



షేక్ హసీనాకు మరణశిక్ష

- ధాకా అల్లర్ల కేసులో బంగ్లాదేశ్ మాజీ ప్రధాని షేక్ హసీనాకు ఉరిశిక్ష
- షేక్ హసీనాను దోషిగా తేల్చిన ఇంటర్నేషనల్ క్రిమిన్యోట్రబ్యూనల్ కోర్టు..

జయభేరి, న్యూ డిల్లీ, నవంబర్ 17: బంగ్లాదేశ్ ఇంటర్నేషనల్ క్రిమిన్యోట్రబ్యూనల్ సంచలన తీర్పు చెప్పింది. మాజీ ప్రధాని షేక్ హసీనాపై మానవత్వం లేకుండా ప్రయత్నించారని మరణశిక్ష విధించింది. 2009 నుండి 2024 వరకు 15 సంవత్సరాల పాలనలో ఆమె నాయకత్వంలో మారణహోమం జరిగిందని బ్రిటిష్ నిర్ధారించింది. జరిగిన 2024 జులై ఆగస్టు



మరింత పెరగనున్న చలితీవ్రత

- ఎముకలు కొరికే చలికి జనం తీవ్ర ఇబ్బంది
- ఉదయం వేళల్లో భారీగా పొగమంచు కురుస్తున్నది

జయభేరి, హైదరాబాద్, నవంబర్ 17: తెలంగాణ వ్యాప్తంగా చలితీవ్రత పెరిగింది. ఎముకలు కొరికే చలికి జనం తీవ్ర ఇబ్బందులు పడుతున్నారు. ఉదయం వేళల్లో భారీగా పొగమంచు కురుస్తున్నది. దానికి తోడు చలిగాలులు వీస్తుండడంతో జనం అల్లాడుతున్నారు. ఈ క్రమంలో వాతావరణశాఖ కీలక హెచ్చరికలు జారీ చేసింది. రాగల రెండు రోజులు తెలంగాణలో అక్కడక్కడ కనిష్ట ఉష్ణోగ్రతలు సాధారణం కంటే నాలుగు నుంచి ఐదు డిగ్రీల వరకు తక్కువగా సమాధియ్యే అవకాశం ఉందని అంచనా వేసింది. సోమవారం ఆదిలాబాద్, కుప్రంబీం ఆసిఫాబాద్, నిర్మల్, సంగారెడ్డి, మెదక్ జిల్లాల్లో శీతలగాలులు వీచే ఛాన్స్ ఉందని హెచ్చరించింది. ఈ మేరకు ఆయా జిల్లాలకు వాతావరణశాఖ ఎల్లో హెచ్చరికలు జారీ చేసింది. ఆ తర్వాత రాష్ట్రంలో పొడి వాతావరణం ఏర్పడే అవకాశం ఉందని చెప్పింది. ఇదిలా ఉండగా.. గడిచిన 24 గంటల్లో చలువోష్ట ఉష్ణోగ్రతలు సింగిల్ డిజిట్ కు పడిపోయాయి. ఆసిఫాబాద్ జిల్లా నిర్మల్లో అత్యల్పంగా 7.4 డిగ్రీ సెల్సియస్ కనిష్ట ఉష్ణోగ్రత సమాధియ్యే వాతావరణశాఖ తెలిపింది. రాగల రెండు రోజులు చలి తీవ్రత మరింత పెరుగుతుందని వాతావరణశాఖ హెచ్చరించింది. సోమవారం ఉదయం ఈ సీజన్లోనే ఉష్ణోగ్రతలు కనిష్టానికి పడిపోయాయని వాతావరణశాఖ తెలిపింది. హైదరాబాద్ యూనివర్సిటీ పరిధిలో 8.8 డిగ్రీల కనిష్ట ఉష్ణోగ్రత సమాధియ్యే వేరైంది. రాజేంద్రనగర్లో 10, కంట్ స్టేషన్లో 11.2, మారెడ్ పల్లిలో 11.5, కుత్బుల్లాపూర్లో 12, గచ్చిబౌలిలో 12 డిగ్రీలకు ఉష్ణోగ్రతలు పడిపోయాయి.. సోమవారం రాత్రి సైతం చలి కొనసాగి అవకాశం ఉందని తెలిపింది. మంగళవారం ఉదయం సైతం ఇలాంటి పరిస్థితులే ఏర్పడే అవకాశాలున్నాయని హెచ్చరించింది.

మంత్రిమండలి గ్రీన్ సిగ్నల్

- బీసీలకు పార్టీ పరంగా 42 శాతం టికెట్లు ఇవ్వాలి
- న్యాయస్థానాల్లో ఈ విషయం తేలిన తర్వాత ఎంపీటీసీ, జెడ్పీటీసీ, మున్సిపల్ ఎన్నికలు
- అందెశ్రీ కుమారుడు ఎ. దత్తసాయికి డిగ్రీ కాలేజీలో అసిస్టెంట్ ప్రొఫెసర్ గా ఉద్యోగం
- ఎన్ఆర్ఎస్సీ మెయిన్ కెనాల్ కు రాంరెడ్డి దామోదర్ రెడ్డి పేరును పెట్టాలి

జయభేరి, హైదరాబాద్, నవంబర్ 17: స్థానిక సంస్థలకు సంబంధించి గ్రామ పంచాయతీ ఎన్నికల నిర్వహణకు రాష్ట్ర మంత్రిమండలి గ్రీన్ సిగ్నల్ ఇచ్చింది. ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి అధ్యక్షతన డాక్టర్ బీఆర్ అంబేద్కర్ రాష్ట్ర సచివాలయంలో జరిగిన మంత్రిమండలి సమావేశం వలు అంశాలపై చర్చించి నిర్ణయాలు చేసింది.

జయభేరి, హైదరాబాద్, నవంబర్ 17: స్థానిక సంస్థల్లో బీసీలకు 42 శాతం రిజర్వేషన్లు కల్పించాలన్న సంకల్పంతో గతంలో మంత్రిమండలి తీర్మానం చేయడం, అనెంబ్లీలో బిల్లుకు ఆమోదం తెలిపిన తర్వాత గవర్నర్ వద్ద పెండింగ్లో ఉండటం, కొందరు హైకోర్టును ఆశ్రయించడంతో స్టే విధించడం, ప్రభుత్వం జారీ చేసిన ఆర్డినెన్స్ ను సుప్రీంకోర్టు తోసిపుచ్చిన పరిణామాలను మంత్రివర్గం సమగ్రంగా చర్చించింది. ఈ పరిణామాలను చర్చిస్తూనే, ఎన్నికలు నిర్వహించని పక్షంలో 15వ ఆర్థిక సంఘం నుంచి రాష్ట్రానికి రావలసిన దాదాపు 3 వేల కోట్ల రూపాయల నిధులు నిలిచిపోయే ప్రమాదం ఏర్పడుతున్న నేపథ్యం, కోర్టు సూచనలను పరిగణలోకి తీసుకుని వీలైనంత తొందరగా గ్రామ పంచాయతీ ఎన్నికలు నిర్వహించాలని మంత్రివర్గం తీర్మానించింది. బీసీలకు 42 శాతం రిజర్వేషన్లు కల్పించాలని ప్రభుత్వం చిత్తశుద్ధితో శతవిధాలా ప్రయత్నించిన విషయాలను గుర్తుచేస్తూ ఈ అంశంపై న్యాయస్థానాల్లో పోరాటం కొనసాగించాలని నిర్ణయించినట్లు మంత్రిమండలి సమావేశం అనంతరం

సౌదీలో బస్సు ప్రమాదం

- 45 మంది హైదరాబాద్ వాసులు మృతి..
- ఒక్కరు మాత్రమే సేఫ్!
- ఢిల్లీలోని తెలంగాణ భవన్లో కంట్రీల్ రూమ్ ఏర్పాటు



పత్తి కొనుగోళ్లపై ప్రభుత్వాల నిర్లక్ష్యం

- మార్కెట్ యార్డుల్లో రైతుల పడిగాపులు.. కేటెఆర్

జయభేరి, హైదరాబాద్: పత్తి కొనుగోళ్లపై కేంద్ర రాష్ట్ర ప్రభుత్వాల నిర్లక్ష్యం వైఖరిపై బీఆర్ఎస్ పర్సన్ డిప్యూటీ కేటెఆర్ ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. ఆరుగారం కష్టించి పత్తిని పండించిన తెలంగాణ రైతన్నలు, నేడు కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాల నిర్లక్ష్యం వల్ల మార్కెట్ యార్డుల్లో పడిగాపులు పడుతున్నారని చెప్పారు. కళ్ళ ముందే పండించిన పత్తి ఈ చలికాలపు తేమకు పాడవుతోంటే ఆరు కోవాలైన కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాల్లోమో మొద్దు నిద్ర సటిస్తున్నాయని మండిపడ్డారు. నెల రోజుల్లో 28 లక్షల టన్నుల కొనుగోలు లక్ష్యం కాగా కేవలం 1.12 లక్షల టన్నుల పత్తి కొనుగోలు చేశారంటేనే రాష్ట్రంలో నెలకొన్న పత్తి కొనుగోళ్ళ సంగతిని అర్థం పడుతోందని దృఢపెట్టారు. తేమశాతం, కపాస్ మొబైల్ యాప్ రిజిస్ట్రేషన్, మిల్లుల గ్రేడింగ్ అంటూ కుంటి సాకులతో కాటన్ కార్పొరేషన్ ఆఫ్ ఇండియా పత్తి కొనుగోలు నిరాకరిస్తుంటే, దానికి జిన్నింగ్ మిల్లుల అవినీతి తోడై రైతన్న సస్టి విరుస్తున్నాయని చెప్పారు. మధ్యకు దర దొరకక, మధ్య దళారులకు తెగసమ్మకుని రైతులు సఫలం పాలవుతున్నారని తెలిపారు. రాష్ట్రానికి ప్రాతినిధ్యం పహిస్తున్న కేంద్ర మంత్రులు, కాంగ్రెస్, బీజేపీ ఎంపీలు వెంటనే పత్తి కొనుగోలుకు కేంద్రంపై ఒత్తిడి తీసుకురావాలని డిమాండ్ చేశారు.

శ్రీ పద్మావతి అమ్మవారి కార్తిక బ్రహ్మోత్సవాలు

- రాష్ట్ర ప్రభుత్వం తరపున అమ్మవారికి పట్టు వస్త్రాలు సమర్పించిన రాష్ట్ర దేవాదాయ శాఖ మంత్రి ఆనం రామ నారాయణ రెడ్డి
- శ్రీ పద్మావతి అమ్మవారికి పట్టు వస్త్రాలు సమర్పించడం మహాద్వాగ్గం
- భక్తుల రద్దీకి అనుగుణంగా జిల్లా యంత్రాంగం సమన్వయంతో టిటిడి అధికారులు ఏర్పాట్లు పూర్తి
- రాష్ట్ర దేవాదాయ శాఖ మంత్రి

జయభేరి, తిరుపతి: కార్తిక బ్రహ్మోత్సవాల సందర్భంగా తిరుచానూరు శ్రీ పద్మావతి అమ్మవారికి పట్టు వస్త్రాలు సమర్పించడం మహాద్వాగ్గముని రాష్ట్ర దేవాదాయ శాఖ మంత్రి ఆనం రామ నారాయణ రెడ్డి పేర్కొన్నారు. సోమవారం కార్తిక బ్రహ్మోత్సవాల సందర్భంగా తిరుచానూరు శ్రీ పద్మావతి అమ్మవారికి రాష్ట్ర దేవాదాయ శాఖ మంత్రి రాష్ట్ర ప్రభుత్వం తరఫున పట్టు వస్త్రాలు సమర్పించారు. ఈ కార్యక్రమంలో చంద్రగిరి, సూర్యారావుపేట ఎం ఎల్ ఏ లు పులివర్తి నాని, నెలవల విజయశ్రీ, టిటిడి జేఈఓ వీరబ్రహ్మం, అధికారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు. పట్టు వస్త్రాలు సమర్పించడానికి విచ్చేసిన మంత్రిలకు

దేవాదాయ శాఖ మంత్రి రాష్ట్ర ప్రభుత్వం తరఫున పట్టు వస్త్రాలు సమర్పించారు. ఈ కార్యక్రమంలో చంద్రగిరి, సూర్యారావుపేట ఎం ఎల్ ఏ లు పులివర్తి నాని, నెలవల విజయశ్రీ, టిటిడి జేఈఓ వీరబ్రహ్మం, అధికారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు. పట్టు వస్త్రాలు సమర్పించడానికి విచ్చేసిన మంత్రిలకు

హైదరాబాద్ పోలీసులకు అభినందనలు

హైదరాబాద్ సైబర్ కైమ్ పోలీసుల ఆపరేషన్ విజయవంతమైందని వెల్లడించారు. సజ్జనార్ చర్యలు యావత్ భారతీయ చిత్ర పరిశ్రమకు మేలు చేస్తాయని తెలిపారు. సైరస్ వల్ల సినిమా పరిశ్రమకు నష్టం చేస్తున్న నిర్వాహకుడు ఇమ్మడి రవిని అరెస్టు చేసినట్లు హైదరాబాద్ పోలీసు కమిషనర్ సజ్జనార్ సోమవారం వెల్లడించారు. ఇమ్మడి రవి పై బిటి యాక్స్, కాపీ రైట్ యాక్స్ కింద మరో 4 కేసులు నమోదు చేసినట్లు మీడియా సమావేశంలో చెప్పారు.

జయభేరి, అమరావతి, నవంబర్ 17: ఏపీ డిప్యూటీ సీఎం, నటుడు పవన్ కల్యాణ్ హైదరాబాద్ పోలీసులకు అభినందనలు తెలిపారు. సైరస్ మురాను అరెస్టు చేసిన సజ్జనార్, పోలీసులకు కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. సైరస్ మురారు వల్ల సీని పరిశ్రమ తీవ్రంగా నష్టపోతుందని అన్నారు.

బటోమ్మ, బెప్పుం వెబ్ సైట్లు మూసివేయించడం స్వాగతించడం పరిణామని పేర్కొన్నారు. హైదరాబాద్ సైబర్ కైమ్ పోలీసుల ఆపరేషన్ విజయవంతమైందని వెల్లడించారు. సజ్జనార్ చర్యలు యావత్ భారతీయ చిత్ర పరిశ్రమకు మేలు చేస్తాయని తెలిపారు.

►► మొదటిపేజీ తరువాయి

మంత్రిమండలి గ్రీన్ సిగ్నల్

మంత్రిలు మీడియాకు వెల్లడించారు. ముందుగా గ్రామ పంచాయతీ ఎన్నికలు నిర్వహించి, న్యాయస్థానాల్లో ఈ విషయం తెలిస తర్వాత ఎంపీటీసీ, జెడ్పీటీసీ, మున్సిపల్ ఎన్నికలను నిర్వహించాలని మంత్రిమండలి భావించింది. బీసీలకు పార్టీ పరంగా 42 శాతం టీజేడల్ ఇవ్వాలని నిర్ణయించింది. ప్రజా ప్రభుత్వం ఏర్పాటు చేసి రెండేళ్లు పూర్తవుతున్న నేపథ్యంలో ప్రజాపాలన విజయోత్సవాల్లో భాగంగా డిసెంబర్ 8, 9 తేదీల్లో తెలంగాణ రైజింగ్ గ్రోబల్ సమ్మిట్‌ను ఫోర్టీసిటీలో నిర్వహించాలని, అలాగే, డిసెంబర్ 9 న తెలంగాణ రైజింగ్ 2047 విజన్ డాక్యుమెంట్‌ను అవిష్కరించాలని నిర్ణయించింది. ఇటీవల మరణించిన ప్రజాకవి అందెల్ శ్రీవేంకట సుబ్బారావు మంత్రిమండలి తీవ్ర సంతాపం తెలియజేసింది. రాష్ట్ర ప్రజలకు వారందించిన జరు జయపా తెలంగాణ.. రాష్ట్ర గీతాన్ని పాఠ్య పుస్తకాల్లో మొదటి పేజీలో ప్రచురించాలని కేబినెట్ తీర్మానించింది. అందెల్ కుమారుడు ఎ. దత్తసాయికి డిగ్రీ కాలేజీలో అస్సిస్టెంట్ ప్రొఫెసర్ గా ఉద్యోగం ఇవ్వాలని నిర్ణయించారు. తెలంగాణ ఉద్యమంలో అందెల్ పాత్రను భవి తరాలకు తెలియజేసేలా వారి అంత్యక్రియలు జరిగిన ప్రదేశాన్ని ఒక న్యూతివనంగా తీర్చిదిద్దాలని తీర్మానించింది. గిగి వర్షపు ప్రయోజనాల కోసం రూపొందించిన బిల్లుకు మంత్రిమండలి ఆమోదముద్ర వేసినట్లు మంత్రి వివేక్ వెంకటస్వామి తెలిపారు. దీన్ని వచ్చే అసెంబ్లీ సమావేశాల్లో ప్రవేశపెట్టి చట్టరూపం కల్పిస్తామన్నారు. ప్రజల అభ్యర్థన మేరకు ఎన్ఆర్ఎస్సీ మెయిన్ కెనాల్ కు రారెడ్డి చాపెడూర్ రెడ్డి పేరును పెట్టాలని మంత్రిమండలి తీర్మానించింది.

మేము తీసుకోవాలా?

బీఆర్ గవాయి ధర్మాసనం విచారణ చేపట్టింది. ఈ సందర్భంగా మూడు నెలల్లో గా నిర్ణయం తీసుకోకపోవడం కొద్ద ధికార్వమనని ధర్మాసనం వ్యాఖ్యానించింది. ఫిరాయింపు ఎమ్మెల్యేలపై వచ్చే వారం లోపలే నిర్ణయం తీసుకోవాలి, లేదంటే స్పీకర్ కాంటింపెంట్ కు నిర్ణయం కావాలని స్పష్టం చేసింది. స్పీకర్ కు రాజ్యాంగ రక్షణ లేదని ముందే చెప్పామని గుర్తుచేసింది. న్యూ ఇయర్ ఎక్స్‌డ్యు జరుపుకోవాలో అయినే నిర్ణయించుకోవాలని సీజిబి ధర్మాసనం సంచలన వ్యాఖ్యలు చేసింది. దీంతో, స్పీకర్ తరఫున న్యాయవాదులు అభిషేక్ సింగ్, ముకుల్ రోహిణి నాలుగు వారాల్లోగా విచారణ పూర్తి చేస్తామని వెల్లడించారు. అనంతరం, రోజువారీగా విచారణ జరిపి నిర్ణయం తీసుకోవాలని ధర్మాసనం ఆదేశించింది. నాలుగు వారాల్లో జవాబు చెప్పాలని స్పీకర్‌ను ఆదేశించింది.

శ్రీ వద్దావతి అమ్మవారి కార్తీక..

ఆలయ అర్చకులు పూర్ణకుంభ స్వాగతం పలికారు. పద్మావతి అమ్మవారి దర్శనానంతరం ఆలయ మూర్తయంతో వేద మంత్రాలతో ఆశీర్వాదాలు పలికి తీర్థ ప్రసాదాలు మంత్రికి అందించారు. ఈ సందర్భంగా రాష్ట్ర దేవదారులు శాఖ మంత్రి మాట్లాడుతూ.. రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు అదేశాల మేరకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం తరఫున తిరుచానూరు కార్తీక బ్రహ్మోత్సవాల సందర్భంగా శ్రీ వద్దావతి అమ్మవారికి పట్టుపస్త్రాలు సమర్పించడం పరుసగా రెండవసారి అని తెలిపారు. నవంబర్ 17 నుండి 25 వరకు శ్రీ వద్దావతి అమ్మవారి కార్తీక బ్రహ్మోత్సవాలు జరగనున్న నేపథ్యంలో భక్తుల రద్దీకి అనుగుణంగా టిటిడి అధికారులు జిల్లా యంత్రాంగం, స్థానిక ప్రజాప్రతినిధుల సమన్వయంతో ఏర్పాట్లు పూర్తి చేశామన్నారు. ఎన్నిది కూటామి ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వచ్చిన అనంతరం ఆలయాల్లో సముచితమైన ఏర్పాట్లు కారణంగా భక్తుల రద్దీ పెరిగిందని, పంచమి తీర్థం పర్యటనాన సుమారు 50 వేల మంది భక్తులు వస్తారని అంచనా ఉందని, అందుకు తగిన ఏర్పాట్లు పూర్తి చేయడం జరిగిందన్నారు. ముఖ్యమంత్రి అదేశాలతో టిటిడితో పాటు రాష్ట్రంలో గల ప్రధాన ఆలయాల్లో అన్నప్రసాద వితరణ కార్యక్రమం ప్రారంభించామన్నారు. తిరుచానూరు బ్రహ్మోత్సవాల సందర్భంగా నవంబర్ 20న గా. భారత రాష్ట్రపతి ద్రౌపది ముర్ము అలయానికి విచ్చేయనున్నారని, అనంతరం మరుసటి రోజు తిరుమల శ్రీవారి దర్శనం చేసుకుంటారన్నారు. గా. భారత రాష్ట్రపతి పర్యటనకు సంబంధించి జిల్లా యంత్రాంగం, టిటిడి అధికారుల మరియు పాఠశవస్థల ఏర్పాట్లను పూర్తి చేశారన్నారు. కార్తీక మాసంలో భక్తులు అనేక తరంగాల్లో కార్తీక ద్వీపం వెలిగిస్తారని, దీపాల వెలుగుల్లో ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రం వెలుగులీనుతుందన్న సంతోషం ఉందన్నారు. ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రం ఆధ్యాత్మికాంధ్రప్రదేశ్ గా, రాష్ట్రంలోని అన్ని సగరాలు, ప్రాంతాలు ఆధ్యాత్మికతతో వెలుగులీనుతుందని ఆశిస్తూన్నామన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో టిటిడి విఎస్ఆర్ గిరిధర్, యాదవ కాశ్యప్, రేచేపల్లి వైద్యన సరళింహారావు, మాజీ ఎంఎల్ఏ నెలవల సుబ్రహ్మణ్యం, తిరుపతి కార్పొరేషన్ ఉప మేయర్ ఆర్ సి మునికృష్ణ, టిటిడి అధికారులు, ప్రజా ప్రతినిధులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పోలీసులకు అభినందనలు

పైరలో పల్లె సినిమా పరిశ్రమకు నష్టం చేస్తున్న నిర్వాహకుడు ఇమ్మడి రవిని అరెస్టు చేసినట్లు హైదరాబాద్ పోలీసు కమిషనర్ సజ్జనర్ సోమవారం వెల్లడించారు. ఇమ్మడి రవి పై బటి యాక్ట్, కాపీ రైట్ యాక్ట్ కింద మరో 4 కేసులు నమోదు చేసినట్లు మీడియా సమావేశంలో చెప్పారు. పైర సి వెటెనెరల్ బహిష్టు నిర్వాహకుడు ఇమ్మడి రవిని హైదరాబాద్ సైబర్ క్రిమి పోలీసులు అరెస్ట్ చేసిన విషయం తెలిసిందే. ఈ నేపథ్యంలో సిసిపెడ్లలు చిరంజీవి, నాగార్జున, దిల్ రాజు, సురేశ్ బాబుతో పాటు దర్శకుడు రాజ్‌బుతో సీపీ సజ్జనానితో భేటీ అయ్యారు. అనంతరం సజ్జనాని మీడియాతో మాట్లాడుతూ.. ‘పైరలోకి సంబంధించి అంతకు ముందు ప్రశాంత్, శివరాజ్‌ను కూడా అరెస్టు చేశాం. ఇమ్మడి రవి సమాజానికి రెండు రకాలుగా నష్టం చేశారాదు. పైర సి డ్యారా చిత్రపరిశ్రమకు కోట్ల నష్టం చేయడమే కాకుండా జైల్లోని యావలను ప్రమాదే చేశాడని తెలిపారు. దీంతో చాలా మంది డబ్బు, ప్రాణాలు కోల్పోయారు. ఒక వెటెనెరల్ ను భూక్ చేస్తే సైట్ ను తయారు చేశాడు. ఇలా 65 మిర్చర్ వెటెనెర్లు నిర్వహించాడు. 21 వేల సినిమాలు అతడి హార్డ్ డిస్కోలో ఉన్నాయి. 1972లో విడుదలైన గాడ్‌పాదర్ నుంచి మొన్న వచ్చిన ఓజీ వరకు అందులో ఉన్నాయి. పైర సి డ్యారా రూ.20 కోట్లు సంపాదించాడని తెలిపారు. అందులో రూ.3 కోట్లు సీజ్ చేశాం. సైట్ ను సందర్శించిన వారి డేటా మొత్తం రవి పట్ల ఉంది. ప్రజల దాటాను సైబర్ నెరాల మూలాలకు అందుకన్నారు. డేటా చోరీ జరగడం పట్ల ప్రజలకు కూడా వేల కోట్ల నష్టం జరిగింది. రవి పట్ల 50 లక్షల మంది నభేన్స్ బర్ల డేటా ఉంది. ఇంత డేటా అతడి వద్ద ఉండటం ప్రమాద కరం. దీన్ని సైబర్ నేరగాళ్లు వాడుకునే అవకాశం ఉందని తెలిపారు.

ఇమ్మడి రవి స్పష్టంల విశాఖపట్నం..

ఇమ్మడి రవి స్పష్టంల విశాఖపట్నం. బీబీసి కంప్యూటర్స్ చదివిన అతడు వేరే పేర్లతో మహారాష్ట్రలో డ్రైవింగ్ లైసెన్స్, పాస్ కార్డులు తీసుకున్నాడు. మొదటి నుంచి నేర ప్రవృత్తితో ఉన్నాడు. సిసిరంగం అప్రమత్తమై ఫిర్యాదు చేసినప్పుడు పోలీసులు అతడి వెంట పడ్డారని వివరించారు. దీంతో భారత పౌరసత్వాన్ని పదిలి కరేబియన్ దీవుల్లో ఉన్న సెయింట్ నేపీ దేశ పౌరత్వం తీసుకున్నాడు. ఫ్రాన్స్‌లో ఉంటూ విద్య దేశాలు తిరిగివాడు. 2019 నుంచి బహిష్టు వెటెనెరల్ ను నడుపుతున్నాడు. 21 వేల సినిమాలు పైర సి చేశాడని వెల్లడించారు. అమెరికా, సింగ్ల్యాండ్, నెదర్లాండ్ నుంచి సర్వస్వ నడుపుతున్నాడు. 110 డ్రైవెన్లను రవి ముఠా కొనుగోని చేసింది.

హత్య కేసులో నలుగురు నిందితులు అరెస్టు

జయభేరి, హైదరాబాద్:

రాయదుర్గం లో హత్య కేసును రాయదుర్గం పోలీసులు ఛేదించారు. నలుగురు నిందితులను అరెస్టు చేశారు. నిందితుల వద్ద నుండి రెండు ద్వితీక వాహనాలు, నాలుగు మొబైల్ ఫోన్ లు స్వాధీనంచేసుకున్నారు. మదాపూర్ ఎసిపి శ్రీధర్ సవంకర్ 11 తారీకు హత్యకు సమాచారం అందింది. రాయదుర్గం లెదర్ ఇండ్స్ వద్ద గాయాలతో ఒక వ్యక్తి పడుకున్నాడు. హత్యకు సమాచారం అందింది. గాయాలపాలైన బాధితుడిని చికిత్స నిమిత్తం ఉస్మానియా హాస్పిటల్ కు తరలించాం. అదే ఉదయం పోలీస్ స్టేషన్ లో ఒక మిస్సినో కేసు నమోదు అయ్యింది. చూస్తే గాయాలపాలై హాస్పిటల్ లో చికిత్స పొందుతున్న సౌరభ్ కుమార్ (24) గా గుర్తించామని అన్నారు. 13 తారీకున హాస్పిటల్ లో చికిత్స పొందుతూ సౌరభ్ కుమార్ మృతి చెందాడు. పోలీసుల దర్శాప్తో సీసీపీ కెమెరాల్లో ఒక ద్వితీక వాహనం అనుమానాస్పద గా కనిపించింది.. నడుచుకుంటూ పన్నున్న సౌరభ్ ను బైక్ పై ఎక్కించుకొని చేతిలో ఉన్న మొబైల్ ఫోన్ ను నలుగురు దుండగిలు అడిగారు. సౌరభ్ తో వాక్యాధునికి దిగారు. దుండగిలు సౌరభ్ పై నెంట్రింగ్ కర్రలతో దాడి చేసి అతని వద్ద ఉన్న ఫోన్ ను లాక్కెళ్ళారు. ప్రధాన నిందితుడు మహమ్మద్ రెహ్మాన్, మహమ్మద్ ఇబ్రహీం అహ్మద్ తో పాటు ఇద్దరు మైనర్ లను అదుపులోకి తీసుకున్నామని అన్నారు. నిందితుల వద్ద నుండి రెండు ద్వితీక వాహనాలు, నాలుగు మొబైల్ ఫోన్ లు స్వాధీనం చేసుకున్నారు.

2021లో తీవ్ర ప్రయత్నాలు చేసినా, ముఠా బెనర్లీ ఆధిపత్యం తగ్గలేదు. టీఎస్ మద్దతు వ్యవస్థ గ్రామీణ స్థాయిలో బలంగా ఉంది. అయినా, బీజేపీ వ్యూహకర్తలు కొత్త రూపకల్పనలో ఉన్నారు. రాష్ట్రంలోని 290 సీట్లలో 75 నియోజకవర్గాలు ముస్లిం ఆధిపత్యంలో ఉండటంతో అవి కలిసే లక్ష్యాలుగా భావిస్తున్నారు. మిగిలిన 220 సీట్లలో కనీసం 140కుపైగా గెలవడం ద్వారా ప్రభుత్వం ఏర్పాట్ లక్ష్యంగా పెట్టుకున్నారు. ఇటీవలి ఉప ఎన్నికల్లో హిందు ఓటర్లలో బీజేపీకి 70 శాతం మద్దతు లభించిందని పార్టీ అంచనా. ఈ ధోరణి కొనసాగితే ముఠా కూటమిని గద్దె దించి అవకాశం ఉంది.

బీజేపీ నేతృత్వంలోని ఎస్సీ... బిహార్ అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో అదృష్ట విజయం సాధించింది. భారతీయ జనతా పార్టీ ఎన్నికల యంత్రాంగం ఇప్పుడు తూర్పు భారత దేశంపై దృష్టి పెట్టింది. ఎన్డీఏగా కలిసి 200కుపైగా సీట్లు సాధించడం, కాంగ్రెస్, వామపక్ష శక్తులను సింగిల్ డిజిట్ కు పరిమితం చేయడం బీజేపీకి భారీ ఉత్సాహాన్నిచ్చింది. ఈ విజయానికి మూలం అధునాతన వ్యూహం, కచ్చితమైన సామాజిక గణాంకాల అర్థం చేసుకోవడమే అని విశ్లేషకులు భావిస్తున్నారు. ఇప్పుడు అదే మోడల్ ను బెంగాల్ లో అమలు చేయాలనే సంకల్పం పార్టీ నిర్ణయంలో స్పష్టంగా కనిపిస్తోంది. పశ్చిమ బెంగాల్ బీజేపీకి అందని ద్రాక్షగానే మిగిలింది. 2021లో తీవ్ర ప్రయత్నాలు చేసినా, ముఠా బెనర్లీ ఆధిపత్యం తగ్గలేదు. టీఎస్ మద్దతు వ్యవస్థ గ్రామీణ స్థాయిలో బలంగా ఉంది. అయినా, బీజేపీ వ్యూహకర్తలు కొత్త రూపకల్పనలో ఉన్నారు. రాష్ట్రంలోని 290 సీట్లలో 75 నియోజకవర్గాలు ముస్లిం ఆధిపత్యంలో ఉండటంతో అవికలిసే లక్ష్యాలుగా భావిస్తున్నారు. మిగిలిన 220 సీట్లలో కనీసం 140కుపైగా గెలవడం ద్వారా ప్రభుత్వం ఏర్పాట్ లక్ష్యంగా పెట్టుకున్నారు. ఇటీవలి ఉప ఎన్నికల్లో హిందూ ఓటర్లలో బీజేపీకి 70 శాతం మద్దతు లభించిందని పార్టీ అంచనా. ఈ ధోరణి కొనసాగితే ముఠా కూటమిని గద్దె దించి అవకాశం ఉంది. పార్టీ ప్రధాన వ్యూహకర్త అమిత్ షా స్వయంగా బెంగాల్ లో పటిష్ట కాషాయ కేంద్రం ఏర్పాటు చేయాలన్న ఆలోచనలో ఉన్నారు. పార్టీ రాష్ట్ర యూనిట్ కు కేంద్ర సహకారం మరింత పెరిగే సూచనలున్నాయి. బెంగాల్ తర్వాత అసోం కూడా బీజేపీకి చాలా కీలకం. హిమంత బిశ్వశర్మ నాయకత్వంలో గత రెండుసార్లు గెలిచిన బీజేపీ, మూడోసారి విజయం సాధిస్తే అది కొత్త రికార్డు అవుతుంది. కానీ, ఈ రాష్ట్రంలో అహోం కమ్యూనిటీ, ముస్లిం ఓటర్ ప్రభావం ఎన్నికల చెక్కులు మార్చే అవకాశం ఉంది. కాంగ్రెస్, యూడీఎఫ్ కలిసి మైనారిటీ ఓటు బ్యాంకును ఆకర్షించే ప్రయత్నంలో ఉన్నాయి. బీజేపీ వ్యూహకర్తలు ముస్లిం ప్రభావం ఉన్న 30 ప్రాంతాలను పక్కనపెట్టి మిగతా చోట్ల గట్టి పోరు ఇవ్వాలనే సంకల్పంలో ఉన్నారు. ఇక తర్వాత తమిళనాడులో ఇప్పటి వరకు బీజేపీ గణనీయ స్థాయిలో ఎదగలేదు. అయితే, అన్నామలై నాయకత్వం తీసుకున్న తర్వాత కాషాయ శక్తి కనీసం చర్చనీయాంశంగా మారింది. ఎఐఎ డీఎంకేతో కూటమి రీ-అల్లెన్మెంట్, మద్దతు బేసి విస్తరణ లాంటి ప్రయత్నాలు కొనసాగుతున్నాయి. కేరళలో మాత్రం పరిస్థితి భిన్నం. సీపీఎం, కాంగ్రెస్ కూటములు బలంగా ఉండడంతో బీజేపీకి సవాలు కొనసాగుతోంది. 18 శాతం ఓటు పాటా ఉన్నప్పటికీ



సాదీల్ బస్సు ప్రమాదం

జయభేరి, న్యూఢిల్లీ, నవంబర్ 17:

మక్కా నుంచి మదీనాకు వెళుతున్న యాత్రికుల బస్సు ప్రమాదంలో 45 మంది మరణించారు. 18 మంది మహిళలు, 18 మంది పురుషులు, పదిమంది చిన్నారులు ఈ ఘటనలో చనిపోయారు. బస్సులో ఉన్న అందరూ హైదరాబాద్ కు చెందినవారని జాయింట్ కమిషనర్ తఫ్సీర్ ఇక్బాల్ తెలిపారు. సిటీ నుంచి 54 మంది మక్కా యాత్రకు వెళ్లగా.. అందులో 46 మంది బస్సులో మక్కా నుంచి మదీనాకు వెళ్లి వస్తుండగా వీరు ప్రయాణిస్తున్న బస్సు డీజిల్ ట్యాంకర్ ఢీకొనడంతో తీవ్ర విషాదం నెలకొంది. బస్సులో మంటలు చెలరేగి క్షణాల్లో మొత్తం వ్యాపించడంతో ఒక్కరు మినహా 45 మంది సజీవ దహనం అయ్యారు. అబ్దుల్ షోయబ్ అనే వ్యక్తి గాయాలతో బయటపడ్డాడని అధికారులు తెలిపారు. మృతులు హైదరాబాద్ లోని మల్లెపల్లి, బజార్ ఘాట్, ఆసిఫ్ నగర్ కు చెందిన వారని తెలుస్తోంది. సోమవారం తెల్లవారుజామున దాదాపు 1.30 గంటలకు హైదరాబాద్ యాత్రికులు వెళ్తున్న బస్సు, డీజిల్ ట్యాంకర్ కు ఢీకొంది. ఈ ప్రమాదంలో చనిపోయిన వారంతా తెలంగాణలోని హైదరాబాద్ కు చెందిన వారని అలసాంగా తెలిసింది. మక్కా నుంచి మదీనాకు తిరుగు ప్రయాణంలో ముఫ్తీహాట్ అనే ప్రదేశం లో విషాదం చోటుచేసుకుంది. చనిపోయిన వారిలో మహిళలు, పిల్లలు, పురుషులు ఉన్నారు. బస్సులో 45 మంది ప్రయాణించిన లిస్ట్ ఇయాటకు వచ్చింది. మహమ్మద్ అబ్దుల్ షోయబ్ ఒకరు మాత్రమే ప్రాణాలతో బయటపడగా, ఐసీయాల్ లో చికిత్స పొందుతున్నాడు. బస్సు ప్రమాదం మృతుల్లో రహీముల్లా సా, రహుల్ బీ, షెహానాజ్ బేగం, హర్షన్ బేగం,



జకియా బేగం, షాకత్ బేగం, హర్షన్ బేగం, జహీన్ బేగం, గౌసీయా బేగం, కదీర్ మహ్మద్, మహ్మద్ మౌలానా, షోయబ్ మహ్మద్, సోహైల్ మహ్మద్, మస్తాన్ మహ్మద్, మహ్మద్ మంజూర్, మహ్మద్ అలీతో పాటు మరో ఇద్దరు ఉన్నట్లు అక్కడి అధికారులు గుర్తించారు. ప్రమాదం జరిగిన సమయంలో చాలా మంది ప్రయాణికులు నిద్రపోతున్నారు. ట్యాంకర్ నుంచి డీజిల్ లీక్ కావడం ఒక్కసారిగా మంటలు చెలరేగి క్షణాల్లో బస్సు మంటల్లో కలి బూడిదైంది. ఉద్మా యాత్ర పూర్తి చేసిన తరువాత, వారంతా జియారత్ కోసం వెళ్లడానికి మదీనా వైపు వెళుతున్నారు. హైదరాబాద్ కు చెందిన ఓ కుటుంబంలో 8 మంది చనిపోగా, మరో కుటుంబంలో 7 మంది మృతిచెందారని సమాచారం. **ఢిల్లీలోని తెలంగాణ భవన్ లో కంట్లో రూమ్ ఏర్పాటు..** సౌదీ అరేబియాలో మరో బస్సు ప్రమాదంలో తెలంగాణ యాత్రికులు సజీవ దహనం అయ్యారు. మక్కా నుండి మదీనాకు ప్రయాణిస్తున్న సమయంలో డీజిల్ ట్యాంకర్, యాత్రికుల బస్సు ఢీకొనడంతో మంటలు చెలరేగాయి. ఈ ప్రమాదంలో 45 మంది చనిపోయారు. మొత్తం మృతుల

వివరాలు తెలియాల్సి ఉంది. తెలంగాణ యాత్రికులు కొందరు ఉన్నట్లు తెలియడంతో సౌదీలో బస్సు ప్రమాదానికి సంబంధించి సీఎం రేవంత్ రెడ్డి సూచనల మేరకు న్యూఢిల్లీలోని తెలంగాణ భవన్ లో కంట్లో రూమ్ ను ఏర్పాటు చేశారు. తెలంగాణ భవన్ లోని సీనియర్ అధికారులు సౌదీ అరేబియా రియూల్స్ లోని భారత రాయబార కార్యాలయంతో సంప్రదింపులు జరుపుతున్నారు. బస్సు ప్రమాదానికి సంబంధించి పూర్తి వివరాలను తెలుసుకోవడానికి, తెలంగాణ నుంచి ఎంత మంది వ్యక్తులు ఉన్నారో నిర్ధారించడానికి చర్యలు చేపట్టారు.

న్యూఢిల్లీలోని తెలంగాణ భవన్ లో ఏర్పాటు చేసిన కంట్లో రూమ్ కాంటాక్ట్ నంబర్.. వందన, పీఎస్ టు రెసిడెంట్ కమిషనర్, లైజన్ హెడ్ +91 98719 99044, చక్రవర్తి, పబ్లిక్ రిలేషన్స్, ఆఫీసర్ +91 99583 22143. రక్షిత నాయక్, లైజన్ ఆఫీసర్ +91 96437 23157. **తెలంగాణ సీఎం రేవంత్ రెడ్డి సంతాపం** సౌదీలో జరిగిన బస్సు ప్రమాదం ఘటనపై తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి తీవ్ర దిగ్భ్రాంతి వ్యక్తం చేశారు. మరణించిన వారిని గుర్తించాలని, గాయపడిన వారికి అన్ని విధాలా సహాయం అందించాలని అధికారులను ఆదేశించారు. కేంద్ర విదేశాంగ మంత్రిత్వ శాఖ, సౌదీ రాయబార కార్యాలయంతో సమన్వయం చేసుకోవాలని అధికారులకు సూచించారు. దీంతో పాటు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం బాధిత కుటుంబాలకు సహాయం చేయడానికి తెలంగాణ సచివాలయంలో ఒక కంట్లో రూమ్ ను ఏర్పాటు చేసింది. ప్రమాదానికి సంబంధించి బాధితుల కుటుంబాలకు సమాచారం అందించడానికి రాష్ట్ర ప్రభుత్వం రెండు హెల్ప్ లైన్స్ నంబర్లను విడుదల చేసింది, తద్వారా కుటుంబ సభ్యులకు తక్షణ సహాయం అందుతుందని ఓ ప్రకటనలో పేర్కొన్నారు.

వైభవంగా మహా రుద్ర యాగం

- వేద ఘోషతో మారోగిన ఆలయ ప్రాంగణం
- రుద్రుడి ఆశీస్సులకై శాస్తోక్తంగా 'అగ్ని స్థాపన' క్రతువు
- వేద మంత్రాల నడుమ పవిత్ర అగ్ని జననం
- యాగశాల ప్రాంగణం వేద ఘోషతో మారోగింది
- ముఖ్య అతిథులుగా పరకాల శాసనసభ్యులు రేవూరి ప్రకాష్ రెడ్డి దంపతులు, కుడా చైర్మన్ ఇనుగాల వెంకట్రామిరెడ్డి దంపతులు

జయభేరి, పరకాల, నవంబర్ 17:

సోమవారం పరకాల పట్టణ కేంద్రంలోని శ్రీ కుంకుమేశ్వర స్వామి ఆలయ ప్రాంగణం నందు నిర్వహించిన కార్తీక మాస మహా రుద్ర యాగ కార్యక్రమంలో పరకాల శాసనసభ్యులు రేవూరి ప్రకాష్ రెడ్డి దంపతులు, ఇనుగాల వెంకట్రామిరెడ్డి దంపతులు, మాజీ ఎమ్మెల్యే మేలుగురి బ్రహ్మపతి దంపతులు పాల్గొన్నారు. ఉదయం విష్ణుశర్వుడికి ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించి, యాగశాల ప్రవేశం, రుక్మిణి పరణం, గోపూజ కార్యక్రమాలను అత్యంత భక్తిశ్రద్ధలతో నిర్వహించారు. వేద పండితులు రుద్ర సమకం, చమకాలను పరిపూర్ణ మహా రుద్ర హోమాన్ని శాస్త్రోక్తంగా



ప్రారంభించారు. ప్రజలందరూ సుఖ సంతోషాలతో ఉండాలని కాంక్షిస్తూ స్థానిక ప్రముఖ శైవ క్షేత్రమైన శ్రీ కుంకుమేశ్వర స్వామి దేవాలయ ప్రాంగణంలో తలపెట్టిన శ్రీ మహా రుద్ర యాగంలో 51 మంది వేద పండితుల మంత్రోచ్ఛారణల మధ్య అంగరంగవైభవంగా ప్రారంభమైంది. 159 హోమ గుండాలు, 644 జంటలు ఈ హోమంలో పాల్గొనటం విశేషం. 'ఓం నమః శివాయ' అనే పంచాక్షరి మంత్రం, వేద మంత్రాల హోషతో ఆలయ పరిసరాలు మారోగ్గాయి. యాగంలో పాల్గొన్న భక్తులు, ప్రతికూల శక్తుల

నుండి రక్షణ, కుటుంబంలో సంతోషం లభిస్తాయని విశ్వస్థులు శివుని అనుగ్రహం కోసం మొక్కులు చెల్లించుకున్నారు.

ఇనుగాల చారిటబుల్ ట్రస్ట్ ఆధ్వర్యంలో

మహా అన్నదానం

మహా రుద్ర యాగంలో పాలుపంచుకోవడానికి వివిధ ప్రాంతాల నుండి తరలివచ్చిన వందలాది మంది భక్తులకు ఎలాంటి ఆటంకం కలుగకుండా భోజన సదుపాయం కల్పించే ఉద్దేశంతో ఇనుగాల ట్రస్ట్ ఆధ్వర్యంలో మహా అన్నదాన కార్యక్రమంను ప్రారంభించారు. అంతే కాకుండా స్వయంగా పాల్గొని

భక్తులకు భోజనం పట్టించారు. ఈ యాగ స్థలంలో ఎలాంటి అవాంఛనీయ ఘటనలు జరగకుండా ఉండడంతో పాటు, భక్తులకు ఎలాంటి ఇబ్బందులు కలగకుండా బోలెడు విశిష్ట సేవలను అందించారు. వీరితోపాటు అగ్నిమాపక సిబ్బంది, వైద్య సిబ్బంది, మున్సిపల్ సిబ్బంది, రెవెన్యూ అధికారులు, విద్యుత్ తదితర శాఖల అధికారులు సమన్వయంతో పాటుగా సేవాభావం కల్గిన వివిధ ప్రాంతాలనుండి నుండి వచ్చిన భక్తులు (సేవదర్) వాలంటీర్ లు సేవలందించి యాగం దిగ్విజయంగా ముగియడంలో భాగస్వాములయ్యారు.



యాదవ సంఘం అధ్యక్షుడిగా ఉనిగొల్ల నర్సింగ్ యాదవ్ ఏకగ్రీవ ఎన్నిక

జయభేరి, మేడ్చల్:

యాదవుల అభివృద్ధికి తన వంతు కృషి చేస్తానని ఉనిగొల్ల నర్సింగ్ యాదవ్ అన్నారు. ఆదివారం గుండ్లపోచంపల్లి మున్సిపాలిటీలో యాదవ సంఘం సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా యాదవ సంఘం అధ్యక్షుడిగా ఉనిగొల్ల నర్సింగ్ యాదవ్ ను, ఉపాధ్యక్షుడు అనిల్ యాదవ్, సెక్రటరీ సంపత్ యాదవ్, జాయింట్ సెక్రటరీ మురళీ యాదవ్, కాష్టడియర్ పెంజర్ల మహేష్ యాదవ్, కమిటీ సభ్యులుగా మోహన్ యాదవ్, ప్రశాంత్ యాదవ్ లను ఏకగ్రీవంగా ఎన్నుకున్నారు. అనంతరం సూత్ర అధ్యక్షుడు నర్సింగ్ యాదవ్ మాట్లాడుతూ యాదవులకు ఎల్లప్పుడూ అందుబాటులో ఉంటూ సంఘం అభివృద్ధికి కృషి చేస్తానని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో యాదవ సంఘం నాయకులు గోపాల్ యాదవ్, నాగేష్ యాదవ్, చంద్రయ్య యాదవ్, నాగమల్లయ్య యాదవ్, శంకరయ్య యాదవ్, రామ యాదవ్, సురేష్ యాదవ్, కుమార్ యాదవ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.



ప్రజావాణి కి 288 దరఖాస్తులు

- కలెక్టర్ పమేలా సత్పతి



జయభేరి, కరీంనగర్:

ప్రజావాణి కార్యక్రమంలో భాగంగా కలెక్టరేట్ ఆడిటోరియంలో జిల్లా కలెక్టర్ పమేలా సత్పతి ప్రజల నుండి దరఖాస్తులు స్వీకరించారు. 288 అర్జీలు రాగా సత్వర పరిష్కారం కోసం వాటిని వివిధ శాఖల అధికారులకు బదిలీ చేశారు. పెండింగ్ దరఖాస్తులను సత్వరమే పరిష్కరించాలని ఆదేశించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఆడిషన్ కలెక్టర్ అశ్వినీ తానాజీ వాడే, లక్ష్మి కిరణ్, మునిసిపల్ కమిషనర్ ప్రఫుల్ల దేశాయ్, జిల్లా రెవెన్యూ అధికారి వెంకటేశ్వర్లు, ఆర్డీవోలు మహేశ్వర్, రమేష్ బాబు పాల్గొన్నారు.

అంగన్నాడి యూనియన్ అధ్యక్షురాలుగా సంధ్య ఎన్నిక

జయభేరి, గార్ల, నవంబర్ 17:

అంగన్నాడి వర్కర్స్, హెల్పర్స్ యూనియన్ (సీ బి యూ) డోర్లకల్ ప్రాజెక్టు కమిటీ అధ్యక్షురాలుగా సంధ్యను ఏకగ్రీవంగా ఎన్నుకున్నారు. కోశాధికారిగా వసజ్జ ఉపాధ్యక్షులుగా పద్మ, విక్టోరియా, కార్యదర్శిగా నీలాదేవి సహాయ కార్యదర్శులుగా భద్రకాళి, వసంత సోషల్ మీడియా కన్వీనర్ గా బిక్రమ్ కుమారి లను ఏకగ్రీవంగా ఎన్నుకున్నట్లు ఎన్నికల పరిశీలకులు సిబిఐయు గార్ల, డోర్లకల్ మండలాల కన్వీనర్లు కందునూరి శ్రీనివాస్, దాసరి మల్లేశం లు సోమవారం తెలిపారు.

ఈ సందర్భంగా సూత్ర కమిటీ అధ్యక్షురాలు సంధ్య మాట్లాడుతూ పెరుగుతున్న నిత్యావసర వస్తువుల ధరలకు అనుగుణంగా అంగన్నాడిల వేతనాలు రూ. 26,000 ఇవ్వాలని ప్రభుత్వాన్ని డిమాండ్ చేశారు. ప్రభుత్వాల మారినా తమ



సమస్యలు పరిష్కారం కావడం లేదని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. అంగన్నాడి కేంద్రాలలో మౌలిక వసతులు కల్పించాలని కోరారు. అంగన్నాడి వర్కర్స్ హెల్పర్స్ యూనియన్ (సిబిఐయు) డోర్లకల్ ప్రాజెక్టు సూత్ర కమిటీ ఎన్నికకు

యూనియన్ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి స్నేహ బిందు పర్యవేక్షకులుగా ఉన్నారని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో సుజాత, ఉపేంద్ర బి. పద్మ, గౌ. రి. రుక్మమ్మ, లక్ష్మి, విజయ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పరువు హత్య కారకులపై కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలి

- జనసేన పార్టీ నాయకులు రాజు నాయక్, ఎం.డి.అత్తప్ప

జయభేరి, షాద్ నగర్, నవంబర్ 17:

పరువు హత్య కారకులైన వారిపై కఠిన చర్యలు తీసుకుని ఇలాంటి చర్యలు పునరావృతము కాకుండా ప్రభుత్వం పకడ్బందీ ప్రణాళిక రూపొందించాలని షాద్ నగర్ జనసేన నాయకులు రాజు నాయక్ ఎం.డి అత్తప్ప కోరారు. ఈ సందర్భంగా జనసేన నాయకులు మాట్లాడుతూ, గంగారెడ్డి జిల్లా షాద్ నగర్ నియోజకవర్గం ఎల్లం పల్లి గ్రామంలో ప్రేమ వివాహం చేసుకున్నారని నెపంతో వివాహం చేసుకున్న యువకుడిని సోదరుడిని ఎత్తుకెళ్లి కిరాతకంగా హతమార్చడం దారుణమని వారు పేర్కొన్నారు. ప్రజాస్వామ్య యుగంలో ఇలాంటి చర్యలు జరగడం కోరని యమని అన్నారు.

ప్రేమ వివాహం చేసుకుంటే నాళ్ళ సోదరుడైన చం ద్రశేఖర్ ను కిడ్నాప్ చేసి హతమార్చారని వివరించారు. హైదరాబాద్ కూత వేటు దూరంలో ఉన్న



షాద్ నగర్ లో ఇలాంటి దారుణమైన సంఘటన జరగడం సభ్య సమాజానికి తలవంపులు తెస్తుందని అన్నారు. దళితుడైన యువకుడిని కిడ్నాప్

చేసి చంపిన ఘటనపై ప్రభుత్వం స్పందించి ఇందుకు కారకమైన వారిపై కఠినమైన చర్యలు తీసుకోవాలని డిమాండ్ చేశారు.

రెండున్నర దశాబ్దాలు కలను సాధ్యం చేసిన సర్పంచ్ గొల్లి గోపి అమ్మలు

- పాతగొల్లివాసిపాలెం గ్రామంలో సీ.సి రోడ్ పనులకు శంకుస్థాపన.

జయభేరి, పరవాడ:

పరవాడ మండలం గొల్లివాసిపాలెం పంచాయతీ శివారు పాత గొల్లివాసి పాలెం గ్రామంలో నేటి వరకు ఒక్క సీ.సి రోడ్ కూడా నిర్మాణం కాలేదు గత 25 ఏళ్లుగా రోడ్డు నిర్మించాలని ఎన్ని ప్రయత్నాలు చేసిన కార్యరూపం దాల్చలేదు గత పంచాయతీ ఎన్నికల్లో ఇచ్చిన హామీ మేరకు సర్పంచ్ గొల్లి గోపి అమ్మలు ఆధ్వర్యంలో గ్రామ పంచాయతీ నిధులతో రూ. 15 లక్షల వ్యయంతో నిర్మించబోయి సీ.సి రోడ్ నిర్మాణ పనులను శంకుస్థాపనను చేశారు. ఈ సందర్భంగా సర్పంచ్ గొల్లి గోపి అమ్మలు మాట్లాడుతూ గ్రామ అభివృద్ధి మా ప్రథమ లక్ష్యంగా ప్రజల సౌకర్యాల కోసం పంచాయతీ నిధులను సమర్థవంతంగా వినియోగిస్తూ రోడ్డు, విద్యుత్, తాగునీరు, డ్రైనేజీ వ్యవస్థల మెరుగుదల దిశగా



చర్యలు తీసుకుంటున్నామని తెలిపారు. గొల్లివాసిపాలెం గ్రామంలో ప్రజలు ఎదుర్కొంటున్న రూరూదారి సమస్యలు త్వరితగతిన పూర్తి చేసి అందుబాటులో ఉండే విధంగా కృషి చేస్తాం అని అన్నారు. గ్రామ అభివృద్ధి కృషిలో ప్రతి ఒక్కరూ

భాగస్వామ్యం కావాలని ఆమె పిలుపునిచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో వార్డు నెంబర్ పోలిరెడ్డి అప్పారావు, రొంగలి అప్పలనాయుడు, రాయవరపు రామనాయుడు, డెక్క రాము పెద్దలు, గ్రామ ప్రజలు పాల్గొన్నారు.



శ్రీ చెన్నకేశ్వర స్వామి గిరి ప్రదక్షణ

జయభేరి, తుర్కపల్లి, నవంబర్ 17:

తుర్కపల్లి మండలం వానాలమర్రి గ్రామంలోని అతి పురాతన మహిమగల చంద్రాయన్ గుట్ట చెన్నకేశ్వర స్వామి ఆలయ గిరి ప్రదక్షిణను సోమవారం అంగరంగవైభవంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా భక్తులు గిరి ప్రదక్షణ అనంతరం స్వామివారిని దర్శించుకుని ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. అనంతరం జైని చంద్రశేఖర్ గుప్త సహకారంతో అన్నప్రసాద వితరణ కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో పోగుల నరసింహులు, పలుగుల వెంకటేశం, డాక్టర్ రమేష్, డాక్టర్ పాండు, దుబ్బాక భాస్కర్, దుబ్బాక రవి, గ్రామస్థులు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

సీసీ రోడ్డు, డ్రైనేజీ వ్యవస్థను వెంటనే ఏర్పాటు చేయాలి



జయభేరి, తుర్కపల్లి, నవంబర్ 17:

సీసీ రోడ్డు, డ్రైనేజీ వ్యవస్థను ఏర్పాటు చేయాలని సీపీఎం మండల కార్యదర్శి పోతరాజు జహంగీర్ అన్నారు. సోమవారం తుర్కపల్లి మండలం ములకలపల్లి గ్రామంలోని బీసీ కాలనీ పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ గ్రామపంచాయతీలో బీసీ కాలనీ ఏర్పడి 10 సంవత్సరాలు గడుస్తున్న నేటి వరకు సీసీ రోడ్డు, డ్రైనేజీ వ్యవస్థ లేక అక్కడి కాలనీవాసులు నానా ఇబ్బందులు పడుతున్నారని వెంటనే ప్రభుత్వం స్పందించి సీసీ రోడ్డు, డ్రైనేజీ వ్యవస్థను ఏర్పాటు చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో తలారి మాతయ్య, గడ్డమిడి నరసింహ, శాఖా కార్యదర్శి గుండ్లజోయిన వెంకటేశం, కాలనీవాసులు కనక బోయిన కనకరాజు, కనక బోయిన బలమ్మ, మల్లమ్మ, సహస్ర, సాయి, రాసాల లాస్య, లతా తదితరులు పాల్గొన్నారు.

అరుణాచలంలో మొక్కును చెల్లించుకున్న కాంగ్రెస్ నాయకులు



జయభేరి, తుర్కపల్లి, నవంబర్ 17:

తెలంగాణ రాష్ట్ర రెండవ ముఖ్యమంత్రిగా రేవంత్ రెడ్డి కావాలని, రెండున్నర సంవత్సరాల క్రితం టీపీసీసీ అధ్యక్షునిగా ఉన్న సమయంలో జరిగిన అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్ పార్టీ అధికారంలోకి వచ్చి ముఖ్యమంత్రిగా రేవంత్ రెడ్డి పదవీ బాధ్యతలు చేపట్టే విధంగా ఆశీర్వాదాలని కోరుతూ తుర్కపల్లి మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ మాజీ మండల అధ్యక్షురాలు బో రెడ్డి ఆయోధ్య రెడ్డి సహకారంతో అరుణాచలంలో మొక్కుకున్నట్లు తుర్కపల్లి మండల కాంగ్రెస్ నాయకులు ఎరుకల వెంకటేష్ గౌడ్ అన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ అట్టి మొక్కును సోమవారం స్వామివారిని దర్శించుకుని ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించి మొక్కును చెల్లించుకున్నట్లు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో మాజీ సర్పంచ్ సోమల వెంకటేశం, కాంగ్రెస్ పార్టీ మండల అధికారి ప్రతినిధి కోట సురేష్, బండారి శ్రీనివాస్, భూక్య రమేష్ నాయక్ పాల్గొన్నారు.

రాష్ట్రవ్యాప్తంగా పత్తి మిల్లులు బంద్

- రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా పత్తి మిల్లులు బంద్ TVN రెడ్డి ప్రకటన
- రైతులకు నష్టం కలిగిస్తున్న 'రైతు కపాసు యాప్' విధానంపై నిరసన



జయభేరి, కొండమల్లేపల్లి:

కొండమల్లేపల్లిలో మీడియా సమావేశంలో మాట్లాడిన TVN రెడ్డి, 'రైతు కపాసు' యాప్ ద్వారా పత్తి కనుగోలు విధానం రైతులకు ఏ మాత్రం మేలు చేయడం లేదని స్పష్టం చేశారు. చాలా మంది రైతులు నిరక్షరాస్యులు కావడం వలన, సాంకేతికతతో కూడిన ఈ యాప్ వినియోగం వారికి అర్థం కావడం లేదని, దీనివల్ల వారు నష్టపోతున్నారని ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు ఈ నిరసన కన్నా మా సమస్యలను పరిష్కరించే వరకు కొనసాగుతుందని తెలిపారు. అదే విధంగా, పత్తి నాణ్యతను వర్గీకరించేందుకు ఉపయోగిస్తున్న L1, L2, L3, L4, L5 వంటి గ్రేడింగ్ విధానాలపై ఆయన తీవ్ర ఆభ్యంతరం వ్యక్తం చేశారు. ఈ కఠిన నిబంధనలను పెట్టడం వలన ప్రభుత్వానికి ఎలాంటి ప్రయోజనం చేకూరుతుందో అర్థం కావడం లేదన్నారు. ప్రభుత్వం పత్తి కొనుగోలు విషయంలో తమకు సహకరించాలని కోరుతూ, తమ సంఘభావాన్ని తెలిపారు. కేవలం సల్దొండలోనే తాము 40 లక్షల కిలోగ్రాళ్ల పత్తిని కొనుగోలు చేస్తున్నామని, తాము రైతులకు వ్యతిరేకం కాదని, కేవలం ప్రభుత్వ విధానాలపైనే తమ నిరసన అని స్పష్టం చేశారు. జిల్లాలో 8 లక్షల బెల్ట్ తయారు అవుతాయి. ప్రభుత్వం తమ డిమాండ్లను వెంటనే పరిగణనలోకి తీసుకుని, పత్తి కొనుగోలులో సరఫరాపై విధానాలను అమలు చేయాలని యజమానులు డిమాండ్ చేశారు.



కళ్లు ఆరోగ్యంగా ఉండి కంటి చూపు మెరుగుపడాలంటే..

పూర్వమునుపులకువయస్సుమీద పడితేకంటి చూపుకాస్తమంద గించేది.వృద్ధాప్యంలోనూచాలా మందికికంటి చూపు స్వచ్ఛంగా ఉండేది.కానీ ఇప్పుడు అలాకాదు. చిన్నవయస్సు లోనే చాలామందికికంటి చూపు మందగిస్తోంది. చిన్నారులు సైతంకళ్లద్వాలను ఉపయోగిస్తున్నారు. ఇందుకు అనేక కారణాలు ఉంటున్నాయి. అయితే కంటి చూపు మందగించడానికి ప్రధానంగా మనం తీసుకునే ఆహారమే ముఖ్య కారణమని వైద్యులు అంటున్నారు. మనం తీసుకునే ఆహారాల వల్ల కంటి చూపు దెబ్బ తింటుందని వారు చెబుతున్నారు. అనారోగ్యకరమైన కొవ్వులు ఉండే ఆహారాలను ప్రస్తుతం చాలామంది తింటున్నారు. వేపుళ్లు, ప్రాసెస్ చేయబడిన ఆహారాలు, మాంసం వంటి వాటిని అధికంగా తింటున్నారు. వీటిల్లో ఉండే అనారోగ్యకరమైన కొవ్వులు రక్తనాళాల్లో పేరుకుపోతాయి. ఇవి కళ్లకు రక్త సరఫరాను తగ్గిస్తాయి. దీని వల్ల కళ్లకు కావల్సిన పోషకాలు లభించవు. దీంతో కంటి చూపు మందగిస్తుంది. ఇలా మనం తీసుకునే ఆహారాలు కంటి చూపు లోపించేందుకు కారణమవుతున్నాయి.

ఈ ఆహారాలు మానేయాలి..

వైట్ బ్రెడ్, పాస్తా, చక్వర పానీయాలు, బేకరీ ఆహారాలను తీసుకుంటే షుగర్ లెవల్స్ అమాంతం పెరుగుతాయి. దీర్ఘకాలంలో షుగర్ లెవల్స్ అధికంగా ఉంటే కళ్లలో ఉండే రెటీనాలోని చిన్నపాటి రక్తనాళాలు దెబ్బ తింటాయి. దీని వల్ల దయాబెటిక్ రెటీనోపతి వస్తుంది. దీంతో కంటి చూపు మందగిస్తుంది. ఈ ఆహారాలు కూడా కంటి చూపు దెబ్బ తీసేందుకు కారణం అవుతున్నాయి. ప్రస్తుతం చాలామంది ఉప్పును కూడా అధికంగా తీసుకుంటున్నారు. దీని వల్ల బీపీ పెరిగితే కంటి రెటీనాపై ప్రభావం పడుతుంది. దీర్ఘకాలంలో ఇది కళ్లలో ద్రవాలు పేరుకుపోయేలా చేస్తుంది. దీని కారణంగా కళ్ల చుట్టూ వాపులకు గురవుతాయి. ఇది కూడా కంటి చూపుపై ప్రభావం చూపిస్తుంది. మధుర అధికంగా సేవించే వారు తరచూ డిప్రెషన్ బారిన పడుతుంటారు. దీని వల్ల కళ్లు తరచూ పొడి బారుతుంటాయి. దీర్ఘకాలంలో ఇది కంటి చూపు మందగించేందుకు, కళ్లలో శుక్లాలు ఏర్పడేందుకు కారణం అవుతుంది. పలు రకాల ఆహారాలను తీసుకోవడం వల్ల కంటి చూపు మందగిస్తుంది.

వీటిని తీసుకోవాలి..

కంటి చూపు పెరిగేలా చేసేందుకు కూడా మనం ఆహారాలపైనే ఎక్కువగా ఆధారపడాల్సి ఉంటుంది. ముఖ్యంగా విటమిన్లు, మినరల్స్, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు అధికంగా ఉండే ఆహారాలను తీసుకోవాలి. ఇవి కంటి సమస్యలను తగ్గిస్తాయి. కంటి చూపు మెరుగు పడేలా చేస్తాయి. పాలకూర, తోటకూర, వుదీనా, కొత్తిమీర వంటి ఆకుకూరలను ఆహారంలో భాగం చేసుకుంటే లుటీన్, జియాజాంతిన్ వంటి యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు సమృద్ధిగా లభిస్తాయి. ఇవి హానికర కిరణాల బారి నుంచి కళ్లను రక్షించడమే కాదు, కంటి చూపు మెరుగు పడేలా చేస్తాయి. కళ్లలో శుక్లాలు రాకుండా చూస్తాయి. కళ్లను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతాయి. నారింజ, క్యారెట్లు, చిలగడ దుంపలు, గుమ్మడికాయలను ఆహారంలో భాగం చేసుకుంటున్నా కూడా ఎంతో మేలు జరుగుతుంది. వీటిల్లో బీటా కెరోటిన్ అధికంగా ఉంటుంది. ఇది మన శరీరంలో విటమిన్ ఎ గా మారుతుంది. దీని వల్ల కంటి చూపు మెరుగుతుంది. ముఖ్యంగా కళ్లలోని కార్నియా సురక్షితంగా ఉంటుంది. రేపిడి తగ్గుతుంది.

ఇవి కూడా మేలు చేస్తాయి..

చేపల్లో ఒమెగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్లు అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి కళ్ల రెటీనాను సంరక్షిస్తాయి. కళ్లు పొడిబారకుండా చూస్తాయి. కళ్లలో ఎప్పుడూ ద్రవాలు ఉండేలా చేస్తాయి. ఒమెగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్లు యాంటీ ఇన్ ఫ్లామేటరీ గుణాలను సైతం కలిగి ఉంటాయి. ఇవి కళ్లలో ఉండే రక్తనాళాలను సంరక్షిస్తాయి. ఆయా రక్తనాళాలు వాపులకు గురికాకుండా చూస్తాయి. దీంతో కళ్లు ఆరోగ్యంగా, సురక్షితంగా ఉంటాయి. బాదంపప్పు, వాలీ నట్స్, అవిసె గింజలలో విటమిన్ ఇ, ఒమెగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్లు ఉంటాయి. విటమిన్ ఇ వల్ల కళ్లలోని కణాలు సురక్షితంగా ఉంటాయి. కణాలకు జరిగే నష్టం నివారించబడుతుంది. దీంతో కళ్లు ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి. కంటి చూపు మెరుగు పడుతుంది. కళ్ల ఆరోగ్యానికి కోడిగుడ్డు, పప్పు దినుసులు, శనగలు వంటి ఆహారాలను కూడా తినవచ్చు. వీటిల్లో ఉండే ప్రోటీన్లు కళ్లను రక్షిస్తాయి. కంటి చూపు మెరుగు పడేలా చేస్తాయి. ఇలా పలు రకాల ఆహారాలను రోజూ తీసుకుంటూ ఉంటే కళ్లకు జరిగే నష్టాన్ని నివారించవచ్చు. కంటి చూపు మెరుగు పడి కళ్లు ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి.



ఈ ఆహారాలను తీసుకోవడం వల్ల కిడ్నీలు శుభ్రం, ఆరోగ్యం

మన శరీరంలో ఎప్పటికప్పుడు ఉత్పత్తి అయ్యే వ్యర్థాలను కిడ్నీలు మూత్రం ద్వారా బయటకు పంపిస్తాయి. దీంతో శరీరంలో వ్యర్థాలు పేరుకుపోకుండా ఉంటాయి. ఆరోగ్యంగా ఉంటాము. అయితే మనం పాటించే ఆహారపు అలవాట్లు, జీవనశైలి, దీర్ఘకాలిక వ్యాధులు, వాడే మందులు వంటి కారణాల వల్ల మన కిడ్నీల పనితీరు మందగిస్తుంది. దీంతో వ్యర్థాలను కిడ్నీలు సరిగ్గా బయటకు పంపలేకపోతాయి. దీని వల్ల దీర్ఘకాలంలో శరీరంలో వ్యర్థాలు పేరుకుపోతాయి. ఇవి అనేక వ్యాధులకు కలగజేస్తాయి. అందువల్ల కిడ్నీలను మనం ఆరోగ్యంగా ఉంచుకోవాలి. కిడ్నీలు ఎప్పటికప్పుడు వ్యర్థాలను బయటకు పంపిస్తూ శుభ్రంగా ఉండాలి. అప్పుడే మనం ఆరోగ్యంగా ఉంటాం. అయితే పలు రకాల ఆహారాలను తీసుకోవడం వల్ల కిడ్నీలను శుభ్రంగా, ఆరోగ్యంగా ఉంచుకోవచ్చు. దీని వల్ల ఇతర వ్యాధులు రాకుండా కూడా అడ్డుకోవచ్చు.

కొబ్బరినీళ్లు, యాపిల్ సైడర్ వెనిగర్..

కొబ్బరినీళ్లను రోజూ తాగడం వల్ల శరీరానికి ఎంతో మేలు జరుగుతుంది. దీని వల్ల బిరోజాలు, చర్మం సురక్షితంగా, ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి. అలాగే కిడ్నీ సమస్యలు రాకుండా అడ్డుకోవచ్చు. కిడ్నీలు శుభ్రంగా మారుతాయి. కొబ్బరినీళ్లలో ఉండే ఎలక్ట్రోలైట్స్ కిడ్నీలను సురక్షితంగా ఉంచుతాయి. అలాగే కిడ్నీల ఆరోగ్యానికి యాపిల్ సైడర్ వెనిగర్ కూడా పనిచేస్తుంది. రోజూ ఉదయం పరగడుపునే ఒక గ్లాస్ గోరు వెచ్చని నీటిలో ఒక టీస్పూన్ యాపిల్ సైడర్ వెనిగర్ కలిపి తాగుతుంటే కిడ్నీలు క్లీన్ అయి ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి. అలాగే బరువు తగ్గేందుకు కూడా ఇది ఎంతగానో పనిచేస్తుంది. షుగర్, కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను సైతం అదుపులో ఉంచుతుంది. ఇక కిడ్నీలను ఆరోగ్యంగా ఉంచేందుకు గాను పలు పండ్లు కూడా సహాయం చేస్తాయి. స్ట్రాబెరీలు, చెర్రీలు, యాపిల్స్, క్రాన్ బెర్రీలు, డ్రాక్ష, వైనాపిల్ వంటి పండ్లను తింటుంటే మేలు జరుగుతుంది.

ఈ ఆహారాలు కూడా అవసరమే..

అరటి పండ్లు, నారింజ పండ్లలో పొటాషియం అధికంగా ఉంటుంది. ఇది శరీరంలోని సోడియం స్థాయిలను తగ్గిస్తుంది. దీని వల్ల కిడ్నీలు శుభ్రంగా మారి ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి. అలాగే కాలిఫ్లవర్, క్యాబేజీ, ఎరుపు రంగు క్యాప్సికం, ముల్లంగి వంటి కూరగాయలను తింటున్నా కూడా కిడ్నీలు ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి. కోడిగుడ్డు తెల్ల సొన, స్పైన్ లెస్ టికెన్, చేపలు, అలివ్ ఆయిల్, వెల్లుల్లి, ఉల్లిపాయలు వంటి ఆహారాలను కూడా తీసుకోవచ్చు. అయితే కిడ్నీలు ఎల్లప్పుడూ శుభ్రంగా, ఆరోగ్యంగా ఉండేందుకు గాను ఆహారంలో ఉప్పు తీసుకోవడం తగ్గించాలి. సోడియం తక్కువగా ఉండే ఆహారాలను తినాలి. మద్యం సేవించడం, పొగ తాగడం మానేయాలి. ఆకుకూరలు, కూరగాయలు, పండ్లను తీసుకు అధిక ప్రాధాన్యతను ఇవ్వాలి. అలాగే రోజూ నీళ్లను తగిన మోతాదులో తాగాలి. ఇలా ఆహారపు అలవాట్లను పాటిస్తూంటే కిడ్నీలు శుభ్రంగా ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి.

బీట్ రూట్, నిమ్మరసం..

మనం బీట్ రూట్ ను అప్పుడప్పుడు తింటుంటాం. కానీ బీట్ రూట్ ను రోజూవారి ఆహారంలో కలిపితంగా భాగం చేసుకోవాలి. బీట్ రూట్ లో పొటాషియం, నైట్రోజ్, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి కిడ్నీలను శుభ్రం చేసి ఆరోగ్యంగా ఉంచుతాయి. రోజూ ఒక కప్పు బీట్ రూట్ ముక్కలను తింటుండాలి. లేదా ఒక కప్పు బీట్ రూట్ జ్యూస్ ను అయినా తాగవచ్చు. దీని వల్ల కిడ్నీల ఆరోగ్యం మెరుగు పడుతుంది. కిడ్నీ వ్యాధులు రాకుండా ఉంటాయి. అలాగే కిడ్నీల ఆరోగ్యానికి నిమ్మరసం కూడా ఎంతగానో పనిచేస్తుంది. నిమ్మరసంలో విటమిన్ సి ఉంటుంది. ఇది కిడ్నీలను శుభ్రం చేస్తుంది. కిడ్నీ స్టోఫు ఏర్పడకుండా రక్షిస్తుంది. కిడ్నీల పనితీరు మెరుగు పడేలా చేస్తుంది. అదేవిధంగా అల్లం రసం కూడా ఎంతగానో మేలు చేస్తుంది. రోజూ ఉదయం పరగడుపునే అల్లం రసాన్ని ఒక టీస్పూన్ మోతాదులో తాగుతుంటే ఎంతగానో ఫలితం ఉంటుంది.



మీ జుట్టు వేగంగా.. బలంగా పెరగాలంటే...

శరీరానికి పూర్తి ప్రోటీన్, విటమిన్లు, ఖనిజాలు, ముఖ్యమైన అమైనో ఆమ్లాలు లభిస్తే, జుట్టు ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. వాటి పెరుగుదల కూడా బాగుంటుంది. ఒక నివేదిక ప్రకారం, జుట్టు బలం, మెరుపు, వేగంగా పెరగడానికి సమతుల్య ఆహారం అవసరం. అందువల్ల, మీరు జుట్టు వేగంగా పెరగాలంటే ఎలాంటి ఆహారం తీసుకోవాలి? తెలుసుకోవడం ముఖ్యం. ఈ ఆహారాలు తప్పక తినాలని నిపుణులు చెబుతున్నారు.

జుట్టు పెరుగుదలకు సూపర్ ఫుడ్స్: జుట్టు వేగంగా పెరగడానికి పోషకాహారం ప్రత్యేక ప్రాముఖ్యత కలిగి ఉంది. సరైన ఆహారం లేకపోవడం, ఒత్తిడి, మారుతున్న జీవనశైలి కారణంగా జుట్టు రాలడం సమస్య వేగంగా పెరుగుతోంది. పరిశోధన ప్రకారం, మన జుట్టులో 90శాతం ప్రోటీన్ అంటే కెరాటిన్ తో తయారవుతుంది. శరీరానికి పూర్తి ప్రోటీన్, విటమిన్లు, ఖనిజాలు, ముఖ్యమైన అమైనో ఆమ్లాలు లభిస్తే, జుట్టు ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. వాటి పెరుగుదల కూడా బాగుంటుంది. ఒక నివేదిక ప్రకారం, జుట్టు బలం, మెరుపు, వేగంగా పెరగడానికి సమతుల్య ఆహారం అవసరం. అందువల్ల, మీరు జుట్టు వేగంగా పెరగాలంటే ఎలాంటి ఆహారం తీసుకోవాలి? తెలుసుకోవడం ముఖ్యం. ఈ ఆహారాలు తప్పక తినాలని నిపుణులు చెబుతున్నారు.

- గుడ్డు** - గుడ్డులో ప్రోటీన్, బయోటిన్, జింక్ పుష్కలంగా ఉంటాయి. జుట్టు నిర్మాణానికి ప్రోటీన్ అవసరం. అంటే కెరాటిన్. బయోటిన్ జుట్టును బలపరుస్తుంది. దాని కొత్త పెరుగుదలను వేగవంతం చేస్తుంది. జింక్ నెక్లిమీద చర్యాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది.
- పాలకూర** - పాలకూరలో ఫోలేట్ లో పాటు ఇనుము, విటమిన్ ఎ, సి ఉంటాయి. శరీరానికి ఆక్సిజన్ సరఫరా చేయడం ద్వారా ఇనుము జుట్టు మూలాలను బలపరుస్తుంది. విటమిన్ ఎ, సి తలపై సహజ నూనె అంటే సెబమ్ ఏర్పడటానికి సహాయపడతాయి. ఇది జుట్టు పొడిబారాన్ని తగ్గిస్తుంది.
- బెర్రీలు** - స్ట్రాబెరీలు, బ్లూబెర్రీలు, రాస్బెర్రీస్ వంటి బెర్రీలలో యాంటీఆక్సిడెంట్లు, విటమిన్ సి పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇవి జుట్టు కణాలను ప్రీరాడికల్ నష్టం నుండి రక్షిస్తాయి. జుట్టు విచ్ఛిన్నతను నిరోధించే కొలైజిన్ ను నిర్మించడంలో సహాయపడతాయి.
- చేపలు** - సాల్మన్, సార్డిన్ వంటి చేపలలో ఒమెగా 3 కొవ్వు ఆమ్లాలు, విటమిన్ డి, ప్రోటీన్లు లభిస్తాయి.. ఇవి జుట్టు మూలాలను బలోపేతం చేస్తాయి. కొత్త జుట్టు పెరుగుదలను వేగవంతం చేస్తాయి. ఒమెగా 3 జుట్టు పొడిగా మారడానికి అనుమతించదు.
- వాలీనట్స్** - వాలీనట్స్ ఒమెగా 3 కొవ్వు ఆమ్లాలు, విటమిన్ ఇ, బయోటిన్ లకు చాలా మంచి మూలం. అవి జుట్టు కణాలలో వాపును తగ్గిస్తాయి. బలాన్ని పెంచుతాయి. బయోటిన్ జుట్టు రాలడాన్ని నివారిస్తుంది.
- క్యారెట్లు** - క్యారెట్లలో బీటాకెరోటిన్, విటమిన్ ఎ ఉంటాయి. ఇవి తల చర్యాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచుతాయి. జుట్టుకు సహజమైన మెరుపును తెస్తాయి. విటమిన్ ఎ జుట్టు పెరుగుదలను ప్రోత్సహిస్తుంది. జుట్టు విరిగిపోకుండా, రాలకుండా నిరోధిస్తుంది.
- విత్తనాలు** - గుమ్మడికాయ, అవిసె, చియా వంటి విత్తనాలలో జింక్, ఒమెగా 3 కొవ్వు ఆమ్లాలు, విటమిన్ బి పుష్కలంగా ఉంటాయి. అవి జుట్టు ఆక్సెటివి మెరుగుపరుస్తాయి. కొత్త పెరుగుదలను వేగవంతం చేస్తాయి.
- బీన్స్** - బీన్స్ వంటి ఆహారాలు అంటే కిడ్నీ బీన్స్, చికెన్స్, భాక్ ఐడ్ బఠానీలు ప్రోటీన్, ఐరన్, బయోటిన్ తో సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ఇవి శాఖాహారులకు జుట్టుకు ఉత్తమమైన ఆహారాలు.
- విలగడదుంప** - విలగడదుంపలో బీటాకెరోటిన్ ఉంటుంది. ఇది శరీరంలో విటమిన్ ఎ గా మారి జుట్టు పెరుగుదలను వేగవంతం చేస్తుంది. ఇది తల చర్మం సహజ తేమను కూడా నిర్వహిస్తుంది.

(NOTE: ఇందులోని అంశాలు కేవలం అవగాహన కోసం మాత్రమే. నిపుణులు అందించిన సమాచారం ప్రకారం ఇక్కడ తెలియజేయడమైనది. ఆరోగ్యరీత్యా ఎలాంటి సమస్యలు ఉన్నా నేరుగా వైద్య నిపుణులను సంప్రదించడం మంచిది)





రెండు భాగాలుగా ఫౌజీ

ప్రభాస్ చేతిలో ప్రస్తుతం ఓ అరదజను పానిండియా సినిమాలున్నాయి. వాటిలో మొదట విడుదలయ్యే సినిమా 'ది రాజాసాబ్'. జనవరి 9న సంక్రాంతి కానుకగా ఆ సినిమా విడుదల కానున్నది. ఈ లైసెన్స్ లో రెండో సినిమా 'ఫౌజీ'. ఇప్పటికే ఈ సినిమా షూటింగ్ సగభాగం పూర్తయిందని సమాచారం. దేశభక్తి అంశాలతో నిండిన ఈ ప్రేమకథను వచ్చే ఏడాది ఆగస్టులో విడుదల చేసేందుకు సన్నాహాలు జరుగుతున్నాయి. ఇదిలావుంటే.. 'ఫౌజీ' సినిమాకు చెందిన ఓ కొత్త సమాచారాన్ని చిత్ర దర్శకుడు హను రాఘవపూడి రీసెంట్ గా వెల్లడించారు. ఈ సినిమాను రెండు భాగాలుగా తీస్తున్నట్లు ఆయన ప్రకటించారు. ఈ సెకండ్ పార్ట్.. తొలి భాగానికి ప్రీక్వెల్ గా ఉంటుందని ఆయన తెలిపారు. ఈ రెండు భాగాల్లోని ప్రభాస్ పాత్రల గురించి హను రాఘవపూడి చెబుతూ - 'తొలి పార్ట్ లోని పాత్రకు పూర్తి భిన్నంగా మలి భాగంలోని పాత్ర ఉంటుంది. వలస పాలన నేపథ్యంలో ఈ ప్రీక్వెల్ రూపొందించనున్నాం. పర్వతల్ గా నన్ను ఇన్ స్పైర్ చేసిన కొన్ని రియల్ లైఫ్ అనుభవాలు ఇందులో ఉంటాయి.' అన్నారు. ప్రభాస్ సైనికుడిగా నటిస్తున్న ఈ పీరియాడికల్ యాక్షన్ డ్రామాలో ఇమాన్వీ కథానాయిక. మిథున్ చక్రవర్తి, జయప్రద, అనుప మ్మథేర్, రాహుల్ రవీంద్రన్ ముఖ్య పాత్రధారులు. మైత్రీ మూవీ మేకర్స్ పతాకంపై నవీన్ యెర్నేని, వైరవిశంకర్ ఈ చిత్రాన్ని నిర్మిస్తున్నారు.

అల్లు అర్జున్ ఫోన్ వాల్ పేపర్ గమనించారా..?



టాలీవుడ్ స్టార్ యాక్టర్ అల్లు అర్జున్ ప్రస్తుతం కోలీవుడ్ డైరెక్టర్ అట్లీ దర్శకత్వంలో సినిమా చేస్తున్నాడని తెలిసిందే. AA22xA6 (ప్రర్సింగ్ బ్రెటిల్) ప్రాజెక్ట్ గా వస్తున్న ఈ మూవీ షూటింగ్ దశలో ఉంది. బాలీవుడ్ భాను దీపికా పదుకొనే ఫీ మేల్ లీడ్ రోల్ లో నటిస్తుంది. అల్లు అర్జున్ కు సంబంధించిన ఓ విషయం ఇప్పుడు టాక్ ఆఫ్ ది ఇండస్ట్రీగా మారింది. అల్లు అర్జున్ వ్యక్తిగత జిమ్ ట్రైనర్ లియోర్డ్ స్ట్రీవెస్ ఇన్ స్ట్రాగామేల్ చిన్న వర్క్ షిఫ్ట్ క్లిప్ ను పోస్ట్ చేశాడు. ఈ వీడియోలో ట్రేడ్ మిల్ పై ఉన్న అల్లు అర్జున్ ఫోన్ వాల్ పేపర్ అందరి దృష్టిని ఆకర్షిస్తుంది. ఈ క్లిప్ ఆదివారం ఉదయం 10:18 గంటల (సంబంధం 16, 2025) కు క్లిక్ మనిషించించింది కాగా బైంద కింద 2026 మార్చి 27 కూడా ఉంది. వాల్ పేపర్ పై నో స్పాక్ నో షుగర్ నో సోడా అనే మూడు సింపుల్ లైన్స్ ఉన్నాయి. ఇక లైన్స్ ఈ లైన్స్ చదివిన అభిమానులు అల్లు అర్జున్ 2026 మార్చి 27 వరకు నో స్పాక్ నో షుగర్ నో సోడా నిబంధనను ఫాలో అవుతాడని క్షారిటీకి వచ్చేస్తున్నారు. అల్లు అర్జున్ క్రమశిక్షణ, ఖచ్చితత్వానికి ఇంప్రెస్ అయిన అభిమానులు తాము కూడా అదే రూల్ ను ఫాలో అవుతామని చెబుతున్నారు. అట్టితో బన్నీ చేయబోయే సినిమా 2027లో పూర్తవుతుందని హింట్ ఇచ్చిన మేకర్స్ ఎప్పుటివరకు అనేది మాత్రం స్పష్టత ఇవ్వలేదు. సన్ పిక్చర్స్ బ్యానర్ పై కళానిధి వూరన్ నిర్మిస్తున్న ఈ చిత్రానికి సాయి అభ్యాంకర్ మ్యూజిక్, బ్యాక్ గ్రౌండ్ స్కోర్ అందిస్తున్నాడు.



గూర్గుల్ నే ఆగ్రం చేసిన నెటిజన్స్..

బాలీవుడ్ బ్యూటీ త్రిప్తి దీక్షి. పాస్ ఇండియా సినిప్రియులకు ప్రత్యేకంగా చరిత్రయం అక్కర్లేని పేరు, డైరెక్టర్ సందీప్ రెడ్డి పంగా దర్శకత్వం వహించిన యానిమల్ సినిమా భారీ విజయాన్ని అందుకున్న సంగతి తెలిసిందే. అర్జున్ రెడ్డి రీమేక్ ద్వారా బాలీవుడ్ లోకి అడుగుపెట్టిన సందీప్ రెడ్డి, యానిమల్ చిత్రంతో బాలీవుడ్ ను పెక్ చేశాడు. ఇందులో రణబిర్ కపూర్, రష్మి కుమార్ ప్రధాన పాత్రల్లో నటించగా.. సినియర్ హీరో అనిల్ కపూర్ కీలకపాత్రలో నటించారు. అయితే ఇందులో త్రిప్తి దీక్షి సైతం చిన్న పాత్రలో కనిపించింది. ఇందులో ఆమె పాత్ర నిడివి తక్కువ సమయమే ఉన్నప్పటికీ ఒక్క సాంగ్ గా క్రేజ్ సొంతం చేసుకుంది. దీంతో ఆమెకు హిందీలో వరుస ఆఫర్స్ కుక్క కట్టాయి. యానిమల్ తర్వాత బ్యాడ్ స్కూల్, భూల్ భూలయ్యా 3 వంటి చిత్రాల్లో నటించింది. ఇప్పుడు సందీప్ రెడ్డి పంగా, ప్రభాస్ కాంబోలో రాబోతున్న స్పీరిట్ చిత్రంలో నటిస్తుంది. ఇదిలా ఉంటే.. యానిమల్ తర్వాత త్రిప్తి పేరు మారుమోగింది. దీంతో గతేడాది గూగుల్ లో అత్యధికంగా సెర్చ్ చేసిన హీరోయిన్ జాబితాలో అగ్రస్థానంలో నిలిచింది. ప్రస్తుతం హిందీలో బ్యాక్ టూ బ్యాక్ చిత్రాల్లో నటిస్తూ బిజీగా ఉంది.

గోవా చలన చిత్రోత్సవంలో సత్కారం



భారతీయ చలనచిత్ర పరిశ్రమలో 50 ఏండ్ల విజయవంతమైన ప్రయాణాన్ని పూర్తి చేసుకోవడం తోపాటు, నేటికీ అగ్ర కథానాయకులుగా కొనసాగుతున్నందుకు గాను తమిళ సూపర్ స్టార్ రజనీకాంత్, టాలీవుడ్ అగ్రహీరో నందమూరి బాలకృష్ణలకు పునమైన సత్కారం జరుగనున్నది. ఈ నెల 20 నుంచి 28 వరకు గోవాలో జరుగనున్న 56వ భారత అంతర్జాతీయ చలనచిత్రోత్సవం (IFFI) ప్రారంభ వేడుక ఈ సన్మానాలకు వేదిక కానున్నది. సమాచార మంత్రిత్వ శాఖ అధ్యక్షంలో నేషనల్ ఫిల్మ్ డెవలప్మెంట్ కార్పొరేషన్ (NFDC), ఎంటర్టైన్మెంట్ సొసైటీ ఆఫ్ గోవా (ESG)

సంయుక్తంగా గోవా ప్రభుత్వంతో కలిసి ఈ వేడుకను నిర్వహించనున్నాయి. 1975లో కె.బాలచందర్ రూపొందించిన 'అపూర్వ రాంగంగ్' సినిమా ద్వారా తెరంగేట్రం చేసిన రజనీకాంత్, దాదాపు 175 పైచిలుకు చిత్రాల్లో నటించి తమిళనాట తిరుగులేని స్టార్ డమ్ ను సొంతం చేసుకున్నారు. ఈ ఏడాదితో ఆయన 50 ఏండ్ల కెరీర్ ను పూర్తి చేసుకున్నారు. భారతీయ సినిమాకు రజనీ చేసిన సేవలకు గాను, భారత ప్రభుత్వం 'పద్మవిభూషణ్' పురస్కారంతో గౌరవించింది. ఇటీవలే 'దాదాసాహెబ్ ఫాల్కే' అవార్డును కూడా రజనీకాంత్ అందుకున్నారు.

ఇక నందమూరి బాలకృష్ణ విషయానికొస్తే.. తండ్రి ఎస్తిరామా రావు నట వారసత్వాన్ని దిగ్విజయంగా కొనసాగిస్తూ 50 ఏండ్ల కెరీర్ ను గత ఏడాది పూర్తి చేసుకున్నారు బాలకృష్ణ. 100 పైచిలుకు చిత్రాలలో నటించడంతోపాటు నేటికీ తెలుగు తెరపై వరుస విజయాలతో దూసుకుపోతున్నారు. ఇటీవలే భారత ప్రభుత్వం ఆయనను 'పద్మభూషణ్' పురస్కారంతో గౌరవించింది. ఈ విజయాలను దృష్టిలో పెట్టుకొనే ఈ ఇరువురు ఉద్గ్రంథులనూ సత్కరిస్తున్నట్లు కేంద్ర సమాచార ప్రసార శాఖ సహాయ మంత్రి ఎల్. మురుగునే తాజాగా వెల్లడించారు.



రవీనా టండన్ తనయ టాలీవుడ్ ఎంట్రీ

సినియర్ కథానాయిక రవీనా టండన్ తనయ రషా తదాని తెలుగు సినిరంగంలోకి అరంగేట్రం చేస్తున్నది. అగ్ర హీరో మహేష్ బాబు సోదరుడు, దివంగత రమేష్ బాబు కుమారుడు జయకృష్ణ ఘట్టమనేనిని హీరోగా చరిత్రయం చేస్తూ అగ్ర నిర్మాణ సంస్థ వైజయంతీ మూవీస్ సమర్పణలో ఓ చిత్రం తెరకెక్కునున్న విషయం తెలిసిందే. ఇందులో రషా తదాని నాయికగా ఎంపికైంది. అజయ్ భూపతి దర్శకత్వం వహిస్తున్న ఈ సినిమా రెగ్యులర్ షూటింగ్ త్వరలో మొదలుకానుంది. స్వామిజీ లవ్ స్టోరీగా రూపొందించబోతున్నారు. హిందీలో 'అజాద్' సినిమాతో ఇండస్ట్రీకి ఎంట్రీ ఇచ్చిన రషా తదాని ఆ చిత్రంలోని 'ఉయ్ అమ్మా..'. అనే పాటతో పాపులర్ అయింది. ఆమె తెలుగు చిత్రానికి సంబంధించిన మరిన్ని వివరాలను త్వరలో వెల్లడించనున్నారు. ఈ చిత్రానికి నిర్మాణ సంస్థ: చంద్రమామ కథలు, నిర్మాత: పి.కిరణ్, రచన: దర్శకత్వం: అజయ్ భూపతి.