

న్యూస్ ఇండియా తెలుగు

NEWS INDIA TELUGU Telugu daily

తెలుగు దినపత్రిక

సంపుటి : 5

సంచిక : 152

ప్రచురణ : హైదరాబాద్

మంగళవారం, 14-04-2026

పేజీలు: 8

వెల : 3-00

జనాభా ఆధారంగా లోక్ సభ సీట్లను పెంచాలని బీజేపీ చూస్తోంది

మహిళా బిల్లుకు ప్రతి ఒక్కరు మద్దతిస్తారన్న రేవంత్ రెడ్డి లోక్ సభ సీట్ల పెంపుపై అఖిలపక్ష భేటీలో చర్చించాలని సూచన మహిళా రిజర్వేషన్ల పేరిట జనాభా ఆధారంగా లోక్ సభ సీట్లు పెంచాలని చూస్తున్నారని ఆరోపణ

జనాభా ఆధారంగా లోక్ సభ సీట్లను పెంచాలని బీజేపీ చూస్తోంది తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి మండిపడ్డారు. ఈ మేరకు ఆయన 'ఎక్స్' వేదికగా ప్రధాని మోదీని ఉద్దేశించి ఆయన ట్వీట్ చేశారు. కేంద్ర ప్రభుత్వం తీసుకువచ్చే మహిళా బిల్లుకు ప్రతి ఒక్కరు మద్దతిస్తారని ఆయన పేర్కొన్నారు. కానీ లోక్ సభ సీట్ల పెంపు విషయంలోనే భిన్నాభిప్రాయాలు ఉన్నాయని తెలిపారు. లోక్ సభ సీట్ల పెంపు విషయంపై అఖిల పక్ష భేటీలో చర్చించి నిర్ణయం తీసుకోవాలని అన్నారు. లోక్ సభ సీట్ల పెంపు, మహిళా రిజర్వేషన్ల వేర్వేరు ప్రతిపాదనలు తెలుసని అన్నారు. అసెంబ్లీ సీట్లలో మహిళా రిజర్వేషన్ల అమలు చేస్తే దేశం మొత్తం ఆమోదిస్తుందని అన్నారు. మహిళా రిజర్వేషన్ల పేరుతో జనాభా ఆధారంగా లోక్ సభ సీట్లు పెంచాలని బీజేపీ చూస్తోందని ఆరోపించారు. దక్షిణాది, చిన్న



రాష్ట్రాలకు ఈ విధానం అన్వయం చేస్తోందని రేవంత్ రెడ్డి అన్నారు. భవిష్యత్తులో దేశాన్ని బలపరచడం చేస్తోందని ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. ఏ పార్టీకైనా జాతీయ ప్రయోజనాలే ముఖ్యంగా ఉండాలని అన్నారు. లోక్ సభ నియోజకవర్గాల పునర్విభజన కోసం రామామోహనాచారి కౌకుండా మరో విధానాన్ని అనుసరించాలని కోరారు. అన్ని పార్టీల ఏకాభిప్రాయంతో ఈ అంశంపై ముందుకు వెళ్లాలని సూచించారు.

ఈ ప్రభుత్వం రైతుల కోసమా.. దళారుల కోసమా?: కాంగ్రెస్ సర్కార్ పై హరీష్ రావు నిప్పులు

సదాశివపేటలోని శనగల కొనుగోలు కేంద్రాన్ని సందర్శించిన హరీష్ రావు రైతులు పంటను మద్దతు ధరకు అమ్ముకోలేకపోతున్నారని ఆవేదన సీఎం, మంత్రులకు రైతుల బాధలు పట్టడం లేదని విమర్శ



లేదని విమర్శించారు. సదాశివపేట మార్కెట్లో ఇప్పటికే కొన్న శనగలను కూడా, బిల్లులు కావడం లేదనే సాకుతో బస్తాలు ఖాళీ చేసి రైతులకు వెనక్కి ఇచ్చేయడం అత్యంత దారుణమని ఆయన ధ్వజమెత్తారు. రాష్ట్రవ్యాప్తంగా నిలిచిపోయిన 60 వేల క్వింటాళ్ల శనగలను వెంటనే రూ. 5,870 మద్దతు ధరతో కొనుగోలు చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. ఎన్నికల ముందు ప్రతి పంటకు బోసన్ ఇస్తామని హామీ ఇచ్చిన కాంగ్రెస్, ఇప్పుడు ఆ మాటను 'బోగస్' చేసిందని విమర్శించారు. కనీసం సన్న వడ్డకైనా బోసన్ ఇస్తారో లేదో స్పష్టం చేయాలన్నారు. మొక్కజొన్న, జొన్న, సన ఫలరం కొనుగోలుపై ప్రభుత్వం స్పష్టత ఇవ్వకపోవడంతో రైతులు వక్క రాష్ట్రాలకు వెళ్లి తక్కువ ధరకే అమ్ముకుంటున్నారని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. రైతులకు కనీసం 24 గంటల ఉచిత విద్యుత్ కూడా ఇవ్వడం లేదని, కేవలం 10 గంటల కరెంటుతో పంటలు ఎండిపోతున్నాయని విమర్శించారు. "కరెంటు ఇవ్వరు, రైతుబంధు వేయరు, బోసన్ ఇవ్వరు, పండిన పంటను కొనరు. ఈ ప్రభుత్వం రైతుల కోసమా? లేక కాంట్రాక్టర్లు, దళారుల కోసమా?" అని హరీష్ రావు సూటిగా ప్రశ్నించారు. ముఖ్యమంత్రి తక్షణమే ఢిల్లీ పర్యటనలు ఆపి, పంట కొనుగోలుపై సమీక్ష నిర్వహించి రైతులను ఆదుకోవాలని డిమాండ్ చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎమ్మెల్యేలు చింతా ప్రభాకర్, మాణిక్ రావు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

తెలంగాణలో సమ్మె సైరన్.. ఏప్రిల్ 22 నుంచి ఆర్టీసీ సమ్మె



దిగుతున్నట్లు వెల్లడించింది. ఈ జేపీసీ వెనుక 40 వేల మంది కార్మికుల బలం ఉందని చెప్పారు జేపీసీ నేతలు. కార్మికులంతా ఏకతాటిపై ఉన్నారని... విభజించు పాలించు అనే ధోరణి ప్రదర్శిస్తే సహించేది లేదన్నారు. తమ సమస్యలు పరిష్కరించే వరకు వెనక్కి తగ్గలేదన్నారు. కమిటీ వేతామంటూ కాలయాపన చేయొద్దని.. మంత్రి పొన్నం ప్రభాకర్ ఆ కమిటీ నివేదికను బహిష్కారం చేయాలన్నారు జేపీసీ నేతలు. ఎన్నికల మేనిఫెస్టోలో ఇచ్చిన హామీలనే మేము అడుగుతున్నామని చెప్పారు. కొత్త కోర్కెల కోరడం లేదని.. ఖాళీగా ఉన్న అన్ని కేటగిరీ పోస్టులను వెంటనే భర్తీ చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. కార్మికులను ఇబ్బంది పెట్టే బదిలీలు ఆపి, ఎక్కడి వారిని అక్కడే ఉంచాలన్నారు.

తెలంగాణలో సమ్మె సైరన్ మోగింది. ఏప్రిల్ 22 నుంచి సమ్మె చేస్తున్నట్లు డిమాండ్ ఆర్టీసీ జేపీసీ ప్రకటించింది. న్యాయమైన డిమాండ్ల సాధన కోసం మార్చి 13నే సమ్మె నోటీసు ఇచ్చినా.. ప్రభుత్వం నుంచి ఎలాంటి స్పందన లేదని తెలిపింది. ఏప్రిల్ 21 ఆర్డరాల్ని.. అంటే మొదటి దూత నుంచే రాష్ట్రవ్యాప్తంగా సమ్మెకు

రేవంత్ రెడ్డి ప్రతిపాదనలు రాజ్యాంగ విరుద్ధం

ఆదాయం ప్రాతిపదికన సీట్ల విభజన జరగాలన్న రేవంత్ రెడ్డి హైదరాబాద్ కే అన్ని సీట్లు ఇవ్వాలా? అని ప్రశ్నించిన బండి సంజయ్ రాజ్యాంగ పునాదులను కాంగ్రెస్ బలహీనపరుస్తోందని విమర్శ

నియోజకవర్గాల పునర్విభజన (డివివిటిఎస్) అంశంపై తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి చేసిన వ్యాఖ్యలను కేంద్ర సహాయ మంత్రి బండి సంజయ్ ఖండించారు. ఆదాయం ప్రాతిపదికన సీట్ల విభజన జరగాలన్న రేవంత్ రెడ్డి వాదనను రాజ్యాంగ విరుద్ధమని కొట్టిపారేశారు. "అత్యధిక ఆదాయం ఇచ్చే ప్రాంతాలకే ఎక్కువ సీట్లు ఇవ్వాలన్నది రేవంత్ రెడ్డి వాదన. అదే నిజమైతే హైదరాబాద్ కే అన్ని సీట్లు ఇవ్వాలా? వెనుకబడిన పాలమూరు, ఆదిలాబాద్ వంటి జిల్లాల పరిస్థితి ఏమిటి?" అని సంజయ్ ప్రశ్నించారు. కాంగ్రెస్ హైకమాండ్ కు నిధులు పంపి, ఇప్పుడు దబ్బు మట్టానే సిద్ధాంతాలు అల్లుతున్నారా? అని ఎద్దేవా చేశారు. బాబాసాహెబ్ అంబేద్కర్ రాసిన రాజ్యాంగ పునాదులను కాంగ్రెస్ బలహీనపరుస్తోందని విమర్శించారు. అంబేద్కర్ జయంతికి ముందే ఆయన ఆశయాలను కించపరిచేలా ముఖ్యమంత్రి మాట్లాడటం బాధాకరమని, అంబేద్కర్ బతికుంటే కాంగ్రెస్ ను దేశం నుంచి బహిష్కరించేవారని మండిపడ్డారు. కాంగ్రెస్ పార్టీ మహిళా రిజర్వేషన్లకు వ్యతిరేకమని విమర్శించారు. గత 50 ఏళ్లలో 33 శాతం రిజర్వేషన్లు ఎందుకు ఇవ్వలేదని ప్రశ్నించిన ఆయన,



గతంలో పార్లమెంట్ లో బిల్లు కాపీలు చించివేసిన ఆర్డీ, సమాజ్ వాదీ పార్టీలతో కాంగ్రెస్ పాత్రలు పెట్టుకోవడంపై నిలదీశారు. జనాభాతో సంబంధం లేకుండా ప్రతి రాష్ట్రంలో 50 శాతం సీట్లు పెంచాలని ప్రధాని మోదీ నిర్ణయించారని, ఇది అభివృద్ధిలో అందరినీ భాగస్వాములను చేయడమేనని స్పష్టం చేశారు. రేవంత్ రెడ్డి వ్యాఖ్యలు కాంగ్రెస్ విభజన రాజకీయాలకు నిదర్శనమని, ఇప్పటికైనా రాజ్యాంగ విలువలపై గౌరవంతో మాట్లాడాలని బండి సంజయ్ డిమాండ్ చేశారు.

ఈసారి వర్షాలు తక్కువే

నైరుతి రుతుపవనాలపై ఐఎండీ తొలి అంచనా

దేశవ్యాప్తంగా కోట్లాది మంది రైతులు, ప్రజలు ఎదురుచూస్తున్న 2026 నైరుతి రుతుపవనాలపై భారత వాతావరణ శాఖ (Xవీఐ) తన తొలి విడత అంచనాలను నోవంబరు విడుదల చేసింది. ఈ ఏడాది వర్షాలు సాధారణం కంటే తక్కువగా ఉండే అవకాశం ఉందని, దీర్ఘకాలిక సగటు (గ్రామా)లో సుమారు 90 నుంచి 95 శాతం మధ్య వర్షపాతం నమోదయ్యే అవకాశం ఉందని స్పష్టం చేసింది. దేశవ్యాప్తంగా సగటున 92 శాతం వర్షపాతం నమోదయ్యే సూచనలు ఉన్నాయని, ఇందులో 5 శాతం అటూఇటూగా ఉండవచ్చని పేర్కొంది. 1971 నుంచి 2020 మధ్య కాలంలో వర్షపాతం దేటా ఆధారంగా, దేశంలో దీర్ఘకాలిక సగటు వర్షపాతం 87 సెం.మీ.గా ఉంది. దీని ఆధారంగానే ఐఎండీ తన అంచనాలను వెల్లడించింది. కాగా, రుతుపవనాల కదలికలు, సముద్ర ఉపరితల ఉష్ణోగ్రతలను మరింతగా విశ్లేషించి, మే వివరించిన వారంలో సవరించిన అంచనాలను విడుదల చేస్తామని ఐఎండీ తెలిపింది. రుతుపవనాలపై ప్రభావం చూపే కీలక అంశాల గురించి కూడా ఐఎండీ వివరించింది. ప్రస్తుతం పసిఫిక్ మహాసముద్రంలో బలహీనంగా ఉన్న లా నినా పరిస్థితులు ముగిసి, ఎల్ నినో-సదరన్ ఆసిలేషన్ (జువీనా) తలపట్టే స్థితికి మారుతున్నాయని తెలిపింది. అయితే, 'మాన్ సూన్ మిషన్ కైమేట్ ఫోర్ కాస్ట్ సిస్టమ్ ' మోడల్ ప్రకారం, నైరుతి రుతుపవనాల సమయంలో ఎల్ నినో పరిస్థితులు ఏర్పడే ప్రమాదం ఉందని ఐఎండీ హెచ్చరించింది. సాధారణంగా ఎల్



నినో ఏర్పడినప్పుడు ఆసియా దేశాలలో వర్షాలు తగ్గి, కరవు పరిస్థితులు తలెత్తతాయి. మరోవైపు హిందూ మహాసముద్రంలో ఇండియన్ ఓషన్ రైఫోల్ ప్రస్తుతం తలస్తంగా ఉందని, రుతుపవనాల చివరి దశలో ఇది సానుకూలంగా మారే అవకాశం ఉందని ఐఎండీ అంచనా వేస్తోంది. పసిఫిక్, హిందూ మహాసముద్రాలలోని సముద్ర ఉపరితల ఉష్ణోగ్రతలు భారత రుతుపవనాలపై బలమైన ప్రభావాన్ని చూపుతాయి. తద్వారా, ఈ రెండు సముద్రాల్లోని పరిస్థితులను నిశితంగా గమనిస్తున్నట్లు ఐఎండీ తన ప్రకటనలో స్పష్టం చేసింది.

కేసీఆర్ కు మంత్రి సీతక్క లీగల్ నోటీసులు

తనపై సోషల్ మీడియా వేదికగా సాగుతున్న దుష్ప్రచారాన్ని తీవ్రంగా పరిగణించిన మంత్రి సీతక్క... బీఆర్ఎస్ అధినేత కేసీఆర్ కు లీగల్ నోటీసులు పంపారు. ఆంగ్లవాదీ కార్యకర్తలకు ఫోన్ల పంపిణీ విషయంలో బీఆర్ఎస్ సోషల్ మీడియా విభాగం చేస్తున్న ఆరోపణలు నిరాధారమైనవని, అవి తన వ్యక్తిత్వ హాననానికి పాల్పడుతున్నాయని ఆమె ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. పార్టీ బాధ్యుడిగా ఈ ప్రచారానికి కేసీఆర్ జవాబుదారీ వహించాలని ఆమె స్పష్టం చేశారు. రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ఆంగ్లవాదీ కార్యకర్తలకు ప్రభుత్వం ఫోన్లను పంపిణీ చేసింది. అయితే, ఒక్కో ఫోన్ ను మార్కెట్ ధర కంటే అధిక మొత్తానికి కొనుగోలు చేసి మంత్రి కమిషన్లు తీసుకున్నారంటూ బీఆర్ఎస్ శ్రేణులు సోషల్ మీడియాలో ఫోన్లు పెట్టాయి. దీనిపై మంత్రి ఇప్పటికే వివరణ ఇస్తూ.. ఒక్కో ఫోన్ ను కేవలం రూ. 11,650కే అత్యంత పారదర్శకంగా కొనుగోలు చేశామని వెల్లడించారు. తప్పుడు ప్రచారంతో ప్రజలను తప్పుదోవ పట్టించాలని చూస్తున్నారని ఆమె మండిపడ్డారు. తప్పుడు ఆరోపణలతో కూడిన సోషల్ మీడియా పోస్టులను 48 గంటల్లోగా



తొలగించాలని నోటీసుల్లో సీతక్క డిమాండ్ చేశారు. తన ప్రతిష్టకు భంగం కలిగించినందుకు కేసీఆర్ బహిరంగ క్షమాపణలు చెప్పాలని అన్నారు. నిత్య సమయంలో స్పందించకపోతే సివిల్, క్రిమినల్ చర్యలు తీసుకుంటానని హెచ్చరించారు.

సీతక్క నూ మాజీ ఎమ్మెల్యే గండ్ర మండిపాటు

వరంగల్: అంగన్నాడీలకు ఇచ్చిన ఫోన్లలో అవినీతి జరిగిందని సోషల్ మీడియా మరియు ప్రతిపక్షంగా అడిగితే “చెప్పులు తెగుతాయి” వంటి వ్యాఖ్యలు చేయడం ఇదేం సాంప్రదాయమని మంత్రి సీతక్క వ్యాఖ్యలపై మాజీ ఎమ్మెల్యే గండ్ర వెంకటరమణారెడ్డి అగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. మంత్రి సీతక్క బేషరతుగా క్షమాపణలు చెప్పాలని మాజీ ఎమ్మెల్యే గండ్ర వెంకటరమణారెడ్డి డిమాండ్ చేశారు. రాజకీయాల్లో ఆరోపణలు వస్తేవాటిని ఆధారాలతో సహా నిరూపించాలి

గానీ. “చెప్పు తెగుతుంది” వంటి పరుష వ్యాఖ్యలు చేయడం తగదు. తమపై అనేక ఆరోపణలు వచ్చినప్పటికీ.. వాటికి ఎప్పుడూ సముచితంగా సమాధానం ఇచ్చామే తప్ప ఈ విధంగా దూషణలకు దిగలేదు. అధికారంలో ఉండి కేవలం ఆరోపణలు చేయడం సరైంది కాదు. భూపాలపల్లి గడ్డమీద నేటి ముఖ్యమంత్రి, అప్పట్లో టిపీసీసీ అధ్యక్షుడిగా ఉన్న రేవంత్ రెడ్డి, నాపై 1400 ఎకరాల

భూమి కబ్జా చేశాడని ఆరోపణలు చేశారు.. రెండున్నర సంవత్సరాలు గడిచినా ఆ ఆరోపణలునిరూపించలేకపోయారు .. ఇప్పటికే నేను దానిపై కోర్టులో పరువు నష్టం కేసులు, క్రిమినల్ కేసులు దాఖలు చేశాను. ప్రతిపక్షంలో ఉన్నప్పుడు ప్రశ్నించడం ప్రజాస్వామ్య హక్కు.. కానీ ప్రభుత్వం నుంచి ఇలాంటి భాషలో స్పందించడం అనుచితమని అన్నారు.

మొలంగూర్ లో రోడ్డు భద్రతా అవగాహన, ఉచిత కంటి పరీక్షలు

హైదరాబాద్ కరీంనగర్ జిల్లా, మానకొండూర్ మండలంలోని మొలంగూర్ గ్రామంలోని ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రం (ఐఓఆర్) వద్ద ఏప్రిల్ 15, 2026, సోమవారం నాడు రోడ్డు భద్రతా అవగాహన కార్యక్రమం నిర్వహించబడుతుంది. ఎస్సై శేఖర్ రెడ్డి తెలిపిన వివరాల ప్రకారం, ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా కలెక్టర్, సిపి ముఖ్య అతిథులుగా హాజరు కానున్నారు. ఆటో మరియు లారీ డ్రైవర్లకు ఉచిత కంటి పరీక్షలు, యూనిఫామ్ మరియు హెల్మెట్ పంపిణీ వంటి కార్యక్రమాలు చేపట్టబడతాయి. ఈ కార్యక్రమం ప్రజా పాలన ప్రగతి ప్రణాళికలో భాగంగా జరుగుతుంది.

బూరుగుపల్లిలో విద్యుత్ స్తంభాలకు విద్యుత్ సరఫరా ప్రారంభం

హైదరాబాద్ : రాజన్న సిరిసిల్ల జిల్లాలోని బోయినపల్లి మండలం బూరుగుపల్లి గ్రామంలో ఆదివారం, కళ్ళల బండ నుండి బోయినపల్లి మామిండ్ల బస్టాండ్ వరకు రహదారి పక్కన ఏర్పాటు చేసిన విద్యుత్ స్తంభాల లైన్ కు విద్యుత్ సరఫరాను ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా సహకరించిన గ్రామ వాస్తవ్యులు కొలువుల రాజు ఏడిఈ కి, పాలమర్రి వేణుగోపాలచారి కి సర్పంచ్ పెంచాల సౌమ్య మహేష్, ఉపసర్పంచ్ కల్లెపల్లి చంద్రయ్య కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో వార్డు సభ్యులు, మాజీ సర్పంచులు అంజయ్య, సత్రయ్య, బోయినపల్లి మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు కొలువుల ప్రవీణ్, స్థానిక ప్రజా ప్రతినిధులు, గ్రామస్తులు పాల్గొన్నారు.

ఇప్పప్పువ్వు లడ్డాకు పెరిగిన ప్రాధాన్యత

ఇప్పప్పువ్వు లడ్డు అత్యంత బలపర్వకమైన, సాంప్రదాయ ఆరోగ్యకరమైన స్వీట్. ఈ లడ్డులో సహజ సిద్ధమైన తీపితోపాటు ఇసుము(ఇరెన్), ఫైబర్, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు మొదలగా ఉంటాయి. గర్భిణులకు, రక్తహీనత ఉన్న వారికి ఇది చాలా ప్రయోజనకరం. ఈ లడ్డులో ఔషధగుణాలు కూడా పుష్కలంగా ఉంటుంటేపాటు శరీరానికి తక్షణ శక్తిని ఇస్తుంది. జీర్ణక్రియను మెరుగుపరుస్తుంది. రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది. ప్రతిరోజూ ఈ లడ్డు తినడం వల్ల 45 రోజుల్లో శరీరంలో రక్తకాంతం పెరుగుతుందని వైద్యులు పేర్కొంటున్నారు. అంతేకాదు రక్తహీనత, సీరనం, మొకాళ్ల నొప్పుల నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుందని సూచిస్తున్నారు. దీంతో ఆదివాసీ గిరిజన మహిళలు తయారు చేస్తున్న ఇప్పప్పువ్వుల లడ్డులకు ప్రజల్లో మంచి ఆదరణ లభిస్తోంది. ఆదిలాబాద్ జిల్లాలోని అడవి ప్రాంతంలో వేసవిలో 45 రోజులపాటుమాత్రమే దొరికే ఇప్పప్పువ్వులను ఆదివాసీ, గిరిజనుల ద్వారా సేకరించి, లడ్డులు తయారీ సంఘం ఆధ్వర్యంలో కొనుగోలు చేస్తున్నారు. ఎండిన ఇప్పప్పులు, బెల్లం, వేరుశనగ, నువ్వులు, నెయ్యి, ద్రెస్సాల్తో పాటు సువాసన కోసం యాలాకులను కలిపి, మిశ్రమంగా చేసి ఇప్పప్పుల లడ్డులను తయారు చేస్తున్నారు. ప్రధాని సరేంద్ర మోడీ మనీ కీ బాతలో ప్రస్తావించిన తర్వాత, ఈ లడ్డులకు ప్రాచూర్యం విపరీతంగా పెరిగింది. ఇది కేవలం తీపి పదార్థం మాత్రమే కాదు, ఒక ఆరోగ్యకరమైన ‘సూపర్ ఫుడ్’గా, శరీరానికి తక్షణమే శక్తినిచ్చే సాంప్రదాయకమైన, ఆరోగ్యకరమైన స్వీట్గా, మెండుగా ఔషధగుణాలను లడ్డుగా ప్రసిద్ధి చెందుతోంది. ఈ లడ్డులను ఆదిలాబాద్ జిల్లాలో విక్రయించడంతోపాటు రాష్ట్ర రాజధాని హైదరాబాద్లోని శిల్పారా మంలో ఇందిరా శక్తి భవన్లో అమ్ముతున్నారు. ఉమ్మడిఆదిలాబాద్ జిల్లాలోని 124 ఆశ్రమ పాఠశాలల విద్యార్థుల కోసం ఇప్పప్పు లడ్డులను సరఫరా చేస్తున్నారు. జిల్లాలోని ఆశ్రమ పాఠశాలలకు ప్రతివారం 39 క్వింటాళ్ల ఇప్పప్పుల లడ్డులను సరఫరాచేస్తున్నట్లు అధ్యక్షురాలు కుండ్రా బాగుబాయి తెలిపారు. 17 మందిఆదివాసీ గిరిజన మహిళలు ఇప్పప్పు లడ్డులను తయారీ చేస్తూ.. ఉపాధి పొందుతున్నారు. అంతేకాదు మంచి పోషకాలు గల ఇప్పప్పుల లడ్డులను తయారు చేస్తూ ప్రజల ఆరోగ్యానికి దోహదపడుతున్నారు. ఆదివాసీ గిరిజనులు వేసవికాలంలో తెల్లవారకముందు అడవికి వెళ్లి సేకరిస్తున్న ఇప్పప్పువ్వు ప్రజల ఆరోగ్యానికి రక్షణగా నిలుస్తుంది. గిరిజన మహిళలు తయారు చేసే ఇప్పప్పువ్వు లడ్డులను తింటే శరీరానికి ఎంతో తక్షణ శక్తి లభిస్తుంది. అంతేకాదు ఇప్పప్పువ్వును నేరుగా తింటే బీబీ, షుగర్ వ్యాధులను అరికట్టడంతో పాటు రక్తనాళాలనుకూడా శుభ్రం చేస్తుందని నిపుణులు అభిప్రాయపడుతున్నారు. గిరిజనులు తమ దేవతలకు వైవేధ్యంగా విప్పపర్వ సూనెలతో గారెలను చేసి, దేవతలకు సమర్పిస్తారు. ఆదిలాబాద్ జిల్లా కలెక్టర్ గా విధులు నిర్వహించిన, ప్రస్తుత పంచాయతీరాజ్ కమిషనర్ దివ్య దేవరాజన్ ఇప్పప్పువ్వుతో ప్రజలకు ఆరోగ్యంగా ఎంతో మేలు జరుగుతుందని గుర్తించారు. ఇప్పప్పులు తినడంతో ప్రజల ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుందనిసంకల్పించారు. ఇప్పప్పువ్వు లడ్డులను తయారుచేసి ప్రజలకు అందిస్తే కొంతమేరకు ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుందని భావించి, ఇందుకు ఆదివాసీ గిరిజన మహిళలను ఎంపిక చేశారు. ఎంపిక చేసినమహిళలకు ఇప్పప్పు వూలతో లడ్డులు తయారీపై శిక్షణ ఇప్పించారు. లడ్డులు తయారీకి ఇప్పప్పు వూల సేకరించేందుకు, ఇందుకు కావలసిన అన్ని ఏర్పాట్లను చేసుకునేందుకు ప్రభుత్వపరంగా ఆర్థిక సాయంఅందించారు. దీంతో ఇప్పప్పు వూల లడ్డులను తయారీ చేస్తూ విక్రయిస్తున్నారు. ఆదిలాబాద్ ఉమ్మడి జిల్లాలో ఇప్పప్పు వూల చెట్లు తగ్గిపోతున్నాయని కొంతమంది గిరిజనులు దివ్య దేవరాజన్ దృష్టికి తీసుకొచ్చారు. దీంతో హరితహారం సర్కల్లో ఇప్పప్పు వూల మొక్కలను పెంచాలని సూచనలు చేశారు. సర్కల్లో పెంచిన మొక్కలను చేసులో నాటే విధంగా మొక్కల సరఫరాను నాగోబా ఆలయంలో పంపిణీచేయించారు. కలెక్టర్ గా పంపిణీ చేసిన మొక్కలను గిరిజనులు చేసు గట్టపై నాలుకున్నారు. అవి పెరుగుతున్నాయి.. 12 మంది సభ్యులతో ఏర్పడిన సంఘం ద్వారా 17 మందికి ఉపాధి కల్పిస్తున్నామనిబాగుబాయి తెలిపింది. ప్రతి మహిళకు నెలకు రూ. 15 వేలు చెల్లిస్తున్నామన్నారు. ఉట్నూర్లో తయారుచేసిన ఇప్పప్పు వూల లడ్డులను రాష్ట్ర రాజధానిలోని శిల్పారామంలోని ఇందిరా శక్తి భవన్లోని 41గదిలో విక్రయిస్తున్నామని తెలిపారు. ఇక్కడ తయారుచేసిన లడ్డులను ప్రతిరోజూ పంపించి విక్రయిస్తున్నామని ఆమె తెలిపింది. గ్రామాల్లో రూ. 100 చొప్పున కేజీ ఇప్పప్పువ్వును ప్రస్తుతం సేకరిస్తున్నామని ఆమె తెలిపారు.

రోడ్డు భద్రత, ప్రతి ఒక్కరి బాధ్యత



ప్రతి ఒక్కరూ బాధ్యతగా ట్రాఫిక్ నియమాలను పాటించినప్పుడే రోడ్డు ప్రమాదాలు నియంత్రితం ఉంటాయని పోలీస్ కమిషనర్ సునీల్ దత్ అన్నారు. రోడ్డు ప్రమాదాల కారణంగా జరుగుతున్న ప్రాణనష్టాన్ని తగ్గించి, ప్రతి ప్రయాణికుడు సురక్షితంగా గమ్యానికి చేరాలనే ఉద్దేశంతో తెలంగాణ పోలీస్ శాఖ ఆధ్వర్యంలో రూపొందించిన ‘ఆర్ఎస్ ఆల్లెవ్’ అవగాహన కార్యక్రమం ద్వారా ప్రజలను సమాధానం చేసేందుకు ప్రజాపాలన - ప్రగతి ప్రణాళికలో భాగంగా ప్రభుత్వ విభాగాలు చెందిన అధికారులు ఉద్యోగులు, ప్రజా ప్రతినిధులు, స్థానిక ప్రజల భాగస్వామ్యంతో ఖమ్మం రూరల్ మండలం, వరంగల్ క్రాస్ రోడ్డులో అవగాహన కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా పోలీస్ కమిషనర్ మాట్లాడుతూ.. ప్రస్తుతం జిల్లాలో జరుగుతున్న రోడ్డు ప్రమాదాల గణాంకాలను పరిశీలిస్తే, ఎక్కువ శాతం ప్రమాదాలు మానవ నిర్లక్ష్యం వల్లే జరుగుతున్నాయని



సేవించి వాహనాలు నడపడం, అతివేగం, ట్రాఫిక్ నిబంధనలు పాటించకపోవడం, హెల్మెట్, సీటుబెల్ట్ వాడకంలో అలసత్వం వంటి కారణాలే ప్రమాదాలకు ప్రధాన కారణాలన్నారు. ఈ పరిస్థితిని మార్చేందుకు అవగాహన అత్యంత అవసరమని భావించి ‘ఆర్ఎస్ ఆల్లెవ్’ కార్యక్రమాన్ని రూపొందించారని చెప్పారు. గ్రామాలు, పట్టణాలు, మండల కేంద్రాలు, జాతీయ రహదారులు, ప్రమాదాలు ఎక్కువగా జరుగుతున్న ప్రాంతాలను గుర్తించి అక్కడ ప్రత్యేక కార్యక్రమాలు చేపడుతున్నామని తెలిపారు. పాఠశాలలు, కళాశాలలు, అస్సాండ్లు, ఆసుపత్రులు, పరిశ్రమలు, మార్కెట్ ప్రాంతాలు, దేవాలయాలు, ప్రార్థనా మందిరాలు, ఫంక్షన్ హాల్ల వంటి చోట్ల ప్రజలను నేరుగా కలుసుకుని అవగాహన కల్పిస్తున్నామని చెప్పారు. ద్వీచక్ర వాహనాలు డ్రైవింగ్ చేసే వారితో పాటు వెనుక కూర్చునే వారు హెల్మెట్ తప్పనిసరిగా

డ్రగ్ ఫ్రీ స్టేట్ గా తెలంగాణ

హైదరాబాద్, ఏప్రిల్ 13 , తెలంగాణ ప్రభుత్వం మళ్ళీ పదార్థాల వినియోగాన్ని అరికట్టేందుకు రాష్ట్రవ్యాప్తంగా 35 ఆడిక్షన్ ట్రీట్ మెంట్ ఫెసిలిటీ కేంద్రాలను ప్రారంభించింది. గాంధీ ఆసుపత్రిలో ప్రత్యేక ఎన్ ఐసీయూ, కౌన్సిలింగ్ కేంద్రాలను అందుబాటులోకి తెచ్చింది. ఎ-కావీడి అందించే అత్యాధునిక కిటీల ద్వారా 12 రకాల డ్రగ్స్ ను నిమోషాల్లోనే గుర్తిస్తున్నారు. బాధితులకు 6 వారాల పాటు పునరావాసం కల్పిస్తూ.. చట్టపరమైన నిబంధనల ప్రకారం చికిత్స అందించడం ఈ ప్రాజెక్టు ముఖ్య ఉద్దేశమని అధికారులు చెబుతున్నారు. రాష్ట్రవ్యాప్త డ్రగ్ ఫ్రీ స్టేట్ గా మార్చేందుకు తెలంగాణ ప్రభుత్వం ప్రత్యేక చర్యలు తీసుకుంటుంది. ఇప్పటికే నార్కోటిక్ విభాగంతో పాటు ఈగల్ టీవ్యూ ఏర్పాటు చేసి మళ్ళీ గుఱ్ఱపాదం మోపుతోంది. ఎక్కడిక్కడ తనిఖీలు నిర్వహిస్తూ.. గంజాయి, కొర్రెన్ ఇతర డ్రగ్స్ మూలాలను కట్టడి చేస్తున్నారు. ఇటీవల కాలంలో చాలా చోట్ల దాడులు నిర్వహించి పలువురిని అరెస్టు చేశారు. రాష్ట్రంలో మళ్ళీ పదార్థాల వినియోగం ఒక సామాజిక విపత్తుగా మారుతున్న తరుణంలో.. తెలంగాణ ప్రభుత్వం సంఘటింపడం తీసుకుంది. డ్రగ్స్, ఇతర మదకరద్రవ్యాల

వ్యవసం నుంచి ప్రజలను కాపాడేందుకు రాష్ట్రవ్యాప్తంగా 35 రిహాబిలిటేషన్ సెంటర్లు ఏర్పాటు చేసింది. హైదరాబాద్ లోని గాంధీ ఆసుపత్రిలో ఈ సేవలను లాంఛనంగా ప్రారంభించడంతో పాటు.. అన్ని జిల్లాల్లోనూ ఏకకాలంలో వీటిని అందుబాటులోకి తీసుకువచ్చారు. తెలంగాణ యాంటీ నార్కోటిక్స్ బ్యూరో సహకారంతో ఈ కేంద్రాల్లో మళ్ళీ-డ్రగ్ బెస్ట్ కిటీలనుసరఫరా చేశారు. ఈ కిటీల ద్వారా గంజాయి, ఓపియాాయిడ్స్, కొర్రెన్, యాంఫెటమిన్స్ వంటి దాదాపు 12 రకాల మదకరద్రవ్యాలను మార్కెట్ పరిశ్రమ ద్వారా కేవలం నిమోషాల్లోనే గుర్తించవచ్చు. గాంధీ ఆసుపత్రినికెక్కిన డాక్టర్ కె. ఆనుపమ తెలిపిన వివరాల ప్రకారం.. కిటీలో ఎరువు గీత కనిపించకపోతే సడరు వక్రీ డ్రగ్స్ తీసుకున్నట్లు నిర్ధారిస్తారు. అయితే ఇవి కేవలం ప్రాథమిక పరీక్షలు మాత్రమే. అవసరమైతే మరన్ని లోల్లైన క్లినికల్ పరీక్షలు నిర్వహిస్తారు. గత రెండు రోజుల్లో 90 మందికి పరీక్షలు చేయగా.. సుమారు 40 మందికి సాజిడివ్ పచ్చిన్నట్లు అధికారులు వెల్లడించారు. తీవ్రమైన వ్యవసానికీగరైన వారు లేదా మళ్ళీ పదార్థాల అందక శారీరకంగా ఇబ్బంది పడే

ఎల్పీజీ కప్పాలకు చెక్..

హైదరాబాద్, ఏప్రిల్ 13 , పశ్చిమాసియా యుద్ధం కారణంగా ఎల్పీజీ సరఫరాలో తలెత్తే ఇబ్బందులను అధిగమించడానికి రంగారెడ్డి, మేడ్చల్ జిల్లాల్లో పైపుల ద్వారా సహజ వాయువు పంపిణీని ప్రభుత్వం వేగవంతం చేసింది. గోదావరి బేసిన్ నుంచి పూడూరు ఫ్లాట్ ద్వారా గ్యాస్ ను తీసుకుని ఇళ్లకు సరఫరా చేసేందుకు భాగ్యనగర్, మెగాసిటీ గ్యాస్ ఏజెన్సీలు నిర్వహిస్తున్నాయి. పైపైలైన్ల నిర్మాణానికి 24 గంటల్లోనే ప్యాపర్ ద్వారా అనుమతులు ఇచ్చేలా జిల్లా కలెక్టర్లు ప్రత్యేక ఏర్పాట్లు చేశారు. ఇరాన్-ఇజ్రాయిల్ యుద్ధం, పశ్చిమాసియాలో ఉద్రిక్తతలతో ప్రస్తుతం గ్యాస్ కొరత ఏర్పడింది. బుక్ చేసిన నెల రోజులకు కూడా సిలిండర్లదరచని పరిస్థితి. గ్యాస్ కోసం ఏజెన్సీల ముందు

బారులు తీరుతున్నారు. మారుతున్న అంతర్జాతీయ పరిణామాల దృష్ట్యా ఇంధన భద్రతపై కేంద్ర ప్రభుత్వం ప్రత్యేక దృష్టి సారించింది. ప్రస్తుతం ఎల్పీజీ సరఫరాకు అటంకాలు కలగకుండా ఉండేందుకు.. పైపుల ద్వారా సహజ వాయువును నేరుగా ఇళ్లకు సరఫరా చేయాలని రాష్ట్రాలను ఆదేశించింది. ఈ క్రమంలో తెలంగాణ ప్రభుత్వం హైదరాబాద్ శివారుజిల్లాలైన రంగారెడ్డి, మేడ్చల్లో ఈ ప్రాజెక్టును వేగవంతం చేస్తోంది. ఈ భారీ ప్రాజెక్టుకు మూలం గోదావరి బేసిన్. కాకినాడ నుంచి ముంబై మీదుగా అహ్మదాబాద్ వరకు సాగే ప్రధాన గ్యాస్ పైపైలైన్ మేడ్చల్ జిల్లా పూడూరు గ్రామం మీదుగా వెళ్తోంది. ఇక్కడ ఉన్న ఎల్పీజీ నిల్వ ఫ్లాట్ ద్వారా గ్యాస్ ను సేకరించి అక్కడి నుంచి భాగ్యనగర్ గ్యాస్ ఏజెన్సీ లిమిటెడ్, మెగాసిటీ గ్యాస్ ఏజెన్సీలు వినియోగదారులకు

అంబేద్కర్ చిరస్మరణీయులు-

రాష్ట్ర కాళింగ కార్పొరేషన్ డైరెక్టర్ లోక రాజేష్.



కవిత న్యూస్ ఇండియా ఏప్రిల్ 13: మండలంలోని కళ్యాణి ఆంగ్ల పాఠశాలలో ముందస్తుగా భారత రత్న అంబేద్కర్ 135 జయంతి వేడుకలను సోమవారం ఘనంగా నిర్వహించారు. ముఖ్యఅతిథిగా పాల్గొన్న రాష్ట్ర కాళింగ కార్పొరేషన్ డైరెక్టర్ మరియు పాఠశాల కరస్పాండెంట్ లోక రాజేష్ ముందుగా అంబేద్కర్ చిత్రపటానికి పూలమాలలు వేసి జ్యోతి ప్రజ్వలన చేశారు. ఆనంతరం ఆయన విద్యార్థులను ఉద్దేశించి మాట్లాడుతూ మన దేశ రాజ్యాంగ ఏర్పాటులో అంబేద్కర్ ది కీలక పాత్రను భారత దేశ చరిత్రలో చిరస్మరణీయంగా నిలిచిన వ్యక్తి అని కొనియాడారు. అంబేద్కర్ మంచి విద్యావేత్తని కొలంబియా విశ్వవిద్యాలయం నుండి పీహెచ్ డి మరియు లండన్ విశ్వవిద్యాలయం నుండి డాక్టర్ పట్టాలను పొంది చాలా అరుదైన గౌరవాన్ని సంపాదించిన వ్యక్తి అంబేద్కర్ అని చెప్పారు. భారతదేశ రాజ్యాంగ వ్యవస్థాపన కోసం, సామాజిక సమానత్వం కోసం కృషి చేసిన వ్యక్తి అని ఆయన అనుసరించిన మార్గంలో అందరూ నడవాలని పేర్కొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో పాఠశాల ప్రిన్సిపల్ బిందు మాధవి, ఏవో బిడెజ్ రాజ్ పాఠశాల ఉపాధ్యాయులు మరియు విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

ప్రభుత్వ డిగ్రీ కళాశాలలో ఏపీపీఎస్సీ గ్రూప్-2 రాష్ట్ర స్థాయి పరీక్షలు



యలమంచిలి న్యూస్ ఇండియా ఏప్రిల్ : 13 పట్టణంలోని శ్రీ గురజాడ అప్పారావు ప్రభుత్వ డిగ్రీ కళాశాలలో ఋషివవతి క్యారి గైడ్ లె స్స్ సెల్ ఆధ్వర్యంలో ఏపీపీఎస్సీ గ్రూప్-2 మెగా పరీక్షలకు సిద్ధమవుతున్న అభ్యర్థుల కోసం రాష్ట్రస్థాయి గ్రూప్-2 పరీక్ష 2026" నిర్వహించనున్నట్లు కళాశాల నిర్వాహకులు తెలిపారు.

డా. బి.ఆర్. అంబేద్కర్ జయంతి సందర్భంగా ఈ కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభిస్తూ, ప్రొఫెసర్ విడుదల చేశారు. ఈ మెగా టెస్టును మే 1, 2026 (బుద్ధ పౌర్ణమి) న నిర్వహించనున్నారు.

ఈ పరీక్ష రాష్ట్ర స్థాయి పోటీని ప్రతిబింబించే విధంగా రూపొందించబడింది. మొత్తం 100 ప్రశ్నలతో పరీక్ష నిర్వహించబడుతుంది. ప్రతి ప్రశ్నకు ఒక మార్కు కేటాయించబడగా, తప్పని సమాధానాలకు 1/3 నెగటివ్ మార్కింగ్ అవుట్లో ఉంటుంది. ఈ పరీక్ష ఏపీపీఎస్సీ ప్రిలిమ్స్ నమూనాను అనుసరించి రూపొందించబడినదని తెలిపారు.

ఈ మెగా టెస్టును రెండు విధానాల్లో నిర్వహిస్తారు.

ఆఫ్ లైన్ పరీక్షను శ్రీ గురజాడ అప్పారావు ప్రభుత్వ డిగ్రీ కళాశాలలో నిర్వహించగా, ఆన్ లైన్ పరీక్షను "ప్రభుత్వ అవకాశం ఖజానా గాంధీవం వెబ్సైట్" ద్వారా నిర్వహించబడుతుంది. ఆఫ్ లైన్ పరీక్షకు కేవలం ప్రభుత్వ డిగ్రీ కళాశాల విద్యార్థులకు మాత్రమే అవకాశం కల్పించబడింది. ఆఫ్ లైన్ పరీక్షకు 500 సీట్లు మాత్రమే అందుబాటులో ఉన్నాయని, ముందుగా నమోదు చేసుకున్న వారికి ప్రాధాన్యం ఇస్తామని నిర్వాహకులు తెలిపారు. ఆఫ్ లైన్ పరీక్షలో ఉత్తమ ప్రదర్శన కనబరిచిన అభ్యర్థులకు నగదు బహుమతులు ప్రధానం చేయబడతాయి. మొదటి బహుమతి రూ.3000, రెండవ బహుమతి రూ.2000, మూడవ బహుమతి రూ.1000గా నిర్ణయించారు. ఆన్ లైన్ పరీక్షలో మొదటి 100 మందికి "ప్రభుత్వ అవకాశం ఖజానా" గాంధీవం వెబ్సైట్లో ఉచిత కోర్సు అందించబడుతుంది.

ఈ పరీక్ష ద్వారా అభ్యర్థులు తమ సన్నద్ధత స్థాయిని అంచనా వేసుకుని, రాష్ట్ర స్థాయి పోటీలో తమ స్థానం తెలుసుకునే అవకాశం లభిస్తుంది. రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా అనేక మంది అభ్యర్థులు పాల్గొనే అవకాశముందని నిర్వాహకులు తెలిపారు.

పరీక్షకు సంబంధించిన సమాచార ప్రక్రియ ఇప్పటికే ప్రారంభమైందని, ఆసక్తి గల అభ్యర్థులు త్వరగా నమోదు చేసుకోవాలని సూచించారు. పరీక్ష ఫలితాలు మరియు వివేచన "ప్రభుత్వ అవకాశం ఖజానా" గాంధీవం వెబ్సైట్ అందుబాటులో ఉంటాయి. మే 5, 2026 న కళాశాలలో బహుమతి ప్రధాన కార్యక్రమం నిర్వహించబడుతుంది.

ఈ కార్యక్రమానికి కళాశాల ప్రిన్సిపాల్, అధ్యాపకులు మరియు క్యారి గైడ్స్ సెల్ సభ్యులు ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారా

భట్టాజు లు అన్ని రంగాల్లో చైతన్యవంతులు కావాలి..



సంఘం రాష్ట్ర అధికార ప్రతినిధి బొబ్బిలి సీతా రామరాజు పిలుపు. మేధల్ జిల్లా (పడమర) శాఖ భట్టాజు సంఘం అధ్యక్షకార్యదర్శులు గా కరుణాకర్ రాజు, కృష్ణం రాజు లు ఎన్నిక. కుత్బుల్లాపూర్ ఏప్రిల్ 13 (న్యూస్ ఇండియా ప్రతినీధి) రాష్ట్రంలోని భట్టాజు కులస్తులు అన్ని రంగాలలో చైతన్యవంతులు కావాలని ఆ దిశగా ముందడుగు వేద్దామని ఆ సంఘం రాష్ట్ర అధికార ప్రతినిధి బొబ్బిలి సీతా రామరాజు పిలుపునిచ్చారు. మేధల్ జిల్లా (పడమర) శాఖ సర్వసభ్య సమావేశం - ఎన్నికలు నియోజకవర్గ పరిధి సూరారం లోని కృషి హై స్కూల్ లో జిల్లా అధ్యక్షుడు కూరపాటి కరుణాకర్ రాజు అధ్యక్షతన నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమానికి ఆయన తోపాటు ఎన్నికల అధికారిగా వ్యాసభట్టు బాలరాజు, పరిశీలకులు గా ఇండివర్ రాజు, దశరథ దురేందర్ రాజు లు వ్యవహరించారు. ఈ సందర్భంగా

ఆయన మాట్లాడుతూ పండిత విద్వాంసులుగా పేరున్న తమ కులస్తులపై కొంతమంది అజ్ఞానులు అనుచిత వ్యాఖ్యలు చేస్తున్నారని దీనిపై రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా కులస్తులందరూ ఏకమై న్యాయం జరిగే వరకు పోరాడుదామని వ్యాఖ్యానించారు. సామాజిక రాజకీయ రంగాలలో ప్రత్యేక స్థానం సంపాదించి భవిష్యత్తులో భట్టాజుల సత్తా చాటుదామని ధైర్యం చెప్పారు. భట్టాజు సంఘ భలోపితానికి ప్రతి ఒక్కరు సైనికుల్లా పనిచేయాలని పేర్కొన్నారు. భట్టాజు అంటే సమాజంలో ఒక బాధ్యత గల పౌరుడిగా ఎదగాలన్నారు. నూతనంగా ఎన్నికైన మేధల్ జిల్లా భట్టాజు సంఘ సభ్యులచే ప్రమాణ స్వీకారం చేయించిన అనంతరం నూతన కమిటీ సభ్యులను శాలువాతో సన్మానించి అభినందించారు. వరుసగా ఏకగ్రీవంగా మూడోవ సారి జిల్లా అధ్యక్షులు గా నియమితులైన కూరపాటి కరుణాకర్ రాజు

మాట్లాడుతూ భట్టాజు షెడరేషన్ కు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం నిధులు కేటాయించి వ్యక్తిగత రుణాలివ్వాలని, పాలక మండలి ఏర్పాటు చేయాలని, తమ కులస్తులు పై అనుచిత వ్యాఖ్యలు చేస్తున్న వారిపై శిక్షించే విధంగా బీసీ అట్రాసిటీ చట్టం తెలంగాణ రాష్ట్రం తేవాలని ప్రభుత్వానికి విజ్ఞప్తి చేశారు. త్వరలోనే మహిళా విభాగాన్ని, యువజన విభాగాన్ని ఎన్నుకొనున్నట్లు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో తెలంగాణ రాష్ట్ర సంఘం సాహితీ కార్యదర్శి చక్రాల రేవతిసంద్ భట్, మహిళా సంఘం ప్రధాన కార్యదర్శి ప్రతికరం సావిత్రి, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మేధల్ జిల్లా పడమర శాఖ నూతన కార్యవర్గం : అధ్యక్షులుగా కూరపాటి కరుణాకర్ రాజు, కార్యనిర్వాహక అధ్యక్షులుగా కాంచనపల్లి శ్రీకాంత్ రాజు, ప్రధాన కార్యదర్శిగా లోలబట్ల కృష్ణంరాజు, ఉపాధ్యక్షులుగా తంగిళ్ల రాధాకృష్ణ భట్, వి.వి. రాఘవరాజు, కేశిపెద్ది వెంకటేశ్వరరాజు, వేమరాజు శేషంరాజు, బాహుటం కృష్ణార్జున రాజు, సంయుక్త కార్యదర్శులుగా కూరపాటి శ్రీ రామరాజు (రాజు శ్రీరామ్), మొగసాటి సుధీర్ కుమార్ రాజు, వీణా వీరరాజు, పైడికొండల జనార్దన్ రాజు, కోశాధికారిగా చక్రవారి శ్రీనివాస రాజు, కార్యనిర్వాహక కార్యదర్శి గా పోరంకి శ్యాంప్రసాద్ రాజు, ప్రచార కార్యదర్శులుగా సరస్వతి సరేందర్ రాజు, బట్ల ప్రవీణ్ రాజు, క్రీడా కార్యదర్శిగా ఉదయభాను రామకృష్ణ రాజు, సాంస్కృతిక కార్యదర్శిగా ఉడుమూడి మధువర్మ, తో పాటు కార్యవర్గ సభ్యులుగా ఉడుమూడి సత్యవాణి, పరి కొండరు సభ్యులను ఏకగ్రీవంగా ఎన్నుకున్నట్లు ఎన్నికల పరిశీలకులు ధ్రువీకరించారు.

కుల అసమానతలు రూపుమాపుదాం



సంస్కరణ సభలో వక్రల ఉద్ఘాటన

న్యూస్ ఇండియా శ్రీరంగాపూర్: శ్రీరంగాపూర్ మండలం, వెంకటాపురం గ్రామానికి చెందిన చిన్న చెన్నయ్య (75) 05-04-2026న ఘనంగా వ్యాధితో బాధపడుతూ కాలు ఇన్ఫెక్షన్ కు గురై చికిత్స పొందుతూ మరణించారు. ఈ తొమ్మిదవ రోజు సందర్భంగా కుల అసమానతల నిర్మూలన పోరాట సమితి ఆధ్వర్యంలో సంస్కరణ సభ జరిగింది. ఈ సభకు ముఖ్య అతిథిగా బండారి లక్ష్మయ్య ఆల్ ఇండియా కన్వీసర్ ఈ సైదమ్మ సావిత్రిబాయి పూలే మహిళా సంఘం ఈ గోవిందు రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి జే చక్రవర్తి, బి మల్లేష్, యు మధు తదితరులు పాల్గొన్నారు. భారతదేశంలో అందరి మాదిరిగానే

ఊరలోని వెలివాడలో అంటరానితన అవమానాలు, కుల వివక్షలను నిత్యం ఎదుర్కొన్నారు. భారతదేశంలోని గ్రామల్లో మనువు గీసిన కుల అడ్డు గోడలు, కుల కట్టుబాట్లకు వెంకటాపురం గ్రామం కూడా అతీతం కాదు. 1985లో కారంచేడు, 1991లో మండూరులలో దళితులపై జరిగిన దారుణ మారణకాండల తర్వాత దేశవ్యాప్తంగా ఎగిసిన దళిత ఆత్మగౌరవ, ప్రతిఘటనా ఉద్యమాల ప్రభావం, ఎం.ఆర్.పి.ఎస్ ఆత్మగౌరవ పోరాటం దేశవ్యాప్తంగానే కాదు తెలుగు సమాజంలోని అన్ని గ్రామాలలోని వెలివాడలను కదం తొక్కాయి. దళిత ఉద్యమం, దళిత మహాసభ, ఎం.ఆర్.పి.ఎస్ ఉద్యమాల ప్రభావంతో అన్ని గ్రామాలలోని అగ్రవర్ణాలు, ఆధిపత్య కులాలు, ఆధిపత్య బీసీ కులాలు కొంత సర్దుకున్నాయి. కానీ కులం రూపం మార్చుకుని ప్రత్యక్ష వర్గంలో కాకుండా సోకల్ వర్గతలలోనే నేటికీ కొనసాగుతూనే ఉన్నాయి. కుల వివక్ష అంటరానితనం సమాజ ప్రగతి నిరోధకాలు ఇవి మనుషులను ఆరికంగా రాజకీయంగా సాంస్కృతికంగా అణిచివేస్తున్నా కుల అసమానతలు రూపమావదానికి ప్రతి ఒక్కరు ముందుకు రావాలని కోరుతున్నాం.

గుంటూరు స్పెషల్ బ్రాంచ్ డీఎస్సీగా బాధ్యతలు స్వీకరించిన అళహలి శ్రీనివాస్ ని మర్యాదపూర్వకంగా కలిసిన జయ జయ సాయి ట్రస్ట్ చైర్మన్ డాక్టర్ పూసపాటి బాలాజీ



న్యూస్ ఇండియా పల్నాడు జిల్లా చిలకలూరిపేట పట్టణము లోని ప్రముఖ ఆధ్యాత్మిక సామాజిక సేవా సంస్థ శ్రీ దత్త సాయి అన్నదాన సమాజం మరియు జయ జయ సాయి ట్రస్ట్ ఆధ్వర్యంలో ఈరోజు గుంటూరులోని జిల్లా పోలీస్ ఎస్సీ కార్యాలయంలో నూతనముగా స్పెషల్ బ్రాంచ్ డీఎస్సీగా బాధ్యతలు స్వీకరించిన గౌరవనీయులు అళహలి శ్రీనివాస్ ని మర్యాదపూర్వకంగా కలిసి శ్రీ దత్త సాయి వర్సంతో సత్కరించి వారికి సాయి సచ్చరిత్ర పుస్తకాన్ని బాబా ప్రసాదంగా ఇవ్వడం

జరిగింది, ఈరోజే (సోమవారం) డీఎస్సీగా బాధ్యతలు స్వీకరించడంతో పలువురు అధికారులు మర్యాదపూర్వకంగా కలిసి శుభాకాంక్షలు తెలియజేసినారు, అనంతరం ట్రస్టు నిర్వాహకులు డాక్టర్ పూసపాటి బాలాజీ మాట్లాడుతూ..మంచి మనిషి ఆధ్యాత్మిక సేవా తత్పరులు ఆవదలో ఉన్న వారికి సహాయం చేసే మంచి గుణము, ఎన్నో క్లిష్టమైన కేసులను తన అనుభవంతో పరిష్కరించి ఎంతోమంది పేదలకు సహాయం చేసి, విధులు నిర్వహించిన ప్రతి ఒక్క ఊరిలో కూడా మంచి గుర్తింపు పొంది తనకంటూ పోలీస్ శాఖలో ప్రత్యేకమైన ముద్ర నెలకొల్పుకున్నారని, ఇప్పటివరకు జయ జయ సాయి ట్రస్ట్ కు ఎన్నో విధాలుగా తమ వంతు సహాయ సహకారాలు అందించారని అలాంటి మంచి మనిషికి మరింత జీవితంలో మరిన్ని ఉన్నత పదవులు ఎదగాలని ఆకాంక్షించారు ఈ కార్యక్రమంలో పలువురు ప్రముఖులు మద్దుల ప్రసాద్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఏక బారత్ శ్రేష్ట భారత్ కార్యక్రమం



న్యూస్ ఇండియా పెట్టేర్: బునియాదిపూర్ ప్రాథమికోన్నత పాఠశాలలో ఘనంగా ఏక భరత్ శ్రేష్ట భారత్ కార్యక్రమం పీఎం టి బునియాదిపూర్ ప్రాథమికోన్నత పాఠశాలలో ఘనంగా ఏక భరత్ శ్రేష్ట భారత్ కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. ఇట్టి కార్యక్రమంలో

పాఠశాల విద్యార్థులు తెలంగాణ, హర్యానా రాష్ట్రాలకు చెందిన సంప్రదాయ దుస్తులు ధరించి పాఠశాలకు హాజరయ్యారు. ఇరు రాష్ట్రాలకు సంబంధించిన వంటకాలు కార్యక్రమంలో ప్రదర్శించారు. తెలంగాణ హర్యానా రాష్ట్రాల ఉమ్మడి సాంస్కృతిక పాటలు, నృత్యాలతో విద్యార్థులు అలరించారు. జాతీయ సమైక్యత పెంపునకు ఉద్దేశించిన కార్యక్రమం ఏక భరత్ శ్రేష్ట భారత్ కార్యక్రమము ఇట్టి కార్యక్రమాన్ని ఉద్దేశించి ప్రధానోపాధ్యాయులు నాగశేషు మాట్లాడుతూ 2015, అక్టోబర్ 31 న దేశ ప్రధాన మంత్రి వివిధ రాష్ట్రాల సాంస్కృతిక, ఆహార వైవిధ్యాలను గౌరవిస్తూ భిన్నత్వంలో ఏకత్వం పెంపొందించడానికి ప్రారంభించారని పేర్కొన్నారు. కార్యక్రమంలో పాఠశాల ఉపాధ్యాయులు దయానంద్ గారు కీర్తి, రంజిత, అనురాధ విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

నిరుపేద కుటుంబానికి 25 వేల రూ ఆర్థిక సహాయం



న్యూస్ ఇండియా:నర్సంపేట :వరంగల్ జిల్లా:నర్సంపేట మండలం నర్సింగాపురం గ్రామంలో ఇటీవల కాలంలో అనారోగ్య మృతి చెందిన ఇప్ప రాజు ముదిరాజు కుటుంబానికి పీఆర్ ముదిరాజ్ సేవా సమితి పక్షాన 25 వేల రూపాయలు ఆర్థిక సహకారం పిక్స్ డిపాజిట్ ద్వారా స్థానిక గ్రామ కుల పెద్దలు ఈర్ల పైడి తాడబోయిన స్వామినాథన్ సమక్షంలో మృతుని సమీపిణి సంధ్య కు అందించడం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమంలో పిఆర్ ముదిరాజ్ సేవా సమితి రాష్ట్ర నాయకులు సింగారపు రామకృష్ణ, స్థానిక సీనియర్ ముదిరాజ్ సంఘం పెద్దలు ఈర్ల పైడి, తడబోయిన స్వామినాథన్ జిల్లా నాయకులు పోలుదాసరి రమేష్, గ్రామ మాజీ ఉపసర్పంచ్ మనగాని రాజు బుసాని స్వామి ముదిరాజ్, భాస్కర్ శివకుమార్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

గ్రామీణ జీవితాల్లో ఆశాకిరణం...



బ్రాండ్ క్విట్ 149వ ఉచిత నేత్ర శిబిరానికి విశేష స్పందన వందలాది మందికి చూపు పరీక్షలు -- వెంటనే సేవలు ప్రజలకు వరంగా మారిన బ్రాండ్ క్విట్ వైద్య సేవలు

అచ్యుతాచార్యం, న్యూస్ ఇండియా ఏప్రిల్ 13: “కంటి చూపు కోల్పోవడం అంటే జీవితం చీకటిలోకి జారిపోవడమే... కానీ సమయానికి పరీక్షలు చేయించుకుంటే ఆ చీకటిని సులభంగా తొలగించవచ్చు” అని బ్రాండ్ క్విట్ భారతీయ భాగస్వామి డౌరస్వామి భావోద్వేగంగా పేర్కొన్నారు. గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో చిన్న కంటి సమస్యలను నిర్ణయించేందుకు వచ్చిన అవి తీవ్రమైన వ్యాధులుగా మారుతున్నాయని ఆయన ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. సామాజిక బాధ్యతను కేవలం మాటల్లో కాకుండా కార్యరూపంలో చూపిస్తూ, బ్రాండ్ క్విట్ సంస్థ నిరంతరం ఉచిత వైద్య శిబిరాలు నిర్వహించడం విశేషం. ఈ క్రమంలో నిర్వహించిన 149వ ఉచిత కంటి వైద్య శిబిరం ప్రజల నుండి అపార స్పందనను పొందింది. గ్రామీణ ప్రజలకు అందుబాటులో లేని ఆత్యాధునిక కంటి వైద్య సేవలను ఉచితంగా అందించడం ద్వారా బ్రాండ్ క్విట్ నిజమైన సేవా సంస్థగా నిలుస్తోంది. ఈ శిబిరంలో శంకర్ ఐ ఫౌండేషన్ వైద్య నిపుణుల పర్యవేక్షణలో మొత్తం 578 మందికి కంటి పరీక్షలు నిర్వహించగా, 426 మందికి అక్కడికక్కడే కంటి ఆధ్యాలు తయారు చేసి అందించారు. 144 మందికి అవసరమైన మందులు పంపిణీ చేయడంతో

పాటు, కేటరాక్ట్ సమస్యలు ఉన్న 50 మందిని ప్రత్యేక బస్సుల ద్వారా ఆసుపత్రికి తరలింపి శస్త్రచికిత్సలకు ఏర్పాట్లు చేయడం విశేషం. శిబిరానికి విచ్చేసిన ప్రజలకు మజ్జిగ, ఫలహారాలు, భోజనం వంటి సౌకర్యాలు కల్పించడం ద్వారా బ్రాండ్ క్విట్ సేవా భావం మరింత ప్రతిఫలించింది. డౌరస్వామి స్వయంగా రోగులకు భోజనం వడ్డించడం అక్కడి వాతావరణాన్ని హృద్యంగా మార్చింది. గ్రామీణ ప్రజల ఆరోగ్యంపై ప్రత్యేక శ్రద్ధ చూపిస్తూ, “ప్రతి గ్రామానికి ఆరోగ్య కాంఠి” అనే లక్ష్యంతో బ్రాండ్ క్విట్ చేపడుతున్న ఈ కార్యక్రమాలు సమాజానికి ఆదర్శంగా నిలుస్తున్నాయి. వేలాది మంది జీవితాల్లో వెలుగు నింపిన ఈ ‘కంటి వెలుగులు’ కార్యక్రమం, భవిష్యత్తులో మరింత విస్తరించి మరింతో మందికి ఆశాకిరణంగా మారాలని స్థానికులు ఆకాంక్షిస్తున్నారు.



చెట్టుపల్లిలో నేత్ర వైద్య శిబిరం. 70 మందికి ఉచిత కళ్లద్దాలు.



నర్సపల్లం న్యూస్ ఇండియా ఏప్రిల్ 13: నర్సపల్లం మండలం లోని చెట్టుపల్లి గ్రామంలో కూటమి నాయకుల సారధ్యంలో, నర్సపల్లం శ్రీ కిరణ్ కంటి ఆసుపత్రి సహకారంతో నిర్వహించిన నేత్ర వైద్య శిబిరంలో 220 మంది రోగులకు కంటి పరీక్షలు చేసి, 70 మందికి ఉచిత కళ్లద్దాలు పంపిణీ చేశారు. ఈ శిబిరంలో అత్యవసరమైన అవసరమైన 12 మంది రోగులను కాకినాడ శ్రీ కిరణ్ కంటి ఆసుపత్రికి తరలించి విజయవంతంగా శస్త్రచికిత్స చేపట్టి, తరువాత వారిని ఇంటికి చేర్చారు. అలాగే మిగిలిన రోగులకు ఉచితంగా మందులు అందజేశారు. ఈ కార్యక్రమం గురించి మాట్లాడిన కూటమి నాయకులు, “నర్సపల్లం శ్రీ కిరణ్ కంటి ఆసుపత్రి వారు చేస్తున్న పేదల కోసం ఉచిత కంటి వైద్య సేవలు అభినందనీయం” అని పేర్కొన్నారు. ఈ నేత్ర వైద్య శిబిరాన్ని సమస్యయం చేసిన బొల్లారెడ్డి ధనలక్ష్మి కి ప్రత్యేక కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఉమ్మడి విశాఖ జిల్లా జన సేన ఉపాధ్యక్షుడు ఊడి చక్రవర్తి, మాజీ సర్పంచ్ గజాల నాగరత్నం సూరిబాబు, నర్సపల్లం మండల వైస్ ఎంపీపీ రత్నం రమణ, జన సేన సీనియర్ నాయకులు మోపాడ సత్య ప్రసాద్, ఎర్ర ఈశ్వరరావు, డిడిపి గ్రామ శాఖ అధ్యక్షుడు కలిమి సత్తిబాబు, సామల తాతీయలు, పసుపులేటి అప్పలనాయుడు, ఎలంకాయల తాతీలు, శ్రీ కిరణ్ కంటి ఆసుపత్రి సిబ్బంది, ఎర్రం శిల్పి పాపారావు పాల్గొన్నారు.

ఎంవిఆర్ ను కలిసిన దళిత నేత నాగేశ్వరరావు.



నర్సపల్లం న్యూస్ ఇండియా ఏప్రిల్ 13: నర్సపల్లం ఆదివారం ప్రముఖ వ్యాపారవేత్త, బీజేపీ నాయకుడు ముత్యాల వెంకటేశ్వరరావు (ఎంవిఆర్)ను నర్సపల్లం దళిత నేత నాగేశ్వరరావు ఆదివారం మద్యాదహారకంగా కలిశారు. ఎంవిఆర్ బ్రట్స్ ద్వారా గ్రామీణులకు విద్య, ఆరోగ్యం, ఆహార

సహాయాల్లో చేస్తున్న సేవలను ప్రశంసించి నాగేశ్వరరావు అభినందలు తెలిపారు. మీరు చేసే పనులు సమాజం లో ఆదర్శనియమైన కొనియాడారు. ఎంవిఆర్ బ్రట్స్ కార్యక్రమాలు నర్సపల్లం నియోజకవర్గంలో విస్తరించాలని ప్రత్యేకంగా కోరారు. ముత్యాల వెంకటేశ్వరరావు స్పందిస్తూ, స్థానికుల సహకారంతో ఇక్కడ కూడా సేవలు చేపట్టడామని హామీ ఇచ్చారు. విజయవంతం చేయడానికి తమ పూర్తి సహకారం అందిస్తామని నాగేశ్వరరావు పేర్కొన్నారు. కార్యక్రమంలో గంటా సూరిబాబు, ఎమ్మార్పీఎస్ (ఎంఎస్పీ), నర్సపల్లం ఇంచార్జ్ మారుడిపూడి సతీష్, బుచ్చిరాజు, కిరణ్ మల్లేష్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఆరోగ్యవంతమైన తరాన్ని నిర్మించడమే ఆంధ్రప్రదేశ్ కూటమి ప్రభుత్వం లక్ష్యం.



గర్భిణులు ఎ బాలింతల్లో పోషకాహార అవగాహన పెంచడం మన బాధ్యత డిడిపి రాష్ట్ర అధ్యక్షులు, గాజువాక ఎమ్మెల్యేలైన శ్రీనివాసరావు ఆధ్వర్యంలో పోషకాహార కార్యక్రమం. గాజువాక న్యూస్ ఇండియా ఏప్రిల్ 13: సమాజంలో ఆరోగ్యవంతమైన తరాన్ని నిర్మించాలంటే తల్లి--శిశు సంక్షేమమే మూలాధారం అని గుర్తించిన కూటమి ప్రభుత్వం, పోషకాహార లోప నిర్మూలనపై దృఢ సంకల్పంతో ముందుకు సాగుతోందని డిడిపి రాష్ట్ర అధ్యక్షులు, గాజువాక ఎమ్మెల్యే వల్ల శ్రీనివాసరావు స్పష్టం చేశారు. ఐసీడీఎస్ ప్రాజెక్టు పెంపుపై పరిధిలో గాజువాకలో నిర్వహించిన పోషకాహార కార్యక్రమాన్ని సోమవారం ఆయన ప్రారంభించి, అవగాహన పోషకాహార విరుదల చేశారు. ఈ సందర్భంగా వల్ల శ్రీనివాసరావు మాట్లాడుతూ... గర్భిణీలు, బాలింతలు, చిన్నారుల్లో పోషకాహార లోపాన్ని తగ్గించడం కేవలం ఆరోగ్య కార్యక్రమం మాత్రమే కాదు, అది రాష్ట్ర భవిష్యత్తును బలోపేతం చేసే సామాజిక బాధ్యత అని పేర్కొన్నారు. ఈ దిశగా ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు నాయకత్వంలో కూటమి ప్రభుత్వం తీసుకుంటున్న చర్యలు దేశానికి ఆదర్శంగా నిలుస్తున్నాయని కొనియాడారు. పోషకాహార కార్యక్రమాల ద్వారా ప్రతి అంగన్వాడీ కేంద్రం పరిధిలో తల్లిలు, గర్భిణీలు, బాలింతలకు విస్తృత అవగాహన కల్పిస్తూ, ఆరోగ్యవంతమైన జీవనశైలిపై దృష్టి సారీస్తున్నామని



తెలిపారు. గర్భధారణ నుంచి చిన్నారి రెండేళ్లు నిండే వరకు ఉన్న మొదటి 1000 రోజులు అత్యంత కీలకమని, ఈ దశలో తల్లి పోషణ, శిశు సంరక్షణపై ప్రత్యేక శ్రద్ధ తీసుకోవడం ద్వారా ఆరోగ్యవంతమైన తరాన్ని నిర్మించవచ్చని పేర్కొన్నారు. అంగన్వాడీ వ్యవస్థను బలోపేతం చేస్తూ ప్రతి కుటుంబానికి పోషకాహార ప్రాముఖ్యతను చేరవేస్తున్నామని తెలిపారు. “పోషిత్ భారత్” లక్ష్యంతో జంక్ ఫుడ్ వినియోగాన్ని తగ్గించి, సాంప్రదాయ ఆహారాన్ని ప్రోత్సహించే దిశగా చైతన్యం కల్పిస్తున్నామని, ప్యాకెట్ ఆహారాల ప్రభావంపై ప్రజల్లో అవగాహన పెంచుతున్నామని చెప్పారు. అలాగే 3 నుంచి 6 సంవత్సరాల వయస్సులో పిల్లల మెదడు అభివృద్ధికి బలమైన పునాది వేయాలని సూచించారు. కుటుంబ స్థాయిలోనే ఆరోగ్య చైతన్యం పెంపొందించేందుకు పురుషుల భాగస్వామ్యాన్ని కూడా ప్రోత్సహిస్తున్నామని తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా విడుదల చేసిన సోషల్ ద్వారా “మొదటి 1000 రోజులు కీలకం”, “జంక్ ఫుడ్ కు బదులుగా ఇంటి వంటనే ఆరోగ్యానికి మార్గం”, “పిల్లలతో గడిపే సమయమే వారి భవిష్యత్తు” వంటి నందేశాలను ప్రజలకు చేరవేశారు. ఆరోగ్యవంతమైన ఆంధ్రప్రదేశ్ నిర్మాణంలో పోషకాహార కీలక పాత్ర పోషిస్తుందని వల్ల శ్రీనివాసరావు పేర్కొన్నారు.

పేదలకు ముఖ్యమంత్రి సహాయనిధి వరం: స్పీకర్ అయ్యన్నపాత్రుడు



నర్సపల్లం న్యూస్ ఇండియా ఏప్రిల్ 13: నర్సపల్లం: కూటమి ప్రభుత్వం ప్రజల సేవనే ప్రధాన లక్ష్యంగా పెట్టుకుందని ఏపీ శాసనసభ స్పీకర్ చింతకాయల అయ్యన్నపాత్రుడు తెలిపారు. ఆపదలో పడిన పేద కుటుంబాలకు ముఖ్యమంత్రి సహాయనిధి (సీఎమ్హెచ్ఎఫ్) గట్టి అండగా నిలుస్తోందని ఆయన అన్నారు. సోమవారం నర్సపల్లంలోని స్పీకర్ క్యాంపు కార్యాలయంలో 28వ వార్డు నివాసి లంక వరలక్ష్మికి మంజూరైన 65,594 రూపాయల సీఎమ్హెచ్ఎఫ్ చెక్కును ఆమె కుమారుడు లంక మహేశ్ కు స్పీకర్ అందజేశారు. కార్యక్రమంలో మాజీ వార్డు కౌన్సిలర్ డబ్ల్యూ శ్రీకాంత్ పాటు ఇతరులు పాల్గొన్నారు.

తలుపులమ్మ తల్లి విగ్రహ ప్రతిష్ఠాపన కరపత్రాలు ఆవిష్కరించిన స్పీకర్ అయ్యన్నపాత్రుడు.



నర్సపల్లం న్యూస్ ఇండియా ఏప్రిల్ 13: నర్సపల్లం అయ్యన్న కాలనీలో కొలువై ఉన్న శ్రీలక్ష్మి తలుపులమ్మ తల్లి విగ్రహ ప్రతిష్ఠాపన, 11వ వార్షిక జాతర మహోత్సవాలకు సంబంధించిన కరపత్రాలను రాష్ట్ర శాసనసభ స్పీకర్ చింతకాయల అయ్యన్నపాత్రుడు సోమవారం ఆవిష్కరించారు. స్పీకర్ క్యాంప్ కార్యాలయంలో జరిగిన ఈ కార్యక్రమంలో కరపత్రాలు విడుదల చేసిన స్పీకర్ అయ్యన్న, అమ్మవారి కృపాకటాక్షాలు అందరింపై కుప్పకూలాలని ఆకాంక్షించారు. ఈ నెల 22వ తేదీ నుంచి ప్రారంభమయ్యే ఉత్సవాల్లో 23వ విగ్రహ ప్రతిష్ఠ, 28వ వార్షిక జాతర వైభవంగా జరగనున్నాయి. కార్యక్రమంలో కౌన్సిలర్ డబ్ల్యూ శ్రీకాంత్ పాటు అలయ కమిటీ సభ్యులు, స్థానికులు పాల్గొన్నారు. పండుగను భక్తిభ్రష్టలతో జరుపుకోవాలని, భక్తులు అధిక సంఖ్యలో హాజరై అమ్మవారి తీర్థప్రసాదాలు పొందాలని నిరూపాకులు కోరారు.

స్కీటింగ్ ట్రాకింగ్ కెట్స్ చిన్నారుల మెరుపులు

- పతకాలతో రాష్ట్రస్థాయిలో కెట్స్ కు ఖ్యాతి
- శ్రీధర్లోనూ సత్కారానికి కెట్స్ విద్యా విహారం -- సమగ్ర విద్యలో ఆసక్తిగా నిలిచిన పాఠశాల



అచ్యుతాచార్యం, న్యూస్ ఇండియా ఏప్రిల్ 13: విశాఖపట్టణంలోని సిల్వర్ ఓక్స్ ఇంటర్నేషనల్ పాఠశాలలో నిర్వహించిన రాష్ట్ర స్థాయి స్కీటింగ్ పోటీల్లో అత్యుత్తమంగా కెట్స్ విద్యా విహారం పాఠశాల విద్యార్థులు అద్భుత ప్రతిభతో చలు పతకాలు సాధించడం స్థానికంగా గర్వకారణంగా నిలిచింది. స్కీటింగ్ ట్రాకింగ్ మెరుపువేగంతో దూసుకెళ్లిన చిన్నారులు తమ క్రమశిక్షణ, పట్టుదల, కఠోర సాధనతో ప్రేక్షకులను అలరించారు. పోటీల్లో దశమ స్థానంపై విభాగంలో సిల్వర్ పతకం సాధించగా, పీ. హర్ష వర్మన్ క్యాడ్ విభాగంలో సిల్వర్ పతకం గెలుచుకున్నారు. పీ. జోషివ్ కూడా క్యాడ్ విభాగంలో సిల్వర్ పతకం అందుకోగా, పీ. జోషిత ట్రోఫీ పతకం సాధించి ప్రతిభను చాటారు. ఈ విజయాలతో కెట్స్ విద్యా విహారం పాఠశాలకు రాష్ట్రస్థాయిలో ప్రత్యేక గుర్తింపు లభించింది. చదువులు -- క్రీడలు రెండింటిలోనూ సమతౌల్యం కెట్స్ విద్యా విహారం పాఠశాల విద్యార్థుల సమగ్ర అభివృద్ధికి ప్రాధాన్యం ఇస్తూ చదువుతో పాటు క్రీడలకు సమాన ప్రాధాన్యం కల్పిస్తున్న విద్యాసంస్థగా నిలుస్తోంది. ఇక్కడ విద్యార్థులకు ఆధునిక బోధన వద్దతులతో పాటు క్రీడల్లో శిక్షణ ఇవ్వడం వల్ల వారు అన్ని రంగాల్లో రాణించేలా తయారవుతున్నారు. పాఠశాలలో నిపుణులైన ఉపాధ్యాయులు, శిక్షణ పొందిన కోచ్ ల పర్యవేక్షణలో విద్యార్థులు క్రమబద్ధంగా సాధన చేస్తూ తమ ప్రతిభను మెరుగుపరుచుకుంటున్నారు. పాఠశాల యాజమాన్యం విద్యార్థుల ప్రతిభను వెలికి తీయడంలో ప్రత్యేక శ్రద్ధ చూపుతూ, ప్రతి విద్యార్థిలో దాగి ఉన్న సామర్థ్యాన్ని వెలికితీసే దిశగా కృషి చేస్తోంది. సమగ్ర అభివృద్ధికి కెట్స్ వేదిక ఈ సందర్భంగా పాఠశాల కరస్పాండెంట్ రెడ్డి గణేష్ మాట్లాడుతూ --- “చదువులు మాత్రమే కాదు, క్రీడలకు కూడా విద్యార్థుల భవిష్యత్తును తీర్చిదిద్దడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తాయి. క్రీడలు క్రమశిక్షణ, ఆత్మవిశ్వాసం, నాయకత్వ లక్షణాలను పెంపొందిస్తాయి” అని తెలిపారు. విద్యార్థులు ఇదే ఉత్సాహంతో ముందుకు సాగుతూ రాష్ట్ర, జాతీయ, అంతర్జాతీయ స్థాయిలో మరన్ని విజయాలు సాధించాలని ఆయన ఆకాంక్షించారు. కెట్స్ విద్యా విహారం పాఠశాల విద్యార్థులు సాధించిన ఈ విజయాలు, ఆ సంస్థలో అందుతున్న నాణ్యమైన విద్య, క్రీడా ప్రోత్సాహానికి నిదర్శనంగా నిలుస్తూ భవిష్యత్తులో మరిన్ని విజయాలకు నాంది పలుకుతున్నాయి.

న్యూస్ ఇండియా

నిజం మా ఇజం

ఎడిటోరియల్

వీడుతున్న ఆక్రమణల చెర

గ్రేటర్ హైదరాబాద్ లో ఇటీవల ఫుట్ పాత్ ఆక్రమణలపై ప్రభుత్వం కొరడా ఝుంకించడంతో నగరవాసులు ఆనందం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. విస్తరిస్తున్న నగరానికి తగ్గట్టుగా రహదారులు లేకపోవడంతోపాటు భారీగా వాహనాల పెరుగుదలతో హైదరాబాద్ ట్రాఫిక్ పద్మవ్యూహంలో ప్రజలు నిత్యం ఉక్కిరిబిక్కిరవుతున్నారు. నగర ప్రజలు రద్దీ సమయాల్లో రోడ్లపై నడవాలంటేనే నరకయాతన అనుభవిస్తున్నారు. ఉన్న కొన్ని ఫుట్ పాత్లను కూడా చిరు, బడా వ్యాపారస్థులు కట్టాలు చేయడంతో ఏమీ చేయలేక రోడ్లపైనే నడుస్తూ ప్రయాణికులు ప్రమాదాలకు గురైన ఘటనలు నగరంలో అనేకం ఉన్నాయి. పరిస్థితి తీవ్రతను గుర్తించిన ప్రభుత్వం నగరం నలువైపులా ఫుట్ పాత్లపై ఆక్రమణ కట్టడాల తొలగింపుకు నడుం కట్టడంతో ప్రజలకు భారీ ఉపశమనం లభించింది. రాజకీయంగా, అధికారికంగా ఏ రూపంలోనైనా ఒత్తిడిలు వచ్చినా కట్టడాలను కఠినపరచాలి నుండి ఫుట్ పాత్లను విముక్తి చేయాలి. వేగంగా అభివృద్ధి చెందుతూ మెట్రో నగరంగా గుర్తింపు పొందుతున్న హైదరాబాద్ ఐటి, మౌలిక వసతులు, రహదారుల విస్తరణలో ముందంజలో ఉన్నా ఫుట్ పాత్ల పరిస్థితి అందోళనకరంగానే ఉన్నాయి. దీంతో వేగంగా వెళ్లే వాహనాలతో ప్రమాదాలకు గురవుతున్న ఘటనలు ఉన్నాయి. ముఖ్యంగా వృద్ధులు, పిల్లలు, మహిళలు ఇబ్బంది పడుతున్నారు. నగరంలో నడక ప్రమాదకరంగా మారిపోయింది. ప్రతి సంవత్సరం గ్రేటర్ హైదరాబాద్ లో వెయ్యికిపైగా పాదచారుల ప్రమాదాలు నమోదవుతున్నాయి. ఉదాహరణకు 2024 గణాంకాలు పరిశీలిస్తే 400 మంది పాదచారులు ప్రమాదంలో మృతి చెందారు. 775 మంది గాయపడ్డారు. అంటే నగరంలో రోజుకు సుమారు 30 మందికిపైగా పాదచారులు రోడ్డు ప్రమాదాల బారినపడుతున్నారు. ఈ ప్రమాదాలు అత్యధికంగా ఫుట్ పాత్ సమస్యలతో ముడిపడి ఉండడం గమనార్హం. నగరంలో రహదారుల, ఫుట్ పాత్ సమస్యలు పరిష్కరించడంలో భాగంగా వాటిని అభివృద్ధి చేసేందుకు రేవంట్ రెడ్డి ప్రభుత్వం ప్రత్యేక చర్యలు చేపట్టింది. సుమారు మూడు వేల కోట్లకుపైగా రూపాయలు వెచ్చించి వెయ్యి కిలోమీటర్లకు పైగా రోడ్లను అభివృద్ధి చేసేందుకు ప్రణాళికలు రూపొందించింది. ఈ ప్రాజెక్టులో భాగంగా బిటి, సిసి రోడ్లతోపాటు ఫుట్ పాత్లు, సెంట్రల్ మిడియమ్, సిగ్నల్ లైట్లు ఏర్పాటు చేయనున్నారు. వీటిలో 700 కిలోమీటర్లకుపైగా రోడ్లను అభివృద్ధి చేయడంతోపాటు, అదనంగా 200 కిలోమీటర్లకుపైగా రోడ్లను ఎఫ్ డిఆర్ సాంకేతికతతో పునర్నిర్మాణం చేయనున్నారు. వీటితోపాటు నగరం మొత్తం ఫుట్ పాత్లను కూడా సమగ్రంగా అభివృద్ధి చేయాలని ప్రభుత్వం నిర్ణయించింది. ఇందులో భాగంగా జిహెచ్ఎస్ 2025 -26లో గుంతూరు పూర్వంపై ఫుట్ పాత్లు ట్రాఫిక్ భద్రతలను చేపట్టింది. నగరంలో ట్రాఫిక్ సమస్యలను తగ్గించేందుకు 24 లింక్ రోడ్ల నిర్మాణానికి సుమారు రూ. 487 కోట్ల ప్రణాళికను అమలు చేస్తున్నారు. రోడ్లు, ఫుట్ పాత్లను ఆక్రమించి ట్రాఫిక్ సమస్యలకు, రోడ్డు ప్రమాదాలకు కారణమవుతున్న కట్టడాలపై కఠిన నిర్ణయాలు తీసుకునేందుకు సిద్ధమైన జిహెచ్ఎస్ ప్రతి వారం సైస్లట్ డ్రైవ్ నిర్వహించేందుకు ప్రణాళికలు రూపొందిస్తుంది. రాష్ట్ర ఉన్నత న్యాయస్థానం హైకోర్టు ఆదేశాలు, రాష్ట్ర ప్రభుత్వం సూచనలకు అనుగుణంగా నగరం నలువైపులా ఆక్రమణ కట్టడాలను తొలగించేందుకు ముందుకొచ్చిన జిహెచ్ఎస్ ఏప్రిల్ 4వ తేదీన హైదరాబాద్, పోలీసు శాఖలతో సమన్వయం చేసుకొని ఆరు జోన్స్ పరిధిలోని 798 నిర్మాణాలను నేలమట్టం చేసింది. తొలగించిన వాటిలో 340 పూర్తిస్థాయి, 458 తాత్కాలిక నిర్మాణాలున్నాయి. ప్రభుత్వ నిర్ణయానికి వ్యతిరేకంగా సున్నితమైన పాతబస్తీతోపాటు కొన్ని చోట్ల ఉద్రిక్తతలు నెలకొన్నా అధికారులు సమన్వయంతో విజయవంతంగా ఆక్రమణలను తొలగించారు. ఇదే తరహాలో ఇకపై నగరవ్యాప్తంగా ప్రతివారం ఏరో ఒక ప్రాంతంలో సైస్లట్ డ్రైవ్ నిర్వహిస్తామని జిహెచ్ఎస్ అధికారులు ప్రకటించడంతో కట్టడాలను గుండెల్లో రైళ్లు పరిగెడుతున్నాయి. నగర ప్రజలు ఇదే కోరుకుంటున్నారు. చారిత్రాత్మకమైన హైదరాబాద్ నగరంలోని ప్రధాన మార్గాల్లో ఫుట్ పాత్ ఆక్రమణలు పలు సమస్యలకు కారణమవుతున్నాయి. ఉదాహరణకు ప్రపంచవ్యాప్తంగా పర్యాటకులను ఆకట్టుకునే చార్మిన్ పరిసరాల్లో వ్యాపారస్థులు పూర్తిగా ఫుట్ పాత్లను ఆక్రమించడంతో పర్యాటకులు నడవలేని పరిస్థితి నెలకొంది. దక్షిణ హైదరాబాద్ కు ముఖద్వారమున మూసినదిపై నాటి నిజాం కాలంలో నిర్మించిన వంతెన ఎంతో ఆకర్షణీయంగా ఉండేది. ప్రస్తుతం పాతబస్తీలో మూసిన నదిపై ఉన్న వంతెనలన్నింటిలో 'సయాఫూల్'గా పిలువబడే వంతెన ఎత్తైనది. భారీ వాహనాల ప్రయాణానికి అనువుగా నిర్మించిన ఈ వంతెనపై రిక్షాలు, సైకిళ్ల కోసం, పాదచారుల కోసం ప్రత్యేకంగా ఏర్పాట్లు చేశారు. 2000 సంవత్సరం వరకు ఇదే తరహాలో ఉండేది. అయితే దురదృష్టవశాత్తు ఇప్పుడు భారీ వాహనాల మార్గం మినహాయించి రిక్షాలు, సైకిళ్లు, పాదచారులకోసం ఏర్పాటు చేసిన మార్గాలు పూర్తిగా తోపుడు బండ్లతో నిండిపోతున్నాయి. అక్కడ పాదచారులు భారీ వాహనాలు నడిపే మార్గంలోనే నడవాల్సి ఉండడంతో ప్రమాదాలు జరిగే అవకాశాలున్నాయి. ఇదే మార్గంలో ముందుకెళ్లే చారిత్రాత్మక కట్టడాలున్న మదీనా, గుల్షర్ చౌకీ, చార్మిన్ మరొక క్షిప్ర పరిస్థితులున్నాయి. పాతబస్తీలోనే కాదు నగరం నడిబొడ్డున ఉన్న సికింద్రాబాద్, కోలి, నాంపల్లి, చిక్కడిపల్లి, మెహిద్పట్నం, ఆరాంపుర్, పంజాగుట్ట, అమీర్ పేజీ, కూకట్ పల్లి, దిలోసుఖ్ నగర్, ఉప్పల్ వంటి పలు ప్రధాన మార్గాల్లో ఇలాంటి దుస్థితి నెలకొంది. ప్రజలు ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్న స్థానాల్లో చుండూ ఫుట్ పాత్లను ఆక్రమించిన వారిలో తప్పే చేస్తున్నామనే స్పందనలేకపోవడం, రాజకీయ ప్రయోజనాలతో వారికి మద్దతుగా నేతలు బలప్రదర్శన చేస్తూ అధికారులను అడ్డుకోవడం దురదృష్టకరం. ఇటీవల నగరంలోని ఆరు జోన్లలో ఆక్రమణలను తొలగిస్తుంటే పాతబస్తీతోపాటు కొన్ని చోట్ల నాయకులు అడ్డుకోవడానికి ప్రయత్నించినా అధికారులు వెనక్కి తగ్గకుండా పని పూర్తిచేయడం అభినందనీయం. ఎంతోకాలంగా అక్కడ వ్యాపారాలు చేస్తున్నారని, వారందరూ చిరు వ్యాపారులు అంటూ ఫుట్ పాత్లను ఆక్రమించిన వారికి మద్దతుగా నిలిచే వారు వాదిస్తున్నారు. దీర్ఘకాలికంగా వారక్కడ ఆక్రమించి ప్రజలను ఇబ్బందుల పాలుచేస్తున్నారనే ప్రభుత్వం కఠిన నిర్ణయం తీసుకుంటుందనే వాస్తవాన్ని వారు గ్రహించాలి. చిరువ్యాపారుల జీవనోపాధి దెబ్బతినడం బాధాకరమే. ఇలాంటి వారి కోసం అందరికీ ఆమోదయోగ్యంగా ఉండేలా ప్రత్యామ్నాయం ఆలోచించి చర్యలు తీసుకోవాలి. మరోవైపు ప్రధాన కూడళ్లలో బడా వ్యాపారస్థులు కూడా తమ దుశాఖలకు ముందున్న ఫుట్ పాత్లను ఆక్రమించి లావాదేవీలు నిర్వహిస్తున్న ప్రదేశాలు నగరంలో కోకొల్లలు. మరొకటి చోట్ల పెద్ద వ్యాపారస్థులే వారి మనుషులతో ఫుట్ పాత్లను ఆక్రమించేజీని వ్యాపారాలు నిర్వహిస్తుంటారు. వాస్తవాలు ఇలా ఉంటే చిరువ్యాపారులకు అన్యాయం జరుగుతుందంటూ రాజకీయ నేతలు అధికారులపై ఒత్తిడి తేవడం ప్రజలను ఇబ్బందుల పాలుజేయడమే. విస్తరిస్తున్న హైదరాబాద్ మహానగరానికి అనుగుణంగా రహదారులు, ఫుట్ పాత్ అభివృద్ధి కోసం అలసత్తుగానైనా ప్రభుత్వం చర్యలు తీసుకోవడంపై ప్రజలు హార్షం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. రోడ్లపై కట్టడాల తొలగింపు కార్యక్రమాన్ని ఒక్క రోజుకే పరిమితం చేసి చేతులు దులుపుకోకుండా ఆ ఆక్రమణ కట్టడాలపై పర్యవేక్షణ నిత్యం కొనసాగాలి. తొలగించిన కట్టడాలను పాతబస్తీ వంటి కొన్ని ప్రాంతాల్లో తిరిగి నిర్మిస్తున్నట్లు వార్తలు వస్తున్న నేపథ్యంలో వాటిని అరికడితేనే ప్రభుత్వ లక్ష్యం సఫలమవుతుంది. ఎలాంటి ఒత్తిడిలకు లొంగకుండా పాతబస్తీతో సహా నగరంలోని నలుమూలల రహదారులపై ఆక్రమణ వెసిన కట్టడాలన్నింటినీ తొలగించాలని నగరవాసులు అందరూ కోరుకుంటున్నారు. ఆక్రమణల తొలగింపుతో గ్రేటర్ రహదారులకు మహార్షక ఏర్పడుతుందని ఆశిస్తున్నారు. ఇలాంటి బహుత్సరమైన కార్యక్రమాలను తాత్కాలికంగా కాకుండా శాశ్వతంగా కొనసాగిస్తే కట్టడాలను మరోసారి ఆక్రమణలు చేయడానికి సాహసించరు.

అల్టిమర్స్ ముప్పు ఆడవారికే ఎందుకు ఎక్కువ?



వయసు పైబడిన వారిలో కనిపించే అతిపెద్ద ఆరోగ్య సమస్య అల్టిమర్స్ అయితే, ఈ వ్యాధి పురుషుల కంటే మహిళల్లోనే ఎక్కువగా కనిపిస్తుందటం ఇప్పుడు అందోళన కలిగిస్తోంది. ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఉన్న అల్టిమర్స్ బాధితుల్లో మూడింట రెండు వంతులు మహిళలే ఉండటం గమనార్హం. అసలు దీనికి కారణాలు ఏంటి? సైన్స్ ఏం చెబుతోంది? మహిళల్లో హార్మోన్ల మార్పులు అల్టిమర్స్ ముప్పును పెంచుతాయి. ముఖ్యంగా మెనోపాజ్ సమయంలో ఈస్ట్రోజెన్ హార్మోన్ స్థాయిలు పడిపోతాయి. మెదడు కణాలను రక్షించడంలో ఈస్ట్రోజెన్ కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. ఈ హార్మోన్ తగ్గడం వల్ల మెదడులో మార్పులు సంభవించి మతిమరుపుకు దారితీసే అవకాశం ఉంది. కొన్ని ప్రత్యేకమైన జన్యువులు మహిళలపైనే ఎక్కువ

ప్రభావం చూపుతాయి. ముఖ్యంగా ంఖాఇ-4 అనే జన్యువు ఉన్న మహిళల్లో, అదే జన్యువు ఉన్న పురుషుల కంటే అల్టిమర్స్ వచ్చే రిస్క్ చాలా ఎక్కువగా ఉన్నట్లు పరిశోధనల్లో తేలింది. సాధారణంగా పురుషుల కంటే మహిళలు ఎక్కువ కాలం జీవిస్తారు. అల్టిమర్స్ అనేది వయసుతో పాటు పెరిగే వ్యాధి. మహిళలు ఎక్కువ కాలం జీవించడం వల్ల వృద్ధాప్యంలో ఈ వ్యాధి బారిన పడే అవకాశాలు కూడా సహజంగానే పెరుగుతున్నాయి. మహిళల మెదడులో గ్లూకోజ్ వినియోగం, శక్తి ఉత్పత్తి ప్రక్రియలు పురుషుల కంటే భిన్నంగా ఉంటాయి. మెనోపాజ్ దశలో మెదడుకు అందే శక్తి తగ్గడం వల్ల అమిలాయిడ్ ప్లాక్స్ వంటి వ్యర్థాలు మెదడులో పేరుకుపోయి జ్ఞాపకశక్తిని దెబ్బతీస్తాయి. అల్టిమర్స్ నుంచి తప్పించుకోవడానికి లేదా దాని తీవ్రతను తగ్గించడానికి నిపుణులు కొన్ని సూచనలు చేస్తున్నారు. దీనికోసం సరైన ఆహారం అవసరమని అంటున్నారు. మెదడు పనితీరును మెరుగుపరచే ఒమీగా-3 ఫ్యాటీ యాసిడ్స్, ఆకుకూరలు తీసుకోవాలి. తారీరక శ్రమ మెదడుకు రక్త ప్రసరణను పెంచుతుంది. సుడోకు, పజిల్స్ పూర్తి చేయడం, కొత్త విషయాలు నేర్చుకోవడం ద్వారా మెదడును యాక్టివ్ గా ఉంచాలి. దాక్షిణ్య సలహాతో మెనోపాజ్ సమయంలో తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. అల్టిమర్స్ అనేది కేవలం వృద్ధాప్య సమస్య మాత్రమే కాదు, మహిళల విషయంలో ఇది హార్మోన్ల మరయు జన్యువుల కలయిక. అందుకే మహిళలు 40 ఏళ్ల నుంచే తమ మెదడు ఆరోగ్యం పట్ల ప్రత్యేక శ్రద్ధ వహించడం అవసరం.

టీ ఇలా తాగుతున్నారా?

చాలామందికి ఉదయం నిద్రలేవగానే వేడివేడి టీ కప్పుతో రోజును ప్రారంభించడం ఒక అలవాటు. ఆ ఛాయ వడకపోతే ప్రాణం లేవదని, నిద్ర పనిచేయదని అంటుంటారు. అయితే, పరగడుపున టీ తాగడం వల్ల మీ శరీరంలో కొన్ని ప్రతికూల శారీరక మార్పులు సంభవిస్తాయని మీకు తెలుసా? ఖాళీ కడుపుతో టీ తాగడం అనేది కేవలం ఒక అలవాటు మాత్రమే కాదు, అది మీ జీర్ణవ్యవస్థను దెబ్బతీసే ప్రమాదకరమైన సంతతం కూడా కావచ్చు. టీలో ఉండే కెఫీన్ శరీరానికి తక్షణమే ఉత్సాహాన్ని ఇస్తుందని మనం భావిస్తాం. కానీ, పరగడుపున దీనిని తీసుకోవడం వల్ల కడుపులో యాసిడ్ స్రావం ఒక్కసారిగా పెరుగుతుంది. దీనివల్ల అజీర్ణం, ఛాతిలో మంట మరియు కడుపులో అసౌకర్యం వంటి సమస్యలు తలెత్తుతాయి. ఈ అలవాటును దీర్ఘకాలం పాటు కొనసాగిస్తే, కడుపు లోపల ఉండే సున్నితమైన పొర దెబ్బతిన, కడుపులో అల్సర్లు వచ్చే ప్రమాదం కూడా ఉందని వైద్యులు హెచ్చరిస్తున్నారు. డిహైడ్రేషన్: రాత్రంతా నిద్రపోయి ఉదయం లేవగానే మన శరీరం సహజంగానే కొంత డిహైడ్రేషన్ కు గురై ఉంటుంది. టీకి మూత్రవిసర్జనను ప్రేరేపించే గుణం ఉండటం వల్ల, ఖాళీ కడుపుతో దీనిని తాగినప్పుడు శరీరంలోని ద్రవాలు మరింత తగ్గిపోతాయి. దీనివల్ల రోజు మొదట్లోనే తీవ్రమైన అలసట, నీరసం మరియు తలనొప్పి వంటి లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. చాలామంది తమకు టీ తాగకపోవడం వల్ల తలనొప్పి వస్తుందని భావిస్తారు, కానీ వాస్తవానికి టీ వల్ల కలిగే డిహైడ్రేషన్ కూడా ఒక కారణం కావచ్చు. ఉదయాన్నే లేవగానే



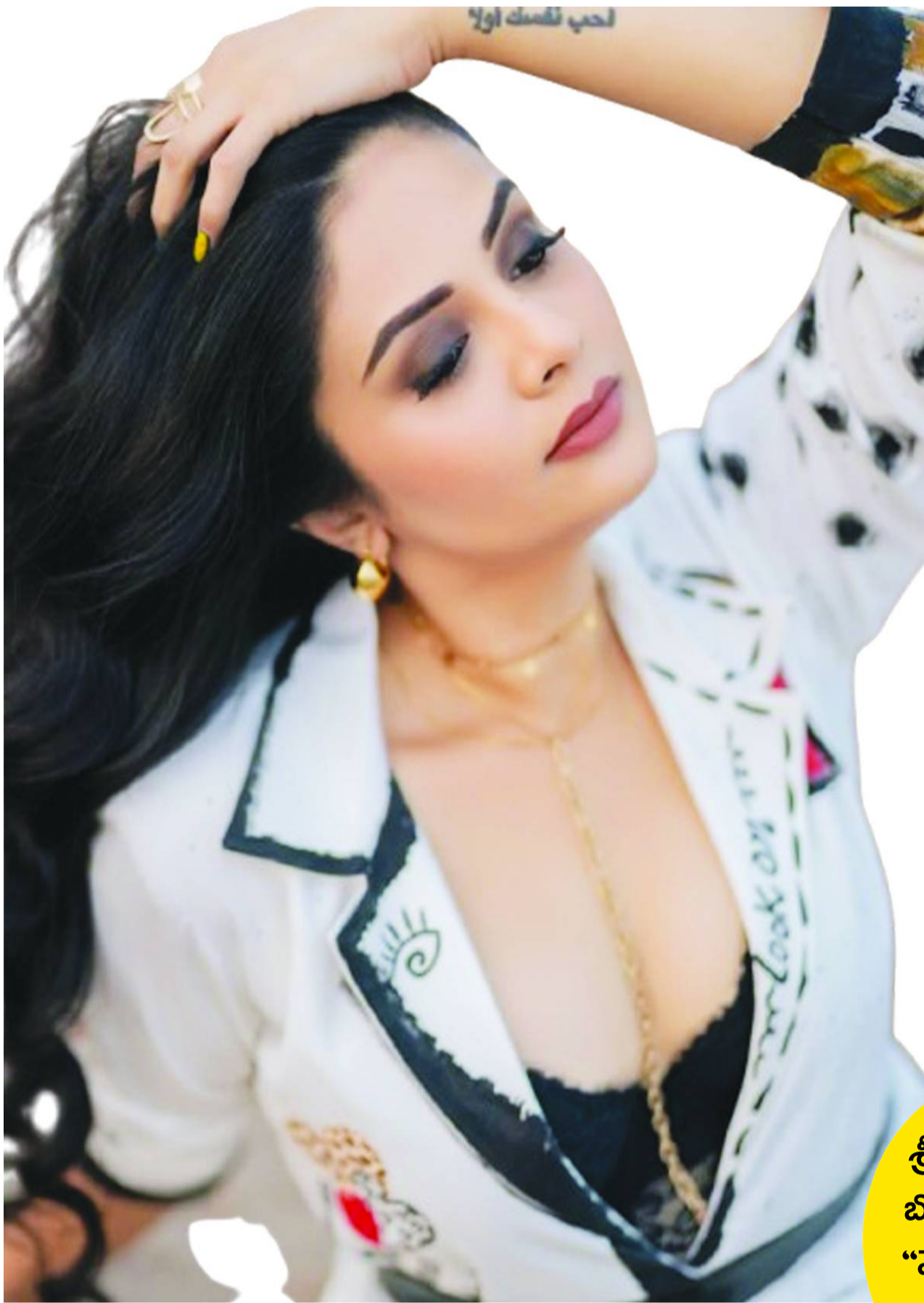
టీకి బదులుగా ఒక గ్లాసు గోరువెచ్చని నీటిని తాగడం అత్యంత ఉత్తమమైన అలవాటు. నీరు తాగడం వల్ల శరీరంలోని విషతుల్యాలు బయటకు వెళ్లిపోతాయి మరియు జీర్ణవ్యవస్థ ఉత్తేజితమవుతుంది. ఒకవేళ మీరు టీ తాగాలనుకుంటే, ఏదైనా అల్సర్లతో లేదా భోజనం చేసిన తర్వాత తీసుకోవడం సురక్షితం. అప్పుడు ఆహారం కడుపులో ఉండటం వల్ల టీలోని కెఫీన్ నేరుగా కడుపు గోడలపై ప్రభావం చూపదు. చిన్నపాటి మార్పులే పెద్ద ఆరోగ్య ఫలితాలను ఇస్తాయి. టీలో అల్లం లేదా యాకులు వంటి సహజ పదార్థాలు చేర్చుకోవడం మంచిదే అయినప్పటికీ, అది పరగడుపున తాగకపోవడమే శ్రేయస్కరం. ఉదయంననే నీటితో పాటు కొన్ని నానబెట్టిన బాదం పప్పులు లేదా వాల్ నట్స్ తీసుకోవడం వల్ల మీ శరీరానికి తగిన పోషణ లభిస్తుంది. ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలి కోసం మీ ఉదయపు అలవాట్లను ఒక్కసారి పునరాలోచించుకోండి.

ఇంటి పెరట్లో ఈ చిన్న మొక్క ఉంటే..



ప్రకృతి మనకు ఎన్నో ఉపయోగకరమైన పండ్లు, గుణాలు దండిగా ఉన్నాయి. ప్రకృతి మనకు ఎన్నో ఆకుకూరలు ఇస్తుంది. కానీ ప్రకృతి మన నుండి ప్రతిఫలంగా ఏమీ అడగదు. కొన్ని మొక్కలు, చెట్లు కూడా మనకు చాలా ఉపయోగకరంగా ఉంటాయి. ముఖ్యంగా ఇంట్లో పుదీనా మొక్కలు పెంచుకుంటే దానివల్ల ఎన్నో అద్భుతమైన ప్రయోజనాలు అందుతాయి. పుదీనాలో ఔషధ

పుదీనాలో ఔషధ గుణాలు దండిగా ఉన్నాయి. దీని ఆకులు కూరల్లో వేస్తే ఘుమ ఘుమలే కాదు ఆరోగ్యానికి కూడా ఎన్నో రకాలుగా మేలు చేస్తుంది. అంతేనా పుదీనా ఆకులతో డీటాక్స్ వాల్ బర్ కూడా తయారు చేసుకోవచ్చు. శరీరంలో ఆహార వ్యర్థాలు, మందుల తాలూకు రసాయనాలు లాక్సిస్తున్నా ఉండిపోతాయి. అప్పుడప్పుడూ అయినా శరీరానికి డీటాక్సిఫికేషన్ అవసరం. అందుకోసం పుదీనా నీళ్లు చక్కగా పనిచేస్తాయి. ఓ గాజు సీసాలో కొన్ని పుదీనా ఆకులు, చక్రాలా తరిగిన నిమ్మకాయ ముక్కలూ వేసి నీళ్లు పోయండి. గంట తరువాత ఆ నీటిని కొద్దికొద్దిగా తాగి చూడండి. అలసట ఎగిరిపోతుంది. శరీరం తేలికపడుతుంది. పుదీనా ఆకులకు ఆయుర్వేద ప్రాముఖ్యత ఉంది. పుదీనా ఆకులను తినడం వల్ల శరీరంలో అనేక సానుకూల, మంచి మార్పులు వస్తాయని చెబుతారు. ఈ మార్పులలో మొదటిది జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచడం. పుదీనా ఆహారం త్వరగా జీర్ణం కావడానికి సహాయపడుతుంది. ఉదయాన్నే పరగడుపున పుదీనా నీళ్లు తాగడం వల్ల రోజంతా శక్తివంతంగా ఉంటారు. పుదీనా ఆకులు శరీరంలో నీరు నష్టమవుకుండా చేస్తాయి. శరీరం డిహైడ్రేట్ అవుతుంది. పుదీనా నీళ్లు తాగితే రోజంతా తాజాగా ఉంటాయి. శరీరం అలసిపోదు. పుదీనా నీళ్లు తాగడం వల్ల తలనొప్పి కూడా తగ్గుతుంది. ఇది అలసటను కూడా తగ్గిస్తుంది. పుదీనాలో యాంటిఆక్సిడెంట్లు ఉంటాయి. ఇవి రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతాయి. పుదీనా నీళ్లు తాగడం వల్ల వేసవిలో చెమట దుర్వాసన రాకుండా ఉంటుంది.



అత్యంత ధనవంతుల జాబితాలో సౌత్ లేడీ స్టార్స్.. హైయెస్ట్ ఎవరంటే?

సినీ ఇండ్రస్ట్రీలో కథానాయికలు కేవలం గ్లామర్ కే పరిమితం కాకుండా, బాక్సాఫీస్ వద్ద తమకంటూ ఒక ప్రత్యేక మార్కెట్ను సృష్టించుకున్నారు. సంపాదనలో కూడా హీరోలకు గట్టి పోటీనిస్తూ భారీ ఆస్తులను కూడబెడుతున్నారు. నయనతార నుంచి సమంత వరకు, రష్మిక మందన్న నుంచి త్రిష వరకు టాప్-7 ధనవంతులైన నటీమణుల జాబితా ఇప్పుడు సోషల్ మీడియాలో హాట్ టాపిక్ గా మారింది. మార్చి 2026 నాటి అంచనాల ప్రకారం వీరి నికర ఆస్తుల విలువ ఎంత వుందో తెలిస్తే ఆశ్చర్యపోతారు. మరి ఆ వివరాలు చూద్దాం..



అగ్రస్థానంలో లేడీ సూపర్ స్టార్ సయనతార:

సౌత్ ఇండియాలోనే అత్యంత ధనవంతురాలైన నటిగా నయనతార మొదటి స్థానంలో నిలిచారు. 41 ఏళ్ల ఈ 'లేడీ సూపర్ స్టార్' నికర ఆస్తి విలువ ప్రస్తుతం రూ. 200 కోట్లకు పైగానే ఉన్నట్లు సమాచారం. ఇక ఫోర్స్ ఇండియా సెలబ్రిటీ లిస్టులో చోటు దక్కించుకున్న ఏకైక సౌత్ నటిగా ఆమె రికార్డు సృష్టించారు. ఆమె తర్వాత 'బాహుబలి' ఫేమ్ అనుష్క శెట్టి రూ. 135 కోట్లతో రెండో స్థానంలో ఉన్నారు. స్వీటీ ఒక్కో సినిమాకు రూ. 5 నుంచి 7 కోట్ల వరకు రెమ్యునరేషన్ తీసుకుంటూ తన హవా కొనసాగిస్తోంది.

తమన్నా సమంతల మధ్య గట్టి పోటీ:

ఇక మిగిలి బ్యూటీ తమన్నా భార్య, స్టార్ బ్యూటీ సమంత రూత్ ప్రభు ఇద్దరూ దాదాపు సమానమైన ఆస్తులతో తర్వాతి స్థానాల్లో నిలిచారు. తమన్నా నికర ఆస్తి రూ. 110-120 కోట్లు ఉండగా, ఆమె ఒక్కో సినిమాకు రూ. 4 నుంచి 5 కోట్లు వసూలు చేస్తోంది. ఇక సమంత కూడా రూ. 110-120 కోట్ల ఆస్తులతో ఆమెకు గట్టి పోటీనిస్తోంది. సమంత క్రేజ్ను బట్టి ఒక్కో ప్రాజెక్టుకు రూ. 3 నుంచి 8 కోట్ల వరకు తీసుకుంటోంది. వీరిద్దరూ సినిమాలతో పాటు బ్రాండ్ ఎంబాస్సీలైన ద్వారా కూడా భారీగా సంపాదిస్తున్నారు.

సీనియర్ భాషల సత్తా.. త్రిష, కాజల్:

ఇక రెండు దశాబ్దాలుగా ఇండ్రస్ట్రీలో కొనసాగుతున్న త్రిష కృష్ణ, కాజల్ అగర్వాల్ కూడా ఈ జాబితాలో టాప్ లో ఉన్నారు. త్రిష

ఆస్తుల విలువ రూ. 85 నుంచి 100 కోట్ల మధ్య ఉండవచ్చని అంచనా. ఇక 40 ఏళ్ల కాజల్ అగర్వాల్ కూడా తన టోటల్ కెరీర్లో రూ. 85 కోట్ల వరకు ఆస్తులను కూడబెట్టుకున్నారు. అప్పట్లో 'మగధీర' వంటి సినిమాలతో టాప్ రేంజ్ కు వెళ్లిన కాజల్, పెళ్లయ్యాక కూడా మంచి ప్రాజెక్టులతో బిజీగా ఉంటూ తన ఆర్థిక స్థితిని పటిష్టంగా ఉంచుకున్నారు.

నేషనల్ క్రష్ రష్మిక దూకుడు:

ప్రస్తుతం పాస్-ఇండియా లెవెల్ ఫుల్ డిమాండ్ ఉన్న సరి రష్మిక మందన్న కేవలం 29 ఏళ్ల వయసులోనే ఆమె రూ. 66 కోట్ల ఆస్తులను సంపాదించారు. 'పుష్ప 2' కోసం రూ. 10 కోట్లు, సల్మాన్ ఖాన్ 'సికిందర్' కోసం ఏకంగా రూ. 13 కోట్లు తీసుకున్నట్లు వార్తలు వస్తున్నాయి. ఇటీవల వివాహం చేసుకున్న రష్మిక, ఈ జాబితాలో అందరికంటే చిన్న వయసులోనే కోట్లకు పడగెత్తిన నటిగా నిలిచింది.

భవిష్యత్తులో ఆమె ఆస్తుల విలువ ఇంకా పెరిగే అవకాశం సృష్టంగా కనిపిస్తోంది. సౌత్ లేడీ స్టార్స్ తమ కష్టంతో మరియు టాలెంట్ తో ఈ స్థాయికి చేరుకోవడం నిజంగా అభినందనీయం. కేవలం సినిమాలే కాకుండా వ్యాపార రంగంలో కూడా పెట్టుబడులు పెడుతూ తమ ఆర్థిక భవిష్యత్తును ప్లాన్ చేసుకుంటున్నారు. ఈ జాబితా చూస్తుంటే దక్షిణాది నటీమణుల స్టార్ పవర్ బాలీవుడ్ భాషలకు ఏమాత్రం తీసిపోదని అర్థమవుతోంది.

శ్రీముఖి యొక్క బోల్డ్ మ్యాడ్ నెస్: "మేడ్ ఫర్ ఈచ్ అదర్" వైబ్స్

అత్యంత క్రూరమైన మృణాలిని చూపిస్తాడట!



టాలీవుడ్లో -సీతారామం-, -హోయ్ నాన్న- వంటి సినిమాలతో పద్ధతిగా.. సున్నితంగా కనిపించే పాత్రలకే పరిమితమైన మృణాల్ రాకూర్ ను భవిష్యత్తులో అత్యంత క్రూరమైన- తీవ్రమైన పాత్రలో చూపించబోతున్నట్లు ప్రముఖ దర్శకుడు అనురాగ్ కశ్యప్ హిందీ ఇచ్చారు. మృణాల్ కోసం ఒక సరికొత్త.. అసాధారణమైన కథాంశం తన దగ్గర ఉందని ఈ నటిలోని నటనను మరో కోణంలో ఆవిష్కరించేందుకు తాను సిద్ధంగా ఉన్నానని ఆయన పేర్కొన్నారు. ఈ వార్త సోషల్ మీడియాలో వైరల్ కావడంతో కొందరు నెటిజన్లు సరదాగా --మృణాల్ కెరీర్ ను అనురాగ్ మార్చేయబోతున్నారు-- అంటూ కామెంట్స్ చేస్తున్నారు. ప్రస్తుతం అనురాగ్ కశ్యప్ కేవలం దర్శకత్వానికే పరిమితం కాకుండా.. నటుడిగా కూడా దక్షిణాదిని బిజీగా మారుతున్నారు. ఇటీవల విడుదలైన -డెకాయీట్- చిత్రంలో అతడి రియలిస్టిక్ నటనకు విమర్శకుల నుంచి ప్రశంసలు దక్కుతున్నాయి. దక్షిణాది ఆయన పోషించిన నెగటివ్ షేడ్స్ ఉన్న పాత్రలు ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకుంటున్నాయి. తెలుగులో కూడా ఆయనకు క్రేజ్ పెరుగుతుండటంతో టాలీవుడ్లో మరిన్ని క్రేజీ ప్రాజెక్టుల్లో ఆయన భాగం కాబోతున్నారని సమాచారం. ముఖ్యంగా గ్యాంగ్స్టర్

ద్రామాల్లో అతడి విలక్షణమైన బాడీ లాంగ్వేజ్ కు దర్శకులు ప్రాధాన్యతనిస్తున్నారు. దక్షిణాదిని తమిళ చిత్ర పరిశ్రమలో కూడా అనురాగ్ కశ్యప్ తనదైన ముద్ర వేస్తున్నారు. ఇప్పటికే విజయ్ సేతుపతి -మహారాజా- వంటి చిత్రాల్లో విలన్ గా మెప్పించిన ఆయన మరికొన్ని భారీ తమిళ సినిమాల్లో కీలక పాత్రలకు సంతకం చేశారు. అలాగే మలయాళ చిత్రాల్లోనూ ఆయన ప్రవేశం ఉంటుందని టాక్ వినిపిస్తోంది. ఒకవైపు బాలీవుడ్లో కల్ట్ సినిమాలకు కేరాఫ్ అగ్రస్థానం ఉంటూనే మరోవైపు సౌత్ సినిమాల్లో నటుడిగా తన రెండో ఇన్స్టాన్స్ ను అద్భుతంగా కొనసాగిస్తున్నారు. ఇక మృణాల్ రాకూర్ కెరీర్ విషయానికి వస్తే... ఈ ట్యాలెంటెడ్ బ్యూటీ ప్రస్తుతం పలు ఆసక్తికరమైన ప్రాజెక్టులతో బిజీగా ఉంది. తెలుగులో నాని, విజయ్ దేవరకొండ వంటి హీరోలతో నటించిన తర్వాత ఇప్పుడు బాలీవుడ్ - సౌత్ మధ్య బ్యాలెన్స్ చేస్తోంది. ఇటీవల దేవగన్ సరసన నటించిన -సన్ ఆఫ్ సర్దార్ 2- కూడా విడుదలైంది. కొన్ని తమిళ ప్రాజెక్టులు విడుదలకు సిద్ధంగా ఉన్నాయి. కేవలం గ్లామర్ పాత్రలకే పరిమితం కాకుండా.. నటనకు ప్రాధాన్యత ఉన్న వైవిధ్యమైన పాత్రలను మృణాల్ ఎంచుకుంటోంది. మృణాల్ రాకూర్ ప్రస్తుతం తన కెరీర్లో అత్యంత బిజీ దశలో ఉంది, ఆమె చేతిలో వైవిధ్యమైన హిందీ ప్రాజెక్టులు ఉన్నాయి. వరుణ్ ధావన్ సరసన డేవిడ్ ధావన్ దర్శకత్వంలో తెరకెక్కుతున్న -హై జవానీ తో ఇమ్మె హోనా హై- ప్రస్తుతం చిత్రీకరణ దశలో ఉండగా.. ఇందులో సరికొత్త గ్లామరస్ రోల్ లో కనిపించబోతోంది. అలాగే ఎంతో కాలంగా నిరీక్షిస్తున్న సస్పెన్స్ థ్రిల్లర్ -పూజా మేరీ జాన్- ప్రస్తుతం పోస్ట్ ప్రొడక్షన్ పనులను జరుపుకుంటోంది. ఇందులో మృణాల్ టైటిల్ పాత్రను పోషిస్తోంది. వీటితో పాటు 2027లో విడుదలకు సిద్ధమవుతున్న -రాకా- అనే భారీ ప్రాజెక్టులో బన్నీతో కలిసి నటిస్తోంది. ఈ భారీ చిత్రాలు మృణాల్ ను గ్లామ్ బిజ్ లో మరింత సుస్థిరమైన స్థానంలో నిలబెడతాయని ట్రేడ్ వర్గాలు విశ్లేషిస్తున్నాయి. అంతేకాదు... అనురాగ్ కశ్యప్ వంటి దర్శకుడు మృణాల్ ను -బ్రూటల్-గా చూపిస్తానంటే తన కెరీర్లో అదొక మేలిమలుపు కావడం ఖాయం. ఒక క్లాసిక్ బ్యూటీగా పేరు తెచ్చుకున్న మృణాల్.. అనురాగ్ ప్రపంచంలో క్రూరమైన పాత్రలో ఎలా ఒదిగిపోతుందో చూడాలని అభిమానులు ఆసక్తిగా ఎదురుచూస్తున్నారు. ఈ కాంటినెషన్ సెట్స్ పైకి వెళ్లే వినోద రంగంలో అది మరో సంచలనమే అవుతుంది.



ప్రతిభా రంతా యొక్క రాయల్ ప్రకాశం: జాతి సంపద