సూర్య ఉదయం

ప్రతి పదం... ప్రజా శ్రేయస్కరం

తెలుగు దిన పత్రిక

విలేకరులు కావలెను

సూర్య ఉదయం తెలుగు దిన పత్రికలో పనిచేయుటకు ఆంధ్ర ప్రదేశ్, తెలంగాణాలో అన్ని నియోజకవర్గ, కేంద్రాలలో ఆసక్తి గల విలేకరులు కావలెను. అనుభవం ఉన్న వారికి ప్రాధాన్యత ఇవ్వబడునుపూర్తి వివరాలకు సంప్రదించండి.

ఐడి కార్డు ఉచితం

యం.సునీల్ కుమార్

సూర్య ఉదయం తెలుగు దిన పత్రిక ఎడిటర్

సెల్ : 08512 254632

ఎడిటర్ : యం. సునీల్ కుమార్ సంపుటి : 08 సంచిక : 249 మంగళవారం 01 - 09 - 2026 పేజిలు : 08 వెల రూ. 2 రూ/

Published From Kurnool : Circulated at VishakaPatanam,Vijayanagaram, East Godavari, West Godavari, Krishna, Guntur, Prakasam,Chittoor, Kurnool, Kadapa, Anantapuram, Hyderabad

సొంత పార్టీకే వెన్నుపోటు

వైసీపీకి పసుపు నేతల 'కనకవర్షం'!

- చంద్రబాబు ఆశయాలకు నీళ్లు వదులుతున్న తమ్ముళ్లు
- కోట్లతో రెడ్ కార్పెట్!
- ఢిల్లీ పెద్దల నుంచి జిల్లా దాకా భారీ 'కుమ్మక్కు'
- కర్నూలు రాజకీయంలో సంచలనం!

సూర్య ఉదయం ప్రతినిధి (కర్నూలు స్టాఫ్ రిపోర్టర్)

తెలుగుదేశం పార్టీ అధినేత నారా చంద్రబాబు నాయుడు వైఎస్సార్సీపీని రాజకీయంగా నిర్వీర్యం చేయాలని వ్యూహాలు రచిస్తుంటే, క్షేత్రస్థాయిలో ఉన్న సొంత పార్టీ ప్రజాప్రతినిధులు మాత్రం ప్రత్యర్థులకు కనకవర్షం కురిపిస్తున్నారు. పార్టీ సిద్ధాంతాలను, అధినేత ఆశయాలను తిలోదకాలిచ్చి, స్వార్థ ప్రయోజనాల కోసం వైసీపీ ప్రజాప్రతినిధులకు కోట్లాది రూపాయల లబ్ధి చేకూరుస్తూ తీవ్ర ద్రోహానికి పాల్పడుతున్నారు.కర్నూలు జిల్లాలో 'అక్రమ పొత్తు' దందా కర్నూలు జిల్లాలోని ఓ కీలక నియోజక వర్గంలో ఈ విపరీత ధోరణి బహిర్గతమైంది. ఏళ్ల తరబడి పార్టీ కోసం ప్రాణాలు పణంగా పెట్టి పోరాడిన కార్యకర్తలను, కష్టపడ్డ శ్రేణులను పూర్తిగా నిర్లక్ష్యం చేస్తున్నారు. అదే సమయంలో, వైఎస్సార్సీపీ ప్రజాప్రతి నిధులకు మాత్రం స్థానిక టిడిపి ప్రజాప్రతినిధులు 'రెడ్ కార్పెట్' పరిచి కాసుల వర్షం కురిపిస్తున్నారు. ఆర్థిక ప్రయోజ నాలు, కీలక కాంట్రాక్టులు అన్నీ ప్రత్యర్థులకే కట్టబెడుతూ సొంత ఇంటికి కన్నం వేస్తున్నారు. ఢిల్లీ నుంచి స్థానికం వరకు కుమ్మక్కు పర్వం! ఈ ద్రోహ పర్వంలో కేవలం స్థానిక నేతలే కాకుండా, ఢిల్లీ స్థాయి పెద్దల నుంచి నియోజకవర్గ ప్రజాప్రతినిధులు, జిల్లా స్థాయి నాయకుల వరకు అందరూ ఏకమైనట్లు స్పష్టమవుతోంది.

ప్రత్యర్థులకు ఆర్థిక ఊపిరి

వైసీపీని రాజకీయంగా దెబ్బతీయాల్సిన చోట, ఆర్థికంగా వారికి బలాన్ని ఇస్తూ కొమ్ముకాస్తున్నారు.

కార్యకర్తల రగిలిపోతున్న ఆగ్రహం

కష్టకాలంలో నిలబడిన కార్యకర్తలకు మొండిచేయి చూపి, వైసీపీ నాయకులకు కోట్లు దోచిపెట్టడంపై క్షేత్రస్థాయి శ్రేణులు మండిపడుతున్నాయి.

వ్యాపారంగా మారిన రాజకీయం

పర్సంటేజీల వ్యామోహంలో పడి సొంత పార్టీ మూలాలనే దెబ్బతీస్తూ రాజకీయాన్ని వ్యాపారంగా మార్చేశారు.ఒకవైపు అధినాయకత్వం వైఎస్సార్సీపీ పతనం కోరు తుంటే, సొంత నియోజకవర్గంలో ప్రత్యర్థులను పదే పదే పెంచి పోషిస్తున్న ఈ నేతల తీరు ఇప్పుడు టిడిపి వర్గా ల్లో తీవ్ర కలకలం రేపుతోంది. పార్టీకి ద్రోహం చేస్తూ సొంత ఖజానాలు నింపుకుంటున్న ఈ నేతలపై అధిష్టానం తక్షణ మే కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలని శ్రేణులు డిమాండ్ చేస్తున్నాయి.

వెలిగొండ ప్రాజెక్టును ప్రారంభించిన సీఎం చంద్రబాబు

- నల్లమల గిరుల నుంచి పరుగులు పెట్టిన కృష్ణమ్మ
- పూల సుబ్బయ్య వెలిగొండ ప్రాజెక్టు తొలిదశను ప్రారంభించిన సీఎం చంద్రబాబు
- 30 ఏళ్లుగా ఎదురుచూస్తున్న మూడు జిల్లాల ప్రజల కల సాకారం
- దోర్నాల వద్ద కృష్ణా జలాలకు ప్రత్యేక పూజలు, జలహారతి
- తొలి దశలో 1.19 లక్షల ఎకరాలకు సాగునీరు, 4 లక్షల మందికి తాగునీరు
- ప్రారంభోత్సవానికి భారీగా హాజరైన రైతులు, మంత్రులు, ప్రజాప్రతినిధులు

అమరావతి :

ఉమ్మడి ప్రకాశం, నెల్లూరు, కడప జిల్లాల ప్రజల మూడు దశాబ్దాల కల సాకారమైంది. పశ్చిమ ప్రకాశంలోని కరవు పీడిత ప్రాంతాలకు జీవనాడిగా భావిస్తున్న పూల సుబ్బయ్య వెలిగొండ ప్రాజెక్టు మొదటి దశను ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు లాంఛనంగా ప్రారంభించారు. దోర్నాల మండలం గంటవానిపల్లె వద్ద ప్రాజెక్టు సొరంగాల నుంచి ఉరకలేస్తూ వచ్చిన కృష్ణా జలాలకు - మిగతా 2 లో

రెండ్రోజుల పాటు పులివెందులలో

జగన్ పర్యటన

- సెప్టెంబర్ 1, 2 తేదీల్లో వైఎస్ జగన్ పులివెందుల పర్యటన
- వైఎస్ రాజశేఖర్ రెడ్డి వర్ధంతి కార్యక్రమంలో పాల్గొననున్న జగన్
- ఇడుపులపాయలోని వైఎస్సార్ ఘాట్ వద్ద తండ్రికి నివాళులు
- పర్యటనలో భాగంగా ప్రజలకు అందుబాటులో ఉండనున్న మాజీ సీఎం

అమరావతి :

వైసీపీ అధినేత జగన్ తన సొంత నియోజకవర్గమైన పులివెందులలో రెండు రోజుల పాటు పర్యటించనున్నారు. సెప్టెంబర్ 1, 2 తేదీల్లో ఈ పర్యటన జరగనుంది. దివంగత మాజీ ముఖ్యమంత్రి, తన తండ్రి వైఎస్ రాజశేఖర్ రెడ్డి వర్ధంతి - మిగతా 2 లో

నీళ్లు లేకుండా 40 ఏళ్లుగా వ్యవసాయం

- అమెరికా రైతు అద్భుతం!
- నేలలోని తేమను కాపాడుతూ టమాటాలు, బంగాళదుంపల సాగు
- సరైన నేల యాజమాన్యం, పంటల ఎంపికే ఈ విధానంలో కీలకం
- నీటి కొరత ఉన్న ప్రాంతాలకు ఈ 'డ్రై ఫార్మింగ్' ఒక ప్రత్యామ్నాయం
- కుటుంబ అవసరాలు తీరడమే కాక.. మార్కెట్లోనూ పంటల విక్రయం

ఢిల్లీ :

అమెరికాలోని ఒరెగాన్‌లో ఒక రైతు ఏకంగా 40 ఏళ్ల పాటు చుక్క నీటిని కూడా ఉపయోగించకుండా వ్యవసాయం చేసి అందరినీ విస్మయానికి గురిచేశారు. టమాటాలు, బంగాళదుంపలు, వెల్లుల్లి, గుమ్మడి వంటి పలు రకాల పంటలను కేవలం భూమిలో నిల్వ ఉన్న తేమ ఆధారంగానే ఆయన - మిగతా 2 లో

భారత రైల్వే రారాజు

'రాజధాని ఎక్స్‌ప్రెస్'

- 1969లో తొలిసారిగా ఢిల్లీ-కోల్‌కతా మధ్య ప్రారంభం
- దేశ రాజధానిని ఇతర రాష్ట్ర రాజధానులతో కలుపుతుంది
- వేగం, సౌకర్యం, ప్రాధాన్యతలో దీనికి ప్రత్యేక గుర్తింపు
- వందే భారత్ వంటి కొత్త రైళ్లు వచ్చినా తగ్గని రాజధాని ప్రాభవం

మలేరియాపై భారత్ భారీ విజయం

- పదేళ్లలో 80 శాతం తగ్గిన మలేరియా కేసులు
- 80 శాతం తగ్గిన మలేరియా మరణాలు
- 155 నుంచి 33కు తగ్గిన సమస్యాత్మక జిల్లాలు
- 160 జిల్లాల్లో నమోదు కాని స్థానిక కేసులు
- 33 జిల్లాల్లోనే 64 శాతం కేసులు నమోదు

ఢిల్లీ :

మలేరియాపై పోరాటంలో భారత్ గణనీయమైన పురోగతి సాధించింది. 2015 నుంచి 2025 మధ్య మలేరియా కేసులు, మరణాలు దాదాపు 80 శాతం తగ్గాయి. కేంద్ర ఆరోగ్య మంత్రిత్వ శాఖ తాజాగా వెల్లడించిన గణాంకాల్లో ఈ విషయం స్పష్టమైంది. ఇదే సమయంలో మలేరియా తీవ్రత ఎక్కువగా ఉన్న జిల్లాల సంఖ్య 155 నుంచి 33కు తగ్గింది. 2022 నుంచి - మిగతా 2 లో

రేవంత్ ప్రభుత్వంపై హరీశ్ రావు విమర్శలు

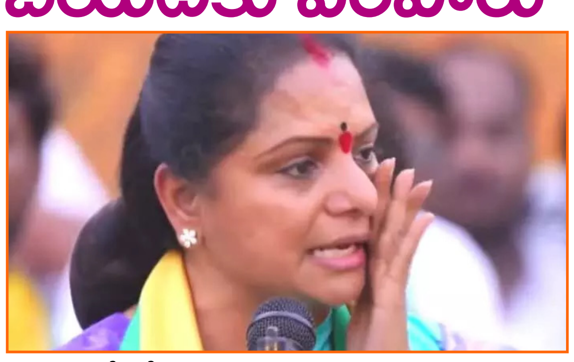
- ఏపీలో వెలిగొండ ప్రాజెక్టు ప్రారంభంపై రేవంత్ రెడ్డిపై హరీశ్ రావు ఫైర్
- వెలిగొండకు కృష్ణా జలాల తరలింపుపై రేవంత్ ప్రభుత్వంపై హరీశ్ రావు విమర్శలు
- తెలంగాణ ప్రాజెక్టులు ఎండిపోతున్నా ఏపీకి నీళ్లు ఇస్తున్నారని ఆరోపణ
- రాష్ట్ర ప్రయోజనాలను కాపాడటంలో ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ విఫలమయ్యారని ధ్వజం

హైదరాబాద్ :

మాజీ మంత్రి, బీఆర్ఎస్ సీనియర్ నాయకుడు హరీశ్ రావు తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి నేతృత్వంలోని కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వంపై తీవ్రస్థాయిలో ధ్వజమెత్తారు. వెలిగొండ ప్రాజెక్టు ద్వారా ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం కృష్ణా జలాలను అక్రమంగా తరలిస్తుంటే, - మిగతా 2 లో

'పుట్టింటి నుంచే

బయటకు పంపారు'



- సభలో బోరున విలపించిన కవిత
- బీఆర్ఎస్ సస్పెన్షన్‌పై భావోద్వేగానికి గురైన కవిత
- సభలో కన్నీటి పర్యంతమైన కవిత
- "కవిత సీఎం" అంటూ కార్యకర్తల నినాదాలు
- కొత్త పార్టీ పెట్టడానికి కారణాలు వివరించిన కవిత
- తీహార్ జైలుకు పంపిన వారికి ఎన్నికల్లో సమాధానమిస్తామని ప్రతిన

హైదరాబాద్ :

బీఆర్ఎస్ నుంచి తనను సస్పెండ్ చేయడంపై తెలంగాణ రక్షణ సేన అధ్యక్షురాలు కవిత భావోద్వేగానికి గురయ్యారు. పార్టీ కోసం తనను జైలుకు పంపారని పెద్ద నాయకులే చెప్పారని గుర్తు చేశారు. - మిగతా 2 లో

రాష్ట్రాన్ని మూడు విభాగాలుగా

విభజించి అభివృద్ధి చేస్తున్నాం

- తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి
- అంబర్‌పేట-మూసారాంబాగ్ మధ్య హైలెవల్ బ్రిడ్జీని ప్రారంభించిన సీఎం రేవంత్ రెడ్డి
- రూ.52కోట్ల నిధులతో 400 మీటర్ల వంతెన నిర్మాణం
- నగరంలో ఏడాదిలోపు లక్ష ఇందిరమ్మ ఫ్లాట్లు కట్టించి ఆడబిడ్డలకు ఇస్తామని హామీ
- మూసీ నదిపై నిర్మించిన హైలెవల్ బ్రిడ్జీని ప్రారంభించిన సీఎం

హైదరాబాద్ :

విద్య, ఉపాధి అవకాశాలకు హైదరాబాద్ ఆశ్రయమిచ్చిందని, అన్ని పరిశ్రమలు హైదరాబాద్‌కు వచ్చినందునే అభివృద్ధి చెందుతోందని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి తెలిపారు. ప్రణాళికబద్ధంగా రాష్ట్రంలో మౌలిక వసతులు అభివృద్ధి చేస్తున్నామని, రాష్ట్రాన్ని మూడు విభాగాలుగా విభజించి అభివృద్ధి చేస్తున్నామని పేర్కొన్నారు.అంబర్‌పేట-మూసారాంబాగ్ మధ్య మూసీ నదిపై నిర్మించిన హైలెవల్ బ్రిడ్జీని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి ప్రారంభించారు. అనంతరం అంబర్‌పేటలోని స్పోర్ట్స్ స్టేడియంలో ఏర్పాటు చేసిన బహిరంగసభలో ఆయన మాట్లాడారు. ఈ 400 మీటర్ల పొడవైన హైలెవల్ బ్రిడ్జీని రూ.52 కోట్ల నిధులతో నిర్మించారు. ఈ వంతెన ప్రారంభం కావడంతో చాదర్‌ఘాట్ వంతెనపై ట్రాఫిక్ ఇబ్బందులు తగ్గనున్నాయి.తెలంగాణ రైజింగ్ విజన్-2047 పాలసీని తీసుకొచ్చామని సీఎం తెలిపారు. మూసీ వరదల్లో కొట్టుకుపోయినా ఏ ప్రభుత్వం సహాయం చేయలేదని ఆరోపించారు. పదేళ్లు అధికారంలో ఉన్న వాళ్లు ఎందుకు వంతెన నిర్మించలేదని ప్రశ్నించారు. కాంగ్రెస్ పాలన వచ్చిన రెండేళ్లలోనే బ్రిడ్జి నిర్మించి ప్రారంభించామని తెలిపారు. బీఆర్ఎస్ హయాంలో అంబర్‌పేట్‌లో డబుల్‌బెడ్ రూమ్ - మిగతా 2 లో

సంపాదకీయం

ప్రశ్న--జవాబు

భాషలోని వైచిత్రిని గమనించారా... బహుశా అన్ని భాషల్లోనూ అంతేనేమో! సృష్టితో మొదలుపెట్టి, భూమ్యాకాశాలూ, అందులో భాగమైన మానవజీవితం వరకూ-- వందల కోట్ల సంవత్సరాల ఈ జగత్తు అస్తిత్వంలో లోతైన, సారవంతమైన మాటలు సాధారణంగా రెండు, మూడు అక్షరాల్లోనే ఉంటాయి! ఉదాహరణకు, కాలం, కర్మం, ధర్మం, అధర్మం, జ్ఞానం, అజ్ఞానం, సుఖం, దుఃఖం, చావు, పుట్టుక, తెలివి, ఎరుక వగైరా ఎన్నిటినైనా చెప్పుకోవచ్చు! అలాంటిదే 'ప్రశ్న' అనే మాట కూడా; విశ్వమూ, ప్రకృతీ; ఆపైన మనిషితో సహా జీవుల మనుగడ గురించిన ఆనుపానులు తెలుసుకునే ప్రయత్నానికి 'ప్రశ్నే' నాంది అయింది. ప్రశ్న ఎప్పుడైతే పుట్టిందో, అది విధిగా జవాబు వైపు పయనించి తీరుతుంది; చూశారా, మళ్ళీ 'జవా'బనే మాట మూడక్షరాలే! మనిషి మేధస్సు వేసే తొలి అడుగు ప్రశ్నయితే, రెండో అడుగు జవాబు; ఆ రెండడుగులే కాలగతిలో లక్షల మైళ్ళకు విస్తరించే జ్ఞాన, విజ్ఞానయాత్రగా పరిణమించాయి! ఆ యాత్రనే కనుక ఒక ప్రవాహంగా ఊహించుకుంటే, ప్రశ్న--జవాబు అనేవి, అది ఒరుసుకుంటూ పారే రెండు తీరాలన్నమాట! మానవ చరిత్రలోకి వెడితే, సృష్టి గురించి, సృష్టికర్త గురించి తెలుసుకోవాలన్న జిజ్ఞాస ప్రశ్నగా మారి భగవతి, లేదా భగవంతుడనే జవాబును సృష్టించింది; వారిని ఎలా కొలుచుకోవాలనే ప్రశ్న భక్తీ, మతమూ, మతపరమైన తంతులనే సమాధానాన్ని రాబట్టింది; అసలు తనెవరన్న ప్రశ్న అంతర్ముఖుల్ని చేసి ఏకంగా తత్వశాస్త్రమనే గొప్ప జవాబుకు దారితీసింది; ఆపైన, కనిపించే భౌతిక ప్రకృతి గురించిన అసంఖ్యాకమైన ప్రశ్నలు అనేకానేక శాస్త్రవిజ్ఞాన శాఖల రూపంలో సమాధానాలను ఆవిష్కరించాయి. యాపిల్ ఎందుకు కింద పడుతుంది; భూమికీ, ఆకాశానికీ ఉన్న సంబంధమేమిటి, గ్రహాలను సూర్యుడి చుట్టూ పరిభ్రమింపజేసే అదృశ్య శక్తి ఏమిటన్న ప్రశ్నలే-- మూడు చలన సూత్రాలనూ, సార్వత్రిక గురుత్వాకర్షణ శక్తి సూత్రాన్నీ ప్రతిపాదించే దిశగా ఇజాక్ న్యూటన్‌ను పురిగొల్పాయి. ఆ తర్వాత, కాంతి గురించీ, గురుత్వాకర్షణ గురించీ తలెత్తిన ప్రశ్నలు ఆల్బర్ట్ ఐన్‌స్టీన్‌ను ప్రత్యేక సాపేక్ష సిద్ధాంతమూ, సాధారణ సాపేక్ష సిద్ధాంత ప్రతిపాదనలవైపు ప్రోత్సహించాయి.క్రీస్తుపూర్వ కాలానికి వెడితే, ప్రశ్నించడాన్ని ఒక పద్ధతిగా అభివృద్ధి చేసిన వ్యక్తిగా గ్రీకు తత్వవేత్త సోక్రటీస్‌ను చెబుతారు. జనం మాట్లాడే మాటల్ని, వ్యక్తపరిచే అభిప్రాయాలను, అనుసరించే నమ్మకాలను ప్రయోగాల బల్ల మీద ఉంచి తర్కమూ, హేతువూ అనే పదునైన చిరుకత్తులతో నరికి వాటిలోని అసంబద్ధతను, అతార్కికతను, అహేతుకతను ఎత్తిచూపి, చివరికి 'నాకు తెలిసిందల్లా, ఏమీ తెలియదని తెలియడం మాత్రమే'నని అవతలి వ్యక్తి చేత అనిపించడం ఆయన అనుసరించిన పద్ధతి. అది కూడా ఏకపక్షమైన ప్రసంగాలు, ప్రవచనాల ద్వారా కాదు; సంభాషణ ద్వారా! యువతలో ప్రశ్నించే 'దుర్లక్షణా'న్ని ప్రోత్సహిస్తున్నాడన్న ఆరోపణతో విచారణను ఎదుర్కొన్నప్పుడు, మరణ శిక్షను తప్పించుకునే అవకాశం తనకున్నప్పటికీ, దానిని నిరాకరించి విషసేవనంతో తన ప్రాణాన్ని ధారపోసి, ప్రశ్నించే తత్వానికి ప్రాణం పోసిన ధీరోదాత్తుడాయన!ఇది జరిగి వేల ఏండ్లు దాటినా ఇప్పటికీ... ప్రశ్న--జవాబు అనే ఒడ్లను ఒరుసుకుంటూ సాగించే వైజ్ఞానిక ప్రవాహయానానికి మానవాళి పూర్తిగా అలవాటుపడలేదు. పాఠ్యపుస్తకాలలో ముందే సిద్ధంచేసి అందించిన ప్రశ్న--జవాబులను బట్టీపట్టించి పరీక్షలలో రాయించి మార్కులు వేయడమే తప్ప; స్వయంగా ప్రశ్నలను ముందుకు తెచ్చుకుని జవాబులను అన్వేషించే జిజ్ఞాసతో కూడిన విద్యాభ్యాసాన్ని విద్యార్థులకు అలవరిచే వ్యవస్థ సంపూర్ణంగా పాదుకోలేదు. ప్రత్యేకించి మన విషయానికొస్తే, జ్ఞానాన్ని ప్రశ్నోత్తరాల రూపంలో అన్వేషించే అభ్యాసం మనకు ఉపనిషత్కాలంనుంచీ ఉండేది. క్రమంగా ఇక్కడ కూడా, 'ప్రశ్నలు అడక్కు, చెప్పింది విను' అన్న అనుశాసనం తరతమ భేదాలతో పాతుకుని కొనసాగుతూ వచ్చింది. ఇది విద్యారంగానికే పరిమితమైనదీ కాదు; ప్రజాజీవనంతో ముడిపడిన అన్ని రంగాలలోనూ కనిపిస్తుంది. పైగా పరిస్థితి పెనం మీంచి పొయిలో పడినట్టు, అసలు దేనినైనా ప్రశ్నించడాన్నే దేశద్రోహంగా పరిగణించి నోరునొక్కే ధోరణులూ ప్రబలుతున్నాయి. ప్రశ్నను రక్షిస్తే ప్రశ్న మనల్నీ, జ్ఞానాన్ని కూడా రక్షిస్తుంది. లేకపోతే ఎదురుగా అంతా అజ్ఞానమూ, అంధకారమే!

వెలిగొండ ప్రాజెక్టును ప్రారంభించిన సీఎం చంద్రబాబు

మొదటిపేజీ తరువాయి - ఆయన భక్తిశ్రద్ధలతో జలహారతి ఇచ్చి స్వాగతం పలికారు. ఈ చారిత్రక ఘట్టంతో ఆ ప్రాంత రైతులు, ప్రజల ఆనందానికి అవధుల్లేకుండా పోయింది.ఈ సందర్భంగా గంటవానిపల్లె ఫీడర్ కెనాల్ వద్దకు చేరుకున్న ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు, స్వయంగా నీళ్లలోకి దిగి కృష్ణమ్మకు ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. పసుపు, కుంకుమ, చీర సమర్పించి హారతి ఇచ్చారు. అంతకుముందు, జలహారతి ప్రదేశానికి విచ్చేసిన ముఖ్యమంత్రికి గిరిజన మహిళలు తమ సంప్రదాయ నృత్యాలతో ఘనంగా స్వాగతం పలికారు. అనంతరం పండితులు ముఖ్యమంత్రికి శ్రీశైలం మల్లికార్జున స్వామి చిత్రపటాన్ని అందించి ఆశీర్వదించారు.నల్లమల కొండలను తొలుచుకుంటూ నిర్మించిన రెండు భారీ సొరంగాల నుంచి కృష్ణా జలాలు గంటవానిపల్లె అక్విడెక్టుకు చేరుకుని, అక్కడి నుంచి నల్లమల సాగర్ రిజర్వాయర్‌లోకి పరుగులు తీశాయి. ఈ దృశ్యాన్ని సభా ప్రాంగణం నుంచి వీక్షించిన మార్కాపురం రైతులు, మహిళలు పులకించిపోయారు. తమ ప్రాంతానికి కృష్ణమ్మ రావడంతో వారి ముఖాల్లో ఆనందం వెల్లివిరిసింది. వెలిగొండ ప్రాజెక్టు తొలిదశ ద్వారా 1.19 లక్షల ఎకరాలకు సాగునీరు, సుమారు 4 లక్షల మందికి తాగునీరు అందనుంది.ఈ చారిత్రక కార్యక్రమంలో ముఖ్యమంత్రితో పాటు మంత్రులు నిమ్మల రామానాయుడు, ఆనం రామనారాయణ రెడ్డి, గొట్టిపాటి రవికుమార్, కందుల దుర్గేష్, డీబీవీ స్వామి, అనగాని సత్యప్రసాద్, పార్థసారథి, బీజేపీ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు మాధవ్, ఎంపీ మాగుంట శ్రీనివాసులు రెడ్డి, ఇతర ప్రజాప్రతినిధులు, ఉన్నతాధికారులు పెద్ద ఎత్తున పాల్గొన్నారు. దశాబ్దాల నిరీక్షణకు కూటమి ప్రభుత్వం తెరదించిందని, ఇచ్చిన మాట ప్రకారం వెలిగొండను పూర్తి చేసిందని స్థానిక ప్రజలు హర్షం వ్యక్తం చేస్తున్నారు.

రెండ్రోజుల పాటు పులివెందులలో జగన్ పర్యటన

మొదటిపేజీ తరువాయి - కార్యక్రమంలో జగన్ పాల్గొననున్నారు.పర్యటన షెడ్యూల్ ప్రకారం, సెప్టెంబర్ 1వ తేదీ మధ్యాహ్నం 12 గంటలకు జగన్ పులివెందుల చేరుకుంటారు. అనంతరం భాకరాపురంలోని క్యాంప్ కార్యాలయంలో నియోజకవర్గ ప్రజలు, కార్యకర్తలకు అందుబాటులో ఉంటారు. వారి సమస్యలను అడిగి తెలుసుకుంటారు. ఆ రోజు రాత్రికి పులివెందులలోని తన నివాసంలోనే బస చేస్తారు.ఇక సెప్టెంబర్ 2వ తేదీన ఉదయం పులివెందుల నివాసం నుంచి బయలుదేరి 7:45 గంటలకు ఇడుపులపాయ చేరుకుంటారు. అక్కడ వైఎస్సార్ ఘాట్ వద్ద వైఎస్ రాజశేఖర్ రెడ్డి వర్ధంతి సందర్భంగా ఏర్పాటు చేసిన ప్రత్యేక ప్రార్థనల్లో పాల్గొని, తండ్రి సమాధి వద్ద నివాళులర్పిస్తారు. వర్ధంతి కార్యక్రమం పూర్తయిన అనంతరం జగన్ అక్కడి నుంచి తిరుగు ప్రయాణమవుతారని పార్టీ వర్గాలు వెల్లడించాయి. ప్రతీ ఏటా వైఎస్సార్ వర్ధంతి, జయంతి కార్యక్రమాలకు జగన్ హాజరై నివాళులు అర్పించడం తెలిసిందే.

ఇరాన్ అధ్యక్షుడితో మోదీ భేటీ

మొదటిపేజీ తరువాయి - కిర్గిజిస్థాన్ రాజధాని బిష్కెక్‌లో ఇరాన్ అధ్యక్షుడు మసూద్ పెజెష్కియాన్‌తో ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ భేటీ అయ్యారు. షాంఘై సహకార సంస్థ (ఎస్సీవో) సదస్సు సందర్భంగా ఇరువురు నేతలు ద్వైపాక్షిక చర్చలు జరిపారు. ఫిబ్రవరిలో ఇరాన్ యుద్ధం ప్రారంభమైన తర్వాత మోదీ, పెజెష్కియాన్ ముఖాముఖిగా సమావేశం కావడం ఇదే తొలిసారి.ఇరువురు నేతలు ఏ అంశాలపై చర్చించారనే విషయం పూర్తిగా వెల్లడికాలేదు. అయితే హర్మూజ్ జలసంధిపై ఇరాన్ విధించిన దిగ్బంధం చర్చల్లో ప్రస్తావనకు వచ్చి ఉండొచ్చని తెలుస్తోంది. కిర్గిజిస్థాన్ పర్యటన తొలి దశలో మోదీతో పెజెష్కియాన్ సమావేశమై చర్చలు జరిపినట్లు భారత్‌లోని ఇరాన్ రాయబార కార్యాలయం తెలిపింది.బిష్కెక్ బయలుదేరే ముందు పెజెష్కియాన్ కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. ఇరాన్ యుద్ధాన్ని కోరుకోవడం లేదని చెప్పారు. అయితే తమపై జరిగే దాడులకు బలంగా, దృఢంగా స్పందిస్తామని స్పష్టం చేశారు. తమ ప్రాంతంలో అస్థిరత అన్ని దేశాలకు నష్టమేనని అన్నారు. ఆర్థిక, భద్రతా లక్ష్యాల కోసం దేశాల మధ్య సహకారం అవసరమని పేర్కొన్నారు.అర్మేనియా ప్రధాని నికోల్ పషిన్యాన్‌తోనూ మోదీ భేటీ అయ్యారు. రక్షణ, ఆర్థికం, ఔషధాలు, సైన్స్ అండ్ టెక్నాలజీ, సంస్కృతి, విద్య రంగాల్లో ద్వైపాక్షిక సహకారాన్ని మరింత పెంచే అంశాలపై చర్చించారు. పశ్చిమాసియాలో పరిస్థితితో పాటు ప్రాంతీయ, అంతర్జాతీయ పరిణామాలపై అభిప్రాయాలు పంచుకున్నారు. అర్మేనియాతో సంబంధాలను మరింత బలోపేతం చేసేందుకు భారత్ సిద్ధంగా ఉందని మోదీ తెలిపారు.తర్వాత రష్యా అధ్యక్షుడు వ్లాదిమిర్ పుతిన్‌తో మోదీ భేటీ కానున్నారు. కిర్గిజిస్థాన్ అధ్యక్షుడు సదిర్ జపరోవ్ ఆహ్వానం మేరకు ఆరో ప్రపంచ నోమాడ్ గేమ్స్ ప్రారంభోత్సవంలోనూ మోదీ పాల్గొననున్నారు.

వెలిగొండ బంగారు కొండ అవుతుంది

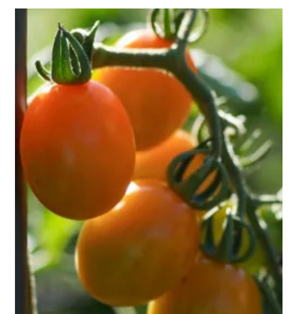
మొదటిపేజీ తరువాయి -

శాతమే పనులు చేశారన్నారు. నిర్వాసితుల కోసం జీవో ఇచ్చి అరకొర చెల్లింపులతో మోసం చేశారని మండిపడ్డారు. వెలిగొండ ప్రాజెక్టును జాతికి అంకితం చేసినట్లు డ్రామాలాడారని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. ఫేక్ ప్రచారాలతో కరవు రైతుల జీవితాలతో ఆడుకున్నవారిని ఏమనాలని చంద్రబాబు ప్రశ్నించారు.2024 ఎన్నికల్లో మోదీ, పవన్, తాను కలిసి రాష్ట్ర పునర్నిర్మాణంపై మాట ఇచ్చామని చంద్రబాబు గుర్తు చేశారు. తమపై విశ్వాసం ఉంచి ఎన్నికల్లో తిరుగులేని ఆధిక్యమిచ్చారని చెప్పారు. డబుల్ ఇంజిన్ సర్కార్ వల్ల ఏపీకి అన్నీ ప్రయోజనాలేనని తెలిపారు. మోదీ సహాయం మిత్రుడు పవన్ సహకారంతో ముందుకెళ్తున్నామన్నారు. కరవుతో పోరాడిన రైతన్నకు కృష్ణా జలాలతో స్వాగతం పలికామని చంద్రబాబు వెల్లడించారు.'వాన కోసం ఆకాశం వైపు చూసిన రైతుల బాధలు చూశాం. బోరు వేస్తే నీళ్లు పడక అప్పుల్లో కూరుకుపోయిన కుటుంబాలను చూశాం. పనులు దొరక్క ఊరు విడిచి వెళ్లిన కూలీలనూ చూశాం. ఇక ఆ పరిస్థితులు ఉండవు ఫ్లోరైడ్ అనే పదం మరచిపోతాం. వెలిగొండ ప్రాజెక్టుకు భూములు త్యాగం చేసిన ప్రజలకు పాదాభివందనం చేస్తున్నా. కరవుపై గెలవాలన్న సంకల్పంతో ముందడుగు వేశాం. వెలిగొండ అంటే ఫ్లోరైడ్ కష్టానికి ముగింపు. కరవు నేలపై కృష్ణమ్మ రాసిన కొత్త చరిత్రని' చంద్రబాబు వ్యాఖ్యానించారు."నాడు చేసిన సంకల్పం నేడు నల్లమల సాగర్‌లో జలసిరిగా మారింది. నాడు వేసిన పునాదిరాయి నేడు కొత్త చరిత్రకు శ్రీకారం చుట్టింది. ఇది భగీరథ ప్రయత్నం కొండలు వస్తే తొలచి ముందుకెళ్లాం. ఎదురైన ప్రతి సవాల్‌ను అధిగమించి ముందుకెళ్లాం. వెలిగొండ కోసం పనిచేసిన ప్రతిఒక్కరికీ అభినందనలు. నిమ్మల రామానాయుడిని మనస్ఫూర్తిగా అభినందిస్తున్నా. నిర్వాసితులు కూడా సంతోషంగా ఉండాలనేది నా ఆకాంక్ష. ఆర్థికంగా కష్టాలున్నా ఎక్కడా వెనుకడుగు వేయలేదు.చేతగాకపోతే తప్పు లేదు చేశామని మోసం చేస్తేనే పెద్ద తప్పు. ఫేక్ మాటలు చెప్పేవారిని నిలదీయకపోతే అవే వాస్తవాలు అనుకుంటారు. ఆవేదనతో చెబుతున్నా ఫేక్ మాటలను సమర్థంగా తిప్పికొట్టాలన్న ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు. 'శ్రీశైలం ప్రాజెక్టులోని కొల్లం వాగు నుంచి నీటిని గ్రావిటీ ద్వారా తెస్తున్నాం. 53 టీఎంసీల నీటిని నిల్వ చేసుకునే అవకాశం కలుగుతుంది. రూ.10,200 కోట్ల ప్రాజెక్టు వ్యయంలో రూ.7,983 కోట్లతో మొదటి దశ పూర్తిచేశాం. 18.8 కిలోమీటర్ల మేర జంట సొరంగాలు, 21.8 కిలోమీటర్ల ఫీడర్ కాల్వల పనులు పూర్తిచేశాం. 48 రోజుల్లోనే 6,206 నిర్వాసిత కుటుంబాలకు రూ.768 కోట్లు పరిహారం అందించాం. ఆర్థికంగా కష్టాలున్నా మీ బాధలు గుర్తించి అదనంగా మరో రూ.169 కోట్లు చెల్లిస్తున్నాం. కటాఫ్ డేట్ పెంచి 18 ఏళ్లు నిండిన యువత ఒక్కొక్కరికి రూ.2 లక్షల చొప్పున ఇస్తున్నామని' చంద్రబాబు తెలిపారు.నల్లమల సాగర్ నుంచి ప్రతి ఇంటికి కుళాయి ద్వారా నీరిస్తామని చంద్రబాబు స్పష్టం చేశారు. సెప్టెంబర్‌లో లక్ష కోట్ల గ్లోబల్ హార్టికల్చర్ హబ్ ప్రాజెక్టులో మార్కాపురాన్ని భాగం చేశామన్నారు. వెనుకబడిన ఈ ప్రాంతం పొరుగు జిల్లాలకు పోటీగా నిలుస్తుందని చెప్పారు. వెలిగొండ తొలి దశతో ఆగము ఫేజ్ 2 కూడా 2028కి పూర్తి చేస్తాం. 2047 స్వర్ణాంధ్రకు అందరూ సిద్ధమని సంకల్పించాలని చంద్రబాబు పేర్కొన్నారు.'నీటి సమస్యకు ఏకైక పరిష్కార మార్గం నదుల అనుసంధానం. నదుల అనుసంధానం జరగాలంటే ప్రధాని మోదీకే సాధ్యం. పోలవరం రాష్ట్రానికే జీవనాడి. పోలవరాన్ని 2027 మార్చికి పూర్తిచేసి జాతికి అంకితం చేస్తాం. రాబోయే కృష్ణా పురస్కారాలను మార్కాపురంలో కూడా జరుపుకోబోతున్నాం. గోదావరి నీళ్లు సముద్రంలోకి వృథాగా పోతున్నాయి. వృథాగా వెళ్లే నీటిని దారి మళ్లిస్తే ప్రజలకు సంపద సృష్టించొచ్చు. గోదావరి నీళ్లు కూడా నల్లమల సాగర్‌కు రావాలి. బుధవారం నాడు పోలవరం ఎడమ కాల్వ ద్వారా గోదావరి జలాలను అనకాపల్లికి తీసుకెళ్తున్నాం. ఉత్తర భారత్‌లో నదుల అనుసంధానానికి అనేక సమస్యలు పరిష్కరించారు. దక్షిణ భారత్‌లో కూడా గోదావరి, కావేరి అనుసంధానం చేయాలి. నదుల అనుసంధానంతో దేశం సుభిక్షంగా ఉంటుందని' చంద్రబాబు స్పష్టం చేశారు."నాకు రాజకీయం అంటే ఎన్నికలు కాదు. ప్రజల జీవితాల్లో శాశ్వత మార్పు తీసుకురావడం. ఓట్ల ఆశించి కాదు మార్పు ఆశించి పనిచేస్తా. నెక్ట్ ఎన్నికల కోసం కాదు నెక్ట్ జనరేషన్ కోసం పనిచేస్తా. నా ఊపిరి ఉన్నంతవరకు తెలుగు జాతి కోసం కష్టపడతా అందరం కలిసి తెలుగుజాతిని ప్రపంచంలోనే నెంబర్ వన్ చేద్దామన్న ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు.

మలేరియాపై భారత్ భారీ విజయం

మొదటిపేజీ తరువాయి - 2025 మధ్య 160 జిల్లాల్లో ఒక్క స్థానిక మలేరియా కేసు కూడా నమోదు కాలేదు.మలేరియాను 2030 నాటికి దేశంలో నిర్మూలించాలనే లక్ష్యంతో కేంద్రం చర్యలు ముమ్మరం చేస్తోంది. అయితే దేశంలో మలేరియా పూర్తిగా కనుమరుగైపోలేదు. ప్రస్తుతం మిగిలిన కేసుల్లో ఎక్కువ భాగం కొన్ని ప్రాంతాలకే పరిమితమయ్యాయి. 2025లో మలేరియా కేసుల్లో 64 శాతం, మరణాల్లో 54 శాతం 33 జిల్లాల్లోనే నమోదయ్యాయి.మలేరియా తగ్గుదలకు అనేక కారణాలు ఉన్నాయి. మెరుగైన నిఘా వ్యవస్థ, త్వరగా వ్యాధి నిర్ధారణ, సకాలంలో చికిత్స, దోమల నియంత్రణ చర్యలు కీలకంగా పనిచేశాయి. దోమతెరలు, ఇళ్లలో క్రిమిసంహారక మందుల పిచికారీ వంటి చర్యలను విస్తృతంగా చేపట్టారు. అధిక వ్యాప్తి ఉన్న ప్రాంతాలపై ప్రత్యేక దృష్టి పెట్టారు.అయితే మారుమూల అటవీ ప్రాంతాలు, కొండ ప్రాంతాలు, వైద్య సేవలు అందుబాటులో లేని ప్రాంతాల్లో మలేరియా నియంత్రణ ఇప్పటికీ సవాలుగానే ఉంది. ఒడిశా, ఈశాన్య రాష్ట్రాలు, ఛత్తీస్‌గఢ్, ఝార్ఖండ్ వంటి ప్రాంతాల్లో ఈ సమస్య ఎక్కువగా కనిపిస్తోంది.మలేరియా నిర్మూలనలో 'టెస్ట్, ట్రీట్, ట్రాక్' విధానానికి కేంద్రం ప్రాధాన్యం ఇస్తోంది. జ్వరం వచ్చిన ప్రతిసారీ మలేరియా పరీక్ష చేయడం, వ్యాధి నిర్ధారణ అయితే వెంటనే చికిత్స అందించడం కీలకం. కేసులు తగ్గుతున్న కొద్దీ నిఘా మరింత కచ్చితంగా ఉండాలని కేంద్రం సూచిస్తోంది.2015లో సుమారు 11.7 లక్షలుగా ఉన్న మలేరియా కేసులు 2022 నాటికి 1.8 లక్షలకు తగ్గాయి. తాజాగా 33 జిల్లాల్లోనే సమస్య అధికంగా ఉండటం భారత్ సాధించిన పురోగతిని చూపిస్తోంది. అయితే ఈ ప్రాంతాల్లో వ్యాప్తిని అడ్డుకోవడంతో పాటు కేసులు మళ్లీ పెరగకుండా నిరంతర చర్యలు అవసరం. 2030 మలేరియా నిర్మూలన లక్ష్యాన్ని చేరుకోవాలంటే ఇదే కీలకం.ం

నీళ్లు లేకుండా 40 ఏళ్లుగా వ్యవసాయం



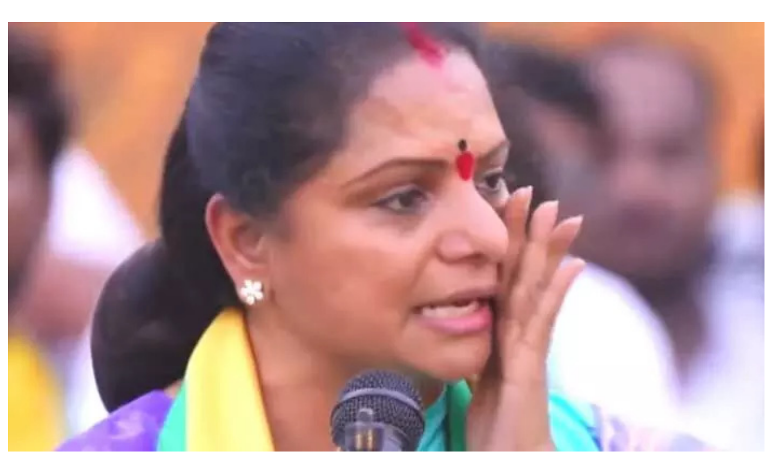
విజయవంతంగా పండించారు. 1974 నుంచి 2014 వరకు ఆయన ఈ వినూత్న పద్ధతిలో సాగును కొనసాగించడం విశేషం.సదరు రైతు 2007లో ఒరెగాన్‌లోని వెనెటా సమీపంలో 9.6 ఎకరాల స్థలాన్ని కొనుగోలు చేశారు. ఆ భూమికి ఎలాంటి సాగునీటి హక్కులు లేవు. అయినప్పటికీ, తన కుటుంబ అవసరాలకు సరిపడా ఆహారాన్ని పండించడమే కాకుండా, అదనపు దిగుబడిని స్థానిక మార్కెట్లలో విక్రయించారు. ఈ 'డ్రై ఫార్మింగ్' విధానం వెనుక కొన్ని కీలకమైన శాస్త్రీయ సూత్రాలు దాగి ఉన్నాయి.ఈ పద్ధతిలో నేల తయారీ అత్యంత కీలకం. వసంతకాలంలో నేల తగినంత తేమగా ఉన్నప్పుడు దుక్కి దున్ని, ఆ తేమ ఆవిరి కాకుండా జాగ్రత్త వహించాలి. మొక్కలు నాటిన తర్వాత, నేల పైపొరను (4-6 అంగుళాలు) వదులుగా ఉంచడం ద్వారా వేర్లు లోతుగా వెళ్లి తేమను గ్రహించడానికి వీలు కలుగుతుంది. మొక్కల మధ్య తగినంత దూరం పాటించడం వల్ల నీటి కోసం పోటీ తగ్గుతుంది. కరవును తట్టుకునే వంగడాలను ఎంచుకోవడం, సేంద్రియ ఎరువులను వాడటం కూడా ఈ విధానంలో ప్రధాన భాగాలు.అయితే, ఇసుక నేలలు లేదా లోతు తక్కువగా ఉండే భూములకు ఈ డ్రై ఫార్మింగ్ పద్ధతి అనువైనది కాదని నిపుణులు అభిప్రాయపడుతున్నారు. అయినప్పటికీ, నీటి కొరత, అధిక సాగు వ్యయం, సాగునీటి హక్కుల సమస్యలతో సతమతమయ్యే రైతులకు ఇది ఒక అద్భుతమైన ప్రత్యామ్నాయ మార్గమని స్పష్టమవుతోంది.

రాష్ట్రాన్ని మూడు విభాగాలుగా విభజించి అభివృద్ధి చేస్తున్నాం

మొదటిపేజీ తరువాయి - ఇళ్లు కట్టించారా? అని నిలదీశారు. బీఆర్ఎస్ హయాంలో ఎక్కడా డబుల్ బెడ్‌రూమ్ ఇళ్లు కట్టలేదని, ఇళ్లు కట్టినా పేదలకు ఇవ్వలేదని దళారులకు ఇచ్చారని ఆరోపించారు."కేసీఆర్ తొమ్మిదిన్నరేళ్లలోనే రూ.8 లక్షల కోట్ల అప్పు చేశారు. రూ.70 వేల కోట్ల రాష్ట్ర అప్పును రూ.8.10 లక్షల కోట్లకు తీసుకెళ్లారు. కేసీఆర్ చేసిన అప్పులకు ఈ ప్రభుత్వం నెలకు రూ.7 వేల కోట్లు వడ్డీలు చెల్లిస్తోంది. రిటైర్ అయిన ఉద్యోగుల బకాయిలే రూ.8వేల కోట్లు పెండింగ్ పెట్టిపోయారు. జీతాలు సకాలంలో అందక ఇబ్బంది పడుతున్నామని ఉద్యోగులు మొరపెట్టుకున్నారు. ఆర్థిక ఇబ్బందులు ఉన్నప్పటికీ ప్రభుత్వ ఉద్యోగులకు ఒకటో తారీఖున జీతాలు ఇస్తున్నాం. ఆర్టీసీ, ప్రభుత్వ ఉద్యోగుల సమస్యలను ఒక్కొక్కటీ పరిష్కరించుకుంటూ వస్తున్నాం. మహిళల ఉచిత ప్రయాణానికి ఆర్టీసీకి రూ.11 వేల కోట్లు చెల్లించాం. మహిళల తరఫున ఆర్టీసీకి ప్రతినెలా మేం చెల్లింపులు చేస్తున్నాం. ప్రతి ఇంటికి 200 యూనిట్ల వరకు ఉచిత విద్యుత్ ఇస్తున్నాం. సంక్షేమ

పథకాలతో పాటు అభివృద్ధి పనులు కొనసాగిస్తున్నామన్న సీఎం రేవంత్ రెడ్డి.కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం అంబర్‌పేటలో పదెకరాల్లో ఇందిరమ్మ ఇళ్లు కట్టించి ఇస్తోందని రేవంత్ రెడ్డి తెలిపారు. బతుకమ్మలను నిమజ్జనం చేసేందుకు చెరువు లేకుండా బతుకమ్మకుంటను చెరబట్టారని విమర్శించారు. ఆక్రమణలు తొలగించి బతుకమ్మకుంటను మళ్లీ ఆడబిడ్డలకు బహుమతిగా ఇచ్చామని, దీనిని మళ్లీ చెరబట్టేందుకు సుధాకర్‌రెడ్డి అనే వ్యక్తి కుట్రలు చేస్తున్నారని ఆరోపించారు. బతుకమ్మకుంటను కబ్జా చేసిన సుధాకర్‌రెడ్డి వెనుక ఉన్నదెవరో ఆలోచించాలని కోరారు. చెరువుల్లో ఆక్రమణలు తొలగిస్తున్నామే తప్ప వాటిలో విల్లాలు, ఫామ్‌హౌస్‌లు తాము కట్టుకోలేదని వెల్లడించారు."వెయ్యి రోజుల్లో రైతుల కోసం రూ.1.70 లక్షల రైతుల కోసం ఖర్చు చేశాం. అప్పులేని రైతులు తెలంగాణలోనే ఉన్నారని నీతిఆయోగ్ చెప్పింది. బతుకమ్మ చీరల్లో కూడా బీఆర్ఎస్ నేతలు కమీషన్లు తిన్నారు. మహిళలను ఆర్టీసీ అద్దె బస్సులకు యజమానులుగా చేశాం. మహిళలు తయారు చేసిన వస్తువులు అమెజాన్‌లో అమ్ముకునే అవకాశం కల్పించాం. పదేళ్లపాటు బీఆర్ఎస్ ప్రభుత్వం పేదలకు రేషన్‌కార్డులు కూడా ఇవ్వలేదు. మొత్తంగా రాష్ట్రంలో 3.48 కోట్ల మందికి సన్నబియ్యం ఇస్తున్నాం. హైదరాబాద్‌లో ఏడాదిలోపు లక్ష ఇందిరమ్మ ఫ్లాట్లు కట్టించి ఆడబిడ్డలకు ఇవ్వనున్నామన్న సీఎం రేవంత్ రెడ్డి.

'పుట్టింటి నుంచే బయటకు పంపారు'



మొదటిపేజీ తరువాయి - ఆ తర్వాత అదే పార్టీ నుంచి తనను బయటకు పంపారని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. "నాతో ఎందుకు ఇలా చేయాలి?" అంటూ కన్నీటి పర్యంతమయ్యారు.నిజామాబాద్‌లో నిర్వహించిన తన పార్టీ పాంచజన్య సభలో కవిత మాట్లాడారు. సొంతంగా పార్టీ పెట్టిన తర్వాత తొలిసారి నిజామాబాద్ గడ్డపై అడుగుపెట్టిన ఆమె.. బీఆర్ఎస్ తీరుపై తీవ్ర విమర్శలు చేశారు. కన్నీళ్లు పెట్టుకున్నంత మాత్రాన తాను పిరికిదాన్ని కాదన్నారు. అవి బాధ, ఆవేశంతో వచ్చిన కన్నీళ్లని చెప్పారు.కవిత బోరున విలపించడంతో సభలో ఉన్న మహిళలు సైతం కంటతడి పెట్టుకున్నారు. కార్యకర్తలు "కవిత సీఎం.. సీఎం" అంటూ నినాదాలతో ప్రాంగణాన్ని హోరెత్తించారు.తెలంగాణలో ఇంకా ఎన్నో మంచి పనులు చేయాల్సి ఉందని కవిత చెప్పారు. అందుకే కొత్త పార్టీ పెట్టానన్నారు. తనను పుట్టింటి నుంచి బయటకు పంపారని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. తాను ఆర్నెల్లు జైలులో ఉండి వచ్చినప్పుడు పుట్టినిల్లు ఆదరించలేదన్నారు. అదే సమయంలో తన అత్తమామలు ఒక్క మాట కూడా అనకుండా కడుపులో పెట్టుకుని కన్నబిడ్డలా చూసుకున్నారని చెప్పారు.ఏ తప్పూ చేయని తనను తీహార్ జైలుకు పంపిన వారికి ఎన్నికల్లో గెలుపుతో సమాధానం చెబుతానన్నారు. రాష్ట్ర సమస్యల పరిష్కారానికి కొత్త రాజకీయ శక్తి అవసరమని పేర్కొన్నారు.కాళేశ్వరం ప్రాజెక్టుతో నిజామాబాద్ జిల్లాలో ఒక్క ఎకరానికైనా నీళ్లు వచ్చాయా? అని ప్రశ్నించారు. దొంగ హామీలతో అధికారంలోకి వచ్చిన వారిని నిలదీసేందుకు బీఆర్ఎస్ ఎందుకు వెనక్కి తగ్గుతోందని ప్రశ్నించారు. తాను నిప్పులాంటి నిజామాబాద్ బిడ్డనని చెప్పారు. వచ్చే ఎన్నికల్లో తెలంగాణ రక్షణ సేన అభ్యర్థులను ఆదరించి గెలిపించాలని ప్రజలను కోరారు.

రేవంత్ ప్రభుత్వంపై హరీశ్ రావు విమర్శలు

మొదటిపేజీ తరువాయి - రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రేక్షకపాత్ర పోషించడం తెలంగాణ ప్రయోజనాలకు గొడ్డలిపెట్టు అని ఆయన విమర్శించారు. ఈ మేరకు సోమవారం సామాజిక మాధ్యమం 'ఎక్స్' వేదికగా ఆయన తన నిరసనను వ్యక్తం చేశారు.వరద నీరు లేకున్నా, ఎటువంటి కేటాయింపులు లేకుండానే కృష్ణా బేసిన్ వెలుపలి ప్రాంతాలకు ఏపీ ప్రభుత్వం వెలిగొండ ద్వారా నీటిని యథేచ్ఛగా తరలిస్తోందని హరీశ్ రావు ఆక్షేపించారు. ఎల్ నినో ప్రభావంతో రాష్ట్రంలో సాగునీటి ఎద్దడి ఏర్పడి భీమా, కల్వకుర్తి, నెట్టెంపాడు, కోయిల్‌సాగర్ వంటి ప్రాజెక్టులు ఎండిపోతుంటే, ఏపీ మాత్రం నిబంధనలకు విరుద్ధంగా నీటిని తరలించుకుపోవడం తెలంగాణ రైతాంగ హక్కులపై దాడి చేయడమేనని మండిపడ్డారు.ఇప్పటికే మల్యాల, ముచ్చుమర్రి, పోతిరెడ్డిపాడు ద్వారా తెలంగాణ వాటా నీటిని ఏపీ తరలించుకుపోయిందని, ఇప్పుడు వెలిగొండ వంతు వచ్చిందని ఆయన పేర్కొన్నారు. పాలమూరు, రంగారెడ్డి, నల్గొండ ప్రాంత ఆయకట్టుకు నీరందించడంలో విఫలమైన రేవంత్ రెడ్డి ప్రభుత్వం, ఏపీ చర్యలపై ఎందుకు మౌనం వహిస్తోందని ప్రశ్నించారు. ఇది ఏపీకి పరోక్షంగా సహకరించడమేనని ఆరోపించారు. నీటి వినియోగాన్ని పర్యవేక్షించాల్సిన కృష్ణా నది యాజమాన్య బోర్డు (కేఆర్ఎంబీ) సైతం నిర్లిప్తంగా వ్యవహరిస్తోందని విమర్శించారు.ఈ వివాదంలో కేంద్రమంత్రి కిషన్ రెడ్డి తక్షణమే జోక్యం చేసుకోవాలని హరీశ్ రావు డిమాండ్ చేశారు. కేఆర్ఎంబీపై ఒత్తిడి తీసుకువచ్చి, తెలంగాణలోని కృష్ణా బేసిన్ ప్రాజెక్టులను నింపేలా చూడాలని, తద్వారా ఆయకట్టుకు నీరందించాలని కోరారు.

భారత రైల్వే రారాజు 'రాజధాని ఎక్స్‌ప్రెస్'

మొదటిపేజీ తరువాయి - భారతీయ రైల్వేల చరిత్రలో రాజధాని ఎక్స్‌ప్రెస్‌కు ఓ ప్రత్యేక స్థానం ఉంది. వేగం, సౌకర్యం, ప్రాధాన్యత, చారిత్రక ప్రాముఖ్యతకు ప్రతీకగా నిలుస్తూ 'రైల్వేల రారాజు'గా ఇది గుర్తింపు పొందింది. దశాబ్దాలు గడిచినా, ఎన్నో కొత్త రైళ్లు వచ్చినా దీని ఆదరణ మాత్రం తగ్గలేదు.1969 మార్చి 3న న్యూఢిల్లీ నుంచి హౌరా (కోల్‌కతా) మధ్య మొట్టమొదటి రాజధాని ఎక్స్‌ప్రెస్ ప్రారంభమైంది. అప్పట్లో ఇది ప్రయాణ సమయాన్ని దాదాపు 17 గంటలకు తగ్గించి సంచలనం సృష్టించింది. భారతదేశంలో తొలి పూర్తి ఎయిర్ కండిషన్డ్ (ఏసీ) ప్రీమియం రైళ్లలో ఒకటిగా నిలిచిన రాజధాని, ప్రయాణికులకు అందించే సేవలు, శుభ్రత విషయంలో కొత్త ప్రమాణాలను నెలకొల్పింది.ఈ రైళ్లు దేశ రాజధాని న్యూఢిల్లీని ముంబై, చెన్నై, బెంగళూరు, గువహటి వంటి ప్రధాన నగరాలు, రాష్ట్ర రాజధానులతో కలుపుతాయి. తమ మార్గాల్లో వీటికి అత్యధిక ప్రాధాన్యత లభిస్తుంది. దీనివల్ల ప్రయాణ సమయాల్లో జాప్యం దాదాపుగా ఉండదు. ఎంపిక చేసిన మార్గాల్లో గంటకు 130 నుంచి 140 కిలోమీటర్ల వేగంతో ప్రయాణిస్తాయి. టికెట్ ధరలోనే భోజనం వంటి సౌకర్యాలు కల్పించడం దీని ప్రత్యేకత.ప్రస్తుతం వందే భారత్, శతాబ్ది, తేజస్ వంటి ఆధునిక ప్రీమియం రైళ్లు అందుబాటులోకి వచ్చినప్పటికీ, రాజధాని ఎక్స్‌ప్రెస్‌కు ఉన్న వారసత్వం, స్థిరమైన ప్రమాణాల కారణంగా దానికి ఇప్పటికీ ప్రత్యేక స్థానం ఉంది. సుదూర రైలు ప్రయాణాన్ని ఆధునికీకరించడంలో రాజధాని పోషించిన పాత్ర ఎంతో కీలకమైనది.

సూర్య ఉదయం
ప్రతి పదం... ప్రజా శ్రేయస్కరం
తెలుగు దిన పత్రిక
మంగళవారం 01-09-2026

ఘనంగా నందమూరి సుహాసిని జన్మదిన వేడుకలు

సూర్య ఉదయం ప్రతినిధి, కూకట్‌పల్లి: తెలంగాణ తెలుగుదేశం పార్టీ మాజీ ఉపాధ్యక్షురాలు, కూకట్‌పల్లి నియోజకవర్గ నాయకురాలు నందమూరి సుహాసిని జన్మదిన వేడుకలను తెలుగుదేశం పార్టీ ఆధ్వర్యంలో ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తలు కేక్ కట్ చేసి, బాణసంచా కాల్చి సంబరాలు జరుపుకున్నారు. అనంతరం స్వీట్లు పంపిణీ చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో టీడీపీ అడహాక్ కమిటీ సభ్యురాలు ఉప్పల పద్మా చౌదరితో పాటు సీనియర్ నాయకులు షేక్ సత్తార్, అట్లూరి దీపక్, వెంకట శివయ్య, శాస్త్రి, కేతినేని చౌదరి, కేతినేని కిషోర్, చెరకూరి రవి, సుబ్బారావు, ఉమా, రమాదేవి, కొల్లూరి శ్రీనివాస్, నాయుడు, సాంబశివరావు, వడ్లమూడి శ్రీనివాసరావు, పూర్ణ, మదన్, పవన్ మార్నే, కొండలరావు, ఉగ్ర నరసింహ, దొరబాబు తదితరులు పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా నాయకులు, కార్యకర్తలు నందమూరి సుహాసినికి జన్మదిన శుభాకాంక్షలు తెలియజేసి, ఆమె ఆయురారోగ్యాలతో సుఖసంతోషాలతో ఉండాలని ఆకాంక్షించారు.

రమనీయం- భక్త మార్కండేయ రథోత్సవం

శివనామస్మరణలు, ఆధ్యాత్మిక శోభ నడుమ కోసిగిలో అత్యంత వైభవంగా భక్త మార్కండేయ స్వామి రథోత్సవం ముగిసింది.

ఆగస్టు 31 (సూర్య ఉదయం ప్రతినిధి మంత్రాలయం) : కోసిగి స్థానిక మార్కండేయ స్వామివారి భక్తి, విశ్వాసాల సమ్మేళనంగా సాగిన ఈ మూడ్రోజుల ఉత్సవాలలో శ్రీ భక్త మార్కండేయ స్వామివారై దివ్య స్వరూపం, ఆధ్యాత్మిక వైభవం భక్తుల హృదయాలను ఉత్సవాలలో భాగంగా స్వామివారికి వెండి కవచ అలంకరణ, పవిత్ర అభిషేకాలు, ఆకు పూజలు మరియు మహామంగళహారతులు అత్యంత భక్తిశ్రద్ధలతో నిర్వహించారు. స్వామివారి దర్శనంతో గ్రామం ఆధ్యాత్మిక కాంతులతో విరాజిల్లింది. ఉత్సవాల ముగింపు పర్వంలో సోమవారం సాయంత్రం దివ్య ఉత్సవ మూర్తులను సర్వాంగ సుందరంగా అలంకరించిన రథంపై కొలువు దీర్చారు .మేళతాళాల మంగళ ధ్వనులు, భక్తుల శివనామస్మరణలు, కనులవిందుగా సాగిన నందికోళ్ల ప్రదర్శనల నడుమ రథోత్సవం నయన మనోహరంగా సాగింది. భక్తుల తన్మయత్వం: పద్మశాలి కులబాంధవులు, ఆలయ కమిటీ సభ్యులు మరియు అపార సంఖ్యలో విచ్చేసిన భక్తజనం స్వామివారిని దర్శించుకుని తమ మొక్కుబడులు తీర్చుకుని దివ్యానుభూతిని పొందారు.

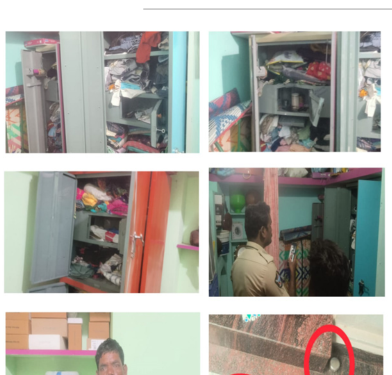
ఆదోనిని కరువు మండలంగా ప్రకటించాలి

సూర్య ఉదయం ఆదోని: ఆదోని మండలం ను కరువు మండలంగా ప్రకటించాలని ఆంధ్రప్రదేశ్ రైతు సంఘం జిల్లా అధ్యక్షులు కే వెంకటేశులు ప్రభుత్వాన్ని డిమాండ్ చేశారు. రైతు సంఘం మండల కార్యదర్శి అయ్యప్ప, వ్యవసాయ కార్మిక సంఘం జిల్లా ఉపాధ్యక్షులు కే లింగన్న, రైతు సంఘం నాయకులు హనుమంతులతో కలిసి నెట్టికల్, సాంబగల్ గ్రామ పొలాల్లో పంటలను పరిశీలించిన అనంతరం వారు మాట్లాడుతూ ఈ సంవత్సరం ఎల్ నీనో ప్రభావంతో జూన్ జూలై ఆగస్టు మాసాల్లో సరైన వర్షాలు లేక పంటలన్నీ పూర్తిగా దెబ్బతిన్నాయని, రైతులకు పెట్టిన పెట్టుబడి తిరిగి రాక తీవ్రంగా నష్టపోయే అవకాశం ఉందని కావున ప్రభుత్వం వెంటనే ఆదోని మండలం - కరువు మండలంగా ప్రకటించి, ప్రత్తి ,వేరుశనగ ఆముదం మరియు టమోటా పంటలకు ఎకరాకు 50 వేల రూపాయలు పంట బీమా పరిహారం చెల్లించాలని ఆయన ప్రభుత్వాన్ని డిమాండ్ చేశారు.అలాగే తక్షణమే కరువు సహాయక చర్యల్లో భాగంగా కరువు పెన్షన్లు మరియు పశువులకు పశుగ్రాసం, ఉపాధి హామీ పనులు 200 రోజులకు పెంచి కనీసం 600 రూపాయలు వేతనం చెల్లించాలని డిమాండ్ చేశారు. ప్రభుత్వం కరువు సహాయక చర్యలు చేపట్టకపోతే రైతు సంఘం ఆధ్వర్యంలో పెద్ద ఎత్తున ఆందోళన చేపడతామని హెచ్చరించారు.

కోసిగి మూడు ఇళ్లల్లో ఒకేసారి దొంగతనం కలకలం

కోసిగిలో ఒకే కుటుంబానికి చెందిన వారివి మూడు ఇళ్లలో

ఒకేసారి వరుసగా దొంగతనానికి పాల్పడ్డ దుండగులు.



ఆగస్టు 31 (సూర్య ఉదయం ప్రతినిధి మంత్రాలయం) : కోసిగి రైల్వే గేట్ సమీపంలో 9వ వార్డు నందు సోమవారం ఉదయం వరుస దొంగతనాలు కలకలం రేపాయి. కుటుంబ సభ్యులు ూా ఈరన్న తెలిపిన వివరాల ప్రకారం... కోటప్ప, నరసప్ప, పరశురాం అనే వ్యక్తులు కుటుంబ సభ్యులతో కలిసి ఈరన్న స్వామి దర్శనానికి వెళ్లారు.?బాధితులు తిరిగొచ్చి చూసేసరికి, దుండగులు కాంపౌండ్ గోడ దూకి ఇళ్ల తాళాలు పగలగొట్టి లోపలికి చొరబడ్డారు. నాలుగు బీరువాల తాళాలు విరగ్గొట్టి దొంగతనానికి పాల్పడ్డారన్నారు. ఒక ఇంట్లో ?50,000 నగదు, మరో ఇంట్లో 34 తులాల వెండి, 2.5 గ్రాముల బంగారం అపహరించగా... ఇంకొక ఇంట్లో బీరువా తాళాలు పగలగొట్టి, ఏమీ లభించకపోవడంతో అలాగే వదిలేశారన్నారు.. దీనిపై బాధితులు కోసిగి పోలీస్ స్టేషన్‌లో ఫిర్యాదు చేసినట్లు ఆయన తెలిపారు..ఈ దొంగతనానికి పాల్పడింది బయటి నుండి వచ్చినవారా, లేక తెలిసినవారా, చుట్టుపక్కన ఉన్నవారా అనేది పోలీసుల దర్యాప్తులోనే తేలాల్సి ఉంది..

కూకట్‌పల్లిలో ఘనంగా షీ డిజైనర్ స్టూడియో ' గ్రాండ్ ఓపెనింగ్

- మహిళల అభిరుచులకు అనుగుణంగా అత్యాధునిక డిజైనర్ వేర్

సూర్య ఉదయం ప్రతినిధి, కూకట్‌పల్లి: మహిళల అవసరాలు, అభిరుచులకు అనుగుణంగా అత్యాధునిక ఫ్యాషన్, డిజైనర్ వేర్ అందించేందుకు ఏర్పాటు చేసిన 'హుఁజు ఖవంఅస్త్రఅవతీ ౯బుఁఆశీ' గ్రాండ్ ఓపెనింగ్ సోమవారం కూకట్‌పల్లిలో ఘనంగా జరిగింది. కేపీహెచ్‌బీ ఐరిస్ బిల్డింగ్‌లో ఏర్పాటు చేసిన ఈ స్టూడియోను కూకట్‌పల్లి నియోజకవర్గ కాంగ్రెస్ పార్టీ ఇన్‌చార్జ్, టీపీసీసీ ఉపాధ్యక్షులు, తెలంగాణ కమ్మ కార్పొరేషన్ చైర్మన్ బండి రమేష్ ముఖ్య అతిథిగా హాజరై ప్రారంభించారు. ప్రత్యేక అతిథిగా బండి లకుమ దేవి పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా బండి రమేష్ మాట్లాడుతూ మహిళలకు నూతన ఫ్యాషన్‌కు అనుగుణంగా నాణ్యమైన డిజైనర్ దుస్తులు, వస్త్రాలను అందించాలనే ఉద్దేశంతో 'హుఁజు ఖవంఅస్త్రఅవతీ ౯బుఁఆశీ'ను ఏర్పాటు చేయడం అభినందనీయమన్నారు. ఆధునిక ఫ్యాషన్‌కు అనుగుణంగా వినియోగదారులకు మెరుగైన సేవలు అందించాలని ఆకాంక్షించారు. స్టూడియో నిర్వాహకులకు శుభాకాంక్షలు తెలిపిన ఆయన.. వ్యాపారం విజయవంతంగా అభివృద్ధి చెందాలని, మరింత ఉన్నత స్థాయికి చేరుకోవాలని ఆకాంక్షించారు. ఈ సందర్భంగా బండి రమేష్ దంపతులు 'హుఁజు ఖవంఅస్త్రఅవతీ ౯బుఁఆశీ' నిర్వాహకులకు శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు శ్రీనివాస్ బాబు, గాదే శివ చౌదరి, రామారావు, రమణ, సంధ్య, కల్పన తదితరులు పాల్గొన్నారు.

అబద్ధపు హామీలతో గద్దెనెక్కిన రేవంత్‌రెడ్డి ప్రభుత్వం

- వంద రోజుల్లో ఆరు గ్యారంటీలు.. 420 హామీల అమలు ఏది?

- వెయ్యి రోజులు దాటినా ప్రజలకు ఇచ్చిన హామీలకు అతీగతీ లేదు: ఎమ్మెల్యే మాధవరం కృష్ణారావు

సూర్య ఉదయం ప్రతినిధి, కూకట్‌పల్లి: ఎన్నికల సమయంలో వంద రోజుల్లో ఆరు గ్యారంటీలు, 420 హామీలను అమలు చేస్తామని చెప్పి అధికారంలోకి వచ్చిన కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం.. వెయ్యి రోజులు పూర్తవుతున్నా ప్రజలకు ఇచ్చిన హామీలను నెరవేర్చడంలో పూర్తిగా విఫలమైందని కూకట్‌పల్లి ఎమ్మెల్యే క్యాంపు కార్యాలయంలో ఏర్పాటు చేసిన విలేకరుల సమావేశంలో ఎమ్మెల్యే మాధవరం కృష్ణారావు తీవ్రంగా విమర్శించారు. ప్రజలను మభ్యపెట్టి అధికారంలోకి వచ్చిన రేవంత్‌రెడ్డి ప్రభుత్వం హామీలను పక్కనపెట్టి కాలయాపన చేస్తోందని ఆరోపించారు. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వస్తే నెలకు రూ.4 వేల పెన్షన్, రెండు లక్షల ఉద్యోగాలు కల్పిస్తామని ఎన్నికల సమయంలో హామీ ఇచ్చిందని, అయితే ఆ హామీల అమలు ఎక్కడా కనిపించడం లేదని కృష్ణారావు అన్నారు. వంద రోజుల్లో సంక్షేమ పథకాలను అమలు చేస్తామని చెప్పి ఇంతకాలం గడిచినా ప్రజలకు వాటి పూర్తి ప్రయోజనం అందలేదని విమర్శించారు. ఎన్నికల సమయంలో ఇచ్చిన ప్రతి హామీపై కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ప్రజలకు సమాధానం చెప్పాలని డిమాండ్ చేశారు.

సెప్టెంబర్ 2 నుంచి బీఆర్ఎస్ పోరుబాట

బీఆర్ఎస్ అధినేత కేసీఆర్ పిలుపు మేరకు సెప్టెంబర్ 2 నుంచి వారం రోజుల పాటు రాష్ట్రవ్యాప్తంగా నిరసన కార్యక్రమాలు చేపట్టనున్నట్లు ఎమ్మెల్యే మాధవరం కృష్ణారావు తెలిపారు. కాంగ్రెస్

ప్రభుత్వ వైఫల్యాలను ప్రజల్లోకి తీసుకెళ్లడంతో పాటు ఎన్నికల సమయంలో ఇచ్చిన హామీల అమలుపై ప్రభుత్వాన్ని నిలదీస్తామని పేర్కొన్నారు.

కేసీఆర్ పనులకు రంగులు.. రిబ్బన్లు కట్ చేయడమేనా?

గత బీఆర్ఎస్ ప్రభుత్వ హయాంలో శంకుస్థాపన చేసిన అభివృద్ధి పనులకు రంగులు వేసి, రిబ్బన్లు కట్ చేయడం తప్ప రేవంత్‌రెడ్డి ప్రభుత్వం కొత్తగా చేపట్టిన అభివృద్ధి కార్యక్రమాలు ఏమిటని కృష్ణారావు ప్రశ్నించారు. గత ప్రభుత్వం చేపట్టిన, పూర్తి చేసిన పనులకు కొత్త రంగులు వేసుకుని వాటిని తమ ప్రభుత్వ విజయాలుగా ప్రచారం చేసుకోవడం మానుకోవాలని సూచించారు.

డబుల్ బెడ్‌రూమ్ ఇళ్లకు బదులు రూ.5 లక్షల భారమా?

కేసీఆర్ ప్రభుత్వ హయాంలో నిరుపేదలకు ఉచితంగా డబుల్ బెడ్‌రూమ్ ఇళ్లు అందించామని కృష్ణారావు గుర్తుచేశారు. ప్రస్తుతం ఇందిరమ్మ ఇళ్ల పేరుతో లబ్ధిదారులు రూ.5 లక్షలు చెల్లించాల్సిన పరిస్థితి ఏర్పడుతోందని ఆయన ఆరోపించారు. నిరుపేదలు రూ.5 లక్షలు ఎక్కడి నుంచి తెచ్చి ఇళ్ల నిర్మాణం పూర్తి చేస్తారని ప్రశ్నించారు. ఒకే కుటుంబంలో భార్యకు డబుల్ బెడ్‌రూమ్ ఇల్లు కేటాయించిన తర్వాత అదే కుటుంబంలోని భర్తకు ఇందిరమ్మ ఇల్లు ఎలా కేటాయించారని ప్రశ్నించారు. ఒకే కుటుంబంలో ఇద్దరికి ఇళ్ల కేటాయింపులు ఎలా జరిగాయో ప్రభుత్వం ప్రజలకు స్పష్టత ఇవ్వాలని డిమాండ్ చేశారు. ఇందిరమ్మ ఇళ్ల పథకంలో భారీ స్థాయిలో అవకతవకలు జరుగుతున్నాయనే అనుమానాలు వ్యక్తమవుతున్నాయని, దీనిపై సమగ్ర విచారణ జరపాలని కోరారు. అలాగే స్థానిక ఎమ్మెల్యేకు సమాచారం ఇవ్వకుండా ఇందిరమ్మ ఇళ్ల లాటరీ నిర్వహించడం ప్రజాస్వామ్య పద్ధతికి విరుద్ధమని అన్నారు. లబ్ధిదారుల ఎంపికలో పూర్తి పారదర్శకత పాటించాలని ప్రభుత్వాన్ని డిమాండ్ చేశారు.

ఎన్నికల హామీలు అమలు చేయాలి

ఎన్నికల సమయంలో ప్రజలకు ఇచ్చిన రూ.4 వేల పెన్షన్, ఉద్యోగాలు, తులం బంగారం తదితర హామీలను కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం వెంటనే అమలు చేయాలని ఎమ్మెల్యే కృష్ణారావు డిమాండ్ చేశారు. అబద్ధపు హామీలతో అధికారంలోకి వచ్చిన రేవంత్‌రెడ్డి ప్రభుత్వం ప్రజలకు ఇచ్చిన మాటను నిలబెట్టుకోవాలని అన్నారు. ప్రభుత్వ వైఫల్యాలను ప్రశ్నిస్తున్న బీఆర్ఎస్ ఎమ్మెల్యేలను ఇబ్బందులకు గురిచేస్తున్నారని ఆయన ఆరోపించారు. ప్రజల తరఫున ప్రశ్నించడం తమ బాధ్యత అని, ప్రభుత్వ బెదిరింపులకు తాము భయపడేది లేదని స్పష్టం చేశారు. ప్రజలకు ఇచ్చిన హామీలన్నింటినీ అమలు చేసే వరకు బీఆర్ఎస్ పార్టీ ప్రజల పక్షాన నిలబడి పోరాటం కొనసాగిస్తుందని ఎమ్మెల్యే మాధవరం కృష్ణారావు తేల్చిచెప్పారు. ఈ కార్యక్రమంలో మాజీ కార్పొరేటర్లు మాధవరం రంగారావు, సతీష్ గౌడ్, రవీందర్ రెడ్డి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఎమ్మిగనూరు పట్టణ ప్రజలకు 24 గంటల స్వచ్ఛమైన తాగునీరు 157.3 కోట్ల ప్రాజెక్టుకు శంకుస్థాపన

సూర్య ఉదయం ఎమ్మిగనూరు : ఎమ్మిగనూరు పట్టణ ప్రజలకు 24 గంటల స్వచ్ఛమైన తాగునీరు అందించాలన్న మాజీ మంత్రివర్యులు స్వర్గీ బి.వి. మోహన్ రెడ్డి చిరకాల స్వప్నాన్ని సాకారం చేసే దిశగా కూటమి ప్రభుత్వం మరో కీలక ముందడుగు వేసింది.ఎమ్మిగనూరు పట్టణంలోని శ్రీనివాస్ టాకీస్ సర్కిల్ వద్ద 157.3 కోట్ల విలువైన సమగ్ర తాగునీటి సరఫరా మెరుగుదల పథకానికి ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ బీ.వీ. జయ నాగేశ్వర్ రెడ్డి శంకుస్థాపన చేశారు.ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వ ప్రజారోగ్య మరియు పురపాలక సాంకేతిక శాఖ ఆధ్వర్యంలో, గాజులదిన్నె ప్రాజెక్టు నుంచి ఎమ్మిగనూరు పట్టణానికి తాగునీటిని సరఫరా చేసే విధంగా ఈ పథకాన్ని రూపొందించారు. ఉడిఫ్ కింద ఎన్ హెచ్ బి రుణ సహాయంతో ఈ పథకం అమలు కానుంది. ఈ పనులను నిసీసీ లిమిటెడ్ హైదరాబాద్ సంస్థ చేపట్టనుంది.ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ బీ.వీ. జయ నాగేశ్వర్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ ఎమ్మిగనూరు పట్టణ

ప్రజలకు 24 గంటల నిరంతర, స్వచ్ఛమైన తాగునీరు అందించడం తన ప్రధాన లక్ష్యాల్లో ఒకటని తెలిపారు. ఎన్నో సంవత్సరాలుగా ప్రజలు ఎదురుచూస్తున్న తాగునీటి సమస్యకు ఈ ప్రాజెక్టు శాశ్వత పరిష్కారానికి బాటలు వేస్తుందని అన్నారు.ఎమ్మిగనూరు అభివృద్ధికి మూడు అంశాలకు అత్యంత ప్రాధాన్యత ఇస్తున్నాం. మొదటిది ప్రతి ఇంటికీ 24 గంటల తాగునీరు, రెండవది రోడ్లు మరియు డ్రైనేజీ వ్యవస్థను మెరుగుపరచడం మూడవది ఇంటిగ్రేటెడ్ హ్యాండ్‌లూమ్ టెక్స్‌టైల్ పార్క్ ఏర్పాటు ద్వారా స్థానికంగా పెద్ద ఎత్తున ఉపాధి అవకాశాలు కల్పించడం" అని ఎమ్మెల్యే తెలిపారు.ఎమ్మిగనూరు చేనేత రంగానికి మరింత ప్రోత్సాహం అందించి, చేనేత కార్మికులు, యువతకు ఉపాధి అవకాశాలు కల్పించే దిశగా ఇంటిగ్రేటెడ్ హ్యాండ్‌లూమ్ టెక్స్‌టైల్ పార్క్ కీలకంగా నిలుస్తుందని పేర్కొన్నారు.అనంతరం ఎమ్మెల్యే మైనారిటీ కాలనీకి వెళ్లి తాగునీటి పైప్‌లైన్ ఏర్పాటు పనులను ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా కాలనీ మసీదులో ప్రార్థనల్లో పాల్గొని, ప్రజలతో ఆత్మీయంగా మాట్లాడారు.కూటమి ప్రభుత్వం ప్రజా సంక్షేమానికి పెద్దపీట వేస్తూ తల్లికి వందనం, అన్నదాత సుఖీభవ, ఎన్టీఆర్ భరోసా పెన్షన్లు, దీపం పథకం, స్త్రీ శక్తి ఉచిత బస్సు తదితర అనేక సంక్షేమ కార్యక్రమాలను అమలు చేస్తోందని ఎమ్మెల్యే తెలిపారు. అభివృద్ధి, సంక్షేమాన్ని సమాంతరంగా ముందుకు తీసుకెళ్లడమే కూటమి ప్రభుత్వ లక్ష్యమని అన్నారు.ప్రజలకు ఇచ్చిన హామీలను ఒక్కొక్కటిగా కార్యరూపంలోకి తీసుకువస్తున్నాం. మాటల్లో కాదు చేతల్లో అభివృద్ధి చూపించడమే మా లక్ష్యం అని ఎమ్మెల్యే స్పష్టం చేశారు.ఈ కార్యక్రమంలో ప్రజారోగ్య శాఖ ఎగ్జిక్యూటివ్ ఇంజనీర్ కె. గురప్ప యాదవ్ డిప్యూటీ ఎగ్జిక్యూటివ్ ఇంజనీర్ శ్రీ వెంకటేశ్వర్లు మున్సిపల్ కమిషనర్ మున్సిపల్ సిబ్బంది, రాష్ట్ర కుర్ని కార్పొరేషన్ చైర్మన్ ఏఎంసీ చైర్మన్ టీడీపీ పార్లమెంట్ ఉపాధ్యక్షులు మరియు సభ్యులు, పట్టణ కమిటీ అధ్యక్షులు మరియు సభ్యులు పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తలు, పట్టణ ప్రజలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

వెలిగొండ ప్రాజెక్టు వద్ద కృష్ణా నీళ్లను నెత్తిన చల్లుకుని, బాటిళ్లతో పట్టుకెళ్లిన జనం

దశాబ్దాల వెలిగొండ ప్రాజెక్టు కల సాకారం

నల్లమల సాగర్‌లోకి కృష్ణా జలాలను విడుదల చేసిన సీఎం చంద్రబాబు

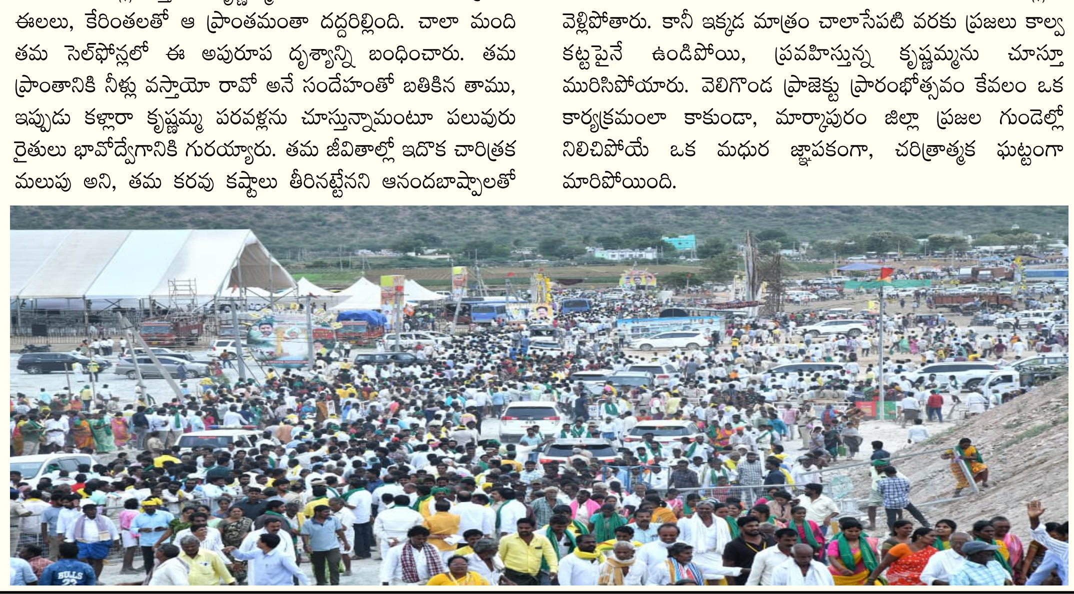
నీళ్లను నెత్తిన చల్లుకుని, బాటిళ్లలో నింపుకెళ్లిన ప్రజలు

ప్రాజెక్టు ప్రారంభంతో మార్కాపురం జిల్లాలో వెల్లివిరిసిన సంబరాలు

కరువు నేలపై కృష్ణమ్మ పరుగులు చూసి రైతుల ఆనందభాష్పాలు

అది కేవలం నీటి ప్రవాహం కాదు, దశాబ్దాలుగా కరవు నేల చూస్తున్న కల సాకారమైన క్షణం. అందుకే, పరుగులు పెడుతున్న కృష్ణమ్మను చూసి అక్కడికి వచ్చిన జనం కేవలం కేరింతలు కొట్టడమే కాదు, ఆ నీటిని చేతులతో తాకి భక్తితో కళ్లకద్దుకున్నారు. ఎంతో పవిత్రంగా భావిస్తూ తలపై చల్లుకున్నారు. కొందరైతే తాము తెచ్చుకున్న బాటిళ్లలో ఆ పుణ్య జలాలను నింపుకుని ఇళ్లకు పట్టుకెళ్లారు. మార్కాపురం జిల్లాలోని వెలిగొండ ప్రాజెక్టు ప్రారంభోత్సవం సందర్భంగా కనిపించిన ఈ దృశ్యం, ఆ ప్రాంత ప్రజల గుండెల్లో కృష్ణా జలాలకు ఉన్న స్థానాన్ని, వారి నిరీక్షణ తీవ్రతను చెప్పకనే చెప్పింది.దశాబ్దాల నిరీక్షణకు తెరదించుతూ ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు సోమవారం వెలిగొండ ప్రాజెక్టు ఫేజ్-1ను ప్రారంభించారు. ఫీడర్ కెనాల్ గేట్లు ఎత్తి నల్లమల సాగర్‌లోకి కృష్ణా జలాలను విడుదల చేయడంతో ఆ ప్రాంతమంతా ఒక్కసారిగా జల సంబరంతో పులకించింది. ఎన్నో ఏళ్లుగా ఎదురుచూస్తున్న తమ కల కళ్లముందే ప్రవాహమై పరుగులెడుతుంటే, అక్కడికి తరలివచ్చిన రైతులు, మహిళలు, ప్రజల ఆనందానికి అవధుల్లేకుండా

పోయాయి.గేట్లు ఎత్తగానే కృష్ణమ్మ పరుగులు పెడుతుంటే, ప్రజల ఈలలు, కేరింతలతో ఆ ప్రాంతమంతా దద్దరిల్లింది. చాలా మంది తమ సెల్‌ఫోన్లలో ఈ అపురూప దృశ్యాన్ని బంధించారు. తమ ప్రాంతానికి నీళ్లు వస్తాయో రావో అనే సందేహంతో బతికిన తాము, ఇప్పుడు కళ్లారా కృష్ణమ్మ పరవళ్లను చూస్తున్నామంటూ పలువురు రైతులు భావోద్వేగానికి గురయ్యారు. తమ జీవితాల్లో ఇదొక చారిత్రక మలుపు అని, తమ కరవు కష్టాలు తీరినట్టేనని ఆనందబాష్పాలతో తెలిపారు.సాధారణంగా సభ ముగియగానే జనం ఇళ్లకు వెళ్లిపోతారు. కానీ ఇక్కడ మాత్రం చాలాసేపటి వరకు ప్రజలు కాల్వ కట్టపైనే ఉండిపోయి, ప్రవహిస్తున్న కృష్ణమ్మను చూస్తూ మురిసిపోయారు. వెలిగొండ ప్రాజెక్టు ప్రారంభోత్సవం కేవలం ఒక కార్యక్రమంలా కాకుండా, మార్కాపురం జిల్లా ప్రజల గుండెల్లో నిలిచిపోయే ఒక మధుర జ్ఞాపకంగా, చరిత్రాత్మక ఘట్టంగా మారిపోయింది.



పౌరసేవల్లో డేటా అనలటిక్స్.. పాలనలో కొత్త శకానికి చంద్రబాబు శ్రీకారం

రియల్ టైమ్ గవర్నెన్స్‌పై ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు సమీక్ష

ప్రజల అభిప్రాయాలు, డేటా ఆధారంగా పౌరసేవలు మెరుగుపరచాలని సీఎం ఆదేశం

పారిశుధ్యంపై రాజీ లేదని, సంక్షేమ హాస్టళ్లలో నెలకోసారి పేరెంట్స్ మీటింగ్ పెట్టాలని సూచన

నిరుపయోగంగా ఉన్న 5.70 లక్షల ఎకరాల భూమిని సద్వినియోగం చేసుకోవాలని ఆదేశాలు

ప్రజల నుంచి వచ్చే అభిప్రాయాలు, డేటా అనలటిక్స్‌ను విశ్లేషించడం ద్వారా ప్రభుత్వ శాఖలు అందించే పౌరసేవలను మరింత మెరుగుపరచాలని, అవసరమైన మార్పులు చేయాలని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు అధికారులను ఆదేశించారు. సోమవారం అమరావతిలోని తన క్యాంపు కార్యాలయంలో 'రియల్ టైమ్ గవర్నెన్స్' (ఆర్టీజీ)పై ఆయన ఉన్నతస్థాయి సమీక్ష నిర్వహించారు. వెలిగొండ ప్రాజెక్టు ప్రారంభోత్సవం, అల్లూరి విమానాశ్రయం వంటి కార్యక్రమాలకు ప్రజలు పెద్దఎత్తున తరలివచ్చారని, ఇదే స్ఫూర్తిని ఇతర ప్రభుత్వ కార్యక్రమాల్లోనూ కొనసాగించి, ప్రజల భాగస్వామ్యాన్ని పెంచాలని సూచించారు.రాష్ట్రంలో పారిశుద్ధ్య

నిర్వహణపై ప్రత్యేక దృష్టి సారించాలని, ఈ విషయంలో ఎలాంటి రాజీ పడే ప్రసక్తే లేదని ముఖ్యమంత్రి స్పష్టం చేశారు. పట్టణ, గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో పరిశుభ్రతపై ప్రజల్లో మరింత అవగాహన కల్పించాలన్నారు. ఇప్పటివరకు తాను 'స్వర్ణాంధ్ర-స్వచ్ఛాంధ్ర' కార్యక్రమంలో 20 సార్లు పాల్గొన్నానని గుర్తుచేశారు. ఇదే క్రమంలో సంక్షేమ హాస్టళ్లలో పారిశుద్ధ్య నిర్వహణను అత్యుత్తమంగా తీర్చిదిద్దాలని నిర్దేశించారు. ప్రతి నెలా మొదటి ఆదివారం విద్యార్థుల తల్లిదండ్రులను హాస్టళ్లకు ఆహ్వానించి, అక్కడి పరిస్థితులు, భోజనం, తాగునీటి సౌకర్యాలపై వివరించాలని సూచించారు. దీనివల్ల పారదర్శకత, జవాబుదారీతనం పెరుగుతాయన్నారు. అదేవిధంగా అన్నా క్యాంటీన్ల ద్వారా అన్నార్తులకు సాయం అందించే దాతలను గుర్తించి ప్రోత్సహించాలని పేర్కొన్నారు.ప్రభుత్వంలోని అన్ని శాఖలు తమ సేవలను పూర్తిగా ఆన్‌లైన్‌లోనే అందించాలని చంద్రబాబు ఆదేశించారు. రెవెన్యూ సహా అన్ని విభాగాలు ధ్రువపత్రాలను ఆన్‌లైన్‌లోనే జారీ చేసేలా చర్యలు తీసుకోవాలన్నారు. సమీకృత సేవల విధానం ద్వారా ప్రజలకు వేగంగా నిర్ణయాలు అందేలా చూడాలని అన్నారు. పనితీరు ఆధారంగా జిల్లా, నియోజకవర్గ స్థాయిలో బాధ్యులకు ర్యాంకులు ఇవ్వాలని, లోటుపాట్లను ఎప్పటికప్పుడు సమీక్షించుకుని సరిదిద్దుకోవాలని స్పష్టం చేశారు.వ్యవసాయ రంగంలో 'అవేర్' (ూాౌా=జు) వేదిక ద్వారా రాష్ట్రంలోని సాగు పరిస్థితిని ఎప్పటికప్పుడు అధ్యయనం చేసి, రైతులకు అవసరమైన సూచనలు అందించాలని ముఖ్యమంత్రి సూచించారు. ప్రకృతి సేద్యం చేసే రైతులను పూర్తిస్థాయిలో ప్రోత్సహించాలన్నారు. ఉద్యాన పంటలను కాపాడుకునేందుకు అందుబాటులో ఉన్న నీటి వనరులను సమర్థంగా వినియోగించుకోవాలని తెలిపారు. రాష్ట్రంలో నిరుపయోగంగా ఉన్న 5.70 లక్షల ఎకరాల భూమిని పూర్తిస్థాయిలో సద్వినియోగం చేసుకునేలా చర్యలు చేపట్టాలన్నారు. పీజీఆర్ఎస్ ద్వారా వచ్చే దరఖాస్తుల పరిష్కారంపైనా ప్రత్యేక దృష్టి సారించాలని నిర్దేశించారు.ఈ సమీక్షా సమావేశంలో ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శి సాయి ప్రసాద్‌తో పాటు పలు శాఖల ఉన్నతాధికారులు పాల్గొన్నారు.

ఫిర్యాదు చేయలేం - కొత్త ఓటరుగా నమోదు చేసుకోలేం

అందుబాటులో లేని 6, 7, 8 ఫారాలు

ప్రింటింగ్ బాధ్యతలు ఈఆర్వోలకు - పట్టించుకోని యంత్రాంగం

మీసేవా కేంద్రాలు, ఆన్‌లైన్‌లో చేసుకోవాలంటూ సూచనలు

పత్రాలు అందుబాటులో లేక ఓటర్ల ఇక్కట్లు

ఆదేశాలు జారీ చేసినా అంతంతే

ఓటర్ల ప్రత్యేక సమగ్ర సవరణ (సర్)లో నోటీసులు, ఫిర్యాదులు, అభ్యంతరాలు, కొత్త ఓటర్ల నమోదు, చిరునామా మార్పునకు కావాల్సిన ఫారాలు 6, 7, 8 అందుబాటులో లేకపోవడంతో ప్రజలు తీవ్ర అవస్థలు పడుతున్నారు. ప్రతి పోలింగ్ బూత్ అధికారి (బీఎల్‌వో) వద్ద ఈ పత్రాలను ఉంచాలని ఎన్నికల సంఘం అధికారులు ఆదేశాలు జారీ చేసినా కూడా ఇది ఎక్కడా అమలు కావడం లేదు. నోటీసులతో పాటు ఇతర ఫారాల ప్రింటింగ్ బాధ్యతలను జిల్లాల వారీగా ఆయా జిల్లా ఎన్నికల అధికారులకు (డీఈవోలకు) రాష్ట్ర చీఫ్ ఎలక్టోరల్ కార్యాలయం అధికారులు ఇప్పటికే అప్పగించారు.నియోజకవర్గాల వారీగా ఈ ఫారాలను ముద్రించుకోవాలని, ఈ బాధ్యతలను ఎన్నికల నమోదు అధికారులకు (ఈఆర్వోలకు) ఇచ్చారు. ఈఆర్వోలు ఈ ప్రక్రియలో కేవలం నోటీసుల ప్రింటింగ్‌కే పరిమితం అయ్యారు. ఓటర్లకు కావాల్సిన పత్రాలను ఏదో విధంగా సర్దుబాటు చేయాలని ఏఈఆర్వోలు, బీఎల్‌వో సూపర్‌వైజర్లకు ఈఆర్వోలు ఆదేశాలు జారీ చేస్తున్నారు. ఇది ఖర్చుతో కూడిన వ్యవహారం కావడంతో వీరు కూడా ఎక్కువగా పట్టించుకోవడం లేదు. ఇటీవల భద్రాద్రి కొత్తగూడెం జిల్లాలో జరిగిన గ్రామ, వార్డు సభల్లో అందుకు సంబంధించిన ఫారాలు లేవని, మీసేవా లేదా ఆన్‌లైన్‌లో దరఖాస్తు చేసుకోవాలని అక్కడి అధికారులు పేర్కొనడం గమనార్హం.6, 7, 8 ఫారాలు అందుబాటులో లేకపోవడంపై పలు రాజకీయ పార్టీలు సైతం తీవ్ర అభ్యంతరాలు వ్యక్తం చేశాయి. ఇటీవల ఓ జిల్లా పరిధిలో ఫారాలు 6, 7, 8 ప్రత్యేకంగా ప్రింటింగ్ చేయడం లేదని, ఇంటర్నెట్, జిరాక్స్ సెంటర్లలో తీసుకోవాలని ఓటర్లకు చెప్పాలని స్థానిక ఎమ్మార్వోలకు అనధికారిక ఉత్తర్వులు జారీ అయినట్లు సమాచారం. దీంతో ఆ జిల్లా పరిధిలో ఎక్కడా వీటికి సంబంధించిన అప్లికేషన్ పేపర్లను అందించడం లేదు. సర్‌లో భాగంగా ఎన్యూమరేషన్ పత్రాల పంపిణీ, సర్వే సమయంలో తమ జిల్లా పరిధిలో అక్కడక్కడ మాత్రమే 10 నుంచి 20 మధ్య ఫారం-6ను అందించారని, అవి కూడా ఏమాత్రం సరిపోవని కొంతమంది బీఎల్‌వోలు అంటున్నారు. ఫారం-6, 7తో పాటు డిక్లరేషన్ పత్రాలు కూడా అవసరం అవుతాయని, అవి కూడా ఎక్కడా అందుబాటులో లేవని చెబుతున్నారు. గ్రేటర్ హైదరాబాద్(క్యూర్) పరిధిలో వీటి అవసరం మరింత ఎక్కువగా ఉండనుంది.ఈ ఏడాది అక్టోబరు 1వ తేదీ నాటికి 18 ఏళ్లు నిండిన వారు కొత్త ఓటరుగా రిజిస్టర్ కావడానికి అవకాశం ఉంది. ఇటీవల విడుదల చేసిన ఓటర్ల ముసాయిదా జాబితాలో 73.39 లక్షల మంది ఏఎస్‌డీడీ (చిరునామాలో లేకపోవడం, నకిలీ, వలస వెళ్లడం, మృతి చెందడం) ఓటర్లను తొలగించినట్లు ఎన్నికల సంఘం అధికారులు ప్రకటించారు. ఎక్కడైనా ఈ ఓటర్లను పొరపాటున తొలగిస్తే మళ్లీ ఫారం-6 ద్వారా కొత్తగా నమోదు చేసుకోవాల్సిందేనని ఎన్నికల అధికారులు స్పష్టం చేశారు.చాలా చోట్ల ఎన్యూమరేషన్ పేపర్లను పంపిణీ చేయకుండానే ఆ ఓటర్లను నేరుగా ఏఎస్‌డీడీ జాబితాలో చేర్చారు. కనీసం మళ్లీ కొత్త ఓటరుగా నమోదు చేసుకోవడానికి ఫారం-6తో డిక్లరేషన్ పత్రాలు అందుబాటులో లేకపోతే ఎలా అనే ప్రశ్నలు ఎక్కువగా వస్తున్నాయి. పలువురు ఓటర్లకు గతంలో నివాసం ఉన్నచోటనే ఎన్యూమరేషన్ పత్రాలు అందించడంతో అక్కడే పత్రాలను పూర్తి చేసి ఇచ్చారు. వారు ప్రస్తుతం నివాసం ఉంటున్న అడ్రస్‌కు మార్చుకోవాలంటే ఫారం-8 అవసరం. అలాగే పేర్లలో ఏ చిన్న అక్షర దోషాలు ఉన్నా సరి చేసుకోవాలన్నా ఇదే పత్రం కావాల్సి ఉంటుంది. ప్రస్తుతం ఈ పత్రాలు కూడా ఎక్కడా అందుబాటులో ఉండటం లేదు. ఓటర్ల ముసాయిదా జాబితాలో అనుమానం ఉన్న ఓటర్లను తొలగించాలన్నా, ఫిర్యాదులు చేయాలన్నా ఫారం-7 తప్పనిసరిగా ఉండాలి.

రైలు ప్రమాదంలో ఒకే కుటుంబానికి చెందిన ముగ్గురు ఏపీవాసులు మృతి

పట్టాలు దాటుతుండగా ఢీకొన్న రైలు

మృతులు హిందూపురం పట్టణానికి చెందినవారిగా గుర్తింపు

అవ్వ, ఇద్దరు మనవరాళ్ల మరణంతో రోదిస్తున్న కుటుంబం

కర్ణాటకలోని చిక్కబల్లాపూర్ జిల్లా దొడ్డబల్లాపూర్ రైల్వే స్టేషన్ సమీపంలో సోమవారం ఘోర రైలు ప్రమాదం జరిగింది. పట్టాలు దాటుతుండగా వేగంగా వచ్చిన రైలు ఢీకొనడంతో ఒక అవ్వ, ఆమె ఇద్దరు మనవరాళ్లు అక్కడికక్కడే దుర్మరణం చెందారు. మృతులు ఆంధ్రప్రదేశ్‌లోని శ్రీ సత్యసాయి జిల్లా హిందూపురం పట్టణానికి చెందిన హస్నాబాద్ వాసులుగా రైల్వే పోలీసులు ప్రాథమికంగా గుర్తించారు.ఒక రైలు ప్రమాదం ఒక కుటుంబాన్ని తీవ్ర విషాదంలో ముంచెత్తింది. కర్ణాటకలోని దొడ్డబల్లాపూర్ ప్రాంతంలో ఉన్న బంధువులను కలిసి ఇంటికి తిరిగి వస్తుండగా ఈ దుర్ఘటన జరిగింది. దొడ్డబల్లాపూర్ రైల్వే స్టేషన్ సమీపంలోని ముత్తూరు వద్ద పట్టాలు దాటుతుండగా, లతూర్-యశ్వంత్‌పూర్ ఎక్స్‌ప్రెస్ (రైలు నం. 16584) ఢీకొనడంతో ఇర్ఫానా (46), ఆమె మనవరాళ్లు రుక్సానా (13), రఖియా (8) మరణించారు. వారు తిరిగి వస్తున్న సమయంలో ఈ ప్రమాదం జరిగింది. పట్టాలు దాటుతుండగా వేగంగా వచ్చిన యశ్వంత్‌పూర్ ఎక్స్‌ప్రెస్ వారిని ఢీకొట్టడంతో ఆ ముగ్గురూ ప్రాణాలు కోల్పోయారు. సమాచారం అందుకున్న రైల్వే పోలీసులు ఘటనా స్థలానికి చేరుకుని మృతదేహాలను పరిశీలించారు.వారి రాక కోసం ఎదురుచూస్తున్న కుటుంబ సభ్యులను ఈ ముగ్గురి మరణ వార్త తీవ్ర శోకసంద్రంలో ముంచెత్తింది. ఒకే కుటుంబానికి చెందిన ముగ్గురు సభ్యులను కోల్పోవడంతో హిందూపురంలో విషాద ఛాయలు అలుముకున్నాయి. బంధువుల రోదనలతో ఆ ప్రాంతం మార్మోగిపోయింది. ఈ ప్రమాదానికి సంబంధించిన పూర్తి వివరాలపై రైల్వే పోలీసులు దర్యాప్తు ప్రారంభించారు.

‘ఫ్రెండ్ వల్లే అలవాటయ్యింది’

ఈగల్ అధ్యయనంలో వెలుగుచూస్తున్న షాకింగ్ విషయాలు

స్నేహితుల ఒత్తిడి వల్ల తొలుత మత్తు పదార్థాల రుచి

రెండున్నరేళ్లలో 800 మంది వినియోగదారుల గుర్తింపు

వారిలో 100 మందికి పైగా అమ్మాయిలే

ఈగల్ అధ్యయనంలో దిగ్భ్రాంతికరమైన విషయాలు వెల్లడి

బెంగళూరులోని విలాసవంతమైన బనశంకరిలో నివసించే ఓ బిలియనీర్ కుమార్తె బీబీఎం చదువుతోంది. కళాశాల రోజుల్లో తోటి విద్యార్థితో ప్రేమలో పడింది. అప్పటికే మత్తుపదార్థాలకు బానిసైన సదరు విద్యార్థి ఆ అలవాటును ఆమెకూ పరిచయం చేశాడు. దీంతో కొద్ది కాలంలోనే ఆమె కూడా మత్తు వ్యసనానికి బానిసగా మారింది. మాదకద్రవ్యాలు కొనడానికి తమ ఇంట్లో డబ్బు దొంగిలించడం ప్రారంభించింది. అదీ వీలుకాక గత్యంతరం లేక తన ప్రియుడు అందించిన మత్తుపదార్థాలను వినియోగదారులకు సరఫరా చేయడానికి అంగీకరించింది.ఈ క్రమంలో ఆమె ఓసారి పోలీసులకు చిక్కింది. ఈ విషయం తెలిసి సదరు యువతి తల్లిదండ్రులు తీవ్ర దిగ్భ్రాంతికి లోనయ్యారు. ఈ సంఘటన ఇప్పుడు తెలంగాణ ఎలైట్ యాక్షన్ గ్రూప్ ఫర్ డ్రగ్ లా ఎన్‌ఫోర్స్‌మెంట్ (ఈగల్) నిర్వహిస్తున్న అవగాహన కార్యక్రమంలో ఒక కేస్ స్టడీగా మారింది.ప్రస్తుతం రాష్ట్రంలో ఈగల్ టీమ్ యువతను, వారి తల్లిదండ్రులను అప్రమత్తం చేయడంపై అధికంగా దృష్టి సారిస్తోంది. గత మూడేళ్లలో రాష్ట్రంలో దాదాపు 800 మంది విద్యార్థులు మాదకద్రవ్యాలకు బానిసలయ్యారని ఈగల్ తన అధ్యయనంలో వెల్లడించింది. వీరిలో 100 మందికి పైగా అమ్మాయిలే ఉండటం గమనార్హం. వారందరికీ కౌన్సిలింగ్ ఇచ్చి, వ్యసన విముక్తి కేంద్రాల(డీ అడిక్షన్ సెంటర్)కు పంపించింది. పలు ప్రఖ్యాత విశ్వవిద్యాలయాలు, ఇంజినీరింగ్ కళాశాలలతో పాటు హాస్టళ్లు కూడా మాదకద్రవ్యాల వినియోగ కేంద్రాలుగా మారుతున్నాయనే విషయం ఆందోళన కలిగిస్తోంది.ఇటీవల ఓ పేరొందిన విశ్వవిద్యాలయంలో జరిపిన తనిఖీల్లో 17 మంది విద్యార్థులు డ్రగ్స్ తీసుకున్నట్లు తేలింది. మరో యూనివర్సిటీలో నలుగురిని మత్తుపదార్థాలు అమ్మేవారి(డ్రగ్ పెడ్లర్)గా గుర్తించి అరెస్టు చేయగా ఇంకో 50 మంది విద్యార్థులు మాదకద్రవ్యాలు వాడుతున్నట్లు కనుగొన్నారు. పలు ఇంజినీరింగ్ కళాశాలల్లో డజన్ల కొద్దీ విద్యార్థులు డ్రగ్స్ బారిన పడుతున్నట్లు తరచుగా బహిర్గతమవుతుండటం గమనార్హం. నగరాల్లోనే కాకుండా గ్రామీణ ప్రాంతాల్లోని విద్యాసంస్థల్లో కూడా గణనీయంగా డ్రగ్స్ వినియోగిస్తున్నారని దర్యాప్తు బృందాలు సూచిస్తున్నాయి.ఇటీవల ఓ దర్యాప్తు బృందం సుమారు 500 మంది విద్యార్థులను మాదకద్రవ్యాలకు ఎలా అలవాటుపడ్డారని ప్రశ్నించగా ‘స్నేహితుడు నుంచే’ అని సమాధానమిచ్చారు. పుట్టినరోజు వేడుకలు దీనికి తొలి వేదికలవుతున్నాయి. బర్త్‌డేల ముసుగులో పబ్‌లు, పార్టీలు, ఫామ్‌హౌస్‌ల్లో జరుపుకునే వేడుకలు ఇటీవల షరామామూలైంది. ఈ కార్యక్రమాలకు ఎవరో ఒకరు మత్తుపదార్థాలు తీసుకురావడం, తోటివారి ప్రోద్భలంతో ఒకరి తర్వాత మరొకరు వాటిని రుచి చూడటం సాధారణమైపోయింది. ఇంటికి దూరంగా హాస్టళ్లలో నివసించడం, తల్లిదండ్రుల పర్యవేక్షణ లేకపోవడం వంటివి ఈ అలవాట్లు పెరగడానికి దోహదపడతున్నాయి.ఈగల్ బృందం ఓ వైపు అవగాహన సదస్సులు నిర్వహించడంతో పాటు మత్తుపదార్థాలు ఎక్కువగా వాడే ప్రాంతాల్లో ఆకస్మిక తనిఖీలు కూడా నిర్వహిస్తోంది. ఈ క్రమంలో విద్యాసంస్థల ప్రాంగణాలలో డ్రగ్ రాపిడ్ టెస్ట్ కిట్‌లను ఉపయోగిస్తున్నారు. ఇవి తక్షణ ఫలితాలను అందిస్తున్నాయి. ఈ కిట్‌లు మల్టీ-స్ట్రిప్ యూరిన్ స్క్రీనింగ్ సాధనాలుగా పనిచేస్తాయి. ఇవి అనుమానితుల మూత్ర నమూనాలను విశ్లేషించి యాంఫెటమైన్‌లు, ఓపియాయిడ్‌లు, గంజాయి, బెంజోడియాజెపైన్‌లు వంటి 12 రకాల మాదకద్రవ్యాల్లో ఏవైనా ఉన్నాయో లేదో గుర్తించి 15 నిమిషాల్లోపు ఫలితాలను అందిస్తాయి.పాజిటివ్‌గా తేలిన వ్యక్తులకు సంబంధించి కోర్టు విచారణలో సాక్ష్యాధారాల నిమిత్తం వారి రక్త నమూనాలను పరీక్షించడం కోసం ఆసుపత్రికి తీసుకెళతారు. అనంతరం విద్యార్థులకు నోటీసులు జారీ చేస్తారు. డీ అడిక్షన్ సెంటర్లో చికిత్స పొంది కోలుకున్నట్లు ధ్రువీకరణ పత్రం సమర్పించిన తర్వాతే వారి పేరు కేసు నుంచి తొలగిస్తారు.

20 ఏళ్ల పగ - వేటకొడవళ్లతో వేటాడి మరి చంపిన ప్రత్యర్థులు

ఆఖరిచూపుకని వెళ్లి అనంతలోకాలకు వెళ్లిన చిన్నా

పక్కా ప్లాన్‌తో చంపిన బంధువులు

పగడ్బందీగా ప్లాన్ చేసి వేటకొడవళ్లతో నరికిన చుట్టాలు

గుంటూరులో పాత కక్షలు, అనుమానాల కారణంగా ఒక నిండు ప్రాణం బలిగొంది. తన భార్యపై ఉన్న అనుమానంతో మొదలైన వివాదం, చివరకు పెంద్ర చిన్నా (55) అనే వ్యక్తిని నడిరోడ్డుపై దారుణ హత్యకు గురిచేసేలా చేసింది. ప్రాణభయంతో సొంత ఊరిని విడిచిపెట్టి, దూరంగా బతుకుతున్న ఒక వ్యక్తి కేవలం ఒకే ఒక్క బాధ్యత కోసం తిరిగి వచ్చి ప్రత్యర్థుల చేతిలో ప్రాణాలు కోల్పోవడం స్థానికంగా తీవ్ర కలకలం రేపింది.తన భార్యతో బుల్లయ్య చనువుగా ఉండటంతో వారిపై పెంద్ర చిన్నాకు అనుమానం ఉండేది. ఈ క్రమంలో ఇరువర్గాల మధ్య పగ పెరిగింది. 2006లో బుల్లయ్య హత్యకు గురయ్యాడు. ప్రత్యర్థుల నుంచి తనకు ప్రాణభయం ఉందని గ్రహించిన చిన్నా వారి నుంచి తప్పించుకునేందుకు తన భార్యతో కలిసి వేరే ఊరెళ్లిపోయాడు. చాలా కాలంగా ఏం జరుగుతుందోననే భయం భయంగానే బతుకుతున్నాడు. తన మేనమామ మరణించాడనే వార్త విని ఆఖరి చూపు కోసం గుంటూరులోని కొండ వెంకటప్పయ్య కాలనీకి తిరిగి వచ్చాడు. అయితే ఈ ప్రయాణమే తన జీవితానికి చివరిది అవుతుందని ఊహించలేకపోయాడు.చిన్నా తిరిగి వచ్చిన విషయాన్ని గమనించిన ప్రత్యర్థులు, పాత కక్షలను మనసులో పెట్టుకుని సమయం కోసం వేచి చూశారు. ఏమరుపాటుగా ఉన్న తరుణంలో, అందరూ చూస్తుండగానే నడిరోడ్డుపై అతనిపై దారుణంగా దాడి చేసి నరికి చంపారు.బుల్లయ్య హత్యకు సంబంధించి పోలీసులు చిన్నాపై కేసు నమోదు చేశారు. అప్పటినుంచి, బుల్లయ్య కుటుంబం చిన్నాపై కక్ష పెంచుకుని, అతన్ని చంపాలని నిర్ణయించుకుంది. ప్రమాదాన్ని పసిగట్టిన చిన్నా మంగళగిరికి వెళ్లిపోయాడు. అక్కడ కూడా మరికొన్ని హత్యాయత్నాలను ఎదుర్కొన్న తర్వాత, అతను సూర్యాపేటకు మకాం మార్చి, దాదాపు 20 ఏళ్లుగా పాత ఇనుము (స్క్రాప్) దుకాణం నడుపుతూ జీవనం సాగిస్తున్నాడు.గుంటూరులోని కెవిపి కాలనీలో నివసించే చిన్న మేనమామ మట్టయ్య, ఈ నెల 29న అనారోగ్యంతో మరణించారు. తన మేనమామకు చివరి నివాళులు అర్పించేందుకు చిన్నా శనివారం గుంటూరుకు వచ్చాడు. అతను వచ్చిన విషయం అతని ప్రత్యర్థులకు తెలిసింది. ఆదివారం ఉదయం చిన్న తన కుటుంబంతో కలిసి మేనమామ పార్థివ దేహాన్ని సందర్శించాడు. ఆ తర్వాత అల్పాహారం కోసం బయటకు వచ్చినప్పుడు ద్విచక్ర వాహనాలపై వచ్చిన దుండగులు అతన్ని వెంబడించారు. కర్రలతో కొట్టి చిన్నాను కింద పడవేసిన దుండగులు, వేట కొడవళ్లతో నరికి, కత్తులతో పొడిచారు. అతని మెడ తెగిపోవడంతో అతని మృతదేహం రోడ్డుపై రక్తపు మడుగులో పడి ఉంది. బుల్లయ్య కుమారులు, వారి కుటుంబ సభ్యులు, స్నేహితులు కలిసి ఈ హత్య చేసి ఉండవచ్చని పోలీసులు అనుమానిస్తున్నారు. నిందితుల కోసం ప్రత్యేక బృందాలు గాలిస్తున్నాయని సీఐ రాజేశ్ తెలిపారు.

కరువు నేలకు కృష్ణా జలాలు తీసుకొచ్చిన అపర భగీరథుడు సీఎం చంద్రబాబు: మంత్రులు

మూడు జిల్లాల్లో లక్షలాది ప్రజల భవిష్యత్తుకు తొలి అడుగు

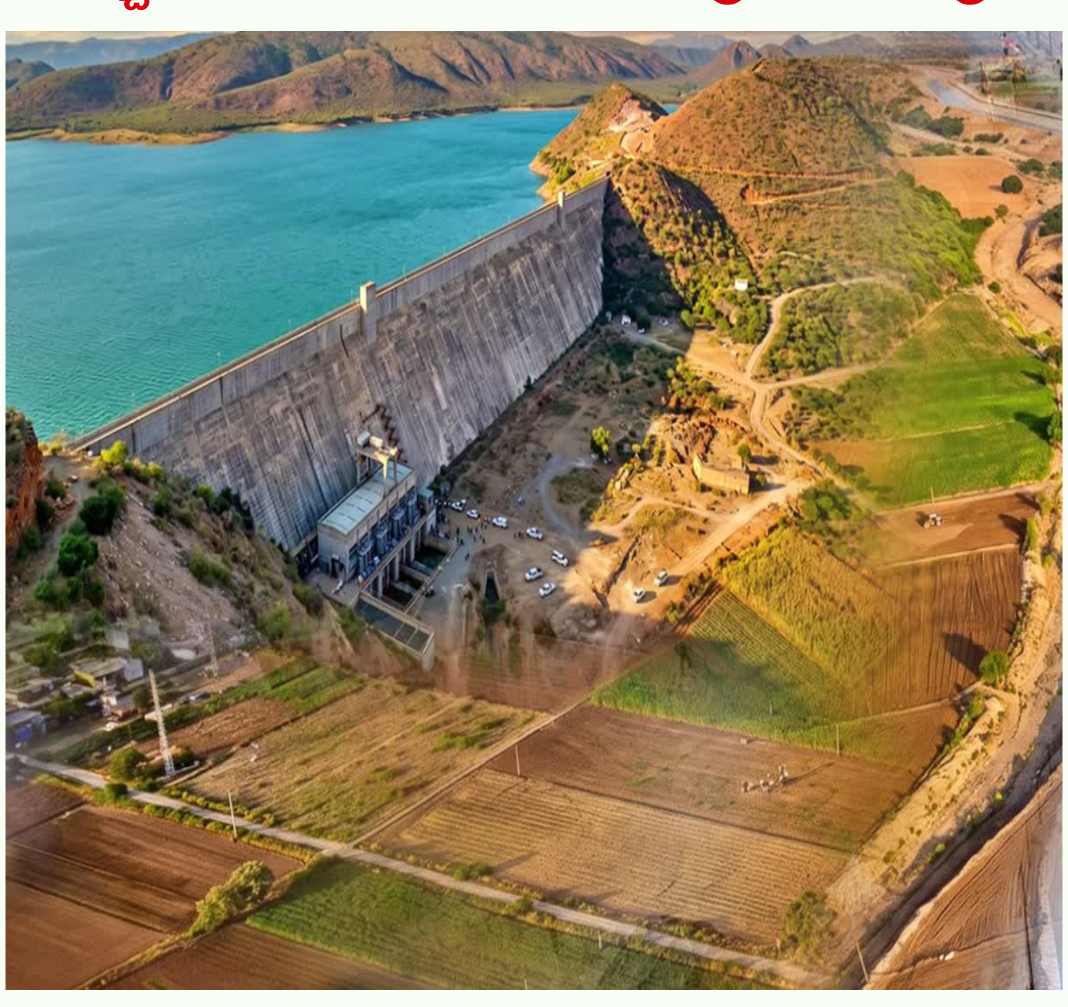
అంటూ వెలిగొండ ప్రాజెక్టుపై హర్షం వ్యక్తం చేసిన సీఎం

‘వెలిగొండ జలసిరులు అభివృద్ధికి రెక్కలు’

ప్రాజెక్టు ప్రారంభోత్సవ వేళ మంత్రుల హర్షం

చంద్రబాబు చేతుల మీదుగా వెలిగొండ ప్రారంభం

చంద్రబాబు చేతుల మీదుగా వెలిగొండ ప్రారంభం



మూడు దశాబ్దాల నిరీక్షణకు ముగింపు మూడు జిల్లాల్లో లక్షలాది ప్రజల భవిష్యత్తుకు తొలి అడుగు అంటూ వెలిగొండ ప్రాజెక్టుపై సీఎం చంద్రబాబు భావోద్వేగంతో స్పందించారు. కరవుతో అల్లాడుతున్న పశ్చిమ ప్రకాశం ప్రజల కష్టాలు తీర్చాలన్న సంకల్పంతో 1996లో శంకుస్థాపన చేసిన ప్రాజెక్టు తొలి దశను పూర్తి చేసి, ప్రారంభించే అవకాశం రావడం తనను భావోద్వేగానికి గురిచేస్తోందన్నారు. వెలిగొండ జలాలు ప్రజల జీవితాల్లోకి అడుగుపెట్టడం ఎంతో సంతోషాన్ని ఇస్తోందని చంద్రబాబు వెల్లడించారు.సొరంగం నుంచి తొలిసారి కృష్ణా జలాలు వెలువడిన దృశ్యం ఎంతో ఉద్వేగానికి గురిచేసిందని మంత్రి లోకేశ్ అన్నారు. ‘వెలిగొండ జలసిరులు అభివృద్ధికి రెక్కలు’ అంటూ ఓ వీడియోను లోకేశ్ పోస్ట్ చేశారు. ఆంధ్రప్రదేశ్ అభివృద్ధిలో చరిత్ర సృష్టించాలన్నా ఆ చరిత్రను తిరగరాయాలన్నా చంద్రబాబుకే సాధ్యమని మంత్రి గొట్టిపాటి రవికుమార్ స్పష్టం చేశారు. వెనుకబడిన మార్కాపురాన్ని జిల్లాగా ఏర్పాటు చేయడంతో పాటు హార్టికల్చర్ హబ్‌లో చేర్చడం, వెలిగొండ ప్రాజెక్టును ప్రారంభించడం చంద్రబాబు నాయకత్వంలోనే సాధ్యమైందన్నారు. వెలిగొండ ప్రాజెక్టు పేరు ఎత్తే అర్హత వైఎస్సార్సీపీ నేతలకు లేదని మండిపడ్డారు.కరువు నేలకు కృష్ణమ్మ వరప్రదాయినిగా వెలిగొండ ప్రాజెక్టు నిలుస్తుందని మంత్రి అచ్చెన్నాయుడు తెలిపారు. ప్రకాశం, మార్కాపురం జిల్లా ప్రజల గుండెల్లో చంద్రబాబు చెరగని ముద్ర వేశారని వెలిగొండ ప్రారంభోత్సవం చరిత్రలో చిరస్థాయిగా నిలిచిపోయే రోజని టీడీపీ రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి, మాజీ మంత్రి దేవినేని ఉమా అన్నారు.కరువు నేలకు కృష్ణా జలాలు తీసుకొచ్చిన అపర భగీరథుడు సీఎం చంద్రబాబు నాయుడు అని మంత్రులు అనిత, కొల్లు రవీంద్ర, బీసీ జనార్దన్‌రెడ్డి, మాజీమంత్రి మంత్రి సోమిరెడ్డి చంద్రమోహన్‌రెడ్డి అభివర్ణించారు. ఎన్టీఆర్ ఆశయం, చంద్రబాబు సంకల్పం, మూడు జిల్లాల ప్రజల మూడు దశాబ్దాల కల వెలిగొండ ప్రాజెక్ట్‌తో సాకారమవుతోందని తెలిపారు. వెలిగొండతో పాటు పోలవరం ఎడమ కాలువ ద్వారా నీటి విడుదల ఉత్తరాంధ్ర రైతులకు ఎంతో మేలు చేస్తుందని, గోదావరి జలాలను ఉత్తరాంధ్రకు తీసుకువస్తున్న సీఎం చంద్రబాబుకు హోంమంత్రి అనిత ప్రత్యేక ధన్యవాదాలు తెలిపారు.ప్రకాశం జిల్లాలో వలసల కష్టాలు తీరడంతో కరువు నేలపై సిరుల పంటలు పండనున్నాయని భరోసా ఇచ్చారని మంత్రి బీసీ జనార్దన్ రెడ్డి తెలిపారు. నిర్వాసితులకు కూటమి ప్రభుత్వం కేవలం 48 రోజుల్లోనే రూ.768 కోట్ల ఆర్‌అండ్‌ఆర్ పరిహారం అందించిందని తెలిపారు. వైఎస్సార్సీపీ ఐదేళ్ల పాలనలో వెలిగొండకు సుమారు రూ.840 కోట్లు కూడా ఖర్చు చేయలేదని, రూ.150 కోట్ల అప్పు మిగిల్చి వెళ్లిందని సోమిరెడ్డి విమర్శించారు.30 ఏళ్లుగా ఎదురుచూస్తున్న వెలిగొండ ప్రాజెక్టు కల నెరవేరిందని మంత్రి సంధ్యారాణి ఈ సందర్భంగా ఆనందం వ్యక్తం చేశారు. 1996 మార్చి 5న చంద్రబాబు శంకుస్థాపన చేసిన ప్రాజెక్టును మూడు దశాబ్దాల తర్వాత అదే చంద్రబాబు చేతుల మీదుగా పూర్తి చేసి ప్రారంభించడం చరిత్రలో నిలిచిపోతుందని చెప్పారు. ఆనాడు కొబ్బరికాయ కొట్టిన చంద్రబాబే ఈనాడు గుమ్మడికాయ కట్టి ప్రాజెక్టును ప్రారంభిస్తున్నారని సంధ్యారాణి వెల్లడించారు. కరువు నేల ప్రకాశం, మార్కాపురం, నెల్లూరు, కడప జిల్లాల ప్రజలకు వెలిగొండ వరమని లక్షలాది ఎకరాలకు సాగునీరు, లక్షలాది మందికి ఫ్లోరైడ్ లేని స్వచ్ఛమైన తాగునీరు అందుతుందని తెలిపారు. నల్లమల కొండల్లో 18.8 కిలోమీటర్ల మేర తవ్విన రెండు సొరంగాలు దేశంలోనే అతి పెద్దవని శ్రీశైలం నుంచి వరద జలాలను నల్లమల సాగర్‌కు తీసుకొచ్చే అద్భుతమైన ప్రాజెక్టు ఇదని వివరించారు.

విశాఖలో ఘోర ప్రమాదం.. కారులో సజీవదహనమైన డ్రైవర్

విశాఖ జిల్లాలో ఘోర రోడ్డు ప్రమాదం

లారీని ఢీకొని కారులో చెలరేగిన మంటలు ,

తప్పించుకునే అవకాశం లేక డ్రైవర్ సజీవదహనం

నంబర్ ప్లేట్ ఆధారంగా మృతుడిని గుర్తిస్తున్న పోలీసులు

కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు ప్రారంభం

విశాఖపట్నం జిల్లాలో అత్యంత విషాదకరమైన రోడ్డు ప్రమాదం చోటుచేసుకుంది. ఆనందపురం-పెందుర్తి సర్వీస్ రోడ్డులో ఓ కారు లారీని ఢీకొట్టిన అనంతరం మంటలు చెలరేగడంతో, వాహనంలో ఉన్న డ్రైవర్ సజీవ దహనమయ్యారు. ఈ హృదయ విదారక ఘటన గాంద్రిగుండం పరిధిలోని సత్తారువు జంక్షన్ వద్ద జరిగింది.వివరాల్లోకి వెళ్తే, జాతీయ రహదారి-16 సర్వీస్ రోడ్డుపై అతివేగంగా వెళ్తున్న ఓ కారు, తన ముందున్న లారీని బలంగా ఢీకొట్టింది. ఈ ప్రమాద ధాటికి కారు ఇంజిన్‌లో ఒక్కసారిగా మంటలు చెలరేగాయి. క్షణాల వ్యవధిలోనే కారు మొత్తానికి అగ్నికీలలు వ్యాపించడంతో డ్రైవర్ బయటకు రాలేకపోయారు. వాహనం లోపలే చిక్కుకుపోయిన ఆయన, మంటల్లో కాలి ప్రాణాలు కోల్పోయారు.సమాచారం అందుకున్న వెంటనే పోలీసులు, అగ్నిమాపక సిబ్బంది ఘటనా స్థలానికి చేరుకున్నారు. అయితే, వారు వచ్చేసరికే కారు పూర్తిగా కాలి బూడిదైంది. ఆనందపురం ఎస్‌ఐ శివ ప్రమాద స్థలాన్ని పరిశీలించి వివరాలు సేకరించారు. ప్రమాద సమయంలో కారు నంబర్ ప్లేట్ ఊడిపోయి లారీకి అతుక్కుపోవడాన్ని పోలీసులు గుర్తించారు. ఆ నంబర్ ఆధారంగా మృతుని వివరాలు తెలుసుకునేందుకు ప్రయత్నిస్తున్నారు. ఈ ఘటనపై కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేస్తున్నట్లు పోలీసులు తెలిపారు.

వర్షా కాలంలో నోరూరుంచే మొక్క రెసిపీస్.. ఇలా ట్రై చేయండి!

వర్షాకాలం మొదలైదంటే చాలు వాతావరణంలో మార్పులతో పాటు మన ఆలోచనల్లో కూడా మార్పులు వస్తాయి. వర్షాలు పడిన వెంటనే వేడి వేడిగా, కారంకారంగా ఏదైనా తినాలి అని మనసు లాగేస్తుంది. ముఖ్యంగా వేడిగా బజ్జీలు కనిస్తే మనసు అస్సలు ఆగదు. చటుక్కున నోట్లో వేసుకోవాలనిపిస్తుంది. కానీ అలాంటి ఆయిలీ ఫుడ్ తినడం వల్ల కొన్ని అనారోగ్య సమస్యలు రావచ్చు. కాబట్టి ఎలాంటి అనారోగ్య సమస్యలు రాకుండా, వర్షం కాలంలో నోటి రుచిగా ఉండే మొక్కజొన్నలు, వాటి నుండి రుచికరమైన, ఆరోగ్యకరమైన వంటకాలను ఎలా తయారు చేసుకోవచ్చో తెలుసుకుందా పదండి. వర్షా కాలంలో లభించే మొక్క జొన్నలు మన ఆరోగ్యానికి ఎంతో ఫోషకాలను అందించడంతో పాటు నోటికి మంచి రుచిని కూడా అందిస్తాయి. అయితే, ఈ మొక్కజొన్నతో మీరు అనేక రకాల రుచికరమైన వంటకాలను తయారు చేసుకోవచ్చు. ఇందుకు కోసం వాటికి కొన్ని రుచికరమైన మసాలా దినుసులు ఉంటే చాలు. మొక్కజొన్నతో రుచికరమైన వంటకం తయారు చేసుకోవచ్చు. వర్షా కాలంలో లభించే మొక్క జొన్నలు మన ఆరోగ్యానికి ఎంతో ఫోషకాలను అందించడంతో పాటు నోటికి మంచి రుచిని కూడా అందిస్తాయి. అయితే, ఈ మొక్కజొన్నతో మీరు అనేక రకాల రుచికరమైన వంటకాలను తయారు చేసుకోవచ్చు. ఇందుకు కోసం వాటికి కొన్ని రుచికరమైన మసాలా దినుసులు ఉంటే చాలు. మొక్కజొన్నతో రుచికరమైన వంటకం తయారు చేసుకోవచ్చు. ఫస్ట్గా రోస్టెడ్ కార్న్ దీన్ని చాలా ఈజీగా తయారు చేసుకోవచ్చు. దీని టేస్ట్ కూడా అదిరిపోతుంది. దీన్ని తయారు చేసుకునేందుకు. మొటగా మీరు ఒక మొక్కజొన్నను తీసుకొని గ్యాస్ మీద తక్కువ మంట మీద వేయించాలి. తరువాత ఒక నిమ్మకాయ తీసుకొని, దానిలో నల్ల ఉప్పు వేసి, మొక్కజొన్న మీద రుద్దు ఆ తర్వాత దాన్ని ఒక ప్లేట్లోకి తీసుకొని తింటే చాలా రుచికరంగా ఉంటుంది. ఫస్ట్గా రోస్టెడ్ కార్న్ దీన్ని చాలా ఈజీగా తయారు చేసుకోవచ్చు. దీని టేస్ట్ కూడా అదిరిపోతుంది. దీన్ని తయారు చేసుకునేందుకు. మొటగా మీరు ఒక మొక్కజొన్నను తీసుకొని గ్యాస్ మీద తక్కువ మంట మీద వేయించాలి. తరువాత ఒక నిమ్మకాయ తీసుకొని, దానిలో నల్ల ఉప్పు వేసి, మొక్కజొన్న మీద రుద్దు ఆ తర్వాత దాన్ని ఒక ప్లేట్లోకి తీసుకొని తింటే చాలా రుచికరంగా ఉంటుంది.మొక్కజొన్నలో తయారు చేసుకునే మరో వంటకం మొక్కజొన్న చాట్. ఇది ఒక ఆరోగ్యకరమైన ఎంపిక. దీన్ని తయారు చేయడానికి, మొదట ఒక పాత్రలో నీటిని మరిగించి, ఆపై మొక్కజొన్న గింజలను ముక్కలుగా కట్చేసి వాటిని 10 నిమిషాలు ఉడకబెట్టండి. ఆ తర్వాత దానిని ఒక ప్లేట్లో తీసి ఉల్లిపాయ, టమోటా, పచ్చిమిర్చి, ఉప్పు, చాట్ మసాలా జోడించండి. ప్లేట్లోకి సర్వ్ చేసుకొని తింటే నోటికి ఎంతో రుచిగా ఉంటుంది. మొక్కజొన్నలో తయారు చేసుకునే మరో వంటకం మొక్కజొన్న చాట్. ఇది ఒక ఆరోగ్యకరమైన ఎంపిక. దీన్ని తయారు చేయడానికి, మొదట ఒక పాత్రలో నీటిని మరిగించి, ఆపై మొక్కజొన్న గింజలను ముక్కలుగా కట్చేసి వాటిని 10 నిమిషాలు ఉడకబెట్టండి. ఆ తర్వాత దానిని ఒక ప్లేట్లో తీసి ఉల్లిపాయ, టమోటా, పచ్చిమిర్చి, ఉప్పు, చాట్ మసాలా జోడించండి. ప్లేట్లోకి సర్వ్ చేసుకొని తింటే నోటికి ఎంతో రుచిగా ఉంటుంది. మొక్కజొన్నలో తయారు చేసుకునే మరో వంటకం గ్రిల్డ్ కార్న్. దీన్ని తయారు చేయడానికి, మొక్కజొన్న కాబ్స్ తీసుకొని వాటి తొక్క తీయండి. తరువాత గ్రిల్ ను తక్కువ మంట మీద వేడి చేయండి. తరువాత మొక్కజొన్న కాబ్స్ ను గ్రిల్ మీద ఉంచి, వాటిని మధ్యలో తిప్పుతూ కనీసం 10 నుండి 15 నిమిషాలు ఉడికించాలి. దాని తర్వాత దానిపై వెన్న రాసి, పైన ఉప్పు, చాట్ మసాలా వేయండి. ఇది కూడా చాలా రుచిగా ఉంటుంది. మొక్కజొన్నలో తయారు చేసుకునే మరో వంటకం గ్రిల్డ్ కార్న్. దీన్ని తయారు చేయడానికి, మొక్కజొన్న కాబ్స్ తీసుకొని వాటి తొక్క తీయండి. తరువాత గ్రిల్ ను తక్కువ మంట మీద వేడి చేయండి. తరువాత మొక్కజొన్న కాబ్స్ ను గ్రిల్ మీద ఉంచి, వాటిని మధ్యలో తిప్పుతూ కనీసం 10 నుండి 15 నిమిషాలు ఉడికించాలి. దాని తర్వాత దానిపై వెన్న రాసి, పైన ఉప్పు, చాట్ మసాలా వేయండి. ఇది కూడా చాలా రుచిగా ఉంటుంది.

ఈ రోజుల్లో పిల్లలు ప్రతి వంటకంలోనూ జున్ను ఇష్టపడతారు. కాబట్టి మీరు మొక్కజొన్నకు కొత్త వెర్షన్ కూడా ఇవ్వవచ్చు. ముందుగా దానిని నీటిలో మరిగించండి. తరువాత దానికి జున్ను వేసి కొంత సమయం కాల్చండి. మీకు కావాలంటే, మీకు ఇష్టమైన కూరగాయలను కూడా అందులో చేర్చవచ్చు. ఈ రోజుల్లో పిల్లలు ప్రతి వంటకంలోనూ జున్ను ఇష్టపడతారు. కాబట్టి మీరు మొక్కజొన్నకు కొత్త వెర్షన్ కూడా ఇవ్వవచ్చు. ముందుగా దానిని నీటిలో మరిగించండి. తరువాత దానికి జున్ను వేసి కొంత సమయం కాల్చండి. మీకు కావాలంటే, మీకు ఇష్టమైన కూరగాయలను కూడా అందులో చేర్చవచ్చు.తందూరి మొక్కజొన్న కూడా ఎంతో రుచిగా ఉంటుంది. దీన్ని ఎలా తయారు చేసుకోవాలంటే. ఫస్ట్ మొక్కజొన్న తొక్క తీసి పక్కన పెట్టుకోండి. తరువాత ఒక పాత్రలో నీరు మరిగించి, ఆ తరువాత మొక్కజొన్నను 5 నిమిషాలు ఉంచి, తక్కువ మంట మీద మరిగించండి. తందూరి మసాలా చేయడానికి, పెరుగులో ఉప్పు, ఎర్ర కారం, చాట్ మసాలా నల్ల ఉప్పు కలిపి బాగా కలపండి. తరువాత ఈ మిశ్రమాన్ని బ్రష్ సహాయంతో అప్లై చేయండి. చిన్న స్టౌపై కాల్చుకొండి. తందూరి మొక్కజొన్న కూడా ఎంతో రుచిగా ఉంటుంది. దీన్ని ఎలా తయారు చేసుకోవాలంటే. ఫస్ట్ మొక్కజొన్న తొక్క తీసి పక్కన పెట్టుకోండి. తరువాత ఒక పాత్రలో నీరు మరిగించి, ఆ తరువాత మొక్కజొన్నను 5 నిమిషాలు ఉంచి, తక్కువ మంట మీద మరిగించండి. తందూరి మసాలా చేయడానికి, పెరుగులో ఉప్పు, ఎర్ర కారం, చాట్ మసాలా నల్ల ఉప్పు కలిపి బాగా కలపండి. తరువాత ఈ మిశ్రమాన్ని బ్రష్ సహాయంతో అప్లై చేయండి. చిన్న స్టౌపై కాల్చుకొండి.

నేడు ప్రపంచ రక్తదాతల దినోత్సవం.. చరిత్ర, ప్రాముఖ్యత,

ఈ ఏడాది రక్తదాతల దినోత్సవం థీమ్ ఏమిటంటే..

రక్తదానం చేయండి.. ప్రాణదాత కండి ఈ నినాదం గురించి అందరికీ తెలిసిందే. రక్తదానాన్ని గొప్ప దానంగా భావిస్తారు. ఒక యూనిట్ రక్తంముగ్గురు జీవితాలను కాపాడుతుంది. ఇలా రక్తం దానం చేయడం వలన ప్రాణం కాపాడడమే కాదు.. ఆరోగ్యానికి కూడా లాభం. అత్యవసర పరిస్థితుల్లో సరైన సమయంలో రక్తం అందుబాటులో లేకపోతే.. అది రోగి జీవితానికి ప్రాణాంతకం కావచ్చు. ప్రతి సంవత్సరం జూన్ 14వ తేదీ ప్రపంచ రక్తదాతల దినోత్సవాన్ని జరుపుకుంటున్నాం. ప్రస్తుతం అన్ని దానాల్లో కెల్లా రక్తదానం గొప్ప దానంగా పరిగణించబడుతుంది. శరీరంలో తగినంత రక్తం లేకపోవడం ఆరోగ్యంపై చెడు ప్రభావాన్ని చూపుతుంది. అత్యవసర పరిస్థితులు ఏర్పడినప్పుడు.. సరైన సమయంలో రక్తం బాధితునికి అందుబాటులో లేకపోతే.. అప్పుడు రోగి జీవితం ప్రమాదంలో పడవచ్చు. అయితే రక్తదానం ఆవశ్యకతను తెలియజేస్తూ ప్రపంచ రక్తదాతల దినోత్సవాన్ని ప్రతి సంవత్సరం జూన్ 14న జరుపుకుంటారు. ఈ రోజు ప్రధాన లక్ష్యం.. ప్రజలలో రక్తదానం గురించి అవగాహన కల్పించడం. కనుక ఈ రోజు ప్రపంచ రక్తదాతల దినోత్సవానికి సంబంధించిన కొన్ని విషయాల గురించి తెలుసుకుందాం. ప్రపంచ రక్తదాతల దినోత్సవం చరిత్ర ప్రపంచ రక్తదాతల దినోత్సవాన్ని తొలిసారిగా 2004లో జరుపుకున్నారు. 2005లో 58వ ప్రపంచ ఆరోగ్య సభ దీనిని వార్షిక ప్రపంచ కార్యక్రమంగా ప్రకటించింది. అప్పటి నుంచి రక్తదాతల దినోత్సవాన్ని ప్రతి సంవత్సరం జూన్ 14న జరుపుకుంటున్నారు. జూన్ 14 జీవశాస్త్రవేత్త, వైద్యుడు అయిన కార్ల్ ల్యాండ్స్టైనర్ పుట్టినరోజు కూడా. ఆయనను ఆధునిక రక్త మార్పిడి స్థాపకుడు అని పిలుస్తారు. ప్రపంచ రక్తదాతల దినోత్సవం 2025 థీమ్ ప్రతి సంవత్సరం ప్రపంచ రక్తదాతల దినోత్సవాన్ని ఒక ప్రత్యేక ఇతివృత్తంతో జరుపుకుంటారు. ఈ నేపథ్యంలో ఈ ఏడాది అంటే 2025 సంవత్సరానికి ఇతివృత్తం "రక్తం ఇవ్వండి, ఆశను ఇవ్వండి: కలిసి మనం అందరం ప్రాణాలను కాపాడుకుందాం". ఈ సంవత్సరం ఇతివృత్తం రక్తదానం ప్రాముఖ్యతను హైలైట్ చేస్తుంది.

జగన్నాథునికి వేప పొడిని నైవేద్యంగా ఎందుకు సమర్పిస్తారో తెలుసా..

ప్రపంచ రక్తదాతల దినోత్సవం ప్రాముఖ్యత రక్తదానానికి చాలా ప్రాముఖ్యత ఉంది. జూన్ 14 రక్తదాతలను గౌరవించడానికి అంకితం చేయబడింది. ప్రపంచ రక్తదాతల దినోత్సవం రక్తదానం గురించి అవగాహన పెంచి, రక్తదానం చేయమని ప్రజలను ప్రోత్సహిస్తుంది. రక్తదానం చేయడం వల్ల పేద ధనిక అనే తేడాలేకుండా ప్రమాదంలో ఉన్న వ్యక్తి ప్రాణాలను కాపాడవచ్చు. ఇక రక్త దానం చేయడం వలన అనేక ఆరోగ్య లాభాలు కూడా ఉన్నాయి. రక్తదానం ద్వారా శరీరంలో కొత్త రక్తకణాలు ఉత్పత్తి అవుతాయి. ఇది హృదయ ఆరోగ్యానికి మంచిది. రక్త దానం చేయడం కూడా ఒక సామాజిక బాధ్యత. ప్రమాదాలు, శస్త్రచికిత్సలు లేదా రక్తహీనతతో బాధపడుతున్నవారికి మీరు ఇచ్చే రక్తం ఒక వరం.

అరటి పండు నల్లగా మారితే పారేస్తున్నారా?

ఆగండి ప్రయోజనాలు తెలిస్తే షాక్ అవుతారు!

సాధారణంగా అరటిపండు అనగానే పచ్చిగా లేదా కొద్దిగా పండిన వాటిని తినడానికే చాలామంది ఇష్టపడతారు. కానీ, బాగా పండి, తొక్క నల్లగా మారిన అరటిపండ్లను పారేయడం చాలామంది చేస్తుంటారు. నిజానికి, నల్ల మచ్చలు ఏర్పడిన లేదా పూర్తిగా పండిన అరటిపండ్లు ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తాయని మీకు తెలుసా? పోషకాలు నిండిన ఈ పండ్లు సులభంగా జీర్ణమవుతాయి. వీటిని తినడం వల్ల కలిగే ప్రయోజనాలు, తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలపై ఇప్పుడు ఒక లుక్కేద్దాం. పండిపోయిన అరటిపండ్లు తినడం సాధారణంగా మంచిదే, కొన్ని ప్రయోజనాలు కూడా ఉన్నాయి. అయితే, కొన్ని విషయాల్లో జాగ్రత్తగా ఉండాలి. పండిపోయిన అరటిపండ్లు పోషకాలు నిండినవే, చాలా సందర్భాలలో తినడానికి సురక్షితమైనవే. మీ ఆరోగ్య పరిస్థితిని బట్టి, ముఖ్యంగా మధుమేహం ఉన్నట్లయితే, ఎంత మోతాదులో తీసుకోవాలో చూసుకోవడం మంచిది. ఇలా మెత్తబడిన అరటిపండ్ల ప్రయోజనాలు, తినడం వల్ల కలిగే అనర్థాల గురించి తెలుసుకుందాం..

సులభంగా జీర్ణం: అరటిపండు పండిన కొద్దీ, దానిలోని పిండి పదార్థాలు చక్కెరగా మారతాయి. దీనివల్ల జీర్ణం చేసుకోవడం చాలా సులభం. బలహీనమైన జీర్ణవ్యవస్థ ఉన్నవారికి ఇది మంచిది.

యాంటీఆక్సిడెంట్లు అధికం: బాగా పండిన అరటిపండ్లలో యాంటీఆక్సిడెంట్లు ఎక్కువగా ఉంటాయి. ఇవి కణాల నష్టాన్ని నివారించడంలో సహాయపడతాయి, రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతాయి.

గుండె ఆరోగ్యానికి మంచిది: వీటిలో పొటాషియం, మెగ్నీషియం వంటి ఖనిజాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి, ఇవి రక్తపోటును నియంత్రించడంలో సహాయపడతాయి. కొలెస్ట్రాల్ను తగ్గించి, గుండె జబ్బుల ప్రమాదాన్ని కూడా తగ్గిస్తాయి.

మానసిక ప్రశాంతత: పండిన అరటిపండ్లలో ట్రిప్టోఫాన్ అనే అమినో ఆమ్లం ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఇది సెరోటోనిన్ ఉత్పత్తికి సహాయపడుతుంది, తద్వారా ఒత్తిడి, ఆందోళనలను తగ్గిస్తుంది, మానసిక స్థితిని మెరుగుపరుస్తుంది.

కండరాల నొప్పుల నుండి ఉపశమనం : పొటాషియం అధికంగా ఉండటం వల్ల కండరాల నొప్పులు, తిమ్మిర్లను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది.

రొట్టెలు, స్మూతీలకు ఉత్తమం: బాగా పండిన అరటిపండ్లు తీపిగా, మెత్తగా మారతాయి. ఇవి అరటిపండు బ్రెడ్, మఫిన్లు, స్మూతీలు వంటి వాటికి చాలా బాగుంటాయి. వాటి సహజ తీపి వల్ల అదనపు చక్కెర వేయాల్సిన అవసరం కూడా ఉండదు.

ఎప్పుడు తినకూడదు/జాగ్రత్తలు:

చక్కెర స్థాయిలు: అరటిపండు పండిన కొద్దీ, దానిలోని పిండి పదార్థాలు చక్కెరగా మారతాయి. కాబట్టి, మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులు లేదా రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రించుకోవాలనుకునే వారు బాగా పండిన అరటిపండ్లను పరిమితంగా తీసుకోవాలి లేదా వాటికి బదులుగా కొద్దిగా పచ్చిగా ఉన్న అరటిపండ్లను ఎంచుకోవడం మంచిది.

బరువు తగ్గాలనుకునే వారికి: బాగా పండిన అరటిపండ్లలో చక్కెర శాతం ఎక్కువగా ఉంటుంది కాబట్టి, బరువు తగ్గాలనుకునే వారు వీటిని ఎక్కువగా తీసుకోకపోవడం మంచిది.

వాసన/శిలీంధ్రం: పండు పూర్తిగా నల్లగా మారి, పులిసిన వాసన వస్తే, జిగురుగా మారితే లేదా దానిపై శిలీంధ్రం (ఫంగస్/బూజు) కనిపిస్తే వాటిని తినకూడదు.

లోపల నల్లగా ఉంటే : తొక్క నల్లగా ఉన్నప్పటికీ, లోపలి గుజ్జు పూర్తిగా నల్లగా, మెత్తగా మారితే వాటిని పడేయడం మంచిది.

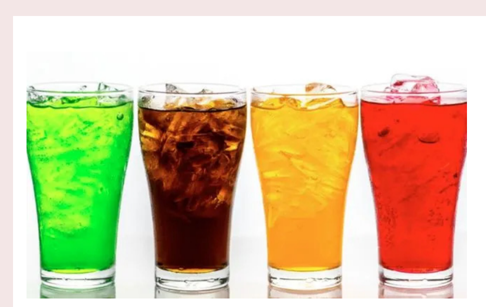
పసుపు పొడిని ఇలా స్టోర్ చేయండి..

మస్త్ రోజులు నిల్వ ఉంటది..!

వంటగదిలో మనం ప్రతిరోజూ ఉపయోగించే ముఖ్యమైన మసాలా దినుసుల్లో పసుపు పొడి ఒకటి. పసుపు రుచి, రంగుతో పాటు ఎన్నో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను కలిగి ఉంది. అయితే పసుపు పొడిని ఎక్కువ రోజులు సురక్షితంగా నిల్వ చేయడం కొంచెం కష్టమైన పని. ఎందుకంటే సరిగ్గా నిల్వ చేయకపోతే దానిలో చిన్న పురుగులు, దోమలు వచ్చే అవకాశం ఉంటుంది. అందుకే పసుపు పొడిని తేమ లేని శుభ్రమైన పరిస్థితుల్లో నిల్వ చేయడం చాలా ముఖ్యం. పసుపు కేవలం వంటకాలకే పరిమితం కాదు. ఇది అనేక ఆరోగ్య లక్షణాలను కలిగి ఉంది. భారతీయ సంప్రదాయంలో పసుపు పవిత్రతకు చిహ్నంగా భావించబడుతుంది. ఇందులో ఉండే కర్క్యూమిన్ అనే సహజ పదార్థం శరీరానికి శక్తిని ఇస్తుంది.. దెబ్బలు, వాపులను తగ్గిస్తుంది. పసుపులోని యాంటీ ఆక్సిడెంట్ లక్షణాలు శరీరాన్ని టాక్సిన్ ల నుండి కాపాడతాయి. ఈ ప్రయోజనాలను పూర్తిగా పొందాలంటే పసుపు పొడిని సరిగ్గా నిల్వ చేయడం తప్పనిసరి. పసుపు పొడిని సురక్షితంగా నిల్వ చేసే మార్గాల గురించి ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం. గాలి చొరబడని సీసాలు లేదా డబ్బాలు.. పసుపు పొడిని గాలి చొరబడని సీసాలు లేదా డబ్బాలలో ఉంచాలి. ముఖ్యంగా గాజు సీసాలు ఉత్తమమైనవి. తేమ లేని ప్రదేశం.. పసుపు పొడి ఉంచే ప్రదేశం పూర్తిగా తేమ లేకుండా.. చలికాలంలో తడి పడే చోటు కాకుండా ఉండాలి. పొడి స్పూన్ వాడకం.. పసుపు పొడిని తీసేందుకు తడి లేని స్పూన్ ఉపయోగించాలి. తడి స్పూన్ వాడితే తేమ చేరి పురుగులు వచ్చే అవకాశం ఉంటుంది. చిన్న భాగాలుగా నిల్వ.. ఒకేసారి ఎక్కువ పసుపు పొడిని ఒకే డబ్బాలో ఉంచకుండా చిన్న చిన్న భాగాలుగా విడదీసి వాడటానికి వేర్వేరు డబ్బాలలో నిల్వ చేయడం మంచిది. కొత్తగా తీసిన పసుపు కొమ్ముల్లో మట్టితో కలిసిన చెదలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. అందుకే వాటిని కొన్న వెంటనే శుభ్రంగా కడగాలి. ముందుగా ఒక బౌల్ నిండా నీటిలో వేసి బాగా కదిలిస్తూ చక్కగా కడగాలి మట్టి పూర్తిగా తొలగేలా చూడాలి. అనంతరం ఆ పసుపు తడి లేకుండా ఉండేలా స్పాంజ్ గానీ.. శుభ్రమైన కాటన్ గానీ ఉపయోగించి తుడవాలి. తడి పూర్తిగా పోయేంత వరకు వర్షంలో లేదా తేమ ఎక్కువగా ఉండే ప్రదేశాల్లో ఉంచకూడదు. పసుపు పూర్తిగా ఆరిన తర్వాత వాటిని కాగితం టవల్ తో చుట్టాలి. తర్వాత గాలి చొరబడని ఎయిర్ టైట్ డబ్బాలో వేసి ఫ్రిజ్ లోని కూరగాయల విభాగంలో నిల్వ చేయాలి. అవసరమైతే ఆ తరువాత వాటిని చిన్న ముక్కలుగా కట్ చేసి జిప్ లాక్ కవర్ లో పెట్టి ఫ్రీజర్ లో కూడా భద్రపరచవచ్చు. ఇలా చేస్తే పసుపు ఎక్కువ రోజులు నాణ్యతతో ఉండే అవకాశం ఉంటుంది. పసుపు పొడి లాంటి మసాలా పదార్థాలను ఎప్పటికీ నేరుగా ఎండ తగిలే ప్రదేశాల్లో ఉంచకూడదు. ఎక్కువ వెలుతురు లేదా వేడి ఉన్న ప్రదేశాల్లో ఉంచితే పసుపు తన అసలైన లక్షణాలను కోల్పోతుంది. రంగు మారిపోవచ్చు, దుర్వాసన రావచ్చు. అందుకే పసుపు పొడిని చల్లగా నీడ ఉన్న ప్రదేశంలో ఉంచడం ఉత్తమం. ఈ సూచనలు పాటిస్తే మీరు ఇంట్లో ఉన్న పసుపు పొడిని.. అలాగే తాజా పసుపును నాణ్యత కోల్పోకుండా ఎక్కువ రోజుల పాటు తాజాగా ఉంచుకోవచ్చు. ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు పొందడానికి ఇలా నిల్వ చేయడమే ఉత్తమమైన మార్గం.

డయాబెటిస్తో బాధపడుతున్నారా..

ఈ 6 పానీయాలను అస్సలు తాగకండి..



ఈ మధ్య కాలంలో చాలా మంది డయాబెటిస్తో బాధపడుతున్నారు. చిన్న పిల్లలు మొదలుకుని పెద్దల వరకు అందరూ ఈ వ్యాధి బారిన పడుతున్నారు. అయితే, ఈ సమస్య ఉన్నవారు కొన్ని పానీయాలను తీసుకోవడం మంచిది కాదని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఈ రోజుల్లో జీవనశైలి మారిపోవడం వల్ల చాలా మంది ఆరోగ్య సమస్యలను ఎదుర్కొంటున్నారు. అందులో ముఖ్యమైనది డయాబెటిస్. చిన్న పిల్లలు మొదలుకుని పెద్దల వరకు చాలా మంది ఈ సమస్యతో ఇబ్బంది పడుతున్నారు. మధుమేహం ఒకసారి వస్తే, అది శరీరాన్ని నెమ్మదిగా ప్రభావితం చేస్తుంది. కాబట్టి, ఇలాంటి వారు ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం తీసుకోవాలి. అంతేకాకుండా, కొన్ని పానీయాలు నివారించాలి. ఎందుకంటే ఇవి ఆరోగ్యంగా కనిపించవచ్చు కానీ డయాబెటిస్ ఉన్నవారికి ప్రమాదకరం. కాబట్టి, ఈ 6 పానీయాలను అస్సులు తాగకూడదని నిపుణులు చెబుతున్నారు. అవేంటో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం..

తీపిగా ఉన్న టీ : రోజూ తాగే టీలో ఎక్కువ చక్కెర కలిపితే అది మధుమేహ ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది. పైగా టీలో ఉండే కెఫిన్ కూడా రక్తంలో చక్కెర స్థాయిని పెంచే ప్రమాదం ఉంటుంది. కాబట్టి, హెర్బల్ టీను మాత్రమే తాగడం మంచిదని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

ఆల్కహాల్ : మధుమేహం ఉన్నవారు కొన్నిసార్లు మద్యం అప్పుడప్పుడు తాగితే ఏం అవుతుందులే అని అనుకుంటారు. కానీ మద్యంలో చక్కెరలు, కార్బోహైడ్రేట్లు ఎక్కువగా ఉంటాయి. తరచుగా తాగితే కాలేయం బలహీనమవుతుంది. ఇది రక్తంలో చక్కెర నియంత్రణను దెబ్బతీసి డయాబెటిస్ రిస్క్ను పెంచుతుంది. కాబట్టి, ఆల్కహాల్ పూర్తిగా మానేయడం మంచిదని నిపుణులు చెబుతున్నారు.

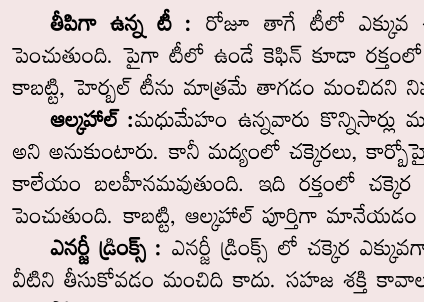
ఎనర్జీ డ్రింక్స్ : ఎనర్జీ డ్రింక్స్ లో చక్కెర ఎక్కువగా ఉంటుంది. కాబట్టి, మధుమేహం ఉన్నవారు వీటిని తీసుకోవడం మంచిది కాదు. సహజ శక్తి కావాలంటే మంచి ఆహారం తీసుకోవడం ఉత్తమం.

సోడాజి : డయాబెటిస్ ఉన్న వారికి సోడా ప్రమాదకరం. ఎందుకంటే ఇందులో చక్కెర ఎక్కువగా ఉండేలా తయారు చేస్తారు. రోజూ సోడా తాగితే డయాబెటిస్ పెరిగే ప్రమాదం రెట్టింపు అవుతుంది. దానికంటే కొబ్బరినీరు, తాజా నిమ్మరసం తాగడం మంచిది.

తీపిగా ఉన్న కాఫీ : విప్డ్ క్రీమ్, స్వీట్ సిరప్ వేసిన కాఫీలు బయట స్టోర్లలో అందుబాటులో ఉంటున్నాయి. ఇవి రుచిగా ఉంటాయి కానీ ఎక్కువగా తాగితే మధుమేహం, మెటబాలిక్ సిండ్రోమ్ వంటి సమస్యలు వస్తాయి. మంచి అలవాటు కోసం, తక్కువ చక్కెర కాఫీని తీసుకోండి.

పండ్ల రసాలు : తాజా పండ్ల రసాలు ఆరోగ్యంగా అనిపించవచ్చు కానీ.. వీటిలో ఫైబర్ తక్కువగా, చక్కెర ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఇది రక్తంలో చక్కెరను వేగంగా పెంచుతుంది. కాబట్టి పండ్ల రసం కంటే నేరుగా తినడం మంచిది. డయాబెటిస్ ఉన్నవారు ఏదైనా తాగే ముందు ఆలోచించాలి. ఆరోగ్యంగా అనిపించిన, తీపిగా ఉండే పదార్థాలను జాగ్రత్తగా తీసుకోవాలి. సరైన జీవనశైలి, సరైన ఆహారం మధుమేహాన్ని పూర్తిగా నియంత్రించవచ్చు.

ఇలా చేస్తే ఆరోగ్య సమస్యల నుంచి బయటపడొచ్చు!



ఎనిమిది గంటలైనా కుర్చీలో కూర్చుని కంప్యూటర్పై పనిచేస్తూ ఉంటారు. ఇలా ఎక్కువ సేపు కూర్చోవటం వల్ల రకరకాల ఆరోగ్య సమస్యలు వస్తూ ఉంటాయి. ఈ సమస్యలు రాకుండా ఆఫీసులో కూర్చుని చేసే 'యోగా' ఇప్పుడిప్పుడే ప్రాచుర్యంలోకి వస్తోంది. అలాంటి యోగాసనాలేమిటో ఏమిటో చూద్దాం...

విశ్రాంతి కోసం : ఎక్కువ సేపు కుర్చీలో కూర్చుని పనిచేస్తే ఒక విధమైన అలసట వస్తుంది. ఇది తొలగిపోవటానికి కుర్చీలో కూర్చునే విశ్రాంతి తీసుకొనే ఆసనం ఒకటుంది. కుర్చీలో నడుమును నిటారుగా ఉంచి...అరిచేతులను తొడలపై ఉంచాలి. మూడు నిమిషాలు కళ్లు మూసుకొని దీర్ఘశ్వాసలు తీసుకోవాలి. ఇలా రోజుకు కనీసం రెండు సార్లు చేస్తే అలసట తొలగిపోతుంది.

నడుము నొప్పి పోవాలంటే : నడుము నెప్పి పోవాలంటే ముందు ఉన్న డెస్క్పై చేతులు ఉంచాలి. తల పైకెత్తి నడుమును ముందుకు వంచాలి. పది సెకన్ల తర్వాత నడమును లోపలికి వంచి తలను డెస్క్ వైపు వచ్చేలా వంచాలి. ఇలా పది సార్లు చేస్తే నడుము నెప్పికి కొంత ఉపశమనం లభిస్తుంది.

అరచేయి.. మోచేతి నొప్పులు పోవాలంటే : పిడికిలి బిగించి చేతిని ముందుకు చాపాలి. పిడికిలిని గుండ్రంగా ఎడమవైపునకు.. ఆ తర్వాత కుడివైపునకు తిప్పాలి. ఇలా పది సార్లు చేసిన తర్వాత రెండు చేతులను ముందుకు చాపి అరిచేతి భాగం ముందకు వచ్చేలా వేళ్లను లాక్ చేయాలి. ఇలా చేతులను ముందుకు.. వెనక్కు కదపాలి. ఇలా పది సార్లు చేయాలి. ఈ రెండు ఎక్సర్సైజ్ల వల్ల చేతుల నెప్పులు తగ్గుతాయి.ం

తొడ కండరాల కోసం : ఎక్కువ సేపు కుర్చీలో కదలకుండా కూర్చుంటే తొడ కండరాలు బిగిసుకుపోతాయి. ఈ ఇబ్బందిని తొలగించటానికి కుర్చీలో నిటారుగా కూర్చుని.. ఎడమ కాలి మడమను కుడి కాలి తొడపై పెట్టాలి. ఆ తర్వాత కళ్లు మూసుకొని 7 నుంచి 10 సార్లు దీర్ఘశ్వాసను తీసుకోవాలి. ఇలా చేస్తే తొడ కండరాలపై ఒత్తిడి తొలగిపోతుంది.

చీ..ఉలవలు తింటారా అనుకోవద్దు..
రేసు గుర్రంలా ఉరికే ఆరోగ్యం కోసం..

జ్వరం, ఆయాసం, దగ్గు వంటి సమస్యలతో బాధపడేవారు ఉలవల కషాయం తాగడం ఎంతో మేలు. ఈ కషాయం జ్వరం, దగ్గు వంటి సమస్యల నుంచి తక్షణ ఉపశమనం అందిస్తుంది. అంతేకాదు.. తరచూ ఎక్కిళ్లు వచ్చేవారికి ఉలవలు మంచి మందులా పనిచేస్తుంది. తరచూ ఉలవలు తీసుకోవడం వల్ల ఎక్కిళ్ల సమస్య నుంచి తక్షణ ఉపశమనం పొందుతారు. ఉలవలు..మంచి బలవర్ధకమైన ఆహారం. మన శరీరానికి శక్తిని అందించడంతో పాటు అనేక అనారోగ్య సమస్యలను దూరం చేస్తాయని పోషకాహార నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఉలవల్లో ఫైబర్ పుష్కలగా ఉంటుంది. ప్రోటీన్, ఐరన్, కాల్షియం, ఫాస్ఫరస్, పీచుపదార్థం వంటి పోషకాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఊబకాయం సమస్య ఉన్నవారు ఉలవలను తినటం మంచిదని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఉలవల్లోని ఫైబర్ శరీరంలో చెడు కొలెస్ట్రాల్ కరిగించడంలో దోహదపడుతుంది. తద్వారా బరువు అదుపులో ఉంచుతుంది. మూత్ర సంబంధిత సమస్యలు నివారించడంలో ఉలవలు సహాయపడతాయి. దీనికోసం ఓ కప్పు ఉలవ చారుకు సమానంగా కొబ్బరి నీళ్లు తీసుకుంటే మూత్రంలో మంట తగ్గుతుంది. తరచూ మూత్రంలో మంటతో బాధపడేవారు ఈ చిట్కా పాటించండి. జ్వరం, ఆయాసం, దగ్గు వంటి సమస్యలతో బాధపడేవారు ఉలవల కషాయం తాగడం ఎంతో మేలు. ఈ కషాయం జ్వరం, దగ్గు వంటి సమస్యల నుంచి తక్షణ ఉపశమనం అందిస్తుంది. అంతేకాదు.. తరచూ ఎక్కిళ్లు వచ్చేవారికి ఉలవలు మంచి మందులా పనిచేస్తుంది. తరచూ ఉలవలు తీసుకోవడం వల్ల ఎక్కిళ్ల సమస్య నుంచి తక్షణ ఉపశమనం పొందుతారు. కిడ్నీ సమస్యల నుంచి ఉపశమనం కల్పించడంలో ఉలవలు దోహదపడతాయి. వీటిలోని పోషకాలు కిడ్నీల్లో రాళ్లు ఏర్పడకుండా రక్షిస్తాయి. అంతేకాదు హృదయ సంబంధ సమస్యలు రాకుండా ఉలవలు రక్షిస్తాయి. పిల్లల ఎదుగుదలకు ఉలవలు ఎంతో మేలు చేస్తాయి. ఇవి పిల్లల శారీరక, మానసిక ఆరోగ్యానికి సహాయపడతాయి. వారికి బలాన్ని ఇస్తాయి. అనారోగ్య సమస్యలు రాకుండా కాపాడతాయి. చర్మ సమస్యల నివారణలో, కీళ్ళ నొప్పుల నివారణలో బాగా పని చేస్తాయి.

చియా సీడ్స్, నల్ల ఎండు ద్రాక్ష కలిపి
నానపెట్టి తీసుకుంటే ఇన్ని లాభాలా..?

చియా విత్తనాలు ఎక్కువసేపు కడుపు నిండుగా ఉంచుతాయి. ఎండుద్రాక్ష స్వీట్ తినాలన్న కోరికను తగ్గిస్తుంది. వాటి నీరు కొవ్వును వేగంగా కరిగిస్తుంది. బరువు తగ్గడానికి సహాయ పడుతుంది. నల్ల ఎండుద్రాక్ష, చియా విత్తనాలు రెండూ యాంటీఆక్సిడెంట్లను కలిగి ఉంటాయి. ఇవి నానబెట్టిన నీటిని ప్రతిరోజూ ఉదయం తాగడం వల్ల చర్మం ఆరోగ్యంగా, ప్రకాశవంతంగా మారుతుంది. నల్ల ఎండుద్రాక్ష, చియా విత్తనాల నీరు ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తుంది. ఈ రెండింటినీ కలిపి తాగడం వల్ల శరీరానికి లోపలి నుంచి పోషణ, శక్తి లభిస్తాయి. నల్ల ఎండుద్రాక్షలో ఐరన్, చియా విత్తనాలలో ఫైబర్, ఖనిజాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. వీటి నీటిని తాగడం వల్ల శరీరంలో హిమోగ్లోబిన్ పెరిగి రక్తహీనత సమస్య తొలగిపోతుంది. చియా విత్తనాలలో ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది. ఎండుద్రాక్ష కూడా జీర్ణక్రియకు సహాయపడుతుంది. ఇవి నానబెట్టిన నీరు మలబద్ధకం, గ్యాస్, అజీర్తి వంటి సమస్యలను తొలగిస్తుంది. నల్ల ఎండుద్రాక్షలో విటమిన్ సి, చియా విత్తనాలలో యాంటీఆక్సిడెంట్లు ఉంటాయి. వీటి నీరు రోగ నరోధక శక్తిని పెంచుతుంది. జలుబు, ఇన్ఫెక్షన్లు వచ్చే అవకాశాలు తగ్గుతాయి. ఎండుద్రాక్ష, చియా విత్తనాలలో ఒమేగా -3 కొవ్వు ఆమ్లాలు, పొటాషియం ఉంటాయి. ఇవి కొలెస్ట్రాల్ ను నియంత్రిస్తాయి. వాటి నీరు గుండెపోటు ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తుంది. ఈ రెండింటిలో కాల్షియం, మెగ్నీషియం, పొటాషియం వంటి ఖనిజాలు ఉన్నాయి. ప్రతిరోజూ వాటి నీటిని తాగడం వల్ల ఎముకలు బలోపేతం అవుతాయి. నల్ల ఎండుద్రాక్ష, చియా విత్తనాలు రెండూ సహజ చక్కెర, ప్రోటీన్ కలిగి ఉంటాయి. ఇవి శరీరానికి తక్షణ శక్తిని ఇస్తాయి. ఉదయాన్నే వీటి నీటిని తాగడం వల్ల రోజంతా చురుగ్గా ఉండవచ్చు. చియా విత్తనాలు ఎక్కువసేపు కడుపు నిండుగా ఉంచుతాయి. ఎండుద్రాక్ష స్వీట్ తినాలన్న కోరికను తగ్గిస్తుంది. వాటి నీరు కొవ్వును వేగంగా కరిగిస్తుంది. బరువు తగ్గడానికి సహాయ పడుతుంది. నల్ల ఎండుద్రాక్ష, చియా విత్తనాలు రెండూ యాంటీఆక్సిడెంట్లను కలిగి ఉంటాయి. ఇవి నానబెట్టిన నీటిని ప్రతిరోజూ ఉదయం తాగడం వల్ల చర్మం ఆరోగ్యంగా, ప్రకాశవంతంగా మారుతుంది.

పొరపాటున కూడా ఉదయం ఖాళీ
కడుపుతో ఇవి అస్సలు తినకండి.. పెద్ద ప్రమాదమే!

ఉదయం అల్పాహారంలో తినడం వల్ల కడుపులో అసౌకర్యం, శక్తి లేకపోవడం లేదా పోషకాలను సరిగా గ్రహించకపోవడం వంటి సమస్యలు ఎదురవుతాయి. రోజు మీ అల్పాహారం సమతుల్యంగా ఉండటం ముఖ్యం. ఇందులో ప్రోటీన్, ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వు, సంక్లిష్ట కార్బోహైడ్రేట్లు ఉంటాయి.. కొన్ని ఆహారాలు ఆరోగ్యానికి చాలా ప్రయోజనకరంగా భావిస్తారు. కానీ ఉదయం అల్పాహారంలో వాటిని తినడం ఆరోగ్యానికి మంచిది కాదంటున్నారు వైద్య నిపుణులు. కొన్ని ఆహారాలను ఖాళీ కడుపుతో తినడం వల్ల మీ శరీరంపై ప్రతిచర్యలు కలుగుతాయి. ఈ ఆహారాలలో పోషకాలు పుష్కలంగా ఉన్నప్పటికీ, ఆమ్లత్వం, ఫైబర్, చక్కెర అధికంగా ఉండే ఈ పదార్థాలను ఉదయం అల్పాహారంలో తినడం వల్ల కడుపులో అసౌకర్యం, శక్తి లేకపోవడం లేదా పోషకాలను సరిగా గ్రహించకపోవడం వంటి సమస్యలు ఎదురవుతాయి. రోజు మీ అల్పాహారం సమతుల్యంగా ఉండటం ముఖ్యం. ఇందులో ప్రోటీన్, ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వు, సంక్లిష్ట కార్బోహైడ్రేట్లు ఉంటాయి. ఉదయాన్నే మీరు ఏమి తినకూడదో తెలుసుకుందాం. సిట్రస్ పండ్లు: సిట్రస్ పండ్లలో విటమిన్ సి, యాంటీఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. కానీ వాటి అధిక ఆమ్లత్వం ఖాళీ కడుపుతో తింటే కడుపు పొరను చికాకుపెడుతుంది. ఇది ముఖ్యంగా యాసిడ్ రిఫ్లక్స్ ఉన్నవారిలో అసౌకర్యాన్ని కలిగిస్తుంది.

పచ్చి కూరగాయలు: పచ్చి కూరగాయలలో పోషకాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. కానీ వాటిలో కరగని ఫైబర్ కూడా ఎక్కువగా ఉంటుంది. వీటిని ఖాళీ కడుపుతో తింటే హానికరం కావచ్చు. ఉదయం వాటిని తినడం వల్ల ఉబ్బరం, గ్యాస్ లేదా కడుపు తిమ్మిర్లు వస్తాయి.

గ్రానోలా: ప్రజలు తరచుగా వాటిని ప్రయోజనకరంగా భావిస్తారు, కానీ గ్రానోలాలో అధిక మొత్తంలో చక్కెర మరియు శుద్ధి చేసిన నూనె ఉంటాయి. ఉదయం ఖాళీ కడుపుతో చక్కెరతో కూడిన వస్తువులను తినడం వల్ల శక్తి తగ్గుతుంది.

గ్రీన్ స్మూతీ: కాలే, పాలకూర వంటి ఆకు కూరలు ఆరోగ్యకరమైనవి. కానీ మీరు వాటిని పచ్చిగా తింటే వాటిలో అధిక మొత్తంలో ఆక్సలేట్, ఫైబర్ ఉంటాయి. ఖాళీ కడుపుతో వీటిని తీసుకోవడం వల్ల కాల్షియం లోపం నిరోధించవచ్చు. దీనివల్ల మీరు ఉబ్బరం లేదా గ్యాస్ వంటి సమస్యలను ఎదుర్కొంటారు. ఎల్లప్పుడూ ఉడికించిన వాటిని తినండి.

టమోటాలు: యాంటీఆక్సిడెంట్లు, విటమిన్ సి పుష్కలంగా ఉంటాయి. టమోటాలు చాలా పుల్లగా ఉంటాయి. అల్పాహారంగా వీటిని తినడం వల్ల కడుపు పొర చికాకు కలిగిస్తుంది. కాలక్రమేణా గ్యాస్ట్రిటిస్ లేదా యాసిడ్ రిఫ్లక్స్ సమస్యను పెంచుతుంది.

అరటిపండ్లలో.. : పొటాషియం పుష్కలంగా ఉంటుంది. కానీ చక్కెర అధికంగా ఉంటుంది. ఖాళీ కడుపుతో తినడం వల్ల రక్తంలో చక్కెర స్థాయి పెరుగుతుంది. రక్తంలో మెగ్నీషియం అకస్మాత్తుగా పెరుగుతుంది. ఇది గుండె ఆరోగ్యాన్ని పాడు చేస్తుంది.

స్వీట్లు తిన్న 30 నిమిషాల్లో.. శరీరంలో ఏం జరుగుతుందో తెలుసా?

చక్కెర తిన్న 30 నిమిషాల్లోనే శరీరంలో కీలక మార్పులు

అధిక చక్కెర వాడకం కాలేయం, గుండె ఆరోగ్యానికి చేటు

ఘన పదార్థాల కన్నా కూల్ డ్రింక్స్‌లోని చక్కెర మరింత ప్రమాదకరం

శీతల పానీయాలతో టైప్-2 డయాబెటిస్ ముప్పు 20 శాతం అధికం

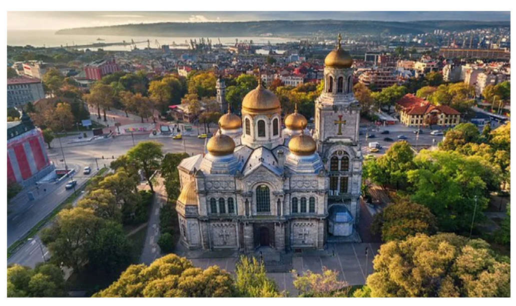
రోజుకు 25 గ్రాములకు మించి చక్కెర వాడొద్దని డబ్ల్యూహెచ్ఓ సూచన

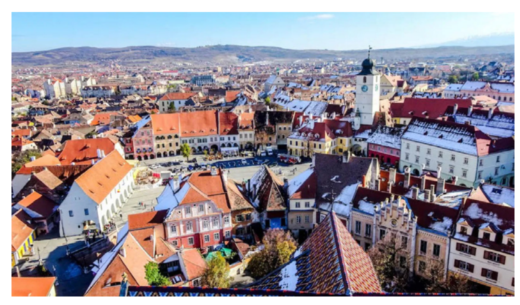
మనం ఇష్టంగా తినే స్వీట్లు, చక్కెర పదార్థాలు నోటికి రుచిని పంచినా, అవి తిన్న కేవలం అరగంటలోనే మన శరీరంలో పెను మార్పులకు కారణమవుతాయని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. చక్కెర శరీరంలోకి చేరగానే రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిలు వేగంగా పెరుగుతాయి. దీనిని అదుపులోకి తెచ్చేందుకు ప్యాంక్రియాస్ ఇన్సులిన్‌ను విడుదల చేస్తుంది. ఇదే సమయంలో మెదడులో 'డొపమైన్' అనే హార్మోన్ విడుదలై తాత్కాలికంగా ఆనందాన్ని, ఉత్సాహాన్ని కలిగిస్తుంది.అయితే ఈ ఉత్సాహం కొద్దిసేపే ఉంటుంది. అరగంట తర్వాత రక్తంలోని చక్కెర స్థాయిలు ఒక్కసారిగా పడిపోవడంతో 'షుగర్ క్రాష్'కు గురవుతాం. దీనివల్ల నీరసం, మళ్లీ ఆకలిగా అనిపించడం వంటి లక్షణాలు కనిపిస్తాయి.

అంతర్గత అవయవాలపై తీవ్ర ప్రభావం

అధిక చక్కెర వినియోగం కాలేయంపై తీవ్ర ఒత్తిడిని కలుగజేస్తుంది. అదనపు చక్కెరను కాలేయం కొవ్వుగా మార్చడం వల్ల కాలక్రమేణా 'ఫ్యాటీ లివర్' సమస్య తలెత్తుతుంది. అంతేకాకుండా, రక్తనాళాల్లో వాపు (ఇన్‌ఫ్లమేషన్) ఏర్పడి గుండె సంబంధిత వ్యాధుల ముప్పు పెరుగుతుంది. చర్మంపై ముడతలు రావడం, రోగనిరోధక శక్తి తగ్గడం వంటి సమస్యలకు కూడా అధిక చక్కెర వాడకమే కారణమని అధ్యయనాలు స్పష్టం చేస్తున్నాయి.ఇటీవల జరిపిన పరిశోధనల ప్రకారం మనం తినే ఘన పదార్థాల కన్నా శీతల పానీయాల్లోని 'లిక్విడ్ షుగర్' కేవలం 15 నిమిషాల్లోనే రక్తంలో కలిసిపోతుందని తేలింది. దీనివల్ల టైప్-2 డయాబెటిస్ వచ్చే ప్రమాదం 20 శాతం అధికంగా ఉంటుందని ప్రముఖ వైద్య పత్రిక 'ల్యాన్సెట్' తన కథనంలో పేర్కొంది. చక్కెరను పూర్తిగా మానేయడం కష్టమైనప్పటికీ, రోజుకు 25 గ్రాములకు మించి తీసుకోకపోవడం ఆరోగ్యానికి శ్రేయస్కరమని ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ (డబ్ల్యూహెచ్ఓ) సూచిస్తోంది.

మీ బడ్జెట్?లో యూరప్ ట్రిప్.. టాప్ 5 చౌక యూరప్ దేశాలు ఇవే..





యూరప్‌కు వెళ్లడం ఎల్లప్పుడూ ఖరీదైనదిగా ఉండనవసరం లేదు. చాలా మంది యూరప్ అంటే పారిస్, లండన్ లేదా రోమ్ వంటి పెద్ద నగరాలు అని అనుకుంటారు. ఇది చాలా ఖరీదైనది కావచ్చు. కానీ నిజం ఏమిటంటే యూరప్‌లో చాలా అందమైన, సరసమైన దేశాలు ఉన్నాయి. ఇక్కడ మీరు ఎక్కువ డబ్బు ఖర్చు చేయకుండా గొప్ప సమయాన్ని గడపవచ్చు. యూరప్‌లోని 5 చౌక దేశాలు ఏంటి.? ఈరోజు తెలుసుకుందాం..

బల్గేరియా: యూరప్‌లో సందర్శించడానికి అత్యంత చౌకైన ప్రదేశాలలో బల్గేరియా ఒకటి. రంగులు, చరిత్రతో నిండిన ప్లోవ్‌డివ్ పాత పట్టణం గుండా మీరు నడవవచ్చు. ఎండ ఎక్కువగా ఉండే, రద్దీగా లేని నల్ల సముద్రం వెంబడి ఉన్న బీచ్‌లను కూడా మీరు ఆస్వాదించవచ్చు. మీరు ప్రకృతిని ఇష్టపడితే, హైకింగ్ లేదా స్కీయింగ్ కోసం పర్వతాలను వీక్షించవచ్చు. ఇక్కడ ఆహారం చౌకగా, రుచికరంగా ఉంటుంది. పబ్లిక్ బస్సులు, రైళ్లు ఉపయోగించడానికి సులభమైనవి, చాలా సరసమైనవి. డబ్బు ఆదా చేయాలనుకునే ప్రయాణికులకు ఈ దేశం నిజంగా మంచిది.

రొమేనియా: రొమేనియా ఒక అద్భుత కథలోని ప్రదేశంలా అనిపిస్తుంది. మీరు డ్రాక్యులా కోట అని పిలువబడే ప్రసిద్ధ బ్రాన్ కోట వంటి కోటలను సందర్శించవచ్చు. ఈ దేశం పచ్చని కొండలు, ప్రశాంతమైన గ్రామాలు, పాత సంప్రదాయాలతో నిండి ఉంది. ట్రాన్సిల్వేనియా అన్వేషించడానికి గొప్ప ప్రాంతం, మీరు హైకింగ్ లేదా ప్రకృతి పర్యటనలను ఇష్టపడితే కార్పాతియన్ పర్వతాలు ఉన్నాయి. రాజధాని బుకారెస్ట్‌లో చాలా పార్కులు, మ్యూజియంలు, చూడటానికి సరదా ప్రదేశాలు ఉన్నాయి. ఉత్తమ భాగం ఏమిటంటే ప్రతిదీ చాలా ఇతర యూరోపియన్ దేశాల కంటే చాలా చౌకగా ఉంటుంది.

అల్బేనియా: అల్బేనియా అంతగా ప్రసిద్ధి చెందలేదు. కానీ ఇది యూరప్‌లోని ఉత్తమ బడ్జెట్ గమ్యస్థానాలలో ఒకటి. ఇది గ్రీస్‌లో ఉన్న బీచ్‌ల మాదిరిగానే కనిపించే శుభ్రమైన నీలిరంగు బీచ్‌లను కలిగి ఉంది. ప్రజలు దయగలవారు. ఆహారం తాజాగా మరియు రుచితో నిండి ఉంటుంది. రాతి ఇళ్ళు, అద్భుతమైన దృశ్యాలను కలిగి ఉన్న బెరాట్, జిరోకాస్టర్ వంటి పాత పట్టణాలను మీరు సందర్శించవచ్చు. ఎక్కువ మంది పర్యాటకులు ఉండరు కాబట్టి ఇది మరింత ప్రశాంతంగా, ప్రత్యేకంగా అనిపిస్తుంది. బీచ్ సంస్కృతి, పొదుపు కోరుకునే వ్యక్తులకు అల్బేనియా సరైనది.

పోలాండ్: పోలాండ్ చరిత్ర, ఆకర్షణలతో నిండి ఉంది. క్రాకో, వార్సా వంటి నగరాల్లో అందమైన వీధులు, పాత భవనాలు, ఆనందించడానికి చాలా సంస్కృతి ఉన్నాయి. క్రాకో చౌకగా, శక్తితో నిండినందున విద్యార్థులు, బ్యాక్‌ప్యాకర్లకు చాలా నచ్చుతుంది. మీరు రుచికరమైన పోలిష్ ఆహారాన్ని ప్రయత్నించవచ్చు. మ్యూజియంలను సందర్శించండి. ఎక్కువ డబ్బు ఖర్చు చేయకుండా నడక పర్యటనలకు వెళ్లండి. మీరు ప్రకృతిని ఇష్టపడితే పోలాండ్‌లో అందమైన గ్రామీణ సరస్సులు, అడవులు కూడా ఉన్నాయి. మీరు బడ్జెట్‌లో ప్రయాణిస్తుంటే యూరప్‌లో వెళ్ళడానికి ఇది ఉత్తమమైన ప్రదేశాలలో ఒకటి.

హంగేరీ: బడ్జెట్ ప్రయాణికులకు హంగేరీ మరో అగ్ర ఎంపిక. రాజధాని నగరం బుడాపెస్ట్ వెచ్చని స్నానపు గదులు, వంతెనలు, అద్భుతమైన భవనాలకు ప్రసిద్ధి చెందింది. ఇది గతం నుంచి వచ్చిన నగరంలా కనిపిస్తుంది. కానీ ఇప్పటికీ జీవితం, వినోదంతో నిండి ఉంది. మీరు చౌకైన ఆహారం, చౌకైన బస స్థలాలను కనుగొనవచ్చు. ఇది సుదీర్ఘ పర్యటనలకు గొప్పగా చేస్తుంది. దేశంలోని ఇతర ప్రాంతాలలో కోటలు, చిన్న పట్టణాలు, సరస్సులు కూడా ఉన్నాయి. హంగేరీ అందం, చరిత్ర కలిగి ఉంది.

అరటి పండు తిన్న తర్వాత ఈ పదార్థాలు తింటున్నారా..? మీ లైఫ్ డెంజర్‌లో పడినట్టే..

అరటి పండులో లెక్కలేనన్ని ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి. దీనిని పోషకాల పవర్ హౌస్ అంటారు. ఈ పండులో అనేక రకాల పోషకాలు ఉంటాయి. దీన్ని తినడం వల్ల శరీరానికి తక్షణ శక్తి లభిస్తుంది. అరటి పండులో మెగ్నీషియం, పొటాషియం, పీచు మొదలైన పోషకాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. అరటి పండుతో అనేక ప్రయోజనాలున్నప్పటికీ.. కొన్ని ఫుడ్స్‌తో కలిపి తినకూడదని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. అలాంటి ఆహారాలేంటో ఇక్కడ తెలుసుకుందాం.. అరటిపండు తిన్న తర్వాత పుల్లని పండ్లు తినకూడదు. అరటిపండు తిన్న తర్వాత పుల్లని పండ్లు తినడం వల్ల అజీర్ణం చేస్తుంది. దీంతో జీర్ణ సమస్యలు తలెత్తుతాయి. అలాగే, అరటిపండ్లు, పాలు ఎప్పుడూ కలిపి తినకూడదని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఈ కలయిక మీ ఆరోగ్యానికి హానికరం. అరటిపండ్లు తిన్న తర్వాత వీటిని తీసుకోవడం వల్ల పొట్ట సమస్యలు కలిగిస్తాయి.

అరటిపండు తిన్న తర్వాత పుల్లని పండ్లు తినకూడదు. అరటిపండు తిన్న తర్వాత పుల్లని పండ్లు తినడం వల్ల అజీర్ణం చేస్తుంది. దీంతో జీర్ణ సమస్యలు తలెత్తుతాయి. అలాగే, అరటిపండ్లు, పాలు ఎప్పుడూ కలిపి తినకూడదని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఈ కలయిక మీ ఆరోగ్యానికి హానికరం. అరటిపండ్లు తిన్న తర్వాత వీటిని తీసుకోవడం వల్ల పొట్ట సమస్యలు కలిగిస్తాయి.

అరటిపండ్లు తిన్న తర్వాత తీపి పదార్థాలు కూడా తినకూడదని నిపుణులు చెబుతున్నారు. అరటిపండ్లు తిన్న తర్వాత వాటిని తీసుకోవడం వల్ల శరీరంలో రక్తంలో చక్కెర స్థాయి పెరుగుతుంది. మధుమేహం లేకపోయినా అరటి పండు తర్వాత స్వీట్స్ తినకూడదని చెబుతున్నారు.

అంతేకాదు.. రాత్రిపూట కూడా అరటి పండును అస్సలు తినకూడదని నిపుణులు చెబుతుంటారు. బనానా తిన్న తర్వాత వేయించిన పదార్థాలు తినకూడదు. కారంతో చేసిన పదార్థాలకు వీలైనంత దూరంగా ఉండాలి. కాఫీలు, టీలు బనానా తిన్నాక తాగడం మానేయాలి. దీని వల్ల జీర్ణసమస్యలు , అలెర్జీలు, ముఖంపై మచ్చలు వస్తాయి.

అలాగే అరటిపండు తిన్న తర్వాత కాఫీ తాగకూడదు. ఈ సమయంలో కాఫీ తాగడం వల్ల మలబద్ధకం ఏర్పడుతుంది. అరటిపండు తిన్న వెంటనే చల్లటి నీరు తాగకూడదు. దీనివల్ల జీర్ణ ప్రక్రియలో ఆటంకాలు ఏర్పడతాయి. రాత్రిపూట సాధ్యమైనంతవరకు అరటి పండును తినకపోవడమే మేలు.

బంగాళదుంప, అరటి పండును కలిపి తినకూడదని నిపుణులు చెబుతున్నారు. బంగాళదుంపలో పిండిపదార్థం ఎక్కువగా ఉంటుంది. రెండింటినీ కలిపి తినడం వల్ల జీర్ణ సమస్యలు, గ్యాస్, మలబద్ధకం వంటి సమస్యలు ఏర్పడవచ్చు. అందుకే ఈ రెండిండి కాంబినేషన్‌కు దూరంగా ఉండాలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

అలసత్వం వద్దు.. నిద్ర తగ్గితే వచ్చే 5 ప్రమాదకర సమస్యలు ఇవే

నిద్ర అనేది మనిషి ఆరోగ్యం, శ్రేయస్సులో అత్యంత ముఖ్యమైన భాగం. అవసరమైన గంటలు నిద్ర లేకపోవడం, మంచి నాణ్యత గల నిద్ర దొరకకపోవడం వల్ల ఆరోగ్యంపై అనేక విధాలుగా ప్రభావం పడుతుంది. ప్రతిరోజూ కనీసం 7-8 గంటలు నిద్రపోవడం చాలా ముఖ్యమని నిపుణులు చెబుతున్నారు. అయితే, చాలామంది తమ నిద్ర సమయాన్ని ఇతర పనుల కోసం కేటాయించి విశ్రాంతి తీసుకోవడం లేదు ఇలా చేయడం వల్ల కేవలం నిద్ర ఆరోగ్యంపైనే కాదు, మొత్తం శరీరం, శ్రేయస్సుపైనా ప్రతికూల ప్రభావం పడుతుంది. బరువు పెరగడం నుంచి క్యాన్సర్, మధుమేహం, డిప్రెషన్ వంటి తీవ్రమైన వ్యాధుల ముప్పు పెరగడం వరకు, ఈ జాబితా అంతులేనిది. అందుకే, చక్కగా నిద్రపోవడం అత్యవసరం. మీరు నిద్ర గంటలను తగ్గించుకుంటే మీ శరీరానికి ఏమి జరుగుతుందో తెలుసుకోండి..

1. బరువు పెరుగుట: మీరు నిద్ర లేకపోతే, అది ఆకలిని నియంత్రించే హార్మోన్లైన 'ఘ్రెలిన్', 'ల్యాప్టిన్' సమతుల్యతను ప్రభావితం చేస్తుంది. దీనివల్ల మీకు అధిక కేలరీలు, చక్కెర పదార్థాలపై కోరిక పెరిగి, ఎక్కువగా తినేలా చేస్తుంది. ఇది తక్కువ శక్తి, తక్కువ శారీరక శ్రమతో కలిసి బరువు పెరగడానికి దారితీస్తుంది.

2. టైప్ 2 మధుమేహం ప్రమాదం: మీరు నిద్రలేమితో బాధపడుతున్నప్పుడు, ఇన్సులిన్‌ను సమర్థవంతంగా ఉపయోగించుకునే మీ శరీర సామర్థ్యం దెబ్బతింటుంది. దీనివల్ల 'ఇన్సులిన్ రెసిస్టెన్స్' ఏర్పడుతుంది. ఇది రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను పెంచుతుంది, కాలక్రమేణా టైప్ 2 మధుమేహానికి దారితీస్తుంది.

3. గుండె జబ్బుల ప్రమాదం: నిద్రలేమి గుండె ఆరోగ్యాన్ని ప్రభావితం చేస్తుంది. ఇది అధిక రక్తపోటుకు దారితీస్తుంది, 'కార్టిసాల్' వంటి ఒత్తిడి హార్మోన్లను పెంచుతుంది మరియు మంటను కలిగిస్తుంది. ఈ కారకాలన్నీ కలిసి గుండె జబ్బులు, స్ట్రోక్ మరియు ఇతర గుండె సంబంధిత వ్యాధుల ప్రమాదాన్ని పెంచుతాయి.

4. బలహీనమైన రోగనిరోధక వ్యవస్థ: నిద్రలో మీ శరీరం 'సైటోకైన్‌లను' విడుదల చేస్తుంది, ఇవి అంటువ్యాధులు మరియు మంటలతో పోరాడటానికి సహాయపడతాయి. అయితే, మీకు అవసరమైన నిద్ర లేకపోతే, సైటోకైన్ ఉత్పత్తి తగ్గుతుంది. ఇది రోగనిరోధక వ్యవస్థను బలహీనపరుస్తుంది. **5. క్యాన్సర్ ప్రమాదం:** తక్కువ నిద్ర దెబ్బతినడాన్ని సరిచేసే మరియు కణాల పెరుగుదలను నియంత్రించే శరీర సామర్థ్యాన్ని కూడా ప్రభావితం చేస్తుంది. దీనితో పాటు, ఇది 'మెలటోనిన్' ఉత్పత్తిని కూడా ప్రభావితం చేస్తుంది, ఇది రొమ్ము, ప్రోస్టేట్ మరియు కొలొరెక్టల్ క్యాన్సర్ వంటి కొన్ని క్యాన్సర్‌ల అభివృద్ధికి దారితీస్తుంది

చైనాకు గట్టి ప్రత్యామ్నాయంగా భారత్

స్మార్ట్‌ఫోన్ తయారీలో దూకుడు

స్మార్ట్‌ఫోన్ తయారీలో 18 శాతానికి చేరిన భారత వాటా

90 శాతానికి పైగా చైనా, భారత్, వియత్నాం వాటా

20 రెట్లకు పైగా పెరిగిన భారత్‌లో మొబైల్ ఉత్పత్తి

100 రెట్లకు పైగా పెరిగిన మొబైల్ ఎగుమతులు

ఐఫోన్లలో నాలుగో వంతు భారత్‌లో అసెంబుల్

ప్రపంచ స్మార్ట్‌ఫోన్ తయారీ రంగంలో భారత్ తన స్థానాన్ని వేగంగా బలోపేతం చేసుకుంటోంది. చైనాలో ఉత్పత్తిపై ఆధారపడటాన్ని తగ్గించుకునేందుకు కంపెనీలు అనుసరిస్తున్న 'చైనా ప్లస్ వన్' వ్యూహం భారత్‌కు కలిసొస్తోంది. తాజా నివేదిక ప్రకారం.. 2025 నాటికి ప్రపంచ స్మార్ట్‌ఫోన్ ఉత్పత్తిలో భారత్ వాటా సుమారు 18 శాతానికి చేరింది.ప్రస్తుతం చైనా 63 శాతం వాటాతో ప్రపంచంలోనే అతిపెద్ద స్మార్ట్‌ఫోన్ తయారీదారుగా కొనసాగుతోంది. భారత్, వియత్నాం తర్వాతి స్థానాల్లో ఉన్నాయి. ఈ మూడు దేశాలు కలిసి ప్రపంచ స్మార్ట్‌ఫోన్ ఉత్పత్తిలో 90 శాతానికి పైగా వాటాను కలిగి ఉన్నాయని నివేదిక పేర్కొంది.భారత్‌లో మొబైల్ ఫోన్ల తయారీ పెరగడానికి ప్రభుత్వ ప్రోత్సాహకాలు కీలకంగా మారాయి. ముఖ్యంగా 'ఉత్పత్తి ఆధారిత ప్రోత్సాహక పథకం' (పీఎల్ఐ) తయారీదారులను ఉత్పత్తి పెంచేలా ప్రోత్సహిస్తోంది. స్థానికంగా తయారీ పెంచే కంపెనీలకు ప్రోత్సాహకాలు అందుతున్నాయి. దీంతో పదేళ్లలోపే దేశీయ మొబైల్ ఫోన్ ఉత్పత్తి 20 రెట్లకు పైగా పెరిగింది. ఎగుమతులు 100 రెట్లకు పైగా వృద్ధి చెందాయి.ప్రస్తుతం యాపిల్ తయారు చేసే ఐఫోన్లలో దాదాపు నాలుగో వంతు భారత్‌లోనే అసెంబుల్ అవుతున్నాయి. అమెరికాకు స్మార్ట్‌ఫోన్లను ఎగుమతి చేసే అతిపెద్ద వనరుగా కూడా భారత్ ఎదిగింది. గూగుల్ కూడా తన పిక్సెల్ ఫోన్ల తయారీని భారత్ వైపు మళ్లిస్తోంది. 2027 నాటికి కొన్ని పరికరాల తయారీని చైనాలో నిలిపివేయాలని సంస్థ భావిస్తున్నట్లు నివేదిక తెలిపింది.అయితే చైనాను పూర్తిగా పక్కన పెట్టే పరిస్థితి లేదని నిపుణులు చెబుతున్నారు. స్మార్ట్‌ఫోన్లతో పాటు ఇంటిగ్రేటెడ్ సర్క్యూట్లు, డిస్‌ప్లే ప్యానెళ్ల తయారీలో చైనాకు ఇప్పటికీ భారీ ఆధిపత్యం ఉంది. అందుకే కంపెనీలు చైనాను పూర్తిగా భర్తీ చేయడం కాకుండా.. ప్రత్యామ్నాయ తయారీ కేంద్రాలను అభివృద్ధి చేసుకుంటున్నాయి.ప్రస్తుతం దిగుమతి చేసుకున్న విడిభాగాలతో ఫోన్లను అసెంబుల్ చేయడం దాటి.. సర్క్యూట్ బోర్డులు, కెమెరా మాడ్యూళ్లు, బ్యాటరీలు, డిస్‌ప్లేలు, సెమీకండక్టర్ల తయారీ సామర్థ్యాన్ని పెంచుకోవాలని భారత్ లక్ష్యంగా పెట్టుకుంది. మొబైల్ ఫోన్లలో దేశీయ విలువ జోడింపు సుమారు 23 శాతానికి చేరింది. సెమీకండక్టర్ రంగం అభివృద్ధికి ప్రభుత్వం 'సెమికాన్ ఇండియా' కార్యక్రమం ద్వారా సుమారు 10 బిలియన్ డాలర్లు కేటాయించింది. చిప్ డిజైన్, తయారీ పరికరాలు, ప్రత్యేక పదార్థాలు, నైపుణ్యం కలిగిన ఇంజినీర్లపై కూడా పెట్టుబడులు పెడుతోంది. 2035 నాటికి 120 నుంచి 150 బిలియన్ డాలర్ల విలువైన సెమీకండక్టర్ వాల్యూ చైన్ నిర్మించాలని భారత్ లక్ష్యంగా పెట్టుకుంది.

డెలాయిట్‌కు భారీ షాక్ అమెరికా కేసులో రూ.180 కోట్ల సెటిల్‌మెంట్

డెలాయిట్ 21.5 మిలియన్ డాలర్ల సెటిల్‌మెంట్

నియామకాల్లో జాతి, లింగాన్ని పరిగణించారన్నది ఆరోపణ

డెలాయిట్ ఎలాంటి తప్పు చేయలేదని స్పష్టీకరణ

సుమారు 10 మిలియన్ డాలర్లు పరిహారంగా చెల్లింపు

విజిల్‌బ్లోయర్‌కు 4.3 మిలియన్ డాలర్లుం

అమెరికాకు చెందిన ప్రముఖ కన్సల్టింగ్ సంస్థ డెలాయిట్ ఓ కేసు సెటిల్ మెంట్ కింద భారీ మొత్తాన్ని చెల్లించేందుకు అంగీకరించింది. ఉద్యోగ నియామకాల్లో జాతి, లింగాన్ని పరిగణనలోకి తీసుకున్నారన్న ఆరోపణలపై అమెరికా ప్రభుత్వం చేపట్టిన దర్యాప్తును ముగించేందుకు 21.5 మిలియన్ డాలర్లు (దాదాపు రూ.180 కోట్లు) చెల్లించనుంది. అయితే తాము ఎలాంటి తప్పు చేయలేదని డెలాయిట్ స్పష్టం చేసింది.అమెరికా న్యాయశాఖ (డీఓజే) ఆరోపణల ప్రకారం.. సంస్థలో ఉద్యోగుల జాతి, లింగ నిష్పత్తికి సంబంధించి అంతర్గత లక్ష్యాలు ఉండేవి. నియామకాలు, పదోన్నతులు, ఉద్యోగుల కేటాయింపుల్లో ఈ అంశాలను పరిగణనలోకి తీసుకున్నట్లు ప్రభుత్వం పేర్కొంది. కొన్ని విభాగాల పురోగతిని ఈ లక్ష్యాలతో పోల్చి ఉన్నతాధికారులకు సమాచారం ఇచ్చేవారని తెలిపింది.దాదాపు రెండేళ్లపాటు 150 మంది సీనియర్ పార్ట్‌నర్లు, ప్రిన్సిపల్స్, మేనేజింగ్ డైరెక్టర్ల పనితీరు ఆధారిత చెల్లింపులపై కూడా ఈ లక్ష్యాల ప్రభావం ఉండొచ్చని డీఓజే ఆరోపించింది. స్ప్రింగ్‌బోర్డ్, కంపాస్ వంటి కార్యక్రమాల్లోనూ జాతి, లింగం ఆధారంగా అంహ్హతలు పరిమితం చేసినట్లు ఉంది. డెలాయిట్ మాత్రం ఎర్కొంది ఆరోపణలను అంగీకరించలేదు. సుదీర్ఘ న్యాయపోరాటంతో వచ్చే ఖర్చు, అనిశ్చితి, సంస్థకు కలిగే అంతరాయాన్ని నివారించేందుకే సెటిల్‌మెంట్‌కు అంగీకరించినట్లు తెలిపింది. ఈ ఒప్పందం తమ తప్పును అంగీకరించినట్లు కాదని స్పష్టం చేసింది.21.5 మిలియన్ డాలర్లలో దాదాపు 10 మిలియన్ డాలర్లు పరిహారంగా చెల్లించనున్నారు. మిగిలిన మొత్తం సివిల్ పెనాల్టీలు, వడ్డీ కోసం వెళుతుంది. సంబంధిత విజిల్‌బ్లోయర్ కేసు దాఖలు చేసిన అమెరికన్ అలయన్స్ ఫర్ ఈక్వల్ రైట్స్‌కు 4.3 మిలియన్ డాలర్లు అందనున్నాయి.అమెరికా అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్ పాలనలో కంపెనీల డీఈఐ కార్యక్రమాలపై ప్రభుత్వం దృష్టి పెంచింది. 2025 మేలో ఫెడరల్ కాంట్రాక్టులకు సంబంధించిన వివక్ష ఆరోపణలపై దర్యాప్తు చేసేందుకు సివిల్ రైట్స్ ఫ్రాడ్ ఇనీషియేటివ్‌ను ప్రారంభించింది. డెలాయిట్ సెటిల్‌మెంట్‌కు కొన్ని నెలల ముందు ఐబీఎం కూడా ఇలాంటి ఆరోపణలపై 17 మిలియన్ డాలర్లు చెల్లించేందుకు అంగీకరించింది.

నా అప్పు కన్నా ఎక్కువే వసూలు చేశారు సుభాష్ చంద్ర ఉదంతాన్ని ప్రస్తావించిన విజయ్ మాల్యా

తనకు న్యాయం జరగడం లేదంటూ మరోసారి వాపోయిన విజయ్ మాల్యా

అప్పు కంటే బ్యాంకులకు ఎక్కువే చెల్లించానని ఆరోపణ

సుభాష్ చంద్ర రుణ సెటిల్‌మెంట్‌ను ప్రస్తావిస్తూ ఎక్స్‌లో పోస్ట్

బ్యాంకులకు వేల కోట్ల రూపాయలు ఎగవేసి విదేశాలలో తలదాచుకుంటున్న ప్రముఖ వ్యాపారవేత్త విజయ్ మాల్యా మరోసారి తనకు అన్యాయం జరుగుతోందని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. బ్యాంకులకు తాను చెల్లించాల్సిన అసలు మొత్తం కంటే అధికంగానే రికవరీ చేశారని, అయినా తనకు న్యాయం జరగడం లేదని ఆయన వాపోయారు. ఈ మేరకు సామాజిక మాధ్యమ వేదిక 'ఎక్స్' ద్వారా ఆయన ఒక పోస్ట్ చేశారు.మీడియా అధినేత సుభాష్ చంద్ర, ఇన్సాల్వెన్సీ అండ్ బ్యాంక్రప్టసీ కోడ్ (ఐబీసీ) కింద కేవలం రూ.6.5 కోట్లు చెల్లించి, రూ. 22,006 కోట్ల రుణ క్లెయిమ్‌లను సెటిల్ చేసుకోబోతున్నారంటూ వచ్చిన ఒక మీడియా కథనాన్ని విజయ్ మాల్యా ప్రస్తావించారు. "ఇది నిజమైతే నా స్నేహితుడు సుభాష్‌కు అభినందనలు. నా నుంచి రూ. 6,203 కోట్ల అప్పునకు గాను రూ. 14,100 కోట్లు రికవరీ చేసినట్లు బ్యాంకులు, ప్రభుత్వం అంగీకరించాయి. భారత రుణ పరిష్కార న్యాయం అంటే ఇదేనేమో! మీడియా దీనిపై ఎందుకు ప్రశ్నించదు?" అని తన పోస్ట్‌లో నిలదీశారు.గత ఏడాది డిసెంబర్‌లోనూ విజయ్ మాల్యా ఇవే తరహా ఆరోపణలు చేశారు. తన నుంచి రికవరీ చేసిన మొత్తంపై ప్రభుత్వానికి, బ్యాంకులకు మధ్య లెక్కల్లో పొంతన లేదని ఆయన ప్రశ్నించారు. ప్రభుత్వం పార్లమెంటులో రూ. 14,100 కోట్లు వసూలు చేసినట్లు పేర్కొనగా, బ్యాంకులు మాత్రం రూ. 10,000 కోట్లు అంటున్నాయని, ఈ వ్యత్యాసంపై స్పష్టత ఇవ్వాలని డిమాండ్ చేశారు. రికవరీ లెక్కలను నిర్ధారించేందుకు ఒక రిటైర్డ్ న్యాయమూర్తిని నియమించాలని ఆయన కోరారు.మరోవైపు ప్రభుత్వ గణాంకాల ప్రకారం, 2025 అక్టోబర్ 31 నాటికి దేశంలో 15 మందిని పరారీలో ఉన్న ఆర్థిక నేరగాళ్లుగా ప్రకటించారు. వీరి వల్ల బ్యాంకులకు అసలు రూపంలో రూ. 26,645 కోట్లు, వడ్డీ రూపంలో రూ. 31,437 కోట్ల మేర నష్టం వాటిల్లింది. వీరి నుంచి ఇప్పటివరకు రూ. 19,187 కోట్లు రికవరీ చేసినట్లు ప్రభుత్వం వెల్లడించింది. అయితే, మాల్యా నుంచి అసలు మొత్తం రికవరీ అయినప్పటికీ, వడ్డీ, జరిమానాలతో పాటు ఆయనపై ఉన్న క్రిమినల్ కేసులు యథావిధిగా కొనసాగుతాయని అధికారులు స్పష్టం చేస్తున్నారు.

59 కోట్లకు చేరిన జన్‌ధన్ ఖాతాలు వీటిల్లో ఎంత డబ్బుందో

ఖాతాల్లో రూ.3.17 లక్షల కోట్ల డిపాజిట్లు

మహిళల పేరిట 56 శాతం ఖాతాలు

78 శాతం ఖాతాలు గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో

ఒక్కో ఖాతాలో సగటు డిపాజిట్ రూ.5,356

రూపే కార్డుతో రూ.2 లక్షల బీమా

దేశంలో ప్రధానమంత్రి జన్‌ధన్ యోజన (పీఎంజేడీవై) ఖాతాల సంఖ్య 59 కోట్లు దాటింది. ఈ ఖాతాల్లో మొత్తం రూ.3.17 లక్షల కోట్ల డిపాజిట్లు ఉన్నాయి. 2014 ఆగస్టు 28న ప్రారంభమైన ఈ పథకం 12 ఏళ్లు పూర్తి చేసుకుంటున్న సందర్భంగా కేంద్ర ఆర్థిక మంత్రిత్వ శాఖ ఈ వివరాలను వెల్లడించింది.జన్‌ధన్ ఖాతాల్లో 78 శాతం గ్రామీణ, సెమీ అర్బన్ ప్రాంతాల్లోనే ఉన్నాయి. సుమారు 56 శాతం ఖాతాలు మహిళల పేరిట ఉన్నాయి. పేదలు, మారుమూల ప్రాంతాల ప్రజలను బ్యాంకింగ్ వ్యవస్థలోకి తీసుకురావడమే ఈ పథకం ప్రధాన లక్ష్యం.2026 ఆగస్టు 19 నాటికి ఒక్కో ఖాతాలో సగటున రూ.5,356 ఉన్నాయి. గత 12 ఏళ్లలో ఒక్కో ఖాతాకు సగటు డిపాజిట్ 3.4 రెట్లు పెరిగింది. ఖాతాలను ప్రజలు ఎక్కువగా వినియోగిస్తున్నారని, పొదుపు అలవాటు పెరిగిందని ఇది సూచిస్తోందని ఆర్థిక శాఖ తెలిపింది.జన్‌ధన్ ఖాతాదారులకు ఉచిత రూపే డెబిట్ కార్డు లభిస్తుంది. దీనితో రూ.2 లక్షల ప్రమాద బీమా ఉంటుంది. అత్యవసర సమయంలో రూ.10 వేల వరకు ఓవర్‌డ్రాఫ్ట్ సదుపాయం కూడా ఉంది. జన్‌ధన్-ఆధార్-మొబైల్ (జేఏఎం) వ్యవస్థ ద్వారా ప్రభుత్వ సంక్షేమ పథకాల నగదు నేరుగా లబ్ధిదారుల ఖాతాల్లోకి చేరుతోంది. మధ్యవర్తులు, జాప్యానికి అవకాశం లేకుండా ఆర్థిక సాయం అందుతోందని కేంద్రం తెలిపింది.

ఈ కంపెనీలో 80 శాతం మంది ఉద్యోగులు కోటీశ్వరులు అదెలా సాధ్యమైంది

ఎన్విడియా ఉద్యోగుల్లో 80 శాతం మంది కోటీశ్వరులు

సగం మంది సంపద రూ.239 కోట్లు

3,000 మందికి పైగా ఉద్యోగులతో సర్వే

ఉద్యోగులకు షేర్లపై 15 శాతం డిస్కౌంట్

ఏఐ బూమ్‌తో భారీగా పెరిగిన ఎన్విడియా షేరు

కృత్రిమ మేధ (ఏఐ) బూమ్ చిప్ దిగ్గజం ఎన్విడియా ఉద్యోగుల సంపదను భారీగా పెంచింది. ఆ సంస్థలో పనిచేస్తున్న వారిలో దాదాపు 80 శాతం మంది కోటీశ్వరులుగా ఉన్నట్లు ఓ నివేదిక వెల్లడించింది. అంతేకాదు.. సుమారు సగం మంది ఉద్యోగుల నికర సంపద 25 మిలియన్ డాలర్లు (సుమారు రూ.239 కోట్లు) దాటినట్లు తెలిపింది.ఈ వివరాలు 2025 జూన్‌లో నిర్వహించిన అంతర్గత సర్వే ఆధారంగా వెల్లడయ్యాయి. 3,000 మందికి పైగా ఉద్యోగులు ఇందులో పాల్గొన్నారు. అప్పట్లో ఎన్విడియాలో సుమారు 30 వేల మంది ఉద్యోగులు ఉండగా.. మొత్తం సిబ్బందిలో దాదాపు 10 శాతం మందిని ఈ సర్వేలో భాగం చేశారు.ఎన్విడియా ఉద్యోగుల సంపద పెరగడానికి సంస్థ షేర్లు కీలకంగా మారాయి. ఉద్యోగులు కంపెనీ షేర్లను 15 శాతం డిస్కౌంట్‌తో కొనుగోలు చేసే అవకాశం ఉంది. ఏఐ చిప్‌లకు డిమాండ్ పెరగడంతో ఎన్విడియా షేరు విలువ భారీగా పెరిగింది. దీంతో షేర్లు కలిగిన ఉద్యోగుల సంపద కూడా గణనీయంగా పెరిగింది.అయితే ఈ గణాంకాలను చూసి, ఉద్యోగుల వద్ద అంతే మొత్తంలో నగదు ఉందని అర్థం కాదు. వారి నికర సంపదలో కంపెనీ షేర్లు సహా ఇతర ఆస్తులు కూడా ఉంటాయి. ఏఐ రంగం విస్తరణతో ఎన్విడియా మార్కెట్ విలువ భారీగా పెరిగింది. ఆ సమయంలో కంపెనీ మార్కెట్ విలువ రూ.4.19 లక్షల కోట్లకు పైగా.. సీఈఓ జెన్సన్ హువాంగ్ సంపద రూ.15 లక్షల కోట్లకు పైగా ఉన్నట్లు నివేదిక పేర్కొంది.

పిల్లల భద్రత కేసులో మెటా భారీ సెటిల్మెంట్ 16.68 బిలియన్ డాలర్ల చెల్లింపు

ఫేస్‌బుక్, ఇన్‌స్టాగ్రామ్‌లు పిల్లలను బానిసలుగా మారుస్తున్నాయని ఆరోపణలు

టీనేజర్ల వాడకంపై పరిమితులు.. రాత్రిపూట యాక్సెస్ నిలిపివేత

తప్పు చేయలేదంటున్నా.. భారీ మొత్తం చెల్లించేందుకు ఓకే చెప్పిన మెటా

సోషల్ మీడియా దిగ్గజం 'మెటా' (ఫేస్‌బుక్, ఇన్‌స్టాగ్రామ్ మాతృ సంస్థ) చారిత్రాత్మక సెటిల్‌మెంట్‌కు అంగీకరించింది. పిల్లల భద్రతకు సంబంధించిన ఆరోపణలపై అమెరికాలోని 29 రాష్ట్రాలు దాఖలు చేసిన వ్యాజ్యాన్ని పరిష్కరించుకునేందుకు ఏకంగా 16.68 బిలియన్ డాలర్ల వరకు చెల్లించేందుకు సిద్ధమైంది. కాలిఫోర్నియాలో జరుగుతున్న ఫెడరల్ విచారణ సందర్భంగా ఈ మేరకు ఒప్పందం కుదిరింది.ఫేస్‌బుక్, ఇన్‌స్టాగ్రామ్‌లను ఉద్దేశపూర్వకంగానే చిన్నారులను వాటికి బానిసలుగా మార్చేలా రూపొందించారని, భద్రతా ప్రమాణాల విషయంలో వినియోగదారులను తప్పుదోవ పట్టించారని ఆయా రాష్ట్రాలు ఆరోపించాయి. అంతేకాకుండా, మైనర్ల నుంచి వారి వ్యక్తిగత డేటాను అక్రమంగా సేకరించి, ఆ సమాచారాన్ని మెషీన్ లెర్నింగ్, జనరేటివ్ ఏఐ మోడళ్లకు శిక్షణ ఇవ్వడానికి వినియోగించారని తీవ్ర ఆరోపణలు వెల్లువెత్తాయి.ఈ ఒప్పందంలో భాగంగా, అమెరికాలోని టీనేజ్ యూజర్ల కోసం మెటా పలు కీలక మార్పులు చేపట్టనుంది. రోజువారీ వినియోగంపై పరిమితులు విధించడం, రాత్రి వేళల్లో ప్లాట్‌ఫామ్‌లను యాక్సెస్ చేయకుండా నిరోధించడం వంటి చర్యలు ఇందులో ఉన్నాయి. అయితే, తాము ఎలాంటి తప్పు చేయలేదని, ఈ విషయంలో తమపై ఎటువంటి చట్టపరమైన బాధ్యత లేదని మెటా స్పష్టం చేసింది. ఈ సెటిల్‌మెంట్ వార్త వెలువడిన తర్వాత ప్రీ-మార్కెట్ ట్రేడింగ్‌లో మెటా షేర్లు 4.4 శాతం మేర పెరగడం గమనార్హం.ఈ ఒప్పందంతో యువతపై సోషల్ మీడియా ప్రభావానికి సంబంధించిన ఒక ప్రధాన న్యాయపోరాటం ముగిసినప్పటికీ, మెటాతో పాటు స్నాప్, ఆల్ఫాబెట్ (యూట్యూబ్), బైట్‌డాన్స్ (టిక్‌టాక్) వంటి ఇతర టెక్ దిగ్గజాలపై ఇలాంటి కేసులు ఇంకా కొనసాగుతూనే ఉన్నాయి.

రూ.22 వేల కోట్ల రుణం జీ గ్రూప్ వ్యవస్థాపకుడు సుభాష్ చంద్ర చెల్లించేది రూ.6.5 కోట్లే

రుణదాతలకు 99.97 శాతం నష్టం

రూ.100కు సుమారు 3 పైసలే రికవరీ

80.81 శాతం ఓటింగ్ వాటా ప్రతిపాదనకు మద్దతు

ప్రతిపాదనను వ్యతిరేకించిన ఎల్ఐసీ హౌసింగ్ ఫైనాన్స్

దివాలాతో మరింత నష్టం జరిగే అవకాశం ఉందని ఎన్‌సీఎల్‌టీ అభిప్రాయం

జీ గ్రూప్ వ్యవస్థాపకుడు సుభాష్ చంద్రకు సంబంధించిన వ్యక్తిగత దివాలా కేసులో కీలక పరిణామం చోటుచేసుకుంది. రూ.22,006.57 కోట్ల మేర రుణదాతల క్లెయిమ్‌లకు గాను కేవలం రూ.6.5 కోట్లు చెల్లించే ప్రతిపాదనకు నేషనల్ కంపెనీ లా ట్రిబ్యునల్ (ఎన్‌సీఎల్‌టీ) ఆమోదం తెలిపింది. దీంతో రుణదాతలకు దాదాపు 99.97 శాతం నష్టం వాటిల్లనుంది. అంటే రూ.100 బకాయికి సుమారు 3 పైసలు మాత్రమే తిరిగి వచ్చే పరిస్థితి.ఈ ప్రతిపాదనకు కొందరు రుణదాతలు తీవ్రంగా అభ్యంతరం తెలిపారు. ఎల్ఐసీ హౌసింగ్ ఫైనాన్స్ కూడా వ్యతిరేకించింది. ఆ సంస్థకు సుభాష్ చంద్ర నుంచి రావాల్సిన మొత్తం రూ.1,322.39 కోట్లు. కానీ ప్రతిపాదించిన చెల్లింపు కేవలం రూ.38 లక్షలు.అయితే ప్రతిపాదనను వ్యతిరేకించిన రుణదాతల ఓటింగ్ వాటా 20 శాతంలోపే ఉంది. మరోవైపు 80.81 శాతం ఓటింగ్ వాటా ఉన్న రుణదాతలు ప్రతిపాదనకు మద్దతు ఇచ్చారు. దీంతో మెజారిటీ రుణదాతల నిర్ణయంలో తాము జోక్యం చేసుకోలేమని ఎన్‌సీఎల్‌టీ స్పష్టం చేసింది.సుభాష్ చంద్ర వ్యక్తిగత ఆస్తుల విలువను కూడా ట్రిబ్యునల్ పరిశీలించింది. ఆ ఆస్తుల విలువ ప్రతిపాదించిన మొత్తంతో పోలిస్తే తక్కువగా ఉన్నట్లు గుర్తించింది. ప్రతిపాదన తిరస్కరించి ఆయన్ను దివాలా ప్రక్రియలోకి పంపితే రుణదాతలకు మరింత తక్కువ మొత్తం మాత్రమే దక్కే అవకాశం ఉందని పేర్కొంది.ఈ కేసు 2022లో ప్రారంభమైంది. వివేక్ ఇన్‌ఫ్రాకాన్ తీసుకున్న రూ.170 కోట్ల రుణానికి సుభాష్ చంద్ర వ్యక్తిగత హామీ ఇచ్చారు. రుణ చెల్లింపులు నిలిచిపోవడంతో ఇండియాబుల్స్ హౌసింగ్ ఫైనాన్స్ ఆయనపై దివాలా చర్యలకు వెళ్లింది. 2024 ఏప్రిల్‌లో ఎన్‌సీఎల్‌టీ వ్యక్తిగత దివాలా ప్రక్రియను ఆమోదించింది.అయితే ఈ తీర్పుపై న్యాయ నిపుణుడు అభిషేక్ స్వరూప్ అభ్యంతరం వ్యక్తం చేశారు. 99 శాతానికి పైగా రుణాన్ని మాఫీ చేసే ప్రతిపాదనను 'వాణిజ్యపరమైన విచక్షణ'గా పరిగణించలేమని అన్నారు. ఇలాంటి నిర్ణయం భవిష్యత్తులో వ్యక్తిగత దివాలా కేసులపై ప్రభావం చూపవచ్చని పేర్కొన్నారు.

నష్టాల్లో ముగిసిన స్టాక్ మార్కెట్లు.. 24,100 దిగువకు నిఫ్టీ

307 పాయింట్లు నష్టపోయిన సెన్సెక్స్, 95 పాయింట్లు క్షీణించిన నిఫ్టీ

ఐటీ, మెటల్ షేర్లలో అమ్మకాలు, మిడ్‌క్యాప్ సూచీ 0.24 శాతం లాభం

0.74 శాతం పడిపోయిన స్మాల్‌క్యాప్ సూచీ

దేశీయ స్టాక్ మార్కెట్ సూచీలు సోమవారం నష్టాల్లో ముగిశాయి. అంతర్జాతీయ మార్కెట్ల నుంచి ప్రతికూల సంకేతాలు రావడంతో పాటు ఐటీ, మెటల్, రియల్టీ, మీడియా షేర్లలో అమ్మకాల ఒత్తిడి కనిపించింది. దీంతో కీలక సూచీలు దిగువకు జారాయి. సెన్సెక్స్ 307.24 పాయింట్లు నష్టపోయి 76,957.27 వద్ద స్థిరపడింది. నిఫ్టీ 95.25 పాయింట్లు క్షీణించి 24,080.40 వద్ద ముగిసింది. నిఫ్టీలో ఐటీసీ, భారతీ ఎయిర్‌టెల్, ఎటర్నల్ షేర్లు అత్యధికంగా నష్టపోయాయి. ఐటీ, మెటల్, రియల్టీ, మీడియా రంగాల సూచీలు మార్కెట్‌పై ఒత్తిడి పెంచాయి. మరోవైపు ఆటో, ప్రైవేట్ బ్యాంక్ రంగాలు కొంత మద్దతు అందించాయి. నిఫ్టీ మిడ్‌క్యాప్ సూచీ 0.24 శాతం లాభపడగా.. నిఫ్టీ స్మాల్‌క్యాప్ సూచీ 0.74 శాతం నష్టపోయింది.సమీప కాలంలో నిఫ్టీ 24,180-24,200 స్థాయుల వరకు స్వల్పంగా పుంజుకునే అవకాశం ఉందని మార్కెట్ నిపుణులు అంచనా వేస్తున్నారు. అయితే ఆ స్థాయుల వద్ద అమ్మకాల ఒత్తిడి ఎదురయ్యే అవకాశం ఉందని చెబుతున్నారు. 24,200పై స్థిరంగా నిలిస్తే మరో 100 పాయింట్ల వరకు పెరిగే అవకాశం ఉందని విశ్లేషకులు పేర్కొన్నారు. దిగువన 23,990 కీలక మద్దతు స్థాయిగా ఉంది. అది కిందికి జారితే మార్కెట్‌లో దిద్దుబాటు మరింత కొనసాగే అవకాశం ఉందని తెలిపారు.అమెరికా-ఇరాన్ మధ్య పెరుగుతున్న ఉద్రిక్తతలు మదుపరుల్లో ఆందోళన పెంచాయి. దౌత్యపరమైన పరిష్కారంపై ఆశలు తగ్గడంతో ముడి చమురు ధరలు, ప్రపంచ బాండ్ ఈల్డ్స్ పెరిగాయి. దీంతో ఇంధన ఆధారిత ద్రవ్యోల్బణం, అధిక వడ్డీ రేట్లపై మళ్లీ ఆందోళనలు మొదలయ్యాయి. ఇవి కంపెనీల ఆదాయాలపై ప్రభావం చూపొచ్చని నిపుణులు చెబుతున్నారు.

I PRINTED, PUBLISHED & OWNED By M.SUNIL KUMAR at printed at Global printers #10 MIE Industrial Estate,Kallur,kurnool,Andhrapradesh.
Published from Hno: 4-86-1 New postal Colony,Balaji nagar,Kurnool,Andhrapradesh- 518003.EDITOR : M.sunil kumar, #1/339/17, sree ram nagar, bharpet,near nobel college ,ram-jal road Adoni kurnool district- 518301 Andhra Pradesh. E-mail: Suryaudhayamdaily@gmail.com

దర్శించండి భక్తకోటికి తరించండి

శ్రీ ఉరుకుంద ఈరన్న స్వామి దేవస్థానం

ఉరుకుంద గ్రామము-518344, కౌతాళం మండలం

కర్నూలు జిల్లా, ఆంధ్ర ప్రదేశ్,

2026 శ్రావణ మాస ఉత్సవాలు

తేదీ 13-8-2026 గురువారం నుండి 11-9-2026 శుక్రవారం వరకు

స్వామి వారి విశేష వారములు

13-8-2026	మొదటి గురువారం
20-8-2026	రెండవ గురువారం
27-8-2026	మూడవ గురువారం
3-9-2026	నాలుగవ గురువారం
10-9-2026	ఐదవ గురువారం

స్వామి వారి విశేష వారములు

17-8-2026	మొదటి సోమవారం
24-8-2026	రెండవ సోమవారం
31-8-2026	మూడో సోమవారం
7-9-2026	నాలుగో సోమవారం

2026 శ్రావణమాస 4వ సోమవారం

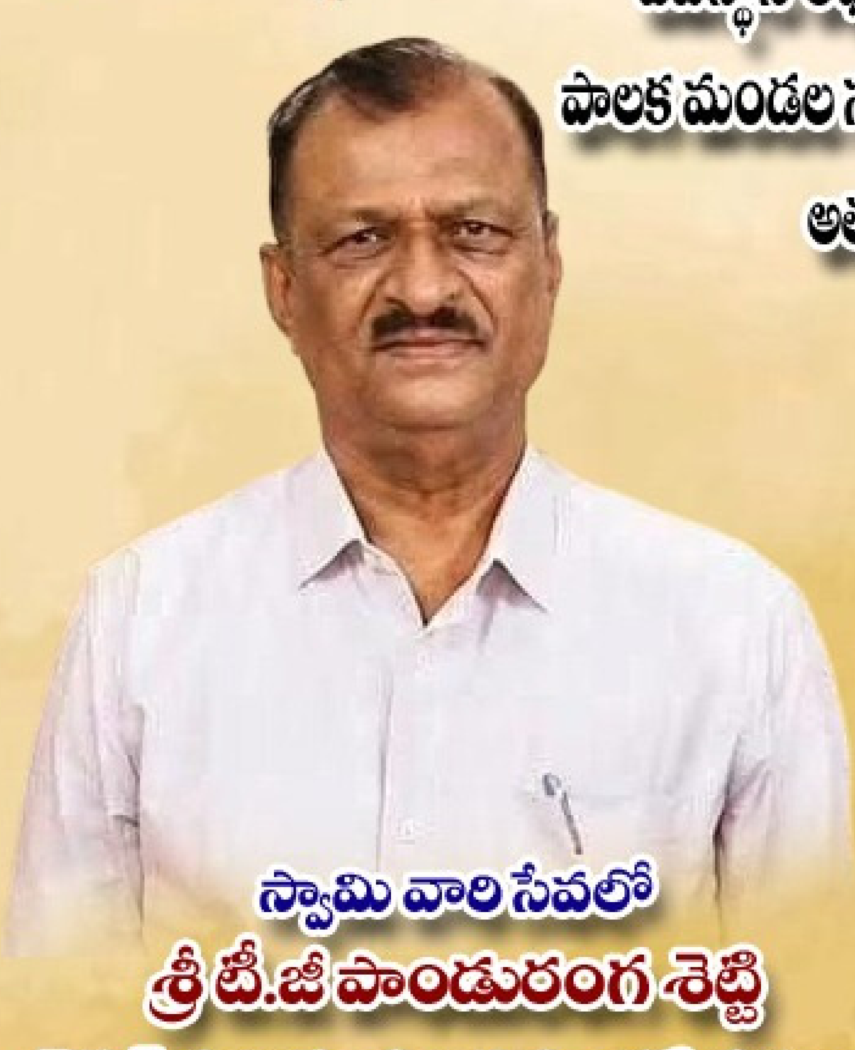
తేది: 07.09.2026

శ్రీ స్వామివారి పల్లకి ఉత్సవం

సా॥ 5.00 గం.ల నుండి

రాత్రి 9 గం.ల వరకు

దేవస్థాన అధికారులు, అర్చక సిబ్బంది, దేవస్థాన ఛైర్మన్ మరియు పాలక మండల సభ్యులు మరియు ఉరుకుంద గ్రామ ప్రజలు అధ్వర్యంలో అత్యంత వైభవోత్సవంగా నిర్వహించబడును



స్వామి వారి సేవలో

శ్రీ టి.జి పాండురంగ శెట్టి

ఛైర్మన్ మరియు పాలక మండలి సభ్యులు

దేవస్థాన అర్చకులకు

మరియు ఆలయ సిబ్బంది

స్వామి వారి సేవలో

శ్రీమతి కె వాణి (M.Sc, B.Ed)

డిప్యూటి కమిషనర్ అండ్ కార్యనిర్వాహక అధికారి

I PRINTED, PUBLISHED & OWNED By M.SUNIL KUMAR at printed at Global printers #10 MIE Industrial Estate,Kallur,kurnool,Andhrapradesh.
Published from Hno: 4-86-1 New postal Colony,Balaji nagar,Kurnool,Andhrapradesh- 518003.EDITOR : M.sunil kumar, #1/339/17, sree ram nagar, bharpet,near nobel college ,ram-jal road Adoni kurnool district- 518301 Andhra Pradesh. E-mail: Suryaudhayamdaily@gmail.com