మరో ఉదయం

TELUGU DAILY & NEWS CHANNEL

సంపుటి : 09 సంచిక : 117 పేజిలు : 08, వెల రూ. 5రూ/ బుధవారం- 30 - ఏప్రిల్ - 2025

నగరాన్ని అందంగా మార్చండి, అతిథులకు అసౌకర్యం కలిగించకండి

మిస్ వరల్డ్ రివ్యూలో రేవంత్ రెడ్డి

- మే 10న ప్రారంభకానున్న మిస్ వరల్డ్-2025 పోటీలు
- ఏర్పాట్లపై అధికారులతో సీఎం రేవంత్?రెడ్డి సమీక్ష
- పోటీలకు వస్తున్న వారికి అసౌకర్యం లేకుండా చూడాలని దిశానిర్దేశం
- హైదరాబాద్‌లో పెండింగ్?లో ఉన్న బ్యూటిఫికేషన్ పనులను త్వరగా పూర్తి చేయాలని సీఎం ఆదేశించారు.

వివరాలు 2లో..

హైదరాబాద్ : ప్రపంచ సుందరి పోటీలకు సర్వం సిద్ధమవుతోంది. మొట్టమొదటి సారిగా మిస్ వరల్డ్ పోటీలకు తెలంగాణ ఆతిథ్యం ఇవ్వనుంది. మిస్ వరల్డ్-2025 పోటీలకు పకడ్బందీ ఏర్పాట్లు చేయాలని అధికారులను ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి ఆదేశించారు. మే 10న హైదరాబాద్‌లో ప్రపంచ సుందరి పోటీలు ప్రారంభం కానున్న నేపథ్యంలో వివిధ శాఖల ఉన్నతాధికారులతో కమాండ్ కంట్రోల్ కార్యాలయంలో సీఎం రేవంత్ రెడ్డి సమీక్ష నిర్వహించారు. ఇప్పటి వరకు జరిగిన ఏర్పాట్లను అధికారులు సీఎంకు వివరించారు. పోటీల్లో పాల్గొనేందుకు సుమారు 140 దేశాల నుంచి ప్రతినిధులు రానున్నందున వారికి ఎలాంటి అసౌకర్యం కలగకుండా చూడాలని సీఎం తెలిపారు. ఎయిర్ పోర్టు, హోటళ్లు, ఈవెంట్లు జరిగే ప్రాంతాల్లో కట్టుదిట్టమైన భద్రత ఏర్పాట్లు చేయాలని పోలీసు ఉన్నతాధికారులకు ముఖ్యమంత్రి స్పష్టం చేశారు. మిగతా..2లో

పాకిస్తాన్ విధానాలనే కాంగ్రెస్ అనుసరిస్తోంది

- దేశానికి కీలక సమయంలో ప్రధాని మోదీని కించపరిచేలా కాంగ్రెస్ నేతలు
- పెహల్గాం ఘటన తరువాత దేశమంతటా కోపావేశం మంటలెత్తుతోందని,
- ప్రధానమంత్రి మోదీ స్పష్టంగా పాక్‌కు దిమ్మతిరిగే సమాధానం ఇస్తామని
- దేశం శాంతి, ఐక్యతతో ముందుకు సాగాలని పిలుపునిస్తూ, ఉగ్రవాదంపై భారత్ పోరాటం కొనసాగుతుందని

పాకిస్తాన్ విధానాలను అనుసరిస్తున్నట్టుగా కాంగ్రెస్ పార్టీ వ్యవహరిస్తోందని కేంద్ర మంత్రి కిషన్ రెడ్డి తీవ్ర స్థాయిలో విమర్శించారు. మిగతా..2లో

అలా జరుగలేదంటే.. రాజీనామాలకు సిద్ధంగా ఉండాలి..

టీ.బీజేపీ నేతలకు బన్సల్ సంచలన వార్నింగ్

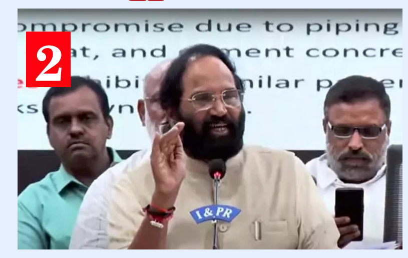
హైదరాబాద్ : బీజేపీ రాష్ట్ర కార్యాలయంలో కేంద్రమంత్రి, బీజేపీ రాష్ట్ర అధ్యక్షులు జి.కిషన్ రెడ్డి అధ్యక్షతన పార్టీ రాష్ట్ర పదాధికారులు సమావేశం జరుగుతోంది. ఈ సమావేశానికి ముఖ్య అతిథిగా బీజేపీ జాతీయ ప్రధాన కార్యదర్శి సునీల్ బన్సల్ హాజరయ్యారు. ఈ సందర్భంగా బన్సల్ మాట్లాడుతూ జిల్లాల అధ్యక్షులు, పార్టీ కీలక నేతలపై సీరియస్ అయ్యారు. మండల కమిటీలు ఇంకా పూర్తి చేయకపోవడంపై మండిపడ్డారు. మే 15వ తేదీలోగా మండల కమిటీలన్నీ పూర్తి కావాలని ఆదేశించారు. లేదంటే జిల్లాల అధ్యక్షులు రాజీనామాలు చేయల్సి ఉంటుందని సంచలన హెచ్చరిక చేశారు. నకిలీ క్రియాశీలక సభ్యత్వాలు చేయించడంపైనా మండిపడ్డారు. 13 వేల వరకు నకిలీ సభ్యత్వాలు ఉన్నాయని అన్నారు. మిగతా..2లో

భారాస నేతల నిర్లక్ష్యమే 'కాళేశ్వరం'ని దెబ్బతీసింది

ఎక్కువ కమీషన్లు వస్తాయని గత ప్రభుత్వ నేతలు కాళేశ్వరం ప్రాజెక్టు చేపట్టారని ఆరోపించారు.

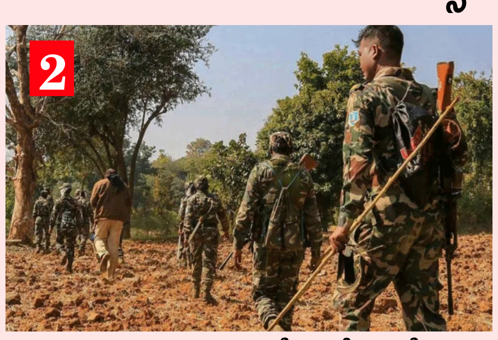
మేడిగడ్డ నిర్మాణంలో లోపాలపై భారాస ఉన్నప్పుడు కూడా ప్రాథమిక నివేదిక ఇచ్చారు.

ఎన్‌డీఎస్‌ఏ నివేదిక ఇచ్చిన తర్వాత కూడా భారాస నేతలు సిగ్గుపడటం లేదని మంత్రి ఉత్తమ్‌కుమార్ రెడ్డి విమర్శించారు.



హైదరాబాద్: కాళేశ్వరం ప్రాజెక్టులో తీవ్రమైన లోపాలు ఉన్నట్లు ఎన్‌డీఎస్‌ఏ నివేదిక ఇచ్చిన తర్వాత కూడా భారాస నేతలు సిగ్గుపడటం లేదని మంత్రి ఉత్తమ్‌కుమార్ రెడ్డి విమర్శించారు.

చరిత్రలో అతి పెద్ద ఆపరేషన్.. 1000 మంది మావోయిస్టుల కోసం 24 వేల మంది జవాన్స్..



- మార్చి 31, 2026లోగా దేశంలో మావోయిజాన్ని లేకుండా చేస్తామని కేంద్ర హెూం శాఖ మంత్రి అమిత్ షా
- గుట్టలో తలదాచుకున్న 1000 మంది మావోయిస్టుల కోసం జవాన్లు వెతుకుతున్నారు.

అమరావతి : ఈ కాల్పుల్లో ఏప్రిల్ 24వ తేదీన ముగ్గురు మహిళా మావోయిస్టులు చనిపోయారు. వారి బాడీలను అధికారులు స్వాధీనం చేసుకున్నారు. అయితే, విశ్వసనీయ వర్గాల సమాచారం ప్రకారం.. ముగ్గురి కంటే ఎక్కువ మంది మావోయిస్టులు చనిపోయి ఉంటారని తెలుస్తోంది.

పాకిస్థాన్‌కు అనుకూలంగా మాట్లాడితే అక్కడికే వెళ్లిపోండి

- పహల్గాం అమరులకు నివాళులర్పించిన డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్
- మధుసూదన్‌రావు ఆత్మకు శాంతి చేకూరాలని మౌనం పాటించిన పవన్
- ఉగ్రఘటనలో జనసేన ఓ కార్యకర్తను కోల్పోయిందని పవన్ ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు.
- యుద్ధ పరిస్థితులు వచ్చినా సిద్ధంగా ఉండాలని మత కలహాలు సృష్టించే వారిపై అప్రమత్తంగా ఉండి ఎదుర్కోవాలని పవన్

వివరాలు 2లో..

అమరావతి : మత ప్రాతిపదికన 26 మందిని చంపినా పాకిస్థాన్‌కు అనుకూలంగా మాట్లాడటం సరికాదని డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్ అన్నారు. అలా మాట్లాడాలనుకుంటే పాకిస్థాన్‌కే వెళ్లిపోవాలని అన్నారు. మిగతా..2లో

దేశ భద్రత కోసం స్పైవేర్ ఉపయోగిస్తే తప్పేంటి?..

- ప్రపంచంలోనే అత్యంత శక్తివంతమైన నిఘా వ్యవస్థ కలిగిన దేశంగా ఇజ్రాయిల్ అవతరించదానికి బహుశా
- భారతదేశంలో వివాదాస్పదమైన 'పెగాసస్' స్పైవేర్ (నిఘా సాఫ్ట్‌వేర్) తయారు చేసింది కూడా ఈ దేశమే.
- దేశంలో విధ్వంసాలు సృష్టిస్తూ, మారణహెూమాలు తలపెట్టిన ఉగ్రమూకకు ఈ గోప్యత హక్కు ఎక్కడిది అని ప్రభుత్వం వాదిస్తోంది.

'స్విచ్ఛాఫ్ లైట్స్'కు పిలుపునిచ్చిన అసదుద్దీన్ ఒవైసీ

- వక్ఫ్ సవరణ చట్టంను వ్యతిరేకిస్తూ నిరసన
- రాత్రి తొమ్మిది గంటలకు 15 నిమిషాల పాటు లైట్లు ఆఫ్ చేయాలని పిలుపు
- వక్ఫ్ సవరణ బిల్లుకు వ్యతిరేకంగా ఏఐఎంపీఎల్‌బీ నిరసన కార్యక్రమాలు

వక్ఫ్ సవరణ చట్టం-2025ని నిరసిస్తూ ఈ నెల 30వ తేదీన దేశవ్యాప్తంగా 'లైట్స్ ఆఫ్'కు మజ్లిస్ పార్టీ అధినేత, హైదరాబాద్ ఎంపీ అసదుద్దీన్ ఒవైసీ పిలుపునిచ్చారు. ఆ రోజున రాత్రి తొమ్మిది గంటలకు లైట్లను స్విచ్ఛాఫ్ చేయాలని సూచించారు.

ఏఐఎంపీఎల్‌బీ నిరసన కార్యక్రమాలు

వక్ఫ్ సవరణ చట్టం-2025ను రద్దు చేయాలని డిమాండ్

టార్గెట్ పాకిస్తాన్.. మోడీ నివాసంలో రక్షణ మంత్రి, అజిత్ దోవల్ అత్యున్నత భేటీ..

- పహల్గామ్ ఉగ్రవాద దాడిపై పాకిస్తాన్‌ని సరైన ప్రతిస్పందన ఇస్తామని కేంద్రం వార్నింగ్ ఇచ్చింది.
- పహల్గామ్ ఉగ్రదాడి, పాకిస్తాన్‌పై ప్రతీకార చర్యల్లో భాగంగా ఈ రోజు ప్రధాని నరేంద్రమోడీ నివాసంలో ఉన్నతస్థాయి సమావేశం
- పహల్గామ్ దాడిలో 26 మంది టూరిస్టుల్ని పాకిస్తాన్ ఉగ్రవాదులు కాల్చి చంపిన నేపథ్యంలో ఇప్పటికే పాకిస్తాన్‌కి భారత్ తన దౌత్య దెబ్బని చూపించింది.
- సింధు జలాల ఒప్పందం రద్దుతో పాటు పాకిస్తానీయులకు వీసాలు రద్దు చేసింది.

వివరాలు 2లో..

ఢిల్లీ : పహల్గామ్ ఉగ్రదాడి, పాకిస్తాన్‌పై ప్రతీకార చర్యల్లో భాగంగా ఈ రోజు ప్రధాని నరేంద్రమోడీ నివాసంలో ఉన్నతస్థాయి సమావేశం జరుగుతోంది. ఈ సమావేశానికి మిగతా..2లో

అమరావతిని రాష్ట్ర రాజధానిగా ప్రకటించమని పార్లమెంటును కోరతాం..

- హైదరాబాద్ రెండు తెలుగు రాష్ట్రాలకు ఉమ్మడి రాజధానిగా ఉండాలనే గడువు ముగిసిందన్నారు.
- రాజధాని అభివృద్ధిలో మే 2 ఒక మైలురాయి అవుతుందని ఆయన అన్నారు.
- అమరావతి రైతులలో ఆత్మవిశ్వాసం నింపడానికి అమరావతిలో ఒక ఇల్లు నిర్మిస్తున్నట్లు ఆయన చెప్పారు.

అమరావతి : తమ ప్రభుత్వం అమరావతిని ఏపీ రాజధానిగా చట్టబద్ధత కోసం ప్రయత్నిస్తుందని ఆంధ్రప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు అన్నారు.

'స్విచ్ఛాఫ్ లైట్స్'కు పిలుపునిచ్చిన అసదుద్దీన్ ఒవైసీ

చేస్తూ అఖిల భారత ముస్లిం పర్సనల్ లా బోర్డు (ఏఐఎంపీఎల్‌బీ) దేశవ్యాప్త ఆందోళనలకు శ్రీకారం చుట్టింది. ఇందులో భాగంగా ఏప్రిల్ 30న 'లైట్స్ ఆఫ్' పేరుతో నిరసన కార్యక్రమానికి పిలుపునిచ్చింది. ఆ రోజు రాత్రి 9 గంటలకు దేశవ్యాప్తంగా ప్రజలు తమ ఇళ్లు, వాణిజ్య సముదాయాల్లో 15 నిమిషాల పాటు లైట్లను స్విచ్ ఆఫ్ చేసి, ఈ చట్టంపై తమ వ్యతిరేకతను శాంతియుతంగా తెలియజేయాలని బోర్డు కోరింది. ఇటీవల హైదరాబాద్‌లో మజ్లిస్ సహకారంతో 'వక్ఫ్‌ను రక్షించండి, రాజ్యాంగాన్ని కాపాడండి' పేరిట నిర్వహించిన భారీ బహిరంగ సభ విజయవంతం కావడంతో, ఆందోళనను మరింత ఉద్ధృతం చేయాలని ఏఐఎంపీఎల్‌బీ నిర్ణయించింది. ఆ సభకు వేలాది మంది ప్రజలతో పాటు కాంగ్రెస్, బీఆర్ఎస్, వైసీపీ, డీఎంకే సహా పలు రాజకీయ పార్టీల ప్రతినిధులు హాజరయ్యారు. 'వక్ఫ్ రక్షణ' పేరిట చేపట్టిన ఈ ప్రచార కార్యక్రమం జూలై 13న ఢిల్లీలోని రామ్‌లీలా మైదానంలో భారీ బహిరంగ సభతో ముగియనుంది. ఈ లోగా, కొత్త చట్టంపై ప్రజల్లో అవగాహన కల్పించడానికి, దానిని రద్దు చేయాలని ప్రభుత్వంపై ఒత్తిడి పెంచడానికి రాష్ట్ర, జిల్లా స్థాయిల్లో పలు కార్యక్రమాలను నిర్వహించాలని ఏఐఎంపీఎల్‌బీ ప్రణాళిక సిద్ధం చేసింది. ప్రచార కార్యక్రమాలను ఎలా నిర్వహించాలి, ఎలాంటి జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలనే దానిపై బోర్డు తమ రాష్ట్ర, జిల్లా విభాగాలకు స్పష్టమైన మార్గదర్శకాలను జారీ చేసింది. అన్ని కార్యక్రమాలు క్రమశిక్షణతో, అహింసాయుతంగా జరగాలని నొక్కి చెప్పింది. "బీజేపీ, దాని మిత్రపక్షాలు అధికారంలో ఉన్న రాష్ట్రాల్లో, ప్రచారానికి సహకారం లభించే అవకాశం ఉండదని, కాబట్టి వీధి ప్రదర్శనలు లేదా బహిరంగ నిరసనలు నిర్వహించకూడదని నిర్ణయించుకున్నాం" అని ఏఐఎంపీఎల్‌బీ అధికార ప్రతినిధి సయ్యద్ ఖాసిం రసూల్ ఇలియాస్ తెలిపారు.

నగరాన్ని అందంగా మార్చండి, అతిథులకు అసౌకర్యం కలిగించకండి

రాష్ట్రంలోని చారిత్రక కట్టడాలు, పర్యాటక ప్రాంతాలను సందర్శించేందుకు ప్రత్యేక ఏర్పాట్లు చేయాలని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి తెలిపారు. ఏర్పాట్ల పర్యవేక్షణకు విభాగాలవారీగా ప్రత్యేక అధికారులను నియమించాలని ముఖ్యమంత్రి సూచించారు. హైదరాబాద్‌లో పెండింగ్?లో ఉన్న బ్యూటిఫికేషన్ పనులను త్వరగా పూర్తి చేయాలని సీఎం ఆదేశించారు. మిస్ వరల్డ్-2025 ప్రారంభం నుంచి పూర్తయ్యే వరకు ఏర్పాట్లు, కార్యక్రమాలపై సమగ్ర ప్రణాళికలు సిద్ధం చేయాలని సీఎం ఆదేశించారు. ఈ సమీక్షలో పర్యాటక శాఖ మంత్రి జూపల్లి కృష్ణారావు, సీఎం సలహాదారుడు వేం నరేందర్ రెడ్డి, ప్రత్యేక సీఎస్ జయేష్ రంజన్, డీజీపీ జితేందర్, పోలీస్ కమిషనర్లు, వివిధ శాఖల ఉన్నతాధికారులు పాల్గొన్నారు.

అలా జరుగలేదంటే.. రాజీనామాలకు సిద్ధంగా ఉండాలి..

అంతేకాదు.. బీజేఎ పోరాటాల్లోనూ వేడి తగ్గిందని.. క్షేత్రస్థాయి పోరాటాల్లో వేగం పెంచాలని చెప్పారు. అనంతరం ప్రస్తుత రాజకీయ పరిస్థితులపై చర్చించారు.

ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి ప్రిపేర్ అవ్వలేదేమో: హరీష్ రావు

జూలైలో స్థానిక సంస్థల ఎన్నికలు జరిగే అవకాశం ఉండటంతో అందుకు సిద్ధంగా ఉండాలని.. సీనియర్ల సలహాలు, సూచనలు తీసుకోవాలని సూచించారు. రాష్ట్రంలో అధికార కాంగ్రెస్ ప్రతిపక్ష బీఆర్ఎస్ విమర్శలకు ఏ విధంగా కౌంటర్ ఇవ్వాలో వంటి అంశాలపైనా చర్చించారు. అంతకుముందు కిషన్ రెడ్డి మాట్లాడారు. కాంగ్రెస్, బీఆర్ఎస్‌లపై కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. హైదరాబాద్ ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికల్లో కుట్రపూరితంగా వ్యవహరించాయని సీరియస్ అయ్యారు. పోటీ ఎమ్ఐఎమ్, బీజేపీ మధ్య ఉంటే.. కాంగ్రెస్, బీఆర్ఎస్‌లు రెండూ ఎమ్ఐఎమ్‌కు మద్దతిచ్చాయని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. ప్రజలు అన్నీ గమనిస్తున్నారని.. వచ్చే స్థానిక సంస్థల ఎన్నికలతోపాటు, అన్ని ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్, బీఆర్ఎస్‌లకు కర్రుకాల్చి వాత పెట్టడం ఖాయమని అన్నారు.

పాకిస్తాన్ విధానాలనే కాంగ్రెస్ అనుసరిస్తోంది

దేశానికి కీలక సమయంలో ప్రధాని మోదీని కించపరిచేలా కాంగ్రెస్ నేతలు సోషల్ మీడియాలో పోస్టులు చేయడాన్ని ఆయన తీవ్రంగా ఖండించారు. పెహల్గాం ఘటన తరువాత దేశమంతటా కోపావేశం మంటలెత్తుతోందని, ఈ సమయంలో ప్రతిపక్షంగా బాధ్యతాయుతంగా వ్యవహరించాల్సిన కాంగ్రెస్ పార్టీ మాత్రం పాకిస్తాన్ మంత్రులు మాట్లాడే భాషలో మాట్లాడుతుండటం దురదృష్టకరమని అన్నారు. పాక్ మంత్రుల మాటల్ని కాంగ్రెస్ నేతలు సమర్థించడమే కాకుండా, వారి ట్వీట్లు పాకిస్తాన్ లోనివారు రీట్వీట్ చేయడమే ఇందుకు నిదర్శనమని వ్యాఖ్యానించారు. ప్రధానమంత్రి మోదీ స్పష్టంగా పాక్‌కు దిమ్మతిరిగే సమాధానం ఇస్తామని చెప్పారని, ఈ సమయంలో దేశ సైన్యం, కేంద్ర ప్రభుత్వానికి అండగా ఉండాల్సిన అవసరం ఉందన్నారు. కానీ కాంగ్రెస్ మాత్రం ప్రధానిని టార్గెట్ చేస్తూ అసభ్యంగా సోషల్ మీడియా పోస్టులు చేస్తోందని, 'గాయబ్' అంటూ పోస్టర్ రూపొందించడం కాంగ్రెస్ లో పెరుగుతున్న అసహనాన్ని ప్రతిబింబిస్తోందన్నారు. ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికల్లో మజ్లిస్ పార్టీకి బీఆర్ఎస్, కాంగ్రెస్ మద్దతివ్వడాన్ని గుర్తుచేసిన కిషన్ రెడ్డి, మజ్లిస్‌ను ఎదుర్కొనే సత్తా బీజేపీకే ఉందని అన్నారు. రాబోయే గ్రేటర్ ఎన్నికల్లో మజ్లిస్ - బీజేపీ మధ్యనే ప్రధాన పోటీ ఉంటుందని స్పష్టం చేశారు. కశ్మీర్‌లో ఆర్టికల్ 370 రద్దు తరువాత అభివృద్ధి బాటలోకి వెళ్లిందని, కానీ దేశంలోని కొన్ని అంతర్గత శక్తులు మరియు పాక్ శక్తులు ఈ శాంతిని అంగీకరించలేకపోతున్నాయన్నారు. పెహల్గాం ఘటనలో నిర్దోషులైన హిందూ, ముస్లిం పౌరుల్ని కిరాతకంగా హత్య చేయడం దేశాన్ని ఒక్కటిగా కలిపిందన్నారు. దేశం శాంతి, ఐక్యతతో ముందుకు సాగాలని పిలుపునిస్తూ, ఉగ్రవాదంపై భారత్ పోరాటం కొనసాగుతుందని ఆయన పేర్కొన్నారు.

టార్గెట్ పాకిస్తాన్.. మోడీ నివాసంలో రక్షణ మంత్రి, అజిత్ దోవల్ అత్యున్నత భేటీ..

రక్షణ మంత్రి రాజ్‌నాథ్ సింగ్‌తో పాటు జాతీయ భద్రతా సలహాదారు అజిత్ దోవల్, చీఫ్ ఆఫ్ డిఫెన్స్ స్టాఫ్ జనరల్ అనిల్ చౌహాన్ హాజరయ్యారు.త్రివిధ దళాధిపతులు కూడా ఈ సమావేశంలో పాల్గొన్నారు. ఈ సమావేశానికి ప్రధాని మోడీ అధ్యక్షత వహిస్తున్నారు. పహల్గామ్ ఉగ్రవాద దాడిపై పాకిస్తాన్‌ని సరైన ప్రతిస్పందన ఇస్తామని కేంద్రం వార్నింగ్ ఇచ్చింది. ఈ నేపథ్యంలో ఈ భేటీకి ప్రాధాన్యత సంతరించుకుంది. జాతీయ భద్రతపై అత్యున్నత నిర్ణయాధికార సంస్థ అయిన "క్యాబినెట్ కమిటీ ఆన్ సెక్యూరిటీ(సీసీఎస్)" భేటీ జరిగిన కొన్ని రోజుల తర్వాత ఈ సమావేశం జరుగుతోంది. ఈ సమావేశం తర్వాత రాజకీయ వ్యవహారాల క్యాబినెట్ కమిటీ సమావేశం జరగనున్నట్లు సంబంధిత వర్గాలు తెలిపాయి. దీనికి కూడా ప్రధాని మోడీ అధ్యక్షత వహిస్తారు. ఈ భేటీకి ఐదుగురు సభ్యులు సీసీఎస్‌తో పాటు రవాణా మంత్రి, ఆరోగ్య మంత్రి, వ్యవసాయ మంత్రి , రైల్వే మంత్రి కూడా హాజరవుతారని తెలుస్తోంది. సీసీఎస్‌లో ప్రధానితో పాటు రక్షణ మంత్రి రాజ్‌నాథ్ సింగ్, హోం మంత్రి అమిత్ షా, ఆర్థిక మంత్రి నిర్మలా సీతారామన్, విదేశాంగ మంత్రి ఎస్ జైశంకర్ ఉన్నారు. పహల్గామ్ దాడిలో 26 మంది టూరిస్టుల్ని పాకిస్తాన్ ఉగ్రవాదులు కాల్చి చంపిన నేపథ్యంలో ఇప్పటికే పాకిస్తాన్‌కి భారత్ తన దౌత్య దెబ్బని చూపించింది. సింధు జలాల ఒప్పందం రద్దుతో పాటు పాకిస్తానీయులకు వీసాలు రద్దు చేసింది. అట్టారి వాఘా బోర్డర్ ని మూసేస్తున్నట్లు ప్రకటించింది.

భారాస నేతల నిర్లక్ష్యమే 'కాళేశ్వరం'ని దెబ్బతీసింది: ఉత్తమ్

'ఎన్‌డీఎస్‌ఏ ఎవరు..? వాళ్లెవరు నివేదిక ఇవ్వడానికి' అని కించపరిచేలా మాట్లాడుతున్నారని మండిపడ్డారు. ఎక్కువ కమీషన్లు వస్తాయని గత ప్రభుత్వ నేతలు కాళేశ్వరం ప్రాజెక్టు చేపట్టారని ఆరోపించారు. హైదరాబాద్‌లో నిర్వహించిన మీడియా సమావేశంలో ఆయన కాళేశ్వరం ప్రాజెక్టుపై ఇటీవల ఎన్‌డీఎస్‌ఏ ఇచ్చిన నివేదికపై పవర్‌పాయింట్ ప్రజెంటేషన్ ఇచ్చారు. కమీషన్ల కోసం ప్రాజెక్టు అంచనాను భారీగా పెంచుకుంటూ పోయారని మండిపడ్డారు. రూ.80వేల కోట్లకు అనుమతులు తీసుకుంటే.. ఇప్పటికే రూ.లక్ష కోట్లు దాటిపోయిందన్నారు. "వివిధ పేర్లతో కార్పొరేషన్లు ఏర్పాటు చేసి రుణాలు తీసుకున్నారు. అధికశాతం వడ్డీకి స్వల్పకాలిక రుణాలు తీసుకున్నారు. భారాస హయాంలోనే ప్రాజెక్టు నిర్మించారు. వాళ్ల హయాంలోనే కూలిపోయింది. ఎన్‌డీఎస్‌ఏ అనేది పార్లమెంట్ చట్టం ద్వారా ఏర్పడింది. చట్టం చేసినప్పుడు భారాస ఎంపీలు మద్దతిచ్చారు. బ్యారేజీల భద్రతపై ఎన్‌డీఎస్‌ఏ అత్యున్నత బోర్డు. దేశంలోని 700 బ్యారేజీల భద్రతను పరిశీలిస్తోంది. వివిధ అంశాల్లో అంతర్జాతీయ స్థాయి నిపుణులతో ఈ బోర్డు ఏర్పాటైంది. తుమ్మిడిహట్టి కాదని మేడిగడ్డ వద్ద ప్రాజెక్టు నిర్మించడమే ప్రధాన లోపమని ఎన్‌డీఎస్‌ఏ చెప్పింది. మేడిగడ్డ ప్రతిపాదనను సీడబ్ల్యూసీ ప్రారంభంలోనే తోసిపుచ్చింది. బ్యారేజీ పూర్తయిన తొలి ఏడాదిలోనే లోపాలు బయటపడ్డాయి. లోపాలు ఉన్నాయని ఇంజినీర్లు చెప్పినా సరే.. పట్టించుకోకపోవడంతో నష్ట తీవ్రత పెరిగింది. మేడిగడ్డ నిర్మాణంలో లోపాలపై భారాస ఉన్నప్పుడు కూడా ప్రాథమిక నివేదిక ఇచ్చారు. బ్యారేజీ లోపలి భాగంలో నీళ్లు భూమిలోకి పోయి బ్యారేజీ వెలుపలకు వస్తున్నాయి. బ్యారేజీ నిర్మాణానికి మట్టి పరీక్షలు, నాణ్యత పరీక్షలు చేయలేదు. అన్నారం, సుందిళ్ల బ్యారేజీల్లోనూ సీపేజీ ఉందని ఎన్‌డీఎస్‌ఏ నివేదిక చెబుతోంది. నిర్మాణం మొదలుపెట్టిన 6 నెలల తర్వాత సీడబ్ల్యూసీకి డీపీఆర్ పంపించారు. ప్రాజెక్టును తుమ్మిడిహట్టి నుంచి మేడిగడ్డకు మార్చవద్దని ఐదుగురు విశ్రాంత ఇంజినీర్లతో కేసీఆర్ ఏర్పాటు చేసిన నిపుణుల బృందమే చెప్పింది. సీడబ్ల్యూసీకి ఇచ్చిన డీపీఆర్‌లో కూడా తర్వాత ఇష్టారాజ్యంగా మార్పులు చేశారు. డీపీఆర్‌కు విరుద్ధంగా కేసీఆర్ ఎలా చెప్తే అలా నిర్మించేశారు. భారాస నేతల నిర్లక్ష్యం, కక్కుర్తి, అవినీతి వల్ల ప్రాజెక్టు పనికిరాకుండా పోయింది" అని ఉత్తమ్ మండిపడ్డారు.

పాకిస్థాన్‌కు అనుకూలంగా మాట్లాడితే అక్కడికే వెళ్లిపోండి: పవన్ కల్యాణ్

మొదటి పేజి తరువాయి

మత ప్రాతిపదికన చంపడం సరికాదని అన్నారు. ఇటీవల జమ్ముకశ్మీర్‌లోని పహల్గాం ఉగ్రదాడిలో ప్రాణాలు కోల్పోయిన వారికి మంగళగిరి సీకే కన్వెన్షన్‌లో హాలులో జనసేన పార్టీ తరపున నివాళుల కార్యక్రమం నిర్వ హించారు.ఈ సందర్భంగా పవన్ కల్యాణ్ మాట్లాడుతూ ఉగ్రవాదం, హింసపై అందరూ ఒకేలా స్పందించాలని అన్నారు. కశ్మీర్ భారత్‌లో భాగమని, ఇలాంటి విషయాలపై ఓట్లు, సీట్ల కోసం మాట్లాడకూడదని చెప్పారు. ఈ ఘటనలో ప్రాణాలు కోల్పోయిన శ్రీ పొట్టి శ్రీరాములు నెల్లూరు జిల్లా కావలికి చెందిన మధుసూదన్‌రావు కుటుంబానికి పార్టీ తరపున రూ.50 లక్షలు ఆర్థిక సాయం ప్రకటించారు. ఉగ్రఘటనలో జనసేన ఓ కార్యకర్తను కోల్పోయిందని పవన్ ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. సత్యం మాట్లాడాలంటే చాలా ధైర్యం కావాలని చెప్పారు. చనిపోయిన మధుసూదన్‌రావు ఎవరికి హాని చేశారని కుటుంబాన్ని తీసుకొని కశ్మీర్‌కు వెళ్తే చంపేశారని పవన్ అన్నారు. గుర్తింపుకార్డు అడిగి కాల్చి చంపారు: కశ్మీర్ మనది కాబట్టే అక్కడికి వెళ్లామని అలానే ఉగ్రవాదులు గుర్తింపుకార్డు అడిగి కాల్చి చంపారు మధు భార్య చెప్పారని పవన్ తెలిపారు. హిందువులకు ఉన్న దేశం ఇదొక్కటేనని పవన్ తెలిపారు. ఇక్కడ కూడా ఉండొద్దంటే ఎక్కడికి పోవాలని అన్నారు. యుద్ధ పరిస్థితులు వచ్చినా సిద్ధంగా ఉండాలని మత కలహాలు సృష్టించే వారిపై అప్రమత్తంగా ఉండి ఎదుర్కోవాలని పవన్ కల్యాణ్ అన్నారు. కశ్మీర్‌లో జరిగితే ఆ ప్రకంపనలు మనకు తగిలాయని సరిహద్దు నియంత్రణ వద్ద విధులు చాలా కష్టమని అన్నారు. ఉగ్రవాదులను ఎలాంటి పరిస్థితుల్లో ఉపేక్షించవద్దని వివరించారు. భవిష్యత్తులో ఇలాంటి ఘటనలు పునరావృతం కాకుండా కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలి. ఉగ్రవాదుల ఏరివేతలో ప్రతి ఒక్కరూ ఎన్డీయేకు మద్దతుగా నిలవాలి. దేశంలో సహనం ఎక్కువైంది అతి సహనం మంచిది కాదు. కొత్త వ్యక్తుల కదలికలపై నిఘా ఉండాలి. ఇప్పటికైనా ఏదో ఒక నిర్ణయం తీసుకోవాలి. తప్పు జరిగినప్పుడు తప్పు అని చెప్పాలి. ముస్లింలపై వివక్ష చూపిస్తే ఇంతమంది ఇక్కడ ఎలా ఉంటారు. శరణార్థులు దేశానికి అదనపు భారం

చరిత్రలో అతి పెద్ద ఆపరేషన్.. 1000 మంది మావోయిస్టుల కోసం 24 వేల మంది జవాన్స్..

మొదటి పేజి తరువాయి

మార్చి 31, 2026లోగా దేశంలో మావోయిజాన్ని లేకుండా చేస్తామని కేంద్ర హోం శాఖ మంత్రి అమిత్ షా ప్రకటించిన సంగతి తెలిసిందే. ఆ దిశగా బలంగా అడుగులు ముందుకు సాగుతున్నాయి. మావోయిస్టుల పతనమే లక్ష్యంగా జవాన్లు అరణ్యంలో సెర్చ్ ఆపరేషన్ కొనసాగిస్తున్నారు. తెలంగాణ- ఛత్తీస్‌ఘర్ సరిహద్దు ప్రాంతంలోని కర్రెగుట్టలో మావోయిస్టుల కోసం భారీ సెర్చ్ ఆపరేషన్ కొనసాగుతోంది. దాదాపు 24 వేల మంది జవాన్లు కర్రెగుట్టను చుట్టుముట్టారు. 800 చదరపు కిలోమీటర్ల పరిధిలో ఉన్న ప్రాంతం మొత్తం జవాన్ల ఆధీనంలోకి వెళ్లిపోయింది. గుట్టలో తలదాచుకున్న 1000 మంది మావోయిస్టుల కోసం జవాన్లు వెతుకుతున్నారు. లొంగిపోవాలని.. లేకపోతే ముప్పు తప్పదని గుట్టలో దాక్కున్న మావోయిస్టులకు ఇప్పటికే హెచ్చరికలు జారీ అయ్యాయి. జవాన్లు కర్రెగుట్టలోని పలు మావోయిస్టుల స్థావరాలను కనిపెట్టారు. గత వారం రోజుల నుంచి మావోయిస్టులు, జవాన్ల మధ్య కాల్పులు కొనసాగుతున్నాయి. ఈ కాల్పుల్లో ఏప్రిల్ 24వ తేదీన ముగ్గురు మహిళా మావోయిస్టులు చనిపోయారు. వారి బాడీలను అధికారులు స్వాధీనం చేసుకున్నారు. అయితే, విశ్వసనీయ వర్గాల సమాచారం ప్రకారం.. ముగ్గురి కంటే ఎక్కువ మంది మావోయిస్టులు చనిపోయి ఉంటారని తెలుస్తోంది. భద్రతా దళాలు అత్యాధునికమైన టెక్నాలజీని ఉపయోగించి ముందుకు సాగుతున్నారు. మావోయిస్టులు, నక్సల్స్ ఉచ్చుల నుంచి తప్పించుకుని సెర్చ్ ఆపరేషన్ కొనసాగిస్తున్నారు. దండకారణ్య స్పెషల్ జోన్ కమిటీ తెలంగాణ స్టేట్ కమిటీ ది పీపుల్స్ లిబరేషన్ గొరిల్లా ఆర్మీ , బెటాలియన్ నెంబర్ వన్‌తో పాటు మిగిలిన మావోయిస్టుల గ్రూపుల్ని తుదముట్టించడమే లక్ష్యంగా ఈ సెర్చ్ ఆపరేషన్ సాగుతోంది. 800 చదరపు కిలోమీటర్ల పరిధిలోని ఏరియా మొత్తం మావోయిస్టు ఫ్రీ జోన్ అయ్యే వరకు ఈ సెర్చ్ ఆపరేషన్ కొనసాగనుంది. ఈ సెర్చ్ ఆపరేషన్ సందర్భంగా కమాండో బెటాలియన్ ఫర్ రెసల్యూట్ యాక్షన్, స్పెషల్ టాస్క్ ఫోర్స్, డిస్ట్రిక్ట్ రిజర్వ్ గార్డ్‌లకు చెందిన ముగ్గురు జవాన్లు గాయపడ్డారు. ఐఈడీ పేలుళ్లు సంభవించటంతో వారికి గాయాలు అయ్యాయి. డీ హైడ్రేషన్

కారణంగా మరో ఆరుగురు జవాన్లు ఆస్పత్రి పాలయ్యారు. మావోయిస్టు కదలికలను గుర్తించేందుకు డ్రోన్లు సైతం రంగంలోకి దిగాయి.

దేశ భద్రత కోసం స్పైవేర్ ఉపయోగిస్తే తప్పేంటి?..

మొదటి పేజి తరువాయి

నిఘా, గూఢచర్యం.. ఈనాటివి కావు. రాజుల కాలం నుంచే ఇవి ఉన్నాయి. శత్రు దేశ పన్నాగాలను ముందే పసిగట్టడం, ఎత్తుకు పైఎత్తు వేస్తూ తమ దేశాన్ని రక్షించుకోవడం కోసం ప్రతి రాజు, పాలకుడు ఈ గూఢచర్య వ్యవస్థను ఉపయోగించుకున్నారు. అది నేటి ఆధునిక ప్రపంచంలోనూ కొనసాగుతోంది. అలాంటి వ్యవస్థ లేకపోతే అన్ని దిక్కులా శత్రు దేశాలను పెట్టుకున్న ఇజ్రాయిల్ వంటి చిన్న దేశాలు మనుగడ సాగించలేవు. ప్రపంచంలోనే అత్యంత శక్తివంతమైన నిఘా వ్యవస్థ కలిగిన దేశంగా ఇజ్రాయిల్ అవతరించడానికి బహుశా ఇది కూడా ఒక కారణం కావొచ్చు. ఈ ఉపోద్ఘాతం అంతా ఎందుకు అంటే.. భారతదేశంలో వివాదాస్పదమైన 'పెగాసస్' స్పైవేర్ (నిఘా సాఫ్ట్‌వేర్) తయారు చేసింది కూడా ఈ దేశమే. నిఘా సంస్థలకు బలమైన ఆయుధంగా మారిన ఈ స్పైవేర్‌ను కేంద్రంలో అధికారంలో ఉన్న భారతీయ జనతా పార్టీ తన రాజకీయ ప్రత్యర్థులు, జర్నలిస్టులు, యాక్టివిస్టులపై ప్రయోగిస్తుంది అంటూ నాలుగేళ్ల క్రితం దేశంలో నానా రచ్చ జరిగింది. కొందరు దీనిపై సర్వోన్నత న్యాయస్థానం సుప్రీంకోర్టును సైతం ఆశ్రయించగా.. అది ఇప్పుడు తాజాగా మరోసారి తెరపైకి వచ్చింది. ఈసారి స్పైవేర్ వినియోగాన్ని సమర్థిస్తూ సుప్రీంకోర్టు వ్యాఖ్యానించడం చర్చనీయాంశంగా మారింది.

'పెగాసస్' వివాదం.. పుట్టు పూర్వోత్తరాలు

పెగాసస్ అనేది అత్యంత ఆధునిక, శక్తివంతమైన నిఘా సాఫ్ట్‌వేర్. దీని ద్వారా దేశ వ్యతిరేక శక్తుల కమ్యూనికేషన్ ఏ రూపంలో ఉన్నా సరే ట్రాక్ చేయవచ్చు. తద్వారా వారి కుట్రలు, పన్నాగాలను ముందుగానే పసిగట్టి జాగ్రత్తలు చేపట్టవచ్చు. అయితే ఈ పెగాసస్ అస్త్రాన్ని బీజేపీ తన రాజకీయ ప్రత్యర్థులైన కాంగ్రెస్ సహా వివిధ విపక్ష పార్టీలపై ప్రయోగిస్తుందని, ఆ జాబితాలో జర్నలిస్టులు, సోషల్ యాక్టివిస్టులతో పాటు మరికొందరు ప్రముఖులు కూడా ఉన్నారని పేర్కొంటూ 2021లో ఒక అంతర్జాతీయ పత్రిక కథనం ప్రచురించింది. దీంతో దేశమంతటా ప్రతిపక్ష రాజకీయ పార్టీలు, కొన్ని మీడియా సంస్థలు గగ్గోలు పెట్టాయి. తమ వ్యక్తిగత గోప్యతకు భంగం వాటిల్లేలా కేంద్ర ప్రభుత్వం వ్యవహరిస్తోందని, ఇది రాజ్యాంగ విరుద్ధమని పేర్కొంటూ ఆందోళనలు జరిగాయి. కొందరు ఈ విషయాన్ని సర్వోన్నత న్యాయస్థానం సుప్రీంకోర్టు దృష్టికి తీసుకొస్తూ పిటిషన్లు దాఖలు చేశారు. ఆ కేసు నాలుగేళ్లుగా కొనసాగుతూ తాజాగా మంగళవారం విచారణకు వచ్చింది. జస్టిస్ సూర్యకాంత్, జస్టిస్ ఎన్. కోటీశ్వర్ సింగ్‌తోకూడిన ధర్మాసనం అన్ని పిటిషన్లపై విచారణ జరిపింది. ఈ సందర్భంగా జస్టిస్ సూర్యకాంత్ కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు.

దేశద్రోహులపై స్పైవేర్ ప్రయోగిస్తే తప్పేంటి?

కేసు గత విచారణలో భాగంగా పెగాసస్ స్పైవేర్ వినియోగం, దుర్వినియోగంపై సాంకేతిక నిపుణుల బృందాన్ని ఏర్పాటు చేసి దర్యాప్తు నివేదికను అందజేయాలని సుప్రీంకోర్టు ఆదేశించింది. 2022 ఆగస్టులో నిపుణుల బృందం ఈ అంశంపై సమగ్రంగా అధ్యయనం చేసి నివేదికను సుప్రీంకోర్టుకు సమర్పించింది. అయితే కేంద్ర ప్రభుత్వం ఇప్పటికీ ఆ నివేదికను బహిర్గతం చేయడం లేదని ఆరోపిస్తూ పిటిషనర్ తరఫు న్యాయవాదులు ధర్మాసనం దృష్టికి తీసుకొస్తూ.. వెంటనే ఆ నివేదికను బహిర్గతం చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. ఈ సందర్భంగా జస్టిస్ సూర్యకాంత్ జోక్యం చేసుకుంటూ.. "దేశ భద్రత కోసం స్పైవేర్ వినియోగిస్తే తప్పేంటి?" అని ప్రశ్నించారు. దేశ వ్యతిరేక శక్తులపై ఈ నిఘా సాఫ్ట్‌వేర్ ప్రయోగిస్తే ఎలాంటి తప్పులేదని, అయితే దాన్ని ఎవరిపై ప్రయోగిస్తున్నారన్నదే ఇక్కడ ప్రశ్న అని అన్నారు. దేశ భద్రత విషయంలో ఏమాత్రం రాజీపడకూడదని కూడా ఆయనన్నారు. ఉగ్రవాదులు గోప్యత హక్కును కోరలేరని, అయితే సామాన్య పౌరుల గోప్యతకు భంగం వాటిల్లితే తాము దర్యాప్తు జరిపిస్తామని పేర్కొన్నారు. పహల్‌గాం ఉగ్రదాడి ఘటనను ధర్మాసనం పరోక్షంగా ప్రస్తావించింది. ప్రస్తుతం దేశం ఎలాంటి పరిస్థితుల్లో ఉందో గమనిస్తూ.. మనం అత్యంత జాగ్రత్తగా వ్యవహరించాల్సిన అవసరం ఉందని సుప్రీంకోర్టు వెల్లడించింది. దేశ భద్రత, సార్వభౌమత్వానికి సంబంధించిన నివేదిక, సమాచారాన్ని బహిర్గతం చేయడం సరికాదని ఘాటుగా స్పందించింది. ఎట్టిపరిస్థితుల్లో ఈ నివేదిక ప్రజా సమూహంలో చర్చింకునే పబ్లిక్ డాక్యుమెంట్‌గా మారకూడదని అభిప్రాయపడింది.

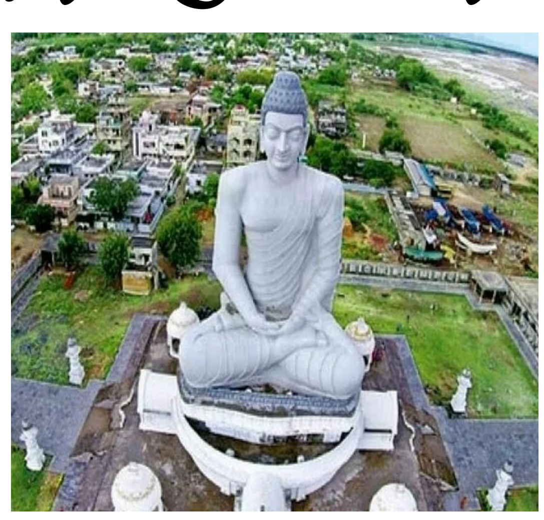
పెగాసస్ స్పైవేర్ అంటే ఏమిటి?

పెగాసస్ అనేది ఇజ్రాయిల్ దేశానికి చెందిన గ్రూప్ రూపొందించిన అత్యంత అధునాతన స్పైవేర్. ఇది స్మార్ట్‌ఫోన్‌లలోకి చొరబడి కాల్స్, మెసేజ్‌లు, ఈ-మెయిళ్లు, ఫొటోలు, లొకేషన్ డేటాను సేకరించగలదు. ఇది "జీరో-క్లిక్" దాడులను నిర్వహించగలదు. అంటే యూజర్ ఎటువంటి లింక్‌ను క్లిక్ చేయకుండానే ఫోన్ హ్యాక్ అవుతుంది. ఈ సాఫ్ట్‌వేర్ ఉగ్రవాదాన్ని ఎదుర్కోడానికి, దేశ వ్యతిరేక కుట్రలను ముందే పసిగట్టడానికి మాత్రమే తాము ప్రభుత్వాలకు అందజేస్తున్నామని గ్రూపు తెలియజేసింది. మొత్తమ్మీద భారత రాజ్యాంగంలోని ఆర్టికల్ 21 ప్రసాదించిన వ్యక్తిగత గోప్యత హక్కును ఈ స్పైవేర్ ఉల్లంఘిస్తుంది అనేది పిటిషనర్ల వాదన కాగా.. దేశంలో విధ్వంసాలు సృష్టిస్తూ, మారణహోమాలు తలపెట్టిన ఉగ్రమూకకు ఈ గోప్యత హక్కు ఎక్కడిది అని ప్రభుత్వం వాదిస్తోంది. సుప్రీంకోర్టు సైతం కేంద్ర ప్రభుత్వ వాదనను సమర్థిస్తూ ఉగ్రవాదులకు గోప్యత హక్కు లేనే లేదని తెగేసి చెప్పింది. అయితే దీన్ని ఎక్కడైనా దుర్వినియోగం చేస్తే తాము దర్యాప్తు జరిపించి తగిన చర్యలు తీసుకుంటామని పిటిషనర్లకు భరోసా ఇచ్చింది.

అమరావతిని రాష్ట్ర రాజధానిగా ప్రకటించమని పార్లమెంటును కోరతాం..

మొదటి పేజి తరువాయి

ఏపీ పునర్వ్యవస్థీకరణ చట్టం వివరాలను తనిఖీ చేస్తామని, అమరావతిని రాష్ట్ర రాజధానిగా ప్రకటించమని పార్లమెంటును కోరతామన్నారు. బాబు అమరావతి రైతులను ఉద్దేశించి ప్రసంగిస్తూ, ఈ విషయాన్ని ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ దృష్టికి తీసుకెళ్తానని హామీ ఇచ్చారు. హైదరాబాద్ రెండు తెలుగు రాష్ట్రాలకు ఉమ్మడి రాజధానిగా ఉండాలనే గడువు ముగిసిందన్నారు. అమరావతిని ఏపీ రాజధానిగా ప్రకటించడంలో ఎలాంటి అడ్డంకులు ఉండకపోవచ్చని చంద్రబాబు అన్నారు. ఉండవల్లిలోని తన ఇంట్లో అమరావతి రైతులు మరియు మహిళలతో సీఎం సమావేశమయ్యారు. అమరావతి పనులను తిరిగి ప్రారంభించే కార్యక్రమానికి రైతులు, వారి కుటుంబాలను సీఎం ఆహ్వానించారు. భవిష్యత్తులో ఎలాంటి సమస్యలు తలెత్తకుండా అమరావతిని ఏపీ ఏకైక రాజధానిగా మార్చాలని రైతులు బాబును అభ్యర్థించారు. కూటమిలో భాగస్వాములుగా ఉన్నందున మోదీ బాబు మాట వింటారని రైతులు విశ్వాసం వ్యక్తం చేశారు. అది వారి పరిధిలోని అంశం కాదని బాబు వారికి చెప్పారు. మేము డిమాండ్ చేయలేము, కానీ పరస్పర చర్చల ద్వారా దానిని పొందుతామని బాబు అన్నారు. రాజధాని అభివృద్ధిలో మే 2 ఒక మైలురాయి అవుతుందని



ఆయన అన్నారు. వారి త్యాగాలను రాబోయే సంవత్సరాల్లో ప్రజలు గుర్తుంచుకుంటారని ఆయన రైతులకు చెప్పారు. సమావేశంలో రైతుల వివిధ సందేహాలను కూడా ముఖ్యమంత్రి నివృత్తి చేశారు. అమరావతి రైతులలో ఆత్మవిశ్వాసం నింపడానికి అమరావతిలో ఒక ఇల్లు నిర్మిస్తున్నట్లు ఆయన చెప్పారు. పొరుగు గ్రామాల్లో అదనపు భూములు సేకరించడం గురించి రైతులు ప్రస్తావించినప్పుడు, అంతర్జాతీయ విమానాశ్రయం మరియు క్రికెట్ స్టేడియం కోసం అది అవసరమని బాబు అన్నారు. ఈ సేకరణ భూమి ధరలను పెంచుతుందని, హైదరాబాద్‌లో కోసం అదనపు భూమిని సేకరించినప్పుడు, అది శంషాబాద్ చుట్టూ ఉన్న రియాల్టీకి సహాయపడిందని చంద్రబాబు హామీ ఇచ్చారు. రైతుల ప్రయోజనాలకు హాని కలిగించేలా ఏమీ చేయబోమని చంద్రబాబు చెప్పారు. కృష్ణా నదిపై మరో 3-4 వంతెనలు, లోపలి, బయటి రింగ్ రోడ్లు త్వరలో వస్తాయని ఆయన చెప్పారు. అమరావతి కోసం మరణించిన రైతుల కోసం స్మారక చిహ్నం ఏర్పాటు చేయాలని రైతులు అడిగినప్పుడు, శాతవాహనుల నుండి రైతుల పోరాటం వరకు ప్రయాణాన్ని ప్రదర్శించే మ్యూజియం నిర్మిస్తామని బాబు చెప్పారు.

తులసి ఆకులతో కషాయం

తులసి ఆకులతో కషాయం ఇలా తయారు చేసి తరచూ తాగండి.. ఎన్నో వ్యాధులను తగ్గించుకోవచ్చు.. సీజన్లు మారినప్పుడు సహజంగానే చాలా మందికి దగ్గు, జలుబు వంటి సమస్యలు వస్తుంటాయి. కొందరు జ్వరంతో కూడా బాధపడుతుంటారు. అయితే రోగ నిరోధక శక్తి ఎక్కువగా ఉంటే ఇలాంటి చిన్నపాటి అనారోగ్య సమస్యలు రాకుండా ముందుగానే జాగ్రత్త పడవచ్చు. కరోనా సమయంలో రోగ నిరోధక శక్తి తక్కువగా ఉన్నవారిపై కోవిడ్ మహమ్మారి ఎలాంటి ప్రభావం చూపించిందో అందరికీ తెలిసిందే. కనుక ఎప్పుడైనా సరే ఇమ్యూనిటీ పవర్ అధికంగా ఉంటే రోగాలకు ఎలాంటి భయం చెందాల్సిన పనిలేదు. ఈ క్రమంలోనే రోగ నిరోధక శక్తిని పెంచే ఒక కషాయం గురించి ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం. దీన్ని తయారు చేయడం చాలా సులభం. మన వంట ఇంట్లో లభించే పదార్థాలతోనే సహజసిద్ధంగా ఈ కషాయాన్ని తయారు చేసి తరచూ తాగవచ్చు. దీంతో ఇమ్యూనిటీ పవర్ పెరుగుతుంది. ఇక ఆ కషాయం ఎలా తయారు చేయాలో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం. నాలుగు గ్లాసుల నీటిలో అర టీస్పూన్ పసుపు, ఒక చిన్న దాల్చిన చెక్క ముక్క, నాలుగైదు తులసి ఆకులు, కొన్ని మిరియాలు, 2 లవంగాలు, కొద్దిగా వాము, యాలకులు వేసి ఆ నీటిని స్టవ్‌పై పెట్టి బాగా మరిగించాలి. నీరు 2 గ్లాసులు అయ్యే వరకు మరిగిస్తే చిక్కని కషాయం రెడీ అవుతుంది. దీన్ని రోజుకు ఒక కప్పు మోతాదులో తాగాలి. ఈ కషాయం చేయడం చాలా సులభం. ఒకసారి తయారు చేసి 4 రోజుల వరకు నిల్వ చేసి దాన్ని రోజూ కాస్త వేడి చేస్తూ తాగవచ్చు. ఇందులో వాడే పదార్థాలు అన్నీ సహజసిద్ధమైనవే. కనుక ఈ కషాయాన్ని తాగితే మనకు ఎలాంటి సైడ్ ఎఫెక్ట్స్ కూడా ఉండవు. ఈ కషాయాన్ని తాగితే అనేక ప్రయోజనాలు పొందవచ్చని ఆయుర్వేదం చెబుతోంది.

రోగ నిరోధక శక్తికి..

తులసి కషాయాన్ని తాగడం వల్ల శరీర రోగ నిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. వ్యాధులు, ఇన్ఫెక్షన్లకు వ్యతిరేకంగా శరీరం పోరాటం చేస్తుంది. ముఖ్యంగా సీజనల్‌గా వచ్చే దగ్గు, జలుబు నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. ఈ సమస్యల నుంచి బాధపడుతున్నవారు ఇంగ్లిష్ మెడిసిన్లను వాడే బదులు ఈ కషాయాన్ని తయారు చేసి రోజుకు 2 సార్లు తాగితే ఫలితం ఉంటుంది. తులసి కషాయాన్ని సేవిస్తుంటే గొంతు, ఊపిరితిత్తుల్లో ఉండే కఫం పోతుంది. శ్వాస మార్గాల్లో ఉండే అడ్డంకి పోయి గాలి సరిగ్గా ఆడుతుంది. ఊపిరితిత్తుల వాపు తగ్గుతుంది. ఈ కషాయంలో విటమిన్లు ఎ, సి, కె అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి రోగ నిరోధక వ్యవస్థను పటిష్టంగా మారుస్తాయి. ఇన్‌ఫెక్షన్లను తగ్గిస్తాయి. దీంతో రోగాల నుంచి రక్షణ లభిస్తుంది.

జీర్ణ సమస్యలకు..

తులసి కషాయాన్ని తాగడం వల్ల జీర్ణ వ్యవస్థకు సైతం ఎంతో మేలు జరుగుతుంది. తిన్న ఆహారం సులభంగా జీర్ణమవుతుంది. అజీర్తి తగ్గుతుంది. కడుపు ఉబ్బరం, గ్యాస్, అసిడిటీ వంటి సమస్యల నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. ఆకలి పెరుగుతుంది. తులసి కషాయాన్ని తాగితే ఒత్తిడి, ఆందోళన తగ్గి మైండ్ రిలాక్స్ అవుతుంది. మానసిక ప్రశాంతత లభిస్తుంది. రాత్రి పూట నిద్ర చక్కగా పడుతుంది.

సంపాదకీయం

కశ్మీర్‌లో ఏది ఓడాలి? ఏది గెలవాలి?

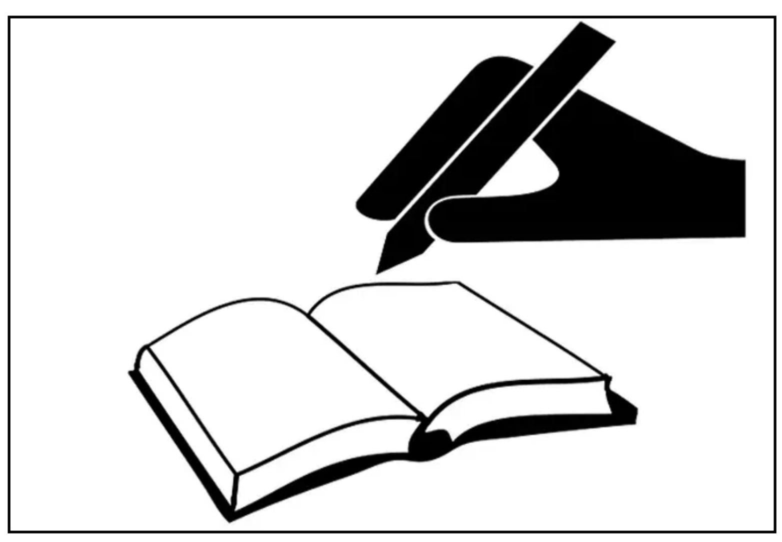
మారణకాండలూ కిరాతక కాల్చివేతలూ చరిత్రను గుర్తుకుతెస్తాయి. ఆ చరిత్ర వెనకున్న దారుణ భావాలపై దృష్టిపడేలా చేస్తాయి. పహల్గాం ఘోరకలిపై క్షోభించని హృదయం లేదు. గర్హించని మనసు లేదు. ఆగ్రహం చెందని ఆత్మలేదు. కన్నీరు కార్చని కన్నులు లేవు. మానవత్వం ప్రేరేపించే ఈ స్పందనలతో సమస్య తీరిపోదు. భవిష్యత్తు దారుణాలను ఆపనూలేవు. రాజకీయ లక్ష్యాల కోసం సాగించే రాక్షసాలనూ నిలువరించలేవు. మరోవైపు తక్షణ ప్రతీకారాలూ ప్రతిచర్యలూ మొదలయ్యాయి. హృదయాగ్నులను తాత్కాలికంగా చల్లార్చటం కూడా కొన్ని సందర్భాల్లో కావాల్సి వస్తుంది. కానీ సమస్య మూలాల్లోకి వెళ్లే సమాంతర చర్యలు చేపడితేనే వాటికీ సార్థకత లభిస్తుంది. మతతత్వం రాజకీయాలను ప్రభావితం చేస్తున్నంతవరకూ తీవ్రవాదాలు నిరంతరం ఊపిరి పోసుకుంటూనే ఉంటాయి. కశ్మీర్ సమస్య చుట్టూ ఆవరించిన తీవ్రవాదం ఆ తత్వం నుంచే ప్రేరణ పొందుతోంది. దుశ్చర్యలన్నీ అందులో నుంచే తన్నుకొస్తున్నాయి. అందుకే విశాల దృష్టితో సమస్యను చూడటం మొదలుపెడితేనే కష్టమైనా, కొంత నష్టమైనా శాశ్వత పరిష్కార మార్గం కనపడుతుంది. మతదృక్పథంలో ఎంతటి వైషమ్యాలూ, ద్వేషాలూ, అమానవీయ ధోరణులూ గూడుకట్టుకుంటాయో గ్రహించటానికి పాకిస్థాన్ సైన్యాధిపతి ఆసిమ్ మునీర్ ఇటీవల చేసిన వ్యాఖ్యలే నిదర్శనం. పహల్గాం దారుణానికి ముందూ, తర్వాత కూడా మునీర్ చేస్తున్న వ్యాఖ్యలు యథాలాపంగా చేసినవిగా అనుకోలేం. 1940ల నుంచీ బలం పుంజుకున్న మతతత్వ భావాల నుంచే అలాంటి వ్యాఖ్యలు పుట్టుకొస్తున్నాయి. 1940లకు ముందు కూడా మతతత్వ భావాలు ఉన్నాయి. రెండో ప్రపంచయుద్ధం ముమ్మరంగా సాగుతున్న రోజుల్లో అవింకా ఇంకా బలపడ్డాయి. పాక్ సైన్యాధ్యక్షుడు పదేపదే ప్రస్తావిస్తున్నట్లుగా ముస్లింలు, హిందువులు అన్నిరకాలుగా వేర్వేరనీ ఇరువురూ ఒక రాజ్యవ్యవస్థలో ఇమడలేరనే భావన మతతత్వ సిద్ధాంతంలో కీలకం. 1940లో మహ్మద్ అలీ జిన్నా చేసిన లాహోర్ ప్రసంగంలో అది బలంగా వ్యక్తమైంది. దాన్నే మునీర్ లాంటి వాళ్లు పదేపదే వల్లెవేస్తున్నారు. నిజానికి జిన్నా మతతత్వాన్ని నూటికి నూరుపాళ్లూ విశ్వసించారని చెప్పలేం! ప్రత్యేక పాకిస్థాన్ ఏర్పడాలనే లక్ష్యానికి అది కావాల్సి వచ్చింది. జిన్నా ప్రకటన తర్వాత రాజకీయాలు పూర్తిగా మారిపోయాయి. ఆ తర్వాత అడుగులన్నీ దేశ విభజన దిశగానే పడ్డాయి. మైనారిటీలకు అనేక రక్షణలను కల్పించి, అధికారంలో సముచిత వాటా ఇచ్చి, ఉన్నత పదవులకు పోటీపడటానికి అన్ని అవకాశాలనూ అందించి, హిందువులు, ముస్లింలు సామరస్యంగా మనగలిగే రీతిలో గట్టి రాజ్యాంగబద్ధమైన ఏర్పాట్లు చేసుకుందామని ఎన్ని ప్రతిపాదనలు చేసినా జిన్నా అంగీకరించలేదు. అందుకు జిన్నా సమర్థించుకున్న తీరును తెలుసుకోవాలనుకుంటే లాహోర్ ప్రసంగం లోతుల్లోకి వెళ్లాలి. 1990ల తర్వాత ఇంటాబయటా పెరుగుతున్న భిన్నరకాల మతతత్వాలను అర్థం చేసుకోటానికీ అది అత్యవసరం. సారంలో మతతత్వాల మధ్య పెద్ద తేడా ఉండదు.హిందువులూ ముస్లింలూ ఏక రాజ్యవ్యవస్థలో సామరస్యంతో జీవించగలరని ఎవరు చెప్పినా జిన్నా తీవ్రంగా ఖండించారు. ప్రజాస్వామ్య, లౌకిక విధానాలతో భిన్న మతాల ప్రజలకు సమానహక్కులు కల్పిస్తే ఐక్యంగా ఉండొచ్చన్న ప్రతిపాదనను జిన్నా కొట్టిపడేశారు. అట్లా సాధ్యం అవుతుందని చెప్పిన ఆనాటి కాంగ్రెస్ నాయకులకు అసలు హిందూ%-%ముస్లిం మతాల మూలసారమే అర్థం కావటంలేదనీ విమర్శించారు. జిన్నా దృష్టిలో ఇస్లాం, హిందూ మతాలు.. భిన్న దేవతారాధనలకూ, భిన్న విశ్వాసాలకూ పరిమితమైనవే కావు. అవి మతాలు కావనీ భిన్న సామాజిక వ్యవస్థలనీ సూత్రీకరించారు. సామాజిక వ్యవస్థ అంటే సమాజ మనుగడకు అవసరమైన అన్ని కార్యకలాపాలనూ భావాలనూ ఇముడ్చుకున్న ఒక వ్యవస్థ. అనేక సంబంధాల సమాహారమైన ఒక ఏర్పాటు. అది మనుషుల స్థానాలను నిర్దేశిస్తుంది. ఆ స్థానాల్లో కుదురుకుని జీవించేలా విలువలను బోధిస్తుంది. నీతులను ఖాయపరుస్తుంది. పాపపుణ్యాలను స్పష్టం చేస్తుంది. అసమానతలను సమర్థించే భావాలను కలిగి ఉంటుంది.. కష్టనష్టాలకు దైవిక కారణాలను పేర్కొంటుంది. అధికారాలకు హద్దులనూ అర్హులనూ నిర్దేశిస్తుంది. ఒకనాటి సగటు భారతీయ గ్రామాన్ని చూస్తే సామాజిక వ్యవస్థకు సంబంధించిన ప్రధాన రూపురేఖలన్నీ స్పష్టంగా కనపడతాయి. హిందువులకూ ముస్లింలకూ పూర్తి భిన్నంగా ఉండే వ్యవస్థగా దాన్ని భావించలేం. ముస్లిం భూస్వాములకు ఆధిపత్యం ఉండేచోట భిన్న సామాజిక వ్యవస్థ ఉంటుందనీ అట్లాగే హిందూ భూస్వాములకు ఆధిపత్యం ఉన్నచోట వేరే సామాజిక వ్యవస్థ ఉంటుందనీ చెప్పేందుకు భారత్ చరిత్రలో ఆధారాలు కనపడవు. ఒక మతాన్ని పాటించేవారు ఎక్కువగా ఉన్నచోట సాంస్కృతికపరమైన ఆచారాలు, కట్టుబాట్లు భిన్నంగా ఉండొచ్చు. అంతమాత్రాన భిన్నమతాలు పాటించే వారందరూ ప్రత్యేకమైన సామాజిక వ్యవస్థలో ఉన్నట్లుగా భావించలేం. గ్రామాలకైనా నగరాలకైనా ఇదే వర్తిస్తుంది.

పాక్ పాచికల్ని పారనీయొద్దు!

పహల్గామ్‌లో 26 మంది నిండు ప్రాణాలను బలితీసుకున్న ఉగ్రదాడిపై ప్రతీకారం తీర్చుకోవాల్సిందేనన్న అభిప్రాయం రోజురోజుకూ దేశంలో బలపడుతుండగా పాకిస్తాన్ మరింత రెచ్చగొట్టేలా మాట్లాడుతోంది. మొదటి నాలుగు రోజులూ ఉలకని, పలకని ఆ దేశం అటుతర్వాత 'తటస్థ దర్యాప్తు' రాగం అందుకుంది. ఆ మర్నాడే అణు బెదిరింపులకు దిగింది. మరోపక్క భద్రతా మండలిలో చడీచప్పుడూ లేకుండా లాబీయింగ్ సాగించి తన పాచిక పారేలా చూసుకుంది. ఇక్కడే మన లోపం కొట్టొచ్చినట్టు కనబడుతోంది. జమ్మూకశ్మీర్‌లో జరిగిన ఉగ్రదాడిని 'తీవ్రంగా' ఖండిస్తు న్నట్టు తీర్మానం చెబుతున్నా అందులో దాడికి కారణమైన 'ద రెసిస్టెన్స్ ఫ్రంట్' (టీఆర్ఎఫ్) సంస్థ పేరు ప్రస్తావనే లేకపోవటం ఆశ్చర్యం కలిగిస్తుంది. చైనా ఎప్పటిలాగే పాకిస్తాన్ వాదనతో శ్రుతి కలిపింది. కానీ మన కు చాలా సన్నిహితుడనుకున్న డోనాల్డ్ ట్రంప్ ఏలుబడి అమెరికాలో మొదలైనా పాక్‌తో ఆ దేశం అంటకాగుతున్న వైనం దిగ్భ్రాంతికరం కాదా? ఈమధ్యకాలంలో బలూచిస్తాన్‌లో రైలును దారిమళ్లించి అనేకుల్ని హతమార్చిన ఉదంతంలో భద్రతామండలి అందుకు కారణమైన బలూచిస్తాన్ లిబరేషన్ ఆర్మీ (బీఎల్ఏ) పేరు ప్రస్తావించింది. 2019లో పుల్వామాలో జరిగిన ఉగ్రదాడి ఉదంతంలో సైతం జైషే మొహమ్మద్ (జేఈఎం) ప్రమేయాన్ని మండలి తీర్మానం ఎత్తి చూపింది. కానీ ఇప్పుడేమైంది? ఇక్కడికొచ్చేసరికి ఈ నీళ్ల నములుడు దేనికి? అమెరికా రూపొందించిన తీర్మానంలో తొలుత ప్రస్తావనకొచ్చిన టీఆర్ఎఫ్ పేరు ఎందుకు ఎగిరిపోయింది? ఏ సంస్థనూ మాటమాత్రంగానైనా ఖండించటానికి ముందుకురాని తీర్మానం 'అంతర్జాతీయ శాంతికీ, భద్రతకూ విఘాతం కలిగించే ఉగ్ర ఘాతుకాలపై అన్నివిధాలుగా పోరాడతాం' అని బడాయి పోవటం చిత్రం కాదా! ఆ ఘనకార్యం మేమే చేశామని విర్రవీగిన సంస్థ పేరెత్తటానికి మండలికున్న అభ్యంతర మేమిటి? అఫ్గాన్‌లో సోవియెట్ సైన్యాన్ని ఎదుర్కొనటానికి అమెరికా ఆశీస్సులతో ఉగ్రవాద శిబిరాలు నడిపిన పాపిష్టి చరిత్ర తమకుందని ఈమధ్యే పాక్ రక్షణమంత్రి అంగీకరించాడు. తాజా పరిణామాల నేపథ్యంలో అలాంటి లాలూచీ ఇంకా కొన సాగుతున్నదనుకోవాలా? ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ మొన్న బిహార్‌లో కావొచ్చు... తాజాగా 'మన్ కీ బాత్'లో కావొచ్చు, పహల్గామ్ ఉదంతంలో బాధితులకు సరైన న్యాయం దక్కేలా చేస్తామని స్పష్టం చేశారు. పాత్ర ధారుల్ని, సూత్రధారుల్ని తీవ్రాతితీవ్రంగా శిక్షిస్తామని హామీ ఇచ్చారు. మంచిదే. అయితే ఈ కృషి బహుముఖాలుగా వుండాలి. ఉగ్రవాదుల్ని పట్టి బంధించటానికి ప్రయత్నించటంతో పాటు అంతర్జా తీయంగా పాక్‌ను ఏకాకిని చేయటానికి కృషి చేయాలి. ఉగ్రసంస్థల్ని కిరాయి ముఠాలుగా వాడుకుంటున్న దాని నైజాన్ని అంతర్జాతీయ వేదికలపై ఎండగట్టాలి. పాకిస్తాన్ తెరవెనకుండి భద్రతామండలి తీర్మానంలో చేయించిన మార్పులు చిన్నవేమీ కాదు. ఉగ్ర సంస్థ టీఆర్ఎఫ్‌తో పాక్ సర్కారు ఎంతగా చెట్టపట్టాలు వేసుకున్నదో మండలిలో జరిగిన పరిణామాలే తేటతెల్లం చేస్తున్నాయి. తీర్మానంలో టీఆర్ఎఫ్ ప్రస్తావన లేకుండా చేసిన క్షణాల్లోనే ఆ ఉగ్ర సంస్థ తన పాత ప్రకటన 'అధికారికమైనది' కాదంటూ స్వరం మార్చటం గమనించదగ్గది. దాడి జరిగిన వెంటనే తామే అందుకు కారకులమని చెప్పిన ఆ సంస్థ మండలిలో పాక్ వాదనకు అనుగుణంగా ఆ ప్రకటన తమది కాదనటమే కాదు... నింద మోపటం కోసం భారత సైన్యం కావాలని చేసిన పనిగా ఆ ఉదంతాన్ని వక్రీకరించే ప్రయత్నం చేసింది. లష్కరే తోయిబా విషపుత్రిక అయిన టీఆర్ఎఫ్ 2020 నుంచీ జమ్మూకశ్మీర్‌లో అనేక దాడులకు పాల్పడుతోంది. ఆ సంస్థను మన దేశం నిషేధించింది కూడా! ఏదో విధంగా మన దేశాన్ని ఇబ్బందులపాలు చేయటం కోసం ఏళ్ల తరబడి స్వయంగా నిర్మించిన ఉగ్రవాద సాలెగూటిలో తానే చిక్కుకుని పాకిస్తాన్ తరచు విలవిలలాడుతోంది. 2015లో పెషా వర్ కంటోన్మెంట్ ప్రాంతంలోని పాఠశాలపై ఉగ్రవాదులు ఒక్కుమ్మడిగా విరుచుకుపడి 140 మంది బాలబాలికల్ని కాల్చిచంపారు. ఆ మరుసటి ఏడాది క్వెట్టాలో పోలీసు శిక్షణ కేంద్రం ఆవరణలోకి ప్రవేశించి 60 మందిని హతమార్చారు. ఒక యూనివర్సిటీపై దాడికి దిగి ప్రొఫెసర్‌తోపాటు 20 మంది విద్యార్థుల ప్రాణాలు తీశారు. ఈ మాదిరి ఉదంతాలు ఎన్నెన్నో. అయినా పాకిస్తాన్ వైఖరిలో ఆవగింజంతైనా మార్పు లేదు. పశ్చాత్తాపం అసలే లేదు. పహల్గామ్ దాడిని ఖండించకుండా పర్యాటకులు ప్రాణాలు కోల్పోవటం విచారకరమంటూ ప్రకటన చేసి చేతులు దులుపుకుంది. పాకిస్తాన్ తీరు మారదని ఆ దేశ ప్రధాని షెహబాజ్ షరీఫ్ దబాయింపు చూస్తే తెలుస్తుంది. ఉగ్రదాడిపై ఆయనగారికి 'తటస్థ, పారదర్శక, విశ్వసనీయ' దర్యాప్తు కావాలట! అసలు తన ఎన్నికే సంశయాస్పదమైంది. పాక్ సైన్యం అండదండలతో అందలమెక్కిన చరిత్ర షెహబాజ్‌ది. 2016నాటి పఠాన్‌కోట్ ఉగ్రదాడి తర్వాత జరిగిన ఇరు దేశాల సంయుక్త దర్యాప్తును నీరు గార్చిందెవరు? పాక్ ప్రతినిధులు మన దేశం వచ్చి దర్యాప్తులో పాల్గొని వెళ్లగా, మన ప్రతినిధి బృందాన్ని మాత్రం పాక్ గడ్డపైకి అనుమతించని వైనం, తాము సేకరించిన సాక్ష్యాలను భారత్‌తో పంచుకోని తీరు షెహబాజ్ మరిచారా? 2008 నాటి ముంబై పేలుళ్ల ఉదంతంలో ఇచ్చిన సాక్ష్యాధారాలకు ఏ గతి పట్టించారో గుర్తులేదా? అణ్వాయుధ దాడికి సిద్ధమంటూ బెదిరింపులకు దిగుతున్న పాక్ దుష్ట పన్నాగాలను ప్రపంచ దేశాలకు తెలియజెప్పాలి. అందుకు దౌత్యపరంగా మరింత కృషి చేయాలి. దాంతోపాటు అన్నివిధాలా సంసిద్ధతలు పెంపొందించుకోవాలి. సామాజిక మీడియాలో కశ్మీరీలపై విద్వేషాన్ని కక్కే అవాంఛనీయ శక్తుల ఆటకట్టించాలి. ఇది కలసికట్టుగా నిలబడాల్సిన కాలమని చాటాలి.

మలబారు యాత్ర

వైకోం మహమ్మద్ బషీర్ తమ ఇంటిముందున్న వంగమామిడి చెట్టుకింద కూర్చుని రాసేవారట. ఆ చెట్టు గాలిని పీల్చే 'మా తాతకో ఏనుగుండేది', 'చిన్ననాటి నేస్తం', 'గోడలు' లాంటి ఆయన రచనలు ఊపిరి పోసుకున్నాయి. బషీర్ అభిమానులకు ఆ చెట్టును చూడటం గొప్ప సంతోషం. అంతేనా? ఆయన విన్న గ్రామ్‌ఫోన్ రికార్డు, ఆయన సేదతీరిన ఆరాం కుర్చీ కూడా ప్రత్యేకమే. బషీర్‌ను ఆయన జన్మించిన బేపూర్‌ను బట్టి బేపూర్ సుల్తాన్ అంటారు. ఆయన వస్తువులు, ఆయన జీవితాన్ని తెలియజెప్పే విశేషాలతో ఆ ఊళ్లో కేరళ ప్రభుత్వం ఒక మెమోరియల్ నిర్మిస్తోంది. బషీర్ క్లాసిక్ అయిన 'ప్రేమలేఖనం' నవలలో దంపతులు తమ చిన్నారికి పెట్టుకున్న ఆకాశమిఠాయి పేరునే ఈ స్మారక కేంద్రానికి ఉంచారు. ఒక రచయితకు మెమోరియల్ నిర్మించడం దానికదే విశేషమే అయినా, నిత్య సాహిత్య రాష్ట్రమైన కేరళ తన సాహిత్య స్పృహను మరో స్థాయికి తీసుకెళ్లింది. రచయితల మెమోరియల్స్‌ను కలుపుతూ దేశంలోనే తొట్టతొలి సాహిత్య యాత్రకు శ్రీకారం చుడుతోంది. 'మలబార్ లిటెరరీ టూరిజం సర్క్యూట్' పేరుతో ఈ యాత్ర కోళికోడ్, మలప్పురం, పాలక్కాడ్ జిల్లాలను కవర్ చేస్తుంది. మలయాళ సాహిత్యంలో ప్రాచీన కవిత్రయంలో ఒకరిగా పిలిచే, ఆధునిక మలయాళ సాహిత్య పితామహుడిగానూ కొలిచే 16వ శతాబ్దపు కవి, భాషావేత్త తుంచాత్తు రామానుజన్ ఎలుత్తాచ్చన్ గ్రామమైన తుంజన్ పరంబు మలబారు ప్రాంతంలోనే ఉంది. విజయదశమి రోజున చాలామంది తల్లిదండ్రులు తమ పిల్లల అక్షరాభ్యాసం కోసం ఈ గ్రామాన్ని దర్శించుకుంటారు. ఈ మలబారు ప్రాంతంలోనే జ్ఞానపీఠ పురస్కార గ్రహీత ఎం.టి.వాసుదేవన్ నాయర్‌బీ రచయిత, కార్టూనిస్ట్ ఒ.వి.విజయన్‌బీ ప్రఖ్యాత యాత్రాసాహిత్య కర్త ఎస్.కె.పొట్టెక్కాట్‌బీ మరో కవి, జ్ఞానపీఠ గ్రహీత అఖితం అచ్యుతన్ నంబూద్రి లాంటివారి స్మారక కేంద్రాలు ఏర్పాటవుతున్నాయి. ఇవి భిన్న దశల్లో నిర్మాణంలో ఉన్నాయి. వాటన్నింటినీ అభిమానులు కలయదిరిగేలా, రచయితల పుస్తకంలో ప్రాణం పోసుకున్న ప్రాంతాలను ప్రత్యక్షంగా అనుభవించేలా, మానవ ఉద్వేగాలన్నీ కాగితాల్లోకి ఎలా బదిలీ అయ్యాయో తెలుసుకునేలా కేరళ పర్యాటక శాఖ ఏర్పాట్లు చేస్తోంది. 2021లోనే ఈ ప్రాజెక్టుకు బడ్జెట్ కేటాయింపులు జరపగా, ఈ సంవత్సరం మధ్యకల్లా దీన్ని ప్రారంభించే అవకాశం ఉంది. కోళికోడ్‌ను యునెస్కో భారతదేశ తొట్టతొలి సాహిత్య నగరంగా గుర్తించిన విషయం తెలిసిందే. ఈ ప్రాజెక్ట్ వల్ల ఆ నగర ఘనత మరింతగా ఇనుమడిస్తుంది. లండన్‌లోని షేక్స్పియర్ స్మారక కేంద్రాన్ని ఏటా పాతిక లక్షల మంది సందర్శిస్తారు. యూకేలో భిన్న లిటెరరీ సర్క్యూట్స్, వాటికి తగిన ఏర్పాట్లు ఉన్నాయి. దక్షిణ అమెరికాలోని కొలంబియాలో మ్యూజియంగా మార్చిన గాబ్రియేల్ గార్సియా మార్క్వెజ్ ఇల్లు, ఆయన చదివిన పాఠశాల, ఆయన వెళ్లిన



గ్రంథాలయం... ఇలా ఆయన 'వన్ హండ్రెడ్ ఇయర్స్ ఆఫ్ సాలిట్యూడ్'కు ప్రేరణగా నిలిచిన అన్ని ప్రదేశాలను కలుపుతూ ప్రయాణించవచ్చు. ప్రముఖ మలయాళ సాహిత్యకారులకు కూడా జాతీయ, అంతర్జాతీయ గుర్తింపు ఉంది. వీళ్ల రచనలు భిన్న భారతీయ భాషలతో పాటు, ఆంగ్లం, ఇతర ప్రపంచ భాషల్లోకి అనువాదమయ్యాయి. దానికి తగ్గ ఉత్సాహం, ప్రోత్సాహం అక్కడ ఉన్నాయి. అందుకే సందర్శకులు భిన్న ప్రాంతాల నుంచి వచ్చే అవకాశం ఉంది. మరి తెలుగు రచయితల పరిస్థితి ఏమిటి? ముందు తెలుగు రచయితలను తెలుగువాళ్లకు పరిచయం చేయడమే పెద్ద సవాలు కావొచ్చు. వైజాగ్ వైపు వెళ్లే కొందరు సాహిత్యాభిమానులు ప్రత్యేకించి భీమిలి వెళ్తొస్తారు చలం ఇంటి కోసం. విజయనగరం వైపు పోయేవాళ్లు గురజాడ గృహాన్ని దర్శించవచ్చు. అదే విశాఖపట్నానితో ముడిపడిన శ్రీశ్రీ, రావిశాస్త్రిలను ముడేస్తూ, అటుగా శ్రీకాకుళంలోని కథానిలయంతో కరచాలనం చేసేలా ఉత్తరాంధ్ర సాహితీయానం చేయగలిగితే ఎలా ఉంటుంది? పోతన, దాశరథి, కాళోజీ లాంటి వాళ్లను తలుచుకోగలిగే వరంగల్ సాహిత్య టూర్ ఎందుకు ఉండకూడదు? రచయితలను ప్రాంతాల వారీగానో, జిల్లాల వారీగానో అనుసంధానం చేసే సాహిత్య టూర్లను ఆశించడం తెలుగు నేల మీద మరీ అత్యాశా? కానీ ఎంతమంది రచయితలకు మెమోరియల్స్ ఉన్నాయి? కనీసం విగ్రహాలైనా ఉన్నాయా? కువెంపు విమానాశ్రయం (శివమొగ్గ) అని కన్నడవాళ్లు పెట్టుకున్నట్టుగా తెలుగు నేల మీద అలా ఒక రచయితకు గౌరవం దక్కుతుందా? ప్రాచీన ప్రపంచంలో ఈజిప్టులోని అలెగ్జాండ్రియా లైబ్రరీ ఒక జ్ఞానధామం. క్రీ.పూ. మూడో శతాబ్దానికి చెందిన ఇది ఆ కాలపు గొప్ప పండితులందరికీ నిత్య సందర్శనా స్థలం. అమెజాన్ కంపెనీ తన వర్చువల్ అసిస్టెంట్‌ను ప్రారంభించినప్పుడు దాని పేరును అలెగ్జాండ్రియాకు నివాళిగా ఎన్నుకుంది. అట్లా 'అలెక్సా' చాలామంది జీవితాలకు చేరువైంది. సాహిత్యంతో పరిచయం లేదనుకునేవాళ్లు కూడా దాని ఫలాలను ఇంకో రూపంలో అనుభవిస్తూనే ఉంటారు. 'పోషణ, ఆవాసం, సాహచర్యం తర్వాత ఈ ప్రపంచంలో మనకు అత్యంతగా కావాల్సింది కథలు' అంటాడు ఫిలిప్ పుల్‌మాన్. 'రచయితలో కన్నీళ్లు లేకపోతే పాఠకుడిలో కన్నీళ్లు లేవు. రచయితలో ఆశ్చర్యం లేకపోతే పాఠకుడిలో ఆశ్చర్యం లేదు' అంటాడు రాబర్ట్ ఫ్రాస్ట్. రచయితలో ఉన్నదే పాఠకుడికి అందుతుంది. రచయితలో ఉన్నదంతా కూడా పాఠకుడికి బదిలీ అవుతుంది. సాహిత్యం అనేది మన అంతరాత్మలను వెలిగించే అదృశ్య దివ్వె. అందుకే సాహిత్య సృష్టికర్తలను తలుచుకునే ఏ ప్రయత్నం అయినా ప్రాధాన్యత కలిగినదే, దానికోసం తీసుకునే ఏ చొరవైనా విలువైనదే!

ఇండియా, దట్ ఈజ్ భారత్!

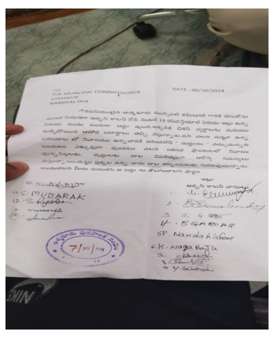
ఎట్టకేలకు పాకిస్తాన్ తన ముసుగును తొలగించింది. ఉగ్రవాద ముఠాలను పాలుపోసి పెంచి పెద్దచేసింది తామేనని అధికారికంగా అంగీకరించినట్లయింది. పాకిస్తాన్ రక్షణమంత్రి ఖవాజా ఆసిఫ్ రెండు రోజుల క్రితం 'స్కైన్యూస్' ప్రతినిధితో మాట్లాడుతూ అమెరికా కోసం, పశ్చిమ రాజ్యాల కోసం తామీ 'చెత్తపని'ని చేయవలసి వచ్చిందని అంగీకరించారు. అయితే పహల్‌గామ్ ఉగ్రదాడి వెనుక తమ హస్తం లేదని పాత పద్ధతిలోనే బుకాయించే ప్రయత్నం చేశారు. ఈ బుకాయింపునకు పెద్దగా విలువుండదు. ఉగ్రవాదులకు ఆశ్రయం కల్పించింది తామేనని అంగీకరించిన తర్వాత వారి కార్యకలాపాలతో తమకు సంబంధం లేదని వాదిస్తే అంగీకరించడానికి ఎవరూ సిద్ధంగా ఉండరు. భారత్‌పైకి ఉగ్ర ముఠాలను ఉసిగొలిపే అవసరం కూడా పాకిస్తాన్‌కే ఉన్నది. ఇప్పుడదొక విఫల రాజ్యంగా ప్రపంచం ముందు నిలబడి ఉన్నది. ఎన్నడూ రాజకీయ సుస్థిరత లేదు. చెప్పుకోదగిన ఆర్థికాభివృద్ధీ లేదు. తరచుగా మిలిటరీ పాలకుల పెత్తనానికి తలొగ్గే దుఃస్థితి. ప్రజాస్వామ్యం ఒక మేడిపండు చందం. 'ద్విజాతి' సిద్ధాంతం అనే విద్వేషపు విత్తనంతో మొలకెత్తిన పాకిస్తాన్ వటవృక్షంగా మారి పిశాచ గణాలకు ఆశ్రయమిస్తున్నది. ముస్లిములు ఒక జాతి, హిందువులు మరొక జాతి అన్నదే ఈ ద్విజాతి సిద్ధాంతం. ఇదొక అసహజమైన భావన. ఒకే ప్రాంతం, ఒకే చరిత్ర, ఉమ్మడి అనుభవాలు, ఆచార వ్యవహారాలు మొదలైన వాటి ప్రాతిపదికపై ఒక జాతిని గుర్తిస్తారు. వీటికి పాలనాపరమైన, చట్టపరమైన అంశాలు కూడా తోడు కావచ్చు. కానీ మతాన్నే జాతిగా భావించే ఆలోచనాధోరణి నుంచి ఇంకా పాకిస్తాన్ బయటపడలేదు. పది రోజుల కిందటి పాకిస్తాన్ ఆర్మీ ఛీఫ్, డిఫ్యాక్టో పాలకుడైన అసీమ్ మునీర్ ఉపన్యాసాన్ని గమనిస్తే సమీప భవిష్యత్తులో ఆ దేశం ఈ ఆలోచన నుంచి బయటపడే అవకాశం లేదని అర్థమవుతుంది. ప్రవాసీ పాక్ వ్యాపారవేత్తల సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడారు. 'పాకిస్తాన్ పుట్టుక గురించి మీ పిల్లలకు చెప్పండి, ఆ తర్వాతి తరాలకు కూడా చెప్పండి. ముస్లింలు వేరనీ, హిందువులు వేరనీ చెప్పండి. మన ద్విజాతి సిద్ధాంతం గురించి చెప్పండ'ని సభికులకు ఆయన నూరిపోశారు. కశ్మీర్ సమస్యను ఎప్పటికీ విడిచిపెట్టబోమనీ, అది తమ జీవనాడని కూడా ఆయన రెచ్చగొట్టారు. ఇది జరిగిన వారం రోజులకే పహల్‌గామ్ దాడి జరగడం గమనార్హం. రెండు ప్రయోజనాల్ని ఆశించి పాకిస్తాన్ పాలకులు ఈ ద్విజాతి విద్వేష భావజాలాన్నీ, కశ్మీర్ అంశాన్నీ జ్వలింపజేస్తున్నారనుకోవాలి. స్వదేశీ పాలనా వైఫల్యాల నుంచి ప్రజల దృష్టిని మళ్లించి వారి భావోద్వేగాలను భారత్‌కు వ్యతిరేకంగా రెచ్చగొట్టడం మొదటిది. ఇక రెండవది %-% భారతదేశ ప్రజలను కూడా మత ప్రాతిపదికన విడదీసి, ఈ దేశాన్ని అస్థిరత పాలు చేయాలని భావించడం. భారత ప్రజలు కూడా మత ప్రాతిపదికపై విడిపోయి విద్వేషాలు వెదజల్లుకుంటే పాకిస్తాన్ పన్నిన ఉచ్చులో చిక్కుకున్నట్టే! పాకిస్తాన్ ప్రస్థానానికి భిన్నంగా భారత్ తన

ప్రయాణాన్ని ప్రారంభించింది. లౌకిక, ప్రజాస్వామిక రాజ్యంగా అది తనను తాను ఆవిష్కరించుకున్నది. 'భారతీయులమైన మేము' అంటూ తన రాజ్యాంగ రచనను ప్రారంభించిందే తప్ప విభజన నామవాచకాలను వాడలేదు. దేశం పేరును 'హిందూస్థాన్' అని ప్రకటించాలని కొన్ని వర్గాలు డిమాండ్ చేసినప్పటికీ రాజ్యాంగ సభలోని సభ్యులెవరూ దాన్ని పరిగణనలోకి తీసుకోలేదు. ఇండియా లేదా భారత్ అనే పేర్లపైనే సభ్యులు రెండుగా విడిపోయారు. చివరకు 'ఇండియా, దటీజ్ భారత్' అనే అంబేద్కర్ సూచించిన పదబంధాన్ని అందరూ ఆమోదించారు. హెచ్.వి. కామత్ ఒక్కరే తొలుత 'హింద్' అనే పేరును ప్రతిపాదించి, ఆయనే ఉపసంహరించుకున్నారు. ఆ రకంగా భారత రాజ్యాంగంలో 'ఇండియా, దటీజ్ భారత్ షల్ బీ ఏ యూనియన్ ఆఫ్ స్టేట్స్' అనే వాక్యం ఒకటవ అధికరణంగా చేరింది. బహువిధమైన సువిశాల భారతదేశ భిన్నత్వంలో ఏకత్వానికి ఈ మొదటి అధికరణం అద్దంపట్టింది. హిందూయిజం కూడా దాని అంతస్సారంలో భిన్నత్వంలో ఏకత్వమేనని ప్రముఖ తత్వవేత్త డాక్టర్ సర్వేపల్లి రాధాకృష్ణన్ అభిప్రాయపడ్డారు. దాన్నాయన ఒక మతంగా కాకుండా హిందూ జీవన విధానంగా పరిగణించిన విషయం తెలిసిందే. ఈ జీవన విధానంలో భిన్న ఆచార వ్యవహారాలు కలిగిన ప్రవంతులు కలిసి ప్రయాణిస్తాయి. సహజీవనం చేస్తాయి. భారతీయత కూడా అంతే! కశ్మీరియత్ కూడా అంతే! కశ్మీరీ హిందూ, ముస్లింల మధ్య ఒకప్పటి మత సౌభ్రాతృత్వం, పరస్పర గౌరవం, ఉమ్మడి పండుగలు, ఉత్సవాలు, సూఫీ %-% భక్తి ఉద్యమాల ప్రభావం, లౌకిక భావాలు కలగలిసిన జీవన విధానమే 'కశ్మీరియత్'గా భావిస్తారు. కశ్మీరీ యువత స్వతంత్ర భావాలను పాక్ ప్రేరేపిత ఉగ్రవాదం హైజాక్ చేసిన తర్వాత కూడా, కశ్మీరీ పండితులను ఈ ఉగ్రవాదం లోయ నుంచి తరిమేసిన తర్వాత కూడా, భారత్ సైన్యాలు కశ్మీర్ లోయను ఒక బందీఖానాగా మార్చి పౌరహక్కుల్ని ఉక్కు పాదాలతో తొక్కేసిన తర్వాత కూడా, ఆర్టికల్ 370 రద్దు ద్వారా ఆ రాష్ట్రానికి ఉన్న ప్రత్యేక ప్రతిపత్తిని ఊడబెరికిన తర్వాత కూడా, ఆ రాష్ట్రాన్ని రెండు ముక్కలు చేసి, కనీస రాష్ట్ర హోదాను లాగేసుకున్న తర్వాత కూడా 'కశ్మీరియత్' సజీవంగా నిలిచే ఉందని మొన్నటి దాడి సందర్భంగా జరిగిన పరిణామాలు నిరూపించాయి. ఉగ్రవాద మూకలు అమాయక పర్యాటకుల మీద తుపాకులతో తూటాలు కురిపిస్తుంటే వాళ్లను కాపాడేందుకు చావుకు తెగించి ముష్కర మూకను ప్రతిఘటించి ప్రాణాలు బలిపెట్టిన సయ్యద్ హుస్సేన్ సజీవ కశ్మీరియత్‌కు ప్రతీక. ఆ దాడి నుంచి తప్పించుకున్నవారు తమకు అండగా నిలబడి కాపాడిన కశ్మీరీ ముస్లిం యువత మానవత గురించి కథలు కథలుగా చెబుతున్నారు. ఆ రాష్ట్రానికి పర్యాటకులుగా వెళ్లినవారు ఘటన తర్వాత బిక్కుబిక్కుమంటున్న వేళ వందలాది ముస్లిం గృహస్థులు వారికి తోడుగా నిలబడి ఆశ్రయం కల్పించారనీ, సాదరంగా సాగనంపారనీ కూడా వార్తలొస్తున్నాయి. అయితే, ఆ వార్తలకు ప్రధాన స్రవంతి మీడియాలో రావాల్సిన ప్రాధాన్యం రావడం లేదు. సౌభ్రాతృత్వంతో కూడిన 'కశ్మీరియత్'కూ, 'ద్విజాతి' సిద్ధాంతపు విద్వేషానికీ ఎప్పటికీ సాపత్యం కుదరదు. కాకపోతే భారతీయత ఆ సౌభ్రాతృత్వాన్ని సమాదరించి గౌరవించాలి. భారత ప్రభుత్వం కశ్మీరీల కిచ్చిన హామీలను అమలు చేయాలి. వారి విశ్వాసాన్ని చూరగొనాలి. ఇది జరిగిన నాడు కశ్మీర్ కోసం వెయ్యేళ్ల యుద్ధానికైనా సిద్ధపడతామన్న నాటి పాక్ ప్రధాని జుల్ఫికర్ అలీ భుట్టో మాటలకు ఇంకో వెయ్యేళ్లు జోడించినా ఫలితముండదు. ఉగ్రవాదానికి వ్యతిరేకంగా ఇప్పుడు ప్రపంచ దేశాలన్నీ గళం విప్పుతున్నాయి. భారత్‌కు బాసటగా ఉంటామని ప్రకటిస్తున్నాయి. తాము ఒంటరవుతున్నామని గమనించిన పాకిస్తాన్ ప్రధాని దాడి ఘటనపై విచారణకు సిద్ధమని ప్రకటించారు. ముష్కర మూకను రెచ్చగొట్టింది పాక్ ఆర్మీ చీఫ్. సిసలైన పాక్ పాలకుడు ఆయనే! ఉగ్రవాదులకు మూడు దశాబ్దాలుగా ఆశ్రయమిస్తున్నామని పాక్ రక్షణమంత్రి స్వయంగా ప్రకటించిన తర్వాత పాక్ ప్రధాని అమాయకత్వం నటిస్తే ఎవరు నమ్ముతారు? ఈ అనుకూల వాతావరణంలోనే ఉగ్రవాదాన్ని ప్రేరేపిస్తున్న పాక్‌పై కఠిన చర్యలను తీసుకోవడానికి కేంద్రం ఉపక్రమించాలి. అయితే ముందుగా దాడికి దిగిన ముష్కరులకు పాక్‌తో ఉన్న సంబంధాలను ధ్రువీకరించవలసిన అవసరం ఉన్నది.

అర్బన్ కాలనీలో పందుల స్వైర విహారం.

(వ్యాధుల బారిన పడుతున్న కాలనీవాసులు.)

(పట్టించుకోని మున్సిపాలిటీ అధికారులు/.



ఆత్మకు : మున్సిపల్ కమిషనర్ కు ఎన్నోసార్లు ఫిర్యాదు చేసినప్పటికీ పట్టించుకోవటం లేదని వాపోయిన కాలనీవాసులు.. పందులకు చికెన్, మటన్, షాపుల నుండి వ్యర్థ పదార్థాల కుళ్ళిపోయిన ఆహార పదార్థాలతో దుర్గంధం వెదజల్లుతున్న కాలనీ.. పందుల షెడ్డు నివాస ప్రాంతాల్లో ఉండటంతో నివసించడం కష్టంగా ఉందని వాపోయిన ప్రజలు.. ప్రశ్నించిన కాలనీవాసులపై బండ బూతులు తిడితే అసభ్యకరంగా ప్రవర్తిస్తున్న పందుల పెంపకం యాజమాన్యం. నంద్యాల జిల్లా ఆత్మకూరు పురపాలక సంఘం పరిధిలో ఉన్న అర్బన్ కాలనీలో పందుల పెంపకం షెడ్లు నివాసాలకు మధ్యగా ఉండటంతో ప్రజలు తీవ్ర ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్నామని పేర్కొన్నారు. పందులకు ఆహారంగా చికెన్ మటన్ సెంటర్ల లో నుండి వ్యర్థ పదార్థాలను వేయడంతో దుర్వాసన వెదజల్లుతుందని నివసించడానికి కష్టతరంగా ఉందని కాలనీవాసులు వాపోయారు. నివాసాలకు మధ్య పందులు పెంపకం చేపట్టడంతో మలేరియా డెంగ్యూ టైఫాయిడ్ చర్మ వ్యాధులకు గురవుతున్నామని కాలనీవాసులు తెలియజేశారు. ప్రజలు అనారోగ్యానికి గురవుతున్న మున్సిపల్ అధికారులకు పట్టదా అని ప్రశ్నించారు. గతంలో ఎన్నోసార్లు నివాసాలకు మధ్యలో పందుల పెంపకం చేపట్టడం ద్వారా తీవ్ర ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్నామని మున్సిపల్ కమిషనర్ కు ఫిర్యాదు చేసిన పట్టించుకోవటం లేదని అన్నారు.

అమలాపురం గ్రామంలో కుక్కల బెడద.

ఆత్మకూరు : నంద్యాల జిల్లా ఆత్మకూరు మండల పరిధిలోని అమలాపురం గ్రామంలో కుక్కల బెడద విపరీతంగా ఉంది. రోడ్లపై ప్రయాణం చేసే ద్విచక్ర వాహనదారులను వెంబడించడంతో ప్రమాదాలకు గురి అవుతున్నారు. వేసవి సెలవులు రావడంతో చిన్నారులు ఆట పాటలు ఆడుకునేందుకు వీధులలోనికి వెళ్ళటానికి కుక్కల కాటుకు గురి అవుతామని భయాందోళన గురి అవుతున్నారు . ప్రజలు నిత్యా అవసరాల కోసం ఇంటి నుండి బయటికి వెళ్లడానికి కుక్కల బెడదతో చాలా ఆందోళన పడుతున్నారు. కుక్కల నుండి ప్రమాదాలు జరగకముందే సంబంధిత అధికారులు వెంటనే చర్యలు తీసుకోవాలని ప్రజలు కోరారు.

రాయలసీమ జర్నలిస్టుల ఫోరం ఆధ్వర్యంలో టోపీలు పంపిణీ..

:కర్నూలు : రోజు రోజుకు పెరుగుతున్న ఎండలను దృష్టిలో పెట్టుకొని కర్నూలు నగరంలో రాయలసీమ జర్నలిస్టుల ఫోరం ఆధ్వర్యంలో టోపీల పంపిణీ చేశారు.జిల్లా పరిషత్ కార్యాలయంలో టోపీల పంపిణీ కార్యక్రమం నిర్వహించారు ఈ సందర్భంగా రాష్ట్ర అధ్యక్ష,కార్య దర్శులు బత్తిన నవీన్,చంద్రశేఖర్ రెడ్డి లు మాటలతో...ఎండ తీవ్రత రోజు రోజుకు తీవ్రమవుతుందని..దీనితో ప్రజలు తీవ్ర ఇబ్బందులు పడుతుందని...ఎండ తీవ్రతను దృష్టిలో పెట్టుకొని స్థానికులకు టోపీలు పంపిణీ చేయడం జరిగిందన్నారు..సుమారు 300 మందికి టోపీలు పంపిణీ చేసినట్లు తెలిపారు...జర్నలిస్ట్ ల తమ వంతుగా..ఈ కార్యక్రమం చేసినట్లు తెలిపారు...టోపీలు ధరించడం వలన కొంత వరకు వేడి నుండి రక్షణ పొందవచ్చు అని అన్నారు..ఏదైనా ముఖ్యమైన పనులు ఉంటే తప్ప బయటకు రావద్దు అని ఆది కూడా ఉదయం 10 లోపునే వచ్చి పని చూసుకొని వెళ్లాలని లేదా..సాయింత్రం 5:30 తరువాతనే బయటకు రావాలని సూచించారు.తప్పని పరిస్థితులో బయటకు రావాలంటే..నెత్తిన టోపీ లేదా గొడుగు పెట్టుకొని వస్తె ఎండ దెబ్బ తగలకుండా రక్షించుకోవచ్చు అని తెలిపారు...ఎక్కువగా..మంచినీళ్ళు,మజ్జిగ వంటి ద్రవ పదార్థాలు ఎక్కువగా తీసుకుంటే మంచిదని అన్నారు..ఈ కార్యక్రమంలో రాయలసీమ జర్నలిస్టు ఫోరం ఉపాధ్యక్షులు నాగరాజు,అబిద్ భాషా,జాయింట్ సెక్రటరీ రాజేందర్ ప్రసాద్, ట్రెజరర్ సర్దార్ భాషా, జర్నలిస్ట్ వెంకటేశ్వర్లు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఉగ్రవాదం పై ఐక్యంగా ఉద్యమిద్దాం.

కర్నూలు : ఉగ్రవాదం పై ఐక్యంగా ఉద్యమించాలని ఉగ్రవాదం రూపు మాపాలని మే 3 న ఉగ్రవాదానికి వ్యతిరేకంగా ప్రతిజ్ఞా కార్యక్రమం రాష్ట్ర సమితి పిలుపు మేరకు జిల్లా వ్యాప్తంగా నిర్వహించాలని అఖిల భారత యువజన సమాఖ్య ఏఐవైఎఫ్ జిల్లా కార్యదర్శి కె శ్రీనివాసులు పిలుపునిచ్చారు. మంగళవారం నాడు స్థానిక సీఆర్ భవన్ నందు ఏఐవైఎఫ్ కర్నూల్ నగర ముఖ్య నాయకుల సమావేశం నగర అధ్యక్షులు నాగరాజు అధ్యక్షతన జరిగింది ఈ సమావేశంలో పాల్గొన్న జిల్లా కార్యదర్శి శ్రీనివాసులు మాట్లాడుతూ పహల్గాంలో ఉగ్రవాద పిరికిపంద చర్య అని భారత ప్రజాస్వామ్యం పైనే దాడిగా భావిస్తూ ఉగ్రవాదాన్ని పూర్తిగా నిర్మూలించాలని. అఖిల భారత యువజన సమాఖ్య 66 వ ఆవిర్భావ దినోత్సవం సందర్భంగా మే 3 న ఉగ్రవాదానికి వ్యతిరేకంగా ప్రతిజ్ఞా కార్యక్రమం నిర్వహించాలని ఆయన కోరారు జమ్మూ కాశ్మీర్ పహల్గాంలో ఉగ్రవాదులు హిందువునే లక్ష్యంగా చేసుకొని అత్యదునిక ఆయుధాలతో వేటాడి వెంటాడి చంపడం చాలా దుర్మార్గమన్నారు.భార్య పిల్లల ముందే తమ కుటుంబీకులను చంపడంతో తీవ్ర భయంతో పరుగులు తీసిన వారిని చూస్తుంటే చాలా బాధేస్తుందన్నారు.గతంలో కూడా ఉగ్రవాద ముష్కరులు బహిరంగ ప్రదేశాల్లో బాంబులు పేల్చి అనేకమందిని పొట్టని పెట్టుకోవడం జరిగిందని ఈ ఉన్మాదుల ఆటలు కట్టించకపోతే మరిన్ని ప్రాణాలు గాల్లో కలిసి పోతాయన్నారు. మూడంచల భద్రత కలిగినటువంటి జమ్మూ కాశ్మీర్ లోకి ఉగ్రవాదులు ఎలా ప్రవేశించారు సమగ్రమైన విచారణ చేపట్టి సహకరించిన వారిని వదిలిపెట్టరాదన్నారు. పహల్గాం మృతుల్లో ఏపీకి చెందిన వారు ఉండడం మరింత బాధకరమన్నారు. పహల్గాం దాడిని దుర్మార్గపు చర్యగా భారత ప్రజలు భావిస్తుంటే ఏకంగా ఢిల్లీలోని పాకిస్తాన్ హై కమిషన్ కార్యాలయంలోకి కేక్ తీసుకు వెళుతుంటే భద్రతా సిబ్బంది ఏమి చేస్తోందని ప్రశ్నించారు. పర్యాటకుల మత విశ్వాసాలని ఉగ్రవాదులు తెలుసుకొని పాశవికంగా కాల్చి చంపారని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. ఈ నేపథ్యంలో అఖిల భారత యువజన సమాఖ్య ఆవిర్భావ దినోత్సవం సందర్భంగా జిల్లా వ్యాప్తంగా అన్ని మండల కేంద్రాలలో ప్రతిజ్ఞా కార్యక్రమం నిర్వహించాలని కోరారు ఈ కార్యక్రమంలో ఏఐవైఎఫ్ నగర కార్యదర్శి బీసన్న, నగర నాయకుడు అఖిల్ , కాశి, మునిస్వామి, కుమారు, శివ, తదితరులు పాల్గొన్నారు

ఆలయ భూములు కౌలుకు బహిరంగ వేలం :- ఈఓ రెబ్బా వీరయ్య

ఏప్రిల్ 29, మద్దికేర :- మండలకేంద్రమైన మద్దికేర గ్రామంలో వెలసిన శ్రీ చెన్నకేశవ స్వామి ఆలయ భూములను ఏడాది కౌలుకు ఇచ్చేందుకు బహిరంగ వేలం వేసినట్లు ఆలయ కార్యనిర్వాహనాధికారి రెబ్బా వీరయ్య తెలిపారు. మంగళవారం ఆయన మాట్లాడుతూ శ్రీచెన్నకేశవ స్వామి ఆలయ ఆవరణలో పర్యవేక్షణాధికారి నరసయ్య ఆధ్వర్యంలో శ్రీచెన్నకేశవ స్వామి దేవస్థానంకి చెందిన 43 ఎకరముల భూమి ని ఏడాది కాలం పాటు సాగుచేసుకునేందుకు బహిరంగ వేలం వేయగా 6,27,000 లక్షల రూపాయలకు రైతులు దక్కించుకున్నారని ఆయన తెలిపారు. ఈకార్యక్రమంలో గ్రామానికి చెందిన పలువురు రైతులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఆర్డిటి సేవలు యధావిధిగా కొనసాగించాలి

ఆర్డిటి ఎఫ్సీఆర్ఎ రెన్యూవల్

పునరుద్దించేందుకు చర్యలు చేపట్టాలి

కరువు పీడిత ప్రాంతాల్లో ఆర్థిటి కల్పతరువు

దేవనకొండ లో ప్రజాసంఘాల నేతలు డిమాండ్

o దేవనకొండ- ఆర్డిటి సేవలు యధావిధిగా కొనసాగించాలని ఏపీ వ్యవసాయ కార్మిక సంఘం జిల్లా అధ్యక్షులు బి. వీరశేఖర్, ఏఐటీయూసీ జిల్లా నాయకులు ఎం. నరసారావు లు పేర్కొన్నారు. మంగళవారం స్థానిక పార్టీ కార్యాలయంలో వారు మాట్లాడుతూ.. 1969లో విన్సెంట్ ఫెర్రర్,అన్నే ఫెర్రర్ దంపతులచే రూరల్ డెవలప్మెంట్ ట్రస్ట్(ఆర్డిటి) అనంతపురం జిల్లాలో స్థాపించబడిందన్నారు. గ్రామీణ ప్రాంతాల్లోని పేదరికం,బాధలు, అన్యాయాలను నిర్మూలించడానికి సమాన అవకాశాలు,సంపదను అందరికి అందించడానికి సంస్థను ప్రారంభించిందన్నారు. గ్రామీణ ప్రాంతాలలో సంస్థను ఏర్పాటు చేసి కరువు పీడిత ప్రాంతాల్లో 'ఫుడ్-ఫర్-వర్క్ కార్యక్రమాన్నిప్రారంభించి తద్వారావేలాదిగా బావులు తవ్వటం,లక్షలాది గృహాల నిర్మాణం,కుష్టు వ్యాధి కేంద్రం స్థాపన వంటి పనులు చేపట్టిందన్నారు. గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో పలు అభివృద్ధి కార్యక్రమాలు, ప్రారంభించి కూలీలను రైతులుగా మార్చడంలో సహాయపడిందన్నారు. గ్రామీణ సమాజంలో పేదరికం,బాధలు,అన్యాయాలను తొలగించి స్థిరమైన అభివృద్ధి ద్వారా సమాజాన్ని సాధికారపరచడం మహిళలు, పిల్లలు, వైకల్యం ఉన్నవ్యక్తులు ,గిరిజన వర్గాల అభివృద్ధి కోసం ఆర్డిటి సంస్థ ప్రత్యేక దృష్టి సారించిందన్నారు.విద్య, వైద్యం, గృహనిర్మాణం, స్థిరమైన జీవనోపాధి,సాంస్కతిక క్రీడా కార్యక్రమాల ద్వారా పేదల అభ్యున్నతికి తీవ్రంగా కృషి చేసిందన్నారు. గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో విద్యా సౌకర్యాలను మెరుగుపరచ డానికి మొబైల్ లైబ్రరీలు ట్యూషన్ స్కూళ్లు ఏర్పాటు చేయడమే కాకుండా స్కాలర్ షిఫ్ అందిస్తోందన్నారు. బత్తలపల్లి, కల్యాణదుర్గం, కనేకల్లు లో రెండు సెకండరీ ఆసుపత్రులు, ఒక ప్రైమరీ హెల్త్కేర్ సెంటర్ స్థాపించిందని ఇక్కడ రోజువారీగా 3,000 మంది పేదవారు ఈ ఆసుపత్రుల సేవలను వినియోగించు కుంటున్నారన్నారు. మహిళల ఆర్థిక స్వావలంబన కోసం ఆదాయ ఉత్పత్తి కార్యక్రమాలు, వృత్తిశిక్షణలు,మహిళల భద్రత, సమానత్వం కోసం పలు కార్యక్రమాలు నిర్వహించిందన్నారు. వైక్యల్యంతో బాధపడుతున్న వారి కోసం కమ్యూనిటీ బేస్డ్ రిహాబిలిటేషన్ సెక్టర్ స్థాపించి కృత్రిమ అవయవాలు, పునరావాస కేంద్రాలు ఉపాధి అవకాశాలు అందిస్తోందన్నారు. వేలాది మంది రైతులకు మైక్రో ఇరిగేషన్ వ్యవస్థలు అందించి, నీటి ఆదా,ఉత్పత్తి పెంపు సాధించిందన్నారు. గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో గృహ

నిర్మాణం,రోడ్లు,తాగునీటి

సౌకర్యాలు కల్పిస్తున్నద

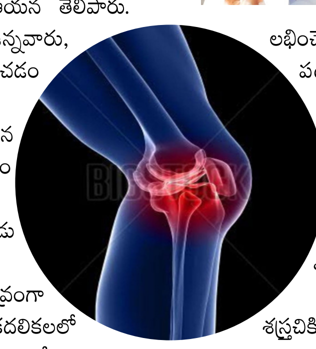
న్నారు. 2012లో ఆంధ్రప్రదేశ్ హౌసింగ్ కార్పొరేషన్ నుండి గృహ నిర్మాణంలో అత్యుత్తమ సేవలకు గుర్తింపు లభించిందన్నారు. ఫెర్రర్ మరణానంతరం ఆయన కుమారుడు మంచో ఫెర్రర్ పెద్ద ఎత్తున కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తూ ప్రజల మన్ననలు పొందారన్నారు. పేదల సంస్థగా పేరొందిన రూరల్ డెవలప్మెంట్ ట్రస్ట్ (అర్డిటి) నెత్తిన కేంద్ర ప్రభుత్వం బాంబు పేల్చిందన్నారు. ఫారిన్ కంట్రిబ్యూషన్ రెగ్యులేషన్ యాక్ట్ (ఎఫిసిఆర్ఎ) కింద వివిధ దేశాల నుంచి ఆర్డీటీకి అందుతున్న సహాయానికి సంబంధించి రెన్యూవల్ పునరుద్ధరణను నిలిపివేయడాన్ని ఆయన ఖండించారు. రాష్ట్ర, కేంద్ర ప్రభుత్వ నిధులే కాకుండా నేరుగాలి లివిదేశాల నుంచి నిధులు తెచ్చి, అనంతపురం జిల్లాతో పాటు రాయులసీమలోని అన్ని ప్రాంతాల్లో వెనకబడిన వర్గాల అభివృద్ధి కోసం మంచో ఫెర్రర్ కృషి చేస్తున్నారన్నారని తెలిపారు. ఉమ్మడి అనంతపురం జిల్లాలో సంస్థ చేపట్టిన సేవలు ప్రస్తుతం ఏపీతో పాటు తెలంగాణ రాష్ట్రంలోని పలు జిల్లాలకు విస్తరించాయన్నారు. కేంద్ర ప్రభుత్వ అనాలోచిత నిర్ణయంతో రాయలసీమ ప్రాంతంలో రాజకీయాల కతీతంగా పోరాటానికి అన్ని వర్గాల ప్రజలు సమాయత్త మవుతున్నారని తెలిపారు.తక్షణమే రాష్ట్ర ప్రభుత్వం తరపున కేంద్ర ప్రభుత్వంపై ఒత్తిడి పెంచి,ఆర్డిటి సంస్థకు వివిధ దేశాల నుండి అందే ఆర్థిక సహాయానికి సంబంధించిన ఎఫ్సీఆర్ఎ రెన్యూవల్ పునరుద్ధరించే విధంగా తగు చర్యలు చేపట్టాలని వారు కోరారు ఈ సమావేశంలో ఏపీ రైతు సంఘం మండల సీనియర్ నాయకులు తిమ్మప్ప సిఐటియు మండల కార్యదర్శి అశోక్, వ్యవసాయ కార్మిక సంఘం మండల ఉపాధ్యక్షులు యూసుఫ్ భాష, ఏపీ రైతు సంఘం మండల కార్యదర్శి వెంకటేష్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఆపరేషన్ తొ మోకాళ్ళ నొప్పులు తగ్గుతాయా...

పెద్దవారిలో మోకాలిచిప్ప క్షిణించడం సాధారణ సమస్య

- డాక్టర్ కార్తిక్, యంబిబియస్, యంయస్ (ఆర్థో).

ఏప్రిల్ 29, పత్తికొండ :- మోకాలి మార్పిడి శస్త్ర చికిత్స అనేది ఆర్థరైటిస్ లేదా బోలు ఎముకల వ్యాధి అని, అనేక కారణాల ద్వారా మోకాలి చిప్ప క్షిణతను నయం చేయడానికి చేసే చికిత్స ప్రక్రియ అని ఎముకలు, కీళ్ళు వైద్య నిపుణుడు డాక్టర్ కార్తిక్, యంబిబియస్, యంయస్ (ఆర్థో) తెలిపారు. నియోజకవర్గ కేంద్రమైన పత్తికొండ పట్టణంలోని కార్తిక్ బోన్ జాయింట్ మరియు స్పైన్ క్లినిక్ లొ ఆయన మాట్లాడుతూ యాభై సంవత్సరాలు పైన ఉన్న పెద్దవారిలో మోకాలి చిప్ప క్షిణించడం సాధారణ సమస్య అని ఆయన తెలిపారు. ప్రస్తుతం నాలుగు పదుల వయసులొ ఉన్నవారు, స్తులకాయం ఉన్న వారిలోను మోకాలి చిప్ప క్షిణించడం ఆందోళన కలిగించే విషయం అని అన్నారు.



మోకాళ్ళ కీళ్ళ శస్త్రచికిత్స గురించి అడిగిన ప్రశ్నలకు ఆయన పూర్తి వివరాలతొ సమాధానం అందించారు.

ప్రశ్న 1 :- మోకాలి కీళ్ళు మార్పిడి ఎప్పుడు అవసరం ?

జవాబు :- మోకాలి కీళ్ళలొ నొప్పి తీవ్రంగా ఉంటుంది. వాపు వస్తుంది, ధ్రుడత్వం తగ్గి కదలికలలొ ఇబ్బంది పడతారు. విశ్రాంతి సమయంలొ కూడా తీవ్రంగా నొప్పి ఉంటుంది. రోజువారీ కార్యకలాపలు కూడా చేసుకోలేని అసమర్ధత వస్తుంది. మోకాలికి తీవ్రమైన గాయం ఏర్పడుతుందన్నారు. ఈ లక్షణాలు కనిపించినప్పుడు వైద్యుడి నిసంప్రదించాలని ఆయన తెలిపారు.

ప్రశ్న 2 :- మోకాళ్ళ మార్పిడి శస్త్ర చికిత్స ఎప్పుడు అవసరం ?

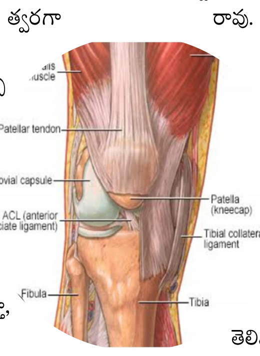
జవాబు :- శారీరక వ్యాయామం, ఫిజియోథెరఫీ, నొప్పి నివారణ మందులు మోకాలి ఆర్థోప్లాస్టీని నివారించడంలొ సహాయపడతాయి. కొంతకాలం తరువాత ఈ నివారణలు తక్కువ పనిచేస్తూ నొప్పి తగ్గకుండా ఉంటుంది. చివరికి అవి పనిచేయనప్పుడు మోకాలి మార్పిడి శస్త్రచికిత్స అవసరం అవుతుంది.

ప్రశ్న 3 :- మోకాలి మార్పిడి నొప్పిగా ఉంటుందా ?

జవాబు :- మోకాలి మార్పిడి శస్త్రచికిత్స తరువాత నొప్పి సాధారణంగా ఉంటుంది. ఈ నొప్పి నుండి త్వరగా ఉపశమనం కోసం మందులు వాడాలి. ఫిజియోథెరఫీ ప్రారంభించిన తరువాత నొప్పి తగ్గడం ప్రారంభమవుతుంది. నొప్పి నుండి పూర్తి ఉపశమనం లభించేందుకు ఆరు నెలల నుండి సంవత్సరం పడుతుంది. నొప్పి నుండి పూర్తిగా కోలుకున్న తరువాత పదిహేను సంవత్సరాలు అంతకంటే ఎక్కువ కాలం ఉపశమనం ఉంటుంది.

ప్రశ్న 4 :- మోకాలి మార్పిడి శస్త్రచికిత్స తరువాత ఎంత కాలంలొ కోలుకుంటారు ?

జవాబు :- మోకాలి మార్పిడి శస్త్రచికిత్స తరువాత పూర్తిగా కోలుకోవడానికి ఆరు నెలల నుండి సంవత్సరం పడుతుంది. శస్త్రచికిత్స జరిగిన 24 గంటల తరువాత చిన్నగా కదలికలు ప్రారంభించవచ్చు. మోకాలు దాని సహజ వాతావరణానికి సర్దుబాటు అవుతుంది. చిన్నచిన్న వ్యాయామం, ఫిజియోథెరఫీ చేయడంతొ త్వరగా కోలుకోవచ్చు.



ప్రశ్న 5 :- మోకాలి మార్పిడి శస్త్రచికిత్స ఎంత సురక్షితం ?

జవాబు :- మోకాలి మార్పిడి శస్త్రచికిత్స 95 శాతం విజయవంతమవుతున్నాయి. మోకాలి ఆర్థోప్లాస్టీ ప్రక్రియ సురక్షితమైన ప్రక్రియలలో ఒకటి. శస్త్రచికిత్స తరువాత పోస్ట్ ఆఫ్ మార్గదర్శకాలను పాటిస్తూ, సరైన జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి.

ప్రశ్న 6 :- మోకాలి మార్పిడి శస్త్రచికిత్స అనంతర మార్గదర్శకాలు ఏమిటి ?

జవాబు :-మోకాలి మార్పిడి శస్త్రచికిత్స అనంతరం నడవడానిక వాకర్ ఉపయోగించాలి. ఒకే భంగిమలొ ముప్పై నిముషాల కంటే ఎక్కువ సేపు కూర్చోరాదు. ఫ్యాంట్ ధరించేటప్పుడు మోకాలిని మడచరాదు, మెట్లు ఎక్కరాదు. నిద్రపోతున్నపుడు వెల్లెలకాల చదునుగా పడుకోవాలి. మోకాళ్ళను నిటారుగా ఉంచడం ద్వారా ప్రొస్తేసిస్ పై ఒత్తిడి ఉండదు.

ప్రశ్న 7 :- మోకాలి మార్పిడి శస్త్రచికిత్స ఫలితాలు ఎంతకాలం ?

జవాబు :- మోకాలి మార్పిడి శస్త్రచికిత్స ప్రొస్తేసిస్ యొక్క పదార్థం. శ్రమ, పోస్ట్ ఆఫ్ కేర్ ఆధారంగా పదిహేను సంవత్సరాల నుండి ఇరవై సంవత్సరాల వరకు ఉంటుంది. మోకాలి పునః స్థాపన శస్త్రచికిత్స పూర్తిగా నయం ఐన తరువాత నొప్పి నుండి ఉపశమనం లభిస్తుంది.

ప్రశ్న 8 :- మోకాలి మార్పిడి దుష్ప్రభావాలు ఏమిటీ ?

జవాబు :- మోకాలి మార్పిడి శస్త్రచికిత్స తరువాత మోకాలి కీళ్లను వంచడంలో, మడత పెట్టడంలో అజాగ్రత్త చేస్తే దుష్ఫలితాలు వస్తాయి. రెగ్యులర్ గా వ్యాయామం, ఫిజియోథెరఫీ చేయడం ద్వారా ఎలాంటి దుష్ఫలితాలు రావు.

ప్రశ్న 9 :- మోకాలి మార్పిడి శస్త్రచికిత్స కి ఖర్చు ఎంత అవుతుంది ?

జవాబు :- మోకాలి మార్పిడి శస్త్రచికిత్స మొత్తం ఖర్చు ఆసుపత్రి, ఫ్రీ ఆఫ్ ప్రక్రియ, శస్త్రచికిత్స యొక్క తీవ్రత, ఆసుపత్రి లోని వసతులు తదితర అంశాలపై ఆధారపడి ఉంటుంది. సాధారణంగా దాదాపు 1,22,000 రూపాయలు నుండి 2,00,000 రూపాయల వరకు ఉంటుందని ఆయన తెలిపారు. అత్యాధునిక సాంకేతిక వైద్యపరికరాలతొ " కార్తిక్ బోన్ జాయింట్ %౭% స్పైన్ క్లినిక్ సెంటర్లు పత్తికొండ, యెమ్మిగనూరు పట్టణాలలో అందరికి అందుబాటులో ఉన్నాయని, అవసరమైన వారు సంప్రదించాలని ఆయన తెలిపారు.

బేవరైజస్ హమాలి కార్మికుల నియామకాల్లో జరిగిన అవినీతి పై న్యాయ విచారణ జరిపించాలి,

నంద్యాల : : నంద్యాల ఐ ఎం ఎల్ డిపోలో హమాలీల నియామకాల్లో జరిగిన అవినీతిపై విచారణ జరిపించాలని సిఐటియు ప్రజా సంఘాల ఆధ్వర్యంలో నంద్యాల జిల్లా కలెక్టర్ కార్యాలయం ముందు ఆందోళన నిర్వహించడం జరిగింది ఈ ధర్నాకు ముఖ్య అతిథులుగా సిపిఎం పార్టీ జిల్లా కార్యదర్శి టీ ,రమేష్ కుమార్ సిఐటియు జిల్లా కార్యదర్శి ఏ నాగరాజు పార్టీ జిల్లా నాయకులు రామచంద్రుడు సిఐటియు జిల్లా ఉపాధ్యక్షులు తోట మద్దులు %ఎం% గౌస్ సిఐటియు జిల్లా కార్యదర్శిలు వి బాల వెంకట్ డి లక్ష్మణ్ పార్టీ జిల్లా నాయకులు నరసింహలు మాట్లాడుతూ న్యాయ శాఖ మంత్రి ఫరూక్, కుమారుడు, అనుమాయిలతో కోట్ల రూపాయలకు అవినీతికి పాల్పడ్డారంటూ జిల్లా ఉన్నత స్థాయి అధికారులు కూడా వారి అవినీతికి మడుగులతో కార్మిక చట్టాలను తుంగలో తొక్కి అన్యాయంగా అక్రమంగా నోటిఫికేషన్ విడుదలైన తర్వాత ఎలాంటి ఇంటర్వ్యూలో టెస్టు గానీ నిర్వహించకుండా ఎవరైతే డబ్బులు ఇచ్చారో ఎంపిక చేయటం చాలా దుర్మార్గమైన చర్య అని ఇప్పటికైనా మీరు ఎంపిక చేసిన లిస్టును క్షుణ్ణంగా పరిశీలించి ఏజ్ బారు అయిన వాళ్లను అట్లాగే చదువు లేని వారిని తొలగించాలని వారు డిమాండ్ చేశారు ఐ ఎం ఎల్ ఫ్యాక్టరీలో పని చేస్తున్న కార్మికుల కడుపు గొట్టాలని రాష్ట్ర న్యాయ శాఖ మంత్రి ఫరూక్ అధికారం ఉంది కదా అని జిల్లా అధికారులను అడ్డుపెట్టుకుని ఇంటర్వ్యూలు లేకుండా లక్షల్లో డబ్బులు తీసుకుని కోట్ల రూపాయల అవినీతికి పాల్పడిన న్యాయ శాఖ మంత్రి ఫరూక్, తమ అనుమాయిల తో చేస్తున్న ఆగడాలను సిఐటియు గా తీవ్రంగా వ్యతిరేకిస్తున్నామని, రాజకీయ జోక్యాన్ని వెంటనే విరమించుకోవాలని సీఐటీయూ డిమాండ్ చేస్తున్నామని ఐ. ఎం.ఎల్ ఫ్యాక్టరీలో అక్రమంగా 36 మంది కార్మికులను చేర్పిస్తూ స్థానికంగా పనిచేస్తున్న కార్మికుల కడుపు కొడుతున్నారని ఆరోపించారు.స్థానిక న్యాయశాఖ మంత్రి ఫరూక్ జిల్లా అధికారులతో ఒక కమిటీ వేయించి అందులో జిల్లా జాయింట్ కలెక్టర్ చైర్మన్ గా ఉంటూ డిఆర్ఓ అసిస్టెంట్ లేబర్ కమిషనర్ డిఎం అండ్ హెచ్ ఓ మరియు ఫ్యాక్టరీ మేనేజర్ కమిటీ సభ్యులుగా నోటిఫికేషన్ విడుదల చేయించి నారని నోటిఫికేషన్ విడుదల చేసిన అనంతరం దాదాపు 170 మంది ఎలాంటి పని లేని కార్మికులు నిరుద్యోగులు అప్లై చేసుకున్నారని ఎలాంటి ఇంటర్వ్యూలు లేకుండా అనుచరులు 36 మంది కార్మికుల వద్ద లక్షల రూపాయలు వసూలు చేసి కోటి రూపాయలకు పైగా అవినీతికి పాల్పడి ఐఎంఎల్ కంపెనీలో ఎక్కిస్తున్నారన్నారు మిగిలిన 140 మంది అప్లై చేసుకున్న కార్మికుల పరిస్థితి ఏంటని ప్రశ్నించారు.రాష్ట్ర మంత్రి ఫరూక్ అవినీతికి పాల్పడినట్లు మా వద్ద ఆధారాలున్నాయని బహిరంగ చర్చకు సిద్ధమా అంటూ వారు సవాల్ విసిరారు. గత వైసిపి ప్రభుత్వ హాయంలో ఉన్న కార్మికులకు ఇక్కడ పని లేక పోవడంతో స్థానిక మాజీ శాసనసభ్యులు రవిచంద్ర కిషోర్ రెడ్డి ,పాణ్యం మాజీ శాసనసభ్యులు కాటసాని రాంభూపాల్ రెడ్డి తమ అనుచరులను చేర్చుకోవాలని పంపిస్తే అక్కడ పనిచేసే కార్మికులు అల్లాడిపోతుంటే అదనంగా మరో 36 మందిని పనిలోకి తీసుకుంటే మా కుటుంబాలు రోడ్డున పడతాయని చెప్పడంతో వాళ్లు అక్కడి నుంచి వెళ్లి ఏలాంటి ప్రెజర్ చేయకుండా కార్మికుల కుటుంబాలకు న్యాయం చేయగలిగారని, ఇప్పుడున్న టిడిపి ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వచ్చి పది నెలలు కాకముందుకే ఇటువంటి పెద్ద ఎత్తున కోట్ల రూపాయలకు అవినీతికి పాల్పడడం కార్మికుల జీవితాలతో చెలగాటం ఆడుతున్న విధానాలను తీవ్రంగా ఖండిస్తున్నామని, అధికారులపై ఒత్తిడి వచ్చి చేర్పిస్తున్నారని ఆరోపించారు. అధికారులు నోటిఫికేషన్ ఇచ్చి ఎలాంటి ఇంటర్వ్యూ లు, ఎంపిక చేయకుండా కేవలం మంత్రి ఇచ్చిన పేర్లనే ఎంపిక చేసినట్లు చూపించారాని అందులో ఎక్కువ శాతం నాన్ లోకల్ వాళ్లు ఉన్నారన్నారు. 40 సంవత్సరాలు పై బడిన వారిని తీసుకోవద్దని చెప్పుతూనే ప్రస్తుతం తీసుకున్న వారిలో 40 ఏళ్ల పైబడిన వారిని కూడా తీసుకున్నారని వారు వివరించారు. న్యాయం చేయాల్సిన న్యాయ శాఖా మంత్రి ఫరూక్ రాష్ట్రంలో ఎవరికి అన్యాయం జరిగినా న్యాయం జరిగేలా చూడాల్సిన బాధ్యత ఉందని, అలా కాకుండా తమ నియోజకవర్గంలోనే అన్యాయం చేయాలని చూస్తే అన్యాయ శాఖ మంత్రిగా చరిత్రలో నిలిచిపోతారని, బేవరేజస్ కార్మికులకు అన్యాయం చేస్తున్నారని వారు ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. 36 మంది కాకుండా పనికి తగ్గట్టుగా హమాలీలను తీసుకోవాలని డిమాండ్ చేశారు.మద్యం అమ్మకాల్లో గత వైసీపీ ప్రభుత్వం అవినీతికి పాల్పడిందని సీట్ అధికారులతో విచారణ జరిపించి జైళ్లలో పెడుతున్నారే... మరీ కూటమి ప్రభుత్వం వచ్చిన పది నెలల కాలంలోనే కోట్ల రూపాయల అవినీతికి పాల్పడుతుంటే స్పందించకపోవడం పట్ల దీంట్లో సీఎం చంద్రబాబు నాయుడు గారికి కొల్లు రవీంద్ర గారికి అనుమానం వస్తుందని లో ఐ ఎం ఎల్ ఫ్యాక్టరీ లో కార్మికుల నియామకాల్లో జరిగిన అవినీతిపైన ఎందుకు ప్రభుత్వం స్పందించడం లేదని వారు ప్రశ్నించారు. ఈ విషయం పై సీఎం చంద్రబాబు నాయుడు స్పందించాలని వారు కోరారు. కార్మికులు పనిలో చేరిన తర్వాత కూటమిలో మిగిలిన పార్టీలకు జనసేన, బిజెపి పార్టీలకు కూడా ఎంతో కొంత డబ్బులు ముట్ట చెప్పాల్సి ఇవ్వాల్సి ఉంటుంది అన్నింటికీ సిద్ధంగా ఉండాలని కార్మికుల కు చెప్పినట్లు మాటలు చెప్తున్నారని అన్నారు కార్మికులకు అన్యాయం జరుగుతుంటే సిఐటియుగా చూస్తూ ఊరుకోబోమని, ఈ విషయంలో బేవరేజెస్ హమాలీ కార్మికులకు న్యాయం జరిగేంత వరకు జిల్లా వ్యాప్త ఉద్యమాలకు సిద్ధమై పోరాడుతామని,అదే విధంగా ఇప్పటికే డబ్బులు ఇచ్చి మోసపోయిన కార్మికులకు న్యాయం జరిగేంత వరకు కూడా అండగా నిలబడతామని అవసరమైతే అన్ని రాజకీయపార్టీలను, ప్రజాసంఘాలను, మేధావులను సమీకరించి పోరాటాన్ని మరింత ఉధృతం చేస్తామని హెచ్చరించారు.

మరో ఉదయం
బుధవారం- 30 - ఏప్రిల్ - 2025

రాజ్యాంగ నిర్మాత అంబేద్కర్ వలనే ఆదోనిలో 83 సంవత్సరాల తర్వాత ముస్లింకు మున్సిపల్ చైర్మన్ పదవి.

- ఎమ్.హెచ్.పి.ఎస్. రాష్ట్ర కార్యదర్శి. నూర్ అహ్మద్

ఆదోని : : స్వాతంత్రం వచ్చి దాదాపు 80 ఏళ్ళు కావస్తున్నా ఆదోనిలో ఎమ్మెల్యే పదవి,మున్సిపల్ చైర్మన్ పదవి అత్యధిక జనాభా గల ముస్లింలకు అందని ద్రాక్ష పండు అయింది.కానీ ఆదోనిలో ఇంచార్జ్ చైర్మన్ పదవి అయినా సరే ఒక ముస్లింకు దక్కిందంటే అది ఏ రాజకీయ పార్టీ, ఏ నాయకుడి వల్ల కాదు కేవలం రాజ్యాంగ నిర్మాత బాబాసాహెబ్ డాక్టర్ అంబేద్కర్ రాజ్యాంగం వల్ల మాత్రమే అని మైనార్టీ హక్కుల పరిరక్షణ సమితి తరపున ఆదోని ప్రజలకు మనవి చేసుకుంటున్నాము. అన్ని వర్గాలను అందలమెక్కించేలా రాజ్యాంగం రచించిన మహనీయుడు డాక్టర్ బాబాసాహెబ్ అంబేద్కర్ కి మరొక్కసారి ఆదోని ముస్లింల తరపున, ఆదోని ప్రజల తరపున మనస్ఫూర్తిగా ధన్యవాదాలు తెలియజేసుకుంటూ నివాళులర్పిస్తున్నాము. ఆదోని మున్సిపాలిటీ ఇంచార్జ్ చైర్మన్ యం. యం. జి. గౌస్ గారికి హృదయపూర్వక అభినందనలు తెలియజేసుకుంటున్నాము. గత 80 సంవత్సరాలుగా ఆదోనిలో కొంతమంది ధనిక వర్గాల నాయకులు ముస్లింలను,బీసీలను మరియు దళితులను కులాలుగా, వర్గాలుగా,మతాలుగా విభజించి అణగదొక్కి రాజ్యాధికారాన్ని అనుభవిస్తున్నారు. కూటమి ఒప్పందం మరియు గత ప్రభుత్వాల 60- 40 అవినీతి, భూ కబ్జాల పాపాల వల్ల ఒక బీ.సీ. ఎమ్మెల్యే కాగలిగాడు. అదేవిధంగా అవిశ్వాసతీర్మానంతో ఖాళీ అయిన చైర్మన్ పదవి ముస్లింకు దక్కిందంటే అది కేవలం రాజ్యాంగ నిర్మాత బాబా సాహెబ్ అంబేద్కర్ దయవల్లనే అని తెలుస్తోంది. సందర్భంగా. డీలిమిటేషన్ తో ఆదోని ప్రత్యేక నియోజకవర్గం ఏర్పడితే తప్ప ఆదోనిలో దళితులు బీసీలు మైనారిటీలకు రాజ్యాధికారం దక్కే అవకాశం కనిపించడం లేదు. ఏది ఏమైనప్పటికీ ఇన్ని రోజులకు కనీసం ఇంచార్జి చైర్మన్ పదవి అయినా ముస్లింలు దక్కడము హర్షణీయం. రాబోయే రోజుల్లో ఆదోని డివిజన్లో ముస్లింలు,దళితులు,బీసీ కులస్తులు రాజ్యాధికారం సాధించాలని కోరుకుంటున్నాము.

ఏటీఎం దొంగతనానికి ప్రయత్నం చేసిన 4 గురు నిందితులకు 3 సంవత్సరాల జైలు శిక్ష .

ఒక్కొక్కరికి రూ. 14 వేల జరిమానా.

కర్నూలు : జ్యుడీషియల్ ఫస్ట్ క్లాస్ మేజిస్ట్రేట్, కోర్టు మంగళవారం తీర్పు వెలువరించినది గుడ్ ట్రయల్ మానిటరింగ్ వ్యవస్థ బలోపేతం . నెల న్నర రోజులలోనే ముద్దాయిలకు శిక్షలు పడే విధంగా కృషి చేసిన అసిస్టెంట్ పబ్లిక్ ప్రాసిక్యూటర్, పోలీసు అధికారులను, సిబ్బందిని అభినందించిన... కర్నూలు జిల్లా ఎస్పీ విక్రాంత్ పాటిల్ కర్నూలు జిల్లా ఎస్పీ విక్రాంత్ పాటిల్ పర్యవేక్షణలో కర్నూలు పోలీసులు ముద్దాయిలకు కఠిన శిక్షల కై గట్టి చర్యలు చేపట్టారు. 24తేదీన రాత్రి 1.00 గంటల సమయములో చిన్నటేకూర్ గ్రామములో ఎన్ హెచ్ 44 సర్వీస్ రోడ్డు ప్రక్కన ఉన్న బ్యాంక్ ఆఫ్ బరోడా ఎటిఎం సెంటర్ పై దొంగలు షటర్ ను ఒక టోయింగ్ వాహనముతో బలవంతముగా లాగి, లోపల ఉన్న ఏ టి ఏం మిషన్ కు తాళ్ళు కట్టి బయటకు లాక్కొని పోవడానికి ప్రయత్నిస్తుండగా గ్రామ యువకులు గమనించి పోలీసు వారికి సమాచారము అందించారు. పోలీసులు , గ్రామ యువకులు సంఘటన స్థలానికి రావడంతో నిందితులు ఏ టి ఏం మిషన్ రోడ్డు ప్రక్కన వదలి టోయింగ్ వాహనముతో అక్కడ నుండి పారిపోయారు. బ్యాంక్ ఆఫ్ బరోడా మేనేజర్ ఫిర్యాదు పైన ఉల్లిందకొండ పోలీస్ స్టేషన్ క్రైమ్ నెం:ోపిడి సెక్షన్ల క్రింద కేసు నమోదు చేయడం జరిగింది. టోయింగ్ వాహనమును దొంగలు దొంగిలించినప్పుడు ఏ టి ఏం ల దగ్గర సీసీ టి వి పుటేజీలను నేరస్తుల యొక్క కదలికలను గుర్తించారు. అరెస్ట్ చేశారు. 1 నుండి 4 వరకు ఉన్న నిందితులందరినీ 6న అరెస్టు చేసి జ్యుడీషియల్ కస్టడీకి పంపారు. నిందితులైన హరియాణా రాష్ట్రానికి చెందిన మహమ్మద్ సున్నీ షాహీద్ ఖాన్ , లాల్సున్నీ ఇమ్రాన్ ఖాన్ , జంసాద్ ఖాన్, మహమ్మద్ షావ్కర్ ఖాన్ సరోజనమ్మ , జ్యుడీషియల్ ఫస్ట్ క్లాస్ మేజిస్ట్రేట్, కర్నూలు కోర్టు వారు త్వరితగతిన విచారణ జరిపి 3 సంవత్సరాల జైలు శిక్ష , ఒక్కొక్కరికి రూ. 14 వేల జరిమానా విధిస్తూ మంగళవారం తీర్పు వెలువరించారు. నెలన్నర రోజులలోనే ముద్దాయిలకు శిక్ష పడేవిధంగా కృషి చేసిన స్పెషల్ ఏ.పి.పి అనిల్ కుమార్ , దర్యాప్తు అధికారులు కర్నూలు డిఎస్పీ బాబు ప్రసాద్ , కర్నూలు రూరల్ సిఐ చంద్రబాబు నాయుడు , ఉలిందకొండ ఎస్సై ధనుంజయ , కోర్టు కానిస్టేబుల్ మహేష్, శేఖర్ లను కర్నూలు జిల్లా ఎస్పీ విక్రాంత్ పాటిల్ అభినందించారు.

ఏపి సీఐడీలో 28 హెూంగార్డు పోస్టుల భర్తీకి నోటిఫికేషన్

(మే 1 నుంచి 15 వరకు దరఖాస్తుల స్వీకరణ)

ఆత్మకూరు : రాష్ట్ర సీఐడీ విభాగంలో 28 హెూంగార్డుల పోస్టుల భర్తీకి నోటిఫికేషన్ విడుదలైంది. మే 1 నుంచి 15 లోగా దరఖాస్తు చేసుకోవాలని సీఐడీ విభాగాధిపతి రవిశంకర్ అయ్యన్నార్ చెప్పారు.

అర్హతలివే.

ఏపీకి చెందిన వారై ఉండాలి. వయోపరిమితి: 18-50 ఏళ్ల మధ్య (2025 మే 1 నాటికి) ఉండాలి. ఎత్తు: పురుషులు 160 సెం.మీ. మహిళలు 150 సెం.మీ. (ఎస్టీ మహిళా అభ్యర్థులకు 5 సెం.మీ. మినహాయింపు) కనీస విద్యార్హత ఇంటర్మీడియట్, బీటెక్, ఎంసీఏ, బీసీఏ, బీఎస్సీ కంప్యూటర్స్ చదివిన వారికి ప్రాధాన్యం ఉంటుంది. కంప్యూటర్ నైపుణ్యాలు, డ్రైవింగ్ లైసెన్సు కలిగి ఉండాలి.

ఎంపిక ప్రక్రియ

ధ్రువపత్రాల పరిశీలనతో పాటు శారీరక కొలతల పరీక్ష, కంప్యూటర్, టైపింగ్, డ్రైవింగ్ నైపుణ్యాలపై పరీక్ష ఉంటుంది. ఎంపికైన అభ్యర్థులకు రోజుకు రూ.710 చొప్పున డ్యూటీ అలవెన్స్ చెల్లిస్తారు.

(ధరకాస్తులు పంపాల్సిన చిరునామా)

డైరెక్టర్ జనరల్ ఆఫ్ పోలీస్, క్రైమ్ ఇన్వెస్టిగేషన్ డిపార్ట్మెంట్, ఆంధ్రప్రదేశ్, ఏపీ పోలీసు హెడ్ క్వార్టర్స్, మంగళగిరి-522503 చిరునామాకు నేరుగా లేదా రిజిస్టర్డ్ పోస్టులో దరఖాస్తులు సమర్పించొచ్చని సూచించారు. పూర్తి వివరాలకు 94407 00860 నంబర్ను సంప్రదించాలని సోమవారం ఓ ప్రకటనలో తెలిపారు.

వేసవి సెలవులలో ప్రత్యేక క్లాసులు నడుపుతున్న పాఠశాలలపై చర్యలు తీసుకోవాలి.

(భారత విద్యార్థి ఫెడరేషన్ ఎస్ఎఫ్ఐ)

ఆత్మకు : ఆత్మకూరు:- పట్టణంలోని వేసవి సెలవులలో ప్రత్యేక క్లాసులు నడుపుతున్న ప్రభుత్వ మరియు ప్రైవేటు పాఠశాలలపై తక్షణమే చర్యలు తీసుకోవాలని భారత విద్యార్థి ఫెడరేషన్ ఎస్ఎఫ్ఐ జిల్లా ఉపాధ్యక్షులు కే దినేష్ కుమార్ ఆత్మకూరు మండల అధ్యక్ష కార్యదర్శులు సాయి ప్రశాంత్ లు డిమాండ్ చేశారు ఈ సందర్భంగా స్థానిక డాక్టర్ ధనుంజయ మీటింగ్ హాల్ నందు మంగళవారం నాడు వారు మాట్లాడుతూ ప్రభుత్వ నిబంధనలు పాటించని ప్రైవేట్ పాఠశాలలు.వేసవికాలంలో విద్యార్థుల ఆరోగ్యం దృష్టిలో ఉంచుకొని రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఏప్రిల్ 23 నుండి విద్యార్థులకు వేసవి సెలవులు ప్రకటించడం జరిగింది అయితే ఆత్మకూరు పట్టణంలోని ప్రభుత్వ నిబంధన లెక్కచేయకుండా విద్యార్థులకు ప్రత్యేక క్లాసులు నిర్వహిస్తున్నారని వారు అన్నారు. విద్యార్థుల మానసిక ఒత్తిడికి గురి చేస్తున్నారని వారు అన్నారు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఎండ తీవ్రత ఎక్కువ ఉండడంతో విద్యార్థులకు అనారోగ్యానికి గురికాకుండా రాష్ట్ర ప్రభుత్వం తీసుకున్న ప్రభుత్వం నిబంధనలను లెక్కచేయడం లేదని వారు అన్నారు. విద్యార్థులు మానసిక ఒత్తిడికి గురై విద్యార్థుల ఆరోగ్యం దెబ్బతింటుందని వారు అన్నారు. మండల విద్యాశాఖ అధికారులు.ప్రభుత్వ నిబంధనలను లెక్కచేయకుండా ప్రత్యేక క్లాసులు నిర్వహిస్తున్న పాఠశాలలపై తక్షణమే చర్యలు తీసుకోవాలని వారు డిమాండ్ చేశారు లేనియెడల భారత విద్యార్థి ఫెడరేషన్ ఎస్ఎఫ్ఐ ఆధ్వర్యంలో ఆందోళన కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తామని వారు అన్నారు. ఈ సమావేశంలో ఆత్మకూరు మండల ఎస్ఎఫ్ఐ నాయకులు బాలాజీ బాబు దిలీప్ అంజి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

వేసవి సెలవులకు వస్తూ... తిరిగిరాని లోకానికిమృత్యువడిలో తండ్రి

కుటుంబ పెద్దదిక్కును కోల్పోయి

విలువిలలాడుతున్న భార్యా ముగ్గురు పిల్లలు

పిల్లలు పోషణ కొరకు..

దాతలు కోసం ఎదురుచూపు

దేవనకొండ : రోడ్డు ప్రమాదంలో ఈనెల 23వ తారీఖున ఒకే కుటుంబానికి చెందిన తండ్రి, కూతురు దుర్మరణం చెందిన సంఘటన అనేకులను కలిసి వేసింది. విషయానికొస్తే... కర్నూలు జిల్లా, ఆస్పరి మండలం, ముత్తుకూరు గ్రామానికి చెందిన వడ్డే ఈరన్న(45) ఇతనకు భార్య ముగ్గురు ఆడపిల్లలు, ఒక కుమారుడు. ఇతనికి ఒక సెంటు భూమి కూడా లేనందున కూలి పనులకు వెళ్ళుతూ కుటుంబాన్ని పోషించేవాడు. తన కూతురు శ్రావణి (14) ఆలూరు నియోజకవర్గం, చిప్పగిరి మండలంలో కస్తూర్బా గాంధీ పాఠశాలలో 9వ తరగతి చదువుతుంది. ఆమెకు వేసవి సెలవులు రావడంతో తన తండ్రి తనను ఇంటికి తీసుకొని రావటానికి వెళ్లి, తండ్రి కూతురు తిరిగి వస్తుండగా పెద్ద హెూతూరు గ్రామ సమీపంలో మృత్యువు లారీ రూపంలో వచ్చి తండ్రి, కూతురు వస్తున్న ద్విచక్ర వాహనాన్ని ఢీకొట్టడంతో ఆ తండ్రి, కూతురు అక్కడికక్కడే దుర్మరణం చెందారు. ఆ కుటుంబ పెద్దదిక్కును, తన కూతుర్ని కోల్పోవడంతో ఆ కుటుంబం రోడ్డున పడింది. ఆ కుటుంబాన్ని పోషించే పెద్ద దిక్కు లేనందువల్ల భార్య రాధమ్మ ముగ్గురు పిల్లలు కన్నీరు మున్నేరు అయిపోతున్నారు. తల్లి పిల్లల్ని ఓదార్చాలా.. పిల్లల తల్లిని ఓదార్చాలా.. తెలియని పరిస్థితిలో ఆ కుటుంబం నెలకొంది. ఒకపక్క పేదరికంతో అల్లాడుతుంటే మరోపక్క పిల్లలు పరిస్థితి ఏమవుతుందో అని ఆ తల్లి కుమిలిపోతుంది. ఏ బంధువులు కూడా ఆర్థికంగా సహాయం చేయడానికి ముందుకు రాకపోవడంతో ఆమె బ్రతుకు మీద ఆశలు విడిచిపెట్టింది. నేను చస్తే నా పిల్లల అనాధలు అవుతారని తన ఊపిరిని బిగు పట్టుకొని జీవిస్తుంది. ఆ కుటుంబం పోషణ కొరకు ఎవరిని నోరు తెరిచి సహాయం అడగలేక, పిల్లల్ని పోషించుకోలేక, స్థితి మతం అవుతుంది. విషయాన్ని తెలుసుకున్న అదే గ్రామానికి చెందిన జనసేన నాయకులు కురువ మహేష్ తనకున్న పరిచయాలతో ఆ కుటుంబానికి 20 వేల రూపాయలు ఆర్థిక సహాయం అందించారు. ఆ కుటుంబంతో అతను మాట్లాడుతూ ఆ కుటుంబానికి ధైర్యం చెప్పారు. అంతేకాకుండా జనసేన పార్టీ ఆలూరు నియోజకవర్గం ఇన్చార్జి తెర్నేకల్ వెంకప్ప త్వరలో కుటుంబాన్ని పరామర్శించడానికి వస్తున్నాడని జనసేన పార్టీ తరపునుండి మీ కుటుంబానికి అండగా ఉంటామని భరోసా ఇచ్చాడు. మరియు చిప్పగిరి కస్తూర్బా గాంధీ పాఠశాల ఉపాధ్యాయురాలులు, విద్యార్థినిలు తన తోటి విద్యార్థిని శ్రావణి కుటుంబానికి 22,000 రూపాయలు ఆర్థిక సాయం అందించారు. గ్రామ పెద్ద ఆర్ఎంపీ డాక్టర్ హనుమంతు మాట్లాడుతూ ఆ కుటుంబని పోషించే పెద్దను, చేతి కందిన కూతురును కోల్పోవడంతో ఆ కుటుంబం దిక్కుతోచన స్థితిలో ఉందని వారికి ఎకరా పొలం కూడా లేదని కూలి పనులకు వెళ్లి జీవనం సాగించే వారిని అలాంటి కుటుంబానికి ఆ దేవుడు ఇంత దారుణం వడి కట్టడం జీర్ణించుకోలేకపోతున్నామన్నారు. ఈ కుటుంబానికి అండగా కులాలకు, మతాలకు, రాజకీయాలు అతీథంగా దాతలు ముందుకు వచ్చి ఆర్థికంగా ఆదుకోవాలని కోరారు.

జిల్లా ఆర్యవైశ్య కమిటీలో నూతన సభ్యులు ఎన్నిక,

ఆత్మకూరు : నంద్యాల జిల్లా శ్రీశైలం నియోజకవర్గం ఆత్మకూరు పట్టణంలో ఆర్యవైశ్య సంఘం లో ఆత్మకూరు నుండి జిల్లా కార్యదర్శిగా కొప్పరపు రవిప్రసాద్ ఉపాధ్యక్షులుగా కొత్త శ్రీరామచంద్రమూర్తి మరియు దొంతు నరేష్ లను ఎన్నుకొనడం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమమునకు జిల్లా అధ్యక్షుడు శ్యాంసుందర్ . మరియు గౌరవాధ్యక్షులు కండే శ్యాంసుందర్ మరియు ఆర్యవైశ్య సంఘం అధ్యక్షుడు నరహరి సత్యనారాయణ పాల్గొనడం జరిగింది.

నంద్యాల జిల్లా ఆర్యవైశ్య సంఘం నాయకునిగా కొప్పారపు రవి ప్రసాద్.

(ఆత్మకూరు ఆర్యవైశ్య నాయకుడికి జిల్లా కమిటీలో అవకాశం కల్పించడంపై హర్షం)

(జిల్లా కమిటీ ఆర్యవైశ్య నాయకుడిగా బాధ్యతల స్వీకరణ)

(కన్యకా పరమేశ్వరి దేవి అమ్మవారి సేవకు జీవితం అంకితం)

ఆత్మకూరు : ఆత్మకూరు పట్టణానికి చెందిన వాణిజ్య విభాగం తోపాటు ఆర్యవైశ్య జిల్లా కమిటీలో అవకాశం కల్పించడంపైలికొప్పరపు రవిప్రసాద్ హర్షం వ్యక్తం చేశారు మంగళవారం పట్టణంలో ఏర్పాటుచేసిన విలేకరుల సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడుతూ... కన్యకా పరమేశ్వరి అమ్మవారి సేవకు తమ జీవితం అంకితం చేయడం జరిగిందని అన్నారు. సోమవారం ఆత్మకూరు పట్టణంలో అమ్మవారి శాలలో జరిగిన మండల, జిల్లా, ఆర్యవైశ్య నూతన కమిటీలో కార్యదర్శిగా ఎంపిక కావడంపై జిల్లా ఆర్యవైశ్య నాయకులకు ప్రత్యేక అభినందనలు తెలియజేశారు ఆర్యవైశ్య సంఘాన్ని అభివృద్ధి చేసే దిశగా ముందుకెళ్తూ అమ్మవారి సేవలో ఉంటూ అన్ని విధాలుగా తమ వంతు సహాయ సహకారాలు అందిస్తానని వివరించారు జిల్లా ఆర్యవైశ్య కమిటీలో ఎంపికపై ఆత్మకూరు మండల పట్టణం అందరికీ పేరుపేరునా ప్రత్యేక కృతజ్ఞతలు తెలియజేశారు.

ప్రజా వేదిక లో మంత్రి పయ్యావుల కేశవ్ కు పిర్యాదు

డొనెకల్ గ్రామ పంచాయతీ నిధుల దుర్వినియో విచారణ ఆదేశం.

విడపనకల్లు మండలం : దోనేకల్లు గ్రామంలో గ్రామ అభివృద్ధి సంబంధించిన నిధుల మళ్లింపు పై ఈనెల 8వ తేదీ ప్రజా పిర్యాదుల పరిష్కార వేదికలో రాష్ట్ర ఆర్థిక శాఖ మంత్రి పయ్యావుల కేశవ్ కు డొనెకల్ కు దోనేకల్లు గ్రామస్తులు గ్రామ సర్పంచ్ పి ఎర్రమ్మ పి.రాంబాబు పి సురేష్ పి గాదిలింగ విడపనకల్లు మండల పూర్వపు ఎంపీడీవో ఏవి శ్రీనివాసులు తమ గ్రామంలో ఎలాంటి పంచాయతీ తీర్మానాలు లేకుండా నిధుల మళ్లించి తన సంబంధించిన శ్రేయోభిలాషులకు వ్యక్తులకు నిధులను కాజేసి వాటిని మళ్లించాలని పంచాయతీలో ఎలాంటి తీర్మానాలు కూడా పంచాయతీరాజ్ చట్టానికి విరుద్ధంగా ఆయన పనిచేశారని వాటిపై విచారణ చేయాలని అలాగే డొనేకల్లు ఆర్ కొట్టాల బీటీ రోడ్డు నిధులు కూడా తమ సంబంధించిన కాంట్రాక్టర్లకు మళ్ళించారని అలాగే గ్రామంలో ఎన్ఎచ్ రహదారిలో గ్రామపంచాయతీ భవనాన్ని అధికారులు కూల్చివేయడం వాటికి సంబంధించిన నిధులు కూడా రంగు పూసి నిధులు మాయం చేశారని అలాగే గ్రామంలో వివిధ మట్టి పనులు చేయించి లక్షలాది రూపాయల నిధులు కాజేశారని వాటన్నిటిపై విచారించి పూర్వపు ఎంపీడీవో పై చర్యలు తీసుకోవాలని విచారణ అధికారికి కళ్యాణ్ దుర్గం డి ఎల్ డి ఓ రంగనాయకులు ఈఓఆర్టి సత్యబాబు గ్రామపంచాయతీ కార్యదర్శి శ్రీదేవికి గ్రామస్తులు ఫిర్యాదు అవి పై విచారణకు రావడంతో వారు ఎంపీడీవో పై ఉన్నతాధికారులు చర్యలు తీసుకోవాలని గ్రామస్తులు విచారణ అధికార ఎదుట తమ పంచాయతీ నిధుల అవినీతిపై తెలియజేశారు.

నందమూరి బాలకృష్ణ పద్మ భూషణ్ పురస్కారం అందుకోవడం గర్వకారణం.

డేగుల హాల్ సర్పంచ్ నీలకంఠ

ఆలూరు : సినీ రంగంలో, ప్రజాసేవలో బాలకృష్ణ చేసిన విశిష్ఠ సేవలను గుర్తించి కేంద్ర ప్రభుత్వం పద్మభూషణ్ పురస్కారం ఇవ్వడం ఆనందంగా ఉందని డేగుల హాల్ సర్పంచ్ నీలకంఠ తెలిపారు. ఈ అవార్డు బాలకృష్ణ కఠోర శ్రమకు, అంకితభావానికి, సేవా విలువలకు రాష్ట్రపతి ద్రౌపది ముర్ము చేతులు మీదుగా పద్మభూషణ్ అవార్డును అందుకోవడం చాలా గర్వకారణంగా ఉందన్నారు. బాల నటుడిగా మొదలై 60 వసంతాలు పూర్తి చేసుకున్న నటనలో క్రేజ్ తగ్గకుండా బాలకృష్ణ విభిన్న పాత్రలు పోషిస్తూ ప్రజల మనసులను దోచుకున్న బాలకృష్ణకు పద్మభూషణ్ అవార్డు రావడం చాలా చాలా సంతోషంగా ఉందని డేగుల హాల్ సర్పంచ్ నీలకంఠ తెలిపారు.

స్కౌట్స్ అండ్ గైడ్

255 మంది విద్యార్థులకు హి కింగ్ ఉల్లాస క్రీడలు

విద్యార్థుల మానసిక ఉల్లాసానికి శ్రీకారం

కెవిబిపురం స్కౌట్స్ అండ్ గైడ్స్ కార్యక్రమ నిర్వహణలో భాగంగా మంగళవారం తిరుపతి జిల్లా స్థాయికి సంబంధించి 20 మండలాలకు చెందిన 255 మంది విద్యార్థిని విద్యార్థులకు హికింగ్ కార్యక్రమాన్ని కెవిబిపురం మండలంలోని ఆరే సిద్దేశ్వర కోన జలపాతం లో విద్యాశాఖ అధికారులు నిర్వహించడం జరిగింది. విద్యార్థుల మానసిక ఉల్లాసానికి ఈ క్రీడలను నిర్వహిస్తున్నట్లు నిర్వాహకులు తెలిపారు. జి సి డి ఓ అదేవిధంగా ప్రిన్సిపాల్ లు, ఇతర సిబ్బంది ఆధ్వర్యంలో సిద్దేశ్వర కోణంలో ఈ కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు దీంతో జిల్లాలోని 20 మండలాలకు సంబంధించిన విద్యార్థులు మానసిక ఉల్లాస క్రీడల్లో భాగంగా సిద్దేశ్వర కోనలో ఉలసించారు.

10లో అత్యుత్తమ మార్కులు సాధించిన విద్యార్థులకు ఘన సత్కారం

ఎమ్మెల్యే కోనేటి ఆదిమూలం, ఆర్డీఓ భానుప్రకాష్ ఆధ్వర్యంలో సత్కార్యం

అంజూరు స్కూల్ టాపర్ దివ్య కు ఎంఎల్ఏ ఆదిమూలం ప్రత్యేక సత్కార్యం

కెవిబిపురంరాయలసీమ న్యూస్ ఏప్రిల్ 29 : ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో చదివి ఈ ఏడాది పదవ తరగతి లో మండల టాపర్ (మొదటి, ద్వితీయ, తృతీయ) గా నిలిచి ప్రతిభ కనబరిచిన విద్యార్థుల ప్రోత్సాహిద్దామని ఎమ్మెల్యే కోనేటి ఆదిమూలం పిలుపునిచ్చారు .మంగళవారం పిచ్చాటూరు ఎంపిడిఓ కార్యాలయ సమావేశ మందిరం లో పిచ్చాటూరు, నాగలాపురం, నారాయణవనం, కేవీబి పురం మండలాల ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో చదివి అత్యుత్తమ మార్కులు సాధించిన విద్యార్థుల సత్కార కార్యక్రమం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథులుగా ఎమ్మెల్యే కోనేటి ఆదిమూలం, శ్రీకాళ హస్తి డివిజన్ ఆర్డీఓ భానుప్రకాష్ పాల్గొని ప్రసంగించారు. మొదటగా ఆర్డీఓ మాట్లాడుతూ తల్లిదండ్రుల కష్టాన్ని గుర్తించి చక్కగా చదివి అత్యుత్తమ మార్కులతో మండల టాపర్ గా నిలిచిన విద్యార్థులకు హ్యాట్సాఫ్ తెలిపారు. అనంతరం ఎమ్మెల్యే కోనేటి ఆదిమూలం మాట్లాడుతూ గౌరవ విద్యాశాఖ మంత్రి శ్రీ నారా లోకేష్ గారు ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో చదువుకునే విద్యార్థులను ప్రోత్సహించాలని, ప్రభుత్వ పాఠశాలను అభివృద్ధి చేయాలన్న తపనతో ఉన్నారన్నారు. విద్యార్థి విద్యార్థినులు అందరు భవిష్యత్తులో డాక్టర్ లు, కలెక్టర్ లు, ఇంజనీర్ లు, ఐపీఎస్ వంటి ఉన్నత స్థాయికి ఎదగాలని ఎమ్మెల్యే ఆకాంక్షించారు. ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో బి. ఈడి, ఎం.ఈడి వంటి ఉన్నత చదువులు చదివిన ఉపాధ్యాయులు ఉన్నారన్నారు. ప్రభుత్వ టీచర్ లు అందురు కష్టపడి, భాధ్యతయుతంగా పనిచేసి, పేద విద్యార్థులకు చక్కగా చదువు నేర్పి వారి ఉన్నతికి సహకరించాలని కోరారు. విద్యార్థులు ఉపాధ్యాయుల మేధస్సును వినియోగించుకొని ఉన్నత స్థాయికి ఎదగాలని ఎమ్మెల్యే అభిలాషించారు అనంతరం నాలుగు మండలాల్లో అత్యుత్తమ మార్కులు(మొదటి, ద్వితీయ, తృతీయ) సాధించిన విద్యార్థులకు ఎమ్మెల్యే కోనేటి ఆదిమూలం, ఆర్డీఓ భాను ప్రకాష్ తో కలిసి మెడల్ లు, ప్రశంసా పత్రాలు అందించి, శాలువా తో ఘనంగా సత్కరించారు. కేవీబీ పురం మండలం అంజూర్ జడ్పీ హైస్కూల్ టాపర్ బల్లెం దివ్య 559 మార్కులు సాధించడంతో ఎమ్మెల్యే ఆదిమూలం ఆర్డీవో భాను ప్రకాష్ రెడ్డి ప్రత్యేకంగా అభినందించారు దివ్య తల్లిదండ్రులు సురేష్ వెంకటమ్మ లను అభినందించారు ఈ కార్యక్రమంలో ప్రతిభ కనబరిచిన విద్యార్థులు, తల్లిదండ్రులకు, పుత్తూరు డీ.వై. ఈ. ఓ ప్రభాకర్ రాజు, తహశీల్దారు టీవీ సుబ్రమణ్యం, ఎంపీడీఓ మహమ్మద్ రఫీ, ఎంఈఓ హేమామాలిని, బాబయ్య, యుగంధర్ రాజు, ఏఎంసీ చైర్మన్ డి. ఇలంగోవన్ రెడ్డి, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

యువ క్రికెటర్లకు స్ఫూర్తి వైభవ్ సూర్య వంశీ

ఏసీఏ అధ్యక్షుడు, ఎంపీ కేశినేని శివనాథ్ (చిన్ని)

విజయవాడ : 14 ఏళ్ల వయస్సులో ఐపీఎల్ లో క్రికెట్ ఆడటమే కేవలం 35 బంతుల్లో సెంచరీ సాధించి అరుదైన రికార్డ్ క్రియేట్ చేసిన యువక్రికెటర్ వైభవ్ సూర్యవంశీ పై ఆంధ్రా క్రికెట్ అసోసియేషన్ (ఏసీఏ) అధ్యక్షుడు ఎంపీ కేశినేని శివనాథ్ (చిన్నీ) హర్షం వ్యక్తం చేశారు. సోషల్ మీడియా వేదికగా యంగ్ క్రికెటర్ వైభవ్ సూర్యవంశీ ప్రతిభను ఎంపి కేశినేని శివనాథ్ (చిన్ని) ప్రశంసించారు.అతి చిన్న వయస్సులోనే దేశ వ్యాప్తంగా మాత్రమే కాక ప్రపంచ స్థాయిలో వైభవ్ సూర్య వంశీ గుర్తింపు సాధించటంతో చాలా ఆనందంగా వుందన్నారు. వైభవ్ సూర్యవంశీ చక్కటి ప్రతిభ కనబర్చారని కొనియాడారు. మంచి భవిష్యత్తు వుంటుందని, మరెన్నో రికార్డులు సాధించాలని ఆకాంక్షించారు. ఎపి నుంచి ఇలాంటి ప్రతిభావంతులైన ఆటగాళ్లను వెలికి తీసేందుకు ఏసీఏ కృషి చేస్తుందని తెలిపారు.వైభవ్ సాధించిన సెంచరీ ఆయన క్రమశిక్షణ, నిబద్ధత, పట్టుదలకి నిదర్శనమని కొనియాడారు. యువ క్రికెటర్లు సూర్య వంశీని ఆదర్శంగా తీసుకొని ముందుకు సాగాలన్నారు.

గంజాయి అక్రమ రవాణాను అరికట్టాలి

జిల్లాలో ఈగల్ టీం ను ప్రవేశపెడుతున్నాం

జిల్లా కలెక్టర్ టీఎస్ చేతన్

పుట్టపర్తి, : జిల్లాలో మాదక ద్రవ్యాలు, మత్తు పదార్థాల అక్రమ రవాణా నివారణకు పటిష్ట చర్యలు తీసుకోవాలని జిల్లా కలెక్టరు టీఎస్ చేతన్ పేర్కొన్నారు. మంగళవారం స్థానిక కలెక్టరేట్లోని మినీ కాన్ఫరెన్స్ హాల్ నందు జిల్లా స్థాయి మాదక ద్రవ్యాల నియంత్రణ కమిటి సమావేశం జిల్లా కలెక్టర్ అధ్యక్షతన జరిగింది. ఈ సమావేశంలో జిల్లా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ మాదక ద్రవ్యాల రవాణా నివారణకు పోలీసు, ఫారెస్ట్, ఎక్సైజ్ శాఖలతో జాయింటు ఆపరేషను నిర్వహించాలని తెలిపారు.అలాగే మాదక ద్రవ్యాలు, మత్తు పదార్థాల అక్రమ రవాణా చేసే వారికీ వేసే శిక్షలు గురించి అందరికీతెలిసేలా ఫ్లెక్సీలను ఏర్పాటుచేయాలని సూచించారు. గ్రామ స్థాయిలో అవగాహన కార్యక్ర మాలు నిర్వహించాలని, గంజాయి, ఇతర మత్తు పదార్థాల చెడు ప్రభావా లను వివరించాలని ఆయన ఆదేశిం చారు. విద్యా సంస్థలు వద్ద కూడా అవగాహన కార్యక్రమాలను నిర్వహిం చాలన్నారు.విద్యా సంస్థలలో ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ మాదక ద్రవ్యాల ప్రభావం పడకుండా కట్టుదిట్టమైన చర్యలు తీసుకోవాలని ఆయన ఆదేశించారు. జిల్లాలో మంచి ఈగల్ టీమ్ ని ప్రవేశపెట్టడం జరుగుతుందని అందుకు సంబంధిత శాఖ అధికారులు అందరూ కృషి చేయాలని తెలిపారు. అనంతరం ఎస్పీ మాట్లాడుతూ మాదక ద్రవ్యాలు, మత్తు పదార్థాలను రూపు మాపడమే ధ్యేయంగా పోలీస్ యంత్రాంగం చర్యలు చేపట్టిందన్నారు. జిల్లా మీదుగా రవాణా జరుగకుండా అన్ని శాఖలు చర్యలు చేపడుతున్నట్లు చెప్పారు. లారీలు, బస్సులు, రైలు ద్వారా రవాణా చేస్తున్నవారిని అదుపులోకి తీసుకొని కేసులు నమోదు చేసినట్లు తెలిపారు. రవాణా చేస్తున్న వారితో పాటు వారి కుటుంబ నేప ధ్యాన్ని పరిశీలిస్తున్నామని కలెక్టర్ కు వివరించారు. అవసరమైన చోట స్నిఫర్ డాగ్స్, చెక్ పోస్టుల వద్ద సీసీ కెమెరాలను వినియోగిస్తున్నట్లు తెలిపారు. గోడ పత్రికను ఆవిష్కరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో సంబంధిత అధికారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు

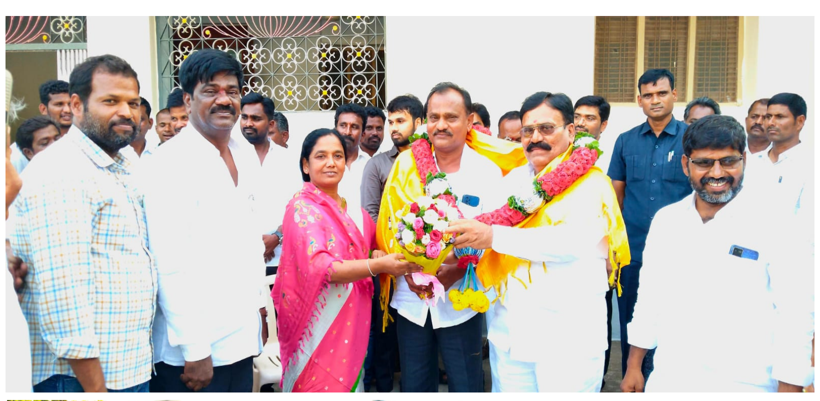
ఎమ్మెల్యే పరిటాల సునీతను కలిసిన డీసీఎంఎస్ ఛైర్మన్ నెట్టెం వెంకటేష్

వందల మందితో వెంకటాపురం వెళ్లిన నెట్టెం

ఎమ్మెల్యే సునీకు కృతజ్ఞతలు, ఘనంగా సన్మానం

ప్రభుత్వానికి మంచి పేరు తెచ్చేలా పని చేయాలని సూచన

అనంతపురం : జిల్లా సహకార మార్కెటింగ్ సొసైటి (డీసీఎంస్) ఛైర్మన్ గా నియమితులైన కనగానపల్లి



మండలం టీడీపీ నాయకుడు నెట్టెం వెంకటేష్ రాప్తాడు ఎమ్మెల్యే పరిటాల సునీతను కలిశారు. తనకు డీసీఎంస్ ఛైర్మన్ గా అవకాశం కల్పించినందుకు ఎమ్మెల్యే సునీతకు కృతజ్ఞతలు తెలిపేందుకు వందల మందితో కలిసి రామగిరి మండలం వెంకటాపురం వెళ్లారు. ముందుగా పరిటాల రవీంద్ర ఘాట్ వద్ద ఘనంగా నివాళులర్పించారు. అనంతరం ఆయన ఎమ్మెల్యే సునీతను కలిసి ఘనంగా సత్కరించారు. సునీత నెట్టెం వెంకటేష్ గారిని, రాప్తాడు మార్కెట్ యార్డ్ ఛైర్మన్ బోయపాటి సుధాకర్ గారిని సత్కరించారు. ఎమ్మెల్యే సునీత సహకారంతోనే తమకు ఈ పదవులు వచ్చాయని, ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబుతో పాటు సునీతమ్మకు ఎప్పటికీ రుణపడి ఉంటామని నెట్టెం వెంకటేష్, సుధాకర్ అన్నారు. ప్రభుత్వానికి మంచి పేరు వచ్చే విధంగా పని చేయాలని ఈసందర్భంగా ఎమ్మెల్యే సునీత సూచించారు. జిల్లా సహకార మార్కెటింగ్ సొసైటీ ద్వారా మెరుగైన సేవలందించి ప్రభుత్వానికి మంచి పేరు తెచ్చేలా పని చేయాలన్నారు...

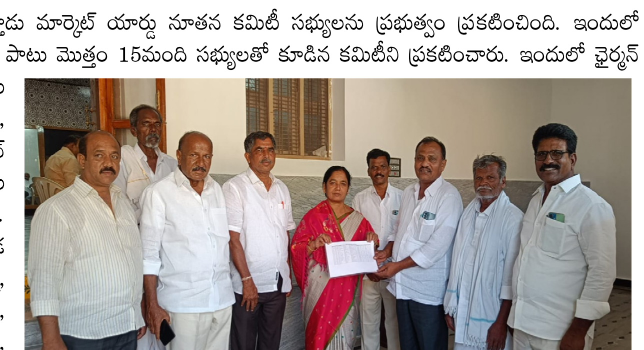
రాప్తాడు మార్కెట్ యార్డు నూతన కమిటీ నియామకం

ఎమ్మెల్యే పరిటాల సునీతను కలిసిన మార్కెట్ యార్డు ఛైర్మన్ సుధాకర్

రైతులకు ఏ ఇబ్బంది లేకుండా పని చేయాలని ఎమ్మెల్యే సునీత సూచన

ప్రభుత్వానికి మంచి పేరు వచ్చేలా పని చేస్తామని తెలిపిన ఛైర్మన్ బోయపాటి సుధాకర్

రాప్తాడు : రాప్తాడు మార్కెట్ యార్డు నూతన కమిటీ సభ్యులను ప్రభుత్వం ప్రకటించింది. ఇందులో ఛైర్మన్, వైస్ ఛైర్మన్ తో పాటు మొత్తం 15మంది సభ్యులతో కూడిన కమిటీని ప్రకటించారు. ఇందులో ఛైర్మన్ గా వేపకుంట బోయపాటి సుధాకర్, వైస్ ఛైర్మన్ గ ం గ ు ల క ు ం ట కృష్ణయ్యలు ఉన్నారు. డైరెక్టర్లుగా దేవరకొండ సాలమ్మ, ఎస్.శివ లక్ష్మీ, చెన్నకేశవ నాయుడు, పోతన్న, బాలు నాయక్, రఘునాథ్ రెడ్డి, జెన్నె



నాగలక్ష్మి, రామాంజినమ్మ, లక్ష్మీనరసమ్మ, అంకె మంజునాథ్, వరలక్ష్మి, రఫీ, గోనుగుంట్ల సౌమ్యలు నియమితులయ్యారు. ఇందులో 8మంది ఓసీలు, నలుగురు బీసీలు, ఇద్దరు ఎస్సీలు, ?ఒక ఎస్టీకి అవకాశం కల్పించారు. ఛైర్మన్ సుధాకర్ తదితరులు రామగిరి మండలం వెంకటాపురంలో ఎమ్మెల్యే పరిటాల సునీతను కలిసి కమిటీని ప్రకటించి కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. ఈసందర్భంగా ఎమ్మెల్యే సునీత మాట్లాడుతూ పార్టీ కోసం కష్టపడి పని చేసిన ప్రతి ఒక్కరికీ గుర్తింపు ఉంటుందన్నారు. మార్కెట్ యార్డ్ అభివృద్ధి కోసం సభ్యులంతా కలిసి పని చేయాలన్నారు. మార్కెట్ యార్డులో సేవలు మరింత పెంచాలని.. రైతులకు ఏ ఇబ్బంది లేకుండా చూసుకోవాల్సిన బాధ్యత మీపై ఉందన్నారు. ప్రభుత్వానికి, ఎమ్మెల్యే సునీతకు మంచి పేరు వచ్చే విధంగా పని చేస్తామని ఛైర్మన్ సుధాకర్ తెలిపారు....

పెద్ద వయసులోనూ టీకాలు అవసరమే!

16 నుంచి 60 ఏళ్ల వరకు తప్పక తీసుకోవాలి

సరికొత్త ఇన్ఫెక్షన్లు, వ్యాధుల నుంచి రక్షణ

యువతలో పెరుగుతున్న అవగాహన

అన్ని వయసుల వారికీ ఇవి ఉపయుక్తం

కామినేని ఆస్పత్రి వైద్యుల సూచన

హైదరాబాద్, : టీకాలు వేయించుకోవడం అనేది ప్రతి ఒక్కరికీ అవసరమేనని, పిల్లలకు చిన్నతనంలో వేయించినా.. తర్వాత పెద్ద వయసులో కూడా కొన్ని రకాల టీకాలు వేయించుకోవాల్సి ఉంటుందని కామినేని ఆస్పత్రి వైద్యనిపుణులు చెప్పారు. ప్రధానంగా కొవిడ్ తర్వాతి కాలంలో అనేక రకాల ఇన్ఫెక్షన్లు, వాటిలోనూ కొత్త కొత్త రకాలు వస్తున్నాయని, అందువల్ల వాటన్నింటి నుంచి దీర్ఘకాలంలో రక్షణ పొందాలంటే తప్పనిసరిగా కొన్ని రకాల టీకాలు తీసుకోవాలని సూచించారు. ఏప్రిల్ 24 నుంచి 31 వరకు అంతర్జాతీయ టీకాల వారోత్సవం సందర్భంగా ఆస్పత్రికి చెందిన సీనియర్ కన్సల్టెంట్ ఫిజిషియన్, విభాగాధిపతి డాక్టర్ ఎం. స్వామి, సీనియర్ కన్సల్టెంట్ ఫిజిషియన్ డాక్టర్ హరికిషన్, కన్సల్టెంట్ జనరల్ ఫిజిషియన్ డాక్టర్ శ్రీకృష్ణ రాఘవేంద్ర బొడ్డు, కన్సల్టెంట్ ఫిజిషియన్ డాక్టర్ డి. ప్రదీప్ కుమార్ పటేల్ విలేఖరులతో మాట్లాడారు.ముందుగా డాక్టర్ స్వామి మాట్లాడుతూ,“పిల్లలకే కాదు.. పెద్దలకూ టీకాలు వేయించుకోవడం అవసరమే. ముఖ్యంగా కొవిడ్-19 వచ్చినప్పటి నుంచి పెద్దవారికి టీకాల ప్రాధాన్యం గురించి కొద్దిగా అవగాహన వస్తోంది. అయితే, టీకాలు వేయించుకోవడం వల్ల తమకు సమస్యలు వచ్చాయని చెప్పేవారూ లేకపోలేరు. సాధారణంగా ఇలా కేవలం టీకా తీసుకోవడం వల్ల ఎలాంటి సమస్యా రాదు. అప్పటికే వారికి ఏవైనా అనారోగ్య సమస్యలు ఉంటే, ఒక్కోసారి అవి బయటపడేందుకు అవకాశం ఉంటుంది. అంతేతప్ప ఈ టీకా వేసుకోవడం వల్ల వేరే సమస్య వచ్చిందని అనుకోవడం పొరపాటు. ప్రస్తుత తరుణంలో అనేక కొత్తరకాల ఇన్ఫెక్షన్లు, సమస్యలు వస్తున్నాయి. అలాగే జీవనశైలి వ్యాధుల వల్ల కొందరిలో రోగనిరోధక శక్తి తగ్గిపోతుంది. అలాంటప్పుడు కూడా ఇన్ఫెక్షన్లు వ్యాపించే ప్రమాదం ఎక్కువ అవుతుంది. దీన్ని దృష్టిలో పెట్టుకుని ప్రతి ఒక్కరూ వైద్యుల వద్దకు వెళ్లి, టీకాలపై అవగాహన పొంది, తమకు ఏవేం అవసరమో అవన్నీ కాలానుగుణంగా తీసుకోవాలి” అని సూచించారు.డాక్టర్ హరికిషన్ మాట్లాడుతూ, “ఉన్నత చదువుల కోసం విదేశాలకు వెళ్లేటప్పుడు ఆయా విశ్వవిద్యాలయాలు కొన్ని టీకాలు తప్పనిసరిగా తీసుకుని ఉండాలని చెబుతాయి. అలాంటప్పుడు కొంతమంది విద్యార్థులు మా వద్దకు వచ్చి అడుగుతున్నారు.అవసరమైతే వారి తల్లిదండ్రులను కూడా తీసుకురావాలని చెప్పి.. చిన్నతనంలో ఏవేం టీకాలు వేయించారో కనుక్కుంటాం. దాన్ని బట్టి వారికి ఏవేం అవసరమో చెబుతాం. విదేశాలకు వెళ్లేవారికి ప్రధానంగా జపనీస్ ఎన్సెఫలైటిస్, మెనింగోకోకల్ టీకాలు ఇస్తారు. అవికాక చిన్నతనంలో ఎప్పుడైనా హెపటైటిస్ టీకాలు తీసుకుంటే వాటి తేదీలు అడుగుతారు. ఒకవేళ తెలియకపోతే అప్పుడు మళ్లీ వేయించుకోవాల్సి ఉంటుంది. విద్యార్థులు మాత్రమే కాక, అన్ని వయసుల వారికీ రోగనిరోధక శక్తి అత్యవసరం. మన శరీరంలో సహజంగా ఉండాల్సినంత లేనప్పుడు, లేదా దానికి మించి కొత్త వ్యాధులు వచ్చినప్పుడు వాటిని నిరోధించడానికే ఈ టీకాలు ఇస్తాం” అని తెలిపారు.డాక్టర్ శ్రీకృష్ణ రాఘవేంద్ర మాట్లాడుతూ,“సాధారణంగా 15 ఏళ్ల వయసు తర్వాత ఇక టీకాలు అక్కర్లేదని చాలామంది అనుకుంటున్నారు. ఒకప్పుడు కేవలం సమస్య వచ్చేవారికే టీకాలు వేసేవారు. కానీ ఇప్పుడు అలా లేదు. మధుమేహం, రక్తపోటు, గుండె సమస్యలు, ఆటో ఇమ్యూన్ వ్యాధులు ఉన్నవారికి రోగ నిరోధక శక్తి తగ్గిపోతుంది. అప్పుడు కొత్త ఇన్ఫెక్షన్లు వస్తాయి. అవి రాకుండా టీకాలు నిరోధిస్తాయి. అవికాక న్యూమోనియా, ఇన్ఫ్లుయెంజా లాంటి టీకాలు దాదాపు ప్రతి సంవత్సరం తీసుకోవాలి. ఎందుకంటే, ప్రతి సంవత్సరం వాటిలో కొత్త రకాల వేరియంట్లు వస్తున్నాయి. వాటిని అడ్డుకోవాలంటే కొన్ని టీకాలు ప్రతియేటా తీసుకోవాల్సిందే. అలాగే రోడ్డు ప్రమాదాలు జరిగినప్పుడు ఉదరంలో గాయమైతే కొందరికి ప్లీహం తీసేయాల్సి ఉంటుంది. నిజానికి మన శరీరంలో రోగనిరోధక శక్తిని పెంచేది ప్రధానంగా ప్లీహమే. అది లేనప్పుడు ఇన్ఫెక్షన్లు నిరోధించాలంటే తప్పనిసరిగా కొన్ని టీకాలు తీసుకోవాలి. మనకి సమస్య రాదులే, మనకెందుకులే అని చాలామంది టీకాల మీద అంతగా దృష్టి పెట్టరు. సాధారణంగా 16 నుంచి 60 ఏళ్ల వరకు 7-8 రకాల టీకాలు ఉంటాయి. 60 ఏళ్ల తర్వాత మహా అయితే మూడు నాలుగు మాత్రమే ఉంటాయి. ఇన్ఫ్లుయెంజా, న్యూమోకోకస్, హెర్పిస్ జోస్టర్ లాంటి టీకాలు ప్రధానంగా అవసరం. అందులోనూ గత ఐదేళ్లుగా హెర్పిస్ జోస్టర్ గురించి ఎక్కువగా వింటున్నాం. 60 ఏళ్లు దాటి, రోగనిరోధక శక్తి తగ్గినవారికి అది వస్తే విపరీతమైన ఒళ్లు నొప్పులు ఉంటాయి. నాడీ వ్యవస్థ ప్రభావితం కావడంతో ఫ్యాన్ గాలి తగిలినా ఒళ్లునొప్పులు, మంటలు చాలా ఎక్కువగా వస్తాయి. నొప్పి నివారణ మందులు కూడా వీటికి పనిచేయవు. అందువల్ల అది రాకుండా ముందుగానే జాగ్రత్త పడాలంటే హెర్పిస్ జోస్టర్ టీకా తీసుకోవాలి. అలాగే ప్లీహం తీసేసినవారికి కూడా కొన్ని టీకాలు ఇస్తారు. టీకాల గురించి అడిగేవారిలో యువతే ఎక్కువగా ఉంటున్నారు. విదేశాలకు వెళ్లేటప్పుడు ఆయా యూనివర్సిటీలు అడిగినదాన్ని బట్టి వస్తారు. అలా వచ్చినప్పుడు వారికి అన్ని విషయాలూ వివరిస్తాం. అప్పుడు వారి కుటుంబసభ్యులను కూడా తీసుకొస్తారు. 60 ఏళ్లు దాటిన తర్వాత పిల్లలు తమ రోగనిరోధక శక్తి తగ్గిందని చెబుతున్నారని, ఏం చేయాలని అడుగుతారు. అప్పుడు వారికి న్యూమోకోకల్, ఇన్ఫ్లుయెంజా, ఇతర టీకాలు ఇస్తుంటాం. ప్రధానంగా ప్రజల్లో అవగాహన పెరిగితేనే ఈ టీకాలు తీసుకోవడం ద్వారా వ్యాధుల నుంచి రక్షణ పొందవచ్చు.” అని చెప్పారు.డాక్టర్ ప్రదీప్ కుమార్ పటేల్ మాట్లాడుతూ,“మహిళల్లో పునరుత్పాదక వయసు వరకు కొన్ని టీకాలు వేస్తారు. గర్భిణులుగా ఉన్నప్పుడు మూడో నెల దాటిన తర్వాత టెట్నస్, ఎంఎంఆర్, డీపీటీ లాంటివి తీసుకోవాలి. 27 ఏళ్ల లోపు హెచ్పీవీ వ్యాక్సిన్ కనీసం ఒక డోసు తీసుకోవాలి. లేకపోతే గర్భాశయ ముఖద్వార క్యాన్సర్ వచ్చే ప్రమాదం ఉంటుంది. తర్వాత పరిస్థితులు, లక్షణాలను బట్టి మొత్తం రెండు లేదా మూడు డోసులు ఇస్తారు. పునరుత్పాదక వయసు దాటిన తర్వాత పురుషులకు ఇచ్చే ఇతర టీకాలు వీరికి కూడా ఇస్తారు” అని వివరించారు.

టెక్స్ టైల్ పార్క్ లో ప్లాట్లను పొందిన పరిశ్రమల నిర్వాహకులు యూనిట్లను వెంటనే ప్రారంభించాలి

జిల్లా కలెక్టర్ డాక్టర్ వినోద్ కుమార్.వి,

పరిశ్రమల నిర్వాహకులు ముందుకు వచ్చి వెంటనే తమ యూనిట్లను ఏర్పాటు చేయాలి

ప్రభుత్వ విప్ మరియు రాయదుర్గం ఎమ్మెల్యే కాలవ శ్రీనివాసులు

అనంతపురం, : రాయదుర్గం టెక్స్ టైల్ పార్క్ లో ప్లాట్లను పొందిన పరిశ్రమల నిర్వాహకులు యూనిట్లను వెంటనే ప్రారంభించాలని జిల్లా కలెక్టర్ డాక్టర్ వినోద్ కుమార్.వి, ఐ.ఏ.ఎస్ పేర్కొన్నారు. మంగళవారం సాయంత్రం రాయదుర్గం పట్టణంలోని వ్యవసాయ మార్కెట్ యార్డ్ సమావేశపు మందిరంలో రాయదుర్గంలోని టెక్స్టైల్ పార్క్ లో ప్లాట్లను పొంది గార్మెంట్ పరిశ్రమలను స్థాపించని యూనిట్ దారులతో ప్రభుత్వ విప్ మరియు రాయదుర్గం ఎమ్మెల్యే కాలవ శ్రీనివాసులుతో కలిసి జిల్లా కలెక్టర్ డాక్టర్ వినోద్ కుమార్.వి, ఐ.ఏ.ఎస్ సమావేశం నిర్వహించారు.ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ టెక్స్టైల్ పార్క్ లో ప్లాట్లను పొందిన పరిశ్రమల నిర్వాహకులు తమ యూనిట్లను స్థాపించడం చాలా కాలముగా పెండింగ్ లో ఉన్నదని, ఇక గడువు పొడిగింపు జరగదని, కావున ప్లాట్లు పొందిన వారు వెంటనే తమ పరిశ్రమలను టెక్స్టైల్ పార్కులో స్థాపించడం ప్రారంభించాలని ఆదేశించారు. ప్లాట్ లను పొందినా యూనిట్లను ప్రారంభించిన యూనిట్ దారులతో ముఖాముఖి సమావేశం నిర్వహించి వారు నిజంగా పరిశ్రమలను స్థాపించే ఉద్దేశ్యం కలిగి ఉన్నారా లేదా కనుక్కొని ఒక నివేదికను సమర్పించాలని జిల్లా చేనేత మరియు చౌలి జౌళి శాఖ అధికారిని జిల్లా కలెక్టర్ ఆదేశించారు. అదేవిధంగా ప్లాట్లు పొందిన యూనిట్ నిర్వహకులు నిజముగా యూనిట్లను స్థాపించదలచినచో కొన్ని షరతులకు లోబడి ఒక అఫీడవిట్ సమర్పించి ఒకటి లేదా రెండు నెలల గడువును పొందాలని, గడువులోగా పరిశ్రమలను స్థాపించుట జరగనిచో ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ గడువు పొడగింపు మంజూరు చేయడం జరగదని, వారి ప్లాట్లను వెంటనే రద్దు చేయడం జరుగుతుందన్నారు. ప్రస్తుతం ఉన్న మార్కెట్ రేటు మరియు పార్కులో నిర్వహించిన అభివృద్ధి కార్యక్రమాలను దృష్టిలో పెట్టుకొని నియమాలను అనుసరించి అనుసరించి పార్కులో ప్లాట్లు యొక్క ధరలు నిర్ణయిస్తూ ఆదేశాలు జారీ చేశారు.ఈ సందర్భంగా ప్రభుత్వ విప్ మరియు రాయదుర్గం ఎమ్మెల్యే కాలవ శ్రీనివాసులు మాట్లాడుతూ రాయదుర్గంలో టెక్స్టైల్ పార్క్ ఏర్పాటు చేసేందుకు ఎన్నో కష్టాలకు ఓర్చి ప్రభుత్వ అనుమతులు పొంది ఏర్పాటు చేయడం జరిగిందన్నారు. స్థానిక యువతకు ఉపాధి కల్పించాలనే ఉద్దేశంతో తక్కువ ధరకు ప్లాట్లను కేటాయించడం జరిగిందని, కానీ సదరు ఉద్దేశమును నెరవేర్చేందుకు రాయదుర్గం పరిశ్రమల నిర్వాహకులు ఎటువంటి చర్యలు తీసుకోనందున పార్కు యొక్క ఉద్దేశ్యం నెరవేరడం లేదన్నారు. పరిశ్రమల నిర్వాహకులు ముందుకు వచ్చి వెంటనే తమ యూనిట్లను వారు పొందిన ప్లాట్ లలో ఏర్పాటు చేసేందుకు చర్యలు ప్రారంభించాలన్నారు. యూనిట్లను ప్రారంభించక పోతే సదరు ప్లాట్లను రద్దుచేసి ఇతర ప్రాంతాల నుంచి ఇతర పరిశ్రమల నిర్వాహకులతో పరిశ్రమలు ఏర్పాటు చేసేందుకు చర్యలు తీసుకోవడం జరుగుతుందని, తద్వారా స్థానిక యువతకు ఉపాధి కల్పించేందుకు చర్యలు తీసుకోవడం జరుగుతుందన్నారు.ఈ సమావేశంలో అసిస్టెంట్ కలెక్టర్ సచిన్ రహర్, కళ్యాణదుర్గం ఆర్డీఓ వసంతబాబు,చేనేత జౌళి శాఖసహాయ సంచాలకులు శ్రీనివాసరెడ్డి, ఏపీఐఐసీ జోనల్ మేనేజర్ సుహానా సోనీ,జిల్లా పరిశ్రమల శాఖ అధికారి శ్రీనివాస యాదవ్, అహుడ అధికారులు, రాయదుర్గం టెక్స్టైల్ పార్కు నందు ప్లాట్లు పొందిన గార్మెంట్ పరిశ్రమల నిర్వాహకులు మరియు ఇతర అధికారులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

రోడ్డు ప్రమాదాల నియంత్రణకు అధికారులు సమన్వయంతో పనిచేయాలి

వాహనాలను క్రమం తప్పకుండా రవాణా శాఖ అధికారులు తనిఖీ చేయాలి

జిల్లా కలెక్టర్ టీఎస్ చేతన్

జాతీయ రహదారుల కూడలిలో ధాబాలు మరియు రెస్టారెంట్లలో అన్ని చోట్ల సిసి కెమెరాలు, ఏర్పాటు చేయాలి

ఎస్పీ వి రత్న

పుట్టపర్తి, : జిల్లాలో రోడ్డు ప్రమాదాల నివారణకు పకడ్బందీ చర్యలు తీసుకోవాలని జిల్లా కలెక్టర్ టీఎస్ చేతన్ పేర్కొన్నారు. మంగళవారం స్థానిక కలెక్టరేట్లోని మిని కాన్ఫరెన్స్ హాల్లో జిల్లాస్థాయి రోడ్ సేఫ్టీ కమిటీ సమీక్షా సమావేశాన్ని జిల్లా కలెక్టర్ టీఎస్ చేత చేతన్ అధ్యక్షతన నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎస్పీ వీ రత్న జిల్లా రవాణా అధికారి కరుణ సాగర్ రెడ్డి, మోటార్ వెహికల్ ఇన్స్పెక్టర్ సంబంధిత అధికారుల తదితరులు పాల్గొన్నారు ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ ప్రమాదాలలో మరణాల సంఖ్య తగ్గించలన్నారు. అలాగే మద్యం సేవించి వాహనాలను నడిపే వారిమీద కేసు నమోదు చేసి జైలు శిక్ష పడేట్టుచెయ్యాలన్నారు. ప్రమాదములు తరచుగా జరిగే ప్రదేశాలను ఒక కమిటీ ద్వారా గుర్తించి తగు చర్యలు తీసుకోవలని సూచించారు. గత సమావేశంలో సూచించిన విషయాలపై కార్యాచరణ గురించి చర్చించారు కలెక్టర్ మాట్లాడుతూహెల్మెట్ ధరించకుండా మరియు మద్యం సేవించి వాహనాన్ని నడిపే వారిపైన పోలీస్ మరియు రవాణా శాఖ సమన్వయము తో స్పెషల్ డ్రైవ్ చేపట్టాలని సూచించారు. అలాగే హెల్మెట్ లేకుండా డ్రైవింగ్ చేస్తే మోటార్ సైకిల్ వారికి చట్టాల గురించి విద్యార్థులకు తెలియ చేయాలి.జిల్లా విద్యాధికారి ద్వారా ప్రతి పాఠశాలకు సంబంధించిన ప్రైవేట్, స్కూల్ యాజమాన్యం నిర్వహించే బస్సులలో ఖచ్చితంగా తనిఖీ చేయాలని ఆదేశించారు వాహనంవెనక భాగమున సీసీ కెమెరా అమర్చే విధంగా డీఈఓ ద్వారా స్కూల్ యాజమాన్యాలకి ప్రత్యేక ఆదేశాలు జారీచేయాలని తెలిపారు.స్కూల్ పిల్లల తల్లి దండ్రులచేత సమావేశం నిర్వహించి తగు జాగ్రత్తలు తీసుకునేలా స్కూల్ యజమాన్యం కు తెలియజేయాలన్నారు. అలాగే ప్రైవేట్ స్కూళ్ల యాజమాన్యంతో మరియు ప్రైవేటు స్కూళ్లలో చదివే పిల్లల తల్లిదండ్రులతో అవగాహన కార్యక్రమాలు విస్తృతంగా చేపట్టాలని తెలిపారు, సంబంధిత శాఖలుఅందరు సమిష్టిగా కృషి చేసి రహదారి ప్రమాదలు తగ్గించాలన్నారు.సోమండే పల్లి మరియు పాలసముద్రం ప్రాంతంలో బ్లింకింగ్ లైట్లు పనిచేయడం లేదు. 15 రోజుల్లో సమస్యను పరిష్కరించాలి అధికారులను ఆదేశించారుసోమండే పల్లి జంక్షన్, లేపాక్షి ప్రాంతాల్లో పార్కింగ్ సమస్యలను పరిశీలించి సమస్యను పరిష్కరించాలన్నారు.లేపాక్షి, చిలమత్తూరు ప్రాంతంలో హిందూపురం వైపు సిగ్నలింగ్ పనిచేయడం లేదు, జిల్లాలో ద్విచక్ర వాహనాలు అధిక సంఖ్యలలో రోడ్డు ప్రమాదంలో జరుగుతున్నందున, యువతకు హెల్మెట్ వాడకంపై, విస్తృతంగా అవగాహన కార్యక్రమాలు నిర్వహించాలని అధికారులు ఆదేశించారు.పెనుకొండ శ్రీ కృష్ణ దేవరాయ విగ్రహం జంక్షన్ సరైన లైటింగ్ వ్యవస్థను ఏర్పాటు చేయడం, సైన్ బోర్డుల ఏర్పాటు మరియు జంక్షన్ ప్రాంతంలో రోడ్డు విస్తరణ అవకాశాలను తనిఖీ చేయాలని ఆదేశించారు. అనంతరం ఎస్పీ మాట్లాడుతూ జాతీయ, రాష్ట్ర రహదారులపై ఉన్న బ్లాక్ స్పాట్లను గుర్తించడం ప్రమాదాలను తగ్గించడానికి సంబంధిత విభాగాలతో సంయుక్తంగా తనిఖీలు నిర్వహించడం జరుగుతుందని తెలిపారు జాతీయ రహదారుల కూడలిలో ధాబాలు మరియు రెస్టారెంట్లలో అన్ని చోట్ల సిసీ కెమెరాలు, ఏర్పాటు చేసుకోవాలని తెలిపారు అన్ని హైవేలకు సైన్ బోర్డులను ఏర్పాటు చేయాలని ఎన్ హెచ్ ఎ ఐ అధికారులను ఆదేశించారు. ఈ కార్యక్రమంలో కదిరి మోటార్ వెహికల్ ఇన్స్పెక్టర్ శ్రీనివాసరావు, ఎన్ హెచ్ ఏ అధికారి భరత్, డిఇఓ క్రిష్టప్ప, డి సి హెచ్ ఓ తిపేంద్ర నాయక్, ఆర్ అండ్ బి ఎస్ సి సంజీవరావు, పంచాయతీరాజ్ శాఖ మురళీమోహన్,ఆర్టీసీ జనరల్ మేనేజర్ మధుసూదన్ ల తోపాటు జిల్లాస్థాయి క్లయిమ్ సెటిల్మెంట్ కమిటీ మరియు రోడ్ సేఫ్టీ కమిటీ సంబంధిత అధికారులు పాల్గొన్నారు.

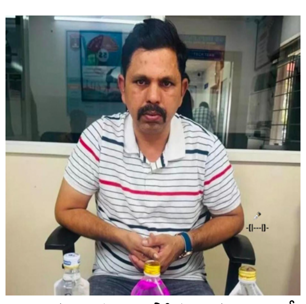
డ్రైనేజీ సమస్యను వెంటనే పరిష్కరించండి...

కార్పొరేటర్ రాగం నాగేందర్ యాదవ్

శేరిలింగంపల్లి:: శేరిలింగంపల్లి డివిజన్ లోగల గోపినగర్ దర్గా, చర్చి బస్తీలలో డ్రైనేజీ సమస్యను వెంటనే పరిష్కరించాలని శేరిలింగంపల్లి కార్పొరేటర్ రాగం నాగేందర్ యాదవ్ జలమండలి అధికారులను ఆదేశించారు. ఈ సందర్భంగా స్థానికులు డ్రైనేజీ, సీసీ రోడ్డు మరియు పలు సమస్యలను కార్పొరేటర్ దృష్టికి తీసుకువెళ్లారు. స్వయంగా సమస్యలను ఇంజనీరింగ్ సెక్షన్ ఏఈ భాస్కర్, వాటర్ వర్క్స్ మేనేజర్ అభిషేక్ రెడ్డి, ఎలక్ట్రికల్ ఏఈ వెంకట్ రామ్ రెడ్డితో కలిసి స్థానికవాసులతో రచ్చబండ వేదికగా మమేకమై వారి ఫిర్యాదులను స్వీకరించి పరిశీలించిన కార్పొరేటర్ . ఆయా సమస్యలను సాధ్యమైనంత త్వరగా పరిష్కరించాలని ఆదేశించారు. ఈ సందర్భంగా కార్పొరేటర్ రాగం నాగేందర్ యాదవ్ మాట్లాడుతూ...గోపినగర్, నెహ్రూనగర్ లలో అసంపూర్తిగా ఉన్న రోడ్లను పూర్తిస్థాయిలో అభివృద్ధి చేయాలని సూచించారు. డ్రైనేజీ సమస్యను శాశ్వతంగా పరిష్కరించడానికిగాను వెంటనే కొత్త పైపులైన్ ఏర్పాటు పనులు మొదలు పెట్టాలని సూచించారు. త్రాగు నీరు, మురుగు నీటి సమస్యల పరిష్కారం పట్ల నిర్లక్ష్యం వహిస్తే సహించేది లేదని హెచ్చరించారు. సీసీ రోడ్డు మంజూరు కాగ అస్తవ్యస్తంగా ఉన్న డ్రైనేజీ పనులు పూర్తి చేసిన వెంటనే సీసీ రోడ్డు పనులు ప్రారంభించాలని సంబంధిత అధికారులను ఆదేశించారు. ఈ కార్యక్రమంలో సీనియర్ నాయకులు యాదా గౌడ్, దస్తగిరి, రవి, గఫూర్, అశోక్, రజాక్, ఖాజా, నాని, బాలస్వామి, చోటు, చంద్రమౌళి, ప్రవీణ్, ఎజాజ్, జగదీశ్, రాంచందర్, మహిళలు నిరూప, లక్ష్మి, కవిత, గౌసియా బేగం, స్వరూప రాణి, ఎల్లమ్మ, స్థానికవాసులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

షామీర్ పేట్ ఎస్ఐ చెత్త తెలివి...

చెత్త బుట్టలో లంచం రెడ్ హ్యాండెడ్ గా పట్టుకున్న ఏసీబీ అధికారులు



శామీరపేట్: షామీర్ పేట్ పోలీసు స్టేషన్ లో పరుశురాం అనే ఎస్ఐ లంచం తీసుకొని దొరకకుండా ఉండడానికి చెత్త తెలివి ప్రదర్శించాడు అక్కడే మఫ్టీ లో ఉన్న ఏసీబీ అధికారులకు రెడ్ హ్యాండెడ్ గా అడ్డంగా దొరికిపోయాడు. ఈ సంఘటన లో ట్విస్టులు వెలుగులోకి వచ్చాయి. అరగంట పాటు సాగిన ఈ ఆసక్తికరమైన సంఘటన అచ్చం సినిమా ను తలపించే విధంగాఉంది. షామీర్ పేట్ పోలీస్ స్టేషన్ లో విధులు నిర్వహిస్తున్న ఎస్ఐ పరుశురాం లంచం డబ్బులు ముట్టడానికి చేసిన ప్రయత్నం ఏసీబీ అధికారులనే ఆశ్చర్యానికి గురి చేసింది. సోమవారం షామీర్ పేట్ ఎస్ఐ పరుశురాం వంట నూనె కేసులో నిందితుల నుంచి సోమవారం 22 వేల రూపాయాలు లంచం తీసుకునేందుకు ఎస్ఐ పరుశురాం ప్రయత్నించాడు ముందుగా కేసులో ఉన్న నిందితులు సోమవారం మధ్యాహ్నం 1 గంటలకు పోలీస్ స్టేషన్కు వచ్చారు. వారు తీసుకు వచ్చిన లంచం డబ్బును ముందు గా ఎస్ఐ పరుశురాం తన కుడి కాలు పక్కను ఉన్న చెత్త డబ్బాలో వేయించా డు. ఆ తర్వాత చెత్త డబ్బాను కుడి నుంచి ఎడమ కాలు దగ్గరకు మార్చాడు.. అనంతరం డబ్బు తీసుకువచ్చిన వారిని మర్యాదపూర్వకం గా స్టేషన్ బయటి వరకు దగ్గర ఉండి పంపించాడు. ఆ తర్వాత తన సీటు దగ్గర కూర్చొన్ని 10 నిమిషాలు ఆగిన తర్వాత చెత్త డబ్బాలో ఉన్న 22 వేల రూపాయాలను చేతితో తీసుకున్నాడు. ఈ విషయం అక్కడే మఫ్టీలో ఉన్న ఏసీబీ అధికారులు పసిగట్టగానే ఎస్ఐ పరుశు రాం ను రెడ్ హ్యాండెడ్ గా పట్టుకున్నారు. అతనిని అదుపులోకి తీసుకుని విచారించగా ఇదే నిందితుల నుంచి ఏప్రిల్ 21 వ తేదిన 2 లక్షల రూపాయాలను లంచంగా తీసుకున్న వ్యవహారాన్ని ఏసీబీ అధికారులు రాబట్టారు. ప్రభుత్వ ఉద్యోగులు ఎవరైనా మంచం అడిగితే 1064 టోల్ ఫ్రీ నెంబర్ ద్వారా లేదా వాట్సాప్ నెంబర్ 94404-46106కు సమాచారం అందించాలని ఏసిబి అధికారులు సూచించారు..

రజతోత్సవ సంబరాలను విజయవంతం

చేసిన ప్రతి ఒక్కరికి కృతజ్ఞతలు....

టెలి కాన్ఫరెన్స్ లో జనగామ ఎమ్మెల్యే డా. పల్లా రాజేశ్వర్ రెడ్డి

జనగామ :వరంగల్ జిల్లా ఎల్కతుర్తిలో జరిగిన గులాబీ జెండా రజతోత్సవ కార్యక్రమానికి సంబంధించిన ప్రతి పనిని ప్రతి మండలం, పట్టణ కేంద్రం, గ్రామాల్లో నాయకులు, కార్యకర్తలు చాలా అద్భుతంగా పని చేశారు.ముఖ్యంగా జెండా గద్దెలను ఏర్పాటు చేయడంలోనూ, గోడలకు వాల్ రైటింగ్స్ వేయడంలోనూ, పోస్టర్లను అతికించడంలోనూ, ప్రత్యేకమైన వాల్ పోస్టర్, ఫ్లెక్సీలు బ్యానర్లు చేయించుకోవడంలోనూ, సోషల్ మీడియా ద్వారా రజతోత్సవం గురించి విస్తృతంగా బ్రహ్మాండంగా ప్రచారం చేశారు. ఈ సందర్భంగా ఎటువంటి అవాంఛనీయ సంఘటన జరగకుండా కార్యక్రమంను విజయవంతం చేసిన ప్రతి ఒక్కరికి టెలి కాన్ఫరెన్స్ లో జనగామ ఎమ్మెల్యే డా. పల్లా రాజేశ్వర్ రెడ్డి , మంగళవారం ఓ ప్రకటనలో కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. ముఖ్యంగా ప్రజలు స్వచ్ఛందంగా తరలివచ్చి కెసిఆర్ పట్ల ఉన్న ప్రేమను చాటి చెప్పారు. అదే విధంగా ప్రజలకు కల్పించే సౌకర్యాలు ఎంతో చక్కగా అందించారు. అధినేత కెసిఆర్ తిరుగు ప్రయాణంలో జనగామ నియోజకవర్గంలో అడుగుపెట్టిన మొదలు నుండి తమ ఎర్రవల్లి వ్యవసాయక్షేత్రం వరకు దారి పొడవున నాయకులు కార్యకర్తలు చూపించిన ప్రేమ ఆప్యాయ తలు మరువ రానివని కేసీఆర్ ప్రత్యేక అభినందనలు తెలిపారు. అనంతరం సభాస్థలి నుండి వరకు వందలాది వాహనాలతో ముందుండి కెసిఆర్ గమ్య స్థానానికి చేర్చిన మన నియోజకవర్గ నాయకులు, కార్యకర్తలు, ప్రజలందరికీ ప్రత్యేకమైన ధన్యవాదాలు తెలిపారు

13 లక్షల విలువైన బ్యాగును యజమానునికి తిరిగి

అప్పగించిన ఆర్టీసీ నిజాయితీ కండక్టర్...

,హైదరాబాద్: మానవీయతకి మరోసారి అద్దం పట్టే ఘటన తెలంగాణ రాష్ట్ర రోడ్డు రవాణా సంస్థ (టీఎస్ఆర్టీసీ) బస్సులో చోటుచేసుకుంది. రూ. 13 లక్షల విలువైన బ్యాగును దొరికినవాడిగా కాకుండా, దానిని యజమానునికి తిరిగి అప్పగించిన ఆర్టీసీ కండక్టర్ ఒక నిజాయితీ పరిమళాన్ని వెలిబుచ్చారు. ఈ నెల 26న హైదరాబాద్ నుంచి అచ్చంపేట వెళ్తున్న ఆర్టీసీ బస్సులో ప్రయాణిస్తున్న అనిల్ కుమార్ అనే ప్రయాణికుడు కందుకూర్ వద్ద బస్సెక్కారు. ఆయన వద్ద రూ.13 లక్షల విలువ చేసే బంగారం, వెండి ఆభరణాలు, నగదు ఉన్న బ్యాగ్ ఉండగా, సీబీఎస్ వద్ద బస్సు దిగేటప్పుడు ఆ బ్యాగును అక్కడే మర్చిపోయారు. బస్సు చివరి స్టాప్ అయిన అచ్చంపేట డిపోకు చేరుకున్న తరువాత, కండక్టర్ వెంకటేశ్వర్లు క్లీన్ చేస్తుండగా బ్యాగు కనపడింది. వెంటనే ఆయన ఈ విషయాన్ని అచ్చంపేట డిపో మేనేజర్ మురళీ దుర్గా ప్రసాద్ కు తెలియజేశారు. డీఎం సూచనలతో బ్యాగును హైదరాబాద్ ఎంజీబీఎస్ స్టేషన్ మేనేజర్ ఆఫీసుకు తీసుకొచ్చారు. ఇంతలోనే అనిల్ కుమార్ డిపో మేనేజర్‌కు ఫోన్ చేసి, తాను బ్యాగు మర్చిపోయిన విషయాన్ని తెలిపారు. అధికారులు సరైన వివరాలు పరిశీలించి, ఆయనకు బ్యాగును సురక్షితంగా అప్పగించారు. నిజాయితీకి నిలువెత్తు నిదర్శనంగా నిలిచిన కండక్టర్ వెంకటేశ్వర్లును, టీఎస్ఆర్టీసీ మేనేజింగ్ డైరెక్టర్ వీసీ సజ్జనార్ ఈ రోజు బస్ భవన్‌లో సత్కరించి ప్రత్యేకంగా అభినందించారు. వెనుకేసిన విలువైన వస్తువులను సురక్షితంగా యజమానునికి తిరిగి అందజేసిన వెంకటేశ్వర్లు, ప్రజాసేవలో నిజాయితీ ఎంత కీలకమో మరోసారి రుజువు చేశారు. ఇలాంటి వ్యక్తులు సమాజంలో విశ్వాసాన్ని పెంపొందించడానికి ఆదర్శంగా నిలుస్తున్నారు

మేడ్చల్ లో భారీ అగ్ని ప్రమాదం ...

మేడ్చల్:(మేడ్చల్ జిల్లా గుండ్లపోచంపల్లి మున్సిపల్ పరిధిలో తెల్లవారుజామున తీవ్రమైన అగ్నిప్రమాదం సంభవించింది. బాసరగాడిలో ఉన్న కేకేసీ ఎలక్ట్రికల్స్ అనే ఫ్యాన్ తయారీ పరిశ్రమలో ఈ ప్రమాదం చోటుచేసుకుంది. మంటలు ఒక్కసారిగా వ్యాపించడంతో పరిశ్రమ చుట్టూ ప్రాంతాల్లో గుబురుపడే వాతావరణం నెలకొంది. అగ్నిప్రమాదాన్ని గమనించిన స్థానికులు వెంటనే పోలీసులకు, అగ్నిమాపక సిబ్బందికి సమాచారం అందించారు. సమాచారం అందుకున్న వెంటనే మేడ్చల్ పోలీసు బృందం మరియు ఫైర్ సిబ్బంది ఘటనా స్థలానికి చేరుకున్నారు. మూడు ఫైరింజన్ల సాయంతో మంటల్ని అదుపులోకి తీసుకురావడానికి తీవ్రంగా శ్రమిస్తున్నారు. ప్రమాద తీవ్రత వల్ల చుట్టుపక్కల ప్రాంతాల్లో దట్టమైన పొగలు వ్యాపించాయి. దీంతో స్థానికులు ఊపిరి పీల్చేందుకు ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్నారు. ప్రాణాపాయ స్థితి ఏర్పడే అవకాశం ఉండటంతో పోలీసులు పరిసర ప్రజలను సంఘటన స్థలానికి దూరంగా తరలించారు. కాగా ఇప్పటి వరకు ప్రాణనష్టం వివరాలు వెలుగులోకి రాలేదు. ప్రమాదానికి గల కారణాలు తెలియాల్సి ఉండగా, పోలీసులు ఈ ఘటనపై విచారణ ప్రారంభించారు. పరిశ్రమలో భద్రతా ప్రమాణాలు పాటించారా లేదా అనే అంశంపై స్పష్టత కోసం పరిశీలన కొనసాగుతోంది. పరిశ్రమ యాజమాన్యాన్ని ప్రశ్నిస్తూ అధికారులు కీలక వివరాలు సేకరిస్తున్నారు. ఇక తరచూ చోటు చేసుకుంటున్న అగ్నిప్రమాదాల నేపథ్యంలో రాష్ట్ర ప్రభుత్వం నిర్లక్ష్యంగా వ్యవహరిస్తోందని పలువురు స్థానికులు ఆగ్రహం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. పరిశ్రమల్లో తగిన భద్రతా ప్రమాణాలు పాటించకపోవడమే ఇలాంటి ఘోర ప్రమాదాలకు కారణమవుతుందని వారు విమర్శిస్తున్నారు. ఇలాంటి ఘటనలు పునరావృతం కాకుండా ప్రభుత్వం కఠిన భద్రతా చర్యలు తీసుకోవాలి," అని ప్రజలు డిమాండ్ చేస్తున్నారు. పరిశ్రమలపై సరైన తనిఖీలు, అవసరమైన భద్రతా పరికరాల ఏర్పాటు వంటి చర్యలు తప్పనిసరిగా అమలు చేయాలని కోరుతున్నారు.

చిన్నారి ప్రాణం తీసిన పల్లి గింజ...

రంగారెడ్డి: రంగారెడ్డి జిల్లా అబ్దుల్లాపూర్‌మెట్ మండలం లష్కర్‌గూడలో విషాదం చోటుచేసుకుంది. స్థానికులైన శ్యామ్ మరియు మహేశ్వరి దంపతుల కుమార్తె తన్విక (4) ఆహారం తింటుండగా ఓ పల్లిగింజ ఆమె ఊపిరితిత్తుల్లోకి వెళ్లి ఇరుక్కుపోయింది. ఆ సమయంలో చిన్నారి తీవ్రంగా శ్వాస తీసుకోలేక ఇబ్బందులు పడటం మొదలైంది. అవస్థపడుతున్న పాపను గమనించిన తల్లిదండ్రులు తక్షణమే సమీపంలోని ప్రైవేట్ ఆసుపత్రికి తరలించారు. వైద్యులు స్కానింగ్ చేసి ఆమె ఊపిరితిత్తుల్లో పల్లిగింజ ఇరుక్కుపోయినట్టు గుర్తించారు. వెంటనే ఆపరేషన్ చేయాలని భావించినప్పటికీ, అప్పటికే తన్విక పరిస్థితి తీవ్రంగా విషమించడంతో ఆమె మరణించింది. ఈ ఘటన తల్లిదండ్రులు సహా కుటుంబసభ్యులను తీవ్ర విషాదంలో ముంచింది. చిన్నారి మరణంతో లష్కర్‌గూడ గ్రామంలో విషాదచాయలు అలుముకున్నాయి. ఈ ఘటన ప్రజల మధ్య చర్చనీయాంశంగా మారింది. తల్లిదండ్రులు శోకసంద్రంలో మునిగిపోయారు. ఇలాంటి ప్రమాదాల నుండి చిన్నారులను రక్షించేందుకు తినే పదార్థాలలో జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని వైద్యులు సూచిస్తున్నారు.

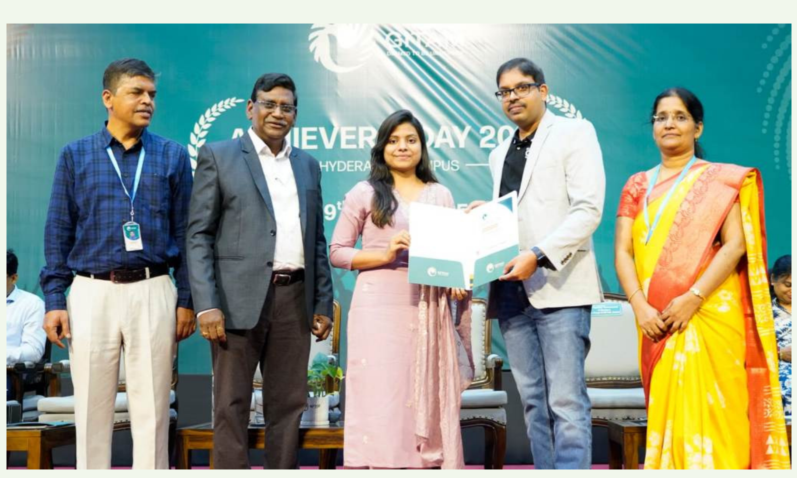
శేరిలింగంపల్లి నియోజకవర్గ

ప్రజలందరికి హృదయపూర్వక ధన్యవాదాలు...

మారబోయిన రవి యాదవ్.

శేరిలింగంపల్లి:: శేరిలింగంపల్లి నియోజకవర్గం మసీద్ బండ రవి యాదవ్ సైన్యం ఆదివారం నాడున వరంగల్ లో ఎల్కతుర్తిలో జరిగిన బీఆర్ఎస్ 25వ రజోత్సవం సభను విజయవంతంగా జరిగిన సందర్భంగా ముఖ్య నాయకులందరూ కలిసి మారబోయిన రవి యాదవ్ నీ మర్యాదపూర్వంగా శాల్వలతో సత్కరించడం జరిగింది. మారబోయిన రవి యాదవ్ మాట్లాడుతూ శేరిలింగంపల్లి నియోజకవర్గం ప్రజలు మీ ప్రతిస్పందన,ఆసక్తి,మరియు మద్దతు మాకు మరింత ఉత్తేజాన్ని ఇచ్చింది. ఈ విజయాన్ని ఆధారంగా చేసుకొని, బీఆర్ఎస్ పార్టీని మరింత శక్తివంతంగా ముందుకు తీసుకుపోతామని నమ్మకం. బీఆర్ఎస్ పార్టీ కార్యకర్తలు, నాయకులు అందరూ ఎంతో సంతోషంగా బాపుని చూడడానికి తండోపతండాలుగా తరలి రావడం మా బిఆర్ఎస్ పార్టీకి మాకు ఎంతో గర్వకారణం. ప్రజలకు మంచి చెడు లో మా బిఆర్ఎస్ నాయకులు ఎలాపుడు మీకు అండగా ఉంటారు అని పేరుకొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో కే.ఎన్ రాములు, లింగం శ్రీను, శ్రీకాంత్ యాదవ్, ప్రభాకర్ గౌడ్,గడ్డం శ్రీను, వెంకటరెడ్డి,సాయి నందన ముదిరాజ్, రవి కుమార్,విశ్వ చారీ, స్వామీనాథ్, స్వామి ముదిరాజ్, శ్రీను, శ్రీనివాస్ చారీ,జంగయ్య, బాలరాజు, జమ్మయ్య, సురేష్, రమేష్ గౌడ్, గంగాధర్ గౌడ్, కొండకల్ శ్రీనివాస్ గౌడ్, శంకర్, తదితరులు పాలుగోన్నారు.

గీతం విద్యార్థికి 1.4 కోట్ల వేతనం...



పటాన్ చేరు: హైదరాబాదులోని గీతం స్కూల్ ఆఫ్ టెక్నాలజీకి చెందిన సీఎస్ఈ విద్యార్థిని కారుమూరు ప్రియాంక రెడ్డి ప్రాంగణ నియామకాలలో ప్రతిష్టాత్మక అమెజాన్ కు, అత్యధిక గరిష్ఠ వార్షిక వేతనం ?1.4 కోట్లకు ఎంపికయ్యారు. గీతంలో తన ప్రయాణాన్ని ప్రియాంక గుర్తుచేసుకుంటూ, 'నా కెరీర్ రూపొందించడంలో గీతం కీలక భూమిక పోషించింది. అక్కడున్న అత్యాధునిక ప్రయోగశాలలు, ప్రపంచ స్థాయి మౌలిక సదుపాయాలు, విజ్ఞాన కేంద్రంగా విరాజిల్లుతున్న నాలెడ్జి రిసోర్స్ సెంటర్ (గ్రంథాలయం) వంటివి నా జ్ఞాన సముపార్జనకు ఎంతో ఉపకరించాయి. నేర్చుకున్న దానిని ఆచరణలో పెట్టే వీలు కలిగింది. దానికితోడు అక్కడున్న వాతావరణం సంక్లిష్టమైన ప్రాజెక్టులపై పనిచేయడానికి, పెద్ద డేటా సెట్ లను సమర్థంగా ప్రాసెస్ చేయడానికి వీలు కల్పించాయి' అని చెప్పారు. సమగ్ర కోడింగ్ శిక్షణ, మాక్ ఇంటర్వ్యూ సాధనాలు కోడింగ్, ఇంటర్వ్యూకు సిద్ధం కావడానికి తనకు ఎంతో సహాయపడ్డాయని ప్రియాంక తెలిపారు. 'నేను ఈ స్థాయి ఎదగడానికి సహకరించిన నా అధ్యాపకులు, మరీ ముఖ్యంగా ప్రాజెక్టు మార్గదర్శికి నా ప్రత్యేక కృతజ్ఞతలు' అని ప్రియాంక చెప్పారు.తన స్వప్నాన్ని సాకారం చేసుకోవడానికి, తాను కోరుకున్న ఉద్యోగం సాధించడానికి తోడ్పడిన గీతం కెరీర్ గైడెన్స్ సెంటర్ (సీజీసీ) సేవలను ఆమె ప్రత్యేకంగా ప్రశంసించారు.

కెనడాలో లిబరల్స్‌కు పట్టం

అనుకున్నట్టే అయింది. సోమవారం కెనడాలో జరిగిన సార్వత్రిక ఎన్నికల్లో లిబరల్ పార్టీ మరోసారి విజయకేతనం ఎగరేయబోతున్నదని ఫలితాల సరళి తెలియజెబుతోంది. 343 స్థానాలున్న పార్లమెంటులో ఆ పార్టీకి పూర్తి స్థాయి మెజారిటీ వస్తుందా, లేక వేరే పార్టీల ఆసరా కావాల్సివస్తుందా అన్నది మరికొన్ని గంటల్లో తేలిపోతుంది. గత మూడేళ్లుగా అధికార లిబరల్ పార్టీ అసంతృప్తిని మూట గట్టుకుంది. ఈసారి దాని ఓటమి ఖాయమని అన్ని సర్వేలూ జోస్యం చెప్పాయి. మొన్న జనవరిలో సైతం కన్సర్వేటివ్‌ల కన్నా లిబరల్స్ 20 పాయింట్లు వెనకబడివున్నారు. ఈ దశలో అమెరికాలో డోనాల్డ్ ట్రంప్ అధ్యక్షుడు కావటం, ఆయన మతిమాలిన ప్రకటనలు, ఎడాపెడా సుంకాల విధింపు లిబరల్ పార్టీకి వరంలా మారాయి. ఇతరేతర సమస్యలవీ మాయమై కెనడాను అమెరికా కబళిస్తుందన్న భయాందోళనలు ఆవహించి కన్సర్వేటివ్ పార్టీని కాదని జనం ఎప్పటిలా లిబరల్ పార్టీవైపే మొగ్గు చూపారు. ప్రధాని పదవి నుంచి జస్టిన్ ట్రూడో తప్పుకోవటం కూడా లిబరల్స్‌కు కలిసొచ్చింది. ఆయన స్థానంలో గత నెల మొదట్లో ప్రధానిగా వచ్చిన మార్క్ కార్నీ చకచకా చక్రం తిప్పారు. ట్రంప్‌తో సాన్నిహిత్యమున్న కన్సర్వేటివ్ పార్టీ వస్తే దేశాన్ని అమెరికా పాదాక్రాంతం చేయటం ఖాయమన్న ప్రచారం పనికొచ్చింది. కన్సర్వేటివ్ పార్టీ జాతకం తలకిందులైంది. ప్రపంచ సంపన్న రాజ్యాల్లో ఒకటిగా, అమెరికా సన్నిహిత మిత్ర దేశంగా, వాణిజ్య భాగస్వా మిగా దశాబ్దాలపాటు వెలుగులీనిన కెనడా కొన్నాళ్లుగా కష్టాల్లో కూరుకుపోయింది. అయిదేళ్ల నాడు విరుచుకుపడిన కోవిడ్ వల్ల ఆర్థిక వ్యవస్థ చిన్నాభిన్నమైంది. జీవనవ్యయం అపారంగా పెరిగింది. నిరుద్యోగం తారస్థాయికి చేరింది. ఇళ్ల ధరలు ఆకాశాన్నంటాయి. నగరాల్లో అద్దెలు విపరీతంగా పెరగటంతో శివారు ప్రాంతాలకు జనం తరలిపోయారు. గృహ కొనుగోలుదారులు ఆ ఆలోచనను వాయిదా వేసుకున్నారు. ఇళ్లు లేని పౌరుల సంఖ్య పెరుగుతూ పోయింది. వీటన్నిటి పర్యవసానంగా పుట్టుకొచ్చిన సామాజిక అశాంతి మాదకద్రవ్యాల వాడకాన్ని ఊహించని స్థాయికి తీసుకెళ్లింది. దాంతోపాటే నేరాల సంఖ్య ఎక్కువైంది. నిజానికి ఇది కెనడాకు మాత్రమే పరిమితమైన సమస్య కాదు. సంపన్న దేశాలన్నీ ఈ మాదిరే సంక్షోభంలో కొట్టుమిట్టాడుతున్నాయి. కానీ కెనడా పౌరులు దీన్నంతటినీ లిబరల్ పార్టీ చేతగానితనంగా పరిగణించారు. గత మూడేళ్లుగా కన్సర్వేటివ్ పార్టీ నాయకుడు పియర్ పొయ్‌లేవ్ దేశం ఎదుర్కొంటున్న సమస్యల పరిష్కారం తమకే సాధ్యమని ప్రచారం చేశారు. ఆవరించిన ఈ సంక్షోభం బహుశా చాలా దేశాల మాదిరే కెనడాలో కూడా మిత వాదపక్షాన్ని అందలం ఎక్కించివుండేది. కానీ ట్రంప్ అధిక సుంకాలు విధించటం, కెనడాను 51వ రాష్ట్రంగా విలీనం చేసుకోవటం ఖాయమని తరచు చెప్పటం కన్సర్వేటివ్‌ల ఆశల్ని అడియాసలు చేసింది. పౌరుల్లో ఆగ్రహావేశాలు పెల్లుబికాయి. వారు గెలిస్తే అదే జరగొచ్చునన్న సంశయం బలపడింది. తమ సహజ వనరులు, ఆర్థిక సంపద దోచుకోవటానికి అమెరికా తహతహలాడు తున్నదని, దీన్ని నిలువరించగల పార్టీ లేకుంటే ట్రంప్ అన్నంతపనీ చేస్తారని వోటర్లు భావించారు. ఇళ్ల నిర్మాణానికి అధిక ప్రాధాన్యతనిచ్చి వాటి ధరలు దిగొచ్చేలా చేస్తామని రెండు ప్రధాన పక్షాలూ వాగ్దానం చేశాయి. కొత్త భవనాల నిర్మాణంపైవున్న ఆంక్షల్ని ఎత్తేస్తామని కన్సర్వేటివ్‌లు హామీ ఇస్తే... ఇళ్ల నిర్మాణానికి ఆర్థిక సాయం అందిస్తామని కార్నీ వాగ్దానం చేశారు. అమెరికా నిజ స్వరూపం తెలిసింది గనుక ఇకపై భద్రతకు ఆ దేశంపై ఆధారపడకుండా సొంతంగా సైన్యాన్ని రూపొందించుకోవాలని రెండు పార్టీలూ ప్రతిపాదించాయి. అధిక సుంకాల విషయంలో కూడా ఆ రెండు పక్షాలదీ ఒకే మాట. కెనడా ఎగుమతుల్లో 80 శాతం అమెరికాకే చేరతాయి. అధిక సుంకాలు విధిస్తే కెనడా తీవ్రంగా నష్టపోతుంది. తాము కూడా అధిక సుంకాల ప్రక్రియ మొదలెట్టామని,దాంతో ఆ దేశం గత్యంతరం లేక చర్చలకు దిగొచ్చిందని కార్నీ చెప్పారు. అయితే కన్సర్వేటివ్‌లు ఇంత బలంగా ట్రంప్‌పై విరుచుకుపడలేకపోయారు. ఇక అధిక వలసలపై కూడా ప్రజల్లో ఆగ్రహం వుంది. లిబరల్స్ ఏలుబడిలో వలసలు పెరిగాయని వారు నమ్మారు. పర్యావరణ పరిరక్షణ పేరుతో కొత్తగా ఖనిజాలు, శిలాజ ఇంధనాల వెలికితీతను నిలిపేయటంవల్ల ఆ రంగాల్లో ఉపాధి అవకా శాలు అడుగంటాయని, తామొస్తే దీన్ని సరిదిద్దుతామని కన్సర్వేటివ్‌లు హామీ ఇచ్చారు. నిజానికి ఈ సమస్యలే అమెరికాలో మితవాద రిపబ్లికన్ పార్టీని అందలం ఎక్కించాయి. కానీ ట్రంప్ రాకతో ఆ సమస్యలన్నీ మరుగునపడి కెనడాలోని మితవాద పక్షాన్ని కోలుకోలేని దెబ్బతీశాయి. కార్నీ ఏలుబడిలో మనతో కెనడా సంబంధాలు మెరుగుపడతాయన్న అభిప్రాయం అందరిలో వుంది. ఆర్థిక సంక్షోభం నుంచి దేశాన్ని గట్టెక్కించే దారి దొరక్క, ఆ అసంతృప్తిని కప్పిపుచ్చటానికి ట్రూడో భారత్‌తో కోరి వైరాన్ని తెచ్చుకున్నారు. తీరా జగ్‌మీత్ సింగ్ ఆధ్వర్యంలోని ఖలిస్తానీ అను కూల న్యూడెమాక్రటిక్ పార్టీ(ఎన్‌డీపీ)కే ఈసారి దిక్కులేకుండా పోయింది. బలపడిన జాతీయ వాదం ఎన్‌డీపీని దెబ్బతీసింది. సిక్కువోటర్లు లిబరల్స్ వైపే మొగ్గారు. బ్యాంక్ ఆఫ్ ఇంగ్లండ్ గవర్నర్‌గా, కెనడా సెంట్రల్ బ్యాంక్ చీఫ్‌గా కార్నీకి ఆర్థిక రంగంలో అపార అనుభవం వుంది. దేశ ఆర్థికవ్యవస్థకు నూతన జవసత్వాలు తెచ్చేందుకు ఆయన సహజవాయు నిక్షేపాల, ఖనిజాల వెలికి తీతకు ప్రాధాన్యమిస్తారని అంచనాలున్నాయి. మొత్తానికి ఇరుగుపొరుగు దేశాల్లో మితవాదులుంటే వారిలో ఒకరికి మాత్రమే గెలుపు దక్కుతుందని... ఒకచోట మితవాదుల దూకుడు మరొక దేశ మితవాదులకు ప్రాణాంతకమవుతుందని కెనడా ఫలితం నిరూపించింది.

పాక్ పన్నాగాలకు ప్రతివ్యూహాలు!

పాకిస్థాన్ సైన్యాధిపతి జనరల్ అసిమ్ మునీర్ ఇటీవల ఇండియాపై నోరు పారేసుకున్నారు. తర్వాత కొద్ది రోజులకే పహల్గాంలో ఉగ్రవాదులు దాడికి తెగబడటం కాకతాళీయం కాదు. పరిస్థితి ఇరుదేశాల మధ్య తీవ్ర ఉద్రిక్తతలకు దారితీసింది. పాకిస్థాన్ సైన్యాధిపతి జనరల్ అసిమ్ మునీర్ ఇటీవల ఇండియాపై నోరు పారేసుకున్నారు. తర్వాత కొద్ది రోజులకే పహల్గాంలో ఉగ్రవాదులు దాడికి తెగబడటం కాకతాళీయం కాదు. పరిస్థితి ఇరుదేశాల మధ్య తీవ్ర ఉద్రిక్తతలకు దారితీసింది. ఇదంతా ఎక్కడిదాకా వెళ్తుందనేది అందరినీ వేధిస్తున్న సందేహం. భారత దురాక్రమణపై పోరాడుతున్న కశ్మీరీలకు పాక్ మద్దతు ఎప్పుడూ ఉంటుందనీ, కశ్మీర్ తమకు జీవనాడి అనీ, భారత సైన్యం తమనేమీ చేయలేదంటూ బీరాలు పలికిన జనరల్ మునీర్-బలూచిస్థాన్‌లో తాము ఎదుర్కొంటున్న తిరుగుబాటు గురించి మాత్రం మాట్లాడకుండా దాటవేశారు. ఆయన వ్యాఖ్యల వెనక నిరాశా నిస్పృహలు, ధిక్కార స్వరం మిళితమై ఉన్నాయి. 2019లో భారత్‌లోని పుల్వామాలో ఉగ్రవాదులు దాడి చేసినప్పుడు పాక్ సైనిక గూఢచార సంస్థ ఐఎస్ఐకి జనరల్ మునీరే నాయకత్వం వహించారు. ఆ పాత భూతం ఆయనను వెంటాడుతున్నట్లుంది. ప్రస్తుతం బలూచిస్థాన్‌తోపాటు అఫ్గాన్ సరిహద్దుల్లో తిరుగుబాటుదారుల తాకిడిని పాక్ ఎదుర్కొంటోంది. అంతర్జాతీయంగా ఆ దేశం ఏకాకిగా మారింది. ఆర్థికంగా దివాలా తీసి ఐఎంఎఫ్ రుణం కోసం దేహీ అంటోంది. నిత్యావసరాలతో పాటు అన్ని వస్తువుల ధరలు పెరిగి పాక్ ప్రజలు సతమతమవుతున్నారు. ఆర్థిక అస్థిరతకు తోడు రాజకీయంగా కూడా కల్లోల పరిస్థితులు కొనసాగుతున్నాయి. ఈ అనిశ్చిత వాతావరణంలో జనరల్ మునీర్ భారత్‌పై చేసిన దుందుడుకు వ్యాఖ్యలు ఉగ్రవాదులను రెచ్చగొట్టి పహల్గాం దాడికి పురిగొల్పాయి. లష్కరే తయ్యిబా, జైషే మహమ్మద్ సభ్యులు 'ది రెసిస్టెన్స్ ఫ్రంట్ (టీఆర్ఎఫ్)' అనే కొత్త గ్రూపు కట్టి ఈ మరణకాండకు తెగబడ్డారు.

భగ్నం చేయడమే లక్ష్యం

జమ్మూకశ్మీర్‌లో ప్రజాస్వామికంగా, ప్రశాంతంగా ఎన్నికలు జరిగి, ప్రజాప్రభుత్వం పగ్గాలు చేపట్టింది. కేంద్ర హోంమంత్రి అమిత్ షా ఇటీవలే కశ్మీర్ వెళ్లి రాష్ట్ర ప్రతిపత్తిని పునరుద్ధరించే విషయంలో సానుకూలత వ్యక్తం చేశారు. ఎన్నికలు జరిగాక కశ్మీర్‌లో అభివృద్ధి కార్యక్రమాలు ఊపందుకున్నాయి. పర్యాటకుల ప్రవాహం పెరుగుతోంది. అమర్‌నాథ్ యాత్ర ప్రారంభం కానుంది. ఇలాంటి సానుకూల, ఆశావహ వాతావరణాన్ని భగ్నం చేయడమే ఉగ్రవాదుల లక్ష్యం అనడంలో సందేహం లేదు. మరోవైపు బంగ్లాదేశ్‌లోనూ పాక్ ఐఎస్ఐ నిగూఢ కార్యకలాపాలు పెరుగుతున్నాయి. అక్కడ మత ఛాందస శక్తులను రెచ్చగొడుతున్నారు. బంగ్లా తాత్కాలిక ప్రభుత్వ సారథి మహమ్మద్ యూనస్ కూడా భారత్ పట్ల వ్యతిరేకతను బయట పెట్టుకుంటున్నారు. ఇలా భారత్‌ను రెండు వైపుల నుంచి కమ్మేయాలనే కుతంత్రం నడుస్తున్న సమయంలో అగ్నికి ఆజ్యం పోసినట్లుగా పహల్గాం దాడి జరిగింది. ఈ బీభత్సం అనంతరం ముష్కరుల పని పట్టేందుకు ఇండియా తీవ్రస్థాయిలో గాలింపు చేపట్టింది. ఐఎస్ఐ మార్గదర్శకత్వంలో పాకిస్థాన్ నుంచి పనిచేస్తున్న ఉగ్రవాద సూత్రధారులు చేతికి చిక్కడం లేదు. ప్రస్తుత పరిస్థితిలో భారత్ దౌత్యపరంగా, ఇతరత్రా గట్టి చర్యలు చేపట్టింది. మొదట సింధు జలాల పంపిణీ ఒప్పందాన్ని సస్పెండ్ చేసింది. ఇది యుద్ధపరమైన చర్య అని పాకిస్థాన్ ఆక్షేపించింది. భారత నౌకాదళం అరేబియా సముద్రంలో పెద్దయెత్తున మోహరించింది. యుద్ధమే వస్తే పాక్‌ను దిగ్బంధిస్తామనే దిశగా హెచ్చరిక సంకేతం పంపుతోంది. నియంత్రణ రేఖ వెంబడి రెండు దేశాల సైనికులు కాల్పులు జరుపుతున్నారు. ఫిరంగులు గర్జిస్తున్నాయి. పాకిస్థాన్ సిమ్లా ఒప్పందాన్ని రద్దు చేస్తున్నట్లు ప్రకటించింది. సరిహద్దులో సైన్యాన్ని మోహరించింది.

ఇండియా ముందున్న మార్గాలివే...

ప్రస్తుత పరిస్థితిలో ఇండియా మొదటి మార్గంగా, కశ్మీర్‌లో ఉగ్రవాదులను ఏరివేసే కార్యక్రమాన్ని ముమ్మరం చేయాలి. దాంతోపాటు, అంతర్జాతీయంగా పాక్‌పై ఒత్తిడి పెంచాలి. కరాచీ రేవులో ఎగుమతులు, దిగుమతులను స్తంభింపజేయడానికి అరేబియా సముద్రంలో యుద్ధ నౌకలను దింపాలి. పాక్‌ను ఆర్థికంగా చక్రబంధంలో ఇరికించాలి. ఆచితూచి అడుగులు వేస్తూ పూర్తిస్థాయి చర్యలకు సరైన సమయం కోసం వేచి ఉండాలి. రెండో మార్గంగా, పాకిస్థాన్‌లో ఉగ్రవాద, సైనిక స్థావరాలపై విమానాలతో, క్షిపణులతో దాడులు చేయవచ్చు. ప్రతిగా పాకిస్థాన్ కూడా దాడులు చేస్తుందనే విషయాన్ని గుర్తుంచుకుని, దెబ్బ కాచుకోవడానికీ సన్నద్ధంగా ఉండాలి. మూడో మార్గంగా, పాకిస్థాన్ ప్రస్తుతం అంతర్గతంగా బలహీనపడింది. దీన్ని సావకాశంగా తీసుకుని పాక్ ఆక్రమిత కశ్మీర్‌ను స్వాధీనం చేసుకోవడానికి ముందుకు కదిలే అంశాన్ని పరిశీలించాలి. దీనివల్ల కశ్మీర్‌లో సీమాంతర ఉగ్రవాదానికి అడ్డుకట్ట వేయవచ్చు. బలూచిస్థాన్‌లో, అఫ్గాన్ సరిహద్దులో తిరుగుబాట్లను ఎదుర్కొంటున్న పాకిస్థాన్ సైన్యం నేడు దుర్బల స్థితిలోకి జారిపోయింది. ప్రజల కనీస అవసరాల కోసం కూడా దిగుమతులపై ఆధారపడక తప్పడం లేదు. కష్టకాలంలో చైనా ఒక్కటే పాకిస్థాన్‌కు కాస్తంత ఆధారంగా నిలుస్తోంది. బంగ్లాదేశ్ నుంచి పాక్‌కు ఏ మాత్రం సాయం అందుతుందో చెప్పలేం. మరోవైపు అమెరికా, ఐరోపా దేశాలు పాక్‌ను దూరం పెడుతున్నాయి. ఏతావతా దక్షిణాసియా సంక్షోభం అంచున ఉంది.

నిద్ర బంగారాన్ని చేజారనీయకండి!

ని

నిద్ర బంగారం. ఆ మాటకొస్తే బంగారం కన్నా గొప్పదీనూ. ఇది కొరవడకుండా చూసుకుంటే ఆరోగ్యం సొంతమవుతుంది. ముమ్మందు జబ్బుల బారినపడకుండా కాపాడుతుంది. చురుకుదనం, పనుల్లో సామర్థ్యం ఇనుమడిస్తుంది. చదువుల్లో, ఉద్యోగాల్లో రాణించేలా చేస్తుంది. మొత్తంగా శారీరక, మానసిక, సామాజిక ఉన్నతికి తోడ్పడుతుంది. నిద్ర బంగారం. ఆ మాటకొస్తే బంగారం కన్నా గొప్పదీనూ. ఇది కొరవడకుండా చూసుకుంటే ఆరోగ్యం సొంతమవుతుంది. ముమ్మందు జబ్బుల బారినపడకుండా కాపాడుతుంది. చురుకుదనం, పనుల్లో సామర్థ్యం ఇనుమడిస్తుంది. చదువుల్లో, ఉద్యోగాల్లో రాణించేలా చేస్తుంది. మొత్తంగా శారీరక, మానసిక, సామాజిక ఉన్నతికి తోడ్పడుతుంది.

ఎంత అవసరం?

ఎంత నిద్ర అవసరమనేది ఆయా వ్యక్తులను బట్టి ఉంటుంది. కొందరికి 4 గంటల నిద్రే సరిపోవచ్చు. కొందరికి 9 గంటలు అవసరమవ్వచ్చు. చాలామందికి 7-8 గంటలు సరిపోతుందని చెప్పుకోవచ్చు. వయసు మీద పడుతున్నకొద్దీ దీని అవసరం తగ్గుతూ వస్తుంది. శిశువులకు 14-18 గంటల నిద్ర కావాలి. అదే నాలుగైదేళ్ల పిల్లలకు 11-12 గంటలు అవసరం. టీనేజీలో (13-19 ఏళ్ల వయసు) 8-9 గంటలు నిద్ర అవసరం.

ఒత్తిడితో బలిపెట్టొద్దు

ఇప్పుడు చదువుల ఒత్తిడి పిల్లల్లో నిద్రను బాగా దెబ్బతీస్తుండటం ఆందోళనకరం. పరీక్షల ముందు ఏదో ఒకట్రెండు రోజులంటే ఏమో గానీ రోజూ తెల్లవారుజామున నాలుగైదు గంటలకే లేపటం, రాత్రి 11 గంటల వరకూ చదివిస్తున్న ఉదంతాలు చూస్తున్నాం. దీంతో పడుకునే ముందు గుండె దడ, పడుకున్నా కలత నిద్రతో ఎంతోమంది ఇబ్బంది పడుతున్నారు. కంటి నిండా నిద్రపోకపోతే మెదడు సామర్థ్యం తగ్గుతుంది. జ్ఞాపకశక్తి సన్నగిల్లుతుంది. వ్యక్తిత్వ నైపుణ్యాలూ కొరవడతాయి. చదువుల్లో రాణించటం తగ్గుతుంది. కాబట్టి చిన్న, యుక్తవయసు పిల్లలు తగినంత సేపు నిద్ర పోయేలా చూసుకోవటం తప్పనిసరి.

రోజంతా ఇబ్బందులే

నిద్ర సరిగా పట్టకపోతే రోజంతా రకరకాల ఇబ్బందులు ఎదురవుతుంటాయి. అలసట, నీరసం, మగత స్పందనలు ఆలస్యం (ఉదా: డ్రైవింగ్‌లో వేగంగా స్పందించకపోవటం) మతిమరుపుజి ఆలోచనలు మందగించటం, తికమక, ఏకాగ్రత లోపించటం మూడ్ మారటం. ముఖ్యంగా ఆందోళన చెందటం, చిరాకు పడటం. ఎప్పుడు సమస్యాత్మకం? కొందరు ఇలా పడుకోగానే అలా నిద్రిస్తారు. అదేంటో కొందరికి ఎంతకీ నిద్ర పట్టదు. చివరికిది సమస్యగా మారుతుంది. రాత్రిపూట త్వరగా నిద్ర పట్టకపోవటం, పట్టినా మధ్యలోనో.. తెల్లవారుజామునో మెలకువ వచ్చి, తిరిగి నిద్ర పట్టకపోవటాన్ని నిద్రలేమి (ఇన్‌సోమ్నియా) సమస్యగా పరిగణిస్తారు.

మందుల కన్నా ప్రవర్తన మార్పే ముఖ్యం

నిద్రలేమి అనగానే చాలామందికి ముందుగా గుర్తొచ్చేది నిద్ర మాత్రలు. నిజానికి వీటికన్నా ముందు ప్రవర్తన, ఆలోచనలు మార్చుకోవటమే ముఖ్యం. నిద్రలేమి గలవారు మంచం మీద పడుకొని 'నిద్ర పట్టాలి, పట్టాలి' అని అదేపనిగా ఆలోచిస్తుంటారు. ఇది మరింత చేటు చేస్తుంది. అందువల్ల నిద్ర గురించిన ఆలోచనను మాన్పించేలా చేయటం మంచిది. అలాగే నిద్రకు భంగం కలిగించే కాళ్లలో చిరచిర, గురక, కుంగుబాటు వంటి సమస్యలకూ చికిత్స తీసుకోవాలి. ఇలాంటివేవీ చేయకుండా నేరుగా నిద్ర మాత్రలు ఆరంభిస్తే అదొక అలవాటుగా మారుతుంది. క్రమంగా మందుల ప్రభావమూ తగ్గుతూ వస్తుంటుంది. దుష్ప్రభావాలు కూడా తలెత్తొచ్చు.

కారణాలు రకరకాలు

గురక: కొందరికి నిద్రపోతున్నప్పుడు గొంతు వెనక భాగాలు వదులై శ్వాసమార్గానికి అడ్డుపడుతుంటాయి. దీంతో కాసేపు శ్వాస ఆగుతుంది. అప్పుడు మెలకువ వచ్చి, గట్టిగా గురకపెడుతూ శ్వాస తీసుకుంటుంటారు (స్లీప్ అప్నియా). ఇలా రాత్రంతా చాలాసార్లు జరుగుతుంది. నిద్రలో ఉండటం వల్ల ఈ విషయం తెలియదు గానీ పగటిపూట నిద్రమత్తుతో జోగుతుంటారు. మానసిక సమస్యలు: కుంగుబాటు, ఆందోళన వంటి మానసిక సమస్యలూ నిద్రలేమికి కారణమవుతుంటాయి. దీర్ఘకాలంగా నిద్రలేమి గలవారిలో దాదాపు సగం మంది కనీసం ఏదో ఒక మానసిక సమస్యతో సతమతమవుతుంటారు. కాళ్లలో చిరచిర: కొందరు అతిగా కాళు కదిలిస్తుంటారు (రెస్ట్‌లెస్ లెగ్ సిండ్రోమ్). ఇందులో పాదాలు, పిక్కలు, తొడల్లో ఏదో పాకుతున్నట్టూ అనిపిస్తుంటుంది. ఇది సాయంత్రం, రాత్రి వేళల్లో మరింత ఎక్కువవుతుంది. దీంతో నిద్ర సరిగా పట్టక ఇబ్బంది పడుతుంటారు. ఇతర సమస్యలు: కొందరికి ఛాతీలో మంట, పార్కిన్సన్స్, జీవగడియారాన్ని అస్తవ్యస్తం చేసే సమస్యల వంటివీ కారణం కావొచ్చు. అలవాటుగానూ: కొందరికి నిద్ర పట్టకపోవటం అలవాటుగానూ మారొచ్చు. సాధారణంగా మనకు నిద్రపోయే ముందు ప్రశాంతంగా అనిపిస్తుంటుంది. మగత ముంచుకొస్తుంది. కానీ నిద్ర పట్టకపోవటం అలవాటుగా మారినవారు పడకగదిని చూసినా, మంచాన్ని చూసినా ఆందోళనకు గురవుతుంటారు.

విరామంలో హాబీలు

పెద్దవయసులో కుటుంబ బాధ్యతలు తీరాక.. ముఖ్యంగా మహిళలకు కాస్త సమయం లభిస్తుంది. ఇల్లు పిల్లాపాపలతో సందడిగా ఉన్నప్పుడు పనుల్లో పడిపోయి నిద్ర పోవటానికి తీరిక దొరకదు. చదువులు, ఉద్యోగాల కోసం పిల్లలు వేరే ఊళ్లకు వెళ్లినప్పుడు రోజంతా ఏం చేయాలో తోచదు. వంట పూర్తయ్యాకో, భోజనం చేశాకో, సాయంత్రం టీ తాగిన తర్వాతో మధ్య మధ్యలో పడుకుంటారు. ఇది రాత్రి నిద్రను దెబ్బతీస్తుంది. కాబట్టి పగటిపూట విరామం దొరికినప్పుడు పడుకోవటం కన్నా ఇష్టమైన హాబీలు అలవరచుకోవాలి.

ఏం చేయాలంటే..

రోజూ ఒకే సమయానికి పడుకొని, ఒకే సమయానికి లేవాలి. సరిపోయినంత మేరకే నిద్రించాలి. 7-8 గంటల నిద్ర సరిపోతుంటే అంతసేపే పడుకోవాలి. మధ్యలో మెలకువ వచ్చినా 7-8 గంటలు దాటితే మంచం మీది నుంచి లేవాలి. నిద్ర పట్టలేదు గదాని అలాగే పడుకోవద్దు. ఒకరోజు నిద్ర పట్టక పోయినా తర్వాత రోజు బాగా పట్టొచ్చు. కొందరు రాత్రిపూట మధ్యలో మెలకువగా ఉంటే.. మర్నాడు ఉదయం మరింత ఎక్కువసేపు పడుకుంటారు. ఇదీ మంచిది కాదు. సాయంత్రం 3 గంటల తర్వాత కెఫీన్‌తో కూడిన కాఫీ, టీ, కూల్‌డ్రింకుల వంటివేవీ తాగొద్దు. రోజూ కనీసం అరగంట సేపైనా వ్యాయామం చేయాలి. రోజంతా చురుకుగా ఉండటానికి ప్రయత్నించాలి. ఒకవేళ సాయంత్రం పూట వ్యాయామాలు చేస్తుంటే పడుకోవటానికి నాలుగు గంటల ముందే ముగించాలి. లేకపోతే ఉదయం పూటైనా వ్యాయామం చేయాలి. పడుకునే ముందు సెల్‌ఫోన్, ల్యాప్‌టాప్, ట్యాబ్లెట్ల వంటివి వాడొద్దు. వీటి నుంచి వెలువడే నీలికాంతితో నిద్ర పట్టటం కష్టమవుతుంది. మధ్యాహ్నం కునుకు తీసేవారు సాయంత్రం 3 గంటల తర్వాత పడుకోవద్దు. కునుకు కూడా 35-40 నిమిషాలు మించనీయొద్దు. కొందరు పగటి పూట పనుల మధ్య విరామం దొరికినప్పుడు మంచం మీద వాలుతుంటారు. దీంతో తెలియకుండానే నిద్ర పట్టొచ్చు. ఇలాంటి అలవాటును మానెయ్యాలి. కొందరు నిద్రపోయే సమయానికి ముందు టీవీ చూస్తూ అలాగే సోఫాలోనో, కుర్చీలోనో కూలబడి నిద్రిస్తుంటారు. ఇది తగదు. తర్వాత లేచి మంచం మీ పడుకుంటే నిద్ర ట్టకపోవచ్చు. తిన్న వెంటనే పడుకోవద్దు. నిద్రించటానికి 2, 3 గంటల ముందే రాత్రి భోజనం ముగించాలి. పడుకోవటానికి ముందు పాలు గానీ అరటి పండు గానీ తీసుకోవచ్చు. వీటిల్లోని ట్రిప్టోఫాన్ నిద్రకు తోడ్పడుతుంది. పడుకునే వేళకు గంట ముందే ఇంట్లో లైట్ల వెలుగు తగ్గించుకోవాలి. డిజిటల్ పరికరాలన్నింటినీ కట్టేయాలి. పుస్తకం చదవటం, శ్రావ్యమైన సంగీతం వినటం, లేదా నచ్చినదేదైనా చేస్తూ మనసును ప్రశాంతంగా ఉంచుకోవటానికి ప్రయత్నించాలి. పడుకునే ముందు తగాదాలు, కొట్లాటలు పెట్టుకోవద్దు. అతిగా ఆలోచించొద్దు. అదేపనిగా ఆలోచనలు వస్తుంటే వాటిని మళ్లించే పనేదైనా చేయాలి. మద్యంతో ముందు మత్తు ముంచుకొచ్చినా గాఢ నిద్ర పట్టకుండా చేస్తుంది. పొగ తాగితే మెదడు ఉత్తేజితమై నిద్రకు భంగం కలిగిస్తుంది. కాబట్టి వీటి జోలికి వెళ్లొద్దు. ఒకవేళ ఈ అలవాట్లుంటే పడుకోవటానికి మూడు

ఆవకాయ అదరహో!

వేడివేడి అన్నంలో ఎర్రెర్రని ఆవకాయ పచ్చడి కలిపి తింటే.. వారెవా ఎంత మజా! అమృతం గురించి ఊరిస్తారు గానీ.. అది మాత్రం ఇంతకంటే కమ్మగా ఉంటుందా చెప్పండి! వేడివేడి అన్నంలో ఎర్రెర్రని ఆవకాయ పచ్చడి కలిపి తింటే.. వారెవా ఎంత మజా! అమృతం గురించి ఊరిస్తారు గానీ.. అది మాత్రం ఇంతకంటే కమ్మగా ఉంటుందా చెప్పండి! ఈ మహత్తరమైన మామిడికాయ పచ్చడి ఒక్కో రాష్ట్రంలో ఒక్కో విధంగా చేస్తారు. మచ్చుకు కొన్ని.. కావలసినవి: రాళ్లుప్పు - అర కప్పు, ఆవాలు - 50 గ్రాములు, మెంతులు - 3 చెంచాలు, కారం - కప్పు, మామిడికాయ ముక్కలు - ఒకటిన్నర కిలో, పసుపు - చెంచా, ఇంగువ - ఒకటిన్నర చెంచా తాలింపు దినుసులు: నువ్వుల నూనె - ఒకటిన్నర కప్పులు, ఆవాలు - నాలుగున్నర చెంచాలు, మెంతులు - 3 చెంచాలు, ఇంగువ - పావు చెంచా తయారీ: మామిడికాయ ముక్కల్లో ఉప్పు వేసి కలపాలి. ఆవాలు, మెంతులను వేయించాలి. అవి దోరగా వేగాక.. ఇంగువ జోడించి ఓ నిమిషం వేయించి సెగ తీసేయాలి. చల్లారాక మెత్తగా పొడి చేయాలి. ఈ పొడిని, కారాన్ని ముక్కల్లో కలపాలి. నూనె వేడిచేసి ఆవాలు, మెంతులు, ఇంగువలతో తాలింపు వేయాలి. చివర్లో పసుపు వేసి సెగ తీసేయాలి. చల్లారాక పచ్చడి ముక్కల్లో కలపాలి. ఇదీ తమిళనాడువారి ఆవకాయ పచ్చడి. కావలసినవి: మామిడికాయ ముక్కలు - 3 కిలోలు, ఆవాలు, మెంతులు, కారం, సోంపు, పసుపు - 60 గ్రాముల చొప్పున, నల్ల జీలకర్ర - 15 గ్రాములు, ఉప్పు - 300 గ్రా, ఆవనూనె - 9 కప్పులు తయారీ: కడిగి తుడిచిన మామిడికాయలను ముక్కలుగా కోసుకోవాలి. వాటిని శుభ్రమైన వస్త్రం మీద నాలుగ్గంటలు ఆరబోయాలి. ఆవాలు, మెంతులు, సోంపు, నల్ల జీలకర్రలను కొంచెం బరకగా గ్రైండ్ చేయాలి. నూనెను పొగ వచ్చేదాకా కాగబెట్టి, చల్లారనివ్వాలి. ఒక వెడల్పాటి గిన్నెలో నూనె తప్ప అన్నీ వేసి కలిపి.. తడి లేని జాడీలోకి తీయాలి. వాటి పైన నూనె పోసి మూత బిగించి, వస్త్రం చుట్టాలి. ఈ జాడీని నాలుగు రోజులు బాగా ఎండ తగిలేచోట ఉంచాలి. అంతే.. ఏడాది నిలవుండే రాజస్థాన్ వారి మామిడికాయ పచ్చడి.. 'కెరీ అచార్' తయారైపోతుంది.

బిహార్‌లోజి

కావలసినవి: ఆవపొడి - 200 గ్రాములు, మామిడికాయలు - 2 కిలోలు, ఆవనూనె - లీటర్, వాము, జీలకర్ర, నల్ల జీలకర్ర, సోంపు, మెంతులు, అల్లం తరుగు, మిరియాలపొడి, కారం, కశ్మీరీ పికిల్ మసాలా, ధనియాలపొడి - 40 గ్రాముల చొప్పున, పసుపు - 6 టేబుల్ స్పూన్లు, ఉప్పు - 300 గ్రాములు, కసూరీ మేథీ - రెండున్నర చెంచాలు, ఇంగువ - అర చెంచా తయారీ: మామిడికాయ ముక్కలను నూలువస్త్రం మీద ఆరబోసి ఒక రోజంతా ఎండబెట్టాలి. ఎండిన ముక్కలను వెడల్పాటి పాత్రలోకి తీసి.. పసుపు, ఉప్పు వేసి కలిపి.. 4 రోజులు ఎండలో ఉంచాలి. మసాలా దినుసులను ఒక దాని తర్వాత ఒకటి చొప్పున వాటిల్లో ఉండే చెమ్మ పోయేదాకా కొన్ని క్షణాలు వేయించాలి. మెంతులు మొదలైనవాటిని బరకగా గ్రైండ్ చేయాలి. పొడులన్నిటినీ తడిలేని జాడీలో వేసి.. సగం నూనె పోసి కలపాలి. అందులో మామిడికాయ ముక్కలు జతచేసి.. ఇంకోసారి కలపాలి. పది రోజుల తర్వాత మిగిలిన నూనె కూడా జోడించి మళ్లీ ఎండలో ఉంచాలి. ఇలా ఐదు రోజులు వరుసగా ఎండబెడితే 'ఆమ్ కా అచార్' సిద్ధమవుతుంది.

పంజాబ్‌లో

కావలసినవి: మామిడికాయలు - 5 కిలోలు, మెంతులు, నల్ల జీలకర్ర - 150 గ్రాముల చొప్పున, సోంపు - 200 గ్రా, ఉప్పు - అర కిలో, పసుపు - 2 టేబుల్‌స్పూన్లు, కారం - 3 టేబుల్‌స్పూన్లు, ఆవనూనె - లీటర్ తయారీ: కడిగి తడి లేకుండా తుడిచిన మామిడికాయలను అంగుళం సైజు ఉండేలా ముక్కలు కోసుకోవాలి. వెడల్పాటి పాత్రలో మామిడికాయలు, మెంతులు, పసుపు, నల్ల జీలకర్ర, కారం, సోంపు, ఉప్పు, 800 ఎం.ఎల్.నూనె వేసి కలపాలి. పచ్చడికి తగలకుండా పల్చని వస్త్రంతో కప్పి.. ఎండలో ఉంచాలి. రెండు మూడు గంటలకోసారి కలియబెట్టాలి. ఇలా నాలుగు రోజులు ఎండిన తర్వాత మిగిలిన నూనె కూడా కలిపి.. తడిలేని జాడీలోకి తీసుకోవాలి.

ఒడిశాలో

కావలసినవి: మామిడికాయలు - 5 కిలోలు, ఎండు మిరపకాయలు - 100 గ్రాములు, కారం - అర కప్పు, ఉప్పు - రుచికి తగినంత, పసుపుపచ్చ ఆవాలు - 300 గ్రా, మెంతులు, జీలకర్ర, సోంపు, వాము - 100 గ్రా చొప్పున, నల్ల జీలకర్ర - 3 చెంచాలు, పసుపు - 2 చెంచాలు, ఇంగువ - అర చెంచా, ఆవనూనె - లీటర్ తయారీ: మామిడికాయ ముక్కలను కడిగి, నీళ్ల వడకట్టేసి ఐదు గంటలు ఎండబెట్టాలి. దినుసులను కూడా ఒకరోజంతా ఎండలో ఉంచాలి. ఉప్పులో పసుపు జతచేసి పక్కనుంచాలి. మెంతులు, సోంపు, నల్ల జీలకర్రలను 3 చెంచాల చొప్పున తీసుకుని పొడిచేయాలి. ఎండు మిర్చిని కూడా గ్రైండ్ చేయాలి. ప్యాన్‌లో నూనెను పొగ వచ్చేదాకా వేడిచేసి సెగతీసేయాలి. గోరువెచ్చగా ఉన్నప్పుడు ఇంగువ, కారం వేసి కలియతిప్పి.. పూర్తిగా చల్లారనివ్వాలి. మామిడికాయ ముక్కలను జాడీలోకి తీసి.. కారం, ఉప్పు మొదలైనవన్నీ జోడించి కలపాలి. నూనె మిశ్రమాన్ని కూడా జతచేయాలి. ఈ జాడీని 4 రోజులు ఎండలో ఉంచాలి. అంతే.. ఒడిశావారి ఘుమఘుమలాడే ఆవకాయపచ్చడిని ఆస్వాదించవచ్చు.

కశ్మీర్‌లోజి

కావలసినవి: మామిడికాయలు - 600 గ్రాములు, పంచదార - 2 కప్పులు, ఎండుమిరపకాయలు - 7, అల్లం ముక్కలు - 2 టేబుల్ స్పూన్లు, వెనిగర్ - 4 టేబుల్‌స్పూన్లు తయారీ: చెక్కు తీసిన మామిడికాయలను టెంకెలు తీసేసి.. చీలికలుగా కోయాలి. వాటిని కడిగి కొంతసేపు నీళ్లలో ఉంచి.. వడకట్టేయాలి. ఎండుమిరపకాయల్లో విత్తనాలు తీసేసి కత్తెరతో గుండ్రంగా వచ్చేలా సన్నగా ముక్కలు కోయాలి. పంచదారలో అర కప్పు నీళ్లు జోడించి కలియతిప్పుతూ మరిగించాలి. పాకం కాస్త చిక్కబడ్డాక.. అల్లం, మామిడికాయ ముక్కలు జోడించి కలుపుతుండాలి. ఐదు నిమిషాల తర్వాత ఎండుమిర్చి రింగ్స్, వెనిగర్ జతచేయాలి. ఇక గరిటె వాడకుండా పాత్రను కదిలిస్తుండాలి. ముక్కలు చక్కగా ఉడికాయనుకున్నాక సెగ తీసేయాలి. చల్లారాక తడి లేని సీసాలో భద్రం చేసుకుంటే సంవత్సరంపాటు నిలవుంటుంది.

క్యాన్సర్ మళ్లీనా? వద్దే వద్దు

క్యాన్సర్ వచ్చిందంటేనే నిలువెల్లా కంపించి పోతాం. అలాంటిది తిరగబెట్టిందని తెలిస్తే? కీమో, సర్జరీ, రేడియేషన్ చికిత్సలన్నీ చేయించుకొని.. ఆ బాధలన్నీ భరించి.. జబ్బు పూర్తిగా నయమైన తర్వాత క్యాన్సర్ మళ్లీ వస్తే? ఆ వేదన వర్ణనాతీతం. క్యాన్సర్ వచ్చిందంటేనే నిలువెల్లా కంపించి పోతాం. అలాంటిది తిరగబెట్టిందని తెలిస్తే? కీమో, సర్జరీ, రేడియేషన్ చికిత్సలన్నీ చేయించుకొని.. ఆ బాధలన్నీ భరించి.. జబ్బు పూర్తిగా నయమైన తర్వాత క్యాన్సర్ మళ్లీ వస్తే? ఆ వేదన వర్ణనాతీతం. ఇంతకీ ఇది ఎందుకు తిరగబెడుతుంది? మళ్లీ దాడి చేయకుండా ఎలాంటి జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి? క్యాన్సర్ చికిత్స పూర్తయ్యాక ఆరు నెలల వరకూ ఒంట్లో క్యాన్సర్ ఆనవాళ్లేమీ లేకపోతే నయమైనట్టుగా భావిస్తారు. స్కాన్, రక్త పరీక్షలు, శారీరక లక్షణాలు.. అన్నింటినీ నిశితంగా పరిశీలించి జబ్బు పూర్తిగా తగ్గిపోయిందని (కంప్లీట్ రెమిషన్) నిర్ణయిస్తారు. అయితే కొందరిలో మళ్లీ తిరగబెట్టొచ్చు. అంతకుముందు క్యాన్సర్ వచ్చినచోటే మళ్లీ కణితి ఏర్పడొచ్చు. లేదూ చుట్టుపక్కల భాగాల్లో, దూరంగా ఉన్న భాగాల్లోనైనా తిరగబెట్టొచ్చు. దీనికి కారణం చికిత్స విఫలం కావటం కాదు. చికిత్స పూర్తయినా కూడా కొన్ని క్యాన్సర్ కణాలు అలాగే ఉండిపోవటం. చిత్రమేంటంటే ఇవి పరీక్షల్లోనూ కనిపించవు. శరీరంలో నిద్రాణంగా ఉండిపోతాయి. ఇవే తిరిగి కణితిగా ఏర్పడుతుంటాయి. ఈ తిరగబెట్టిన క్యాన్సర్ ఒకచోటే వస్తే నయమయ్యే అవకాశం ఎక్కువ. వేర్వేరు చోట్ల వస్తే మాత్రం కష్టం. అందుకే చికిత్స అనంతరమూ డాక్టర్లు చెప్పినట్టుగా పరీక్షలు చేయించుకోవటం చాలా ముఖ్యం. ముందే ఆనవాళ్లను గుర్తిస్తే చికిత్స తేలికవుతుంది. అయితే అసలు సమస్య తిరగబెట్టకుండా చూసుకోవటమే అన్నింటికన్నా ఉత్తమం.

డా?? పి. విజయ్ ఆనంద్ రెడ్డి డైరెక్టర్, అపోలో క్యాన్సర్ ఇన్‌స్టిట్యూట్ హైదరాబాద్

ఐదేళ్లు దాటితే విజేతలే

క్యాన్సర్ తిరగబెట్టడమనేది ప్రధానంగా క్యాన్సర్ రకాలను బట్టి ఉంటుంది. ఇలా తిరగబెట్టే ముప్పు కాలం గడుస్తున్నకొద్దీ తగ్గుతూ వస్తుంది. ఉదాహరణకు- చికిత్సతో నయమయ్యాక తొలి రెండేళ్లలో 20% వరకూ తిరగబెట్టే అవకాశముంది. ఇది 2-5 ఐదేళ్లలో 10% కన్నా తక్కువకు పడిపోతుంది. ఐదేళ్ల తర్వాత 2% కన్నా తక్కువేనని చెప్పుకోవచ్చు. అందుకే ఐదేళ్లు దాటితే జబ్బు నుంచి పూర్తిగా బయటపడ్డట్టుగా, క్యాన్సర్‌ను జయించినట్టుగా (క్యాన్సర్ సర్వైవర్) పరిగణిస్తారు. నివారణ మార్గాలివీ శరీరంలో నిద్రాణంగా ఉండిపోయిన క్యాన్సర్ కణాలకు అనువైన వాతావరణం ఏర్పడినప్పుడు తిరిగి కణితిగా ఏర్పడే ప్రమాదముంది. ఇందులో జీవనశైలి, ఆలోచనా సరళి గణనీయమైన పాత్ర పోషిస్తాయి. అందువల్ల వీటి విషయంలో జాగ్రత్త అవసరం. సానుకూల ఆలోచనా ధోరణి: ఇది చాలా చాలా ముఖ్యం. సానుకూల ఆలోచనలతో రోగనిరోధకశక్తి పెరుగుతుంది. ఇటీవల చాలా క్యాన్సర్లకు ఇమ్యూన్‌థెరపీ ఉపయోగపడుతోంది. ఇదేంటో కాదు, రోగనిరోధకశక్తిని పెంచటానికి ఉద్దేశించిందే. రోగనిరోధకశక్తి పుంజుకోవటానికి రకరకాల అంశాలు తోడ్పడతాయి. వీటిలో సానుకూల ఆలోచనా ధోరణి ఒకటి. కాబట్టి 'చికిత్స తీసుకున్నాం, జబ్బు నయమైపోయింది' అని భావిస్తూ రోజువారీ పనులు యథావిధిగా చేసుకోవాలి. మళ్లీ వస్తుందేమోనని చింతించటం మంచిది కాదు. పని చేయకుండా రోజంతా ఇంట్లో కూర్చొని ఉంటే మళ్లీ క్యాన్సర్ వస్తుందేమోననే భయం నిరంతరం వెంటాడుతూ ఉంటుంది. జబ్బు తిరగ బెడుతుందేమోననే భయంతో అదేపనిగా దాని గురించే ఆలోచించేవారికి క్యాన్సర్ మళ్లీ వచ్చే అవకాశం 20% ఎక్కువగా ఉంటుండటం గమనార్హం. ఇది శాస్త్రీయంగానూ రుజువైంది. క్యాన్సర్ తిరగబెట్టే అవకాశం ఎక్కువగా ఉన్న రకాల్లోనూ 'నాకేమీ కాదు, మళ్లీ రాదు' అనే ధైర్యంతో, సానుకూల దృక్పథంతో వ్యవహరించేవారికి తిరగబెట్టడమనేది 30% తగ్గుతున్నట్టు గమనిస్తున్నాం. కాబట్టి ఇంతకుముందు రోజూ చేసే పనులు, ఉద్యోగాలు, వ్యాపారాల్లో నిమగ్నం కావాలి. జీవితంలో ఏదో ఒకటి సాధించాలనే లక్ష్యాన్నీ పెట్టుకోవాలి. దాన్ని సాధించటానికి ప్రయత్నిస్తుంటే మనసు దానికదే క్యాన్సర్ ఆలోచనల నుంచి మళ్లుతుంది. సమతులాహారం: శరీరానికి అన్ని పోషకాలూ కావాలి. పిండి పదార్థం, ప్రొటీన్, కొవ్వు తగినంత మోతాదుల్లో అందాలి. కొందరు ప్రొటీన్ ఎక్కువగా తీసుకుంటూ మిగతావి తగ్గించుకుంటుంటారు. కొందరు పిండి పదార్థాలు చాలా తగ్గించేస్తున్నారు. ఇది మంచి పద్ధతి కాదు. అతిగా ఏది తీసుకున్నా, ఏది తగ్గించినా హానికరమే. తాజా పండ్లు, కూరగాయలు తినాలి.

రకరకాల రంగులతో కూడిన వీటిల్లో క్యాన్సర్‌ను నిరోధించే అంశాలు దండిగా ఉంటాయి. పళ్లెంలో సగం వరకూ కూరగాయలు ఉండేలా చూసుకోవాలి. క్యాబేజీ, గోబీపువ్వు, బ్రోకలీ వంటి వాటిల్లో క్యాన్సర్ కణాలతో పోరాడే సల్ఫోరఫేన్ దండిగా ఉంటుంది. ఆకుకూరల్లోని యాంటీఆక్సిడెంట్లు, ఫోలేట్ దెబ్బతిన్న కణాలు మరమ్మతు కావటానికి తోడ్పడతాయి. ఇక పీచేమో పేగులను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. మంచి బ్యాక్టీరియా వృద్ధి చెందటానికి తోడ్పడుతుంది. ఇది పెద్దపేగు క్యాన్సర్ నివారణకు చాలా ముఖ్యం. కంటి నిండా నిద్ర: సరిగా నిద్ర పట్టకపోవటం, స్మార్ట్‌ఫోన్ల వంటి పరికరాల నుంచి వెలువడే నీలి కాంతితో శరీరంలోని జీవగడియారం (సర్కేడియన్ రిథమ్) అస్తవ్యస్తమవుతుంది. ఇది కణాల ప్రవర్తన, రోగనిరోధక వ్యవస్థ పనితీరును మార్చొచ్చు. ఇవి చికిత్సతో నిర్మూలితమైన మునుపటి క్యాన్సర్ మార్గాలను ప్రేరేపితం చేయొచ్చు. ఫాలికుల్ స్టిమ్యులేటింగ్ హార్మోన్, ల్యూటీనైజింగ్ హార్మోన్ల మీద నిద్ర, జీవగడియారం ప్రభావం చూపుతాయి. ఈ హార్మోన్లు అస్తవ్యస్తం కావటానికీ అండాశయ, రొమ్ము, ప్రోస్టేట్ క్యాన్సర్లకూ సంబంధముండటం గమనార్హం. కాబట్టి రాత్రిపూట కంటి నిండా నిద్రించాలి. దురలవాట్లకు దూరం: చెడు అలవాట్లు జీవగడియారాన్ని ప్రభావితం చేసి, క్యాన్సర్ తిరగబెట్టేలా చేయొచ్చు. గుట్కా, పాన్, వక్క పొడి, పొగ, మద్యం వంటి దురలవాట్లను మానేసినవారు మళ్లీ వాటి జోలికి వెళ్లొద్దు. పొగాకులో బోలెడన్ని క్యాన్సర్ కారకాలుంటాయి. ఇక మద్యంలోని ఆల్కహాల్ శరీరంలోకి వెళ్లిన తర్వాత అసిటాల్‌డిహైడ్‌గా మారుతుంది. ఇది డీఎన్‌ఏను దెబ్బతీసి, కణాలు మరమ్మతయ్యే ప్రక్రియను ఆపేస్తుంది. ఎప్పుడో అప్పుడంటే ఏమోగానీ రోజూ అదేపనిగా మద్యం తాగితే తిరిగి క్యాన్సర్‌కు జీవం పోస్తున్నట్టే. వ్యాయామం కీలకం: రోజంతా పనిచేస్తూనే ఉంటాం. ప్రత్యేకంగా వ్యాయామం అవసరమా? అని భావించటం తప్పు. రోజూ కనీసం 40 నిమిషాలైనా క్రమబద్ధంగా వ్యాయామం చేయాలి. కనీసం నడిచినా చాలు. వీలుంటే జిమ్‌కు వెళ్లొచ్చు. కండరాలను పెంచే వ్యాయామాలు ఎంతో మేలు చేస్తాయి. మరీ పెద్ద బరువులు ఎత్తాలనేమీ లేదు. శరీరం సహకరించినంత వరకూ బరువు వ్యాయామాలు చేయొచ్చు. ఇష్టమైన ఆటలేవైనా ఆడొచ్చు. క్యాన్సర్ చికిత్స తీసుకున్నాం కదాని వ్యాయామాలు, ఆటలు మానెయ్యొద్దు. యోగా, ధ్యానం, ప్రాణాయామం కూడా బాగా ఉపయోగ పడతాయి. వీటితో మానసిక ఒత్తిడి తగ్గుతుంది. ఆనందాన్ని కలిగించే రసాయనాలు విడుదలవుతాయి. ఇవన్నీ క్యాన్సర్ నివారణకు తోడ్పడేవే.

Printed,Published and Owned by GILAKARA SRIDHAR, Printed at M/S Kakatiya Printers ,H.NO. 24-91/72,73,74 IDA Uppal, Uppal Mandal,Medchal Malkajgiri District,Telangana, Published at,H.NO.1-5-631/276,Abedkar Colony,Old Alwal Village,Alwal Mandal,Medchal Malkajgiri District,Telangana,cell 6305539214,Editor GILAKARA SRIDHAR,RNI NO,TEL TEL/2016/71618. gmail: maroudayam20@gmail.com