

రైతులకు అండగా ధాన్య సేకరణ కేంద్రాలు

హైదరాబాద్, అక్టోబర్ 1 (పుడయం)

పశ్చింలోనే ప్రఖ్యాత ఉద్యోగులు, విశ్రాంత ఉద్యోగులకు ముఖ్యంగా యోగ్యుని రాజు కడప కడప భక్తుల (దీవి) జాతీయ విడుదలకు ముఖ్యమంత్రి పి. రేవంత్ ద్వితీయ ఉద్యోగుల సమావేశమును రాష్ట్ర ఉత్తమించినది అనుమతించి తెలిపింది. 2024 నుంచే రం నుంచి పెండింగ్లో ఉన్న ఈ జాతీయలో రెండింటిని వెంటనే విడుదల చేయాలని, వాటిని వాయిదాల పద్ధతిలో చెల్లించాలని నిర్ణయించినది. ప్రభుత్వంపై అత్యధిక భారం పడినప్పటికీ ఉద్యోగ సంఘాలకు ఇప్పటి మారు ఉద్యోగ ఈ నిర్ణయం తీసుకున్నామని, దీనిపై ఎల్ల ఎ.రా.2,500 కోట్లదనపు భారం వదులుతున్న సచివాలయంలో జరిగిన విలేకరుల సమావేశంలో మంత్రులు పాంగంగటి శ్రీనివాస రెడ్డి, పొన్నం ప్రభాకర్, అడ్డూరి లక్ష్మణ్, మామిడి సయ్యద్గంగు వెల్లడించారు. ద్వితీయ లి.లి. అంతర్గత రాష్ట్ర సచివాలయంలో సుదీర్ఘంగా సాగిన ఈ మంత్రిమండలి సమావేశంలో రాష్ట్రంలోని ప్రజల మర్యాదను, పరిస్థితులు, ఎల్లనిలో ప్రభుత్వంపై విన్న తగిన చర్యలను.

ప్రస్తుత పర్యాయంలో 17 శాతం వర్ష సాగులోని సమాదరదశలో పాలు, దాదాపు 235 మందపాత్రలో కరువు పరిస్థితులు నెలకొన్నట్లు గుర్తించారు. ఈ పరిణామాలపై సత్వర చర్యలు చేపట్టడానికి మంత్రివర్గ ఉపసలక్షణ కమిటీ కావాలని, త్వరలోనే అఖిలపక్ష సమావేశంలో పాలు రైతు సంఘాలు, నిపుణులతో సమగ్ర చర్చలు జరపాలని ముఖ్యమంత్రి ఆదేశించారు. అలాగే రాష్ట్ర పరిస్థితిని వివరించి తెలంగాణ ప్రభుత్వం సహాయం పొందించేందుకు త్వరలోనే మంత్రుల బృందం ఢిల్లీకి వెళ్లనుంది.

మంత్రిమండలి సమావేశంలోని ఇతర ముఖ్యమైన నిర్ణయాలు:
 శాస్త్ర సేకరణకర్తల సమూహత్వం: రాబోయే ఐదేళ్ల సీజన్లో 65 లక్షల మెట్రిక్ టన్నుల దాన్యం కొనుగోలు చేయాలని పన్నుదాని పౌర సరఫరాల శాఖ కొనుగోలు కేంద్రించి, డిఎన్కె అనుగుణంగా కొనుగోలు కేంద్రాలను తక్షణమే ప్రారంభించాలని ఆదేశించారు.

విద్యుత్ విడుదల: కొనుగోళ్లు: పర్యావరణం పట్ల గర్విష్ట విద్యుత్ డిమాండ్ రికార్డు సౌయల్ 19,892 మెగావాట్ల

పైకు చరేనందున,
 ఎక్కువ కోతలు
 లేకుండా అవసరమైన
 విద్యుత్ ను కొనుగోలు
 చేయాలని నిర్ణయం
 చారు. భవిష్యత్తులో
 అవసరాల కోసం
 7,800 మెగావాట్ల పు
 నరుద్ధాపక విద్యుత్
 (3,000 మెగావాట్ల
 పేర, 4,000 మెగా
 వాట్ల బ్యాంక్ నిల్వవ్వ
 వస్త, 800 మెగావాట్ల
 పవన విద్యుత్) కేంద్రాల విద్యాటుకు
 విద్యుత్ విధానంలో ప్రాజెక్టులు చేప
 ట్టేందుకు అమోదం తెలిపారు.
 పడవ మార్కెట్ వేగవంతం: రంగారాజ్
 జిల్లా అబ్దుల్లాపూరిచెట్ల మండలం
 పడవ పడవ అంతర్జాతీయ ప్రమాణా
 లతో సముగ్ర పడవ మార్కెట్ నిర్మాణా
 వై ప్రభుత్వ నిధులతోనే వేగవంతం
 చేయాలని సూచించారు.
 నీటిపారుదల ప్రాజెక్టుల రద్దు: సు
 దీర్ఘకాలంగా పెంబెరిగోట్ ఉన్న 10
 కన్నెన్ (ఇంజనీరింగ్, ప్రాక్టర్స్ లో, ఆ
 కన్నెన్) నాగనగిల్ ప్రాజెక్టులను రద్దు



చేసేందుకు ఆమోదం తెలిపారు.

నూతన డిజిటల్ ప్రసార విధానం

కేంద్ర ప్రభుత్వ నిబంధనలకు అనుగుణంగా రాష్ట్రంలో డిజిటల్ ప్రసార ప్రక్రియను ప్రత్యేక విధానానికి ఆమోదముద్ర వేసారు.

డిజిటిలైజేషన్ భవనంలో

నియమకాలు: న్యూఢిల్లీలోని తెలంగాణ భవన్ రెసిడెంట్ కమిషన్ల కార్యాలయంలో డిప్యూటీ కమిషనర్ల హాజరుతో పాటు నలుగురు ప్రధమ శ్రేణి (గ్రాండ్) ఆధికారులను నియమించేందుకు ఆమోదించారు.

మహా విపత్తును నివారించిన భారతీయుడు

- సమయస్ఫూర్తితో 174 మంది
ప్రాణాలు కాపాడిన భారత
ఫైలట్ స్కిత్ మచ్ఛర్
- ప్రపంచ వేదికపై భారత కీర్తిని
పెంచిన విమాన కెప్టెన్
- దిల్లీ వేదికగా ప్రధాని మోదీ ప్రసంగం

[illegible]

అక్టోబర్ 2 నుంచి కాక్రొచ్ జనతా పార్టీ

దేశవ్యాప్త నిరసనలు

శివాజీ పార్క్‌లో 'జైలు భరో'కు పోలీసుల నిరాకరణ

ముంబయి, అక్టోబర్ 1
(ఎఎంసీ) :

ప్రధాన ఎన్నికల కమిషన్ పట్టానే కనమూర్ తన పదవి రాజీనామా చేయాలని డిమాండ్ చేస్తూ కాక్స్ జులతా పార్టీ చేపట్టే పూట దోచునలకు బెదిల్పేయబిచ్చిందని అక్టోబర్ 2న ఢిల్లీ నుంచి అత్యంత సరైన క్యాబినెట్ నుంచి తాయని సదరు పార్టీ వ్యూహానిజ్ఞే దీప్తి వెల్లడయినా కుమార్ రాజీనామా చేసే కుర్రా హోదా అగ్గడి లేలే ప్పిన ఆయన, సీతాపేట్ కేసు ననూదు చేయాలని సేకారు. ప్రధాన ఎన్నికల కమిషన్ నియమాకు ప్రక్రియ అత్యంత సరళంగా జరగాలని, అంతిమంగా నిజ్ఞే కూడా ప్రాతినిధ్య వాల్చి కొరగా, కాక్స్

[illegible]

మా పాట్లకి నిరసన తెలిపే హక్కు కూడా లేదు

నవ్యాదితి, ఆక్టోబర్ 1 (ఎంఎస్): తమ ఓటమి హక్కును కారాసానిన వారిని భావించే ప్రజలు ఎన్నటికీ క్షమించబడరని తృణమూలీ కాంగ్రెస్ అధినేత్రి మమతా బెనర్జీ తీవ్ర ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. ప్రధాన ఎన్నికల కమిషన్ డి.జై.సి కుమార్‌ను “మాయ చేసి అధికారానికి అభివృద్ధిని తెచ్చారని, అతనిన పౌరుల ప్రాథమిక హక్కులను మాయ చేసినారని ఆరోపించారు. దేశ కాణ్డాని దిల్లీలో ఏర్పాటు చేసిన విలేజరుల సమరంలో ఆమె ఈ వ్యాఖ్యలు చేశారు.

కాల్గరాసిన వారిని భారత సేనాని మమతా బెనర్జీ తీసుకువెళ్ళి కుమార్‌ను "మాయా క హక్కులను మాయా దీనిన విలేకరుల సమ

చేయూత పింఛన్ ద్వారా
15.60 లక్షల మందికి లబ్ధి

హైదరాబాద్, అక్టోబర్ 1 (పుడయం)

తెలంగాణ ప్రభుత్వం మహమ్మద్దుల స
నక్షేపానికి, వారి భద్రతకు అత్యున్నత వై
ప్రాధాన్యమిస్తోందని రాష్ట్ర నక్షేప వై
శాఖ మంత్రి అద్దూరి లక్ష్మణ్కుమార్ వ
స్పష్టం చేశారు. అంతర్జాతీయ మహమ్మ దుల
దుల దిస్కావ్వాసి పురస్కారం మకుని చే
గృహవారి హైదరాబాద్లోని రవీం అ
ప్రధానమంత్రి నక్షేపించిన రాష్ట్రపతి వ
మేడుకతో బీసీ నక్షేపం శాఖ మంత్రి డ
హొన్నం ప్రభాకర్తో కలిసి ఆయన స
ముఖ్య అధికారి పార్థివాన్లు. ఈ సంద
దర్శనం మంత్రి పార్థివాన్లు మద్దుల
నమస్కలం చేసినపుడు మహమ్మద్దుల
ప్రతి జిల్లాలో ఒక ప్రత్యేక అధికారిని
నియమించేలా చట్టాలు తీసుకోవాలని
అధికారులను ఆదేశించారు.

హస్తరాజ్యమిది 1990లో చేసిన తీర్మా
నానికి ఆసన గుణంగా ప్రతి ఏటా అక్టోబర్
1న మహమ్మద్దుల దిస్కావ్వాసి జరుపు
కుంటూన్నామని మంత్రి గుర్తుచేశారు.

2011 జనగణా లెక్కల ప్రకారం తెలంగా
ణలో ఉన్న 32.69 లక్షల మంది మద్దుల

సంక్షేమమును దృష్టిలో ఉంచుకుని, సెప్టెంబర్ 24 నుంచి అక్టోబర్ 1 వరకు సామ్యముగా అవగాహన, వైద్య, సామాజిక కార్యక్రమాలను నిర్వహించిస్తుంది తెలిపింది.

వృద్ధుల కోసం ప్రథమత్వం అనుబంధం చేస్తున్న ప్రధాన సంక్షేమ వివరాలు: అత్యధిక భరోసా: చేయూతను పొందగల వాడా: రాష్ట్రంలోని 15.60 శాతం మంది అత్యున్నత వృద్ధులకు నెలకు రూ. 2,016 చొప్పున అత్యధిక సహాయం అందిస్తున్నారు.

ఉచిత వైద్యం: అత్యధిక పథకం కింద తీవ్ర అనారోగ్య సమస్యలకు రూ. 10 లక్షల వరకు ఉచిత సగదు రహిత వైద్య చికిత్సను అందించబడటానికి తెలిపింది.

దే కేరే కేంద్రాలు: వృద్ధుల శారీరక మానసిక వికాసానికి 30 ఉచిత దే కేరే కేంద్రాలను ఏర్పాటు చేశారు. వీటిలో పాస్టికార్యశాల, ఉచిత వైద్యం కోసం పాస్టికార్యశాలను అందిస్తున్నాయి.

కానీ 33 జిల్లాలో దశాబ్దపు వృద్ధుల సంక్షేమ పథకం: నిరాశ్రయమైన వృద్ధుల కోసం 36 జిల్లాలో దశాబ్దపు వృద్ధుల సంక్షేమ పథకం.



శ్రీమాలను నిర్విఘ్నస్వార్థం. ప్రస్తుతం 1 ఆశ్రమాలు సేవలు అందిస్తున్నాయి. ప్రత్యేక శిక్షణ: వృద్ధులకు నాణ్యమైన సరక్షణ అందించేందుకు 1,700 మంది వృద్ధుల చివరిపట్టి (జెరియాటిక్ కేర్) అనుభవ ప్రత్యేక శిక్షణ ఇవ్వాలని నిర్ణయించారు. స్వార్థం సహాయం: ట్రైబ్యూనల్స్ తీర్పులు త్వరితగ్రూరం సందర్భాల చట్టాన్ని పుష్కలత్వం కలిగి ఉన్న అమలు చేస్తూ ఉన్న మంత్రుల తెలిపారు. గత ఏడాది నిర్విఘ్నం ట్రైబ్యూనల్స్ దాఖలైన 2,505 భరణం కేసుల్లో 1,346 కేసులు, అప్పీలేట్

[illegible]

రహస్య అణు ప్రయోగాల
గుర్తింపునకు ప్రాధాన్యం

వాషింగ్టన్: ప్రపంచవ్యాప్తంగా జరిగి రహస్య అణు పరీక్షలను అత్యంత కచ్చితత్వంతో గుర్తించేందుకు అమెరికా సరికొత్త ప్రయోగాన్ని నిర్వహించినట్లు నాటకా జాతీయ భద్రతా ప్రాంగణంలో భూగర్భంలో ఈ ప్రయోగాన్ని విజయవంతంగా పూర్తి చేసింది అమెరికా రాయల్ ఆది అణు ప్రయోగం కాదని, అణుయేతర అణుయేతర కలపడం వద్దాల్సి జపిని వద్దాల్సి మాత్రమేనని అమెరికా ఇందన శాఖ స్పష్టం చేసింది అమెరికా తక్షణ తీవ్రత కలిగిన అణు విస్ఫోటనాలను కాదా అనుభవంగా పరిగట్టడం ఈ ప్రయోగం ముఖ్య డిద్దె శుభని వచ్చింది అని. నాటక ప్రాంతం 12లీ స్మి సాంగంకోలో ఈ నిర్వాహణ ప్రయోగం జరిగింది అమెరికా అధిక శక్తివంతమైన రహస్య కలపడం వద్దాల్సి అదియే వికీరణం చేయవలసిన గుర్తింపు సాధనానా అని (రేడియో ట్రేసర్) ఈ పరీక్షలో ఉపయోగించారు

ఇంతే కదా...!

మీ వ్యవహారం చూస్తుంటే CM పదవి కేవలం జామకాపిడికే అన్న సందేహం ఇప్పుడు...
 ఇబియతా బలపురస్కారమంటే, అత్రేమ
 గొర్రెపూలు పూజలకు ఇచ్చేయ్యానీ!!

వీరేశ్వరం ఎంతానీ
 గొర్రెపూలు ఎంతానీ
 తిట్టడంపైనే!
 -KTR

సిరిసిల్లా నభలో జనం లేరు
పోలీసులే ఉన్నారు

- ఆస్తులపై అత్యున్నత న్యాయస్థానం
జడ్జితో విచారణకు సిద్ధమా ?
- అమెరికా కష్టాల్ని తంతోనే
వా.పారం పెటా : కేటీఆర్

[illegible]

ఎందుకు అని ప్రశ్నిస్తున్నా. సీఎం పి
ల్లోన్న నన్నట్టి సభలో పోలీసు అధికా
రులు తప్ప సామాన్య ప్రజలు ఎవరు
లేరు. మా తాతల కాలం నుంచే మా
కుటుంబానికి వందల ఏకరాల భూమి
ఉంది. కేసీఆర్ ఎమ్మెల్యేగా, పార్లమెంట్
కు సభ్యుడిగా, రాష్ట్ర మంత్రిగా, కేంద్ర
మంత్రిగా, ఉప సభాపతిగా సుదీర్ఘక
ాలం బాధ్యతలు నిర్వహించారు. నేను
ఆమెరికాలో ఆర్థికేతరంగా ఉద్యోగం
చేసి కొంత సామన్య సుపాదించాను
ఆ కష్టానితంతో రెండు వేల ఆరో సం
వత్సరంలో ఒక నిబంధనారాల కేంద్రం
(హోటల్) ప్రారంభించాను. దాని ఒక
వేల కోట్ల పెడితే, నేటికి అది మూడవ
అయ్యా. నేను గనక రాజకీయాల్లో
రాకుండా ఉంటే... మరో పది కోట్లదా
ల ఏర్పాటు చేసేవాడిని. నా వ్యాపారాలకు
నిన్ను రేపంకెర్టింగ్ ఉపకరిగా ప్రచారం
కల్పించాను. అమెరికాలో ఒకటి ఒకరు
తమ వసులను తామే చేసుకుంటారు
శుభ్రతను పాటించడంలో తప్పముంద
రా? నా ఎన్నికల అఫిడవిట్లో స్పష్టంగా
పేర్కొనబడిన అంశాలనే నిన్ను రేపంకెర్టింగ్
తిరిగి చెప్పారు.

**ఓటర్ల సమగ్ర సవరణలో
54 లక్షల మంది చేర్పు**

- రాష్ట్ర ప్రధాన ఎన్నికల కమిషనర్
సుదర్శన్ రెడ్డి
- నోటీసులపై వివరణల స్వీకరణ..
గడువు పెంపు ఉండదు
- ఖైరతాబాద్ లో 80 వేల
మందికి నోటీసులు
- ఇంటింటికీ రానున్న బూత్ స్థాయి
- 92 లక్షల నోటీసులకు
65 లక్షల స్పందన

హైదరాబాద్: రాష్ట్రంలోని ప్రభుత్వంపైన ఓటర్ల జాబితా తప్పుకొని నమగ్నం చేయడంపై కేసులు నమోదైన సందర్భంగా ప్రజ్ఞాపాత్ర భాగంగా 92 లక్షల మందికి నోటీసులు జారీ చేసినట్లు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం వెల్లడించింది. కమిషనరీ స్థాయిలో 54 లక్షల మందిని తుది ఓటర్ల జాబితాలోకి చేర్చినట్లు ఆయన స్పష్టం చేశారు. గణాంకాలను వివరిస్తూ... "ఛైరతాబాద్ అసెంబ్లీ నియోజకవర్గ పరిధిలోకి నమోదైన 80 వేల మందికి నోటీసులు అందడంకా... నోటీసులు అందుకున్న

పాతాల్ 20 శాతం మంది
 నారకుల తమ నమాదా
 వలననే అందరికాదు.
 తోటీసులు హిందీన వారి
 భక్త పద్ధతి నేనుగా బా-
 స్తానాను అధికారులు నెక్లి
 తనకు సమైక్య ప్రకారము సెక్ర
 రిసార్సు. దీనికోసం కుటుం
 బంలోని నభ్యుంధరూ
 అండ్డన్ అందుబాటులో
 ఉన్నానని అవసరం లేదు.
 కుటుంబంలో ఏ ఒక్కరైనా
 తనదే విగిలిన నభ్యుల వివ
 రాలను అధికారులకు అం
 దించును నరహత్య. నమగ
 ననవరణ ప్రక్రియ ముగింపు
 నందును మరోసారి
 దానిదిగానే అతడవ ఏదీ
 "అని నుదర్శనరెడ్డి
 వివరించారు.



ప్రాణాంతక దాడి జరిగినా తన గురించి ఆలోచించకుండా ప్రయాణీకుల భద్రతకు పెద్ద పీట వేశారు భారత్ పైలట్ కెప్టెన్ స్మిత్ మచర్ల. తీవ్రంగా గాయపడినప్పటికీ వందలాది మంది ప్రాణాలను కాపాడారు. ఆయన ధైర్యసాహసాలు ప్రశంసనీయం. ఆయన హీరో. దేశం మొత్తం స్మిత్ ను మాన గర్విస్తోంది. అనుకోకుండా ప్రమాదం ఎదురైన సమయంలో తీవ్రంగా గాయపడినప్పటికీ ఇతరుల ప్రాణాలను రక్షించేందుకు స్మిత్ మచర్ల గొప్ప ధైర్యసాహసాలను ప్రదర్శించారు. ఆయన తెగను ప్రయాణీకుల ప్రాణాలను కాపాడటంలో పాటు పెను వివాదాన్ని అడ్డకుంది. ఆయనవేగంగా కోలుకుని మరింత సంపూర్ణ ఆరోగ్యంతో తిరిగి రావాలని ప్రార్థిస్తున్నాను.

- నరేంద్ర మోడీ, ప్రధాని

సంపాదకీయం

జీవల భారతదేశంలో విజయవెన్ నెల్ డిడిటీనీ నిర్మూలించిన జాతీయ సర్వే ప్రకారం సుమారు 3.5 కోట్ల మంది గంజాయి ఉత్పత్తులను, 2.46 కోట్ల మంది ఓపి యాయిష్టను ఉపయోగిస్తున్నట్లు చెబుతోంది. దేశంలో సుమారు 2.5 లక్షల మంది గంజాయి ఆధారిత సమస్యలతో, 77 లక్షల మంది ఓపియాయిడ్ వినియోగానికి చికిత్స అవసరమయ్యే స్థితిలో ఉన్నట్లు సర్వే తెలిపింది. దేశ వ్యాప్తంగా ఒక సంవత్సరంలో ఎన్ డి డిటీ వట్టం కింద 1,09,546 కేసులు నమోదయ్యాయి. కేంద్ర హోంశాఖ వెల్లడించిన వివరాల ప్రకారం అదే కాలంలో దేశ వ్యాప్తంగా రూ. 2.25 వేల కోట్లకు పైగా విలువైన మదకద్రవ్యాలు సాగ్డీసం చేసుకున్నారు. తెలంగాణ లోనూ పరిస్థితి అందోళనకరంగానే ఉంది. రాష్ట్రంలో ఒక సంవత్సరంలో సుమారు 2,387 ఎన్ డి డిటీ కేసులు నమోదై, 4,682 మంది నిందితులను అరెస్టు చేసినట్లు అధికారిక గణాంకాలు వెల్లడిస్తున్నాయి. రాష్ట్ర వారీకనివేదిక ప్రకారం రూ. 125.25 కోట్ల విలువైన మదకద్రవ్యాలు సాగ్డీసం చేసుకున్నారు. ఇవి అధికారికంగా నమోదైన గణాంకాలు మాత్రమే. వాస్తవంగా అక్రమంగా సాగుతున్న వ్యాపారం ఎంత వర్ధిల్లితా ఉండో అంచనా వేయడం కష్టం. ఈ గణాంకాలు దేశంలోనూ, తెలంగాణలోనూ మదకద్రవ్యాల సమస్య తీవ్రతను సూచిస్తున్నాయి. పాఠశాలల

డ్రగ్స్ అక్రమ రవాణా అరికట్టాలి

నుంచి కళాశాలల వరకు, నగరాల నుంచి గ్రామాల వరకు మత్త పదార్థాల వ్యాప్తి అందోళన కలిగిస్తోంది. ముఖ్యంగా యువత, విద్యార్థులను లక్ష్యంగా చేసుకుని అంతర్జాతీయ నెట్ వర్క్ లు, అంతర్జాతీయ మూలాల, స్థానిక దళాలు, ఆన్ లైన్ వేదికల ద్వారా పనిచేసే అక్రమ నెట్ వర్క్ లు ఈ వ్యాపారాన్ని విస్తరిస్తున్నాయి. ఒకప్పుడు అడవుల్లో గంజాయి సాగు, సగరాలలో క్రయవిక్రయాలకే ఈ సమస్య పరిమితమై ఉండేది. ఇప్పుడు డ్రగ్స్ పార్టీలు, కళాశాలల చుట్టూ ఏర్పడిన సగరాల నెట్ వర్క్ లు, ఆన్ లైన్ మార్కెట్లు, కొరియర్ వ్యవస్థల ద్వారా మదకద్రవ్యాల సరఫరా జరుగుతున్న పరిస్థితులు కనిపిస్తున్నాయి. అందు వల్ల డినినీ కేసులం ఒక వ్యక్తి బలహీనతగా చూడటం సరైనది కాదు. భారీ లాభాల కోసం సాగుతున్న అక్రమ వ్యాపారం, నిరుద్యోగం, సామాజిక అసమానతలు, వినియోగ సంస్కృతి, యువతలో పెరుగుతున్న నిరాశ, ఒంటరితనం వంటి అనేక సామాజిక, ఆర్థిక అంశాలు ఈ సమస్య విస్తరణకు కారణమవుతున్నాయి. యువతను మత్త నుంచి కాపాడాలంటే వినియోగదారుడిని మాత్రమే కాకుండా, ఈ అక్రమ వ్యాపారం వెనుక ఉన్న మొత్తం సరఫరా వ్యవస్థను అర్థం చేసుకుని అరికట్టాలిన అవసరం ఉంది. డ్రగ్స్ మాఫియా వినియోగదారులను తయారు చేయడమే కాదు... యువతను తమ వ్యాపారానికి

పెద్దప్పుగా, కొరియర్లుగా కూడా ఉపయోగించుకుంటోంది. కాలేజీ విద్యార్థులు, ఇంజనీరింగ్, ఎంబీబీ గ్రాడ్యుయేట్లు, నిరుద్యోగులు, డిలీవరీ బాయ్స్, క్యాబ్ డ్రైవర్లు, కొరియర్ సిబ్బంది, చిన్న వ్యాపారులు కూడా డబ్బు ఆకలితో ఈ మూలాల వలలో చిక్కు తున్నారు. సోఫిస్టికేటెడ్, ఆన్ లైన్ చెల్లింపులు, డిజిటల్ నెట్ వర్క్ లు ఉపయోగించి మదకద్రవ్యాల సరఫరా సాగుతోంది. యువత డ్రగ్స్ వైపు వెళ్లడానికి ఒక్క కారణం లేదు. నిరుద్యోగం, భవిష్యత్తు నిరాశ, ఒంటరితనం, మానసిక అస్థిత్వ, కుటుంబ పర్మనెన్స్ లోపం, సోఫిస్టికేటెడ్ మత్తులు గ్రూప్ చేర్చడం, సగరాల మెరైడ్ల అలవాటగా మారడం, సులభంగా డబ్బు సంపాదించాలనే ఆశ వంటి అనేక కారణాలు ఉన్నాయి. మొదట సరదాగా మొరైడ్ల అలవాట చివరకు వ్యసనంగా మారుతుంది. డబ్బు కోసం కుటుంబ సభ్యులను ఇబ్బంది పెట్టడం, అప్పులు చేయడం, అబద్ధాలు చెప్పడం నుంచి దొంగతనాలు, దాడులు, ఇతర నేరాల వరకు పరిస్థితి వైపు ప్రమాదం ఉంది. మదకద్రవ్యాల నియంత్రణకు దేశంలో ఎన్ డి డిటీ వట్టం కఠిన నిబంధనల కలిగి ఉంది. అక్రమ ఉత్పత్తి, కలిగి ఉండటం, విక్రయంచడం, కొనుగోలు చేయడం, రవాణా చేయడం వంటి వాటికి తీవ్ర శిక్షలు ఉన్నాయి. తెలంగాణలో యూల్స్ నార్మల్ డిక్లెయిర్, ఈగిల్ ఫోర్స్, హోలీసులు, టానిక్ ఫోర్స్ కలిసి పనిచేస్తున్నాయి. అయితే ఆర్మీలు, కేసులు మాత్రమే

వేమన' పద్యం

తనకు లేనినాడు దైవంబు దూరును

తనకు గల్గెనేని దైవమేల

తనకు దైవమునకు తగులాట మెట్టిదో

విశ్వదాభిరామ వినురవేమ.

సమస్యకు పూర్తి పరిష్కారం కావు. డ్రగ్స్ మాఫియా వెనుక ఉన్న పెద్ద నెట్ వర్క్ లు చేయించాలి. చట్టాన్ని ఎంతటి వాడైనా సమానంగా ఎదుర్కోగోలా అమలు చేయాలి అదే సమయంలో యువతకు నాణ్యమైన విద్య, స్థిరమైన ఉపాధి, క్రీడా మైదానాలు, గ్రంథాల యూనివర్సిటీ వేదికలు, ఆరోగ్యకరమైన విరేచన అవకాశాలు కల్పించాలి. నిరుద్యోగం, పేదరికం, సామాజిక ఒంటరితనం వంటి మల సమస్యలను పరిష్కరించకుండా డ్రగ్స్ సమస్యను పూర్తిగా అరికట్టడం సాధ్యం కాదు వ్యసనానికి గురైన వారిని కేసులం నేరస్థులుగా ముగ్ధ చేయకుండా చికిత్స, కౌన్సెలింగ్, పునరావాసం అందించాలి. అదే సమయంలో డ్రగ్స్ వ్యాపారం వెనుక ఉన్న పెద్ద మాఫియా వ్యవస్థ కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలి. డ్రగ్స్ ప్రభావం ఒక్క వ్యక్తితో అగిపోక, వారి ఆరోగ్యం, చదువు, ఉద్యోగం, సృజనాత్మకత లో పాటుకుటుంబాల్లో కోలుకోలేని అవేదనను, ఆర్థిక వివాదాన్ని నింపుతుంది. అంతే కాకుండా సమాజంలో నేరాలు పెరగడానికి, అక్రమ డబ్బు ప్రవాహానికి దారితీసే దేశ భద్రతకే ముప్పుగా మారుతుంది. సృజనాత్మకతలో దేశాన్ని ముందుకు నడిపించాలి. యువత మత్తులో ముగిసిపోతే, దేశ భవిష్యత్తే తీవ్రంగా దెబ్బతింటుంది. అందుకే మదకద్రవ్యాలపై హోటంల కేసులం హోటంల బాధ్యత మాత్రమే కాదు ప్రభుత్వం, విద్యాసంస్థలు, తల్లిదండ్రులు, సమాజం కలిసి కట్టగా ఎదుర్కోవాలిన సమగ్ర సామాజిక బాధ్యత. తల్లిదండ్రులు పిల్లలతో స్నేహపూర్వకంగా ఉంటూ వారి ప్రవర్తనను గమనించాలి, విద్యాసంస్థలు సరైన అవగాహన కల్పించాలి, ప్రభుత్వం సరఫరా వ్యవస్థను కఠినంగా అణచివేయాలి. యువతకు సరైన విద్య, నైపుణ్యం, ఉపాధి అవకాశాలు అందిస్తే వారు దేశాన్ని ప్రపంచంలోనే అగ్రగామిగా నిలిపే శక్తిగా మారతారు.

రచనలు పంపండి

పుడయం సాహిత్య పేజీ 'ఉష' కు సాహిత్య వ్యాసాలు, కవితలు, చిత్రాలు, విమర్శలు పంపించాలి. రచయితలకు ప్రత్యేకంగా చిట్టచివ్వులు, అలాగే సాహితీయం పుటల రాజకీయం అరిక, సామాజిక, సాంస్కృతిక చరిత్ర రేఖాచిత్ర వ్యాసాలు, సంపాదకీయంలు, పుస్తకమీదల సినిమా కోడులున్నాయి. వారికి ఈ కింది చివరమీద కు పంపించాలి మనవి. voodayam2007@gmail.com website : www.voodayam.com Editor : 9247698676 1-7-25/5, Risalagadda, RTC X Roads, Hyderabad - 500020

విప్పచెట్టు.. ఆదివాసీ బతుకుకు భరోసా!

పూల నుంచి పంట వరకు.. ఆదవి నుంచి ఆర్థిక జీవనం వరకు విడదీయలేని బంధం

ఆదవి అంటే కేవలం చెట్టు సమాహారం కాదు. ఆదివాసీ సమాజానికి ఆదవే ఇల్లు... ఆదవే ఆహారం... ఆదవే వైద్యం... ఆదవే జీవనోపాధి... ఆదవే సంస్కృతి... ఆదవే ఆర్థిక ప్రపంచం. ఆదవి జీవన విధానంలో తర తరాలుగా ప్రత్యేక స్థానం సంపాదించుకున్నప్పటికీ విప్పచెట్టు ఒకటి. తెలుగు ప్రాంతాల్లో ఇప్పటికీ, విప్పచెట్టు అని పిలిచే ఈ వృక్షాన్ని దేశంలోని అనేక ప్రాంతాల్లో మహిళలు అని పిలుస్తారు. శాస్త్రీయంగా ఇది Madhuca longifolia. మధ్య భారతదేశం నుంచి దక్షిణ భారతదేశంలోని అనేక అటవీ ప్రాంతాల వరకు విస్తరించిన ఈ చెట్టు, ప్రకృతి-మనిషి సంబంధానికి ఒక సజీవ ఉదాహరణగా నిలుస్తోంది.

విప్పచెట్టు అంటే చెట్టు మాత్రమే కాదు ఒక ఆదివాసీ కుటుంబం జీవితాన్ని పరిశీలిస్తే విప్పచెట్టుకు ఉన్న ప్రాధాన్యం అర్థమవుతుంది. విప్పపూలు, పండ్లు, విత్తనాలు, ఆకులు, చెట్టు నుంచి లభించే ఇతర వనరులు వారి జీవనంలో అనేక విధాలుగా ఉపయోగపడుతున్నాయి. ముఖ్యంగా విప్పపూలను సేకరించడం అటవీ ప్రాంతాల్లో తరతరాలుగా వస్తున్న జీవనోపాధి. పూలను సేకరించి ఎండబెట్టి నిల్వ చేయడం, అవసరానికి ఉపయోగించడం, మార్కెట్ లో విక్రయించడం ద్వారా ఆదాయం పొందడం వంటి పద్ధతులు అనేక ప్రాంతాల్లో కొనసాగుతున్నాయి. విప్పచెట్టు నుంచి సాగునీటి పొందడం కూడా సంప్రదాయ వినియోగాల్లో ఒకటి. అందుకే విప్పచెట్టు ఒక కుటుంబానికి ఒకే ప్రయోజనం ఇవ్వదు. వివిధ పొదవునా వివిధ రూపాల్లో ఉపయోగపడే జీవన వనరుగా నిలుస్తుంది.

ఆదివాసీ సంస్కృతిలో పవిత్ర స్థానం ప్రకృతిని విడిగా మానవ సంస్కృతి ఆదివాసీ జీవన విధానంలో కనిపించదు. కొండ, చెట్టు, వాగు,

నది, ఆదవి, నేల—ప్రకృతిలోని ప్రతి అంశంతో వారి జీవితం ముడిపడి ఉంటుంది. అందుకే కొన్ని ఆదివాసీ సమాజాల్లో విప్పచెట్టుకు కూడా పవిత్రమైన స్థానం ఏర్పడింది. అయితే విప్పచెట్టే అన్ని ఆదివాసీ తెగలకు ఒకే ఆరాధ్య దేవుడు అని చెప్పడం చారిత్రకంగా సరైనది కాదు. ప్రతి తెగకు, ప్రతి ప్రాంతానికి ప్రత్యేకమైన దేవతలు, గోత్ర సంప్రదాయాలు, పూజా విధానాలు ఉన్నాయి. కానీ విప్పచెట్టును జీవనోపాధి తగా, ప్రకృతి వరంగా, పవిత్ర వృక్షంగా గౌరవించే



సంప్రదాయం అనేక ప్రాంతాల్లో కనిపిస్తుంది. ఈ తేనెనూ గుర్రించడం చరిత్రను నిజాయితీగా చెప్పడానికి అవసరం.

పూలలో జీవితం.. విత్తనాల్లో ఆర్థిక భద్రత విప్పచెట్టు పూలు ఆదివాసీ ఆర్థిక వ్యవస్థలో కీలకమైన

అటవీ ఉత్పత్తిగా నిలిచాయి. అడవికి వెళ్లి పూలను సేకరించడం ఒక కుటుంబం లేదా గ్రామ సమాజం చేసే సామూహిక ప్రక్రియగా ఉండేది. సేకరించిన పూలను శుభ్రపరచి, ఎండబెట్టి, నిల్వ చేసి, అవసరమైనప్పుడు వినియోగించడం ద్వారా ఆహార భద్రతకు తోడ్పడేది. అడవంటూ మార్కెట్ లో విక్రయించడం ద్వారా సగటు ఆదాయం లభించేది. భారత ప్రభుత్వం మహిళా పూలు, మహిళా విత్తనాలను మైనర్ పారెస్ట్ ట్రాడ్స్ న్ కింద గుర్తించి వాటికి మార్కెటింగ్, కనీస మద్దతు

లడవి మాక్కులు చరిత్రతో బంధం విప్పచెట్టు గురించి మాట్లాడితే మధ్య అటవీ మాక్కుల చరిత్రను కూడా గుర్తు చేసుకోవాలి. శతాబ్దాలుగా అడవులపై ఆధారపడి జీవించిన సమాజాలకు అడవిలోని వనరులు వారి జీవనంలో భాగం. వలస పాలన కాలంలో అటవీలపై ప్రభుత్వ నియంత్రణ పెరగడంతో సంప్రదాయ వినియోగ పద్ధతులపై ప్రభావం పడింది. స్వాతంత్ర్యం తర్వాత కూడా అటవీ నిర్వహణ, పవనరుల వినియోగంపై ప్రభుత్వ నియంత్రణ కొనసాగింది. ఈ కాలంలోనే మధ్యలోని ముఖ్యమైన పరిణామాల్లో 2006 నాటి Forest Rights Act ఒకటి. అటవీ ప్రాంతాల్లో నివసించే పెద్దన్నా తెగలు, ఇతర సంప్రదాయ అటవీ నివాసుల హక్కులను గుర్తించే చట్టపరమైన వ్యవస్థకు ఈ చట్టం మార్గం సూచించింది. అటవీ వనరులపై సమాజాల జీవనాధార సంబంధాన్ని గుర్తించడం ఇందులో ముఖ్యమైన అంశం.

లడవి ఆర్థిక వ్యవస్థలో మహిళల పాత్ర విప్పపూల సేకరణలో మహిళల పాత్ర కూడా అనేక అటవీ ప్రాంతాల్లో కీలకంగా ఉంటుంది. కుటుంబ సభ్యులు కలిసి సేకరణలో పాల్గొనడం, పూలను

ముఖ్యమైన అంశం సంప్రదాయ జ్ఞానం. ఏ కాలంలో పూలు వస్తాయో? ఎప్పుడు సేకరించాలి? ఎలా ఎండ బెట్టాలి? ఎంతకాలం నిల్వ చేయాలి? ఏ విధంగా ఉపయోగించాలి? వంటి అనేక విషయాల తరతరాలుగా మౌఖికంగా ఒక తరం నుంచి మరొక తరానికి చేరాయి. పుస్తకాలలో మొదట చదివిన జ్ఞానం కాదు ఇది. ప్రకృతిలో కలిసి జీవించే సంపాదించిన అనుభవ జ్ఞానం. అందుకే విప్పచెట్టు కథలో ఒక వ్యక్త్యాన్ని అంశంలో పాటు ఆదివాసీ సమాజాల స్థానిక జ్ఞాన సంపద కూడా కనిపిస్తుంది.

విప్పచెట్టు మనకు నేర్పే మరో గొప్ప పాఠం ప్రకృతి సంరక్షణ. ఒక చెట్టు పూలు, పండ్లు, విత్తనాలు ఇవ్వుంది. కానీ ఆ చెట్టు పెరగడానికి సంరక్షణలు పడతాయి. పాలన కాలంలో అటవీలపై ప్రభుత్వ నియంత్రణ పెరగడంతో సంప్రదాయ వినియోగ పద్ధతులపై ప్రభావం పడింది. స్వాతంత్ర్యం తర్వాత కూడా అటవీ నిర్వహణ, పవనరుల వినియోగంపై ప్రభుత్వ నియంత్రణ కొనసాగింది. ఈ కాలంలోనే మధ్యలోని ముఖ్యమైన పరిణామాల్లో 2006 నాటి Forest Rights Act ఒకటి. అటవీ ప్రాంతాల్లో నివసించే పెద్దన్నా తెగలు, ఇతర సంప్రదాయ అటవీ నివాసుల హక్కులను గుర్తించే చట్టపరమైన వ్యవస్థకు ఈ చట్టం మార్గం సూచించింది. అటవీ వనరులపై సమాజాల జీవనాధార సంబంధాన్ని గుర్తించడం ఇందులో ముఖ్యమైన అంశం.

విప్పచెట్టు ఇప్పటి ప్రపంచంలో సంప్రదాయ అటవీ ఉత్పత్తులకు కొత్త మార్కెట్టు ఏర్పడుతున్నాయి. మహిళా పూలు, విత్తనాల ఆధారంగా విలువ ఆదానీల ఉత్పత్తులపై పరిశోధనలు జరుగుతున్నాయి. విత్తన సూని, ఆహార ఉత్పత్తులు, ఇతర సంప్రదాయ ఉత్పత్తులకు మార్కెట్ అవకాశాలు ఉన్నాయి. అయితే మార్కెట్ విస్తరణతో పాటు సేకరణదారుల ప్రయోజనాల కూడా రక్షించాలి. చెట్టు నుంచి వచ్చే ఉత్పత్తికి ధర పెరిగితే, ఆ

ఎండబెట్టడం, నిల్వ చేయడం, విత్తనానికి స్థిరం చేయడం వంటి పనుల్లో మహిళల శ్రమ ఉంటుంది. అందువల్ల విప్పచెట్టు కథను కేవలం చెట్టు-ఆదవి మధ్యగా కాకుండా కుటుంబ ఆర్థిక వ్యవస్థ, మహిళా శ్రమ, గ్రామీణ జీవన విధానం కోణంలో కూడా చూడాలి. అటవీ ఉత్పత్తులకు సరైన ధర లభిస్తే దాని తీరికే కలిసి జీవించే సంపాదించిన అనుభవ జ్ఞానం. అందుకే విప్పచెట్టు కథలో ఒక వ్యక్త్యాన్ని అంశంలో పాటు ఆదివాసీ సమాజాల స్థానిక జ్ఞాన సంపద కూడా కనిపిస్తుంది.

విప్పచెట్టు మనకు నేర్పే మరో గొప్ప పాఠం ప్రకృతి సంరక్షణ. ఒక చెట్టు పూలు, పండ్లు, విత్తనాలు ఇవ్వుంది. కానీ ఆ చెట్టు పెరగడానికి సంరక్షణలు పడతాయి. పాలన కాలంలో అటవీలపై ప్రభుత్వ నియంత్రణ పెరగడంతో సంప్రదాయ వినియోగ పద్ధతులపై ప్రభావం పడింది. స్వాతంత్ర్యం తర్వాత కూడా అటవీ నిర్వహణ, పవనరుల వినియోగంపై ప్రభుత్వ నియంత్రణ కొనసాగింది. ఈ కాలంలోనే మధ్యలోని ముఖ్యమైన పరిణామాల్లో 2006 నాటి Forest Rights Act ఒకటి. అటవీ ప్రాంతాల్లో నివసించే పెద్దన్నా తెగలు, ఇతర సంప్రదాయ అటవీ నివాసుల హక్కులను గుర్తించే చట్టపరమైన వ్యవస్థకు ఈ చట్టం మార్గం సూచించింది. అటవీ వనరులపై సమాజాల జీవనాధార సంబంధాన్ని గుర్తించడం ఇందులో ముఖ్యమైన అంశం.

విప్పచెట్టు ఇప్పటి ప్రపంచంలో సంప్రదాయ అటవీ ఉత్పత్తులకు కొత్త మార్కెట్టు ఏర్పడుతున్నాయి. మహిళా పూలు, విత్తనాల ఆధారంగా విలువ ఆదానీల ఉత్పత్తులపై పరిశోధనలు జరుగుతున్నాయి. విత్తన సూని, ఆహార ఉత్పత్తులు, ఇతర సంప్రదాయ ఉత్పత్తులకు మార్కెట్ అవకాశాలు ఉన్నాయి. అయితే మార్కెట్ విస్తరణతో పాటు సేకరణదారుల ప్రయోజనాల కూడా రక్షించాలి. చెట్టు నుంచి వచ్చే ఉత్పత్తికి ధర పెరిగితే, ఆ

ధరలో ఎక్కువ భాగం సేకరించే ఆదివాసీ కుటుంబానికి చేరకపోతే అసలు లక్ష్యం సరచేదే. కాబట్టి విప్పచెట్టు ఆర్థిక విలువ పెరగడం అంటే ముందుగా దానిపై ఆధారపడి ప్రజల ఆదాయం పెరగడం కావాలి.

చరిత్రను కేవలం పురాణంగా చూడకూడదు విప్పచెట్టును సంబంధించిన అనేక ప్రాంతీయ కథలు, స్థానిక పురాణాలు, జానపద విశ్వాసాలు ఉన్నాయి. వాటికి ప్రజల భావోద్వేగాల్లో ప్రత్యేక స్థానం ఉంది. కానీ పురాణం, జానపద విశ్వాసం, చారిత్రక ఆధారం—ఈ మూడింటిని ఒకటిగా చూడకూడదు. ఒక ప్రాంతంలో చెప్పబడే కథను మొత్తం ఆదివాసీ సమాజానికి వర్తింపే చారిత్రక సత్యంగా చెప్పడం సరైనది కాదు. అదే సమయంలో ఆ జానపద విశ్వాసాన్ని తప్పుపట్టేయడం కూడా సరికాదు. ఎందుకంటే ప్రజల సంస్కృతిని అర్థం చేసుకోవడానికి జానపద కథలు కూడా ముఖ్యమైన ఆధారాలే. నిజమైన చరిత్ర అంటే ఆధారాలను గౌరవిస్తూ, విశ్వాసాలను వాటి స్వరూపంలోనే అర్థం చేయడం.

విప్పచెట్టు భవిష్యత్తు ఎవరి చేతుల్లో? అటవీ ప్రాంతాల్లో ఆదమ్మిల్ల పేరుతో అడవుల శక్తికే మొదట నష్టపోయేది ప్రకృతిలో పాటు దానిపై ఆధారపడి ప్రజలే. విప్పచెట్టు వంటి సంప్రదాయ వనరులు శక్తికే చెట్టు మాత్రమే తగ్గదు.

ఒక కుటుంబ ఆదాయం తగ్గుతుంది. ఒక గ్రామ ఆర్థిక వ్యవస్థ దెబ్బతింటుంది. ఒక తరం నుంచి మరో తరానికి వచ్చే సంప్రదాయ జ్ఞానం అలభ్యపడుతుంది. ఒక సంస్కృతిలోని ప్రకృతి బంధం కూడా శ్రమంగా మారి పువ్వుతుంది. అందువల్ల విప్పచెట్టు సంరక్షణను కేవలం అటవీశాఖ బాధ్యతగా చూడకుండా స్థానిక సమాజాల

భాగస్వామ్యంతో ముందుకు తీసుకోవాలి. **సంపాదకుని మాట** విప్పచెట్టు గురించి మనం మాట్లాడుతున్నప్పుడు ఒక చెట్టు గురించి మాత్రమే మాట్లాడడం లేదు. అదేమో మనిషి బంధం గురించి మాట్లాడుతున్నాం. తరతరాలుగా ప్రకృతిని ఆధారంగా చేసుకుని జీవించిన ఆదివాసీ సమాజాల గురించి మాట్లాడుతున్నాం. వారి ఆహారం, వారి శ్రమ, వారి ఆర్థిక వ్యవస్థ, వారి సంప్రదాయ జ్ఞానం, వారి ప్రకృతి విశ్వాసాలు గురించి మాట్లాడుతున్నాం. విప్పచెట్టును దేవతగా కొలిచే ప్రాంతీయ విశ్వాసం ఉన్నా. లేక జీవన వృక్షంగా గౌరవించే సంప్రదాయం ఉన్నా—దాని వెనుక ఉన్న అసలు భావం ప్రకృతిపట్ల గౌరవం. చెట్టు మనిషికి ఇస్తుంది... మనిషి చెట్టును కాపాడాలి. ఇది ప్రకృతి-మనిషి మధ్య ఉన్న పూతన ఒప్పందం. అధునిక సమాజం అభివృద్ధి వైపు పరుగులు తీస్తున్న ఈ సమయంలో ఆ ఒప్పందాన్ని మరిచిపోతే స్వయం కేవలం అడవికే కాదు... మనిషికే అందుకే విప్పచెట్టును కాపాడటం అంటే ఒక వ్యక్త్యాన్ని కాపాడటం కాదు; ఒక జీవన విధానాన్ని, ఒక సంస్కృతిని, ఒక తరతరాల జ్ఞాన సంపదను కాపాడటం. ఆదవి ఉన్నంతకాలం విప్పచెట్టు ఉండాలి. విప్పచెట్టు ఉన్నంతకాలం దానిలో ముడిపడిన ఆదివాసీ జీవన సంస్కృతి గౌరవం ఉండాలి. అదే ప్రకృతి మనం ఇచ్చిన నిజమైన నివాసి.

ఎం రవీందర్
7901503777

ప్రజలతో మమేకమైన నేత సోలిపేట జీవవైవిధ్య పరిరక్షణలో వన్యప్రాణులు

తెలంగాణ ఉద్యమంతో మమేకమైన చిత్తశుద్ధి గల నాయకుడు సోలిపేట రామలింగారెడ్డి. నిత్యం ప్రజల మధ్యనే మనుగడ సాగించిన నిరాడంబర నేతగా ప్రజల హృదయాల్లో రామలింగారెడ్డి చెరగని ముద్రపడినారు. సోలిపేట రామలింగారెడ్డి (అక్టోబరు 2, 1961 ఆగస్టు 6, 2020) తెలంగాణ రాష్ట్ర సమితికి చెందిన రాజకీయ నాయకులు, ప్రముఖ పాత్రికేయులు, జర్నలిస్టు సంఘ నేతగా సుపరిచితులు. తెలంగాణ రాష్ట్ర సమితి పార్టీ తరఫున 2004, 2008 (ఉప ఎన్నికలలో దొమకూరు శాసనసభ నియోజకవర్గం నుండి 2014, 2018 ఎన్నికలలో బుట్టాక శాసనసభ నియోజకవర్గం నుండి ఎమ్మెల్యేగా గెలుపొందారు. 1962 అక్టోబర్ 2 న సిద్దిపేట జిల్లా బుట్టాక మండలంలోని చిట్టాపూర్ లోని సామాన్యతల్లి కుటుంబంలో జన్మించిన రామలింగారెడ్డి విద్యార్థి దశ నుంచే ప్రజా ఉద్యమాల వైపు ఆకర్షితులయ్యారు. ప్రజల హక్కులకు కాపాడడానికి పత్రికలు ఉపయోగపడతాయనే విశ్వాసంతో జర్నలిస్టు వృత్తిని ఎంచుకున్నారు. చామపల్లె భావాలతో ప్రేరేపితం లైన రామలింగారెడ్డి మెదక్ జిల్లాలో ఎగిసి పడిన ఉద్యమాలకు బాసటగా నిలిచారు. జర్నలిస్టు సంఘం నాయకుడిగా కూడా రామలింగారెడ్డికి ప్రత్యేక స్థానం వుండేది. జర్నలిస్టుల సమస్యల పరిష్కారం కోసం రామలింగారెడ్డి కాలేజీని పోరాటాలు చేశారు. తన సమీప ఆదర్శాలను ఆచరణలోకి తెచ్చిన అభ్యుదయవాది సోలిపేట. పరకట్టుం, తదితర అడంబరాల ప్రసక్తి లేకుండా సభావివాహం చేసుకున్నారు. ప్రజాకవి కాళోజీ పాటు, ఆనాటి సిద్దిపేట శాసనసభ్యులైన నేటి తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి కేసీఆర్ సమక్షంలో చేతుల వివాహం జరిగింది. ఆనాటి నాన్నాన్న తనవరకే వచ్చింది చేయకుండా తన పిల్లలకు కూడా అదే పద్ధతిలో వివాహాలు జరిపించిన ఆచరణలోని సోలిపేట. పాఠశాల స్థాయిలోనే ఉద్యమాలపై ప్రేమ పెంచుకున్న రామలింగారెడ్డి, ఇంటర్ తరువాత అర్.ఎన్.యూ. (రాడికల్ స్టూడెంట్స్ యూనియన్) జిల్లా అధ్యక్షుడిగా పని చేశారు.



ప్రజా సమస్యల్లో పాలుపంచుకుంటూ వస్తున్న క్రమంలో సోలిపేట నుంచి కూడా ఎన్నో ఇబ్బందులు ఎదురయ్యాయి. 1991 లో టాడ కేసు పెట్టారు. విప్లవ సాహిత్యంతో పాటు బాంబులు దొంగిలించి, నక్సలైట్ గా పనిచేస్తున్నారని కేసు వేట్టి నిర్బంధంలో ఉంచి పిల్లలపంతులకు గురిచేశారు. నాలుగు రోజులకు సుంటర్ షెల్ లేకుండా లించారు. ఈ క్రమంలోనే దేశ, రాష్ట్రంలో జర్నలిస్టులు, ప్రజా సంఘాలు ఉద్యమాలు చేపట్టాయి. అందరినీ లో కూడా ఊర్ధ్వమాల చేపట్టాయి. కేంద్ర మానవ హక్కుల కమిషన్ రంగారాజన్ జ్యోక్తితో కోర్టు విచారణలో పోలిసులు తప్పుడు కేసు పెట్టారని తెలదంతో నిర్దోషిగా బయటకు వచ్చారు. 1983 తరువాత ఉదయం దినపత్రికలో రిపోర్టర్ గా చేరాడు. వార్త రిపోర్టర్ గా కొనసాగుతూ ఎమ్మెల్యేదబ్బు,జై (జర్నలిస్టు యూనియన్) జిల్లా అధ్యక్షుడిగా రెండుసార్లు పనిచేశారు. జిహూబాబా లో, సిద్దిపేటలో వార్త రిపోర్టర్ గా పనిచేశారు. సుమారు 25 ఏళ్లు పాత్రికేయునిగా పనిచేసిన రామలింగారెడ్డి కేసీఆర్ పిలుపుమేరకు రాజకీయంలోకి వచ్చాడు. 2004లో తెలంగాణ రాష్ట్ర సమితి పార్టీ తరఫున ఉమ్మడి ఆంధ్రప్రదేశ్ శా

సనసభ ఎన్నికల్లో దొమకూరు శాసనసభ నియోజకవర్గం నుండి పోటీచేసి ఎన్నికై తొలిసారిగా శాసనసభలో అడుగుపెట్టారు. 2008 ఉప ఎన్నికల్లో కూడా శాసనసభలో రామలింగారెడ్డి, 2009 ఎన్నికల్లో ఓడిపోయారు.

ప్రజాసేవలో నిమగ్నమౌతూనే, ఇతర మెదక్ జిల్లాలో తెలంగాణ ఉద్యమ నిర్వాహకంలో రామలింగారెడ్డి చురుకైన పాత్ర పోషించారు. సమైక్యవాద నాయకులు కల్పించే ప్రలోభాలకు లొంగకుండా చెరగని సంకల్పంతో పోరాటంలో లించారు. ఉద్యమ ప్రయోజనాలకోసం నాయకత్వం నిర్వహించినప్పుడు తన ఎంపిఎల్ఎ తెలంగాణ రాష్ట్రం ఏర్పడిన తరువాత 2014లో బుట్టాక శాసనసభ నియోజకవర్గం నుండి పోటీచేసి కాంగ్రెస్ అభ్యర్థి చెరుకు ముత్తంరెడ్డిపై 37,925 ఓట్ల తేడాతో గెలుపొందారు. 2018లో జరిగిన ముందస్తు తెలంగాణ శాసనసభ ఎన్నికలలో కాంగ్రెస్ ప్రయోజనాలకు నాగేశ్వరరెడ్డిపై 62,500 ఓట్ల తేడాతో గెలుపొందారు. శాసనసభ అంచనాల కమిటీ వైర్మన్ గా కూడా పనిచేశారు. సిద్దిపేటలోని జర్నలిస్టు కాలనీలో ప్రభుత్వం ఇచ్చిన ఫ్లోయర్ కట్టుకున్న స్థానాధిపత్యం ఇచ్చిన పనిచేసిన రామలింగారెడ్డి అడంబరంగా జీవించారు. ఉదయం లేచింది మొదల నియోజకవర్గ ప్రజల బాగోగులు చూడడం, సమస్యల పరిష్కారం కోసం కృషి చేయడం నిత్యకృత్యంగా పెట్టుకుని, ప్రజల కోసం పనిచేసే జీవన విధానంగా ఎంచుకున్న అరుదైన నాయకుడు రామలింగారెడ్డి. మధుమేహ వ్యాధి బాధపడుతున్న రామలింగారెడ్డి కాలికి గాయమై అది ప్రమాదకరంగా పరిణమించడంతో గత ఆగస్టు 5 వ తేదీన ఆర్థికరీతి దాటాక గుండెపోటుతో తుది శ్వాస విడిచారు.

పాతరాతి యుగం నుంచి నేటి వరకు కూడా ప్రపంచ మానవాళి ఆహారం, ఔషధాలు, గృహనిర్మాణం, ఇంధనం, వస్త్రాల కోసం వనాలపై లేదా అటవీ వృక్ష జంతుజాలపై ఆధారపడి ఉంటున్నాడు. ప్రకృతి సహజ అంశాల విందులు ఆరబోస్తున్న అటవీ సంపద పర్యావరణ వ్యవస్థను కాపాడడం జరుగుతున్నప్పటికీ మానవ తపిదాలతో వన్యప్రాణుల సంఖ్య తగ్గడం, జీవ వైవిధ్యానికి విఘాతం కలగడం జరుగుతున్నది. అన్నిరకాల వృక్షజంతుజాలంతో మనిషి కలిసి స్నే

ఈ మసాలాలను ఎంతో రుచిగా ఇంట్లోనే తయారు చేయవచ్చు..



వంటకు

రుచి, సువాసన తీసుకురావడంలో మసాలాలకు ప్రత్యేకమైన పాత్ర ఉంటుంది. బిర్లానీ, సాంబార్, పప్పు, కూరలు వంటి వంటకాల కోసం చాలామంది మార్కెట్ లో లభించే ప్యాకెట్ మసాలాలపై ఆధారపడుతుంటారు. అయితే ప్యాకెట్ తెరిచిన తర్వాత గాలి, తేమకు గురికావడం వల్ల వాటి సువాసన, నాణ్యత తగ్గే అవకాశం ఉంటుంది. అందుకే ఇంట్లో ఆందుబాటులో ఉండే సంపూర్ణ మసాలా దినుసులతో తాజా మసాలాలను తయారు చేసుకోవడం మంచి ప్రత్యామ్నాయం. ఇంట్లో తయారు చేసుకునే మసాలాల్లో ఉపయోగించే పదార్థాల నాణ్యత, తాజాదనాన్ని మనమే నియంత్రించుకోవచ్చు. ముందుగానే తయారు చేసే గాలి చొరబడని డబ్బాల్లో భద్రపరుచుకుంటే అవసరమైనప్పుడు సులభంగా ఉపయోగించుకోవచ్చు. ఇంట్లో సులభంగా చేసుకోదగిన కొన్ని మసాలాల గురించి వంట నిపుణులు వివరిస్తున్నారు. గరం మసాలా తయారీకి 2 టేబుల్ స్పూన్ ధనియాలు, ఒక టేబుల్ స్పూన్ జీలకర్ర, ఒక టీ స్పూన్ మిరియాలు, 4-5 పచ్చి యాలకులు, 2 నల్ల యాలకులు, ఒక ఇంచు దాల్చిన చెక్క, 4-5 లవంగాలు, ఒక బిర్లానీ అకు తీసుకోవాలి. వీటన్నింటినీ తక్కువ మంటపై 2-3 నిమిషాలు పొడిగా వేయించి సువాసన వచ్చిన తర్వాత పూర్తిగా చల్లారాలి. అనంతరం మెత్తగా పొడి చేసి గాలి చొరబడని డబ్బాలో నిల్వ చేసుకోవాలి. చాట్ మసాలా కోసం 2 టేబుల్ స్పూన్ జీలకర్ర, ఒక టేబుల్ స్పూన్ ధనియాలు, ఒక టేబుల్ స్పూన్ నల్ల ఉప్పు, ఒక టీ స్పూన్ సాధారణ ఉప్పు, ఒక టీ స్పూన్ మిరియాలు, ఒక టీ స్పూన్ ఆమెచూర్ పొడి, అర టీ స్పూన్ అల్లం పొడి

తీసు

కోవాలి. జీలకర్ర, ధనియాలు వేయించి చల్లారిన తర్వాత పొడి చేసి మిగతా పదార్థాలతో కలిపి పొడి డబ్బాలో భద్రపరచాలి. దక్షిణ భారతీయ సాంబార్ మసాలా కోసం 2 టేబుల్ స్పూన్ ధనియాలు, ఒక టేబుల్ స్పూన్ శనగపప్పు, ఒక టేబుల్ స్పూన్ మినపపప్పు, ఒక టీ స్పూన్ జీలకర్ర, 8-10 ఎంచు మిరపకాయలు, అర టీ స్పూన్ మెంతులు, 8-10 కర్రపేపాకులు తీసుకోవాలి. వీటిని ఒక్కొక్కటిగా బంగారు రంగు వచ్చే వరకు వేయించి పూర్తిగా చల్లారిన తర్వాత మెత్తగా పొడి చేసుకోవాలి. ఈ మసాలాలను సాంబార్ కో పాటు ఇతర దక్షిణ భారతీయ వంటల్లోనూ ఉపయోగించవచ్చు. కూరల కోసం నల్ల మసాలా తయారు చేయాలంటే 2 టేబుల్ స్పూన్ ధనియాలు, ఒక టేబుల్ స్పూన్ జీలకర్ర, ఒక టీ స్పూన్ సోంఫ, ఒక టీ స్పూన్ పసుపు, ఒక టీ స్పూన్ కారం, ఒక టీ స్పూన్ మిరియాలు, 4 లవంగాలు, ఒక ఇంచు దాల్చిన చెక్క తీసుకోవాలి. ధనియాలు, జీలకర్ర, సోంఫ, మిరియాలు, లవంగాలు, దాల్చిన చెక్కలను వేయించి చల్లారిన తర్వాత పొడి చేసి పసుపు, కారం కలపాలి. బిర్లానీ మసాలా కోసం 2 టేబుల్ స్పూన్ ధనియాలు, ఒక టేబుల్ స్పూన్ జీలకర్ర, ఒక టేబుల్ స్పూన్ మిరియాలు, 2 నల్ల యాలకులు, 5 పచ్చి యాలకులు, 6 లవంగాలు, ఒక ఇంచు దాల్చిన చెక్క, ఒక స్పాగ్ అనీస్, ఒక బిర్లానీ అకు, ఒక టీ స్పూన్ జాపత్రి తీసుకోవాలి. అన్ని సంపూర్ణ మసాలా దినుసులను తక్కువ మంటపై సువాసన వచ్చే వరకు వేయించి పూర్తిగా చల్లారాలి. అనంతరం మెత్తగా పొడి చేసి గాలి చొరబడని డబ్బాలో నిల్వ చేసుకోవాలి.

ఆ నగలు వన్నె తగ్గకుండా



ఈ నగల్గి గాలికి వదిలేయిద్దు. వాదిన ప్రతిసారి చెమట, ధూళి లేకుండా పొడికాత్ తుడవాలి. జివోలాక్ కవర్స్ లేదా మెత్తని వెల్డెట్ బాక్సుల్లో విడివిడిగా ఉంచాలి. ఇతర నగలతో ఒకే డబ్బాలో వేస్తే రాబడికి పూత ఉడిపోయి అవకాశం ఉంది.

సాధారణ దగ్గు, జలుబు, కోవిడ్ ల మధ్య లక్షణాలు ఎలా ఉంటాయి..

చలికాలం ప్రారంభమయ్యే సమయంలో కోవిడ్-19, అధినిస్, ఫ్లూ, సాధారణ జలుబు వంటి శ్వాసకోశ ఇన్ ఫెక్షన్లు ఎక్కువగా కనిపిస్తాయి. వీటిలో చాలా వ్యాధుల లక్షణాలు ఒకేలా ఉండడంతో నిమిషాల వచ్చిన ఇన్ ఫెక్షన్ ఏదో గుర్తించడం కొన్నిసార్లు కష్టంగా ఉంటుంది. దగ్గు, ముక్కు కారడం, గొంతు నొప్పి వంటి లక్షణాలు కనిపించినప్పుడు పిల్లలను స్కూల్ కు పంపించాలా, ఇంట్లోనే ఉంచాలా అనే సందేహం తల్లిదండ్రులకు

దగ్గు, తుమ్ములు, గొంతు నొప్పి, ముక్కు కారడం వంటి లక్షణాలు సాధారణంగా కనిపిస్తాయి. ఇవి ఎక్కువగా స్వల్పంగా ఉండి, అదృష్టవశాత్తూ 7 నుంచి 10 రోజుల్లో తగ్గిపోతాయి. కోవిడ్-19 మాత్రం సార్వ-కోవ్-2 అనే వైరస్ వల్ల వస్తుంది. దీని లక్షణాలు సాధారణంగా 7 నుంచి 14 రోజుల వరకు ఉంటాయి. కొందరిలో మూడు నుంచి నాలుగు వారాల వరకు కొనసాగుతాయి. దగ్గు, గొంతు నొప్పి, ముక్కు కారడంతోపాటు శరీర నొప్పిలు, శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బంది, తలనొప్పి, అలసట, జ్వరం, రుచి లేదా వాసన కోల్పోవడం వంటి లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. కడుపునొప్పి, వాంతులు, విరేచనాలు వంటి జీర్ణవ్యవస్థకు సంబంధించిన లక్షణాలు కూడా కొందరిలో కనిపించే అవకాశం ఉంది. ఫ్లూ లక్షణాలు సాధారణ జలుబు లేదా కోవిడ్ తో



లకు పసుపు. అనారోగ్యంగా ఉన్న పిల్లలను స్కూల్ కు పంపించడం వల్ల వారు కోలుకోవడానికి ఎక్కువ సమయం పట్టే అవకాశం ఉండడంతో పాటు, తోటి విద్యార్థులకు, నిబ్బందికి కూడా ఇన్ ఫెక్షన్ వ్యాపించే ప్రమాదం ఉంటుంది. ముఖ్యంగా ఇప్పటికే ఇతర ఆరోగ్య నిమిషాలు ఉన్నవారికి ఈ ఇన్ ఫెక్షన్లు తీవ్రమైన సమస్యలకు దారితీసే అవకాశం ఉంటుంది. సాధారణ జలుబు వివిధ రకాల వైరస్ ల వల్ల

అనుమానం ఉంటే ఇంట్లో కోవిడ్ పరీక్ష చేయవచ్చు. పరీక్ష పాజిటివ్ గా వస్తే ఫలితం సాధారణంగా నమ్మదగినదే అయినప్పటికీ, నెగిటివ్ ఫలితం వచ్చినంత మాత్రాన ఇన్ ఫెక్షన్ లేదని పూర్తిగా నిర్ధారించలేం. లక్షణాలు కొనసాగితే 48 గంటల తర్వాత మళ్ళీ పరీక్ష చేయడం లేదా వైద్యుల సూచన మేరకు పీసీఆర్ పరీక్ష చేయించుకోవచ్చు. కోవిడ్, ఫ్లూ లీకాలను ఆరు నెలలు దానినీ పిల్లలకు, వైద్యపరంగా ఎలాంటి అభ్యంతరాలు లేనప్పుడు ఇవ్వాలని సంబంధిత వైద్య సంస్థలు సూచిస్తున్నాయి. టీకా తీసుకున్న తర్వాత కూడా ఇన్ ఫెక్షన్ వచ్చే వాన్ని ఉంటుంది, కానీ తీవ్రమైన అనారోగ్యం, ఆసుపత్రిలో చేరే ప్రమాదాన్ని తగ్గించడంలో టీకాలు సహాయపడతాయి. సాధారణంగా చాలా మంది పిల్లలు ఇంట్లోనే కోలుకుంటారు.



చక్కని ఆరోగ్యం



జర్ర పరివర్తనాసనం

చేసే విధానం: మ్యాట్ పైన వెల్లకిలా పడుకోవాలి. ఇప్పుడు రెండు కాళ్ళను పైకి లేపి నిటారుగా ఉంచాలి. చేతులు ఇరువక్కలా భుజాలకు సమాంతరంగా చాచాలి. గాలి తీసుకుంటూ, వదులుతూ కాళ్ళను కుడి అరచిలో ఉండే విధంగా నేలపైపై తీసుకురావాలి. తలను ఎడమవైపు తిప్పి, ఎడమ అరచిని చూడండి. మోకాళ్ళను వంచకుండా సాధ్యమైనంత సాగదీయండి. ఇలా సాధారణ శ్వాసలు చేస్తూ 12-15 సెకన్లు ఉంచాలి. తర్వాత నిదానంగా కాళ్ళను మళ్ళీ 90 డిగ్రీల కోణంలోకి తీసుకురావాలి. ఆపై కిందకు దించి శవాసనంలో విశ్రాంతి పొందండి. ఇప్పుడు అసన్నాన్ని మరో వైపు వునరావృతం చేయండి.

జాగ్రత్తలు: నడుము, తుంటి స్వల్పంలు అయినవాళ్ళు, నడుమునొప్పి ఉన్నవాళ్ళు కొన్ని జాగ్రత్తలతో చేయాలి.



నడుము నొప్పి ఉన్నవాళ్ళకి మంచి ఆసనం. ఎక్కువగా డ్రైవింగ్ చేసేవాళ్ళు రోజూ చేస్తే మేలు. కాలేయం, స్త్రీహం, జీర్ణాశయాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. గ్యాస్ సమస్య నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. ఆహారం: తాజా పండ్లు, డ్రైఫ్రూట్స్, ప్రోటీన్, ఫైబర్ ఇంట్లో ఎక్కువగా లభించే ఆహారం తీసుకోవాలి. జరిగే పూజలు, ధ్యానం, శుభకార్యాలకు, ముత్యదుప్పలకు వాయుసమస్యనాశి. పూలు చేర్చండి. పండ్లతో పాటు ఎక్కువగా ఉపయోగించేది తమలపాకులే. ఇలా శుభప్రదంగా వాడే తమలపాకులు

ఎప్పుడో ఒకసారి అక్కసా తుగ్గా తీసి పదార్థాలు తినాలనిపించడం, అలసిపోయిన తర్వాత చివ్వి లేదా ఉప్పుగా ఉండే పదార్థాల కోసం ఆరాటపడడం సహజమే. అయితే తరచూ ఒకే రకమైన ఆహారం కోసం బలమైన కోరిక కలగడం మెనుక మన రోజువారీ అలవాట్లు, భావోద్వేగాలు, హార్మోన్స్ లేదా శరీరంలో చోటుచేసుకునే కొన్ని మార్పులు కారణమై ఉంటాయని పోషకాహార నిపుణులు చెబుతున్నారు. అయితే ఇలాంటి ఆహార కోరికలను ఆధారంగా చేసుకుని ఏదైనా ఆరోగ్య సమస్యను నిర్ధారించుకోవడం మాత్రం సరికాదు. అవి శరీరం లేదా

తరచూ తీపి పదార్థాలను తినాలనే కోరిక కలుగుతుందా..



మనస్సులో ఏం జరుగుతుందో అర్థం చేసుకోవడానికి కొన్ని సంతకాలను మాత్రమే అందిస్తాయి. అక్కసా తుగ్గా తీసి పదార్థాలు తినాలనే కోరిక కలగడానికి భోజనం తర్వాత రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు వేగంగా పెరిగి, ఆ తర్వాత తగ్గడం ఒక కారణం కాదని పోషకాహార నిపుణులు పేర్కొంటున్నారు. ఇలాంటి సమయంలో ప్రోటీన్లు, వీరు పదార్థాలు ఉండే ఆహారాన్ని తీసుకోవడం ద్వారా రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు స్థిరంగా ఉండేలా చూసుకోవచ్చని సూచిస్తున్నారు. అలాగే ఉప్పుగా ఉండే పదార్థాలపై ఎక్కువగా కోరిక కలగడం, ముఖ్యంగా వ్యాయామం చేసినప్పుడు ఎక్కువగా చెమట పట్టడం లేదా వేడి వాతావరణంలో శరీరం ద్రవాలు, ఎలక్ట్రైలైటుస్ కోల్పోవడంతో సంబంధం కలిగి ఉంటాయని చెబుతున్నారు. అలాంటి సందర్భాల్లో కొబ్బరి నీళ్లు లేదా మజ్జిగ వంటి పానీయాలు ద్రవాలు, ఎలక్ట్రైలైటుస్ తిరిగి భర్తీ చేయడంలో సహాయపడతాయి. అయితే మంచు ముక్కులు, నుద్దు, మట్టి వంటి ఆహారం కాని పదార్థాలను తినాలనే కోరికను మాత్రం నిర్లక్ష్యం చేయకూడదు. ఇలాంటి వాటిని తినాలనే పదేపదే కోరికను పైకా అనే రుగ్మతతో సంబంధం ఉంటుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఈ పరిస్థితిలో ఆహారం కాని పదార్థాలను తినాలనే బలమైన కోరిక కలుగుతుంది. కాబట్టి ఒకే రకమైన అసాధారణ కోరిక తరచూ కలుగుతున్నట్లయితే దాన్ని గమనించడం, అవసరమైతే ఆరోగ్య నిపుణులను సంప్రదించడం ద్వారా దాని వెనుక ఉన్న కారణాన్ని గుర్తించే అవకాశం ఉంటుంది. అవసరం లేని ఆహార కోరికలను నియంత్రించేందుకు కొన్ని సాధారణ అలవాట్లు కూడా ఉపయోగపడతాయి.

జుట్టు పెరిగేందుకు మర్దన!



వంటివి వాడటం వల్లే సాధ్యం కాదు. కుదుళ్ళకు తగిన పోషణ అందాలి. అందుకోసం మూడుకు మర్దన అవసరం. వంటి పోషక విలువలన్నీ సూచించిన తలకు పట్టిచి వేళ్ళతో సున్నితంగా మసాజ్ చేయాలి. దీనివల్ల కుదుళ్ళకు నేరుగా పోషణ అందుతుంది. మూడురోజు రక్తనాళాల ఉత్తేజితవస్థ దంతో పాటు హెయిర్ ఫాలిక్లర్ బలపడతాయి. దీంతో కొత్త జుట్టు త్వరగా వస్తుంది. మానసిక ఒత్తిడి జుట్టు రాలడానికి ఒక ప్రధాన కారణం. హెయిర్ మసాజ్ వల్ల నాటి వ్యవస్థ శాంతిని, శరీరంలో కాల్షియాన్ని స్థాయిలు తగ్గుతాయి. మనసు

ప్రశాంతంగా ఉన్నప్పుడు హార్మోన్స్ సమతుల్యత దెబ్బతినకుండా ఉంటుంది. ఇది పరోక్షంగా జుట్టు ఆరోగ్యానికి, పెరుగుదలకు తోడ్పడుతుంది. మసాజ్ చేయడం వల్ల తలలోని సెబాషియస్ గ్రంథులు ఉత్తేజితవస్థలో ఉండి సూచించిన సూచనలను ఉత్పత్తి చేస్తాయి. దీనివల్ల స్కాల్ప్ పొడిబారకుండా కాపాడుతుంది. తద్వారా చుండు సమస్య తగ్గి, జుట్టు ఆరోగ్య కరంగా పెరుగుతుంది. త్వరగా ఊడిపోవడం లేదా చిల్లిపోవడం వంటి సమస్యలు రావు. అందుకే, వారానికి కనీసం 2-3 సార్లు... మసాజ్ తలకు మసాజ్ చేసుకోవటాన్ని నిపుణులు.

అందుకే తమలపాకు మంచిదట!

కొన్ని రకాల అనారోగ్యాల్ని దూరం చేసేయటాన్ని నిపుణులు. ఇందుకు వీటిలోని జెడర్ గుణాలే కారణమట! మరి, అవేంటో తెలుసుకుందారండి.. కొంతమంది తమలపాకును రోజూ నములుతుంటారు. దీనివల్ల శరీరంలో కొన్ని రకాల ఆరోగ్య సమస్యలతో బాధపడతారు. పెద్ద కప్పు నీటిలో కొన్ని తమలపాకు



కులు వేసి నీళ్లు సగమయ్యేంత వరకు మరిగించాలి. ఈ నీటిని తాగడం వల్ల కూడా పలు ప్రయోజనాలు పొందవచ్చు. అలాగే ని ఆరోగ్యానికి మంచిదని అతిగా తీసుకోవడం కూడా మంచిది కారణమన్నారు నిపుణులు. ఇవి నోటి దుర్వాసనను దూరం చేస్తాయి. అలాగే చిగుళ్ళ నుంచి వచ్చే రక్తస్రావాన్ని ఆపి... దంతాలను దృఢపరిచే గుణం తమలపాకులకు ఉండటాన్ని నిపుణులు. చర్మంపై దురద, నాల్గ్.. మొదలైన సమస్యలను కూడా తమలపాకులు దూరం చేస్తాయట. వీటిలో ఉండే యాంటీసెప్టిక్ గుణాలే ఇందుకు కారణమట. గాయాలు మానడానికి తమలపాకుల్ని ఉపయోగిస్తారు. ఈ క్రమంలో కొన్ని తమలపాకుల నుంచి తీసిన రసాన్ని గాయంపై రాసి.. దానిపై మరో తమలపాకును ఉంచి కట్టు కట్టాలి. ఫలితంగా గాయం మానే అవకాశం ఉండటాన్ని నిపుణులు. అయితే ఈ చిట్కాలను పాటించే ముందు ప్యాన్ టెస్ట్ చేసుకోవడం మంచిది. తమలపాకుల్ని నీటిలో, ఆ రసాన్ని మింగడం వల్ల జీర్ణ వ్యవస్థ సక్రమంగా పనిచేస్తుంది.

ఉన్నాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. అయితే నెయ్యి ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తుందనే సమస్యతో పరిమితి లేకుండా తీసుకోవడం మాన్పించుకోవాలి. అలాగే నెయ్యి దానిని సాగు చేస్తూ ఉండి, నెయ్యిలో కొవ్వు, ముఖ్యంగా సంతృప్త కొవ్వు అధికంగా ఉంటుంది. సుమారు 100 గ్రాముల నెయ్యిలో 883 కిలోకేలరీల శక్తి ఉంటుంది. అందువల్ల నెయ్యి నాణ్యత తోపాటు తీసుకునే పరిమాణంపై కూడా శ్రద్ధ పెట్టడం అవసరం. రోజువారీ ఆహారంలో నెయ్యి పరిమాణం పెరిగితే శరీరంలో సంతృప్త కొవ్వు అధికమవుతుంది. ఇది రక్తంలో కొలిస్ట్రాల్ స్థాయిలను ప్రభావితం చేస్తుంది. అధిక కొలిస్ట్రాల్ కాలక్రమేణా రక్తనాళాల గోడలపై పెరుకుపోయి వాటిని ఇరుకుగా మార్చే అవకాశం ఉంటుంది. ఫలితంగా గుండె ఆరోగ్యంపై ప్రతికూల ప్రభావం పడుతుంది. ముఖ్యంగా భారతీయ యుల్లో పెరుకుతున్న సన్నగా కనిపించినప్పటికీ శరీరంలో కొవ్వు నిల్వలు ఎక్కువగా ఉండే అవకాశం ఉందని ఈ అంశం మరింత ప్రాధాన్యం సంతరించుకుంటుంది. ఆసియా ప్రజలకు అధిక బరువును అంచనా వేసి హామీ పని ఇండెక్స్ పరిమితి 23 గా పరిగణిస్తారు. ఆరోగ్యకరమైన పెద్దలు రోజుకు ఒకటి నుంచి రెండు టీస్పూన్ల నెయ్యిని మొత్తం పంట కొవ్వుల పరిమితిలో భాగంగా తీసుకోవాలి. నెయ్యి, సూచించిన, వెన్న వంటి అన్ని కొవ్వులు కలిపి రోజుకు సుమారు 20 నుంచి 50 గ్రాముల పుష్ట ఉండేలా చూసుకోవాలి. ఇది వ్యక్తి శారీరక చురుకుదనాన్ని బట్టి మారుతుంది. రోజువారీ శక్తి అవసరాల్లో సంతృప్త కొవ్వు వాటా 7 శాతానికి మించకుండా చూసుకోవడం మంచిది. ఇప్పటికే గుండె జబ్బులు, మధుమేహం లేదా అధిక కొలిస్ట్రాల్ ఉన్నవారు నెయ్యి పరిమాణాన్ని మరింత తగ్గించుకోవాలి. ఇలాంటి సందర్భాల్లో రోజుకు ఒక టీస్పూన్ వరకు పరిమితం చేయడం, మిగతా వంటకాల అవ్వలు, పేరుతెగిన, నువ్వుల సూచించిన ఉపయోగించడం సూచించారు. అయితే నెయ్యి పూర్తిగా మానేయాలనే అవసరం లేదని చెబుతున్నారు. వంటలో ఎక్కువగా వేయడం కంటే చివర్లో రుచి, సువాసన కోసం కొద్దిగా ఉపయోగించడం మంచిది. ఉదాహరణకు, పప్పు లేదా ఇతర వంటకాలపై కొద్దిగా నెయ్యి వేసుకోవడం ద్వారా రుచిని ఆస్వాదించవచ్చు. ముఖ్యంగా నెయ్యి అంచనా లేకుండా పోయడం కాకుండా టీస్పూన్ తో కొలిచి ఉపయోగించడం అలవాటు చేసుకోవాలి. నెయ్యి ఆరోగ్యానికి పూర్తిగా హానికరమైన పదార్థం కాదు. అయితే పరిమితికి మించి తీసుకుంటే సంతృప్త కొవ్వు, అధిక కేలరీల కారణంగా సమస్యలు తలెత్తే అవకాశం ఉంటుంది. కాబట్టి పరిమిత పరిమాణంలో తీసుకోవడమే ఆరోగ్య

నెయ్యి మన శరీరానికి మేలు చేస్తుంది.. కానీ

ఆరోగ్యకరమైన రీతిలో తీసుకోవాలి..



సాయంత్రం తినాల్సిన ఆరోగ్యకరమైన స్నాక్స్ ఇవే..



సాయంత్రం 4 లేదా 5 గంటల సమయానికి టీ తాగుతూ ఏదైనా చిరుతిండి తినడం చాలామందికి అలవాటుగా ఉంటుంది. వేడి వేడి పకోడీలు, చాట్, చివ్వి లేదా భుజియా వంటి పదార్థాలు వెంటనే తినాలనిపిస్తుంది. అప్పుడప్పుడు ఇలాంటి చిరుతిళ్ళు తీసుకోవడం పెద్దగా ఆందోళన తీగించినకపోయినా, ప్రతిరోజూ సాయంత్రం ఇదే అలవాటు కొనసాగితే ఆరోగ్యకరమైన ప్రత్యామ్నాయాలను ఎంచుకోవడం మంచిది. ఈ నేపథ్యంలో పోషక విలువలు, సౌకర్యం, ధర వంటి అంశాలను పరిగణనలోకి తీసుకుని రూ. 50 లోనే అందుబాటులో ఉండే ఇరు చిరుతిళ్ళను పోషకాహార నిపుణులు సూచించారు. వీటిని ఇంట్లోనే సులభంగా తయారు చేసుకోవచ్చు. వీటిలో మొదటిది వేయించిన శనగలు. తక్కువ ఖర్చుతో లభించే ఈ చిరుతిండిలో ప్రోటీన్, పీచు పదార్థాలు ఉంటాయి. 30 గ్రాముల శనగలలో సుమారు 6 గ్రాముల ప్రోటీన్, 5 గ్రాముల పీచు లభిస్తుందని పేర్కొన్నారు. ఇక స్వీట్ కార్న్ కూడా మంచి ప్రత్యామ్నాయంగా సూచించారు. థియోఫైల్లలో లభించే కార్బోలేట్ ఎక్కువ వెన్న లేదా మసాలా ఉండే అవకాశం ఉన్నందున, దానికి బదులుగా ఇంట్లోనే కార్బోలేట్ తయారు చేసుకోవచ్చు. టమాటో, బనారసం వంటి వాటితో చాట్ తయారు చేసుకోవచ్చని తెలిపారు. ఇలా చేస్తే రుచితో పాటు ఇంట్లో తయారు చేసిన చిరుతిండిని తీసుకునే అవకాశం ఉంటుంది. మరింత కడుపు నిండిన భావన కలిగించే చిరుతిండి కావాలంటే మొలకల చాట్ ను ఎంచుకోవచ్చని సూచించారు. పప్పుధాన్యాల నుంచి తయారయ్యే మొలకలకు టమాటో, ఉల్లిపాయ, నిమ్మరసం, కొత్తిమీర కలిపి చాట్ గా తయారు చేసుకోవచ్చు. ఇక మఖానాను కూడా చిరుతిండిగా తీసుకోవచ్చు. అయితే మార్కెట్లో లభించే రుచి కరమైన మఖానా ఉత్పత్తుల్లో కొన్నింటిలో నూనె అధికంగా ఉండే అవకాశం ఉందని సూచించారు. అందువల్ల సాధారణ మఖానాను కొనుగోలు చేసి, ఇంట్లోనే కొద్దిగా నూనె లేదా నెయ్యితో వేయించుకోవడం మంచిది. చివరిగా చోలే చాట్ ను కూడా ఆరోగ్యకరమైన, తక్కువ ఖర్చుతో తయారు చేసుకోగల వంటకం సూచించారు. శనగల్లో మొక్కల ఆధారిత ప్రోటీన్, పీచు పదార్థాలు ఉంటాయి. 100 గ్రాముల చోలే చాట్ లో సుమారు 8 గ్రాముల ప్రోటీన్, 7 గ్రాముల పీచు ఉంటాయి. కరకరలాడే చిరుతిండి కావాలంటే మొలకల చాట్ ను తీసుకునే బదులు, తక్కువ ఖర్చుతో సులభంగా తయారు చేసుకోగలిగే వేయించిన శనగ, స్వీట్ కార్న్, మొలకల చాట్, మఖానా, చోలే చాట్ వంటి ప్రత్యామ్నాయ

BSNL గుడ్ న్యూస్.. ఈ ప్రీమియర్ స్టాన్లపై కేలక్ బీమా కవరేజీ

ప్రభుత్వ రంగ టెలికాం సంస్థ బీఎస్ఎన్ఎల్ తన వినియోగదారులకు శుభవార్త చెప్పింది. ఎంపిక చేసిన ప్రీమియర్ స్టాన్లపై కవరేజీ బీమా సదుపాయం, సైబర్ ప్రాడ్ కవరేజీని తీసుకొచ్చింది. ఇందుకోసం ఓరియంటల్ ఇన్సూరెన్స్ కంపెనీతో బీఎస్ఎన్ఎల్ చేయి కలిసింది. స్పెషల్ టారిఫ్ వోచర్లు STV 202, STV 2449 ప్రీమియర్ స్టాన్లకు ఈ ఆఫర్ అందుబాటులో ఉంది. అర్హులైన చందాదారులు ప్రమాదపశాత్తూ మరణాన్ని రూ. లక్ష వరకు బీమా లభిస్తుంది. బీఎస్ఎన్ఎల్ సరిబర్న్ స్టాన్ల మోసాల బారిన పడితే రూ. 10 వేల వరకు కవరేజీ అందించనుంది. ఈ సదుపాయం ఉన్న ఫోన్లను రిచార్జ్ చేసిన వెంటనే పాలసీ అమల్లోకి వస్తుంది. రిచార్జ్ కు సంబంధించిన ఎస్ఎమ్ఎస్ లోనే బీమా వివరాలు కంపెనీ వెల్లడిస్తుంది. ఫోన్ చెల్లుబాటు అయ్యేంత వరకు బీమా కవరేజీ సదుపాయం ఉంటుంది. అక్టోబర్ 1 నుంచే ఈ సదుపాయం అమల్లోకి వచ్చింది. బీమాను అందిస్తున్న తొలి టెలికాం ఆపరేటర్ గా బీఎస్ఎన్ఎల్ నిలిచింది.

సెప్టెంబర్ లో ₹2 లక్షల కోట్లకు పైగా జీఎస్ టీ వసూళ్లు

దేశంలో వస్తు, సేవల వస్తు వసూళ్ల వివరాలను కేంద్ర ఆర్థిక శాఖ గురువారం విడుదల చేసింది. సెప్టెంబర్ నెలలో రూ. 2.03 లక్షల కోట్లకు పైగా జీఎస్ టీ వసూలైనట్లు తెలిపింది. గతేడాది ఇదే నెలతో పోలిస్తే 14.7 శాతం వృద్ధి నమోదైంది. దేశీయ లావాదేవీల నుంచి వస్తు వసూళ్లు 10.1 శాతం పెరిగి రూ. 1.38 లక్షల కోట్లకు చేరిాయి. దిగుమతుల నుంచి స్కూల అదాయం 26 శాతం పెరిగి రూ.65,525 కోట్లుగా ఉంది. ఏడాది ప్రాతిపదికన.. జీఎస్ టీ రిఫండ్ల విలువ 3 శాతం తగ్గి రూ. 27,001 కోట్లకు చేరుకుంది. రిఫండ్ల అనంతరం నికర జీఎస్ టీ వసూళ్లు 18.1 శాతం పెరిగి రూ. 1.76 లక్షల కోట్లుగా ఉన్నాయి. ఈ ఆర్థిక సంవత్సరం మొదటి అర్థభాగం (ఏప్రిల్ - సెప్టెంబర్) జీఎస్ టీ వసూళ్లు 11.6 శాతం పెరిగి రూ. 12.46 లక్షల కోట్లుగా నమోదయ్యాయి. నికరంగా 10.4 శాతం పెరిగి రూ. 10.66 లక్షల కోట్లుగా ఉన్నాయి.



జీఎస్ టీ వసూళ్లలో తెలంగాణ దూసుకుపోతోంది. జాతీయ సగటు వృద్ధి రేటును వెనక్కి నెట్టి తెలంగాణలో అత్యధికంగా జీఎస్ టీ వసూలైంది. సెప్టెంబర్ లో 18 శాతం వృద్ధితో రూ. 5,327 కోట్ల జీఎస్ టీ రెవెన్యూ నమోదైంది. ఏప్రిల్ - సెప్టెంబర్ మధ్య సగటు బీమా అనంతరం రూ. 22,231 కోట్ల ఎస్ టీఎస్ టీ రూపంలో వసూలయ్యాయి. మరోవైపు ఆంధ్ర ప్రదేశ్ లో జీఎస్ టీ వసూళ్లు స్థిరంగా కొనసాగు తున్నాయి. సెప్టెంబర్ నెలలో 6 శాతం వృద్ధితో రూ. 3,599 కోట్ల వసూళ్లు నమోదైంది. ఏప్రిల్ - సెప్టెంబర్ మధ్య సెల్ టీఎస్ టీ అనంతరం 18 శాతం వృద్ధితో రూ. 19,598 కోట్ల వసూళ్లు నమోదైంది.

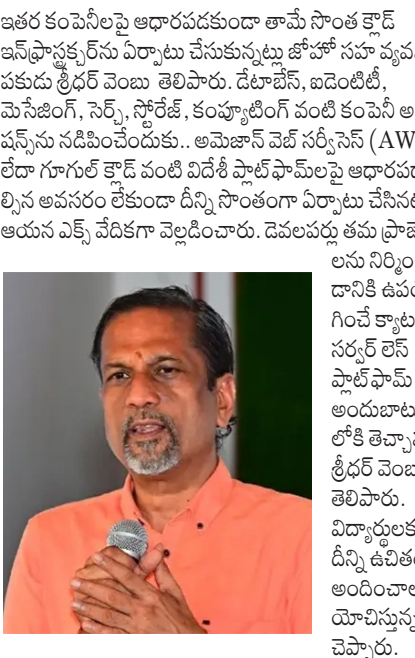
వాణిజ్య సిలిండర్ ధర పెంపు



పందగ సీజన్ వేళ చమురు సంస్థలు దేశ ప్రజలకు పాకిచ్చాయి. 19 కేజీల వాణిజ్య సిలిండర్ ధరను పెంచాయి. ఒక్కో సిలిండర్ పై రూ. 62.50 పెంచుతూ నిర్ణయం తీసుకున్నాయి. ఈ పెంపు నేటి నుంచే అమల్లోకి వచ్చింది. దేశంలోని వివిధ నగరాలను బట్టి ఈ ధరల్లో స్వల్ప మార్పులు ఉంటాయి. దిల్లీలో సెప్టెంబర్ లో ఈ సిలిండర్ ధర రూ. 2,747.50 గా ఉండగా.. ఇప్పుడు రూ. 2,810 కేరేంది. ముంబయిలో రూ. 63 పెంచడంతో రూ. 2,764 కి ఎగబాకింది. చెన్నైలో రూ. 2,916 గా ఉంది. ప్రస్తుతం గృహ వినియోగ సిలిండర్ ధరల్లో ఎలాంటి మార్పు లేదు.

ఏటీఎఫ్ ధర ఒక లీటర్ కు రూ. 121 నుంచి రూ. 137 కి పెరిగింది. మరోవైపు డీజిల్, ఏటీఎఫ్ ఎగుమతులపై సుంకాలను కేంద్రం మరోసారి తగ్గించింది. లీటర్ డీజిల్ పై సుంకాన్ని రూ. 16 కు తగ్గించగా.. ఏటీఎఫ్ పై లీటర్ కు రూ. 10.5 మేర కుదించింది. పెట్రోల్ ఎగుమతులపై సుంకంలో మాత్రం మార్పులే చేయలేదు. పశ్చిమాసియా ఉద్రిక్తతల నేపథ్యంలో పెట్రోల్, డీజిల్, ఏటీఎఫ్ లపై ఎగుమతి సుంకాలను విధించిన సంగతి తెలిసిందే. వాటిని ప్రతి 15 రోజులకు ఒకసారి మారుస్తూ ఉంటుంది.

జోహా సొంత క్లౌడ్ ఇన్ ఫ్రాస్ట్రక్చర్.. విద్యార్థులకు ఫ్రీ



ఇతర కంపెనీలపై ఆధారపడకుండా తామే సొంత క్లౌడ్ ఇన్ ఫ్రాస్ట్రక్చర్ ను ఏర్పాటు చేసుకున్నట్లు జోహా సహ వ్యవస్థాపకుడు శ్రీధర్ వెంబు తెలిపారు. డేటాబేస్, ఐడెంటిటీ, మెసేజింగ్, సెర్చ్, స్టోరేజ్, కంటెంట్ డెలివరీ నెట్ వర్క్ ఇన్ ఫ్రాస్ట్రక్చర్ ను సీడిఎంఐఎం.. అమెజాన్ వెబ్ సర్వీసెస్ (AWS) లేదా గూగుల్ క్లౌడ్ వంటి విదేశీ ప్లాట్ ఫార్మ్ లపై ఆధారపడాల్సిన అవసరం లేకుండా దీన్ని సొంతంగా ఏర్పాటు చేసినట్లు ఆయన ఎక్స్ వేదికగా వెల్లడించారు. దెవలప్ మెంట్ ను ప్రాజెక్టు లను నిర్మించడానికి ఉపయోగించే క్యాటలిస్ట్ సర్క్యూల్ లేన్ ఫ్లాట్ ఫార్మ్ ను అందుబాటులోకి తెచ్చామని శ్రీధర్ వెంబు తెలిపారు. విద్యార్థులకు దీన్ని ఉచితంగా అందించాలని యోచిస్తున్నట్లు చెప్పారు.

దీనివల్ల విద్యార్థులు ఎలాంటి ఖర్చూ లేకుండా సొంతంగా అప్లికేషన్స్ ను అభివృద్ధి చేసుకోవచ్చున్నారు. ఇందుకోసం పెద్దమొత్తంలో పెట్టుబడులు పెడుతున్నట్లు చెప్పారు. జోహా ఉత్పత్తులన్నీ దేశంలోనే అభివృద్ధి చెప్పున్నామన్నారు. గ్లోబల్ హెడ్ క్వార్టర్స్ చెన్నైలో ఉండన్నారు. భారతీయ వినియోగదారుల డేటాను ముంబయి, దిల్లీ, చెన్నైలోని డేటా సెంటర్ లోనే భద్రపరుస్తున్నామని తెలిపారు.



96% భారత సంస్థలపై సైబర్ దాడులు



మనదేశంలోని వ్యాపార సంస్థలు తీవ్రమైన సైబర్ దుర్ఘటనలను ఎదుర్కొంటున్నాయని అంతర్జాతీయ టెక్నాలజీ దిగజం సిస్టామ్స్ తాజా నివేదికలో పేర్కొంది. సిస్టామ్ విడుదల చేసిన 'రిటెయిలర్స్ డిఫెన్స్ రిపోర్ట్' ప్రకారం.. గత ఏడాది కాలంలో దేశంలోని 96% సంస్థలు వ్యాపార కార్యక్రమాలకు విఘాతం కలిగించే సైబర్ దాడులకు గురయ్యాయని తెలిపింది. 30 మార్చిలోని 8000 మంది నిపుణుల (భారత్ నుంచి 1000 మంది) అభిప్రాయాల ఆధారంగా ఈ నివేదికను రూపొందించారు. నివేదికలోని పలు అంశాలు ఇలా.. సైబర్ టెరిస్ట్ లు అధికారం, రక్షణ కల్పించడంలో భారత సగటు స్కేలు 100 కి 66 గా నమోదైంది. అంతర్జాతీయ సగటు 64 కంటే ఇది స్వల్పంగా ఎక్కువ. అయినప్పటికీ టెస్ట్ - పెర్ఫార్మింగ్ విభాగంలో భారత్ నుంచి 8% సంస్థలే హాక్ దక్కించుకున్నాయి. అంతర్జాతీయంగా కూడా ఇది 8 శాతంగానే ఉంది. సాంకేతిక సమస్యల కంటే సంస్థ అంతర్గత సమస్యలు లోపాలు, బ్యూరోక్రాసీ అనుమతుల వ్యాపం, అసంపూర్ణమైన డేటా వ్యవస్థలే సైబర్ భద్రతను

బలహీనపరుస్తున్నాయి. దేశంలో కేవలం 40% కంపెనీల్లోనే భద్రత, నెట్ వర్కింగ్, ఐటీ విభాగాలు కలిసికట్టుగా, ఉమ్మడి టూల్స్ తో పనిచేస్తున్నాయి. సైబర్ భద్రతా బృందాలు పర్యవేక్షించే సాంకేతిక ప్రమాణాలు, కంపెనీ ఎగ్జిక్యూటివ్ లకు అరం కావడానికి చాలా సరికష్టంగా ఉన్నాయని 49% మంది నిపుణులు తెలిపారు. సైబర్ భద్రతా డేటాను వ్యాపార నిర్ణయాలుగా మార్చడంలో 34% మంది ఇబ్బంది పడుతుండగా, సెక్యూరిటీ పని తీరును అంచనా వేయడానికి సరైన నియమావళి లేదని 26% సంస్థలు పేర్కొన్నాయి. సైబర్ దాడులను తిప్పికొట్టడం కంటే.. వివిధ వ్యవస్థల నుంచి డేటాను సేకరించి విశ్లేషించడానికి ఎక్కువ సమయం వృథా అవుతోందని 44% సంస్థలు తెలిపాయి. విభజించిన డేటా అందుబాటులో లేకపోవడం వల్ల కలిగిన సమస్యలకు కోల్పోతున్నామని 43% మంది వెల్లడించారు.

సెన్సెక్స్ 570 పాయింట్లు పతనం



దేశీయ స్టాక్ మార్కెట్ నూటా పరుగుగా నాలుగో రోజు నష్టాల్లో ముగిశాయి. ఎఫ్ఐఐల విక్రయాలు, అమెరికాలో బాండ్ రాబడులు పెరగడం వంటివి మన మార్కెట్ పై ప్రతికూల ప్రభావం చూపాయి. చమురు ధరల పెరుగుదల కూడా నష్టాలపై ఒత్తిడి పెంచింది. ఈ క్రమంలోనే సెన్సెక్స్ ఒక దశలో 1200 పాయింట్ల మేర పతనమైంది. అఖిర్ దాదాపు 600 పాయింట్లు రికవరీ అవుడడం కొంతవరకు కలిసొచ్చింది. సెన్సెక్స్ 200 పాయింట్లు కోల్పోయి 22,400 మార్కులు కాస్త ఎగువన ముగిసింది. సెన్సెక్స్ ఉదయం 72,192.89 (క్రితం ముగింపు 72,480.29) పాయింట్ల వద్ద సెస్ట్ లో ప్రారంభమైంది. ఉదయం కాస్తే ఓ మోస్తరు తేలికలో కదలాడిన సూచీ.. మధ్యాహ్నం తర్వాత ఒక్కసారిగా భారీ నష్టాల్లోకి జారుకుంది. ఇంట్రాడేలో 71,292.88 పాయింట్ల వద్ద కనిష్టాన్ని తాకింది. ఆ తర్వాత కనిష్టానికి కొంచెం రికవరీ ముగిసింది. చివరకు 570.59 పాయింట్ల నష్టంతో 71,909.70 వద్ద ముగిసింది. సెన్సెక్స్ 198.50 పాయింట్లు తగ్గి 22,421.95 వద్ద స్థిరపడింది. దాల్చుతో రూపాయి మారకం విలువ దాదాపు 37 పైసలు క్షీణించి 96.31 గా ఉంది. సెన్సెక్స్ 30 సూచీలో మారుమతి సుజాకి, మహింద్రా అండ్ మహింద్రా, టాటా స్టీల్, అదాని పోర్ట్, బిజినీ షేర్లు ప్రధానంగా నష్టపోయాయి. ఇన్ఫోసిస్, టీసీఎస్, హెచ్ఎస్ఎల్ టెక్నాలజీస్, హెచ్ డీఎస్ఎస్ లాంటి కొత్త ఓపిక మహింద్రా భ్యూమ్ షేర్లు లాభపడ్డాయి. అంతర్జాతీయ విలువలలో బ్రెంట్ క్రూడ్ డ్యారెల్ ధర 100 డాలర్ల వద్ద కొనసా

గుతుండగా.. బంగారం టెన్సు 4,162 డాలర్ల వద్ద ట్రేడ్ అవుతోంది. దేశీయ ఈక్విటీ మార్కెట్ ల నుంచి విదేశీ మదుపర్లు తరలిపోవడం సెంటిమెంట్ ను దెబ్బతీసింది. బుధవారం ఒక్కరోజే 10,148 కోట్ల విలువైన ఈక్విటీ షేర్లను ఎఫ్ఐఐలు విక్రయించారు. మంగళవారం కూడా సుమారు మరో రూ. 10 వేల కోట్ల విలువైన షేర్లను అమ్మేశారు. ఈ వారంలోనే దాదాపు రూ. 26 వేల కోట్ల పెట్టుబడులు తరలిపోయాయి. అమెరికా బాండ్ రాబడులు పెరగడం కూడా మన మార్కెట్ పై ప్రభావం చూపింది. అమెరికాలో 10 ఏళ్ల ట్రెజరీ బాండ్లపై రాబడులు 5.33 శాతానికి చేరాయి. 2007 తర్వాత ఈ స్థాయికి

చేరడం ఇదే తొలిసారి. 30 ఏళ్ల ట్రెజరీ బాండ్లపై సైతం (5.65%) 2002 తర్వాత గరిష్ట స్థాయికి చేరాయి. ఇరాన్ పై మరోసారి దాడి చేస్తామంటూ అమెరికా అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్ నూచన ప్రాయంగా పేర్కొన్నారు. తన ముందు కేసుల రెండు ఆఫ్ఘ్ఘాన్ మాత్రమే మిగిలి ఉన్నాయని, ఒకటి ఒప్పుందంటే రెండో ఆఫ్ఘాన్ పూర్తిగా నశిస్తుందని చెప్పడం అని సానికె విలేజులలో పేర్కొన్నారు. ఈ వ్యాఖ్యలు మరోసారి ఆందోళనలు రెగిరించాయి. పశ్చిమాసియాలో మళ్లీ ఉద్రిక్తతలు పెరగొచ్చన్న అంచనాలతో క్రూడాాయిల్ ధరలకు రెక్కలు రావడం మన మార్కెట్ కు ప్రతికూలంగా మారింది.



ఆసియా క్రీడలు.. పాక్ ను చిత్తు చేసి ఫైనల్ కు భారత హాకీ జట్టు



ఆసియా క్రీడల్లో భారత హాకీ జట్టు ఫైనల్ కు చేరుకున్నాయి. మహిళల విభాగంలో నిన్న దక్షిణ కొరియాపై గెలిచి భారత్ స్వర్ణ పోరుకు సిద్ధమైంది. తాజాగా భారతాల్ ప్రత్యర్థి పాకిస్థాన్ పై అప్రతిహత విజయంతో భారత పురుషుల జట్టు కూడా ఫైనల్ లో అడుగు పెట్టింది. హోం హోస్ట్ గా సాగిన సెమీఫైనల్ భారత్ 4-3 తేడాతో పాక్ ను చిత్తు చేసింది. తొలి అర్థ భాగంలో భారత్ 3-1 తో ఆధిపత్యం ప్రదర్శించింది. అయితే, సెకండ్ హాఫ్ లో పాకిస్థాన్ బలంగా పుంజుకొని స్కోర్లను సమం చేసింది. ఆఖరి నిమిషంలో అభిషేక్ అద్భుతమైన గోల్ తో భారత్ కు మరో టేక్ ఆవకాశం పోర్లులో అడుగు పెట్టేలా చేశాడు. ఈ మ్యాచ్ లో భారత్ క్రీడాకారులు హార్మన్ ప్రిత్ సింగ్ రెండు గోల్స్.. సుఖజీత్ సింగ్, అభిషేక్ చెరో గోల్ చేశారు. గత పదేళ్ల వ్యవధిలో పాక్ పై భారత్ ఇప్పటివరకు పరుగుగా 21 మ్యాచ్ లో గెలవడం విశేషం. ఇదిలా ఉండగా.. ఇప్పటి వరకు ఆసియా గేమ్స్ ఒకే ఎడిషన్ లో పురుషుల, మహిళల హాకీ జట్టు బంగారు పతకాలను నెగలేదు. ఈసారి ఆ అవకాశం మన అటగాళ్లకు వచ్చింది. అలాగే గోల్ గెలిస్తే.. రాబోయే లాన్ ఏంజెల్స్ ఒలింపిక్స్ లో నేరుగా అర్హత సాధించే అవకాశం లభిస్తుంది. మలేసియా / కొరియా మ్యాచ్ విజేతతో శనివారం భారత పురుషుల జట్టు ఫైనల్ లో తలపడనుంది. ఇక మహిళా టీమ్ చుక్కమారినా గోల్ తో స్వర్ణం కోసం పోటీపడనుంది. భారత రెజర్వ్ నితీష్ సిన్హా 97 కేజీల గ్రీకో రోమన్ స్టైల్ లో రజనం సాధించే సాధనంగా వచ్చింది. అలాగే గోల్ గెలిస్తే.. రాబోయే లాన్ ఏంజెల్స్ ఒలింపిక్స్ లో నేరుగా అర్హత సాధించే అవకాశం లభిస్తుంది. మలేసియా / కొరియా మ్యాచ్ విజేతతో శనివారం భారత పురుషుల జట్టు ఫైనల్ లో తలపడనుంది. ఇక మహిళా టీమ్ చుక్కమారినా గోల్ తో స్వర్ణం కోసం పోటీపడనుంది. భారత రెజర్వ్ నితీష్ సిన్హా 97 కేజీల గ్రీకో రోమన్ స్టైల్ లో రజనం సాధించే సాధనంగా వచ్చింది. అలాగే గోల్ గెలిస్తే.. రాబోయే లాన్ ఏంజెల్స్ ఒలింపిక్స్ లో నేరుగా అర్హత సాధించే అవకాశం లభిస్తుంది. మలేసియా / కొరియా మ్యాచ్ విజేతతో శనివారం భారత పురుషుల జట్టు ఫైనల్ లో తలపడనుంది. ఇక మహిళా టీమ్ చుక్కమారినా గోల్ తో స్వర్ణం కోసం పోటీపడనుంది. భారత రెజర్వ్ నితీష్ సిన్హా 97 కేజీల గ్రీకో రోమన్ స్టైల్ లో రజనం సాధించే సాధనంగా వచ్చింది. అలాగే గోల్ గెలిస్తే.. రాబోయే లాన్ ఏంజెల్స్ ఒలింపిక్స్ లో నేరుగా అర్హత సాధించే అవకాశం లభిస్తుంది. మలేసియా / కొరియా మ్యాచ్ విజేతతో శనివారం భారత పురుషుల జట్టు ఫైనల్ లో తలపడనుంది. ఇక మహిళా టీమ్ చుక్కమారినా గోల్ తో స్వర్ణం కోసం పోటీపడనుంది. భారత రెజర్వ్ నితీష్ సిన్హా 97 కేజీల గ్రీకో రోమన్ స్టైల్ లో రజనం సాధించే సాధనంగా వచ్చింది. అలాగే గోల్ గెలిస్తే.. రాబోయే లాన్ ఏంజెల్స్ ఒలింపిక్స్ లో నేరుగా అర్హత సాధించే అవకాశం లభిస్తుంది. మలేసియా / కొరియా మ్యాచ్ విజేతతో శనివారం భారత పురుషుల జట్టు ఫైనల్ లో తలపడనుంది. ఇక మహిళా టీమ్ చుక్కమారినా గోల్ తో స్వర్ణం కోసం పోటీపడనుంది. భారత రెజర్వ్ నితీష్ సిన్హా 97 కేజీల గ్రీకో రోమన్ స్టైల్ లో రజనం సాధించే సాధనంగా వచ్చింది. అలాగే గోల్ గెలిస్తే.. రాబోయే లాన్ ఏంజెల్స్ ఒలింపిక్స్ లో నేరుగా అర్హత సాధించే అవకాశం లభిస్తుంది. మలేసియా / కొరియా మ్యాచ్ విజేతతో శనివారం భారత పురుషుల జట్టు ఫైనల్ లో తలపడనుంది. ఇక మహిళా టీమ్ చుక్కమారినా గోల్ తో స్వర్ణం కోసం పోటీపడనుంది. భారత రెజర్వ్ నితీష్ సిన్హా 97 కేజీల గ్రీకో రోమన్ స్టైల్ లో రజనం సాధించే సాధనంగా వచ్చింది. అలాగే గోల్ గెలిస్తే.. రాబోయే లాన్ ఏంజెల్స్ ఒలింపిక్స్ లో నేరుగా అర్హత సాధించే అవకాశం లభిస్తుంది. మలేసియా / కొరియా మ్యాచ్ విజేతతో శనివారం భారత పురుషుల జట్టు ఫైనల్ లో తలపడనుంది. ఇక మహిళా టీమ్ చుక్కమారినా గోల్ తో స్వర్ణం కోసం పోటీపడనుంది. భారత రెజర్వ్ నితీష్ సిన్హా 97 కేజీల గ్రీకో రోమన్ స్టైల్ లో రజనం సాధించే సాధనంగా వచ్చింది. అలాగే గోల్ గెలిస్తే.. రాబోయే లాన్ ఏంజెల్స్ ఒలింపిక్స్ లో నేరుగా అర్హత సాధించే అవకాశం లభిస్తుంది. మలేసియా / కొరియా మ్యాచ్ విజేతతో శనివారం భారత పురుషుల జట్టు ఫైనల్ లో తలపడనుంది. ఇక మహిళా టీమ్ చుక్కమారినా గోల్ తో స్వర్ణం కోసం పోటీపడనుంది. భారత రెజర్వ్ నితీష్ సిన్హా 97 కేజీల గ్రీకో రోమన్ స్టైల్ లో రజనం సాధించే సాధనంగా వచ్చింది. అలాగే గోల్ గెలిస్తే.. రాబోయే లాన్ ఏంజెల్స్ ఒలింపిక్స్ లో నేరుగా అర్హత సాధించే అవకాశం లభిస్తుంది. మలేసియా / కొరియా మ్యాచ్ విజేతతో శనివారం భారత పురుషుల జట్టు ఫైనల్ లో తలపడనుంది. ఇక మహిళా టీమ్ చుక్కమారినా గోల్ తో స్వర్ణం కోసం పోటీపడనుంది. భారత రెజర్వ్ నితీష్ సిన్హా 97 కేజీల గ్రీకో రోమన్ స్టైల్ లో రజనం సాధించే సాధనంగా వచ్చింది. అలాగే గోల్ గెలిస్తే.. రాబోయే లాన్ ఏంజెల్స్ ఒలింపిక్స్ లో నేరుగా అర్హత సాధించే అవకాశం లభిస్తుంది. మలేసియా / కొరియా మ్యాచ్ విజేతతో శనివారం భారత పురుషుల జట్టు ఫైనల్ లో తలపడనుంది. ఇక మహిళా టీమ్ చుక్కమారినా గోల్ తో స్వర్ణం కోసం పోటీపడనుంది. భారత రెజర్వ్ నితీష్ సిన్హా 97 కేజీల గ్రీకో రోమన్ స్టైల్ లో రజనం సాధించే సాధనంగా వచ్చింది. అలాగే గోల్ గెలిస్తే.. రాబోయే లాన్ ఏంజెల్స్ ఒలింపిక్స్ లో నేరుగా అర్హత సాధించే అవకాశం లభిస్తుంది. మలేసియా / కొరియా మ్యాచ్ విజేతతో శనివారం భారత పురుషుల జట్టు ఫైనల్ లో తలపడనుంది. ఇక మహిళా టీమ్ చుక్కమారినా గోల్ తో స్వర్ణం కోసం పోటీపడనుంది. భారత రెజర్వ్ నితీష్ సిన్హా 97 కేజీల గ్రీకో రోమన్ స్టైల్ లో రజనం సాధించే సాధనంగా వచ్చింది. అలాగే గోల్ గెలిస్తే.. రాబోయే లాన్ ఏంజెల్స్ ఒలింపిక్స్ లో నేరుగా అర్హత సాధించే అవకాశం లభిస్తుంది. మలేసియా / కొరియా మ్యాచ్ విజేతతో శనివారం భారత పురుషుల జట్టు ఫైనల్ లో తలపడనుంది. ఇక మహిళా టీమ్ చుక్కమారినా గోల్ తో స్వర్ణం కోసం పోటీపడనుంది. భారత రెజర్వ్ నితీష్ సిన్హా 97 కేజీల గ్రీకో రోమన్ స్టైల్ లో రజనం సాధించే సాధనంగా వచ్చింది. అలాగే గోల్ గెలిస్తే.. రాబోయే లాన్ ఏంజెల్స్ ఒలింపిక్స్ లో నేరుగా అర్హత సాధించే అవకాశం లభిస్తుంది. మలేసియా / కొరియా మ్యాచ్ విజేతతో శనివారం భారత పురుషుల జట్టు ఫైనల్ లో తలపడనుంది. ఇక మహిళా టీమ్ చుక్కమారినా గోల్ తో స్వర్ణం కోసం పోటీపడనుంది. భారత రెజర్వ్ నితీష్ సిన్హా 97 కేజీల గ్రీకో రోమన్ స్టైల్ లో రజనం సాధించే సాధనంగా వచ్చింది. అలాగే గోల్ గెలిస్తే.. రాబోయే లాన్ ఏంజెల్స్ ఒలింపిక్స్ లో నేరుగా అర్హత సాధించే అవకాశం లభిస్తుంది. మలేసియా / కొరియా మ్యాచ్ విజేతతో శనివారం భారత పురుషుల జట్టు ఫైనల్ లో తలపడనుంది. ఇక మహిళా టీమ్ చుక్కమారినా గోల్ తో స్వర్ణం కోసం పోటీపడనుంది. భారత రెజర్వ్ నితీష్ సిన్హా 97 కేజీల గ్రీకో రోమన్ స్టైల్ లో రజనం సాధించే సాధనంగా వచ్చింది. అలాగే గోల్ గెలిస్తే.. రాబోయే లాన్ ఏంజెల్స్ ఒలింపిక్స్ లో నేరుగా అర్హత సాధించే అవకాశం లభిస్తుంది. మలేసియా / కొరియా మ్యాచ్ విజేతతో శనివారం భారత పురుషుల జట్టు ఫైనల్ లో తలపడనుంది. ఇక మహిళా టీమ్ చుక్కమారినా గోల్ తో స్వర్ణం కోసం పోటీపడనుంది. భారత రెజర్వ్ నితీష్ సిన్హా 97 కేజీల గ్రీకో రోమన్ స్టైల్ లో రజనం సాధించే సాధనంగా వచ్చింది. అలాగే గోల్ గెలిస్తే.. రాబోయే లాన్ ఏంజెల్స్ ఒలింపిక్స్ లో నేరుగా అర్హత సాధించే అవకాశం లభిస్తుంది. మలేసియా / కొరియా మ్యాచ్ విజేతతో శనివారం భారత పురుషుల జట్టు ఫైనల్ లో తలపడనుంది. ఇక మహిళా టీమ్ చుక్కమారినా గోల్ తో స్వర్ణం కోసం పోటీపడనుంది. భారత రెజర్వ్ నితీష్ సిన్హా 97 కేజీల గ్రీకో రోమన్ స్టైల్ లో రజనం సాధించే సాధనంగా వచ్చింది. అలాగే గోల్ గెలిస్తే.. రాబోయే లాన్ ఏంజెల్స్ ఒలింపిక్స్ లో నేరుగా అర్హత సాధించే అవకాశం లభిస్తుంది. మలేసియా / కొరియా మ్యాచ్ విజేతతో శనివారం భారత పురుషుల జట్టు ఫైనల్ లో తలపడనుంది. ఇక మహిళా టీమ్ చుక్కమారినా గోల్ తో స్వర్ణం కోసం పోటీపడనుంది. భారత రెజర్వ్ నితీష్ సిన్హా 97 కేజీల గ్రీకో రోమన్ స్టైల్ లో రజనం సాధించే సాధనంగా వచ్చింది. అలాగే గోల్ గెలిస్తే.. రాబోయే లాన్ ఏంజెల్స్ ఒలింపిక్స్ లో నేరుగా అర్హత సాధించే అవకాశం లభిస్తుంది. మలేసియా / కొరియా మ్యాచ్ విజేతతో శనివారం భారత పురుషుల జట్టు ఫైనల్ లో తలపడనుంది. ఇక మహిళా టీమ్ చుక్కమారినా గోల్ తో స్వర్ణం కోసం పోటీపడనుంది. భారత రెజర్వ్ నితీష్ సిన్హా 97 కేజీల గ్రీకో రోమన్ స్టైల్ లో రజనం సాధించే సాధనంగా వచ్చింది. అలాగే గోల్ గెలిస్తే.. రాబోయే లాన్ ఏంజెల్స్ ఒలింపిక్స్ లో నేరుగా అర్హత సాధించే అవకాశం లభిస్తుంది. మలేసియా / కొరియా మ్యాచ్ విజేతతో శనివారం భారత పురుషుల జట్టు ఫైనల్ లో తలపడనుంది. ఇక మహిళా టీమ్ చుక్కమారినా గోల్ తో స్వర్ణం కోసం పోటీపడనుంది. భారత రెజర్వ్ నితీష్ సిన్హా 97 కేజీల గ్రీకో రోమన్ స్టైల్ లో రజనం సాధించే సాధనంగా వచ్చింది. అలాగే గోల్ గెలిస్తే.. రాబోయే లాన్ ఏంజెల్స్ ఒలింపిక్స్ లో నేరుగా అర్హత సాధించే అవకాశం లభిస్తుంది. మలేసియా / కొరియా మ్యాచ్ విజేతతో శనివారం భారత పురుషుల జట్టు ఫైనల్ లో తలపడనుంది. ఇక మహిళా టీమ్ చుక్కమారినా గోల్ తో స్వర్ణం కోసం పోటీపడనుంది. భారత రెజర్వ్ నితీష్ సిన్హా 97 కేజీల గ్రీకో రోమన్ స్టైల్ లో రజనం సాధించే సాధనంగా వచ్చింది. అలాగే గోల్ గెలిస్తే.. రాబోయే లాన్ ఏంజెల్స్ ఒలింపిక్స్ లో నేరుగా అర్హత సాధించే అవకాశం లభిస్తుంది. మలేసియా / కొరియా మ్యాచ్ విజేతతో శనివారం భారత పురుషుల జట్టు ఫైనల్ లో తలపడనుంది. ఇక మహిళా టీమ్ చుక్కమారినా గోల్ తో స్వర్ణం కోసం పోటీపడనుంది. భారత రెజర్వ్ నితీష్ సిన్హా 97 కేజీల గ్రీకో రోమన్ స్టైల్ లో రజనం సాధించే సాధనంగా వచ్చింది. అలాగే గోల్ గెలిస్తే.. రాబోయే లాన్ ఏంజెల్స్ ఒలింపిక్స్ లో నేరుగా అర్హత సాధించే అవకాశం లభిస్తుంది. మలేసియా / కొరియా మ్యాచ్ విజేతతో శనివారం భారత పురుషుల జట్టు ఫైనల్ లో తలపడనుంది. ఇక మహిళా టీమ్ చుక్కమారినా గోల్ తో స్వర్ణం కోసం పోటీపడనుంది. భారత రెజర్వ్ నితీష్ సిన్హా 97 కేజీల గ్రీకో రోమన్ స్టైల్ లో రజనం సాధించే సాధనంగా వచ్చింది. అలాగే గోల్ గెలిస్తే.. రాబోయే లాన్ ఏంజెల్స్ ఒలింపిక్స్ లో నేరుగా అర్హత సాధించే అవకాశం లభిస్తుంది. మలేసియా / కొరియా మ్యాచ్ విజేతతో శనివారం భారత పురుషుల జట్టు ఫైనల్ లో తలపడనుంది. ఇక మహిళా టీమ్ చుక్కమారినా గోల్ తో స్వర్ణం కోసం పోటీపడనుంది. భారత రెజర్వ్ నితీష్ సిన్హా 97 కేజీల గ్రీకో రోమన్ స్టైల్ లో రజనం సాధించే సాధనంగా వచ్చింది. అలాగే గోల్ గెలిస్తే.. రాబోయే లాన్ ఏంజెల్స్ ఒలింపిక్స్ లో నేరుగా అర్హత సాధించే అవకాశం లభిస్తుంది. మలేసియా / కొరియా మ్యాచ్ విజేతతో శనివారం భారత పురుషుల జట్టు ఫైనల్ లో తలపడనుంది. ఇక మహిళా టీమ్ చుక్కమారినా గోల్ తో స్వర్ణం కోసం పోటీపడనుంది. భారత రెజర్వ్ నితీష్ సిన్హా 97 కేజీల గ్రీకో రోమన్ స్టైల్ లో రజనం సాధించే సాధనంగా వచ్చింది. అలాగే గోల్ గెలిస్తే.. రాబోయే లాన్ ఏంజెల్స్ ఒలింపిక్స్ లో నేరుగా అర్హత సాధించే అవకాశం లభిస్తుంది. మలేసియా / కొరియా మ్యాచ్ విజేతతో శనివారం భారత పురుషుల జట్టు ఫైనల్ లో తలపడనుంది. ఇక మహిళా టీమ్ చుక్కమారినా గోల్ తో స్వర్ణం కోసం పోటీపడనుంది. భారత రెజర్వ్ నితీష్ సిన్హా 97 కేజీల గ్రీకో రోమన్ స్టైల్ లో రజనం సాధించే సాధనంగా వచ్చింది. అలాగే గోల్ గెలిస్తే.. రాబోయే లాన్ ఏంజెల్స్ ఒలింపిక్స్ లో నేరుగా అర్హత సాధించే అవకాశం లభిస్తుంది. మలేసియా / కొరియా మ్యాచ్ విజేతతో శనివారం భారత పురుషుల జట్టు ఫైనల్ లో తలపడనుంది. ఇక మహిళా టీమ్ చుక్కమారినా గోల్ తో స్వర్ణం కోసం పోటీపడనుంది. భారత రెజర్వ్ నితీష్ సిన్హా 97 కేజీల గ్రీకో రోమన్ స్టైల్ లో రజనం సాధించే సాధనంగా వచ్చింది. అలాగే గోల్ గెలిస్తే.. రాబోయే లాన్ ఏంజెల్స్ ఒలింపిక్స్ లో నేరుగా అర్హత సాధించే అవకాశం లభిస్తుంది. మలేసియా / కొరియా మ్యాచ్ విజేతతో శనివారం భారత పురుషుల జట్టు ఫైనల్ లో తలపడనుంది. ఇక మహిళా టీమ్ చుక్కమారినా గోల్ తో స్వర్ణం కోసం పోటీపడనుంది. భారత రెజర్వ్ నితీష్ సిన్హా 97 కేజీల గ్రీకో రోమన్ స్టైల్ లో రజనం సాధించే సాధనంగా వచ్చింది. అలాగే గోల్ గెలిస్తే.. రాబోయే లాన్ ఏంజెల్స్ ఒలింపిక్స్ లో నేరుగా అర్హత సాధించే అవకాశం లభిస్తుంది. మలేసియా / కొరియా మ్యాచ్ విజేతతో శనివారం భారత పురుషుల జట్టు ఫైనల్ లో తలపడనుంది. ఇక మహిళా టీమ్ చుక్కమారినా గోల్ తో స్వర్ణం కోసం పోటీపడనుంది. భారత రెజర్వ్ నితీష్ సిన్హా 97 కేజీల గ్రీ

'ICONZA'కు శ్రీకారం చుట్టిన అల్లు అర్జున్!



పుడయం సినిమా: సుప్రసిద్ధ నటుడు అల్లు రామలింగయ్యగారి జయంతి సందర్భంగా ఐకాన్ స్టార్ వేసిన అడుగుకు నెట్టింట్ ప్రశంసల వరం కురుస్తోంది. ఐకాన్ స్టార్ అల్లు అర్జున్ తన సృజనాత్మక ప్రయాణంలో మరో కీలక అడుగు వేశారు. తన తాత, ప్రముఖ నటుడు అల్లు రామలింగయ్య గారి జయంతి సందర్భంగా 'ICONZA' పేరుతో తన కొత్త క్రియేటివ్ ఆఫీస్ స్టేజీను ప్రారంభించారు. సరికొత్త ఆలోచనలు, అద్భుతమైన సృజన, పరస్పర సహకారానికి, సంయుక్త కార్యచరణకు వేదికగా

'ICONZA'ను తీర్చిదిద్దుతున్నారు. ఈ నూతన ప్రయాణాన్ని పూజా కార్యక్రమాలతో ప్రారంభించారు. అత్యంత ప్రత్యేకమైన ఈ సందర్భాన్ని కుటుంబ సభ్యుల సమక్షంలో మొదలుపెట్టినట్లు ఐకాన్ స్టార్ గింప్స్ పేర్ చేసి తెలిపారు. నటుడిగా తనకంటూ ప్రత్యేక గుర్తింపు తెచ్చుకున్న అల్లు అర్జున్, 'ICONZA' ద్వారా నటనా పరిధిని దాటి, తన సృజనాత్మక దృష్టిని మరింత విస్తరించనున్నారు. కొత్త ఆలోచనలు, కళాత్మక భాగస్వామ్యం, విభిన్న సృజనాత్మక వెంచర్లకు ఈ వేదిక కేంద్రంగా నిలవనుంది. తన కేరీర్లో

మరింత విస్తృతమైన, వైవిధ్యభరితమైన కొత్త అధ్యాయానికి 'ICONZA' నాంది పలుకుతోంది. ఇక సినిమాల విషయానికి వస్తే.. అల్లీ దర్శకత్వంలో అల్లు అర్జున్ నటిస్తున్న 'రాకా' పై భారీ అంచనాలు నెలకొన్నాయి. ఈ చిత్రం ఇటీవల గిన్నీస్ వరల్డ్ రికార్డ్స్లో చోటు సంపాదించి వార్తల్లో నిలిచింది. లోకేష్ కనగరాజ్ దర్శకత్వంలో తెరకెక్కుతున్న 'AA23'లో అల్లు అర్జున్ నటించనున్నారు. ఈ క్రమంలో 'పుష్ప 3: ది ర్యాంప్ జేక్'తో పాటు మరికొన్ని భారీ క్రేజీ ప్రాజెక్టులు ఆయన లైన్ అప్లో ఉన్నాయి.



నేడే విడుదల 'తెల్ల కాగితం'

పుడయం సినిమా: శ్రీమతి కె.శ్రీదేవి సమర్పణలో అరుణాచల క్రియేషన్స్ బ్యానర్ మీద కృష్ణ కొమ్మలపాటి నిర్మిస్తున్న చిత్రం 'తెల్లకాగితం'. హార్ రోషన్, సక్రత జంటగా నటిస్తున్న ఈ సినిమాకి కథ, స్క్రీన్ ప్లే, మాటలు నందు సరిలింగాన అందిస్తున్నారు. ఈ మూవీకి రమేష్ బండ్రెడ్డి దర్శకుడు. ఈ చిత్రాన్ని అక్టోబర్ 2న విడుదల చేస్తున్నారు. ఈ క్రమంలో బుధవారం ఈ సినిమా ప్రీ రిలీజ్ ఈవెంట్ను హైదరాబాద్లో నిర్వహించారు. ఈ వేడుకకు నిర్మాత టీఎన్ డీసీ వైర్లస్ డిల్ రాజు, సార్ డైరెక్టర్ అనిల్ రావిపూడి, కొరటాల శివ, చందు మొండేటి, వశిష్ట, శైలేష్ కొలను, రామ్ జగదీష్, నిర్మాత బండ్రెడ్డి తదితరులు హాజరయ్యారు. ఈ

నటుడిగా సమాజానికి ఒక ఎమోషన్, మంచి కథను చెప్పాలనే ఉద్దేశంతోనే ఈ సినిమా చేశాను. లీక్ అయిన ఒక్క వీడియో క్లిప్ చూసి తప్పుగా భావిస్తున్న వారు, అక్టోబర్ 2న థియేటర్లో పూర్తి సినిమా చూసిన తర్వాత మీ ఆలోచనా విధానం పూర్తిగా మారిపోతుందని ప్రామిస్ చేస్తున్నాను. ఇంత మంచి కథను రాసిన రచయిత నందు అన్నకి కృతజ్ఞతలు. సినిమా చూసి బయటకు వచ్చే ప్రతి ప్రేక్షకుడు ఒక మంచి అనుభూతితో వస్తాడని నమ్ముతున్నాను" అని అన్నారు. హీరోయిన్ సక్రత మాట్లాడుతూ.. "తెల్ల కాగితం మూవీ 2006 బ్యాక్ డ్రాప్లో నడిచే కథ అయినా.. ప్రస్తుత జనరేషన్తో పాటు రాబోయే తరాలకు కూడా ఆర్థమయ్యే ఒక అందమైన సందేశం ఇందులో ఉంది. అక్టోబర్ 2న థియేటర్లోకి వస్తున్న ఈ



సందర్భంగా.. హీరో హార్ రోషన్ మాట్లాడుతూ.. "ఈ వారం రోజుల్లో నేను రెండు పాకులు చూశాను. మొదటిది పాన్ ఇండియా సూపర్ స్టార్ ప్రభాస్ అన్న మా టైలర్ గురించి పోస్ట్ చేసి మాకు కొందరికీ దైర్ఘ్యం ఇవ్వడం, రెండోది సినిమా విడుదలకు మూడు రోజుల ముందు మా చిత్రం నుంచి ఒక వీడియో లీక్ కావడం. ఆ లీక్ అయిన వీడియోపై పచ్చిన ప్రతి మీమ్, ట్వీట్, రీల్ చూశాను. అందులో అందరూ 'తప్పు తప్పు' అని విమర్శిస్తున్నారు. అయితే టీజర్, ట్రైలర్లో కూడా మేము అదే విషయాన్ని తప్పు అనే చూపించాం. నా దగ్గరికి రాబోయే కమర్షియల్, ఫైట్ల కథలు ఎన్నో వచ్చినా, ఒక

సినిమాను కుటుంబమంతా కలిసి చూడవచ్చు. ఇందులో ఎన్నో మంచి విషయాలు, నేర్పుకోవాల్సిన పాఠాలు ఉన్నాయి. నాకు 'ఆక' అనే చక్కటి పాత్రను ఇచ్చిన దర్శకుడు రమేష్ గారికి, అలాగే నిర్మాత కృష్ణ గారికి, రచయిత నందు గారికి నా హృదయపూర్వక కృతజ్ఞతలు. ఇది నా డెబ్యూ మూవీ కావడంతో ప్రారంభంలో సెట్లో చాలా టెన్షన్ వచ్చాను. కానీ హీరో రోషన్, శ్రావ్య, దీపక్ అంతా ఒక చిన్న కుటుంబంలా కలిసిపోయి రోజుకో కొత్త విషయం నేర్పిస్తూ నాకు ఎంతో సపోర్ట్ చేశారు. ఈ చిత్రాన్ని చూసి మీరంతా నన్ను, మా టీమ్ను ఆశీర్వాదిస్తారని ఆశిస్తున్నాను" అని అన్నారు.

'గీతాంజలి' నవంబర్ 13న 4Kలో గ్రాండ్ రి-రిలీజ్

పుడయం సినిమా: కొన్ని సినిమాలు థియేటర్లలో విడుదలవ్వేళ్లు గడిచినా ప్రేక్షకుల మనసుల్లో చెరగని ముద్ర వేస్తుంటాయి. అలాంటి ఎవర్ గ్రీన్ క్లాసిక్స్లో కింగ్ నాగార్జున 'గీతాంజలి' ఒకటి. ఇప్పుడు ఈ లవ్ షుల్ క్లాసిక్ మరోసారి థియేటర్లలో నందడి చేసేందుకు సిద్ధమైంది. నవంబర్ 13న తెలుగు, తమిళ భాషల్లో ప్రపంచ వ్యాప్తంగా 4K వెర్షన్లో 'గీతాంజలి' గ్రాండ్ గా రి-రిలీజ్ కానుంది. ప్రముఖ దర్శకుడు మణిరత్నం తెరకెక్కించిన ఈ చిత్రం అద్భుతమైన కథనం, హృదయాన్ని హత్తుకునే భావోద్వేగాలు, గొప్ప సంగీతంతో ప్రేక్షకులపై ప్రత్యేకమైన ముద్ర వేసింది. నాగార్జున, గిరిజ జంటగా నటించిన ఈ సినిమా పేమ, భావోద్వేగాలు, అందమైన అనుభూతులను ప్రత్యేకమైన శైలిలో ఆవిష్కరించింది. ఇప్పటివరకు 'గీతాంజలి'ని ప్రేమించిన ప్రేక్షకులకు ఈ 4K రి-రిలీజ్ మరోసారి ఆ మధురానుభూతిని థియేటర్లో అందించనుంది. పిక్చర్ క్వాలిటీ, విజువల్ డిటెయిలింగ్తో సినిమా మరింత గ్రాండ్ గా కనిపించనుంది. అదే సమయంలో ఒరిజినల్ సినిమా అందించిన ఎమోషన్, చార్మను ఎలాంటి మార్పు లేకుండా ప్రేక్షకులకు అందించనున్నారు. మాస్టో ఇగ్నెరాజా అందించిన సంగీతం 'గీతాంజలి'కి ఇప్పటికీ ప్రధాన ఆకర్షణగా నిలుస్తుంది. ఆయన సృరపరిచిన పాటలు, బ్యాక్ గ్రౌండ్ స్కోర్ ఎవర్ గ్రీన్ టూల్ షివ ప్రసాద్ నేతృత్వంలోని శ్రీ పద్మిని సినిమాన్ ఈ ఎవర్ గ్రీన్ క్లాసిక్ను మరోసారి ప్రపంచవ్యాప్తంగా థియేటర్లలోకి తీసుకొస్తోంది. ఇప్పటికే ఈ సినిమాను ప్రేమించిన అభిమానులతో పాటు, కొత్త తరం ప్రేక్షకులకు కూడా 'గీతాంజలి'ని బిగ్ స్క్రీన్ ఎక్స్ పీరియన్స్ చేసి అవకాశం లభించనుంది.



"కుకూన్స్" సినిమా పోస్టర్ లాంఛ్



పుడయం సినిమా: జగన్ జోగిరాజ్, సాగర్ కిరణ్, వికాస్ చైతన్య, సంగన దుగ్గ, సురభి దీప్తి, దీప్తి పద్మనిమ్మనగోటి ప్రధాన పాత్రల్లో నటిస్తున్న సినిమా "కుకూన్స్". ఈ చిత్రాన్ని న్యూ వేవ్ పిక్చర్స్, ఎం.ఆర్.ఎం.ఎల్.ఎల్.ఎల్. మెంటో బ్యానర్లపై సుమిత్రా డిస్ట్రీబ్యూషన్, మహేష్ గౌరి

పనిచేశారు. ఇప్పుడి చిత్రంతో నటుడిగా ప్రేక్షకుల ముందుకు రాబోతున్నారు. జగన్, సాగర్, వికాస్ తో పాటు మిగతా "కుకూన్స్" టీమ్ అందరికీ నా బెస్ట్ విజెస్ తెలియజేస్తున్నా. అన్నారు. నటీనటులు - జగన్ జోగిరాజ్, సాగర్ కిరణ్, వికాస్ చైతన్య, సంగన దుగ్గ, సురభి దీప్తి, దీప్తి పద్మనిమ్మనగోటి, తదితరులు.

