

వాస్తవ తెలంగాణ

VASTHAVA TELANGANA DAILY

C2 వాస్తవ తెలంగాణ
తెలుగు దినపత్రిక

మీ ప్రాంతంలో జరుగుతున్న అవినీతిని బయటపెట్టాలని ఉంది..
నిజాన్ని నిర్ణయంగా వెల్లడాలని ఉంది..
సంచలన కథనాలకు కేంద్రంగా నిలిచిన **వాస్తవ తెలంగాణ**

విలేఖరులు కావాలను

తెలంగాణ రాష్ట్రంలో సంచలనంగా దూసుకెళ్తున్న 'వాస్తవ తెలంగాణ' తెలుగు దినపత్రికలో పనిచేయుటకు కుండలాల వారిగా, నియాజకవర్గాల వారిగా, జిల్లాల వారిగా విలేఖరులు, యూత్ ఎగ్జిక్యూటివ్స్ (పురుషులు లేదా స్త్రీ) కావాలను.

call:8499902850
www.vasthavatelangana.com
vasthavatelangana@gmail.com

PUBLISHED FROM: TELANGANA & ANDHRAPRADESH

www.vasthavatelangana.com

ఎడిటర్ : చింతల రామకృష్ణ

సంపుటి: 3

సంచిక: 199

మంగళవారం, 12 నవంబర్, 2024 పేజీలు - 8 వల : 3/-

ప్రపంచానికి అన్నం పెట్టేలా తెలంగాణ

- బంగ్లాదేశ్, ఫిలిప్పీన్స్ దేశాలకు బియ్యం
- మంత్రి ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి వెల్లడి



ఫోన్ ట్యాపింగ్ కేసులో సంచలనం

ఫోన్ ట్యాపింగ్ కేసులో సంచలన పరిణామం చోటు చేసుకుంది. ఫోన్ ట్యాపింగ్ కేసులో ఇప్పటి వరకు అధికారులే జైలుకు వెళ్లగా.. ఇప్పుడు నేతల వంతు వచ్చింది. తాజాగా సకిరేకల్ మాజీ ఎమ్మెల్యే చిరుమర్తి లింగయ్యకు ఈ కేసులో సమన్లు జారీ చేశారు పోలీసు ఉన్నతాధికారులు. ఇవాళ జుబ్బిహిల్స్ లోని పోలీస్ స్టేషన్ కు రావాలంటూ నోటీసులు ఇచ్చారు పోలీసులు. మాజీ ఎమ్మెల్యేకు నోటీసులు జారీ అవడంతో రాజకీయవర్గాల్లో సంచలనం రేకెత్తుతోంది. మొదటిసారిగా ఫోన్ ట్యాపింగ్ కేసులో రాజకీయ నాయకుడికి నోటీసులు జారీ కావడంతో.. ఉత్పంఠ నెలకొంది. నెక్స్ట్ నోటీసులు అందుకునేది ఎవర? అనే సందేహాలు వ్యక్తమవుతున్నాయి.

తెలంగాణ రైతులకు బిగ్ న్యూస్



- అప్పటికల్లా అకౌంటల్లోకి దబ్బులు జమ
- సర్కార్ కసరత్తు వేగవంతం
- ఎన్నికల్లో ఇచ్చిన హామీ మేరకు రుణమాఫీ చేసినా రైతుల్లో ఇప్పటికీ నిరాశే ఉందని గ్రహించిన రేవంత్ రెడ్డి సర్కార్.

రైతులను ఇబ్బందులకు గురిచేస్తే ఊరుకునేది లేదు

- అటువంటి వ్యాపారులపై అవసరమైతే ఎస్సా
- సీఎం రేవంత్ స్ట్రాంగ్ వార్నింగ్
- ధాన్యం కొనుగోళ్ల విషయంలో రైతులను ఇబ్బంది పెడితే ఊరుకునేది లేదని సీఎం రేవంత్ హెచ్చరించారు.



మానవత్వం చాటుకున్న కేంద్ర మంత్రి బండి సంజయ్

- సమయానికి దేవునిలా వచ్చి యువతి ప్రాణం నిలబెట్టి..!
- ప్రమాదవశాత్తు ఆమె జుట్టు లారీ చక్రాల కింద ఇరుక్కుని బయటకు రాలేని క్లిష్ట పరిస్థితుల్లో ఉండిపోయింది.
- అదే సమయంలో అటుగా వెళ్తున్న బండి సంజయ్.. స్పందించి ఆమె ప్రాణాలు కాపాడారు.



నగలు కనిపించటం లేదని పోలీసులకు ఫోన్

- ఇంటిని జల్లెడ పట్టిన పోలీసులు
- చెత్తబుట్టలో ప్రత్యక్షమైన నగలు

కలెక్టర్ పైనే చేయి చేసుకున్న మహిళా రైతు

వికారాబాద్, నవంబర్ 11: జిల్లాలోని లగ్గిచర్లలో ఫార్మా విలేజ్ పై అభిప్రాయ సేకరణ తీవ్ర ఉద్రిక్తంగా మారింది. కలెక్టర్ ప్రతీక జైన్ పై మహిళా రైతు చేయిచేసుకుంది. వెనుక నుంచి కలెక్టర్ భుజంపై కొట్టడం కలకలం రేపింది. ఫార్మా విలేజ్ కు వ్యతిరేకంగా రైతులు అందోళనకు దిగారు. కలెక్టర్, అధికారుల కార్లపై రాళ్లు రువ్వారు. రైతుల దాడిలో మూడు వాహనాలు ధ్వంసమయ్యాయి. వికారాబాద్ జిల్లా కొడంగల్ నియోజకవర్గంలోని లగ్గిచర్ల, పోలేవల్లి, హీకంపేట మూడు గ్రామాల్లో ఫార్మా విలేజ్ ను నిర్వాహితు చేసేందుకు మూడు వేల ఎకరాల సేకరణ కోసం అధికారులు కసరత్తు చేస్తున్నారు. ఈ నేపథ్యంలో చాలా మంది రైతులు భూములను స్వచ్ఛందంగా ఇచ్చేశారు. అయితే లగ్గిచర్ల గ్రామంలో ముందుగా ప్రజాభిప్రాయ సేకరణ చేసేందుకు అధికారులు నిర్ణయమయ్యారు. గ్రామానికి రెండు కిలో మీటర్ల దూరంలో తాత్కాలిక సభను నిర్వహించేందుకు అధికారులు యత్నించారు. అయితే గ్రామానికి దూరంగా ఉండటం వల్ల రైతులు, గ్రామస్థులు తీవ్ర అభ్యంతరం వ్యక్తం చేశారు.

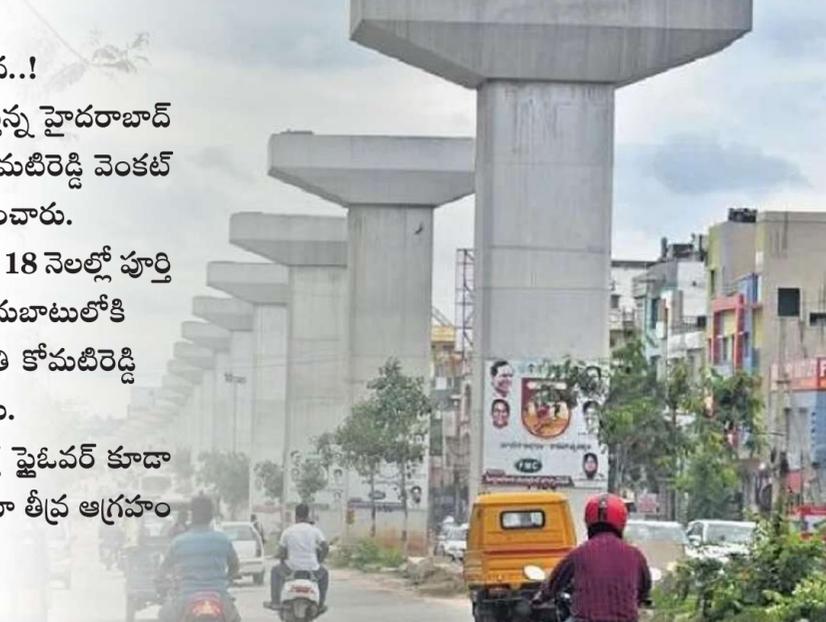
మానవత్వం చాటుకున్న కేంద్ర మంత్రి బండి సంజయ్

- సమయానికి దేవునిలా వచ్చి యువతి ప్రాణం నిలబెట్టి..!
- ప్రమాదవశాత్తు ఆమె జుట్టు లారీ చక్రాల కింద ఇరుక్కుని బయటకు రాలేని క్లిష్ట పరిస్థితుల్లో ఉండిపోయింది.
- అదే సమయంలో అటుగా వెళ్తున్న బండి సంజయ్.. స్పందించి ఆమె ప్రాణాలు కాపాడారు.



త్వరలోనే ఉప్పల్- నారపల్లి షైడీవర్ పూర్తి

- మంత్రి కీలక ప్రకటన..!
- ఏళ్లుగా ఎదురుచూస్తున్న హైదరాబాద్ వాసులకు మంత్రి కోమటిరెడ్డి వెంకట్ రెడ్డి శుభవార్త వినిపించారు.
- ఈ షైడీవర్ పనులను 18 నెలల్లో పూర్తి చేసి.. ప్రజలకు అందుబాటులోకి తీసుకొస్తామని మంత్రి కోమటిరెడ్డి వెంకట్ రెడ్డి తెలిపారు.
- కనీసం 7 కిలోమీటర్ల షైడీవర్ కూడా వేయలేకపోయావంటూ తీవ్ర ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు.



ఒకటి మోదీ పరివార్..

రెండోది గాంధీ పరివార్..
సీఎం రేవంత్ రెడ్డి
హైదరాబాద్: రాష్ట్రంలో కాంగ్రెస్ ను అధికారంలోకి తీసుకురావడంలో మైనారిటీలు కీలక పాత్ర పోషించారని, హిందూ, ముస్లింలు తెలంగాణ ప్రభుత్వానికి రెండు కళ్లలాంటి వారని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి వ్యాఖ్యానించారు. మీరంతా అందంగా ఉంటే విద్య, వైద్యం, ఉపాధి విషయంలో రాష్ట్రాన్ని అభివృద్ధి పథంలో ముందుకు నడిపించుకుంటామని అన్నారు. సోమవారం రవీంద్రభారతిలో జరిగిన విద్యా దినోత్సవం, మైనాబీ సంగ్రహ దినోత్సవ వేడుకలు జరిగాయి.. ఈ కార్యక్రమానికి సీఎం రేవంత్ రెడ్డి హాజరయ్యారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ, దేశంలో ఉన్నవి రెండే పరివార్లు అని, ఒకటి మోదీ పరివార్ రెండోది గాంధీ పరివార్ అని అన్నారు. ప్రజల మధ్య వైషమ్యాలు రెన్నగాళ్లందరికీ మోదీ పరివార్ పనిచేస్తోందని, దేశ సమైక్యతకు గాంధీ పరివార్ కృషి చేస్తోందని రేవంత్ రెడ్డి వ్యాఖ్యానించారు.

క్యాన్సర్ వ్యాధిపై అవగాహన కార్యక్రమం



సదాశివపేట వాస్తవ తెలంగాణ స్టూడెంట్స్ సంగారెడ్డి జిల్లా సదాశివపేట తారా ప్రభుత్వ కళాశాల లో ఎన్ఎస్ఎస్ విభాగాలు, జీవ సాంకేతిక శాస్త్రం మరియు జీవశాస్త్ర విభాగాల ఆధ్వర్యంలో జాతీయ క్యాన్సర్ అవగాహన దినోత్సవ సందర్భాన్ని పురస్కరించడానికి కళాశాలలో క్యాన్సర్ పై అవగాహన కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించడం జరిగింది. కళాశాల ప్రిన్సిపల్ డాక్టర్ కే ఎన్ ఎన్ రత్న ప్రసాద్ తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న జీవశాస్త్ర అధ్యాపకులు మరియు ఎన్ఎస్ఎస్ అధికారి డాక్టర్ సదయకుమార్ మాట్లాడుతూ జీవకణాలు నియంత్రణ కోల్పోయి అభివృద్ధిగా విభజన చెందడాన్ని క్యాన్సర్ అంటారు. ఒకే చోట నియంత్రణ లేకుండా కణుతులు ఏర్పడితే వాటిని శాస్త్ర వికీర్ణ ద్వారా తొలగించవచ్చని, అలాకాకుండా శరీరంలో మిగతా భాగాలలోకి వ్యాప్తి చెందుతూ ఉంటే వాటి వ్యాప్తి తీరును బట్టి వివిధ రకాలూగా పిలుస్తామని తెలిపారు. క్యాన్సర్ అంటే భయపడాల్సిన పనిలేదని ప్రోఫెసర్ డ్రెయిడ్, డ్రెస్ క్యాన్సర్ పచ్చిపచ్చు శాస్త్ర వికీర్ణ ద్వారా నయం చేయవచ్చని, క్యాన్సర్ ప్రారంభ దశలో ఉంటే రేడియేషన్, టెరపి, కెమోథెరపి, సర్జరీ

తారా కళాశాలలో జాతీయ విద్యా దినోత్సవం



సదాశివపేట వాస్తవ తెలంగాణ స్టూడెంట్స్ సంగారెడ్డి జిల్లా సదాశివపేట తారా ప్రభుత్వ కళాశాల ఎన్ఎస్ఎస్ విభాగాలు మరియు సామాజిక శాస్త్ర విభాగాల ఆధ్వర్యంలో మౌలానా అబ్దుల్ కలాం ఆజాద్ జన్మదిన పురస్కరించుకొని జాతీయ విద్యా దినోత్సవాన్ని నిర్వహించడం జరిగింది. కళాశాల ప్రిన్సిపల్ డాక్టర్ కే ఎన్ ఎన్ రత్న ప్రసాద్ తెలిపారు. స్వాతంత్ర్య సమరయోధుడు, భారతరత్న స్వతంత్ర భారత మొదటి విద్యా శాఖ మంత్రి మౌలానా అబ్దుల్ కలాం ఆజాద్ భారత దేశంలో విద్యార్థి అభివృద్ధికి పునాదులు వేసి విద్యార్థిగా వేగంగా అభివృద్ధి చెందడానికి దేశంలో ఐటిఐ ఏర్పాటు విశ్వవిద్యాలయ గ్రాంట్స్ కమిషన్ ఏర్పాటు ప్రముఖ పాత్ర నిర్వహించి విద్యార్థిగా అభివృద్ధి కృషిచేసిన విద్యావేత్తగా మౌలానా అబ్దుల్ కలాం ఆజాద్ నిరక్షరాస్యతను నిర్మూలించడానికి విద్యార్థిగా మారుతున్న తీసుకుని రావడమే కాక మహిళల విద్యను ప్రోత్సహించడానికి అనేక సంస్థలను స్థాపించిన వ్యక్తి అబ్దుల్ కలాం ఆజాద్ అని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా విచ్చేసిన జిల్లా విద్యాశాఖ కార్యాలయ అధికారి అనురాధ మాట్లాడుతూ విద్యా అనేది మానవునిలో అజ్ఞానాన్ని తొలగించి పెంపొందిస్తుంది, విద్య యొక్క ప్రాధాన్యతను గుర్తించి దేశంలో విద్యా ఉన్నత విద్యా సంస్థలను స్థాపించి విద్యార్థిగా అభివృద్ధికి నిరంతరము కృషిచేసిన విద్యావేత్త మౌలానా అబ్దుల్ కలాం ఆజాద్ అని తెలిపారు. ఈ జగదీశ్వర్ ఎన్ఎస్ఎస్ అధికారులు డాక్టర్ సదయకుమార్ డాక్టర్ సుమతి దేవి, డాక్టర్ వాణి చరిత్ర అధ్యాపకులు డాక్టర్ వాణి, అర్ధశాస్త్ర అధ్యాపకులు డాక్టర్ అనురాధ ఇతర అధ్యాపక బృందము తదితరులు పాల్గొన్నారు.

విద్యార్థులకు స్విమ్మింగ్ కోచ్ గా నియమించాలని కలెక్టర్ కు విజ్ఞప్తి.

సంగారెడ్డి వాస్తవ తెలంగాణ స్టూడెంట్స్ ప్రతినిధి టీమాణిక్యం.. సంగారెడ్డి పట్టణంలో ఉన్న స్విమ్మింగ్ పూల్ రాజు పార్కులో ఉన్నటువంటి స్విమ్మింగ్ పూల్ లో కోచ్ ను నియమించాలని కోరుతూ విద్యార్థులు పలువురు అదనపు కలెక్టర్ మధుకి సోమవారం వినతిపత్రం సమర్పించారు. ఇక్కడ స్విమ్మింగ్ కోచ్ గా ఉన్న శ్రీనివాస్ మూడు నెలల క్రితం పదోన్నతి పై కఠినగర్జన క్రీడాభివృద్ధి అధికారిగా వెళ్లిపట్టు విద్యార్థులు తెలిపారు. విద్యార్థుల మనవి ఏమనగా చిన్నప్పటి నుంచి స్విమ్మింగ్ నేర్చుకుంటే రాబోయే తరాలకు కూడా స్విమ్మింగ్ క్రీడలు గాని ఇతర క్రీడలు గాని వారు బావులు ఉన్న రైల్వేగా నడవ గల శక్తి ఉంటుంది విద్యార్థులు తెలిపారు. కోచి లేకపోవడంతో తాము తీవ్ర ఇబ్బందులు పడుతున్నామని పేర్కొన్నారు అలాగే అదనం కలెక్టర్కు మధుకి సోమవారం మేడం మాకు కచ్చితంగా కోర్చి కాలనీ వారు స్వచ్ఛంగా చెప్పిపట్టు విద్యార్థులు పేర్కొన్నారు.

చెందిప్ప మరకత శివాలయానికి పోటెత్తిన భక్తులు

శంకర్పుల్ వాస్తవ తెలంగాణ స్టూడెంట్స్ సంగారెడ్డి జిల్లా శంకర్ పల్లి మండలం లోని చందిప్ప గ్రామంలో 11వ శతాబ్ది శ్రీ బ్రహ్మసూత్ర మరకత శివాలయంలో కార్తీకమాసం రెండవ సోమవారం పురస్కరించుకొని భక్తులు వేకువజామున నుంచే అలయానికి చేరుకొని స్వామివారికి ప్రత్యేక పూజలు అభిషేకం నిర్వహించారు. అనంతరం భక్తులు ఆలయ ప్రాంగణంలో 365 ఒత్తులు ఉసిరి దీపం వెలిగించి కార్తీక సోమవారాన్ని ఘనంగా జరుపుకున్నారు అలయ పూజారి సాయి శివ, ప్రమాద మాట్లాడుతూ ఉదయం నుండే భక్తులు పెద్ద ఎత్తున అలయానికి చేరుకొని భక్తులు ప్రత్యేక పూజలు అభిషేకాలు నిర్వహించారు అని అన్నారు.



నవంబర్ 11న కదలిరండి కదలిరండి అభినీతిని అంతం చేసేందుకు జంతర్ మంతర్ వద్దకు కదలిరండి

సదాశివపేట వాస్తవ తెలంగాణ స్టూడెంట్స్ సంగారెడ్డి జిల్లా సదాశివపేట ధీల్లీలో ఎర్రకోట వద్ద జాతీయ జెండా నినాదాలతో తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రజల ఆత్మ గౌరవాన్ని కాపాడడం కోసం, తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రజల అభివృద్ధి కోసం గత పాటల అవినీతిని అంతం చేసేందుకు శ్రీకారం చుట్టిన తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి అభినందనలు తెలుపుతూ మాట్లాడుతున్న బీసీవై పార్టీ సంగారెడ్డి జిల్లా ఇన్చార్జ్ న్యాయవాది కోపూర్ సత్యనారాయణ గౌడ్ తెలంగాణ రాష్ట్రంలో ప్రభుత్వ అధికారుల నిర్లక్ష్యాన్ని మొడిచి వైఖరిని అంతం చేసేందుకు నడుం బిగించి ఎర్రకోటలో స్వాతంత్ర్య సమరయోధుల ఆశయ స్ఫూర్తితో క్రైతస్థాయిలో స్వాతంత్ర్య సమరయోధుల మెగా పిరమిడ్ నిర్మాణాన్ని నిర్మించాలని నాలుగు కోట్ల తెలంగాణ ప్రజలకు స్వాతంత్ర్య సమరయోధుల సాహిత్యాన్ని సర సరాలోకి అందించాలని త్రివర్ణ మూడు రంగుల జెండాను ఉపయోగించి తెలంగాణ రాష్ట్ర వర్సింగ్ (పైసిడెంట్ తూర్పు జయప్రకాష్ రెడ్డి కి, మైనంపల్లి హనుమంతరావు మధు యాడి కి గౌడ్ తెలంగాణ రాష్ట్ర కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షులు మహేష్ కుమార్ గౌడ్ ఆరోగ్య శాఖ మంత్రి దావోదర్ రాజనర్సింహ కాంగ్రెస్ పార్టీ రాష్ట్ర నాయకులు ఫెరోజ్ ఖాన్ సంపూర్ణంగా మద్దతు తెలుపుతూ ఎక్కడ తగ్గకుండా అడ్డవికొనకు లాగా తెలంగాణ రాష్ట్రంలో అవినీతిపరులకు గుణపాఠం చెప్తూ అభివృద్ధి పథంలో ముందుకెళ్లడం ఎంతో ఆసందదాయకమని అందుకు ఎల్లవేళలా తెలంగాణ నాలుగు కోట్ల ప్రజా వక్షాన ఉంటానని తెలియజేశారు. ఈ సందర్భంలో పిరమిడ్ పార్టీ ఆఫ్ ఇండియా మెడల్ కాంటెస్టెడ్ ఎంపీ జి సాయి గౌడ్ మాట్లాడుతూ స్వాతంత్ర్య విలువలు తెలుసుకొని నాయకులు, అధికారులు తెలంగాణ నాలుగు కోట్ల ప్రజాసేవకుని సంపూర్ణ న్యాయం చేసే దిశలో ముందుకు కొనసాగాలని అందుకు త్రివర్ణ జెండా నినాదం ఎల్లప్పుడూ అండగా ఉంటుందని తెలియజేశారు. ఈ యొక్క కార్యక్రమంలో సంగారెడ్డి జిల్లా పిఎస్ఎస్ఎమ్



అధ్యక్షులు పి.సంగమేశ్వర్, పిరమిడ్ ధ్యాన గురువు బోధన్ సాయిల్ మాస్టర్, తెలంగాణ మహిళా సంఘాల నాయకులు పి.ఎఫ్.బి చైర్ పర్సన్ నిర్మల రాణి, యువజన సంఘాల నాయకులు శ్రీకాంత్, విద్యార్థులు మరియు వివిధ సంఘాల సంఘసంస్కర్తలు పాల్గొని నవంబర్ 11వ తేదీన జంతర్ మంతర్ వద్ద జరగబోయే సత్యమేవ జయతే మహా పిరమిడ్ ధ్యాన ధర్మాను విజయవంతం చేయాలని పిలుపునిచ్చారు.

బస్టినదాఖానసూ సందర్శించినా చైర్మన్ చంద్రారెడ్డి..



కీసర మండల వాస్తవ తెలంగాణ స్టూడెంట్స్/ మేడ్చల్ జిల్లా నాగారం మున్సిపాలిటీ పరిధిలోని వికాస్ నగర్ కాలనీ వద్ద బస్టినదాఖాన సు నాగారం మున్సిపల్ చైర్మన్ చంద్రారెడ్డి సందర్శించారు. దాఖానలో సదుపాయాల గురించి డాక్టర్ నీ ఆడిగి తెలుసుకున్నారు. హాస్పిటల్ లో అన్ని సౌకర్యాలు, మందులు ఉన్నాయా లేదా బీజీ టాబ్లెట్, షుగర్ టాబ్లెట్ ప్రజలకు అందుబాటులో ఉందా అని డాక్టర్లను ఆడిగించారు. ఈ కార్యక్రమం లో వైస్ చైర్మన్ మల్లేశ్ యాదవ్ పాల్గొన్నారు.

లింగాయత్ జిల్లా కోశాధికారిగా పోలీస్ సంతోష్ కుమార్

పుల్వే// వాస్తవ తెలంగాణ స్టూడెంట్స్ సవంబర్ 11 సంగారెడ్డి జిల్లా కోశాధికారిగా పోలీస్ సంతోష్ కుమార్ ఎన్నికయ్యారు సోమవారం జూరూజాబ్ జరిగిన సమావేశంలో ఏకగ్రీవంగా ఎన్నుకున్నారు పుల్వే మండలం పెద్ద రెడ్డి వెల్ గ్రామానికి చెందిన పోలీస్ సంతోష్ కుమార్ వీర శైవ లింగాయత్ ల సంక్షేమానికి చేస్తున్న సేవలను గుర్తించి జిల్లా కార్యవర్గంలోకి తీసుకున్నారు సంతోష్ కుమార్ గతంలో జిల్లా ఉపాధ్యక్షుడిగా జిల్లా యువజన విభాగం అధ్యక్షుడిగా పనిచేశారు అయినతోపాటు జిల్లా గౌరవ అధ్యక్షుడిగా సులుగంటి సిద్దేశ్వర్ ప్రధాన కార్యదర్శిగా ఇప్పించి సరిసంహాలు కొంక రాజేశ్వర్, కార్యనిర్వాహక అధ్యక్షులుగా పల్వే చంద్రశేఖర్ ఎన్నికయ్యారు రెండు సంవత్సరాలపాటు కొనసాగనున్న వీరంశా ఈనెలలో పదవి ప్రమాణ స్వీకారం చేయనున్నారు ఈ ఎన్నికలకు పరిశీలకుడిగా జిల్లా కమిటీ సభ్యులు ప్రముఖ న్యాయవాది సిహెచ్ బసవరాజ్, శివచంద్ర కుమార్ పాటిల్, వ్యవహరించారు



విద్యార్థులు రెండు సంవత్సరాలు లక్ష్యం నిర్దేశించుకుని చదవాలి.

సంగారెడ్డి వాస్తవ తెలంగాణ స్టూడెంట్స్ ప్రతినిధి టీ మాణిక్యం.. సంగారెడ్డి పట్టణంలో విద్యార్థుల లక్ష్యం నిర్దేశించుకుని చదవాలని సి బిఐ మాజీ జెడి లెక్చరారుణ అన్నారు. సంగారెడ్డి పట్టణంలో ఇష్ట జూనియర్ కళాశాల నూతన భవనాన్ని సోమవారం ప్రారంభించారు. ఆయన మాట్లాడుతూ ఇష్టతో చదువుకోవాలి అని సూచించారు. రెండు సంవత్సరాలు సెల్ఫోన్ కు దూరంగా ఉండాలని రెండు సంవత్సరాలు ఇంటర్మీడియట్ కష్టపడి చదివి ఉన్నత పదవులు పొందాలని ఆయన తెలిపారు. విద్యార్థులకు నిర్దేశించినటువంటి పరిజ్ఞానాన్ని పెంపొందించి విద్యా జ్ఞానం అన్ని ఇంటర్మీడియట్ లోనే ఉంటాయని ఆయన తెలిపారు. రెండు సంవత్సరాలు ఫోన్ మట్టుకుండా ఫోన్ చూడకుండా కష్టపడి చదివితే అన్ని లక్ష్యాలు మన దగ్గరకి వచ్చాయని ఆయన తెలిపారు. విద్యార్థిగా అభివృద్ధి కృషి చేసిన విద్యార్థులకు నిరక్షరాస్యతను నిర్మూలించడానికి విద్యార్థిగా మారుతున్న తీసుకురావాలని ఆయన తెలిపారు. విద్య అనేది మానవులు అజ్ఞానాన్ని తొలగించి పెంపొందిస్తుంది విద్య యొక్క ప్రాధాన్యతను గుర్తించి దేశంలో విద్య ఉన్నత విద్య సంస్థలను స్థాపించి ధరంగంగా అభివృద్ధికి నిరంతరం కృషి చేయాలని ఆయన తెలిపారు. విద్యార్థులు ఎప్పుడు సెల్ ఫోన్ కు దూరంగా ఉండాలి మత్తు పదార్థాలకు విద్యార్థులు దూరంగా ఉండాలని తెలిపారు ఈ కార్యక్రమంలో కళాశాల ప్రిన్సిపల్ విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.



కంది మండలం టీఆర్ఎస్ పార్టీ అధ్యక్షులు మధుసూదన్ రెడ్డి జన్మదిన వేడుకలు ఘనంగా నిర్వహించారు.

సంగారెడ్డి వాస్తవ తెలంగాణ స్టూడెంట్స్ ప్రతినిధి టీ మాణిక్యం.. సంగారెడ్డి జిల్లా కంది మండలం టీఆర్ఎస్ పార్టీ మండల అధ్యక్షులు మోహన్ రెడ్డి జన్మదిన వేడుకలను ఎమ్మెల్యే క్యాంప్ కార్యాలయంలో ఘనంగా నిర్వహించారు. ఎమ్మెల్యే బి.రా. ప్రభాకర్ గారు జన్మదిన వేడుకల్లో పాల్గొని ఆయనకు శుభాకాంక్షలు తెలిపి కేకు కట్ చేయించారు. తదనంతరం కాలువతో సన్మానించి జన్మదిన శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. ఇలాంటి జన్మదిన శుభాకాంక్షలు జన్మదిన వేడుకలు ఎన్నో జరుపుకోవాలని ఆయనకు ఆశీర్వాదం చేశారు. జన్మదిన వేడుకల్లో మాజీ సి డి సి చైర్మన్ కాసాల్ బుచ్చిరెడ్డి, ప్రభాకర్, ఆర్ వెంకటేశ్వర్లు, సుధీర్ రెడ్డి, రఘుకర్, జలంధర్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.



ఇళ్ళ ముందు మురికి నీరు వెళ్లేది ఎట్లా.

సంగారెడ్డి వాస్తవ తెలంగాణ స్టూడెంట్స్ ప్రతినిధి టీ మాణిక్యం.. సంగారెడ్డి పట్టణం లోని మున్సిపాలిటీ పరిధిలోని సాయి నగర్ కాలనీలో ఇళ్ళ ముందు మునికినీరు నిలిచిపోయింది. కాలనీలో మురుగు కాలువలు లేకపోవడంతో ఇళ్ళ ముందు నిలిచి దుర్వాసనతో తీవ్ర ఇబ్బంది పడుతున్నామని స్థానికులు తెలిపారు. ఆ మురికి నీటిలో పండులు కుక్కలు బర్లు కూడా సైరవి వారం చేస్తున్నాయని వాటి యొక్క వాసనకు పిల్లల్లో ఉండడం ఇబ్బందిగా మారందని కాలనీవాసులు తెలిపారు. నీరు నిలబడడం వల్ల పోవడం రావడం కూడా ఇబ్బందిగా మారందని స్థానికులు తెలిపారు. మున్సిపల్ అధికారులకు ఎన్నిసార్లు విన్నవించిన పట్టింకోలేదని ఆరోపించారు. అలాగే అధికారులు స్పందించి సమస్యను పరిష్కరించాలని సాయి నగర్ కాలనీవాసులు కోరుతున్నారు.



సర్కార్ కు సీవార్ గా మాలిన సీమగ్ర కుటుంబ సర్వే?

సంగారెడ్డి వాస్తవ తెలంగాణ న్యూస్ ప్రతినిధి టీ మాజీకృష్ణం... తెలంగాణ ప్రభుత్వం ప్రతిష్టాత్మకంగా చేపట్టిన కుల గణన ఇంటింటా కుటుంబ సమగ్ర సర్వే సర్కారుకు సవాలు మారింది. సర్వేలో కొన్ని అంశాలకు సంబంధించిన ప్రశ్నలకు సమాధానం చెప్పేందుకు కొందరు ముందుకు రావడం లేదు. కొన్ని గ్రామాల్లో సర్వే బహిష్కరిస్తున్నారని తమ ఆస్తులు, ఆవులు మిలించినట్లు అనే ప్రశ్నలు వచ్చాయి. మా ఆవులు తీర్చిదిద్దామని మా ఆస్తుల గురించి రాయడం ఏమిటని కొందరు ప్రశ్నిస్తున్నారు. ప్రజలు అడిగే ప్రశ్నలకు ఎమిటెటర్లు ఏం చెప్పాలో తోచకపోవడం లేదు. ఆధార్ కార్డు ఫోన్ నెంబర్లకు అన్ని లింకు ఉండగా మళ్ళీ కుటుంబ సర్వే ఏమిటని కొందరు ప్రశ్నిస్తున్నారు. సర్వే అంటే ఏమిటి సమగ్ర కుటుంబ సర్వే ఏమిటి? ఇది ఎందుకు పనికిస్తుంది మానీ నదిలో చేయడానికా ప్రజలను మోసం చేయడానికి ప్రజలకు మేలు చేయడానికి కానీ కొన్ని ఊర్లో ప్రజలు వీటి అంశాలపై మూడ్లూకుని సర్వే చేయమని వాళ్ళు తెలుపుతున్నారు. తమ రాజకీయ నేపథ్యం ప్రభుత్వానికి ఎందుకు అంటూ ఎదురు ప్రశ్నలు వేయడం అడిగిన సమాచారం ఇవ్వకపోవడంతో ఎన్నుమరేటర్ లు ఇక్కట్లు పాలవుతున్నారు.



ప్రజావాణి ప్రజలు వెంటనే పరిష్కరించాలి అదనపు కలెక్టర్ మధు రి.

సంగారెడ్డి వాస్తవ తెలంగాణ న్యూస్ ప్రతినిధి మాజీకృష్ణం... సంగారెడ్డి జిల్లా కలెక్టర్ ప్రజావాణిలో వచ్చిన ఫిర్యాదులను వెంటనే పరిష్కరించాలని సంబంధిత అధికారులకు కలెక్టర్ ముందు ఆదేశించారు. సంగారెడ్డి కలెక్టర్ కార్యాలయంలో సోమవారం ప్రజావాణికి నిర్వహించారు కార్యక్రమం లో ఆమె మాట్లాడుతూ 39 మంది తమ సమస్యలను వినివించినట్లు తెలిపారు. ఆయా ఆయా సమస్యలపై పరిష్కరించేలా చర్యలు తీసుకోవాలని సంబంధిత అధికారులకు తెలిపారు. దూరం ఊర్ల నుండి వచ్చినటువంటి కొంతమంది రైతులు మా సమస్యలు ఎన్ని వారాలు ఇచ్చిన సమస్యలు పరిష్కారం కావడం లేదని వారు పతనం కలెక్టర్ గారికి కోరుకున్నారు. సమస్యలను వెంటనే పరిష్కరించేలా చూస్తామని ఆమె తెలపడంతో వారు సద్దుమణి గారు. ఈ కార్యక్రమంలో డిఆర్ఓ పద్మజరాని పాల్గొన్నారు.



ఫుట్ పాత్ లను కట్టా చేసిన చిరు వ్యాపారస్తులు.

-మామూళ్ళ మత్తులో మున్సిపల్ అధికారులు. సిబ్బంది



తూప్రాన్ వాస్తవ తెలంగాణ న్యూస్ ప్రతినిధి సవీన్ : మెదక్ జిల్లా తూప్రాన్ మున్సిపల్ పట్టణంలోని రహదారికి ఇరువైపులా 50 ఫీట్ల రోడ్డును మున్సిపల్ అభివృద్ధి దృష్ట్యా విస్తరించడం జరిగింది. కానీ నేటికీ పట్టణంలో ఏ కోశానా ఇరువైపులా 50 ఫీట్ల రోడ్డు కాదుకదా కనీసం 30 ఫీట్ల రోడ్డు కనపడదు. రోడ్డుకు ఇరువైపులా చిరు వ్యాపారస్తులు పరిమితికి మించి రోడ్డును ఆక్రమించుకొని వ్యాపారాలు కొనసాగిస్తున్నారు.మున్సిపల్ నిబంధనలకు విరుద్ధంగా వ్యాపారాలు చేయడం సరైనది కాదు కానీ వీరికి రాజకీయ నాయకుల అండతోనే విచ్చలా విడిగా ఫుట్ పాత్ లపై వ్యాపారాలు సాగిస్తున్నారు. ఈ జాతీయ రహదారిలో వాహనదారులకు తీవ్ర ఇబ్బందులు ఏర్పడడం ట్రాఫిక్ జామ్ కావడం లాంటి సంఘటనలు మున్సిపల్ అధికారులకు ఎదురైన మామూళ్ళ మత్తులో అధికారులు పట్టించుకోకపోగా చూసి చూడనట్లు వ్యవహరించడం జరుగుతుంది ఇక మంగళవారం రోజున గమనిస్తే అసలు రోడ్డు కనపడదు. ఆ రోజు పట్టణంలో సంతకావడంతో వరస గ్రామ ప్రజలు పట్టణానికి చేరడంతో పెద్ద రద్దీ ఏర్పడి వాహనదారుల తోపాటు సూలుకు వెళ్లే వర్షపులకు, వృద్ధులకు సైతం తీవ్ర ఇబ్బందులు కలుగు తున్నాయి. తూప్రాన్ అభివృద్ధి దృష్ట్యా రోడ్డుకు ఇరువైపులా 50 ఫీట్ల రోడ్డు విస్తరించడం జరిగింది అంతేకానీ! కోట్ల రూపాయల విలువ చేసే అధికారులపై ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు.

కలెక్టర్ కార్యాలయంలో మూలన అబ్దుల్ కలాం జయంతి వేడుకలు.

సంగారెడ్డి వాస్తవ తెలంగాణ న్యూస్ ప్రతినిధి టీ మాజీకృష్ణం... సంగారెడ్డి జిల్లా కలెక్టర్ కార్యాలయంలో దేశ తొలి విద్యాశాఖ మంత్రి మూలన అబ్దుల్ కలాం జయంతి కార్యక్రమాలు సోమవారం ఘనంగా నిర్వహించారు. ఆయన చిత్రపటానికి పూలమాల వేసి



నివాళులర్పించారు. డిఆర్ఓ పద్మజరాణి మాట్లాడుతూ మౌలానా అబ్దుల్ కలాం ఆజాద్ విద్యార్థులకు ఎంతో సేవ చేశారని తెలిపారు. ఆయనను ఆదర్శంగా తీసుకొని ముందుకు తీసుకెళ్లమని ఆమె పేర్కొన్నారు. స్వతంత్ర సమరయోధుడు భారతరత్న మూలన అబ్దుల్ కలాం ఆజాద్ దేశంలో విద్యార్థులకు అభివృద్ధికి పునాదులు వేసి విద్యార్థులను వేగవంతం అభివృద్ధి చేశారని ఆమె తెలిపారు ఐదవతరం ఏర్పాట్లు విశ్వవిద్యాలయ (గ్రాండ్స్) కమిషన్స్ ఏర్పాట్లు ప్రముఖ పాత్ర నిర్వహించి విద్యార్థులను అభివృద్ధి కృషి చేశారని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా విద్యాధికారి వెంకటేశ్వర్లు అధికారులు పాల్గొన్నారు.

రోడ్డు ప్రమాదంలో వ్యక్తి దుర్మరణం



తూప్రాన్ వాస్తవ తెలంగాణ న్యూస్ ప్రతినిధి సవీన్ : పని నిమిత్తం తూప్రాన్ కి వెళ్లి తిరిగి సొంత గ్రామానికి డీవీఎస్ ఎక్కర్ వాహనం పైన వెళ్తున్న వ్యక్తిని కార్ డీ కొనడంతో వ్యక్తి అక్కడికక్కడే ప్రాణాలు కోల్పోయిన ఘటన సోమవారం ఉదయం డోటు చేసుకుంది. వివరాల ప్రకారం తతాపాపన్ పల్లి గ్రామానికి చెందిన కర్రే మల్లేష్ యాదవ్ (50) పని నిమిత్తం తూప్రాన్ కి వెళ్లి పని ముగించుకుని ఇంటికి తిరిగి వెళ్తుండగా శివసాయి ఫంక్షన్ హాల్ సమీపంలో వెనకనుండి వచ్చిన ఆటోతుపల్లి గ్రామానికి చెందిన ప్రశాంత్ అనే వ్యక్తి కారు బలంగా మెంక నుండి డీ కొనడం%తో తీవ్ర రక్త గాయాలు అయి అక్కడికక్కడే ప్రాణాలు కోల్పోయాడు.సమాచారం అందుకున్న పోలీసులు మృతదేహాన్ని పోస్టుమార్టం నిమిత్తం తూప్రాన్ ప్రభుత్వ ఆసుపత్రికి తరలించి విచారణ చేపట్టారు..

ఈ రోజూ కరోటో కూ అంతరాయం.



కీసర మండల వాస్తవ తెలంగాణ న్యూస్/ మేడ్చల్ జిల్లా నాగారం మున్సిపాలిటీ సబ్ స్టేషన్ ఫీడర్ నిర్వహణ పని మరియు 11 కేబి సాయిబాబా ఆలయ ఫీడర్పై వెలువడే చెట్ల కత్తిరింపు కారణంగా 12.11.2024న 11:00 గంటల నుండి 16:30 గంటల వరకు విద్యుత్ ఆపివేయబడింది ., 33/11 కేబి నాగారం సబ్ స్టేషన్ నుండి సరఫరా ప్రభావిత ప్రాంతాలు:- సాయిబాబా కాలనీ, ఈస్ట్ గాండ్లీ నగర్, ప్రశాంత్ నగర్, సాయి ధర్మణి కాలనీ, రాజ్ సుఖ్ నగర్, సాయి మహిమ కాలనీ, నేతాజీ నగర్, హనుమకొండ కాలనీ, తూర్పు హనుమాన్ నగర్ మరియు గౌరీ ఎన్క్లవ్ లలో కరోటో నిలుపుదల ఉంటుంది అని సంబంధిత అధికారులు తెలిపారు.

గుమ్మడిదలలో చోరీ చేసిన నిందితుడిని పట్టుకున్న పోలీసులు



గుమ్మడిదల, వాస్తవ తెలంగాణ న్యూస్: సంగారెడ్డి గుమ్మడిదల మండల కేంద్రానికి చెందిన చోరీ కేసులు గుమ్మడిదల పోలీసులు చేదించారు. సీబి సుధీర్ కుమార్ తెలిపిన వివరాల ప్రకారం.. ఈనెల 3న గుర్తు తెలియని వ్యక్తులు ఇంటి తాళం పగలగొట్టి బీరువారోని బంగారు నగలు దోచుకెళ్లారు. సీసీటీవీ ఆధారంగా హమీద్ సయ్యద్ (42)గా పోలీసులు గుర్తించారు. నిందితుడుపై ఇప్పటికే 200 దొంగతనాల కేసులు ఉన్నాయి. నిందితుడిని అరెస్టు చేసి రిమాండ్ కు తరలించినట్లు పోలీసులు తెలిపారు.

మూఠోనేమ్మకాలపై విద్యార్థులకు అవగాహన కల్పించిన : ఎస్సై సుభాష్ గౌడ్

- ప్రదర్శనలతోనే ప్రజల్లో మార్పు :ఎస్సై సుభాష్ గౌడ్..



మనోహరబాద్ వాస్తవ తెలంగాణ న్యూస్ ప్రతినిధి సవీన్ : మూఠోనేమ్మకాలను వదిలిపెట్టి శాస్త్రీయ సమాజ నిర్మాణానికి ప్రతి ఒక్కరూ కృషి చేయాలని మనోహరబాద్ ఎస్సై సుభాష్ గౌడ్ తెలిపారు మనోహరబాద్ మండలం కాళ్ళకల్ గ్రామ ఉన్నత పాఠశాలలో విద్యార్థులకు మూఠోనేమ్మకాలపై అవగాహన ప్రదర్శనలలో పాల్గొని ప్రసంగించారు సైనికాధికారి స్టూడెంట్ ఫెడరేషన్ జాతీయ కమిటీ సభ్యులు ఉప్పలేటి నరేష్ ఆధ్వర్యంలో ప్రదర్శన జరిగింది. తూప్రాన్ సిబి రంగాకృష్ణ ఆధ్వర్యంలో ప్రభుత్వ ఉన్నత పాఠశాలలో వ్యక్తిత్వ వికాసం- సైన్సు- మూఠోనేమ్మకాల నిర్మూలన అనే అంశంపై అవగాహన సదస్సు నిర్వహించారు. ఈ సమావేశానికి ముఖ్యఅతిథులుగా ఎస్సై సుభాష్ గౌడ్, ఉప్పలేటి నరేష్ హాజరై మాట్లాడుతూ సమాజంలోని మూఠోనేమ్మకాలను విద్యార్థులు వదిలిపెట్టి శాస్త్రీయ సమాజ నిర్మాణానికి నడుం బిగించాలని. దొంగ స్వాములు భూత వైద్యులు ప్రజల అమాయకత్వాన్ని అసహనం చేసుకుని అధికంగా సామాజికంగా మోసం చేస్తున్నారని వారు ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు.మూఠోనేమ్మకాల లేని శాస్త్రీయ సమాజ నిర్మాణానికి ప్రతి ఒక్కరు కృషి చేయాలని కోరారు. బాల్యవివాహాలకు విద్యార్థులు దూరంగా ఉండి ఉన్నత లక్ష్యాలు చేరుకోవాలన్నారు విద్యార్థులు చదువుపై దృష్టి సారించి ఉన్నత శిఖరాలకు చేరుకోవడానికి అవసర నితలు కష్టపడి చదవాలని కోరారు .ఉప్పలేటి నరేష్ మాంత్రికులు భూత వైద్యులు మోసం చేసే కుట్రలను సైన్స్ మూఠోనేమ్మకాల ద్వారా విద్యార్థులకు వాటి వెనుక దాగి ఉన్న రహస్యాలను వివరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ప్రధానోపాధ్యక్షులు సర్పంచి, కానిస్టేబుల్ పోలీస్ సిబ్బంది అధ్యాపక బృందం తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మున్సిపల్ లో ఫుట్ పాత్ లు మాయం

- కబ్బాలు చేసిన వ్యాపారులు మొద్దు నిద్ర లో అధికారులు



తూప్రాన్ వాస్తవ తెలంగాణ న్యూస్ ప్రతి నిధి సవీన్ : పెరుగుతున్న జనాభాకు అనుగుణంగా వసతులు కల్పన ప్రజలకు ఉపయోగపడాలి కానీ తూప్రాన్ మున్సిపల్ పట్టణంలో ఎవరికీ వారే ఏమూనా తిరే అన్న చందంగా తయారు అయిందిపాలన మున్సిపల్ లోని ప్రధాన రహదారి నీ గత ప్రభుత్వం లో ప్రధాన రహదారికి ఇరువైపులా 50 ఫీట్ల రోడ్డును మున్సిపల్ అభివృద్ధి దృష్ట్యా విస్తరించడం జరిగింది. కానీ అవరణలో మాత్రం ఇరువైపులా రోడ్డును కట్టా చేసిన ఫుట్ పాత్ లను ఆక్రమించుకొని వ్యాపారాలు కొనసాగిస్తున్నారు, ఫుట్ పాత్ వ్యాపారుల నుండి షాపుల యజమానులు,మున్సిపల్ సిబ్బంది మామూళ్ళ వసూలు చేసుకుంటూ ప్రభుత్వ అధికారులను గండ్ల కొద్దునూ ఒక్క అధికారి కాని,పాలకులు కాని పట్టించుకున్న పాపాన పొపట్టేదు.ప్రజలు వసతుల నిమిత్తం పట్టణంలో కొలనడకన వెళ్లే దారి లేక ఇబ్బందులు గురవుతున్నారు.కొందరు వ్యాపారులు షాప్ ల ముందు యాదీచుగా రోడ్డు స్థలం లో ఏకంగా నిర్మాణాలు చేపట్టినా పట్టణంకున్న నాణ్యత లేదు.అసలు పాలకులు అధికారులు నిబంధనలకు తూట్లు పొడుస్తున్నారు.కనీసం నిబంధనలు పాటించకపోతే పదవులు ఎందుకు అధికారులు ఎందుకు అని ప్రజలు విమర్శలు ఎక్కు పెడుతున్నారు. రాజకీయ నాయకుల అండతోనే విచ్చలా విడిగా ఫుట్ పాత్ లపై వ్యాపారాలు సాగిస్తున్నారు. వారంతప్ప సంత సమయంలో పట్టణంలో వరస గ్రామ ప్రజలు రావడం వల్ల రద్దీ ఏర్పడి వాహనదారులతో పాటు సూలుకు వెళ్లే విద్యార్థులకు, వృద్ధులకు సైతం తీవ్ర ఇబ్బందులు కలుగు తున్నాయి.ఇంత భయభూతా అధికారులు పట్టించుకోకపోవడం పై ఆగ్రహం వ్యక్తం చేస్తున్నారు.ట్రాఫిక్ నిబంధనలు పాటించాలని చెప్పి పోలీస్ శాఖ అధికారులు కూడల్ల వల్ల చలాన్ లు వేసి చేతులు దూలుపుకుంటున్నారు.పట్టణంలో ప్రధాన రహదారి కట్టా వల్ల రోడ్డు పై విచ్చలవిడిగా పార్కింగ్ లు చేయడం ట్రాఫిక్ ఇబ్బందులు తప్పడం లేదు.ఇలాంటి వారి పట్ల దృష్టి సరించాలని ప్రజలు కోరుతున్నారు. మున్సిపల్ కమిషనరీ మారడం తో అయినా మార్పు వస్తుందా లేదా చూడాలి.ఏది ఏమైనా మున్సిపల్ శాఖ అధికారులు,పోలీస్ శాఖ అధికారులు సమన్వయం తో ఫుట్ పాత్ లు,రహదారి కట్టాలను తొలగించే సీని ట్రాఫిక్ తిప్పలు తప్పేలా చూడాలని ప్రజలు కోరుకుంటున్నారు.

కర్ణాటక కాయ మీద మహాశివుని చిత్రం వేసిన రామకొంఠి రామరాజు

- ఎన్నో భగవంతుని చిత్రాలను చిత్రించిన ఘనత రామకొంఠి

- భగవంతుని సేవకు మించిన భాగ్యం మరొకటిలేదు



గజ్వేల్,వాస్తవ తెలంగాణ న్యూస్: కార్తీక సోమవారం సందర్భంగా మహా శివుని చిత్రాన్ని కర్ణాటక కాయను ఉపయోగించి అత్యు అదృష్టంగా మహా శివుని రూపాన్ని చిత్రించి రామకొంఠి కర్ణాటకంలో అవిష్కరించి తన భక్తిని చాటుకున్నాడు శ్రీరామకొంఠి భక్త సమాజం వ్యవస్థాపక, అధ్యక్షులు, భక్తిరత్న కళారత్న, సందర్భంగా అవార్డు గ్రహీత రామకొంఠి రామరాజు ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ గత 30 సంవత్సరాలనుండి భగవంతుని చిత్రాలు ఇన్నో భక్తితో చిత్రించినాన్ని. కార్తీక మాసం మించిన మాసం మరొకటిలేదన్నారు. కోటి పుణ్యాలఫలితం కార్తీక మాసం అని అందరు దీపారాధన చేయాలని కోరారు. శివ కేశవులకు సమాసమైన మాసం కార్తీక మాసం అన్నారు.

గుమ్మడిదలలో చోరీ చేసిన నిందితుడిని పట్టుకున్న పోలీసులు

- 150 సీసీ టీవీ కెమెరాల ఆధారంగా చోరీ చేసిన వ్యక్తి గుర్తింపు
- చాకచక్యంగా ఛేదించిన ఎస్సై మహేశ్వర్ రెడ్డి తో పాటు సిబ్బందిని సీబి సుధీర్ కుమార్ అభినందించారు

జిన్నారం,వాస్తవ తెలంగాణ న్యూస్: రాష్ట్రంలోని పలు జిల్లాల్లో 121 కి పైగా చోరీలకు పాల్పడిన ఓ వ్యక్తిని అరెస్టు చేసి రిమాండ్ కు తరలించినట్లు జిన్నారం సీబి సుధీర్ కుమార్ తెలిపారు. సోమవారం ఇందుకు సంబంధించిన వివరాలను జిన్నారంలోని సర్కిల్ కార్యాలయంలో ఏర్పాటు చేసిన విలేజ్ కుల సమావేశంలో సీబి సుధీర్ కుమార్ వెల్లడించారు. ఆయన కథనం ప్రకారం వివరాలు ఇలా ఉన్నాయి. పరంగల్ కు చెందిన హమీద్ సయ్యద్ అనే వ్యక్తి హైదరాబాద్ లోని చార్మిన్ లో నివాసం ఉంటున్నాడు. గడవిన 15 ఏళ్లుగా హమీద్ సయ్యద్ అనే వ్యక్తి తాళం వేసి ఉన్న ఇళ్ళల్లో చోరీలు చేయడం అలవాటు చేసుకున్నాడు. చోరీ చేసిన ఇంటిలోనే తాను చేసుకున్న బట్టలను వదిలెసి, మరో జత బట్టలు

వేసుకొని బయటకు వెళ్లి పోలీసులను తప్పితోనే పట్టిస్తూ చోరీలు చేసేవాడు. తాజాగా గుమ్మడిదల గ్రామానికి చెందిన చిమ్మల రవీందర్ అనే వ్యక్తి ఇంట్లో ఈనెల మూడవ తేదీన చోరీకి పాల్పడ్డారు. 30 తులాల బంగారం, వెండి వస్తువులు అవహరణకు గురయ్యాయని బాధితులు పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేశారు.ఈ విషయపై గుమ్మడిదల ఎస్సై మహేశ్వర్ రెడ్డి కేసు నమోదు చేసుకుని దర్యాప్తు ప్రారంభించారు. మండల వ్యాప్తంగా 150 సీసీ టీవీ కెమెరాల ఆధారంగా చోరీ చేసిన వ్యక్తి హమీద్ సయ్యద్ అని గుర్తించారు. ప్రత్యేక టీం గా ఏర్పడి హమీద్ సయ్యద్ ను



తెలంగాణ రైతులకు బిగ్ న్యూస్

తెలంగాణ రైతులకు రేవంత్ రెడ్డి సర్కారు మరో బిగ్ న్యూస్ వినిపించింది. కాంగ్రెస్ సర్కార్ అధికారంలోకి వచ్చి ఏడాది కావస్తున్న నేపథ్యంలో.. ఈ నెల 14 నుంచి డిసెంబర్ 9 వరకు ప్రజా విజయోత్సవాలు నిర్వహించేందుకు ప్రభుత్వం ప్లాన్ చేస్తోంది. 25 రోజుల పాటు నిర్వహించే ఈ విజయోత్సవాలలో.. ప్రభుత్వం ఏడాది కాలంలో ఏం ఏం చేసింది.. భవిష్యత్తులో ఏం ఏం చేయనుందన్నది ప్రజల్లోకి తీసుకెళ్లేందుకు ప్రణాళికలు రచిస్తోంది. ఈ క్రమంలోనే.. రేవంత్ రెడ్డి సర్కారుపై ప్రతిపక్షాలు చేస్తున్న విమర్శలకు ఢిల్లీగా సమాధానం చెప్పేందుకు ఈ ప్రజా విజయోత్సవాలను ఓ వేదికగా చేసుకోనుంది. ఈ నేపథ్యంలోనే.. ఎన్నికల్లో ఇచ్చిన మరో మహాత్మరమైన హామీని పూర్తి చేసి.. ప్రజల దృష్టిని ఆకర్షించేందుకు ప్రయత్నిస్తోంది సర్కార్. అయితే.. ఇప్పటికే ఎన్నికల్లో ఇచ్చిన హామీ మేరకు ఇప్పటికే రైతు రుణమాఫీని నెరవేర్చేందుకు చెప్పున్న రేవంత్ రెడ్డి సర్కార్.. త్వరలోనే మరో శుభవార్త వినిపించేందుకు సిద్ధమవుతోంది. ఇప్పటికే.. 18 వేల కోట్లు రైతుల ఖాతాల్లో జమ చేశామని ప్రభుత్వం చెప్పుతుంటే.. త్వరలోనే మరో 13 వేల కోట్లు విడుదల చేయనున్నట్లు చెప్తోంది. అయితే.. ఇంత చేసినా రైతులు మాత్రం ప్రభుత్వంపై ఇంకా నిరాశతోనే ఉండటం గమనార్హం. దానికి

కారణం.. రైతులంతా ఎప్పుడప్పుడూ అని ఎదురుచూస్తున్న రైతు భరోసా పథకాన్ని అమలు చేయకపోవటమే. దీంతో.. ప్రభుత్వం ఏర్పడి ఏడాది గడుస్తున్నా ఇప్పటికీ రైతులకు నగదు సాయం ఇవ్వటం లేదంటూ అటు అన్నదాతల్లో నిరాశ నెలకొన్నది.. ఇటు ప్రతిపక్షాలు కూడా సమయం దొరికినప్పుడల్లా ఎండగడుతూనే ఉన్నాయి. ఈ క్రమంలో.. రైతు భరోసాను వీలైనంత తొందరగా అమలు చేసి.. అటు రైతుల్లో ప్రభుత్వం మీద ఉన్న నిరాశను తీసేయటమే కాకుండా.. ప్రతిపక్షాలకు విమర్శలకు చెక్ పెట్టాలని ప్రభుత్వం ప్రణాళికలు సిద్ధం చేస్తోంది. ఏడాది పాలన పూర్తవుతున్న వేళ ఎలాగైనా రైతు భరోసా హామీని నెరవేర్చాలని భావిస్తోంది. దీనికి సంబంధించి ఇప్పటికే కనరత్తు కూడా ప్రారంభించగా.. నిధుల సర్దుబాటుకు ఆర్థిక శాఖను సీఎం రేవంత్ రెడ్డి ఆదేశించినట్లు సమాచారం. ప్రజా విజయోత్సవంలో భాగంగా ఒక ఎకరా నుంచి మొదలు పెట్టి.. డిసెంబర్ చివర నాటికి రైతుభరోసాను పూర్తి చేయాలని రేవంత్ రెడ్డి ప్రభుత్వం నిర్ణయించినట్లు సమాచారం. అయితే.. గత ప్రభుత్వంలో రైతు బంధు పథకంలో అవకతవకలు జరిగినట్లు రేవంత్ రెడ్డి సర్కార్ ఆరోపిస్తున్న నేపథ్యంలో.. రైతు భరోసాను పక్కనపెట్టి అమలు చేయాలని నిర్ణయించింది. ఇప్పటికే కేబినెట్ సబ్ కమిటీలో రైతు భరోసా మార్గదర్శకాలపై చర్చించారు.

కేవలం సాగులో ఉన్న భూములకే రైతు భరోసా ఇవ్వాలని సబ్ కమిటీ నిర్ణయం కూడా తీసుకున్నట్లు సమాచారం. అయితే.. ప్రజాభిప్రాయ సేకరణలో సబ్ కమిటీకి ప్రజల నుంచి రకరకాల విజ్ఞప్తులు రాగా.. వాటన్నింటినీ పరిగణలోకి తీసుకుని తుది నివేదికను ప్రభుత్వానికి సమర్పించి.. తుది మార్గదర్శకాలను వెల్లడించనున్నారు. అయితే.. ఏడు నుంచి ఎనిమిది ఎకరాలు ఉన్న అన్నదాతలకే రైతు భరోసా ఇవ్వాలని నిబంధన పెట్టనున్నట్లు సమాచారం. ప్రభుత్వం ఏడు - ఎనిమిది ఎకరాల ప్రతిపదికన రైతు భరోసా పథకాన్ని అమలు చేస్తే.. తెలంగాణలో సాగు భూమి 1.39కోట్ల ఎకరాలు ఉండగా.. సుమారు 7వేల కోట్ల నిధులు అవసరమవుతాయని సర్కార్ అంచనా వేస్తోంది.

ప్రతి 10 రోజులకు 1500 కోట్ల నుంచి 2 వేల కోట్ల వరకూ రైతు భరోసా డబ్బును అన్నదాతల అకౌంట్లలో జమ చేసేందుకు కనరత్తు చేస్తున్నట్లు సమాచారం. మొత్తంగా ఈ రైతు భరోసా పథకాన్ని 45 రోజుల్లో పూర్తి చేయాలని.. సుమారు 7 వేల కోట్ల రైతు ఖాతాల్లో జమ చేయాలని రేవంత్ రెడ్డి సర్కార్ భావిస్తున్నట్లు తెలుస్తోంది.

రైతులను ఇబ్బందులకు గురిచేస్తే ఊరుకునేది లేదు

తెలంగాణ వ్యాప్తంగా ధాన్యం కొనుగోళ్ల ప్రక్రియ ప్రారంభమైన సంగతి తెలిసింది. రైతులకు ఇబ్బంది తలెత్తకండా అన్ని జిల్లాల్లో కొనుగోళ్లు చేపట్టాలని ఇది వరకే సీఎం రేవంత్ అధికారులను ఆదేశించారు. ప్రత్యేక అధికారులు క్షేత్రస్థాయికి వెళ్లి ధాన్యం కొనుగోళ్లు కేంద్రాలను సందర్శించాలని సూచించారు. కొనుగోళ్లు జరుగుతున్న తీరును పరిశీలించి, ఏమైనా సమస్యలుంటే అక్కడికక్కడే పరిష్కరించాలన్నారు. అయితే అక్కడక్కడ ధాన్యం కొనుగోళ్ల విషయంలో రైతులను ఇబ్బందులకు గురి చేస్తున్నారు. తేమశాతం, తూకం విషయంలో కొందరు వ్యాపారులు రైతులను ఇబ్బందులకు గురి చేస్తున్నట్లు తెలిసింది. ఈ ఘటనలపై సీఎం రేవంత్ రెడ్డి ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. ధాన్యం కొనుగోళ్ల విషయంలో రైతులను ఇబ్బందిపెట్టే వారిపై కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలని అధికారులను సీఎం ఆదేశించారు. అటువంటి వ్యాపారులపై అవసరమైతే ఎన్ఫోర్స్ మెంట్ను స్టాఫ్ కింద కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలన్నారు. ధాన్యం కొనుగోళ్లు విషయంలో అక్కడక్కడ రైతులను ఇబ్బందులకు గురి చేస్తున్న సంఘటనలు సీఎం దృష్టికి రావలసివస్తే వెంటనే సంబంధిత అధికారులతో మాట్లాడారు. రైతులు పండించిన పంట ఉత్పత్తుల కొనుగోళ్లలో మోసాలకు పాల్పడటం, రైతులను గందరగోళానికి గురి చేయటం, రైతులను వేధించటం లాంటి ఘటనలపై కఠినంగా వ్యవహరించాలని అధికారులను సీఎం ఆదేశించారు. రాష్ట్రమంతటా ధాన్యం కొనుగోళ్లు సాఫీగా జరిగేలా అన్ని జిల్లాల కలెక్టర్లు తగిన చర్యలు తీసుకోవాలన్నారు. ఎక్కడైనా ఇబ్బందులుంటే వెంటనే ఉన్నతాధికారులతో మాట్లాడి పరిష్కరించాలని సూచించారు. ఇక రాష్ట్రవ్యాప్తంగా దొడ్డు రకం వడ్లు 23,58,344 ఎకరాల్లో రైతులు సాగు చేయగా.. 36,80,425 ఎకరాల్లో సన్నలు సాగు చేశారు. దొడ్డు రకం వరి ధాన్యం 42.37 లక్షల టన్నులు, సన్న వరి ధాన్యం 48.91 లక్షల టన్నులు కొనుగోళ్లు కేంద్రాలకు వస్తాయని వ్యవసాయశాఖ అధికారులు అంచనా వేస్తున్నారు. ప్రభుత్వ హామీ మేరకు సన్న వరి ధాన్యం అమ్మిన రైతులు బోన్స్ రూ.500 కోసం ఎదురు చూస్తున్నారు. రైతులకు ఊరటనిచ్చేలా ఆ డబ్బులు రైతులకు చెల్లించేందుకు ప్రభుత్వం అవసరమైన అన్ని ఏర్పాట్లు చేస్తోంది. ప్రతి క్వింటాకు రూ.500 చొప్పున రూ.2,445 కోట్ల బోన్స్ డబ్బులు రైతులకు చెల్లించేందుకు సిద్ధమయ్యారు. ఈ మేరకు వ్యవసాయశాఖ అధికారులు నిర్ణయం తీసుకున్నారు.

త్వరలోనే ఉప్పల్- నారపల్లి ప్లైఓవర్ పూర్తి

హైదరాబాద్ వాసులకు మంత్రి కోమటిరెడ్డి వెంకట్ రెడ్డి గుడ్ న్యూస్ వినిపించారు. ఏళ్లుగా నిర్మాణ దశలోనే ఉన్న ఉప్పల్- నారపల్లి ప్లైఓవర్ను త్వరితగతినో పూర్తి చేసి.. ప్రయాణికులకు అందుబాటులోకి తీసుకొస్తామని ప్రకటించారు. వచ్చే 2 నెలల్లో రోడ్డు అన్ని బాగు చేస్తామని మంత్రి తెలిపారు. ఎంతో కాలంగా పెండింగ్లోనే ఉన్నా నారపల్లి ప్లై ఓవర్కు మొత్తం కట్టినామని.. నిర్మాణ పనులను 18 నెలల్లో పూర్తి చేయనున్నట్లు మంత్రి కోమటిరెడ్డి వెంకట్ రెడ్డి వెల్లడించారు. రాష్ట్రంలో రోడ్ల పరిస్థితి అధానంగా ఉందన్న మంత్రి కోమటిరెడ్డి.. రహదారుల మరమ్మత్తులను గత బీఆర్ఎస్ ప్రభుత్వం అన్నలు పట్టించుకోలేదని విమర్శించారు. తాము అధికారంలోకి వచ్చిన 10 నెలల నుంచి రోడ్ల మరమ్మత్తులు చేపడుతున్నట్లు పేర్కొన్నారు. రోడ్ల మరమ్మత్తులకు ప్యాప్ హెల్మెట్ ఫిల్లింగ్.. షెల్ స్పాప్ మిషన్ అనే కొత్త టెక్నాలజీలను ఉపయోగిస్తున్నామని కోమటిరెడ్డి వెంకట్ రెడ్డి వివరించారు. 2015 నుంచే ఈ

టెక్నాలజీని బీహెచ్ఎస్ఆర్ ఉపయోగిస్తుండగా.. మొదటిసారిగా రోడ్ల మరమ్మత్తులకు కూడా ఉపయోగిస్తున్నామని పేర్కొన్నారు. పంచాయతీ రాజ్, ఆర్ అండ్ బీ శాఖ ఆధ్వర్యంలో వచ్చే రెండేళ్లలో రోడ్లు లేని చోట్ల రోడ్లు వేస్తామని.. వచ్చే 2 నెలల్లో రోడ్ల మరమ్మత్తులు కూడా పూర్తి చేస్తామని.. ఈ మేరకు అధికారులకు కీలక ఆదేశాలు ఇచ్చినట్లు కోమటిరెడ్డి వెంకట్ రెడ్డి పేర్కొన్నారు. 2021లో రంగారెడ్డి జిల్లాలో జాతీయ రహదారి మంజూరు అయితే ఇంత వరకు పనులు ప్రారంభించలేదని.. దానికి ఇటీవలే ఎన్టీఆర్ క్వియెస్ట్ వచ్చిందిని కోమటిరెడ్డి వెంకట్ రెడ్డి పేర్కొన్నారు. వచ్చే నెల చివరకు హైదరాబాద్- విజయవాడ ఆరు లైన్ రోడ్ ప్రాజెక్టుకు టెండరు పిలువనున్నట్లు తెలిపారు. గత ప్రభుత్వ నిర్లక్ష్యం కారణంగా ఉప్పల్- నారపల్లి ప్లై ఓవర్ ఏడేళ్లుగా ఇప్పటికీ పూర్తి కాలేదని అసహనం వ్యక్తం చేసిన కోమటిరెడ్డి వెంకట్ రెడ్డి.. తాము అధికారంలోకి వచ్చిన వెంటనే పనులు మొదలుపెట్టేందుకు టార్గెట్ ఇచ్చామన్నాడు. 18 నెలల్లో ప్లైఓవర్ను పూర్తి చేయాలని కాంట్రాక్టర్కు ఆదేశాలిచ్చామని మంత్రి స్పష్టం

చేశారు. గత బీఆర్ఎస్ సర్కార్.. ఏకంగా 7 లక్షల కోట్ల రూపాయల అప్పులు చేసి కనీసం 7 కిలోమీటర్ల ప్లైఓవర్ను కూడా పూర్తి చేయలేదని కోమటిరెడ్డి వెంకట్ రెడ్డి మండిపడ్డారు. మాజీ మంత్రి కేటీఆర్ ఎప్పుడు కూడా.. ఎన్ హెచ్ఎఐ అధికారులు, ప్రధానమంత్రి సరేంద్ర మోదీ దగ్గరకు గానీ వెళ్లి రోడ్ల మంజూరు చేయాలని ఆడగలేదని.. ప్రధానిని మోడీ బోడి అంటూ విమర్శించేందుకే సరిపోయారంటూ విమర్శలు గుప్పించారు. రాష్ట్రంలో 12 వేల కిలోమీటర్ల మేర డబుల్ రోడ్లు వేస్తామని కోమటిరెడ్డి ప్రకటించారు. ఇదే క్రమంలో.. వికారాబాద్ కలెక్టర్పై జరిగిన దాడిపై మంత్రి కోమటిరెడ్డి వెంకట్ రెడ్డి స్పందించారు. కలెక్టర్ మీద దాడి చాలా బాధాకరమన్నారు.

అధికారుల మీద దాడి సరికాదని మంత్రి కోమటిరెడ్డి అభిప్రాయపడ్డారు. ప్రజాభిప్రాయ సేకరణలో తమ అభిప్రాయాలు చెప్పాలి కానీ.. ఇలా దాడి చేయడం ఏంటని కోమటిరెడ్డి వెంకట్ రెడ్డి ప్రశ్నించారు.

నగలు కనిపించటం లేదని పోలీసులకు ఫోన్

హైదరాబాద్ మలకేపేట పోలీస్ స్టేషన్ పరిధిలోని ఓ ఇంట్లో నగలు మాయమైన ఘటన కలకలం రేపింది. బీరువాలోని నగలు కనిపించటం లేదని పోలీసులకు సమాచారం అందగా.. అక్కడకు చేరుకున్న పోలీసులు విచారణ చేపట్టారు. ఇంటి పరిసరాలను క్షుణ్ణంగా పరిశీలించారు. అయితే ఇంటి వరకూ అవరణలో ఉన్న చెత్తబుట్టలో బంగారు నగలు కనిపించాయి. దీంతో ఇంటి యజమాని ఊపిరి పీల్చుకోగా.. అక్కడెవరు పెట్టారనేది ప్రశ్నగా మిగిలింది. పోలీసులు తెలిపిన వివరాల ప్రకారం.. మూసారాంబాగ్ దివిజన్ ఇందిరానగర్ ప్రాంతంలో ఓ కుటుంబం చాలా ఏళ్లుగా ఆర్థిక ఉంటోంది. కుటుంబ పెద్ద ఉద్యోగ రీత్యా దుబాయ్లో ఉంటున్నారు. అయితే ఇంట్లో అతడి భార్య, రెండున్నరేళ్ల పాపతా పాలుగా అత్త, బావమరిది ఉంటున్నారు. ఆదివారం (నవంబర్ 10) ఉదయం ఇంట్లోని బీరువా ఒకపేస్ చూసి చూడగా.. బంగారు నగలు కనిపించలేదు. దీంతో దయలో 100కు కాలే చేశారు. తమ ఇంట్లోని ఆరు తులాల బంగారు నగలు కనిపించటం లేదని ఫిర్యాదు చేశారు. ఫిర్యాదు అందిన వెంటనే పోలీసులు ఆ ఇంటికి చేరుకున్నారు. మలకేపేట పీసీఐ ఆధ్వర్యంలో ఇద్దరు ఎస్ఐలు ఇంట్లో వెతికారు. కుటుంబ సభ్యులను వివరాలు అడిగి తెలుసుకున్నారు. అసంతరం ఇంటి వరకాలో ఉన్న చెత్తబుట్టను పరిశీలించారు. అందులో ఆ నగలు కనిపించాయి. దీంతో ఇంటి యజమాని ఊపిరి పీల్చుకున్నారు. అయితే ఆ నగలు అక్కడకు ఎలా వచ్చాయనేది ప్రశ్నగా మారింది. ఎవరైనా కావాలనే అందులో తేశారు.? లేక సహనంకోకుండా చెత్తబుట్టలో వేశారనే అందులోనే వేశారు. ఈ ఘటనపై ఎటువంటి ఖచ్చితపూర్వక ఫిర్యాదు అందలేదని పోలీసులు వెల్లడించారు. గతేదాది శంషాబాద్ ఇంటర్నేషనల్ ఎయిర్పోర్టులోనూ చెత్తబుట్టలో బంగారం ప్రత్యక్షమైంది. రూ.56 లక్షల విలువైన బంగారం చెత్తబుట్టలో కనిపించింది. దుబాయ్ నుంచి వచ్చిన ఓ ప్రయాణికుడి నుంచి 933 గ్రామాల బంగారాన్ని కస్టమ్స్ అధికారులు సీజ్ చేశారు. చెత్తబుట్టలో బంగారాన్ని దాచి ఆక్రమంగా ఎయిర్పోర్టు దాటినే ప్రయత్నం చేయగా.. అతడిని కస్టమ్స్ అధికారులు అదుపులోకి తీసుకున్నారు.

ప్రపంచానికి అన్నం పెట్టేలా తెలంగాణ

వరి సాగులో దేశంలోనే అగ్రగామిగా ఉన్న తెలంగాణ.. ప్రపంచానికి అన్నం పెట్టే స్థాయికి ఎదిగింది. బంగ్లాదేశ్, ఫిలిప్పైన్స్ దేశాలకు బియ్యం ఎగుమతి చేయనుంది. ఈ మేరకు తెలంగాణ పౌరసర్వదాల శాఖ మంత్రి ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి వెల్లడించారు. దేశాలకు ధాన్యాన్ని ఎగుమతి చేసేందుకు సంప్రదింపులు జరుపుతున్నామని చెప్పారు. రైతుల ఇబ్బంది పడకుండా ప్రభుత్వం చర్యలు తీసుకుంటుందన్నారు. తెలంగాణలో సాగు చేసే సోనామసూరి, హెచ్ఎంబీ, సాంబమసూరి, షేజీఎల్, ఎంబీయా- 1010, జిఆర్- 64 వెర్షిలికల విదేశాల్లో మంచి డిమాండ్ ఉందన్నారు. ఈ బియ్యానికి బంగ్లాదేశ్, ఫిలిప్పైన్స్ దేశాలకు కాకుండా అమెరికా, యూపీ, ఈ, ఉత్తర కొరియా దేశాల్లో డిమాండ్ ఉందన్నారు. ఆదివారం ఓ మీడియా గానెలికా ఇచ్చిన ఇంటర్వ్యూలో మాట్లాడిన ఉత్తమ్.. తెలంగాణలో రికార్డు స్థాయిలో వరి దిగుబడి వచ్చిందన్నారు. ఈసారి 7,700 కోసుకోలు కేంద్రాలు తెరుస్తున్నామని చెప్పారు. అందుకు కావాల్సిన నిధులు మంజూరు చేస్తున్నట్లు వెల్లడించారు. గత యానాగి పంట కొనుగోళ్ల సమయంలో చాలా వేగంగా మూడు నాలుగు రోజుల్లోనే రైతుల ఖాతాల్లో ధాన్యం కొనుగోళ్ల డబ్బులు జమ చేశామన్నారు. గత బీఆర్ఎస్ ప్రభుత్వంలో చాలా సమయం పట్టినది.. అప్పుడా పరిస్థితి లేదని అన్నారు. పొరుగు రాష్ట్రంలో మిల్లర్లకు ధాన్యమిస్తే 100 శాతం బ్యాంకు గ్యారంటీ ఇస్తున్నారని చెప్పారు. గత బీఆర్ఎస్ ప్రభుత్వం నిర్వాకం వల్ల తెలంగాణలో మాత్రం అది జరగలేదన్నారు.

మానవత్వం చాటుకున్న కేంద్ర మంత్రి బండి సంజయ్

నిత్యం రాజకీయ కార్యక్రమాలతో బిజీ బిజీగా ఉంటూ, ప్రత్యర్థులపై ఘాటు విమర్శలతో విరుచుకుపడే కేంద్ర హెంగాశాఖ సహాయ మంత్రి, కరీంనగర్ ఎంపీ బండి సంజయ్ కుమార్.. తన మానవత్వాన్ని చాటుకున్నారు. సమయానికి దేవుడిలా వెళ్లి.. ఓ యువతి ప్రాణాన్ని కాపాడారు. కరీంనగర్ జిల్లా హుజూరాబాద్ నియోజకవర్గం సింగాపురం సమీపంలో రోడ్డు ప్రమాదం జరిగింది. ఈ ప్రమాదంలో ఓ యువతి లారీ కిందికి దూసుకెళ్లి.. ప్రమాదకర పరిస్థితిలో ఇరుక్కుపోయింది. లారీ ట్రైరు కింద ఆమె జుట్టు ఇరుక్కుపోవలసిందే.. బయటకు రాలేని క్షిప్రపరిస్థితి నెలకొంది. లారీని ముందుకో వెనక్కో కొంచెం జరిపినా ఆమె ప్రాణానికి ప్రమాదం వాటిల్లే ప్రమాదం. అదే సమయంలో.. అటుగా వెళ్తున్న బండి సంజయ్ కుమార్.. ఆ ప్రమాదాన్ని గమనించా.. సమయస్ఫూర్తితో ఆలోచించి.. ఆ యువతిని కాపాడారు. మానకొండూర్ మండలం ఖైల్ద గ్రామానికి చెందిన దివ్యశ్రీ అనే యువతి..

బైక్ మీద వెళ్తుండగా ప్రమాదానికి గురైంది. ఈ ఘటనలో.. ప్రమాదవశాత్తు లారీ కింద ఇరుక్కుపోయింది. అయితే.. ఆమె జుట్టు లారీ చక్రాల కింద ఇరుక్కుపోవలసిందే.. బయటికి రాలేని పరిస్థితి ఏర్పడింది. అప్పటికే తీవ్రంగా గాయపడిన ఆ యువతి.. ఓవైపు గాయాల నొప్పితో విలవిలలాడుతుండగా.. బయటకు రాలేక, ఏమవుతుందోనన్న ఆందోళనతో మరింత ఇబ్బంది పడింది. అదే సమయంలో ములుగు పర్వతనకు వెళ్తున్న బండి సంజయ్ కుమార్.. ఈ ప్రమాదాన్ని గమనించి తన కాన్వాయను పక్కకు ఆపారు. సమయస్ఫూర్తితో ఆలోచించి.. అటువైపు వెళ్తున్న లారీని ఆపి జాకీలు, కత్తెరలు తెప్పించి దగ్గరుండి సహాయక చర్యలు చేపట్టారు. బండి సంజయ్ ను చూసి.. స్థానికులు కూడా ఈ సహాయక చర్యల్లో పాల్గొన్నారు. యువతి జుట్టు కత్తిరించి.. లారీ కింద నుంచి బయటకు తీశారు. బయటకు తీసేంత వరకు అక్కడే ఉండి ఆ

యువతికి బండి సంజయ్ ధైర్యం చెప్పానే ఉన్నారు. బయటకు తీసిన తర్వాత ఆమెకు నీళ్లు తాగించి.. అదే మార్గంలో వెళ్తున్న ఓ కారును స్వయంగా ఆయనే ఆపి.. అందులో బాధితురాలిని ఎక్కించి.. కరీంనగర్లోని ఓ ప్రైవేట్ ఆస్పత్రికి తరలించారు. ఆ కారు డ్రైవర్కు అన్ని విషయాలు వివరించి.. జాగ్రత్తగా తీసుకెళ్లి.. ఆస్పత్రిలో చేర్పించి తనకు సమాచారం అందించాలని తెలిపారు. అంతేకాకుండా.. ఆ యువతి చికిత్సకు అయ్యే ఖర్చు మొత్తాన్ని తానే భరిస్తానని కేంద్ర మంత్రి బండి సంజయ్ స్పష్టం చేశారు. సకాలంలో స్పందించి యువతి ప్రాణాలను కాపాడిన కేంద్ర మంత్రి బండి సంజయ్ సమయస్ఫూర్తిని పలువురు ప్రశంసిస్తున్నారు. క్షిప్ర పరిస్థితుల్లో దేవుడిలా వచ్చి ఆ అమ్మాయికి ప్రాణ దానం చేశారని కొనియాడుతున్నారు. కాగా.. ఇందుకు సంబంధించిన వీడియోలు ఇప్పుడు సోషల్ మీడియాలో వైరల్ అవుతున్నాయి. ఈ వీడియోలు చూసిన నెటిజన్లు.. ఆ మహిళ లేచిన ఘడియ బాగుందని.. లేకపోతే కొంచెం మిస్సయినా ఆ లారీ చక్రం కింద జుట్టు కాకుండా తల పడేదని.. అప్పుడు పరిస్థితి ఊహించుకోవటానికే దారుణంగా ఉండేదని కామెంట్లు చేస్తున్నారు.

మానవత్వం చాటుకున్న కేంద్ర మంత్రి బండి సంజయ్

నిత్యం రాజకీయ కార్యక్రమాలతో బిజీ బిజీగా ఉంటూ, ప్రత్యర్థులపై ఘాటు విమర్శలతో విరుచుకుపడే కేంద్ర హెంగాశాఖ సహాయ మంత్రి, కరీంనగర్ ఎంపీ బండి సంజయ్ కుమార్.. తన మానవత్వాన్ని చాటుకున్నారు. సమయానికి దేవుడిలా వెళ్లి.. ఓ యువతి ప్రాణాన్ని కాపాడారు. కరీంనగర్ జిల్లా హుజూరాబాద్ నియోజకవర్గం సింగాపురం సమీపంలో రోడ్డు ప్రమాదం జరిగింది. ఈ ప్రమాదంలో ఓ యువతి లారీ కిందికి దూసుకెళ్లి.. ప్రమాదకర పరిస్థితిలో ఇరుక్కుపోయింది. లారీ ట్రైరు కింద ఆమె జుట్టు ఇరుక్కుపోవలసిందే.. బయటకు రాలేని క్షిప్రపరిస్థితి నెలకొంది. లారీని ముందుకో వెనక్కో కొంచెం జరిపినా ఆమె ప్రాణానికి ప్రమాదం వాటిల్లే ప్రమాదం. అదే సమయంలో.. అటుగా వెళ్తున్న బండి సంజయ్ కుమార్.. ఆ ప్రమాదాన్ని గమనించా.. సమయస్ఫూర్తితో ఆలోచించి.. ఆ యువతిని కాపాడారు. మానకొండూర్ మండలం ఖైల్ద గ్రామానికి చెందిన దివ్యశ్రీ అనే యువతి.. బైక్ మీద వెళ్తుండగా ప్రమాదానికి గురైంది. ఈ ఘటనలో.. ప్రమాదవశాత్తు లారీ కింద ఇరుక్కుపోయింది. అయితే.. ఆమె జుట్టు లారీ చక్రాల కింద ఇరుక్కుపోవలసిందే.. బయటికి రాలేని పరిస్థితి ఏర్పడింది. అప్పటికే తీవ్రంగా గాయపడిన ఆ యువతి.. ఓవైపు గాయాల నొప్పితో

విలవిలలాడుతుండగా.. బయటకు రాలేక, ఏమవుతుందోనన్న ఆందోళనతో మరింత ఇబ్బంది పడింది. అదే సమయంలో ములుగు పర్వతనకు వెళ్తున్న బండి సంజయ్ కుమార్.. ఈ ప్రమాదాన్ని గమనించి తన కాన్వాయను పక్కకు ఆపారు. సమయస్ఫూర్తితో ఆలోచించి.. అటువైపు వెళ్తున్న లారీని ఆపి జాకీలు, కత్తెరలు తెప్పించి దగ్గరుండి సహాయక చర్యలు చేపట్టారు. బండి సంజయ్ ను చూసి.. స్థానికులు కూడా ఈ సహాయక చర్యల్లో పాల్గొన్నారు. యువతి జుట్టు కత్తిరించి.. లారీ కింద నుంచి బయటకు తీశారు. బయటకు తీసేంత వరకు అక్కడే ఉండి ఆ యువతికి బండి సంజయ్ ధైర్యం చెప్పానే ఉన్నారు. బయటకు తీసిన తర్వాత ఆమెకు నీళ్లు తాగించి.. అదే మార్గంలో వెళ్తున్న ఓ కారును స్వయంగా ఆయనే ఆపి.. అందులో బాధితురాలిని ఎక్కించి.. కరీంనగర్లోని ఓ ప్రైవేట్ ఆస్పత్రికి తరలించారు. ఆ కారు డ్రైవర్కు అన్ని విషయాలు వివరించి.. జాగ్రత్తగా

తీసుకెళ్లి.. ఆస్పత్రిలో చేర్పించి తనకు సమాచారం అందించాలని తెలిపారు. అంతేకాకుండా.. ఆ యువతి చికిత్సకు అయ్యే ఖర్చు మొత్తాన్ని తానే భరిస్తానని కేంద్ర మంత్రి బండి సంజయ్ స్పష్టం చేశారు. సకాలంలో స్పందించి యువతి ప్రాణాలను కాపాడిన కేంద్ర మంత్రి బండి సంజయ్ సమయస్ఫూర్తిని పలువురు ప్రశంసిస్తున్నారు. క్షిప్ర పరిస్థితుల్లో దేవుడిలా వచ్చి ఆ అమ్మాయికి ప్రాణ దానం చేశారని కొనియాడుతున్నారు. కాగా.. ఇందుకు సంబంధించిన వీడియోలు ఇప్పుడు సోషల్ మీడియాలో వైరల్ అవుతున్నాయి. ఈ వీడియోలు చూసిన నెటిజన్లు.. ఆ మహిళ లేచిన ఘడియ బాగుందని.. లేకపోతే కొంచెం మిస్సయినా ఆ లారీ చక్రం కింద జుట్టు కాకుండా తల పడేదని.. అప్పుడు పరిస్థితి ఊహించుకోవటానికే దారుణంగా ఉండేదని కామెంట్లు చేస్తున్నారు.

నెస్టెల్లో ట్రేడ్ అవుతున్న దేశీయ సూచీలు..



గత వారం నష్టాలతో ముగిసిన సూచీలు ఈ వారాన్ని కూడా అదే ధోరణిలో ప్రారంభించాయి. డాలర్తో పోలిస్తే రూపాయి మారకం విలువ జీవన కాల కనిష్టానికి పడిపోవడం, విదేశీ మదుపులైనా వైపు నిధులు మళ్లిస్తుండడం వంటి కారణాలతో దేశీయ సూచీలు

తప్పుదం లేదు. అంతర్జాతీయ మార్కెట్లలో మిగతా సంతకాలు, ఈ వారంలో వెల్లడి కానున్న ప్రవృత్తులు గణాంకాలు కారణంగా మదుపు అప్రమత్తంగా వ్యవహరిస్తున్నారు. ఈ నేపథ్యంలో సోమవారం ఉదయం నష్టాలతో ప్రారంభమైన నెస్టెల్లో ఆ తర్వాత మరింత కిందకు దిగజారి ప్రస్తుతం కోలుకుంటోంది. నిష్కీ కూడా

సెన్సెక్స్ బాటలోనే నష్టాల్లో కదలాడుతోంది. శుక్రవారం ముగింపు (79, 486)తో పోల్చుకుంటే దాదాపు 180 పాయింట్ల నష్టంతో 79, 298 వద్ద సోమవారం ఉదయం మొదలైన సెన్సెక్స్ ఆ తర్వాత మరింతగా నష్టాల్లోకి జారుకుంది. ఒక దశలో ఏకంగా 480 పాయింట్లు కోల్పోయి 79, 001 వద్ద కనిష్టానికి చేరింది. ప్రస్తుతం ఉదయం 10:20 గంటల సమయంలో సెన్సెక్స్ 105 పాయింట్ల నష్టంతో 79, 451 వద్ద కొనసాగుతోంది. మరో వైపు నిష్కీ కూడా సెన్సెక్స్ బాటలోనే కదలాడుతోంది. ఒక దశలో 140 పాయింట్లకు పైగా పడిపోయింది. ప్రస్తుతం 9 పాయింట్ల నష్టం 24, 138 వద్ద కొనసాగుతోంది. సెన్సెక్స్లో పవర్ ఫైనాన్స్ కార్పొరేషన్, ఎమ్ఆర్ఎఫ్, బయోకాన్, ఇన్ఫోఎడ్జ్ షేర్లు లాభాలు అందుకుంటున్నాయి. ఆర్టి ఇండస్ట్రీస్, ఏషియన్ పెయింట్స్, కమిన్స్, దీపక్ నైట్రోల్ షేర్లు నష్టాల్లో కొనసాగుతున్నాయి. మిడ్ క్యాప్ ఇండెక్స్ ప్రస్తుతం 419 పాయింట్ల నష్టంతో కొనసాగుతోంది. బ్యాంక్ నిష్కీ 4 పాయింట్ల నష్టంతో ఉంది. డాలరుతో పోలిస్తే రూపాయి మారకం విలువ 84.38గా ఉంది.

స్విగ్గీ, జిమాటా దూకుడు..

మరిన్ని కొత్త సేవల్లోకి ఫుడ్ ప్లాట్ఫామ్స్?

ఫుడ్ డెలివరీ యాప్ అయిన స్విగ్గీ, జిమాటా కొత్తరకం సేవలందించడంపై దృష్టిపెట్టినట్లు తెలుస్తోంది. తొలుత ఫుడ్ డెలివరీ వరకు మాత్రమే వరిమితమైన ఈ రెండు కంపెనీలు.. తర్వాత క్విక్ కామర్స్ రంగంలోకి ఎంట్రీ ఇచ్చాయి. తాజాగా మరిన్ని సేవలను అందుబాటులోకి తెచ్చేందుకు ఆలోచన చేస్తున్నట్లు ఎక్సామిక్ టైమ్స్ తన కథనంలో పేర్కొంది. ఇటీవల ఐపీఓకు వచ్చి సబ్స్క్రిప్షన్ పూర్తి చేసుకున్న స్విగ్గీ... తర్వాత 'యెల్లో' పేరిట కొత్త సేవలను ప్రారంభించాలనుకుంటోంది తెలిసింది. లాయర్లు, థెరపిస్టులు, ఫిట్నెస్ ట్రైనర్లు, ఆస్ట్రాలజిస్టులు, డైటీషియన్లను ఒకే ప్లాట్ఫామ్ పైకి తీసుకొచ్చే ఆలోచన చేస్తోంది తెలిసింది. అయితే దీన్ని వేరే యాప్ గా సేవలందించాలా? స్విగ్గీ యాప్ లోనే అంతర్భాగంగా కొనసాగించాలా అన్నదానిపై చర్చించుకుంటున్నట్లు తెలుస్తోంది. దీంతోపాటు ప్రీమియం కస్టమర్ కోసం 'రెడ్' పేరిట ఫార్ములా 1 రేస్, మ్యూజిక్ కాన్సర్ట్, ఆర్ట్ ఎగ్జిబిషన్లకు ప్రవేశం కల్పించాలనుకుంటోంది సందంధిత వర్గాలు తెలిపాయి. మరోవైపు జిమాటా కూడా వాట్సాప్ ద్వారా ఫుడ్ ఆర్డర్ చేసుకొనే నడుమాయం తీసుకురావాలని



అనుకుంటోంది తెలిసింది. ఫుడ్ ఆర్డర్ విషయంలో చాట్బాట్ల సానుకూలతను వినియోగించాలన్నది జిమాటా ఆలోచన. దీంతో పాటు తన క్విక్ కామర్స్ వేదిక బ్లింకిట్ ద్వారా అర్బన్ కంపెనీ తరహాలో ఫుడ్, ఎలక్ట్రీషియన్లు, కార్పొరేట్ సేవలను చేస్తున్నట్లు మరో వేదికను సిద్ధం చేస్తున్నట్లు తెలిసింది. ఫుడ్, క్విక్ కామర్స్ పాటు పేటీఎం నుంచి టిటిఎం బిజినెస్ కొనుగోలు ద్వారా ఇప్పటికే పలుకాల సేవల్లోకి జిమాటా ఎంట్రీ ఇచ్చింది. తాజాగా జిమాటా ఫుడ్ రెస్టారంట్ అనే కొత్త ఫీచర్ను తీసుకొచ్చింది. ఎవరైనా వినియోగదారులు క్యూబిల్ చేసిన

ఆర్డర్లను సమీపంలోని కస్టమర్లు డిస్కాండ్ కోనుగోలు చేసేందుకు ఈ ఫీచర్ అవకాశం కల్పిస్తుంది. జిమాటా సీఈఓ దీపికా గోయెల్ ఈ విషయాన్ని వెల్లడించారు. దీనివల్ల తక్కువ ధరతోపాటు వాటిని నిమిషాల్లో అందుకోవచ్చని పేర్కొన్నారు. ఫుడ్ వేస్టేజీని తగ్గించడం దీని ముఖ్య ఉద్దేశమన్నారు. ఈ సేవలను మరింత మెరుగుపరిచే ఉద్దేశంతో తన అభిప్రాయాలను వంచుకున్న వ్యక్తికి దీపికా 'కలిసి పనిచేద్దామంటూ' ఆఫర్ కూడా ఇచ్చారు.



ఆర్థికం.. మందగమనం పడిపోతున్న పట్టణ వినిమయం

భారత ఆర్థిక వ్యవస్థలో మందగమనం భార్యలు కొట్టబుట్టినట్లు కనబడుతున్నాయి. ప్రపంచంలోనే అత్యధిక వేగంగా వృద్ధి చెందుతోన్నామని బిజెపి పాలక వర్గాల ప్రచారానికి.. వాస్తవ పరిస్థితులకు పొంతన లేకుండా పోయింది. దేశంలోని పట్టణ ప్రజల్లో వినిమయం తగ్గడం, కార్పొరేట్ల ఆదాయాల్లోనూ పతనం చోటు చేసుకుంటుంది. అధిక వడ్డీ రేట్లు, హెచ్చు పన్నులకు తోడు కుటుంబ రుణ భారాలు పెరిగిపోతూ.. వ్యక్తిగత రుణాల చెల్లింపులోని పరిస్థితులు పెరుగుతున్నాయి. వెరసి ఈ ప్రభావం కార్పొరేట్ కంపెనీల అమ్మకాలపై పడుతోంది. దీంతో ఇటీవల సెప్టెంబర్ త్రైమాసికంలో అనేక కంపెనీల ఆదాయాలు భారీగా పడిపోయాయి. మరోవైపు దళాల్లో స్ట్రీట్ అమ్మకాల ఒత్తిడితో బెదిరిపోతున్నారు. స్టాక్ మార్కెట్లో పందగ వాతావరణం అవిరై మదుపు భారీ నష్టాలను ఎదుర్కొంటున్నారు. ఈ పరిణామాలన్నీ మాంద్యానికి సంకేతాలని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. ఆదాయాలు

తగ్గడంతో పట్టణ వినిమయం భారీగా పడిపోతోంది. ముఖ్యంగా అధిక వడ్డీ రేట్లు, హెచ్చు ప్రవృత్తులతో చిన్న మొత్తాల రుణాలు పొందిన వారు తిరిగి సకాలంలో చెల్లించలేకపోతున్నారు. ఉద్యోగులు, కార్మికుల వేతనాల్లోనూ పెంపుదల అంతంత మాత్రమే ఉంటుంది. సెప్టెంబర్ త్రైమాసికంలో విత్తయేతర కార్పొరేట్ కంపెనీలు తమ నిబ్బంది వేతన వ్యయాలను 0.8 శాతమే పెంచాయి. ఇంతక్రితం జూన్ త్రైమాసికంలో 1.2 శాతం పెంపుదల ఉంది. దీని ప్రభావాలు ఇప్పుడు అన్ని రంగాలపై కనబడుతోందిని నెస్టెల్ ఇండియా సీఇఓ సురేష్ నారాయణన్ పేర్కొన్నారు. ప్రీమియం వినియోగం బలంగానే ఉన్నప్పటికీ.. మధ్యస్థ విభాగంలో ఒత్తిడి నెలకొందన్నారు. గడిచిన సెప్టెంబర్ త్రైమాసికంలో తమ అమ్మకాల్లో కేవలం 1.4 శాతం పెరుగుదల మాత్రమే ఉండన్నారు. గత రెండేళ్లలో ఇదే అత్యల్ప వృద్ధి రేటు అన్నారు. పందగ సీజన్లో స్పోర్ట్స్ యుటిలిటీ వెహికల్ (ఎస్ఎయివి) విభాగంలో అమ్మకాలు పడిపోయి 7 లక్షల కార్లు నిల్వ ఉండిపోయిన విషయాన్ని ఆయన గుర్తు చేశారు. మైక్రోఫైనాన్స్ రుణాల జారీలోనూ పతనం పెరిగింది. ఈ పరిణామాల మధ్యతరగతి ప్రజల్లో ఆదాయాల పతనాన్ని మందగమనాన్ని సృష్టం చేస్తున్నాయి.

అత్యధికంగా రిలయన్స్ కు నష్టం..

గతవారం ట్రేడింగ్ ముగిసిన తర్వాత దేశీయ స్టాక్ మార్కెట్లో నష్టంతో టాప్-10 సంస్థల్లో ఆరు సంస్థల మార్కెట్ క్యాపిటలైజేషన్ రూ.1,55,721.12 కోట్లు హరించుకు పోయింది. గతవారం మార్కెట్ క్యాపిటలైజేషన్ భారీగా నష్టపోయిన సంస్థల్లో రిలయన్స్ నిలిచింది. గత వారం బీఎస్ఈ ఇండెక్స్ సెన్సెక్స్ 237.8 పాయింట్లు (0.29 శాతం) నష్టంతో ముగిసింది. రిలయన్స్, భారతీ ఎయిర్ టెల్, ఐసీఐసిఐ బ్యాంకు, హిందూస్థాన్ యూని లివర్ (హెచ్ఎంఎల్), భారతీయ జీవిత బీమా సంస్థ (ఎల్ఐసీ) మార్కెట్ క్యాపిటలైజేషన్ భారీగా నష్టపోయాయి. టాటా కన్స్ట్రక్షన్స్ సర్వీసెస్ (టీసీఎస్),



హెచ్ఎఫ్సీ బ్యాంక్, స్టేట్ బ్యాంకు ఆఫ్ ఇండియా (ఎస్బీఐ) మార్కెట్ క్యాపిటలైజేషన్ వృద్ధి చెందింది. రిలయన్స్ మార్కెట్ క్యాపిటలైజేషన్ రూ.74,563.37 కోట్లు నష్టపోయి రూ.17,37,556.68 కోట్ల వద్ద స్థిర పడింది. భారతీ ఎయిర్ టెల్ ఎం-క్యాప్ రూ.26,274.75 కోట్లు కోల్పోయి రూ.8,94,024.60 కోట్ల వద్ద ముగిసింది. ఐసీఐసిఐ బ్యాంకు మార్కెట్ క్యాపిటలైజేషన్ రూ.22,254.79 కోట్లు కోల్పోయి రూ.8,88,432.06 కోట్ల వద్ద నిలిచింది. ఐటీసీ మార్కెట్ క్యాపిటలైజేషన్ రూ.15,449.47 కోట్ల నష్టంతో రూ.5,98,213.49 కోట్లకు చేరుకున్నది. ఎల్ఐసీ ఎం-క్యాప్ రూ.9,930.25 కోట్ల పతనంతో రూ.5,78,579.16 కోట్ల వద్ద ముగిసింది. హిందూస్థాన్ యూని లివర్ ఎం-క్యాప్ రూ.7,248.49 కోట్లు పతనమై రూ.5,89,160.01 కోట్ల వద్ద స్థిర పడింది. మరోవైపు టీసీఎస్ మార్కెట్ క్యాపిటలైజేషన్ రూ.57,744.68 కోట్లు పుంజుకుని రూ.14,99,697.28 కోట్లకు పెరిగింది. ఇన్ఫోసిస్ ఎం-క్యాప్ రూ.28,838.95 కోట్లు వృద్ధి చెంది.. రూ.7,60,281.13 కోట్లకు చేరుకున్నది. స్టేట్ బ్యాంక్ ఆఫ్ ఇండియా (ఎస్బీఐ) ఎం-క్యాప్ రూ.19,812.65 కోట్లు పెరిగి రూ.7,52,568.58 కోట్లకు చేరుకున్నది. హెచ్ఎఫ్సీ బ్యాంకు ఎం-క్యాప్ రూ.14,678.09 కోట్లు పెరిగి రూ.13,40,754.74 కోట్ల వద్ద నిలిచింది. గతవారం ట్రేడింగ్ ముగిసిన తర్వాత టాప్-10 సంస్థల్లో రిలయన్స్ మొదటి స్థానంలో నిలిచింది. తర్వాతి స్థానాల్లో టీసీఎస్, హెచ్ఎఫ్సీ బ్యాంకు, భారతీ ఎయిర్ టెల్, ఐసీఐసిఐ బ్యాంకు, భారతీయ జీవిత బీమా సంస్థ, హిందూస్థాన్ యూని లివర్, ఎల్ఐసీ నిలిచాయి.



మెరసాల తగ్గిన పసిడి-వెండి రేట్లు

దేశవ్యాప్తంగా బంగారం, వెండి ధరలు మెరసాల తగ్గాయి. ఇప్పటికే పసిడి రేట్లు నిదానంగా తగ్గుతుండటంతో కొనుగోలుదారులు నగల దుకాణాల వైపు చూసేందుకు ఆసక్తి చూపుతున్నారు. అయితే బంగారం, వెండి ధరలు సూచనప్రాయంగా తెలుపబడుతున్నవి. వీటిపై జీఎస్టీ, టీసీఎస్, ఇతర పన్నులు, సుంకాలు అదనంగా ఉండవచ్చు. కచ్చితమైన ధరల కోసం స్థానిక నగల దుకాణాల్లో సంప్రదించాల్సి ఉంటుంది. సోమవారంనాటి ధరలు చూస్తే.. తెలుగు రాష్ట్రాల్లోని హైదరాబాద్, విశాఖపట్నం, విజయవాడ సహా వివిధ ప్రాంతాల్లో 22 క్యారెట్ల బంగారం తులం (10 గ్రాములు) ధర రూ.550 తగ్గి రూ.72,200 లకు వచ్చింది. అలాగే 24 క్యారెట్ల బంగారం రూ.600 క్షీణించి రూ. 78,760 లకు తగ్గింది. బెంగళూరు, చెన్నై, ముంబై ప్రాంతాలలోనూ ఇదే స్థాయిలో ధరలు తగ్గాయి. మరోవైపు దేశ రాజధాని ఢిల్లీలోనూ బంగారం ధరలు తగ్గడం నమోదు చేశాయి. 22 క్యారెట్ల బంగారం రూ.550 తగ్గి రూ.72,350 వద్దకు, 24 క్యారెట్ల బంగారం రూ.600 తగ్గి రూ.78,910 వద్దకు దిగింది. దేశంలో వెండి ధరలు కూడా నేడు తగ్గుముఖం పట్టాయి. హైదరాబాద్లో కేజీ వెండిపై రూ.1000 తగ్గి రూ.1,02,000 వద్దకు చేరింది.

మరింత పూతెక్కిన ఉల్లి..?

దేశంలో ఉల్లి పూతు మరింత పెరిగింది. నిన్ను మొన్నటి వరకు హెలోసెల్ మార్కెట్లో రూ.40-60 పలికిన కిలో ఉల్లి ధర.. ఇప్పుడు ఏకంగా రూ.70-80కి చేరింది. దిగుబడి తగ్గడమే ధరల పెరుగుదలకు కారణంగా తెలుస్తోంది. దేశ రాజధాని ఢిల్లీ, ఆర్థిక రాజధాని ముంబై నగరాల్లో కిలో ఉల్లి ధర రూ.80గా ఉంది. దేశంలోని ఇతర నగరాల్లో కూడా ఉల్లి ధరలు ఇదేవిధంగా కొనసాగుతున్నాయి. ఉల్లితో పాటు ఇతర కూరగాయల ధరలు కూడా

ప్రస్తుతం ఆకాశాన్నంటుతున్నాయి. దీంతో సామాన్య ప్రజలు ఇంట్లో వంట వండుకోలేని పరిస్థితి. చాలీచాలని జీతాలకు తోడు పెరుగుతున్న నిత్యావసర ధరలు మరింత భారంగా మారాయని వినియోగదారులు ఆవేదన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. ధరలు పెరగడంతో ఆహారపు అలవాట్లపై ప్రభావం చూపుతున్నాయని చెబుతున్నారు. ఉల్లితోపాటు వెల్లల్లి ధర కూడా రెట్టింపు కావడంతో కుటుంబ బడ్జెట్ను దెబ్బతీస్తున్నదని కొనుగోలుదారులు వాపోతున్నారు. ప్రభుత్వం చొరవ తీసుకొని కూరగాయల ధరలను తగ్గేలా చర్యలు తీసుకోవాలని కోరుతున్నారు.



ఐదు సెంటిమెంట్ల రూ.20 వేల కాట్ల ఎఫ్పీఐల ఉపసంహరణ..!

దేశీయ ఈక్విటీ మార్కెట్ల నుంచి విదేశీ ఇన్వెస్టర్లు నిరాశంకంగా నిధుల ఉపసంహరణ కొనసాగుతున్నది. గత ఐదు సెప్టెంబర్ సుమారు రూ.20 వేల కోట్ల విలువైన పెట్టుబడులను ఫారెన్ పోర్ట్ ఫోలియో ఇన్వెస్టర్లు ఉపసంహరించారు. దేశీయ స్టాక్ విలువలు ఎక్కువగా ఉండటంతోపాటు చైనా షేర్ల ఆకర్షణీయంగా మారడం దీనికి కారణం. అందుబాటులో ఉన్న డేటా ప్రకారం ఈ నెల 4-8 మధ్య ఎఫ్పీఐలు రూ.19,994 కోట్ల విలువైన నికర పెట్టుబడులు ఉపసంహరించారు. గత నెలలో 94,017 కోట్ల విలువైన వాటాలను విత్ డ్రా చేశారు. 2020 మార్చిలో ఈక్విటీ మార్కెట్ల నుంచి రూ.61,973 కోట్ల విలువైన వాటాలు ఉపసంహరించారు. సెప్టెంబర్ నెలలో విదేశీ ఇన్వెస్టర్లు కొమ్మిడి నెలల గరిష్ట స్థాయిలో రూ.57,724 కోట్ల విలువైన వాటాలు కొనుగోలు చేశారు. ఈ ఏడాది ఏప్రిల్ -% మే నెలల్లో రూ.34,252 కోట్ల విలువైన వాటాలు ఉపసంహరించారు ఎఫ్పీఐలు. అమెరికా అధ్యక్షుడిగా ఎన్నికైన డొనాల్డ్ ట్రంప్ 2025 జనవరిలో బాధ్యతలు స్వీకరిస్తారు. అమెరికా అధ్యక్ష ఎన్నికలతోపాటు మహారాష్ట్ర అసెంబ్లీ ఎన్నికలు కార్పొరేట్ సంస్థల ఫలితాలు, రిటైల్ ఇన్వెస్టర్ల వ్యవహార శైలి తదితర అంశాలను బట్టి ఎఫ్పీఐలు

జన గణనపై మీసమేషాలు

న్యూఢిల్లీ : 2021లో జరగాల్సిన జనగణన చాలా ఆలస్యంగా వచ్చే సంవత్సరంలో ప్రారంభం కావచ్చని ఇటీవల వార్తల్లో చూచారు. అధికారికంగా ఎలాంటి ప్రకటన వెలువడనప్పటికీ విశ్వసనీయ వర్గాలు తెలిపిన దాని ప్రకారం జనగణన జరిగిన తరువాత లోక్ సభ నియోజకవర్గాల పునర్విభజన జరగాల్సి ఉంటుంది.

(ఎన్పిఆర్), డి లిమిటేషన్ వంటివి చేపట్టేందుకు ఎలాంటి నిర్దిష్ట టైమ్ లైట్ బిల్ ఏదీ ఇంతవరకు వెలువడలేదు. రిజిస్ట్రార్ జనరల్ అండ్ సెన్సస్ కమిషనర్ ఆఫ్ ఇండియా మృత్యుంజయ కుమార్ నారాయణ్ సెంట్రల్ డిప్యూటీ షేఫ్ గుర్తును 2026 ఆగస్టు వరకు పొడిగించిన నేపథ్యంలో జనాభా లెక్కల సేకరణ వచ్చే ఏడాది ప్రారంభమవుతుందన్న సంతకాలా వెలువడాయి.



చైనాలో ఇండోనేషియా నేత పర్యటన

బీజింగ్ : చైనా, ఇండోనేషియా సంబంధాల్లో కొత్త అధ్యాయం ఆరంభమవుతుందని చైనా అధ్యక్షుడు జిన్ పింగ్ ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు. ప్రస్తుతం చైనాలో పర్యటిస్తున్న ఇండోనేషియా అధ్యక్షుడు ప్రభాకు సుబియాంతో శనివారం జిన్ పింగ్ సమావేశమయ్యారు. పీఠీకరంగా పలు అంశాలపై చర్చలు జరిపారు.

ఖలిస్తానీ తీవ్రవాది నిజ్జర్ సన్నిహితుడు అర్జ్ దల్లా అరెస్ట్



గతేడాది కెనడాలో హత్యకు గురైన ఖలిస్తానీ తీవ్రవాది హార్షిద్ సింగ్ నిజ్జర్ సన్నిహిత అనుచరుడు అర్జ్ దల్లా అలియాస్ అర్జ్ దీవ్ సింగ్ కు కెనడా పోలీసులు అరెస్ట్ చేశారు. భారత జాతీయ దర్మాస్తు సంస్థ (ఎన్ఐఎ) మాస్కో వాంటెడ్ నేరగాళ్ల జాబితాలో అర్జ్ దల్లా పేరు కూడా ఉంది. అక్టోబరు చివరి వారంలో కెనడాలోని మిల్టన్ పట్టణంలో ఖలిస్తానీ తీవ్రవాదులు కాల్పులు జరిపిన ఘటన వెనుక అర్జ్ దల్లా ఉన్నాడని భారత నిఘా వర్గాలు గుర్తించాయి. దానిపై ప్రస్తుతం హార్షిద్ రిజియనల్ పోలీస్ సర్వీసు దర్మాస్తు చేస్తోంది.

భారత్ పర్యటనకు రష్యా ఫస్ట్ డిప్యూటీ పీఎం..

న్యూఢిల్లీ : రష్యా మొదటి ఉప ప్రధాని డెనిస్ మంటురోవ్ భారత్ లో పర్యటించనున్నట్లుగా ఆ దేశ రాయబార కార్యాలయం ఆదివారం పేర్కొంది. ఇందులో భాగంగా నవంబర్ 11న ముంబయిలో జరగనున్న రష్యా-ఇండియా బిజినెస్ ఫోరమ్ స్ట్రీట్ సెషన్ లో ఆయన పాల్గొననున్నారని తెలిపింది. ఇరు దేశాల పారిశ్రామికవేత్తల మధ్య సహకారం, రవాణా లాజిస్టిక్స్, ఫైనాన్స్, డిజిటల్ టెక్నాలజీలు సంబంధాలను విస్తరించడమే ఈ కార్యక్రమ లక్ష్యమని వెల్లడించింది.



12న ఇంటర్నల్ వర్కు మెంట్ రష్యా-ఇండియా కమిషన్ నిర్వహించే కీలక సమావేశంలో డెనిస్ మంటురోవ్ భారత విదేశాంగ మంత్రి ఎన్ జైతంకర్ (హిస్ టింట్ బ్రాండ్ అనుమతి) తో సమావేశం అవుతారని వెల్లడించింది. ఇందులో భాగంగా వాణిజ్య, ఆర్థిక, శాస్త్రీయ, సాంకేతిక, సాంస్కృతిక సహకారానికి సంబంధించిన విషయాలపై చర్చలు జరుగుతాయని తెలిపింది. భారత పర్యటనలో భాగంగా రష్యా ఉప ప్రధాని ఇతర డైరెక్టివ్ సమావేశాల్లోనూ పాల్గొంటారని రాయబార కార్యాలయం పేర్కొంది.

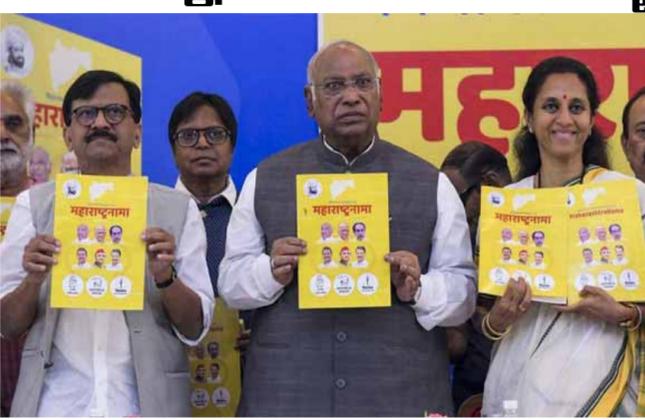
బుల్డోజర్ న్యాయం ఆమోదయోగ్యం కాదు



చేస్తామని బెదిరిస్తూ పౌరుల గొంతుకలను అణచివేయలేరని తెలిపింది. ఇలాంటి చర్యలను అనుమతిపై 300-ఎకరం రాజ్యాంగం గుర్తించిన ఆస్తి హక్కు మృతప్రాయం అవుతుందని ప్రధాన న్యాయమూర్తి జస్టిస్ డివై చంద్రచౌదరి నేతృత్వంలో న్యాయమూర్తులు జైలొకానా, మనోజ్ మిశ్రాతో కూడిన ధర్మాసనం చెప్పింది. ఈ నెల 6వ తేదీన ఇచ్చిన ఆదేశాలలో దేశ అత్యున్నత న్యాయస్థానం ఈ వ్యాఖ్యలు చేసింది. 2019లో రవాదారి విస్తరణ పేరుతో ఉత్తరప్రదేశ్ ప్రభుత్వం ఓ వ్యక్తి ఇంటిని కూల్చివేసింది. నోటిసు ఇవ్వకుండానే ప్రభుత్వం తన ఇంటిని ధ్వంసం చేసిందని ఆరోపిస్తూ ఆయన సుప్రీంకోర్టును ఆశ్రయించారు. దీనిపై స్పందించిన న్యాయస్థానం ఆ వ్యక్తికి

నష్టపరిహారంగా ఇరవై ఐదు లక్షల రూపాయలు అందజేయాలని ఆదేశిస్తూ పలు వ్యాఖ్యలు చేసింది. ఆ వ్యాఖ్యలు శనివారం మీడియాకు అందుబాటులోకి వచ్చాయి. ఉత్తరప్రదేశ్ ప్రభుత్వ చర్య ఏకపక్షంగా ఉన్నదని, ఇతరుల మనోభావాలను పట్టించుకోకుండా అధికార దర్భంతో ప్రవర్తించారని, ఇలాంటి చర్యలకు చట్టపరంగా అనుమతి లేదని న్యాయస్థానం స్పష్టం చేసింది. ప్రభుత్వ చర్యపై సుప్రీంకోర్టు తీవ్ర ఆందోళన వ్యక్తం చేస్తూ రాష్ట్ర ప్రభుత్వానికి చెందిన ఏ అధికారిని లేదా ఏ విభాగాన్ని అయినా ఇలాంటి చట్టవిరుద్ధ ప్రవర్తనకు పాల్పడడానికి అనుమతిస్తే వారు కొందరిని లక్ష్యంగా చేసుకొని ప్రతీకారంతో ఆస్తులను కూల్చివేసే ప్రమాదం ఉన్నదని తెలిపింది. 'పౌరుల ఆస్తులు, ఇళ్లను ధ్వంసం చేస్తామని బెదిరించడం ద్వారా వారి గొంతుకలను అణచివేయలేరు. మానవులకు అంతిమంగా భద్రత కల్పించేది నివాసమే. ప్రజల ఆస్తులను చట్టవిరుద్ధంగా ఆక్రమించడాన్ని ఆక్రమణలను చట్టం నిషేధించే ప్రమాదం ఉంది. చట్టవిరుద్ధమైన ఆక్రమణల విషయంలో మున్సిపల్, పట్టణ ప్రణాళిక చట్టాలలో ఆనేక నిబంధనలు ఉన్నాయి' అని సుప్రీంకోర్టు తన ఆదేశాలలో వివరించింది.

స్వాతంత్ర్య సమరయోధులను బలిగొన్న వారితో మోడీ జట్టు



ముంబయి : మనకు స్వాతంత్ర్యం తెచ్చిన వ్యక్తిని బలిగొన్న వారితో బిజెపి నాయకులు ఉన్నారని కాంగ్రెస్ అధ్యక్షులు మల్లికార్జున ఖర్గే అన్నారు. కాంగ్రెస్ అధ్యక్షులు మల్లికార్జున ఖర్గే, శిబిసేన (యుటిబి) వేత సంజయ్ రౌత్, ఎన్సిపి (ఎన్సిపి) నాయకులు సుప్రీయూ సూలే ఇతర కూటమి నేతలు ఆదివారం ముంబైలో ఈ మేనిఫెస్టో విడుదల చేశారు. ఈ సందర్భంగా మీడియాతోనూ, 'సేవ్ కానిస్టాబుల్స్' సందర్భాల్లోనూ ఖర్గే ప్రసంగించారు. 'ఏక ప్రాంతీక సేవే హై (ఒకటిగా ఉంటే పర్యవేక్షణగా ఉంటాం)' అన్న ప్రధాని మోడీ నినాదంపై ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. 'ఏ నినాదం పనిచేస్తుందో నాకు తెలియదు.. మాకు స్వాతంత్ర్యం తెచ్చిన వ్యక్తిని చంపిన వారితో మీరు కూడా ఉన్నారు' అని మహాత్మా గాంధీ హత్యను ప్రస్తావించిన వ్యాఖ్యానించారు. 'హత్యతో కంటే' (విభజిస్తే నశిచిపోతాం) అన్న ఉత్తర ప్రదేశ్ సీఎం యోగి ఆదిత్యనాథ్ నినాదాన్ని ప్రస్తావిస్తూ 9% దీని అర్థమేమిటని ఖర్గే ప్రశ్నించారు. 'ఎవరిని బెదిరించారు? ఏదైనా సమస్య ఉందా? నిజానిని దేశం ముప్పును ఎదుర్కొంటోంది ఆరీఎన్ఎస్, బిజెపి, మోడీ, అమిత షా సుంచి' అని

వివరించారు. ప్రజాస్వామ్యాన్ని బలోపేతం చేసే చర్యల ద్వారా సమస్యలను పరిష్కరించుకోవచ్చునని, కానీ వారు (బిజెపి) ప్రజాస్వామ్యాన్ని కూల్చివేయాలనుకుంటున్నారని అన్నారు. దేశాన్ని సమైక్యంగా ఉంచడానికి ఇందిరాగాంధీ, రాజీవ్ గాంధీ తమ ప్రాణాలను త్యాగం చేశారని చెప్పారు. రాహుల్ గాంధీ సంక్షిప్త రాజ్యాంగ కాపీని తీసుకెళ్లడంపై బిజెపి నాయకులు అసంతృప్తి ప్రకారం చేస్తున్నారని అన్నారు. 2017లో అప్పటి రాష్ట్రపతి రామ్ నాథ్ కోవింద్ కు అలాంటి కాపీని బహుమతిగా ప్రధాని మోడీ అందజేశారని గుర్తు చేశారు.

ధిల్లీలో పడిపోయిన గాలి నాణ్యతలు

న్యూఢిల్లీ : దేశ రాజధాని ధిల్లీలో గాలి నాణ్యతలు పడిపోయాయి. శనివారం కూడా 'వెరీ పూర్' కేటగిరీ వద్ద గాలి నాణ్యతలు సమాధియ్యాయి. ఈరోజు గడిచిన 9 గంటల సమయంలో 349 వద్ద గాలి నాణ్యతలు సమాధియ్యాయని కేంద్ర కాలవ్య నియంత్రణ మండలి పేర్కొంది. దీంతో ధిల్లీవాసులకు అనారోగ్య సమస్యలు తీవ్రమవుతున్నాయి. ముక్కు కారడం, తుమ్ములు, దగ్గు, శ్వాస సమస్యలతో స్థానికులు ఇబ్బందులు పడుతున్నారు. ముఖ్యంగా చిన్నారులు శ్వాస సమస్యలతో ఆస్పత్రుల్లో చేరకల వు ఎక్కువవుతున్నాయని మేదాంత ఆసుపత్రి చైర్మన్

డాక్టర్ అరవింద్ కుమార్ తెలిపారు. ఇలాంటి సమయంలో పౌరశాలలను మూసివేయాలని ఆయన విజ్ఞప్తి చేశారు. కాగా, ధిల్లీలోని కొన్ని ప్రాంతాల్లో గాలి నాణ్యతలు తీవ్రంగా పడిపోయాయి. జవహర్ లాల్ నెహ్రూ స్టేడియం 315, అలిపూర్ 385, అరబిందో మార్ట్ 206, బురారి క్రాసింగ్ 356, ద్వారకా సెక్టర్ 367, ఇందిరా గాంధీ అంతర్జాతీయ విమానాశ్రయం 338, లోడి రోడ్ 307, నజాఫ్ గర్ 357, ఆర్ కె పురం 371 వద్ద గాలి నాణ్యతలు సమాధియ్యాయని కేంద్ర కాలవ్య నియంత్రణ మండలి తెలిపింది.

తల్లిదండ్రుల ఘోరక్షణ.. మృతి

వీడియో గేమ్ లో లీనమైన కుమారుడు!! వాషింగ్టన్ : తల్లిదండ్రులు గౌరవపడి ఒకరిపై ఒకరు దాడి చేసుకొని మృతి చెందినప్పటికీ పక్కగదిలో ఉన్న వారి 11 ఏండ్ల కుమారుడు వీడియో గేమ్ లో లీనమైన ఘటన ఆమెరికాలో జరిగింది. స్థానిక మీడియా ద్వారా ఈ ఘటన వెలుగుచూసింది. హోవీన్ వేడుకల సందర్భంగా.. గత నెల 31వ తేదీన వాషింగ్టన్ లోని లాంగ్ వ్యూలో నివాసముంటున్న జానాస్ అంటోనియా అల్బార్డో (38), సిసిలియా రోబర్ట్ (39) దంపతులు గౌరవపడ్డారు. ఒకరిపై ఒకరు దాడి చేసుకున్నారు. అయితే పక్కగదిలో ఉన్న వారి 11 ఏండ్ల బాలుడు మాత్రం వీడియో గేమ్ లో లీనమయ్యాడు. చివరకు రక్తపతనం ఉన్న తల్లిదండ్రులను చూసిన ఆ బాలుడు 911కి ఎమర్జెన్సీ కాల్ చేసి విషయాన్ని పోలీసులకు తెప్పినట్లు స్థానిక మీడియా తెలిపింది. ఘటనా స్థలానికి చేరుకున్న పోలీసులు మృతదేహాల సమీపంలో కత్తితోపాటు తుపాకీని స్వాధీనం చేసుకున్నారు. కుటుంబ కలహాల కారణంగానే దంపతులిద్దరూ గౌరవం దిగి ఒకరినొకరు దాడి చేసుకొని ఉండొచ్చని భావిస్తున్నారు. దంపతుల మృతికి కారణాలపై దర్యాప్తు చేపట్టినట్లు పోలీసులు తెలిపారు.

లెబనాన్, గాజాపై ఇజ్రాయిల్ భీకర దాడులు

గాజా స్ట్రీమ్ : లెబనాన్, ఉత్తర గాజా స్ట్రీమ్ లపై ఆదివారం ఇజ్రాయిల్ నరమేధం కొనసాగించింది. ఈ దాడుల కారణంగా గాజా స్ట్రీమ్ లో 13 మంది చిన్నారులతో 30 మంది ప్రాణాలు కోల్పోయారు. లెబనాన్ లో మరో 20 మంది మరణించారు. లెబనాన్ లో తూర్పు బెకా లోయలోని బాల్ టోక్ సమీప ప్రాంతంపై, బీరూట్ కు ఉత్తరాన ఉన్న అల్లాఖ్ గ్రామంపై ఇజ్రాయిల్ ఆదివారం వైమానిక దాడికి పాల్పడింది. ఈ దాడుల్లో 20 మంది మరణించారు, మరో ఆరుగురు తీవ్రంగా గాయపడ్డారని లెబనాన్ ఆరోగ్య మంత్రిత్వ శాఖ తెలిపింది. ఈ దాడుల గురించి ఇజ్రాయిల్ ఇప్పటి వరకు స్పందించలేదు. ఉత్తర గాజా జబాలియా పట్టణంలోని శరణార్థుల శిబిరంపై, ఒక నివాస గృహంపై ఆదివారం ఇజ్రాయిల్ దాడులకు పాల్పడింది. ఈ దాడుల్లో 30 మంది మరణించగా, మరో 30 మంది గాయపడ్డారు. మృతుల్లో



వాషింగ్టన్ : అమెరికా నూతన అధ్యక్షుడి ఎన్నికైన డొనాల్డ్ ట్రంప్ కు వ్యతిరేకంగా ఆదేశ వ్యాప్తంగా నిరసనలు వెల్లువెత్తుతున్నాయి. న్యూయార్క్ నగరం నుంచి నీయారిట్ నగరం వరకు దేశంలోని ప్రధాన నగరాల్లో నిరసనకారాలు ఏర్పడి కిక్కిరించాయి. తమ వ్యతిరేకతను వెల్లడించారు. పునరుత్పత్తి హక్కులకు వ్యతిరేకంగా ట్రంప్ చేసిన వ్యాఖ్యలు, కార్మికుల హక్కులు, వలసవాదంపై ట్రంప్ విధానాలను ప్రజలు వ్యతిరేకించారు. శుక్ర, శనివారాల్లో ఈ నిరసనలు జరిగాయి. న్యూయార్క్ నగరంలో న్యాయవాద గ్రూపులు కూడా నిరసనల్లో పాల్గొన్నాయి. 'మహిళలు ఇంకా ఎంత కాలం స్వేచ్ఛ కోసం నిరీక్షించాలి', 'మేం వెనక్కి వెళ్తే' అనే ఘోరాల ప్రదర్శించారు. వాషింగ్టన్ డిస్కో హెరిటీజ్ ఫౌండేషన్ బయట మహిళలు మార్చ్ నిర్వహించారు. 'నాకు స్వేచ్ఛ ఎక్కడుంది?', 'నాకు అవకాశం ఏదీ' అంటూ నినాదాలు చేశారు. సీటిల్ లోని స్వేచ్ఛ నీడీల్ వెలుపల నిర్వహించిన నిరసనల్లో పెద్ద సంఖ్యలో ప్రజలు పాల్గొన్నారు. 'యుద్ధం, అణిచివేత, మరణహోమానికి వ్యతిరేకంగా పోరాడండి' అని నినాదాలు చేశారు. ఈ నిరసనల్లో కొంత మంది పాల్గొనియ్యిన సంఘటనలకు రెవెన్యూ, కెస్టబులు దళించారు. ఒరెగన్ లోని పోర్ట్ ల్యాండ్ లోని సీటీ హోల్ వెలుపల, 'పెన్సిల్వేనియాలోని పిట్స్ బర్గ్ లోనూ ఈ ట్రంప్ వ్యతిరేక నిరసనలు జరిగాయి. 'ట్రంప్ పాలనలో ఏమీ జరుగుతుంది' అని మేం భయపడుతున్నాం' అని తెలిపారు.

లెబనాన్, గాజాపై ఇజ్రాయిల్ భీకర దాడులు



గాజా స్ట్రీమ్ : లెబనాన్, ఉత్తర గాజా స్ట్రీమ్ లపై ఆదివారం ఇజ్రాయిల్ నరమేధం కొనసాగించింది. ఈ దాడుల కారణంగా గాజా స్ట్రీమ్ లో 13 మంది చిన్నారులతో 30 మంది ప్రాణాలు కోల్పోయారు. లెబనాన్ లో మరో 20 మంది మరణించారు. లెబనాన్ లో తూర్పు బెకా లోయలోని బాల్ టోక్ సమీప ప్రాంతంపై, బీరూట్ కు ఉత్తరాన ఉన్న అల్లాఖ్ గ్రామంపై ఇజ్రాయిల్ ఆదివారం వైమానిక దాడికి పాల్పడింది. ఈ దాడుల్లో 20 మంది మరణించారు, మరో ఆరుగురు తీవ్రంగా గాయపడ్డారని లెబనాన్ ఆరోగ్య మంత్రిత్వ శాఖ తెలిపింది. ఈ దాడుల గురించి ఇజ్రాయిల్ ఇప్పటి వరకు స్పందించలేదు. ఉత్తర గాజా జబాలియా పట్టణంలోని శరణార్థుల శిబిరంపై, ఒక నివాస గృహంపై ఆదివారం ఇజ్రాయిల్ దాడులకు పాల్పడింది. ఈ దాడుల్లో 30 మంది మరణించగా, మరో 30 మంది గాయపడ్డారు. మృతుల్లో





రాత్రిపూట నిద్రలేవడం ఈ పదార్థాన్ని తాగితే మధుమేహం దలచేరదు..!

మధుమేహం ఉన్నవారు రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు ఎక్కువగా ఉంటే, మీరు రక్తంలో చక్కెరను నియంత్రించాలనుకుంటే, తినడం మరియు త్రాగడం గురించి నిరంతరం ఒత్తిడికి గురవుతారు. దైవ మరయు ఎక్స్‌ప్లైజ్ రెండింటిపైనా శ్రద్ధ వహించాలి. అవంగం ఆయుర్వేద మూలిక అయిన మధుమేహంలో రక్తంలో చక్కెర స్థాయి నిరంతరం ఎక్కువగా ఉంటే అవంగం నీటిని నివారణగా ఉపయోగించాలి. ఇందులో పోషకాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. మధుమేహం అనేది ఒక తాపజనక వ్యాధి. రాత్రిపూట అవంగం నీరు త్రాగడం వల్ల మధుమేహం కాణంగా అధిక శరీర బరువు తగ్గుతుంది, ఈ సందర్భంలో, అవంగం నీటిని రాత్రిపూట త్రాగడం వల్ల జీవక్రియ పెరుగుతుంది మరియు కొవ్వు వేగంగా కరిగిపోతుంది. దీనివల్ల బరువు తగ్గడంతోపాటు మధుమేహం అదుపులో ఉంటుంది. అవంగంలో యాంటీ ఓక్సెలియల్ గుణాలు పుష్కలంగా ఉన్నాయి. దయాబెటిక్ పేషెంట్లలో రోగ నిరోధక శక్తి తగ్గిపోతుంది, దీని వలన వారు చాలా త్వరగా జబ్బు పడటం మొదలు పెడతారు అవంగం నీరు తాగడం వల్ల సహజంగా రోగనిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. ప్రతిరోజూ రాత్రిపూట అవంగం నీటిని తాగడం వల్ల జీర్ణవ్యవస్థ బలపడుతుంది. ఇది కడుపు ఉబ్బరం, మలబద్ధకం, హైపర్‌యూసిడిటీ వంటి సమస్యలను పరిష్కరిస్తుంది. దయాబెటిక్ పేషెంట్లలో ఈ జీర్ణ సమస్యలు ఎక్కువగా కనిపిస్తాయి.

విటమిన్ డి లోపం ఉందని తెలిపే సాధనాలు

మన శరీరం యొక్క మొత్తం ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడానికి విటమిన్ డి అవసరం. ఇది రక్తంలో కాల్షియం స్థాయిలను నియంత్రించడంలో సహాయపడుతుంది. ఎముకల ఆరోగ్యానికి కూడా మేలు చేస్తుంది. ఎముకల నిర్మాణం మరియు కణజాల ఆరోగ్యానికి కాల్షియం మరియు ఘనీకృత యొక్క శోషణకు సహాయపడుతుంది. ఇది మాత్రమే కాదు, ఇది మన శరీరంలోని నాడీ వ్యవస్థ, రోగనిరోధక వ్యవస్థ, కండరాల వ్యవస్థ నక్రమంగా పనిచేయడానికి దోహదపడుతుంది. మన శరీరంలో విటమిన్ డి లోపం ఉన్నప్పుడు, మన రోగనిరోధక శక్తి బలహీనపడుతుంది. ఇది నిరాశ మరియు ఆందోళన వంటి అనేక లక్షణాలను ఇస్తుంది. మీ శరీరంలో విటమిన్ డి తక్కువగా ఉందని సూచించే సాధారణ లక్షణాలు మరియు సంతకాలు ఇక్కడ ఉన్నాయి. తరచుగా వచ్చే వ్యాధులు: విటమిన్ డి లోపం ఉన్నవారిలో రోగనిరోధక శక్తి బలహీనంగా ఉంటుంది. మీరు తరచుగా అనారోగ్యానికి గురవుతుంటే, చిన్నపాటి ఇన్‌ఫెక్షన్లతో అనారోగ్యానికి గురవుతుంటే, మీ శరీరంలో విటమిన్ డి లోపం ఉందని అర్థం. విటమిన్ డి లోపం వల్ల కూడా కొందరికి తరచుగా



జ్వరం వస్తుంది. అలసట: విటమిన్ డి లోపం అలసట మరియు అలసట వంటి లక్షణాలను కలిగిస్తుంది. విటమిన్ డి సప్లిమెంట్లను తీసుకునేవారిలో అలసట తగ్గుతుందని కొన్ని అధ్యయనాలు కనుగొన్నాయి. డిప్రెషన్ మరియు ఆందోళన: విటమిన్ డి లోపాన్ని తగ్గించడం లేదా విటమిన్ డి సప్లిమెంట్లను తీసుకోవడం వల్ల డిప్రెషన్ తగ్గుతుంది అనే దానిపై పరిశోధన కొనసాగుతోంది. విటమిన్ డి లోపం ఉన్నవారిలో డిప్రెషన్ ఎక్కువగా ఉన్నట్లు అనేక అధ్యయనాలు కనుగొన్నాయి. వెన్నెనోస్టిక్ తగ్గిన కండరాల బలం మీ వెనుక మరియు మెడ కండరాలపై మరియు ఒత్తిడిని కలిగిస్తుంది. ఇది వెన్నెనోస్టిక్ దారి తీస్తుంది. విటమిన్ డి సరైన కండరాల పనితీరుకు అవసరం. విటమిన్ డి లోపం ఉన్నవారిలో

బలహీనత, నొప్పి, కండరాల ఒత్తిడి వంటి లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. కాల్షియం శోషణకు మరియు బలమైన, దృఢమైన ఎముకలను నిర్వహించడానికి విటమిన్ డి అవసరం. విటమిన్ డి లోపం వల్ల ఎముకలు మృదువుగా ఉంటాయి. దీనివల్ల ఎముకల సాంప్రద తగ్గుతుంది. బోలు ఎముకల వ్యాధి మరియు ఎముక పగుళ్లు పెరిగి ప్రమాదం. కొత్త జుట్టు పెరుగుదలతో సహా జుట్టు ఆరోగ్యంలో విటమిన్ డి ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తుంది. విటమిన్ డి లోపం జుట్టు పెరుగుదలను తగ్గిస్తుంది. ఇది జుట్టు రాలడానికి కూడా కారణమవుతుంది. విటమిన్ డి లోపం వల్ల బరువు పెరుగుతారు. ఊబకాయం ఉన్నప్పుడు, అదనపు కొవ్వు కణాలు కలిగి ఉండటం కూడా విటమిన్ డి లోపానికి సూచన. కొవ్వు కణాలు విటమిన్‌ను నిల్వ చేస్తాయి. అయినప్పటికీ, విటమిన్‌ను రక్షప్రవాహంలోకి తగినంతగా విడుదల చేయబడవు. శస్త్రచికిత్స లేదా గాయం తర్వాత మచ్చ కూడా అలసటగా విటమిన్ డి లోపాన్ని సూచిస్తుంది. విటమిన్ డి గాయం నయం ప్రక్రియలో కొత్త చర్మం ఏర్పడటానికి అవసరమైన సమయాలకు ఉత్పత్తిని ప్రేరేపిస్తుంది. ఇన్స్యూలిన్‌ను నియంత్రించడంలో మరియు ఇన్‌ఫెక్షన్లతో పోరాడడంలో విటమిన్ డి పాత్ర పోషిస్తుంది. విటమిన్ డి చర్మం యొక్క రోగనిరోధక వ్యవస్థను ప్రభావితం చేస్తుంది. తామర చర్మం యొక్క వాపు, చికాకు మరియు వాపుకు కారణమవుతుంది. విటమిన్ డి మన శరీరంలోని ఎముకలు, కండరాలు, నరాలు మరియు రోగనిరోధక వ్యవస్థకు మేలు చేసే ముఖ్యమైన పోషకం. మీ శరీరంలో పై సంతకాలు లేదా లక్షణాలు ఏవైనా ఉంటే, నిపుణుడిని సంప్రదించి విటమిన్ డి పరీక్ష చేయించుకోండి.

పళ్ళు తోముకునే ముందు నీరు త్రాగడం ఆరోగ్యమేనా!

సాధారణంగా మనమందరం ఉదయాన్నే ఇంటి వని ముగించుకుని, బ్రష్ చేసి, అల్పాహారం తీసుకున్న తర్వాత నిద్రలేస్తాము. కానీ కొందరు మాత్రం ఉదయం లేవగానే ఒకటి రెండు గ్లాసుల నీళ్ళు తాగుతుంటారు. కాబట్టి మీరు పళ్ళు తోముకుండా నీరు త్రాగితే ఏమి జరుగుతుందో మీరు ఎప్పుడైనా ఆలోచించారా? రోజూ బ్రష్ చేయడం వల్ల ఆరోగ్యంగా ఉంటారు. పళ్ళు తోముకోవడం వల్ల మన నోరు శుభ్రంగా ఉంటుంది. ఉదయాన్నే కాదు, రాత్రి పడుకునే ముందు కూడా బ్రష్ చేసుకోవాలని వైద్యులు చెబుతున్నారు. ఎందుకంటే రోజుకు రెండు సార్లు పళ్ళు తోముకోవడం వల్ల అనేక వ్యాధుల నుండి రక్షణ పొందవచ్చు. కానీ మనలో చాలామంది పళ్ళు తోముకునే ముందు, అంటే ఖాళీ కడుపుతో నీళ్ళు తాగడం. ఇది చాలా మంచి పద్ధతి అని ఆరోగ్య నిపుణులు అంటున్నారు. ఇటీవలి అధ్యయనాల ప్రకారం.. పళ్ళు తోముకునే ముందు ఒక గ్లాసు నీరు తాగడం వల్ల మీ శరీరంపై సానుకూల ప్రభావం చూపుతుంది. చాలా మంది ఉదయాన్నే ఇంటి పనులు ముగించుకుని పళ్ళు తోముకుని టీ, కాఫీలు తాగుతూ ఉంటారు. చాలా మంది రోజువారీ జీవితం ఇలాగే ఉంటుంది. కానీ కొందరు మాత్రం పళ్ళు తోముకునే ముందు టీ లేదా కాఫీ తాగి రోజును ప్రారంభిస్తారు. కానీ అది మీ ఆరోగ్యానికి మంచిది కాదు. టీ, కాఫీలు తాగి పళ్ళు తోముకుండా తింటే దంతాల ఎనామిల్ చెడిపోతుందని ఆరోగ్య నిపుణులు అంటున్నారు. ఏ కారణం చేతనైనా పళ్ళు తోముకుండా కాఫీ, టీలతో కూడిన ఆహారం తీసుకోకండి. కానీ మీరు ఒక గ్లాసు లేదా రెండు గ్లాసుల నీరు మాత్రమే త్రాగవచ్చు. దీని వల్ల మీకు ఎలాంటి ఆరోగ్య సమస్యలు రావు. ఉదయాన్నే పళ్ళు తోముకునే ముందు ఎలాంటి ఆహారం లేదా పానీయాలు తీసుకోకూడదనేది నిజం. కానీ పళ్ళు తోముకునే ముందు నీళ్ళు తాగడం

ఆరోగ్యానికి మంచిది అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి. దీని వల్ల మీకు ఎలాంటి ప్రయోజనాలు లభిస్తాయో ఇప్పుడు చూద్దాం. ఉదయం నిద్ర లేవగానే ఖాళీ కడుపుతో నీళ్ళు తాగితే శరీరం ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. పళ్ళు తోముకునే ముందు నీళ్ళు తాగడం వల్ల తాగడం నోటికి టాక్సిన్స్ తొలగిపోతాయని మీకు తెలుసా? నీరు జీర్ణక్రియను మెరుగుపరుస్తుంది. అంతే కాకుండా, ఈ అభ్యాసం కొన్ని రకాల ఇన్ఫెక్షన్లను కూడా నయం చేస్తుందని చెప్పబడింది. ఉదయం పళ్ళు తోముకునే ముందు నీళ్ళు తాగడం వల్ల రోగనిరోధక శక్తి పెరుగుతుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. అంతే కాకుండా ఖాళీ కడుపుతో నీళ్ళు తాగితే చర్మం కూడా ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. దీంతో మీ చర్మం మెరుగుస్తుంది. కాబట్టి పళ్ళు తోముకునే ముందు నీళ్ళు ఎక్కువగా తాగవచ్చని ఆరోగ్య నిపుణులు అంటున్నారు. చాలా మందికి మలబద్ధకం, ఊబకాయం, మలబద్ధకం, అధిక రక్తపోటు, మధుమేహం వంటి సమస్యలు ఉన్నాయి. అయితే పొద్దున్నే పళ్ళు తోముకునే ముందు వేడినీళ్ళు తాగితే ఎన్నో లాభాలున్నాయి. ఇది మీ నోటిని శుభ్రంగా ఉంచుతుంది. పళ్ళు తోముకుండా నీళ్ళు తాగితే నోటిలోకి బ్యాక్టీరియా వచ్చే అవకాశం ఉండదు. మరియు బ్యాక్టీరియా మీ దంతాల మీద నిర్మించదు. ఈ అభ్యాసం దంత క్షయం నుండి మిమ్మల్ని కాపాడుతుంది. కొందరికి నోటి దుర్వాసన ఉంటుంది. అలాంటి వారు నలుగురి మధ్య మాట్లాడేందుకు కూడా సిగ్గుపడతారు. ఈ రకమైన నోటి దుర్వాసన సమస్యతో బాధపడేవారికి పళ్ళు తోముకునే ముందు నీరు త్రాగడం మంచిది. ఇది నోటి దుర్వాసనను చాలా వరకు తగ్గిస్తుంది. కొందరికి నోరు ఎప్పుడూ పొడిబారుతుంది. ఎందుకంటే నోటిలో లాలాజలం ప్రవించదు. కానీ నోరు పొడిబారడం వల్ల నోటి దుర్వాసన



వస్తుంది. ఈ సమస్య ఉన్నవారు ఉదయాన్నే నిద్రలేచి పళ్ళు తోముకోకుండా ఒక గ్లాసు వేడినీళ్ళు తాగితే నోటి దుర్వాసన పూర్తిగా పోతుంది. కొన్ని అలవాట్లు ఆసుపత్రికి వెళ్ళకుండా నిరోధించడంలో సహాయపడతాయి. కాబట్టి ఉదయం పళ్ళు తోముకునే ముందు ఒక గ్లాసు నీళ్ళు తాగండి. అలాగే వాకింగ్, జాగింగ్, వ్యాయామం, యోగా వంటివి చేయాలి. ఈ పద్ధతులు మీ శరీరాన్ని ఫిట్గా, ఆరోగ్యంగా మరియు చురుకుగా ఉంచడంలో సహాయపడతాయి. పళ్ళు తోముకుండా నీళ్ళు తాగిన అనిపించకపోతే ముందుగా అయిల్ ఫుల్లింగ్ చేసి తర్వాత నీళ్ళు తాగండి. ఈ అయిల్ ఫుల్లింగ్ దంతాల సున్నితత్వం నుండి ఉపశమనం కలిగిస్తుంది. అలాగే నోటిలోని చెడు బ్యాక్టీరియా పూర్తిగా తొలగిపోయి నోటి దుర్వాసన తగ్గుతుంది. ఇది మీ దంతాల ఆరోగ్యాన్ని కూడా మెరుగుపరుస్తుంది. ఒక టీస్పూన్ కొబ్బరి నూనెను మీ నోటిలో వేసి మీ దంతాల మీద రుద్దండి. అయితే వెంటనే ఉమ్మి వేయకూడదు.



నిద్రపోతున్నప్పుడు కాళ్ళలో నరాలు లాగుతున్నాయా?

శరీరంలో నోడియం, పొటాషియం లేదా కాల్షియం లోపం, హిమోగ్లోబిన్ లేదా శరీరంలో డి హైడ్రేషన్ ఏర్పడినప్పుడు అనారోగ్య సీరలు ఏర్పడతాయి. దీన్ని ఎలా పరిష్కరించాలో ఇక్కడ ఉంది. కాళ్ళను సున్నితంగా సాగదీసి మడవండి: నిద్రపోతున్నప్పుడు చూపుతూ కాళ్ళలోని నరాలు బిగుతుగా మారితే ప్రభావితమైన కాళ్ళను మెల్లగా చాచి మడవండి. ఇలా చేయడం వల్ల మీ కాళ్ళలోని నరాలు రిలాక్స్ అవుతాయి మరియు నొప్పి తగ్గుతుంది. వేడి లేదా చల్లటి మసాజ్: రాత్రి సమయంలో కాళ్ళు లాగినప్పుడు నొప్పిగా ఉంటుంది. అప్పుడు, ప్రభావిత ప్రాంతాలను వేడి లేదా ఐస్ ప్యాకెట్లతో మసాజ్ చేయండి. ఇది వాపు మరియు నొప్పిని తగ్గిస్తుంది. దీని కోసం మీరు వేడి నీటి సంచని ఉపయోగించవచ్చు. వ్యాయామం: రాత్రి ఘోజనం చేసిన తర్వాత నేరుగా పడుకోకండి, కానీ 15 నడవడం లేదా మీ కాళ్ళను సాగదీయడం లేదా మడతపెట్టడం ద్వారా వ్యాయామం చేయండి. ఇది రాత్రిపూట మీ నరాలకు విశ్రాంతినిస్తుంది మరియు మీకు ప్రశాంతమైన నిద్రను అందిస్తుంది. నీరు: సాధారణంగా శరీరంలో నీటి కొరత ఉన్నప్పుడు వెరికోస్ వెయిస్ట్ వస్తాయి. కాబట్టి, నిద్రపోయే ముందు పుష్కలంగా నీరు త్రాగాలి. దాహంతో నిద్ర పోకండి. వారానికోసారి మంచినీళ్ళు తాగడం వల్ల కూడా మేలు జరుగుతుంది. ఎలెక్ట్రోలైట్: నిద్రపోతున్నప్పుడు వీలైనంత సూటిగా పడుకోవద్దు. ఇది కాలిలోని నరాలను లాగుతుంది. కాబట్టి, మీ కాళ్ళను కొంచెం ఎత్తులో ఉంచడం వల్ల నరాలు విశ్రాంతి పొందుతాయి

అధిక ప్రోటీన్ కాగిన తీప్పిక్కుండా తినండి! గర్భిణీలు తప్పకుండా తీసుకోవాల్సిన ఆహార పదార్థాలు



శరీరాన్ని ఆరోగ్యంగా మరియు చురుకుగా ఉంచడానికి, ఇతర పోషకాలతో పాటు ప్రోటీన్ కూడా అవసరం. దీని లోపం వల్ల అలసట, బలహీనత, జుట్టు రాలడం, రోగనిరోధక శక్తి బలహీనపడటం, విపరీతమైన ఆకలి, చర్మం పొడిబారడం మొదలైన లక్షణాలు శరీరంలో ఎప్పుటికప్పుడు కనిపించడం ప్రారంభిస్తాయి. శాకాహారులు ప్రోటీన్ లోపంతో బాధపడే అవకాశం ఉంది. ఎందుకంటే మాంసాహారులు ప్రోటీన్ యొక్క ఉత్తమ వనరుగా పరిగణించబడతారు. అటువంటి పరిస్థితిలో, శాకాహారులు వారి ఆహారంలో చీజ్ మరియు టోఫును చేర్చుకోవడం మంచిది. టోఫులో పోషకాలు: 100 గ్రాముల టోఫులో దాదాపు ఎనిమిది గ్రాముల ప్రోటీన్లు ఉంటాయని, అలాగే 100 గ్రాముల టోఫులో 65 కేలరీలు మాత్రమే ఉంటాయని డాక్టర్ అమిత్

కుమార్ చెప్పారు. టోఫులో ఉండే సూక్ష్మపోషకాల గురించి మాట్లాడితే, 100 గ్రాముల టోఫులో 7mg సోడియం, 121 mg పొటాషియం మరియు 0.3 గ్రా ఫైబర్ ఉన్నాయి. దీనితో పాటు, ఇందులో 35 శాతం కాల్షియం, 30 శాతం బరన్ మరియు 7 శాతం మెగ్నీషియం కూడా ఉన్నాయి. టోఫు తినడం వల్ల కలిగే ప్రయోజనాలు - టోఫుని క్రమం తప్పకుండా తీసుకోవడం వల్ల గుండెకు మేలు జరుగుతుందని, ఇది ధమనులను ఆరోగ్యంగా ఉంచడంలో సహాయపడుతుంది మరియు స్ట్రోక్ ప్రాంతంలో నియంత్రించడంలో సహాయపడుతుంది. క్యాన్సర్ వంటి ప్రాణాంతక వ్యాధులను నివారించడంలో టోఫు ప్రయోజనకరంగా పరిగణించబడుతుంది, ఇందులోని యాంటీఆక్సిడెంట్ లక్షణాలు శరీరంలో క్యాన్సర్ కణాల పెరుగుదలను నిరోధిస్తాయి. టోఫు తీసుకోవడం కూడా బరువు నిర్మూలనలో సహాయపడుతుంది. ఇందులోని తక్కువ క్యాలరీ కంటెంట్ మరియు అధిక ప్రోటీన్ బరువు తగ్గడానికి ఆదర్శవంతమైన ఎంపిక. ఎముకల ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచడంలో టోఫు సహాయపడుతుంది, ఇది బోలు ఎముకల వ్యాధి వంటి సమస్యల ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తుంది. టోఫు యొక్క ఇతర ప్రయోజనాలు జీర్ణవ్యవస్థను మెరుగుపరచడం మరియు మెదడు ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచడం. ఇందులోని ఫైబర్ జీర్ణక్రియ ప్రక్రియను సులభతరం చేస్తుంది, అయితే ఇందులోని పోషకాలు మెదడు పనితీరును ఉత్తేజపరిచేందుకు సహాయపడతాయి.



మామూలుగా స్త్రీలు గర్భిణీలు ఉన్నప్పుడు ఎన్నో రకాల జాగ్రత్తలు పాటించాలని వైద్యులు చెబుతూ ఉంటారు. కొన్ని రకాల ఆహార పదార్థాలు కచ్చితంగా తీసుకోవాలని మరియు కొన్ని తీసుకోకూడదని చెబుతూ ఉంటారు. మరీ గర్భిణీ స్త్రీలు తప్పకుండా తీసుకోవాలి ఆహార పదార్థాలు ఏంటో ఇప్పుడు మనం తెలుసుకుందాం. గర్భధారణ సమయంలో స్త్రీల శరీరానికి జింక్ ఎంతో అవసరమైన ఖనిజాలలో ఒకటి. జింక్ తల్లి, పెరుగుతున్న బిడ్డ ఆరోగ్యానికి చాలా చాలా అవసరం. ఇది శిశువు శారీరక ఎదుగుదలకు, మెదడు ఆరోగ్యానికి ఎంతో అవసరం. గర్భధారణ సమయంలో రోజుకు జింక్ ను 12 మి.గ్రా తీసుకోవాలి. రోగనిరోధక శక్తి, జీర్ణక్రియ, నరాల పనితీరు, జీవక్రియ రేటును పెంచడానికి జింక్ ఎక్కువగా ఉండే ఆహారాలను తీసుకోవాలి చెబుతున్నారు. థైయాయిడ్ హార్మోన్ల ఉత్పత్తి, జీవక్రియకు జింక్ అవసరం. జింక్ మహిళల్లో హార్మోన్ల ఉత్పత్తి, సెల్సులార్ పెరుగుదల అవసరం. ఇది శిశువు కు కూడా



