



సంపాదకీయం

అభివృద్ధి అంటే ఆర్థికపై ప్రకటనలు కాదు.. ఆవరణలో కనిపించే ఫలితాలు. పెట్టుబడులు పరిశ్రమలుగా మారి, ఉద్యోగాలు సృష్టించి, ప్రభుత్వ ఆదాయాన్ని పెంచినప్పుడే ప్రగతికి నిజమైన అర్థం ఉంటుంది. ఈ దిశగా తెలంగాణలో పారిశ్రామిక పెట్టుబడులు, డిజిటల్ మౌలిక వసతుల విస్తరణ, వస్తు వసూళ్లలో పెరుగుదల ఆశాజనక సంకేతాలిస్తున్నాయి. ఐటీ, ఐటీఈఎన్, గ్లోబల్ కేవలిలిటీ సెంటర్లు, డేటా సెంటర్ల వంటి రంగాల్లో అవకాశాలు విస్తరిస్తుండటం రాష్ట్ర ఆర్థిక వ్యవస్థకు కొత్త ఊపునిస్తోంది. అయితే ఈ పరిణామాలు ప్రకటనలనే పరిమితం కాకుండా ఉత్పత్తి, ఉపాధి, ప్రజల జీవన ప్రమాణాల మెరుగుదలకు దోహదపడాలి.తెలంగాణ వాణిజ్య పన్నుల ఆదాయం 2026-27 ఆర్థిక సంవత్సరం కొలి ఆరు నెలల్లో 16 శాతం పెరిగి రూ.44,372 కోట్లకు చేరడం గమనార్హం. గత విధాని ఇదే కాలంలో రూ.38,269 కోట్లుగా ఉన్న ఆదాయం గణనీయంగా పెరిగింది. ఇందులో జీఎస్టీ వసూళ్లది కీలక పాత్ర. జీఎస్టీ అనియంగా పెరిగింది. 19 శాతం వృద్ధిలో రూ.21,061 కోట్ల నుంచి రూ.25,049 కోట్లకు చేరింది. ఒక్క సెప్టెంబరులోనే జీఎస్టీ వసూళ్లు సుమారు 15 శాతం పెరిగి రూ.4,164కోట్లకు చేరగా, మొత్తం

నేను చాలా స్పష్టంగా చెబుతున్నాను. భారతదేశం ఏ రంగంలోనూ గుత్తాధిపత్యాన్ని అనుమతించదు. శాట్ కామ్ విషయంలో కూడా, కేవలం ఒకే ఒక్క సంస్థను లైసెన్స్ కోసం ఎంపిక చేయలేదు. ఈ సేవలను అందించాలనుకునే వారందరికీ లైసెన్సీలు జారీ చేయబడ్డాయి. ప్రస్తుతం మడు సంస్థలకు లైసెన్సీలు ఉన్నాయి. ఒక నిర్దిష్ట సంస్థ గురించి చాలా చర్చ జరుగుతోంది. కానీ వాస్తవానికి మడు సంస్థలు లైసెన్సీలు పొందాయి. అవి రిలయన్స్ జియో, వన్వెబ్, స్టారీలింక్. అలాగే, లైసెన్స్ పొందడానికి ఆసక్తి చూపిస్తున్న మరో సంస్థ కూడా ఉంది.

జ్యోతిరాదిత్య సింధియా, కేంద్ర మంత్రి పెట్టుబడులకు కేంద్రంగా తెలంగాణ

వాణిజ్య పన్నుల ఆదాయం రూ.7,303 కోట్లుగా నమోదైంది. ఈ గణాంకాలు రాష్ట్రంలో వ్యాపార లావాదేవీలు, సేవల రంగం, వినియోగ కార్యకలాపాలు విస్తరిస్తున్నాయనే సంతకాలిస్తున్నాయి. అయితే పన్ను ఆదాయం పెరిగినంత మాత్రాన ఆర్థిక వ్యవస్థ పూర్తిస్థాయిలో బలోపేతమైనట్లు భావించలేం. ధరల మార్పులు, వినియోగం, పన్నుల పరిధి విస్తరణ, వ్యాపార లావాదేవీలు వంటి అనేక అంశాలు వసూళ్లపై ప్రభావం చూపుతాయి. అందువల్ల జీఎస్టీ వృద్ధిని పారిశ్రామిక ఉత్పత్తి, వాస్తవ పెట్టుబడులు, ఎగుమతులు, ఉద్యోగాల కల్పన వంటి ఇతర సూచికలతో కలిపి పరిశీలించాలి. తెలంగాణలో జీఎస్టీ నమోదులు 2025-26లో 2.64 లక్షల నుంచి 2026 సెప్టెంబరు నాటికి 3.28 లక్షలకు పెరగడం పన్నుల పరిధి విస్తరిస్తున్నదనే సంతకం. ఈ వృద్ధి స్థిరంగా కొనసాగితే ప్రభుత్వానికి ఆదాయ భద్రత పెరగడంతో పాటు అభివృద్ధి కార్యక్రమాలకు మరిన్ని వనరులు సమకూరతాయి.పారిశ్రామిక రంగంలోనూ పెట్టుబడుల విస్తరణ రాష్ట్రానికి సానుకూల పరిణామం. 2026-27లో ఇప్పటి వరకు 1,172 పారిశ్రామిక యూనిట్లుగా అనుమతులు లభించగా, వాటి ప్రతిపాదిత పెట్టుబడుల విలువ రూ.16,384.5 కోట్లుగా ఉంది. అయితే

అనుమతులు, పెట్టుబడి ఒప్పందాల సంఖ్యే అభివృద్ధికి కొలమానం కాదు. అవి వాస్తవ పెట్టుబడులుగా మారి, పరిశ్రమలు ప్రారంభమై, స్థానిక యువతకు ఉపాధి కల్పించినప్పుడే ఆశించిన ప్రయోజనాలు నెరవేరుతాయి. నిరంతర విద్యుత్ సరఫరా, వేగవంతమైన అనుమతులు, సమర్థవంతమైన పాలన, నమృక్తమైన మౌలిక సదుపాయాలు ఉన్నప్పుడే దీర్ఘకాలిక పెట్టుబడులకు మార్గం సుగమమవుతుంది. తెలంగాణలో ప్రస్తుతం సుమారు 300 మోగావాట్ల డేటా సెంటర్ సామర్థ్యం కార్యకలాపాల్లో ఉండగా, మరో రెండు గిగావాట్ల సామర్థ్యం అభివృద్ధి దశలో ఉన్నట్లు నివేదికలు చెబుతున్నాయి. 2029 నాటికి ఐదు గిగావాట్ల సామర్థ్యాన్ని సాధించాలనే లక్ష్యం రాష్ట్రం ముందున్న అవకాశాల విస్తృతమై తెలియజేస్తోంది. ఏఐ, డిజిటల్ మౌలిక వసతుల రంగంలో భారీ పెట్టుబడులు వస్తే డేటా సెంటర్లతో పాటు విద్యుత్, నిర్మాణం, రియల్ ఎస్టేట్, టెలికమ్యూనికేషన్లు, నెట్ వర్కింగ్, సైబర్ సెక్యూరిటీ, ఇంజనీరింగ్ వంటి అనుబంధ రంగాలూ విస్తరించే అవకాశముంది. అయితే ఈ కేంద్రాలకు అధికంగా విద్యుత్, నీరు అవసరమవుతాయి. కాబట్టి పునరుత్పాదక

వంపుకత్తి కాల్చి వంపు దీర్చగవచ్చు

కొండలన్ని పిండి గొట్టగవచ్చు

కలిసచిచ్చు మనసు కలిగింపగారాదు

విశ్వదాభిరామ వినురవేమ

ఇంధన వినియోగం, నీటి సమర్థ నిర్వహణ, పర్యావరణ పరిరక్షణకు ప్రాధాన్యమివ్వాలి. అభివృద్ధి వేగం పెరిగినా సహజ వనరులపై ఒత్తిడి పెరగకుండా చూడటం ప్రభుత్వ బాధ్యత. తెలంగాణ ఆర్థిక ప్రగతిని కేవలం పెట్టుబడుల ప్రకటనలతోనే,

పన్ను వసూళ్ల పెరుగుదలతోనే అంచనా వేయడం సరికాదు. పరిశ్రమల స్థాపన, పెట్టుబడుల అమలు, ఉత్పత్తి, ఉద్యోగాల కల్పన, వ్యాపార లావాదేవీలు, ప్రజల కొనుగోలు శక్తి, ప్రభుత్వ ఆదాయం వంటి అంశాలను సమగ్రంగా పరిశీలించాలి. పెట్టుబడులు ఉత్పత్తి, ఉపాధి, ఆదాయంగా మారినప్పుడే వాటి అసలు విలువ చెల్లడవుతుంది. పెరిగిన పన్ను ఆదాయాన్ని విద్యుత్, వైద్యం, వ్యవసాయం, మౌలిక సదుపాయాలు, గ్రామీణాభివృద్ధి, సంక్షేమ కార్యక్రమాలకు సమర్థంగా వినియోగించినప్పుడే ఆర్థిక వృద్ధి ప్రజల జీవితాల్లో సానుకూల మార్పులకు దారితీస్తుంది.తెలంగాణను జాతీయ, అంతర్జాతీయ పెట్టుబడులకు గమ్యస్థానంగా నిలబెట్టే అవకాశాలు మెండుగా ఉన్నాయి. వాటిని సద్వినియోగం చేసుకోవాలంటే పారదర్శక పాలన, విధానాల స్థిరత్వం, పెట్టుబడుల సకాల అమలు, నైపుణ్యాభివృద్ధి, పర్యావరణ పరిరక్షణ, సమతుల్య ప్రాంతీయ ప్రగతికి ప్రాధాన్యమివ్వాలి. పెట్టుబడుల ఊపు పరిశ్రమల విస్తరణకు దారితీసి, పన్ను ఆదాయానికి ఊతమిచ్చి, ఆర్థిక వృద్ధి ప్రజల సంక్షేమంలో ప్రతిబింబించినప్పుడే తెలంగాణ అభివృద్ధి ప్రయాణం సార్థకమవుతుంది.

రచనలు పంపండి

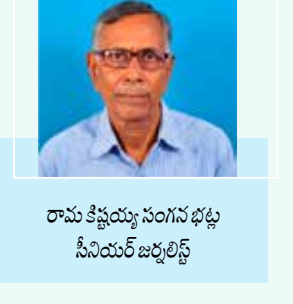
పుడయం సాహిత్య పేజీ 'ఉప్ప' కు సాహిత్య వ్యాసాలు, కవితలు, విమర్శలు పంపించాలని రచయితలకు ప్రోత్సహంగా విజ్ఞప్తి చేస్తున్నాం. అలాగే సంపాదకీయం వైపున రాజకీయ ఆర్థిక, సామాజిక, సాంస్కృతిక తదితర రంగాలపై వ్యాసాలను, సంపాదక చిహ్నాలను పంపించవలసిందిగా కోరుతున్నాం. వాటిని ఈ కింది ఊరుమయల్ కు పంపించాలని మనవి. voodayam2007@gmail.com website : www.voodayam.com Editor : 9247698676 1-7-25/5, Risalagadda, RTC X Roads, Hyderabad - 500020



శక్తి స్వరూపిణి బతుకమ్మ

ప్రతి పండుగ పరంపరానుగతంగా ప్రత్యేక శైలిలో, విశిష్ట పద్ధతిలో జరుపుకునే ధార్మిక కార్యచరణాసక్తుల నిలయమైన తెలంగాణలో ఆపురూప సోదరీమణులైన జేష్ఠాదేవి, లక్ష్మీదేవిలను కొలుస్తూ, బౌద్ధిష్టు, బతుకమ్మ పండుగలను భక్తి శ్రద్ధలతో, పిల్లల పాపలతో కలిసి మహిళల జంట పండు గలుగా పక్షం రోజుల తేదాతో నిర్వహించడం అవాదిగా ఆచరిస్తున్న సనాతన సాంప్రదాయం. బతుకునిచ్చే తల్లిని లక్ష్మీ గౌరి దేవిలను అభిదీస్తూ, శక్తి రూపంగా ఆటపాటల ద్వారా పూజిస్తూ, ఉన్నంతలో రకరకాల పదార్థాలను నివేదిస్తూ, కొత్త బట్టలు సగలు ధరిస్తూ, ఆడ బిడ్డలను ఆహ్వానిస్తూ, కలిసి జరుపుకునే పండుగ బతుకమ్మ. బతుకమ్మను పేర్చే విధానం, పూజించే తీరును బట్టి, తనను ఆరాధించడానికే శక్తిమాత ఆ రూపాన్ని కోరిందా అని అనిపిస్తుంది. శ్రీ చక్ర ఉపాసన సర్వోత్కృష్టమైన శక్తి ఆరాధనవిధానాలలో ఒకటి. బతుకమ్మను పేర్చేటప్పుడు, కమలం పట్టుకీకరి/అప్పదళ పద్మాన్ని వేసి పేర్చడంఆనవాయితీ. శ్రీచక్రం లోని మేరు ప్రస్థానం బతుకమ్మ ఆకారాన్ని పోలి ఉంటుంది. శ్రీచక్రం లోని కుండలినీ యోగ విశేష శక్తిగా బతుకమ్మలో గౌరవమును నిలపడం చేస్తారు. ప్రధానంగా తెలంగాణస్థులు గౌరవమును గౌరీ, లక్ష్మీ సరస్వతులుగా తిరుణాత్మ స్వరూపిణిగా భావించి పూజిస్తారు. "శ్రీలక్ష్మీ సీమహిమలూ గౌరవ్యు భారతి సతిపయ్య బ్రహ్మకీల్తాలిపై పార్వతి డేవిలై చరమేత రాణివై, భారతృతివి హరునకు గౌరవ్య అంటూ పాడు కోడవడం విశేషం". భాద్రపద అమావాస్య మహాలయ అమావాస్య లేక ఎంగిలిపూల బతుకమ్మ అని పిలుస్తూ, ఆనాటితో ప్రారంభించి మహర్నవమి తో ముగించిన ఐదే బతుకమ్మ పండుగ, ఆట పాటలతో నిర్వహించి, పిల్లల పాపలతో మహిళలు తన్నయితే పొందుతారు. ప్రతిరోజూ వివిధ పిండి పంటలను ఆరగించడం చేత అనారోగ్యం పాలు కాకుండా ఉండేందుకు అలెమి పేరుతో ఆరవ రోజూ సెలవు తీసుకుంటారు. ఇళ్లలో ప్రతిరోజూ ఒకరిని మించి మరొకరు జీవీలు పడుతూ గ్రామ పొలి పేరులో, పంట చేలలో, ఇళ్లల్లో, పరిసర ప్రాంతాలలో లభ్యమయ్యే తంగెడు, గునుగు, బంతి, గన్నేరు, కట్ట, గోరింట, గుమ్మడి తదితర పూలతో పసుపు గౌరవ్యు దేవతా విగ్రహాన్ని పశ్చిమంలో అందంగా, ఆకర్షణీయంగా పేర్చుతారు. నిత్య సాతవన వస్త్ర దారులై, ఎందుంతో వేళ, బృందాలుగా పలు రకాల పిండి పంటలతో ఊరి బయటకు, జలాశయాలు వద్దకు వెళతారు. మధ్యలో బతుకమ్మలను ఉంచి పూత్రాకారంలో ఆడుతూ, పాడుతూ ఆయ

బద్ధంగా అడుగులేస్తూ, పదానికి పదం కలుపుతూ, శాస్త్రీయంగా సృత్యం చేస్తారు. వెంట తెచ్చుకున్న తినుబండారాలను ముందుగా నైవేద్యం పెట్టి, బతుకమ్మను నీటిలో నిమజ్జనం గావిస్తారు. అనంతరం పిండి పంటలను తోటివారికి పండుతూ, పిల్లలతో ఒకేస్థలంలో కూర్చుండి ముత్రయిదులు సామూహికంగా ఆరగిస్తారు. సాయంత్ర మంతా ఆహ్లాదకర వాతావరణంలో గడిపి, చీకటి పడ్డాక ఇళ్లకు చేరుకుంటారు. "చేమంతి వనమంతి భామలు చెలి కుంటలో భామలు, ఓలలా డీనారు" అంటూ గొల్ల భామలు శ్రీకృష్ణుడు పాటలు; "రాత్రి వచ్చిన సాంబ శివుడు ఎంతటి మాయల వాడే అమ్మ, చిత్తూ చిత్తుల బొమ్మ శివుడి ముద్దుల గుమ్మలంగారు బొమ్మ బొంగెకెనమ్మ ఈ వాడలోన"అంటూ శివ పార్వతుల గురించి; బతుకమ్మ బతుకమ్మ ఉయ్యాలో బంగారు బతుకమ్మ ఉయ్యాలో.. ఒక్కేసి పువ్వేసి చండమామ అంటూ బతుకమ్మ గూర్చి; "జనకునింటి ఉయ్యాలో" అంటూ భూజాత యైన మహాస్వామి సీతాదేవి గురించే గాక "కలవారి కోడలు కలికి కామాక్షి"అంటూ సామూహిక అంశాల సమన్వయపై సైతం జాన పద బాణీలో బృందాంగం నేసే సాంప్రదాయ గీతాలు మంత్ర ముగ్ధులను గావిస్తాయి. అన్ని పద్ధతులు కలిసి ఆడవంతో మానవ సంబంధాలు, సమిష్టి భావనలు పెంపొందడంతో పాటు భారత దేశ ఔన్నత్యాన్ని తెలంగాణ ప్రాశస్త్యాన్ని తెలిపే సాంస్కృతిక వారసత్వం తరతరాలుగా కొన సాగుతున్నది. కొంటుకెక్, చారిత్రిక, పౌరాణిక, సంబంధ బాంధవ్యాల, సామూహిక అంశాలతో ఉన్న జానపద పాటల వల్ల ఆపురూప సాహిత్యాన్ని, వారసత్వాన్ని భావి తరాలకు అందించడం జరుగు తున్నది. కుల, మత, పద్ధ, పేద, ధనిక భేదాలు లేకుండా, సమిష్టిగా, సామూహికంగా ప్రకృతి ఆరాధన భాగంగా జరుపుకునే బతుకమ్మ పండుగ చరిత్ర చర్చణంగా సాగుతున్న నిత్య లోకీక జీవనంలో ఒకంత మార్పు తెస్తూ, సూతనోత్సాహం, సోదర భావాన్ని అతాకిక ఆనందాన్ని అన్నింటిని మించి సామూహిక భాగ స్వామ్యాన్ని పెంపొందించ గలదనే పరిపూర్ణ విశ్వాసంతో, బతుకమ్మ వేడుకలను మహిళల ఆనందోత్సవాలతో ఏ యేటి కాయేదు పాల్గొంటున్నాడు.



రామ కిష్టయ్య సంగన భట్ట సీనియర్ ఇన్ ఛార్జ్

తెలంగాణ లోన ఉయ్యాలో	ఉయ్యాలో
బతుకమ్మ పండుగ ఉయ్యాలో	బంతి చామంతులు ఉయ్యాలో
సంబరాల నడ్డుమ ఉయ్యాలో	అన్నదమ్ముల వోలే ఉయ్యాలో
సందడి చేయంగా ఉయ్యాలో	పోక బంతి పూలు ఉయ్యాలో
పెత్ర మాసనాడు ఉయ్యాలో	పుట్టింటికి చేరే ఉయ్యాలో
మొదలు పెట్టినాము ఉయ్యాలో	ఆడబిడ్డలంతా ఉయ్యాలో
సద్దుల బతుకమ్మతో ఉయ్యాలో	తల్లిదండ్రులతోటి ఉయ్యాలో
పూర్తి పండుగ ఏ ఉయ్యాలో	తమ కష్టసుఖములు ఉయ్యాలో
రకరకాల పూలు ఉయ్యాలో	చెప్పుకుంటున్నారూ ఉయ్యాలో
గునుగు గుమ్మడి పూలు ఉయ్యాలో	బతుకమ్మ పేర్చువంగ ఉయ్యాలో
అక్కా చెల్లెళ్ల వోలే	పువ్వు పైన పువ్వు ఉయ్యాలో

మానసిక ఆరోగ్యం ప్రభావాలు

ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ నిర్వచనం ప్రకారం జ్వరం లేకపోవడం మాత్రమే ఆరోగ్యం కాదని, శారీరక ఆరోగ్యంతో పాటు మానసిక, సామాజిక కుశలత ఉంటేనే సంపూర్ణ ఆరోగ్యం అవుతుందని వివరిస్తున్నారు. మానసిక ఆరోగ్యం అనగా మన శక్తి సామర్థ్యాలపై మనకు పూర్తి సమృద్ధి ఉండడం, ఆ శక్తిని గరిష్ఠంగా వినియోగించడం, నిత్య జీవితంలో ఎదురయ్యే ఒత్తిడిని అధిగమించడం, పౌర సంబంధాలను కొనసాగించడం, సామాజిక బాధ్యతలను నిర్వహించడం లాంటి లక్ష్యాలు మానసిక ఆరోగ్యాన్ని సూచిస్తాయి. మన ఆరోగ్య ప్రాధాన్యతను తెలిపడం, సామాజిక సంబంధాల్లో ప్రతికూల ప్రభావాలు మానసిక రుగ్మతలుగా పేర్కొనాలి. మానసిక ఆరోగ్యంతో పిల్లల మానసిక రుగ్మతలు, మారకద్రవ్యాల వినియోగం, ఆత్మహత్యలు, ఇతర వ్యాధులు సోకడం, పసిలో ఉత్సాదకత, ఆర్థిక అస్థిరత, కుటుంబ సభ్యుల వేదనలు ప్రత్యక్ష సంబంధాలను కలిగి ఉంటాయి. మానసిక అనారోగ్యం ఫలితంగా పిల్లల్లో విద్యలో మొనగడం, మానవ సంబంధాల్లో తేడాలు కనిపిస్తాయి. మానసిక రుగ్మతలను తొలి దశలో గుర్తించడం వల్ల చికిత్సతో నయం చేసుకోవచ్చు.

THE IMPACTS OF MENTAL HEALTH

రుగ్మతల నుంచి బయట పడిన వారి అనుభవాలను వివరించా : వాస్తవ గతాలు, వాస్తవ మార్పులు" అనబడే అంశాన్ని తీసుకొని ప్రచారం చేస్తే ఆరోగ్య అవమానాల తగ్గించాలనే లక్ష్యంతో ముందుకు సాగుతున్నాడు. మానసిక రోగుల్లో పేద, మధ్య ఆదాయ దేశాల ప్రజలు మాత్రమే 75-95 శాతం ఉన్నారని అంచనా. శారీరక ఆరోగ్యానికి మానసిక దృఢత్వం తప్పనిసరి అని అందరం గమనించాలి.

ప్రపంచ సమస్యగా మానసిక అనారోగ్యం: జాతీయ, అంతర్జాతీయ స్థాయిలో మానసిక ఆరోగ్య సాధనపై దృష్టిసారించి, పలు జాగ్రత్తలు తీసుకోవలసిన సమయం అన్నపైందని ఆర్థం చేసుకోవాలి. భయం, ఒత్తిడి, ఉద్వేగం, నిరాశ, ఆధిక పని ఒత్తిడి, ఒంటరితనం, భావోద్వేగ అందోళనలు, నిద్రలేమి, మారకద్రవ్యాలు, పర్యావరణం, కుటుంబ చరిత్ర, శారీరక ఆరోగ్యం, ఆహారం, ఆర్థిక

మానసిక సంక్షోభం స్థితి వచ్చిందని, అన్ని దేశాల్లో మానసిక రుగ్మతలు పెరుగుతున్నాయని, విశ్వ ఆరోగ్య స్థాపనకు ఐహుమీసిన మానసిక ఆరోగ్య వికాస చర్యలు అవసరం అవుతాయని గుర్తించారు. మానసిక ఆరోగ్య రూపాన్ని: మానసిక ఆరోగ్యం ఒక రోజులో సాధించేది కాదని, మన జీవనశైలి, ఆరోచనా విధానంతో దీర్ఘకాలిక జాగ్రత్తలు తీసుకోవడంతోనే సత్ఫలితాలు కనిపిస్తాయి. మనసు విప్పి గలగల మాట్లాడడం, చలాకీగా ఉండడం, ప్రతి విషయాన్ని తేలికగా తీసుకోవడం, నమ్మకంతో పాటు నమ్మించడం, ఒత్తిడిని జయించడం, ప్రశాంతంగా నిద్ర పోవడం, ఆరోగ్యకర ఆహారం తీసుకోవడం, సమయపాలన పాటించడం, శారీరక వ్యాయామానికి సమయం ఇవ్వడం, మిత్రులతో సమస్యలను చర్చించడం, ధైర్యంగా సమస్యల్ని ఎదుర్కోవడం లాంటి అలవాట్లతో మానసిక ప్రశాంతత సిద్ధిస్తుందని నమ్మాలి. మానసిక ఆరోగ్య పరిరక్షణకు సకారాత్మక అవగాహన కల్పించడం, కుటుంబ సభ్యులు పలు అంశాల్లో మనసు విప్పి మాట్లాడుకోవడం తప్పనిసరి. సమస్యలు లేని జీవితం లేదు. వైఫల్యం రుచి చూడని పీరుదు లేదు. కష్టాలు మనకు మాత్రమే రాలేదు. కష్టపట్టాల సంగమమే జీవితం. విజయంతో విలగ్మీక, అపజయంతో అందోళన పడక, మానసిక పరిపక్వతతో అడుగులు వేసిన వారిని మానసిక ఆరోగ్యం పరిస్థితి.

మానసిక ఆరోగ్యంతో పసిలో సఫలత సిద్ధిస్తుందని, అన్ని పరిస్థితులు అనుకూలంగా ఉన్నప్పటికీ, మానసిక అందోళన ప్రతికూల ఫలితాలను ఇస్తుంది. మానసిక అందోళనతో శారీరక సామర్థ్యం తగ్గుతుంది. మానసిక ఆరోగ్యం పట్ల ప్రజలు తగ్గ జాగ్రత్తలు తీసుకుంటూ తమ తమ విధులను నిర్వహిస్తూ మానసిక, సామాజిక, శారీరక ఆరోగ్యాన్ని పొంది దేశాభివృద్ధిలో పాలు పంచుకుందాం. శారీరక, మానసిక ఆరోగ్యమే మన షి ప్రగతికి తొలి మెట్టు అవుతుందని గట్టిగా నమ్మదాం. మానసిక ఆరోగ్యమే మహాభాగ్యమని నినదధాం.

మహబూబ్ నగర్ | మెదక్ - ఉమ్మడి జిల్లాల వార్తలు



జిల్లా ఎస్పీని కలిసిన వారియర్స్ డిఫెన్స్ అకాడమీ డైరెక్టర్

నారాయణపేట టౌన్ అక్టోబర్ 9(పుడయం ప్రతినిధి)

నారాయణపేట జిల్లా ఎస్పీ డాక్టర్ వినీత్ ని వారియర్స్ డిఫెన్స్ అకాడమీ డైరెక్టర్ లయన్ డాక్టర్ కాంతం అంజనేయులు కు శుభాకారం ముద్రాపూర్వకంగా కలిసి పూల మొక్కను అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా ఎస్పీతో ఆయన మాట్లాడుతూ నారాయణపేట జిల్లాలో విజయవంతంగా ఒక సంవత్సరం పూర్తి చేసుకున్న సందర్భంగా హృదయపూర్వక శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా వారియర్స్ డిఫెన్స్ అకాడమీ డ్యూరీ పేద, ఆర్థికంగా మెరుకబడిన విద్యార్థులకు పోలీస్ కానిస్టేబుల్, ఎస్ ఎస్ జి డి. అగ్నివీర్ అర్హి తదితర ఉద్యోగాల కోసం ఉచిత కోర్సెస్ అందిస్తున్న విషయాన్ని ఎస్పీ కి వివరించారు. గ్రామీణ ప్రాంత విద్యార్థులకు సరైన శిక్షణ, మార్గదర్శక

మహాలయ అమావాస్య ప్రాముఖ్యతను వివరించిన వేద పండితులు

పుడయం హుస్సేన్ శివ్వంపేట అక్టోబర్ 09....

మెదక్ జిల్లా శివ్వంపేట మండల వేద పండితులు మహర్షి గురుదేవులు శాస్త్రుల వామనశర్మ మహాలయ అమావాస్య విశిష్టతను ఇలా వివరించారు. వాచాశీయ సహితం సంస్కృతిలో మహాలయ అమావాస్య ఒక పవన పవిత్రమైన జీవన వారధి. భౌతిక దేహాన్ని నిడివి వెళ్లినప్పటికీ మన గుండెల్లో జీవించి ఉన్న మనస్సు మనం సమర్పించే నిజమైన భక్తి నివాసి ఇది. తిల తర్కణాలు కేవలం ఆచారాలు మాత్రమే కాదు; అవి మన మూలాలను, మన మూల పురుషులను మరిచిపోకుండా గుర్తుచేసే సాంస్కృతిక సంకేతాలు. ఈ రోజున చేసే అన్నదానం, జలదానం పిత్తదోషాల అశ్మకల శాంతిని చేకూర్చు డమే కాకుండా మన జీవితాలలో పిత్త దోషాలను తొలగించి నీకల శుభాలను



ప్రసాదిస్తాయి. మహాలయ అమావాస్య పిత్త బుణ్ణాన్ని తీర్చుకుంటూనే, జగ నాథ్ ఆరాధనలైన శరన్నవరాత్రుల వెలుగులను మన ఇళ్లలోకి ఆహ్వానించాలనే మహాస్మృత సందేశాన్ని అందిస్తుంది. పూర్వీకుల పాదపద్మాలకు శిరస్సు వంచి సమస్తరిన్నా ముందుకు సాగదాం. సర్వ పిత్తదోషతలకు ప్రణామాలు అర్పిస్తూ, లోక సమస్తా సుఖినీభవంతు అని ప్రార్థించి అవి వివరించారు.

సైబర్ మోసాల పట్ల అప్రమత్తంగా ఉండాలి



• **ఎస్పీ డాక్టర్, సంగ్రామ్ సింగ్ జి పాటిల్ నాగర్ కర్నూల్, అక్టోబర్ 9 (పుడయం ప్రతినిధి):**

డిజిటల్ యుగంలో పెరుగుతున్న సైబర్ మోసాల పట్ల ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని జిల్లా ఎస్పీ డాక్టర్, సంగ్రామ్ సింగ్ జి పాటిల్ సూచించారు. తెలంగాణ సైబర్ సెక్యూరిటీ బ్యూరో ఆధ్వర్యంలో అక్టోబర్ నెలను సైబర్ అమావాస నెలగా నిర్వహిస్తున్న నే పథ్యంలో శుభవారం జిల్లా పోలీస్ కార్యాలయంలో సైబర్ క్రిమినల్ అమావాస పోస్టర్ ను ఎస్పీ ఆవిష్కరించారు. ఈ సందర్భంగా ఎస్పీ మాట్లాడుతూ ప్రతి ఒక్కరూ ఆగండి, ఆలోచించండి, ఆడుగు మేయండి అనే మూడు సూక్తిని త్రాగి పాటించాలన్నారు. ఇంటి వద్ద నుంచే సులభంగా డబ్బు సంపాదించ

వచ్చని, రేటింగ్స్ ఇస్తే పార్సీ బ్రెడ్ ఉట్టి గాలు ఇస్తామంటూ వచ్చే చాట్బాట్, టెలిగ్రామ్ మెసేజ్ లను నమ్మవద్దని హెచ్చరించారు. తక్కువ సమయంలో ఎక్కువ లాభాలంటూ వచ్చే నకిలీ ట్రేడింగ్ యాప్లు, క్రికెట్ కరెన్సీ స్కీమ్ ల పట్ల అప్రమత్తంగా ఉండాలన్నారు. అపరిచిత వ్యక్తుల నుంచి వచ్చే లింకులను క్లిక్ చేయవద్దని, బ్యాంక్ వివరాలు, టీ.బి.పి, వడ్డీగత వివరాలను ఎవరితోనూ పంచుకోవద్దని కోరారు. సైబర్ మోసానికి గురైతే వెంటనే 1930 హెల్ప్ లైన్ నంబర్ కు లేదా <http://cybercrime.gov.in> లో ఫిర్యాదు చేయాలని సూచించారు. కార్యక్రమం లో ఆదనపు ఎస్పీ ఎన్.వెంకటేశ్వర్లు, సైబర్ క్రిమినల్ ఎన్.గి. మనోహర్ రెడ్డి, ఎస్.పల్లె భారత్ ఎస్పీ శ్రీనివాస్, సైబర్ క్రిమినల్ సభ్యులు తెజశ్రీ, రవికుమార్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సింగుటం ప్రాథమిక పాఠశాలలో ముందస్తు బతుకమ్మ సందబాలు



గజ్వేల్, అక్టోబర్ 9 (పుడయం ప్రతినిధి)

సింగుటం ప్రాథమిక పాఠశాలలో తెలంగాణ రాష్ట్ర పండుగైన బతుకమ్మనే దుకలను విద్యార్థులు, ఉపాధ్యాయులు, గ్రామ మహిళల కలిసి ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా విద్యార్థులు గ్రామంలోని వివిధ రకాల పూలను సేకరించి పాఠశాల ప్రాంగణానికి తీసుకువచ్చారు. ఉపాధ్యాయురాలు, యువోడ కృష్ణ ఆధ్వర్యంలో విద్యార్థులు, వారి మామమ్మలను మరియూ గ్రామ మహిళల కలిసి అందంగా బతుకమ్మలను పేరారు. అనంతరం పాఠశాల అవరణలో సాంప్రదాయ బతుకమ్మల పాటలతో ఆడుతూ, పాడుతూ ఉత్సాహంగా గడిపారు. కార్యక్రమంలో పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యా

యులు సంతోష్ మాట్లాడుతూ ప్రపంచంలో ఏ రోజులోనైనా భగవంతునికి పూలతో పూజలు చేస్తారని, కానీ ఒక్క మన తెలంగాణలోనే ప్రకృతి ప్రసాదించిన పూలనే దైవంగా భావించి పూజించే గొప్ప సంస్కృతి ఉందన్నారు. ఈ పండుగ సందర్భంగా ఇంటి ఆడవడులు లంతా ఒకటిట కలిసి చేరి తొమ్మిది రోజుల పాటు సంబరాలు జరుపుకుంటారని తెలిపారు. మన తెలంగాణ సంస్కృతి, సాంప్రదాయాలను భావితరాలకు సంగర్భంగా అందించడం బాధ్యత మనందరిపై ఉందన్నారు. ఈ వేడుకల్లో పాఠశాల ఉపాధ్యాయులు కుకునూరి శేఖర్, యశోద కృష్ణ, వసంత, రవీంద్ర, గ్రామ మహిళలు నిర్మల, ప్రమీల, చిత, బాల్ సర్వమ్మలతో పాటు విద్యార్థిని విద్యార్థులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

సెయింట్ ఆంథోనీస్ డిగ్రీ కళాశాలలో బతుకమ్మ సందబాలు

సంగారెడ్డి పుడయం :

సెయింట్ ఆంథోనీస్ డిగ్రీ కళాశాల ఫర్ ఉమెన్, సంగారెడ్డిలో సవరాతి ఉత్సవాల్లో భాగంగా బతుకమ్మ సందబాలును విద్యార్థినులు, అధ్యాపకులు ఘనంగా నిర్వహించారు. తెలంగాణ సంస్కృతి, సంప్రదాయాలకు ప్రతీకగా నిలిచే బతుకమ్మ పండుగను కళాశాల ప్రాంగణంలో ఉత్సాహభరిత వాతావరణంలో జరుపుకున్నారు. ఈ వేడుకల్లో కళాశాలలోని వివిధ సంవత్సరాలకు చెందిన విద్యార్థినులు తమ తమ గ్రూపుగా ఏర్పడి, రంగరంగుల పూలతో అందమైన బతుకమ్మలను రూపొందించారు. ప్రకృతి అందాలను ప్రతిబింబించే విధంగా వివిధ రకాల పూలతో అలంకరించిన బతుకమ్మలు ప్రత్యేక ఆకర్షణగా



నిలిచాయి. అనంతరం విద్యార్థినులు సంప్రదాయ దుస్తులు ధరించి, బతుకమ్మల చుట్టూ చేరి చప్పట్లతో, ఉత్సాహభరితమైన ఆటపాటలతో వేడుకల్లో పాల్గొన్నారు. సంప్రదాయ బతుకమ్మలను సమూహ స్పృశ్యాలతో కళాశాల ప్రాంగణమంతా పండుగ శోభ సంతరిం

చుకుంది. ఈ కార్యక్రమానికి కళాశాల యాజమాన్యం, డైరెక్టర్, అకడమిక్ కోన్సిల్, ప్రెసిపిటల్ హాజరై విద్యార్థినులను ప్రోత్సహించారు. పండుగల ద్వారా మన సంస్కృతి, సంప్రదాయాలను భావితరాలకు అందించడం ఎంతో ముఖ్యమని వారు పేర్కొన్నారు. విద్యార్థి

సిద్దిపేట సిరిసిల్ల రైల్వే లైన్ పనులను వేగవంతం చేయాలి

• **జిల్లా కలెక్టర్ కె. హైమావతి సిద్దిపేట, అక్టోబర్ 9 (పుడయం బ్యూరో)**

సిద్దిపేట నుండి సిరిసిల్ల వరకు ప్రతిష్టాత్మకంగా చేపడుతున్న రైల్వే లైన్ పనులను వేగవంతం చేసేలా నిరంతర పర్యవేక్షణ చేపట్టాలని జిల్లా కలెక్టర్ కె. హైమావతి సంబంధిత అధికారులను ఆదేశించారు. శుభవారం సమీక్ష్యత జిల్లా కార్యాలయ సముదాయంలోని కాన్ఫరెన్స్ హాల్ లో సౌత్ సెంట్రల్ రైల్వే డిప్యూటీ చీఫ్ ఇంజనీర్ ఎన్. సవ్యత్రీ (IRSE) తో కలిసి రైల్వే, రెవెన్యూ, ఆర్ అండ్ బి, పంచాయితీ రాజ్ అధికారులతో సమీక్ష సమావేశం నిర్వహించా

రు. ఈ సందర్భంగా చిన్నకోడూరు మండలం మాచాపూర్, గంగాపూర్, విలరాపూర్, నారాయణరావుపేట మండలం గుర్రాలగొంది, జక్కాపూర్ గ్రామాల్లో పెండింగ్లో ఉన్న భూసేకరణ మరియు ట్రిబ్యుని నిర్మాణ సమస్యలపై క్లుప్తంగా చర్చించారు. పెండింగ్ ప్రాంతాలను అన్ని శాఖల అధికారులు కలిసి జాయింట్ ఇన్స్పెక్షన్ చేసి నివేదిక ఇవ్వాలని, ట్రిబ్యుని నిర్మించే ప్రదేశాల్లో వాహనదారులకు ఇబ్బంది కలగకుండా డ్రైవర్ల బీటీ రోడ్డు పనులు చేయాలని సూచించారు. పనుల పల్లె స్థానిక ప్రజలకు, ప్రయాణీకులకు ఎలాంటి అపాయకరం కలగకుం



డా ట్రిబ్యుని నిర్మాణాలను వేగంగా పూర్తి చేయాలని, పనులు పూర్తయ్యే వరకు స్థానిక శాఖల అధికారులు సమన్వయంతో పనిచేయాలని స్పష్టం చేశారు.

ఈ సమావేశంలో అధిష్టానదానందం, రైల్వేస్ ఎగ్జిక్యూటివ్ ఇంజనీర్ మార్టి, ఆర్ అండ్ బి, పంచాయితీ రాజ్ శాఖల అధికారులు పాల్గొన్నారు.

పిల్లలమర్రిని ఆధునిక వ్యాటక కేంద్రంగా తీర్చిదిద్దాలి: జిల్లా కలెక్టర్ ఖుమ్మా గుప్తా

• **రూ.2.5 కోట్లతో చేపట్టిన మర్యాదల, అభివృద్ధి పనుల పరిశీలన.. సంబంధిత శాఖల అధికారులతో సమీక్ష మహబూబ్ నగర్**



ఆధునికీకరించాలని ఆదేశించారు. పాతబడిన ఆట పరికరాలను తొలగించి, కొత్త పరికరాలు ఏర్పాటు చేసేందుకు అవసరమైన బడ్జెట్ అంచనాలతో ప్రతి పాదసలు నిధ్దం చేయాలని సంబంధిత అధికారులకు సూచించారు. పూర్వాపస శాఖ ఆధ్వర్యంలోని ప్రదర్శన శాలను సందర్శించిన కలెక్టర్, ప్రాచీన కాలం నుంచి ఆధునిక కాలం వరకు చారిత్రక ప్రాధాన్యత కలిగిన వస్తువులు, విగ్రహాలను పరిశీలించారు. వాటి చారిత్రక నేపథ్యం, ప్రాధాన్యత తెలిసేలా సమాచార బోర్డులు ఏర్పాటు చేయాలని సూచించారు. పాత భవనాల స్థితిగతులు, పరిశీలించి, పునర్నిర్మాణం, ఊడతున్న వాటిని గమనించిన కలెక్టర్ వాటిని మరమ్మతులు లేదా పునరుద్ధరణ చేపట్టేందుకు అవసరమైన ప్రతిపాదనలు రూపొందించాలని ఆదేశించారు. సైన్స్ మ్యూజియం పరిసరాల్లో చెత్తా చౌరాల గడ్డి లేకుండా పరిశుభ్రంగా ఉంచుకోవాలని కలెక్టర్ అధికారులను ఆదేశించారు. పిల్లలమర్రి ప్రసక్తి మరిచిపో పరిసరాల్లో పరిశీలించిన కలెక్టర్, ప్రాంగణంలో పరిశుభ్రతను ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలని, పచ్చదనం

పెంపొందించేలా ల్యాండ్ స్కేపింగ్ చేపట్టాలని సూచించారు. సందర్శకులకు తాగునీరు, చెత్తబట్టలు వంటి సదుపాయాల కల్పించాలని, గడ్డి, మొక్కల పచ్చగా ఉండేలా క్రమం తప్పకుండా నీటిని అందించాలని అటవీశాఖ అధికారులను ఆదేశించారు. కేఫ్ టెరియా ప్రాంతంలోనూ సందర్శకులకు అవసరమైన సౌకర్యాలు కల్పించాలని సూచించారు. జింకల పార్కును సందర్శించిన కలెక్టర్ అక్కడ ఉన్న జింకల సంఖ్య, వాటికి అందిస్తున్న ఆహారం, తాగునీరు, సంరక్షణ చర్యల గురించి అధికారులను అడిగి తెలుసుకున్నారు. సుమారు 85 జింకల ఉన్నట్లు అధికారులు వివరించారు. జింకల సంరక్షణ, వాటి ప్రాధాన్యతపై అటవీశాఖ అధికారులు ప్రత్యేక శ్రద్ధ వహించాలని ఆదేశించారు. మత్స్యశాఖ ఆధ్వర్యంలోని ఆక్వేరియాన్ని పరిశీలించిన కలెక్టర్, సుమారు 27 విశ్లేషణ నిర్వహించిన భవనాన్ని ఆధునికీకరించాలని అవసరం ఉందన్నారు. తెలంగాణ మర్యాదక అభివృద్ధి సంస్థ, సంబంధిత ఇంజనీరింగ్ అధికారుల సమన్వయంతో సముగ్ధ అభివృద్ధి పనుల చేపట్టాలని, ఆధునిక ఆక్వేరియం, అధికారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ప్రభుత్వ వసతి గృహల్లో విద్యార్థుల ఆరోగ్యంపై ప్రత్యేక శ్రద్ధ వహించాలి – జిల్లా కలెక్టర్ ఆదర్శ్ సురభి



ఈ సందర్భంగా బీసీ సంక్షేమ శాఖ అధికారులు స్పందిస్తూ మొత్తం 22 మంది విద్యార్థులకు వసతి సౌకర్యం ఉందన్నారు. వారందరినీ ఆసుపత్రిలో చేర్చింది చికిత్స అందిస్తున్నట్లు కలెక్టర్ కు వివరించారు. ప్రస్తుతం విద్యార్థుల ఆరోగ్య పరిస్థితి సంతకంగా ఉందని తెలిపారు. అనంతరం కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ, వసతి గృహంలో బుధవారం రాత్రి చికిత్స అందించిన విద్యార్థులను ఆసుపత్రికి గురికావడానికి గల కారణాలపై సంబంధిత అధికారులు, విద్యార్థినులను వివరించారు.

పదేండ్ల పండుగకు తరలిరావాలి

• **పార్టీ సంద్భాగత బలోపేతానికి ప్రతి ఒక్కరూ సమన్వయంతో పని చేయాలి • మాజీ ఎమ్మెల్యే పాటితల సతీష్ కుమార్..**

హుస్సేనాబాద్, పుడయం (అక్టోబర్ 09) హుస్సేనాబాద్ నియోజకవర్గ కేంద్రం లోని బీఆర్ఎస్ పార్టీ కార్యాలయంలో మాజీ శాసనసభ్యులు పాటితల సతీష్ కుమార్ ఆధ్వర్యంలో నియోజకవర్గ స్థాయి సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సమావేశంలో పార్టీ సంస్థాగత

నిర్మాణం, గ్రామ స్థాయి కమిటీల ఏర్పాటు, రాబోయే పార్టీ కార్యక్రమాలపై నాయకులు, కార్యకర్తలతో చర్చించారు. ఈ సందర్భంగా మాజీ ఎమ్మెల్యే పాటితల సతీష్ కుమార్ మాట్లాడుతూ, సిద్దిపేట జిల్లా ఆవిర్భవించి పది సంవత్సరాల పూర్తియైన సందర్భంగా నిర్వహించే పరిశీలన నిర్వహించడంతో పాటు, గ్రామ కమిటీలను ఏర్పాటు చేస్తానని వెల్లడించారు. నియోజకవర్గంలోని అలాగే హుస్సేనాబాద్ నియోజకవ



ర్గంలోని ప్రతి గ్రామంలో పర్యటించి, ఆయన గ్రామాల నాయకులు, కార్యకర్తలతో సమావేశాలు నిర్వహిస్తానని తెలిపారు. పార్టీ సంస్థాగత బలోపేతానికి ప్రతి ఒక్కరూ సమన్వయంతో పనిచేస్తూ, గ్రామ స్థాయిలో పార్టీ కార్యకర్తలను ఏర్పాటు చేస్తానని తెలిపారు. ఈ సమావేశంలో హుస్సేనాబాద్ నియోజకవర్గంలోని బీఆర్ఎస్ నాయకులు, కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

గద్వాలలో ధరల మంట అధికారుల నిఘా ఏది?

• **కరువు భయంతో నిత్యావసరాల ధరల బాదుడు... రూ.1,800కు 24 కిలోల సన్నబియ్యం ప్యాకెట్? దుకాణాలు, గోదాములపై తనిఖీలకు ప్రజల డిమాండ్ గద్వాల, అక్టోబర్ 09 (పుడయం బ్యూరో)**



కరువు భయం నామాన్యుడి జేబుకు చిట్టలు పెడుతున్నాయా? గద్వాల పట్టణంలో నిత్యావసర సరుకుల ధరల పెరుగుదలపై వినియోగదారులు ఆందోళన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. సన్నబియ్యం 24 కిలోల ప్యాకెట్ సుమారు రూ.1,800 వరకు విక్రయిస్తున్నారని వివరించారు. అధిక ధరలకు చెబుతున్నారు. బియ్యం, పప్పులు, వంట నూనెలు, తొన్నలు, రాగులు, గోధుమల ధరలతో పేద, మధ్యతరగతి కుటుంబాలపై ఆదనపు భారం పడుతోందని బాధపడుతున్నారు. కరువు అంచనాలను ఆసరాగా చేసుకొని ఎవరైనా సరుకులను అధికంగా నిల్వ ఉంచుతున్నారా? మార్కెట్లో ధరల పెరుగుదలకు కారణావేమిటి? అనే అంశాలపై అధికారులు

లు క్షేత్రస్థాయిలో విచారణ చేపట్టాలని ప్రజలు కోరుతున్నారు. గద్వాల పట్టణంలోని మోల్ సేల్, రిటైల్ దుకాణాలు, గోదాముల్లో పారసరఫరాలు, విజిలెన్స్, తూనీలకు కొలతల శాఖ అధికారులు సంయుక్త తనిఖీలు నిర్వహించాలని డిమాండ్ చేస్తున్నారు. అధిక ధరలకు విక్రయాల, అక్రమ నిల్వలు ఉన్నట్లు తెలితే చట్టప్రకారం చర్యలు తీసుకోవాలని కోరుతున్నారు. ధరల పెరుగుదలపై జిల్లా ఉన్నతాధికారులు తక్షణమే స్పందించి మార్కెట్ ను సందర్శించాలి. నిత్యావసర సరుకులు అందుబాటు ధరల్లో లభించేలా చర్యలు తీసుకొని సామాన్యులకు ఉపశమనం కల్పించాలని గద్వాల ప్రజలు విజ్ఞప్తి చేస్తున్నారు.

జిల్లాలో చేనేత కార్మికులను ఆదుకునేందుకు అన్ని విధాలుగా సహకరిస్తాం



• **జిల్లా కలెక్టర్ ఆదర్శ్ సురభి అమరచింతలోని ప్రోద్ధూమ్ వీవర్స్ ప్రొడ్యూసర్స్ కంపెనీ సందర్శించి చేనేత మగ్గలపై స్వయంగా చీర సేసిన జిల్లా కలెక్టర్**

వసవర్ల అక్టోబర్ 9 (పుడయం ప్రతినిధి)

జిల్లాలో చేనేత రంగ అభివృద్ధికి, చేనేత కార్మికుల సంక్షేమానికి అన్ని విధాలుగా సహకరించేందుకు చర్యలు తీసుకుంటుంటున్న జిల్లా కలెక్టర్ ఆదర్శ్ సురభి తెలిపారు. శుభవారం అమరచింత మండల పరిధిలోని చేనేత హ్యాండ్లూమ్ వీవర్స్ ప్రొద్ధూమ్ కంపెనీని జిల్లా కలెక్టర్ ఆదర్శ్ సురభి సందర్శించారు. ఈ సందర్భంగా అక్కడ వీరల తయారీ చేసే విధానాన్ని స్వయంగా పరిశీలించారు. అనంతరం మగ్గలపై కూర్చోని చీర సేసే విధానాన్ని ప్రయత్నించి చూశారు. అక్కడి చేనేత కార్మికులతో మాట్లాడి వీరల తయారీ ప్రక్రియ, వారు ఎదుర్కొంటున్న సమస్యలు, అవసరాల గురించి తెలుసుకున్నారు. అమరచింత వీరల ప్రత్యేకతను, చేనేత రంగానికి సంబంధించిన ఇతర వివరాలను పరిశీలించి శాఖ అధికారులను ఆదేశించారు. ఈ సందర్భంగా చేనేత కార్మికులు తమ సమస్యలు

లను కలెక్టర్ దృష్టికి తీసుకువచ్చారు. చేనేత కార్మికులకు బ్యాంకుల ద్వారా రుణాలు పొందడంలో ఎదురవుతున్న ఇబ్బందులను తొలగించి, సులభంగా రుణాలు అందేలా చర్యలు తీసుకోవాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. అదేవిధంగా, చేనేత యూనిట్ లో ఎండ్ వేడిమి సుంచి ఉపశమనం పొందేందుకు హాఫ్ టాప్ సోలార్ వ్యవస్థను ఏర్పాటు చేయాలని కోరారు. దీనిపై జిల్లా కలెక్టర్ కింగ్స్లూ, చేనేత కార్మికుల సంక్షేమానికి ప్రభుత్వం తరఫున అవసరమైన సహకారం అందించేలా కృషి చేస్తామని తెలిపారు. చేనేత కార్మికులకు బ్యాంకుల ద్వారా రుణాలు సులభంగా అందేలా చర్యలు తీసుకోవాలని సంబంధిత అధికారులకు సూచనలు జారీ చేస్తామని పేర్కొన్నారు. అమరచింత చేనేత ప్రొద్ధూమ్ కంపెనీ యూనిట్ లో ఎండ్ వేడిమి సుంచి కార్మికులకు ఉపశమనం కల్పించేందుకు సోలార్ వ్యవస్థ ఏర్పాటు చేసి దిశగా అవకాశాలను పరిగణించి తీసుకోవాలని పరిశ్రమల శాఖ సహాయ సంచాలకులను ఆదేశించారు. చేనేత రంగాన్ని ప్రోత్సహిస్తూ, కార్మికుల సమస్యలను పరిష్కరించేందుకు సంబంధిత శాఖల అధికారులు సమన్వయంతో పనిచేయాలని కలెక్టర్ ఆదేశించారు. చేనేత శాఖ విడి ఇంటి, ఇక్కడ మండల అధికారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఎన్ హెచ్-65 విస్తరణ పనులు వేగవంతం చేయాలి



• **ట్రాఫిక్ లంఠరాయి లేకుండా చర్యలు చేపట్టాలి: ఎస్పీ పరిశోధింపంజో సంగారెడ్డి పుడయం :**

సంగారెడ్డి చౌరస్తా నుంచి మదీనగూడ వరకు జాతీయ రహదారి 65 పై కొనసాగుతున్న రోడ్డు విస్తరణ పనులను జిల్లా ఎస్పీ పరిశోధింపంజో వివరించారు. పనుల పూర్తితీపై అతని దృష్టి ఉంటుంది. అధికారులు సుదృష్టిలో ఉంచుకుని, అధికారులు

సమన్వయంతో పనిచేయాలని ఆదేశించారు. భద్రతా ప్రాధాన్యం ఇవ్వాలి రోడ్డు విస్తరణ పనులు జరుగుతున్న ప్రాంతాల్లో ప్రయాణికుల జరగకుండా తగిన భద్రత చర్యలు చేపట్టాలని ఎస్పీ సూచించారు. వాహనాల రావాకపోకలను అంతరాయం కలగకుండా ట్రాఫిక్ నియంత్రణ చర్యలు చేపట్టాలని, అవసరమైన చోట్ల ప్రాధాన్యత మార్గాలు ఏర్పాటు చేయాలని కోరారు. అదేవిధంగా, ప్రయాణికులకు ఇబ్బందులు కలగకుండా, సురక్షిత ప్రయాణాని నిర్వహించేలా అవసరమైన అన్ని చర్యలు తీసుకోవాలని స్పష్టం చేశారు. ఈ పరిశీలనలో జిన్నారం డిఎస్సీ ప్రభాకర్, ఇన్స్పెక్టర్ ట్రాఫిక్ ఇన్స్పెక్టర్ ప్రదీప్ రావు, అర్ అండ్ బి ఇంజనీర్లు, సంబంధిత కాంట్రిక్టర్ల తదితరులు పాల్గొన్నారు.



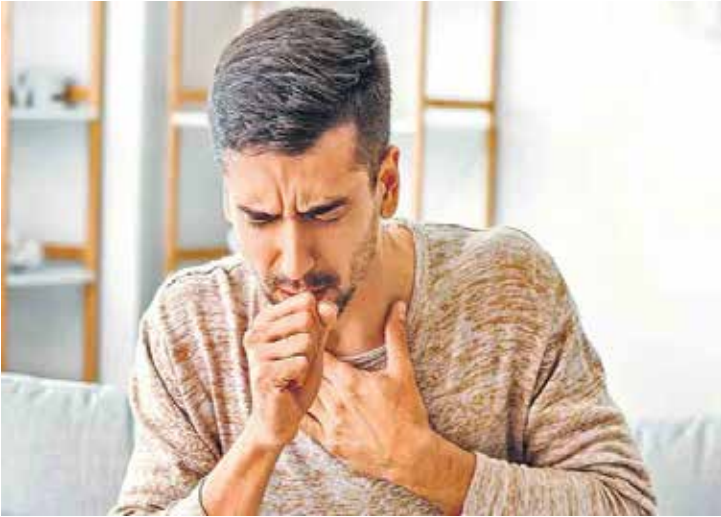
ఉదయం అల్పాహారంలో ఇవి తింటున్నారా?



కొన్ని రోజుల్లో ఎంతో ఉత్సాహంగా అనిపిస్తే.. మరికొన్ని రోజుల్లో అలసట, నీరసం వెంటాడుతుంటాయి. ఏ పని చేయాలన్నా ఆసక్తి ఉండదు. ఇలా ఎందుకు జరుగుతుందో చాలాసార్లు అర్థం కాదు. దీనికి వాతావరణాన్ని కారణంగా కొందరు భావిస్తారు. అయితే ఉదయం మనం తీసుకునే ఆల్పాహారం మన జీవక్రియపై ప్రభావం చూపుతుందని పోషకాహార నిపుణురాలు అంజలి ముఖర్జీ చెబుతున్నారు. పానీతికీలు, పాలతో తృణదాన్యాలు, ఇడ్లీ, దోశ, ఉప్మా, పోహా లేదా వండ్ర రసం వంటి ఆల్పాహారం రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను వేగంగా పెంచుతాయని ఆమె వివరించారు. ఇలాంటి ఆల్పాహారం తీసుకున్నప్పుడు రక్తంలో చక్కెర పెరిగి, ఆ తర్వాత ఒక్కసారిగా పడిపోతుందని ఆమె తెలిపారు. ఇలాంటి ఆల్పాహారం తీసు వెంటనే

మెంతిక్రూర వంటి ఆకుకూరలతోపాటు బెల్లీలు, సిట్రస్ పండ్ల వంటి రంగురంగుల పండ్లను ఆహారంలో చేర్చుకోవాలని ఆమె సూచించారు. రోజును పండ్లతో ప్రారంభించి, ఆ తర్వాత ప్రోటీన్ అధికంగా ఉండే ఆహారం తీసుకోవాలని ఆమె సూచించారు. రోజును పండ్లతో కూడా దగ్గు రావచ్చు. ఆ రకాలేమిటో తెలుసుకుందా.. ఆసహ: దగ్గుతో పాటు బెల్లీకూరలు, తలు, చాతీలో బిగుతుగా ఉండటం, అయినా లాంటి లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. రాత్రి వేళల్లో నిద్రపై పరిస్థితుల్లో ఈ సమస్య మరింత ఎక్కువవుతుంది. సీజోపీడి: నిరంతరం తగ్గని దగ్గు, కఫం పడటం, శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బంది సీజోపీడికి సంతకం.

వారాల తరబడి దగ్గు తగ్గడం లేదా? ఈ వ్యాధులకు సంకేతం కావచ్చు!



రణం, అలర్జిక్ వల్ల వ్యాపించే దగ్గును చాలామంది తేలిగ్గా తీసుకుంటారు. కానీ, వారాల తరబడి ఇదే తీరుగా ఉంటే అది శ్వాసకోశ సమస్యలకు దారి తీస్తుంది. లక్షణాలు ఒకేలా అనిపించినప్పటికీ, వ్యాధి తీవ్రత వేర్వేరుగా ఉండొచ్చు. సరైన కారణాన్ని గుర్తించకుండా అంపచాలతో సొంత వైద్యం చేసుకోవడం వల్ల ప్రాణాలకే ప్రమాదమని వైద్యులు హెచ్చరిస్తున్నారు. ఊపిరితిత్తులు, శ్వాసనాళాల సమస్యల వల్ల మాత్రమే కాకుండా, శరీరంలోని ఇతర అనారోగ్యాల వల్ల

ముఖ్యంగా పొగతాగే అలవాటు ఉన్నవారిలో, కాలిఫోర్నియా గుర్ర యోవారిలో ఇది ఎక్కువగా కనిపిస్తుంది. యూపిడే రిఫ్లక్స్: కడుపు లోని యాసిడ్ తిరోగమనం చెంది అన్నపాహిక ద్వారా గొంతులోకి చేరినప్పుడు కూడా దగ్గు వస్తుంది. చాలామందికి గుండెల్లో మంట లేక పోయినా ఈ రకమైన దగ్గు రావచ్చు. పోస్ట్-నాసల్ డ్రైప్: ముక్కు ద్వారా సైనస్ భాగం నుంచి శిష్మం గొంతులోకి కారడం వల్ల కూడా నిరంతరం దగ్గు వస్తుంటుంది. లక్షణాలు ఒకేలా ఉన్నంత మాత్రాన వ్యాధి ఒకటి కావాలని లేదు. పదేపదే దగ్గు వస్తుంటే దానిని సాధారణ అల్లర్ల లేదా ఇన్ఫెక్షన్ గా భావించి, డాక్టర్ నలచక

లేకుండా మెడికల్ షాపుల్లో డౌరీజ్ మందులు వాడటం సరైన పద్ధతి కాదు. దీనివల్ల అసలైన జబ్బును ప్రారంభంలోనే గుర్తించే అవకాశం కోల్పోతారు. వైద్యులు రోగి దగ్గు తీవ్రత, అది ఎంతకాలంగా ఉందో పరిశీలిస్తారు. అలాగే ధూమపానం, కాలిఫోర్నియా గురికావడం వంటి అంశాలను, ఇతర అనారోగ్య చరిత్రను సమీక్షించి తర్వాత ఎక్స్-రే, సీటి స్కాన్ లేదా లంగ్స్ పంక్షన్ టెస్టులు అవసరమో లేదో నిర్ధారిస్తారు. బ్లడ్ షుగర్: ఒబెసిటీ ఉన్నా, కుటుంబసభ్యుల్లో ఎవరికైనా రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయి ఎక్కువగా ఉన్నా, వయసు పెరిగేకొద్దీ మధుమేహానికి దగ్గుర అవుతున్నట్లే, మధుమేహ కుటుంబ చరిత్ర ఉన్నవారు.. 30 ఏళ్ల నుంచే తరచూ పరీక్షలు చేయించుకోవాలి. బ్లడ్ ప్రెషర్ (బీపీ): దేహంలో ప్రవహించే రక్తం.. నాళాల్లో కలిగించే ఒత్తిడిని 'రక్త పీడనం' అంటారు. ఈ పీడన స్థాయి మన ఆరోగ్యాన్ని సూచిస్తుంది. బీపీ పెరగడం వల్ల గుండె జబ్బులు, కిడ్నీ సమస్యలు, గుండెపోటు, పక్షవాతం వచ్చే ప్రమాదం ఉంది. 18 ఏళ్లు పైబడిన వాళ్లు తరచూ బీపీ పరీక్షించుకోవాలి.

జుట్టు రాలేందుకు కేవలం పోషకాహార లోపమే కారణమా..

ప్రభావితమవుతుంది. ముఖ్యంగా ఇసుము, విటమిన్ డి, విటమిన్ బి12, ఫోలేట్, జింక్ లోపాలతో పాటు ఆహారంలో తగినంత ప్రోటీన్ లేకపోవడం కూడా జుట్టు రాలడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. అయితే జుట్టు రాలడం ఒక్కటే దీనిని పోషక లోపం ఉందని నిర్ధారించదు. ఇసుము లోపం జుట్టు ఎక్కువగా రాలుతున్నప్పుడు పరిశీలించే ముఖ్యమైన పోషకం సంబంధిత కారణాల్లో ఒకటి. శరీరమంతా ఆక్సిజన్ తీసుకోలేక పామోగ్లబిన్ తయారీలో ఇసుము కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. శరీరంలో ఇసుము నిల్వలు తగ్గడం కొందరిలో జుట్టు రాలడాన్ని పెంచుతుంది. అధికంగా రుతుసావం అయ్యేవారు, ఆహారం ద్వారా తగినంత ఇసుము తీసుకోనివారు, కొన్ని అనారోగ్య పరిస్థితులు ఉన్నవారు ఇసుము లోపానికి గురయ్యే అవకాశం ఎక్కువగా ఉంటుంది. విటమిన్ డి కూడా జుట్టు ఆరోగ్యంలో సంబంధం కలిగి ఉంటుందని కొన్ని అధ్యయనాలు సూచిస్తున్నాయి. అలాగే విటమిన్ బి12 కణాల సాధారణ పనితీరు, ఎర్ర రక్తకణాల తయారీకి అవసరం. ముఖ్యంగా జంతు ఆహారాలను పూర్తిగా మానేసినవారిలో బి12 లోపం వచ్చే అవకాశం ఉంటుంది. పోలేట్ కణ విభజన, డీఎన్ఎ తయారీలో కీలకమైన పోషకం. ఆకుకూరలు, పప్పులు, బిస్కెట్ వంటి ఫోలేట్ అధికంగా ఉండే ఆహారాన్ని తీసుకో

ఆహారాన్ని అతిగా పరిమితం చేయకుండా, శరీరానికి అవసరమైన ప్రోటీన్ తోపాటు ఇతర పోషకాలు కూడా తగినంతగా అందేలా చూసుకోవాలి. జుట్టు రాలుతోందని వెంటనే అనేక రకాల పోషకాహార ట్యాబ్లెట్లను తీసుకోవడం సరైన పద్ధతి కాదు. శరీరంలో లోపం నిర్ధారణ కాకుండా సప్లిమెంట్ల తీసుకోవడం వల్ల ప్రమాదం ఉండదు. కొన్ని పోషకాలను అధికంగా తీసుకోవడం వల్ల ఆరోగ్య సమస్యలు రావడంతోపాటు కొన్ని సందర్భాల్లో జుట్టు రాలడం మరింత పెరిగే అవకాశం కూడా ఉంటుంది. ఆకాపాత్యుగా లేదా వేగంగా జుట్టు రాలడం, జుట్టు పలుచబడడం, పాపిడి వెడల్పు పెరగడం, కొన్ని ప్రాంతాల్లో బిట్టల మచ్చలు కనిపించడం, తలపై దురద, పొట్టు లేదా వాపు, తీవ్రమైన అనారోగ్యం లేదా వేగంగా బరువు తగ్గిన తర్వాత జుట్టు రాలడం వంటి లక్షణాలు ఉంటే వైద్యులను సంప్రదించాలి. ఒత్తిడి, ఇటీవలి అనారోగ్యం, హార్మోన్ల మార్పులు, థైరాయిడ్ సమస్యలు, కొన్ని మందులు, జననసరమైన కారణాలు, తల చర్మ సమస్యలు కూడా జుట్టు రాలడానికి కారణం అవుతాయి. అందువల్ల కారణాన్ని గుర్తించకుండా సప్లిమెంట్లపై ఆధారపడకుండా, సమతుల్య ఆహారం తీసుకోవడం, అవసరమైతే వైద్యుల సూచనతో పరీక్షలు చేయించుకోవడం ముఖ్యమని నిపుణులు తెలియజేస్తున్నారు.



ప్రారంభించాలని, పండ్ల తిన్న గంట తర్వాత కూడా ఆకలిగా ఉంటే ఒకటి లేదా రెండు గుడ్లు తీసుకోవచ్చని, కావాలనుకుంటే గుడ్డులోని తెల్లసాన మాత్రమే తీసుకోవాలని అన్నారు. అయితే మొత్తం గుడ్డు కూడా మంచిదేనని, ఆ తర్వాత టోస్ట్ తోపాటు టమాటా, క్యారెట్, బీట్ రూట్ రసం లేదా బాడిగ గుమ్మడికాయ రసం తీసుకోవచ్చని సూచించారు. శాకాహారులు ఉదయం సుమారు 100 గ్రాముల పసీర్ ను ఉప్పు, మిరియాల పొడి వేసి పసంపై కాల్చుకుని తినవచ్చని, లేదా పసీర్ పరాలా, పసీర్ ట్యూబ్ తీసుకోవచ్చని ఆమె సూచించారు. దీంతోపాటు ఒక గ్లాస్ కూరగాయల రసం తీసుకోవచ్చని తెలిపారు. పోషక అవసరాలను తీర్చడంతోపాటు శక్తి స్థాయిలను ఎక్కువగా ఉంచే ఆల్పాహారమే సరైన ఆల్పాహారం అని ఆమె వివరించారు.

గుండెపోటు అంటే సాధారణంగా చాతీలో తీవ్రమైన నొప్పి, బరువు లేదా ఒత్తిడి వంటి లక్షణాలే గుర్తుకు వస్తాయి. అయితే మహిళల్లో గుండెపోటు లక్షణాలు చాలాసార్లు స్వల్పంగా లేదా సాధారణ లక్షణాలకు పెరిగిందా, ఊపిరితిత్తుల్లో ద్రవం చేరిందా వంటి విషయాలను తెలుసుకునే వీలు ఉంది. ఎక్ వక్ట్రల్ కేసులు సమాదవుతున్నాయి. అందువల్ల మహిళలు తమ శరీరంలో కనిపించే

అంపచా వేయడానికి చాతీ ఎక్ట్రే, ఎక్ కార్డియోగ్రాఫీ వంటి ఇతర పరీక్షలు కూడా ఉపయోగపడతాయి. చాతీ ఎక్ట్రే ద్వారా గుండె పరిమాణం పెరిగిందా, ఊపిరితిత్తుల్లో ద్రవం చేరిందా వంటి విషయాలను తెలుసుకునే వీలు ఉంది. ఎక్ వక్ట్రల్ గుండె గదుల నిర్మాణం, గుండె

మహిళల్లో పెరుగుతున్న గుండె పోటు ముప్పు..

అసాధారణ లక్షణాలను నిర్లక్ష్యం చేయకుండా అప్రమత్తంగా ఉండడం అవసరం. మహిళల్లో గుండె సంబంధిత సమస్యల లక్షణాలు ఇతరులతో పోలిస్తే తక్కువ తీవ్రతతో కనిపిస్తాయి. చాతీలో అసౌకర్యం లేదా నొప్పి, బరువుగా అనిపించడం వంటి లక్షణాలు కనిపిస్తే వెంటనే వైద్యులను సంప్రదించాలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. మహిళల్లో గుండె జబ్బుల ప్రమాదం సాధారణంగా మెనోపాజీకు ముందు తక్కువగా ఉండి, ఆ తర్వాత క్రమంగా పెరుగుతుంది. అయితే మధుమేహం, అధిక రక్తపోటు, అధిక బరువు వంటి ఇతర ప్రమాద కారకాలు ఉన్నప్పుడు గుండె జబ్బుల ముప్పు మరింత పెరుగుతుంది. కాబట్టి ఇలాంటి సమస్యలు ఉన్న మహిళలు గుండె ఆరోగ్యంపై ప్రత్యేక శ్రద్ధ పెట్టాలి.

గుండెపోటుకు ముందు చాతీలో నొప్పి లేదా బరువుగా అనిపించడం వంటి లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. ఇలాంటి సమయంలో అలసట చేయకుండా సమీపంలోని ఆసుపత్రు వైద్యులను సంప్రదించాలి. తక్కువ గుండె పీడనం వల్ల జరిగిందా తెలుసుకోవడానికి ఈసీటీ, రక్త పరీక్షలు నిర్వహిస్తారు. ముఖ్యంగా ట్రోపోనిన్ పరీక్ష కీలకమైనది. గుండె కండరాలకు రక్త సరఫరా తగ్గ కణాలు చెబుతున్నప్పుడు ట్రోపోనిన్ అనే ప్రోటీన్ రక్తంలోకి విడుదలవుతుంది. రక్తంలో దీని స్థాయి పెరిగినట్లు తేలితే గుండె కండరాలు దెబ్బతింటున్నట్లు గుర్తించి, అవసరమైన చికిత్సను వెంటనే ప్రారంభిస్తారు. గుండె పరీక్ష తిని

ఎంత సమర్థంగా రక్తాన్ని పంపిస్తోందో, గుండెలోని నాలుగు కణాల్లో ఏవైనా లీకేజీ లేదా ఇతర సమస్యలు ఉన్నాయో వంటి అంశాలను పరిశీలిస్తారు. ముఖ్యంగా మహిళల్లో గుండెపోటు లక్షణాలు స్పష్టంగా కనిపించవు. కాబట్టి చాతీలో అసౌకర్యం లేదా ఇతర అనుమానాస్పద లక్షణాలు కనిపించినప్పుడు నిర్లక్ష్యం చేయకుండా వెంటనే వైద్య సహాయం తీసుకోవడం చాలా ముఖ్యమని నిపుణులు చెబుతున్నారు.

ఎంత సమర్థంగా రక్తాన్ని పంపిస్తోందో, గుండెలోని నాలుగు కణాల్లో ఏవైనా లీకేజీ లేదా ఇతర సమస్యలు ఉన్నాయో వంటి అంశాలను పరిశీలిస్తారు. ముఖ్యంగా మహిళల్లో గుండెపోటు లక్షణాలు స్పష్టంగా కనిపించవు. కాబట్టి చాతీలో అసౌకర్యం లేదా ఇతర అనుమానాస్పద లక్షణాలు కనిపించినప్పుడు నిర్లక్ష్యం చేయకుండా వెంటనే వైద్య సహాయం తీసుకోవడం చాలా ముఖ్యమని నిపుణులు చెబుతున్నారు.



సిజేరియన్ తర్వాత..!



ఈ రోజుల్లో సిజేరియన్ డెలివరీలు సర్వసాధారణమైపోయాయి. అయితే సిజేరియన్ తర్వాత కొలుకోవడానికి చాలా సమయం పడుతుందని, ఆ తర్వాత కూడా దీర్ఘకాలంలో పలు సమస్యలు తలెత్తే అవకాశాలు ఉంటాయని కొంతమంది భావిస్తుంటారు. కానీ ప్రసవం తర్వాత కొన్ని జాగ్రత్తలు పాటిస్తే సిజేరియన్ రోపుల నుంచి త్వరగా కొలుకోవచ్చని నిపుణులు చెబుతున్నారు. సిజేరియన్ తర్వాత తల్లులు ఎంత విశ్రాంతి తీసుకుంటే అంత త్వరగా కొలుకోవచ్చని చెబుతున్నారు నిపుణులు. కుట్టపై ఒత్తిడి వడకుండా అవి త్వరగా మానిపోవడానికి ఇది దోహదం చేస్తుంది. అయితే కొత్తగా తలెత్తిన వారికి రోజులో చాలా సమయం పాపాయికోనే సరిపోతుంది. వారికి పాలిపోయినప్పుడు, డ్రైవర్లు/దుస్తులు మార్చడం, వారిని నిద్రపుచ్చడం, వారు నిద్రపోయినప్పుడు ఇతర పనులు చేసుకోవడం..

ఇలా రోజంతా బెడబెడగా గడిచిపోతుంది. ఇక విశ్రాంతికి టైమింగ్? అని చాలామంది తల్లులు అందోళన చెందుతుంటారు. ఇది ఇటు బాలింతలకు, అటు శిశువుకు.. ఇద్దరికీ మంచిది కాదు. కాబట్టి తలెత్తిన తొలి నాళ్లలో నిద్రలేమిని, ఒత్తిడిని జయించాలంటే ఇతర పనులు పక్కన పెట్టి పాపాయి నిద్రపోయినప్పుడే తల్లులూ నిద్రకు ఉపక్రమించాలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. పాలిచ్చే ప్రక్రియ కొత్తగా తలెత్తిన మహిళలకు ఎంతో ప్రయోజనకరం అంటున్నారు నిపుణులు. ప్రసవనంతరం పెరిగిన బరువు తగ్గడానికి, వెంటనే మళ్ళీ గర్భం ధరించకుండా ఉండడానికి.. ఇలా ఎలా చూసినా బాలింతలకు ఎంతో మేలు చేస్తుంది. అయితే బిల్లలకు పాలిచ్చే క్రమంలో తల్లులు కార్యనిర్వహించే పాపాయిని ఇక్కడ కీలకమే అంటున్నారు నిపుణులు. ఇందులో భాగంగా ముందుకి, వెనక్కి వంగితో

కుండా నిశ్చయంగా కూర్చోని చిన్నారికి పాలివ్వాలి ఉంటుంది. ఇలా చేయడం వల్ల సిజేరియన్ కారణంగా దీర్ఘకాలంలో నడుచుకోవడానికి సాధారణంగా దీర్ఘకాలంలో మేకు, మీ చిన్నారికి సౌకర్యవంతంగా ఉండడం కోసం నిపుణుల సలహా మేరకు ఫీడింగ్ పిల్లోను కూడా వాడవచ్చు. సిజేరియన్ తర్వాత ఇది తినకూడదు, అది తాగకూడదు.. అన్న నియమనిబంధనలు ఇప్పటికీ చాలా ఇళ్లలో ఉంటుంటాయి. అయితే పాలిచ్చే తల్లులకు ఎలాంటి పద్ధాలు అవసరం లేదని దాక్షిణ్య చెబుతున్నారు. గర్భిణిగా ఉన్న సమయంలో సంపూర్ణ పోషకాలు లభించే పదార్థాలన్నీ ఎలాగైతే తీసుకుంటారో ప్రసవనంతరం కూడా వైద్యుల సలహాతో అలాగే తీసుకోవాలని, తద్వారా సిజేరియన్ రోపుల నుంచి సైతం త్వరగా కొలుకోవచ్చని సూచిస్తున్నారు.

ఐటీ స్టాక్స్ నడిపించాయ్.. సెన్సెక్స్ 879 పాయింట్లు పైకి

దేశీయ స్టాక్ మార్కెట్ సూచీలు లాభాల్లో ముగిశాయి. రెండు రోజులుగా వరుస నష్టాలు చవిచూసిన సూచీలు.. శుక్రవారం కోలుకున్నాయి. కనిష్ఠాల వద్ద కొనుగోళ్ల మద్దతుతో పాటు, టీసీఎస్ సహా ఇతర ఐటీ స్టాక్స్ రాణించడం కలిసొచ్చింది. మధ్యంతర ఎన్నికల తర్వాత ఇరాన్ పై దాడులు ఉంటాయని డౌన్టాల్ ట్రంప్ పేర్కొనడం, అంతర్జాతీయంగా క్రూరాయల్ ధరలు తగ్గడమూ సానుకూల ప్రభావం చూపాయి. ఈ క్రమంలోనే సెన్సెక్స్ 800 పాయింట్లు మేర లాభపడగా.. నిట్టి మళ్లీ 22,500 మార్కు ఎగువన ముగిసింది.

జే, ఏఐ రంగాల్లో గ్లోబల్ లీడర్ గా భారత్!

బెలికాం మరియు డిజిటల్ రంగంలో సరిహద్దు లేని పురోగతి ధ్యేయంగా ప్రతిష్టాత్మక 'ఇండియా మొబైల్ కాంగ్రెస్ (IMC) 2026' 10వ ఎడిషన్ శుక్రవారం దేశ రాజధానిలో పునంగా ప్రారంభమైంది. 'స్మిల్ విత్ టోడే బౌండరీస్' అనే ప్రధాన నినాదంతో జరుగుతున్న ఈ మాడు రోజుల సదస్సును భారత ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ అధికారికంగా ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ.. టెక్నాలజీ, పరిశోధనలు, పెట్టుబడులను మానవాళి సేవ కోసం అనుసంధానించడంలో ఐఎంసీ కీలక పాత్ర పోషిస్తోందని కొనియాడారు. భారత్ నేడు కేవలం టెక్నాలజీని వాడుకునే దేశం నుంచి ప్రపంచానికి సాంకేతికతను అందించే (గ్లోబల్ క్రియేటర్) స్థాయికి ఎదిగిందని ప్రధాని స్పష్టం చేశారు. సదస్సు ప్రారంభ సెషన్ లో కేంద్ర సమాచార శాఖ మంత్రి జ్యోతిరా దిట్ట సింధియా మాట్లాడుతూ.. యూపీఐ, ఆర్డార్, డిజిటలైజ్ పంటి వ్యవస్థలు సరసమైన కనెక్టివిటీకి నిదర్శనాలని పేర్కొన్నారు. నేడు దేశంలో మొబైల్ ఫోన్లు బ్యాంకు బ్రాంచ్ లుగా, బెలికాం నెట్ వర్క్ లు దేశ ఆర్థిక రహదారులుగా మారాయని తెలిపారు. భౌగోళిక పరిస్థితులు లేదా ఆదాయ వ్యత్యాసాలు ఎవరి అవకాశాలను

దెబ్బతీయకుండా చూడటమే తమ లక్ష్యమని చెప్పారు. కేంద్ర టెలికమ్యూనికేషన్స్ శాఖ సెక్యూలర్ ఆపరేటర్స్ అసోసియేషన్ ఆఫ్ ఇండియా సంయుక్తంగా నిర్వహిస్తున్న ఈ ల్యాండ్ మార్క్ సదస్సుకు 100కు పైగా దేశాల నుంచి దాదాపు 1.5 లక్షల మంది ప్రతినిధులు హాజరవుతున్నారు. ఈ సదస్సులో రజిట్రేషన్, డైరెక్ట్-టు-డెస్టినేషన్ కాంట్రీలైట్ కనెక్టివిటీ, ఆర్థిఫిషియల్ ఇంటెలిజెన్స్ నెట్ వర్క్ ల మోనిట్రేజిషన్ పరిశ్రమల దిగ్విజాలు కీలక చర్యలు జరుపుతున్నారు.



ఆర్థిక లక్ష్యాలకు 'వైవర్ ఆఫ్ ప్రీమియం' రక్షణ!

సాధారణంగా ప్రతి ఒక్కరూ తమ భవిష్యత్తును దృష్టిలో ఉంచుకుని ఆర్థిక ప్రణాళికలు వేసుకుంటారు. ఉద్యోగం క్రమంగా సాగుతుందని, జీతాలు వస్తూనే ఉంటాయని, తదాధికా పిల్లల చదువులు లేదా రిటైర్మెంట్ కోసం పెట్టుబడులు కొనసాగించవచ్చని భావిస్తారు. కానీ, జీవితం ఎప్పుడూ ఒకటే సాగదు. ఒకే వ్యక్తి సంపాదనపై ఆధారపడిన కుటుంబంలో, ఆ వ్యక్తి అకాల మరణం చెందితే కేవలం ఆదాయం కోల్పోవడమే కాకుండా, వారు అనుకున్న దీర్ఘకాలిక ఆర్థిక లక్ష్యాల కూడా ప్రమాదంలో పడతాయి. దీనిపై పాలసిబజుర్ కామ్ లైఫ్ ఇన్సూరెన్స్ లిఫ్ట్ బిజినెస్ ఆఫీసర్ వివేక్ జైన్ మాట్లాడుతూ.. "కుటుంబంలో సంపాదించే ఏకైక ఆర్థిక అకస్మాత్తుగా మరణిస్తే, వారు నిరోశించుకున్న పెద్ద పెద్ద ఆర్థిక లక్ష్యాలు అర్థాంతరంగా ఆగిపోతాయి. ఉదాహరణకు 20 ఏళ్లలో రూ. 1 కోటి కార్పర్స్ (నిధి) సమకూర్చుకోవాలని పెట్టుబడి ప్రారంభించి, కొన్నేళ్లకే ప్రీమియంలు ఆగిపోతే ఆ లక్ష్యం నెరవేరదు. ఇలాంటి చోటే 'వైవర్ ఆఫ్ ప్రీమియం' (WOP) కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. పాలసిబారుడు మరణించినా, మిగిలిన భవిష్యత్తు ప్రీమియంలను ఇన్సూరెన్స్ కంపెనీయే చెల్లించి, ఆ పెట్టుబడి లక్ష్యాన్ని అనుకున్నట్లుగా పూర్తి చేస్తుంది" అని వివరించారు. రాజీవ్ ఉదాహరణతో పరిశీలిస్తే.. మహారాష్ట్రకు చెందిన 35 ఏళ్ల సాఫ్ట్వేర్ ఉద్యోగి రాజీవ్ తన బిడ్డ ఉన్నత చదువుల కోసం నెలకు రూ. 10,000 కొచ్చున 20 ఏళ్ల పాటు సిస్టమాటిక్ ఇన్వెస్ట్మెంట్ ప్లాన్ (SIP) ద్వారా పెట్టుబడి పెట్టడం ప్రారంభించాడు. 15% వార్షిక వృద్ధి రేటు (CAGR) లెక్కిన 20 ఏళ్లలో దాదాపు రూ. 1 కోటి నిధిని సమకూ

ర్చడం అతని లక్ష్యం. అయితే, ఒకవేళ కేవలం ఒక సంవత్సరం పెట్టుబడి (రూ. 1.2 లక్షలు) పెట్టిన తర్వాత రాజీవ్ అకస్మాత్తుగా మరణిస్తే ఏం జరుగుతుందో చూద్దాం: సాధారణ యూలిప్ (WOP లేకపోతే): రాజీవ్ కుటుంబానికి కేవలం రూ. 12 లక్షల లైఫ్ కవర్ (డెత్ బెనిఫిట్) అందిస్తే పాలసిని కోల్పోతే చేస్తారు. ఆ తర్వాత కుటుంబం సొంతంగా పెట్టుబడి పెట్టలేకపోతే, పిల్లల చదువుల కోసం కేవలం ఆ రూ. 12 లక్షలు మాత్రమే మిగులుతాయి. దీనివల్ల అసలు లక్ష్యమైన రూ. 1 కోటికి ఆ కుటుంబం చాలా దూరంగా ఉండిపోతుంది. WOP ఫీచర్ ఉన్న యూలిప్ ద్వారా లభించే ప్రయోజనాలు: 1. తక్షణ లంచ్ నమ్ మొత్తం: పాలసి దాడుడు మరణించిన వెంటనే వారికే ప్రీమియంకు 10 రెట్లు (అంటే రూ. 12 లక్షలు) తక్షణ కుటుంబ ఖర్చుల కోసం అందిస్తారు. 2. రెగ్యులర్ ఆదాయం: కుటుంబ రోజువారీ అవసరాల కోసం మిగిలిన 19 ఏళ్ల పాటు ప్రతి ఏటా రూ. 1.2 లక్షల కొచ్చున (మొత్తం రూ. 22.8 లక్షలు) రెగ్యులర్ ఇన్ కమ్ లభిస్తుంది. 3. ఆగని పెట్టుబడి (మెచ్యూరిటీ బెనిఫిట్): అన్నింటికంటే ముఖ్యంగా, మిగిలిన అన్ని ప్రీమియంలను రాజీవ్ తరఫున ఇన్సూరెన్స్ కంపెనీయే చెల్లిస్తుంది. దీనివల్ల మార్కెట్లో ఆ పెట్టుబడి అలాగే కొనసాగి, 20 ఏళ్ల టెర్మ్ ముగిసేసరికి బిడ్డ పీజీ చదువుల నాటికి అనుకున్న రూ. 1 కోటి కార్పర్స్ పూర్తిగా చేతికి అందుతుంది. ఆర్థిక కోనసాగింపునకు ఏకైక మార్గం: చివరగా చెప్పాలంటే, ఆర్థిక ప్రణాళిక అంటే కేవలం ఒక నిధిని సృష్టించడం మాత్రమే కాదు.. ఏవైనా ఊహించని అవాంతరాలు ఎదురైనా ఆ ప్లాన్ మధ్యలో ముక్కలు కాకుండా చూసుకోవడం.

ఐటీ కంపెనీలకు అమెరికా షాక్..

ఆ రెండింటినీ కలిపిచూడొద్దన్న నాస్కామ్

హెచ్-1బీ వీసా ఉద్యోగులకు గ్రీన్ కార్డుల కోసం దరఖాస్తు చేసేటప్పుడు నేడుకు కంపెనీలను అనుమతించే 'పర్మినెంట్ లేబర్ సర్వీసెస్ ట్రోగ్రామ్ (పర్మి)' నుంచి సెన్సిటివ్ చేస్తూ టీసీఎస్, ఇన్ఫోసిస్ సహా 8 కంపెనీలకు ట్రంప్ సర్కార్ షాక్ ఇచ్చిన సంగతి తెలిసిందే. దీనిపై నాస్కామ్ (Nasscom) స్పందించింది. ఇమిగ్రేషన్ (శాశ్వత నివాసం), నైపుణ్యం కలిగిన ఉద్యోగుల బదిలీని వేర్వేరుగా చూడాలని.. రెండు భిన్నమైన విషయాలని వెల్లడించింది. 'పర్మి కార్యక్రమం కింద కొత్త దరఖాస్తులను దాఖలు చేసే వీలులేకుండా.. అమెరికాలో పనిచేస్తున్న భారత ఐటీ కంపెనీలు సహా మరి కొన్నింటిపై సస్పెన్షన్ విధించింది. ఈ నిర్ణయంతో అమెరికాలో పనిచేసేందుకు వీలున్న అవకాశాలపై ప్రభావం పడుతుంది. అయితే ఇక్కడ ఒక విషయాన్ని గమనించాలి. వలసలు, నైపుణ్యం కలిగిన ఉద్యోగుల బదిలీ రెండు వేర్వేరు విషయాలు. వాటిని ఒకే కోణంలో చూడొద్దు. ఇదే విషయాన్ని మేం ఎప్పటినుంచో చెబుతూ వస్తున్నాం. అమెరికాలో స్వల్పకాలిక నైపుణ్యాల కొరతను తీర్చుకోవడానికి హెచ్-1బీ వీసా కార్యక్రమం (H-1B visa) కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. భవిష్యత్తులో కూడా స్వల్పకాలంలో ప్రతిభావం తుల కొరత తీర్చేలా ఇది కొనసాగుతుంది.



మైక్రోసాఫ్ట్, ఇన్ఫోసిస్ సహా.. 8 ఐటీ కంపెనీలకు ట్రంప్ షాక్ అయితే, కొన్నేళ్లుగా భారత టెక్ కంపెనీలు హెచ్-1బీ వీసా (Visa) పై ఆధారపడటాన్ని గణనియంగా తగ్గించుకుంటున్నాయి. అదే సమయంలో స్థానికంగా నియామకాలు చేపడుతున్నాయి. స్థానికంగా ఉద్యోగాలు సృష్టిస్తున్నాయి. ఈ కారణంగా పర్మి ప్రక్రియతో హెచ్-1బీ వీసాల నుంచి శాశ్వత నివాసానికి మారే వారి సంఖ్య పరిమితంగానే ఉంది. భారత టెక్ కంపెనీలు 80కిపైగా దేశాల్లో స్థానిక చట్టాలకు కట్టుబడి కార్యకలాపాలు నిర్వహిస్తున్నాయి. యూఎస్ లో కూడా ఈ పరిస్థితిని నిబంధన ప్రకారం ఎదుర్కొంటూయిన విశ్వస్థున్నాం" అని నాస్కామ్ పేర్కొంది.



కోహ్లా ఇప్పటి ఫామ్.. అత్యంత ప్రమాదకరం: ఏబీడీ ఆసక్తికర వ్యాఖ్యలు



టీమ్ ఇండియా స్టార్ క్రికెటర్ విరాట్ కోహ్లా ఆడుతున్నది ఒక్క ఫారూలే. దానికి కూడా తర్రలోనే వీడ్కోలు పలికిస్తాడంటూ ఊహగానాలు వినిపిస్తోన్న వేళ.. ఇటీవల శతకంతో రిటైర్మెంట్ వార్తలకు చెక్ పెట్టాడు కింగ్. ఈ మధ్య బీకర ఫామ్ లో రూసుపోతున్న కోహ్లాపై తన స్నేహితుడు, దక్షిణాఫ్రికా మాజీ దిగజం ఏబీ డివిలియర్స్ ఆసక్తికర వ్యాఖ్యలు చేశాడు. విరాట్ ప్రస్తుత ఫామ్ అత్యంత ప్రమాదకరమని అన్నాడు. అతడిలో ఎవరికీ తెలియని మరో కొణం ఉందన్నాడు. ఓ జాతీయ మీడియాకు ఇచ్చిన ఇంటర్వ్యూలో కోహ్లా గురించి ఏబీడీ మాట్లాడాడు. 2016 నాటితో పోలిస్తే ఇప్పుడు విరాట్ లో వచ్చిన మార్పులను ప్రస్తావించాడు. ఆ విషయాలను రాయల్ చాలెంజర్స్ బెంగళూరు ప్రాంతైజ్ తమ వెబ్ సైట్ లో పంచుకుంది. "నాకు తెలిసి కోహ్లా ఇప్పుడు గతంలో కంటే చాలా మెరుగ్గా ఆడుతున్నాడు. ఎందుకంటే అతడు ఇప్పుడు స్వేచ్ఛగా, ప్రశాంతంగా ఉన్నాడు. గతడాది జరిగిన ఐసీసీ

ఛాంపియన్స్ ట్రోఫీ తర్వాత నుంచే ఈ మార్పు నేను గమనిస్తున్నా. విరాట్ లో ప్రజలకు, అభిమానులకు తెలియని మరో కొణం ఉంది. ఇప్పుడా కొణం మంఠలిక బయటకు వస్తోంది. మైదానంలో తన అత్యుత్తమ టాలెంట్ ను ప్రదర్శించి.. ప్రపంచవ్యాప్తంగా అభిమానులను మరింత అలరించాలనే విషయం అతడికి అర్థమైంది. అది చివరిసారి కావొచ్చు..! మరో రెండేళ్లు లేదంటే ఐదేళ్లు కావొచ్చు..!" అని ఏబీడీ వ్యాఖ్యానించాడు. "అతడు ఎంతకాలం ఆడుతాడో నాకు తెలియదు. కానీ, ఇప్పుడు మరింత ప్రమాదకారిగా మారాడన్నది మాత్రం అర్థమైంది. విరాట్ దూకుడుగా అడితే అతడిని అడ్డుకోవడం అసాధ్యం. ఇదిలాగే కొనసాగితే.. 2027 వరకే కవీలో టీమ్ ఇండియాపై అతడు భారీ ప్రభావమే చూపించగలడు. విరాట్ తో డైరెక్ట్ గా రూమ్ పంచుకోవడం యువ ఆటగాళ్లకు అత్యుత్తమ అవకాశం. అతడి నుంచి వారు ఎంతో నేర్చుకోవచ్చు" అని డివిలియర్స్ వివరించాడు.

పదేళ్ల తర్వాత రీఎంట్రీ.. డకౌట్ తో ఆసీస్ ఓపెనర్ చెత్త రికార్డు



దాదాపు పదేళ్ల తర్వాత జాతీయ జట్టులోకి పునరాగమనం చేసిన ఆస్ట్రేలియా ఓపెనర్ నిట్ మాడిసన్ ఓ చెత్త రికార్డును ఖాతాలో వేసుకున్నాడు. దక్షిణాఫ్రికాతో తొలి టెస్టులో 33 బంతులు ఆడిన మాడిసన్ పరుగుల ఖాతా కూడా తెరవలేదు. అత్యధిక బంతులు ఎదుర్కొన్న డకౌట్ అయిన ఆసీస్ ఓపెనర్ గా నిలిచాడు. 21వ శతాబ్దంలోనే అత్యంత చెత్త రికార్డును సమారు చేశాడు. 2016లో దక్షిణా

ఫ్రికాపైనే అరంగేట్రం చేసిన అతడు.. అదే ఏడాది పాకిస్తాన్ తో తన చివరి టెస్టును ఆడాడు. అప్పట్నుంచి అతడికి అవకాశాలే రాలేదు. ఇప్పుడు పునరాగమనం కూడా సఫారీ జట్టుపైనే కావడం గమనార్హం. ఇప్పటి వరకు నాలుగు టెస్టుల్లో 27 పరుగులు మాత్రమే చేశాడు. టెస్ట్ చరిత్రలో తొలిసారి ఆస్ట్రేలియా ఓ టెస్టులో 30+ వయసు కలిగిన ప్లేయర్ తో బరిలోకి దిగింది. నాథన్ లయన్ (38) అందరికంటే ఎక్కువ వయస్సుడు కావడం గమనార్హం. దక్షిణాఫ్రికాతో తొలి టెస్టులో టాప్ నెగ్గిన ఆస్ట్రేలియా (SA vs AUS) బ్యాటింగ్ రాయల్ చాలెం ఎంచుకుంది. ఆ నిర్ణయం పెద్ద తప్పు అని ఆసీస్ బ్యాటింగ్ గుండు జ్యో బెంగళూరు వరుస ఆర్డరువుతోంది. టాప్ ఆర్డర్ విఫలం కావడంతో వందలోపే కీలకమైన నాలుగు వికెట్లు తుంగి. ఓపెనర్స్ నిట్ నిలిచింది. కానీ, తన సహోసకు మాడిసన్ (0) డకౌట్ కాగా.. ట్రావిస్ హెడ్ (9) పాటింగ్ ఉంటే ఇప్పటికే ఐదు సింగిల్ డిజిట్ చేసే పరిమితమయ్యాడు. మార్న్స్ కప్పల్లను సొంతం చేసుకొని లంబవేన్ (37), స్టీవ్ స్మిత్ (25) ఆడుకో ఉండేదని టీమ్ ఇండియా నేందుకు ప్రయత్నించినా స్వల్ప మాజీ క్రికెటర్ పారిష్ లంబవేన్ వ్యవధిలో వారిద్దరూ పెవిలియన్ కు చేరారు. పటిల్ వ్యాఖ్యానించాడు. శాశ్వతంగా ఓ

జైస్వాల్ కొత్తగా వికెట్ కీపింగ్..

టీమ్ ఇండియా బ్యాటర్ యశస్వి జైస్వాల్ వికెట్ కీపింగ్ కూడా సాధన చేస్తున్నాడని ముంబయి కెప్టెన్ సిద్ధేత్ లాడ్ చెప్పాడు. "యశస్వి వికెట్ కీపింగ్ ప్రాక్టీస్ చేస్తున్నాడు. అతడు ముంబయి లేదా భారత జట్టు తరఫున వికెట్ కీపింగ్ చేయాలనుకుంటున్నాడు. అదే ఇప్పుడు అతడి లక్ష్యమని నాకు అనిపిస్తోంది. అయితే దీనిపై నాకు ఇంకా స్పష్టత

రాలేదు" అని లాడ్ విలేజర్ తో చెప్పాడు. 24 ఏళ్ల జైస్వాల్.. లెగ్ స్పిన్ కూడా ప్రాక్టీస్ చేస్తున్నాడని అతడు తెలిపాడు. 2026-27 రంజీ సిజన్ నేపథ్యంలో ముంబయి ప్రాక్టీస్ మ్యాచ్ సందర్భంగా జైస్వాల్ దాదాపు 10 ఓవర్ల పాటు వికెట్ కీపింగ్ చేశాడు. దానికి సంబంధించిన ఫోటోలు నాఫ్ షేర్ మీడియాలో చక్కర్లు కొడుతున్నాయి.



బువూసు వద్దనుకుంది.. నా మాట వినుంటే ఐదు కప్పులు ఆర్పితేవే: పార్థివ్ ఇంటర్వ్యూలో పార్థివ్ 2014 వేలం సమయంలో ఏం జరిగిందో వెల్లడించాడు. జన్మితే బువూసు తీసుకునే అవకాశం వద్దనుకొని భారీ మూల్యం చెల్లించుకున్నట్లు పేర్కొన్నాడు. '2014 మేగా వేలంలో' నన్ను కొలి రోజే లంచ్ ట్రైక్ ముందే జట్టులోకి తీసుకున్నాడు. ఆర్పిట్ నుంచి నాకు మనోజ్ వచ్చింది. అప్పుడు మేనేజ్మెంట్ దృష్టికి ఓ విషయం తీసుకొచ్చా.. ఓ అప్పుతమైన ఫ్లెయర్ దివ్యన విధానం సరిగా అనిపించలేదేమో.. బువూసాలంటే బేల్ టో పిం చేస్తారు? అన్నట్లుగా వారి సమాధానం ఉంది. ఇదే విషయాన్ని నేను ఓ బ్రాడ్ కాస్ట్ లో మాట్లాడా. అయితే, నేను అలా మాట్లాడి ఉండాలింది కాదు. ఆ తర్వాత 'ఎక్స్' లోనూ స్పందించా. నేను అలా చేసి ఉండకూడదు. ఆ దశలో బువూసు కొనుగోలు చేయడం సరైన నిర్ణయం అవుతుందని ఆర్పిట్ భావించలేదు. నా వ్యాఖ్యలు వైరల్ కావడంతో.. సోపాట్ మీడియాలో పెట్టిన పోస్టుకు కొందరు తమకు నచ్చిన విధంగా అపారాధను అంటుంటారు" అని పార్థివ్ తెలిపాడు.



ఫాజీ అప్పడొస్తే.. మరి స్పిరిట్ ఎప్పుడు?



రదయం సినిమా: ప్రస్తుతం ప్రభాస్ ఫాజీ షూటింగ్ లో 'ల్లోంటున్నట్టు తెలుస్తోంది. ఆ సినిమా కోసం ఆయన ఇంకా రూపు 2.5 రోజుల పాటు షూటింగ్ లో పాల్గొనాల్సి ఉంటుంది. రెబల్ స్టార్ ప్రభాస్ లైసెన్స్ లో ఇప్పుడు భారీ సినిమాలున్న విషయం తెలిసిందే. అందులో ఒకటి హను రాఘవపూడి రకెక్కిస్తున్న ఫాజీ కాగా... మరొకటి సందీప్ రెడ్డి వంగా 'పొందిస్తున్న స్పిరిట్. ఆ రెండు సినిమాలపై ప్యాన్స్ లో ఓ

రేంజ్ లో అంచనాలు ఉన్నాయి. అయితే వీటి రిలీజ్ డేట్స్ విషయంలో ఇప్పుడు ఇంట్రెస్టింగ్ డిటేల్ నడుస్తోంది. ఫాజీ ముందుగా వస్తుందా, స్పిరిట్ అనుకున్న సమయానికి థియేటర్లలోకి వస్తుందా అన్నది ఇప్పుడు హాట్ టాపిక్ గా మారింది. ప్రస్తుతం ప్రభాస్ ఫాజీ షూటింగ్ లో పాల్గొంటున్నట్టు తెలుస్తోంది. ఆ సినిమా కోసం ఆయన ఇంకా దాదాపు 2.5 రోజుల పాటు షూటింగ్ లో పాల్గొనాల్సి ఉంటుంది. డిసెంబర్

మొదటి వారానికి తన షూటింగ్ పార్ట్ ను పూర్తి చేయాలని చూస్తున్నట్టు తెలుస్తోంది. హను రాఘవపూడి దర్శకత్వంలో రూపొందుతున్న ఆ పీరియాడిక్ యాక్షన్ డ్రామాలో ఇమాన్ షీరోయన్ గా నటిస్తున్నారు. మైలీ మూవీ మేకర్స్ నిర్మిస్తున్న ఆ సినిమాపై ఇప్పటికే మంచి అసక్తి నెలకొంది. ప్రభాస్ పట్టిన రోజైన అక్టోబర్ 23న టీజర్ విడుదల కానుందనే ప్రచారం అభిమానుల్లో జోష్ పెంచుతోంది.

'భోగి' మ్యూజికల్ జర్నీ ప్రారంభం..



పురయం సినిమా: చార్మింగ్ స్టార్ శర్వా 'భోగి' చిత్రంతో ప్రేక్షకులను అలరించేందుకు సిద్ధమవుతున్నారు. సంవత్సరం దర్శకత్వంలో తెరకెక్కుతున్న ఈ ప్రతిష్టాత్మక పీరియడ్ యాక్షన్ డ్రామాను శ్రీ సత్యసాయి ఆర్ట్స్ బ్యానర్ పై కేకే రాధామోహన్ నిర్మిస్తుండగా, లక్ష్మీ రాధామోహన్ సమర్పిస్తున్నారు. భారీ స్టాయిల్ రూపొందించిన ఈ సినిమా ప్రమాదస్వ ఇటీవల విడుదలైన టీజర్ తో ప్రారంభమయ్యాయి. టీజర్ కు ప్రేక్షకుల నుంచి అద్భుతమైన స్పందన లభించింది. 'భోగి' మ్యూజికల్ ప్రమాదస్వ తాజాగా 'ఏగిలివారంగ' పాట విడుదలతో ప్రారంభమయ్యాయి. పల్లె వాతావరణాన్ని ప్రతిబింబించే ఈ జానపద గీతం సినిమా నేపథ్యాన్ని అద్భుతంగా పరిచయం చేస్తోంది. మల్లీ వాసనతో కూడిన జానపద పాటలను రూపొందించడంలో తన ప్రత్యేకతను చాటుకున్న భీమ్సి సినిమాలియో ఈ పాటకు అందమైన బాణీని అందించారు. విభిన్నమైన సంగీత ప్రయోగాలతో సాగిన ఈ పాట అందరినీ ఆకట్టుకుంది. 1960ల కాలంలో మహారాష్ట్ర-ఆది

లాబాద్ సరిహద్దులోని బొగ్గల గుట్ట గ్రామం నేపథ్యంలో ఈ పాట సాగుతుంది. అప్పటి పల్లె జీవనాన్ని సహజంగా అవిష్కరిస్తూ, ఆ ప్రాంత సంస్కృతి, సంప్రదాయాలు, కులవ్యవస్థలు, గ్రామస్థల జీవితాలపై పెత్తనం చెలాయించిన స్థానిక భూస్వాముల ప్రభావాన్ని ఈ పాటలో చూపించారు. ఆస్కార్ అవార్డు విజేత చంద్రబోస్ తెలంగాణ సహజమైన మాండలికంలో రాసిన సాహిత్యం ఈ వాస్తవాలను కళ్ళకు కట్టినట్టు అవిష్కరిస్తుంది. గ్రామంలోని సామాజిక వ్యవస్థ, ప్రజల నిత్యజీవిత అనుభవాలను ఎలాంటి ఆర్కాటాలు లేకుండా, సహజంగా, వాస్తవికంగా తన సాహిత్యంలో ప్రతిబింబించారు. నల్గొండ గద్దర్ నర్తన్న తన వాయిద్యంతో పాటకు ప్రాణం పోశారు. తన ప్రత్యేకమైన పల్లె గొంతుతో పాటకు మరింత సహజ తాన్ని తీసుకొచ్చారు. ఆయనతో పాటు నర్మిరెడ్డి, కందుకూరి శంకర్ బాబు, రిలారే గోపాల్ పాటకు మరింత పల్లె పరిమాణాన్ని అధారు. పాటలోని సంగీతం, సాహిత్యంలోని గొప్పదనానికి విజయవల్లీ కూడా చక్కగా తోడయ్యాయి. అప్పటి గ్రామీణ వాతావరణాన్ని, పల్లె జీవనశైలిని సహజంగా రీ క్రియేట్ చేశారు. శర్వా, అనుపమ పరమేశ్వరన్ తమ పల్లెటూరి పాత్రల్లో ఎంతో సహజంగా కనిపిస్తూ, సినిమా నేపథ్యానికి చక్కగా సరిపోయారు. గ్రామాన్ని, అక్కడి ప్రజల జీవన విధానాన్ని చూపించడంలో తీసుకున్న ప్రత్యేక శ్రద్ధ పాటకు మరింత లోతును తీసుకొచ్చింది. దర్శకుడు సంవత్సరం తన స్టోరీ టెల్లింగ్ తో అద్భుతంగా ఆకట్టుకున్నారు. ఆ ప్రాంత సంప్రదాయాలు, సామాజిక వాస్తవాల, ప్రత్యేకమైన జీవనశైలిని ఎంతో సహజంగా తెరపై అవిష్కరించారు.

'సినీ ఇండస్ట్రీలో మాఫియా రాజ్యమేలుతోంది..



రదయం సినిమా: తెలుగు సినీ పరిశ్రమలో చిన్న ఏమాల్ పరిస్థితిపై హీరో, మూవీ మేకర్ పిరాట్ మోహదీ ఎవలన ఆరోపణలు చేశారు. ఇండస్ట్రీలో మాఫియా తరహా వస్తే నడుస్తోందని, చిన్న నిర్మాతలు, దర్శకులు అడుగుదానా మోసం, దోపిడీ, విచక్షణ ఎదుర్కొంటున్నారని ఆరోపించారు. తాను నిర్మించి, హీరోగా నటించిన 'ఓ అంధా క్షుణ్' చిత్రానికి థియేటర్లు కేటాయింపడంలో అన్యాయం ఏగిందని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. తనకు డెడిలింపులు పున్నాయని, అయినా వెనక్కి తగ్గి ప్రసక్తి లేదని పిరాట్ మోహదీ స్పష్టం చేశారు. మైదరాబాద్ సోమజిగూడ స్టేజీలో నిర్వహించిన మీడియా సమావేశంలో పిరాట్ మోహదీ మాట్లాడుతూ..

నిర్మించామని తెలిపారు. సరైన స్టాయిల్ థియేటర్లు లభించి సినిమా ప్రేక్షకుల ముందుకు వస్తే రికార్డులు సృష్టించే సత్తా తన చిత్రానికి ఉందని ధీమా వ్యక్తం చేశారు. 'చిన్న సినిమాలను తొక్కిపెడుతున్నారు' సినిమా విడుదలకు థియేటర్ల దొరకడం చిన్న నిర్మాతలకు అతిపెద్ద సమస్యగా మారిందని పిరాట్ మోహదీ ఆరోపించారు. పెద్ద సినిమాలకు ప్రాధాన్యత ఇస్తూ చిన్న చిత్రాలను పక్కన పెడుతున్నారని అన్నారు. ఈ సమస్యపై ఇప్పటికే 40కి పైగా ప్రెస్ మీట్లు, 50కి పైగా ఇంటర్వ్యూలు ఇచ్చినట్టు తెలిపారు. 'క్యూబ్, యూఎఫ్ఓ పెరుతో దోపిడీ' డిజిటల్ ప్రొజెక్షన్, ఇతర విడుదల ప్రక్రియల పెరుతో చిన్న నిర్మాతలపై అదనపు ఆర్థిక భారం పోవతున్నారని పిరాట్ ఆరోపించారు. క్యూబ్, యూఎఫ్ఓ పంటి డిజిటల్ ప్రొవైడర్లపై ఆయన తీవ్ర విమర్శలు చేశారు. వారానికి సుమారు రూ. 2,000లో పూర్తయ్యే పనికి ఒక్కో థియేటర్ నుంచి రూ. 10 వేల నుంచి రూ. 12 వేల వరకు వసూలు చేస్తున్నారని ఆరోపించారు. ఈ విధానం పల్లె ఇప్పటికే ఆర్థికంగా ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్న చిన్న నిర్మాతలకు మరింత నష్టపోతున్నారని అన్నారు.

ప్యామిలీ ఎంటర్ టైనర్ "క్రేజీ కల్యాణం"



రదయం సినిమా: - మా మామి కొంటెంట్ మీద మాకు పూర్తి ముక్కు ఉంది. ఈ సిస్టమ్ ఎవరు విన్నా ఇష్టపడ్డారు. అనుపమ, రేష్ గారు, తరుణ్ భాస్కర్, అఖిల్.. ఇలా అందరూ కథ చాలా గొప్పదని చెప్పారు. మాకు సిస్టమ్ మీద ఉన్న నమ్మకం, వాళ్ళ బిస్ నెస్ నాతో మరింత కాన్ఫిడెన్స్ పెరిగింది. ఈ నెల 16న రిజ్ కాబట్టి అనుపమ, నరేష్ గారు, తరుణ్ భాస్కర్.. ఇలా ప్రతి రిస్క్ బ్యాల్స్ మాట్ కోసం సపోర్ట్ చేస్తున్నారు. వాళ్ళందరికీ ఏమా మీద గట్టి నమ్మకం ఉంది. మిగిలిన పర్సన్ కంప్లెట్ చేసి రిజ్ కు తీసుకొస్తాం. - నేను యాద్ బిజినెస్ లో ఉన్నాను. భుత్ కు యాద్, డాక్యుమెంటరీస్, ఇతర కంపెనీల యాద్స్ ఉంటాయి. డైరెక్టర్ బ్రదర్స్ నాతో చాలా ఎక్జుగా వాలెట్ సున్నారు. నాకు సినిమా ఇండస్ట్రీ అంటే ఇష్టం, ఆయనకు యాద్ ప్యాషన్. కథల గురించి మా మధ్య డిస్కషన్స్ జరుగుతుంది. ఆ క్రమంలో ఈ కథ బ్రదర్స్ చెప్పగానే చాలా బాగుంటుంది.

ప్రొడ్యూసర్ బాసం జగన్ మోహన్ రెడ్డి

ఈ నేపథ్యంలో 'ప్రేమనే ఊరిలో' సినిమా గ్రాండ్ సక్సెస్ మీట్ ను మైదరాబాద్ లో నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో డైలాగ్ కింగ్ సాయికుమార్ అతిథిగా పాల్గొన్నారు. డైలాగ్ కింగ్ సాయికుమార్ మాట్లాడుతూ - "ప్రేమనే ఊరిలో.." అల్లెడి ప్రూఫ్ ఫిలిం. ఇప్పటికే మంచి విజయం సాధించింది. ఇది ప్రతి ఒక్కరూ ప్రేమించే సినిమా. ఎక్స్ క్లూజ్ చేసే సినిమా. మన సినిమా. మన మల్లీ సినిమా. మన ఊరి సినిమా. నేను త్వరలోనే ఈ సినిమాను థియేటర్స్ లో మీతో పాటే కలిసి చూస్తాను. ఈ సినిమాను మీరంతా తప్పకుండా ఆదరిస్తారని తెలుసు. ఈ చిత్రంలో ప్రేక్షకులకు నచ్చే అన్ని అంశాలు ఉన్నాయి. ఒక చెట్టు గురించి కూడా మంచి మెనేజ్ ఇచ్చారు. ఆర్థిస్టులంతా బ్యాటిఫుల్ పర్ ఫార్మాన్స్ లు ఇచ్చారు. కథలో మంచి ఎమోషన్ ఉంది. రైతు గొప్పదనం గురించి చెప్పారు. ఒక్కటని కాదు మనల్ని ఆకట్టుకునే ఎన్నో అంశాలు ఈ సినిమాలో ఉన్నాయి. ఈ సినిమా మనందరినీ కదిలిస్తుంది. మన ప్రేక్షకులంతా థియేటర్స్ కు వచ్చి చూసి ఆదరించాలని కోరుకుంటున్నా. ఈ సినిమాను మీరంతా పెద్ద బ్లాక్ బస్టర్ చేయాలి. అన్నారు. హీరో శ్రీరామ్ మాట్లాడుతూ - మా "ప్రేమనే ఊరిలో.." సినిమాకు సాయికుమార్ గారు లాంటి పెద్దల ఆలియాసాలు దక్కడం చాలా సంతోషంగా ఉంది. ఆయన మా గురించి చెప్పిన ప్రతి మాటలను మనసులో చిరకాలం దాచుకుంటాం. సాయికుమార్ గారి లాంటి గొప్ప ఆరిస్టుల సూరి మామె



ఆ సూపర్ ఛాన్స్ వదులుకుంటే మాత్రం...



పురయం సినిమా: దానికి తోడు రెడ్ జెయింట్ మూవీ కు కోలివుడ్ ఇండస్ట్రీలో మంచి పేరు ఉంది. పెద్ద హీరోల సినిమాలను ప్రేక్షకుల ముందుకు తీసుకురావడంలో ఆ బ్యానర్ మెయిన్ గా వ్యవహరిస్తుంటుంది. కొన్ని సినిమాలు హిట్ అయితే నిర్మాతలకు లాభాలు వస్తాయి. కానీ కొన్ని సినిమాలు పేర్లు వినగానే బాక్సాఫీస్ దగ్గర ఎలాంటి సందడి ఉంటుందో అంచనా వేయొచ్చు. ఇప్పుడు స్టార్ హీరోల రజనీకాంత్, కమల్ హాసన్ కలిసి నటించనున్న మల్లీ

స్టార్ కు కూడా ఆ లిస్ట్ లోకి వస్తుంది. దాదాపు 50 ఏళ్ల తర్వాత ఆ ఇద్దరూ ఒకే మూవీలో కనిపిస్తుండడంతో ఆ సినిమాపై భారీ అంచనాలు ఉన్నాయి. నెల్లూర్ దిలీప్ కుమార్ దర్శకత్వంలో తెరకెక్కిన ఆ ప్రాజెక్టును ముందుకు రెడ్ జెయింట్ మూవీస్ గ్రాండ్ గా ప్రొడ్యూస్ చేస్తున్నట్టు అనాన్స్ చేసింది. అయితే ఇప్పుడు ఆ సినిమా నిర్మాణ బాధ్యతలు కమల్ హాసన్ కు చెందిన రాజ్ కమల్ ఫిల్మ్స్ ఇంటర్నేషనల్ చేతికి వెళ్లవచ్చనే ప్రచారం జరుగుతోంది.

'సీన్' మ్యూజికల్ జర్నీ షురూ



పురయం సినిమా: హీరో సూర్య, మలయాళ బ్లాక్ బస్టర్ 'అవేళం' పేమ్ దర్శకుడు జిత్తు మాధవన్ తో కలిసి యాక్షన్-కామెడీ ఎంటర్ టైనర్ 'సీన్' చేస్తున్నారు. నల్లయా సజీమ్ హీరోయిన్ గా నటిస్తుండగా, ఆనంద్ రాజ్, లాల్, రాజ్ థియన్ కీలక పాత్రలు పోషిస్తున్నారు. జ్యోతిక, సూర్య జాగరం స్టూడియోస్, 2డి ఎంటర్ టైన్ మెంట్ బ్యానర్లపై ఈ చిత్రాన్ని నిర్మిస్తున్నారు. జయశ్రీ దామోదరన్ సహ నిర్మాతగా వ్యవహరిస్తున్నారు. ఇటీవల మేకర్స్ బ్రిటిల్ టీజర్ ను విడుదల చేసి సినిమాలోని క్లిర్, ఎంటర్ టైన్ గింగ్ ప్రపంచాన్ని పరిచయం చేశారు. ఇప్పుడు మ్యూజికల్ జర్నీని పస్ట్ సంగిల్ 'అమ్మా ఇది ఎవరూ'తో ప్రారంభించారు. సుశీన్ శ్యామ్ కంపోజ్ చేసిన ఈ పాట ఫుల్ ట్యాపింగ్ బీట్స్, ఎంటన్ ఆకట్టుకునే రిథమ్ తో అదిరిపోయే ఎనర్జీని అందిస్తోంది. పాటలోని వైబ్రేంట్ మూడిక తగ్గట్టుగా ఈ అవీబీల్ కంపోజిషన్ ఆకట్టుకుంది. రాకెండు మోళి అందించిన లిరిక్స్ నల్లయా సజీమ్ పాత్రలోని అగ్రెసివ్, ఎన్ ర్టిటిక్ నేచర్ ను ప్రజెంట్ చేస్తున్నాయి. సింగిల్ వినాయక్ తన లైవ్, ఎన్ ర్టిటిక్ పోకల్స్ తో పాటకు మరింత ఎనర్జీనిస్తూకొచ్చారు. దిలీయా గేమ్ కాన్సెప్ట్ చుట్టూ ఈ పాటను రియేట్ చేశారు. కొరియోగ్రాఫర్ రాజ్ థియన్ ఎన్ ర్టిటిక్ పెర్ఫార్మాన్స్ తో ఆకట్టుకున్నారు. ఈ యూనిక్ ఐడియా పాటకు స్పేషల్ టవ్ ను తీసుకొచ్చింది.

క్లికరంగా ప్రెజెంట్ చేశారు. ముఖ్యంగా నల్లయా సజీమ్ పాటలకా ఫుల్ ఎనర్జీ, ఉత్సాహంతో కనిపించారు. 'అమ్మా ఇది ఎవరూ' పాట అదిరిపోయేలా ఉండటంతో 'సీన్' మ్యూజికల్ ప్రమాదస్వను ఇది మంచి ఆరంభంగా నిలిచింది. వినీట్ అగస్టిన్ సినిమాలో గ్రేఫ్ అందిస్తుండగా, సుశీన్ శ్యామ్ సంగీతం సమకూరుస్తున్నారు. అజ్ఞే సాబు ఎడిటింగ్, అశ్వినీ కాలే ప్రొడక్షన్ డిజైన్ 'సీన్' చిత్రం ప్రపంచవ్యాప్తంగా 2026 నవంబర్ 6న డివోళి కానుకగా థియేటర్లలో విడుదల కానుంది.

పురయం సినిమా: బ్లాక్ బస్టర్ సక్సెస్ 'కోర్' - స్టేట్ పర్సన్ ఎ నోబల్ తర్వాత నానాని స్టార్ రాని యునానిముస్ ప్రొడక్షన్స్ మరో ప్యామిలీ ఎంటర్ టైనర్ తో రాబోతోంది. 'అలియాస్ రుక్మిణి' అనే టైటిల్ తో తెరకెక్కుతున్న ఈ చిత్రంలో నితిన్ హీరోగా నటిస్తుండగా, 'దండోరా' పేమ్ మురళీ కాంత్ దేవసోల్ దర్శకత్వం వహిస్తున్నారు. దీప్తి గంటా నిర్మిస్తున్న 'అలియాస్ రుక్మిణి' ఒక విలక్షణమైన కథనంతో అసక్తికరమైన ప్రాజెక్ట్ గా రూపుదిద్దుకుంటోంది. ఈ చిత్రాన్ని పూర్తి చేయడానికి కేవలం ఒక షెడ్యూల్ మాత్రమే మిగిలి ఉంది. శర ప్రసాద్ ప్రొడక్షన్స్ పనులు కూడా ఏకకాలంలో కొనసాగుతున్నాయి. ఈ నేపథ్యంలో మేకర్స్ సినిమా ప్రపంచవ్యాప్త థియేటికల్ రిలీజ్ కు డిసెంబర్ 4వ తేదీని ఖరారు చేశారు. రిలీజ్ డేట్ పోస్టర్ లో నితిన్ ఒక సాధారణ మధ్యతరగతి వ్యక్తిగా కనిపిస్తున్నారు. చెక్స్ షర్ట్, ఫార్మల్ ట్రాజర్స్, కళ్ళదాలు ధరించి, భుజానికి బ్యాగ్ తగిలించుకుని ఆస్థాన ప్రాంగణంలో జనాల మధ్య నిలబడి ఉన్నారు. వెనుకవెపు నాయుడారు. పోలీసులు కనిపిస్తూ,

