ఇంటర్‌నెట్‌లో
'ఇంద్రప్రభ'
www.indraprabha.com
వెబ్‌సైట్ ద్వారా చూడవచ్చు. ఆన్‌లైన్ ద్వారా ప్రకటనలను ఇచ్చేందుకు సంప్రదించాల్సిన ఫోన్ నంబర్
73864 93385
email :indraprabhaknr@gmail.com

నవతరం తెలుగు దినపత్రిక
ఇంద్రప్రభ
నిజం మా ఆయుధం

విలేకరులు కావలెను
ఇంద్రప్రభ దినపత్రిక తెలుగు రాష్ట్రాలల్లో, జిల్లాల్లో, మండలాల వారిగా, విలేకరులు కావలెను. ఆసక్తి గల అభ్యర్థులు, తెలుగు భాషా పరిజ్ఞానం కల్గి ఉండి, సామాజిక పరిసర ప్రాంతాలపై అవగాహన కల్గి ఉండి వాక్‌చాతుర్యం గల అభ్యర్థులకు విలేకరులుగా పనిచేయుటకు అవకాశం కల్పిస్తున్నాం
ఎడిటర్: బోనాల తిరుమల్ 73864 93385

: Published at karimnagar, Circulated in: Telangana | ఆదివారం 05-07-2026 సంపుటి : 16, సంచిక :19 | పేజీలు. 8, వెల రూ. 3

క్రిస్టియన్ మైనారిటీలకు శుభవార్త..

ఉచిత కుట్టు మిషన్, ఈ-బైక్స్, స్కూటీలు

తెలంగాణ రాష్ట్రంలోని క్రిస్టియన్ మైనారిటీ వర్గాల ఆర్థిక పురోగతి కోసం ప్రభుత్వం ప్రత్యేక స్వయం ఉపాధి పథకాలు ప్రవేశపెట్టింది. ఈ పథకాల ద్వారా కుట్టు మిషన్లు, చిన్న తరహా వ్యాపార యూనిట్లు, ఈ-బైకులు, ఈ-స్కూటీలు, మోటార్ బైకుల కోసం ఆర్థిక సహాయం అందుతుంది. తెలంగాణ క్రిస్టియన్ మైనారిటీ స్వయం ఉపాధి పథకాలు పొందేందుకు అర్హులైన వారు ఆన్‌లైన్ లో దరఖాస్తు చేసుకోవాలి. మైనారిటీ శాఖ మంత్రి మహమ్మద్ అజారుద్దీన్ పోర్టల్ ప్రారంభించి అర్హులైన వారందరూ ఈ అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోవాలని కోరారు. ఆర్థికంగా స్వతంత్రంగా ఎదగడానికి ఇది ఒక మంచి అవకాశం.ప్రభుత్వ పథకాలు పొందడానికి కొన్ని నిబంధనలు ఉన్నాయి. కుట్టు మిషన్లు, చిన్న వ్యాపార యూనిట్ల కోసం దరఖాస్తు చేసే వారు 21 నుండి 55 సంవత్సరాల మధ్య వయసు కలిగి ఉండాలి. ఈ-బైక్, ఈ-స్కూటీ, మోటార్ బైక్ కోసం దరఖాస్తు చేసే వారు 21 నుండి 50 సంవత్సరాల మధ్య వయసు కలిగి ఉండాలి. పట్టణ ప్రాంతాల్లో నివసించే వారి కుటుంబ వార్షిక ఆదాయం 2 లక్షల లోపు ఉండాలి. గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో నివసించే వారి వార్షిక కుటుంబ ఆదాయం 1.5 లక్షల లోపు ఉండాలి. ఈ నిబంధనలకు అనుగుణంగా ఉన్న వారు మాత్రమే దరఖాస్తుకు అర్హులు.దరఖాస్తు ప్రక్రియ జూలై 3 ప్రారంభమైంది. అభ్యర్థులు జూలై 18 సాయంత్రం 5 గంటలలోపు ఆన్‌లైన్ వెబ్‌సైట్ ద్వారా తమ పేర్లను నమోదు చేసుకోవాలి. గడువు సమయం ముగిసేలోపు దరఖాస్తు పూర్తి చేయడం చాలా అవసరం. మరిన్ని వివరాల కోసం ప్రతి జిల్లాలో ఉన్న మైనారిటీ సంక్షేమ శాఖ కార్యాలయాన్ని సంప్రదించవచ్చు. అక్కడ అధికారులు పూర్తి మార్గదర్శకాలు అందిస్తారు. అభ్యర్థులు సరైన ధృవీకరణ పత్రాలతో దరఖాస్తు చేసుకుంటే లబ్ధి పొందే అవకాశం ఉంటుంది. ఈ పథకం ద్వారా లభించే సదుపాయాలను సద్వినియోగం చేసుకోవడం మంచిది.

మల్రిపల్లి కేజీబీవీ లో

నైట్ వాచ్ ఉమెన్ కోసం దరఖాస్తు...

వేములవాడ, జులై 4, ఇంద్రప్రభ : జిల్లా విద్యాధికారి రాజన్న సిరిసిల్లా ఆదేశాల మేరకు కేజీబివి మల్రిపల్లి వేములవాడ రూరల్ మండలంలో అర్హులైన మహిళా అభ్యర్థులచే నైట్ ఉమన్ వాచ్మెన్ ఉద్యోగం కొరకు దరఖాస్తులను ఆహ్వానిస్తున్నాము

వయోపరిమితి: అభ్యర్థుల వయస్సు 01.06.2025 నాటికి 18 నుండి 45 సంవత్సరాల మధ్య ఉండాలి.కనీస అర్హతలు :

1. కనీస విద్యార్హతలు పదవ తరగతి పాస్ మెమో 2.కులం సర్టిఫికెట్3.ఆధార్ కార్డు4.స్థానిక ధ్రువీకరణ పత్రము

5.ఏదైన గుర్తింపు పొందిన సెక్యూరిటీ ఏజెన్సీ నుండిశిక్షణ పొందిన సర్టిఫికెట్ తప్పనిసరి6.అలాగే అనుభవాన్ని కూడా పరిగణలోకి తీసుకోబడును. ఇట్టి దరఖాస్తులను అర్హత గల మహిళా అభ్యర్థులు తేదీ 4.07.2026 నుండి 06.07.2026 సాయంత్రం ఐదు గంటల లోపు మండల విద్యాధికారి కార్యాలయము వేములవాడ లో సమర్పించగలరు.దరఖాస్తు చేయడానికి సమర్పించవలసిన సర్టిఫికేట్ జిరాక్స్ కాపీలు సమర్పించగలరు.సూచిక:- స్థానిక మహిళా అభ్యర్థులు ప్రాధాన్యత ఇవ్వబడుతుంది

ఇట్లు,మండల విద్యాధికారివేములవాడ రూరల్

ప్రభుత్వ విప్ ను మర్యాదపూర్వకంగా కలిసిన ప్రెస్ క్లబ్ కార్య వర్గం

జర్నలిస్టుల సంక్షేమానికి, ప్రెస్ క్లబ్ అభివృద్ధి కి పూర్తిగా సహకారం అందిస్తాం:ప్రభుత్వ విప్ ఆది శ్రీనివాస్

రాజన్నసిరిసిల్ల జిల్లా,జూలై 04,ఇంద్రప్రభ : తెలంగాణ యూనియన్ ఆఫ్ వర్కింగ్ జర్నలిస్ట్స్ (టీయూడబ్ల్యూజే--హెచ్-143) వేములవాడ ప్రెస్ క్లబ్ నూతన కార్యవర్గ సభ్యులు రాష్ట్ర ప్రభుత్వ విప్, వేములవాడ ఎమ్మెల్యే ఆది శ్రీనివాస్‌ను ఆయన క్యాంపు కార్యాలయంలో.... శుక్రవారం రోజున మర్యాదపూర్వకంగా కలిశారు. టీయూడబ్ల్యూజే రాష్ట్ర ఉపాధ్యక్షుడు, జిల్లా అధ్యక్షుడు సయ్యద్ లాయక్ పాషా, ప్రెస్ క్లబ్ అధ్యక్షుడు కొలిపాక నరసయ్య, ప్రధాన కార్యదర్శి సయ్యద్ అలీ ల నేతృత్వంలో నూతన కార్యవర్గ సభ్యులు ప్రభుత్వ విప్ ఆది శ్రీనివాస్‌కు గజమాలలు వేసి, ఘనంగా సత్కరించారు. అనంతరం నూతనంగా ఎన్నికైన ప్రెస్ క్లబ్ కార్యవర్గ సభ్యులను ఆది శ్రీనివాస్ శాలువాలు కప్పి సన్మానిస్తూ అభినందనలు తెలిపారు.ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ... ప్రజలకు ప్రభుత్వానికి మధ్య వారధిగా పాత్రికేయులు కీలక బాధ్యతలు నిర్వహిస్తున్నారని అన్నారు. ప్రజా సమస్యలను నిష్పాక్షికంగా వెలుగులోకి తీసుకురావడంతో పాటు, ప్రభుత్వ సంక్షేమ పథకాలను ప్రజలకు చేరవేయడంలో మీడియా పాత్ర ప్రశంసనీయమని పేర్కొన్నారు. ప్రెస్ క్లబ్ నూతన కార్యవర్గం ఐక్యంగా పనిచేస్తూ... పాత్రికేయుల సంక్షేమం, వృత్తి విలువల పరిరక్షణకు కృషి చేయాలని ఆకాంక్షించారు. పాత్రికేయుల సమస్యల పరిష్కారం, ప్రెస్ క్లబ్ అభివృద్ధికి తన వంతు సహకారం ఎల్లప్పుడూ ఉంటుందని హామీ ఇచ్చారు. అనంతరం పట్టణంలోని ప్రెస్ భవనంలో వివిధ జర్నలిస్టు సంఘాల సభ్యులకు అవకాశం కల్పించాలని విప్ కు వినతి పత్రాన్ని అందజేశారు.ఈ కార్యక్రమంలో గౌరవ సభ్యులు కొత్వల్ శ్రీనివాస్, ఉపాధ్యక్షులు సిహెచ్ దేవరాజ్, విష్ణు,క్యాషియర్ పంపరి నాగరాజు, జిల్లా రమేష్, ఫహద్, చౌటుపల్లి వెంకటేష్, ప్రచార కార్యదర్శులు...శ్రీరామోజు వేణుగోపాలచారి,దెబ్బేటి ప్రవీణ్, కార్యవర్గ సభ్యులు...సంటి రాజేందర్ షబ్బీర్, నవీన్, బూర్ల ప్రదీప్,బుర్ల సందీప్,లక్ష్మీనారాయణ,వేణు,బండి రజిని సభ్యులు పాల్గొన్నారు.

మహిళ ప్రాణాలను కాపాడిన మెట్‌పల్లి పోలీసులు..

డీజీపీ ప్రశంసలు, నగదు రివార్డు..

ఇంద్ర ప్రభ రాయికల్ జూలై 4 జగిత్యాల జిల్లాలో మెట్‌పల్లి పోలీసుల సమయస్ఫూర్తికి రాష్ట్ర పోలీసు శాఖ నుంచి ప్రశంసలు దక్కాయి. ఆత్మహత్యాయత్నానికి పాల్పడిన ఓ మహిళను సకాలంలో రక్షించి ప్రాణాలు కాపాడిన మెట్‌పల్లి పోలీస్ స్టేషన్ ఏఎస్ఐ అన్వర్ బేగ్, కానిస్టేబుల్ ప్రసాద్‌లను రాష్ట్ర డీజీపీ ప్రత్యేకంగా అభినందించారు. వీడియో కాన్ఫరెన్స్ ద్వారా ఇద్దరు పోలీసు సిబ్బందికి నగదు రివార్డును ప్రకటించారు. కుటుంబ కలహాల నేపథ్యంలో కాలువలో దూకి ఆత్మహత్యకు యత్నించిన మహిళను డయల్-112 సమాచారం అందిన కేవలం 15 నిమిషాల్లోనే చేరుకుని రక్షించిన పోలీసులు, అనంతరం దంపతులకు కౌన్సెలింగ్ నిర్వహించి సమస్యను సామరస్యంగా పరిష్కరించారు. విధి నిర్వహణలో అప్రమత్తత, మానవీయ దృక్పథంతో వ్యవహరించిన పోలీసు సిబ్బందిపై సర్వత్రా ప్రశంసలు వ్యక్తమవుతున్నాయి.

బూత్ నెం. 527లో ఫారమ్‌ల పంపిణీ

భారత ఎన్నికల సంఘం చేపట్టిన కార్యక్రమంలో భాగంగా బూత్ నెం. 527 పరిధిలో ఓటర్లకు ఫారమ్‌ల పంపిణీ కార్యక్రమం నిర్వహించబడింది.ఈ కార్యక్రమానికి బీజేపీ శక్తి కేంద్రం ఇంచార్జ్ శ్రీ వేముల రమేష్ నాయకత్వం వహించారు.ఈ కార్యక్రమంలో బీజేపీ మేడ్చల్ అర్బన్ జిల్లా అధికార ప్రతినిధి శ్రీ నల్ల జై శంకర్ గౌడ్, జిల్లా కౌన్సిల్ మెంబర్ శ్రీ పులి బలరాం, బూత్ లెవల్ ఏజెంట్ శ్రీమతి భాగ్యలక్ష్మి, బీజేపీ సీనియర్ నాయకుడు శ్రీ మనీష్‌తో పాటు పలువురు బీజేపీ నాయకులు, కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.ఈ సందర్భంగా నాయకులు మాట్లాడుతూ, ఓటర్లందరూ ఎన్నికల సంఘం జారీ చేసిన మార్గదర్శకాల ప్రకారం అవసరమైన ఫారమ్‌లను సక్రమంగా నింపి, సంబంధిత పత్రాలతో పాటు గడువులోగా బూత్ లెవల్ అధికారికి (దీూా) సమర్పించాలని కోరారు. కొత్త ఓటర్ల నమోదు, పేరు సవరణ, చిరునామా మార్పు లేదా ఇతర వివరాల సవరణ అవసరమైతే ఈ అవకాశాన్ని వినియోగించుకోవాలని సూచించారు.ప్రతి అర్హులైన పౌరుడు ఓటరు జాబితాలో తన పేరు నమోదై ఉండేలా చూసుకోవడం ప్రజాస్వామ్య బాధ్యత అని నాయకులు తెలిపారు.

రైతన్నకు అండగా కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం. రైతుబంధు విడుదలను స్వాగతిస్తూ సీఎం రేవంత్ రెడ్డి,

ఎమ్మెల్యే బొజ్జు పటేల్ చిత్రపటాలకు పాలాభిషేకం.

జన్నారం, జూలై 5 (ఇంద్రప్రభ) రాష్ట్ర ప్రభుత్వం రైతుబంధు నిధులను విడుదల చేసిన సందర్భంగా కాంగ్రెస్ పార్టీ జన్నారం మండల అధ్యక్షుడు నందు నాయక్ ఆధ్వర్యంలో శుక్రవారం జన్నారం అంబేద్కర్ విగ్రహం వద్ద ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి, ఖానాపూర్ ఎమ్మెల్యే బొజ్జు పటేల్ చిత్రపటాలకు పాలాభిషేకం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తలు పెద్ద ఎత్తున పాల్గొని ప్రభుత్వం రైతు సంక్షేమానికి పెద్దపీట వేస్తోందని హర్షం వ్యక్తం చేశారు.ఈ సందర్భంగా మండల అధ్యక్షుడు నందు నాయక్ మాట్లాడుతూ, రైతు సంక్షేమాన్ని దృష్టిలో పెట్టుకుని కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ఇచ్చిన హామీలను ఒక్కొక్కటిగా అమలు చేస్తోందన్నారు. రైతుబంధు నిధుల విడుదలతో రైతులకు వ్యవసాయ పెట్టుబడి భారం తగ్గి, సాగు పనులకు ఎంతో ఊరట కలుగుతుందన్నారు. రైతుల అభ్యున్నతే రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ప్రధాన లక్ష్యమని పేర్కొన్నారు.పట్టణ అధ్యక్షుడు మంద రాజేష్ మాట్లాడుతూ, కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం రైతుల సంక్షేమానికి కట్టుబడి పనిచేస్తోందని, రైతుబంధు వంటి పథకాలను సమయానికి అమలు చేస్తూ రైతుల పట్ల తన చిత్తశుద్ధిని చాటుకుంటోందన్నారు. రైతుల అభివృద్ధి కోసం ప్రభుత్వం మరిన్ని సంక్షేమ కార్యక్రమాలు అమలు చేస్తుందని ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు.అనంతరం సీఎం రేవంత్ రెడ్డి, ఎమ్మెల్యే బొజ్జు పటేల్ చిత్రపటాలకు పాలాభిషేకం చేశారు. ప్రభుత్వం రైతులకు అండగా నిలుస్తోందని నినాదాలు చేస్తూ నాయకులు తమ ఆనందాన్ని వ్యక్తం చేశారు.ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా నాయకులు మోహన్ రెడ్డి, ఇసాక్, ముజఫర్ అలీ ఖాన్, నాయకులు శక్రునాయక్ ముత్యం సతీష్, రియాజుద్దీన్, రాగుల శంకర్, ముత్యం రాజన్న, మల్క లక్ష్మణ్, జక్కు భూమేష్, రజాక్, సుధీర్, గంగాధర్. రమేష్ గౌడ్, లక్ష్మణ్, ముజ్జుతో పాటు కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తలు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

హైదరాబాద్‌లో జోయాలుక్కాస్ కొత్త అధ్యాయానికి శ్రీకారం

- సినీనటి మాళవిక శర్మ చేతుల మీదుగా సుచిత్రలో 'బ్రిలియన్స్ డైమండ్ జ్యువెల్ షో' ప్రారంభం

- జూలై 4 నుంచి 19 వరకు ప్రత్యేక ఆఫర్లు.. ఆకట్టుకుంటున్న అత్యాధునిక డైమండ్ కలెక్షన్లు

పేట్ బషీరాబాద్, జూలై 3: ప్రముఖ ఆభరణాల సంస్థ జోయాలుక్కాస్ హైదరాబాద్‌లోని సుచిత్ర బ్రాంచ్‌లో నిర్వహిస్తున్న 'బ్రిలియన్స్ డైమండ్ జ్యువెల్ షో'ను ప్రముఖ సినీనటి మాళవిక శర్మ శుక్రవారం ఘనంగా ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా భారీ సంఖ్యలో వినియోగదారులు, ఆభరణాల ప్రియులు పాల్గొని ప్రదర్శనను తిలకించారు. జూలై 3 నుంచి జూలై 19 వరకు నిర్వహించనున్న ఈ ప్రత్యేక డైమండ్ జ్యువెల్ షోలో దేశ, విదేశాల నుంచి ఎంపిక చేసిన అత్యాధునిక డైమండ్ ఆభరణాలను వినియోగదారుల కోసం అందుబాటులో ఉంచినట్లు సంస్థ ప్రతినిధులు తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా జోయాలుక్కాస్ గ్రూప్ చైర్మన్, మేనేజింగ్ డైరెక్టర్ జాయ్ అలుక్కాస్ మాట్లాడుతూ, నాణ్యత, విశ్వసనీయతకు జోయాలుక్కాస్ ఎప్పుడూ కట్టుబడి ఉంటుందని, వినియోగదారుల అభిరుచులకు అనుగుణంగా వినూత్న డిజైన్లతో కూడిన డైమండ్ ఆభరణాలను అందిస్తున్నామని తెలిపారు. ఈ జ్యువెల్ షోలో ప్రత్యేక కలెక్షన్లతో పాటు ఆకర్షణీయమైన ఆఫర్లు, ప్రత్యేక రాయితీలు కూడా అందుబాటులో ఉంటాయని వెల్లడించారు. ప్రదర్శనలో డైమండ్ నెక్లెస్‌లు, రింగులు, చెవిపోగులు, బ్రేస్‌లెట్లు తదితర ఆధునిక డిజైన్ల ఆభరణాలు ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలిచాయి. ఈ అరుదైన అవకాశాన్ని నగరవాసులు సద్వినియోగం చేసుకోవాలని జోయాలుక్కాస్ ప్రతినిధులు కోరారు.

ఉపాధ్యాయుల సమస్యలను వెంటనే పరిష్కరించాలి

తపస్ చేగుంట

చేగుంట జూలై 4 (ఇంద్ర ప్రభ) మెదక్ జిల్లా, చేగుంట మండలం, తెలంగాణ ప్రాంత ఉపాధ్యాయ సంఘం రాష్ట్ర శాఖ పిలుపుమేరకు తపస్ చేగుంట మండల అధ్యక్ష, ప్రధాన కార్యదర్శులు రావుల వెంకటేష్, తంగెళ్లపల్లి కృష్ణమూర్తి ఆధ్వర్యంలో భోజన విరామ సమయంలో ఉపాధ్యాయ సమస్యల పరిష్కారం కొరకు చేగుంట తాసిల్దార్ కి వినతి పత్రం సమర్పించడం జరిగింది. ఈ సందర్భంగా తపస్ రాష్ట్ర కార్యవర్గ సభ్యులు చల్లా లక్ష్మణ్ , మండల అధ్యక్షుడు రావుల వెంకటేష్ మాట్లాడుతూ పెండింగ్ లో ఉన్న డి ఏ లను విడుదల చేయాలని , పిఆర్సి రిపోర్టు తెప్పించుకొని వెంటనే అమలు చేయాలని, సిపిఎస్ రద్దు చేసి ఓపిఎస్ అమలు చేయాలి అని, సమగ్ర శిక్ష అభియాన్ ఉద్యోగుల సమ్మె కాలపు ఒక నెల వేతనాన్ని వెంటనే విడుదల చేయాలని, పెండింగ్ నిధులను వెంటనే విడుదల చేయాలని, మోడల్ స్కూల్ ఉపాధ్యాయులకు 0 1 0 పద్దు కింద వేతనాలు విడుదల చేయాలి అని,జీఓ 317 నష్టపోయిన బాధితులకు న్యాయం చేయాలని, గురుకుల, కేజీబీవీ ఉపాధ్యాయ సమస్యలు పరిష్కరించాలని, ప్రతి సంవత్సరం పదోన్నతులు చేపట్టాలని వారు ప్రభుత్వాన్ని డిమాండ్ చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో తపస్ జిల్లా మహిళా ఉపాధ్యక్షురాలు బాలిశెట్టి రేఖ, కార్యవర్గ సభ్యులు పట్లూరి యాదగిరి, దేశపతి కృష్ణమూర్తి,సుమతి, , మండల ఉపాధ్యక్షులు మధునాల శ్రీనివాస్ మండల కోశాధికారి శ్రీనివాస్, కాంప్లెక్స్ కన్వీనర్ చరణ్ దాస్, కాంప్లెక్స్ కో కన్వీనర్ విజయలత మండల సభ్యులు బక్కప్ప, సరస్వతి, సంధ్యారాణి, సంగీత, మౌనిక,ప్రభాకర్ రెడ్డి శివకుమార్, ఉమాదేవి ఉపాధ్యాయులు రఘుపతి, రమాదేవి, శారద, రమ, ఉమామహేశ్వరి,

కరుణ, సునీత, సునీత హెలెన్,వినోద, నరసింహ చారి, కిషన్, నాగరాజు,మౌనిక, సుమలత, ఊర్మిళ, సి అర్ పి రమేష్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

రాజన్న ఆలయ అభివృద్ధికి రూ. 1,41,000 విరాళం అందజేసిన ప్రవాస భారతీయులు

వేములవాడ, జూలై 04, ఇంద్రప్రభ : వేములవాడ శ్రీ రాజరాజేశ్వర స్వామి దేవస్థాన అభివృద్ధి మరియు విస్తరణ పనుల కోసం భారీ విరాళం అందింది. అమెరికాలో స్థిరపడిన వరంగల్ వాస్తవ్యులు శ్రీ జాట్లింగ్ కిరణ్ కుమార్ - శ్రీమతి లక్ష్మి లావణ్య దంపతులు స్వామివారి ఆలయానికి రూ. 1,41,000 (అక్షరాలా ఒక లక్షా నలభై ఒక్క వేల రూపాయలు) నగదును విరాళంగా అందజేశారు.శనివారం ఆలయానికి చేరుకున్న దంపతులు రాజన్నను దర్శించుకుని, ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. అనంతరం ఆలయ ప్రోటోకాల్ కార్యాలయంలో కార్యనిర్వాహణాధికారి (జూ) ఎల్. రమాదేవి కి ఈ విరాళానికి సంబంధించిన నగదు రూపంలో అందజేశారు.ఈ సందర్భంగా ఆలయ అధికారులు దంపతులకు స్వామివారి శేష వస్త్రాన్ని కప్పి, వేద ఆశీర్వచనం అందించి, లడ్డూ ప్రసాదాలను బహూకరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఆలయ ప్రోటోకాల్ పర్యవేక్షకులు జి. శ్రీనివాస్ శర్మ మరియు ఆలయ సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

బీఆర్ఎస్ మండల అధ్యక్షుడు నారాయణ రెడ్డి సతీమణి అంత్యక్రియల్లో పాల్గొన్న ఎమ్మెల్యే కొత్త ప్రభాకర్ రెడ్డి

చేగుంట, జూలై 04 (ఇంద్రప్రభ)మెదక్ జిల్లా, చేగుంట మండల బీఆర్ఎస్ పార్టీ అధ్యక్షుడు శ్రీ నారాయణ రెడ్డి సతీమణి శ్రీమతి మంజుల (39) అకాల మరణం చెందడం అత్యంత బాధాకరమని దుబ్బాక శాసనసభ్యులు కొత్త ప్రభాకర్ రెడ్డి పేర్కొన్నారు. కొంతకాలంగా తీవ్ర అనారోగ్యంతో బాధపడుతున్న శ్రీమతి మంజుల హైదరాబాద్‌లోని నిమ్స్ ఆసుపత్రిలో చికిత్స పొందుతూ శుక్రవారం రాత్రి కన్నుమూశారు. శనివారం మండల పరిధిలోని ఇబ్రహీంపూర్‌లో నిర్వహించిన ఆమె అంత్యక్రియల్లో ఎమ్మెల్యే కొత్త ప్రభాకర్ రెడ్డి స్వయంగా పాల్గొని, మంజుల గారి భౌతికకాయానికి పూలమాలలు వేసి ఘనంగా నివాళులర్పించారు. అనంతరం తీవ్ర శోకసంద్రంలో ఉన్న నారాయణ రెడ్డిని, వారి కుటుంబ సభ్యులను ఓదార్చి పరామర్శించారు. ఈ కష్టసమయంలో కుటుంబానికి దేవుడు మనోధైర్యాన్ని ప్రసాదించాలని కోరుతూ తన ప్రగాఢ సానుభూతిని వ్యక్తం చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో మండల ప్రజాప్రతినిధులు, బీఆర్ఎస్ పార్టీ ముఖ్య నాయకులు, కార్యకర్తలు, గ్రామస్తులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

సిపిఎస్ రద్దు చేసి ఓపిఎస్ విధానం అమలు చేయాలి : తపస్ నార్సింగి

నార్సింగి జూలై 4 (ఇంద్రప్రభ) మెదక్ జిల్లా, నార్సింగి మండలం, తెలంగాణ ప్రాంత ఉపాధ్యాయ సంఘం రాష్ట్ర శాఖ పిలుపుమేరకు తపస్ నార్సింగి మండల అధ్యక్ష, ప్రధాన కార్యదర్శులు తీగుళ్ల స్వామి, నాఘవేందర్ రావు ఆధ్వర్యంలో భోజన విరామ సమయంలో ఉపాధ్యాయ సమస్యల పరిష్కారం కొరకు నార్సింగి తాసిల్దార్ కి వినతి పత్రం సమర్పించడం జరిగింది. ఈ సందర్భంగా తపస్ రాష్ట్ర కార్యవర్గ సభ్యులు చల్లా లక్ష్మణ్ మాట్లాడుతూ పెండింగ్ లో ఉన్న డి ఏ లను విడుదల చేయాలని , పిఆర్సి రిపోర్టు తెప్పించుకొని వెంటనే అమలు చేయాలని, సిపిఎస్ రద్దు చేసి ఓపిఎస్ అమలు చేయాలి అని, సమగ్ర శిక్ష అభియాన్ ఉద్యోగుల సమ్మె కాలపు ఒక నెల వేతనాన్ని వెంటనే విడుదల చేయాలని, పెండింగ్ నిధులను వెంటనే విడుదల చేయాలని, మోడల్ స్కూల్,కేజీవీబీ, గురుకుల పాఠశాలల సమస్యలు పరిష్కరించాలని,జీఓ 317 చేపట్టాలని వారు ప్రభుత్వాన్ని డిమాండ్ చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో రమేష్, గోపాల్,నరేష్, కిషన్, భాస్కర్,రాజశేఖర్ తదితరులు పాల్గొన్నారు

వర్షాల వేళ అప్రమత్తంగా ఉండాలి : మెదక్ జిల్లా ఎస్పీ డి.వి. శ్రీనివాసరావు, ఐపీఎస్

తడిసిన విద్యుత్ స్తంభాలకు దూరంగా ఉండండి

రైతులు పొలాల్లోని విద్యుత్ పరికరాల వద్ద ప్రత్యేక జాగ్రత్తలు పాటించాలి

మెదక్ జులై 4 (ఇంద్రప్రభ)మెదక్ జిల్లాలో ఎడతెరిపి లేకుండా కురుస్తున్న వర్షాల నేపథ్యంలో ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండి అవసరమైన జాగ్రత్తలు పాటించాలని మెదక్ జిల్లా ఎస్పీ డి.వి. శ్రీనివాసరావు, ఐపీఎస్ సూచించారు. అత్యవసర పరిస్థితులు మినహా వర్షం సమయంలో బయటకు వెళ్లకుండా ఉండాలని, ప్రయాణాలు చేసే వారు వాతావరణ పరిస్థితులను దృష్టిలో ఉంచుకుని అప్రమత్తంగా వ్యవహరించాలని కోరారు.తడిసిన విద్యుత్ స్తంభాలు, తెగిపోయిన విద్యుత్ తీగలు, ట్రాన్స్‌ఫార్మర్లకు దూరంగా ఉండాలని, ప్రమాదకర పరిస్థితులు కనిపిస్తే వెంటనే విద్యుత్ శాఖ అధికారులకు సమాచారం అందించాలని సూచించారు. శిథిలావస్థలో ఉన్న ఇళ్లలో నివసించకుండా సురక్షిత ప్రాంతాలకు వెళ్లాలని, ఈదురుగాలులు, వర్షం సమయంలో చెట్ల కింద ఆశ్రయం పొందవద్దని తెలిపారు. అలాగే వరద నీరు ప్రవహిస్తున్న వాగులు, కాలువలు, నీటితో నిండిన గుంతలను దాటేందుకు ప్రయత్నించవద్దని హెచ్చరించారు.వర్షం కురుస్తున్న సమయంలో వాహనదారులు అతివేగాన్ని పూర్తిగా నివారించి నెమ్మదిగా వాహనాలు నడపాలని ఎస్పీ సూచించారు. రోడ్లు జారుడుగా ఉండటం, దృశ్యమానత తగ్గడం వల్ల అధిక వేగంతో ప్రయాణిస్తే వాహనం అదుపుతప్పి ప్రమాదాలు సంభవించే అవకాశం ఉందన్నారు. వాహనాల హెడ్‌లైట్లు, బ్రేకులు, వైపర్లు సక్రమంగా పనిచేస్తున్నాయో ముందుగానే తనిఖీ చేసుకుని, వాహనాల మధ్య సురక్షిత దూరం పాటించాలని సూచించారు.రైతులు పొలాల్లో విద్యుత్ మోటార్లు, తీగలు, ఇతర విద్యుత్ పరికరాల విషయంలో ప్రత్యేక జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని, తడి చేతులతో విద్యుత్ పరికరాలను తాకవద్దని సూచించారు. ఉరుములు, మెరుపులు సంభవిస్తున్న సమయంలో పొలాల్లో పని చేయకుండా సురక్షిత ప్రదేశాల్లో ఉండాలని తెలిపారు.ఏదైనా అత్యవసర పరిస్థితి తలెత్తితే వెంటనే పోలీసు, రెవెన్యూ, అగ్నిమాపక శాఖలు లేదా సంబంధిత అధికారులకు సమాచారం అందించాలని ఎస్పీ కోరారు. ప్రజల భద్రతే ప్రథమ ప్రాధాన్యమని, అధికారుల సూచనలను తప్పనిసరిగా పాటిస్తూ అప్రమత్తంగా ఉండాలని విజ్ఞప్తి చేశారు.

అభివృద్ధి పనులు త్వరగా పూర్తి చేయాలి : జిల్లా కలెక్టర్ కుమార్ దీపక్ :

మంచిర్యాల జూలై 4, సత్యం స్టాఫ్ రిపోర్టర్ (ఇంద్రప్రభ న్యూస్) : ప్రజల సంక్షేమం, అభివృద్ధి దిశగా ప్రభుత్వం చర్యలు తీసుకుంటుందని, ఈ క్రమంలో అభివృద్ధి పనులు త్వరగా పూర్తి చేయాలని జిల్లా కలెక్టర్ కుమార్ దీపక్ అన్నారు. శనివారం జిల్లా కేంద్రంలోని కాలేజ్ రోడ్డులో కొనసాగుతున్న ప్రభుత్వ ఆసుపత్రి నిర్మాణం పనులను ఆకస్మికంగా సందర్శించి పురోగతిని పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ ప్రజలకు మెరుగైన వైద్య సేవలను అందుబాటులో ఉంచేందుకు 129.25 కోట్ల రూపాయలతో ప్రభుత్వ ఆసుపత్రి, 23.75 కోట్ల రూపాయలతో క్రిటికల్ కేర్ విభాగం ఏర్పాటు చేయడం జరుగుతుందని తెలిపారు. వైద్య రంగాన్ని బలోపేతం చేస్తూ ప్రజలకు వేగవంతమైన, మెరుగైన వైద్య సేవలు అందించేందుకు ప్రభుత్వం కృషి చేస్తుందని తెలిపారు.అంతకుముందు నస్పూర్ మండల కేంద్రంలో గల ఈ.వి.ఎం. గోదాము వద్ద భద్రత చర్యలను పరిశీలించారు. ఎలక్ట్రానిక్ ఓటింగ్ యంత్రాలు, వి.వి. పాట్ల భద్రతకు పటిష్టమైన రక్షణ చర్యలు చేపట్టడం జరిగిందని, సి.సి. కెమెరాల ద్వారా నిరంతరం పర్యవేక్షించడం జరుగుతుందని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో సంబంధిత అధికారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సంపాదకీయం

మారణహోమాల్లో అష్టమ స్థానం!

భారత దేశంలో ఉన్న మైనారిటీల పట్ల బిజెపి ప్రభుత్వం విచక్షణా రహితంగా వ్యవహరిస్తోందని, ప్రపంచంలో జరిగే 14 సామూహిక హత్యాకాండల్లో ఒకటి భారత దేశంలో జరుగుతోందని 'ఎర్లీ వార్నింగ్ ప్రాజెక్టు' హెచ్చరించింది. సామూహిక హత్యా కాండలు జరిగే దేశాలను గుర్తించే ఈ సంస్థ గత నెల తన నివేదికను విడుదల చేసింది. మారణకాండకు వ్యతిరేకంగా అమెరికాలోని హోలోకస్ట్ మెమోరియల్‌లో ఏర్పాటు చేసిన సైమన్ స్క్యోడ్స్ సెంటర్, డార్ట్ మౌత్ కాలేజీలోని అంతర్జాతీయ అవగాహన కోసం ఏర్పడిన డిక్కీ సెంటర్ సంయుక్తంగా ఈ సర్వే నిర్వహించింది. సామూహిక హత్యాకాండలు జరుగుతున్న దేశాల్లో గత ఏడాది రెండవ స్థానంలో ఉన్న భారతదేశం ఈ ఏడాది (2022–23) ఎనిమిదవ స్థానానికి చేరుకోనుండడం కాస్త ఊరట కలిగించే అంశమే.ప్రపంచంలో జరిగే మారణ కాండలో భారత దేశం వాటా ఈ ఏడాది 7.4 శాతంగా ఉండవచ్చని అంచనా వేసింది. సామూహిక హత్యాకాండలను, అవి జరిగే అవకాశాలను గుర్తించి 'ఎర్లీ వార్నింగ్ ప్రాజెక్టు' ఈ హెచ్చరిక చేసింది. ఒక ఏడాదిలో కానీ, అంతకు లోపల కానీ, ప్రభుత్వ భద్రతా బలగాల ద్వారా కానీ, ప్రభుత్వేతర బలగాల ద్వారా కానీ ఉద్దేశపూర్వకంగా వెయ్యి, అంతకు మించి ఎక్కువ మందిని సామూహికంగా హత్య చేయడాన్ని ఈ నివేదికలో పేర్కొంది. వాస్తవానికి ఈ నిర్వచనానికి సరిపోయే సామూహిక హత్యాకాండతో పాటు ఈ నివేదికలో నరమేధాన్ని కూడా పొందుపరిచింది. సామూహిక హత్యాకాండ జరుగుతున్న మొత్తం 162 దేశాల జాబితాలో పాకిస్థాన్ అగ్రస్థానంలో ఉంది. యెమెన్ రెండవ స్థానంలో, మయన్మార్ మూడవ స్థానంలో, ఇథియోపియా నాలుగవ స్థానంలో, నైజీరియా ఆరవ స్థానంలో, అఫ్ఘానిస్తాన్ ఏడవ స్థానంలో ఉన్నాయి. సామూహికంగా జరిగే ఆరు హత్యాకాండలలో ఒకటి పాకిస్థాన్‌లో జరిగే అవకాశం ఉందని ఆ నివేదిక తెలిపింది. తొమ్మిదవ స్థానంలో ఉన్న సూడాన్ కంటే, పదవ స్థానంలో ఉన్న సోమాలియా కంటే, పదకొండవ స్థానంలో ఉన్న సిరియా కంటే, పన్నెండవ స్థానంలో ఉన్న ఇరాక్ కంటే, పద్నాలుగవ స్థానంలో ఉన్న జింబాబ్వే కంటే కూడా భారత దేశ పరిస్థితి హీనం గా ఉంది.దారుణంగా ఉన్న 15 దేశాల్లో భారత దేశం గత ఐదేళ్ళుగా, గత ఏడాది (2021 22) వరకు రెండవ స్థానంలో ఉంది. భారత దేశం రెండవ స్థానం నుంచి ఎనిమిదవ స్థానానికి వెళ్ళడం పురుషుల స్వేచ్ఛలో వచ్చిన మార్పునకు సంకేతమని ఆ నివేదిక పేర్కొంది. భారత దేశంలో ఆ పరిస్థితి అలాగే కొనసాగినట్టయితే, పదకొండు శాతంతో ఈ ఏడాది మొదట్లో ఉన్న మొదటి స్థానం అలాగే కొనసాగేది. ఈ విశ్లేషణ కోసం భౌగోళిక కారణా లు, జనాభా వంటి దేశాల మౌలిక స్వభావంబీ స్థూల తలసరి ఉత్పత్తి వంటి సామాజిక ఆర్థిక ప్రమాణాలు, రాజకీయ అభ్యర్థుల పట్ల ఆంక్షలు, రాజకీయ పక్షాలు వంటి ప్రభుత్వ అంచనాలు, ఇతర తేడాలు వంటివి ఎదురైన ఇబ్బందులు.కేంద్రంలో, రాష్ట్రాలలో ఉన్న బిజెపి ప్రభుత్వం దేశంలో ఉన్న ముస్లిం మైనారిటీలకు వ్యతిరేకంగా ఎలా వివక్షతతో వ్యవహరిస్తున్నాయో అనేక సంఘటనల్లో ఈ నివేదిక వివరించింది. గత ఏడాది డిసెంబర్‌లో ముస్లింలను సామూహికంగా హత్య చేయాలని హిందూ జాతీయవాద నాయకులు, మత నాయకులు విద్వేష పూరిత ప్రసంగాలతో ప్రచారం చేశారు. ముస్లింలే ధ్యేయంగా అనేక రాష్ట్రాల్లో పెద్ద ఎత్తున హింసాత్మక సంఘటనలు చోటు చేసుకున్నాయి. మసీదులను అపవిత్రం చేయాలని, ముస్లింలకు వ్యతిరేకంగా నినాదాలు చేస్తూ ఇటీవల కాలంలో హిందూ జాతీయ వాదుల ప్రదర్శనలు జరిగాయి. హింసాత్మకంగా రెచ్చగొట్టడానికి కొనసాగింపుగా అనేక రాష్ట్రాలో అధికారులు ముస్లింల ఇళ్ళను బుల్డోజర్లతో నేలమట్టం చేశారు. దీన్ని సామూహికంగా శిక్షించడంగా మతవాద సంప్రదాయ గ్రూపులు అభివర్ణించాయి. ముస్లింలను సామూహికంగా నిర్మూలించాలని విద్వేషపూరిత ప్రసంగాలతో చాలా మంది హిందూత్వ నాయకులు, బిజెపితో కలిసి ప్రయాణం చేస్తున్న వారు గత కొన్నేళ్ళుగా ప్రచారం చేయడం మొదలు పెట్టారు. అధికార పార్టీకి చెందిన నాయకులు కూడా ముస్లింలకు వ్యతిరేకంగా విద్వేష పూరితంగా ప్రసంగిస్తున్నారు.అధికారిక లెక్కల ప్రకారం ఢిల్లీలో 2020లో జరిగిన అల్లర్లలో 53 మంది మరణించారు. ఈ సంఘటన జరగడానికి రెండు నెలల ముందు హిందూత్వ నాయకుడు యతి నారాయణ్ సింగానంద్ ముస్లింలను రాక్షసులుగా, దయ్యాలుగా అభివర్ణించినా, అతనిపైన ఎలాంటి చర్య తీసుకోలేదు. ఈ మారణకాండ జరగడానికి ఒక రోజు ముందు పౌరసత్వ సవరణ చట్టానికి వ్యతిరేకంగా ఆందోళన చేస్తున్న వారిని బలవంతంగా తొలగించాలని బిజెపి నాయకుడు కపిల్ మిశ్రా పిలుపు నిచ్చాడు. కపిల్ మిశ్రా విద్వేష పూరిత ప్రసంగం వల్లనే ఢిల్లీ అల్లర్లు జరిగాయని నిజ నిర్ధారణ కమిటీ పేర్కొంది. తన విద్వేషపూరిత ప్రసంగాన్ని వెనక్కి తీసుకునే ప్రసక్తే లేదని కపిల్ మిశ్రా అనేక సార్లు ప్రకటించినా ఆయనపైన ఎలాంటి చర్య తీసుకోలేదు. ఈ హింసలో ప్రత్యక్షంగా పాలు పంచుకున్నా శిక్షార్హం కాదని, భయపడాల్సిన అవసరం లేదని హిందూత్వ వాదులకు ఒక సందేశం పంపించినట్టు అయ్యిందని 'ద వైర్' చేసిన విశ్లేషణలో అజయ్ ఆశీర్వాద్ మహాప్రశాస్త పేర్కొన్నారు.పెద్ద ఎత్తున గుమిగూడిన ప్రజలను ఉద్దేశించి బిజెపి నాయకుడు, ప్రస్తుత సమాచార ప్రసారాల శాఖా మంత్రి అనురాగ్ ఠాకూర్ 'దేశ్ కి గద్దారోంకో గోలీ మార్ సాలోంకో' (ఈ దేశద్రోహులను కాల్చి చంపండి) అని పిలుపు ఇవ్వడం ఒక వీడియో లో స్పష్టంగా ఉంది. పౌరసత్వ సవరణ చట్టానికి అనుకూలంగా బిజెపి అనుకూల హిందూత్వ వాదులు నిర్వహించిన ప్రదర్శనలో 'గోలీ మార్ సాలోంకో' (తుపాకీతో కాల్చి చంపండి) అన్నది ప్రధాన నినాదమై మోగింది. ఢిల్లీ ఎన్నికల సందర్భంగా 2020లో జరిగిన సభలో హోం మంత్రి అమిత్ షా పక్కనే ఉండగా, ఠాకూర్ పదేపదే ఈ నినాదం చేశాడు. మిశ్రా ఈ నినాదం చేయడం వీడియోలో స్పష్టంగా ఉంది. 'గోలీ మార్ సాలోంకో' అన్న నినాదంలో తప్పేమిటి? అని 'ద వైర్' కిచ్చిన ఇంటర్వ్యూలో మిశ్రా సమర్థించుకున్నాడు. డిసెంబర్ 2021లో హరిద్వారలో జరిగిన 'ధర్మ సంసద్' (మత సమావేశం)లో హిందూత్వ నాయకులు ముస్లింల మారణ హోమానికి పిలుపు నిచ్చారు. మారణ హోమం జరగబోతోందనే ముందస్తు హెచ్చరిక భారత దేశంలో స్పష్టంగా కనిపించిందని 'జెనోసైడ్ వాచ్' అధ్యక్షుడు గ్రెగొరి స్టాన్‌టన్ కరన్‌థాపర్ కిచ్చిన ఇంటర్వ్యూలో స్పష్టం చేశారు.విద్వేష పూరిత ప్రసంగాలను ఖండించాలని ఆలోచన ప్రధాన మంత్రి నరేంద్ర మోడీకి ఏ కోశానా లేదని ఆయన స్పష్టం చేశారు. దీని పైన దృష్టి సారించడంలో ప్రధాని చాలా దూరంగా ఉన్నారని వ్యాఖ్యానించారు. ముస్లింలు నేరస్థులని, మాఫియాలని, దాడులు చేసేవారని ఉత్తరప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి యోగీ ఆదిత్యనాథ్ విద్వేష పూరితంగా తరచూ వ్యాఖ్యానిస్తూనే ఉన్నారు. మధ్యప్రదేశ్‌లో శ్రీరామ నవమి పండుగ సందర్భంగా జరిగిన ఊరేగింపులో కత్తులు, కర్రలు చేతబూని మసీదుల ముందుకు వెళ్ళి ముస్లింలకు వ్యతిరేకంగా ఉన్మాద పూరిత నినాదాలు చేశారు. అనేక మసీదులను అపవిత్రం చేసేలా వ్యవహరించారని అనేక నివేదికలు వెల్లడించాయి.మత ఘర్షణల్లో అనేక మంది ముస్లింల ఇళ్ళను ధ్వంసం చేశారు. హిందూత్వ వాదులు ఇచ్చిన 'సామూహిక శిక్ష' పిలుపునకు స్పందనగా ఈ విధ్వంసం జరిగింది. క్రైస్తవులు, దళితులు వంటి ఇతర పీడిత మైనారిటీ వర్గాలు వివక్షకు, హింసకు గురవుతున్నాయని ఆ నివేదిక వెల్లడించింది. అక్టోబర్ 2021లో విడుదల చేసిన నిజనిర్ధారణ కమిటీ నివేదిక ప్రకారం 2021లో తొమ్మిది నెలలకాలంలో క్రైస్తవులకు వ్యతిరేకంగా మూడు వందల హింసాత్మక సంఘటనలు జరిగాయి. జమ్ము కశ్మీర్‌లో మానవ హక్కుల ఉల్లంఘన కొనసాగుతూనే ఉందని ఈ నివేదిక తెలిపింది. జర్నలిస్టులపైన, మానవ హక్కుల కార్యకర్తల పైన భారత ప్రభుత్వం హింసతో పాటు హిందూ మతానికి చెందిన పౌరులపైన మిలిటెంట్ల దాడులు కూడా జరుగుతున్నాయని ఆ నివేదిక పేర్కొంది. భారత దేశంలో పరిస్థితులు అత్యంత ప్రమాదకరంగా చరిత్ర, (దక్షిణ మధ్య ఆసియాలో) దీని భౌగోళిక పరిస్థితులు, భారత ప్రభుత్వానికి, కమ్యూనిస్టు పార్టీ ఆఫ్ ఇండియా (మావోయిస్టులు)కు జరుగుతున్న యుద్ధానికి సంబంధించిన మరణాలు, కశ్మీర్‌లో తిరుగుబాటుదార్లు కారణమని ఆ నివేదిక పేర్కొంది.

ఇలా చేస్తే..

ఎలాంటి దంతాలు అయినా సరే..!

మన ముఖం అందంగా కనపడాలంటే దంతాలు తెల్లగా మెరుస్తూ ఉండాలి. ఒక చిన్న చిట్కా పాటిస్తే చాలు దంతాలు తెల్లగా మెరుస్తూ ఉంటాయి.కాస్త ఓపికగా చేస్తే మంచి ఫలితాన్ని పొందవచ్చు. చాలా తక్కువ ఖర్చులో చాలా సులభంగా పసుపు రంగులోకి మారిన దంతాలు తెల్లగా మెరుస్తాయి.మనం ఎంత శుభ్రత పాటించినా దంతాలు రంగు మారడం సహజం. ఆహారపు అలవాట్ల వల్ల దంతాలు పసుపుపచ్చగా మారతాయి. ఈ పసుపు పొరను తొలగించి, తిరిగి దంతాలను ముత్యాల్లా మెరిసిపోవాలంటే ఇంటి చిట్కాలను పాటిస్తే సరిపోతుంది. చాలా మంది పళ్ళు పసుపుగా మారగానే డాక్టర్ దగ్గరకు పరిగెట్టి ఖరీదైన ట్రీట్ మెంట్స్ తీసుకుంటూ ఉంటారు. అవి తాత్కాలికంగా మాత్రమే పనిచేస్తాయి. మన ఇంటిలో సులువుగా దొరికే సహజసిద్ధమైన పదార్థాలతో పళ్ళ మీద పసుపు గారను పోగొట్టు కోవచ్చు. అలాగే కావిటీస్,గార,పంటి నొప్పి,చిగుళ్ల నొప్పిని తగ్గించుకోవచ్చు. ఈ చిట్కా కోసం ఉపయోగించే అన్నీ ఇంగ్రిడియన్స్ ఇంటిలో సులభంగా అందుబాటులో ఉండేవే. ఒక అరటి పండు తొక్కను తీసుకొని దాని లోపల వైపు ఉండే తెల్లటి పదార్థాన్ని స్పూన్ సహాయంతో సపరేట్ చేసుకుని మెత్తని పేస్ట్ గా చేసి ఒక బౌల్ లో వేసుకోవాలి. ఆ తర్వాత రెండు స్పూన్ల నిమ్మరసం, ఒక స్పూన్ ఉప్పు, ఒక స్పూన్ రెగ్యులర్ గా వాడే టూత్ పేస్ట్ వేసి అన్నీ ఇంగ్రిడియన్స్ బాగా కలిసేలా కలుపుకోవాలి.ఈ మిశ్రమాన్ని బ్రష్ సహాయంతో దంతాలకు అప్లై చేసి రెండు నుంచి మూడు నిమిషాల పాటు సున్నితంగా తోముకోవాలి. ఆ తర్వాత గోరువెచ్చని నీటితో శుభ్రం చేసుకోవాలి. ఈ విధంగా రోజు విడిచి రోజు చేస్తూ ఉంటే చాలా తొందరగానే మంచి ఫలితాన్ని పొందవచ్చు. ఈ చిట్కాను పాటించడం వల్ల ఎలాంటి సైడ్ ఎఫెక్ట్స్ ఉండవు. మనం కాస్త శ్రద్ధ,సమయాన్ని కేటాయిస్తే ఎటువంటి సైడ్ ఎఫెక్ట్స్ లేకుండా పసుపు రంగు,గార పట్టిన పళ్లను తెల్లగా మార్చుకోవచ్చు. చాలా తక్కువ ఖర్చులో చాలా సులభంగా తెల్లని పళ్లను సొంతం చేసుకోవచ్చు. ఈ రెమిడిని ఫాలో అయితే పంటి నొప్పి, సమస్యలు,చిగుళ్ళ సమస్యలు కూడా తగ్గుతాయి.కాబట్టి ఈ చిట్కాను ట్రై చేయండి.

పేల సమస్య ఉండకూడదంటే

స్కూల్ కి వెళ్ళే పిల్లల్లో పేల సమస్య చాలా ఎక్కువగా ఉంటుంది. పేలు వచ్చాయంటే ఒక పట్టానా వదలవు. ఎన్నో ప్రయత్నాలు చేసిన తలలో పేలు వదలవు.పేలను వదిలించుకోవటానికి ఇంటి చిట్కాలు చాలా బాగా సహాయపడతాయి. కెమికల్స్ ఉన్న ప్రొడక్ట్స్ వాడవలసిన అవసరం లేదు.తలలో పేలు ఈలు ఉన్నాయంటే విపరీతమైన దురద వస్తుంది. అలాగే చాలా చికాకుగా ఉంటుంది. పేలను తగ్గించటానికి ఒక మంచి చిట్కా తెలుసుకుందాం. ఈ చిట్కా చాలా ఎఫెక్టివ్ గా పనిచేస్తుంది. పేల సమస్యను తగ్గించడానికి వేప నూనె చాలా బాగా సహాయపడుతుంది. వేప నూనెను పురాతన కాలం నుండి జుట్టు సంరక్షణలో వాడుతున్నారు.వేప నూనెను కొంచెం తీసుకుని తలకు బాగా పట్టించి ఒక పది నిమిషాల తర్వాత దువ్వెనతో దువ్వితే పేలు అన్ని చనిపోయి రాలిపోతాయి. ఆ తర్వాత షాంపూ లేదా కుంకుడు కాయతో తల రుద్దుకుంటే సరిపోతుంది. వేప నూనెలో నింబిడిన్ అనే క్రియశీల పదార్థం ఉండటం అలాగే యాంటీ ఫంగల్ లక్షణాలు ఉండటం వలన చుండ్రు వంటి సమస్యలు లేకుండా చేస్తుంది. జుట్టు సంరక్షణకు అవసరమైన పోషకాలు ఎన్నో ఉంటాయి. వేపనూనె మార్కెట్లో లభ్యమవుతుంది లేదా మనం ఇంట్లో కూడా తయారు చేసుకోవచ్చు. వేప నూనె జుట్టుకు కండీషనర్ వలె పనిచేస్తుంది. జుట్టు రాలకుండా జుట్టు ఆరోగ్యంగా పెరగడానికి కూడా సహాయపడుతుంది. జుట్టు సమస్యలకు వేప నూనె మంచి పరిష్కారం అని చెప్పవచ్చు. వేప నూనెను మూడు రోజులు రాస్తే పేల సమస్య, చుండ్రు సమస్య తగ్గటమే కాకుండా జుట్టు రాలే సమస్య కూడా తగ్గిపోతుంది. వేపలో ఉండే విటమిన్ %ఇ%, యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్ చర్మ కణాల పునరుత్పత్తిలో సహాయపడి ఆరోగ్యకరమైన స్కాల్ప్ ను ప్రోత్సహిస్తుంది.

మొండి దగ్గును పోగొట్టుకోండిలా..!

వర్షాకాలం మొదలైంది అంటే చాలు పిల్లల్లోను,పెద్దల్లోను జలుబు,దగ్గు సర్వ సాధారణంగా వస్తూనే ఉంటాయి. కానీ కొంతమందిలో దగ్గు వచ్చిందంటే మాత్రం నెలల తరబడి అలాగే ఉండిపోతూ ఉంటుంది.అలాంటి దగ్గు దగ్గి,దగ్గి చాతినొప్పి వచ్చిన సందర్భాలు కూడా ఉంటాయి.ఇలాంటి మొండి దగ్గును పోగొట్టుకోవడానికి వంటింట్లో దొరికే కొన్ని ఆహార పదార్థాలతో తయారు చేసుకునే చిట్కాలతో భలే ఉపశమనం కలుగుతుందని వైద్య నిపుణులు కూడా సూచిస్తూ ఉన్నారు అవేంటో తెలుసుకుందాం పదండి.. వెల్లుల్లి.. పొడి దగ్గును పోగొట్టుకోవడానికి వెల్లుల్లి చాలా బాగా ఉపయోగపడుతుంది.ఇందులోని యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్ బ్యాక్టీరియా మరియు ఫంగస్ ఇన్ఫెక్షన్లను దూరం చేస్తుంది.దీనికోసం నాలుగైదు వెల్లుల్లి రెబ్బలు తీసుకొని, బాండీలో వేసి స్టవ్ మీద పెట్టాలి.ఆ తరువాత నాలుగైదు చుక్కల నెయ్యి వేసి,దోరగా వేయించుకొని పక్కన పెట్టుకోవాలి.ఈ వెల్లుల్లిని ఉదయం బ్రష్ చేసిన తర్వాత మరియు పడుకోబోయే ముందు నమిలి మింగి,ఒక అరగంట సేపు ఏమీ తినకుండా ఉంటే తొందరగా దగ్గు తగ్గుముఖం పడుతుంది. వర్షాకాలంలో వచ్చే ఇన్ఫెక్షన్లకు పసుపు మంచి ఉపశమనం కలిగిస్తుంది.పసుపులోని యాంటీ ఆక్సిడెంట్ లు పుష్కలంగా ఉంటాయి కనుక.దీనికోసం నాలుగైదు తులసి ఆకులు తీసుకుని ఒక కప్పు పాలలో ఉడికించి,అర స్పూన్ పసుపువేసి,తీపి కోసం తేనే కలిపి తీసుకోవడంతో గొంతులో ఉన్న కఫం తగ్గి,తొందరగా దగ్గు తగ్గుముఖం పడుతుంది.మొండి దగ్గుని సైతం పోగొట్టగలిగే శక్తి మిరియాలకు ఉంది.ఈ మొండి దగ్గుతో బాధపడేవారు ఉదయం పది నుంచి 15 వరకు మిరియాలు తీసుకొని,అందులో చిటికెడు ఉప్పు కలిపి బాగా పొడి చేసుకోవాలి.ఈ పొడిని ఒక పుల్ల సహాయముతో లోపల ఉన్న నాలుకకు తగలేలా అద్దాలి.ఇలా రోజుకొకసారి చేయడం వల్ల వారంలో మొండి దగ్గు మొత్తం తగ్గిపోతుంది.కానీ చిట్కాను పాటించినప్పుడు ఆయిల్ వస్తువును కానీ, సీట్లు కానీ అస్సలు తినకూడదు.వాటి వల్ల దగ్గు పెరిగే అవకాశం ఎక్కువగా ఉంటుంది.ఈ చిట్కాలు అన్ని పాటించిన తర్వాత కూడా మొండి దగ్గు అలానే వస్తూ ఉంటే,వేడి నీళ్లు తాగడం అలవాటు చేసుకోవడంతో కూడా మొండి దగ్గును తగ్గించుకోవచ్చు.

కలబందతో మెరిసే అందం..

మన వయసు ఎంత పెరిగినా కూడా అందం మాత్రం తరగకూడదని అని అనుకుంటారు. ఇందులో ముఖ్యంగా ఆడవాళ్లు ముందుంటారు. అందం కోసం వారు పడే తపన అసలు అంతా ఇంతా కాదు. అందులో కూడా ఇంట్లో ఏమైనా ఫంక్షన్స్ ఉన్నాయి అంటే ఖచ్చితంగా వాళ్లే అందరికంటే అందంగా మారి హైలెట్ కావాలనుకుంటారు.అయితే ముఖానికి ఎక్కువగా క్రీమ్ లు ఇంకా బ్యూటీ ప్రొడక్ట్స్ ను వాడటం వల్ల చర్మం ఖచ్చితంగా దెబ్బతింటుంది. వాటికి బదులు ఇంట్లోనే కొన్ని టిప్స్ పాటిస్తే చాలా మంచి ఫలితం ఉంటుంది.ముఖం అందంగా, కాంతివంతంగా, ముడతలు, మచ్చలు ఇంకా మొటిమలు లేకుండా ఉండాలంటే.. అలోవెరా ను వాడటం చాలా మంచిది. అయితే మార్కెట్లో దొరికే అలోవెరా జెల్ ని కాకుండా మనకు సహజసిద్ధంగా దొరికే అలోవెరాను వాడాలని సూచిస్తున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు.ఎందుకంటే ఇందులో టైప్ 3 కొల్లాజెన్ ఉంటుంది. ఇది చర్మం బిగుతుగా తయారయ్యేందుకు చాలా బాగా సహాయపడుతుంది. మనం తాజా కలబంద గుజ్జును తీసుకుని చర్మంపై ముడతలు ఉండే చోట రాసి మసాజ్ చేసుకోవాలి. ఇక ఒక గంట తర్వాత గోరువెచ్చని నీటితో స్నానం చేయాలి లేదా వాటిని కడిగేసుకోవాలి. అయితే ముడతలు రాకూడదు అనుకునే చోట కూడా కలబంద గుజ్జును రాయొచ్చు. ఇంకా అలాగే బరువు తగ్గడం వల్ల చర్మం ముడతలు పడినవారు కూడా కలబందను ఇలా రాస్తే చర్మం బిగుతుగా మారి.. ముడతలు పోయి చాలా అందంగా కనిపిస్తారు. మొటిమలు ఉన్నవారు కలబంద గుజ్జులో పసుపు కలిపి రాస్తే అవి ఈజీగా తగ్గుతాయి. ఇంకా అలాగే ట్యాన్ కూడా పోతుంది.అరికాలిలో ఆనలు ఉన్నవారికి కలబంద మంచి మెడిసిన్ లా పని చేస్తుంది. ఈ కలబందలో పసుపు కలిపి.. ఒక క్లాత్ లో వేసి ఆనలు ఉన్న చోట రాత్రి పడుకునే ముందు కట్టాలి. ఉదయం పూట లేచాక ఆ కట్టును తీసివేయాలి.

అల్లం తాజాగా ఉండాలంటే..?

సాధరణంగా అల్లంని అందరూ కూడా కూరల్లో ఎక్కువగా ఉపయోగిస్తూంటారు. అసలు అల్లం

ఉండని ఇల్లు ఉండదు అంటే అతిశయోక్తి కాదు. ఎందుకంటే కొందరు అల్లం టీ ఎక్కువగా తాగుతుంటారు. ఇంకా మరికొందరు వంటల్లో దీన్ని ఎక్కువగా ఉపయోగిస్తూంటారు.వంటగదిలో అల్లానికి చాలా ప్రత్యేక స్థానం ఉంది.మాంసాహార వంటల్లో అల్లాన్ని ఎక్కువగా ఉపయోగిస్తారు. ఈ అల్లంలో సహజ యాంటీ ఇన్ ఫ్లమేటరీ లక్షణాలు ఉంటాయి. కాబట్టి ఇది జీర్ణక్రియను ఈజీగా పెంచుతుంది.ఇంకా అంతే కాకుండా.. కడుపు నొప్పి నుంచి కూడా ఉపశమం ఇస్తుంది. అలాగే అల్లాన్ని చాలా మంది కూడా ఫ్రిడ్జ్ లలో స్టోర్ చేస్తారు. అలా చేస్తే అల్లం చాలా త్వరగా ఎండిపోతుంది. అలా ఫ్రిడ్జ్ లోనే కాకుండా.. బయట కూడా అల్లాన్ని మీరు ఈజీగా స్టోర్ చేసుకోవచ్చు.ఒక వేళ ఇంట్లో మీరు అల్లంని ఫ్రిడ్జ్ లో స్టోర్ చేయాలనుకుంటే.. గాలి చొరబడని ఓ జిప్ కవర్ లో గానీ లేదా కంటైనర్స్ లో అయినా దీన్ని స్టోర్ చేసుకోవచ్చు. ఇలా చేస్తే అల్లం ఎప్పటికీ ఎండిపోదు.ఇక కట్ చేసిన అల్లం ముక్కలు నేరుగా ఫ్రిడ్జ్ లో పెడితే అవి ఈజీగా పాడైపోతాయి. కాబట్టి తరిగిన అల్లంను ఫ్రిజ్ లో గాలి చొరబడని డబ్బాలో కూడా స్టోర్ చేసుకోవచ్చు.అయితే ఫ్రిడ్జ్ లేని వారు అల్లంని బయట కూడా చక్కగా స్టోర్ చేసుకోవచ్చు. టిష్యూ పేపర్ లేదా నార్మల్ పేపర్ లో దీన్ని చుట్టి జిప్ లాక్ బ్యాగ్ లో పెట్టుకోవచ్చు.అల్లంని ఎండలో ఎక్కువగా ఉంచకుండా.. చల్లని పొడి ప్రదేశంలో స్టోర్ చేయాలి. అయితే స్టోర్ చేసేటప్పుడు మాత్రం అల్లం అస్సలు తడిగా ఉండకూడదు. అది బాగా ఆరిపోవాలి.ఇక అల్లం తొక్క తీసి దాన్ని చిన్న ముక్కలుగా కట్ చేసి వెనిగర్, పంచదార నీరు కలిపిన మిశ్రమంలో ఉంచితే అల్లం త్వరగా పాడవ్వదు.అల్లం వల్ల చాలా ఉపయోగాలు ఉన్నాయి. దీన్ని కరెక్ట్ గా వాడితే చాలా అనారోగ్య సమస్యలకు చెక్ పెట్టవచ్చు. ఇది రోగ నిరోధక శక్తిని పెంచడమే కాకుండా.. అధిక బరువును ఈజీగా తగ్గిస్తుంది. అలాగే బ్లడ్ షుగర్ ను నియంత్రించడమే కాకుండా, కండరాల్లో నొప్పికి, జలుబు ఇంకా దగ్గులకు కూడా అల్లం ఈజీగా ఉపశమనం కలిగిస్తుంది.

ఆరెంజ్ తినడం వల్ల లాభాలు..

నారింజ పండు ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిది. ఎందుకంటే ఇందులో విటమిన్ ఎ, విటమిన్ బి కాంప్లెక్స్, ఫ్లేవనాయిడ్, అమినో యాసిడ్, కాల్షియం, మెగ్నీషియం, పొటాషియం, ఫాస్పరస్ వంటి మూలకాలు ఎక్కువగా ఉంటాయి.నారింజ పండు ఆరోగ్య పరంగా చాలా ప్రయోజనకరమైనదని రుజువు చేస్తుంది. కానీ నారింజ తినడం వల్ల చాలా ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి. ఆరెంజ్ తినడం వల్ల కలిగే లాభాల గురించి ఇప్పుడు మనం తెలుసుకుందాం.నారింజ పండును తీసుకోవడం గుండెకు చాలా మేలు కలుగుతుంది. ఎందుకంటే నారింజలో పొటాషియం,విటమిన్ సి అనేవి చాలా పుష్కలంగా ఉన్నాయి. కాబట్టి మీరు నారింజను తీసుకుంటే అది గుండెను చాలా ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. ఇంకా అలాగే, ఒక వ్యక్తి కొలెస్ట్రాల్ స్థాయి చాలా ఎక్కువగా ఉంటే, అది కూడా ఈజీగా నియంత్రణలో ఉంటుంది.ఈ నారింజ పండ్లను తీసుకోవడం వల్ల రోగనిరోధక వ్యవస్థ బాగా బలపడుతుంది. ఎందుకంటే నారింజ పండులో విటమిన్ సి అనేది పుష్కలంగా లభిస్తుంది. కాబట్టి, మీరు ప్రతిరోజూ కూడా నారింజను తీసుకుంటే, మీరు ఏదైనా వైరల్ ఇన్ఫెక్షన్ బారిన పడకుండా చాలా వరకు ఈజీగా నివారించవచ్చు.ఈ నారింజ పండు రక్తపోటు రోగులకు చాలా ఉపయోగకరంగా పరిగణించబడుతుంది. ఎందుకంటే నారింజలో పొటాషియం అనేది ఎక్కువ మొత్తంలో ఉంటుంది. అందుకే నారింజ పండ్లను తీసుకుంటే రక్తపోటు ఈజీగా అదుపులో ఉంటుంది.అలాగే ఈ నారింజ పండులో విటమిన్ ఎ పుష్కలంగా ఉంటుంది. కాబట్టి మీరు ప్రతిరోజూ నారింజ పండును తీసుకుంటే, ఇది చాలా కంటి సంబంధిత సమస్యలను నయం చేస్తుంది. కంటిశుక్లం వచ్చే ప్రమాదాన్ని కూడా ఈజీగా తగ్గిస్తుంది. నారింజ తినడం కడుపుకు చాలా ప్రయోజనకరంగా ఉంటుంది. ఎందుకంటే నారింజలో మంచి మొత్తంలో పీచు అనేది లభిస్తుంది.కాబట్టి, మీరు ప్రతి రోజూ నారింజను కనుక తీసుకుంటే, అది జీర్ణవ్యవస్థను బాగా బలపరుస్తుంది. ఇంకా దీనితో పాటు, మలబద్ధకం కూడా తగ్గుతుంది.నారింజలో ఐరన్‌తో పాటు విటమిన్ సి ఎక్కువ మొత్తంలో ఉంటుంది.

ఈ సూప్ తాగితే ఏ జబ్బు రాదు

మనం ఆరోగ్యకరమైన ఆహారంగా తీసుకునే చిరుధాన్యాలలో ఖచ్చితంగా జొన్నలు కూడా ఒకటి. ఎందుకంటే ఈ జొన్నల్లో మన శరీరానికి అవసరమయ్యే పోషకాలతో పాటు అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు దాగి ఉన్నాయి. జొన్నలతో మనం ఎక్కువగా సంగటి ఇంకా రొట్టె వంటి వాటిని మాత్రమే తయారు చేస్తూ ఉంటాము. వీటితో పాటు మనం జొన్న పిండితో బాగా రుచిగా ఉండే సూప్ ను కూడా తయారు చేసుకోవచ్చు. జొన్నపిండితో చేసే ఈ సూప్ చాలా రుచిగా ఇంకా ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. అలాగే దీనిని తీసుకోవడం వల్ల మనం రుచితో పాటు సంపూర్ణ ఆరోగ్యాన్ని కూడా పొందవచ్చు. జొన్నపిండితో రుచిగా ఇంకా సులభంగా సూప్ ను ఎలా తయారు చేసుకోవాలి.అలాగే ఈ సూప్ ను తాగడం వల్ల మనకు కలిగే ప్రయోజనాలు ఏమిటి? వంటి పూర్తి వివరాలను ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం. జొన్నపిండి సూప్ ను తయారు చేయడం చాలా తేలిక. ఇందు కోసం ఒక జార్ లో అర టీ స్పూన్ జీలకర్ర, ఒక పచ్చిమిర్చి ఇంకా ఒక ఇంచు అల్లం ముక్క వేసి పేస్ట్ లాగా చేసుకోవాలి.ఆ తరువాత ఒక గిన్నెలో మూడు టేబుల్ స్పూన్ లజొన్నపిండిని తీసుకుని అందులో అర కప్పు నీళ్లు పోసి ఉండలు లేకుండా కలుపుకోవాలి. ఆ తరువాత ఒక గిన్నెలో రెండు గ్లాసుల నీళ్లు, కొద్దిగా క్యారెట్ తురుము, స్వీట్ కార్న్ ఇంకా గ్రీన్ బఠాణీ వేసి 5 నిమిషాల పాటు ఉడికించాలి. తరువాత మిక్సీ పట్టుకున్న పచ్చిమిర్చి పేస్ట్ వేసి మరో 5 నిమిషాలు పాటు ఉడికించాలి. ఆ తరువాత జొన్నపిండి మిశ్రమం, ఉప్పు వేసి మరో 5 నిమిషాల పాటు ఉడికించి స్టవ్ ని ఆఫ్ చేసుకోవాలి. ఇలా చేయడం వల్ల జొన్నపిండి సూప్ ఈజీగా తయారవుతుంది. ఇక దీనిని తీసుకోవడం వల్ల మనం రుచికి రుచిని ఆరోగ్యానికి ఆరోగ్యాన్ని మనం ఈజీగా సొంతం చేసుకోవచ్చు. జొన్నపిండి సూప్ ను ప్రతి రోజూ ఉదయం పూట అల్పాహారంగా తీసుకోవచ్చు.

నిద్ర లేవగానే కాఫీ తాగొచ్చా?

ప్రతి ఒక్కరి ఉదయం భిన్నంగా ప్రారంభమవుతుంది. కొంతమంది నడక తర్వాత నిమ్మరసం తాగుతారు. మరికొందరు బెడ్‌పైనే కాఫీ కోసం తహతహలాడుతుంటారు. అయితే, నిద్ర లేచిన వెంటనే కాఫీ తాగే అలవాటు ఉన్నవారిలో మీరు కూడా ఒకరైతే, అలా చేయకుండా ఉండండి. లేచిన ఒక గంట వరకు మనం కాఫీ ఎందుకు తాగకుండా ఉండాలో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.నిద్రలేచిన గంటలోపు కాఫీ తాగకూడదని నిపుణులు చెబుతున్నారు. దీనికి కొన్ని కారణాలున్నాయి. నిద్ర లేవగానే కాఫీ తాగితే చురుగ్గా ఉండేందుకు దోహదపడుతుందని భావిస్తుంటారు. కానీ నిజం అందుకు విరుద్ధంగా ఉంది. పగటిపూట మన మెదడు అడెనోసిన్ అనే రసాయనాన్ని ఉత్పత్తి చేస్తుందని, అది నిద్రపోయేలా చేస్తుందని నిపుణులు అంటున్నారు. మనం ఎక్కువసేపు మెలకువగా ఉన్నప్పుడు మెదడులో అడెనోసిన్ తయారవుతుంది. దీని వల్ల మనకు నిద్ర రావడం మొదలవుతుంది. కానీ మనం కెఫీన్ తీసుకున్న వెంటనే అది అడెనోసిన్ రిసెప్టర్లను అడ్డుకుంటుంది. ఇది మిమ్మల్ని అప్రమత్తంగా ఉంచుతుంది. మేల్కొలపడానికి సహాయపడుతుంది. మీరు ఎప్పుడైనా కాఫీ తాగిన తర్వాత కూడా నిద్రతో ఇబ్బంది పడవలసి వస్తే, దానికి కారణం ఇదే. అదే సమయంలో కాఫీ తాగడానికి సరైన సమయం వచ్చినప్పుడు, మీరు నిద్రపోయిన తర్వాత, లేచిన తర్వాత కనీసం ఒక గంట వేచి ఉండాలి. ఆ తర్వాతే కాఫీ తాగాలి. వాస్తవానికి వ్యక్తిని మెలకువగా ఉంచే కార్టిసాల్ స్థాయి తగ్గడం ప్రారంభమవుతుంది. మీరు నిజంగా కాఫీ ప్రయోజనాన్ని పొందాలనుకుంటే, మీరు నిద్రలేచిన తర్వాత ఒక గంట వేచి ఉండాలి. మనం మేల్కొన్నప్పుడు మన కార్టిసాల్ స్థాయి గరిష్ట స్థాయికి చేరుకుంటుంది. ఒత్తిడితో సంబంధం ఉన్న కార్టిసాల్ అప్రమత్తంగా ఉండే సామర్థ్యాన్ని పెంచుతుంది. కాబట్టి మీ కార్టిసాల్ స్థాయి ఎక్కువగా ఉన్నప్పుడు మీరు కెఫిన్ తీసుకుంటే, అది కూడా దానికి వ్యతిరేకంగా పని చేస్తుంది. కాబట్టి మీరు ఒక గంట వేచి ఉండటం మంచిది.

మైదా పిండి ఎక్కువగా తింటున్నారా..?

ప్రస్తుత రోజుల్లో మైదాపిండి వాడకం విపరీతంగా పెరిగిపోయింది. మార్కెట్లో దొరికే చాలా రకాల ఆహార పదార్థాలలో మైదాపిండిని విపరీతంగా ఉపయోగిస్తున్నారు. బిస్కెట్లు, బ్రెడ్డు, పఫ్‌లు, రోల్స్, పిజ్జా, బర్గర్, మంచూరియా, సమోసా ఇలా ఏది చూసినా మైదాతోనే తయారు చేస్తుంటారు. గోధుమ పిండి కి బదులుగా మైదాపిండిని ఎక్కువగా ఉపయోగిస్తున్నారు.. ముఖ్యంగా హెూటల్స్ రెస్టారెంట్లు ఉపయోగించే చపాతీ, పూరి లలో కూడా ఈ మైదాపిండిని ఉపయోగిస్తున్నారు. మైదాలో ఎలాంటి పోషకాలు ఉండవు. కేలరీలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. గోధమ పిండిలో ఫైబర్, విటమిన్లు, ఐరన్, మెగ్నీషియం, ఫాస్పరస్, మాంగనీస్, సెలీనియం వంటి పోషకాలు ఉంటాయి. రిఫైన్ చేసిన పిండిలో ఈ పోషకాలు ఉండవు, ఫైబర్ కంటెంట్ కూడా సున్నా ఉంటుంది. మైదాతో తయారు చేసిన ఆహార పదార్థాలు ఎక్కువగా తింటే అనారోగ్య సమస్యలు తప్పవు. మరి మైదా పిండి ఎక్కువగా తీసుకోవడం వల్ల కలిగే ఆరోగ్య సమస్యల గురించి ఇప్పుడు మనం తెలుసుకుందాం.. మైదాపిండి మిమ్మల్ని ఎక్కువ సేపు నిండుగా ఉంచదు. ఇది ఆకలిని ప్రేరేపిస్తుంది. మీరు ఆహారం ఎక్కువగా తినేలా ప్రోత్సహిస్తుంది. దీనిలో కార్బోహైడ్రేట్లు అధికంగా ఉంటాయి. ఇది ఇన్సులిన్ స్రావాన్ని పెంచుతుంది. దీని కారణంగా బరువు కూడా పెరుగుతారు. ఊబకాయానికి కూడా దారితీస్తుంది. మైదా పిండిలో గ్లైసెమిక్ ఇండెక్స్ కూడా అధికంగా ఉంటుంది. ఇది రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను పెంచుతుంది.? మైదాలో అలోక్సాన్ పుష్కలంగా ఉంటాయి, ఇవి డయాబెటిస్‌ను ప్రేరేపిస్తుంది. మైదా గ్లైసెమిక్ ఇండెక్స్ కూడా తక్కువగా ఉంటుంది. ఇది రక్తంలో చక్కెరను ఎక్కువగా విడుదల చేస్తుంది. ఇన్సులిన్‌ను మరింత పెంచుతుంది. మైదాని ఎక్కువగా తీసుకుంటే డయాబెటిస్ బారిన పడే అవకాశాలున్నాయి. శరీరంలో షుగరు లెవల్స్‌ని మైదా అమాంతంగా పెంచేస్తుంది. మైదాను గట్ జిగురు అని పిలుస్తుంటారు. దీనిలో ఫైబర్ కంటెంట్ ఉండదు. ఇది జీర్ణవ్యవస్థను నెమ్మదిస్తుంది. మైదా ఎక్కువగా తినేవారు ఒత్తిడి, మలబద్ధకం వంటి సమస్యలను దారితీస్తుంది. మైదా ఎక్కువగా తీసుకోవడం వల్ల డిప్రెషన్‌కు గురయ్యే ప్రమాదం ఉంటుంది.

పచ్చిమిర్చి ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు..

మాములుగా ప్రతి ఒక్కరి కిచెన్ లో పచ్చిమిర్చి అన్నది తప్పనిసరిగా ఉంటుంది. పచ్చిమిర్చిని చాలా రకాల వంటల్లో ఉపయోగిస్తూ ఉంటారు. పచ్చిమిర్చి వేయకపోతే చాలా రకాల వంటలు అసంపూర్తిగా ఉంటాయని చెప్పవచ్చు. పచ్చిమిర్చి వంటలకు కారాన్ని ఇవ్వడమే కాకుండా మంచి రుచిని కూడా ఇస్తాయి. పచ్చిమిర్చిలోని క్యాప్సైసిన్ అనే రసాయనం కారణంగా అది కారంగా ఉంటుంది. క్యాప్సైసిన్ దానికి మెరిసే ఆకుపచ్చ రంగు కూడా ఇస్తుంది. పచ్చిమిర్చి ప్రోటీన్లు, ఫైబర్, ఐరన్, కాల్షియం, ఫాస్ఫరస్, మెగ్నీషియం, పొటాషియం, కాపర్, జింక్, సోడియం, మాంగనీస్, విటమిన్ సి, బి1, బి2, బి3, బి6, బి5, విటమిన్ ఏ, ఫోలేట్ వంటి పోషకాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. పచ్చిమిర్చి వల్ల ఇంకా ఎన్నో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి అంటున్నారు నిపుణులు. అవేంటో ఇప్పుడు మనం తెలుసుకుందాం.. పచ్చి మిరపకాయలో యాంటీఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా లభిస్తాయి. పచ్చిమిర్చిలో ఉండే ఫ్లేవనాయిడ్స్, ఫినాల్స్, ప్రోయాంతో సైనిడిన్స్ వంటి రసాయనాలు శరీరాన్ని ఫ్రీ రాడికల్స్ నుంచి రక్షిస్తాయి. ఆక్సీకరణ ఒత్తిడిని తగ్గిస్తాయి. శరీరంలోని ఫ్రీ రాడికల్స్ డిఎన్ఏ దెబ్బతినడానికి, జన్యు నిర్మాణాన్ని మార్చడానికి, గుండె జబ్బులు, కొన్ని క్యాన్సర్లు వంటి దీర్ఘకాలిక వ్యాధులు ప్రమాదాన్ని పెంచుతాయి. పచ్చి మిరపకాయ మీ వంటల్లో చేర్చుకుంటే ఈ దీర్ఘకాలిక సమస్యల నుంచి మిమ్మల్ని రక్షిస్తుంది. పచ్చి మిరపకాయలలో పుష్కలంగా ఉండే క్యాప్సైసిన్ అనే రసాయనం రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది.క్యాప్సైసిన్ ఇన్సులిన్ స్రావాన్ని ప్రోత్సహిస్తుంది. ఇన్సులిన్ సెన్సిటివిటీని పెంచుతుంది. ఇది రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిలను నియంత్రించడంలో సహాయపడుతుంది. ఐరన్ లోపం కారణంగా రక్తహీనత తలెత్తుతుంది. పచ్చి మిరపకాయల్లో ఐరన్ పుష్కలంగా ఉంటుంది. పచ్చిమిర్చిలో విటమిన్ సి అధికంగా ఉంటుంది. ఇది ఐరన్ శోషణను ప్రోత్సహించడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. అలాగే పచ్చిమిర్చి లోని బయోయాక్టివ్ సమ్మేళనాలు అధిక యాంటీమైక్రోబయల్ లక్షణాలు ఉంటాయి. పచ్చిమిర్చిని క్రమం తప్పకుండా తీసుకోవడం వల్ల అనేక వ్యాధులను కలిగించే బ్యాక్టీరియా, వైరస్‌ల పెరుగుదల నిరోధిస్తుంది. పచ్చి మిర్చిలో విటమిన్ సి, విటమిన్ ఇ పుష్కలంగా ఉంటాయి. విటమిన్ సి కొల్లాజెన్ ఉత్పత్తికి సహాయపడుతుంది. విటమిన్ ఈ వృద్ధాప్య సంకేతాలును తగ్గిస్తుంది. పచ్చిమిర్చిలోని యాంటీ ఆక్సిడెంట్ సమ్మేళనాలు చర్మానికి హాని కలిగించే ఫ్రీ రాడికల్స్‌తో పోరాడతాయి. ఇంకా పచ్చిమిర్చిలోని యాంటీ మైక్రోబయల్ గుణాలు చర్మాన్ని మొటిమలు, చర్మ ఇన్ఫెక్షన్ల నుంచి రక్షిస్తాయి. పచ్చి మిర్చిలో ఉండే క్యాప్సైసిన్ అనే క్రియాశీల సమ్మేళనం జీవక్రియను పెంచుతుంది.

బ్రౌన్ రైస్ అద్భుత లాభాలు

ఈ రోజుల్లో మనం ఎక్కువగా తెల్లటి అన్నాన్ని ఆహారంగా తీసుకుంటూ ఉంటాము. కానీ మారిన జీవన విధానం కారణంగా మనలో చాలా మంది కూడా ఎన్నో రకాల అనారోగ్య సమస్యల బారిన పడుతున్నారు.అందుకే చాలా మంది కూడా తెల్లబియ్యంతో వండిన అన్నానికి బదులుగా బ్రౌన్ రైస్ ను ఎక్కువగా తీసుకుంటున్నారు. పొట్టు తీయని ఈ బ్రౌన్ రైస్ వైట్ రైస్ కంటే చాలా ఆరోగ్యకరమైనది. పైగా దీనిని తీసుకోవడం వల్ల చాలా ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను పొందవచ్చు. బ్రౌన్ రైస్ ను రోజూ తగిన మోతాదులో తీసుకోవడం వల్ల మనం సంపూర్ణ ఆరోగ్యాన్ని పొందవచ్చు. చాలా అనారోగ్య సమస్యలను దూరం చేసుకోవచ్చు. బ్రౌన్ రైస్ లో క్యాల్షియం, సెలీనియం, మెగ్నీషియం, మాంగనీస్, ఫోలేట్, బి కాంప్లెక్స్ విటమిన్స్ ఇంకా అలాగే ఫైబర్ వంటి పోషకాలు ఎక్కువగా ఉంటాయి.అధిక బరవుతో బాధపడే వారు బ్రౌన్ రైస్ ను తీసుకోవడం వల్ల ఖచ్చితంగా మంచి ఫలితం ఉంటుందని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఈ బ్రౌన్ రైస్ ను తీసుకోవడం వల్ల కడుపు నిండిన భావన కలుగుతుంది. అలాగే చాలా సమయం వరకు ఆకలి వేయకుండా ఉంటుంది. మన ధ్యాస ఇతర చిరుతిళ్లకు మీదకు కూడా వెళ్లకుండా ఉంటుంది.దీంతో మనం ఈజీగా బరువు తగ్గవచ్చు. ఇంకా అలాగే బ్రౌన్ రైస్ ను తీసుకోవడం వల్ల రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు ఈజీగా అదుపులో ఉంటాయి. బ్రౌన్ రైస్ లో ఫైబర్ అనేది ఎక్కువగా ఉంటుంది. అందువల్ల ఇది నెమ్మదిగా జీర్ణమవుతుంది. అందుచేత రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు నెమ్మదిగా పెరుగుతాయి. ఇంకా అలాగే బ్రౌన్ రైస్ గ్లైసమిక్ ఇండెక్స్ తక్కువగా ఉంటుంది. కాబట్టి షుగర్ వ్యాధితో బాధపడే వారు దీనిని తీసుకోవడం వల్ల రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు పెరగకుండా ఎల్లప్పుడూ అదుపులో ఉంటాయి.బ్రౌన్ రైస్ ను తీసుకోవడం వల్ల చెడు కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలు ఈజీగా అదుపులో ఉంటాయి. దీనిలో ఉండే ఫైబర్ కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను అదుపులో ఉంచడంలో బాగా సహాయపడుతుంది. కొలెస్ట్రాల్, అధిక బరువు ఇంకా షుగర్ వంటి వ్యాధులతో బాధపడే వారు వైట్ రైస్ కంటే బ్రౌన్ రైస్ ను తీసుకోవడమే మంచిది. కానీ జీర్ణసంబంధిత సమస్యలు ఇంకా తక్కువ జీర్ణశక్తి ఉన్నవారు మాత్రం బ్రౌన్ రైస్ ను తక్కువగా తీసుకోవాలని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు.

ఉత్తరాఖండ్‌లో విషాదం

డెహ్రాడూన్ (ఉత్తరాఖండ్) : కొండచరియలు విరిగిపడటంతో ఐదుగురు యాత్రికులు మృతి చెందిన ఘటన ఉత్తరాఖండ్‌లో జరిగింది. కొద్దిరోజులుగా ఉత్తరాఖండ్‌లో ఎడతెరిపిలేకుండా కురుస్తున్న వర్షాలు కురుస్తున్నాయి. యాత్రికులు కేథార్‌నాథ్‌కు వెళుతున్న క్రమంలో రుద్రప్రయాగ జిల్లాలో ఛౌకీ ఫటాలోని టార్సిల్ ప్రాంతం వద్ద రోడ్డుపై వెళుతున్న ఓ కారుపై కొండచరియలు విరిగిపడ్డాయి. ఈ ఘటనలో ఐదుగురు యాత్రికులు అక్కడికక్కడే మరణించారు. ఘటనా స్థలానికి పోలీసులు చేరుకున్నారు. యాత్రికుల్లో ఒకరు గుజరాత్‌కు చెందినవారిగా గుర్తించారు. ఈ ఘటనతో గుప్తకాశీ-గౌరీకుండ్ గుండా కేదార్‌నాథ్ దామ్‌కు వెళ్లే జాతీయ రహదారిపై రాకపోకలను ఆపేశారు. ఉత్తరాఖండ్‌లో వానలు కురుస్తుండటంతో అధికారులు ఆగష్టు 11 నుంచి ఆగష్టు 24 వరకు కొన్ని జిల్లాల్లో రెడ్ అలర్ట్ ను ప్రకటించారు. పోలీసులు మాట్లాడుతూ ... వర్షాల వేళ ... గుప్తకాశీ-గౌరీకుండ్ గుండా కేదార్‌నాథ్ దామ్‌కు వెళ్లే ప్రయాణికులు ఇబ్బందులు ఎదుర్కొన్నారని తెలిపారు. అయితే.. కొన్ని జిల్లాలో ఇప్పటికే కొన్ని ప్రాంతాల్లో రెడ్, ఆరెంజ్ అలర్ట్ జారీ చేశామని, ప్రజలంతా జాగ్రత్తలు పాటించాలని కోరారు. వాహనదారులకు పలు సూచనలు చేశారు.

మోడీపై నిప్పులు చెరిగిన నితీష్

పాట్నా : పార్లమెంట్‌లో ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోడీ ప్రసంగ తీరుపై బీహార్ ముఖ్యమంత్రి నితీష్‌కుమార్ నిప్పులు చెరిగారు. ప్రతిపక్ష పార్టీల కూటమి ఇండియాను 'అహంకారి' అని మోడీ విమర్శించడాన్ని ఆయన తీవ్రంగా ఆక్షేపించారు. కేంద్రంలోని మోడీ ప్రభుత్వం మీడియాను కూడా నియంత్రిస్తోందని, టివిల్లో ప్రతిపక్షాల గొంతులను వినిపించడానికి లేదా వార్తా పత్రికల్లో ప్రతిపక్షాల మాటలను ముద్రించడానికి కూడా అనుమతించడం లేదని ఆయన విమర్శించారు. మీడియాలో ప్రస్తుతం ఒక వైపు వార్తలు మాత్రమే వస్తున్నాయన్నారు.పురాతన కాలం నుండి అనేక వ్యాధులను నయం చేయడానికి దీనిని ఉపయోగిస్తున్నారు. రావి చెట్టు ఆకులు మన మొత్తం శరీరానికి ఎంతో మేలు చేస్తాయి. రావి ఆకులను మీరు ఎలా తీసుకోవాలి..దాని ప్రయోజనాలు ఏమిటి ఇక్కడ తెలుసుకుందాం. రావి ఆకుల్లోని పోషకాల గురించి చెప్పాలంటే, ఇందులో క్యాల్షియం, మెగ్నీషియం, ఐరన్, ప్రొటీన్ ఫైబర్ వంటి అనేక గుణాలు ఉన్నాయి. అంతే కాదు, రావి ఆకుల్లో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ, యాంటీ బ్యాక్టీరియల్, యాంటీ బయోటిక్ గుణాలు పుష్కలంగా ఉన్నాయి. ఇవి అనేక వ్యాధులను దూరం చేస్తాయి.1. మీరు ప్రతి రోజూ ఉదయం లేత ఆకుల రసాన్ని తాగితే, అది మీ ఊపిరితిత్తులను నిర్విషీకరణ చేస్తుంది. ఊపిరితిత్తులలో వాపు సమస్యలు, శ్వాస సమస్యలు ఉన్నవారికి చాలా ఉపయోగకరంగా ఉంటుంది. ఊపిరితిత్తుల సమస్యలకు ఇది దివ్యౌషధం.2. రావి ఆకుల్లో యాంటీ బ్యాక్టీరియల్ గుణాలు ఉన్నాయి. కాబట్టి సీజనల్ వ్యాధులతో బాధపడేవారు దీని రసాన్ని తీసుకోవాలి. జలుబు, దగ్గుతో బాధపడేవారు రోజూ పూలు, ఆకుల రసాన్ని తాగాలి.3. ఆకుల రసాన్ని తాగడం వల్ల జీర్ణ సమస్య తొలగిపోతుంది. మీరు డయేరియాతో బాధపడుతున్నట్లయితే, దాని రసం తాగడం వల్ల మీ సమస్య నుండి ఉపశమనం పొందవచ్చు. 2024 లోక్‌సభ ఎన్నికల్లో బీహార్‌లో బిజెపిని తుదముట్టిస్తామని నితీష్ కుమార్ ప్రకటించారు. 'బీహార్‌లో బిజెపికి అంతం తప్పదని వారు భయాందోళనల్లో ఉన్నారు. పాట్నా నుంచే ప్రతిపక్షాల ఐక్యత మొదలైంది. మా ఐక్యత వారికి ఇబ్బందిగా మారింది' అని నితీష్ అన్నారు. బీహార్‌కు కేంద్రం ప్రత్యేక హోదా ఇచ్చివుంటే మరింత అభివృద్ధి సాధించివుండేదని పునరుద్ఘాటించారు.

మణిపూర్ మండుతుంటే..ప్రధాని జోకులా?

న్యూఢిల్లీ: నెలల తరబడి మణిపూర్ మండుతుంటే ఈ అంశంపై చర్చకు సమాధానమిచ్చే సందర్భంలో ప్రధాని నవ్వులు చిందిస్తూ, జోక్‌లు విసరడాన్ని కాంగ్రెస్ నేత రాహుల్ గాంధీ తప్పుపట్టారు. ప్రధాని హోదాకు ఇది తగదన్నారు. శుక్రవారం నాడిక్కడ ఎఐసిసి కార్యాలయంలో ఏర్పాటు చేసిన విలేకరుల సమావేశంలో రాహుల్ గాంధీ మాట్లాడుతూ, మణిపూర్‌లో భరత మాతను ప్రధాని మోడీ, హోంమంత్రి అమిత్ షాలే హత్య చేశారన్న తన వ్యాఖ్యలను పునరుద్ఘాటించారు. "పార్లమెంటులో ప్రధానమంత్రి 2గ13 గంటల సేపు ఇచ్చిన సమాధానంలో . మణిపూర్‌పై రెండు నిమిషాలు మాత్రమే మాట్లాడారు. రాష్ట్రాన్ని, అక్కడి మహిళలను ప్రధాని "ఎగతాళి" చేశారు. మణిపూర్ నెలల తరబడి మండుతోంది. ప్రజలు విలువైన ప్రాణాలు కోల్పోయారు. అత్యాచారాలు జరిగాయి. కానీ ప్రధాని మాత్రం నవ్వులు చిందిస్తూ, జోకులు విసిరారు. ఇది ఆయనకు తగదు" అని రాహుల్ విమర్శించారు. మణిపూర్ ఘర్షణలను ఆర్మీ కేవలం రెండు రోజుల్లో నిలిపివేయగలదన్నారు. కానీ మణిపూర్ రగులుతూనే ఉండాలని ప్రధాని కోరుకున్నారని, మంటలను చల్లార్చే ప్రయత్నం చేయలేదని ధ్వజమెత్తారు. మణిపూర్‌ను సైన్యం అదుపులోకి తీసుకోవాలని తాను కోరినప్పుడు బిజెపి తనను విమర్శించిందని అన్నారు.మొదటిసారిగా, భరత మాత అనే పదాన్ని పార్లమెంట్ నుండి బహిష్కరించారు. ఇది దేశాన్ని అవమానించడమే. నేను చెప్పింది తప్పా? ప్రతి ఒక్కరూ శాంతియుతంగా, సామరస్యపూర్వకంగా, ఆప్యాయతతో జీవించే భారతదేశ ఆలోచన అయిన భరత మాత మణిపూర్‌లో హత్యకు గురైంది, ఇది వాస్తవం" అని రాహుల్ గాంధీ అన్నారు. తాను గత 19 ఏళ్లుగా రాజకీయాల్లో ఉన్నాను. అన్ని రాష్ట్రాలకు వెళ్లాను. కానీ మణిపూర్‌లో చూసిన వాటిని ఎక్కడా చూడలేదన్నారు. మెయితీ ప్రాంతానికి మేము వెళ్లినప్పుడు, మా భద్రతావలయంలో కుకీ తెగకు చెందినవారు ఎవరూ లేకుండా చూడాలని చెప్పారని, కుకీ ప్రాంతంలోనూ ఇదే పరిస్థితి నెలకొందని కాంగ్రెస్ నాయకుడు చెప్పారు. మణిపూర్‌ను కుకీ, మెయితీగా విభజించారు. మణిపూర్ ఓ రాష్ట్రంగా ఉనికిలో లేదు. ఇదే తాను పార్లమెంట్‌లో చెప్పానని రాహుల్ అన్నారు. మీడియాను వారు (కేంద్రం) అదుపులో పెట్టుకున్నారు. రాజ్యసభ, లోక్‌సభ టివిని కూడా వారే నియంత్రిస్తున్నారని అన్నారు. భరతమాతపై ఎక్కడ దాడి జరిగినా అక్కడ తాను ఉంటానని రాహుల్ చెప్పారు.

షా ఆరోపణలకు కౌంటర్

న్యూఢిల్లీ : పార్లమెంటు వర్షకాల సమావేశాల్లో ప్రతిపక్షాలకే కాదు.. మిత్ర పక్షాల సభ్యులకూ తగిన గౌరవం దక్కటం లేదు. ప్రభుత్వానికి వ్యతిరేకంగా ఆరోపణలు, కౌంటర్లు వచ్చినా వారి గొంతు నొక్కే ప్రయత్నం జరుగుతున్నది. ఇందుకు రాజ్యసభలో చోటు చేసుకున్న ఒక ఘటనే నిదర్శనం. బీజేపీ నేతృత్వంలోని నేషనల్ డెమోక్రటిక్ అలయన్స్ (ఎన్డీయే)లో భాగస్వామి అయిన మిజో నేషనల్ ఫ్రంట్ ఎం.పీ కె వన్‌లాల్వేనా రాజ్యసభలో మాట్లాడుతూ.. మణిపూర్‌లోని గిరిజనులను మయన్మారీలు అని పిలవడం తప్పు అని నొక్కిచెప్పడానికి ప్రయత్నించారు. అయితే, వెంటనే ఆయన మైక్ కట్ అయింది. మణిపూర్‌లో జరిగిన హింసాకాండ నేపథ్యంలో మయన్మార్ నుంచి వలసలను ప్రస్తావిస్తూ కేంద్ర హోం మంత్రి అమిత్ షా రెండు రోజుల క్రితం ఒక ప్రసంగం చేశారు. ఈ ప్రసంగంపై మిజోరాం నుంచి ఏకైక రాజ్యసభ ఎం.పీ అయిన వన్‌లాల్వేనా స్పందించటం.. ఆ తర్వాత మైక్ కట్ కావటం గమనార్హం. గురువారం రాజ్యసభలో ప్రతిపక్షాలు మణిపూర్‌లో పరిస్థితిపై రూల్ 167 (ప్రజా ప్రయోజనాల అంశంపై చర్చ) కింద చర్చకు డిమాండ్ చేశాయి. అయితే, రాజ్యసభ ఛైర్‌పర్సన్ జగదీప్ ధన్‌ఖర్ మాత్రం కార్యకలాపాలను వాయిదా వేశారు. అలాగే, వన్‌లాల్వేనా ప్రసంగాన్ని రికార్డ్ చేయవద్దని ఆదేశించారు. ఇటు మిజో నేషనల్ ఫ్రంట్ ఎంపీకి ప్రతిపక్షాలు మద్దతు తెలిపాయి. మరికొందరు నినాదాలు చేస్తూ సభ వెల్‌లోకి వెళ్లారు.

'అయోధ్య'లో అవకతవకలు

గుర్తించిన కాగ్ నివేదిక

న్యూఢిల్లీ : స్వదేశ్ దర్శన్ పథకం కింద కేంద్రం అయోధ్య అభివృద్ధి ప్రణాళిక అమలులో అవకతవకలు జరిగినట్టు కంప్ట్రోలర్ అండ్ ఆడిటర్ జనరల్ ఆఫ్ ఇండియా (కాగ్) నివేదించింది. అక్రమాలలో కాంట్రాక్టర్లకు ప్రయోజనాలు ఉన్నాయని ఒక ఆంగ్ల దినపత్రిక వివరించింది. కాగ్ జనవరి 2015 నుంచి మార్చి 2022 మధ్య స్వదేశ్ దర్శన్ స్కీమ్‌ను ఆడిట్ చేసింది. ఆడిట్ నివేదిక బుధవారం పార్లమెంటులో సమర్పించబడింది. అలాగే, ఆరు రాష్ట్రాల్లోని ఆరు ప్రాజెక్ట్‌లు లేదా సర్క్యూట్‌లలో కాంట్రాక్టర్లకు రూ. 19.73 కోట్ల అనధికారిక ప్రయోజనాలు చేకూర్చినట్లు నివేదిక పేర్కొనటం ఇప్పుడు చర్చనీయాంశంగా మారింది. అయోధ్య ప్రాజెక్టుకు సంబంధించిన అనవసర ప్రయోజనాలపై కాగ్ నివేదిక వెల్లడించిన సమాచారం ప్రకారం.. ఉత్తరప్రదేశ్ రాజ్‌కీయ నిర్మాణ్ నిగమ్ అమలు చేసే ఏజెన్సీ ద్వారా నిమగమైన కాంట్రాక్టర్ కాంట్రాక్ట్ ధర రూ. 62.17 కోట్లలో ఐదు శాతం (రూ.3.11 కోట్లు) చొప్పున పనితీరు హామీని సమర్పించాల్సి ఉంటుంది. అయితే, కాంట్రాక్టర్ దాని రెన్యువల్ సమయంలో (సెప్టెంబర్ 2021) తక్కువ మొత్తంలో (అంటే రూ. 1.86 కోట్లు మాత్రమే) పనితీరు హామీని సమర్పించారు. ఇందుకు రికార్డులో ఎలాంటి కారణమూ చూపకపోవటం గమనార్హం. "అయోధ్యలోని గుప్తర్ ఘాట్ వద్ద పని 14 లాట్‌లుగా సమాన సైజులుగా విభజించబడింది. వివిధ ప్రైవేట్ కాంట్రాక్టర్లకు పనులు అప్పగించబడ్డాయి. అయినప్పటికీ, కాంట్రాక్టర్లు అందించే ఆర్థిక బిడ్‌లు లేదా రేట్లను తులనాత్మక విశ్లేషణ చేయడంలో ఎగ్జిక్యూటింగ్ ఏజెన్సీ (ఇరిగేషన్ డిపార్ట్‌మెంట్) తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోలేదు. అదే కాంట్రాక్టర్‌లకు ఒకే రకమైన పనులు, మంజూరైన ఖర్చులను అందజేసింది. రూ. 19.13 లక్షలను ఆదా చేయటంలో విఫలమైంది" అని పేర్కొన్నది. "ముగ్గురు కాంట్రాక్టర్లకు పనులు అప్పగించిన తర్వాత వారి జీఎస్టీ రిజిస్ట్రేషన్లను రాష్ట్ర ప్రభుత్వం సుమోటోగా రద్దు చేసింది. అయితే, ఒక కాంట్రాక్టర్‌కు అతని జీఎస్టీ రిజిస్ట్రేషన్‌కు వ్యతిరేకంగా మొత్తం రూ. 19.57 లక్షలు సక్రమంగా చెల్లించబడ్డాయి. మిగిలిన ఇద్దరు కాంట్రాక్టర్ల విషయంలో చెల్లింపు పెండింగ్‌లో ఉన్నది" అని కాగ్ నివేదికను ఉటంకిస్తూ ఒక ఆంగ్ల పత్రిక వివరించింది. అమలు చేయని పనులకు కాంట్రాక్టర్లకు డబ్బులు చెల్లించారని కాగ్ పేర్కొన్నది.

న్యాయ వ్యవస్థ స్వాతంత్ర్యాన్ని దెబ్బతీస్తున్నారు !

న్యూఢిల్లీ : ఎన్నికల కమిషన్‌ను నియంత్రించేందుకు మోడీ ప్రభుత్వం చేపడుతున్న చర్యలను సిపిఎం పొలిట్‌బ్యూరో ఒక ప్రకటనలో తీవ్రంగా ఖండించింది. సుప్రీంకోర్టు తీర్పులను వ్యతిరేకించడం ద్వారా న్యాయ వ్యవస్థకు రాజ్యాంగబద్ధంగా సంక్రమించిన స్వాతంత్ర్యాన్ని మోడీ ప్రభుత్వం దెబ్బ తీస్తున్న తీరును నిరసించింది. ప్రధాని, లోక్‌సభలో ప్రతిపక్ష నేత, భారత ప్రధాన న్యాయమూర్తిలతో కూడిన కమిటీ ప్రధాన ఎన్నికల కమిషనర్‌ను, ఇతర ఎన్నికల కమిషనర్లను నియమించాలని సుప్రీం కోర్టు రాజ్యాంగ ధర్మాసనం తన తీర్పులో పేర్కొంది. తాజాగా మోడీ ప్రభుత్వం లోక్‌సభలో ప్రవేశపెట్టిన బిల్లులో భారత ప్రధానన్యాయమూర్తి స్థానంలో ప్రధాని నియమించే కేంద్ర మంత్రిని ఉంటారని ప్రతిపాదించింది. అంటే కార్యనిర్వాహక వర్గ మెజారిటీ అభిప్రాయమే అమలౌతుంది. దీనివల్ల నిష్పాక్షితక, ఎన్నికల కమిషన్ స్వేచ్ఛా, స్వాతంత్యాలు నాశనమవుతాయి. ప్రభుత్వ ఒత్తిళ్లు, ప్రభావాలు లేకుండా స్వేచ్ఛగా, సక్రమంగా ఎన్నికలు నిర్వహించేందుకు నిష్పాక్షికతతో వ్యవహరించే ఎన్నికల కమిషన్ వుండాలని భారత రాజ్యాంగం పేర్కొంటోందని సిపిఎం గుర్తు చేసింది. ఢిల్లీ ప్రభుత్వ అధికారాలపై సుప్రీం కోర్టుకు చెందిన మరో రాజ్యాంగ ధర్మాసనం తీర్పును వ్యతిరేకించిన వెంటనే ప్రభుత్వం ఈ చర్యను తీసుకుంది. ఈ తీర్పును రద్దు చేస్తూ మొదటగా మోడీ ప్రభుత్వం ఆర్డినెన్స్‌ను జారీ చేసింది. ఆ తర్వాత పార్లమెంట్ ఆ చర్యను చట్టబద్ధం చేసింది. ప్రభుత్వ పరిధికి లోబడకుండా స్వతంత్రంగా వుండే విభాగాలను నియంత్రించేందుకు మోడీ ప్రభుత్వం చేపట్టిన చొరవలు పూర్తిగా హేయమైనవని, పార్లమెంట్‌లో ప్రవేశపెట్టిన ఈ బిల్లును తీవ్రంగా వ్యతిరేకిస్తున్నామని సిపిఎం పేర్కొంది.

బీరకాయలు తినడం వల్ల లాభాలా..?

మనకు ఎక్కువగా దొరికేటువంటి కూరగాయలలో చాలా రకాల పోషకాలు అలాంటి వాటిలో బీరకాయ కూడా ఒకటి.మానవ శరీరంలో ఎక్కువగా పోషకాలు అనేటి కూరగాయల ద్వారానే లభిస్తాయి. అందుచేతనే ప్రతిరోజు కూడా కూరగాయలు తినడం వల్ల చాలా ప్రయోజనాలు ఉన్నాయని వైద్యులు సూచిస్తూ ఉంటారు. కొన్ని రకాల కూరగాయలు తినడానికి పెద్దగా ఆసక్తి చూపించారు అలాంటి వాటిలో బీరకాయ కూడా ఒకటి. బీరకాయ తో కర్రీ ,వేపుడు, సాంబార్ తదితర వాటిని ఎక్కువగా వండుకుంటూ ఉంటారు. కొంతమంది బీరకాయతో చేసేటువంటి వంటలను ఇష్టంగా తింటే మరి కొంతమంది మాత్రం ఆఇష్టంగా వ్యవహరిస్తూ ఉంటారు.బీరకాయలో ఎక్కువగా నీటి శాతం ఉన్నందువలన వీటిని కనీసం వారంలో ఒకసారైనా తినడం వల్ల మన శరీరం డిహైడ్రేట్ కి గురి కాదట. బీరకాయలలో విటమిన్ ఏ ,విటమిన్ సి, మెగ్నీషియం, ఐరన్, జింక్ పొటాష్ తదితర పోషకాలు కూడా లభిస్తాయి. బీరకాయ లో ఉండే ప్రతి ఒక్క పోషకం కూడా మన శరీరానికి ఆరోగ్యంగా ఉండేలా కాపాడుతూ ఉంటుందట. ముఖ్యంగా ఎవరైనా సరే రక్తహీనత సమస్యతో బాధపడేవారు బీరకాయను ఎలా అయినా తిన వచ్చు. ఇలా తినడం వల్ల వారికి ఆ సమస్య నుండి విముక్తి పొందవచ్చు. బీరకాయలు ఎక్కువగా ఐరన్ ఉండడం వల్ల ఇలాంటి సమస్యను తొందరగా నయం చేస్తుందట. బీరకాయలు తింటూ ఉండడం వల్ల రక్తహీనత సమస్యను దూరం చేయడమే కాకుండా రక్తప్రసరణను కూడా సాఫీగా అయ్యేలా చేస్తుందట. అంతేకాకుండా మన శరీరంలో ఉండే అవయవాలను కూడా చాలా ఆరోగ్యంగా ఉండేలా చేస్తుందని నిపుణులు తెలియజేస్తున్నారు. బీరకాయ ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తుంది అందుచేతనే వీటిని ప్రతి ఒక్కరు తినడం మంచిదని వైద్యులు సూచిస్తూ ఉంటారు. బీరకాయలలోని గింజలు కూడా ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తాయి. మరి ఎవరైనా బీరకాయలు తినకుండా అయిష్టంగా ఉంటే వారు తినడం చాలా మంచిది.

కరివేపాకుతో ఈ జబ్బులు మాయం?

కరివేపాకును మనం ఎక్కువగా మనం తినే కూరల్లో ఉపయోగిస్తూ ఉంటాం. దీన్ని కూరల్లో, ముఖ్యంగా పోపుల్లో వేయడం వల్ల వాటికి మంచి టేస్ట్ అనేది వస్తుంది.ఈ కరివేపాకును కొందరు మాత్రం కారం పొడిగా కూడా చేసుకుని తింటారు.ఈ పొడిని ఎక్కువగా బాలింతలకు పెడతారు. అయితే ఈ ఆకులను చాలామంది కూడా కూరల్లో నుంచి తీసి పడేస్తారు. కానీ దీని వల్ల మనకు చాలా లాభాలు ఉన్నాయి..అసలు కరివేపాకులో ఉండే పోషకాలు అన్నీ ఇన్నీ కావు.ఇందులో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు చాలా పుష్కలంగా ఉంటాయి. అందుకే ప్రతి రోజూ కూడా మనం ఈ కరివేపాకు తీసుకోవడం వల అధిక కొలెస్ట్రాల్, ట్రైగ్లిజరైడ్ స్థాయిలు నియంత్రణలో ఉంటాయి. ఇంకా అలాగే ఇది గుండె సంబంధిత వ్యాధులను కూడా రాకుండా చూస్తుంది. కరివేపాకు శరీరంలోని ఫ్రీ రాడికల్స్ ను తొలగించి మన శరీరాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది.కరివేపాకుతో చాలా వ్యాధులకు ఈజీగా చెక్ పెట్టవచ్చు.ప్రస్తుత కాలంలో అసలు చిన్నా పెద్దా అనే తేడా లేకుండా అందరికీ డయాబెటీస్ సమస్య వస్తుంది. ఇలాంటి వారికి కరివేపాకు చాలా బాగా పని చేస్తుంది. కరివేపాకు సారం చక్కెర స్థాయిలను ఈజీగా అదుపులో ఉంచుతుంది. అంతేగాక శరీరంలో ఉన్న ఇన్సులిన్ ని కరివేపాకు ఈజీగా మెరుగుపరుస్తుంది.ఈ కరివేపాకును నిత్యం తినడం వల్ల అధిక బరువుకు ఈజీగా చెక్ పెట్టవచ్చు. ఇది శరీరంలోని కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను ఈజీగా నియంత్రణలో ఉంచుతుంది.అందుకే బరువు తగ్గాలనుకునే వారు కరివేపాకును డైలీ ఆహారంలో చేర్చుకుంటే వారికి కొద్ది రోజుల్లో మార్పు కనిపిస్తుంది.ఇక పడగడుపున కొంతమంది వికారంతో బాధపడుతూంటారు. దీంతో తలనొప్పి కూడా ఈజీగా వస్తుంది. ఇంకా అలాగే గర్భిణిలు కూడా వికారంగా ఫీల్ అవుతూ ఉంటారు. ఇలాంటి వాళ్లకు కరివేపాకు చాలా బాగా పని చేస్తుంది.ఈ కరివేపాకులో బ్యాక్టీరియా, వైరస్ లతో పోరాడే శక్తి ఎక్కువగా ఉంటుంది.

దేవుడి గదిలో వేసే ముగ్గు

వెనుక ఉన్న ఆంతర్యం ఇదే?

మామూలుగా హిందువులు ఉదయాన్నే నిద్ర లేచి స్నానం చేసి కల్లాపు చల్లి ముగ్గు పెడుతూ ఉంటారు. ముఖ్యంగా మనకు ఇటువంటి వాతావరణం పల్లెటూర్లలో ఎక్కువగా కనిపిస్తూ ఉంటుంది.సిటీలలో అనే అపార్ట్మెంట్స్ మెయిన్ రోడ్స్ కాబట్టి ఇలాంటి సంప్రదాయాలను పాటించాలన్నా కూడా వారికి సమయం, ప్లేస్ లు ఉండవు. అయితే చాలామందికి ఇంటిముందు వేసే ముగ్గు, దేవుడి మందిరంలో వేసే ముగ్గు గురించి అంతగా తెలియదు. ఏ దేవత పూజ చేస్తున్నా దైవాన్ని ఉంచే పీట మీద మధ్యలో చిన్న ముగ్గు వేసినా, నాలుగు వైపులా రెండేసి గీతలను తప్పకుండా గీయాలి. నక్షత్రం ఆకారం వచ్చేలా గీతలతో వేసిన ముగ్గు భూత, ప్రేత, పిశాచాలను ఆ దరిదాపులకు రాకుండా చేస్తుంది. అంతేకాకుండా , మనం వేసే పద్మాలు, చుక్కల ముగ్గులలో కూడా మనకు తెలియని అనేక కోణాలు దాగి ఉన్నాయి. అవి కేవలం గీతలే కాదు, యంత్రాలు కూడా. యంత్ర, తంత్ర శాస్త్ర రహస్యాలతో కూడి ఉండడం వలన మనకు హాని కలిగించే చెడ్డశక్తులను దరిచేరనీయవు. అందుకే ఏ ముగ్గునైనా తొక్కకూడదు. తులసి మొక్క దగ్గర అష్టదళపద్మం వేసి దీపారాధాన చేయాలి. యజ్ఞయాగాదులలో యజ్ఞగుండం మీద నాలుగు గీతలతో కూడిన ముగ్గులేయాలి.దైవకార్యాలలో కూడా నాలుగు గీతలతో కూడిన ముగ్గులు వేయాలి. నూతన వధూవరులు తొలిసారి భోజనం చేసే సమయంలో వారి చుట్టుప్రక్కల లతలు, పుష్పాలు, తీగలతో కూడిన ముగ్గులు వేయాలి. దేవతా రూపాలను, ఓం, స్వస్తిక్, శ్రీ గుర్తులను పోలిన ముగ్గులు వేయకూడదు. ఒకవేళ వేసినా వాటిని తొక్కకూడదు. ఏ స్త్రీ అయితే దేవాలయంలో అమ్మవారు, శ్రీ మహావిష్ణు ముందు నిత్యం ముగ్గులు వేస్తుందో, ఆ స్త్రీకి 7 జన్మలవరకు వైధవ్యం రాదట. అటువంటి స్త్రీలు సుమంగళిగానే మరణిస్తారట. పండుగ వచ్చిందా కదా అని, నడవడానికి చోటు లేకుండా వాకిలంతా ముగ్గులు పెట్టకూడదు. అంతేకాదండోయ్! మనం రోజూ ముగ్గులు వేయలేక పెయింటింగ్ వేస్తాం. దాన్ని ముగ్గుగా శాస్త్రం అంగీకరించదు. ఏ రోజుకారోజు బియ్యపుపిండితో ముగ్గు పెట్టాలి. నిత్యం ఇంటి ముందు, వెనుక భాగంలో, తులసి మొక్క దగ్గర, దీపారాధన చేసే ప్రదేశంలో ముగ్గు వేయాలి. ముగ్గు అంటే అదో పాజిటివ్ సైన్ దైవ శక్తులను ఇంట్లోకి ఆకర్షిస్తుంది. ముగ్గులు ఒకప్పుడు సూచకాలుగా పనిచేసేవి. పూర్వం రోజూ సాధువులు, సన్యాసులు, బ్రహ్మచారులు ఇల్లిల్లూ తిరిగి బిక్ష అడిగేవారు. ఏ ఇంటి ముందైనా ముగ్గు లేదంటే ఆ ఇంటికి వేళ్ళేవారు కాదు. భిక్షగాళ్లు కూడా ముగ్గు లేని ఇళ్ళకు వెళ్ళి భిక్షం అడిగేవారు కాదు. ముగ్గు లేదంటే అక్కడ అశుభం జరిగిందని గుర్తు. అందుకే మరణించిన వారికి శ్రాద్ధకర్మలు చేసే రోజున ఉదయం ఇంటిముందు ముగ్గు వేయరు.

జాతీయ గీతం జనగణమన

భారతదేశ జాతీయగీతం 'జనగణమన' గీతాన్ని విశ్వకవి రవీంద్రనాథ్ ఠాగూర్ రాసిన విషయం అందరికీ తెలిసిందే. అయితే జనగణమనకు ఆ స్వరాన్ని కట్టింది ఒక బ్రిటిష్ జాతీయురాలని... దానికి వేదికైంది చిత్తూరు జిల్లా మదనపల్లె అనే విషయం చాలా మందికి తెలియదు. నోబెల్ బహుమతి గ్రహీత, రవీంద్రనాథ్ ఠాగోర్ రాసిన బెంగాలీ గీతం లోని మొదటి భాగం ఇది. సంస్కృత పద భూయిష్టమైన బెంగాలీ భాషలో ఉంది. జనగణమన గీతాన్ని విశ్వకవి రవీంద్రనాథ్ ఠాగూర్ నిజానికి 1911లోనే రాశారు. అదే ఏడాది డిసెంబర్ 27న కోల్‌కతాలో జరిగిన భారత జాతీయ కాంగ్రెస్ సమావేశాలలో మొదట దానిని ఆలపించారు. 1912 జనవరి లో ఈ గీతాన్ని "తత్వ భోదిని" అనే పత్రిక "భారత విధాత" అనే పేరుతో ప్రచురించింది. తర్వాత కూడా జాతీయోద్యమం నేపథ్యంలో ఆ గీతాన్ని అనేక సార్లు, అనేక వేదికల మీద ఆలపించారు. అయితే ఇప్పుడు మనం వినే ట్యూన్‌లో కాకుండా, నిర్దిష్టమైన స్వర కల్పన లేకుండా, ఎవరికి వచ్చిన రాగంలో వాళ్లు పాడుకునే వారు. భారత స్వాతంత్ర్యోద్యమాన్ని బలపరిచిన డాక్టర్ అనీబిసెంట్ మదనపల్లెలో థియోసాఫికల్ కాలేజీని స్థాపించారు. ఐరిష్ జాతీయుడైన ప్రముఖ విద్యావేత్త జేమ్స్ హెన్రీ కజిన్స్ దాని ప్రిన్సిపాల్‌గా ఉండేవారు. లండన్ మ్యూజిక్ కాలేజీలో చదువుకున్న ఆయన భార్య మార్గరెట్ కజిన్స్ అక్కడ సంగీతాన్ని నేర్పించేవారు.

1919లో దక్షిణ భారతదేశ పర్యటనలో ఉన్న రవీంద్రనాథ్ ఠాగూర్ ఒకరోజు బెంగళూరు చేరుకున్నారు. మదనపల్లె వాతావరణం, జేమ్స్ కజిన్స్ కవిత్వం అంటే చాలా ఇష్టమైన ఠాగూర్, కజిన్స్ అక్కడే ఉన్న విషయం తెలుసుకుని, ఆయన విశ్రాంతి కోసం మదనపల్లెలోని థియోసాఫికల్ కాలేజ్ చేరుకున్నారు. ఠాగూర్‌కు ప్రశాంత వాతావరణం కలిగిన థియోసాఫికల్ కాలేజీలో ప్రతి బుధవారం భోజనం తర్వాత విద్యార్థులంతా కలిసి పాటలు పాడేవాళ్లు. ఆ సమయంలో అక్కడే ఉన్న ఠాగూర్, ఒక కార్యక్రమంలో పాల్గొని, ఆ సందర్భంగా ఆయన స్వయంగా తన గొంతుకతో జనగణమన ఆలపించారు. ఠాగూర్ కంఠస్వరం నుంచి వెలువడిన ఆ పాటకు విద్యార్థులంతా గొంతు కలిపారు. మార్గరేట్ కజిన్స్ కూడా ఆ సమయంలో అక్కడే ఉండి, పాటలోని దేశభక్తిని, జాతీయ భావాన్ని గమనించారు. కానీ అప్పటికి జనగణమనను ఎవరికి వారే తోచిన రీతిలో పాడుకునే వారు. ఎవరూ రాగయుక్తంగా పాడ లేదు. కనుక దానిని తానే స్వరబద్ధం చేయాలని నిర్ణయించు కున్నారు. తెల్లవారి ఆమె ఠాగూర్‌ను కలిసి జనగణమనను స్వరబద్ధం చేయాలన్న తన కోరికను వెలిబుచ్చారు. దీనికి అంగీకరించిన ఠాగూర్, ఆమెకు ఆ పాట అర్థాన్ని వివరించారు. దానికి స్వరం ఎలా ఉంటే బాగుంటుందో సూచించారు. తర్వాత మార్గరేట్ కజిన్స్ తన విద్యార్థినుల సహాయంతో ప్రతి పదానికి అర్థం తెలుసుకుంటూ దానికి బాణీ సమకూర్చారు.

తర్వాత ఠాగూర్‌కు తాను కట్టిన స్వరాన్ని వినిపించారు. కొన్ని చిన్న చిన్న సంగీత పరికరాలతో విద్యార్థులు రాగయుక్తంగా పాడిన జనగణమన గీతాన్ని విన్న ఠాగూర్ ఆమెను ఎంతగానో అభినందించారు.

బెంగాల్‌లో పుట్టిన జనగణమన గీతం మదనపల్లెలో స్వరాన్ని సమకూర్చు కున్నది. రవీంద్రనాథ్ ఠాగూర్ మదనపల్లెలో ఉన్న సమయంలోనే ఒక ఉదయాన థియోసాఫికల్ కాలేజీ ప్రాంగణం లోని చెట్టుకింద కూర్చుని జనగణమనను ఆంగ్లం లోనికి అనువదించారు కూడా. తర్వాత దానిని తన అందమైన చేతిరాతతో రాయడమే కాకుండా, కింది భాగంలో దాని పేరు 'మార్నింగ్ సాంగ్ ఆఫ్ ఇండియా' అని రాశారు. దాని కింద ఫిబ్రవరి 28, 1919 అని రాసి, సంతకం చేసి, మార్గరేట్ కజిన్స్‌కు బహుమానంగా ఇచ్చారు. మదనపల్లె కాలేజీ వదలివెళ్లే ముందు ఠాగూర్ దానిని 'దక్షిణ భారతదేశపు శాంతినికేతన్' అని కీర్తించారు. ఈ గీతానికి సంగీత బాణీ కూడా ముందుగా ఠాగూర్ సృష్టించారు. దేశభక్తి గేయమైన జనగణమన బాణీ కనుగుణంగా ఈ గీతాలాపన చేసేందుకు 52 సెకండ్లు పడుతుంది. అప్పుడప్పుడు మొదటి, చివరి పాదాలను మాత్రమే పాడే పద్ధతి కూడా ఉంది. దీనికి 20 సెకండ్లు పడుతుంది. 1950 జనవరి 24 న జాతీయగీతంగా రాజ్యాంగ సభ స్వీకరించింది... 'జన గణ మన' ఇక నుంచీ మన కొత్త గణతంత్ర రాజ్యానికి జాతీయ గీతమనీ, దీన్ని అంతా గౌరవించి ఆదరించాలని 1950 జనవరి 24న రాజ్యాంగ సభ అధ్యక్షుడు రాజేంద్ర ప్రసాద్ ఓ ప్రకటన చేశారు.

భారతదేశ స్వాతంత్య్ర పోరాటంలో మహోన్నత పాత్ర పోషించిన 'వందేమాతరం' గీతాన్ని కూడా జన గణ మనతో సమానంగా గౌరవించి ఆదరించాలి" అని ఆ రోజున రాజేంద్ర ప్రసాద్ పేర్కొన్నారు. భారతదేశ రాజ్యాంగం ఆర్టికల్ 51ఏలో ఈ గీతాన్ని గౌరవించా లంటూ ప్రజలకు విజ్ఞప్తి చేసిన ప్రస్తావన కనిపిస్తుంది. "ప్రతి పౌరుడూ రాజ్యాంగానికి కట్టుబడి ఉండాలి. జాతీయ పతాకం, జాతీయ గీతం వంటి రాజ్యాంగ ఆదర్శాలు, లక్ష్యాలు, సంస్థలను గౌరవించాలి" అని ఈ చట్టం పేర్కొంటున్నది. ప్రార్థనగా, కృతజ్ఞతగా పఠించే 52 సెకన్ల ఈ చిన్న గీతానికి ఉన్నంత గుర్తింపు, భారత దేశంలో, ప్రపంచంలో కూడా మరే గీతానికీ లేదు. మన జాతీయ గీతం దేశ సమైక్యతకు సరైన ప్రతీకగా నిలిచింది. జాతీయ గీతం, జాతీయ పతాకం పట్ల గౌరవం, ప్రేమాభిమానాలు ప్రదర్శించడమంటే మాతృభూమిని గౌరవించు కోవడమే అవుతుంది. ఇది ప్రతి ఒక్కరిలో దేశభక్తిని, జాతీయ భావాన్ని నింపడానికి ఉపకరిస్తుంది. జనగణమన పాడినప్పుడు దాని అర్థాన్ని కూడా ఒక్కసారి మననం చేసుకోవాలి. దాని నేపథ్యాన్ని, అర్థాన్ని, ప్రాధాన్యతను గుర్తించి, తర్వాత తరం వారికి చేర్చాల్సిన అవసరం అనివార్యంగా ఉంది.

సేవాభావానికి ప్రతిరూపం నైటింగేల్

అవివాహితలు ఇంటి పనులు, చర్చి పనులే చేయాలనీ ఆంక్షలు విధించ బడిన రోజులవి. స్త్రీలు ఇంటి పట్టునే ఉండాలన్న కట్టుబాట్లను ఆమె ఛేదించింది. ఆ రోజుల్లోనే ఒక విధంగా సంఘం మీద తిరగ బడింది. పేదలకు, అనాథలకు సేవ చేయాలన్న అభిలాషతో, ఇంటా, బయటా ఎన్ని ఇబ్బందులు ఎదుర్కొన్నా, లక్ష్య సాధనలో మొక్కవోని ధైర్యాన్ని ప్రదర్శించింది. రోగుల పాలిటి దేవతగా వెలుగొందింది. ఆమే విశ్వ విఖ్యాత ఫ్లోరెన్స్ నైటింగేల్. నైటింగేల్ ఎంతో గొప్పింటి పిల్ల అయినా నర్సుగా సేవలు అందించడానికే నిశ్చయించుకుంది. ఫ్లోరెన్స్ నైటింగేల్ 1820, మే 12న ఇటలీలో జన్మించింది. 1853న లండన్ లోని ఓ స్త్రీల ఆస్పత్రిలో సూపరిండెంట్‌గా చేరిన నైటింగేల్, 1854లో క్రిమియా యుద్ధంలో టర్కీలో గాయపడిన సైనికులకు సేవలు చేయడానికి నర్సుల బృందాన్ని తీసుకొని వెళ్ళింది. "ది లేడీ విత్ ది లాంప్" గా పిలువబడే ఫ్లోరెన్స్ నైటింగేల్, ఒక బ్రిటిష్ నర్సు, సామాజిక సంస్కర్తగా, గణాంక నిపుణురాలిగా, ఆధునిక నర్సింగ్ స్థాపకురాలుగా ప్రసిద్ది గాంచింది. వైద్య రంగంలో కీలకమైన నర్సు వృత్తికి గౌరవాన్ని, హుందాతనాన్ని తీసుకొచ్చిన ఫ్లోరెన్స్ నైటింగేల్ పుట్టినరోజు సందర్భంగా అంతర్జాతీయ నర్సుల దినోత్సవంగా జరుపు కుంటారు. ప్రజల ఆరోగ్య రక్షణలో నర్సులు అందించిన తోడ్పాటును ఈ దినోత్సవం నాడు గుర్తు చేసుకుంటారు.

ఆ రోజుల్లో ఆస్పత్రులు అధ్వాన్న స్థితిలో ఉండేవి. శుచి, శుభ్రత, ఏమాత్రం ఉండేవికావు. అయినాకూడా ఫ్లోరెన్స్ నైటింగేల్ నర్సింగు పని చేయడానికే నిర్ణయించుకుంది. తన తల్లి సాహితి ప్రపంచంలో ధ్రువతారగా వెలగాలని కోరినా, ఫ్లోరెన్స్ నైటింగేల్, జర్మనీలో కైసర్ సంస్థను గూర్చి విని, అక్కడే పని చేయాలనీ నిర్ణయించుకుంది. ఇద్దరు బిడ్డల్ని దత్తత తీసుకుని పెంచడం మొదలు పెట్టింది. 1852 లో ఐర్లాండ్ వెళ్ళింది. అక్కడి ఆసుపత్రులను చూడగానే వాటిల్లో విప్లవాత్మకమైన మార్పులను తేవాలి అనుకున్నది. 1853 లో సిస్టర్స్ ఆఫ్ చారిటీకి వెళ్ళింది. తిరిగి లండన్ వచ్చి, తన నాయనమ్మకు సేవ చేయడానికి రాగా అక్కడ కలరా వ్యాపించింది. వెంటనే ఆసుపత్రులకు వెళ్లి రోగులకు, పగలు, రాత్రి అనక సేవలందించింది. పరిశుభ్రతకు ప్రాధాన్యమిచ్చి రోగులకు మంచి ఆహారం అందించింది. 1854-56 లో క్రిమియాలో ఘోర యుద్ధం జరిగింది. ఫ్లారెన్స్ వచ్చి తోటి నర్సులను కూడగట్టుకొని యుద్ధంలో గాయాలైన సైనికులకు నిరుపమాన సేవలందించింది. ధైర్యం చెప్పింది. సాటి నర్సులు విసుక్కునేవారు. ఏ పని దొరక్క ఈ పనికి వచ్చాం అనేవారు. కానీ ఎంతో ధనిక కుటుంబం లోనుంచి వచ్చిన ఆమె ఏరి కోరి పనిని ఎంతో శ్రద్ధతో, ఇష్టంతో చేసేది. గుండె నిబ్బరంతో, చిమ్మ చీకట్లో కూడా చిరు దీపం వెంట తీసుకుని వెళ్లి సేవలు చేసేది. అందుకే ఆమె లేడీ విత్ ది లాంప్ గా వాసికెక్కింది. మొదట్లో ఆమెను చూసి అధికారులు జ్వలించి పోయేవారు. తరువాత ఆమె నిరుపమాన సేవకు ముగ్ధులయ్యారు. వారికి రోజూ, రోగులకు కావాల్సిన మందులు పరికరాలను పంపమని అభ్యర్ధనలు పంపి, పలుమార్లు స్వంత డబ్బు ఖర్చు పెట్టి అన్ని తెప్పించేది. ఆసుపత్రులలో చోటు సరిపోకపోతే, అధికారులను ఒప్పించి పాత ఇళ్ళను, భవంతులను ఆసుపత్రులుగా మార్చేది. రాత్రులలో రెండు, మూడు గంటలే పడుకుని అహర్నిశలు పని చేసేసరికి ఆమె చిక్కి పోయింది. అయినా రోగులకు ఆమె ఆరాధ్య దైవం. ఆమె నడచిన దారి అతి పవిత్రం. వారు విక్టోరియా రాణి మరణిస్తే ఫ్లారెన్స్ ను రాణి చేస్తామని" అనేవారట. ఆమె ఎక్కడికి వెళ్ళినా సైనికులు అడవి పూలతో పుష్ప గుచ్చాల నిచ్చేవారట. అది చూసి తోటి డాక్టర్లు, నర్సులు అసూయ చెందేవారట. అయినా ఆమె తన సేవలను మానకుండా చేస్తూండగా ఒకనాడు స్పృహ తప్పి పడిపోయింది. సైనికులకు వచ్చిన జ్వరమే ఆమెకు వచ్చింది. కాసిల్ ఆసుపత్రిలో ఆమెను రోగిగా చేర్చుకున్నారు. ఆమెను చూసి మిగతా రోగులు కన్నీరు కార్చారు. అయినా ఆరోగ్యం మెరుగు పడగానే, తిరిగి క్రిమియా, స్కుటారి ఆసుపత్రుల మధ్య తిరుగుతూ రోగులకు సేవలందించింది. గ్రంథాలయాలు, చదువుకునే గదులు అందరికి అందుబాటులో ఉండేటట్లు చూసి అక్షరాస్యతను పెంచింది. ఆమె నోట్స్‌ఆన్ హాస్పిటల్స్, నోట్స్ ఆన్ నర్సింగ్, అనే గ్రంథాలను వ్రాయడమే కాకుండా, విక్టోరియా రాణికి, ప్రభుత్వ అధికారులకి హాస్పిటల్స్ బాగు కొరకు అభ్యర్థనలను పంపింది. అప్పటి నుంచే నర్సులకు తప్పనిసరిగా శిక్షణను ఇవ్వడం ప్రారంభమైంది. 1860 జూన్ 24 న నైటింగేల్ ట్రైనింగ్ స్కూల్ ఫర్ నర్సేస్ అనే సంస్థను లండన్ లో స్థాపించారు. ఇందుకోసం అందులో రోబోటిక్ చేతులు, డ్రిల్లింగ్ హార్డ్‌వేర్‌ను ఏర్పాటు చేశారు. జాబిల్లిపైకి వ్యోమనౌకను పంపగలమన్న సత్తాను చాటేందుకు ఈ ప్రయోగాన్ని చేపట్టినట్లు రష్యా అంతరిక్ష సంస్థ రోస్‌కాస్మోస్ తాజాగా ప్రకటించింది. వాస్తవానికి లూనా-25లో ఒక చిన్న రోవర్‌ను కూడా పంపాలని రష్యా భావించింది. అయితే వ్యోమనౌక బరువును తగ్గించి, సురక్షితంగా ల్యాండ్ చేసే ఉద్దేశంతో ఆ ఆలోచనను విరమించుకుంది. ఉక్రెయిన్‌పై యుద్ధం నేపథ్యంలో పశ్చిమ దేశాలు విధించిన ఆంక్షల వల్ల రష్యా అంతరిక్ష కార్యక్రమాలపై ప్రభావం పడింది. ఆ దేశాల నుంచి ఆధునిక పరిజ్ఞానాన్ని పొందడం పుతిన్ సర్కారుకు కష్టమవుతోంది. మరోవైపు లూనా-25ని విజయవంతంగా ప్రయోగించిన రష్యాకు భారత అంతరిక్ష పరిశోధన సంస్థ (ఇస్రో) అభినందనలు తెలిపింది. "మన అంతరిక్ష ప్రయాణాల్లో మనకు మరో 'మీటింగ్ పాయింట్' (చందమామ) ఉండటం అద్భుతం" అని పేర్కొంది.

ఆమెను' మదర్ ఆఫ్ మోడరన్ నర్సింగ్' గా గుర్తించారు. భారత దేశానికి కూడా ఆమె ఇతోధిక సేవలనందించింది. 1859 లో విక్టోరియా రాణి ఆరోగ్య సంస్కరణల కొరకు ఒక కమిషన్ ను నియమించింది. చెన్నై నగరపు మేయర్ ఆడ నర్సులకు శిక్షణను ప్రోత్సహించారు. 1859లో 'నోట్స్ ఆన్ నర్సింగ్' అనే పుస్తకాన్ని ప్రచురించిన నైటింగేల్, ప్రపంచంలోనే మొదటి నర్సుల శిక్షణ కాలేజీని కూడా స్థాపించింది. నైటింగేల్ సేవలను గుర్తించిన 'ఇంటర్నేషనల్ కౌన్సిల్ ఆఫ్ నర్సెస్' సంస్థ 1965 నుండి నైటింగేల్ పుట్టిన రోజైన మే 12న అంతర్జాతీయ నర్సుల దినోత్సవంగా ప్రకటించారు. నర్సులు దినోత్సవం రోజున, నర్సింగ్ విభాగంలో దేశవ్యాప్తంగా విశేష సేవలందించిన నర్సులకు భారత రాష్ట్రపతి నేషనల్ ఫ్లోరెన్స్ నైటింగేల్ అవార్డులను అందిస్తారు. 1910 ఆగస్ట్ 13 లో ఫ్లారెన్స్ మరణించినా, సేవా నిరతిగల ప్రతి నర్సు లోను ఆమె కలకాలం జీవించి ఉంటుంది. 1973లో కేంద్ర ఆరోగ్య మంత్రిత్వ శాఖ ప్రవేశపెట్టిన ఈ అవార్డులో భాగంగా కేంద్ర, రాష్ట్ర, కేంద్రపాలిత ప్రాంత, స్వచ్ఛంద సంస్థల్లో విశిష్ట సేవలందించిన నర్సులకు ఒక పతకం, ప్రశంసాపతరం, జ్ఞాపికతో పాటు 50వేల రూపాయిల నగదు బహుమతిని బహుకరిస్తారు. ప్రార్ధించే పెదవుల కన్నా సాయం చేసే చేతులు మిన్న అంటారు. అనారోగ్యం బారిన పడి ఆస్పత్రుల్లో చేరిన వారికి సేవలు చేసే చేతులు ఏవైనా ఉంటె అవి సేవామయులైన నర్సుల చేతులే. మానవ సేవే మాధవ సేవ అని తలంచి, మానవ సేవ ద్వారానే తమ జీవితాన్ని సార్ధకం చేసుకుంటున్న వారు నర్సులు. అలాంటి నర్సులకే ఆదర్శప్రాయమైన నైటింగేల్ దన్యురాలు. కరోనా బారిన పడిన బాధితులను కాపాడటానికి ఫ్లారెన్స్ నైటింగేల్ లు ప్రతి రూపాలుగా వారు చేస్తున్న సేవలు అపూర్వం, అసామాన్యం, అనిర్వచనీయం, అభినందనీయం. కరోనా బాధితులకు నిత్యం సేవలు చేస్తున్న వైద్య సిబ్బందిలో, తమ ప్రాణాలను పణంగా పెట్టి, ప్రధాన పాత్రలు పోషిస్తున్న నర్సుల సేవలను ఎలా మరిచిపోగలం, వారి ఋణం ఎలా తీర్చుకోగలం.

రష్యాపై ఆంక్షల పర్యవసానం..
జర్మన్ పరిశ్రమలు నాశనం

జర్మనీ: యూరోపియన్ యూనియన్‌లో అత్యంత పెద్ద ఆర్థిక వ్యవస్థ అయిన జర్మనీ పరిశ్రమలు రష్యాపైన ఆంక్షలు విధించటం వల్ల నాశనమౌతున్నాయని జర్మన్ పార్లమెంట్ సభ్యుడు, యూవె షుల్జ్ హెచ్చరించారు. మితవాద ఏఎఫ్డి పార్టీ సభ్యుడైన షుల్జ్ ఆ పార్టీ వెబ్ సైట్‌లో ఒక ప్రకటన చేస్తూ రష్యాను నష్టపరచాలనే ఆంక్షలు ఘోరంగా విఫలమవటమే కాకుండా అవి జర్మన్ ఆర్థిక వ్యవస్థను నాశనం చేశాయని చెప్పాడు. పర్యవసానంగా 2022లో రష్యన్ ఫెడరేషన్ జర్మనీని వెనక్కు నెట్టి ప్రపంచంలో ఐదవ అతి పెద్ద ఆర్థిక వ్యవస్థగా ఆవిర్భవించిందన్నారు. తాజా ప్రపంచ ఆర్థిక వ్యవస్థ రిపోర్ట్ ప్రకారం ప్రపంచంలోని ఐదు అతిపెద్ద ఆర్థిక వ్యవస్థల్లో రష్యా ఒకటి. పర్చేజ్ పవర్ ప్యారిటీ(పీపీపీ) ని అనుసరించి 2022 చివరలో ఐరోపా ఖండంలో చరిత్రలో ఏ దేశంపైనా విధించని ఆంక్షలను విధించినప్పటికీ రష్యా అతిపెద్ద ఆర్థిక వ్యవస్థగా అవతరించింది. పీపీపీతో కొలిచినప్పుడు ఐదు ట్రిల్లియన్ డాలర్ల జర్మన్ ఆర్థిక వ్యవస్థను రష్యా అధిగమించిందని ప్రపంచ బ్యాంకు, అంతర్జాతీయ ద్రవ్య నిధి(ఐఎమ్ఎఫ్)లు ప్రచురించిన అంచనాలు తెలియజేస్తున్నాయి. 31ట్రిల్లియన్ డాలర్ల ఆర్థిక వ్యవస్థతో చైనా ప్రపంచంలో అత్యంత పెద్ద ఆర్థిక వ్యవస్థగా ఆవిర్భవించిదని, ఆ తరువాత స్థానాలలో అమెరికా, ఇండియా, జపాన్‌లు ఉన్నాయని, పది అత్యంత పెద్ద ఆర్థిక వ్యవస్థలలో ఇండోనేషియా, బ్రాజిల్, టర్కీలు ఉన్నాయని ప్రపంచ బ్యాంకు ప్రచురణ పేర్కొంది. రష్యాపైన విధించిన ఆంక్షల ప్రభావం జర్మన్ ఆర్థిక వ్యవస్థపైన వినాశకరంగా ఉన్నదని నిరాశాజనకమైన 2023 జర్మన్ ఆర్థిక సూచికలు తెలియజేస్తున్నాయని షుల్జ్ పేర్కొన్నాడు.

ఆసియా ఆర్థిక వ్యవస్థల అవసరాలకు రష్యా చమురు

జూన్ నెలలో భారత దేశం, చైనాలకు రష్యా అన్నిదేశాలకంటే ఎక్కువగా చమురును ఎగుమతి చేసిందని ఆర్గనైజేషన్ ఆఫ్ ద పెట్రోలియం ఎక్స్పోర్టింగ్ కంట్రీస్ (ఒపెక్) గురువారం విడుదల చేసిన చమురు మార్కెట్ నివేదిక పేర్కొంది. ఒపెక్ విడుదల చేసిన సమా చారాన్ని బట్టి తెలుస్తున్నదేమంటే ఒపెక్ రిపోర్టింగ్ కాలంలో చైనా చమురు దిగుమతుల మొత్తంలో 20శాతం రష్యా నుంచి వస్తోంది. గత ఆరు నెలలుగా చైనాకు అత్యధిక స్థాయిలో క్రూడ్‌ను ఎగుమతి చేస్తున్న దేశంగా రష్యా నిలిచింది. చైనాకు చమురును ఎగుమతి చేస్తున్న దేశాల్లో సౌదీ అరేబియా 15శాతంతో రెండవ స్థానంలోను, మలేషియా 11శాతంతో మూడవ స్థానంలోను నిలిచాయి. చైనా దిగుమతి చేసుకుంటున్న రష్యా చమురు జూన్ నెలలో 10.5మిలియన్ టన్నులుగా ఉంది. ఇది అంతకుముందు సంవత్సరం ఇదే నెలతో పోలిస్తే 40శాతం అధికం. మొత్తంమీద మే నెలతో పోల్చినప్పుడు చైనా చమురు దిగుమతులు 5శాతం పెరిగాయి. పరిమాణం పరంగా అవి రోజుకు(బీపీడీ) 12.7 మిలియన్ బ్యారెల్స్ చైనాకు దిగుమతి అవుతున్నాయి. అలాగే జూన్ నెలలో ఇండియా చేసుకున్న చమురు దిగుమతుల్లో 45శాతం రష్యా నుంచి వచ్చింది. గత సంవత్సరంగా ఇండియాకు అత్యధి కంగా క్రూడ్‌ను సరఫరా చేస్తున్న దేశంగా రష్యా నిలిచింది. ఇండియా చమురు దిగుమతుల్లో ఇరాక్ వాటా 17శాతం, సౌదీ అరేబియా వాటా 16 శాతంగా ఉన్నాయి. ఒపెక్ రిపోర్టింగ్ కాలంలో ఇండియా చేసుకుంటున్న మొత్తం దిగుమతులు మే నెలతో పోల్చినప్పుడు 3శాతం క్షీణించి 4.7 మిలి యన్ బిపిడిగా ఉన్నాయి. 2023లో మొదటి ఐదు నెలల కాలంలో ఇండి యా రష్యా నుంచి 37మిలియన్ టన్నుల చమురును దిగుమతి చేసుకు న్నది. ఇది 2022 సంవత్సరం అంతా చేసుకున్న దిగుమతులకంటే అధికం.

జాబిల్లి దక్షిణ ధ్రువంపైకి మొదట చేరేదెవరు

టాలిన్ (ఎస్టోనియా): దాదాపు 50 ఏళ్ల విరామం తర్వాత చందమామపైకి ఒక ల్యాండర్‌ను రష్యా ప్రయోగించింది. మాస్కోకు తూర్పున 3,450 మైళ్ల దూరంలోని వోస్తోక్నీ కాస్మోడ్రోమ్ ప్రాంతంలో సోయుజ్-2 ఫ్రిగట్ రాకెట్ ద్వారా ఈ ప్రయోగం జరిగింది. లూనా-25 అనే ఈ ల్యాండర్.. ఈ నెల 23న చందమామ దక్షిణ ధ్రువం వద్ద దిగే అవకాశం ఉంది. భారత్ ప్రయోగించిన చంద్రయాన్-3 కూడా అదే రోజున సాయంత్రం 5.47 గంటలకు, అదే ప్రాంతానికి చేరువలో ల్యాండ్ కాబోతున్న సంగతి తెలిసిందే. చంద్రుడిపై ఇప్పటివరకూ సోవియట్ యూనియన్, అమెరికా, చైనాలు మాత్రమే విజయవంతంగా వ్యోమనౌకలను దించగలిగాయి. జాబిల్లి దక్షిణ ధ్రువం వద్ద ఇప్పటివరకూ ఒక్క ల్యాండర్ కూడా దిగలేదు. దీంతో ఆ ఘనత సాధించే తొలిదేశంగా గుర్తింపు పొందాలని భారత్, రష్యాలు ఇప్పుడు పోటీపడుతున్నాయి. లూనా-25 ల్యాండింగ్ తేదీ, సమయం ఇంకా అధికారికంగా వెల్లడికాలేదు. 1976లో రష్యా (నాడు సోవియట్ యూనియన్) చివరిసారిగా చందమామపైకి వ్యోమనౌకను పంపింది. తాజాగా నింగిలోకి దూసుకెళ్లిన లూనా-25.. ఐదున్నర రోజుల్లో జాబిల్లికి చేరువవుతుంది. ఆ తర్వాత 3-7 రోజుల పాటు చంద్రుడి 100 కిలోమీటర్ల కక్ష్యలో పరిభ్రమించి.. చివర్లో ఉపరితలంపై ల్యాండింగ్‌కు సిద్ధమవుతుంది. ఇది చంద్రుడి శిలలు, ధూళి నమూనాలను సేకరించి, పరిశోధించనుంది.

కొలంబోలో లంగరేసిన చైనా నిఘా నౌక

కొలంబో: నిఘా సామర్థ్యమున్న చైనా యుద్ధనౌక హాయ్ యాంగ్ 24 హావో తాజాగా శ్రీలంకలోని కొలంబో రేవులో లంగరేసింది. ఇది శనివారం ఇక్కడ నుంచి పయనం కానుంది. భారత్ అభ్యంతరం వ్యక్తంచేసిన నేపథ్యంలో దీని మోహరింపునకు శ్రీలంక ప్రభుత్వం ఆలస్యంగా అనుమతినిచ్చింది. ఏడాది కిందట ఇలాంటి సామర్థ్యమున్న యువాన్ వాంగ్-5 అనే నౌక శ్రీలంకలో మోహరించింది. నాడు కూడా భారత్ గట్టిగా అభ్యంతరం వ్యక్తంచేసింది. ఆ నౌకకు బాలిస్టిక్ క్షిపణులు, ఉపగ్రహాల గమనాన్ని ఎప్పటికప్పుడు పరిశీలించే సామర్థ్యం ఉంది. శ్రీలంక రేవును చేరే క్రమంలో అది భారత రక్షణ కేంద్రాలపై నిఘాకు ప్రయత్నిస్తుందన్న ఆందోళన అప్పట్లో వ్యక్తమైంది. తాజాగా కొలంబోలో యుద్ధనౌక మోహరింపుపై స్పందించిన భారత విదేశాంగ శాఖ అధికార ప్రతినిధి ఆరిందమ్ బాగ్చీ.. "తన భద్రతా ప్రయోజనాలపై ప్రభావం చూపే అవకాశమున్న అన్ని అంశాలను భారత్ నిశితంగా పరిశీలిస్తుంది. అక్కడ చైనా నౌక మోహరించిందన్న వార్తలను చూశా. అది యుద్ధనౌకేనా అన్నది నాకు తెలియదు" అని పేర్కొన్నారు.

రష్యాను వెన్నాడుతున్న డ్రోన్ల భయం

కీవ్: మాస్కోపై ఇటీవల ఉక్రెయిన్ ఎడతెరిపి లేకుండా చేస్తున్న డ్రోన్ దాడులు రష్యా వణికిస్తున్నాయి. తాజాగా మాస్కోలోని రెండు విమానాశ్రయాలను కొద్దిసేపు మూసివేశారు. ఈ విషయాన్ని ఆర్ఐఏ న్యూస్ ఏజెన్సీ పేర్కొంది. వునుకోవా విమానాశ్రయ పరిసరాల్లో అనుమానాస్పద డ్రోన్ల కదలికలను గుర్తించడంతో విమాన రాకపోకలను సస్పెండ్ చేశారు. ''ఎయిర్ పోర్టు నియంత్రణకు సంబంధించిన కారణాలతో తాత్కాలికంగా ఆంక్షలు విధించాం. దీంతో వునుకోవా విమానాశ్రయంలో ల్యాండింగ్‌లు, టేకాఫ్‌లు నిలిచిపోయాయి. కొన్ని విమానాలను మాస్కోలోని ఇతర విమానశ్రయాలకు మళ్లించాము" అని పేర్కొంది. దీంతోపాటు ఇక్కడకు 150 కిలోమీటర్ల దూరంలోని కల్గా విమానాశ్రయాన్ని కూడా కొద్ది సేపు మూసివేశారు. అనంతరం కొద్దిసేపటికి రష్యా రక్షణ శాఖ ఓ డ్రోన్‌ను కూల్చివేసినట్లు ప్రకటించింది. ''విమానాశ్రయంపై దాడి చేయడానికి కీవ్ చేసిన యత్నాన్ని భగ్నం చేశాం. ఈ క్రమంలో ఎటువంటి ఆస్తి, ప్రాణ నష్టం వాటిల్లలేదు" అని పేర్కొంది. ఆ తర్వాత వునుకోవా, కల్గా విమానాశ్రయాల్లో రాకపోకలను పునరుద్ధరించారు. పశ్చిమ ఉక్రెయిన్‌లో రష్యా డ్రోన్ దాడుల్లో ఎనిమిదేళ్ల బాలుడు చనిపోయాడు. ఉక్రెయిన్ అధ్యక్షుడు జెలెన్‌స్కీ.. సైన్యంలోని అవినీతిపై కఠిన చర్యలు తీసుకున్నారు. శుక్రవారం.. దేశంలోని ప్రాంతీయ సైనిక బోర్డు అధ్యక్షులందరిపైనా వేటువేశారు.

తప్పుడు వాగ్దానంతో పెళ్లి చేసుకుంటే పదేళ్ల జైలు శిక్ష

న్యూఢిల్లీ: ఇప్పటివరకు అమల్లో ఉన్న భారత శిక్షాస్మృతి స్థానంలో భారతీయ న్యాయ సంహిత బిల్లును కేంద్ర హౌంమంత్రి అమిత్ షా శుక్రవారం లోక్‌సభలో ప్రవేశపెట్టిన సంగతి తెలిసిందే. ముఖ్యంగా న్యాయ సంహిత బిల్లు ద్వారా మహిళలపై నేరాలకు సంబంధించిన నిబంధనలపై కేంద్ర ప్రభుత్వం ప్రత్యేక దృష్టిపెట్టినట్లు తెలుస్తోంది. వివాహం చేసుకోబోయే వ్యక్తి తన గుర్తింపును దాచిపెట్టి యువతిని వివాహం చేసుకుంటే.. అలాంటి నేరాలకు పాల్పడిన వారికి ఇకపై 10 ఏళ్ల వరకు జైలు శిక్ష పడే విధంగా న్యాయ సంహిత బిల్లులో నింబంధనలను పొందుపరిచారు. కేవలం వ్యక్తి గుర్తింపు మాత్రమే కాదు..మారింది. అయోధ్య ప్రాజెక్టుకు సంబంధించిన అనవసర ప్రయోజనాలపై కాగ్ నివేదిక వెల్లడించిన సమాచారం ప్రకారం.. ఉత్తరప్రదేశ్ రాజ్‌కీయ నిర్మాణ్ నిగమ్ అమలు చేసే ఏజెన్సీ ద్వారా నిమగమైన కాంట్రాక్టర్ కాంట్రాక్ట్ ధర రూ. 62.17 కోట్లలో ఐదు శాతం (రూ.3.11 కోట్లు) చొప్పున పనితీరు హామీని సమర్పించాల్సి ఉంటుంది. అయితే, కాంట్రాక్టర్ దాని రెన్యువల్ సమయంలో (సెప్టెంబర్ 2021) తక్కువ మొత్తంలో (అంటే రూ. 1.86 కోట్లు మాత్రమే) పనితీరు హామీని సమర్పించారు.మారింది. అయోధ్య ప్రాజెక్టుకు సంబంధించిన అనవసర ప్రయోజనాలపై కాగ్ నివేదిక వెల్లడించిన సమాచారం ప్రకారం.. ఉత్తరప్రదేశ్ రాజ్‌కీయ నిర్మాణ్ నిగమ్ అమలు చేసే ఏజెన్సీ ద్వారా నిమగమైన కాంట్రాక్టర్ కాంట్రాక్ట్ ధర రూ. 62.17 కోట్లలో ఐదు శాతం (రూ.3.11 కోట్లు) చొప్పున పనితీరు హామీని సమర్పించాల్సి ఉంటుంది. ఉద్యోగం, పదోన్నతి వంటి విషయాల్లో కూడా తప్పుడు వాగ్ధానంతో మహిళను వివాహం చేసుకోవడం లేదా సంభోగం వంటి చర్యలకు పాల్పడినా.. పదేళ్ల వరకు శిక్ష పడే విధంగా న్యాయ చట్టాల్లోని నిబంధనల్ని పొందుపరిచారు. ఉద్యోగం, పదోన్నతి, వివాహం వంటి అంశాల్లో తప్పుడు వాగ్దానాలతో స్త్రీతో సంబోగాన్ని అత్యాచారంగా పరిగణించలేదు కానీ పదేళ్ల వరకు శిక్ష ఉంటుందని స్టాండింగ్ కమిటీ పేర్కొంది. కొత్త న్యాయ చట్టాల ప్రకారం గ్యాంగ్‌రేప్ నేరంలో దోషికి 20 ఏళ్ల శిక్ష పడుతుంది. 18 ఏళ్లలోపు బాలికలపై అత్యాచారానికి పాల్పడితే మరణశిక్ష ఉంటుంది. అత్యాచారంలో బాధితురాలు మృతిచెందితే.. కనీసం 20 ఏళ్లకు తగ్గకుండా శిక్ష పడే అవకాశముంది. లేదా జీవితకాలం లేదా మరణశిక్ష పడే అవకాశాలను చట్టంలో సూచించారు. 12 ఏళ్లలోపు బాలికలపై జరిగే అత్యాచార ఘటనల్లోనూ దాదాపు ఇదే తరహా శిక్షలు పడే అవకాశముంది. మూడు కీలక నేర న్యాయ చట్టాలైన ఇండియన్ పీనల్ కోడ్, క్రిమినల్ ప్రొసీజర్ కోడ్, ఎవిడెన్స్ యాక్ట్‌లు వంటి స్థానంలో న్యాయ సంహిత బిల్లు-2023, భారతీయ నాగరిక్ సురక్షా సంహిత బిల్లు-2023, భారతీయ శిక్షా బిల్లు-2023లను కేంద్ర హౌం మంత్రి అమిత్ షా లోక్ సభలో ప్రవేశపెట్టారు.

నేను ఏ నేరం చేశానని నన్ను రాజ్యసభ నుంచి సస్పెండ్ చేశారు?

న్యూఢిల్లీ : నలుగురు ఎంపీల సంతకాల ఫోర్జరీ ఆరోపణలపై ఆప్ ఎంపీ రాఘవ్ చద్దాను శుక్రవారం రాజ్యసభ నుంచి సస్పెండ్ చేసిన విషయం తెలిసిందే. తన సస్పెన్షన్‌పై రాఘవ్ స్పందించారు. ఈ మేరకు ఆయన ఓ వీడియో రిలీజ్ చేశారు. ఆ వీడియోలో తన ప్రతిష్టను దిగజార్చేందుకు ఫోర్జరీ పేరుతో బురద జల్లి సభ నుంచి సస్పెండ్ చేశారని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. ఆ వీడియోలో రాఘవచద్దా మాట్లాడుతూ.. 'నమస్కారం, నేను సస్పెండైన ఎంపీ రాఘవ్ చద్దాను. అవును.. నన్ను రాజ్యసభ నుంచి సస్పెండ్ చేశారు. నేను ఏం నేరం చేశాను..? నేను కొంతమంది ఎంపీల సంతకాలను సేకరించానని బిజెపికి చెందిన వ్యక్తులు చెబుతున్నారు. నేను మీకు నిజం చెప్పాలనుకుంటున్నాను. అయితే, కాంట్రాక్టర్ దాని రెన్యువల్ సమయంలో (సెప్టెంబర్ 2021) తక్కువ మొత్తంలో (అంటే రూ. 1.86 కోట్లు మాత్రమే) పనితీరు హామీని సమర్పించారు. అయితే, కాంట్రాక్టర్ దాని రెన్యువల్ సమయంలో తక్కువ మొత్తంలో (అంటే రూ. 1.86 కోట్లు మాత్రమే) పనితీరు హామీని సమర్పించారు. అయితే, కాంట్రాక్టర్ దాని రెన్యువల్ సమయంలో తక్కువ మొత్తంలో (అంటే రూ. 1.86 కోట్లు మాత్రమే) పనితీరు హామీని సమర్పించారు. ఏ పార్లమెంటేరియన్‌కు అయినా కమిటీ పేర్లను ప్రతిపాదించే హక్కు ఉంటుంది. అంటే నేను సెలక్ట్ కమిటీకి పేర్లను ప్రతిపాదించగలను. అలా చేయడానికి ఆ ఎంపీల సమ్మతి, సంతకం అవసరం ఉండదు. వారి పేర్లను ఇస్తే సరిపోతుంది. ఏ ఎంపీకి అయినా అందులో అభ్యంతరం ఉంటే తమ పేరును ఉపసంహరించుకోవచ్చు. నేను ఎలాంటి సంతకాలను సమర్పించలేదు' అని వీడియోలో రాఘవ్ చద్దా వెల్లడించారు. ఈ సందర్భంగా రాఘవ చద్దా బిజెపి నుంచి వచ్చే సవాళ్లకు తాను భయపడనని, పోరాటం కొనసాగిస్తూనే ఉంటానని స్పష్టం చేశారు. నలుగురు ఎంపీల సంతకాల ఫోర్జరీ ఆరోపణపై ఆప్ రాజ్యసభ ఎంపీ రాఘవ్ చద్దాను శుక్రవారం రాజ్యసభ నుంచి సస్పెండ్ చేశారు. నిబంధనల అతిక్రమణ, ధిక్కార వైఖరి, అనుచిత ప్రవర్తన కారణాలతో ఆయనను రాజ్యసభ నుంచి సస్పెండ్ చేస్తున్నట్టు సభ చైర్మెన్ ధన్‌కర్ ప్రకటించారు. దీనిపై సభా హక్కుల కమిటీ దర్యాప్తు జరిపి నివేదిక ఇచ్చేంత వరకు అతనిపై నిషేధం కొనసాగుతుందని ధన్‌కర్ తెలిపారు. ఈ మేరకు ప్రవేశపెట్టిన తీర్మానాన్ని సభ ఆమోదించింది.

దోమ కాటుతో ప్రాణాంతక వ్యాధులు

ఇండియాలో కరోనా అలలు ముగిసిన వేళ, నేడు మలేరియా, డెంగ్యూ లాంటి పలు సీజనల్ వ్యాధులు గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో అధికంగా నమోదు అవుతున్నాయి. 139 కోట్ల జనాభా కలిగిన భారతదేశాన్ని పేదరికం, నిరక్షరాస్యత, నిరుద్యోగం, ఆరోగ్య సమస్యలు అనేక ఏండ్లుగా వెంటాడుతున్నాయి. జనాభా పెరుగుదలతో పేదరికం అధికమవుతూ ఆరోగ్య సమస్యలకు దారి తీస్తున్నాయి. అవిద్య కారణంగా వ్యక్తిగత, పరిసరాల పరిశుభ్రత లోపించడంతో పలు వ్యాధులు వ్యాపిస్తున్నాయి. వానాకాలంలో తొలకరి జల్లులతో పాటు దోమలు, ఈగలు లాంటి రోగకారక జీవులతో అంటువ్యాధులు ప్రబలుతున్నాయి. వర్షాకాలంలో సీజనల్ వ్యాధులు తీవ్రంగా ప్రబలడం సర్వ సాధారణమని వైద్యాధికారులు వెల్లడిస్తారు. వానాకాలంలో మురికి నీటి నిల్వలతో దోమలు, లార్వాలు పెరగడంతో పాటు దోమ కాటు బారిన పడే జనుల అధికమవుతారు. రొనాల్డ్ రోస్ పరిశోధనలు20 ఆగష్టు 1897న నోబెల్ బహుమతి (1902) గ్రహీత 'సర్ రొనాల్డ్ రోస్' చేసిన ఆవిష్కరణ ప్రకారం ఆడ అనాఫిలిస్ దోమ కాటుతో మలేరియా వ్యాధి సంక్రమిస్తుందనే అతి ప్రధానమైన పరిశోధనా ఫలితాలను వివరించారు. మలేరియా వ్యాధి దోమకాటుతో సోకుతుందనే ప్రధాన ఆవిష్కరణను వివరించిన రోనాల్డ్ రోస్ ప్రకటన చేసిన రోజుకు గుర్తుగా ప్రతి ఏట 20 ఆగష్టున 'ప్రపంచ దోమల నివారణ దినం (వరల్డ్ మస్కిటో ఎరాడికేషన్ డే)' పాటించుట ఆనవాయితీగా మారింది. దోమ కాటుతో సంక్రమించే ప్రాణాంతక వ్యాధుల్లో మలేరియా అతి ముఖ్యమైనది. మలేరియా వ్యాధి బారిన పడుతున్న పేద ప్రజలు అధిక శాతం ప్రాణాలు కోల్పోతున్నారు. ఇలాంటి ప్రమాదకర మలేరియా వ్యాధి పట్ల అవగాహన పెంచుకుందాం. దోమ కాటుతో సోకే వ్యాధులుదోమ కాటుతో ప్రాణాంతక మలేరియా, డెంగ్యూ, చికెన్‌గున్యా, ఫైలేరియాసిస్, యెల్లో ఫివర్, జీకా లాంటి వ్యాధులు సోకుతాయి. ఈగలతో సంక్రమించే వ్యాధుల్లో డిసెంట్రీ, డయేరియా, టైఫాయిడ్, కలరా, హెల్మెంథిస్ లాంటివి అంటుకుంటాయి. పూర్తిగా, సమర్ధవంతంగా నివారించగల, వైద్యంతో సులభంగా నయం చేయగల మలేరియా రోగంతో ప్రతి ఏటా మిలియన్ల ప్రజలు బాధపడుతున్నారు . ప్రపంచవ్యాప్తంగా ప్రతి ఏట 219 మిలియన్ల మలేరియా కేసులు, కనీసం 4 లక్షల మలేరియా కారణ మరణాలు నమోదు అవుతున్నాయి. మలేరియా వ్యాధి ప్రబలడందోమకాటుతో సంక్రమించే మలేరియా వ్యాధి ఓ ప్రపంచ తీవ్ర ప్రాణాంతక సమస్యగా గుర్తించబడింది. ప్రపంచ మలేరియా కేసుల్లో సబ్-సహారా ఆఫ్రికా దేశాల్లో మలేరియా కారణ మరణాలు (ముఖ్యంగా పిల్లలు, మహిళలు) 90 శాతం వరకు నమోదు అవుతున్నాయి. దోమకాటుతో వ్యాప్తి చెందగల

మలేరియా వ్యాప్తికి వర్షాలు, నిలువ నీరు, వాతావరణ ఉష్ణోగ్రత, గాలిలో తేమ, అపరిశుభ్ర పరిసరాలు లాంటి కారణాలను చెప్పవచ్చు. మలేరియా సోకిన వ్యక్తిని కాటు వేసిన దోమలు తిరిగి ఆరోగ్యవంతులను కాటు వేయడంతో మలేరియా వ్యాధి ఆరోగ్యవంతులకు సంక్రమిస్తుంది. ఏకకణజీవి ప్లాస్మోడియం పరాన్నజీవి సోకిన వ్యక్తులకు మలేరియా రోగం వస్తుంది. మలేరియా వ్యాధి లక్షణాలు మలేరియా సోకిన వ్యక్తులకు తలనొప్పి, చలిజ్వరం, కండరాల నొప్పి, శరీర నోప్పులు, సోమరితనం, నిస్సత్తువ లాంటి రోగ లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. గర్భిణి స్త్రీలకు, గర్భంలోని శిశువు ఎదుగుదలకు మలేరియా అతి ప్రమాదకరమని తెలుసుకోవాలి. ఐదురకాల మలేరియా పరాన్నజీవుల్లో ప్లాస్మోడియం ఫాల్సిఫరమ్ పరాన్నజీవితో సంక్రమించే మలేరియా అత్యంత ప్రమాదకరమైనది. రోగి నుండి మరో ఆరోగ్యవంతుడికి నేరుగా మలేరియా సోకదు, కాని దోమకాటుతో మాత్రమే రోగం సోకుతుంది. సకాలంలో చికిత్స అందని యెడల వ్యాధి తీవ్రమై రక్తహీనత, జాండిస్, మెంటల్ కన్ఫ్యూజన్, కిడ్నీ ఫెయిల్యూర్, కోమాతో పాటు చివరకు మరణం కూడా కలగవచ్చు. రక్తంలో చేరిన పరాన్నజీవి కాలేయం, ఎర్ర రక్తకణాలను ప్రభావితం చేస్తుంది. మలేరియా సోకిన వ్యక్తికి సరైన వైద్యం సకాలంలో అందనియెడల ప్రాణం పోవడం ఖాయమని తెలుసుకోవాలి. మలేరియా పరాన్నజీవి శరీరంలోకి ప్రవేశించిన 7-18 రోజుల్లో రోగలక్షణాలు కనిపిస్తాయి. సకాలంలో చికిత్స లభించని కేసుల్లో దీర్ఘకాలిక రోగాలు కలుగవచ్చని కూడా గమనించారు. మలేరియా వ్యాధి నిర్ధారణమలేరియా నిర్ధారణ పరీక్షగా రక్తంలో మలేరియా పరాన్నజీవి ఉనికిని తెలుసుకొనే 'మలేరియా రాపిడ్ డయగ్నాస్టిక్ టెస్ట్' నిర్వహిస్తారు. మలేరియా వ్యాధి నిర్ధారణ అయిన తరువాత నయం చేయడానికి సమర్ధవంతమైన ఆంటీ-మలేరియా ఔషధాలు ఇవ్వబడతాయి. విచక్షణ మరిచి మలేరియా ఔషధాలను వాడితే దుష్ప్రభావాలు అతి తీవ్రంగా ఉంటుంది. 2018లో మలేరియాకు ఆర్‌టియస్,యస్ టీకాలు అందుబాటులోకి వచ్చాయి. ఈ టీకాలను మలేరియా అధికంగా వ్యాపిస్తున్న ప్రాంతాల్లో శిశువులకు, పిల్లలకు అందిస్తారు. మలేరియా నివారణ మార్గాలు మలేరియా కారణ దోమల నివారణకు పరిసరాల పరిశుభ్రత, మురుగు నీరు నిలువ లేకుండా చూడడం, శరీర అవయవాలను పూర్తిగా కప్పుకునేలా దుస్తువులు ధరించడం, దోమ తెరలు వాడడం, దోమలను తరిమే ఆధునిక/సహజ మస్కిటో రిపెలెంట్స్ వాడడం, రోగ లక్షణాలను గమనించడం, సత్వరమే చికిత్స చేయించుకోవడం, వ్యక్తిగత పరిశుభ్రత పాటించడం లాంటి చర్యలు చేపట్టాలి. పలు వ్యాధుల నివారణకు కారణాలుగా సురక్షిత నీరు వాడడం, పరిసరాల/వ్యక్తిగత పరిశుభ్రత పాటించడం, అంటువ్యాధుల అవగాహనతో జాగ్రత్తగా ఉండడం లాంటి చర్యలు తీసుకోవాలి. దోమలు, లార్వాలను నివారించడం, దోమకాటుకు గురికాకుండా జాగ్రత్త పడడం, సకాలంలో చికిత్స తీసుకోవడం లాంటి చర్యలతో మలేరియా వ్యాధిగ్రస్తులో కనిపించని (జీరో మలేరియా) ప్రపంచాన్ని నిర్మించుకుందాం.

రక్తదానం చేస్తున్నారా.. అయితే ఈ విషయాలు మీ కోసం?

మామూలుగా మనం అనేక సందర్భాల్లో రక్తదానం చేస్తూ ఉంటాము. అయితే రక్తదానం చేసే ముందు కొన్ని రకాల టెస్టులు కూడా చేస్తూ ఉంటారు. మనిషి ఆరోగ్యంగా ఉన్నప్పుడు మాత్రమే రక్తదానం చేయడానికి వైద్యులు కూడా అంగీకరిస్తూ ఉంటారు. రక్తదానం చేయడం వల్ల మంచి మంచి ప్రయోజనాలు కూడా ఉన్నాయి. రక్తదానం చేయడం మంచిదే కానీ, రక్తదానం చేసే ముందు కొన్ని రకాల విషయాలను తప్పకుండా గుర్తుంచుకోవాలి. అవి ఏంటో ఇప్పుడు మనం తెలుసుకుందాం.. రక్తదానం చేసే ముందు ఐరన్ ఎక్కువగా ఉన్న ఫుడ్ తీసుకోవడం చాలా మంచిది. దీని వల్ల బాడీలో రక్త ఉత్పత్తి పెరుగుతుంది. మీరు రక్తదానం చేసినప్పుడు, మీలో ఐరన్ పుష్కలంగా ఉంటుంది. దీంతో అనీమియా సమస్య ఉండదు. దీంతో పాటు విటమిన్ సి సప్లిమెంట్స్ తీసుకోవడం కూడా ముఖ్యం. ఎందుకంటే, విటమిన్ సి, మీరు తినే ఫుడ్ నుండి ఐరన్‌ని గ్రహించడంలో సాయపడుతుంది. కాబట్టి, రెండింటి కలయిక మీకు గొప్ప ప్రయోజనాలను అందిస్తుంది. మన శరీరం నాల్గవ వంతు నీరుతో నిండి ఉంటుంది. కాబట్టి, రక్తదానం చేసే ముందు, తర్వాత కూడా నీరు ఎక్కువగా తీసుకోవాలి. కనీసం అరలీటర్ నీరు త్రాగాలి. మీరు ఇంత కాలం రోజుకు రెండు లీటర్లు తాగితే.. రక్తదానం చేసే సమయంలో రెండున్నర లీటర్ల నీరు తాగాలి. అదేవిధంగా రక్తదానం చేసే ముందు రోజు బాగా నిద్రపోవాలి. దీని కారణంగా హృదయ స్పందన బాగుంటుంది. మీకు రక్తపోటు ఎక్కువగా ఉంటే మీరు రక్తదానం చేయలేకపోవచ్చు. అదేవిదంగా రక్తదానం చేసే ముందు మిమ్మల్ని టెస్ట్ చేస్తారు. మీరు చిరాకు పడకుండా ఉండాలంటే వదులుగా ఉన్న బట్టలు వేసుకోవాలి. ఎందుకంటే, కొందరిలో రక్తపోటు పెరుగుతుంది. మరికొందరికి భయం వల్ల గుండె వేగం పెరుగుతూ తగ్గుతుంటుంది. కాబట్టి, తేలికైన, వదులుగా ఉన్న బట్టలు వేసుకోవాలి. మీ చేతికి సూది ఇస్తారు. ఈ టైమ్‌లో ఇబ్బంది ఉండొద్దొంటే తేలికైన, వదులుగా ఉండే బట్టలు వేసుకోవడం మంచిది.. ఎలాంటి పరిస్థితిలో అయినా కూడా కూడిన కొవ్వుతో కూడిన ఆహారాన్ని తీసుకోవద్దు. దీంతో రక్త నమూనాలని పరీక్షించడం కష్టతరమవుతుంది. ఎందుకంటే, రక్తదానం చేశాక, రక్తం ఏదైనా ఇన్ఫెక్షన్ కోసం పరీక్షించబడుతుంది. మీరు కొవ్వు ఎక్కువగా ఉండే ఆహారాల పరిమాణం పరీక్ష ఫలితాలలో తేడాని కలిగిస్తుంది. అలాగే రక్తదానం చేసేముందు ఆల్కహాల్ తీసుకోవడం వల్ల డీహైడ్రేషన్ ఏర్పడుతుంది. ఏ కారణం చేతనైనా రక్తదానం చేశాక డీహైడ్రేషన్ అవ్వొద్దు. అందుకే రక్తదానం తర్వాత 3 రోజుల వరకు మద్యం తీసుకోకూడదు.

పళ్ళు జివ్వుమంటున్నాయా..

ఈ చిట్కాలు పాటించాల్సిందే?

ఈ రోజుల్లో చిన్న పెద్ద అని తేడా లేకుండా చాలా మంది సెన్సిటివిటీ సమస్యతో ఇబ్బంది పడుతున్న విషయం తెలిసిందే. ఈ సెన్సిటివిటీ కారణంగా చల్లని పదార్థాలు,తీయని పదార్థాలు చివరికి వేడి పదార్థాలు తిన్నా కూడా పళ్ళు జివ్వుమంటూ ఉంటాయి. కొన్ని కొన్ని సార్లు ఈ నొప్పి తీవ్రం అయ్యి దవడలు వాడడం పండ్లు ఊడిపోవడం లాంటి సమస్యలు కూడా తలెత్తుతూ ఉంటాయి. కొన్ని సార్లు నొప్పి భరించలేనంతగా ఉంటుంది. ఈ బాధను తట్టుకోలేక ఎంతో ఇష్టమైన ఐస్‌క్రీమ్‌కు దూరంగా ఉంటుంటారు. పళ్ల సెన్సిటివిటీ కారణంగా హాయిగా ఏమీ తినలేరు, తాగలేరు. కొందరికి తీపి పదార్థాలు ఇష్టమైన సరే ఈ నొప్పి కారణంగా వాటికి దూరంగా ఉంటారు. అయితే ఈ సమస్యను కొన్ని వంటింటి చిట్కాలను ఉపయోగించి పరిష్కరించుకోవచ్చు.

సున్నితమైన దంతాల సమస్యను పరిష్కరించడానికి, ఉప్పు నీళ్లు బెస్ట్ ఆప్షన్ అని చెప్పవచ్చు. ఇది దంత సమస్యలను నయం చేయడంలో సహాయపడుతుంది. ఉప్పులో ఉండే క్రిమినాశక గుణాలు మంటను తగ్గించేందుకు తోడ్పడతాయి. పంటి నొప్పి నుంచి ఉపశమనం పొందడానికి రోజుకు రెండుసార్లు ఉప్పు నీటితో పుక్కిలించాలి. ఇది మీ నోటి ఆరోగ్యానికి అద్భుతమైన మౌత్ వాష్‌గా కూడా పనిచేస్తుంది. ఇందుకోసం ఒక గ్లాస్ వేడి నీటిలో 1/2 టీస్పూన్ ఉప్పు వేసి వీటిని నోటిలో వేసుకుని 30 సెకన్ల పాటు పుక్కిలించాలి. ఇలా చేయడం వల్ల ఆ సెన్సిటివిటీ సమస్య నుంచి పొందవచ్చు. అలాగే తేనెలో యాంటీ బాక్టీరియల్, యాంటీ సెప్టిక్ లక్షణాలు ఉంటాయి. ఇది దంత సమస్యలను పరిష్కరిస్తుంది. పంటి నొప్పి, మంటను తగ్గిస్తుంది. వాపు నుంచి ఉపశమనం ఇస్తుంది. పంటి నొప్పి, పళ్ల సెన్సిటివిటీని తగ్గిస్తుంది. మీరు పళ్ల సెన్సిటివిటీతో బాధపడుతుంటే1 గ్లాస్ గోరు వెచ్చని నీటిలో 1 టేబుల్ స్పూన్ తేనె వేసి పుక్కిలించడం వల్ల అది పళ్ళు జివ్వుమనడాన్ని తగ్గిస్తుంది. అదేవిధంగా ఒక టీస్పూన్ పసుపు, 1/2 టీస్పూన్ ఉప్పు, 1/2 టీస్పూన్ ఆవాల నూనె వేసి పేస్ట్‌లా చేసి ఈ పేస్ట్‌ను దంతాలు, చిగుళ్లపై రాస్తుండాలి. ఇలా తరచుగా చేయడం వల్ల నొప్పి నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. చాలా మంది బరువు తగ్గాడానికి గ్రీన్ టీ తాగుతూ ఉంటారు. గ్రీన్ టీ పళ్ల సెన్సిటివిటీ తగ్గించడానికీ సహాయపడుతుంది. గ్రీన్ టీలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్, యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ గుణాలు ఉంటాయి. ఇవి నోటి ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తాయి. గ్రీన్ టీని మౌత్ వాష్‌గా ఉపయోగించండి. రోజుకు రెండు సార్లు నోటిలో గ్రీన్ టీ వేసుకుని పుక్కిలించాలు ఇది దంతాలను బలోపేతం చేయడానికి, మంటను తగ్గించడానికి తోడ్పడుతుంది.

పాక్ తాత్కాలిక ప్రభుత్వంలో

తీవ్రవాది భార్యకు చోటు

ఇస్లామాబాద్: పాకిస్తాన్ తాతకాలిక ప్రధానిగా బాధ్యతలు స్వీకరించిన అన్వర్-ఉల్-హాక్ కకర్ తాత్కాలికంగా కేబినెట్ విస్తరించారు. కేబినెట్లో తీవ్రవాది యాసిన్ మాలిక్ సతీమణి మిశాల్ హుస్సేన్ మాలిక్ కు కూడా చోటు కల్పించడం పాకిస్తాన్ మీడియాలో హాట్ టాపిక్ గా మారింది. త్వరలో జరగనున్న ఎన్నికల నేపథ్యంలో షెబాజ్ షరీఫ్ తమ ప్రభుత్వాన్ని రద్దు చేశారు. అనంతరం ఆగస్టు 15న అన్వర్-ఉల్-హాక్ కకర్ ఆపద్ధర్మ ప్రధాన మంత్రిగా బాధ్యతలు స్వీకరించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన నియమించిన కొత్త కేబినెట్ మంత్రుల జాబితాలో మానవ వనరుల శాఖ మంత్రిగా మిశాల్ హుస్సేన్ మాలిక్ ను నియమించినట్లు తెలిపారు. మిశాల్ భర్త జమ్మూ కశ్మీర్ లిబరేషన్ ఫ్రంట్ అధినేత యాసిన్ మాలిక్ తీవ్రవాదులకు నిధులను సమకూర్చిన కేసులో నేషనల్ ఇన్వెస్టిగేషన్ ఏజెన్సీ నెరసుడిగా నిర్ధారించగా కోర్టు అతడికి జీవితఖైదు విధించింది. ప్రస్తుతం యాసిన్ మాలిక్ శిక్షను అనుభవిస్తున్నాడు. మిశాల్ హుస్సేన్ మాలిక్ తోపాటు ఆర్థిక మంత్రిగా మాజీ సెంట్రల్ బ్యాంకు చీఫ్ షంషాద్ అఖ్తర్, అంతర్గత వ్యవహారాల శాఖ మంత్రిగా సర్ఫరాజ్ బుగాటి నియమితులయ్యారు. వీరితోపాటు మొత్తం 16 మంది మంత్రులతో కూడిన పాకిస్తాన్ కేబినెట్ తో అధ్యక్షుడు ఆరిఫ్ అల్వి ప్రమాణ స్వీకారం చేయించారు. కొత్తగా మంత్రులుగా బాధ్యతలు స్వీకరించిన వారిలో జలీల్ అబ్బాస్ జిలానీ, లెఫ్టినెంట్ జనరల్ (ఆర్) అన్వర్ అలీ హైదర్, ముర్తజా సోలంగి సమీ సయీద్, షాహిద్ అష్రఫ్ తరార్, అహ్మద్ ఇర్ఫాన్ అస్లాం, ముహమ్మద్ అలీ, గోహర్ ఎజాజ్, ఉమర్ సైఫ్, నదీమ్ జాన్, ఖలీల్ జార్జ్, అనీఖ్ అహ్మద్, జమాల్ షా, మదాద్ అలీ సింధీ ఉన్నారు. పాక్ తాత్కాలిక ప్రధానికి ముఖ్య సలహాదారులుగా ఎయిర్ మార్షల్(ఆర్) ఫర్హాట్ హుస్సేన్ ఖాన్, ఆహద్ ఖాన్ చీమా, వకార్ మసూద్ ఖాన్ ప్రమాణస్వీకారం చేశారు. పీపుల్స్ డెమొక్రటిక్ పార్టీ అధ్యక్షుడు మహబూబ్ ముఫ్తీ సోదరి, జమ్మూ కశ్మీర్ మాజీ ముఖ్యమంత్రి ముఫ్తీ మహమ్మద్ సయీద్ కుమార్తె రుబైయా సయీద్ 1989, డిసెంబరు 8న కిడ్నాప్ కు గురవ్వగా ఆ కేసులో యాసిన్ మాలిక్ ను నిందితుడిగా గుర్తించారు. ఈ నేపథ్యంలోనే యాసిన్ మాలిక్ స్థాపించిన జమ్మూ కశ్మీర్ లిబరేషన్ 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.. కశ్మీరీ పండిట్లే. వారంతా హిందూ మతం నుంచి ఇస్లాం మతాన్ని స్వీకరించినవారే.' అని ఆజాద్ వెల్లడించారు.

బిల్లు ఆమోదం పై జాప్యానికి నిరసనగా ఇండోనేషియాలో ఇంటి పనివారి దీక్షలు

జకార్తా : ఇండోనేషియాలో ఇంటిపనివారలు తమకు రక్షణ కల్పించాలని కోరుతూ నిరాహార దీక్షకు దిగారు. జకార్తాలో పార్లమెంట్‌కు ఎదురుగా వేసిన శిబిరాల్లో దాదాపు 40మంది డొమెస్టిక్ వర్కర్స్ అలయన్స్‌కి చెందిన కార్యకర్తలు ఈ దీక్షలో పాల్గొన్నారు. ఇంటిపనివారల రక్షణకు సంబంధించిన బిల్లును పార్లమెంటులో ప్రవేశపెట్టడంలో జాప్యాన్ని వారు నిరసించారు. రాజధాని జకార్తాతో పాటూ ఇతర ప్రధాన నగరాల్లో సోమవారం నిరశనలు జరిగాయి. బిల్లు ఆమోదం పొందేవరకు ప్రతి రోజూ ఇలా నిరశన చేపడతామని డొమెస్టిక్ వర్కర్ల నేషనల్ అడ్వకసీ నెట్‌వర్క్‌కి చెందిన లీటా అంగ్రాయిని చెప్పారు. ప్రభుత్వం నుండి వారికెలాంటి రక్షణ వుండడం లేదని ఆమె విమర్శించారు. పనిమనుష్యుల రక్షణ బిల్లును తక్షణమే ఆమోదించి చట్టంగా మార్చాలని ఆమె పార్లమెంట్ సభ్యులను కోరారు. బిల్లు అమోదంలో జాప్యం జరిగిన కొద్దీ మరింతమంది వర్కర్లు తీవ్రమైన హింస, వివక్షలకు గురవుతారని ఆమె హెచ్చరించారు. ఇండోనేషియాలో డొమెస్టిక్ వర్కర్లు ఎదుర్కొంటున్న సవాళ్ళను ప్రతిబింబించేలా వారు గడియారాలు, నేప్‌కిన్స్, ఇతర పారిశుధ్య పరికరాలను ప్రదర్శించారు. హింస, అవమానాలు, వివక్ష, దూషణలు వంటి సమస్యలను పరిష్కరించేందుకు 2014లో డొమెస్టిక్ వర్కర్స్ బిల్లును పార్లమెంట్ సభ్యులు ప్రతిపాదించారు. అప్పటి నుండి కనీసం మూడుసార్లు ఈ బిల్లును ప్రాధాన్యతా జాబితాలో నుండి తొలగిస్తూనే వస్తున్నారు.

చైనా, వియత్నాం మధ్య చీలిక తెచ్చేందుకు అమెరికా కుతంత్రం

హనోయ్ : ఇండో పసిఫిక్ 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 ప్రచ్ఛన్న యుద్ధంలో భాగంగా, చైనా, వియత్నాంల మధ్య చీలిక తీసుకురావాలని వాషింగ్టన్‌లోని నేతలు భావిస్తున్నారు. చైనా, వియత్నాంలు సరిహద్దును పంచుకుంటున్నాయి. ఈ నేపథ్యంలో చైనాను అన్ని వైపుల నుండి చుట్టుముట్టేందుకు గానూ వియత్నాంను తమ వ్యూహంలోకి చేర్చుకోవాలని అమెరికా కృత నిశ్చయంతో వున్నట్లు కనిపిస్తోంది. వియత్నాం పట్ల ఏళ్ళ తరబడి ఈ చీలిక విధానాన్ని అమెరికా అనుసరిస్తూ వస్తోంది. అయితే ఇప్పటివరకు ఈ విధానం పెద్దగా విజయం సాధించలేదు. ఈ నేపథ్యంలో అమెరికా తన ప్రయత్నాలను ముమ్మరం చేసింది. అమెరికాతో చైనా వ్యతిరేక ఒప్పందం కుదుర్చుకోవడమన్నది వియత్నాం విదేశాంగ విధాన మార్గదర్శక సూత్రాలకు పూర్తి విరుద్ధంగా వుంది. అన్ని దేశాలతో శాంతియుత సహజీవనం సాగిస్తూ, ఏ మిలటరీ కూటమితో ఘర్షణ పెట్టుకోకుండా, ఏ ఇతర దేశంపైనా హింసకు పాల్పడకుండా జీవించాలన్నది వియత్నాం లక్ష్యంగా వుంది. అయినా కానీ వియత్నాంను తనవైపునకు లాగాలని అమెరికా చాలా పట్టుగా వుంది. అయితే, ఆసియాలో బైడెన్ ప్రభుత్వం ఉద్రిక్తతలను రెచ్చగొడుతుండడంతో సహకారం, శాంతి పంథాను అనుసరించాలని చైనా, వియత్నాం ప్రభుత్వాలు నిర్ణయించాయి. ఈ నెల 9, 10 తేదీల్లో వియత్నాం డిప్యూటీ విదేశాంగ మంత్రి, చైనా విదేశీ వ్యవహారాల ఉపమంత్రి సమావేశమై ద్వైపాక్షిక సంబంధాలపై చర్చించారు. సమగ్ర వ్యూహాత్మక సహకార భాగస్వామ్యంగా ఇరు దేశాల మధ్య సంబంధాలను నిర్వచించారు.

భారతదేశంలో అత్యధిక ముస్లింలు హిందూ మతం నుండి మారారు

జమ్ము : కశ్మీరీ పండిట్లపై కాంగ్రెస్ పార్టీ మాజీ నేత, డెమోక్రటిక్ ప్రోగ్రెసివ్ ఆజాద్ పార్టీ అధినేత గులాం నబీ ఆజాద్ సంచలన వ్యాఖ్యలు చేశారు. భారత దేశంలో ఉన్న అత్యధిక ముస్లింలు హిందూ మతం నుంచి ఇస్లాం మతాన్ని స్వీకరించినవారేనని కామెంట్స్ చేశారు. ఇందుకు నిదర్శనంగా కశ్మీర్ లోయలోని కశ్మీర్ పండిట్‌లే అని ఆయన వ్యాఖ్యానించారు. ఇస్లాం మతం 1,500 ఏళ్ల క్రితమే ఉంది. అయితే హిందూ మతం ఇస్లాం మతం కంటే చాలా పురాతనమైనది అని ఆయన వెల్లడించారు. కశ్మీర్‌లోని ధోడా జిల్లాలో జరిగిన సమావేశంలో గులాం నబీ ఆజాద్ మీడియాతో మాట్లాడుతూ.. 'రాజకీయ మైలేజీ కోసం మతాన్ని అడ్డు పెట్టుకునేవారంతా బలహీనులే. ఇటీవల ఒక బీజేపీ నాయకుడు మాట్లాడుతూ భారత్‌లో ముస్లింలంతా బయట నుంచి వచ్చిన వారేనని అన్నారు. అయితే భారత్‌లో ముస్లింలెవరూ బయట నుంచి వచ్చినవారు కాదు. భారత్‌లో బయట నుండి వచ్చిన ముస్లింలు 10 నుంచి 20 శాతం మాత్రమే ఉంటారు.

విశేష రాజకీయ అనుభవ శాలి

శంకర్ దయాళ్ శర్మ (ఆగస్టు 19, 1918ఢిసెంబర్ 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 క్విట్ 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, లక్నో విశ్వ విద్యాలయం, ఫిట్జ్ విలియం కళాశాల, కేంబ్రిడ్జ్ విశ్వ విద్యాలయం, లింకన్స్ 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 ఉన్నపుడు, ఉప రాష్ట్రపతిగా పనిచేసారు. అంతకు పూర్వం 1950 నుండి 1952 వరకు భోపాల్ కాంగ్రెస్ కమిటీ అధ్యక్షులుగా ఉన్నారు. 1952 లో అప్పటి భోపాల్ రాష్ట్రానికి ముఖ్యమంత్రి అయ్యారి. 1956లో భోపాల్ మిగతా చిన్న రాష్ట్రాలతో కలిసి మధ్యప్రదేశ్ ఏర్పడేవరకూ ముఖ్యమంత్రిగా పనిచేశారు. విద్యా శాఖ, న్యాయ శాఖ మొదలైన అనేక శాఖల్లో కేంద్ర మంత్రిగా, ఆంధ్రప్రదేశ్ గవర్నరుగా పనిచేసారు. 1960లలో ఇందిరా గాంధీ బలమైన మద్దతు దారుగా, ఆమె కాంగ్రెస్ పగ్గాలు చేపట్టడాన్ని సమర్థించారు. ఆమె ప్రధాన మంత్రిగా ఉన్న కాలంలో అనేక మంత్రి పదవులు నిర్వహించారు. 1972-74 మధ్యలో భారత జాతీయ కాంగ్రెస్ అధ్యక్షులుగా పనిచేశారు. 1974-77 మధ్యలో కమ్యూనికేషన్ల శాఖా మంత్రిగా పనిచేశారు. 1984 లో ఆంధ్రప్రదేశ్ గవర్నర్‌గా నియమితులయ్యారు . పంజాబ్‌లో ఎన్నికల తర్వాత, 1985 లో శర్మ పంజాబ్ గవర్నర్‌గా 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 విపరీతమైన 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 గ్రేషన్/భద్రతా అధికారులు ఎయిర్‌పోర్టు నుంచే తిప్పిపంపేశారు. ఎందుకు పంపేస్తున్నారనే దానిపై అధికారికంగా ఎలాంటి సమాచారం ఇవ్వకుండానే.. బలవంతంగా విమానం ఎక్కించి వెనక్కి పంపారు. ఇలా అట్లాంటా, శాన్‌ఫ్రాన్సిస్కో, షికాగో ప్రాంతాల నుంచి 21 మందిని తిప్పిపంపినట్టు తెలిసింది. దాదాపు వారం రోజుల నుంచి ఇలా ఒకరిద్దరిని పంపేస్తున్నా..ఇప్పుడు ఒక్కరోజే 20 మందికిపైగా విద్యార్థులను వెనక్కి పంపడంతో విషయం బయటికి వచ్చిందని అమెరికాలోని తెలుగు సంఘాలు చెప్తున్నాయి. అయితే పత్రాలు, వివరాలన్నీ పరిశీలించాకే అమెరికా వీసా ఇస్తారని, అలాంటప్పుడు ఈ సమస్య ఎందుకొచ్చిందన్న ఆందోళన వ్యక్తమవుతోంది. సదరు విద్యార్థుల పేర్లు, ఇతర వివరాలు ఇంకా బయటికి రాలేదు. పక్కాగా ఏర్పాట్లు చేసుకున్నా..: అమెరికాలో ఆగస్టులో విద్యా సంవత్సరం మొదలవుతుంది. దీనికి తగ్గట్టుగానే భారత విద్యార్థులు ప్రణాళిక సిద్ధం చేసుకుంటారు. అక్కడి వీసా నిబంధనలకు అనుగుణంగా అన్ని డాక్యుమెంట్లు సిద్ధం చేసుకుంటారు. ముందే టోఫెల్, జీఆర్‌ఈ వంటి పరీక్షలు రాస్తారు. వాటి మార్కుల ఆధారంగానే అక్కడి యూనివర్సిటీలలో సీట్లు వస్తాయి. తర్వాత అమెరికాలో చదువుకున్నన్ని రోజులు జీవించడానికి అవసరమయ్యే మేర సొమ్మును బ్యాంకు బ్యాలెన్స్‌గా చూపిస్తారు. ఇందుకోసం విద్యార్థులు కన్సల్టెన్సీల సహకారం తీసుకుంటున్నారు. ఇక్కడ ఇంజనీరింగ్ పూర్తయ్యాక ఏదో ఒక కంపెనీలో ఉద్యోగం చేస్తున్నట్టుగా అనుభవం సర్టిఫికెట్లు కూడా సమర్పిస్తున్నారు. ఈ వ్యవహారంలోనే మన విద్యార్థులు ఇబ్బందుల్లో పడుతున్నారని అమెరికాలోని తెలుగు అసోసియేషన్లు చెప్తున్నాయి.

తెలంగాణ రాష్ట్ర రోడ్డు రవాణా సంస్థ ప్రయాణీకుల భద్రతే ధ్యేయం

జె.బి.ఎమ్ (జీదీవీ) ఎలక్ట్రిక్ బస్సు సర్వీసులు తాత్కాలిక నిలిపివేత

ఆదిలాబాద్ జిల్లా ఇంద్రప్రభ ప్రతినిధి : హైదరాబాద్ బస్ భవన్‌లో కమాండ్ కంట్రోల్ ఏర్పాటు... 100% సేఫ్టీ సర్టిఫికేట్ వస్తేనే సర్వేసుల పునరుద్ధరణనేషనల్ ఎలక్ట్రిక్ బస్ ప్రోగ్రామ్ కింద తెలంగాణ రాష్ట్ర రోడ్డు రవాణా సంస్థ లో నడుస్తున్న జె.బి.ఎమ్ ఎలక్ట్రిక్ బస్సులలో (జీదీవీ వ-దీబంవం) వరుసగా హై వోల్టేజ్ బ్యాటరీ ప్రమాదాలు జరుగుతున్న నేపథ్యంలో, ప్రయాణీకుల భద్రతను దృష్ట్యా టీజీఎస్ ఆర్టీసీ యాజమాన్యం కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది. రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ఉన్న అన్ని డిపోల పరిధిలో తిరిగే జె.బి.ఎమ్ సంస్థకు చెందిన ఎలక్ట్రిక్ బస్సుల కార్యకలాపాలను తాత్కాలిక నిలిపివేతకు యాజమాన్యం ఆదేశాలు జారీ చేసింది.గత నెల జూన్ 21వ తేదీ ఉదయం ఎనిమిది గంటలకు కరీంనగర్ సమీపంలో అలుగునూర్ వద్ద జరిగిన బస్సుఅగ్ని ప్రమాదము పై పూర్తి నివేదిక రాకమునుపే మరొక సంఘటన జరగడం వలన ప్రయాణీకులు, సిబ్బంది ఓ ప్రజల ప్రాణాల రక్షణే అత్యంత ప్రాధాన్యతగా భావించి, తెలంగాణ ఆర్టీసీ యాజమాన్యం ఈ నిర్ణయాన్ని తీసుకుంది.తదుపరి చర్యలు మరియు షరతులు:తెలంగాణ ఆర్టీసీ జేబీఎం సంస్థను ప్రమాదాల విశ్లేషణ నివేదిక, శాశ్వత నివారణచర్యలు, బ్యాటరీ ఫిట్నెస్ సర్టిఫికేషన్, హైదరాబాద్ బస్సు భవన్లో కమాండ్ కంట్రోల్‌ఏర్పాటు మరియు భద్రతకు సంబంధించిన పలు అంశాలపై స్పందించి తగు నివేదిక సమర్పించవలసిందిగా కోరడం జరిగింది.పునరుద్ధరణపై నిర్ణయం:ఆర్టీసీ విజ్ఞాపన పై స్పందించిన జె.బి.ఎమ్ సంస్థ పైన పేర్కొన్న పలు అంశాల పైన తక్షణమే నివేదికలు, సిద్ధం చేసేందుకై వారి టెక్నికల్ టీం మరియు చైనా నుంచి బ్యాటరీ నిపుణుల బృందం కూడా ప్రమాద పరిస్థితులు వాటికి దారి తీసిన సందర్భాలను పరిశీలించి పలు నివారణ చర్యలపై నివేదిక తయారు చేసే పనిలో నిమగ్నమై ఉన్నాయి. భద్రతా ప్రమాణాలు మరియు సంబంధిత నివేదికలను ఆర్టీసీ ఉన్నతాధికారుల బృందం క్షుణ్ణంగా పరిశీలించిన అనంతరం, సంస్థ నిర్దేశించిన అన్ని షరతులనుజె.బి.ఎమ్. యాజమాన్యం పూర్తిగా పాటించినట్లు సంతృప్తి చెందిన పిదప, వారి టెక్నికల్ బృందం "వెహికల్ ఫిట్ ఫర్ ఆపరేషన్ " అని ధృవీకరించిన వాహనాల పునరుద్ధరణ పై తుది నిర్ణయం తీసుకోబడుతుంది.ప్రజారవాణాలో భద్రత విషయంలో టీజీఎస్ ఆర్టీసీ ఎటువంటి రాజీ పడదని, ప్రయాణీకులు సురక్షితంగా ప్రయాణించేలా అన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకుంటుందని ఈ సందర్భంగా యాజమాన్యం స్పష్టం చేసింది.

దొడ్డి కొమురయ్య వర్ధంతి సందర్భంగా ఘన నివాళులర్పించిన ఎంపీ, ఎం ఎల్ ఏ లు.

ఆదిలాబాద్ జిల్లా ఇంద్రప్రభ ప్రతినిధి :తెలంగాణ రైతాంగ సాయుధ పోరాట తొలి అమరుడు దొడ్డి కొమురయ్య వర్ధంతిసందర్భంగా ఆదిలాబాద్ జిల్లా కలెక్టర్ కాన్ఫరెన్స్ హాలులో శనివారం ఏర్పాటు చేసిన కార్యక్రమంలో ఆదిలాబాద్ జిల్లా ఎంపీ గోడం నగేష్, ఎంఎల్ఏలు పాయల శంకర్,అనిల్ జాదవ్, జిల్లా పాలనా అధికారి రాజర్షి షాలు కలిసి దొడ్డి కొమురయ్య చిత్రపటానికి పూలమాలలు వేసి ఘనంగా నివాళులర్పించారు.ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే మాట్లాడుతూ, నిజాం నిరంకుశ పాలనకు వ్యతిరేకంగా రైతుల హక్కుల కోసం ప్రాణత్యాగం చేసిన దొడ్డి కొమురయ్య త్యాగం తెలంగాణ చరిత్రలో చిరస్థాయిగా నిలిచిపోతుందని అన్నారు. ఆయన చూపిన పోరాటస్ఫూర్తి భావితరాలకు ఆదర్శంగా నిలుస్తుందని పేర్కొన్నారు.తెలంగాణ రాష్ట్ర సాధనలోనూ, తెలంగాణ ఆత్మగౌరవ పరిరక్షణలోనూ అమరవీరుల త్యాగాలను ఎప్పటికీ మరువలేమని, వారి ఆశయాల సాధనే వారికి నిజమైన నివాళిఅనివారు పేర్కొన్నారు.

స్పెషల్ ఇంటెన్సివ్ రివిజన్ పై సందేహాల నివృత్తికి హెల్ప్ డెస్క్ ఏర్పాటు

- జగిత్యాల జిల్లా కలెక్టర్ బి. సత్య ప్రసాద్

ఇంద్ర ప్రభ రాయికల్ జూలై 4 స్పెషల్ ఇంటెన్సివ్ రివిజన్ (ఎస్.ఐ.ఆర్.) -2026 కార్యక్రమంలో భాగంగా జగిత్యాల జిల్లాలోని మూడు అసెంబ్లీ నియోజకవర్గాల ఓటర్లకు అవగాహన కల్పించడంతో పాటు ఎన్యూమరేషన్ ఫారం నింపడంపై సందేహాల నివృత్తి కోసం జిల్లా కలెక్టర్ కార్యాలయంలో ప్రత్యేక హెల్ప్ డెస్క్‌ను ఏర్పాటు చేసినట్లు జిల్లా కలెక్టర్ బి. సత్య ప్రసాద్ శుక్రవారం ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు.జిల్లాలోని ఓటర్లు తమ ఓటరు జాబితాలో నమోదైన వ్యక్తిగత వివరాలు, సంబంధిత బూత్ లెవల్ ఆఫీసర్ (బీఎల్‌వో), బీఎల్‌వో సూపర్‌వైజర్, అసిస్టెంట్ ఎలక్టోరల్ రిజిస్ట్రేషన్ ఆఫీసర్ (ఏఈఆర్‌వో), ఎలక్టోరల్ రిజిస్ట్రేషన్ ఆఫీసర్ (ఈఆర్‌వో) వివరాలతో పాటు ఎన్యూమరేషన్ ఫారం నింపే విధానంపై ఏవైనా సందేహాలు ఉంటే జిల్లా కలెక్టర్ కార్యాలయంలో ఏర్పాటు చేసిన హెల్ప్ డెస్క్‌ను లేదా హెల్ప్‌లైన్ నంబర్ 7989193131ను సంప్రదించి అవసరమైన సమాచారాన్ని పొందవచ్చని కలెక్టర్ తెలిపారు.ఎస్.ఐ.ఆర్.-2026 ప్రక్రియలో ప్రతి అర్హత కలిగిన ఓటరు చురుకుగా పాల్గొని, తమ ఓటరు వివరాలను సరిచూసుకుని అవసరమైతే ఎన్యూమరేషన్ ఫారాన్ని సక్రమంగా నింపి సమర్పించాలని కలెక్టర్ కోరారు. ఓటర్లకు అవసరమైన సమాచారం, మార్గదర్శకత్వం అందించేందుకు హెల్ప్ డెస్క్ ద్వారా అధికారులు అందుబాటులో ఉంటారని జిల్లా కలెక్టర్ బి. సత్య ప్రసాద్ ఆ ప్రకటనలో పేర్కొన్నారు.

అంబారిపేట ట్రాక్టర్ డ్రైవర్స్ యూనియన్ అధ్యక్షుడిగా గంగరాజు

ఇంద్ర ప్రభ రాయికల్ జూలై 4 జగిత్యాల జిల్లా ఎండపల్లి మండలంలోని అంబారిపేట గ్రామంలో శుక్రవారం ట్రాక్టర్ డ్రైవర్ యూనియన్ అసోసియేషన్ సర్వసభ్య సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సమావేశ అనంతరం పాత కార్యవర్గం పదవి కాలం పూర్తి కావడంతో నూతన కార్యవర్గాన్ని ఏకగ్రీవంగా ఎన్నుకున్నారు. నూతన అధ్యక్షుడిగా బండారి గంగరాజు, ఉపాధ్యక్షులుగా గోగుల సురేందర్ లను సంఘ సభ్యులందరి సమక్షంలో ఏకగ్రీవంగా ఎన్నుకున్నారు. పూర్తిస్థాయి కార్యవర్గాన్ని త్వరలోనే నియమిస్తామని నూతన అధ్యక్ష, ఉపాధ్యక్షులు తెలిపారు

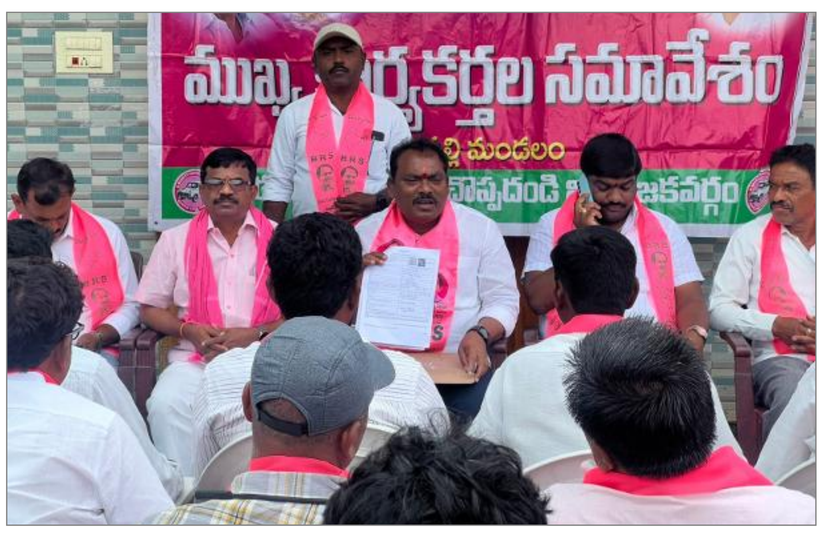
బాన్సువాడ ఏరియా ఆసుపత్రి ఆవరణ బురద మయం.

కామారెడ్డి జిల్లా బాన్సువాడ పట్టణంలోని ప్రభుత్వ ఏరియా ఆసుపత్రి ఆవరణ కొద్దిపాటి వర్షానికే వర్షపు నీరు నిలిచి బురదమయం అయింది.దీనివలన ఆసుపత్రికి వచ్చిన రోగులు,వారిని తీసుకొచ్చిన బంధువులు అసౌకర్యానికి గురౌతున్నారు.సంబంధిత శాఖ అధికారులు స్పందించి ఆసుపత్రి ఆవరణలో వర్షపు నీరు నిల్వ ఉండకుండా తగు చర్యలు తీసుకోవాలని ఆసుపత్రికి వచ్చిన రోగులు,వారి బంధువులు కోరుతున్నారు.

సర్ లో అలసత్వం వద్దు

అర్హులైన ప్రతి ఒక్కరి ఓటు హక్కును కాపాడాలి

మాజీ ఎమ్మెల్యే సుంకె రవిశంకర్



బోయినిపల్లి, జూలై 4 (ఇంద్ర ప్రభ): ప్రత్యేక ఓటర్ల జాబితా సవరణ (ఎస్ఐఆర్) ప్రక్రియలో ఎలాంటి అలసత్వానికి తావు ఇవ్వకుండా అర్హులైన ప్రతి ఒక్కరి ఓటు హక్కును పరిరక్షించేందుకు కృషి చేయాలని చొప్పదండి మాజీ ఎమ్మెల్యే సుంకె రవిశంకర్ బీఆర్ఎస్ బూత్ లెవెల్ ఏజెంట్లకు పిలుపునిచ్చారు.శనివారం బోయినిపల్లి మండలంలోని బీఆర్ఎస్ పార్టీ కార్యాలయంలో 23 గ్రామాలకు చెందిన బూత్ లెవెల్ ఏజెంట్లతో నిర్వహించిన అవగాహన సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడారు. ప్రత్యేక ఓటర్ల జాబితా సవరణ ప్రక్రియ అత్యంత కీలకమైందని, అర్హులైన ప్రతి ఓటరు వివరాలు సక్రమంగా నమోదయ్యేలా పూర్తి బాధ్యతతో వ్యవహరించాలని సూచించారు. బీఆర్ఎస్ క్యాడర్ ఇంటింటికీ వెళ్లి ఓటర్ల వివరాలను పరిశీలించాలని, కొత్త ఓటర్లను గుర్తించి నమోదు చేయించడంతో పాటు అవసరమైన సవరణలు చేయించాలని సూచించారు. ఎన్నికల సంఘం మార్గదర్శకాలను తూచా తప్పకుండా పాటిస్తూ, ప్రజల్లో అవగాహన కల్పించి సందేహాలను నివృత్తి చేయాలని అన్నారు.బూత్ వారీగా కార్యాచరణ రూపొందించుకోవడం, కుటుంబాల వారీగా ఓటర్ చెక్‌లిస్టు సిద్ధం చేయడం, కొత్త ఓటర్ల గుర్తింపు, బీఎల్వోలతో సమన్వయం వంటి అంశాలపై బూత్ లెవెల్ ఏజెంట్లకు దిశానిర్దేశం చేశారు. అర్హులైన ఒక్క ఓటు కూడా నిర్లక్ష్యంతో కోల్పోకుండా చూడాలని, అలాంటి పరిస్థితి ప్రజాస్వామ్యానికి నష్టమని పేర్కొన్నారు. రాబోయే ఎన్నికల్లో పార్టీ విజయానికి బూత్ లెవెల్ ఏజెంట్ల పాత్ర అత్యంత కీలకమని, పార్టీ అధినేత కేసీఆర్‌ను తిరిగి ముఖ్యమంత్రిగా చేసేందుకు ప్రతి కార్యకర్త అంకితభావంతో పనిచేయాలని పిలుపునిచ్చారు. ఈ సమావేశంలో పార్టీ నాయకులు, ప్రజాప్రతినిధులు, బూత్ లెవెల్ ఏజెంట్లు, కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

ద్విచక్ర వాహనం ఇంజన్ లో మంటలు తప్పిన ప్రమాదం

కామారెడ్డి జిల్లా బాన్సువాడ పట్టణంలోని తాడ్కోల్ చౌరస్తా స్వీట్ హోమ్ ముందు శుక్రవారం సాయంత్రం ద్విచక్ర వాహనం ఇంజన్ లో ఒక్కసారిగా మంటలు చెలరేగాయి.జుక్కల్ మండలానికి చెందిన వ్యక్తి బాన్సువాడలో తన పనులు ముగించుకుని తిరిగి తన స్వగ్రామానికి వెళ్తుండగా ఈ ప్రమాదం చోటుచేసుకుంది.అప్రమత్తమైన స్థానికులు వాహనాన్ని పక్కన ఆపించి మంటలు ఆర్పటంతో ప్రమాదం తప్పింది.ఇంజన్ అతిగా వేడెక్కడం వల్లనే ఈ ప్రమాదం జరిగుండొచ్చని స్థానికులు అభిప్రాయ పడ్డారు.

రైతాంగ పోరాటానికి దొడ్డి కొమురయ్య త్యాగం స్ఫూర్తిదాయకం

జిల్లా కలెక్టర్ గరిమ అగ్రవాల్

ఐడీఓసీలో దొడ్డి కొమురయ్య వర్ధంతి కార్యక్రమం

రాజన్న సిరిసిల్ల, జూలై -04, ఇంద్రప్రభ : తెలంగాణ రైతాంగ సాయుధ పోరాటంలో దొడ్డి కొమురయ్య త్యాగం నేటి తరాలకు స్ఫూర్తిదాయకమని జిల్లా కలెక్టర్ గరిమ అగ్రవాల్ పేర్కొన్నారు.శనివారం సమీకృత జిల్లా కార్యాలయాల సముదాయంలో బీసీ అభివృద్ధి శాఖ ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన దొడ్డి కొమురయ్య వర్ధంతి కార్యక్రమంలో ఆయన చిత్రాపటానికి పూలమాల వేసి జిల్లా కలెక్టర్ నివాళులర్పించారు.ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ గరిమ అగ్రవాల్ మాట్లాడుతూ, దొడ్డి కొమురయ్య పోరాటం తెలంగాణ చరిత్రలో నిలిచిపోయిందన్నారు. అణగారిన వర్గాల హక్కుల సాధన కోసం ఆయన త్యాగనిరతి ప్రతి ఒక్కరికీ స్ఫూర్తిదాయకమని పేర్కొన్నారు. సమాజ అభ్యున్నతి కోసం నిబద్ధతతో పనిచేయడమే ఆయనకు నిజమైన నివాళి అని అన్నారు.కార్యక్రమంలో జిల్లా రెవెన్యూ అధికారి జయశ్రీ, బీసీ అభివృద్ధి శాఖ అధికారి సౌజన్య, ఎస్సీ కార్పొరేషన్ ఈడీ స్వప్న, కురుమ సంఘం ప్రతినిధులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

తాగే నీటితో జాగ్రత్త,సీజనల్ వ్యాధులు రాకుండా రక్షణ కల్పించుకోండి

కామారెడ్డి జిల్లా బాన్సువాడ మండలం గత రెండు రోజులుగా వర్షాలు కురుస్తున్నందున సీజనల్ వ్యాధులు ప్రబలకుండా ప్రజలు కొన్ని ఆరోగ్య సూత్రాలు పాటించి తమను, తాము వ్యాధుల నుండి రక్షణ కల్పించుకోవాలని వైద్యాధికారులు సూచిస్తున్నారు.తాగునీరు సులభంగా కలిషితమయ్యే ప్రమాదమున్నందున టైఫాయిడ్, డమేరియా లాంటి వ్యాధులు ప్రబలకుండా నీటిని కాచి చల్లారిన తర్వాత తాగాలని,వాటర్ ఫిల్టర్ నీటిని ఉపయోగించేవారు వాటిని శుభ్రపరచి వినియోగించుకోవాలని,ఇంటి పరిసరాలను శుభ్రంగా ఉంచుకుని దోమలు, ఈగలు చేరకుండా చూసుకోవాలని,కూరగాయలు,ఆకుకూరలు వండేముందు శుభ్రంగా కడిగి వండుకోవాలని,తినేముందు చేతులను శుభ్రంగా కడుక్కోవాలి,ముఖ్యంగా చిన్నపిల్లలు, వృద్దులు చాలా జాగ్రత్తలు పాటించాలని వారు సూచనలు చేశారు.

సనుగుల పాఠశాల విద్యార్థులకు ఆరోగ్య పరీక్షలు

చందుర్థి, జులై 4, ఇంద్రప్రభ : : ప్రాథమిక పాఠశాల సనుగులలో విద్యార్థులకు మెడికల్ ఆఫీసర్ కె ప్రభాకర్ ఆరోగ్య పరీక్షలు నిర్వహించారు ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ వర్షాకాలం వచ్చినందున నీరు కలుషితం అయ్యి తినే ఆహార పదార్థాలు కలుషితం ఔతాయని ఈ కాలంలో ఈగలు, దోమలు వృద్ధి చెంది అనారోగ్యాలకు కారణం ఔతాయని అన్నారు కావున విద్యార్థులు ప్రతి నిత్యం పరిశుభ్రమైన వేడిగా ఉన్న ఆహారం తీసుకోవాలని ఉతికిన పరిశుభ్రమైన దుస్తువులు ధరించి గోల్లు కత్తిరించుకోవడం ప్రతి నిత్యం సబ్బుతో స్నానం చేయడం తలను శుభ్రంగా దువ్వుకోవడం నోటిని బ్రష్‌తో తోముకోవడం ఉతికిన దుస్తులు ధరించడం వంటి పనులు ప్రతి నిత్యం చేసి ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవాలన్నారు ఈ కార్యక్రమంలో ప్రధానోపాధ్యాయులు కటుకూరి ముఖేష్ మెడికల్ ఆఫీసర్ అభినయశ్రీ ఫార్మసిస్ట్ సంధ్యారాణి ఏ.ఎన్.ఎమ్ ఉపాధ్యాయులు మేకల మేకల కోరెపు శ్రీనివాస్ నాతరి నాగమణి చింతల హరిష్మ పాల్గొన్నారు

ఇందిరమ్మ ఇళ్లు గృహ ప్రవేశ కార్యక్రమం

ఇంద్ర ప్రభ రాయికల్ జూలై 4 రాయికల్ మండల కైరీ గూడెం గ్రామంలో ఇందిరమ్మ ఇళ్లు గృహ ప్రవేశ కార్యక్రమానికి హాజరై శుభాకాంక్షలు తెలిపి చీర కానుకగా అందజేసిన జగిత్యాల ఎమ్మెల్యే డా సంజయ్ కుమార్ ఈ కార్యక్రమంలో ఆత్మ చైర్మెన్ కాటిపెళ్ళి గంగారెడ్డి,సర్పంచ్ కుర్ర మల్లవ్వ ఉప సర్పంచ్ నరేష్ మాజీ ఎంపీపీ సంధ్యారాణి సురేందర్ నాయక్, పాక్స్ చైర్మెన్ ఏనుగు మల్లారెడ్డి,కోల శ్రీనివాస్ ,సర్పంచులు గ్రామ మండల నాయకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

200 కోట్లతో యంగ్ ఇండియా ఇంటిగ్రేటెడ్ స్కూల్‌కు శంకుస్థాపన

మూడపల్లిగ్రామం లో మెగా గురుకులానికి భూమి పూజ చేసిన

ప్రభుత్వ విప్ ఆది శ్రీనివాస్, కలెక్టర్ గరిమ అగ్రవాల్

రాజన్నసిరిసిల్ల జిల్లా, జూలై 04,ఇంద్రప్రభ :చందుర్తి మండలం, మూడపల్లి గ్రామంలో... యంగ్ ఇండియా ఇంటిగ్రేటెడ్ రెసిడెన్షియల్ స్కూల్ నిర్మాణానికి రాష్ట్ర ప్రభుత్వ విప్ ఆది శ్రీనివాస్, జిల్లా కలెక్టర్ గరిమ అగ్రవాల్‌తో కలిసి శంకుస్థాపన చేశారు. ఈ సందర్భంగా కాంగ్రెస్ పార్టీ శ్రేణులు, గ్రామస్తులు మూడపల్లి బస్ స్టాండ్ నుండి భారీ ర్యాలీతో వారికి ఘన స్వాగతం పలికారు. ?ఈ సందర్భంగా ఏర్పాటు చేసిన సమావేశంలో ప్రభుత్వ విప్ ఆది శ్రీనివాస్ మాట్లాడుతూ.. రూ. 200 కోట్లతో, 2600 మంది విద్యార్థులకు వసతితో కూడిన నాణ్యమైన కార్పొరేట్ స్థాయి విద్యను అందించడమే లక్ష్యంగా ఈ యంగ్ ఇండియా ఇంటిగ్రేటెడ్ స్కూల్ నిర్మిస్తున్నామని, దీనిని 16 నుండి 18 నెలల్లోగా పూర్తి చేస్తామని ప్రకటించారు. ఈ స్కూల్ వేములవాడ నియోజకవర్గానికే మణిహారంగా నిలుస్తుందని, ఇందుకు భూమిని అందించిన దాతల సహకారం మరువలేనిదని కొనియాడారు.?ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి నేతృత్వంలోని ప్రజా ప్రభుత్వం విద్యా విధానంలో... సమూల మార్పులు తీసుకువస్తోందని, హైదరాబాద్ ఢిల్లీ పబ్లిక్ స్కూల్ తరహాలో తెలంగాణ పబ్లిక్ స్కూళ్లను ఏర్పాటు చేస్తున్నామని తెలిపారు. మొన్ననే ఆరుట్లలో ముఖ్యమంత్రి చేతుల మీదుగా దీనిని ప్రారంభించుకున్నామని, త్వరలోనే వేములవాడ నియోజకవర్గానికి కూడా తెలంగాణ పబ్లిక్ స్కూల్‌ను ఏర్పాటు చేయబోతున్నామని వెల్లడించారు. విద్యార్థులకు నాణ్యమైన విద్యతో పాటు మంచి భోజనం అందిస్తున్నామని, గురుకుల విద్యార్థుల డైట్, కాస్మోటిక్ చార్జీలను కూడా పెంచినట్లు గుర్తుచేశారు. ఐటీఐలను ఏటీసీలుగా మారుస్తున్నామని, త్వరలోనే రుద్రంగి మండల కేంద్రంలో ఏటీసీ నిర్మాణానికి శంకుస్థాపన చేస్తామన్నారు.?గత పది సంవత్సరాలుగా పడకేసిన పనులన్నీ ప్రస్తుత ప్రజా ప్రభుత్వంలో వేగంగా ముందుకు సాగుతున్నాయని ఆది శ్రీనివాస్ పేర్కొన్నారు. ప్రజల ఆశీర్వాదంతో గెలిచిన తాను ఆనాడు దేనికోసమైతే పోరాడారో, అందులో 95 శాతం పనులను పూర్తి చేశానని సంతోషం వ్యక్తం చేశారు. ప్రస్తుతం రాజన్న సిరిసిల్ల జిల్లాలో రూ. 1000 కోట్లతో అభివృద్ధి పనులు జరుగుతున్నాయని వివరించారు.

?గత ప్రభుత్వం నేతన్నలకు పెట్టిన రూ. 300 కోట్ల బకాయిలను విడుదల చేయడమే కాకుండా, తాజాగా కోటి చీరల ఆర్డర్‌ను కూడా అందించామని స్పష్టం చేశారు. వేములవాడ రాజన్న ఆలయ అభివృద్ధిని గత ప్రభుత్వం కేవలం మాటలకే పరిమితం చేసి,తప్పిదాలు చేసిందని విమర్శించారు. తాము రాజన్న ఆలయాన్ని రూ. 150 కోట్లతో, శృంగేరి పీఠాధిపతుల సూచనల మేరకు,ఆగమశాస్త్రం ప్రకారం పాత ఆలయాన్ని ఏమాత్రం మార్చకుండా విస్తరిస్తున్నామని తెలిపారు. బాసర నుండి భద్రాచలం వరకు రాష్ట్రంలోని అన్ని ప్రముఖ ఆలయాలను ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి అభివృద్ధి చేస్తున్నారని కొనియాడారు.?నియోజకవర్గంలో 50 ఏళ్లుగా జరగని రోడ్డు విస్తరణ పనులు ఇప్పుడు శరవేగంగా జరుగుతున్నాయని, వైఎస్ రాజశేఖర్ రెడ్డి చొరవతో ఆనాడు డబుల్ రోడ్డు నిర్మాణం జరిగితే, ఇప్పుడు రేవంత్ రెడ్డి నేతృత్వంలో వేములవాడ నుండి సిరికొండ వరకు 3 లైన్ల రోడ్డు మంజూరైందని తెలిపారు. త్వరలోనే చందుర్తి – మోత్కూరావుపేట రోడ్డుకు భూమి పూజ చేస్తామని, కొనరావుపేట మండల పరిధిలో బ్రిడ్జి నిర్మాణం చేపడతామని హామీ ఇచ్చారు. భీమారం, మేడిపల్లి, కథలాపూర్ మండలాలకు సాగునీరు అందించే ప్రాజెక్టు పనులు కూడా వేగంగా సాగుతున్నాయన్నారు. ముంపు గ్రామాల ప్రజలకు ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి ఎల్లప్పుడూ అండగా ఉంటారని, ఆనాడు పీసీసీ అధ్యక్షుడి హోదాలోనే ఆయన ముంపు గ్రామాల్లో బస చేసి, సమస్యలను స్వయంగా తెలుసుకున్నారని గుర్తు చేశారు.రైతు సంక్షేమం గురించి మాట్లాడుతూ.. జిల్లాలో వరి ధాన్యం కొనుగోలు సమర్థవంతంగా జరిగిందని, గతంలో కంటే లక్ష మెట్రిక్ టన్నుల ధాన్యాన్ని ఎక్కువగా సేకరించి రైతులకు ఎలాంటి ఇబ్బందులు లేకుండా చర్యలు తీసుకున్నామని చెప్పారు. మర్రిపల్లిలో 40 ఎకరాల స్థలంలో రూపుదిద్దుకోబోతున్న రైతు విజ్ఞాన కేంద్రం రైతులకు భూసార పరీక్షలు చేసుకునేందుకు ఎంతో ఉపయోగపడుతుందని ప్రభుత్వ విప్ ఆది శ్రీనివాస్ వివరించారు.

అసలు కౌలు రైతులు ఎవరినేది ప్రశ్న

ఆదిలాబాద్ జిల్లా ఇంద్రప్రభ ప్రతినిధి : తెలంగాణలో ప్రభుత్వంలు నేడు సబ్సిడీ రుణాలు, పంట రుణాలు, పండించిన పంటలు అమ్మట,రసాయన ఎరువులు, అడుగు మందులు తదితరములను కొనుగోలు చేయాలంటే యాప్ లలో నమోదు చేసుకోవటం , అమ్మేటప్పుడు కూడా ఆన్లైన్ , కంప్యూటర్, ఆధునిక పద్ధతులు ప్రభుత్వంలు అనుసరించి చర్యలుతీసుకొంటుంది. దీంతో కొంతమంది రైతులకు తెలిసో, తెలియకో, మరీ తెల్సికూడా తెలియనట్లు చేస్తున్న చర్యల ఫలితంలు కొందరి రైతు సోదరులకు ఇబ్బందిగా మారింది. ఇలాంటి స్థితిలో కౌలు రైతులు అనేది ఒకటీ ముందుకు వచ్చింది. కొన్ని రైతు పక్ష పాతులం అని చెప్పుకొనే స్వచ్ఛంద సంస్థలు కౌలు రైతులకు న్యాయం చేయాలి అని రైతుల వద్దకు వెళ్లి పత్రిక లలో కెక్కుతున్నారు. 2011 భూ ఆదికృత చట్టం ద్వారా కౌలు రైతులకు రుణాలు ఇవ్వండి,అది ఇవ్వండి, ఇది ఇవ్వండి అంటూ రైతులవద్ద వెళ్లి చెప్తూ వారితో ఫొటోలు దిగి పేపర్లో ప్రకటన కోసం ప్రెస్ గ్రూప్లలో పంపుతున్నారు. ఇది మంచిపని వారు రైతుల కోసం చేస్తున్న సేవ, సేవా బావంతో చేస్తున్నారు. అభినదించవలసిన విషయం. అయితే ఈ సంఘ సేవకులు ఇంకొంచెం కౌలు రైతులకు సరిగా న్యాయం జరుగాలి అంటే,అదే కౌలు రైతులు అని అంటున్నారు. కానీ అసలు కౌలు రైతులు ఎవరు ఎలాగుర్తించాలి అనేది సమస్య. ఒకప్పుడు ఉమ్మడి ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రములో వై ఎస్ రాజశేఖర్ రెడ్డి అధికారంలో ఉన్న సమయంలో కౌలు రైతులు అనేది మొదటిసారితెరపైకి వచ్చింది. అప్పుడు కొంతమందిని కౌలు రైతులు గా అప్పటి రెవిన్యూ అధికారులు కాకి లెక్కలు చెప్పి కంటితుడుపు చర్యలు తీసుకొని చేతులు దులుపు కున్నారు. అటవి చట్టం హక్కుల పత్రాలు కూడా ఆ సమయంలో గిరిజనులకు పంచారు. వారికిచ్చిన పత్రాలు ఇప్పుడు కూడా చెల్లుబాటులో ఉన్నవి. పట్టా ఉన్న రైతుల మాదిరిగానే అటవీ భూమి హక్కు పత్రం ఉన్న రైతులు కూడా లబ్ధిదారులు అయ్యారు. ఆ మాదిరిగానే కౌలు రైతులకు న్యాయం జరుగాలి. కానీ, రైతుల కోసం పని చేస్తున్న రైతు సంఘాలు పని చేస్తున్నట్టే చేసి వదలి పెడుతున్నట్లనిపిస్తోంది. అసలు ముందుకు వచ్చి కౌలు రైతులను రెవిన్యూ అధికారుల వద్దకు వెళ్లి గుర్తింప చేయాలి. ఊళ్ళల్లో వెళ్లి కౌలు చేసే వారు ఎవరు అని రైతులను అడిగితే కొంతమంది రావచ్చు రాకపోవచ్చు. ఇక్కడే తిరకాసు ఏమిటంటే కౌలు పట్టుకొనే వ్యక్తి కౌలు పత్రం రాయించికొని ఉండాలి. కౌలు పట్టుకొని ఉన్న రైతుల పేర ఒక గుంట భూమి కూడా పట్టా పుస్తకం కల్గి ఉండకూడదు.కొంతమంది సన్న, చిన్న కారు రైతులు తమ పేర పట్టాభూమి ఉండి,వ్యవసాయం చేసుకొనుటకు అది సరి పోవడం లేదని, పట్టాఉండి వ్యవసాయం చేయలేని రైతులవద్ద మునాపకు(కౌలు)కు పట్టుకొని పనులు చేసుకొంటారు. రెవిన్యూ లెక్కల ప్రకారం అతను కౌలుదారు (కౌలు రైతు)కాలేడు, ఎందుకంటే అతని పేర ఎంతోకొంత పట్టాభూమి ఉంది కనుక. వ్యవసాయం భూమి అసలే లేకుండా ఉండాలి. ప్రభుత్వం ఇచ్చిన ఇనామ్ భూమి,లావుని భూమి కూడా ఉండకూడదు.వ్యవసాయకూలీ రైతులు మాత్రమే ఆ కోవలోకి వస్తారు.అసలు కౌలు రైతు అతను అయినప్పటికీ అతను పట్టాఉన్న రైతు వద్ద భూమి కౌలుకు చేస్తున్న ప్పటికీ కౌలుకు కుదుర్చుకొన్నట్లు ఒక ఒప్పందపత్రం రాయించుకొని ఉంటేనే అతను కౌలు రైతు అవుతారు. రాత పూర్వక పత్రం లేకుంటే అతను కౌలు రైతు కిందకురాడుఅన్నమాట.రైతుల కోసం పనిచేసే రైతు సంఘ, స్వచ్ఛంద సేవకులు, కార్యకర్తలు ముందుకు వచ్చి ఇలాంటి రైతుల వివరాలు సేకరించి ప్రతి గ్రామంలో తిరిగి ముందు వారికిపట్టాఉన్నరైతుల వద్ద బాండ్ పేపర్లలో కౌలుకు ఇచ్చినట్లు ఒప్పంద పత్రాలు ఇప్పించాలి. అటు పిమ్మట రెవిన్యూ అధికారుల వద్ద నమోదు చేయించాలి. అప్పుడు కదా అతను కౌలు రైతు అవుతడు ఋణం పొందవచ్చు.ప్రభుత్వంలు కౌలు రైతులను గుర్తింపు చేయునట్లు పోరాటం చేసి వారికి న్యాయం చేయవచ్చు. మొదటగా అసలు కౌలు రైతులు ఎవరో గుర్తించాలి.కొంతమంది పట్టాదారులు అసలు భూమిలేని నిరుపేదలకు కౌలుకు భూమిని ఇస్తున్నప్పటికిని కౌలు పత్రాలు రాసి ఇవ్వరు.ఎందుకంటే ఉదాహరణకు ఏజెన్సీ ప్రాంతంలు అయిన ఇచ్చోడ, ఉట్నూర్, ఇంద్రవెల్లి, గుడి హత్నూర్, బజార్ హత్నూర్, నార్నూర్, భీంపూర్,తదితర మండలం గిరిజన మండలంలలో గిరిజన రైతులు ఉంటారు. గిరిజనేతరులు ఉంటారు.గిరిజనేతరులు వారి కోవకు చెందిన వ్యక్తులకు కౌలుకు ఇస్తే పోనీ అని పత్రాలు రాసి ఇస్తే ఇవ్వవచ్చు. కానీ గిరిజనులకు కౌలుకు ఇస్తే మాత్రం రాసిన కౌలు పత్రాలు ఇవ్వరు. ఎందుకంటే వరుసగా గిరిజనేతరుల వ్యవసాయ భూమిని గిరిజన రైతులు కొన్ని సంవత్సరంలు సాగుచేస్తే వారికి భూమిపై హక్కులు గిరిజన చట్టాల ప్రకారం వస్తుంది. అందుకని ముందుగానైతే అలాంటిరైతులకుభూమిని కౌలుకు ఇవ్వరు. ఇచ్చిన కానీ, కౌలు పత్రాలు రాసుకొనివ్వరు.అందుకని కౌలు రైతుల కోసం ప్రభుత్వమే ముందుకు వచ్చి సమస్యను గుర్తించి, వారు కూడా రైతులే కనుక వారికి కూడా ప్రభుత్వంలు న్యాయం చెయ్యాలని అందరం కోరుకుందాం.

కల్తీ ఆహారం తిని, ప్రజలు ప్రాణాలు కోల్పోతే

దానికి ఫుడ్ సేఫ్టీ అధికారులే సమాధానం చెప్పాలని డిమాండ్:

సీపీఎం సిరిసిల్ల పట్టణ కార్యదర్శి ఎలిగేటి రాజశేఖర్

రాజన్నసిరిసిల్ల జిల్లా, జూలై 04,ఇంద్రప్రభ : రాజన్న సిరిసిల్ల జిల్లాలో ఫుడ్ సేఫ్టీ అధికారులు నిద్రమత్తులో ఉన్నారని, వారి నిర్లక్ష్యం కారణంగా ప్రజల ప్రాణాలు ప్రమాదంలో పడుతున్నాయని సీపీఎం సిరిసిల్ల పట్టణ కార్యదర్శి ఎలిగేటి రాజశేఖర్ తీవ్రంగా విమర్శించారు. సిరిసిల్ల పట్టణంలోని అమృతలాల శుక్ల కార్మిక భవన్లో నిర్వహించిన మీడియా సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడారు. ?జిల్లాలో...ముఖ్యంగా సిరిసిల్ల పట్టణంలో పుట్టగొడుగుల్లా హోటళ్లు, రెస్టారెంట్లు వెలుస్తున్నాయని,అక్కడ నాసిరకం వంటనూనెలను విచ్చలవిడిగా వినియోగిస్తుండటం వల్ల ప్రజలు రోగాల బారిన పడి ఆసుపత్రుల పాలవుతున్నారని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. ఇటువంటి పరిస్థితుల్లోనూ అధికారులు తనిఖీలు చేయకపోవడం ఆశ్చర్యానికి గురిచేస్తోందన్నారు. ఎవరైనా ఫిర్యాదు చేస్తే తప్ప అధికారులు కంటితుడుపు చర్యలు కూడా చేపట్టకపోవడం పలు అనుమానాలకు తావిస్తోందని ఆరోపించారు. ?ముఖ్యంగా సిరిసిల్ల పట్టణంలోని 'బాలాజీ స్వీట్ హౌస్' జనావాసాల మధ్య నిబంధనలకు విరుద్ధంగా స్వీట్ తయారీ కేంద్రాన్ని నడుపుతోందని, అక్కడ ఎలాంటి నియమ నిబంధనలు పాటించకపోయినా అధికారులు చూసీచూడనట్లు వ్యవహరిస్తున్నారని మండిపడ్డారు. కల్తీ ఆహారం తిని ప్రజలు ప్రాణాలు కోల్పోతే దానికి ఫుడ్ సేఫ్టీ అధికారులే సమాధానం చెప్పాలని డిమాండ్ చేశారు. బడా హోటళ్లు, సూపర్ మార్కెట్లు, రెస్టారెంట్లు, కిరాణా దుకాణాల్లో నిత్యం తనిఖీలు నిర్వహించాల్సిన బాధ్యత అధికారులపై ఉందన్నారు.?ఇప్పటికైనా నిబంధనలు పాటించని హోటళ్లు, రెస్టారెంట్లపై ప్రత్యేక తనిఖీలు చేపట్టి, కల్తీ వ్యాపారులపై చట్టపరమైన చర్యలు తీసుకోవాలని కోరారు. లేనిపక్షంలో సీపీఎం ఆధ్వర్యంలో పెద్ద ఎత్తున ఆందోళన కార్యక్రమాలు చేపడతామని హెచ్చరించారు. ఈ సమావేశంలో సీపీఎం నాయకులు దాసరి రూప, సూరం పద్మ, సందుపట్ల పోచమ్మల్లు,తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కడెంలో పాలాభిషేకం

రైతు సంక్షేమమే కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వ లక్ష్యం -

- రైతు భరోసా నిధుల జమ సందర్భంగా

కడెం ఇంద్రప్రభ 04/07/2026 కడెం మండల కేంద్రంలోని ఇందిరాగాంధీ విగ్రహం వద్ద రాష్ట్ర ప్రభుత్వం రైతుల ఖాతాల్లో రైతు భరోసా నిధులు జమ చేసిన సందర్భంగా కడెం మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ ఆధ్వర్యంలో, మండల అధ్యక్షులు బొడ్డు గంగన్న ఆధ్వర్యంలో పాలాభిషేక కార్యక్రమం ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా నాయకులు మాట్లాడుతూ, ముఖ్యమంత్రి శ్రీ రేవంత్ రెడ్డి నాయకత్వంలోని కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం రైతు సంక్షేమానికి అత్యంత ప్రాధాన్యత ఇస్తోందని తెలిపారు. రైతు భరోసా నిధుల జమ, రూ. 2 లక్షల వరకు రైతు రుణమాఫీ, వ్యవసాయానికి ఉచిత విద్యుత్, సాగునీటి ప్రాజెక్టులకు నిధుల కేటాయింపు, రైతుల అభివృద్ధికి అనేక సంక్షేమ కార్యక్రమాలను అమలు చేస్తూ రైతు పక్షపాత ప్రభుత్వంగా నిలిచిందని పేర్కొన్నారు. ప్రతి రైతు ఆత్మగౌరవంతో వ్యవసాయం చేసుకునేలా కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం కృషి చేస్తోందని, రైతు సంక్షేమమే ప్రభుత్వ ప్రధాన ధ్యేయమని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా నాయకులు, మండల నాయకులు, సర్పంచులు, ఉపసర్పంచులు, కాంగ్రెస్ పార్టీ కార్యకర్తలు, రైతులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

ఇందిరమ్మ ఇళ్ల ప్రారంభం

ఇంద్ర ప్రభ రాయికల్ జూలై 4 రాయికల్ మండలం కురుమపల్లి,అల్లిపూర్,అయోధ్య గ్రామాల్లో లబ్ధిదారులకు మంజూరైన ఇందిరమ్మ ఇళ్ల గృహ ప్రవేశ కార్యక్రమానికి హాజరై శుభాకాంక్షలు తెలిపి చీర కానుకగా అందజేసిన జగిత్యాల ఎమ్మెల్యే డా సంజయ్ కుమార్ .అంతకుముందు కురుమపల్లి గ్రామంలో దొడ్డి కొమురయ్య వర్ధంతి సందర్భంగా ఆయన విగ్రహానికి పూలమాల వేసి నివాళులు అర్పించారు.వెంట ఆత్మ చైర్మెన్ కాటిపెల్లి గంగారెడ్డి, పాక్స్ చైర్మెన్ ఏనుగు మల్లారెడ్డి, ఎంపిడిఓ చిరంజీవి,కోల శ్రీనివాస్,మాజీ ఖఎఏ చైర్మెన్ గన్నె రాజిరెడ్డి,సురేందర్ నాయక్,సర్పంచులు గౌతమివెంకటేష్,మల్లేష్,గంగాధర్,మాజీ సర్పంచులు,గ్రామ మండల నాయకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పెండింగ్ బిల్లులు మంజూరు చేయండి

ఇంద్ర ప్రభ రాయికల్ జూలై 4 ఉపాధ్యాయులకు ప్రభుత్వం నుంచి రావాల్సిన పెండింగ్ బిల్లులు వెంటనే అందజేయాలని తెలంగాణ ప్రాంత ఉపాధ్యాయ సంఘం నాయకులు కోరారు. ఈ మేరకు శనివారం మధ్యాహ్న భోజన విరామ సమయంలో ఉపాధ్యాయులకు రావలసిన ఆరు డిఏ బకాయిలు, పి ఆర్ సి అమలు మరియు పెండింగ్ బకాయిలు తొందరగా విడుదల చేయాలని కోరుతూ తెలంగాణ ప్రాంత ఉపాధ్యాయ సంఘం రాయికల్ మండల శాఖ ఆధ్వర్యంలో తహశీల్దార్ కార్యాలయంలో డిప్యూటీ తహశీల్దార్ అరుణ్ కుమార్ కు వినతి పత్రం అందజేశారు ఈ కార్యక్రమంలో తపస్ రాష్ట్ర కార్యవర్గ సభ్యులు చెరుకు మహేశ్వర శర్మ జిల్లా నాయకులు కె.రజనీకాంత్,వి.మధు మండల ప్రధాన కార్యదర్శి పుర్రె రమేష్, నాయకులు కె.రమేష్, శ్రీనివాస్,ఆర్ జయదేవ్ వర్మ తదితరులు పాల్గొన్నారు

అభివృద్ధి పనులకు భూమి పూజ

ఇంద్ర ప్రభ రాయికల్ జూలై 4 రాయికల్ మండలం జగన్నాథ్ పూర్ లో గ్రామంలో 75 లక్షలతో ఆర్ అండ్ బి రోడ్డు నుండి నాయకపు గూడెం వరకు బీటీ రోడ్డు పనులకు శంకుస్థాపన చేసి, వస్తాపూర్ గ్రామంలో 1 కోటి రూపాయల నిధులతో ్రా= రోడ్డు నుండి లంబాడి తండా వరకు బీటీ రోడ్డు పనులకు శంకుస్థాపన చేసిన జగిత్యాల ఎమ్మెల్యే డా సంజయ్ కుమార్ గారు .ఆలయనాయక తండా లో 4లక్షలతో చేపట్టనున్న సీసీ రోడ్డు పనులకు భూమిపూజ చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఆత్మ చైర్మెన్ కాటిపెల్లి గంగారెడ్డి,సర్పంచులు పరచ శంకర్, గూగులవత్ తిరుపతి,జ్యోతి,మాజీ ఎంపీపీ సంధ్యారాణి సురేందర్ నాయక్,కోల శ్రీనివాస్, పాక్స్ చైర్మెన్ ఏనుగు మల్లారెడ్డి,ఉప సర్పంచులు మల్లయ్య,అమ్జద్,గణేష్ నాయక్,సర్పంచ్ ప్రసాద్, ఎంపిడిఓ చిరంజీవి ఎమ్మార్వో నాగార్జున,ఎఇఈ సుష్మ,ట్రైబల్ ఏఈ,మాజీ సర్పంచులు బిర్సా,మాజీ ఉప సర్పంచ్ ముజాహిద్,మాజీ ఖఎఏ చైర్మెన్ గన్నె రాజిరెడ్డి,మండల సర్పంచులు,గ్రామ నాయకులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఎమ్మెల్యే మాట్లాడుతూ......జగన్నాథ్ పూర్ గ్రామం నియోజకవర్గంలోని మారుమూల ప్రాంతం.ఎమ్మెల్యే కాకముందే అనేక సేవా కార్యక్రమాలు ఇక్కడ నిర్వహించడం జరిగింది. అభివృద్ధి సంక్షేమ కార్యక్రమాలు చేపడుతూ గత ప్రభుత్వంలో ప్రజా ప్రతినిధులు పాత బకాయిలను ఈ ప్రభుత్వం చెల్లిస్తుంది అని గుర్తు చేశారు.బోర్నపల్లి జగన్నాథ్ పూర్ బ్రిడ్జి ఇక్కడి ప్రజల చిరకాల కోరిక అని,జగన్నాథ్ పూర్ చాలా వెనుకబడిన ప్రాంతంగా కేంద్రం గుర్తించింది అని, పీఎం జన్మన్ కార్యక్రమంలో జగన్నాథ్ పూర్ ను చేర్చడం జరిగింది అన్నారు.కేంద్రమంత్రి జువెల్ ఓరం గారు గతంలో రాయికల్ వచ్చినపుడు బ్రిడ్జి మంజూరుకు హామీ ఇచ్చారు అని,అభివృద్ధి కోసం ఎంపీ అరవింద్ గారితో కలిసి ఢిల్లీకి సైతం వెళ్లడం జరిగింది అని అక్కడ కేంద్ర మంత్రులను కలిసి జగన్నాథ్ పూర్ బ్రిడ్జి నిధులు మంజూరు చేయాలని కోరడం జరిగింది అన్నారు.ఎంపీ అరవింద్ గెలిచి 7ఏండ్లు గడుస్తున్నా ఇప్పటికీ జగన్నాధ పూర్ బ్రిడ్జి విషయంలో నోరు మెదపడం లేదు ,ఒక్కసారైనా జగన్నాథ్ పూర్ వచ్చారా ఇక్కడి సమస్యలు తెలుసుకున్నారా అని ప్రశ్నించారు.పిఎం జన్మన్ పథకంలో ఉన్న గ్రామానికి నిధులు రావాల్సి ఉంది ఎంపీ ఎన్ని విమర్శించిన అభివృద్ధి లక్ష్యంగా ముందుకు సాగుతా ..నియోజకవర్గ ప్రజలే నా కుటుంబం అన్నారు.మేము అభివృద్ది పనులు చేసి సోషల్ మీడియాలో పెడితే,మీరు ఇష్టారీతిన విమర్శలు చేయటం, వాటినీ సోషల్ మీడియాలో పెట్టడం మాత్రమే చేస్తున్నారని అన్నారు.ప్రజలు అన్ని గమనిస్తారు అని దాదాపు 30సార్లు జగన్నాథ్ పూర్ వివిధ కార్యక్రమాలకు హాజరయ్యానని అన్నారు.ఒక కోటి 75 లక్షలతో నేడు అభివృద్ధి కార్యక్రమాలకు భూమి పూజ చేయటం జరిగింది .ఇంకొక సీనియర్ నాయకులు నా వల్లనే జగన్నాథ్ పూర్ కు నిధుల మంజూరయ్యాయని, కొబ్బరికాయ కొట్టి వెళ్లిపోయారని, ఒక్కసారైనా పనులు ప్రారంభానికి చొరవ తీసుకోలేదని అన్నారు. దళితుడు మంత్రి కావడం ఓర్వలేకనే దశాబ్ద కాలం కేసీఆర్ ను తిట్టి అదే పార్టీ మారీ ఇష్టానుసారం ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి నీ ,మంత్రులపై విమర్శలు చేస్తున్నారని అన్నారు.ప్రజలు అన్ని గమనిస్తారని రాబోయే రోజుల్లో మరిన్ని నిధులతో అభివృద్ధి కార్యక్రమాలు చేస్తామని అన్నారు.గ్రామ గ్రామాన ఇందిరమ్మ ఇళ్ల గృహ ప్రవేశం పండగలా జరుగుతున్నాయి అని అన్నారు.అర్హులు అందరికీ ఇందిరమ్మ ఇళ్లు మంజూరు చేస్తాం అన్నారు.

Printed, Published and owned by: BONALA RAMADEVI, Printed at: INDHRA PRABHA Printers, H.No: 5-99, ALGUNOOR, mdl : THIMMAPUR, Dist : KARIMNAGAR,
Published From : 9-9-129/2, Ramnagar, KARIMNAGAR. 505002, (Telangana), APTEL\2011\37901, Editor : BONALA THIRUMAL,Cell: 7386493385, Email : indraprabhaknr@gmail.com,