

సంపాదకీయం

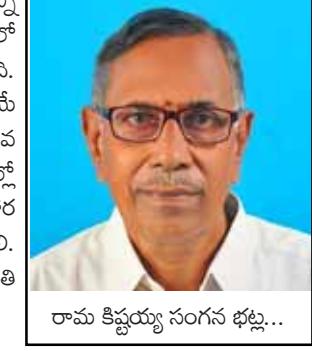
అరుదైన విలక్షణ నేతులు

ଅରୁଦ୍ଧନ ବିଲକ୍ଷଣ ନେତ୍

పేపర్ కాపోర్ లోపం... వాళ్లకు మాలిం



విత్తనాలు, పట్టిలు, శనగలు, ఉలవలు, బొబ్బిర్డు, జీడిపిప్పు, బాదం పప్పు, వాల్ నెస్ట్ పంతిని ప్రతి రోజు తీసుకోవాలి. భారతీయులు రోజు కనీసం 400గ్రాముల కూరగాయలు, పండ్లు తీసుకోవాలని భారత పోవుకాచేర సంస్థ చెబుతోంది. రాగులు, జొన్నలు, వరి, గోధుమ వంటి ధాన్యాన్ని కూడా ఎక్కువగా తీసుకోవాలి. మరీ ప్రత్యేకంగా కొవ్వులు, చెక్కర, ఉప్పు వాడకాన్ని చాలా తక్కువగా వాడటం ఉత్తమం. 50శాతం కేలరీలు అందిస్తున్న పంటలు 8 రకాలు ఉన్నాయి. బార్లీ, బీన్స్, వేరుశెనగ, మొక్కజ్ఞాన్, వరి, జొన్న, గోధుమలు వీలైనంత ఎక్కువగా ఆహారంలో భాగం చేసుకోవాలి. బయట లభించే ఆహారాలకు ఎంత దూరంగా ఉంటే అంత మంచిదని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఫౌటో ఘడ్ అనఱు తినకపోవడం చాలా మంచిది. చిన్నారులకు కనీసం 9నెలల వరకు తల్లిపాలు ఇవ్వాలి. పుట్టగానే డబ్బు పాలను అలవాటు చేస్తే.. అప్పటి నుంచే వారిలో పోవుకాచేర లోపం తలత్తే అవకాశం ఉండని పోచురిస్తున్నారు. పోవుకాచేరం తీసుకోవడంతో పాటు తగినంత వ్యాయామం చేయడం కూడా చాలా అవసరం. మన భూమి మీద మనిషి తినగలిగే మొక్కల జాతుల సంఖ్య దాదాపు 30వేలు ఉన్నాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ప్రపంచ వ్యాప్తంగా 852 మిలియన్ల మంది దీర్ఘకాలంగా అతి పేదరికం కారణంగా ఆకలితో అలమచిస్తున్నారు. ఈ సంఖ్య నిరంతరం పెరుగుతూనే ఉంది. అందుకు కారణాలు అనేకం. విపరీతమైన జనాభా పెరుగుదల, వాతావరణ మార్పు, ఆహార ధాన్యాలను జీవ ఇంధనాల కోసం ఉపయోగించడం, హోలిక ఆహార ధాన్యాల ఉత్పత్తి తగ్గించి లాభదాయకమైన వాణిజ్య పంటలవైపు మొగ్గు చూపడం... ఇలా ఎన్నో కారణాలు. వీటి దాటినా, పాలకుల పేదరిక నిరూపిలు పద్ధకాలు, లక్ష్మల, కోట్ల పంచ వర్ష ప్రణాళికలు ఈ ఏడు రశాభ్యాల్లో పేదరికం ఆకలి తీర్చులేదు. పేదలు దిరిములుగా, ధనికులు బిలియనీర్లు, ట్రీలియనీర్లు కాపటానికి ఉపయోగపడ్డాయి తప్ప, సగటు మనిషి ఆకలి తీర్చుటంలో విఫలమయ్యాయి. దేశ స్వాల జాతీయాదాయం చూపి చంకలు గుడ్డుకుంటున్న పాలకులు జాతీయాదాయంతో పాటు, జాతులకు ఆహార భద్రత కల్పించటంలో విఫలమయ్యారు. దీనికి ఉండాహారణ పనికి ఆహార పద్ధకంలో అవినీతి, పేదలకిచే సంఖ్యా ఆహార భద్రత కార్బూల్లో అవినీతి, ఆహార అవసరాలు తీర్చుట గురించి అవకాశం కల్పించినా టైమ్స్ మార్కెటలాం పెరసి అవినీతి ఎందెందు వెత్తికినా అందందు కలదన్నట్టు అవినీతి బీజాలు మహా వ్యక్తులో పాలకుల ప్రజాస్వామ్య వ్యవస్థను వెక్కిరిస్తున్నాయి. వ్యవసాయ రంగానికి ఒక సముగ విధానమంటూ తే కపోవటంతో వ్యవసాయాన్ని సమాధిచేసి, ఉన్న వ్యవసాయంలో వాణిజ్య పంటలను ప్రోత్సహించింది. ప్రపంచ వేదికల్లో గొప్పలకు పోయే మన పాలకుల ఏలికలు వాస్తవ మనాదుల పై నిలబడి, మాటల్లో కాకుండా ఆహారణతో కూడిన ఆహార భద్రత పరిష్కారానికి పూనుకోవాలి. ఆదే జాతీయ ప్రయోజనాలకు, జాతి ప్రయోజనాలకు శభ్దంలో రామ కిష్టయ్య సంగన భట్ట...



ರೂಪ ಕಷ್ಟಯ್ಯ ನಂಗನ ಭಾಳ್ವ....

ప్రజారోగ్యాన్ని పట్టించుకోని ప్రభుత్వాలు..!



ಡಾ: ಬುರಿ ವಧುಸೂದನ ರದ್ದು

అరోగ్యమే మహాభాగ్యం. అరోగ్యమే జీవన సుగంధం. అరోగ్యమే అనస్త్రి నంపద. నంపదలన్నింటిలోకి త్తమమైనది నంపూర్ణ అరోగ్యమే జీవితానికి పరమార్థం. నేను వాతావరణ ప్రతికూల మార్పులు, నంపద జీవనశైలి పోకడల పోషకాహారాలో పాలు, పేదరికాలం ప్రజారోగ్య నంక్షోభం రానున్నట్టి నిపుణులు అభిప్రాయపడుతున్నారు మహామార్పుల విపత్తులతో పాట సీజన్స్ వ్యాధుల సునామీలు, ఘర్యు నంబంధ అనారోగ్య నమన్యలు సారి మననం చేసుకోవడానికి 1948లు అంచ ప్రపంచ అరోగ్య సంస్థ సాజన్స్యం న సభ్యుడైశాల్స్ దబ్బులు పొచ్చెచ్చ వ్యవస్థాపక ప్రపంచ అరోగ్య దినం (పర్ట్రెఫోల్డ్ దీట్రీట్ లీట్రీగా వస్తున్నది. బరాస నిర్వహించే 1948లు అంచ వేదికల్లో ప్రపంచ అరోగ్య దినం

ପ୍ରଧାନମୈଠିରିଣି ତେଲୁକୁ ହାଲି.
 “ନା ଆରୋଗ୍ୟଂ - ନା ହାକୁ” ମନ ନିବାଦ
 ଅନ୍ତିମ ଷଷ୍ଠୀଶ୍ଵରଙ୍କି ପ୍ରଥମମୈଠିରି ସ
 ମହାଭାଗ୍ୟଂ. ହୃଦୀ ଶାରୀରକ, ମାନସିକ,
 ଶିତ୍ତିନେ ଅନୁଶେଷ ଆରୋଗ୍ୟମନୀ ବରାନ ନିର୍ମାଣ
 ପ୍ରପଂଚଂ ଏଦୁର୍ବ୍ୟାଂତିନ୍ଦ୍ରି ପ୍ରଜାରେ
 ସମୟାନକୁଳାଂଗ ସ୍ଵାଚନଲ, ସଲପୋତୀ
 ପ୍ରପଂଚ ଆରୋଗ୍ୟ ଦିନଂ ବେଦିକ ଉପଯୋଗପ୍ରକାର
 ଦୁର୍ଦ୍ଵ୍ୟାବାଲତ୍ତେ ପାତୀ ଶକ୍ତିଯିନ୍ ରଜ୍ୟାଲ୍‌ପାତୀ
 ମୀର କାରଂ ଚଲିନ୍ତିଲୁ ମାନବୀତି ଅଧିକ ଚାରି
 ଧରଲୁ ହକ୍କଲିନ୍ତିଲୁ, ନିର୍ମାଣପରାଲ ଧାରି
 ପାଧୁଲୁ ତରି ପୋଦଂ, ବେତନ କୋତଲୁ
 ପେରଗଦଂ, ପୋଷକପୋରଲୋ ପାଲତ୍ତେ କ୍ରମି
 ମାରିପୋଇଁ ନିର୍ମାଣିଲେ ମାନପ ସମାଜଂ
 କାପଲିନିନ ପ୍ରଥମ ଜ୍ୟୋତିରଂ ସଂଖ୍ୟାର୍ଥ
 ଗମନିଚାଲି. ପ୍ରପଂଚ ଆରୋଗ୍ୟ ଦିନ-୨୦-
 - ନା ହାକୁ (ମୈ ପୋତ୍ର : ମୈ ରୈଟି)
 ତୀରୁକୁଣି ପ୍ରଚାରଂ ଚେଷ୍ଟାନ୍ତାରୁ.
 ଅନାରୋଗ୍ୟ ସମ୍ବନ୍ଧାବଳି:

భారత దేశంలో ఆరోగ్య పరిరక్షణకు సహాయ్యగా ఆర్థిక వెనకబాటుతనం, గృహా/అవాస పరిసరాల అపరిపురుత, అవిద్య, ఉపాధిలేమి, అధిక జనాభా, సామాజిక/ఆరోగ్య అసమానతలు, పేదరికం, లింగ అసమానతలతో మహిళలోకం నలిగి పోవడం, ఆరోగ్య పట్ల అవగాహనా లేమి, పర్యావరణ గాలి/నేల/జల కాలుప్యం, సరక్కిత నీటి కొరత, ఆపశర అభ్యర్థత, వైద్య సదుపాయాల కొరత లాంటి పలు సమస్యలు నిలుస్తున్నాయి. దశాబ్దాలుగా మానవ సమాజాన్ని వెంటాడుతున్న మానసిక అనారోగ్యం, మాత్రాలిఖిత సంక్లిష్ట సహాయ్య పరియు వాతావరణ మార్పులు ముఖ్యమైన ఆరోగ్య అంశాలుగా గుర్తించారు. ఇందియాలో సాధారణ ఆరోగ్య సమస్యలుగా కాస్పర్, వంధ్యత్వం, కంటి పుక్కలు, పుట్టుకళ్ళే వచ్చే అనారోగ్యాలు, వినికిడి సమస్యలు, మధుమేహం, గుండె జబ్బులు, అంటువ్యాధులు, శ్వాసకోశ సమస్యలు, బీబి, విరోచనాలు, బిపి, స్థాలకాయం లాంటివి గుర్తించబడ్డాయి. ఆరోగ్యకర జీవనశైలి అలవర్పుకుండాం:

వ్యక్తిగత ఆరోగ్య పరిరక్షణకు పోవుకావోరం, క్రుమశిక్షణ కలిగిన జీవనశైలి, శారీరక వ్యాయామం, శారీరక శుభ్రత, దురవాట్లు లేక పోవడం, మానసిక ప్రశాంతతకు సదాతోచనలు చేయడం లాంటివి వస్తాయని మరుపరాదు. ఆరోగ్యపంతులే అభివృద్ధి రథాన్ని పరుగులైత్తించే రథసారథులని గమనించాలి. ప్రాణం ఉంటేనే జీవితమని, జీవితంలో ఆరోగ్యమే మహాభాగ్యమని భావించి మన ఆరోగ్యాన్ని మనమే కాపాడుకుండాం. ఆరోగ్య భారత నిరాణణంలో మన వంతు కర్తవ్యాన్ని నిర్వహించాం.

ಭಗತ್ ಸಿಂಗ್ ವಿಧಾನ ಸಭೆಯ ಬಾಂಬಲು ವಿಸೀರಣೆ ಇನ್

1929 ఏప్రిల్ 8 తేదీని ప్రజారక్షణ, వ్యాపార వివాదం చట్టల ఆమాడసినిరసనగా భగత్ సింగ్, బితుకేస్వర్ దత్త తో కలిసి కేంద్రియ విధాన సంస్కరణలో బాంబులు విసీరారు. భగత్ సింగ్ (1907 సెప్టెంబరు 28 1929 మార్చి 23) భారత స్వాతంత్య సమర యోధుడు, కరుదుకట్టిన ఉద్యమ కారుడు. ధిల్లీ వెల్ కాగితాలు చల్లి ప్రజలను తైత్తున్న పరిచాద విషపం వర్లాల్ని అనే నినాదాన్ని ఇచ్చింది కూడా భగత్ సింగ్. భారత స్వాతంత్యోద్యమము లో పోరాడిన అత్యంత ప్రభావశీల విషప కారుల ఆయన ఒకడు. ఆ కారణంగానే ఫ్హేద్ భగత్ సింగ్ గా నేటికి కానియూ బిదుతున్నాడు. భగత్ సింగ్ పూర్వపు పంజాబ్లో, ప్రస్తుత పాకిస్తాన్ కొరకు ఉన్న లాయర్ జిల్లా బంగా సమీపంలోని ఖత్తర్ కలాన్ గ్రామంలో సంఘ రూట్ కుటుంబంలో సర్దార్ కిషన్ సింగ్, విద్యావప్తి దంపతుల జన్మించాడు. భగత్ అనే పదానికి “భక్తుడు” అని అర్థం. భగత్ సింగ్ మూడేళ్ళ పిల్లల్డిగా ఉన్నప్పుడు తండ్రి కిషన్ సింగ్, భగత్ సింగ్ చంకకెత్తుకొని, కొత్తగా వేస్తున్న తోటను చూడ్డానికి పొలాల్లోకి వెళ్ళాడు వెంటనే కిందికి దిగిన భగత్ సింగ్ అ మట్టిలో అదుకుటుంబానే చిన్న చిగ్గిదివరక లను నాటడం మొదలు పెట్టాడు. తండ్రి “ఎం చేస్తున్నా నాన్న” అని ప్రశ్నిస్తే, భగత్ సింగ్ “ తుపాకులు నాటుతున్నా ” అ బిదులిచ్చాడు. భవిష్యత్తుకు బాల్యం మొలకలు వేసే వయస్సు తుపాకులను మొలక్కించాలని చూడడం ఆయన వ్యక్తిశ్శాస్త్రికి మచ్చుతున్న 13 ఎళ్ళ ప్రాయంలోనే మహాత్మా గాంధీ సహాయ నిరాకరణో ద్వారాస్తి సింగ్ ప్రభావితుడ య్యాడు. ఆ సమయంలో బ్రిటీష్ ప్రభుత్వాస్తి ఎదురుతిరిగిన భగత్ ప్రభుత్వ పారశాల పుస్తకాల, బ్రిటీష్ దిగుమదుస్తలును తగులచెట్టడం ద్వారా గాంధీ సిధ్ధాంతాలను అనుసరించాడని లాలా లజ్జపత్ రాయ్ మరణం, సాందర్భ హత్యల తరువాత 1920 లో భారత్ లోని వరమాన రాజకీయ పరిస్థితిత్వ నివేదికను కోరుతూ సంఘన్ సైమన్ నేతృత్వంలో బ్రిటీష్ ప్రభుత్వం ఒక కమిషన్ ను ఏర్పాటుచేసించాడని భారత దేశానికి వచ్చిన సైమన్ కమిషన్ ఒక్క భారతీయుడైనా లేనందునిరసనగా, ఉణ్ణమంలో లార్జీ కీలక పాత్ర వహించి, సైమన్ కమిషన్ నియమించాలని అంటూ హంజాం అంసెల్లో ఆయన తీర్మానం పెగిలిపించారు. ఇది ప్రభుత్వాస్తికి కంటగిం పుగా మారింది. అక్కోజు 30, 1928న ఆ కమిషన్ లాపోర్టర్ రాగా, లార్జీ కూడా అపీయసతి వ్యాసం గా సైమన్ వ్యక్తిగతికి కార్బూకమాన్ని నిర్వహించారు. వ్యాసంగా ద్వారా స్తున్న వారిరైన కూడా లారీ చార్జికి అడేశించాడు పోలీస్ ను సూపరింటెం డెంట్ జేమ్స్ ఏ స్ట్యాబ్. తను స్వయంగా లార్జీ మీద దాచేసి, లార్జీ ఛాతీ మీద లారీ తో స్ట్యాబ్ తీప్రంగా కొట్టాడు. ఆ దెబ్బలత్తే లార్జీ నవంబర్ 17న చన పోయారు. ఈ సంఘుటను కళ్లూరూ చూసిన భగత్ సింగ్ ప్రతీకారం తీర్చు కోవాలిని నిర్ణయించు కున్నాడు. పోలీస్ అధికారి స్ట్యాబ్ ను హత మార్పడానికి విషపకారులు శివరామ్ రాజ్ గురుజై గోపాల్, సుఖ్మదేవ్ ధావరలతో ఆయన చేతులు కలిపాడు. అయిపొరపాటు గుర్తింపు కారణంగా డీస్ట్రిక్ జీ. పీ. సాండర్స్ కనిపించినప్పుడు పొర పాటుగా స్ట్యాబ్ అనుకుని, జ్ఞో పాల్ ఆయను కాల్పమంట సింగ్కు సంకేతాలిచ్చాడు. ఫలితంగా స్ట్యాబ్కు బిదులు సాండర్స్ పాతమయ్యాడు. దాంతో పోలీసుల కంటపడకుండా ఉండటానికి భగ

లాపూర్ పారిపోయాడు. గుర్తు పట్టకుండా ఉండటానికి గడ్డాన్ని గీసుకోవడం, వెంద్రుకలు కృతిరించుకోవడం ద్వారా నీక్కు మత విశ్వాసాల ఉల్లంఘనకు సింగ్ పాల్వడ్డాడు. భగత్ సింగ్ వంటి విప్పవకారులను అణచివేయడం కోసం భారత రక్షణ చట్టమును తీసుకు రావడం ద్వారా పోలీసులకు బ్రిటీష్ ప్రభుత్వం మరింత అధికారం కల్పించింది. ఆ చట్టాన్ని వ్యతిహరిసేకస్తూ అది ఆమోదితం కానున్న కేంద్ర శాసనసభవై బాంబు పేలుదుకు పొందుటాన్ని సామ్యపాద గణతంత్ర సంఘం వ్యూహపరచు చేసింది. బాంబు పేలుదుకు భగత్ సింగ్ ప్రయత్నించకుండా మరో ప్రముఖ విప్పవకారుడు చంద్రశేఖర్ ఆద్యాద్ అడ్డుకున్నాడు. అయితే సింగ్ ఆవయాలను అంగీకరించే విధంగా మిగిలిన పాటీ సభ్యులు ఆయనపై బత్తిది తీసుకొచ్చారు. శాసనసభ వసారాపై భగత్ సింగ్తో పాటు మరో విప్పవకారుడు 8 ఏప్రిల్ 1929న సింగ్, దత్తులు బాంబు విసిరి, “ఇంక్షిలాబ్ జిందాబాద్ అని నినదిస్తు పలు కరపత్రాలను వెదజల్లారు.

కేంద్ర ఆసంబ్లీ అవరణలో కరపత్రం విసిరివేత, బాంబు దాడి వల్ల ఏ ఒక్కరూ మరణించడం గానీ గాయపడటం గానీ జరగలేదు. తమ వ్యూహంలో భాగంగా ఉద్దేశ్యపూర్వకంగానే జాగ్రత్తతో దాడి చేసినట్లు సింగ్, దత్త అంగీకరించారు. బాంబు గాయపరిచేటంత శక్తిమంతమైంది కాదని బ్రిటీష్ ఫోర్సెర్నీస్ విచారణాధికారులు కూడా తేల్చిచెప్పారు. వాస్తవానికి బాంబు జనాలకు దూర బాంబు దాడి తర్వాత సింగ్, దత్త ఇడ్జర్రూల్ లొంగిసోయారు. సింగ్ అరెస్టు అనంతరం శాసనసభ పేలుదువై విచారణ

క్రీధ నామ సంపత్తర ఉ

‘యుగం(యన్న) లేదా కాలం’ మరియు ‘ఆది(ప్రారంభం)’ అనే పదాల కలయికతో ఉగాది లేదా యుగాది (నవ యుగానికి నాంది) పండుగ ఉధ్వించింది. విశ్వ స్పృష్టి తౌలి రోజుగా ఉగాదిని నమ్ముతారు. ఉగాది అంటే గతాన్ని విచిచి పెట్టి, సానుకూల మనస్సుతో జీవితంలో నూతన దశకు నాంది పలకడం. చాంద్రమాన క్యాలెండర్ లేదా పంచాంగం ప్రకారం నూతన సంవత్సర మొదటి రోజును ఉగాది పర్వదినంగా ఆంధ్ర, తెలంగాణ కర్నాటక, గోవ రాష్ట్రంల ప్రజలు ఘనంగా జరుపుకుంటారు. హిందూ క్యాలెండర్ ప్రకారం చైత్ర మాస తొలి రోజును ఉగాదిగా ఈ ఏండ్రియన్ క్రీగోరియన్ క్యాలెండర్ ప్రకారం 09 ఏప్రిల్ 2024 రోజును నిర్వహించుకుంటారు. ఇదే రోజున మహారాష్ట్ర ఎంపీ, దాద్రా నగర్ హావేలి దమన్ - దయూలలోని హిందువులు ‘గుడి పద్మా’ అనే పేరుతో పండుగ జరుపుకుంటారు.

- ಉಗಾದಿ ಪಂಡುಗ ರೋಜ್‌ನ ಸೂರ್ಯೋದಯಾನಿಕಿ ಪೂರ್ವಮೇ ತೈಲ ಸ್ನಾನಾಲು ಚೆಯುದು ಕೊತ್ತ ವ್ಯಾಪಾರಾಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಂಚದ್ದಂ, ಮಾಮಿಡಿ ಆಕುಲತ್ವೆ ತೋರಣಾಲು ಕಟ್ಟದು ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಉಟ್ಟಿಪಡೆ ನೂತನ ವಸ್ತ್ರಾಲು ಧರಿಂಚದ್ದಂ, ರುಖಿಕರುಮೈನ ಸಾಂಪ್ರದಾಯ ವಂಟಕಾಲು ಅರಗಿಂಚದ್ದಂ, ಇಂಡ್ಸನು ವರಿಶುಭ್ರಂಗಾ ರಂಗುಲತ್ವೆ ಅಲಂಕರಿಂಚದ್ದಂ, ಅಲಯಾಲ್ಲೋ ಪ್ರಾರ್ಥನಾಲು ಚೆಯುದು, ಶೀಪಿ ಚೆದು ಪುಡುಮಲ (ವೇವ ಪುವ್ವು ಕಾರಂ, ಚಿಂತಪಂಡ, ಬೆಲ್ಲಂ, ಉಪ್ಪು), ಮಾಮಿಡಿ ಕಾಯ ಮುಕ್ಕುಲು ಉಗಾದಿ ಪಂಚಾಂತ್ರಿನಿ ಸೇವಿಂಚದ್ದಂ ಲಾಂಬೆ ಆರ್ಥಿಕಾಂತಾಲು ಚೆಯುದು ಪರಿಪಾಠಿ

A painting of Mahatma Gandhi, known as Bapuji. He is depicted from the waist up, wearing a white short-sleeved shirt, a blue dhoti, and a purple turban. He has a mustache and is looking slightly to his right. He is holding a flagpole with the Indian national flag. The background is a stylized representation of the Indian tricolor (orange, white, and green) with the Ashoka Chakra in the center.

క్రింది నామ సంవత్సర ఉగాది పర్వటిన సంబరాలు

‘యుగం(వయస్సు లేదా కాలం)’ మరియు ‘ఆది(ప్రారంభం)’ అనే పదాలకలయితకతో ఉగాది లేదా యుగాది (నవ యుగానికి నాంది) పండుగ ఉధృవించింది. విశ్వ స్వాష్టి తొలి రోజుగా ఉగాదిని నమ్ముతారు. ఉగాదిని అంటే గతాన్ని విచిచి పెట్టి, సానుకూల మనస్సుతో జీవితంలో నూతనశక్తుని నాంది పలకడం. చాంద్రమాన క్యాలెండర్ లేదా పంచాంగం ప్రకారం నూతన సంవత్సర మొదటి రోజును ఉగాది పర్వదినంగా ఆంధ్ర, తెలంగాణ కర్ణాటక, గోవా రాష్ట్రాల ప్రజలు ఘనంగా జరుపుకుంటారు. హిందూ క్యాలెండర్ ప్రకారం శైత్ర మాస తొలి రోజును ఉగాదిగా ఈ ఏపాది గ్రిగోరియన్ క్యాలెండర్ ప్రకారం 09 ఏప్రిల్ 2024 రోజున నిర్వహించుకుంటారు. ఇదీ రోజున మహారాష్ట్ర, ఎంపి, దాద్రా నగర్ హెవెలి దమన్ - దయూల్ లోని హిందువులు ‘గుడి పద్మా’ అనే పేరుతో పండుగ జరుపుకుంటారు.

ఉగాది పురుచుల పచ్చడి:

- ఉగాది పండుగ రోజున సూర్యోదయానికి పూర్వమే తేల స్నానాలు చేయడం కొత్త వ్యాపారాలు ప్రారంభించడం, మామిడి ఆకులతో తోరణాలు కట్టడం సంస్కృతి ఉట్టిపడే సూతను వస్తోలు థరించడం, రుచికరమైన సాంప్రదాయ వంటకాలు ఆరగించడం, ఇండ్ర ను వరిశుభ్రంగా రంగులతో అలంకరించడం, అలయాల్లో ప్రార్థనలు చేయడం, తీపి చేదు పుడుచులు (పేప పువ్వు, కారం, చింతపండు, బెల్లం, ఉప్పు), మామిడి కాయ ముక్కలు ఉగాది పచ్చడిని సేవించడం లాంటి ఆర్థిటాలు చేయడం పిలిపాలి

ఉబోయే వసంత రుతువును కూడా సాగుబడి కాలానికి రైతులు స్వాగతం పలుకుతారు. ఉగాది వర్షదిన బుభ్వేళ బ్రహ్మ, గణేశుడు, లక్ష్మీ దేవి, మాతాపార్వతి, విష్ణువు, రాముడు లాంటి దేవతలను ఉగాది రోజున పూజిస్తారు.

క్రోధి నామ సంవత్సరం:

ఉగాది పండుగ రోజున పంచాంగ త్రవణాలు, జాతక విశేషాలు తెలుసుకోవడం ఆచారంగా వస్తువ్వది. 60 సంవత్సరాల రక్తంలో “ప్రభవ” నుంచి “అక్షయ” సంవత్సరాల జాబితాలో 38వ “క్రోధి” నామ సంవత్సరం ఆరంభం 09 ఏప్రిల్ 2024న ఉగాది పండుగను జరుపుకునేందుకు ఏర్పాట్లు చేసుకుంటున్నాం. క్రోధి నామ సంవత్సరంలో సూర్యుడు ధాన్యాధిపతిగా పంటల ధరలు పెరుగుతాయిని, చమరు బావల్లో ప్రమాదాలు పెరుగువున్ని, నీట మునిగిన పురావస్తు కోటలు బయట పడతాయిని, అధిక వర్షపూతంతో పంటలు బాగా పండుతాయానే పలు పంచాంగ త్రవణ సూచనలు చేయడం జరుగుతోంది. “శోభక్తుతు” నాసాదర వీడీఓల్సు పలుకుతూ, “క్రోధి” నామ సంవత్సరానికి ఆహోను పలుకుతూ, వచ్చే ఏడాది “విశ్వాపను” ఉగాదికి అశావహ దృక్పథంతో ఎదురుచూస్తూ, ఉబోయే సాధారణ ఎన్నికల్లో అర్పులన నిస్సార్ల సేవకులను ఎన్నుకొని శాంతి సౌభాగ్యాలతో భారతీయ జనులు జీవనయనం చేద్దాం, క్రోధి లేదా కోపాన్ని జయించి సుఖ జీవనం గడుపుదాం.

దగ్గబాటి దుష్టచారం మానుకో ... వేయర్ లనీల్ నలీం.

A photograph of a man with dark hair and a mustache, wearing a white button-down shirt. He is seated at a table, looking slightly to his right with a thoughtful expression. His right hand is raised with fingers spread, while his left hand rests on the table. The background shows a wooden interior with a hanging lamp.



గా నిత్యం ప్రజలలోనే ఉండని అర్థార్తి కూడా ప్రజలు నేరుగా వెళ్లి తమ సమస్యలు చెప్పుకునే స్వేచ్ఛ వారి వద్ద ఉండన్నారు. కరోనా విపత్తులో తన వయసుని సైతం లెక్కచేయకుండా బసియూ వార్డులలోకి సైతం వెళ్లి కోవిడ్ బాధితులతో మాటల్లాడి ఎమ్ముచ్చే అనంత వెంకటరామిరెడ్డి భర్తాసా నింటిన తీరును నగర ప్రజలను ఎప్పిని అడిగినా చెమతారన్నారు. అదేవిధంగా అనంతపురం నగరంలో మాడు రోజులపాటు వరద ప్రభావిత ప్రాంతాలలోనే వరద నీటిలోనే ఎమ్ముచ్చే అనంత వెంకటరామిరెడ్డి పర్యాణిస్తూ బాధితులకు అండగా నిలివిన తీరును ఆ ప్రాంత ప్రజలను అడిగి తెలునుకో వాలని సూచించారు. అనంతపురం నగరంలో ఎమ్ముచ్చే అనంత వెంకటరామిరెడ్డి చేసిన అభివృద్ధి నీవు ప్రచారానికి వెళ్లే ఏ ప్రాంత ప్రజలను అడిగినా చెపుతారని పేర్కొన్నారు. తెలుగుదేశం పారీకీ ఎప్పుడు వని చేయలేదని గాలివాటం తీకట్ తెచ్చుకున్నవని నీవు నీ పార్టీ నేతులే సహకరించని పరిణితి ఉండన్నారు. ఇలాంటి పరిణితుల్లో ఎంతో ఉన్నట వ్యక్తిగ్రం కలిగిన ఎమ్ముచ్చే అనంత వెంకటరామిరెడ్డిని కించపరిచేలా మాటల్లాడితే ప్రజలే నశైన నీతిలో బుద్ధిచెపుతారని పోచురించారు. అనంతపురం నగరంలో ఎప్పుడూ లేని అభివృద్ధి జరిగింది. గత పాలకపరము, గత ఎమ్ముచ్చే హాయాంలో నిత్యం వర్సెంటేజ్ ల కోసం, అవినీతి సామ్యుల కోసం ఘర్షణ పడింది విమర్శలు చేసుకున్నది వాస్తవమో కాదు ఓసారి తెలుసుకోవాలన్నారు. ప్రస్తుత పాలకపరము, అనంతపురం ఎమ్ముచ్చే అనంత వెంకటరామిరెడ్డి సహకారంతో అభివృద్ధి ధ్వయంగా, అవినీతికి తావు లేకుండా పాలన సాధ్యుంటే ఎన్నికల్లో టికెట్లు పొందిన అనంతరం అనంతపురం కు వచ్చిన నీవు అవినీతి గురించి మాటల్లాడుతుంటే వోస్సుపుదంగా ఉండన్నారు.

పాలకుర్తి ఏప్రిల్
మండలం గూడు
మల్లన్నె బీం జనగా
తండ్రి కాసోజు ల
అనారోగ్యంతో ॥
మరణం వార్త విని

A photograph showing a group of six people (four men and two women) standing around a table. The table is covered with a pink and white checkered cloth and has a small pink flower on it. In the background, there is a portrait of a man in a yellow frame and a blue plaque with text in Telugu. The people are dressed in casual attire, and the setting appears to be an indoor room.

పారిశ్యం కాల్చుకులకు ఉచిత గుండె వైద్య ఏలీక్స్‌లు



హనుమకొండ, ఏప్రిల్ 07(వుదయం ప్రతినిధి) : ప్రవంచ ఆరోగ్య దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకొని ఇండియన్ మెడికల్ అసోసియేషన్ వరంగల్ శాఖ అధ్యయనాలో ఆధివారం ట్రైటర్ వరంగల్ మున్సిపల్ కార్బోరేషన్లలోని పొరిశుర్య కార్బోకులకు ఉచిత గుండ వైద్య పరీక్షలు ఈసేస్, 2% ల % -జక్కో, ముగర్ ఇతర పరీక్షలు నిర్వహించారు. ముఖ్య అతిథిగా మున్సిపల్ కమీషనర్ డా.ఆశ్విని తానాజీ వాఖదే గుండ శిబిరాన్ని ప్రారంభించారు. మున్సిపల్ పొరిశుర్య కార్బోకులకు గుండ వైద్య శిబిరం నిర్వహించినందుకు ఐఎంపి వరంగల్ వారిని అభినందించారు. ఈ సందర్భంగా అధ్యక్షులు డా.ఆస్వర్ మియా మాట్లాడుతూ త్రినగరంలోని పొరిశుర్య వనులు చేస్తూ ప్రజల అరోగ్యాన్ని కాపూడుతున్న కార్బోకుల అరోగ్య బాధ్యత మాది అని వారికి ఎలాంటి అరోగ్య సమస్యలున్న దృష్టికి తీసుకొస్తే ఘూర్తి ఉచితంగ

ప్రయోగ తలాద్వామన శతాబ్ది. ఈ కార్బూక్షమంల నిర్మాలన స్థామణి గుండ వైద్య నిపుణులు పాల్గొని 820 మండికి వైద్య పరీక్షలు చేసి ఉచితంగా మందులు పంపిణి చేశారు. ఈ కార్బూక్షములో సేవలంచిన గుండ వైద్య నిపుణులు దా.మమతా రెడ్డి, దా.రామ్ రెడ్డి, దా.పట్టి.దా. రామకృష్ణ రెడ్డి, దా. మాధవి భోగల్, దా. భగీరథి, దా.ఫీనింద్ర, దా.మల్లికార్జున్ లనసు ఇండియన్ మెడికల్ అసెస్‌మెంట్ రాష్ట్ర అధ్యక్షులు దా. కాళీ ప్రసాదరావు అభినందించారు. ఈ కార్బూక్షమంలో రాష్ట్ర ఐఎంఎలధ్యక్షులు దా.కాళీ ప్రసాదరావు, కోణధికారి దా.దిద్ది శివార్ణ కుమార్, రావు, దా.నాగార్జున్ రెడ్డి, దా.వెంకటస్వామి దా.అజిత్, దా.మేములపల్లి నరస్వే, దా.తెలుగు రామకృష్ణ దా.శిరీష్ దా.తిరుపతి రెడ్డి, దా.బందెల మౌర్యన్, దా.పోలా నటరాజ్, మున్సిపల్ వైద్యధికారి దా.రాజ్యేష్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ଜ୍ଞାନଶ୍ଵର ଅରକ୍ଷତ ବାଲୁରକୁ

ନଂତର ଦ୍ୱାରା ଦିଲ୍ଲି କାମିକଣ..



మందస్త ఉగాది సంబరాలు.



కూచిపూడి నాట్యంలో చిన్నాలి పత్రిజ



నిర్వహిం జిల్లా ,విప్రీల్ 07 (పుదుయం
ప్రతినిధి): శనివారం హైదరాబాదులో
మయ్యారి ఆఫ్ ఆధ్వర్యంలో భారతదేశ
గౌరవ పురస్కారాలు 2024 కార్యక్రమంలో
కూచిపూడి నృత్య ప్రదర్శనలో పట్టణంలోని
విజయనగర్ కాలనీ చెందిన జ ప్రవీణ్ రిజిత
దంపతుల కూతురు శరణ్ త్తుమ ప్రతిభ
కనబలిచి భారత దేశ గౌరవ పురస్కారం
తోపాటు ప్రశంసన పత్రాన్ని అందుకున్నారు.
ఈ సందర్భంగా చిన్నారి శరణ్ ను నాట్య
గురువు నవ్య, కాలనీ వానులు

వేడదెబ్బపై అవ్వాపోనీ కీల్పించిన వైద్యులు

వికారాబాద్, ఏల్ఫిల్ (ఎ.ఎ.ఎన్): వికారాబాద్ జిల్లా కుల్మకుర్ర మండల కేంద్రంలోని ప్రభుత్వ ప్రాధిమిక ఆరోగ్య కేంద్రం వద్ద డాక్టర్ మాధురి ఉపాధి కూలీలకు, ప్రజలకు వడదెబ్బ పై అవగాహన కల్పించారు. ఈ సందర్భంగా ఆమె మాటల్డుతూ. ఎండ తీవ్రత ఎక్కువగా ఉన్నందువల్ల ఉపాధి కూలీలు ఉదయం సమయంలోనే పనిచేయాలన్నారు.

ఓ ఆర్ ఎన్ ప్యాకెట్ అందుబాటులో ఉంచడం జరిగిందని తెలిపారు. ఈ కార్బూక్షమంలో ని హెచ్ ఓ చంద్రప్రకాష్, శదిశ్వరుడు, పోల్స్ లార్

ప్రభుత్వ వివ్ ఆలేరు ఎమైల్స్ జీర్ ఎలయ్య గారికి ఘన సన్మానం



ప్రైంటర్ రాబాద్, విఫ్రెల్ 07(పుదయం ప్రతినిధి): తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వ విష అలీరు ఎమ్మెల్సే బిల్డ ఐలయ్య శ్రీశైల మణిక్షేత్రానికి వెళ్తున్న సందర్భంగా ఆదివారం వెళ్లండ మండల కేంద్రంలోని కాంగ్రెస్ నాయకులు మాజీ సర్పంచ్ భూపతి రెడ్డి నివాసానికి విచేసిన సందర్భంగా, ఆయనకు ఘన స్వాగతం వలికారు అనంతరం మాజీ సర్పంచ్ భూపతిరెడ్డి, ,

ମେଲ୍‌ଟେକ୍ ବିଜ୍ଞାନ

మీల్నె జాతీయరంగ పాలకుని ప్రత్యేక
ప్రాజలు నిర్వహించిన ఆది శ్రీసివాస్



కోరుట్ల ప్రిల్ 07 (వుదయం ప్రతినిధి) కథలాపూర్ మండలం
 ఊట్లుల్లి గ్రామంలో ఆదివారం నిర్వహించిన మల్లన్న జాతర
 కార్యక్రమంలో పాల్గొని ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించిన ప్రభుత్వా
 వివ్ వేములవాడ నియోజకవర్గ శాసనసభ్యులు ఆది శ్రీనివాస్ రథ
 కార్యక్రమంలో ప్రభుత్వ వివ్ ఎవ్వుల్సే అది శ్రీనివాస తో పాటు
 కాంగ్రెస్ పార్టీ సీనియర్ నాయకులు చెదలు సత్యనారాయణ
 కథలాపూర్ మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షులు కాయితి నాగరాజు
 కాంగ్రెస్ పార్టీ విధి పౌచాల నాయకులు కార్యకర్తలు మల్లన్న
 జాతర ఉత్సవ కమిటీ సభ్యులు గ్రామ యువకులు మహిళలు

కడియం టార్కెట్‌గా గులాబీ వ్యాఖ్యానాలు



వరంగల్ : వరంగల్ జిల్లా అధికారి, ప్రతిపక్ష రాజకీయ పార్టీల నేతలకు కడియం శ్రీహరి టార్డెట్స్ గా మారారు. కొంత మంది బాహాటంగా.. మరికొంతమంది సైలెంట్స్ గా ఆయనకు వ్యతిశేషంగా పాపలు కదులుతున్నారు. స్టేప్స్ ఫుంఫూర్ ఎమ్మెల్యేకు రాజకీయంగా ఉచ్చు బిగించేందుకు వ్యాహోలు రచిస్తున్నారు. ఎమ్మెల్యేగా గెలిచాక పార్టీ మారారనే అక్కస్తు భీతిఏన్ నేతల్లో కనిపిస్తుండగా.. తమ టీటెట్టుకు ఎనరు పెట్టి కాంగ్రెస్ లో కీలకమవుతున్నారనే ఆగ్రహం ‘హస్తం’ నేతల్లో కనిపిస్తున్నది. అనుహృంగా కాంగ్రెస్ లోకి జంప్ అయిన కడియం శ్రీహరిని రాజకీయంగా దెబ్బకొట్టేందుకు భీతిఏన్ వ్యాహోలు రచిస్తున్నది. కడియం కావ్యసు పార్లమెంట్ ఎన్నికల్లో ఓడించాలనే భీతిఏన్ ఎమ్మెల్యేలు మాజీ మంత్రులు, మాజీ ఎమ్మెల్యేలు, ఎమ్మెల్యీలు గట్టి పట్టుదలతో కనిపిస్తున్నారు. వరంగల్ పార్లమెంట్ సన్మాహేక సమావేశంలో కడియం శ్రీహరిని లక్ష్మంగా చేసుకుని నేతలు మాట్లాడటం గమనార్థం. ఈ సమావేశంలో పెద్ది సుదర్శన్ రెడ్డి, చల్లా ధర్మారెడ్డి, గండు వెంకట రమణారెడ్డి, సారయ్య, పోచంపల్లి శ్రీనివాసరెడ్డి, పల్లా రాజేశ్వర్ రెడ్డి కడియంపై ఓ రేంజ్లో ఛైర్యార్థ. మాజీమంత్రి ఎవరబెల్లి దయాకర్నరావు అయితే కడియం శ్రీహరిని రాజకీయాల్లో ఓడించేది తానెనంటూ వేదిక మిాద సుంచి ప్రకటించారు. భీతిఏన్ ముఖ్య నేతలంతా కడియం శ్రీహరి వ్యక్తిగత వ్యవహరం, రాజకీయ జీవితంపై తీవ్ర స్థాయిలో విమర్శలు చేశారు. రాజకీయంగా అనుసరించాల్సిన వ్యాహంపై మార్గనిర్దేశం చేశారు. కడియం శ్రీహరి పార్టీకి ద్రోహం చేశారని, ఇదే అంశాన్ని ప్రచారార్థంగా మలుచుకోవాలని భీతిఏన్ భావిస్తున్నది. కాంగ్రెస్ లోకి వచ్చి.. కూతురికి డికెట్ ఇప్పించుకుంటున్న కడియంపై కాంగ్రెస్ నేతలు సైతం అగ్రహంతో ఉన్నారు. కాంగ్రెస్ ఎమ్మెల్యేలు సైతం కడియం రాక్కా అసంతుష్టితో ఉన్నట్టు ప్రచారం జరుగుతున్నది. కడియం రావడంతో తమకు ఇఖ్యంది అనే భావనలో ఉన్నట్టు సమాచారం. మంత్రులుగా ఉన్న సీతక్క కొండా సురేఖలు సైతం ఇదే అభిప్రాయంతో

ఆరాటపడుతున్నారు. దీనికోసం పోరాటం మొదలు పెట్టారు బీఅర్వెన్ విషర్లు, ఆరోపణలపై ఎదురుదాచి చేస్తున్నారు బీఅర్వెన్ లక్ష్యాన్ని, కాంగ్రెస్ అంతర్గత ప్రతికూలతలన పసిగట్టిన పూజహత్తుకంగా మందుగు వేస్తున్నారు. మరోపెష కాంగ్రెస్ అధికారీసును పెద్దల సూచనలతో కడియం శ్రీహరి తన సీనియరారిటీ పక్కన పెట్టి.. కూతురు కావ్యము గెలిపించి ఖాధ్యతను తీసుకోవాలంటూ మంత్రి కొండా సురేభి ఎమ్మెల్చేలు నాయినిరాజేందర్ రెడ్డి, నాగరూజు, రేవురారి ప్రకాశ రెడ్డిల ఇంచికి స్వయంగా వెళ్లి మధ్యతు కోరడం గమనార్థం వరంగల్ నుంచి బీజేపీ అబ్బార్థిగా ఆరూరి రమేష్ బిరీలి దిగుతుండగా.. బీఅర్వెన్ అభ్బార్థి ఎవరనేది స్వప్తత రాలేదు కాంగ్రెస్, బీఅర్వెన్, బీజేపీ బలంగా కనిపిస్తున్న ఈ సెగ్యుట్లలో టఫ్ ప్లెట్ ఉండనుండన్న విశేషణలు వస్తున్నాయి దీంతో వరంగల్ స్థానంపై రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ఆసక్తి నెలకొన్నది.

మరీ నలుగురు గ్యారంటీ



ప్రాదీరాబాద : వాళ్లమంటు ఎన్నికల వెళ్ల తలంగాణలు అత్యంత గడ్డ పరిస్థితి ఎదురుంటున్న పార్టీ ఏదైనా ఉంది అంటే అది పదేళ్ల రాష్ట్రాన్ని ఏలిన బీఆర్వెన్సె. అధికారం కోల్పోయిన వెంటనే ఊన్నాళ్లూ ఆ పార్టీలో పదవులు అనుభవించిన నేతలు గులాబీ పార్టీకి గుడ్చై చెబుతున్నారు. అధికారం ఎక్కడ ఉంటే.. తాము అక్కడ అన్నట్లు చొక్కాలు మార్పినంత ఈజ్యోగా పార్టీ మారుతున్నారు. ఇప్పటికే ఇద్దరు సిటీంగ్ ఎమ్మెల్యేలు, ముగ్గురు సిటీంగ్ ఎంపిలు జంప్ అయ్యారు. ఇక కీలక, సీనియర్ నాయకులు సైతం సెలవం టూ పెళ్లిపోతున్నారు. ఇంకా అనేక మంది అధికార పార్టీతో టచ్చలో ఊన్నారన్న ప్రచారం జరుగుతోంది. ఇక బీఆర్వెన్ ఎమ్మెల్యేలు చేరిక విషయంలో అధికార కాంగ్రెస్ కూడా వ్యాప్త త్వకుంగా వ్యవహారిస్తోంది. గోప్యత పాటిస్తోంది. తుక్కుకూడ సభలో చేరేవారి పేర్లు వెల్లడించడంలేదు. ఇటు గులాబీ భవన్, అటు గాంధీ భవన్ నుంచి అందుతున్న సమాచారం ప్రకారం.. నలుగురు బీఆర్వెన్ ఎమ్మెల్యేలు కాంగ్రెస్ తీర్థం పుష్పకుంటారని ప్రచారం జరుగుతోంది. మరోవైపు పది మంది వరకు ఉన్నట్లు కూడా తెలుస్తోంది. ఈమేరకు ఇప్పటికే చర్చలు, సంప్రదింపులు వ్యాప్తయనట్లు గాంధీ భవన్ నుంచి సమాచారం అందుతోంది. గతంలో కాంగ్రెస్‌లో పనిచేసి పీసిసీ చీఫ్‌గా బాధ్యతలు నిర్విత్తంచి పదేళ్ల క్రితం బీఆర్వెన్‌లోచేరిన నేత కే.కె.శపరాపు. ఇటీవలే మళ్లీ సాంతగుణాటికి వచ్చారు. ఇప్పుడు ఆవరేషన్ ఆకర్షణ్లో భాగంగా సింపం రేవంతెడ్డి.. బీఆర్వెన్ నుంచి కాంగ్రెస్‌లో చేరే నేతలు, ఎమ్మెల్యేలను చూసుకోవాల్సిన బాధ్యతలను కేకేకు అప్పించినట్లు తెలుస్తోంది. ఆ పార్టీతో పదేళ్ల తనకు ఉన్న పరిపయాలతో వీతైనంత ఎక్కువ మందిని కాంగ్రెస్‌లోకి తీసుకురావాలని యత్నిస్తున్నట్లు సమాచారం. ఈమేరకు కేకే మంతనాలు జరుపుతున్నారుని తెలుస్తోంది. టీడీపీ నేతలను కూడా కాంగ్రెస్‌లో చేరుందకు కేకేతో చర్చలు జరుతున్నట్లు సమాచారం. 10 సంవత్సరాలు ఒక వెలుగు వెలిగి..

వాయువు గేటును ఉపయోగించేవారు. ఇక్కడ వాయువు గేటు నుంచి కాకుండా ఈశాన్య గేటు నుంచి రాకపోకల సాగించాలని కేసీఆర్, ఇతర భారత రాష్ట్ర సమితి కీలు నేతులకు వాస్తు పండితులు నూచించారని తెలుస్తోంది ఇందులో భాగంగానే ఈశాన్యం గేటు నుంచి రాకపోకల సాగించేలా కొత్తగా ర్యాంప్ ఏర్పాటు చేశారు. వాయువు గేటు కూడా మూసి వేసినట్టు తెలుస్తోంది. సే.. మొత్తానికి భారత రాష్ట్ర సమితి ఓటమికి ఆ గేటు సరిగా లేకపోవడవే కారణమా? ఇప్పుడు గేటు సరి చేశారు కాబట్టి ఇక్కడ భారత రాష్ట్ర సమితికి అంతా లాభమే జరుగుతుందా.. పోర్ట్ మెంట్ ఎన్నికల్లో గణనీయమైన సంఘ్యలో స్థానాలు గిలుచుకుటుందా? ఏమా దీనికి కాలమే సమాధానం చెప్పాలి.

ಪ್ರಪಂಚಂಲ್ಲಿ ಭಾರತ ಕು ಅತ್ಯನ್ನತ ಗೌರವಂ ಪೆಲಗಿಂದ

ప్రాదర్శాద్ : భారతీయ జనతా పార్టీ వ్యవస్థాపక దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని భారతీయ జనతా పార్టీ రాష్ట్ర కార్యాలయంలో ఘనంగా వేడుకలు నిర్వహించడం జరిగింది. ఈ వేడుకల సందర్భంగా బిజెపి తెలంగాణ రాష్ట్ర అధ్యక్షులు కిఫన్ రెడ్డి పార్టీ కార్యకర్తలకు దిశనిర్దేశం చేసారు. కిఫన్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ భారతీయ జనతా పార్టీ కార్యకర్తలు, ప్రజలందరికి భారతీయ జనతా పార్టీ వ్యవస్థాపక దినోత్సవం శుభాకాంక్షలు. తెలంగాణ ప్రజలకు, బిజెపి కార్యకర్తలకు ప్రధాని నరేంద్ర మోది, బిజెపి జాతీయ అధ్యక్షులు జీవీ నడ్డా తరఫున హృదయపూర్వక శుభాకాంక్షలు తెలియజేస్తున్నాను. 1980 ఏప్రిల్ నేడిన అటల్ బిహారి వాజ్ పేయి, లాల్ కృష్ణ అద్వానీ నేతృత్వంలో భారతీయ జనతా పార్టీని స్థాపించడం జరిగింది. నేడు నరేంద్ర మోది నేతృత్వంలో గత తొమ్మిదినురేట్లుగా ప్రతి కార్యకర్త చాలా సంతోషంగా, అత్యవిశ్వాసంతో పనిచేస్తున్నారు. 1980లో కళ్చీర్ హిందుస్థాన్ క నహీ కిసి బావ్ క నినాదంతో ఆర్టికల్ 370 రద్దుతో కళ్చీర్ భారతదేశంలో అంతర్వాగం అయింది. కాంగ్రెస్ హాయంలో కళ్చీర్ లో జిన్నా రాజ్యాంగం నడిచేది. ఆర్టికల్ 370ని రద్దు చేసి.. నేడు జమ్ము కళ్చీర్ లో కూడా దాక్షర్ బాబా సాహెబ్ అంబేద్కర్ రాజ్యాంగాన్ని అమలు జరుగుతోంది. నరేంద్ర మోది గారి నాయత్వంలో ఆర్టికల్ 370 రద్దు చేసి జమ్ము కళ్చీర్ ప్రజలకు అనేక రకాల హక్కులు కల్పించి, అభివృద్ధి చేస్తున్నాం. లాల్ కృష్ణ అద్వానీ హిమాచల్ ప్రదేశ్ లో జిఖిన హమీ ప్రకారం మోది నేతృత్వంలో

ఆయోధ్యలో రామవుందిరం నిర్మాణం జరిగింది. ముస్లిం ఆడవిడ్జలకు సోదరుడుగా మోదీ అన్నిరకాల హక్కులు కల్పించి అండగా నిలబడ్డారు. పండిత్ దీన్ దయార్థ ఉపాధ్యాయ అంత్యేధయ విధానం ద్వారా ప్రభుత్వ ఫలాలు ప్రతి పేదవాడి అందాలనే లక్ష్మీనికి అనుగుణంగా.. నరేంద్ర మోదీ గారి నేతృత్వంలో పేద మహిళలకు ఇండ్ల నిర్మాణం, వంట గ్యాన్ కనెక్షన్లు, బ్యాంకు ఆకోంట్లు ఇప్పడం, మరుగుదొడ్డ నిర్మాణం, ఆయుష్మాన్ భారత్ కార్డులు వంటి అనేక పథకాల ద్వారా సంక్లేషమం అందుతోంది. మోదీ ప్రపంచంలో అత్యధిక ప్రజాధరణ కలిగిన నాయకుడిగా నిచిచారు. ప్రపంచంలో భారత్ కు అత్యున్నత గౌరవం పెరిగింది. ప్రపంచమంతా భారత్ వైపు చూస్తోంది. భారతదేశాన్ని విశ్వగురువుగా నిలిచేలా మోదీ కృష్ణ చేస్తున్నారు. రాసున్న పార్ట్ మెంటు ఎన్నికల్లో ఎస్తేయే కు 400 సీట్లు సాధించే లక్ష్మింతో ఫిర్ ఏం బార్ మోదీ సర్కార్.. అట్ కీ బార్ 400 పార్ నినాదాన్ని దేశంలో ప్రతి ఇంటింటా నినదిస్తున్నారు. తెలంగాణలో బీఎస్ పార్ట్ రోజురోజుకీ కనుమరగుతోంది. కాంగ్రెస్ పార్ట్ గ్యారంటీలను గాలికొదిలేశారు. గారడ్ మాటలతో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం నడుస్తోంది. గత అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో తెలంగాణ ప్రజలకు 6 గ్యారంటీలు ఇచ్చి 100 రోజుల్లోనే అమలు చేస్తామని రాపుల్ గాంధీ చెప్పారు. మారిచ్చిన హమిలు అమలు జరగలే. తెలంగాణ గడ్డమిాదకు వచ్చే ముందు ప్రజలకు ఇచ్చిన హమిలపై రాపుల్ గాంధీ సమాధానం చెప్పాలి. సీఎం

41 ಹಾತಂ ಪೆಲಗೆನ

ఇండియన్ బిలియన్స్... ఆదాయం

ముంబై : ఫోర్మ్స్ ప్రపంచ కుబెరుల జాబితా విడుదలైంది. దేశంలో ఫోర్మ్స్ జాబితాలో 200 మంది భారతీయులకు చోటు దక్కింది. గతేడాది ఈ సంఖ్య 169 మంది భారతీయులు ఈ జాబితాలో ఉండగా ఈ ఏడాది అది 200 కు చేరింది. నివేదిక ప్రకారం.. భారత బిలియన్సీర్ల మొత్తం సంపద 954 బిలియన్ డాలర్లకు చేరింది. గత ఏడాది 675 బిలియన్ డాలర్లగా ఉండగా.. దాదాపు 41 శాతం పెరిగింది. దేశంలోని అగ్ర బిలియన్సీర్లగా నిలిచిన వ్యక్తుల సంపదలో రిలయ్స్ ఇండస్ట్రీస్ అధినేత ముఖేష్ అంబానీ 116 బిలియన్ డాలర్ నికర సంపదతో జాబితాలో అగ్రస్థానంలో నిలిచారు. 84 బిలియన్ డాలర్ సంపదతో అదానీ గ్రూప్ అధినేత గౌతమ్ అదానీ రెండో స్థానంలో నిలిచారు. తర్వాత స్థానంలో 36.9 డాలర్లతో శివ్సాదార్ ఉన్నారు. 33.5 బిలియన్ డాలర్ సావిత్రి జిందాల్ ఉన్నారు. భారతదేశంలోనే అత్యంత సంపన్మూలికాత సావిత్రి జిందాల్. ఆ తర్వాత స్థానాల్లో 26.7 బిలియన్ డాలర్లతో దిలీష్ సంఖ్యు ఉన్నారు. ప్రపంచ టాప్-10 సంపన్మూల జాబితాలో భారత్ నుంచి ఒక ముఖేష్ అంబానీ మాత్రమే ఉన్నారు. ప్రపంచంలో తొమ్మిదవ అత్యంత సంపన్మూడిగా అంబానీ నిలిచారు. బెర్యార్డ్ ఆర్స్ల్ట్ర మె?దటి స్థానంలో ఉన్నారు. రెండోస్థానంలో ఎలాన్ మన్స్ మూడో స్థానంలో జెఫ్ బెజోన్ ఉన్నారు. ఆ తర్వాతి స్థానాల్లో మార్క్ జికర్బర్గ్, లారీ ఎలిసన్, వార్నెన్ బఫెట్, బిల్ గెట్ట్, స్వీచ్ బాల్ట్ర్, ముఖేష్ అంబానీ, లారీ పేజ్ ఉన్నారు. తాజగా ప్రపంచ కుబెరుల జాబితాలో కొత్తగా 25 మంది భారతీయులకు చోటు దక్కింది. నరేష్ ట్రిపోన్, రమేశ్ కుమార్కస్సన్, రెణుకా జగ్గియాని చోటు దక్కించుకోగా.. జైజు రవీంద్రన్, రోహికా మిస్త్రీ చోటు కోల్పోయారు.

తుక్కగూడకు

మందమర్ల కాంగ్రెస్ నెతులు

మండపురి : చలో తుక్కగూడ భారి బహిరంగ సభ జన జాతరకు మండపురి కాంగ్రెస్ నాయకులు బయలుదేరారు. ఈ సందర్భంగా పట్టణ కాంగ్రెస్ అధ్యక్షులు నోముల ఉపేందర్ గౌడ్ సీనియర్ కాంగ్రెస్ నాయకులు సుదర్శన్ లు మాటల్లడుతూ ఈరోజు కాంగ్రెస్ పార్టీ మేనిఫెస్టో విడుదల చేయడం జరుగుతుండని చెస్వారు శాసనసభ్యులు వివేక వెంకటస్వామి ఆధ్యార్యంలో భారీగా తరలి వెళ్ళడం జరిగిందని ఇప్పటికే అరు గ్యారెంటీ పథకాలు అమల్లోకి వచ్చాయని కాంగ్రెస్ పార్టీ మాట ఇస్తే మాటకు కట్టబడి ఉండి ప్రజలకు అందుబాటులో ఉండి ప్రజల సమస్యలు తీరుస్తుందని ఈ సందర్భంగా నాయకులు తెలియజేయడం జరిగింది ఈ కార్యక్రమంలో మండల కాంగ్రెస్ అధ్యక్షులు బానోతు నిలయ భూక్త కాంగ్రెస్ అధ్యక్షులు గండె రామ్ చందర్ మహిళా కాంగ్రెస్ పట్టణ అధ్యక్షురాలు గడ్డం రజిని సూగురి రాధా దాసరి స్వపంతి యువజన కాంగ్రెస్ నాయకులు ఆకుల అంజి ఆకుదారీలీనివాస్ అందుగుల లక్ష్మీ చిప్పకుర్తి శచిధర్ సలిగుంటి జీవన్ సాపురి గౌరయ్య శంకర్ పెంచల రాయలంగు కనకరాజు అలుగుల నాగరాజు సూతి అంజి గోపతి లింగరయ్య జుమ్మడి శేఖర్ పెద్దపల్లి సత్యనారాయణ మల్లేష్ శంకర్ తదితరులు వెళ్లడం జరిగింది

ದೇಶ ಶೈಯನ್ನು ಕಿರಕು ಸ್ಥಾಪಿಂಚಿನ ಪಾಠ್ಯ ಭಿಜೆಂ ಪಾಠ್ಯ
-ಭಾರತ ದೇಶವ್ಯಾಪ್ತಪಂಚಂ ಲೋ ಅಗ್ರಾಗಿಗಾ ಚೆಯಡಮೇ ಭಿಜೆಂ ಲಕ್ಷ್ಯಂ
-ಸುವರ್ಣಾ ಭಿಜೆಂ 44ನ ಐದುರ್ವ ದಿಕ್ಕೆಂಬು ವೇದಾಕ್ಷರ್ಯಾ

- ఖనంగా బజ్జవ 44వ తప్పుల దనాత్పువ వడుకలు
- బీజేపీ పెద్దపలి జిల్లా అద్దకులు చరిద్దుపట ముఖీల్ రెడ్డి

మంథని : దేశ శ్రేయస్తు కొరకు సాపించిన పార్టీ

ప్రవంచం లో అగ్రగమిగా చేయదమే బీజేపీ లక్ష్మణి బీజేపీ పెద్దపల్లి జిల్లా అధ్యక్షులు వంద్రుపట్ల సునీల్ రెడ్డి అన్నారు. భారతీయ జనతా పార్టీ 44 వ ఆవిధావ దినోత్సవం సందర్భంగా మంథని పట్టణంలో ఏర్పాటు చేసిన ఆవిధావ వేదుకలకు ముఖ్య అతిథిగా జిల్లా అధ్యక్షులు సునీల్ రెడ్డి పాల్గొన్నారు, అనంతరం బీజేపీ కార్యాలయం లో పార్టీ జెండా ఆవిష్కరణ చేసి శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. అనంతరం ఆయన మాటల్డుతూ దేశం కోసం, ధర్యం కోసం పుట్టిన పార్టీ బీజేపీ అని, దేశం లో 2 సీట్లు నుండి 303 సీట్లు తో ఎదిగి మూడోసారి ఘన విజయం సాధించనుందని అన్నారు. ఎలాంటి అవిసీతి, అక్రములు లేని ఒకే ఒక పార్టీ బీజేపీ యేనన్నారు. దేశ అభివృద్ధి, ప్రగతి కొరకు మళ్ళీ ప్రజలు బీజేపీ అవకాశం ఇస్తారని ఎండరో త్యాగ జనుల పోరాట ఫలితం బీజేపీ పార్టీ అని అన్నారు. ఈకార్యక్రమంలో బీజేపీ నాయకులు కొండపాక సత్య ప్రకాష్, సబ్జని సంతోష్, నాంపల్లి రమేష్, బోగోజు శ్రీనివాస్, చిలువేరు సతీష్ లతో పాటు కార్యకర్తలు అధిక సంఖ్య లో పాల్గొన్నారు.

తెలంగాణలో మరొ కొత్త పద్ధకం..

వారికి ఏడాదంతా పని..





ជំនួយ សារិយភ័ណ្ឌ

గ్రోయంగ్ సిఇన్ కోసం, గుమ్మడికాయల్ ఫీన్ పాటక్క !



మెరుగువరుస్తుంది, అలాగే చర్చంపై ఏర్పడే గీతాలను, ముడుతలను తొలగినస్తుంది. సహజసిద్ధమైన పంచు %ద% కూరగాయలు మీ చర్చం కోసం అడ్యుతాలు చేస్తాయి, ఎందుకంటే ఇవి హోనికరమైన రసాయనాలను కలిగి ఉండకపోవడం వల్ల మీ చర్చంపై ఎటువంటి దుష్ప్రభావాలను కలిగి ఉండవ కాబట్టి ఇక్కడ మీ కోసం, గుమ్మడికాయతో ఇంట్లోనే చేసుకోగలిగే కొన్ని ఫేన్-ప్యాక్చ గురించి తెలియజేశాము. అవేమిటో మీరూ చూడండి !1. గుమ్మడికాయ నిమ్మరనం :నిమ్మకాయలు, విటమిన్-సి సిట్రిక్ యాసిద్ధతో పూర్తిగా నిండి ఉండటం వల్ల అవి సహజమైన జీవిగ్ ఐషింట్లా పని చేస్తాయి, ఇవి నల్ని మచ్చలను తగ్గించి, మీ చర్చాన్ని ప్రకాశవంతంగా, కాంతివంతంగా మార్చాయి. కావలసిన పదార్థాలు :1 టేబుల్ స్యాన్ గుమ్మడికాయ గుజ్జలినిమ్మరనం (కొన్ని చుక్కలు)2-3 విటమిన్ క్యాప్సుల్స్ ఎలా ఉపయోగించాలి: ఒక కప్పులో తీసుకున్న గుమ్మడికాయ గుజ్జలు, కొన్ని చుక్కలు నిమ్మరసాన్ని జోడించి, బాగా కలపండి. ఇప్పుడు, 2-3 విటమిన్ క్యాప్సుల్స్ తెరిచి, పైన ఉన్న మిశ్రమానికి కలపాలి. మీరు ఈ ఫేన్ ప్యాక్చు అప్పే చేసే ముఖము, నీటితో మీ ముఖాన్ని శుభ్రపరుచుకోవాలి. మీ ముఖము మెడ మీద ఈ ప్యాక్చు సమానంగా అప్పే చేసి, 15-20 నిమ్మపాాల పాటు అలానే పదిలివేయండి. ఆ తర్వాత సాధారణ నీటితో మీ ముఖాన్ని శుభ్రంగా కడగాలి. మృదువైన చర్చం కోసం, వారంలో ఒకసారి ఈ ఫేన్-ప్యాక్చు ఉపయోగించండి. 2. గుమ్మడికాయ శనగపిండి :శనగపిండి అనేది వివిధ సాందర్భప్రమైన అర్థగ్రే ప్రయోజనాలను అందించే ఒక అడ్యుతమైన చర్చ సంరక్షణ పదార్థం. శనగపిండిలో ఉండే సహజమైన ఎక్స్-ఫోలియేటింగ్ లక్షణాలు, చనిపోయిన చర్చ కణాలను నెమ్మడిగా తొలగించి, వాటి స్ఫోనసంలో కొత్త కణాలను పునరుత్పత్తి చేసేందుకు సహాయపడతాయి. ఇది మీ చర్చ టాన్సు తొలగించి, కాంతివంతమైన చర్చం టోస్టు తయారు చేయడంలో సహాయపడుతుంది, అది మీ చర్చాన్ని ప్రకాశవంతముగా, కోమలముగా కనిపించే లాచు చేస్తుంది. కావాల్సిన పదార్థాలు :1 టేబుల్ స్యాన్ గుమ్మడికాయ గుజ్జలు 2 టీస్మ్యాప్ శనగపిండిబక గిన్సులో 2 టేబుల్ స్యాన్లు శనగపిండితో, 1 టేబుల్ స్యాన్ గుమ్మడికాయ గుజ్జలు కలపాలి. మీ ముఖము మెడ మీద ఈ ప్యాక్చు సమానంగా అప్పే చేసి, 15-20 నిమ్మపాాల పాటు అలానే పదిలివేయండి. అలాగే మీరు కట్ చేసిన దోనకాయ ముక్కలతో మీ కళ్ళను కూడా కప్పుకోవచ్చు. సాధారణ నీటితో మీ ముఖాన్ని శుభ్రంగా కడగాలి. మంచి ఘలితాల కోసం వారంలో ఒకసారి ఈ ఫేన్-ప్యాక్చు ఉపయోగించి చూడండి. 3. గుమ్మడికాయ, తేన పాలు :మీ చర్చాన్ని తక్కణమే తేలికగా మార్చడానికి పచ్చిపాలు బాగా సహాయపడుతుంది. ఎందుకంటే ఈ పచ్చిపాలలో ప్రోటీన్సు, ఎంజెమ్ము, ఖనిజాలు %ద% లాక్టిక్ అప్లుం వంటి వాటితో పూర్తిగా లోడ్ చేయబడుతుంది, ఇవస్తీ చర్చ సౌందర్యాన్ని పెంపాందించేలా దోహదం చేస్తాయి. ఈ పచ్చిపాలు మీ చర్చాన్ని హైడ్రేట్టాన్సు తేమగానూ ఉంచడంతో పాటు, మీ చర్చ ఎండిపోకుండా కాపాడే ఇతర పదార్థాలను కలిగి ఉంటుంది. కావలసిన పదార్థాలు :2 టేబుల్ స్యాన్ గుమ్మడికాయ గుజ్జలు టీస్మ్యాను తేనెతర టీస్మ్యాను పచ్చిపాలుఎలా ఉపయోగించాలి :అన్ని పైన పేర్కొన్న అన్ని పదార్థాలను ఒక గిన్సులో బాగా కలిపి, మృదువైన పేస్టాచేయండి. ఇప్పుడు, మీ ముఖము మెడ మీద ఈ ప్యాక్చు సమానంగా అప్పే చేసి, 15-20 నిమ్మపాాల పాటు అలానే పదిలివేయండి. ఆ తర్వాత, గోరువెన్ని నీటితో మీ ముఖాన్ని శుభ్రంగా కడగాలి. రాత్రి పడుకునే ముందు ఈ ఫేన్ ప్యాక్చు అప్పే చేయాలి. మంచి ఘలితాలను పొందడం కోసం వారంలో 2-3 సార్లు ఉపయోగించండి.

కొబ్బరినీళ్ళ వల్లన ఆరోగ్యానికి హని



: 1 పేబుల్ స్పూన్ గుమ్మడికాయ గుజ్జలినిముర్రసం (కొన్ని చుక్కలు) 2-3 విటమిన్ క్వాప్సూల్స్. ఎలా ఉపయోగించాలి: ఒక కమ్పులో తీసుకున్న గుమ్మడికాయ గుజ్జలు, కొన్ని చుక్కలు నిమ్మరసాన్ని జోడించి, బాగా కలపండి. ఇప్పుడు, 2-3 విటమిన్ క్వాప్సూల్స్ తెరిచి, పైన ఉన్న మిశ్రమానికి కలపాలి. మీరు ఈ ఫేస్ ప్యాక్చు అప్పే చేసే ముందు, నీటితో మీ ముఖాన్ని శుభ్రపరుచుకోవాలి. మీ ముఖము మెడ మీద ఈ ప్యాక్చు సమానంగా అప్పే చేసి, 15-20 నిముషోల పాటు అలానే వదిలివేయండి. ఆ తర్వాత సాధారణ నీటితో మీ ముఖాన్ని శుభ్రంగా కడగాలి. మృదువైన చర్చం కోసం, వారంలో ఒకసారి ఈ ఫేస్-ప్యాక్చు ఉపయోగించండి. 2. గుమ్మడికాయ శనగపిండి : శనగపిండి అనేది వివిధ సాందర్భపరమైన అరోగ్య ప్రయోజనాలను అందించే ఒక అద్భుతమైన చర్చ సంరక్షణ పదార్థం. శనగపిండిలో ఉండే సహజమైన ఎక్స్-ఫోలియేటింగ్ లక్షణాలు, చనిపోయిన చర్చ తేనె పాలు : మీ చర్చాన్ని తళకణించే లేకిగా మార్గదానికి పచ్చిపాలు బాగా సహాయపడుతుంది. ఎందుకంటే ఈ పచ్చిపాలలో ప్రోటీన్స్, ఎంజైమ్లు, ఫినిజాలు %డి % లాక్టిక్ ఆమ్లం వంటి వాటితో పుర్తిగా లోడ్ చేయబడుతుంది, ఇవన్నీ చర్చ సౌందర్యాన్ని పెంపాందించేలా దోహరం చేస్తాయి. ఈ పచ్చిపాలు మీ చర్చాన్ని హైడ్రోటాన్సూ తేమగానూ ఉంచడంతో పాటు, మీ చర్చర్ ఎండిపోకుండా కాపాడే ఇతర పదార్థాలను కలిగి ఉంటుంది. కావలిసిన పదార్థాలు : 2 పేబుల్ స్పూన్ల గుమ్మడికాయ గుజ్జలి టీస్పూను తేనెలర టీస్పూను పచ్చిపాలువలా ఉపయోగించాలి : అన్ని పైన పేర్కొన్న అన్ని పదార్థాలను ఒక గిన్సేలో బాగా కలిపి, మృదువైన పేస్టా చేయండి. ఇప్పుడు, మీ ముఖము మెడ మీద ఈ ప్యాక్చు సమానంగా అప్పే చేసి, 15-20 నిముషోల పాటు అలానే వదిలివేయండి. ఆ తర్వాత, గోరుచెచ్చి నీటితో మీ ముఖాన్ని శుభ్రంగా కడగాలి. రాత్రి పడుకునే ముందు ఈ ఫేస్ ప్యాక్చు అప్పే చేయాలి. మంచి ఘతితాలను పొందడం కోసం వారంలో 2-3 సార్లు ఉపయోగించండి.

శక్తివంతమైన ఆపోర పదార్థాలు ఇవే

ఐ మంటను తగ్గించే గుణలను కలిగి ఉంటాయి మరియు జియూక్స్ % శీ% ధీన్ మరియు ల్యాపోన్ వంటి అనామ్మజనకాల యొక్క గొప్ప మూలంగా ఈ ఆకుకూరలు ఉన్నవి. ఈ అనామ్మజనకాలు కంటిపు క్లాలు మరియు మచ్చల క్షీడత నుండి మీ కళ్ళను రక్షించడంలో సహాయపడతాయి. ఈ కంటికి సంబంధించిన వ్యాధులు మధుమేహం స్థాయిలు పెరుగుట మూలంగా సంభవిస్తాయి. దాల్చిన చెక్కు :అత్యుంత సాధారణమైన వంటింటి పదార్థాలలో దాల్చిన చెక్కు కూడా ఒకటి. దాల్చిన చెక్కు రక్త% శీ% లోని చక్కెరస్థాయిని తగ్గించడం మరియు ఇన్నపులిన్ సెన్సిటివిటీని మెరుగువరచడంలో సమయపంతమైన ఫలితాలు చూపిస్తాయి. ముఖ్యంగా ఇందులో ఉన్న రోగినిరోధక తత్త్వ లక్షణాలు, ట్రైప్-2 మధుమేహం మరియు ఊబకాయానికి సంబంధించిన ట్రైగ్లిజరైడ్ స్థాయిలను కూడా తగ్గిస్తుంది. దాల్చిన చెక్కును కినెలల వ్యవధిలో వినియోగిస్తే, దీర్ఘకాల మధుమేహం యొక్క స్థాయిని నిర్ణయించే పోవోగ్గోలీని ఎ1సి ను నియంత్రించటానికి సహాయపడగలదు. ఇది ట్రైప్-1 మధుమేహం స్థాయిని నియంత్రించడానికి కూడా సహాయపడుతుంది, కానీ దాని వినియోగిం రోజువారీ 1 టీస్ప్షాన్ క్ర పరిమితం చేయాలి.గుడ్డు : గుడ్డు పిల్లల నుండి పెట్టవారి వరకు ఏ వ్యక్తేనా ఇష్టపడే ఆహారంలో ఒకటిగా ఉంది. ఇవి ప్రోటీన్ యొక్క గొప్ప వనరులు మరియు ఎక్కువ సేపు మీ కడుపున్ని ఆకలి లేకుండా శాంత పరచడానికి సహాయపడతాయి. రోజువారీ గుడ్డు తినడం ద్వారా, గుండె సంబంధిత వ్యాధులను సైతం నివారించవచ్చు అని నిపుణులు సూచిస్తుంటారు. అంతేకాకుండా, ఇన్నపులిన్ సెన్సిటివిటీని పెంచుటకు, వాపు తగ్గించడానికి మరియు మంచి పోచ.డి.ఎల్ కొలప్స్టోల్ ను పెంచటానికి మరియు చెడు ఎల్.డి.ఎల్ కొలప్స్టోల్ ను తగ్గించడంలో కూడా సహాయం చేస్తాయి. జియూక్స్ % శీ% ధీన్ మరియు ల్యాపోన్ వంటి అనామ్మజనకాలు నమ క్రీడాగా ఉండే గుడ్డు కళ్ళను అనేక సమస్యలనుండి కాపోడగలదు.పసుపు : పసుపు, సామాన్యంగా కనిపించే వంటింటి పదార్థం, ఆహారానికి రుచిని జోడించడమే కాకుండా , అనేక బెప్పథ లక్షణాలను కూడా కలిగి ఉంటుంది. పసుపు రంగులో ఉండే కుర్కుమిన్, రక్త% శీ% లోని చక్కెర స్థాయిలను, వాపును తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది మరియు గుండె జబ్బుల అవకాశాన్ని తగ్గిస్తుంది. ఇది మధుమేహం వలన ప్రాథావితతం అయ్యే మూలాత్మపండాల ఆరోగ్యాన్ని కూడా మెరుగుపరుస్తుంది. గ్రీక్ యోగర్ట్ (పెరుగు) : రక్త లోని చక్కెర స్థాయిని నియంత్రించడానికి మరియు హా గ్రెట్చోగం సమస్యల ప్రమాదాన్ని తగ్గించడానికి, ఈ గ్రీక్ యోగర్ట్ తినడం వలన రాని ప్రోబయోటీక్ కంటెంట్ ఎంతగానో సహాయం చేస్తాయా. ఈ పాల పదార్థం తగ్గించడంలో కూడా సహాయపడుతుంది అంతే కాకుండా టైప్ 2 దయాబెటీక్ రోగుల శరీర% శీ% తిరిగి వుంజుకునేలా సహాయం చేస్తుంది. అంతేకాకుండా, పెరుగు కంట్ గ్రీక్ యోగర్ట్ చాలా ఉపయోగకరంగా ఉంటుంది మరియు ప్రోటీన్ కలిగి ఉండడం వలన ఆకలి మీదకు ద ఎప్పి వెళ్ళకుండా చూడగలదు.నట్ట లేదా త గ్రెం ధాన్యాలు : హోజెల్



ప్రాదురాబాద్, (ఎ.ఎ.ఎస్): కీర దోస తినడం వేసవి కాలంలో ఎన్నో ప్రయోజనాలున్నాయి. కీర తినడం వల్ల శరీరానికి చలదనం లభిస్తుంది. క పోషకాలు ఉండడం వల్ల శరీరం అనారోగ్యాల నన కీర దోస తింటే శరీరం చల్ల బదుతుందికిర ర తినడం వల్ల వేసవి కాలంలో ఎన్నో హోజనాలున్నాయి. కీర దోస తినడం వల్ల శరీరానికి డనం లభిస్తుంది. అనెక పోషకాలు ఉండడం వల్ల రం అనారోగ్యాల బారిన పడకుండా ఉంటుంది. దోస ముక్కలు అప్పుడప్పుడు తింటుంటే వేసవిలో నమస్యలు తలెత్తవు. కీర దోస చర్యాన్ని తింపంతంగా ఉండడమే కాకుండా కళ్ళ కింద నల్లచారలు రాకుండా కాపాడుతుంది. శరీరం ఢీ ప్రాదేణ్ణ చివంతంగా ఉండడమే కాకుండా గుణాలు కీరదోసలో ఉన్నాయి. రోజుా ఒకటి కొప్పును కీరదోసనన మైండి వ్యాధి క్యాస్టర్ అడ్డకప్పు వేసే గుణాలు కీరదోసలో ఉన్నాయి. కీర దోస ముక్కలు అప్పుడప్పుడు తింటుంటిలో జీర్ణ సమస్యలు తలెత్తవు. కీర దోస చర్యాన్ని కాంతింపంతంగా ఉండడమే కాకుండా కళ్ళ కింద నల్లచారలు ఉండా కాపాడుతుంది. శరీరం ఢీ ప్రాదేణ్ణ అప్పుడు. మొండి వాది కాపుర్క అడుకట వేసే గుణాల

ಕೀರ ದಿನ ತಿಂಡೆ ಶಲ್ರಂ

చల్ల బడుతుంది

కూల్‌గా... కుల్చి!



కూల్‌గా... కుల్‌!

‘హాజాబ్’ ఉదంతంలో న్యాయం.. బాధితులకు రూ. 146 కోట్ల పరిశీలన!

ಅಮೆರಿಕಾಲೋನಿ ಸ್ಯಾಯಾರ್ಡ್ ನಗರಂಲೋ 2017ಲೋ ಇದ್ದರು ಮನ್ಸಿನ್ ಮಹಿಳೆಯಲ್ಕು ಅವಮಾನಂ ಜರಿಗಿದೆ. ಇನ್ನೀಕ್ಕೆ ಸುದೀರ್ಘ ಪೋರಾಟಂ ತರ್ವಾತ ವಾರಿಕಿ ಸ್ಯಾಯಂ ಲಭಿಂಚಿದೆ. ಇಂದುಕು ಪರಿವರ್ತಣಾ ಬಾಧಿತುಲಕು 17.5 ಮಿಲಿಯನ್ ಅಮೆರಿಕನ್ ದಾಲರ್ಸ್ ಚೆಲ್ಲಿಂದಾನಿಕಿ ಸ್ಯಾಯಾರ್ಡ್ ಪೋಲೀಸ್ ಡಿಪಾರ್ಟ್ ಮೆಂಟ್ ಅಂಗೀಕರಿಂಚಿದೆ. ವಿವರಾಲ್ಟ್‌ಕಿ ವೆಚಿತೆ 2017ಲೋ ಸ್ಥಾನಿಕ ಚಟ್ಟಾಲನು, ನಿಬಂಧನಲನು ಅತಿಕ್ರಮಿಂಚಾರನೆ ಅರ್ಥೋಪಳಿಲತ್ತೆ ಸ್ಯಾಯಾರ್ಡ್ ಪೋಲೀಸುಲು ಇದ್ದರು ಮನ್ಸಿನ್ ಮಹಿಳೆಯಲನು ಅರೆಸ್ಟ್ ಚೇಸಾರು. ಆ ತರುವಾತ ವಾರಿನಿ ಜೈಲುಕು ಪಂಪೆ ಮುಂದು ನಿಬಂಧನಲಲ್ಲೋ ಭಾಗಗಾ ವಾರಿಕಿ ಫೋಲ್ಸ್‌ಲು ತೀಕಾರು. ವೀಟಿನಿ ಮರ್ಗಿ ಪ್ರಾಟ್ ಅಂಟಾರು. ಈ ಫೋಲ್ಸ್‌ಲ ಕೋಸಂ ಪೋಲೀಸುಲು ಆ ಮಹಿಳೆಯಲ್ಕ ಹಿಂಜಾರ್ಬನು ತೊಲಗಿಂಚಾರು. ದೀನಿನಿ ಬಾಧಿತ ಮಹಿಳೆಯಲ್ಕ ಅವಮಾನಂಗಾ ಭಾವಿಂಚಾರು.

ఈ ఉదంతంపై బాధితులు 2018లో కోర్టును ఆశ్రయించారు. కోర్టులో బాధితురాలి తరవు న్యాయహాది మాటల్లాడుతూ బాధితుల మత విశ్వాసాలను పరిగటీంచకుండా పోలీసులు వారి హిజాబ్ తొలగించి తీవ్రంగా అవమానించారని, వారి మనోభావాలను దెబ్బతీశారని పేర్కొన్నారు. ఈ కేసు నేపథ్యంలో మగ్ పొట్ నిబంధనలపై అమెరికా అంతరూ చర్చ జరిగింది. దీనిపై ప్రజల నుంచి విమర్శలు వ్యక్తం కావడంతో 2020లో మగ్ పొట్ నిబంధనలలో పోలీసులు పలు మార్పులు చేశారు. ఈ పొట్లో కోసం మహిళలు

A photograph of the exterior of the 47th Precinct Police Department building. The building has a light-colored, horizontally-ribbed facade. On the left side, a large blue and gold shield-shaped emblem is mounted, featuring the text "47 PRECINCT" at the top, "POLICE DEPARTMENT" in the center, and "CITY OF NEW YORK" at the bottom. In the center of the shield is a smaller circular emblem depicting a landscape scene. To the right of the main entrance, which is framed by a dark door and windows, a smaller sign also displays the "47 PCT" identifier. Several police officers in dark uniforms are visible near the entrance. A green can hangs from a wire between the two main sections of the building.

హీజాబ్ తొలగించనవసరంలేదని, ముఖం కనిపించేలా ఉంటేచాలని పేరొన్నారు. ఈ నిబంధన మిగతా మతాల వారికి వర్తిస్తుందని, సిక్కులు కూడా తమ టర్ప్స్‌ను తొలగించాల్సిన అవసరం పోలీసులు వివరించారు. ఆదేళ్ళ సుదీర్ఘ న్యాయపోరాటం అనంతరం పోలీసులు బాధిత మహిళలతో పాటు గతంలో ఈ విధంగా ఇఱ్పింది పడిన వారికి కూడా పరిహరం చెల్లించేందుకు అంగీకరించారు. ఈ ఇష్టరు బాధిత మహిళలకు ఒక్కాక్రమికి 7 వేల నుంచి పడ వేల దాలర్ల చొప్పున మొత్తం 17.5 మిలియన్ దాలర్ల చెల్లించేందుకు స్వాయంగ్రహ పోలీస్ డిపార్ట్ మెంట్ అంగీకరించింది. మన రూపాయల్లో ఇది సుమారు రూ 146 కోట్లకు సమానం.



న్యాయార్కు: అమెరికాలో మరో భారతీయ విద్యార్థి మృతి చెందాడు. ఓఫియో స్టేట్ కీవ్‌లాండ్‌లో ఉమా సత్యసాయి గడ్డ అనే విద్యార్థి చనిపోయాడు. ఈ విషయాన్ని న్యాయార్కులోని భారత రాయబార కార్యాలయం శుక్రవారం తెలిపింది. ఘటనపై పోలీసులు దర్శావు జరుపుతున్నట్లు 'విక్స్' ఖాతాలో పేర్కొది. ఉమా సత్యసాయి గడ్డ స్వస్థలం, ఇతర నేపథ్యం గురించి తెలియాల్సి ఉంది. అయితే విద్యార్థి మృతువేషాన్ని సాధ్యమైనంత త్వరగా స్వస్థలానికి పంపేందుకు అవసరమైన సాయం అందిస్తామని తెలిపింది. ఇదిలా ఉంటే.. ఈ విదాదిలో ఇది పదవ భారతీయ విద్యార్థి మరణం. మరి ముఖ్యంగా.. ఇండియానా పర్మా యూనివరిటీ స్సడెంట్ నీల్ ఆచార్య, జార్జియాలో విక్స్ సైన్సె హాప్ట్ ఘటనలు ప్రాక్కి గురి చేశాయి. అదే సమయంలో భారతీయ, భారత సంతతి విద్యార్థులను లక్ష్మింగా చేసుకుని దాడులు సైతం జిగ్గాయి. మరోసైవు అమెరికా ప్రభుత్వం సైతం ఈ ఘటనల్ని సీరియస్‌గా తీసుకుంటున్నట్లు ప్రకటించింది.

కాంగ్రెస్ మేనిఫెస్టేషన్లు కేరళ సీఎం తీవ్ర విమర్శలు



ప్రజలకు హో అల్ట్.. ఈ రాష్ట్రాలవారికి వడదెబ్బ ముఖ్య

శీర్షి: వేనవి కాలం కావడంతో దేవ వ్యాప్తంగా ఎండలు దంచికొడుతున్నాయి. ఇప్పటికే చాలా చీట్లు ఎండవేడిని తట్టుకోలేక ప్రజలు పిట్టల్లా రాలుతున్నారు. అత్యవసరం అయితే తప్పు బయటికి వెళ్లవదని వైద్యులు సూచిస్తున్నారు. ఈ క్రమంలో భారత వాతావరణ శాఖ తాజా హెచ్చరిక అందోళన కలిగిస్తోంది. దేవంలోని పలు రాష్ట్రాల్లో ఉప్పోశ్చర్తలు గతంలో ఎస్వదూ లేనివిధంగా పెరుగుతాయని.. వివిధ రాష్ట్రాలకు వడగాలుల ముఖ్య ఉండని ఐఎండీ అంచనా వేసింది. వాటిల్లో తెలుగు రాష్ట్రాల్ని తెలంగాణ, ఏపీ కూడా ఉన్నాయి. అంత్రప్రదేశ్, యానాం తీర ప్రాంతాలు, పశ్చిమ బెంగాల్, రాయలుసీమ, బీహార్, తెలంగాణ, జార్?ండ, ఉత్తర కర్ణాటక, ఒడిశా, విదర్భ సహ వివిధ రాష్ట్రాల్లో ఆది, సోమ వారాల్లో వేడిగాలులు పీస్తాయని భారత వాతావరణ శాఖ అంచనా వేసింది. హీట్టోవేవ్స్ పాటు ఏపిల్ 7, 8 తేదీలలో సబ్ హిమాలయన్ పశ్చిమ బెంగాల్, సిక్కిం, తూర్పు మద్యప్రదేశ్, విదర్భ, ఛత్రీస్గఢ్లలో వడగళ్ళ వాన కురుస్తుందిని వాతావరణ శాఖ హెచ్చరించింది. సాధారణం కంటే ఎక్కువ ఉప్పోశ్చర్తలు నమోదుపుతున్న ప్రాంతాలను



ఐఎం అధికారులు విడుదల చేశారు. కేంద్ర మంత్రి కిరెన్ రిజిస్ట్రాషన్ మాటల్లు దురుతు.. రాబోయే రెండున్నర నెలల్లో భారత్ తీవ్రమైన వాతావరణ పరిస్థితులను ఎదుర్కొంటుందని అంచనా వేశామన్నారు. “ఇది మనందరికీ సహాలు విసిరే అంశం. ప్రపంచంలో అత్యధిక జనాభా కలిగిన దేశం భారత్. ప్రస్తుతం తీవ్రమైన వాతావరణ పరిస్థితులను నమ్ములు తల్లితే అవకాశం ఉందని అన్నారు. ఏపిల్-జూన్ కాలంలో చాలా ప్రాంతాలలో సాధారణం కంటే ఎక్కుడు వేడిగాలులు వచ్చే అవకాశం ఉంది. దేశంలోని వివిధ ప్రాంతాల్లో పది నుంచి 20 రోజుల పాటు వేడిగాలుల వీస్తాయని ఆయన చెప్పారు.

తీరువనంతపురం: లోక్సిసభ ఎన్నికల సందర్భంగా కాంగ్రెస్ పార్టీ విడుదల చేసిన మేనిఫెస్టోపై కేరళ ముఖ్యమంత్రి పినరయి విజయ్ విమర్శలు గుహ్యంచారు. మత, హిందుత్వ రాజకీయాలను ఎదుర్కొప్పటంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ విఫలైమండన్నారు. సీఎం పినరయి జనివారం అలపుజలో మాట్లాడారు. సీపీఐ(ఎం) మేనిఫెస్టోలో దేవంలో విభజన స్పష్టించే? సీఎం రద్దు చేయాలనే ఉద్దేశాన్ని స్పష్టంగా చెప్పింది. కాంగ్రెస్ మేనిఫెస్టోలో మాత్రం దానికి సంబంధించి ప్రస్తావన లేదు. సీఎం విషయంలో కాంగ్రెస్ మానం పహించింది. చట్ట వ్యవీరేక కార్యకలాపాల (నివారణ) చట్టం, మనీలాండరింగ్ చట్టం (పీఎంల్ఎపి) వంటి కలినమ్మన చట్టాలను రద్దు చేస్తామని సీపీఐ(ఎం) హోమీ ఇచ్చింది అని సీఎం విజయ్ తెలిపారు. సీఎం చట్టంపై కాంగ్రెస్ పార్టీ కనీసం బహిరంగ విమర్శలు కూడా చేయలేదన్నారు. సీఎంపై కాంగ్రెస్ పార్టీ షైఫరిపై పలు అనుమానాలు వ్యక్తం అవుతున్నాయని తెలిపారు. కాంగ్రెస్ పార్టీ విధానాలు కూడా సింఘ్య పరివార విధానాలకు దగ్గరగా ఉంటాయన్నారు. కాంగ్రెస్ పార్టీకి ఓటు వేయటం వల్ల భవిష్యత్తులో దేశ ప్రజలకు ఏ ఉపయోగం ఉండడని అన్నారు. బీజేపీ తీసుకువచ్చిన పలు చట్టాలను లెష్ట్ పార్టీలు తీవ్రంగా వ్యతిరేకిస్తున్నాయని, వారీకే ఓటు వేయాలని ప్రజలు ఇప్పటికే నిర్వయించుకున్నారని తెలిపారు. మొత్తం 20 స్నానాలు ఉన్న కేరళలో రెండు దఫాల్లో లోక్సిసభ ఎన్నికల పోలింగ్ జరిగి.. జాన్ 4న ఘలితాలు నెల్లడి కానున్నాయి.

గుళ్ళి వేడుక.. కుప్పుకూలిన 120 అడుగుల రథం

బంగళూరు: బంగళూరు రూరల్ పరిధిలోని అనేకర్లో శనివారం(విప్రీల్ 6)జరిగిన ఓ ఆధ్యాత్మిక కార్యక్రమంలో ఘోర ప్రమాదం జరిగింది. ఏకంగా 120 అడుగుల ఎత్తున్న రథం ఒక్కసారిగా కుప్పకూలింది. అద్భుతప్రశాట్లూ ఈ ఘటనలో ఎవరికీ ఏమీ కాలేదు. హస్యుర్ మడ్డరమ్మ గుడి వార్ల్కోత్సవ వేదుకలో ఈ ప్రమాదం జరిగింది. రథం కూలిపోయినపుడు అక్కడ వేలాది మంది భక్తులున్నారు. రథాన్ని తాళ్తులీ కళ్ళి పైకి లేపదానికి ప్రయత్నించినపుడు అదుపు తప్పి కిందపడిపోయింది. ఎత్తైన రథాల ఊరేగింపునకు హస్యుర్ మడ్డరమ్మ టెంపుల్ చాలా పొపులర్. దశాబ్దం క్రితం ఈ గుడి వార్ల్కోత్సవంలో వెందల రథాలను ఊరేగించేవారు. అయితే ప్రసుతం ఈ సంఖ్య 10కి పడిపోవడం గమనార్థం.



ఒక్క నిర్ణయం వందేళ్ల గమనాన్ని నిర్దేశిస్తుంది

రాజుస్థాన్ : దేశంలో ఎన్నికల ప్రచారం జీరుగా సాగుతోది. జాతీయ పార్టీల కీలక నేతులు పైతం నువ్వు నేనా అన్నట్లు ఎలక్షన్ క్యాంపెయిన్ చేస్తున్నారు. ఇందులో భాగంగానే ప్రధాని నరేంద్ర మౌద్ది దేశం మొత్తం పర్యాటిస్తున్నారు. తాజాగా రాజుస్థాన్లోని అజ్ఞీర్ బహిరంగ సభలో పాల్గొన్నారు. రాజుస్థాన్లోని అజ్ఞీర్ లో జిగిన బహిరంగ సభలో ప్రజలను ఉండేశించి ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మౌద్దాడుతు.. కొన్నిసార్లు పోరులు తీసుకునే నిర్ణయం రాబోయే 100 సంవత్సరాల గమనాన్ని నిర్దేశిస్తుంది. అలాంటి అవకాశం ఇప్పుడు ఎన్నికలు రూపంలో ఒకటి వచ్చిందని అన్నారు. భారతీయ జనతా పార్టీ (బీజ్పీ)ని ఏప్రిల్ 26 స్థాపించారు. పార్టీ నేటికి 44 వ వ్యవస్థాపక దినోత్సవాన్ని జరుపుకుంటున్న సందర్భంగా.. పుష్ట్ర్ ప్రాంతాన్ని సందర్శించే అవకాశం రావడం యూర్ధచ్ఛికమని అన్నారు. భారతదేశాన్ని అభివృద్ధి చెందిన దేశంగా నిర్మించడానికి బీజ్పీ పాటు పడుతోందని.. 2047 నాటికి వికసిత్ భారత్ సాధ్యమవుతుందని అన్నారు. బీజ్పీ పాలనలో రాజుస్థాన్ అభివృద్ధి ఉన్నత శిఖరాలకు చేరుకుందని పోది అన్నారు. రాజుస్థాన్లో ఏప్రిల్ 19, 26న రెండు దశల్లో ఎన్నికలు జరగనున్నాయి. 12 లోకసభ స్నానాలకు మొదటి దశలో ఏప్రిల్ 19న, మిగిలిన 13 స్నానాలకు ఏప్రిల్ 26న రెండో దశలో పోలింగ్ జరగనుంది. మొదటి దశలో, గొంగానగర్, వికినీర్, మరు, జుంజును, సికార్, , జైపూర్ రూరల్, జైపూర్, అల్వార్, భరతపూర్, కరాలీ-ధోలపూర్, దౌసా, నాగోర్లలో ఓటింగ్ జరగనుంది. రెండో దశలో,

టోంక్-సవాయ మాధోపూర్, అజ్జీర్, పాలి, జోధుర్, బార్కుర్, జల్లీర్, కొన్కాన్‌గూ విష్ణీవర్గు రాజుసుపుండ్ర వింగాదూ కోటు రూగూవ్వు-బుర్వు

బన్నోరా, చత్తుంగి, రాజనమంది, భల్లూరు, కొబ, యిలావం-బింన ప్రాంతాల్లు ఓటింగ్ జరుగుతుంది. 2019 లోకసభ ఎన్నికల్లో మొత్తం 25 స్థానాలకు గాను 24 స్థానాలును బీషెపీ గెలచుకోగా, రాష్ట్రయు లోకపాలాలిక్ పార్టీ ఒకటి గెలచుకుంది.

‘ప్లాప్ చిత్రం’ రిపీట్.. రాహుల్, అఖిలేష్ జోడీపై మోది వ్యంగ్యాక్టులు

2017లో ఇద్దరి భాగస్వామ్యాన్ని గుర్తు చేస్తూ, అప్పటి ‘ప్లాప్ ఫిల్ట్’ మరోసారి రిలీజ్ అవుతోందని చమత్వరించారు. తమకు గట్టిపట్టున్న బోల్డ్ కూడా గ్రేండ్ ఓట్ పార్టీకి అభ్యర్థులు దొరకడం కష్టంగా ఉండన్నారు. “నేను మొదటిసారి ఇలాంటి ఎన్నికలను చూసున్నాను. విపక్షాలు గెలపు కోసం పోతీ చేయడం లేదు.

ଲୋକସଭା ଏନ୍ଦ୍ରାକାଳୀ ଚିତ୍ରପତ୍ର

200 సీట్లలో గెలవడం కూడా కష్టమే

బంగళారు : అరవిన్ వసి అంతర్గత సర్వ ప్రకారం వచ్చి లోకసభ ఎన్నికల్లో బిటపి 200 సిట్యు కూడా గిలవదని, రాష్ట్రంలో ఎనిమిది సిట్యు కూడా దాటదని కర్ణాటక మంత్రి ప్రియాంక్ జేర్ అన్నారు. లోకసభ ఎన్నికల ప్రచారంలో పాల్గొన్న ఆయన మీడియాసో మాట్లాడారు. ‘లోకసభ ఎన్నికల్లో బీజేపి 200 సిట్యు కూడా రావని ఆంధ్రప్రదీప నర్వే చెబుతోంది. అంతర్గత పోరుతో రాష్ట్ర బీజేపి పద్మాలుగు, పదిహౌను సిట్యుల్లో ఎలా గెలుస్తుందని ప్రత్యుంచారు. కమలం ఎనిమిది లోకసభ స్థానాలు దాటడం కష్టమేనని’ జోస్యుం చెప్పారు.

ఇన్న అదియ్యలు!
కర్మాటకకు కరుప

ఆరోపించిన ఖద్దే.. కరువు సాయం కోరుతూ సీఎం సిద్ధారామయ్య 'ప్రధాని, కేంద్ర పెశాంమంత్రి, ఆర్థిక మంత్రి (సహాయం కోరుతూ)తో భేటీ అవ్వడం అబద్ధమా? ఐఎసీట్లు (జంటర్ మినిష్ట్రీలియల్ కేంద్ర బ్యాండం) కర్మాంగాలో సర్వే చేసి కేంద్రానికి నివేదికల సమర్పించడం అబద్ధమా? ఆ తర్వాత నేపస్ట్ డిష్ట్రిబ్యూషన్ మేనేజ్మెంట్ అధారిటీ సమావేశాన్ని నిర్వహించి, కర్మాంగాలో కరువును అధిగమించేందుకు ప్రభుత్వం చేస్తున్న ప్రయత్నాలను లిఫితపూర్వకంగా ప్రశంసించడం అబద్ధమా? అని ప్రత్యుత్తులు సంధించారు. అమిత్ షా ఎందుకు ఇలా అబద్ధాలు అడుతున్నారోనని అర్థం కావడం లేదని వ్యాఖ్యానించారు