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

నవతరం తెలుగు దినపత్రిక

ఇంద్రప్రభ

నిజం మా ఆయుధం

విలేకరులు కావలెను

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

ఎడిటర్: బోనాల తిరుమల్ 73864 93385

: Published at karimnagar, Circulated in: Telangana | మంగళవారం 25-08-2026 సంపుటి : 16, సంచిక :70 | పేజీలు. 8, వెల రూ. 3

ఇది తెలంగాణ ప్రజలకు జరిగిన అవమానం - రేవంత్

గుజరాత్ ముఖ్యమంత్రి భూపేంద్ర పటేల్ విదేశీ పర్యటనకు అనుమతినిచ్చి, తెలంగాణ సీఎం రేవంత్ రెడ్డి పర్యటనకు అనుమతి నిరాకరించడంపై ముఖ్యమంత్రి తీవ్రంగా మండిపడ్డారు. ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ దేశానికే కాకుండా కేవలం గుజరాత్‌కే పరిమితమైన నాయకుడిలా వ్యవహరిస్తున్నారని విమర్శించారు. కేంద్ర ప్రభుత్వ ఈ నిర్ణయం 4 కోట్ల తెలంగాణ ప్రజల ఆత్మగౌరవాన్ని దెబ్బతీయడమేనని, ఇది రాజ్యాంగ సూత్రాలకు విరుద్ధమని ఆయన స్పష్టం చేశారు.దేశంలో గుజరాత్ నేతల ఆధిపత్యం పెరిగిపోతోందని, తెలంగాణ అభివృద్ధిని కావాలనే అడ్డుకుంటున్నారని రేవంత్ రెడ్డి ఆరోపించారు. ఫెడరల్ వ్యవస్థలో అన్ని రాష్ట్రాలకు సమాన ప్రాధాన్యం ఇవ్వాల్సిన కేంద్రం, ఇలా వివక్ష చూపడం ప్రజాస్వామ్యానికి మంచిది కాదని వ్యాఖ్యానించారు. రాష్ట్రంలో విదేశీ పెట్టుబడులు మరియు పారిశ్రామిక పురోగతికి భంగం కలిగించేలా కేంద్రం వ్యవహరిస్తోందని ఆయన ఘాటుగా విమర్శించారు.

జగిత్యాల జిల్లా గ్రీన్ ఇండియా ఛాలెంజ్ ఆధ్వర్యంలో

పుట్టినరోజు సందర్భంగా మొక్కలు నాటిన రియాన్స్

ఇంద్రప్రభ న్యూస్ ఆగస్టు 24 జగిత్యాల జిల్లా మేడిపల్లి మండలం కట్లకుంట గ్రామం జగిత్యాల జిల్లా గ్రీన్ ఇండియా ఛాలెంజ్ ఆధ్వర్యంలో, గ్రీన్ ఇండియా ఛాలెంజ్ ఫౌండర్, రాజ్యసభ సభ్యులు జోగినిపల్లి సంతోష్ కుమార్ గారి స్ఫూర్తితో నిర్వహిస్తున్న కార్యక్రమంలో భాగంగా, మంతెన మహిపాల్ రెడ్డి -- భవిత దంపతుల కుమారుడు మంతెన రియాన్స్ పుట్టినరోజు సందర్భంగా ఈరోజు ఎల్లమ్మ దేవాలయం మరియు శివాలయంలో ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించి అనంతరం మొక్కను నాటారు.వర్షం కురుస్తున్నప్పటికీ ప్రకృతిపై ప్రేమతో మంతెన రియాన్స్ పుట్టినరోజు సందర్భంగా మొక్క నాటడం అందరినీ ఆకట్టుకుంది.ఈ సందర్భంగా మహిపాల్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ, తన కుమారుని పుట్టినరోజును ప్రత్యేకంగా గుర్తుండిపోయేలా ప్రకృతికి అంకితం చేస్తూ మొక్క నాటించడం ఎంతో సంతోషంగా ఉందన్నారు. చాలా రోజులుగా ఈ కార్యక్రమం కోసం ఎదురుచూస్తున్నామని, ఇకపై ప్రతి పుట్టినరోజు సందర్భంగా తమ పిల్లల చేత మొక్కలు నాటించి వాటిని సంరక్షించేలా ప్రోత్సహిస్తామని తెలిపారు."ఈ ప్రకృతి మనకు ఎంతో ఇచ్చింది. మనం ప్రకృతికి ఎంత చేసినా తక్కువే. ప్రతి పుట్టినరోజు సందర్భంగా ఒక మొక్క నాటి, దాన్ని పెంచడం ద్వారా భవిష్యత్ తరాలకు మంచి వాతావరణాన్ని అందించాలి" అని మంతెన మహిపాల్ రెడ్డి అన్నారు.ప్రకృతి పరిరక్షణ కోసం ప్రతి ఒక్కరూ ముందుకు వచ్చి మొక్కలు నాటి, వాటిని సంరక్షిస్తూ పచ్చదనాన్ని పెంపొందించాలని పిలుపునిచ్చారు.ఈ కార్యక్రమంలో జగిత్యాల జిల్లా అధ్యక్షులు గోపి, సలహాదారు మజీద్, కోఆర్డినేటర్ నందు, గౌడ సంఘం అధ్యక్షులు బత్తిని శీను, ఉత్కమ్ గంగాధర్ బీఆర్ఎస్ గ్రామ శాఖ అధ్యక్షులు నూతిపెల్లి బూమయ్య, దార బీమయ్య ఆలయ పూజారి చిట్టి పంతులు, చెలిమెల నర్సయ్య తదితరులు పాల్గొన్నారు.

అర్హులైన ప్రతి కుటుంబానికి స్మార్ట్ రేషన్ కార్డులు పంపిణీ చేసిన ఎమ్మార్వో సరస్వతి

ఇంద్ర ప్రభ పాలకుర్తి ఆగస్టు 24 పాలకుర్తి మండలంలోని రైతు వేదిక కార్యాలయంలో మండలంలోని వివిధ గ్రామాలకు చెందిన అర్హులైన లబ్ధిదారులకు స్మార్ట్ రేషన్ కార్డులను పాలకుర్తి తహసిల్దార్ సరస్వతి పంపిణీ చేశారు.ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ అర్హులైన ప్రతి కుటుంబానికి స్మార్ట్ రేషన్ కార్డులను అందజేస్తోందన్నారు.స్మార్ట్ రేషన్ కార్డుల ద్వారా పారదర్శకంగా ప్రజలకు నిత్యావసర సరుకులు అందడంతో అర్హత ఉన్న ప్రతి కుటుంబానికి రేషన్ కార్డులు అందేలా అధికారులు చర్యలు తీసుకుంటోందని, ఎలాంటి ఇబ్బందులు ఉన్నా వెంటనే అధికారుల దృష్టికి తీసుకురావాలని సూచించారు.ఈ కార్యక్రమంలో మండల అధికారులు ఆర్ ఐ నరసింహ నాయక్, రాకేష్, మేజర్ గ్రామపంచాయతీ సర్పంచ్ కమ్మగాని విజయ నాగన్న గౌడ్ మార్కెట్ చైర్మన్ మంజుల భాస్కర్, బ్లాక్ కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షుడు రాపాక సత్యనారాయణ, ప్రజాప్రతినిధులు మరియు పెద్ద సంఖ్యలో లబ్ధిదారులు పాల్గొన్నారు.

ప్రజావాణి దరఖాస్తులను పెండింగ్లో ఉంచకుండా పరిష్కరించాలి

అదనపు కలెక్టర్ బి. రాములు

పెద్దపల్లి ప్రతినిధి,ఆగస్టు– 24, ఇంద్రప్రభ : అర్జీల పరిష్కారం సత్వరమే చేయాలని, ప్రజావాణి దరఖాస్తులకు అత్యంత ప్రాధాన్యతనిచ్చి అర్జీలను పెండింగ్ లో ఉంచకుండా పరిష్కరించాలని అదనపు కలెక్టర్ బి. శ్రీరాములు సంబంధిత అధికారులను ఆదేశించారు.సోమవారం అదనపు కలెక్టర్ బి. శ్రీరాములు కలెక్టరేట్ సమావేశం మందిరంలో నిర్వహించిన ప్రజావాణి కార్యక్రమంలో ప్రజల నుండి దరఖాస్తులను స్వీకరించారు.పెద్దపల్లి పట్టణానికి చెందిన ఏ.ఫాతిమా తాము 30 సంవత్సరాలుగా అద్దె ఇంట్లో నివసిస్తున్నామని తమకు డబుల్ బెడ్ రూమ్ మంజూరు చేయాలని కోరుతూ దరఖాస్తు చేసుకోగా పీడి హౌసింగ్ కు రాస్తూ అవసరమైన చర్యలు తీసుకోవాలని కలెక్టర్ తెలిపారు. పాలకుర్తి మండలం ఎలుకలపల్లి గేటు గ్రామానికి చెందిన ధర్మపురి శిరీష తాను ఏఎన్ఎం పూర్తి చేశానని తనకు కాంట్రాక్ట్ లేదా అవుట్సోర్సింగ్ పద్ధతిలో ఉపాధి కల్పించాలని కోరుతూ దరఖాస్తు చేసుకోగా వారది కి రాస్తూ అవసరమైన చర్యలు తీసుకోవాలని అన్నారు. ముత్తారం మండలం లక్కారం గ్రామానికి చెందిన బర్ల బాపు సర్వేనెంబర్ 119 సర్వే నెంబరు లోగల రెండు ఎకరాల 25 గుంటల వ్యవసాయ భూమికి పట్టా ఇప్పించాలని కోరుతూ దరఖాస్తు తీసుకోగా ముత్తారం తహసిల్దార్ కు రాస్తూ విచారణ చేసి రిపోర్ట్ సమర్పించ వలసిందిగా అదనపు కలెక్టర్ సూచించారు.పెద్దపెల్లి మండలం బందారి కుంట గ్రామానికి చెందిన నేరెళ్ల లత వితంతు పెన్షన్ మంజూరు చేయాలని కోరుతూ దరఖాస్తు చేసుకోగా జిల్లా గ్రామీణ అభివృద్ధి అధికారికి రాస్తూ నూతన అర్హత మేరకు నూతన పెన్షన్ మంజూరు చేసేందుకు అవసరమైన చర్యలు తీసుకోవాలని సూచించారు.

ఈ ప్రజావాణి కార్యక్రమంలో కలెక్టరేట్ ఏఓ బి.ప్రకాష్, సంబంధిత జిల్లా అధికారులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

జమ్మికుంట లో గుర్తుతెలియని యాచకుడు మృతి

జమ్మికుంట ఆగష్టు 24 ఇంద్రప్రభ: జమ్మికుంట మండలం కొరపల్లి గ్రామంలో గుర్తుతెలియని యాచకుడు మృతి చెందిన ఘటన ఆదివారం చోటుచేసుకుంది. మృతి చెందిన వ్యక్తికి సంబంధించిన వివరాలు తెలియరాలేదు. విషయం తెలుసుకున్న గ్రామ సర్పంచ్ వెంటనే పోలీసులకు సమాచారం అందించారు. అలాగే వార్డు మెంబర్ నల్లగాశ హరీష్ జమ్మికుంట అంబులెన్స్ శేఖర్‌కు సమాచారం అందించారు. సమాచారం అందుకున్న వెంటనే జమ్మికుంట అంబులెన్స్ శేఖర్ స్పందించి, తన అంబులెన్స్‌లో మృతదేహాన్ని జమ్మికుంట మార్చురీకి తరలించారు. మృతుడి వివరాలు గుర్తించేందుకు పోలీసులు చర్యలు చేపట్టారు. ఈ సందర్భంగా సమాచారం అందిన వెంటనే స్పందించి మృతదేహాన్ని మార్చురీకి తరలించేందుకు సహకరించిన అంబులెన్స్ శేఖర్‌కు స్థానికులు కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.

వన మహోత్సవం లక్ష్యాలను నిర్దేశిత గడువులోగా పూర్తి చేయాలి :

రాష్ట్ర అటవీ, పర్యావరణ, దేవదాయ శాఖ మంత్రి కొండా సురేఖ :

మంచిర్యాల ఆగస్టు 24, సత్యం స్టాఫ్ రిపోర్టర్ (ఇంద్రప్రభ న్యూస్) : రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రతిష్టాత్మకంగా చేపట్టిన వనమహోత్సవం -2026 కార్యక్రమంలో భాగంగా కేటాయించిన లక్ష్యాలను నిర్దేశిత గడువులోగా పూర్తి చేయాలని అటవీ, పర్యావరణ, దేవదాయ శాఖ మంత్రి కొండా సురేఖ అన్నారు. సోమవారం రాష్ట్ర మంత్రి ఛాంబర్ నుండి, హైదరాబాద్ నుండి ప్రిన్సిపల్ చీఫ్ కన్జర్వేటర్ ఆఫ్ ఫారెస్ట్ వినయ్ కుమార్ తో కలిసి అన్ని జిల్లాల కలెక్టర్లు, జిల్లా అటవీ అధికారులతో వనమహోత్సవం– 2026 లక్ష్యసాధనపై సమీక్ష సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా రాష్ట్ర అటవీ, పర్యావరణ, దేవదాయ శాఖ మంత్రి మాట్లాడుతూ భావితరాలకు సమతుల్య వాతావరణాన్ని అందించేందుకు ప్రభుత్వం చేపట్టిన వన మహోత్సవం కార్యక్రమంలో భాగంగా ఇప్పటి వరకు రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా 56 శాతం లక్ష్యాలను పూర్తి చేయడం జరిగిందని, కేటాయించిన లక్ష్యాలను 100 శాతం పూర్తి చేయాలని తెలిపారు. శాఖల వారీగా కేటాయించిన లక్ష్యాలకు అనుగుణంగా అధికారులు సమన్వయంతో కృషి చేసి మొక్కలు నాటి సంరక్షించేందుకు చర్యలు తీసుకోవాలని తెలిపారు. లోటు వర్షాభావ పరిస్థితుల దృష్ట్యా నిర్దేశిత లక్ష్యాలను చేరుకోలేకపోయామని, ఇక నుండి కురిసే వర్షాల నీటిని ఒడిసిపట్టి, నిల్వచేసి సెప్టెంబర్ చివరి వారం లోగా 100 శాతం లక్ష్యాలను సాధించాలని తెలిపారు. అటవీ శాఖ నర్సరీలలో తగినన్ని మొక్కలు అందుబాటులో ఉన్నాయని, గుర్తించబడిన ప్రాంతాలలో ఎంపిక చేసిన మొక్కలు నాటాలని తెలిపారు. మొక్కలను నాటడమే కాకుండా సంరక్షణ కూడా చేపట్టాలని, నాటిన ప్రతి మొక్క బ్రతికేలా చూడాలని, పశువులు, జంతువుల నుండి కాపాడేందుకు నాటిన మొక్కలకు ట్రీగార్డ్స్ ఏర్పాటు చేయాలని తెలిపారు. అర్బన్ ఫారెస్ట్ లలో విరివిగా మొక్కలు నాటాలని, మున్సిపాలిటీల ఆధ్వర్యంలో ప్రతి ఇంటికి మొక్కలను పంపిణీ చేయాలని, దేవాలయాల ప్రాంగణాలలో ప్రత్యేకమైన ఎంపిక చేసిన మొక్కలను నాటేందుకు అటవీశాఖ అధికారులు కృషి చేయాలని తెలిపారు. వన మహోత్సవం లక్ష్యాలను పూర్తి చేయడంలో భాగంగా ప్రజలందరికీ తెలిసే విధంగా మీడియా ద్వారా విస్తృతంగా ప్రచారం చేయాలని తెలిపారు. జిల్లా కలెక్టర్ కుమార్ దీపక్ మాట్లాడుతూ జిల్లాలో వనమహోత్సవం– 2026 లో భాగంగా 41 లక్షల మొక్కలను లక్ష్యంగా నిర్ణయించగా, ఇప్పటి వరకు 27 లక్షల మొక్కలను నాటడం జరిగిందని, నిర్ణీత గడువులోగా 100 శాతం లక్ష్యాలను సాధించే దిశగా అధికారుల సమన్వయంతో కృషి చేయడం జరుగుతుందని తెలిపారు.ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా అటవీశాఖ అధికారి రాహుల్ కిషన్ జాదవ్, జిల్లా గ్రామీణ అభివృద్ధి అధికారి కిషన్, సంబంధిత అధికారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

వన మహోత్సవ లక్ష్యాలను సెప్టెంబర్ చివరి నాటికి పూర్తి చేయాలి : అదనపు కలెక్టర్ స్థానిక సంస్థలు ఖీమ్యా నాయక్‌లి

రేపు జిల్లావ్యాప్తంగా భారీగా మొక్కల నాటే కార్యక్రమాలకు పకడ్బందీ ఏర్పాట్లు చేయాలి : అదనపు కలెక్టర్ స్థానిక సంస్థలు ఖీమ్యా నాయక్ మొక్కల సంరక్షణ, మనుగడపై ప్రత్యేక దృష్టి సారించాలి : అదనపు కలెక్టర్ స్థానిక సంస్థలు ఖీమ్యా నాయక్ వన మహోత్సవంలో భాగంగా జిల్లాకు నిర్దేశించిన మొక్కల నాటే లక్ష్యాలను సెప్టెంబర్ చివరి నాటికి పూర్తి చేసేలా చర్యలు తీసుకోవాలని అదనపు కలెక్టర్ స్థానిక సంస్థలు ఖీమ్యా నాయక్ ఆదేశించారు.సోమవారం వన మహోత్సవం కార్యక్రమంపై అన్ని జిల్లాల కలెక్టర్లతో రాష్ట్ర అటవీ శాఖ మంత్రి కొండా సురేఖ వీడియో కాన్ఫరెన్స్ ద్వారా సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ వీడియో కాన్ఫరెన్స్‌కు కలెక్టరేట్లోని కాన్ఫరెన్స్ హాల్ నుండి అదనపు కలెక్టర్ స్థానిక సంస్థలు ఖీమ్యా నాయక్, అటవీ శాఖ అధికారి రేవంత్ పాల్గొన్నారు.మంత్రి కొండా సురేఖ మాట్లాడుతూ, ప్రస్తుత సంవత్సరంలో రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ఆగస్టు 25వ తేదీన వన మహోత్సవంలో భాగంగా అన్ని జిల్లాల్లో భారీ స్థాయిలో సామూహిక మొక్కల నాటే కార్యక్రమాలను నిర్వహించి, ప్రజల్లో పర్యావరణ పరిరక్షణపై అవగాహన కల్పించాలని సూచించారు.ఇటీవల కురుస్తున్న వర్షాలు, రానున్న రోజుల్లో వర్షాలు కురిసే అవకాశం ఉన్న నేపథ్యంలో అనుకూల వాతావరణాన్ని పూర్తిగా సద్వినియోగం చేసుకొని పెద్ద ఎత్తున మొక్కలు నాటాలని మంత్రి సూచించారు.

విద్యార్థులకు సకాలంలో పౌష్టికాహారం అందించాలి :

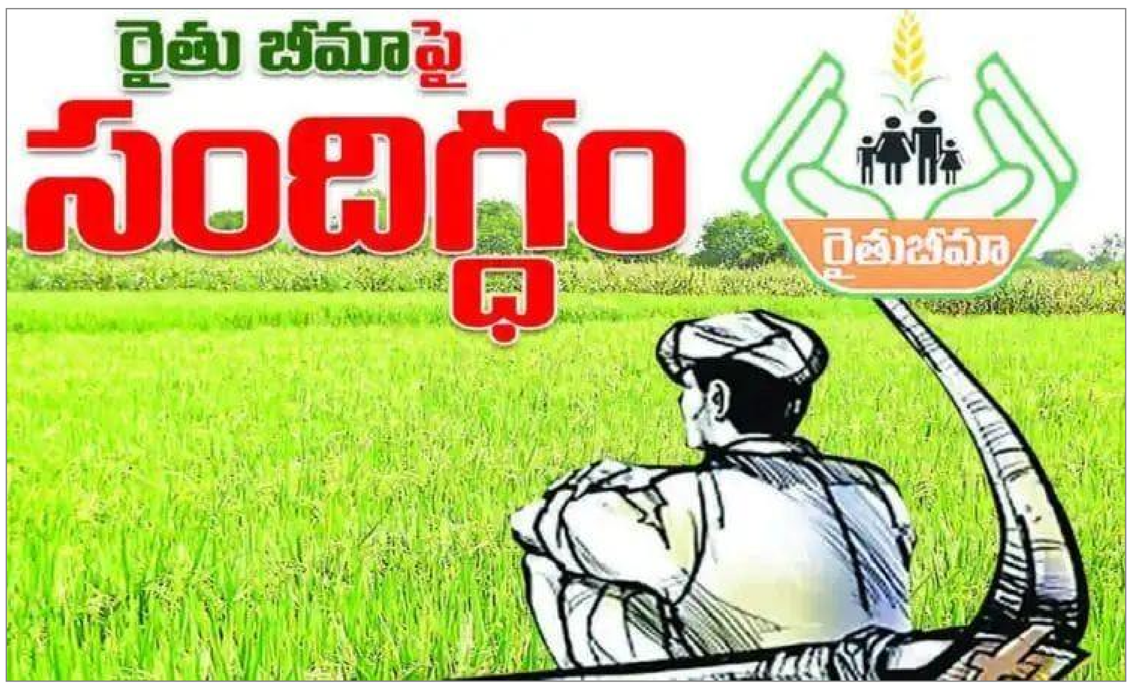
జిల్లా కలెక్టర్ కుమార్ దీపక్ :

మంచిర్యాల ఆగస్టు 24, సత్యం స్టాఫ్ రిపోర్టర్ (ఇంద్రప్రభ న్యూస్) : ప్రభుత్వ పాఠశాలలలో విద్యార్థులకు హరే కృష్ణ మూమెంట్ చారిటబుల్ ఫౌండేషన్ ఆధ్వర్యంలో అందిస్తున్న అల్పాహారం పోషక విలువలతో సకాలంలో అందించాలని జిల్లా కలెక్టర్ కుమార్ దీపక్ అన్నారు. సోమవారం జిల్లా కేంద్రంలోని కాలేజ్ రోడ్డులో గల కేంద్రీకృత వంటశాల ఏర్పాట్లను పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ ప్రభుత్వ పాఠశాలలలో చదువుతున్న విద్యార్థుల సంక్షేమంలో భాగంగా ప్రభుత్వం అల్పాహార కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభించిందని, ఈ క్రమంలో హరే కృష్ణ ఫౌండేషన్ వారు కార్యక్రమం నిర్వహణకు ముందుకు రావడం సంతోషంగా ఉందని తెలిపారు. ప్రభుత్వ పాఠశాలలలో చదువుతున్న విద్యార్థులకు ఉదయం వేళలో పోషక విలువలతో కూడిన అల్పాహారం అందించడం ద్వారా వారి ఆరోగ్యం, ఏకాగ్రత, విద్యాభ్యాసానికి తోడ్పడుతుందని తెలిపారు. అనంతరం ప్రజలకు అత్యవసర వైద్య సేవలు అందించేందుకు 23.75 కోట్ల రూపాయలతో ఏర్పాటు చేస్తున్న క్రిటికల్ కేర్ ఆసుపత్రి భవన నిర్మాణ పనులను పరిశీలించారు. ప్రజల సంక్షేమంలో భాగంగా చేపట్టిన పనులను వేగవంతం చేసి త్వరగా పూర్తిచేసే విధంగా చర్యలు తీసుకోవాలని సంబంధిత అధికారులకు సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో సంబంధిత అధికారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

జమ్మికుంట పట్టణ పరిధిలోని కస్తూరిబా పాఠశాల సమీపంలో గల డబుల్ బెడ్ రూం ఇళ్లను పరిశీలించిన మున్సిపల్ చైర్మన్ మొలుగు ప్రశాంత్ కుమార్ మరియు కౌన్సిలర్లు

జమ్మికుంట ఆగష్టు 24 ఇంద్రప్రభ: జమ్మికుంట పట్టణ ప్రజలందరికీ కూడా నమస్కారం ఈరోజు 2దీఎఖ ని కేశవపురం కస్తూరిబా స్కూల్ దగ్గర ఉన్నటువంటి కొన్ని ఇండ్లను పరిశీలించడానికి రావడం జరిగింది. ఎందుకంటే ప్రభుత్వం డబుల్ బెడ్‌రూమ్ పంపిణీలో లబ్ధిదారులందరినీ కూడా సెలెక్ట్ చేసే పరిస్థితి ఉంది ప్రజలందరు కూడా అక్కడ ఇండ్లన్ని పూర్తి అయిపోయినాయి మాకు మంజూరు చేసినటువంటి పత్రాలు ఇస్తే దానిలో పోయి నివాసంగా ఉండొచ్చు అని అనుకుంటున్నారు. ఈరోజు జమ్మికుంటకు మొత్తం కూడా 500 డబుల్ బెడ్‌రూమ్‌లు అప్పుడు ఉన్నటువంటి బిఆర్ఎస్ పార్టీ రాష్ట్ర ప్రభుత్వమే ఇది నిర్మాణం మొదలుపెట్టి పూర్తి అయ్యే దశలో ప్రభుత్వము మారడం కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ఏర్పడడం కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ఏర్పడ్డ కొద్దిరోజులకే గత ప్రభుత్వం జమ్మికుంట మున్సిపల్ కౌన్సిల్ తరపున ఒక విజ్ఞప్తి, ప్రజలను ఎవరినీ కూడా ఎవరూ మోసం చేయొద్దు ఏ ప్రభుత్వం అయినా కూడా ప్రజలకి మెరుగైన సదుపాయాలు ఉండడానికి ఒక మంచి గెలిచి ఇప్పుడు ఆరు నెలల కాలం పూర్తొస్తుంది, ఆరు నెలల నుంచి ఇగో రేపు, ఇగో రేపు అని చెప్పి వాళ్ళు ప్రచారాలు చేస్తున్నారు నిన్న పొంగులేటి శ్రీనివాసరెడ్డి కూడా గృహనిర్మాణ శాఖ మంత్రి కూడా తప్పకుండా ప్రజలకు మిగిలిన ఏదైతే రిమైనింగ్ వర్క్ అక్కడ పెండింగ్ ఉందో, ఆ యొక్క లబ్ధిదారునికే మేము నగదు ఇచ్చి ఆ కన్‌స్ట్రక్షన్ పూర్తి చేస్తాము ఉదాహరణకి జమ్మికుంటలో 500 ఇండ్లు ఈరోజు ఇక్కడి నుంచి మేము జిల్లా కలెక్టర్ కి మరియు ఇక్కడున్నటువంటి మంత్రులకి, ఇక్కడున్నటువంటి కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకత్వానికి విజ్ఞప్తి రాజకీయ విమర్శలు మాకు అవసరం లేదు ఇక్కడున్నటువంటి మీరు ఎవరికైతే లబ్ధిదారులకి ఇస్తా అన్నారో, ఒక్కసారి ఆ లబ్ధిదారులని మీరు మంజూరు చేసిన లబ్ధిదారులను ఒక్కసారి ఈ డబుల్ బెడ్‌రూమ్ ఇండ్లని వాళ్ళనే పరిశీలించమనండి, లేదంటే మీరు కూడా రండి లేదు ఇక్కడ ఎంత ఖర్చు అవుతది, ఎంత నిధులు కేటాయిస్తే ఈరోజు ఈ డబుల్ బెడ్‌రూమ్‌లు అన్నీ పూర్తి కావస్తాయి.

రైతు బీమాపై సందిగ్ధం..



ఆదిలాబాద్ జిల్లా -ఇంద్రప్రభ ప్రతినిధి : రైతు కుటుంబాలకు అండగా నిలుస్తున్న రైతు బీమా పథకంపై సందిగ్ధం నెలకొన్నది. బీమా గడువు ముగిసి వారం రోజులు గడుస్తున్నా ప్రభుత్వం ఇప్పటి వరకు స్పష్టత ఇవ్వకపోవడంతో రైతులు, రైతు కుటుంబాల్లో ఆందోళన వ్యక్తమవుతోంది.ఈ వారం రోజుల్లో జిల్లాలోని ఆయా గ్రామాల్లో 12 మంది మృతి చెందడం కలవరానికి గురి చేస్తున్నది. యేటా ఆగస్టు 15వ తేదీకి ముందే వ్యవసాయ భూములు పట్టాలు కలిగిన రైతుల పేరిట ప్రభుత్వం ప్రీమియం చెల్లిస్తుంది. కానీ ఈ ఏడాది ఇంతవరకు చెల్లించక పోవడంలో ఆంత ర్యమేమిటనే చర్చ జరుగుతున్నది. అయితే రాష్ట్ర అవతరణ దినోత్సవమైన జూన్ 2వ తేదీ నుంచి ఇందిరమ్మ బీమా పథకాన్ని అమల్లోకి తీసుకవచ్చిన ప్రభుత్వం దానికి సంబంధించి మార్గదర్శకాలు రూపొందించ లేదు. ఈ పథకాన్ని తీసుక వస్తున్నందున, రైతు బీమా పథకం ఉండక పోవచ్చనే ప్రచారం జరుగుతున్నది. ఫ రైతు బీమాకు ప్రాధాన్యం రైతు కుటుంబానికి అండగా ఉండాలనే ఉద్దేశంతో 2019 ఆగస్టు 15న అప్పటి బీఆర్ఎస్ ప్రభుత్వం రైతు బీమా పథకాన్ని అమల్లోకి తీసుక వచ్చింది. రైతులు సహజ మరణం పొందినా, ప్రమాదవశాత్తు మరణించినా కూడా వారి కుటుంబానికి 5 లక్షల రూపాయల పరిహారం అందించే విధంగా ఈ పథకాన్ని రూపొందించి భారత బీమా సంస్థ (ఎల్ఐసీ)తో ఒప్పందం కుదుర్చుకొంది. రైతు కుటుంబానికి అకస్మాత్తుగా రైతు మరణం తర్వాత కుటుంబానికి తక్షణ ఆర్థిక సహాయం అందడం వల్ల పంట నష్టాలు, అప్పులు, పిల్లల చదువులు, కుటుంబ అవసరాలకు కొంత ఊరట లభించింది. ఈ పథకం కింద గతేడాది 96,850మంది రైతులకు ప్రభుత్వం రైతుబీమా కల్పించింది. ఒక్కో రైతుకు 3,400 రూపాయల చొప్పున ప్రభుత్వం 32 కోట్ల 92 లక్షల 90 వేల రూపాయల ప్రీమియం చెల్లించింది. బీమా కాలంలో జిల్లాలో 421 మంది రైతులు మృతి చెందగా, ఒక్కో కుటుంబానికి 5 లక్షల చొప్పున 21 కోట్ల 5 లక్షల రూపాయల పరిహారం అందింది. ఈ గణాంకాలే రైతు కుటుంబాలకు ఈ పథకం ఎంతటి భరోసానిస్తుందో చెబుతున్నాయి.బిఫ 12 కుటుంబాల పరిస్థితి ఏమిటిబీమా గడువు ముగిసిన వెంటనే రైతుల మరణాలు చోటు చేసుకోవడంతో ఆయా కుటుంబాలు ఇప్పుడు ప్రభుత్వం వైపు చూస్తున్నాయి. రైతు బీమా కొనసాగుతున్నదా? కొత్త పాలసీకి సంబంధించిన ప్రక్రియ పూర్తయిందా? విషయం తెలియక కుటుంబ సభ్యులు ఆందోళన చెందు తున్నారు. 5 లక్షల రూపాయల పరిహారం అందుతుందన్న నమ్మకంతో ఉన్న కుటుంబాలకు ఇప్పుడు స్పష్టత లేకపోవడంతో ఆందోళన చెందుతున్నారు. గత ఏడాది రైతు బీమా గడువు ఈనెల 14తో ముగిసింది. సాధారణంగా కొత్త బీమా కాలానికి ముందుగానే ప్రీమియం చెల్లింపులు, రైతుల వివరాల ప్రక్రియ పూర్తి కావాల్సి ఉంటుంది. అయితే ఈసారి గడువు ముగిసే వరకు ప్రభుత్వం నుంచి స్పష్టమైన ప్రకటన లేకపోవడం రైతుల్లో సందేహాలకు తావిస్తోంది. అసలు ప్రభుత్వం ఈ పథకాన్ని కొనసాగిస్తుందా, లేదా అనే సంశయం రైతుల్లో నెలకొన్నది.ఫ పథకం అమలుపై స్పష్టత ఇవ్వాలి.రైతు బీమా పథకం అమలుపై ప్రభుత్వం ప్రకటన చేయాలని రైతులు కోరుతున్నారు. ప్రీమియం చెల్లింపు పరిస్థితి, కొత్త బీమా కాలం, అర్హులైన రైతుల సంఖ్య, గడువు ముగిసిన తర్వాత జరిగిన మరణాలకు వర్తించే నిబంధనలు, పెండింగ్ క్లెయిమ్‌ల పరిస్థితిపై స్పష్టత ఇవ్వాల్సి ఉంది. ముఖ్యంగా ఇప్పటికే జిల్లాలో మరణించిన 12 మంది రైతుల కుటుంబాలకు బీమా పరిహారం అందుతుందా? లేదా? అన్నది ప్రభుత్వం తక్షణమే తేల్చాల్సిన అవసరం ఉంది. ఇప్పటికైనా రైతు బీమా పథకం అమలు గురించి స్పష్టత ఇవ్వాలని జిల్లా రైతులు కోరుతున్నారు.

కట్ట ఎత్తు పెంచితే.. ఊళ్లు మునిగే ప్రమాదం

నారాయణపూర్, ఇస్తారుపల్లి, మంగపేట, చర్లపల్లి ని ముంపు గ్రామాలుగా ప్రకటించాలి

తెలంగాణ రాజ్యాధికార పార్టీ చొప్పదండి నియోజకవర్గ ఇన్‌చార్జి కొప్పుల వెంకటేష్

గంగాధర, ఆగస్టు 24 (ఇంద్ర ప్రభ) : నారాయణపూర్ చెరువు కట్ట ఎత్తు పెంపు నేపథ్యంలో ముంపు ప్రమాదం పొంచి ఉన్న నారాయణపూర్, ఇస్తారుపల్లి, మంగపేట, చర్లపల్లి గ్రామాలను వెంటనే అధికారికంగా ముంపు గ్రామాలుగా ప్రకటించాలని తెలంగాణ రాజ్యాధికార పార్టీ చొప్పదండి నియోజకవర్గ ఇన్‌చార్జి కొప్పుల వెంకటేష్ రాష్ట్ర నీటిపారుదల శాఖ మంత్రి ఉత్తమ్‌కుమార్‌రెడ్డికి విజ్ఞప్తి చేశారు. కరీంనగర్ జిల్లా గంగాధర మండల పరిధిలోని నారాయణపూర్ చెరువుకు ఎల్లంపల్లి పంపుల ద్వారా నీటిని తరలిస్తున్నారని, చెరువు కట్ట ఎత్తును పెంచి రిజర్వాయర్‌గా అభివృద్ధి చేసే ప్రక్రియ కొనసాగుతున్నట్లు సమాచారం ఉందని కొప్పుల వెంకటేష్ తెలిపారు. ఈ పనుల కోసం సుమారు రూ.23 కోట్ల నిధులు విడుదలైనట్లు పేర్కొన్నారు. చెరువు కట్ట ఎత్తు పెంచితే ఇప్పటికే ముంపు భయంతో ఉన్న నాలుగు గ్రామాలకు ప్రమాదం మరింత పెరిగే అవకాశం ఉందని ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. ఇప్పటికే నీటి ప్రభావంతో గ్రామాల్లోని కొన్ని ఇళ్ల గోడలు తడిసి దెబ్బతింటున్నాయని, పరిస్థితి మరింత తీవ్రతరం అయితే ఇళ్లు, వ్యవసాయ భూములు నీట మునిగే ప్రమాదం ఉందని తెలిపారు. దీంతో గ్రామస్తులు తమ ఇళ్లు, భూములు, జీవనాధారం, భవిష్యత్తుపై తీవ్ర ఆందోళనకు గురవుతున్నారని అన్నారు.ముంపు సమస్యకు శాశ్వత పరిష్కారం చూపాలని కోరుతూ నారాయణపూర్ తదితర గ్రామాల ప్రజలు గత 16 రోజులుగా రిలే నిరాహార దీక్షలు, ధర్నాలు, రాస్తారోకోలు నిర్వహిస్తూ ప్రభుత్వ దృష్టికి తమ సమస్యను తీసుకెళ్తున్నారని కొప్పుల వెంకటేష్ పేర్కొన్నారు. ప్రజలు ఇంతకాలంగా ఆందోళనలు చేస్తున్నప్పటికీ సమస్యకు శాశ్వత పరిష్కారం లభించకపోవడం ఆవేదనకరమన్నారు.ఈ నేపథ్యంలో రాష్ట్ర నీటిపారుదల శాఖ మంత్రి ఉత్తమ్‌కుమార్‌రెడ్డి ఈ సమస్యను మానవతా దృక్పథంతో పరిశీలించాలని కొప్పుల వెంకటేష్ కోరారు. మంత్రి స్వయంగా నారాయణపూర్, ఇస్తారుపల్లి, మంగపేట, చర్లపల్లి గ్రామాలను సందర్శించి, అక్కడి పరిస్థితులను ప్రత్యక్షంగా పరిశీలించాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. గ్రామస్తులతో నేరుగా మాట్లాడి వారి సమస్యలు, ఆందోళనలు, భయాందోళనలను తెలుసుకుని, నిపుణులు మరియు అధికారులతో సమగ్రంగా అధ్యయనం చేయించాలని కోరారు. అనంతరం ఈ నాలుగు గ్రామాలను అధికారికంగా ముంపు గ్రామాలుగా ప్రకటించి, బాధిత ప్రజలకు న్యాయం జరిగేలా తగిన చర్యలు చేపట్టాలని డిమాండ్ చేశారు. ప్రజల ప్రాణాలు, ఇళ్లు, వ్యవసాయ భూములు, జీవనాధారాన్ని కాపాడటం ప్రభుత్వ బాధ్యత అని, ముంపు ప్రమాదం మరింత తీవ్రమయ్యే వరకు వేచి చూడకుండా ప్రభుత్వం తక్షణమే నిర్ణయం తీసుకోవాలని కొప్పుల వెంకటేష్ కోరారు.ఈ కార్యక్రమంలో గంగాధర మండల అధ్యక్షుడు ముక్కెర గంగరాజు యాదవ్, జగిత్యాల జిల్లా సోషల్ మీడియా కన్వీనర్ భూత్కూరి మధు, కొడిమ్యాల మండల అధ్యక్షుడు దుబ్బాక అరుణ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

బీఆర్ఎస్, బీజేపీ పార్టీలకు బిగ్ షాక్

- ఇంచార్జి వొడితల ప్రణవ్ ఆధ్వర్యంలో భారీ స్థాయిలో

కాంగ్రెస్ పార్టీలో చేరిన బిఆర్ఎస్, బీజేపీ నేతలు

- ప్రతి కష్టంలో తోడుంటా, ప్రతి ఒక్కరికి అండగా ఉంటా

- కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం అందిస్తున్న సంక్షేమ పథకాలను ఇంటింటికి చేరవేయాలి

జమ్మికుంట ఆగస్టు 23 ఇంద్రప్రభ: కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం అందిస్తున్న సంక్షేమ పథకాలకు ఆకర్షితులై జమ్మికుంట మండలం విలాసాగర్ గ్రామం నుండి పెద్ద ఎత్తున బీఆర్ఎస్, బీజేపీ పార్టీలకు చెందిన నాయకులు కాంగ్రెస్ పార్టీలో చేరారు. వారికి కండువా కప్పి పార్టీలోకి ఆహ్వానించారు ప్రణవ్. అనంతరం వారు మాట్లాడుతూ ఒకవైపు సంక్షేమ పథకాలు, మరొకవైపు అభివృద్ధి రెండు సమపాళ్ళలో ప్రభుత్వం అందిస్తుందని, నియోజవర్గంలో ప్రభుత్వ సంక్షేమ పథకాలు, అభివృద్ధి ప్రజలకు ఇంచార్జి గా ప్రణవ్ బలంగా తీసుకువెళ్తున్నారని వారి ఆధ్వర్యంలో పని చేయడానికి ముందుకు వచ్చామని తెలిపారు. అనంతరం ప్రణవ్ మాట్లాడుతూ సంక్షేమ పథకాలు స్థానిక నాయకులతో కలిసి ప్రజలకు చేరవేస్తామని, మరిన్ని నిధులు తీసుకొచ్చి హుజురాబాద్ అభివృద్ధికి తోడ్పడతామని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో డిసిసి ఉపాధ్యక్షుడు సదానందం, మండల అధ్యక్షుడు పరశురామ రావు, గ్రామ శాఖ అధ్యక్షుడు శ్రీనివాస్, యాదవ సంఘం మండల అధ్యక్షుడు శ్రీనివాస్, డివైసి సెక్రటరీ సజ్జు, యూత్ కాంగ్రెస్ ఉపాధ్యక్షుడు సాగర్, ఎస్సీ సెల్ మండల అధ్యక్షుడు భాస్కర్, వార్డు సభ్యులు, సీనియర్ నాయకులు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

ఇందిరమ్మ ఇంటి గృహప్రవేశ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నమంత్రి అడ్లూరి లక్ష్మణ్ కుమార్

ఇంద్ర ప్రభ ఆగస్టు 24 జగిత్యాల జిల్లాధర్మపురి మండలం కమలాపూర్ గ్రామంలో నూతనంగా నిర్మించిన ఇందిరమ్మ ఇంటి గృహప్రవేశ కార్యక్రమంలో రాష్ట్ర మంత్రి అడ్లూరి లక్ష్మణ్ కుమార్ పాల్గొన్నారు ఈ సందర్భంగా మంత్రి మాట్లాడుతూ అర్హులైన పేద మధ్యతరగతి కుటుంబా లకు సొంతింటి కలను సాకారం చేయాలనే లక్ష్యంతో ప్రభుత్వం ఇందిరమ్మ ఇళ్ల నిర్మాణానికి ప్రాధాన్యత ఇస్తోందని మంత్రి తెలిపారు అర్హత కలిగిన ప్రతి కుటుంబానికి ప్రభుత్వ సంక్షేమ పథకాల ప్రయోజనాలు అందేలా చర్యలు తీసుకుంటున్నామని ప్రజల సంక్షేమమే ప్రభుత్వ ప్రధాన ధ్యేయమని ఆయన పేర్కొన్నారు

ఈ కార్యక్రమంలో స్థానిక ప్రజాప్రతినిధులు అధికారులు నాయకులు కార్యకర్తలు తదితరులు పాల్గొన్నారు

సంపాదకీయం

దేశ భద్రతపై ఓటు బ్యాంకు రాజకీయం

ఇస్లామిక్ ఉగ్రవాదులు పుల్వామాలో కారుతో ఆత్మాహుతి దాడి చేసి నలభై మంది సి.ఆర్.పి.ఎఫ్. జవాన్లను పొట్టన పెట్టుకున్న సంఘటనను ప్రతిపక్షాలు రాజకీయం చేయటం శోచనీయం. రాజకీయ ప్రయోజనాల కోసం పుల్వామా దాడిని అడ్డం పెట్టుకుని అధికార పార్టీని విమర్శించటం వలన ఇస్లామిక్ ఉగ్రవాదులు, వారిని పెంచి పోషిస్తున్న పాకిస్తాన్‌కు ప్రయోజనం కలుగుతుందనే నిప్పులాంటి నిజాన్ని ప్రతిపక్ష నాయకులు గ్రహించటం మంచిది. పుల్వామా దాడి లోకసభ ఎన్నికల్లో బి.జె.పి. దాని మిత్రపక్షాలకు కలిసి వస్తుందని ప్రతిపక్షాలు అంచనా వేస్తున్నాయి. నలభై మంది సి.ఆర్.పి.ఎఫ్. జవాన్లను పొట్టన పెట్టుకున్న జైషె మహమ్మద్, దానిని పోషిస్తున్న పాకిస్తాన్‌కు బుద్ధి చెప్పేందుకు ప్రధాన మంత్రి నరేంద్ర మోదీ ప్రభుత్వం కఠిన చర్యలు తీసుకునేందుకు సిద్ధమవుతోంది. మన సైనిక దళాలు మెరుపుదాడి కంటే పెద్ద చర్యకు పూనుకుంటున్న సూచనలు కనిపిస్తున్నాయి. ఉరిలో పదిహేడు మందిని పొట్టన పెట్టుకున్నందుకు మెరుపుదాడి చేసిన భారత సైన్యం నలభై మంది సి.ఆర్.పి.ఎఫ్. జవాన్లను కారు బాంబు దాడితో చంపినందుకు ప్రతీకారం మెరుపుదాడి కంటే పెద్దగానే ఉంటుంది. అమెరికా ఆధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్ సైతం భారత సైన్యం పెద్ద చర్యకు పూనుకునే అవకాశం ఉన్నది, రెండు దేశాల మధ్య పరిస్థితి భయంకరంగా ఉన్నదని చెప్పటం గమనార్హం. ఈ దాడి వలన కూడా నరేంద్ర మోదీతో పాటు ఆయన నాయకత్వంలోని ఎన్.డి.ఏ.కు లోకసభ ఎన్నికల్లో కలిసి వస్తుందనేది ప్రతిపక్షాల భయం. పుల్వామాకు ప్రతీకారం తీర్చుకునే దాడిలో సైనిక దళాలు అఖండ విజయం సాధిస్తే దాని ప్రభావం తప్పకుండా లోకసభ ఎన్నికలపై ఉంటుంది, బి.జె.పి.కి కలిసి వస్తుంది. దేశంలో జరిగే ప్రతి ముఖ్యమైన సంఘటన ఎవరికో ఒకరికి, ఏదో ఒక పార్టీకి కలిసి రావటం అత్యంత సహజం. అందుకే పుల్వామా దాడికి ప్రతీకారంగా జరిగే దాడి నరేంద్ర మోదీకి కలిసి రావచ్చు. అంత మాత్రాన పుల్వామా సంఘటనను రాజకీయ ప్రయోజనాల కోసం వాడుకునేందుకు ప్రతిపక్షం ప్రయత్నించటం సమర్థనీయం కాదు. ఇస్లామిక్ జైషె మహమ్మద్ ఉగ్రవాద చర్యకు పాల్పడుతుందనేది ముందే పసిగట్టటంలో ఎన్.డి.ఏ. ప్రభుత్వం విఫలమైంది కాబట్టి నరేంద్ర మోదీ రాజీనామా చేయాలని ప్రతిపక్షానికి చెందిన జాతీయ, ప్రాంతీయ పార్టీల నాయకులు డిమాండ్ చేయటం అర్థరహితం. ఇస్లామిక్ ఉగ్రవాదులు సృష్టించిన విపత్కర పరిస్థితుల్లో అధికార, ప్రతిపక్షాలు కలిసి పని చేయాలి తప్ప ఇలా అధికార పక్షాన్ని తప్పుపట్టటం మంచిది కాదు. పుల్వామా దాడికి ప్రతీకారంగా పాకిస్తాన్‌కు, జైషె మహమ్మద్ లాంటి ఉగ్రవాద సంస్థలకు గట్టిగా బుద్ధి చెప్పటం వలన భారతదేశానికి లాభం కలుగుతుంది, దేశం ప్రతిష్ట పెరుగుతుంది, భారతదేశం తనను తాను కాపాడుకోగలుగుతుంది, అవసరమైతే శత్రువులకు గట్టిగా గుణపాఠం నేర్పటమే కాదు అంతమొంతించగలదనే సందేశాన్ని పంపించగలుగుతుంది. పా కిస్తాన్‌కు గుణపాఠం నేర్పించే విషయంలో ప్రతిపక్షాలు అధికార పక్షానికి అండగా నిలబడాలి. ప్రతిపక్షాలు తమ బాధ్యతను గుర్తెరిగి వ్యవహరించాలి తప్ప పుల్వామా సంఘటన జరిగి వీర జవాన్లు మరణిస్తుంటే నరేంద్ర మోదీ ఉత్తర ప్రదేశ్‌లోని జాతీయ వన్యప్రాణి సంరక్షణ కేంద్రంలో ఎన్నికల డాక్యుమెంటరీ షూటింగ్‌లో ఉన్నాడంటూ ప్రతిపక్షాలు ఆరోపణలు చేయటం ఎంత మాత్రం తగదు. జైషె మహమ్మద్ లాంటి ఇస్లామిక్ ఉగ్రవాద సంస్థలను పెంచి, పోషిస్తూ అనునిత్యం మనపై పరోక్ష యుద్ధం కొనసాగిస్తున్న పాకిస్తాన్‌కు బుద్ధి చెప్పాలా? వద్దా? పాకిస్తాన్‌కు బుద్ధి చెప్పాలని భావించే పక్షంలో ప్రతిపక్షాలు పూర్తి స్థాయిలో ప్రభుత్వానికి అండగా నిలబడాలి. ఎన్నికల సమయం కాబట్టి ప్రభుత్వ విధానాలు, పథకాలను విమర్శించే హక్కు ప్రతిపక్షాలకు పూర్తిగా ఉంటుంది. ఎన్.డి. ప్రభుత్వం గత నాలుగున్నర సంవత్సరాల్లో ఏం సాధించింది, ఏం సాధించలేదనే అంశంపై ప్రతిపక్షాలు తమ అభిప్రాయాలను ప్రజలకు వివరించటంలో ఎలాంటి తప్పు లేదు. ప్రభుత్వం తప్పులను ఎత్తిచూపించటం ప్రతిపక్షాల ప్రధాన బాధ్యత కూడా. ప్రభుత్వం తప్పులను ఎత్తిచూపించటం ద్వారా ప్రజల మద్దతు, విశ్వాసాన్ని కూడగట్టేందుకు ప్రతిపక్షాలు ప్రయత్నించాలి కానీ ఇలా పుల్వామా సంఘటనను మాత్రం రాజకీయం చేయకూడదు. పుల్వామా దాడి విషయంలో ప్రభుత్వాన్ని ప్రతిపక్షాలు ఎంత విమర్శిస్తే అంత లాభం శత్రుదేశానికి, ఇస్లామిక్ ఉగ్రవాద సంస్థలకు చేకూరుతుంది. శత్రువులను ఎదుర్కొనటంలో భారతదేశం ముఖ్యంగా రాజకీయ పార్టీలు సమైక్యంగా లేవనే సందేశం బైటికి వెళుతుంది. ఇది దేశ ప్రయోజనాలకు ఎంత మాత్రం మంచి కాదు. రాజకీయాలు ఎలా ఉన్నా దేశ రక్షణ విషయంలో అధికార, ప్రతిపక్షాలు సమైక్యంగా పనిచేస్తాయి, కలిసి వ్యవహరిస్తాయనే సందేశం వెళ్లటం వలన శత్రుదేశాలు దాడి చేసే ముందుకు ఒకటికి రెండుసార్లు ఆలోచిస్తాయనేది గ్రహించాలి. పుల్వామా దాడి విషయంలో పాకిస్తాన్‌లోని రాజకీయ పార్టీలు, మీడియా ఎలా స్పందించిందనేది పరిశీలిస్తే మనం ఏం తప్పు చేస్తున్నామనేది ప్రతిపక్షానికి కొంతైనా అర్థం అవుతుంది. పుల్వామా దాడికి పాకిస్తాన్ రాజకీయ పార్టీలు, మీడియా పూర్తి భిన్నమైన పద్ధతిలో స్పందించాయి. పుల్వామా దాడిలో పాల్గొన్న ఆత్మాహుతి దళాన్ని పాకిస్తాన్ మీడియా, రాజకీయ పార్టీలు స్వాతంత్ర్య పోరాటయోధుడుగా చిత్రీకరించాయి, దాడి కుట్ర చేసిన జైషె మహమ్మద్ ఉగ్రవాద సంస్థను కాశ్మీర్ స్వాతంత్ర్యం కోసం పోరాటం చేస్తున్న గొప్ప సంస్థగా ముద్ర వేశాయి. కాశ్మీర్ స్వాతంత్ర్య సమరయోధుడు చేసిన దాడిలో శత్రుదేశమైన భారతదేశానికి చెందిన నలభై మంది సైనికులు హతమయ్యారంటూ పాకిస్తాన్ పత్రికలు పెద్ద ఎత్తున వార్తలు రాశాయి. పాకిస్తాన్ టి.వి. చర్చల్లో కూడా ఇదే అంశాన్ని కొండంతలు చేసి చూపించాయి.ఇక పాకిస్తాన్ రాజకీయ పార్టీల ప్రకటనల గురించి చెప్పనక్కర లేదు. పాకిస్తాన్‌కు చెందిన అన్ని రాజకీయ పార్టీలు కూడా పుల్వామా కారుబాంబు దాడిని సమర్థించాయి. స్వాతంత్ర్యం కోసం కాశ్మీర్ ప్రజలు పెద్ద ఎత్తున పోరాటం చేస్తుంటే భారత సైన్యం వారిని దురాక్రమణతో అణిచివేస్తోందంటూ పెద్ద ఎత్తున ఆరోపణలు కురిపించాయి. ఇక మన మీడియా పరిస్థితికి వస్తే కొన్ని మీడియా సంస్థలు అధికార పార్టీకి అనుకూలంగా వ్యవహరిస్తే మిగతా మీడియా సంస్థలు ప్రతిపక్షానికి అనుకూలంగా వ్యవహరించటం ద్వారా వాస్తవాలను మరుగుపరిచాయి. మన ప్రతిపక్ష నాయకులు కేవలం ఐదు రోజుల పాటు పుల్వామా దాడిపై ఎలాంటి ప్రకటనలు చేయకుండా వౌనం వహించాయి. ఆరో రోజు ఎన్.డి.ఏ. ప్రభుత్వం, ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీపై ఆరోపణలు, విమర్శలు గుప్పించటం ప్రారంభించాయి. ఎన్.డి.ఏ. ప్రభుత్వం ముఖ్యంగా ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ వైఫల్యం వల్లనే పుల్వామా దాడి జరిగిందంటూ రాజకీయం చేయటం ప్రారంభించాయి. పుల్వామా దాడితో తమ దేశానికి ఎలాంటి సంబంధం లేదంటూ పాకిస్తాన్ ప్రధానమంత్రి ఇమ్రాన్ ఖాన్ చేసిన ప్రకటనను పరోక్షంగా సమర్థించే విధంగా కొన్ని ప్రతిపక్ష పార్టీలు వ్యవహరించటం సిగ్గు చేటు. పుల్వామా దాడిని ముందే పసిగట్టటంలో మన నిఘా సంస్థలు విఫలమయ్యాయనేది ఇప్పుడు చర్చించవలసిన విషయమా? నిఘా సంస్థల వైఫల్యం గురించి చర్చించాలంటే ప్రభుత్వంతో మాట్లాడాలి తప్ప ఇలా బహిరంగంగా పత్రికా ప్రకటనలు చేయటం ప్రతిపక్షానికి భావ్యం కాదు. పుల్వామా సంఘటన జరిగి రెండు వారాలు కావస్తున్నా జైషె మహమ్మద్‌కు ముఖ్యంగా పాకిస్తాన్‌కు ఎందుకు బుద్ధి చెప్పలేదనే అంశంపై ప్రభుత్వాన్ని నిలదీయవలసిన బాధ్యత ప్రతిపక్షాలపై ఉన్నది. ప్రతీకారం తీర్చుకునేందుకు ప్రభుత్వం ఎలాంటి వ్యూహాన్ని అనుసరిస్తోంది? ఏం చేయబోతోంది అనేది ప్రతిపక్షం నిలదీయాలి. కేంద్ర ప్రభుత్వ పోరాటం కాశ్మీర్ కోసమే తప్ప కాశ్మీర్‌కు వ్యతిరేకంగా లేదా కాశ్మీరీలపై కాదు. కాశ్మీర్ భారతదేశంలోని అంతర్భాగం. దీని పరిరక్షణ గురించి అధికార పార్టీకి ఉన్నత బాధ్యత ప్రతిపక్షంపై ఉంటుంది. ప్రతిపక్షం ఇప్పుడు ప్రభుత్వం లొసుగులపై దృష్టి సారించే బదులు ఇస్లామిక్ ఉగ్రవాద సంస్థలకు బుద్ధి చెప్పటం, అందుకు అనుసరిస్తున్న విధానాలపై దృష్టి సారించాలి. దేశానికి సంబంధించిన విషయంలో ప్రతిపక్షాలు ఓటు బ్యాంకు రాజకీయం చేస్తే ప్రజలు క్షమించరు. ఇస్లామిక్ ఉగ్రవాదం గురించి మాట్లాడితే మైనారిటీ ఓట్లు లభించవనే ఆలోచనతో ప్రతిపక్షాలు వ్యవహరించటం దేశానికి ఎంత

ఇలా చేస్తే..

ఎలాంటి దంతాలు అయినా సరే..!

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

పేల సమస్య ఉండకూడదంటే

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

మొండి దగ్గును పోగొట్టుకోండిలా..!

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

కలబందతో మెరిసే అందం..

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

అల్లం తాజాగా ఉండాలంటే..?

సాధరణంగా అల్లంని అందరూ కూడా కూరల్లో ఎక్కువగా ఉపయోగిస్తూంటారు. అసలు అల్లం

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

ఆరెంజ్ తినడం వల్ల లాభాలు..

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

ఈ సూప్ తాగితే ఏ జబ్బు రాదు

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

నిద్ర లేవగానే కాఫీ తాగొచ్చా?

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

మైదా పిండి ఎక్కువగా తింటున్నారా..?

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

పచ్చిమిర్చి ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు..

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

బ్రౌన్ రైస్ అద్భుత లాభాలు

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

బీరకాయలు తినడం వల్ల లాభాలా..?

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

కరివేపాకుతో ఈ జబ్బులు మాయం?

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

ఉత్తరాఖండ్‌లో విషాదం

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

మోడీపై నిప్పులు చెరిగిన నితీష్

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

మణిపూర్ మండుతుంటే..ప్రధాని జోకులా?

న్యూఢిల్లీ: నెలల తరబడి మణిపూర్ మండుతుంటే ఈ అంశంపై చర్చకు సమాధానమిచ్చే సందర్భంలో ప్రధాని నవ్వులు చిందిస్తూ, జోక్‌లు విసరడాన్ని కాంగ్రెస్ నేత రాహుల్ గాంధీ తప్పుపట్టారు. ప్రధాని హొదాకు ఇది తగదన్నారు. శుక్రవారం నాడిక్కడ ఎఐసిసి కార్యాలయంలో ఏర్పాటు చేసిన విలేకరుల సమావేశంలో రాహుల్ గాంధీ మాట్లాడుతూ, మణిపూర్‌లో భరత మాతను ప్రధాని మోడీ, హొంమంత్రి అమిత్ షాలే హత్య చేశారన్న తన వ్యాఖ్యలను పునరుద్ఘాటించారు. ''పార్లమెంటులో ప్రధానమంత్రి 2|213 గంటల సేపు ఇచ్చిన సమాధానంలో . మణిపూర్‌పై రెండు నిమిషాలు మాత్రమే మాట్లాడారు. రాష్ట్రాన్ని, అక్కడి మహిళలను ప్రధాని ''ఎగతాళి'' చేశారు. మణిపూర్ నెలల తరబడి మండుతోంది. ప్రజలు విలువైన ప్రాణాలు కోల్పోయారు. అత్యాచారాలు జరిగాయి. కానీ ప్రధాని మాత్రం నవ్వులు చిందిస్తూ, జోకులు విసిరారు. ఇది ఆయనకు తగదు'' అని రాహుల్ విమర్శించారు. మణిపూర్ ఘర్షణలను ఆర్మీ కేవలం రెండు రోజుల్లో నిలిపివేయగలదన్నారు. కానీ మణిపూర్ రగులుతూనే ఉండాలని ప్రధాని కోరుకున్నారని, మంటలను చల్చార్చే ప్రయత్నం చేయలేదని ధ్వజమెత్తారు. మణిపూర్‌ను సైన్యం అదుపులోకి తీసుకోవాలని తాను కోరినప్పుడు బిజెపి తనను విమర్శించిందని అన్నారు.మొదటిసారిగా, భరత మాత అనే పదాన్ని పార్లమెంట్ నుండి బహిష్కరించారు. ఇది దేశాన్ని అవమానించడమే. నేను చెప్పింది తప్పా? ప్రతి ఒక్కరూ శాంతియుతంగా, సామరస్యపూర్వకంగా, ఆప్యాయతతో జీవించే భారతదేశ ఆలోచన అయిన భరత మాత మణిపూర్‌లో హత్యకు గురైంది, ఇది వాస్తవం'' అని రాహుల్ గాంధీ అన్నారు. తాను గత 19 ఏళ్లుగా రాజకీయాల్లో ఉన్నాను. అన్ని రాష్ట్రాలకు వెళ్లాను. కానీ మణిపూర్‌లో చూసిన వాటిని ఎక్కడా చూడలేదన్నారు. మెయితీ ప్రాంతానికి మేము వెళ్లినప్పుడు, మా భద్రతావలయంలో కుకీ తెగకు చెందినవారు ఎవరూ లేకుండా చూడాలని చెప్పారని, కుకీ ప్రాంతంలోనూ ఇదే పరిస్థితి నెలకొందని కాంగ్రెస్ నాయకుడు చెప్పారు. మణిపూర్‌ను కుకీ, మెయితీగా విభజించారు. మణిపూర్ ఓ రాష్ట్రంగా ఉనికిలో లేదు. ఇదే తాను పార్లమెంట్‌లో చెప్పానని రాహుల్ అన్నారు. మీడియాను వారు (కేంద్రం) అదుపులో పెట్టుకున్నారు. రాజ్యసభ, లోక్‌సభ టివిని కూడా వారే నియంత్రిస్తున్నారని అన్నారు. భరతమాతపై ఎక్కడ దాడి జరిగినా అక్కడ తాను ఉంటానని రాహుల్ చెప్పారు.

షా ఆరోపణలకు కౌంటర్

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

'అయోధ్య'లో అవకతవకలు

గుర్తించిన కాగ్ నివేదిక

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

న్యాయ వ్యవస్థ స్వాతంత్ర్యాన్ని దెబ్బతీస్తున్నారు !

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

దేవుడి గదిలో వేసే ముగ్గు

వెనుక ఉన్న ఆంతర్యం ఇదే?

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

జాతీయ గీతం జనగణమన

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

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

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

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

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

సేవాభావానికి ప్రతిరూపం నైటింగేల్

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

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

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

రష్యాపై ఆంక్షల పర్యవసానం..

జర్మన్ పరిశ్రమలు నాశనం

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

ఆసియా ఆర్థిక వ్యవస్థల అవసరాలకు రష్యా చమురు

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

జాబిల్లి దక్షిణ ధ్రువంపైకి మొదట చేరేదెవరు

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

కొలంబోలో లంగరేసిన చైనా నిఘా నౌక

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

రష్యాను వెన్నాడుతున్న డ్రోన్ల భయం

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

తప్పుడు వాగ్దానంతో పెళ్లి చేసుకుంటే పదేళ్ల జైలు శిక్ష

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

నేను ఏ నేరం చేశానని నన్ను రాజ్యసభ నుంచి సస్పెండ్ చేశారు?

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

దోమ కాటుతో ప్రాణాంతక వ్యాధులు

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

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

రక్తదానం చేస్తున్నారా.. అయితే ఈ విషయాలు మీ కోసం?

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

పళ్ళు జివ్వుమంటున్నాయా..

ఈ చిట్కాలు పాటించాల్సిందే?

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

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

బిల్లు ఆమోదం పై జాప్యానికి నిరసనగా

ఇండోనేషియాలో ఇంటి పనివారి దీక్షలు

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

చైనా, వియత్నాం మధ్య చీలిక

తెచ్చేందుకు అమెరికా కుతంత్రం

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

భారతదేశంలో అత్యధిక ముస్లింలు

హిందూ మతం నుండి మారారు

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

విశేష రాజకీయ అనుభవ శాలి

శంకర్ దయాళ్ శర్మ (ఆగస్టు 19, 1918డిసెంబర్ 26, 1999) ప్రసిద్ధ స్వాతంత్ర్య సమర యోధులు, ఒక ప్రముఖ న్యాయవాది, రాజకీయవేత్త, అసాధారణమైన విద్యార్హతలు కలిగిన పండితులు. భారతదేశ స్వాతంత్ర్య పోరాటంలో చురుకుగా పాల్గొన్న స్వాతంత్ర్య సమరయోధులలో ఆయన ఒకరు. ఆయన భారత క్రియాశీల రాజకీయాలలో విశేష అనుభవం కలిగి, ఎన్నో ఉన్నత స్థానాలను నిర్వహించారు. రాష్ట్ర, కేంద్ర ప్రభుత్వాలలో మంత్రిగా, రాష్ట్ర కాంగ్రెస్, జాతీయ కాంగ్రెస్ అధ్యక్షులుగా, రాష్ట్రాల గవర్నరుగా, దేశ ఉప రాష్ట్రపతిగా, సర్వోన్నత పదవి రాష్ట్రపతిగా విధులు నిర్వహించిన విశేష అనుభవ శాలి. 1940 లలో తమ రాజకీయ జీవితాన్ని ప్రారంభించారు.1940 వ దశకంలో శర్మ భారత స్వాతంత్ర్యోద్యమంలో పాల్గొన్నారు. అదే దశకంలోనే కాంగ్రెస్ పార్టీలో చేరి చివరి వరకూ అదే పార్టీకి విధేయులుగా ఉన్నారు. 1942 లో జరిగిన చారిత్రాత్మక క్విట్ ఇండియా ఉద్యమంలో, స్వదేశీ స్వాతంత్ర్య ఉద్యమంలో చురుకుగా పాల్గొన్నారు.

రాజకీయ కార్యకలాపాలలో పాల్గొనడం ప్రారంభించిన వెంటనే శంకర్ దయాళ్ శర్మ కాంగ్రెస్ జాతీయ కాంగ్రెస్ లో చేరారు. కాంగ్రెస్ పార్టీ పక్షాన భారత దేశంలో బ్రిటిష్ పాలనకు వ్యతిరేకంగా ఎన్నో పోరాట కార్యక్రమాల్లో భాగస్వాములు అయ్యారు. భోపాల్ నగరంలో 1918, ఆగస్టు 19న జన్మించిన శర్మ సెయింట్ జాన్ కళాశాల, ఆగ్రా కళాశాల, అలహాబాద్ విశ్వ విద్యాలయం, లక్నో విశ్వ విద్యాలయం, ఫిట్జ్ విలియం కళాశాల, కేంబ్రిడ్జ్ విశ్వ విద్యాలయం, లింకన్స్ ఇన్, హార్వర్డ్ న్యాయ పాఠశాల మొదలైన అనేక విద్యా సంస్థల్లో విద్య నభ్యసించారు. శర్మ లక్నో విశ్వ విద్యాలయంలో 9 సంవత్సరాలు న్యాయ శాస్త్రాన్ని బోధించారు. తరువాత కేంబ్రిడ్జ్ విశ్వ విద్యాలయంలో న్యాయ శాస్త్రాన్ని బోధించారు. శర్మ 1992 నుండి 1997 వరకు రాష్ట్రపతిగా, 1987 నుండి 1992 వరకు రామస్వామి వెంకటరామన్ రాష్ట్రపతిగా ఉన్నపుడు, ఉప రాష్ట్రపతిగా పనిచేసారు. అంతకు పూర్వం 1950 నుండి 1952 వరకు భోపాల్ కాంగ్రెస్ కమిటీ అధ్యక్షులుగా ఉన్నారు.1952 లో అప్పటి భోపాల్ రాష్ట్రానికి ముఖ్యమంత్రి అయ్యారి. 1956లో భోపాల్ మిగతా చిన్న రాష్ట్రాలతో కలిసి మధ్యప్రదేశ్ ఏర్పడేవరకూ ముఖ్యమంత్రిగా పనిచేశారు. విద్యా శాఖ, న్యాయ శాఖ మొదలైన అనేక శాఖల్లో కేంద్ర మంత్రిగా, ఆంధ్రప్రదేశ్ గవర్నరుగా పనిచేసారు.1960లలో ఇందిరా గాంధీ బలమైన మద్దతు దారుగా, ఆమె కాంగ్రెస్ పగ్గాలు చేపట్టడాన్ని సమర్థించారు. ఆమె ప్రధాన మంత్రిగా ఉన్న కాలంలో అనేక మంత్రి పదవులు నిర్వహించారు. 1972-74 మధ్యలో భారత జాతీయ కాంగ్రెస్ అధ్యక్షులుగా పనిచేశారు.1974-77 మధ్యలో కమ్యూనికేషన్ల శాఖా మంత్రిగా పనిచేశారు.1984 లో ఆంధ్రప్రదేశ్ గవర్నర్‌గా నియమితులయ్యారు . పంజాబ్‌లో ఎన్నికల తర్వాత, 1985 లో శర్మ పంజాబ్ గవర్నర్‌గా నియమితులయ్యారు.న్యాయవాద వృత్తిలో ఆయన అందించిన సేవలకు గుర్తింపుగా అంతర్జాతీయ సంఘం నుండి లివింగ్ లెజెండ్స్ ఆఫ్ ది లా అవార్డును అందుకున్నారు. ఆయన జీవిత చరమాంకంలో తీవ్ర అనారోగ్యానికి గురై, 1999 అక్టోబరు 9 న విపరీతమైన గుండెపోటుతో ఢిల్లీలో తుదిశ్వాస విడిచారు. ఆయన భౌతిక కాయాన్ని విజయ్ ఘాట్ వద్ద ఖననం చేశారు.

అమెరికా నుంచి తెలుగు విద్యార్థులు వెనక్కి!

అమెరికాలో చదువుకోవడం కోసం వెళ్లిన తెలుగు విద్యార్థులను అక్కడి ఇమి గ్రేషన్/భద్రతా అధికారులు ఎయిర్‌పోర్టు నుంచే తిప్పిపంపేశారు. ఎందుకు పంపేస్తున్నారనే దానిపై అధికారికంగా ఎలాంటి సమాచారం ఇవ్వకుండానే.. బలవంతంగా విమానం ఎక్కించి వెనక్కి పంపారు. ఇలా అట్లాంటా, శాన్‌ఫ్రాన్సిస్కో, షికాగో ప్రాంతాల నుంచి 21 మందిని తిప్పిపంపినట్టు తెలిసింది. దాదాపు వారం రోజుల నుంచి ఇలా ఒకరిద్దరిని పంపేస్తున్నా..ఇప్పుడు ఒక్కరోజే 20 మందికిపైగా విద్యార్థులను వెనక్కి పంపడంతో విషయం బయటికి వచ్చిందని అమెరికాలోని తెలుగు సంఘాలు చెప్తున్నాయి. అయితే పత్రాలు, వివరాలన్నీ పరిశీలించాకే అమెరికా వీసా ఇస్తారని, అలాంటప్పుడు ఈ సమస్య ఎందుకొచ్చిందన్న ఆందోళన వ్యక్తమవుతోంది. సదరు విద్యార్థుల పేర్లు, ఇతర వివరాలు ఇంకా బయటికి రాలేదు.పక్కాగా ఏర్పాట్లు చేసుకున్నా..: అమెరికాలో ఆగస్టులో విద్యా సంవత్సరం మొదలవుతుంది. దీనికి తగ్గట్టుగానే భారత విద్యార్థులు ప్రణాళిక సిద్ధం చేసుకుంటారు. అక్కడి వీసా నిబంధనలకు అనుగుణంగా అన్ని డాక్యుమెంట్లు సిద్ధం చేసుకుంటారు. ముందే టోఫెల్, జీఆర్‌ఈ వంటి పరీక్షలు రాస్తారు. వాటి మార్కుల ఆధారంగానే అక్కడి యూనివర్సిటీలలో సీట్లు వస్తాయి. తర్వాత అమెరికాలో చదువుకున్నన్ని రోజులు జీవించడానికి అవసరమయ్యే మేర సొమ్మును బ్యాంకు బ్యాలెన్స్‌గా చూపిస్తారు. ఇందుకోసం విద్యార్థులు కన్సల్టెన్సీల సహకారం తీసుకుంటున్నారు. ఇక్కడ ఇంజనీరింగ్ పూర్తయ్యాక ఏదో ఒక కంపెనీలో ఉద్యోగం చేస్తున్నట్టుగా అనుభవం సర్టిఫికెట్లు కూడా సమర్పిస్తున్నారు. ఈ వ్యవహారంలోనే మన విద్యార్థులు ఇబ్బందుల్లో పడుతున్నారని అమెరికాలోని తెలుగు అసోసియేషన్లు చెప్తున్నాయి.

పాక్ తాత్కాలిక ప్రభుత్వంలో

తీవ్రవాది భార్యకు చోటు

ఇస్లామాబాద్: పాకిస్తాన్ తాతకాలిక ప్రధానిగా బాధ్యతలు స్వీకరించిన అన్వర్-ఉల్-హాక్ కకర్ తాత్కాలికంగా కేబినెట్ విస్తరించారు. కేబినెట్లో తీవ్రవాది యాసిన్ మాలిక్ సతీమణి మిశాల్ హుస్సేన్ మాలిక్ కు కూడా చోటు కల్పించడం పాకిస్తాన్ మీడియాలో హాట్ టాపిక్ గా మారింది. త్వరలో జరగనున్న ఎన్నికల నేపథ్యంలో షెబాజ్ షరీఫ్ తమ ప్రభుత్వాన్ని రద్దు చేశారు. అనంతరం ఆగస్టు 15న అన్వర్-ఉల్-హాక్ కకర్ ఆపద్ధర్మ ప్రధాన మంత్రిగా బాధ్యతలు స్వీకరించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన నియమించిన కొత్త కేబినెట్ మంత్రుల జాబితాలో మానవ వనరుల శాఖ మంత్రిగా మిశాల్ హుస్సేన్ మాలిక్ ను నియమించినట్లు తెలిపారు.మిశాల్ భర్త జమ్మూ కశ్మీర్ లిబరేషన్ ఫ్రంట్ అధినేత యాసిన్ మాలిక్ తీవ్రవాదులకు నిధులను సమకూర్చిన కేసులో నేషనల్ ఇన్వెస్టిగేషన్ ఏజెన్సీ నెరసుడిగా నిర్ధారించగా కోర్టు అతడికి జీవితఖైదు విధించింది. ప్రస్తుతం యాసిన్ మాలిక్ శిక్షను అనుభవిస్తున్నాడు. మిశాల్ హుస్సేన్ మాలిక్ తోపాటు ఆర్థిక మంత్రిగా మాజీ సెంట్రల్ బ్యాంకు చీఫ్ షంషాద్ అఖ్తర్, అంతర్గత వ్యవహారాల శాఖ మంత్రిగా సర్ఫరాజ్ బుగాటి నియమితులయ్యారు. వీరితోపాటు మొత్తం 16 మంది మంత్రులతో కూడిన పాకిస్తాన్ కేబినెట్ తో అధ్యక్షుడు ఆరిఫ్ అల్వి ప్రమాణ స్వీకారం చేయించారు. కొత్తగా మంత్రులుగా బాధ్యతలు స్వీకరించిన వారిలో జలీల్ అబ్బాస్ జిలానీ, లెఫ్టినెంట్ జనరల్ (ఆర్) అన్వర్ అలీ హైదర్, ముర్తజా సోలంగి సమీ సయీద్, షాహిద్ అష్రఫ్ తరార్, అహ్మద్ ఇర్ఫాన్ అస్లాం, ముహమ్మద్ అలీ, గోహర్ ఎజాజ్, ఉమర్ సైఫ్, నదీమ్ జాన్, ఖలీల్ జార్జ్, అనీఖ్ అహ్మద్, జమాల్ షా, మదాద్ అలీ సింధీ ఉన్నారు. పాక్ తాత్కాలిక ప్రధానికి ముఖ్య సలహాదారులుగా ఎయిర్ మార్షల్(ఆర్) ఫర్హాట్ హుస్సేన్ ఖాన్, ఆహద్ ఖాన్ చీమా, వకార్ మసూద్ ఖాన్ ప్రమాణస్వీకారం చేశారు. పీపుల్స్ డెమొక్రటిక్ పార్టీ అధ్యక్షుడు మహబూబ్ మఫ్తీ సోదరి, జమ్మూ కశ్మీర్ మాజీ ముఖ్యమంత్రి మఫ్తీ మహమ్మద్ సయీద్ కుమార్తె రుబైయా సయీద్ 1989, డిసెంబరు 8న కిడ్నాప్ కు గురవ్వగా ఆ కేసులో యాసిన్ మాలిక్ ను నిందితుడిగా గుర్తించారు. ఈ నేపథ్యంలోనే యాసిన్ మాలిక్ స్థాపించిన జమ్మూ కశ్మీర్ లిబరేషన్ ఫ్రంట్ ను 2019లో అధికారికంగా నిషేధించింది పాకిస్తాన్. వారిలో కొంతమంది మొగల్ సైన్యంలో పనిచేశారు. మిగిలిన వారంతా హిందూ మతం నుండి వచ్చి ఇస్లాం మతాన్ని స్వీకరించిన వారే. దీనికి ఉదాహరణ కశ్మీర్లోనే చూడొచ్చు. 600 ఏళ్ల క్రితం కశ్మీర్లో ఉన్న ముస్లింలంతా.. కశ్మీరీ పండిట్లే. వారంతా హిందూ మతం నుంచి ఇస్లాం మతాన్ని స్వీకరించినవారే.' అని ఆజాద్ వెల్లడించారు.

పరిశుభ్రమైన తాగునీరే ప్రజారోగ్యానికి రక్షణ కవచం.

పోన్కల్‌లో మంచినీటి బావుల క్లోరినేషన్.

జన్నారం, ఆగస్టు 24, ఇంద్రప్రభ: జన్నారం మండలం పోన్కల్ గ్రామ పంచాయతీలో ప్రజలకు పరిశుభ్రమైన తాగునీటిని అందించేందుకు పంచాయతీ అధికారులు ప్రత్యేక చర్యలు చేపట్టారు. ఇందులో భాగంగా గ్రామంలోని మంచినీటి బావులకు సోమవారం క్లోరినేషన్ నిర్వహించారు. అధికారుల ఆదేశాల మేరకు పంచాయతీ సిబ్బంది ప్రజల తాగునీటి అవసరాలు తీర్చే ప్రధాన పంచాయతీ బావితో పాటు పలు మంచినీటి బావుల్లో క్లోరినేషన్ చేశారు.వర్షాకాలంలో నీటి వనరులు కలుషితమయ్యే అవకాశం ఉండటంతో ముందస్తు జాగ్రత్త చర్యల్లో భాగంగా క్లోరినేషన్ చేపట్టినట్లు ఈవో రాహుల్ తెలిపారు. ప్రజలకు అందించే తాగునీరు స్వచ్ఛంగా, సురక్షితంగా ఉండేలా నిరంతర పర్యవేక్షణ కొనసాగిస్తామని ఆయన పేర్కొన్నారు.తాగునీటి వనరుల పరిశుభ్రతపై ప్రత్యేక దృష్టి సారించి, నీటి ద్వారా వ్యాధులు ప్రబలకుండా అవసరమైన అన్ని ముందస్తు చర్యలు తీసుకుంటున్నట్లు తెలిపారు. గ్రామంలోని నీటి వనరులను ఎప్పటికప్పుడు పరిశీలిస్తూ, అవసరమైన చోట క్లోరినేషన్ ప్రక్రియను కొనసాగిస్తామని చెప్పారు.ప్రజల ఆరోగ్య పరిరక్షణలో పారిశుద్ధ్యం, సురక్షిత తాగునీరు కీలకమని, ప్రతి ఒక్కరూ నీటిని జాగ్రత్తగా వినియోగించుకోవాలని అధికారులు సూచించారు. గ్రామ ప్రజలు కూడా నీటి వనరుల

పరిసరాలను పరిశుభ్రంగా ఉంచేందుకు సహకరించాలని ఈవో రాహుల్ కోరారు.

ప్రత్యేకపల్లకి సేవ పంచామృత అభిషేకం,

ఇంద్రప్రభ రాయికల్ ఆగష్టు 24 శ్రావణ మాసం శుక్ల పక్షం ఏకాదశి పర్వదినం సందర్భంగా జగిత్యాల చింతకుంట శ్రీ సూర్య ధన్వంతరి దేవాలయం లో స్వామి వారికి పంచామృత అభిషేకం చేశారు హిందూ సాంప్రదాయంలో సూర్యదేవుని ఆరాధించడం వల్ల ఆరోగ్యము, ఆయుష్మానుభవం, విజయం, ధనం, మరియు ప్రసిద్ధి లభిస్తాయని విశ్వాసం ఉంది.తదియపర్వదినం పురస్కరించుకొని శ్రీ సూర్య ధన్వంతరి దేవాలయములో శ్రీ సూర్య భగవానుకి, ప్రత్యేక పూజల అనంతరం ప్రత్యేక పల్లకి సేవ నిర్వహించారు. తదనంతరం అమృత నిర్గుండి కశాయం ఉచిత వితరణ చేశారు తదనంతరం సూర్య భగవాన్ కు భక్తులు ముడుపులు కట్టారు ఈ కార్యక్రమములోఫౌండర్ ఉఛైర్మెన్ డాక్టర్ వడ్ల గట్ట రాజన్న,వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ వొడ్నాల శ్రీనివాస్,ప్రధాన కార్యదర్శి వడ్లగట్ట శంకర్,సహాయ కోశాధికారి గోపి,భారతాల రాజసాగర్, వేముల రాజేష్,గాజుల మహేష్ –మాధవి, ప్రవీణ్ కుమార్, హరికృష్ణ, వేముల రాజేష్, రవి – సునీత, యాంసాని శంకరయ్య, ఆడెపు శ్రీనివాస్ –అనురాధ, ప్రవీన్ కుమార్, మారుతి, అలిమేలా సత్యనారాయణ, సిరిపురపు గంగాధర్ అర్చకులు శ్రీహరి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

బాధిత కుటుంబాలకు అండగా ఉంటాం

-- రాష్ట్ర ప్రభుత్వ విప్ ఆది శ్రీనివాస్

మృతులకు నివాళు అర్పించిన రాష్ట్ర ప్రభుత్వ విప్ ఆది శ్రీనివాస్, జిల్లా ఎస్పీ మహేష్ బి గీతే

చందుర్తి, ఆగష్టు 24, ఇంద్రప్రభ : చందుర్తి మండలం లింగంపేట గ్రామ పరిధిలో శనివారం రాత్రి జరిగిన ఘోర రోడ్డు ప్రమాదం మృతి చెందిన బాధిత కుటుంబాలకు అండగా ఉంటాం అని రాష్ట్ర ప్రభుత్వ విప్ ఆది శ్రీనివాస్ పేర్కొన్నారు..రుద్రంగి మండల కేంద్రానికి చెందిన షాదుల్లా కుటుంబం వివాహ వేడుకకు హాజరయ్యేందుకు వెళ్తుండగా రోడ్డు ప్రమాదం జరిగి ఈ ఘటనలో ఒకే కుటుంబానికి చెందిన రక్తసంబంధీకులు నలుగురు మృతి చెందారు. ప్రమాదంలో షాదుల్లాతో పాటు ఆయన భార్య హాసీనా, మరో హాసీనా, పదో తరగతి చదువుతున్న చిన్నారి మృతి చెందడం బాధాకరమని విప్ పేర్కొన్నారు. ప్రమాదం జరిగిన వెంటనే క్షతగాత్రులను ఆసుపత్రికి తరలించి వైద్య చికిత్స అందించినప్పటికీ, పరిస్థితి విషమించడంతో ఒక్కొక్కరుగా మృతి చెందారని తెలిపారు.వేములవాడ పట్టణంలోనీ ఏరియా ఆసుపత్రిలో మృతుల కుటుంబ సభ్యులను సోమవారం రాష్ట్ర ప్రభుత్వ విప్ ఆది శ్రీనివాస్, జిల్లా ఎస్పీ మహేష్ బిగితే పరామర్శించి, ఓదార్చారు. మృతదేహాలకు నివాళి అర్పించి మృతుల కుటుంబాలకు ప్రగాఢ సానుభూతి తెలిపారు. వారి కుటుంబాలకు అండగా నిలిచేందుకు ప్రభుత్వం తరఫున అవసరమైన సహాయం అందజేస్తామని తెలిపారు..ఈ సందర్భంగా విప్ మాట్లాడుతూ ద్విచక్ర వాహనాలపై ప్రయాణించే ప్రతి ఒక్కరూ తప్పనిసరిగా హెల్మెట్ ధరించాలని, కార్లలో ప్రయాణించే వారు ముందు, వెనుక సీట్లలో ఉన్నప్పటికీ సీట్ బెల్ట్ ధరించాలని సూచించారు. వాహనాలను అతివేగంగా నడపకుండా జాగ్రత్తగా ప్రయాణించాలని కోరారు.రాష్ట్ర పోలీసు శాఖ ప్రయాణికుల భద్రత పై అవగాహన కల్పించడానికి అరైవ్ అలైవ్ కార్యక్రమం నిర్వహించిందని తెలిపారు...ఇంటి నుంచి బయలుదేరిన ప్రతి ఒక్కరూ తమ కోసం కుటుంబ సభ్యులు ఎదురుచూస్తున్నారనే విషయాన్ని గుర్తుంచుకుని సురక్షితంగా గమ్యస్థానానికి చేరుకోవాలని సూచించారు. రోడ్డు భద్రతా నిబంధనలను ప్రతి ఒక్కరూ బాధ్యతగా పాటించాలని విజ్ఞప్తి చేశారు.ఒకే ప్రమాదంలో ఒకే కుటుంబానికి చెందిన నలుగురు రక్తసంబంధీకులు మృతి చెందడం అత్యంత బాధాకరమైనశీదన్నారు., మృతుల ఆత్మకు శాంతి చేకూరాలని, వారి కుటుంబ సభ్యులకు భగవండుతుడు మనోధైర్యం ప్రసాదించాలని ప్రార్థించారు...ఇలాంటి ప్రమాదాలు పునరావృతం కాకుండా ప్రతి ఒక్కరూ రోడ్డు భద్రతా నిబంధనలు పాటించాలి. హెల్మెట్, సీట్ బెల్ట్ తప్పనిసరిగా ధరించి, వేగ నియంత్రణ పాటిస్తూ సురక్షితంగా ప్రయాణించాలి అని విప్ విజ్ఞప్తి చేశారు..

మృత దేహాన్నికి పూలమాల అర్పించిన టిఆర్ఎస్ నాయకులు

ఇంద్ర ప్రభ పాలకుర్తి ఆగస్టు 24 పాలకుర్తి మండలానికి చెందిన సీనియర్ జర్నలిస్ట్ కత్తుల యాకయ్య తండ్రి కత్తుల కొమురయ్య అనారోగ్యంతో మరణించడం జరిగింది.ఈ సందర్భంగా స్వగృహానికి వెళ్లి కత్తుల కొమురయ్య పార్థివ దేహానికి పూలమాల వేసి నివాళులు అర్పించి, వారి కుటుంబ సభ్యులను పరామర్శించి ప్రగాఢ సానుభూతిని తెలియజేసిన పుస్కూరి శ్రీనివాస్ రావు మాజీ జెడ్పిటిసి పసునూరి నవీన్ కుమార్ మాజీ భారత రాష్ట్ర సమితి మండల అధ్యక్షులు.కమ్మగాని విజయ నాగన్న పాలకుర్తి గ్రామ సర్పంచ్. వీరమనేని సోమేశ్వర్ రావు భారత రాష్ట్ర సమితి మండల సమన్వయ కమిటీ సభ్యులు.కడుదుల కరుణాకర్ రెడ్డి మాజీ పట్టణ అధ్యక్షులు తదితర పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

మేదర కులస్తులకు ఆసరా పింఛన్ వర్తింపజేయాలి

ఇంద్రప్రభ రాయికల్ ఆగష్టు 24 అత్యంత వెనుకబడిన మేదర (మహేంద్ర) కులస్తులను రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ఆసరా పింఛన్ పథకంలో చేర్చాలని రాయికల్ మండల మహేంద్ర సంఘం అధ్యక్షులు సిలివేరి సురేష్ ప్రభుత్వాన్ని కోరారు.సోమవారం రాయికల్ పట్టణంలోని మండల ప్రజా పరిషత్ కార్యాలయంలో నిర్వహించిన ప్రజావాణి కార్యక్రమంలో ప్రజావాణి నోడల్ అధికారి, ఎంపీడీవో బింగి చిరంజీవికి వినతిపత్రం అందజేశారు.ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ, తరతరాలుగా వెదురును నమ్ముకొని బుట్టలు, గంపలు, చాటలు తయారు చేస్తూ జీవనం సాగిస్తున్నామన్నారు. ప్లాస్టిక్, స్టీల్ వస్తువుల రాకతో తమ వృత్తికి డిమాండ్ తగ్గి రోజుకు రూ.100 నుండి 150 సంపాదించడమే కష్టంగా మారిందన్నారు. అటవీ చట్టాల వల్ల వెదురు సేకరణకు 15–20 కి.మీ నడవాల్సి వస్తోందని, 45 ఏళ్లు దాటిన వృద్ధులు, వికలాంగులు, ఒంటరి మహిళలు తీవ్ర ఇబ్బందులు పడుతున్నారని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు.గౌడ, చేనేత కులాల తరహాలోనే తమ కులానికి కూడా నెలకు రూ.2016 ఆసరా పింఛన్ మంజూరు చేసి ఆదుకోవాలని, జిల్లా కలెక్టర్ ద్వారా ప్రభుత్వానికి ప్రతిపాదనలు పంపాలని కోరారు.ఈ కార్యక్రమంలో సంఘం నాయకులుశనిగరపు రాజనర్సయ్య. ప్రమోద్. రంజిత్. చింత రాజేశం. నరసయ్య. సిలివేరి ప్రశాంత్. శ్రీనివాస్. పిల్లి ప్రతాప్. పాల్గొన్నారు.

గ్రంథాలయ సేవలు పూర్తిస్థాయిలో అందించండి

ఇంద్రప్రభ రాయికల్ ఆగష్టు 24 రాయికల్ పట్టణంలో ప్రజా గ్రంథాలయాన్ని ప్రజలకు అందుబాటులో ఉండే విధంగా అనువైన ప్రదేశానికి మార్చి తరలింపు చేసి గ్రంథాలయ అధికారి అందుబాటులో ఉండేటట్లు అలాగే తగినన్ని పుస్తకాలు ఏర్పాటు చేయాలని ఇంటర్నేషనల్ ఉమెన్ రైట్స్ ప్రొటెక్షన్ కౌన్సిల్ జగిత్యాల జిల్లా అధ్యక్షుడు ఆడెపు రాజమౌళి రాయికల్ ఎంపీడీవో కు వినతి పత్రం అందజేశారు.రాయికల్ పట్టణంలో ప్రజా గ్రంథాలయము ఉన్నప్పటికీ అది చాలా చిన్నగా ఉండడంతో పాటు ఎక్కడ ఉందో కూడా చాలామందికి ప్రజలకు తెలియని పరిస్థితి ఉంది దీంతో విద్యార్థులు నిరుద్యోగ యువత వృద్ధులు పోటీ పరీక్షలకు సిద్ధమవుతున్న అభ్యర్థులు మరియు పుస్తక పాఠంపై ఆసక్తి ఉన్న ప్రజలకు గ్రంథాలయ సేవలు పూర్తిస్థాయిలో అందడం లేదనీ ఇంటర్నేషనల్ హ్యూమన్ రైట్స్ ప్రొటెక్షన్ కౌన్సిల్ జగిత్యాల జిల్లా అధ్యక్షుడు ఆడెపు రాజమౌళి ఆవేదన వ్యక్తం చేసినాడుకావున ప్రస్తుతం ఉన్న గ్రంథాలయాన్ని ప్రజలందరికీ సులభంగా చేరుకునే ప్రధానమైన అందుబాటులో ఉన్న ప్రదేశానికి చేర్చి విశాలమైన భవనంలో ఏర్పాటు చేయాలని కోరుతున్నాము అలాగే విద్యార్థులు యువత మరియు సాధారణ ప్రజలకు ఉపయోగపడే విధంగా పోటీ పరీక్షలకు పుస్తకాలు విద్యార్థి పుస్తకాలు తెలుగు సాహిత్య పుస్తకాలు దినపత్రికలు వార పత్రికలు మాస పత్రికలు మరియు ఇతర విజ్ఞాన పుస్తకాలను తగినన్ని అందుబాటులో ఉంచాలని ఆడపు రాజమౌళి కోరుతున్నాడు రైకల్ మున్సిపాలిటీగా అభివృద్ధి చెందుతున్న నేపథ్యంలో ప్రజలకు ఉపయోగపడే విధంగా గ్రంథాలయాన్ని మరింత అభివృద్ధి పరిచి పట్టణ వాతావరణాన్ని కల్పించాలని ఇంటర్నేషనల్ హ్యూమన్ రైట్స్ ప్రొటెక్షన్ కౌన్సిల్ జగిత్యాల జిల్లా అధ్యక్షుడు ఆడెపు రాజమౌళి తెలిపారు

ఆదిలాబాద్ జిల్లాలో కమ్ముకొని కురుస్తున్న ముసురు వానలు.

ఆదిలాబాద్ జిల్లా –ఇంద్రప్రభ ప్రతినిధి : ఆదిలాబాద్ జిల్లాలో గత ఆదివారాం నుంచి ఏజెన్సీ అంతట కమ్ముకొని ముసురు వానలు కురుస్తున్నవి.జిల్లా మొత్తానికి సగటు వాన 5.7% కురియగా, మొత్తం వర్షా పాతం120.0మిల్లి మీటర్ల వర్షా పాతం నమోదు అయినది.ఈ వర్షం రైతులు పండించే మొక్క జొన్న, సోయాబీన్, పత్తి, కంది తదితర పంటలకు అనుకూలంగా ఉన్నదని రైతులు సంతోషపడుతున్నారు.జిల్లాలో ఇప్పటివరకు అత్యధికముగా 19.9 % వర్షా పాతం తలమడుగు మండలంలో నమోదు కాగా గుడి హత్నూర్, బోరజ్, భీంపూర్ మండలంలలో 1.3 % అతి తక్కువ వర్షాపాతం నమోదు అయినట్లువాతావరణం శాఖ లెక్కలుతెలియజేస్తున్నవి.

పాఠశాలల్లో మౌలిక వసతుల కల్పనే ధ్యేయం:

విద్యార్థుల ఉజ్వల భవిష్యత్తే ప్రభుత్వ లక్ష్యం

- జిల్లా కలెక్టర్ రాజర్షి షా.

ఆదిలాబాద్ జిల్లా –ఇంద్రప్రభ ప్రతినిధి : విద్యార్థుల సర్వతోముఖాభివృద్ధే లక్ష్యంగా ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో మౌలిక వసతుల కల్పనను వేగవంతం చేశామని, బాలురు, బాలికల కోసం ప్రత్యేక మరుగుదొడ్లు, భోజన శాల , తాగునీటి సదుపాయాలు వంటి పనులను నాణ్యతా ప్రమాణాలతో త్వరితగతిన పూర్తి చేయాలని జిల్లా కలెక్టర్ రాజర్షి షా స్పష్టం చేశారు. సోమవారం తాంసి మండలం కప్పర గ్రామంలోని జడ్పీ ఉన్నత పాఠశాలలో నిర్వహించిన ఆరోగ్య పాఠశాల కార్యక్రమంలో ఆయన ముఖ్య అతిథిగా హాజరయ్యారు.ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ, విద్యార్థులకు నాణ్యమైన విద్యతో పాటు అత్యుత్తమ వసతులు కల్పించి, వారిని భవిష్యత్తులో ఉన్నత స్థానాలకు చేర్చడమే ప్రభుత్వ ముఖ్య ఉద్దేశమని అన్నారు. జిల్లాలోని అన్ని పాఠశాలల్లో విద్యార్థులకు అవసరమైన మరుగుదొడ్లు, భోజన శాల వంటి నిర్మాణ పనులను కాంట్రాక్టర్లు, ఇంజనీరింగ్ అధికారులతో సమన్వయం చేసుకుంటూ త్వరగా పూర్తి చేయాలని ఆదేశించారు. విద్యార్థులు ప్యాకేజ్డ్ ఫుడ్స్ పూర్తిగా మానివేయాలని, ఇంటి వద్ద తయారుచేసిన ఆరోగ్యకరమైన భోజనం, మధ్యాహ్న భోజనం, రాగిజావను మాత్రమే తీసుకోవాలని సూచించారు. విద్యార్థుల్లో కమ్యూనికేషన్ నైపుణ్యాలను పెంపొందించేందుకు 'స్పోకెన్ ఇంగ్లీష్' కార్యక్రమాలను మరింత ప్రభావవంతంగా నిర్వహించనున్నట్లు తెలిపారు. ఇందులో భాగంగా జిల్లావ్యాప్తంగా ఉన్న పాఠశాలల్లోని విద్యార్థుల మధ్య పోటీలు నిర్వహించి, ప్రతిభ కనబరిచిన వారికి సర్టిఫికెట్లు అందజేస్తామన్నారు. పాఠశాలల్లో ఏర్పాటు చేసిన 'ఖాన్ అకాడమీ', 'కోడ్ మిత్ర' వంటి లెర్నింగ్ లాబ్స్, కంప్యూటర్ పీరియడ్స్, లైబ్రరీలను విద్యార్థులు విధిగా సద్వినియోగం చేసుకొని సాంకేతిక పరిజ్ఞానాన్ని మెరుగుపరుచుకోవాలని కోరారు. ప్రతి నెలా మూడవ శనివారం నిర్వహించే పేరెంట్–టీచర్ సమావేశాలకు తల్లిదండ్రులు, సర్పంచ్‌లు, వార్డు సభ్యులు తప్పకుండా హాజరై తమ పిల్లల చదువులు, ప్రోగ్రెస్ రిపోర్ట్‌లపై ఆరా తీయాలని సూచించారు. విద్యార్థులు ఏ విధమైన ప్రలోభాలకు లోనుకాకుండా కేవలం చదువుపై మాత్రమే దృష్టి సారించాలని, ఉపాధ్యాయుల సహకారంతో లక్ష్యాలను సాధించి తమ పాఠశాలను, జిల్లాను రాష్ట్రస్థాయిలో ప్రథమ స్థానంలో నిలపాలని కలెక్టర్ ఆకాంక్షించారు.అనంతరం విద్యార్థులకు ఏకరూప దుస్తులను కలెక్టర్ అందజేశారు.కార్యక్రమంలో భాగంగా పాఠశాలలో కంప్యూటర్ గది, కిచెన్ గార్డెన్, మరుగుదొడ్లను కలెక్టర్ రిబ్బన్ కట్ చేసి ప్రారంభించారుఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా విద్యాధిశాఖ అధికారి మాధవి, డిఆర్డిఓ రవీందర్, పంచాయతీ రాజ్ ఈఈ శివరాం, తహసిల్దార్ గణేష్, ఎంపీడీఓ గడ్డం మోహన్ రెడ్డి, ఎంఈఓ శ్రీకాంత్, సర్పంచ్ గంద్రత్ అరుణ్, ఎంపీఓ అవినాష్, హెచ్ఎం ఆనంద్, ఆత్మ చైర్మన్ నారాయణ, ఏఏపిసి చైర్మన్ ఇందిరా, ఉపాధ్యాయులు, విద్యార్థులు, గ్రామస్తులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

వన మహోత్సవ లక్ష్యాలను గడువులోగా పూర్తి చేయాలి

రేపు పెద్ద ఎత్తున మాస్ ప్లాంటేషన్ కార్యక్రమం చేపట్టాలి

-రాష్ట్ర అటవీ, దేవాదాయ శాఖ మంత్రి కొండా సురేఖ.

ఆదిలాబాద్ జిల్లా – ఇంద్రప్రభ ప్రతినిధి: న మహోత్సవం లక్ష్యా లను నిర్దేశిత గడువులోగా పూర్తి చేయాలని రాష్ట్ర అటవీ, దేవాదాయ శాఖ మంత్రి కొండా సురేఖ అధికారులను ఆదేశించారు. సోమవారం ఆమె అటవీశాఖ ఉన్నతాధికారులతో కలిసి అన్ని జిల్లాల కలెక్టర్ల తో వన మహోత్సవ్ కార్యక్రమంపై వీడియో కాన్ఫరెన్స్ ద్వారా సమీక్షనిర్వహించారు.ఈ సందర్భంగా మంత్రి మాట్లాడుతూ.. అన్ని జిల్లాల్లో మంగళవారం పెద్ద ఎత్తున మొక్కలు నాటే కార్యక్రమం చేపట్టాలని పిలుపునిచ్చారు. జిల్లాల వారీగా నిర్దేశిత లక్ష్యాలు, ఇప్పటివరకు నాటిన మొక్కలు, పూర్తి చేయాల్సిన మిగిలిన లక్ష్యం, నర్సరీల్లో అందుబాటులో ఉన్న మొక్కలు, జియో ట్యాగింగ్ తదితర వివరాలపై ఆరా తీశారు. ప్రస్తుతం రాష్ట్రంలో వర్షాలు కురుస్తున్నందున ఈ అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకుని లక్ష్యాలకు చేరువ కావాలన్నారు. రేపటి మాస్ ప్లాంటేషన్ కార్యక్రమంలో విద్యార్థులు, ఎన్‌సీసీ, ఎన్ఎస్ఎస్ వాలంటీర్లు, అధికారులు, ప్రజాప్రతినిధులు, స్వయం సహాయక సంఘాల మహిళలు భాగస్వామ్యం కావాలని కోరారు. ప్రభుత్వవిద్యాసంస్థలు, కార్యాలయాలు, అర్బన్ ఫారెస్ట్ పార్కులు తదితర ప్రాంతాల్లో విస్తృతంగా మొక్కలు నాటాలని సూచించారు. కేవలం మొక్కలు నాటడమే కాకుండా వాటిని కంటికి రెప్పలా సంరక్షించాలని, ప్రతి మొక్కకూ రక్షణగా కంచె ఏర్పాటు చేసి తప్పనిసరిగా జియో ట్యాగింగ్ చేయాలని స్పష్టం చేశారు.కలెక్టరేట్ నుంచి వీసీ హాజరు..ఈ వీడియో కాన్ఫరెన్స్‌లో ఆదిలాబాద్ కలెక్టరేట్ వీడియో హాల్ నుంచి జిల్లా కలెక్టర్ రాజర్షి షా సంబంధిత అధికారులతో కలిసి పాల్గొన్నారు. వీసీ ముగిసిన అనంతరం కలెక్టర్ అధికారులతో మాట్లాడుతూ.. మంగళవారం తలపెట్టిన భారీ ప్లాంటేషన్ కార్యక్రమాన్ని విజయవంతం చేయాలని ఆదేశించారు.అటవీ, గ్రామీణాభివృద్ధి, పంచాయతీరాజ్, మున్సిపల్ తదితర శాఖల అధికారులు సమన్వయంతో పనిచేసి మిగిలిన లక్ష్యాలను వేగవంతంగా పూర్తి చేయాలని చెప్పారు. ఈ కార్యక్రమంలో అధికారులు, ప్రజాప్రతినిధులు, విద్యార్థులు పెద్ద ఎత్తున కదిలిరావాలని పిలుపునిచ్చారు.ఈ సమావేశంలో ఆదిలాబాద్, ఇచ్చోడ అటవీ అభివృద్ధి అధికారులు విశ్వనాథ్ బుసారెడ్డి, ప్రథమేష్, డీఆర్డీవో రవీందర్, అదనపు డీఆర్డీవో రామ్‌ప్రసాద్, ఏపీడీ గజానంద్ తదితర శాఖల అధికారులు, సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

టైగర్‌జోన్ రద్దు చేయాలి

.ప్రజల సమస్యలు పరిష్కరించాలి.

ఎకో సెన్సిటివ్ జోన్ పరిధిని తగ్గించాలి.

సస్పెండ్ అయిన అటవీ అధికారులను వెంటనే ధుల్లోకి తీసుకోవాలి.

జన్నారం, ఆగస్టు 24, ఇంద్రప్రభ: జన్నారం మండల ప్రజలు ఎదుర్కొంటున్న సమస్యలను తక్షణమే పరిష్కరించాలని సామాజిక కార్యకర్తలు భూమాచారి,బద్రీనాయక్ సోమవారం ప్రజావాణి లో ఫిర్యాదు చేసి ప్రభుత్వాన్ని కోరారు. టైగర్‌జోన్ కారణంగా ప్రజలు అనేక ఇబ్బందులు పడుతున్నారని, ప్రజల జీవనోపాధి, గ్రామాల అభివృద్ధికి ఆటంకం కలుగుతోందని వారు ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు.టైగర్‌జోన్‌ను రద్దు చేయడంతో పాటు ఎకో సెన్సిటివ్ జోన్ పరిధిని తగ్గించాలని డిమాండ్ చేశారు. ఎకో సెన్సిటివ్ జోన్ నిబంధనల కారణంగా వ్యవసాయ యంత్రాలు రోడ్లపై తిరగకుండా ఆగిపోయాయని ఇందిరమ్మ ఇళ్ల నిర్మాణాలకు అవసరమైన ఇసుక లభ్యతలో ఇబ్బందులు ఏర్పడుతున్నాయని పేర్కొన్నారు. ఇసుక కొరతతో గ్రామాల్లో అభివృద్ధి పనులు నిలిచిపోతున్నాయని తెలిపారు.ఆదివాసీ గూడలకు రోడ్డు నిర్మాణం చేపట్టే క్రమంలో ఎకో సెన్సిటివ్ జోన్ నిబంధనల పేరుతో మాజీ సర్పంచ్ జక్కు భూమేష్‌పై కేసు నమోదు చేయడం వల్ల రహదారి నిర్మాణ పనులు నిలిచిపోయాయని ఆరోపించారు. ప్రజా ప్రయోజనాలను దృష్టిలో ఉంచుకుని ఆయనపై నమోదు చేసిన కేసులను వెంటనే ఎత్తివేయాలని డిమాండ్ చేశారు.అలాగే గుడిహత్నూర్––జన్నారం మీదుగా కరీంనగర్ వరకు నాలుగు వరుసల జాతీయ రహదారిని నిర్మించాలని కోరారు. జన్నారం ప్రాంత అభివృద్ధికి ఈ రహదారి అత్యంత కీలకమని పేర్కొన్నారు.ఇసుక వ్యవహారంలో సస్పెండ్ అయిన అటవీ అధికారులను వెంటనే విధుల్లోకి తీసుకోవాలని, వారి సర్వీస్ రికార్డుపై ఎలాంటి మరకలు లేకుండా చూడాలని కోరారు. సస్పెన్షన్ కాలానికి సంబంధించిన పూర్తి జీతభత్యాలు చెల్లించాలని ప్రభుత్వాన్ని విజ్ఞప్తి చేశారు."ప్రజల జీవనోపాధి, గ్రామాల అభివృద్ధి, ఆదివాసీల హక్కులను కాపాడే విధంగా ప్రభుత్వం తక్షణ చర్యలు తీసుకోవాలి. జన్నారం మండల ప్రజల సమస్యలను పరిష్కరించి అభివృద్ధికి మార్గం సుగమం చేయాలి" అని సామాజిక కార్యకర్తలు భూమాచారి, బద్రీనాయక్ మండల ఏంపిడిఓ ఉమర్ షరీఫ్ కు ప్రజావాణి లో వినతి పత్రం అందజేశారు

జర్నలిస్టులకు అండగా కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ఉంటుంది..వొడితల ప్రణవ్

- ప్రజా ప్రభుత్వంలో జర్నలిస్టుల సంక్షేమానికి కృషి

- నిమ్మరసం ఇచ్చి రిలే నిరాహారదీక్షలను విరమింపజేసిన ప్రణవ్

- అర్హులైన ప్రతి జర్నలిస్టును ఆదుకుంటాం

హుజురాబాద్ ఆగస్టు 24 ఇంద్రప్రభ:ప్రజా ప్రభుత్వంలో జర్నలిస్టులకు పెద్ద పీట వేస్తున్నామని, అర్హులైన ప్రతి జర్నలిస్టును ఆదుకుంటామని వారి ఇళ్ల పట్టాలకు సంబంధించి పూర్తిస్థాయిలో సహకరిస్తామని హుజూరాబాద్ కాంగ్రెస్ పార్టీ నియోజకవర్గ ఇంచార్జి వొడితల ప్రణవ్ హామీ ఇచ్చారు.సోమవారం రోజున హుజూరాబాద్ పట్టణంలోని అంబేద్కర్ కూడలిలో రిలే నిరాహారదీక్ష స్థలిని ప్రణవ్ సందర్శించారు. అనంతరం నిమ్మరసం ఇచ్చి రిలే నిరాహారదీక్షలను విరమింపజేశారు. ఈ సందర్భంగా ప్రణవ్ మాట్లాడుతూ గత ప్రభుత్వంలో అసంపూర్తిగా ఇచ్చిన పట్టాలను మరల న్యాయపరమైన ఇబ్బందులు కలగకుండా చూస్తామని, జర్నలిస్టులను కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ఆదుకుంటుందని అన్నారు.ఈ కార్యక్రమంలో హుజూరాబాద్ మున్సిపల్ చైర్ పర్సన్ సుహాసిని, కౌన్సిలర్లు, పట్టణ, మండల అధ్యక్షులు, కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు పాల్గొన్నారు.

జాతీయ రైతు పరిరక్షణ సమితి

జిల్లా అధ్యక్షుడిగా నిమ్మ వినోద్ రెడ్డి

రాజన్న సిరిసిల్ల జిల్లా రైతుల సంక్షేమానికి కృషి చేస్తా

13 మండలాల్లో పర్యటించి రైతు సమస్యలపై ప్రత్యేక దృష్టి

పామాయిల్ సాగు, పాడి పరిశ్రమ వైపు యువ రైతులను ప్రోత్సహిస్తా

బోయినిపల్లి, ఆగస్టు 24 (ఇంద్రప్రభ): జాతీయ రైతు పరిరక్షణ సమితి రాజన్న సిరిసిల్ల జిల్లా అధ్యక్షుడిగా బోయినిపల్లి మండలం దేశాయిపల్లి గ్రామానికి చెందిన నిమ్మ వినోద్ రెడ్డి నియమితులయ్యారు. ఈ మేరకు సమితి జాతీయ అధ్యక్షులు మండదాపు శ్రీనివాసరావు ఉత్తర్వులు జారీ చేశారు.జిల్లా అధ్యక్షుడిగా నియమితులైన సందర్భంగా నిమ్మ వినోద్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ తనపై నమ్మకంతో బాధ్యతలు అప్పగించిన జాతీయ అధ్యక్షులు మండదాపు శ్రీనివాసరావుకు ప్రత్యేక ధన్యవాదాలు తెలిపారు. తనకు అప్పగించిన బాధ్యతలను సమర్థవంతంగా నిర్వర్తిస్తూ రాజన్న సిరిసిల్ల జిల్లాలో రైతుల సంక్షేమం కోసం నిరంతరం కృషి చేస్తానని అన్నారు.జిల్లాలోని 13 మండలాల్లో విస్తృతంగా పర్యటించి రైతుల సమస్యలను తెలుసుకుని, వారి సంక్షేమం కోసం తన వంతు కృషి చేస్తానని తెలిపారు. రైతులను సంప్రదాయ వ్యవసాయంతో పాటు ఆధునిక వ్యవసాయ పద్ధతుల వైపు ప్రోత్సహించేందుకు అవగాహన కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తానన్నారు.ఉద్యాన పంటలు, పామాయిల్ సాగుపై అవగాహనరైతులు తక్కువ పెట్టుబడితో మెరుగైన ఆదాయం పొందే అవకాశాలపై అవగాహన కల్పించాల్సిన అవసరం ఉందన్నారు. ముఖ్యంగా ఉద్యాన పంటలు, ఫార్మ్ ఆయిల్ (పామాయిల్) సాగుపై రైతులకు అవగాహన కల్పించి, ఆయా పంటల సాగులో ఉన్న అవకాశాలను వివరించేందుకు కృషి చేస్తానని తెలిపారు.అలాగే జిల్లాలోని యువ రైతులను పాడి పరిశ్రమ వైపు ప్రోత్సహించి, వ్యవసాయంతో పాటు అనుబంధ రంగాల ద్వారా ఆదాయాన్ని పెంచుకునేలా చైతన్యం తీసుకువస్తానని నిమ్మ వినోద్ రెడ్డి పేర్కొన్నారు.త్వరలోనే రాజన్న సిరిసిల్ల జిల్లా కమిటీని ఏర్పాటు చేయడంతో పాటు జిల్లాలోని 13 మండలాలకు మండల అధ్యక్షులను నియమించి, సమితి కార్యకలాపాలను క్షేత్రస్థాయికి విస్తరిస్తామని తెలిపారు. రైతుల సమస్యల పరిష్కారం, సంక్షేమం కోసం అందరి సహకారంతో ముందుకు సాగుతానని నిమ్మ వినోద్ రెడ్డి అన్నారు.

టీటీడీ ధర్మశాల పునరుద్ధరణకు

నిధులు మంజూరు చేయాలి

వేములవాడ, ఆగష్టు 24, ఇంద్రప్రభ : వేములవాడ రాజన్న క్షేత్రంలోని తిరుమల తిరుపతి దేవస్థానం (టీటీడీ) ధర్మశాల, కల్యాణ మండపం పునరుద్ధరణకు నిధులు మంజూరు చేయించాలని జనసేన నాయకులు కోరారు. ఈ మేరకు తెలంగాణ టీటీడీ ఆలయ ఆస్తుల పరిరక్షణ కమిటీ చైర్మన్, తెలంగాణ జనసేన పార్టీ ఇన్‌ఛార్జి నేమూరి శంకర్‌గౌడ్‌కు వినతిపత్రం అందజేశారు.దాదాపు 60 ఏళ్ల క్రితం ఎకరన్నర విస్తీర్ణంలో నిర్మించిన ఈ ధర్మశాల ప్రస్తుతం నిర్వహణ లేక శిథిలావస్థకు చేరిందని తెలిపారు. ఏపీ ఉప ముఖ్యమంత్రి పవన్ కల్యాణ్ చొరవతో కొండగట్టు ఆలయానికి రూ.35 కోట్ల టీటీడీ నిధులు మంజూరైన విషయాన్ని గుర్తుచేస్తూ, అదే తరహాలో వేములవాడ ధర్మశాల ఆధునీకరణకు కూడా నిధులు కేటాయించేలా చూడాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. దీనిపై టీటీడీ అధికారులతో చర్చించి తగిన చర్యలు తీసుకుంటానని శంకర్‌గౌడ్ హామీ ఇచ్చారు.ఈ కార్యక్రమంలో జనసేన పార్లమెంట్ కోఆర్డినేటర్ డాక్టర్ బందారి కృష్ణప్రియ రాజకుమార్, నాయకులు పెంటల మహేష్, వేల్పుల నరేష్‌గౌడ్, కొలగాని చందు, ఎల్ల నీరజ్, మహమ్మద్ చాంద్, మేడిశెట్టి రోహిత్, గాజుల భరత్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

యంయల్ఏ ను కలిసిన కార్యవర్గం

ఇంద్రప్రభ రాయికల్ ఆగష్టు 24నూతనంగా ఎన్నికైన రాయికల్ సంఘమిత్ర శివాజీ యూత్ కార్యవర్గము ఈరోజు జగిత్యాల ఎమ్మెల్యే సంజయ్ కుమార్ ను మర్యాదపూర్వకంగా కలవగ సంఘమిత్ర శివాజీ యూత్ కార్యవర్గముకను అభినందనలు తెలిపి సత్కరించిన జగిత్యాల ఎమ్మెల్యే డా సంజయ్ కుమార్

కట్లకుంట ఉన్నత పాఠశాలలో

విద్యార్థుల సెమినార్

ఇంద్రప్రభ న్యూస్ ఆగష్టు 24 జగిత్యాల జిల్లా మేడిపల్లి మండలం కట్లకుంట గ్రామం జడ్పీహెచ్ఎస్ పాఠశాలలో ట్రాఫిక్ ఎడ్యుకేషన్ పై విద్యార్థులకు సెమినార్.. నిర్వహించినట్లు సాంఘిక శాస్త్ర ఉపాధ్యాయులు అనుమల్ల వైకుంఠం తెలిపారు. ట్రాఫిక్ ఎడ్యుకేషన్ పై విద్యార్థులు ట్రాఫిక్ విద్య అవసరాన్ని, ప్రాముఖ్యతను చక్కగా వివరించారు, అలాగే ప్రధానోపాధ్యాయులు హనుమాన్ సాగర్ మాట్లాడుతూ రోడ్డు భద్రతను కాపాడుకోవడానికి మరియు ప్రమాణాలను పాటించడానికి ట్రాఫిక్ విద్య చాలా ముఖ్యమని ఇందులో ప్రతి ఒక్కరు పాటించాలని నడిపేటప్పుడు హెల్మెట్ ధరించడం, సీటు బెల్టు పెట్టుకోవడం, వేగ పరిమితిని పాటించడం, సిగ్నల్స్ పాటించడం అలాగే డ్రైవింగ్ చేసేటప్పుడు ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ సెల్ ఫోన్ మాట్లాడుతూ డ్రైవింగ్ చేయవద్దని సూచించడం జరిగింది . అలాగే ఉపాధ్యాయులు విద్యార్థిని , విద్యార్థుల యొక్క ప్రదర్శనను అభినందించారు . ఈకార్యక్రమంలో ఉపాధ్యాయులు శ్రీధర్ , గోపికృష్ణ , ఇమామ్ , రవీందర్ , శ్యాంసుందర్ పాల్గొన్నారు.

తెలంగాణ ఆటో కార్మిక సంఘాలతో

రవాణా శాఖ మంత్రి పొన్నం ప్రభాకర్

చర్చలు సఫలం ...సమ్మె విరమణ

ఇంద్రప్రభ రాయికల్ ఆగష్టు 24 ఆటో కార్మిక సంఘాల డిమాండ్స్ పట్ల ప్రభుత్వం సానుకూలంగా ఉందిఆటో కార్మిక సంఘాల నిరవధిక బంద్ విరమించుకోవాలన్న ప్రభుత్వ విజ్ఞప్తి కి స్పందించి సమ్మె విరమించిన ఆటో కార్మిక సంఘాలకు ధన్యవాదాలు తెలిపిన మంత్రి పొన్నం ప్రభాకర్ఆటో కార్మిక సంఘాల కు ప్రభుత్వం నుండి సానుకూల అంశాలుఆర్టీసీ కార్మికుల సంక్షేమ బోర్డు ఈవి ఆటో లు కొనే ప్రసక్తే లేదు ఆది దుష్ప్రచారం మాత్రమే ఆర్టీసీ కార్మికుల సంక్షేమ బోర్డు ఏర్పాటుకు ప్రభుత్వం అంగీకరించిందివిధివిధానాలకు సెప్టెంబర్ 1 వ తేదీ కార్మిక శాఖ రవాణా శాఖ ఆటో కార్మిక సంఘాల ప్రతినిధులతో సంయుక్త సమావేశం..2012 తర్వాత ఆటో చార్జీలు పెంచలేదు కాబట్టి ఆటో చార్జీలు పెంచడానికి అంగీకరిస్తూ ఎంత పెంచాలి అనే దానిపై తగిన నివేదిక తీసుకొని సంబంధిత జీవో విడుదల చేయడానికి అంగీకారం..ఓలా, ఉబెర్ లా మాదిరి ప్రభుత్వం తరుపున యాప్ చేయాలని నిర్ణయం ప్రభుత్వం ఐటీ శాఖ నుండి యాప్ ప్రారంభించేందుకు తగిన ప్రక్రియ ప్రారంభిస్తాం..ద్విచక్ర వాహనాల్లో రాపిడో,ఓలా ఉబెర్ నడిపే వాటికి ఎల్లో ప్లేట్ ఉన్న వాటికి మాత్రమే ప్రయాణికులను తరలింపు పై నిర్ణయం తీసుకుంటాం..గత ఎన్నికల్లో ఇచ్చిన హామీ మేరకు ఆటో కార్మికులకు 12 వేల రూపాయల అంశంపై రాష్ట్ర ఆర్థిక పరిస్థితి తగిన అంశాలు పరిగణన లోకి తీసుకొని ముఖ్యమంత్రి ,ఉప ముఖ్యమంత్రి,సహచర మంత్రులతో చర్చించి సానుకూల నిర్ణయం తీసుకుంటాం..హైదరాబాద్ క్యూర్ ఏరియా పరిధిలో పాత డీజిల్ , పెట్రోల్ ఆటో లకు రెట్రోఫిట్మెంట్ ద్వారా ఎలక్ట్రిక్ ఆటో లుగా మార్చడానికి 1.50 లక్షలు ప్రభుత్వం సహాయం అందిస్తుందికొత్త ఆటో లు కొనుగోలు చేయడానికి సబ్సిడీ ఇవ్వాలని ప్రభుత్వం ఇప్పటికే నిర్ణయించిందిహైదరాబాద్ లో కాలుష్యాన్ని తగ్గించడానికి పర్యావరణాన్ని కాపాడడానికి నగరంలో ఈవి ఆటో లుగా మార్చడానికి ప్రభుత్వం నిర్ణయం తీసుకుంది..ఆటో కార్మికుల సోదరులు వారి డిమాండ్స్ పట్ల ప్రభుత్వం పూర్తి సానుకూలంగా ఉంది.. ఆటో కార్మిక సంఘాలతో చర్చలు జరిపినా రవాణా శాఖ కమిషనర్ ఇలంబర్తి , జాయింట్ ట్రాన్స్పోర్ట్ కమిషనర్ రమేష్ , జెటిసి లు చంద్రశేఖర్ గౌడ్ ,శివ లింగయ్య , వెంకట రమణ

రామడుగు మండల దివ్యాంగుల

సంఘం కార్యవర్గం ఎన్నిక

ఇంద్రప్రభ రాయికల్,ఆగష్టు 24. . రామడుగు మండల కేంద్రంలోని స్థానిక ప్రభుత్వ పాఠశాల మైదానంలో దివ్యాంగుల సంఘం మండల నూతన కార్యవర్గాన్ని సభ్యుల ఆధ్వర్యంలో ఏకగ్రీవంగా ఎన్నుకున్నారు.మండల అధ్యక్షులుగా కంకణాల జనార్దన్,ఉపాధ్యక్షులుగా పొన్నం మమతను , చిమ్మల శ్రీనివాస్, చిలుముల కవితలను ఎన్నుకున్నారు.ప్రధాన కార్యదర్శిగా పున్నం శ్రీనివాస్, కోశాధికారిగా పున్నం కనకయ్య, కార్యదర్శిగా బోయిని రవి ఎన్నికయ్యారు.కార్యవర్గ సభ్యులుగా ఉమ్మెత్తల శ్రీనివాస్ రెడ్డి, పున్నం సంతోష్, కోడె కనకయ్యలను ఎన్నుకున్నారు.ఈ సందర్భంగా నూతన కార్యవర్గ సభ్యులు మాట్లాడుతూ..మండలంలోని దివ్యాంగులు ఎదుర్కొంటున్న సమస్యల పరిష్కారంతో పాటు వారి హక్కుల పరిరక్షణకు కృషి చేస్తామని తెలిపారు. ప్రభుత్వం అందిస్తున్న సంక్షేమ పథకాలు అర్హులైన ప్రతి ఒక్క దివ్యాంగుడికి చేరేలా న్యాయబద్ధమైన పోరాటం చేస్తామని పేర్కొన్నారు.నూతనంగా ఎన్నికైన కార్యవర్గ సభ్యులకు పలువురు అభినందనలు, శుభాకాంక్షలు తెలిపారు.

53% ఫిట్‌మెంట్‌తో పీఆర్సీని వెంటనే ప్రకటించాలి

6 డీఏలను విడుదల చేయాలి

సీపీఎస్ రద్దు చేసి ఓపీఎస్ అమలు చేయాలి

తపస్ సభ్యత్వ నమోదు కార్యక్రమంలో

జిల్లా అధ్యక్షుడు అన్నమనేని తిరుపతిరావు డిమాండ్

కరీంనగర్ (గ్రామీణం, ఆగష్టు 24 (ఇంద్ర ప్రభ) : గత మూడు సంవత్సరాలుగా పెండింగ్‌లో ఉన్న పీఆర్సీని 53 శాతం ఫిట్‌మెంట్‌తో వెంటనే ప్రకటించాలని తెలంగాణ ప్రాంత ఉపాధ్యాయ సంఘం (తపస్) కరీంనగర్ జిల్లా అధ్యక్షుడు అన్నమనేని తిరుపతిరావు రాష్ట్ర ప్రభుత్వాన్ని డిమాండ్ చేశారు. అలాగే పెండింగ్‌లో ఉన్న 6 డీఏలను వెంటనే విడుదల చేయాలని, సీపీఎస్‌ను రద్దు చేసి పాత పెన్షన్ విధానం (ఓపీఎస్)ను అమలు చేయాలని కోరారు.తెలంగాణ ప్రాంత ఉపాధ్యాయ సంఘం కరీంనగర్ (గ్రామీణ మండల శాఖ ఆధ్వర్యంలో మండలంలోని జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాలలు, ప్రాథమిక పాఠశాలల్లో ఉపాధ్యాయుల సభ్యత్వ నమోదు కార్యక్రమాన్ని శనివారం జడ్పీహెచ్ఎస్ నగునూరులో నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమాన్ని జిల్లా అధ్యక్షుడు అన్నమనేని తిరుపతిరావు ప్రారంభించి ఉపాధ్యాయులను ఉద్దేశించి మాట్లాడారు.ఉపాధ్యాయుల ఆర్థిక, ఉద్యోగ సమస్యలను ప్రభుత్వం తక్షణమే పరిష్కరించాల్సిన అవసరం ఉందన్నారు. దీర్ఘకాలంగా పెండింగ్‌లో ఉన్న పీఆర్సీని ఆలస్యం చేయకుండా 53 శాతం ఫిట్‌మెంట్‌తో ప్రకటించాలని డిమాండ్ చేశారు. అలాగే పెండింగ్‌లో ఉన్న ఆరు డీఏలను విడుదల చేసి ఉద్యోగులకు ఆర్థిక ప్రయోజనాలు కల్పించాలని కోరారు. సీపీఎస్ విధానం వల్ల ఉద్యోగులు ఎదుర్కొంటున్న సమస్యలను దృష్టిలో ఉంచుకుని సీపీఎస్‌ను రద్దు చేసి ఓపీఎస్‌ను పునరుద్ధరించాలని అన్నారు. ప్రాథమిక పాఠశాలల్లో విద్యార్థుల సంఖ్యకు అనుగుణంగా తరగతికి ఒక ఉపాధ్యాయుడిని నియమించాలని తిరుపతిరావు కోరారు. ఉపాధ్యాయులపై పని భారం తగ్గించి విద్యాబోధనకు అనుకూలమైన వాతావరణాన్ని కల్పించాలన్నారు. అదేవిధంగా ఉపాధ్యాయులకు సంబంధించిన అన్ని పెండింగ్ బిల్లులను వెంటనే క్లియర్ చేయాలని ప్రభుత్వాన్ని కోరారు.మోడల్ స్కూల్ ఉపాధ్యాయులకు 010 పద్దు కింద జీతాలు చెల్లించాలని, కేజీబీవీ ఉపాధ్యాయినులకు మినిమం టైమ్ స్కేల్ అమలు చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. గురుకుల పాఠశాలల ఉపాధ్యాయులు ఎదుర్కొంటున్న సమస్యలను కూడా ప్రభుత్వం గుర్తించి పరిష్కరించాలని అన్నారు.ఉపాధ్యాయుల హక్కులు, సమస్యల పరిష్కారం కోసం తపస్ నిరంతరం పోరాడుతుందని ఆయన తెలిపారు. సభ్యత్వ నమోదు కార్యక్రమంలో అధిక సంఖ్యలో ఉపాధ్యాయులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొని సంఘాన్ని బలోపేతం చేయాలని పిలుపునిచ్చారు.ఈ కార్యక్రమంలో తపస్ మండల అధ్యక్షుడు బుర్ర నాగరాజు, ప్రధాన కార్యదర్శి చేరాల వెంకటేశ్వర్లు, జిల్లా, మండల బాధ్యులతో పాటు ఉపాధ్యాయులు కె. యాదయ్య, ఎ. శ్రీనివాసరాజు, ఎ. సంజీవచారి, పి. శ్రీనివాస్, జి. విజయ్‌కుమార్, డి. అశోక్, టి. మల్లేశం, సి.హెచ్. గోపాలచారి, వి. రాజేశ్వర్, ఆర్. అనిత, కె. సౌజన్య, కె. పద్మలత, కె. అర్చన తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మండలస్థాయి ప్రజావాణిని సద్వినియోగం చేసుకోవాలి

జిల్లా కలెక్టర్ గరిమ అగ్రవాల్

ఎల్లారెడ్డిపేట మండల పరిషత్ కార్యాలయంలో ప్రజావాణి ఆకస్మిక తనిఖీ

చేయూత పెన్షన్ దరఖాస్తుల పరిశీలన

రాజన్న సిరిసిల్ల , ఆగష్టు -24, ఇంద్రప్రభ : అన్ని ఎంపీడీఓ కార్యాలయాల్లో ప్రతి సోమవారం నిర్వహించే మండల స్థాయి ప్రజావాణిని ప్రజలు సద్వినియోగం చేసుకోవాలని జిల్లా కలెక్టర్ గరిమ అగ్రవాల్ పిలుపునిచ్చారు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ఆదేశాల మేరకు జిల్లా సమీకృత కార్యాలయాల సముదాయంతోపాటు ఆయా రెవెన్యూ డివిజన్ల కార్యాలయాలు, ఎంపీడీఓ కార్యాలయాల్లో ప్రజావాణి కొనసాగుతుండగా, ఎల్లారెడ్డిపేట మండల పరిషత్ కార్యాలయంలో సోమవారం నిర్వహించిన ప్రజావాణిని జిల్లా కలెక్టర్ ఆకస్మికంగా తనిఖీ చేశారు.ఈ సందర్భంగా వివిధ శాఖల మండల స్థాయి అధికారుల హాజరును పరిశీలించారు. గత వారం ప్రజావాణికి ఎన్ని దరఖాస్తులు వచ్చాయి? తదితర అంశాలపై ఆరా తీశారు. చేయూత నూతన పెన్షన్ ల కోసం ఎన్ని దరఖాస్తులు వచ్చాయని అడిగి తెలుసుకున్నారు. ఆయా దరఖాస్తులను పరిశీలించారు. చేయూత పెన్షన్ కోసం కావలసిన వివిధ ధ్రువీకరణ పత్రాలు రెవెన్యూ అధికారులు త్వరితగతిన అందించాలని జిల్లా కలెక్టర్ ఆదేశించారు. జిల్లా కలెక్టర్ గరిమ అగ్రవాల్ మాట్లాడుతూ.. రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ఆదేశాల మేరకు జిల్లా సమీకృత కార్యాలయాల సముదాయంతోపాటు ఆయా రెవెన్యూ డివిజన్ల కార్యాలయాలు, ఎంపీడీఓ కార్యాలయాల్లో ప్రజావాణి కొనసాగుతుందని తెలిపారు. ఆయా మండలాల ప్రజలు తమ మండల కార్యాలయాల్లో నిర్వహించే ప్రజావాణిని సద్వినియోగం చేసుకోవాలని పిలుపు నిచ్చారు. ప్రజావాణిలో ఎంపీడీఓ సత్యయ్య, డిప్యూటీ తహసీల్దార్ వేణు ఆయా శాఖల అధికారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

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