

హైదరాబాదులో హైద్రా... మరి కామారెడ్డిలో కాద్రా ఎప్పుడో...



- కామారెడ్డిలో కూడా భారీ భూకబ్జాలు, అక్రమ కట్టడాల సంగతేంటో...
- ఎన్ని కబ్జాలు చేసినా, పార్టీ మారితే ప్రాజెం లేనట్టేనా ?
- గతంలో ప్రభుత్వ భూములకు, అసైన్మెంట్ భూములకు ఉన్నతాధికారులు ఇచ్చిన ఎన్.ఓ.సీ లు చెల్లుబాటువుతాయా..?
- శిఖం భూములపై, దేవాదాయ భూములపై కూడా ప్రస్తుత కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ఏమైనా చర్యలు తీసుకుంటుందా?
- హైదరాబాదులో హైద్రా ఉంటే, కామారెడ్డికి కాద్రా తెచ్చి పని పడతారా?

కామారెడ్డిలో ప్రభుత్వ భూముల కబ్జాలే కాకుండా మరెన్నో అక్రమ కట్టడాలు కట్టినా వాటి గురించి గతంలో ఎన్ని సార్లు పేపర్స్ వార్తలు వచ్చినా అధికారులలో చలనం మాత్రం ఇప్పటికీ లేనే లేదు. కనీసం అధికారులు వార్తా పత్రికలలో వచ్చినటువంటి వార్తలపై స్పందించి, వారిపై ఏం యాక్షన్ తీసుకున్నారో కూడా తెలవని పరిస్థితి. అందుకే కామారెడ్డిలో కూడా హైద్రా లాంటి వ్యవస్థను తీసుకురావాలని కామారెడ్డి ప్రజలు కోరుతున్నారు. అక్రమ కట్టడాలు కావచ్చు, భూ కబ్జాలు కావచ్చు వీటిని అన్నిటిని ఆపాలి. రోడ్డు వెడల్పులకు గుర్తులు పెట్టి కూడా అక్రమ కట్టడాలు ఎన్నో కడుతున్న అధికారులు మాత్రం ఆపలేకపోతున్నారు. ప్రజాప్రతినిధులు చేస్తున్నటువంటి తప్పిదాలపై ప్రభుత్వం ఎలా స్పందించి చర్యలు తీసుకుంటుందో ఇప్పటికైనా వేచి చూడాలి.

35 వేల ఉద్యోగాల భర్తీ

- ప్రిలిమ్స్ ఉత్తీర్ణత సాధించిన 135 మంది అభ్యర్థులకు ఒక్కొక్కరికీ రూ. లక్ష చొప్పున అందజేశారు.
- యంగ్ ఇండియా స్పోర్ట్స్ వర్సిటీ ఏర్పాటు చేస్తాం
- రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా 100 నియోజకవర్గాల్లో 25 నుంచి 30 ఎకరాల్లో యంగ్ ఇండియా రెసిడెన్షియల్ స్కూళ్లు ఏర్పాటు చేస్తాం.
- సీఎం రేవంత్ రెడ్డి



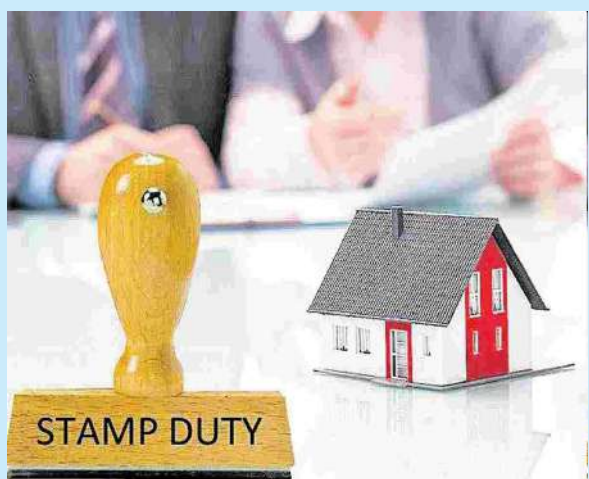
హైదరాబాద్ నిరుద్యోగ సమస్యను శాశ్వతంగా పరిష్కరించేందుకు కృషి చేస్తున్నామని తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి అన్నారు. ప్రభుత్వం ఏర్పాటైన 30 రోజుల్లోనే 30 వేల మందికి ఉద్యోగ నియామక పత్రాలు అందజేశామన్నారు. మరో 35 వేల ఉద్యోగాలు త్వరలో భర్తీ చేయబోతున్నట్లు చెప్పారు. యూపీఎస్సీ ప్రిలిమినరీ పరీక్షలో ఉత్తీర్ణులై మెయిన్స్ కోసం

సన్నద్ధమవుతున్న తెలంగాణ అభ్యర్థులకు రాజీవ్ గాంధీ సివిల్స్ అభయహస్తం పేరిట రూ. 1 లక్ష ఆర్థిక సాయం చేస్తామని రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రకటించిన సంగతి తెలిసిందే. ఈ మేరకు హైదరాబాద్లో నిర్వహించిన కార్యక్రమంలో లబ్ధిదారులకు రేవంత్ రెడ్డి చెక్కులు అందజేశారు.

మహారాష్ట్రలో కూలిన ఛత్రపతి శివాజీ భారీ విగ్రహం



72 సేవలపై స్టాంప్ డ్యూటీ!



- ప్రాంచైజీ, కాపీరైట్స్, ప్రకటనలు,
- కార్పొరేట్ ఒప్పందాలపైనా ఫీజులు
- ఆన్లైన్ చేసి, రాబడి పెంచుకోవడంపై రుణ్ణి
- రిజిస్ట్రేషన్ సేవల్లో మార్పులకు సర్కారు సిద్ధం!
- భూముల విలువలను శాస్త్రీయంగా పెంచాలి
- ప్రజలకు భారంగా పరిణమించకూడదు
- అధికారులకు మంత్రి పొంగులేటి సూచన
- మహారాష్ట్ర, ఎంపీ, కర్ణాటకకు బృందాలు

సిఎంఆర్ బియ్యం లో గోల్ మాలే!

- ఎఫ్ సి ఐ కి ఇవ్వకుండా కుంటి సాకులు!
- సిఎంఆర్ బియ్యం లో గోల్ మాలే!
- ఎఫ్ సి ఐ కి ఇవ్వకుండా కుంటి సాకులు!
- రైస్ మిల్లర్లపై హైకోర్టు ఆగ్రహం!!
- మిల్లర్ల మీనా వేషాలు!!
- రాష్ట్రంలో కోట్ల రూపాయల బియ్యం స్కామ్!!
- ఎఫ్ సి ఐ కి ఇవ్వకుండా కుంటి సాకులు!
- రైస్ మిల్లర్లపై హైకోర్టు ఆగ్రహం!!
- మిల్లర్ల మీనా వేషాలు!!
- రాష్ట్రంలో కోట్ల రూపాయల బియ్యం స్కామ్!!

2

రాష్ట్రంలో సర్కార్ సొమ్ముతో రైస్ మిల్లర్లు కు కోట్ల రూపాయల వర్షం కురిపిస్తుంది, 2021-22 నుంచి 2023-24 సంవత్సరంలో ప్రభుత్వం

రైతుల దగ్గర నుంచి వివిధ రూపాలలో ఐఐపి సెంటర్ల ద్వారా, సిఎంఎస్ సాఫ్ట్ లీలు, డీసీఎంఎస్ ఆధ్వర్యంలో ధాన్యం కొనుగోలు కేంద్రాలను ఏర్పాటు చేసి కోట్ల రూపాయల విలువ గల ధాన్యాన్ని కొనుగోలు చేసింది



దాదాపు పదివేల కోట్ల రూపాయల బియ్యం మిల్లర్ల నుంచి ప్రభుత్వానికి రావాల్సి ఉన్నట్లు తెలుస్తుంది, ఇట్టి విషయంలో తెలంగాణ రాష్ట్ర హైకోర్టు సీరియస్ గా పరిగణిస్తూ రైస్ మిల్లు

యజమానులు నకాలంలో ప్రభుత్వానికి ఇవ్వవలసిన బియ్యం ఇవ్వకపోతే రెవెన్యూ రికవరీ యాక్ట్ పెట్టక తప్పదని హెచ్చరించింది.

మగత 2

సాగు పాఠాలు నేర్చుకుంటూ..

- క్షేత్రస్థాయిలో పర్యటిస్తున్న బీఎస్సీ అగ్రికల్చర్ విద్యార్థినులు
- పంటలపై రైతులకు సలహాలు, సూచనలు, అవగాహన



భువనగిరి రూరల్, ఆగస్టు 26: క్షేత్రస్థాయి పర్యటనలో భాగంగా రైతులకు సాంకేతిక పరిజ్ఞానాన్ని వ్యవసాయ సమాచారాన్ని అందించడంలో బీఎస్సీ అగ్రికల్చర్ ఫైన్ లో ఇయర్ విద్యార్థినులు శిక్షణ తరగతుల్లో పాల్గొంటున్నారు. ప్రస్తుతం అన్ని రంగాల్లో సాంకేతికతకు పెద్దపీట వేస్తున్న తరుణంలో విద్యారంగంలో సాంకేతికతను ప్రవేశ పెట్టడం, విద్యార్థులకు మేలు చేస్తోంది. వ్యవసాయ విద్యార్థులకు అవగాహన పెంచేందుకు క్షేత్రస్థాయి పర్యటనలు దోహదం చేస్తున్నాయి. హైదరాబాద్ లోని రాజేంద్రనగర్ వ్యవసాయ కళాశాలకు చెందిన విద్యార్థినులు ఏరువాక కేంద్రం జిల్లా ప్రధాన శాస్త్రవేత్త డాక్టర్ బి. అనిల్ కుమార్ ఆధ్వర్యంలో శాస్త్రవేత్త కె. మమత పర్య వేక్షణలో భువనగిరి మండలంలోని నాగిరెడ్డిపల్లి, వీరవెల్లి, అనాజీ పురం, బొల్లెపల్లి, గౌన్ నగర్, తాజేపూర్, కూనూరు, ముత్తిరెడ్డిగూడెం, మోలకొండూరు గ్రామాలను వెంపిక చేసుకున్నారు. ఈ నెల ఆగస్టు 12 నుంచి డిసెంబరు 12 వ తేదీ వరకు మొత్తం నాలుగు నెలల పాటు గ్రామాల్లోనే పర్యటిస్తూ 46 మంది విద్యార్థినులు నాగిరెడ్డిపల్లి గ్రామానికి ఆరుగురు విద్యార్థులు, మిగతా గ్రామాలకు ఒక్కొక్క గ్రామానికి ఐదుగురు చొప్పున గ్రామాల్లో క్షేత్రస్థాయిలో పర్యటించి రైతుల నుంచి వ్యవసాయ సమాచారాన్ని, సర్వేల రూపంలో సేకరిస్తున్నారు.

State 502313 ph 8499902850/RNI NO:TELTEL/2022/81794

గ్రామం బాగుండాలంటే ప్రజలందరూ సహకరించాలి కార్యదర్శి చైతన్య



వాస్తవ తెలంగాణ న్యూస్ మెడక్ ప్రతినిధి అంజనేయులు... మెడక్ మండలంలోని తిమ్మా నగర్ గ్రామ అభివృద్ధి కోసం ప్రతి ఒక్కరూ కృషి చేయాలని అప్పుడే తమ గ్రామం అభివృద్ధి చెందుతుందని గ్రామపంచాయతీ కార్యదర్శి చైతన్య అన్నారు .గ్రామ పంచాయతీ ఆవరణలో విద్యార్థుల చేత ప్రజలకు అర్థమయ్యే రీతిలో గ్రామస్తులకు గ్రామపంచాయతీ భవనం, గ్రామంలో ఉన్న అంగన్వాడీ, కేంద్రాల మరియు మంచినీటి ట్యాంకులు, విధి దీపాలు, మురికి కాలువలు, సీసీ రోడ్లు, గ్రామంలో పర్యావరణ పరిరక్షణ ఎలా చేయాలో గ్రామ ప్రజలకు అర్థమయ్యే రీతిలో వారు వివరించారని పంచాయతీ కార్యదర్శి అన్నారు. ఎవరో వచ్చి తమ గ్రామాన్ని అభివృద్ధి చేస్తారని చూడటం కన్నా గ్రామస్తులు ఇంటికి ఒక్కరు చొప్పున వారానికి ఒక్కసారి సమయం కేటాయించి తమ గ్రామంలో నేలకొన్న సమస్యలను తామే పరిష్కరించుకునే విధంగా గ్రామస్తులకు సహకరించాలి, అంతేకాకుండా గ్రామంలో ప్రతి ఒక్కరూ చెట్లను నాటి పర్యావరణాన్ని పెంపొందించాలన్నారు. అప్పుడే తమ గ్రామం ఆదర్శ గ్రామంగా నిలుపుకోగలమని గ్రామస్తులు సహకరించి మన గ్రామాన్ని అన్ని విధాలుగా అభివృద్ధి చేసుకోవాలని పంచాయతీ కార్యదర్శి కోరారు.

రైతుపై ఎలుగుబంటి దాడి



వాస్తవ తెలంగాణ న్యూస్ మెడక్ ప్రతినిధి:ఎలుగుబంటి దాడిలో గాయపడిన రైతు నేడు వేకువజామున పొలంలో నీళ్లు చూడడానికి కెళ్లిన రైతు అకస్మాత్తుగా ఎలుగుబంటి రైతు పై దాడి చేసింది. మెడక్ జిల్లాలోని హావేలి ఘనపూర్ మండలం గ్రామ పంచాయతీ దుప్పసింగ్ తండా వరదిలో చోటుచేసుకుంది. మెడక్ ఫారెస్ట్ బిట్ ఆఫీసర్ రమేష్ కుమార్ తెలిపిన వివరాలు ప్రకారం ఇలా వున్నాయి. సోమవారం ఉదయం మెగావత్ రవి (45) సంవత్సరాలు యధావిధిగా రోజు తన పొలంలోకి వెళ్లి చూచి తిరిగి వస్తుండగా చెరుకు తోట నుంచి ఎలుగుబంటి కనిపించడం పరుగుతీయ్యంగా రైతు పై ఎలుగుబంటి దాడి చేసింది. ఈ దాడిలో రవికి తీవ్రగాయాలయ్యాయి. పక్కనున్న వున్న రవి కేతులు యెయ్యగా పక్కనే వున్న రైతులు అందోళన చెంది హుటాహుటిన మెడక్ ఏరియా ఆసుపత్రికి తరలించారు. మెరుగైన చికిత్స కోసం మెడక్ పట్టణ ములోని ప్రవేట్ ఆసుపత్రికి తరలించారు. ఈ

సంఘటన తో కుటుంబ సభ్యులు అందోళన చెందుతున్నారు. ఈ విషయంపై ఫారెస్ట్ బిట్ ఆఫీసర్ వివరణ కోరగా తక్షణం సహాయం కోసం 10 వేల రూపాయలను అందించమని తెలిపారు. బాధితునికి మిగతా చికిత్స నిమిత్తం జిల్లా ఫారెస్ట్ అధికారి వైద్య ఖర్చులు అందిస్తారని ఆయన పేర్కొన్నారు.

కాంగ్రెస్ పాలనలో త్రాగునీటి కష్టాలు.



సంగారెడ్డి వాస్తవ తెలంగాణ న్యూస్ ప్రతినిధి టీ మాజీకృం... సంగారెడ్డి జిల్లా వట్టిపల్లి మండలంలోని మేడి కుంద తండాలో గత 15 రోజుల నుండి మిషన్ భగీరథ నీళ్లు రావడం లేదు. తండా ప్రజలు నిల్వ ఉన్న కుంటలో నీళ్లు తాగుతున్నారు ఆ నీళ్లు తాగడం వలన విష జ్వరాలు వచ్చి దగ్గు సర్ది జ్వరం వచ్చి ఆసుపత్రి పాలవుతున్నారు. అధికారులకు ఎన్నిసార్లు చెప్పినా రేపు మాపు అని చెప్పి సంప్రత్తి చేస్తున్నారు. అంతేగాని తాండవాసుల యొక్క ప్రజల సమస్యలు

పట్టించుకోవడం లేదు ఇకనైనా అధికారులు మేలుకొని మా మారుమండల తాండ ప్రజల నీటి కష్టాలు తీరుస్తారని వట్టి పల్లి మండలం బి ఆర్ ఎస్, వైస్ ప్రెసిడెంట్ కోరుచున్నాము. సీఎం కేసీఆర్ 10 సంవత్సరాలు పని నీ హెచ్ ప్రభాకర్ మాట్లాడుతూ. కాంగ్రెస్ చేసినప్పుడు ఇలాంటి సమస్య ఎప్పుడూ మాకు రాలేదని ఇచ్చినటువంటి ఆరు హామీలను నిలబెట్టుకోలేని తాండవాసులు బోరున విలపించారు. బి ఆర్ ఎస్ పరిస్థితుల్లో ఉన్న రోజులలో ఒక్క అమెని కూడా పాలనలో ఇంటింటికి నల్ల ఇచ్చిన ప్రస్తుత కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ఉన్న నల్లాలకు నీళ్లు ఇవ్వడం గగనంగా మారింది. మళ్ళీ పెట్టి ఆడవాళ్ళందరికీ కొట్లాట పెట్టారని ఆయన మొదటి రోజులు వచ్చాయని మార్పు అనేది ఇలా చెరువులో తెలిపారు. ఇక రుణమాఫీ లేదు మూడో విడతలని నీళ్లు తెచ్చుకోవడమే అని ఆడవాళ్లు మరియు తండావాసులు నిందా ముంచాడు ప్రజలను ఇక మార్పు మార్పు అందరూ గర్వంగా చెప్పుకుంటున్నారు. ఎందుకంటే సీఎం అని ఉన్న నీళ్లను కూడా రాకుండా చేస్తున్నారని ఆయన రేపంతో రెడ్డి మార్పు తెస్తా అన్నాడు కాబట్టి 15 రోజుల అమలు చేయాలని మేల్కొని నుంచి మేము నీళ్లు మోసుకుంటున్నాము ఇదే మార్పు మిషన్ తండావాసులకు నీళ్లు అందేలా చూడాలని ఆయన భగీరథ నీళ్లు కూడా రావడం లేదు అంటే మార్పు వచ్చిందని డిమాండ్ చేశారు.

పంచాయతీ కార్మికుల సమస్యలు పరిష్కరించాలి.



సంగారెడ్డి వాస్తవ తెలంగాణ న్యూస్ ప్రతినిధి టీ మాజీకృం.. సంగారెడ్డి జిల్లా పంచాయతీలలో పనిచేస్తున్న కార్మికుల సమస్యలు పరిష్కరించాలని సిఐటియూ జిల్లా కార్యదర్శి సాయిలు డిమాండ్ చేశారు. కొండాపూర్ మండలం మల్లాపూర్ లోని సీఐటియూ ఆఫీసు నందు సోమవారం సమావేశం నిర్వహించారు. ఆయన మాట్లాడుతూ కార్మికులకు నెలకు 26వేల రూపాయల వేతనం ఇవ్వాలని కోరారు. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ఎన్నికల ముందు ఇచ్చిన హామీలను అమలు చేయాలని ఆయన పేర్కొన్నారు. గ్రామపంచాయతీ అధికారులకు అలాగే మున్సిపల్ కార్మికులకు అందరికీ పరిష్కారం చేస్తామని ఎన్నికల ముందు కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ఇచ్చినటువంటి హామీలను నిలబెట్టుకోవాలని ఆ డిమాండ్ చేశారు. కార్మికులకు కనీస వేతనాలు కూడా ఇవ్వకపోతే వాళ్లు బతుకు భారంగా మారుతుందని ఆయన కొనియాడారు. వారికిచ్చిన వేతనంలో కార్మికులకు దినసరి వేతనాలు ఇవ్వడంతో వారికి మిగలేది ఏమీ లేదని కార్మికులు వాపోయారు. ఈ సమావేశంలో ఏటీయూ సంఘ నాయకులు మరియు పంచాయతీ కార్మికులందరూ పాల్గొన్నారు.

కృష్ణాష్టమి సందర్భంగా కెపిఎమ్ స్కూల్లో ఘనంగా నిర్వహించడం జరిగింది



మండల కేంద్రంలో కేవీఎం హైస్కూల్లో శ్రీకృష్ణ జన్మాష్టమి సందర్భంగా విన్నారులు శ్రీకృష్ణని గోపికల వేషధారణలతో ఉట్టి కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న విన్నారులు...

సీఎంఆర్ఎఫ్ చెక్కుపంపిణీ



నిజామాబాద్ జిల్లా మోర్లాడ్ మండలంలోని సుంకెట్ గ్రామానికి చెందిన కోమన్ పల్లి జమున కు బాల్కొండ నియోజకవర్గం ఇన్చార్జ్ ముత్యాల సునీల్ కుమార్ చొరవతో 25వేల రూపాయల సీఎంఆర్ఎఫ్ చెక్కును కాంగ్రెస్ కార్యకర్తలు నాయకులు అందించడం జరిగింది ఈ కార్యక్రమంలో సుంకెట్ గ్రామం కాంగ్రెస్ ఇంచార్జి మారోడి సురేష్ గ్రామ కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షులు రాజేష్ మరియు సంతోష్ సుదీర్ సీనియర్ కాంగ్రెస్ నాయకులు కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు

విద్యుత్ షాక్ తో ఆవు మృతి



రవీంద్ర ప్లే స్కూల్లో ఘనంగా కృష్ణాష్టమి వేడుకలు



పురస్కరించుకొని స్థానిక రవీంద్ర ప్లే స్కూల్లో చిన్నారి విద్యార్థిని, విద్యార్థుల చే ఘనంగా కృష్ణాష్టమి వేడుకలు జరిగాయి. పాఠశాలలోని చిన్నారులు వేసిన గోపిక, కృష్ణుడి వేషధారణలు అహుతులను ఆకట్టుకున్నాయి. గోపికలు వెన్న చిలకడం, చిన్ని కృష్ణులకు వెన్నె ముద్దులు తినిపించడం, కృష్ణుర్యులు ఉట్టి కొట్టె సన్నివేశాలు చూపరులను మంత్ర ముగ్ధులను చేశాయి.

కృష్ణాష్టమి సందర్భంగా కృష్ణుని వేషాధారణతో

మెడక్ జిల్లా కౌడిపల్లి మండలంలోని వివిధ గ్రామాలలో కృష్ణాష్టమి వేడుకలు జరుపుకోవడం జరిగింది.మండలంలోని భుజరంపేట్ గ్రామంలో శ్రీకృష్ణ వేషం వేసి భుజరంపేట్ గ్రామంలోని వీధిలో తిరుగుతూ ఉట్టి కొట్టడం ప్రతి గల్లిలో తిరిగింది. కృష్ణ సీ వేషం వేసిన గ్రామంలో ఉన్న గుళ్ళ దగ్గర భజన చేసుకుంటూ గ్రామంలో రాల్గిగా నిర్వహించుకుంటూ ప్రతి ఇంట కట్టిన ఉట్టి ని కొట్టడం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమంలో భజన భక్తులు మరియు గ్రామ ప్రజలు గ్రామ యువకులు పాల్గొని విజయవంతం చేయడం జరిగింది.

వాస్తవ తెలంగాణ 5

పొంగి పొర్లుతున్న డ్రైనేజీ లు

-పట్టించుకోని అధికారులు -వాహనదారులకు తీవ్ర ఇబ్బందులు



కుత్బుల్లాపూర్ వాస్తవ తెలంగాణ న్యూస్ ప్రతినిధి:131 మావడం లేదని స్థానిక వాసులు విమర్శిస్తున్నారు. కుత్బుల్లాపూర్ డివిజన్ పరిధిలోని పద్మా నగర్ ఫేస్ -2 అసలే డెంగ్యూ ,మలేరియా వంటి వ్యాధులు తెలుగు తల్లి విగ్రహం వద్ద చౌరస్తాలో ప్రతిరోజు ఉ ప్రభల్లుతున్న సమయంలో ఇలా మురుగునీరు రోడ్లపై దయం పొంగి పొర్లుతున్న డ్రైనేజీ మురుగునీరు. ఈ మార్గం ప్రతి రోజు ప్రవహించడం వలన దోమలు వ్యాప్తి గుండా రాకపోకలు పొధించలేక స్థానికులు ఇబ్బందులు చెందుతాయని స్థానిక ప్రజలు అందోళన వ్యక్తం ఎదుర్కొంటున్నారు. ఆ ప్రాంతం మొత్తం దుర్గంధం చేస్తున్నారు.వాటర్ వర్క్స్ అధికారుల నిర్లక్ష్యమే రోడ్లపై వెడజల్లుతుంది. చింతలే నుండి సుచిత్ర వెళ్లే ప్రధాన డ్రైనేజీలు పొంగిపొరడానికి కారణం.. తెలుగు తల్లి మార్గం కావడంతో పాటు బ్యాంక్ కాలనీ, పద్మా నగర్ సర్కిల్ అసోసియేషన్ సభ్యుడు వినయ్ప్రతి సంవత్సరం ఫేస్ -2 రింగ్ రోడ్డు, శ్రీరామ్ నగర్, బాహునగర్, వర్షాకాలానికి ముందు కాలనీ లు, బస్టీలో భాగస్థు సంజీవయ్య నగర్, వాళ్ళాయ్ నగర్ లకు వెళ్లే ప్రధాన డ్రైనేజీ మ్యూన్ హోలల్లో ఉన్న చెత్తాచెదారాన్ని శు కూడలి ఇది. కావున నిత్యం ఈ రహదారి వాహన భ్రం చేయవలసిన అధికారులు అలా చేయకపోవడం రాకపోకలతో రద్దీగా ఉంటుంది. దీంతో వాహనాలు ఆ పల్లనే ఇటీవల కురిసిన భారీ వర్షాలకు మ్యూన్ మార్గం గుండా వెళ్లేటప్పుడు మురుగు నీరు పైకి వెడజల్లి హోల్లలో చెత్త పేరుకుపోయి డ్రైనేజీలు పాదాచారులపై పడిన సందర్భాలు కూడా ఇక్కడ చోటు పొంగిపొర్లుతున్నాయని తెలుగు తల్లి సర్కిల్ చేసుకుంటున్నాయి. దీంతో ఈ మార్గం గుండా పాఠశాలకు అసోసియేషన్ సభ్యులు వినయ్ అరోపించారు. వెళ్లే విద్యార్థులతో పాటు పాదాచారులు తీవ్ర ఇబ్బందులు ఇబ్బట్టికైనా అధికారులు తక్షణమే స్పందించి ఈ కూడలి ఎదుర్కొవాల్సిన పరిస్థితి ఇక్కడ దాపురించిందని స్థానిక పరిధిలోని ప్రతి మ్యూన్ హోల్ లో పేరుకుపోయిన ప్రజలు ఆవేదన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. ప్రతిరోజు ఉదయం చెత్త చదరాన్ని శుభ్రం చేయలని అధికారులకు విజ్ఞప్తి వాటర్ వర్క్స్ సిబ్బంది ఇక్కడకు వచ్చి తాత్కాలికంగా చేశారు. అప్పుడే శాశ్వత పరిష్కారం లభిస్తుందని పసులు చేపట్టి చెప్పిపోతున్నారు కానీ శాశ్వత పరిష్కారం ఆయన అన్నారు.



ఘనంగా విశ్వహిందూ పరిషత్ షష్టాబ్ది ఉత్సవాలు.



ఉత్సవాలు ఘనంగా నిర్వహించారు అనంతరం కృష్ణాష్టమి సందర్భంగా చిన్నారులు చిన్నికృష్ణ, గోపికల వేషధారణలో నృత్య ప్రదర్శనతో, కోటాలతో అలరించి శ్రీకృష్ణ జన్మాష్టమిని జరుపుకున్నారు. ఈకార్యక్రమంలో విశ్వహిందూ పరిషత్ గౌరవ అధ్యక్షులు డా.బంధం బాల్ నారాయణ,జిల్లా అధ్యక్షుడు సుధాకరయ్య, ప్రాంత సమరసతా ప్రముఖ డామోదరశెట్టి,వీరభాస్కర లక్ష్మి నరసింహస్వామి, కార్యదర్శి కమలేశ్వర్ నాగేశ్వర్ రావు,సహాధ్యక్షులు కోట భాస్కర్ గారు,మహేశ్ చారి గారు,పాండురంగం, భజరంగ్ దశ్ ప్రముఖ్ శివపండ్ర,మాత్తు శక్తి విభాగ్ ప్రముఖ్ హేమలత, కట్టా ప్రభాకర్ రెడ్డి, ముందికారి బాలాజీ,పెద్ది మురళి,సాయిలీల, నిరంజన్, సింగోటం, వెంకటేశ్, ప్రవోద్ ప్రసాద్ గారు, శ్రీనివాసులు,పుర ప్రముఖులు, పాఠశాల సిబ్బంది తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సాంఘిక సంక్షేమ గురుకుల పాఠశాల లింగాల లో ఈనెల 28న స్టాట్ కౌన్సిలింగ్.

తెలంగాణ సాంఘిక సంక్షేమ నాగర్

కర్నూలు జిల్లా అచ్చంపేట నియోజకవర్గం గురుకుల కళాశాల బాలరు. లింగాలలో 2024-2025 విద్యా సంవత్సరమునకు గాను ఇంటర్మీడియట్ మొదటి సంవత్సరం ఎంట్రీస్ మరియు బైటెసి మిగిలిపోయిన, (ఖాళీగా ఉన్న 08)సీట్లకు గాను. ఈనెల 28/08/2024 బుధవారం స్టాట్ కౌన్సిలింగ్ నిర్వహించనున్నట్లు ప్రిన్సిపాల్ డి బాలస్వామి సోమవారం ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు కౌన్సిలింగ్లో పాల్గొన విద్యార్థులు మార్చి 2024 తెలంగాణ ఎస్ ఎస్ టీ బోర్డు నిర్వహించు పబ్లిక్ పరీక్షలలో పాల్గొన్న విద్యార్థులు తమ ఒరిజినల్ సర్టిఫికెట్లతో హాజరు కావలెనని ఖాళీలు ఇంటర్మీడియట్ మొదటి సంవత్సరం నేకేసీస్ ఎంట్రీస్ లో ఎస్సీ 04, ఎస్సీ 01, ఎస్సీ సీ 01, మైనారిటీస్ 01, బ్రహ్మసీల్ టీసీ 01, ఖాళీలు ఉన్నాయని విద్యార్థులు తమ సర్టిఫికెట్స్ టీసీ ,జోనప్రైడ్ ,క్యాస్ట్ ,ఇన్సైమ్, ఆధార్ ,పాస్పోర్ట్ మొదలగుసవి టీసుకొని సకాలంలో కళాశాలలో హాజరుకావాలని వారు కోరారు. పూర్తి వివరాలకు ఫోన్ :9989761536 సంప్రదించాలన్నారు.

పుట్టిన రోజు శుభాకాంక్షలు ఎస్టై గురుస్వామి శుభాకాంక్షలు తెలిపిన కాంగ్రెస్ నాయకులు.



ప్రతినిధి (ఆగస్టు 26): నాగర్ కర్నూల్ జిల్లా అచ్చంపేట నియోజకవర్గం బల్లూర్ మండలం సబ్ ఇన్స్పెక్టర్ ఆఫ్ పోలీస్ గురుస్వామి జన్మదిన సందర్భంగా సోమవారం లింగాల మండలం టౌన్ అధ్యక్షులు మాజారి వెంకటయ్య, నాయకులు చెంచేటి శివ, మూడవట్ వినోద్ కుమార్, ఎన్ఐ గురుస్వామిని మర్యాదపూర్వకంగా కలిసి శాలువా కప్పి శు భాకాంక్షలు తెలిపారు.

ఆరోగ్యం

ఈ భంగిమలో నిద్రిస్తున్నారా! మామిడి ఆకుల్లో ఔషధ గుణాలు



రోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడానికి చిన్న చిన్న విషయాలు కూడా చాలా ముఖ్యం. మీ నిద్ర విధానం మీ ఆరోగ్యాన్ని ఎంతగానో ప్రభావితం చేస్తుంది. నిద్ర శారీరకంగా, మానసికంగా విశ్రాంతినిచ్చే సమయం. శరీరం నిద్రపోవడం వలన మరుసటి రోజుకు మన శరీరం రీఛార్జ్ అవుతుంది. కాబట్టి మీరు పడుకునే గది ఉష్ణోగ్రత, కాంతి వంటివాటిని దిగ్ధా ఉంచడం చాలా అవసరం. తద్వారా మీరు మంచి నిద్ర పొందవచ్చు. నిద్రపోవడం వలన మీ శరీరంపైనే కాకుండా మీ మనస్సు కూడా చెడు ప్రభావం పడుతుంది. మీరు రాత్రి సమయంలో తప్పుడు నిద్రపోవడం వలన మీ శరీరంపైనే కాకుండా మీ మనస్సు కూడా చెడు ప్రభావం పడుతుంది. మీరు రాత్రి సమయంలో తప్పుడు నిద్రపోవడం వలన మీ శరీరంపైనే కాకుండా మీ మనస్సు కూడా చెడు ప్రభావం పడుతుంది. మీరు రాత్రి సమయంలో తప్పుడు నిద్రపోవడం వలన మీ శరీరంపైనే కాకుండా మీ మనస్సు కూడా చెడు ప్రభావం పడుతుంది.

అలవాటు ఉంటుంది. కానీ ఈ అలవాటు మీ ఆరోగ్యానికి శత్రువుగా మారుతుంది. యాసిడ్ రిఫ్లక్స్ తో బాధపడుతున్న వ్యక్తులు వారి కడుపు పై అన్నలు నిద్రపోకూడదంటున్నారు నిపుణులు. ఎందుకంటే ఇలా పడుకుంటే కడుపు పై ఒత్తిడి తెస్తుంది. ఇది సమస్యను మరింత తీవ్రతరం చేస్తుంది. నిజానికి మీరు ఆహారం తిన్నప్పుడు, కడుపులో ఉండే ఆమ్లాలు జీర్ణం కావడానికి సహాయపడతాయి. కానీ కొన్ని కారణాల వల్ల ఈ యాసిడ్లు అన్నవాహికలోకి అంటే ఆహార పైపులోకి వచ్చినప్పుడు, యాసిడ్ రిఫ్లక్స్ సమస్య ఏర్పడుతుంది. ఇది పుల్లని త్రేసుపులకు కారణమవుతుంది. వికారం మొదలైనవి రావచ్చు. కాబట్టి తప్పుడు భంగిమలో నిద్రపోవడం వల్ల యాసిడ్ రిఫ్లక్స్ వస్తుంది. యాసిడ్ రిఫ్లక్స్ సమస్య దీర్ఘకాలం కొనసాగితే, గుండెల్లో మంట, పుల్లని త్రేసుపులు రావడమే కాకుండా నోటిపూత, శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బంది, తలనొప్పి వంటి సమస్యలు వస్తాయి.

మామిడి సీజన్ సుమారుగా ఎప్పుడో ముగిసి పోయింది. అయినప్పటికీ ఇప్పటికీ అక్కడక్కడ కొన్ని పండ్ల దుకాణాలలో మామిడిపండ్లను చూస్తూనే ఉంటాం. పండ్లు అన్నింటిలో మామిడి ఒక రుచికరమైనది. మామిడితో పాటు, దాని ఆకులు కూడా ఆరోగ్యానికి చాలా ఉపయోగకరంగా ఉంటాయి. పూజ సమయంలో కూడా తప్పనిసరిగా మామిడి ఆకులను ఉపయోగిస్తుంటారు. అయితే ఈ ఆకుల్లో కొన్ని ఔషధ గుణాలు ఉన్నాయి. ఈ ఆకులను ఆయుర్వేదంలో అనేక వ్యాధుల చికిత్సకు విస్తృతంగా ఉపయోగిస్తారు. ఈ ఆకులు బరువు తగ్గడానికి కూడా చాలా ప్రభావవంతంగా పనిచేస్తాయి. కానీ ఈ విషయాల గురించి చాలా మందికి తెలిసి ఉండదు. మరి ఆ వివరాలేంటో ఆకులలో అనేక రకాల ఔషధగుణాలు ఉన్నాయి. ఇందులో అనేక రకాల యాంటీఆక్సిడెంట్లు, పాలిఫెనాల్స్, టెర్పెనాయిడ్లు మొదలైనవి ఉంటాయి. ఇవి కడుపులో మంచి బ్యాక్టీరియాను ప్రోత్సహిస్తాయి. ఇది ఊబకాయం, మధుమేహం, క్యాన్సర్, గుండె జబ్బులు నుంచి కూడా రక్షిస్తుంది. మామిడి ఆకు సారం ద్వారా ఊబకాయం, మధుమేహం, మెటబాలిక్ సిండ్రోమ్ ను మెరుగుపరుస్తాయి. ఇది జీవక్రియ కలిగి ఉంటుంది. ఇది జీవక్రియ కార్యక్లాపాలను మెరుగుపరుస్తుంది. ప్లేవనాయిడ్లు జీవక్రియను మెరుగుపరుస్తాయి. ఇది శరీరంలోని అదనపు కేలరలను బర్న్ చేస్తుంది. అంతే కాదు లావుగా ఉన్న నడుము కూడా



జంతువుల పై నిర్వహించిన అనేక అధ్యయనాలు మామిడి ఆకుల సారం కణజాల కణాలలో కొవ్వు పేరుకుపోవడానికోసం నిరోధిస్తుందని వెల్లడించింది. అలాగే ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం. మామిడి ఆకులలో అనేక రకాల ఔషధగుణాలు ఉన్నాయి. ఇందులో అనేక రకాల యాంటీఆక్సిడెంట్లు, పాలిఫెనాల్స్, టెర్పెనాయిడ్లు మొదలైనవి ఉంటాయి. ఇవి కడుపులో మంచి బ్యాక్టీరియాను ప్రోత్సహిస్తాయి. ఇది ఊబకాయం, మధుమేహం, క్యాన్సర్, గుండె జబ్బులు నుంచి కూడా రక్షిస్తుంది. మామిడి ఆకు సారం ద్వారా ఊబకాయం, మధుమేహం, మెటబాలిక్ సిండ్రోమ్ ను మెరుగుపరుస్తాయి. ఇది జీవక్రియ కలిగి ఉంటుంది. ఇది జీవక్రియ కార్యక్లాపాలను మెరుగుపరుస్తుంది. ప్లేవనాయిడ్లు జీవక్రియను మెరుగుపరుస్తాయి. ఇది శరీరంలోని అదనపు కేలరలను బర్న్ చేస్తుంది. అంతే కాదు లావుగా ఉన్న నడుము కూడా

లేక్కష్టుని పేరుతో ఉన్న పండుతో ఎన్ని ఆరోగ్య ప్రయోజనాలి..



చెట్టు, మొక్కల లాగా ఆరోగ్యానికి ఔషధంగా ఉండే అనేక పండ్లు మన చుట్టూ ఉన్నాయి. కానీ, వాటి గురించి సరైన సమాచారం లేకపోవడంతో వాటిని సద్వినియోగం చేసుకోలేకపోతున్నాం. కొన్ని పండ్లకు భగవంతుని పేరు వచ్చేలా ఉంటాయి. అవును అలాంటి ఒక పండు పేరు 'కృష్ణ పండు'. ఆంగ్లంలో దీనిని ప్యాషన్ ఫ్రూట్ అంటారు. అయినప్పటికీ ఈ పండు దొరకాలంటే కొంచెం కష్టమైనప్పటికీ, ఔషధ గుణాలలో ఇది అమృతాన్ని పోలి ఉంటుంది. ఖైర పుగ్గ, కొలెస్ట్రాల్, ఖైర ప్రెజర్ వంటి వ్యాధులు దీని వినియోగం ద్వారా నయమవుతాయి. అలాగే ఈ కృష్ణ పండుతో కలిగే మరిన్ని ప్రయోజనాల గురించి ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం. వైద్యనిపుణులు, కొన్ని నివేదిక ప్రకారం కృష్ణ పండులో అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు దాగి ఉన్నాయి. 100 గ్రాముల ఖైర ఫ్రూట్ లో 23 గ్రాముల కార్బోహైడ్రేట్లు, 10 గ్రాముల డైబల్ ఫైబర్, 11.2 గ్రాముల చక్కెర, 2 గ్రాముల ప్రోటీన్ తో పాటు విటమిన్ ఎ, బి6, పొటాషియం, ఫోలేట్ వంటి ముఖ్యమైన అంశాలు ఉన్నాయంటున్నారు నిపుణులు. ప్యాషన్ ఫ్రూట్ లో విటమిన్ సి, బీటా కెరోటిన్, పాలిఫెనాల్స్ వంటి యాంటీఆక్సిడెంట్లు ఉంటాయి. ఇవి ఫ్రీ రాడికల్స్ వల్ల కలిగే నష్టాన్ని నివారిస్తాయి. వాస్తవానికి, ఫ్రీ రాడికల్స్ కారణంగా అనేక రకాల దీర్ఘకాలిక వ్యాధుల

ప్రమాదం పెరుగుతుంది. అందుకే కృష్ణ పండు ప్రయోజనకరంగా ఉంటుంది. కృష్ణ పండు కడుపు ఆరోగ్యానికి కూడా మేలు చేస్తుందని భావిస్తారు. నిజానికి, ప్యాషన్ ఫ్రూట్ లో పుష్టాలం ఫైబర్ ఉంటుంది. ఇది జీర్ణక్రియను పెంచే సామర్థ్యాన్ని కలిగి ఉంటుంది. మీరు కూడా ఈ సమస్యతో పోరాడుతున్నట్లయితే, కృష్ణ పండును తినండి. దీని వల్ల మలబద్ధకం సమస్య ఉండదు. అలాగే జీర్ణక్రియ కూడా ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడంలో ప్యాషన్ ఫ్రూట్ ప్రభావవంతంగా ఉంటుంది. కృష్ణ పండులో విటమిన్ సి తగినంత మొత్తంలో ఉందని, ఇది రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడంలో ప్రయోజనకరంగా ఉంటుందంటున్నారు నిపుణులు. సోడియం, అధిక పొటాషియం ప్యాషన్ ఫ్రూట్ లో ఉన్నాయి. ఇది రక్తపోటును నియంత్రించే సామర్థ్యాన్ని కలిగి ఉంటుంది. ఇది గుండె ఆరోగ్యాన్ని బాగా ఉంచుతుంది. అంతేకాకుండా అన్ని రకాల గుండె జబ్బులను నివారించడం కూడా సాధ్యమే. సెరోటోనిన్, ట్రిప్టోఫాన్ వంటి సమృద్ధులు ప్యాషన్ ఫ్రూట్ లో ఉంటాయి. ఇవి నిద్ర హార్మోన్లను విడుదల చేయడంలో సహాయపడతాయి. ప్యాషన్ ఫ్రూట్ లో క్యాన్సర్ ను నిరోధించే గుణాలు కూడా ఉన్నాయని కొన్ని అధ్యయనాల్లో తేలింది.

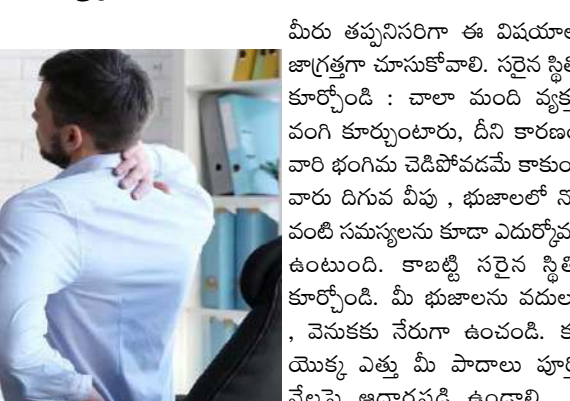
కిడ్నీలు ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే..!

ప్రస్తుతం మన ఆహారపు అలవాట్లు చాలా మారిపోయాయి. జంక్ ఫుడ్, ప్రాసెస్ చేసిన ఆహారాన్ని ఎక్కువగా తీసుకుంటున్నాం. వాటిలో చాలా రసాయనాలు, ప్రీజర్వేటివ్లు ఉంటాయి. ఇవి కాలేయం, మూత్రపిండాలలో మరికిని పెంచుతాయి. ఇది అనేక ఆరోగ్య సమస్యలను కలిగిస్తుంది. ఇవి మన శరీరంలోని రెండు ముఖ్యమైన భాగాలు. ఇవి శరీరాన్ని నిర్మిక్షీకరణ చేయడంలో ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తాయి. ఇవి మన శరీరంలోని టాక్సిన్లను తొలగించడంలో సహాయపడతాయి. టాక్సిన్ల ద్వారా శరీరంలో పేరుకుపోయిన మరికి మొత్తం తొలగిపోతుంది. ఉదయం నిద్ర లేవగానే కొన్ని ప్రత్యేకమైన పనులు చేయడం ద్వారా మన శరీరాన్ని టాక్సిన్ల చేసుకోవచ్చు. ఆ 5 పనులు ఏమిటో ఇక్కడ తెలుసుకుందాం. ఉదయాన్నే ఖాళీ కడుపుతో గోరువెచ్చని నీటిని తాగడం మీ శరీరాన్ని టాక్సిన్ల చేయడానికి ఉత్తమ మార్గం. గోరువెచ్చని నీరు జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచడంలో సహాయపడుతుంది. టాక్సిన్లను బయటకు పంపడంలో కూడా సహాయపడుతుంది. రోజూ వ్యాయామం చేయడం చాలా ముఖ్యం. మీరు మీ సౌలభ్యం ప్రకారం ఏదైనా వ్యాయామం చేయవచ్చు.

వేగంగా నడవడం, పరుగు, సైక్లింగ్ మొదలైనవి కొన్ని మంచి ఎంపికలు. ఈ వ్యాయామాలన్నీ శరీరం నుండి విషాన్ని తొలగించడంలో సహాయపడతాయి. తద్వారా శరీరాన్ని నిర్మిక్షీకరణ చేస్తుంది. పండ్లు తినడం వల్ల శరీరానికి ఎంతో మేలు జరుగుతుంది. అవి మన శరీరాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచే అనేక రకాల పోషకాలను కలిగి ఉంటాయి. పండ్లలో విటమిన్లు, ఖనిజాలు, యాంటీఆక్సిడెంట్లు పుష్టాలంగా ఉంటాయి. ఈ పోషకాలు కాలేయాన్ని శుభ్రపరచడంలో సహాయపడతాయి. మీరు ఆపిల్, డ్రాక్ష, నారింజ వంటి పండ్లను తినవచ్చు. గోరువెచ్చని నీళ్లలో నిమ్మరసం కలిపి తాగడం వల్ల రుచి పెరగడమే కాకుండా శరీరం హైడ్రేటెడ్ గా ఉంటుంది. అంతే కాదు. శరీరం లోపల పేరుకుపోయిన టాక్సిన్లను తొలగించడంలో సహాయపడుతుంది. నిమ్మకాయలో విటమిన్ సి పుష్టాలంగా ఉంటుంది. ఇది రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడంలో సహాయపడుతుంది. బచ్చలికార, మెంతులు, ఆవాలు వంటి ఆకు కూరలలో ఫైబర్ పుష్టాలంగా ఉంటుంది. ఇది మీ జీర్ణవ్యవస్థను ఆరోగ్యంగా ఉంచడంలో టాక్సిన్లను బయటకు పంపడంలో సహాయపడుతుంది.

డెస్క్ వర్కర్లు ఈ చిట్కాలు పాటిస్తే భుజాలలో నొప్పి ఉండదు

ఈ రోజుల్లో చాలా మంది డెస్క్ వర్క్ చేస్తున్నారు, ఇందులో 8 నుండి 9 గంటల పాటు ఒకే చోట కూర్చోని పని చేయాల్సి వస్తోంది. కానీ ఇది ఆరోగ్యంపై చెడు ప్రభావం చూపుతుంది. దీనితో పాటు, ప్రతిరోజూ 8 నుండి 9 గంటల పాటు ఒకే చోట కూర్చోవడం వల్ల వ్యక్తి బరువు పెరగవచ్చు. పని ఒత్తిడి ఎక్కువగా ఉంటే లేదా పని-జీవితంలో సమతుల్యత సరిగా లేకుంటే, అది వ్యక్తి మానసిక ఆరోగ్యంపై ప్రతికూల ప్రభావం చూపుతుంది. ఎక్కువసేపు కూర్చోవడం వల్ల వెన్ను, మెద, భుజాల్లో నొప్పి వస్తుంది. అదే సమయంలో, తప్పు భంగిమలో కూర్చోవడం కూడా చెడు భంగిమ వంటి సమస్యలను కలిగిస్తుంది. ఎక్కువ సేపు కూర్చోవడం వల్ల కండరాల ఒత్తిడి , నొప్పి వస్తుంది, ముఖ్యంగా మణికట్టు, వీపు , భుజాలలో. అందువల్ల, మీరు ప్రతిరోజూ 8 నుండి 9 గంటల పాటు ఒకే చోట కూర్చోని పని చేయాల్సి వస్తే, వెన్ను, భుజాల నొప్పిని నివారించడానికి



మీరు తప్పనిసరిగా ఈ విషయాలను జాగ్రత్తగా చూసుకోవాలి. సరైన స్థితిలో కూర్చోండి : చాలా మంది వ్యక్తులు వంగి కూర్చుంటారు, దీని కారణంగా వారి భంగిమ చెడిపోవడమే కాకుండా, వారు దిగువ వీపు , భుజాలలో నొప్పి వంటి సమస్యలను కూడా ఎదుర్కోవలసి ఉంటుంది. కాబట్టి సరైన స్థితిలో కూర్చోండి. మీ భుజాలను పదులుగా , వెనుకకు నేరుగా ఉంచండి. కుర్చీ యొక్క ఎత్తు మీ పాదాలు పూర్తిగా నేలపై ఆధారపడి ఉండాలి , మీ

పొట్లకాయను అవాయిడ్ చేస్తున్నారా..?

మన వంటింట్లో దొరికే కాయగూరలలో పొట్లకాయ కూడా ఒకటి. పొట్లకాయను చాలా మంది తినడానికి అసలు ఇష్టపడరు. ఇంకొంతమంది మాత్రం లోట్టులు చేసుకుని మరి తినేస్తూ ఉంటారు. అంతేకాకుండా పొట్లకాయతో రక రకాల రెసిపీలు కూడా తయారు చేసుకొని తింటూ ఉంటారు. పొట్లకాయ వల్ల ఎన్నో రకాల ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి అన్న విషయం మనందరికీ తెలిసిందే. ఈ పొట్లకాయ వల్ల కలిగే ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు తెలిస్తే మాత్రం తినకుండా అసలు ఉండలేరు. ఈ కాయగూరని అవాయిడ్ చేస్తున్న వాళ్ళు సైతం తినడం మొదలుపెడతారు. మరి పొట్లకాయ వల్ల ఎలాంటి ప్రయోజనాలు కలుగుతాయో ఇప్పుడు మనం తెలుసుకుందాం.. చాలామంది బరువు తగ్గడానికి ఎన్నో ప్రయత్నాలు చేస్తూ ఉంటారు. అలాంటివారు పొట్లకాయ తీసుకోవడం వల్ల మంచి ఫలితం కనిపిస్తుందని ఈజీగా బరువు తగ్గవచ్చు అని చెబుతున్నారు. పొట్లకాయలో పోషకాలు మెండుగా ఉంటాయి. అధికంగా ఫైబర్ తో పాటు స్వల్పంగా ప్రోటీన్లు, పిండిపదార్థాలు ఉంటాయి. అలాగే విటమిన్ ఎ, బీ1, బీ2, బీ3, బీ6, బీ9, సితో పాటు కాల్షియం, మెగ్నీషియం, బిరన్, పాస్ఫరస్, సోడియం, జింక్ వంటి ఖనిజాలు ఉంటాయి. ఇది మన జీర్ణక్రియను మెరుగుపరుస్తుంది. మనం తిన్న ఆహారాన్ని త్వరగా జీర్ణం చేయడానికి తోడ్పడుతుంది. పొట్లకాయలో చాలా మంచి మొత్తంలో ఫైబర్ ఉంది. ఇది మీకు త్వరగా కడుపు నిండిన అనుభూతిని కలిగిస్తుంది. ఆకలిని తగ్గిస్తుంది. దాంతో ఈజీగా బరువు తగ్గవచ్చు. అలాగే ఈ కాయలను తింటే ఖైరాయిడ్ గ్రంథి పనితీరు మెరుగు పడుతుంది విటమిన్ ఎ,



విటమిన్ సి, కాల్షియం, మెగ్నీషియం, పొటాషియం వంటి అనేక పోషకాలు పొట్లకాయలో ఉన్నాయి. ఇవి మన శరీరానికి శక్తిని ఇస్తాయి. పొట్లకాయ దయాబెటిక్ రోగులకు దివ్యౌషధం అని చెప్పవచ్చు. ఇందులో యాంటీ డయాబెటిక్ నియంత్రించే లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. ఇది రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిని తగ్గిస్తుంది. అంతేకాకుండా ఇది గుండెను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. పొట్లకాయలో ఉండే శక్తివంతమైన యాంటీ ఆక్సిడెంట్, యాంటీ ఇన్ ఫ్లామేటరీ గుణాలు రోగ నిరోధక శక్తిని పెంచుతాయి. వ్యాధుల నుంచి మెరుగుపరుస్తుంది. ముఖ్యంగా సీజనల్ వ్యాధులు రాకుండా ఉంటాయి. శరీరంలోని వ్యర్థాలను బయటకు పంపడంలో పాటు డీటాక్సేషన్ ను నివారించడంలో పొట్లకాయ ఉపయోగపడుతుంది. అలాగే కిక్సీ పనితీరును కూడా మెరుగుపరుస్తుందని చెబుతున్నారు. పొట్లకాయ తీసుకోవడం వల్ల కిక్సీ నొప్పులు వాపులు వంటి సమస్యలు కూడా ఉండవని చెబుతున్నారు.

మాజి ప్రిన్సిపల్ నివాసంలో సిబ్బంది సోదాలు

కోల్ కతా : ఆర్జీ కర్ మెడికల్ కాలేజీ మాజీ ప్రిన్సిపల్ సందీప్ ఘోష్ నివాసంలో సిబ్బంది సోదాలు ప్రారంభించింది. ఘోష్ ప్రిన్సిపల్ గా ఉన్న సమయంలో ఆర్జీ కర్ ఆస్పత్రిలో ఆర్థిక అవతకలకు పాల్పడ్డారని అధికారులు తెలిపారు. సిబ్బంది చెందిన సుమారు ఏడుగురు అధికారులు ఉదయం 8.00 గంటల నుండి బెలియాపుట నివాసంలో ఘోష్ నివాసాన్ని విచారించింది. కేంద్ర భద్రతా బలగాలతో అధికారులు ఉదయం 6.00 గంటలకు ఘోష్ నివాసానికి చేరుకున్నారు. అయితే సుమారు గంటన్నరపాటు అధికారులు వేచిచూసినట్లు సంబంధిత వర్గాలు తెలిపాయి. మరో సిబ్బంది అధికారుల బృందం ఆస్పత్రిలోని ఘోష్ కార్యాలయంలో సోదాలు నిర్వహించింది. ఇన్స్పెక్టర్ క్యాంపెయిన్ కూడా పరిశీలించింది. ఆర్జీ కర్ ఆస్పత్రి మాజీ ప్రిన్సిపల్ సందీప్ ఘోష్ అవినీతికి



పాల్పడినట్లు గతంలో పనిచేసిన డిప్యూటీ సూపరింటెండెంట్ అక్బర్ అలీ ఫిర్యాదు చేశారు. పేషెంట్స్ కు అవసరమైన సామాగ్రిని సరఫరా చేసేవారి నివాసాలు, కార్యాలయాలపై కూడా సిబ్బంది చెందిన అవినీతి నిరోధక విభాగం దాడులు చేస్తోందని సంబంధిత వర్గాలు తెలిపాయి. మాజీ మెడికల్ సూపరింటెండెంట్, ఆస్పత్రి వైస్ ప్రిన్సిపల్ వశిష్ట మరియు వైద్య సంస్థ ఫిర్యాదు విభాగానికి చెందిన మరో ప్రొఫెసర్, ఇతరులను కూడా విచారిస్తున్నట్లు తెలిపారు. ఆగస్టు 9న బ్రిన్ దాక్టర్ హత్యాచారానికి గురికావడం దేశవ్యాప్తంగా సంచలనం సృష్టించింది. ఈ కేసును కోల్ కతా హైకోర్టు సిబ్బంది బదిలీ చేసిన సంగతి తెలిసిందే.



తేజస్వీకి జీడిపీ అంటే ఏంటో కూడా తెలియదు

న్యూఢిల్లీ : ప్రముఖ రాజకీయ వ్యూహకర్త ప్రశాంత్ కిశోర్ రాష్ట్రీయ జనతాదళ్ (ఆర్డీ) నేత తేజస్వీయాదవ్ బిహార్ లు గుప్పించారు. బిహార్ లో 'డబుల్ ఇంజన్' ప్రభుత్వం ఉన్నప్పటికీ పలు కీలకమైన అభివృద్ధి సూచికల్లో వెనకబడి ఉందని తేజస్వీ చేసిన వ్యాఖ్యలను దుయ్యబట్టారు. "తేజస్వీ కుం, డోపిడీ, మధ్యం మాఫియా, నేరాల గురించి మాట్లాడితే ఏమైనా అనడానికి వీలుంటుంది. కానీ వాటికి బదులుగా ఆయన అభివృద్ధి సమూహాల గురించి మాట్లాడుతుంటే సవ్యమైంది. గత 15 ఏళ్లుగా రాజ్య అధికారంలో ఉన్నారు. ఆయనకు జీడిపీ అంటే ఏమిటో కూడా తెలియదు. అటువంటివారు బిహార్ అభివృద్ధి గురించి మాట్లాడుతున్నారు" అంటూ ప్రశాంత్ కిశోర్ వ్యాఖ్యానించారు. తేజస్వీ ఉప ముఖ్యమంత్రిగా ఉన్నప్పుడు స్విట్జర్లాండ్ లా కనిపించిన బిహార్ ఇప్పుడు హిసంగా కనిపిస్తోందా అంటూ ప్రశ్నించారు. నీతీశ్ కుమార్ తిరిగి మహాభూట్ బంధనలో చేరితే మళ్ళీ గొప్పగా కనిపిస్తుందని ఎద్దేవా చేశారు. కాగా చచ్చే ఏడాది జరగనున్న బిహార్ అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో మొత్తం 243 స్థానాల్లోనూ పార్టీ అభ్యర్థులను బరిలోకి దింపడానిని ప్రశాంత్ కిశోర్ తాజాగా ప్రకటించారు. ఇటీవల తేజస్వీయాదవ్ బిహార్ అసెంబ్లీలో మాట్లాడుతూ "నిరుద్యోగం, పేదరికం, ప్రవృత్తి, అవినీతిలో బిహార్ నంబర్ వన్... నేరాల్లోనూ బిహార్ నంబర్ వన్... రాష్ట్ర ప్రభుత్వానికి అవకాశం ఉన్నప్పటికీ అభివృద్ధి చేయట్లేదు.. భాజపాకు అధికార దాహం మాత్రమే ఉంది కానీ, ప్రజలతో ఎలాంటి సంబంధం లేదు" అని అన్నారు.

కఠినమైన శిక్షలు పడేలా చట్టాలు పటిష్టం చేస్తాం



ముంబయి : మహిళలపై నేరాలకు కఠినమైన శిక్షలు విధించేలా చట్టాలను మరింత పటిష్టపరుస్తామని ప్రధాని మోడీ పేర్కొన్నారు. అధికారం ఉత్తర మహారాష్ట్రలో జిల్లాల్లో నిర్వహించిన లభిష్టి దీర్ఘ రాల్చిలో ప్రధాని మాట్లాడారు. మహిళల కోసం స్వాతంత్ర్యం వచ్చినప్పటి నుండి గత ప్రభుత్వాలు చేసిన దానికంటే గత పదేళ్లలో తమ ప్రభుత్వం ఎక్కువ చేసినదని ప్రధాని మోడీ అన్నారు. 2014 వరకు, మహిళా స్వయం సహాయక సంఘాలకు రూ.25,000 కోట్ల కన్నా తక్కువ రుణాలు ఇచ్చారని, అయితే గత పదేళ్లలో తమ ప్రభుత్వం రూ. 9 లక్షల కోట్ల సహాయం అందించినది అన్నారు. ఈ సందర్భంగా ప్రధాని మోడీ 2,500 కోట్ల రివాల్వింగ్ ఫండ్ ను విడుదల చేశారు. ఈ నిధులతో 4.3 లక్షల స్వయం సహాయక సంఘాలలోని 48 లక్షల మంది సభ్యులకు ప్రయోజనం చేకూరుతుందని అన్నారు. లభిష్టి దీర్ఘ పథకం మహిళలకు ఆదాయాన్ని పెంపొందించడమే కాదు, భవిష్యత్ తరాలకు సాధికారత కల్పిస్తోందని అన్నారు. భారతదేశం ప్రపంచంలో మూడవ అతిపెద్ద ఆర్థిక వ్యవస్థగా అవతరించినదని, దానిలో స్త్రీలది పెద్ద పాత్ర అని అన్నారు. రెండేళ్ల క్రితం పరిస్థితి ఈ విధంగా లేదని అన్నారు.

రైల్వే ఉద్యోగులపై పీని భారం తీవ్రస్థాయిలో సిబ్బంది కారితీ

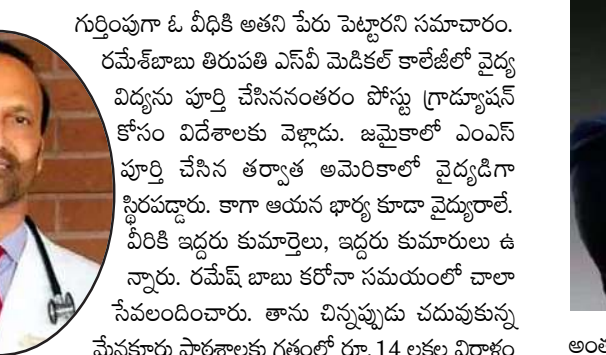
న్యూఢిల్లీ : దేశంలోని రైల్వేలో పెద్ద సంఖ్యలో ఖాళీలు, ప్రాథమిక సౌకర్యాలు లేమి వంటి సవాళ్లను ఎదుర్కొంటోందని రీసెర్చ్ డిజైన్ అండ్ స్టాండర్డ్స్ ఆర్గనైజేషన్ (ఆర్డిఎస్ఐ) తెలిపింది. రైల్వే మంత్రిత్వశాఖ ఆధ్వర్యం పనిచేసే ఆర్డిఎస్ఐ నిర్వహించిన అధ్యయనం ప్రకారం రైలు కంట్రోల్స్ పనిలో తక్కువ వేతన స్కేలు, ఖాళీలు, ప్రాథమిక సౌకర్యాల లేమి కారణంగా తీవ్రమైన ఓర్వడి, సిబ్బంది కొరత వంటి అనేక సవాళ్లను ఎదుర్కొంటున్నట్లు పేర్కొంది. ఉద్యోగులపై పని భారం పెరుగుతోందని తెలిపింది. రైల్వే బోర్డుకు సమర్పించిన నివేదికలో సెక్షన్ కంట్రోల్స్ అధిక ఓర్వడితో కూడిన ఉద్యోగాలు చేస్తారని, దాదాపు 20 శాతం వరకు ఖాళీలు ఉండటం వల్ల వారి పని మరింత కష్టతరంగా మారిందని తెలిపింది. డిపార్ట్ మెంట్ లో పోస్టింగ్ చేసిన అధికారులు డబ్బు, గౌరవం, కెరీర్ వృద్ధి పరంగా తగిన ప్రతిఫలం లేకపోవడం వంటివి ఎదుర్కొంటున్నారు. "సెక్షన్ కంట్రోల్స్ తమ విధులను సమర్థవంతంగా నిర్వహించడంలో ఎదుర్కొంటున్న సవాళ్లు" అనే శీర్షికతో ఈ నివేదిక రైలు కార్యకలాపాల సామర్థ్యం, ప్రభావాన్ని పరిశీలించినదానికి ఎంపిక విధానం, శిక్షణ, మౌలిక సదుపాయాలలో మెరుగుదలను అన్వేషించడం లక్ష్యంగా పెట్టుకుంది. దాదాపు 1,05,555 కిలోమీటర్ల ట్రాక్ లలో ప్రతిరోజూ వేలాది రైళ్లు వివిధ విభాగాల్లో ప్రయాణిస్తున్న ఇండియన్ రైల్వే ప్రపంచంలోని అతిపెద్ద నెట్ వర్క్ లో ఒకటి అని నివేదిక పేర్కొంది. ఐఆర్ నెట్ వర్క్ లో 68 అవరోషన్ కేంద్రాలతో నియంత్రించబడుతుందని తెలిపింది. డివిజన్ లో హెడ్ క్వార్టర్స్ లో ఉన్న డివిజన్ లో కంట్రోల్ ఆఫీస్, రైల్వే నెట్ వర్క్ మొత్తం అవరోషన్ లో కీలకపాత్ర పోషిస్తుందని పేర్కొంది.

అమెరికాలో మరొకసారి కాల్పుల కలకలం..

అక్కడికక్కడే తెలుగు వైద్యుడు మృతి..!

అమెరికాలో కాల్పుల సంస్కృతి కొనసాగుతోంది. నిత్యం ఏదో ఒక చోట ఇలాంటి ఘటనలు జరుగుతూనే ఉన్నాయి. తుపాకీ కాల్పుల్లో అమానుక ప్రజలు ప్రాణాలు కోల్పోతున్నారు. తాజాగా శుక్రవారం సాయంత్రం ఓ దుండగుడు జరిపిన కాల్పుల్లో ఏకీకీ చెందిన డాక్టర్ మృతిచెందిన ఘటన వెలుగులోకివచ్చింది. వివరాల్లోకి వెళ్తే.. తిరుపతి జిల్లా నాయుడుపేట మండలం మేనకూరు గ్రామానికి చెందిన డాక్టర్ పేరంశెట్టి రమేష్ బాబు (64) శుక్రవారం దుండగుడు జరిపిన కాల్పుల్లో మరణించినట్లు ఆయన సన్నిహితులు తెలిపారు. అమెరికాలోని అలబామా రాష్ట్రంలో వైద్య వృత్తి చేస్తూ మంచి గుర్తింపు తెచ్చుకున్నాడు. పలు చోట్ల ఆసుపత్రులు నిర్మించి ఎంతో మందికి ఉపాధి కల్పించాడు . ఆయన చేసిన సేవలకు

గుర్తింపుగా ఓ వీధికి అతని పేరు పెట్టారని సమాచారం. రమేష్ బాబు తిరుపతి ఎస్పీ మెడికల్ కాలేజీలో వైద్య విద్యను పూర్తి చేసిననంతరం పోస్టు గ్రాడ్యువేట్ కోసం విదేశాలకు వెళ్లారు. జమైకాలో ఎంఎస్ పూర్తి చేసిన తర్వాత అమెరికాలో వైద్యుడిగా స్థిరపడ్డారు. కాగా ఆయన భార్య కూడా వైద్యురాలే. ఏరికీ ఇద్దరు కుమార్తెలు, ఇద్దరు కుమారులు ఉన్నారు. రమేష్ బాబు కరోనా సమయంలో చాలా సేవలందించారు. తాను చిన్నప్పుడు చదువుకున్న మేనకూరు పాఠశాలకు గతంలో రూ. 14 లక్షల విరాళం ఇచ్చారు. అంతేకాకుండా ఆయన స్వగ్రామం మేనకూరులో సాయిబాబా నిర్మాణానికి రూ.20 లక్షల విరాళం ఇచ్చారు. ఈనెల 15న నాయుడుపేటలో బంధువుల వివాహ వేడుకల్లో పాల్గొన్న రమేష్ అంతలోనే మృతి చెందారన్న వార్త కుటుంబ సభ్యులను తీవ్ర దిగ్భ్రాంతికి గురి చేసింది. అతని మరణవార్తతో స్వగ్రామంలో విషాద వాయులు అలుముకున్నాయి.



‘చిత్రపరిశ్రమ’లో ఆరోపణలపై ఉన్నతస్థాయి కమిటీ ఏర్పాటు



బ్రాండ్ ఎస్పీ మెరిన్ జోసెఫ్, జిపి జానీ, ఐశ్వర్య దోంకే, అజిత్, మధుసూదనన్ ఉన్నారు.

మలయాళ చిత్రసీమలో మహిళలు ఎదుర్కొంటున్న ఇబ్బందికర పరిస్థితులపై జస్టిస్ హేమ కమిటీ ఇచ్చిన నివేదికపై తీవ్ర చర్చ సమస్తమైంది. ఈ ఆరోపణలపై దర్శావళి చేసేందుకు ఏడుగురు పోలీసు ఉన్నతాధికారులతో ప్రత్యేక కమిటీ ఏర్పాటు చేస్తున్నట్లు కేరళ సిఐఎ పిసెర్లు విజయన్ ప్రకటించారు. పోలీసు అధికారులతో అధికారం ఉన్నతస్థాయి సమావేశం నిర్వహించారు. తాజాగా వన్స్ న్ని ఫిర్యాదులు, ఆరోపణలపై దర్శావళి చేసేందుకు ఐజి స్పెషల్ కుమార్ నాయకత్వంలో ఏడుగురు సభ్యులతో కూడిన కమిటీ ఏర్పాటు చేస్తున్నట్లు తెలిపారు. కమిటీలో డిజిఐ ఎస్ అజిత్ టెగం, క్రిమి

సంజయ్ కు పాలిగ్రాఫ్ టెస్ట్ మరో ముగ్గురికి కూడా..

మాజీ ప్రిన్సిపల్ ఇంట్లో సిబ్బంది సోదాలు కొల్ కతా : కొల్ కతాలో ఆర్జీ కర్ మెడికల్ కళాశాలలో హోటల్ 31 ఏళ్ల బ్రిన్ దాక్టర్ పై అత్యాచారం, హత్య కేసులో ప్రధాన నిందితుడు సంజయ్ కు మరో ముగ్గురికి పాలిగ్రాఫ్ టెస్ట్ (అబద్ధాలను తెలుసుకునే పరీక్ష) నిర్వహించారు. ఢిల్లీలోని సెంట్రల్ ఫోరెన్సిక్ సైన్స్ ల్యాబరేటరీ (సిఎఫ్ఎస్ఎల్) నుంచి కొల్ కతాకు చేరుకున్న నిపుణుల బృందం అధికారం కొల్ కతాలోని ప్రెసిడెన్సీ జైలుకు చేరుకుని మొదట ఈ కేసులో ప్రధాన నిందితుడైన సంజయ్ కు లై డిటెక్టర్ పరీక్ష నిర్వహించింది. అలాగే ఆర్జీ కర్ ఆసుపత్రి మాజీ ప్రిన్సిపల్ సందీప్ ఘోష్ కు మరో ఇద్దరికి కొల్ కతాలోని సిబ్బంది కార్యాలయంలో ఈ పరీక్ష నిర్వహించినట్లు అధికారులు తెలిపారు. ఈ కేసులో సందీప్ ఘోష్ సహా ఏడుగురికి లై డిటెక్టర్ పరీక్ష నిర్వహించేందుకు సిబ్బంది కోర్టు అనుమతి కోరింది. విచారణ సమయంలో ఈ పరీక్ష ద్వారా సేకరించిన వివరాలు సాక్ష్యాలుగా కోర్టులు పరిగణించవు. అయినా తదుపరి దర్శావళి నకు ఈ ఫలితాలు ఉపకరిస్తాయని సిబ్బంది అధికారులు భావిస్తున్నారు. ఫలితం అనంతరం తానే దారుణానికి ఒడిగట్టినట్లు అంగీకరించిన సంజయ్ కు పాలిగ్రాఫ్ టెస్ట్ కు ముందు తాను నిర్దోషిని, తనను ఇందులో ఇరికించారని చెప్పడం గమనార్హం.

అస్సాంలో మహిళలపై నేరాల వెనుక కుట్ర

గువాహటి: రాష్ట్రంలో ఇటీవల మహిళలపై జరుగుతున్న నేరాల వెనుక పెద్ద కుట్ర దాగి ఉందని అస్సాం ముఖ్యమంత్రి హిమంత బిశ్మిక్ శర్మ తీవ్ర ఆరోపణలు చేశారు. నేరాల వెనుక అస్సామీల గుర్తింపును, వారి భూమిని లాక్సే ప్రయత్నాలు జరుగుతున్నాయన్నారు. రాష్ట్ర ప్రజల చేతుల్లోంచి ఆర్థిక అధికారం చేతులు మారుతోందని, దీని వెనుక రాజకీయ ప్రోద్బలం ఉందని వ్యాఖ్యానించారు. "ఏ సమాజం పరిపూర్ణమైంది కాదు. మహిళలపై అఘాయిత్యాలు జరుగుతుండడం వాస్తవం. గత మూడు సంవత్సరాల్లో ఈ నేరాలు తగ్గుతూ వచ్చాయి. కానీ, ఇటీవల జరిగిన నేరం (14 ఏళ్ల బాలికపై సామూహిక అత్యాచారం ఘటనను ఉద్దేశిస్తూ) అసలు ఉద్దేశం వేరు. బాధితురాలి తల్లిదండ్రులు ఇకపై నాగావ్ జిల్లాలో జీవించడానికి ఇష్టపడట్లేదు" అని ఆయన పేర్కొన్నారు. "మొదటగా ఒకరు లేదా ఇద్దరు వ్యక్తులు గ్రామాల్లోకి ప్రవేశించి నివాసాలు ఏర్పాటు చేసుకుంటారు. మరుసటిరోజు ఈ నేరాలు తగ్గుతూ వచ్చాయి. కానీ, ఇటీవల జరిగిన నేరం (14 ఏళ్ల బాలికపై సామూహిక అత్యాచారం ఘటనను ఉద్దేశిస్తూ) అసలు ఉద్దేశం వేరు. బాధితురాలి తల్లిదండ్రులు ఇకపై నాగావ్ జిల్లాలో జీవించడానికి ఇష్టపడట్లేదు" అని ఆయన పేర్కొన్నారు. "మొదటగా ఒకరు లేదా ఇద్దరు వ్యక్తులు గ్రామాల్లోకి ప్రవేశించి నివాసాలు ఏర్పాటు చేసుకుంటారు. మరుసటిరోజు ఈ నేరాలు తగ్గుతూ వచ్చాయి. కానీ, ఇటీవల జరిగిన నేరం (14 ఏళ్ల బాలికపై సామూహిక అత్యాచారం ఘటనను ఉద్దేశిస్తూ) అసలు ఉద్దేశం వేరు. బాధితురాలి తల్లిదండ్రులు ఇకపై నాగావ్ జిల్లాలో జీవించడానికి ఇష్టపడట్లేదు" అని ఆయన పేర్కొన్నారు.

మూడో ప్రపంచ యుద్ధం చిరగా ఉద్రిక్తతలు సాగుతున్నాయి

పశ్చిమాసియా ఉద్రిక్తతలపై అమెరికా మాజీ అధ్యక్షుడు, రిపబ్లిక్ పార్టీ అభ్యర్థి డొనాల్డ్ ట్రంప్ ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. ఉద్రిక్తతలను తగ్గించేందుకు అమెరికా అధ్యక్షుడు ఏంచేస్తున్నారని ప్రశ్నించారు. మూడో ప్రపంచ యుద్ధం చిరగా ఉద్రిక్తతలు సాగుతున్నాయని హెచ్చరించారు. "పశ్చిమాసియాలో ఉద్రిక్తతలు చల్లారేందుకు మా కోసం ఎవరు చర్యలు జరుపుతున్నారు? బాంబులు అన్ని చోట్ల పడుతున్నాయి. కాలిఫోర్నియాలోని బీచ్ లో స్ట్రీట్ జాఫ్ నిధిస్తున్నారు. డెమోక్రాట్లు బైడెన్ ను దారుణంగా బరిపూరించారు. కామ్రేడ్ కుంటూ.. టాంపోన్ టీమ్ తో కలిసి అమెరికా వ్యాప్తంగా ప్రచారం పేరుతో బస్సు యాత్ర చేస్తోంది. ఉపాధ్యక్ష అభ్యర్థిగా టీమ్ వాల్స్ చెత్త ఎంపిక. మూడో ప్రపంచ యుద్ధం చిరగా మనం వెళ్తున్నాం. కానీ అది తగదు" అని ట్రంప్ సోషల్ మీడియా ఎక్స్ లో పోస్ట్ చేశారు. ఉద్రిక్తతలు



తగ్గించేందుకు చర్యలు జరపడానికి అమెరికా ఎంపర్ ఫోర్స్ జనరల్ సిక్స్ ట్రాన్ పశ్చిమాసియాలో పర్యటన ప్రారంభించారు. ఆ తర్వాత ఒక్కరోజు ట్రంప్ ఇలాంటి వ్యాఖ్యలు చేయడం గమనార్హం. అధికారం తెల్లవారుజామున దక్షిణ లెబనాన్ పై వైమానిక దాడులతో ఇజ్రాయేల్ విరుచుకుపడింది. దీంతో, హెజ్ బొల్లా వందలసంఖ్యలో రాకెట్లు, డ్రోన్లను ప్రయోగించింది. దీంతో పశ్చిమాసియాలో ఒక్కసారిగా ఉద్రిక్త పరిస్థితి ఏర్పడింది. దీంతో, అమెరికా అప్రమత్తమైంది. ఇజ్రాయేల్ కు మద్దతుగా యుద్ధ నౌకలు పంపింది. ఈ దాడుల వల్ల ఇరాన్ సహా ఇతర మిలిటెంట్లు గ్రూపులు కూడా అప్రమత్తమయ్యాయి. వీటిపైనే ట్రంప్ స్పందించారు.

మార్క్ జకర్బర్గ్ పై ఎలాస్ మస్కీ సంచలన వ్యాఖ్యలు



అంతర్జాతీయ సోషల్ మీడియా దిగ్గజాలు ఎలాస్ మస్కీ మార్క్ జకర్బర్గ్ ల మధ్య కొంతకాలంగా సీరియస్ పోరు కొనసాగుతోంది. ముఖ్యంగా ట్విట్టర్ ను కొనుగోలు చేసిన మస్కీ దాని పేరును ఎక్స్ గా మార్చి కొత్త లుక్ ఇస్తుంటే.. దానికి పోటీగా ఫేస్ బుక్ అధినేత మార్క్ జకర్బర్గ్ మెటా డ్రెస్స్ యాప్ పేరుతో మరో సోషల్ మీడియా ప్లాట్ ఫామ్ ను అందుబాటులోకి తెచ్చాడు. దీంతో ఇరువురి మధ్య పోటీ మరింత ముదిరింది. ఇందులో భాగంగా వరుసగా ఇద్దరి మధ్య మాటలతూటాలు పేలుతూనే ఉన్నాయి. కాగా కొన్ని నెలల క్రితం వీరిద్దరూ కుప్పి పడటం కోసం కూడా రెడీ అయ్యారు కానీ అనుకోని కారణాల వల్ల వారి కుప్పి రద్దయింది. ఇదిలా ఉంటే మస్కీ తాజాగా జకర్బర్గ్

బంగ్లాదేశ్ లో కీలక సెన్సార్లు..



సవాళ్లను క్రమంగా పరిష్కరిస్తామని ప్రజలు ఓపిక పట్టాలని బంగ్లాదేశ్ బంగ్లాదేశ్ తాత్కాలిక ప్రభుత్వ ప్రధాన సలహాదారు ముహమ్మద్ యూనస్ కోరారు. వివిధ రంగాల్లో కీలక సంస్కరణల తర్వాత స్వేచ్ఛా యుతమైన, న్యాయమైన ఎన్నికలు జరుగుతాయని తెలిపారు. అధికారం ఆయన ఓ టెలివిజన్ చానెల్ లో ప్రసంగించారు. తాత్కాలిక ప్రభుత్వం స్థానిక ప్రభుత్వ సంస్థలను బలోపేతం చేయడంతో పాటు, ప్రజాస్వామ్యాన్ని పటిష్టం చేయడానికి కృషి చేస్తుందని నొక్కి చెప్పారు. బాధ్యతాయుతమైన రాజకీయ వ్యవస్థను ప్రవేశపెట్టడమే తన లక్ష్యమని చెప్పారు. మధ్యంతర ప్రభుత్వ పదవీ కాలానికి ఎలాంటి గడువు ఇవ్వలేదని, కానీ ప్రభుత్వం ఎప్పుడు నిష్క్రమిస్తుందో తెలుసుకోవాలని ప్రతి ఒక్కరూ అసక్తిగా ఉన్నారున్నారు. తన ప్రభుత్వాన్ని అన్ని వర్గాల ప్రజలు స్వాగతించినందున తనకు అప్పగించిన బాధ్యతను నిర్వహించడానికి ప్రయత్నిస్తానన్నారు. గత ప్రభుత్వాలు దేశంలోని అన్ని సంస్థలను నాశనం చేశారని విమర్శించారు. సంస్థలపై దాడి చేయడం, నిర్దిష్ట వ్యక్తులను బెదిరించడం, కేసులు స్వీకరించేలా ఒత్తిడి తీసుకురావడం, కోర్టు అవరణలో ప్రజలపై దాడులు చేయడం ద్వారా ముందస్తుగా విచారణ జరిపించే ధోరణిని ప్రజలు మానుకోవాలని సూచించారు. అనేక సవాళ్లను రాత్రికి రాత్రే పరిష్కరించలేమని స్పష్టం చేశారు. ఒక క్రమ పద్ధతిలో అన్ని సమస్యలను పరిష్కరిస్తామని హామీ ఇచ్చారు.





సాయి పల్లవి నటించిన ఫస్ట్ చిత్రం

టాలీవుడ్ లో నాచురల్ హీరోయిన్ అనగానే అందరికీ గుర్తుకు వచ్చే హీరోయిన్ సాయి పల్లవి.. తను న్యాయరత్ లుక్ తోనే ఈ ముద్దుగుమ్మ అందర్నీ ఆకట్టుకుంటుంది. ముఖ్యంగా డాన్స్ తో ఎంతోమంది అభిమానులను సంపాదించుకుంది. సౌత్ ఇండియాలోనే మంచి పాపులారిటీ సంపాదించుకున్న హీరోయిన్గా పేరు సంపాదించుకుంది. మొదట మలయాళం చిత్రం ప్రేమమ్మనిమా ద్వారా సాయి పల్లవి ఇండస్ట్రీలోకి ఎంట్రి ఇచ్చిందని అందరూ అనుకుంటూ ఉంటారు. కానీ నిజానికి అంతకంటే ముందు సాయి పల్లవి ఒక సినిమాలు యాక్ట్ చేసిందని విషయం చాలామందికి తెలియకపోవచ్చు. ఇటీవల ఒక ఇంటర్వ్యూలో సాయి పల్లవి ఈ విషయాన్ని రివీల్ చేస్తూ అందరినీ ఆశ్చర్యపరుస్తోంది. చాలామంది తను ప్రేమమ్ చిత్రంతో ఇండస్ట్రీలోకి ఎంట్రి ఇచ్చారు అనుకుంటున్నారు.. కానీ అంతకుముందు తాను రెండు చిత్రాలలో నటించాలని కూడా తెలియజేసింది.. ఒకటి కస్తూరి మాన్ థామ్ థామ్ మరొకటి తమిళ సినిమాలో చిన్న పాత్రలో నటించిన తెలిపింది. విషయాన్ని అభిమానులు తెలిసిన వెంటనే ఆ చిత్రాలకు సంబంధించి కొన్ని క్లిప్పింగ్ వీడియోలను కూడా సోషల్ మీడియాలో తెగ వైరల్ గా చేస్తున్నారు. ఆ వీడియోలను అప్పటికి ఇప్పటికీ కంపేర్ చేస్తూ పలు రకాలుగా కామెంట్స్ చేస్తున్నారు. అలాగే తను నటించిన టాలీవుడ్ ఫస్ట్ మూవీ ఫిదాసినిమా తనకి గుర్తుండిపోయే సినిమా అని ఫిదాసినిమాపోస్టర్ మొదటిసారి చూసినప్పుడు తన కళ్ళల్లో నీళ్లు తిరిగిాయని తెలియజేసింది.

పెద్ద సాహసం చేస్తున్న సుహాస్



రాకపోతే చాలా నష్టపోతాడు. ఒక కార్యక్రమంలో సుహాస్ మాట్లాడుతూ, “ఈ సినిమా చాలా ఫస్ట్ గా ఉంటుంది. ఇందులో నేను ఒక మధ్యతరగతి వ్యక్తిగా నటిస్తున్నాను. ప్రతి విషయాన్ని జాగ్రత్తగా గమనించే వ్యక్తిగా నేను కనిపిస్తాను. ప్రేక్షకులందరూ ఈ సినిమాని చూసి ఆనందిస్తారు” అని చెప్పాడు. సుహాస్ దర్శకుడి పనిని వెుచ్చుకున్నాడు. దిల్ రాజు సహాయం చేసినందుకు కూడా కృతజ్ఞతలు తెలిపాడు. ఈ సినిమాను దిల్ రాజు ప్రొడక్షన్స్ సంస్థ నిర్మిస్తోంది. ఈ సంస్థ ముందుగా ‘బలగం’ అనే చాలా పెద్ద హిట్ సినిమాను తీసింది. ఇక సుహాస్ కొత్త సినిమాలో హాస్యం, భావోద్వేగాలు రెండూ ఉన్నాయి. ప్రతి ఒక్కరినీ ఈ సినిమా ఆకట్టుకుంటుంది. హార్మిత్ రెడ్డి, హన్నిత రెడ్డి ఈ సినిమాను నిర్మించారు. శిరీష్ ఈ సినిమాను ప్రదర్శిస్తున్నాడు. సాయి శ్రీం ఈ సినిమాకు కెమెరా దర్శకుడు. ఈ మూవీ సెప్టెంబర్ 7న థియేటర్లలో గ్రాండ్ గా విడుదల కాబోతుంది. ఇది పెద్ద హిట్ అయితే సుహాస్ స్టార్ హీరోగా ఎదుగుతాడు.

ఓటిటిలో అట్రర్ ఫ్లాష్..?

సాధారణంగా థియేటర్లలో ఫ్లాష్ అయినా సినిమాలు ఓటిటిలో మాత్రం బాగానే ఆడుతుంటాయి. కొన్నిసార్లు మాత్రం ఈ సీన్ రివల్స్ అవుతుంది. దానికి కారణాలు ఏదైనా కావచ్చు. ఇటీవల థియేటర్లలో విడుదలై సూపర్ హిట్ సినిమా అయిన “ముంజ్య”. ఇప్పుడు ఇది ఇంట్లో కూర్చుని చూసే ఓటిటి ప్లాట్ ఫామ్ లో అందుబాటులోకి వచ్చింది. ఈ సినిమా చూసిన వాళ్లు దీని గురించి రకరకాలుగా అభిప్రాయాలు చెబుతున్నారు. ఈ మూవీ అసలు ఎలా హిట్ అవుతుందో తెలియడం లేదు అంటూ కామెంట్ చేస్తున్నారు. ఈ సినిమా కథ ఏంటంటే, ఒక యువకుడు తన పుట్టిన ఊరు వెళ్తాడు. అక్కడ తన కుటుంబానికి సంబంధించిన ఒక రహస్యం తెలుసుకుంటాడు. అంతేకాదు, “ముంజ్య” అనే కోపం గల దెయ్యం కూడా అతనికి కనిపిస్తుంది. ఆ దెయ్యం పెళ్లి చేసుకోవాలని కోరుకుంటుంది. ఆ తర్వాత ఆ యువకుడు ముంజ్య దెయ్యం నుంచి తననూ, తన ప్రేయసిని కాపాడుకోవాలి. ఇలా కాపాడుకోవడానికి అతను చేసే ప్రయత్నాలు చాలా ఫస్ట్ గా ఉంటాయి. ఈ సినిమా ఇప్పుడు

డిస్నీ ప్లస్ హాట్ స్టార్ లో అందుబాటులో ఉంది. ఈ సినిమాలోని కామెడీ బాగా నవ్విస్తుంది. ఇందులో కొన్ని భయానక దృశ్యాలు కూడా ఉన్నాయి. కానీ సినిమాలోని కంప్యూటర్ గ్రాఫిక్స్ మాత్రం అంత బాగోలేవు. చాలా మందికి ఈ సినిమా బాగా నచ్చింది. చాలా ఖాళీగా ఉన్నప్పుడు మాత్రమే ఇది ఏం చూడొచ్చని పనులు మానుకొని చూడాల్సినంత గొప్ప కంటెంట్ దీంట్లో ఏమీ లేదని మరి కొంతమంది అంటున్నారు. ఈ సినిమా ఎందుకు ఇంత పెద్ద హిట్ అయ్యిందో అని చాలామంది ఆశ్చర్యపోతున్నారు. ఈ సినిమా ప్రపంచవ్యాప్తంగా 140 కోట్ల రూపాయలు వసూలు చేసింది. ఈ సినిమా కథ చాలా బాగుంది. కానీ సినిమా చివరి భాగం ఇంకా బాగుండాల్సింది. చివరి దృశ్యాలు అంత బాగా ఉండకపోయినా, సినిమా అలా అలా ముగిసింది. ఇది ‘భేదియ’ అనే మరో హారర్ కామెడీ సినిమా క్రెమాక్స్ లా ఉంది. కానీ ఇప్పుడు చాలా మంది సినిమాలు థియేటర్లో హిట్ అయితే, ఓటిటి ప్లాట్ ఫామ్ లో చూసినప్పుడు నెగిటివ్ రివ్యూస్ ఎక్కువగా వస్తున్నాయి.

మంచు ఫ్యామిలీ మూడోతరం



మంచు మోహన్ బాబు క్యాక్టర్ ఆర్టిస్ట్ గా ఇండస్ట్రీలో అడుగుపెట్టి హీరోగా ఇండస్ట్రీ హిట్ సినిమాలు అందించి కలెక్షన్ కింగ్ గా పేరుతెచ్చుకున్నాడు మోహన్ బాబు. ఎటువంటి పాత్రనైనా అలవకగా చేసేయగల అద్భుతమైన నటుడు మోహన్ బాబు. విలన్, హీరో, సహాయనటుడు ఇలా మోహన్ బాబు చేయని పాత్ర లేదు. జూనియర్ ఎస్ట్రీయర్ హీరోగా వచ్చిన యమదొంగలో యముడి పాత్రలో ప్రేక్షకులను మెప్పించాడు. మోహన్ బాబు వారసులుగా టాలీవుడ్ కు పరిచయమయ్యారు మంచు విష్ణు, మంచు మనోజ్, మంచు లక్ష్మి. మంచు విష్ణు ప్రస్తుతం తెలుగు సినీ మా అధ్యక్షులుగా కొనసాగుతున్నారు. మంచు మనోజ్ విభిన్న సినిమాలు చేస్తూ ప్రత్యేకమైన గుర్తింపు తెచ్చుకున్నాడు. మంచు లక్ష్మి పలు

చిత్రాల్లో నటించి మెప్పించింది. ఇప్పుడు మంచు ఫ్యామిలీ మూడవ తరం టాలీవుడ్ లో అడుగుపెడుతోంది. మంచు విష్ణు కొడుకు అవ్రామ్ భక్త మంచు సినిమాలలో నటిస్తున్నాడు. మంచు విష్ణు నటిస్తూ నిర్మిస్తున్న పాన్ ఇండియా చిత్రం కన్నప్ప. ఈ చిత్రంలో అవ్రామ్ భక్త ‘తిన్నడు’ పాత్రలో నటిస్తున్నాడని అందుకు సంబంధించి అవ్రామ్ ఫస్ట్ లుక్ ను శ్రీకృష్ణ జన్మాష్టమి సందర్భంగా రిలీజ్ చేశారు మేకర్స్. పాన్ ఇండియా భాషల్లో తెరకెక్కుతోన్న ఈ చిత్రంలో రెబల్ స్టార్ ప్రభాస్, మోహన్ లాల్, అక్షయ్ కుమార్, శరత్ కుమార్ వంటి స్టార్ హీరోలు నటిస్తున్నారు. డిసెంబర్ లో వరల్డ్ వైడ్ గా రిలీజ్ కానుంది కన్నప్ప.

