంగణాన్ని తనిఖీ చేశారు. అనంతరం బూర్గుపల్లి గ్రామంలోని పాస్ షాపులు, వైన్స్ పల్లెట్ రూమ్లు, పాఠశాలలు, ప్రజలు ఎక్కువగా రాకపోకలు సాగించే ప్రాంతాలతో పాటు అనుమానాస్పద ప్రదేశాల్లో సోదాలు నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా గంజా, మాదక ద్రవ్యాల లేదా ఇతర నిషేధిత పదార్థాలు అక్రమంగా నిల్వ ఉంచుతున్నారా, విక్రయిస్తున్నారా అనే అంశాలపై డాక్ స్టాఫ్ సహాయంతో ప్రతి ప్రాంతాన్ని జాగ్రత్తగా పరిశీలించారు. తనిఖీల్లో ఎలాంటి అనుమానాస్పద వస్తువులు లభించకుండా అధికారులు ప్రతి ప్రాంతాన్ని నిశితంగా పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా ఎస్సై పంశీకృష్ణ మాట్లాడుతూ యువతను మాదక ద్రవ్యాల బారిన పడకుండా కాపాడడం, అక్రమ రవాణాను అరికట్టడం, గ్రామాల్లో శాంతిభద్రతలను పటిష్టంగా కొనసాగించడమే ఇటువంటి ప్రత్యేక తనిఖీల ప్రధాన ఉద్దేశమని తెలిపారు. ప్రజలు తమ పరిసరాల్లో ఎవరైనా అనుమానాస్పదంగా వ్యవహరిస్తున్నట్లు గమనిస్తే వెంటనే పోలీసులకు సమాచారం అందించాలని కోరారు. భవిష్యత్తులో కూడా ఇలాంటి ఆకస్మిక తనిఖీలు నిరంతరం కొనసాగుతాయని ఆయన స్పష్టం చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో డాక్ స్టాఫ్ బృందం, క్లస్టర్ డీమ్ సభ్యులు, గంగాధర పోలీస్ స్టేషన్ సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

మల్కపేట గ్రామంలో వడ్ల పైసల కోసం... రైతుల ధర్మా...

పెట్టుబడుల కోసం... తెచ్చిన అప్పులకు వడ్డీలు పెరిగిపోతున్నాయని రైతుల ఆవేదన

రాజన్నసిరిసిల్ల జిల్లా, జూలై 01, ఇంద్రప్రభ : కోనరావుపేట మండలం, మల్కపేట గ్రామంలో... తీవ్ర ఉద్రిక్తత నెలకొంది. గత రెండు నెలల క్రితం తాము విక్రయించిన వరి ధాన్యానికి సంబంధించిన డబ్బులు ఇప్పటివరకు ఖాతాల్లో జమ కాకపోవడంతో రైతులు తీవ్ర ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. బుధవారం ఉదయం గ్రామంలోని ప్రధాన రహదారిపై రైతులంతా ఒక్కసారిగా జైతాయింది నిరసన చేపట్టారు. “ధాన్యం డబ్బులు వెంటనే చెల్లించాలి” అంటూ పెద్ద పెట్టిన నినాదాలు చేశారు. రెండు నెలలుగా కార్యాలయాల చుట్టూ తిరుగుతున్నా... అధికారులు పట్టించుకోవడం లేదని, పెట్టుబడుల కోసం తెచ్చిన అప్పులకు వడ్డీలు పెరిగిపోతున్నాయని రైతులు ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. రాస్తారేకోతో... వాహనాల కాపాకర్లు పూర్తిగా నిలిచిపోయాయి. విషయం తెలుసుకున్న కోనరావుపేట పోలీసులు, రెవెన్యూ అధికారులు వెంటనే ఘటనాస్థలానికి చేరుకున్నారు. ఆందోళనకారణంతో మాట్లాడి సర్టిఫై ప్రయత్నం చేశారు. సమస్యను ఉన్నతాధికారుల దృష్టికి తీసుకెళ్లి, వీలైనంత త్వరగా బకాయిలు విడుదలయ్యేలా చూస్తామని అధికారులు గట్టి హామీ ఇవ్వడంతో రైతులు తమ నిరసనను విరమించారు.

ఎస్ఐఆర్ సర్వేపై గ్రామస్థులకు అవగాహన

రోటీగూడ, జూలై 1 (ఇంద్రప్రభ): జనారం మండలంలోని రోటీగూడ గ్రామంలో బుధవారం ఎస్ఐఆర్ (సైబల్ ఎంటెన్సివ్ రివిజన్) కార్యక్రమంపై గ్రామ ప్రజలకు అవగాహన సదస్సు నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఓటరు జాబితా ప్రత్యేక సవరణ ప్రక్రియ, అర్హులైన ప్రతి ఒక్కరూ తమ వివరాలను నమోదు చేసుకోవడం, తప్పులను సరిచేసుకోవడం, అవసరమైన పత్రాలను సమర్పించడం వంటి అంశాలపై అధికారులు ప్రజలకు వివరించారు. కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న జనారం తహసీల్దార్ బత్తన్న మాట్లాడుతూ, ప్రతి అర్హుడైన ఓటరు ఓటరు జాబితాలో పేరు నమోదు చేసుకోవడంతో పాటు వివరాలు సక్రమంగా ఉన్నాయా లేదో పరిశీలించుకోవాలని సూచించారు. ప్రజలు ప్రభుత్వ నిబంధనలకు అనుగుణంగా సహకరించి ఎస్ఐఆర్ ప్రక్రియను విజయవంతం చేయాలని కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో రెవెన్యూ ఇన్స్పెక్టర్, గ్రామ సర్పంచ్, టీఎల్ఓలు, రెవెన్యూ సిబ్బందితో పాటు గ్రామానికి చెందిన మహిళలు, పురుషులు పెద్ద ఎత్తున పాల్గొన్నారు.

ఆయిల్ పామ్ సాగు వైపు రైతులు అడుగులు వేయాలి ఆయిల్ ఫామ్ మెగా ప్రాజెక్టులో పాల్గొన్న ప్రభుత్వ విప్, జిల్లా కలెక్టర్



పెద్దపల్లి స్టాఫ్ రిపోర్టర్ రవీందర్ , జూలై-01, ఇంద్రప్రభ : ఆయిల్ పామ్ సాగు ద్వారా రైతులు స్థిరమైన ఆదాయం పొందే అవకాశం ఉందని, ప్రతి రైతు ఆయిల్ పామ్ సాగు వైపు అడుగులు వేయాలని ప్రభుత్వ విప్ శాసనసభ్యులు చింతకుంట విజయరమణారావు మాట్లాడుతూ, తన 60 సంవత్సరాల జీవితంలో ఎలిగేడు మండలం శివపల్లి గ్రామంలో జిల్లా కలెక్టర్ కోయ శ్రీచర్లతో కలిసి ఆయిల్ ఫామ్ మెగా ప్రాజెక్టు కార్యక్రమంలో ఆయన పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా ప్రభుత్వ విప్ శాసనసభ్యులు చింతకుంట విజయరమణారావు మాట్లాడుతూ, తన 60 సంవత్సరాల జీవితంలో ఈ ప్రాంతం నీటి కోసం పడిన ఇబ్బందులను ప్రత్యక్షంగా చూశానని, ఎస్ఐఆర్ఎస్ డి-83, డి-86 కాలువల రాకతో ఈ ప్రాంత వ్యవసాయ రంగంలో విప్లవాత్మక మార్పులు వచ్చాయని తెలిపారు. ఉమ్మడి కరీంనగర్ జిల్లాలోనే అత్యధికంగా 1.20 నుంచి 1.30 లక్షల ఎకరాల ఆయిల్ పామ్ పెద్దపల్లి నియోజకవర్గంలోనే ఉందన్నారు. డి-86 కింద 87 వేల ఎకరాలు, డి-83 కింద 35 వేల ఎకరాల ఆయిల్ పామ్ ఉందని తెలిపారు. ప్రస్తుతం నియోజకవర్గంలో వరి, మొక్కజొన్న దిగుబడులు అధికంగా వస్తున్నాయని, ఈ ఊరిలో 2.41 లక్షల మెట్రిక్ టన్నుల ధాన్యం, 27 వేల మెట్రిక్ టన్నుల మొక్కజొన్నను కనీస మద్దతు ధరపై కొనుగోలు చేసినట్లు తెలిపారు. రైతులకు ధాన్యం విక్రయించిన 24 గంటల్లోనే చెల్లింపులు అందుతున్నాయని పేర్కొన్నారు. వ్యవసాయంలో సాంకేతికతను అందిస్తున్న కోవాలని సూచించిన ఆయన, యూరియా బుకింగ్ యాప్ ను తొలిసారిగా పెద్దపల్లి జిల్లాలో జిల్లా కలెక్టర్ కోయ శ్రీచర్ల ప్రవేశపెట్టారని తెలిపారు. అనంతరం రాష్ట్ర ప్రభుత్వం దానిని అమలు చేయగా, ప్రస్తుతం దేశవ్యాప్తంగా కూడా ఇదే తరహా విధానాన్ని అమలు చేస్తున్నారని పేర్కొన్నారు. అధికంగా యూరియా వినియోగించడం వల్ల భూమి సారవంతత తగ్గి భవిష్యత్తులో దిగుబడులు తగ్గి ప్రమాదం ఉందని రైతులు గుర్తించాలని సూచించారు. రైతులు వరి సాగుతో పాటు ప్రత్యామ్నాయ పంటలపై దృష్టి సారించాలని, తెలంగాణ రాష్ట్రం ఆయిల్ పామ్ సాగులో దేశంలోనే అగ్రస్థానంలో ఉండవచ్చు. ప్రభుత్వం తక్కువ ధరకు మొక్కలు అందజేస్తోందని, నాలుగేళ్ల తర్వాత ఎకరాకు సుమారు రూ. 3 లక్షల వరకు ఆదాయం పొందే అవకాశం ఉంటుందని తెలిపారు. ఆ నాలుగేళ్లలో అంతర పంటలు సాగు చేసుకునే అవకాశం ఉందని చెప్పారు. వ్యవసాయ అధికారుల సూచనలను పాటించి ఆయిల్ పామ్ సాగును విస్తరించాలని రైతులకు పిలుపునిచ్చారు. ఈ విధాని సూచనలను ఎల్ఎన్ఎ ప్రధానంగా వర్షపాతం తక్కువగా ఉండే అవకాశం ఉన్నప్పుడు రైతులు అప్రమత్తంగా ఉండాలని సూచించారు. పరిస్థితులకు అనుగుణంగా తక్కువ నీటితో పండే పంటల సాగుపై దృష్టి పెట్టాలని తెలిపారు. జిల్లా కలెక్టర్ కోయ శ్రీచర్ల మాట్లాడుతూ... శివపల్లి గ్రామంలో ఒకసారి 120 ఎకరాల్లో ఆయిల్ పామ్ మొక్కలు నాటడం అభినందనీయమన్నారు. దీనిని చూసి మరింత మంది రైతులు ఆయిల్ పామ్ సాగు వైపు ఆకర్షితులవుతారని ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు. గత రెండేళ్లుగా జిల్లాలో ఆయిల్ పామ్ సాగు విస్తీర్ణం పెరుగుతోందని, శ్రీరాంపూర్ మండలంలో కొత్త ఆయిల్ పామ్ ప్రాజెక్టులో పాల్గొని విద్యార్థులు అవుతున్నారని తెలిపారు. ప్రస్తుతం ఆయిల్ పామ్ 203 వేల ఎకరాల పై వరకు పెరగడంతో రైతులకు మరింత ఆదాయం లభించే అవకాశం ఉందని తెలిపారు. చిన్న, సన్నకారు రైతులు, ఒంటరి మహిళా రైతులు ఆయిల్ పామ్ సాగు చేసేదే మొక్కల నాటకం, డ్రిప్ ఏర్పాటు వంటి అంశాల్లో జిల్లా యంత్రాంగం పూర్తి సహకారం అందిస్తుందని తెలిపారు. అవసరమైతే బోర్డు, విద్యుత్ కనెక్షన్లు కూడా కల్పించేలా చర్యలు తీసుకుంటామని పేర్కొన్నారు. ఈ ప్రాంతంలో మరో 50 ఎకరాల్లో ఆయిల్ పామ్ సాగు విస్తరిస్తే కొత్త రహదారి మంజూరుకు చర్యలు తీసుకుంటామని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో శ్రీరాంపూర్ మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్ తిరుపతి రెడ్డి, శ్రీరాంపూర్ ఆయిల్ పామ్ ఫ్లాట్స్ ఎంపీ. శ్యామ్, ప్రజాప్రతినిధులు, వ్యవసాయ అధికారులు, రైతులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.