



జాతీయం - అంతర్జాతీయం



వణుకుతున్న ఉత్తరాది..



- భారీ వర్షాల తో పలు రాష్ట్రాలు అలతలాకుతలం
- పలు ప్రాంతాల్లో ఎల్లో అల్లర్ల జారీ

క్యాంప్ నుండి అధికారికంగా ప్రారంభించింది. మరోవైపు భారీ వర్షాల కారణంగా శనివారం ఉదయం కౌఘా సమీపంలోని రామ్ నగర్ ఉద్యోగ రహదారిపై రాకపోకలు నిలిచిపోయాయి. ఘటన జరిగిన వెంటనే స్థానిక అధికారులు అక్కడికి చేరుకున్నారు. రహదారిపై వడిన పెద్ద బండరాళ్లను తొలగించి రాకపోకలను పునరుద్ధరించేందుకు యంత్రాన్ని రంగంలోకి దించారు. అలాగే ఒడిషాలోని పలు ప్రాంతాలకు కేంద్ర వాతావరణ శాఖ ఎల్లో అల్లర్ల జారీ చేసింది. పూర్వ జిల్లాలో భారీ వర్షాల కారణంగా విద్యుత్ సరఫరా కురిచే అవకాశం ఉందని వాతావరణ శాఖ హెచ్చరించింది. గుజరాత్ లోని జనాభాలో భారీ వర్షాల కారణంగా సంద్యాల గ్రామం సమీపంలో వరద నీటిలో చిక్కుకుపోయిన పలువురిని అగ్నిమాపక శాఖ నిబ్బంది శనివారం రక్షించారు. ఎటువంటి ప్రాణనష్టం సంభవించలేదని అధికారులు తెలిపారు.



జోధ్ పూర్ లో నూతన టెర్రినల్

- ప్రారంభించిన ప్రధాని మోడి
- దేశ విమానయానంలో కీలక అడుగు

జోధ్ పూర్, జూలై 4 (ఎ.ఎం.ఎస్): ప్రధాని నరేంద్ర మోడి శనివారం రాజస్థాన్ పర్యటనలో భాగంగా జోధ్ పూర్ విమానాశ్రయం కొత్త టెర్రినల్ భవనాన్ని ప్రారంభించారు. ఈ ప్రారంభోత్సవ కార్యక్రమంలో ముఖ్యమంత్రి భజన్ లాల్ శర్మ పాల్గొన్నారు. రూ. 480 కోట్లతో సుమారు 23,000 చదరపు మీటర్లలో నిర్మించిన ఈ టెర్రినల్, ఏటా 20 లక్షల మంది ప్రయాణికులకు సేవ అందిస్తుంది. ఈ టెర్రినల్ ఆధునిక ప్రయాణికులను దృష్టిలో పెట్టుకుని.. ఎలాంటి అవాంఛనీయతలు లేకుండా.. వారికి సౌకర్యవంతంగా ఉండేలా దీన్ని నిర్మించడం జరిగిందని ప్రధాని కార్యాలయం విడుదల చేసిన ప్రకటన పేర్కొంది. ఇది భారతదేశ పౌర విమానయాన రంగంలో ఒక కీలకమైన ముందడుగు. ఉన్నత స్థాయిలో నిర్మించిన ప్రధాని కార్యాలయం విడుదల చేసిన ప్రకటన పేర్కొంది. ఇది భారతదేశ పౌర విమానయాన రంగంలో ఒక కీలకమైన ముందడుగు. ఉన్నత స్థాయిలో నిర్మించిన ప్రధాని కార్యాలయం విడుదల చేసిన ప్రకటన పేర్కొంది. ఇది భారతదేశ పౌర విమానయాన రంగంలో ఒక కీలకమైన ముందడుగు. ఉన్నత స్థాయిలో నిర్మించిన ప్రధాని కార్యాలయం విడుదల చేసిన ప్రకటన పేర్కొంది.

ప్రధాని నరేంద్ర మోడి శనివారం రాజస్థాన్ పర్యటనలో భాగంగా జోధ్ పూర్ విమానాశ్రయం కొత్త టెర్రినల్ భవనాన్ని ప్రారంభించారు. ఈ ప్రారంభోత్సవ కార్యక్రమంలో ముఖ్యమంత్రి భజన్ లాల్ శర్మ పాల్గొన్నారు. రూ. 480 కోట్లతో సుమారు 23,000 చదరపు మీటర్లలో నిర్మించిన ఈ టెర్రినల్, ఏటా 20 లక్షల మంది ప్రయాణికులకు సేవ అందిస్తుంది. ఈ టెర్రినల్ ఆధునిక ప్రయాణికులను దృష్టిలో పెట్టుకుని.. ఎలాంటి అవాంఛనీయతలు లేకుండా.. వారికి సౌకర్యవంతంగా ఉండేలా దీన్ని నిర్మించడం జరిగిందని ప్రధాని కార్యాలయం విడుదల చేసిన ప్రకటన పేర్కొంది. ఇది భారతదేశ పౌర విమానయాన రంగంలో ఒక కీలకమైన ముందడుగు. ఉన్నత స్థాయిలో నిర్మించిన ప్రధాని కార్యాలయం విడుదల చేసిన ప్రకటన పేర్కొంది.

ఖమ్మేనీ అంత్యక్రియలకు పోటెత్తిన జనం

- కిలోమీటర్ల మేర క్యూలైన్ దివ్యన్, జూలై 4 (ఎ.ఎం.ఎస్):



ఇరాన్ దివంగత సుప్రీం నేత ఆయత్ ఖామేనీ అంత్యక్రియల కార్యక్రమాలు శుక్రవారం ప్రారంభమయ్యాయి. ఆయన ఘోషితకాయాన్ని రాజధాని టెహ్రాన్ లోని గ్రాండ్ మొసల్లా మసీదులో ఉంచారు. ఈ క్రమంలో ఆ దేశ నలుమూలాల నుంచి ప్రజలు తరలివచ్చారు. ఖమ్మేనీ పార్లమెంట్ సభ్యుల కడపలో చూడడానికి కిలోమీటర్ల మేర క్యూలైన్ వేసి ఉన్నారు. అదే విధంగా దేశ విదేశీ ప్రతినిధులు, అధికారులు ఆయన ఘోషిత కాయానికి క్రద్దాంజలి ఘటించారు. జూలై 9న ఖమ్మేనీ అంత్యక్రియలు జరగనున్నాయి. మరో వైపు భద్రతా కారణాల దృష్ట్యా, ఇరాన్ సర్వోన్నత నాయకుడు మొజాబ్బా ఖమ్మేనీ తన తండ్రి అంత్యక్రియలకు హాజరుకావడం లేదు.

బీఎల్ఎ వ్యూహాత్మక దాడి..



- 30 మందికిపైగా పాకిస్తాని మరణం
- అంతర్జాతీయంగా కలకలం

విల్లెంబు చెందిన ప్రతే స్వాస్థ్ తుపాకు లో క్యాంపెట్ కి చొరబడింది. లోపల ప్రాణాలతో మిగిలి ఉన్న పాకిస్తానీ భద్రతా సిబ్బందిపై అత్యంత సమీపం నుంచి ఎదురుకాల్పులు జరిపి అనేక మందిని చంపేసింది. శిథిలాల కింద మరణించిన స్థిరమైన వ్యూహాత్మక యినందున.. మరణాల సంఖ్య ఇంకా పెరిగే అవకాశం ఉందని బీఎల్ఎ ప్రకటించింది. అయితే ఈ ఘటనపై పాకిస్తాన్ ప్రభుత్వం గానీ, అక్కడి సైనిక వర్గాలు (ఇఎస్ఎఫ్) గానీ ఈ భారీ స్వల్పమైన అభిమానితలను ఎలాంటి అధికారిక ప్రకటన విడుదల చేయలేదు. బలవాచ్చిస్తానీ వివాదాస్పద ప్రాంతాల్లో అంతర్జాతీయ మీడియాపై పాకిస్తాన్ కరిణ అంక్షలు విధించడంతో ఈ మరణాల సంఖ్యను సుతంత్రంగా ధృవీకరించడం కష్టంగా మారింది. అయినప్పటికీ ఈ ఘోర దాడి అనంతరం గ్యాడర్ తీర ప్రాంతమంతా సైనికుల మోహరింపుతో హైబ్రెడ్ వాతావరణం నెలకొంది. బలవాచ్చిస్తానీ సంద్యాల ముఖ్యమంత్రి సైన్యం మానవ హక్కుల ఉల్లంఘనల ఆరోపణలు చేస్తున్న తరుణంలోనే ఈ ప్రతీకార దాడి జరగడం గమనార్హం.

విల్లెంబు చెందిన ప్రతే స్వాస్థ్ తుపాకు లో క్యాంపెట్ కి చొరబడింది. లోపల ప్రాణాలతో మిగిలి ఉన్న పాకిస్తానీ భద్రతా సిబ్బందిపై అత్యంత సమీపం నుంచి ఎదురుకాల్పులు జరిపి అనేక మందిని చంపేసింది. శిథిలాల కింద మరణించిన స్థిరమైన వ్యూహాత్మక యినందున.. మరణాల సంఖ్య ఇంకా పెరిగే అవకాశం ఉందని బీఎల్ఎ ప్రకటించింది. అయితే ఈ ఘటనపై పాకిస్తాన్ ప్రభుత్వం గానీ, అక్కడి సైనిక వర్గాలు (ఇఎస్ఎఫ్) గానీ ఈ భారీ స్వల్పమైన అభిమానితలను ఎలాంటి అధికారిక ప్రకటన విడుదల చేయలేదు. బలవాచ్చిస్తానీ వివాదాస్పద ప్రాంతాల్లో అంతర్జాతీయ మీడియాపై పాకిస్తాన్ కరిణ అంక్షలు విధించడంతో ఈ మరణాల సంఖ్యను సుతంత్రంగా ధృవీకరించడం కష్టంగా మారింది. అయినప్పటికీ ఈ ఘోర దాడి అనంతరం గ్యాడర్ తీర ప్రాంతమంతా సైనికుల మోహరింపుతో హైబ్రెడ్ వాతావరణం నెలకొంది. బలవాచ్చిస్తానీ సంద్యాల ముఖ్యమంత్రి సైన్యం మానవ హక్కుల ఉల్లంఘనల ఆరోపణలు చేస్తున్న తరుణంలోనే ఈ ప్రతీకార దాడి జరగడం గమనార్హం.

20 నుంచి పార్లమెంటు వర్ధాకాల సమావేశాలు

న్యూఢిల్లీ, జూలై 04 (ఎ.ఎం.ఎస్): జూలై 20 నుంచి పార్లమెంట్ వర్ధాకాల సమావేశాలు ప్రారంభం కానున్నాయని కేంద్ర మంత్రి కిరణ్ రిజిజు వెల్లడించారు. ఆగస్టు 13 వరకు ఈ సమావేశాలు కొనసాగుతాయని చెప్పారు. జాతీయ ప్రాముఖ్యత కలిగిన అంశాలపై అభివృద్ధి మైన చర్యలు, నిర్ణయాలు ఉంటాయని పేర్కొన్నారు. ఈమేరకు ఆయన 'ఎక్స్' వేదికగా పోస్టు చేశారు.



అయోధ్యలోనే కాదు.. బర్మినాథ్ లోనూ చోరీ..

- విరాళాలు, కానుకల బోగోగతనం
- బీకేటీసీ చైర్మన్ వ్యక్తిగత కార్యదర్శి నిందితుడు దెహ్రూన్, జూలై 4 (ఎ.ఎం.ఎస్):

అయోధ్యలోని రామమందిరంలో విరాళాల చోరీ అంశం కోట్లాది మంది హిందువులను కలచివేస్తోంది. ఇలాంటి తరుణంలో మరో ఆలయంలోనూ భక్తులను సమర్పించిన కానుకలు దోచేశారనే ఆరోపణలు మరొక ఆందోళనకు గురిచేస్తున్నాయి. బీకేటీసీ ఆలయంలో విరాళాలు, కానుకల దొంగతనం జరిగిందని ఒక సామాజిక సంస్థ ఆరోపించడంతో బీకేటీసీ చైర్మన్ నెహ్రూ అనే ఓ స్వచ్ఛంద సంస్థ బీకేటీసీ సీకేడ సోహన్ సింగ్ రంగేరుకు శుక్రవారం లేఖ రాసింది. బీకేటీసీ ఆలయంలో విరాళాలు, కానుకల దొంగతనంలో బీకేటీసీ చైర్మన్ నెహ్రూ అనే మరో 47 ఆలయాలలో కానుకల నిర్వహణలో కలిసొచ్చిన పర్యవేక్షణ, పారదర్శకత ఉండేలా చూడాలని బీకేటీసీ అధికారులు



లను ఆదేశించిన మరాఠ్ ఆరోపణలు వెలుగులోకి రావడం గమనార్హం. బైరవ్ సేన సంఘటన అనే ఓ స్వచ్ఛంద సంస్థ బీకేటీసీ సీకేడ సోహన్ సింగ్ రంగేరుకు శుక్రవారం లేఖ రాసింది. బీకేటీసీ ఆలయంలో విరాళాలు, కానుకల దొంగతనంలో బీకేటీసీ చైర్మన్ నెహ్రూ అనే మరో 47 ఆలయాలలో కానుకల నిర్వహణలో కలిసొచ్చిన పర్యవేక్షణ, పారదర్శకత ఉండేలా చూడాలని బీకేటీసీ అధికారులు

గతంలో ముగ్గురు చైర్మన్లకు వ్యక్తిగత సహాయకుడిగా పనిచేశారు.. సోఫల్ మీడియాలో ప్రచారం అవుతున్న ఆరోపణలు నిజమని తేలితే, నిబంధనల ప్రకారం కఠిన చర్యలు తీసుకుంటాం" అని దివ్వేడి అన్నారు. పిర్యామెన్ట్ లో బీకేటీసీ ఆలయ ప్రాంగణంలోని సీసీటీవీ ఫుటీబేస్ పరిశీలించినట్లు సీకేడ రంగేరు తెలిపారు. "ఫుటీబేస్ ఆశించినంత స్పష్టత లేదు. అయినప్పటికీ, ఈ విషయం తీవ్రత, సున్నితత్వాన్ని దృష్టిలో ఉంచుకుని, చైర్మన్ కు సమాచారం అందించాలి" అని ఆయన అన్నారు. బ్యాంకు సిబ్బంది సంబంధిత ఉద్యోగుల నుంచి వివరణ కోరతాం" అని ఆయన అన్నారు. అందుబాటులో ఉన్న సాక్ష్యాధారాలు, సంబంధిత వ్యక్తుల వాంగ్మూలాల ఆధారంగా సమగ్ర విచారణ జరిపేందుకు ఒక విచారణ కమిటీని ఏర్పాటు చేస్తామని ఆయన తెలిపారు. "విచారణలో ఏదైనా అవకాశాలు జరిగినట్లు వెల్లడయితే తీర్మానాధికారి నాథ్ ఆలయ కమిటీ చట్టం 1939.. వర్గించే సీసీ నిబంధనల ప్రకారం చట్టపరమైన, శాఖాపరమైన చర్యలు తీసుకుంటాం" అని రంగేరు అన్నారు. ప్రస్తుత చార్ ధామ్ యాత్ర సీజన్ లో బర్మినాథ్, కేదార్ నాథ్ ఆలయాలకు విరాళాల రూపంలో సుమారు రూ. 70 కోట్లు అందినట్లు తెలిపారు. అతిథి గృహాల ద్వారా కూడా బీకేటీసీ ఆదాయం పొందుతుందని ఆయన చెప్పారు. "వార్షిక విరాళాలు సగటున రూ. 50 కోట్లు నుంచి రూ. 80 కోట్ల వరకు ఉంటాయి. ఈ మొత్తం యాత్రీకుల సంఖ్య, వాతావరణ పరిస్థితులు, ప్రకృతి వైపరీత్యాలపై ఆధారపడి ఉంటుంది" అని ఆయన అన్నారు. బ్యాంకు సిబ్బంది సంబంధిత ఉద్యోగుల నుంచి వివరణ కోరతాం" అని ఆయన అన్నారు. అందుబాటులో ఉన్న సాక్ష్యాధారాలు, సంబంధిత వ్యక్తుల వాంగ్మూలాల ఆధారంగా సమగ్ర విచారణ జరిపేందుకు ఒక విచారణ కమిటీని ఏర్పాటు చేస్తామని ఆయన తెలిపారు. "విచారణలో ఏదైనా అవకాశాలు జరిగినట్లు వెల్లడయితే తీర్మానాధికారి నాథ్ ఆలయ కమిటీ చట్టం 1939.. వర్గించే సీసీ నిబంధనల ప్రకారం చట్టపరమైన, శాఖాపరమైన చర్యలు తీసుకుంటాం" అని రంగేరు అన్నారు. ప్రస్తుత చార్ ధామ్ యాత్ర సీజన్ లో బర్మినాథ్, కేదార్ నాథ్ ఆలయాలకు విరాళాల రూపంలో సుమారు రూ. 70 కోట్లు అందినట్లు తెలిపారు. అతిథి గృహాల ద్వారా కూడా బీకేటీసీ ఆదాయం పొందుతుందని ఆయన చెప్పారు. "వార్షిక విరాళాలు సగటున రూ. 50 కోట్లు నుంచి రూ. 80 కోట్ల వరకు ఉంటాయి. ఈ మొత్తం యాత్రీకుల సంఖ్య, వాతావరణ పరిస్థితులు, ప్రకృతి వైపరీత్యాలపై ఆధారపడి ఉంటుంది" అని ఆయన అన్నారు. బ్యాంకు సిబ్బంది సంబంధిత ఉద్యోగుల నుంచి వివరణ కోరతాం" అని ఆయన అన్నారు. అందుబాటులో ఉన్న సాక్ష్యాధారాలు, సంబంధిత వ్యక్తుల వాంగ్మూలాల ఆధారంగా సమగ్ర విచారణ జరిపేందుకు ఒక విచారణ కమిటీని ఏర్పాటు చేస్తామని ఆయన తెలిపారు. "విచారణలో ఏదైనా అవకాశాలు జరిగినట్లు వెల్లడయితే తీర్మానాధికారి నాథ్ ఆలయ కమిటీ చట్టం 1939.. వర్గించే సీసీ నిబంధనల ప్రకారం చట్టపరమైన, శాఖాపరమైన చర్యలు తీసుకుంటాం" అని రంగేరు అన్నారు.

టెలిగ్రామ్ కు మరోసారి కేంద్రం నోటీసులు



న్యూఢిల్లీ, జూలై 4 (ఎ.ఎం.ఎస్): సీట్ పేపర్ లిక్విడ్ ఫుటబుల్ కేంద్ర ప్రభుత్వం సోఫల్ మీడియా యాప్ లపై సబ్జెక్ట్ పెంచినది. ఇటీవల వాట్సాప్ యూజర్ నెమ్ పీచర్ పై మెటా సంస్థకు కేంద్రం నోటీసులు జారీ చేసిన విషయం తెలిసింది. నూతన ఘోషించే ఆఫ్స్ పై అనుమానాలు ఉన్నాయని, వినియోగదారుల భద్రతకు మెటా చేపట్టిన చర్యలు తెలియజేయాలని పేర్కొంది. తాజాగా ప్రముఖ మెసేజింగ్ యాప్ 'టెలిగ్రామ్' సంస్థకు నోటీసులు జారీ చేసింది. టెలిగ్రామ్ ద్వారా పెద్ద ఎత్తున సినీమూలు, ఓటిటీ కంటెంట్ పైర్సీ అవుతున్నట్లు కేంద్ర ప్రభుత్వం తీవ్ర ఆగ్రహం వ్యక్తం చేసింది. ఈ అక్రమ పైర్సీని అరికట్టేందుకు తక్షణ

- కంటెంట్ పైర్సీని కారణం
- 15 రోజుల్లోగా వివరణ ఇవ్వాలంటూ ఆదేశాలు

హై హిట్..

న్యూయార్క్, జూలై 4: అమెరికా తన 250వ స్వాతంత్ర్య దినోత్సవం సందర్భంగా వాషింగ్టన్ లో నిర్వహించిన సాంప్రదాయ స్వాతంత్ర్య దిన పరేడ్ ను తీవ్ర వేడి కారణంగా రద్దు చేశారు. శనివారం ఉదయం జరిగిన లిన్ కం పరేడ్ అత్యధిక ఉష్ణోగ్రత వల్ల రద్దు అయిందని నిర్వాహకులు ప్రకటించారు. జాతీయ వాతావరణ సంస్థ ప్రకారం, సుమారు 16 కోట్ల అమెరికన్లు తీవ్ర వేడి హెచ్చరికలు (ఎక్స్ ట్రీమ్ హిట్ వార్నింగ్స్) ఎదుర్కొంటున్నారు.



తూర్పు అమెరికాలోని కార్నాట్ స్టాం ఉష్ణోగ్రతలు సమాధిపాత్రమయ్యాయి. వాషింగ్టన్ లోని నేషనల్ మాల్ లో జరిగే ఉత్సవాలు కూడా వేడి తీవ్రత కారణంగా మధ్యాహ్నం రద్దు చేయాలి వచ్చింది. మరోవైపు, వేడిమికి

మృత్యుంజయుడు..

గత నెల సంభవించిన భూకంపం కారణంగా వెనిజులాలో కూలిపోయిన భవనం శిథిలాల కింద 43 ఏళ్ల సెక్యూరిటీ గార్డు హెర్నాన్డెస్ ఆల్బెర్తో గిల్ షార్ట్ లిని వినిమిది రోజుల పాటు చిక్కుకుపోయి, తాను బ్రతుకుతానో లేదో తెలియని అనిశ్చితిలో ఉన్నాడు. చివరకు సహాయకు సిబ్బంది అతని పద్దకు చేరుకున్నప్పుడు, అతను చేసిన మొదటి అభ్యర్థన హ్యూయోలను కడిగివేయడం. 'ఒకవేళ తాను ప్రాణాలతో లేకపోతే ఆమె బాతరమ్మ.. కాబట్టి తాను బ్రతికే ఉన్న విషయం తన భార్యకు చెప్పవద్దు' అతడు కోరాడు. గురువారం తెల్లవారుజామున గిల్ షార్ట్ దుమ్ముతో నిండిన శరీరంతో స్ట్రెబ్లై పడుకుని, హెల్మెట్ల ద్వారా రక్షక సిబ్బంది చేతులతో శిథిలాల నుంచి బయటకు వచ్చాడు. వెనిజులా వ్యాప్తం 2,200 మందికి పైగా ప్రాణాలను బలిగొన్న వివాదాస్పద భూకంపం తర్వాత, ఆయన ప్రాణాలతో బయటపడటం గొప్ప ఆశాభావం నిలిపింది.



ఖమ్మేనీ మృతదేహానికి భారత బృందం నివాళులు

- దేశ ప్రజల తరపున సంతాపం, గౌరవం
- ఇరుదేశాల మధ్య బలమైన సంబంధాలున్నాయని వెల్లడి



ఇరాన్ మాజీ సుప్రీం లీడర్ ఆయాతుల్లా సయ్యద్ అలీ ఖమ్మేనీ అంత్యక్రియల్లో భారత ప్రభుత్వం తరపున ఉన్నత స్థాయి ప్రతినిధుల బృందం పాల్గొని నివాళులర్పించింది. టెహ్రాన్ లో జరుగుతున్న ఈ వీడ్కోలు కార్యక్రమాల్లో కేంద్ర విదేశాంగ శాఖ సహాయ మంత్రి పవిత్ర మార్గ్ టా, బిహార్ గవర్నర్ రెన్జి నెట్ జనరల్ సయ్యద్ ఆతా హస్సైన్ (రిటైర్డ్) పాల్గొని భారత తరపున నివాళులు అర్పించారు. భారత ప్రభుత్వం, దేశ ప్రజల తరపున తమ సంతాపాన్ని, గౌరవాన్ని తెలియజేసినట్లు కేంద్ర మంత్రి సామాజిక మాధ్యమం ఎక్స్ డ్వారా వెల్లడించారు. అమెరికా, ఇజ్రాయెల్ జరిపిన దాడిలో ఖమ్మేనీ మరణించిన సంగతి తెలిసింది. ఈ నేపథ్యంలో ఆయన అంత్యక్రియలకు భారత తరపున ఉన్నత స్థాయి ప్రతినిధులు హాజరుకావడం గమనార్హం. ఇరుదేశాల మధ్య ఉన్న సుదీర్ఘ బంధాన్ని, ప్రజా సంబంధాల ప్రాధాన్యతను ఈ సందర్భం తెలియజేస్తుంది భారత విదేశాంగ శాఖ ఒక ప్రకటనలో పేర్కొంది. ఇరుదేశాల రాజకీయ, ఆర్థిక బంధాలకు ఈ సందర్భంలో బలమైన పునాది అని స్పష్టం చేసింది. శని, ఆదివారాల్లో (45) టెహ్రాన్ లోని ఇమామ్ ఖామేనీ

భారత ప్రభుత్వం, దేశ ప్రజల తరపున తమ సంతాపాన్ని, గౌరవాన్ని తెలియజేసినట్లు కేంద్ర మంత్రి సామాజిక మాధ్యమం ఎక్స్ డ్వారా వెల్లడించారు. అమెరికా, ఇజ్రాయెల్ జరిపిన దాడిలో ఖమ్మేనీ మరణించిన సంగతి తెలిసింది. ఈ నేపథ్యంలో ఆయన అంత్యక్రియలకు భారత తరపున ఉన్నత స్థాయి ప్రతినిధులు హాజరుకావడం గమనార్హం. ఇరుదేశాల మధ్య ఉన్న సుదీర్ఘ బంధాన్ని, ప్రజా సంబంధాల ప్రాధాన్యతను ఈ సందర్భం తెలియజేస్తుంది భారత విదేశాంగ శాఖ ఒక ప్రకటనలో పేర్కొంది. ఇరుదేశాల రాజకీయ, ఆర్థిక బంధాలకు ఈ సందర్భంలో బలమైన పునాది అని స్పష్టం చేసింది. శని, ఆదివారాల్లో (45) టెహ్రాన్ లోని ఇమామ్ ఖామేనీ

మహాబూబ్ నగర్ | మెడక్ - ఉమ్మడి జిల్లాల వార్తలు

ప్రభుత్వ ఉపాధ్యాయుల సమస్యలు పరిష్కరించాలి

-తాసిల్దార్ కు వినతి పత్రం అందించిన తపస్ ఉపాధ్యాయ సంఘం యువాల

జూలై 4 (పుడయం ప్రతినది) :-

ప్రభుత్వ ఉపాధ్యాయుల సమస్యలను వెంటనే ప్రభుత్వం పరిష్కరించాలని తపస్ ఉపాధ్యాయ సంఘం అధ్యక్షులు శ్రీ నివాస్ పేర్కొన్నారు. శనివారం యువాల మండల కేంద్రంలో తపస్ ఉపాధ్యాయ సంఘం తరఫున ఉపాధ్యాయ సమస్యలపై మండల తాసిల్దారుకు వివేచిత పత్రం అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా తాపస్ మహాబూబ్ నగర్ ఉపాధ్యాయ సంఘం సుంపి విడుదల చేయని డి ఏ లను వెంటనే విడుదల చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. ప్రభుత్వం పి ఆర్ సి నివేదికను తెప్పించుకొని 51 శాతం పిట్టలతో పిఆర్ సి ప్రకటించాలని అన్నారు. అదే విధంగా కేజీబీపీ సిబ్బంది సమ్యకాలము



వేతనాన్ని విడుదల చేయాలని అన్నారు. 2003 డిమాండ్ ఉపాధ్యాయులకు ఓ పి ఎస్ అమలుచేసి సిపిఎస్ ను రద్దుచేసి ఉపాధ్యాయులందరికీ పాత పెన్షన్ విధానాన్ని అమలు పరచాలని తెలిపారు. మోడల్ స్కూల్ ఉపాధ్యాయులకు 010 పద్దు విషయంలో సత్కార నిర్ణయం తీసుకోవాలని అన్ని ఆశ్రమ పాఠశాల ఉపాధ్యాయుల సమస్యలను పరిష్కరించాలని డిమాండ్ చేశారు. ప్రభుత్వమును కోరేది విమనగా ఉపాధ్యాయులకు మధ్యాహ్న భోజనము,టిఫిన్ అమలు పరచడం పై ఉపాధ్యాయుల యొక్క గౌరవాన్ని కించప

ప్రతిభను సత్కరించిన సెయింట్ ఆంథోనీస్ విద్యాసంస్థలు

- ఎన్ఎస్సీ టాపర్లకు ఘన సన్మానం - 'కెరీర్ సక్సెస్ ఫ్లానర్' పుస్తకావిష్కరణ సంగారెడ్డి జూలై 4:పుడయం

పట్టణంలోని శాంతినగర్లో గల సెయింట్ ఆంథోనీస్ విద్యాసంస్థల్లో 2025-26 విద్యా సంవత్సరానికి సంబంధించిన ఎన్ఎస్సీ ప్రతిభా విద్యార్థుల అభినందన సభ శనివారం ఘనంగా నిర్వహించారు. పదో తరగతిలో విశిష్ట ప్రతిభ కనబరిచిన పూర్వ విద్యార్థులను శాలువలు, జ్ఞాపికలతో సత్కరించి అభినందించారు. కార్యక్రమానికి విద్యాసంస్థల చైర్మన్ & ఫౌండర్ ఈ. సరోమాన్ రెడ్డి,

డైరెక్టర్ ఈ. విజయ రెడ్డి, డినిసిపాల్ ఈ. అరుణారెడ్డి, అడ్మినిస్ట్రేటివ్ సాడ్ ఈ. జయ బాలారెడ్డి, వైస్ డినిసిపాల్ ప్రదీప్ లక్ష్మిశెట్టి ముఖ్య అతిథులుగా హాజరయ్యారు. సరస్వతీదేవి చిత్రపటానికి పూలమాలలు సమర్పించి, జ్యోతి ప్రజ్వలనతో కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభించారు. చైర్మన్ ఈ. సరోమాన్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ విద్యార్థులు స్వచ్ఛమైన లక్ష్యంతో, క్రమశిక్షణ, సమయ పాటన, నిరంతర కృషితో ముందుకు సాగితే ఉన్నత విజయాలు సాధించవచ్చని అన్నారు. విద్యే జీవితాన్ని మార్చే గొప్ప సాధనమని పేర్కొన్నారు. డైరెక్టర్ ఈ. విజయ రెడ్డి మాట్లాడుతూ, 'ఒక వ్యక్తి ఒకపూట అన్నదానం చేస్తే ఆ పూట అకలి తీరుతుంది. కానీ విద్యను నేర్చుకోవడం నిలబడి శక్తి లభి

స్తుంది' అని అన్నారు. విద్యార్థులు తమ జీవితానికి తామే హీరోలుగా, భవిష్యత్తుకు తామే నిర్మాతలుగా ఎదగాలని సూచించారు. ఈ సందర్భంగా 600 మార్కులకు గాను 570కు పైగా మార్కులు సాధించిన విద్యార్థులను ఘనంగా సత్కరించారు. వారి విజయానికి కృషి చేసిన ఉపాధ్యాయులు, సహకరించిన తల్లిదండ్రులను కూడా అభినందించారు. అనంతరం డైరెక్టర్ ఈ. విజయ రెడ్డి సంగారం రూపొందించిన 'కెరీర్ సక్సెస్ ఫ్లానర్' పుస్తకాన్ని అవిష్కరించారు. పేరుపర్చులు తమ కెరీర్ లక్ష్యాలను నిర్దేశించుకుని, సరైన కోర్సులు, కళాశాలల ఎంపిక, నైపుణ్యాల అభివృద్ధి, ఆర్థిక ప్రణాళిక, స్వల్పకాల-దీర్ఘకాల లక్ష్యాల రూపకల్పనకు ఈ ఫ్లానర్ ఉపయోగపడు



తుందని వివరించారు. విద్యార్థులకు పాఠ్యాంశాల బోధనతో పాటు వ్యక్తిగత వికాసం, నాయకత్వ లక్షణాలు, కెరీర్ ప్రణాళిక, జీవిత నైపుణ్యాల అభివృద్ధి పైనా ప్రత్యేక శ్రద్ధ చూపుతున్నామని పాఠశాల యాజమాన్యం తెలిపింది. ఈ కార్యక్రమంలో ఉపాధ్యాయులు, ప్రతిభావంతులైన విద్యార్థులు, వారి తల్లిదండ్రులు, 9వ, 10వ తరగతి విద్యార్థులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

దొడ్డి కొమరయ్యకు ఘన నివాళులర్పించిన జిల్లా కలెక్టర్ ప్రతీక జైన్



సంగారెడ్డి, జూలై 4: పుడయం.

తెలంగాణ సాయుధ రైతాంగ పోరాట తొలి అమరుడు దొడ్డి కొమరయ్య పర్వం తిని పురస్కరించుకొని శనివారం జిల్లా వెనుకబడిన తరగతుల సంక్షేమ శాఖ అధ్యక్షులతో సంగారెడ్డి పట్టణంలోని పోలి

దొడ్డిపల్లి చౌరస్తాలో ఉన్న దొడ్డి కొమరయ్య బహుశానికీ జిల్లా కలెక్టర్ ప్రతీక జైన్, డి.జి.బి.బి.బి. చైర్మన్ నిర్మల జగ్గారెడ్డి పూలమాలలు వేసి ఘనంగా నివాళులర్పించారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ ప్రతీక జైన్ మాట్లాడుతూ, దొడ్డి కొమరయ్య

ప్రభుత్వ పాఠశాలలో మిడ్ డే మీట్ ను పరిశీలించిన ఏజీవీపీ నాయకులు



నారాయణపేట జూలై 4 (పుడయం ప్రతినది)

మధ్యాహ్న భోజన పరిశీలన కార్యక్రమంలో భాగంగా నారాయణపేట పట్టణంలోని గ్రౌండ్ స్కూల్ ప్రభుత్వ ఉన్నత పాఠశాలలో అఖిల భారత విద్యార్థి పరిషత్ నాయకులు శనివారం మిడ్ డే ను పరిశీలించారు. దాదాపు 800 మంది విద్యార్థులు ఉన్న పాఠశాలలో సగానికి పైగా మధ్యాహ్న భోజనానికి టిఫిన్ విద్యార్థులు ఇంటి నుండి తీసుకురావడం, అదేవిధంగా ఏ ఒక్క విద్యార్థి కూడా కావాల్సినంత

విద్యార్థులకు మధ్యాహ్న భోజనాన్ని పూర్తిస్థాయిలో అందించడంపై అధికారులు లంచాలు తింటూ, మిడ్ డే మీట్ లో ఒక అధికారి ఏళ్ళ తరబడి కొనసాగడంతో ఉన్నత స్థాయి అధికారుల చేతిపాటం ఉన్నట్లు తెలుస్తుందని వారు తెలిపారు. విద్యార్థుల మిడ్ డే మీట్ విషయంలో చెలగాటమూతున్న అధికారులపై మధ్యాహ్న భోజనంలో పనిచేస్తున్న వ్యక్తులపై వెంటనే చర్యలు తీసుకోవాలని ఏజీవీపీ నాయకులు డిమాండ్ చేశారు. మిడ్ డే మీట్ పైనే జిల్లా వ్యాప్తంగా ఎం.కె.డి.బి.ఎ. పరిశీలించాలని వారు డిమాండ్ చేశారు. మిడ్ డే మీట్ విషయంలో ఏ ఒక్క పాఠశాలలో పాఠశాల జరిగిన ఏజీవీపీ అధ్యక్షులు కూడా పాటించు చేపడతామని వారు ఈ సందర్భంగా హెచ్చరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా కమిషనర్ సరేష్, రాష్ట్ర కార్యవర్గ సభ్యులు శ్రీమతి సుమిత్రా, రోహిణి, ఇంటియాజ్, చరణ్ రెడ్డి, రోహిణి, మనీ, అజయ్, తరుణ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు. అధికారులు కుమ్మై

చట్టాలపై విద్యార్థులు అవగాహన పెంచుకోవాలి



నారాయణపేట జూలై 4 (పుడయం ప్రతినది)

నారాయణపేట జిల్లా ఎస్సీ డాక్టర్ వినోద్ అదేశాల మేరకు మహిళలు, బాలికల భద్రతతో పాటు విద్యార్థుల చట్టాలపై అవగాహన పెంపొందించే లక్ష్యంతో జిల్లా షీ టీమ్ పోలీసులు జాజూపూర్ జడ్జివేవెన్ పోలీస్ స్టేషన్లో విద్యార్థులకు ప్రత్యేక అవగాహన కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా షీ టీమ్ పోలీసులు బాలరాజు, చెన్నప్ప లు మాట్లాడుతూ విద్యార్థులు తమ విద్యతో పాటు సమాజంలో జరుగుతున్న పరిణామాలను, చట్టాలు, భద్రతా అంశాలపై అవగాహన కలిగి సూచించారు. రోడ్డు ప్రమాదాలను ఎలాంటి వేధింపుల ఎదురైనా భయపడకుండా వెంటనే తల్లిదండ్రులు, ఉపాధ్యాయులు లేదా పోలీసులను సంప్రదించాలని తెలిపారు. మహిళలు, బాలికల రక్షణ కోసం తెలంగాణ పోలీసు శాఖ ఏర్పాటు చేసిన షీ టీమ్ సేవలను సద్వినియోగం చేసుకోవాలని కోరారు. ఈవేటిజింగ్, వేధింపులు, సోషల్ మీడియాలో అసభ్యకర సందేశాలు, నకిలీ సోషల్ మీడియా ఖాతా ద్వారా జరిగే మోసాల పట్ల అప్రమత్తంగా ఉండాలని సూచించారు. బాలికలను తప్పనిసరిగా పాటించాలని, హెచ్చరికీ, సీట్ బెల్ట్ వినియోగం ప్రాణాలను కాపాడుతుందని చెప్పారు. అత్యవసర పరిస్థితుల్లో పోలీసు సేవల కోసం డయల్ 100, 112, మహిళల భద్రత కోసం షీ టీమ్, సైబర్ మోసాల కోసం 1930 హెల్ప్లైన్ సేవలను వినియోగించాలని విద్యార్థులకు అవగాహన కల్పించారు. ఈ కార్యక్రమంలో షీ టీమ్ పోలీసులు జ్యోతి, కవిత ఉపాధ్యాయులు, విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

దివ్యాంగుల సంక్షేమానికి పెద్దపీట: కలెక్టర్



వనపర్తి జూలై 4 (పుడయం ప్రతినది)

దివ్యాంగుల అభివృద్ధికి 8 మిలియన్ బిజినెస్ బ్యాంకర్ ట్రైన్యేక్స్, 3 బ్యాంకర్ ఆపరేటివ్ వీల్ ఛైర్ల పంపిణీ ది వ్యాంగుల సమాజంలో అత్యుత్సాహంతో జీవించేందుకు అవసరమైన అన్ని విధాల సహాయ సహకారాలు అందించేందుకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం కట్టు వ్యాంగుల సమాజంలో అత్యుత్సాహంతో జీవించేందుకు అవసరమైన అన్ని విధాల సహాయ సహకారాలు అందించేందుకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం కట్టు బడి ఉందని జిల్లా కలెక్టర్ అదర్స్ సురభి తెలిపారు. శనివారం ఓడీసీ కార్యాలయ అవరణలో జిల్లా సంక్షేమ శాఖ అధ్యక్షులతో దివ్యాంగులకు సహాయ ఉపకరణాల పంపిణీ కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమానికి జిల్లా కలెక్టర్ అదర్స్ సురభి, అదనపు కలెక్టర్ (స్టాంక సంస్కరి) ఖీమ్మా నాయక్ తో కలిసి ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ అధ్యక్షులను దివ్యాంగులకు మూడు చక్రాల సైకిళ్లను పంపిణీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా 8 మిలియన్ బిజినెస్ బ్యాంకర్ ట్రైన్యేక్స్, 3 బ్యాంకర్ ఆపరేటివ్ వీల్ ఛైర్ల అధ్యక్షులను లబ్ధిదారులకు అందజేశారు. అనంతరం దివ్యాంగులకు అభినందనలు తెలిపారు.

గద్వాలలో 'మట్టి' గండం.. ప్రభుత్వ సంపద గుల్ల!

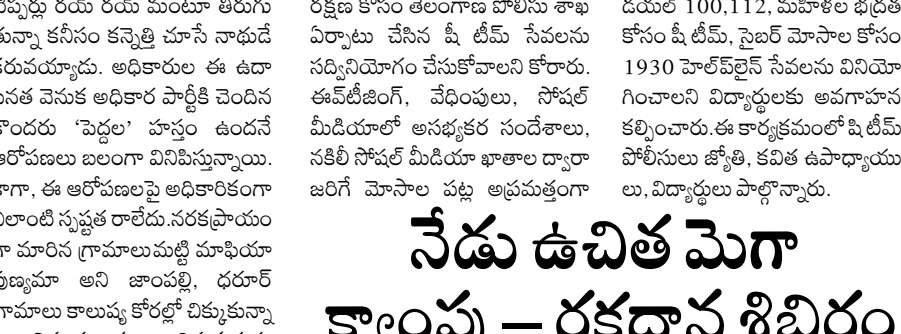
- * క్యాలంపాడు కాలువపై అక్రమార్కుల పంజా
- * పగలు, రాత్రి తేడా లేకుండా వందలాది టిప్పర్లతో దోపిడీ
- * పైవేలి వెంచర్లు, కమర్షియల్ ప్రాజెక్టులకు అక్రమ రవాణా
- * ఫిర్యాదులు బుట్టడాఖాలు.. అధికారుల 'మౌనం' వెనుక మర్మమేంటి?
- * దుమ్ము కొట్టకపోతున్న గ్రామాలు.. రైతుల గుండెకోత ధర్మాల్.

జూలై 04 (పుడయం బ్యూరో) జోగులాంబ గద్వాల జిల్లాలో 'మట్టి' మహిళా చెలరేగిపోతోంది. ప్రభుత్వ అన్ని కాపాడాల్సిన రక్షక బల 'మామూళ్' మత్తుతో జోగులాంబలో తో అక్రమార్కులు ఏకంగా గ్రామాలనే తప్పిస్తున్నారు. ధర్మాల్ మండలం జాంపల్లి గ్రామ శివారులోని క్యాలంపాడు రిజర్వాయర్ గ్రామీణీ కాలువ ఇప్పుడు ఈ దోపిడీ దారులకు ప్రధాన వనరుగా మారింది. గత వారం రోజులుగా ఇక్కడి ప్రభుత్వ మట్టిని కొల్ల గొడుతు, కొల్ల రూపాయల ప్రజాధనాన్ని అక్రమార్కులు తమ జేబుల్లో నింపుతున్నారు. కాలువ కక్కుర్తి.. యథేచ్ఛగా తరలింపు నియమ నిబంధనలను దాడిలో పోసిన లెక్కలు చేస్తూ, పగలు రాత్రి అనే తేడా లేకుండా యంత్రాలను తప్పకాలు జరుపుతున్నారు. వందలాది టిప్పర్ల ద్వారా ఈ మట్టిని ధర్మాల్, జేటిద్దొడ్డి మండలాలలో ఏకంగా గద్వాల పట్టణంలోని ప్రైవేట్ వెంచర్లకు, భారీ గొప్ప నిర్మాణాలకు తరలిస్తూ సొమ్ము చేసుకుంటున్నారు. ఇంత బెహిరంగం తో అక్రమార్కులు మైసింగ్, ఇరిగేషన్, రెవెన్యూ శాఖలు కట్ట మానుకోవడం వెనుక ఉన్న 'సహకారం' ఏంటో అర్థం కాక స్థానికులు ముక్కున వేలే సుకుంటున్నారు. త్యాగాలు రైతులవి..



జోగాలు మాఫియావా? శ్రేణుల ఆవేదన.. అక్రమదన! 'పచ్చటి' పంటలు వందే మా భూములను సాగునీటి ప్రాజెక్టు కోసం సమ్ముకుని ప్రభుత్వానికి ఇచ్చాం. కానీ, ఈ రోజు ఆ కాలవ మట్టిని అక్రమార్కులు తరలింపుచుకుపోతుంటే మా గండంల తరుక్కుపోతున్నాం. ప్రజా ఆస్తిని దోచుకుంటున్న వాళ్లపై చర్యలు తీసుకోరా?' అని స్థానిక రైతులు నిలదీస్తున్నారు. నిమ్మకు నిరెత్తిన యంత్రాంగం.. పెద్దల పన్నమే? ఈ దందాపై స్థానిక ప్రజలు, రైతులు తహసీల్దార్ కార్యాలయం నుంచి పోలీస్ స్టేషన్ వరకు, ఇరిగేషన్ అధికారుల వరకు తిరగని ఆశీస్సలంటు లేదు. అయినా పరిస్థితిలో ఎలాంటి

నేడు ఉచిత మెగా క్యాంపు - రక్తదాన శిబిరం



సంగారెడ్డి పుడయం

సంగారెడ్డిలోని సాహితి హాస్పిటల్లో ఉచిత న్యూరో, ఆర్థో, డయబెటిక్ మెగా హెల్త్ క్యాంప్ నిర్వహిస్తున్నారు. పక్ష వాతం, వెన్ను-మెద నొప్పులు, ఫిట్నెస్, తలనొప్పి, కిక్ల సమస్యలు, నిపుణుల వైద్య సలహాలు, పరీక్షలు అందుబాటులో ఉంటాయి. ఆరోగ్య సర్వలెలు 20% తగ్గింపు, ల్యాబ్ పరీక్షలపై 50% తగ్గింపు, మందులపై 15% తగ్గింపు ఇవ్వడంలో పాటు NCS, EEG, HbA1c పరీక్షలకు ప్రత్యేక రాయితీలు ఉన్నాయి. శిబిరం ఉదయం 10 గంటల నుంచి రాత్రి 9 గంటల వరకు, ఉచిత రక్తదాన శిబిరం ఉదయం 9 గంటల నుంచి మధ్యాహ్నం 2 గంటల వరకు నిర్వహించబడుతుంది. ప్రజలు ఈ అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోవాలని నిర్వాహకులు కోరారు.

జెండా ఊపి బహిరంగ సభకు తరలించిన ఎంపీ ఎమ్మెల్యేలు



వైద్యం జూలై 4 (పుడయం)

జడ్పీ నియోజకవర్గం మిడ్డెల్ మండలలో నిర్వహించిన ముఖ్యమంత్రి రెవెంట్ రెడ్డి బహిరంగ సభకు మండల కేంద్రం నుండి తరలి వెళ్లే బస్సులను ఎంపీ మల్లారాజు, ఎమ్మెల్యే కనకలక్ష్మి నాయక్ ఇర్రెడ్డి జెండా ఊపి ప్రారంభించారు ఈ సందర్భంగా మండల సరిధిలోని ఆయా గ్రామాల నుండి నాయకులు

కార్యక్రమం మహిళల తరలి వెళ్లారు కార్యక్రమంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ జిల్లా ఉపాధ్యక్షులు భూపతి రెడ్డి, మల్ల వెంకటయ్య గౌడ్, సంజీవ్ యాదవ్, మండల పార్టీ అధ్యక్షులు హరికృష్ణ నాయక్, ఉప సర్పంచ్ శీను, పుల్లయ్య, పుర్రుల త్రిపుర, భరత్ గౌడ్, రవీంద్ర, శ్రీను, తో పాటు మహిళల తరలి వెళ్లారు

దొడ్డి కొమరయ్య త్యాగస్ఫూర్తి చిరస్మరణీయం - ఎమ్మెల్యే చింత ప్రభాకర్

సంగారెడ్డి, జూలై 4: పుడయం.

తెలంగాణ రైతాంగ సాయుధ పోరాట తొలి అమరుడు దొడ్డి కొమరయ్య పర్వంతి సందర్భంగా సంగారెడ్డి పట్టణంలోని సందే మార్కెట్ వద్ద ఉన్న దొడ్డి కొమరయ్య కాన్ఫెషన్ ప్రభాకర్ పూలమాల వేసి ఘనంగా నివాళులర్పించారు. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే మహాబూబ్ తూ, తెలంగాణ రైతాంగ సాయుధ పోరాట చరిత్రలో దొడ్డి కొమరయ్య త్యాగం చిరస్థాయిగా నిలిచిపోతుందని అన్నారు. సమాజిక న్యాయం, అత్యగ్రహం, అణచివేతకు వ్యతిరేకంగా ఆయన చేసిన పోరాటం నేటి యువతకు అదర్శప్రాయమని పేర్కొన్నారు. దొడ్డి కొమరయ్య ఆశయాలను కొనసాగిస్తూ సమాజాత్మక సమాజ నిర్మాణానికి ప్రతి ఒక్కరూ కృషి చేయాలని పిలుపునిచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో మాజీ గ్రంథాలయ సంస్థ చైర్మన్ సరహిర రెడ్డి, డాక్టర్ శ్రీపతి,



పుష్ప నగేష్, లాడీ మల్లేశం, లాడీ బాలు, పార్టీ నాయకులు, ప్రజాప్రతినిధులు, కార్యక్రమాల తదితరాలు పాల్గొని దొడ్డి కొమరయ్య విగ్రహానికి పూలమాలలు వేసి ఘనంగా నివాళులర్పించారు.

వివాహ సందర్భంగా ఆర్థిక సహాయం అందజేత



పుడయం న్యూస్ కొండపాక ప్రతినది జూలై 4

మైనంపల్లి సోషల్ సర్వీస్ అర్గనైజేషన్ ద్వారా కుటుంబ సంక్షేమ పథకం కింద ని లబ్ధిదారుల గ్రామానికి చెందిన దివ్య అనే అమ్మాయి వివాహ ఖర్చులకుగాను మలాళ్ గిరి మాజీ ఎమ్మెల్యే మైనంపల్లి హనుమంతరావు ఆదేశాలతో మైనంపల్లి ఆర్గనైజేషన్ సభ్యులు సహ చదువుకు 10 వేల ఆర్థిక సహాయాన్ని శనివారం రోజు అందించారు. ఈ కార్యక్రమంలో సభ్యులు మల్లికార్జున్, తెలంగాణ ప్రదేశ్

మహిళలు స్వయం ఉపాధి తో ఆర్థికంగా అభివృద్ధి సాధించాలి

- జిల్లా మైనారిటీ సంక్షేమ శాఖ అధికారి లక్ష్మణ్ గద్వాల

జూలై 04 (పుడయం కరసాంబెంట్) మహిళలు స్వయం ఉపాధి రంగంలో అభివృద్ధి సాధించి ఆర్థికంగా ఎదగాలని జిల్లా మైనారిటీ సంక్షేమ శాఖ అధికారి లక్ష్మణ్ తెలిపారు. శనివారం గద్వాల పట్టణంలోని మోషిన్ మోషిన్ స్కూల్ స్వచ్ఛంద సేవా సంస్థ అధ్యక్షులలో ఏర్పాటుచేసిన మున్సిపల్ మైనారిటీ మహిళలకు స్వయం ఉపాధి పథకం



ద్వారా కుటుంబ మిషన్ శిక్షణ కేంద్రాన్ని జిల్లా మైనారిటీ సంక్షేమ అధికారి ప్రారంభించారు. సాంకేతికంగా అభివృద్ధి చెందిన కుటుంబాన్ని పై ప్రజలలో ఇంకా

కంటి సమస్యలు ఉన్నవారు తీసుకోవాల్సిన ఆహారాలు ఇవే..



కళ్ళు పొడిబారడం (డ్రై బ సిండ్రోమ్) ప్రస్తుతం చాలా మందిలో కనిపిస్తున్న సాధారణ సమస్య. ఎక్కువసేపు కంప్యూటర్, మొబైల్ స్క్రీన్లను చూడడం, ఏసీ గదుల్లో ఎక్కువ సమయం గడపడం, వయస్సు పెరగడం, కొన్ని ఆరోగ్య సమస్యలు లేదా పోషకాల లోపం వంటి కారణాల వల్ల ఈ సమస్య తలెత్తుతుంది. దీనివల్ల కళ్ళలో మంట, ఎర్రబడటం, మసకగా కనిపించడం, కనుపెప్పలు అతుక్కుపోయినట్లు అనిపించడం వంటి ఇబ్బందులు ఎదురవుతాయి. అయితే కొన్ని సహజమైన చిట్టాల్ను, సరైన ఆహారపు అలవాట్లు ఈ సమస్యను ఉపశమనం కలిగించడంలో సహాయపడతాయి. కళ్ళ ఆరోగ్యానికి విటమిన్ ఎ, విటమిన్ సి అధికంగా ఉండే

నిమిషాలు మసాజ్ చేసి, చర్మం పూర్తిగా పీల్చుకునే వరకు చదిలేయాలి. అయితే నూనె నేరుగా కంటి పడకుండా జాగ్రత్త వహించాలి. కీరదోస ముక్కలను కళ్ళపై ఉంచడం కూడా ఉపశమనం కలిగించే చిట్టాలే ఒకటి. చల్లగా ఉంచిన కీరదోస ముక్కలను 15 నిమిషాల పాటు కళ్ళపై ఉంచితే మంట, దురద, ఎర్రదనం తగ్గడంలో సహాయపడుతుంది. కీరదోసలో ఉండే విటమిన్ ఎ కళ్ళకు పోషణ అందించడంలో ఉపయోగపడుతుంది. రోజూ ఒక గిన్నె పెరుగు తినడం కూడా కళ్ళ ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తుంది. పెరుగులో విటమిన్ డి, విటమిన్ బి, విటమిన్ ఎ వంటి పోషకాలు ఉండటంతో కళ్ళకు అవసరమైన పోషణ అందించి పొడిబారడం వల్ల కలిగే అసౌకర్యాన్ని తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. కళ్ళను తరచూ రెప్పవేయడం కూడా చాలా ముఖ్యమైన అలవాటు. రెప్పవేయడం వల్ల సహజంగా కన్నీటి పొర కంటి ఉపరితలంపై సమానంగా వ్యాపించి తేమను నిలుబెడుతుంది. ముఖంగా కంప్యూటర్ లేదా మొబైల్ ను ఎక్కువసేపు ఉపయోగించే వారు ప్రతి కొద్ది నిమిషాలకూ ఒకసారి రెప్పవేయడాన్ని అలవాటు చేసుకోవాలి. గోరువెచ్చని నీటిలో మంచిని మెత్తని వస్త్రంతో కళ్ళకు కావడం పెట్టడం కూడా మంచి ఉపశమనం ఇస్తుంది. మెత్తని వస్త్రాన్ని గోరువెచ్చని నీటిలో మంచిని అదనపు నీటిని పిండి, కళ్ళపై ఏడు నుంచి ఎనిమిది నిమిషాల పాటు ఉంచాలి. ఇలా చేయడం వల్ల కళ్ళ చుట్టూ రక్తప్రసరణ మెరుగుపడి సహజమైన తేమ

ఉత్పత్తికి దోహదపడుతుంది. అయితే కళ్ళ పొడిబారడం ఎక్కువకాలం కొనసాగితే, తీవ్రమైన నొప్పి, చూపు తగ్గడం లేదా ఇతర అసాధారణ లక్షణాలు కనిపిస్తే ఇంటి చిట్టాలపై మాత్రమే ఆధారపడకుండా పోషకాహారం ద్వారా అనేక వ్యాధుల ప్రమాదాన్ని తగ్గించుకోవచ్చు. ముఖ్యంగా యాంటీ ఆక్సిడెంట్ల అధికంగా ఉండే ఆహారాలను రోజూవారీ ఆహారంలో చేర్చడం వల్ల శరీర కణాలను రక్షించడంతో పాటు వయస్సు పెరుగుతున్న కొద్దీ వచ్చే అనేక ఆరోగ్య సమస్యల ముప్పును తగ్గించడంలో సహాయపడతాయని పరిశోధనలు సూచిస్తున్నాయి. యాంటీ

నియాసీన్, థైమిన్ వంటి పదార్థాలు గుండె పనితీరును తోడ్పడటంతో పాటు సహజ యాంటిబయోటిక్ లక్షణాలను కూడా కలిగి ఉంటాయి. తేనెను కూడా ఆయుర్వేదంలో అత్యుత్తమ సహజ ఆహార పదార్థంగా పరిగణిస్తారు. ఇందులో ఉండే సహజ ఖనిజాలు, జీవ ఎంజైములు రోగనిరోధక శక్తిని బలోపేతం

వర్షాకాలం వ్యాధుల కాలం అంటారు. సాధారణంగానే ఈ కాలంలో రోగనిరోధక శక్తి తక్కువగా ఉంటుంది. దీనికి తోడు ఏమాత్రం ఏమరపాటుగా ఉన్నా ఈ కాలంలో ఇన్ఫెక్షన్లు, వివిధ రకాల అనారోగ్యాలు చుట్టూముడతాయి. మరి, వీటితో సమర్థంగా పోరాడే శక్తిని శరీరానికి అందించడం మన చేతుల్లోనే ఉంది. ఇందుకోసం ఖర్జూరాల్ని ఆహారంలో చేర్చుకోవడం

చుండ్రు అసలు ఎందుకు వస్తుంది..

చుండ్రు చాలా మందిని ఇబ్బంది పెట్టే సాధారణ తల చర్మ సమస్య. తలలో దురద, తెల్లని పొరలు రాలిపోవడం, జుట్టు నల్లగా కనిపించడం వంటి లక్షణాలు దీనివల్ల కనిపిస్తాయి. చుండ్రుకు ప్రధాన కారణాల్లో ఒకటి మలాసెజియా అనే ఫంగస్ అధికంగా పెరగడం. ఈ సమస్యను తగ్గించడంలో నిమ్మకాయను సహజమైన గృహచికిత్సగా చాలాకాలంగా ఉపయోగిస్తున్నారు. నిమ్మలో ఉండే సిటిటిన్ యాసిడ్, యాంటీ మైక్రో బియల్ గుణాలు తల చర్మాన్ని శుభ్రపరచడంలో పాటు పుంగు పెరుగుదలను నియంత్రించడంలో సహాయపడతాయి. నిమ్మరసంతో పాటు ఉసిరికాయ రసం కలిపి ఉపయోగించడం చుండ్రు తగ్గించడంలో ఉప

యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు అంటే..

ఆక్సిడెంట్లు ప్రీ రాడికల్స్ వల్ల కణాలకు కలిగే నష్టాన్ని తగ్గించడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తాయి. గుండె జబ్బులు, మధుమేహం వంటి దీర్ఘకాలిక వ్యాధుల ప్రమాదాన్ని తగ్గించడంలో ఇవి ఉపయోగపడతాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. అంతేకాకుండా శరీరంలో వాహులను తగ్గించడం, కణాల పనితీరును మెరుగుపరచడం ద్వారా వృద్ధాప్య లక్షణాలు అలస్యంగా కనిపించేందుకు కూడా తోడ్పడే అవకాశం ఉంటుంది. డార్క్ చాక్లెట్, దానిమ్మ, గుమ్మడికాయ గింజలు, కొత్తిమీర, బూబెర్రీస్, వివిధ రకాల నట్లు, రాజ్జు, ట్రాన్ బెర్రీస్, గోజీ బెర్రీస్, టమాటాలు వంటి ఆహారాల్లో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు సమృద్ధిగా ఉంటాయి. వీటిని సమతుల్య ఆహారంలో భాగంగా తీసుకోవడం వల్ల శరీరానికి అవసరమైన అనేక పోషకాలు అందుతాయి. యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు శరీరంలోని వివిధ అవయవాలకు భిన్నరకాలుగా ప్రయోజనం చేకూరుస్తాయి. బీటా కెరోటిన్ కంటి ఆరోగ్యానికి మేలు చేసి, లైకోపీన్ పురుషుల ప్రోస్టేట్ ఆరోగ్యానికి తోడ్పడుతుంది. ఫ్లేవనాయిడ్లు గుండె ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచడంలో సహాయపడతాయి. స్పిరులినా రోగనిరోధక శక్తిని పెంచేందుకు ఉపయోగపడుతుంది. అలాగే టీ, కాఫీలో ఉండే పాలిఫెనాల్స్ కొద్దిగా ఆక్సిడెంట్లు తగ్గించి, శరీరంలో వాహులను నియంత్రించడంలో దోహదపడతాయి. నారింజ, బెర్రీస్ వంటి పండ్లలో విటమిన్ సి, ఇ తోపాటు పాలిఫెనాల్స్, సెలీనియం వంటి ఖనిజాలు సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ఇవి రోగనిరోధక శక్తిని బలోపేతం చేయడంలో పాటు పుంగు ఇన్ఫెక్షన్లనుంచి రక్షించడంలో సహాయపడతాయి. ఆయుర్వేదం ప్రకారం అల్లం అత్యంత ప్రయోజనకరమైన ఆహార పదార్థాల్లో ఒకటి. ఇందులో అనేక రకాల యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు ఉండటం వల్ల ప్రీ రాడికల్స్ ప్రభావాన్ని తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. దీంతో గుండె జబ్బులు, కీళ్ల నొప్పులు, కొన్ని రకాల క్యాన్సర్ల ప్రమాదాన్ని తగ్గించడంలో కూడా తోడ్పడుతుంది. యాలకులు కూడా ఆరోగ్యానికి మేలు చేసే సుగంధ ద్రవ్యాల్లో ఒకటి. యాలకులతో తయారుచేసిన టీ శరీరంలోని వ్యర్థాలను బయటకు పంపించడంలో సహాయపడుతుంది. శరీర వ్యవస్థలను శుభ్రంగా ఉంచుతుంది. వాయు గింజలు గుండె ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తాయి. విటిలో ఉండే



పించేందుకు కూడా కొంతవరకు దోహదపడతాయి. అయితే ఈ ఆహారాలు ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచడంలో సహాయకారిగా ఉంటాయి గాని, ఇవి ఏ వ్యాధికి ప్రత్యామ్నాయ చికిత్స కావు. దీర్ఘకాలిక ఆరోగ్య సమస్యలు ఉన్నవారు, ప్రత్యేక ఆహార నియమాలు పాటించాలి అని వైద్యులు లేదా పోషకాహార నిపుణుల సలహాతోనే ఆహారంలో మార్పులు చేసుకోవడం మంచిదిని నిపుణులు తెలియజేస్తున్నారు.

అందుకే ఖర్జూరాలు తినాలట!



యాపిల్ లోని పీచు తీవ్రస్థితియను మెరుగుపరచడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. ఇది పేగుల కదలికలను సక్రమంగా ఉంచి మలబద్దకం వంటి సమస్యలను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. జీర్ణవ్యవస్థ ఆరోగ్యంగా ఉండేందుకు కూడా తోడ్పడుతుంది. బరువు తగ్గాలనుకునే వారికి కూడా యాపిల్ మంచి ఎంపికగా నిలుస్తుంది. ఇందులో ఉండే ఫైబర్ ఎక్కువసేపు కడుపు నిండిన భావనను కలిగించి ఆకలిని నియంత్రించడంలో సహాయపడుతుంది. దీంతో అతిగా తినే అలవాటు తగ్గి అవకాశం ఉంటుంది. మధుమేహం ఉన్నవారిలో రక్తంలో చక్కెర స్థాయిను

సమస్యలు తలెత్తుతాయి. ఈ క్రమంలో వివిధ పోషకాలు అధికంగా ఉండే ఖర్జూరాలను ఆహారంలో భాగం చేసుకోవడం మంచిది అంటున్నారు. నెలసరి సమయంలో చిరుతిళ్ళు తినాలనిపించినప్పుడు... వాటికి బదులు డేట్స్ తీసుకోవడం మంచిది. ఫలితంగా నెలసరి నొప్పులు నుంచి ఉపశమనం పొందడం మెరుగుపడుతుంది. ఖర్జూరాలు తీసుకోవడం వల్ల ఏకాగ్రత, జ్ఞాపక శక్తి పెంపొంది అవకాశం ఉంటుందట. గర్భంతో ఉన్నప్పుడు డేట్స్ తీసుకోవడం వల్ల సుఖ ప్రసవం అయ్యే



పొట్ట ఆరోగ్యమే మన ఆరోగ్యం..



బ్యాక్టీరియా పెరుగుదలకి సామ్యపడతాయి. యాపిల్ లోని క్వెర్సిటిన్, ఫైబర్ కూడా ఇందుకు సాయపడేవి. పైగా ఫైబర్ జీర్ణప్రక్రియను వేగవంతం చేస్తుంది. చెర్రీ, పీచు, ప్రమ్, అట్రీకాల్ వంటివి శక్తి వనం చేస్తాయి. యాంటీ ఆక్సిడెంట్లకు నెలపళ్లు. ఇవి ఇన్ఫ్లమేషన్ నుంచి రక్షించేవి. విటమిన్ సి ఎక్కువగా ఉండే నారింజ, బెల్లాయి, నిమ్మ వంటి ఫిట్ ఫుడ్లను తినండి. గ్యాసిటీ మేలు చేస్తాయి. దానిమ్మ, డ్రాక్ల కూడా ఈ కోవకు చెందినవి. కాల్షి, బిటికే, రోజువారీ డైట్లో తోడ్పడే మరొక మేలు కాదు... ఫ్రూట్ బోల్ కూడా రంగు లమయంగా ఉండాలన్న మాట. ఆరోగ్యం కోసం దీనిపై దృష్టిపెట్టండి మరీ. క్రమంగా తగ్గుతుంది. అలాగే ధూమపానం, మద్యం ఎక్కువగా సేవించడం, విటమిన్ డి లోపం, పోషకాలు తక్కువగా ఉన్న ఆహారం తీసుకోవడం కూడా ఎముకలను బలహీనపరుస్తాయి. కొన్ని

చాలా మంది ఎముకలు బలహీనపడటానికి కార్యంలో లోపమే కారణమని భావిస్తారు. కానీ అది మని భావిస్తారు. కానీ అది కాలంలో యువత కూడా ఎముకల నొప్పులు, బలహీనత, త్వరగా అలసిపోవడం వంటి సమస్యలను ఎదుర్కొంటున్నారు. దీనిని జీవనశైలి, ఆహారపు అలవాట్లు, వ్యాయామం లేకపోవడం వంటి అనేక కారణాలు వూట. ఆరోగ్యం కోసం శ్రమ లేదా వ్యాయామం చేయకపోతే ఎముకల సాంద్రత క్రమంగా తగ్గుతుంది. అలాగే ధూమపానం, మద్యం ఎక్కువగా సేవించడం, విటమిన్ డి లోపం, పోషకాలు తక్కువగా ఉన్న ఆహారం తీసుకోవడం కూడా ఎముకలను బలహీనపరుస్తాయి. కొన్ని

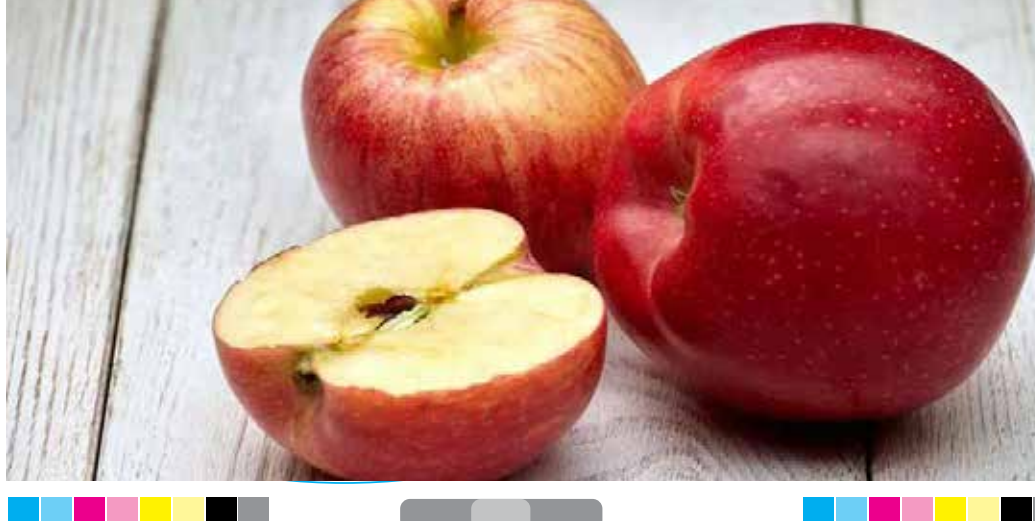
ఈ అలవాట్లు కూడా ఎముకలను బలహీనపరుస్తాయి!



యాపిల్ మన ఆరోగ్యానికి నిజంగానే మేలు చేస్తుందా..

నియంత్రించడంలో యాపిల్ లోని పాలిఫెనాల్స్ కొంతవరకు సహాయపడతాయని కొన్ని అధ్యయనాలు సూచిస్తున్నాయి. ఇవి కొల్స్ట్రాల్ డ్రైవ్ పోషణ వేగాన్ని తగ్గించడంలో, ఇన్సులిన్ పనితీరును మెరుగుపరచడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తాయని చెబుతున్నారు. అయితే మధుమేహం ఉన్నవారు యాపిల్ ను కూడా పరిమిత మోతాదులో, వైద్యులు లేదా పోషకాహార నిపుణుల సూచనల మేరకు తీసుకోవడం మంచిది. రక్తపోషకతో భాదపడేవారికి కూడా యాపిల్ ప్రయోజనకరంగా ఉంటుంది. ఇందులో ఉండే ఐరన్ ఎర్ర రక్తకణాల ఉత్పత్తికి అవసరమైన పోషకాలలో ఒకటి. అయితే తీవ్రమైన రక్తహీనతను

అవకాశాలు మెరుగుపడతాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. బోలెడన్ని ఆరోగ్య ప్రయోజనాల్ని అందిస్తున్నాయి కదా అని డేట్స్ ని మరీ ఎక్కువగా కాకుండా మితంగా తీసుకున్నప్పుడే ఆశించిన ఫలితం ఉంటుందంటున్నారు నిపుణులు. ఈ క్రమంలో రోజూకు ఐదారుకు మించి తీసుకోకుండా ఉండడం మేలంటున్నారు. యాపిల్ మన ఆరోగ్యానికి నిజంగానే మేలు చేస్తుందా..



'టమ్మీ ఖమ్... మనమూ ఖమ్...' పొట్ట ఆరోగ్యంగా ఉంటే మనమూ హాయిగా ఉంటాం... తల నుంచి పెద్దదాకా చెప్పే మాటే ఇది. తాజాగా హార్ట్ అధ్యయనంలోనే తెలిసింది. అయితే గట్ పాల్డ్ బాగుండాలంటే మాత్రం రోజూ పండ్లు తీసుకోవడం తప్పనిసరి అంటోంది. అప్పుడే పోషకాలు అందుతాయి, శరీరంలో ఇన్ఫ్లమేషన్ కూడా తగ్గుతుందట. వీటిలోని యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, ఫైబర్, విటమిన్లు జాగ్రత్త, మెట్లు ఎక్కువ, తేలికపాటి బరువులు ఎత్తడం వంటి వ్యాధులను మెరుగు చేసే విషయాలకు మార్గాలు. శరీర బరువును నియంత్రించడం ఉపయోగపడుతుంది. ధూమపానం, మద్యపానానికి దూరంగా ఉండటం మాత్రం యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీగా కూడా చాలా అవసరం. అలాగే రోజూ కొద్ది సేపు పనిచేస్తే... బెర్రీలు... రాసికి అవసరమైన విటమిన్ డి అందుతుంది. పాలు, పెరుగు, పసిడి, ఆకుకూరలు, బాదంపప్పు, నువ్వులు వంటివి కొంతమందికి అధికంగా ఉండే ఆహారాలను తరచూ తీసుకోవాలి. సమతుల్య ఆహారం తినడం, తగినంత నీరు తాగడం, ఎక్కువసేపు ఒకటింటి ఆరోగ్యకర కార్యక్రమం చేయడం కూడా ఎముకల ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తాయి. మైన గట్ కార్యక్రమం లేదా విటమిన్ డి మాత్రం సులభంగా వాడకుండా, అవసరమైతే వైద్యుల సలహాతో మాత్రమే తీసుకోవాలి. దీర్ఘకాలం ఎముకలు బలంగా, ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే మంచి ఆహారం, క్రమం తప్పని వ్యాయామం, ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలిని పాటించడం మంచిదిని నిపుణులు చెబుతున్నారు.

