

గ్రేటర్ హైదరాబాద్



ఫిజియోఫ్లెక్స్ ను ప్రారంభించిన రంగరాయ ప్రసాద్

బాచుపల్లి, అక్టోబర్ 22 (పుడయం ప్రతినిధి). బాచుపల్లి క్రాంతి నగర్ లో డాక్టర్ దీప చే ఏర్పాటు చేసిన ఫిజియోఫ్లెక్స్ సెంటర్ ను నిజాంపేట్ సర్కిల్ బిఆర్ఎస్ పార్టీ అధ్యక్షులు రంగరాయ ప్రసాద్, ఎన్ఎస్ఐ మాజీ డిప్యూటీ మేయర్ దసరాజ్ యాదవ్ ముఖ్య అతిథులుగా పాల్గొని ప్రారంభించారు.

జిన్నారంలోనే డీఎస్సీ కార్యాలయం ఏర్పాటు చేయాలి

- ప్రభుత్వ జీవో ప్రకారం చర్యలు తీసుకోవాలి
- జీజేపీ ఓసినీ మోర్తా జిల్లా ఉపాధ్యక్షుడు డాక్టర్ నల్లగండ్ల అశోక్ కుమార్ జిన్నారం అక్టోబర్ 22 (పుడయం ప్రతినిధి)

జిన్నారం మండల కేంద్రంలో ప్రభుత్వ జీవో ప్రకారం మంజూరైన డీఎస్సీ కార్యాలయార్థి ఇన్స్టాల్మెంట్ ఏర్పాటు చేసేందుకు పోలీస్ శాఖ సన్నాహాలు చేస్తున్నట్లు తెలుస్తోందని బీజేపీ ఓసినీ మోర్తా సంగారెడ్డి జిల్లా ఉపాధ్యక్షుడు డాక్టర్ నల్లగండ్ల అశోక్ కుమార్ తెలిపారు. ప్రభుత్వం గతంలో జిన్నారం లో డీఎస్సీ కార్యాలయం ఏర్పాటుకు జీవో విడుదల చేసిన నేపథ్యంలో, అదే నిర్ణయాన్ని అమలు చేయాలని ఆయన డిమాండ్ చేశారు. గ్రామీణ ప్రాంతాలు అధికంగా ఉన్న జిన్నారం మండలంలో డీఎస్సీ కార్యాలయం ఏర్పాటు చేస్తే ప్రజలకు పోలీసు సేవలు మరింత చేరువవుతాయని, వెనుకబడిన ప్రాంత అభివృద్ధికి దోహదపడుతుందని పేర్కొన్నారు. ఈ విషయంపై పోలీస్



తీతంగా ప్రజాప్రతినిధులు, రాజకీయ నాయకులు, మేధావులు, జర్నలిస్టులు, కుల సంఘాల నాయకులు, యువత మొదలగు వచ్చి ఉద్ఘాటించాలని పిలుపునిచ్చారు. ప్రభుత్వం ఇప్పటికే నా పునరాలోచించి, జారీ చేసిన జీవో ప్రకారం జిన్నారంలోనే డీఎస్సీ కార్యాలయార్థి ఇన్స్టాల్మెంట్ ఏర్పాటు చేయాలని కోరారు. లేనినట్లంటే బీజేపీ అధ్యక్షులతో పెద్ద ఎత్తున ధర్మాలు, రిలే నిరాహార దీక్షలు చేపడతామని హెచ్చరించారు. పోలీసు శాఖ గ్రామీణ ప్రాంతాలు ప్రజలకు మెరుగైన సేవలు అందించాలనే లక్ష్యంతో జిన్నారంలో కార్యాలయం ఏర్పాటు చేయాలని ఆయన స్పష్టం చేశారు.

కోటిలో ఎఫ్ఎంజీ ఇంటర్నెల్ ఆందోళన.. చిక్కడపల్లి పీఎస్కు తరలింపు!



- న్యాయం అడిగితే అరెస్టులా? రూ.29,792 స్టేషన్ చెల్లించాలని డిమాండ్
- ముషీరాబాద్, అక్టోబర్ 22 (పుడయం)

తమ న్యాయమైన డిమాండ్ల సాధన కోసం శాంతియుతంగా నిరసన చేపట్టిన పోలీస్ మెడికల్ గ్రాడ్యుయేట్ (ఎఫ్ఎంజీ) ఇంటర్నెల్సు పోలీసులు అదుపులోకి తీసుకోవడంతో గురువారం కోటిలోని డీఎంఈ కార్యాలయం వద్ద తీవ్ర ఉద్రిక్తత నెలకొంది. ఆందోళనలో పాల్గొన్న సుమారు 150-200 మంది ఇంటర్నెల్సు అదుపులోకి తీసుకుని చిక్కడపల్లి పోలీస్ స్టేషన్కు తరలించి

నట్లు తెలిపారు. అర్హులైన ఇంటర్నెల్సు నెలకు రూ.29,792 స్టేషన్ చెల్లించాలని, జనవరి 2026 ముందే పెండింగ్లో ఉన్న బకాయిలను వెంటనే విడుదల చేయాలని వారు డిమాండ్ చేశారు. శాంతియుతంగా నిరసన తెలిపిన తమపై పోలీసుల చర్యలు ఖండిస్తూ, “న్యాయం కోరితే అరెస్టులా?” అంటూ ప్రశ్నించారు. మాటల హామీలు కాకుండా, స్టేషన్ చెల్లింపులపై ప్రభుత్వం లిఖితపూర్వక ఉత్తర్వులు జారీ చేయాలని, నిరసనలో పాల్గొన్నందుకు ప్రతీకార చర్యలు తీసుకోవద్దని కోరారు. తమ డిమాండ్లు పరిష్కారమయ్యే వరకు పోరాటం ఆపేది లేదని ఎఫ్ఎంజీ ఇంటర్నెల్సు స్పష్టం చేశారు.

యువతి వేధింపుల వివాదం.. ఘర్షణలో డీఆర్డీఓ ఉద్యోగి మృతి!

- చికిత్స పొందుతూ కన్నుమూత.. చిక్కడపల్లిలో కలకలం
- ముషీరాబాద్, అక్టోబర్ 22 (పుడయం):

హైదరాబాద్లోని చిక్కడపల్లి పోలీస్ స్టేషన్ పరిధిలో యువతి వేధింపుల ఆరోపణల నేపథ్యంలో చోటుచేసుకున్న ఘర్షణ విషాదంతో మైంది. ఈ ఘటనలో తీవ్రంగా గాయపడిన డీఆర్డీఓ ఉద్యోగి రామ్మోహన్ (55) ఆసుప



త్రిలో చికిత్స పొందుతూ మృతి చెందారు. ఈ ఘటన స్థానికంగా కలకలం రేపింది. పోలీసుల కడపం ప్రకారం.. చిక్కడపల్లి వెంకటేశ్వర స్వామి దేవాలయం వీధిలో నివా

సమావేశం, సామాజిక న్యాయం కోసం పోరాడిన మహనీయుడు పండుగల సాయన్న

రంగారెడ్డి జిల్లా సమీకృత జిల్లా కలెక్టరేట్లో తెలంగాణ రాబిన్హూడ్ 174వ జయంతి వేడుకలు ఘనంగా నిర్వహణరంగారెడ్డి జిల్లా సమీకృత జిల్లా కలెక్టర్ కార్యాలయంలో జిల్లా డీసీ సంక్షేమ శాఖ అధ్యక్షులతో తెలంగాణ రాబిన్హూడ్ గా పేరు గాంచిన పండుగల సాయన్న 174వ జయంతి వేడుకలను గురువారం ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమానికి జిల్లా అదనపు కలెక్టర్ డాక్టర్ కె. కిరణ్మయి ముఖ్య అతిథిగా హాజరై పండుగల సాయన్న చిత్రపటానికి పూలమాలలు వేసి నివాళులర్పించారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా అదనపు కలెక్టర్ డాక్టర్ కె. కిరణ్మయి మాట్లాడుతూ, దాదాపు 150 సంవత్సరాల త్రితం సమాజంలో చట్టపరమైన రక్షణలు పరిమితంగా ఉన్న సమయంలో నిజాం పాలనలోని నిరంకుశత్వం, భూస్వాములు, దేశీయముల్ ధార్మికులను ఎదిరించి, పేదలు మరియు బడుగు బలహీన వర్గాలకు అండగా నిలిచిన గొప్ప మానవతావాది పండుగల సాయన్న అని పేర్కొన్నారు. అణగారిన వర్గాలపై జరుగుతున్న అన్యాయాలను సహించలేక ఉన్న ప్రజల కోసం పోరాడి ప్రజల హక్కుల కోసం ముందుకు వచ్చిన సాయన్న కోనియాదారు.

తెలంగాణ రాష్ట్ర డీసీ ప్రంబే చైర్మన్ జి. మల్లేష్ యాదవ్ మాట్లాడుతూ, పండుగల సాయన్న 174వ జయంతిని నిర్వహించుకుంటున్నప్పటికీ, ఆయన ఆశయాలైన సామాజిక సమావేశం



సమాజంలో ఆర్థిక, సామాజిక అసమానతలు ఇంకా కొనసాగుతుండటం ఆందోళనకరమని ఆమె అన్నారు. ధనవంతులు మరింత ధనవంతులుగా మారుతుండగా, పేదలు అనేక సమస్యలను ఎదుర్కొంటున్నారని పేర్కొన్నారు. సమాజంలో ప్రతి ఒక్కరికీ న్యాయం జరగాలంటే ప్రజాస్వామ్య పద్ధతుల్లో, చట్టాలకు లోబడి ఉద్దమాల చేపట్టాలని సూచించారు. అందుకు సహకారం అభ్యున్నతికి బకవత్వం ఎంతో అవసరమని, అందరూ ఐక్యంగా ముందుకు సాగాలని పిలుపునిచ్చారు.

పేదల సంక్షేమం, అణగారిన వర్గాలకు న్యాయం పంపి అల్లాయ నేటికీ పూర్తి స్థాయిలో నెరవేరలేదని అన్నారు. పేద ప్రజల పక్షాన నిలిచి, అణచివేతకు వ్యతిరేకంగా పోరాడిన సాయన్న జీవితం నేటి తరానికి స్ఫూర్తిదాయకమని పేర్కొన్నారు. పండుగల సాయన్న మహిమ పోరాడి పేద ప్రజల సంక్షేమం కోసం జీవితాన్ని అంకితం చేసిన బహుజన వీరుడు పండుగల సాయన్న అని కొనియాడారు. ఈ కార్యక్రమంలో రంగారెడ్డి జిల్లా పరిపాలన అధికారి సునీల్, జిల్లా డీసీ సంక్షేమ శాఖ డిప్యూటీ డైరెక్టర్ కేశురాం, ముదిరాజ్ మహాసభ రంగారెడ్డి జిల్లా యువజన విభాగం అధ్యక్షుడు మహేందర్ ముదిరాజ్, ముదిరాజ్ సంఘం నాయకులు కాకి మోగిపాల్, కాకి లక్ష్మణ్, ఆనియన్ ముదిరాజ్, జిల్లా డీసీ సంక్షేమ శాఖ అధికారులు, ఇతర ప్రజాప్రతినిధులు మరియు సంఘాల నాయకులు పాల్గొన్నారు.

పరిశుద్ధ కార్మికుల సేవలు వెలకట్టలేనిది

వారి సంక్షేమానికి ఎల్లప్పుడూ అండగా ఉంటా ఈర్ల రాజు ముదిరాజ్

- దసరా సందర్భంగా మున్సిపల్ పరిశుద్ధ కార్మికులకు ఆర్థిక సహాయం అందజేసిన జీజేపీ జీవనానికి డివిజన్ అధ్యక్షులు ఈర్ల రాజు ముదిరాజ్
- అమీనపూర్:



అరోగ్యకరమైన జీవనానికి అహర్నిశలు శ్రమించే నిజమైన సేవకులు. అమీనపూర్, అమీనపూర్ డివిజన్, అమీనపూర్ డివిజన్ పరిధిలో పనిచేస్తున్న మున్సిపల్ పరిశుద్ధ కార్మికులు విజయదశమి పండుగల సాయన్న పురస్కారంను గా గుర్తుచేశారు. సమాజంలో చివరి వరుసలో ఉన్న వ్యక్తి సైతం గౌరవం, సంక్షేమ ఫలాలు అందాలనే అంతోషం ద్వారా సాధించే దని తెలిపారు. “ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ గారు చూపించిన మార్గంలో నడుస్తూ, సమాజంలోని చివరి వ్యక్తి వరకు సేవలు అందించాలన్నదే నాలక్ష్యం. పరిశుద్ధ కార్మికుల కష్టసుఖాల పాలుపంచుకోవడం, వారి సమస్యలను సంబంధిత అధికారుల దృష్టికి తీసుకెళ్లడం, వారి సంక్షేమం కోసం నా వంతు

క్రమీ చేయడం నా బాధ్యతగా భావిస్తున్నాను” అని ఈర్ల రాజు ముదిరాజ్ స్పష్టం చేశారు. “రాజీయే రోజుల్లో కూడా పరిశుద్ధ కార్మికులకు తన వంతు సహాయ సహకారాలు అందిస్తూ, వారి కుటుంబాలకు అండగా ఉంటానని హామీ ఇచ్చాను. కార్మికుల సమస్యల పరిష్కారం కోసం అవసరమైన సందర్భాల్లో సంబంధిత అధికారులతో మాట్లాడి, వారికి న్యాయం జరిగేలా కృషి చేస్తానని తెలిపారు. “కార్మికుల చేతులు నగరాన్ని శుభ్రంగా ఉంచుతాయి.. వారి కుటుంబాల్లో చిరునవ్వులు నిలవడం సమాజం బాధ్యత. వారి కష్టాలను గుర్తించడం మాత్రమే కాదు, వారి జీవితాల్లో సంతోషాన్ని పంచుకోవడం కూడా మన కర్తవ్యం” అని ఆయన అన్నారు. “ఈ కార్యక్రమం ద్వారా పరిశుద్ధ కార్మికుల పట్ల తనకున్న గౌరవాన్ని, అప్యాయతను చాటుకున్న ఈర్ల రాజు ముదిరాజ్ ను కార్మికులు అభినందించారు. “ఈర్ల రాజు ముదిరాజ్ బీరంగూడ డివిజన్ భారతీయ జనతా పార్టీ అధ్యక్షులు



భారంపేట్ నుండి శబరిమలకు గోనె రామిరెడ్డి గురుస్వామి పాదయాత్ర..

దుండిగల్, అక్టోబర్ 22 (పుడయం ప్రతినిధి). కుత్బుల్లాపూర్ నియోజకవర్గం, దుండిగల్ సర్కిల్ పరిధిలోని భారంపేట్ గ్రామానికి చెందిన గోనె రామిరెడ్డి గురుస్వామి కేరళ లోని శబరిమల అయ్యప్ప సన్నిధానానికి పాదయాత్రగా బయలుదేరారు. ఈ సంద

ఎమ్మెల్యే జిఎంఆర్ ను కలిసిన గడ్డపాతారం నాయకులు



జిన్నారం అక్టోబర్ 22 (పుడయం ప్రతినిధి) దసరా పండుగను పురస్కరించుకుని గడ్డపాతారం మున్సిపాలిటీకి చెందిన బీఆర్ఎస్ నాయకులు నారబోయిన కుమార్, నారబోయిన శ్రీనివాస్ పటాన్ చెరు ఎమ్మెల్యే గూడెం మహిపాల్ రెడ్డిని ఆయన నివాసంలో మర్యాదపూ

వావిలాల శివారావు మహిళ దారుణ హత్య

జిన్నారం అక్టోబర్ 22 (పుడయం ప్రతినిధి) గడ్డపాతారం మున్సిపాలిటీ పరిధిలోని వావిలాల గ్రామ శివారావులో గుర్తుతెలియని మహిళ మృతదేహం లభ్యమైన సంఘటన కలకలం రేపింది. సమాచారం అందుకున్న జిన్నారం పోలీసులు ఘటన స్థలానికి చేరుకుని విచారణ సేకరించారు. మృతురాలి వయస్సు 35-45 ఏళ్ల మధ్య ఉంటుందని, ఆమె వివాహితగా పోలీసులు గుర్తించారు. మహిళ గొంతుపై రక్తపు మరకాలు కనిపించడంతో దారుణ హత్యకు గురైనట్లు అనుమానిస్తూ పోలీసులు



దర్శాన్ని చేపట్టారు. మృతదేహాన్ని పటాన్చెరు ప్రభుత్వ ఆసుపత్రి మార్కురికి తరలించారు. మృతురాలిని ఎవరైనా గుర్తిస్తే జిన్నారం పోలీసులను 8712656750 సంప్రదించాలని కోరారు.

R.V. DIGITAL SOLUTIONS Pvt. Ltd.

TONER FREE

- Colour Copiers
- B/W Digital Copiers
- Sales & Service
- Rentals
- Consumables
- Spares

#2-1-390/B/1, Sri Nilayam, Opp. Fever Hospital, Nallakunta, Hyderabad -44
Ph: +91 73311 82569, 98493 03489, Email: rvmk2016@gmail.com

IN THE COURT OF 2 nd ADDL. CHIEF JUDGE -CUM- MACT, CITY CIVIL COURTS, At : Chatta Bazar, Hyderabad. MVOP No. 3130 of 2025

Between : Umar Mohammad ...Petitioner / s. AND Prakash M, & Others ...Respondent / s.

Rajesh Rathor, S/o: Lakhani Chand Lakhani Chand Rathore, Age: 41 Years, Occ: Driver, R/o: Plot No. 433, Viswakarma Colony, Dommalapochampally, Dundigal, Medchal.

Take this Notice that the petitioner herein has filed the above M.V.O.P. against you and another respondent by claiming compensation before the above mentioned Court. Hence the above M.V.O.P. is posted for your appearance and counter. If you fail to appear before the above mentioned Court on 06-11-2026 by 10.30 a.m., the matter will be decided in your absence.

(By Order of the Court) At: Chatta Bazar, Hyderabad. Date: 23-10-2026

Sd/- PUTTA THIRUPATHI REDDY (AP/52/1996) MA (Eco), LLM (Con) ADVOCATE Flat No:1, Ravi Residency Apartment, H.No:13-44/8F/1, Opp: Central Bank of India, left side to Rajadani Theater, Vikas Nagar, Dilshuk Nagar, Hyderabad (Town & Dist.) Telangana (State). PIN: 500060. Phone: 9440687160. Mail id: putta.thirupathireddy@gmail.com

IN THE COURT OF THE PRL JUNIOR CIVIL JUDGE AT: RAJENDRANAGAR, O.S.NO. 632 of 2026

Between : Allam Sreedhar Rao ...Plaintiff AND The Tahsilidhar, Gandipet & another ...Defendants

To, All Concerned

Please take notice the above named plaintiff has filed the above suit for declare him as legal heir of deceased Allam Venkat Rao and the same is posted on 02.11.2026 for appearance, if any person or persons having any objection/claim requested to appear either in person or through an Advocate before the above said court on 02.11.2026 at 10.30am, otherwise the matter will be decided in your absence as per law. // By Order of the Court//

Sd/- S.R.BIXAPATHI Advocate Flat No.306, Venkateshwara residency, RTC Colony, L.B.nagar, R.R.Dist Cell. 9676489833

IN THE COURT OF THE HON'BLE IX JUNIOR CIVIL JUDGE, CITY CIVIL COURT, HYDERABAD DISTRICT AT: HYDERABAD O.S. No. 2492 OF 2026

Between : 1. Smt. Gopi Tulasi Bai, W/o. Late Saraviah Gopi @ Sarwiah Gopi, Aged about 72 years, 2. Mr. Gopi Jaswanth Kumar, S/o. Late Saraviah Gopi @ Sarwiah Gopi, Aged about 52 years, 3. Smt. Gopi Annappurna, W/o. Mr. Venkata Ratnam Maddala, D/o. Late Saraviah Gopi @ Sarwiah Gopi, Aged about 50 years, and presently R/o. 7368 Briza Loop, San Ramon 94582, CA, USA, 4. Smt. Gopi Apama, W/o. Mr. Praveen Darshanam, D/o. Late Saraviah Gopi @ Sarwiah Gopi, Aged about 48 years, (All above R/o. H. No. 10-2-317/27, Vijayanagar Colony, Asifnagar, Hyderabad, T.G.-57. ...PLAINTIFFS AND

1. TheTahsildar, Asif Nagar Mandal, Hyderabad District, T.G., 2. All Concerned ...DEFENDANTS No.1 & 2

NOTICE

Please take notice that the Plaintiffs herein have filed the above suit seeking a declaration that Plaintiffs Nos. 1 to 4 are the legal heirs and successors of their deceased predecessor, Late Saraviah Gopi @ Sarwiah Gopi, S/o. Late Jammiah Gopi, who died intestate on 05-12-2025, leaving behind the Plaintiffs herein as his wife and children. If any person or persons claim to be the legal heir(s) or successor(s) of the deceased Late Saraviah Gopi @ Sarwiah Gopi, or have any objection to the grant of the declaration sought by the Plaintiffs, such person(s) may appear before the Hon'ble IX Junior Civil Judge, City Civil Court, Hyderabad District, at Hyderabad, either in person or through an Advocate, at 10.30 A.M. on 28-10-2026, and submit their objections along with relevant documentary evidence. Take further notice that, in the event of failure to appear and submit objections on the date and time specified above, the matter may be heard and decided in accordance with law, in your absence.

Given under my hand and the seal of the Court. (BY ORDER OF THE COURT)

Sd/- B. Hemanth Kumar (17819), Advocate COUNSEL FOR THE PLAINTIFFS Cell: +91 8008283837



నక్సలిజాన్ని రూపుమాపినట్లే దేశం నుంచి మాదకద్రవ్యాల మహమ్మారిని కూడా తరిమేస్తాం. 2029 డిసెంబర్ 31 నాటికి భారత్ ను మాదకద్రవ్యాల రహిత దేశంగా మార్చడమే మా ప్రభుత్వ లక్ష్యం. అన్ని రాష్ట్రాల పోలీసులు కలసికట్టుగా... రానున్న మండేళ్ల పాటు ఉమ్మడిగా పోరాడి మాదకద్రవ్యాల మహమ్మారిని దేశం నుంచి తరిమికొడతాం. డ్రగ్స్ వల్ల భవిష్యత్ తరాలు నాశనం కావడమే కాకుండా దేశ ఆర్థిక వ్యవస్థ దెబ్బతింటోంది. మాదక ద్రవ్యాల భవిష్యత్ తరాలకు పెనుముప్పుగా మారాయి. అవి దేశ వ్యతిరేక కార్యకలాపాలకు ఆర్థిక ఆలంబన అందిస్తున్నాయి.

- అమిత్ షా, కేంద్ర మంత్రి

సంపాదకీయం

భారతదేశ విద్యుత్ రంగానికి బొగ్గు కీలక ఇంధనం. దేశీయ బొగ్గు ఉత్పత్తి గణనీయంగా ఉన్నప్పటికీ, విద్యుత్ కేంద్రాలు విదేశీ బొగ్గును దిగుమతి చేసుకోవాల్సిన పరిస్థితులు ఎందుకు ఏర్పడుతున్నాయన్నది పరిశీలించాల్సిన అంశం. బొగ్గు నాణ్యత, సరఫరా సామర్థ్యం, విద్యుత్ డిమాండ్ వంటి అంశాలను పరిగణనలోకి తీసుకోవాల్సిందే. అయితే, దేశీయ అవసరాలు తీర్చగల సామర్థ్యం ఉన్న సందర్భాల్లోనూ అధిక ధరల విదేశీ బొగ్గు కొనుగోళ్లను తప్పనిసరి చేసే విధానాల మొదల ఉన్న ఆర్థిక హేతుబద్ధతను ప్రభుత్వం ప్రజలకు వివరించాలి. విద్యుత్ కేంద్రాలు నిర్దిష్ట శాతం విదేశీ బొగ్గును దిగుమతి చేసుకోవాలన్న కేంద్ర ప్రభుత్వ ఆదేశాలపై గతంలో పలు రాష్ట్రాలు అభ్యంతరాలు వ్యక్తం చేశాయి. దిగుమతుల వల్ల ఉత్పత్తి వ్యయం పెరుగుతుందని, ఆ భారం చివరకు విద్యుత్ వినియోగదారులపై పడుతుందని అందోళన వ్యక్తమైంది. రాష్ట్రాల అభ్యంతరాలను వక్రసంపిల్లి ఇటువంటి విధానాలను అమలు చేయడం సమాఖ్య స్ఫూర్తికి, ఆర్థిక బాధ్యతకు అనుగుణంగా ఉండా అన్నది ప్రశ్న. విదేశీ బొగ్గు దిగుమతులు, వాటి ధరల నిర్ణయం, సరఫరా ఒప్పందాల చట్టానికి గతంలో పలు తీర్పులైన ఆరోపణలు మెలుగులోకి వచ్చాయి. ముఖ్యంగా అదానీ

విదేశీ బొగ్గు ఎందుకు?

గ్రూప్ కు సంబంధించిన బొగ్గు వ్యాపార లావాదేవీలపై అంతర్జాతీయ మీడియా సంస్థలు, పరిశోధనాత్మక జర్నలిజం సంస్థలు పలు కథనాలను ప్రచురించాయి. ఇండోనేషియా నుంచి తక్కువ ధరల కొనుగోలు చేసిన బొగ్గును భారతదేశానికి చేరేలా వృత్తాల్లో అధిక ధరకు చూపించారనే ఓపర్ ఇన్వాయిసింగ్ ఆరోపణలు ఈ వ్యవహారంలో ప్రధానంగా చర్చకు వచ్చాయి. సింగపూర్, దుబాయ్ వంటి అంతర్జాతీయ వాణిజ్య కేంద్రాల్లోని మధ్యవర్తి సంస్థల ద్వారా భారత వినియోగదారులపై ఆరోపణలు కూడా పరిశీలనకు వచ్చాయి. ఈ ఆరోపణలు నిజమైతే, అది కేవలం ఒక వ్యాపార సంస్థకు సంబంధించిన వివాదం మాత్రమే కాదు. దేశ ఇంధన రంగంలో ధరల నిర్ణయం, దిగుమతుల పర్యవేక్షణ, ప్రభుత్వ నియంత్రణ వ్యవస్థ తీర్పులైన ప్రశ్నలను లేవనెత్తే అంశం. అయితే, ఆరోపణలు, దర్యాప్తు నివేదికల్లోని పరిశీలనలు, న్యాయస్థానాల్లో నిర్ధారణ అయిన వాస్తవాలు వేరవు. అందువల్ల ఈ వ్యవహారంలో ప్రతి ఆరోపణను స్వతంత్రంగా పరిశీలింి, ఆధారాలతో నిజానిజాలను తేల్చడం అత్యవసరం. విదేశీ బొగ్గు దిగుమతులపై వివాదం కేవలం కొనుగోలు ధరలకే పరిమితం

కాదు. అధిక ధరలకు ఇంధనాన్ని కొనుగోలు చేయాల్సి వస్తే విద్యుత్ ఉత్పత్తి వ్యయం పెరుగుతుంది. ఆ వ్యయాన్ని విద్యుత్ ఉత్పత్తి సంస్థలు, పంపిణీ సంస్థలు ఎంతకాలం భరించగలవు? అధిక లాభాలు పెరిగినప్పుడు దాని ప్రభావం ఎవరిపై పడుతుంది? ఇవే కీలకమైన ప్రశ్నలు. విద్యుత్ పంపిణీ సంస్థలు ఇప్పటికే అప్పులు, అదాయ లోటులు, నిర్వహణ వ్యయాల ఒత్తిడిని ఎదుర్కొంటున్నాయి. ఫలితంగా ఇంధన సరఫరాలో అధిక ప్రభావాన్ని సంబంధిత గణాంకాలతో విశ్లిషిద్దాగా పరిశీలించాలి. వ్యవసాయ పంపింగ్, సూక్ష్మ పరిశ్రమలు, సేవా రంగాలపై కూడా పరోక్ష ప్రభావం పడవచ్చు. ఇలాంటి పరిస్థితుల్లో ప్రభుత్వాలు అనుసరించే ఇంధన విధానాలకు ప్రజా ప్రయోజనాలే ప్రాధాన్యత కావాలి. ఏ సంస్థకైనా రాజులు అర్పించే హక్కు ఉన్నప్పటికీ, ప్రజాధనంతో నడిచే కీలక రంగాల్లో ప్రభుత్వ నిర్ణయాల కొందరు

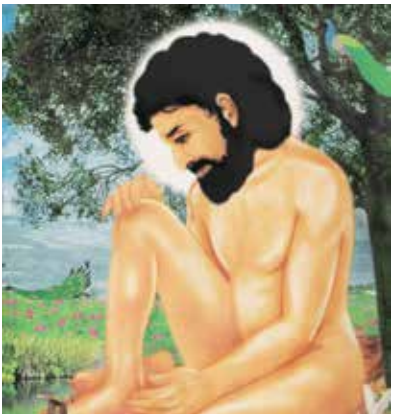
వే'మన' పద్ధం

చిక్కియున్నవేళ సంహంబునైనను

బక్కకుక్క కరచి బాధచేయ

బలిమిలేనివేళ బంతంబు చెల్లదు

విశ్వదాభిరామ వినురవేమ



కార్పొరేట్ సంస్థలకు అసాధారణ ప్రయోజనాలు కల్పిస్తున్నాయన్న అనుమానాలకు తావివ్వకూడదు. బొగ్గు దిగుమతుల వ్యవహారంలో ఆరోపణలు వెల్లువెత్తినప్పుడు ప్రభుత్వాల బాధ్యత మరింత పెరుగుతుంది. దిగుమతుల అవసరాన్ని నిర్ధారించిన ప్రమాణాలేమిటి? విదేశీ బొగ్గు కొనుగోళ్లకు సంబంధించిన ధరలను ఎవరు పరిశీలించారు? దేశ విద్యుత్ రంగ ఆర్థిక ఆరోగ్యానికి, వినియోగదారుల హక్కులకు సంబంధించిన మౌలిక ప్రశ్నలు. అవసరమైతే స్వతంత్ర దర్యాప్తు సంస్థలు, నియంత్రణ సంస్థలు, అడిట్ వ్యవస్థలు ఈ వ్యవహారాన్ని సమగ్రంగా పరిశీలించాలి. తప్పులు నిర్ధారణ అయితే బాధ్యులపై చట్ట ప్రకారం చర్యలు తీసుకోవాలి. దేశ ఇంధన భద్రత పేరుతో తీసుకునే ప్రతి నిర్ణయం ప్రజలకు ఆమోదయోగ్యమైన ఆర్థిక హేతువుతో ఉండాలి. సుదేశీ బొగ్గు అందుబాటు, దిగుమతుల అవసరం, నాణ్యతా ప్రమాణాలు, ధరల వ్యత్యాసం, విద్యుత్ ఉత్పత్తి వ్యయం వంటి అంశాలపై సమగ్ర సమాచారాన్ని ప్రభుత్వం వెల్లడించాలి. రాష్ట్రాల అభివృద్ధిలకు ప్రాధాన్యమిస్తూ, వినియోగదారులపై అదనపు భారం పడకుండా ప్రత్యామ్నాయాలను పరిశీలించాలి. ప్రభుత్వ విధానాలు కార్పొరేట్ ప్రయోజనాలకు అనుకూలంగా ఉన్నాయన్న అనుమానాలు ప్రజల్లో బలపడితే ప్రజాస్వామ్య వ్యవస్థలపై విశ్వాసం దెబ్బతింటుంది. అందుకే ఆరోపణలకు సమాధానం పారదర్శక విచారణ ద్వారానే రావాలి. వాస్తవాలను వెలికితీయడం, బాధ్యతను నిర్ధారించడం, ప్రజా ప్రయోజనాలను కాపాడటం ప్రభుత్వానికి తప్పనిసరి బాధ్యత.

రచనలు పంపండి

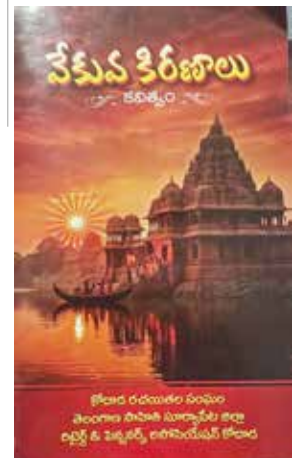
పుడయం సాహిత్య పేజీ 'ఉప్ప' కు సాహిత్య వ్యాసాలు, కవితలు, విమర్శలు పంపించాలని రచయితలకు ప్రత్యేకంగా విజ్ఞప్తి చేస్తున్నాం. అలాగే సమాధికీయం పుటకు రాజకీయ ఆర్థిక, సామాజిక, సాంస్కృతిక తదితర రంగాలపై వ్యాసాలు, సంచారక లేఖలను పంపించవలసిందిగా కోరుతున్నాం. వాటిని ఈ కింది ఈమెయిల్ కు పంపించాలని మనవి.

voodayam2007@gmail.com
Website : www.voodayam.com
Editor : 9247698676
1-7-25/5, Risalagadda, RTC
X Roads, Hyderabad - 500020

వేకువ కిరణాలు అక్షరాల అగ్నిధార అనుభూతుల అమృతధార"

కవిత్యం అనేది కేవలం పదాల సమాహారం కాదు; అది మానవ హృదయ స్పందనలకు, సామాజిక పరిణామాలకు, ప్రకృతి సౌందర్యానికి అక్షరరూపం. కవి తన అనుభవాలను, ఆలోచనలను, సమాజంలో తాను గమనించిన వైరుధ్యాలను కవిత్వంగా మలుస్తాడు. అందుకే కవిత్వం ఒకవైపు భావకతకు అలవాటైతే, మరొకవైపు సామాజిక చైతన్యానికి వేదికగా నిలుస్తుంది. సమకాలీన కవుల రచనలను పరిశీలించినప్పుడు మానవీయ విలువలు, కుటుంబ అనుబంధాలు, స్త్రీశక్తి, సామాజిక అసమానతలు, రాజకీయ విమర్శ, ప్రకృతి పరిరక్షణ వంటి విభిన్న అంశాలు ప్రతిఫలిస్తాయి. శ్రీరామ్ కవచం వెంకటేశ్వర్లు సద్గుణాల ప్రాధాన్యాన్ని చాటిచెప్పగా, జూలూగు గౌరీశంకర్ తన 'శూన్యానికి మందు' కవితలో వ్యక్తిత్వాన్ని కోల్పోయే అధికార వ్యామోహాన్ని ప్రశ్నించినట్లు కనిపిస్తుంది.

ఈ కవితా భావనలు మనిషి విలువ అతని పదవిలోనే సందర్భంలో కాకుండా నైతిక ప్రవర్తనలో ఉంటుందని తెలియజేస్తాయి. కవిత్వం వ్యక్తిో అత్యపరిశీలనను కలిగించి, సమాజం పట్ల బాధ్యతాయుతమైన దృక్పథాన్ని పెంపొందించాలి అనే సాహిత్య ప్రయోజనాన్ని ఇవి గుర్తుచేస్తాయి. ప్రకృతి చిత్రణలో తుమ్మ రాజా పల్లె అంధాలను ఆత్మీయంగా ఆవిష్కరించగా, బుర్ర నాగేశ్వరరావు వసంత బుతువును కొత్త ఆశలకు, నూతనోత్సాహానికి ప్రతీకగా నిలిపారు. చించాపట్నం రజనీకాంత్ ఆచార్య ఉషాధి కవిత్వంలో ప్రకృతి సౌందర్యాన్ని పండుగ సంస్కృతితో అనుసంధానించారు. ఈ కవిత్వంలో దృశ్యావ్యక్తత, భావ్యత, స్థానిక జీవన సంస్కృతిపై ముక్తగా ప్రధాన లక్షణాలుగా కనిపిస్తాయి. ప్రకృతి కేవలం అంధాల వస్తువు మాత్రమే కాకుండా మానవ ముగిసలకు ఆదా



రమనే భావన కూడా అంతర్భిన్నంగా వ్యక్తమవుతుంది. తల్లిదండ్రుల అనుబంధాలను చిల్లించిన కవిత్వం భావోద్వేగ సాంద్రతతో పాఠకుల హృదయాలను స్పృశిస్తుంది. వేముల వెంకటేశ్వర్లు తల్లి ప్రేమను అంతులేని అనురాగంగా అభివర్ణించగా, శార్దూమదుగుల మాతృత్వంలోని త్యాగాన్ని, బాధను ప్రశ్నాత్మకంగా అభి

వర్ణించారు. జె.ఎస్. రవిచందర్ తండ్రి త్యాగాన్ని బిడ్డ ఎదుగుదలలకు అందించే చేయూతగా చిల్లించారు. ఈ కవితల్లోని ఆత్మీయత కుటుంబ బంధాల విలువను గుర్తుచేస్తుంది. భావోద్వేగాన్ని సామాజిక స్పృహతో మేళవించడం వీటి ప్రత్యేకత. స్త్రీశక్తిని ప్రతిబింబించే కవిత్వం మహిళల స్వజాత్యుత్తరణ, సమాజ నిర్మాణంలో వారి పాత్రను గుర్తుస్తుంది. అయితే స్త్రీని కీర్తించడం మాత్రమే కాకుండా, ఆమెకు సమాన హక్కులు, గౌరవం, స్వాతంత్ర్యం కల్పించాల్సిన అవసరాన్ని కూడా ఈ రచనలు పరోక్షంగా గుర్తుచేస్తాయి.

అదే విధంగా తెలంగాణ రాజకీయ పరిస్థితులపై స్పందించిన కవులు ప్రజల ఆశలు, నిరాశలు, అసంతృప్తిని వ్యక్తం చేశారు. పుష్పాల కృష్ణమూర్తి కాలి తల్లి ఆర్థిని, మూగజీవి వేదనను కవిత్వంలో ప్రతిబింబించడం ద్వారా కరుణ, సహానుభూతి పరిధిని విస్తరించారు. ఇక్కడ కవిత్వం బాధను వర్ణించే కళగా మాత్రమే కాకుండా, అన్యాయాన్ని, శిల్పరచనలపై సామాజిక సాధనంగా ఎదుగుతుంది. ఆధునిక జీవన విధానంలోని సంక్లిష్టతలను కూడా సమకాలీన కవులు విస్తరించలేదు. ఉద్యాల రచనలపై పట్టణ జీవితంలోని యాంత్రికతను చిల్లించారు. కొండె రవికుమార్ చరణాధి వినియోగం మానవ సంబంధాలపై చూపుతున్న ప్రభావాన్ని ప్రశ్నించారు.

కవి సోమిరెడ్డి కార్పొరేట్ విద్యా విధానంలో బాల్యం కోల్పోవడంపై పరిస్థితిని నివ్వెగించారు. ఈ కవితా భావనలు సాంకేతిక అభివృద్ధి, విద్యా పోటీ మధ్య మానవీయత, న్యూనావ్యక్తత, సమాజ జీవనానుభవాలను కాపాడుకోవాల్సిన అవసరాన్ని తెలియజేస్తాయి. శిల్పరచనలపై సామాజిక సాధనంగా అక్షరరాగిని రూపకాలు, ప్రతీకలు, భావోద్వేగ వ్యక్తీకరణ, ప్రశ్నార్థక శైలి ప్రధానంగా కనిపిస్తాయి. 'పురిటి నావలు', 'నిప్పు రవ్వ', 'జ్ఞానవిద్య' వంటి కవితలు విస్తృతమైన భావాలను సంక్షిప్తంగా వ్యక్తపరుస్తాయి. అయితే కవిత్వం నినాదానికి పరిమితం కాకుండా భావబాధత, భావ సహజత్వం, శిల్పసౌందర్యం కలిగినప్పుడు మరింత ప్రభావవంతమవుతుంది.

మంత్రి ప్రగడ భరతరావు గారు 'తిలకం' పేరుతో అమెరికాను ముందుగా మాలిలో వసంత ప్రకృతి వైభవాన్ని, కోట గాన మాధుర్యాన్ని, 1960వ దశకంలో కోదాడ పురంలో శారద

సంగీత సమైక్య శారద సాహిత్య సమైక్య వేదికల ద్వారా సంగీత సాహిత్య రంగాలలో సాధించిన సాంస్కృతిక వికాసాన్ని స్ఫురిపజేశారు. మరోవైపు ప్రముఖ విశ్లేషకులు పద్మ నాగేశ్వరరావు పోతుగంటి గారు తమ ముందు మాటలో అక్షరరాగి ఆయుధంగా మలచుకొని, అన్యాయాలపై అక్షరరాగిని కురిపిస్తూ, సామాన్యుల కష్టాలను సహానుభూతితో చిల్లస్తూ, ప్రకృతిపై ప్రేమను చాటుతూ, లోకకళ్యాణమే లక్ష్యంగా కవిత్వ సృష్టం చేసే కవి యాదగారి సాహిత్య వ్యక్తిత్వాన్ని ఆవిష్కరించారు.

“పుస్తకం అమ్మ పంటిది, చదివితే కమ్మ గంటిది” అనే భావంతో పుస్తక పఠనంలో మాధుర్యాన్ని గుర్తు చేశారు. వేకువ కిరణాలుగా ఉదయించిన ఈ సాహిత్య వెలుగులు పాఠకుల హృదయాల్లో చిరస్థాయిగా నిలిచి, సమాజ ప్రగతికి 'తిలకం' పేరుతో అమెరికాను ముందుగా మాలిలో వసంత ప్రకృతి వైభవాన్ని, కోట గాన మాధుర్యాన్ని, 1960వ దశకంలో కోదాడ పురంలో శారద



డా. పునపాటి వేదాధి 9912197697

బహుముఖ ప్రజాశాలి న్యాయపతి కామేశ్వరి

న్యాయపతి కామేశ్వరి, రాఘవరావుల గురించి ఈ తరం వారికి ఎక్కువగా తెలియక పోవచ్చు. రేడియో ప్రధాన ప్రసార సాధనంగా, తెలుగు ప్రజల నిత్య జీవితాలతో పనిచేసేందుకు పోయిన రోజులలో రేడియో అక్కయ్య, అన్నయ్యలుగా ప్రసిద్ధులైన వారిద్దరు, ఆంధ్ర బాలానంద సంఘం పేరుతో 1939-40 నుండి 1955-56 ప్రాంతం వరకు మద్రాసు, ఆ తరువాత హైదరాబాదు నుండి తెలుగులో బాలల సాహిత్యానికి చేసిన కృషి అసన్న సామాన్యం. ప్రత్యేకంగా వాల్మీకిర కలిసి చేసిన రేడియో కార్యక్రమాల కొన్ని ఆజ్ఞాపరాలుగా నిలిచి పోయాయి. వారు రాసి కొంత వరకు బాణీలు కట్టిన కొన్ని పాటలు కంప్యూటర్.ఎం.వి సంస్థ ద్వారా రికార్డులుగా వెలువడ్డాయి. రేడియో అక్కయ్యగా పేరుపొందిన న్యాయపతి కామేశ్వరి (1908-1980) విజయనగరం లోని 1908లో పండితుల, విద్యాంసుల కుటుంబంలో జన్మించారు. ప్రాథమిక విద్యాభ్యాసం తరువాత విశాఖ పట్నం లోని క్విన్ మేరీ బాలికల ఉన్నత పాఠశాలలో చదివారు. తిరిగి విజయనగరం మహారాజా కళాశాలలో డిగ్రీ 1932లో పూర్తిచేశారు. ఆ కాలంలో టి.ఎ. ఉత్పిల్లలైన మొట్టమొదటి మహిళ ఆమె. తరువాత కొంతకాలం నూజివీడు ఎస్కేటలో కమిటీశ్వరపురం జమిందారిణి జగదీశ్వరమ్మలు ఇంగ్లీషు నేర్చారు. 1934లో న్యాయపతి రాఘవరావును వివాహం చేసిన నానూరు. తరువాత 1937లో మద్రాసులోని వెల్లింగ్ టన్ చివర్ బ్రిటింగ్ కాలేజీలో ఉపాధ్యాయ శిక్షణ (ఎల్.టి.) పూర్తిచేశారు. ఇద్దరి అభివృద్ధిలకు కలియడంతో



ప్రాథమిక విద్యాభ్యాసం తరువాత విశాఖపట్నం లోని క్విన్ మేరీ బాలికల ఉన్నత పాఠశాలలో చదివారు. తిరిగి విజయనగరం మహారాజా కళాశాలలో డిగ్రీ 1932లో పూర్తిచేశారు. ఆ కాలంలో టి.ఎ. ఉత్పిల్లలైన మొట్టమొదటి మహిళ ఆమె. తరువాత కొంతకాలం నూజివీడు ఎస్కేటలో కమిటీశ్వరపురం జమిందారిణి జగదీశ్వరమ్మలు ఇంగ్లీషు నేర్చారు. 1934లో న్యాయపతి రాఘవరావును వివాహం చేసిన నానూరు. తరువాత 1937లో మద్రాసులోని వెల్లింగ్ టన్ చివర్ బ్రిటింగ్ కాలేజీలో ఉపాధ్యాయ శిక్షణ (ఎల్.టి.) పూర్తిచేశారు. ఇద్దరి అభివృద్ధిలకు కలియడంతో

కార్యక్రమ నిర్వహణ చేపట్టి, ఆ కార్యక్రమ నిర్వహణ బాధ్యతను న్యాయపతి దండపతులకు అప్పగించారు. ఆ విధంగా ఆమె రేడియో అక్కయ్యగా స్థిర పడి పోయారు. రాఘవరావు ఈమెతో పాటుగా రేడియో కార్యక్రమాన్ని నిర్వహిస్తూం దటుంతో, ఆయనకు రేడియో అన్నయ్యగా పేరుపొంది. తరువాత ఈ కార్యక్రమం బాలానందంగా రూపాంతరం చెంది ఆకాశవాణి హైదరాబాదు కేంద్రం ద్వారా పలు సంవత్సరాలు వారధిరచే నిర్వహించడం జరిగింది. ఆకాశవాణి హైదరాబాద్ కేంద్రంలో చంద్రానికొత్తల శ్రీనివాసరావులకు ప్రయోక్తగా పని చేసేవారు. ఆకాశవాణి హైదరాబాద్ లో పనిచేస్తున్న కామేశ్వరి రేడియోకు అటు పత్రికలకు, రంగస్థలానికి అనేక నాటికలు, కథలు, గేయాలు రచించారు. చాలా మంది బాలలను నలులుగా, కళాకారులుగా తీర్చిదిద్దారు. అనేక పల్లె ప్రాంతాలలో రేడియో మహిళా మండలాల ఏర్పాటు కావడానికి కృషి చేశారు. పేద మధ్య తరగతి మహిళల అభ్యున్నతికి పాటుపడిన స్త్రీ న్యాయపతి కామేశ్వరి. అనాటి కేంద్ర ప్రసారశాఖ మంత్రి శ్రీమతి ఇందిరా గాంధీ ప్రశంసలను కూడా ఈమె అందుకున్నారు. బొమ్మల కొలుపులు ఉత్సవాలు విహార యాత్రలు నిర్వహించే వారు. సామాజిక స్పృహ కలిగించేవిగా ఉండే ఆమె రచనలలో సహజత్వం ఉట్టి పడేలా ఉంది. సజీవ రూపాలుగా రూపుదిద్దు కున్నవి. కథలు బాలలకు సులభంగా అర్థమై పోతాయి. ఈమె రాసిన కథల్లో 'అనగనగా ఆకలి కథ, ఇల్లు ఇరకాటం, ఆ చందం, దోమ కోతి, తాత అన్న కథ, అమ్మమ్మ

బహుమానం, 'కోతి చేష్టలు', నాలుగు ఏనుగుల కథలు ముఖ్యమైనవి. కామేశ్వరి వ్రాసే నాటికలలో ఉన్న పాత్రలు అన్ని ఆడపిల్లల పాత్రలే! పిల్లలను చేరదీసి మంచి అలవాట్లు ఏమో, చెడు అలవాట్లు ఏమో కామేశ్వరి విడమరించి చెప్పేవారు. ఆంధ్ర బాలానంద సంఘం కార్యక్రమాల కోసం తన సొంత భవనాన్ని దారితీసే చేశారు. కామేశ్వరి ఆశయాలు మేరకు మర్రి చెన్నారెడ్డి ముఖ్య మంత్రిగా ఉన్నప్పుడు ఆంధ్ర రాష్ట్రంలో జవహర్ బాల భవన్ ఏర్పాటు చేశారు. మండలి వెంకట కృష్ణారావు విద్యాశాఖ మంత్రిగా ఉన్నప్పుడు కామేశ్వరి కులకోరిక మేరకు ఆంధ్ర ప్రదేశ్ బాలల ఆకాడమీ స్థాపన జరిగింది. 1975లో తొలి అంతర్జాతీయ తెలుగు మహాసభలు జరిగిన సందర్భంగా బాల సాహిత్యానికి చేసిన సేవలకు గాను ఆమెను ఘనంగా సత్కరించడమే గాక 1978లో "బాలబంధు" బిరుదుతో ఆంధ్ర ప్రదేశ్ బాలల ఆకాడమీ వారు సత్కరించారు. 1981లో కామేశ్వరి రచనలను అన్నింటిని కలిపి " భగీ పత్నీ " అనే సంకలనంగా తెచ్చారు. బాలానంద మహోద్యమానికి భర్త న్యాయపతి రాఘవరావుకు సర్వవిధాల సహకారం చిన కామేశ్వరి తన 72వ ఏట 1980 అక్టోబర్ 23వ తేదీన ఈ లోకం వదిలి వెళ్ళారు.



రామ కీషన్మయ్య సంగీత భట్టి సీనియర్ జబ్బర్లెస్

వాహన డ్రైవర్లు లేదా సారథులు ప్రపంచ లాజిస్టిక్స్, ప్రజా రవాణా, రోజువారీ ఆర్థిక కార్యకలాపాలకు పునాది వంటివారు. కేవలం వాహనాన్ని నడపడానికే పరిమితం కాకుండా, వృత్తి నైపుణ్యం కలిగిన డ్రైవర్లు మానవ ప్రాణాలను కాపాడటం, వాణిజ్యాన్ని కొనసాగించడం, ప్రజా మౌలిక సదుపాయాలను సక్రమంగా వినియోగించడం వంటి అపారమైన బాధ్యతలను మోస్తారు. ప్రత్యేకంగా ప్రజలతో పాటు వస్తువుల సురక్షిత రవాణాను నిర్ధారించే మన డ్రైవర్ల అమూల్యమైన సేవలను గౌరవించడానికి 8వ జాతీయ సారథుల లేదా డ్రైవర్ల దినోత్సవం (నెషనల్ సారథి నమూన్ దివస్) 2026ను జరుపుకుంటున్నాము. వాహన సారథుల ప్రత్యేకతావాన్ని గుర్తించడానికి, రహదారి భద్రతను ప్రోత్సహించడానికి, సురక్షితమైన, మార్గ కరమైన రహిత సమాజం కోసం మనందరి సమిష్టి బాధ్యతను పునరుద్ధరించడానికి మనమందరం ఏకమవ్వాలి. మన రవాణా వ్యవస్థలో సానుభూతి అయిన డ్రైవర్లు అభినందిస్తూ, మరింత సురక్షితమైన మరియు బాధ్యతాయుతమైన డ్రైవర్ల కోసం

డ్రైవర్లను గౌరవిద్దాం, ప్రయాణాన్ని ఆస్వాదిద్దాం !

కలిసి పనిచేయడానికి, జాతీయ సారథి నమూన్ దివస్ 2026 యొక్క అతివ్యతం "డ్రైవర్లను గౌరవించండి" ప్రయోజాన్ని ఆస్వాదించండి" పాఠికచదవగత వినివేదికగా నిర్వహించుకుంటున్నాం. దేశ కే సూపర్ సారథి లేదా డ్రైవర్: భారతదేశ వస్తువులు, సరఫరా గొలుసులను నిరంతరాయంగా నిర్వహించే దోదాతలను గుర్తించి, సూన్య 18 నెలవర్క్ టాటా మోటార్స్ కమ్యూనిటీ మోహిత్యం ను యుక్తంగా డిల్లీలో అక్టోబర్ 23వ తేదీని "జాతీయ సారథి (నమూన్) దివస్"ను జరుపుకునే కార్యక్రమాన్ని ప్రకటించాయి. "దేశ కే సూపర్ సారథి" ప్రచారంలో భాగంగా డిల్లీలో జరిగిన ఈ డ్రైవర్ల సదస్సు, భారతదేశ లాజిస్టిక్ వ్యవస్థలో సానుభూతి పాత్రను పరిశ్రమ, రవాణా రంగ భాగస్వాములు పరిశీలించడం, డ్రైవర్ల సంక్షేమం, రహదారి భద్రత,

వారి గౌరవంపై దృష్టి సారస్తుంది. ఇది ట్రక్ డ్రైవర్ల భద్రత, ఆరోగ్యం, సమిష్టి గౌరవాన్ని చర్చించుట కేంద్రంగా తీసుకొని, దేశ రవాణా మరియు లాజిస్టిక్స్ సేవలపరకే వారి సహకారంపై మరింత దృష్టిని ఆకర్షించే ప్రయత్నాలు జరగడం హద్దయింది. సురక్షితమైన పని పరిస్థితులు, సమిష్టిత్వం, డ్రైవర్ల సంక్షేమం, వ్యాపార వృద్ధిలో సానుభూతి పాత్ర వంటి అంశాలపై చర్చించడానికి ఈ రోజు ప్రభుత్వ మాన్యు ప్రకటించాయి. "దేశ కే సూపర్ సారథి" భాగస్వాములు ఒకచోట చేరారు. వాహన డ్రైవర్ల ప్రాముఖ్యత, సవాళ్లు, రవాణా వ్యవస్థలకు జీవన దాండ్, ఆర్థిక, అన్ని సామర్థ్యానికి సారథులు, సాంస్కృతిక, పర్యాటక రాయదారులు. రోడ్డు డ్రైవర్లు ఎక్కువ గంటలు పనిచేయడం, వారికి తగినంత

విశ్రాంతి, వైద్య సౌకర్యాలు అందుబాటులో ఉండటం, కంటిచూపు, మొత్తం ఆరోగ్యంపై శ్రద్ధ పెట్టడం వంటివి చాలా అవసరం. డ్రైవర్ల సామర్థ్యం, వారి పట్ల సానుభూతి పెంచడమే నిజమైన పురోగతి. ఇది భారతదేశ డ్రైవర్లు లేదా సారథుల కోసం సురక్షితమైన, మరింత సమర్థవంతమైన, గౌరవప్రదమైన భవిష్యత్తును నిర్మిస్తుంది. ఒక డ్రైవర్ యొక్క శారీరక, మానసిక దృఢత్వం ప్రజా భద్రతలో నేరుగా సంబంధం కలిగి ఉంటుంది. గణాంకాల ప్రకారం, 90 శాతం కలిగి వైద్య ప్రమాదాలు మానవ తప్పుల వల్ల గానీ డ్రైవర్ల చెడు ప్రవర్తన వల్లే జరుగుతున్నాయని తెలిపడం విచారకరం. నైపుణ్యం గల డ్రైవర్లు తమ వ్యక్తిగత భద్రతను, తోటి ప్రయాణికుల భద్ర



మధుసూదన్ రెడ్డి 9949700037

నాగరిక సమాజం కొత్త పోకడలకు దూరంగా తమ కట్టు, బోధన, అచార వ్యవహారాలు, సంస్కృతి సంప్రదాయాలను కాపాడుకుంటు, తరతరాలుగా భావి తరాలకు అందిస్తున్నారు. యేదాది పోలికలు వారు బలవుతున్న పండుగులు, వేడుకల్లో వారి సంస్కృతి ప్రతిబింబిస్తుంది. ఆదివాసిలు ఒడిషా, మధ్యప్రదేశ్, చత్తీస్ గఢ్, ఆంధ్రప్రదేశ్, గుజరాత్, మహారాష్ట్ర, రాజస్థాన్, కేరళ, తమిళనాడు, జార్ఖండ్, పశ్చిమ బెంగాల్, మిజోరం, అరణ్యమైన నికోబార్ దీవులలో ఎక్కువగా జీవిస్తున్నారు. మన దేశంలో సుమారు

వరంగల్ | ఖమ్మం | నల్లగొండ - ఉమ్మడి జిల్లాల వార్తలు

మానవత్వానికి నిలుపుటద్దం రెడ్ క్రాస్ సొసైటీ
జిల్లా కలెక్టర్ డాక్టర్ సత్య శారద

[illegible]

సమన్వయంతో అభివృద్ధి
పనులను వేగవంతం చేయాలి

[illegible]

టీజీపీఎస్సీ పరీక్షలను
పక్కంబీగా నిర్వహించాలి

[illegible]

కొమురం భీం, పండుగ సాయన్న పోరాట స్ఫూర్తి ఆదర్శం

అణగారిన వర్గాల హక్కుల
పరిరక్షణకు కృషి చేయాలి
శాసన మండలి చైర్మన్
గులాబు నువ్వలదేరెడ్డి
శాసనసభ స్పీకర్ గడ్డం
ప్రసాదుకుమార్

[illegible]

ఫునంగా పండుగ సాయన్న ముదిరాజ్ జయంతి వేడుకలు

238 రోజుల్లో పాలనపై అంకిత్ ముద్ర

[illegible]

జిల్లా అభివృద్ధి కోసం స్పష్టమైన లక్ష్యాలతో పనిచేయాలి
జిల్లా కలెక్టర్ దివాకర టి ఎస్

అన్నే శాఖల అధిష్టాధిపతి సాక్షులను
పరిశీలించి పలు సూచనలు చేసిన
కలెక్టర్

అక్షర-22

జిల్లా అభివృద్ధి కోసం అన్ని శాఖలు స్పష్టమైన లక్ష్యాల్లోకి పనిచేయాలని జిల్లా కలెక్టర్ సుధాకర్ ఓసీ నేటి ఆదివారం ప్రకటించారు. గురువారం కలెక్టర్లే లోని తన పాదాలలో అదనపు కలెక్టర్ డాక్టర్ పి. జితేశ్ కలిసి నందిదివి కార్యాలయం సందర్శించి ఇప్పటికే రూపొందించిన జిల్లా అభివృద్ధి ప్రణాళికలపై సమీక్షించారు. ఈ సందర్భంగా ప్రణాళికలను అధికారాలు తమ ప్రణాళికలను విలంబించకూ, వాటిని పరిశీలించిన కలెక్టర్ పలు సూచనలు చేశారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ డివాకర్ ఓసీ ఎన్ పబ్లికాదతా ప్రతినిధి శాశు స్వల్ప, మధ్య, దీర్ఘకాలిక లక్ష్యాలను నిర్దేశించుకోవాలని తెలిపారు. స్వల్పకాలిక లక్ష్యాలను అరుదైక్యా పరిధి శాతం సాధించేలా, మధ్యకాలిక లక్ష్యాలను ఆరు నుంచి పన్నెండు నెలల్లో, దీర్ఘకాలిక లక్ష్యాలను పన్నెండు నుంచి ఇరవై నాలుగు నెలల్లో సాధించేలా కార్యాచరణ పాటించాలని సూచించారు. అన్ని శాఖల ప్రణాళికలకు ప్రాథమిక కార్యాచరణ సమూహాల రూపమైన పరిశోధన, తర్జి రంగానికి అవసరమైన కన్సల్టెన్సీ సేవలను విధాన చేసే అంశాన్ని పరిశీలిస్తామని తెలిపారు.

వైద్య సేవలు మెరుగుపరచాలి.

జిల్లాలో శిశు మరణాల రేటు మాతృ మరణాల రేటు తగ్గించేందుకు స్పష్టమైన కార్యాచరణ ప్రణాళికలు రూపొందించాలని కలెక్టర్ సూచించారు. గర్భిణుల సమాచార సంద శాలల పులి చేయడంలో పాలు ప్రసావ వివరాలు, గర్భిణుల ఆరోగ్య పరిస్థితి, టీకాల పర్యవేక్షణలను అమలును నిరంతరం పర్యవేక్షించాలని ఆదేశించారు... సీజే రియన్ ప్రసవాలను తగ్గించేందుకు చర్మలు తీసుకోవాలని, పీసీఎస్ఎన్డీటీ చట్టాన్ని పటిష్టంగా అమలు చేయాలని సూచించారు.

పిల్లల్లో తీవ్రమైన పోషకాహార లోపం, మధ్యస్థ పోషకాహార లోపం తగ్గించేందుకు ప్రత్యేక కార్యాచరణ రూపొందించాలని తెలిపారు. వైద్య ఆరోగ్య శాఖకు నందిదివి ప్రతి అంతంపై లక్ష్యాలు, అమలు విధానం, పర్యవేక్షణ వివరాలను నిర్దేశించిన సమాచార సమర్పించాలని ఆదేశించారు.

పాఠశాలల్లో విద్యా ప్రమాణాలు పెంచాలి:

ప్రతి పాఠశాల ప్రస్తుత రేటింగును పరిగణనలోకి తీసుకొని విద్యా ప్రమాణాలను మెరుగుపరచేలా ప్రణాళిక రూపొందించాలని కలెక్టర్ సూచించారు. పాఠశాలల్లో విద్యార్థుల సంఖ్య పెంచడంలో పాలు విద్యార్థులకు అందించే భోజనం నాణ్యతను మెరుగుపరచాలని తెలిపారు.

యువతకు నైపుణ్య శిక్షణ, ఉపాధి అవకాశాలు పెంచాలి:

యువతకు నైపుణ్య శిక్షణ అందించేందుకు సమగ్ర కార్యాచరణ రూపొందించాలని కలెక్టర్ సూచించారు. అయోఎన్డీ బెకాల్ జిల్లాలో సీట్ల, స్కీల్ యూనివర్సిటీ, వృత్తి విద్యా శిక్షణ కార్యకర్తలపై ప్రత్యేక దృష్టి సారించాలని తెలిపారు. పరిశ్రమలు, మార్కెట్లో ప్రస్తుత ఉన్న నైపుణ్యాల డిమాండుకు అనుగుణంగా శిక్షణ కోర్సులు రూపొందించాలని సూచించారు.

నైపుణ్య శిక్షణ కార్యక్రమాల్లో ఎక్కువ మంది యువత పాల్గొనేలా చర్మలు తీసుకోవాలని, శిక్షణ పొందుతున్న యువత వివరాలు, శిక్షణ పూర్తిగా, సాధించిన ఫలితాలపై ప్రత్యేక రికార్డు నిర్వహించాలని తెలిపారు. శిక్షణ కార్యక్రమాలను నిరంతరం పర్యవేక్షిస్తూ యువతకు ఉపాధి అవకాశాలు పెంకిలా చర్మలు చేపట్టాలని ఆదేశించారు.

వసతి విధానసంస్థల్లో త్రాగునీటి పరిస్థితి పై వారంలో నివేదిక ఇవ్వాలి:

జిల్లాలోని అన్ని వసతి విధానసంస్థల్లో త్రాగునీటి సదుపాయాల పరిస్థితిపై వార్త వారం రోజుల్లో, సమగ్రంగా పరిశీలించి నివేదిక సమర్పించాలని కలెక్టర్ ఆదేశించారు. విద్యార్థులకు సరక్తితమైన త్రాగునీటి సమర్పించాలి అందుబాటులో ఉండేలా అవసరమైన చర్మలు తీసుకోవాలని సూచించారు.

పరిశ్రమలు, మిర్చి ప్రాసెసింగ్ యూనిట్ల విద్యార్థులకు చర్మలు తీసుకోవాలి:

జిల్లాలో అందుబాటులో ఉన్న వనరులు, ఉత్పత్తులు, పారిశ్రామిక అవకాశాలను పరిగణనలోకి తీసుకొని పరిశ్రమల అభివృద్ధి ప్రణాళిక రూపొందించాలని కలెక్టర్ తెలిపారు.

జిల్లాలో మిర్చి ఉత్పత్తి అధికంగా ఉన్న గిల్లా, దానికి అవకాశాల ప్రాసెసింగ్ యూనిట్ల తయారీ, ఉత్పత్తి అంతంపై ప్రత్యేక దృష్టి సారించాలని తెలిపారు. మిర్చి ప్రాసెసింగ్లో పాలు ఇతర వ్యవసాయ ఉత్పత్తుల ఆధారంగా పరిశ్రమల ఏర్పాటు అవకాశాలను పరిగణనలోకి తీసుకొని విద్యా ప్రణాళిక రూపొందించాలని కలెక్టర్ సూచించారు.

ప్రతిపాటీ యూనిట్ల ద్వారా ఎంతవరకీ ఉపాధి లభిస్తుందో, ఎంత ఆదాయం లభిస్తుందో, అనే వివరాలను స్పష్టమైన కార్యాచరణ ప్రణాళికలకు సమర్పించాలి ఆదేశించారు.

ప్రభుత్వ కార్యాలయాల్లో ఆన్లైన్ సేవలు పెంచాలి:

ప్రభుత్వ కార్యాలయాల్లో పోషక నందిదివి పరిశీలన ప్రక్రియల ఆన్లైన్లో నిర్వహించాలి. చర్మలు తీసుకోవాలని కలెక్టర్ సూచించారు. వివిధ శాఖల పనితీరు, లక్ష్యాల సాధన సేవల పూర్తితీరును సమర్పించాలి. డ్యాష్ బోర్డుల పర్యవేక్షణలను తెలిపారు. డిఎసీ ఆగ్నేయ సరమైన సమాచారాన్ని ముందుగా గుర్తించి, నందిదివి శాఖల సమర్పించాలి సేకరణ తగిన విధాన విధానాలు చేయాలని ఆదేశించారు.

పట్టణాల్లో మౌలిక సదుపాయాల మెరుగుపరచాలి:

పట్టణ ప్రాంతాల్లో మురుగునీటి తేంద్రాల పనితీరు మెరుగుపరచడంలో పాలు త్రాగునీటి సరఫరా, ఫిట్ మాస్ట్ పారిశుధ్య సదుపాయాలను మెరుగుపరచాలని కలెక్టర్ తెలిపారు.

పాదాల భవిష్యత్తు అవసరాలను దృష్టి ఉంచుకొని సమగ్ర పట్టణ ప్రణాళిక రూపొందించాలి.

జనాభా పెరుగుదల, పట్టణాల్లో సగంల విస్తరణ, కొత్త కాలనీ విధాన, భవన సమర్పణల అవసరాలను ముందుగానే అంచనా వేసి ప్రణాళికారంగా అభివృద్ధి చేపట్టాలి ఆదేశించారు.

ప్రజలకు ప్రభుత్వ సేవలు చేగొని అందించాలి:

ప్రతి ప్రభుత్వ కార్యాలయం నుంచి ప్రజలకు అందుతున్న సేవలను గుర్తించి కలెక్టర్ సూచించారు.

అన్ని శాఖలు తమ ప్రణాళికలను సూచనలకు అనుగుణంగా సమర్పించి నిర్దేశించిన సమాచారం ప్రతి నెల లక్ష్యాన్ని ఆదేశించారు. తిరిగి నెల లక్ష్యా సాధనను సమీక్షిస్తూ, జిల్లా అభివృద్ధి ప్రణాళికలను ఫలితాల ఆధారంగా ముందుకు తీసుకెళ్లాలని తెలిపారు.

ఈ సమావేశంలో ఖమ్మం మునిసిపల్ కమిషనర్ అభిషేక్ ఆగస్త్ సీసీఓ, ట్రీనిడాస్, నందిదివి జిల్లా కార్యులు, నందిదివి శాఖల అధికారులు పాల్గొన్నారు.

ప్రజా వీరుడు పండుగ సాయన్న
కలెక్టర్ తేజస్ నంద్ లాల్ పవార్

పరిశోధకంగా పోరాడి, నిరుపేదల ఆకలి తీర్చిన ప్రజాస్వామ్య పోరాట పండుగ సాయాన్ని అని జిల్లా కలెక్టర్ తెజనీ నందీ రికార్డులో నమోదా ఆన్యాయ. గురువారం సాయాపేట జిల్లా కలెక్టరేట్ సమావేశం పంపిరిలో పండుగ సాయాన్ని 174వ జయంతి చేరువలన పునంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్ తెజనీ నందీ రాల్ పహా పండుగ సాయాన్ని చిత్రపటానికి ప్రాధాన్యత వహించి వేసి నిశాచలర్నించారు.ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్ మహాప్రభాతూ,పండుగ సాయాన్ని తెలంగాణ రాజీవీరాజు ా పిలుస్తారని తెలిపారు. నిజాం నిరుంతర పాలనకు వ్యతిరేకంగా పోరాడటానికి, అణగారిన వర్గాల ఆకలి తీర్చేందుకు కృషి చేశారని చెప్పారు. నిజాం పాలనకు దానానారాలను కొద్దన్న, ఆ ధాన్యాన్ని పేదలకు పంచుటేదానిని పేర్కొన్నారు. కలెక్టర్ పంపంతులు, పెట్టుబడిదారులు, భూస్వాముల ఆధిపత్యానికి వ్యతిరేకంగా తిరుగుబాటు చేసి, అణగారిన వర్గాల హక్కుల కోసం పోరాడారని వివరించారు.

కోనజిరిని అధికారాలు, నాయకులు:

ఈ కార్యక్రమంలో అదనపు కలెక్టర్ బి. హరినింగ్, డిప్యూటీ సేవ్ మేయర్ రాజ్, బీసీ వెల్డర్ అధికారి విశాల్, డిఎంహెచ్ఎస్ కలరమణ, డిసీబి శ్రీరామ్, బీసీ సమస్య నాయకులు ఈయందరిగి (ముదిరాజ్ కమూనిటీ జిల్లా అధ్యక్షులు), కళాకావోదక (స్టేట్ సేవలర్), కుందుల రమేష్, పులపాల నరసింహ (బీసీ సంక్షేమ సంఘం జిల్లా అధ్యక్షులు), బారహూర్ గ్ గ్రాడ గ అధ్యక్షులు

పి. వీరాచారి (విశ్వభాషాభి సంఘం జిల్లా అధ్యక్షులు), డాక్టర్ వ్యక్త బంబు (బి యు డెవలప్ మెంట్ సూర్యాపేట జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి), తన్నీరు పంపంతులు (రాజీవీ జిల్లా సంఘం), బీసీ సంక్షేమ సంఘం, మామిడి వెంకటేశ్వర్లు (మాజీ జిల్లా అధ్యక్షులు), దన్న స్వాం (బీసీవెల్డర్ జిల్లా కార్యదర్శి), ఇతర సంఘ నాయకులు, అధికారులు ఆగ్రహించారు.

ఎల్నినో ప్రభావ పరిస్థితుల్లో ప్రజలందరూ అప్రమత్తంగా ఉండాలి

ఉపవాసం తర్వాత బరువు పెరగకుండా..!



దసరా శరన్నవరాత్రులు ముగిశాయి. తొమ్మిది రోజుల పాటు అమ్మవారిని భక్తితో సేవించిన వారంతా ఉపవాసం దీక్షలు ముగించుకొని సాధారణ జీవనశైలికి అలవాటు పడుతున్నారు. అయితే ఇలా ఉపవాసం పూర్తయ్యాక కొంతమందిలో తల్లితగతిన బరువు పెరిగే అవకాశం ఉందంటున్నారు నిపుణులు. ఆహారం విషయంలో చేసే కొన్ని పొరపాట్లే ఇందుకు కారణమంటున్నారు. ఒక్కసారి ఇవి జీర్ణవ్యవస్థ పైన ప్రతికూల ప్రభావం చూపే ప్రమాదం ఉందంటున్నారు. మరి, ఇంతకీ ఉపవాసం ముగిశాక బరువు పెరగడానికి గల కారణాలేంటి? ఈ సమయంలో బరువు అదుపులో ఉంచుకోవాలంటే ఏం చేయాలి? తెలుసుకుందాం రండి..

అమ్మదాకా ఉపవాసం దీక్ష చేయాలన్న లక్ష్యంతో ఆహార కొరికలను అదుపు చేసుకుంటూ ముందుకు సాగుతాం. అదే ఒక్కసారి దీక్ష పరమిందాక మనసు రికార్డున ఉంటుంది. ఈ సమయంలో ఆహారం విషయంలో ఎలాంటి నిబంధనలు అక్కర్లేదన్న నిర్లక్ష్యం ఎక్కువవుతుంది. నూనెలు, మసాలాలు, చక్కెర, మొదలైనవి అధికంగా ఉండే జంక్ ఫుడ్స్ పైకి మనసు లాగే చేస్తుంది. ఇంకేముంది? ముందూ వెనకా ఆలోచించకుండా ఆయన పదార్థాల్ని తినేస్తుంటాం. ఉపవాసం దీక్ష తర్వాత వేగంగా బరువు పెరిగేందుకు ఇదీ ఒక కారణమే అంటున్నారు నిపుణులు. అంతేకాదు.. ఆహారం విషయంలో ఇలా నిర్లక్ష్యంగా ఉండడం వల్ల ఆరోగ్యం పైనా ప్రతికూల ప్రభావం పడుతుందని చెబుతున్నారు. అదేలాగంటే.. ఉపవాసం సమయంలో ఆహారం ఎక్కువగా తీసుకోకపోవడం వల్ల జీర్ణవ్యవస్థకు కాస్త విశ్రాంతి దొరుకుతుంది. అదే దీక్ష ముగిసిన వెంటనే ఎక్కువగా ఆహారం తిన్నా, అదీ అనారోగ్యకరమైన ఆహారం తీసుకున్నా.. జీర్ణవ్యవస్థ అందుకు అనుగుణంగా పనిచేయడం వల్ల.. తద్వారా వాటిని సులభంగా అరిగించుకోలేదు. దాంతో ఏకారం, వాంతులు, మలబద్ధకం, గుండెలో మంట, వంటి సమస్యలు తలెత్తుతాయంటున్నారు నిపుణులు.

ఉపవాసం దీక్షకు అలవాటైన శరీరం తిరిగి సాధారణ జీవన శైలికి మారేందుకు కొంత సమయం పడుతుంది. కాబట్టి ఈ సమస్యలు తలెత్తుకుండా ఉండాలంటే అమ్మదాకా కొద్ది మోతాదులోనే.. సులభంగా జీర్ణమయ్యే ఆరోగ్యకరమైన

ఆహారం తీసుకుంటూ నెమ్మదిగా జీర్ణశక్తిని పెంచుకుంటూ పోవడం మంచిదంటున్నారు నిపుణులు. ఈ క్రమంలో పీచు, ప్రోబియోటిక్స్ ఎక్కువగా ఉండే పదార్థాల్ని మొనరో చేర్చుకోవాలి. పప్పులు, అవకాడో, పండ్లు, నట్స్, కాయదాన్యాలు.. వంటి వాటిలో పీచు ఎక్కువగా లభిస్తుంది. ప్రోబియోటిక్స్ కోసం పెరుగు, ఇడ్లీ/డోసే.. వంటివి తీసుకోవాలి. ఇవి తేలిగ్గా జీర్ణమవుతూ పాటు అరుగుదలనూ ప్రేరేపిస్తాయి. ఉపవాసం తర్వాత జీర్ణశక్తిని పెంచుకోవడానికి తేలిగ్గా జీర్ణమయ్యే ఆహార పదార్థాలు తీసుకోవడంతో పాటు.. బరువు పెరగకుండా ఉండేందుకు కొన్ని నియమాలు పాటించడమూ ముఖ్యమంటున్నారు నిపుణులు.

క్రమశిక్షణ, ప్రణాళికతోనే దేన్నైనా అలవాటు చేసుకోగలుగుతాం. ఉపవాసం తర్వాత బరువు అదుపులో ఉంచుకోవాలన్నా ఇదే నియమం వర్తిస్తుంది. కాబట్టి జంక్ ఫుడ్ / చక్కెర ఎక్కువగా ఉండే పదార్థాలకు దూరంగా ఉంటా.. ఆరోగ్యకరమైన పదార్థాలు మాత్రమే తీసుకోవాలన్న నియమం పెట్టుకుని దాన్ని అనుసరించాలి.

కార్యోపార్జితాలు తక్కువగా ఉండే ఆహార పదార్థాలు తీసుకోవడం వల్ల కూడా బరువును అదుపులో ఉంచుకోవచ్చంటున్నారు నిపుణులు. దీనివల్ల శరీరంలో అవసరం కొప్పులు పేరుకుపోకుండా.. తద్వారా బరువు పెరగకుండా జాగ్రత్తపడవచ్చుంటుంది.

తగినన్ని నీళ్ల తాగడమూ ముఖ్యమే! తద్వారా డీహైడ్రేషన్ తలెత్తుకుండా జాగ్రత్తపడవచ్చు. మనసు పెట్టి తినడం వల్ల ఎక్కువ మొత్తంలో ఆహారం తీసుకోకుండా అదుపు చేసుకోవచ్చు, ఇది కూడా బరువు అదుపులో ఉంచుకునేందుకు చక్కటి మార్గమే! బరువు అదుపులో ఉంచుకోవడానికి వ్యాయామం చక్కటి ప్రత్యామ్నాయం అంటున్నారు నిపుణులు. అయితే ఉపవాసం తర్వాత.. తేలికపాటి వ్యాయామాలతో ప్రారంభించి.. క్రమంగా తీవ్రతను పెంచుకుంటూ పోవడం వల్ల ఇటు ఆరోగ్యంపై, అటు శరీరంపై ప్రతికూల ప్రభావం పడకుండా జాగ్రత్తపడవచ్చుంటుంది.

అయితే ఇన్ని చేసినా ఉపవాసం తర్వాత బరువు పెరిగినట్లు, ఇతరతా జీర్ణ సంబంధిత సమస్యలు తలెత్తినట్లు గమనిస్తే.. వెంటనే డాక్టర్‌ను సంప్రదించడం మంచిది.

మెనోపాజ్.. వీటి గురించి అవగాహన పెంచుకోవాలి!

మెనోపాజ్‌కు చేరువవుతోన్న మహిళల సమస్యలు ఒకటా, రెండో.. చాలానే ఉంటాయి. అయితే వీటి గురించి స్పష్టమైన అవగాహన లేకపోవడం వల్లే ఇలాంటి లక్షణాలు కనిపిస్తే మహిళలు అందోళన చెందుతుంటారు. మరోవైపు వీటి గురించి డాక్టర్‌తో పంచుకోవడానికి సిగ్గుపడుతుంటారు. అయితే ఈ సిగ్గు, బిద్దియం వదిలి.. మెనోపాజ్ గురించి ముందుగానే అవగాహన పెంచుకుంటే.. ఈ దశలోనూ ఆరోగ్యంగా, సౌకర్యంగా ఉండవచ్చుంటున్నారని నిపుణులు. ఇందుకోసం డాక్టర్‌ను సంప్రదించి మెనోపాజ్ గురించి కొన్ని ప్రశ్నలు అడగడం తప్పని సరి అంటున్నారు. ఆ లక్షణాల్ని ఎలా అధిగమించాలి? ప్రతి మహిళ జీవితంలో మెనోపాజ్ సహజం. సాధారణ



ఇంకా 40-50 ఏళ్ల మధ్య వయసున్న మహిళలు ఈ దశకు చేరుతుంటారు. కొంతమందిలో ఇంకా ముందే ఈ ప్రక్రియ జరుగుతుంది. దీన్ని 'ప్రిమెర్రీ మెనోపాజ్'గా పిలుస్తారు. ఏదేమైనా ఈ దశలోకి ప్రవేశించే క్రమంలో మహిళల్లో కొన్ని సాధారణ లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. నెలసరి క్రమం తప్పదు, రోజులకు ఉన్నట్లుంది చెబుటలు పట్టడం, వెన్నెన పొడిబారి పోవడం, లైంగిక కోరికలు తగ్గిపో

విషయంలో నిర్లక్ష్యంగా వ్యవహరిస్తే అటు లైంగిక ఆరోగ్యం చెబ్బుతింటుంది.. మరోవైపు అనుభవాధానికీ ముప్పు వాటిల్లే ప్రమాదం ఉంటుంది. అందుకే ఈ విషయంలో సిగ్గుపడకుండా సంబంధిత నిపుణులను సంప్రదించాలి. అలాగే ఈ దశలో కొంతమంది వివిధ రకాల చికిత్సలు తీసుకోవడం, లూట్రిల్ కెండ్ / క్రిమ్మ వాడడం.. వంటివి చేస్తారు. ఇవి మంచివేనా అన్న విషయం వాడే ముందే డాక్టర్‌ని అడిగి తెలుసుకోవాలి. మెనోపాజ్ దశలో శరీరంలో తలెత్తే హార్మోన్ల మార్పుల కారణంగా కొందరిలో మానసిక ఆరోగ్యం పైనా ప్రతికూల ప్రభావం పడుతుంది. ఫలితంగా ఒత్తిడి, అందోళన, చిరాకు, మూడ్ స్వింగ్స్.. వంటి లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. వీటిని గమనించే మార్గాల గురించి డాక్టర్‌ని అడిగి తెలుసుకోవడం మంచిది.

చక్కని ఆరోగ్యం

కేశ సంరక్షణ కోసం..!



వేప వల్ల మన చర్మానికి, జుట్టుకు ఎన్నో రకాల ప్రయోజనాలు కలుగుతాయన్న విషయం తెలిసిందే. అందుకే దీనిని వివిధ సౌందర్య ఉత్పత్తుల తయారీలో వాడుతుంటారు. ఈ క్రమంలో - ప్రత్యేకించి కేశ సంరక్షణలో ఇది ఎంతగానో ఉపయోగపడుతుంది అంటున్నారు నిపుణులు. వేపాకుల పొడిని తరచూ ఉపయోగిస్తూ ఉంటే తలలోని ఇన్ఫెక్షన్లు దూరమవుతాయంటున్నారు నిపుణులు. వేప నూనెను తలకు పట్టించడం వల్ల జుట్టు రాలే సమస్య తగ్గే అవకాశం ఉంటుందట. దీంతో పాటు జుట్టు చిట్టిపోవడం కూడా తగ్గుతుందంటున్నారు నిపుణులు.

కొన్ని వేపాకులను తగినన్ని నీళ్లలో వేసి మరిగించి, దీన్నో తేనెను కలపాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని జుట్టుకు పట్టింది అరగంట ఉంచి తర్వాత కడిగివేయాలి. ఇది జుట్టుకు కండిషనింగ్ పనిచేస్తుంది. బిరుసుగా ఉన్న జుట్టును మెత్తగా మార్చడమే కాకుండా చుండ్రును కూడా తొలగిస్తుందంటున్నారు నిపుణులు.

ఏకాగ్రతను పెంచే... జ్ఞానముద్ర



తిమ్మి పెట్టండి. ఇప్పుడు చేతి వేళ్లను పూర్తిగా తెరిచి ఉంచాలి. బొటనవేలు కొనను, చూపుచేతుల కొనతో సున్నితంగా తాకుండి. మిగిలిన మూడు వేళ్లను దాచి ఉంచండి. కళ్లను మూసి ఉంచండి. దీనిద్వారా ప్రకాశతమను అనుభూతి చెందుతారు. దీర్ఘకాలం చేస్తూ, శ్వాస మీదనే ద్వాస ఉంచండి. వేళ్ల కాలేదాల్సిన ప్రవహించే ఆ దివ్యశక్తిని అనుభూతి చెందండి. 10-15 నిమిషాలైనా ఈ స్థితిలో స్థిమితంగా ఉండే ప్రయత్నం చేయండి. తర్వాత శవాసనంలో పడుకొని విశ్రాంతి పొందండి.

ఉపయోగాలు: మెదడుని చురుగ్గా, ఉత్సాహంగా ఉంచుతుంది. ఏకాగ్రత, జ్ఞానశక్తి పెరుగుతాయి. మానసికంగా దృఢంగా ఉంటారు.

ప్రసాదంగా... గుగ్గిళ్లే ఎందుకు?



దసరా... అమ్మవారికి చేసే పూజలలో పాటు ఈ చర్మదీ నాలో ఇళ్లలో ఏర్పాటు చేసే బొమ్మల కొలుపు కూడా అంతే ప్రత్యేకం కదా! రోజూ ముత్యపులు, చిన్నారలు బొమ్మలను రోజూకో అలంకరణతో అందంగా ముస్తాబుచేసి, నాయంత్రం భక్తిశ్రద్ధలతో పూజలు చేసి, గుగ్గిళ్లను (అల సందలు, సెనగలు, వెసలు, పల్లెలు కలిపి) నైవేద్యంగా సమర్పిస్తారు. ఇది ఎప్పటి నుంచో పవిత్ర సంగ్రహాయమే అయినా ఈ ఆచారం వెనక మహిళలకు, చిన్నారులకు మేలుచేసే ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నాయట. అవి ఏంటంటే.. పండుగ పనులు, ఒత్తిడితో అలసిపోయిన మహిళలకు ఇవి తక్షణ శక్తిని అందిస్తాయి. వీటిలో ఉండే ఐరన్, ఫోలేట్ లు రక్తహీనతను తగ్గించి, హార్మోన్ల సమతుల్యతను కాపాడతాయి. అంతేకాదు, కాల్షియం, మెగ్నీషియం ఎముకల దృఢత్వానికి తోడ్పడతాయి. ఎదుగుతున్న చిన్నారులకు ఈ గుగ్గిళ్లు పౌష్టికాహారం కూడా. ఈ వయసులో వాళ్లకు కావాల్సిన శక్తి, కండరాల దృఢత్వానికి అవసరమయ్యే ప్రోటీన్లు ఇందులో పుష్కలంగా ఉంటాయి. వీటిలో ఉండే విటమిన్లు, ఖనిజాలు వాళ్ల రోజంతా ఉత్సాహంగా, చురుగ్గా ఉండేందుకు శక్తిని అందిస్తాయి. కాగా, బోఫులో వాడే జీలకర్ర, ఇంగువ వంటివి చిన్నారల్లో జీర్ణసమస్యల్ని సయం చేస్తాయి. అందుకే వీటిని అమ్మవారి నైవేద్యం సమర్పించి, తర్వాత కొలుపు చూద్దానికి వచ్చిన అత్తలు, మహిళలు, చిన్నారులకు ప్రసాదంగా పెడతారట.

ఒత్తిడా.. డ్యాన్స్ చేసేద్దాం!

పాట మొదలవగానే మనకు తెలియకుండానే కాళ్ళ కదుపుతాం.. శరీరంలోని అన్ని అవయవాలకూ ఊహిస్తుంది. హాపీ హార్మోన్ల డోజువైస్తే, ఎండార్బిన్లు విడుదలపడమే ఇందుకు కారణం. ఇలా డ్యాన్స్ చేస్తుంటే మనసు కుదుటపడుతుంది. దీన్నే అలవాటుగా మార్చుకుంటే క్రమంగా ఒత్తిడి దూరమై మానసిక ప్రశాంతత సాంకేతికమవుతుందంటున్నారు నిపుణులు. నచ్చిన పని చేస్తున్నప్పుడు దానిపైనే పూర్తి ఏకాగ్రత పెడతాం. తద్వారా మన బాధలన్నీ మర్చిపోతాం. ఇదే విధంగా డ్యాన్స్ కూడా మానసిక సమస్యల్ని దూరం చేసి ప్రశాంతతను అందిస్తుంది.

ఒంటరిగా డ్యాన్స్ చేయడం ఇష్టం లేని వారు ఇంట్లో బాగ సామికో కలిసి నృత్యం చేయచ్చు. ఈ క్రమంలో ఒకరి శరీరాన్ని మరొకరు తాకడం వల్ల ఆక్సిటోసిన్ అనే లవ్ హార్మోన్ విడుదలవుతుంది. ఇది మనసుకు సాంత్యన చేస్తూ రుతుబద్ధంబున్నారని నిపుణులు. రోజూ ఒకే రకమైన జీమో వ్యాయామాలంటే ఎవరికైనా బోర్! అదే డ్యాన్స్‌లో అయితే వివిధ భంగిమలు ప్రయత్నించచ్చు. ఇది పరోక్షంగా ఒత్తిడిని దూరం చేస్తుంది. డ్యాన్స్ క్లాసులో చేరడం వల్ల మన చుట్టూ ఉన్న వారితో అనుబంధాన్ని పెంచుకోవచ్చు. ఇది ఒత్తిడిని దూరం చేసుకునేందుకు మార్గమే అంటున్నారు నిపుణులు. కొంతమంది తమకు ఎదురయ్యే ఒత్తిడి, అందోళనల్ని తమలోనే చూసుకుంటారు. దానివల్ల మానసికంగా మరింత ఇబ్బంది పడుతుంటారు. అదే భావోద్వేగాల్ని డ్యాన్స్ రూపంలో వ్యక్తపరిచే మనసు కాస్త కుదుటపడుతుంది. మానసిక సమస్యల కారణంగా ఆయా



శారీరక కండరాలపై ఒత్తిడి పడుతుంది. అదే డ్యాన్స్ వల్ల ఈ కండరాలు కాస్త రిలాక్స్‌వుతాయి.. శరీరంలో శక్తి స్థాయిలూ పెరుగుతాయి. పరోక్షంగా ఇది మానసిక ప్రశాంతతను అందిస్తుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. నృత్యం శరీరంలో సెరటోనిన్ స్థాయిల్ని పెంచుతుందని, ఫలితంగా ఒత్తిడి తగ్గి మానసిక ప్రశాంతత సాంకేతికమవుతుందని పలు పరిశోధనలూ రుజువు చేశాయి. అలాగే డ్యాన్స్‌తో శరీర అవయవాలకూ చక్కటి వ్యాయామం అందుతుంది. కాబట్టి ఇటు శరీరానికి దృఢత్వాన్ని అందిస్తూనే.. అటు మానసికంగా ప్రశాంతతను సాంకేతికమవుతుంటే ఒక అరగంట పాటు నృత్యం చేయండి. తద్వారా అటు సరదాగా ఎంజాయ్ చేయచ్చు.. ఇటు ఒత్తిడిని దూరం చేసుకోవచ్చు.. అంటున్నారు నిపుణులు.

అందంగా మెరిసేలా..!



కొన్ని సహజసిద్ధమైన పదార్థాలతో వందలు, వేలు ఖర్చు పెట్టాల్సిన అవసరం లేకుండానే అందంగా మెరిసిపోవచ్చు అంటున్నారు నిపుణులు. చాలామంది ఇంట్లో బాగా పండిన అరటిపండ్లు తినడం ఇష్టం లేక వేడేస్తుంటారు. కానీ అలా బాగా మగ్గిన అరటిపండ్లు అందాన్ని ఇనుమడింపజేయడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తుందట. ఈ క్రమంలో ఒక బోల్‌లో కొద్దిగా అరటిపండ్లను గుజ్జాలా చేసి అందులో కొన్ని పాలు పోసి పేస్ట్‌లా చేసుకోవాలి. దీన్ని ముఖం, మెడకు పట్టింది ఒక పది నిమిషాల పాటు మృదువైన మర్చన చేయాలి. అప్పుడు అరటిపండ్లను తయారు చేసుకోవాలి. ఇప్పుడు చల్లటి నీటితో కడిగిసుకుంటే సరిపోతుంది. ఇలా క్రమం తప్పకుండా ఈ ప్యాక్ చేసుకోవడం వల్ల చర్మానికి తేమ అందుతుంది. తద్వారా చర్మం పొడిబారే సమస్య నుంచి బయటపడచ్చు.

అంటున్నారు నిపుణులు. ఏ కాలమైనా మన ప్రిన్సిపల్స్ వేదించే సమస్య మెడికల్‌మలు, మచ్చలు, వీటివల్ల ఎంత ప్రకాశవంతంగా ఉన్న ముఖమైనా అందమీసానంగా కనిపిస్తుంది. మరి అలాంటిప్పుడు కీరాదీనను ప్రయత్నించి చూడండి అంటున్నారు నిపుణులు. ఇందుకోసం కీరాను చిన్న చిన్న సన్నటి స్పెన్సర్‌లు చేసి చేసి గంట పాటు ఫ్రీజ్‌లో పెట్టియండి. ఆ తర్వాత వాటిని ముఖంపై పరచుకొని, కళ్లపై పెట్టుకొని అరవై నిమిషాల పాటు అలాగే ఉంచుకోవాలి. తర్వాత చర్మం చల్లటి నీటితో ముఖం కడిగిసుకుంటే అలసట మాయమై చర్మం తిరిగి ప్రకాశవంతంగా మారుతుందని చెబుతున్నారు. కొంతమందికి జుట్టు పొడిబారిపోయే గడ్డిలా కనిపిస్తుంటుంది. దాంతో అందం చెబ్బుతింటుంది. అయితే ఇందుకోసం తేనెతో తయారు చేసిన ఈ హాయిలో హ్యాన్స్ చక్కగా పనిచేస్తుందంటున్నారు నిపుణులు. అరకప్పు చిక్కటి పాలు తీసుకొని అందులో రెండు టీస్పూన్ల తేనె నీటిని బాగా కలుపుకోవాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని కుదుళ్ల నుంచి చివర దాకా పట్టింది అరగంట పాటు అలాగే ఉంచుకోవాలి. అప్పుడు చల్లటి నీటితో కడిగిసుకుంటే సరిపోతుంది. పాలు, తేనె జుట్టు తేమను కోల్పోకుండా కాపాడతాయి అంటున్నారు నిపుణులు. అయితే ఈ చిట్టాలు సహజసిద్ధమైనవే అయినప్పటికీ.. చర్మత్యానికి సరిపడతాయో లేదో తెలుసుకోవడానికి ఓసారి ప్యాన్ట్ టెస్ట్ చేసుకోవడం మంచిదని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

అమ్మలూ... ఇవి చూసుకోండి!



గర్భధారణలో రకరకాల సమస్యలు ఎదుర్కొనే మహిళల సంఖ్య పెరుగుతోంది. అయితే, ఇది అంతటితో ఆగితే పరార్లేదు. కానీ, భవిష్యత్తులో అనేక వ్యాధులకు కారణమయ్యే ప్రమాదం అధికమని బీఎమ్‌జే మెడిసిన్‌లోని టాజా అభ్యయనాలు చెబుతున్నాయి. డ్రెగ్గెస్‌లో వచ్చే మధుమేహం, అధిక రక్తపోటు, ప్రసవాంతర డిప్రెషన్ వంటివి... తరవాతి కాలంలో కొద్దిమేలు మెటాబలిక్ - రీసెల్ అంటే... టైప్ 2 డయాబీటీస్, హైడ్రోగాలు, అధిక రక్తపోటు, కిడ్నీ వ్యాధుల ప్రమాదాన్ని పెంచుతాయంటున్నారు శాస్త్రవేత్తలు. నెలలు నిండకముందు బిడ్డ పుట్టడం, గర్భస్రావం, మృతశిశు జననం, ప్లాసెంటల్ అబ్జెక్షన్ (ప్రసవానికి ముందే గర్భాశయం లోపలి గోడ నుంచి ప్లాసెంటా వేరుపడటం), గర్భధారణ పయనం కన్నా తక్కువ లేదా ఎక్కువ బరువుతో శిశువులు జన్మించడం... వంటి సమస్యలు ఉన్నప్పుడు ఈ కొద్దిమేలు మెటాబలిక్ రీసెల్ వ్యాధుల్లో కనీసం ఒకటైనా దాడి చేసే ప్రమాదం ఉందట.

ఈ పరిశోధన కోసం శాస్త్రవేత్తలు 2000- 2022 మధ్య కాలంలో గర్భవతుల ఆరోగ్య సమాచారాన్ని తీసుకున్నారు. గర్భధారణ సమయంలో వచ్చే అధిక రక్తపోటు, టై-ఎక్సాంప్లియూ వల్ల భవిష్యత్తులో వారికి అధిక రక్తపోటు వచ్చే ప్రమాదం మూడు రెట్లు పైగా ఉండగా, కిడ్నీ వ్యాధి బారిన పడే ప్రమాదం రెండు రెట్లు పెరిగింది. జెన్ట్రెషన్ డయాబీటీస్ వల్ల టైప్ 2 మధుమేహం వచ్చే ప్రమాదం ఏడు రెట్లు ఎక్కువగా ఉండటంతోపాటు, అధిక రక్తపోటు, హృదయ సంబంధ వ్యాధుల రేటు కూడా పెరిగింది. ఇక, ప్రసవాంతర డిప్రెషన్ ఉంటే, ఈ నాలుగు రకాల కొద్దిమేలు మెటాబలిక్ రీసెల్ వ్యాధుల వచ్చే ప్రమాదం 35-56శాతం పెరిగిందట. కాబట్టి డ్రెగ్గెస్‌లోనే కాదు, ఆ తరవాత కూడా సమస్యలు రాకుండా ఉండాలంటే జాగ్రత్త అవసరం. ముందు నుంచి వైద్యుల సూచనతో ఆరోగ్య జీవనశైలిని అనుసరిస్తూ డ్రెగ్గెస్ ప్యాన్ చేసుకోవడం మంచిది.

ఇ-ముద్రా షేర్లు ౩5% పతనం!

డిజిటల్ సర్టిఫికేషన్ అథారిటీ ఇ-ముద్రా లిమిటెడ్ కు చెందిన షేర్ల పతనం కొనసాగుతోంది. కంపెనీ జారీ చేసిన పబ్లిక్ కీ ఇన్ఫ్రాస్ట్రక్చర్ (పీఐఐ) ప్లావేట్ కీన్ బహిరంతం అయినట్లు తెలచడంతో కంపెనీ షేర్లు నేడు భారీగా పతనమయ్యాయి. గురువారం నాటి ట్రేడింగ్ సెషన్ లో ఎన్ఎస్ఈలో షేర్ల విలువ ఏకంగా 18 శాతం మేర క్షీణించి 351.35 వద్ద ట్రేడవుతోంది. గడిచిన రెండు సెషన్లలో వీటి విలువ 35 శాతం మేర పతనమైంది.



కార్ల అమ్మకాల్లో 21.9% క్షీణత: ఫాడా

నవరాత్రి సీజన్ లో దేశీయంగా వాహన రిటెయిల్ విక్రయాల్లో మిత్రము ధోరణి కనిపించింది. ఈ నెల 11-20 తేదీల్లో దేశవ్యాప్తంగా వాహన రిజిస్ట్రేషన్లు, గతేడాది ఇదే కాలంతో పోలిస్తే 6.52% తగ్గయిన వాహన డీలర్ల సమాఖ్య ఫాడా తెలిపింది. ప్రయాణికుల వాహనాల (పీవీలు-కార్లు, ఎన్యూ పీలు, వ్యాన్లు) విక్రయాలు 21.91% క్షీణించాయి. గతేడాది నవరాత్రి తొలిరోజే జీఎన్టీ రేట్ల కోత అమల్లోకి రావడంతో అప్పట్లో షోరూమ్లకు కొనుగోలుదారులు పోవితారని, అప్పటి అధిక విక్రయాల (అధిక డేస్)



కారణంగా ఈ ఏడాది వారిక విక్రయాల్లో క్షీణత కనిపిస్తోందని విశ్లేషకులు చెబుతున్నారు. వాణిజ్య వాహనాలు, ట్రాక్టర్ల అమ్మకాలు స్వల్పంగా పెరిగాయి. గతేడాది సమాఖ్తి 11 రోజుల పాటు సాగగా, ఈసారి 10 రోజులే ఉంది. అప్పట్లో రోజువారీ సగటున 1.09 లక్షల వాహనాలు అమ్ముడవ్వగా.. ఈసారి 1.12 లక్షలు విక్రయమయ్యాయని ఫాడా అధ్యక్షుడు సాయి గిరిధర్ తెలిపారు. విద్యుత్ వాహన రిటెయిల్ విక్రయాలు 26.78% పెరిగి 1,17,437 యూనిట్లకు చేరాయి. పండగ విక్రయాల్లో విద్యుత్ వాహనాల పాటా గతేడాది 7.7% నుంచి ఈసారి 10.5 శాతానికి పెరిగింది.

మూడో రోజూ నష్టాల్లో సూచీలు

దేశీయ సూచీ మార్కెట్ సూచీలు నష్టాల్లో ముగిశాయి. అంతర్జాతీయంగా చేయు ధరలు మళ్ళీ పెరిగి బ్యాంకెట్ 112 డాలర్లకు చేరింది. దీంతో డ్రవ్వేల్లూ భయం చెలకొన్నాయి. ఆ ప్రభావం సూచీలపై పడడంతో వరుసగా మూడో రోజూ నష్టాలు చవిచూశాయి. సెన్సెక్స్ ఉదయం 73,343.33 పాయింట్ల వద్ద (క్రితం ముగింపు 73,709.69) సమైక్య ప్రారంభమైంది. రోజంతా నష్టాల ఒరవడి కొనసాగింది. ఇంటాడెట్ 73,005.11 పాయింట్ల వద్ద కనిష్టాన్ని తాకిన సూచీ.. చివరికి 460.30 పాయింట్ల నష్టంతో 73,249.39 వద్ద ముగిసింది. నస్టీ 123.70 పాయింట్ల నష్టంతో 22,687.65 వద్ద స్థిరపడింది. డాలరుతో రూపాయి మారకం విలువ 94.82గా ఉంది. సెన్సెక్స్ 30 సూచీలో రిలయన్స్ ఇండస్ట్రీస్, ఎలర్నర్, హెచ్డీఎఫ్సీ బ్యాంక్, పవర్గ్రిడ్ కార్పొరేషన్, టెంట్ షేర్స్ ప్రధానంగా నష్టాల్లో యాయి. బజాజ్ ఫైనాన్స్, అల్కాబెక్ సిమెంట్, ఐసీఐసీఎల్ బ్యాంక్, నన్ఘాల్, ఎస్ఐఐ షేర్స్ లాభపడ్డాయి. అంతర్జాతీయ వివరణలో టెంట్ క్రూడ్ బ్యాంకెట్ ధర 112 డాలర్ల వద్ద కొనసాగుతుండగా.. ఇంగారం ఔస్సు 4087.81 వద్ద ట్రేడవుతోంది.



దిగొచ్చిన బంగారం, వెండి..



బంగారం, వెండి కొనాలనుకునే వారికి తీపివార్త. పండగల వేళ వీటి ధరలు దిగొస్తున్నాయి. అంతర్జాతీయంగా నెలకొన్న అనిశ్చితులతో ఈ రోహోల ధరలు తగ్గుతున్నాయి. చమురు మంటల భగభగలతో డ్రవ్వేల్లూ భయాలు, ఫెడ్ వడ్డీ రేట్లు తగ్గించకపోవచ్చనే ప్రచారంతో వాటి గీరాకి తగ్గితోంది. గురువారం ఉదయం హైదరాబాద్ వివరణలో మేలిమి 10 గ్రాముల పసిడి ధర రూ.

1,47,348 చలుకుతోంది. కేజీ వెండి ధర రూ. 2.06 లక్షలకు తగ్గింది. అంతర్జాతీయ మార్కెట్ లో స్వాట్ గోల్డ్ (Gold) ధర నేడు 4089 డాలర్లకు దిగొచ్చింది. దాదాపుగా వారం రోజుల కనిష్టాలకు చేరింది. ఇక వెండి కూడా ఔస్సు ధర 56.32 డాలర్లకు పడిపోయింది. గోల్డ్ పూచర్లలో 10 గ్రాముల ధర రూ. 1.44 లక్షలుగా ఉంది. సిల్వర్ పూచర్ల కేజీ ధర రూ. 2.03 లక్షల వద్ద ట్రేడవుతోంది.

స్పేస్ఎక్స్, టెస్లా మెగా విలీనం!



ప్రపంచంలోనే అతిపెద్ద విలీనానికి తెరలేస్తోంది. ఎలాన్ మస్క్ కు చెందిన స్పేస్ఎక్స్, టెస్లా ఏకమయ్యే అవకాశాలున్నాయి. ఈ రెండు సంస్థలూ లక్ష కోట్ల డాలర్లకు పైగా విలువ కలిగినవే కావడం విశేషం. విద్యుత్ కార్ల దిగ్గజం టెస్లా విలువ 1.5 లక్షల కోట్ల డాలర్లు (సుమారు రూ. 142.5 లక్షల కోట్లు) కాగా, స్పేస్ ఎక్స్ విలువ దాదాపు 2 లక్షల కోట్ల డాలర్లు (సుమారు రూ. 190 లక్షల కోట్లు) గా ఉంది. ఈ రెండూ కలిస్తే, రూ. 332.5 లక్షల కోట్లు (3.5 లక్షల కోట్ల డాలర్లు) విలువతో ప్రపంచంలోనే అతిపెద్ద భాగస్వామ్య సంస్థ ఏర్పడుతుందనడంలో సందేహం లేదు. ఈ రెండు కంపెనీలూ చిప్ సెట్లు, ఎఐ, ఇతర సాంకేతిక ప్రాజెక్టులపై పనిచేస్తున్నందున.. విలీనం వల్ల ప్రయోజనం కలుగుతుందని ఇరు సంస్థలకూ నీ ఈటా వ్యవహారిస్తున్న మస్క్ చెబుతున్నారు. టెస్లాకు చెందిన కార్లు, రోబోటా, సెల్ఫ్ డ్రైవింగ్ సాంకేతికతను, స్పేస్ఎక్స్ కు చెందిన రాకెట్లు, డేటా సెంటర్లు, శాటిలైట్లు, బెలికం కార్లకలా పాలను కలపడం వల్ల, మార్కెట్ నగరాన్ని ఏర్పాటు చేయాలన్న మస్క్ మిషన్ లో ఒక అడుగు ముందుకు వెనునట్లు తుంది. తాజా పరిణామాల మధ్య భారత కాలమాన ప్రకారం బుధవారం రాత్రి 11:30 గంటలకు స్పేస్ ఎక్స్ షేర్లు 7% లాభంలో, టెస్లా షేర్లు 3.6% లాభంలో ట్రేడవుతున్నాయి.

మెటాకు రూ. 2.3 లక్షల కోట్ల ఫైన్..

బెక్ దిగ్గజం మెటాకుకు భారీ షాక్ తగిలింది. న్యూ మెక్సికో కోర్టు 25 బిలియన్ డాలర్లు (రూ. 2.3 లక్షల కోట్లు) పెనాల్టీ విధించింది. డేటా గోప్యత విషయంలో యూజర్లను కంపెనీ తప్పుదారి పట్టించిందని మెటా (Meta) పై ఆరోపణలు రాగా.. ఈ కేసులో న్యూ మెక్సికో కోర్టు తాజాగా దోషిగా తేల్చింది. ఆ పెనాల్టీ మొత్తాన్ని న్యూమెక్సికో రాష్ట్రానికి చెల్లించాలని ఆదేశించింది. అమెరికా చరిత్రలో ఒక కంపెనీపై విధించిన జరిమానాలో ఇది ఒకటిగా నిలిచింది. 2016 ఆమెరికా అధ్యక్ష ఎన్నికల సమయంలో మిలియన్ల కొద్దీ ఫేస్ బుక్ (ప్రస్తుతం మెటా) వినయోగదారుల డేటాను కేంద్రీకృతీ అనిలిడిగా సంస్థ సేకరించి, రాజకీయ ప్రచారాల కోసం దుర్వినియోగం చేసినదనేది ప్రధాన ఆరోపణ. ఇదొక బ్రిటిష్ కన్సల్టింగ్ సంస్థ. యూజర్ల సమ్మతి లేకుండా ఆ డేటా తీసుకోవడం అప్పట్లో పెను సంచలనమైంది. ఆ సంస్థకు చెందిన మాజీ ఉద్యోగి ద్వారా ఆ విషయం ప్రపంచానికి తెలిసింది. అమెరికా అధ్యక్ష ఎన్నికలొగా కుండా, బ్రిటిష్ రిపబ్లికన్, భారత్, కెన్యా, నైజీరియా ఎన్నికల్లో కూడా ఈ సంస్థ జోక్యం చేసుకుందని ఆరోపణలు వచ్చాయి. ఈ డేటా ఉల్లంఘనలపై న్యూ మెక్సికో అటార్నీ జనరల్ రౌల్ టోరెస్ 2021 లో మెటాపై దావా వేశారు. యూజర్ల డేటా ఎవరి చేతికి వెళ్తుందనే విషయంలో కంపెనీ అబద్ధాలు చెప్పిందని ఆరోపించారు. ఈ కేసులో మెటాకు 219 బిలియన్ డాలర్ల మేర పెనాల్టీ పడుతుందని వార్తలు వచ్చాయి. అయితే, ఆ మొత్తాన్ని 25 బిలియన్ డాలర్లకు తగ్గిస్తూ



న్యాయమూర్తి తీర్పునిచ్చారు. ఇదే కేంద్రీకృతీ అనలిటికా కేసులో 2019లో మెటాకు 5 బిలియన్ డాలర్ల పెనాల్టీ పడింది. దానిని యూఎస్ ఫెడరల్ ట్రేడ్ కమిషన్ విధించింది. ఈ పెనాల్టీ మెటా (Meta) స్పందించింది. తాము అప్పీల్ వెళ్తామని, అక్కడ విజయం సాధిస్తామని విశ్వాసం వ్యక్తంచేసింది. ఈ తీర్పుతో న్యూ మెక్సికో

రాష్ట్రంలో వ్యాపారం చేయడాన్ని క్లిష్టంగా మార్చేస్తున్నారని పేర్కొంది. మెటా కంపెనీ విలువ రెండు ట్రిలియన్ డాలర్ల వరకు ఉంటుంది. ఈ పెనాల్టీ విలువ భారీగానే ఉన్నప్పటికీ.. కంపెనీ విలువపై పెద్దగా ప్రభావం చూపదని విశ్లేషకులు చెప్పన్నారు. అప్పీల్ తో కేసు సాగదీస్తుంటారని అభిప్రాయం వ్యక్తం చేశారు.



స్వతి సేన క్లీన్ స్వీప్

స్వతి మంధాన కెప్టెన్ అయ్యాక ఆడిన తొలి టీ20 సిరీసు భారత మహిళల క్రికెట్ జట్టు క్లీన్ స్వీప్ చేసింది. మూడో టీ20లో 92 పరుగుల తేడాతో జింబాబ్వేను చిత్తు చేసిన భారత్.. సిరీస్ ను 3-0తో చేజిక్కించుకుంది. మొదట టాస్ గెలిచి బ్యాటింగ్ చేసిన భారత్.. 7 వికెట్లకు 216 పరుగులు చేసింది. ఫ్లేయర్ ఆఫ్ ద మ్యాచ్ వార్సన్ షీట్ (91 నాటౌట్: 41 బంతుల్లో 10x4, 5x6), షెపాలి వర్మ (69; 37 బంతుల్లో 6x4, 5x6) మెరుపు ఇన్నింగ్సులు ఆడారు. కెప్టెన్ స్వతి మంధాన బ్యాటింగ్ కు దిగకుండా, యువ బ్యాటర్ అనుష్క శర్మ (28) ను ఓపెనింగ్ పంపింది. జింబాబ్వే బౌలర్లలో బిశా 3 వికెట్లు పడగొట్టింది. అనంతరం నందని శర్మ (3/18) విజ్ఞాంభించడంతో జింబాబ్వే నిర్ణీత ఓవర్లలో 7 వికెట్లు 124 పరుగులే చేసింది. షార్కే మేయర్స్ (60) టాప్ స్కోరర్.

శీతల్ జోడీకి స్వర్ణం.. చరిత్ర సృష్టించిన స్వాతి..



కాన్యాలు సాధించారు. వీరిద్దరూ తమ సెమీఫైనల్ మ్యాచ్ లో ఓడారు. మిక్సెడ్ డబుల్స్ ఎన్హెచ్6 విభాగంలో కృష్ణ నాగర్ - నిత్య శ్రీ జోడీ కాన్సంత్ సరిమట్టుకుంది. ఇండోనేషియాకు చెందిన రిసా మర్రినా - సుభన్ 14-21, 18-21 తేడాతో భారత జోడీపై విజయం సాధించింది. మిక్సెడ్ డబుల్స్ ఎన్ఎల్ 3 కేటగిరీలో మనీషా రామదాస్ - ప్రమోద్ భగత్ కు కాన్సంత్ వచ్చింది. బంతుల్లో 8 ఫోర్లు, 4 సిక్సులు) అర్జ శతకం చేయగా.. సమన్ ధీర్ (42: 15 బంతుల్లో 5 ఫోర్లు, 2 సిక్సులు), శ్రేయస్ అయ్యర్ (42: 28 బంతుల్లో ఒక ఫోర్, ఒక సిక్స్), అభిషేక్ శర్మ (29: 12 బంతుల్లో 2 ఫోర్లు, 3 సిక్సులు), అక్షర్ పటేల్ (24: 14 బంతుల్లో 3 ఫోర్లు, ఒక సిక్స్) విలువైన పరుగులు చేశారు. తిలక్ వర్మ (6), ఇషాన్ కిషన్ (1) విఫలమయ్యారు. కివీస్ బౌలర్లలో జాన్ వెల్ 2, శాంట్నర్ 2, ఫెర్నాండెస్, ఆడమ్ మిల్చే చెరో వికెట్ తీశారు.

భారత్ శుభారంభం..



హైదరాబాద్ పైచేయి



ఆంధ్రతో రంజీ మ్యాచ్ లో హైదరాబాద్ పైచేయి. బుధవారం ఆ జట్టు 267 పరుగుల తేడాతో భారీ విజయం సాధించింది. 398 పరుగుల ఛేదనలో ఆంధ్ర తేలి పోయింది. తనయ్ త్యాగరాజన్ (6/35) విజ్ఞాంభించడంతో కనీసం పోటీ ఇష్టలేక.. 130 పరుగులకే కుప్పకూలింది. 7/2తో బుధవారం రెండో ఇన్నింగ్స్ కొనసాగించిన అతిథ్య జట్టు, హేమంత్ రెడ్డి (27), రిశీ భుయి (26) ఆవిరూప ఆడటంతో మరో కోర్టుకుండా 50 మార్పులు చేరుకుంది. అయితే భుయి బేటయ్యాక ఆంధ్ర పతనమైంది. తనయ్ స్పిన్ మాయాజాలానికి తలపడిన బ్యాటర్లు పెవిలియన్ కుక్క కట్టారు. 100లో 7 వికెట్లు పడటంతో అతిథ్య జట్టు ఓటమి ఖాయమైపోయింది. కేవీ శశికాంత్ (23) కాన్సంత్ ప్రతిఘటించాడు. అనితేక్ రెడ్డి (3/57).. తనయ్ కు సహకరించాడు. తొలి ఇన్నింగ్స్ లో హైదరాబాద్ 275 పరుగులకు ఆటోటమగా.. ఆంధ్ర 184కు పరిమితమైంది. రెండో ఇన్నింగ్స్ లో హైదరాబాద్ 306/7కు డిక్లీర్ చేసింది. మ్యాచ్ లో మొత్తం 11 వికెట్లు, ఒక అర్డెన్సెంసరీ (53 నాటౌట్) తో జట్టు విజయంలో ప్రధాన పాత్ర పోషించిన తనయ్ ఫ్లేయర్ ఆఫ్ ద మ్యాచ్ గా నిలిచాడు. సరికెట్ విజయం: ఫర్వీన్ డిద్తో మ్యాచ్ లో పంజాబ్ 7 వికెట్ల తేడాతో ఘనవిజయం సాధించింది. 86 పరుగుల లక్ష్యంతో బరిలోకి దిగిన ఆ జట్టు కెప్టెన్ ఉదయ్ సహనన్ (40), ప్రభాస్ మిన్సా (24) ఆటించడంలో 3 వికెట్లు కోల్పోయి చేరింది. అంతకుముందు ఫాలో ఆన్ ఆడుతూ 123/3తో రెండో ఇన్నింగ్స్ కొనసాగించిన ఫర్వీన్ డిద్తో.. 335 పరుగులకు ఆటోటైంది. తొలి ఇన్నింగ్స్ లో పంజాబ్ 456 పరుగులు చేయగా.. ఫర్వీన్ డిద్ 206కి కుప్పకూలి ఓటమి అనెట్. ముంబయి ఘనంగా.. హిమాచల్ ప్రదేశ్ ను ముంబయి చిత్తుగా ఓడించింది. ఆ జట్టు ఇన్నింగ్స్ 97 పరుగుల తేడాతో గెలిచింది. 244 పరుగుల లోటులో ఉన్న హిమాచల్ ప్రదేశ్ 144/3తో ఆఖరి రోజు రెండో ఇన్నింగ్స్ కొనసాగించింది. మోహితీ అపస్థితికి తాళలేకపోయింది. 291కి ఇన్నింగ్స్ ముగించింది.

అలసటే అసలైన సవాల్..

కేవలం 48 గంటల్లోనే మ్యాచ్

టీమ్ ఇండియా బెంగళూరు నుంచి న్యూజిలాండ్ లోని క్వెస్టర్స్ కు చేరిన 48 గంటల్లో తొలి టీ20 సమరం మొదలుకానుంది. దీంతో ఫ్యాన్స్ కూడా ఇంత హడావుడిగా షెడ్యూల్ ఉండటంపై ఆందోళన చెందుతున్నారు. అయితే శ్రేయస్ అయ్యర్ మాత్రం ఈ అర్జీ తమపై పెద్దగా ప్రభావం చూపబోదని తెల్పి చెప్పాడు. జట్టు నిరంతర ప్రయాణాలకు ట్యాంప్ అయి ఉంటుందని పేర్కొన్నాడు. 'గతంలో కూడా మేము ఇలా ఆడిన సందర్భాలున్నాయి. ప్రయాణించడం.. ఆ వెంటనే



మ్యాచ్ ఆడటం.. అక్కడి కండిషన్లకు అలవాటు పడటం సరదాగా ఉంటుంది. ప్రయాణ బడలిక అనే కారణాన్ని చక్కనపెట్టి మ్యాచ్ గెలవడంపై దృష్టిపెట్టాం. ఇక భువి అనుభవం జట్టుకు ప్రయోజనకరంగా ఉంటుంది. ఇప్పటివరకు బొలింగ్ లో ఆటించడంలో 3 వికెట్లు కోల్పోయి చేరింది. అతడు గత రెండేళ్లలో ఐవీఎల్ లో విజయాలు సాధించాడు. ఈ ఫార్మాట్ లో తన దామిసేషన్ నిరూపించుకోవాలన్నా.. అని శ్రేయస్ పేర్కొన్నాడు. దేశ్ అవసరాలు, వాణిజ్య ప్రయోజనాలను దృష్టిలో ఉంచుకొని ఇటీవల కాలంలో క్రికెట్ షెడ్యూల్ ఒత్తిడిగా మారిందనడానికి న్యూజిలాండ్ సిరీస్ ఉదాహరణ. 43 రోజుల పాటు సాగి ఈ పర్వటనలో ఐదు టీ20లు, ఐదు వన్డేలు ఆడనుంది. శ్రేయస్ అయ్యర్ ను మాజీ కెప్టెన్ సూర్యకుమార్ యాదవ్ తో పోల్చడం సరికాదని మాజీ అనిస్టంట్ కోచ్ అభిషేక్ నాయర్ అభిప్రాయపడ్డాడు. "సూర్య సమయంలో చాలా సిరీస్ లు భారత్ లో జరిగాయి. కానీ, శ్రేయస్ కెప్టెన్స్ చేపట్టాక ఇంగ్లాండ్, జింబాబ్వే, జపాన్ వెళ్తారు. ఇప్పుడు న్యూజిలాండ్ వర్షాల్లో ఉన్నాది. చాలా టీ20లు విదేశాల్లో ఆడారు. ఇప్పుడు న్యూజిలాండ్ లో శ్రేయస్ విజయం సాధిస్తే.. కెప్టెన్ గా అతడి స్థాయి పెరుగుతుంది" అని పేర్కొన్నాడు.



