ప్రజాప్రశ్న

తెలుగు దినపత్రిక

సంపుటి: 5 సంచిక: 19, పేజీలు - 08

సోమవారం, జూన్ 23, 2025 వెల: 5 రూ/.

Published from Hyderabad, Nalgonda, Karimnagar, Warangal, Khammam, Vijayawada, Vishakhapatnam,Tirupati

సిట్టింగ్ స్థానం నిలుపుకోవడంపై బీఆర్ఎస్ దృష్టి

- గులాబీ పార్టీ జూబ్లీహిల్స్ టికెట్ ఎవరికి.?

హైదరాబాద్
జూబ్లీహిల్స్ అసెంబ్లీ స్థానం నుంచి ఎమ్మెల్యేగా ఉన్న మాగంటి గోపీనాథ్ ఇటీవల మరణించడంతో ఆ స్థానం ఖాళీ అయిన సంగతి తెలిసిందే. మాగంటి గోపినాథ్ మరణంతో ఆ స్థానం ఖాళీ అయినట్టు అసెంబ్లీ కార్యదర్శి గెజిట్ ద్వారా నోటిఫై చేశారు. ఆ గెజిట్‌ను కేంద్ర ఎన్నికల సంఘానికి పంపించినట్టుగా కూడా రాష్ట్ర ఎన్నికల సంఘం తెలిపింది. అయితే ఉపఎన్నిక ఎప్పుడు నిర్వహించాలనేది కేంద్ర ఎన్నికల సంఘం నిర్ణయిస్తుందని తెలిపారు. ఎన్నికల సంఘం నిబంధనల ఎక్కడైనా ఉప ఎన్నిక నిర్వహించేందుకు ఆరు నెలల సమయం ఉంటుందని అన్నారు. ఈ లెక్కన ఈ ఏడాది డిసెంబర్ వరకు జూబ్లీహిల్స్ ఉప ఎన్నిక పూర్తి చేయాల్సి ఉంది. అయితే బీహార్ శాసనసభ ఎన్నికల సమయంలోనే జూబ్లీహిల్స్ అసెంబ్లీ స్థానానికి ఉప ఎన్నిక నిర్వహించే అవకాశం ఉందనే వార్తలు వస్తున్నాయి.

ఈ క్రమంలోనే జూబ్లీహిల్స్ ఉప ఎన్నికపై ఇప్పటికే పలు పార్టీలు, పలువురు నేతలు గురిపెట్టారు. అయితే తమకు సిట్టింగ్ స్థానంగా ఉన్న జూబ్లీహిల్స్ నుంచి బీఆర్ఎస్ ఎవరిని బరిలో నిలుపుతుందనే ఉత్కంఠ కొనసాగుతుంది. జూబ్లీహిల్స్ నుంచి మాగంటి గోపినాథ్ వరుసగా మూడుసార్లు ఎమ్మెల్యేగా విజయం సాధించారు. తొలిసారి 2014లో టీడీపీ తరపున పోటీ చేసి విజయం సాధించగా రెండేళ్ల తర్వాత బీఆర్ఎస్ గూటికి చేరారు. ఆ తర్వాత 2018, 2023 ఎన్నికల్లో బీఆర్ఎస్ పార్టీ నుంచి బరిలో నిలిచి గెలుపొందారు. దీంతో బీఆర్ఎస్ పార్టీకి జూబ్లీహిల్స్ బలమైన స్థానంగా ఉంది. ప్రస్తుతం తెలంగాణలో ప్రధాన ప్రతిపక్షంగా ఉన్న బీఆర్ఎస్‌కు జూబ్లీహిల్స్ సిట్టింగ్ స్థానాన్ని నిలుపుకోవడం రాజకీయంగా చాలా కీలకం అనే చెప్పాలి.ఎందుకంటే 2023 ఎన్నికల్లో సికింద్రాబాద్ కంటోన్మెంట్ నుంచి బీఆర్ఎస్ అభ్యర్థిగా పోటీచేసి విజయం సాధించిన లాస్య నందిత కొన్ని నెలలకే మరణించడంతో అక్కడ ఉప ఎన్నిక అనివార్యమైంది. అయితే ఆ ఉప ఎన్నికలో కాంగ్రెస్ అభ్యర్థి గణేష్ విజయం సాధించారు. గత అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో అధికారం కోల్పోయినప్పటికీ గ్రేటర్‌లో సత్తా చాటిన బీఆర్ఎస్‌కు ఇబ్బందికర పరిస్థితిగా మారింది. ఈ క్రమంలోనే గ్రేటర్ హైదరాబాద్‌లో తమ పార్టీకి పట్టుందని నిరూపించుకునేందుకు జూబ్లీహిల్స్ సిట్టింగ్ స్థానాన్ని నిలుపుకోవడం బీఆర్ఎస్‌కు అవశ్యం.అయితే జూబ్లీహిల్స్ ఉప ఎన్నిక బరిలో గులాబీ పార్టీ ఎవరిని బరిలో నిలుపుతుందనేది చర్చనీయాంశంగా మారింది. బీఆర్ఎస్ అధిష్టానం కూడా జూబ్లీహిల్స్ స్థానం నిలుపుకునేందుకు పక్కా ప్రణాళికతో ముందుకు వెళ్లాలని భావిస్తోంది. అయితే ఈ క్రమంలోనే జూబ్లీహిల్స్ ఉప ఎన్నికకు సంబంధించి బీఆర్ఎస్ అభ్యర్థి విషయంలో ముగ్గురి పేర్లుప్రచారంలో ఉన్నాయి. ఆ పేర్లలో దివంగత ఎమ్మెల్యే మాగంటి గోపీనాథ్ సతీమణి సునీత, జూబ్లీహిల్స్ మాజీ ఎమ్మెల్యే విష్ణువర్ధన్ రెడ్డి (పీజేఆర్ కొడుకు), రావుల శ్రీధర్ రెడ్డి ఉన్నారు. వీరిలో టికెట్ ఎవరికి కేటాయిస్తే బీఆర్ఎస్ విజయం దక్కుతుంది?, వీరు కాకుండా ఇతర నేతలకు ఎవరికైనా అవకాశం కల్పిస్తుందా? అని చర్చ సాగుతుంది.

మరోవైపు బీఆర్ఎస్ అధిష్టానం నియోజకవర్గంలో అంతర్గత సర్వేలు చేయిస్తున్నట్టుగా తెలుస్తోంది. ఆ నివేదికల ఆధారంగా అభ్యర్థి ఎవరనే దానిపై బీఆర్ఎస్ అధినేత కేసీఆర్ నిర్ణయం తీసుకునే అవకాశం ఉంది. అయితే సానుభూతి కోణం, నియోజకవర్గంలోని సామాజిక సమీకరణాల ఆధారంగా మాగంటి గోపీనాథ్ సతీమణి సునీత టికెట్ కేటాయిస్తే అది ఎంతమేరకు ఆశించిన ఫలితాలను ఇస్తుందనే చర్చ సాగుతుంది. ఎందుకంటే సికింద్రాబాద్ కంటోన్మెంట్‌లో లాస్య నందిత మృతితో ఉప ఎన్నిక రాగా ఆమె సోదరి నివేదితకు బీఆర్ఎస్ టికెట్ ఇవ్వగా,

2లో..

వెంటనే ఉద్రిక్తతలు తగ్గించండి

- ఇరాన్ అధ్యక్షుడితో ప్రధాని మోదీ

- చర్చలు, దౌత్యానికి అవకాశం ఇవ్వాలని సూచన

న్యూఢిల్లీ (ప్రశ్న న్యూస్) ఇరాన్-ఇజ్రాయెల్ మధ్య యుద్ధంతో పశ్చిమాసియాలో తీవ్ర ఉద్రిక్తతలు నెలకొన్నాయి. ఇరాన్ అణు స్థావరాలపై ఓ వైపు ఇజ్రాయెల్, మరోవైపు అమెరికా భీకర దాడులు చేస్తున్నాయి. ఇరాన్ కూడా ప్రతిఘటించేందుకు సిద్ధమవుతోంది. ఈ నేపథ్యంలో ఇరాన్ అధ్యక్షుడు మసౌద్ పెజెష్కియన్‌తో భారత ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ ఫోన్లో మాట్లాడారు. వెంటనే ఉద్రిక్తతలను తగ్గించాలని కోరారు.

2లో..

హార్మూజ్ జలసంధి మూసివేతకు

ఇరాన్ పార్లమెంటు ఆమోదం

- చమురు ధర భారీగా పెరిగే చాన్స్

- ఇరాన్ అణుకేంద్రాలపై అమెరికా వైమానిక దాడులు
- హార్మూజ్ జలసంధి మూసివేతకు ఇరాన్ పార్లమెంట్ ఓటు
- తుది నిర్ణయం తీసుకోనున్న సుప్రీం నేషనల్ సెక్యూరిటీ కౌన్సిల్, ఖమేనీ
- "ఆపరేషన్ మిడ్‌నైట్ హ్యామర్" తో అణు స్థావరాలు ధ్వంసం అన్న ట్రంప్
- జలసంధి మూతపడితే చమురు ధరలు ఆకాశానికి

టెహ్రాన్ (ప్రశ్న న్యూస్) ఇరాన్ అణు కేంద్రాలపై అమెరికా జరిపిన దాడులకు ప్రతీకారంగా, ప్రపంచంలోని అత్యంత కీలకమైన చమురు రవాణా మార్గాలలో ఒకటైన హార్మూజ్ జలసంధిని మూసివేయాలన్న ప్రతిపాదనకు

2లో..

మోదీ 11 ఏళ్ల పాలన

దేశానికి స్వర్ణయుగం

- బీజేపీ సంకల్ప సభలో పాల్గొన్న కిషన్ రెడ్డి

- యూపీఏ హయాంలో అవినీతి, కుంభకోణాలే

- మోదీ హయాంలో సర్జికల్ స్ట్రైక్స్, ఆపరేషన్ సిందూర్

హైదరాబాద్ (ప్రశ్న న్యూస్) దేశవ్యాప్తంగా 11 ఏండ్లలో ప్రధాని మోదీ నాయకత్వంలో జరిగిన అభివృద్ధి కనిపిస్తున్నది. మరో 11 ఏండ్లు పరిపాలించేందుకు ప్రజల మద్దతుతో భారతీయ జనతా పార్టీ ముందుకు వెళ్తోందన్నారు కేంద్ర మంత్రి కిషన్ రెడ్డి. నాడు యూపీఏ హయాంలో, కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వ పాలనలో పాకిస్తాన్ ఎన్ని ఉగ్రదాడులు చేసిన భారత్ భరించాల్సి వచ్చేది. కానీ తిరిగి సమాధానం చెప్పే పరిస్థితి లేదని కిషన్ రెడ్డి సంచలన వ్యాఖ్యలు చేశారు. గతంలో ఉగ్రదాడులు జరిగితే క్యాండిల్స్వెలిగించేవాళ్లం. లాబీలు పెట్టే వాళ్లం. ఇప్పుడు పాక్ నుంచి ఒక్క డ్రోన్ వచ్చినా భారత్ నుంచి హైదరాబాద్‌లో తయారైన బ్రహ్మోస్క్షిపణి దూసుకొస్తదని హెచ్చరించారు. సికింద్రాబాద్ ఇంపీరియల్ గార్డెన్స్ లో బీజేపీ సంకల్ప సభలో పాల్గొన్న

2లో..

కేసీఆర్, కేటీఆర్ కనుసన్నల్లోనే

ఫోన్ ట్యాపింగ్ జరిగింది

- టీపీసీసీ చీఫ్ మహేశ్ కుమార్ గౌడ్

హైదరాబాద్ (ప్రశ్న న్యూస్) ఫోన్ ట్యాపింగ్ వ్యవహారంపై టీపీసీసీ చీఫ్, ఎమ్మెల్సీ మహేశ్ కుమార్ గౌడ్ సంచలన ఆరోపణలు చేశారు. గత బీఆర్ఎస్ ప్రభుత్వ హయాంలో జరిగిన ఈ అక్రమాలకు మాజీ ముఖ్యమంత్రి కేసీఆర్, మాజీ మంత్రి కేటీఆర్ లదే పూర్తి బాధ్యత అని, వారి ప్రమేయం, కనుసన్నలతోనే ఈ మొత్తం వ్యవహారం నడిచిందని ఆయన తీవ్రంగా ఆరోపించారు. ఈ కుంభకోణంలో పాలుపంచుకున్న ప్రతి ఒక్కరూ చట్టపరమైన చర్యలు ఎదుర్కోవాల్సిందేనని, దోషులు ఎంతటి వారైనా జైలుకు వెళ్లడం

2లో..

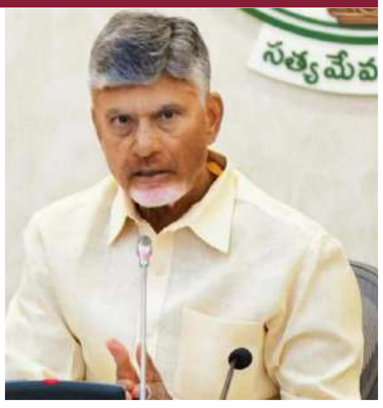
మరో ముంబైగా విశాఖపట్నం

- కలిసొచ్చే అంశాలు ఇవే

అమరావతి (ప్రశ్న న్యూస్) 'విశాఖ ఉక్కు రాష్ట్ర ప్రజలందరి సెంటిమెంట్ అని దానిని కూటమి ప్రభుత్వం కాపాడిందని సీఎం చంద్రబాబు నాయుడు అన్నారు. అలాగే విశాఖ రైల్వే జోన్ నిర్మాణ పనులు జరుగుతున్నాయని పోలవరం పనులు కూడా శరవేగంగా సాగుతున్నాయని సీఎం చెప్పుకొచ్చారు. రాష్ట్రంలో అన్ని ప్రాంతాలకు సమానంగా ఉండేలా అభివృద్ధిని వికేంద్రీకరిస్తున్నామని స్పష్టం చేశారు. విశాఖకు పెద్ద ఎత్తున పరిశ్రమలు రానున్నాయి. గూగుల్, కాగ్నిజెంట్, టీసీఎస్ సంస్థలు కూడా వస్తున్నాయి. రాయలసీమలో కూడా పరిశ్రమలు ఏర్పాటు చేస్తున్నాం అని సీఎం చంద్రబాబు నాయుడు తెలిపారు. మారుమూల ప్రాంతాల్లో పెట్టుబడులు పెట్టేవారికి అదనంగా ప్రోత్సహకాలు కూడా ఇస్తామని ప్రకటించాం అని సీఎం చంద్రబాబు నాయుడు గుర్తు చేశారు.

- విశాఖపట్నానికి చాలా భవిష్యత్ ఉంది

'విశాఖపట్నానికి చాలా భవిష్యత్ ఉంది. ఉమ్మడి శ్రీకాకుళం, విజయనగరం, విశాఖ, తూర్పు గోదావరి జిల్లాలతో కలిపి ఎకనమిక్ కారిడార్‌గా ఏర్పాటు చేస్తాం'అని సీఎం చంద్రబాబు నాయుడు తీవ్ర స్థాయిలో విరుచుకుపడ్డారు. 'విశాఖ నగరం మరో ముంబైలాగా తయారు అవుతుంది. తిరుపతి కేంద్రంగా రాయలసీమను, అమరావతి కేంద్రంగా అక్కడి జిల్లాలను అభివృద్ధి చేస్తాం. ఏడాదిలో 25 కేబినెట్ సమావేశాలు పెట్టాం. 7 ఎస్ఐపీబీ సమావేశాలు నిర్వహించాం. ఇక



ప్రతి 15 రోజులకు ఒకసారి కేబినెట్, ఎస్ఐపీబీ సమావేశాలు ఉంటాయి'అని సీఎం చంద్రబాబు నాయుడు వెల్లడించారు. 'రూ.10 లక్షల కోట్ల పెట్టుబడులకు ఒప్పందాలు చేసుకున్నాం. దీని

2లో..

ఆర్ కృష్ణయ్యతో ఎమ్మెల్సీ కవిత భేటీ

- కవిత రైల్ రోకోకు ఆర్ కృష్ణయ్య సంపూర్ణ మద్దతు

హైదరాబాద్ (ప్రశ్న న్యూస్) తెలంగాణ జాగృతి అధ్యక్షురాలు, బీఆర్ఎస్ ఎమ్మెల్సీ కవిత చేస్తున్న బీసీ ఉద్యమానికి ఎంపీ ఆర్ కృష్ణయ్య సంపూర్ణ మద్దతు ప్రకటించారు. తెలంగాణ జాగృతి, యునైటెడ్ పూలే ఫ్రంట్ సంయుక్తంగా జూలై 17న తలపెట్టిన రైల్ రోకో కార్యక్రమంతో సహా ప్రతీ కార్యక్రమానికి తాము అండగా ఉంటామని జాతీయ బీసీ సంక్షేమ సంఘం అధ్యక్షుడు ఆర్ కృష్ణయ్య తెలిపారు. బీసీలంతా ఎమ్మెల్సీ కవిత ఉద్యమంలో భాగస్వాములు కావాలని కృష్ణయ్య పిలుపునిచ్చారు. విద్యానగర్ లోని ఆర్ కృష్ణయ్య నివాసంలో ఆదివారం ఆయనతో ఎమ్మెల్సీ కవిత భేటీ అయ్యారు. స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల్లో బీసీలకు 42 శాతం కల్పించడానికి అసెంబ్లీ పాస్ చేసిన బిల్లును ఆమోదించడం కోసం కేంద్ర ప్రభుత్వం ఒత్తిడి పెంచడానికి చేపతుతున్న రైల్ రోకోకు మద్దతివ్వాలని

2లో..

6 డిమాండ్లతో

హరీష్ లేఖ

- పెండింగ్ బిల్లులను విడుదల చేయాలనీ డిమాండ్

హైదరాబాద్ (ప్రశ్న న్యూస్) పంచాయితీ రాజ్, గ్రామీణాభివృద్ధి శాఖల మంత్రి సీతక్కకు బీఆర్ఎస్ ఎంఎల్ఏ తన్నీరు హరీష్ రావు ఆరు డిమాండ్లతో లేఖ రాశారు. లేఖలో చేసిన డిమాండ్లను మంత్రి వెంటనే నెరవేర్చాలని హరీష్ డిమాండ్ చేశారు. రాష్ట్రంలో గ్రామాల స్థితి, పంచాయితీ కార్యదర్శుల పరిస్థితి దయనీయంగా మారిందని తన లేఖలో ప్రస్తావించారు. తమ హయాంలో గ్రామపంచాయితీలకు ఇచ్చిన

2లో..

జగన్ కారు కింద పడే వృద్ధుడి మృతి

- వెలుగులోకి సంచలన వీడియో

- డ్రైవర్‌ను అదుపులోకి తీసుకున్న పోలీసులు

- ఏ2గా జగన్‌పై కేసు నమోదు

అమరావతి (ప్రశ్న న్యూస్) ఏపీలో వైసీపీ అధినేత వైఎస్ జగన్ తాజాగా పల్నాడు జిల్లా సత్తెనపల్లిలోని రెంటపాళ్లలో విగ్రహావిష్కరణకు వచ్చిన సమయంలో చోటు చేసుకున్న ప్రమాదంలో సింగయ్య అనే వృద్ధుడు చనిపోయాడు. జగన్ కాన్వాయ్ వెళ్తున్న సమయంలో అందులో అనుమతి లేని ఓ వైసీపీ నేత కారు ఢీకొనడం వల్లే ఈ ఘటన చోటు చేసుకుందని ముందుగా పోలీసులు వెల్లడించారు. అయితే అది నిజం కాదని తాజాగా జరిగిన విచారణలో తేల్చారు. ఇందుకు సంబంధించిన ఓ వీడియో సోషల్ మీడియాలో వైరల్ అవుతోంది. జగన్ రెంటపాళ్ల పర్యటనకు వచ్చిన సమయంలో భారీగా వైసీపీ కార్యకర్తలు, అభిమానులు ఆయన్ను చూసేందుకు ఎగబడ్డారు. ఈ సమయంలో జగన్ మధ్యలో కారు ఆపి

2లో..

మన సంప్రదాయం బలమైనది, ధర్మం లోతుగా ఉండబోతుంది

- మురుగ భక్తర్గళ్ మానాడులో పవన్ కళ్యాణ్

2లో..

14 బంకర్ బస్టర్లతో

'మిడ్ నైట్ హ్యామర్'

- ఇరాన్ పై దాడుల పట్ల స్పందించిన అమెరికా రక్షణ శాఖ

న్యూయార్క్ ఇరాన్ అణు కార్యక్రమానికి గట్టి దెబ్బ తగిలేలా అమెరికా భారీ వైమానిక దాడులకు దిగింది. గత కొన్ని దశాబ్దాలలో ఇదే అతిపెద్ద వైమానిక చర్య అని భావిస్తున్నారు. ఇరాన్‌లోని ఫోర్డో, నతాంజ్, ఇస్ఫహాన్‌లలో ఉన్న కీలక అణు కేంద్రాలను లక్ష్యంగా చేసుకుని ఈ దాడులు జరిపినట్లు అమెరికా రక్షణ కార్యదర్శి పీట్ హెగ్సెత్ ధృవీకరించారు. అమెరికా అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్ ప్రత్యక్ష ఆదేశాలతో 'ఆపరేషన్ మిడ్‌నైట్ హ్యామర్' పేరుతో చేపట్టిన ఈ చర్య "అద్భుతమైన,

2లో..

సిట్టింగ్ స్థానం నిలుపుకోవడంపై బీఆర్ఎస్ దృష్టి

ఆమె ఓడిపోయారు. దీంతో సానుభూతి అంశం ఏ మేరకు పనిచేస్తుంది? అనేది గులాబీ అధిష్టానం లెక్కలు వేసుకునే అవకాశం ఉంది. ఇక, మాజీ ఎమ్మెల్యే, పీజేఆర్ తనయుడు విష్ణువర్ధన్ రెడ్డి కూడా జూబ్లీహిల్స్ టికెట్ ఆశిస్తున్నట్టుగా తెలుస్తోంది. 2009లో జూబ్లీహిల్స్ స్థానం నుంచి విజయం సాధించిన విష్ణు వర్ధన్ రెడ్డి గత అసెంబ్లీ ఎన్నికలకు ముందు కాంగ్రెస్ నుంచి బీఆర్ఎస్‌లో చేరారు. అయితే నియోజకవర్గంలో పేదలు, మైనార్టీలలో పీజేఆర్‌కు మంచి పేరు ఉండటంతో జూబ్లీహిల్స్ ఉప ఎన్నికకు బీఆర్ఎస్ అభ్యర్థిగా విష్ణు వర్ధన్ రెడ్డి పేరు కూడా ప్రచారంలో ఉంది.గత ప్రభుత్వ హయాంలో రాష్ట్ర విద్యా, మౌలిక సదుపాయాల అభివృద్ధి సంస్థ చైర్మన్‌గా పనిచేసిన రావుల శ్రీధర్ రెడ్డి పేరు కూడా తెరమీదకు వచ్చింది. ఆయన 2018 ఎన్నికల్లో జూబ్లీహిల్స్ నుంచి బీజేపీ అభ్యర్థిగా పోటీ చేసి ఓటమి చెందారు. ఆ తర్వాత బీఆర్ఎస్ గూటికి చేరి విద్యా, మౌలిక సదుపాయాల అభివృద్ధి సంస్థ చైర్మన్‌గా పనిచేశారు. ఆయన కూడా జూబ్లీహిల్స్ ఉప ఎన్నికలో టికెట్ ఆశించే అవకాశం ఉందని తెలుస్తోంది.

హార్ముజ్ జలసంధి మూసివేతకు

ఇరాన్ పార్లమెంటు ఆమోదం

చర్చలు, దౌత్య మార్గంలో సమస్యను పరిష్కరించుకోవాలని పిలుపునిచ్చారు. "ఇరాన్ అధ్యక్షుడు మసౌద్ పెజెష్కియన్‌తో మాట్లాడాను. పశ్చిమాసిలో నెలకొన్ని ప్రస్తుత ఉద్రిక్త పరిస్థితుల గురించిమేము వివరంగా చర్చించాము. ఇటీవల జరుగుతున్న దాడులపై ఆందోళన వ్యక్తం చేశాను. ప్రాంతీయ శాంతి, భద్రత, స్థిరత్వాన్ని త్వరగా పునరుద్ధరించడానికి తక్షణం ఉద్రిక్తతలను తగ్గించడం, చర్చలు, దౌత్యానికి అవకాశం ఇవ్వాలన్ని పిలుపునిచ్చాను." అని ప్రధాని మోదీ ఎక్స్‌లో పోస్టు చేశారు.

థ్యాంక్యూ మోదీ..

ఇరాన్ అణు కేంద్రాలపై అమెరికా దాడి తర్వాత ఇరాన్ అధ్యక్షుడు పెజెష్కియాన్ నుంచి భారత ప్రధాని మోదీకి కాల్ వచ్చింది. ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ, ఇరాన్ అధ్యక్షుడి మధ్య 45 నిమిషాల పాటు సంభాషణ జరిగింది. పశ్చిమాసియాలో మారుతున్న పరిస్థితులపై ఇరాన్ అధ్యక్షుడు ప్రధాని మోదీకి వివరంగా తెలిపారు. అనంతరం ప్రాంతీయ శాంతి, భద్రత, స్థిరత్వాన్ని ప్రోత్సహించడంలో భారత్ ఫ్రెండ్, భాగస్వామిగా పెజెష్కియాన్ అభివర్ణించయారు. ఉద్రిక్తతలను తగ్గించడం, చర్చలు, దౌత్యం కోసం భారత్ పిలుపునిచ్చినందుకు ఆయన ప్రధాన మంత్రి మోదీకి కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.ఇరాన్, ఇజ్రాయెల్ మధ్య యుద్ధంలోకి అమెరికా వచ్చింది. ఇరాన్‌లోని కీలకమైన మూడు అణు కేంద్రాలపై భీకర దాడులు చేసింది. ఈ దాడులో ఆ అణు కేంద్రాలు తీవ్రంగా ధ్వంసమయ్యాయి. అంతకుముందు, ఇజ్రాయెల్‌తో యుద్ధంలో అమెరికా కలగజేసుకోవద్దని గట్టి వార్నింగ్ ఇచ్చింది ఇరాన్. ఒకవేళ అమెరికా తమ మధ్యలోకి వస్తే కోలుకోలేని డేమేజ్ చేస్తామని హెచ్చరించింది. అంతేకాకుండా అమెరికా చేసిన దాడులు పశ్చిమాసియాలో పూర్తి స్థాయికి తెరలేపుతాయని ఇరాన్ విదేశాంగ శాఖ హెచ్చరికలు జారీ చేసింది. ఈ వార్నింగ్‌లను పట్టించుకోని అమెరికా మధ్యలో వచ్చి దాడులు చేసింది. ఈ దాడుల్లో సైనికులు, ప్రజలు కలిపి దాదాపు 865మంది చనిపోయారు.అయితే, అమెరికా దాడులపై ఇరాన్ తీవ్రంగా స్పందించింది. ఇజ్రాయెల్‌లోని పలు ప్రాంతాలను లక్ష్యంగా చేసుకుని ఇరాన్ మిసైళ్లతో విరుచుకుపడింది. అణుకేంద్రాలపై అమెరికా దాడులు చేసిన కొన్ని గంటల వ్యవధిలోనే ఈ దాడులు చేపట్టింది. అయితే తమపై దాడులు జరిగినట్లు ఇజ్రాయెల్ డిఫెన్స్ ఫోర్సెస్- ఐడీఎఫ్ ధ్రువీకరించింది. ఇరాన్ ప్రయోగించిన మిసైళ్లు తమ దేశంపైకి దూసుకొస్తున్నాయని వాటిని అడ్డుకునేందుకు ప్రయత్నిస్తున్నట్లు తెలిపింది. ఇరాన్ చేపట్టిన దాడులతో టెల్ అవీవ్, జెరూసలెం పాటు పలు ప్రాంతాల్లో భారీగా పేలుళ్లు సంభవించాయి. ఈ క్రమంలో ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని ఇజ్రాయెల్ హెచ్చరిక ఇచ్చింది.

హార్ముజ్ జలసంధి మూసివేతకు

ఇరాన్ పార్లమెంటు ఆమోదం

ఇరాన్ పార్లమెంట్ ఆమోదం తెలిపింది. ఈ మేరకు ఆదివారం జరిగిన ఓటింగ్‌లో పార్లమెంట్ సభ్యులు ఈ నిర్ణయానికి మద్దతు పలికినట్లు అంతర్జాతీయ మీడియా కథనాలు వెల్లడించాయి. అయితే, ఈ విషయంలో తుది నిర్ణయం దేశ అత్యున్నత జాతీయ భద్రతా మండలి (సుప్రీం నేషనల్ సెక్యూరిటీ కౌన్సిల్) మరియు దేశ అత్యున్నత నాయకుడు అయతొల్లా అలీ ఖమేనీలదేనని స్పష్టమవుతోంది. పార్లమెంట్ ఓటింగ్ కేవలం ఒక సిఫారసు మాత్రమే."హార్ముజ్ జలసంధిని మూసివేయాలనే నిర్ధారణకు పార్లమెంట్ వచ్చింది. అయితే, దీనికి సంబంధించిన తుది నిర్ణయం సుప్రీం నేషనల్ సెక్యూరిటీ కౌన్సిల్ చేతిలో ఉంది" అని పార్లమెంట్ జాతీయ భద్రతా కమిషన్ సభ్యుడు, రెవల్యూషనరీ గార్డ్స్ కమాండర్ ఇస్మాయిల్ కౌసరి ఆదివారం ప్రకటించినట్లు అల్ అరేబియా, జెరూసలేం పోస్ట్ పత్రికలు తెలిపాయి.పార్లమెంట్ ఆమోదంతో, హార్ముజ్ జలసంధి మూసివేతకు సంబంధించిన తుది చర్యను అయతొల్లా ఖమేనీ ఆమోదించాల్సి ఉంటుంది. ఇది ఆదివారం నాడే జరిగే అవకాశం కూడా ఉంది. హార్ముజ్ జలసంధి అనేది పర్షియన్ గల్ఫ్‌ను గల్ఫ్ ఆఫ్ ఒమన్ మరియు అరేబియా సముద్రంతో కలిపే ఒక ఇరుకైన జలమార్గం. దీని ఇరుకైన ప్రదేశంలో వెడల్పు సుమారు 21 మైళ్లు కాగా, ఇరువైపులా రెండు మైళ్ల వెడల్పుతో రెండు నౌకా రవాణా మార్గాలున్నాయి. ప్రపంచ చమురు వాణిజ్యంలో దాదాపు 20 శాతం ఈ జలసంధి గుండానే సాగుతుంది. ఒకవేళ ఇరాన్ ఈ జలసంధిని మూసివేస్తే, తక్షణమే ముడి చమురు ధరలు 30 నుంచి 50 శాతం పెరిగే అవకాశం ఉందని, అదేవిధంగా గ్యాసోలిన్ ధరలు గ్యాలన్‌కు 5 డాలర్ల వరకు పెరగవచ్చని కొందరు నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు.

హార్ముజ్ జలసంధిని మూసివేయడమంటే, నౌకల రాకపోకలను అసాధ్యంగా మార్చడమే. ఇరాన్ నౌకాదళం జలాల్లో మైన్‌లను అమర్చడం ద్వారా లేదా ట్యాంకర్లపై క్షిపణులతో దాడులు చేయడం ద్వారా ఈ మార్గాన్ని అడ్డగించవచ్చు. 1980లలో ఇరాన్-ఇరాక్ యుద్ధ సమయంలో, ఇరాన్ చమురు ట్యాంకర్లు మరియు చమురు లోడింగ్ కేంద్రాలను లక్ష్యంగా చేసుకుంది. ఆ చర్యలు జలసంధిని పూర్తిగా అడ్డుకోనప్పటికీ, నౌకా రవాణా బీమా ప్రీమియంలు విపరీతంగా పెరగడానికి, సముద్ర ట్రాఫిక్ ఆలస్యం కావడానికి కారణమయ్యాయి. ఇరాన్ చాలాకాలంగా హార్ముజ్ జలసంధిని మూసివేయగలమని, దీనిని ఉద్రిక్తతలు పెంచడానికి చివరి అస్త్రంగా పరిగణిస్తోందని చెబుతూ వస్తోంది.

మోదీ 11 ఏళ్ల పాలన దేశానికి స్వర్ణయుగం

కిషన్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ ప్రధాని మోదీ నేతృత్వంలో మొట్టమొదటి కాంగ్రెస్సేతర ప్రభుత్వం 11 ఏళ్లు పూర్తి చేసుకుంది. యూపీఏ హయాంలో పేపర్, టీవీల్లో ప్రతిరోజూ కుంభకోణాలే కనిపించేవి. ఎటు చూసినా అవినీతి వార్తలే. దేశంలో అవినీతి ప్రభుత్వం, కీలు బొమ్మ ప్రభుత్వం ఉండకూడదని 2014లో దేశ ప్రజలు మోదీ నేతృత్వంలోని బీజేపీని గెలిపించారు. గత 11 ఏళ్ల పాలనలో ఎక్కడా అవినీతి వార్తలు లేవు. ప్రధాని మోదీ పారదర్శక పాలనను అది అద్దం పడుతోంది. మోదీ ప్రభుత్వం ఒక్క రూపాయి సైతం దుర్వినియోగం చేయలేదు. ఆనాడు మన్మోహన్ సింగ్ నేతృత్వంలో ఒక రిమోట్ కంట్రోల్ ప్రభుత్వం ఉండేది. నేడు ప్రధాని మోదీ నేతృత్వంలో గ్రామాల్లో స్వచ్ఛభారత్ టాయిలెట్ నుంచి చంద్రమండలంలో త్రివర్ణ పతాకం ఎగురవేసే వరకు ప్రతి రంగంలో ప్రగతి సాధించాం. గతంలో పాకిస్తాన్ ఆడిందే ఆటగా పాడిందే పాటగా భారత్‌లో అన్ని నగరాల్లో ఐఎస్ఐ ఏజెంట్లను పెట్టుకునేది. హైదరాబాద్నగరంలో సహా, పోలీస్ అధికారులపై తీవ్రవాదులు దాడులు చేశారు. దిల్‌సుఖ్ నగర్, గోకుల్చాట్సహా నగరంలో 3 చోట్ల ఉగ్రదాడులు జరిగాయి. పాక్ ఉగ్రదాడులు చేస్తే భరించడం తప్పా, పాకిస్తాన్ ఉగ్రవాదులను ఏమీ చేయలేని దుస్థితిలో నాటి కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ఉండేది.ప్రధాని మోదీ నాయకత్వంలో ఉగ్రవాదుపై ప్రతీకారంగా సర్జికల్ స్ట్రైక్స్, ఎయిర్ స్ట్రైక్స్ చేశాం. ఆపరేషన్ సింధూర్ లాంటి సాహసోపేత నిర్ణయాలు తీసుకుంది బీజేపీ ప్రభుత్వం. ప్రపంచ దేశాలు నివ్వెర పోయేలా మన సైనికులు ఆపరేషన్సిందూర్ ను సక్సెస్చేశారు. హైదరాబాద్ నుంచి ఎక్కడికెళ్లినా ప్రపంచస్థాయి రోడ్లు ఉన్నాయి. తెలంగాణలో కొత్తగా 33 జిల్లాలైతే చాలా తక్కువ సమయంలో 32 జిల్లాల్లో రోడ్లను జాతీయ రోడ్లకు అనుసంధానం చేశాం. గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో రోడ్లకు నిధులు, మహిళా సంఘాలకు లోన్లు జీపీలకు నిధులు, భారత దేశంలో నేషనల్ హైవేల నిర్మాణం జరిగింది.తెలంగాణలో 1.50 లక్షల కోట్ల రూపాయలతో జాతీయ రహదారుల నిర్మాణం జరుగుతోంది.

40 రైల్వే స్టేషన్లు ఏకకాలంలో ఆధునీకరిస్తున్నాం. కాంగ్రెస్పాలనలో ఒక్క రైల్వే స్టేషన్ ను కూడా డెవలప్ చేయలేదు. దేశవ్యాప్తంగా 1300 రైల్వే స్టేషన్లను అత్యద్భుతంగా నిర్మిస్తున్నాం. విదేశీ ఎగుమతులు, ఐటీ, డిఫెన్స్ ఎగుమతుల్లో ప్రపంచ దేశాలతో భారత్పోటీ పడుతోంది. భారత్బలమైన ఆర్థిక శక్తిగా ఎదుగుతోంది. ప్రపంచ దేశాలు ఏ సమావేశం నిర్వహించినా భారత ప్రధాని మోదీని తొలి వరుసలో చూసే స్థాయికి భారత్ ఎదిగింది. కరోనా సమయంలో 80 కోట్ల ప్రజలకు ఈరోజు వరకు కూడా ఉచిత రేషన్ ఇస్తున్నాం. 140 కోట్ల మంది ప్రజలకు కరోనా వ్యాక్సిన్ఇచ్చాం . త్యాగాలు చేసి తెచ్చుకున్న తెలంగాణ ఒక కుటుంబం బారినపడి బలైంది. ధనికరాష్ట్రం లక్షల కోట్ల అప్పులపాలైంది. దాంతో కేసీఆర్ ను వద్దనుకొని ఆరు గ్యారంటీలను నమ్మి ప్రజలు కాంగ్రెస్‌కు ఓటు వేస్తే.. గడిచిన ఏడాదిన్నరలో ప్రజల నమ్మకాన్ని వమ్ము చేసింది. మహిళలు, రైతులు, నిరుద్యోగ యువత, దళితులు ఇలా అందర్నీ మోసం చేసింది రేవంత్ రెడ్డి ప్రభుత్వం. తెలంగాణకు మేలు జరగాలంటే అమరుల త్యాగాలు ఫలించాలంటే ప్రధాని మోదీ నేతృత్వంలో బీజేపీతోనే సాధ్యం. ఎప్పుడు ఎన్నికలు వచ్చినా తెలంగాణలో బీజేపీ జెండా ఎగరడం ఖాయం' అని కిషన్ రెడ్డి అన్నారు.

ఆర్ కృష్ణయ్యతో ఎమ్మెల్సీ కవిత భేటీ

కవిత కోరారు. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్సీ కవిత మీడియాతో మాట్లాడుతూ ఆర్ కృష్ణయ్య అనేక ప్రజాస్వామిక, సామాజిక ఉద్యమాలను నడిపించారని కొనియాడారు. కాంగ్రెస్ పార్టీ ఇచ్చిన కామారెడ్డి బీసీ డిక్లరేషన్ అమలు కోసం 2 సంవత్సరాలుగా పెద్ద ఎత్తున పోరాటం చేస్తున్నట్లు తెలిపారు. ముఖ్యంగా బీసీలకు స్థానిక సంస్థల్లో 42 శాతం రిజర్వేషన్ల కోసం పోరాటం చేసిన దానికి ఫలితంగా 2 బిల్లులను అసెంబ్లీ ఆమోదించిందని ఆమె గుర్తు చేశారు. రాజ్యాంగంలోని 243(డీ) ప్రకారం ఒక జీవో ఇచ్చి 42 శాతం రిజర్వేషన్లు కల్పించే అవకాశం ఉన్నప్పటికీ తెలంగాణ ప్రభుత్వం ఆ పని చేయడం లేదు. పైగా ఆ నెపాన్ని మొత్తం రాష్ట్రపతి, కేంద్ర ప్రభుత్వంపై తోసేసి రిజర్వేషన్లు ఇవ్వకుండా ఎన్నికల్లోకి వెళ్లే ప్లాన్ చేయడం దారుణం. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం బీసీల పట్ల ప్రేమను మాటల్లో వరకే పరిమితం చేసింది. అవసరమైన చర్యలను చేతల్లో చూపించడం లేదు. తెలంగాణ కేబినెట్ సమావేశంలో స్థానిక సంస్థల ఎన్నికలపై నిర్ణయం తీసుకునే అవకాశం ఉందని లీకులు ఇస్తున్నారు. కనుక ప్రజా వ్యతిరేక విధానాన్ని కలిసికట్టుగా ఎదుర్కోవాల్సిన అవసరం ఉంది. కేంద్ర రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలపై ఒత్తిడి పెంచాలంటే ప్రజా ఉద్యమాలే మార్గంగా కనిపిస్తున్నాయి. అందుకే రైల్ రోకో చేపడుతున్నాం. ఔర్ ఏక్ ధక్కా.. బీసీ బిల్లు పక్కా..' అని బీఆర్ఎస్ ఎమ్మెల్సీ కవిత స్పష్టం చేశారు. బీసీ ఉద్యమ నేత, ఎంపీ ఆర్ కృష్ణయ్య మాట్లాడుతూ ఎమ్మెల్సీ కవిత బీసీలకు అండగా నిలచి ఉద్యమం చేస్తున్నారు. కనుక బీసీలంతా కవిత చేపట్టనున్న ఉద్యమంలో పెద్ద ఎత్తున భాగస్వాములై మద్దతగా నిలవాలి. తరతరలాలుగా అన్యాయం జరుగుతున్న బీసీల కోసం కవిత పోరాటం అభినందనీయం. ఎమ్మెల్సీ కవిత ఉద్యమం ఎవరి కోసం చేస్తున్నారు ? మన కోసం కనుక ఆమె చేస్తున్న ఉద్యమానికి మనమంతా అండగా ఉండాలి. ఈ ఉద్యమాన్ని బీసీలు భుజాన ఎత్తుకోకపోతే రేపు మనకు భవిష్యత్తు లేదు" అన్నారు.స్థానిక సంస్థల్లో రిజర్వేషన్లను నిర్ణయించే అధికారం రాష్ట్ర ప్రభుత్వానికి రాజ్యాంగం ఇచ్చింది, కానీ కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం రాష్ట్ర ప్రజల దృష్టిని మళ్లిస్తోందని ఆర్ కృష్ణయ్య ఆరోపించారు. 42 శాతం రిజర్వేషన్లు కల్పించాలన్న చిత్తశుద్ధి ఉంటే జీవో జారీ చేయాలని తెలంగాణ ప్రభుత్వాన్ని డిమాండ్ చేశారు. రిజర్వేషన్లు పెంచకుండా ఎన్నికలు నిర్వహిస్తే బీసీలకు తీరని ద్రోహం చేసినట్లు అన్నారు. ఇలాగ పోరాటం చేయకపోతే భవిష్యత్తులో బీసీల రిజర్వేషన్లు తగ్గిపోయే అవకాశం సైతం ఉందని హెచ్చరించారు. రిజర్వేషన్లు పెంచకపోతే బీసీలు తెలంగాణ ప్రభుత్వాన్ని వదిలిపెట్టే ప్రసక్తే లేదన్నారు. బీసీలకు 42 శాతం రిజర్వేషన్లు కల్పించి, స్థానిక ఎన్నికలు జరపాలని, లేదంటే పెద్ద యుద్ధమే జరుగుతుందని ఆర్ కృష్ణయ్య హెచ్చరించారు.

14 బంకర్ బస్టర్లతో

'మిడ్ నైట్ హ్యామర్'

సంపూర్ణ విజయం" సాధించిందని ఆయన ఆదివారం ఒక విలేకరుల సమావేశంలో ప్రకటించారు. "అధ్యక్షుడు ట్రంప్ రూపొందించిన ఈ ఆపరేషన్ సాహసోపేతమైనది, అద్భుతమైనది. అమెరికా నిరోధక శక్తి తిరిగి వచ్చిందని ఇది ప్రపంచానికి చాటింది. ఈ అధ్యక్షుడు మాట్లాడితే ప్రపంచం వినాలి" అని హెగ్సెత్ స్పష్టం చేశారు. అమెరికా రక్షణ కార్యదర్శి పీట్ హెగ్సెత్ తో పాటు జాయింట్ చీఫ్స్ ఆఫ్ స్టాఫ్ ఛైర్మన్ ఎయిర్ ఫోర్స్ జనరల్ డాన్ కెయిన్ కూడా వివరాలు వెల్లడించారు. ఫోర్డో, నతాంజ్, ఇస్ఫహాన్ నగరాల్లోని ఇరాన్ అణు కేంద్రాలు ఈ దాడుల్లో తీవ్రంగా దెబ్బతిన్నాయని, విధ్వంసం అంచున ఉన్నాయని ప్రాథమిక నష్ట అంచనా నివేదికలు చెబుతున్నాయని వారు తెలిపారు. తుది అంచనా ఇంకా కొనసాగుతోందని వారు పేర్కొన్నారు. "మేము ఇరాన్ అణు కార్యక్రమాన్ని ధ్వంసం చేశాం" అని హెగ్సెత్ అన్నారు. "ఈ ఆపరేషన్ ఇరాన్ సైనికులు లేదా ప్రజలను లక్ష్యంగా చేసుకోలేదు" అని ఆయన స్పష్టం చేశారు. "ఈ మిషన్ ఇరాన్ లో ప్రభుత్వ మార్పు కోసం కాదు. ఇరాన్ ప్రభుత్వాన్ని కూల్చడం మా లక్ష్యం కాదు. ఇరాన్ అణు కార్యక్రమం వల్ల మా జాతీయ ప్రయోజనాలకు ఎదురయ్యే ముప్పును నిర్వీర్యం చేయడానికే అధ్యక్షుడు (డొనాల్డ్ ట్రంప్) ఈ కచ్చితమైన ఆపరేషన్‌కు అనుమతించారు" అని హెగ్సెత్ వివరించారు. దాడి అనంతరం శాంతి చర్చల కోసం ఇరాన్‌కు బహిరంగంగా, అంతర్గతంగా సందేశాలు పంపుతున్నామని కూడా ఆయన తెలిపారు. శాంతి కోసం ఇరాన్ తన అణు కార్యక్రమాన్ని నిలిపివేయాలని అధ్యక్షుడు ట్రంప్ పలుమార్లు కోరినప్పటికీ, ఇరాన్ పట్టించుకోలేదని హెగ్సెత్ గుర్తుచేశారు.

భూగర్భ అణు కేంద్రాలపై భారీ బాంబులు, క్షిపణులు

ఈ ఆపరేషన్‌లో భాగంగా, ఏడు బీ-2 స్పిరిట్ బాంబర్లు మొత్తం పద్నాలుగు 30,000 పౌండ్ల బరువున్న జీబీయూ-57 భారీ విధ్వంసక బాంబులను జారవిడిచాయి. ఇవి భూగర్భంలో లోతుగా నిర్మించిన ఫోర్డో, నతాంజ్ అణు కేంద్రాలపై పడినట్లు సమాచారం. ఇస్ఫహాన్‌లోని లక్ష్యాలపై జలాంతర్గామి నుంచి టోమాహాక్ క్రూయిజ్ క్షిపణులను ప్రయోగించారు. ఇక్కడ ఇరాన్ భారీ మొత్తంలో అధిక శుద్ధి చేసిన యురేనియం నిల్వ చేసిందని అమెరికా వర్గాలు తెలిపాయి. "ప్రపంచంలో మరే ఇతర సైనిక శక్తి ఇలాంటి చర్యను చేపట్టలేదు" అని జనరల్ డాన్ కెయిన్ అన్నారు. "చాలా తక్కువ సమాచార మార్పిడితో, ప్రత్యర్థిని జాగ్రత్తగా ఏమార్చే వ్యూహాలతో ఈ ఫలితాలు సాధించాం" అని ఆయన వివరించారు. ఈ దాడుల్లో 125కి పైగా విమానాలు, సహాయక విభాగాలు పాలుపంచుకున్నాయని, వీటిలో స్టెల్త్ ఫైటర్లు, నిఘా విమానాలు, గాలిలో ఇంధనం నింపే ట్యాంకర్లు ఉన్నాయని జనరల్ కెయిన్ తెలిపారు. "అమెరికా చరిత్రలో ఇదే అతిపెద్ద %దీ%-2 ఆపరేషన్, ప్రపంచంలో రెండో అతిపెద్దది" అని ఆయన పేర్కొన్నారు.

మన సంప్రదాయం బలమైనది, ధర్మం లోతుగా ఉండబోతుంది

మధురై (ప్రశ్న న్యూస్) ఒక క్రైస్తవుడు తన మతాన్ని గౌరవించవచ్చు. ఒక ముస్లిం వారి మతాన్ని గౌరవించవచ్చు. కానీ హిందువు తన మతాన్ని గౌరవిస్తే మాత్రం అభ్యంతరం? ఎందుకు? హిందు ధర్మాన్ని, హిందూ దేవతలను చులకన చేస్తారు. వారిది సెక్యులరిజం కాదు సూడో సెక్యులరిజం అని ఏపీ డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కళ్యాణ్ అన్నారు. నేను పదహారు ఏటే శబరిమల వెళ్లినవాణ్ణి. థైపూసం సందర్భంగా తిరుత్తణికి భక్తుల పోటును చూశాను. విభూతి పెట్టుకొని స్కూల్‌కి వెళ్లినవాడిని అని గుర్తుచేసుకున్నారు. తమిళనాడులోని మధురైలో నిర్వహించిన మురుగ భక్తర్గళ్ మానాడులో జనసేన అధ్యక్షుడు పవన్ కల్యాణ్ పాల్గొని ప్రసంగించారు.పవన్ కళ్యాణ్ మాట్లాడుతూ 'ధర్మం అంటే ఏంటి? దుష్ట శక్తులను తొలగించడం ధర్మం. ప్రతివారినీ సమానంగా చూడటం ధర్మం. దుష్టులను శిక్షించడం ధర్మం. ఒక పార్టీ నాయకుడు మురుగన్ సభను తమిళనాడులో ఎందుకు చేస్తున్నావు? గుజరాత్ లేదా యూపీలో ఎందుకు చేయట్లేదు అని అడుగుతున్నాడు. వారిది విభజన ఆలోచన. ఇలాంటి వారు శివునిపై, అమ్మవారిపై కూడా ప్రశ్నలు వేస్తారు. వారిది చాలా ప్రమాదకరమైన ఆలోచన.నేను 2014 లో హైదరాబాద్ లో పార్టీ స్థాపించాను. తమిళనాడులో పెరిగిన వాడ్ని. తమిళనాడు లో సంస్కృతిని అర్థం చేసుకున్నవాడిని, తమిళనాడు సంస్కృతిపై గౌరవాన్ని పెంచుకున్నాను.ద ఏథెన్స్ కంటే ప్రాచీనమైన మధురై నగరంలో ఇన్ని లక్షల ప్రజల మధ్య, హిందూ సాధువుల మధ్య మాట్లాడుతానని ఎప్పుడూ ఊహించలేదు. మురుగన్‌ను నమ్మితే విజయం తథ్యం. మురుగన్‌ను నమ్మితే ఎదుగుదల సుసాధ్యం. మురుగన్‌ను నమ్మితే శక్తి వస్తుంది. స్కంధ షష్టి కవచం మన మనస్సును ఉక్కుగా మారుస్తుంది. మన జీవితాన్ని గొప్పగా మార్చుతుంది. ఎలుకల సంఖ్య ఎంత ఉన్నా, ఒక నాగుపాము గట్టిగా శబ్దం చేస్తే సరి వాటంతట అవే పరుగు తీస్తాయి. అలాగ మన శత్రువులు ఎంత మంది ఉన్నా, మురుగన్ తండ్రి శివుడి మెడలోని నాగుని చూసే పారిపోతారు. కాబట్టి, మార్పు కచ్చితంగా వస్తుంది. "అచమిల్లై అచమిల్లై అచమ్ ఎన్బతు ఇల్లయే" అనే మహాకవి భారతీయర్ మాటలు ధైర్యాన్ని ఇస్తాయి. మార్పు కావాలంటే ధైర్యం ఉండాలి. కష్టాన్ని ఆపేస్తే, కాలం నడక ఆపదు. అలానే, కొందరి కుత్సిత ఆలోచనలతో మురుగన్ ధర్మం ఆగదు. ఆ ధర్మం నడుస్తూనే ఉంటుంది.ప్రపంచపు తొలి విప్లవ నాయకుడు మురుగన్. మురుగన్‌కు బేధభావం లేదు. అందరూ సమానమే. మధురైలో పార్వతి దేవి స్వరూపం మీనాక్షీ అమ్మవారు శివుడు సుందరేశ్వరిని రూపంలో కొలువయ్యారు. వారి కుమారుడు కార్తికేయుడు ఇక్కడే కొలువై ఉన్నారు. షష్ట షణ్ముఖ క్షేత్రాల్లో తొలిది, ఆరవది ఈ ప్రాంతంలోనే ఉంది. ఈ తరం వారు మధురై గురించి తెలుసుకోవాలి. మధురై అనేది మీనాక్షి అమ్మవారి పట్టణం, మీనాక్షి అమ్మవారు అంటే పార్వతి అమ్మవారి స్వరూపం. మనం మీనాక్షి అమ్మవారి ఆలయానికి వెళ్తున్నాం. అక్కడ ఆశీర్వాదం పొందుతున్నాం. కుంకుమ తీసుకుంటున్నాం. ప్రసాదం తీసుకుంటున్నాం. కానీ ఈ తరం తెలుసుకోలేని నిజం ఒకటి ఉంది. ఒక సమయంలో మధురై ధ్వంసమైంది. ప్రకాశించాల్సిన ఆలయంలో వెలుతురు లేదు. కుంకుమ ఇవ్వాల్సిన ఆలయంలో ఇచ్చేవారూ లేరు. పూజలు జరగలేదు. ఆలయాన్ని మూసివేశారు. ఎందుకు తెలుసా? 14వ శతాబ్ద ప్రారంభంలో మధురైను మాలిక్ కాఫూర్ దోచుకున్నాడు. ఆ తర్వాత 60 సంవత్సరాల పాటు మీనాక్షి ఆలయం మూసివేయబడింది.

అలాంటి మధురై చీకటి కాలంలో 14వ శతాబ్దం చివరలో మళ్లీ వెలుతురు పుట్టింది. ఆ వెలుతురును వెలిగించినవాడు విజయనగర యువరాజు కుమార కంబణన్. మనం అర్థం చేసుకోవాల్సింది. మన విశ్వాసాన్ని ఎవరూ నిలువరించలేరు. మన సంప్రదాయం బలమైనది. ధర్మం లోతుగా ఉండబోతుందని' పవన్ కళ్యాణ్ అన్నారు.

జగన్ కారు కింద పడే వృద్ధుడి మృతి

వారిని పలకరించేందుకు ప్రయత్నించారు. ఈ సమయంలో కారు ఆగక ముందే ఓ వృద్ధుడు చక్రాల కింద పడి నలిగిపోతున్న దృశ్యాలు సోషల్ మీడియాలో వైరల్ అవుతున్నాయి. ఈ వీడియో ఆధారంగా గుంటూరు జిల్లా నల్లపాడు పోలీసులు జగన్ కారు కింద పడే సింగయ్య మృతి చెందినట్లు నిర్ధారించారు.ఆదివారం రాత్రి గుంటూరులోని ఎస్పీ కార్యాలయంలో ఏర్పాటు చేసిన మీడియా సమావేశంలో ఆయన ఈ కేసుకు సంబంధించిన కీలక వివరాలను తెలిపారు. ఈ నెల 18వ తేదీన మాజీ ముఖ్యమంత్రి జగన్ పల్నాడు పర్యటన సందర్భంగా గుంటూరులోని ఏటుకూరు రోడ్డు బైపాస్ వద్ద ఈ దురదృష్టకర సంఘటన జరిగిందని ఎస్పీ వివరించారు. రోడ్డు పక్కన తీవ్ర గాయాలతో పడి ఉన్న సింగయ్య అనే వృద్ధుడిని గుర్తించి ఆసుపత్రికి తరలించగా, అప్పటికే ఆయన మృతి చెందినట్లు వైద్యులు ధృవీకరించారని తెలిపారు. వెంగళాయపాలెం గ్రామానికి చెందిన సింగయ్య మృతిపై ఆయన భార్య ఇచ్చిన ఫిర్యాదు మేరకు మొదట కేసు నమోదు చేసినట్లు చెప్పారు.అనంతరం, ఈ ఘటనపై లోతుగా దర్యాప్తు చేపట్టామని, ఇందులో భాగంగా సీసీటీవీ ఫుటేజ్‌లు, డ్రోన్ కెమెరా దృశ్యాలు, ఘటనా స్థలంలో ఉన్నవారు తీసిన వీడియోలను క్షుణ్ణంగా పరిశీలించామని ఎస్పీ సతీష్ కుమార్ తెలిపారు. "లభించిన ఒక వీడియోలో... మృతుడు సింగయ్య మాజీ ముఖ్యమంత్రి జగన్ ప్రయాణిస్తున్న ఫార్చ్యూనర్ వాహనం కింద పడిపోవడం, వాహనం టైరు ఆయనపై నుంచి వెళ్లినట్లు స్పష్టంగా ఉంది" అని ఎస్పీ పేర్కొన్నారు. ఈ కీలక ఆధారాల నేపథ్యంలో, తాము కేసు సెక్షన్లను మార్చి, భారతీయ న్యాయ సంహిత (బీఎన్ఎస్) సెక్షన్ 105 (నిర్లక్ష్యం కారణంగా మరణానికి కారణమవడం), సెక్షన్ 49 కింద కేసు నమోదు చేశామని వివరించారు.ఈ కేసులో వాహనం నడిపిన డ్రైవర్ రమణారెడ్డి, మాజీ ముఖ్యమంత్రి జగన్, అలాగే కాన్వాయ్‌లో ఉన్నట్లుగా భావిస్తున్న నాగేశ్వర్ రెడ్డి, సుబ్బారెడ్డి, మాజీ మంత్రులు పేర్ని నాని, విడదల రజనిలను కూడా నిందితుల జాబితాలో చేర్చినట్లు ఎస్పీ తెలిపారు. "జగన్‌కు 14 వాహనాలకు మాత్రమే అనుమతి ఇచ్చాం. కానీ, తాడేపల్లి నుంచి కాన్వాయ్ ప్రారంభమైనప్పుడు దాదాపు 50 వాహనాలతో పర్యటన సాగింది. లభించిన ఆధారాల మేరకు దర్యాప్తు కొనసాగిస్తున్నాం. చట్టప్రకారం తదుపరి చర్యలు తీసుకుంటాం" అని సతీష్ కుమార్ స్పష్టం చేశారు. జూన్ 18న సత్తెనపల్లిలో ఒక విగ్రహావిష్కరణ కార్యక్రమానికి వెళుతుండగా ఈ ప్రమాదం జరిగిందని, ప్రమాదం జరిగిన రోజు అప్పటికి అందుబాటులో ఉన్న సమాచారం మేరకే ఆరోజు వేరే ప్రైవేట్ వాహనం కింద సింగయ్య పడిపోయాడని చెప్పామని, అయితే లోతైన దర్యాప్తులో మరిన్ని వాస్తవాలు వెలుగులోకి వచ్చాయని ఎస్పీ పేర్కొన్నారు. దర్యాప్తు ఇంకా కొనసాగుతోందని, చట్టప్రకారంగానే కేసును నిష్పక్షపాతంగా దర్యాప్తు చేసి, తుది నిర్ణయానికి వస్తామని ఆయన మీడియాకు వివరించారు.

6 డిమాండ్లతో హరీష్ లేఖ

నిధులు, ప్రజాప్రతినిధుల పంచాయితీ కార్యదర్శుల పనితీరు వల్ల దేశంలోనే తెలంగాణ గ్రామాలు ఆదర్శంగా నిలిచిన విషయాన్ని గుర్తుచేశారు. కాంగ్రెస్ అధికారంలోకి వచ్చిన దగ్గర నుండి అవసరమైన నిదులు రాకపోవటంతో పంచాయితీ కార్యదర్శులు తమ సొంత నిధులనే ఖర్చుచేస్తున్నట్లు చెప్పారు.దమాజీ సర్పంచులు చేసిన అభివృద్ధి పనుల బిల్లులు ఇంకా పెండింగులో ఉన్నాయని తెలిపారు. ఆ బిల్లులను వెంటనే ప్రభుత్వం మంజూరు చేయించేట్లుగా మంత్రి చర్యలు తీసుకోవాలని డిమాండ్ చేశారు. స్థానిక సంస్థలకు ఎన్నికల నోటిఫికేషన్ విడుదలైతే బిల్లులు మంజూరులో మరింత ఆలస్యం అవుతుందని హరీష్ ఆందోళన వ్యక్తంచేశారు. కాబట్టి వెంటనే బిల్లులన్నీ వెంటనే రిలీజ్ చేయాలని లేఖలో మంత్రి సీతక్కను కోరారు. హరీష్ 6 డిమాండ్లు ఏమిటంటే పంచాయితీలకు పెండింగులో ఉన్న బిల్లులన్నీ వెంటనే మంజూరు చేయాలని, మాజీ సర్పంచులు చేసిన పనుల బిల్లులు రిలీజ్ చేయాలని, అభయహస్తం మేనిఫెస్టో ప్రకారం ఔట్ సోర్సింగులో విధానంలో పనిచేస్తున్న పంచాయితీ కార్యదర్శులను జూనియర్ పంచాయితి కార్యదర్శులుగా నియమించాలని, వానాకాలంలో సీజనల్ వ్యాధులు ప్రబలకుండా వెంటనే అవసరమైన చర్యలు తీసుకోవాలని, మూడునెలలుగా పెండింగులో ఉన్న పారిశుధ్య కార్మికుల వేతనాలను వెంటనే చెల్లించాలని డిమాండ్ చేశారు.

కేసీఆర్, కేటీఆర్ కనుసన్నల్లోనే

ఫోన్ ట్యాపింగ్ జరిగింది

ఖాయమని ఆయన హెచ్చరించారు. హైదరాబాద్‌లో మీడియాతో మాట్లాడిన మహేశ్ కుమార్ గౌడ్, ఫోన్ ట్యాపింగ్ అంశంపై ఘాటుగా స్పందించారు. "గత ప్రభుత్వంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ ముఖ్య నేతలు, పలువురు పారిశ్రామికవేత్తల ఫోన్లను విచక్షణారహితంగా ట్యాప్ చేసిన పాపం బీఆర్ఎస్‌దే. కేవలం ప్రతిపక్షాలనే కాకుండా, సొంత పార్టీ నేతలను కూడా వారు వదల్లేదు. ఈ అక్రమ దందా అంతా కేసీఆర్, కేటీఆర్ ఆదేశాలు, వారి ప్రమేయంతోనే జరిగిందని మేము బలంగా విశ్వసిస్తున్నాం" అని ఆయన అన్నారు. ఫోన్ ట్యాపింగ్ కు గురైన బాధితుల పేర్లను ప్రత్యేక దర్యాప్తు బృందం (సిట్) తక్షణమే బయటపెట్టాలని ఆయన స్పష్టం చేశారు. "ఈ వ్యవహారంలో దోషులు ఎవరైనా సరే, ఎంతటి వారైనా సరే ఉపేక్షించే ప్రసక్తే లేదు. చట్టం తన పని తాను చేసుకుపోతుంది" అని గౌడ్ స్పష్టం చేశారు.

మరో ముంబైగా

విశాఖపట్నం

ద్వారా 5 లక్షల మందికి ఉద్యోగాలు వచ్చే అవకాశం ఉంది. యువతకు ఇచ్చిన హామీ మేరకు 20 లక్షల ఉద్యోగాలు కల్పిస్తాం.' అని సీఎం చంద్రబాబు స్పష్టం చేశారు. అన్ని ప్రాంతాలకూ సమానంగా అభివృద్ధిని వికేంద్రీకరిస్తున్నాం అని సీఎం చంద్రబాబు నాయుడు తెలిపారు.

పనిగట్టుకుని టెక్నాలజీ ప్రమోట్ చేస్తున్నా

భారతదేశంలో 1991లో ఆర్థిక సంస్కరణలు వచ్చాయని సంస్కరణలు రాకుండా ఉంటే కొత్త ఆలోచనలు వచ్చేవి కావని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు అన్నారు. 1995లో సాంకేతిక విప్లవం వచ్చిందని చెప్పుకొచ్చారు.

ఈ సాంకేతికతను అందిపుచ్చుకుని భారతీయులు ఎదిగారని అన్నారు.'రాజకీయ నేతగా అప్పుడు, ఇప్పుడూ సాంకేతిక పరిజ్ఞాన్ని ప్రోత్సహిస్తున్నాను. టెక్నాలజీని అర్థం చేసుకోవడంలో ప్రధాని మోడీని మించినవారు లేరు. ఏఐ, క్వాంటమ్ వ్యాలీ అంటే చాలామందికి అర్థం కావడం లేదు. ప్రపంచ దేశాల్లో ఉన్న భారత సంతతి వారే తలసరి ఆదాయంలో ఆయా దేశాల వారికంటే ముందున్నారు. మంచి విజ్ఞానం, ఆలోచనలు ఉన్న అధికారులు సాంకేతికతను కూడా అందిపుచ్చుకుంటే మంచి ఫలితాలు సాధించొచ్చు'అని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు అన్నారు.

ఆర్గానిక్ ఆహారాన్ని అలవాటు చేసుకోవాలి

'ప్రస్తుతం రసాయనాలు ఉండే ఆహారాన్ని తీసుకుంటున్నామని సీఎం చంద్రబాబు నాయుడు ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. ఒకప్పుడు దేశానికి అన్నం పెట్టిన పంజాబ్ రాష్ట్రం వ్యవసాయంలో ఎక్కువ పురుగుమందులు వాడటంతో క్యాన్సర్ రోగులు పెరిగి ప్రతిరోజూ ఢిల్లీకి వైద్యం కోసం ప్రత్యేక రైలులో వస్తున్నారని సీఎం చంద్రబాబు నాయుడు అన్నారు. 'కాలు విరిగినా, గుండె ఆపరేషన్ చేయించినా శరీరం డ్యామేజ్ అవుతుంది.

అందుకే రోజులో ఒక గంట పాటు మీ కోసం యోగా చేయండి. మీ కుటుంబానికి, రాష్ట్రానికి కూడా భారం కాకుండా ఉంటారు. ఎవరైనా అనారోగ్యానికి గురైతే ఇంట్లో వారికి అది భారం అవుతుంది. సమాజంలో అంతా ఆరోగ్యంగా ఉంటే ప్రభుత్వం కూడా ప్రజారోగ్యంపై ఎక్కువ వ్యయం చేయాల్సిన అవసరం ఉండదు. యోగాను ప్రోత్సహించేలా కార్యాచరణ చేపడతాం'అని సీఎం చంద్రబాబు నాయుడు అన్నారు.

'వైద్యారోగ్యం, వ్యవసాయ రంగాల్లో బిల్‌గేట్స్ ఫౌండేషన్‌తో కలిసి పని చేస్తున్నాం. రాష్ట్రంలోని ప్రజల ఆరోగ్యానికి సంబంధించి డిజిటల్ హెల్త్ రికార్డులు తయారుచేస్తున్నాం. యోగా, నేచురోపతి గేమ్ ఛేంజర్ అవుతుంది. గ్రీన్ ఎనర్జీ, స్వచ్ఛ భారత్, నేచురల్ ఫార్మింగ్ ద్వారా ప్రకృతిని కాపాడవచ్చు. యోగాపై నేను, డిప్యూటీ పవన్ కళ్యాణ్ నిర్ణయం తీసుకుని కార్యక్రమాన్ని పర్యవేక్షించాం. కార్యక్రమం విజయవంతం కావడంతో ప్రధాని కూడా సంతృప్తి వ్యక్తం చేశారు. యోగా జీవితంలో ఉపయోపడుతుందని ప్రజలు నమ్ముతున్నారు.

ఆయిల్ వాడకం, ఉప్పు తినడం తగ్గించాలి. ఆర్గానిక్ ఆహారాన్ని అలవాటు చేసుకుంటే ప్రజలు ఆసుపత్రికి వెళ్లాల్సిన అవసరం లేదు.' అని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడువివరించారు.

గుండె ఆరోగ్యంగా ఉండాలా..

తులసి ఆకులను ఇలా తీసుకోండి..

తులసి, లేదా హెూలీ బాసిల్, ఆయుర్వేదంలో అత్యంత పవిత్రమైన ఔషధ గుణాలు కలిగిన మొక్కగా పరిగణించబడుతుంది. ఇది ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరిచే అనేక ప్రయోజనాలను అందిస్తుంది, ముఖ్యంగా దీనిని సరైన విధంగా తీసుకుంటే రెట్టింపు ఫలితాలను పొందవచ్చు. తులసి ఆకులను ఖాళీ కడుపుతో తీసుకోవడం, తులసి టీగా తాగడం వల్ల రోగనిరోధక శక్తి, జీర్ణక్రియ, చర్మ ఆరోగ్యం శ్వాసకోశ ఆరోగ్యం మెరుగుపడతాయి. సరైన విధంగా మితంగా తీసుకుంటే, తులసి ఆకులు రెట్టింపు ప్రయోజనాలను అందిస్తాయి. తులసి ఆకులను ఉదయం ఖాళీ కడుపుతో తీసుకోవడం వల్ల శరీర ఆరోగ్యం గణనీయంగా మెరుగుపడుతుంది. 3-4 తాజా తులసి ఆకులను బాగా కడిగి, నీటితో మింగడం లేదా తులసి నీటిని తాగడం ద్వారా శరీరంలోని విషపదార్థాలు తొలగిపోతాయి. ఇది జీవక్రియను వేగవంతం చేస్తుంది మరియు జీర్ణవ్యవస్థను మెరుగుపరుస్తుంది. తులసిలో ఉండే యాంటీఆక్సిడెంట్లు రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతాయి, ఇది వైరల్ ఇన్ఫెక్షన్లు మరియు జలుబు వంటి సమస్యలను నివారిస్తుంది. తులసి ఆకులతో టీ తయారు చేసుకోవడం మరొక అద్భుతమైన మార్గం. 5-6 తులసి ఆకులను నీటిలో వేసి, 8-10 నిమిషాల పాటు మరిగించి, తేనె లేదా నిమ్మరసం జోడించి తాగవచ్చు. ఈ టీ కెఫిన్ రహితం, ఒత్తిడిని తగ్గించడంలో, రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రించడంలో సహాయపడుతుంది. తులసిలోని అడాప్టోజెన్ గుణాలు నాడీ వ్యవస్థను శాంతపరుస్తాయి, ఆందోళన నిద్రలేమి సమస్యలను తగ్గిస్తాయి. తులసి ఆకులు చర్మ ఆరోగ్యానికి కూడా అద్భుతంగా పనిచేస్తాయి. తులసి నీటిని రోజూ తాగడం లేదా తులసి ఆకులను ఖాళీ కడుపుతో తీసుకోవడం వల్ల రక్తంలోని విషపదార్థాలు తొలగిపోయి, చర్మం స్వచ్ఛంగా మరియు ప్రకాశవంతంగా కనిపిస్తుంది. తులసిలోని విటమిన్ జ, యాంటీఆక్సిడెంట్లు మొటిమలు మరియు చర్మ ఇన్ఫెక్షన్లను నివారిస్తాయి. తులసి ఆకులను గుండ్రంగా రుద్ది ముఖంపై రాసుకోవడం వల్ల కూడా చర్మం మెరుగుపడుతుంది.

తులసి ఆకులు శ్వాసకోశ సమస్యలకు సహజ ఔషధంగా పనిచేస్తాయి. రోజూ ఉదయం తులసి నీటిని తాగడం లేదా ఆకులను తీసుకోవడం వల్ల దగ్గు, జలుబు, ఆస్తమా మరియు బ్రాంకైటిస్ వంటి సమస్యలు తగ్గుతాయి. తులసిలోని యాంటీమైక్రోబియల్ మరియు యాంటీ-ఇన్ఫ్లమేటరీ గుణాలు శ్వాస మార్గాలను శుభ్రపరుస్తాయి మరియు శ్వాసను సులభతరం చేస్తాయి. తులసి ఆకులను నమలకుండా మింగడం లేదా నీటి రూపంలో తీసుకోవడం మంచిది, ఎందుకంటే ఆకులలో ఉండే స్వల్ప మొత్తంలో మెర్క్యూరీ దంతాలకు హాని కలిగించవచ్చు. డయాబెటిస్ మందులు తీసుకునే వారు తులసిని అధికంగా తీసుకోవడం వల్ల రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు చాలా తక్కువగా పడిపోయే ప్రమాదం ఉంది, కాబట్టి వైద్య సలహా తీసుకోవాలి. అలాగే, తులసి అలెర్జీ ఉన్నవారు దీనిని నివారించాలి.

చూయింగ్ గమ్ నమిలే అలవాటుందా..?

ఈ రోజుల్లో చాలా మంది చూయింగ్ గమ్ నమలడం అలవాటు చేసుకుంటున్నారు.. కానీ దానిని నమలడం ఆరోగ్యానికి ఎంత ప్రమాదకరమో మీకు తెలుసా..? అవును.. ఇది ప్లాస్టిక్ లాగానే సింథటిక్ పదార్థాలను కలిగి ఉంటుంది. అయితే, వాటిని తినడానికి సురక్షితమైనవిగా భావిస్తారు.. వాటిని మింగకూడదు.

ఇవి నమలడానికి మాత్రమే తయారు చేయబడ్డాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. చూయింగ్ గమ్.. ఈ రోజుల్లో గమ్‌ను చాలా మంది నమలడానికి ఇష్టపడతున్నారు. ఇది ఓ రొటీన్ అలవాటు కూడా.. కొంతమందికి ఇది మౌత్ ఫ్రెషనర్.. మరికొందరికి ఇది తీపిని కలిగిస్తుంది.. కానీ మీకు కూడా చూయింగ్ గమ్ నమలడం అలవాటు ఉంటే జాగ్రత్తగా ఉండాలంటున్నారు వైద్య నిపుణులు.. చూయింగ్ గమ్ తినడం ఆరోగ్యానికి హానికరమని పేర్కొంటున్నారు. ఇది ప్లాస్టిక్ లాగానే సింథటిక్ పదార్థాలను కలిగి ఉంటుంది. అయితే, దీనిని చాలా మంది సురక్షితమైనవిగా భావిస్తారు.. కానీ.. దాని సారాన్ని మింగకూడదు. ఇవి నమలడానికి మాత్రమే తయారు చేయబడ్డాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. వాస్తవానికి చూయింగ్ గమ్ ఒక సాగే, జిగురు పదార్థం.. నమలడానికి రూపొందించబడింది. కానీ మ్రింగడానికి కాదు. ఆధునిక చూయింగ్ గమ్.. గమ్ బేస్, స్వీటెనర్లు, రుచులు.. రంగులతో కూడి ఉంటుంది. ఇది మరింత హానికరం.

గుమ్మడికాయ బెనిఫిట్స్ తెలిస్తే :అస్సలు వదలరు!

గుమ్మడికాయ ఈ పేరు చెప్పగానే చాలా మందికి దిష్టి కోసం వాడుతారని గుర్తుకు వస్తుంది. చాలా మంది ఈ గుమ్మడి కాయను గుమ్మానికి వేలాడదీస్తుంటారు. అలాగే కొందరు వడియాలు, హల్వ వంటివి తయారు చేస్తుంటారు. అయితే, ఈ గుమ్మడి కాయ తినటం వల్ల ఊహించని లాభాలు ఉన్నాయని ఆయుర్వేద ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఇది శరీరంలోని వ్యర్థాలను తొలగించడానికి బూడిద గుమ్మడికాయ అద్భుతంగా పనిచేస్తుంది.గుమ్మడికాయ ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తుంది. వివిధ రకాల సమస్యలను సులువుగా తొలగిస్తుంది. గుమ్మడికాయలో ఫైబర్ కంటెంట్ అధికంగా ఉండటం వలన జీర్ణశక్తి పెరుగుతుంది. మలబద్ధకం తగ్గుతుంది. గుమ్మడికాయలో కేలరీలు తక్కువగా, ఫైబర్ కంటెంట్ ఎక్కువగా ఉంటుంది. దీని వలన శరీర బరువు నియంత్రణలో ఉంటుంది. గుమ్మడికాయను తరచూ డైట్‌లో చేర్చుకోవడం వల్ల మెదడు పనితీరు మెరుగుపడుతుంది. గుమ్మడికాయలో విటమిన్లు ఎ,సి, ఈ, ఫైబర్, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు సమృద్ధిగా ఉంటాయి. గుమ్మడికాయలో విటమిన్ ఎ కంటెంట్ అధికంగా ఉంటుంది. దీని వలన కంటి ఆరోగ్యం మెరుగవుతుంది, వయస్సు సంబంధిత కంటి సమస్యలు తగ్గుతాయి. యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, బీటా కెరోటిన్లు గుమ్మడికాయలో అధికంగా ఉంటాయి. దీని వలన రోగనిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. ఫైబర్, పొటాషియం మరియు విటమిన్ సి కంటెంట్ గుమ్మడికాయలో అధికంగా ఉంటుంది. దీని వలన గుండె పనితీరు మెరుగవుతుంది, రక్తపోటు నియంత్రణలో ఉంటుంది. గుమ్మడికాయలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, విటమిన్ సి, బీటా కెరోటీన్ ఎక్కువగా ఉంటాయి. గుమ్మడికాయ తినడం వల్ల కణాల ఆక్సీకరణ ఒత్తిడి తగ్గుతుంది. గుమ్మడికాయను తినడం వల్ల సెరోటోనిన్, మెలటోనిన్ ఉత్పత్తి అవుతాయి. ఇవి నిద్ర నాణ్యతను పెంచుతాయి. గుమ్మడికాయ తింటే నిద్రలేమి ఉండదు. గుమ్మడికాయలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, విటమిన్లు ఎక్కువగా ఉంటాయి. ఇవి ఫ్రీ రాడికల్స్‌ను తొలగించడంలో సాయపడతాయి. గుమ్మడికాయలో విటమిన్ సి ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఇమ్యూనిటీని పెంచడంలో సహాయపడుతుంది. ఇన్ఫెక్షన్స్ నుంచి దూరంగా ఉంచుతుంది. గుమ్మడికాయ తింటే చర్మం ముడతలు తగ్గుతాయి.

తక్కువ ఖర్చుతో ఎక్కువ ఆరోగ్యం

రోజూ పరగడుపున తీసుకోవడం మర్చిపోకండి..!

పసుపు నెయ్యి కలిపి తినడం వల్ల ఎన్ని లాభాలో తెలుసా..? పసుపును ఈ ఒక్క వస్తువుతో ఖాళీ కడుపుతో తినడం వల్ల చాలా ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు లభిస్తాయి. మనం ఉదయం ఖాళీ కడుపుతో తీసుకునే కొన్ని ఆహారాలు శరీరాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచుతాయి. పసుపు రుచికి మాత్రమే కాదు.. ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తుంది. అలాగే నెయ్యి వంటలకు రుచిని ఇస్తుంది. ఈ రెండింటినీ కలిపి ప్రతి రోజు ఖాళీ కడుపుతో తీసుకుంటే ఆరోగ్యానికి చాలా మేలు. ఉదయం ఒక చెంచా నెయ్యి, కొంత సేంద్రీయ పసుపుతో రోజును ప్రారంభించడం వల్ల జీర్ణ సమస్యలు తగ్గుతాయి. నెయ్యి జీర్ణవ్యవస్థను మెరుగ్గా ఉంచుతుంది. కడుపులోని లోపలి పొరను రక్షిస్తుంది. ఇది పిత్తరసం ఉత్పత్తిని పెంచుతుంది. పసుపు ఆహారాన్ని సులభంగా జీర్ణం అయ్యేలా చేస్తుంది. దీనివల్ల గ్యాస్, ఉబ్బరం సమస్యలు తగ్గుతాయి. చాలా మందికి కీళ్ల నొప్పులు సాధారణ సమస్యగా మారాయి. దీనికి సహజమైన పరిష్కారంగా నెయ్యి, పసుపు మిశ్రమం ఉపయోగపడుతుంది. ఈ మిశ్రమం కీళ్ల మధ్య ఏర్పడే ఘర్షణను తగ్గించి నొప్పిని తక్కువ చేస్తుంది. నెయ్యి సహజ నూనెలా పనిచేసి కీళ్ల కదలికను సులభతరం చేస్తుంది. అంతేకాకుండా నెయ్యి ద్వారా విటమిన్ డీ శరీరంలో బాగా శోషించబడుతుంది. పసుపులో ఉండే కర్కుమిన్ అనే యాంటీ ఆక్సిడెంట్ గుణం కీళ్ల ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచడంలో సహాయపడుతుంది. దీని వల్ల శరీరంలోని వాపు తగ్గి కీళ్ల నొప్పి నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. శరీర శ్రమ తక్కువగా ఉండటం, పోషకాహార లోపం వల్ల ఎముకలు బలహీనంగా మారుతాయి. దీనివల్ల అంతర్గతంగా మంటలు పెరుగుతాయి. ఈ సమయంలో ఖాళీ కడుపుతో నెయ్యి పసుపు మిశ్రమం తినడం వల్ల మంటలు తగ్గుతాయి. ఇందులో బ్యూటిరేట్ అనే ఫ్యాటీ యాసిడ్ మంటను నియంత్రిస్తుంది. పసుపులోని కర్కుమిన్ శరీర అవయవాలలో ఏర్పడే ఇన్ఫ్లమేటరీ కణాల ఉత్పత్తిని తగ్గిస్తుంది. పసుపు, నెయ్యితో కలిపి తినడం వల్ల శరీరంలో రోగనిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. ఇందులో యాంటీఆక్సిడెంట్లు, యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ గుణాలు ఉంటాయి. నెయ్యిలో విటమిన్ ఎ ఉంటుంది. ఇది శ్లేష్మ పొరలను రక్షిస్తుంది. పసుపు యాంటీవైరల్, యాంటీబాక్టీరియల్, యాంటీ ఫంగల్ లక్షణాలతో రోగాల నుండి రక్షణ కలిగిస్తుంది.

నెయ్యి, పసుపు కలయిక నాడీ వ్యవస్థపై ప్రశాంతంగా పనిచేస్తుంది. నెయ్యిలో ఉండే ట్రిప్టోఫాన్ అనే అమైనో ఆమ్లం సెరోటోనిన్‌గా మారి నిద్ర నియంత్రణలో సహాయపడుతుంది. అలాగే, పసుపులో ఉండే కర్కుమిన్ మెదడులో ఏర్పడే వాపును తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. ఈ రెండింటి కలయిక శరీరాన్ని ప్రశాంతంగా ఉంచి నాణ్యమైన నిద్రకు తోడ్పడుతుంది.

భోజనం తర్వాత రోజు రెండు యాలకులు తింటే..!

యాలకులు భారతీయ వంటకాలలో అత్యంత విరివిగా ఉపయోగించే సుగంధ ద్రవ్యాలలో ఒకటి. యాలకులు రుచికరమైనవి మాత్రమే కాకుండా, అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను కూడా అందిస్తాయి. ప్రతి రోజూ రెండు యాలకులు తినడం వల్ల శరీరానికి అనేక ఆరోగ్యకరమైన లాభాలు అందవచ్చు. యాలకులు యాంటీ ఆక్సిడెంట్, యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ, మరియు డిటాక్సిఫైయింగ్ లక్షణాలు కలిగి ఉండటం వల్ల శరీరాన్ని రక్షించడంలో మరియు ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచడంలో సహాయపడతాయి. యాలకులలో ఉన్నటువంటి ఆల్కలైన్ ప్రభావం వలన ఎసిడిటీ తగ్గుతుంది, ఛాతిలో నొప్పి, అజీర్ణం వంటి సమస్యలు తగ్గుతాయి. యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, యాలకులలో పుష్కలంగా ఉంటాయి. దీని వలన కొలెస్ట్రాల్ లెవల్స్ తగ్గుతాయి,గుండె పనితీరు మెరుగవుతుంది. రక్తపోటు నియంత్రణలో ఉంటుంది. యాలకులను రెగ్యులర్‌గా తీసుకోవడం వలన కేలరీలు కరిగిపోతాయి, జీర్ణశక్తి పెరుగుతుంది. శరీర బరువు నియంత్రణలో ఉంచడంలో సహాయపడుతుంది. యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు యాలకులలో సమృద్ధిగా ఉండటం వలన రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు నియంత్రణలో ఉంటాయి. రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిలు స్థిరంగా ఉంటాయి. భోజనం తర్వాత యాలకులు నమలడం వలన నరాలకు మంచి విశ్రాంతి లభిస్తుంది, ఒత్తిడి తగ్గుతుంది. దీని వల మంచి నిద్ర కలుగుతుంది. యాలకులలోని యాంటీమైక్రోబాక్టీరియల్ గుణాల వలన ఓరల్ బాక్టిరీయాతో పోరాడే శక్తి లభిస్తుంది, దీని వలన తాజా శ్వాస లభిస్తుంది. యాలకులు తినడం వల్ల మూడ్ మెరుగుపడుతుంది. యాలకులు శరీర జీవక్రియలను నెమ్మదిగా పెంచుతాయి. రోజు రెండు యాలకులు తినడం వలన జీర్ణ ఎంజైముల ఉత్పత్తి పెరుగుతుంది. కడుపు ఉబ్బరం, ఎసిడిటీ, అజీర్ణం వంటి సమస్యలు తగ్గుతాయి. వీటిలో ఉండే థర్మోజెనిక్ గుణాలు శరీరంలో క్యాలరీలను సమర్థంగా కరిగించేస్తాయి. రాత్రివేళ యాలకులు తింటే బరువు తగ్గడానికి దోహదపడతాయి. యాలకులు చర్మం, జుట్టు విషయంలోనూ మేలుచేస్తాయి. వీటిలో ఉండే యాంటి ఆక్సిడెంట్లు రక్త సరఫరాను మెరుగుపరుస్తాయి. దీంతో చర్మం మెరిసేలా కాంతివంతంగా తయారవుతుంది. యాంటి బ్యాక్టీరియల్ గుణాలు మొటిమలపై పోరాడతాయి. యాలకుల్లో ఉండే పోషకాలు జుట్టును బలంగా చేస్తాయి. చుండ్రును నివారిస్తాయి.

డయాబెటిస్‌ను కంట్రోల్‌లో ఉంచే : ఈజీ ఎక్సర్‌సైజెస్..!

మధుమేహం, డయాబెటిక్, షుగర్.. పేరు ఏదైనా సరే ఇప్పుడు ఇది ఒక సాధారణ అనారోగ్య సమస్యగా మారిపోయింది. ప్రతి పది మందిలో సుమారు 8 మంది రక్తంలో చక్కెర వ్యాధితో ఇబ్బందిపడుతున్నారు. చిన్న పెద్ద అనే తేడా లేకుండా మధుమేహం చాప కింద నీరులా చాలా మందిని వెంటాడుతోంది.

షుగర్ బాధితులు ఏది తినాలన్నా భయపడాల్సిన పరిస్థితి. ఎందుకంటే.. శరీరంలో షుగర్ లెవల్స్ పెరిగితే అది తీవ్ర అనారోగ్యానికి దారి తీస్తుంది. అందుకే డయాబెటిక్ బాధితులు సమతుల్య జీవనశైలి పాటించాలి. పోషకాహారం తీసుకోవాలి, క్రమం తప్పకుండా వ్యాయామం చేస్తూ.. రోజూ మెడిసిన్ తీసుకోవాల్సి ఉంటుంది.

వాకింగ్:

డయాబెటిస్‌ను కంట్రోల్‌లో ఉంచడంలో వాకింగ్ ఎంతో దోహదం చేస్తుంది. రెగ్యులర్ గా వాకింగ్ చేయడం వలన గుండె పనితీరు మెరుగవుతుంది. రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు నియంత్రణలో ఉంటాయి. పైగా వాకింగ్ అనేది చాలా సులభమైన ఎక్సర్‌సైజ్. వాకింగ్ చేయడానికి ఎలాంటి సాధనాలు అవసరం లేదు. ఎక్కువగా కష్టపడాల్సిన అవసరం కూడా లేదు. ఇది కండరాలను స్ట్రాంగ్‌గా చేస్తుంది. బరువును కంట్రోల్‌లో ఉంచుతుంది.

స్ట్రెంత్ ట్రైనింగ్:

స్ట్రెంత్ ట్రైనింగ్ వలన కండరాలు బలంగా ఉంటాయి. ఇన్సులిన్ సెన్సిటివిటీని మెరుగుపర్చడంలో ఇది ఎంతో దోహదం చేస్తుంది. శరీర బరువు నియంత్రణలో ఉంటుంది. స్ట్రెంత్ ట్రెయినింగ్ లేదా రెసిస్టెన్స్ ట్రెయినింగ్ అంటే వెయిట్స్‌ని లిఫ్ట్ చేయడం. రెగ్యులర్‌గా వెయిట్ ట్రెయినింగ్ చేసే వాళ్ళకి హార్ట్ డిసీజ్, కాన్సర్ డెవలప్ అయ్యే రిస్క్ తక్కువగా ఉంటుందట. స్విమ్మింగ్: ఇది ఒక అద్భుతమైన ఏరోబిక్ వ్యాయామం.

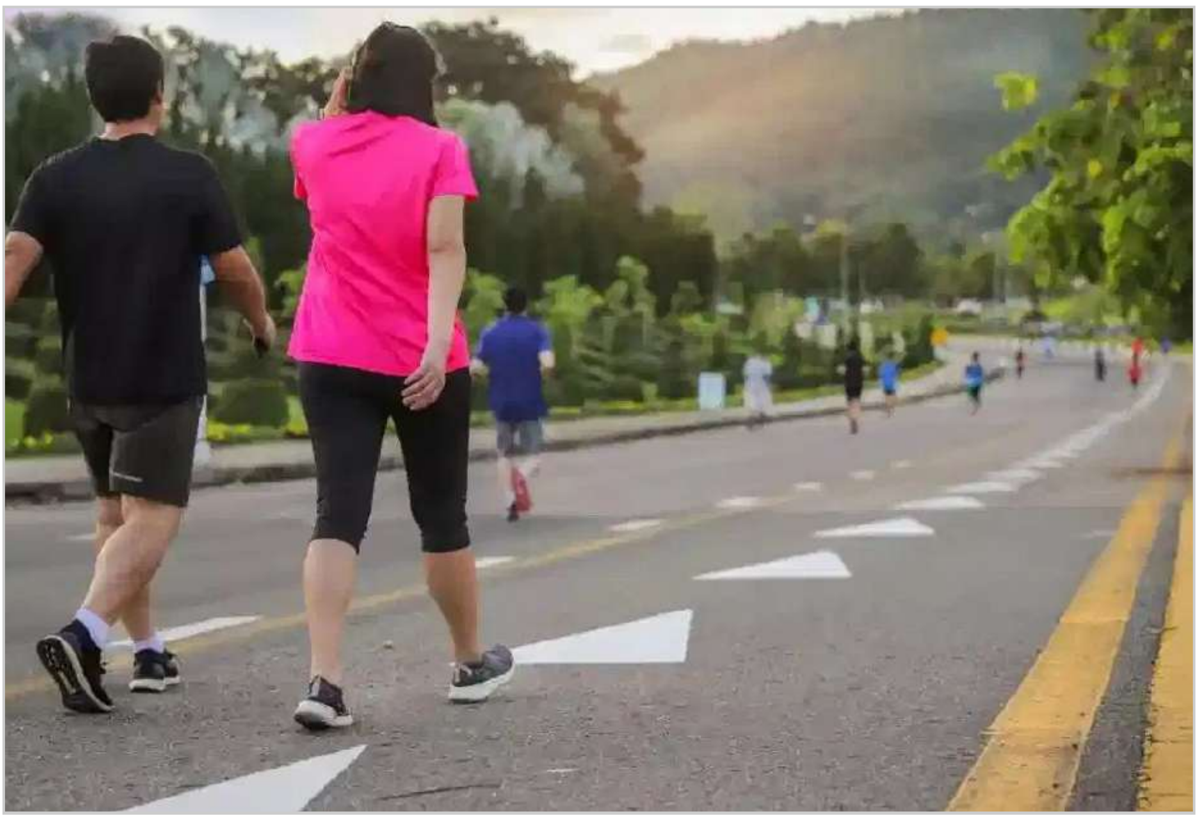
ఇది మొత్తం శరీరానికి ఒకేసారి ఎక్సర్ సైజ్ అవుతుంది. అందుకే ఈత ఒక ఫుల్ బాడీ వర్కౌట్ అంటారు.. డయాబెటిస్‌ను కంట్రోల్‌లో ఉంచడంలో ఇది ఎంతగానో దోహదం చేస్తుంది. దీని వలన గుండె పనితీరు మెరుగవుతుంది. ఈత కొట్టడం వల్ల శరీర కండరాలు బలపడతాయి. మీ శరీర ఫిట్‌నెస్ మెరుగుపడుతుంది. ఇది బరువును నియంత్రించడంలో కూడా ప్రభావవంతంగా ఉంటుంది.

సైక్లింగ్:

సైక్లింగ్ చేయడం వలన గుండె పనితీరు మెరుగవుతుంది, కాళ్లు దృఢంగా ఉంటాయి. బ్లడ్ షుగర్‌ను కంట్రోల్‌లో ఉంచడంలో ఇది ఎంతో దోహదం చేస్తుంది. సైకిల్ తొక్కడం వల్ల ఎముకలు, కండరాలు బలోపేతం అవుతాయి. నెలసరి నొప్పులు తగ్గుతాయి. కీళ్ల నొప్పులను తగ్గించడం, ఆర్థరైటిస్ వంటి సమస్యలను తగ్గించడం సైకిల్ తొక్కడం వల్ల కలిగే ఉపయోగాలు.

యోగా:

యోగా చేయడం వలన ఫ్లెక్సిబిలిటీ మెరుగవుతుంది, ఒత్తిడి తగ్గుతుంది. దీని వలన రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు మెరుగవుతాయి. యోగా చేయడం వల్ల శరీరానికి నూతనోత్సాహం కలుగుతుంది. ఒత్తిడిని తగ్గించి ప్రశాంతంగా వుండేట్లు చేస్తుంది. యోగా చేయడం వల్ల రక్తపోటు కూడా అదుపులో వుంటుంది. ఆరోగ్యకరమైన జీవితానికి యోగా ఎంతో సహాయపడుతుంది.



ఏసీలో పిల్లలను పడుకోబెడుతున్నారా..?

వేసవి రాగానే పిల్లల్ని రాత్రివేళలో నిద్రపుచ్చడం తల్లిదండ్రులకు చాలా కష్టంగా అనిపిస్తుంది. అధిక ఉష్ణోగ్రతల వలన పిల్లలు అసౌకర్యంగా ఫీలై నిద్రపోకుండా బాధపడుతారు. అందుకే చాలా మంది తల్లిదండ్రులు తమ పిల్లల్ని ఏసీ గదిలో పడుకోబెడుతారు. అయితే పిల్లలు బాగా సున్నితంగా ఉండే వయస్సులో ఉండటంతో ఏసీ గదిలో పడుకోబెడుతున్నప్పుడు కొన్ని ముఖ్యమైన జాగ్రత్తలు పాటించాల్సి ఉంటుంది. ఏసీ గాలి నేరుగా పిల్లలపై పడితే వారి శరీర ఉష్ణోగ్రత అసమతుల్యంగా మారతాయి. దీని వలన పిల్లల్లో రోగనిరోధక శక్తి బలహీనపడే అవకాశాలు ఎక్కువ. అందుకే గాలి దిశను తగినట్లు మార్చి గదిలో చల్లదనం సమానంగా పంచుకునేలా చూడాలి. ఇలా చేయడం వల్ల పిల్లలు ఆరోగ్యంగా ఉండగలుగుతారు. చిన్నపిల్లలు చలిని ఎక్కువగా ఫీలవుతారు. గది ఉష్ణోగ్రత ఎక్కువగా తగ్గితే జలుబు, దగ్గు, ముక్కు కారడం వంటి సమస్యలు మారతాయి. కనుక గదిలో ఉష్ణోగ్రతను 24ళీజ నుండి 26ళీజ మధ్య ఉంచితే వారు సురక్షితంగా నిద్రపోవచ్చు. ఏసీ గదిలో పడుకునేటప్పుడు పిల్లలకు కాటన్ దుస్తులు వేయడం మంచిది. ఇవి శరీరానికి ఒత్తిడి లేకుండా ఉండేలా చేస్తాయి. వీటి వలన వారు సౌకర్యంగా ఫీలై త్వరగా నిద్రపోతారు. మరొకవైపు కాటన్ దుస్తుల వాడకం వల్ల చలితో సంబంధిత సమస్యలు కూడా తగ్గిపోతాయి. ఏసీ గదిలో ఉండే వేళ పిల్లలకు సాధారణంగా దాహం అనిపించదు. కానీ శరీరంలోని తేమ తక్కువై డీహైడ్రేషన్ కి దారితీసే ప్రమాదం ఉంటుంది. కనుక వారికి తరచూ మంచినీళ్లు, కొబ్బరినీళ్లు, తాజా పండ్ల రసాలు ఇస్తూ ఉండాలి. ఇవి శరీర తేమను నిలిపి ఉంచడంలో ఉపయోగపడతాయి. ఏసీ గదిలో డోర్లు, కిటికీలు పూర్తిగా మూసేస్తే గాలి ప్రవాహం ఆగిపోతుంది. దీని వలన గదిలోని గాలి శుద్ధి కాని, అశుద్ధిగా మారవచ్చు. ఈ పరిస్థితుల్లో పిల్లలకు శ్వాసకోస సంబంధిత సమస్యలు తలెత్తే

అవకాశముంటుంది. కాబట్టి కొంతమేర కిటికీ లేదా వెంటిలేటర్ తెరిచి ఉంచడం మంచిది. ఏసీ ఫిల్టర్లు ధూళితో నిండిపోతే వాటి ద్వారా వచ్చే గాలి ఆరోగ్యానికి హానికరం. పిల్లలకు డస్ట్ అలర్జీ, దగ్గు వంటి సమస్యలను తెస్తుంది. కనుక వారానికి ఒకసారి అయినా ఫిల్టర్లను శుభ్రం చేయడం చాలా ముఖ్యం. చిన్నపిల్లలను ఏసీ గదిలో ఒంటరిగా ఉంచడం మంచిది కాదు. వారు నిద్రపోయే సమయంలో తల్లిదండ్రులలో ఒకరు వారి పక్కనే ఉండాలి. ఇది అవసరమైన వేళ దుప్పటి కప్పడం, నీళ్లు ఇవ్వడం వంటి వాటిలో ఉపయోగపడతాయి. గది చల్లబడిన తరువాత పిల్లలు నిద్రలోకి వెళ్లిపోయాక ఏసీని ఆఫ్ చేయాలి. దీని వలన సహజ గాలి గదిలోకి ప్రవేశిస్తుంది. దీనితో పిల్లలు చలికి గురవకుండా ఆరోగ్యంగా నిద్రపోతారు. ఏసీ వాడకంలో జాగ్రత్తలు పాటిస్తే పిల్లలకు హాని కలగదు. పై చెప్పిన సూచనలను అనుసరిస్తే వేసవి కాలంలో పిల్లలు చల్లగా,

కరివేపాకు నమిలి తినడం

వలన ఖతర్నాక్ బెనిఫిట్స్..!

కమ్మటి సువానతో కూడిన కరివేపాకు లేనిదే ఏ పోపు పూర్తికాదు..దాదాపు ప్రతి వంటకంలోనూ కరివేపాకును ఉపయోగిస్తుంటారు. ముఖ్యంగా పప్పు, సాంబారు, పులిహోర వంటి వంటకాల్లో తప్పనిసరిగా కరివేపాకు ఉండాల్సిందే.. కానీ, చాలా మంది కరివేపాకును సులువుగా తీసిపారేస్తుంటారు. అయితే, కరివేపాకు కేవలం వంటలకు సువాసన కోసం మాత్రమే కాదు..పుష్కలమైన ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు కలిగిస్తుందని మీకు తెలుసా..? ఉదయాన్నే ఖాళీ కడుపుతో పది కరివేపాకు ఆకుల్ని నమిలి తినటం వల్ల ఖతర్నాక్ బెనిఫిట్స్ ఉన్నాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. కరివేపాకును వివిధ రకాలైన వంటల్లో ఉపయోగిస్తారు. చట్నీ, కూరల్లో ఎక్కువగా వాడతారు. కరివేకును ఉదయాన్నే తీసుకోవడం వలన ఖతార్నాక్ బెనిఫిట్స్ ఉన్నాయని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. కరివేపాకు తినడం వలన కొలెస్ట్రాల్ తగ్గుతుంది, ట్రైగ్లిజరాయిడ్ లెవల్స్ తగ్గుతాయి. దీని వలన గుండె ఆరోగ్యం మెరుగవుతుంది. కరివేపాకు తీసుకోవడం వలన జీర్ణఎంజైములు ప్రేరేపించబడతాయి. దీని వలన జీర్ణశక్తి పెరుగుతుంది, కడుపు ఉబ్బరం తగ్గుతుంది. దీనితో పాటు గ్యాస్, మలబద్దకం వంటి సమస్యలు తగ్గుతాయి. కరివేపాకులో కాల్షియం పుష్కలంగా ఉంటుంది. ఇది దంతాలు, ఎలుకల ఆరోగ్యానికి మంచిది.కరివేపాకు తినడం వల్ల కీళ్ళనొప్పులు, షుగర్ ఉన్నవారిలో ఎముకల నొప్పిని తగ్గించి ఎముకల్ని బలంగా మారుస్తుంది. ఉదయాన్నే కరివేపాకు తినడం వలన జీవక్రియ మెరుగవుతుంది. ఫైబర్, అల్కలాయిడ్స్ ఉండటం వలన టాక్సిన్స్ తగ్గిపోతాయి. దీని వలన శరీర బరువు నియంత్రణలో ఉంటుంది. రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రణలో ఉంచడంలో కరివేపాకు ఎంతో దోహదం చేస్తుంది. ఇన్సులిన్ సెన్సిటివిటి మెరుగవుతుంది. ప్రతిరోజూ ఉదయాన్నే పరగడపున కరివేపాకుని తింటే మూత్రపిండాల్లో పేరుకుపోయిన వ్యర్థాలు పూర్తిగా తొలిగి వాటి పనితీరు మెరుగవుతుంది. కరివేపాకు వలన జుట్టు ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు సమృద్ధిగా ఉండటం వలన జుట్టు రాలడం, చుండ్రు వంటి సమస్యలు తగ్గుతాయి. కరివేపాకులో విటమిన్ బి12, విటమిన్ ఇ జుట్టు రాలడాన్ని తగ్గిస్తాయి. రోజూ ఉదయాన్నే ఖాళీ కడుపుతో పచ్చి కరివేపాకు తింటే ఇమ్యూనిటీ పెరుగుతుంది. ఇన్ఫెక్షన్స్ దూరమవుతాయి.

ఎగ్స్‌ని ఎలా తింటే

ఆరోగ్యానికి మంచిది..?

ఎగ్స్ మన రోజువారీ ఆహారంలో ముఖ్యమైన ప్రోటీన్ మూలంగా నిలుస్తున్నాయి. కానీ వాటిని తినే తీరు గురించి చాలా మందిలో అనేక సందేహాలు ఉంటాయి. నేరుగా ఉడికించి తినడం మంచిదా..? లేక కూరగాయలతో కలిపి ఆమ్లెట్ రూపంలో తీసుకోవాలా..? అనే ప్రశ్న చాలా మంది లోనూ కనిపిస్తుంది. ఉడికిన ఎగ్స్ లో శరీరానికి అవసరమైన ప్రోటీన్ తో పాటు విటమిన్ ూా, దీ12, ఐ, జు, ఐరన్, జింక్ వంటి ఖనిజాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఒక సాధారణ ఉడికిన ఎగ్ లో దాదాపు 6 గ్రాముల నాణ్యమైన ప్రోటీన్ ఉంటుంది. ఇది శరీర కణాల పునరుద్ధరణకు, కండరాల అభివృద్ధికి ఎంతో సహకరిస్తుంది. ముఖ్యంగా బరువు తగ్గే ప్రయత్నంలో ఉన్నవారు ఉడికిన ఎగ్స్ తీసుకుంటే తక్కువ కేలరీలతో ఎక్కువ ప్రోటీన్ అందుకుంటారు. అదనంగా నూనె లేదా మసాలా పదార్థాలు వాడకపోవడం వల్ల శరీరానికి హానికరమైన కొవ్వులు చేరకుండా ఉంటాయి.ఆమ్లెట్ లో టమాటా, క్యారెట్, బీన్స్, ఉల్లిపాయ వంటి కూరగాయలు కలిపితే జీర్ణవ్యవస్థకు అవసరమైన ఫైబర్, విటమిన్ లు లభిస్తాయి. ముఖ్యంగా ఉదయాన్నే తినే బ్రేక్‌ఫాస్ట్ గా ఇది శక్తినిచ్చే ఆహారంగా పని చేస్తుంది. కానీ కొందరు ఆమ్లెట్ తయారీలో ఎక్కువ నూనె, వెన్న, జున్ను వంటి అధిక కొవ్వు పదార్థాలు వాడుతారు. ఇలా చేస్తే ఆరోగ్యానికి ఉపయోగకరమైన ఆహారం హానికరంగా మారుతుంది. ఎక్కువ కేలరీలు, కొవ్వు శాతం పెరగడం వల్ల గుండె సమస్యలు వచ్చే ప్రమాదం పెరుగుతుంది.ఉడికిన ఎగ్స్ తినడం వల్ల తక్కువ నూనెతో ఎక్కువ ప్రోటీన్, ఖనిజాలు అందుతాయి. అయితే ఆమ్లెట్ లో కూరగాయలు కలవడం వల్ల పోషక విలువలు ఇంకా పెరుగుతాయి. కానీ ఇందులో నూనె పరిమితంగా వాడాలి. తక్కువ నూనెతో తయారైన ఆమ్లెట్ శరీరానికి నెమ్మదిగా శక్తిని అందిస్తుంది. అలాగే గర్భిణులు, శారీరక శ్రమ ఎక్కువగా చేసే వారు మాత్రం ఆమ్లెట్ రూపంలో తీసుకుంటే శక్తిని పొందగలరు. ఎగ్స్ ని ఎలా తినాలో అనే విషయం పూర్తిగా వ్యక్తిగత అవసరాలపై ఆధారపడి ఉంటుంది. బరువు తగ్గాలని భావిస్తున్న వారు ఉడికిన రూపంలో తీసుకోవడం ఉత్తమం. కండరాల పెరుగుదల కోసం ప్రోటీన్ అవసరం ఉన్నవారు ఆమ్లెట్ తీసుకోవచ్చు. కానీ ఈ రెండింట్లోనూ పరిమిత మోతాదు పాటించడం ముఖ్యమైన విషయం. అలాగే ఎగ్స్ నాణ్యత ఉన్నవే తీసుకోవాలి. ఎగ్స్ ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తాయి. కానీ వాటిని తినే పద్ధతి.. తయారీ విధానం సరైనదిగా ఉండాలి. తక్కువ కేలరీలు కావాలంటే ఉడికిన ఎగ్స్ మంచి ఎంపిక. శక్తి అవసరం ఉన్నవారికి కూరగాయల ఆమ్లెట్

వేసవి వేడికి ఉక్కిరిబిక్కిరి అవుతున్నారా..?

వేసవి వేడిలో శరీరాన్ని చల్లగా ఉంచే ప్రకృతి సిద్ధమైన డ్రింక్స్ లలో బత్తాయి జ్యూస్ ప్రత్యేకమైనది. ఇందులో ఉండే విటమిన్ లు, ఖనిజాలు శరీరానికి శక్తిని అందించడమే కాదు.. జీర్ణక్రియను మెరుగుపరుస్తాయి. ప్రతిరోజూ కొద్దిపాటి బత్తాయి రసం తాగడం వల్ల శక్తి, చర్మ ఆరోగ్యం, హైడ్రేషన్ మెరుగవుతుంది.వేసవి కాలంలో అధిక ఉష్ణోగ్రతలతో శరీరం నీరసం చెందే అవకాశం ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఇలాంటి సమయంలో శరీరాన్ని చల్లగా ఉంచే ప్రకృతిసిద్ధమైన డ్రింక్ లు ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తాయి. వాటిలో బత్తాయి జ్యూస్ అత్యుత్తమమైనదిగా చెప్పవచ్చు. ఈ పండులో విటమిన్ సి, విటమిన్ ఎ, ఫోలేట్, పొటాషియం, మెగ్నీషియం, ఫాస్ఫరస్, ఐరన్, ఫైబర్ తోపాటు శక్తివంతమైన యాంటీఆక్సిడెంట్లు లభిస్తాయి. ఇవన్నీ శరీరానికి అవసరమైన మూలకాలు. ప్రతి రోజు బత్తాయి రసం తాగడం వల్ల ఈ పోషకాలు నిత్యం అందుతాయి. వేడి వల్ల శరీరం బలహీనంగా మారినప్పుడు గ్లాసంత బత్తాయి రసం తాగితే తక్షణం శక్తిని తిరిగి పొందే అవకాశం ఉంది. ఇది శరీరాన్ని ఉల్లాసంగా ఉంచుతుంది. వేడి వల్ల ఏర్పడే నీరసం, తలనొప్పి వంటి లక్షణాల నుంచి ఉపశమనం ఇస్తుంది. ఈ జ్యూస్ తాగడం వల్ల లోపలుండే వేడి తగ్గిపోతుంది. వేసవిలో అధికంగా కనిపించే హీట్ స్ట్రోక్ నుంచి రక్షణ లభిస్తుంది. శరీర ఉష్ణోగ్రతను స్థిరంగా ఉంచే సహజ మార్గాల్లో ఇది ఒకటి. విటమిన్ సి శరీరంలో రోగాలకు ప్రతిఘటించే శక్తిని పెంపొందిస్తుంది. ఈ పండు ద్వారా తీసుకునే జ్యూస్ ఈ శక్తిని మెరుగుపరచడంలో సహాయపడుతుంది. ప్రతిరోజూ కొద్దిపాటి బత్తాయి రసం తాగటం వల్ల మానసిక శక్తి కూడా ఉత్సాహంగా ఉంటుంది. ఈ డ్రింక్ తాగడం వల్ల చర్మంపై సహజమైన కాంతి కనిపిస్తుంది. వేసవిలో చర్మం పొడిబారే అవకాశం ఎక్కువగా ఉంటే.. బత్తాయి జ్యూస్ తాగడం ద్వారా చర్మం మృదువుగా, ఆరోగ్యంగా మారుతుంది. బత్తాయి రసం జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచడంలో సహాయపడుతుంది. మలబద్ధకం, గ్యాస్, అసిడిటీ వంటి సమస్యలను తగ్గించే గుణాలు ఇందులో ఉన్నాయి. వేసవిలో తక్కువ ఆహారం తీసుకునే సమయంలో జీర్ణక్రియ సహజంగా జరిగేందుకు ఇది ఎంతో మేలు చేస్తుంది. వేసవిలో శరీరాన్ని చల్లగా ఉంచడం, శక్తిని నిలుపుకోవడం, చర్మ ఆరోగ్యం పరిరక్షించుకోవడం కోసం బత్తాయి జ్యూస్ నిత్యం తీసుకోవడం చాలా ఉపయోగకరం. సహజంగా లభించే ఈ రసం తాగడం వల్ల ఆరోగ్యం ఎంతో మెరుగుపడుతుంది.

బరువు పెరగాలంటే

ఈ ఫుడ్ తినాల్సిందే

శరీరం సన్నగా ఉండి బలహీనంగా కనిపించే వారు బరువు పెరగడానికి చాలా ప్రయత్నాలు చేస్తారు. కానీ తినే ఆహారం సరైనదిగా లేకపోతే ప్రయోజనం ఉండదు. బలంగా, ఆరోగ్యంగా బరువు పెరగాలంటే శక్తినిచ్చే పోషకాలతో కూడిన ఆహారం తీసుకోవాలి. బాదం, జీడిపప్పు లాంటి డ్రై ఫ్రూట్స్ లలో సహజ ఫ్యాట్ లు, ప్రోటీన్లు, శక్తినిచ్చే పదార్థాలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. రోజూ గుప్పెడు గింజలు తీసుకుంటే శరీరానికి అవసరమైన శక్తి అందుతుంది. ఇవి స్నాక్స్ లా తీసుకోవచ్చు లేక స్మూతీల్లో కలిపినా మంచిదే. పౌష్టికాహారం కావాలనుకునే వారికి ఇది సరైన ఎంపిక. ఆవకాడో పండు సహజంగా కొవ్వులు ఎక్కువగా కలిగి ఉంటుంది. ఇందులో ఫైబర్, విటమిన్ లు, ఖనిజాలు కూడా ఉంటాయి. ఈ పండును సలాడ్, శాండ్విచ్, స్మూతీలో కలిపి తీసుకుంటే శరీరానికి తగిన శక్తి అందుతుంది. ఇది బరువు పెరగాలనుకునే వారికి సహాయపడుతుంది. చీజ్ శక్తివంతమైన ఆహారం. ఇందులో ప్రోటీన్ ఎక్కువగా ఉండటంతో పాటు శరీరానికి అవసరమైన కొవ్వులు కూడా లభిస్తాయి. చీజ్‌ను సలాడ్, పాస్తా, శాండ్విచ్ వంటి వంటకాలతో కలిపి తినడం ద్వారా శక్తి పెరుగుతుంది. ఇది రుచి కూడా ఇస్తుంది. ఆల్మండ్ లేదా పీనట్ బటర్ లలో సహజంగా ప్రోటీన్, ఫ్యాట్‌లు అధికంగా ఉంటాయి. బ్రెడ్ టోస్ట్ మీద వేయడం, లేక ఫ్రూట్ స్మూతీల్లో కలిపి తీసుకోవడం వల్ల ఇది శక్తిని అందిస్తుంది. తక్కువ మోతాదులో కూడా ఎక్కువ శక్తిని ఇచ్చే ఆహారం ఇది. పండ్లు, పాలు, గింజలు, యోగర్ట్, ప్రోటీన్ పౌడర్, నట్ బటర్ వంటి పదార్థాలతో తయారయ్యే స్మూతీలు శరీరానికి తక్షణ శక్తిని అందిస్తాయి. ఇవి ఉదయాన్నే లేదా వర్కౌట్ తర్వాత తీసుకుంటే మంచిది. అధిక కేలరీలు కావాల్సిన వారికి ఇది మంచి ఎంపిక. వైట్ రైస్‌లో కార్బోహైడ్రేట్‌లు అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి శరీరానికి తక్షణ శక్తిని అందిస్తాయి. అన్నం కూరలతో లేదా పాలకూరలతో కలిపి తింటే శక్తి, పోషణ రెండూ లభిస్తాయి. బరువు పెరగాలనుకునే వారు రోజూ అన్నాన్ని తప్పక తినాలి.పాలు ప్రోటీన్, ఫ్యాట్‌లు, కార్బ్బ్ సమతుల్యంగా కలిగి ఉండటంతో శరీరానికి పూర్తి శక్తిని అందిస్తాయి. రోజుకు ఒకటి లేదా రెండు గ్లాసుల పాలును తీసుకుంటే బరువు పెరిగే అవకాశాలు పెరుగుతాయి. కండరాల బలానికి కూడా ఇది తోడ్పడుతుంది. కోకో అధికంగా ఉండే డార్క్ చాక్లెట్ యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, ఫ్యాట్‌లు అందించడంలో కీలకంగా ఉంటుంది. మితంగా తీసుకుంటే శరీరానికి అవసరమైన శక్తిని అందిస్తుంది. ఇది రుచికరమైనది కావడంతో పాటు బరువు పెరగడంలో సహాయపడుతుంది. బంగాళదుంపలలో స్టార్చ్ అధికంగా ఉండటం వల్ల శక్తి త్వరగా అందుతుంది. ఉడికించి, వేయించి లేదా రోస్ట్ చేసి తింటే పోషకాలు తగ్గకుండా శక్తిని అందిస్తుంది. వీటిని కూరగాయలతో కలిపి వండితే బలంగా ఉండే శక్తివంతమైన ఆహారంగా మారుతుంది. ఆరోగ్యకరంగా బరువు పెరగాలనుకునే వారు రోజువారీ ఆహారంలో పై పదార్థాలను చేర్చితే మంచిది. ఇవి సహజంగా శక్తిని అందించడమే కాకుండా శరీరాన్ని బలంగా కూడా మారుస్తాయి.

పిత్తాశయంలో రాళ్ళు :ఎందుకు ఏర్పడతాయో తెలుసా..?

పిత్తాశయంలో రాళ్లు ఏర్పడింతే.. కొన్నిసార్లు ప్రాణాంతకం కావచ్చు. దీనిని నిర్లక్ష్యం చేస్తే, రాళ్ల సంఖ్య వేగంగా పెరుగుతుంది.. రాళ్లు ఎక్కువగా పెరిగితే.. పిత్తాశయం పగిలిపోవచ్చు. ఇది ప్రాణాలను ప్రమాదంలో పడేస్తుంది. పిత్తాశయంలో రాళ్ళు ఉండటం తీవ్రమైన సమస్య.. చాలా సందర్భాలలో పిత్తాశయాన్ని తొలగించాల్సి ఉంటుంది. చాలా సార్లు, నిర్లక్ష్యం కారణంగా, పిత్తాశయంలో వందలాది చిన్న రాళ్ళు ఏర్పడతాయి. కొన్నిసార్లు, చాలా ఎక్కువ రాళ్ళు ఉంటే, పిత్తాశయం కూడా పగిలిపోవచ్చు. ఇది అత్యవసర పరిస్థితి.. అటువంటి పరిస్థితిలో, తక్షణ శస్త్రచికిత్స అవసరం. చాలా సార్లు రోగి పిత్తాశయం చీలిపోవడం వల్ల ప్రాణం పోతుంది.. కాబట్టి, పిత్తాశయ రాళ్ళు ఏర్పడే లక్షణాలు కనిపించిన వెంటనే చికిత్స ప్రారంభించాలి. పిత్తాశయుంలో రాళ్లు ఏర్పడడానికి అనేక కారణాలు ఉన్నాయి. ఈ కారణాలలో రెండు ప్రధాన కారణాలు ఉన్నాయి. కొలెస్ట్రాల్, బిలిరుబిన్ వర్ణద్రవ్యం పెరుగుదల పిత్తాశయంలో రాళ్ళు ఏర్పడటానికి కారణమవుతుంది. పిత్తాశయంలో 80 శాతం పిత్తాశయ రాళ్ళు ఏర్పడటానికి కొలెస్ట్రాల్ కారణం.. ఇరవై శాతం కేసులలో మాత్రమే, బిలిరుబిన్ – కాల్షియం కారణంగా రాళ్ళు ఏర్పడతాయి. అందువల్ల, మీ కొలెస్ట్రాల్‌ను క్రమం తప్పకుండా తనిఖీ చేసుకోవడం ముఖ్యం. దీనితో పాటు, బిలిరుబిన్–కాల్షియం పరీక్షలు కూడా చేయాలి. దీనితో పాటు, మీ ఆహారాన్ని సమతుల్యంగా ఉంచుకోండి. తద్వారా శరీరంలో కొలెస్ట్రాల్ – బిలిరుబిన్ పెరగవు. పిత్తాశయంలో రసాయన అసమతుల్యత

రాళ్ళు ఏర్పడటానికి కారణమవుతుందని ూా××మీా న్యూఢిల్లీలోని గ్యాస్ట్రోఎంటరాలజీ విభాగానికి చెందిన మాజీ డాక్టర్ అనన్య గుప్తా వివరించారు. పిత్తంలో కొలెస్ట్రాల్, కాల్షియం గ్లైకోలేట్, బిలిరుబిన్ అధిక స్థాయిలో ఉండటం వల్ల రాళ్ళు ఏర్పడతాయి. దీనితో పాటు, పిత్తాశయం పూర్తిగా ఖాళీ కానప్పుడు, రాళ్ళు కూడా ఏర్పడతాయి. దీనితో పాటు, వంశపారంపర్య కారణాలు కూడా ఉన్నాయి. కుటుంబంలో ఎవరికైనా పిత్తాశయ రాళ్ల చరిత్ర ఉంటే, దీనికి ఎక్కువ ప్రమాదం ఉంటుంది. పురుషుల కంటే స్త్రీలలో పిత్తాశయ రాళ్ళు వచ్చే అవకాశం ఎక్కువగా ఉంటుంది. గర్భనిరోధక మాత్రలు తీసుకోవడం వల్ల ఈ ప్రమాదం మరింత పెరుగుతుంది. వయస్సు పెరగడం– తగినంత నీరు త్రాగకపోవడం కూడా ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది. పిత్తాశయ రాళ్ళు ఏర్పడకుండా నిరోధించడానికి ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలిని అలవర్చుకోండి. కొవ్వు, కొలెస్ట్రాల్ అధికంగా ఉండే ఆహారాలకు దూరంగా ఉండండి. క్రమం తప్పకుండా వ్యాయామం చేయండి.. మీ బరువును అదుపులో ఉంచుకోండి. తగినంత మోతాదులో నీరు త్రాగాలి. డీహైడ్రేషన్ నుండి మిమ్మల్ని మీరు రక్షించుకోండి. పండ్లు, కూరగాయలు, తృణధాన్యాలు, ఇతర ఆరోగ్యకరమైన ఆహారాలను ఆహారంలో చేర్చండి. వాటిని తీసుకోవడం వల్ల పిత్తాశయ రాళ్ల ప్రమాదాన్ని తగ్గించవచ్చు. పిత్తాశయంలో పిత్తాశయ రాళ్ళు ఉండే అవకాశం ఉంటే, అప్పుడు వైద్యుడితో తనిఖీ చేయించుకోండి.

రాజన్నను దర్శించుకున్న రాజస్థాన్ గవర్నర్ ఎడిసి నునావత్ ప్రవీణ్ నాయక్

వేములవాడ,(ప్రశ్న న్యూస్) రాజస్థాన్ రాష్ట్ర గవర్నర్ ఎడిసి నునావత్ ప్రవీణ్ నాయక్(ఐపిఎస్) కుటుంబ సమేతంగా ఆదివారం వేములవాడ శ్రీ రాజరాజేశ్వర స్వామి వారిని ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించి, దర్శించుకున్నారు. దర్శనం అనంతరం నాగిరెడ్డి మండపంలో ఆలయ అర్చకులు వేదోక్త ఆశీర్వచనం చేసి, శేషవస్త్రం కప్పి స్వామివారి లడ్డూప్రసాదం అందజేశారు. వారి వెంట వరంగల్ విజిలెన్స్ అండ్ ఎన్ఫోర్స్మెంట్ అడిషనల్ ఎస్పీ బాలకోటి,ఆలయ సిబ్బంది ఉన్నారు.

ఎర్ర శోభ యాదిలో... కుటుంబ సభ్యులు...!

- స్వర్గస్థులై మాసం దాటినా మృతురాలి జ్ఞాపకాలను నెమరు వేసుకుంటున్న కుటుంబ సభ్యులు

బోయినిపల్లి,(ప్రశ్న న్యూస్) రాజన్న సిరిసిల్ల జిల్లా,బోయినిపల్లి మండలం, నీలోజిపల్లి గ్రామానికి చెందిన ఎర్ర శోభ గత నెల రోజులక్రితం విద్యుదా ఘాతం తో మృత్యువాత పడ్డారు. ఈ సందర్భంగా దివంగత శోభ కుటుంబ సభ్యులు ఆమె యాదిలో...మమ్మల్ని విడిచి వెళ్లిన నేటికి నెల దాటింది. కానీ ప్రతి రోజు నీ జ్ఞాపకాలే, మన జీవితంలో నిలిచిపోయిన క్షణాలను గుర్తు చేస్తోంది. నీవు మాట్లాడుతున్న శబ్దం వినిపిస్తున్నట్లు, చిరునవ్వుతో ఎదురుగా కనిపిస్తున్నట్లు అనిపిస్తుంది. నువ్వు లేని లోటు మాటలకందని బాధను కలిగిస్తోంది. నీ సాన్నిహిత్యం, నీ ఆదరణ ఇప్పుడు గుర్తుగా మాత్రమే మిగిలిపోయింది. మా గుండెల్లో శాశ్వతంగా నిలిచిపోయావు. ప్రతి శ్వాసలో నిన్ను తలుచుకుంటూ, నీ జ్ఞాపకాల్లో మునిగిపోయే రోజులు గడుస్తున్నాయి అంటూ విలపిస్తున్నారు. ఈ విషాద సమయంలో, కుటుంబ సభ్యులు, బంధుమిత్రులు, శ్రేయోభిలాషులు అందరూ నిన్ను ప్రేమతో, గౌరవంతో, అనురాగంతో స్మరిస్తున్నారు. నీ ఆత్మకు శాంతి చేకూరాలని మనస్ఫూర్తిగా ప్రార్థిస్తున్నామంటూ విచారం వ్యక్తం చేస్తున్నారు.

వర్షాల కోసం రైతుల కప్పతల్లి ఆట

బోయినిపల్లి ,(ప్రశ్న న్యూస్) బోయినిపల్లి మండల కేంద్రంలో ఆదివారం వర్షాలు కురిసి పంటలు బాగా పండాలనే ఆశయంతో రైతులు వరుణ దేవుణ్ణి భక్తిశ్రద్ధలతో ప్రార్థించారు. సంప్రదాయ విశ్వాసాలను పాటిస్తూ, కప్పతల్లి ఆటను ఆడారు.బోరు బావులు ఎండిపోవడం, పొలాలు వరుసగా ఎండ వేడిమిలో ముదిరిపోవడంతో రైతులు ఆందోళనకు గురవుతున్నారు. వర్షాలు కురవాలన్న ఆకాంక్షతో, గ్రామ పెద్దల ఆధ్వర్యంలో చిన్నారులు, మహిళలు కలసి కప్పతల్లి ఆటను నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా గ్రామంలోని దేవాలయాల వద్ద ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు.రైతుల ఆకాంక్షకు ప్రకృతి అనుకూలంగా ఉండాలని, త్వరలోనే వర్షాలు కురిసి రైతుల శ్రమ ఫలించాలన్నది అందరి ఆకాంక్ష.

ప్రెసిడెంట్ జీ.. మీకు, అధిష్టానానికి కృతజ్ఞతలు

- మంత్రి అడ్లూరి

మంత్రిగా బాధ్యతలు స్వీకరించిన లక్ష్మణ్

అనంతరం ఢిల్లీకి పయనం

కాంగ్రెస్ జాతీయ అధ్యక్షుడిని ప్రత్యేకంగా కలిసిన మంత్రి

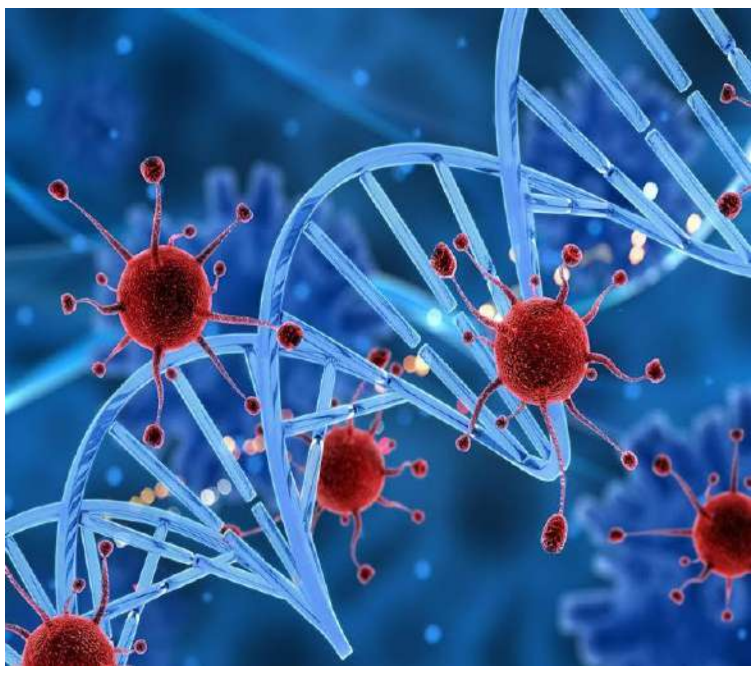
హైదరాబాద్ (ప్రశ్న న్యూస్) తెలంగాణ రాష్ట్ర ఎస్సీ ఎస్టీ మైనార్టీ వికలాంగుల సంక్షేమ శాఖ మంత్రిగా ధర్మపురి ఎమ్మెల్యే, అడ్లూరి లక్ష్మణ్ కుమార్ ప్రమాణ స్వీకారం చేశారు. బాధ్యతలు చేపట్టిన అనంతరం ఢిల్లీలోని కాంగ్రెస్ అధ్యక్షులు మల్లికార్జున ఖర్గేని మర్యాదపూర్వకంగా కలిసి కృతజ్ఞతలు తెలియజేశారు. ఈ సందర్భంగా ఖర్గేని శాలువాతో సన్మానించి వెంకటేశ్వర స్వామి వారి చిత్రపటాన్నివారికి బహుకరించారు.

అధిష్టానానికి ధన్యవాదాలు : అడ్లూరి

తెలంగాణ కాంగ్రెస్ పార్టీలో సోనియా గాంధీ కుటుంబానికి , ప్రెసిడెంట్ ఖర్గేకి వీర విధేయుడిగా ఉన్న తనకు క్యాబినెట్ లోకి తనకు అవకాశం ఇచ్చినందుకు, కాంగ్రెస్ అగ్రనేతలు సోనియా గాంధీ, రాహుల్ గాంధీ , ప్రియాంక గాంధీలకు హృదయపూర్వక ధన్యవాదాలు తెలియజేస్తున్నట్లు ఢిల్లీలో ప్రకటించారు.

ఈ ఐదు ఆహారాలలో క్యాన్సర్ కారకాలు

- వద్దన్నా తింటున్రు.. రోగాలు తెచ్చుకుంటున్రు



మన దైనందిన జీవితంలో తీసుకునే అనేక సాధారణ ఆహార పదార్థాలలో అక్రిలమైడ్ అనే రసాయనం ఉంటుందని తెలిస్తే ఆశ్చర్యపోవాల్సిందే. ముఖ్యంగా పిండి పదార్థాలు కలిగిన ఆహారాన్ని అధిక ఉష్ణోగ్రతల వద్ద వేయించడం, బేకింగ్ చేయడం లేదా రోస్టింగ్ చేయడం వంటి పద్ధతుల్లో వండినప్పుడు ఇది తయారవుతుంది. అక్రిలమైడ్‌కు, క్యాన్సర్‌కు మధ్య ఉన్న సంబంధంపై శాస్త్రవేత్తలు ఇంకా లోతైన అధ్యయనాలు చేస్తున్నప్పటికీ, దీనికి తరచుగా గురికావడాన్ని తగ్గించుకోవాలని ఆరోగ్య నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. వంట చేసే పద్ధతుల్లో కొన్ని చిన్నపాటి మార్పులు చేసుకుంటే, ఆహారపు రుచిలో పెద్దగా తేడా లేకుండానే అక్రిలమైడ్ మోతాదును తగ్గించుకోవచ్చని వారు సూచిస్తున్నారు. అక్రిలమైడ్ సాధారణంగా ఎక్కువగా ఏర్పడే కొన్ని ఆహార పదార్థాలు, వాటిని సురక్షితంగా ఆస్వాదించే పద్ధతులు ఇక్కడ ఉన్నాయి.

కరకరలాడే స్నాక్స్ మరియు ఫ్రైస్

బంగాళాదుంప చిప్స్, ఫ్రెంచ్ ఫ్రైస్, ఇతర నూనెలో బాగా వేయించిన స్నాక్స్ ఈ జాబితాలో మొదటి స్థానంలో ఉంటాయి. బంగాళాదుంపలను అధిక వేడి వద్ద వేయించినప్పుడు లేదా బేక్ చేసినప్పుడు, వాటిలోని సహజ చక్కెరలు అమైనో ఆమ్లాలతో చర్య జరిపి అక్రిలమైడ్‌ను ఉత్పత్తి చేస్తాయి. పదార్థం ఎంత ఎక్కువగా వేగి, ఎంత ముదురు రంగులోకి మారితే, అంత ఎక్కువ అక్రిలమైడ్ ఉంటుంది. వీటికి బదులుగా ఉడికించిన లేదా ఎయిర్-ఫ్రై చేసిన వాటిని ఎంచుకోవడం, మరీ ఎక్కువగా వేగించకపోవడం ద్వారా దీని ప్రభావాన్ని తగ్గించుకోవచ్చు.

ప్యాకేజ్డ్ బిస్కెట్లు మరియు కుకీలు

వీటిని తరచుగా అధిక ఉష్ణోగ్రతల వద్ద బేక్ చేస్తారు. వీటిలో అక్రిలమైడ్‌తో పాటు, అదనపు ప్రిజర్వేటివ్‌లు, శుద్ధి చేసిన చక్కెర కూడా ఉండవచ్చు. ఇవి తినడానికి రుచిగా, కరకరలాడుతూ ఉన్నప్పటికీ, తరచుగా తీసుకోవడం ఆరోగ్యానికి అంత మంచిది కాదు. టీతో పాటు బిస్కెట్ తినే అలవాటు ఉంటే బయట కొనుగోలు చేసిన, బాగా వేగిన వాటికి బదులుగా ఇంట్లో తయారుచేసుకున్న లేదా తక్కువగా బేక్ చేసిన వాటిని ప్రయత్నించడం మేలు.

మాడిన టోస్ట్ మరియు బాగా వేగిన బ్రెడ్

టోస్ట్ మీద బంగారు రంగులో ఉండే పొర చూడటానికి బాగానే అనిపించవచ్చు, కానీ మరీ ఎక్కువగా వేగించడం వల్ల ఎక్కువ అక్రిలమైడ్ ఏర్పడుతుంది. బ్రెడ్‌ను లేతగా టోస్ట్ చేసుకోవడం, బాగా నల్లగా లేదా మాడిపోయినట్లు కనిపించే వాటిని తినకపోవడం ఉత్తమం. తక్కువగా టోస్ట్ చేసిన హోల్‌గ్రెయిన్ బ్రెడ్‌లు ఫైబర్ కోసం మంచివి, అలాగే అక్రిలమైడ్ కూడా తక్కువగా ఉంటుంది.

కాఫీ

ఆశ్చర్యకరంగా కాఫీలో కూడా అక్రిలమైడ్ ఉంటుంది. కాఫీ గింజలను వేయించే (రోస్టింగ్) ప్రక్రియలో ఇది ఏర్పడుతుంది. దీనివల్ల కాఫీని పూర్తిగా మానేయాల్సిన అవసరం లేదు, కానీ మితంగా తీసుకోవడం, ఇంట్లో గింజలను అతిగా వేయించకపోవడం మంచిది. కోల్డ్ బ్రూ కాఫీలు, లైట్ రోస్ట్ కాఫీలలో అక్రిలమైడ్ స్థాయిలు తక్కువగా ఉండవచ్చని నిపుణులు చెబుతున్నారు.

ప్యాకేజ్డ్ సీరిల్స్

మొక్కజొన్న (కార్న్) లేదా గోధుమలతో తయారుచేసి, మంచి కరకరలాడే స్వభావం కోసం అధిక ఉష్ణోగ్రతల వద్ద వేయించిన (టోస్ట్ చేసిన) లేదా బేక్ చేసిన సీరిల్స్‌లో అక్రిలమైడ్ ఏర్పడే ఆస్కారం ఉందని అధ్యయనాలు తెలుపుతున్నాయి. ఆహార పదార్థాలను ఎక్కువ వేడికి గురిచేసినప్పుడు, వాటిలోని చక్కెరలు, అమినో ఆమ్లాల మధ్య జరిగే రసాయనిక చర్యల వల్ల అక్రిలమైడ్ ఉత్పత్తి అవుతుంది. ఇది ఆరోగ్యానికి అంత మంచిది కాదని నిపుణులు అభిప్రాయపడుతున్నారు. ఆహారపు అలవాట్లలో ఇటువంటి చిన్నపాటి జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం ద్వారా అక్రిలమైడ్ వంటి హానికర రసాయనాల ప్రభావం నుండి మన ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవచ్చు.

NOTE: ఇంటర్నెట్‌లో సేకరించిన సమాచారం ఆధారంగా ఈ వివరాలు మీకు అందించటం జరిగింది. ఇందులోని అంశాలు కేవలం అవగాహన కోసం మాత్రమే. తదుపరి జరిగే ఎలాంటి పరిణామాలకు ప్రజాప్రశ్న పత్రిక బాధ్యత వహించదు)

జర్నలిస్టుల ఐక్యతకు కత్తెరపాక శ్రీనివాస్ స్ఫూర్తి దాయక ఆదరణ అభినందనీయం

- బోయినిపల్లి మండల నూతన ప్రెస్ క్లబ్ అధ్యక్షులు : పట్నం ప్రసాద్
- అందరం ఐకమత్యంగా ఉండి జర్నలిస్టుల హక్కులను, విలువలను కాపాడాలి
- ప్రెస్ క్లబ్ ఉపాధ్యక్షులు : కత్తెరపాక శ్రీనివాస్
- శ్రీనివాస్ ఆధ్వర్యంలో నూతన కార్యవర్గానికి ఘన సన్మానం...! ఆతిథ్యం..!!

బోయినిపల్లి, (ప్రశ్న న్యూస్) రాజన్న సిరిసిల్ల జిల్లా, బోయినిపల్లి మండలంలో ఇటీవల ఐజేయు యూనియన్ అనుబంధంగా ఏర్పడిన ప్రెస్ క్లబ్ నూతన కార్యవర్గాన్ని ప్రెస్ క్లబ్ ఉపాధ్యక్షులు,జర్నలిస్టు కత్తెరపాక శ్రీనివాస్ ఆదివారం మర్యాదపూర్వకంగా ఆహ్వానించి ఘనంగా సన్మానించి, ఆథిధ్యాన్ని అందించారు. ఈ సందర్భంగా శ్రీనివాస్ నూతన కార్యవర్గ సభ్యులకు శాలువాలతో సత్కారం నిర్వహించి, తమ అభిమానాన్ని చాటుకున్నారు. అదనంగా, వారందరికీ నోట్ ప్యాడ్లు, పెన్నులు అందజేసి, వారధి పాత్రికేయ సేవలకు మద్దతు ప్రకటించారు.ఈ సందర్భంగా కత్తెరపాక శ్రీనివాస్ మాట్లాడుతూ "పత్రికా విలువలను కాపాడుతూ, సమాజానికి నిస్పాక్షికంగా సమాచారం అందించడంలో జర్నలిస్టులు కీలకపాత్ర పోషిస్తున్నారు. ఈ నూతన కార్యవర్గం మరింత బలంగా, ఐకమత్యంగా ఉండి విలేకరుల హక్కులను, విలువలను పరిరక్షించాలి,"అని కోరారు.అనంతరం బోయినిపల్లి ప్రెస్ క్లబ్ సభ్యుల పక్షాన శ్రీనివాస్ ను సామూహికంగా శాలువాతో ఘనంగా సన్మానించి, కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. నూతన ప్రెస్ క్లబ్ అధ్యక్షులు పట్నం ప్రసాద్ మాట్లాడుతూ "ఐక్యతే శక్తి అన్న భావనతో ఈ కార్యవర్గం ముందుకు సాగుతుంది. కత్తెరపాక శ్రీనివాస్ చూపిన ఆదరణకు మా హృదయపూర్వక కృతజ్ఞతలు తెలియజేస్తున్నాం. ఈ గౌరవం మా బాధ్యతను మరింత పెంచింది," అని అన్నారు.ఈ కార్యక్రమంలో ఉపాధ్యక్షులు గజ్జెల శ్రీనివాస్, గడ్డం తిరుపతి, ప్రధానకార్యదర్శి నల్లగొండ వేణు గోపాల్,తదితర ప్రెస్ క్లబ్ కార్యవర్గ సభ్యులు పాల్గొని, ఉత్సాహంగా స్పందించి, శ్రీనివాస్ కు ప్రత్యేకంగా కృతజ్ఞతలు తెలియజేశారు.

భాజపా శ్రేణుల ఆధ్వర్యంలో మండల నూతన ప్రెస్ క్లబ్ సభ్యులకు ఘన సన్మానం

- భాజపా మండలాధ్యక్షులు : ఎడపల్లి పర్శరాములు

బోయినిపల్లి,(ప్రశ్న న్యూస్) రాజన్న సిరిసిల్ల జిల్లా, బోయినిపల్లి మండల కేంద్రంలో ఇటీవల ఐజేయు యూనియన్‌కు అనుబంధంగా ఏర్పడిన నూతన మండల ప్రెస్ క్లబ్ కార్యవర్గ సభ్యులను ఆదివారం భారతీయ జనతా పార్టీ మండలాధ్యక్షులు ఎడపల్లి పర్శరాములు ఆధ్వర్యంలో ఘనంగా సన్మానించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ప్రెస్ క్లబ్ సభ్యులకు శాలువాలు కప్పి, మిఠాయిలు తినిపించి,ఘన సత్కారం అందించారు. ఈ సందర్భంగా ఎడపల్లి పర్శరాములు మాట్లాడుతూ %-% "పత్రికా విలువలు రక్షణకు పాత్రికేయుల పాత్ర అమోఘం. సమాజంలో సమస్యలను వెలికితీసి ప్రజల అభిప్రాయాలను ప్రభుత్వాల దృష్టికి తీసుకెళ్లే నిబద్ధత పాత్రికేయులదే. నూతనంగా బాధ్యతలు చేపట్టిన ప్రెస్ క్లబ్ కార్యవర్గం స్వచ్ఛమైన విలువలతో ముందడుగు వేయాలని ఆకాంక్షిస్తున్నాం. భాజపా తరఫున పూర్తి సహకారం అందిస్తాం," అని పేర్కొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో బీజేపీ నాయకులు, కార్యకర్తలు, స్థానిక ప్రజాప్రతినిధులు, పత్రికా స్వేచ్ఛకు మద్దతు ఇచ్చే ప్రముఖులు పాల్గొన్నారు.

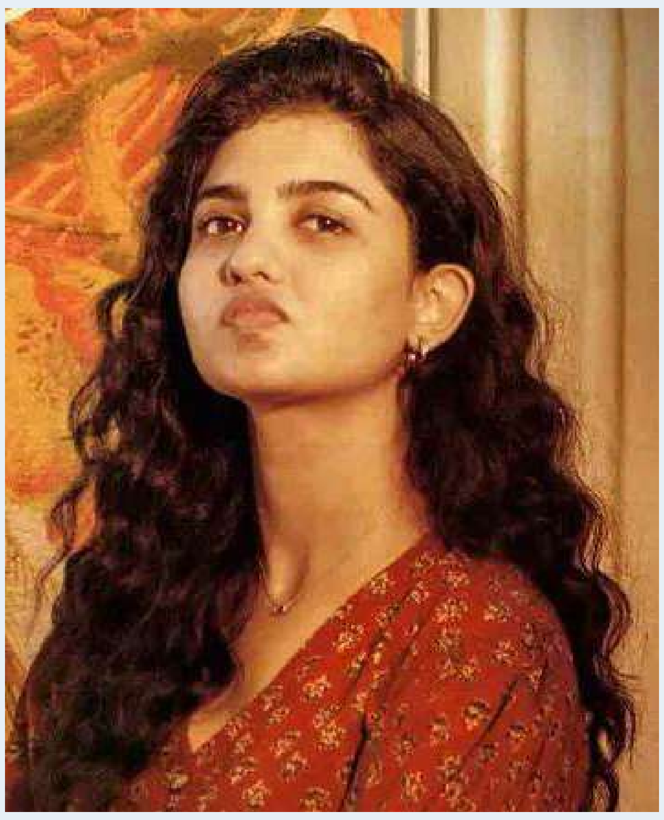
హిట్టు కోసం కష్టపడుతున్న సుమ తనయుడు.. 'మౌగ్లీ' మేకింగ్ వీడియో విడుదల

బబుల్‌గమ్' అంటూ తొలి సినిమాతోనే మంచి మార్కులు సంపాదించాడు టాలీవుడ్ నటుడు రాజీవ్ యాంకర్ సుమల తనయుడు రోషన్ కనకాల క్షణం సినిమా ఫేమ్ రవికాంత్ పేరెపు దర్శకత్వం వహించిన ఈ చిత్రం రోమాంటిక్ కామెడీగా ప్రేక్షకుల ముందుకు వచ్చి మంచి విజయాన్ని అందుకుంది. అయితే ఈ సినిమా తర్వాత చాలా రోజుల గ్యాప్ తీసుకున్న రోషన్ తన కొత్త సినిమాను ప్రకటించిన విషయం తెలిసిందే. కలర్ ఫొటో వంటి బ్లాక్ బస్టర్ అందుకున్న సందీప్ రాజ్‌తో తన నెక్స్ట్ సినిమా చేయబోతున్నాడు రోషన్. ఈ సినిమాకు మౌగ్లీ (%వీశీఎస్త్రశ్రీఱ%) అనే సూపర్ హీరో టైటిల్ పెట్టారు మేకర్స్. అప్పుడెప్పుడో వినాయక చవితి కానుకగా ఈ ప్రాజెక్ట్ టైటిల్‌తో పాటు ఫస్ట్ లుక్‌ను విడుదల చేసిన చిత్రబృందం ప్రస్తుతం శరవేగంగా షూటింగ్ జరుపుకుంటుంది. ఈ సినిమా దర్శకుడు సందీప్ రాజ్ పుట్టినరోజు సందర్భంగా మూవీ నుంచి తాజాగా మేకింగ్ వీడియోను విడుదల చేసింది చిత్రయూనిట్. ఈ వీడియోలో రోషన్ కనకాల హిట్టు కోసం చాలా కష్టపడుతున్నట్లు తెలుస్తుంది. ప్రస్తుతం వైరలవుతున్న ఈ వీడియోను మీరు చూసేయండి. ఈ సినిమాను 2025 కానుకగా ప్రేక్షకుల ముందుకు తీసుకురానున్నట్లు ప్రకటించారు. పీపుల్ మీడియా ఫ్యాక్టరీ బ్యానర్‌పై టీజీ విశ్వప్రసాద్ నిర్మిస్తున్న ఈ సినిమాకు కీరవాణి తనయుడు కాలా భైరవ సంగీతం అందిస్తున్నాడు.

శివాజ్ఞ వల్లే ఇది సాధ్యమైంది

'భగవంతుని ఆశీస్సుల వల్లే ఈ సినిమా చేయగలిగా. అందరూ హీరోలే ఈ సినిమాలో. అందరూ విజయాలను అందుకున్నవారే. వీరంతా అందించిన సహకారం వల్లే ఇది సాధ్యమైంది. మహాభారతం సీరియల్ అద్భుతంగా తీసిన ముఖేష్‌కుమార్‌సింగ్ ఈ సినిమాను అత్యద్భుతంగా తీశాడు. బోయవాడు తిన్నడు ఈశ్వరుడి కళ్లిచ్చి కన్నప్ప అయ్యాడు. అది ఎలాగో రేపు సినిమా చూస్తే తెలుస్తుంది.' అని డా.మోహన్‌బాబు అన్నారు. మంచు విష్ణు హీరోగా ఆయన నిర్మించిన భక్తిరసాత్మక చిత్రం 'కన్నప్ప'. మోహన్‌బాబు, మోహన్‌లాల్, అక్షయ్‌కుమార్, ప్రభాస్, శరత్‌కుమార్, కాజల్ అగర్వాల్ ప్రత్యేక పాత్రలు పోషించిన ఈ పానిండియా చిత్రానికి ముఖేష్‌కుమార్ సింగ్ దర్శకుడు. ఈ నెల 27న ప్రపంచవ్యాప్తంగా సినిమా విడుదల కానుంది. ఈ సందర్భంగా శనివారం హైదరాబాద్‌లో జరిగిన ప్రీ రిలీజ్ ఈవెంట్‌లో మోహన్‌బాబు మాట్లాడారు. 'ఎంతో రీసెర్చ్ చేసి ఈ స్క్రిప్ట్ తయారు చేశా. శివాజ్ఞ వల్లే ఇదంతా సాధ్యమైంది. ఈ సినిమాకు పనిచేసిన ప్రతి ఒక్కరికీ పేరుపేరున ధన్యవాదాలు. ఎన్నో కష్టాలకోర్చి సినిమా చేశాను. ఇంకొన్ని రోజుల్లో విడుదలవుతోంది. ఆదరిస్తారని ఆశిస్తున్నా.' అని మంచు విష్ణు పేర్కొన్నారు.

ప్రేమలు బ్యూటీకి బర్త్‌డే విషెస్ తెలిపిన 'డ్యూడ్' టీమ్



ప్రేమలు సినిమాతో స్టార్ నటిగా గుర్తింపు తెచ్చుకుంది మల్లు బ్యూటీ మమితా బైజు. ఈ భామ ప్రస్తుతం వరుస సినిమాలతో దూసుకుపోతుంది. ఆమె ప్రధాన పాత్రల్లో నటిస్తున్న తాజా చిత్రం డ్యూడ్ ఈ సినిమాకు కీర్తిశ్వరన్ దర్శకత్వం వహిస్తుండగా.. మైత్రి మూవీ మేకర్స్ నిర్మిస్తున్నారు. 'లవ్ టుడే' 'డ్రాగన్' సినిమాలతో గుర్తింపు తెచ్చుకున్న ప్రదీప్ రంగనాథన్ ఈ సినిమాలో కథానాయకుడిగా నటిస్తున్నాడు. నేడు మమితా బైజు బర్త్‌డే కావడంతో ఆమెకి పుట్టినరోజు శుభాకాంక్షలు తెలుపుతూ.. కొత్త పోస్టర్‌ని పంచుకుంది. ఈ సినిమాలో మమితా కురల్ అనే పాత్రలో నటించబోతున్నట్లు చిత్రబృందం ప్రకటించింది.

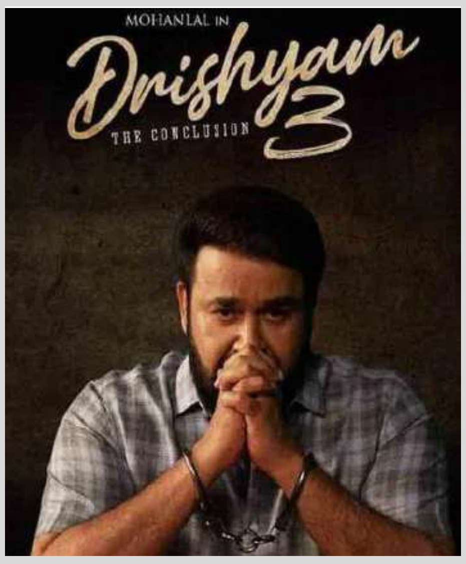
అలా అనుకుంటే విజయం ఖాయం

తన ఇన్‌స్టా ద్వారా అభిమానులకు నాలుగు మంచి మాటలు చెబుతూ ఉంటారు అగ్ర కథానాయిక సమంత. రీసెంట్‌గా తన ఇన్‌స్టా ద్వారా అభిమానులకు ఓ విలువైన సందేశాన్ని పంపారామె. 'ఇతరుల మాటలు పట్టించుకొని ప్రశాంతతను పాడు చేసుకోవద్దు. 'ఏదైతే అది కానీ' అనే ధోరణితో ఉంటే ప్రశాంతత లభించదు. పాజిటివ్‌గా ఆలోచిస్తేనే ప్రశాంతత. దానికి సాధన అవసరం. 'నేను చేయాల్సింది..' అనే మాటను 'నేను తప్పకుండా చేసి తీరాల్సిందే..' అనే విధంగా మార్చుకుంటే విజయం మన వెంటే ఉంటుంది.

ఆత్మ సంఘర్షణ ఆరోగ్యానికి మంచిది కాదు. మనసు వేగంతో కాదు.. నిశ్చలత్వంతోనే ప్రశాంతంగా ఉంటుంది. మానసిక ఒత్తిళ్లు మన గౌరవానికి అవరోధం కాకూడదు.' అంటూ రాసుకొచ్చింది సమంత.

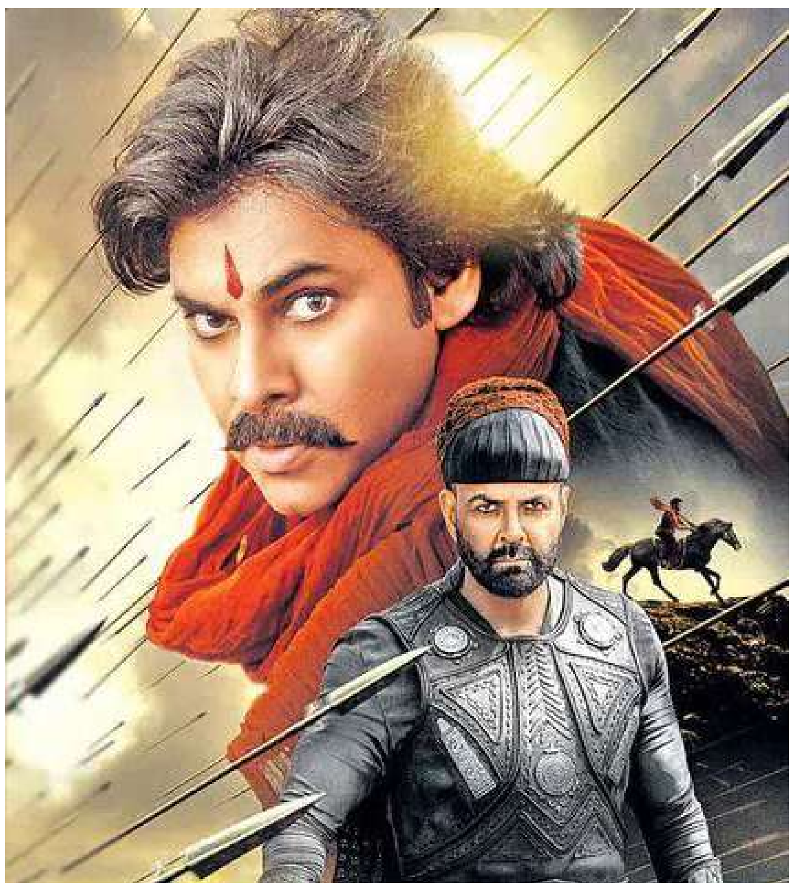
బ్లాక్ బస్టర్ కాంబో..

'దృశ్యం 3' అనౌన్స్‌మెంట్ వచ్చేసింది



మోహన్ లాల్, జీతూ జోసెఫ్ కాంబినేషన్ లో వచ్చిన దృశ్యం మూవీ సంచలనం సృష్టించిన విషయం తెలిసిందే. దృశ్యం 1, 2 పార్ట్‌లుగా వచ్చిన ఈ సినిమాకు ప్రేక్షకులు ఫిదా అయ్యారు. ఈ మూవీలోని ట్విస్టులు విపరీతంగా ఆకట్టుకున్నాయి. ఇక ఈ సినిమాలను టాలీవుడ్ హీరో దగ్గుబాటి వెంకటేష్ తెలుగులో రీమేక్ చేసి హిట్టందుకున్నాడు. అయితే ఇప్పుడా ఆ మూవీ కాంబో మరోసారి ప్రేక్షకుల ముందుకు రానుంది. ఇప్పటికే దృశ్యం 3 ఉండబోతుందని ప్రకటించిన విషయం తెలిసిందే. తాజాగా దీనికి సంబంధించి అప్‌డేట్‌ను పంచుకున్నాడు మోహన్ లాల్. ఈ సినిమా షూటింగ్ అక్టోబర్‌లో మొదలుకాబోతున్నట్లు ప్రకటించాడు. గతం ఎప్పుడూ నిశ్శబ్దంగా ఉండదు అంటూ ఒక వీడియోను పంచుకున్నాడు. ఆశీర్వాద్ సినిమాస్ బ్యానర్‌పై ఆంటోని పెరుంబవూరు ఈ సినిమాను నిర్మించబోతున్నాడు.

వీరమల్లు వచ్చే ది అప్పుడే..!



పవన్‌కల్యాణ్ 'హరిహరవీరమల్లు' చిత్రాన్ని జూలై 24న విడుదల చేస్తున్నట్లు శనివారం మేకర్స్ ప్రకటించారు. ఇప్పటికే పలుమార్లు ఈ సినిమా రిలీజ్ వాయిదా పడిన విషయం తెలిసిందే. చిత్రాన్ని మరింత ఉన్నతంగా తీర్చిదిద్దే ప్రయత్నంలో విడుదల విషయంలో జాప్యం జరిగిందని గతంలో మేకర్స్ ప్రకటించారు. తాజాగా కొత్త రిలీజ్ డేట్ ప్రకటించడంతో ఇకపై ఎలాంటి వాయిదాలు ఉండొద్దని అభిమానులు కోరుకుంటున్నారు. క్రిష్ జాగర్లమూడి, జ్యోతికృష్ణ దర్శకత్వం వహించిన ఈ చిత్రాన్ని ఎ.ఎం.రత్నం సమర్పణలో దయాకర్ రావు నిర్మించారు. మొఘల్ కాలం నాటి ఈ కథలో పవన్‌కల్యాణ్.. పెద్దల దగ్గర సంపదను కొల్లగొట్టి పేదలకు పంచే బందిపోటు దొంగ వీరమల్లు పాత్రలో కనిపించనున్నారు. ఆస్కార్ విజేత ఎం.ఎం.కీరవాణి సంగీతాన్నందిస్తున్నారు. త్వరలో ట్రైలర్‌ను విడుదల చేస్తామని చిత్రబృందం పేర్కొంది. నిధి అగర్వాల్, బాబీ డియోల్, అనుపమ్‌ఖేర్, సత్యరాజ్ తదితరులు చిత్ర తారాగణం.

అమెజాన్ ప్రైమ్‌లో 'చౌర్య పాఠం' నయా రికార్డ్..

120 మిలియన్ల స్ట్రీమింగ్ మినిట్స్ క్రాస్!

ప్రముఖ ఓటీటీ వేదిక అమెజాన్ ప్రైమ్ వీడియోలో ప్రస్తుతం 'చౌర్య పాఠం' సినిమా పేరు మార్మోగిపోతోంది. ఈ చిత్రం ఓటీటీ ప్లాట్‌ఫామ్‌లో సరికొత్త సంచలనం సృష్టిస్తూ, ఏకంగా 120 మిలియన్ల స్ట్రీమింగ్ మినిట్స్ మైలురాయిని అవలీలగా దాటేసింది. డిజిటల్ ప్రపంచంలో తనదైన ముద్ర వేసుకున్న 'చౌర్య పాఠం', థియేటర్లలో నిశ్శబ్దంగా విడుదలై బాక్సాఫీస్ వద్ద మంచి ప్రశంసలు అందుకుంది. ఇప్పుడు ఓటీటీలో టాప్ ట్రెండింగ్‌లో దూసుకుపోతూ, డిజిటల్ స్క్రీన్లను షేక్ చేస్తోంది. ఈ చిత్రానికి స్టార్ల హంగామా గానీ, భారీ సెట్టింగుల ఆర్భాటం గానీ లేవు. అయినా, కేవలం తన కథతోనే ప్రేక్షకులను కట్టిపడేసింది. ఇంతలా ప్రేక్షకాదరణ దక్కడానికి ప్రధాన కారణాలు%ౌ% కొత్త దర్శకుడు నిఖిల్ గొల్లమారి సాహసోపేతమైన దర్శకత్వం, కథలోని పచ్చి నిజాయితీ, మరియు నటీనటుల అద్భుతమైన సహజ నటన. ముఖ్యంగా, ఈ చిత్రంలో వేదాంత్ రామ్ పాత్రలో కనిపించిన ఇంద్ర రామ్, తన తొలి సినిమా అయినా అనుభవజ్ఞుడైన నటుడిలా అద్భుతంగా నటించి ప్రశంసలు అందుకున్నారు. సినిమాలో ఇంద్ర రామ్ తన మొదటి సినిమాను నిర్మించాలనే తీవ్రమైన ఆకాంక్షతో, నిధుల కోసం ధనపల్లి అనే గ్రామంలోని బ్యాంకును దోచుకోవడానికి ఒక చిన్న ముఠాతో కలిసి పథకం వేసే దర్శకుడిగా కనిపించారు. ఆయన నటన ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకుంటుంది. పేరులో 'చౌర్యం' (దొంగతనం) అని ఉన్నప్పటికీ, సినిమా చూశాక కలిగే అనుభూతి మాత్రం వేరే స్థాయిలో ఉంటుందని ప్రేక్షకులు చెబుతున్నారు. దొంగతనం చుట్టూ తిరిగే కథే అయినా, నిజాయితీ, ధైర్యం, మానవ సంబంధాలలోని సున్నితమైన అంశాలను స్పృశిస్తూ, ప్రతి ఒక్కరి మనసును హత్తుకుంటుంది. 'చౌర్య పాఠం' కేవలం ఒక సినిమాగా మిగిలిపోకుండా, ఓటీటీ వేదికపై ఒక జీవం ఉన్న చర్చాంశంగా మారింది. సింపుల్‌గా కనిపించే కథలో లోతైన భావోద్వేగాలను చూపించడమే ఈ సినిమా ప్రత్యేకత. నక్కిన నరేటివ్స్ బ్యానర్‌పై త్రినాధరావు నక్కిన, వి. చూడామణి నిర్మించిన ఈ చిత్రం, తెలుగుతో పాటు తమిళ, హిందీ, కన్నడ, మలయాళ భాషల్లోనూ విడుదలై, అన్ని వర్గాల ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకుంటోంది. సినిమా సంగీతం కూడా ఒక ప్లస్ పాయింట్‌గా నిలిచింది. ఇంకా ఈ సినిమాను చూడని వారు అమెజాన్ ప్రైమ్ వీడియోలో వీక్షించవచ్చు.

వాకర్స్ అసోసియేషన్ ఆత్మీయ సమ్మేళనం

మంథని(ప్రశ్న న్యూస్) మంథని జూనియర్ కళాశాల గ్రౌండ్ వాకర్స్ అసోసియేషన్ సభ్యులు ఆత్మీయ సమ్మేళనాన్ని ఆదివారం వైభవంగా జరుపుకున్నారు. స్థానిక గ్రౌండ్ నుంచి ప్రత్యేక వాహనంలో సభ్యులు విహారయాత్రకు తరలి వెళ్లారు. తొలుత కమాన్‌పూర్ ఆదివరహ స్వామి స్వామిని దర్శించుకొని ఆలయంలో ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. పెద్దపల్లి సమీపంలోని ధర్మాబాద్ లోని పురాతన ఆలయాన్ని దర్శించుకున్నారు. అనంతరం దేవుని పల్లెలోని శ్రీ లక్ష్మీనరసింహస్వామి దర్శించుకుని ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. ఆ తర్వాత ఫారెస్ట్ లో ఆత్మీయ సమ్మేళనాన్ని నిర్వహించారు. డిజె సౌండ్స్ తో ఆడి పాడి ఎంజాయ్ చేశారు. సామూహిక భోజనాలు చేశారు. ఆత్మీయ సమ్మేళన నిర్వహణపై అభిప్రాయాలు తెలియజేశారు. వాకర్స్ అసోసియేషన్ లో మరింత బలోపేతం చేసి భవిష్యత్తులో ఇలాంటి ఉత్తేజ నిచ్చే సామూహిక కార్యక్రమాలు మరిన్ని చేపట్టాలని సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో వాకర్స్ అసోసియేషన్ అధ్యక్షుడు అంకరి కుమార్, ప్రధాన కార్యదర్శి నాంపల్లి రమేష్, చంద్రుపట్ల సుధాకర్ రెడ్డి, ఎక్కేటి అనంతరెడ్డి, కొమురోజు శ్రీనివాస్, వీకే రవి, పోతరాజు సమ్మయ్య, అంకరి ప్రకాష్,తగరం రాజు, రావుల తిరుమల్, వేల్పుల గట్టయ్య, గంధం అజిబాబు, నూకల శంకర్, జంజర్ల శంకర్, చిట్టిమెల్ల సంతోష్, విష్ణుభక్తుల రఘు, కమ్మగొని రవి, పొన్నం చంద్రయ్య, రాజిరెడ్డి హరీష్, బండి శ్రీనివాస్, బోయిని నారాయణ, వాసు లు పాల్గొన్నారు.

చిరుమర్తి రాజు తండ్రిని పరామర్శించిన రామ్మోహన్ రెడ్డి

కూకట్ పల్లి (ప్రశ్నన్యూస్) గత కొంత కాలంగా కూకట్ పల్లి రాందేవ్ రావు హాస్పిటల్ లో చికిత్స పొందుతున్న తెలంగాణ ప్రదేశ్ కాంగ్రెస్ కమిటీ రాష్ట్ర నాయకులు చిరుమర్తి రాజు తండ్రి చిరుమర్తి సోమయ్య ను ఆదివారం తెలంగాణ ప్రదేశ్ కాంగ్రెస్ కమిటీ మీడియా, కమ్యూనికేషన్ చైర్మన్, టిపిసిసి స్పోక్ పర్సన్ సామ రాంమోహన్ రెడ్డి పరామర్శించారు. సోమయ్య ఆరోగ్య పరిస్థితిని డాక్టర్లను అడిగి తెలుసుకున్నారు. త్వరగా కోలుకునేలా మెరుగైన వైద్యం అందించాలని వైద్యులకు విజ్ఞప్తి చేశారు. అనంతరం సోమయ్య కుటుంబ సభ్యులతో మాట్లాడి ధైర్యం చెప్పారు.

మృతుని కుటుంబానికి మనోహర్ రెడ్డి పరామర్శ..! ప్రగాఢ సంతాపం..!!

వేములవాడ,(ప్రశ్న న్యూస్) వేములవాడ మున్సిపల్ పరిధిలోని 10 వ వార్డులోని సుబ్రమణ్యం నగర్ కు చెందిన "మల్యాల పందరినాథ్" (27) ఇటీవల ఆరేపల్లి గ్రామం వద్ద జరిగిన రోడ్డు ప్రమాదంలో మృతి చెందగా ఆదివారం బీఆర్ఎస్ పార్టీ సీనియర్ నాయకులు ఏనుగు మనోహర్ రెడ్డి వారి కుటుంబ సభ్యులను పరామర్శించి, ప్రగాఢ సంతాపాన్ని తెలియజేశారు. వారి వెంట మాజీ కౌన్సిలర్ చందు,ఆంజత్ పాషా, పర్వేజ్, గణేశ్, దేవరాజు, సాయి గౌడ్ తదితర నాయకులు ఉన్నారు.

స్వామి వివేకానంద మిని స్టేడియం డైలీ వాకర్స్ ఎన్నికల్లో అధ్యక్షునిగా గెలుపొందిన నేరెళ్ల వెంకన్న

జగిత్యాల జిల్లా(ప్రశ్న న్యూస్) జగిత్యాల స్వామి వివేకానంద మిని స్టేడియం జగిత్యాల డైలీ వాకర్స్ వెల్ఫేర్ అసోసియేషన్ అధ్యక్షునిగా నేరెళ్ల వెంకన్న గెలుపొందారని తెలిపారు. మొత్తం ఓట్లు 477 కాగా 401 పోల్ అయినవి.నేరెళ్ల వెంకన్న కు 271, కాయితీ శ్రీనివాస్ కు 129 ఓట్లు రాగా చెల్లని ఓటు 1. వెంకన్న 142 ఓట్ల మెజారిటీ తో గెలుపొందినట్లుగా ఎన్నికల అధికారులు కె.నాగభూషణం, హెచ్.నాగేంద్రం, ఎం.మల్లికార్జున్, శ్రీనివాస్ లు ప్రకటించారు. ప్రధాన కార్యదర్శి గా మెరుగు శ్రీనివాస్, ఉపాధ్యక్షునిగా తోడేటి లచ్చయ్య, సహాయ కార్యదర్శి మహేందర్ రావు,కోశాధికారి ఆనంతుల విటలయ్య, డైరెక్టర్లు తోగిటి శ్రీనివాస్, బుర్ర చంద్రశేఖర్, చికోటి శ్రీనివాస్, చోటపెల్లి నారాయణ, జోగ మల్లేశం,ముస్కె శ్రీనివాస్ లను ఎన్నికల అధికారులు ఏక గ్రీవంగా ప్రకటించారు. గెలుపొందిన వెంకన్న ను వాకర్ సభ్యులు అభినందించారు.

మృతుల కుటుంబాలకు చల్మెడ పరామర్శ

వేములవాడ, (ప్రశ్న న్యూస్) వేములవాడ నియోజకవర్గం, కోనరావుపేట మండలం, మల్కపేట గ్రామానికి చెందిన బీఆర్ఎస్ కార్యకర్త కొప్పుల రాజిరెడ్డి ఇటీవల మరణించిన నేపథ్యంలో, మండలంలోని సుద్దాల గ్రామానికి చెందిన బీఆర్ఎస్ కార్యకర్త కదాసు నర్సయ్య తల్లిదండ్రులు ఇటీవల అనారోగ్యంతో మరణించిన నేపథ్యంలో ఆదివారం వారి కుటుంబ సభ్యులను బీఆర్ఎస్ పార్టీ వేములవాడ నియోజకవర్గం చల్మెడ చల్మెడ లక్ష్మీనరసింహారావు పరామర్శించి ప్రగాఢ సానుభూతి సంతాపాన్ని తెలియజేశారు. వారి వెంట మండల అధ్యక్షులు మల్యాల దేవయ్య, సీనియర్ నాయకులు చంద్రయ్య గౌడ్, మహేందర్, వంశీకృష్ణ, మహేష్, సుమన్, శ్రీనివాస్, బీరయ్య, అంజయ్య, గోపాల్ తదితరులు ఉన్నారు.

ఖబర్దార్ పాడి కౌశిక్ రెడ్డి నీ వైఖరిని మార్చుకో

- జిల్లా యూత్ కాంగ్రెస్ అధ్యక్షులు-ఇస్సార్ ఖాన్

- గుండా రాజకీయాలు చేయాలని చూస్తే అంతు చూస్తాం

ములుగు (ప్రశ్న న్యూస్) నువ్వు ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి ని,మంత్రి సీతక్క ని విమర్శించే అంతటి నైతిక విలువలు,ఆ స్థాయి నీకు లేవు.భార్య, పిల్లలను అడ్డు పెట్టుకొని శవయాత్ర చేస్త అని ఏడ్చి గెలిచినవు.నీకు వచ్చే ఎన్నికల్లో హుజురాబాద్ ప్రజలు ఓటుతో బుద్ధి చెప్తారు.గుండాయిజం, రౌడీయిజం చేస్తూ, బ్లాక్మెయిల్ చేసే నువ్వు కూడా మంత్రి సీతక్క గురించి మాట్లాడుతావా సీతక్క ప్రజా నాయకురాలు,ప్రజా సంక్షేమం కోసం పని చేసే మహోన్నత వ్యక్తి, అలాంటి నాయకురాలిని కావాలని విమర్శించడం సిగ్గు చేటు.నన్ను గెలిపించకపోతే చస్తా, నా శవయాత్ర చూస్తారు అని హుజురాబాద్ ప్రజలను నమ్మించి, ఇప్పుడు దొరల కాళ్ళ కింద చెప్పు అయిన కౌశిక్ రెడ్డి కన్న తల్లి లాంటి కాంగ్రెస్ పార్టీని మోసం చేసిన నయవంచకుడివి నీవు, నువ్వు కూడా సీతక్క గురించి మాట్లాడడం సిగ్గు చేటు.ఇకనైనా బెదిరించడం బ్లాక్మెయిల్ చేయడం గుండయిజం చేయడం మానుకొని బుద్ధిగా నిన్ను నమ్ముకుని ఓట్లు వేసిన హుజురాబాద్ ప్రజల సంక్షేమం కోసం పని చేయి,ప్రజా సమస్యలపై పోరాటం చేయి అంతే కానీ బి.ఆర్.ఎస్.పార్టీ దొరల దగ్గర ఊడిగం చేయకు.నిన్ను గెలిపించిన ప్రజల గురించి, ప్రజా సమస్యల గురించి మాట్లాడు అంతే కానీ చిన్న దొర చేసిన అవినీతి అక్రమాల గురించి కాదని హెచ్చరించారు.ఇకనైనా నీ తీరు మార్చుకో అని రేవంత్ రెడ్డి ని సీతక్క ని విమర్శించే స్థాయి నీది కాదని గుర్తుంచుకో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ప్రజా ప్రభుత్వం ప్రజా ప్రభుత్వంలో ప్రతి ఒక్కరు సమానమే.తప్పు చేస్తే దాని పర్యావసానం రాజ్యాంగానికి లోబడే ఉంటుంది.అంతే కానీ కేసీఆర్ దొర కెసిఆర్ కొడుకు కేటీఆర్ చిన్న దొర అనే ముచ్చట్లు ప్రజా ప్రభుత్వంలో ఉండవు.రాజ్యాంగంలో అందరూ సమానమే అని గుర్తుంచుకో కౌశిక్ రెడ్డి.ఈ సమావేశంలో ములుగు జిల్లా యూత్ కాంగ్రెస్ నియోజక వర్గం అధ్యక్షులు మారం సుమన్ రెడ్డి ములుగు జిల్లా యూత్ కాంగ్రెస్ నాయకులు,అనుబంధ సంఘాల యూత్ నాయకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఆది శ్రీనివాస్‌కు మంత్రివర్గంలో స్థానం కల్పించాలి

- మున్నూరు కాపు నేతల విజ్ఞప్తి

బోయినిపల్లి/వేములవాడ,(ప్రశ్న న్యూస్) తెలంగాణలో ప్రధాన సామాజిక వర్గమైన మున్నూరు కాపులకు ప్రాతినిధ్యం కల్పిస్తూ మంత్రివర్గంలో స్థానం కల్పించాలని విజ్ఞప్తి చేస్తూ మున్నూరు కాపు నాయకులు కాంగ్రెస్ పార్టీకి వినతిపత్రం సమర్పించారు. రాష్ట్రంలోని ఏకైక మున్నూరు కాపు ఎమ్మెల్యే అయిన ఆది శ్రీనివాస్‌కు మంత్రివర్గంలో చోటు కల్పించాలని వారు విజ్ఞప్తి చేశారు.ఈ మేరకు ఆదివారం హైదరాబాద్ గాంధీభవన్‌లో రాష్ట్ర కాంగ్రెస్ పార్టీ ఇంచార్జి మీనాక్షి నటరాజన్‌ను కలిసి వినతిపత్రాన్ని అందజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో రాజన్న సిరిసిల్ల జిల్లా మున్నూరు కాపు ప్రధాన కార్యదర్శి పొంచెట్టి శంకర్, వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కూరగాయల కొమురయ్య, మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్లు కచ్చకాయల ఎల్లయ్య, చేలుకల తిరుపతి, వేములవాడ పట్టణ అధ్యక్షులు ఇప్పపూల అజయ్, ప్రధాన కార్యదర్శి బొందిల మహేష్,బోయినిపల్లి మండల ప్రధాన కార్యదర్శి అమిరిశెట్టి భూమిరెడ్డి,ప్యాక్స్ డైరెక్టర్ తోటరాజు, సాయిని అంజయ్య,మాజీ సర్పంచ్ సోయినేని కరుణాకర్, బొప్ప బిక్షపతి,రుద్రంగి మండల అధ్యక్షులు తూమ్ జలపతి, ఎర్రం గంగ నరసయ్య, పోంచెట్టి సురేష్, పోశెట్టి మధు, పొంచెట్టి సాయి, ప్రతాప్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

అన్ని వర్గాల అభివృద్ధికి ప్రజా ప్రభుత్వం కృషి చేస్తోంది

- వేములవాడ పట్టణ అభివృద్ధికి ప్రత్యేక ప్రణాళికలు

- ప్రభుత్వ విప్ : ఆది శ్రీనివాస్

వేములవాడ,(ప్రశ్న న్యూస్) వేములవాడ పట్టణాన్ని సమగ్రంగా అభివృద్ధి చేయడానికి ప్రత్యేక ప్రణాళికలు రూపొందిస్తున్నామని రాష్ట్ర ప్రభుత్వ విప్ ఆది శ్రీనివాస్ తెలిపారు. ఆదివారం ఆయన పట్టణంలోని 3వ వార్డులోని లక్ష్మీపురం,17వ వార్డు శాస్త్రినగర్, 18వ వార్డు గాంధీనగర్‌లో రూ.32 లక్షల వ్యయంతో చేపట్టనున్న సైడ్ డ్రెయిన్లు, సీసీ రోడ్లు, సీసీ కల్వర్టుల నిర్మాణాలకు శంకుస్థాపనలు చేశారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ, "ప్రజాప్రభుత్వంలో అన్ని వర్గాల సంక్షేమమే లక్ష్యంగా ముందుకు సాగుతున్నాం. వేములవాడ పట్టణాన్ని రాజన్న ఆలయానికి తగ్గట్టుగా అభివృద్ధి చేస్తాం. ఇల్లు లేని పేదలకు ఇందిరమ్మ ఇల్లు మంజూరు చేస్తాం," అని తెలిపారు. ఆది శ్రీనివాస్ లక్ష్మీపురం పెద్దమ్మ కాలనీలో పలు ఇండ్లను పరిశీలించి, అవసరమైనవారికి ఇంటి నిర్మాణం కోసం సహాయం అందిస్తామని హామీ ఇచ్చారు.

- స్థానిక నేతల అభిప్రాయం

స్థానిక నాయకులు మాట్లాడుతూ, "రాష్ట్ర విప్ ఆది శ్రీనివాస్ నేతృత్వంలో వేములవాడ పట్టణం వేగంగా అభివృద్ధి చెందుతోంది. 52 ఏళ్లుగా ప్రజలు ఎదురుచూస్తున్న రాజన్న ఆలయం ముందు రోడ్డు విస్తరణకు నూతన దిశగా అడుగు పెట్టడం అభినందనీయం," అని పేర్కొన్నారు. అలాగే ఇప్పటికే వందల కోట్ల రూపాయలతో వివిధ అభివృద్ధి పనులకు శ్రీకారం చుట్టారని తెలిపారు. రానున్న ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్ పార్టీకి ప్రజల ఆశీర్వాదం లభించాలని ఆకాంక్షించారు.

రాజన్న సేవలో సినీ నటుడు ప్రణయ్ హనుమాండ్లు

వేములవాడ,(ప్రశ్న న్యూస్) దక్షిణ కాశీగా పేరుగాంచిన వేములవాడ శ్రీరాజరాజేశ్వరస్వామి వారిని తెలుగు సినీనటుడు ప్రణయ్ హనుమాండ్లు (వెండి తెర,బుల్లి తెర నటుడు) మహాలక్ష్మి,ప్రతిఘటన రుతుగీతం,రామసక్కని సీత,చదరంగం,బొమ్మరిల్లు లాంటి అనేక సీరియల్స్ తో పాటు ఆర్ నారాయణ మూర్తి అన్నదాతా సుఖీభవ సినిమాలో మొదటి సారిగా నటించినట్లు చెప్పారు.స్వామివారిని కుటుంబ సమేతంగా దర్శించుకోవడం ఎంతో సంతోషంగా ఉందన్నారు. స్వామివారి దర్శనం బాగా జరిగేలా చూసుకున్న ఆలయ అధికారులకు ప్రత్యేక ధన్యవాదాలు తెలిపారు. స్వామివారి దర్శనం తర్వాత అర్చకులు వారిని ఆశీర్వదించి తీర్థప్రసాదాలు అందజేశారు.

మత్తు పదార్థాలపై జాగ్రత్తే శ్రేయస్కరం..! మత్తు మౌనాన్ని ఛేదిద్దాం..!!

- మాదక ద్రవ్యాల నివారణకు ప్రతి ఒక్కరూ కృషి చేయాలి

- వేములవాడ రూరల్ సబ్ ఇన్స్పెక్టర్ : అంజయ్య

- హన్మాజీపేటలో మాదక ద్రవ్యాలపై అవగాహన సదస్సు

వేములవాడ,(ప్రశ్న న్యూస్) రాజన్న సిరిసిల్ల జిల్లా, వేములవాడ రూరల్ మండలంలోని హన్మాజిపేట గ్రామంలో మాదక ద్రవ్యాల దుర్వినియోగం,అక్రమ రవాణా నివారణకు అవగాహన కల్పించేందుకు ప్రత్యేక కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. జిల్లా ఎస్పీ మహేష్ బి. గితే ఆదేశాల మేరకు, వేములవాడ రూరల్ సబ్ ఇన్స్పెక్టర్ అంజయ్య ఆధ్వర్యంలో ఆదివారం ఈ అవగాహన సదస్సును నిర్వహించడం జరిగింది.ఈ సందర్భంగా ఎస్సై అంజయ్య మాట్లాడుతూ, "మాదక ద్రవ్యాల నిర్మూలనలో ప్రతి పౌరుడు తమ వంతు బాధ్యతను నిర్వర్తించాలి. గంజాయి వంటి మత్తు పదార్థాలను సాగు చేయడం, రవాణా చేయడం, సేవించడం, లేదా విక్రయం చేయడం చట్టపరంగా శిక్షార్హం. యువత మత్తుకు బానిసలై తమ భవిష్యత్తును నాశనం చేసుకోకూడదు. మాదక ద్రవ్యాలకు సంబంధించి సమాచారం పోలీసులకు అందించేవారు భయపడాల్సిన అవసరం లేదు. వారి వివరాలు గోప్యంగా ఉంచబడతాయి," అని తెలిపారు.అలాగే, "మాదక ద్రవ్యాల వల్ల వ్యక్తిగత ఆరోగ్యం మాత్రమే కాదు, కుటుంబం, సమాజం అంతటికీ ప్రభావం పడుతోంది. తల్లిదండ్రులు, ఉపాధ్యాయులు తమ పిల్లలపై ప్రత్యేక శ్రద్ధ చూపాలి. యువతలో సానుకూల ఆలోచనలను, భవిష్యత్‌పై స్పష్టతను పెంపొందించాలి. మత్తు పదార్థాలపై సమాచారం ఇవ్వడం ద్వారా మన భవిష్యత్ తరాన్ని రక్షించగలుగుతాం," అని ప్రజలకు విజ్ఞప్తి చేశారు.ఈ కార్యక్రమంతో గ్రామస్థులలో మంచి చైతన్యం కలిగించింది. మాదక ద్రవ్యాలపై పోరాటంలో పోలీస్ శాఖతో పాటు ప్రజలు కలిసి నడవాల్సిన అవసరం ఎంతైనా ఉందని అవగాహన సదస్సులో స్పష్టమైంది.

పలు శుభకార్యాల వేడుకలకు చల్మెడ హాజరు...! ఆశీస్సులు అందజేత..!!

కోనరావుపేట/చందుర్తి,(ప్రశ్న న్యూస్) వేములవాడ నియోజకవర్గంలోని కోనరావుపేట మండలం,మల్కపేట గ్రామానికి చెందిన బొల్లారం తిరుపతి-శ్రీలత దంపతుల కుమార్తె నూతన వస్త్రాలంకరణ కార్యక్రమంలో,చందుర్తి మండలం, బండపల్లి గ్రామానికి చెందిన సీనియర్ పాత్రికేయులు గడ్డం తిరుపతి రెడ్డి మనుమడి నామకరణం వేడుకలకు ఆదివారం బీఆర్ఎస్ పార్టీ వేములవాడ నియోజకవర్గం ఇంచార్జి చల్మెడ లక్ష్మీనరసింహారావు వేర్వేరుగా హాజరై తమ ఆశీస్సులు అందజేశారు. వారి వెంట ఆయా మండలాల బీఆర్ఎస్ పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తలు,తదితరులు ఉన్నారు.

కేశవరావు కాంగ్రెస్‌లో ఉన్నారా? లేరా?

- క్యాడర్ లో అయోమయం అనుమానం

- కుమార్తె పదవి కోసమే కాంగ్రెస్ పార్టీ ఉన్నట్లు
- మేయర్ పదవీకాలం ముగియడంతో మళ్లీ పార్టీ మారే అవకాశాలు ఉన్నాయా.?
- రెండుసార్లు రాజ్యసభ ఇచ్చిన కెసిఆర్ కె మొండి చేయి
- ప్రభుత్వ సలహాదారుడు పదవి ఇచ్చిన రేవంత్ సర్కార్ కు చిన్న చూపె

హైదరాబాద్ (ప్రశ్న న్యూస్) మాజీ రాజ్యసభ సభ్యుడు కె. కేశవరావు కాంగ్రెస్ లో ఉన్నారా? లేరా? కేవలం కుమార్తె పదవి కోసమే ఆయన పార్టీ మారినట్లు కనపడుతుంది. ఉన్న రాజ్యసభ పదవి పోయింది. ఏదో కేబినెట్ హోదా పదవి ఇచ్చారు కానీ కేకే కు బీఆర్ఎస్ లో ఉన్నంత ప్రాధాన్యత లేదని స్పష్టంగా అర్థమయింది. కేవలం తన కుమార్తె మేయర్ పదవిని నిలబెట్టుకోవడం కోసమే కేకే పార్టీ మారినట్లు అర్థమవుతుంది. ఆయనకు ఈ వయసులో కావాల్సింది తనకు పదవులు కాదు. తన వారసులు రాజకీయంగా నిలదొక్కుకోవడమే. అందుకే రాజ్యసభ చాలా రోజులు పదవీ కాలం ఉన్నప్పటికీ రాజీనామా చేశారు. తర్వాత ఇప్పుడు కేకే కామ్ గానే ఉన్నారు. కుమార్తె మేయర్ పదవి మాత్రం క్షేమంగా ఉండటం ఒకరకంగా ఊరటఅయినప్పటికీ ఆయన చేసిన పని సరైనదేనా? అన్నది చర్చనీయాంశమైంది.

- ఉమ్మడి ఆంధ్రప్రదేశ్ నుంచి..

జర్నలిస్టుగా ఉన్న కే కేశవరావు తర్వాత రాజకీయాల్లోకి వచ్చారు. ఆయన రాజకీయ ప్రస్థానం కాంగ్రెస్ లోనే ఎక్కువ కాలం గడిచింది. అనేక పదవులు కూడా పొందారు. ఉమ్మడి ఆంధ్రప్రదేశ్ లోనూ, తర్వాత కొత్త రాష్ట్రం ఏర్పాటయిన తర్వాత కూడా సామాజికవర్గం కోణంలో ఆయనకు రాజకీయంగా నాడు కాంగ్రెస్, ఆ తర్వాత బీఆర్ఎస్ లో మంచి ప్రిఫెరెన్స్ ఇచ్చారు. అయితే రాష్ట్ర విభజన తర్వాత కేకే బీఆర్ఎస్ లో చేరి కేసీఆర్ కు దగ్గరయ్యారు. కేసీఆర్ కూడా కేకేకు అత్యధిక ప్రాధాన్యత ఇచ్చారు. పార్టీలో ఉన్నతమైన స్థానాన్ని కల్పించారు. పార్టీలో కీలక పదవి అప్పగించడమే కాకుండా ముఖ్యమైన విషయాలను కేకేకు కేసీఆర్ అప్పగించేవారు. దీంతో పాటు పదేళ్ల పాటు బీఆర్ఎస్ లో ఉన్న కె. కేశవరావు రెండు సార్లు రాజ్యసభ స్థానాన్ని దక్కించుకున్నారు.

- అధికారం కోల్పోయిన వెంటనే..

కేసీఆర్ కు అత్యంత సన్నిహితుడిగా మెలిగారు. మ్యానిఫేస్టో కమిటీ నుంచి పార్టీలో ప్రధాన బాధ్యతలను కూడా కేశవరావుకు కేసీఆర్ అప్పగించారు. పార్టీలో సెక్రటరీ జనరల్ ను చేశారు. రాజ్యసభలో బీఆర్ఎస్ పక్ష నేతగా కూడా వ్యవహరించారు. అలా అన్ని రకాలుగా కేసీఆర్ కేకేను అందలం ఎక్కించారు. అంతేకాదు జీహెచ్ఎంసీ ఎన్నికలు జరిగితే ఆయన కుమార్తె విజయలక్ష్మికి మేయర్ గా నియమించారు.

అలాంటి కేశవరావు బీఆర్ఎస్ అధికారం కోల్పోయిన వెంటనే జెండా మార్చేశారు. కారణం ఏదీ చెప్పకపోయినా, చెప్పలేనంత కారణాలు లేకపోయినా తప్పనిసరి పరిస్థితుల్లోనే కే కేశవరావు పార్టీ మారినట్లు నాడు స్పష్టంగా అర్థమయింది. ఎందుకంటే రాజ్యసభ పదవికి రాజీనామా చేసి పార్టీ మారాల్సిన అవసరం లేదు.

- ప్రభుత్వ సలహాదారుగా నియమించినా..

కానీ కుమార్తె మేయర్ పదవి కోసమేనని అందరికీ అర్థమయింది. రాజ్యసభ పదవిని త్యాగం చేసినందుకు గాను కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం తెలంగాణ ప్రభుత్వ సలహాదారుగా కె.కేశవరావను ప్రభుత్వం నియమించింది. కేకేకు కేబినెట్ హోదాను కల్పిస్తూ ఉత్తర్వులు జారీ చేసింది. అయితే రాజీనామా చేసిన రెండు రోజుల్లోనే కె.కేశవరావును నామినేటెడ్ పోస్టులో ప్రభుత్వం నియమించింది. కానీ కేకే పార్టీలో చేరిన నాటి నుంచి పెద్దగా యాక్టివ్ గా పార్టీలో కనిపించడం లేదు. అస్సలు కాంగ్రెస్ లో కేకే ఉన్నారా.? అన్న అనుమానం కూడా కలుగుతుంది. గతంలో కాంగ్రెస్ లో ఉన్నప్పుడు తరచూ మీడియా ముందు కనిపించే కే కేశవరావు అసలు కెమెరాలవైపు కూడా చూడటం లేదు. ఆయన అనుకున్న లక్ష్యం కుమార్తె పదవిని కాపాడుకోవడమే. అది మాత్రం నెరవేరింది. కానీ కాంగ్రెస్ పార్టీ మాత్రం ఆయనను గుర్తించడం లేదన్నది వాస్తవం. ఇటీవల కేసీఆర్ ను పొగుడుతూ ఆయన చేసిన వ్యాఖ్యలు ఎటు వైపు తీసుకెళతాయన్న చర్చ జరుగుతుంది.

గోనసంచులతో క్యూరింగ్ అంట

- ఇంజనీరింగ్ అధికారుల వింత ఆలోచనలు

- పూర్తిస్థాయి నీటీ క్యూరింగ్ లేక మూడు సంవత్సరాలకెశిథిలమవుతున్న సిసి రోడ్లు
- కాంట్రాక్టర్లకు లాభం చేకూర్చే కమిషన్ ఎక్కువ వస్తుందని ఆశనేమో
- సిసి రోడ్ల పేరుతో గ్రేటర్ హైదరాబాదును కాంక్రీట్ జంగల్ చేసేస్తున్నారు
- సిసి రోడ్డు వేయడానికి ఉన్న శ్రద్ధ మొక్కలు నాటడానికి లేకపాయే
- మొక్కలు నాటకుండా సిసి రోడ్లు వేయడంతో పర్యావరణానికి పెను ప్రమాదం
- భవిష్యత్తుపై ఆలోచనలేని ప్రజా ప్రతినిధులు, అవగాహనాలేని అధికారులు
- కమిషన్ల కోసమే ఎక్కడ పడితే అక్కడ సీసీ రోడ్లు

(ఆర్ కె - ప్రశ్న న్యూస్ బ్యూరో)

పర్యావరణంతో పచ్చగా నగరాన్ని ఏర్పాటు చేయాలన్న సంకల్పం ఒక్క ప్రజా ప్రతినిధికి లేకపోవడం ప్రజల దురదృష్టం. దానికి తోడు ప్రతి దానిలో కమిషన్ ఎంత.. నాకు ఇంత ఎక్కువ రావాలి అనే ఆలోచన తప్ప భవిష్యత్ తరాలకు మనం మంచి చేస్తున్నామా.? లేదా అన్న దానిపై ఒక్క ప్రజా ప్రతినిధికి కూడా కనీస ఆలోచన లేకపోవడంతో గ్రేటర్ హైదరాబాద్ ను కాంక్రీట్ జంగల్ గా మార్చేస్తున్నారు. మొక్కలు నాటి చెట్లు పెంచాలన్న ఆలోచన కార్పొరేటర్, ఎమ్మెల్యే, ఎంపీలకు ఏమాత్రం లేదని ప్రస్తుతం హైదరాబాద్ ని చూస్తే అర్థం కాక తప్పదు. సికింద్రాబాద్ నియోజకవర్గంలో సమస్యలు తాండవిస్తున్నాయి. స్థానిక సమస్యలపై పట్టింపు లేని కార్పొరేటర్లతో ప్రజలు ఆగ్రహం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. ఎక్కడ చూసినా సమస్యలు కనిపించి వెక్కిరిస్తున్న తీర్చాలన్న చిత్తశుద్ధి ప్రజాప్రతినిధులకు అధికారులకు లేకపోవడంతో ప్రజల అవస్థలు వర్ణనాతీతంగా మారాయి. దానికి తోడు ఇంజనీరింగ్ అధికారుల అనాలోచిత ఆలోచనలతో కోట్లు పెట్టి వేస్తున్న రోడ్లు సరైన క్యూరింగ్ చేయక రెండు, మూడు సంవత్సరాలకే శిథిలావస్థకు చేరుకుంటున్నాయి. దానికి తోడు ఇప్పుడు తార్నాక డివిజన్ పరిధిలోని ఆర్య నగర్ లో వేసిన సిసి రోడ్ పై క్యూరింగ్ కోసం మొక్కుబడిగా అక్కడక్కడ గోనెసంచులు వేసి ఒక్క పూట నీళ్లు పోసి చేతులు దులుపుకుంటున్నారు కాంట్రాక్టర్లు. కాంట్రాక్టర్లు ఇచ్చే మామూళ్లకు ఇంజనీరింగ్ అధికారులు ఎలాంటి చర్యలు తీసుకోకుండా మౌనం వహించడం విస్మయాన్ని కలిగిస్తుంది. గతంలో సిసి రోడ్లు వేసినప్పుడు క్యూరింగ్ కోసం మట్టితో కట్టలు కట్టి 24 గంటలు నీళ్లతో నింపేవారు అయితే రాను రాను రాజు గుర్రం గాడిద అయిందన్న చందసంగ కొత్త పద్ధతి పేరుతో ఇంజనీరింగ్ అధికారులు నాణ్యతలేని రోడ్లు వేస్తూ ప్రజల సొమ్మును దుర్వినియోగం చేస్తున్నారు. ఎంత మంచి సీసీ రోడ్డు కైనా క్యూరింగ్ చేయకుంటే మూడు నాలుగు సంవత్సరాల లోపు శిథిలావస్థకు చేరుకుంటుందన్న విషయం సర్వసాధారణంగా అందరికీ తెలిసిందే అయితే కొత్త తరహా పద్ధతి అంటూ ఇంజనీరింగ్ అధికారులు వేస్తున్న రోడ్లు ఇప్పుడు ఎక్కడ నాణ్యతతో కనిపించడం లేదు అసలు సిసి రోడ్లు అవసరం లేకున్నా వేస్తూ గ్రేటర్ హైదరాబాద్ నగరాన్ని కాంక్రీట్ జంగల్ గా మార్చేస్తున్నారు. అధికారులు అవగాహన లోపంతో కోట్లు పెట్టి సిసి రోడ్డు వేస్తుంటే సంవత్సరం రెండు సంవత్సరాలు కాగానే డ్రైనేజీ సమస్య అని తాగునీటి సమస్య అని కేబుల్ ల కోసం అని సిసి రోడ్లను తవ్వుతున్నారు. సిసి రోడ్లు వృధాగా వేసి కాంక్రీట్ జంగల్ గా మారుతున్న ప్రజాప్రతినిధులు తెలంగాణ ప్రభుత్వం సిసి రోడ్లు వేయకూడదని ఆదేశాలు జారీకి చేయకపోవడం వెనుక డబ్బు వృధా తప్ప ఎలాంటి ఉపయోగం లేదని ప్రజలు పేర్కొంటున్నారు. గతంలో బీటీ రోడ్లతోనే నగరం ఎంతో అందంగా ఉండేది ఇప్పుడు కమిషన్ల కోసం డబ్బుల అధిక సంపాదన కోసం సిసి రోడ్ల పేరుతో గ్రేటర్ హైదరాబాద్ ను కాంక్రీట్ జంగల్ గా మార్చేసి వర్షం నీరు ఇంకకుండా కనీసం రోడ్డుకి ఇరువైపులా చెట్లు కూడా ఏర్పాటు చేయకుండా సిసి రోడ్లు వేస్తూ పర్యావరణాన్ని దెబ్బతీస్తున్నారు అవగాహన లేని అధికారులు. ఇంజనీరింగ్ అధికారులకు అవగాహన లేకుంటే కనీసం ఉన్నత అధికారులు కూడా దీనిని పర్యవేక్షించడం లేదని ఇక స్థానిక కార్పొరేటర్లు, ఎమ్మెల్యేలు, ఎంపీలు మా వాటా కమిషన్ మాకు వచ్చిందా.? లేదా.? అన్నట్లుగా చూస్తున్నారు తప్ప భవిష్యత్ తరాలకు ఈ సమస్య ప్రమాదకరంగా మారుతుందని పర్యావరణం లో మార్పులు వస్తాయని చెట్లు పెంచడం కుదరదని చిన్నపాటి అవగాహన లేని ఉన్నతాధికారులు, ప్రజాప్రతినిధులు వ్యవస్థను భ్రష్టు పట్టిస్తున్నారన్న విమర్శలు వెల్లువెత్తుతున్నాయి. ఇప్పటికైనా జిహెచ్ఎంసి పరిధిలో ప్రజాప్రతినిధులు ఉన్నత అధికారులు ప్రజల సంక్షేమం కోసం ఆలోచించి సిసి రోడ్లు వేయకుండా బీటీ రోడ్లు వేసి రోడ్లకు రెండు వైపులా మొక్కలు నాటి చెట్లు పెంచే విధంగా ఏర్పాటు చేయాలని ఆశిద్దాం.

హుండీ లెక్కింపు అవకతవకలపై పూర్తి విచారణ జరగాలి

- సూపరిండెంట్ కు తెలియకుండా ఎలా జరిగింది.?
- రెండు బ్యాగులేనా ఇంక ఎక్కువ బ్యాగులు ఉన్నాయా.?
- మూడు రోజులు ఎకౌంటు కార్యాలయంలో ఉంటే ఎందుకు చర్యలు తీసుకోలేదు
- మర్చిపోయారు అనడం కంటే తస్కరించడానికి ప్రయత్నించారు అనడం ఉత్తమం
- రాష్ట్ర ప్రభుత్వ చే పూర్తిస్థాయి విచారణ చేయించాలని మేడిగ సుస్మిత

శ్రీశైలం (ప్రశ్న న్యూస్) ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రంలో ప్రముఖ శ్రీశైలం దేవస్థానం ఉండే లెక్కింపులో గోల్మాల్ జరిగినట్లు ఆరోపణలు నేపథ్యంలో ఇద్దరి సిబ్బందిపై ఈవో చర్యలు తీసుకోవడం ఇప్పుడు చర్చనీయా అంశంగా మారింది. దేవస్థానం నుండి కౌంటింగ్ చత్రపతి కళ్యాణ మండపంలో హుండీ కౌంటింగ్ 360 డిగ్రీలు 350 సీసీ కెమెరాలు ఉన్నాయని అయిన రెండు బ్యాగులు ఎలా మిస్సింగ్ కావడం జరిగిందని మేడిగా సునీత ప్రశ్నించారు. అసలు ఇవి రెండు బ్యాగుల మూడు బ్యాగుల ఇంకా ఎక్కువ బ్యాగులు ఉన్నాయా పూర్తిస్థాయిలో విచారణ జరిపించాలని ఆమె డిమాండ్ చేశారు. చత్రవతి కళ్యాణమండపంలో మర్చిపోయి ఉన్న బ్యాగు 360 డిగ్రీల సీసీ కెమెరాల తో జూమ్ అవ్వలేదా.? అంతమంది కళ్ల మధ్య ఈ రెండు బ్యాగులు మీద చీకటికి అమ్ముకోవడం అనేది ఎవరికి కనిపించకపోవడం గమనర్హం. అసలు మరిచిపోయిన బ్యాగుల గురించి బాధ్యత వహించాల్సిన ఉద్యోగి ఎవరు.? హుండీ కౌంటింగ్ బాధ్యత ఎవరిది.? బ్యాగులు మర్చిపోయారా.? స్వాహా చేద్దామని పక్కకు పెట్టారా.? అసలు ఎందుకు అక్కడ ఉండిపోయినాయి అనే దాని గురించి ఇన్ఫర్మేషన్ ఇయాల్సిన బాధ్యత ఎవరిది.? అన్నారు. అంటే ఈ ఉద్యోగి ఈ బ్యాగుల గురించి ఈవోకు ఇన్ఫర్మేషన్ ఇవ్వగా దాన్ని మూడు రోజులు క్యాషియర్ రూంలోనే భద్రపరచడం ఎంతవరకు కరెక్ట్.? ఈవో తెలిసిన తర్వాత కూడా ఎందుకు దానిని బ్యాంకులో జమ చేయలేదు వివరాలు తెలిపిన సిబ్బందిని సస్పెండ్ చేయడం ఎంతవరకు సమంజసం.పక్కకు పెట్టుకున్న బ్యాగులోకి వదిలేసిన బ్యాగుల కి సీల్ తాడు శ్రీశైలం దేవస్థానం హుండీ కౌంటింగ్ సంబంధించిన ట్యాగ్ సీల్ అనేది ఎందుకు లేదు.? అసలు ఉందా.? తీసుకొని వచ్చిన బ్యాగుల గురించి హుండీ బాధ్యత గల అధికారి ఎందుకు కార్య నిర్వాధికారికి సమాచారం అందించలేదు.? అంటే బ్యాగులోని దొంగలించడానికి ప్రయత్నించారా.?సమాచారం అందించాల్సిన బాధ్యత ,బాధ్యత గల అధికారి ఎందుకు సమాచారం ఇవ్వలేదు. గతంలో హుండీ లెక్కింపులో ఇలా ఎన్నో అవకతవకలు జరిగాయో తెలియదు ప్రస్తుత మీ సంఘటన వెలుగులోకి వచ్చింది కాబట్టి తెలిసిందని ఆలయ ఉద్యోగులే శ్రీశైల దేవస్థానం హుండీ డబ్బులను స్వాహా చేయడం జరిగిందని దీని వెనుక పోషిస్తాయి విచారణకు దేవాదాయ శాఖ మంత్రి ఆదేశించాలని లేనిపక్షంలో రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ఉద్యమిస్తామని తెలిపారు.

జగన్నాధపురం ఆదివాసి పెద్దవాగు బ్రిడ్జి నిర్మాణంకు

నిధులు మంజూరు: మంత్రి అడ్లూరి లక్ష్మణ్

-జీ ఓ ఆర్ టి నెంబర్ 207 ఉత్తర్వులను జారీ చేసిన సెక్రటరీ శరత్

జగిత్యాల జిల్లా (ప్రశ్న న్యూస్) రాయికల్ ప్రక్కన 100% ఆదివాసి గ్రామం జగన్నాధపురం ఆదివాసి ప్రజలు బోర్నపల్లి వెళ్ళడానికి మధ్యలో పెద్దవాగు ఉండటం వల్ల 30 కి మీ తిరిగి వెళ్ళ వలసి వస్తుంది. దీన్ని దృష్టిలో ఉంచుకొని బోర్నపల్లి జగన్నాధపురం మధ్యన గల పెద్దవాగుపై బ్రిడ్జి నిర్మాణానికి ? 17.5 కోట్ల నిధులు మంజూరు చేసారు. దీనికి సంబంధించిన ఉత్తర్వులను, సెక్రటరీ, డా ఏ శరత్, ట్రైబల్ వెల్ఫేర్ డిపార్ట్మెంట్, తెలంగాణ ప్రభుత్వం జీ ఓ ఆర్ టి నెంబర్ 207 జారీ చేసారు. ఇందుకుగాను అందరికి, బోర్నపల్లి యువకులు, చిలకగూడెం గిరిజన యువకులు హర్షం వ్యక్తం చేస్తూ కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.

విశాఖ యోగా కార్యక్రమానికి

గిన్నిస్ రికార్డు

- ప్రధాని మోదీ హర్షం

అమరావతి (ప్రశ్న న్యూస్) ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో యోగాను ఒక జీవన విధానంగా మార్చేందుకు జరుగుతున్న కృషిని ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ ప్రశంసించారు. ముఖ్యంగా, విశాఖపట్నంలో జరిగిన యోగా కార్యక్రమం గిన్నిస్ బుక్ ఆఫ్ వరల్డ్ రికార్డ్స్‌లో స్థానం సంపాదించడం పట్ల ఆయన హర్షం వ్యక్తం చేశారు. ఈ మేరకు ప్రధాని సోషల్ మీడియా వేదికగా స్పందిస్తూ, యోగా ప్రాముఖ్యతను మరోసారి నొక్కిచెప్పారు. ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రజలు యోగాను తమ దైనందిన జీవితంలో ఒక భాగంగా చేసుకునే ఉద్యమాన్ని బలోపేతం చేసిన తీరు అభినందనీయమని పేర్కొన్నారు. “యోగా మరోసారి ప్రజలను ఏకం చేసింది! ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రజలు యోగాను తమ జీవితంలో భాగం చేసుకునే ఉద్యమాన్ని బలోపేతం చేసిన విధానానికి అభినందనలు. నేను కూడా పాల్గొన్న విశాఖపట్నంలోని యోగాంధ్ర కార్యక్రమం అనేక మందిని మంచి ఆరోగ్యం, శ్రేయస్సు దిశగా ఎల్లప్పుడూ ప్రోత్సహిస్తుంది” అంటూ ప్రధాని మోదీ సోషల్ మీడియాలో పోస్ట్ చేశారు. యోగా ద్వారా శారీరక, మానసిక ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుందని, ఇది ప్రజల సమగ్ర అభివృద్ధికి దోహదపడుతుందని ప్రధాని తన సందేశంలో స్పష్టం చేశారు. ప్రజలంతా యోగాను దినచర్యలో భాగంగా చేసుకోవడం ద్వారా సంపూర్ణ ఆరోగ్యాన్ని పొందవచ్చుని, ఇలాంటి కార్యక్రమాలు భవిష్యత్తులో మరిన్ని జరగాలని ప్రధాని ఆకాంక్షించారు. ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం, ప్రజలు యోగా విస్తరణకు చేస్తున్న కృషి ఇతర రాష్ట్రాలకు కూడా స్ఫూర్తిదాయకమని ఆయన అభిప్రాయపడ్డారు.

కూటమి ప్రభుత్వం మరోసారి

రాజ్యాంగాన్ని ఉల్లంఘిస్తోంది

- జగన్ ఆరోపణ

- జూన్ 24న ఏపీఎండీసీ ద్వారా బాండ్ల జారీకి ప్రయత్నాలు చేస్తోందని వెల్లడి
- రాష్ట్ర సంచిత నిధికి ప్రైవేటు వ్యక్తులకు అనుమతిస్తున్నారని విమర్శ
- ఏపీఎండీసీ భవిష్యత్ రాబడులు, ఖనిజ సంపద తాకట్టు పెడుతున్నారన్న జగన్
- హైకోర్టులో కేసు విచారణలో ఉండగా బాండ్ల జారీ అనుచితమని వ్యాఖ్య

అమరావతి (ప్రశ్న న్యూస్) ఆంధ్రప్రదేశ్ లోని కూటమి ప్రభుత్వం మరోసారి భారత రాజ్యాంగాన్ని ఉల్లంఘిస్తోందని, రాష్ట్ర ప్రయోజనాలను దెబ్బతీసేలా వ్యవహరిస్తోందని వైసీపీ అధినేత జగన్ తీవ్రస్థాయిలో విమర్శించారు. ఆంధ్రప్రదేశ్ మినరల్ డెవలప్‌మెంట్ కార్పొరేషన్ (ఏపీఎండీసీ) ద్వారా జూన్ 24న నిబంధనలకు విరుద్ధంగా, మునుపెన్నడూ లేని విధంగా నాన్-కన్వర్టబుల్ డిబెంచర్ల (ఎన్సీడీ) రూపంలో బాండ్ల జారీకి ప్రయత్నిస్తోందని ఆయన ఆరోపించారు. ఈ మేరకు ఆయన పలు కీలక అంశాలను లేవనెత్తుతూ ప్రభుత్వంపై విమర్శనాస్త్రాలు సంధించారు.రాష్ట్ర శాసనసభ ఆమోదం లేకుండా రాష్ట్ర ఖజానా నుంచి నిధుల ఉపసంహరణకు వీలు కల్పిస్తూ, ప్రైవేటు పార్టీలకు రాష్ట్ర సంచిత నిధి (కన్సాలిడేటెడ్ ఫండ్ ఆఫ్ ది స్టేట్)ని అందుబాటులోకి తెస్తున్నారని జగన్ ఆరోపించారు. ఇది భారత రాజ్యాంగంలోని ఆర్టికల్స్ 203, 204లను పూర్తిగా ఉల్లంఘించడమేనని ఆయన పేర్కొన్నారు. అంతేకాకుండా, రాష్ట్ర సంచిత నిధిని హామీగా చూపి ఏపీఎండీసీ రుణాలు సేకరించడానికి అనుమతించడం ఆర్టికల్ 293(1)కి విరుద్ధమని ఆయన స్పష్టం చేశారు.ఏపీఎండీసీకి భవిష్యత్తులో వచ్చే ఆదాయం మొత్తంపైనా బాండ్ హోల్డర్లకు ప్రత్యేక హక్కు కల్పించారని, దీనికి అదనంగా సుమారు రూ.1,91,000 కోట్ల విలువైన ప్రభుత్వ ఖనిజ సంపదను కూడా ఎన్సీడీ బాండ్ హోల్డర్లకు తాకట్టు పెడుతున్నారని జగన్ ఆరోపించారు. ఇది రాష్ట్ర ప్రజలను మోసం చేయడమేనని ఆయన తీవ్రంగా వ్యాఖ్యానించారు.ఈ వ్యవహారంపై ఇప్పటికే ఆంధ్రప్రదేశ్ హైకోర్టులో కేసు విచారణలో ఉందని, దీనిని విచారణకు స్వీకరించిన న్యాయస్థానం ప్రతివాదులందరికీ కౌంటర్లు దాఖలు చేయాలని నోటీసులు కూడా జారీ చేసిందని జగన్ గుర్తు చేశారు. విషయం న్యాయస్థానం పరిధిలో ఉన్నప్పుడు, ప్రభుత్వం ఏపీఎండీసీని బాండ్ల జారీకి అనుమతించడం ఎంతమాత్రం సరికాదని ఆయన అభిప్రాయపడ్డారు. “రాష్ట్ర భవిష్యత్తును, భారత రాజ్యాంగాన్ని పూర్తిగా నిర్లక్ష్యం చేస్తూ ప్రభుత్వం వ్యవహరించడం తీవ్ర విచారకరం” అంటూ వైసీపీ అధినేత జగన్ తన ఆవేదన వ్యక్తం చేస్తూ ప్రభుత్వంపై విమర్శలు గుప్పించారు.

Printed, Published & Owned by "Gouti Bala Sai Tilak" and Published at H.No : 8-2-293/82/10/80, Womens Co-operative Housing Society, Road No - 7, Jubilee Hills, Hyderabad - 500033, Telangana State. Printed at "Gowrish Offset Printers". H.No : 3-4-353, Barkatpura, Hyderabad-500027. Telangana State. Editor : "Vempati Vijay Kumar". "RNI No: TELTEL/2021/80267". Email : prajaprashna@gmail.com. Cell No : 9494055588