ఆంధ్రప్రదేశ్ & తెలంగాణ లో
మీకు నిజం రాసే ధైర్యం ఉందా?
అందుకు
వార్త సంధ్య మీ వేదిక!
రండి — ప్రజల గళంగా,
నిజం కోసం మాతో కలవండి.
ఇప్పుడే రిపోర్టర్ గా చేరండి

RNI TGTEL/25/A5065

vaartha sandhya
వార్త సంధ్య

తెలుగు దిన పత్రిక
నిజం నిర్భయంగా మీ ముందుకు

NO SMOKING ALCOHOL
SAY NO TO DRUGS

Published From : Rangareddy, Hyderabad e - paper.vaarthasandhya.in సంపుటి : 01 సంచిక : 63 శనివారం 14 - 02 - 2026 ఎడిటర్ : సెగ్గెం కిరణ్ కుమార్ పేజిలు : 08 వెల : 6/-
Published From : Rangareddy, Hyderabad e - paper.vaarthasandhya.in VOLUME : 01 Issue : 63 Saturday 14 - 02 - 2026 Editor : Seggem Kiran Kumar Pages : 08 Price : 6/-

మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో
కాంగ్రెస్ ప్రభంజనం

- అనేకచోట్ల హంగ్..
- క్యాంపు రాజకీయాలకు తెర!
- తెలంగాణ పురపాలక ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్ పార్టీ హవా
- మొత్తం 116 మున్సిపాలిటీల్లో 62 చోట్ల హస్తం పార్టీకి స్పష్టమైన మెజారిటీ
- పలుచోట్ల హంగ్ ఫలితాలు రావడంతో క్యాంపు రాజకీయాలకు తెరలేపిన పార్టీలు
- కార్పొరేషన్లలోనూ కాంగ్రెస్ హవా.. కీలక స్థానాల్లో పట్టు నిలుపుకున్న బీజేపీ
- చైర్మన్లు, మేయర్ల ఎన్నిక కోసం సోమవారం ప్రత్యేక సమావేశాలు

వార్త సంధ్య, హైదరాబాద్, ఫిబ్రవరి 14 : తెలంగాణలో జరిగిన మున్సిపల్, కార్పొరేషన్ ఎన్నికల్లో అధికార కాంగ్రెస్ పార్టీ ప్రభంజనం సృష్టించింది. శుక్రవారం జరిగిన ఓట్ల లెక్కింపులో స్పష్టమైన ఆధిక్యం కనబరుస్తూ, రాష్ట్రంలోని పట్టణ ఓటర్లు తమకే పట్టం కట్టారని నిరూపించుకుంది. మొత్తం 116 మున్సిపాలిటీలకు గాను, కాంగ్రెస్ పార్టీ ఏకంగా 62 చోట్ల విజయం సాధించి జెండా ఎగరేసింది. మరోవైపు, ప్రధాన ప్రతిపక్షమైన బీఆర్ఎస్ కేవలం 12 మున్సిపాలిటీలతోనే సరిపెట్టుకోవాల్సి వచ్చింది. ఫార్వర్డ్ బ్లాక్ పార్టీ ఒక మున్సిపాలిటీని కైవసం చేసుకుంది. మరో నాలుగు మున్సిపాలిటీల ఫలితాలు వెలువడాల్సి ఉంది. ఈ ఎన్నికల్లో అత్యంత ఆసక్తికరమైన అంశం హంగ్ ఫలితాలు. సుమారు 37 మున్సిపాలిటీల్లో ఏ పార్టీకి స్పష్టమైన మెజారిటీ రాకపోవడంతో, - మిగతా 2 లో

6 మున్సిపాలిటీల్లో బీజేపీ సింగిల్ లార్జెస్ట్ పార్టీ

- బీజేపీ తెలంగాణ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు రామచందర్ రావు
- కరీంనగర్, నిజామాబాద్ గెలుస్తున్నాం
- ఈ ఎన్నికల్లో బీజేపీ బలపడిందన్న రామచందర్ రావు
- హంగ్ వచ్చినా బీజేపీ ఎవరికీ మద్దతివ్వదని స్పష్టీకరణ
- తెలంగాణలో కచ్చితంగా అధికారంలోకి వస్తామని ధీమా

వార్త సంధ్య, హైదరాబాద్, ఫిబ్రవరి 14 : ఆరు మున్సిపాలిటీల్లో బీజేపీ సింగిల్ లార్జెస్ట్ పార్టీగా అవతరించిందని, రెండు కార్పొరేషన్లు గెలుచుకోబోతున్నామని బీజేపీ తెలంగాణ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు రామచందర్ రావు అన్నారు. మున్సిపల్ ఎన్నికల ఫలితాల నేపథ్యంలో ఆయన మీడియాతో మాట్లాడుతూ, ఈ ఎన్నికల్లో బీజేపీ బలపడిందని అన్నారు. ఎక్కువ సీట్లు, ఓట్లు సాధించామని ఆయన వ్యాఖ్యానించారు. ఇప్పటి వరకు వెలువడిన ఫలితాల్లో 250 వార్డుల్లో గెలిచామని - మిగతా 2 లో

ప్రియాంక గాంధీతో
రేవంత్ రెడ్డి భేటీ

- మున్సిపల్ ఎన్నికల విజయం వేళ భేటీ
- మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో విజయంపై ప్రియాంక గాంధీ అభినందన
- సంక్షేమ, అభివృద్ధి కార్యక్రమాల కారణంగానే ప్రజలు పట్టం కట్టారన్న ముఖ్యమంత్రి

ఇరాన్ దిశగా కదులుతున్న అమెరికా సేనలు

- అమెరికా, ఇరాన్ మధ్య అణు చర్చలు
- యూఎస్ఎస్ జెరాల్డ్ ఫోర్డ్ నౌకను మధ్యప్రాచ్యానికి తరలింపు
- ఇప్పటికే అక్కడ ఉన్న అబ్రహం లింకన్ నౌకకు తోడుగా ఇది రెండో విమానవాహక నౌక
- అణు చర్చలు విఫలమైతే సైనిక చర్య తప్పదని ఇటీవలే ట్రంప్ హెచ్చరిక
- ఒమన్ వేదికగా ఇరు దేశాల మధ్య పరోక్షంగా చర్చలు జరుగుతున్న వేళ ఈ పరిణామం
- అమెరికా చర్యతో పశ్చిమాసియాలో కొత్తగా ఆందోళనలు

బంగ్లాదేశ్ ఎన్నికల్లో
బీఎన్‌పీ ఘన విజయం

- తారిక్ రహ్మాన్‌కు ప్రధాని మోదీ శుభాకాంక్షలు
- బంగ్లాదేశ్ పార్లమెంట్ ఎన్నికల్లో బంగ్లాదేశ్ నేషనలిస్ట్ పార్టీ ఘన విజయం
- పార్టీ అధినేత తారిక్ రహ్మాన్‌కు ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ అభినందనలు
- ప్రజాస్వామ్య బంగ్లాదేశ్‌కు భారత్ మద్దతు కొనసాగుతుందని హామీ
- 17 ఏళ్ల ప్రవాసం తర్వాత తిరిగొచ్చి అధికారం చేపట్టనున్న తారిక్
- అధికారికంగా ఫలితాలు ప్రకటించాల్సి ఉన్న ఎన్నికల సంఘం

వార్త సంధ్య, ఢిల్లీ, ఫిబ్రవరి 14 : బంగ్లాదేశ్‌లో జరిగిన పార్లమెంట్ ఎన్నికల్లో బంగ్లాదేశ్ నేషనలిస్ట్ పార్టీ (బీఎన్‌పీ) ఘన విజయం సాధించడంపై భారత ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ హర్షం వ్యక్తం చేశారు. పార్టీ అధినేత తారిక్ రహ్మాన్‌కు శుక్రవారం శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. ప్రజాస్వామ్య, ప్రగతిశీల బంగ్లాదేశ్‌కు భారత్ మద్దతు ఎల్లప్పుడూ ఉంటుందని స్పష్టం చేశారు. బంగ్లాదేశ్ 13వ జాతీయ పార్లమెంట్ ఎన్నికలు జరిగాయి. మాజీ ప్రధాని షేక్ హసీనా పదవీచ్యుతురాలైన తర్వాత జరిగిన తొలి ఎన్నికలు ఇవే. వెలువడుతున్న అనధికారిక ఫలితాల ప్రకారం 17 ఏళ్ల ప్రవాసం తర్వాత ఇటీవలే దేశానికి తిరిగి వచ్చిన తారిక్ రహ్మాన్ నేతృత్వంలోని బీఎన్‌పీ పార్టీ 300 స్థానాల పార్లమెంట్‌లో స్పష్టమైన మెజారిటీని కైవసం చేసుకుంది. ఈ నేపథ్యంలో ప్రధాని మోదీ సోషల్ మీడియా ప్లాట్‌ఫామ్ 'ఎక్స్'లో ఒక పోస్ట్ పెట్టారు. "బంగ్లాదేశ్ పార్లమెంట్ ఎన్నికల్లో బీఎన్‌పీని ఘన విజయపథంలో - మిగతా 2 లో

భూమి వైపు
జారుతున్న నాసా టెలిస్కోప్

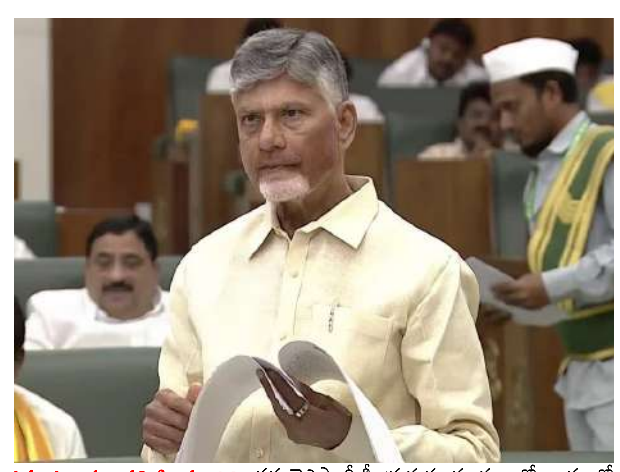
- కాపాడేందుకు భారీ ఆపరేషన్
- భూమి వైపు జారుతున్న నాసా స్విఫ్ట్ అబ్జర్వేటరీ
- సౌర తుపాను కారణంగా వేగంగా క్షీణిస్తున్న కక్ష్య
- రెస్క్యూ మిషన్ కోసం శాస్త్రీయ కార్యకలాపాల పాక్షిక నిలిపివేత
- రోబోటిక్ స్పేస్‌క్రాఫ్ట్‌తో తిరిగి పైకి పంపేందుకు 30 మిలియన్ డాలర్లతో ప్రయోగం
- విజయవంతమైతే స్విఫ్ట్‌కు మరో పదేళ్ల జీవితకాలం

తిరుమలలో అపచారాలకు
నాటి పాలక మండలే కారణం

- ఏపీ డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్
- రూ.10 కోట్లతో నిర్మించిన శ్రీకాళహస్తి గిరిప్రదక్షిణ మార్గాన్ని ప్రారంభించిన పవన్
- పాలకమండళ్లు బాధ్యతగా ఉంటే ఆలయాల్లో అపచారాలు జరగవని వ్యాఖ్య
- గత ప్రభుత్వ హయాంలో తిరుమలలో అనేక తప్పులు జరిగాయని విమర్శ
- ఆలయాల అభివృద్ధి, ధర్మ పరిరక్షణకు కూటమి ప్రభుత్వం ప్రాధాన్యత ఇస్తుందని వెల్లడి
- రూ.40 కోట్లతో 22 ప్రధాన ఆలయాలకు రహదారుల నిర్మాణం చేపడుతున్నట్లు ప్రకటన

వార్త సంధ్య, అమరావతి, ఫిబ్రవరి 14 : పాలక మండళ్లు బాధ్యతాయుతంగా వ్యవహరిస్తే దేవాలయాల్లో ఎలాంటి అపచారాలు, తప్పులు జరగవని ఏపీ డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్ స్పష్టం చేశారు. గత ప్రభుత్వ హయాంలో తిరుమల వంటి పుణ్యక్షేత్రంలోనే ఎన్నో అపచారాలు జరిగాయని, నాటి పాలక - మిగతా 2 లో

ప్రతి ఒక్కరికీ
ఏఐ డాక్టర్



వార్త సంధ్య, అమరావతి, ఫిబ్రవరి 14 : గత వైఎస్సార్సీపీ ప్రభుత్వ హయాంలో రాష్ట్రంలో మామూలు విధ్వంసం జరగలేదని సీఎం చంద్రబాబు వ్యాఖ్యానించారు. అసెంబ్లీలో నాకు జరిగిన అవమానానికి కన్నీళ్లు పెట్టుకున్నానని, నా మాదిరిగానే ఎంతో మంది కన్నీళ్లు పెట్టుకున్నారని అన్నారు. గవర్నర్ ప్రసంగానికి ధన్యవాదాలు తెలిపే తీర్మానంపై చర్చ సందర్భంగా అసెంబ్లీలో సీఎం చంద్రబాబు మాట్లాడుతూ గత ప్రభుత్వ పాలనపై విమర్శలు చేశారు. దేశ, రాష్ట్ర ప్రయోజనాల కోసమే కూటమి ఏర్పాటు చేశామని వ్యాఖ్యానించారు. కనీసం నోటీసులు ఇవ్వకుండా తనను అరెస్టు చేశారని, పవన్ కల్యాణ్ విశాఖ పర్యటనకు వెళ్తే అడ్డుకున్నారని సీఎం అన్నారు. రాష్ట్ర పునర్నిర్మాణం కోసం టీడీపీ, జనసేన, బీజేపీ కలిశాయని, దేశ చరిత్రలో ఎన్నడూ లేని విధంగా 94 శాతం స్ట్రైక్ రేట్ తో ఓటర్ల గెలిపించారని చంద్రబాబు గుర్తు చేశారు. నాడు మమ్మల్ని అడ్డుకున్నవాళ్లు ఈ రోజు నీతులు చెబుతున్నారని సీఎం ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. ఒకప్పుడు ఈ అసెంబ్లీ బూతులకు నమూనాగా ఉండేదని అన్నారు. అభివృద్ధికి ఎల్లప్పుడూ మద్దతు ఇచ్చిన జనసేన, బీజేపీకి సీఎం ధన్యవాదాలు తెలిపారు. రాజధాని కోసం 29 వేల మంది రైతులు 33 వేల ఎకరాలు ఇచ్చారని కానీ వారికి ఒక్క పైసా ఇవ్వలేదని అభివృద్ధి చేసి ప్లాట్లు ఇస్తామని చెప్పామని వివరించారు. అలానే రాష్ట్రంలో రౌడీయిజం, నక్సలిజాన్ని నిర్మూలించగలిగాం కానీ రాజకీయ నేతల ముసుగులో నేతలే నేరాలు చేస్తే ఎలా అని సీఎం ప్రశ్నించారు. ఎక్కడికి పోయినా దౌర్జన్యం చేయడం, రోడ్డంతా బ్లాక్ చేస్తున్నారని అన్నారు. గుంటూరు - మిగతా 2 లో

- ఏం తినాలి, ఏం చేయాలో చెబుతుంది
- ఆంధ్రప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు
- గవర్నర్ ప్రసంగానికి ధన్యవాదాలు తెలిపే తీర్మానంపై అసెంబ్లీలో చర్చ
- గత ప్రభుత్వ పాలనపై విమర్శలు చేసిన సీఎం చంద్రబాబు
- నాడు మమ్మల్ని అడ్డుకున్నవాళ్లు ఈ రోజు నీతులు చెబుతున్నారని ఆగ్రహం
- గత వైఎస్సార్సీపీ ప్రభుత్వ హయాంలో రాష్ట్రంలో మామూలు విధ్వంసం జరగలేదన్న సీఎం చంద్రబాబు
- టీడీపీ, జనసేన, బీజేపీ కలిశాయని, దేశ చరిత్రలో ఎన్నడూ లేని విధంగా 94 శాతం స్ట్రైక్ రేట్ తో ఓటర్ల గెలిపించారని చంద్రబాబు గుర్తు
- నాడు మమ్మల్ని అడ్డుకున్నవాళ్లు ఈ రోజు నీతులు చెబుతున్నారని సీఎం ఆగ్రహం వ్యక్తం

జగన్ ఒక 'మర్చంట్ ఆఫ్ డెత్'

- మాజీ మంత్రి, టీడీపీ సీనియర్ నేత సోమిరెడ్డి తీవ్ర వ్యాఖ్యలు
- వైసీపీ అధినేత జగన్‌ను 'మర్చంట్ ఆఫ్ డెత్' అంటూ అభివర్ణించిన సోమిరెడ్డి
- జగన్‌కు విధ్వంసం,శవరాజకీయాలంటే ఇష్టమని తీవ్ర ఆరోపణ
- ర్యాలీల్లో చనిపోయిన కార్యకర్తలను కూడా పరామర్శించరని విమర్శ
- తల్లిదండ్రులను దూషించే వారిని శిక్షించేలా ప్రత్యేక చట్టం తేవాలని డిమాండ్

వార్త సంధ్య, అమరావతి, ఫిబ్రవరి 14 : మాజీ మంత్రి, టీడీపీ సీనియర్ నేత సోమిరెడ్డి చంద్రమోహన్ రెడ్డి.. వైసీపీ అధినేత జగన్ పై తీవ్రస్థాయిలో విరుచుకుపడ్డారు. జగన్‌ను 'మర్చంట్ ఆఫ్ డెత్' అని అభివర్ణించారు. జగన్‌కు విధ్వంసం, శవ రాజకీయాలు అంటే ఎంతో ఇష్టమని సోమిరెడ్డి విమర్శనాస్త్రాలు సంధించారు. ఈ సందర్భంగా సోమిరెడ్డి మాట్లాడుతూ.. "డిక్కీలో శవాన్ని వేసుకుని వచ్చిన తన ఎమ్మెల్సీ భుజాన్ని తట్టే నైజం జగన్‌ది. తన ర్యాలీలోనే కార్యకర్తలు చనిపోతే కనీసం పరామర్శకు వెళ్లరు. కానీ, బూతులు తిట్టిన వారిని - మిగతా 2 లో

సంపాదకీయం

34వ జాతీయ నాస్తిక మేళా

దేవుడి ఉనికిలో, దైవ భావంలో విశ్వాసం ఉంచేది 'ఆస్తికత్వం'. అందుకు విరుద్ధంగా, వాటిని కచ్చితంగా తిరస్కరించేది 'నాస్తికత్వం'. అయితే నాస్తికత్వం అనేది దేవుడు లేడు అనే దగ్గరే ఆగిపోతే విశ్వాసం, అవిశ్వాసాల మధ్య సంఘర్షణగానే మిగిలిపోతుంది తప్ప, సామాజిక ప్రయోజనం ఉండదు. ఆస్తిక భావజాలం ప్రజావ్యతిరేకమైనది, మనిషిని నిర్వీర వ్యక్తిగా, నిస్సహాయకుడిగా, బలహీనుడిగా మారుస్తుంది. క్రియారహితుడిగా భావదాసుణ్ణి చేస్తుంది. మార్క్సిస్టు గతితార్కిక చారిత్రక భౌతికవాదం ప్రాతిపదికగా ఉన్న క్రియాశీలక నాస్తికవాదం... దోపిడీ రహితమైన, మనిషిని మనిషిగా జీవించే మానవీయ సమాజ నిర్మాణం... నాస్తిక సమాజ లక్ష్యం. మన దేశంలో వేల సంవత్సరాల క్రితమే పీడిత ప్రజల సిద్ధాంతంగా ముందుకొచ్చిన లోకాయతం, చార్వాక స్ఫూర్తిలను వారసత్వంగా స్వీకరించి శ్రమజీవుల సంస్కృతిగా 'నాస్తిక మేళా'ను చార్వాక రామకృష్ణ మాస్టారు తీర్చిదిద్దారు. ఇవాళ దేశంలో ఫాసిస్టు శక్తులు స్వైర విహారం చేస్తున్నాయి. అఖండ భారత్ మహా కలల్లో విహరించే మతోన్మాద సంఘాలిప్పుడు సాంస్కృతిక పెత్తనం కోసం ప్రశ్నించే గొంతుల్ని, అసమ్మతి తెలిపే బుద్ధిజీవుల్ని, అనాగరికపు ఆచారాన్ని ఎదిరించే హేతువాదుల్ని, పుక్కిటి పురాణాలు ప్రజల చరిత్ర కాదన్న చరిత్రకారుల్ని వేధించి ప్రాణాలు తీస్తున్నాయి. భారత ప్రధాన న్యాయమూర్తి (ప్రస్తుతం మాజీ) బీఆర్ గవాయ్‌పై దాడి, హర్యానా ఏడీజీ వై.పూరన్ కుమార్ ఆత్మహత్య ఘటనలు మన దేశంలో నెలకొన్న వ్యవస్థీకృత కులోన్మాదం, దానికి వెన్నుదన్నుగా నిలిచిన మతోన్మాద దుస్థితిని తెలుపుతున్నాయి.ఈ నేపథ్యంలో ఈ నెల 14, 15 తేదీలలో గుంటూరు జిల్లా, మంగళగిరి సమీపంలోని చార్వాక ఆశ్రమంలో 34వ జాతీయ నాస్తిక మేళా జరుగుతున్నది. 14న 'సమకాలీన సందర్భాల్లో భగత్‌సింగ్, పెరియార్ నాస్తిక ఆలోచనల ప్రాసంగికత' అంశంపై బి.రంగస్వామి, 'ప్రాచీన భారతంలో చార్వాకం' అంశంపై ఎంవీఎస్ శర్మ, 'పురాణ ప్రలాపం' అనే అంశంపై జె.లక్ష్మిరెడ్డి, 'దాచేస్తే దాగని సత్యం.. జీవ పరిణామం' అంశంపై కట్టా సత్యప్రసాద్, 'మతాలుమూఢవిశ్వాసాలు' అంశంపై ముళ్ళై వేందన్, 'ఖగోళ శాస్త్ర విజ్ఞానం' అంశంపై రవిరాజా పోతినేని ప్రసంగిస్తారు. 15వ తేదీన 'ప్రైవేటీకరణ విధానాలుమన దృక్పథం' అంశంపై సీపీఐ రాష్ట్ర కార్యదర్శి జి.ఈశ్వరయ్య, 'భారత రాజ్యాంగం లౌకికవాదం సవాళ్లు' అంశంపై డా. చెన్నుపాటి దివాకర్ బాబు, 'సంక్షోభ కాలంలో బుద్ధిజీవుల పాత్ర' అంశంపై ఎన్.వేణుగోపాల్, 'ఫాసిజంభారతీయ సమాజం' అంశంపై డా. బి.వి.రాఘవులు, 'వైజ్ఞానికతకు మతభావాలకు పొసగని మైత్రి' అంశంపై డా. జయకుమార్ తదితరులు ప్రసంగిస్తారు.

ప్రతి ఒక్కరికీ ఏఐ డాక్టర్

మొదటిపేజీ తరువాయి – నుంచి విజయవాడ పోవాలంటే ఆరుగంటలా అయితే ఈ ఆరు గంటలూ ప్రజలు నరకం అనుభవించాలా అని ప్రశ్నించారు. జాతీయ రహదారులపై సమావేశాలు పెట్టకూడదని స్పష్టమైన ఆదేశాలున్నా పట్టించు కోవట్లేదని సీఎం మండిపడ్డారు.రాష్ట్రంలోని అన్ని దేవాలయాలను ప్రక్షాళన చేస్తున్నామని సీఎం చంద్రబాబు వెల్లడించారు. కొంతమంది కావాలనే భక్తుల మనోభావాలు దెబ్బ తీస్తున్నారని దుయ్యబట్టారు. తిరుమల లడ్డూ కల్తీకి హెరిటేజ్‌కు ఏం సంబంధమని ప్రశ్నించారు. ప్రభుత్వం నుంచి ఒక్క పైసా కూడా హెరిటేజ్ అడగలేదన్న చంద్రబాబు పేపర్ ఉంది కదా అని పెద్ద హెడ్ లైన్‌లు పెడుతున్నారని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. బ్రాండ్ డ్యామేజ్ చేస్తే హెరిటేజ్‌కు నష్టం వస్తుందని వాళ్ల భావన అని, నాడు వివేకాను చంపి కూడా నారాసుర రక్తచరిత్ర అని రాశారని సీఎం గుర్తు చేశారు.రాష్ట్రంలో అమలు చేస్తున్న సంక్షేమ పథకాలు దేశంలో ఎక్కడా లేని విధంగా ఉన్నాయని సీఎం చంద్రబాబు తెలిపారు. రికార్డు స్థాయిలో పింఛన్లు ఇవ్వటంతో పాటు మహిళకు ఉచిత బస్సు, అన్నదాత సుఖీభవ పథకాలను సమర్థవంతంగా ఇస్తున్నామని గుర్తు చేశారు. రాష్ట్రంలో ఆర్థిక సమస్యలున్నా కేంద్రం సాయంలో సంక్షేమం, అభివృద్ధిని ముందుకు తీసుకెళ్తున్నామని చంద్రబాబు గుర్తు చేశారు. వెంటిలేటర్‌పై ఉన్న రాష్ట్రం కోలుకునేలా కేంద్రం మద్దతు ఇచ్చిందని సీఎం అన్నారు. ఆంధ్రప్రదేశ్ అభివృద్ధిలో కేంద్రం కూడా భాగస్వామ్యం కావటంపై సంతోషం వ్యక్తం చేశారు. సూపర్ సిక్స్ సహా అన్ని పథకాలకూ సాయం అందించిన కేంద్రప్రభుత్వంపై చంద్రబాబు ప్రశంసలు కురిపించారు.అందుకే 11 నిమిషాలకే బయటకు వెళ్లారు: స్వర్ణాంధ్ర విజన్ 2047 ద్వారా 10 సూత్రాలు అమలు చేసి ఏపీని 2.4 ట్రిలియన్ డాలర్ల ఆర్థిక వ్యవస్థగా తీర్చి దిద్దుతామని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు తెలిపారు. తలసరి ఆదాయం రెట్టింపు అయ్యేలా పని చేస్తున్నామని క్షేత్రస్థాయిలో మంత్రులు, ఎమ్మెల్యేలు కూడా ఈ విషయంపై దృష్టి సారించాలని సూచించారు. ఈ రెండేళ్లలో సాధించిన విజయాలను గుర్తు చేసుకుని రాబోయే మూడేళ్ల లక్ష్యాలను నిర్దేశించుకుందామని అన్నారు. వైఎస్సార్సీపీకి 11 సంఖ్యతో అవినాభావ సంబంధం ఉందని అందుకే 11 నిమిషాలకే బయటకు వెళ్లారని ఎద్దేవా చేశారు. గత ప్రభుత్వ హయాంలో జరిగిన మద్యం కుంభకోణం, భూ అక్రమాలను చంద్రబాబు ఎండగట్టారు."పీపీపీలో ఏదైనా నిర్మిస్తే నిర్ధిష్టకాలం ప్రైవేటు వ్యక్తులు నిర్వహించి తర్వాత ప్రభుత్వానికి అప్పగిస్తారు. సంపద రావాలి అభివృద్ధి జరగాలి. సంపద కొంతమంది దగ్గరే పరిమితమవ్వడం సరికాదు. అందరూ శ్రద్ధగా పనిచేస్తే పీ4 దేశంలోనే ఆదర్శంగా మారుతుంది. ప్రతి ఇల్లు సోలార్ విద్యుత్ తయారు చేసేలా ప్రజాప్రతినిధులు ప్రోత్సహించాలి. త్వరలోనే ప్రతి ఒక్కరికీ ఏఐ డాక్టర్‌ను కేటాయిస్తాం. ఏం తినాలి ఏం చేయాలో ఏఐ డాక్టర్ చెబుతుంది. విశాఖలో 15 బిలియన్ల పెట్టుబడితో గూగుల్ డేటా సెంటర్ ఏర్పాటు చేస్తోంది. ఐదేళ్లలో 20 లక్షల మందికి ఉద్యోగాలు ఇచ్చి తీరుతాం. అప్పుడు చేసిన రెవెన్యూ పాపాలు కడగడానికే ప్రభుత్వానికి ఏడాది సమయం పట్టిందన్నారు. మద్యం విషయంలో ఎవరైనా అవకతవకలకు పాల్పడితే ఉపేక్షించబోమని సీఎం హెచ్చరించారు. గత ప్రభుత్వ హయాంలో డబ్బుల కోసం ప్రాణాలను తీసుకున్నారని, కోట్ల రూపాయల ప్రజాధనం దోచుకుని కోర్టుల చుట్టూ తిరుగుతున్నారని పేర్కొన్నారు. ఇసుక విధానంపైనా కూటమి ప్రభుత్వం ప్రణాళికబద్ధంగా ఉందని ముఖ్యమంత్రి వ్యాఖ్యానించారు.ఎన్నికల్లో ఇచ్చిన హామీ ప్రకారం పట్టాదారు పాస్ పుస్తకాలపై రాజముద్ర వేయించి ఇచ్చామని సీఎం చంద్రబాబు తెలిపారు. గత ప్రభుత్వం చేసిన తప్పిదాలను సరిదిద్దడానికి సుమారు ఏడాది పట్టిందని చెప్పారు. ఎవరూ ట్యాంపరింగ్ చేయని విధంగా చేసి లబ్ధిదారులకు అందించామని గుర్తు చేశారు. చట్టసభ అనేది ప్రజా దేవాలయమని విద్యార్థులను అసెంబ్లీకి అనుమతించటం ప్రత్యేకమని సీఎం చంద్రబాబు అన్నారు. ఇటీవల విద్యార్థులతో మాక్ అసెంబ్లీ నిర్వహించారని, సభలో సభ్యులకంటే వారే బాగా ప్రసంగించారని గుర్తు చేశారు. విద్యార్థి దశలోనే రాజకీయాల పట్ల అవగాహన కల్పించటంపై హర్షం వ్యక్తం చేశారు.రాబోయే మూడేళ్లలో ఉత్తరాంధ్రలో అన్ని సాగునీటి ప్రాజెక్టులు పూర్తి చేస్తామని సీఎం చంద్రబాబు పునరుద్ఘాటించారు. రాయలసీమలోని ప్రాజెక్టులను పూర్తి చేసే బాధ్యత తీసుకుంటామన్నారు. తెలుగు రాష్ట్రాల మధ్య వివాదాల పరిష్కారానికి కూర్చొని మాట్లాడుకోవాలన్న చంద్రబాబు, నల్లమల సాగర్‌కు తెలంగాణ ప్రభుత్వం అడ్డుపడటం సరికాదన్నారు. తెలుగు రాష్ట్రాల మధ్య ఇచ్చి పుచ్చుకునే ధోరణి ఉంటే అభివృద్ధి సులభంగా ఉంటుందని అభిప్రాయం వ్యక్తం చేశారు.

తిరుమలలో అపచారాలకు నాటి పాలక మండలే కారణం

మొదటిపేజీ తరువాయి – మండలి సరిగ్గా పనిచేసి ఉంటే ఆ పరిస్థితి వచ్చేది కాదని ఆయన విమర్శించారు. రాజకీయాలకు అతీతంగా ఆలయాలను పరిరక్షించాల్సిన బాధ్యత అందరిపైనా ఉందని సూచించారు.శుక్రవారం సచివాలయం నుంచి శ్రీకాళహస్తి గిరిప్రదక్షిణ మార్గాన్ని పవన్ కల్యాణ్ వర్చువల్‌గా ప్రారంభించారు. సుమారు రూ.10 కోట్ల వ్యయంతో ఈ రహదారిని నిర్మించారు. ఈ కార్యక్రమంలో దేవాదాయ శాఖ మంత్రి ఆనం రామనారాయణ రెడ్డి, శ్రీకాళహస్తి ఎమ్మెల్యే బొజ్జల సుధీర్ రెడ్డి, తిరుపతి ఎమ్మెల్యే ఆరణి శ్రీనివాసులు, దేవాదాయ శాఖ కార్యదర్శి డాక్టర్ హరి జవహర్ లాల్ పాల్గొన్నారు.ఈ సందర్భంగా పవన్ కల్యాణ్ మాట్లాడుతూ.. "మన ఆలయాలు నాగరికతకు, సంస్కృతికి, వారసత్వానికి చిహ్నాలు. వాటి పరిరక్షణ మనందరి బాధ్యత. గత ప్రభుత్వం ఆలయాల పరిరక్షణను పూర్తిగా నిర్లక్ష్యం చేసింది. కూటమి ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వచ్చాక, మంత్రి ఆనం రామనారాయణ రెడ్డి నేతృత్వంలో ఆలయాల అభివృద్ధికి, ధర్మ పరిరక్షణకు పెద్దపీట వేస్తున్నాం," అని అన్నారు. అరుణాచలంలో మాదిరిగా శ్రీకాళహస్తిలోనూ గిరిప్రదక్షిణ చేయాలన్న కోరిక తనకు ఉందని, త్వరలోనే క్షేత్రాన్ని సందర్శించి స్వామి, అమ్మవార్లను దర్శించుకుంటానని తెలిపారు.ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ మార్గనిర్దేశకత్వంలో, ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు నాయకత్వంలో రాష్ట్రంలోని ఆలయాలను అభివృద్ధి చేస్తున్నట్లు పవన్ కల్యాణ్ వివరించారు. దేవాదాయ శాఖ సహకారంతో రూ.40 కోట్లకు పైగా నిధులతో 22 ప్రధాన దేవాలయాలకు రహదారి వసతి కల్పిస్తున్నామని తెలిపారు. కోటప్పకొండ, వాడపల్లి సహా అనేక క్షేత్రాల్లో రోడ్ల నిర్మాణం చేపట్టామని పేర్కొన్నారు. శివరాత్రి బ్రహ్మోత్సవాల అనంతరం గిరిప్రదక్షిణ మార్గంలో మొక్కలు నాటే కార్యక్రమం చేపడతామని చెప్పారు. అరుణాచలం తరహాలో ప్రతి పౌర్ణమికీ శ్రీకాళహస్తిలో కైలాసగిరి ప్రదక్షిణ నిర్వహించాలని నూతన పాలక మండలికి ఆయన సూచించారు.ఈ కార్యక్రమంలో శ్రీకాళహస్తి నుంచి తిరుపతి జిల్లా కలెక్టర్ వెంకటేశ్వర్లు, ఆలయ ఛైర్మన్ కొట్టే సాయి ప్రసాద్, బీజేపీ రాష్ట్ర ఉపాధ్యక్షులు కోలా ఆనంద్, ఆలయ ఈవో బాపిరెడ్డి, ఇతర అధికారులు వర్చువల్‌గా పాల్గొన్నారు.

ఇరాన్ దిశగా కదులుతున్న అమెరికా సేనలు

మొదటిపేజీ తరువాయి – అమెరికా, ఇరాన్ మధ్య ఉద్రిక్తతలు తీవ్రస్థాయికి చేరుకుంటున్న వేళ, ట్రంప్ ప్రభుత్వం తమ సైనిక శక్తిని ప్రదర్శిస్తూ కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది. ప్రపంచంలోనే అతిపెద్ద విమాన వాహక నౌక అయిన యూఎస్ఎస్ జెరాల్డ్ ఆర్. ఫోర్డ్‌ను కరేబియన్ సముద్రం నుంచి మధ్యప్రాచ్యం వైపు తరలిస్తోంది. ఇరాన్‌పై సైనిక ఒత్తిడిని మరింత పెంచేందుకే ఈ చర్య తీసుకున్నట్టు అంతర్జాతీయ మీడియా వర్గాలు విశ్లేషిస్తున్నాయి.ఇరాన్‌తో అణు కార్యక్రమంపై చర్చలు విఫలమైతే సైనిక చర్యకు వెనుకాడబోమని అమెరికా అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్ ఇటీవలే హెచ్చరించిన నేపథ్యంలో ఈ పరిణామం చోటుచేసుకుంది. ప్రస్తుతం ఒమన్ వేదికగా ఇరు దేశాల మధ్య పరోక్షంగా చర్చలు జరుగుతున్నాయి. ఈ చర్చలు కొలిక్కి రాకపోతే దాడులకు దిగేందుకైనా సిద్ధమేనని అమెరికా సంకేతాలిస్తున్నట్టు విశ్లేషకులు భావిస్తున్నారు. పశ్చిమాసియాలో ఇప్పటికే యూఎస్ఎస్ అబ్రహం లింకన్ విమాన వాహక నౌక సమూహం మోహరించి ఉంది. ఇప్పుడు జెరాల్డ్ ఫోర్డ్

కూడా చేరనుండటంతో ఆ ప్రాంతంలో అమెరికాకు చెందిన రెండు శక్తివంతమైన విమాన వాహక నౌకలు అందుబాటులో ఉంటాయి.న్యూయార్క్ టైమ్స్ కథనం ప్రకారం, కరేబియన్‌లో ఉన్న జెరాల్డ్ ఫోర్డ్ స్ట్రైక్ గ్రూప్... అట్లాంటిక్ మహాసముద్రం, మధ్యధరా సముద్రం మీదుగా పర్షియన్ గల్ఫ్ వైపు పయనిస్తోంది. ఈ నౌకతో పాటు యూఎస్ఎస్ ఫ్రాంక్ ఈ. పీటర్సన్ జూనియర్, యూఎస్ఎస్ గ్రావ్లీ, యూఎస్ఎస్ మిషెల్ మర్ఫీ వంటి అత్యాధునిక డిస్ట్రాయర్లు కూడా ఈ బృందంలో ఉన్నాయి. ఈ విమానవాహక నౌక మే నెల ఆరంభం వరకు మధ్యప్రాచ్యంలోనే ఉండే అవకాశం ఉందని, దీంతో దీని మోహరింపు కాలం 10 నెలలకు పొడిగించవచ్చని తెలుస్తోంది.గతంలో వెనెజువెలా అధ్యక్షుడు నికోలస్ మదురోను బంధించేందుకు అమెరికా చేపట్టిన సైనిక చర్యలో జెరాల్డ్ ఫోర్డ్ నుంచే యుద్ధ విమానాలు పాల్గొన్నాయని నివేదికలు వచ్చాయి. ఈ నేపథ్యంలో ఇరాన్‌పై సైనిక ఒత్తిడిని తీవ్రతరం చేసేందుకే అమెరికా ఈ చర్య తీసుకుందని అంతర్జాతీయ వ్యవహారాల నిపుణులు అభిప్రాయపడుతున్నారు. ఈ భారీ యుద్ధ నౌక తరలింపు పశ్చిమాసియాలో కొత్త ఆందోళనలకు దారితీస్తోంది. ఇరు దేశాల మధ్య ఉద్రిక్తతలు మరింత పెరిగితే పరిస్థితి చేయిదాటిపోయే ప్రమాదం ఉందని పరిశీలకులు హెచ్చరిస్తున్నారు.

భూమి వైపు జారుతున్న నాసా టెలిస్కోప్

మొదటిపేజీ తరువాయి – రెండు దశాబ్దాలుగా అంతరిక్షంలోని భారీ పేలుళ్లను శోధిస్తున్న నాసాకు చెందిన నీల్ గెరెల్స్ స్విఫ్ట్ అబ్జర్వేటరీ ప్రమాదంలో పడింది. భూమి కక్ష్య నుంచి నెమ్మదిగా జారుతూ భూమి వైపు దూసుకొస్తోంది. దీన్ని కాపాడేందుకు నాసా ఒక సాహసోపేతమైన రెస్క్యూ మిషన్‌కు సిద్ధమవుతోంది. ఈ నేపథ్యంలో, అబ్జర్వేటరీని కాపాడుకునే ప్రయత్నంలో భాగంగా దాని శాస్త్రీయ కార్యకలాపాలను ఫిబ్రవరి 11 నుంచి తాత్కాలికంగా నిలిపివేసింది.2004లో ప్రయోగించిన ఈ అబ్జర్వేటరీ, గామా కిరణాల పేలుళ్లను అధ్యయనం చేస్తూ ఖగోళ శాస్త్రంలో కీలక సమాచారం అందించింది. అయితే, ప్రస్తుతం సౌర చక్రం 25 (సోలార్ సైకిల్ 25) కారణంగా భూ వాతావరణం పైపొరలు వేడెక్కాయి. దీనివల్ల ఏర్పడిన ఘర్షణకు స్విఫ్ట్ కక్ష్య క్రమంగా క్షీణిస్తూ, 600 కిలోమీటర్ల ఎత్తు నుంచి ప్రస్తుతం 400 కిలోమీటర్ల దిగువకు చేరింది.ఈ పరిస్థితిని ఎదుర్కొనేందుకు నాసా అమెరికాకు చెందిన 'కాటలిస్ట్ స్పేస్ టెక్నాలజీస్' అనే ప్రైవేట్ సంస్థతో 30 మిలియన్ డాలర్ల (దాదాపు రూ. 250 కోట్లు) ఒప్పందం కుదుర్చుకుంది. ఈ ఏడాది వేసవిలో 'లింక్' అనే రోబోటిక్ వ్యోమనౌకను ప్రయోగించి, స్విఫ్ట్‌కు దాన్ని జోడించి, తిరిగి 600 కిలోమీటర్ల సురక్షిత కక్ష్యలోకి నెట్టాలని లక్ష్యంగా పెట్టుకుంది. మిషన్ సన్నాహాల కోసమే ప్రస్తుతం టెలిస్కోప్‌ను స్థిరంగా ఉంచి, కార్యకలాపాలను పాక్షికంగా ఆపేశారు. అయితే, దానిలోని బర్స్ట్ అలర్ట్ టెలిస్కోప్ (బీఏటీ) మాత్రం పనిచేస్తూనే ఉంటుందని నాసా తెలిపింది.ఈ రెస్క్యూ ప్రయోగం విజయవంతమైతే, అంతరిక్షంలో మరమ్మతులకు సిద్ధంగా లేని ఉపగ్రహాన్ని ఒక ప్రైవేట్ సంస్థ కాపాడటం ఇదే తొలిసారి అవుతుంది. అంతేకాకుండా, స్విఫ్ట్ అబ్జర్వేటరీ మరో దశాబ్దం పాటు తన సేవలను అందిస్తుందని నాసా శాస్త్రవేత్తలు ఆశిస్తున్నారు. ఒకవేళ విఫలమైతే, 2026 చివరి నాటికి ఇది భూ

వాతావరణంలోకి ప్రవేశించి పూర్తిగా కాలిపోతుంది.

మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్ ప్రభంజనం

మొదటిపేజీ తరువాయి – ఛైర్మన్, వైస్ ఛైర్మన్ పదవుల కోసం తీవ్రమైన పోటీ నెలకొంది. దీంతో ఇండిపెండెంట్లు, ఇతర పార్టీల సభ్యులను తమవైపు తిప్పుకునేందుకు కాంగ్రెస్, బీఆర్ఎస్ పార్టీలు క్యాంపు రాజకీయాలకు తెరలేపాయి. ఇది రాబోయే రోజుల్లో రాజకీయ వేడిని మరింత పెంచనుంది.మున్సిపాలిటీలతో పాటు ఏడు కార్పొరేషన్లలోనూ కాంగ్రెస్ పార్టీ తన హవాను కొనసాగించింది. మంచిర్యాల, రామగుండం, నల్గొండ కార్పొరేషన్లలో స్పష్టమైన మెజారిటీ సాధించగా, మహబూబ్‌నగర్‌లో ఆధిక్యంలో కొనసాగుతోంది. కొత్తగూడెం కార్పొరేషన్‌లో కాంగ్రెస్, సీపీఐ చెరో 22 స్థానాలు గెలుచుకుని సమ ఉజ్జీలుగా నిలిచాయి. మరోవైపు, బీజేపీ తమకు బలమైన పట్టున్న నిజామాబాద్, కరీంనగర్ కార్పొరేషన్లలో ఆధిక్యం ప్రదర్శించింది. ఈ రెండు ప్రాంతాలు బీజేపీ సిట్టింగ్ లోక్‌సభ స్థానాలు కావడం గమనార్హం.వార్డుల వారీగా

చూస్తే, మొత్తం 2,582 మున్సిపల్ వార్డులకు గాను, శుక్రవారం సాయంత్రం 4:30 గంటల వరకు 2,543 స్థానాల ఫలితాలు వెలువడ్డాయి. వీటిలో కాంగ్రెస్ 1,325 వార్డులు గెలుచుకోగా, బీఆర్ఎస్ 707, బీజేపీ 260 వార్డుల్లో విజయం సాధించాయి. ఎంఐఎం, ఇండిపెండెంట్లు కలిపి 251 స్థానాలను దక్కించుకున్నారు. కార్పొరేషన్ల పరిధిలోని 414 డివిజన్లకు గాను వెలువడిన 291 ఫలితాల్లో, కాంగ్రెస్ 154, బీఆర్ఎస్ 49, బీజేపీ 34, ఇతరులు 54 స్థానాలు కైవసం చేసుకున్నారు.బుధవారం జరిగిన పోలింగ్‌లో 73 శాతానికి పైగా ఓటింగ్ నమోదైంది. మున్సిపాలిటీల్లో 75.88 శాతం, కార్పొరేషన్లలో 66.05 శాతం పోలింగ్ జరిగింది. కాగా, మున్సిపల్ ఛైర్మన్లు, మేయర్ల ఎన్నికకు సంబంధించిన నోటిఫికేషన్‌ను శనివారం జారీ చేయనున్నారు. కొత్తగా ఎన్నికైన కౌన్సిలర్లు, కార్పొరేటర్లు ఫిబ్రవరి 16న (సోమవారం) ప్రమాణ స్వీకారం చేసి, అదే రోజు ఛైర్మన్లు, వైస్ ఛైర్మన్లు, మేయర్లు, డిప్యూటీ మేయర్లను ఎన్నుకోనున్నారు.

ప్రియాంక గాంధీతో రేవంత్ రెడ్డి భేటీ

మొదటిపేజీ తరువాయి – తెలంగాణ మున్సిపల్ ఎన్నికల ఫలితాల్లో కాంగ్రెస్ పార్టీ విజయం సాధించిన వేళ, తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి ఢిల్లీలో కాంగ్రెస్ పార్టీ అగ్రనాయకురాలు, వయనాడ్ ఎంపీ ప్రియాంక గాంధీతో భేటీ అయ్యారు. మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో పార్టీ భారీ విజయం సాధించడంపై వారి మధ్య చర్చ జరిగింది. అత్యధిక మున్సిపాలిటీలు, కార్పొరేషన్లను దక్కించుకోవడంపై హర్షం వ్యక్తం చేసిన ప్రియాంక గాంధీ... రేవంత్ రెడ్డి, రాష్ట్ర కాంగ్రెస్ పార్టీకి అభినందనలు తెలిపారు.ప్రభుత్వం అందిస్తున్న సంక్షేమ, అభివృద్ధి కార్యక్రమాల కారణంగానే ప్రజలు కాంగ్రెస్ పార్టీని ఆదరించారని ఈ సందర్భంగా ప్రియాంక గాంధీతో రేవంత్ రెడ్డి అన్నారు.కాంగ్రెస్ గెలుపుపై ఉప ముఖ్యమంత్రి మల్లు భట్టివిక్రమార్క స్పందించారు. రెండున్నరేళ్ల ప్రజాపాలనకు ఈ ఫలితాలు నిదర్శనమని అన్నారు. కాంగ్రెస్ సంక్షేమ, అభివృద్ధి పాలనకు ప్రజలు పట్టం కట్టారని అన్నారు. ఈ ప్రభుత్వంపై ప్రజలకు ఉన్న నమ్మకం, విశ్వాసం ఆదరణగా మారిందని అన్నారు. కాంగ్రెస్ పార్టీ కార్యకర్తలు గెలుపే లక్ష్యంగా శ్రమించారని ప్రశంసించారు.

జగన్ ఒక 'మర్చంట్ ఆఫ్ డెత్'

మొదటిపేజీ తరువాయి – మాత్రం పరామర్శిస్తారు. ర్యాలీలు చేపట్టి ఒకరిద్దరు చనిపోయేలా చేస్తారు. అందుకే జగన్‌ను 'మర్చంట్ ఆఫ్ డెత్' అంటాను" అని తీవ్రంగా విమర్శించారు. కేవలం శవ రాజకీయాలు చేసేందుకే జగన్ తన పార్టీని స్థాపించారని ఆయన ఆరోపించారు.రాజకీయ ప్రత్యర్థుల తల్లిదండ్రులను దూషించిన వారిని జగన్ కనీసం కట్టడి చేయరని సోమిరెడ్డి మండిపడ్డారు. రాజకీయాల్లో ఇలాంటి సంస్కృతి మంచిది కాదన్నారు. నేతల తల్లిదండ్రులను దూషించే వారిని కఠినంగా శిక్షించేందుకు వీలుగా రాష్ట్రంలో ఒక ప్రత్యేక చట్టాన్ని తీసుకురావాలని ఆయన ప్రభుత్వాన్ని డిమాండ్ చేశారు.

బంగ్లాదేశ్ ఎన్నికల్లో బీఎన్‌పీ ఘన విజయం

మొదటిపేజీ తరువాయి – నడిపించినందుకు మీకు నా హృదయపూర్వక అభినందనలు. ఈ విజయం మీ నాయకత్వంపై బంగ్లాదేశ్ ప్రజలకు ఉన్న నమ్మకాన్ని చూపుతోంది. ప్రజాస్వామ్య, ప్రగతిశీల బంగ్లాదేశ్‌కు భారత్ తన మద్దతును కొనసాగిస్తుంది. ఇరుదేశాల మధ్య బహుముఖ సంబంధాలను బలోపేతం చేయడానికి మీతో కలిసి పనిచేయడానికి ఎదురుచూస్తున్నాను" అని మోదీ పేర్కొన్నారు.అమెరికా కూడా తారిక్ రహ్మాన్‌ను అభినందించింది. అయితే, బంగ్లాదేశ్ ఎన్నికల సంఘం ఇంకా అధికారికంగా తుది ఫలితాలను ప్రకటించాల్సి ఉంది. అనధికారిక లెక్కల ప్రకారం బీఎన్‌పీ కూటమి 200కు పైగా స్థానాల్లో గెలుపొందినట్లు తెలుస్తోంది. దీంతో తారిక్ రహ్మాన్ ప్రధానిగా బాధ్యతలు చేపట్టడం దాదాపు ఖాయమైంది.

6 మున్సిపాలిటీల్లో బీజేపీ సింగిల్ లార్జెస్ట్ పార్టీ

మొదటిపేజీ తరువాయి – పేర్కొన్నారు.కరీంనగర్, నిజామాబాద్ మున్సిపాలిటీలను కైవసం చేసుకోబోతున్నామని వ్యాఖ్యానించారు. నారాయణపేట, ఆదిలాబాద్, రాయికల్ వంటి మున్సిపాలిటీల్లో బీజేపీ వారే ఛైర్మన్లు అవుతారని ధీమా వ్యక్తం చేశారు. ఎక్స్ అఫిషియో, స్వతంత్ర అభ్యర్థుల మద్దతుతో ఛైర్మన్ పదవులు దక్కించుకుంటామని అన్నారు. మున్సిపల్ ఎన్నికల ఫలితాలు తాము ఆశించిన మేర ఉన్నాయని, కొన్ని జిల్లాల్లో మాత్రం ఆశించిన ఫలితాలు రాలేదని అన్నారు.త్రిముఖ పోరులో బీజేపీకి కొంత నష్టం జరిగిందని రామచందర్ రావు అన్నారు. అనేక చోట్ల హంగ్ వచ్చిందని తెలిపారు. ఇవి కాంగ్రెస్ పార్టీకి సానుకూల ఫలితాలు కావని అభిప్రాయపడ్డారు. బీజేపీని ఓడించడానికి పలు చోట్ల కాంగ్రెస్, బీఆర్ఎస్, మజ్లిస్ పార్టీలు కలిసి పనిచేశాయని ఆరోపించారు. అందుకే బీఆర్ఎస్ అన్ని సీట్లు గెలుచుకోగలిగిందని అన్నారు. హంగ్ వచ్చినా బీజేపీ ఎవరికీ మద్దతు ఇవ్వదని స్పష్టం చేశారు.హైదరాబాద్ ప్రజలు ఆ మూడు పార్టీల పట్ల అప్రమత్తంగా ఉండాలని అన్నారు. పట్టణ ప్రాంతాల్లో బీజేపీ బలంగా ఉందని రామచందర్ రావు స్పష్టం చేశారు. తెలంగాణ ప్రజలు బీజేపీని విశ్వసిస్తున్నారని, తాము కచ్చితంగా అధికారంలోకి వస్తామని ధీమా వ్యక్తం చేశారు. తాము ఎవరికీ మద్దతు ఇచ్చేది లేదని, తమకు మద్దతు ఇస్తామంటే తీసుకుంటామని స్పష్టం చేశారు.

అనాధ ఆశ్రమం లో బత్తలపల్లి యూత్ అన్నదానం!

శ్రీ సత్య సాయి జిల్లా ధర్మవరం/ ఫిబ్రవరి13(వార్త సంధ్య ప్రతినిధి : ధర్మవరం నియోజకవర్గం బత్తలపల్లి గ్రామానికి చెందిన యూత్ బృందం శుక్రవారం గొట్లూరు అనాధ ఆశ్రమం లోవృద్దులకు అన్నదానం చేశారు.తమ బృందం లో మిత్రుడు కె. నాగేంద్ర పుట్టినరోజు సందర్బంగా శుభాకాంక్షలు తెలిపి ఈ అన్నదానం అనాధ ఆశ్రమం వృద్దులకు చేశామని ఎస్. మస్తాన్ బాబా, డి లోకేష్, ఎస్ గౌస్ పీరా, ఎస్. చిన్నా, జయ చంద్ర, ప్రదీప్, ప్రశాంత్, నాని, తదితరులు తెలిపారు. ఈ సేవా కార్యక్రమం లో ఇంకా సుధాకర్, నరేష్ జూవెద్, విష్ణు, నవీన్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఘనంగా కోడూరు మండల పరిషత్ స్కూల్ వార్షికోత్సవ వేడుకలు

తిరువూరు ఫిబ్రవరి 13 (వార్తసంధ్య) : ప్రభుత్వ పాఠశాలల బలోపేతానికి వార్షికోత్సవ వేడుకలు దోహద పడతాయని,ప్రజల భాగస్వామ్యంతో పాఠశాలల అభివృద్ధికి ఉపాధ్యాయ సిబ్బంది కృషి చేయాలని, అదే విధంగా ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో అమలు అవుతున్న సంక్షేమ కార్యక్రమాలను విద్యార్థులు సద్వినియోగం చేసుకోవాలని పలువురు వక్తలు సూచించారు. మండల పరిషత్ ఆదర్శ ప్రాథమిక పాఠశాల, కోడూరులోఘనంగా జరిగిన పాఠశాల వార్షికోత్సవ వేడుకలకు గ్రామ పెద్దలు, అధికారులు హాజరై మాట్లాడారు. అనంతరం విద్యార్థులు తమ నృత్య ప్రదర్శనలతో సభికులని అలరించారు. కార్యక్రమంలో క్లస్టర్ చైర్మన్ జె. అదిశేషు,పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయులు యం. రాం ప్రదీప్, కోడూరు హై స్కూల్ ప్రధానోపాధ్యాయులు డి. శరత్ బాబు, గ్రామ సర్పంచ్ టీ.సురేష్, గ్రామ పెద్దలు వై. చంద్రం, కె. నాగేశ్వరావు,పాఠశాల సిబ్బంది బి. నాగేంద్ర రావు, వి. తేజస్విని, వి. జయశ్రీ, టీ. సుప్రియ మరియు విద్యార్థుల తల్లి దండ్రులు పాల్గొన్నారు.

ఎన్టీఆర్ జిల్లా ఏ.కొండూరు కేజీబీవీ హాస్టల్‌లో ఎలుకల బెడద 12 మంది విద్యార్థినులకు గాయాలు

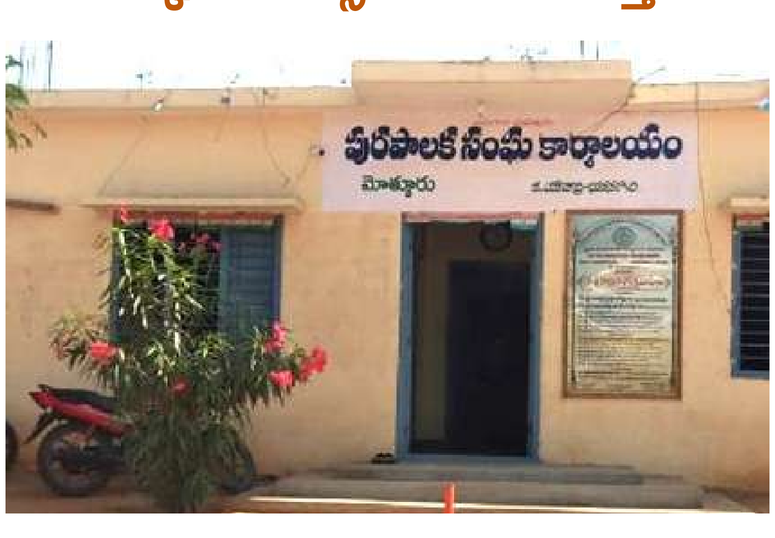
తిరువూరు ఫిబ్రవరి 13 (వార్తసంధ్య) : ఎన్టీఆర్ జిల్లా, తిరువూరు నియోజకవర్గం ఏ.కొండూరు కస్తూర్బా గాంధీ బాలిక విద్యాలయ (కేజీబీవీ) ప్రభుత్వ వసతి గృహంలో ఎలుకలు విద్యార్థినిలను కరిచిన ఘటన కలకలం రేపింది. ఈ ఘటనలో మొత్తం 12 మంది విద్యార్థినులకు చేతి వేళ్లకు, కాలి వేళ్లకు గాయాలు కావడంతో వెంటనే స్థానిక ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రం (పీహెచ్సీ)లో వైద్య చికిత్స అందించారు. ఘటనపై సమాచారం అందుకున్న తిరువూరు ఆర్డీవో కె. మాధురి వసతి గృహాన్ని, పాఠశాలను పరిశీలించారు. విద్యార్థినులతో నేరుగా మాట్లాడి హాస్టల్‌లో ఉన్న అధ్వాన్న పరిస్థితులపై వివరాలు తెలుసుకున్నారు. వసతి గృహంలో పరిశుభ్రత లోపం, ఎలుకల సంచారం ఎక్కువగా ఉండటం వంటి అంశాలపై ఆర్డీవో ఆరా తీశారు. ఈ ఘటనపై ప్రతిపక్షాలు మండిపడ్డాయి. ప్రభుత్వ నిర్లక్ష్యమే కారణమని ఆరోపిస్తూ హాస్టల్ నిర్వహణపై తీవ్ర విమర్శలు గుప్పించాయి. విద్యార్థినుల భద్రతపై ప్రభుత్వం వెంటనే చర్యలు తీసుకోవాలని డిమాండ్ చేశాయి. ప్రతిపక్షాల ఆగ్రహం నేపథ్యంలో హాస్టల్ యాజమాన్యం తక్షణమే పరిసర ప్రాంతాలను శుభ్రపరచి, ఎలుకల నివారణ చర్యలు చేపట్టినట్లు సమాచారం. భవిష్యత్తులో ఇలాంటి ఘటనలు పునరావృతం కాకుండా కట్టుదిట్టమైన చర్యలు తీసుకుంటామని అధికారులు తెలిపారు. ఈ ఘటన జిల్లాలో చర్చనీయాంశమైంది. విద్యార్థినుల ఆరోగ్య, భద్రతలపై సంబంధిత శాఖలు ప్రత్యేక దృష్టి సారించాల్సిన అవసరం ఉందని స్థానికులు అభిప్రాయపడుతున్నారు.

ఎస్సీ, ఎస్టీ పారిశ్రామిక యజమానులకు 700 కోట్లు తక్షణం విడుదల చేయాలి

- అసెంబ్లీలో ఎమ్మెల్యే కొలికపూడి

పల్నాటిసాక్షి/ప్రతినిధి/తిరువూరు : యన్ టీ ఆర్ జిల్లా తిరువూరు అమరావతిలో జరుగుతున్న అసెంబ్లీ సమావేశంలో తిరువూరు నియోజకవర్గ శాసనసభ్యులు కొలికపూడి శ్రీనివాసరావు రాష్ట్ర పరిశ్రమల అభివృద్ధిపై కీలక అంశాలను ప్రస్తావించారు. "ఒక కుటుంబం ఒక పారిశ్రామికవేత్త" అనే నినాదంతో రాష్ట్ర ప్రభుత్వం అభివృద్ధి దిశగా ముందుకు సాగుతోందని ఆయన పేర్కొన్నారు. గత 1920 నెలల కాలంలో సూక్ష్మ, చిన్న మరియు మధ్య తరహా పరిశ్రమలకు రాయితీల రూపంలో సుమారు ₹1,250 కోట్లు విడుదల చేసి ప్రభుత్వం పారిశ్రామిక రంగాన్ని ఆదుకుందని తెలిపారు. గత వైసీపీ ప్రభుత్వ హయాంలో నిర్లక్ష్యానికి గురైన అనేక సూక్ష్మ, చిన్న మరియు మధ్య తరహా పరిశ్రమలు భారీ అప్పులు చేసి వడ్డీ భారం మోస్తున్నాయని ఆయన విమర్శించారు. ప్రస్తుత ప్రభుత్వం విడుదల చేసిన నిధులు పలువురు పారిశ్రామికవేత్తలకు గణనీయమైన ఉపశమనం కలిగించాయని సభలో వివరించారు.రాష్ట్రంలో దాదాపు 8,000 మంది ఎస్సీ, ఎస్టీ వర్గాలకు చెందిన పరిశ్రమల యజమానులకు సుమారు 700 కోట్ల రాయితీ బకాయిలు పెండింగ్‌లో ఉన్నాయని తెలిపారు. ఈ నిధులను వీలైనంత త్వరగా విడుదల చేసి వారికి ఆర్థికంగా ఊరట కల్పించాలని ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు ని శాసనసభ ద్వారా విజ్ఞప్తి చేశారు.ఎస్సీ, ఎస్టీ పారిశ్రామికవేత్తలు అప్పుల నుంచి, వడ్డీ భారాల నుంచి బయటపడేలా తక్షణ చర్యలు తీసుకోవాలని కోరుతూ, పరిశ్రమల కుటుంబాలను ఆదుకోవడం ప్రభుత్వ ధ్యేయమని ఎమ్మెల్యే కొలికపూడి శ్రీనివాసరావు స్పష్టం చేశారు.

మోత్కూరు మున్సిపల్ పీఠం హస్తగతం



యాదాద్రి భువనగిరి జిల్లా, ఫిబ్రవరి 13(వార్త సంధ్య) : తెలంగాణ రాష్ట్ర మున్సిపల్ ఎన్నికలలో భాగంగా యాదాద్రి జిల్లా మోత్కూరు పురపాలక సంఘం కు జరిగిన ఎన్నికలలో అధికార కాంగ్రెస్ తన హవాను చూపిస్తూ మోత్కూరు మున్సిపల్ పీఠాన్ని దక్కించుకుంది ,మున్సిపాలిటీ లో మొత్తం 12 వార్డులు ఉండగా , హస్తం పార్టీకి 08, బీఆర్ఎస్ 03, ఇండిపెండెంట్ 01 స్థానాలు దక్కించుకున్నారు, మేజిక్ ఫిగర్ దాటడంతో ఎక్స్ అఫిషియో ఓట్ల అవసరం లేకుండానే గెలుపొందడంతో కాంగ్రెస్ శ్రేణులు హర్షం వ్యక్తం చేస్తూ , సంబరాలు చేసుకుంటున్నారు, 1వ వార్డు నుండి పల్లెర్ల వెంకన్న గుప్తా, 2వ వార్డు కురుమిల్ల ప్రమీల, 3వ వార్డు సుల్తాన్ స్వామి, 4వ వార్డు కొండ శోభ, 5వ వార్డు మొగుళ్ళ అనురాధ,6వ వార్డు గడ్డం స్వప్న, 7వ వార్డు గణగని శైలజ,8వ వార్డు పన్నాల శ్రీవిద్య, 9వ వార్డు బీసు శ్రీకాంత్, 10 వ వార్డు నల్ల మధు, 11 వ వార్డు కారుపోతుల వెంకన్న, 12వ వార్డు మెంట రమణ గెలుపొందారు, మున్సిపల్ చైర్మన్ పదవి ఎస్సీ మహిళ కు రిజర్వ్ కావడంతో చైర్ పర్సన్ ఎవరనేది రెండు రోజుల్లో తెలియనుంది

ఆర్ డి టి, ఎఫ్ సి ఆర్ ఏ,పునరుద్ధరణకు కేంద్ర హోంశాఖను కోరిన అనంతపురం ఎంపీ అంబికా లక్ష్మీనారాయణ

వార్త, సంధ్య,, ప్రతినిధి అనంతపురం :అనంతపురం పార్లమెంట్ సభ్యులు అంబికా లక్ష్మీనారాయణ అనంతపురం కేంద్రంగా సేవలందిస్తున్న ఆర్ యు ఆర్ ఎ ఎల్ డెవలప్మెంట్ టెస్ట్ ఆర్డిటికు సంబంధించిన ఎఫ్ సి ఆర్ ఏ రిజిస్ట్రేషన్ పునరుద్ధరణపైలి కేంద్ర ప్రభుత్వాన్ని టీడీపీ పార్లమెంటరీ ఫ్లోర్ లీడర్ లావు శ్రీకృష్ణ దేవరాయలు , రాజ్యసభ ఎంపీ సానా సతీష్ , ఒంగోలు ఎంపీ మాగుంట శ్రీనివాసులు రెడ్డి కలిసి కేంద్ర హోంశాఖ సెక్రటరీ శ్రీ గోవింద్ మోహన్ ఎల్ ఎస్ కోరారు.గతంలో లిముఖ్యమంత్రి శ్రీ నారా చంద్రబాబు నాయుడు , ఐటీ శాఖ మంత్రి శ్రీ నారా లోకేష్ కేంద్ర హోంమంత్రి శ్రీ అమిత్ షా కలిసి ఆర్డిటి ఎఫ్ సి ఆర్ ఏ పునరుద్ధరణ అంశాన్ని ప్రస్తావించగా, ఆ మేరకు హోం కార్యదర్శికి లేఖ పంపబడింది.ఆ లేఖ ఆధారంగా సీఎం చంద్రబాబు నాయుడు , మంత్రి లోకేష్ ఆదేశాల మేరకు ఎంపీ అంబికా లక్ష్మీనారాయణ కేంద్ర హోంశాఖ సెక్రటరీ శ్రీ గోవింద్ మోహన్ ఎల్ ఎస్ కలిసి, ఆర్ డి టికు సంబంధించిన ఎఫ్ సి ఆరే పునరుద్ధరణను త్వరితగతిన పూర్తిచేయాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. 1969 నుంచి ఆర్ డి టి అనంతపురం, శ్రీ సత్యసాయి జిల్లాల్లో ఆరోగ్యం, విద్య, వికలాంగుల సంక్షేమం, గ్రామీణాభివృద్ధి, క్రీడల రంగాల్లో సేవలు అందిస్తూ ఇప్పటివరకు 970 గ్రామాల్లో 1.64 లక్షల కుటుంబాలకు, 7 లక్షలకుపైగా ప్రజలకు లబ్ధి చేకూర్చిందని తెలిపారు. ప్రతి సంవత్సరం సుమారు 8.5 లక్షల అవుట్‌పేషెంట్లు, 60 వేల ఇన్‌పేషెంట్లకు వైద్య సేవలు, హెచ్ ఎల్ వి ఏ ఎల్ డి ఎస్ థలసీమియా బాధితులకు ప్రత్యేక సంరక్షణ అందిస్తున్నట్లు పేర్కొన్నారు. అలాగే 5,642 స్కాలర్‌షిప్‌లు, వికలాంగుల కోసం విద్య, జీవనోపాధి కార్యక్రమాల ద్వారా సుమారు 25 వేల మందికి మద్దతు అందుతోందని తెలిపారు. అనంతపురం స్పోర్ట్స్ అకాడమీ ద్వారా గ్రామీణ యువతకు అంతర్జాతీయ ప్రమాణాల క్రీడా సదుపాయాలు కల్పిస్తున్న రాజకీయేతర, లౌకిక సంస్థగా ఆర్డిటి ప్రభుత్వ నిబంధనలకు అనుగుణంగా పనిచేస్తోందని స్పష్టం చేశారు. 2025లో కొత్తగా దాఖలు చేసిన ఎఫ్ సి ఆర్ ఏ దరఖాస్తు ఇప్పటికీ పెండింగ్‌లో ఉండటంతో ఆసుపత్రులు, విద్యా, సంక్షేమ కార్యక్రమాలు తీవ్రంగా ప్రభావితమవుతున్నాయని పేర్కొంటూ, మానవతా సేవలు కొనసాగేందుకు కేంద్ర ప్రభుత్వం సానుకూల నిర్ణయం తీసుకోవాలని ఎంపీ కోరారు.

పోక్సో చట్టం, బాల్య వివాహాలపై అవగాహన.. టూ టౌన్ సిఐ రెడ్డప్ప.

శ్రీ సత్య సాయి జిల్లా ధర్మవరం/ ఫిబ్రవరి13(వార్త సంధ్య ప్రతినిధి :పట్టణంలోని కొత్తపేటలో గల మున్సిపల్ ప్రభుత్వ బాలికల ఉన్నత పాఠశాలలో టూ టౌన్ సిఐ రెడ్డప్ప పోక్సోచట్టము, బాల్యవివాహాలపై అవగాహన సదస్సును నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా సిఐ రెడ్డప్ప మాట్లాడుతూ.. ధర్మవరం సబ్‌డివిజన్ శక్తి టీమ్1, తరఫున ఈ కార్యక్రమాన్ని చేపట్టడం జరిగిందన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో పోక్సో చట్టం , దాని శిక్షలు, బాల్య వివాహాలు ,వాటి చట్టపరమైన పరిణామాలు, ఈవ్ టీజింగ్, అలాగే 18 సంవత్సరాల లోపు వయస్సులో ప్రేమ సంబంధాల వల్ల కలిగే దుష్పరిణామాలపై అవగాహన కల్పించడం జరిగిందన్నారు. అంతేకాకుండా వివిధ రకాల చట్టాలపై అవగాహనను విద్యార్థులను ఉద్దేశించి స్పష్టంగా వివరించడం జరిగిందన్నారు. మత్తు పదార్థాలకు అలవాటు పడవద్దని, క్రమశిక్షణతో చదువుపై దృష్టి పెట్టాలని వారు తెలిపారు.అలాగే చదువుపై అధిక ఒత్తిడి తీసుకోకూడదని, ఏవిధమైన అవివేకపూరిత చర్యలకు పాల్పడవద్దని తెలిపారు. ఆసక్తితో చదువుతూ మంచి భవిష్యత్తు కోసం లక్ష్యంపై దృష్టి పెట్టాలని వారు తెలిపారు. ఏదైనా అసౌకర్యకరమైన ఘటనలు జరిగితే వెంటనేతల్లిదండ్రులకు,ఉపాధ్యాయులకు లేదా పోలీసులకు సమాచారం ఇవ్వాలని సూచించారు. 18 సంవత్సరాల లోపు పారిపోయే (ఎలోప్‌మెంట్) కేసుల వల్ల ఎదురయ్యే తీవ్రమైన సమస్యల గురించి కూడా వివరించడం జరిగిందన్నారు. మహిళల భద్రత కోసం శక్తి యాప్ ప్రాముఖ్యతను తెలియజేశారు. అత్యవసర పరిస్థితుల్లో పోలీస్ సహాయానికి 100/112, బాల్య వివాహాల సమాచారానికి చైల్డ్ హెల్ప్‌లైన్ 1098, సైబర్ నేరాల కోసం 1930 నంబర్లకు సమాచారం ఇవ్వాలని సూచించారు. సెల్‌ఫోన్లను దుర్వినియోగం చేయకుండా, సైబర్ భద్రత పాటించాలని విద్యార్థులకు అవగాహన కల్పించడం జరిగిందన్నారు. తదుపరి పాఠశాల హెడ్మాస్టర్ రాంప్రసాద్ మాట్లాడుతూ బాలికలకు ప్రత్యేకమైన చట్టం ఉందని, ఆ చట్టం ద్వారా అందరికీ మంచి భద్రత కలుగుతుందని తెలిపారు. తల్లిదండ్రుల కష్టాన్ని దృష్టిలో ఉంచుకొని విద్యార్థినీలు అందరూ కూడా చక్కటి చదువును కొనసాగించాలని తెలిపారు. ఎన్ని కష్టాలు ఎదురైనా ధైర్యంతో ముందడుగు వేయాలని వారు పిలుపునిచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో పాఠశాల ఉపాధ్యాయులు, విద్యార్థినిలు పాల్గొన్నారు.

మద్యం కుంభకోణంలో కింగ్ పిన్ వెనుక ఉన్న కింగ్ ను కూడా బయట పెట్టాలి.

అసెంబ్లీలో మైలవరం ఎమ్మెల్యే వసంత కృష్ణప్రసాదు

కృష్ణాజిల్లా బ్యూరో ఫిబ్రవరి 13 వార్త సంధ్య : మద్యం కుంభకోణంలో కింగ్ పిన్ వెనుక ఉన్న కింగ్ ను కూడా బయట పెట్టాలని మైలవరం ఎమ్మెల్యే వసంత వెంకట కృష్ణప్రసాదు కోరారు. ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర అసెంబ్లీ సమావేశాల్లో శుక్రవారం ఎమ్మెల్యే వసంత కృష్ణప్రసాదు మాట్లాడుతూ దశల వారీగా మద్యపాన నిషేధం అంటూ 2019-24 వరకు అప్పటి ప్రభుత్వ మద్యం పాలసీ అమలు రాష్ట్ర ప్రజలను తీవ్రంగా ఇబ్బంది పెట్టిందన్నారు.అప్పట్లో నాణ్యమైన బ్రాండ్ లు అందుబాటులో లేవన్నారు. నాసిరకం మద్యంతో పాటు ధరలు కూడా భారీగా పెంచడంతో ప్రజలు ఇబ్బందులు పడ్డారన్నారు. మద్యం తయారీ కంపెనీల నుంచి లిక్కర్ కేసుపై రూ.250లు, బీరు కేసుపై రూ.150లు కమిషన్ల రూపంలో వసూలు చేసి, మద్యం వ్యాపారాన్ని ఒక వ్యవస్థీకృత నేరంగా మార్చారని అన్నారు. రూ.3500 కోట్ల భారీ మద్యం కుంభకోణం కాబట్టి నిందితులకు 300 రోజులు అయినా కూడా బెయిల్ ఇవ్వడం సాధ్యం కాదని సుప్రీంకోర్టు కూడా నిన్న స్పష్టం చేసిందన్నారు. అప్పటి ప్రభుత్వం అమలు చేసిన అసంబద్ధమైన విధానంతో నాణ్యమైన మద్యం ఇక్కడ లభించక ప్రజలు పక్క రాష్ట్రాల నుంచి వాహనాల ద్వారా మద్యం తరలించారన్నారు. ఆనాటి జగన్మోహన్ రెడ్డి ప్రభుత్వం తీసుకున్న మద్యం పాలసీ వల్ల పొరుగు రాష్ట్రాల నుంచి మద్యం తరలించే వేలాది ప్రజల వాహనాలు సీజ్ చేశారన్నారు. ఆయా వాహనాలు నిరుపయోగంగా పడి ఉన్నాయన్నారు.మద్యం అక్రమ రవాణాను తను సమర్థించడం లేదన్నారు. ఇదే క్రమంలో ఆనాటి పాలకులు చేసిన తప్పుల వల్ల సామాన్య ప్రజలు వాహనాలు సీజ్ అయ్యి నష్టపోయారని అన్నారు. అప్పట్లో సీజ్ చేసిన వాహనాలకు కనీస అపరాధ రుసుం విధించి వాటిని విడుదల చేసి ప్రజలకు తిరిగి స్వాధీనం చేయాలని కోరారు.గత ప్రభుత్వ తప్పుడు నిర్ణయాల కారణంగా బలై పోయిన వారిని దోషులుగా నిర్ధారించవద్దన్నారు. దీనిపై రాష్ట్ర గనులు, భూగర్భ వనరులు, ఎక్సైజ్ శాఖ మంత్రి కొల్లు రవీంద్ర గారు సమాధానం ఇస్తూ 26,846 వాహనాలు సీజ్ చేశారని, ఇందులో ఇప్పటికే న్యాయస్థానాల ఆదేశాల ప్రకారం 4,358 వాహనాలు విడుదల చేసినట్లు స్పష్టం చేశారు. మరో 18,047 వాహనాలు వేలం వేసినట్లు వివరించారు. మరో 4,041 వాహనాలు కోర్టు ఉత్తర్వుల ప్రకారం విడుదల చేస్తామని అన్నారు.

ఎన్.ఐ.ఆర్.డి లో శిక్షణ పొందిన గ్రూపులను కలవనున్న ఎంపీ కేశినేని శివనాథ్

నైపుణ్యాభివృద్ధి శిక్షణ ముగింపు కార్యక్రమంలో కేశినేని జానకి లక్ష్మీ వెల్లడి

కృష్ణాజిల్లా బ్యూరో ఫిబ్రవరి 13 వార్త సంధ్య: జిల్లా పరిధిలోని,విజయవాడ,గత ఏడాది కాలం నుంచి కేశినేని ఫౌండేషన్ ద్వారా హైదరాబాద్ ఎన్.ఐ.ఆర్.డి ప్రధాన కార్యాలయంలో స్వయం ఉపాధి కి సంబంధించి నైపుణ్యాభివృద్ధి శిక్షణ పొందిన ఎస్.హెచ్.జి మహిళల గ్రూపులతో ఎంపీ కేశినేని శివనాథ్ ఈ నెల 20 నుంచి స్వయంగా కలిసి మాట్లాడతారని కేశినేని ఫౌండేషన్ చైర్మన్, ఎంపీ కేశినేని శివనాథ్ సతీమణి కేశినేని జానకి లక్ష్మీ తెలిపారు. శిక్షణ అనంతరం ఎంటర్ ప్రెన్యూర్స్ గా రాణించేందుకు ఎదురయ్యే సమస్యలను ఎంపీ కేశినేని శివనాథ్ తెలుసుకుని వాటిని పరిష్కరిస్తారని తెలిపారు.హైదరాబాద్ ఎన్.ఐ.ఆర్.డి ప్రధాన కార్యాలయంలో ఫిబ్రవరి 9వ తేదీ నుంచి మొదలైన హ్యాండ్ మేడ్ పేపర్ ప్రొడక్ట్స్ తయారీ పై శిక్షణ ముగింపు కార్యక్రమం శుక్రవారం జరిగింది. ఈ ఐదు రోజుల శిక్షణా కార్యక్రమంలో విజయవంతంగా నైపుణ్యాభివృద్ధి శిక్షణ ను పూర్తి చేసిన ఎన్టీఆర్ జిల్లాకు చెందిన 40 మంది ఎస్.హెచ్.జి మహిళలకు సర్టిఫికేట్స్ అందించారు. అంతకుముందు హ్యాండ్ మేడ్ పేపర్ ప్రొడక్ట్స్ తయారీ పై శిక్షణ పొందిన మహిళలందరితో మాట్లాడి శిక్షణలో భాగంగా ఏమి నేర్చుకున్నారో అడిగితెలుసుకున్నారు. ఈమేరకు ఎంపీ కేశినేని శివనాథ్, కేశినేని ఫౌండేషన్ కార్యాలయం ఒక ప్రకటన విడుదల చేసింది.ఈ సందర్భంగా కేశినేని జానకీ లక్ష్మీ మాట్లాడుతూ స్వర్ణాంధ్రప్రదేశ్ 2047 లక్ష్య సాధనలో భాగంగా ప్రతి ఇంటిలో కనీసం ఒక ఎంటర్‌ప్రెన్యూర్ ఉండాలన్న ముఖ్యమని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు ఆశయాలకు అనుగుణంగా ఎంపీ కేశినేని శివనాథ్ (చిన్ని) ముందడుగు వేశారని తెలిపారు. మహిళలు ఆర్థిక స్వావలంబన సాధించాలనే లక్ష్యంతో ఎంపీ కేశినేని శివనాథ్ తన స్వంత నిధులను వెచ్చించి ఎన్.ఐ.ఆర్.డి లో శిక్షణ ఇప్పిస్తూ ఎస్.హెచ్.జి మహిళలకు చేయూత అందిస్తున్నారని పేర్కొన్నారు. ఈ శిక్షణ లో నేర్చుకున్నది ఆచరణలో పెట్టాలని సూచించారు. ముఖ్య ంగా మహిళలు పుట్టుకతోనే బహుముఖ ప్రతిభ కలవారని, భార్యగా, తల్లిగా, చెల్లిగా అనేక బాధ్యతలు నిర్వర్తించే సామర్థ్యం ఉన్న మహిళ లకు ఎంటర్ ప్రెన్యూర్ గా రాణించటం అంత కష్టం కాదని అభిప్రాయపడ్డారు. సరైన మార్గదర్శనం, అవకాశాలు లభిస్తే మహిళలు కూడా విజయవంతమైన వ్యాపారవేత్తలుగా ఎదగగలరని మీరంతా నిరూపించాలని కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న ఎన్.ఐ.ఆర్.డి సీనియర్ కన్సల్టెంట్ మహ్మద్ ఖాన్, ప్రొఫసర్ డాక్టర్ కతిరేషన్, గాంధీ హ్యాండ్ మేడ్ పేపర్ యూనిట్ అధికారి జె.రవీంద్రరావు, ఎన్టీఆర్ జిల్లా ఎన్.ఐ.ఆర్.డి రూరల్ కో-ఆర్డినేటర్ సొంగా సంజయ్ వర్మ లతో పాటు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఏ కొండూరులో కస్తూర్బా గాంధీ బాలికల వసతి గృహాన్ని పరిశీలించిన దేవినేని అవినాష్

తిరువూరు ఫిబ్రవరి 13 (వార్తసంధ్య) : ఎన్టీఆర్ జిల్లా ఏ. కొండూరులో ఉన్న కస్తూర్బా గాంధీ బాలికల వసతి గృహాన్ని వైఎస్ఆర్సిపి జిల్లా అధ్యక్షులు దేవినేని అవినాష్ సందర్శించి అక్కడి పరిస్థితు లను పరి శీలించారు. పాఠశాలలో విద్యార్థినులకు అందుతున్న వసతులు, భోజనం, తాగునీరు, పారిశుధ్యం, వసతి గదుల పరిస్థితి తదితర అంశాలను ఆయన క్షేత్రస్థాయిలో పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా విద్యార్థినులతో నేరుగా మాట్లాడిన అవినాష్, వారి సమస్యలను తెలుసుకున్నారు. పాఠశాలలో ఉన్న సదుపాయాలపై విద్యార్థినుల అభిప్రాయాలను అడిగి తెలుసుకుని, తక్షణ పరిష్కారం అవసరమైన అంశాలపై సంబంధిత అధికారులతో చర్చించారు. వసతి గృహాలలో చదువుకుంటున్న బాలికలకు మెరుగైన సౌకర్యాలు కల్పించడం ప్రభుత్వ బాధ్యత అని పేర్కొన్న ఆయన, సమస్యల పరిష్కారానికి తగిన చర్యలు తీసుకునేలా కృషి చేస్తామని హామీ ఇచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో స్థానిక నాయకులు, పార్టీ కార్యకర్తలు మరియు పాఠశాల సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

దుబ్బాక గడ్డ బీఆర్ఎస్ అడ్డ విజయం కేసీఆర్ కి అంకితం

దుబ్బాక ప్రతినిధి ఫిబ్రవరి 13:(వార్త సంధ్య) సిద్దిపేట జిల్లా : దుబ్బాక మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో బీఆర్ఎస్ పార్టీ మరోసారి తన బలాన్ని చాటుకుందని దుబ్బాక ఎమ్మెల్యే కొత్త ప్రభాకర్ రెడ్డి అన్నారు. అధికారంలో ఉన్నా లేకున్నా దుబ్బాక గడ్డ బీఆర్ఎస్ అడ్డ అని ప్రజలు నిరూపించారని తెలిపారు.మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో బీఆర్ఎస్ పార్టీ 11 స్థానాల్లో జయకేతనం ఎగురవేయడం పట్ల ఆయన హర్షం వ్యక్తం చేశారు. ఈ విజయాన్ని తెలంగాణ తొలి ముఖ్యమంత్రి కె. చంద్రశేఖర్ రావుకి అంకితం చేస్తున్నట్లు ప్రకటించారు. దుబ్బాకతో కేసీఆర్ గారికి అవినాభావ సంబంధం ఉందని పేర్కొన్నారు. కాంగ్రెస్, బీజేపీ పార్టీలు ఎన్ని కుట్రలు చేసినప్పటికీ ప్రజలు బీఆర్ఎస్ పట్ల విశ్వాసం ఉంచి 11 స్థానాలు కట్టబెట్టారని తెలిపారు. బీఆర్ఎస్ నుంచి పోటీ చేసిన ముగ్గురు రెబల్ అభ్యర్థులు కూడా విజయం సాధించారని, వారిని కలుపుకొని అభి వృద్ధి దిశగా ముందుకు సాగుతామని చెప్పారు. అధికారంలో లేకపోయినా పార్టీపై నమ్మకం ఉంచిన దు బ్బాక ప్రజలకు అభివృద్ధి చేసి రుణం తీర్చుకుంటామని ఎమ్మెల్యే కొత్త ప్రభాకర్ రెడ్డి స్పష్టం చేశారు. ఇందులోభాగంగా జిల్లా ఉప అధ్యక్షులు ఎల్లారెడ్డి,మున్సిపల్ అధ్యక్షులు ఇల్లందుల శ్రీనివాస్, సర్పంచుల పోరం అధ్యక్షులు దేవరాజు, పార్టీ ఇంచార్జ్ లు మరియు ముఖ్య కార్యకర్తలు పాల్గొనడం జరిగింది

శ్రీశైలంలో మహా శివరాత్రి బ్రహ్మోత్సవాలు

టోల్‌గేట్ల రుసుం మినహాయింపు

శివరాత్రి బ్రహ్మోత్సవాల నేపథ్యంలో ప్రభుత్వ నిర్ణయం

రాత్రివేళల్లోనూ అందుబాటులో రవాణా సౌకర్యం

భక్తుల రద్దీని దృష్టిలో ఉంచుకుని విస్తృత స్థాయిలో సదుపాయాలు

జ్యోతిర్లింగ క్షేత్రమైన శ్రీశైలంలో మహా శివరాత్రి బ్రహ్మోత్సవాలు అంగరంగ వైభవంగా జరుగుతున్నాయి. బ్రహ్మోత్సవాల ఐదో రోజు శ్రీ భ్రమరాంబ మల్లికార్జున స్వామి అమ్మవార్లు భక్తులకు రావణ వాహనంపై దర్శనమిచ్చారు. ఆలయ ప్రాంగణంలో స్వామి అమ్మవార్ల ఉత్సవమూర్తులకు అర్చకులు విశేష పూజలు నిర్వహించారు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం తరపున దేవాదాయ శాఖ మంత్రి ఆనం రామనారాయణ రెడ్డి, ఎమ్మెల్యే బుడ్డా రాజశేఖర్ రెడ్డి శ్రీ భ్రమరాంబ మల్లికార్జున స్వామి అమ్మవార్లకు పట్టు వస్త్రాలు సమర్పించారు. పట్టు వస్త్రాలు సమర్పించిన తర్వాత ఆలయ ఉత్సవంలో మంత్రి ఉత్సాహంగా పాల్గొన్నారు. కళాకారులతో కలిసి కోలాటం ఆడి, నందికోలు ఎత్తుకొని చిందులు వేసి సందడి చేశారు . మహాశివుని ఆశీస్సులు రాష్ట్ర ప్రభుత్వానికి ఉండాలని మంత్రి ఆకాంక్షించారు. మహాశివరాత్రి బ్రహ్మోత్సవాల్లో జరిగే ప్రతి అంశాన్ని ఉత్సవాల తర్వాత సీఎం దృష్టికి తీసుకెళ్లనున్నట్లు మంత్రి చెప్పారు. 13 నుంచి 16 వరకు: శ్రీశైలంలో మహా శివరాత్రి బ్రహ్మోత్సవాల నేపథ్యంలో ఈ నెల 13 నుంచి 16 వరకు దేవస్థానం, అటవీశాఖ టోల్‌గేట్ల వద్ద రుసుం మినహాయింపునిస్తున్నట్లు నంద్యాల జిల్లా కలెక్టర్ రాజకుమారి తెలిపారు. రాత్రి సమయాల్లో కూడా రవాణా సౌకర్యం అందుబాటులో ఉంటుందని ఆమె చెప్పారు. శ్రీశైలంలోని దేవస్థానం కమాండ్ కంట్రోల్ రూంలో ఎస్పీ సునీల్ షోరాణ్‌తో కలిసి గురువారం మాట్లాడారు. బ్రహ్మోత్సవాలు ప్రారంభమైనప్పటి నుంచి, గురువారం వరకు 2,59,050 మంది భక్తులు దైవ దర్శనాలు చేసుకున్నారని చెప్పారు. భక్తుల రద్దీని దృష్టిలో ఉంచుకుని విస్తృత స్థాయిలో సదుపాయాలు కల్పిస్తున్నామని ఆమె అన్నారు. మహా శివరాత్రి నాడు సుమారు 1.50 లక్షల మంది భక్తులు విశ్రాంతి తీసుకునేలా అదనపు చలువ పందిళ్లు ఏర్పాటు చేస్తున్నట్లు ఆమె వివరించారు. నంద్యాల నుంచి శ్రీశైలం మార్గంలో ప్రతి 5 నిమిషాలకు ఒక బస్సు నడుస్తోందని అన్నారు. ఏపీఎస్‌ఆర్టీసీ తరఫున 1,800, తెలంగాణ నుంచి 1,000, ఇతర ప్రాంతాల నుంచి వచ్చే బస్సులు కలిపి మొత్తం 3 వేల బస్సులు ఏర్పాటు చేశామన్నారు. ప్రభుత్వం

చేపడుతున్న చర్యలకు, భద్రతా ఏర్పాట్లకు భక్తులు సహకరించాలని కలెక్టర్ వివరించారు. వారి సమన్వయలోపం - నడకదారి భక్తులకు శాపం: దేవాదాయ, అటవీశాఖల మధ్య సమన్వయలోపం కారణంగా భక్తులకు అది శాపంలా మారుతోందని అన్నారు. నల్లమల అడవిలో 46 కి.మీ. దూరం నడిచి శ్రీశైలానికి నడక దారిలో భక్తులు రావాల్సి ఉంటుంది. అయితే ఈ నేపథ్యంలో అక్కడ ఎలాంటి ఏర్పాట్లు చేయాలన్నా కూడా అటవీశాఖ అధికారులు మోకాలడ్డుతున్నారు. ఆ శాఖ పరిధిలో నడిచే భక్తులకు వారే అవసరమైన ఏర్పాట్లు చేయాల్సి ఉన్నప్పటికీ వారు చేయకపోగా జిల్లా యంత్రాంగం ఏర్పాట్లు చేస్తామన్నా అనుమతులు నిరాకరిస్తున్నారు. భక్తులకు ఏర్పాట్లు చేయడానికి దేవాదాయశాఖ ఏటా రూ.5 లక్షలు ఇస్తుండగా రూ.60 లక్షలు చెల్లించాలని అటవీశాఖ అధికారులు డిమాండు చేస్తుండటం గమనార్హం. దీనిపై విమర్శలు వెల్లువెత్తుతున్నాయి.

అల్లు అర్జున్ సిగ్గుపడేలా అంబటి రాంబాబు సైగలు ఉన్నాయి

టీడీపీ ఎమ్మెల్సీ, శాసనమండలి చీఫ్ విప్ పంచుమర్తి అనురాధ

నిన్న 'పుష్ప' స్టైల్లో సైగలు చేసిన అంబటి రాంబాబు

అంబటి కులం కార్డు బయటకు తీశారని అనురాధ మండిపాటు

బీసీలను, ఆర్యవైశ్యులను దోచుకున్నారని ఆరోపణ

గుంటూరు కోర్టుకు తరలిస్తున్న సమయంలో 'పుష్ప' సినిమా స్టైల్లో మాజీ మంత్రి, వైసీపీ నేత అంబటి రాంబాబు 'తగ్గేదే లే' అంటూ సైగలు చేసిన సంగతి తెలిసిందే. తమ పార్టీ శ్రేణులను ఉత్సాహపరిచే విధంగా ఆయన 'రప్పా రప్పా' పోజులు ఇచ్చారు. ఈ క్రమంలో అంబటిపై టీడీపీ ఎమ్మెల్సీ, శాసనమండలి చీఫ్ విప్ పంచుమర్తి అనురాధ తీవ్ర వ్యాఖ్యలు చేశారు. హీరో అల్లు అర్జున్ కూడా సిగ్గుపడేలా అంబటి సైగలు ఉన్నాయని ఆమె ఎద్దేవా చేశారు. అన్ని వర్గాల ప్రజలను దోచుకున్న అంబటి... ఇప్పుడు కులం కార్డు బయటకు తీశారని పంచుమర్తి మండిపడ్డారు. అంబటిలాంటి అరాచక శక్తులకు కులాన్ని వాడుకునే అర్హత లేదని అన్నారు.

కాపులతో పాటు, ఇతర సామాజిక వర్గాలను కూడా ఇబ్బంది పెట్టిన చరిత్ర అంబటిదని దుయ్యబట్టారు. చిరంజీవి, పవన్ కల్యాణ్ లను జగన్ తిట్టించినప్పుడు అంబటికి కాపు కులం గుర్తుకు రాలేదా? అని ప్రశ్నించారు. బీసీలను, ఆర్యవైశ్యులను అంబటి దోచుకున్నారని మండిపడ్డారు. మహిళలపై మురికి వ్యాఖ్యలు చేసిన నీచమైన వ్యక్తి అంబటి అని అనురాధ విమర్శించారు. ఆయన ఆడియో కాల్స్ బయటకు వచ్చినప్పుడే కుటుంబ సభ్యులు గడ్డి పెట్టి ఉంటే... ఈరోజు వారు రోడ్డెక్కాల్సిన అవసరం వచ్చి ఉండేది కాదని అన్నారు. కాపులను తాగుబోతులు అన్న అంబటిని కాపు సామాజికవర్గం దగ్గరకు రానివ్వదని చెప్పారు.

మోదీ రాజకీయ భవిష్యత్తుపై ట్రంప్ వీడియో

స్పందించిన భారత్

మోదీ రాజకీయ భవిష్యత్తు నాశనం చేయాలనుకోవడం లేదని గతంలో అన్న ట్రంప్

వాణిజ్య ఒప్పందం నేపథ్యంలో తాజాగా సోషల్ మీడియాలో వీడియో వైరల్

ఆ వీడియో నిజంగా ఉంటే చర్యలు తీసుకుంటామన్న రణధీర్ జైశ్వాల్

"భారత ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ రాజకీయ భవిష్యత్తు నాశనం చేయాలనుకోవడం లేదు" అని అమెరికా అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్ చేసిన వ్యాఖ్యలకు సంబంధించిన వీడియో సామాజిక మాధ్యమాల్లో వైరల్ కావడంపై భారత విదేశాంగ శాఖ అధికార ప్రతినిధి రణధీర్ జైశ్వాల్ స్పందించారు. ఆ వీడియోను తాను చూడలేదని అన్నారు. కానీ ఆ వీడియో ఉంటే కనుక అది నిజమో కాదో తెలుసుకుని అందుకు అనుగుణంగా చర్యలు తీసుకుంటామని స్పష్టం చేశారు. ఆంక్షలు ఉన్న నేపథ్యంలో రష్యా నుంచి చమురు కొనుగోలు చేయడంపై గత ఏడాది భారత్ మీద ట్రంప్ ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. ఆ సమయంలో అధ్యక్షుడు ట్రంప్ శ్వేతసౌధంలో మాట్లాడారు. ప్రధాని నరేంద్ర మోదీని గొప్ప వ్యక్తి అంటూ ప్రశంసించారు. అదే సమయంలో మోదీ రాజకీయ జీవితంపై ట్రంప్ వ్యాఖ్యలు చేశారు. ఇటీవల భారత్, అమెరికా మధ్య మధ్యంతర వాణిజ్య ఒప్పందం కుదిరిన నేపథ్యంలో ట్రంప్ వీడియో సోషల్ మీడియాలో వైరల్‌గా మారడంపై ఆయన స్పందించారు.

భారత్‌కు ఆహ్వానం అందింది

గాజా పునర్నిర్మాణం కోసం ట్రంప్ ఏర్పాటు చేసిన 'శాంతి మండలి'లో చేరాలని ఆహ్వానం వచ్చిందని రణధీర్ జైశ్వాల్ తెలిపారు. ఈ ప్రతిపాదనపై తాము ఇంకా ఎలాంటి నిర్ణయం తీసుకోలేదని అన్నారు. అమెరికా నుంచి వచ్చిన ప్రతిపాదనను పరిశీలిస్తున్నట్లు చెప్పారు. ఈ బోర్డుకు సంబంధించి ఫిబ్రవరి 19న

జరిగే తొలి సమావేశానికి భారత్ హాజరవుతుందో లేదో ఆయన స్పష్టం చేయలేదు. అయితే పశ్చిమాసియాలో శాంతి, స్థిరత్వం కోసం చేసే ప్రయత్నాలకు భారత్ ఎప్పుడూ మద్దతు ఇస్తుందని అన్నారు. గాజా సహా ఎక్కడైనా శాశ్వత శాంతికి మార్గం సుగమం చేసే అన్ని కార్యక్రమాలను ప్రధాని మోదీ స్వాగతించారని గుర్తు చేశారు.

మున్సిపాలిటీ ఎన్నికల్లో వాట్ ఏ సెన్సేషన్

కార్పొరేటర్‌గా గెలిచిన ట్రాన్స్‌జెండర్

నల్లగొండ జిల్లాలోని చిట్యాల మున్సిపాలిటీ ఎన్నికల్లో అసాధారణ పరిణామాలు చోటుచేసుకున్నాయి. సామాజిక మార్పు వైపు ఒక అడుగు ముందుకు అని చెప్పవచ్చు. ఒక ట్రాన్స్‌జెండర్ అభ్యర్థి స్వతంత్రంగా పోటీ చేసి విజయం సాధించడం. ఇది రాష్ట్రవ్యాప్తంగా చర్చనీయాంశంగా మారింది. నల్లగొండ జిల్లాలోని చిట్యాల మున్సిపాలిటీ ఎన్నికల్లో అసాధారణ పరిణామాలు చోటుచేసుకున్నాయి. సామాజిక మార్పు వైపు ఒక అడుగు ముందుకు అని చెప్పవచ్చు. ఒక ట్రాన్స్‌జెండర్ అభ్యర్థి స్వతంత్రంగా పోటీ చేసి విజయం సాధించడం. ఇది రాష్ట్రవ్యాప్తంగా చర్చనీయాంశంగా మారింది. చిట్యాల మున్సిపాలిటీలో మొత్తం 12 వార్డులు ఉన్నాయి. అధికార పార్టీ కాంగ్రెస్ 9 వార్డులలో విజయం సాధించి మున్సిపాలిటీపై పూర్తి ఆధిక్యత సాధించింది. ప్రధాన ప్రతిపక్ష బీఆర్ఎస్ కేవలం 2 వార్డులలో మాత్రమే గెలిచింది. ఒక వార్డులో స్వతంత్ర అభ్యర్థి విజయం సాధించడం విశేషంగా నిలిచింది. అంతేకాక, ఈ ఎన్నికల్లో అందరి దృష్టిని ఆకర్షించినది 1వ వార్డు ఫలితం. ఇక్కడ స్వతంత్ర అభ్యర్థిగా పోటీ చేసిన నాగిల సుధాకర్ 109 ఓట్ల మెజారిటీతో విజయం సాధించారు. ఆయన ప్రధాన పార్టీల సవాళ్లను ఎదుర్కొని గెలవడం విశేషం. తాజా రిజల్ట్స్ కోసం ఇక్కడ క్లిక్ చేయండి. సుధాకర్ విజయాన్ని సాధించడంలో పార్టీ సపోర్టు లేకపోయినా ప్రజల నమ్మకంతో సాధించడమే ప్రత్యేకత. స్థానిక ప్రజలు, యువత, మార్పు కోరుకునే వర్గాల మద్దతు ఆయన విజయంలో ప్రధానంగా నిలిచారు. ఈ ఫలితం సామాజిక సమానత్వానికి సంకేతంగా చెప్పవచ్చు.

కార్యకర్తలు సంబురాలు:

ఫలితాలు వచ్చిన వెంటనే కార్యకర్తలు, మద్దతుదారులు ఉత్సాహంగా సంబరాలు జరిపారు. వీధుల్లో జెండాలు ఊపి, నినాదాలు చేశారు. విజయంపై సుధాకర్ కూడా తన కృతజ్ఞతలు వ్యక్తం చేశారు. ప్రతి ఓటర్ ఇచ్చిన ఓటుకు ఆయన కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. సుధాకర్ తన వంతు సాయంగా అభివృద్ధికి కృషి చేస్తానని ప్రతిజ్ఞ చేశారు. రాజకీయ వ్యవహారాల్లో చైతన్యం, పారదర్శకతతో పని చేయాలని సంకల్పించారు. మున్సిపాలిటీ స్థాయిలో మార్పులు తీసుకురావడంలో స్వతంత్ర అభ్యర్థి పాత్ర ఎంతో ముఖ్యమని గుర్తించారు. ఈ ఫలితం రాష్ట్రంలో రాజకీయ వర్గాలకు కొత్త చైతన్యం ఇస్తుంది. ట్రాన్స్‌జెండర్ అభ్యర్థుల సామాజిక గుర్తింపు, రాజకీయంగా వారికి స్థానం పెరుగుతుందని విశ్లేషకులు చెబుతున్నారు. ఈ ట్రాన్స్‌జెండర్ విజయం తర్వాత యువతలో రాజకీయ చైతన్యం మరింత పెరిగే అవకాశం ఉందని అంటున్నారు.

ఒక్క ఓటుతో వరించిన విజయం

కల్వకుర్తి మున్సిపాలిటీ పదో వార్డు ఫలితాలు

కాంగ్రెస్ అభ్యర్థికి 259, బీఆర్ఎస్ అభ్యర్థికి 258 ఓట్లు

పరకాలలోనూ ఒక్క ఓటుతో గెలిచిన కాంగ్రెస్ అభ్యర్థి

మున్సిపల్ ఎన్నికల ఫలితాల్లో ఆసక్తికర ఫలితాలు వెలువడుతున్నాయి. ఒక్క ఓటు అభ్యర్థుల తలరాతను మార్చేసింది. రెండు చోట్ల ఒక్క ఓటుతో కాంగ్రెస్ అభ్యర్థులను విజయం వరించింది. కల్వకుర్తి మున్సిపాలిటీలోని పదో వార్డులో కాంగ్రెస్, బీఆర్ఎస్ అభ్యర్థుల మధ్య విజయం దోబూచులాడింది. తొలుత కాంగ్రెస్ అభ్యర్థి ఎజాస్ కు రెండు ఓట్ల మెజారిటీ రాగా బీఆర్ఎస్ అభ్యర్థి తాహిర్ రీకౌంటింగ్ కు దరఖాస్తు చేసుకున్నారు. దీంతో అధికారులు మరోసారి ఓట్లు లెక్కించగా.. ఎజాస్ కు 259 ఓట్లు, తాహిర్ కు 258 ఓట్లు వచ్చాయి. దీంతో కాంగ్రెస్ అభ్యర్థి ఎజాస్ గెలుపొందినట్లు అధికారులు ప్రకటించారు.

పరకాలలో..

పరకాల మున్సిపాలిటీలోని 17వ వార్డు ఫలితాల్లో కాంగ్రెస్ అభ్యర్థి బొచ్చు సుభద్రకు 369 ఓట్లు పోలవగా.. బీఆర్ఎస్ అభ్యర్థి శనిగరపు రజినికి 368 ఓట్లు వచ్చాయి. దీంతో రజిని రీకౌంటింగ్ కు దరఖాస్తు చేసుకోగా రెండోసారి కౌంటింగ్ చేసినా ఫలితంలో మార్పులేదు. దీంతో కాంగ్రెస్ అభ్యర్థి బొచ్చు సుభద్ర గెలుపొందినట్లు అధికారులు ప్రకటించారు.

కౌటాల అటవీ ప్రాంతంలో అరుదైన గుడ్లగూబ

అడవులకు నెలవైన ఉమ్మడి ఆదిలాబాద్ జిల్లా ఎన్నో అరుదైన జీవులకు ఆలవాలంగా మారుతోంది. ఇక్కడి చిక్కని పచ్చని అడవుల్లో ఎన్నో రకాల వన్యప్రాణులతోపాటు పక్షులు కూడా సందడి చేస్తున్నాయి. పలురకాల పక్షులు ఇక్కడే ఆవాసం ఏర్పాటు చేసుకొని ఉంటే, మరికొన్ని వలస పక్షులు ఇక్కడికి అడపాదడపా వచ్చిపోతూ ఉన్నాయి.

అరుదైన గుడ్ల గూబ

అడవులకు నెలవైన ఉమ్మడి ఆదిలాబాద్ జిల్లా ఎన్నో అరుదైన జీవులకు ఆలవాలంగా మారుతోంది. ఇక్కడి చిక్కని పచ్చని అడవుల్లో ఎన్నో రకాల వన్యప్రాణులతోపాటు పక్షులు కూడా సందడి చేస్తున్నాయి. పలురకాల పక్షులు ఇక్కడే ఆవాసం ఏర్పాటు చేసుకొని ఉంటే, మరికొన్ని వలస పక్షులు ఇక్కడికి అడపాదడపా వచ్చిపోతూ ఉన్నాయి. పక్షి ప్రేమికులకు కనువిందు చేస్తున్నాయి. ఇటీవల అటవీ శాఖ అధికారులు ఆదిలాబాద్ జిల్లా బజార్ హత్నూర్ చెరువులో ఆసియా వాటర్ బర్డ్ సెన్సెస్ వారితో కలిసి పక్షుల గణన చేపట్టారు. ఈ సందర్భంగా దేశీయ, విదేశీయ పక్షులు కలిపి సుమారు 109 రకాల పక్షులను నమోదు చేశారు. వీటిలో 39 జాతుల పక్షులు ఆర్కిటిక్ ఖండం నుండి వలస వచ్చిన పక్షులు ఉన్నట్లు గుర్తించారు. అటు కొమురంభీం ఆసిఫాబాద్ జిల్లా కాగజ్ నగర్ అటవీ డివిజన్ పరిధిలోని కౌటాల అటవీ ప్రాంతంలోనూ పలు రకాల అరుదైన పక్షులు ఉన్నాయి. అందులో గుడ్లగూబ ఒకటి. ఈ ప్రాంతంలో ఏడు రకాల అరుదైన గుడ్లగూబ జాతులు ఉన్నట్లు అటవీ శాఖ అధికారులు చెబుతున్నారు. అయితే తాజాగా వాకింగ్ కోసమని కౌటాల అటవీ ప్రాంతం వైపు వెళ్లిన ఓ వ్యక్తికి అరుదైన ఓ గుడ్లగూబ కంటపడింది. అది గాయపడి ఉన్నట్లు గమనించి, ఈ విషయాన్ని అటవీ శాఖ అధికారుల దృష్టికి తీసుకువెళ్ళారు. దీంతో అటవీ అధికారులు అక్కడికి చేరుకొని ఆ గుడ్లగూబను పశువైద్య శాలకు తీసుకువెళ్లి వైద్యం చేయించారు. పక్షిని కాపాడి తమకు సమాచారం ఇచ్చిన వ్యక్తిని అభినందించారు. ఈ అరుదైన గుడ్లగూబను బార్న్ ఓల్ అని పిలుస్తారని, దీన్నే తెలుగులో చంద్రముఖ గుడ్లగూబ అని పిలుస్తారని ఎఫ్.ఆర్.ఓ ప్రవీణ్ కుమార్ తెలిపారు.

పేర్ని నానికి నోటీసులు ఇవ్వండి - ఏపీ హైకోర్టు

చంద్రబాబు, పవన్‌లను దూషించిన కేసు

పేర్ని నాని క్వాష్ పిటిషన్ ను కొట్టివేసిన హైకోర్టు

నోటీసులు ఇచ్చి విచారించాలని హైకోర్టు ఆదేశం

ఏపీ ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు, డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్ లను దూషించిన అంశానికి సంబంధించి మాజీ మంత్రి, వైసీపీ నేత పేర్ని నానిపై మచిలీపట్నం ఇనగుదురుపేట పోలీసులు కేసు నమోదు చేశారు. ఈ కేసును కొట్టివేయాలని కోరుతూ ఏపీ హైకోర్టులో పేర్ని నాని క్వాష్ పిటిషన్ వేశారు. ఈ పిటిషన్ ను నిన్న విచారించిన హైకోర్టు పేర్ని నానికి నోటీసులు ఇవ్వాలని ఆదేశించింది. పేర్ని నానిపై నమోదైన కేసులు ఏడేళ్లలోపు శిక్షకు సంబంధించినవేనని... క్రిమినల్ ప్రొసీజర్ కోడ్ సెక్షన్ 35(3) ప్రకారం ఆయనకు నోటీసులు ఇచ్చి, విచారణ కొనసాగించాలని ఆదేశాలు జారీ చేసింది. పేర్ని నాని క్వాష్ పిటిషన్ ను కొట్టివేసింది. తదుపరి విచారణను మార్చి 12వ తేదీకి వాయిదా వేసింది.

ఇంట్లోనే కూరగాయలు పండించుకోండి.. ఎలాగంటే..

వర్షాకాలం వచ్చింది.. కూరగాయల రేట్లు తగ్గుతాయనుకుంటే.. మార్కెట్ వెళ్లాలంటేనే భయపడుతున్నారు జనాలు. కూరలు కొనలేక... పిల్లలకు పచ్చడి మెతుకులు పెట్టలేక సామాన్య మధ్యతరగతి ప్రజల కష్టాలు అన్నీ ఇన్నీ కావు. ఇప్పుడు వానాకాలం వచ్చింది. దేవుడి దయ వలన వర్షాలు కూడా బాగానే పడుతున్నాయి. ఇంట్లో ఏదో మూల చిన్న పాదులు పెట్టుకుంటే మీరే కాదు.. చుట్టుపక్కల వారికి కూడా కూరగాయాలు ఇవ్వవచ్చు. పల్లెల్లోనే కాదు పట్టణాల్లో కూడా చాలా తేలికగా కూరగాయలు పండించవచ్చు. వాసకాలంలో ఇంట్లోనే ఈజీగా పెరిగే కొన్ని కాయగూరలు ఉన్నాయి. వాటి గురించి తెలుసుకుందాం.

కాయగూరల రేట్లు చూస్తే కూర కూడ వండుకునే పరిస్థితి లేదు. వంటిట్లో కూరల బుట్ట ఖాళీ.. ఫ్రిజ్ లో పాలు.. పెరుగు తప్ప ఏకూర కనపడం లేదు. జిహ్వ చాపల్యానికి తాళం వేసి మరీ వారంలో ఎక్కువ సార్లు ఉల్లిగడ్డ, ఆలుగడ్డ, కోడిగుడ్డుతో అడ్జెస్ట్ అయితున్నారు. ఎండాకాలం ఇండ్లలో కాయగూరలు పెంచుకోవడం ఎట్లాగు కుదరదు. కానీ, ఇప్పుడు వానాకాలం వచ్చింది. ఇంటి దగ్గర ఏదో కొద్దిగా మూలలో ఏదో విత్తనం నాటితే కాస్తంతా పొట్టనిండా కూడు తినొచ్చు. ఫస్ట్ వాన పడగానే పల్లెల్లో రైతులు పొలాల్లో విత్తనాలు వేస్తారు. ఇక ఇంటిదగ్గర పెరట్లో కట్టె పుల్లతో ఇట్లా అని చిక్కుడు, తోటకూర, బచ్చలి ఇలా ఓపికను బట్టి రకరకాల విత్తనాలు పెడ్తారు. కొన్ని మొక్కలు ఇంటి చుట్టూ తీగలా వచ్చి .. వినాయకచవితి నుంచి దీపావళి, సంక్రాంతి వరకు కూరగాయల మార్కెట్ కు వెళ్లే అవసరం లేకుండా చేస్తాయి. టౌన్ లు, సిటీల్లో ఉన్నవాళ్లు కూడా ఈ కూరగాయలను పండించుకోవచ్చు. . గ్రౌండ్ ఫ్లోర్ లో కాకుండా ఫస్ట్‌ఫ్లోర్, సెకండ్ ఫ్లోర్ ఇలా నివసించేవారు టెర్రస్ మీద, బాల్కనిలో తొట్టిలు, బ్యాగులు పెట్టి పెంచుకునే కాయగూర మొక్కలు కూడా ఉన్నాయి. వీటికి ఎరువులు అక్కర్లేదు. పురుగుల మందు అవసరం రానే రాదు. వానదేవుడు మోహం చాటేసినప్పుడు కొన్ని నీళ్లుపోస్తే చాలు.. ఎంచక్కా.. ఇంట్లోనే పండిన కూరలను ఆస్వాదించవచ్చు.

దోసకాయ: వానాకాలంలో మంచిగ పండే కాయగూరల్లో దోసకాయ ఒకటి. దోసకాయ విత్తు వేసిన చోట మంచి మట్టి ఉండేటట్టు చూసుకోవాలి. ఎండ బాగ తగిలే ప్లేస్ పెట్టి.. రోజూ కొన్నినీళ్లు పోస్తే చాలు. వీటిని తొట్టెల్లో కూడా పెంచొచ్చు. దోసకాయ ఇత్తులు మార్కెట్ లో తక్కువ ధరకే దొరుకుతాయి. దోసకాయను ఎండబెట్టి...ఈజీగా ఇంట్లోనే విత్తనాలను చేసుకోవచ్చు.

బెండకాయ: మనదేశంలో ఎక్కువ మంది ఇష్టపడే కాయగూరల్లో మొదటిస్థానం బెండకాయదే! అయితే, బెండకాయ పొలాల్లో మాత్రమే పండే కాయగూర అనుకుంటారు చాలామంది. ఈ మాట కేవలం ఎండాకాలానికే సరిపోతుంది. వాసకాలంలో బెండకాయ ఇంటి దగ్గరే హాయిగా పండించుకోవచ్చు. బాల్కనీలో తొట్టెలు పెట్టి అప్పుడప్పుడు నీళ్లు పోస్తే చాలు! గోడ దగ్గరపెడితే ఈ చెట్లు చూసేవాళ్లకు అందంగా కనిపిస్తాయి.

టొమాటో: మన దగ్గర ఎనభై శాతం కూరల్లో కచ్చితంగా టొమాటో ఉండాల్సిందే! వాస్తవానికి ఇది టొమాటోపండు. దీంట్లో సి -విటమిన్ పుష్కలం. మురిగిపోయిన టొమాటోలు పెరట్లో ఏదో ఒక మూలకు పారేస్తేనే.. ఒక్కవాన పడగానే నారు పెరుగుతది. ఈ వానాకాలంలో అన్నింటికన్నా.. ఈజీగా పెరిగే వాటిలో టొమాటోనే నంబర్ వన్. వీటిని కూడా తొట్టిల్లో పెంచుకోవచ్చు. టొమాటో విత్తనాలు కూడా టొమాటోల్ని ఎండబెట్టి చేసుకోవచ్చు.

ముల్లంగి : ముల్లంగి అంటే తెల్వనోళ్లు చాలామంది ఉంటారు. ఇక, దాన్ని కొత్తగా చూసినవాళ్లు ఇది ఎక్కడ పండిస్తారోనని డౌట్ పడ్తారు. ముల్లంగితో ఎన్నో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి. సలాడ్,సాంబార్లో వేస్తే.. లొట్టలేసుకుని తింటరు. ఇంకా ఎన్నో కూరల్లో ముల్లంగి స్పెషల్? గా వాడతారు. వానాకాలంలో ముల్లంగి ప్రయోగాన్ని ఇంటిపట్టునే చేయొచ్చు. ముల్లంగి విత్తనాలు మార్కెట్ లో దొరుకుతాయి.

తీగలు: ఇంట్లో ఇంచు స్థలం ఉన్న చాలు అక్కడో విత్తనం పడేస్తే.. అవి ఇంటిమీదికి తీగ పారి గంపెడు కాయగూరల్ని ఇస్తాయి.. మీకే కాదు మీరు తిన్నంక మిగిలిన వాటిని పక్కింటోళ్లకు ఇవ్వవచ్చు. అలాంటి వాటిలో బీరకాయ, పొట్లకాయ, ఆనపకాయ, గుమ్మడికాయ, కాకరకాయ చిక్కుడు కాయ ముందు వరసలో ఉంటాయి.

ట్రైంకి వాసలు పడకుంటే.. రోజుకోసారి వాటి మొదళ్ల తడిపితే చాలు! ఇవి ఏ మట్టిలోనైనా పెరుగుతయి. ఎలాంటి ఎరువులూ, కెమికల్స్ వీటికి అవసరం లేదు. వీటిని తొట్టిలో పెట్టికూడా తీగలు ఇంటిపైకి తీగలు పారించుకోవచ్చు.

ప్లాస్టిక్, యూరియా, కల్తీ చక్కెరను కనిపెట్టండిలా

నేటి రోజుల్లో స్వచ్ఛమైన ఆహారం దొరకడం కష్టంగా మారిపోయింది. అధిక లాభాలు పొందాలన్న ఆలోచనతో ఆరోగ్యానికి ఎంతో హాని కలిగించే రసాయనానలు కలిపి ప్రతి ఆహారాన్ని కల్తీ చేసి అమ్మేస్తున్నారు. స్వచ్ఛమైన వస్తువుకు, కల్తీ వస్తువుకు మధ్య తేడాను గుర్తించడం కష్టంగా మారిపోతుంది. అదేవిధంగా, ఈ రోజుల్లో కొంతమంది చక్కెరను కూడా కల్తీ చేసి అమ్ముతున్నారు. పంచదారలో యూరియాను కలిపి అమ్మేస్తున్నారు. వీటితో పాటు చిన్న చిన్న ప్లాస్టిక్ ముక్కలను పొడి చేసి కలుపుతున్నారు. చాక్ పౌడర్, తెల్ల ఇసుక కలిపి కల్తీ చక్కెరను తయారు చేస్తున్నారు. ఈ విషపూరిత చక్కెరను తినడం వల్ల ఎన్నో ప్రాణాంతక రోగాల బారిన పడుతున్నారు. ఇలా కల్తీ అయిన చక్కెరను ఎలా గుర్తించాలో ప్రతి ఒక్కరూ తెలుసుకోవాలి.

క్యాన్సర్ కారకం...

ఇలాంటి కల్తీ చక్కెర తీసుకోవడం వల్ల ఆరోగ్యంపై చాలా చెడు ప్రభావం పడుతుందని ఆరోగ్య నిపుణులు అంటున్నారు. ఇలా పంచదారను తినడం వల్ల విరేచనాలు, గుండె జబ్బులు, మధుమేహం, అలెర్జీల ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది. ప్లాస్టిక్ చక్కెర తినడం వల్ల క్యాన్సర్ ప్రమాదం పెరుగుతుంది. అంతేకాకుండా పంచదారలో కలిపిన యూరియా వల్ల కిడ్నీలకు చాలా హానికరం.

ఇలా కనిపెట్టండి...

కల్తీ చక్కెరను గుర్తించడానికి ఎఫ్ఎస్ఎస్ఏఐ కొన్ని సులభమైన మార్గాలను ఇచ్చింది. దీని సహాయంతో మీరు స్వచ్ఛమైన పంచదరాను, కల్తీ చక్కెరను సులభంగా గుర్తించవచ్చు. చక్కెరలో సున్నం లేదా ప్లాస్టిక్ పొడి ఉందో లేదో తనిఖీ చేయడానికి చిన్న పరీక్ష చేయాలి. ఇందుకోసం ఒక గాజు గ్లాసులో నీటిని తీసుకోండి. ఆ నీటిలో ఒక టీస్పూన్ పంచదార వేసి కరిగించాలి. పంచదార నీటిలో బాగా కరిగితే అది స్వచ్ఛంగా ఉంటుంది. అలా కాకుండా నీళ్లలో కొన్ని కణాలు కరగకుండా చిన్నగా కనిపిస్తూ ఉంటే అది కల్తీదని అర్థం. ప్లాస్టిక్ కణాలు కలిస్తే దాని కణాలు నీటి కింది భాగంలో గడ్డకట్టుకుపోవడం కనిపిస్తుంది.

చక్కెరలో యూరియాను కలిపి ఉంటే ఎఫ్ఎస్ఎస్ఏఐ మరో సులభమైన మార్గాన్ని సూచించింది. ఇందుకోసం నీటిలో పంచదారను కలిపి కరిగించాలి. ఆ నీరు అమ్మోనియా వాసన వస్తే అది కల్తీ చక్కెర అని అర్థం. వాసన రాకపోతే పంచదార స్వచ్ఛమైనది అర్థం చేసుకోవాలి.

స్వచ్ఛమైన పంచదారను కూడా అతిగా తింటే సమస్యలు తప్పవు. శరీరానికి అవసరమైనదానికంటే అధికంగా పంచదారను తింటే అధిక నిద్ర వచ్చేస్తుంది. తీవ్ర అలసటగా అనిపిస్తుంది. కొందరిలో మొటిమల సమస్యలు ఎక్కువైపోతాయి. పొట్ట భాగంలో కొవ్వు పెరుగుతుంది. త్వరగా బరువు పెరిగే అవకాశం ఎక్కువ. చక్కెర అధికంగా ఉన్న ఆహారం తినడం వల్ల ఇతర ప్రాణాంకత వ్యాధులు కూడా వచ్చే ప్రమాదం ఎక్కువే. కాబట్టి పంచదారను ఎంత తక్కువగా తింటే మంచిది.

జుట్టు ఒత్తుగా పెరగాలంటే

ఈ శ్రీలంక ఆయిల్ వాడాల్సిందే..

మారుతున్న వాతావరణం ఆరోగ్యంతో పాటు జుట్టును కూడా దెబ్బతీస్తుంది. ముఖ్యంగా చెమట ధూళి కారణంగా జుట్టు రాలడం ప్రతి ఒక్కరు ఎదుర్కొనే సమస్య. తల దువ్వుతున్నప్పుడు జుట్టు గుప్పిళ్ల కొద్దీ ఊడిపోతూ ఉంటుంది. ఇది చాలామందిలో డిప్రెషన్ కు దారితీస్తుంది. అయితే ఈ సమస్యకు చెక్ పెట్టడానికి చాలా ఉత్పత్తులు వాడి ప్రయోజనం లేక నిరాశ పడుతుంటారు. అలాంటి వారికి మెరుగ్గా ఉపయోగపడేదే శ్రీలంక హెర్బల్ హెయిర్ ఆయిల్. శ్రీలంక ప్రజలు సాంప్రదాయ పద్ధతిలో తయారుచేసే ఈ ఆయిల్ జుట్టు రాలడాన్ని నియంత్రించడమే కాకుండా జుట్టు ఆరోగ్యంగా, ఒత్తుగా పెరిగేలా కూడా చేస్తుంది. ఈ నూనెను ఎలా తయారు చేయాలో.. దీనికి కావలసిన పదార్థాలేంటో తెలుసుకుంటే..

జాగ్రత్త.. బొప్పాయిని ఈ ఆహారాలతో కలిపి అసలు తినకూడదు..!

కావలసిన పదార్థాలు.. కొబ్బరినూనె.. 3 కప్పులు,,సన్ ఫ్లవర్ నూనె.. 1 కప్పు,,నువ్వుల నూనె.. 1 కప్పు, ఆలివ్ నూనె.. 1 కప్పు, బృంగరాజ్ పొడి.. 2 టీస్పూన్లు, ఉసిరి పొడి.. 2 టీస్పూన్లు, మందార పువ్వు పొడి.. 1 టీస్పూన్,శీకాకాయ పొడి.. 1 టీస్పూన్, కుంకుడు కాయ పొడి.. 1 టీస్పూన్, గోరింటాకులు.. 1 కప్పు, కరివేపాకులు.. గుప్పెడు

ఈ 5 ఆహారాలు తింటూ ఉంటే చాలు.. పోషకాహార లోపం మిమ్మల్ని టచ్ చేయదు..!

తయారువిధానం..

స్టౌ మీద ఇనుప బాణిలి ఉంచి అందులో పైన చెప్పుకున్న నూనెలను అన్నీ వేసి తక్కువ మంట మీద ఉడికించాలి. నూనె వేడి అయ్యాక అందులో పైన చెప్పుకున్న పొడులు, ఆకులు అన్నీ వేసి సన్నని మంట మీద ఉడికించాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని సుమారు 30 నిమిషాలు సన్నని మంట మీద ఉడికించిన తరువాత స్టౌ ఆఫ్ చేయాలి. నూనె చల్లారిన తరువాత ఫిల్టర్ చేసి గాజు సీసాలో నిల్వచేసుకోవాలి. ఈ నూనెను అలాగే నేరుగా అప్లై చేయవచ్చు. లేదంటే అప్పటికప్పుడు కొద్ది నూనెను వేడి చేసి గోరువెచ్చగా జుట్టుకు పట్టించవచ్చు. ఈ నూనెను సన్నని మంట మీద ఉడికించాలి తప్ప పెద్ద మంట మీద ఉంచకూడదు. దీన్ని కనీసం ఒక నెలరోజుల పాటూ కంటిన్యూగా వాడితే మెరుగైన ఫలితాలు ఉంటాయి.

మొబైల్ ఛార్జింగ్‌లో 80:20 నియమం అంటే ఏమిటో మీకు తెలుసా?

స్మార్ట్‌ఫోన్‌ల యుగంలో జీవితం కూడా స్మార్ట్‌గా మారిపోయింది. స్మార్ట్‌ఫోన్‌లపై ప్రజల్లో క్రేజ్ పెరుగుతోంది. అన్ని పనులు ఈ ఫోన్ ద్వారానే జరుగుతాయి. ఫోన్‌లో పెరుగుతున్న బిజీ కారణంగా, దానిని ఛార్జ్ చేయడం చాలా ముఖ్యం. ఇది ఛార్జ్ చేయకపోతే మీ స్మార్ట్ ఫోన్ కేవలం బాక్స్‌గా మిగిలిపోతుంది. ఇలాంటి పరిస్థితుల్లో స్మార్ట్‌ఫోన్‌ను ఎలా ఛార్జ్ చేయాలో చాలామందికి తెలియదా? మీరు ఫోన్ బ్యాటరీని సరిగ్గా ఛార్జ్ చేస్తే, అది బ్యాటరీ జీవితాన్ని పెంచుతుంది. దీని కోసం మీరు ఎల్లప్పుడూ 80-20 నియమాన్ని గుర్తుంచుకోవాలి. ఫోన్ బ్యాటరీ చాలా ముఖ్యమైనది. కాలక్రమేణా బ్యాటరీ చెడిపోవడం ప్రారంభిస్తే, ఫోన్ కూడా పాడైపోతుందని అర్థం. అందువల్ల, ఫోన్ ఛార్జింగ్ కోసం కొన్ని నియమాలను అనుసరించడం చాలా ముఖ్యం. తద్వారా ఫోన్ త్వరగా పాడైపోదు.

వాస్తవానికి ఫోన్ బ్యాటరీ 0 శాతానికి చేరుకున్నప్పుడు మాత్రమే ఛార్జ్ చేయాలని చాలా భావిస్తుంటారు. కానీ అది సరైంది కాదంటున్నారు టెక్ నిపుణులు. అదే సమయంలో అది 100 శాతం చేయాలనుకుంటారు. మీరు కూడా ఇలా చేస్తే పొరపాటు చేస్తున్నట్లేనని అంటున్నారు. ఫోన్ బ్యాటరీని పూర్తిగా డిస్చార్జ్ చేయకూడదని లేదా పూర్తిగా ఛార్జ్ చేయకూడదని నిపుణులు అంటున్నారు. ఎప్పుడైనా సరే ఫోన్ ఛార్జింగ్ చేసేటప్పుడు 20:80 నిష్పత్తిని గుర్తుంచుకోవాలంటున్నారు. దీని అర్థం బ్యాటరీ 20 శాతం వద్ద ఉన్నప్పుడు దానిని ఛార్జ్ చేయాలి. అలాగే ఛార్జింగ్ 80 శాతానికి రాగానే డిస్‌ఛార్జ్ చేయాలి. దీనినే 20:80 నిష్పత్తి అంటారు. కొంతమంది నిపుణులు బ్యాటరీని 90 శాతం వరకు ఛార్జ్ చేయవచ్చని చెబుతుంటారు. మీరు ఈ నియమాన్ని పాటిస్తే మీ బ్యాటరీ లైఫ్ పెరుగుతుంది.

ఫోన్‌ను ఛార్జ్‌లో పెట్టి ఉపయోగించడం ప్రారంభించే వారు చాలా మంది ఉన్నారు. ఇది అస్సలు చేయకూడదు. ఫోన్ ప్రాసెసర్‌పై ఒత్తిడి పెంచడమే దీనికి కారణం. ఫోన్‌ను ఛార్జ్ చేస్తున్నప్పుడు, మీరు కంపెనీ నుండి అందుకున్న ఛార్జర్‌ని ఉపయోగించండి. ఇది కాకుండా, మీ ఛార్జర్ దెబ్బతిన్నట్లయితే, మీరు కంపెనీ ఛార్జర్‌ను మాత్రమే కొనుగోలు చేయాలి. కంపెనీ ఛార్జర్ కాకుండా ఇతర ఛార్జర్లను వాడినట్లయితే ఫోన్ త్వరగా పాడైపోయే అవకాశం ఉందంటున్నారు.

పానీపూరీ తింటే క్యాన్సర్ ఖాయం..

కర్ణాటక సర్కార్ కీలక నిర్ణయం!

ఏం తినాలన్నా భయమేస్తోంది.. ఏది తిన్నా క్యాన్సర్ అంటున్నారు.. ఏ పదార్థం గురించి తనిఖీ చేసినా క్యాన్సర్ కారకాలు ఉన్నాయంటున్నారు. ఈ కెమికల్స్, రసాయానాల సంగతి అటు ఉంచితే హెటల్, రెస్టారెంట్ నుంచి ఏం కొనాలన్నా చెమటలు పడుతున్నాయి. ఎందుకంటే చికెన్ బిర్యానీ ఆర్డర్ చేస్తే అందులో బొద్దింకలను కలిపి కీటకాల బిర్యానీ అందిస్తున్నారు. నల్లీ బిర్యానీ ఆర్డర్ చేస్తే బల్లి బిర్యానీ ఇస్తున్నారు. సరే ఈ బిర్యానీలన్ని కాస్త ఖర్చుతో కూడు కున్నవి. డబ్బులు ఉంటే కొను కొవచ్చు లేదంటే లేదు.. అయితే పేద, మద్య తరగతి నుంచి ధనికులు వరకు ఎక్కువగా కుమ్మేసే పానీపూరీలను కూడా తినలేని దుస్థితి దాపరించడం దుర్మార్గం. సామాన్యులకు అత్యంత ఇష్టమైన పానీపూరీలోనూ క్యాన్సర్ కారకాలు ఉండడం బాధాకరం!. కర్ణాటకలోని పానీపూరీ షాప్‌లపై ఫుడ్ సేఫ్టీ అధికారులు తనిఖీలు చేశారు. పానీపూరీ శాంపిల్స్‌ను పరీక్షించారు. ఈ పరీక్షల్లో షాకింగ్ విషయాలు వెలుగుచూశాయి. కర్ణాటకలో అమ్ముడవుతున్న పానీపూరీలు ఆరోగ్యానికి హానికరమైనవని ఫుడ్ సేఫ్టీ అధికారులు తేల్చారు. సేకరించిన 260 శాంపిల్స్‌లో 41 శాంపిల్స్‌లో ఆర్టిఫిషియల్ కలర్స్, క్యాన్సర్‌కు కారణమయ్యే కార్సినోజెనిక్ ఏజెంట్లను అధికారులు గుర్తించారు. ఇందులో 18 శాంపిల్స్ అయితే అసలు మనుషులు తినడానికి పనికిరావని తేలింది. పానీపూరీ సాస్, స్వీట్ చిల్లీ పౌడర్‌లో క్యాన్సర్ కారక రసాయనాలు ఉన్నట్లు అధికారుల తనిఖీల్లో తేలింది. చాలా శాంపిళ్లలో సన్ సెట్ యెల్లో , బ్రిలియంట్ బ్లూ, కార్మోసిన్ రంగులు ఉన్నట్లు గుర్తించారు. ఇక 19 శాంపిళ్లలో సింథటిక్ కలర్స్ ఉన్నాయి. దీంతో కర్ణాటక సర్కార్ సీరియస్ అయ్యింది. పానీపూరీ తయారీలో ఆర్టిఫిషియల్ కలర్స్‌తో తయారు చేసే సాస్‌లు, స్వీట్ చిల్లీ పౌడర్లను రాష్ట్రవ్యాప్తంగా నిషేధించే ఆలోచనలో అక్కడి ప్రభుత్వం ఉంది. నిజానికి కర్ణాటకలో 2023లో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వచ్చినప్పటి నుంచి ఫుడ్ సేఫ్టీపై బాగా ఫోకస్ చేసింది. ప్రజల ఆరోగ్యంతో చెలగాటమాడుతున్న గోబీ మంచూరియన్‌ను ముందుగా బ్యాన్ చేసింది. ఆ తర్వాత కబాబ్‌లు, చికెన్, చేపలు, శాఖాహార వంటకాలతో సహా వివిధ ఆహార పదార్థాల్లో కృత్రిమ రంగులను ఉపయోగించడాన్ని నిషేధించింది. తెలంగాణ ప్రభుత్వం సైతం ఇటీవల హెటల్స్, రెస్టారెంట్లపై వరుసగా దాడులు నిర్వహిస్తోంది. నిబంధనలకు విరుద్ధంగా వ్యవహరిస్తూ ఫుడ్ కలర్స్ వాడేవారిపై చర్యలు తీసుకుంటుంది. పరిశుభ్రత పాటించని వారిపై సైతం కఠినంగా వ్యవహరిస్తోంది. ఈ నేపథ్యంలో తెలంగాణ సర్కార్ సైతం ఇలాంటి పదార్థాలపై ఎలాంటి చర్యలు తీసుకుంటుందనే చర్చ సాగుతోంది.

భూమిపై ఏ జీవి కూడా మిగలదు..!

భూమిపై మనుషులు, జంతువులు సహా ఏ ప్రాణి కూడా జీవించదని, భూమి పూర్తిగా నాశనమైపోతుందని శాస్త్రవేత్తలు షాకింగ్ విషయాలు తెలిపారు.ఢిల్లీ మెయిల్ నివేదిక ప్రకారం, బ్రిస్టల్ యూనివర్సిటీ శాస్త్రవేత్తలు కంప్యూటర్ సిమ్యులేషన్ టెక్నాలజీని ఉపయోగించి ఈ పరిశోధనను చేపట్టారు. ఇందులో మరో 250 మిలియన్ సంవత్సరాల తర్వాత భూమిపై ప్రళయం సంభవించే అవకాశం ఉందని కనుగొన్నారు. శాస్త్రవేత్తల ప్రకారం, భూమి ఉష్ణోగ్రత 70 డిగ్రీల సెల్సియస్‌కు చేరుకుంటుంది. ఇలాంటి వాతావరణంలో భూమిపై ఏ జీవి జీవించలేదు. వేడి కారణంగా అన్నీ నశిస్తాయని తెలిపారు.మనం భూమి నుండి కార్బన్‌ను బయటకు పంపే రేటు కారణంగా ఈ విపత్తు త్వరలో సంభవించే అవకాశం ఉందని శాస్త్రవేత్తలు అంటున్నారు. 66 మిలియన్ సంవత్సరాల క్రితం ఇలాంటిదే జరిగిందని, దాని కారణంగా డైనోసార్‌లు చనిపోయాయని తెలిపారు. ఆ సమయంలో ప్రపంచంలో కార్బన్ డయాక్సైడ్ స్థాయి బహుశా ఇప్పుడు ఉన్న దానికంటే రెండింతలు ఎక్కువగా ఉంటుందని పరిశోధనా బృందం అధిపతి అలెగ్జాండర్ ఫార్న్స్‌వర్త్ చెప్పారు. దీని కారణంగా, శరీరం వేడిగా ఉంటుంది. ప్రజలు చనిపోతారు. భూమి మొదట వేడెక్కుతుందని, ఆ తర్వాత పొడిగా ఉంటుందని, చివరకు నివాసస్థలం మారుతుందని శాస్త్రవేత్తలు చెబుతున్నారు. అంతే కాకుండా వేడికి తట్టుకోలేక అగ్నిపర్వతాలు పేలిపోతాయని, భూమి పై చాలా వరకు అగ్నిపర్వతాలతో కప్పబడి ఉంటుందని కూడా చెబుతున్నారు.అలా జరగటం వల్ల అది పెద్ద మొత్తంలో కార్బన్ డయాక్సైడ్‌ను విడుదల చేస్తుంది. దీంతో ప్రజలు,జంతువులు ఊపిరి పీల్చుకోవడానికి ఇబ్బంది పడి క్రమంగా భూమిపై నశిస్తాయని శాస్త్రవేత్తలు హెచ్చరిస్తున్నారు.

పిల్లలకు పౌష్టిక ఆహారం అదించడం అంటే పెద్ద టాస్కే కదా..

పిల్లలకు పౌష్టిక ఆహారం అదించడం అంటే పెద్ద టాస్కే కదా. వీరికి మంచి ఆహారం అందించాలి. బయట తయరు చేసిన వాటిని పిల్లలకు పెట్టడం మంచిది కాదు. ఎన్నో రకాల పదార్థాలు కల్తీ అవుతున్న ఈ కాలంలో పిల్లల విషయంలో జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. మరి వీరికి పౌష్టికాహారం ఎలా అందించాలి అను కుంటున్నారా? ఇప్పుడు మంచి పోషకాలు కలిగిన ఓ ఆహారం గురించి తెలుసు కుందాం. అదే ఉగ్గు. ఉగ్గులో చాలా పోషకాలు, విటమిన్లు ఉంటాయి. దీన్ని ఆరు నెలల పిల్లలకు మాత్రమే తినిపించాలి. బయట నుంచి తీసుకొని వచ్చే సెర్లాక్ లకు బదులు పిల్లలకు ఉగ్గు అందివవ్వడే ఉత్తమం అంటారు పెద్దలు. ఎందుకంటే ఈ ఉగ్గు ద్వారా పిల్లలకు అన్ని రకాల విటమిన్లు, పోషకాలు అందించవచ్చు. దీన్ని బియ్యం, పప్పులతో తయారుచేస్తారు. మరి మీ పిల్లలకు దీన్ని పెట్టాలి అనుకుంటున్నారా? బియ్యం, కందిపప్పు, పెసరపప్పు, మినపప్పు, శనగపప్పు, బాదం, క్యాష్ నట్స్ . బియ్యం తీసుకున్న దానిలో పావు వంతు ఈ పప్పులు తీసుకోవాలి. బియ్యాన్ని నీళ్లతో శుభ్రంగా కడికి ఫ్యాన్ గాలికి ఆరబెట్టాలి. అలాగే పప్పులను కూడా కడిగి ఎండలో ఎండబెట్టాలి. ఫస్ట్ స్టవ్ ఆన్ చేసి ఒక బౌల్లో వన్ టేబుల్ స్పూన్ నెయ్యి వేసి బియ్యని దొరగా వేయించాలి. వాటిని పక్కకి పెట్టి, పప్పులు కూడా కొంచెం నెయ్యి వేసి దొరగా వేయించుకోవాలి. వేడి చల్లారిన తరువాత వీటిని వేరువేరుగా మెత్తగా పౌడర్ చేసుకోవాలి. ఈ పౌడర్ ని జల్లడ పట్టాలి. అంతే ఉగ్గు పౌడర్ రెడీ అయినట్టే. ఉగ్గు తయారు చేసే విధానం: ఒక గిన్నె లో టీ గ్లాస్ వాటర్ తీసుకొని స్టవ్ ఆన్ చేసి నీటిని బాగా మరగించాలి. మరొక గ్లాస్ లో టేబుల్ స్పూన్ ఉగ్గు పౌడర్ను కొన్ని వాటర్ లో కలిపి ఆ మరిగే నీటిలో పోసి బాగా కలపాలి. లేకపోతే ఉండలు కడుతాయి. మెత్తగా జారుడుగా అవ్వాలి. అప్పుడు ఉగ్గు తయారు అయినట్టు. చల్లారిన తర్వాత తినిపిస్తే సరిపోతుంది. ఈ ఉగ్గు ఎప్పటికప్పుడు ఫ్రెష్ గా తయారుచేసి పిల్లలకు పెట్టాలి.

అమరావతి నుంచి హైదరాబాద్‌కు కేవలం 3 గంటల్లోనే

తెలుగు రాష్ట్రాల రాజధానుల మధ్య వేగ వంతమైన ప్రయాణానికి అడుగులు పడుతున్నాయి. ఏపీ, తెలంగాణ రాష్ట్రాల మధ్య కీలకమైన బీబీనగర్ - నల్లపాడు రెండో రైల్వే లైను ప్రాజెక్టు పనులు ప్రారంభమయ్యాయి. ప్రాజెక్టు తొలి దశలో భాగంగా ఈ మార్గాల మధ్య రెండో రైల్వే లైన్ నిర్మాణం, విద్యుద్దీకరణ పనులు ప్రారంభ మయ్యాయి. ప్రాజెక్టు పనులు పూర్తి అయితే ఏపీ రాజధాని అమరావతి నుంచి తెలంగాణ రాజధాని హైదరాబాద్‌కు కేవలం మూడు గంటల్లో చేరుకోవచ్చు.ఈ పనులు సకాలంలో పూర్తయ్యితే రెండు రాజధానుల మధ్య సులువుగా రాకపోకలు సాగించవచ్చని రైల్వే అధికారులు చెప్తున్నారు.

జామున్ లో పుష్కలమైన పోషకాలు..

దయాబెటిక్ రోగులకు ఔషధం..!

వర్షాకాలంలో రుచికి, ఆరోగ్యానికి రెండింటికీ మేలు చేసే కొన్ని విషయాలు ఉన్నాయి. వీటిలో ఒకటి జామున్, దీనిని ఇండియన్ బ్లాక్‌బెర్రీ లేదా బ్లాక్ ప్లం అంటారు. ఈ పండును వర్షాకాలంలో తప్పనిసరిగా తినాలి. చాలా మంది దాని పుల్లని, ఆస్ట్రిజెంట్ లేదా చప్పగా ఉండే రుచిని ఇష్టపడరు. కానీ ఈ బెర్రీలు తీపిగా కూడా ఉంటాయి. ముఖ్యంగా దయాబెటిక్ పేషెంట్లు బ్లాక్బెర్రీస్ తప్పనిసరిగా తినాలి. బ్లాక్బెర్రీస్ తినడం వల్ల కలిగే ప్రయోజనాలను ఇప్పుడు తెలుసుకుందాము. జామూన్‌లో విటమిన్ ఎ, సి పుష్కలంగా ఉంటాయి. జామున్ ఇనుము, కాల్షియం, పొటాషియం, మెగ్నీషియం వంటి పోషకాలకు గొప్ప మూలం. కావున , బ్లాక్‌బెర్రీస్ తినడం వల్ల శరీరంలో హిమోగ్లోబిన్ పెరుగుతుంది. జామున్‌లో ఫ్లేవనాయిడ్‌లు, ఆంథోసైనిన్‌లు, ఫినోలిక్ సమ్మేళనాలు ఉంటాయి. ఇవి యాంటీ ఆక్సిడెంట్లుగా పని చేస్తాయి. ఇది క్యాన్సర్ వంటి ప్రాణాంతక వ్యాధుల నుంచి రక్షిస్తుంది. అంతేకాదు గుండె జబ్బులు , మధుమేహం వచ్చే ప్రమాదం కూడా తగ్గుతుంది. జామున్‌లో జంబోలన్ అనే సమ్మేళనం ఉంటుంది. ఇది పిండి పదార్థాన్ని చక్కెరగా మార్చే ప్రక్రియను నెమ్మదిస్తుంది. దీని వల్ల దయాబెటిక్ పేషెంట్లకు ఇది చాలా మేలు చేస్తుందని చెబుతారు నిపుణులు. బ్లాక్బెర్రీస్ రక్తంలో చక్కెర స్థాయిని, ఇన్సులిన్ సెన్సిటివిటీని నిర్వహించడంలో సహాయపడతాయి. ఇది కాకుండా, జీర్ణశక్తి తక్కువగా ఉన్నవారు కూడా ప్రతిరోజూ బ్లాక్బెర్రీస్ తినాలి. ఇవి ఆహారాన్ని జీర్ణం చేసే ఎంజైమ్‌లను పెంచి మలబద్ధకం వంటి సమస్యల నుంచి ఉపశమనం కలిగిస్తాయి. జామూన్ లోని ఆస్ట్రింజెంట్ రుచి చిగుళ్ళలో బ్యాక్టీరియా వృద్ధిని నిరోధిస్తుంది. అలాగే చిగుళ్ళ వాపును తగ్గిస్తుంది. నోటిపూత, నోటి దుర్వాసన వంటి సమస్యలలో కూడా జామున్ చాలా మేలు చేస్తుంది. వర్షాల సమయంలో చర్మం పొడిబారడం, మొటిమలు వంటి సమస్య ఉన్నవారు బెర్రీలు తినాలి. ఇది రక్తాన్ని శుద్ధి చేస్తుంది. అలాగే చర్మ బ్యాక్టీరియాను తొలగిస్తుంది.

దయాబెటిస్ ఉందా? రైస్ తినాలా వద్దా?

దయాబెటిస్ ఉంటే అన్నానికి కాస్త దూరంగా ఉండాలి అంటారు నిపుణులు. తెలుగు ప్రజలకు అన్నం తినడం అంటేనే ఇష్టం. అలాంటిది పూర్తిగా అన్నం మానేయమంటే మానేస్తారా? మరి అన్నం విషయంలో వైద్యులు ఏమంటున్నారో తెలుసా? దయాబెటిస్ ఉన్నవారు పూర్తిగా అన్నం తినడం మానేయాల్సిన అవసరం లేదంటున్నారు. డైలీ డైట్‌లో అన్నాన్ని చేర్చుకోవచ్చుని.. కానీ క్రమ పద్ధతిలో తినాలి అంటున్నారు డైటీషియన్ లు. కేవలం రోజుకు ఒకసారి 30-40 గ్రాముల బియ్యం తీసుకోవాలి అని.. దీని వల్ల బరువు కూడా కంట్రోల్ లో ఉంటుంది అంటున్నారు. ఇందులో అంటే 30-40 గ్రాముల బియ్యంలో 150 నుంచి 170 కేలరీలు ఉంటాయట. ఇలా తినడం వల్ల బరువు పెరగరని, శరీరం కూడా ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది అంటున్నారు నిపుణులు. బియ్యంలో కార్బోహైడ్రేట్స్ ఎక్కువగా ఉంటాయి. దీనివల్ల గ్లైసెమిక్ ఇండెక్స్ పెరుగుతుంది. కాబట్టి, షుగర్ స్పైక్‌ను నియంత్రించడానికి, బియ్యంతో తగినంత ప్రోటీన్ ఫైబర్ తినాలని సూచిస్తున్నారు. అంటే కూరగాయలు, చేపలు, చికెన్, సలాడ్ వంటివి తీసుకోవడం ముఖ్యం. మధ్యాహ్నం లేదా జిమ్, వ్యాయామం చేసిన తర్వాత అన్నం తినాలి అని సూచిస్తున్నారు నిపుణులు. ఈ సమయంలో అన్నం తినడం వల్ల ఆ తర్వాత పనుల మీద తిరుగుతూ నడుస్తూ ఉంటారు కాబట్టి సమస్య ఉండదు. దీనివల్ల బరువు పెరగరు. బరువు కూడా అదుపులో ఉంటుంది.

బాత్‌రూమ్‌లో కూర్చొని రీల్స్ స్క్రోల్ చేస్తున్నారా?.. వెంటనే ఆపలేదో.. మీ బాడీ షెడ్డుకే!

సోషల్ మీడియా అందుబాటులోకి వచ్చాక పిల్లల నుంచి పెద్దల వరకు ప్రతి ఒక్కరూ ఫోన్‌లకే అతుక్కుపోతున్నారు. ఉదయం లేచినప్పటి నుంచి రాత్రి పడుకునేదాకా.. సోషల్ మీడియా ప్రపంచంలోనే బ్రతికేస్తున్నారు. కొంతమందైతే బాత్‌రూమ్‌లోనూ ఫోన్ చూస్తూ గంటల తరబడి కూర్చుంటున్నారు. కానీ ఇలా ఎక్కువ సమయం బాత్రూమ్‌లో రీల్స్ చూస్తూ ఉడడం వల్ల అనేక అనారోగ్య సమస్యలు వస్తాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. అవెంటో ఇక్కడ తెలుసుకుందాం. టెక్నాలజీ రోజురోజుకూ పెరుగుతోంది. మన జీవనశైలి కూడా అంతే. స్మార్ట్‌ఫోన్‌లు జీవితంలో ఒక ముఖ్యమైన భాగంగా మారాయి. కొంతమందైతే బాత్‌రూమ్‌లోనూ ఫోన్ చూస్తూ గంటల తరబడి కూర్చుంటున్నారు. ఈ అలవాటు చాలా మందికి రోజువారీ దినచర్యగా మారింది. ఇప్పుడు ఈ అలవాటు పెద్ద ప్రభావం చూపకపోయినా.. కాలక్రమేణా, తీవ్రమైన ఆరోగ్య పరిణామాలను కలిగిస్తుంది. ఇది మీ ప్రేగుల ఆరోగ్యాన్ని నాశనం చేయడమే కాకుండా హేమోరాయిడ్ల ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది. టాయిలెట్‌లో మీరు ఫోన్‌ను ఉపయోగించడం వల్ల ఇంకా ఎలాంటి సమస్యలు వస్తాయో చూద్దాం. ఎయిమ్స్, హార్వర్డ్, స్టాన్‌ఫోర్డ్‌లలో శిక్షణ పొందిన గ్యాస్ట్రోఎంటరాలజిస్ట్ డాక్టర్ సౌరభ్ సేథి ప్రకారం.. టాయిలెట్‌లో కూర్చుని స్మార్ట్‌ఫోన్‌లను ఉపయోగించే వారికి హెమోరాయిడ్స్ వచ్చే అవకాశం 46% ఎక్కువగా ఉన్నట్టు ఆయన తెలిపారు. ఇందుకు ప్రదాన కారణం ఎక్కువసేపు ఒకే స్థితిలో కూర్చోవడమే అంటున్నారు నిపుణులు. అధిక పీడనం వల్ల మలద్వారం, పురీషనాళంలోని సిరల్లో వాపు వస్తుందని.. ఇది మూలవ్యాధికి వచ్చే అవకాశాన్ని పెంచుతుందని ఆయన తెలిపారు. ఆహారం, వయస్సు, బరువు, శారీరక శ్రమ వంటి అనేక అంశాలను పరిగణనలోకి తీసుకున్న తర్వాత కూడా, టాయిలెట్‌లో కూర్చుని ఫోన్ ఉపయోగించడం వల్ల మూలవ్యాధి ప్రమాదంపై బలమైన ప్రభావం చూపుతుందని పరిశోధకులు చెబుతున్నారు స్మార్ట్‌ఫోన్ వినియోగదారులలో దాదాపు 37 శాతం మంది ఐదు నిమిషాల కంటే ఎక్కువ సమయం టాయిలెట్‌లో గడుపుతున్నారని అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి. ఐదు నిమిషాలు అంతగా అనిపించకపోవచ్చు, కానీ ఎక్కువసేపు కూర్చోవడం వల్ల అనేక మన శరీరంలోని అనే భాగాలపై నిరంతరం ఒత్తిడి పడుతుంది. ఇది కాలక్రమేనా అలవాటుగా మారినప్పుడు, అది క్రమంగా పురీషనాళంలోని సిరలను బలహీనపరుస్తుంది. మలవిసర్జన సమయంలో ఒత్తిడికి గురికావడం అనేది మూలవ్యాధికి ఒక సాధారణ కారణమని మనని ఆయన చెబుతున్నారు. అలాగే, ఎక్కువసేపు టాయిలెట్‌లో కూర్చోవడం వల్ల రక్త ప్రసరణ దెబ్బతింటుంది, ముఖ్యంగా కాళ్లలో. డీప్ వెయిన్ థ్రాంబోసిస్ లేదా ఇప్పటికే ఉన్న ప్రసరణ సమస్యలు మరింత తీవ్రమవడానికి ఇది ఒక ప్రధాన అంశం. కాబట్టి మీరు బాత్రూంలో ఎక్కువ సమయం గడుపుతున్నట్టు అయితే వెంటనే ఈ అలావాటును మానుకోండి.

వాషింగ్ మెషిన్ నుంచి దుర్వాసన వస్తుందా? ఖర్చు లేని చిట్కా..

వాషింగ్ మెషిన్ అనేది ఇప్పుడు మన దైనందిన జీవితంలో ఒక భాగం. అయితే, కొన్నిసార్లు అందులో నుంచి వచ్చే దుర్వాసన మన దుస్తులకూ అంటుకుని ఇబ్బంది పెడుతుంది. దీనిని వదిలించుకోవడానికి చాలామంది రసాయన ఆధారిత క్లీనర్లను ఉపయోగిస్తారు. కానీ, మన ఇంట్లో దొరికే కేవలం రెండు సాధారణ వస్తువులతో ఈ సమస్యను సులభంగా పరిష్కరించుకోవచ్చు. అవేంటో చూద్దాం.. నేడు చాలా ఇళ్లలో వాషింగ్ మెషిన్ ఒక ముఖ్యమైన వస్తువుగా మారిపోయింది. ప్రతి వారం 3-4 సార్లు దీనిని ఉపయోగిస్తాం. తరచుగా శుభ్రం చేయకపోతే లేదా వాడే నీరు శుభ్రంగా లేకపోతే దీనిలో దుర్వాసన వస్తుంది. ఆ వాసన దుస్తులకు కూడా అంటుకుంటుంది. ఈ పరిస్థితిని నివారించడానికి వాషింగ్ మెషిన్‌ను శుభ్రం చేయడం అవసరం. దీనికి ఎక్కువ ఖర్చు పెట్టాల్సిన పని లేదు. కొన్ని సులభమైన చిట్కాలతో ఈ సమస్యను పరిష్కరించవచ్చు.

కావాల్సిన వస్తువులు: పటిక 1 ముక్క, నిమ్మకాయ తొక్కలు 4, నీరు 2 లీటర్లు.

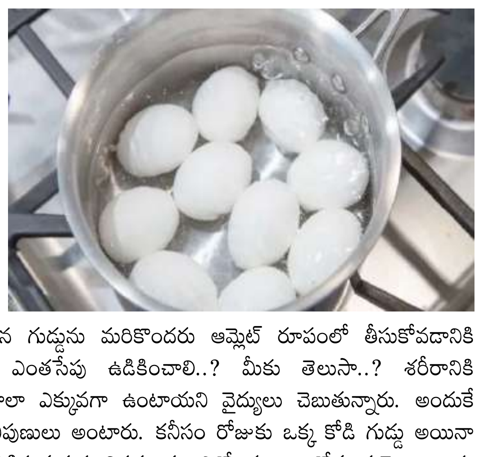
తయారీ విధానం:

ముందుగా, 2 లీటర్ల నీటిని బాగా మరిగించాలి. నీరు మరిగిన తర్వాత, పటికను పొడి చేసి అందులో కలపాలి. నిమ్మకాయ తొక్కలు కూడా అందులో వేయాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని 15 నిమిషాల పాటు మరిగించాలి. నీరు సువాసన వస్తున్నప్పుడు స్టవ్ ఆపివేసి, 15 నిమిషాలు మూతపెట్టి అలాగే ఉంచాలి. ఆ తర్వాత, ఆ ద్రావణాన్ని డిటర్జెంట్ పోసే చోట, మిగిలిన దానిని వాషింగ్ మెషిన్ డ్రమ్ లోపల పోయాలి. డ్రమ్‌లో ఎలాంటి దుస్తులు ఉండకూడదు. మెషిన్‌ను 15-20 నిమిషాల పాటు నడిపించాలి. ఆ నీరు డ్రమ్‌లో ఉన్న మురికిని శుభ్రం చేస్తుంది. ఆ నీరు పూర్తిగా బయటకు వెళ్ళిన తర్వాత, మళ్ళీ 15 నిమిషాలు మంచి నీటితో మెషిన్‌ను నడిపించాలి. పూర్తయిన తర్వాత, మెషిన్‌ను ఆపివేసి, డోర్ తెరిచి గాలి తగిలేలా ఉంచాలి. డ్రమ్ ఆరిపోయిన తర్వాత, దుర్వాసన పూర్తిగా పోతుంది.

ఈ టిప్స్ పాటించండి..

వాషింగ్ మెషిన్ ఎక్కువ కాలం తాజాగా, శుభ్రంగా ఉండాలంటే కొన్ని చిట్కాలు పాటించాలి. ప్రతి వాష్ తర్వాత మెషిన్ డోర్‌ను కాసేపు తెరిచి ఉంచాలి. దీనివల్ల లోపల తేమ ఆరిపోయి, దుర్వాసన రాకుండా ఉంటుంది.

ఎంతసేపు ఉడికించాలి..?



గుడ్డు సంపూర్ణ పోషకాహారంగా వైద్యులు చెబుతారు. గుడ్డులో ప్రొటీన్, అత్యవసరమైన 9 అమైనో ఆమ్లాలు, బి కాంప్లెక్స్ విటమిన్లు, డి విటమిన్ తో పాటుగా ఇతర పోషకాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. అందువల్లనే వైద్యులు కూడా రోజుకో గుడ్డు తినడం ఆరోగ్యానికి మంచిదని చెబుతుంటారు. ఈ కారణంతోనే చాలా మంది బ్రేక్ ఫాస్ట్, లంచ్, డిన్నర్ లో ఉడికించిన గుడ్డును మరికొందరు ఆమ్లెట్ రూపంలో తీసుకోవడానికి ఇష్టపడుతుంటారు. మరి గుడ్లను ఎంతసేపు ఉడికించాలి..? మీకు తెలుసా..? శరీరానికి అవసరమయ్యే ప్రొటీన్లు గుడ్డులో చాలా ఎక్కువగా ఉంటాయని వైద్యులు చెబుతున్నారు. అందుకే గుడ్డును సంపూర్ణ పోషకాహారమని నిపుణులు అంటారు. కనీసం రోజుకు ఒక్క కోడి గుడ్డు అయినా తినాలని సూచిస్తుంటారు. డైలీ ఉడకబెట్టిన గుడ్డును తినడం వల్ల ఎన్నో రకాల ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను పొందవచ్చని వైద్యులు చెబుతున్నారు. అయితే గుడ్లను ఎంతసేపు ఉడికించాలని చాలామందికి సందేహం ఉంటుంది. అయితే గుడ్డును 4 నుంచి 6 నిమిషాలు ఉడికిస్తే పై పొర లైట్ గా గట్టిపడుతుంది. లోపలి పచ్చసొన మాత్రం జిగురులా ఉంటుంది. జపాన్ లో ఇలా తింటారు. %ూశ్రీంశీ =ఖు౧% "భుజం నొప్పి.. ఫ్రోజెన్ షోల్డర్ కు ఉపశమనం కోసం ఇలా చెయ్యండి! " ఇక గుడ్డును 7 నుంచి 9 నిమిషాల పాటు ఉడికిస్తే మీడియమ్ బాయిలింగ్ అంటారు. తెల్లసొన ఉడుకుతుంది. పచ్చసొన కొద్దిగా ఉడికి క్రీమీగా మారుతుంది. దీంట్లో ప్రొటీన్ అధికంగా ఉంటుంది. సలాడ్స్ లో అధికంగా వాడతారు. ఇక గుడ్డును 10-12 నిమిషాలు ఉడికిస్తే దాన్ని హార్డ్ బాయిలింగ్ అంటారు. దీంట్లో తెల్లసొన, పచ్చసొన పూర్తిగా ఉడుకుతాయి. అలాగే 12 నిమిషాల కంటే అధికంగా ఉడికిస్తే ప్రమాదమని వైద్యులు చెబుతున్నారు. పచ్చ సొనలో ఐరన్, సల్ఫర్ రియాక్షన్ మొదలై.. కడుపుబ్బరం, అజీర్తి సమస్యలు వస్తాయని చెబుతున్నారు

చికెన్ లేదా మటన్ త్వరగా ఉడికి, మెత్తగా టేస్టీగా ఉండాలంటే.. ఈ చిట్కాలను పాటించండి..!

నాన్ వెజ్ ప్రియులు చికెన్, మటన్ లకు చెందిన అనేక వంటకాలను ఎంతో ఇష్టంగా తింటుంటారు. ఇంట్లో లేదా బయట ఎక్కడైనా సరే నాన్ వెజ్ వంటకాలు కనిపిస్తే నోట్లో నీళ్లూరుతుంటాయి. వీటితోపాటు చేపలు, రొయ్యల వంటి ఆహారాలను ఇష్టంగా తినే వారు కూడా ఉంటారు. అయితే బయట రెస్టారెంట్లలో తిన్నప్పుడు చికెన్, మటన్ వంటివి ఎంతో మెత్తగా ఉంటాయి. కానీ ఇంట్లో మాత్రం వీటిని వండితే అంత మెత్తగా ఉండవు. నాన్ వెజ్‌కు చెందిన ముక్కలు ఎంత మెత్తగా ఉంటే అంత టేస్టీగా ఉంటాయి. చేపలు, రొయ్యలు వంటి వాటిని ఎక్కువగా ఉడికించాల్సిన పనిలేదు. కానీ చికెన్, మటన్‌లను మాత్రం ఎక్కువ సేపు ఉడికించాల్సి ఉంటుంది. అయినప్పటికీ అవి కొన్ని సందర్భాల్లో త్వరగా ఉడకవు. అయితే ఇలాంటి సమయంలో ఏం చేయాలి.. నాన్ వెజ్ వంటకాలు త్వరగా ఉడికేందుకు పాటించాల్సిన చిట్కాలు ఏమిటి.. అన్న వివరాలను ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.

మారినేషన్..

చాలా మంది చికెన్ లేదా మటన్‌ను తమకు నచ్చిన స్టైల్‌లో వండుతారు. ఎలా వండినా, ఎంత రుచిగా ఉన్నా ముక్కలు మెత్తగా ఉంటేనే తినాలనిపిస్తుంది. ఇందుకు గాను కొన్ని చిట్కాలను పాటించాల్సి ఉంటుంది. చికెన్, మటన్ త్వరగా ఉడకాలంటే వాటిని కట్ చేసిన విధానంపై కూడా ఆధారపడి ఉంటుంది. కొందరు దుకాణదారులు కట్ చేసిన చికెన్ లేదా మటన్‌ను వండితే సుతిమెత్తగా ఉడుకుతాయి. కానీ కొన్ని అలా ఉండవు. కనుక చికెన్ లేదా మటన్‌ను కట్ చేసే విధానంపై కూడా వాటి మెత్తదనం, టేస్ట్ ఆధార పడి ఉంటాయి. మీకు చికెన్ లేదా మటన్‌ను ఇచ్చే దుకాణదారులు ఎలా కట్ చేస్తున్నారో చూడండి. దీంతో మీకు ఆ ముక్కలు ఎలా ఉడుకుతాయి అన్న అంశంపై అవగాహన వస్తుంది. అలాగే నాన్ వెజ్ వంటకాలను మారినేట్ చేయడం వల్ల వాటి మాంసం చాలా మృదువుగా మారుతుంది. అలాంటి మాంసం చాలా సులభంగా, త్వరగా ఉడుకుతుంది. పైగా టేస్టీగా కూడా ఉంటుంది. మారినేషన్‌కు వాడే పదార్థాల వల్ల మాంసం మెత్తగా మారి త్వరగా ఉడుకుతుంది. చికెన్ ను కనీసం 1 గంట పాటు, మటన్‌ను కనీసం 2 గంటల పాటు మారినేట్ చేసేలా చూడండి. దీంతో మెత్తని మాంసాన్ని ఆస్వాదించవచ్చు.

సిట్రస్ ఆహారాలు..

నాన్ వెజ్‌ను మారినేట్ చేసేందుకు గాను పెరుగు, మజ్జిగ, వెనిగర్, నిమ్మరసం వంటివి వాడవచ్చు. వీటిల్లో ఉండే యాసిడ్లు మాంసాన్ని మెత్తగా మారుస్తాయి. దీంతో మాంసం మెత్తగా ఉడుకుతుంది. మాంసం ఉడికేటప్పుడు అందులో పచ్చి బొప్పాయి, కివి, పైనాపిల్ వంటి వాటిని ముక్కలుగా కట్ చేసి వేయాలి. దీని వల్ల మాంసంలో ఉండే ప్రోటీన్లు సులభంగా విచ్ఛిన్నం అవుతాయి. అప్పుడు మాంసం త్వరగా ఉడుకుతుంది. అయితే వీటిని వేసిన తరువాత మాంసం ఉడకగానే వెంటనే ఆ ముక్కలను తీసేయాలి. లేదంటే మాంసం రుచి మారిపోతుంది. ఇక కొందరు వేపుడు వంటివి చేసేటప్పుడు మూతపెట్టకుండా నేరుగా వంట చేస్తారు. అలా చేయకూడదు. ముందుగా ముక్కలు బాగా ఉడికిన తరువాత వాటిని వేయించాల్సి ఉంటుంది. దీంతో ముక్కలు మెత్తగా ఉంటాయి. టేస్టీగా మారుతాయి.

ఓవెన్ ఉంటే..

సన్నని మంటపై పాత్రను ఉంచి దానిపై మూత పెట్టి మాంసాన్ని ఉడికించడం వల్ల కూడా మాంసం సుతిమెత్తగా మారుతుంది. మూత పెట్టి ఉడికించడం వల్ల ఆవిరి బయటకు పోదు. దీని వల్ల మాంసం త్వరగా ఉడుకుతుంది. టేస్టీగా కూడా ఉంటుంది. మీకు ఓవెన్ ఉంటే మాంసం చిదురు కాకుండా తగినంత ఉష్ణోగ్రతకు ఓవెన్ ను సెట్ చేసి మాంసాన్ని ఉడికించవచ్చు. దీని వల్ల కూడా మాంసం మెత్తగా మారుతుంది. అయితే సాధారణంగా చికెన్ త్వరగానే ఉడుకుతుంది. కానీ మటన్‌ను ఉడికించాలంటే చాలా బాగా కష్టపడాల్సి ఉంటుంది. అందువల్ల మటన్‌ను కొనేటప్పుడే లేత మటన్ ను ఎంచుకుంటే మంచిది. దీని వల్ల మటన్ త్వరగా ఉడకడమే కాకుండా రుచిగా కూడా ఉంటుంది. సులభంగా మారినేట్ అవుతుంది. హెూటల్స్‌లో భారీ ఎత్తున పాత్రలను పెట్టి పెద్ద మంటతో ఉడికిస్తారు కనుక సహజంగానే మాంసం త్వరగా ఉడుకుతుంది. కానీ ఇళ్లలో వండితే మాత్రం మాంసం త్వరగా ఉడకాలన్నా, మెత్తగా మారాలన్నా ఆయా చిట్కాలను పాటించాల్సి ఉంటుంది.

జీవితానికి వన్నెలద్దుదాం

జీవితం రంగురంగుల హరివిల్లులా ఉండాలని అందరూ కోరుకుంటారు. అయితే ఆ రంగులు మన మనసుపైనే కాదు జీవితం మీద కూడా ప్రభావం చూపిస్తాయంటే నమ్ముతారా? అవును, వివిధ వర్ణాలు మన వ్యక్తిత్వం, ఆలోచనా విధానం, ఆనందాన్ని మారుస్తాయి. దీనికి సంబంధించి ఎన్నో శాస్త్రీయ పరిశోధనలు, అధ్యయనాలు జరిగాయి. అవన్నీ కూడా రంగులు మన జీవితాన్ని ప్రభావితం చేస్తాయని తేల్చాయి. క్రోమో థెరపీ (కలర్ థెరపీ)తో మనిషిలో మార్పులు వస్తాయని నిపుణులు చెప్తున్నారు.

కలర్ ఎఫెక్ట్..

లివింగ్ స్పేస్: ఇల్లు, ఆఫీసు, పబ్లిక్ ప్రదేశాల్లో ఎక్కడైనా మనం ప్రశాంతతనే కోరుకుంటాం. అందువల్ల ఆయా ప్రదేశాల్లో నీలి

రంగు, ఆకుపచ్చ రంగులు ఉంటే మనసుకు హాయిగా, ఉత్సాహంగా ఉంటుందట. భోజనం చేసే చోట మాత్రం ముచ్చట్లు పెడుతుంటాం! అక్కడ ఎరుపు, నారింజ రంగులు ఉండాలని నిపుణుల మాట. వెల్ బియింగ్: కొన్నిరకాల రంగులు మనలోని సృజనాత్మకతను వెలికితీస్తాయి. అందులో ప్రధానంగా చెప్పుకోవాల్సింది పసుపు రంగు. అలాగే సోషలైజేషన్‌ను ప్రోత్సహించే క్రమంలో నారింజ రంగు ఉపయోగపడుతుందట. చదువుకునే చోట, వ్యాపార లావాదేవీలు నిర్వహించే గదిలో నీలి, ఆకుపచ్చ రంగులు పాజిటివ్ వైబ్రేషన్స్‌ను కలిగిస్తాయని పరిశోధనల్లో తేలింది. దుస్తుల్లోనూ దోస్తీ: మనసుకు నచ్చిన రంగు దుస్తులనే చాలావరకు ఎంపిక చేసుకుంటాం. అలాకాకుండా రంగుల ప్రాముఖ్యాన్ని తెలుసుకుని వేసుకుంటే, కచ్చితంగా వ్యక్తిత్వంలో మార్పు వస్తుందని నిపుణులు చెప్తున్నారు. అంతేకాదు ముదురు రంగులు కాకుండా.. కూల్ కలర్స్ ఎంపిక చేసుకుంటే మంచిదని సూచిస్తున్నారు.

వ్యక్తిత్వంపై ప్రభావం

ఎరుపు, నారింజ, పసుపు: ఈ కలర్స్ ఉత్సాహాన్ని కలిగిస్తాయి. మనలో ప్రేరణశక్తిని పెంచుతాయి. కానీ కొన్ని సందర్భాల్లో ఒత్తిడి, ఆకస్మిక ఆందోళనకు కూడా దారి తీస్తాయట. నీలి, ఆకుపచ్చ: ఈ రంగులు భావోద్వేగాలను స్థిరీకరిస్తాయి. ఏకాగ్ర చిత్తాన్ని కలిగిస్తాయి. మనసును ప్రశాంతపరుస్తాయి. చాలాసార్లు ఈ రంగులు అంగీకారాన్ని తెలియజేస్తాయట. నలుపు, బూడిద, గోధుమ: ఈ వన్నెలను గంభీరతకు చిహ్నంగా చెబుతారు. ఈ తరహా రంగు దుస్తులు ఎక్కువగా ధరించేవాళ్లు అంతర్ముఖంగా ఉంటారని నిపుణుల మాట. అయితే, బూడిద, గోధుమ రంగులు వేసుకున్నప్పుడు ఎదుటివ్యక్తుల నుంచి అనుకూల ప్రతిస్పందనలు వస్తాయట. ఊదా: ఈ వర్ణం ఊహ, ఆధ్యాత్మికతకు సంబంధించినదిగా చెప్తారు. కానీ ఈ రంగును ఎక్కువగా ఉపయోగించే ఆ వ్యక్తులు మానసికంగా అసౌకర్యంగా ఉన్నట్లుగా కొన్ని అధ్యయనాలు తేల్చాయి.

క్రోమోథెరపీ..

ఈ కలర్ థెరపీలో కొన్నిరకాల రంగులు ఉపయోగించి మానసిక ఒత్తిడి, ఆందోళన, నిద్రలేమిని తగ్గిస్తారు. దానికోసం లైట్, డెకర్, క్లాథింగ్‌లో నీలిరంగు, ఆకుపచ్చ రంగులను ఉపయోగిస్తారు. నీలిరంగు వేరేచోట్ల ప్రయోజనాలు అందించినా, స్మార్ట్ ఫోన్ల విషయంలో కీడు చేస్తుంది. స్క్రీన్ నుంచి వచ్చే బ్లూ లైట్‌ను తగ్గించుకుంటే నిద్రలేమి సమస్య తగ్గుతుంది. దీన్ని అధిగమించడానికి స్క్రీన్ టైమ్ తగ్గించడంతోపాటు బ్లూలైట్ ఫిల్టర్లు వాడటం మంచిది. ఆకుపచ్చ, నీలిరంగులు ఆందోళనను తగ్గిస్తాయి. వాకింగ్, ఫారెస్ట్ ట్రెక్కింగ్, నేచర్ బాత్ థెరపీలోనూ ఈ రంగులను ఉపయోగిస్తుంటారు.

ఆంధ్రలో నీరాజనాలు.. తెలంగాణలో నిందలు!

పోతిరెడ్డిపాడు హెడ్ రెగ్యులేటర్ నుంచి దాదాపు 700 కిలోమీటర్ల దూరంలో ఉన్న చిత్తూరు జిల్లా కుప్పంలోని పరమసముద్రం చెరువును కృష్ణా జలాలతో నింపుతున్న వీడియోలను ఇటీవల చూసినప్పుడు మనసుకు ఎంతో ఆహ్లాదకరంగా అనిపించింది. ఏ రైతుకైనా లేదా వ్యవసాయంతో అనుబంధమున్న ఎవరికైనా సరే ఈ దృశ్యాలు అమితానందాన్నిస్తాయి. అంతేకాదు, రైతుల సంక్షేమం కోసం రాష్ట్ర ప్రభుత్వం కృషి చేస్తున్నదనే భరోసా కలిగిస్తాయి. ప్రాంతంతో సంబంధం లేకుండా తెలంగాణ సరిహద్దుల నుంచి తమిళనాడు సరిహద్దు ప్రాంతంలో బీడువారిన గ్రామాల్లోని చెరువులను నింపుతూ నీళ్లు ఇంత దూరం ప్రయాణించడం ఒక మధుర ఘట్టమనే చెప్పాలి. ఈ ప్రయాణంలో కృష్ణా జలాలు మార్గమధ్యంలో అనేక జలాశయాలను నింపుతూ, కరువు ప్రభావిత రాయలసీమకు జీవం పోస్తాయి. భారతదేశ సైన్స్, టెక్నాలజీ రంగాలు, ప్రపంచ దౌత్యపరంగా గణనీయమైన పురోగతి సాధిస్తున్న ప్రస్తుత రోజుల్లోనూ వ్యవసాయానికి నీళ్లను అందించడం సాధ్యంకాని కలగానే మిగిలిపోయింది. అంతేకాదు, రైతులను పాలకులు ప్రకృతి అస్థిరతలకు వదిలేశారు. అయితే గత రెండు మూడు దశాబ్దాలను పరిశీలిస్తే, ముఖ్యంగా తెలుగు రాష్ట్రాల్లో కృష్ణా, గోదావరి నీటిని ఉపయోగించడం లేదా మళ్లించడంలో గణనీయమైన పురోగతి కనిపిస్తున్నది. తెలంగాణలో నీటిపారుదల రంగాభివృద్ధికి అవసరమైన ప్రభుత్వ చర్యలు ఆలస్యంగా రాష్ట్ర విభజన తర్వాత ప్రారంభమయ్యాయి. అయినప్పటికీ, 2014-2023 మధ్యకాలంలో వేగం పుంజుకోవడమే కాదుబీ గోదావరి, కృష్ణా నీటిని గొప్పగా ఉపయోగించడంలో అత్యద్భుతమైన ఫలితాలను సాధించారు.

నీటిపారుదలరంగంలో ప్రభుత్వం చేపట్టిన చర్యలకు సంబంధించిన లెక్కల గురించి కాదు ఈ వ్యాసం. సోషల్ మీడియా, ప్రధాన తెలుగు మీడియా (ప్రింట్, ఎలక్ట్రానిక్) సహాయంతో రెండు తెలుగు రాష్ట్రాల్లోని నీటిపారుదల పథకాలపై వ్యాప్తి చేసిన, చేస్తున్న విరుద్ధమైన కథనాల గురించి వివరించి చెప్పడమే ఈ వ్యాసం ముఖ్యోద్దేశం. తెలంగాణలోని రైతులు, పరిశీలకుల మెదళ్లలో శాశ్వతంగా నిలిచిపోయేవి ఈ విరుద్ధ కథనాలే. ఉదాహరణకు కృష్ణా నీళ్లతో కుప్పం ప్రాంతంలోని చెరువులను నింపడం పట్ల ఏపీలో

విజయోత్సవాలు చేసుకున్నారు. దీనిపై విస్తృత ప్రచారం జరిగింది. రైతుల్లో ఉత్సాహం, అక్కడి అధికార పార్టీ కార్యకర్తల్లో ఉత్తేజాన్ని కలిగించింది ఈ ఘటన. ఆసక్తికరమైన విషయం ఏమిటంటే.. ప్రింట్, ఎలక్ట్రానిక్ మీడియాలో ఈ వార్త ఎక్కువగా ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రాంతానికే పరిమితమైంది. తెలంగాణ రైతులు, ముఖ్యంగా ప్రజలకు ఈ విషయం గురించి కనీస అవగాహన కూడా లేదు. తెలంగాణ వార్తాపత్రికల్లో ఈ వార్తను ప్రచురించకపోవడం, ఎలక్ట్రానిక్ మీడియాలో ఈ దృశ్యాలను చూపించకపోవడమే అందుకు కారణం. దీని వెనుక తెలంగాణ ప్రజలకు తెలియని పలు కారణాలున్నాయి. ఇందుకు విరుద్ధంగా 2023కు ముందు తెలంగాణలో ఇలాంటి అద్భుతమైన మైలురాళ్ల గురించిన వార్తలు ఈర్ష్యతోనూ, సాధ్యాసాధ్యాలపై అనుమానాలతోనూ, అసలు ఇలాంటివి అవసరమా? అనే సందేహాలతోనూ ప్రచురితమయ్యాయి. సాగునీళ్లు అన్ని ప్రాంతాల రైతులకు జీవనాడి అయినప్పుడు ఏపీలో ఎందుకు 'జలహారతి' ఇస్తూ ఉత్సవాలు చేసుకుంటున్నారు? తెలంగాణలో ఎందుకు నిందలు వేస్తున్నారు? వ్యయం-ప్రయోజనాల విశ్లేషణ, విద్యుత్ భారం, నదీ బేసిన్ల వెలుపల నీటిని మళ్లించడం, సంబంధిత చట్టాలు లాంటి ప్రశ్నలను ఏపీ విషయంలో చాలా అరుదుగా లేవనెత్తుతారు. కానీ, తెలంగాణ విషయంలో మాత్రం రైతుల ప్రయోజనాలను విస్మరించేందుకు కూడా సాహసిస్తున్నారు. అధికారంలో ఉన్నవారిపై ఆరోపణలు చేయడం, సర్కారుపై నిందలు వేయడం మొదలుకొని వాతావరణ మార్పుల వరకు వివిధ రకాల కథనాలను ఎలాంటి తడబాటు లేకుండా వ్యాప్తి చేస్తున్నారు.

తెలంగాణలో మీడియా కథనాల్లో సాగు విస్తీర్ణం, వరి సాగు వల్ల కార్బన్ ఉద్గారాల విడుదల గురించిన ఆందోళనలు, ఎకరం పంట పండించేందుకు అధిక సాగునీటి ఖర్చు, నీళ్లను ఎత్తిపోసేందుకు అత్యధిక విద్యుత్తు వ్యయం లాంటి అంశాలే ఎక్కువగా కనిపిస్తాయి. ఈ కథనాలు చివరికి వరిపై ఎక్కువ నీళ్లను వాడే పంటగా ముద్రవేసేంత వరకు, వరి సాగును తగ్గించాలని సూచించేంత వరకు వెళ్లాయి రాష్ట్ర విభజన జరగకపోయి ఉంటే, తెలంగాణ రైతులకు వ్యవసాయం చేయడం తెలియదని, అందువల్ల వారికి సాగునీరు అవసరం లేదని సూచించే స్థాయికీ ఈ కథనాలు వెళ్లేవి. కానీ, వాస్తవానికి ఐదేండ్లలోనే వడ్ల ఉత్పత్తిలో రాష్ట్రాన్ని దేశంలోనే నంబర్ వన్ స్థాయికి తీసుకెళ్లిన తెలంగాణ రైతుల సామర్థ్యాన్ని ఈ ప్రపంచం చూసింది. నిజానికి తెలంగాణ రైతులు వరి సాగు చేయకుండా నిరుత్సాహపరచాలని కొంతమంది మేధావులుగా చెప్పుకొనేవారు ప్రయత్నించారు. డయాబెటిస్ కారణంగా ప్రజలు అన్నం తినడం లేదని, అందువల్ల తెలంగాణ రైతులకు సాగునీరు అందించే ప్రయత్నాలు అనవసరమని ప్రచారం చేశారు. ప్రధాన మీడియా సంస్థల మద్దతు ఉంటే ఎలాంటి నెరేటివ్‌ను అయినా సులువుగా ప్రచారం చేయవచ్చని అనడానికి ఇదే నిదర్శనం. పండించిన ధాన్యాన్ని పూర్తిగా వినియోగించే ఇతర మార్గాలను ప్రభుత్వం వెతకాలే తప్ప, వరి సాగు చేయవద్దని చెప్తారా? అని తెలంగాణ రైతులు ఇప్పుడు ప్రశ్నిస్తున్నారు. పప్పు, కూరగాయలు, పండ్ల వంటి పంటలకూ వరికి ఇచ్చినట్టే మద్దతిస్తే, రైతులు ఇతర పంటలు పండించేందుకు సంకోచించరు.

ఇక అసలు విషయానికి వస్తే, ఏపీలో సాగునీటి కోసం అక్కడి ప్రభుత్వం చేపట్టిన చర్యలు, తొలి తెలంగాణ ప్రభుత్వం తీసుకున్న చర్యలకు మధ్య వ్యత్యాసాలేమీ లేవు. ఈ రెండు రాష్ట్రాలు కరువు పీడిత ప్రాంతాలకు నీళ్లను తీసుకెళ్లేందుకు కష్టపడుతున్నాయి. అయితే, ఈ సారూప్యత ఇక్కడితోనే ముగుస్తుంది. ఈ నేపథ్యంలో తెలంగాణ రైతులు మూడు కీలకమైన అంశాలను లేవనెత్తుతున్నారు. మొదటిది, తమ రాష్ట్రంలోని ప్రాజెక్టుల కోసం శ్రీశైలం జలాశయం నుంచి 'వరద లేదా మిగులు' జలాలను ఉపయోగిస్తున్నామని ఏపీ చెప్తున్నది. కానీ, తెలంగాణ రైతులు ఈ వాదనను ఖండిస్తున్నారు.

విప్రో ఉద్యోగులకు గుడ్ న్యూస్

ఎప్పుడెప్పుడా అని ఎదురుచూస్తున్న శాలరీ హైక్ వచ్చేస్తోంది!

ఐటీ రంగంలో గత కొంతకాలంగా నెలకొన్న అనిశ్చితి మధ్య, ప్రముఖ ఐటీ దిగ్గజం విప్రో తన ఉద్యోగులకు తీపి కబురు అందించింది. దాదాపు ఏడాది కాలంగా వాయిదా పడుతూ వస్తున్న శాలరీ హైక్ ప్రక్రియను మార్చి 1, 2026 నుండి ప్రారంభించనున్నట్లు కంపెనీ అంతర్గత వర్గాల సమాచారం. గతేడాది సెప్టెంబర్ 2024లో జరగాల్సిన ఈ పెంపు ప్రక్రియ ఆలస్యం కావడంతో ఉద్యోగుల్లో నెలకొన్న ఆందోళనకు ఈ నిర్ణయంతో తెరపడనుంది. ఎందుకు ఆలస్యమైంది? సాధారణంగా ఐటీ కంపెనీలు ఏటా ఏప్రిల్ లేదా సెప్టెంబర్ మాసాల్లో జీతాల పెంపును చేపడుతుంటాయి. అయితే ప్రపంచవ్యాప్తంగా నెలకొన్న భౌగోళిక రాజకీయ పరిస్థితులు, క్లయింట్ల ఖర్చు తగ్గింపు, ఐటీ సేవల డిమాండ్‌లో మందగమనం కారణంగా విప్రో ఈ నిర్ణయాన్ని వాయిదా వేస్తూ వచ్చింది. జనవరిలో జరిగిన క్వార్టర్లీ రిజల్ట్స్ సందర్భంగా కంపెనీ హెచ్‌ఆర్ హెడ్ సౌరభ్ గోవిల్ మాట్లాడుతూ.. దావోస్‌లో జరిగే వరల్డ్ ఎకనామిక్ ఫోరమ్ మీటింగ్ తర్వాతే దీనిపై తుది నిర్ణయం తీసుకుంటామని స్పష్టం చేశారు. అన్నట్లుగానే ఇప్పుడు మార్చి నుండి పెంపును అమలు చేసేందుకు సిద్ధమైంది. వేరియబుల్ పే , బేసిక్ హైక్ జీతాల పెంపు ఆలస్యమైనప్పటికీ, విప్రో తన ఉద్యోగులకు వేరియబుల్ పే విషయంలో మాత్రం వెనకడుగు వేయలేదు. డిసెంబర్ 31, 2025తో ముగిసిన త్రైమాసికానికి గాను 100% వేరియబుల్ పేను ప్రకటించింది. ఇది ఫిబ్రవరి నెల జీతంతో పాటు ఉద్యోగుల ఖాతాల్లో జమ కానుంది. అంతకుముందు రెండు త్రైమాసికాల్లో కూడా 90% పైగా వేరియబుల్ పే చెల్లించడం విశేషం. ఇప్పుడు బేసిక్ శాలరీలో కూడా పెంపు ఉండబోతుండటంతో ఉద్యోగులు హర్షం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. ఇతర కంపెనీల పరిస్థితి ఎలా ఉంది? విప్రో మాత్రమే కాదు, టిసిఎస్, ఇన్ఫోసిస్ వంటి ఇతర ఐటీ దిగ్గజాలు కూడా ఇదే విధమైన జాగ్రత్త ధోరణిని అవలంబించాయి. టిసిఎస్ సెప్టెంబర్ నుండి 2% నుండి 8% వరకు పెంపును అందించగా ఇన్ఫోసిస్ రెండు దశల్లో 5% నుండి 8% వరకు జీతాలను పెంచింది. కాగ్నిజెంట్ కూడా నవంబర్ నుండి తన పెంపు ప్రక్రియను పూర్తి చేసింది. ఇప్పుడు విప్రో కూడా ఈ జాబితాలో చేరడంతో ఐటీ రంగంలో మళ్లీ సానుకూల వాతావరణం కనిపిస్తోంది. ప్రస్తుతానికి ఎంత శాతం జీతం పెరుగుతుందనే విషయంపై విప్రో యాజమాన్యం ఇంకా అధికారికంగా క్లారిటీ ఇవ్వలేదు. అయితే కంపెనీ ఆదాయం గతేడాదితో పోలిస్తే 5.5% పెరిగి రూ. 23,555.8 కోట్లకు చేరుకుంది. నికర లాభం స్వల్పంగా తగ్గినప్పటికీ.. ఉద్యోగుల నైపుణ్యాన్ని నిలుపుకోవడానికి , వారిని ప్రోత్సహించడానికి ఈ శాలరీ హైక్ నిర్ణయం కంపెనీకి ఎంతో కీలకం కానుంది. మార్చి మొదటి వారం నుండి ఉద్యోగులకు తమ కొత్త జీతాల వివరాలు తెలిసే అవకాశం ఉంది.

బంగారం VS బిట్ కాయిన్..?

రాబోయే పదేళ్లలో ఏది కింగ్? , నిపుణుల విశ్లేషణ ఇదే!

శతాబ్దాలుగా ప్రపంచవ్యాప్తంగా పెట్టుబడిదారులకు అత్యంత సురక్షితమైన ఆశ్రయం అంటే బంగారం , వెండి మాత్రమే. ఆర్థిక సంక్షోభం వచ్చినా, ద్రవ్యోల్బణం పెరిగినా పసిడిపై నమ్మకం చెక్కుచెదరలేదు. అయితే గత దశాబ్ద కాలంలో బిట్‌కాయిన్ వంటి క్రిప్టోకరెన్సీల రాకతో సమీకరణాలు మారుతున్నాయి. ఇప్పుడు అందరి మనస్సులో ఉన్న ప్రశ్న ఒక్కటే.. సాంప్రదాయ ఆస్తులైన బంగారం, వెండి ప్రాభవాన్ని క్రిప్టో తగ్గించగలదా? దీని గురించిన విశ్లేషణ ఇప్పుడు చూద్దాం. సరికొత్త 'స్టోర్ ఆఫ్ వ్యాల్యూ' బంగారం, వెండి భౌతికంగా లభ్యమయ్యే పరిమిత ఆస్తులు. వీటికి చారిత్రక ప్రాధాన్యత, సాంస్కృతిక నమ్మకం ఉన్నాయి. మరోవైపు బిట్‌కాయిన్ అనేది 'డిజిటల్ స్కేర్సిటీ' (డిజిటల్ కొరత) అనే సూత్రంపై పనిచేస్తుంది. దీని సరఫరా కేవలం 2.1 కోట్లకు మాత్రమే పరిమితం కావడంతో దీనిని 'డిజిటల్ గోల్డ్' అని పిలుస్తున్నారు. జెబ్‌పే రాజ్ కర్కరా అభిప్రాయం ప్రకారం క్రిప్టో అనేది బంగారానికి ప్రత్యామ్నాయం కాదు. అది ఒక కాంప్లిమెంటరీ ఆస్తి మాత్రమే. స్థిరత్వం వర్సెస్ అస్థిరత బంగారానికి ఉన్న అతిపెద్ద బలం దాని 'స్థిరత్వం'. మార్కెట్ ఒడిదుడుకుల్లో బంగారం ధరలు నిలకడగా ఉంటాయి. కానీ, క్రిప్టో విషయంలో పరిస్థితి భిన్నం. ఒక్క రోజులోనే 10-20 శాతం పెరగడం లేదా తగ్గడం ఇక్కడ సర్వసాధారణం. ఈ అస్థిరతకు కారణం క్రిప్టో మార్కెట్ ఇంకా ప్రారంభ దశలో ఉండటమే. బంగారం మార్కెట్ వందల ఏళ్లుగా నియంత్రణలో ఉండి, భారీ సంఖ్యలో ఇన్వెస్టర్లను కలిగి ఉంది. అదే బిట్‌కాయిన్ కేవలం 15 ఏళ్ల క్రితం వచ్చిన టెక్నాలజీ. చట్టబద్ధమైన నిబంధనలు పెరిగితే భవిష్యత్తులో క్రిప్టోలో కూడా స్థిరత్వం వచ్చే అవకాశం ఉందని విశ్లేషకులు భావిస్తున్నారు. ద్రవ్యోల్బణాన్ని తట్టుకోగలదా? ధరల పెరుగుదల నుండి రక్షణ పొందడానికి ఇన్వెస్టర్లు బంగారంలో పెట్టుబడి పెడతారు. బిట్‌కాయిన్ సరఫరా పరిమితం కావడంతో.. ఇది కూడా ద్రవ్యోల్బణాన్ని తట్టుకోగలదని కొందరు నమ్ముతున్నారు. అయితే వివిధ ఆర్థిక చక్రాలను తట్టుకుని నిలబడిన చరిత్ర బంగారానికి ఉంది, కానీ బిట్‌కాయిన్ కు అటువంటి సుదీర్ఘ చరిత్ర లేదు. అందువల్ల ద్రవ్యోల్బణానికి రక్షణగా బంగారంతో పాటు క్రిప్టోను కూడా ఒక చిన్న భాగంలా పరిగణించడం మంచిదని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. భవిష్యత్తులో ఇలా.. క్రిప్టో భవిష్యత్తును నిర్ణయించేది ప్రభుత్వాల విధానాలే. భారత్, అమెరికా వంటి దేశాల్లో క్రిప్టోకు ఆదరణ పెరుగుతున్నా.. స్పష్టమైన చట్టాలు ఉంటేనే సంస్థాగత పెట్టుబడిదారులు ముందుకు వస్తారు. రాబోయే దశాబ్ద కాలంలో ఇన్వెస్టర్లు బంగారం లేదా క్రిప్టో అనే రెండింటిలో ఏదో ఒకటి ఎంచుకోవడం కంటే, రెండింటినీ తమ పెట్టుబడి జాబితాలో ఎలా చేర్చుకోవాలో నేర్చుకోవాలి. సంప్రదాయం, ఆవిష్కరణల మధ్య సమతుల్యత పాటించే వారే భవిష్యత్తులో ఆర్థికంగా విజయం సాధిస్తారు. మొత్తంగా చెప్పాలంటే, మారుతున్న కాలానికి అనుగుణంగా పెట్టుబడి మార్గాల్లో కూడా విప్లవాత్మక మార్పులు వస్తున్నాయి. బంగారం తనకున్న శతాబ్దాల నాటి నమ్మకాన్ని, స్థిరత్వాన్ని కొనసాగిస్తుండగా.. బిట్‌కాయిన్ వంటి డిజిటల్ ఆస్తులు వేగంగా వృద్ధి చెందుతూ యువ ఇన్వెస్టర్లను ఆకట్టుకుంటున్నాయి. అయితే, ఏదో ఒకదానిపైనే ఆధారపడకుండా, మీ రిస్క్ తీసుకునే సామర్థ్యాన్ని బట్టి సమతుల్యతను పాటిస్తూ పెట్టుబడి పెట్టడమే ఉత్తమమైన ఆర్థిక వ్యూహం.

బంగారం, వెండి ధరల పెరుగుదలపై షాకింగ్ అంచనాలు

స్టాప్ లాస్ మీద నిపుణులు కీలక సూచన

బంగారం వెండి ధరలు ఈ మధ్య కాలంలో భారీ ర్యాలీ నమోదు చేశాయి. పెట్టుబడిదారులకు లాభాల పంట పండించగా.. సామాన్యులకు మాత్రం నిరాశను మిగిల్చాయి. పసిడి కొనుగోలు చేయాలంటేనే భయపడే పరిస్థితులు కనిపించాయి. అయితే భారీ పెరుగుదల తర్వాత కాస్త తగ్గుముఖం పట్టాయి. దీంతో పసిడి ప్రియులు ఊపిరి పీల్చుకున్నారు. జనవరి నెలలో అయితే ధరలు నింగిని తాకాయి. ఆ నెల మొత్తం నేలకు దిగి రాలేదు. ఇక ఫిబ్రవరి నెల వచ్చేసరికి ఒక్కసారిగా పతనమయ్యాయి. 10 గ్రాముల ధర ఏకంగా రూ. 2 లక్షల దరిదాపుల్లోకి వెళ్లింది. ఇప్పుడు రూ. 1. 50 లక్షల మధ్య ట్రేడ్ అవుతోంది. అయితే ,వెండి ధరలు దీర్ఘకాలిక పెరుగుదల దిశగా సాగుతున్నదనే సంకేతాలను ఇస్తోందని నువామా ప్రొఫెషనల్ క్లయింట్స్ గ్రూప్‌లో ఫారెక్స్ & కమోడిటీస్ విభాగం హెడ్ అయిన అభిలాష్ కోయిక్కర అభిప్రాయపడ్డారు. రాబోయే సెషన్లలో బంగారం, వెండి ధరలపై ఆయన సాంకేతిక దృక్పథాన్ని పంచుకున్నారు. వారపు చార్ట్‌ను పరిశీలిస్తే..వీజా గోల్డ్ కీలకమైన ట్రెండ్‌లైన్ మద్దతు స్థాయి నుంచి విజయవంతంగా పుంజుకుని బుల్లిష్ బైయాస్‌ను కొనసాగిస్తోంది. గత వారం నమోదైన గరిష్ట స్థాయి రూ. 1,60,755 ని నిర్ణయాత్మకంగా దాటడం మార్కెట్‌లో సానుకూల దృక్పథాన్ని మరింత బలపరుస్తోంది. ప్రస్తుతం ఈ స్థాయి తక్షణ నిరోధకతగా పనిచేస్తున్నప్పటికీ.. ఈ బ్రేక్‌అవుట్ గోల్డ్‌లో బలమైన ఊపును సూచిస్తోంది. వెండి వద్దు, బంగారం ముద్దు.. సిల్వర్ అమ్మేసి పసిడి కొనేందుకు ఎగబడుతున్న ఇన్వెస్టర్లు.. కారణం ఏంటంటే.. ఇటీవలి సెషన్లలో కనిపిస్తున్న ధరల పెరుగుదల ఈ ర్యాలీకి స్థిరత్వం ఉన్నదని చూపిస్తోంది. ధరలు వారపు కనిష్ట స్థాయిల కంటే పైగా కొనసాగుతున్నంత వరకు, గోల్డ్‌లో విస్తృత ట్రెండ్ సానుకూలంగానే ఉండే అవకాశం ఉంది. రాబోయే వారాల్లో రూ. 1,48,400 స్థాయి కీలకమైన మద్దతు జోన్‌గా వ్యవహరిస్తుంది. ఇది 30-రోజుల ఎక్స్‌పోనెన్షియల్ మూవింగ్ యావరేజ్‌తో కూడా సరిపోలడం వల్ల సాంకేతికంగా మరింత ప్రాధాన్యం సంతరించుకుంది. ఈ స్థాయి వైపు ఎలాంటి దిద్దుబాటు తగ్గుదల వచ్చినా.. కొత్త కొనుగోలు ఆసక్తి ఏర్పడే అవకాశం ఉందని నిపుణులు భావిస్తున్నారు. రూ. 1,48,400 కంటే పైన ధరలు నిలకడగా కొనసాగితే, గోల్డ్‌లో ఉన్న బుల్లిష్ నిర్మాణం చెక్కుచెదరకుండా ఉంటుంది. ఈ నేపథ్యంలో రాబోయే సెషన్లలో వీజా +శీశ్రీ౦ ధరలు రూ. 1,75,000 స్థాయిని చేరుకునే అవకాశం ఉందని అంచనా వేస్తున్నారు. వారపు చార్టులో ఏర్పడుతున్న అధిక గరిష్టాలు, అధిక కనిష్టాల నమూనా కూడా ఈ దీర్ఘకాలిక అప్‌ట్రెండ్‌కు బలమైన మద్దతును అందిస్తోంది. వీజా గోల్డ్ ట్రేడింగ్ వ్యూహం ప్రస్తుత ధర రూ. 1,58,500 లక్ష్యం: రూ. 1,75,000 (పైకి వెళ్లే స్థాయి) స్టాప్ లాస్: రూ. 1,48,400 వీజా వెండి ధర అంచనాలు వీజా వెండి కూడా ఇటీవలి కనిష్ట స్థాయిల నుంచి బలంగా పుంజుకుంది. ప్రస్తుతం ధరలు కీలకమైన రీట్రేస్‌మెంట్ జోన్‌ను పరీక్షిస్తున్నాయి, ఇది విస్తృత అప్‌ట్రెండ్ కొనసాగింపుకు సూచనగా భావిస్తున్నారు. అంతర్లీన ధోరణి సానుకూలంగా ఉండటంతో, మధ్యంతరంగా వచ్చే దిద్దుబాటు తగ్గుదలలు పెట్టుబడిదారులకు కొనుగోలు అవకాశాలుగా మారవచ్చు. ధరలు స్థిరమైన వారపు మద్దతు స్థాయిల కంటే పైన ట్రేడ్ అవుతున్నంత వరకు వెండిలో బుల్లిష్ దృక్పథం కొనసాగుతుంది. తక్షణ మద్దతు రూ. 2,26,000 స్థాయిలో ఉంది. ఈ స్థాయి కంటే దిగువకు ధరలు నిర్ణయాత్మకంగా పడిపోతే బుల్లిష్ వ్యూ కొంత బలహీనపడే అవకాశం ఉంటుంది. అయితే అటువంటి బ్రేక్‌డౌన్ జరిగే వరకు, వెండిలో పైకి వెళ్లే పథం కొనసాగుతుందని అంచనా. అప్‌సైడ్ విషయానికి వస్తే.. స్వల్ప మరియు మధ్యకాలంలో వెండి ధరలు రూ. 3,15,000 నిరోధ స్థాయిని సవాలు చేసే అవకాశాలు ఉన్నాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఇది కొనసాగుతున్న బుల్లిష్ చక్రానికి మరింత బలాన్ని చేకూరుస్తుంది.

పాస్‌పోర్ట్ ఆఫీసుల చుట్టూ తిరిగే పని లేదు

అంతా ఆన్‌లైన్! ఇపాస్‌పోర్ట్ అప్లై చేయడం ఇంత ఈజీనా?

విదేశాల్లో నివసిస్తున్న భారతీయులకు ముఖ్యంగా యునైటెడ్ అరబ్ ఎమిరేట్స్‌లో ఉన్న సుమారు 35 లక్షల మంది ప్రవాస భారతీయులకు కేంద్ర ప్రభుత్వం ఒక అద్భుతమైన శుభవార్త అందించింది. 'పాస్‌పోర్ట్ సేవా ప్రోగ్రామ్ 2.0'లో భాగంగా సరికొత్త చిప్ ఆధారిత ఇపాస్ పోర్ట్‌ను అందుబాటులోకి తీసుకువచ్చింది. ఇది అంతర్జాతీయ ప్రయాణాలను మరింత సురక్షితంగా, వేగంగా మార్చడమే కాకుండా విదేశీ ఎయిర్‌పోర్టుల్లో ఎదురయ్యే ఇమ్మిగ్రేషన్ కష్టాలను తగ్గిస్తుంది. ఇ-పాస్‌పోర్ట్ అంటే ఏమిటి? మనం ప్రస్తుతం వాడుతున్న సాధారణ పాస్‌పోర్ట్‌లకు భిన్నంగా ఈ కొత్త ఇపాస్ పోర్ట్‌లో ఒక రేడియో ఫ్రీక్వెన్సీ ఐడెంటిఫికేషన్ చిప్ అమర్చబడి ఉంటుంది. ఈ చిప్‌లో పాస్‌పోర్ట్ హోల్డర్ యొక్క బయోమెట్రిక్ డేటా, ఫోటో , వేలిముద్రలు ఎన్క్రిప్టెడ్ రూపంలో భద్రపరచబడి ఉంటాయి. పాస్‌పోర్ట్ మొదటి కవర్ మీద ఉండే చిన్న బంగారు రంగు గుర్తు ద్వారా దీనిని గుర్తించవచ్చు. ఇది అంతర్జాతీయ పౌర విమానయాన సంస్థ ప్రమాణాలకు అనుగుణంగా రూపొందించబడింది. స్మార్ట్ గేట్ల ద్వారా వేగవంతమైన ప్రయాణం యూఏఈ లోని ఎయిర్‌పోర్టుల్లో ప్రయాణించే వారికి ఇది ఒక పెద్ద వరమని చెప్పాలి. ప్రస్తుతం దుబాయ్ వంటి ఎయిర్‌పోర్టుల్లో మాన్యువల్ ఇమ్మిగ్రేషన్ చెక్ కోసం 25 నిమిషాల వరకు సమయం పడుతుంది. కానీ, ఇ-పాస్‌పోర్ట్ ఉన్నవారు 'స్మార్ట్ గేట్స్' లేదా 'ఈ-గేట్స్' ద్వారా కేవలం 5 నిమిషాల్లోనే ఇమ్మిగ్రేషన్ పూర్తి చేసుకోవచ్చు. కేవలం యూఏఈ లోనే కాకుండా సింగపూర్, ఆస్ట్రేలియా వంటి దేశాల్లో కూడా ఈ ఆటోమేటెడ్ బోర్డర్ కంట్రోల్ సదుపాయాన్ని పొందవచ్చు. భద్రత & డేటా ప్రైవసీ కొత్త పాస్‌పోర్ట్‌లో అమర్చిన చిప్ వల్ల డేటా ట్యాంపరింగ్ లేదా పాస్‌పోర్ట్ ఫోర్జరీ చేయడం అసాధ్యం. అడ్వాన్స్‌డ్ ఎన్క్రిప్షన్ టెక్నాలజీని వాడటం వల్ల ప్రయాణికుల వ్యక్తిగత సమాచారం చాలా భద్రంగా ఉంటుంది. ఇది పాస్‌పోర్ట్ మోసాలను అరికట్టడానికి , అంతర్జాతీయ స్థాయిలో భారతీయ ప్రయాణికులకు మంచి గుర్తింపును ఇవ్వడానికి తోడ్పడుతుంది. యూఏఈ భారతీయులు ఎలా అప్లై చేయాలి? అబుదాబిలోని భారత రాయబార కార్యాలయం లేదా దుబాయ్‌లోని కాన్సులేట్ ద్వారా ప్రవాసులు ఈ-పాస్‌పోర్ట్ కోసం దరఖాస్తు చేసుకోవచ్చు. 2025 అక్టోబర్ 28 నుండి అన్ని కొత్త దరఖాస్తులు , రెన్యూవల్స్ 2.0 పోర్టల్ ద్వారానే జరుగుతున్నాయి. మీరు ఆన్‌లైన్‌లో ఫోటోలు, సంతకాలు, పత్రాలను అప్‌లోడ్ చేయడం ద్వారా బిఎల్ఎస్ సెంటర్లకు వెళ్లాల్సిన అవసరాన్ని తగ్గించుకోవచ్చు. పాత పాస్‌పోర్ట్ పని చేస్తుందా? మీ పాత పాస్‌పోర్ట్ గడువు ముగిసే వరకు అది చెల్లుబాటులోనే ఉంటుంది. అయితే, తరచుగా విదేశీ ప్రయాణాలు చేసే వారు , భవిష్యత్తులో యూకే లేదా యూరప్ వంటి దేశాలకు వెళ్లాలనుకునే వారు ముందుగానే ఇ-పాస్‌పోర్ట్‌కు మారడం మంచిది. ఎందుకంటే రాబోయే రోజుల్లో డిజిటల్ వీసా నిబంధనలకు ఇ-పాస్‌పోర్ట్ అత్యంత అవసరం కానుంది. భారత ప్రభుత్వం తీసుకువచ్చిన ఈ డిజిటల్ పాస్ పోర్ట్ ప్రయాణ సాంకేతికతలో ఒక పెద్ద మైలురాయి. యూఏఈ ప్రవాసులు ఈ అవకాశాన్ని ఉపయోగించుకుని తమ ప్రయాణాలను మరింత సులభతరం చేసుకోవచ్చు. డిజిటల్ ఇండియా దిశగా ఇదొక గొప్ప ముందడుగు.

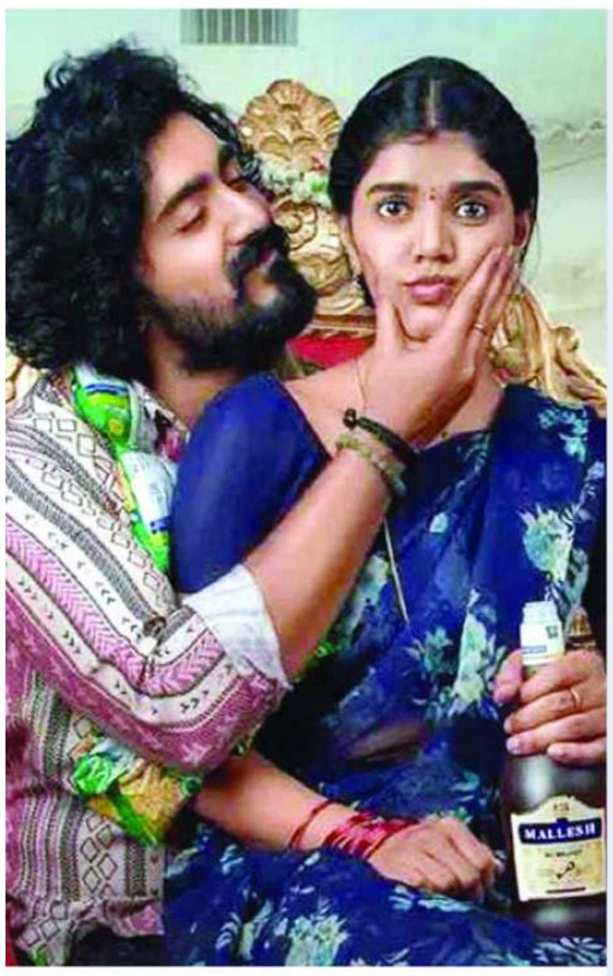
బ్యాంక్ లోన్ తీసుకున్నారా... అయితే ఈ కొత్త ద్రవ్యోల్బణం లెక్కలు మీ కోసమే!

భారతదేశంలో ధరల పెరుగుదల లేదా ద్రవ్యోల్బణం లెక్కించే పద్ధతిలో ప్రభుత్వం ఒక కీలకమైన మార్పు చేసింది. గత పదేళ్లకు పైగా మనం వాడుతున్న పాత పద్ధతికి స్వస్తి పలికి, నేటి కాలానికి తగ్గట్టుగా కొత్త ఫార్ములాను ప్రవేశపెట్టింది. ఇది కేవలం గణాంకాల మార్పు మాత్రమే కాదు.. ఇది మీ బ్యాంక్ లోన్ ఈఎంఐలు (జువీ×ం), సేవింగ్స్ , మీ నెలవారీ ఖర్చులపై నేరుగా ప్రభావం చూపుతుంది. బేస్ ఇయర్ మార్పు: 2012 నుంచి 2024కి! ద్రవ్యోల్బ ణాన్ని కొలవడానికి ఒక 'బేస్ ఇయర్' (ఆధారిత సంవత్సరం) ఉంటుంది. ఇప్పటి వరకు మనం 2012 ధరలను ప్రామాణికంగా తీసుకునేవాళ్ళం. కానీ 2012 నాటి భారత్ వేరు, ఇప్పటి భారత్ వేరు. అప్పట్లో ఆన్‌లైన్ షాపింగ్, డిజిటల్ సబ్‌స్క్రిప్షన్లు, యాప్ ఆధారిత సేవలు చాలా తక్కువ. మన ఖర్చు చేసే విధానం 12 ఏళ్లలో పూర్తిగా మారిపోయింది. అందుకే ప్రభుత్వం ఇప్పుడు 2024 ను బేస్ ఇయర్‌గా ప్రకటించింది. అంటే, ఇకపై ప్రస్తుత ధరలను 2024 ధరలతో పోల్చి ద్రవ్యోల్బణాన్ని లెక్కిస్తారు. ఆహార పదార్థాల ప్రాధాన్యత తగ్గింది పాత పద్ధతిలో ద్రవ్యోల్బణం లెక్కల్లో ఆహార పదార్థాల వాటా దాదాపు 46% ఉండేది. అంటే టమోటాలు, ఉల్లిపాయల ధరలు పెరిగితే ద్రవ్యోల్బణం అంకెలు అమాంతం పెరిగిపోయేవి. కానీ కొత్త సిరీస్ లో ఆహార పదార్థాల వాటాను 37% కి తగ్గించారు. దీనివల్ల కూరగాయల ధరల్లో వచ్చే అకస్మాత్తు మార్పులు మొత్తం దేశ ఆర్థిక గణాంకాలను మునుపటిలా ప్రభావితం చేయవు. ఇకపై ఇంటి అద్దెలు కూడా కీలకం మనం తినే ఆహారం కంటే మనం ఎక్కడ ఉంటున్నాం, ఎలాంటి సేవలను పొందుతున్నాం అనేదానికి కొత్త పద్ధతిలో ఎక్కువ ప్రాధాన్యత ఇచ్చారు. హౌసింగ్: పట్టణ ప్రాంతాల్లో పెరిగే ఇంటి అద్దెలు ఇకపై ద్రవ్యోల్బణంపై ఎక్కువ ప్రభావం చూపుతాయి. సేవలు : వైద్య ఖర్చులు, స్కూల్ ఫీజులు, రవాణా ఛార్జీలు వంటి సేవలకు వెయిటేజీ పెంచారు. మీరు మెట్రో సిటీల్లో ఉంటూ ఎక్కువ అద్దె కడుతుంటే, ప్రభుత్వం చెప్పే ద్రవ్యోల్బణం నంబర్ ఇప్పుడు మీ అసలు ఖర్చులకు దగ్గరగా అనిపిస్తుంది. మునుపటిలా కేవలం ప్లేటులో ఉన్న ఆహారం మాత్రమే కాకుండా మీరు నివసించే ఇల్లు కూడా ఇన్ఫ్లేషన్‌ను నిర్ణయిస్తుంది. కొత్త ఐటమ్స్ చేరిక గతంలో 299 వస్తువుల ధరలను మాత్రమే ట్రాక్ చేసేవారు. ఇప్పుడు ఆ సంఖ్యను 358 కి పెంచారు. ఆధునిక కాలంలో మనం ఎక్కువగా వాడుతున్న ఎలక్ట్రానిక్ వస్తువులు, డిజిటల్ సేవలను కూడా ఈ జాబితాలో చేర్చారు. దీనివల్ల దేశంలో ధరలు పెరిగాయా లేదా తగ్గాయా అనే విషయంలో మరింత ఖచ్చితత్వం వస్తుంది. దీనివల్ల మీకు కలిగే లాభం ఏమిటి? ద్రవ్యోల్బణం గణాంకాల ఆధారంగానే రిజర్వ్ బ్యాంక్ వడ్డీ రేట్లపై నిర్ణయం తీసుకుంటుంది. కొత్త పద్ధతిలో ద్రవ్యోల్బణం తక్కువగా నమోదైతే బ్యాంకులు వడ్డీ రేట్లు తగ్గించే అవకాశం ఉంటుంది. దీనివల్ల మీ హోమ్ లోన్ లేదా పర్సనల్ లోన్ ఈఎంఐలు తగ్గుతాయి. ఒకవేళ ఇన్ఫ్లేషన్ ఎక్కువగా ఉంటే.. వడ్డీ రేట్ల తగ్గింపు మరికొంత కాలం ఆలస్యం కావచ్చు. మొత్తానికి ప్రభుత్వం చేసిన ఈ మార్పు సామాన్యుడి జీవనశైలికి అద్దం పట్టేలా ఉంది. మనం తినే ఆహారానికి ఎంత ప్రాధాన్యత ఇస్తామో, మన పిల్లల చదువులకు, ఆరోగ్యానికి, నివాసానికి కూడా అంతే ప్రాధాన్యత ఇస్తున్నామని ఈ కొత్త లెక్కలు చెబుతున్నాయి. ఇకపై ద్రవ్యోల్బణం పెరిగిందని వార్త వస్తే.. అది కేవలం ఉల్లిపాయల ధర వల్ల కాదు. మీ ఇంటి అద్దె లేదా ఇతర సేవల ధరల వల్ల కూడా కావచ్చని గుర్తుంచుకోండి.

నో సర్జ్ చార్జీలు, నో కమిషన్

బెంగళూరుకి భారత్ టాక్సీ ఎప్పుడంటే

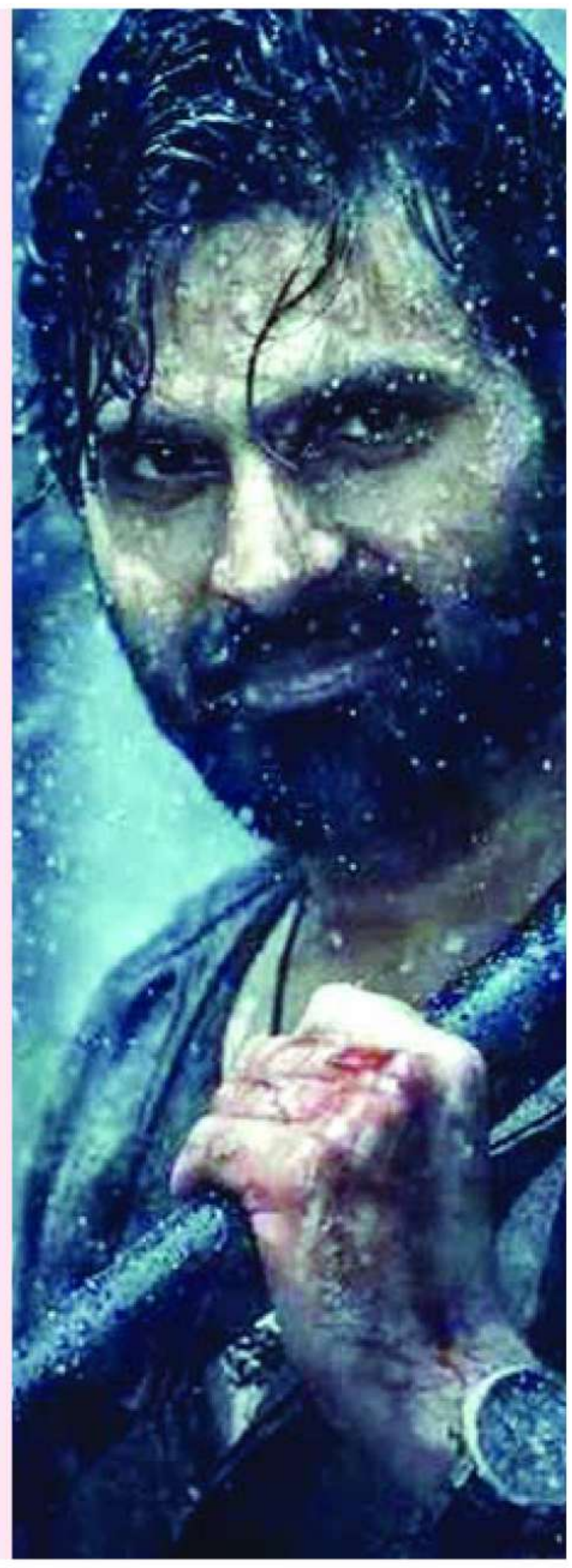
సిలికాన్ సిటీ బెంగళూరులో ట్రాఫిక్ కష్టాలు, క్యాబ్ డ్రైవర్ల క్యాన్సిలేషన్లు, భారీ సర్జ్ చార్జీల గురించి తెలియని వారు ఉండరు. ఈ సమస్యలన్నింటికీ పరిష్కారంగా కేంద్ర సహకార మంత్రిత్వ శాఖ మద్దతుతో రూపొందించబడిన 'భారత్ టాక్సీ' త్వరలో నగరంలో అడుగుపెట్టనుంది. అయితే, ఈ సేవలు అందుబాటులోకి రావడానికి ఈ ఏడాది చివరి వరకు వేచి చూడాల్సిందేనని కంపెనీ వర్గాలు వెల్లడించాయి. భారత్ టాక్సీ ప్రత్యేకతలేంటి? 'ది సహకార్ టాక్సీ కోఆపరేటివ్ లిమిటెడ్' అభివృద్ధి చేసిన ఈ ప్లాట్‌ఫారమ్ పూర్తిగా సహకార నమూనా పై పనిచేస్తుంది. అంటే ఇక్కడ డ్రైవర్లే యజమానులుగా ఉంటారు. జీరో కమిషన్: ప్రస్తుత యాప్ ల వలె డ్రైవర్ల నుండి భారీ కమిషన్లు వసూలు చేయరు. భవిష్యత్తులో కేవలం స్వల్ప సబ్‌స్క్రిప్షన్ ఫీజు మాత్రమే ఉంటుంది. సర్జ్ ఫ్రీ ప్రైసింగ్: వర్షం పడినా రద్దీ పెరిగినా ప్రయాణికులపై అదనపు చార్జీల భారం పడకుండా 'సర్జ్ ఫీ' ని భారీగా నియంత్రించనున్నారు. మల్టీ మోడల్ రవాణా: కేవలం టాక్సీలే కాకుండా, నమ్మ మెట్రో నెట్‌వర్క్‌తో కూడా ఈ యాప్‌ను అనుసంధానించడం ద్వారా ప్రయాణికులకు 'లాస్ట్ మైల్ కనెక్టివిటీ'ని అందించడమే తమ లక్ష్యమని సీఈఓ వివేక్ పాండే తెలిపారు. బెంగళూరులో సవాళ్లు, నిబంధనలు బెంగళూరు మార్కెట్లోకి ప్రవేశించే ముందు స్థానిక డ్రైవర్ల అసోసియేషన్లతో చర్చలు జరుపుతామని భారత్ టాక్సీ యాజమాన్యం పేర్కొంది. అయితే ఇప్పటికే నగరంలో అనేక రవాణా యాప్ లు ఉండటం వల్ల డ్రైవర్లు అయోమయానికి గురవుతున్నారని ఆదర్శ ఆటో యూనియన్ నేతలు అభిప్రాయపడుతున్నారు. డ్రైవర్లు అన్ని యాప్‌లను ఒకేసారి ఉపయోగించడం వల్ల ప్రయాణికులకు ఇబ్బందులు కలుగుతున్నాయని, ప్రభుత్వం దీనిపై కఠిన నిబంధనలు తీసుకురావాలని వారు కోరుతున్నారు. గతంలో వచ్చిన 'నగర మీటర్డ్ ఆటో', 'రూక్' వంటి ప్లాట్‌ఫారమ్ లు బెంగళూరులో ఆశించిన స్థాయిలో సక్సెస్ కాలేదు. మరి భారత్ టాక్సీ వీటిని తట్టుకుని ఎలా నిలబడుతుందో చూడాలి. బైక్ టాక్సీలకు అనుమతి లేదు! కర్ణాటక రవాణా శాఖ మంత్రి రామలింగారెడ్డి భారత్ టాక్సీ గురించి మాట్లాడుతూ ఒక కీలక విషయం చెప్పారు. ప్రస్తుతం రాష్ట్రంలో స్పష్టమైన బైక్ టాక్సీ పాలసీ లేనందున భారత్ టాక్సీలో బైక్ టాక్సీలను అనుమతించే ప్రసక్తే లేదని ఆయన స్పష్టం చేశారు. కేవలం క్యాబ్ లు, ఆటోలు , బైక్ టాక్సీ డ్రైవర్లను వేరుగా బోర్డింగ్ చేసుకున్నప్పటికీ అధికారిక పాలసీ వచ్చే వరకు బైక్ సేవలు అందుబాటులో ఉండవు. మొత్తానికి బెంగళూరు ప్రయాణికులకు ధరల భారం తగ్గించడానికి, డ్రైవర్లకు మెరుగైన ఆదాయం కల్పించడానికి భారత్ టాక్సీ ఒక గొప్ప వేదికగా మారనుంది. 2026 చివరి నాటికి దేశవ్యాప్తంగా 25 నుండి 30 నగరాల్లో ఈ సేవలను విస్తరించాలని సంస్థ లక్ష్యంగా పెట్టుకుంది.



టాలీవుడ్‌లో మరో రూరల్ కామెడీ డ్రామా.. 'మెన్షన్ హౌస్ మల్లేష్' టీజర్ అదిరింది!

టాలీవుడ్‌లో ప్రస్తుతం రూరల్ బ్యాక్‌డ్రాప్ కామెడీ సినిమాలకు మంచి ఆదరణ లభిస్తున్న విషయం తెలిసిందే. ఇప్పుడూ అదే కోవలో తాజాగా ప్రేక్షకుల ముందుకు వచ్చేందుకు సిద్ధమవుతున్న చిత్రం 'మెన్షన్ హౌస్ మల్లేష్'. శ్రీనాథ్ మాగంటి హీరోగా, బాల సతీష్ దర్శకత్వంలో తెరకెక్కుతున్న ఈ సినిమాను కనకమేడల ప్రొడక్షన్స్ పతాకంపై రాజేష్ నిర్మించారు. తాజాగా ఈ సినిమా టీజర్‌ను చిత్రబృందం విడుదల చేసింది. ఈ టీజర్ చూస్తుంటే.. 'శంకరమ్మ టెంట్ హౌస్' నడుపుకుంటున్న కథానాయకుడు (శ్రీనాథ్ మాగంటి) పెళ్లి జరుగగా.. శోభనం రోజు రాత్రి పెళ్లి కూతురు సడన్ షాక్ ఇస్తుంది. మరి పెళ్లి కూతురు ఇచ్చిన షాక్ ఏంటి. ఈ షాక్ తిన్న మన హీరో ఏం చేశాడు అనేది ఈ సినిమా కథ. ఈ చిత్రం మార్చి 06 ప్రేక్షకుల ముందుకు రాబోతున్నట్లు చిత్రబృందం తెలిపింది. ఈచిత్రంలో శ్రీనాథ్ మాగంటితో పాటు, గాయత్రి రమణ, సాయి కామాక్షి భాస్కర్ల ప్రధాన పాత్రలు పోషిస్తుండగా.. మురళీధర్ గౌడ్, రాజ్‌కుమార్ కసిరెడ్డి వంటి సీనియర్ ఆర్టిస్టులు కీలక పాత్రల్లో కనిపించనున్నారు. అమ్మ ముత్తు సినిమాటోగ్రఫీ ఈ సినిమాకు ప్రధాన ఆకర్షణగా నిలవనుంది. ఎడిటింగ్ బాధ్యతలను గ్యారీ బి.హెచ్ నిర్వహించారు.

మర్డర్ మిస్టరీతో వస్తున్న శ్రీవిష్ణు.. రాజమౌళి చేతుల మీదుగా 'మృత్యుంజయ్' టీజర్ లాంచ్



టాలీవుడ్ వెర్సటైల్ యాక్టర్ శ్రీవిష్ణు కథానాయకుడిగా నటిస్తున్న సరికొత్త ఇన్వెస్టిగేటివ్ థ్రిల్లర్ 'మృత్యుంజయ్'. ఈ చిత్రం ఫిబ్రవరి 27న ప్రేక్షకుల ముందుకు రాబోతుండగా.. టీజర్‌ను విడుదల చేసింది చిత్రయూనిట్. ఈ గ్రిప్పింగ్ టీజర్‌ను ప్రముఖ దర్శకుడు ఎస్.ఎస్. రాజమౌళి విడుదల చేసి, చిత్ర యూనిట్‌కు అభినందనలు తెలియజేశారు. ఒక సస్పెన్స్‌తో కూడిన మర్డర్ కేసును ఛేదించే పవర్‌ఫుల్ పోలీస్ ఆఫీసర్‌గా శ్రీవిష్ణు ఈ చిత్రంలో కనిపించనుండగా, అందరూ ప్రమాదంగా భావించే ఒక ఘటన వెనుక ఉన్న నిజాన్ని హీరో ఎలా వెలికితీశారనే ఉత్కంఠభరితమైన కథాంశంతో ఈ సినిమా తెరకెక్కింది. సుకుమార్ శిష్యుడు హుస్సేన్ షా కిరణ్ దర్శకత్వంలో రూపొందుతున్న ఈ చిత్రంలో, శ్రీవిష్ణు సరసన 'సామజవరగమన' ఫేమ్ రెబా మోనికా జాన్ హీరోయిన్‌గా నటిస్తోంది. కాలభైరవ అందించిన నేపథ్య సంగీతం టీజర్‌కు ప్రధాన ఆకర్షణగా నిలవగా, లైట్ బాక్స్ మీడియా మరియు పిక్చర్ పర్ఫెక్ట్ ఎంటర్టైన్మెంట్ బ్యానర్లపై సందీప్ గుణ్ణం, వినయ్ చిలపాటి ఈ చిత్రాన్ని నిర్మిస్తున్నారు. ఈ మూవీ ఫిబ్రవరి 27, 2026న ప్రపంచవ్యాప్తంగా థియేటర్లలో విడుదల కానుంది.

నేను కేవలం బొమ్మను కాదు..

గ్లోబల్ స్టార్ ప్రియాంక చోప్రా భారతీయ సినిమాల్లో స్టార్ హీరోయిన్‌గా వెలుగుతున్న సమయంలోనే ఆమె తీసుకున్న ఒక సాహసోపేత నిర్ణయం ఇప్పుడు మళ్ళీ చర్చనీయాంశమైంది.తాజాగా ఓ ఇంటర్వ్యూలో పాల్గొన్న ప్రియాంక తన హాలీవుడ్ ప్రయాణంలోని కష్టనష్టాలను పంచుకున్నారు. ప్రియాంక మాట్లాడుతూ.. "30 ఏళ్ల వయసులో కెరీర్‌ను మళ్ళీ మొదటి నుంచి ప్రారంభించడం చాలా భయంకరమైన విషయం. అప్పటికే నేను భారతదేశంలో ఆర్థికంగా స్థిరపడ్డాను, స్టార్‌డమ్ ఉంది. కానీ వాటన్నింటినీ వదులుకుని అమెరికా వెళ్లాలని నిర్ణయించుకున్నాను" అని తెలిపారు. 2015లో 'మేరీ కోమ్', 'బాజీరావ్ మస్తానీ' వంటి సూపర్ హిట్ సినిమాలతో పీక్ స్టేజ్‌లో ఉన్నప్పుడే ఆమె హాలీవుడ్‌కు వెళ్లడం గమనార్హం. అక్కడ ముందుగా సింగర్‌గా అడుగుపెట్టినా, ఆ తర్వాత ఎన్నో సవాళ్లను ఎదుర్కోవాల్సి వచ్చింది. గ్లోబల్ స్టార్‌గా ఎదిగి.. హాలీవుడ్‌లో తనను ఎదుర్కొన్న మూస పద్ధతులు గురించి ప్రియాంక ఆసక్తికర విషయాలు చెప్పారు. "నేను మీటింగ్స్‌కు వెళ్ళినప్పుడు 'నువ్వు ఇంగ్లీష్ బాగా మాట్లాడుతున్నావు' అనేవారు. భారతీయులంటే ఒక రకమైన భావన అక్కడ ఉండేది. కానీ నేను కేవలం ఒక పాత్రకే పరిమితం కాకుండా, ప్రపంచవ్యాప్తంగా గుర్తింపు పొందే కథల్లో భాగం కావాలని కోరుకున్నాను" అని ఆమె వివరించారు. విరామం లేకుండా అన్నింటిలో నటించడానికి తాను కేవలం బొమ్మను కాదని.. మనిషిని అని ఆవేదన వ్యక్తం చేసింది. 'క్వాంటికో' సిరీస్‌తో మొదలైన ఆమె ప్రయాణం.. బేవాచ్, ది మ్యాట్రిక్స్ 4, , తాజా భారీ సిరీస్ 'సిటాడెల్' వరకు సక్సెస్‌ఫుల్‌గా కొనసాగింది. ఇక ఇప్పుడు సుమారు ఎనిమిదేళ్ల విరామం తర్వాత ప్రియాంక మళ్ళీ ఇండియన్ సినిమాలో నటించబోతున్నారు.

మెగాఫోన్ పట్టిన వరలక్ష్మి శరత్‌కుమార్.. డైరెక్టర్‌గా 'సరస్వతి'తో సరికొత్త ప్రయోగం!

కోలీవుడ్ నటి వరలక్ష్మీ శరత్‌కుమార్ తన కెరీర్‌లో సరికొత్త అధ్యాయానికి శ్రీకారం చుడుతూ దర్శకురాలిగా మెగాఫోన్ పట్టింది. ఇప్పటివరకు వెండితెరపై పవర్‌ఫుల్ పాత్రలతో మెప్పించిన ఆమె తన స్వీయ దర్శకత్వంలో 'సరస్వతి' అనే చిత్రాన్ని తెరకెక్కిస్తున్నారు. ఈ సినిమాకు సంబంధించి తాజాగా విడుదలైన ప్రమోషనల్ వీడియో సోషల్ మీడియాలో విశేషంగా ఆకట్టుకుంటోంది. ఈ వీడియోలో వరలక్ష్మి ద్విపాత్రాభినయం చేస్తూ, ఒకవైపు కఠినమైన దర్శకురాలిగా, మరోవైపు నటిగా కనిపిస్తూ షూటింగ్ సెట్స్‌లో ఎదురయ్యే సరదా సంఘటనలను వినోదాత్మకంగా చూపించారు. హై-కాన్సెప్ట్ ఇన్టెన్స్ థ్రిల్లర్‌గా రూపొందుతున్న ఈ చిత్రాన్ని వరలక్ష్మి తన సోదరి పూజా శరత్‌కుమార్‌తో కలిసి 'దోస డైరీస్' బ్యానర్‌పై స్వయంగా నిర్మిస్తున్నారు. ఈ చిత్రంలో ప్రకాశ్ రాజ్, ప్రియమణి, నవీన్ చంద్ర వంటి దిగ్గజ నటులు కీలక పాత్రలు పోషిస్తుండగా, ప్రముఖ సంగీత దర్శకుడు ఎస్.ఎస్. తమన్ స్వరాలు అందిస్తున్నారు. మొదటి సినిమానే అయినప్పటికీ ఎంతో పకడ్బందీ ప్రణాళికతో కేవలం 30 రోజుల్లోనే షూటింగ్‌ను పూర్తి చేసి వరలక్ష్మి తనలోని స్పీడ్ డైరెక్టర్‌ను పరిచయం చేశారు. టైటిల్ లోగోలో 'X' అక్షరాన్ని ఎరుపు రంగులో హైలైట్ చేయడం సినిమాపై మరింత ఆసక్తిని పెంచుతోంది. ప్రస్తుతం పోస్ట్ ప్రొడక్షన్ పనుల్లో ఉన్న ఈ చిత్రం త్వరలోనే విడుదల తేదీని ప్రకటించనుంది.

కథలో చాలా మలుపులు ఉన్నాయి

నిఖిల్ సిద్ధార్థ్ నటిస్తున్న ఎపిక్ పీరియడ్ యాక్షన్ సాగా 'స్వయంభు'పై టీజర్‌తో ఒక్కసారిగా అంచనాలు పెరిగిపోయాయి. 'సెంగోల్' కథతో స్టార్ట్ అయిన ఈ టీజర్‌లో శ్రీరాముడికి పరమేశ్వరుడు అందించిన 'సెంగోల్'ను స్వాధీనం చేసుకునేందుకు జరిగే భీకర యుద్ధాలు కథకు బలమైన నేపథ్యాన్ని అందించాయి.రాజ్యాలు కూలిపోయినా సెంగోల్ మాత్రం అజేయంగా నిలుస్తుంది. ఇలాంటి కీలక సమయంలో ధర్మాన్ని తిరిగి స్థాపించడానికి ముందుకొచ్చే ఓ యోధుడి కథ చూపించడం అద్భుతంగా ఉంది. టీజర్ లాంచ్ ఈవెంట్‌లో హీరో నిఖిల్ మాట్లాడుతూ.. "కార్తికేయ 2' పాన్ ఇండియా విజయం తర్వాత దానికంటే అద్భుతమైన ప్రాజెక్ట్‌తో రావాలని ఇన్ని రోజులు ఆగాను. చాలా శ్రద్ధతో భయంతో అన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకుంటూ చేసిన సినిమా 'స్వయంభు'. ఈ టీజర్ కేవలం ఇంట్రడక్షన్ మాత్రమే. కథలో చాలా మలుపులు ఉన్నాయి. ముందు ముందు వచ్చే కంటెంట్‌లో మరింత రివిల్ చేస్తాము. త్రీడీలో చూసినప్పుడు నేనే షాక్ అయ్యాను. ఈ సినిమా 3ఆ లో రాబోతుంది. మీరందరు కూడా చాలా ఎంజాయ్ చేస్తారు. 1000ఏళ్ల క్రితం మన చిత్తూరు రాయలసీమ ప్రాంతంలో కృష్ణ అనే వారియర్ ఉన్నాడు. అతడి కథ ఇది. అల్లరిగా తిరిగే ఓ అండర్ డాగ్.. రాజ్యాలను శాసించే స్థాయికి ఎలా ఎదిగాడు అనేది ఇంట్రెస్టింగ్‌గా ఉంటుంది' అని చెప్పుకొచ్చాడు.

The Publisher, Editor seggem kiran kumar 8-6-128/m,TKR collage road , Nandanavanam colony, kharmanghat,Rangareddy, Telangana - 500079.
mail : vaarthasandhya@gmail.com, www.vaarthasandhya.in epaper.vaarthasandhya.in. Cell : 73961 22101 , 99517 51662.