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

RNI TGTEL/25/A5065

vaartha sandhya
వార్త సంధ్య
తెలుగు దిన పత్రిక
నిజం నిర్భయంగా మీ ముందుకు

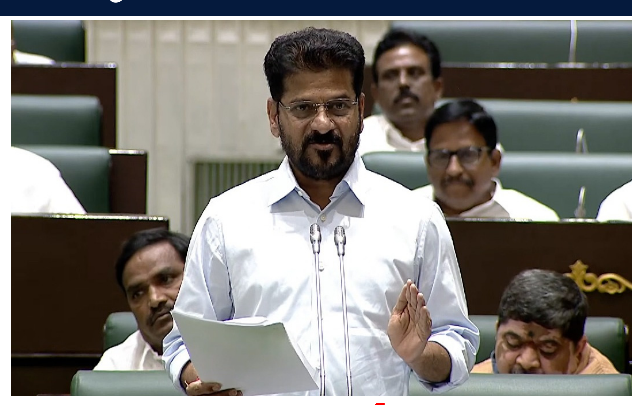
SEGGEM KIRAN KUMAR
EDITOR & MD
VAARTHA SANDHYA , CM NEWS TV

Published From : Rangareddy, Hyderabad e - paper.vaarthasandhya.com సంపుటి : 01 సంచిక : 103 సోమవారం 30 - 03 - 2026 ఎడిటర్ : సెగ్గెం కిరణ్ కుమార్ పేజీలు : 08 వెల : 6/-

Published From : Rangareddy, Hyderabad e - paper.vaarthasandhya.com VOLUME : 01 Issue : 103 Monday 30 - 03 - 2026 Editor : Seggem Kiran Kumar Pages : 08 Price : 6/-

తల్లిదండ్రులను నిర్లక్ష్యం చేస్తే
జీతంలో 15 శాతం కట్
తెలంగాణ అసెంబ్లీలో చారిత్రాత్మక బిల్లుకు ఆమోదం

- తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి
- కన్నవారిని నిర్లక్ష్యం చేస్తే వేతనానికి కోత
- చారిత్రాత్మక బిల్లుకు తెలంగాణ అసెంబ్లీ ఆమోదం
- ప్రభుత్వ, ప్రైవేట్ ఉద్యోగులతో పాటు ప్రజాప్రతినిధులకూ ఈ చట్టం వర్తింపు
- వృద్ధ తల్లిదండ్రులకు భరోసా కల్పించడమే లక్ష్యమన్న సీఎం రేవంత్ రెడ్డి
- కోత విధించిన మొత్తాన్ని నేరుగా తల్లిదండ్రుల ఖాతాలో జమ చేయనున్న ప్రభుత్వం



వార్త సంధ్య, హైదరాబాద్, మార్చి 29 :
వృద్ధాప్యంలో ఉన్న తల్లిదండ్రులను నిర్లక్ష్యం చేసే ఉద్యోగుల పట్ల తెలంగాణ ప్రభుత్వం కఠినంగా వ్యవహరించనుంది. అలాంటి వారి జీతంలో 15 శాతం వరకు కోత విధించేందుకు ఉద్దేశించిన కీలక బిల్లును ఆదివారం తెలంగాణ శాసనసభ ఏకగ్రీవంగా ఆమోదించింది. ప్రభుత్వ, ప్రైవేట్ రంగ ఉద్యోగులతో పాటు ప్రజాప్రతినిధులకు కూడా ఈ చట్టం వర్తించనుంది.ఎస్సీ, ఎస్టీ సంక్షేమ, వయోవృద్ధుల శాఖ మంత్రి అడ్లూరి లక్ష్మణ్ కుమార్ - మిగతా 2 లో

2 లో

రాష్ట్రాలకు కేంద్ర మంత్రి కిషన్ రెడ్డి కీలక సూచన

- లాక్‌డౌన్ విధిస్తారనే ప్రచారాన్ని నమ్మవద్దని సూచన
- సామాన్యులపై భారం తగ్గించేందుకు ఎక్సైజ్ సుంకం తగ్గించామన్న మంత్రి
- రాష్ట్రాలు కూడా వ్యాట్ తగ్గించి ప్రజలకు ఊరటనివ్వాలని విజ్ఞప్తి
- ఇంధన సరఫరా వ్యవస్థ గాడిలో పడిందన్న కిషన్ రెడ్డి

కేసీఆర్, హరీశ్ లను సీబీఐ ఇంకా ఎందుకు అరెస్ట్ చేయలేదు?

2 లో

- కేంద్రాన్ని నిలదీసిన తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి
- కాళేశ్వరం కేసులో కేసీఆర్, హరీశ్‌రావుపై చర్యలు తీసుకోవడంలో కేంద్రం విఫలమైందని విమర్శ
- పార్లమెంట్ ఎన్నికల్లో బీజేపీ, బీఆర్ఎస్ సీట్లు, ఓట్లు పంచుకున్నాయని రేవంత్ రెడ్డి ఆరోపణ
- అక్రమ మైనింగ్‌పై ఇప్పటికే సీబీసీఐడీ విచారణకు ఆదేశించామని స్పష్టం చేసిన ప్రభుత్వం
- సలహాలిచ్చి సభ నుంచి పారిపోవడం బీఆర్ఎస్ ఎమ్మెల్యేలకు అలవాటైపోయిందని ఎద్దేవా

గల్ఫ్ దేశాలకు ప్రధాని మోదీ కృతజ్ఞతలు

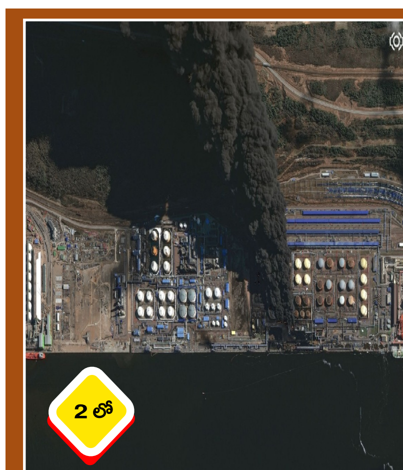
- కష్టకాలంలో అండగా నిలిచాయని ప్రశంస
- పశ్చిమాసియా సంక్షోభంలో భారతీయులను ఆదుకున్న గల్ఫ్ దేశాలు
- విమాన సర్వీసులు నిలిచినప్పుడు తరలింపునకు ప్రత్యేక ఏర్పాట్లు
- బలమైన దౌత్య సంబంధాల వల్లే ఇది సాధ్యమైందన్న ప్రధాని మోదీ

2 లో

తన కారు డ్రైవర్ కుమారుడికి ఎమ్మెల్యే టికెట్ ఇచ్చిన విజయ్

- తమిళగ వెట్రి కళగం పార్టీ అధినేత విజయ్ సంచలన నిర్ణయం
- 30 ఏళ్లుగా తన డ్రైవర్‌గా ఉన్న వ్యక్తి కుమారుడికి ఎమ్మెల్యే టికెట్
- విరుగంపాక్కం అభ్యర్థిగా శబరినాథన్‌ను ప్రకటించిన తలపతి
- వారసత్వ, ధన రాజకీయాలకు భిన్నంగా కొత్త ఒరవడికి శ్రీకారం
- ప్రకటన వేళ భావోద్వేగానికి గురైన డ్రైవర్, ఆయన కుమారుడు

వార్త సంధ్య, చెన్నై, మార్చి 29 :
కోలీవుడ్ స్టార్ హీరో, తమిళగ వెట్రి కళగం (టీవీకే) పార్టీ అధినేత తలపతి విజయ్ రాజకీయాల్లో తనదైన మార్క్ చూపిస్తున్నారు. రాబోయే తమిళనాడు అసెంబ్లీ ఎన్నికల బరిలో తన వ్యక్తిగత కారు డ్రైవర్ కుమారుడిని నిలబెడుతూ సంచలన నిర్ణయం తీసుకున్నారు. గత 30 ఏళ్లుగా తన వద్ద డ్రైవర్‌గా పనిచేస్తున్న - మిగతా 2 లో



2 లో

రష్యా కీలక ఓడరేవుపై ఉక్రెయిన్ పంజా

- నిలిచిన ఇంధన ఎగుమతులు
- రష్యాలోని ఉస్ట్-లుగా ఓడరేవుపై ఉక్రెయిన్ డ్రోన్లతో దాడి
- బాల్టిక్ తీరంలోని కీలక గ్యాస్ టెర్మినల్‌ను లక్ష్యంగా చేసుకున్న డ్రోన్లు
- ఇది ఉగ్రచర్యగా అభివర్ణించిన రష్యా, ప్రతీకారం తప్పదని హెచ్చరిక

కూటమి స్ఫూర్తిని మరింత బలోపేతం చేద్దాం

- టీడీపీ శ్రేణులకు పవన్ కల్యాణ్ శుభాకాంక్షలు
- టీడీపీ 44వ ఆవిర్భావ దినోత్సవం
- పార్టీ నాయకత్వానికి, కార్యకర్తలకు విషెస్ తెలిపిన పవన్
- చంద్రబాబు, లోకేశ్, పల్లా శ్రీనివాసరావులకు ప్రత్యేక అభినందనలు
- టీడీపీ నాలుగు దశాబ్దాల ప్రస్థానాన్ని, ఎన్టీఆర్ ఆశయాలను గుర్తు చేసుకున్న జనసేనాని
- చంద్రబాబు నాయకత్వ పటిమను, పోరాట స్ఫూర్తిని కొనియాడిన పవన్

వార్త సంధ్య, అమరావతి, మార్చి 29 :
తెలుగుదేశం పార్టీ 44వ ఆవిర్భావ దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని జనసేనాని, డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్ ఆ పార్టీకి, నాయకులకు, కార్యకర్తలకు హృదయపూర్వక శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు. ఈ మేరకు ఆయన ఒక ప్రకటన విడుదల చేశారు. టీడీపీ జాతీయ అధ్యక్షుడు చంద్రబాబు, టీడీపీ జాతీయ ప్రధాన కార్యదర్శి లోకేశ్, పార్టీ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు పల్లా శ్రీనివాసరావుతో పాటు పార్టీ శ్రేణులందరికీ ఆయన తన అభినందనలు - మిగతా 2 లో

అమరావతి బిల్లుపై కేంద్రం ముందడుగు

- అమిత్ షాతో మాజీ ఉపరాష్ట్రపతి వెంకయ్య కీలక చర్చ!
- ఢిల్లీలో కేంద్ర హోంమంత్రి అమిత్ షాతో ప్రత్యేకంగా సంప్రదింపులు
- ఏపీ ఏకైక రాజధానిగా అమరావతికి చట్టబద్ధత కల్పించాలని విజ్ఞప్తి
- ప్రస్తుత పార్లమెంట్ సమావేశాల్లోనే బిల్లును ఆమోదించాలని కోరిన వెంకయ్య
- వెంకయ్య ప్రతిపాదనకు అమిత్ షా సానుకూలంగా స్పందించినట్లు సమాచారం
- రాజధాని విషయంలో భవిష్యత్తులో ఎలాంటి సందిగ్ధతకు తావులేకుండా శాశ్వత పరిష్కారం చూపాలన్న వెంకయ్య నాయుడు

వార్త సంధ్య, అమరావతి, మార్చి 29 :
ఆంధ్రప్రదేశ్ ఏకైక రాజధానిగా అమరావతికి చట్టబద్ధత కల్పించే ప్రక్రియ వేగవంతమైంది. ఈ అంశంపై మాజీ ఉపరాష్ట్రపతి వెంకయ్య నాయుడు మరోసారి కీలక చొరవ తీసుకున్నారు. ఆదివారం ఆయన ఢిల్లీలో కేంద్ర హోంమంత్రి అమిత్ షాతో ప్రత్యేకంగా సంప్రదింపులు జరిపారు. ప్రస్తుత పార్లమెంట్ - మిగతా 2 లో

రాష్ట్రమంతటా పసుపు పండుగ.. ఘనంగా టీడీపీ ఆవిర్భావ వేడుకలు

- ఘనంగా తెలుగుదేశం పార్టీ 44వ ఆవిర్భావ వేడుకలు
- మంగళగిరిలో పార్టీ జెండాను ఆవిష్కరించిన సీఎం చంద్రబాబు
- ఎన్టీఆర్ విగ్రహానికి నివాళులర్పించిన చంద్రబాబు, లోకేశ్
- గ్రామాల్లో పండుగలా సంబరాలు జరుపుకుంటున్న శ్రేణులు
- తెలుగుజాతి ఆత్మగౌరవ నినాదంతో పుట్టిన పార్టీ టీడీపీ
- తెలుగుదేశం 44వ ఆవిర్భావ దినోత్సవ వేడుకలను ఘనంగా నిర్వహించిన సీఎం చంద్రబాబు

వార్త సంధ్య, అమరావతి, మార్చి 29 :
కార్యకర్తలను పట్టించుకోని వాళ్లు, ఇబ్బంది పెట్టే నాయకులు పార్టీకి అవసరం లేదని తెలుగుదేశం అధినేత, సీఎం చంద్రబాబు తేల్చిచెప్పారు. కష్టపడిన వాళ్లను కాపాడుకుంటూ పని చేసిన వాళ్లను గుర్తించి పదవులు ఇచ్చి ప్రోత్సహిస్తామని స్పష్టం చేశారు. ఈ సారి 50 శాతం సీట్లు పెరగడంతో పాటు మహిళలకు 33 శాతం రిజర్వేషన్లు వస్తున్నందున రాజకీయ అవకాశాలు మెరుగుపడతాయని తెలిపారు. తెలుగుదేశం పార్టీ బలంగా ఉంటేనే రాష్ట్రం బలంగా ఉంటుందని ఉద్ఘాటించారు. అమరావతి దేవతల రాజధాని కాబట్టి కొందరు రాక్షసులకు ఇష్టం లేదని జగన్‌ను ఉద్దేశించి దుయ్యబట్టారు.పార్టీ కేంద్ర కార్యాలయం ఎన్టీఆర్ భవన్‌లో తెలుగుదేశం 44వ ఆవిర్భావ దినోత్సవ వేడుకలను ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు ఘనంగా నిర్వహించారు. టీడీపీ జాతీయ ప్రధాన కార్యదర్శి నారా లోకేశ్, రాష్ట్ర పార్టీ అధ్యక్షులు - మిగతా 2 లో

సంపాదకీయం

రైతన్నలు ఆహార సైనికులు

శత్రువుల నుంచి దేశాన్ని కాపాడేది సైనికులైతే, ఆకలి నుంచి దేశాన్ని రక్షించేది రైతన్నలు. నేడు ఆకాశహర్మ్యాలు పెరుగుతున్నాయి, ఐటీ రంగాలు విస్తరిస్తున్నాయి. కానీ మనం తినేది సాఫ్ట్‌వేర్ కాదు. ఎన్ని సిరులున్నా అన్నం తినాల్సిందే. దురదృష్టవశాత్తూ, నేటి పాలకవర్గాలు పరిశ్రమలకు, మౌలిక సదుపాయాలకు ఇచ్చే ప్రాధాన్యాన్ని పచ్చని పొలాలకు, చెమట చిందించే రైతుకు ఇవ్వడం లేదు. రైతుల పరిస్థితి క్షేత్రస్థాయిలో దయనీయంగా ఉంది. విత్తనం నుంచి ఎరువులు, పురుగు మందులు, ట్రాక్టర్ డీజిల్ వరకు ధరలు ఆకాశాన్ని తాకుతున్నాయి. సబ్సిడీలు తగ్గుతుండటంతో రైతుపై భారం రెట్టింపవుతోంది. స్వామినాథన్ కమిషన్ సిఫార్సుల ప్రకారం (సాగు ఖర్చు + 50 శాతం లాభం) మద్దతు ధర కల్పించాలనే డిమాండ్ దశాబ్దాలుగా పెండింగ్‌లోనే ఉంది. ఒకవైపు అనావృష్టి, మరోవైపు అతివృష్టితో పంటలు నష్టపోతున్నా, 'ఫసల్ బీమా' వంటి పథకాలు రైతుకు సకాలంలో అందడం లేదు. పండించిన పంటకు సరైన గిట్టుబాటు ధర లేక, దళారుల చేతిలో మోసపోతూ రైతులు అప్పుల ఊబిలో కూరుకుపోతున్నారు. ఒకవైపు వానలు లేక, మరోవైపు వరదలతో పంట నష్టపోతున్నా రైతుకు అందే సాయం అంతంత మాత్రమే. ఈ ఏడాది కేంద్ర బడ్జెట్‌లో వ్యవసాయ, అనుబంధ రంగాలకు దాదాపు రూ. 1.52 లక్షల కోట్లు కేటాయించారు. ఇది వినడానికి పెద్ద మొత్తంగా అనిపించినా, మొత్తం బడ్జెట్ వ్యయంలో ఇది కేవలం స్వల్ప శాతం మాత్రమే. గత ఏడాదితో పోలిస్తే ఎరువుల సబ్సిడీని తగ్గించారు. ఏటా రూ. 6,000 ఇచ్చే పీఎంకిసాన్ సాయం 8 సంవత్సరాలైనా అలాగే ఉంది తప్ప, పెరుగుతున్న ద్రవ్యోల్బణం, సాగు ఖర్చులకు అనుగుణంగా దానిని పెంచలేదు. రెండు తెలుగు రాష్ట్రాల ప్రభుత్వాలు కూడా 'రైతు బంధు' లేదా 'రైతు భరోసా' వంటి ప్రత్యక్ష నగదు బదిలీ పథకాలపైనే ఎక్కువ శ్రద్ధ పెడుతున్నాయి తప్ప, దీర్ఘకాలిక ప్రయోజనాలు ఇచ్చే నీటిపారుదల ప్రాజెక్టులు, మార్కెటింగ్ సౌకర్యాలు, కోల్డ్ స్టోరేజీల ఏర్పాటుకు ఆశించిన నిధులు కేటాయించడం లేదు. సరిహద్దుల్లో కాపలా కాసే సైనికుడికి ఎంత గౌరవం ఇస్తున్నామో, మన ఆకలి తీర్చే ఆహార సైనికుడికీ అంతే గౌరవం ఇస్తున్నామా? సమాజం రైతును కరుణతో కాదు, గౌరవంతో చూడాలి. పాలకులు వ్యవసాయాన్ని కేవలం ఓట్ల రాజకీయం కోసం కాకుండా, ఒక లాభసాటి వ్యాపారంగా, దేశ భద్రతాంశంగా మార్చాల్సిన బాధ్యత తీసుకోవాలి. బడ్జెట్ కేటాయింపులు కేవలం అంకెలుగా కాకుండా, రైతు జీవితాల్లో కాంతిని నింపేవిగా ఉండాలి.

అమరావతి బిల్లుపై కేంద్రం ముందడుగు

మొదటిపేజీ తరువాయి – సమావేశాల్లోనే అమరావతి బిల్లుకు మోక్షం కలిగించేలా ఏపీ పునర్వ్యవస్థీకరణ చట్టానికి సవరణ చేయాలని ఈ సందర్భంగా వెంకయ్య నాయుడు గట్టిగా కోరారు. రాజధాని విషయంలో భవిష్యత్తులో ఎలాంటి సందిగ్ధతకు తావులేకుండా శాశ్వత పరిష్కారం చూపాలని వెంకయ్య నాయుడు నొక్కిచెప్పారు. అమరావతికి చట్టపరమైన రక్షణ కల్పించడం ద్వారానే ఇది సాధ్యమవుతుందని ఆయన అభిప్రాయపడ్డారు. దీనివల్ల ప్రభుత్వాలు మారినా రాజధానిని మార్చే ప్రసక్తే ఉండదని, తద్వారా రాజధాని కోసం భూములిచ్చిన రైతులకు, పెట్టుబడిదారులకు పూర్తిస్థాయి భరోసా లభిస్తుందని అమిత్ షాకు వివరించారు. వెంకయ్య నాయుడు ప్రతిపాదనలకు అమిత్ షా సానుకూలంగా స్పందించినట్లు సమాచారం. అమరావతి బిల్లుకు సంబంధించిన ముసాయిదాపై న్యాయశాఖ ఇప్పటికే తన కసరత్తు పూర్తి చేసిందని, త్వరలోనే దీనిని తుది నిర్ణయం కోసం కేంద్ర కేబినెట్ ముందుకు తీసుకువస్తామని అమిత్ షా హామీ ఇచ్చినట్లు తెలుస్తోంది. ఈ భేటీలో పోలవరం నిధులు, విభజన హామీల అమలు వంటి ఇతర రాష్ట్ర ప్రయోజనాలపైనా చర్చ జరిగినట్లు సమాచారం.

కూటమి స్ఫూర్తిని మరింత బలోపేతం చేద్దాం

మొదటిపేజీ తరువాయి – తెలిపారు. రాష్ట్రాభివృద్ధికి కూటమి ఐక్యత అత్యంత కీలకమని, ఈ స్ఫూర్తిని మరింత బలోపేతం చేద్దామని ఆయన పిలుపునిచ్చారు. దివంగత నందమూరి తారక రామారావు 'తెలుగువారి ఆత్మ గౌరవం' అనే నినాదంతో స్థాపించిన తెలుగుదేశం పార్టీ, ఉమ్మడి ఆంధ్రప్రదేశ్ రాజకీయాల్లో ఒక చారిత్రాత్మక సంచలనం సృష్టించిందని పవన్ కల్యాణ్ గుర్తు చేసుకున్నారు. నాలుగు దశాబ్దాలుగా ప్రజాక్షేత్రంలో బలంగా నిలబడటం వెనుక గొప్ప పోరాట చరిత్ర ఉందని అన్నారు. పార్టీ ప్రస్థానంలో ఎదురైన ఎన్నో క్లిష్ట పరిస్థితులను, ఒడిదుడుకులను చంద్రబాబు తన అపారమైన రాజకీయ అనుభవంతో అధిగమించారని కొనియాడారు. ఆయన నాయకత్వ పటిమ పార్టీ శ్రేణుల్లో స్థైర్యాన్ని నింపిందని ప్రశంసించారు. రాజకీయ లక్ష్యాలతో పాటు రాష్ట్ర అభివృద్ధి, ప్రజా సంక్షేమమే అజెండాగా చంద్రబాబు పార్టీని ముందుకు నడిపించిన తీరు స్ఫూర్తిదాయకమని పవన్ పేర్కొన్నారు. తెలుగు రాష్ట్రాల అభివృద్ధిలోనూ, ప్రజా సమస్యలపై పోరాడటంలోనూ చంద్రబాబు తనదైన ముద్ర వేశారని అన్నారు. ప్రస్తుతం ఆంధ్రప్రదేశ్ అభివృద్ధి కూటమి ఐక్యతతోనే సాధ్యమని స్పష్టం చేసిన పవన్ కల్యాణ్, ఈ ఐక్యతను, స్నేహబంధాన్ని మరింత పటిష్ఠం చేసుకుంటూ ముందుకు సాగుదామని తన ప్రకటనలో పిలుపునిచ్చారు.

తన కారు డ్రైవర్ కుమారుడికి ఎమ్మెల్యే టికెట్ ఇచ్చిన విజయ్

మొదటిపేజీ తరువాయి – రాజేంద్రన్ పట్ల కృతజ్ఞత చాటుతూ, ఆయన కుమారుడు శబరినాథన్‌కు ఎమ్మెల్యే టికెట్ కేటాయించారు. చెన్నైలోని విరుగంపాక్కం అసెంబ్లీ నియోజకవర్గం నుంచి శబరినాథన్‌ను తమ పార్టీ అభ్యర్థిగా విజయ్ ఖరారు చేశారు. వారసత్వ రాజకీయాలకు, ధనబలానికి ప్రాధాన్యత ఇచ్చే సంస్కృతికి భిన్నంగా, తనను నమ్ముకుని ఉన్న సాధారణ కార్యకర్తలకు, చదువుకున్న యువతకు అవకాశం కల్పిస్తాననే బలమైన సందేశాన్ని ఈ నిర్ణయం ద్వారా విజయ్ ఇచ్చారు. అభ్యర్థిగా శబరినాథన్ పేరును వేదికపై విజయ్ ప్రకటిస్తున్న సమయంలో భావోద్వేగ వాతావరణం నెలకొంది. ఈ అనూహ్య గౌరవంతో డ్రైవర్ రాజేంద్రన్, ఆయన కుమారుడు శబరినాథన్ కన్నీటి పర్యంతమయ్యారు. ఈ నిర్ణయం పట్ల విజయ్ అభిమానులు, టీవీకే శ్రేణులు సోషల్ మీడియా వేదికగా హర్షం వ్యక్తం చేస్తున్నాయి. ఇదే నిజమైన నాయకుడి లక్షణమంటూ ప్రశంసలు కురిపిస్తున్నారు.

రాష్ట్రాలకు కేంద్ర మంత్రి కిషన్ రెడ్డి కీలక సూచన

మొదటిపేజీ తరువాయి – అంతర్జాతీయంగా ధరలు పెరుగుతున్నప్పటికీ, సామాన్యులపై భారం మోపవద్దనే ఉద్దేశంతో కేంద్రం ఎక్సైజ్ సుంకాన్ని తగ్గించిందని, రాష్ట్రాలు కూడా తమ పరిధిలోని వ్యాట్‌ను తగ్గించి ప్రజలకు ఉపశమనం కలిగించాలని కేంద్ర మంత్రి కిషన్ రెడ్డి కీలక సూచన చేశారు. శనివారం ఆయన మీడియాతో మాట్లాడుతూ విదేశాల నుంచి ఇంధన సరఫరా సకాలంలో జరిగేలా అన్ని చర్యలు తీసుకుంటున్నామని తెలిపారు. దేశంలో ఇంధన నిల్వలపై వస్తున్న వదంతులను ఆయన ఖండించారు. పెట్రోల్, డీజిల్, గ్యాస్‌కు ఎలాంటి కొరత లేదని, ప్రజలు ఆందోళన చెందాల్సిన అవసరం లేదన్నారు. దేశంలో మళ్లీ లాక్‌డౌన్ విధిస్తారంటూ సాగుతున్న ప్రచారాన్ని కూడా ఆయన తోసిపుచ్చారు. ఇంధన కొరత భయంతో పెట్రోల్ బంకులు, గ్యాస్ ఏజెన్సీల వద్ద క్యూ కట్టవద్దని ప్రజలకు విజ్ఞప్తి చేశారు. దేశంలో మళ్లీ లాక్‌డౌన్ విధించే ప్రసక్తే లేదని, కొందరు కావాలనే తప్పుడు ప్రచారం చేస్తున్నారని, దానిని నమ్మవద్దని కోరారు. గతంలో కొన్ని కంపెనీలకు సరఫరాలో సాంకేతిక సమస్యలు తలెత్తిన మాట వాస్తవమేనని, అయితే ప్రస్తుతం ఆ సమస్యలు పూర్తిగా పరిష్కారమయ్యాయని వెల్లడించారు. ఇంధన సరఫరా వ్యవస్థ పూర్తిగా గాడిన పడిందని, ప్రజలు అనవసరంగా ఇంధనాన్ని నిల్వ చేసుకోవద్దని సూచించారు.

రాష్ట్రమంతటా పసుపు పండుగ.. ఘనంగా టీడీపీ ఆవిర్భావ వేడుకలు

మొదటిపేజీ తరువాయి – పల్లా శ్రీనివాసరావు, కేంద్రమంత్రి పెమ్మసాని, సీనియర్ నాయకులతో కలిసి పార్టీ జెండా ఎగురవేశారు. ఎన్టీఆర్ విగ్రహానికి నివాళులర్పించారు. కార్యకర్తలను పట్టించుకోని నేతలు తనకు అక్కర్లేదంటూ సీఎం చంద్రబాబు స్పష్టం చేశారు. క్రమశిక్షణతో పని చేస్తూ పార్టీని బలోపేతం చేయాలని పిలుపునిచ్చారు. కార్యకర్తలను గుర్తించే పని లోకేశ్‌దే అని చెప్పారు. తెలుగుదేశం కార్యకర్తలు, నాయకులు ఆదర్శంగా ఉండాలని వ్యక్తిగత ప్రవర్తన నుంచి ప్రతి అంశంలో టీడీపీ బ్రాండ్ నిలిపేలా వ్యవహరించాలని సూచించారు. అభివృద్ధి వైకుంఠపాళి కాకూడదని పార్టీ గెలుపే రాష్ట్రం గెలుపు అని పసుపు జెండా నిరంతరం ఎగురుతూ రాష్ట్రం ఎప్పుడూ గెలవాలని అన్నారు. తెలుగుదేశం పుట్టుక నుంచి నేటి వరకు పార్టీ సిద్ధాంతాలు, విజయాలు, ప్రయాణం అన్నీ సంచలనమే అని గుర్తుచేశారు. ప్రసంగం చివర్లో జై తెలుగుదేశం పార్టీ కార్యకర్తలకు జై కొట్టారు. పార్టీ బలోపేతం కోసం పని చేస్తానంటూ కార్యకర్తలతో కలిసి ప్రతిజ్ఞ చేశారు. ఎవరు బాగా పని చేస్తే వారే ప్రజాప్రతినిధులు అవుతారని చెప్పారు.

ఎన్నో రాష్ట్రాలకు రోల్ మోడల్: ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో సంక్షేమానికి నాంది పలికింది తెలుగుదేశం అని అభివృద్ధికి అడుగులు వేసిందని సీఎం చంద్రబాబు చెప్పారు. 40 ఏళ్ల క్రితం టీడీపీ తెచ్చిన 2 రూపాయలకే కిలో బియ్యం జాతీయ ఆహార భద్రతా పథకమైందని గుర్తుచేశారు. అప్పుడు తెచ్చిన మహిళలకు ఆస్తి హక్కు తరువాత కేంద్రం చట్టం చేసిందని అన్నారు. మహిళలకు నాడు స్థానిక ఎన్నికల్లో కల్పించిన రిజర్వేషన్ దశాబ్దాల తరువాత 33 శాతం రిజర్వేషన్‌కు అడుగులు పడడానికి కారణం అయ్యిందని తెలిపారు. మన ప్రభుత్వం తెచ్చిన విద్యుత్ సంస్కరణలు ఆ తర్వాత ఎన్నో రాష్ట్రాలకు రోల్ మోడల్ అయ్యాయని వెల్లడించారు. మహిళా సాధికారతకు తెచ్చిన డ్వాక్రా సంఘాలు దేశంలోనే రోల్ మోడల్‌గా నిలిచాయని సీఎం చంద్రబాబు అన్నారు. బీసీలకు రాజ్యాధికారం కట్టబెట్టామని ఎస్సీలకు వర్గీకరణతో సమన్యాయం చేశామని తెలిపారు. ఎస్టీలకు భూములు, పథకాలు ఇచ్చి జీవితాలు మార్చామని గుర్తుచేశారు. తెలుగుదేశం పార్టీ విజయాలనే కాదు సంక్షోభాలను, సవాళ్లను చూసిందని చెప్పారు. ఎంతో మంది కార్యకర్తలు త్యాగాలు చేశారు, ప్రాణాలు పోగొట్టుకున్నారు, ఆస్తులు కోల్పోయారని నిద్రలేని రాత్రులు గడిపారని తెలిపారు. టీడీపీని ఫినిష్ చేస్తామని ఆలోచన చేసిన వారే ఫినిష్ అయ్యారని విమర్శించారు. ఇన్నేళ్ల ప్రస్థానం, నేటి ఈ అధికారం అంతా కార్యకర్తల త్యాగాలు, కష్టం వల్లనే వచ్చిందని చంద్రబాబు స్పష్టం చేశారు. "భారతదేశం మెచ్చే నగరంగా అమరావతి ఉంటుంది. ఇందులో అనుమానమే లేదు. అమరావతి అజేయం అమరావతి శాశ్వతం. గ్రీన్ ఎనర్జీ హబ్‌గా రాయలసీమను అభివృద్ధి చేస్తాం. డ్రోన్లు, టెక్నాలజీ ఉపయోగించి మనం ముందుకు పోతాం. కార్యకర్తలకు శిక్షణా కార్యక్రమాలు నిర్వహించిన పార్టీ తెలుగుదేశం. ఒకప్పుడు ఎన్టీఆర్ ఒక రైతు ఇప్పుడు ఎన్టీఆర్ ఒక చరిత్ర. ఎవరు బాగా పనిచేస్తే వాళ్లే ప్రజాప్రతినిధులు. ఆడబిడ్డలకు 33శాతం రిజర్వేషన్లు వస్తున్నాయి."- చంద్రబాబు, ముఖ్యమంత్రి

కార్యకర్తలు కాలర్ ఎగరేసేలా పాలన: ప్రతి ఒక్కరూ పార్టీ సిద్ధాంతాలకు, విధానాలను, క్రమ శిక్షణకు కట్టుబడి ఉండాలని చంద్రబాబు స్పష్టం చేశారు. పార్టీ కార్యకర్తల వల్లనే మనం ఇక్కడ ఉన్నాం అని గుర్తుపెట్టుకోవాలని సూచించారు. ఆర్థికంగా ఇబ్బందుల్లో ఉన్నా కార్యకర్తలు కాలర్ ఎగరేసేలా పాలన అందిస్తున్నామని చెప్పారు. నాయకత్వం పెంపు కోసం నిరంతరం శిక్షణా కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తున్న ఏకైక పార్టీ టీడీపీనే అని చెప్పారు. కార్యకర్తలకు రాజకీయ సాధికారత కల్పిస్తామని అన్ని పదవుల్లోనూ జనాభా దామాషా పద్ధతిన అవకాశాలు కల్పిస్తామని వెల్లడించారు. కార్యకర్తలకు ఆర్థిక సాధికారత కల్పిస్తామని న్యాయ బద్ధమైన సంపాదన వచ్చేలా సహకరిస్తామని ప్రకటించారు. పోలవరాన్ని పూర్తి చేస్తామని అమరావతిలో మొదట ప్రారంభించిన పనులు 2028 ఆగస్టుకు పూర్తి చేసి ప్రధాని చేతుల మీదుగా ప్రారంభిస్తామని వెల్లడించారు. ఫ్యూచర్ సిటీగా అమరావతిని నిర్మిస్తున్నామని చెప్పారు. ఇక మూడు ముక్కలాట లేదని ఒకే రాష్ట్రం ఒకే రాజధాని అదే అమరావతి అని తేల్చిచెప్పారు. తెలుగుదేశం పార్టీ అభివృద్ధి రాజకీయాలు చేస్తోందని తెలిపారు. వైఎస్సార్సీపీ తప్పుడు ప్రచారాలను పార్టీ తిప్పికొట్టాలని నిత్యం ప్రజల్లో ఉంటూ చేస్తున్న మంచిని ప్రతి ఒక్కరికీ వివరించాలని నేతలకు దిశానిర్దేశం చేశారు. పార్టీ ఆవిర్భావం నుంచి ఉన్న 19 మంది కార్యకర్తలను చంద్రబాబు సత్కరించారు. సామాజిక మాధ్యమాల్లో 44 ఘుతీం నాట ఒణా హ్యాష్ ట్యాగ్ ట్రెండింగ్‌లో ఉంది. ఎక్స్‌లో రెండో స్థానంలో టీడీపీ హ్యాష్ ట్యాగ్ కొనసాగుతోంది. పెద్దసంఖ్యలో తెలుగుదేశం శ్రేణులు, ప్రజలు మద్దతు తెలిపారు.

గల్ఫ్ దేశాలకు ప్రధాని మోదీ కృతజ్ఞతలు

మొదటిపేజీ తరువాయి – సురక్షితంగా స్వదేశానికి తరలించడంలో సహాయం అందించిన గల్ఫ్ దేశాలకు ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ ధన్యవాదాలు తెలిపారు. కష్టకాలంలో భారతీయులకు అండగా నిలిచిన యూఏఈ, సౌదీ అరేబియా, ఖతార్, ఒమన్ దేశాల నాయకత్వానికి ఆయన ప్రత్యేక కృతజ్ఞతలు తెలియజేశారు. ఇరాన్-అమెరికా మధ్య ఉద్రిక్తతల కారణంగా విమాన సర్వీసులు నిలిచిపోయినప్పుడు, వేలాది మంది భారతీయులను తమ దేశాల మీదుగా స్వదేశానికి పంపేందుకు గల్ఫ్ దేశాలు చూపిన చొరవ మరువలేనిదని ప్రధాని అన్నారు. ఈ సంక్షోభ సమయంలో దుబాయ్, అబుదాబీ, మస్కట్ విమానాశ్రయాలు భారతీయుల తరలింపునకు కీలక కేంద్రాలుగా మారాయి. ముఖ్యంగా ఇరాన్ నుంచి భారతీయులను ఒమన్ మీదుగా తీసుకొచ్చేందుకు ప్రత్యేక అనుమతులు మంజూరు చేయడం వారి సహకారానికి నిదర్శనమని పేర్కొన్నారు. గల్ఫ్ దేశాలతో భారత్‌కు ఉన్న బలమైన దౌత్య సంబంధాల వల్లే ఎలాంటి ఆటంకాలు లేకుండా వేలాది మందిని సురక్షితంగా తీసుకురాగలిగామని ప్రధాని మోదీ వివరించారు. "కష్టకాలంలో ఆదుకున్న గల్ఫ్ దేశాల నాయకులకు భారత్ ఎప్పటికీ రుణపడి ఉంటుంది" అని ఆయన వ్యాఖ్యానించారు. అదేవిధంగా, గల్ఫ్ ప్రాంతంలో నివసిస్తున్న లక్షలాది మంది భారతీయ కార్మికులు, వారి కుటుంబాల భద్రతను పర్యవేక్షిస్తున్న ఆయా దేశాల ప్రభుత్వాలకు కూడా ప్రధాని కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.

రష్యా కీలక ఓడరేవుపై ఉక్రెయిన్ పంజా

మొదటిపేజీ తరువాయి – ఉక్రెయిన్‌తో యుద్ధంలో రష్యాకు మరో గట్టి ఎదురుదెబ్బ తగిలింది. దేశ ఆర్థిక వ్యవస్థకు గుండెకాయలాంటి ఉస్త్-లుగా ఓడరేవుపై ఉక్రెయిన్ డ్రోన్లతో విరుచుకుపడింది. బాల్టిక్ సముద్ర తీరంలో ఉన్న ఈ పోర్టులోని గ్యాస్ టెర్మినల్‌పై జరిగిన దాడితో భారీగా మంటలు చెలరేగాయి. ఫలితంగా, అక్కడి కార్యకలాపాలు పూర్తిగా నిలిచిపోయాయి. సెయింట్ పీటర్స్‌బర్గ్‌కు సమీపంలో ఉన్న ఉస్త్-లుగా పోర్టు రష్యా ఇంధన ఎగుమతులకు అత్యంత కీలకమైన కేంద్రం. ఐరోపా, ఆసియా దేశాలకు ఇక్కడి నుంచే అధిక మొత్తంలో చమురు, గ్యాస్ సరఫరా అవుతాయి. ఉక్రెయిన్ ప్రయోగించిన సుదూర శ్రేణి డ్రోన్లు రష్యా గగనతల రక్షణ వ్యవస్థలను దాటుకుని, నేరుగా గ్యాస్ నిల్వ ట్యాంకర్లను ఢీకొట్టాయి. దీంతో అక్కడ పెద్ద ఎత్తున అగ్నిప్రమాదం సంభవించి, కార్యకలాపాలకు తీవ్ర అంతరాయం ఏర్పడింది. రష్యా యుద్ధ సామర్థ్యాన్ని దెబ్బతీయడమే లక్ష్యంగా ఉక్రెయిన్ గత కొంతకాలంగా ఇలాంటి దాడులకు పాల్పడుతోంది. రష్యాలోని చమురు శుద్ధి కర్మాగారాలు, ఇంధన నిల్వ కేంద్రాలను లక్ష్యంగా చేసుకుంటోంది. తాజా దాడిలో చమురు శుద్ధి యంత్రాలు దెబ్బతినడంతో రష్యా ఎగుమతులపై తీవ్ర ప్రభావం పడుతుందని నిపుణులు అంచనా వేస్తున్నారు. ఈ దాడిని రష్యా రక్షణ శాఖ ధృవీకరించింది. కొన్ని డ్రోన్లను కూల్చివేశామని, అయితే మరికొన్ని లక్ష్యాన్ని ఛేదించాయని తెలిపింది. దీనిని ఒక 'ఉగ్రవాద చర్య'గా అభివర్ణించిన రష్యా, తగిన ప్రతీకారం తీర్చుకుంటామని ఉక్రెయిన్‌ను హెచ్చరించింది.

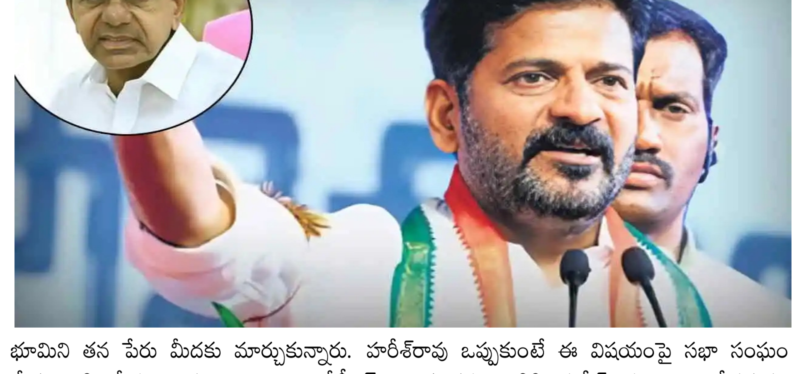
తల్లిదండ్రులను నిర్లక్ష్యం చేస్తే జీతంలో 15 శాతం కట్

మొదటిపేజీ తరువాయి – సభలో "తెలంగాణ ఎంప్లాయీస్ అకౌంటబిలిటీ అండ్ మానిటరింగ్ ఆఫ్ పేరెంటల్ సపోర్ట్ బిల్లు, 2026"ను ప్రవేశపెట్టగా, సభ్యులందరూ దీనికి మద్దతు తెలిపారు. ఈ కొత్త చట్టం ప్రకారం, తల్లిదండ్రులను పట్టించుకోవడం లేదని తేలిన ఉద్యోగుల స్థూల జీతం (గ్రాస్ శాలరీ) నుంచి 15 శాతం కోత విధిస్తారు. ఈ మొత్తాన్ని నేరుగా వారి తల్లిదండ్రులకు చెల్లిస్తారు. ఈ సందర్భంగా ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ, వృద్ధ తల్లిదండ్రులకు రక్షణ కల్పించడంలో ఈ బిల్లు ఒక చరిత్రాత్మక ముందడుగు అని అభివర్ణించారు. సమాజంలో మానవ సంబంధాలు, బంధుత్వాలు బలహీనపడి, కేవలం సంపాదన, భౌతిక సుఖాలకే ప్రాధాన్యత ఇస్తున్నారని ఆయన ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. "కన్నవారు కన్నీరు పెట్టే పరిస్థితి రావడం సమాజానికి మంచిది కాదు. తల్లిదండ్రులను గౌరవించని వారిలో భయం కలిగించేందుకే ఈ చట్టాన్ని తీసుకొచ్చాం" అని సీఎం స్పష్టం చేశారు. 2007లో కేంద్రం చట్టం తెచ్చినా ఆశించిన ఫలితాలు రాలేదని, అందుకే ఈ బిల్లును ఒక సామాజిక బాధ్యతగా తీసుకొచ్చామని తెలిపారు. "ఏ ఒక్క తల్లి లేదా తండ్రి తమ చివరి రోజుల్లో నిరాశ్రయులు కాకూడదన్నదే మా ఉద్దేశం" అని రేవంత్ రెడ్డి పేర్కొన్నారు.

నా ఆవేదనే ఈ కొత్త చట్టం: ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి

ఈ సమాజంలో ఏ కుటుంబంలోనూ తల్లిదండ్రులు అనాథలుగా మిగిలిపోకూడదన్న బలమైన సంకల్పంతోనే ఈ రోజు శాసనసభలో ఒక కీలకమైన బిల్లును ప్రవేశపెట్టాం. వృద్ధాప్యంలో కన్నవారికి అండగా నిలవాలనే బాధ్యత, భావోద్వేగంతో ఆలోచించి "తెలంగాణ ఎంప్లాయిస్ అకౌంటబిలిటీ, మానిటరింగ్ ఆఫ్ పేరెంటల్ సపోర్ట్ బిల్లు - 2026"ను సభ ముందుకు తీసుకొచ్చాం. తల్లిదండ్రుల పట్ల భక్తి లేనివారిలో భయాన్ని కలిగించడమే ఈ చట్టం ఉద్దేశం. ఈ రోజుల్లో మనిషి బంధాలు, అనుబంధాలను మరిచిపోయి భౌతిక సుఖాల కోసం పాకులాడుతున్నాడు. చివరికి పేగుబంధాన్ని కూడా విస్మరిస్తున్నాడు. కన్నవారి కన్నీళ్లు ఈ సమాజానికి అస్సలు మంచిది కాదు. పిల్లలు, మహిళల రక్షణ కోసం మన దేశంలో ఎన్నో చట్టాలున్నాయి. కానీ వృద్ధుల సంరక్షణ విషయంలో ఉన్న చట్టాలు సరిపోవడం లేదు. బతికున్నప్పుడు గుక్కెడు మెతుకులు పెట్టని బిడ్డలు, వారు పోయాక ఆస్తుల కోసం కొట్లాడుకోవడం చూస్తుంటే చాలా బాధగా ఉంటుంది. పురాణాల్లో శ్రవణ కుమారుడు తల్లిదండ్రుల సేవకే జీవితాన్ని అంకితం చేశాడు. మనందరం ఆయన్ను ఆదర్శంగా తీసుకుంటే ఇలాంటి చట్టాల అవసరమే రాదు. కానీ నేటి పరిస్థితులు అలా లేవు. వేలకోట్ల సామ్రాజ్యాన్ని నిర్మించిన రేమండ్స్ అధినేత విజయ్ పథ్ సింఘానియా తన ఆస్తినంతా కొడుక్కి రాసిచ్చి, చివరి రోజుల్లో సొంత ఇంటి నుంచి గెంటేయబడి అద్దె ఇంట్లో ఉండాల్సిన దుస్థితిని చూశాం. "పిల్లలకు సర్వస్వం ఇచ్చి నేను పెద్ద తప్పు చేశాను, నాకంటే దారుణమైన స్థితి ఏ తండ్రికీ రాకూడదు" అని ఆయన తన ఆత్మకథలో రాసుకున్న మాటలు మనసును కలిచివేస్తాయి. ఒకప్పుడు ఉమ్మడి కుటుంబాల్లో ఒకరు కాకపోయినా మరొకరు పెద్దవాళ్లను చూసుకునేవారు. ఇప్పుడు ఆ పరిస్థితి లేదు. నాకు తెలిసిన ఒక ప్రజాప్రతినిధే తండ్రికి క్యాన్సర్ వస్తే చికిత్స చేయించకుండా నిర్లక్ష్యం చేశాడు. ఇలాంటి వారిని సమాజం బహిష్కరించాలి. అందుకే ప్రభుత్వ, ప్రైవేటు ఉద్యోగులే కాదు, ప్రజాప్రతినిధులమైన మనల్ని కూడా ఈ చట్టం పరిధిలోకి చేర్చాం. ఈ చట్టంతో అన్ని సమస్యలూ పరిష్కారమవుతాయని నేను చెప్పడం లేదు. కానీ, వృద్ధాప్యంలో ఉన్న తల్లిదండ్రులకు ఒక భరోసా, ధైర్యం ఇవ్వాలన్నదే మా ప్రయత్నం. ఇది ఒక సామాజిక బాధ్యత. అందుకే ఈ బిల్లుకు పార్టీలకు అతీతంగా అందరూ ఏకగ్రీవంగా మద్దతివ్వాలని మనస్ఫూర్తిగా విజ్ఞప్తి చేస్తున్నాను... అంటూ సీఎం రేవంత్ రెడ్డి పేర్కొన్నారు.

కేసీఆర్, హరీశ్ లను సీబీఐ ఇంకా ఎందుకు అరెస్ట్ చేయలేదు?



మొదటిపేజీ తరువాయి – కాళేశ్వరం ప్రాజెక్టులో జరిగిన భారీ అవకతవకలపై రాష్ట్ర ప్రభుత్వం సీబీఐ విచారణకు ఆదేశించినా.. మాజీ ముఖ్యమంత్రి కేసీఆర్, మాజీ మంత్రి హరీశ్‌రావులపై కేంద్ర ప్రభుత్వం ఎందుకు చర్యలు తీసుకోవడం లేదని తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి ఆదివారం శాసనసభలో సూటిగా ప్రశ్నించారు. ఈ అంశాన్ని రాష్ట్ర బీజేపీ నేతలు కేంద్రం వద్ద ప్రస్తావించాలని ఆయన సూచించారు. సలహాలు ఇచ్చి సభ నుంచి పారిపోవడం బీఆర్ఎస్ ఎమ్మెల్యేలకు అలవాటుగా మారిందని ఆయన ఎద్దేవా చేశారు. రెవెన్యూ శాఖ మంత్రి పొంగులేటి శ్రీనివాస్ రెడ్డిపై వచ్చిన అవినీతి, అక్రమ మైనింగ్ ఆరోపణలపై సభా సంఘం (హౌస్ కమిటీ) వేయాలని బీఆర్ఎస్ డిమాండ్ చేసింది. సభ సజావుగా సాగేందుకు ప్రభుత్వం ఈ డిమాండ్‌కు అంగీకరించాలని బీజేపీ సభ్యుడు వెంకటరమణారెడ్డి సూచించారు. దీనిపై స్పందించిన సీఎం రేవంత్ రెడ్డి.. బీఆర్ఎస్, బీజేపీలపై తీవ్ర స్థాయిలో విరుచుకుపడ్డారు. "కాళేశ్వరం ప్రాజెక్టు కేసీఆర్‌కు ఏటీఎంగా మారిందని మేం మాత్రమే కాదు, దేశ ప్రధాని, కేంద్ర హోంమంత్రి సహా బీజేపీ నేతలందరూ ఆరోపించారు. కాళేశ్వరం కేసును సీబీఐకి అప్పగిస్తే 48 గంటల్లో కేసీఆర్, హరీశ్‌రావులను జైల్లో పెడతామని కేంద్ర మంత్రి కిషన్ రెడ్డి గట్టిగా చెప్పారు. వారి మాటలను నమ్మే మేము కేసును సీబీఐకి అప్పగించాం. కానీ నెలలు గడుస్తున్నా కేసీఆర్, హరీశ్‌రావులపై కేంద్రం ఎలాంటి చర్యలూ తీసుకోలేదు" అని రేవంత్ రెడ్డి గుర్తుచేశారు. బీజేపీ, బీఆర్ఎస్ పార్టీలు కుమ్మక్కయ్యాయని, పార్లమెంట్ ఎన్నికల్లో సీట్లు, ఓట్లు పంచుకున్నాయని ఆయన ఆరోపించారు. ముందుగా కాళేశ్వరం కేసులో కేసీఆర్, హరీశ్‌రావులకు శిక్ష పడేలా చూసిన తర్వాత బీజేపీ నేతలు సలహాలు ఇస్తే బాగుంటుందని ఆయన చురక అంటించారు. ఈ సందర్భంగా హరీశ్‌రావుపై సీఎం రేవంత్ సంచలన ఆరోపణలు చేశారు. "మహబూబ్‌నగర్ జిల్లా బాలానగర్‌లోని ప్రైవేట్ పరిశ్రమల యజమానులను హరీశ్‌రావు తమ్ముడు మహేశ్‌రావు బెదిరించి 'ధరణి' పోర్టల్ ద్వారా వందల ఎకరాల భూమిని తన పేరు మీదకు మార్చుకున్నారు. హరీశ్‌రావు ఒప్పుకుంటే ఈ విషయంపై సభా సంఘం వేయడానికి మేము సిద్ధంగా ఉన్నాం. కేటీఆర్, వెంకటరమణారెడ్డికి హరీశ్‌రావు నిజాయితీపరుడని నమ్మకం ఉంటే, ఈ విచారణకు అంగీకరించాలి," అని సవాల్ విసిరారు. మరోవైపు, అక్రమ మైనింగ్ ఆరోపణలపై సభను బీఆర్ఎస్ అడ్డుకోవడంపై అధికార పక్ష సభ్యులు తీవ్ర అభ్యంతరం వ్యక్తం చేశారు. 2014 నుంచి జరిగిన అక్రమ మైనింగ్‌పై ఇప్పటికే సీబీసీఐడీ విచారణకు ఆదేశించి ప్రభుత్వం తన చిత్తశుద్ధిని నిరూపించుకుందని తెలిపారు. ప్రభుత్వమే విచారణకు ఆదేశించిన తర్వాత మళ్లీ సభా సంఘం అవసరం లేదని శాసనసభా వ్యవహారాల మంత్రి డి. శ్రీధర్ బాబు స్పష్టం చేశారు.

ఎల్బీ స్టేడియంలో ఏర్పాటు చేసిన కార్యక్రమంలో ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి

హైదరాబాద్ సిటీ ప్రతినిధి (వార్త సంధ్య) మార్చి 29 : నిత్యం రాజకీయాల్లో మునిగి తేలుతూ.. నిరంతరం సమస్యలంపరిష్కారం కోసం విరామం లేకుండా పనిచేసే వారికి ఇది అద్భుతమైన అవకాశం ఇక్కడ అద్భుతంగా ఆడకపోవచ్చు.. కానీ అద్భుతమైన క్రీడా స్ఫూర్తిని ప్రదర్శించడానికి ఎల్బీ స్టేడియం వేదిక అవుతుంది ఈ మైదానంలో శిక్షణ పొందిన వారు మంత్రివర్గంలో ఉన్నారు క్రికెట్ లో దేశానికి వన్నె తెచ్చిన అజారుద్దీన్ మంత్రివర్గ సభ్యులుగా ఉన్నారు రంజీ క్రికెట్ మ్యాచ్ ఆడిన వాకిటి శ్రీహరి క్రీడా శాఖ మంత్రిగా ఉన్నారు ఒకప్పుడు క్రీడలకు ఎంతో ప్రాధాన్యత ఉండేది కానీ తెలంగాణ ఏర్పడిన తరువాత క్రీడా స్ఫూర్తి కరువైంది అందుకే ప్రజా ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వచ్చాక స్పోర్ట్స్ పాలసీని తీసుకొచ్చాం మట్టిలో మాణిక్యాలను వెలికి తీయాలని సీఎం కప్ పోటీలను నిర్వహించాం 140 కోట్ల జనాభా ఉన్న మన దేశం ఒలంపిక్స్ లో ఒక్క పతకంసాధించలేదు 3 కోట్ల జనాభా ఉన్న సౌత్ కొరియా 32 గోల్డ్ మెడల్స్ తెచ్చుకుంది సౌత్ కొరియా స్పోర్ట్స్ యినివర్సిటీకే 16 గోల్డ్ మెడల్స్ వచ్చాయి క్రీడాకారులను రాష్ట్ర ప్రభుత్వం అన్ని విధాలుగా ప్రోత్సహిస్తోంది విద్యార్థులకు నేను ఒక్కటే విజ్ఞప్తి చేస్తున్నా చదువుతో పాటు క్రీడల్లో ఆసక్తి పెంచుకుని రాణించండి క్రీడా స్ఫూర్తిని నింపేందుకే ప్రపంచ ఫుట్ బాల్ దిగ్గజం మెస్సీని హైదరాబాద్ తీసుకొచ్చాం దీనిపై ప్రతిపక్ష నాయకులు వివాదం సృష్టించే ప్రయత్నం చేశారు ఫుల్ బాల్ దిగ్గజం హైదరాబాద్ కు వస్తే మన ఖ్యాతి ప్రపంచానికి తెలిసింది కానీ ప్రతిపక్ష నాయకులు డ్రగ్ లాడ్ కింగ్ ను రాష్ట్రానికి పిలవాలని భావిస్తున్నారో నాకు తెలియదు ఫామ్ హౌస్ పార్టీలకు దూరంగా.. మత్తుకు దూరంగా ఉండాలని క్రీడలను ప్రోత్సహిస్తున్నాం ఎల్బీ స్టేడియం రాజకీయ కార్యకలాపాలకే పరిమితమైంది ఎల్బీ స్టేడియంను అంతర్జాతీయ ప్రమాణాలతో అభివృద్ధి చేసేందుకు ప్రణాళికలు రూపొందిస్తున్నాం గచ్చిబౌలి స్టేడియం ను ప్రపంచ క్రీడా పోటీలు నిర్వహించేలా అభివృద్ధి చేయబోతున్నాం బేగంపేట హాకీ క్రీడా మైదానాన్ని ప్రభుత్వం అభివృద్ధి చేస్తుంది ఫుట్ బాల్ లో గతంలో దేశానికి మెడల్స్ తెచ్చిన ఏడుగురిలో 4 గురు మన ప్రాంతానికి చెందినవారు ఉన్నారు మళ్లీ ఆ స్థాయికి క్రీడా స్ఫూర్తిని నింపి క్రీడాకారులను తయారు చేయాలని సంకల్పించాం

ఉల్లాస్ పథకానికి ఊపు - వయోజన విద్యలో కొత్త దశ ప్రారంభం.

జగిత్యాల జిల్లా బ్యూరో రిపోర్టర్ మార్చి 29(వార్త సంధ్య): జగిత్యాల జిల్లా రాయికల్ పట్టణ కేంద్రంలోని బాలికల ఉన్నత పాఠశాలలో పట్టణ పేదరిక నిర్మూలన సంస్థ ఆధ్వర్యంలో ఆదివారము ఉల్లాస్ పరీక్షను నిర్వహించినట్లు మెప్మా టిఎంసి శరణ్య తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమానికి విచ్చేసిన మున్సిపల్ చైర్మన్ కట్కం రవీందర్ మాట్లాడుతూ. దేశవ్యాప్తంగా వయోజనులకు విద్య అందించాలనే లక్ష్యంతో కేంద్ర ప్రభుత్వం 2022లో ప్రారంభించిన "ఉల్లాస్ పథకం వేగంగా అమలవుతోందనీ, నిరక్షరాస్యత నిర్మూలనతో పాటు జీవన నైపుణ్యాలు, ఆర్థిక అవగాహన,డిజిటల్ విద్యను ప్రోత్సహించడం ఈ పథకం ముఖ్య ఉద్దేశ్యమని, ఈ కార్యక్రమం ద్వారా 15 సంవత్సరాల పైబడిన నిరక్షరాస్యులకు చదువు, రాయడం, లెక్కించడం వంటి ప్రాథమిక విద్య అందిస్తున్నారనీ అన్నారు. మున్సిపల్ కమిషనర్ నాగరాజు మాట్లాడుతూ నిరక్షరాస్యులకు గ్రామీణ, పట్టణ ప్రాంతాల్లో తరగతులు నిర్వహిస్తూ అక్షరాస్యతను పెంపొందిస్తున్నామని ,ప్రతి అభ్యాసికి పరీక్షల ద్వారా మూల్యాంకనం చేసి, ఉత్తీర్ణులకు ధ్రువపత్రాలు అందజేస్తున్నారనీ దానిలో భాగంగా ఈరోజు 160 మందికి పైగా ఉల్లాస్ పరీక్ష నిర్వహించామని, తెలంగాణలో ఈ పథకం విస్తృతంగా అమలవుతూ లక్షలాది మందికి లబ్ధి చేకూరుతోందని, రాష్ట్రవ్యాప్తంగా వేల సంఖ్యలో అభ్యాస కేంద్రాలు ఏర్పాటు చేసి, విద్యను అందుబాటులోకి తీసుకువచ్చారని, కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాల సంయుక్త కృషితో "ఉల్లాస్" పథకం దేశంలో అక్షరాస్యత శాతం పెంచడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తుందని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో మెప్మా ఆర్పీలు, మహిళా సంఘ సభ్యులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పర్యావరణ పరిరక్షణలో భాగంగా ప్రజలను చైతన్యవంతం చేయడానికి గాను నిర్వహించిన లో నేడు రాత్రి 8:30 నుంచి 9:30 వరకు రాష్ట్ర సచివాలయంలో విద్యుత్ దీపాలను పూర్తిగా నిలిపివేశారు.

హైదరాబాద్ సిటీ ప్రతినిధి (వార్త సంధ్య) మార్చి 29 : అదేవిధంగా సచివాలయం ప్రధాన భవనంతో పాటు, సచివాలయంలోని వివిధ కార్యాలయ భవనాలు గదులు హాళ్లలోనూ విద్యుద్దీపాలను ఆర్పివేశారు. అనే నినాదంతో2026. పర్యావరణ పరిరక్షణ చైతన్యాన్ని ప్రపంచవ్యాప్తంగా నేడు రాత్రి నిర్వహించారు

చిట్టేల గ్రామంలో ఘనంగా తెలుగుదేశం పార్టీ ఆవిర్భావ దినోత్సవం..

తిరువూరు,మార్చి 29(వార్త సంధ్య):- ఎన్టీఆర్ జిల్లా,తిరువూరు నియోజకవర్గం : తిరువూరు మండలం చిట్టేల గ్రామంలో ఘనంగా తెలుగుదేశం పార్టీ 44వ ఆవిర్భావ దినోత్సవం వేడు కలు. జరిగాయి మాజీ సర్పంచ్ తుమ్మల పల్లి శ్రీనివాసరావు ఆధ్వర్యంలో తెలుగు దేశం పార్టీ వ్యవస్థాపక అధ్యక్షులు స్వర్గీయ నందమూరి తారక రామారావు విగ్రహానికి పూలమాలలు వేసి ఘనంగా నివాళులర్పించారు..ఈ సందర్భంగా కార్యకర్తలు నాయకుల మధ్య భారీ కేక్ కటింగ్ నిర్వహించారు..ఈ కార్యక్రమంలో తెలుగుదేశం పార్టీ కార్యకర్తలు నాయకులు గ్రామస్తులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు..

మల్లెల శ్రీనివాస్ ఆధ్వర్యంలో ఘనంగా తెలుగుదేశం పార్టీ ఆవిర్భావ దినోత్సవ వేడుకలు..

తిరువూరు,మార్చి29(వార్త సంధ్య):-ఎన్టీఆర్ జిల్లా,తిరువూరు నియోజకవర్గం : పట్టణ తెలుగుదేశం పార్టీ అధ్యక్షులు మల్లెల శ్రీనివాస్ ఆధ్వర్యంలో ఘనంగా 44వ తెలుగుదేశం పార్టీ ఆవిర్భావ దినోత్సవ వేడుకలు. పట్టణ తెలుగుదేశం పార్టీ కార్యాల యం లో జెండా ఆవిష్కరించి ఫ్యాక్టరీ సెంటర్లోని తెలుగుదేశం పార్టీ వ్యవస్థాపక అధ్యక్షులు నందమూరి తారకరామారావు విగ్రహానికి మరియు బాబు జగజ్జీవన్ రావు విగ్రహానికి పూలమాలు వేసి ఘనంగా నివాళులర్పించిన- ఏపీ ఆర్గానిక్ సర్టిఫికెట్ అథారిటీ చైర్మన్ శావల దేవదత్ మరియు పట్టణ తెదేపా నేతలు..భారీ కేకును కార్యకర్తలు నాయకుల సమక్షంలో కటింగ్ చెసారు.తెలుగుదేశం పార్టీ సీనియర్ నాయకులను కార్యకర్తలను శాలువాలు పూల బొకేలతో ఘనంగా సన్మానం చేశారు.పీ4 విధానం ద్వారా 11వ వార్డుకు చెందిన తెలుగుదేశం పార్టీ సీనియర్ నాయకులు లింగం గోపి సహకారంతో తెలుగుదేశం పార్టీ కార్యకర్తకు బడ్డి కొట్టను అందజేశారు.పట్టణంలోని 15వ వార్డు 10వ వార్డు పిటి కొత్తూరు పాత తిరువూరు జైభావి సెంటర్ తోళ్ళ బజార్ రైతు బజార్ వద్దా ఉన్న ఎన్.టి.ఆర్ విగ్రహాలకు పూలమాలు వేసి జెండా ఆవిష్కరణ చేశారు.

సమావేశానికి వెళ్తున్న తుడుందెబ్బ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు అరెస్టు .....!

పర్మిషన్ ఇచ్చిన పోలీసులే అనుమతి లేదంటూ అడ్డుకోవడం

పోలీసుల తీరు పై రాష్ట్ర నేతల ఆగ్రహం

భద్రాద్రి జిల్లా బ్యూరో, మార్చి 29 (వార్త సంధ్య) : భద్రాద్రి కొత్తగూడెం జిల్లా కేంద్రం నుండి మహబూబాబాద్ జిల్లా గూడూరు మండలంలోని సమ్మక్క--సారలమ్మ ఆలయ ప్రాంగణంలో జరగాల్సిన ఆదివాసి హక్కుల పోరాట సమితి "తుడుం దెబ్బ" జిల్లా కమిటీ ఎన్నికలకు బయలుదేరిన రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు డాక్టర్ మైపతి అరుణ్ కుమార్, కార్యనిర్వాహక అధ్యక్షుడు ముక్తిరాజు, రాష్ట్ర కార్యదర్శి ధారబోయిన రమేష్‌లను పోలీసులు అరెస్టు చేశారు. బయ్యారం మండలం నామాలపాడు పోలీస్ స్టేషన్ పరిధిలో వాహనాన్ని నిలిపివేసి, సిగ్నల్ ట్రేసింగ్ ద్వారా గుర్తించిన పోలీసులు భారీ బందోబస్తుతో తనిఖీలు నిర్వహించారు. సమావేశానికి అనుమతి లేదని పేర్కొంటూ మహబూబాబాద్ డీఎస్పీ పర్యవేక్షణలో నేతలను అదుపులోకి తీసుకున్నారు. టెర్రరిస్టులు, మావోయిస్టులను పట్టుకున్నట్లు ట్యాబ్‌లలో ఫోటోలు చూపిస్తూ తనిఖీలు చేసి అరెస్ట్ చేసినట్లు నేతలు ఆరోపించారు. అరెస్టు చేసిన నేతలను నామాలపాడు నుండి ఇల్లందు, గుండాల, ములుగు జిల్లా పసర పోలీస్ స్టేషన్లకు తరలిస్తూ చివరకు తాడ్వాయి పోలీస్ స్టేషన్ పరిధిలో విడిచిపెట్టినట్లు సమాచారం. తుడుం దెబ్బ రాష్ట్ర నేతలు మాట్లాడుతూ ముందుగా అనుమతి ఇచ్చి, తర్వాత రద్దు చేయడం ప్రజాస్వామ్యానికి విరుద్ధమని, భారత రాజ్యాంగం ఇచ్చిన సమావేశాల స్వేచ్ఛను పోలీసులు ఉల్లంఘిస్తున్నారని, కేవలం 50 మంది సమావేశానికే అనుమతి ఇవ్వకపోవడం అన్యాయమని పేర్కొన్నారు. మార్చి 22న కురవి మండలంలో నిర్వహించాల్సిన జిల్లా కమిటీ ఎన్నికలకు ముందుగా అనుమతి ఇచ్చి, అనంతరం రద్దు చేసి తాడ్వాయి పోలీస్ స్టేషన్‌లోనే అరెస్టు చేసిన విషయాన్ని నేతలు గుర్తుచేశారు. ఇదే కారణంగా కొత్త తేదీగా మార్చి 29న గూడూరు మండలంలో కార్యక్రమం నిర్వహించేందుకు సిద్ధమైనా మళ్లీ అడ్డుకోవడం దేనికి సంకేతమని ప్రశ్నించారు. విద్య, ఉద్యోగం, రాజకీయ రంగాల్లో అన్యాయానికి గురవుతున్న ఆదివాసీలు చైతన్యం చెందాలని, హక్కుల కోసం పోరాట మార్గంలో ముందుకు రావాలని తుడుం దెబ్బ రాష్ట్ర కమిటీ పిలుపునిచ్చింది.

శాసనసభలో ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి

హైదరాబాద్ సిటీ ప్రతినిధి (వార్త సంధ్య) మార్చి 29 : పురాణాలలో మాతృ పితృ భక్తికి మారుపేరుగా నిలిచిన శ్రవణ కుమారుడి కథ అద్దం పడుతుంది చూపులేని తన వృద్ధ తల్లిదండ్రుల కోరిక మేరకు, వారిని ఒక కావిడి బుట్టలలో కూర్చోబెట్టుకుని తన భుజాలపై మోస్తూ పుణ్యక్షేత్ర దర్శనానికి తీసుకువెళ్లాడు ఒకరోజు సరయూ నదీ తీరంలో తల్లిదండ్రుల దప్పిక తీర్చడానికి శ్రవణుడు నీళ్లు ముంచుతుండగా, ఆ శబ్దాన్ని విని ఏదో క్రూర మృగం అని పొరబడిన దశరథ మహారాజు 'శబ్దభేది' బాణాన్ని ప్రయోగిస్తాడు. ఆ బాణం తగిలి శ్రవణుడు మరణించాడు పుత్రశోకంతో అలమటించిన ఆ వృద్ధ దంపతులు "నీవు కూడా పుత్ర వియోగంతోనే మరణిస్తావు" అని దశరథుడిని శపిస్తారు. తల్లిదండ్రులను ప్రేమించడంలో శ్రవణ కుమారుడిని ఆదర్శంగా తీసుకుంటే ఎలాంటి చట్టాలు, ఎలాంటి నిబంధనలు అవసరం లేదు. ప్రఖ్యాత దుస్తుల బ్రాండ్ రేమండ్స్ మాజీ అధినేత, ప్రముఖ పారిశ్రామికవేత్త, పద్మభూషణ్ అవార్డు గ్రహీత విజయ్ పథ్ సింఘానియా (87) మార్చి 28 న ముంబైలో కన్నుమూశారు. వ్యాపారవేత్తగా విజయవంతమైన జీవితాన్ని గడిపిన సింఘానియా చివరికి కొడుకు చేసిన ద్రోహంతో అనామికుడిగా తనువు చాలించాల్సి వచ్చింది. విజయ్ పథ్ సింఘానియా తన జీవితకాలపు కష్టార్జితాన్ని, సుమారు రూ. 1,000 కోట్ల విలువైన రేమండ్ సామ్రాజ్యపు వాటాలను కుమారుడు గౌతమ్ సింఘానియాకు 'గిఫ్ట్ డీడ్' ద్వారా అప్పగించిన తర్వాత ఆయన జీవితం అత్యంత విషాదకరంగా మారింది. ఆస్తి చేతికి రాగానే గౌతమ్ తన తండ్రిని నిర్లక్ష్యం చేయడమే కాకుండా, ముంబైలోని ప్రతిష్టాత్మక 'జేకే హౌస్'లో ఆయనకు దక్కాల్సిన నివాసాన్ని కూడా నిరాకరించి బయటకు పంపించేశారు. తన కారు, డ్రైవర్ సిబ్బందిని కూడా గౌతమ్ తొలగించడంతో ఆయన దక్షిణ ముంబైలో ఒక సాధారణ అద్దె ఇంట్లో నివసించాల్సి వచ్చింది. ఒకప్పుడు విమానాలలో తిరుగుతూ అత్యంత విలాసవంతమైన జీవితం గడిపారు ఆస్తి మొత్తం కొడుకు పరం చేయడంతో చివరకు కనీస సౌకర్యాలు లేక, సొంత ఖర్చుల కోసం కోర్టులను ఆశ్రయించాల్సిన దుర్భర స్థితికి చేరుకున్నారు. తన ఆత్మకథ లో ఈ చేదు అనుభవాలను వివరించారు "పిల్లలకు సర్వస్వం ఇచ్చేసి నేను పెద్ద తప్పు చేశాను, ఏ తండ్రీ నాకంటే దారుణమైన స్థితిని అనుభవించకూడదు" అని ఆయన ఆ పుస్తకంలో ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. ఒకవైపు ఆస్తిపాస్తులు లేకపోయినా తన భుజాలపై తల్లిదండ్రులను మోసి పుణ్యక్షేత్రాలు చూపించిన శ్రవణ కుమారుడి గాథ అజరామరమైతే... అనామకుడిగా కన్నుమూసిన విజయ్ పథ్ సింఘానియా ఉదంతం ఆధునిక సమాజపు చీకటి కోణాన్ని ఆవిష్కరిస్తోంది. ఈ బిల్లును ఎంతో బాధ్యతతో, భావోద్వేగంతో ఆలోచన చేసి తీసుకువస్తున్నాం. తల్లిదండ్రుల పట్ల భక్తి లేని వారికి భయం కలిగించేందుకే ఈ చట్టం వృద్ధ తల్లిదండ్రులకు రక్షణ కల్పించే దిశగా ఇది ఒక కీలక అడుగు. మనిషి బంధాలు... అనుబంధాలను మర్చిపోయి చివరికి పేగు బంధాలను కూడా విస్మరించి... భౌతిక సుఖాలు, ఆర్థిక ప్రయోజనాలు, సంపద కోసం పాకులాటల్లో మునిగిపోయారు "అడ్డాల నాడే బిడ్డలు తప్ప గడ్డాల నాడు కాదు" అని అనాథలుగా మారిన తల్లి దండ్రులు కన్నీళ్లు పెట్టుకోవడం ఈ సమాజానికి మంచిది కాదు మన దేశంలో పిల్లల సామాజిక భద్రత, మహిళల భద్రత, హక్కులకు రాజ్యాంగ రక్షణతో పాటు, అనేక చట్టాలు ఉన్నాయి. రాజ్యాంగంలోని ఆర్టికల్ 21 (ఏ) ప్రకారం 6 నుంచి 14 ఏళ్ల పిల్లలకు ఉచిత విద్య హక్కు ఉంది. ఆర్టికల్ 24 ప్రకారం ప్రమాదకర పనుల్లో బాల కార్మికుల నిషేధం ఉంది. అనాథలు, నిరాశ్రయ పిల్లలు, నేరాల్లో చిక్కుకున్న పిల్లల సంరక్షణ కోసం జువెనైల్ జస్టిస్ యాక్ట్ (2015) ఉంది. పిల్లల పై లైంగిక దాడులు, వేదింపుల నుంచి రక్షణ కోసం పోక్సో యాక్ట్ (2012) ఉంది. రైట్ టు ఎడ్యుకేషన్ యాక్ట్ (2009) ఉంది. 14 ఏళ్ల లోపు పిల్లలను పనిలో పెట్టుకోకూడదని చైల్డ్ లేబర్ యాక్ట్ ఉంది. బాల్య వివాహాల నిషేధం చట్టం ఉంది. మన దేశానికి పిల్లల హక్కులు, రక్షణ విషయంలో అనేక అంతర్జాతీయ ఒప్పందాలు కూడా ఉన్నాయి. మహిళల విషయానికి వస్తే... గృహహింస నుంచి వాళ్లకు భద్రత కల్పించడం కోసం చట్టం ఉంది లైంగిక నేరాలకు సంబంధించి నిర్భయ లాంటి చట్టాలు ఉన్నాయి వరకట్న నిషేధ చట్టం ఉంది.... మహిళల గౌరవం -- హక్కుల పరిరక్షణకు చట్టం ఉంది. ఇక వృద్ధుల సామాజిక భద్రతకు సంబంధించి మన దేశంలో చట్టాలు ఉన్నాయి. పిల్లలు తమ తల్లి దండ్రులను చూసుకోవడం చట్టబద్ధ బాధ్యతగా చేస్తూ ఉంది. ఇంకా మరికొన్ని చట్టాలు ఉన్నాయి. ఐనా, సమాజంలో తల్లిదండ్రుల సంరక్షణ విషయంలో జరుగుతోన్న వివక్ష, నిర్లక్ష్యం మనం చూస్తున్నాం. బతికున్నప్పుడు గుప్పెడు మెతుకులు పెట్టని బిడ్డలు, చనిపోయాక ఆస్తుల కోసం కొట్లాడుకోవడం అత్యంత విషాదం. ఒక సినిమాలో డైలాగ్ ఉంటుంది ... పిల్లలను కనగలం కానీ, వాళ్ల బుద్ధులను కనగలమా అని ఈ రోజు కొందరు తల్లిదండ్రుల పరిస్థితి ఇదే. ఒకప్పుడు ఉమ్మడి కుటుంబాలు ఉండేవి. లేదా ఎక్కువ మంది పిల్లలను కనే వాళ్లు. దాని వల్ల ఒకరు కాకపోయినా ఇంకొకరైనా తల్లిదండ్రుల సంరక్షణ చూసుకునే వాళ్లు. ఈ రోజుల్లో పరిస్థితులు మారాయి... కుటుంబ నియంత్రణతో ఒక్కరో ఇద్దరికో పరిమితమయ్యారు. కుటుంబం అంటే కొడుకైనా, కూతురైనా ఇద్దరూ సమానమే. ఆడబిడ్డలకు తల్లిదండ్రులకు ప్రేమ ఉన్నా... మెట్టినింటి బాధ్యతలతో ఏమీ చేయలేకపోతున్నారు దీంతో నాకు తెలిసిన ఒక ప్రజా ప్రతినిధి తండ్రికి క్యాన్సర్ వస్తే ఆయనను చూసుకోకుండా నిర్లక్ష్యం చేశారు ఇటీవలే ఆ తండ్రి మరణించారు తల్లిదండ్రులను చూసుకోలేని వారిని సామాజం బహిష్కరించాలి ఒక సామాజిక బాధ్యతగా ఈ బిల్లును తీసుకువస్తున్నాం. ఈ చట్టంతో సమస్యలన్నీ పరిష్కారమవుతాయని కాదు... ఈ చట్టంతో వృద్ధ తల్లిదండ్రులకు న్యాయం జరుగుతుందనే నమ్మకం కలిగించేందుకే మా ప్రయత్నం ఏ తల్లి దండ్రులు అనాథలుగా ఉండ కూడదు, చివరి రోజుల్లో వాళ్ల బాగోగుల కోసం ఇబ్బంది పడకూడదు అన్న ఉద్దేశంతో ఈ బిల్లును తెస్తున్నాం.

మీడియాను అగౌరవపరిస్తే సహించేది లేదు.

పీసీసీ ప్రధాన కార్యదర్శి గజ్జలకాంతం వ్యాఖ్యల పట్ల జగిత్యాల జర్నలిస్టుల నిరసన.

గజ్జలకాంతం ప్రెస్మీట్లను బహిష్కరిస్తూ తీర్మానం.

జగిత్యాల జిల్లా బ్యూరో రిపోర్టర్ మార్చి 29(వార్త సంధ్య): తెలంగాణ ప్రదేశ్ కాంగ్రెస్ కమిటీ ప్రధాన కార్యదర్శి గజ్జెల కాంతం మీడియాపై అసభ్యకరమైన, అనుచితమైన భాషను ఉపయోగించి పాత్రికేయులను అవమానించిన నేపథ్యంలో భవిష్యత్తులో ఆయన పాల్గొనే ప్రెస్ మీట్ లు, కార్యక్రమాల కవరేజ్‌ను బహిష్కరించాలని టీయూడబ్ల్యూజే (ఐజేయు) జగిత్యాల జిల్లా శాఖ మరియు జగిత్యాల ప్రెస్ క్లబ్ లు ఏకగ్రీవంగా తీర్మానించినట్లు యూనియన్ జిల్లా అధ్యక్ష,ప్రధాన కార్యదర్శులు చీటి శ్రీనివాసరావు, బెజ్జంకి సంపూర్ణాచారి, జగిత్యాల ప్రెస్ క్లబ్ ప్రధాన కార్యదర్శి కందుకూరి శశిధర్ లు తెలిపారు. ఆదివారం జగిత్యాల ప్రెస్ క్లబ్ లో ఏర్పాటు చేసిన సమావేశంలో పలువురు పాత్రికేయులు గజ్జలకాంతం వ్యాఖ్యలను తీవ్రంగా ఖండించారు.వంద సంవత్సరాలకు పైగా చరిత్ర కలిగి ఉండి, రాజ్యాంగాన్ని తామే తయారు చేశామని, జై బాపు, జై సంవిదాన్ అనేదే మా లక్ష్యం అంటూ,రాజ్యాంగాలను ప్రదర్శించే కాంగ్రెస్ పార్టీ రాష్ట్ర స్థాయి నాయకుడు, బాధ్యత కలిగిన వ్యక్తి ఇలాంటి పరుష పదజాలం, దూషణ మీడియాపై చెయ్యడాన్ని తీవ్రంగా ఖండించారు.భారత రాజ్యాంగం ఆర్టికల్ 19 (1) (ఏ) భావ ప్రకటన హక్కును ప్రతి పౌరుడికి కల్పించిందని, అయితే భావ ప్రకటన హక్కు కలిగి ఉన్నామంటూ, ఇతరుల భావ ప్రకటన హక్కులకు, మర్యాదకు భంగం కలిగించే విధంగా వ్యాఖ్యానాలు చేయరాదంటూ ఇదే ఆర్టికల్‌లోని 5వ సబ్ క్లాజ్ తెలియజేస్తుందన్న విషయాన్ని గజ్జెల కాంతం విస్మరించడం సరికాదన్నారు. జర్నలిస్టుల ఆత్మగౌరవాన్ని కించపరుస్తూ, వ్యక్తిత్వాలను హననం చేసేలా వ్యాఖ్యానాలు చేసిన గజ్జెల కాంతం కార్యక్రమాలను, ప్రెస్మీట్లను జగిత్యాల జిల్లా పరిధిలో బహిష్కరించాలని నిర్ణయం తీసుకున్నట్టు తెలిపారు. జగిత్యాల జిల్లా యూనియన్ మరియు ప్రెస్ క్లబ్ ఆధ్వర్యంలో చేసిన ఏకగ్రీవ తీర్మానాన్ని పీసీసీ అధ్యక్షుడు మహేష్ కుమార్ గౌడ్, ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి తో పాటు జగిత్యాల డీసీసీ అధ్యక్షుడికి పంపినట్లు తెలిపారు. ఇటీవల బాధ్యతాయుతమైన పదవుల్లో ఉన్న నాయకులు, రాజకీయ నేతలు సైతం మీడియాను కించపరిచేలా మాట్లాడుతున్నారని భవిష్యత్తులో ఇది పునరావృతం అయితే జర్నలిస్టుల ఆత్మగౌరవాన్ని కాపాడుకోవడం కోసం వారి కార్యక్రమాలను బహిష్కరించడం జరుగుతుందని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో ప్రింట్, ఎలక్ట్రానిక్ మీడియాకు చెందిన సీనియర్ జర్నలిస్టులు కొత్తూరు మహేష్ కుమార్, ముక్క వేణుగోపాల్, గోపి కృష్ణారావు, మదన్మోహన్, జహీరుద్దీన్, హరికృష్ణ, సిరిసిల్ల వేణు, బండ స్వామి, ప్రదీప్, హనుమంతు పటేల్, రాజు రెడ్డి, మహేష్, నరేష్, శ్రీధర్ రావు, రంజిత్, హరీష్, శమ్ము, శ్రీకాంత్, సాబీర్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

రైతు విభాగ అధ్యక్షులు చెరుకూరి రాజేశ్వరరావు ను ఘనంగా సన్మానించిన సీఎం చంద్రబాబు నాయుడు లోకేష్.

తిరువూరు, మార్చి 29(వార్త సంధ్య):- ఎన్టీఆర్ జిల్లా,తిరువూరు నియోజక వర్గం : గంపలగూడెం మండలం ఊటుకూరు గ్రామానికి చెందిన సీనియర్ తెలుగుదేశం పార్టీ నాయకులు ఎన్టీఆర్ జిల్లా తెలుగు రైతు విభాగ అధ్యక్షులు చెరుకూరి రాజేశ్వరరావు ను ఘనంగా సన్మానిం చారు సీఎం చంద్రబాబు నాయుడు మరియు లోకేష్.44వ తెలుగుదేశం పార్టీ ఆవిర్భావ దినోత్సవం సందర్భంగా చెరుకూరి రాజేశ్వరరావు ను సీఎం చంద్రబాబు నాయుడు నివాసంలో శాలువా పూల బొకేతో ఘనంగా సత్కరించి మెమొంటో అందజేశారు. చంద్రబాబు నాయుడుతో చెరుకూరి రాజేశ్వరరావు కొద్దిసేపు తిరువూరు రాజకీయాలు సమస్యల గురించి చర్చించారు.గంపలగూడెం మండలం వినగడప కట్టలేరు బ్రిడ్జి గురించి చర్చించారు..రెండు నెలల్లో బ్రిడ్జి నిర్మాణానికి నిధులు మంజూరు చేస్తానని హామీ ఇచ్చారు.ఏ కొండూరు మండలం లోని కిడ్నీ వ్యాధిగ్రస్తుల గురించి కూడా చర్చించారు.అనంతరం కార్యకర్తల కోసం ఏర్పాటు చేసిన ఆత్మీయ విందులో చంద్రబాబు నాయుడుతో కలిసి పాల్గొన్నారు.

ఆదిలాబాద్, నాగార్జునసాగర్‌లలో ఎయిర్‌పోర్టులు

మామునూరు విమానాశ్రయం ప్రారంభం అప్పుడే!

ఉడాన్ 2.0 ద్వారా తెలుగు రాష్ట్రాలకు విస్తృత ప్రయోజనం

ఆదిలాబాద్ ఎయిర్‌స్ట్రిప్‌ను ఎయిర్‌పోర్టుగా మార్చేందుకు అవకాశం

అంతర్ మంత్రిత్వశాఖల సంప్రదింపుల దశలో మామునూరు

వెల్లడించిన రామ్మోహన్ నాయుడు

ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ నేతృత్వంలోని కేంద్ర కేబినెట్ గతవారం ఆమోదించిన ఉడాన్ 2.0 ద్వారా రెండు తెలుగు రాష్ట్రాలకు విస్తృత ప్రయోజనాలు కలగనున్నాయని కేంద్ర పౌర విమానయానశాఖ మంత్రి కె. రామ్మోహన్‌నాయుడు పేర్కొన్నారు. ఈ పథకం కింద ఇప్పటికే ఉన్న ఎయిర్‌స్ట్రిప్‌లను ఎయిర్‌పోర్టులుగా అభివృద్ధి చేసే వీలున్నందున తెలంగాణ రాష్ట్రంలోని ఆదిలాబాద్, ఆంధ్రప్రదేశ్‌లోని నాగార్జునసాగర్‌లలో కొత్త విమానాశ్రయాలు నిర్మించేందుకు వీలుకలుగుతుందని చెప్పారు. కర్నూలు, కడప ఎయిర్‌పోర్టుల నుంచి ఢిల్లీ, ఇతర నగరాలకు విమాన సర్వీసులు ప్రారంభించేందుకు ఈ పథకం ఉపయోగపడుతుందని వివరించారు. ఢిల్లీ సమీపంలోని నోయిడా అంతర్జాతీయ విమానాశ్రయం ప్రారంభించిన సందర్భంగా ఆయన శనివారం రాత్రి తన నివాసంలో కొత్తగా ఏర్పాటు చేయబోవు విమానాశ్రయాలకు సంబంధించి పలు వివరాలు తెలిపారు.

ఆదిలాబాద్ ఎయిర్‌పోర్టుకు సంబంధించి : ప్రస్తుతం కేంద్ర రక్షణశాఖ ఆధీనంలో ఉన్న ఆదిలాబాద్ ఎయిర్‌ఫోర్స్ ఎయిర్‌స్ట్రిప్‌ను తాము స్వాధీనం చేసుకోబోమని రామ్మోహన్ నాయుడు స్పష్టం చేశారు. మిగిలిన భూమిని సేకరించి అందులో ఎయిర్‌పోర్ట్‌ను నిర్మిస్తామని వెల్లడించారు. బేగంపేట ఎయిర్‌పోర్టు రన్‌వే కింద ట్రాఫిక్ టన్నెల్‌నకు అనుమతివ్వడానికి తమకు అభ్యంతరం లేదని రామ్మోహన్ నాయుడు అన్నారు. అందుకు అవసరమైనటువంటి ఖర్చును రాష్ట్ర ప్రభుత్వం చెల్లిస్తే తాము అవసరమైన చర్యలు తీసుకుంటామని తెలిపారు. ఉడాన్ 2.0 ద్వారా కేటాయించిన రూ.28 వేల కోట్లలో రూ.12 వేల కోట్లు 100 ఎయిర్‌పోర్టుల అభివృద్ధికి వినియోగిస్తామని రామ్మోహన్ నాయుడు చెప్పారు. 200 హెలిపోర్టుల నిర్మాణానికి రూ.3,500 కోట్లు ఖర్చు చేయనున్నామని వెల్లడించారు. మరో రూ.10వేల కోట్లు వయబిలిటీ గ్యాప్ ఫండింగ్ కింద విమానయాన సంస్థలకు ఇవ్వనున్నట్లుగా తెలిపారు. ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రంలోని భోగాపురం కొత్త విమానాశ్రయం, విజయవాడలో విస్తరించిన విమానాశ్రయం రెండూ జూన్‌కల్లా అందుబాటులోకి వస్తాయని ఆయన వివరించారు.

జూన్‌లో మామునూరు శంకుస్థాపనకు ఏర్పాట్లు : తెలంగాణ రాష్ట్రంలోని వరంగల్ సమీపంలోని మామునూరు విమానాశ్రయ దస్త్రం ప్రస్తుతం అంతర్‌మంత్రిత్వశాఖల సంప్రదింపుల దశలో ఉంది. ఈ ఎయిర్‌పోర్టులో భాగస్వామ్యం ఇవ్వాలని రాష్ట్ర ప్రభుత్వం కోరుతోంది. కానీ ఎయిర్‌పోర్ట్స్ అథారిటీ ఆధ్వర్యంలో నిర్మించే ఎయిర్‌పోర్టుల్లో అలాంటి సంప్రదాయం లేదు. జూన్ నెలలో దీనికి శంకుస్థాపన చేసేందుకు ప్రయత్నిస్తున్నాం. కొత్తగూడెం, బసంత్‌నగర్ ఎయిర్‌పోర్టులకు సంబంధించి క్రితంసారి చూపించిన స్థలం అనుకూలంగా లేదని చెప్పాం. వాటి స్థానంలో మరో స్థలం చూపుతామని తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం చెప్పింది. దేశంలో విమానాల తయారీ యూనిట్ ఏర్పాటుపై ఎంబ్రాయిర్ అనే సంస్థ రెండు మూడునెలల్లో నిర్ణయం తీసుకోనుంది. 2028 చివరినాటికి దేశంలో తయారుచేసిన తొలి విమానాన్ని బయటికి తీసుకురావాలన్నది ఆ సంస్థ ఉద్దేశమని రామ్మోహన్‌నాయుడు వెల్లడించారు.

ఎయిర్ పోర్ట్ అభివృద్ధికి గ్రీన్‌సిగ్నల్ : ఓరుగల్లు నగరంలో మామునూరు ఎయిర్‌పోర్టు అభివృద్ధికి కేంద్ర ప్రభుత్వం గ్రీన్ సిగ్నల్ ఇచ్చిన విషయం విదితమే. శంషాబాద్ విమానాశ్రయం నుంచి 150 కిలోమీటర్ల పరిధిలో మరో విమానాశ్రయం ఉండకూడదని గతంలో జీఎంఆర్ సంస్థతో ఒప్పందం ఉంది. దీనిపై రాష్ట్ర ప్రభుత్వం, కేంద్ర మంత్రి రామ్మోహన్ నాయుడు జీఎంఆర్ సంస్థతో ప్రత్యేకంగా చర్చలు జరిపారు. ఈ విషయం తర్వాత మామునూరుకు జీఎంఆర్ సంస్థ అంగీకారం తెలిపింది. నిర్మాణ పనులను చేపట్టాలని ఎయిర్ పోర్ట్ అథారిటీని కేంద్రమంత్రి రామ్మోహన్ నాయుడు ఆదేశించారు.

అభివృద్ధికి దోహదం : విమానాశ్రయం ఏర్పాటు అంశం ఒక్కో దశ దాటుతూ పనులు వేగంగా ముందుకు సాగుతున్నాయి. ఇప్పటికే ఓరుగల్లు రింగు రోడ్డు ప్రాజెక్టుల విషయంలో కదలిక వచ్చింది. ఉత్తర తెలంగాణలో పెద్ద నగరంగా ఉన్న ఈ ప్రాంతంలో విమాన ప్రయాణ సౌకర్యం అందుబాటులోకి వచ్చినట్లయితే రవాణా రంగం మరింత అభివృద్ధి సాధించటానికి దోహదం చేస్తుందని స్థానికులు చెబుతున్నారు. శివారు ప్రాంతాల్లో భూముల ధరలు పెరగటం, పలు మార్గాల్లో వ్యాపార సంస్థలు విస్తరించటం లాంటివాటి ద్వారా ప్రత్యక్ష్యంగా, పరోక్షంగా ఉపాధి అవకాశాలు మెరుగుపడనున్నాయి. దీంతో వాణిజ్యపరంగా వరంగల్ వృద్ధి చెందుతుందనే అభిప్రాయం స్థానికుల నుంచి వ్యక్తమవుతుంది.

జిల్లా స్థాయి క్రికెట్ టోర్నమెంట్ విజేతగా పైడిమడుగు రన్నర్ గా రామాజీపేట

జగిత్యాల జిల్లా బ్యూరో రిపోర్టర్ మార్చి 29(వార్త సంధ్య): జగిత్యాల జిల్లా రాయికల్ మండలం రామాజీపేట గ్రామంలో రామాజీపేట స్పోర్ట్స్ క్లబ్ ఆధ్వర్యంలో జిల్లా స్థాయి క్రికెట్ టోర్నమెంట్ నెల రోజుల నుండి జరుగుతుండగా ఇందులో 40 జట్లు పాల్గొని తుది సమరం పైడిమడుగు టీం, రామాజీపేట టీంకు ఆదివారం రోజు జరగగా తుది పోరులో పైడిమడుగు జట్టు విజేతగా నిలిచి 20వేల రూపాయల ప్రైజ్ మనీ సొంతం చేసుకుంది అలాగే రన్నర్ టీం గా రామాజీపేట జట్టు నిలిచి పదివేల ప్రైజ్ మనీ గెలుచుకోవడం జరిగింది. ఇట్టి క్రికెట్ టోర్నమెంట్ ముఖ్యఅతిథిగా రాయికల్ సబ్ ఇన్స్పెక్టర్ ఆఫ్ పోలీస్ సుధీర్ రావు పాల్గొనగా రామాజీపేట గ్రామ సర్పంచ్ బెజ్జంకి మోహన్, ఉప సర్పంచ్ ఇద్ధం సుధీర్ రెడ్డి ,మాజీ ఉప సర్పంచ్ హరీష్ రావు లు బహుమతి ప్రధానం చేశారు ఇట్టి క్రికెట్ టోర్నమెంట్ కు ఆర్గనైజర్లుగా దుగ్యాల చరణ్ రావు, కంటే నవీన్, మారంపల్లి రాజశేఖర్, మొగిలిపేట వంశీ లు వ్యవహరించి టోర్నమెంటు ఆహ్లాద వాతావరణం లో నిర్వహించారు. నిర్వాహకులు రామాజిపేట స్పోర్ట్స్ క్లబ్ సభ్యులు మాట్లాడుతూ టోర్నమెంట్లో లో పాల్గొన్న అన్ని జట్లకు అభినందనలు తెలుపుతూ రాబోయే కాలంలో యువకులు క్రీడలలో ఉత్సాహంగా పాల్గొంటూ చెడు వ్యసనాలకు దూరంగా ఉండాలని మంచి ఆలోచనతో ఇట్టి టోర్నమెంట్ నిర్వహించడం జరిగిందని తెలిపారు ఇందుకు సహకరించిన ప్రతి ఒక్కరికి ధన్యవాదాలు తెలిపారు. ఇందులో గ్రామ యువకులు,నాయకులు దొంగ భరత్ రెడ్డి, యాచమనేని శ్రీనివాసరావు, ఏనుగంటి రాజు పటేల్,జీవన్ రెడ్డి, సూర విజయ్, సుద్దాల నరసయ్య అంబాల వంశీధర్ రెడ్డి, ప్రతాపరెడ్డి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

30 గ్యాస్ సిలిండర్లతో పరారైన డెలివరీ బాయ్

పోలీసులకు ఫిర్యాదు

మణికంఠ గ్యాస్ ఏజెన్సీ బాయ్ నిర్వాకం

కస్టమర్ల దగ్గర ఓటీపీ తీసుకొని గ్యాస్ బండ ఇవ్వని వైనం

గ్యాస్ ఏజెన్సీని వినియోగదారులు సంప్రదించగా 30 సిలిండర్లతో పరారైనట్లు గుర్తింపు

ఇప్పుడు ప్రజలందరూ గ్యాస్, పెట్రోలు కోసం ఆందోళన చెందుతున్నారు. ఇంట్లో ఉన్న గ్యాస్ సిలిండర్ ఖాళీ అయితే మళ్లీ దొరుకుతుందా? లేదా? అనే టెన్షన్‌లో ఉన్నారు. అందుకే సిలిండర్ బుక్ చేసి, ఓటీపీ రాగానే వాళ్లే స్వయంగా గ్యాస్ ఏజెన్సీల దగ్గరకు పరుగులు తీస్తున్నారు. ఎండను సైతం లెక్కచేయకుండా ఏజెన్సీల దగ్గరే సిలిండర్ తీసుకునేందుకు బారులు తీరుతున్నారు. అయితే ఇదే అదనుగా తీసుకుని కొంతమంది మోసాలకు పాల్పడుతున్నారు. అలాంటి మోసమే విశాఖ జిల్లాలో చోటు చేసుకుంది.మనం ఇప్పటి వరకు ఎన్నో దొంగతనాలు, మోసాలు చూసుంటాం. కానీ ఇప్పుడు కొత్తగా సిలిండర్ చోరీలు జరుగుతున్నాయి. పశ్చిమాసియా యుద్ధ ప్రభావంతో గ్యాస్‌కు భారీగా డిమాండ్ పెరగడంతో సిలిండర్లతో ఓ డెలివరీ బాయ్ పరారైన ఘటన విశాఖ జిల్లాలో వెలుగు చూసింది.విశాఖ జిల్లా చినగంట్యాడలోని మణికంఠ ఇండేన్ గ్యాస్ ఏజెన్సీలో రెండేళ్లుగా వై. అప్పారావు అనే వ్యక్తి గ్యాస్ డెలివరీ బాయ్‌గా పని చేస్తున్నాడు. అయితే తనకున్న పరిచయాలతో వినియోగదారుల నుంచి ఓటీపీలు తీసుకున్నాడు. అనంతరం వినియోగదారులకు రోజులు గడుస్తున్నా సరే ఎంతకీ ఫుల్ సిలిండర్లు ఇవ్వకపోవడంతో అనుమానం వచ్చిన వినియోగదారులు ఏజెన్సీకి వెళ్లి ఆరా తీశారు.

30 గ్యాస్ సిలిండర్లతో పరార్: అనంతరం గ్యాస్ డెలివరీ చేసినట్లు నిర్వాహకులు చెప్పడంతో వారంతా లబోదిబోమన్నారు. అప్పారావు కనిపించకపోవడం, సెల్ ఫోన్ స్విచ్ఛాఫ్ రావడంతో ఏజెన్సీ నిర్వాహకులు పోలీసులను ఆశ్రయించారు. మొత్తం 30 గ్యాస్ సిలిండర్లను తీసుకుని 13,000 నగదు చెల్లించకుండా గ్యాస్ బాయ్ పరారైనట్లు ఫిర్యాదులో పేర్కొన్నారు.ఘటనపై పోలీసులు కేసు నమోదు చేసి, నిందితుడి ఆచూకీ కనుగొనడానికి, దొంగిలించిన సిలిండర్లను స్వాధీనం చేసుకోవడానికి దర్యాప్తును ప్రారంభించారు. ముఖ్యంగా అధిక డిమాండ్ ఉన్న సమయాల్లో, ఓటీపీలు పంచుకునేటప్పుడు, డెలివరీ సిబ్బందిని నమ్మేటప్పుడు వినియోగదారులు మరింత జాగ్రత్తగా ఉండాల్సిన అధికారులు సూచిస్తున్నారు."మణికంఠ గ్యాస్ ఏజెన్సీలో వై. అప్పారావు గత సంవత్సర కాలంగా పనిచేస్తున్నారు. తనకున్న పరిచయాలతో వినియోగదారుల నుంచి ఓటీపీలు తీసుకుని ఖాళీ సిలిండర్లను తీసుకుని ఫుల్ సిలిండర్లను ఇస్తానని నమ్మబలికి దాదాపు 30 గ్యాస్ బండలతో పరారయ్యాడు. అనంతరం దీనిపై వినియోగదారుల ఫిర్యాదుతో పోలీసులు కేసు నమోదు చేశారు. అధిక డిమాండ్ ఉన్న సమయాల్లో, ఓటీపీలు పంచుకునేటప్పుడు, డెలివరీ సిబ్బందిని నమ్మేటప్పుడు వినియోగదారులు మరింత జాగ్రత్తగా ఉండాలని కోరుతున్నాం.

పెట్రోలు తిప్పలు: ఇక గతవారంలో పెట్రోలు బంకులు మూతపడతాయనే పుకార్లతో వాహనదారులంతా పెట్రోలు కోసం ఎగబడ్డారు. కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు పెట్రోలు కొరత లేదని చెప్పినా వినలేదు. ఒకేసారి వాహనదారులు పెట్రోలు బంకులకు రావడం, అందరూ వాహనాల్లో ఫుల్ ట్యాంక్‌లు చేయించుకోవడం వల్ల పెట్రోలు బంక్‌ల్లోని పెట్రోలు నాలుగైదురోజులు రావాల్సి ఒక్కరోజుకే పూర్తయిపోయింది. దీంతో పలుచోట్ల బంక్‌లు నో స్టాక్ పేరుతో మూతపడ్డాయి. అంతేకాకుండా ఇంధన సంస్థల పేమెంట్ విధానంలోనూ మార్పులు రావడంతో నాలుగైదు రోజులు పెట్రోలు కోసం ప్రజలు ఇబ్బందులు పడాల్సి వచ్చింది. ఇప్పుడు మామూలుగానే పెట్రోలు లభిస్తుంది.

కేరళలో కాంగ్రెస్ కూటమి విజయం ఖాయం

మంత్రి పొంగులేటి శ్రీనివాస్ రెడ్డి

హైదరాబాద్ సిటీ ప్రతినిధి (వార్త సంధ్య) మార్చి 29 : కేరళ రాష్ట్రంలో వచ్చే నెల 9వ తేదీన జరగనున్న అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్ నేతృత్వంలోని యునైటెడ్ డెమొక్రటిక్ ఫ్రంట్ స్పష్టమైన మెజార్టీతో అధికారంలోకి రానుందని రాష్ట్ర రెవెన్యూ, హౌసింగ్, సమాచార & పౌర సంబంధాల శాఖ మంత్రి పొంగులేటి శ్రీనివాస్ రెడ్డి ధీమా వ్యక్తం చేశారు. కేరళలో ఎన్నికల ప్రచారంలో భాగంగా ఆదివారం నాడు పతనంతిట్ట జిల్లా లోని అదూర్ అసెంబ్లీ నియోజకవర్గం యూడీఎఫ్ ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి శాంతకుమార్ (కాంగ్రెస్ పార్టీ) మద్దతుగా వివిధ ప్రాంతాలలో ప్రచారం నిర్వహించారు . ఈ సందర్భంగా మంత్రి మాట్లాడుతూ గత పదేళ్లుగా ప్రతిపక్షంలో ఉన్న కాంగ్రెస్ కూటమి పట్ల ప్రజల్లో స్పష్టమైన మార్పు కనిపిస్తున్నదన్నారు. ఇటీవల జరిగిన స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్ కూటమి సాధించిన విజయాలు దీనికి నిదర్శనమని చెప్పారు. గత దశాబ్దంగా అధికారంలో ఉన్న ఎల్‌డీఎఫ్ ప్రభుత్వం ప్రజా సంక్షేమాన్ని పూర్తిగా నిర్లక్ష్యం చేసిందని మంత్రి ఆరోపించారు. అభివృద్ధి పేరుతో ప్రచారం మాత్రమే జరిగిందిగానీ, ప్రజలకు అందిన ఫలితాలు తక్కువగానే ఉన్నాయని విమర్శించారు. "పదేళ్ల పాలన తర్వాత కూడా నిరుద్యోగం పెరుగుతుంటే, ప్రజలపై ఆర్థిక భారాలు అధికమవుతుంటే --- అది ప్రభుత్వ వైఫల్యానికి నిదర్శనం కాదా?" అని మంత్రి ప్రశ్నించారు. బీజేపీపై కూడా ఆయన తీవ్ర విమర్శలు చేశారు. దేశవ్యాప్తంగా మతపరమైన రాజకీయాలతో ప్రజలను విభజించే ప్రయత్నం జరుగుతోందని, కేరళలో ఆ పార్టీకి స్పష్టమైన అభివృద్ధి దిశ లేదని పేర్కొన్నారు. కేరళ ప్రజలు సెక్యులర్ భావజాలాన్ని దెబ్బతీయాలనే ప్రయత్నాలను ప్రజలు తిరస్కరిస్తారని అన్నారు. సీపీఎం వైఫల్యాలు, బీజేపీ విభజన రాజకీయాల మధ్య కేరళ ప్రజలకు నిజమైన ప్రత్యామ్నాయం కాంగ్రెస్ పార్టీ మాత్రమేనని మంత్రి స్పష్టం చేశారు. ప్రజాస్వామ్యం, సామాజిక న్యాయం, సెక్యులర్ విలువలను కాపాడగల శక్తి కాంగ్రెస్‌కే ఉందని, ఈ ఎన్నికల్లో ప్రజలు స్పష్టమైన తీర్పుతో కాంగ్రెస్ కూటమికి విజయం అందిస్తారని ఆయన విశ్వాసం వ్యక్తం చేశారు.

పార్కింగ్ చేసిన బైకులే అతడి లక్ష్యం

కన్ను పడిందా బండి మాయమవ్వాల్సిందే

ఆరు ద్విచక్ర వాహనాలు చోరీ చేసిన సంతోష్

3 బైకులు చోరీ చేసి సంతోష్‌కు ఇచ్చిన హరికృష్ణ

నిందితుడి నుంచి తొమ్మిది బైకులు స్వాధీనం

పరారీలో ఉన్న నిందితుడు హరికృష్ణ

పార్కింగ్ ప్రదేశాల్లో బైక్ పార్క్ చేయడమంటే మనలో చాలా మందికి ఇష్టం ఉండదు. పది నిమిషాలు, మహా అయితే అరగంట పనికి రూ.20 దండగెందుకు అనుకుంటారు. బైకును ఎక్కడో దుకాణం ముందో లేదా ఖాళీ ప్రదేశాల్లో వదిలేసి వెళ్తుంటాం. ఆ అజాగ్రత్తే ఇప్పుడు మన కొంప ముంచుతుంది. వరంగల్ జిల్లాలో బహిరంగ ప్రదేశాల్లో పార్క్ చేసిన బైక్‌లు అదృశ్యమవుతున్నాయి. ఇంతకీ ఆ బైకులను మాయం చేస్తున్నదెవరు? ఆ దొంగను పోలీసులు ఎలా పట్టుకున్నారు? అనే విషయాలను ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.ఆటో నడపటం అతని వృత్తి. కానీ పార్కింగ్ చేసిన బైక్‌లను అపహరించటం అతని ప్రవృత్తి. బస్టాండ్, రైల్వే స్టేషన్‌లో పార్కింగ్ చేసిన ద్విచక్ర వాహనాలే అతని టార్గెట్. అతని కన్ను పడిందంటే వాహనం మాయం కావాల్సిందే. వరంగల్ జిల్లాలో ద్విచక్ర వాహనాలను చోరీ చేస్తున్న దొంగను పోలీసులు అరెస్ట్ చేశారు.

ఆటో నడుపుతూ జీవనం : వరంగల్ జిల్లా ధర్మసాగర్ మండలం సోమదేవపల్లి గ్రామానికి చెందిన సంతోష్ ఆటో నడుపుతూ జీవనం సాగించేవాడు. చెడు వ్యసనాలకు బానిసైన సంతోష్ జల్సాలకు అలవాటుపడ్డాడు. దీంతో ఆటో నడిపితే వచ్చే సంపాదన సరిపోక చోరీలకు అలవాటు పడ్డాడు. సులభంగా డబ్బు సంపాదించాలని బైక్ దొంగతనాలు మొదలుపెట్టాడు."గత రెండు సంవత్సరాల నుంచి హైదరాబాద్‌లోనే ఆటో నడుపుతూ అక్కడే జీవనం సాగించాడు. అలవాట్లు, జల్సాల ఎక్కువయ్యాయి. అయితే వాటికి కావాల్సిన సంపాదన తన వద్ద లేదని దొంగతనాలు ప్రారంభించాడు" - ప్రశాంత్ రెడ్డి, కాజీపేట ఏసీపీ

బాధితుల నుంచి ఫిర్యాదులు అందడంతో : రైల్వే స్టేషన్, బస్టాండ్ తదితర బహిరంగ ప్రదేశాల్లో నిలిపిన వాహనాలపై కన్నేసిన సంతోష్ అవలీలగా వాటిని మాయం చేసేవాడు. కాజీపేట రైల్వే స్టేషన్ సమీపంలోనూ, వరంగల్ జిల్లా రాయపర్తి మండలం మైలారంలోనూ ఆరు ద్విచక్ర వాహనాలు మాయం చేశాడు. బాధితుల నుంచి ఫిర్యాదులు అందడంతో అప్రమత్తమైన పోలీసులు దర్యాప్తు చేయడంతో నిందితుడు అడ్డంగా దొరికిపోయాడు."గత మూడు నెలల నుంచి కాజీపేట రైల్వేస్టేషన్‌లోని పార్సిల్ ఆఫీస్‌లో ఇప్పటి వరకు 6 బైకులను దొంగిలించాడు. వాటిని తన గ్రామంలోని ఓ ప్రదేశంలో దాచాడు. మాకు సమాచారం అందడంతో తన వద్ద ఉన్న 9 ద్విచక్ర వాహనాలను స్వాధీనం చేసుకున్నాం" - ప్రశాంత్ రెడ్డి, కాజీపేట ఏసీపీ

పరారీలో మరో నిందితుడు : సంతోష్‌కు హరికృష్ణ అనే స్నేహితుడు ఉన్నాడు. అతను కూడా హైదరాబాద్‌లో మూడు బైకులను చోరీ చేసి అమ్మి పెట్టాలని సంతోష్‌కు అప్పజెప్పాడు. ప్రస్తుతం హరికృష్ణ పరారీలో ఉన్నాడు. పోలీసులు అతని కోసం గాలిస్తున్నారు. పోలీసులు సంతోష్‌ను అరెస్ట్ చేసి అతని నుంచి మొత్తం తొమ్మిది ద్విచక్ర వాహనాలను స్వాధీనం చేసుకున్నారు.

నిఘా ఉన్న ప్రదేశంలోనే పార్కింగ్ : బహిరంగ ప్రదేశాల్లో వాహనాలను నిలిపిన ద్విచక్ర వాహనదారులంతా జాగ్రత్తగా ఉండాలని పోలీసులు సూచిస్తున్నారు. నిఘా ఉన్న ప్రదేశంలోనే బైకులను పార్క్ చేయాలని కోరుతున్నారు. వాహనాలకు జీపీఎస్ ట్రాకర్ అమర్చుకోవాలని సూచిస్తున్నారు. వాహనదారులు పార్కింగ్ ఏరియాలో బైక్ నిలుపుకోవాలని పోలీసులు సూచిస్తున్నారు.

ఘనంగా తెలుగుదేశం పార్టీ 44వ ఆవిర్భావ దినోత్సవం

ఎన్టీఆర్ విగ్రహానికి నివాళులు - సేవా కార్యక్రమాలు నిర్వహణ

వనస్థలిపురం, వార్త సంధ్య: తెలుగుదేశం పార్టీ 44వ ఆవిర్భావ దినోత్సవాన్ని వనస్థలిపురం పనామా చౌరస్తాలో ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా స్వర్గీయ నందమూరి తారక రామారావు (ఎన్టీఆర్) విగ్రహానికి పార్టీ నాయకులు పూలమాలలు వేసి నివాళులర్పించారు. ఈ కార్యక్రమంలో టిడిపి సీనియర్ నాయకులు వెలుగు చంద్రశేఖర్, వెంకట్ గాంధీ, సింగిడి మురళీధర్ రెడ్డి తదితరులు పాల్గొన్నారు. పార్టీ స్థాపకుడు ఎన్టీఆర్ ఆశయాలు, పార్టీ విధివిధానాలు, అమలు చేసిన సంక్షేమ పథకాలను స్మరించుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా సీనియర్ నాయకుడు చంద్రశేఖర్ మాట్లాడుతూ "సమాజమే దేవాలయం -- ప్రజలే దేవుళ్లు" అనే నినాదంతో ఎన్టీఆర్ స్థాపించిన తెలుగుదేశం పార్టీ గత 44 సంవత్సరాలుగా తెలుగువారి ఆత్మగౌరవ పరిరక్షణ కోసం కృషి చేస్తోందన్నారు. పార్టీ శ్రేణులకు ఆవిర్భావ దినోత్సవ శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. అనంతరం వనస్థలిపురం ప్రాంతంలోని పలు చోట్ల పార్టీ జెండాలను ఆవిష్కరించారు. అలాగే ఏరియా ఆసుపత్రిలో రోగులకు పాలు, పండ్లు పంపిణీ చేసి సేవా కార్యక్రమాలు నిర్వహించారు. బడుగు, బలహీన వర్గాల రాజకీయ–సామాజిక సాధికారత, ప్రజాస్వామ్య పరిరక్షణ, తెలుగువారి ఆత్మగౌరవం కోసం తెలుగుదేశం పార్టీ నిరంతరం పనిచేస్తోందని నాయకులు పేర్కొన్నారు. పేద ప్రజలకు సంక్షేమ ఫలాలు అందించడంలో పార్టీ ఎప్పుడూ ముందుంటుందని ఈ సందర్భంగా గుర్తు చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో పార్టీ ముఖ్య నాయకులు, కార్యకర్తలు, అభిమానులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

వేసవిలో ఏసీ లేదా కూలర్ ఏది ఆరోగ్యానికి మంచిది.. !!

: వేసవి కాలంలో చెమట, వేడి, తేమ నుంచి ఉపశమనం పొందడానికి కూలర్, %ూజ%ని వాడుతారు. ఏసీ నుండి వచ్చే గాలి శరీరానికి ఆహ్లాదకరమైన అనుభూతిని ఇస్తే, కూలర్ నుండి వచ్చే చల్లని గాలి, చల్లటి నీటి చిమ్మడంతో మనసులో ప్రశాంతత నింపుతుంది. ఈ రెండూ మండే వేడి నుండి ఒక వ్యక్తిని రక్షిస్తాయి కానీ ఈ రెండింటిలో ఏది ఆరోగ్యానికి మంచిది? అనే డౌట్ చాలామందిలో ఉంటుంది. ఏసీ, కూలర్ ఏది సరైనదో కొన్ని విషయాలు ఈ ఆర్టికల్లో తెలుసుకుందాం.

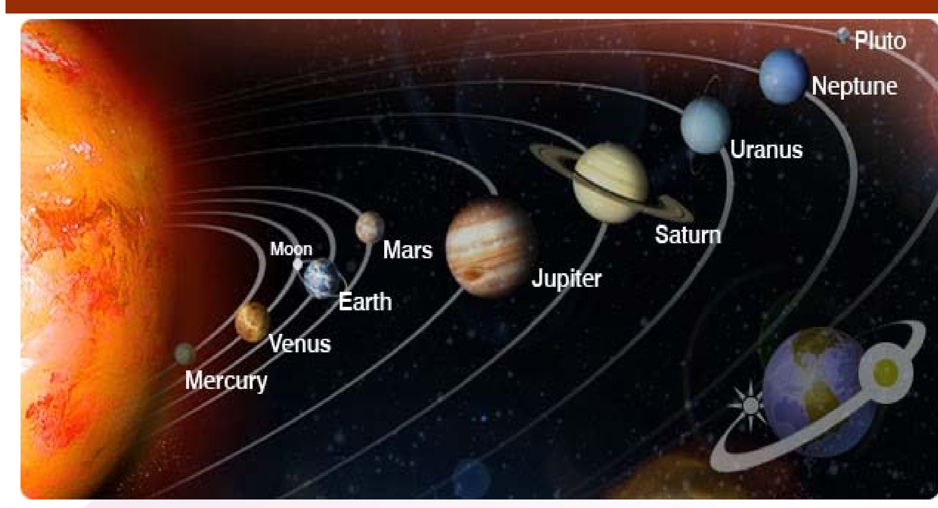
కూలర్ మంచి ఎంపిక..

AC గాలి విషయానికి వస్తే.. మండే వేడి నుండి ఉపశమనం పొందడానికి ఇది అత్యంత వేగవంతమైన. సులభమైన మార్గం. ఏసీ గది నుండి వేడిని కొన్ని నిమిషాల్లోనే తొలగించగలదు. అయితే ఆరోగ్యాన్ని దృష్టిలో ఉంచుకుంటే.. అనేక విధాలుగా %ూజ% కంటే కూలర్ మంచి ఎంపిక అని నిపుణులు చెబుతున్నారు. కూలర్ గాలిలో తేమను నిలుపుకుంటుంది. తద్వారా చర్మం, శ్వాసకోశ పొడిబారడం తగ్గుతుంది. అయితే A C గాలిని పొడిగా చేయడం ద్వారా చర్మం, ముక్కు చికాకు కలిగిస్తుంది. ఏసీ గాలిలో ఎక్కువ సమయం గడపడం వల్ల చర్మం పొడిబారడం, కంటి చికాకు, డీహైడ్రేషన్, తలనొప్పి, అనేక శ్వాసకోశ ఆరోగ్య సమస్యలు వస్తాయి.

ఒక్క రూపాయి ఖర్చు లేకుండా.. ఈ 5 చిట్కాలతో మీ ఇంట్లో నుంచి ఎలుకలు పరార్!

చల్లటి గాలిలో ఉండే ఆస్తమా, అలెర్జీ రోగులకు ప్రయోజనకరంగా ఉంటుంది. ఈ గాలి గొంతు, ఊపిరితిత్తులు ఎండిపోకుండా కాపాడుతుంది. అయితే ఏసీలోని చల్లని, పొడి గాలి శ్వాసకోశ సమస్యలను తీవ్రతరం చేస్తుంది. AC తో పోలిస్తే కూలర్ శరీరానికి తేలికపాటి చల్లదనాన్ని అందిస్తుంది. ఇది ఉష్ణోగ్రతలో ఆకస్మిక మార్పుల దుష్ప్రభావాల నుండి శరీరాన్ని రక్షిస్తుంది. అయితే A C తక్కువ ఉష్ణోగ్రత వల్ల కీళ్ల నొప్పులు, జలుబు వస్తుంది. కూలర్ తక్కువ విద్యుత్తును వినియోగిస్తుంది. తద్వారా పర్యావరణంపై తక్కువ ప్రభావం చూపుతుంది. ఇది మానసిక ప్రశాంతతను ఇస్తుంది. ఇది పరోక్షంగా ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు గమనిక: ఈ కథనం ఇంటర్నెట్లో అందుబాటులో ఉన్న సమాచారం ఆధారంగా మాత్రమే ఇచ్చినది. దీనిని ధృవీకరించడం లేదు. ఆరోగ్య సమస్యల నివారణకు సంబంధిత వైద్య నిపుణుడిని సంప్రదించడం ఉత్తమం.

గ్రహాలు డ్యాన్స్ చేయడం అంటే ఇదేనేమో భయ్యా..



: మన సౌర కుటుంబంలో సూర్యుడితో పాటు తొమ్మిది గ్రహాలున్నాయి. అవి.. బుధుడు, శుక్రుడు, భూమి , అంగారకుడు, గురుడు , శని, యురేనస్, నెప్ట్యూన్, ప్లూటో. అయితే, 2006లో ఖగోళ శాస్త్రవేత్తలు ప్లూటోను గ్రహాల జాబితా నుంచి తొలగించారు. ఇక ఈ గ్రహాలన్నీ తమ చుట్టూ తాము తిరుగుతూ.. గురుత్వాకర్షణ శక్తి కారణంగా సూర్యుడి చుట్టూ ఒక దీర్ఘవృత్తాకార కక్ష్యలో తిరుగుతాయి. అయితే, ఈ గ్రహాలన్నీ సూర్యుడి చుట్టూ ఒక కక్ష్య పూర్తి చేయడానికి వాటి దూరాన్ని బట్టి సమయం పడుతుంది. బుధుడు సూర్యుడి చుట్టూ ఒక రౌండ్ తిరగడానికి సుమారు 88 రోజులు పడుతుంది. శుక్ర గ్రహానికి సుమారు 225 రోజులు పడుతుంది. భూమి 365.25 రోజులు తీసుకుంటుంది. అంగారకుడు సూర్యుడిని ఒకసారి చుట్టేయడానికి సుమారు 687 రోజులు తీసుకుంటుంది. గురుడు (అతి పెద్ద గ్రహం) సుమారు 11.86 సంవత్సరాల కాలం పడుతుంది. శని సుమారు 29.46 సంవత్సరాలు, యురేనస్ సుమారు 84 సంవత్సరాలు, నెప్ట్యూన్ సుమారు 164.8 సంవత్సరాలు, ప్లూటో సుమారు 248 సంవత్సరాల కాలం తీసుకుంటాయి. పడుతుంది.

ఇటీవల ఖగోళ శాస్త్రవేత్త డోర్జే అంగ్ చుక్ భూ భ్రమణాన్ని వీడియోలో బంధించాడు. అయితే, ఇది మిగతా గ్రహాలకు సాధ్యం కాదు. ఆ గ్రహాల భ్రమణాన్ని పలు సాఫ్ట్‌వేర్‌లు రియల్-టైమ్‌లో చూపిస్తాయి. తాజాగా ఇలాంటి వీడియో సోషల్ మీడియాలో వైరల్ అవుతుంది. అయితే, ఇందులో అన్ని గ్రహాలు లేవు, కేవలం భూమి, జూపిటర్ గ్రహాల భ్రమణాలను చూపించారు. ఈ రెండు గ్రహాలు సూర్యుడి చుట్టూ దీర్ఘవృత్తాకార కక్ష్యలో తిరుగుతున్నాయి. ఇక ఈ వీడియోలో గురు గ్రహం సూర్యుడి చుట్టూ ఒక రౌండ్ పూర్తి చేసే సరికి భూమి 12 సార్లు చుట్టేస్తుంది. చూసేందుకు రెండు గ్రహాలు డ్యాన్స్ చేస్తున్నాయా? అన్నట్లుగా అందంగా కనిపిస్తుంది. ఈ వీడియోను ఖగోళ ప్రియులు తెగ లైక్ కొడుతూ షేర్ చేస్తున్నారు.

డీమార్ట్ డిస్కౌంట్ల మర్మం.. తక్కువ ధరలకు నిత్యావసరాలు ఎలా అందిస్తోంది..?

: అత్యంత తక్కువ ధర లకు నిత్యావసరాలు మరియు ఇతర వస్తువులను విక్రయించే సంస్థల్లో డీమార్ట్ ముందు వరుసలో ఉంటుంది. భారీ డిస్కౌంట్లకు పేరుగాంచిన ఈ సంస్థకు దేశవ్యాప్తంగా 400కు పైగా స్టోర్లు ఉన్నాయి. మిగతా రిటైల్ సంస్థల కంటే డీమార్ట్ తక్కువ ధరలకు వస్తువులు అందిం చడం ద్వారా వినియోగదారులను విశేషంగా ఆకర్షిస్తోంది. ఇంతకీ, డీమార్ట్ ఈ స్థాయిలో డిస్కౌంట్లు ఇవ్వడానికి వెనుక ఉన్న అసలు రహస్యం ఏమిటో తెలుసా?

విజయవంతమైన వ్యాపారవేత్త ధమానీ వ్యూహం

స్టాక్ మార్కెట్‌లో విజయవంతమైన పెట్టుబడిదారుడిగా రాధాకిషన్ ధమానీ సుపరిచితులు. ఆయన స్థాపించిన డీమార్ట్ కూడా అదే స్థాయిలో విజయవంతంగా కొనసాగుతోంది. చిన్న పిల్లల నుంచి వృద్ధుల వరకు అందరికీ సుపరిచితమైన పేరు డీమార్ట్. వారాంతాల్లో డీమార్ట్ స్టోర్లు జనంతో కిక్కిరిసిపోతుంటాయి. ఆసక్తికరమైన విషయం ఏమిటంటే, డీమార్ట్ సాధారణంగా జనసాంద్రత తక్కువగా ఉండే ప్రాంతాల్లో తమ స్టోర్లను ఏర్పాటు చేస్తుంది. దీనివల్ల ఆ ప్రాంతాల్లో భూముల ధరలు మరియు అద్దెలు సహజంగానే పెరుగుతాయి. ఒకప్పుడు మెట్రో నగరాలకే పరిమితమైన డీమార్ట్ ఇప్పుడు టైర్-2 నగరాలకు కూడా విస్తరించింది. ప్రస్తుతం దేశవ్యాప్తంగా డీమార్ట్‌కు 415 స్టోర్లు ఉన్నాయి.

సొంత స్థలాలే విజయానికి మూలం

డీమార్ట్ తక్కువ ధరలకు వస్తువులు విక్రయించడానికి ప్రత్యేక గుర్తింపు పొందింది. అయితే, ఇంత భారీ స్థాయిలో డిస్కౌంట్లు ఇవ్వడం వెనుక రాధాకిషన్ ధమానీ ప్రత్యేకమైన వ్యాపార వ్యూహం ఉంది. డీమార్ట్ ఎక్కడా కూడా అద్దె స్థలంలో స్టోర్లను తెరవకపోవడమే దీనికి ప్రధాన కారణం. సొంత స్థలాల్లో స్టోర్లు ఉండటం వల్ల నిర్వహణ ఖర్చులు గణనీయంగా తగ్గుతాయి. అద్దె చెల్లించాల్సిన అవసరం లేకపోవడంతో, డీమార్ట్ తమ ఖర్చులలో 5-7 శాతం వరకు ఆదా చేస్తుంది. ఈ ఆదా చేసిన మొత్తాన్ని డిస్కౌంట్ల రూపంలో వినియోగదారులకు అందిస్తుంది. అంతేకాకుండా, డీమార్ట్ ఎల్లప్పుడూ

కొత్త స్టాక్‌ను అందుబాటులో ఉంచడానికి ప్రాధాన్యత ఇస్తుంది. 30 రోజుల్లో సరుకులను విక్రయించి, కొత్త వస్తువులను ఆర్డర్ చేయాలనే లక్ష్యంతో పనిచేస్తుంది. నిర్వహణ వ్యయాలను తగ్గించుకోవడం ద్వారా పొందిన ప్రయోజనాన్ని వినియోగదారులకు అందించాలనే ఉద్దేశ్యంతోనే డీమార్ట్ భారీ డిస్కౌంట్లు ప్రకటిస్తుంది.

తక్కువ ధరల కారణంగా వినియోగదారులు డీమార్ట్ స్టోర్లకు పోటెత్తుతున్నారు. డిమాండ్ ఎక్కువగా ఉండటంతో స్టాక్ త్వరగా అయిపోతుంది. దీనివల్ల డీమార్ట్ తయారీ సంస్థలకు పెద్ద మొత్తంలో ఆర్డర్లు ఇస్తుంది. దీంతో ఆయా సంస్థలు కూడా డీమార్ట్‌కు కొంత డిస్కౌంట్‌పై వస్తువులను సరఫరా చేస్తాయి.

ఈ తగ్గింపును కూడా డీమార్ట్ ప్రజల కు డిస్కౌంట్ల రూపంలో అందిస్తుంది. ఇదే డీమార్ట్ విజయ రహస్యం!

వేసవి సెలవుల్లో అనారోగ్యం పాలవ్వకుండా ఈ జాగ్రత్తలు పాటించాల్సిందే!

: ప్రస్తుతం వేసవి కలం కావడంతో స్కూల్స్‌కి సెలవులు రావడం సహజమే. ఈ పరిస్థితులలో పిల్లలు ఇళ్లలోనే గడిపే పరిస్థితి నెలకొంది. ఇంతకాలం ఉదయాన్నే స్కూల్‌కి వెళ్లే సాయంత్రానికి తిరిగి వచ్చే అలవాటులో ఉన్న పిల్లలు ఇప్పుడు ఇంట్లో ఎక్కువ సమయం ఉంటారు. అయితే వేసవి కాలంలో పిల్లలు వేడి, తేమ, ధూళి, కాలుష్యం వంటి సమస్యల మధ్య ఎ ా రి

ఆరోగ్యంపై ప్రభావం పడవచ్చు. మరి వాటి కోసం తగిన శ్రద్ధ వహించాల్సిన అవసరం ఉంది. అందుకోసం కొన్ని ముఖ్యమైన జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. మరి అవేంటో ఒక లుక్ వేద్దామా.. వేసవి వేడి తీవ్రంగా ఉండే ఈ సమయంలో పిల్లలకు చిరాకు పెట్టించే పాపులర్ పాలిస్టర్ బట్టలు కాకుండా, తేలికగా ఉండే కాటన్ దుస్తులను వేయించడం మంచిది. ఇవి శరీరానికి తేమను ఇబ్బంది పెట్టకుండా ఉంచి, చర్మం ఇరుకుగా లేకుండా ఉడికిపోవడాన్ని తగ్గిస్తాయి. ఒకవేళ పిల్లలు బయటకు వెళ్లే అవసరం వస్తే దోమలు, ఇతర కీటకాల నుంచి కాపాడేందుకు లోషన్స్ వాడాలి. ఇది చర్మాన్ని రక్షిస్తూ దద్దుర్లు, తామర వంటి సమస్యలను నివారించడంలో సహాయపడుతుంది. ఇంకా వేసవిలో చెమట ఎక్కువగా రావడం వల్ల చర్మ సమస్యలు ఎక్కువగా కనిపిస్తాయి. వీటిని నివారించేందుకు సహజమైన నేచురల్ రెమిడీస్, సన్‌స్క్రీన్ లోషన్‌లు, మాయిశ్చరైజర్‌లు ఉపయోగించాలి. ఇవి %ఖు% కిరణాల ప్రభావాన్ని తగ్గించడంలో ఇవి కీలకంగా పనిచేస్తాయి. సెలవుల్లో పిల్లలు ఎక్కువగా జంక్ ఫుడ్ తింటారు. ఇంకా క్యార్బొనేటెడ్ డ్రింక్స్ తీసుకుంటారు. ఇది గ్యాస్, కడుపునొప్పి, ఫుడ్ పాయిజనింగ్ వంటి సమస్యలకు దారితీస్తుంది. వీటిని నివారించేందుకు శుభ్రమైన, ఇంట్లో తయారు చేసిన ఆహారాన్ని అందించడం ద్వారా భయటపడవచ్చు. పిల్లలు బయట ఆడి ఇంటికి వచ్చిన వెంటనే చేతులు కడుక్కోవడం అలవాటు చేయాలి. లేకపోతే క్రిములు ఇంట్లోకి చేరి అనారోగ్య సమస్యలకు కారణమవుతాయి. ఆటల్లో మునిగిపోయే పిల్లలు ఎక్కువగా నీరు తాగడం మరిచిపోతారు. దీని వల్ల డీహైడ్రేషన్‌కి లోనవుతారు. కాబట్టి వారిని తరచూ నీరు తాగమని చెప్పాలి. అలాగే పండ్ల రసాలు, నారింజ జ్యూస్ వంటి హైడ్రేటింగ్ పానీయాలు ఇవ్వాలి. సెలవుల్లో పిల్లలు స్నాక్స్‌కు అలవాటు పడిపోతారు. దీంతో వారి ఆరోగ్యం దెబ్బతినే అవకాశం ఉంది. అందుకే తాజా పండ్లు, డ్రై ఫ్రూట్స్, ఫ్రూట్ సలాడ్స్ వంటి ఆరోగ్యకరమైన ఆహారాలను ఇంట్లోనే తయారుచేసి ఇవ్వాలి. వేసవి తాపం తీవ్రమవుతున్న నేపథ్యంలో మధ్యాహ్న సమయంలో పిల్లలను బయటకు పంపకుండా చూడాలి. అవసరమైతే మాత్రమే, అది కూడా ఉదయం లేదా సాయంత్రం చల్లగా ఉన్న సమయంలోనే బయటకు పంపాలి. సూర్యుని నుండి వచ్చే ప్రమాదకర %ఖు% కిరణాలు, గాలిలో కలిసిన కాలుష్య కారణాలు పిల్లలకు అనేక అనారోగ్య సమస్యలకు దారితీయవచ్చు. వీటిని నివారించేందుకు ఇంటిలో శుభ్రత పాటించాలి, అవసరమైతే మాస్కులు వాడించాలి. మొత్తంగా వేసవి సెలవుల్లో పిల్లలు ఆనందంగా గడపడం కంటే ముందు ఆరోగ్యంగా ఉండడం ముఖ్యం. పై సూచనలు పాటిస్తూ వారి ఆరోగ్యం విషయంలో తల్లిదండ్రులు సరైన జాగ్రత్తలు తీసుకుంటే, పిల్లలు ఈ సెలవులను ఆరోగ్యంగా, సురక్షితంగా

దిశ, ఫీచర్స్ : అడ్రినల్ ఫెటీగ్.. ఈ మధ్య చాలామందిని వేధిస్తున్న ఆరోగ్య సమస్యల్లో 'అడ్రినల్ ఫెటీగ్(%ూంతీవఅఱశ్రీ టఫ్‌అస్త్రబవ%)' ఒకటి. ఒకప్పుడు పెద్దల్లోనే కనిపించే ఈ ప్రాబ్లం ఇప్పుడు యువతను కూడా ఇబ్బంది పెడుతోందని వైద్య నిపుణులు చెబుతున్నారు.శారీరక బలహీనత, తరచుగా నీరసం, కొంచెం శారీరక శ్రమ చేయగానే తీవ్రమైన అలసటకు గురికావడం ఈ వ్యాధి ప్రత్యేకత. మూత్ర పిండాలపై భాగంలో ఉండే అడ్రినల్ గ్రంథులు సరిగ్గా పనిచేయకపోవడంవల్ల ఈ అడ్రినల్ ఫెటీగ్ లేదా అడ్రినల్ ఎగ్జాస్టన్ అనే ఆరోగ్య సమస్య తలెత్తుతుంది.

లక్షణాలు :-

తీవ్రమైన అలసట, అధికంగా మానసిక ఒత్తిడి , నిద్రలేమి, తీపి, ఉప్పగా ఉండే ఫుడ్స్ ఎక్కువగా తినడం, బద్ధకం ఆవహించడం, మహిళల్లో అయితే ప్రీ మెన్‌స్ట్రువల్ సింద్రోమ్, మెనోపాజ్ సమయంలో బ్లడ్ ప్రెషర్ వంటివి కూడా ఈ వ్యాధి లక్షణాలుగా ఉంటాయి. ఇటువంటి సందర్భాల్లో అడ్రినల్ గ్లాండ్స్ శరీర అవసరాలను తీర్చడంలో సరిగ్గా స్పందించవు.

నివారణ :- కొన్ని రకాల ఆహారాలు, మందుల ద్వారా ఈ సమస్య తగ్గుతుందని వైద్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. ముఖ్యంగా పాంతోతేనిక్ యాసిడ్‌గా పిలువబడే ఆహారం (విటమిన్ B5) దీనిని నివారిస్తుంది. విటమిన్ B6, విటమిన్ సి లభించే ఆహారాలు కూడా నాడీ వ్యవస్థను ఉత్తేజ పరిచి, ఒత్తిడిని దూరం చేయడంవల్ల అడ్రినల్ ఫెటీగ్‌ను తగ్గిస్తాయి.

చిన్న పనికే అలసిపోతున్నారా? అడ్రినల్ ఫెటీగ్ కావచ్చు..!

రోబోలపై ట్యాక్స్.. సోషల్ మీడియాలో పెద్ద ఎత్తున చర్చ.. ఏఐతో ఉద్యోగాలకు ఎసరు..

ఫీచర్స్ : మైక్రోసాఫ్ట్ అధినేత బిల్ గేట్స్ రోబోలపై టాక్స్ వేయాలని కామెంట్స్ చేశాడు. 2017లో ఈ వ్యాఖ్యలు చేసినా.. ప్రస్తుతం వైరల్ అవుతున్నాయి. పెద్ద డిస్కషన్‌కు దారితీశాయి. కారణం మాన్యుఫాక్చరింగ్, లాజిస్టిక్స్ రంగాల్లో ఏఐ ఎంటర్ కావడమే. ఇప్పటికే చాలా ఇండస్ట్రీలో ఏఐ డామినేషన్ నడుస్తుండగా.. చాలా మంది కార్మికులు తమ ఉద్యోగాలను కోల్పోతున్నారు. ముఖ్యంగా ఆర్టిఫిషియల్ ఇంటెలిజెన్స్ ఈజీగా కోడ్ జనరేట్ చేస్తుండగా.. మనుషుల అవసరం లేకుండా పోతుంది. కష్టపడి సంపాదించిన డిగ్రీలు, పీజీలకు వాల్యూ లేకుండా పోతుంది. ప్రత్యేకంగా నేర్చుకున్న కోర్సులతో యూజ్ లేక రోడ్డు మీద పడాల్సి వస్తుంది. ఈ మధ్య ట్రెండ్ అవుతున్న కాన్వా కోడ్ నిజమైతే ఇక పరిస్థితి అంతే. విద్యార్థులు, ఉద్యోగులు పనిలేక ఇంట్లో కూర్చోవాల్సిందే. మానసికంగా కుమిలిపోవాల్సిందే.

అందుకే బిల్ గేట్స్ చెప్పినట్లుగా ఆటోమేషన్ కార్మిక శక్తిని మార్చేస్తున్నందన.. ఉద్యోగ నష్టాలను తగ్గించేందుకు రోబోలపై పన్ను విధించడం పొటెన్షియల్ పాలసీగా పరిగణించబడుతోంది. ఈ విధానం జాబ్ కోల్పోయిన కార్మికులకు మద్దతు ఇవ్వడానికి ఆదాయాన్ని సమకూర్చగలదు. అయితే ఇది వివాదాస్పదంగా ఉంది. ఎందుకంటే ఆవిష్కరణ, ఆర్థిక వృద్ధిపై ప్రభావం చూపుతుందనే చర్చలు కొనసాగుతున్నాయి. బిల్ గేట్స్ తన రోబో పన్ను ప్రతిపాదనను నేరుగా యూనివర్సల్ బేసిక్ ఇన్‌కమ్ తో లింక్ చేయలేదు. అయితే ఈ రెండు ఆలోచనలు తరచూ కలిసి చర్చించబడుతున్నాయి. 2024 నెట్‌ఫ్లిక్స్ సిరీస్‌లో "వాట్స్ నెక్స్ట్? ది ఫ్యూచర్ విత్ బిల్ గేట్స్"లో.. పేదరికాన్ని తగ్గించడానికి, దీర్ఘకాలిక ఖర్చులను ఆదా చేయడానికి UBI పవర్ ఎలా ఉంటుందో ఆయన వివరించారు. బాలల పేదరికం నిర్మూలనకే అమెరికాకు సంవత్సరానికి %వి%1 ట్రిలియన్‌కు పైగా ఖర్చు అవుతుందన్నారు.

యూనివర్సల్ బేసిక్ ఇన్‌కమ్ అంటే..?

యూనివర్సల్ బేసిక్ ఇన్‌కమ్ అనేది ప్రతి వ్యక్తికి నిర్దిష్ట మొత్తంలో డబ్బును, షరతులు లేకుండా క్రమం తప్పకుండా అందించే ఆర్థిక విధానం. దీని ప్రయోజనాలు వివిధ సామాజిక, ఆర్థిక సందర్భాలలో గమనించవచ్చు.

పేదరికం తగ్గింపు:

UBI ప్రతి వ్యక్తికి కనీస ఆదాయాన్ని అందించడం ద్వారా పేదరికాన్ని గణనీయంగా తగ్గిస్తుంది. బిల్ గేట్స్ 2024 నెట్‌ఫ్లిక్స్ సిరీస్‌లో పేర్కొన్నట్లు.. అమెరికాలో బాలల పేదరికం సంవత్సరానికి %వి%1 ట్రిలియన్‌కు పైగా ఖర్చును కలిగిస్తుంది. UBI ఈ ఆర్థిక భారాన్ని తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది.

ఆర్థిక భద్రత:

UBI వ్యక్తులకు ఆర్థిక స్థిరత్వాన్ని అందిస్తుంది. ముఖ్యంగా ఆటోమేషన్ వల్ల ఉద్యోగ నష్టాలు ఎదుర్కొనే వారికి సపోర్టింగ్‌గా ఉంటుంది. కనీస జీవన వ్యయాలను (ఆహారం, గృహం, ఆరోగ్యం) కవర్ చేయడంలో సహాయపడుతుంది, ఆర్థిక ఒత్తిడిని తగ్గిస్తుంది.

సృజనాత్మకతను ప్రోత్సహించడం:

UBI ఆర్థిక భద్రతను అందించడం ద్వారా వ్యక్తులు కొత్త వ్యాపారాలు ప్రారంభించడం, విద్యను కొనసాగించడం లేదా సృజనాత్మక కార్యకలాపాలలో పాల్గొనడం వంటి రిస్క్‌లను తీసుకోవడానికి అనుమతిస్తుంది. ఇది ఆర్థిక వ్యవస్థలో ఆవిష్కరణను పెంచుతుంది.

సామాజిక సమానత్వం:

UBI ఆదాయ అసమానతలను తగ్గిస్తుంది. ఎందుకంటే ఇది ఆర్థిక స్థితి లేదా ఉద్యోగ స్థితితో సంబంధం లేకుండా.. అందరికీ సమానంగా అందించబడుతుంది. ఇది సామాజిక ఐక్యతను ప్రోత్సహిస్తుంది. వివక్షను తగ్గిస్తుంది.

ఆరోగ్యం మెరుగుదల:

ఆర్థిక ఒత్తిడి తగ్గడం వల్ల మానసిక, శారీరక ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుంది. UBI ఆరోగ్య సంరక్షణ, ఇతర అవసరమైన సేవలకు ప్రాప్యతను పెంచుతుంది. ఇది సమాజంలో మొత్తం శ్రేయస్సును మెరుగుపరుస్తుంది.

ఆటోమేషన్‌కు అనుగుణంగా మార్పు:

ఆటోమేషన్, AI వల్ల ఉద్యోగాలు తగ్గుతున్న నేపథ్యంలో.. UBI ఉద్యోగ నష్టాలను ఎదుర్కొనే వారికి ఆర్థిక మద్దతును అందిస్తుంది. బిల్ గేట్స్ రోబోట్ పన్ను ద్వారా సేకరించిన ఆదాయం UBI కార్యక్రమాలకు నిధులు సమకూర్చడానికి ఉపయోగపడవచ్చని సూచించారు.

బాదం నూనె కొనే ముందు ఇవి తెలుసుకోండి.. లేకుంటే రిస్కులో పడుతారు..!

ఈ నూనెలో కొన్ని పదార్థాలు ఉంటాయి. అవి కొందరి చర్మానికి పడవు. ఈ నూనె రాసినప్పుడు చర్మం దురద పెట్టడం, ఎర్రగా అవ్వడం, వేడిగా అనిపించడం వంటి ఇబ్బందులు రావచ్చు. సున్నితమైన చర్మం లేదా అలర్జీలు ఉన్నవారికి ఇది అంత మంచిది కాదు. కాబట్టి బాదం నూనె వాడేటప్పుడు మీ చర్మం రకం ఏంటో తెలుసుకోని వాడడం చాలా ముఖ్యం. ఆయిలీ స్కిన్ ఉన్నవారికి బాదం నూనె సరిగ్గా సెట్ అవ్వదు. ఈ నూనె వాడిన తర్వాత మొటిమలు వచ్చే అవకాశాలు ఎక్కువ. ముఖం మీద నూనె ఉండటం వల్ల మురికి పేరుకుపోయి ఇలాంటి సమస్యలు వస్తాయి. కాబట్టి ఆయిలీ చర్మం ఉన్నవారు ఈ నూనె వాడే ముందు జాగ్రత్తగా ఉండాలి. కొందరికి బాదం నూనెలోని పదార్థాలు పడవు, దీనివల్ల అలర్జీ వస్తుంది. అలర్జీ వస్తే ముఖం ఎర్రగా మారడం, దురదతో పాటు వాపు రావడం సాధారణంగా జరుగుతుంది. అలాంటప్పుడు వెంటనే నూనె వాడటం ఆపేయాలి. మొదట కొంచెం నూనెను చిన్న చోట రాసి పరీక్షించి చూడటం మంచిది. బాదం నూనె వాడితే కొందరి ముఖంపై ఉండే సహజమైన మెరుపు తగ్గిపోయినట్లు అనిపిస్తుంది. ముఖం కొంచెం జిడ్డుగా, బరువుగా అనిపించవచ్చు. ఇది ముఖం అందాన్ని తగ్గించి.. చర్మం చిరాకుగా కనిపించేలా చేస్తుంది. అందుకే ఈ నూనెను ముఖంపై ఎక్కువగా రాయకూడదు. ఎండ ఎక్కువగా ఉన్నప్పుడు ఈ నూనె రాసుకొని బయటికి వెళ్తే చర్మం మీద మచ్చలు, రంగు మారడం వంటివి జరగవచ్చు. దీనివల్ల చర్మం వేరేలా కనిపిస్తుంది. ఈ సమస్య రాకుండా ఎండలో వెళ్లేటప్పుడు జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి.

గుర్తుంచుకోవాల్సిన విషయాలు

మీ చర్మం రకం తెలుసుకోండి.. మీకు బాదం నూనె సరిపోతుందా లేదా అని ముందుగా తెలుసుకోవాలి. సున్నితమైన లేదా ఆయిలీ చర్మం ఉన్నవారు డాక్టర్‌ను అడిగి సలహా తీసుకోవడం మంచిది.

తక్కువగా వాడండి.. నూనెను కొద్దిగానే రాయాలి. ఎక్కువగా రాస్తే చెడు ప్రభావాలు వచ్చే అవకాశం ఉంది.

అలర్జీ పరీక్ష.. కొత్తగా ఈ నూనె వాడే ముందు చేతిపై కొంచెం రాసి చూడండి. దురద లేదా ఎర్రదనం లేకపోతేనే వాడండి.

మంచి నూనెను ఎంచుకోండి.. మార్కెట్లో చాలా రకాల బాదం నూనెలు ఉంటాయి. వాటిలో మంచి నాణ్యత ఉన్న నూనెనే వాడాలి.

ఎండలో జాగ్రత్త.. నూనె రాసిన తర్వాత ఎండలో ఎక్కువగా తిరగకూడదు.

బాదం నూనె చర్మానికి తేమను, మెరుపును ఇస్తుంది. కానీ అందరికీ ఇది సరిగ్గా పనిచేయకపోవచ్చు. మీ చర్మం రకానికి తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకుని వాడితేనే బాదం నూనె మంచి ఫలితాలు ఇస్తుంది. ఎండ నుంచి రక్షణ తీసుకుంటూ తక్కువగా వాడితే మీ చర్మం ఆరోగ్యంగా మెరుస్తుంది.

ఇవి తింటే ఎముకలకు తిరుగుండదు.. మస్తు బలంగా ఉంటాయి..!

మన ఎముకలు బలంగా ఉండాలంటే మనం తినే ఆహారంలో సరైన పోషకాలు ఉండాలి. ముఖ్యంగా కాల్షియం, ఫాస్ఫరస్, విటమిన్ డి వంటివి ఎక్కువగా ఉండే ఆహారం తీసుకోవడం చాలా ముఖ్యం. ఈ పోషకాలు లేకపోతే ఎముకలు బలహీనంగా మారి నొప్పిగా ఉంటాయి. ఒక్కోసారి విరిగిపోయే ప్రమాదం కూడా ఉంది. అందుకే ప్రతిరోజు ఈ పోషకాలు ఉన్న ఆహారం తీసుకోవాలి. గుడ్లలో విటమిన్ డి చాలా ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఈ విటమిన్ మన శరీరం కాల్షియంను బాగా గ్రహించడానికి సహాయపడుతుంది. విటమిన్ డి ఉండటం వల్ల ఎముకలు బలంగా తయారవుతాయి. గుడ్లు తినడం వల్ల ఎముకలకు కావలసిన కాల్షియం కూడా అందుతుంది. అందుకే ప్రతిరోజు గుడ్లు తింటే ఎముకలు ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి. బాదం, చియా గింజలు, నువ్వులు వంటి నట్స్‌లో కాల్షియం, ఫాస్ఫరస్, మెగ్నీషియం వంటి ముఖ్యమైన పోషకాలు ఉంటాయి. ఇవి ఎముకలు బలంగా ఉండటానికి సహాయపడతాయి. వీటిని తరచుగా తినడం వల్ల ఎముకలు దృఢంగా తయారవుతాయి. అంతేకాకుండా ఇవి మన శరీరానికి రోగనిరోధక శక్తిని కూడా పెంచుతాయి. పప్పులలో కాల్షియం, మెగ్నీషియం, జింక్ వంటి ఖనిజాలు ఉంటాయి. ఇవి ఎముకలకు కావలసిన బలాన్ని ఇస్తాయి. మనం పప్పులు తింటే ఎముకలు బలంగా తయారవుతాయి. ఎముకలకు సంబంధించిన చాలా సమస్యలు ఈ ఆహారం వల్ల తగ్గిపోతాయి. పాలు, పెరుగు, చీజ్ వంటి పాల ఉత్పత్తుల్లో కాల్షియం చాలా ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఇవి మన శరీరానికి కావలసిన విటమిన్ డి ని కూడా అందిస్తాయి. దీనివల్ల ఎముకలు బలహీనంగా మారడం తగ్గుతుంది. ఎముకలు బలంగా, ఆరోగ్యంగా ఉండటానికి ప్రతి వయసులోనూ ఈ ఉత్పత్తులు తీసుకోవడం మంచిది. సాల్మన్, ట్యూనా వంటి కొవ్వు చేపల్లో విటమిన్ డి, ఒమేగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్స్ ఉంటాయి. వీటిని తినడం వల్ల ఎముకల ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుంది. శరీరంలో వాపులు తగ్గి ఎముకలు బలంగా తయారవుతాయి. ఆకుకూరలు తింటే మన ఎముకలకు కావలసిన విటమిన్లు, కాల్షియం అందుతాయి. వీటిని ఎక్కువగా తింటే ఎముకలు బలంగా ఉంటాయి. ఎముకలు బలహీనంగా ఉండటం, నొప్పి వంటి సమస్యలు తగ్గి మనం ఆరోగ్యంగా ఉంటాము. బ్రోకలీలో కాల్షియం, విటమిన్ కె, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు ఎక్కువగా ఉంటాయి. ఇవి ఎముకలు బలంగా ఉండటానికి.. శరీరంలో హాని చేసే పదార్థాలను తగ్గించడానికి సహాయపడతాయి. బ్రోకలీ తినడం వల్ల ఎముకలు దృఢంగా తయారవుతాయి. కొన్నిసార్లు మార్కెట్లో కాల్షియం, విటమిన్ డి కలిపిన ఆహారాలు కూడా దొరుకుతాయి. వీటిని తినడం వల్ల ఎముకలకు కావలసిన పోషకాలు అందుతాయి. ఈ ఆహారాలు ఎముకల సమస్యలు రాకుండా కాపాడతాయి. ఎముకల ఆరోగ్యం కోసం మనం తినే ఆహారం చాలా ముఖ్యం. ప్రతిరోజు సరైన పోషకాలు తీసుకోకపోతే ఎముకలు బలహీనమవుతాయి. కాబట్టి కాల్షియం, విటమిన్ డి వంటి పోషకాలు ఎక్కువగా ఉన్న ఆహారం తీసుకోవడం చాలా అవసరం.

షుగర్ లెవెల్స్ కంట్రోల్లో ఉండాలంటే పచ్చడి తినాల్సిందే..!

పచ్చళ్లలో మంచి సూక్ష్మజీవులు ఉంటాయి.. వాటిని ప్రోబయోటిక్స్ అంటారు. ఇవి మన కడుపులో ఉండే మంచి బ్యాక్టీరియాను పెంచుతాయి. మంచి బ్యాక్టీరియా పెరగడం వల్ల మనం తిన్న ఆహారం బాగా జీర్ణమవుతుంది. దీని వల్ల నీరసం తగ్గి.. మనకు ఎక్కువ శక్తి వస్తుంది. అయితే కడుపులో మంట లేదా పుండు ఉన్నవారు మాత్రం పచ్చళ్లను ఎక్కువగా తినకూడదు. అలా తింటే వారి సమస్యలు పెరిగే అవకాశం ఉంది. పచ్చళ్లలో కేలరీలు చాలా తక్కువగా ఉంటాయి. అందుకే బరువు తగ్గాలనుకునే వారికి ఇవి బాగా సహాయపడతాయి. బరువు పెరిగే సమస్యతో బాధపడేవారు పచ్చళ్లు తింటే బరువు అదుపులో ఉంటుంది. కానీ ఎప్పుడూ కొద్దిగానే తినాలి. ఎక్కువ తింటే మాత్రం సమస్యలు రావచ్చు. కాబట్టి పచ్చళ్లను తగినంత పరిమాణంలో తీసుకోవడం మంచిది. కండరాల నొప్పులు తగ్గించడంలో కూడా పచ్చళ్లు సహాయపడతాయి. వ్యాయామం చేసిన తర్వాత వచ్చే కండరాల నొప్పిని తగ్గించడానికి ఇవి బాగా పనిచేస్తాయి. ఇది ఆటలు ఆడేవారికి లేదా వ్యాయామం చేసేవారికి చాలా ఉపయోగకరంగా ఉంటుంది. కండరాల నొప్పి తగ్గితే శరీరం బాగా పనిచేస్తుంది.. అలాగే శక్తి కూడా ఎక్కువగా ఉంటుంది. రక్తంలో చక్కెర స్థాయిని అదుపులో ఉంచడంలో పచ్చళ్లు ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తాయి. పచ్చళ్లలో ఉండే పోషకాలు రక్తాన్ని ఎక్కువగా పెరగకుండా చూస్తాయి. దీని వల్ల డయాబెటిస్ వచ్చే ప్రమాదం తగ్గుతుంది. రక్తంలో చక్కెర సరైన స్థాయిలో ఉంటే మన ఆరోగ్యం బాగుంటుంది.. మనం తేలికగా ఉంటాము. పచ్చళ్లలో చాలా ఎక్కువ యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు ఉంటాయి. ఇవి మన శరీరంలో హాని చేసే కణాలను (ఫ్రీ రాడికల్స్) ఎదుర్కొంటాయి. ఈ ఫ్రీ రాడికల్స్ వల్ల చాలా రకాల రోగాలు వస్తాయి. పచ్చళ్లను తరచుగా తినడం వల్ల క్యాన్సర్ లాంటి పెద్ద రోగాలు రాకుండా సహాయపడుతుంది. మన శరీరం ఆరోగ్యంగా ఉండటానికి పచ్చళ్లు చాలా అవసరం. పచ్చళ్లు తినడం వల్ల మన రోగనిరోధక శక్తి కూడా పెరుగుతుంది. అంటే మన శరీరాన్ని రోగాల నుంచి కాపాడే శక్తి బలపడుతుంది. పచ్చళు ్ల తీసుకోవడం వల్ల వైరస్, బ్యాక్టీరియా వంటి ఇన్ఫెక్షన్లు తగ్గుతాయి. వాతావరణం మారినప్పుడు వచ్చే జబ్బులు కూడా రాకుండా ఉంటాయి. కాబట్టి పచ్చళ్లు తినడం మన ఆరోగ్యానికి మంచిది. మన గుండెను బలంగా ఉంచడంలో కూడా పచ్చళ్లు సహాయపడతాయి. పచ్చళ్లలో ఉండే ప్రోబయోటిక్స్ గుండె పనితీరును మెరుగుపరుస్తాయి. గుండె ఆరోగ్యం బాగుంటే మనం సంతోషంగా ఉండగలుగుతాము. పచ్చళ్లలోని పోషకాల వల్ల గుండె సంబంధిత సమస్యలు తగ్గుతాయి.. మన శరీరం బలంగా మారుతుంది. శరీరంలోని కొలెస్ట్రాల్‌ను నియంత్రించడంలో పచ్చళ్లు ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తాయి. చెడు కొలెస్ట్రాల్ ఎక్కువైతే చాలా ఆరోగ్య సమస్యలు వస్తాయి. పచ్చళ్లలో ఉండే పోషకాలు చెడు కొలెస్ట్రాల్‌ను తగ్గించి.. శరీరంలో కొవ్వును కరిగించడానికి సహాయపడతాయి. కొవ్వు తగ్గడం వల్ల బరువు తగ్గి ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుంది. ఈ విధంగా పచ్చళ్లను మన ఆహారంలో చేర్చుకోవడం వల్ల మన శరీరానికి ఎన్నో రకాల ప్రయోజనాలు కలుగుతాయి.

మానసిక సమస్యలకు మందు మన పొట్టలోనే

అధ్యయనంలో ఆసక్తికర విషయాలు!

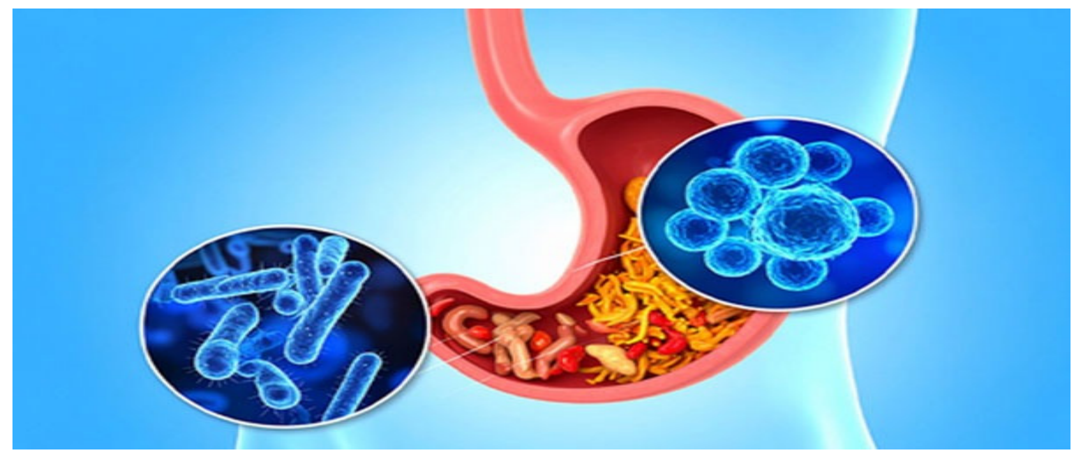
మానసిక ఆరోగ్యానికి, పేగుల్లోని సూక్ష్మజీవులకు మధ్య బలమైన సంబంధం

యూనివర్శిటీ ఆఫ్ సౌత్ ఆస్ట్రేలియా పరిశోధకుల అధ్యయనంలో వెల్లడి

డిప్రెషన్, ఆందోళన వంటి సమస్యలకు కొత్త చికిత్సా మార్గాలకు అవకాశం

ప్రోబయోటిక్స్, ఆహార మార్పులతో మానసిక ఆరోగ్యం మెరుగుపడే ఛాన్స్

ప్రస్తుత మందులకు స్పందించని వారికి ఈ పరిశోధన ఓ కొత్త ఆశ



మన మానసిక ఆరోగ్యానికి, పొట్టలోని పేగులకు సంబంధం ఉందంటే నమ్మగలమా? కానీ ఇదే నిజమని శాస్త్రవేత్తలు చెబుతున్నారు. ప్రపంచవ్యాప్తంగా లక్షలాది మందిని వేధిస్తున్న డిప్రెషన్ (కుంగుబాటు), యాంగ్జయిటీ (ఆందోళన) వంటి తీవ్రమైన మానసిక సమస్యలకు పరిష్కారం మన పేగుల్లోనే దాగి ఉందని తాజా అధ్యయనం ఒకటి స్పష్టం చేస్తోంది. ఈ ఆవిష్కరణ మానసిక ఆరోగ్య చికిత్సా విధానంలో ఒక విప్లవాన్నే సృష్టించగలదని నిపుణులు భావిస్తున్నారు.యూనివర్శిటీ ఆఫ్ సౌత్ ఆస్ట్రేలియా పరిశోధకులు పేగులు, మెదడు మధ్య ఉన్న సంబంధంపై లోతైన అధ్యయనం చేశారు. పేగుల్లో నివసించే కోట్ల సంఖ్యలోని సూక్ష్మజీవులు (గట్ మైక్రోబయోమ్) మెదడు పనితీరును, రసాయన సమతుల్యతను నేరుగా ప్రభావితం చేయగలవని తమ పరిశోధనలో బలమైన ఆధారాలు కనుగొన్నారు. ఈ కీలక వివరాలను ప్రతిష్ఠాత్మక 'నేచర్ మెంటల్ హెల్త్' జర్నల్‌లో ప్రచురించారు. ఈ అధ్యయనానికి నేతృత్వం వహించిన శ్రీనివాస్ కామత్ మాట్లాడుతూ... "మానసిక ఆరోగ్య పరిశోధనలలో పేగు-మెదడు సంబంధం అనేది అత్యంత ఆసక్తికరమైన అంశం. మన జీర్ణవ్యవస్థలోని సూక్ష్మజీవులు రసాయన, నరాల మార్గాల ద్వారా మెదడుతో మాట్లాడతాయని, మన మానసిక స్థితిని, ఒత్తిడి స్థాయిలను, ఆలోచనా శక్తిని కూడా ప్రభావితం చేస్తాయని మాకు ఇప్పటికే తెలుసు" అని వివరించారు. పేగుల్లోని మార్పులు మానసిక వ్యాధులకు కారణమవుతాయా? లేక కేవలం వాటి లక్షణమా? అనే ప్రశ్నకు ఈ అధ్యయనం సమాధానం ఇస్తోందని ఆయన అన్నారు. ప్రపంచవ్యాప్తంగా సుమారు 97 కోట్ల మంది మానసిక ఆరోగ్య సమస్యలతో బాధపడుతున్నారు. వీరిలో మూడింట ఒక వంతు మందికి ప్రస్తుత మందులు లేదా చికిత్సలు సరిగా పనిచేయడం లేదు. ఇలాంటి పరిస్థితుల్లో ఈ కొత్త పరిశోధన ఆశాకిరణంగా మారింది. పరిశోధనలో పాలుపంచుకున్న డాక్టర్ పాల్ జాయిస్ మాట్లాడుతూ... "మానసిక వ్యాధులలో పేగు బ్యాక్టీరియా ప్రత్యక్ష పాత్ర పోషిస్తోందని రుజువైతే, వ్యాధి నిర్ధారణ, చికిత్స, నివారణ పద్ధతులు పూర్తిగా మారిపోతాయి. ప్రోబయోటిక్స్, సరైన ఆహారం వంటి మైక్రోబయోమ్ ఆధారిత చికిత్సలు తక్కువ ఖర్చుతో, సురక్షితంగా, అందరికీ అందుబాటులోకి వస్తాయి" అని తెలిపారు. జంతువులపై చేసిన ప్రయోగాలలో పేగుల్లోని సూక్ష్మజీవులను మార్చడం ద్వారా వాటి ప్రవర్తన, ఒత్తిడి స్థాయిలలో మార్పులు రావడం జరిగింది. అలాగే డిప్రెషన్, స్కిజోఫ్రెనియా వంటి సమస్యలున్న వారిలో పేగుల పనితీరు అస్తవ్యస్తంగా ఉండటం వంటివి గమనించారు. ఆహారం, పర్యావరణం, జీవనశైలి వంటి అంశాలు పేగు-మెదడు సంబంధాన్ని ఎలా ప్రభావితం చేస్తాయో తెలుసుకునేందుకు భవిష్యత్తులో మరింత విస్తృతమైన పరిశోధనలు అవసరమని శాస్త్రవేత్తలు అభిప్రాయపడ్డారు.

చంద్ర బింబంలా మెరిసే ఫేస్ మీ సొంతం కావాలా చాక్లెట్ ఈ ఫేస్ ప్యాక్ లు ట్రై చేయండి

వేసవిలో, ఎండ, దుమ్ము, కాలుష్యం కారణంగా చర్మంపై టాన్ పెరిగిపోతుంది. ముఖం మీద మొటిమలు, నల్లటి మచ్చలు రావడం మొదలవుతుంది. ఇది చర్మం కాంతిని తగ్గిస్తుంది. కనుక ఈ సమస్యలన్నింటినీ వదిలించుకోవడానికి ఇంట్లోనే చాక్లెట్‌తో ఫేస్ మాస్క్ తయారు చేసుకోవచ్చు. కనుక ఈ రోజు ఫేస్ మాస్క్ ను ఎలా తయారు చేయాలి? దాని ప్రయోజనాలు ఏమిటో తెలుసుకుందాం. చంద్ర బింబంలా మెరిసే ఫేస్ మీ సొంతం కావాలా.. చాక్లెట్ ఈ ఫేస్ ప్యాక్ లు ట్రై చేయండి.. బెస్ట్ రిజల్ట్ మీ సొంతం.. మీరు ఎవరికైనా చాక్లెట్ బహుమతిగా ఇచ్చి ఉంటారు లేదా కొన్నిసార్లు మూడ్ ని మార్చుకోవడానికి చాక్లెట్ ని తింటూ ఉంటారు. పిల్లలు అయినా, పెద్దలు అయినా, అందరికీ చాక్లెట్ అంటే ఇష్టం. అందుకే చాక్లెట్ ని తినే అవకాశం కోసం ఎదురుచూస్తూ ఉంటారు. అయితే చాక్లెట్ చర్మ సమస్యలను నయం చేయడంలో కూడా సహాయపడుతుందని మీకు తెలుసా? చాక్లెట్ తో తయారు చేసిన ఫేస్ ప్యాక్ ని ముఖం మీద అప్లై చేయడం ద్వారా గ్లోయింగ్ స్కిన్ పొందవచ్చు. ఈ ఫేస్ మాస్క్‌లు ముఖంపై పేరుకున్న మురికిని తొలగించి చర్మాన్ని శుభ్రంగా చేస్తుంది. కనుక ఇక నుంచి చాక్లెట్ తినడంతో పాటు, చాక్లెట్ ఫేస్ మాస్క్ ని అప్లై చేసుకునే ప్రయత్నం చేయండి. అయితే చాక్లెట్ చర్మానికి ఎలా మేలు చేస్తుంది. దీనిని ముఖానికి అప్లై చేయడం సురక్షితమేనా వంటి అనేక ప్రశ్నలు మనస్సులో మెదులుతూ ఉంటాయి. కనుక ఈ రోజు చర్మ సంరక్షణలో చాక్లెట్‌ను ఎలా భాగంగా చేసుకోవచ్చో తెలుసుకుందాం. తద్వారా మీ చర్మం మెరుపు చెక్కుచెదరకుండా ఉంటుంది.

చాక్లెట్ చర్మానికి ఎందుకు మేలు చేస్తుంది?

డార్క్ చాక్లెట్‌లో కాటెచిన్‌లు, పాలీఫెనాల్స్, యాంటీఆక్సిడెంట్లు, ఫ్లేవనాల్స్ ఉంటాయి. డార్క్ చాక్లెట్‌లో ఉండే ఫ్లేవనాయిడ్లు కొల్లాజెన్ ఉత్పత్తికి కూడా సహాయపడతాయి. ఇది మీకు ప్రకాశవంతమైన, మచ్చలేని చర్మాన్ని ఇస్తుంది.

ఆ దేశంలో నరకానికి ద్వారం.. అక్కడికి వెళ్తే ప్రాణంతో తిరిగి రారట

చాక్లెట్ డార్క్ చాక్లెట్ ఫేస్ మాస్క్ తో ఈ 5 ఫేస్ మాస్క్ లను తయారు చేసుకోండి.

చాక్లెట్ ,షుగర్ పేస్ మాస్క్ తయారు చేయడానికి 2 డార్క్ చాక్లెట్లు, 4-5 చెంచాల పాలు, 3 చెంచాల బ్రౌన్ షుగర్ మరియు 1 చెంచా ఉప్పు అవసరం. ముందుగా చాక్లెట్ కరిగించి దానిలో ఉప్పు , చక్కెర కలపండి. చల్లారిన తర్వాత ఈ మిశ్రమాన్ని ముఖానికి అప్లై చేసి 20 నిమిషాలు ఉంచి.. ఆపై చల్లటి నీటితో ముఖం కడుక్కోవాలి. ఈ మాస్క్ మీ చర్మాన్ని మృదువుగా , కాంతి వంతంగా మార్చడంలో సహాయపడుతుంది.

చాక్లెట్ , అరటిపండు ఫేస్ మాస్క్

చాక్లెట్ .. అరటిపండు ఫేస్ మాస్క్ తయారు చేయడానికి 2 టీస్పూన్ల కోకో పౌడర్, 1 టీస్పూన్ తేనె, అర కప్పు గుజ్జు చేసిన అరటిపండు, 1 టీస్పూన్ పెరుగు అవసరం. ఈ వస్తువులన్నింటినీ కలిపి పేస్ట్ లా చేసి ముఖం , మెడపై అప్లై చేసి, గోరువెచ్చని నీటితో ముఖాన్ని శుభ్రం చేసుకోవాలి. ఈ మాస్క్‌లో యాంటీఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. కనుక ఇది మీ చర్మాన్ని తేమగా ఉంచడంలో సహాయపడుతుంది.

చాక్లెట్, ఓట్ మీల్ తో మచ్చలేని చర్మాన్ని పొందండి

ఈ ఫేస్ మాస్క్ తయారు చేయడానికి అర కప్పు కోకో పౌడర్, 3 చెంచాల ఓట్ మీల్, 1 చెంచా క్రీమ్, తేనె కలపండి. తర్వాత ముఖం, మెడపై 20 నిమిషాలు అప్లై చేసి గోరువెచ్చని నీటితో ముఖాన్ని శుభ్రం చేసుకోవాలి. మీరు ఈ ఫేస్ మాస్క్‌ను వారానికి రెండుసార్లు ఉపయోగించవచ్చు.

చాక్లెట్, శనగపిండి మాస్క్ మీ చర్మాన్ని ప్రకాశవంతం చేస్తుంది.

ఈ మాస్క్ తయారు చేయడానికి మీకు 2 చెంచాల శనగపిండి, 1 చెంచా పెరుగు, అర కప్పు కోకో పౌడర్, సగం నిమ్మకాయ అవసరం. ఈ వస్తువులన్నింటినీ కలిపి ఈ ఫేస్ మాస్క్‌ను ముఖంపై 30 నిమిషాలు అప్లై చేసి, ఆరిన తర్వాత ముఖం కడుక్కోవాలి. మీరు దీన్ని వారానికి రెండుసార్లు ఉపయోగించవచ్చు. నిమ్మకాయలో విటమిన్ సి ఉంటుంది. ఇది ముఖం మీద నల్లటి మచ్చలను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది.

చాక్లెట్ , పసుపు ఫేస్ మాస్క్ తో మెరిసే చర్మాన్ని పొందండి

ఈ మాస్క్ తయారు చేయడానికి 2 టీస్పూన్ల కోకో పౌడర్, 1 టీస్పూన్ పసుపు పొడి , 2 టీస్పూన్ల పాలు కలిపి ముఖం మీద 20 నిమిషాలు అప్లై చేయండి. ఇది మీకు మచ్చలేని, ప్రకాశవంతమైన చర్మాన్ని ఇస్తుంది.

తేనెలో జీడిపప్పు నానబెట్టి ఎప్పుడైనా తిన్నారా? మీ గుండెకు వేయి ఏనుగుల బలం..

ఆరోగ్యానికి మేలు చేసే డ్రైఫ్రూట్స్‌లలో జీడిపప్పు ముఖ్యమైనది. అయితే కొందరు కొలెస్ట్రాల్ పెరుగుతుందని భయపడి వీటిని తినేందుకు విముఖత చూపుతున్నారు. వీటిల్లో ఉండే పాలీఅన్‌శాచ్యురేటెడ్, మోనోఅన్‌శాచ్యురేటెడ్ కొవ్వులు చెడు కొలెస్ట్రాల్‌ను తగ్గించి, ఒంట్లో ట్రైగ్లిజరైడ్స్ పెరగకుండా, ఇతర దుష్ఫలితాలు తలెత్తకుండా కాపడుతాయని.. జీడిపప్పు అంటే ఎవరికి ఇష్టం ఉండదు చెప్పండి. అయితే కొందరు కొలెస్ట్రాల్ పెరుగుతుందని భయపడి వీటిని తినేందుకు విముఖత చూపుతున్నారు. నిజానికి, జీడిపప్పు గుండెకు చేసే మేలు మరే ఇతర డ్రైఫ్రూట్స్ కూడా చేయవని ఆరోగ్య నిపుణులు అంటున్నారు. వీటిల్లో ఉండే పాలీఅన్‌శాచ్యురేటెడ్, మోనోఅన్‌శాచ్యురేటెడ్ కొవ్వులు చెడు కొలెస్ట్రాల్‌ను తగ్గించి, ఒంట్లో ట్రైగ్లిజరైడ్స్ పెరగకుండా, ఇతర దుష్ఫలితాలు తలెత్తకుండా కాపడుతాయని చెబుతున్నారు. దీంతో గుండె జబ్బులు రాకుండానూ నిరోధించవచ్చు. వీటిల్లో ఎక్కువగా ఉండే మెగ్నీషియం కూడా గుండెకు ఎంతో మేలు చేస్తుంది. అయితే మనలో చాలా మందికి జీడిపప్పును వేయించుకుని.. దానిపై లైట్‌గా చాట్ మసాలా చల్లి కాస్త ఉప్పగా, కారంగా వీటిని తినడం అలవాటు. అలాగే కొందరికి పంచదారతో లేదంటే బెల్లంతో పాకం పట్టి అందులో కలిపి వీటిని తింటుంటారు. అయితే.. మీకు తెలుసా? తేనెలో జీడిపప్పు నానబెట్టి తినడం వల్ల ఆరోగ్యానికి బోలెడన్ని లాభాలు ఉన్నాయని ఆరోగ్య నిపుణులు అంటున్నారు ముఖ్యంగా ప్రతి సీజన్లో వచ్చే వ్యాధుల నుంచి ఆరోగ్యాన్ని కాపడటంలో జీడిలోని సుగుణాలు ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తాయని చెబుతున్నారు. తేనెలో జీడిపప్పు నానబెట్టి తీసుకోవడం వల్ల వీటిలోని కాల్షియం, సోడియం, విటమిన్ సి, విటమిన్ బి, విటమిన్ కె, మెగ్నీషియం, పొటాషియం, జింక్, ఐరన్, ప్రోటీన్స్, యాంటీఆక్సిడెంట్స్ వంటివి సమృద్ధిగా శరీరానికి అందుతాయి. ఇక తేనె గురించి ప్రత్యేకంగా చెప్పనవసరం లేదు. బరువు తగ్గడం నుంచి డిప్రెషన్ ఆపడం వరకు ఎన్నో రకాలుగా ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తుంది. ప్రకృతి ప్రసాధించిన సహజ తేనెలో జీడిపప్పు నానబెట్టి తీసుకోవడం వల్ల కీళ్ల నొప్పుల నుంచి చక్కని ఉపశమనం లభిస్తుంది.

దంచి కొడుతున్న వానలు.. ఈదురు గాలులతో వడగండ్లు! ఆరెంజ్ అలర్ట్ జారీ

అలాగే కంటి సంబంధిత సమస్యలు కూడా దరిచేరవు. రక్తహీనత సమస్యతో బాధపడుతున్న వారికి ఇది మంచి ఎంపిక. మెదడు కూడా చురుగ్గా పనిచేస్తుంది. చెడు కొలెస్ట్రాల్ తగ్గించి గుండె ఆరోగ్యంగా పనిచేసేలా చేస్తుంది. అయితే తేనెలో నానబెట్టిన జీడిపప్పు మితంగా తింటేనే అది అమృతంలా పనిచేస్తుంది. ఎందుకంటే ఇందులో అధిక కేలరీలు ఉంటాయి. రుచిగా ఉందికదాని అపరిమితంగా తీసుకుంటే మొదటికే మోసం వస్తుంది. కాబట్టి రోజుకు ఒక స్పూన్ చొప్పున తీసుకుంటే మంచి ఫలితాలు పొందొచ్చు.

ఈ జ్యూస్ తో కడుపు నిండుగా.. బరువు తగ్గడం గ్యారెంటీ..!

నిమ్మకాయలో విటమిన్ సి, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు ఎక్కువగా ఉంటాయి. ఇవి మన శరీరంలో జీవక్రియను పెంచి కొవ్వును కరిగించడానికి సహాయపడతాయి. ఉదయం ఖాళీ కడుపుతో నిమ్మరసం తాగితే శరీరం తేలికగా చురుకుగా ఉంటుంది. అంతేకాకుండా శరీరానికి నీరు కూ కీరదోస ఆకులు, పుదీనా ఆకులు, నిమ్మరసం కలిపి తాగితే వేసవి వేడిని తగ్గించడంతో పాటు శరీరం నిండుగా నీటితో ఉంటుంది. ఈ డ్రింక్స్ చల్లగా ఉండి మనకు శక్తినిస్తాయి. బరువు తగ్గడానికి కూడా సహాయపడతాయి, శరీరం వేడిని తగ్గిస్తాయి. యాపిల్ సైడర్ వెనిగర్ ను నీటిలో కలిపి రోజుకు ఒకసారి తాగడం వల్ల రక్తంలోని చక్కెర స్థాయి అదుపులో ఉంటుంది. ఇది ఆకలిని తగ్గిస్తుంది. దీనివల్ల మనం ఎక్కువ ఆహారం తీసుకోకుండా ఉంటాము. కొలెస్ట్రాల్ కూడా తగ్గుతుంది. బరువు తగ్గడం సులభం అవుతుంది. గ్రీన్ టీలో కెటాచిన్స్ అనే శక్తివంతమైన యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు ఉంటాయి. ఇవి మన శరీరంలోని చెడు కొలెస్ట్రాల్‌ను తగ్గించి ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుతాయి. వేసవిలో ఉదయం, సాయంత్రం గ్రీన్ టీ తాగడం బరువు తగ్గడానికి చాలా మంచిది. ఇది మన శరీరానికి శక్తిని కూడా ఇస్తుంది చియా గింజల్లో ఎక్కువ ఫైబర్, ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు ఉంటాయి. వీటిని నీటిలో నిమ్మరసం కలిపి తీసుకుంటే జీవక్రియ వేగంగా జరుగుతుంది. కొవ్వు కరిగి శరీరం తేలికగా అవుతుంది. అంతేకాకుండా పేగులు కూడా సరిగ్గా పని చేస్తాయి. పుచ్చకాయలో కేలరీలు చాలా తక్కువగా ఉంటాయి, నీరు ఎక్కువగా ఉంటుంది. దీని జ్యూస్ తాగితే మన శరీరం నిండుగా నీటితో ఉంటుంది. కడుపు నిండినట్లు అనిపిస్తుంది. దీనివల్ల మనం తక్కువ ఆహారం తింటాము. బరువు తగ్గడం సులభం అవుతుంది. అలోవెరా జ్యూస్ మన శరీరంలోని విష పదార్థాలను బయటకు పంపి జీర్ణక్రియను మెరుగుపరుస్తుంది. ఇది కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను తగ్గించి బరువును అదుపులో ఉంచడానికి సహాయపడుతుంది. ఈ జ్యూస్ చర్మానికి కూడా చాలా మంచిది. కొబ్బరి నీళ్లలో కేలరీలు

తక్కువగా ఉంటాయి, ఎలక్ట్రోలైట్స్ ఎక్కువగా ఉంటాయి. ఇది మన శరీరాన్ని నిండుగా నీటితో ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. ఇది ఆకలిని నియంత్రించడానికి సహాయపడుతుంది. వేసవిలో దీన్ని తాగితే శరీరం చల్లగా, ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. వేసవి కాలంలో ఈ సహజ డ్రింక్ లు తాగడం అలవాటు చేసుకుంటే మన శరీరం ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. బరువు తగ్గడానికి ప్రయత్నించే వారికి కూడా ఈ డ్రింక్ లు చాలా ఉపయోగకరంగా ఉంటాయి.

పెట్రోల్, డీజిల్ పన్ను తగ్గింపు 15 రోజుల్లో కేంద్రానికి రూ. 7 వేల కోట్లు నష్టం

పెట్రోల్, డీజిల్ ధరల పెరుగుదల సామాన్యుడిపై మోయలేని భారంగా మారిన తరుణంలో.. కేంద్ర ప్రభుత్వం ఎక్సైజ్ సుంకాన్ని లీటరుకు రూ.10 చొప్పున తగ్గిస్తూ తీసుకున్న నిర్ణయం పరోక్షంగా దేశ ఆర్థిక వ్యవస్థపై పెను ప్రభావాన్ని చూపుతోంది. ఈ నిర్ణయం ప్రజలకు తక్షణ ఉపశమనం కలిగించినప్పటికీ.. ప్రభుత్వ ఖజానాకు మాత్రం భారీ కోతను మిగిల్చింది.ఈ పన్ను తగ్గింపు వల్ల కేంద్ర ప్రభుత్వం ఏటా సుమారు రూ.1.15 లక్షల కోట్ల నుండి రూ.1.8 లక్షల కోట్ల వరకు ఆదాయాన్ని కోల్పోతుందని అంచనా. ఒక దేశ బడ్జెట్‌లో ఇది ఎంత పెద్ద మొత్తం అంటే, రైతులకు ఇచ్చే పీఎం-కిసాన్ పథకం నిధుల కంటే ఇది రెట్టింపు, అలాగే దేశ విద్యా రంగానికి కేటాయించే వార్షిక బడ్జెట్‌తో ఇది సమానంగా ఉంది.సీబీఐసీ ఛైర్మన్ వివేక్ చతుర్వేది తెలిపిన వివరాల ప్రకారం.. ఈ నిర్ణయం 15 రోజుల్లో సుమారు రూ. 7,000 కోట్ల ఆదాయ నష్టం కలిగించవచ్చని అంచనా వేశారు. ఈ చర్య, మధ్యప్రాచ్యంలో కొనసాగుతున్న యుద్ధాల నేపథ్యంలో.. చమురు కంపెనీల నష్టాలను తగ్గించి, దేశీయంగా డీజిల్, ఏటీఎఫ్ సరఫరా నిలకడగా ఉండేలా సహాయపడుతుంది.ఎక్సైజ్ సుంకం తగ్గింపు ముఖ్యంగా వినియోగదారుల ఇంధన ధరలు పెరగకుండా రక్షించడానికి, ఆయిల్ మార్కెటింగ్ కంపెనీల వసూళ్లలో లోటు తగ్గించడానికి ఉద్దేశించబడింది. చతుర్వేది వివరించినట్లు, ప్రభుత్వం డీజిల్‌పై లీటరుకు రూ. 21.5, ఏటీఎఫ్‌పై లీటరుకు రూ. 29.5 ఎగుమతి సుంకాలు విధించింది. ఈ అదనపు సుంకాల ద్వారా, 15 రోజుల్లో ప్రభుత్వం రూ.1,500 కోట్ల ఆదాయం సమకూర్చగలదు. పెట్రోల్, డీజిల్‌పై రూ. 10 పన్ను తగ్గింపు.. అయినా సామాన్యులకు ఊరట లేదు! ఏందుకంటే.. పెట్రోల్, డీజిల్‌పై రూ. 10 పన్ను తగ్గింపు.. అయినా సామాన్యులకు ఊరట లేదు! ఏందుకంటే..పరిశ్రమ అంచనాల ప్రకారం.. ఎక్సైజ్ సుంకం తగ్గింపు ఏటా సుమారు రూ. 1.75 లక్షల కోట్ల నష్టం కలిగించవచ్చని ఆర్థిక మంత్రి నిర్మలా సీతారామన్ ఒక సోషల్ మీడియా పోస్టులో తెలిపారు.ఎక్సైజ్ సుంకం తగ్గించడం వినియోగదారులకు ధరల పెరుగుదల నుండి రక్షణ కల్పిస్తుంది. ప్రభుత్వం ఎల్లప్పుడూ నిత్యావసర వస్తువుల సరఫరా, ధరల స్థిరత్వం కోసం చర్యలు తీసుకుంటుందన్నారు.ఈ ఆదాయ నష్టం వల్ల ప్రభుత్వం ప్రధానంగా ద్రవ్యలోటు ముప్పును ఎదుర్కొంటోంది. ఆదాయం తగ్గి, ఖర్చులు పెరగడం వల్ల ద్రవ్యలోటు సుమారు 0.3 శాతం పెరిగే అవకాశం ఉంది. మరోవైపు, ఎరువులపై ఇస్తున్న సబ్సిడీ ఖర్చులు పెరుగుతుండటం ప్రభుత్వానికి మరిన్ని ఇబ్బందులను తెచ్చిపెడుతోంది. ప్రజలకు ధరల నుండి ఉపశమనం కలిగించాలా లేక దేశ వృద్ధిని కొనసాగించాలా అనే 'ద్వంద్వ సవాలు' మధ్య ప్రభుత్వం ప్రస్తుతం కొట్టుమిట్టాడుతోంది.ఈ భారీ ఆర్థిక లోటును పూడ్చుకోవడానికి ప్రభుత్వం కేవలం పొదుపు చర్యల మీద మాత్రమే ఆధారపడలేకపోతోంది. అందుకే, ఆదాయాన్ని పెంచుకోవడానికి ప్రత్యామ్నాయ మార్గాలను వెతుకుతోంది. గతంలో ఇలాంటి పరిస్థితులు తలెత్తినప్పుడు 'ఆయిల్ బాండ్ల' ద్వారా అప్పులు చేసేవారు, కానీ ఆ భారం దేశంపై చాలా కాలం ఉంటుంది. అందుకే ప్రస్తుత ప్రభుత్వం డీజిల్, ఏవియేషన్ టర్బైన్ ఫ్యూయల్ ఎగుమతులపై కొత్త పన్నులను విధించింది. ఎగుమతి చేసే డీజిల్‌పై లీటరుకు రూ.21.5, ఏటీఎఫ్ పై రూ.29.5 పన్ను విధించడం ద్వారా కొంత ఆదాయాన్ని సమకూర్చుకోవాలని చూస్తోంది.అంతేకాకుండా.. ప్రభుత్వం వద్ద ఉన్న ఉపయోగించని ఆస్తులను దీర్ఘకాలిక లీజుకు ఇవ్వడం ద్వారా నిధులు సమీకరించే ప్రక్రియను వేగవంతం చేసే అవకాశం ఉంది. ఇంధన ధరల నియంత్రణ మరియు ఆర్థిక స్థిరత్వం మధ్య సమతుల్యత సాధించడం అనేది ప్రభుత్వానికి ఇప్పుడు ఒక కత్తిమీద సాములా మారింది.కేంద్ర పెట్రోలియం శాఖ మంత్రి హర్దీప్ సింగ్ పూరి మాట్లాడుతూ.. గత నెలలో అంతర్జాతీయ ముడిచమురు ధరలు బ్యారెల్‌కు ₹70 నుంచి ₹122 కు పెరిగాయి. ఫలితంగా ప్రపంచవ్యాప్తంగా ావ్తీశ్రీ, డీజిల్ ధరలు భారీగా పెరిగాయి. ఉదాహరణకు ఆగ్నేయాసియాలో 30 నుంచి 50 శాతం.. ఉత్తర అమెరికాలో 30 శాతం, యూరప్‌లో 20 శాతం, ఆఫ్రికా దేశాల్లో 50 శాతం పెరుగుదల జరిగింది.మధ్యప్రాచ్యంలో యుద్ధం 30 రోజులు పూర్తి చేసుకోగా..అంతర్జాతీయ చమురు ధరలు 50 శాతం పెరుగుతూ బ్యారెల్‌కు 100 డాలర్లకు పైగా చేరాయి. అంచనాల ప్రకారం ప్రస్తుత ధరల దృష్ట్యా, దేశీయంగా పెట్రోల్ ధర లీటరుకు రూ. 26, డీజిల్ ధర రూ.81.90 పెరగాల్సి ఉంది. అయితే ప్రస్తుతం ఢిల్లీలో పెట్రోల్ రూ.94.77, డీజిల్ రూ. 87.67 ధరకు లభిస్తోంది.ఏదేమైనా ప్రభుత్వం తీసుకున్న ఎక్సైజ్ సుంకం తగ్గింపు చర్య వినియోగదారులందరికి తాత్కాలిక ఉపశమనం కల్పిస్తుంది. అదే సమయంలో, ఇది ఆయిల్ కంపెనీలకు నష్టాలను తగ్గించి, దేశీయ ఇంధన సరఫరా నిలకడగా ఉండేలా సహాయపడుతుంది. ఈ మార్పులు, అంతర్జాతీయ మార్కెట్ అస్థిరత, చమురు ధరల పెరుగుదల, గ్లోబల్ యుద్ధ పరిస్థితులను దృష్టిలో ఉంచి చేపట్టబడ్డాయి.

బంగారం ధర ఈ స్థాయి వద్ద నుంచి కిందకు దిగదు
కొనుగోలు రేటు సూచిస్తున్న ఆర్థిక నిపుణులు

బంగారం మార్కెట్ ప్రస్తుతం క్లిష్టమైన దశలో ఉంది. జనవరి 2026లో ఆకాశాన్ని తాకిన ధరలు.. అక్కడి నుండి సుమారు 20 శాతం పతనమై ప్రస్తుతం 'బేర్ మార్కెట్' దశలోకి ప్రవేశించాయి. అయితే, ఈ పతనాన్ని చూసి భయాందోళన చెందాల్సిన అవసరం లేదని.. ఇది ఒక పెద్ద బుల్లిష్ ట్రెండ్‌లో సంభవించే సహజమైన సర్దుబాటు మాత్రమేనని ఆర్థిక నిపుణులు విశ్లేషిస్తున్నారు. అంతర్జాతీయంగా నెలకొన్న భౌగోళిక రాజకీయ అనిశ్చితులు, సెంట్రల్ బ్యాంకుల డిమాండ్, స్థూల ఆర్థిక కారకాలు ఈ విలువైన లోహానికి దీర్ఘకాలంలో అండగా నిలుస్తాయని వారు భావిస్తున్నారు.నిపుణుల విశ్లేషణ ప్రకారం ధరల పతనం ఒక పరిమితి వరకే ఉండవచ్చని చెబుతున్నారు.ప్రస్తుత ధరల పతనానికి ప్రధానంగా అమెరికా ఫెడరల్ రిజర్వ్ వడ్డీ రేట్లను పెంచుతుందనే అంచనాలు.. బలపడుతున్న డాలర్, మధ్యప్రాచ్య ఉద్రిక్తతలను తగ్గించేందుకు జరుగుతున్న చర్చలు కారణమవుతున్నాయి. స్పాట్ ధర ఔన్సుకు 4,451 డాలర్ల స్థాయికి పడిపోగా, దేశీయ మార్కెట్‌లో కూడా బంగారం ధరలు రూ. 1.60 లక్షల గరిష్ట స్థాయి నుండి దాదాపు రూ. 1.43 లక్షల వద్దకు చేరాయి. అయినప్పటికీ ప్రపంచవ్యాప్తంగా వివిధ దేశాల సెంట్రల్ బ్యాంకులు తమ నిల్వల కోసం బంగారాన్ని కొనుగోలు చేస్తూనే ఉండటం ఈ మార్కెట్ నిర్మాణాన్ని బలంగా ఉంచుతోంది.డాక్టర్ రెనిషా చైనాణి అభిప్రాయం ప్రకారం.. అంతర్జాతీయంగా 4 వేల డాలర్ల నుంచి 4,100 డాలర్ల వద్ద.. దేశీయంగా రూ. 1,30,000 వద్ద బలమైన మద్దతు ఉంది. ఈ స్థాయిలు దాటి ధరలు కిందకు పడిపోయే అవకాశం తక్కువ. భారతదేశం వంటి దేశాలలో ధరలు తగ్గడం వల్ల సామాన్యుల కొనుగోలు శక్తి పెరుగుతుందని, ఇది రాబోయే పెళ్లిళ్ల సీజన్, పండుగలకు ముందు భౌతిక బంగారానికి డిమాండ్‌ను పెంచుతుందని ఆమె పేర్కొన్నారు. పెట్టుబడిదారులు ఇప్పుడు 'అతి ఉత్సాహం' నుండి 'జాగ్రత్తతో కూడిన ఆశావాదం' వైపు మళ్లాలని ఆమె సూచించారు.ఒక్కసారిగా తగ్గిన బంగారం, వెండి పెట్టుబడిదారులకు కీలక హెచ్చరిక జారీ చేస్తున్న నిపుణులు..ఒక్కసారిగా తగ్గిన బంగారం, వెండి . పెట్టుబడిదారులకు కీలక హెచ్చరిక జారీ చేస్తున్న నిపుణులు..ఎన్రిచ్ మనీ సీఈఓ పొన్ముడి ఆర్ బంగారం ధరల కదలికపై సాంకేతిక రోడ్‌మ్యాప్‌ను వివరించారు. ప్రస్తుతం వెండి, ధరలు ఒక నిర్దిష్ట శ్రేణిలో కదులుతున్నాయని, ఒకవేళ ఎంసీఎక్స్ లో బంగారం ధర రూ.1.48,000 పైన నిలకడగా ఉంటే.. అది మళ్లీ రూ.1.57,000 మార్కు వైపు దూసుకుపోయే అవకాశం ఉందని ఆయన అంచనా వేశారు. మధ్యప్రాచ్యంలో ఉద్రిక్తతలు పూర్తిగా చల్లారనంత వరకు, సురక్షితమైన ఆస్తిగా బంగారానికి ఉన్న క్రేజ్ తగ్గదని ఆయన నమ్ముతున్నారు.పెట్టుబడిదారులు ఇప్పుడు ఏమి చేయాలనే అంశంపై నిపుణులు స్పష్టమైన సలహా ఇస్తున్నారు. మార్కెట్ పెరుగుతున్నప్పుడు వెంటనే కొనడం కంటే, ధరలు తగ్గినప్పుడు కొనుగోలు చేయడం లాభదాయకమని వారు సూచిస్తున్నారు. స్వల్పకాలికంగా మార్కెట్ అస్థిరంగా ఉన్నప్పటికీ, మధ్య, దీర్ఘకాలికంగా బంగారం తన విలువను నిలబెట్టుకుంటుందని స్పష్టమవుతోంది. వడ్డీ రేట్ల కోతలపై స్పష్టత వస్తే లేదా ప్రపంచవ్యాప్తంగా ముప్పులు పెరిగితే.. బంగారం మళ్లీ తన బుల్లిష్ వేగాన్ని పుంజుకుంటుందని చెబుతున్నారు.డిస్క్లైమర్: ఈ వెబ్‌సైట్‌లోని అభిప్రాయాలు, సూచనలు పూర్తిగా వ్యక్తిగత విశ్లేషకులు లేదా ఇతర సంస్థలవి మాత్రమే. ఇవి అధికారిక అభిప్రాయాలు కాదని గమనించగలరు.మేము ఈ విషయం యొక్క ఖచ్చితత్వం, సమగ్రత లేదా విశ్వసనీయతపై ఎటువంటి హామీ ఇవ్వడం కాని, అనుమతించడం కాని బాధ్యత వహించడం జరగదు. మేము ఎలాంటి పెట్టుబడి సలహా ఇవ్వము. అలాగే ఎటువంటి సెక్యూరిటీ కొనుగోలు లేదా అమ్మకాలు ప్రోత్సహించము. ఈ వెబ్‌సైట్‌లోని కథనం పూర్తిగా సమాచారం, విద్యా ప్రయోజనాల కోసమే అందించబడుతుంది. మీరు ఏదైనా పెట్టుబడి నిర్ణయం తీసుకునే ముందు, లైసెన్స్ పొందిన ఆర్థిక సలహాదారుల సహాయం తీసుకోండి. ఈ కథనాన్ని కేవలం సమాచారంగా మాత్రమే పరిగణించండి.

నోకియా నుంచి 14 వేల మంది రోడ్డు మీదకు

టెలికాం రంగంలో ప్రకంపనలు రేపుతున్న తాజా లేఆఫ్స్..

ప్రముఖ టెలికం దిగ్గజం నోకియా సంస్థ ప్రకటించిన భారీ లేఆఫ్స్ ప్రకటించింది. ఈ భారీ ఉద్యోగ కోతల నిర్ణయం అంతర్జాతీయ టెలికాం రంగంలో ఒక పెద్ద ప్రకంపనగా మారింది. 2026 నాటికి ప్రపంచవ్యాప్తంగా సుమారు 14 వేల మంది ఉద్యోగులను తొలగించాలని ఆ సంస్థ నిర్ణయించింది. ప్రధానంగా ఉత్తర అమెరికా వంటి కీలక మార్కెట్లలో ఆదాయం గణనీయంగా పడిపోవడం, 5+ పరికరాల డిమాండ్ ఆశించిన స్థాయిలో లేకపోవడం వల్ల చీశీఎఖ ఈ కఠిన నిర్ణయాన్ని తీసుకుంది.కంపెనీ తన వార్షిక వ్యయాలను దాదాపు 1.2 బిలియన్ యూరోల వరకు తగ్గించుకోవాలని లక్ష్యంగా పెట్టుకుంది. అందులో భాగంగానే తన మొత్తం సిబ్బంది సంఖ్యను ప్రస్తుతం ఉన్న 86 వేల నుండి 72 వేలకు పరిమితం చేయాలని భావిస్తోంది. భారతదేశం విషయానికి వస్తే.. ఇక్కడ నోకియాకు చాలా పెద్ద కార్యకలాపాలు ఉన్నాయి. గత రెండేళ్లుగా భారత్‌లో 5+ నెట్‌వర్క్ విస్తరణ వేగంగా సాగడం వల్ల నోకియాకు మంచి ఆదాయం లభించింది.అయితే, ప్రస్తుతం ఆ విస్తరణ వేగం మందగించడంతో కొత్త ఆర్డర్లు రావడం తగ్గిపోయింది. దీనివల్ల భారతీయ విభాగాల్లో పనిచేసే సేల్స్, సపోర్ట్ మరియు తయారీ రంగ నిపుణులపై ఈ లేఆఫ్స్ ప్రభావం తీవ్రంగా ఉండే అవకాశం ఉందని ఆర్థిక విశ్లేషకులు హెచ్చరిస్తున్నారు. ముఖ్యంగా ఎంట్రీ-లెవల్ ఉద్యోగాల్లో ఉన్నవారు మరియు క్షేత్రస్థాయి సాంకేతిక నిపుణులు ఈ కోతలకు గురయ్యే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంది.16 వేల మంది ఉద్యోగులకు మెటా బిగ్ షాక్.. పెరుగుతున్న ప్రాజెక్టు ఖర్చు కోసం మీ ఉద్యోగాలు త్యాగం చేయాలంటూ..16 వేల మంది ఉద్యోగులకు మెటా బిగ్ షాక్.. పెరుగుతున్న ప్రాజెక్టు ఖర్చు కోసం మీ ఉద్యోగాలు త్యాగం చేయాలంటూ..నోకియా సీఈఓ పెక్కా లూండ్‌మార్క్ ఈ పరిస్థితిని వివరిస్తూ.. మార్కెట్లో నెలకొన్న అనిశ్చితిని తట్టుకోవడానికి మరియు భవిష్యత్తు సవాళ్లను ఎదుర్కోవడానికి కంపెనీని పునర్నిర్మించడం తప్పనిసరి అని పేర్కొన్నారు. టెలికాం రంగం ఇప్పుడు క్లౌడ్ కంప్యూటింగ్ మరియు ఆర్టిఫిషియల్ ఇంటెలిజెన్స్ వైపు వేగంగా మారుతోంది. ఈ క్రమంలో పాత తరం నెట్‌వర్కింగ్ పద్ధతులకు డిమాండ్ తగ్గడం వల్ల మానవ వనరుల అవసరం కూడా తగ్గుతోంది. కేవలం నోకియా మాత్రమే కాకుండా, దాని ప్రధాన ప్రత్యర్థి సంస్థ ఎరిక్సన్ కూడా ఇలాంటి సవాళ్లనే ఎదుర్కొంటూ ఉద్యోగ కోతలను విధిస్తోంది.ముగింపులో చెప్పాలంటే, ఈ పరిణామం టెలికాం రంగంలో వస్తున్న పెనుమార్పులకు సంకేతం. సాంకేతికత అభివృద్ధి చెందుతున్న కొద్దీ కంపెనీలు తమ లాభదాయకతను కాపాడుకోవడానికి ఆటోమేషన్ మరియు ఏఐ వైపు మొగ్గు చూపుతున్నాయి, ఇది సహజంగానే సాంప్రదాయ ఉద్యోగాలపై ఒత్తిడి పెంచుతోంది. నోకియా బాధితులకు తగిన పరిహారం అందిస్తామని చెప్పినప్పటికీ, టెలికాం రంగంలో ఉపాధి అవకాశాలు తగ్గుతున్న తరుణంలో కొత్త ఉద్యోగాలను వెతుక్కోవడం వారికి ఒక పెద్ద సవాలుగా మారనుంది.

మెటా లేఆఫ్స్..700 మంది ఉద్యోగులు రోడ్డు మీదకు

15 వేల మందిని సాగనంపడమే టార్గెట్

సంస్థలో ప్రస్తుతం జరుగుతున్న పరిణామాలు టెక్ పరిశ్రమలో ఒక బలమైన వ్యూహాత్మక మార్పును సూచిస్తున్నాయి. ఒకవైపు వ్యయ నియంత్రణ పేరుతో ఉద్యోగ కోతలు విధిస్తూనే.. మరోవైపు భవిష్యత్తు సాంకేతికత అయిన కృత్రిమ మేధ (ఏఐ)పై కంపెనీ అసాధారణ రీతిలో పందెం కాస్తోంది. రియాలిటీ ల్యాబ్స్, సేల్స్, ఫేస్‌బుక్ వంటి కీలక విభాగాల నుండి సుమారు 700 మందిని తొలగించడం అనేది కేవలం ఆరంభం మాత్రమేనని, రాబోయే కాలంలో ఈ సంఖ్య 15 వేల వరకు చేరవచ్చని అంచనా వేయడం ఉద్యోగుల్లో తీవ్ర ఆందోళన కలిగిస్తోంది. ముఖ్యంగా మెటావర్స్ కలను సాకారం చేసే బాధ్యత కలిగిన రియాలిటీ ల్యాబ్స్ విభాగం ఇప్పటికే 80 బిలియన్ డాలర్ల భారీ నష్టాలను చవిచూడటంతో.. కంపెనీ తన ప్రాధాన్యతలను మార్చుకోక తప్పని పరిస్థితి ఏర్పడింది.ఈ ఉద్యోగాల తొలగింపు ప్రక్రియ జరుగుతున్న సమయంలోనే, కంపెనీ తన ఉన్నతాధికారుల కోసం అత్యంత లాభదాయకమైన కొత్త స్టాక్ ఆప్షన్ల పథకాన్ని ప్రకటించడం చర్చనీయాంశంగా మారింది. 2031 నాటికి మెటా తన మార్కెట్ విలువను 9 ట్రిలియన్ డాలర్లకు పెంచాలనే ప్రతిష్టాత్మక లక్ష్యాన్ని నిర్దేశించుకుంది. ఈ లక్ష్యం నెరవేరితే ఒక్కో ఎగ్జిక్యూటివ్ ఐదేళ్ల కాలంలో వందల మిలియన్ల డాలర్ల అదనపు ప్రయోజనాన్ని పొందే అవకాశం ఉంది. సాధారణ ఉద్యోగులు ఉపాధి కోల్పోతున్న తరుణంలో, అగ్ర నాయకత్వానికి ఇటువంటి భారీ ప్రోత్సాహకాలు ప్రకటించడం సంస్థ అంతర్గత సంస్కృతిపై ఒత్తిడిని పెంచుతోంది.అయితే మెటా తన తదుపరి అధ్యాయాన్ని పూర్తిగా ఆర్టిఫిషియల్ ఇంటెలిజెన్స్ చుట్టూ నిర్మిస్తోంది. ఇందుకోసం మోల్ట్‌బుక్, మానుస్ ఏఐ వంటి స్టార్టప్‌లను కొనుగోలు చేయడంతో పాటు, గూగుల్ వంటి ప్రత్యర్థి సంస్థల నుండి అగ్రశ్రేణి ప్రతిభావంతులను తనవైపు తిప్పుకుంటోంది. 2026 నాటికి ఏఐ అభివృద్ధి, డేటా సెంటర్ల మౌలిక సదుపాయాల కోసం మెటా ఏకంగా 169 బిలియన్ డాలర్ల వరకు ఖర్చు చేయాలని లక్ష్యంగా పెట్టుకుంది. ఇది కంపెనీ ఆదాయంలో మెజారిటీ భాగాన్ని భవిష్యత్తు సాంకేతికత కోసం వెచ్చిస్తోందని స్పష్టం చేస్తోంది.16 వేల మంది ఉద్యోగులకు మెటా బిగ్ షాక్.. పెరుగుతున్న ప్రాజెక్టు ఖర్చు కోసం మీ ఉద్యోగాలు త్యాగం చేయాలంటూ..16 వేల మంది ఉద్యోగులకు మెటా బిగ్ షాక్.. పెరుగుతున్న పాజెక్టు ఖర్చు కోసం మీ ఉద్యోగాలు త్యాగం చేయాలంటూ..సాంకేతికపరంగా ఈ ప్రయాణం సులభంగా సాగడం లేదు. మెటా యొక్క సూపర్‌ఇంటెలిజెన్స్ ల్యాబ్స్ అభివృద్ధి చేసిన 'అవకాడో' వంటి కొత్త ఏఐ మోడల్స్ అంతర్గత పరీక్షల్లో విఫలమవ్వడం, అధునాతన ఏఐని నిర్మించడంలో ఉన్న సంక్లిష్టతను తెలియజేస్తోంది. స్కేల్ ఏఐ వ్యవస్థాపకుడు అలెగ్జాండర్ వాంగ్ వంటి నిపుణుల నేతృత్వంలో ఈ లోపాలను సరిదిద్దే ప్రయత్నాలు జరుగుతున్నాయి. వెరసి, మెటా ప్రస్తుతం ఒక పరివర్తన దశలో ఉంది. ఖర్చులను తగ్గించుకోవడానికి మానవ వనరులను కుదిస్తూనే, ఏఐ ద్వారా ప్రపంచవ్యాప్త ఆధిపత్యం కోసం బిలియన్ల కొద్దీ పెట్టుబడులు పెడుతోంది. ఇది కార్మికులకు అనిశ్చితిని మిగిల్చినప్పటికీ, వ్యాపార పరంగా మెటా తన దీర్ఘకాలిక లక్ష్యాల వైపు అడుగులు వేస్తోంది.

కంపెనీల్లో పెరుగుతున్న ఘోస్ట్ జాబ్స్ సంస్కృతి

అర్థం కాక తలలు పట్టుకుంటున్న నిరుద్యోగులు

భారతదేశంలోని ఉద్యోగ విపణిలో ప్రస్తుతం ఒక సంక్లిష్టమైన పరిస్థితి నెలకొంది. ఒకవైపు కంపెనీలు తాము భారీగా నియామకాలు చేపడుతున్నామని ప్రకటిస్తుంటే.. మరోవైపు వాస్తవంగా ఉద్యోగాలు పొందుతున్న వారి సంఖ్యకు.. ఈ ప్రకటనలకు మధ్య భారీ వ్యత్యాసం కనిపిస్తోంది. దీనివల్ల దేశంలో 'దొంగ ఉద్యోగాల' సంస్కృతి పెరుగుతోందనే ఆందోళనలు వ్యక్తమవుతున్నాయి. నివేదికల ప్రకారం, ఏటా ఈ తరహా ఖాళీల ప్రకటనలు 25 నుండి 30 శాతం వరకు పెరుగుతున్నాయి. కానీ అందులో చాలా తక్కువ భాగం మాత్రమే నిజమైన ఉపాధిగా మారుతున్నాయి.దరఖాస్తు చేసుకున్న అభ్యర్థుల్లో దాదాపు 70 శాతం మందికి కంపెనీల నుండి ఎటువంటి తిరుగు సమాచారం అందకపోవడం.. ఈ ఉద్యోగ ప్రకటనల ప్రామాణికతపై మరిన్ని సందేహాలను కలిగిస్తోంది.పరిశ్రమ నిపుణుల విశ్లేషణ ప్రకారం.. ఈ 'దొంగ ఉద్యోగాలు' కేవలం అబద్ధపు ప్రకటనలు మాత్రమే కావు. ఇవి నియామక రంగంలో వస్తున్న లోతైన మార్పులకు సంకేతాలు. నేడు కంపెనీలు కేవలం ఉద్యోగుల సంఖ్యను పెంచుకోవడం కంటే, తమకు కావాల్సిన అత్యంత కచ్చితమైన నైపుణ్యాల కోసం వెతుకుతున్నాయి.అన్‌స్టాప్ టాలెంట్ రిపోర్ట్ 2026 ప్రకారం, చాలా సంస్థలు నియామకాలు చేపట్టాలనే సంకల్పంతో ఉన్నప్పటికీ, మారుతున్న సాంకేతికతకు అనుగుణంగా సిద్ధంగా ఉన్న అభ్యర్థులను కనుగొనడంలో ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్నాయి. దీనివల్ల సరైన వ్యక్తి దొరికే వరకు ఆ ఖాళీలను నెలల తరబడి అలాగే ఉంచుతున్నారు, ఇది బయట నుండి చూసే వారికి ఆ ఉద్యోగాలు నిష్క్రియంగా లేదా తప్పుడు ప్రకటనలుగా కనిపిస్తున్నాయి.ఈ ఉద్యోగాల్లో ఉంటే వెంటనే మారిపోండి..లేదా ఏఐ నేర్చుకోండి.. హెచ్చరిక వినండి.. ఈ ఉద్యోగాల్లో ఉంటే వెంటనే మారిపోండి..లేదా ఏఐ నేర్చుకోండి.. హెచ్చరిక వినండి..మరోవైపు కొన్ని కంపెనీలు తమ వ్యూహాత్మక ప్రయోజనాల కోసం కూడా ఇటువంటి ప్రకటనలను ఉపయోగిస్తున్నాయి. భవిష్యత్తులో చేపట్టబోయే విస్తరణ ప్రణాళికల కోసం మార్కెట్‌లో ఎటువంటి ప్రతిభావంతులు అందుబాటులో ఉన్నారో అంచనా వేయడానికి, లేదా అభ్యర్థుల డేటాబేస్‌ను సిద్ధం చేసుకోవడానికి ఇవి ఉపయోగపడుతున్నాయి. దీనివల్ల తక్షణమే నియామకం జరగకపోయినా, కంపెనీలు అస్థిరమైన వ్యాపార వాతావరణంలో సిద్ధంగా ఉండటానికి వీలవుతుంది. అయితే, ఈ పద్ధతి వల్ల అసలైన ఖాళీలకు, కేవలం అన్వేషణ కోసం ఇచ్చే ప్రకటనలకు మధ్య తేడా తెలియక అభ్యర్థులు అనిశ్చితికి లోనవుతున్నారు. భారీగా వచ్చే దరఖాస్తులను వడపోసే ఆటోమేటెడ్ వ్యవస్థల వల్ల కూడా అభ్యర్థులకు సరైన స్పందన అందడం లేదు.ఈ సమస్యను పరిష్కరించడానికి కఠినమైన నియంత్రణల కంటే నియామక ప్రక్రియలో పారదర్శకత అత్యవసరమని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. ఒక ఉద్యోగ ప్రకటన అది తక్షణ అవసరమా, భవిష్యత్తు కోసమా లేక తాత్కాలికంగా నిలిపివేయబడిందా అనే విషయాన్ని కంపెనీలు స్పష్టంగా వెల్లడించాలి. జీతాల వివరాలు, ఉద్యోగ బాధ్యతలపై ముందే స్పష్టత ఇవ్వడం ద్వారా అభ్యర్థుల నమ్మకాన్ని కాపాడుకోవచ్చు. సంఖ్యల కంటే కచ్చితత్వానికి ప్రాధాన్యత పెరిగిన నేటి కాలంలో, ఉపాధి అనేది ఒక భ్రమగా మిగిలిపోకుండా ఉండాలంటే యజమానులు మరియు అభ్యర్థుల మధ్య కమ్యూనికేషన్ గ్యాప్‌ను పూడ్చడం ఎంతో ముఖ్యం.

పెళ్లి తర్వాత కూడా తగ్గని జోరు... పాన్ ఇండియా రాణిగా రష్మిక హవా!

నేషనల్ క్రష్ రష్మిక మంధాన ప్రస్తుతం తన కెరీర్‌లో అగ్రస్థానంలో కొనసాగుతోంది. వ్యక్తిగత జీవితంపై ఎన్ని ఊహాగానాలు వచ్చినా, సినిమాల విషయంలో మాత్రం ఆమె ఎక్కడా తగ్గే ప్రసక్తే లేదని తన వరుస ప్రాజెక్టులతో క్లారిటీ ఇస్తుంది. సాధారణంగా హీరోయిన్లు పెళ్లి తర్వాత కెరీర్ వేగం తగ్గించుకుంటారు. కానీ రష్మిక మాత్రం అందుకు పూర్తి భిన్నంగా ముందుకు దూసుకెళ్తోంది. ప్రస్తుతం రష్మిక చేతిలో ఉన్న ప్రాజెక్టులు చూస్తే, రాబోయే రెండేళ్లు బాక్సాఫీస్ వద్ద ఆమె ఆధిపత్యం కొనసాగడం ఖాయంగా కనిపిస్తోంది. ముఖ్యంగా పాన్ ఇండియా స్థాయిలో ఆమె క్రేజ్ గణనీయంగా పెరిగింది. ఇప్పటికే పుష్ప3లో శ్రీవల్లి పాత్రతో మళ్లీ ప్రేక్షకులను అలరించేందుకు సిద్ధమవుతోంది. సుకుమార్ దర్శకత్వంలో, అల్లు అర్జున్ హీరోగా తెరకెక్కుతున్న ఈ సినిమా మీద భారీ అంచనాలు నెలకొన్నాయి. అంతేకాదు, అల్లు అర్జున్- అట్లీ కాంబినేషన్‌లో రూపొందనున్న భారీ యాక్షన్ ఎంటర్‌టైనర్‌లో కూడా రష్మిక పేరు వినిపిస్తోంది. ఈ ప్రాజెక్ట్ కన్ఫర్మ్ అయితే ఐకాన్ స్టార్‌తో ఆమెకు హ్యాట్రిక్ మూవీ అవుతుంది. టాలీవుడ్‌తో పాటు బాలీవుడ్‌లో కూడా రష్మిక జోరు తగ్గడం లేదు. యానిమల్ సినిమాతో సంచలన విజయాన్ని అందుకున్న ఆమె, దాని సీక్వెల్ యానిమల్ పార్క్‌లో మరోసారి గీతాంజలి పాత్రలో కనిపించనుంది. ఇందులో రణ్‌బీర్ కపూర్‌తో కలిసి ఆమె నటనపై అభిమానులు భారీ అంచనాలు పెట్టుకున్నారు. ఇక 'కాక్టెయిల్ 2' వంటి ప్రాజెక్టులతో హిందీ ప్రేక్షకులను మరోసారి అలరించేందుకు సిద్ధమవుతోంది. గ్లామర్ పాత్రలకు మాత్రమే పరిమితం కాకుండా, రష్మిక ఇప్పుడు విభిన్న కథలతో ముందుకు వస్తోంది. 'మైసా', 'రణబాలి' వంటి చిత్రాల్లో కొత్త తరహా పాత్రలతో తన నటనలోని మరో కోణాన్ని చూపించనుంది. ప్రత్యేకంగా 'రణబాలి'లో విజయ్ దేవరకొండతో కలిసి నటించబోతుండటం అభిమానుల్లో ఆసక్తిని పెంచుతోంది. ఈ జోడీ మళ్లీ తెరపై కనిపించబోతుండటంతో ఈ ప్రాజెక్ట్‌కు ప్రత్యేక క్రేజ్ ఏర్పడింది. పెళ్లి తర్వాత కెరీర్ స్లో అవుతుందని అనుకునే ట్రెండ్‌ను రష్మిక పూర్తిగా మార్చేస్తోంది. భారీ సినిమాలు, పాన్ ఇండియా ప్రాజెక్టులు, విభిన్న పాత్రలు కలిసి ఆమెను ఇండియన్ సినిమా టాప్ హీరోయిన్‌గా నిలబెడుతున్నాయి. ఏది ఏమైన , స్టార్‌డమ్ తగ్గకుండా, మరింత ఎత్తుకు తీసుకెళ్లే దిశగా రష్మిక ముందుకు సాగుతోంది. రాబోయే కాలంలో బాక్సాఫీస్‌ను షేక్ చేసే సినిమాలతో ఆమె పేరు మరింత మోగడం ఖాయంగా కనిపిస్తోంది

బెల్లంకొండ సాయి శ్రీనివాస్ పెళ్లి తేదీ ఖరారు

టాలీవుడ్‌లో ఇప్పుడు పెళ్లిళ్ల సీజన్ నడుస్తోంది. యంగ్ హీరోలు వరుసగా బ్యాచిలర్ లైఫ్‌కు గుడ్ బై చెప్పేస్తూ ప్రేమించిన వారితో ఏడడుగులు వేస్తున్నారు. ఇటీవల విజయ్, దేవరకొండ, రష్మిక ప్రేమ పెళ్లి చేసుకున్న విషయం తెలిసిందే. అలాగే అల్లు శిరీష్ కూడా తన ప్రియురాలు నయనిక పెద్దల సమక్షంలో ఒక్కటయ్యారు. ఇక ఇప్పుడు బెల్లంకొండ సాయి శ్రీనివాస్ తన ప్రియురాలు కావ్యను త్వరలోనే పెళ్లాడబోతున్నట్లు వార్తలు సోషల్ మీడియాలో చక్కర్లు కొడుతున్నాయి. ఇటీవల ఆయన కావ్యను సోషల్ మీడియాలో పరిచయం చేయడంతో అది నిశ్చితార్థం అని అందరూ భావించారు. కానీ, అది కేవలం పరిచయం మాత్రమేనని, అసలైన వేడుకలు ఇప్పుడే మొదలవ్వబోతున్నాయని క్లారిటీ ఇచ్చారు. తాజా సమాచారం ప్రకారం, బెల్లంకొండ సాయి శ్రీనివాస్ - కావ్యల నిశ్చితార్థం ఏప్రిల్ 5న ఘనంగా జరగనుంది. ఆ వెంటనే ఏప్రిల్ 29న వీరిద్దరూ వివాహ బంధంతో ఒక్కటి కాబోతున్నారని టాక్. అయితే, టాలీవుడ్ సెలబ్రిటీలందరూ విదేశాల్లో డెస్టినేషన్ వెడ్డింగ్స్ అంటూ హంగామా చేస్తుంటే, సాయి శ్రీనివాస్ మాత్రం అందుకు భిన్నంగా తిరుపతిలో చాలా సింపుల్‌గా పెళ్లి చేసుకోవాలని నిర్ణయించుకోవడం విశేషం. కేవలం కుటుంబ సభ్యులు, అత్యంత సన్నిహితుల సమక్షంలో ఈ వేడుక జరగనున్నట్లు తెలుస్తోంది. ఇక తిరుపతిలో పెళ్లి ముగిసిన తర్వాత, మే 1న హైదరాబాద్‌లో టాలీవుడ్ సినీ ప్రముఖుల కోసం ఒక భారీ రిసెప్షన్‌ను ఏర్పాటు చేయనున్నారు. సినీ ఇండస్ట్రీలోని పెద్దలందరినీ ఈ వేడుకకు ఆహ్వానించనున్నారట. నిన్న మొన్నటి వరకు విజయ్ దేవరకొండ, అల్లు శిరీష్ పెళ్లిళ్ల ముచ్చట్లతో బిజీగా ఉన్న నెటిజన్లు, ఇప్పుడు సాయి శ్రీనివాస్ పెళ్లి వార్త విని "ఇదేం సడెన్ ట్విస్ట్ సామి!" అంటూ కామెంట్స్ చేస్తున్నారు. ఏదేమైనా బెల్లంకొండ వారసుడు కూడా ఒక ఇంటివాడు కాబోతుండటంతో బెల్లంకొండ అభిమానులు శుభాకాంక్షలు తెలుపుతున్నారు.

ఓటీటీలోకి రాబోతున్న సుహాస్ 'హే బల్వంత్'

కలర్ ఫొటో, రైటర్ పద్మభూషణ్ వంటి చిత్రాలతో తన నటనకు మంచి మార్కులు కొట్టేసిన సుహాస్, ఇటీవల 'హే బలవంత్' చిత్రంతో థియేటర్లలో సందడి చేశారు. ఫిబ్రవరి 20న విడుదలైన ఈ సినిమా ప్రేక్షకులను కడుపుబ్బ నవ్వించడమే కాకుండా, విమర్శకుల ప్రశంసలు కూడా అందుకుంది. ఇప్పుడు ఈ మూవీ డిజిటల్ ప్రియులను అలరించేందుకు సిద్ధమైంది. ప్రముఖ ఓటీటీ సంస్థ జీ5 ఈ సినిమా డిజిటల్ హక్కులను దక్కించుకుంది. థియేటర్లలో మిస్ అయిన వారందరి కోసం జీ5 ఒక క్రేజీ అప్‌డేట్ ఇచ్చింది. మార్చి 31 నుండి 'హే బలవంత్' సినిమాను స్ట్రీమింగ్ చేయబోతున్నట్లు అధికారికంగా ప్రకటించింది. కేవలం తెలుగులోనే కాకుండా తమిళం, కన్నడ, మలయాళ భాషల్లో కూడా ఈ చిత్రం అందుబాటులో ఉండనుంది. సుహాస్ నటనకు తోడు శివాని నాగరం అందం, అభినయం ఈ సినిమాకు ప్రధాన ఆకర్షణగా నిలిచాయి. ఈ సినిమాలో సీనియర్ నటుడు నరేష్, కమెడియన్ సుదర్శన్ కీలక పాత్రలు పోషించారు. కథ అంతా చాలా సహజంగా, కామెడీ ప్రధానంగా సాగడంతో ఫ్యామిలీ ఆడియన్స్ ఈ సినిమాపై ఆసక్తి చూపిస్తున్నారు. సమ్మర్ హాలిడేస్ మొదలవుతున్న క్రమంలో, ఇంటిల్లి పాదీ కలిసి నవ్వుకోవడానికి ఇదొక మంచి ఆప్షన్ అని చెప్పొచ్చు. థియేటర్లలో కంటే ఓటీటీలో సుహాస్ సినిమాలకు మంచి ఆదరణ లభిస్తుంది, కాబట్టి 'హే బలవంత్' కూడా డిజిటల్ ప్లాట్‌ఫామ్ పై రికార్డులు క్రియేట్ చేసే అవకాశం ఉంది.

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