

గోడ్రెజ్ ఇండస్ట్రీస్, గోడ్రెజ్ అగ్రోవెట్ ప్రతినిధులతో సీఎం రేవెంట్ కీలక భేటీ!

నేటి యువత ఏ.ఐ. డిజిటలైజేషన్ తో పాటిపడాలి
కస్తూర్బా గాంధీ కళాశాలలో మెగా జాబ్ మేళా.

ముఖ్యమంత్రి రేవెంట్ రెడ్డి ని ఎసీఆర్ హెచ్ ఆర్ బోధి పావలయన్ కలిసిన గోడ్రెజ్ ఇండస్ట్రీస్ గ్రూప్ ప్రెసిడెంట్(కార్పొరేట్ వ్యవహారాలు) రాకేష్ స్వామి, గోడ్రెజ్ అగ్రోవెట్ ఆయిల్ పామ్ బిజినెస్ సీఈఓ సాగతో నియోగి. గోడ్రెజ్ అగ్రోవెట్ కంపెనీ అధ్యక్షులు ఆయిల్ పామ్ సాగు విస్తరణపై ముఖ్యమంత్రికి నివేదిక అందజేసిన రాకేష్ స్వామి. తెలంగాణలోనే మొట్టమొదటి ప్రైవేట్ సమీకృత ఆయిల్ పామ్ కాంప్లెక్స్ త్వరలో ప్రారంభం కానున్న నేపథ్యంలో ఈ భేటీలో పలు కీలక అంశాలపై చర్చ. ఖమ్మం జిల్లాలో 300 కోట్ పెట్టుబడితో ఏర్పాటుచేస్తున్న ఈ ప్రాజెక్ట్ ద్వారా 700 మందికి పైగా ఉపాధి అందించే ప్రాసెసింగ్, స్పిన్, ఆర్ అండ్ డి కేంద్రం, సీడ్ గార్డెన్ ఏర్పాటు కోసం ఖమ్మం జిల్లా కొనిజర్ మండలం గుబ్బుగర్రి గ్రామంలో 113.5 ఎకరాల భూమిని గోడ్రెజ్ అగ్రోవెట్ సంస్థకు కేటాయించిన ప్రభుత్వం. సీడ్ గార్డెన్ కోసం అదనంగా 35 నుంచి 40 ఎకరాల భూమిని కేటాయించాలని ప్రభుత్వాన్ని కోరిన సంస్థ. ప్రాసెసింగ్ మిల్ కోసం రాహదారిని విస్తరించాలని ముఖ్యమంత్రిని కోరిన సంస్థ ప్రతినిధులు.



దూడేకుల కార్పొరేషన్ ఏర్పాటు చేయండి

ఇంద్ర ప్రభ రాయికల్ జూలై 8 రాష్ట్ర సచివాలయంలో మైన్స్ట్రీ శాఖ మంత్రివర్గులు మొహమ్మద్ అజారుద్దీన్ ని కలిసి దూడేకుల కార్పొరేషన్ ఏర్పాటు చేయాలని రాష్ట్ర అధ్యక్షులు వినతి పత్రం ఇవ్వడం జరిగింది. బీసీలలో ఉన్న కార్పొరేషన్లు ఏర్పాటు చేసినారు కానీ మైన్స్ట్రీ బీసీలలో ఉన్న దూడేకుల కార్పొరేషన్ ఏర్పాటు చేయలేదు ఇది గత ఉమ్మడి ఆంధ్రప్రదేశ్ లో రాజశేఖర్ రెడ్డి గారు 125 జీవో ఇచ్చి ఫెడరేషన్ ఏర్పాటు చేసి దానికి నిధులు కూడా సమకూర్చి జీవ ఇచ్చినారు కానీ తెలంగాణ విభజన జరిగిన తర్వాత ఆంధ్రలో దూడేకుల కార్పొరేషన్ ఏర్పాటు జరిగింది కానీ తెలంగాణలో దూడేకుల కార్పొరేషన్ ఏర్పాటు కాలేదు దీనికి అనేక శక్తులు అడ్డుపడుతున్నాయి ముఖ్యమంత్రి దృష్టికి తీసుకుపోవాలని రాష్ట్ర కమిటీ పక్షాన వారిని కలిసి కోరారు. వీరి వెంట పర్సెంటేజ్ అఫ్ఫైర్స్ చూస్తూనే జనరల్ సెక్రటరీ రాజ్ మహమ్మద్ గౌరవ అధ్యక్షులు సెక్రటరీ మహమ్మద్ సయ్యద్ రాష్ట్ర ఉపాధ్యక్షులు రజాక్ హైదరాబాద్ గ్రేటర్ హైదరాబాద్ అధ్యక్షులు సమాజ్ కలిసి వారి దృష్టికి తీసుకు రాగా, వారు మాట్లాడుతూ, మీ సమస్యను ఆలస్యం చేయకుండా నేనే బాధ్యత తీసుకొని సీఎం దృష్టిలో పెడతానని వారు వివరించారు.



ఇంద్రప్రభ, కంటోన్మెంట్, జూలై 08 : నిరుద్యోగ యువతులకు ఉపాధి అవకాశాలు కల్పించే లక్ష్యంతో సికింద్రాబాద్ కస్తూర్బా గాంధీ మహిళా కళాశాలలో ఘనంగా జాబ్ మేళా నిర్వహించడం జరిగిందని, డిపార్ట్మెంట్ ఆఫ్ ఇంటర్మీడియట్ ఎడ్యుకేషన్ డైరెక్టర్, మరియు సెక్రటరీ అభిలాష్ అభినవ్ తెలిపారు. వివిధ ప్రముఖ కంపెనీలు పాల్గొని అత్యధిక కలిగిన అభ్యర్థులకు ఉద్యోగ అవకాశాలు కల్పించారు. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా ఇంటర్మీడియట్ ఆఫ్ ఎడ్యుకేషన్ డైరెక్టర్ మరియు సెక్రటరీ అభిలాష్ అభినవ్, డిజిటల్ రీజనల్ డైరెక్టర్ సి.హెచ్. రవి, డి.ఇ.ఓ. ఒడ్డున్న, హాజరయ్యారు. సికింద్రాబాద్లోని కస్తూర్బా గాంధీ మహిళా కళాశాల ప్రాంగణంలో నిర్వహించిన జాబ్ మేళాకు వందలాది మంది విద్యార్థినులు హాజరయ్యారు. వివిధ రంగాలకు చెందిన ప్రముఖ సంస్థలు పాల్గొని అభ్యర్థుల అర్హతలకు అనుగుణంగా ఇంటర్వ్యూలు నిర్వహించాయి. ఈ సందర్భంగా విద్యార్థులు మాట్లాడుతూ... ప్రస్తుత సమాజం ఏ.ఐ. డి.జి.టలైజేషన్ యుగమని, ప్రపంచం వేగంగా మారిపోతుందని, రానున్న సంస్కారాలలో విద్యార్థుల జీవితంలో అత్యంత గెలకమైనదని వీలైనంత ఎక్కువ నైపుణ్యాలను సంపాదించుకోవాలని సూచించారు. అదేవిధంగా కస్తూర్బా గాంధీ కళాశాల యాజమాన్యం మాట్లాడుతూ... కస్తూర్బా కాలేజ్ అలిఫ్ హుస్సేన్, ఓ.ఎమ్ సురేందర్, ప్రిన్సిపాల్ సి.హెచ్. చరుమతి, వైస్ చైర్మన్ జోన్నా విద్య పూర్తి చేసిన యువతులు ఉపాధి పొందేందుకు ఇలాంటి జాబ్ మేళాలు ఎంతో ఉపయోగపడతాయని తెలిపారు. విద్యతో పాటు ఉద్యోగ అవకాశాలను కల్పించడం తమ ప్రధాన లక్ష్యమని పేర్కొన్నారు. జాబ్ మేళాలో పాల్గొన్న విద్యార్థినులు కూడా సంతోషం వ్యక్తం చేశారు. ఒకే వేదికపై పలు కంపెనీలతో ఇంటర్వ్యూలు నిర్వహించే అవకాశం లభించడం తమకు ఎంతో ఉపయోగకరంగా ఉందన్నారు. ఇలాంటి కార్యక్రమాలను మరింత తరచుగా నిర్వహించాలని కోరారు. కస్తూర్బా గాంధీ మహిళా కళాశాలలో నిర్వహించిన ఈ జాబ్ మేళా నిరుద్యోగ యువతులకు ఉపాధి అవకాశాలను అందించడంలో కీలకంగా నిలిచింది. విద్యార్థినుల నుంచి విశేష స్పందన లభించిందిని తెలిపారు.



సర్ (ఎస్. ఐ.ఆర్) ప్రక్రియ పై జిల్లా యంత్రాంగం దృష్టి పెట్టాలి

ఇంద్ర ప్రభ రాయికల్ జూలై 8 జగిత్యాల జిల్లాలో జరుగుతున్న సర్ (ఎస్. ఐ.ఆర్) ప్రక్రియలో కొంతమంది బి.ఎల్.ఓ. (బూత్ లెవెల్ ఆఫీసర్స్) ల నిరక్షుల వైఖరిపై ప్రజల నుంచి తీవ్ర ఆరోపణలు, ఫిర్యాదులు వస్తున్నాయని బిసి సంక్షేమ సంఘం అధికార ప్రతినిధి న్యాయవాది కూర్మాచలం ఉమా మహేశ్ అన్నారు. ఇప్పటికే అనేక ప్రాంతాల్లో సర్ (ఎస్. ఐ.ఆర్) దరఖాస్తు ఫారాలు పూర్తిస్థాయిలో పంపిణీ చేయలేదని ప్రజలు ఆవేదన వ్యక్తం చేస్తున్నారని తెలిపారు. అలాగే, దరఖాస్తులు సమర్పించిన వారికి రిసీప్ట్ కాపీ ఇవ్వడం లేదనే ఫిర్యాదులు కూడా వినిపిస్తున్నాయని పేర్కొన్నారు. ఇలాంటి పరిస్థితులు ప్రజల్లో ఆయామయానికి, ఆందోళనకు దారితీస్తున్నాయని అన్నారు. ముఖ్యంగా నిరక్షరాస్యులు, రోజువారీ కూలి పనులు చేసుకునే కార్మికులు, వృద్ధులు మరియు గ్రామీణ ప్రాంతాల ప్రజలకు సర్ (ఎస్. ఐ.ఆర్) దరఖాస్తులను ఎలా నింపాలో తెలియక ఇబ్బందులు ఎదురవుతున్నాయని తెలిపారు. అందువల్ల జిల్లా యంత్రాంగం వెంటనే స్పందించి ప్రతి గ్రామం, మండల కేంద్రంలో ప్రత్యేక హెల్ప్ డెస్కులు ఏర్పాటు చేసి ప్రజలకు ఉచితంగా దరఖాస్తులు నింపడంలో సహాయం అందించాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. అలాగే, ప్రతి దరఖాస్తుదారునికి తప్పనిసరిగా రిసీప్ట్ కాపీ అందాల చర్యలు తీసుకోవాలని, బి.ఎల్.ఓ. (బూత్ లెవెల్ ఆఫీసర్స్) ల పనితీరును పర్యవేక్షించి, నిరక్షులకు వ్యవహారాలలో అధికారులపై తగిన చర్యలు తీసుకోవాలని పేర్కొన్నారు. ప్రజాస్వామ్య వ్యవస్థలో ప్రతి అర్హుడైన ఓటరుకు తన ఓటు హక్కును పరిరక్షించుకునే అవకాశం కల్పించడం ఎన్నికల యంత్రాంగం బాధ్యత అని ఈ నేపథ్యంలో జిల్లా యంత్రాంగం ప్రజలకు ఎలాంటి ఇబ్బందులు కలగకుండా తక్షణమే అవసరమైన చర్యలు చేపట్టాలని విజ్ఞప్తి చేశారు.



భవిత కేంద్రంలో ఫిజియోథెరపీ సేవలు

ఇంద్ర ప్రభ రాయికల్ జూలై 8 రాయికల్ పట్టణంలోని జిల్లా పరిషత్ బాలర ఉన్నత పాఠశాల భవిత కేంద్రంలో బుధవారం దివ్యాంగుల పిల్లలకు ఫిజియోథెరపీ ద్వారా వైద్య సేవలు అందించారు. ఈ కార్యక్రమంలో వైద్యులు ఔక్యం తిరుపతి, ఐఈఆర్పి పెద్దల్ల సృజన, పాఠశాల సముదాయం ప్రధానోపాధ్యాయులు కాపు శ్రీనివాస్ ఉపాధ్యాయులు చెరుకు మహేశ్వర్ శర్మ, పురై రమేష్ దివ్యాంగ పిల్లలు తల్లిదండ్రులు తదితరులు పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా భవిత కేంద్రం ఐఈఆర్ పి సృజన మాట్లాడుతూ, ప్రతి బుధవారం భవిత కేంద్రంలో ప్రత్యేక అవసరాలు గల పిల్లలకు వైద్య సేవలు అందిస్తున్నామని ఈ సేవలను వినియోగించుకోవాలని కోరారు



నిరంజన్ మరణం పట్ల పవన్ కళ్యాణ్ భావోద్వేగ నివాళి!

పవన్ కళ్యాణ్ భావోద్వేగ నివాళి!

నిరంజన్ మరణం పట్ల పవన్ కళ్యాణ్ నివాళి అర్పించడమే కాకుండా తన హృదయవేదనను వ్యక్తం చేశారు. హనుమకొండలో నిరంజన్ కలిసిన క్షణాలు ఎప్పటికీ తన కళ్లముందే ఉంటాయని ఆయన తెలిపారు. తీవ్ర అనారోగ్యం ఉన్న తనను చూడగానే నిరంజన్ ముఖంలో కనిపించిన ఆ చిరునవ్వు మర్చిపోలేనని చెప్పారు. ఇటువంటి సంఘటనలు అందరినీ కలిచివేస్తాయని ఆయన ఆవేదన చెందారు. ఆ చిన్నారి ఆత్మకు శాంతి చేకూరాలని కోరుకుంటూ ఆయన ప్రగాఢ సంతాపం తెలిపారు. నిరంజన్ జ్ఞాపకాలు ఎల్లప్పుడూ తన మనస్సులో నిలిచి ఉంటాయని ఆయన భావోద్వేగంతో వెల్లడించారు. అనారోగ్యంతో పోరాడుతున్న నిరంజన్ చూపిన ధైర్యం, నిర్గుణం ఎంతో గొప్పవని పవన్ కళ్యాణ్ ప్రశంసించారు. బాధను అనుభవిస్తున్నా జీవితం పట్ల ఆ చిన్నారికి ఉన్న ఆశ, ఆత్మవిశ్వాసం వెలకట్టలేనివి అని ఆయన కొనియాడారు. అంతటి ధైర్యవంతుడు ఇంక చిన్న వయస్సులోనే లోకాన్ని విడిచిపెట్టడం చాలా బాధాకరమైన విషయం. నిరంజన్ నిండిన ఆ చిరునవ్వు, పట్టుదల అందరికీ ఒక గొప్ప స్ఫూర్తిని అందిస్తూనే ఉంటాయి. అపారమైన ప్రేమను పంచిన ఆ నిరంజన్ మరణం కుటుంబ సభ్యులను శోకసంద్రంలో ముంచేసింది. అతని ధైర్యం అందరి హృదయాల్లో చిరస్థాయిగా నిలిచిపోతుందని ఆయన పేర్కొన్నారు. నిరంజన్ కుటుంబ సభ్యులకు ఈ క్షిప్త సమయంలో ప్రగాఢ సానుభూతిని తెలియజేస్తున్నట్లు పవన్ కళ్యాణ్ తెలిపారు. ఈ తీరిని దుఃఖాన్ని తట్టుకునే శక్తిని భగవంతుడు



వారికి ప్రసాదించాలని ఆయన మనస్ఫూర్తిగా ప్రార్థించారు. కష్టకాలంలో ఆ కుటుంబానికి అండగా ఉంటామని భరోసా ఇస్తూ ఆయన తన ఆవేదనను పంచుకున్నారు. నిరంజన్ ఆత్మకు శాంతి కలగాలని ఆ భగవంతుడిని వేడుకుంటున్నానని ఆయన పేర్కొన్నారు. ఇలాంటి పరిస్థితుల్లో కుటుంబానికి ధైర్యం చెప్పడం తన బాధ్యత అని ఆయన భావించారు. ఆ చిన్నారి జ్ఞాపకాలు కుటుంబ సభ్యులకు ధైర్యాన్ని ఇవ్వాలని ఆకాంక్షించారు.

గిరిజన వాటర్ స్టోర్స్ హాస్టల్ లో అనేక సమస్యలు.

మెనూ పాటించడం లేదని విద్యార్థులు వాల తల్లిదండ్రులు హాస్టల్ ముందు ఆందోళన

ఇంద్రప్రభ, కంటోన్మెంట్, జూలై 08 : గవర్నమెంట్ పేద విద్యార్థులకు పౌష్టిక ఆహారం అందించాలని చెబుతున్నప్పటికీ, హాస్టల్ వార్డెన్ ఎల్లమ్మ మెనూ అమలు చేయటం లేదని, బోయిస్ హాస్టల్లోని ప్రభుత్వ గిరిజన బాల బాలికల వాటర్ స్టోర్స్ హాస్టల్ ముందు విద్యార్థులతో కలిసి వారి తల్లిదండ్రులు ఆందోళనకు దిగారు. హాస్టల్ ముందు విద్యార్థులు తల్లిదండ్రులు ఆందోళన చేస్తున్నారన్న విషయం తెలుసుకున్న సందంధిత ఉన్నత అధికారులు విద్యార్థుల తల్లిదండ్రులతో మంగళవారం నాడు సమావేశాన్ని నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా విద్యార్థుల తల్లిదండ్రులు, హాస్టల్ ఉపాధ్యాయులను, అధికారులు వివరాలు అడిగి తెలుసుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా విద్యార్థులు మాట్లాడుతూ... ప్రభుత్వం కల్పించిన మెనూ అందించడం లేదని అన్నారు. 150 మంది విద్యార్థులకు కిలో కందిపప్పు ఉన్నారని దీంతో పప్పు సాంబారు పలుసగా అయిపోతున్నాయని తెలిపారు. హాస్టల్ లో కరెంటు, డ్రైనేజీ శుభ్రత తదితర సమస్యలు ఉన్నాయని, హాస్టల్ అభివృద్ధికి మరెన్నో సౌకర్యాలు మెరుగుపరచాలని విద్యార్థులు డిమాండ్ చేశారు. కూరగాయలు, ఉదయం ఇవ్వాల్సిన ట్రైక్ ఫ్రాన్స్ ఫుడ్, నాణ్యత ఇవ్వటం లేదని, వార్డెన్ ఎల్లమ్మ విద్యార్థులను భయంభ్రతులకు గురి చేస్తుందని, విద్యార్థుల తల్లిదండ్రులు చెప్పారు. హాస్టల్ సందర్శనకు వచ్చిన అధికారులు మాట్లాడుతూ... విద్యార్థులకు నాణ్యతతో కూడిన మెనూ అందించాలని, హాస్టల్ వార్డెన్, ఉపాధ్యాయులకు



తెలిపినట్లు పేర్కొన్నారు. గతంలో ఎల్లమ్మ ఒక సారి సస్పెండ్ కూడా అయింది. ఎంతో ప్రతిష్టాత్మకంగా ప్రభుత్వం నిర్వహించాల్సిన గిరిజన హాస్టల్ ఈవిధంగా ఉండటం పట్ల స్థానికులు ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు.

కాంగ్రెస్ పార్టీ 3వ వార్డు అధ్యక్షుడు మహేష్ కుమార్ కు ఘన సన్మానం. ఘనంగా వైయస్సార్ జయంతి వేడుకలు: రాజేష్ యాదవ్.



ఇంద్రప్రభ, కంటోన్మెంట్, జూలై 08 : ఉమ్మడి ఆంధ్రప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రిగా ప్రభుత్వాన్ని నడిపి ప్రజా సంక్షేమం చేపట్టి, ప్రజల మన్ననలను పొందిన దివంగత నేత వై.యస్.రాజశేఖర్ రెడ్డి సేవలు చిరస్మరణీయమని, టీపీసీసీ సెక్రటరీ, 3వ వార్డు అసెంబ్లీ రాజేష్ యాదవ్ అన్నారు. కంటోన్మెంట్ నియోజకవర్గం 3వ వార్డు అన్నానగర్ చౌరస్తాలో రాజేష్ యాదవ్

అధ్యక్షులలో నిర్వహించిన వైయస్సార్ జయంతి వేడుకలకు ముఖ్యఅతిథిగా, కాంగ్రెస్ పార్టీ యువ నాయకుడు, ఎమ్మెల్యే శ్రీ గణేష్ తనయుడు శివప్రసాద్ హాజరై, కేకీ కట్ చేసి, ప్రభుత్వ పాఠశాలలో పిల్లలకు బిస్కెట్ ప్యాకెట్స్, ఫ్రూట్స్, పంపిణీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా రాజేష్ యాదవ్ మాట్లాడుతూ... పేద ప్రజలను దృష్టిలో ఉంచుతూ, 108, ఆరోగ్యశ్రీ, తదితర సంక్షేమ పథకాలు ప్రవేశ పెట్టడం వలన వైయస్సార్ ప్రజల మనసుల్లో చిరస్థాయిగా నిలిచిపోయాడని తెలిపారు. నేటి యువత వైయస్సార్ ఆశయాలను కొనసాగిస్తూ వారి ఆదర్శులను నడుపుతూ, అదేవిధంగా ఎమ్మెల్యే శ్రీ గణేష్ సహకారంతో టిపిసీసీ అధ్యక్షుడు మహేష్ కుమార్ గౌడ్ అధ్యక్షులలో, 3వ వార్డు కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షుడిగా ఎన్నికైన మహేష్ యాదవ్ ను, రాజేష్ యాదవ్ అధ్యక్షులలో సన్మాన సభ నిర్వహించారు. నూతనంగా ఎన్నికైన మహేష్ యాదవ్ ను, స్థానిక కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు కలిసి రాజేష్ యాదవ్ ఘనంగా సన్మానించారు. ప్రభుత్వ సంక్షేమ పథకాలను ప్రజల్లోకి చేరే విధంగా, అందరినీ కలుపుకొని ముందుకు సాగాలని సూచించారు. ఈ సందర్భంగా మహేష్ యాదవ్ మాట్లాడుతూ... తన ఎన్నికలకు సహకరించిన ఎమ్మెల్యే శ్రీ గణేష్, టిపిసీసీ అధ్యక్షుడు మహేష్ కుమార్ గౌడ్, అధ్యక్షులు టీపకీ జాన్ లకు ప్రత్యేకంగా ధన్యవాదాలు తెలిపారు. ప్రభుత్వ సంక్షేమ పథకాలను ప్రజల్లోకి తీసుకువెళ్లి మరోసారి కాంగ్రెస్ పార్టీ అధికారంలోకి రావడానికి స్థానిక నాయకుల అందరినీ కలుపుకొని ముందుకు సాగుతానని తెలిపారు. ఈ కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు మహేష్ యాదవ్ ను సన్మానించారు. ఈ కార్యక్రమంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు అన్నానగర్ మురళి, ఈశ్వర్ వివేక్ కుమార్, శ్రీ సుబ్రహ్మణ్యస్వామి దేవాలయ దేవోపేక్షన్ కమిటీ సభ్యులు గొడ్ల గిరిరాం, శివరాత్రి వివేక్ కుమార్, ఎం.డి యాస్సర్, పరమేశ్వర్, మల్లారాజు శంకర్, రోహిత్, శివ ముదిరాజ్, అన్నానగర్ బాబు, తదితరులు హాజరయ్యారు.

జీతాలు ఇవ్వడం లేదంటూ కంటోన్మెంట్ బోర్డు ముందు

బి.ఎల్.ఓలు, ఆశ వర్కర్లు ధర్నా

బోర్డు నామినేటెడ్ మెంబర్ భానుక నర్సూడు మల్లికార్జున్ సంఘీభావం తెలిపారు.

ఇంద్రప్రభ, కంటోన్మెంట్, జూలై 08 : కంటోన్మెంట్ వ్యాప్తంగా ఎన్ఐఐఆర్ ప్రక్రియ నిలిచిపోయింది. ఎన్ఐఐఆర్ ప్రక్రియ నిర్వహిస్తున్న బి.ఎల్.ఓ లకు, ఆశ వర్కర్లు, ఆర్టీ లకు జీతభత్యాలు చెల్లించడం లేదని కంటోన్మెంట్ కార్యాలయం ఎదుట బయట నిరసన చేపట్టారు. ఎన్ఐఐఆర్ ప్రక్రియ నిర్వహిస్తున్న 232 మంది విధులను బహిష్కరించి కంటోన్మెంట్ కార్యాలయం వద్ద పెద్ద ఎత్తున ఆందోళన చేపట్టారు. 2023 నుండి ఇప్పటివరకు జీతాలు చెల్లించలేదని నిరసన వ్యక్తం చేస్తూ కంటోన్మెంట్ కార్యాలయం వద్ద బాతు లెవెల్ ఆఫీసర్లు, ఆశా వర్కర్లు, ఆర్టీలు నిరసన గళపెట్టారు. తమకు జీతాలు చెల్లించేంతవరకు ఎన్ఐఆర్ ప్రక్రియ చేయమని తేల్చి చెప్పిన బాతు లెవెల్ ఆఫీసర్లు అధికారులు తమకు న్యాయం చేయాలని కోరుతున్నారు. ఎన్.ఐ.ఆర్ కు సంబంధించి తమకు ఎలాంటి మెటీరియల్ కూడా ఇవ్వలేదని తమ వద్ద ఉన్న వ్యక్తిగత ఫోన్లనే ఎన్ఐఐఆర్ ప్రక్రియ కోసం వినియోగిస్తున్నట్లు తెలిపారు. తమ వ్యక్తిగత నెంబర్లకు రాత్రివేళలో ఫోన్లు వస్తుండడంతో ఇబ్బందులకు గురవుతున్నామన్న బాతు లెవెల్ మహిళా ఆఫీసర్లు ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. కంటోన్మెంట్ సీఈవో ఈ విషయంపై త్వరితగతన నిర్ణయం తీసుకోవాలని డిమాండ్ చేశారు. గత మూడు సంవత్సరాలూ జరిగిన ప్రతి ఎన్నికలలో తమ కీలకంగా వ్యవహరించి ప్రభుత్వానికి సహకరించినప్పటికీ తమ జీవితాలు ఇవ్వకపోవడం వల్ల అగ్రాసం వ్యక్తం చేశారు. కనీస వసతులతో పాటు పెండింగ్ జీతభత్యాలు చెల్లినైతే ఎన్ఐఐఆర్ ప్రక్రియ చేస్తామని తేల్చి చెప్పారు..



ఉట్టూర్ బహిరంగ సభను విజయవంతం చేద్దాం గ్రామీణ పేదల సమస్యల పరిష్కారమే లక్ష్యం - పోస్టల్స్ను ఆవిష్కరించిన సంఘం నాయకులు



జువ్వారం, జూలై 8 (ఇంద్రప్రభ) గ్రామీణ పేదల సమస్యల పరిష్కారం, సంక్షేమ హక్కుల సాధన కోసం గ్రామీణ పేదల సంఘం అధ్యక్షులలో ఈ నెల 27వ తేదీన ఉట్టూర్లో నిర్వహించనున్న భారీ బహిరంగ సభ ఫోన్లను బుధవారం జువ్వారం పట్టణంలో ఘనంగా ఆవిష్కరించారు. ఈ సందర్భంగా సంఘం మందిరాల జిల్లా అధ్యక్షుడు దారినగల ఎల్లయ్య మాట్లాడుతూ, గ్రామీణ

ప్రాంతాల్లో నివసిస్తున్న పేదలు ఎదుర్కొంటున్న భూ సమస్యలు, ఉపాధి, గృహాలు, తాగునీరు, సంక్షేమ పథకాల అమలు వంటి పలు సమస్యల పరిష్కారం కోసం సంఘం నిరంతరం పోరాటం చేస్తోందన్నారు. ప్రజల హక్కుల సాధనలో ఐక్యత అవసరమని, ఉట్టూర్లో నిర్వహించే బహిరంగ సభ ద్వారా ప్రభుత్వ దృష్టికి గ్రామీణ పేదల సమస్యలను తీసుకెళ్తామని తెలిపారు. ఈ నెల 27న జరిగే బహిరంగ సభకు జువ్వారం మండలంతో పాటు పరిసర ప మండలాల ప్రజలు, మహిళలు, యువకులు, రైతులు, కూలీలు అధిక సంఖ్యలో హాజరై సభను విజయవంతం చేయాలని ఆయన పిలుపునిచ్చారు. ప్రజల భాగస్వామ్యంతోనే ఉద్ధరాలకు బలం చేకూరుతుందని పేర్కొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో సంఘం నాయకులు వేముల వేమనయ్య, బండం రాజమౌళి, మామిడిపల్లి నాగరాజు, దేవరకొండ సంధ్యారాణి, బాలసాని మల్లేష్ గౌడ్, దర్శనాల మల్లేష్, దుర్గం మున్నయ్యతో పాటు సంఘం కార్యకర్తలు, గ్రామీణ పేదల సంఘం సభ్యులు పాల్గొన్నారు.

బొంబాయిగూడ నూతన జి.పి భవనాన్ని ప్రారంభించిన ఆదిలాబాద్ ఎంపీ జి. నగేష్, ఎమ్మెల్యే పాల్వాయి హరీష్ బాబు.

ఆదిలాబాద్ జిల్లా ఇంద్రప్రభ ప్రతినిధి : ఆదిలాబాద్ పార్లమెంట్ సభ్యులు జి. నగేష్, సిర్పూర్ ఎమ్మెల్యే పాల్వాయి హరీష్ బాబు , ఎంఎల్సీ దండే విట్టల్ తో కలిసి కొమరం ధీం ఆసిఫాబాద్ జిల్లాలోని సిర్పూర్ కాగజ్ నగర్ నియోజకవర్గం లోని పెంచికల్ పేట మండలంలోని బొంబాయిగూడ గ్రామ పంచాయతీ నూతన భవనాన్ని 20 లక్షలతో నిర్మించిన వాటిని ప్రారంభించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఆసిఫాబాద్ కొమరం డిప్యూటీ జిల్లా అధ్యక్షుడు శ్రీశైలం ధాన్, స్థానిక సర్పంచ్ శ్రీమతి. పోట్ల ఉమ మహేష్, గ్రామ ఉప సర్పంచ్ వార్డు సభ్యులు, స్థానిక బిజెపి నాయకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

లబ్ధిదారులకు చెక్కుల పంపిణీ ప్రభుత్వ సంక్షేమ పథకాలను అర్జులందరికీ అందించడమే లక్ష్యం ఆచంపల్లి సర్పంచ్ ఆరో జేశశ్రీ రాజశేఖర్



గంగాధర, జూలై 8 (ఇంద్ర ప్రభ) : చొప్పుదండి శాసనసభ్యులు మేడిపల్లి సత్యం ఆదేశాల మేరకు గంగాధర మండలంలోని ఆచంపల్లి గ్రామంలో నిమ్మ తోట, క్యాబిల్ షెడ్, కొబ్బరి తోటల పథకాల అర్జిదారులకు బుధవారం గ్రామ సర్పంచ్ ఆరో జేశశ్రీ రాజశేఖర్ చెక్కుల

పంపిణీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా సర్పంచ్ మాట్లాడుతూ రైతుల అభివృద్ధి, గ్రామీణ ఆర్థిక వ్యవస్థ బలోపేతమే ప్రభుత్వ ప్రధాన లక్ష్యమని తెలిపారు. ఎమ్మెల్యే మేడిపల్లి సత్యం చొరవతో ప్రభుత్వ సంక్షేమ, అభివృద్ధి పథకాల ఫలాలు అర్జులైన ప్రతి ఒక్కరికీ చేరాలి చర్యలు తీసుకుంటున్నామని పేర్కొన్నారు. వ్యవసాయ అనుబంధ రంగాల అభివృద్ధికి ప్రభుత్వం ప్రత్యేక ప్రాధాన్యత ఇస్తోందని, నిమ్మ తోటలు, కొబ్బరి తోటలు, పశుసంపర్క రంగాన్ని ప్రోత్సహించే క్యాబిల్ షెడ్ వంటి పథకాలు రైతులకు అంతో ఉపయోగపడతాయని తెలిపారు. ఈ అవకాశాలను లబ్ధిదారులు సద్వినియోగం చేసుకొని ఆర్థికంగా మరింత అభివృద్ధి చెందాలని ఆకాంక్షించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఉప సర్పంచ్, గ్రామ పంచాయతీ పాలకవర్గ సభ్యులు, గ్రామ కార్యదర్శి, ఫీల్డ్ అసిస్టెంట్, అర్జిదారులు, గ్రామ ప్రజలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కూల్చారం పోలీస్ స్టేషన్లో ఎస్సీ వార్షిక తనిఖీ సైబర్ నేరాలు, డ్రగ్స్పై గ్రామస్థాయిలో విస్తృత అవగాహన కల్పించాలి

రాడీషీటర్లు, సస్పెక్షన్లపై నిరంతర నిఘా కొనసాగించాలి

సీసీ కెమెరాల ఏర్పాటు, బీట్ వ్యవస్థను బలోపేతం చేయాలి.

మెడక్ జిల్లా ఎస్సీ. డి. వి. శ్రీనివాస రావు వివేచన



మెడక్ జూలై 8 (ఇంద్రప్రభ)మెడక్ జిల్లా, బుధవారం కూల్చారం పోలీస్ స్టేషన్లో మెడక్ జిల్లా ఎస్సీ. డి.వి. శ్రీనివాసరావు, బివేన్ వార్షిక తనిఖీలో భాగంగా తనిఖీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా స్టేషన్ ఆవరణలో మొక్కను నాటి, పోలీసు సిబ్బంది కిట్ను పరిశీలించారు. కిట్ నిర్వహణలో ప్రతిభ కనబరిచిన మహిళా కానిస్టేబుల్ శ్రీతేజస్విని రివార్డుతో అభినందించారు. అనంతరం స్టేషన్

నిర్వహణ, నేరాల దర్యాప్తు, రికార్డుల నిర్వహణ, సిబ్బంది పనితీరు, పెండింగ్ కేసుల పురోగతిని సమీక్షించారు. ఎఫ్ఐఆర్ల నమోదు, స్టేషన్ డైరీలు, రౌండ్, సస్పెక్షన్ షీట్లు, బీట్ బుక్స్, సీజ్ ప్రావర్గి రికార్డులు, వారెంట్ల అమలు, సీసీఎన్ఎన్ఎన్, ఈ-సాక్షి నమోదు తదితర అంశాలను క్షుణ్ణంగా పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా ఎస్సీ మాట్లాడుతూ, పోలీస్ స్టేషన్లో పెండ్లిని లేకుండా రికార్డులను ఎప్పటికప్పుడు సమీకరిస్తూ నిర్వహించాలని సూచించారు. బాధితులకు త్వరితగతన న్యాయం అందేలా నాణ్యమైన, పారదర్శకమైన దర్యాప్తు చేపట్టాలని ఆదేశించారు. ప్రజలతో మర్యాదపూర్వకంగా వ్యవహరించి వారి సమస్యలను ఓర్పుతో విని పట్టపరమైన సహాయం అందించాలని సూచించారు. వ్యాపార సంస్థలు, దుకాణాల వద్ద సీసీ కెమెరాల ఏర్పాటును ప్రోత్సహించాలని తెలిపారు. విలేజ్ పోలీస్ ఆఫీసర్లు తమ గ్రామాలపై పూర్తి అవగాహన కలిగి ఉండాలని, సైబర్ నేరాలు, మాదకద్రవ్యాల దుష్పరిణామాలపై ప్రతి గ్రామంలో ప్రజలకు అవగాహన కల్పించాలని సూచించారు. రాడీషీటర్లు, సస్పెక్షన్లపై నిరంతర నిఘా కొనసాగిస్తూ, బీట్ వ్యవస్థను మరింత సమర్థవంతంగా అమలు చేయాలని ఆదేశించారు. అనంతరం స్టేషన్ సిబ్బందితో సమావేశమైన ఎస్సీ, డిప్యూటీ వంటి వ్యవసాయకుల దురంతం ఉండాలని సూచించారు. విధుల నిర్వహణలో పాటు సిబ్బంది వ్యక్తిగత సమస్యలను కూడా అడిగి తెలుసుకున్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో మెడక్ డి.వి. ప్రసన్న కుమార్, సీబిలు కృష్ణమూర్తి, సుందీప్ రెడ్డి, ఎన్ఐఐ అవ్వూర్ మొహిన్ద్రాద్, సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

వర్షాకాలం దృష్ట్యా...

సంసిద్ధంగా జిల్లా డిజాస్టర్ రెస్పాన్స్ ఫోర్స్ బృందం:

జిల్లా ఎస్సీ మహేష్ బి. గిత్.

రాజస్థానిసిల్ల జిల్లా, జూలై 08, ఇంద్రప్రభ : వర్షాకాలాన్ని దృష్టిలో ఉంచుకొని వరదలు, అగ్నిప్రమాదాలు, రోడ్డు ప్రమాదాలు, ప్రకృతి వైపరీత్యాల సమయంలో తక్షణ సహాయక చర్యలు చేపట్టేందుకు ఆర్.ఐ అధ్యక్షులలో 12 మంది సభ్యులతో కూడిన జిల్లా డిజాస్టర్ రెస్పాన్స్ ఫోర్స్ (డిఆర్ఎఫ్) బృందం పూర్తిస్థాయిలో సంసిద్ధంగా ఉందని జిల్లా ఎస్సీ మహేష్ బి. గిత్ తెలిపారు. బుధవారం రోజున



వేములవారి పట్టణ పరిధిలోని నాంపెల్లి గ్రామ చెరువులో భారీ వర్షాల, వరదలు, ప్రకృతి వైపరీత్యాల సమయంలో చేపట్టాల్సిన సహాయక చర్యలపై నిర్వహించిన శిక్షణ కార్యక్రమంలో ఎస్సీ పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా డిజాస్టర్ రెస్పాన్స్ ఫోర్స్ సభ్యులతో కలిసి రెస్పాన్స్ బోటలో ప్రయాణించి, సహాయక చర్యల నిర్వహణను పరిశీలించారు. అనంతరం డిఆర్ఎఫ్ అధికారులకు, సిబ్బందికి పలు సూచనలు చేస్తూ, అత్యవసర పరిస్థితులు ఎదురైన వెంటనే వేగంగా స్పందించి, ప్రజల ప్రాణాలను రక్షించేలా ఎల్లప్పుడూ సిద్ధంగా ఉండాలని ఆదేశించారు. అనంతరం జిల్లా ఎస్సీ మాట్లాడుతూ... వర్షాకాలంలో జిల్లా ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని సూచించారు. భారీ వర్షాలు, వరదలు, అగ్నిప్రమాదాలు, ఇతర ప్రకృతి వైపరీత్యాల సంభవించినప్పుడు జిల్లా పోలీసులతో పాటు... జిల్లా డిజాస్టర్ రెస్పాన్స్ ఫోర్స్ బృందం కూడా తక్షణమే సహాయక చర్యలకు సిద్ధంగా ఉంటుందని తెలిపారు. జిల్లా డిఆర్ఎఫ్ బృందం వద్ద రెస్పాన్స్ బోటు, మోటార్, మెడికల్ డ్రైవర్, లైఫ్ జాకెట్లు, లైఫ్ బాయ్స్, వర్ష కట్టర్ యంత్రాలు తదితర అధునిక పరికరాలు అందుబాటులో ఉన్నాయని తెలిపారు. ప్రజల ప్రాణ, ఆస్తి నష్టాన్ని నివారించేందుకు జిల్లా పోలీసు యంత్రాంగం, డిఆర్ఎఫ్ బృందం 24x7 అందుబాటులో ఉంటుందని చెప్పారు. ఎవరైనా ఆపదలో ఉన్నట్లు గమనించినా లేదా సహాయం అవసరమైనా వెంటనే స్థానిక పోలీసు అధికారులకు సమాచారం అందించాలని, సమాచారం అందిన వెంటనే సహాయక చర్యలు ప్రారంభిస్తామని జిల్లా ఎస్సీ తెలిపారు. గత ఏడాది వర్షాకాలంలో... వరదల సమయంలో, అలాగే గణేష్ నిమజ్జనాల సందర్భంగా వివిధ అత్యవసర పరిస్థితుల్లో జిల్లా డిజాస్టర్ రెస్పాన్స్ ఫోర్స్ సిబ్బంది సమయావేళిగా స్పందించి, ప్రజలకు అందించిన సేవలను అభినందించారు. అదే సేవా స్ఫూర్తితో భవిష్యత్తులో కూడా అప్రమత్తంగా ఉంటూ, ప్రతి అత్యవసర పరిస్థితిలో వేగంగా స్పందించి, ప్రజల ప్రాణాలను రక్షించేందుకు కృషి చేయాలని సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో డి.వి. ప్రసన్న కుమార్, సీ.ఐ. వీరప్రసాద్, ఆర్.ఐ. అడ్వీస్ సురేష్, ఆర్.ఎస్.ఐ లు సాయి కిరణ్, శ్రావణ్ యాదవ్, డిఆర్ఎఫ్ సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

సంపాదకీయం

జాతీయ రాజకీయాల్లో రైతు అజెండా

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

మెడ పై నల్లటి గీతలు ఆరోగ్యం డేంజర్ లో పడ్డట్టే...

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

శరీరంలోని ఈ భాగాల్లో వాపు ఉంటే అస్సలు నిర్లక్ష్యం చేయకండి..

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

వెల్లుల్లి నీరు ఆరోగ్యానికి ఎంత మంచిదంటే?

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

క్యాన్సర్ పేషెంట్ల మానసిక వేదన ఎలా ఉంటుందో తెలుసా?



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

వివాహ సమయంలో అలంకరించిన ప్లెక్సి వందిరికి కట్టిన మామిడికాయ తోరణాల పచ్చదనంపలుచబడి ముందే నవ దంపతులు విడిపోవడానికి సిద్ధం అవుతున్నారు. సనాతన దర్శనం సూచించిన వివాహ బంధానికి నిర్వహణలు వాయు వేగంగా మారుతున్నాయి. ఇద్దరు వ్యక్తుల మధ్య సామాజిక ఒప్పందంగా వివాహ బంధాన్ని పరిగణించడం జరుగుతోంది. తాళిని ఎగతాళి చేస్తూ విడాకులకు దారులు తెరుస్తున్నారు. విడాకులను సంక్షిప్త సమస్యగా చూడకుండా, ఇద్దరి మధ్య వెలకొన్న సమస్యకు ఓ మంచి పరిష్కారం తీసుకోవడం జరుగుతున్నది. విడాకులు తీసుకొని పునర్వివాహం లేదా సింగిల్ పేరింట్‌గా జీవించడం సర్వసాధారణం, ఫ్యాషన్ అవుతోంది. విడాకులు ఓ ప్రపంచ సమస్య ప్రపంచవ్యాప్తంగా మానవ సమాజంలో విడాకులు ఒక ప్రధాన సమస్యగా నిలుస్తున్నాయి. విశ్వవ్యాప్తంగా విడాకుల రేటు 1.80 (ప్రతి వెయ్యి మందిలో) ఉండగా, భారతంలో 1.0 ఉందని గమనించారు. మాల్డీవులు, బెలారస్, యూఎస్ఎ దేశాల్లో విడాకులు అధిక శాతం జరుగుతున్నాయి. తక్కువ విడాకులు నమోదు చేసుకున్న దేశాల జాబితాలో ఇండియా, మెజారిటీ, కెనాడ, జింబాబ్వే, వియత్నాం, సౌత్ ఆఫ్రికా దేశాలు ఉన్నాయి. ప్రతి వెయ్యి మందిలో 30 మంది భారతీయులు, 400 మంది అమెరికన్లు విడాకులు పొందుతున్నారు.

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

ఆ మూడు రోగాలు..

ప్రాణాలు తీసేస్తున్నాయి

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

ఈ పండ్లు తింటే కంటిచూపు రెట్టింపు అవుతుంది

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



వారు 5 శాతం విడాకులు పొందుతున్నారు. విడాకులు కోరుకున్న వారిలో పురుషులు 56.2 శాతం, మహిళలు 43.8 శాతం ఉంటున్నారు. భారతంలో విడాకులు పొందడానికి సాధారణంగా కనీసం 6 మాసాల నుంచి 20 ఏండ్లు, అమెరికాలో 2 ఏండ్లు, ఐరోపాలో 6 ఏండ్ల సమయం పడుతుంది. భిన్నత్వంలో విడాకులకి చిరునామా భవ్య భారతం. సువిశాల భారతంలో దాదాపు 09 ప్రధాన మతాలు, దాదాపు 3,00,00లకు పైగా కులాలు, 25,000ల వరకు ఉప కులాలు, బహు ప్రధాన జాతులు ఉన్నాయి. దేశ ప్రజల సంస్కృతులు, వారసత్వ సంపదలు, పండుగలు, ఆచార వ్యవహారాలు విభిన్నంగా ఉంటాయి. విడాకులకు కారణాలుగా ఇరువురికీ మధ్య సమాచార లోపం, ఆర్థిక చిక్కులు, వివాహేతర సంబంధాలు, ప్రేమ కొరవడం, పాశ్చాత్య సంస్కృతి, లైంగిక సామర్థ్యం లోపించడం, భావోద్వేగ (అహం) సమస్యలు, అపసమ్మతాలు, విలువల్లో వ్యత్యాసం, నిరుత్సాహం, అభిప్రాయ, పరకల్ప వేధింపులు, స్వతంత్రతను కోరుకోవడం, అసంబద్ధ పని సంస్కృతి, మద్దతు/పొగాకు దురలవాట్లు, మానసిక నిరాశ/ఒత్తిడి/చెడు, కుల మతాంతర పెళ్లిళ్లు లాంటివి ప్రధానంగా గమనించబడ్డాయి. పురుషాధిక్య భారత సమాజంలో విద్యాధిక మహిళలు మంచి ఉద్యోగాలు చేస్తూ స్వతంత్ర భావాలతో పాటు జీవనశైలిని సహితం కోరుకుంటున్నారు. వర్టిగ్ ఊమెన్స్ తన కాళ్ళ పైన తాను నిలబడడంతో కుటుంబ సంభ్రం, భర్తల మాటలను విసకుండా విభేదాల అగాధాలను పెంచుకుంటూ తాళి తెగేదాకా లాగుతున్నారని తెలిపింది. ఉన్నత విద్యార్థుల పెరిగిన కొలది విడాకుల రేటు కూడా పెరుగుతున్నది. విడాకులు ఇక్కడ వైపులలో కాదని, సిగ్గు మాత్రం చర్య కానే కాదని నేటి సమాజం భావిస్తున్నది. విడాకులు పొందిన మహిళలు కూడా తమ జీవితాలను తిరిగి కొత్తగా

స్నానానికి వేడి నీరు మంచిదేనా

ఎందా కాలం, వర్షా కాలంలో ఎలా ఉన్నా కానీ.. శీతా కాలంలో మాత్రం చాలా జాగ్రత్తగా ఉండాలి. ముఖ్యంగా చర్మం పరంగా, ఆరోగ్యం పరంగా ఖచ్చితంగా తగినన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. లేదంటే చాలా ఇబ్బందులు పడొచ్చి ఉంటుంది. ఇక సాధారణంగా కొంత మంది చస్తీటితో స్నానం చేస్తారు. మరి కొంత మంది అయితే వేడి నీటితో చేస్తారు. ఎందుకంటే స్నానం చేస్తే మంచి రిలాక్సేషన్ దొరుకుతుంది. చిరాకు పోయి.. మనసుకి చాలా హాయిగా ఉంటుంది. అయితే చస్తీటి స్నానం మంచిదా? వేడి నీటి స్నానం చేయడం మంచిదా? అనే డౌట్ చాలా మందిలో కూడా ఉంటుంది. మరి ఏ నీటి స్నానం వల్ల బాగాలు ఉన్నాయి? ఇప్పుడు మనం తెలుసుకుందాం. ఇక శీతా కాలంలో చస్తీటితో స్నానం చేయడం వల్ల బాడీలో వాతం అనేది బాగా పెరుగుతుంది. దీని వల్ల నొప్పులు, కండరాల నొప్పులు, చర్మం పొడి బారడం ఇంకా బలహీనమైన జీవక్రియ వంటి సమస్యలు ఎక్కువగా ఎదురవుతాయి. ఇంకా అంతే కాకుండా శరీరం నొప్పులు తీరవు. కానీ ఒకవేళ క్రమం తప్పకుండా చస్తీటితో స్నానం చేసే వారైతే మాత్రం.. శీతా కాలంలో కూడా చస్తీటి స్నానం చేయడం చాలా మంచిదని వైద్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఎందుకంటే ఇది మన శరీరంలో ఎలాంటి భంగం కలిగించదు. ఇంకా అంతే కాకుండా చస్తీటి స్నానం చేయడం వల్ల బ్లడ్ సర్క్యులేషన్ పెరుగుతుంది. తెల్ల రక్తకణాలు అధిక శాతం ఇంకా జీవ క్రియ రేటు ఎక్కువగా ఉంటాయని పలు అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి. వింటర్ సీజన్ లో వేడి నీటితో స్నానం చెయ్యడం శరీర వాతాన్ని తగ్గిస్తుంది. ఇంకా అలాగే కండరాల నొప్పులు, ఒత్తిడి తగ్గుతుంది. మనసుకు, శరీరానికి చాలా ప్రశాంతంగా ఉంటుంది. ఇంకా అంతే కాకుండా వేడి నీళ్లు చేసేటప్పుడు వచ్చే పొగను పీల్చడం ద్వారా జలుబు వంటి సమస్యలు కూడా తగ్గుతాయి. ఇంకా చలి తీవ్రతను కూడా తగ్గిస్తుంది. చలికాలంలో చస్తీటి స్నానం చేయడం వల్ల వాతాన్ని పెంచడమే కాకుండా చలి కూడా పెరుగుతుంది. కాబట్టి శరీరం వేడిని కాపాడుకోవడానికి ఖచ్చితంగా చాలా కష్ట పడాలి. చలి కాలంలో బాహ్య ప్రపంచం అనేది చల్లగా ఉంటుంది. అప్పుడు శరీరం అంతర్గత వాతావరణాన్ని చెప్పగా ఉంచడానికి ప్రయత్నిస్తుంది. కాబట్టి మీరు శీతాకాలంలో వేడి నీటితో స్నానం చేయడం వల్ల ఖచ్చితంగా మంచి ప్రయోజనాలు ఉంటాయి. వేడి నీటి స్నానంతో చలి కారణంగా వణుకు తగ్గడమే కాకుండా ఒత్తిడి, కండరాల నొప్పులు ఇంకా సీజన్ గా వచ్చే వ్యాధులనూ దూరం చేసుకోవచ్చని ఆయుర్వేద నిపుణులు చెబుతున్నారు.

ఇంగువతో కూడా బరువు తగొచ్చు..

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

తొలి తరం వైద్యురాలు

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



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

మారుస్తుందని అభిప్రాయ వ్యక్తం. 1888లో దాదాజీతో 2000 రూపాయలు చెల్లించి తెగతెంపులు చేసుకునే విధంగా అంగీకారం కుదిరింది. ఆ తరువాత రుకూటాయి ఇంగ్లాండులో చదువు కోవడానికి బయలు దేరింది. కామో హాస్పిటల్ కు చెందిన డా.ఎడిట్ పెరె రుకూటాయిని చదువు కోవడానికి ప్రోత్సహించారు. కావలసిన ధనాన్ని సమకూర్చారు. ఆమె 1889లో ఇంగ్లాండు వెళ్లి అక్కడ "లండన్ న్యూల్ ఆఫ్ మెడిసిన్ ఫర్ వుమెన్"లో విద్యనభ్యసించింది. అక్కడ ఆమె చదువుకు వలుపురు అధికంగా అందగా నిలిచారు. 1918లో ఆమె వుమెన్స్ మెడికల్ సర్వీస్ లో చేరి అవకాశాన్ని తీరవచ్చింది రాజకీయ లోని స్టేట్ హాస్పిటల్ ఫర్ వుమెన్స్ లో చేరింది. ఆమె ముఖ్య వైద్య అధికారిగా 35 సంవత్సరాలు పని చేసి బొంబాయిలో 1930లో పదవీ విరమణ చేసింది. తరువాత కూడా ఆమె సంఘ సంస్కరణలను కొనసాగించింది. "పరదా, దాని నిషేధానికి ఆపశ్యకత" అనే కరవల్యాన్ని ప్రచురించింది. 2016లో ఆమె జీవితచరిత్ర ఆధారంగా "రుకూటాయి భీమరావ్ రావత్" అనే మరాఠీ సినిమా వెలువడింది. అసోత్ మహాదేవన్ ఆ సినిమా దర్శకుడు కాగా తనిషా చలర్జీ ముఖ్య భూమికను నిర్వహించింది.

టూత్ బ్రష్లను టాయిలెట్ రూమ్ లో పెడుతున్నారా..!

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

తలనొప్పి తీవ్రంగా వేధిస్తోందా?

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

వింటర్ లో హానీమూన్ ప్లాన్ చేస్తున్నారా..

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

టాటా నుంచి మరో 4 ఈవీ కార్లు..

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

ఇలా చేస్తే 7 రోజుల్లోనే తెల్లగా అవుతారు?

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

కార్తిక మాసంలో

ఈ శివాలయాలను సందర్శించాల్సిందే..

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

డయాబెటీస్ ఉన్నవాళ్లు

ఈ నీళ్లు రోజూ తాగితే..!

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

వైద్య చరిత్రలో సంచలనం..

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

బాత్రూంలో మొబైల్ యూజీ చేస్తున్నారా..

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

తెలుగు ప్రజల హృదయేశ్వరి

జూరక్తదానం చేస్తున్నారా.. అయితే ఈ విషయాలు మీ కోసం?

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



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

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

బిల్లు ఆమోదం పై జాప్యానికి నిరసనగా ఇండోనేషియాలో ఇంటి పనివారి దీక్షలు

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

చైనా, వియత్నాం మధ్య చీలిక

తెచ్చేందుకు అమెరికా కుతంత్రం

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

భారతదేశంలో అత్యధిక ముస్లింలు

హిందూ మతం నుండి మారారు

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

విశేష రాజకీయ అనుభవ శాలి

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

అమెరికా నుంచి తెలుగు విద్యార్థులు వెనక్కి!

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

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 సప్లెమెంట్స్ తీసుకోవడం కూడా ముఖ్యం. ఎందుకంటే, విటమిన్ సి, మీరు తినే ఫుడ్ నుండి ఐరన్ ని 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 అరటిటర్ 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. అదేవిధంగా రక్తదానం చేసే ముందు మిమ్మల్ని టెస్ట్ చేస్తారు. మీరు చిరాకు పడకుండా ఉండాలంటే వదులుగా ఉన్న బట్టలు వేసుకోవాలి. ఎందుకంటే, కొండరిలో రక్తపోటు పెరుగుతుంది. మరికొందరికి భయం వల్ల గుండె వేగం పెరుగుతూ తగ్గుతుంటుంది. కాబట్టి, తేలికైన, వదులుగా ఉన్న బట్టలు వేసుకోవాలి. మీ చేతికి నూది ఇస్తారు. ఈ టైమ్ లో ఇబ్బంది ఉండొద్దంటే తేలికైన, వదులుగా ఉండే బట్టలు వేసుకోవడం మంచిది.. ఎలాంటి పరిస్థితిలో అయినా కూడా కూడిన కొవ్వుతో కూడిన ఆహారాన్ని తీసుకోవద్దు. దీంతో రక్త సమూలాలని పరిశీలించడం కష్టతరమవుతుంది. ఎందుకంటే, రక్తదానం చేశాక, రక్తం ఏదైనా ఇన్ఫెక్షన్ కోసం పరిశీలించబడుతుంది. మీరు కొవ్వు ఎక్కువగా ఉండే ఆహారాల పరిమాణం పరిష్కరణలలో తేడాని కలిగిస్తుంది. అలాగే రక్తదానం చేసేముందు అల్ట్రాసోన్ తీసుకోవడం వల్ల డీహైడ్రేషన్ ఏర్పడుతుంది. ఏ కారణం చేతనైనా రక్తదానం చేశాక డీహైడ్రేషన్ అవ్వొద్దు. అందుకే రక్తదానం తర్వాత 3 రోజుల వరకు మధ్యం తీసుకోకూడదు.

పళ్ళు జివ్వుమంటున్నాయా.. ఈ చిట్టాలు పాటించాల్సిందే?



ఈ రోజుల్లో చిన్న పెద్ద అని తేడా లేకుండా చాలా మంది సెన్సిటివిటీ సమస్యతో ఇబ్బంది పడుతున్న విషయం తెలిసింది. ఈ సెన్సిటివిటీ కారణంగా చల్లని పదార్థాలు, తీయని పదార్థాలు చివరికి వేడి పదార్థాలు తిన్నా కూడా పళ్ళు జివ్వుమంటూ ఉంటాయి. కొన్ని కొన్ని సార్లు ఈ సౌష్టి తీవ్రం అయ్యి దవడలు వాడడం పండ్లు ఊడిపోవడం లాంటి సమస్యలు కూడా తలెత్తుతూ ఉంటాయి. కొన్ని సార్లు సౌష్టి భరించలేనంతగా ఉంటుంది. ఈ బాధల తట్టుకోలేక ఎంతో ఇష్టమైన ఐస్క్రీమ్ కు దూరంగా ఉంటుంటారు. పళ్ల సెన్సిటివిటీ కారణంగా హాళిగా ఏమీ తినలేరు, తాగలేరు. కొందరికి తీపి పదార్థాలు ఇష్టమైన సరే ఈ సౌష్టి కారణంగా వాటికి దూరంగా ఉంటారు. అయితే ఈ సమస్యను కొన్ని వంటింటి చిట్టాలను ఉపయోగించి పరిష్కరించుకోవచ్చు. సున్నితమైన దంతాల సమస్యను పరిష్కరించడానికి, ఉప్పు నీళ్లు బెస్ట్ ఆప్షన్ అని చెప్పవచ్చు. ఇది దంత సమస్యలను నయం చేయడంలో సహాయపడుతుంది. ఉప్పులో ఉండే క్రిమినాశక గుణాలు మంటలను తగ్గించేందుకు తోడ్పడతాయి. పంటి సౌష్టి నుంచి ఉపశమనం పొందడానికి రోజుకు రెండుసార్లు ఉప్పు నీటితో పుక్కిలించాలి. ఇది మీ నోటి ఆరోగ్యానికి అద్భుతమైన మోత వాష్ గా కూడా పనిచేస్తుంది. ఇందుకోసం ఒక గ్లాస్ వేడి నీటిలో 1/2 టీస్పూన్ ఉప్పు వేసి 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 సౌష్టి, మంటలను తగ్గిస్తుంది. వాపు నుంచి ఉపశమనం పొందడానికి గ్రీన్ టీ తాగుతూ ఉంటారు. గ్రీన్ టీ పళ్ల సెన్సిటివిటీ తగ్గించడానికి సహాయపడుతుంది. గ్రీన్ టీలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్, యాంటీ ఇన్ఫ్లేమేటరీ గుణాలు ఉంటాయి. ఇవి నోటి ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తాయి. గ్రీన్ టీని మోత వాష్ గా ఉపయోగించండి. రోజుకు రెండు సార్లు నోటిలో గ్రీన్ టీ వేసుకుని పుక్కిలించాలి ఇది దంతాలను బలోపేతం చేయడానికి, మంటలను తగ్గించడానికి తోడ్పడుతుంది.

పాక్ తాత్కాలిక ప్రభుత్వంలో తీవ్రవాది భార్యకు చోటు

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

సబ్ కా సాత్ సబ్ క సత్తేనాత్

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



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

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

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

రద్దయిన ఇజ్రాయిల్ పార్లమెంట్

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

నాటోలో ఫిన్లాండ్,

స్వీడన్ చేరికపై మాకేం సమస్య లేదు

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

ఉక్రెయిన్ మాదిరి ఆ రెండు దేశాలతో తమకెలాంటి ప్రాదేశిక విభేదాలు లేవన్నారు. ప్రస్తుతం మా మధ్య అంతా బాగానే ఉంది. కానీ ఇకముందు కొన్ని ఉద్దిగతలు ఉండొచ్చు. మాకు ముప్పు ఉంటే అవి అనివార్యం అని చెప్పారు. ఉక్రెయిన్ పై రష్యా సైనిక చర్య పరిణామాల నేపథ్యంలో స్వీడన్, ఫిన్లాండ్ లు నాటో కూటమిలో

చేరేందుకు నిర్ణయించిన సంగతి తెలిసిందే. ఈ క్రమం లోనే బుధవారం స్పెయిన్ రాజధాని మాడ్రీడ్ లో జరిగిన నాటో సదస్సులో వాటి సభ్యత్వం కోసం అధికారిక ప్రక్రియను ప్రారంభించారు. ఇప్పటివరకు ఈ రెండు దేశాల చేరికపై అభ్యంతరం చెబుతూ వచ్చిన తుర్కీయే (టర్కీ) సైతం ఎట్టకేలకు తన అంగీకారాన్ని తెలిపింది. రష్యా మొదటి నుంచి విమర్శిస్తూ వచ్చింది. ఈ వ్యవహారాన్ని అంతర్జాతీయ భద్రతను అస్థిర పరిచే అంశంగా పేర్కొంది.

మెక్సికోలో మరో జర్మనిస్టు హత్య

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

ఫిలిప్పీన్స్ అధ్యక్షుడిగా ఫెర్డినాండ్ మారోస్ జూనియర్ ప్రమాణ స్వీకారం

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

ఆద్యంతం వినోదభరితం

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

100వ సినిమా కోసం రాఘవేంద్రావు

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

ఒకే ఏడాది మూడు సినిమాలను లిలీజ్ చేయనున్న శింబు

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

మీరు ఏమైన కొనిస్తున్నారా, మేం ఏం వేసుకుంటే మీకెందుకు..

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

కొలంబియా ఆర్థిక మంత్రిగా ఎక్లాక్ మాజీ కార్యదర్శి ఆంటానియో

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

సముద్రంలో బోటు బోల్తా..

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

దుబాయ్లో గుండెపోటుతో రేండ్లగూడ వాసి మృతి

మంత్రి మహేష్ మృతితో గ్రామంలో విషాద ఛాయలు.. భార్య, ఇద్దరు చిన్నారులను విడిచి అనంతలోకాలకు

జువారం, జూలై 8 (ఇంద్రప్రభ): జువారం మండలంలోని రేండ్లగూడ గ్రామానికి చెందిన మంత్రి మహేష్ (42) దుబాయ్లో గుండెపోటుతో మృతి చెందడం తీవ్ర విషాదాన్ని నింపింది. కుటుంబ సభ్యులు తెలిపిన వివరాల ప్రకారం, ఉపాధి కోసం కొంతకాలంగా దుబాయ్లో పనిచేస్తున్న మహేష్ గత నెల జూన్ 29న ఆకస్మికంగా గుండెపోటుకు గురై అక్కడే కన్నుమూశారు. మహేష్ మృతివార్త స్వగ్రామమైన రేండ్లగూడకు చేరడంతో కుటుంబ సభ్యులు, బంధువులు, గ్రామస్థులు తీవ్ర దిగ్భ్రాంతికి గురయ్యారు. ఎంతో కష్టపడి కుటుంబాన్ని పోషిస్తూ పిల్లల భవిష్యత్తు కోసం విదేశాల్లో శ్రమిస్తున్న మహేష్ అకాల మరణం అందరినీ కలచివేసింది. మృతుడు మహేష్కు భార్య (ప్రేమలత, కుమార్తె జ్యేష్ఠి (12), కుమారుడు ఆర్యన్ (10) ఉన్నారు. కుటుంబానికి పెద్దదిక్కుగా ఉన్న మహేష్ మృతి చెందడంతో భార్య, చిన్నారులు శోకసంద్రంలో మునిగిపోయారు. గ్రామస్థులు మహేష్ కుటుంబానికి ప్రగాఢ సానుభూతి తెలియజేస్తూ, వారి కుటుంబానికి ప్రభుత్వం తగిన సహాయం అందించాలని కోరుతున్నారు. మహేష్ భౌతికకాయం స్వగ్రామానికి చేరుకున్న అనంతరం అంత్యక్రియలు నిర్వహించనున్నట్లు కుటుంబ సభ్యులు తెలిపారు.



వై.ఎస్. రాజశేఖర్ రెడ్డి జయంతి



ఇంద్ర ప్రభ రాయకల్ జూలై 8మాజీ ముఖ్యమంత్రి దివంగత వై.ఎస్. రాజశేఖర్ రెడ్డి జయంతి సందర్భంగా కరీంనగర్ డిసిసి కార్యాలయంలో డిసిసి అధ్యక్షుడు, చొప్పదండి నియోజకవర్గ ఎమ్మెల్యే మేడిపల్లి సత్యంకో కలసి ఆయన చిత్రపటానికి పూలమాల వేసి నివాళులు అర్పించిన సూదా చైర్మన్ కోమటిరెడ్డి సరేందర్ రెడ్డి పాల్గొన్నారు

కొడిమ్యాలలో వైఎస్సార్ జయంతి వేడుకలు



ఇంద్ర ప్రభ రాయకల్ జూలై 8. చొప్పదండి నియోజకవర్గంలోని కొడిమ్యాల మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ కార్యాలయంలో మాజీ ముఖ్యమంత్రి దివంగత దాక్టర్ వై.ఎస్. రాజశేఖర్ రెడ్డి జయంతి వేడుకలను బుధవారం మండల కాంగ్రెస్ అధ్యక్షుడు గోగూరి నాగభూషణ్ రెడ్డి ఆధ్వర్యంలో ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా వైఎస్సార్ చిత్రపటానికి నాయకులు పూలమాల వేసి ఘనంగా నివాళులర్పించారు. అనంతరం ఆయన సేవలను స్మరించుకుంటూ నినాదాలు చేశారు. మండల కాంగ్రెస్ అధ్యక్షుడు గోగూరి నాగభూషణ్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ, పేదలు, రైతులు, విద్యార్థులు, నిరుపేద కుటుంబాల సంక్షేమాన్ని లక్ష్యంగా పెట్టుకుని దాక్టర్ వై.ఎస్. రాజశేఖర్ రెడ్డి అనేక సంక్షేమ పథకాలను అమలు చేశారని అన్నారు. ప్రజా సంక్షేమానికి ఆయన అందించిన సేవలు చిరస్మరణీయమని, ఆయన ఆశయాలు, సంక్షేమ పాలన భావిరాలకు స్ఫూర్తిగా నిలుస్తాయని పేర్కొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో కొడిమ్యాల సర్పంచ్ గడ్డం జీవన్ రెడ్డి, చిలివేరి నారాయణ గౌడ్, గుడి మల్లికార్జున్ రెడ్డి, గోగూరి మహిపాల్ రెడ్డి, కొండూరి రాజేష్, పర్లపల్లి ప్రసాద్, ముమ్మాడి స్వామి, సింగిరెడ్డి వినీత్ రెడ్డి, సింగిరెడ్డి తిరుపతి రెడ్డి, బొడ్డు గంగయ్య, నజీర్, యువజన కాంగ్రెస్ నాయకులు ముత్తం శంకర్, మేకల మల్లేశం, హనుమండ్ల అజయ్ రెడ్డి, అఖిల్, ప్రసాద్, సంజీవ్, కత్తి సరేష్, పాపిరెడ్డి, పిడుగు లక్ష్మారెడ్డి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పశువులకు టీకాలు

ఇంద్ర ప్రభ రాయకల్ జూలై 8 రాయకల్ మండలం రాజా నగర్ గ్రామంలో తెల్లజాతి పశువులకు లంపి సిస్ట్ ముద్దశర్మ వ్యాధి టీకాలు ప్రాథమిక పశు వైద్య కేంద్రం రాయకల్ దాక్టర్ జి ఆశోక్ గారి ఆధ్వర్యంలో సుమారు 62 గోజాతి టీకాలు వేసినారు ఇద్దీ కార్యక్రమంలో స్థానిక గ్రామ సర్పంచ్ భారతపు రాజేష్ గారు ఉప్పు మదుగు గ్రామీణ పశువైద్య ఉపకేంద్రం పశువైద్య గణాంక సహాయకులు శ్రీ ఎం.డి వేణ్కే ఖాన్ గారు మరియు ఇటీకాల్ పశువైద్య గణాంక సహాయకులు శ్రీ ఎం.డి అజమ్ ఖాన్ పశువైద్య సిబ్బంది ప్రేమ్ మరియు స్థానిక పాడి రైతులు పాల్గొన్నారు.



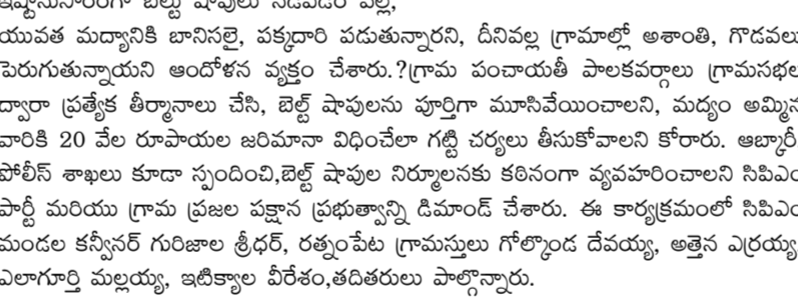
కాంట్రాక్టు, టెట్ సోల్నింగ్ కార్మికులను ప్రభుత్వ ఉద్యోగులుగా గుర్తించి, కనీస వేతనం 26 వేలు ఇవ్వాలి:: ఏఐటీయూసీ నేత కడారి రాములు



రాజస్థానిసిల్ల జిల్లా, జూలై 08, ఇంద్రప్రభ : బుధవారం రోజున వేములవాడ ఏరియా హాస్పిటల్ లో పనిచేస్తున్న కాంట్రాక్టు, టెట్ సోల్నింగ్ కార్మికులను ప్రభుత్వ ఉద్యోగులుగా గుర్తించి, కనీస వేతనం 26 వేలు ఇవ్వాలని, ప్రమాదభీమా సౌకర్యం 25 లక్షలు ఇవ్వాలన్నారు. హెల్త్ డిపార్ట్మెంట్ లో పని చేస్తున్నప్పటికీ, వారికి హెల్త్ కార్డులు లేవన్నారు. వెంటనే హెల్త్ కార్డులు మంజూరు చేసి, ఈఎస్ఐ, పీఎఫ్ సౌకర్యం కల్పించాలన్నారు. సుప్రీం కోర్ట్ చెప్పిన విధంగా “సమాన పనికి సమాన వేతనం”, కనీస వేతనం 26 వేలు ఇవ్వాలన్నారు. ఇందుకోసం కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు తక్షణమే స్పందించి, తగుచర్యలు తీసుకోవాలని ఏఐటీయూసీ రాజస్థాని సిరిసిల్ల జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి కడారి రాములు డిమాండ్ చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో బండారి హరీష్, మారవేటి మహేష్, శ్రీనివాస్, నాగరాజు, మౌనిక, మమత, కృష్ణవేణి, శారదా, కళ, రాజేశ్వరి, రాజేష్, రాజు, శ్రీకాంత్, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

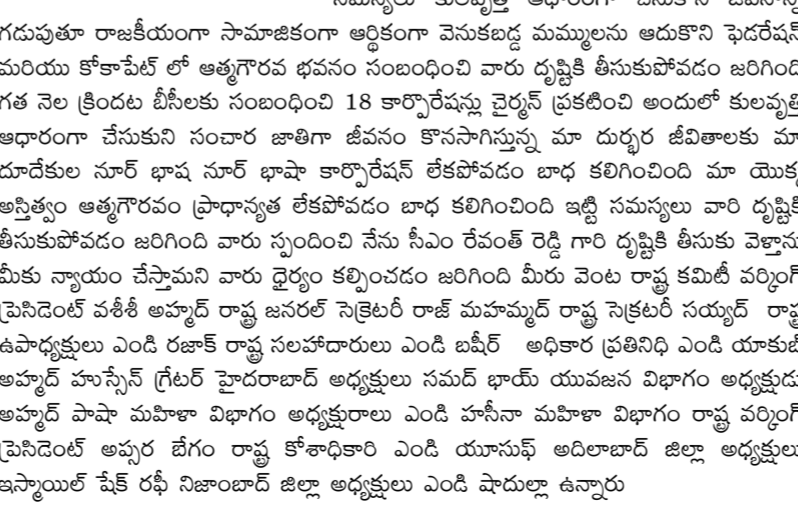
సిపిఎం పార్టీ ఆధ్వర్యంలో... బెల్ట్ షాపులు మూసివేయాలని గ్రామ పంచాయతీ పాలకవర్గానికి, కార్యదర్శికి వినతి

రాజస్థానిసిల్ల జిల్లా, జూలై 08, ఇంద్రప్రభ : బోయినపల్లి మండలం, రత్నంపేట గ్రామంలో... బెల్ట్ షాపులు పూర్తిగా మూసివేయాలని సిపిఎం పార్టీ డిమాండ్ చేసింది. ఈ మేరకు గ్రామ పంచాయతీ పాలకవర్గానికి, కార్యదర్శికి వినతిపత్రం అందజేశారు. గ్రామంలో... ఇష్టానుసారంగా బెల్టు షాపులు నడపడం వల్ల, యువత మద్యానికి బానిసలై, పక్కదారి పడుతున్నారని, దీనివల్ల గ్రామంలో అశాంతి, గౌడపలు పెరుగుతున్నాయని ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. గ్రామ పంచాయతీ పాలకవర్గాలు గ్రామసభల ద్వారా ప్రత్యేక తీర్మానాలు చేసి, బెల్ట్ షాపులను పూర్తిగా మూసివేయాలని, మద్దతు అమ్మిన వారికి 20 వేల రూపాయల జరిమానా విధించేలా గట్టి చర్యలు తీసుకోవాలని కోరారు. అబ్బాద్, పోలీస్ షాపులు కూడా స్పందించి, బెల్ట్ షాపుల నిర్మూలనకు కఠినంగా వ్యవహరించాలని సిపిఎం పార్టీ మరియు గ్రామ ప్రజల పక్షాన ప్రభుత్వాన్ని డిమాండ్ చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో సిపిఎం మండల కన్వీనర్ గురిజాల శ్రీధర్, రత్నంపేట గ్రామస్థులు గోగొండ దేవయ్య, అత్తెన ఎర్రయ్య, ఎలాగూర్ల మల్లయ్య, ఇటీకాల్ వీరేశం, తదితరులు పాల్గొన్నారు.



దూడేకుల ఫెడరేషన్ ఏర్పాటు చేయాలి

ఇంద్ర ప్రభ రాయకల్ జూలై 8 హైదరాబాద్ రోల్ హిల్స్ వేం సరేందర్ రెడ్డి రాజ్యసభ మెంబర్ ప్రభుత్వ ప్రత్యేక సలహాదారులు వారిని తెలంగాణ దూడేకుల సూర భాష రాష్ట్ర అధ్యక్షులు మహమ్మద్ అజీమ్ రెడ్డి కలిసి దూడేకుల ఫెడరేషన్ కు సంబంధించి గతంలో ఉమ్మడి ఆంధ్రప్రదేశ్ గౌరవ ముఖ్యమంత్రి రాజశేఖర్ రెడ్డి 2010లో 125 జీవ్ ఇచ్చి గ్రాండ్ పెట్టడం జరిగింది తదుపరి ఆంధ్ర తెలంగాణ విభజన తర్వాత ఆంధ్రలో ఫెడరేషన్ ఏర్పడి తర్వాత కార్యరేషన్ కానసాగుతున్నది ఇటు జీవ్ 16 సంవత్సరాలు కాలం గడుస్తున్నా తెలంగాణ లో అమలు జరగలేదు బీసీ బీలో ఉన్న దూడేకుల సూర భాషా కులస్థులు ఎదుర్కొంటున్న సమస్యలు కులవృత్తి ఆధారంగా చేసుకొని జీవనాన్ని గడుపుతూ రాజకీయంగా సామాజికంగా అర్థికంగా వెనుకబడ్డ మమ్ములను అదుకొని ఫెడరేషన్ మరియు కోకాపేట్ లో ఆత్మగౌరవ భవనం సంబంధించి వారు దృష్టికి తీసుకుపోవడం జరిగింది గత నెల క్రిందట టీసీలకు సంబంధించి 18 కార్యరేషన్లు చైర్మన్ ప్రకటించి అందులో కులవృత్తి ఆధారంగా చేసుకుని సంఘం జాతిగా జీవనం కొనసాగిస్తున్న మా దుర్భర జీవితాలకు మా దూడేకుల సూర భాషా సూర భాషా కార్యరేషన్ లేకపోవడం బాధ కలిగించింది మా యొక్క అస్తిత్వం ఆత్మగౌరవం ప్రాధాన్యత లేకపోవడం బాధ కలిగించింది ఇద్దీ సమస్యలు వారి దృష్టికి తీసుకుపోవడం జరిగింది వారు స్పందించి నేను సీఎం రేవంత్ రెడ్డి గారి దృష్టికి తీసుకు వెళ్ళాను మీకు న్యాయం చేస్తామని వారు ధైర్యం కల్పించడం జరిగింది మీరు వెంట రాష్ట్ర కమిటీ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ వరేణ్ అప్పారావు రాష్ట్ర జనరల్ సెక్రటరీ రాజ్ మహమ్మద్ రాష్ట్ర సెక్రటరీ సయ్యద్ రాష్ట్ర ఉపాధ్యక్షులు ఎం.డి రజాక్ రాష్ట్ర సలహాదారులు ఎం.డి బహీర్ అధికార ప్రతినిధి ఎం.డి యాకుట్ అప్పారావు హుస్సేన్ గ్రేటర్ హైదరాబాద్ అధ్యక్షులు సుమద్ భాయ్ యువజన విభాగం అధ్యక్షులు అప్పారావు పాషా మహిళా విభాగం అధ్యక్షులు ఎం.డి హసీనా మహిళా విభాగం రాష్ట్ర వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ అప్పారావు బేగం రాష్ట్ర కోశాధికారి ఎం.డి యూసుఫ్ ఉదిలాహాద్ జిల్లా అధ్యక్షులు ఇస్మాయిల్ షేక్ రఫీ నిజాంబాద్ జిల్లా అధ్యక్షులు ఎం.డి షారుల్లా ఉన్నారు



బాన్సువాడ ఏరియా ఆసుపత్రిని సందర్శించిన డిఎంఎచ్ఐ



కామారెడ్డి జిల్లా బాన్సువాడ పట్టణంలోని ప్రభుత్వ ఏరియా ఆసుపత్రిని మంగళవారం నాడు జిల్లా వైద్యాధికారి దాక్టర్ వెంకట్ సందర్శించారు. ఆసుపత్రి లోని ట్రూ నాల్ సెంటరును పరిశీలించారు. ప్రతిరోజూ ఆయా పిహెచ్ఐ ల నుండి వస్తున్న తెమడ శాంపిల్స్ పరీక్షల వివరాలను సిబ్బందిని అడిగి తెలుసుకున్నారు. టిబి వ్యాధి నిర్ధారణ రోజువారీ ల్యాబ్ పరీక్షల వివరాలకు సంబంధించిన పలు రికార్డులను పరిశీలించారు. టిబి ముక్త భారత్ కారక ప్రతిఘటనా క్షేత్రస్థాయి నుండి కృషిచేయాలన్నారు. అలాగే మహాత్మా జ్యోతిభాషారే బీరూర్ విద్యార్థులు గత 4 వ తేదీ ఆదివారం నాడు కలుషిత ఆహారం తిని అనారోగ్యం పాలై చికిత్స పొందుతున్న విద్యార్థులను పరామర్శించి వారి ఆరోగ్య పరిస్థితి గురించి సిబ్బందిని అడిగి తెలుసుకున్నారు. విద్యార్థి పరిస్థితి నిలకడగా ఉందని, తీసుకునే ఆహారం విషయంలో జాగ్రత్తలు వివరించినట్లు, డిస్కాల్గి చేయనున్నట్లు ఆసుపత్రి సిబ్బంది తెలిపారు. ఆయన వెంట వైద్యాధికారులు, వైద్య సిబ్బంది ఉన్నారు.

తాగునీటి సమస్యపై మున్సిపల్ పాలకవర్గం అత్యవసర సమావేశం



కామారెడ్డి జిల్లా బాన్సువాడ మున్సిపల్ కార్యాలయంలో మున్సిపల్ కమిషనర్ గోవు గంగాధర్ ఆధ్వర్యంలో పాలకవర్గం అత్యవసర సమావేశం నిర్వహించారు. సింగూర్ ప్రాజెక్టులో నీటి నిల్వలు తగినంత లేకపోవడంతో రానున్న రోజుల్లో అశించిన స్థాయిలో వర్షాలు కురువకపోతే ప్రాజెక్టులో నీటి నిల్వలు అడుగంటి తాగునీటికి తీవ్ర సమస్యలు వచ్చే ప్రమాదముందని, మిషన్ భగీరథ ద్వారా నీటి సరఫరాకు ఇబ్బందులు ఎదుర్కోవలసి వస్తుందని కౌన్సిలర్లు ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. ప్రస్తుతం అందుబాటులో ఉన్న మంచీర జలాలను పొందుతున్నా పట్టణ ప్రజలకు తాగునీటి సమస్య తలెత్తకుండా నీటి సరఫరా చేయాలని పాలకవర్గం నిర్ణయించింది.

వైఎస్ రాజశేఖర్ రెడ్డి విగ్రహానికి ఘన నివాళులు

హైదరాబాద్, జూలై 8 (ఇంద్రప్రభ) దివంగత మాజీ ముఖ్యమంత్రి, మహానేత దాక్టర్ వైఎస్ రాజశేఖర్ రెడ్డి జయంతి సందర్భంగా హైదరాబాద్ లోని బంజారాహిల్స్ రోడ్ నెం. 12లో ఉన్న ఆయన విగ్రహానికి రాష్ట్ర ప్రభుత్వ సలహాదారు మహమ్మద్ అలీ షరీఫ్ అలీ పూలమాల వేసి ఘనంగా నివాళులర్పించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఉప ముఖ్యమంత్రి మల్ల భట్టి విక్రమార్క మంత్రి దుద్దిక్ష శ్రీధర్ బాబు, ఎమ్మెల్యే బాలాజీ వెంకట్, ఖైరతాబాద్ ఎమ్మెల్యే దానం నాగేందర్, మాజీ రాజ్యసభ సభ్యుడు కేవీఐ రామచంద్రారావు, రాష్ట్ర ప్రజాశాసక సంఘం ఉపాధ్యక్షుడు దాక్టర్ జి. చిన్నారెడ్డి, ఆంధ్రప్రదేశ్ మాజీ పీసీసీ అధ్యక్షుడు గిడుగు రుద్రరాజు తదితరులు పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా నాయకులు వైఎస్ రాజశేఖర్ రెడ్డి ప్రజాసేవ, సంక్షేమ పాలన, రైతులు, పేదలు, బలహీన వర్గాల అభ్యున్నతి కోసం చేసిన సేవలను స్మరించుకున్నారు. ప్రజల హృదయాల్లో చిరస్థాయిగా నిలిచిపోయిన మహానేతగా వైఎస్ గుర్తింపు పొందారని, ఆయన ప్రవేశపెట్టిన సంక్షేమ పథకాలు నేటికీ ఆదర్శంగా నిలుస్తున్నాయని పేర్కొన్నారు. ఆయన ఆశయాలును కొనసాగిస్తూ ప్రజా సంక్షేమానికి అంకితభావంతో పనిచేయడమే ఆయనకు అందించే నిజమైన నివాళి అని అభిప్రాయపడ్డారు.

24వ వార్డులో ఎస్ఐఆర్ ఎన్యూమరేషన్ ఫారమ్ పై ప్రజలకు అవగాహన కల్పించిన రాజేష్ రాకూర్



జమ్మికుంట జూలై 08 ఇంద్రప్రభ: జమ్మికుంట 24వ వార్డులోని 175వ బాట్ వర్డిలో బీజేపీ రాష్ట్ర ఎస్సీ మోర్చా కార్యవర్గ సభ్యుడు రాజేష్ రాకూర్ ఆధ్వర్యంలో ఎస్ఐఆర్ (న్యూవల్ ఇంటెన్షన్ రివిజన్) ఎన్యూమరేషన్ ఫారమ్ పై ప్రజలకు అవగాహన కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన ఇంటింటికీ వెళ్లి ఓటరు జాబితా ప్రత్యేక సవరణ ప్రక్రియలో భాగమైన ఎన్యూమరేషన్ ఫారమ్ ప్రాముఖ్యతను వివరించారు. ప్రతి ఓటరు తమ వివరాలను సక్రమంగా సమాధు చేసుకుని, అవసరమైన సవరణలను సమర్పించి ఓటరు జాబితాలో పేరు సరిగా ఉండేలా చూసుకోవాలని సూచించారు. ప్రజలు ఈ అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకుని ప్రజాస్వామ్య బలోపేతానికి సహకరించాలని ఆయన కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో బాత్ కమిటీ సభ్యులు, పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తలు మరియు స్థానిక ప్రజలు పాల్గొన్నారు.