

**STUDY ABROAD**  
TOP GLOBAL DESTINATIONS  
Free IELTS coaching  
GradsUniversity  
+91 6301726400

# వుదయం

**మీ ఆర్థిక అవసరాల ఆశయసాధన**  
**KAPIL GROUP**  
**కపిల్ చిట్స్**  
Visit Us: www.kapilchits.com  
కపిల్ చిట్స్ మీ కలలకు సాకారం

# మహిళా సాధికారతకు 'మహాలక్ష్మి' హాస్టం

- మహిళల పేరిట 'ఇందిరమ్మ ఇండ్లు'.. రూ.61వేల కోట్ల
- రూ.2,400 కోట్లతో అంతర్జాతీయ పండ్ల మార్కెట్
- మహాలక్ష్మికి రూ.10,700 కోట్లు!
- 2034 నాటికి కోటి మంది కోటిత్వరులు!

**హైదరాబాద్, జూన్ 9 (పుడయం):** రాష్ట్రంలోని మహిళా స్వయం సహాయక సంఘాల ఆర్థిక స్వావలంబన, సాధికారతలకు పరమావధిగా తెలంగాణ ప్రభుత్వం మరొక విజయవంత నిర్ణయాన్ని తీసుకుంటున్నట్లు ముఖ్యమంత్రి ఎ. రేవంత్ రెడ్డి ప్రకటించారు. రాష్ట్రంలోని ప్రతి మహిళను ఆర్థికంగా నిలబెట్టే వరకు తమ ప్రభుత్వం విశ్రమించబోదని స్పష్టం చేశారు. ప్రస్తుతం స్వయం సహాయక సంఘాల్లో 67 లక్షల మంది సభ్యులు ఉన్నారని, ఈ సంఖ్యను త్వరలోనే కోటికి పెంచుతామని విలువనిచ్చారు. 2034 నాటికి ఈ కోటి మంది మహిళలను ఆర్థికంగా బలోపేతం చేసి, వారిని కొలిత్యలుగా మార్చడమే తమ ప్రభుత్వ అతిపెద్ద లక్ష్యమని సీఎం ధీమా వ్యక్తం చేశారు. మహిళల సాంకేతిక పటిష్టమైన వ్యాపార ప్రణాళికలు (బిజినెస్ ప్లాన్స్) రూపొందించుకోవాలని, వారి అభివృద్ధికి అవసరమైన పూర్తి సహకారాన్ని ప్రతి



పార్లమెంట్ నియోజకవర్గ స్థాయిలో అందిస్తామని హామీ ఇచ్చారు. బడులు, బంకులు, క్యాంపెస్ నిర్వహణ వారీమణులకే.. మహిళల పర్యవేక్షణలో సంక్షేమ, అభివృద్ధి కార్యక్రమాలు అత్యంత సమర్థవంతంగా అమలువుతాయని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి కొనియాడారు. ఇందులో భాగంగానే రాష్ట్రంలోని 27 వేల ప్రభుత్వ పాఠశాల నిర్వహణ బాధ్యతలను మహిళలకే అప్పగించామని గుర్తుచేశారు. వీటితో పాటు రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ప్రతిష్టాత్మకంగా ఏర్పాటు చేస్తున్న 'మహిళా శక్తి క్యాంపెస్', పెట్రోల్ బంకు నిర్వహణ బాధ్యతలను సైతం స్వయం సహాయక సంఘాలకే అప్పగిస్తున్నట్లు ప్రకటించారు. మహిళల పేరిట 'ఇందిరమ్మ ఇండ్లు'.. రూ.61 వేల కోట్ల బ్యాంకు లింకేజీ ఆస్తులు మహిళల పేరిట ఉంటేనే కుటుంబానికి భద్రత ఉంటుందనే సంకల్పంతో ప్రభుత్వం ముందుకు సాగుతోందని ముఖ్యమంత్రి తెలిపారు. అందుకే గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో మంజూరు చేస్తున్న ఇందిరమ్మ ఇండ్లతో పాటు, పట్టణాల్లో నిర్మించే లక్ష గృహాలను కూడా మహిళల పేరిటే కేటాయిస్తామని స్పష్టం చేశారు. మహిళా సంఘాల బలోపేతానికే రూ.61 వేల కోట్ల బ్యాంకు లింకేజీని అందించామని, సున్నా వడ్డీ రణాల కింద బ్యాంకులకు ప్రభుత్వం తరఫున రూ.2 వేల కోట్లు ఇప్పటికే చెల్లించినట్లు సీఎం వివరించారు.



మహాలక్ష్మికి రూ.10,700 కోట్లు! 'మహాలక్ష్మి' పథకం ద్వారా రాష్ట్రంలోని మహిళలకు అత్యంత అభివృద్ధి కార్యక్రమాన్ని కల్పించామని, ఈ ఉచిత ప్రయాణాల రియంబర్స్ మెంట్ కింద ప్రభుత్వం ఇప్పటివరకు అర్జీనీకి రూ.10,700 కోట్లకు పైగా నిధులను విడుదల చేసినదని సీఎం వెల్లడించారు. రూ.2,400 కోట్లతో అంతర్జాతీయ పండ్ల మార్కెట్ ఇదే వేదికపై సువిద్యంగా నిర్మించే పలు సూచనలు చేశారు. సాంప్రదాయ పద్ధతులకు న్యూన్ చెప్పి లాభసాటి వ్యవసాయం వైపు అడుగులు వేయాలన్నారు. పంటల మార్పిడి విధానాన్ని అవలంబిస్తూ.. కందులు, మినుములు, పెసలు వంటి పప్పుధాన్యాలతో పాటు కూరగాయలు, పండ్ల తోటల సాగును ప్రోత్సహించాలని కోరారు. వ్యవసాయ ఉత్పత్తుల అంతర్జాతీయ మార్కెటింగ్ కోసం ప్రభుత్వం రూ.2,400 కోట్లతో అంతర్జాతీయ పండ్ల మార్కెట్ ను ఏర్పాటు చేసినట్లు గుర్తుచేశారు. ఈ ఘనమైన కార్యక్రమంలో రాష్ట్ర మంత్రులు ధనసేరి అనసూయ (సీతక్క), కోమటిరెడ్డి సత్యకాంత్ రెడ్డి, పొన్నం ప్రభాకర్, ఇతర ఉన్నతాధికారులు పాల్గొన్నారు. అనంతరం లబ్ధి దారులైన మహిళా సంఘాలకు సీఎం చేతుల మీదుగా భారీ సాయం తాలూకు చెక్కులను అందజేశారు.

## కువైట్ సార్వభౌమాధికారానికి భారత్ బాసట.. శాంతి పునరుద్ధరణే లక్ష్యం

**న్యూఢిల్లీ జూన్ 9 (ఎఎంఎన్):** పశ్చిమాసియాలో రోజురోజుకూ ముదురుతున్న ఉద్రిక్త పరిస్థితులపై భారత ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ తీవ్ర ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. సంక్షోభ నివారణ ద్వేయంగా ఆయన దౌత్యపరమైన చర్యలు ముమ్మరం చేశారు. ఇందులో భాగంగా, కువైట్ పాలకుడు (అమీర్) షేక్ మహమ్మద్ అల్ అహ్మద్ అల్ జబీర్ అల్ సబాత్ ప్రధాని మోదీ ఫోన్లో అత్యవసరంగా మాట్లాడారు. ఆ ప్రాంతంలో శాంతి భద్రతలను పునరుద్ధరించడానికి తక్షణమే దౌత్యపరమైన పరిష్కారాలను కనుగొనాలని అవసరం ఉందని ఈ సందర్భంగా మోదీ విలువనిచ్చారు. **దాడులను తీవ్రంగా ఖండించిన భారత్** కువైట్, బహ్రైన్ లోని పలు వ్యూహాత్మక ప్రాంతాలపై ఇటీవల ఇరాన్ జరిపిన డ్రోన్ దాడులను ప్రధానమంత్రి తీవ్రంగా ఖండించారు. కువైట్ సార్వభౌమాధికారం, ప్రాదేశిక సమగ్రతను దెబ్బతీసేలా జరుగుతున్న ఇలాంటి దాడులను భారత్ ఎంతవారూ అంగీకరించబోదని స్పష్టం చేశారు. ఈ మేరకు పశ్చిమాసియాలో శాంతి పరిరక్షణకు భారత్ కట్టుబడి ఉంటూ ప్రధానమంత్రి కార్యాలయం (PMO) సామాజిక మాధ్యమం 'వెక్స్' (ట్విట్టర్) ద్వారా అధికారిక ప్రకటన విడుదల చేసింది. **భారతీయుల క్షేమ సమాచారంపై ఆరా** కువైట్ లో పెద్ద సంఖ్యలో నివసిస్తున్న భారతీయ పౌరుల భారీ స్పెషల్ ప్రయాణ మోడీ ప్రత్యేకంగా దృష్టి సారించారు. తాజా దాడుల నేపథ్యంలో అక్కడి భారతీయుల క్షేమ సమాచారాన్ని కువైట్ పాలకులను అడిగి తెలుసుకున్నారు. యుద్ధ వాతావరణం నెలకొన్న వేళ మన దేశస్థులకు ఎలాంటి ఇబ్బందులు కలగకూడదని గర్వభక్తి కలిపింది.



లని కోరారు. **డ్రోన్ దాడుల విధ్వంసం.. భారతీయుల క్షేమ** ఇటీవల కువైట్ అంతర్జాతీయ విమానాశ్రయంపై టెర్రోర్స్ (ఇరాన్) జరిపిన డ్రోన్ దాడి తీవ్ర కలకలం రేపింది. ఈ దాడుల ఫలితంలో ఓ భారతీయ పౌరుడు అక్కడికక్కడే ప్రాణాలు కోల్పోగా, పదుల సంఖ్యలో ప్రయాణికులు, విమానాశ్రయ నిర్మాణిని తీవ్రంగా గాయపడ్డారు. **గతంలోనూ తప్పని ముప్పు:** అంతకుముందు మార్చి నెలలోనూ కువైట్ లోని ఒక కిలక మైన విద్యుత్, నీటి శుద్ధి కర్మాగారం (ప్రవర్ అండ్ వాటర్ ప్లాంట్) లక్ష్యంగా ఇరాన్ డ్రోన్ దాడికి పాల్పడింది. ఆ ఘోర ప్రమాదంలో సైతం ఓ భారతీయుడు మృతి చెందిన విషయాన్ని అధికారులు ఈ సందర్భంగా గుర్తుచేశారు. ప్రస్తుతం పశ్చిమాసియాలో పరిస్థితులు నిర్మూల కుంపటిలా మారడంతో, దౌత్య చర్యల ద్వారానే ఉద్రిక్తతలను చల్లారాలని భారత్ గట్టిగా ఆశాంక్షిస్తోంది.

## విదేశీ టూర్ల పేరుతో డ్రగ్స్ ఉచ్చు

**హైదరాబాద్, జూన్ 9 (పుడయం):** అంతర్జాతీయ స్థాయిలో మాదకద్రవ్యాల సరఫరా చేస్తున్న ఒక భారీ స్పెషల్ ముఖా నెట్ వర్క్ ను అధికారులు ఛేదించారు. ఈగల్ ఫోర్స్, కస్తమ్మ మరయు నార్వేజీక్ కంట్రోల్ బ్యూరో (NCB) అధికారులు సంయుక్తంగా నిర్వహించిన భారీ ఆపరేషన్ బ్యాంక్ నుంచి భారత్ కు యథేచ్ఛగా సాగుతున్న గంజాయి అక్రమ రవాణా బట్టబయల్ అయింది. ఈ కేసులో హైదరాబాద్ నుంచి జూనియర్ ఆఫ్ఫీస్ డౌడ్డి సూరికకను అధికారులు అరెస్ట్ చేశారు. ఆమె నుంచి సుమారు రూ. లక్షల విలువైన 2.15 కిలోల 'ఓ.జీ.బి.ఎస్' (హైడ్రోగెం గంజాయి) ను స్వాధీనం చేసుకున్నారు. **విదేశీ టూర్ల ఆశ.. గంజాయి సరఫరాకు బాట!** తక్కువ సమయంలో ఎక్కువ డబ్బు సంపాదించాలనే ఆశను, విదేశీ ప్రయాణాల పట్ల ఉన్న మోజును స్పెషల్ ముఖా పావుగా వాడుకుంటున్నట్లు దర్యాప్తులో తేలింది. జూనియర్ ఆఫ్ఫీస్ డౌడ్డి సూరికకను గాలం చేస్తున్న ఈ ముఖా వారిని డ్రగ్స్ క్యాంపెయన్లకు మారుస్తోంది. కేరళకు చెందిన చల్లెల్ అధికారులు గుర్తించారు. నిందితురాలు సూరికకను గతంలో మూడుసార్లు బ్యాంకాక్ పంపారని, ఒక్కో ట్రిప్ నకు కేవలం రూ. 10 వేల నుంచి రూ. 20 వేల వరకు నగదు ఇచ్చి ఆమె లగేజీలో గంజాయి ప్యాకెట్లను భారత్ కు చేరవేస్తున్నారని విచారణలో వెల్లడైంది. **మూడు మెట్రో నగరాలే లక్ష్యాలు** ఈ అంతర్జాతీయ డ్రగ్స్ సిండికేట్ ప్రధానంగా హైదరాబాద్, చెన్నై, బెంగళూరు నగరాలను కేంద్రంగా చేసుకుని కార్యకలాపాలు సాగుతోంది. గతంలో ఇదే తరహాలో సూరికక సహచరురాలు గంగాభావినీ అరెస్ట్ కాగా, తాజాగా చెన్నై విమానాశ్రయంలో గౌరీ అనే మరో మహిళను అధికారులు పట్టుకోవడం ఈ ముఖా వ్యాప్తిని తెలియజేస్తోంది.

## శాంతి చర్చల వేళ హరూజ్ వద్ద అమెరికా హెలికాప్టర్ కూలిపోవడం కలకలం

**వాషింగ్టన్** పశ్చిమాసియాలో శాంతి భద్రతల పునరుద్ధరణ మరియు ఇరాన్ తో దౌత్యపరమైన శాంతి ఒప్పందం (షీన్ డీల్) పై అమెరికా అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్ చేస్తున్న గుమ్మడు ప్రకటనలు క్రమేపే మూలకంగా ప్రకటించారు. 'ఇరాన్ తో చారిత్రాత్మక ఒప్పందానికి చాలా దగ్గరగా ఉన్నాం' అంటూ వాదావు రెండున్నర నెలల కిందట ట్రంప్ మొదటిసారి ప్రకటించారు. అప్పటి నుంచి ఇప్పటివరకు ఆయన పలు సందర్భాల్లో ఇదే విషయాన్ని పునరుద్ధరిస్తూ స్పష్టపరచి, ఇరు దేశాల మధ్య ఒప్పందం మాత్రం ఖరారు కాలేదు. సరికాదా, సరిపాట్లలో ఉద్రిక్తతలు మరింతగా పెరుగుతున్నాయి. ఈ నేపథ్యంలో, గడిచిన మూడు నెలల కాలంలోనే ట్రంప్ ఏకంగా 37 సార్లు ఈ 'డీల్' గురించి రికార్డు స్థాయిలో ప్రకటనలు చేయడం గమనార్హం. **దాడుల అనంతరం మొదలైన దౌత్య పర్యం** గత ఫిబ్రవరి 28న ఇరాన్ లక్ష్యంగా అమెరికా జెట్రాల్

సంయుక్త దళాలు మెరుపు దాడులు నిర్వహించిన సంగతి తెలిసింది. ఈ దాడులతో పశ్చిమాసియాలో ఒక్కసారిగా యుద్ధ వాతావరణం భగ్గుమంది. ఈ సంక్షోభానికి శాశ్వత ముగింపు పలకడమే ధ్యేయంగా ఇరాన్ ను చర్చల వేదికపై కిల్ టావ్ అవ్వనిచ్చారు. ఈ క్రమంలో మార్చి 23న ఆయన వైట్ హౌస్ విలేజ్ కు సమావేశంలో మాట్లాడుతూ.. శాంతి చర్చలలో చాలా అంశాలపై ఉమ్మడి ఏకాభిప్రాయం కుదిరిందని ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు. ఆ తర్వాత జరిగిన క్యాబినెట్ భేటీలోనూ.. అమెరికాలో డీల్ కోసం టెర్రోర్స్ (ఇరాన్ ప్రభుత్వం) తీవ్రంగా అభ్యర్థిస్తోందని పేర్కొన్నారు.



## నకిలీ పట్టాలతో సర్కారు భూమికి ఎసరు

**హైదరాబాద్, జూన్ 9 (పుడయం):** రాష్ట్రంలో విలువైన ప్రభుత్వ భూములను నకిలీ పట్టాల ద్వారా కొట్టేగొట్టేందుకు జరుగుతున్న ప్రయత్నాలపై తెలంగాణ హైకోర్టు తీవ్ర ఆగ్రహం వ్యక్తం చేసింది. హైదరాబాద్ శివార్లలోని ఖానామెట్ భూములకు సంబంధించిన నకిలీ పట్టాలు సృష్టించిన వ్యవహారాన్ని తీవ్రంగా పరిగణించిన న్యాయస్థానం.. దీనిపై సమగ్ర విచారణ కోసం ప్రత్యేక దర్యాప్తు బృందాన్ని ఏర్పాటు చేయాలని రాష్ట్ర ప్రభుత్వాన్ని ఆదేశించింది. ఈ మేరకు ఒక ఐపీఎస్ స్థాయి అధికారి నేతృత్వంలో 'సిట్' ను ఏర్పాటు చేయాల్సిందిగా రాష్ట్ర డీజీపీ కి ఉన్నత న్యాయస్థానం స్పష్టమైన ఉత్తర్వులు జారీ చేసింది. **పిటిషనర్ కు రూ. 5 లక్షల భారీ జరిమానా** ఖానామెట్ లోని వివాదాస్పద భూమి తనదేనాటు కోర్టును ఆశ్రయించిన 'ఇట్టిగా ప్రావర్టీస్' అనే సంస్థకు హైకోర్టు గట్టి షాక్ ఇచ్చింది. నకిలీ పట్టాలతో న్యాయస్థానాన్ని తప్పుదోవ పట్టించేందుకు ప్రయత్నించినందుకు గాను ఆ సంస్థకు రూ. 5 లక్షల భారీ జరిమానా (కోట్) విధిస్తూ జస్టిస్ నగేశ్ బి.వి.పాక తీర్పు చెప్పారు. గతంలో తెలంగాణ రాష్ట్ర పారిశ్రామిక మౌలిక సదుపాయాల సంస్థ జారీ చేసిన నోటీసులను సవాల్ చేస్తూ సభరు ఇట్టిగా ప్రావర్టీస్ సంస్థ హైకోర్టులో పిటిషన్ దాఖలు చేసింది. తాము ఖానామెట్ పరిధిలో 15 ఎకరాల భూమిని కొనుగోలు చేశామని, అందువల్ల ఆ భూమిపై తమకే హక్కులు ఉన్నాయని సభరు సంస్థ వాదించింది. వెలుగులోకి రెవెన్యూ అధికారుల లీలలు.. సీబిడీ రివ్యూను కు ఆదేశంకోసం విచారణలో ఈ భూమికి సంబంధించిన విస్తృతమైన నిజాలు బయటపడ్డాయి. వాస్తవానికి ఖానామెట్ లోని సభరు 15 ఎకరాల భూమిని ప్రభుత్వం 1997లోనే

## భాగ్యనగరంలో వరుణుడి ఉగ్రరూపం

**హైదరాబాద్, జూన్ 9 (పుడయం):** గత కొన్ని రోజులుగా తీవ్ర ఉక్కు పోక, ఎండ వేడిమితో అల్లాడిపోతున్న నగర ప్రజలకు వరుణుడు వచ్చిన కబురు అందించారు. మంగళవారం సాయంత్రం నగరంలో వాతావరణం ఒక్కసారిగా మారిపోయింది. ఆకాశం మేఘవృతమై ఉరుములు, మెరుపులతో కూడిన భారీ వర్షం కురిసింది. ఈ జోరువంత నగర వ్యాప్తంగా ఉద్వేగితలు ఒక్కసారిగా పడిపోవడం ప్రజలు సేదతీరారు. అయితే, ఒక్కసారిగా పడిన భారీ వర్షం కారణంగా నగరంలోని ప్రధాన రహదారులన్నీ చెరువులను తలపించాయి. **బస్ కాలిడార్ టూ పాకబన్నీ.. అంతటా దుండుకొట్టిన వాన** నగరంలోని దాదాపు అన్ని ప్రాంతాల్లోనూ వర్షం భీభత్సం సృష్టించింది. ముఖ్యంగా బస్ కాలిడార్ పరిధిలోని కుకట్ పల్లి, కేపీ టౌన్, బాపట్ల, ప్రగతి నగర్, మియాపూర్, లింగంపల్లి, హైటెక్ సిటీ, చందానగర్ ప్రాంతాల్లో రహదారులపైకి భారీగా వరదలు వచ్చి చెరుచింది. **మరోవైపు నగర కేంద్ర భాగాలైన** లక్ష్మికాపూర్, చంపాపేట్, సర్వోదయగర్, కోలి, అబిడ్డ, బిషిర్ బాగ్, ట్యాంక్ బండ్, నారాయణ గూడ, హిమాచల్ నగర్, బాగ్లింగంపల్లి, రామ్ నగర్ తదితర ప్రాంతాల్లో రహదారులు జలమయం కావడంతో వాహనదారులు తీవ్ర ఇబ్బందులు పడ్డారు. కార్యాలయాల నుంచి ఇళ్లకు వెళ్లే సమయంలో వర్షం పడటంతో పలు చోట్ల ట్రాఫిక్ స్తంభింపబడింది. ఈ దుర్మూలలు భీభత్సం.. నేలకొరిగిన చెల్లు భారీ వర్షంతో పాటు ముంచెత్తిన ఈ దుర్మూలలు ఢాకిల్ నగరంలో పలుచోట్ల అన్నీ సవ్వం చేసి భవించింది.



### ఎనుమాముల ఈజిఎం గోదామును తనిఖ్య చేసిన జిల్లా కలెక్టర్ డాక్టర్ సత్య శారద



షెడ్యూల్ లో భాగంగా మంగళవారం ఎనుమాముల మార్కెట్ యార్డ్ లోని ఈజిఎం గోదామును వివిధ రాజకీయ పార్టీల ప్రతినిధుల సమక్షంలో తనిఖీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా గోదాంలో భద్రపరిచిన ఈజిఎం నిర్వహణ, భద్రతా ఏర్పాట్లు, సీసీటీవీ పర్యవేక్షణ వ్యవస్థ, ప్రవేశ నియంత్రణ చర్యలను పరిశీలించారు. గోదాం వద్ద అములలో ఉన్న భద్రతా ప్రమాణాలు, రికార్డుల నిర్వహణపై పరిశీలించారు. ఎన్నికల సామగ్రి భద్రత విషయంలో ఎలాంటి లోపాలు తలెత్తకుండా అన్ని నిబంధనలను కచ్చితంగా పాటించాలని సంబంధిత అధికారులకు జిల్లా కలెక్టర్ సూచించారు. ఈ తనిఖీలో అదనపు కలెక్టర్ రెవెన్యూ జి సంద్యారాణి, వరంగల్ తహసీల్దార్ శ్రీకాంత్ మరియు ఎన్నికల విభాగ డి.టి రంజిత్, సంబంధిత అధికారులు, సిబ్బంది, వివిధ రాజకీయ పార్టీల ప్రతినిధులు పాల్గొన్నారు.

వరంగల్ జిల్లా జూన్ 09 (పుడయం ప్రతినిధి) : వరంగల్ ఎనుమాముల మార్కెట్లోని ఈజిఎం గోదాముల్లో వరంగల్ జిల్లా కలెక్టర్ డాక్టర్ సత్య శారద త్రైమాసిక తనిఖీ

### ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో అడ్మిషన్లు పెంచాలి

- జిల్లా కలెక్టర్ బోర్డే హేమంత్ సహదేవరావు
- జీరో అడ్మిషన్ల పాఠశాలలపై ప్రత్యేక దృష్టి పెట్టాలి
- బడి తెరిచేలోగా అన్ని మౌలిక వసతులు కల్పించాలి
- చిన్నబోయినపల్లి స్కూల్ స్పార్టిడాయకం : కానిస్టేబుల్ సతీష్, సర్పంచ్ కు సత్కారం



ఎర్పాట్లను పూర్తి చేసి, విద్యార్థులకు అక్షరధరమైన వాతావరణం కల్పించాలి. విద్యా ప్రమాణాల పెంపు, విద్యార్థుల్లో ప్రాథమిక చదవడం, రాయడం, గణిత నైపుణ్యాలను పెంపొందించడానికి ఫౌండేషన్ లెటరసీ అండ్ న్యూమరసీ (ఘోషా) మిషన్ ను సమర్పించడంగా అముల చేయాలి. నిఘా - చర్యలు, అధికారులు పాఠశాలలను క్రమం తప్పకుండా పర్యవేక్షించాలి. విద్యల్లో నిర్లక్ష్యం వహించే ఉపాధ్యాయులపై క్రమశిక్షణ చర్యలు ఉంటాయి. చిన్నబోయినపల్లి పాఠశాల ఆదర్శం విద్యార్థుల సంఖ్య 12 నుంచి 120 కి పైగా పెరిగేలా కృషి చేసిన చిన్నబోయినపల్లి ప్రభుత్వ పాఠశాల ఉపాధ్యాయ బృందాన్ని ఇందుకు ప్రత్యేక శ్రమించిన కానిస్టేబుల్ ధూపాటి సతీష్, గ్రామ సర్పంచ్ కలెక్టర్ ప్రత్యేకంగా అభినందించి, సత్కరించారు. ఈ పాఠశాల జిల్లాకే ఆదర్శంగా నిలిచిందని కొనియాడారు. ఈ సమావేశంలో జిల్లా విద్యాశాఖాధికారి (ఇజిఎ) ఎ. నిద్దార్ రెడ్డి, ప్రభుత్వ డి.గ్రీ కళాశాల ప్రిన్సిపల్ కె. మల్లేశం, ఇవీసా గోపాలరావు, మున్సిపల్ కమిషనర్ సవంతి, ఐఓబి, మండలాల వీజూలు, ఉపాధ్యాయులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

### మహిళల ఆర్థిక సాధికారతకు మరో అడుగు

రాయపర్తి మండల మహిళా సంఘం బస్సును ప్రారంభించిన ఎమ్మెల్యే యశస్వినీ రెడ్డి స్వయం సహాయక సంఘాల బలోపేతానికి ప్రభుత్వం అండ మహిళల ఆర్థిక అభివృద్ధికి కొత్త ఊపు

రాయపర్తి జూన్ 9 (పుడయం ప్రతినిధి): మహిళా సంఘాల అభివృద్ధి, స్వయం ఉపాధి అవకాశాల విస్తరణకు ప్రభుత్వం కట్టుబడి ఉందని ఎమ్మెల్యే యశస్వినీ రెడ్డి పేర్కొన్నారు. రాయపర్తి మండల మహిళా సంఘం ఆధ్వర్యంలో కొనుగోలు చేసిన బస్సును ఎమ్మెల్యే యశస్వినీ రెడ్డి ఘనంగా ప్రారంభించి జెండా ఊపి ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే మాట్లాడుతూ మహిళలు అన్ని రంగాల్లో ముందంజలో నిలుస్తున్నారని, స్వయం సహాయక సంఘాల ద్వారా గ్రామీణ ఆర్థిక వ్యవస్థ బలోపేతం అవుతోందన్నారు. మహిళల ఆర్థిక స్వావలంబనకు ఇలాంటి కార్యక్రమాలు ఎంతో దోహదపడతాయని చెప్పారు. మహిళా సంఘాల చేపడుతున్న అభివృద్ధి కార్యక్రమాలకు ప్రభుత్వం ఎల్లప్పుడూ అండగా ఉంటుందని హామీ ఇచ్చారు. మహిళా సంఘం ఆధ్వర్యంలో బస్సు కొనుగోలు చేయడం మహిళల ఐక్యతకు, పట్టుదలకు నిదర్శనమని



ఎమ్మెల్యే కొనియాడారు. ఈ బస్సు ద్వారా మహిళా సంఘానికి ఆదాయం పెరగడంతో పాటు ఉపాధి అవకాశాలు కూడా మెరుగుపడతాయని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో ప్రజాప్రతినిధులు, మండల అధికారులు, మహిళా సంఘాల సభ్యులు, పార్టీ నాయకులు పాల్గొన్నారు. మహిళా సంఘం సభ్యులు ఎమ్మెల్యేకు కృతజ్ఞతలు తెలియజేస్తూ ఘనంగా సన్మానించారు.

### ఈజిఎం గోదామును తనిఖ్య చేసిన జిల్లా ఎన్నికల అధికారి కలెక్టర్ రామణ్ శర్మ



భృత్తిగా పాటించాలని ఆదేశించారు. ఎన్నికల ప్రక్రియలో పారదర్శకత మరియు నిష్పక్షిణత కోసం ఈజిఎం, వివి ఫ్యాబ్ ల భద్రత అత్యంత కీలకమని ఎన్నికల సంగం అధికారి మేరకు ప్రతి మూడు నెలలకు ఒకసారి తనిఖీ చేయనున్నామని తెలిపారు. గోదాంలో ఉన్న అన్ని యంత్రాలు సుక్రమంగా భద్రపరచబడి ఉండేలా అధికారులు నిరంతరం పర్యవేక్షణ చేయాలని సూచించారు. అనంతరం తనిఖీ రిజిస్టర్ లో సంతకాలు చేసి రాజకీయ పార్టీల ప్రతినిధుల సమక్షంలో తాళం వేసి సీల్ వేశారు. ఈ తనిఖీలో ఎన్నికల విభాగం పర్యవేక్షకులు అల్బాస్, నవీన్, వివిధ రాజకీయ పార్టీల ప్రతినిధులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

### నల్లబెల్లి మండల 'ఎస్సీ సెల్' అధ్యక్షుడిగా పులికి పివేన్ ఏకగ్రీవ ఎన్నిక



నల్లబెల్లి, జూన్ 09 (పుడయం ప్రతినిధి) : నల్లబెల్లి మండల ఎస్సీ సెల్ నూతన కమిటీ ఏకగ్రీవంగా ఎన్నికైంది. సర్పంచేల శాసనసభ్యులు డా.తి మాధవరెడ్డి ఆదేశాల మేరకు మంగళవారం మండల కేంద్రంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ మండల అధ్యక్షుడు మాల్కోత్ చరణ్ సింగ్ అధ్యక్షతన ఈ నియామక ప్రక్రియ నిర్వహించారు. మండల ఎస్సీ సెల్ అధ్యక్షుడిగా నల్లబెల్లి కేంద్రానికి చెందిన పులికి పివేన్ ను ఏకగ్రీవంగా ఎన్నుకున్నారు. నూతన కార్యవర్గం ఉపాధ్యక్షులు గంధం కుమార్, సత్తి చిరంజీవి, కాసుగోటి రాజు. ప్రధాన కార్యదర్శి కలకోటి స్వామి. కార్యదర్శులు ఎర్ర శివ, ములుగు సుభాష్. కోశాధికారి. జిల్లా కమిటీ ప్రతినిధులుగా దండెం రవీందర్, బోళ్ళు సతీష్, బాడిశ కుమార్ స్వామి ఎన్నికయ్యారు. ఈ సందర్భంగా నూతనంగా ఎన్నికైన కమిటీ సభ్యులకు పలువురు అభినందనలు తెలిపారు. కాంగ్రెస్ పార్టీ బలోపేతానికి, దళిత సంక్షేమానికి శ్రేణులు ఐక్యంగా కృషి చేయాలని నాయకులు పిలుపునిచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో మండల ముఖ్య నాయకులు ఎర్రబెల్లి రమణారావు, పురుషోత్తం సురేష్, మాసం పెళ్లి అఖిల్ సర్పంచేలు, ఉప సర్పంచేలు, వివిధ గ్రామాల పార్టీ ముఖ్య నాయకులు, కార్యకర్తలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

### మూతపేట్ ప్రభుత్వ పాఠశాలలు ఈ సంవత్సరమైనా తెరుసుకునేగా



బిఆర్ఎస్ పార్టీ జిల్లా నాయకుడు వల్లెపు శ్రీనివాస్ ఖాసాపురం, జూన్ 9 (పుడయం ప్రతినిధి): మండలంలోని 21 గ్రామ పంచాయతీల పరిధిలోని మూతపేట్ పాఠశాలలు ఈ సంవత్సరమైనా తెరుసుకునేగా అని బిఆర్ఎస్ పార్టీ జిల్లా నాయకుడు వల్లెపు శ్రీనివాస్ ప్రభుత్వాన్ని విద్యాశాఖను డిమాండ్ చేస్తున్నట్లు తెలిపారు. మండలంలోని 21 గ్రామ పంచాయతీల పరిధిలోని 42 ప్రభుత్వ పాఠశాల ఉండగా అందులో 9 ప్రభుత్వ పాఠశాలలు వివిధ కారణాలతో మూతపడ్డాయని తెలుపుతూ, మూతపేట్ పాఠశాలను ఈ సంవత్సరమైనా తెరుసుకునేగా ప్రయత్నాలు చేపడుతున్నారా లేదా అని ప్రభుత్వాన్ని విద్యాశాఖ అధికారులను ఆయా గ్రామాల పిల్లల తల్లిదండ్రుల పక్షాన బిఆర్ఎస్ పార్టీ తరఫున తెలుపుతున్నట్లు తెలుపుతూ, తక్షణమే మూతపేట్ పాఠశాలను తెరిపించి ప్రయత్నం చేసి ప్రాఫెసర్ జయశంకర్ బడిబాట కార్యక్రమం నిర్వహిస్తే ఆయా గ్రామాల పిల్లల తల్లిదండ్రులు పిల్లలను ఆయా ప్రభుత్వ పాఠశాలలో చేర్చేస్తే అలోచన చేస్తారోనని ప్రభుత్వానికి విద్యాశాఖకు ఆయన తెలిపారు.

### ముస్లిం న్యాయ వేదిక జిల్లా అధ్యక్షుడిగా మహమ్మద్ అంకూస్ నియామకం



ములుగు, జూన్ 09 (పుడయం ప్రతినిధి) : ములుగు జిల్లా ముస్లిం న్యాయ వేదిక అధ్యక్షుడిగా ములుగు మండలం కానిడేవిపేట గ్రామానికి చెందిన ప్రముఖ సీనియర్ నాయకులు మహమ్మద్ అంకూస్ నియమితులయ్యారు. ముస్లింల ప్రజాభిప్రాయం ప్రకారం, సంఘం రాష్ట్ర అధ్యక్షులు మహమ్మద్ యాసీన్, రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి నయ్యర్ రఫీకుల్ సాధారణ మేరకు ఈ నియామక ఉత్తర్వులు జారీ అయ్యాయి. రాజకీయాల్లో సుదీర్ఘ అనుభవం, సమాజంలో మంచి పలుకుబడి ఉన్న మహమ్మద్ అంకూస్.. ఇంతకాలం వివిధ రాజకీయ పార్టీల బలోపేతానికి తన అమూల్యమైన సమయాన్ని కేటాయించారు. ప్రస్తుత తరుణంలో ముస్లింల ఐక్యత, జనాభా రామాషా ప్రకారం వారి హక్కుల సాధన కోసం పోరాడాలని ఆయన నిర్ణయించుకున్నారు. మైసూరులోని జరుగుతున్న విషమ రూపమాపి, సామాజిక న్యాయం కోసం సంఘ నిర్ణయానికి కట్టుబడి పనిచేస్తానని ఆయన స్పష్టం చేశారు. ఈ సందర్భంగా రాష్ట్ర అధ్యక్షులు మహమ్మద్ యాసీన్ మాట్లాడుతూ.. ముస్లిం జాతిని బలోపేతం చేయాలనే సంకల్పంతో ఉన్న అంకూస్ గారిని జిల్లా అధ్యక్షుడిగా నియమించడం ఎంతో సంతోషకరమని పేర్కొన్నారు. హక్కుల సాధన నా దృఢం అని మహమ్మద్ అంకూస్ అన్నారు. తన నియామకంపై ములుగు జిల్లా నూతన అధ్యక్షుడు మహమ్మద్ అంకూస్ హర్షం వ్యక్తం చేశారు. తనపై సమ్మతంతో ఈ బాధ్యతలు అప్పగించిన రాష్ట్ర కమిటీకి కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. జిల్లాలో ముస్లింలందరినీ ఏకం చేసి, వారి హక్కుల రక్షణకు, స్థానిక సమస్యల పరిష్కారానికి నిరంతరం శ్రమిస్తానని ఆయన ఈ సందర్భంగా హామీ ఇచ్చారు.

### రోడ్డు ప్రమాద భీమా చెక్ ను అందజేసిన సీపీ



వరంగల్ రైం, జూన్ 09 (పుడయం ప్రతినిధి) : రోడ్డు ప్రమాదం మరణించిన కానిస్టేబుల్ కుటుంబానికి వరంగల్ పోలీస్ కమిషనర్ సన ప్రీత్ సింగ్ చేతుల మీదుగా మంగళవారం ప్రమాద బీమా చెక్ ను అందజేశారు. వరంగల్ పోలీస్ కమిషనరేట్ ఏ. ఆర్. కానిస్టేబుల్ గా పని చేస్తున్న ఆర్. సతీష్ గత సంవత్సరం మే 15వ తారీఖు సైఫన్ ఘన పూర్ మండల కేంద్రంలో జరిగిన రోడ్డు ప్రమాదంలో కానిస్టేబుల్ తీవ్రంగా గాయపడి చికిత్స పొందుతూ మరణించారు. దీనితో మరణించిన కానిస్టేబుల్ కుటుంబ సభ్యులకు వరంగల్ పోలీస్ కమిషనర్ చేతుల మీదుగా 5లక్షల రూపాయల ప్రమాద బీమా చెక్ అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా పోలీస్ కమిషనర్ మరణించిన కానిస్టేబుల్ కుటుంబానికి అందాల్సిన బెనిఫిట్స్ త్వరగా అందజేయాలని సీపీ అధికారులను ఆదేశించారు.

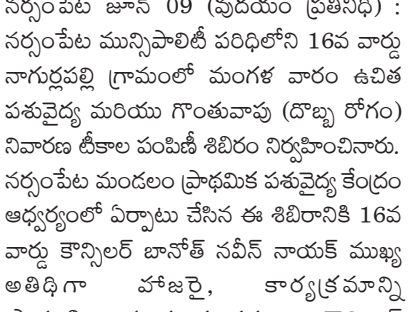
### విద్యారంగ సమస్యలు పరిష్కరించాలి

సర్పంచేల జూన్ 09 (పుడయం ప్రతినిధి) : రాష్ట్రంలోని విద్యారంగ సమస్యలను తక్షణమే పరిష్కరించాలని కోరుతూ విద్యార్థి సంఘం నాయకులు మంగళవారం సర్పంచేల రెవెన్యూ డివిజన్ లో అధికారి కార్యాలయంలో డిప్యూటీ తహసీల్దార్ శివానికి విసతిపత్రం సమర్పించారు. ఈ సందర్భంగా విద్యార్థి సంఘం రాష్ట్ర కమిటీ సభ్యుడు మార్త నాగరాజు మాట్లాడుతూ రాష్ట్రవ్యాప్తంగా విద్యాసంస్థల్లో అనేక సమస్యలు నెలకొన్నాయని, వాటి పరిష్కారానికి ప్రభుత్వం వెంటనే చర్యలు చేపట్టాలని కోరారు. ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో మౌలిక సదుపాయాలు కల్పించి విద్యార్థులకు నాణ్యమైన భోజనం అందించాలని, అన్ని సబ్జెక్టుల పాఠ్యపుస్తకాలు, యూనిఫాంలను సమయానికి పంపిణీ చేయాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. ప్రైవేటు, కార్పొరేట్ విద్యాసంస్థల్లో అధిక ఫీజులు వసూళ్ళను ఆరికట్టి ఫీజు నియంత్రణ చట్టాన్ని అమలు చేయాలని, పాఠశాల ఆవరణలో పుస్తకాలు, యూనిఫాంలు విక్రయాలను నిర్వహిస్తున్న విద్యాసంస్థల అనుమతులను రద్దు చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. ఖాళీగా ఉన్న ఉపాధ్యాయులు, బోధనేతర సిబ్బంది, మండల విద్యాశాఖ అధికారి, జిల్లా విద్యాశాఖ అధికారి పోస్టులను వెంటనే భర్తీ చేయాలని కోరారు. జిల్లా స్టాయిల్ ఫీజుల



నియంత్రణ కమిటీ ఏర్పాటు చేసి ప్రతి పాఠశాల తమ ఫీజుల వివరాలను నోటీసు బోర్డుపై ప్రదర్శించేలా చర్యలు తీసుకోవాలని సూచించారు. విద్యా హక్కు చట్టం ప్రకారం ప్రైవేటు విద్యాసంస్థల్లో పేద, బడుగు, బలహీన వర్గాల విద్యార్థులకు ఇరవై బదులు శాతం ఉచిత ఫీజు కల్పించాలని కోరారు. ప్రభుత్వ గుర్తింపు లేకుండా సదుస్తున్న పాఠశాలలను వెంటనే మూసివేయాలని, పెండింగ్ లో ఉన్న విద్యార్థులకు ఉపకార వేతనాలను విడుదల చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. ఈ సమస్యలపై ప్రభుత్వం సానుకూలంగా స్పందించకపోతే రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ఆందోళన కార్యక్రమాలు చేపడతామని మార్త నాగరాజు హెచ్చరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో వరంగల్ జిల్లా సహాయ కార్యదర్శి కాలేపల్లి రాజేష్ పాటు విద్యార్థి సంఘం నాయకులు పాల్గొన్నారు.

### నాగుర్లపల్లిలో ఉచిత వశువైద్య శిబిరం ప్రారంభించిన 16 వార్డ్ కౌన్సిలర్ నఖీన్ నాయక్



సర్పంచేల జూన్ 09 (పుడయం ప్రతినిధి) : సర్పంచేల మున్సిపాలిటీ పరిధిలోని 16వ వార్డు నాగుర్లపల్లి గ్రామంలో మంగళ వారం ఉచిత వశువైద్య మరియు గొంతువాపు (టాబ్బు రోగం) నివారణ టీకా పంపిణీ శిబిరం నిర్వహించినారు. సర్పంచేల మండలం ప్రాథమిక పశువైద్య కేంద్రం ఆధ్వర్యంలో ఏర్పాటు చేసిన ఈ శిబిరానికి 16వ వార్డు కౌన్సిలర్ బానోత్ సవీన్ నాయక్ ముఖ్య అతిథిగా హాజరై, కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా కౌన్సిలర్ బానోత్ సవీన్ నాయక్ మాట్లాడుతూ పశువుల ఆరోగ్యంపైనే రైతుల ఆర్థిక భద్రత ఆధారపడి ఉంటుందని, ఇలాంటి ఉచిత శిబిరాలను నాగుర్లపల్లి గ్రామ రైతుల, పశుపోషకులు సద్వినియోగం చేసుకోవడం అభినందనీయమన్నారు. ప్రభుత్వం అందిస్తున్న ఉచిత వైద్య సేవలను ప్రతి ఒక్కరూ ఉపయోగించుకోవాలని ఆయన కోరారు. వెటర్నరీ అసిస్టెంట్ సర్జన్ డా. ఆర్. శ్రావణ్ కుమార్ మాట్లాడుతూ వర్షాకాలం ప్రారంభంతో పశువులకు గొంతువాపు (టాబ్బు రోగం) నోకే ప్రమాదం



ఎక్కువగా ఉంటుందని, ముందస్తుగా టీకాలు వేయించడం ద్వారా పశువులను ఈ వ్యాధి బారీ నుండి కాపాడుకోవచ్చని తెలిపారు. శిబిరంలో భాగంగా గ్రామంలోని ఆవులు, గేదెలకు ఉచితంగా టీకాలు వేయడంతో పాటు, జ్వరం, మేత తినకపోవడం, పాల ఉత్పత్తి తగ్గడం వంటి సమస్యలతో బాధపడుతున్న పశువులకు ఉచితంగా వైద్య పరీక్షలు నిర్వహించినట్లు ఆయన పేర్కొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో పశుసంవర్ధక శాఖ సిబ్బంది, గ్రామ రైతులు, పశుపోషకులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొని, తమ పశువులకు టీకాలు వేయించి కార్యక్రమాన్ని విజయవంతం చేశారు.

### డీజీపీని కలిసిన ఎస్ ఆర్ ఆర్ ఫౌండేషన్ చైర్మన్ పరుపాటి శ్రీనివాస్ రెడ్డి

రాయపర్తి జూన్ 9 (పుడయం ప్రతినిధి): తెలంగాణ రాష్ట్ర పోలీసు శాఖ అత్యున్నత అధికారి, సి. బి. ఆనంద్ ను ఎస్ ఆర్ ఆర్ ఫౌండేషన్ చైర్మన్, బీఆర్ఎస్ పార్టీ జిల్లా నాయకులు పరు పాటి శ్రీనివాస్ రెడ్డి మర్యాదపూర్వకంగా కలిసి శుభాకంక్షలు తెలిపారు. హైదరాబాద్ లో జరిగిన ఈ భేటీలో శ్రీనివాస్ రెడ్డి డీజీపీకి పుష్పగుచ్ఛం అందజేసి, శాలువాతో ఘనంగా నత్యం చేశారు. అనంతరం జ్ఞాపికను బహూకరించి, ఆయన నాయకత్వంలో తెలంగాణ పోలీసు శాఖ ప్రజలకు మరింత సమర్పణతోమైన సేవలు అందిస్తూ రాష్ట్ర శాంతిభద్రతల పరిరక్షణలో విశిష్ట విజయాలను సాధించాలని ఆశంకొందించారు. ఈ సందర్భంగా డీజీపీ సి. బి. ఆనంద్ ఎస్ ఆర్ ఆర్ ఫౌండేషన్ ఆధ్వర్యంలో నిర్వహిస్తున్న సామాజిక సేవా కార్యక్రమాలను అభినందించారు. సమాజ అభివృద్ధికి, ప్రజా సంక్షేమానికి అంకితభావంతో పనిచేస్తున్న ఫౌండేషన్ సేవలు ఆదర్శప్రాయమని పేర్కొంటూ, భవిష్యత్తులో కూడా ప్రజా సేవలో



మరింత చురుకుగా పాల్గొనాలని సూచించారు. ప్రజా సమస్యల పరిష్కారం, సామాజిక బాధ్యతల నిర్వహణ, సేవా కార్యక్రమాల అమలులో ఎస్ ఆర్ ఆర్ ఫౌండేషన్ కీలక పాత్ర పోషిస్తోందని పలువురు అభిప్రాయపడ్డారు. డీజీపీతో జరిగిన ఈ మర్యాదపూర్వక భేటీ సంస్థకు మరింత ప్రోత్సాహాన్ని అందించింది ఫౌండేషన్ సభ్యులు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో పార్టీ నాయకులు, సామాజిక కార్యకర్తలు, ఫౌండేషన్ సభ్యులు మరియు పలువురు ప్రముఖులు పాల్గొన్నారు. ఎస్ ఆర్ ఆర్ ఫౌండేషన్ చేపడుతున్న సేవా కార్యక్రమాలు రాష్ట్రవ్యాప్తంగా విస్తరించి మరింత మంది ప్రజలకు చేరువ కావాలని ఆశంకొందించారు.

### కాళేశ్వరం టీయూడబ్ల్యూజే(ఐజేయూ) జిల్లా విస్తృత సమావేశం



మహాదేవపూర్ జూన్ 09(పుడయం ప్రతినిధి) : జర్నలిస్టుల హక్కుల పరిరక్షణ సంక్షేమ పథకాల సాధన కోసం సంఘం బలోపేతమే ద్యేయంగా (టీయూడబ్ల్యూజే-ఐజేయూ) జయశంకర్ భూపాలపల్లి జిల్లా కమిటీ ఆధ్వర్యంలో మంగళవారం కాళేశ్వరంలో జిల్లా విస్తృత కార్యవర్గ సమావేశం నిర్వహించారు. జిల్లా అధ్యక్షుడు క్యాంప్ సతీష్ కుమార్, ప్రధాన కార్యదర్శి సామంతుల శ్యామ్, హెల్ప్ కార్య సభ్యుడు సామల శ్రీనివాస్ నేతృత్వంలో జరిగిన సమావేశానికి రాష్ట్ర ఉపాధ్యక్షుడు గాడిపెల్లి మధు, రాష్ట్ర కార్యవర్గ సభ్యుడు కంకణాల సంజీవ్ ముఖ్య అతిథులుగా హాజరయ్యారు. ఇదీవల మృతి చెందిన జర్నలిస్టులను స్మరించుకుంటూ రెండు నిమిషాల వగనం చేయించారు. జర్నలిస్టుల సంక్షేమం, హెల్ప్ కార్యుల జారీ, ఇళ్ల స్థలాల కేటాయింపు, జర్నలిస్టు ప్రాటెక్షన్ యాక్ట్ అమలు తదితర అంశాలపై సమావేశంలో విస్తృతంగా చర్చించారు. సమస్యల పరిష్కారానికి సంఘటిత పోరాటమే మార్గమని, రాష్ట్రవ్యాప్తంగా పాత్రికేయుల సంక్షేమం

కోసం టీయూడబ్ల్యూజే కృషి చేస్తోందని నాయకులు పేర్కొన్నారు. అక్రిడిటేషన్, హెల్ప్ కార్యులు, ఇళ్ల స్థలాలు ప్రతి జర్నలిస్టుకు అండేలా సంఘం కట్టుబడి పనిచేస్తోందని తెలిపారు. జర్నలిస్టుల హక్కుల సాధనలో టీయూడబ్ల్యూజే చేసిన సేవలను గుర్తు చేస్తూ ప్రతి పాత్రికేయుడు సంఘంతో అనుబంధం పెంచుకోవాలని పిలుపునిచ్చారు. సంఘం బలోపేతానికి సభ్యత్వ సమోదా కీలకమని పేర్కొంటూ కాళేశ్వరం సమావేశం సమావేశాన్ని ప్రారంభించారు. జిల్లాలోని జర్నలిస్టులందరూ సభ్యత్వాలు సమోదా చేసుకుని సంఘాన్ని మరింత బలోపేతం చేయాలని కోరారు. ఈ నెల 29న భూపాలపల్లిలో నిర్వహించనున్న జిల్లా మాససభను విజయవంతం చేయాలని పిలుపునిచ్చారు. సమావేశంలో సీనియర్ జర్నలిస్టులు సత్య మురళి, ఎం.ఎల్.ఎస్ మూర్తి, శ్రీశ్రీలం, ప్రవీణ్ కుమార్, చిన్న పత్రికల సంఘం జిల్లా అధ్యక్షుడు కుసుమ చంద్రశేఖర్, మీర్జా ముబీన్, టీవీ ఆధ్యక్షుడు సాంబయ్య, రజనీకాంత్, హైదర్, రామగుండం రాజేంద్రప్రసాద్, శశాంత్, మజిల్, శ్రీనివాస్, బి.టి.కె. శ్రీనివాస్, నాగరాజు, జిల్లాలోని వివిధ మండలాల జర్నలిస్టులు పాల్గొన్నారు. జర్నలిస్టుల ఐక్యత, సంక్షేమ సాధన దిశగా ఈ సమావేశం ఉపయోగకరంగా నిలిచిందని పాల్గొన్న వారు అభిప్రాయపడ్డారు.







# జాతీయం- అంతర్జాతీయం



## నికోబార్ కేంద్రం గ్రీన్ సిగ్నల్



**పుణ్యం డెస్కీ**, గ్రేట్ నికోబార్ ఎయిర్ పోర్ట్ కు కేంద్రం అనుమతులు ఇచ్చింది. రూ.13వేల కోట్లతో పౌర సైనిక విమానాశయాన్ని నిర్మించనుంది. ఐఎన్ఎస్ బాజ్ వద్ద ఇప్పటికే ఉన్న నావికాదళ విమానాశయాన్ని విస్తరించే ఆలోచనను పక్కనపెట్టింది. పర్యావరణపరంగా వైవిధ్యమైన ద్వీపంలో రూ.81వేల కోట్లతో ప్రకటించిన గ్రేట్ నికోబార్ ఐలాండ్ డెవలప్ మెంట్ ప్రాజెక్ట్ ఇప్పటికే రాజకీయ దుమారం రేపుతోంది. ఈ కేంద్రంలోనే ప్రభుత్వం నుంచి అనుమతులు రావడం గమనార్హం. సైనిక అవసరాల తీరలా గల డియోనే సమీపంలోని లింగేన్ వద్ద ఈ ఎయిర్ పోర్ట్ ను నిర్మించనున్నట్లు తెలుస్తోంది. భౌగోళిక పరిమితుల వల్ల ఇప్పటికే ఉన్న ఐఎన్ఎస్ బాజ్ ఎయిర్ స్టేషన్ వద్ద రన్ వేను విస్తరించేందుకు దీర్ఘకాలికంగా ఉన్న ప్రణాళికను పక్కన పెట్టాల్సి వచ్చింది. రానున్న ఐదేళ్లలో దీని నిర్మాణం పూర్తి కావచ్చని సమాచారం. నికోబార్ ద్వీప మలకా జలసంధికి అతిసమీపంలో ఉండటంతో జీఎన్ఎస్ ప్రాజెక్టు పూర్వో

## అమెరికా వీసా ఆశావహులకు శుభవార్త

### 750 డాలర్లతో 10 రోజుల్లోనే ఇంటర్వ్యూ స్లాట్

అమెరికా వెళ్లాలనుకునే వ్యాపారులు, పర్యాటకుల కోసం ట్రంప్ సర్కార్ కొత్త విధానాన్ని తీసుకురాబోతోంది. వీసా ఇంటర్వ్యూ కోసం నెలల తరబడి ఎదురుచూడల్సిన అవసరం లేకుండా 10 రోజుల్లోనే వీసా ఇంటర్వ్యూలను నిర్వహించేలా స్పెషల్ పైలట్ ప్రోగ్రామ్ నిర్వహించాలని నిర్ణయించింది. దీనికోసం టీమీయం ఎక్స్ పెడిటెడ్ సర్వీస్ పేరుతో ప్రత్యేక సేవలను ప్రారంభించనుంది. ఈ మేరకు అమెరికా విదేశాంగశాఖ తమ షెడల్ రిజిస్ట్రీలో నోటీసులు ప్రచురించింది. ఈ నోటీసు ప్రకారం జూలై 1వ తేదీ నుంచి డిసెంబర్ 31వ తేదీ వరకు ఈ పైలట్ ప్రోగ్రామ్ నిర్వహించనున్నట్లు తెలుస్తోంది. ఈ సేవలను వినియోగించుకోవాలంటే సాధారణ ఫీజు 185 డాలర్లకు అదనంగా 750 చెల్లించాల్సి ఉంటుంది. ఈ పథకం కింద 750

డాలర్ల అదనంగా చెల్లించిన దరఖాస్తుదారులకు 10 రోజుల్లోనే వీసా ఇంటర్వ్యూ అపాయింట్ మెంట్ కల్పించనున్నారు. అయితే ఈ సదుపాయం ఎంపిక చేసిన కొన్ని అమెరికా రాయబార కార్యాలయాలు, కాన్సులేట్లలో మాత్రమే అందుబాటులో ఉంటుంది. వాటి జాబితాను జూలై 1వ తేదీకి ముందు ప్రకటించనున్నారు. ట్రంప్ రెండోసారి అమెరికా అధ్యక్షుడిగా బాధ్యతలు చేపట్టిన తర్వాత అమెరికా ప్రవేశ పెట్టడం గమనార్హం. అయితే, ఈ అదనపు ఫీజు చెల్లించడం ద్వారా ఇంటర్వ్యూ షెడ్యూల్ ను మాత్రమే త్వరగా పొందగలరని.. వీసా కచ్చితంగా పంజారు అవుతుందనే హామీ లేదని అమెరికా విదేశాంగ శాఖ స్పష్టం చేసింది. దరఖాస్తుదారుల అర్హతల ఆధారంగానే తుది నిర్ణయం తీసుకుంటామని తెలిపింది. డిమాండ్ ను బట్టి ఈ పైలట్ ప్రోగ్రామ్ ను వచ్చే ఏడాదికి పొడిగించే అవకాశం ఉందని సమాచారం.

## హార్మోన్ల వద్ద కులిన అపాచీ హెలికాప్టర్



**న్యూయార్క్:** హార్మోన్ల జలసంధి సమీపంలో అమెరికాకు చెందిన అపాచీ హెలికాప్టర్ కుప్పకూలింది. ఈ ప్రమాదంలో హెలికాప్టర్ ద్వారా సాంకేతికతలను తరలించే అధికారులు వెళ్లినట్లు తెలుస్తోంది. అపాచీ హెలికాప్టర్ డ్రాఫ్ట్ మెన్ టెంట్ లో ఉన్నప్పుడు అధికారులు వెళ్లినట్లు తెలుస్తోంది. అపాచీ హెలికాప్టర్ కుప్పకూలింది. దీనిలో అపాచీ హెలికాప్టర్ డ్రాఫ్ట్ మెన్ టెంట్ లో ఉన్నప్పుడు అధికారులు వెళ్లినట్లు తెలుస్తోంది. దీనిలో అపాచీ హెలికాప్టర్ డ్రాఫ్ట్ మెన్ టెంట్ లో ఉన్నప్పుడు అధికారులు వెళ్లినట్లు తెలుస్తోంది.

## మంట పుట్టిస్తున్న వంటగ్యాస్

**కేంద్రం కొత్త నిధులతో సామాన్యలపై అదనపు భారం?**  
**హైదరాబాద్:** కేంద్ర ప్రభుత్వం తన ప్రతిష్టాత్మక 'ప్రధాన మంత్రి ఉజ్వల యోజన' (సీఎంఎంఎం) లక్ష్యాన్ని అందించే సబ్సిడీ వంటగ్యాస్ సిలిండర్ల సంఖ్యపై కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది. ఇప్పటివరకు ఇచ్చిన సబ్సిడీ సిలిండర్ల కోలాసు విధానికి 4కు పరిమితం చేస్తున్నట్లు సోమవారం ఓ ఉన్నత ప్రభుత్వ అధికారి వెల్లడించారు. పెద్ద కుటుంబాల సగటు వాడకానికి అనుగుణంగానే ఈ మార్పు చేసేట్లు ప్రభుత్వం చెబుతోంది. 2016 మే నెలలో ప్రారంభమైన ఈ పథకం ద్వారా పెద్ద కుటుంబాల్లోని మహిళలకు ఉచితంగా గ్యాస్ కనెక్షన్లు అందించారు. తొలిసారి ఏడాదికి 12 సిలిండర్లపై సబ్సిడీ ఇవ్వగా, గత ఏడాది దాన్ని

## మహిళల భద్రతే లక్ష్యం



**తమిళనాడు:** సీఎం ఐఎంఐ కీలక నిర్ణయం తీసుకున్నారు. మహిళల భద్రత కోసం రాష్ట్రంలో 'సింగ్లెస్ స్ట్రెట్ లాస్ట్ ఫోర్స్' అనే ప్రత్యేక మహిళా పోలీస్ విభాగాన్ని ప్రారంభించారు. మహిళలు, పిల్లలపై నేరాలను ఆపేందుకు, ఏదైనా సమస్య వచ్చినప్పుడు వెంటనే స్పందించేందుకు వీలుగా ఈ బృందాన్ని ఏర్పాటు చేసినట్లు తెలిపారు. ఈ విభాగానికి రూ. 3.54 కోట్లు కేటాయిస్తున్నట్లు వెల్లడించారు. సింగ్లెస్ స్ట్రెట్ లాస్ట్ ఫోర్స్ అనే బృందం రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా డ్రోన్లను మోచుకుంటూ పనిచేస్తుంది. వాటి సహాయంతో ఎక్కడ ఎవరు మహిళలను వేధించినా తక్షణమే వారిపై చర్యలు తీసుకుంటామన్నారు.

## ఆ జిల్లాలో ఇకపై పాఠశాల-ల్లో మాంసాహారంపై నిషేధం

**గోల్కొండ:** అసాంధ్యం తీవ్రంగా బిడ్డల విద్యా శాఖ అధికారులు విద్యార్థులకు కీలక ఆదేశాలు జారీ చేశారు. ఇకపై పాఠశాలలకు మాంసాహారం పదార్థాలు తీసుకురావడం గోల్కొండ జిల్లా ప్రభుత్వ పాఠశాల ఇన్స్పెక్టర్ కార్యాలయం విద్యార్థులకు సూచించింది. దానివల్ల బిడ్డల తిన్నట్లు వచ్చిన ఆరోపణల నేపథ్యంలో ఈ ఆదేశాలు జారీ చేసింది.



## తమిళనాడు స్పీకర్ కీలక నిర్ణయం

**తమిళనాడు, జూన్ 09 (ఎ.ఎం.ఎన్):** టీఎంసీ జరిగిన తమిళనాడు అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో 108 సీట్లు సాధించి అతిపెద్ద పార్టీగా అవతరించినప్పటికీ, విజయ నేతృత్వంలోని టీఎంసీ సొంతంగా ప్రభుత్వాన్ని ఏర్పాటు చేయడానికి అవసరమైన మెజారిటీ మార్పును అందుకోలేకపోయింది. దీంతో కాంగ్రెస్, ఐయూఎంఎం, పీసీసీ, టెన్ పార్టీల మద్దతుతో టీఎంసీ ప్రభుత్వాన్ని ఏర్పాటు చేసింది. అయితే మే 13 నాటి విశ్వాస పరీక్ష సమయంలో విఐఎంఎంకే సీనియర్ నేతలు షుభాంగం, ఎన్.పీ. వెలుమణి నేతృత్వంలోని ఒక పెద్ద తిరుగుబాటు వర్గం విజయ ప్రభుత్వానికి అనుకూలంగా ఓటు వేసిన ఈ ఎమ్మెల్యేలకు స్పీకర్ నిర్ణయంతో పెద్ద ఉపశమనం లభించింది.

## దుబాయ్లో ప్రమాదం

**ముగ్గురు తెలంగాణ వాసుల మృతి**  
**హైదరాబాద్:** దుబాయ్లో ఘోర రోడ్డు ప్రమాదం చోటు చేసుకుంది. మిసీ బస్సు, ట్రక్కు డీ కొన్న ఘటనలో తెలంగాణకు చెందిన ముగ్గురు కార్మికులతో పాటు మరో నలుగురు దుర్మరణం చెందారు. వివరాల కోసం అత్యంత రద్దీగా ఉండే ఎమిరేట్స్ రోడ్డుపై సోమవారం వెగంగా వస్తున్న మిసీ బస్సు ట్రక్కును డీకాన్సడతో ఏడుగురు మృతి చెందారు. బదుగురికి తీవ్ర గాయాలయ్యాయి. క్షతగాత్రులను పోలీసులు హాస్పిటల్ కు తరలించారు. మృతులను జాత్యాం జిల్లాలోని మెట్ పల్లి మండలానికి చెందిన అబ్దుల్ రహ్మాన్, కొడిమ్యాల మండలానికి చెందిన సయ్యద్ సలీం, మల్లాలు మండలానికి చెందిన గజుల తిరుపతిగా గుర్తించారు. గాయపడిన వారిలో హైదరాబాద్ నగరానికి చెందిన మహమ్మద్ సయ్యాద్ కూడా ఉన్నారు. వీరందరూ షాహా కేంద్రంగా పని చేస్తున్న అల్లూమినియం గ్రాస్, డోర్ ఫ్రేమ్ పరిశ్రమలో పనిచేస్తున్నారు. బస్సు డ్రైవర్ అజాగ్రతగా వ్యవహరించడం వల్లే ప్రమాదం జరిగిందని పోలీసులు తెలిపారు. విషయం తెలుసుకున్న భారత కాన్సులేట్ అధికారులు బాధితులను పరామర్శించారు. పూర్తి వివరాలు తెలుస్తూ ఉంది.

## సంతకం ఫౌరరీ ఆరోపణలు.. మమతా బెనర్జీ ఇంటికి సీఐడీ



పశ్చిమ బెంగాల్లో ప్రతిపక్ష నేత హోదా కోసం ఎమ్మెల్యేల సంతకాలు ఫౌరరీ జరిగినట్లు ఆరోపణలు వచ్చిన విషయం తెలిసింది. ఈ కేసులో సీఐడీ కేలక పరిశాసం చోటుచేసుకుంది. దర్యాప్తులో భాగంగా మమతా బెనర్జీ నివాసానికి సీఐడీ బృందం వెళ్లింది. ప్రతిపక్ష నేత హోదా కోసం అసెంబ్లీ స్పీకర్ కు సమర్పించిన ప్రతిపాదనలో టీఎంసీ శాసనసభ్యులు సంతకాలు సోదరీ చేశారనే ఆరోపణలు వచ్చాయి. వీటికి సంబంధించిన సమాచారం ఇవ్వాలని కోరుతూ సీఐడీ అధికారులు ఆ పార్టీ జాతీయ కార్యదర్శి అభిషేక్ బె

## కాంగ్రెస్ ఎబిసీల మహమ్మారి కలకలం

**బునాయ్:** డెమోక్రటిక్ రిపబ్లిక్ ఆఫ్ కాంగోలో ఎబిసీల వైరస్ వల్ల మృతిచెందిన వారి సంఖ్య 101కి చేరుకున్నది. ఆ దేశంలోని ఇటుర ప్రావిన్సులో ఎబిసీల వైరస్ వేగంగా విస్తరిస్తోంది. అయితే అక్కడ ఉన్న సాయుధ గ్రూపుల వల్ల వైరస్ నియంత్రణ కష్టమైంది. మారుమూల ప్రాంతాల్లో కొత్త నివేదికలు రిపోర్ట్ చేసింది. 550 పాజిటివ్ కేసుల్లో మృతుల సంఖ్య 10 మంది చేరినట్లు ప్రభుత్వం ప్రకటించింది. కొత్తగా 20 మంది మృతిచెందగా, 35 కొత్త కేసులు సమాధి అయినట్లు ప్రభుత్వం చెప్పింది. ఎబిసీలలోని బునిబుగ్గో స్ట్రైటు మహమ్మారిలా మారినట్లు మే 15వ తేదీన ప్రభుత్వం ప్రకటించింది. ఆరంభంలో ఎబిసీల కేసులను గుర్తించడంలో ఆలస్యం కావడం వల్ల ఇప్పుడు పరిస్థితి అదుపులోకి తేవడం కష్టంగా మారింది. ఇటుర, నార్ కిప్ప, సోత్ కిప్ప ప్రావిన్సుల్లో ఎక్కువగా ఎబిసీల కేసులు సమాధి అవుతున్నాయి. అయితే జాగు, ఇరుము,

## హిమాలయాల్లో అద్భుతం



**జోజి లా ప్రాజెక్టులో చారిత్రాత్మక మైలురాయి**  
హిమాలయాలలోని హిమాలయ ప్రాజెక్టులో ఒక కిలోమీటర్ లోపు సొరంగం నిర్మాణంలో తుదిపట్టు విజయవంతంగా పూర్తయింది. సొరంగం రెండు వైపులను కలిపే చివరి పేలుడుకు కేంద్ర మంత్రి నిలిపి గడ్డర్టీ ట్రెగర్ నొక్కారు. సొరంగంలో 2.5 మీటర్ల దూరంలోని ట్రెగర్ ప్రాజెక్టు ప్రధాన నిర్మాణ విజయవంతంగా పూర్తిచేసినట్లు తెలిపారు. ఈ ట్రెగర్ ప్రాజెక్టు జమ్మూకశ్మీర్ లోని ట్రెగర్ ప్రాజెక్టు అనుసంధానించాలనే దేశాభిలాష నాటి కల సాకారం కానుందన్నారు. ఈ కార్యక్రమానికి టెన్సింగ్ గెవర్జీ సమన్వేషక సిన్హ, జమ్మూకశ్మీర్ సీఎం ఓ.మర్ ఆబ్దుల్లా తదితరులు హాజరయ్యారు. అనుకున్న సమయం కంటే ఆరు నెలల ముందే ట్రెగర్ ప్రాజెక్టును నిర్వహించినట్లు సేవలలో హైవేస్ అండ్ ఇన్ఫ్రాస్ట్రక్చర్ డెవలప్ మెంట్ కార్పొరేషన్ లిమిటెడ్ (NHIDCL) అధికారులు వెల్లడించారు. ఇప్పటివరకు 85 శాతం పనులు పూర్తయ్యాయి. ఈ సొరంగం 2028 ఫిబ్రవరిలో ప్రజలకు అందుబాటులోకి రానుందని పేర్కొన్నారు. జమ్మూకశ్మీర్ లోని మొత్తం 11.5 గంటలూ ఉన్న ప్రధాన సమయానికి ఈ సొరంగం కేవలం 15 నిమిషాలకే తగ్గిస్తుందన్నారు. సముద్ర మట్టానికి 11,578 అడుగుల ఎత్తులో ఒకే సొరంగంలో ఇరువైపులా రాకపోకలు సాగించేలా జోజి లాను నిర్మించారు. 24 అడుగుల ఎత్తు, 30 అడుగుల వ్యాసంతో అర్ధవృత్తాకారంలో దీనిని రూపొందించారు. రోడ్డు, సొరంగాలు, వంతెనలతో కలిపి మొత్తం పొడవు 30.89 కి.మీ.లు. జోజి లా 13.15 కి.మీ. పొడవు ఉంటుంది. కశ్మీర్ లో

## వైభవం వ్యాజ్యం

**వైభవం వ్యాజ్యం**  
హిమాలయాలలోని హిమాలయ ప్రాజెక్టులో ఒక కిలోమీటర్ లోపు సొరంగం నిర్మాణంలో తుదిపట్టు విజయవంతంగా పూర్తయింది. సొరంగం రెండు వైపులను కలిపే చివరి పేలుడుకు కేంద్ర మంత్రి నిలిపి గడ్డర్టీ ట్రెగర్ నొక్కారు. సొరంగంలో 2.5 మీటర్ల దూరంలోని ట్రెగర్ ప్రాజెక్టు ప్రధాన నిర్మాణ విజయవంతంగా పూర్తిచేసినట్లు తెలిపారు. ఈ ట్రెగర్ ప్రాజెక్టు జమ్మూకశ్మీర్ లోని ట్రెగర్ ప్రాజెక్టు అనుసంధానించాలనే దేశాభిలాష నాటి కల సాకారం కానుందన్నారు. ఈ కార్యక్రమానికి టెన్సింగ్ గెవర్జీ సమన్వేషక సిన్హ, జమ్మూకశ్మీర్ సీఎం ఓ.మర్ ఆబ్దుల్లా తదితరులు హాజరయ్యారు. అనుకున్న సమయం కంటే ఆరు నెలల ముందే ట్రెగర్ ప్రాజెక్టును నిర్వహించినట్లు సేవలలో హైవేస్ అండ్ ఇన్ఫ్రాస్ట్రక్చర్ డెవలప్ మెంట్ కార్పొరేషన్ లిమిటెడ్ (NHIDCL) అధికారులు వెల్లడించారు. ఇప్పటివరకు 85 శాతం పనులు పూర్తయ్యాయి. ఈ సొరంగం 2028 ఫిబ్రవరిలో ప్రజలకు అందుబాటులోకి రానుందని పేర్కొన్నారు. జమ్మూకశ్మీర్ లోని మొత్తం 11.5 గంటలూ ఉన్న ప్రధాన సమయానికి ఈ సొరంగం కేవలం 15 నిమిషాలకే తగ్గిస్తుందన్నారు. సముద్ర మట్టానికి 11,578 అడుగుల ఎత్తులో ఒకే సొరంగంలో ఇరువైపులా రాకపోకలు సాగించేలా జోజి లాను నిర్మించారు. 24 అడుగుల ఎత్తు, 30 అడుగుల వ్యాసంతో అర్ధవృత్తాకారంలో దీనిని రూపొందించారు. రోడ్డు, సొరంగాలు, వంతెనలతో కలిపి మొత్తం పొడవు 30.89 కి.మీ.లు. జోజి లా 13.15 కి.మీ. పొడవు ఉంటుంది. కశ్మీర్ లో

**వైభవం వ్యాజ్యం**  
అన్ని కులాల వారికి వివాహ సంబంధములు చూడబడును  
ACC Manchiryal, Adilabad  
anandsiririkondarkp@gmail.com  
Our Branches : Adilabad | Hyderabad | Karimnagar | Warangal | Khammam  
9247221878, 8341222370









# రోమ్ము క్యాన్సర్ గురించి మహిళలు తప్పనిసరిగా

## తెలుసుకోవాల్సిన విషయాలు ఇవే..!



# చక్కని ఆరోగ్యం



రోమ్ము క్యాన్సర్ను ప్రారంభ దశలోనే గుర్తించడం చికిత్స విజయావకాశాలను గణనీయంగా పెంచుతుంది. అయితే ప్రారంభ దశ అనే పదం వివేకానే చాలా మంది మహిళలు ఊహించి ప్రమాదం తొలగిపోయిందని భావిస్తారు. వాస్తవానికి చికిత్స ప్రారంభమైన తర్వాత కూడా పునరావృతం అయ్యే అవకాశాలు, దీర్ఘకాలిక ఆరోగ్య నిర్బంధాలు, మానసిక ఆరోగ్యం వంటి అంశాలపై అవగాహన కలిగి ఉండటం ఎంతో అవసరమని నిపుణులు చెబుతున్నారు. నిపుణులు అభిప్రాయం ప్రకారం ప్రారంభ దశలో గుర్తించిన రోమ్ము క్యాన్సర్కు చికిత్స సమర్థవంతంగా ఉన్నప్పటికీ, భవిష్యత్తులో క్యాన్సర్ మళ్ళీ వచ్చే ప్రమాదం ఊహించి ఉండడం నివారించేందుకు అవసరమైన చికిత్సలు అందించడం అవసరం.

మారుతూ ఉంటుంది. కొన్ని సందర్భాల్లో ఈ ప్రమాదం 50 శాతం వరకు ఉండే అవకాశం కూడా ఉంటుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. అందుకే అదనపు చికిత్సలు సూచించడం వ్యాధి తీవ్రమైందని కాదు, భవిష్యత్తు ప్రమాదాన్ని తగ్గించే ప్రయత్నమని నిపుణులు వివరిస్తున్నారు. ఇటీవలి కాలంలో రోమ్ము క్యాన్సర్ చికిత్సలో అనేక అధునిక విధానాలు అందుబాటులోకి వచ్చాయి. హార్మోన్ థెరపీ, టార్జెట్డ్ డ్రగ్స్ వంటివి చికిత్సలు క్యాన్సర్ తిరిగి వచ్చే అవకాశాలను తగ్గించడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తున్నాయి.

అదే సమయంలో రోగుల జీవన నాణ్యతను కూడా కాపాడటానికి సహాయపడుతున్నాయి. చికిత్స ఎంపికల గురించి నిపుణులతో సృష్టించి చర్చించడం, తమకు అనుకూలమైన అధునిక చికిత్సలపై సమాచారం తెలుసుకోవడం రోగులకు ఉపయోగకరంగా ఉంటుంది. చికిత్సలో అత్యంత కీలకమైన అంశం నిరంతర అనుసరణ. ప్రధాన చికిత్స పూర్తయ్యాక ఆరోగ్యం మెరుగుపడిందని భావించి చాలామంది పాలోఅవ్ పరీక్షలను నిర్లక్ష్యం చేసి అవకాశం ఉంటుంది. అయితే దీర్ఘకాలిక చికిత్సలు, క్రమం తప్పకుండా జరిగే వైద్య పరీక్షలు ఆరోగ్య పరితాలపై ప్రత్యక్ష ప్రభావం చూపుతాయి. పాలోఅవ్ల ద్వారా వైద్యులు శరీరంలో జరిగే మార్పులను గమనించడంతోపాటు దుష్ప్రభావాలను నియంత్రించవచ్చు. అవసరమైతే ముందున్న జాగ్రత్తలు కూడా తీసుకోవచ్చు. రోమ్ము క్యాన్సర్ నుంచి కోలుకోవడం అనేది కేవలం శారీరక ప్రక్రియ మాత్రమే కాదు, భవిష్యత్తు లక్ష్యాలు కూడా ఇందులో ముఖ్యమైన భాగం. క్యాన్సర్ మళ్ళీ వస్తుందేమోనన్న భయం, జీవనశైలిలో మార్పులు, భావోద్వేగ ఒత్తిడి వంటి అంశాలు చాలామంది మహిళలను ప్రభావితం చేస్తాయి. అందువల్ల చికిత్సతోపాటు భావోద్వేగ మద్దతు, కౌన్సిలింగ్, కుటుంబ సహకారం కూడా సహాయంగా అవసరమవుతాయి. ప్రారంభ దశలో గుర్తించిన రోమ్ము క్యాన్సర్కు చికిత్స విజయవంతమయ్యే అవకాశాలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. అయితే చికిత్స పూర్తయ్యిందంటే ప్రయోజనం ముగిసినట్లుకాదు. దీర్ఘకాలిక ఆరోగ్య సంరక్షణ, క్రమమైన వైద్య చర్యనే

క్షణ, ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలిని పాటించడం ద్వారా మహిళలు మరింత ఆరోగ్యవంతమై ముందుకు సాగవచ్చు. ఆరోగ్యనిర్మాణ కార్యక్రమాలలో జీవన నాణ్యతను కూడా కాపాడుకోవడం ఈ ప్రయోజనం అత్యంత ముఖ్యమైన అంశంగా వైద్యులు సూచిస్తున్నారు.

అధునిక యుగం లో సాఫ్ట్వేర్ ఉద్యోగులు, ఐటీ ఉద్యోగులు, వ్యాపారస్థుల్లో కొంతమంది గంటల తరబడి కంప్యూటర్ పరిమితమవుతున్నారు. దీంతో అనేక ఆరోగ్య సమస్యలు తలెత్తుతాయి అంటున్నారు వైద్యులు నిపుణులు. దీన్నే సిట్టింగ్ డిస్ఐజీ అని పిలుస్తున్నారు. ఈ

నిమిషాలు సీటు నుండి లేచి సడవాలి. దాంతో శరీర కండరాల్లో కఠినత వల్ల రక్త ప్రసరణ సక్రమంగా సాగుతుంది. సరైన భంగిమ: వెన్నుముక నిలబడటం ఉండేలా కుర్చీలో

# గంటలతరబడి కుర్చీలో కూర్చుంటున్నారా..



## కాఫీతో గుండెకు రక్షణ

శరీరంపై మోసం చేసే హామీ వేగవంతం చేసే హామీ గ్రేటిస్ను పెంచే ఆ బిల్కలెమిటో తెలుసుకుందాం.. జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచడం: ఐరన్ను శరీరం ఊర్జితంగా గ్రహించాలంటే మన జీర్ణక్రియ అధునికంగా ఉండాలి. ముఖ్యంగా జీర్ణకరణలో ఉండి స్పష్టత యాసిడ్ పరిమాణం సరిగ్గా ఉండటం ముఖ్యం. అప్పుడే మనం తినే ఆహారం వాగా జీర్ణమై అందులోని పోషకాలు అందుతాయి. అందుకోసం ఒక చిన్న అల్లం ముకును నిమ్మరసంలో అరగటం పాటు నానబెట్టాలి. భోజనం చేయడానికి సరిగ్గా పది నిమిషాల ముందు ఆ అల్లం ముకును బాగా నమిలి తినాలి. ఇది మి జీర్ణక్రియను మెరుగుపరుస్తుంది.

నిట్టింగ్ డిస్ఐజీ ఇతర రోగాలకన్న ప్రమాదకరమైనది. చాపకింద నీరులా.. అనారోగ్య సమస్యల్ని మరింత తీవ్రం చేస్తుంది. ఒక చౌటు గంటల తరబడి కూర్చోవడం వల్ల వెన్నెముకపై తీవ్ర ఒత్తిడి పడుతుంది. ఫలితంగా నడుము, మెడ నొప్పులు వస్తాయి. అలాగే శారీరక శ్రమ లేకపోవడం వల్ల క్యాలరీలు ఖర్చు కాక స్థూలకాయానికి దారి తీస్తుంది. రక్తప్రసరణ మందగించి, గుండె జబ్బుల ప్రమాదం పెరుగుతుంది. శరీరం ఇన్సులీన్ను సరిగ్గా ఉపయోగించుకోలేదు. దీనివల్ల బ్లెడ్-2 డయాబెటిస్ వచ్చే అవకాశం ఉంది. దీంతో వాల్టెలను నిరంతరం పాటించి వల్ల కళ్ళ పాడిబాగ్లం, తలనొప్పి అదనంగా వచ్చే అనారోగ్య సమస్యలు. అయితే, ఎంత సేపు కూర్చుంటే, ఎంత ప్రమాదం ఉంటుందనే విషయంలో కొన్ని తెచ్చులు చెబుతున్నాను నిపుణులు. రోజుకి 4 గంటల పాటు కూర్చుంటే.. ప్రమాద తీవ్రత కాస్త తక్కువే ఉంటుంది. అదే 4-8 గంటలు కూర్చోవడంతో మధ్య ప్రమాదంగా చెప్పవచ్చు. 8-11 గంటలు పాటు కూర్చోవడంతోనే మరింత ఎక్కువ ప్రమాదానికి దారి తీస్తుందంటున్నారు. రోజుకి 11 గంటల కంటే ఎక్కువ సమయం కూర్చోవడం అంటే ప్రమాదం అంచన ఉన్నట్లే. ఎంతలా అంటే.. హఠాత్తుగా గుండెపోటు రావడం, వక్షవ్యాధి, శరీరం చలింపజేసుకోవడం వంటివి సమస్యలు వస్తాయి. ఈ ప్రమాదం నుంచి మనల్ని మనం రక్షించుకోవాలంటే కనీసం వ్యాయామం తప్పనిసరి. క్రమం తప్పని వ్యాయామంతో ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవచ్చు. 20-20-20 నియమం: ప్రతి 20 నిమిషాలకు ఒకసారి స్క్రీన్ చూడటం ఆపాలి. 20 సెకన్ల పాటు 20 అడుగుల దూరంలోని వస్తువును చూడటం వల్ల కంటి రెటినా పొర చల్లబడుతుంది. చిన్న విరామాలు: ప్రతి గంటకు కనీసం 5

కూర్చోవాలి. వెన్నుముక వంపుగా ఉంది. కుర్చీని అనుకుని ఉండటం వల్ల శరీరం మొద్దుబారి, మెడను నిదురను కోరుకుంటుంది. స్క్రీన్ ఎత్తు: కంప్యూటర్ మానిటర్ మన కంటి ఎత్తుకు సమానంగా ఉండేలా చూసుకోవాలి. దీంతో మెడ కండరాల్లో నొప్పి రాకుండా ఉంటుంది. శారీరక వ్యాయామం: మెడ, చేతులు అలాగే నడుమును క్రమంగా స్ట్రెచ్ చేస్తూనే ఉండాలి.

# ఐరన్ అందాలంటే..



పేగులపై పోషకం: ఐరన్ లోపాన్ని అధిగమించాలంటే ముందుగా పేగుల ఆరోగ్యం బాగుండాలి. ఎందుకంటే పేగుల ఆరోగ్యమే శరీరంలోని మిగిలిన అన్ని అవయవాల పనితీరును నియంత్రిస్తుంది. నిరంతరం కడుపు ఉబ్బరం, గ్యాస్, అజీర్ణం వంటి సమస్యలతో సతమతమవుతుంటే వెంటనే వాటిని నయం చేసుకోవాలి. పేగుల ఆరోగ్యంగా లేకపోతే ఐరన్ శోషణ అంతగా జరగదు. ఐరన్ మాత్రమే కాదు: శరీరంలో రక్తం తక్కువగా ఉండటం ఐరన్ లోపం కాదు. అదే ఆహారం మాత్రమే తింటే ఫలితం ఉండదు. ఆహారం ఎల్లప్పుడూ సమతుల్యంగా ఉండాలి. ఎర్ర రక్తకణాల ఉత్పత్తికి ఐరన్తో పాటు ఫోలేట్, విటమిన్ బీ12, బి6 వంటి పోషకాలు కూడా ఎంతో అవసరం. వాటిని విడుదల చేసే రోజుల్లో ఐరన్ శోషణ తగ్గిపోతుంది. అనారోగ్యకరమైన జీవనశైలి, వివరణమైన మానసిక ఒత్తిడి, నిద్రలేమి కారణంగా శరీరంలో అంతర్గత వాపులు పెరుగుతున్నాయి. ఇవి కాలేయాన్ని తీవ్రంగా దెబ్బతీస్తాయి. కాలేయంపై ఒత్తిడి పడితే ఆహారం సరిగ్గా జీర్ణం కాదు. కాబట్టి ఆరోగ్యకరమైన ఆహారంతో పాటు తగినన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం అవసరం. దీనివల్ల కాలేయం తాను టిక్సాక్స్ చేసుకునే అవకాశం లభిస్తుంది. తిండిలో మార్పు: మీ ఆహారంలో కాకరకాయ, చేదు కూరగాయల సూప్స్ వంటి పదార్థాలను చేర్చుకోండి. ఇవి కాలేయ పనితీరును మెరుగుపరిచి శరీరంలో ఐరన్ శోషణను పెంచుతాయి. ఐరన్ అధికంగా ఉండే ఆహారాన్ని తింటున్నప్పుడు, దాంతో పాటు వి ఆహారాన్ని కలిపి తీసుకుంటున్నారనేది చాలా ముఖ్యం. ఐరన్ శరీరానికి పట్టాలంటే దానికి విటమిన్ సి తోడు కావాలి. అప్పుడే ఆహారంలోని ఐరన్ శోషణ అధికం అవుతుంది. ఐరన్ను శరీరం ఊర్జితంగా గ్రహించుకోగలదు.



హిందూ. ట్రిబినెక్కు చెందిన 'యూజీ బయోబ్యాంక్' నుంచి సేకరించిన దాదాపు నాలుగున్నర లక్షల మంది డేటాను విశ్లేషించి ఈ అంశాన్ని పరిశోధించారు. దాదాపు పన్నెండున్నర సంవత్సరాల పాటు వీరి ఆరోగ్య అవస్థను, కాఫీ వినియోగాన్ని పరిశోధకులు నిశితంగా గమనించారు. ఈ సందర్భాల్లో వారిలో ఆశ్చర్యకరమైన నిజాలు వెలుగుచూశాయి. రోజుకు 2-3 కప్పుల కాఫీ తాగి వారిలో గుండె జబ్బులు వచ్చే ప్రమాదం, కాఫీ తాగని వారి కంటే 20% తక్కువగా ఉన్నట్లు తేలింది. గ్రౌండ్ కాఫీ, ఇన్స్టంట్ కాఫీ లేదా డిక్యాఫిన్ అంటే కెఫిన్ తీసిన

చాలా మంది అల్పాహారం, భోజనాన్ని అలస్యం చేయడం లేదా రోజుంకా తేవడం లేదు. కాఫీ లేదా జ్యూస్లపై ఆధారపడడం చేస్తున్నారు. కానీ ఇది ఆరోగ్యకరమైన పద్ధతి కాదని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. పగటి పూట తగినంత ఆహారం తీసుకోకపోతే సాయంత్రం సమయంలో ఎక్కువ ఆకలి వస్తుంది. దీంతో రాత్రి పూట భాక్ హెడ్స్ పోవాలంటే.. ఆమ్లాలను ఎక్కువగా జబ్బుంది పెట్టి మరో సమస్య భాక్ హెడ్స్, వీటిని జామాకు, కలబందతో నివారించవచ్చని

## ఫిట్నెస్ కోసం భోజనం మానేస్తున్నారా? జాగ్రత్త..



ఈ రోజుల్లో తగ్గరా బరువు తగ్గాలనే ఉద్దేశంతో

అధికంగా తినడం లేదా జంక్ ఫుడ్ తినే అవకాశం పెరుగుతుంది. ఇది జీర్ణవ్యవస్థ ప్రభావం చూపుతుంది. అందుకే ఉపవాసం చేయడం లేదా భోజనం మానేయడం ఫిట్నెస్కు పరిష్కారం కాదని నిపుణులు చెబుతున్నారు. భోజనం మానేయడం కంటే సమతుల్య ఆహారం తీసుకోవడం చాలా మంచిది నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. ఆహారంలో ప్రోటీన్, ఫైబర్, ఆరోగ్యకరమైన కార్బోహైడ్రేట్లు, డిటాక్సీటీల వంటి పదార్థాల దీర్ఘకాలిక ఆరోగ్యానికి హానికరంగా మారవచ్చు. శరీరానికి అవసరమైన పోషకాలు అందించే సమతుల్య ఆహారమే నిజమైన ఫిట్నెస్కు దారి చూపుతుంది. సరైన సమయానికి తినడం, క్రమం తప్పకుండా వ్యాయామం చేయడం, తగినంత నీరు తాగడం, మంచిగా నిద్రపోవడం ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలికి అవసరమని నిపుణులు మొత్తంలో కలబంద గుబ్బా, సూచిస్తున్న విధికి మనస్సు కలపాలి. న్నారు. ఇలా కలవగా వచ్చిన మిశ్రమాన్ని భాక్ హెడ్స్ పైన రాయాలి. అది 20 నిమిషాల పాటు ఉంచితే తర్వాత చల్లబెట్టి స్క్రీన్ తుభం చేసుకోవాలి. వారానికి మూడుసార్లు ఇలా చేస్తే మంచి ఫలితం కనిపిస్తుందని చెబుతున్నారు. అయితే ఇది సహజనిద్రమైన బిల్కలెమిటో అయినా ఒకసారి ప్యాన్ డిస్ట్ చేస్తున్నారని ఎలాంటి సమస్యలూ లేవని నిర్ధారించుకున్న తర్వాతే దీనిని వాడడం మంచిది అంటున్నారు నిపుణులు. అలాగే వాడే ముందు జామాకులను దుమ్ము లేకుండా చక్కగా శుభ్రం చేయాలి అని సూచిస్తున్నారు.

# జాగింగ్ పేరుతో రన్నింగా!?



ధూమపానం అలవాటు ఉన్నవారు అతివేగంగా పరిగెత్తే.. శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బంది పడతారు. శరీరం సిద్ధంగా లేనప్పుడు అకస్మాత్తుగా వేగాన్ని పెంచడం మంచిది కాదు. అలాచేస్తే.. మెడ, వెన్ను, కాళ్ళలో కండరాలు పట్టేస్తాయి. జాగింగ్లో వేగం ఎక్కువైతే.. శరీరం కోలుకోవడానికి ఎక్కువ సమయం పడుతుంది. కొన్నిసార్లు తీవ్రమైన నీరసం, నిద్రలేమి, మానసిక ఆందోళన, విరాళు లాంటి సమస్యలూ చుట్టుముడుతాయి. అలవాటు లేనివారు ఒకేసారి వేగంగా పరిగెత్తడం వల్ల గుండె వేగం అకస్మాత్తుగా పెరుగుతుంది. రక్తపోటు ఉన్నవారికి, గుండె సంబంధిత సమస్యలు ఉన్నవారికి ఇది చాలా ప్రమాదకరం. తీవ్రమైన సందర్భాల్లో గుండెపోటుకు కూడా దారి

# మొటిమలు, బ్లాక్ హెడ్స్ పోవాలంటే..



ఉంటాయి. అవి మొటిమలకు కారణం అవుతున్నాయి. రియాని సశీంపజీ స్టాయుట. దీనికోసం జామాకులతో చేసిన ప్లేస్టిన్ మొటిమల దగ్గర అప్లై చేసుకోవాలి. ఇలా క్రమం తప్పకుండా చేస్తే చక్కటి ఫలితం ఉంటుందంటున్నారు నిపుణులు.

మాట్లాడగలుగుతుంటే.. అది 'సౌకర్యవంతమైన వేగం' అని అర్థం చేసుకోవాలి. కొత్తగా వ్యాయామం మొదలుపెట్టే వారికి, బరువు తగ్గాలనుకునే వారికి, గుండె ఆరోగ్యం మెరుగు పడాలనుకునే వారికి.. జాగింగ్ మేలు చేస్తుంది. అలా కాకుండా.. అది వేగంగా పరిగెత్తే.. అది రన్నింగ్



