

సంపాదకీయం

విద్యావకాశాల కల్పనలో వివరా?

తెలంగాణలోని ఉమ్మడి అదిలాబాద్ జిల్లా, తన ప్రత్యేక భాగోళిక, సాంస్కృతిక వారసత్వంతోపాటు, విద్య దేవత శ్రీ జ్ఞాన సరస్వతీ దేవి కొలువై ఉన్న పుణ్యభూమి. అయితే, దశాబ్దాలుగా ఈ ప్రాంతం ఉన్నత విద్యావచాల విషయంలో తీవ్ర నిరక్ష్యాన్ని ఎదుర్కొంది. ఇది కేవలం ఒక ప్రాంతియ నమస్యాగా కాకుండా, సామాజిక న్యాయం, నమగ్రాభివృద్ధి, జ్ఞాన ఆధారిత సమాజ నిర్మాణం, ముఖ్యంగా ఏ విజ్ఞస్సి ప్రాంతంలోని బడుగు, బలహీన వర్గాలు, ఆదివాసుల ఆత్మగౌరవానికి సంబంధించిన కీలక అంశంగా పరిగణించాలి. ఉన్నత విద్య అందుబాటులో లేకపోవడం వల్ల అదిలాబాద్ జిల్లా విద్యార్థులు, ముఖ్యంగా ఆదివాసీ, బిసి, ఎన్సి, ఎస్టి విద్యార్థులు తీవ్ర ఇబ్బందులను ఎదుర్కొంటున్నారు. ఉన్నత చదువులకోసం ఇతర జిల్లాలకు, నగరాలకు వెళ్లడం వారి కుటుంబాలపై తీవ్ర ఆర్థికభారాన్ని మోపుతోంది. ప్రయాణ ఖర్చులు, వనతి, ఇతర జీవన వ్యయాలు గ్రామీణ, పేదకుటుంబాలకు పెనుభారంగా మారి, చాలామంది విద్యార్థులు మధ్యలోనే చదువు మానేస్తున్నారు. నిర్వల్ జిల్లా పాలకుల నిరక్షం వల్ల, ఉన్నత విద్య బడుగు బలహీన వర్గాలకు అందనంత దూరంలో కనుమరగపుతోంది. ఇది కేవలం ఆర్థిక భారం మాత్రమే కాదు. ప్రతిభావంతులైన విద్యార్థులు ఇతర విశ్వవిద్యాలయాల్లో చేరడం వల్ల, వారి మేధస్సు, సైపుణ్యాలు స్థానిక అభివృద్ధికి కాకుండా ఇతర ప్రాంతాలకు ఉపయోగపడుతున్నాయి. ఇది జిల్లాకు ఉండాల్సిన మానవ వనరుల సంపదును కోలోవుదానికి దారితీస్తోంది. ఉన్నత విద్య సంస్థల లేచి పరిశోధన, ఆవిష్కరణలకు అడ్డుకట్ట వేస్తోంది. స్థానిక నమస్యల వరిష్ఠానికి, వనరుల సద్గులియోగానికి అవసరమైన నూతన అలోచనలు, సాంకేతిక పరిజ్ఞానం అభివృద్ధి చెందడం లేదు. ముఖ్యంగా గిరిజన ప్రాంతాల ప్రత్యేకతలు, సంస్కృతి, భాష, జీవన విధానాలపై పరిశోధనలు జరగకపోవడం వల్ల అవి అంతరించిపోయే ప్రమాదం ఉంది. స్థావికంగా ఉన్నత విద్య లేకపోవడం వల్ల స్థానిక యువతకు ఉద్యోగ అవకాశాలు తక్కువగా లభిస్తున్నాయి. ఇది నిర్మల్యానికి, యువతలో అనంత్యాశ్రికి దారితీస్తోంది. ఆదివాసీ, బహుజన యువతకు విద్య ద్వారా లభించాల్సిన అవకాశాలు దూరమవుతున్నాయి. రాష్ట్రంలోనే కన్నిపొంతాలు విద్యావరంగా అభివృద్ధి చెందుతుండగా, అదిలాబాద్ వంటి జిల్లాలు వెనుకబడిపోవడం ప్రాంతియ ఉపసాధానాలు తెంచుకోగాని. ఇది ఇద్దుల బాసా

భారత మజ్జార్ సంఘ్ వ్యవస్థాపకం

దేశియ కార్బుక శక్తి సంఘుడితం



సిద్ధాంతాలు ఏర్పడ్డాయి. ఆయన చెప్పిన 'రాష్ట్రాధికీత ఉద్యమం కావాలి' అనే వాఖ్యానికి అనుగుణంగా బీఎంవెన్ కార్యాచరణ సాగింది. కార్బూకుడికి కేవలం జీతం, ఉద్యోగ భద్రత కల్పించడమే కాదు %-% అతడి అత్య గౌరవాన్ని కుటుంబ ప్రియులత్తను, సామాజిక విలువలను కాపాడటం కూడా ముఖ్యమన్నది బీఎంవెన్ సిద్ధాంతం. బీఎంవెన్ కార్యాచరణలో భాగంగా కార్బూకులకు అవగాహన శిబిరాలు, సాంస్కృతిక కార్యక్రమాలు, సామాజిక సేవా కార్యక్రమాలు, న్యాయ సహాయం వంటి అనేక రంగాల్లో విస్తరించిన సేవలు అందిస్తున్నది. ప్రతి సంవత్సరం జూలై 23న నిర్మిపొంచే వ్యవహారపక దినోత్సవం ద్వారా బీఎంవెన్ తన చరిత్రను స్వర్చించుకుంటా, సంస్కృతాపకుని త్యాగాలను గుర్తు చేసుకుంటా శ్రామిక శక్తికి నూతన ఉత్సవాన్ని పంచుతుంది. ఆ రోజు దేశ వ్యాప్తంగా కార్యాలయాల్లో పతాక ఆవిష్కరణ, శ్రద్ధాంజలి సభలు, ఉపస్థితాలు, ప్రదర్శనలు నిర్మిపొస్తారు. ఇది కేవలం ఒక సంఘటనా కార్యక్రమం మాత్రమే కాకుండా శ్రామిక చెత్తన్యానికి నూతన సంకేతంగా మారింది. బీఎంవెన్ కేవలం గత ఘట్టాలను గర్పంగా చెప్పుకునే ఉద్యమంగా కాదు - ప్రస్తుతం పెరుగుతున్న కార్బూక విపత్తులను గమనించి నిరంతరం స్పందించే ఒక శక్తివంతమైన శ్రామిక వేదిక. నూతన కార్బూక కోడ్ చట్టాలు, ఇ ఎన్ బి, ఇ పి ఎఫ్, ఉచిత ఆరోగ్య సేవలు, కనీస వేతనాలు, పింఘన్ విధానాల మార్పుల్లో బీఎంవెన్ జోక్యూం ప్రశ్నేకంగా నిలిచింది. కార్బూకుల వ్యాపారాలను వాదనలు చేస్తూ, ప్రభుత్వాలను ఒప్పించి అనేక రకాల ప్రయోజనాలు సాధించింది. ఈ నేపట్టుంలో బీఎంవెన్ స్థాపన దినోత్సవం అంటే కేవలం ఒక జ్ఞాపకార్థి దినమే కాదు - అది శ్రమ జీవుల గౌరవానికి, నవవాజ నిర్మాణానికి, శ్రామికుల మాక్కుల పరిరక్షణకు అంకితమైన ఉద్యమ ఆవిర్మావ దినం. శ్రమించే వాడు సృష్టికర్త అనే తత్త్వంతో దేశాభివృద్ధికి దోహదపడే ప్రతి కార్బూకుని శక్తిని మేల్కొలిపే శక్తిగా బీఎంవెన్ ఉద్యమం నిలుస్తోంది. ఇది నిజంగా శ్రామిక సమాజానికి ఒక సాంస్కృతిక ప్రేరణా శక్తిగా మారిన సంఘటిత పథం.



రామ కృష్ణయ్య సంగన భట్లు...

గత తరాల తీవీ గుర్తులు రేడియో



కడనాడు రేడియో అనేది గోడకు వెలాడై గడియారంలా ప్రతి ఇంట్లో తప్పనిసరిగా ఉండేది. అది కేవలం ఓ సమచార సాధనం కాదు... అది ప్రతి ఇంటికి ఓ సభ్యుడు, ప్రతి మనుసుకు ఓ విత్రుడు, ప్రతి ఉదయానికి ఓ ఆరాధన. రేడియో అంటే ఓ గొంతు మాత్రమే కాదు - అది ఓ ఊపిరి, ఓ అనుబంధం. పల్లీ నుంచి వట్టణం దాకా, బాల్యం నుంచి వ్యధాశ్వం వరకు, ప్రతి వయస్సు వారికి రేడియో ఒక్క అనుభూతి. ఆ అనుభూతిని మాటల్లో తేలికగా చెపుతేం. అది ఒక తేట గీతంలూ గుండె గదుల్లోనూ, నొప్పి నిండిని నిశ్శబ్దాల్లోనూ హత్తుకుంటూ ఉంటుంది. తెల్లవారిన వెంటనే 'ఆకాశవాచి' అనే శబ్దంతో ప్రారంభమయ్యే రేడియో స్వరం అది వినగానే మస్తిష్కం తేలిక వడేది. మునుపటి రోజుల్లో ఆ శబ్దం వినగానే ఇంటిలో ఉన్న వారంతా ఒక | వశాంత

వాతావరణంలో తమ నిత్య పనులు ప్రారంభించేవారు. విందు వినోదాల వేదికగా, విజ్ఞాన వికాస మార్గంగా, ఆధ్యాత్మిక శాంతి సంబంధంగా ఈ మాధ్యమం ఆవిర్భవించింది. ప్రతి రోజు ఉదయం అరుసున్న గంటల సమయంలో ప్రసారమయ్యే “సుప్రాతం”, “భూతి రసార్పన”, “వేద పారాయణం”, “తిరుమల దర్శనం” వంటి కార్యక్రమాలు భూతి భావంతో సిహింగా మారేవి. ఆ స్నూరాల తాకిడిఫో ఇంటి వాతావరణం పరిశుద్ధ మయిన అనుభూతి. పల్లె వాడల్లో, నగర వీధుల్లో ఆ స్నూరాల పరిమళం వినిపించేది. ఉదయం “చక్కని మంచి మాట” అనే కార్యక్రమం ప్రసారమయ్యేది. మనోదైర్యం, జీవన సత్యాలు, నైతిక విలువల్ని స్పృశించే ఆ స్పష్ట ప్రసంగాలు గుండెకు ఓ వెలుగు. ఒకొక్క మాట ఒకొక్క జీవన సూత్రిలా మారేది. ఆ తరువాత “ఉదయ వాటి” అనే ముఖ్యమైన కార్యక్రమం - ఇందులో వార్తలు, రైతుల సమాచారం, మార్కెట్ భరలు, ఆరోగ్య సలహాలు, జూపంద గీతాలు, ప్రజలకు ఉపయోగము అంశాలు వినిపించేవి. దీనివల్ల ప్రభుత్వం చేప్పేది నేరుగా ప్రజల చెప్పల్లోకి వెళ్ళేది. ఇది నిజంగా ప్రజాసాధ్యాన్ని బిలపించే శ్రవణ వేడిక. ఆదివారం ఉ

దయాలు మరింత ప్రశ్నక్కమైనవి. “వినోద వీణ”, “ఆనంద సందేశం”, “అసురాగ గీతాలు”, “జానపద పరిమళం”, “భక్తి మంజలి”, “ఆరోగ్య భారత్” వంటి కార్యక్రమాలు కుటుంబ సమేతంగా విందులా వినేలా చేసేవి. రేడియో చుట్టూ కార్యాన్ని తిండి తింటూ విసదం ఒక పండుగ అనుభూతి. ముఖ్యంగా “ఆనంద సందేశం” కార్యక్రమంలో ప్రమఖులు తమ సందేశాలను అందిస్తూ, పాటల ఎంపికతో శ్రేతల హృదయాలను అలరించేది. సాయంత్రాలు, రాత్రిక్కు “చిత్ర లపరి”, “సినిమా గాసిష్”, “వినోదాల వసవాలి”, “సంగీత సరితా”, “రసరంజని” వంటి సంగీత ప్రియులకు ఊహకు అందని ఆనందాన్ని ఇచ్చేవి. పాటల మర్యాదా వ్యాఖ్యాత గళం వినిసం కూడా పాటలకంటే మించి మధురంగా అనిపించేది. “సంగీత సరితా” అనే కార్యక్రమం ద్వారా శాస్త్రీయ సంగీతానికి అనుబంధంగా రాగాలు, తాళాలు, కళాకారుల పరిచయాలు వినిపించేవి. “పారిదాసుల పద్మాలాపన”, “భగవద్గిత ప్రవచనాలు”, “వేదార్థ సందేశం” వంటి ఆధ్యాత్మిక కార్యక్రమాలు తెల్లవారుర్భామున మనసును చల్లార్చేవి. అంతే కాదు, “పల్లె బాట” అనే గ్రామీణ అభివృద్ధి కార్యక్రమం పల్లె ప్రజల సమస్యలు, పథకాలు, పరిష్కారాలను పరిచయం చేస్తూ, గ్రామ జీవితానికి ఓ భాష్యం లాగా వినిపించేది. వ్యవసాయం, నీటి నిర్వహణ, వేదరిక నిర్మాలన, పాడి పంటలు, బావ గారి కబుర్లు వంటి అంతాలను గ్రామీణ శ్రేతలకు చేరువ చేసింది. బాలానందం చిన్నారులకు కథలు, వద్యాలు, శోకాలు, పాటల ద్వారా విజ్ఞానం అందించేది. చిన్నారుల గొంతుకలలో వచ్చే పద్మాలాపనలు మన గుండి తంతులను తాకేవి. “యువ వాటి” వయాజన యువతకు ఉపాధి అవకాశాలు, విధ్యా విశేషాలు, జీవిత మార్గదర్శకాలను అందించేది. “ప్రశ్నేత్ర ప్రాంగణం” విద్యార్థుల వక్షట్టి ప్రయోజనాల కోసం రూపొందించ బడిన గొప్ప కార్యక్రమం. రాత్రిక్కు “నలుగురుతో కలసి” అనే ప్రజా సంబంధ కార్యక్రమం ప్రసారమయేది. ప్రజల పోను సీకరించి, అభికారుల సమక్కంలో వారి సమస్యలు చర్చించేవారు. ఇది ప్రజల సమస్యలు నేరుగా ప్రభుత్వానికి వినిపించే వేదికగా నిలిచింది. రేడియో నాటకాలు అంతే వినిపించే పాత్రల గొంతులనే కాక, మన ఊహక్కిని శ్రద్ధగా కదిలించే అనుభూతి. “పరమార్థ గురువు”, “విచిత్ర వివాహం”, “నవరసాల పల్లెక్కి”, “కనకదుర్గ కథలు”, “తెరపైకి మళ్ళీన భూతం” వంటి శబ్ద నాటకాలు ఊహక్కాల రెక్కులుగా మారి వినిపించేవి. టుగ్గానింగ్ చేయడం, యాంపెన్నా తిప్పడం, రేడియో టుగ్గాలులు వేడిక్కింపవా చూడడం, స్నేకర్ నుంచి వచ్చే ఓ స్వరం కోసం పరిత్వించడం - ఇవట్టీ ఒక తరం అనుభవించిన మధుర క్షణలు. పల్లెలో తపాలా కార్యాలయం వద్ద పంచాయితీ కార్యాలయం ఎదురుగా పెద్ద స్పీకర్ ద్వారా ప్రసారాలు వినిపించేవి. అక్కడే ప్రజలు కూర్చుని వారట్లు వింటూ రాజకీయ చర్చలు జరుపుకునే వేదికగా మలుచుకునే వారు. తీ హౌటల్స్ దగ్గర “అకాశవాణి వారట్లు” వినిపించేవి - అదే చర్చలకు కేంద్ర బిందువు. అకాశవాణి అనేది ఒక సాధారణ ప్రసార సంస్థ కాదు. అది సంస్కృతి ప్రసారిణి. అది తల్లి వాక్యం, తండ్రి అంతశం, స్నేహితుడి సరదా మాట, గురువు సందేశం అన్ని కలిసిన గొంతుక. మన బాల్యాన్ని, కుటుంబాన్ని సమాజాన్ని శ్రవణ వరంగా మలచిన అపురూప ఆణిముత్సుం. ఈ డిజిటల్ యుగంలో పాడ్కాస్ట్లు, ఓటీపీలీలు వచ్చినా - “అకాశవాణి” అన్న వాక్యం వినిపించానే గుండె కొట్టుకునే స్పుండన ఇప్పటికీ ఉంటుంది. ఆ గళం వెనక ఉన్న నిబద్ధత, ఆ కార్యక్రమాల వెనక ఉన్న సామూహిక బాధ్యత, ఆ పాటల వెనక ఉన్న భావాదేవ్యాగలు - ఇవన్నీ కలిస్తే రేడియో అనుభవం దైవికంగా మారుతుంది. ఓ గళం కూడా మన జీవితాలను మార్చగలదని, ఓ శబ్ద తరంగం కూడా సమాజాన్ని స్పుఖించగలదని ...గత తరం, నేడీ తరాలక్క చెబుతుండాలి. అకాశవాణి గళం - అది వినిపించిన ప్రతీసారి మన హృదయాల అలల్పై తృప్తి గీతంలా ఊహకానికి మన హృదయ హర్షప కృతజ్ఞతలు.

శ్రీ వింజయ సువ్రాత

రాక్షసులు కొరడా రుఖీపిస్తూ ఒకొక్క దెబ్బ కొడుతుందే.. ఆ బాలుని శరీరమంతా రక్తస్నిక్తమై పోయింది. అయినా ఆ బాలుడు దెబ్బ వడినపుడు వందేమాతరం, భారతీయుడు క్లై అంటున్నాడు. ఈ ద్వార్యం చాలా గుర్తింపు తెచ్చిపెట్టింది. ఆ రోజు నుండి ఆయన పేరు 'చంద్ర శేఖర్ ఆజాద్' గా మారింది. "సహారు నిరాకరణోద్యమం ఆజాద్ లో డాగి ఉన్న విషపు వాడిని మేల్కొలిపింది. ఎలాగైనా సరే భారత దేశాన్ని లిటీరీపారి కబింధ హాస్టల్ నుంచి విడిపించాలించే నని ఆయన బలంగా నిశ్చయించు కున్నాడు. అనుమతున్నదే తడపూర్గా ఆయన హిందూస్కోన్ సోపుస్త్రీ రిపబ్లికన్ అసోసియేషన్సు స్థాపించాడు. భార్త సిగ్ర్, సుఖదేవ్, తదితరులకు మార్గ నీర్దేశకుడిగా మారి పోయాడు. ఆజాద్... 1926లో కకోరీ ట్రైన్ దోహింది, అదే సంవత్సరంలో ప్రైయా ట్రెల్యును కాల్చి వేయడం, లాలా లజపతి రాయ్ మరణానికి కారణమైన బ్రిటిష్ పారిపుణీర్యు కోవడానికి 1928వ సంవత్సరంలో లాపోర్ట్ లో జె.పి. సాందర్భము కాల్చి వేయడం తదితర హింసాత్మక కార్బూకమాల్లో పాలు పంచు కున్నాడు. ఒకాన్సాక దరశో ఆజాద్ బ్రిటిష్ పోలీసులకు సింహస్వప్ంలా నిలిచారు. పోలీసుల పోలీసులు తయారు చేసేవుకున్న ఆయన వారిని చంపేమాకా వదిలి పెట్టలేదు. పదివేసేళ్ళ ప్రాయంలో అరెస్టుయిన తరువాత బయల్కి వచ్చి పోరాటంలో పాలు పంచుకున్న ఆజాద్... ఆ తరువాత తన మరణం డాకా కూడా ఒక్కసారి కూడా పోలీసులకు విక్రిలేదు. 1931, ఫిబ్రవరి 27వ తేదీన తన ఇద్దు సహచరులను కలిసినందుకు అలపబాడు లోని అల్పవ్వెడ్ పార్కు చేరుకోగా, ఇన్వార్క్యూర్లు ఇచ్చిన సమాచారం మేరకు లిటీరీ పోలీసులు చుట్టూ ముట్టారు. ఆజాద్ ను లొంగి పోవాలంటూ పౌచ్చరికలు చేశారు. అయినా కూడా మెక్కుబోనీ ద్రైస్ట్రోట్స్ పోలీసులకు ఎదురు తిరిగాడు. వెంబిడిస్టున్ పోలీసుల్లో ముగ్గురిని కాల్చి నంపాడు. ఐనా పదుపులూ ఉన్న లెక్కిగులకు ఇంకో గుండి కి వింపి లేకుండి. ఈ కుల్లు పుండి. దానితో వాళ్ళను మట్టుచెట్ట లేనని తెలుసుకుని, బ్రిటిష్ వారి చేతిలో చినిపోవడం కంటే తనకు తానే ఆత్మశ్యాగం చేసుకోవాలను కున్నాడు. వెంటనే తుపాకీని తన తలకు గురిపెట్టి కాల్చుకుని ఆమరదయ్యాడు. "సీలో ఉన్నది ఉపస్థితినీ?" అయితే నీకోనే బితుకు. కాదూ ఉపస్థితు రక్తమంటావా? అయితే దేశం కోసం మరణించు. నీ దేశం నిష్పత్తమాల కొమిమి అయితే అనుష్టంం నీ ప్రాణాన్ని సంఘానికి సమర్పించు. నీ గుండెకాయ పత్తికాయ అయితే భారత మాతను మరిచిపోయి నీ సుఖమే చూసుకో" - ఇలా రోమాలు నిక్కబ్బాదు చూ కునేలా పలికిన వీరుడు చంద్రశేఖర్ ఆజాద్. బటికుండగా బ్రిటిష్ వారు నన్ను పట్టుకోలేదు. వాళ్ళకు అంత దమ్ము లేదు. అని వడే వడే ఆజాద్ అంటుండే వాడు. "నా చావు నా చేతుల్లోనే ఉంది, శత్రువుల చేతుల్లో చావును" అంటూ చిన్నాడు చేసిన పఫథం నిజిచేస్తూ, పోలీసులకు విక్కక, పిస్టాలుతో పేల్చుకుని స్వతంత్ర జీవిగా అస్థమించాడు. ఆజాద్ పోరాడిన తీరు భారతదేశ స్వాతంత్ర చరిత్రకే వస్తు తెచ్చిన ఘటన. భారతీయ యువతకు ఒక మహాజ్ఞలు పేరఱి, అమమన జీవార్యాం, చివరిదాకా ఆజాద్ ను ప్రొఫెలతో పట్టుకొప్పాలని భావించిన బ్రిటిష్ పోలీసులు సార్ధుంకాక... ఆయన మృత దేహిన్ని స్వాదినం చేసుకోవాల్సి వచ్చింది. ఆజాద్ ఆత్మశ్యాగం ప్రజల్లో మరింత పట్టడులను పెంచి, దేశభూతిని రగిప్పింది. పోరాట పథం పట్టల్చా ప్రోత్సహించింది. ఆజాద్ మరణించిన అలపబాడు లోని ప్రయార్క్ పార్కు చంద్రశేఖర్ ఆజాద్ పార్కు నామకరణం చేయ బడింది. మరణిచే సమయంలో 'ఆజాద్' వద్ద ఉన్న ప్రశ్నల్ అలపబాడ్ మూర్ఖీయంలో ప్రదర్శించ బడింది. 1988లో భారత ప్రభుత్వం చంద్రశేఖర్ ఆజాద్ ముఖించితో తపాలా బిభును విపులున చేసింది. 1965లో క్రీడించి ఇండిక్షన్ ఇండిక్షన్ లో క్రీడించి విపులున చేసింది.

సంక్షేప పద్ధతాలు అమలులో కలెక్టర్లు కీలకంగా వ్యవహరించాలి

-విడియో కాన్ఫరెన్స్ లో జిల్లా కలెక్టరుతో రాష్ట్ర మంత్రులు



నారాయణపేట టాన్ జాలై 22(వుదయం ప్రతినిధి) రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రతిష్ఠాత్మకంగా చేపట్టిన పలు అభివృద్ధి సంక్షేప పథకాల అమలులో జిల్లా కలెక్టర్లు కీలకంగా వ్యవహరించాలని, ఆయా సంక్షేప ఫలాలు పేద ప్రజలకు చేరే విధంగా తగు చర్యలు తీసుకోవాలని రాష్ట్ర మంత్రులు పొంగులేటి శ్రీనివాస్సరెడ్డి, పొన్నుం ప్రభాకర్, కొండా సురేఖ, అష్టురి లక్ష్మీ కుమార్లు జిల్లా కలెక్టర్లను ఆదేశించారు. మంగళవారం డాక్టర్ బి.ఆర్. అంబెద్కర్ రాష్ట్ర సచివాలయం నుంచి రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శి శ్రీ రామకృష్ణరావు, వివిధ శాఖల ముఖ్య కార్యదర్శులు, కార్యదర్శులు, విభాగాలిపతులు నదీమీ, ఎన్, శ్రీధర్, దానికిష్టర్, నహీనమిట్లర్, దొగ్గితారాహ, క్రిస్తీనా చౌంగ్, కార్యదర్శులు లోకేషన్కుమార్, జిహెచ్చిఎసి కమిషనర్ ఆర్.వి. కర్ణన్, విపి గౌతమ్, విసినిఎఫ్ సువర్ణ, ఇ.శీధర్, సుజన, ఇతర అధికారులు, అన్ని జిల్లాల కలెక్టర్లతో వీడియో కాస్టరెన్స్ ద్వారా సమీచించారు. రాష్ట్రంలో ఇందిరమ్మ ఇళ్ల నిర్మాణం, భూభారతి, వివిధ రెసిడెన్షన్లు స్వాతంత్ర్య భోజన, హాలిక వనతుల ఏర్పాటు, వనమహేశ్వరంలో మొక్కలు నాటడడం, మహాలక్ష్మీ పథకం తదితర అంశాలపై సమీక్ష చేశారు. రాష్ట్ర మంత్రులు వివిధ అంశాల వారీగా జిల్లా కలెక్టర్లకు పలు సూచనలు చేశారు. ప్రభుత్వ లక్ష్మీల మేరకు కలెక్టర్లు, అధికారులు నిర్విరామంగా కృషి చేయాలని తెలిపారు. ఈనందర్ఘంగా వారు మాట్లాడుతూ ప్రజాపాలనలో ముఖ్యమంత్రి రేవంత్రెడ్డి సారథుంలో ఈ ప్రభుత్వం ఎన్నో అభివృద్ధి, సంక్షేప పథకాలకు శ్రీకారం చుట్టిందని, క్లైట్మస్టాయిలో జిల్లా కలెక్టర్లు, అధికారులు ముఖ్య పాత పోషించాలని, పేద ప్రజల సంక్షేపం కోసం ప్రభుత్వం తీసుకుంటున్న ఎన్నో పథకాల ఫలితాలను వారికి అందే విధంగా తగు చర్యలు తీనుకోవాలని, దానికగంంగా కార్యచరణ ప్రణాళికను రాపొందించుకోవాలని మంత్రులు స్పష్టం చేశారు. సంక్షేప హాప్టట్లో ఉండుట ప్రాణులు త్వరితంగా అందేశించారు. విద్యార్థుల తల్లిదండ్రులతో నెలకోసారి పేరంట్స్ కమిటీ మీటింగ్లను విచార్యులు చేయాలని సూచించారు. మహాలక్ష్మీ పథకంలో భాగంగా రేపటికి 200 కోట్ల మంది మహిళలు ఉచిత బస్సు ప్రయాణం చేశారని, ఈ సందర్భంగా 97 బస్సు డిపోలు, 321 బస్సుస్టేషన్లలో వేడుకలను నిర్వహించాలని సూచించారు. ఇందిరమ్మ ఇళ్ల నిర్మాణంలో ప్రగతి సాధించాలి. ఇందిరమ్మ ఇళ్ల నిర్మాణానికి సంబంధించి ప్రభుత్వ లక్ష్మీల మేరకు అర్పుత్తేను ప్రతి పేదవాడికి ఇందిరమ్మ ఇళ్ల మంజారు చేసేవిధంగా చర్యలు తీసుకోవాలని రాష్ట్ర రెపెన్యూ, హాసింగ్, సమాచార, పొరసంబంధాలశాఖ మంత్రి పొంగులేటి శ్రీనివాస్సరెడ్డి జిల్లా కలెక్టర్లను ఆదేశించారు. ఇందిరమ్మ ఇళ్ల నిర్మాణం త్వరగా పూర్తి చేయాలని అధికారులను ఆదేశించారు. ఇళ్ల నిర్మాణంలో ఇసుక కొరత లేకుండా కలెక్టర్ల తగు చర్యలు తీసుకోవాలని, ఇసుక రవాణాలో లభ్యిదారుడినికి ఉచితంగా అందజేయాలని, ఇసుక రవాణా విషయంలో లభ్యిదారునికి ఎలాంటి భారం కలుగుండా చూడాలని కలెక్టర్లను మంత్రి ఆదేశించారు. ప్రతి వారం దీనిపై వీడియో కాస్టరెన్స్ ద్వారా ప్రగతిని సమీక్షిస్తానని మంత్రి తెలిపారు. భూభారతిలో నమోదైన దరఖాస్తులను వెంటనే పరిషురించాలని కలెక్టర్లను ఆదేశించారు. నిబంధనలకు అనుగుణంగా తగు చర్యలు తీసుకోవాలని సూచించారు. సమమహేశ్వరం కార్యక్రమంలో భాగంగా క్లైట్మస్టాయిలో విరివిగా మొక్కలు నాటాలని రాష్ట్ర అటవీ, పర్యావరం, దేవాదాయశాఖ మంత్రి కొండా సురేఖ అధికారులను ఆదేశించారు. ఈ వీడియో కాస్టరెన్స్లో జిల్లా కలెక్టర్ సిక్తా పట్టాయక్, జిల్లా వ్యవసాయ శాఖ అధికారి జాన్ సుధాకర్, జిల్లా టైర్డ్ అరోగ్యశాఖ అధికారి డాక్టర్ జయ చంద్రమోహన్, డీశస్ గోవింద రాజులు, జీసీఎస్ నర్సర్, అధికారులు విద్యాసాగర్, యాదయ్య, ఎక్స్ప్రెస్, ఫారెస్ట్ అధికారులు పాల్గొన్నారు.

ప్రభుత్వం కొండంత అభివృద్ధి చేసింట గోరంత కూడా ప్రచారం జరుగుడం లేదు



వస్త మహావాత్సలం కీంద మొక్కలు నాటుడాన్ని వేగవంతం చేయాలి

-జిల్లాలో ఇందిరము ఇండ కు అవసరమైన ఇసుక వివరాల పే నివేదిక సమర్పించాలి

-పారశాలల్ శానిటేషన్ ,ఆరోగ్య కమిటీలను ఏర్పాటు చేయాలి

-జిల్లా కలెక్టర్ ఇలా త్రిపాఠి



ವೇಶಾಪಾಠ ಲೇಕುಂಡಾ ವಿದ್ಯುತ್ ಸರಫರಾಲ್ ಅಂತೀರಾಯಂತ್ರ ಪ್ರಭುತ್ವಂಪೈ ನಿಂದಲು.?

The image is a composite of three distinct scenes. On the left, a tall, dark electrical pylon stands prominently against a clear blue sky. In the center, a large, colorful hot air balloon with a basket is seen rising into a sky filled with wispy clouds. To the right, another tall electrical pylon is visible, partially obscured by the warm glow of a setting or rising sun. The overall composition suggests a blend of traditional energy generation (represented by the balloons) and modern infrastructure (represented by the pylons).



ಕಾಂಗ್ರೆಸ್ ನಾಯಕುಲ್ಲಾರಾ ಕಷ್ಟ ಉಂಡಿ ಕಬೀರ್ದುಲು ಅಯ್ಯಾರಾ



ప్రశ్నిస్తున్నాము నాసిరకం వనులపై ప్రశ్నిస్తున్నాము. మీరు ఇప్పటికేనా ఒక ప్రాంతంలో అండర్ గ్రోండ్ డ్రెనేజీ పూర్తి చేసి ఆ ప్రాంతంలో ఒక చివర నుండి ఇంకో చివరకు ఆ డ్రెనేజీ వచ్చేది చూపించండిమేము ప్రతిష్పక్కంగా ప్రజల కోసం ప్రశ్నిస్తున్నాము మీరు ప్రతిష్పక్క చేసి విమర్శలు స్వికరించి తప్పులు సరిద్దుకోవాలి కానీ ప్రతి విమర్శలు చేయడం తప్పను తప్పించుకోవడం అధికార పార్టీగా సరియైన పద్ధతి కాదు మీరు చేసే తప్పులు కప్పిపుచ్చుకొనుటకు మీరు ఇష్టం వచ్చినట్లు మాటల్లాడటం బాగాలేదు ఇప్పటికేనా కళ్ళ తెరవండి ఇకనైనా అండర్ గ్రోండ్ డ్రెనేజీ పనులు సరిగ్గా చేస్తూ నాసిరకంగా చేయకుండా పూర్తి క్వాలిటీలో చేయాలని హెచ్చరిస్తున్నాము లేని ఎడల ప్రత్యక్ష కార్బూచరణకు పూనుకోవాలి వస్తుండని హెచ్చరించిన భిర్లెవెన్ నాయకులు మధిర మార్టెచ్ కమిటీ మాజీ అధ్యక్షులు చిత్తారు నాగేశ్వరావు, పట్టు కమిటీ కార్బూదర్చి అరిగె శ్రీనివాసరావు, మండల కార్బూదర్చి బోగ్గుల భాస్కర్ రెడ్డి, మధ్యనిపాలిటీ మాజీ ఫోర్మ్ లీడర్ లీడర్ వై వి అప్పురావు, శివాలయం మాజీ చైర్మన్ వంకాయలపాటి నాగేశ్వరరావు.

పీఎస్‌కే 5 గం గెంట్ ముహింగ్ ఇ ఎన్ డి

ಸಿ. ವೆನ್. ಪ್ರಸಿದ್ಧೇಂದ್ರ ಎಂಡಿ. ರಜಾಕ್

೨ -ಕಾರ್ಯಿಕುಲ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಪರಿಪೂರ್ವಿಂಚಾಗಿ

A photograph showing a group of approximately 20-30 men standing in two rows. They are all wearing matching purple short-sleeved shirts and dark trousers. Some men have orange sashes or stoles around their waists. They are positioned in front of a simple building with a corrugated metal roof and a white wall. Several small Indian flags are visible in the background.

రెలు పట్టంలపె దృదుడు

-కి మెన్ సమాచారంతో తక్కణం స్పందించిన రైల్వే ఎన్వెన్ సుధిర్, జి ఆర్ పి హాడ్ కానిస్టేబుల్ వేఱగోపాల్ నీ.

రద్ద మధిర జూలై 22 (వుదుయం ప్రతినిధి) మధిర పట్టణంలో రైల్వే స్టేషన్ నుండి విజయవాడ వైపు వెళ్లే మార్గంలో రైలు పట్టాల వద్ద నిజమాబాద్ జిల్లా కామారెడ్డి పరిధిలోని లింగాహార్ గ్రామానికి చెందిన గొల్ల భూమయ్య 80 మాససిక స్థితి సరిగా లేక పట్టాల మధ్య చెట్ల లో ఉండగా మధిర రైల్వే ఎసెవెస్ సుధీర్ మధిర జి ఆర్ పి హెడ్ కానిసేబుల్ సోపర్ వేఱగోపాలరెడ్డికి తెలియజేయగా వెంటనే ఆర్చే శాండేషన్ దోర్మల రామకృష్ణ ,సుదర్శన్, కిరణ్, హోంగార్డ్ వెంకన్ ల సహకారంతో వ్యధుడిని మధిర ప్రభుత్వ అనుమతికి తరలించి అనంతరం ఆర్చే శాండేషన్ అనాధ ఆశ్రమం లో ఆశ్రయం కల్పించారు. సదరు వ్యధుడి విపరాలు సేకరించి టుంబనభూలక్కతెలియజేయగా కామారెడ్డి నుండి కుమారులు హాటాచూతిన బయలుదేరి తమ తండ్రిని స్వగ్రామానికి తీసుకువెళ్లారు. అతి కష్టం మీద మూడు కిలోమీటర్లు నుండి వర్షంలో సదరు వ్యధుడిని తీసుకొని వచ్చిన ఆర్చే శాండేషన్ కి రైల్వే సిబ్బందికి కుటుంబ సభ్యులు కృతజ్ఞతలు తెలియజేశారు.



సిహివు



**బెట్టింగ్ యావ్, కేనులో బిగ్ ట్వాష్..
గుండుల్, మెటాకు ఈడీ నోటీసులు!**

బెట్టింగ్ యాప్ కేసులో దర్శావును ఈడి అధికారులు స్ఫుర్వ చేశారు. ఇప్పటికే పలవురు సెలబ్రేటీలకు నోటీసులు జారీ చేసిన ఈడి.. తాజాగా టెక్ దిగ్గజాలు గూగుల్, మెటాకు సమస్య పంపారు. ఆన్లైన్ బెట్టింగ్ యాప్ కేసులో గూగుల్, మెటాలను విచారించసుంది ఈడి. ఈ నెల 21న విచారణకు హజరుకావాలని నోటీసులు జారీ చేసింది. యూట్యూబ్, ఇన్స్టాగ్రామ్, ఫ్సెన్బుక్, ఎవ్స్, షెర్వాట్, స్టోచాట్ ఇలా ఏ యాప్ ట్రిండిగ్లో ఉంటే.. అందులో బెట్టింగ్ యాప్సు ప్రమాట్ చేశారు సెలట్రిటీలు. ఈ క్రమంలో విచారణలో భాగంగా గూగుల్, మెటాకు ఈడి అధికారులు నోటీసులు జారీ చేయడం చర్చిస్తయాంశంగా మారింది. ఇందులో భాగంగా బెట్టింగ్ యాప్ల కేసులో గూగుల్, మెటా సంస్థలకు ఈడి సమస్య జారీ చేసింది. జులై 28న ఆయా కంపెనీల ప్రతినిధులు తమ ముందు విచారణకు హజరు కావాలని ఆడేశాలు ఇచ్చింది. ఈ వ్యవహారంలో మొత్తం 29 మంది నటీసులుతో పొటు కంపెంట్ క్రియేటర్లు, సోపర్ మీడియా ఇన్ఫ్రాయోన్స్ లర్పై విచారణ జరుగుతోంది. ఆన్లైన్ బెట్టింగ్ పై పంచాగ్ని, మియాపూర్, సైబరాబాద్, విశాఖపట్టంలో పోలీసులు నమోదు చేసిన FIRల ఆధారంగా ఈడి రంగంలోకి దిగి విచారిస్తోంది. ఈ బెట్టింగ్ యాప్లతో మనీలాండరింగ్, హవాలా లావాదేవీలు జరుగుతున్నట్లు అరోపణలు రావడంతో ఈడి కేసు నమోదు చేసి దర్శావు చేపట్టింది. తాము విచారణ చేసున్నప్పటికీ.. గూగుల్, మెటా సంస్థలు ఇలాంటి యాప్లను తమ ప్లోట్ఫాఫ్మెల్ పై విస్తృతంగా ప్రచారం చేస్తున్నారుని దర్శావు సంస్థ ఆరోపిస్తోంది. ఈ టెక్ కంపెనీలు బెట్టింగ్ యాప్ల ప్రకటనలకు స్లాట్లు



కేటాయించడవే గాక, వెన్నెట్ల లింక్లను కూడా అందుబాటులో ఉంచుతున్నాయని ఈడి పేర్కొంది. కాగా తెలంగాణలో బెట్టింగ్ యాస్ట్ వల్ల ఎంతోమంది అత్యహాత్యలు చేసుకున్నారు. జూదాన్ని విచ్చలవిడిగా ప్రమాణ చేయడంతో.. ప్రజలు కూడా ఆకర్షితుల్లే.. వాటిలో డబ్బులు పెట్టి నష్టపోయారు. కొండరు లక్షలాది రూపాయలు కోల్పోయారు. దింతో బెట్టింగ్ యావ్ వ్యవహారంలో ప్రమాణర్పగా ఉన్న సినీ సెల్బ్రిటీలు, యూట్యూబర్లు పై ఎన్ఫోర్స్‌మెంట్ డెరకర్ట్. ECIR నమోదు చేసింది. ఇది పోలీసులు నమోదు చేసే ఎఫ్సిబార్ లాంటిదే. బెట్టింగ్ యావ్ ప్రమాణింగ్ చేసినందుకు కోట్లాడి రూపాయలు చేతులు మారాయిని ఈడి గుర్తించి కాసీబార్ నమోదు చేసింది. మనీ లాండరింగ్ కోణలో ఈడి దర్శావ్శ చెయ్యునుంది. ఇప్పటికే టాలీవుడ్ నటులకు ఈడి నోటీసులు పంచింది. రానా దగ్గుబాటి ఈ నెల 23న , ప్రకాశ్ రాజ్ ఈ నెల 30న , మంచ లక్షీ ఆగస్టు 13న విచారణకు హజరు కావిలి అని ఈడి నోటీసులు అందించింది.. బెట్టింగ్ యావ్ లతో జరిగిన అగ్రిమెంట్లు, బ్యాంక్ భాతాల వివరాలు తీసుకొని రావాలి అని అడేశించింది. మిగతా నిందితులకు సైతం త్వరలోనే ఈడి నోటీసులు ఇప్పునుంది.

భారతీయ ప్రాచీన బంగారం, వెండి ధూలు

బంగారం ధరలు
 ఆకాశవ్యాప్తినున్నాయి.. గతంలో
 ఎన్నడూ లేని విధంగా నాన్స్ప్రోవ్గా
 పరుగులు పెదుతూ.. పసిడి ధరలు
 అల్ట్రాప్లాన్ హైకి చేరిన విషయం
 తెలిసిందే.. ఇటీవల భారీగా పెరిగిన
 పసిడి ధర.. తగ్గినట్టే తగ్గి మళ్ళీ లక్ష
 మార్క్యూ దాతీంది
 .. అటు వెండి కూడా ఎన్నడూ లేని
 విధంగా వరుగులు
 పెదుతుండటంతో వినియోగదారులు
 అందోళన చెందుతున్నారు..
 తాజాగా.. బంగారం, వెండి ధరలు
 భారీగా పెరిగాయి.. స్వచ్ఛమైన
 పసిడి 10 గ్రాములపై తాజాగా
 1100 పెరగగా.. వెండి కిలోపై
 ఏకంగా రూ. 2 వేలు పెరిగింది.
 వాస్తవానికి బలియన్ మార్కెట్లో
 బంగారం, వెండి ధరలు ఒక్కసారి
 పెరిగితే.. మరికొన్ని సార్లు తగ్గుతూ
 వస్తుంటాయి.. అయితే.. ఇటీవలే
 బంగారం, వెండి ధరలు అల్ట్రాప్లాన్



The image shows a collection of gold jewelry items, such as bangles and beads, arranged in a display case. The lighting highlights the metallic texture and luster of the gold.

ಯೂಕೋ ಬ್ರಾಹ್ಮಂ ಲಾಭಂ ರೂ.೬೦೮ ಕೆಲ್ಟು

ప్రభుత్వ రంగంలోని యూకో బ్యాంక్.. ప్రస్తుత ఆర్థిక సంవత్సరం జాన్సో ముగిసిన తొలి తైమాసికంలో రూ. 607 కోట్ల నికర లాభం ఆర్జించింది. గత ఏడాది ఇదే కాలంలో ఆర్జించిన రూ. 551 కోట్లతో పోలిష్ లాభం 10.16% పెరిగింది. బలమైన రుఱ వ్యాపారంలో అస్తుల నాణ్యత మెరుగుపడడం ఇందుకు దోహదపడినట్టు బ్యాంక్ తెలిపింది. ఇటు వడ్డి అదాయం, అటు వడ్డియేతర అదాయం కూడా పెరిగాయని బ్యాంక్ ఎండీ, సీఈఎ అశ్వీన్ కుమార్ తెలిపారు. రుఱాలపై ఆర్జించిన వడ్డి అదాయమే రూ. 6,000 కోట్ల నుంచి రూ. 6,400 కోట్లకు పెరిగిందన్నారు. దినికి తేడు నిర్వహణా వ్యయా లు 4౩ వూషమే పెరగడగా ఎందూ నాయకత

పెరుగుదలకు దోషాదవడిందని తెలిపారు
అయితే రుణాలపై వహి సవరణ ముందస్తుగానీ
ప్రకటించిన కారణంగా నికర వహి మార్జి
(ఎన్సిఎం) గతంలో అంచనా వేసిన 3-3.10
నుంచి 2.9-3 శాతానికి తగ్గవచ్చని ఆయి
చెప్పారు. జూన్ త్రైమాసికంలో ఎన్సిఎం 2.9
శాతంగా ఉన్నట్టు తెలిపారు. జూన్ 30 నాటి
బృండ మొత్తం వ్యాపారం 13.51 వృద్ధితో
రూ. 5,23,736 కోట్లకు పెరగగా, రుణాల
16.48 వృద్ధితో రూ. 2,25,101 కోట్లకు
దిపోజట్లు 11.37 వృద్ధితో రూ. 2,98,63
కోట్లకు చేరాయని పేర్కొది. ఈ కాలంలో స్వా
మొండి బకాయలు (ఎన్సిఎం) 3.32 నుంచి
2.63 శాతానికి తగ్గాయి. నికర ఎన్సిఎంలు కూడా
0.72 కంఠి 0.15 — నిచి క—



ఆగస్టులో భారత్కు అమెరికా బ్రందం

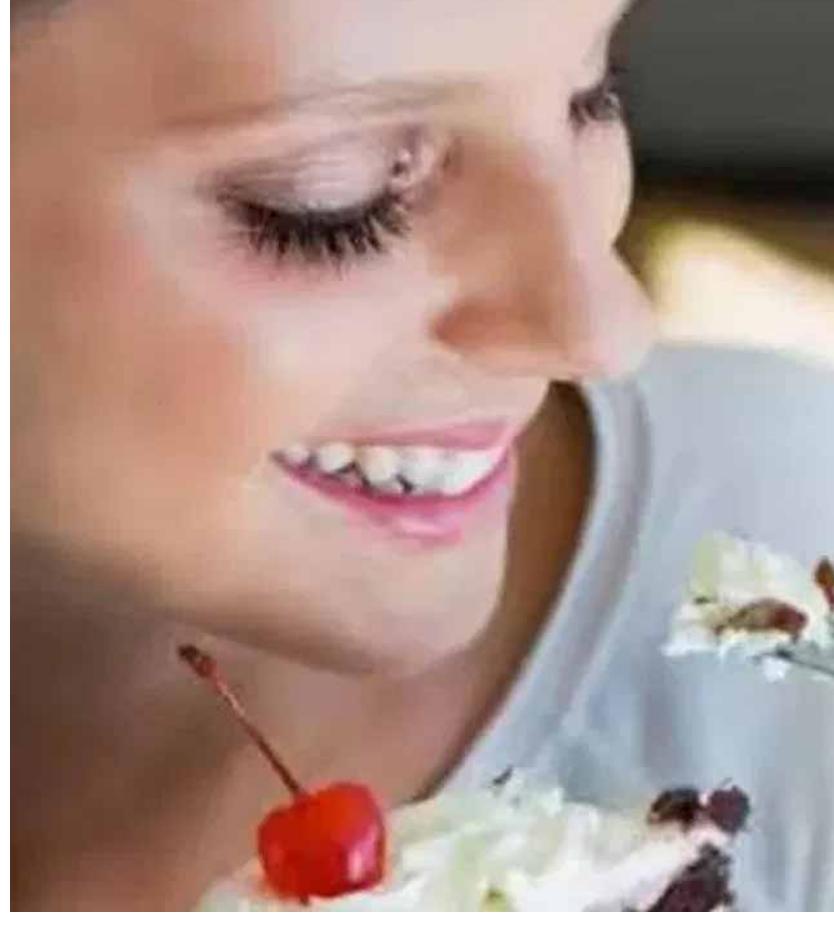
ద్వారా ప్రాక్తిక వాణిజ్య చర్చల్లో భాగంగా అమెరికా బృందం ఆగస్టులో భారత్తకు రానుంది. ఇప్పటికే ఐదు దశల్లో చర్చలు జరగ్గా.. తదుపరి రొండ్ చర్చల కోసం యూఎస్ అధికారులు రానున్నారని సోమవారం ఓ ఉన్నతాధికారి వెల్లడించారు. గత వారం వాషింగ్టన్లో భారత్, అమెరికా బృందాలు ఐదో రొండ్ చర్చలను ముగించాయి. భారత్ తరఫున వాణిజ్య శాఖ స్పెషల్ సెక్రెటరీ రాజేస్ అగర్వాల్, అమెరికా తరఫున అసిస్టెంట్ యూఎస్ ట్రైడ్ రిప్రెజెంటేచివ్ బ్రెండన్ లించ్ చర్చల్లో పాల్గొన్నారు. ఆగస్టు 1వ తేది నాటికే ఇరు దేశాలు తాత్కాలిక వాణిజ్య ఒప్పందాన్ని ఖరారు చేయాలని లక్ష్మింగా పెట్టుకున్నప్పటికీ పలు అంశాలపై ఇరు దేశాలు పట్టబట్టడంతో ఈ ఒప్పందం ఆలస్యం అవుతోంది. భారత్తలో తమ జన్మ మార్పిడి (జీవం) విత్తనాలు, పాడి పరిశ్రమలో పాలు, పాల ఉత్పత్తులను అనుమతించాలని అమెరికా తీవ్రంగా డిమాండ్ చేస్తోంది. మరోవైపు భారత్ రాంక్ టీఎస్ ఆసామి రూపులో ఉన్నారు. కర్మించాలి రంగులో కోసి



ବନ୍ଦୁମ ପ୍ରକାଶନ

ఖూళీ కడుప్పుతా లేదని తింటున్నారా..?

తరువాత చాలా వేగంగా తగ్గుతుంది. స్వీట్లులో ఉండే ప్రాసెన్ చేసిన చక్కర భాళీ కడుపుతో తీసుకుంటే గ్యాన్, అమ్బత్తుం, అజ్జీర్లం కలిగిస్తుంది. భాళీ కడుపుతో స్వీట్లు తినడం వల్ల కడుపులోని మంచి బ్యాక్టీరియా సమతల్యత దెబ్బతింటుంది. దీనివల్ల శరీరంలో వాపు, ఉబ్బరం వంటి సమస్యలు వస్తాయి. ఉదయం సమయం జీర్లువుపుట చాలా సున్నితంగా ఉంటుంది. కాబట్టి ఈ సమయంలో ప్రాసెన్ చేసిన లేదా శుద్ధి చేసిన చక్కరను నివారించడం మంచిది.



చేక్కెరిక్ బదులు ఇంది వాడ్యెట్స్‌న్యారా? అనలుగులలో మీరున్యారా..?



ప్రశ్నలు చక్కబడ వూతాదు తగ్గిగొను
ప్రశ్నలు తుంలో చాలామంది స్వీట్యుర్లును
ఆశ్చర్యిస్తుంటారు. అయితే, 'ఎరిత్రిటాల్' పంటి
కొన్ని స్వీట్యుర్లు ఆర్గానికి హోనికరం కావచ్చని
తాజా అధ్యయనాలు పోచ్చరిస్తున్నాయి. వీటి
వినియోగం గుండె, మెదడుకు సంబంధించిన తీవ్ర
నమస్యలకు దారితీయవచ్చని నిపుణులు
సూచిస్తున్నారు. ఘగర్ ట్రై పేరుతో దొరికే స్వీట్యూర్స్
లో ఉండే ఈ ప్రమాదకర పదార్థం ప్రాణాలకు
డెంజర్ కావచ్చని నిపుణులు పోచ్చరిస్తున్నారు.
మధువేహం బారిన పడినవారు, బరువు
తగ్గాలనుకునేవారు చక్కబడ వాడకూన్ని తగ్గించడం
సర్వసాధారణం. ఈ క్రమంలో, చాలామంది రుచి
కోసం కృత్రిమ తీవీ వదార్థాలు (స్వీట్యూర్స్)
వాడుతున్నారు. అయితే, ఆన్ని స్వీట్యుర్లు సురక్షితం

తేలింది. దీన్ని వాడిన మూడు గంటల్లోనే శరీరంలో ఈ మార్పులు కనిపించడం గమనార్థం. స్థాదా తీసుకున్నప్పుడు ఎలాంటి నష్టం జరుగుతుందో, ఎరితిటాల్ కూడా అంతే స్థాయిలో ద్యామేజ్ చేస్తుందని వరిశోధ కూలు గుర్తించారు. గుండపోటు, ప్రైట్ మువ్వు: ఎరితిటాల్ వాడకం వల్ శరీరంలో నైట్రిక్ ఆక్షైడ్ స్థాయిలు తగిపోతాయి. నైట్రిక్ ఆక్షైడ్ రక్తకూళాలు వెడల్పుగా ఉండటానికి, రక్త సరఫరా సజావుగా సాగడానికి తోడ్పుడుతుంది. ఇది తగ్గడం వల్ల రక్తకూళాలు కుచించుకొయి, రక్తం గడ్డకట్టే సమస్యలు తలెత్తుతాయి. దీంతో ప్రీ రాడికల్ స్థాయిలు పెరిగి శరీర కణాలు దెబ్బతింటాయి. కీల్వల్యాండ్ క్లినిక్ నిర్వహించిన ఒక అధ్యయనం ప్రకారం, అమెరికాలో 4 వేల మందిపై జిరిపిన పరిశోధనలో ఎరితిటాల్ తీసుకుంటున్నవారిలో గుండపోటు, బ్రియిన్ ప్రైట్ వచ్చే ముఖ్య ఎక్కువగా ఉన్నట్లు తేలింది. కేవలం 30 గ్రాముల ఎరితిటాల్ వినియోగం కూడా ప్రమాదకరమేనని నిపుణులు పొచ్చరిస్తున్నారు.



అప్పటిదాకా బాగానే ఉంటారు. మనతే నవ్వుతూ
మాట్లాడతారు. ఇంతలోనే పక్కవాతం బారిన
పడ్డారనే సమాచారం మనల్ని దిగ్రాంతికి
గురిచేస్తుంది. బైయిన్ ప్రైస్క్ అంబే సూటికో
కోటీకో వచ్చే జబ్బు కారు. ప్రతి నలుగురిలో
ఒకరికి వచ్చే ప్రమాదం ఉంది. ఆ నలుగురిలో
మీరున్నారా? అది తెలుసుకోవడం ఎలా? ఇంతకి
మీ బైయిన్ భద్రమేనా? దేశంలో బైయిన్ ప్రైస్క్
కేనులు అందోళనకర స్థాయిలో
పెరిగిపోతున్నాయి. ప్రతి నలుగురిలో ఒకరు
పక్కవాతం బారిన పదుతున్నారు. గత 20 విషాల్లో
దేశంలో బైయిన్ ప్రైస్క్ కేసులు డబుల్ అయ్యాయి
అంటే.. మెదడుకు దేంజర్ బిల్స్ ఏ స్థాయిలో
మొగుతున్నాయో మనం అర్థం చేసుకోవచ్చ.

వాటధులి నయం చెనె కరకాళయ..!



తినిపించవచ్చు. దీంతో జలుబు, దగ్గు తగ్గిపోతుంది. కరక్కాయ జీడ్రవ్వువస్త పనితీరును మెరుగుపరుస్తుంది. మలబడ్కాన్ని నివారిస్తుంది. ఆరోగ్యకరమైన శేగు కదలికలకు కూడా ఇది తోడ్చుడుతుంది. త్వరగా ఆహారం జీర్ణ అవుతుంది. అంతేకాదు ఇది రోగినిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది. తరచూ కరక్కాయను తీసుకుంటే చర్చ సంబంధిత సమస్యలు తగ్గిస్తుంది. ప్రధానంగా దురదలు, ఎప్పిమా వ్యాధి కూడా ఇది మంచి రెమిడీ. కరక్కాయతో చర్చ సొందర్యాన్ని కూడా పెంచుకోవచ్చు. అంతేకాదు కరక్కాయ పొడిని ముఖానికి అపై చేస్తే

కూడా మెటిమలు మాయం అవుతాయి. ముఖం కాంతివంతంగా మారిపోతుంది. కరక్కాయ ముక్కలను నీళలో నానపెట్టి, ఆ నీటిని తాగితే గుండెకు బలం. వాంతులవుతున్నప్పుడు కరక్కాయ పొడిని మంచినీళలో కలిపి తీసుకుంటే తగ్గుతాయి. కరక్కాయలోని యాంటీఆషిస్ట్ దెంట్లు శరీరంలోని విషాలను బయటకు పంపిణేస్తాయి. ఉదయం భార్థి కడుపున తీసుకోవడం వల్ల మంచి ఘనితాలు లభిస్తాయి. కొవ్వు కరిగించేందుకు సహకరిస్తుంది. కరక్కాయ పొడిలో ఉప్పు చేర్చి.. దంతదావనం చేస్తే చిగుత్తు గట్టివడి వ్యాధులు రావని పెద్దలు చెపుతుంటారు. కరక్కాయ నములడం వలన పిపిపస్సు పోటు తగ్గుతుండట. భోజనానికి అరగంట ముందు కరక్కాయ చూడానికి కొంచెం జెల్లం కలిపి అరచెంచాడు మోతాడుగా శెండు మాటలా తీనుకుంటుంటే రక్కమొలలు తగ్గిపోతాయని చెపుతుంటారు.

బెల్లి ప్రాయట్ తగ్గించే దాల్చినచెక్కు! తగదం, ముఖ్యంగా బెల్లి ప్రాయట్ ను



ಅಲ್ಲಂ, ದಾಲ್ವಿನಚೆಕ್ಕು ಡ್ರೈಂಟ್: ಇಕಲ್ಲಿನಸ್ತರ ಕವ್ಯಲ ನೀಲಿನಿ ಮರಿಗಿಂಬಿ, ರೆಂಡು ದಾಲ್ವಿನಚೆಕ್ಕು ಮುಕ್ಕಲು, ಒಕ ಚಿನ್ನ ಅಲ್ಲಂ ಮುಕ್ಕ ವೇಯಾಲಿ. ನೀರು ಮರುಗುತ್ತಂಡಗಾನೆ ಪಾಪು ತೀಸ್ಪೂನ್ ಗುಗ್ಗಲ ಪಾಡಿ (ಶರೀರಂಲೋನಿ ಅದನವು ಕೊವ್ವನು ಕರಿಗಿಸ್ತುಂದಿ), ಪಾಪು ತೀಸ್ಪೂನ್ ಗಾರ್ಣಿನಿಯಾ ಪಾಡಿ (ಮಲಬಾರ್ ವಿಂತಪಂಡು) ಲೇದಾ ಮಾಂಗಳ್‌ನ್ನೀ ಪಾಡಿ ಕಲಪಾಲಿ. ಈ ಪದಾರ್ಥಾಲನ್ನೀ ಕಿಲಿಪಿ ಮರಿಗಿಂಬಿನ ತರ್ವಾತ, ನೀಲಿನಿ ಪದಗಟ್ಟಿ ವಿಹಿತೆಡು ಪಸುಪು (ಬಿರುವು ತಗ್ಗಿಂಚೇ ಕರ್ಕ ಕ್ಯಾಮಿನ್ ಉಂಟುಂದಿ) ಕಲಪಾಲಿ. ಈ ಡ್ರೈಂಟ್ನು ಸೆಲ ರೋಜಲ ಪಾಟು ಪ್ರತಿ ಶಾಾತಿ ಪದಕುನೇ ಮುಂದು ತಾಗಿತೆ ಬ್ರಹ್ಮೀ ಫ್ಲಾರ್ ವೇಗಂಗಾ ಕರಿಗಿಪೋತುಂದಿ. ವಂಟಲ್‌ ದಾಲ್ವಿನಚೆಕ್ಕು ಪಾಡಿ: ರೋಜವಾರೀ ವಂಟಲ್ಲ್, ಸಲಾಧ್ವ, ತೀಲಲ್ ದಾಲ್ವಿನಚೆಕ್ಕು ಪಾಡಿನಿ ಕಲುಪುಕ್ಕೆಪದಂ ದ್ವಾರಾ ಕೂಡಾ ಬಿರುವ ತೃಷ್ಣಬ್ಜು. ಇದಿ ಕೇವಲಂ ಅರ್ಥ್ಯ ಪ್ರಯೋಜನಾಲೇ ಕಾಪುಂಡಾ, ವಂಟಲಕು ಅದನವು ರುಚಿ, ಸುಪಾಸನನು ಅಂದಿಸ್ತುಂದಿ. ಪಾಟ್ ಚುಟ್ಟಾ ಕೊವ್ವು ಎಕ್ಕುವಗಾ ಉನ್ನವಾರಿಕಿ ಗುಂಡೆ ಜಬ್ಬಾಲು, ಮಧುಮೇಹಾಂ, ಅಸ್ತಮಾ ವಂಟೀವಿ ವಹ್ನಿ ಮುಪ್ಪು ಎಕ್ಕುವಗಾ ಉಂಟುಂದಿ. ಕಾಬಣ್ಣಿ, ಈ ಪದ್ಧತುನು ಪಾಲಿಂಶದಂ ದ್ವಾರಾ ಅರ್ಥ್ಯಂಗಾ ಕುಂಡಳಂತೋ ಪಾಟ್, ತೀಲಿ ಪೊಲ್ಯಾವು ತಗ್ಗಿಂಬುಕ್ಕೆಪದ್ಬು.

ఈ పండు తింటే అరగంటలో కడువు క్లిన్..!

గుండ జబ్బుల ప్రమాదన్ని నివారిస్తుంది. రక్తంలో హిస్ట్రామెన్ ఉత్తర్వుని నిరోధించి, అల్లేర్ లక్ష్మణాలు తగ్గిస్తుంది. అంతేకాదు.. హీచ్ పండుతో అందాన్ని కూడా దేల్చింపు చేసుకోవచ్చు. పండులో విటమిన్ ఎ, సి ఎక్స్ ఫెగా ఉండటం వల్ల ఈ పండుతో ఫేఫియల్ చేయడం వల్ల చర్చ ముడతలు తొలగిపోయి, చర్చ రంధ్రాలలోని మలినాలు తొలగిపోయి ముఖం శుభ్రంగా, మెరుస్తూ ఉంటుంది. హీచ్ పండు.. దీనినే స్టోన్ ప్రూట్, పర్సియన్ ప్రూట్ అని కూడా పిలుస్తారు. పసుపు, తెలువు రంగులో ఉండే ఈ పండుతో పుపులాషైన అలోగ్ ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి. హీచ్ ని జ్యాస్ రూపంలో నేరుగా కూడా తింటారు. హీచ్ పండులో విటమిన్స్, మినరల్స్, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు అధికంగా ఉంటాయి. హీచ్లో షైబర్ కంపెంట్ ఎక్స్ప్రెస్ మోతాదుల్లో ఉండటం వల్ల అధిక తిఱాన్స్ కోరిక రాదు. అయితే ఇది జీర్జు ఎంటోన్మెట్ క్రోమ్ టైంప్ గ్లోబిల్ కోంపెనీ కుగుండా ఉండగా వల్ల లీగ్ ఎంటోన్మెట్

మెరుగువడుతుంది.. అంతేకాదు దయేరియా, మలబద్రక సమస్యలను దరిచేరకుండా చేస్తుంది.. అరోగ్యకరమైన వేగు కదలికలకు తేడ్వుతుంది. బరువు కగ్గలనుకునే వారికి ఏచ్ అధ్యత్ప్రమేణ ఎంపిక అంటున్నారు నివుఱలు. పిచ్ పండులో కేలరీలు తక్కువగా ఉండటం కారణంగా బరువు నియంత్రణలో కేంపకొవచ్చ అంటున్నారు నివుఱలు. పోషకాలు ప్రపులంగా ఉంది, షైబర్ అధిక మోతాదులో ఉ ఉటుంది. వేగు అరోగ్యానికి మేలు చేస్తుంది. ఈ పండు కంటి అరోగ్యానికి చాలా మంచిదిని నివుఱలు బీటా కెరోటిన్ లేదా మేలు చేస్తుంది. క్యాట్రాక్ట్ సాక్షాత్ అభివృద్ధి చెంబుతున్నారు పండు రక్తపోశి జబ్బుల ప్రవ్రథించి, అ అందాన్ని కూడా ఎక్కువగా ఉ చర్చ ముడుకొనిపోతించాలి.

కూడా పుష్టిలంగా ఉండటం వల్ల కంటి ఆరోగ్యానికి ది. ఆరోగ్యకర్తవ్యమన కంటి చూసును మెరుగుపరచి ఇది ముస్తలు రాకుండా నివారిస్తుంది. హీచ్ పండు క్యాస్టర్ లెవ్స్‌డిక్ వ్యతిరేకంగా పనిచేస్తుందని నిష్పణలు ముఖ్యంగా ట్రైట్ క్యాస్టర్ రాకుండా నివారిస్తుంది. ఈ టును, అధిక కొల్పాస్టర్ స్టాయలను తగ్గిస్తుంది. గుండె శాధాన్ని నివారిస్తుంది. రక్తంలో హైస్టమెన్ ఉత్సుక్తిని లెర్జీ లక్షణాలను తగ్గిస్తుంది. అంతేకాదు... హీచ్ పండతో ద్వారా రెట్టింపు చేస్తుండి. పండులో ఏటమిన్ ఎ, సి ఉండటం వల్ల ఈ పండతో ఫేఫిలుల్ చేయడం వల్ల తలు శోలిగిపోయి, నర్సీ రంప్రాలోనీ మలినాలు చూణా తుంచ్చాడా, కౌరమ్మా కొంటాది.



సునిష్ట



బ్రాక్ డైన్‌లో అందాలతో మతిపేటగిండుతున్న సంఘప ధార్..



ಅಂದುಕೆ ನಾ ಪಾತ್ರಲು ಅಂತರ್ಗಾ ನಂಜ್ಞೆಶಾಯ



గత కొన్ని తీవ్రలో తీవ్రముకుంటే సినిమాలు చాలావరకు తగ్గించేసిన సమంత.. బట్టిటీలపై పూర్తిగా దృష్టి పెట్టింది. పలు వెబ్ సిరీసుల్లో నటించింది. ఈ క్రమంలోనే తాజాగా అమెజాన్ ప్రైమ్ బ్రాండ్ క్యాంపెనీలో పాల్గొంది. తన ప్రయాణం అంతా రకరకాల భావోద్ధోగాలతో నిండిందని చెప్పుకొచ్చింది. సమంత మాట్లాడుతూ.. ది ఫ్యామిలీ మ్యాన్, సిటాడెల్ హనీ ఐస్టీ తదితర సిరీసుల్లో తను పోషించిన పాత్రలని గుర్తు చేసుకుంది. ప్రతి పాత్ర ప్రేక్షకులు అనుభూతి చెందేలా, ఆ పాత్ర తాలూకు భావోద్ధోగాలతో మహేకుమయ్యేలా ఉంటాయని అందుకే అవి అంతగా వారికి చేరువ అయ్యాయని చెప్పింది. ఇదే కార్బూక్రమంలో పాల్గొన్న సామ్య సహాయుడు మనోజ్ బాజ్ పాయ్ కూడా అసక్కికర వ్యాఖ్యలుచేశాడు. ఫ్యామిలీ మ్యాన్లో తను పోషించిన పాత్రలోనే భిన్న కోణాలు తనపై ఎంత ప్రభావం చూపించాయో మనోజ్ బాజ్ పాయ్ గుర్తు చేసుకొన్నాడు.

విజయ దేవరకొండ, రాణా దగ్గుబాటి
నహి నలుగురు టాలీవుడ్
ప్రముఖులకు ఈడి సమన్లు

బట్టింగ్ యావ్ ప్రమాణం వ్యవహరంలో ఎన్ఫోర్స్‌మెంట్ డైరక్టరేట్ నలుగురు టాలీవుడ్ ప్రముఖ నటీనటులకు నమస్క జారీ చేసింది. హిరో విజయ్ దేవరకొండ, రానా దగ్గుబాబి, ప్రకాశ్‌రాజ్, మంచు లక్ష్మిలకు నమస్క పంపి.. విచారణకు హాజరుకావాలని ఆడేచించింది. ఈ నెల 23న రానా దగ్గుబాబి, జులై 30న ప్రకాశ్ రాజ్, అగస్టు 6న విజయ్ దేవరకొండ, అగస్టు 13న మంచు లక్ష్మిని విచారణకు హాజరుకావాలని సూచించింది. ఇదే కేసులో పేరున్న మిగతా వారికి షైతం దశలవారీగా నమస్క జారీ చేయనున్నట్లు సంబంధిత వర్ధాలు తెలిపాయి. ఈ వ్యవహరంలో మొత్తం 29 మంది నటీనటులతో పాటు కంపింట్ క్రియేటర్లు, సోపర్ మీడియా ఇన్ఫోమెన్సలర్షాపై ఈడి కెన్ ఇస్టర్స్‌ఫ్స్ రిపోర్ట్ నమోదు చేసి నమస్క పంపింది. అక్రమ బెట్టింగ్ పై పంచాగుట్ట, మియాపూర్, సైబరాబాద్, విశాఖపట్టంలలో పోలీసులు నమోదు చేసిన ఎఫ్షార్లెల ఆధారంగా ఈడి రంగంలోకి దిగి విచారిస్తున్నది. ఈ బెట్టింగ్ యావ్‌లలో మనీలాండరింగ్, హవాలా లావాదేవీలు జరుగుతున్నట్లు ఆరోపణలు రావడంతో ఈడి కేసు నమోదు చేసి దర్శాప్తు చేపట్టింది. అయినప్పటికీ. గూగుల్, మెట్రా సంస్థలు ఇలాంటి యావ్‌లను తమ మాధ్యమాల్లో విస్తృతంగా ప్రచారం చేస్తున్నాయని దర్శాప్తు సంస్క ఆరోపించింది. ఈ టెక్ కంపెనీలు బెట్టింగ్ యావ్‌ల ప్రకటనలకు స్లాట్లు కేటాయించడమే గాక, వెబ్‌సైట్ లింక్లను కూడా అందుబాటులో ఉంచుతున్నాయని ఈడి పేరొంది. బెట్టింగ్ యావ్ వ్యవహరంలో నటీనటులు రానా దగ్గుబాబి, విజయ్ దేవరకొండ, ప్రకాశ్ రాజ్, నిధి అగర్వాల్, ప్రశ్నేత, మంచు లక్ష్మి, శ్రీముఖి, శ్యాముల పేర్లన్నాయి. యూట్యూబర్లు హర్షసాయి, బయ్య సన్మి యాదవ్, లోకర్ బాయ్ నాని యూట్యూబ్ ఛానల్తో సహ అనేక మంది స్లాప్ల్ మీడియా ఇన్ఫోమెన్సర్ పేర్లు ఈ కేసులో ఉన్నాయి. బెట్టింగ్ యావ్‌తో మనీలాండరింగ్తో పాటు హవాలా లావాదేవీలు జరుగుతున్నట్లుగా ఆరోపణలు నేపథ్యంలో ఈడి రంగంలోకి దిగింది. ఇదే కేసులో గూగుల్, మెట్రా సంస్థలకు నోటీసులు జారీ చేసింది. టెక్ కంపెనీలు బెట్టింగ్ యావ్‌ల ప్రకటనలకు స్లాట్లు కేటాయించడం, వెబ్‌సైట్ లింక్సు అందుబాటులో ఉంచుతున్నట్లుగా ఆరోపణలున్నాయి.

సాంత తమ్ముడిలా చూసుకున్న తమన్

సిత్రూల సిరపడు, దివాక భూరాబ్.. వంటి పాటలతో సెనేషన్ అయ్యాడు సింగర్ సాకేత్ ఎప్పుడూ చలాకీగా ఉంటూ, హుషారుగా పాటలు పాడే సాకేత్కు గతంలో పెద్ద యాక్సిడెంట్ జరిగింది. చావు అంచుల వరకు వెళ్లి వచ్చానంటూ ఆనాటి ఏపయాలు గుర్తు చేసుకున్నారు. సింగర్ సాకేత్ మాట్లాడుతూ.. ల్రీమానవమిరోజు భద్రాచలంలో ఓ పోకి వెళ్లినప్పుడు పట్టపగలే రోడ్డు యాక్సిడెంట్ జరిగింది. ఓ ఆయల్ ట్ర్యాకర్ ఇండికేటర్ వేయకుండా సడగ్గా టర్న్ తీసుకుంది. దాన్ని తప్పించుకోవడానికి మా కారుని కుడివైపు తిప్పాం. హమ్మయ్య అనుకునేలోపు ఎదురుగా మరో కారు వచ్చి థీ కొట్టింది. ఈ ప్రమాదంలో చెల్లి కాలు ప్రాక్షర్ అయింది, నా వెన్నెముకకు బలమైన గాయం తగిలింది. అక్కడ డగ్గర్లో ఆస్పుత్తికి వెళ్లే నా కండిషన్ చూసి ప్రాదరాబాద్ తీసుకెళ్లమన్నారు. పక్షాతం కూడా గాల్కాచేటాని కెపాగు లింగర్ లేక్కిన అసుకు లోక్ కేసి.. నూ అగ్గికి గ్యాక్సిడెంట్

కూడా ఉన్నాయి నీలు. నీలా కూడా అన్నాడు ఆన్నాడు. నీలా కూడా అన్నాడు.. మీ కూడా అన్నాడు. అయింది, రాలేము. వేరే సింగర్సు పోకి పంపించున్నాను. ఆయన ఉన్నచోట ఉండక తన పక్కనే ఉన్న తమన్కు విషయం చెప్పాడు. వెంటనే అతడు తన కంపోజింగ్ మధ్యలో ఆపేసి అస్పుక్కితికి వచ్చారు. హస్సుటల్లో తనే దగ్గరుండి అన్నీ చూసుకున్నారు. ఎటువంటి సమస్య లేదన్న తర్వాత రాత్రి 10.30 గంటలకు వెళ్లిపోయారు. డిశ్ట్రిబ్యూటర్ అయ్యాక కూడా వారంరోజులపాటు బెడ్ ఫైనే ఉన్నాను.

లేచి నిలబడలేకపోయాను. అప్పుడు నాకు పెద్ద పొటల్ నుంచి కొస్టిరోజులపాటు కిచిటి తెప్పించారు. మనసు బాగోలేదని చెప్పే ఐదు నిమిషాల్లో గోవా టికెట్లు బుక్ చేశారు. వీల్వర్కర్లోనే గోవా వెళ్లాను. బీచ్ చూసుకుంటూ కొంత ప్రశాంతంగా గడిపాను. అందుకే తమన్ అంటే నాకు అభిమానం, ఆప్పం అని పేరొన్నాడు. ఇక బిగ్బాన్ తొమ్మిలో సీజన్లో ఎంత్రీ ఇస్టున్నావా? అన్న ప్రశ్నకు ఇలా స్పందించాడు. వెళ్లసు అని చెప్పాను, వెళ్లన్న అని కూడా చెప్పాను. ప్రస్తుతానికితే బిగ్బాన్ 9వ సీజన్కు వెళ్లడం లేదు. కానీ, ఎప్పుడో ఒకసారి తప్పకుండా వెళ్తా.. కెరీర్లో ఇంకో అడుగు మంచుకు వేశాక బిగ్బాన్ గురించి ఆలోచిస్తాను అని సింగర్ సాకేత్



