





### ఎస్ఎమ్ఎమ్ఎస్ ఉపకారవేతనానికి ఎంపికైన మాటూరు హైస్కూల్ విద్యార్థిని సుమల్లిక.



మధిర జూన్ 6 (పుదయం ప్రతినిధి)గత సంవత్సరం రాష్ట్ర స్థాయిలో ఖో ఖో పోటీలకు ఎంపిక కావడంతో పాటు జాతీయస్థాయి మధిర బాలోత్పవ్ లో రాజీస్థూ కన్వోలేషన్ బహుమతులు సాధించిన సుమల్లిక. జాతీయస్థాయి ప్రతిభా పరీక్ష ఎస్ ఎమ్ ఎమ్ ఎస్ లో రాజీంచి సంవత్సరానికి 12వేల రూపాయల చొప్పున 4 సంవత్సరాలు అందించే కేంద్ర ప్రభుత్వ ఉపకారవేతనానికి మాటూరు ఉన్నత పాఠశాల విద్యార్థిని దేవశెట్టి సుమల్లిక ఎంపిక కావడం జరిగింది. పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయులు చెరుపల్లి శ్రీహరి తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా పాఠశాలలో ఏర్పాటు చేసిన అభినందన కార్యక్రమంలో హెచ్ఎమ్ శ్రీహరి మాట్లాడుతూ పాఠశాల స్థాయి నుంచే పోటీపరీక్షలపై అవగాహన పెంపొందించుకున్నట్లు తెలిపారు. భవిష్యత్ లో ఎంత కఠినమైన పోటీపరీక్షలలో సైతం సులువుగా విజయం సాధించవచ్చని తెలిపారు. దేవశెట్టి సుమల్లిక ప్రతిభా పరీక్షలోనే కాక క్రీడలలో కూడా

రాజీస్థూ రాష్ట్ర స్థాయిలో ఖో ఖో పోటీలకు ఎంపిక కావడం జరిగింది. అంతేకాక మధిరలో నిర్వహించిన జాతీయ బాలోత్పవంలో క్లస్ కలెక్టర్ సృష్ట్యభాగంలో రాజీంచి కన్వోలేషన్ బహుమతి సాధించడం జరిగింది. తెలంగాణ ప్రభుత్వ పాఠశాలల విద్యార్థులు స్వేచ్ఛాయుత వాతావరణంలో విద్యను అభ్యసించే అవకాశం రాజీంచినట్లు తెలిపారు. అని తెలియజేయటానికి సుమల్లిక ఒక ఉపాహారణ అని పేర్కొన్నారు. ప్రతి సంవత్సరం ఈ పోటీపరీక్షలకు ప్రత్యేక శిక్షణ అందిస్తున్న పాఠశాల గణిత ఉపాధ్యాయులు మేడపల్లి శ్రీనివాసరావు, బౌతిక శాస్త్ర ఉపాధ్యాయుని చౌదవరపు సునీతలకు ప్రత్యేక కృతజ్ఞతలు తెలియజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో పాఠశాల ఉపాధ్యాయులు దీవి సాయి కృష్ణమాచార్యులు, సంక్రాంతి శ్రీనివాసరావు, కౌలగాని ప్రసాదరావు, మేడపల్లి శ్రీనివాసరావు, చౌదవరపు సునీత, రెంటపల్లి భాగ్య శ్రీనివాసరావు, షేక్ ఇబ్రహీం, బిగ్గల శ్రీనివాస రెడ్డి, లావుడ్యు రవికుమార్, ప్రసాద్, ఇస్కాత్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# రహదారి మీదికి రావడం పట్ల సారపాక గ్రామ ప్రజలు తీవ్ర ఆగ్రహం వ్యక్తం చేస్తున్నారు.

గ్రామపంచాయతీ నిబంధనలకు విరుద్ధంగా రహదారిపై దుకాణాల ఏర్పాటు... నోటీసులకే పరిమితమైన హెచ్చరికలు...

పిసపాక నియోజకవర్గం జూన్ 06 పుదయం ప్రతినిధి): బార్లంపాడు మండలం సారపాక ప్రాంతంలో ప్రతి ఆదివారం ఉదయం నుండి రాత్రి వరకు సంత నిర్వహణ జరుగుతుంది. అయితే సారపాక గ్రామపంచాయతీ నిబంధనల ప్రకారం నేషనల్ హైవే ప్రధాన రహదారి మీదకు సంత దుకాణాలు ఏర్పాటు చేయకూడదని నిబంధనలు ఉన్నప్పటికీ వాటిని సంత నిర్వహకుడు ఏమాత్రం పాటించకుండా, రహదారిపైనే దుకాణాలను అధిక సంఖ్యలో ఏర్పాటు చేయడం వల్ల సారపాక గ్రామ ప్రజలు తీవ్ర ఆగ్రహం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. ప్రతి ఆదివారం నాడు నిర్వహిస్తున్న సంత సారపాక ప్రధాన రహదారి మీదికి రావడం వల్ల ప్రయాణికులు, వాహనదారులు ట్రాఫిక్ లో చిక్కుకొని తీవ్ర ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్నారని ప్రజలు వారి ఆవేదన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. ఇదిలా ఉండగా ఇదే ప్రధాన రహదారిపై నిత్యం భారీ వాహనాలతో పాటు, లారీలు, బస్సులు, పుల్ల ట్రాక్టర్లు తిరుగుతూ ఉండడం, మరోవక్క అదే ప్రధాన



రహదారిపై సంత దుకాణాలు ఏర్పాటు చేసి సంత నిర్వహించడం వల్ల ఎప్పుడు ఏ ఘోర ప్రమాదం జరిగితే, దానికి భాద్యత ఎవరూ వహిస్తారనే సందేహాలు కూడా ప్రజలలో లేకపోలేదు. దీని విషయమై సంత నిర్వహకుడికి సారపాక గ్రామపంచాయతీ సెక్రెటరీ ప్రధాన రహదారిపై దుకాణాలు ఏర్పాటు చేయకూడదని నోటీసు జారీ చేసినప్పటికీ, సంత నిర్వహకుడు పంచాయతీ నోటీసులను సైతం లెక్కచేయకుండా, యధావిధిగా ప్రతి ఆదివారం సంత లో ఏర్పాటు చేసే దుకాణాలను, గ్రామపంచాయతీ వారు చూపించిన స్వల్పాన్ని దాటి ప్రధాన రహదారి మీదికి రావడం పట్ల సారపాక గ్రామ ప్రజలు తీవ్ర ఆగ్రహం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. మరి ఈ సంత నిర్వహకుడి పై సారపాక గ్రామ పంచాయతీ అధికారులు నోటీసులు ఇచ్చి చేతులు దులుపుకుంటారా...? లేక సంతను రద్దు చేసి విధంగా చర్యలు తీసుకుంటారా...? అనేది వేచిచూడాలి.



# బడిబాట కరపత్రాన్ని ఆవిష్కరించిన మండల విద్యాశాఖాధికారి ఆనంద్...

అన్నపూర్ణ రెడ్డి వల్లి జూన్ 06 పుదయం ప్రతినిధి): మండల పరిషత్ గల జిల్లా పరిషత్ ఎర్రగుంట పాఠశాల కు సంబంధించిన ప్రత్యేక కరపత్రాన్ని మండల విద్యాశాఖాధికారి, శ్రీమంతుల ఎర్రగుంట ప్రధానోపాధ్యాయులు ఉండేటి ఆనంద్ కుమార్ ఆవిష్కరించారు.



రెండు జతల యూనిఫాం, మధ్యాహ్న భోజనం ను అందిస్తుంది, అంతేకాక నాణ్యమైన విద్యా బోధనను డిజిటల్ పరికరాల ద్వారా అందిస్తుంది, అందుకే పిల్లలను ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో చేర్చించాలని పిలుపునిచ్చారు. జూన్ 6 నుండి 19 వరకు బడిబాట రోజు వారి కార్యక్రమాలు. 6వ తేదీన గ్రామసభ నిర్వహించాలి. 7వ తేదీన ప్రతి ఇంటిని సందర్శించి బడిబాట పిల్లలను గుర్తించాలి న్నారు.



అందుబాటులో ఉన్న భవిత కేంద్రాల్లో చేర్పించాలి. 11 వ తేదీన ఈ నెల ఆరవ తేదీ నుంచి పదవ తేదీ వరకు నిర్వహించిన కార్యక్రమాలపై సమీక్ష నిర్వహించాలి. 12వ తేదీన అమ్మ ఆదర్శ పాఠశాల కమిటీల ఆధ్వర్యంలో చేపట్టిన పనులను ప్రజా ప్రతినిధులతో ప్రారంభించాలని, అదే రోజు విద్యార్థులకు పాఠ్యపుస్తకాలు, నోటు పుస్తకాలు, యూనిఫాం లను అందించాలి. 13వ సామా హిక అక్షరాభ్యాసం, బాలలసభ 16వ %భూమి డాన్షా% దినోత్సవం నిర్వహించాలి. 17వ విలీన విద్య, బాలిక విద్యా దినోత్సవం నిర్వహించాలి. 18వ తరగతి గదుల డిజిటల్ కరణపై అవగాహన, మొక్కల పెంపకం ప్రాధాన్యాన్ని విద్యార్థులకు వివరించాలి. 19వ బడిబాట ముగింపు సందర్భంగా విద్యార్థులకు క్రీడాపోటీలు నిర్వహించాలని సూచించారు.

## డాక్టర్ రాంబాబు మరణం వైద్య రంగానికి తీరని లోటు



నారాయణపేట జూన్ 6 (పుదయం ప్రతినిధి) డాక్టర్ రాంబాబు మరణం వైద్య రంగానికి తీరని లోటుగా నిలిచింది. నారాయణపేట డాక్టర్స్ అసోసియేషన్ సభ్యులు అన్నారు. స్థానిక శాసనసభలో గల లక్ష్మి బంజెత్ హోల్ లో నారాయణపేట డాక్టర్స్ అసోసియేషన్ ఆధ్వర్యంలో ఏర్పాటు చేసిన రాంబాబు సంస్మరణ సభలో పలువురు వక్తలు మాట్లాడారు. ఇటు సమాజానికి అటు వైద్యరంగానికి ఆయన అందించిన సేవలు మరువలేనివని వైద్యులకు ఏ చిన్న సమస్యలు వచ్చిన ముందుండి పరిష్కరించే గొప్ప వైద్యుడు రాంబాబు అని ఆయన ఆశయ సాధాన కారకు ప్రతి ఒక్కరుకున్న సేవలను పేట డాక్టర్స్ అసోసియేషన్ కార్యదర్శి, ఆర్ఎస్ఎస్ నగర సంచాలక్ డా మధు సుదర్ రెడ్డి అన్నారు. అంతకు ముందు ఆయన చింతపటానికి పూలమాలలు వేసి అత్య శాంతికి జ్యోతులను వెలిగించి నివాళు అర్పించారు. ఈ సందర్భంగా పలువురు వైద్యులు మాట్లాడుతు

డాక్టర్ రాంబాబు వైద్య శిఖిరాల ద్వారా ఎంతోమంది పేద రోగులకు చేసిన వైద్య సేవలతోపాటు, ఆధ్యాత్మిక, సామాజిక కార్యక్రమాలను నిర్వహించి పర్యావరణ పరిరక్షణను నిజజీవితంలో పాటించి చూపించారు. మానవసేవే మాధవసేవ గా భావించి అనేక సామాజిక కార్యక్రమాలలో ముందుండి నడిపించిన గొప్ప వైద్యుడని ఆయన సేవలు కొనియాడారు ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా వైద్యాధికారి డాక్టర్ జయ చంద్రమోహన్, డాక్టర్స్ అసోసియేషన్ అధ్యక్షులు డాక్టర్ విశ్వనాథ్, ఐఎంఎ జిల్లా అధ్యక్షులు డాక్టర్ వై మల్లికార్జున్, జిల్లా ప్రధాన ఆసుపత్రి సూపరింటెండెంట్ డాక్టర్ కె. మల్లికార్జున్, వైద్యులు నవీన్, కృష్ణారెడ్డి, ప్రసాద్ శెట్టి, మధు సుధన్ రెడ్డి, బాల్ రాజ్ గంధి కార్తిక్ రంజిత్, క్రాంతి కుమార్, శివ చందర్ గౌడ్, చంద్రమెదక్, మనిషర్ రెడ్డి, పద్మకళ, గీత, దీపిక, అక్షిత రెడ్డి, జ్యోతి రాథోడ్, జ్యోతి గాల్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

## సరస్వతి అమ్మవారి ఆలయంలో అక్షరాభ్యాసం

బోధ్, జూన్ 06 పుదయం ప్రతినిధి): బాసర జ్ఞాన సరస్వతి అమ్మవారిని దర్శించుకునేందుకు తెలుగు రాష్ట్రాలతో పాటు మహారాష్ట్ర, కర్ణాటక, తమిళనాడు నుంచి పెద్ద సంఖ్యలో భక్తులు తరలివచ్చారు. శుక్రవారం ఏకాదశి భక్తముహూర్తం ఉండటంతో ప్రత్యేక మండపాల్లో తల్లిదండ్రులు చిన్నారులకు అక్షరాభ్యాసం చేయించారు. అమ్మవారి దర్శనానికి 2 గంటల సమయం పడుతుందని అధికారులు వెల్లడించారు.

8 నుంచి 10 తేదీ వరకు కరపత్రాలతో ఇంటింటి ప్రచారం, అంగన్వాడీ కేంద్రాల సందర్శన, డ్రాఫ్ట్ పిల్లలను గుర్తించి బడిలో చేర్పించడంతో పాటు ప్రత్యేక అవసరాలు ఉన్న పిల్లలను గుర్తించి

## సన్న బియ్యం పంపిణీలో సాఫ్ట్ వేర్ సమస్యలతో లబ్ధిదారుల తిప్పలు

వరంగల్ కస్ట్ జూన్ 6 (పుదయం ప్రతినిధి)సాఫ్ట్ వేర్ సమస్యతో గంటలకొద్దీ లబ్ధిదారులు రేషన్ షాప్ ఎదురు పడకపోయి... ఒక యూనిట్ కు ఒక కిలో కు ఒకసారి ఐదు కిలోలకు ఒకసారి ఇలా మూడు నెలలకు ఆరుసార్లు వేలిముద్రలు చేయడంతో మరింత అలస్యం... ఒక వ్యక్తి రేషన్ ఇచ్చేందుకు దాదాపు 30 నుండి 45 నిమిషాల సమయం పడుతుందని ఆవేదన వ్యక్తం చేస్తున్న లబ్ధిదారులు సూతన సాఫ్ట్ వేర్ తో కొంత అయోమయ స్థితిలో కొందరు డిలర్లు... మూడు రోజులుగా కూలి పనులు, ఉద్యోగాలు మానుకొని లైన్స్ నిలుచుంటున్నారని, మూడు రోజులుగా సర్కార్ ప్రాజెం అనే చెప్పవచ్చని అసహనం వ్యక్తం చేస్తున్న ప్రజలు. గంటల తరబడి క్యూలో నిలబడలేక నంచులు, చెప్పులు పెడుతున్న ప్రజలు. ఇప్పటివరకే అధికారులు స్పందించి వెంటనే రేషన్ ఇచ్చే ప్రక్రియ వేగవంతం చేయాలని డిమాండ్ చేస్తున్న ప్రజలు.



## పర్వతగిరి జెడ్ పి హెచ్ ఎస్ పాఠశాలలో ప్రాఫెసర్ జయశంకర్ బడిబాట కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభించిన....

మౌలిక వసతులను కలిగి ఉన్న ఉన్న ప్రభుత్వ పాఠశాలలో చేర్పించండి.... స్కూల్ కాంప్లెక్స్ ప్రధానోపాధ్యాయులు పాక రమేష్ బాబు....



పర్వతగిరి, జూన్ 06 పుదయం ప్రతినిధి): పర్వతగిరి మండల కేంద్రంలోని స్థానిక జెడ్ పి హెచ్ ఎస్ పర్వతగిరి పాఠశాలలో ప్రాఫెసర్ జయశంకర్ బడిబాట కార్యక్రమాన్ని స్కూల్ కాంప్లెక్స్ ప్రధానోపాధ్యాయులు పాక రమేష్ బాబు ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ అధిక భారంతో కృంగిపోయే కుటుంబాలు వారి పిల్లలను ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో చేర్చుకుని వారి పిల్లలు వివిధ రంగాలలో స్థిరపడే విధంగా మా ఉపాధ్యాయ బృందం కృషి చేస్తుందని తెలిపారు. పీఎం శ్రీ మాడల్ స్కూల్ ప్రిన్సిపల్

శ్రీదేవి మాట్లాడుతూ ఇంటర్మీడియట్లో చేరడానికి మా పాఠశాలలో సీట్లు అందుబాటులో ఉన్నాయని ఈ అవకాశాన్ని ఎస్ఎస్సీ పాపైనే విద్యార్థులు ఉపయోగించుకోవాలని కోరారు. ప్రాథమిక పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయులు ఏ వెంకట రమణారెడ్డి మాట్లాడుతూ మా పాఠశాలలో ఎల్వైజీ నుండి ఇంగ్లీష్ మీడియం బోధించే అనుభవజ్ఞులైన ఉపాధ్యాయ బృందం ఉందని తల్లిదండ్రులు వారి పిల్లలను మా ప్రభుత్వ పాఠశాలలో చేర్పించాలని కోరారు. తదనంతరం ఉపాధ్యాయుని ఉపాధ్యాయులు, తల్లిదండ్రులు కలిసి గ్రామంలో బడిబాట ర్యాపిని నిర్వహించారు.

## అడుగంటిన నాగార్జునసాగర్ నీటిమట్టం..!

నాగార్జునసాగర్, జూన్ 06 పుదయం ప్రతినిధి): నాగార్జునసాగర్ జలాశయంలోని నీటిమట్టం రోజు రోజుకూ అడుగుంటుంది. దీంతో నీరు డెడ్ స్టోవేజ్ కు చేరువలో ఉంది. గత ఏడాది ఆగస్టులో రిజర్వాయర్ లోకి నీరు పుష్పలంగా చేరడంతో గేట్ల ద్వారా నీటిని విడుదల చేసి 4 నెలల పాటు 612 టీఎంసీల నీటిని దిగువకు వృధాగా విడుదల చేశారు. రిజర్వాయర్ లో పుష్పలంగా ఉన్న నీటిని పొందుపూర్తి వాడుకోవడంలో అధికార యంత్రాంగం పూర్తిగా విఫలమైందనే విమర్శలు శుక్రవారం వెల్లవెత్తుతున్నాయి

కరీంనగర్, జూన్ 06 పుదయం ప్రతినిధి): ప్రజా ఆరోగ్యానికి కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం పెద్దపీట వేస్తుందని వేములవాడ ఎమ్మెల్యే ఆది శ్రీనివాస్ అన్నారు. శుక్రవారం రుద్రంగి మండల కేంద్రంలోని ప్రాథమిక వైద్యారోగ్య కేంద్ర అభివృద్ధి పనులను క్షేత్రస్థాయిలో పరిశీలించారు. ఒక కోటి 43 లక్షల రూపాయలతో ప్రాథమిక వైద్యానికి కేంద్రం నిర్మిస్తున్నట్లు తెలిపారు. ప్రభుత్వం నిరుపేదల వైద్య ఆరోగ్యం కోసం చిత్తశుద్ధితో పనిచేస్తుందని పేర్కొన్నారు.

## అభివృద్ధి పనులను పరిశీలించిన వేములవాడ ఎమ్మెల్యే ఆది

కరీంనగర్, జూన్ 06 పుదయం ప్రతినిధి): సిద్దిపేట జిల్లా దుబ్బాక లో నూతనంగా నిర్మించిన రజనీకాంత్ రెడ్డి ఇంటర్మీడియట్ స్కూల్ ప్రారంభోత్సవ కార్యక్రమంలో శుక్రవారం మెదక్ ఎంపీ రఘునందన్ రావు పాల్గొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో స్థానిక ప్రజా ప్రతినిధులు, స్కూల్ యాజమాన్యం తదితరులు పాల్గొన్నారు.

అంబర్లేషిఫర్ స్కూల్ ప్రారంభోత్సవ కార్యక్రమం మెదక్ ఎంపీ దుబ్బాక, జూన్ 06 పుదయం ప్రతినిధి): సిద్దిపేట జిల్లా దుబ్బాక లో నూతనంగా నిర్మించిన రజనీకాంత్ రెడ్డి ఇంటర్మీడియట్ స్కూల్ ప్రారంభోత్సవ కార్యక్రమంలో శుక్రవారం మెదక్ ఎంపీ రఘునందన్ రావు పాల్గొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో స్థానిక ప్రజా ప్రతినిధులు, స్కూల్ యాజమాన్యం తదితరులు పాల్గొన్నారు.

## నిరుపయోగంగా క్రీడా ప్రాంగణం

ఆదిలాబాద్, జూన్ 06 పుదయం ప్రతినిధి): వేమనపల్లి మండలం గొర్రపల్లి గ్రామ శివారులో 4 ఎకరాల్లో ఏర్పాటు చేసిన క్రీడా మైదానం రాళ్లు రప్పలతో నిండిపోయింది. మూడేళ్లుగా ఇలాగే ఉంటున్నా ఎవరూ పట్టించుకోవడం లేదు. దీంతో క్రీడా మైదానంలో క్రీడల కోసం యువకులు వచ్చేందుకు జంకుతున్నారు. ఆ గ్రామంలో చాలా మంది క్రీడాకారులకు క్రీడలపై ఆసక్తి ఉన్న మైదానం క్రీడాకారులకు అనుకూలంగా లేని కారణంగా నిరుపయోగంగా మిగిలింది.

అంబర్లేషిఫర్ స్కూల్ ప్రారంభోత్సవ కార్యక్రమం మెదక్ ఎంపీ దుబ్బాక, జూన్ 06 పుదయం ప్రతినిధి): సిద్దిపేట జిల్లా దుబ్బాక లో నూతనంగా నిర్మించిన రజనీకాంత్ రెడ్డి ఇంటర్మీడియట్ స్కూల్ ప్రారంభోత్సవ కార్యక్రమంలో శుక్రవారం మెదక్ ఎంపీ రఘునందన్ రావు పాల్గొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో స్థానిక ప్రజా ప్రతినిధులు, స్కూల్ యాజమాన్యం తదితరులు పాల్గొన్నారు.

## అంగన్వాడీ కేంద్రాన్ని ప్రారంభించిన కేఎంసీ కమిషనర్

ఖమ్మం, జూన్ 06 పుదయం ప్రతినిధి): ఖమ్మం 60వ డివిజన్లో నూతనంగా నిర్మించిన అంగన్వాడీ కేంద్రాన్ని శుక్రవారం కేఎంసీ కమిషనర్ అభిషేక్ అగస్త్య డివిజన్ కార్యదర్శి తో కలిసి ప్రారంభించారు. అంగన్వాడీ కేంద్రంలో మౌలిక సదుపాయాలను పరిశీలించారు. అనంతరం ఆయన మాట్లాడుతూ అంగన్వాడీ కేంద్రం చిన్నారుల భవిష్యత్తుకు పునాది వేయడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది తెలిపారు. చిన్నారులకు కమిషనర్ స్వయంగా అక్షరాభ్యాసం నిర్వహించడం ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలిచింది.

అదాలత్ లో త్వరగా క్షియర్ చేయాలని ఆదేశించారు. పెండింగ్లో ఉన్న కేసులని ఈ లోక్ అదాలత్ చర్యలు తీసుకొని కార్యక్రమం విజయవంతం చేయడానికి అన్ని టీములు సిద్ధంగా ఉండాలని కక్షిదారులు ఉపయోగించుకునేలా తగు చర్యలు తీసుకోవాలన్నారు. జిల్లాలో డ్రంక్ అండ్ డ్రైవ్ కేసులు యధావిధిగా కొనసాగించాలని ఆదేశించారు. ఈ సందర్భంగా ఏజెండా లోని అంశాలను క్రిమినల్ కాంస్టాబుల్ కేసులు సివిల్ కేసులు, సైబర్ క్రైమ్స్, కేసులను, ఎన్ అక్సైడ్ పెండింగ్ లో ఉన్నాయా అని చర్చించారు. పెండింగ్లో ఉన్న ప్రతి ఒక్క కేసు ఈ లోక్ అదాలత్ లో డిస్పోజ్ చేయాలని పోలీస్ అధికారులకు ఆదేశించారు. పోలీస్ అధికారులు , లై సెన్ ఆఫీ సర్ కృష్ణయ్య, కోర్ట్ కానిస్టేబుల్ పాల్గొన్నారు.







# అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవం సందర్భంగా యోగాపై మేధిర ప్రముఖులకు అవగాహన



అదేశానుసారము వారికి యోగాపై అవగాహన కల్పించడం జరిగినది. మరియు జూన్ 21 న జరగనున్న అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవం కోసం పాల్గొనవలసిందిగా కోరడం జరిగింది. ప్రముఖ గౌడ సంఘం జిల్లా అధ్యక్షులు యార్లగడ్డ నరసింహారావు, మరియు మాజీ ఎంపీపీ ఎర్రగుంట లక్ష్మీ రమేష్, మాజీ స్థానిక కౌన్సిలర్ కాండ్ర తిరుమలరావు, అగ్రీని రివైర్డ్ ఉద్యోగి జిల్లా నాయకులు పెరుగు రమేష్ కుమార్ పాస్టర్ల సంఘం రాష్ట్ర నాయకులు బిడి ఆప్పారావు, మరియు బ్యాంకు విశ్రాంత ఉద్యోగి తదితరులని కలవటం జరిగినది. ఈ కార్యక్రమంలో యోగా ఇన్స్ట్రక్టర్ ఆర్ గజేష్ బాబు స్థానిక వైద్యులు డాక్టర్ వెంకట్ లాల్, ఆయుష్ వైద్య ఉద్యోగుల సంఘం నాయకులు కందుల రాంబాబు తదితరులు పాల్గొనడం జరిగినది

అదేశానుసారము వారికి యోగాపై అవగాహన కల్పించడం జరిగినది. మరియు జూన్ 21 న జరగనున్న అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవం కోసం పాల్గొనవలసిందిగా కోరడం జరిగింది. ప్రముఖ గౌడ సంఘం జిల్లా అధ్యక్షులు యార్లగడ్డ నరసింహారావు, మరియు మాజీ ఎంపీపీ ఎర్రగుంట లక్ష్మీ రమేష్, మాజీ స్థానిక కౌన్సిలర్ కాండ్ర తిరుమలరావు, అగ్రీని రివైర్డ్ ఉద్యోగి జిల్లా నాయకులు పెరుగు రమేష్ కుమార్ పాస్టర్ల సంఘం రాష్ట్ర నాయకులు బిడి ఆప్పారావు, మరియు బ్యాంకు విశ్రాంత ఉద్యోగి తదితరులని కలవటం జరిగినది. ఈ కార్యక్రమంలో యోగా ఇన్స్ట్రక్టర్ ఆర్ గజేష్ బాబు స్థానిక వైద్యులు డాక్టర్ వెంకట్ లాల్, ఆయుష్ వైద్య ఉద్యోగుల సంఘం నాయకులు కందుల రాంబాబు తదితరులు పాల్గొనడం జరిగినది

# ఘనంగా వెంకయ్య స్వామి ఆలయ వార్షికాత్సవం



అభిషేకాలు అర్చన కార్యక్రమాలు నిర్వహించారు అలయ ప్రాంగణంలో ఆధ్యాత్మిక శోభ సంఠించుకుంది ప్రధాన అనంతరం విచ్చేసిన భక్తులకు ఆలయ కమిటీ సుమారుగా 2000 మందికి మహా అన్నదాన కార్యక్రమం నిర్వహించారు ఈ కార్యక్రమంలో భక్తులు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు ఈ కార్యక్రమంలో శ్రీ శిరిడి సాయిబాబా మందిర కమిటీ గ్రామస్థులు మరియు భక్తులు పాల్గొన్నారు

జూన్ 6 దమ్మపేట, (పుడయం ప్రతినది): భద్రాద్రి కొత్తగూడెం జిల్లా దమ్మపేట మండల కేంద్రంలో గల శ్రీ శిరిడి సాయిబాబా మందిర ప్రాంగణంలో గల వెంకయ్య స్వామి 13 వ మందిర వార్షికాత్సవం శు క్రవారం పునంగా భక్తిశ్రద్ధలతో నిర్వహించారు ఈ నేపథ్యంలో ఆలయాన్ని శోభ యమానంగా అలంకరించి ఉదయం 5 గంటల నుండి స్వామివారికి విశేష ప్రార్థనలు నిర్వహించారు అలయ ప్రాంగణంలో ఆధ్యాత్మిక శోభ సంఠించుకుంది ప్రధాన అనంతరం విచ్చేసిన భక్తులకు ఆలయ కమిటీ సుమారుగా 2000 మందికి మహా అన్నదాన కార్యక్రమం నిర్వహించారు ఈ కార్యక్రమంలో భక్తులు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు ఈ కార్యక్రమంలో శ్రీ శిరిడి సాయిబాబా మందిర కమిటీ గ్రామస్థులు మరియు భక్తులు పాల్గొన్నారు

# రైతుల భూ సేమస్వీకరణ తీర్మానానికి తీసుకొచ్చి పాస్ చీట్లం భూ భారతి చీట్లం.

భూభారతి చీట్లంలోని అప్పీలు ద్వారా భూ సమస్యలకు పరిష్కారం. ప్రజా ప్రభుత్వం ప్రజల వద్దకి పాలనలో భాగంగా రైతుల కోసం గ్రామాలకు తరలివచ్చిన అధికారులు.



పర్యవేక్షణ, జూన్ 6 (పుడయం ప్రతినది): భూభారతి సూతన రెవెన్యూ చీట్లం అమల్లో భాగంగా నేటి నుంచి రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా భూ భారతి సదస్సు కార్యక్రమంలో భాగంగా శుక్రవారం పర్యవేక్షణ మండల పరిధిలోని అన్నారం గ్రామంలో జరిగిన రెవెన్యూ సదస్సులో జిల్లా కలెక్టర్ సత్య శారద దేవి తో కలిసి పర్యవేక్షణ నియోజకవర్గ ఎమ్మెల్యే కేఆర్ నాగరాజు పాల్గొన్నారు. భూ భారతి రెవెన్యూ సదస్సులో ఏర్పాటు చేసిన పాస్ చీట్లం, జనరల్ డెస్కు ల వద్ద సదుపాయాలను పరిశీలించి, రైతులు సమర్పించిన దరఖాస్తులను పరిశీలించి అధికారులకు ఎమ్మెల్యే నాగరాజు పలు సూచనలు చేసారు. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే నాగరాజు మాట్లాడుతూ, గత ప్రభుత్వం ప్రవేశపెట్టిన ధరణి పోర్టల్ ద్వారా అనేకమంది పేద రైతులు ఇబ్బందులకు గురయ్యారని వేల ఎకరాల భూములు గల్లంతయ్యాయని ప్రస్తుతం కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం తీసుకురావడం భూభారతి చీట్లం ద్వారా రైతులకు అంతో మేలు జరుగుతుందని అన్నారు. గతంలో ఉన్న ధరణిలో అనేక లోపాలు ఉన్నాయని రాష్ట్ర ప్రభుత్వం గుర్తించి ధరణి స్థానంలో కొత్త చట్టాన్ని తీసుకువచ్చేందుకు మేధావులు, రైతు సంఘాలు, అందరితో చర్చించి గత చట్టంలోని లోపాలను సవరిస్తూ కొత్త చట్టం భూ భారతిని తీసుకు వచ్చినట్లు అన్నారు. లోపభూయస్థంగా ఉన్న ధరణి వల్ల పట్టణ జారీలో ఏదీ పారపాటు జరిగితే అప్పీలు చేయడానికి అవకాశం లేదని, రైతులు సివిల్ కోర్టు చట్టా తిరగాల్సి వచ్చేదని దానివల్ల ఎన్నో ఇబ్బందులు



ఎదుర్కొన్నారని తెలిపారు. తమ ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వస్తే ధరణి స్థానంలో భూ భారతి తెస్తామని చెప్పిన ప్రకారం సీనియర్ అధికారులతో అన్ని రాష్ట్రాల్లో విచారణ చేసి సులువైన పద్ధిస్తేనే చట్టాన్ని అమల్లోకి తెచ్చినట్లు తెలిపారు. భూములు కొన్నా అమ్మినా రెవెన్యూ సర్వేయర్ ద్వారా హస్తాంతరం మ్యాప్ తయారు చేసి పట్టణ ద్వారా పాస్ చీట్లం సమాధి చేస్తారని తద్వారా భూమి గుర్తింపుకు అవకాశం కలుగుతుందని తెలిపారు. తహసీల్దార్ ద్వారా ఏదీని పారపాటు జరిగితే అర్జీలు, అర్జీలు నుండి కలెక్టర్, కలెక్టర్ నుండి భూ ట్రిబ్యునల్ నకు వెళ్ళడానికి అవకాశం కల్పించినట్లు తెలిపారు. ఉచిత న్యాయ సహాయ సేవలు అందించడానికి అవకాశం కల్పించారని అన్నారు. ప్రతి సంవత్సరం డిసెంబర్ 31వ తేదీని రికార్డుల నవీకరణలను చేయడానికి అవకాశం కల్పించినట్లు తెలిపారు. ప్రజలకు అందాల లా ఉండే అలానే భూములకు భూదాన్ జారీ చేయనున్నట్లు తెలిపారు. ఈ సదస్సులో దరఖాస్తు చేసుకున్న వారికి దరఖాస్తులను పరిశీలించి వచ్చే నెల జూన్ 2 న పట్టణ పాస్ చీట్లం అందజేయనున్నట్లు ఎమ్మెల్యే నాగరాజు సభ ముఖంగా తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో తహసీల్దార్ వెంకట స్వామి, పర్యవేక్షణ రివిన్యూ సర్వేయర్ ఎం.మనోజ్ కుమార్ గౌడ్, రెవెన్యూ సర్వేయర్ పి.బి.బాబు, ప్రజా ప్రతినది, రైతులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# రైతుల ముంగిట్లో శాస్త్రవేత్తలు వచ్చి రైతులకు అవగాహన కల్పించిన

-పెరుగుతున్న జనాభా వల్ల ఆహార ఉత్పత్తులకు డిమాండ్ పెరిగింది. -డాక్టర్. యస్. ఓం ప్రకాష్ శాస్త్రవేత్త.



పర్యవేక్షణ, జూన్ 6 (పుడయం ప్రతినది): పరంగల్ జిల్లా పర్యవేక్షణ మండలం లోని చింత నెక్కొండలో ఈ కార్యక్రమంలో రైతుల ముంగిట్లో శాస్త్రవేత్తలు కార్యక్రమం ప్రాధాన్యత జయశంకర్ తెలంగాణ వ్యవసాయ విద్యార్థుల సంఘం అధ్యక్షుల గ్రామపంచాయతీ అవరణలో డాక్టర్. యస్. ఓం ప్రకాష్ శాస్త్రవేత్త ఆధ్వర్యంలో జరిగినది దా. ఎస్. ఓం ప్రకాష్ శాస్త్రవేత్త మాట్లాడుతూ పెరుగుతున్న జనాభా వల్ల ఆహార ఉత్పత్తులకు డిమాండ్ పెరిగింది. మార్కెట్లో ఆహార కొరత తీర్చేందుకు అధిక దిగుబడుల కోసం ఎరువులు, క్రిమినోసరక మందులు విచ్చలవిడిగా

వాడుతుండడంతో నేల కలుషితం అవుతుంది. మితిమీరిన రసాయనక ఎరువులు పురుగుల మందుల వినియోగం వల్ల భూసారం కోల్పోవడంతో పాటు పంటలకు మేలు చేసే క్రిమి కీటకాలు చనిపోతున్నాయి. తెగుళ్ల ఉధృతి కూడా పెరుగుతుంది. పక్కటి వ్యవసాయంలో తక్కువ పెట్టుబడి తో పక్కటి సిద్ధంగా దొరికే వాటితో చేయడం వల్ల ఖర్చు తగ్గి రైతుల నికర ఆదాయాన్ని పెంచవచ్చు. ఇందులో చిరుధాన్యాల ముఖ్య ప్రాముఖ్యతను కలిగి ఉన్నాయని వాటి పండించే విధాన్ని రైతులకు తెలియజేశారు. పక్కటి వ్యవసాయం ప్రకృతిలో సహజ సిద్ధంగా దొరికే వాటితో తయారు చేసే జీవామృతం, బీజామృతం మరియు ఇతర కషాయాలను వాడడం వల్ల మొక్కలు పెరుగుదలకు ఎక్కువగా ఉపయోగపడే సేంద్రియ కర్షకం పెంచడంతో పాటు ఎటువంటి కలుషితం లేకుండా పర్యావరణ పరిరక్షణకు ఉంటుందని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో డి. మాధవి శాస్త్రవేత్త, ఏఈ. రాజేష్ గ్రామ రైతులు పాల్గొన్నారు.

# పేదాడి సొంతింటి కల నెరవేర్చడమే కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వ లక్ష్యం: ఎమ్మెల్యే వెచ్చ బోజ్జు పటేల్



భూభారతి, జూన్ 6 (పుడయం ప్రతినది): భూభారతి నియోజకవర్గం, పెంబి మండలం, ప్రజా ప్రభుత్వ హయాంలోనే పేదాడి సొంతింటి కల నెరవేరుతుందని, పేదల సంక్షేమమే రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ధ్యేయమని భూభారతి నియోజకవర్గ శాసనసభ్యులు వెచ్చ బోజ్జు పటేల్ పేర్కొన్నారు. శుక్రవారం పెంబి మండల కేంద్రంలో ఇందిరమ్మ ఇండ్ల నిర్మాణ పనులకు భూమి పూజ చేశారు. అనంతరం లబ్ధిదారులకు ధృవీకరణ పత్రాలను అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే మాట్లాడుతూ పేదల కోసం ప్రజా ప్రభుత్వం అవార్జుకలు కృషి చేస్తోందని, పేదల కళ్ళలో ఆనందాన్ని నింపడమే ప్రజా ప్రభుత్వ లక్ష్యమన్నారు. కన్వాలీ అటవీ ప్రాంతాల్లో కొన్ని గ్రామాలలో అడ్డంకులు ఉన్నాయని ప్రభుత్వ ఉత్కర్షణ రాగానే ఇందిరమ్మ ఇండ్లను ముజూరు చేస్తామని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో అధికారులు, కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# జిల్లాల ప్రాజెక్టులకు భూసేకరణ ప్రక్రియపై ప్రత్యేక దృష్టి

- ప్రాధాన్య ప్రాజెక్టుల భూసేకరణపై అధికారులతో సమీక్ష, -భూసేకరణ ప్రక్రియను త్వరితగతిన పూర్తి చేయండి, -ప్రత్యేక టీమ్లతో భూ సర్వేలు వేగవంతం చేయాలని, -ప్రాజెక్టుల పురోగతిపై కలెక్టర్ బాదావత్ సంతోష్ సమీక్ష, -నాగర్ కర్నూల్ జిల్లా కలెక్టర్ బాదావత్ సంతోష్,

నాగర్ కర్నూల్ జూన్ 06 (పుడయం ప్రతినది) జిల్లా పరిధిలోని కొనసాగుతున్న మహాత్మా గాంధీ కల్యక్రమం ఎత్తిపోతల వద్దకు, పాలమూరు రంగారెడ్డి, మార్కండేయ ఇరిగేషన్, డిండి బ్యాలెస్టింగ్ రిజర్వాయర్లు నీటిపారుదల ప్రాజెక్టుల పరిధిలోని పెండింగ్లో ఉన్న భూ సేకరణ ప్రక్రియను త్వరితగతిన పూర్తి చేయాలని జిల్లా కలెక్టర్ బాదావత్ సంతోష్ అధికారులను ఆదేశించారు. శుక్రవారం కలెక్టర్లతో భూ సేకరణ ప్రక్రియను త్వరితగతిన పూర్తి చేయాలని జిల్లా కలెక్టర్ బాదావత్ సంతోష్, అధికారులతో సమీక్ష చేపట్టారు. ప్రాజెక్టుల వారీగా డిస్ట్రిబ్యూషన్ కెనెలా వారీగా రెవెన్యూ సర్వేయర్, ఇరిగేషన్ అధికారులతో కూడిన ప్రత్యేక టీమ్లను ఏర్పాటు చేసి సర్వే పనులను వేగవంతంగా చేపట్టాలని సర్వేయర్ ను కలెక్టర్ ఆదేశించారు. ప్రాజెక్టులకు సేకరించిన భూమికి రైతులకు సప్లయ్మెంట్ చేయించేందుకు కావలసిన విద్యాభ్యస పూర్తి చేయాలని అధికారులు ఆదేశించారు. ముఖ్యంగా నాగర్ కర్నూల్ జిల్లాలో కొనసాగుతున్న పాలమూరు రంగారెడ్డి ప్రాజెక్టుకు సంబంధించి జిల్లా పరిధిలోని 14 ప్యాకేజీల పరిధిలో ప్రాజెక్టు కావలసిన 11930.22 ఎకరాల భూ సేకరణ కావలసి ఉండగా ఇప్పటివరకు 11899.07 భూ సేకరణ పూర్తి అయిందని ఇంకా 31.15 ఎకరాల భూ సేకరణ పెండింగ్లో ఉందన్నారు. త్వరితగతిన పూర్తి చేయాలని సూచనలు చేసి, ప్రాజెక్టుల పరిధిలోని 28వ ప్యాకేజీ 3907 ఎకరాల భూ సేకరణ అవసరం ఉండగా ఇంకా 27 ఎకరాల భూ సేకరణ జరగాల్సి ఉందన్నారు. 29వ ప్యాకేజీ



పరిధిలోకి 8936 ఎకరాల భూ సేకరణ అవసరం ఉండగా, ఇంకా 242 ఎకరాల భూ సేకరణ జరగాల్సి ఉందన్నారు. 30వ ప్యాకేజీకి 5327 ఎకరాల భూ సేకరణ అవసరం కాగా, ఇంకా 256 ఎకరాల భూ సేకరణ జరగాల్సి ఉందన్నారు. మహాత్మా గాంధీ కల్యక్రమం ఎత్తిపోతల పథకానికి సంబంధించిన భూ సేకరణ ప్రక్రియను ఆయా స్థాయిలలో పనులు పూర్తి చేసి భూ సేకరణ ప్రక్రియను వేగవంతం చేయాలని అధికారులను కలెక్టర్ ఆదేశించారు. మార్కండేయ ఎత్తిపోతల పథకానికి 168.69 ఎకరాల భూ సేకరణ అవసరం కాగా, 64 ఎకరాల భూ సేకరణ పూర్తి అయిందని, మిగిలిన 104.42 ఎకరాల భూ సేకరణ ప్రక్రియలో ప్రాజెక్టుల వారీగా డిస్ట్రిబ్యూషన్ కెనెలా వారీగా రెవెన్యూ సర్వేయర్, ఇరిగేషన్ అధికారులతో కూడిన ప్రత్యేక టీమ్లను ఏర్పాటు చేసి సర్వే పనులను వేగవంతంగా చేపట్టాలని సర్వేయర్ ను కలెక్టర్ ఆదేశించారు. ప్రాజెక్టులకు సేకరించిన భూమికి రైతులకు సప్లయ్మెంట్ చేయించేందుకు కావలసిన విద్యాభ్యస పూర్తి చేయాలని అధికారులు ఆదేశించారు. ముఖ్యంగా నాగర్ కర్నూల్ జిల్లాలో కొనసాగుతున్న పాలమూరు రంగారెడ్డి ప్రాజెక్టుకు సంబంధించి జిల్లా పరిధిలోని 14 ప్యాకేజీల పరిధిలో ప్రాజెక్టు కావలసిన 11930.22 ఎకరాల భూ సేకరణ కావలసి ఉండగా ఇప్పటివరకు 11899.07 భూ సేకరణ పూర్తి అయిందని ఇంకా 31.15 ఎకరాల భూ సేకరణ పెండింగ్లో ఉందన్నారు. త్వరితగతిన పూర్తి చేయాలని సూచనలు చేసి, ప్రాజెక్టుల పరిధిలోని 28వ ప్యాకేజీ 3907 ఎకరాల భూ సేకరణ అవసరం ఉండగా ఇంకా 27 ఎకరాల భూ సేకరణ జరగాల్సి ఉందన్నారు. 29వ ప్యాకేజీ

# ఘనంగా ప్రాఫెసర్ జయశంకర్ బడిబాట కార్యక్రమం.

-ప్రభుత్వ బడిలోనే నాణ్యమైన విద్య. -పి ఎస్ యంగంపల్లి ప్రధానోపాధ్యాయురాలు జి.జ్యోతి.



నిర్వహించారు. శుక్రవారం ప్రాథమిక పాఠశాల లో ప్రాఫెసర్ జయశంకర్ బడిబాటలో భాగంగా పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయురాలు జి.జ్యోతి అంగన్వాడీ ఉపాధ్యాయురాలు సరస్వతి ఆధ్వర్యంలో కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయురాలు జి.జ్యోతి మాట్లాడుతూ ప్రభుత్వ పాఠశాలలోనే నాణ్యమైన విద్య అందుతున్నదని, అంతేకాకుండా ఉచిత పాఠ్యపుస్తకాలు, దుస్తులు, మధ్యాహ్న భోజనము ఉంటుందని ప్రైవేటు పాఠశాలలకు వెళ్లి డబ్బులును వృధా చేసుకోవద్దని ప్రైవేటుకు ధీమా ప్రభుత్వ పాఠశాలలో విద్య అందుతున్నదని కన్నతల్లిలాంటి సొంత ఊరిలో ఉన్న ప్రభుత్వ పాఠశాలను వదులుకోవద్దని, బడి ఈడు పిల్లలను ప్రభుత్వ పాఠశాలలో చేర్చాలని, ప్రభుత్వం విద్యా రంగానికి పెద్దపీట వేస్తున్నదని ఆమె వివరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో గ్రామ పెద్దలు విద్యార్థిని తల్లిదండ్రులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

నిర్వహించారు. శుక్రవారం ప్రాథమిక పాఠశాల లో ప్రాఫెసర్ జయశంకర్ బడిబాటలో భాగంగా పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయురాలు జి.జ్యోతి అంగన్వాడీ ఉపాధ్యాయురాలు సరస్వతి ఆధ్వర్యంలో కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయురాలు జి.జ్యోతి మాట్లాడుతూ ప్రభుత్వ పాఠశాలలోనే నాణ్యమైన విద్య అందుతున్నదని, అంతేకాకుండా ఉచిత పాఠ్యపుస్తకాలు, దుస్తులు, మధ్యాహ్న భోజనము ఉంటుందని ప్రైవేటు పాఠశాలలకు వెళ్లి డబ్బులును వృధా చేసుకోవద్దని ప్రైవేటుకు ధీమా ప్రభుత్వ పాఠశాలలో విద్య అందుతున్నదని కన్నతల్లిలాంటి సొంత ఊరిలో ఉన్న ప్రభుత్వ పాఠశాలను వదులుకోవద్దని, బడి ఈడు పిల్లలను ప్రభుత్వ పాఠశాలలో చేర్చాలని, ప్రభుత్వం విద్యా రంగానికి పెద్దపీట వేస్తున్నదని ఆమె వివరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో గ్రామ పెద్దలు విద్యార్థిని తల్లిదండ్రులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# ముగ్గుల సాగిక సంస్థల్లో వికలాంగులకు రాజకీయ లబ్ధి పేర్కొని కల్పించాలి



నాగర్ కర్నూల్ జూన్ 06 (పుడయం ప్రతినది) మున్సిపల్ , స్థానిక సంస్థల్లో వికలాంగులకు ప్రాతినిధ్యం కల్పించాలని, వికలాంగుల హక్కుల జాతియ వేదిక ఇండియా ఉమ్మడి పాలమూరు జిల్లా అధ్యక్షుడు రాజశేఖర్ అన్నారు. శుక్రవారం నాడు నాగర్ కర్నూల్ జిల్లా కేంద్రంలోని వికలాంగుల సంక్షేమం భవనంలో వికలాంగుల ముఖ్య కార్యకర్తల సమావేశం నిర్వహించారు ఈ సమావేశానికి ముఖ్య అతిథిగా హాజరైన ఆయన మాట్లాడుతూ ఛట్నెండ్ , రాజస్థాన్ తమిళనాడు రాష్ట్రాలలో ఇప్పటికే వికలాంగులకు మున్సిపల్ , స్థానిక సంస్థల్లో ప్రాతినిధ్యం కల్పించే విధంగా చట్టాలు చేసి అమలు చేస్తున్నారని మరియు తమిళనాడు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం కూడా మున్సిపల్ , స్థానిక సంస్థల్లో వికలాంగుల ప్రాతినిధ్యం కోసం ఒక చట్టాన్ని తీసుకోవచ్చు అమలు చేస్తుందని ఆయన అన్నారు మున్సిపల్ , స్థానిక సంస్థల చట్టం 1998 చట్టం మరియు 1994 చట్టాలను సైతం తమిళనాడు ప్రభుత్వం సవరించి అసెంబ్లీ లో తీర్మానం చేసి అణగారిన వర్గాలలో ఉన్న వికలాంగులకు సైతం చట్ట ప్రకారం చేసి అధికారంలో స్థానిక సంస్థల్లో వికలాంగుల ప్రాతినిధ్యం, స్థానిక సంస్థల్లో వారి గొంతులు వినిపించడానికి వికలాంగులకు అవకాశాలు కల్పించింది. తెలంగాణ రాష్ట్రంలో 21 కలాల వికలాంగుల గుర్తింపు ఉండని వారందరినీ కూడా రోజ్ల పాయింట్ గా రిజిస్ట్రేషన్ సమాధి చేయాలని డిమాండ్ చేశారు మరియు శారీరక వికలాంగులకు రోజ్ల పాయింట్ 56 నుండి 10 లోపు తగ్గించాలని ఆయన కోరారు జాతీయ కాంగ్రెస్ %తూXజజ% గత పార్లమెంట్ ఎలక్షన్ ల సందర్భంగా మ్యూనిసిపల్స్ లో ఇప్పటి వరకు ప్రకారం తెలంగాణ రాష్ట్రంలోని అన్ని స్థానిక సంస్థల్లో పంచాయతీ, ఎంపీటీసీ, జడ్పీటీసీ మున్సిపాలిటీ, మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ లలో వికలాంగులకు రాజకీయ రిజిస్ట్రేషన్లు కల్పించాలని లేని పక్షంలో వికలాంగులు అందరూ ఉద్ద్యోగులకు సన్నద్ధం కావాలని పిలుపునిచ్చారు. ఈ సమావేశంలో నాగర్ కర్నూల్ నియోజకవర్గం అధ్యక్షుడు దశరథం, ప్రధాన కార్యదర్శి బీమ్ సాగర్ కోశాధికారి బాలపేరు, ఉపాధ్యక్షులు రవి కార్యకర్తలు తదితరులు పాల్గొన్నారు

# సూతన వేదావరులను ఆశీర్వాదించిన సురభి నవీన్ కుమార్



కోరుళ్ల జూన్ 06 (పుడయం ప్రతినది) కోరుళ్ల పట్టణానికి చెందిన కొండా కిషన్ గౌడ్ లక్ష్మీ దంపతుల కుమారుని వివాహ వేడుకలు జరిగాయి వట్టణ విరుపాక్షి గార్లెన్ శారంగా ఇట్టి వివాహ వేడుకలకు హాజరై సూతన వధూవరులను ఆశీర్వాదించిన భారతీయ జనతా పార్టీ రాష్ట్ర కార్యదర్శి సభ్యులు కోరుళ్ల నియోజకవర్గ నాయకులు సురభి నవీన్ కుమార్ ఈ కార్యక్రమంలో సురభి నవీన్ కుమార్ తో పాటు భారతీయ జనతా పార్టీ భారతీయ జనతా యువమోర్చా వివిధ హోదాల నాయకులు కార్యకర్తలు తదితరులు పాల్గొన్నారు

కోరుళ్ల జూన్ 06 (పుడయం ప్రతినది) కోరుళ్ల పట్టణానికి చెందిన కొండా కిషన్ గౌడ్ లక్ష్మీ దంపతుల కుమారుని వివాహ వేడుకలు జరిగాయి వట్టణ విరుపాక్షి గార్లెన్ శారంగా ఇట్టి వివాహ వేడుకలకు హాజరై సూతన వధూవరులను ఆశీర్వాదించిన భారతీయ జనతా పార్టీ రాష్ట్ర కార్యదర్శి సభ్యులు కోరుళ్ల నియోజకవర్గ నాయకులు సురభి నవీన్ కుమార్ ఈ కార్యక్రమంలో సురభి నవీన్ కుమార్ తో పాటు భారతీయ జనతా పార్టీ భారతీయ జనతా యువమోర్చా వివిధ హోదాల నాయకులు కార్యకర్తలు తదితరులు పాల్గొన్నారు

# ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లోనే నాణ్యమైన విద్య: టి.శ్రీలత, ప్రధానోపాధ్యాయురాలు



బడిబాట కార్యక్రమం ప్రారంభం నాగర్ కర్నూల్ జూన్ 06 (పుడయం ప్రతినది) తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రతిష్ఠాత్మకంగా చేపట్టిన 'బడి బాట' కార్యక్రమంలో భాగంగా మండల కేంద్రంలోని జిల్లా పరిషత్ బాలికల ఉన్నత పాఠశాలలో ప్రధానోపాధ్యాయురాలు టి. శ్రీలత బడిబాట కార్యక్రమం కరవిత్రం ఆవిష్కరించి రాష్ట్ర నిర్వహించారు. కార్యక్రమంలో భాగంగా గడపగడపకు వెళ్లి ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో అందుతున్న నాణ్యమైన విద్య గూర్చి తెలియజేశారు. అనంతరం శాయంపేట ఛౌరస్తాలో ఉపాధ్యాయులతో కలిసి ప్రధానోపాధ్యాయురాలు ప్రభుత్వ పాఠశాలల బలోపేతం గూర్చి ప్రతిష్ఠా చేశారు. ఈ

సందర్భంగా ప్రధానోపాధ్యాయురాలు శ్రీలత మాట్లాడుతూ ప్రభుత్వ పాఠశాలలో ఉన్నత ప్రమాణాలతో విద్యనందిస్తున్నామని ప్రభుత్వం విద్యార్థులకు ఉచిత పుస్తకాలు అందిస్తూ భోజన సౌకర్యం కల్పిస్తుందన్నారు. ఈ అవకాశాన్ని ప్రతి తల్లిదండ్రులు వారి పిల్లల ఉజ్వల భవిష్యత్తుకై తమ పిల్లలను ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లోనే చేర్చాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. అంతకుముందు పాఠశాలలో నిర్వహించిన ఒక కార్యక్రమంలో 2025 ఎస్ ఎస్ సి ఫలితాలు అత్యుత్తమ ప్రతిభ కనబరించిన ఎన్. అక్షయ, డి. సాయి శ్రీ , ఎం.డి. అప్రీన్ లకు ప్రధానోపాధ్యాయురాలు టి. శ్రీలత ప్రశంసా పత్రాలు అందించి అభినందించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఉపాధ్యాయులు శేఖర్ బాబు, సుజాత , అశ్విబాబు , రేణుక , గీత , కుమారస్వామి, రంజిత కుమార్, విజయలక్ష్మి, విద్యాధ్యులు, తల్లిదండ్రులు, పేరెంట్స్ కమిటీ మెంబర్స్, పాఠశాల సిబ్బంది గ్రామస్థులు పాల్గొన్నారు

# వీధిగోష్ఠి శుభాకాంక్షలు తెలియజేసిన ఎస్సీ

జగిత్యాల జూన్ 06 (పుడయం ప్రతినది) విధులు నిర్వహించి అసిస్టెంట్ సబ్ డివిజన్ (ఏఎస్) గా పదోన్నతి అనువంధంలో ఆఫ్ సెలెక్షన్ అండ్ కలవడం జరిగింది ఈ సందర్భంగా వివస్వతి అలంకరించి పదోన్నతి శుభాధ్యక్షులకు క్రమ శిక్షణ యుతంగా పట్ల నమ్మకాన్ని గౌరవాన్ని పెంచే విధంగా విధులు నిర్వహించాలని సూచించారు

ప్రతినది) జిల్లా స్పెషల్ ట్రాన్స్ విధులు నిర్వహించి అసిస్టెంట్ సబ్ డివిజన్ (ఏఎస్) గా పదోన్నతి అనువంధంలో ఆఫ్ సెలెక్షన్ అండ్ కలవడం జరిగింది ఈ సందర్భంగా వివస్వతి అలంకరించి పదోన్నతి శుభాధ్యక్షులకు క్రమ శిక్షణ యుతంగా పట్ల నమ్మకాన్ని గౌరవాన్ని పెంచే విధంగా విధులు నిర్వహించాలని సూచించారు

# బజినెస్



## రూ.1,244 కోట్ల కుంభకోణం కేసులో తీర్పు శర్మ అరెస్ట్..

దర్భాంగ్లో భాగంగా వారు దక్షిణ కాలిఫోర్నియాలోని సావర్న్ హెల్త్ చికెన్ కేంద్రాలు, దాని ప్రధాన కార్యాలయం, శర్మ ఇంటిని సోదా చేశారు. ఆ కంపెనీ 2018లో తన కార్యకలాపాలను మూసివేసింది. ఈ కేసులో ప్రమేయం ఉన్న మరో వ్యక్తి పాల్ జిన్ సేన్ ను కూడా అరెస్టు చేశారు. భారత సంతతికి చెందిన వ్యాపారవేత్త తన్మయ్ శర్మ లాస్ ఏంజిల్స్ అంతర్జాతీయ విమానాశ్రయంలో ఒక ప్రధాన ఆరోగ్య సంరక్షణ మోసం కేసులో అరెస్టు అయ్యారు. ఈ కేసు మొత్తం విలువ దాదాపు రూ. 1,244 కోట్లు (ఖాళీ 149 మిలియన్లు). 61 ఏళ్ల శర్మ సావర్న్ హెల్త్ గ్రూప్ వ్యవస్థాపకుడు, మాజీ CEO. ఈ సంస్థ గతంలో వ్యవసాయం నుండి బయటపడటం, మానసిక ఆరోగ్య సేవలను అందించింది. US డిపార్ట్మెంట్ ఆఫ్ జస్టిస్ ప్రకారం, శర్మ సకిలీ క్లెయిమ్ల ద్వారా ఆరోగ్య బీమా కంపెనీలకు మొత్తం US\$149 మిలియన్లను మోసం చేశారు. తన కేంద్రాలకు రోగులను నియమించుకోవడానికి అతను దాదాపు \$21 మిలియన్లు (సుమారు రూ. 175 కోట్లు) అక్రమ లంచాలు కూడా ఇచ్చారని తెలిసింది. ఫెడరల్ గ్రాండ్ జ్యూరీ అతనిపై ఎనిమిది నేరారోపణలు నమోదు చేసింది. వాటిలో నాలుగు వైర్ మోసం, ఒక కుట్ర అభియోగం, అక్రమ రిఫరల్స్ కు సంబంధించిన మూడు అభియోగాలు ఉన్నాయి. కాలిఫోర్నియా సెంట్రల్ డిస్ట్రిక్టులోని US అటార్నీ కార్యాలయం



ప్రకారం, సావర్న్ హెల్త్ గ్రూప్ మోసపూరిత వ్యూహాలను ఉపయోగించి, రోగులను వారికి తెలియకుండానే బీమా పథకాలలో మోసపూరితంగా నమోదు చేసింది. FBI ఈ కేసును 2017లో దర్భాంగ్ ప్రారంభించింది. దర్భాంగ్లో భాగంగా వారు దక్షిణ

కాలిఫోర్నియాలోని సావర్న్ హెల్త్ చికెన్ కేంద్రాలు, దాని ప్రధాన కార్యాలయం, శర్మ ఇంటిని సోదా చేశారు. ఆ కంపెనీ 2018లో తన కార్యకలాపాలను మూసివేసింది. ఈ కేసులో ప్రమేయం ఉన్న మరో వ్యక్తి పాల్ జిన్ సేన్ ను కూడా అరెస్టు చేశారు. అతను నిర్దోషి అని అంగీకరించాడు. అతని విచారణ జూలై 29న ప్రారంభం కానుంది. నేరం రుజువైతే, అతను ప్రతి వైర్ మోసం ఆరోపణకు 20 సంవత్సరాల వరకు జైలు శిక్ష కుట్రకు ఐదు సంవత్సరాలు, అక్రమ కిక్ బ్యాంక్ కౌంటర్ 10 సంవత్సరాల వరకు జైలు శిక్ష వదలడే అవకాశం ఉంటుంది. తన్మయ్ శర్మ అస్సాంలోని గౌహతికి చెందిన వ్యక్తి. అతను 1987లో దిల్లీలోని మెడికల్ కాలేజీ నుండి మెడిసిన్ చదివాడు. అలాగే ఢిల్లీలోని సర్వీజింగ్ హాస్పిటల్లో ఇంటర్నల్ మెడిసిన్ పూర్తి చేశాడు. దీని తరువాత, అతను UK, తరువాత US కి వెళ్లి, అక్కడ వైద్యం, పరిశోధన రంగంలో పనిచేశారు. శర్మ మొదట్లో తన ఫారెన్సిక్ మెడిసిన్ లాంటివి

UKలో గుర్తింపు పొందాడు. అతను 1987 లో మెడికల్ కౌన్సిల్ ఆఫ్ ఇండియా నుండి తన మొదటి వైద్య లైసెన్స్ పొందాడు. తరువాత 1988 లో యునైటెడ్ కింగ్డమ్ జనరల్ మెడికల్ కౌన్సిల్ నుండి రెండవ లైసెన్స్ పొందాడు. న్యూజీలాండ్లో, మానసిక ఆరోగ్య సమస్యలపై తన పరిశోధనలకు ప్రపంచవ్యాప్తంగా ప్రసిద్ధి చెందాడు. సంవత్సరాలుగా అతను 200 కి మైగ్రేషన్ పరిశోధనా పత్రాలను ప్రచురించాడు. అలాగే ఐదు పుస్తకాలను కూడా రాశారు. రాశాడు. ఆయన అంతర్జాతీయంగా గుర్తింపు పొందిన పరిశోధనా వైద్యుడు. ఆయన పని మానసిక అనారోగ్యాలలో మెదడు పనితీరు, జ్ఞానం, మానవ ప్రవర్తనపై దృష్టి సారించింది. శర్మ అనేక సంపాదకీయ బోర్డులలో పనిచేశారు. 14 అంతర్జాతీయ వైద్య పత్రికలకు పీఠ సమీక్షకుడిగా ఎంపికయ్యారు. యూనివర్సిటీకి అభివృద్ధిని నియంత్రించే వివిధ నలహా బోర్డులలో పనిచేశారు. తన్మయ్ శర్మ తండ్రి ఘోష శర్మ అస్సాంలో ప్రసిద్ధ నాటక కళాకారుడు. నటుడు, దర్శకుడు. ఘోష శర్మ అమరావతి, ఇప్పుడు మూసివేసిన రావాయన్, అనుపమ సినిమా హాట్ యజమాని కూడా.



### సామాన్యులకు ఆర్బీఐ ఉపశమనం..

### ఎంపీసీ సమావేశంలో కీలక నిర్ణయం

రిజర్వ్ బ్యాంక్ ఆఫ్ ఇండియా (ఆర్బీఐ) దేశంలోని వాణిజ్య బ్యాంకులకు రుణాలను అందిస్తుంది. దానిని రెపో రేటు అంటారు. రెపో రేటు పెరిగినప్పుడు ఆర్బీఐ బ్యాంకులకు ఖరీదైన రుణాలను ఇస్తుంది. బ్యాంకులు రుణ భారాన్ని ఖాతాదారులపై మోపుతాయి.. రిజర్వ్ బ్యాంక్ ద్రవ్య విధాన కమిటీ రెపో రేటులో 0.50 శాతం తగ్గించింది. జూన్ 4 నుండి రిజర్వ్ బ్యాంక్ గవర్నర్ సంచయ్ మల్హోత్రా అధ్యక్షతన జరుగుతున్న ఈ సమావేశంలో దేశ ఆర్థిక వ్యవస్థను పెంచడానికి అనేక ఇతర నిర్ణయాలు తీసుకున్నారు. ప్రతి రెండు నెలలకు ఒకసారి జరిగే ఈ సమావేశంలో దేశ ద్రవ్య విధానంపై ముఖ్యమైన నిర్ణయాలు తీసుకుంటారు. గతంలో జనవరి-ఏప్రిల్ నెలల్లో జరిగిన సమావేశాలలో MPC రెపో రేటును 2.5-2.5 బేసిస్ పాయింట్ల తగ్గించింది. ఆ తర్వాత రెపో రేటు 6 శాతానికి తగ్గింది. అదే సమయంలో నేటి సమావేశంలో 50 బేసిస్ పాయింట్ల కోతతో,

రెపో రేటు ఇప్పుడు 5.50కి తగ్గింది. పరుగుల మూడోసారి ఈ వడ్డీ రేట్లు తగ్గించింది ఆర్బీఐ. ఈ నిర్ణయంతో గృహ, వాహన రుణాల వడ్డీ రేట్లు తగ్గుతున్నాయి. వడ్డీ రేట్లు తగ్గింపుతో స్టాక్ మార్కెట్లో జోష్ ఉంది. బ్యాంకులు రెండు బెంచ్ మార్కుల ఆధారంగా రుణాలను ఇస్తాయి. EBLR అంటే ఎక్స్ ట్రా రేట్ బెంచ్ మార్కు లెండింగ్ రేట్, MCLR అంటే మార్కెట్ లెండింగ్ రేట్. EBLR నేరుగా రెపో రేటుతో ముడిపడి ఉంటుంది. అంటే రిజర్వ్ బ్యాంక్ రెపో రేటును తగ్గించిన వెంటనే, అటువంటి రుణాల EMI కూడా తగ్గుతుంది. అదే సమయంలో MCLR ఆధారిత రుణాల EMI తగ్గుతాయి. రిజర్వ్ బ్యాంక్ ఆఫ్ ఇండియా (ఆర్బీఐ) దేశంలోని వాణిజ్య బ్యాంకులకు రుణాలను అందిస్తుంది. దానిని రెపో రేటు అంటారు. రెపో రేటు పెరిగినప్పుడు ఆర్బీఐ బ్యాంకులకు ఖరీదైన రుణాలను ఇస్తుంది. బ్యాంకులు రుణ భారాన్ని ఖాతాదారులపై మోపుతాయి. గృహ రుణాలు, వాహన రుణాలు, వ్యక్తిగత రుణాలపై వడ్డీ రేట్లు పెరుగుతాయి. ద్రవ్యోల్బణ రుణాలను తగ్గించేందుకు ఆర్బీఐ మార్కెట్ లిక్విడిటీని తగ్గిస్తుంది.

### పీఎంఐజీలో 7వేల మంది ఉద్యోగులపై వేటు



ప్రముఖ గ్లోబల్ ఎఫ్ఎంసీజీ కంపెనీ ప్రాక్టర్ అండ్ గ్యాంబల్ పశ్చిమ రెండేళ్లలో తమ ఉద్యోగుల్లో 15 శాతం మందిని ఇంటికి పంపించాలని నిర్ణయించింది. ప్రపంచ వ్యాప్తంగా తనకున్న ఉద్యోగుల్లో దాదాపు 7,000 మందిపై వేటు వేయనున్నట్లు వెల్లడించింది. స్థానిక చట్టాలకు నడుంబిట్టగా తొలగింపులను చేపట్టనున్నట్లు తెలిపింది. ప్రాంతాల వారీగా ఎంత మందిని తొలగించేది ప్రస్తుతం సమాచారం అందుబాటులో లేదని పేర్కొంది. ఉద్యోగులకు సంబంధించి రాబోయే రెండు ఆర్థిక సంవత్సరాలలో ప్రణాళికలు అమలు చేయబడతాయని ఆ కంపెనీ తెలిపింది. "వాటాదారులకు సగటు రాబడిపై తమ బిజినెస్ ప్రాక్ రికార్డును కొనసాగిస్తాము. ఆర్థిక

సంవత్సరం 2024-25 తొలి మూడు త్రైమాసికాల్లో వాటాదారులకు 13 బిలియన్ల డాలర్ల విలువ చేసే డివిడెండ్, షేర్ల పునరావిగా గానూ అందించాము." అని పిఎంఐజీ వీసీ మార్కెట్ యల్ ఆఫీసర్ అండ్రీ ఫుల్జెన్, వీసీ ఆపరేటింగ్ ఆఫీసర్ శైల్ష్ జెబి-రికార్ పేర్కొన్నారు. "చోటి తీవ్రంగా ఉంది. భౌతిక రాజకీయ వాతావరణం అనూహ్యంగా ఉంది. సాంకేతికత రోజువారీ జీవితంలోని దాదాపు ప్రతి అంశాన్ని వేగంగా మారుస్తోంది. అదే సమయంలో ప్రస్తుతం సేవలు అందించే, తక్కువ సేవలు పొందుతున్న వినియోగదారుల అవసరాలను మెరుగ్గా తీర్చడం, కొత్త విభాగాలలోకి విస్తరించడం, మార్కెట్లను అత్యుత్తమ స్థాయిలకు పెంచడం ద్వారా భారీ వృద్ధిపై దృష్టి సారించున్నాము." అని ఆ కంపెనీ పేర్కొంది.

### బ్యాంక్ వినియోగదారులకు గుడేన్యూస్..

ఈ యాప్ ద్వారా ఎంపిక చేసిన బ్రాండ్, అలాగే ఎంపిక చేసిన బ్రాండ్, ఇంధన ఖర్చులపై 3% వరకు రివార్డులు, డెబిట్ కార్డ్ లావాదేవీలపై జీరో ఫార్వర్డ్ మార్కప్, ఉచిత లాంజ్ యాక్సెస్ వంటి ప్రయోజనాలను అందిస్తుంది. ఇండస్ బ్యాంక్ తన అధునాతన ఆర్థిక యాప్ 'ఇండి' ని మరింతగా విస్తరించుకుంటోంది. 1.5 కోట్ల మందికి మైగ్రేషన్ బ్యాంకింగ్ కస్టమర్లందరికీ ఈ యాప్ అందుబాటులోకి తీసుకువచ్చింది. ఈ యాప్ ద్వారా ఎన్నో ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి. సేవింగ్స్ అకౌంట్లు, ఫిక్స్డ్ డిపాజిట్లు, రుణాలు, క్రెడిట్ కార్డులు, మ్యూచువల్ ఫండ్స్ సహా అనేక సేవలను ఒకే డిజిట్ వేదికగా అందిస్తోంది. ఈ యాప్ ఇప్పటికే గణనీయమైన పురోగతిని సాధించింది. 1.4 మిలియన్లకు మైగ్రేషన్ ఖాతాలు తెరవబడ్డాయి. 50% నెలవారీ యాక్టివ్ యూజర్ రేటు (MAU) పరిశ్రమ బెంచ్ మార్కు 40% కంటే చాలా ఎక్కువగా ఉంది.



ఆన్ బోర్డింగ్ ప్రక్రియ ద్వారా రోజువారీ బ్యాంకింగ్ లావాదేవీలు సులభతరం చేసేలా ఉంది. ఈ సందర్భంగా ఇండస్ బ్యాంక్ డిజిటల్ బ్యాంకింగ్, స్ట్రాటజీ ప్లాన్ చారు నవదేవా మార్కు మాట్లాడుతూ, ప్రస్తుత రిలీజ్ వినియోగదారులందరికీ ఈ యాప్ సేవలు అందుబాటులోకి తీసుకురావడం సంతోషంగా ఉందన్నారు. వినియోగదారులు నేటికాలానుగుణంగా మారుతున్న అవసరాలకు తగినట్లుగా అన్ని రకాల సేవలు పొందేలా డిజిటల్ బ్యాంకింగ్ వ్యవస్థను

స్పష్టపడమే తమ లక్ష్యమని అన్నారు. ఈ యాప్ ద్వారా ఎంపిక చేసిన బ్రాండ్, అలాగే ఎంపిక చేసిన బ్రాండ్, ఇంధన ఖర్చులపై 3% వరకు రివార్డులు, డెబిట్ కార్డ్ లావాదేవీలపై జీరో ఫార్వర్డ్ మార్కప్, ఉచిత లాంజ్ యాక్సెస్ వంటి ప్రయోజనాలను అందిస్తుంది. వడ్డీ రేటుతో అనుసంధానంపై పొందుపు, ఆటో స్వీప్ ఫీచర్లు, రూ.5 లక్షల వరకు షెక్స్ బుక్ లైన్ ఆఫ్ క్రెడిట్ వంటి స్మార్ట్ డిపాజిట్ ఆప్షన్లు కూడా అందుబాటులో ఉన్నాయి.



### ట్రంప్ పై సెటెర్లు.. కుప్పకూలిన టెస్లా షేర్లు

ఎలాన్ మస్క్ తీరు విసుగు కలిగిస్తోందని, అందుకే తాను అతన్ని వెళ్లమని కోరానని ట్రంప్ తన సోషల్ మీడియా ప్లాట్ ఫామ్ ట్రూత్ సోషల్ లో పోస్ట్ చేశారు. అమెరికా అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్, టెస్లా అధినేత ఎలాన్ మస్క్ మధ్య చెలరేగిన వివాదం టెస్లా షేర్లపై పెను ప్రభావాన్ని చూపింది. గురువారం ఒకరోజే టెస్లా షేర్ల విలువ 14 శాతం పతనమయ్యాయి. ఫలితంగా కంపెనీ మార్కెట్ విలువ నుంచి 150 బిలియన్ల డాలర్లకు మైగ్రేషన్ అయింది. గత ఐదు ట్రేడింగ్ సెషన్లలో నాలుగు సార్లు టెస్లా షేర్లు నష్టాలను చవిచూశాయి. ఈ భారీ పతనంతో టెస్లా మార్కెట్ క్యాపిటలైజేషన్ ఒక ట్రిలియన్ డాలర్ల దిగువకు పడిపోయింది. రోజు ముగిసే సమయానికి 916 బిలియన్ల డాలర్ల వద్ద స్థిరపడింది. కంపెనీ చరిత్రలో ఒక్కరోజులో ఇంతటి భారీ నష్టాన్ని చవిచూడటం ఇదే తొలిసారి. ప్రభుత్వ వ్యూహ బిల్లుపై మస్క్ చేసిన విమర్శలకు ప్రతిస్పందనగా, మస్క్ వ్యాపారాలకు సంబంధించిన ప్రభుత్వ కౌంట్రాక్టులను రద్దు చేస్తామని అధ్యక్షుడు ట్రంప్ హెచ్చరించడంతో ఈ వివాదం మొదలైంది. మస్క్ తో వ్యూహానించడం కష్టంగా మారిందని, ఆయన అతిగా స్పందిస్తున్నారని ట్రంప్ ఆరోపించారు. ఎలాన్ మస్క్ తీరు విసుగు కలిగిస్తోందని, అందుకే తాను అతన్ని వెళ్లమని కోరానని ట్రంప్ తన సోషల్ మీడియా ప్లాట్ ఫామ్ ట్రూత్ సోషల్ లో పోస్ట్ చేశారు. ఎవరూ కోరుకోని ఎలక్ట్రిక్ కార్లను అందరూ కొనాలా చేసిన అతడి ఈ వేదాన్ని తాను తీసివేశానని, ఈ విషయం అతనికి చాలా నెలలక్రితమే తెలుసని

ట్రంప్ వ్యాఖ్యానించారు. అయినా అతడు పిచ్చివాడిలా ప్రవర్తించాడు అంటూ ట్రంప్ తన ట్రూత్ సోషల్ లో పోస్ట్ చేశారు. అంతకుముందు ఓవల్ ఆఫీస్ నుంచి ట్రంప్ మాట్లాడుతూ ఎలాన్, తాను మంచి సంబంధాలు కలిగి ఉన్నామని, ఇకపై ఉంటాయో లేదో తనకు తెలియదని అన్నారు. కొత్త బిల్లులో ఎలక్ట్రిక్ వాహనాలకు క్రెడిట్ లీకపోవడంపై మస్క్ అసంతోషాన్ని ఉన్నట్లు కనిపించారని ఆయన పేర్కొన్నారు. మరోవైపు.. ట్రంప్ మీడియాతో మాట్లాడుతున్న సమయంలోనే ఎలాన్ మస్క్ వేదికగా "పెడెత్ నేం" అని క్షుణ్ణంగా స్పందించారు. అంతేకాకుండా తాను లేకపోతే, ట్రంప్ ఎన్నికల్లో ఓడిపోయేవారని, డెమోక్రాట్లు హోస్ ను నియంత్రించేవారు, సెనేట్ లో రిపబ్లికన్లు 51-49 వద్ద ఉండేవారు అంటూ మరో పోస్ట్ లో పేర్కొన్నారు. ఇటీవలి కాలంలో ఎలాన్ మస్క్ రాజకీయంగా మరింత క్రియాశీలక వైఖరిని తీసుకుంటున్నారని, కొత్త బిల్లు బిల్లును 'అసహ్యకరమైన చెత్తబిల్లు' అని అభివర్ణించిన ఆయన, దానిని సమర్థించే చట్టసభ సభ్యులు భవిష్యత్తులో ఎన్నికల్లో సవాళ్లను ఎదుర్కోవాల్సి ఉంటుందని హెచ్చరించారు. డిపార్ట్మెంట్ ఆఫ్ గవర్నమెంట్ ఫిషియర్స్ అనే బృందానికి అధిపతిగా ట్రంప్ ప్రభుత్వంలో పాలుపంచుకున్నప్పటికీ టెక్నోక్రి ఇది భిన్నంగా ఉంది. ఆ ప్రత్యేక పదవిలో ఆయన పదవీకాలం మే 30తో ముగిసింది. టెస్లా అమ్మకాల గణాంకాలు బలహీనంగా ఉన్నప్పటికీ మే నెలలో కంపెనీ షేర్లు 22 శాతం మేర పెరిగాయి. అయితే, మస్క్ ట్రంప్ మధ్య బహిరంగ వివాదం ప్రారంభమవుతున్నప్పటి నుంచి ఈ వాదం ఒక్కరోజే స్టాక్ విలువ దాదాపు 18 శాతం క్షీణించింది. ఈ వివాదం ఇప్పటివరకు టెస్లా షేర్లు దాదాపు 30 శాతం క్షీణించాయి. డిసెంబర్ 18న నమోదైన గరిష్ట స్థాయి 488.54 డాలర్ల నుంచి ఇది తీవ్ర పతనం.



# చక్కని ఆరోగ్యం

## అన్ని రోగాలకి ఒక్కటే పీలిష్కారం..

గ్రీన్ టీ అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను అందించే శక్తివంతమైన పానీయం. గ్రీన్ టీలో ముఖ్యంగా పాలిఫెనాల్స్ అనే యాంటీఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. శరీరంలోని ఫ్రీ రాడికల్స్ తో పోరాడటానికి సహాయపడతాయి. గ్రీన్ టీ అనగానే సాధారణంగా కొవ్వును కరిగించుకోవటానికి వాడతారు అని తెలుసు. కానీ, గ్రీన్ టీ మన శరీరానికి చాలా రకాలుగా ఉపయోగపడుతుంది, ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. గ్రీన్ టీ వల్ల కలిగే ఎక్కువగా అందులో ఉండే యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్ వల్లే వస్తాయి. ఇవి మీ బాడీని ఫ్రీ రాడికల్ ద్వారా నష్టం నుండి రక్షిస్తాయి. గ్రీన్ టీ రక్తంలోని చక్కెర స్థాయిలను క్రమబద్ధీకరిస్తుంది. గ్రీన్ టీకి శరీరంలోని కొవ్వు, రక్తమీదనాన్ని తగ్గించే శక్తి ఉంది. గ్రీన్ టీ కాంజెస్టివ్ హార్ట్ ఫయిల్యూరీ వంటి గుండె సంబంధిత వ్యాధులను రాకుండా ఆపుతుంది. గ్రీన్ టీ త్వరగా బరువు తగ్గటానికి అద్భుతంగా పనిచేస్తుంది. గ్రీన్ టీ తాగటం వల్ల మెదడుకు మంచిది, మతిమరుపు రాకుండా చేస్తుంది. కీళ్లనొప్పులతో బాధ పడేవారికి గ్రీన్ టీ చక్కని ఔషధంగా పనిచేస్తుంది. ప్రతి రోజు ఒక కప్పు గ్రీన్ టీ తాగటం వలన ఒత్తిడి నుండి ఉపశమనాన్ని పొందవచ్చు. గ్రీన్ టీలో ఎల్ థయమిన్ అనే సమృద్ధిగా ఉంటుంది. ఇది ఒత్తిడిని కంట్రోల్ చేస్తుంది. రోజుకు ఒక కప్పు గ్రీన్ టీ తాగడం వల్ల ఆందోళన తగ్గుతుంది. గ్రీన్ టీ తాగితే అభిజ్ఞా పనితీరు మెరుగుపడుతుంది. గ్రీన్

టీ తాగడం వల్ల న్యూరోడీజెనరేటివ్ సమస్యలు రావు. అల్జీమర్స్ ప్రమాదం తగ్గుతుంది. జ్ఞాపకశక్తి పెరుగుతుంది. ఎముకలను బలంగా మార్చడంలో గ్రీన్ టీ సహాయపడుతుంది. గ్రీన్ టీ తాగితే ఆస్టియోపోరోసిస్ రిస్క్ తగ్గుతుంది. కీళ్ల నొప్పులు మాయం అవుతాయి. ప్రతిరోజూ గ్రీన్ టీ తాగడం వల్ల జీవిత కాలం పెరుగుతుంది. గ్రీన్ టీలోని యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, ఫాలి ఫెనాల్స్ ఆరోగ్యాన్ని అందిస్తాయి. ఇవి యాంటీ ఏజింగ్ గుణాలను కలిగి ఉంటాయి. గ్రీన్ టీ తాగడం వల్ల కొలెస్ట్రాల్ కరుగుతుంది. గ్రీన్ టీలోని యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు చెడు కొలెస్ట్రాల్ ను కరిగిస్తాయి. దీంతో హార్ట్ ఎటాక్ రిస్క్ తగ్గుతుంది. క్రమం తప్పకుండా గ్రీన్ టీ తాగడం వల్ల జ్ఞాపకశక్తి పెరుగుతుంది. గ్రీన్ టీలోని పోషకాలు మెదడు పనితీరును మెరుగుపరుస్తాయి. గ్రీన్ టీ తాగడం వల్ల డయాబెటిస్ రిస్క్ తగ్గుతుంది. గ్రీన్ టీలోని యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు ఇన్సులిన్ ఉత్పత్తిని స్థిరంగా ఉంచుతాయి. గ్రీన్ టీ తాగడం వల్ల వేగంగా, సులభంగా బరువు తగ్గవచ్చు. గ్రీన్ టీలోని కెటాచిన్లు చెడు కొవ్వును కరిగిస్తాయి. గ్రీన్ టీ తాగితే కేలరీలు వేగంగా బర్న్ అవుతాయి. గ్రీన్ టీ తాగడం వల్ల బీపీ కంట్రోల్ అవుతుంది. గ్రీన్ టీ తాగితే రక్తప్రసరణ బాగా అవుతుంది. దీంతో బీపీ అదుపులోకి వస్తుంది.



## ఉదయాన్నే ఈ రెండు తింటే చాలు..

ఆసుపత్రికి వెళ్లాల్సిన పనే ఉండదంట.



మార్కెట్లో వివిధ రకాల ఖరీదైన డ్రై ఫ్రూట్స్ అందుబాటులో ఉన్నాయి. అదే సమయంలో, ఏ డ్రై ఫ్రూట్ మనకు ఎక్కువ ప్రయోజనకరంగా ఉంటుందో..? అనే విషయంలో ఎల్లప్పుడూ గందరగోళంగా ఉంటుంది. డ్రై ఫ్రూట్స్ ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తాయి. ఆహారంతో పాటు, మెరుగైన ఆరోగ్యం కోసం ప్రతిరోజూ డ్రై ఫ్రూట్స్ తినడం మంచిదంటున్నారు వైద్య నిపుణులు.. పోషకాలు సమృద్ధిగా ఉన్న డ్రై ఫ్రూట్స్ విటమిన్లు, ఖనిజాలు, ఫైబర్, యాంటీఆక్సిడెంట్లతో నిండి ఉంటాయి. అందువల్ల, ఉదయం ఖాళీ కడుపుతో దీన్ని తినడం వల్ల శరీరానికి పూర్తి పోషణ లభిస్తుంది.. రోజంతా శక్తిని నిర్వహిస్తుంది. కానీ ఏ డ్రై ఫ్రూట్స్ ఎక్కువ ప్రయోజనకరంగా ఉంటాయనే దానిపై ఎల్లప్పుడూ గందరగోళం ఉంటుంది. అన్ని మంచివే అయినప్పటికీ.. బాదం, వాల్నట్స్ సహా డ్రై ఫ్రూట్స్ అని నిపుణులు

చెబుతున్నారు. బాదం - వాల్నట్స్ రోజూ తినడం వల్ల మీ మొత్తం ఆరోగ్యానికి ప్రయోజనం చేకూరుతుంది.. ఇవి అనేక వ్యాధుల నుంచి మిమ్మల్ని రక్షిస్తాయి. బాదం.. బాదం ఆరోగ్యానికి చాలా మేలు చేస్తుంది. పోషకాలు అధికంగా ఉండే బాదంలో విటమిన్ ఇ, మెగ్నీషియం, ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు, యాంటీఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. అందువల్ల, ఉదయం దీనిని తినడం వల్ల మీకు పోషకాలు లభిస్తాయి. బాదంను రాత్రిపూట నానబెట్టి ఉదయం తినడం మంచిది. ప్రతిరోజూ 5 నుంచి 6 బాదం తినడం ప్రయోజనకరంగా పరిగణించబడుతుంది. దీని రోజువారీ వినియోగం మెదడు పనితీరు, పడుచైన జ్ఞాపకశక్తి.. ఏకాగ్రత శక్తిని మెరుగుపరుస్తుంది. దీనితో పాటు, బాదం మీ గుండెను కూడా

## పుడ్ కలర్స్ తో డేంజర్



ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది.. శరీరం నుండి చెడు కొలెస్ట్రాల్ ను తొలగిస్తుంది. వాల్నట్స్.. వాల్నట్స్ మీకు అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను కూడా అందిస్తాయి. వెండ్రు ఆకారంలో ఉండే వాల్నట్స్ లో ఒవేగా-3 కొవ్వు ఆమ్లాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి.. ఇవి మీ మానసిక ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తాయి. దీనితో పాటు, వాల్నట్స్ తినడం వల్ల రోగనిరోధక శక్తి బలపడుతుంది. ఉదయం ఖాళీ కడుపుతో 1 నుంచి 2 వాల్నట్స్ తినడం మంచిది. దాని శోధ నిరోధక లక్షణాల కారణంగా, ఇది కీళ్ల నొప్పులు, వాపులను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. ఇది గుండెను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది.. టైప్ 2 డయాబెటిస్ ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తుంది. ముఖ్యమైన విషయం ఏంటంటే.. బాదం వచ్చులను రాత్రంతా నానబెట్టిన తర్వాత తినడం మంచిది. దీనితో పాటు, ఉదయం బాదంపప్పు తొక్కను తొలగించి తినాలి.. తద్వారా ఎంజైములు బాగా సక్రియం చేయబడతాయి. మరోవైపు, వాల్నట్లను కూడా నానబెట్టిన తర్వాత తింటే, జీర్ణక్రియ - పోషణకు మంచిది. దీనితో పాటు, ప్రతిరోజూ 5 నుంచి 6 బాదంపప్పులు.. 1 నుంచి 2 వాల్నట్లు తినాలి. ఎక్కువగా తినడం వల్ల బరువు పెరగడం లేదా జీర్ణ సంబంధిత సమస్యలు వస్తాయి.

నేటి ఆకర్షణీయమైన రంగుల స్వీట్లు, పర్ఫుట్లు, ఐస్ క్రీమ్లలో ఉపయోగించే కృత్రిమ రంగులు ఆరోగ్యానికి హానికరం. DNA నష్టం, అల్సేరిలు, ఉబ్బనం, డైరాయిడ్ సమస్యలు వంటి తీవ్రమైన నవమృతక కారణమవుతాయి. అమెరికాలో ఎనిమిది కృత్రిమ రంగులను నిషేధించారు. ఈ రంగులను నివారించి ఆరోగ్యకరమైన ఆహారాన్ని ఎంచుకోవడం చాలా ముఖ్యం. నేటి వేగవంతమైన జీవనశైలిలో, ప్రకాశవంతమైన రంగుల స్వీట్లు, పర్ఫుట్లు, ఐస్ క్రీమ్లు మనల్ని ఎక్కువగా ఆకర్షిస్తున్నాయి. అయితే.. ఇవి చూసేందుకు బాగున్నా, తినేందుకు రుచికరంగా ఉన్నా.. మన ఆరోగ్యానికి మాత్రం చేయాలి నష్టం చేతు మనకు ఎలాంటి నష్టం కలుగుతుందో ఇప్పుడు తెలుసుకునే ప్రయత్నం చేద్దాం.. జిల్బీలు, క్యాండీలు, పర్ఫుట్లు, ప్లేవర్స్

## బెల్లి ఫ్లాట్ తగ్గించుకోవాలని అనుకుంటున్నారా?

నేటి తరంలో అధిక బరువు సమస్య చాలా మందిని వేధిస్తోంది. ఈ వ్యాసం 6 కిలోల బరువు తగ్గడానికి సహాయపడే 6 సమర్థవంతమైన వ్యాయామాలు వివరిస్తుంది. జంపింగ్ జాక్స్, పుష్-అప్స్, హై సీస్, స్క్వాట్స్, బర్పీస్, మౌంటెన్ క్రైంబర్స్ వంటి వ్యాయామాలు బొడ్డు కొవ్వును తగ్గించి, శరీరాల్లోగ్యాస్ట్ మెరుగుపరుస్తాయి. నేటి యుగంలో క్రమరహిత జీవనశైలి, ఆహారపు అలవాట్లు, డెస్క్ ఉద్యోగాలు, అనేక ఇతర కారణాల వల్ల, చిన్న వయస్సులోనే బరువు పెరిగే సమస్యను ప్రజలు ఎదుర్కొంటున్నారు. బరువు పెరగడంతో పాటు, చాలా మంది తమ పొట్ట, అంటే బొడ్డు కొవ్వుతో ఇబ్బంది పడుతున్నారు. పెరిగిన బరువు, బొడ్డు కొవ్వును తగ్గించడానికి ప్రజలు వివిధ రకాల నివారణల కోసం వెతుకుతారు. జంపింగ్ జాక్స్: జంపింగ్ జాక్స్ అనేది మొత్తం శరీరం జీవక్రియను వేగవంతం చేసే, కొవ్వును వేగంగా కాల్చే వ్యాయామం. నిపుణులు అభిప్రాయం ప్రకారం, ప్రతిరోజూ కేవలం 10 నిమిషాలు జంపింగ్ జాక్స్ వంటి వ్యాయామాలు చేయడం వల్ల 100 నుండి 150 కేలరీలు బర్న్ అవుతాయి. పుష్-అప్స్: ఫిట్నెస్ ట్రైనర్ల ప్రకారం.. పుష్-అప్ వ్యాయామం ప్రధానంగా బొడ్డు కొవ్వును తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. ఇది ఛాటి భుజాలను కూడా టోన్ చేస్తుంది. డెస్క్ ఉద్యోగాలు చేసే వ్యక్తులు ప్రధానంగా ప్రతిరోజూ 10 నిమిషాలు పుష్-అప్ వ్యాయామాలు చేయాలి. ఈ వ్యాయామం చేయడం వల్ల 100 కేలరీలు తగ్గుతాయి. హై సీస్: ఈ వ్యాయామం కడుపు, తొడ కొవ్వును వేగంగా తగ్గిస్తుంది. ప్రతిరోజూ 20 నుండి 25 నిమిషాలు హై మోకాలి వ్యాయామం చేయడం వల్ల 200 నుండి 300 కేలరీలు బర్న్ అవుతాయని



నిపుణులు అంటున్నారు. హై మోకాలి వ్యాయామం కార్డియోలో కూడా ప్రయోజనకరంగా ఉంటుంది. స్క్వాట్స్: స్క్వాట్స్ తొడ, పిరుదులు, కడుపు కొవ్వును తగ్గిస్తాయి. ఈ వ్యాయామం జీవక్రియను వేగవంతం చేస్తుంది, ఇది బొడ్డు కొవ్వును కరిగించడాన్ని సులభతరం చేస్తుంది. రోజుకు 10 నిమిషాలు స్క్వాట్స్ చేయడం వల్ల 150 కేలరీల వరకు తగ్గుతుంది. కానీ స్క్వాట్స్ చేసే ముందు వేడెక్కడం ముఖ్యం అని గుర్తుంచుకోండి. బర్పీస్: బర్పీ వ్యాయామం శరీరం కోర్ బలం, స్థామినాను పెంచుతుంది. ప్రతిరోజూ కేవలం 5 నుండి 7 నిమిషాలు బర్పీ వ్యాయామాలు చేయడం వల్ల 300 కేలరీల వరకు ఖర్చవుతుంది. ఇది కడుపు, తుంటి కొవ్వును తగ్గిస్తుంది. ఇది తక్కువ సమయంలో ఎక్కువ బరువును తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. మౌంటెన్ క్రైంబర్స్ వ్యాయామం: మౌంటెన్ క్రైంబర్స్ కొవ్వును కరిగించడానికి, కోర్ బలానికి చాలా ప్రయోజనకరంగా ఉంటారు. ఈ వ్యాయామం ప్రధానంగా కడుపు, తొడలు, భుజాలలోని కొవ్వును తగ్గిస్తుంది. పర్ఫుట్ హాకులు ప్రతిరోజూ 5 నిమిషాలు వ్యాయామం చేయడం వల్ల 250 కేలరీలు తగ్గుతాయి.

## రాత్రిపూట మెంతులను నీటిలో నానబెట్టి ఉదయాన్నే తాగితే...

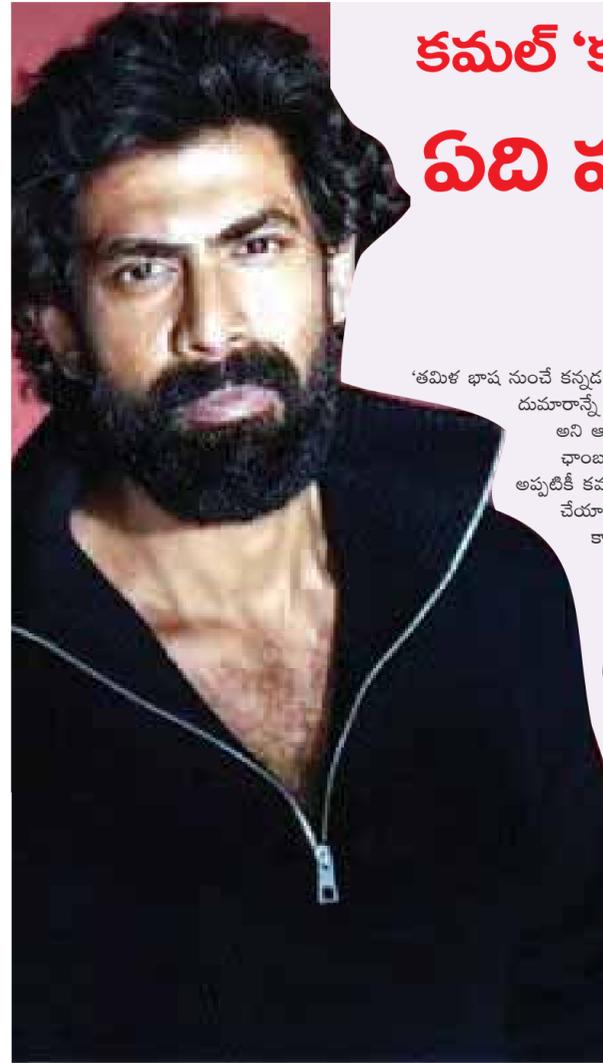
మెంతుల వల్ల చాలా రకాల ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి. దీనిని అనేక రకాల ఆహార పదార్థాలు, పచ్చళ్లలోనే కాకుండా కేసాల అభివృద్ధికి, సౌందర్యలేపనంగా కూడా దీనిని ఉపయోగిస్తుంటారు. చంద్రుడు, జుట్టు రాలడం లాంటి సమస్యలను మెంతులు నివారిస్తాయి. ఉదయం ఖాళీ కడుపుతో రాత్రంతా నీటిలో నానబెట్టిన మెంతి గింజలను తినడం వల్ల ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి. మెంతి గింజల నీరు తాగడం వల్ల జీర్ణక్రియ మెరుగుపడి మలబద్ధకం తగ్గుతుంది. మెంతి గింజల నీరు చెడు కొలెస్ట్రాల్ ను తగ్గించడంలో, మంచి కొలెస్ట్రాల్ ను పెంచడంలో బాగా పనిచేస్తుంది. మెంతి గింజల నీటిని క్రమం తప్పకుండా తీసుకోవడం వల్ల ప్రాణాంతక గుండె సంబంధిత వ్యాధుల నుండి రక్షిస్తుంది. మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులు మెంతి గింజల నీటిని తీసుకోవడం ద్వారా వారి రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రించవచ్చు. విటమిన్లు,



ఖని, యాంటీఆక్సిడెంట్లు అధికంగా ఉండే నానబెట్టిన మెంతులు తీసుకోవడం వల్ల రోగనిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. మెంతి నీటిని తీసుకోవడం వల్ల బొడ్డు కొవ్వు తగ్గుతుంది. బరువును సులభంగా నియంత్రించడంలో సహాయపడుతుంది. చర్మం, జుట్టు ఆరోగ్యానికి నానబెట్టిన మెంతులను ఆహారంలో చేర్చుకోవడం మంచిది. మెంతి నీరు కొలెస్ట్రాల్ ను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. కొలెస్ట్రాల్ ను తగ్గించడం వల్ల హృదయ సంబంధ వ్యాధుల ప్రమాదం తగ్గుతుంది. జీర్ణక్రియ ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. మెంతి నీళ్లు తాగడం వల్ల జీర్ణ సమస్యలు తొలగిపోతాయి. అలాగే, ఇది అజీర్ణం, ఉబ్బరం సమస్య నుండి ఉపశమనం కలిగిస్తుంది. మెంతి నీరు రక్తంలో చక్కెర స్థాయిని నియంత్రించడంలో సహాయపడుతుంది. ఇందులో ఫైబర్ ఉంటుంది. ఇది రక్తంలో గ్లూకోజ్ ను వెమెడిగా విడుదల చేస్తుంది. దీని కారణంగా చక్కెర స్థాయి అకస్మాత్తుగా పెరగకుండా. అందువల్ల, మెంతి నీరు మధుమేహాన్ని నియంత్రించడంలో, నివారించడంలో కూడా సహాయపడుతుంది. మెంతి నీరు బుతుస్రావం సమయంలో వచ్చే నొప్పులను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. ఇది హార్మోన్లను సమతుల్యం చేయడంలో సహాయపడుతుంది. క్రమరహిత బుతుస్రావం సమస్యను తొలగిస్తుంది. అలాగే, మెంతి నీరు బుతుస్రావం సమయంలో ఉబ్బరాన్ని తగ్గించడంలో ప్రభావవంతంగా ఉంటుంది. జుట్టు రాలడం, పొడి చర్మానికి సంబంధించిన సమస్యలను కూడా పరిష్కరిస్తుంది.



# సినిమా

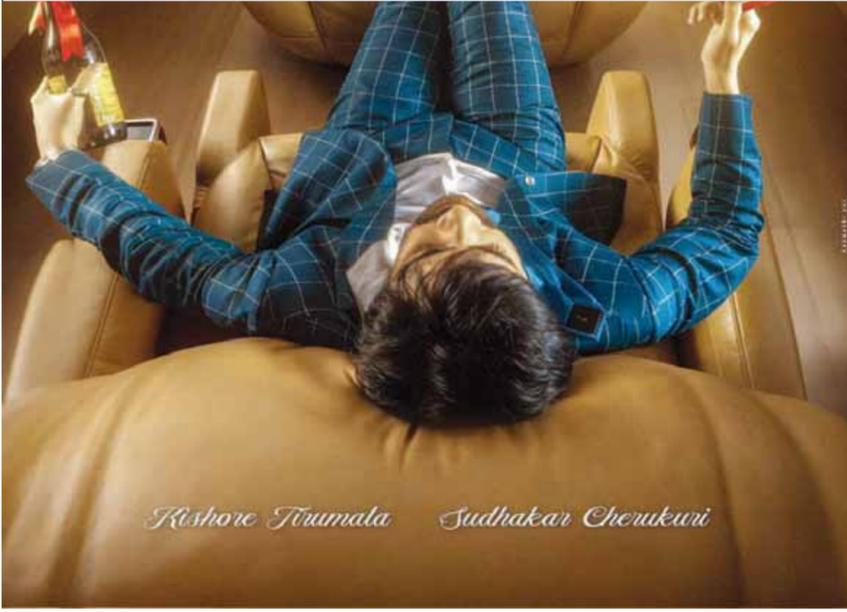
## కమల్ 'కన్నడ' వివాదం.. ఏది మాట్లాడినా వివాదమే

'తమిళ భాష నుంచే కన్నడ పుట్టింది' అని కమల్ హాసన్ చేసిన వ్యాఖ్యలు పెద్ద దుమారాన్నే రేపాయి. మా భాషను తక్కువ చేసి మాట్లాడతావా? అని ఆయన నటించిన థర్ గెట్ సినిమాపై కర్ణాటక ఫిలిం ఛాంబర్ ఆఫ్ కామర్స్ (కేఎఫ్సీసీ) నిషేధం ప్రకటించింది. అప్పటికీ కమల్ వెనక్కుతగ్గలేదు. తన సినిమా కర్ణాటకలో రిలీజ్ చేయాలని కోర్టుకెళ్లాడు. అసలు ఏ ఆధారంతో అటువంటి కామెంట్లు చేశారు? సారీ చెప్పే అయిపోతుందిగా అని న్యాయస్థానం చీవాట్లు పెట్టింది. ఏది మాట్లాడినా వివాదమే..

అప్పటికీ కమల్ క్షమాపణ చెప్పడం కాదుకదా.. అసలు కర్ణాటకలో సినిమా విడుదల చేయట్లేదని ప్రకటించాడు. తాజాగా ఈ వ్యవహారం హీరో రానా దగ్గుబాటికి వద్ద ప్రస్తావనకు వచ్చింది. రానా నాయుడు- రెండో సీజన్ వెబ్ సిరీస్ ప్రమోషన్స్లో కమల్- కన్నడిగుల మధ్య రాజుకున్న వివాదం గురించి రానా మాట్లాడుతూ.. అభిప్రాయాలు వ్యత్రం చేసి ప్లాట్ ఫామ్ గా సోషల్ మీడియా మారిపోయింది. మొదట్లో ఇలాంటి మాధ్యమాలన్నీ ఏం లేవు. ఇప్పుడు ఏది మాట్లాడినా వివాదాస్పదమవుతోంది. ప్రతీది రాజకీయం చేస్తున్నారు అన్నాడు. ఇకపోతే రానా దగ్గుబాటి, విక్టర్ వెంకటేశ్ ప్రధాన పాత్రల్లో నటించిన రానా నాయుడు రెండో సీజన్ జూన్ 13 నుంచి నెట్ ఫ్లిక్స్ లో విడుదల కానుంది.

## సంక్రాంతి బరిలో మాన్ మహారాజా..

టాలీవుడ్ లో సంక్రాంతి సినిమాలకు ఉండే శ్రేణి వేరు. ఆ పండుగ వచ్చిందంటే చాలు.. రెండు తెలుగు రాష్ట్రాల్లో బాక్సాఫీస్ వద్ద తీవ్రమైన పోటీ ఉంటుంది. ఏదాది ముందు నుంచే పొంగల్ కు చిత్రాలు రిలీజ్ చేయాలని ప్లాన్స్ వేసుకుంటూ ఉంటారు. ప్రధాన ఈ పండుగకు స్టార్ హీరోల మధ్య పోటీ ఉంటుంది. అయితే వచ్చే ఏడాది సంక్రాంతికి ఊహించని విధంగా నవీన్ పోలిశెట్టి బరిలో నిలిచాడు. వచ్చే ఏడాది సంక్రాంతికి ఇప్పటికే చిరంజీవి విశ్వంభర ఔర్ ఖాయం చేసుకోగా.. అనగనగా ఒక రాజు మూవీతో నవీన్ సైతం పోటీలోకి వచ్చేశాడు. ఈ చిత్రాన్ని డైరెక్టర్ మారి తెరకెక్కిస్తున్నారు. సూర్యదేవర నాగవంశీ, సాయి సౌజన్య సంయుక్తంగా నిర్మిస్తున్నారు. ఈ చిత్రాన్ని సంక్రాంతి సందర్భంగా జనవరి 14న విడుదల చేయనున్నారు. ఈ విషయాన్ని టీమ్ ఇటీవల ప్రకటించింది. తాజాగా మరో స్టార్ హీరో సంక్రాంతికి సై అంటున్నారు. మాన్ మహారాజా రవితేజ పొంగల్ పోటీకి సిద్ధమయ్యారు. ఆయన కెరీర్ లో నటిస్తోన్న 76వ చిత్రాన్ని ఇవాళ ప్రకటించారు. ఈ సినిమాకు తిరుమల కిశోర్ దర్శకత్వం వహించనున్నారు. ఈ మూవీని ఎన్ఎల్ఎ బ్యానర్ లో సుధాకర్ చెరుకూరి నిర్మిస్తున్నారు. ఈ సినిమాను గురువారం పూజా కార్యక్రమాలతో ప్రారంభించారు. ఈ విషయాన్ని తెలియజేస్తూ నిర్మాణ సంస్థ ట్వీట్ చేసింది. దీంతో పొంగల్ బాక్సాఫీస్ వద్ద భారీ పోటీ నెలకొంది.



Rishore Thumala Sudhakar Cherukuri

## నా కన్నతల్లే నాకు కన్నప్ప..

'మై కన్నప్ప స్టోరీ' అంటూ మోహన్ బాబు ప్రత్యేక వీడియో



మంచు విష్ణు కథానాయకుడిగా నటించిన కన్నప్ప చిత్రం జూన్ 27న ప్రేక్షకుల ముందుకు రాబోతున్న విషయం తెలిసిందే. ముఖేష్ కుమార్ సింగ్ దర్శకత్వం వహిస్తున్న ఈ చిత్రంలో మోహన్ బాబుతో పాటు ప్రభాస్, అక్షయ్ కుమార్ తదితరులు కీలక పాత్రల్లో నటిస్తున్నారు. అయితే ఈ సినిమా ప్రమోషన్స్ లో భాగంగా.. మంచు విష్ణు మీ లైఫ్ లో కన్నప్ప ఎవరో అంటూ ఒక వీడియోను పంచుకోండి అంటూ అభిమానులను కోరాడు. ఇందులో భాగంగా తాజాగా మోహన్ బాబు ఒక వీడియోను పంచుకున్నాడు. నా లైఫ్ లో కన్నప్ప మా అమ్మే అంటూ ఒక వీడియోను పంచుకున్నాడు. ఒక అమాాయకుడు, ఆటవికుడైన తిన్నడు(కన్నప్ప).. పరమేశ్వరుడికి తన కళ్లు ఇచ్చి చరిత్రలో కన్నప్పగా మిగిలిపోయాడు. అలాగే మన ఆకలిని తెలుసుకుని మనకు అన్నం పెట్టింది అమ్మ. మనకు ఏది కావాలంటే అది వారి శక్తికి మించి అమ్మానాన్నలు మనకు ఇస్తారు. నా దృష్టిలో మా అమ్మానాన్నలు కన్నప్పలు అని మోహన్ బాబు అన్నారు. మా అమ్మ పేరు లక్ష్మమ్మ. దురదృష్టవశాత్తు ఆమెకు పుట్టుకతోనే రెండు చెవులు వినిపించేవి కాదు. ఆ మహాతల్లికి పరమేశ్వరుడు బడుగురు సంతానాన్ని ప్రసాదించాడు. ఒకచోట బస్సు దిగి మేము ఇంటికి వెళ్లాలంటే.. సుమారు ఏడు కిలోమీటర్లు నడిచి వెళ్లాలి. ఆ దారి కూడా అంతంత మత్రామే ఉండేది. మాది దీప్తం లాంటి ఊరు.. ఆ ఊరికి వెళ్లాలంటే.. ఒక కాలువ, సువర్ణముఖి నదిని దాటితేగాని ఊర్లోకి వెళ్లలేం. అలాంటి దారిలో చెవులు వినిపించని మా తల్లి బడుగురిని మోసుకుంటూ ఆ దారిలోనే ప్రయాణించేది. అది ఎంత కష్టమో ఒక్కసారి అలోచించండి. అప్పుడప్పుడు ఈ విషయాలు తలుచుకుంటూ బాధపడేవాడిని. నా కంఠం బాగుండని అందరూ మెచ్చుకున్నప్పుడు ఈ మాటలు నా తల్లికి వినిపిస్తే ఎంత బాగుండేది పరమేశ్వరా అని ఎన్నిసార్లు వేడుకున్నానో లెక్కలేదు. నా జీవితంలో నా తల్లి నాకు కన్నప్ప అంటూ మోహన్ బాబు ఎమోషనల్ అయ్యాడు.

## ట్రావెల్ థ్రిల్లర్ తో వస్తున్న వడివేలు, ఫహాద్ ఫాసిల్.. ఆకట్టుకుంటున్న 'మారీసన్' టీజర్

తమిళ హాస్యనటుడు వడివేలు మలయాళ స్టార్ హీరో ఫహాద్ ఫాసిల్ ప్రధాన పాత్రల్లో నటిస్తున్న తాజా చిత్రం మారీసన్ ట్రావెల్ థ్రిల్లర్ గా రాబోతున్న ఈ సినిమాకు సుధీష్ శంకర్ దర్శకత్వం వహిస్తుండగా.. నూపల్ గుడ్ ఫిల్మ్స్ బ్యానర్ ఆర్.బి. చౌదరి నిర్మిస్తున్నారు. కోవై సరళ, వివేక్ ప్రసన్న, సితార, పిఎల్ తేనప్పన్, లివింగ్స్టన్, రేణుక, శరవణ సుబ్బయ్య, కృష్ణ, హరిత, టెలిఫోన్ రాజా తదితరులు ఇందులో కీలక పాత్రల్లో నటిస్తున్నారు. ఇప్పటికే షూటింగ్ పూర్తి చేసుకున్న ఈ చిత్రం త్వరలో ప్రేక్షకుల ముందుకు రాబోతుంది. ఈ సందర్భంగా మూవీ నుంచి టీజర్ ను విడుదల చేశారు మేకర్స్. ఈ టీజర్ ని 1957లో వచ్చిన క్లాసిక్ చిత్రం 'మాయాబజార్'లోని ఆహా ఇన్న నిలావినీ(లాహారి లాహారి లాహారిలో) అనే పాటతో కట్ చేశారు మేకర్స్. టీజర్ చూస్తుంటే.. వడివేలు, ఫహాద్ ఫాసిల్ అనుకోకుండా బైక్ ప్రయాణం చేస్తూ ఆ ప్రయాణంలో జరిగిన సంఘటనల ఆధారంగా ఈ సినిమా రాబోతున్నట్లు తెలుస్తుంది. 'మామన్న' చిత్రం తర్వాత ఈ ఇద్దరు నటులు కలిసి నటిస్తుండటంతో మూవీపై భారీ అంచనాలు ఉన్నాయి. ఇప్పటికే విడుదలైన ఈ చిత్ర పోస్టర్లు ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకోగా, తాజాగా విడుదలైన టీజర్ సినిమాపై ఆసక్తిని మరింత పెంచింది.



## పెళ్లైన తగ్గేదే లే అంటున్న అక్కినేని కోడలు

తెలుగు రాష్ట్రాల నుండి ఎంతో మంది ముద్దుగుమ్మలు ఇండస్ట్రీకి వస్తున్నారు. కాని అందులో కొందరు మాత్రమే తమ టాలెంట్ తో నిలబడుతున్నారు. వారిలో తెనాలి అమ్మాయి శోభిత ధూళిపాళ్ల కూడా ఒకరు. ఆరంభంలోనే అందాలతో మాయ చేసిన ఈ చిన్నది.. దేశ వ్యాప్తంగా పేరు ప్రఖ్యాతలు అందిపుచ్చుకుంది. టీనేజ్ లోనే మోడలింగ్ రంగంలోకి వెళ్లిన శోభిత 2013లో జరిగిన మిన ఇండియా అందాల పోటీల్లో పాల్గొని త్వరితగతినే కిరీటాన్ని చేజూర్చుకుంది. ఇక అదే ఏడాది మిన ఎర్ల ఇండియా అందాల పోటీల్లోనూ కంటెస్టెంట్ గా పాల్గొంది. దాంతో శోభితకు అంతర్జాతీయ స్థాయిలో మంచి గుర్తింపు లభించింది. 'రామన్ రాఫువ్ 2.0' అనే హిందీ చిత్రంతో నటిగా మారిన ఈ ముద్దుగుమ్మ ఆ తర్వాత 'చెప్', 'కళాకంఠి' వంటి బాలీవుడ్ చిత్రాలలో నటించింది. ఇక అడివి శేష్ 'గూడచారి' మూవీతో శోభిత ధూళిపాళ్ల టాలీవుడ్ లోకి వచ్చింది. ఈ సినిమాలో తన అందం, పర్ఫామెన్స్ తో అదరగొట్టింది. ఈ సినిమా హిట్ అయిన శోభితకి తెలుగులో పెద్దగా అవకాశాలు రాలేదు. చాలా రోజుల తర్వాత 'మేజర్'తో తెలుగు చిత్రంలో కనిపించి మెప్పించిన కూడా.. ఎందుకో ఈ అమ్మడికి అవకాశాలు ఇవ్వడం లేదు. శోభిత తన కెరీర్ లో అదిరిపోయే హాట్ షో చేసింది. అలాగే, రొమాంటిక్ సీన్స్ లోనూ నటించింది. 'మంకీ హ్యాన్స్' అనే హాల్లీవుడ్ మూవీలో ఈ చిన్నది వేశ్య పాత్రలో కనిపించింది. గ్లామర్ షోకు చిరునామాగా శోభిత ధూళిపాళ్ల ఎన్నో ఏళ్లుగా రచ్చ చేస్తుంది. అక్కినేని నాగ చైతన్యని వివాహం చేసుకొని అక్కినేని కోడలిగా మారాక కూడా శోభిత అందాలను ఆరబోస్తూ రచ్చ లేపుతోంది. ఇందులో భాగంగానే తనదైన గ్లామర్ ను చూపిస్తూ తీసుకున్న హాట్ హాట్ ఫోటోలు, వీడియోలను సోషల్ మీడియాలో పేర్ చేస్తోంది. తద్వారా ఈ బ్యూటీ తరమా ట్రెండ్ అవుతూ నేషనల్ వైడ్ గా హాట్ టాపిక్ గా నిలుస్తూ ఉంటుంది. శోభిత ధూళిపాళ్ల తాజాగా తన సోషల్ మీడియా ఖాతాలో వైట్ వేర్ డ్రెస్ ధరించి రచ్చ లేపుతుంది. శోభిత పేర్ చేసిన ఫోటోలకు నెటిజన్ల నుంచి భారీ రెస్పాన్స్ వచ్చి పిక్స్ వైరల్ గా మారుతున్నాయి.



