TEL: T/TG/ 2024/0814

మన వెలుగు

ప్రతి వార్త ప్రజల వైపు తెలుగు దినపత్రిక

MANA VELUGU TELUGU DAILY

విలేఖరులు కావలెను...

మన వెలుగు తెలుగు దినపత్రికకు
ఆంధ్రప్రదేశ్, తెలంగాణ లోని అన్ని జిల్లాల వారిగా స్టాఫ్ రిపోర్టర్లు
మరియు నియోజకవర్గ,మండలవారిగా విలేఖరులు కావలెను,
తెలుగు భాష మీద కనీస అవగాహన కలిగివుండి, వార్తలు
రాయగలిగిన వారికి ప్రాధాన్యత ఇవ్వబడును..
మరిన్ని వివరాలకు సంప్రదించండి...

నెట్ వర్క్ ఇంచార్జి సెల్ : 9533397954

పబ్లిషర్: హైదరాబాద్ | సంపుటి: 01 | సంచిక: 47 | సోమవారం, 30 సెప్టెంబర్, 2024 | పేజీలు 05 | వెల రూ: 04/-

మహిళల ఆరోగ్యమే

కుటుంబ, సమాజ శ్రేయస్సుకు పునాది

- మహిళల ఆరోగ్య సంరక్షణకు తెలంగాణ ప్రభుత్వం కట్టుబడి
- మహిళలకు ఆరోగ్యకరమైన, మరింత సాధికారత గల భవిష్యత్తును నిర్మిద్దాం
- మహిళల ఆరోగ్య సంరక్షణ, సంక్షేమానికి ప్రభుత్వం కట్టుబడి ఉంది
- ఎం ఈ ఐ ఎల్ , సుధారెడ్డి ఫౌండేషన్స్ నిర్వహించిన పింక్ పవర్ రన్ లో సి ఎం రేవంత్ రెడ్డి
- నిర్వాహకులు మేఘా కృష్ణా రెడ్డి, సుధా రెడ్డి లను అభినందించిన సి ఎం
- మూడు విభాగాల్లో జరిగిన పింక్ పవర్ రన్ లో భాగస్వాములైన వేలాది మంది ఔత్సాహికులు
- ఆరేళ్ల బాల, బాలికల నుంచి 80 ఏళ్ళ వృద్ధుల వరకు ఉత్సాహంగా పాల్గొన్న తీరు
- పక్షి ఆకారం లో గిన్నిస్ బుక్ లో చోటు కు ప్రయత్నం
- వీక్షించిన సి ఎం రేవంత్ రెడ్డి
- భారీ స్థాయిలో హాజరైన ఔత్సాహికులు

హైదరాబాద్, సెప్టెంబర్ 29:
మహిళల ఆరోగ్యమే కుటుంబ, సమాజ శ్రేయస్సుకు పునాది అని తమ ప్రభుత్వం బలంగా నమ్ముతోందని తెలంగాణ రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి ఏ రేవంత్ రెడ్డి అన్నారు. మహిళల ఆరోగ్య సంరక్షణకు తెలంగాణ ప్రభుత్వం కట్టుబడి ఉందని నేను గర్వంగా చెబుతున్నా అని ఆయన అన్నారు. ఎం ఈ ఐ ఎల్, సుధారెడ్డి ఫౌండేషన్ల సంయుక్త ఆధ్వర్యంలో తెలంగాణ ప్రభుత్వ సహకారంతో బ్రెస్ట్ (రొమ్ము) క్యాన్సర్ పై అవగాహన కల్పించేందుకు పింక్ పవర్ రన్ నిర్వహించారు. 10, ఐదు, మూడు కిలోమీటర్ల కేటగిరిలో మారథాన్లను నిర్వహించారు. వీటిలో పాల్గొని విజేతలైన వారికి బహుమతి ప్రధానం చేయటంతో పాటు, వారిని ఉద్దేశించి సి ఎం రేవంత్ రెడ్డి ప్రసంగించారు. బ్రెస్ట్ క్యాన్సర్ పై అవగాహన కల్గించటంలో భాగంగా మారథాన్లకు హాజరైన వారు పక్షి ఆకారంలో నిలబడి గిన్నిస్ బుక్ లో చోటుకు ప్రయత్నం చేసారు. ఈ ప్రయత్నాన్ని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి స్వయంగా వీక్షించటంతో పాటు భాగస్వాములైన వారిని ఉత్తేజ పరిచారు. వారిని అభినందించారు. సి ఎం రేవంత్ రెడ్డి తన ప్రసంగాన్ని కొనసాగిస్తూ మనమంతా కలిసి తెలంగాణ మహిళలకు ఆరోగ్యకరమైన, మరింత సాధికారత గల భవిష్యత్తును నిర్మిద్దాం... అని అన్నారు. ఈ పరుగులో పాల్గొన్న వారు వేసే ప్రతి అడుగు భవిష్యత్ లో మహిళలు ఒంటరిగా సవాళ్లను అధిగమించేలా చేస్తుందని అన్నారు. దీన్ని ఇలాగే ముందుకు తీసుకెళ్దాం అని చెప్పారు. మహిళల ఆరోగ్య సంరక్షణ, సంక్షేమం కోసం మరిన్ని హాస్పిటల్స్ నిర్మించడంతోపాటు ఆరోగ్య సంరక్షణ వ్యవస్థలను బలోపేతం చేస్తామని తెలిపారు. ఈ పింక్ పవర్ రన్ కార్యక్రమం భవిష్యత్తు లో మహిళలు ఎలాంటి ఆరోగ్య సమస్యలనైనా అధిగమించేందుకు నాంది కావాలని ఆకాంక్షించారు. ఈ కార్యక్రమాన్ని చేపట్టిన మేఘా కృష్ణా రెడ్డి, సుధా రెడ్డి పాల్గొన్న ఔత్సహికులందరికి శుభాకాంక్షలు తెలియజేసారు.

ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలిచినా ఆరేళ్ళ బాలిక పార్వతి

పింక్ పవర్ రన్ లో ఆరేళ్ళ బాలిక ఎన్ పార్వతి ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలిచింది. తన తల్లితండ్రులతో కలిసి పది కిలోమీటర్ల మారథాన్ లో పార్వతి పాల్గొంది. ఆ బాలికను ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి, ఎం ఈ ఐ ఎల్ , సుధా రెడ్డి ఫౌండేషన్ ల నిర్వాహకులు పీ వీ కృష్ణా రెడ్డి, సుధా రెడ్డి ప్రత్యేకంగా అభినందించారు. ఈ మారథాన్ లో పురుషుల విభాగం లో విజేతగా లవ్ ప్రీత్ నిలిచారు. మొదటి రన్నరప్ గా మొహన్ , ద్వితీయ రన్నరప్ గా ఆరిష్ యాదవ్నిలిచారు. మహిళల విభాగం లో సీమా సంజీవని మొదటి రెండు స్థానాల్లో నిలిచారు. 10 కి.మీ మారథాన్ విజేతలకి 2,50,000 నగదు, మొదటి రన్నరప్ కి 1,75,000 మరియు ద్వితీయ రన్నరప్ కి 1,00,000 రూపాయల నగదు పురస్కారం సీ.ఎం రేవంత్ రెడ్డి అందజేసారు. 5 కి.మీ మారథాన్ పరుగు పందెం లో పురుషుల విభాగం లో విజేత గా శంకర్ లాల్ , మొదటి రన్నరప్ గా అఖిల్ కుమార్, ద్వితీయ రన్నరప్ గా అమన్ కుమార్ నిలిచారు.మహిళల విభాగం లో విజేతగా ప్రీతి, మొదటి రన్నరప్ గా సోనిక ద్వితీయ రన్నరప్ గా రీను నిలిచారు. 5 కి.మీ మారథాన్ విజేతకు లక్ష ఇరవై ఐదు వేలు, మొదటి రన్నరప్ కి లక్ష, ద్వితీయ రన్నరప్ కి డెబ్బై ఐదు వేల రూపాయల నగదు పురస్కారం సి ఎం అందించారు.

బహుమతి ప్రధానోత్సవ కార్యక్రమం లో తెలంగాణ ముఖ్య మంత్రి రేవంత్ రెడ్డి, తెలంగాణ శాప్ చైర్మన్ శివసేన రెడ్డి , శేరిలింగంపల్లి ఎం ఎల్ ఏ అరికెపూడి గాంధీ, ఎం.ఈ. ఐ. ఎల్ ఎం.డీ పీ వీ కృష్ణా రెడ్డి, ఎస్ ఆర్ ఫౌండేషన్ చైర్ పర్సన్ సుధా రెడ్డి , ఉషా లక్ష్మి ఫౌండేషన్ చైర్మన్ ఉషా లక్ష్మి , ప్రభుత్వ అధికారి క్రిస్టీనా తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మారథాన్ ప్రారంభించిన మంత్రి దామోదర రాజా నరసింహభారత దేశం లో నానాటికి పెరిగిపోతున్న బ్రెస్ట్ క్యాన్సర్ వ్యాధి పై పోరాటానికి నడుం బిగించిన ఎం.ఈ.ఐ.ఎల్ సుధా రెడ్డి ఫౌండేషన్లు నిర్వహించిన 10 కిలోమీటర్లు, ఐదు కిలోమీటర్లు, మూడు కిలోమీటర్ల మారథాన్ లను రాష్ట్ర వైద్య ఆరోగ్య సఖ మంత్రి దామోదర రాజనరసింహ పీ వీ కృష్ణా రెడ్డి, సుధా రెడ్డి లతో కలిసి ఆదివారం ప్రారంభించారు. మూడు విభాగాల్లో వేలాది మంది ఉత్సాహంగా పాల్గొన్నారు. గచ్చి బౌలి లో ప్రారంభమైన మారథాన్లు ఐ ఎస్ బి, విప్రో జంక్షన్ ల మీదుగా తిరిగి స్టేడియం కు చేరుకున్నాయి.

ఈ మారథాన్ రన్ లో భారీ సంఖ్య లో ఔత్సాహికులు పాల్గొని క్యాన్సర్ మహమ్మారిని తరిమేసెందుకు ప్రతిజ్ఞ పూనారు. ఇందులో పాల్గొన్న ఔత్సాహికులకు ప్రత్యేక రేస్ కిట్లు, పోషకాహారం ఇవ్వడమే కాకుండా, రేస్ కు ముందు, తర్వాత చేయాల్సిన వ్యాయామ చిట్కాలను నిర్వాహకులు తెలిపారు.

ఆకట్టుకున్న పక్షి ఆకారం

ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న వేలాది పిల్లల నుండి నుండి పెద్దల వరకు ప్రత్యేకమైన గులాబీ రంగు దుస్తులను ధరించి పక్షి రూపంలో భారీ మానవ హారముగా ఏర్పడి గిన్నీస్ వరల్డ్ రికార్డుకు ప్రయత్నం చేయడం జరిగింది. కన్నుల విందు కలిగించే ఈ పక్షి రూప మానవహారం, ఐక్యతా, ఆశ, బ్రెస్ట్ క్యాన్సర్ పై పోరాడే నిబద్ధతకు ఒక సంకేతంగా ఎస్ ఆర్ ఫౌండేషన్ చైర్ పర్సన్ సుధా రెడ్డి తెలిపారు. ఈ కార్యక్రామాన్ని వీక్షించిన ఈ ఎం రేవంత్ రెడ్డి అందులో పాల్గొన్న వారిని, నిర్వాహకులను అభినందించారు. గిన్నీస్ వరల్డ్ రికార్డు ప్రయత్నంలో భాగంగా పక్షి రూపాన్ని ఎంచుకోవడం వెనుక లోతైన అర్థం ఉందని . సాధారణంగా పక్షి రెక్కలు, స్వేచ్ఛ కు ప్రతీకగా భావిస్తారు. అదే స్వేచ్ఛ బ్రెస్ట్ కేన్సర్ జయించిన వారి పట్టుదల, బలాన్ని సూచిస్తుందని సుధా రెడ్డి అన్నారు. . ఈ పింక్ పవర్ రన్ ఆత్మ న్యూనత భావం అనే సంకెళ్ళను తొలగించుకుని అచంచలమైన విశ్వాసం అనే స్వేచ్ఛ వైపు పరుగులు పెట్టే మానవీయ ఘట్టంగా నిలిచిందని సుధా రెడ్డి తెలిపారు. . ఈ కార్యక్రమం విజయవంతం అయ్యేందుకు సహకరించిన తెలంగాణ ప్రభుత్వం, ఒలెక్ట్రా, ఎ.ఐ.జి హాస్పిటల్, మారథాన్ రన్నర్స్ కు సుధా రెడ్డి ధన్యవాదాలు తెలిపారు.

వయోవృద్ధులు భారం కాదు, మన బాధ్యత

- కన్న బిడ్డలను చూసుకున్నట్లుగానే, కన్న తల్లిదండ్రులను చూసుకోవాలి
- వారి సంరక్షణ విస్మరిస్తే శిక్షలు తప్పవు
- నివాసం విశాలమవుతూ, కుటుంబం కుచించుక పోవడం బాధాకరం
- వయోవృద్ధుల సంరక్షణ ప్రజా ప్రభుత్వ బాధ్యత
- వయోవృద్ధుల అవగాహన ర్యాలీ లో మంత్రి సీతక్క

హైదరాబాద్ : అంతర్జాతీయ వయోవృద్ధుల దినోత్సవం సందర్భంగా నెక్లెస్ రోడ్ లోని జలవిహార్ పార్క్ లో తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఆదివారం నాడు రాష్ట్ర స్థాయి అవగాహన ర్యాలీ నిర్వహించింది. తెలంగాణ వికలాంగులు వయవృద్ధులు ట్రాన్స్ జెండర్ల సాధికారత శాఖ ఆద్వర్యంలో చేపట్టిన ర్యాలీకి పంచాయతీరాజ్ గ్రామీణాభివృద్ధి, మహిళా శిశు సంక్షేమల శాఖ మంత్రి సీతక్క ముఖ్య అతిధిగా హజరయ్యారు. వృద్దులు భారం కాదు..మన బాధ్యత అంటూ ప్లకార్డుతో ర్యాలీని సీతక్క ప్రారంభించారు. వయో వృద్దుల సంరక్షణ అందరి బాధ్యత అంటూ ప్రతిజ్ఞ చేయించారు. ఐక్య రాజ్య సమితి పిలుపు మేరకు ఏటా అక్టోబర్ 1న అంతర్జాతీయ వయోవృద్ధుల దినోత్సవం నిర్వహించడం ఆనవాయితిగా వస్తోంది. ఈ నేపధ్యంలో వయోవృద్ధుల సంరక్షణ, హక్కులు, చట్టాలపై ఈ నెల 25 నుంచి రాష్ట్ర ప్రభుత్వం అవగాహన కార్యక్రమాలు చేపట్టింది. అందులో భాగంగా జలవిహార్ పార్క్ లో చేపట్టిన ర్యాలీని మంత్రి సీతక్క ప్రారంభించి ప్రసంగించారు. వయోవృద్దుల సంరక్షణను విస్మరించినా, వారి చట్టాలను ఉల్లఘించినా కఠిన చర్యలు తప్పవని హెచ్చరించారు. ఏలాంటి ఇబ్బందులున్నా తమ శాఖను సంప్రదించాలని కోరారు. పిల్లల్ని కనిపించి ప్రయోజకులను చేసిన వయో వృద్దులు అందరికీ ఆదర్శనీయులన్నారు. వయసు మీద పడిన వారిని వయోవృద్ధులు అనడం కంటే పెద్దలు అని పిలవడమే సమంజసమన్నారు. కన్న పిల్లల యోగక్షేమాలు చూసుకున్నట్టుగానే , కన్న తల్లిదండ్రుల యోగక్షేమాల్ని చూసుకోవాలని కోరారు. ఒకప్పుడు ఇల్లు చిన్నదైనా మూడు తరాలు ఒకే ఇంట్లో నివసించేవని గుర్తు చేసారు. కానీ ఇప్పుడు పెద్ద భవనాలు, విశాల ఫార్మ్ హౌస్ ల్లోకి నివాసాలు మారినా..ఉమ్మడి కుటుంబాలు కనుమరుగువుతున్నాయని తెలిపారు. ఇండ్లు విశాలమవుతూ కుటుంబం చిన్నగవడం సమాజానికి చేటని పేర్కొన్నారు. ఉన్నత ఉద్యోగాలు చేస్తూ కూడా తల్లిదండ్రులను వృద్ధాశ్రమాలలో చేర్పించడం పట్ల మంత్రి సీతక్క ఆవేదన వ్యక్తం చేసారు. కన్న తల్లిదండ్రులను సరిగా చూసుకోనప్పుడు డబ్బుకు, హెూదాకు విలువ ఏం ఉంటుందని ప్రశ్నించారు. సొంత పిల్లల భవిష్యత్తు బాగుండాలంటే తల్లిదండ్రుల బాగోగులను పట్టించుకోవాలని కోరారు. వయసు మీద పడిన పెద్దల్ని చిన్న పిల్లల వలే సాకాల్సి వచ్చినా, వారి సంరక్షణను భాద్యతగా స్వీకరించాలన్నారు. ఆస్థుల కోసం కొందరు కన్న తల్లిదండ్రుల హత్యలు చేస్తున్నారని ఆవేదన వ్యక్తం చేసారు. వృద్ధాశ్రమాలు ఏర్పాటు చేయడం తమ ప్రభుత్వ విధానం కానప్పటికీ...కన్న పిల్లలు గాలికి వదిలేస్తున్న వయోవృద్ధుల సంరక్షణ, సంక్షేమం కోసం గత్యంతరం లేని పరిస్థితుల్లో ఓల్డ్ ఏజ్ హెూమ్ లను పెంచాల్సి వస్తుందని చెప్పారు. పిల్లలు వదిలేసిన వయోవృద్దులను తమ ప్రజా ప్రభుత్వం అక్కున చేర్చుకుంటుందని భరోసా ఇచ్చారు. ప్రతి జిల్లాలో ఓల్డ్ ఏజ్ హెూమ్ లతో పాటు డే కేర్ సెంటర్స్ ఏర్పాటు చేస్తున్నట్లు ప్రకటించారు. వయవృద్ధుల సంరక్షణ కోసం 2007లో నాటి యూపీఏ ప్రభుత్వం వయోవృద్దుల పోషణ, సంరక్షణ చట్టాన్ని తీసుకొచ్చిందని గుర్తు చేసారు. ఆ చట్టాన్ని ఉల్లఘింస్తే శిక్షలు తప్పవని హెచ్చరించారు మంత్రి సీతక్క. ఆస్తులు అంతస్తులు కాదు, పెద్దలపై ఆప్యాయత అనురాగాలు ముఖ్యమన్న సీతక్క,

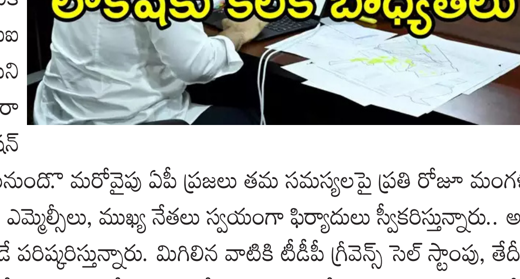
వయోవృద్దుల ఆలోచనలు, ఆనుభవాల ఆదారంగా వారి సంరక్షణ కోసం మరిన్ని పథకాలు రూపొందిస్తామని హామీ ఇచ్చారు. వయోవృద్దులు ఆరోగ్యంగా ఆనందంగా ఉండే విధంగా రేవంత్ రెడ్డి నేతృత్వంలోని ప్రజా ప్రభుత్వం, తమ సాధికారత శాఖ ఎల్లప్పుడు తోడుగా ఉంటుందని మంత్రి సీతక్క భరోసా కల్పించారు. వికలాంగులు, వయవృద్ధులు, ట్రాన్స్ జెండర్ల సాధికారత శాఖ చేపట్టిన అవగాహన ర్యాలీలో ఆ శాఖ డైరెక్టర్ శైలజా, వికలాంగుల కార్పోరేషన్ చైర్మన్ ముత్తినేని వీరయ్య తో పాటు పెద్ద సంఖ్యలో సీనియర్ సిటిజన్లు పాల్గోన్నారు

కనిపించనున్న మరో చిట్టి చంద్రుడు !

ప్రత్యేక టెలిస్కోప్ లతో ఎవరైనా '2024 పిటి5' ని చూడొచ్చని నిపుణులు అంటున్నారు.

న్యూఢిల్లీ: నేటి రాత్రి కొత్త, తాత్కాలిక చిన్న చంద్రుడు ని భూమి పై నుంచి చూడొచ్చు. దీనిని ' 2024 పిటి5' వ్యాసం కేవలం 10 మీటర్లు ఉండనున్నది. ఇది 53 రోజులపాటు భూభ్రమణం చేయనున్నది. తర్వాత అది సౌర వ్యవస్థలోకి తిరిగి వెళ్లిపోతుంది.దాని పరిమాణం, నమోదు చేయడానికి చాలా చిన్నగా ఉంటుంది%ొ% చంద్రుని వ్యాసం 3,476 కిలోమీటర్లు. "2024 %ూ%5" 350,000 రెట్లు చిన్నది, కంటికి కనిపించదు. కానీ ప్రత్యేక టెలిస్కోప్‌లు తెల్లవారుజామున 1.30 తర్వాత దానిని బాగా గుర్తించగలవు. కానీ ఆ సమయానికి ఇండియాలో చాలా మంది గాఢ నిద్రలో ఉంటారు.ఒక గ్రహం చుట్టూ సహజంగా పరిభ్రమించే దేనినైనా 'చంద్రుడు' అంటారు. సహజంగా భ్రమణం చేసే గ్రహాన్ని చంద్రుడు అంటారు. శని గ్రహానికి 146 చంద్రులు, బృహస్పతికి 95 చంద్రులు, అంగారక గ్రహానికి రెండు చంద్రులు, భూమికి కేవలం ఒక చంద్రుడు మాత్రమే ఉన్నారు. శుక్ర గ్రహానికి చెప్పుకోడానికి ఏ చంద్రుడు లేదు. ఇస్రోలో గమనిస్తున్న నిపుణులు '2024 పిటి5' అనే ఈ చంద్రుడు భూమిని ఢీ కొట్టదని తెలిపారు.

ఏపీ ప్రభుత్వం కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది



ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది. రాష్ట్రంలో పెట్టుబడిదారులకు ఎదురయ్యే ఇబ్బందులపై ప్రభుత్వం ఫోకస్ పెట్టింది. ఈ మేరకు ప్రభుత్వంతో నేరుగా చర్చించేందుకు సీఐఐ భాగస్వామ్యంతో కన్సల్టేటివ్ ఫోరం (సంప్రదింపుల కమిటీ)ని ఏర్పాటు చేస్తూ ఉత్తర్వులు జారీ చేశారు. ఇటీవల విజయవాడలో సీఐఐ (భారత పరిశ్రమల సమాఖ్య) నిర్వహించిన సదరన్ రీజినల్ కౌన్సిల్ సదస్సులో ఐటీ మంత్రి నారా లోకేష్ పాల్గొన్న సంగతి తెలిసిందే. ఆ సమయంలో కన్సల్టేటివ్ ఫోరాన్ని ఏర్పాటు చేయాలని సీఐఐ ప్రతినిధులు మంత్రిని కోరారు. ఈ మేరకు ఈ అంశంపై స్పందించిన ప్రభుత్వం.. మంత్రి లోకేష్ ఛైర్మన్‌గా రెండేళ్ల కాలానికి ఫోరాన్ని ప్రకటిస్తూ నిర్ణయం తీసుకున్నారు. ఈ ఫోరంలో.. వివిధ శాఖల ముఖ్య కార్యదర్శులు, కార్యదర్శులు, ఏపీఈడీబీ (ఏపీ ఎకనమిక్ డెవలప్‌మెంట్ బోర్డు) సీఈవో, సీఐఐ ప్రతినిధులు ఇందులో సభ్యులుగా ఉంటారని ప్రభుత్వం తెలిపింది. రాష్ట్ర ఆర్థికాభివృద్ధికి సీఐఐ భాగస్వామ్యంతో విరివిగా పెట్టుబడులను ఆకర్షించాలని లక్ష్యంతో.. 2050 నాటికి ప్రపంచ పెట్టుబడుల గమ్యస్థానంగా ఏపీని తీర్చిదిద్దాలని ప్రభుత్వం భావిస్తోంది. దీని కోసం ఏపీఈడీబీ ఏర్పాటును క్రమబద్ధీకరించి.. ఒకే పాయింట్ ఆఫ్ కాంటాక్ట్ ద్వారా పరిశ్రమలకు అనుమతులు ఇవ్వనుంది ప్రభుత్వం. పెట్టుబడుల్లో ప్రైవేటు రంగాన్ని కూడా కలుపుకొనేందుకు సీఐఐ (కాన్ఫెడరేషన్ ఆఫ్ ఇండియన్ ఇండస్ట్రీ)తో భాగస్వామ్య ఒప్పందాన్ని చేసుకుంది. అలాగే ప్రభుత్వశాఖలను ఆర్టీజీఎస్ శాఖ సమన్వయం చేయనుందొ౯ మరోవైపు ఏపీ ప్రజలు తమ సమస్యలపై ప్రతి రోజూ మంగళగిరి టీడీపీ కార్యాలయంలో ప్రజా వేదిక పేరుతో వినతిపత్రాలు అందజేస్తున్నారు. ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు, మంత్రులు, ఎమ్మెల్యేలు, ఎమ్మెల్సీలు, ముఖ్య నేతలు స్వయంగా ఫిర్యాదులు స్వీకరిస్తున్నారు.. అలాగే ప్రజల నుంచి వచ్చిన ఫిర్యాదుల పరిష్కారం దిశగా చర్యలు తీసుకుంటున్నారు. ప్రజల ఫిర్యాదుల్లో కొన్నిటిని నేతలు అక్కడికక్కడే పరిష్కరిస్తున్నారు. మిగిలిన వాటికి టీడీపీ గ్రీవెన్స్ సెల్ స్టాంపు, తేదీ వేసి ఏ రోజు అర్జీల్ని ఆ రోజు సీఎంవోకు పంపిస్తున్నారు. అక్కడ సీఎంవో సిబ్బంది వాటిని పీజీఆర్ఎస్ (ప్రజా ఫిర్యాదుల పరిష్కార వేదిక) పోర్టల్‌లో నమోదు చేస్తున్నారు. ఈ మేరకు ప్రతి ఫిర్యాదుకు గ్రీవెన్స్ నంబర్ కేటాయించి.. ఫిర్యాదు చేసిన వారి మొబైల్‌కు మెసేజ్ పంపిస్తున్నారు. ఇలా చేస్తే ప్రతి ఫిర్యాదు స్టేటస్ తెలుసుకోవచ్చు.

రూటు మార్చిన హైడ్రా

హైదరాబాద్ (మన వెలుగు) సెప్టెంబర్ 29 : అక్రమ నిర్మాణమైన జీహెచ్ఎంసీ, హెచ్ఎండిఏ అనుమతులు ఉంటే హైడ్రా కూల్చివేయదు. అనుమతులు లేని నిర్మాణాలపై మాత్రమే హైడ్రా ఫోకస్ పెట్టనుంది. ప్రజల్లో వ్యతిరేకత రావడంతో హైడ్రా ఆచీతూచి అడుగులు వేస్తోంది. ప్రజలకు ఇబ్బందులు లేకుండా కూల్చివేతలు చేయాలని హైడ్రా నిర్ణయించినట్లు సమాచారం. హైదరాబాద్ డిజాస్టర్ రెస్పాన్స్ అండ్ ప్రొటెక్షన్ ఏజెన్సీ హైడ్రా రూటు మార్చింది. హై స్పీడ్ కూల్చివేతలపై కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది. ఇకపై దూకుడు తగ్గించనుంది. ఈ వీకెండ్ హైడ్రా కూల్చివేతల వాయిదా వెనుక గ్రౌండ్ వర్క్ ఉంది. వారాంతం కూల్చివేతల విమర్శలతో.. ఇక సాధారణ రోజుల్లోనే కూల్చివేతలు చేసే యోచనలో హైడ్రా ఉన్నట్లు సమాచారం. అలాగే లీగల్ టీం సలహాలు తీసుకున్న తర్వాతే కూల్చివేతల ప్రక్రియ కొనసాగనున్నట్లు తెలియవచ్చింది. అక్రమ నిర్మాణమైన జీహెచ్ఎంసీ, హెచ్ఎండిఏ అనుమతులు ఉంటే కూల్చి వేయరు. అనుమతులు లేని నిర్మాణాలపై మాత్రమే హైడ్రా ఫోకస్ పెట్టనుంది. ప్రజల్లో వ్యతిరేకత రావడంతో హైడ్రా ఆచీతూచి అడుగులు వేస్తోంది. ప్రజలకు ఇబ్బందులు లేకుండా కూల్చివేతలు చేయాలని హైడ్రా నిర్ణయించినట్లు సమాచారం.

బాలికపై యువకుడి అత్యాచారం

- ఆగ్రహంతో నిందితుడి ఇంటికి నిప్పు పెట్టిన గ్రామస్థులు
- సిద్దిపేట జిల్లా గురువన్నపేటలో ఉద్రిక్తత
- కార్లు ధ్వంసం చేసిన మహిళలు
- నిందితుడిపై కేసు నమోదు చేసిన పోలీసులు

సిద్దిపేట ప్రతినిధి (మన వెలుగు) సెప్టెంబర్ 29 : అభంశుభం తెలియని బాలికపై అత్యాచారం చేసిన యువకుడిపై గ్రామస్తులు మండిపడ్డారు. ఇదేం పనంటూ నిలదీసేందుకు నిందితుడి ఇంటికి వెళ్లారు. అయితే, అప్పటికే సదరు యువకుడు పరారయ్యాడు. దీంతో కోపం పట్టలేక నిందితుడి ఇంటికి గ్రామస్తులు నిప్పు పెట్టారు. పోలీసుల ముందే ఇంటి ముందున్న కార్లను మహిళలు ధ్వంసం చేశారు. పోలీసులు అడ్డుకుంటున్నా ఆగకుండా నిందితుడి ఇంటిపై దాడి చేశారు. సిద్దిపేట జిల్లాలోని కొమురవెల్లి మండలం గురువన్న పేట గ్రామంలో చోటుచేసుకుందీ ఘటన. బాధితులు, పోలీసులు తెలిపిన వివరాల ప్రకారం.. స్థానిక పాఠశాలలో ఏడో తరగతి చదువుతున్న బాలికపై గ్రామానికే చెందిన ఓ యువకుడు అత్యాచారం చేశాడు. ఈ విషయం బాలిక తల్లిదండ్రులకు చెప్పడంతో వారు మండిపడ్డారు. చుట్టుపక్కల వారితో కలిసి నిందితుడి ఇంటికి వెళ్లారు. అత్యాచారం విషయం తెలిసి గ్రామస్థులంతా అక్కడికి చేరుకున్నారు. ఈ విషయం తెలిసి నిందితుడు పరారయ్యాడు.గ్రామస్థుల ఆందోళన విషయం తెలియడంతో పోలీసులు అక్కడికి చేరుకుని సర్దిచెప్పే ప్రయత్నం చేశారు. అయితే, గ్రామస్థులు వెనక్కి తగ్గలేదు. ఆగ్రహంతో నిందితుడి ఇంట్లో పెట్రోల్ చల్లి నిప్పంటించారు. ఇంటి ముందు నిలిపిన వాహనాలపై మహిళలు దాడి చేశారు. అద్దాలు పగలగొట్టారు. దీంతో పోలీసులు లాఠీచార్జి చేసి గ్రామస్తు లను చెదరగొట్టారు. బాధితురాలి తల్లిదండ్రుల ఫిర్యాదు మేరకు కొమురవెల్లి పోలీసులు కేసు నమోదు చేసి పరారీలో ఉన్న నిందితుడి కోసం గాలింపు చర్యలు చేపట్టారు.

ఎలక్ట్రిక్ సూపర్ లగ్జరీ బస్సుల ప్రారంభోత్సవం

- జెండా ఊపి బస్సులను లాంఛనంగా ప్రారంభించిన మంత్రి పొన్నం ప్రభాకర్
- తెలంగాణలో తొలిసారిగా అందుబాటులోకి ఎలక్ట్రిక్ సూపర్ లగ్జరీ బస్సులు

కరీంనగర్ ప్రతినిధి (మన వెలుగు) సెప్టెంబర్ 29 : కరీంనగర్ లోని అంబేద్కర్ స్టేడియంలో ఆదివారం ఎలక్ట్రిక్ సూపర్ లగ్జరీ బస్సుల ప్రారంభోత్సవం అట్టహాసంగా జరిగింది. కరీంనగర్–హైదరాబాద్ (జేబీఎస్) మార్గంలో తిరిగే 35 బస్సులను రవాణా, బీసీ సంక్షేమ శాఖ మంత్రి పొన్నం ప్రభాకర్ జెండా ఊపి లాంఛనంగా ప్రారంభించారు. అనంతరం టీజీఎస్ఆర్టీసీ ఎండీ వీసీ సజ్జనర్, ఎమ్మెల్యేలు కవ్వంపల్లి సత్యనారాయణ, మేడిపల్లి సత్యం, సంజయ్ కుమార్, కరీంనగర్ మేయర్ సునిల్ రావు, కరీంనగర్ కలెక్టర్ పమేలా సత్పతి, మునిసిపల్ కమిషనర్ చాహత్ బాజ్ పాయ్, అదనపు కలెక్టర్ ప్రఫుల్ దేశాయ్ తో కలిసి ఆయన కొత్త బస్సులో ప్రయాణించారు. బస్సులోనే కరీంనగర్–2 డిపోకు చేరుకొని అక్కడ ఎలక్ట్రిక్ బస్సుల కోసం ఏర్పాటు చేసిన చార్జింగ్ స్టేషన్ ను పరిశీలించారు. అంతకుముందు ఏర్పాటు చేసిన ప్రారంభోత్సవ కార్యక్రమంలో మంత్రి పొన్నం ప్రభాకర్ మాట్లాడుతూ.. రాష్ట్రంలోనే తొలిసారిగా ప్రవేశపెడుతున్న ఎలక్ట్రిక్ సూపర్ లగ్జరీ బస్సులను కరీంనగర్ కు కేటాయించినందుకు ఆర్టీసీ యాజమాన్యానికి ధన్యవాదాలు తెలియజేశారు. ప్రస్తుతం 35 బస్సులు అందుబాటులోకి వచ్చాయని, త్వరలోనే మరో 39 ఎలక్ట్రిక్ బస్సులను సంస్థ వాడకంలోకి తెస్తుందని తెలిపారు. కరీంనగర్ తో పాటు నిజామాబాద్ కు 67, వరంగల్ 86, సూర్యాపేటకు 52, నల్లగొండకు 65, హైదరాబాద్ కు 74 ఎలక్ట్రిక్ బస్సులు అందుబాటులోకి వస్తాయని వివరించారు.కాలుష్యరహిత సమాజం కోసం హైదరాబాద్ ఓఆర్ఆర్ లోపల ఎలక్ట్రిక్ బస్సులను నడపాలని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి ఆదేశాల నేపథ్యంలో దశలవారీగా 2400 బస్సులను కొనుగోలు చేసేందుకు సంస్థ కసరత్తు చేస్తోందన్నారు. మహాలక్ష్మి పథకం వల్ల బస్సులకు విపరీతంగా డిమాండ్ పెరిగిందని అన్నారు. రద్దీకి అనుగుణంగా రాష్ట్ర ప్రభుత్వ గ్రాంట్స్ ద్వారా కొత్త బస్సుల కొనుగోలుకు టీజీఎస్ఆర్టీసీ యాజమాన్యం ప్లాన్ చేస్తోందని చెప్పారు. కొత్త బస్సులకు సరిపడా ఉద్యోగ ఖాళీలను భర్తీ చేస్తామని, ఇప్పటికే 3035 పోస్టుల నియామక ప్రకియ కొనసాగుతోందని తెలిపారు. మహిళా సంఘాలకు ఆర్టీసీ అద్దె బస్సులను కేటాయించాలని ప్రభుత్వం నిర్ణయించిందని, ఆ మేరకు మెప్మాతో సంప్రదింపులు జరుపుతున్నామని తెలిపారు. 2013 బాండ్లకు సంబంధించిన డబ్బును కండక్టర్లు, డ్రైవర్లకు సంస్థ చెల్లించిందని, మిగిలిన బకాయిలను దసరాలోగా మిగతా ఉద్యోగుల ఖాతాలో జమచేస్తామని చెప్పారు. ఆర్టీసీ ఉద్యోగుల విషయంలో సంస్థకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం పూర్తి సహాయసహకారాలు అందిస్తోందని స్పష్టం చేశారు. టీజీఎస్ఆర్టీసీ ఎండీ వీసీ సజ్జనర్ మాట్లాడుతూ.. అత్యాధునిక హంగులతో అందుబాటులోకి తీసుకువస్తోన్న ఈ బస్సులు.. ప్రయాణికులకు సౌకర్యవంతమైన ప్రయాణ అనుభూతిని కలిగిస్తాయని అన్నారు. వచ్చే ఏడాది మార్చి చివరి నాటికి జిల్లాల్లో 500 ఎలక్ట్రిక్ బస్సులను సంస్థ అందుబాటులోకి తీసుకువస్తోందని తెలిపారు. రాబోయే కాలంలో హైదరాబాద్ తో సహా అన్ని జిల్లాల్లోనూ ఎలక్ట్రిక్ బస్సులను నడిపేలా యాజమాన్యం కసరత్తు చేస్తోందని చెప్పారు. ఈ ఎలక్ట్రిక్ బస్సులు నాన్ స్టాప్ గా నడుస్తాయ ని,

తక్కువ సమయంలోనే కరీంనగర్ నుంచి హైదరాబాద్ కు చేరుకోవచ్చని అన్నారు. ఈ బస్సులను త్వరగా అందు బాటులోకి తీసుకువచ్చేందుకు కృషి చేసిన జేబీఎం సంస్థను ఈ సందర్భంగా అభినందించారు. మహాలక్ష్మి పథకానికి మహిళల నుంచి అనూహ్య స్పందన వస్తోందన్నారు. 300 రోజుల్లో మహిళలకు 92 కోట్ల జీరో టికెట్లను సంస్థ జారీ చేసిందని, ఫలితంగా రూ.3123 కోట్లను మహిళలు ఆదా చేసుకున్నారని వెల్లడించారు. కరీంనగర్ రీజియన్ పరిధిలో 2.55 కోట్ల మహిళలు ఈ పథకాన్ని వినియోగించుకుని.. రూ.100 కోట్ల వరకు ఆదా చేసుకున్నారని పేర్కొన్నారు. ఈ పథకాన్ని ఆర్టీసీ ఉద్యోగులు సమర్థవంతంగా అమలు చేస్తున్నారని, నిబద్ధత, అంకితభావంతో పనిచేస్తున్నారని కొనియాడారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఆర్టీసీ కరీంనగర్ జోన్ ఈడీ ముని శేఖర్, సీఎంఈ వెంకన్న, కరీంనగర్ ఆర్ఎం సుచరిత, జేబీఎం ప్రతినిధి చందన్ మిశ్రా, తదితరులు పాల్గొన్నారు. ఎలక్ట్రిక్ సూపర్ లగ్జరీ బస్సుల ప్రత్యేకతలివే...! 12 మీటర్ల పొడవు గల ఈ ఎలక్ట్రిక్ సూపర్ లగ్జరీ బస్సులు హైటెక్ హంగులతో అందుబాటులోకి వస్తున్నాయి. ఈ బస్సుల్లో ప్రయాణికులకు మెరుగైన, నాణ్యమైన సేవలను అందించే విధంగా అన్ని సౌకర్యాలను కల్పించారు. 41 సీట్ల సామర్థ్యం గల ఈ బస్సుల్లో మొబైల్ చార్జింగ్ సౌకర్యం ఉంది. బస్సులో లోపల 4 సీసీటీవీ కెమెరాలను ఏర్పాటు చేశారు. వాటికి ఒక నెల రికార్డింగ్ బ్యాకప్ ఉంది. బస్సు రివర్స్ చేసేందుకు వీలుగా రివర్స్ పార్కింగ్ అసిస్టెన్స్ కెమెరా కూడా ఉంటుంది. గమ్యస్థానాల వివరాలు కోసం బస్సులో ఎల్ఈడీ బోర్డులను ఏర్పాటు చేశారు. అగ్నిప్రమాదాలను ముందుగానే గుర్తించి నివారించేందుకు ఫైర్ డిటెక్షన్ సప్రెషన్ సిస్టం(ఎఫ్డీఎస్ఎస్)ను ఏర్పాటు చేయడం జరిగింది. ఈ బస్సులకు ఒక్కసారి ఛార్జింగ్ చేస్తే 300 కిలోమీటర్ల దూరం వరకు ప్రయాణించవచ్చు. ఫుల్ చార్జింగ్ కు రెండున్నర గంటల సమయం పడుతుంది. ప్రయాణికుల భద్రత దృష్ట్యా వెహికిల్ ట్రాకింగ్ సిస్టంతో పాటు పానిక్ బటన్ సదుపాయం ఈ బస్సుల్లో ఉంది.

32,237 కోట్లతో హైదరాబాద్ మెట్రో రైలు రెండో దశ

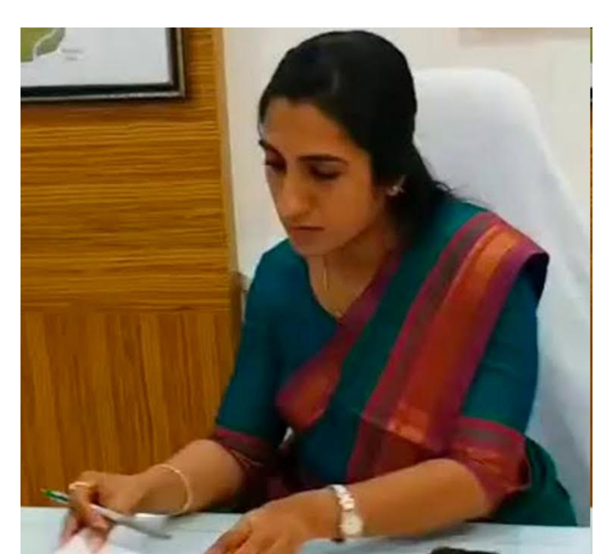
- హైదరాబాదులో కొత్తగా ఏర్పాటయ్యే ఫ్యూచర్ సిటీకి మెట్రో రైలు
- 6 కారిడార్లలో 116.2 కిలోమీటర్ల మేర మెట్రో రైలు సేవలు
- ఒకటిన్నర కిలోమీటరు దూరం భూగర్భంలో ప్రయాణించనున్న మెట్రో

హైదరాబాద్ (మన వెలుగు) సెప్టెంబర్ 29 : హైదరాబాద్ మెట్రో రైలు రెండో దశ పనులను రూ. 32,237 కోట్ల వ్యయంతో చేపట్టనున్నారు.రెండో దశలో కొత్తగా ఏర్పాటవుతున్న ఫ్యూచర్ సిటీకి మెట్రో రైలు పరుగులు తీయనుంది. మొదటి దశలో మూడు కారిడార్లలో మెట్రో రైలు 69 కిలోమీటర్ల మేర పరుగులు తీస్తోంది. రెండో దశలో మరో 6 కారిడార్లలో 116.2 కిలోమీటర్ల మేర మెట్రో రైలు సేవలు విస్తరిస్తారు. రెండో దశ పూర్తయితే మొత్తం 9 కారిడార్లలో 185 కిలోమీటర్ల పరిధిలో మెట్రో రైలు పరుగులు తీయనుంది. రెండో దశలో ఎయిర్ పోర్ట్ నుంచి స్కిల్ యూనివర్సిటీ వరకు 40 కిలో మీటర్ల మేర మెట్రో రైలు వ్యవస్థను ఏర్పాటు చేయను న్నారు. ఆరాంఘర్–బెంగళూరు రహదారిపై కొత్త హైకోర్టు మీదుగా ఎయిర్ పోర్టుకు మెట్రో రైలు మార్గం ఏర్పాటు చేయనున్నారు. కారిడార్–4లో నాగోల్ నుంచి శంషాబాద్ వరకు 36.6 కిలోమీటర్ల మేర మెట్రో రైలు మార్గానికి ప్రభుత్వ ఆమోదం లభించింది. ఎయిర్ పోర్టు కారిడార్ లో సుమారు ఒకటిన్నర కిలోమీటరు దూరం భూగర్భంలో మెట్రో రైలు ప్రయాణించనుంది. ఫోర్త్ సిటీకి రూ.8 వేల కోట్ల అంచనా వ్యయంతో మెట్రో రైలును తీసుకురాను న్నారు. మెట్రో రెండో దశ డీపీఆర్ లను త్వరలోనే కేంద్రం అనుమతి కోసం పంపనున్నారు.

కాంగ్రెస్‌లో చేరేందుకు 10 మంది ఎమ్మెల్యేలు సిద్ధం

హైదరాబాద్ (మన వెలుగు) సెప్టెంబర్ 29 : గ్రేటర్ హైదరాబాద్‌లో బీఆర్ఎస్ నుంచి కాంగ్రెస్ పార్టీ లో చేరేందుకు 10 మంది ఎమ్మెల్యేలు సిద్ధంగా ఉన్నారని, తమ కేసు బూచి చూపెట్టి కాంగ్రెస్‌లోకి రావలనుకుంటున్న ఎమ్మెల్యేలను బీఆర్ఎస్ పెద్దలు ఆపుతున్నారని ఎమ్మెల్యే దానం నాగేందర్ అన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆదివారం ఆయన హైదరాబాద్‌లో మీడియాతో చిట్ చాట్‌గా మాట్లాడారు... కాస్త ఆలస్యం అయినా మిగతా బీఆర్ఎస్ ఎమ్మెల్యేల చేరిక పక్కాగా ఉంటుందని.. సీఎం రేవంత్ రెడ్డిని అసభ్య పదజాలంతో బీఆర్ఎస్, బీజేపీ నేతలు తిట్టిస్తున్నారని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. గౌరవప్రదంగా ఉండే హరీష్ రావు కూడా గాడి తప్పారని, బీఆర్ఎస్ నేతలు రెచ్చగొడుతున్నారని, ఇదే విషయాన్ని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి దృష్టి కి తీసుకెళ్ళానని ఎమ్మెల్యే దానం నాగేందర్ చెప్పారు. ప్రజల్లో అవగాహన కల్పించాల్సింది.. కూలగొట్టే ముందు హైడ్రా అక్కడి వాస్తవ పరిస్థితులు ప్రజలకు తెలియజేస్తే ఇంత ఇబ్బంది అయ్యేది కాదని ఎమ్మెల్యే దానం నాగేందర్ అభిప్రాయం వ్యక్తం చేశారు. చిన్న చిన్న ఘటనలు ప్రభుత్వానికి చెడ్డపేరు తెస్తున్నాయన్నారు. ఒక చిన్నారి తన పుస్తకాలు ఇంట్లో ఉన్నాయని బోరున ఏడ్చిందని. ఈ ఘటన తనకు చాలా బాధ అనిపించిందన్నారు. బీఆర్ఎస్ ప్రభుత్వం ఇలాంటి పనులు చేసినప్పుడు ఎవరూ మాట్లాడలేదని అన్నారు. నిజనిర్ధారణ కమిటీ వేయాలి... హైడ్రా కూల్చివేతలపై నిజనిర్ధారణ కమిటీ వేయాలని సీఎం రేవంత్ రెడ్డిని కోరుతానని, హైడ్రా కాస్త ముందే మెల్కోంటే ప్రజల్లో అభద్రతా భావం వచ్చేది కాదని ఎమ్మెల్యే దానం నాగేందర్ అభిప్రాయం వ్యక్తం చేశారు. మూసీలో ఆక్రమణలు ఉన్నాయని మంత్రిగా కేటీఆర్ చెప్పలేదా అని ప్రశ్నించారు. అక్రమకట్టడాలను కూల్చేస్తామని కేసీఆర్ ప్రకటించిన విషయాన్ని మర్చిపోయారా అని నిలదీశారు. అక్రమ కట్టడాలకు బీఆర్ఎస్ హయాంలో విచ్చలవిడిగా పర్మిషన్ ఇచ్చారని, కూల్చివేతలపై కాంగ్రెస్ పార్టీ కూడా మరింత లోతుగా ప్రజలకు అవగాహన కల్పించాలని ఎమ్మెల్యే దానం నాగేందర్ సూచించారు. పేదల ఇళ్లను కూల్చకూడదు. మూసీ సుందరీకరణ పేరుతో పేదల ఇళ్లను కూల్చడం సరికాదని ఎమ్మెల్యే దానం నాగేందర్ అన్నారు. మురికివాడల జోలికి వెళ్లొద్దని ముందే చెప్పానని.. జలవిహార్, ఐమాక్స్ లాంటివి చాలా ఉన్నాయన్నారు. మూసీ నిర్వాసితులకు కౌన్సిలింగ్ ఇచ్చి.. ప్రత్యామ్నాయ ఏర్పాట్ల తర్వాత ఖాళీ చేయించాల్సిందని అభిప్రాయం వ్యక్తం చేశారు. ఇళ్లకు రెడ్‌మార్క్ చేయడం కచ్చితంగా తొందరపాటు చర్యే అని అన్నారు. కూల్చిన ఇళ్లకు అక్కడే నివాసాలు కల్పిస్తే మంచిదని, ఈ అంశాన్ని సీఎం దృష్టికి తీసుకెళతానని దానం నాగేందర్ అన్నారు.

ఇంటర్ ప్రవేశాల గడువు అక్టోబర్ 15 వరకు పొడిగింపు



హైదరాబాద్ (మన వెలుగు) సెప్టెంబర్ 29 : తెలంగాణ రాష్ట్రంలో 2024–25 విద్యాసంవత్సరానికి సంబంధించిన ఇంటర్ ఫస్టియర్ అడ్మిషన్లకు సంబంధిం చిన కీలక అప్డేట్ ఇచ్చింది,తెలంగాణ ఇంటర్ బోర్డు. జూనియర్ కళాశాలలో ప్రవేశాల గడువును వచ్చేనెల 15వ తేదీ వరకు ప్రభుత్వం పొడిగించింది. ఈ మేరకు ఇంటర్ బోర్డు కార్యదర్శి శృతి ఓజా ప్రకటన విడుదల చేశారు. రాష్ట్రంలోని ప్రభుత్వ, ఎయిడెడ్, ప్రయివేటు, మోడల్ స్కూళ్లు, కేజీబీవీలు, గురుకుల జూనియర్ కళాశాలల్లో ప్రవేశాలను పొందాలని విద్యార్థులకు సూచించారు. ఇంటర్ ప్రథమ సంవత్సరం లో ప్రయివేటు జూనియర్ కాలేజీల్లో చేరేందుకు ఆలస్య రుసుం రూ.500 చెల్లించాలని తెలిపారు. ప్రభుత్వరంగ జూనియర్ కాలేజీల కు ఆలస్య రుసుం నుంచి మినహాయింపు ఉందని పేర్కొన్నారు. అనుబంధ గుర్తింపు ఉన్న జూనియర్ కాలేజీల్లోనే చేరాలని విద్యార్థులకు, చేర్పించాలని తల్లిదండ్రు లను కోరారు. ఆ కాలేజీల జాబితాను వెబ్‌సైట్‌లో పొందుపర్చా మని వివరించారు. గుర్తింపు లేని కాలేజీల్లో చేరొద్దని సూచించారు. విద్యార్థులకు ఇంటర్ ప్రథమ సంవత్సరంలో వచ్చేనెల 15వ తేదీ వరకు ప్రవేశాలను కల్పించాలని జూనియర్ కాలేజీల ప్రిన్సిపాళ్లను ఆమె ఆదేశించారు.

టీయూడబ్ల్యూజేలో చేరిన ఎలక్ట్రానిక్ మీడియా సభ్యులు

- స్వాగతించిన జిల్లా అధ్యక్షులు గడ్డమీది బాలరాజు

కుత్బుల్లాపూర్ (మన వెలుగు) సెప్టెంబర్ 29 : జర్నలిస్టుల పక్షపాతిగా నాటి నుంచి నేటి వరకు తెలంగా ణ రాష్ట్ర వర్కింగ్ జర్నలిస్టుల సంఘం (టీయూడబ్ల్యూజే- ఐజేయు) పాటుపడుతుందని సంఘం మేడ్చల్ జిల్లా అధ్యక్షులు గడ్డమీది బాలరాజు అన్నారు. ఆదివారం సూరారం లోని కుత్బుల్లాపూర్ ప్రెస్ క్లబ్ లో జరిగిన సమావేశానికి ఆయన ముఖ్యఅతిథిగా హాజరయ్యారు. ఈ సందర్భంగా టీయూడబ్ల్యూజే 143 కి చెందిన ఎలక్ట్రా నిక్ మీడియా జర్నలిస్టులు ఆ సంఘానికి రాజీనామా చేసి టీయూడబ్ల్యుజె లో చేరారు. యూనియన్ నియోజకవర్గ అధ్యక్ష కార్యదర్శులు కోటగడ్డ శ్రీనివాస్, సాయిబాబాలతో కలిసి ఆయన సభ్యత్వాలను అందజేశారు. అనంతరం ఆయన మాట్లాడుతూ ప్రత్యేక తెలంగాణ రాష్ట్రం ఏర్పాటు కాకమునుపు నుంచి జర్నలిస్టుల పక్షాన పోరాటం చేస్తున్న సంఘం తమదేనన్నారు. గడిచిన 10 ఏళ్ల కాలంలో జర్నలిస్టుల సంక్షేమానికి ప్రభుత్వం ఏ విధమైన చర్యలు చేపట్టకపోవడం ఆందోళనకరం మన్నారు. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వంలోనైనా జర్నలిస్టుల సంక్షేమానికి మంచి రోజులు రావాలని ఆయన ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు. జర్నలిస్టుల కు ఆరోగ్య భద్రత, ఇండ్ల స్థలాల కేటాయింపుకై ప్రభుత్వం వెంటనే చర్యలు చేపట్టాలని ఈ సందర్భంగా విజ్ఞప్తి చేశారు. ప్రస్తుతం యూనియన్ ఆధ్వర్యంలో చేపడుతు న్న జర్నలిస్టుల వివరాల సేకరణకు అందరూ సహకరించా లని విజ్ఞప్తి చేశారు. ఈ సందర్భంగా శ్రీధర్ (హెచ్ఎంటీవీ), సాక్షి శర్మ, ఈటీవీ రమణ, టెన్ టీవీ ప్రవీణ్, టీవీ5 ప్రవీణ్, ఐ న్యూస్ భాస్కర్ రెడ్డి, బి ఆర్ కే న్యూస్ సంతోష్, తదితరులు యూనియన్ సభ్యత్వం తీసుకున్నారు. కార్యక్రమంలో ప్రెస్ క్లబ్ కోశాధికారి శేషారెడ్డి, యూనియన్ జిల్లా నాయకులు సూర్యనారాయణ రెడ్డి, నాగేంద్ర చారి, రాజు మన తెలంగాణ, లక్ష్మణ్, మల్లేష్, సురేష్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

నరేందర్ రెడ్డి వైపు పట్టభద్రుల చూపు

- పట్టభద్రుల ఎమ్మెల్సీ అభ్యర్థి ప్రచారానికి విశేష స్పందన
- ప్రచారంలో దూసుకెళ్తున్న అల్ఫోర్స్ అధినేత
- అడుగడుగునా మద్దతు ప్రకటించిన పట్టబద్రులు , ఉపాధ్యాయులు ,నిరుద్యోగులు
- పట్టభద్రుల ఓటరు నమోదు పై ప్రత్యేక దృష్టి

కరీంనగర్ ప్రతినిధి (మన వెలుగు) సెప్టెంబర్ 29 : రానున్న కరీంనగర్ ,ఆదిలాబాద్ ,నిజామాబాద్, మెదక్ పట్టభద్రుల ఎన్నికల్లో అల్ఫోర్స్ విద్యాసంస్థల అధినేత డాక్టర్ వి నరేందర్ రెడ్డి కి అన్ని వర్గాల నుండి మద్దతు లభిస్తుంది... ఇప్పటికే నాలుగు ఉమ్మడి కరీంనగర్, ఆదిలాబాద్, నిజామాబాద్, మెదక్ జిల్లాల పరిధిలో ఉన్న పట్టభద్రులను నిరుద్యోగులను ఉ పాధ్యాయులను కలిసి రానున్న పట్టభద్రుల ఎన్నికల్లో తనకు మద్దతు తెలుపాలం టూ విస్తృతంగా పర్యటించారు...అన్ని వర్గాల నుండి సానుకూలంగా స్పందన వస్తుంది.ఇప్పటికే ఓటర్ నమోదు పై ప్రత్యేక దృష్టి సారించారు. తన అనుచరులు టీములు గా విడిపోయి నాలుగుఉమ్మడి జిల్లాలను చుట్టేసి ఓటరు అవగాహన సదస్సులు నిర్వహిస్తున్నారు. నరేందర్ రెడ్డి వైపు పట్టభద్రుల చూపు.... ఎమ్మెల్సీ టి. జీవన్ రెడ్డి పదవి మార్చి 29 తో ముగుస్తుంద న్న విషయం తెలిసిందే . ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికలు మరో ఆరు నెలలు ఉన్నప్పటికీ పట్టభద్రుల సభ్యత్వ నమోదుపై ప్రత్యేక దృష్టి సారించి ప్రచారంలో డాక్టర్ నరేందర్ రెడ్డి దూసుకు పోతున్నారు పోతున్నారు. తెలంగాణ విద్యారం గంలో ఆల్ఫోర్స్ సంస్థలను స్థాపించి క్రమశిక్షణ విలువలతో కూడిన విద్యను అందిస్తూ లక్షలాది మంది విద్యార్థులను డాక్టర్లుగా, ఇంజనీర్లుగా,,భావి భారత పౌరులుగా తీర్చిది ద్ది తనకంటూ ఒక బ్రాండ్ ఇమేజ్ ను దక్కించుకున్నారు. గ్రాడ్యుయేట్ ఎన్నికల్లో పోటీ చేసేందుకు విద్యారంగ సమస్యలపై అవగాహన ఉన్న డాక్టర్ వి నరేందర్ రెడ్డి పట్ల పట్టభద్రులు ఉపాధ్యాయులు నిరుద్యోగులు మొగ్గు చూపుతున్నారు. నిరుద్యోగులకు అండగా ఉండేందుకే రాజకీయాల్లోకి... డబ్బులు,ఆస్తులు సంపాదించుకోవడానికి రాజకీయాల్లోకి రావడం లేదని రాష్ట్రంలో నిరుద్యోగులకు అండగా నిలువ డానికి సేవకుడుగా పని చేసేందుకు రాజకీయంలోకి వస్తు న్నట్టు తెలిపారు.గత 34 సంవత్సరాలుగా విద్యారంగంలో విశిష్టత సేవలు అందించారు.. ఎమ్మెల్సీగా గెలిస్తే వచ్చే డబ్బులను పట్టభద్రుల అభివృద్ధికి నిరుద్యోగ యువత కోసం సంక్షేమ నిధి ఏర్పాటు చేసి వారికి తోడ్పడుతానని ఇప్పటికే ప్రకటించారు ప్రతి ఒక్కరూ తప్పకుండా ఓటు హక్కును వినియోగించుకోవాలి... పట్టభద్రుల ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికల్లో గ్రాడ్యుయేషన్ పూర్తయిన వారు తప్పకుండా ఓటు హక్కు సద్వినియోగం చేసుకోవా లని కోరారు. నిరుద్యోగులకు ఉద్యోగ, ఉపాధి అవకాశాలు కల్పించేందుకు కృషి చేస్తానని తెలిపారు. ఈ నెల 30 నుంచి నవంబరు 06 వరకు ఆన్ లైన్ లో ధరఖాస్తు చేసుకోవాలని పేర్కొన్నారు. 2021 కి ముందు గ్రాడ్యుయే షన్ పూర్తయిన వారు అర్హులని అన్నారు.

ఏపీ ప్రభుత్వం కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది

ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది. రాష్ట్రంలో పెట్టుబడిదారులకు ఎదురయ్యే ఇబ్బందులపై ప్రభుత్వం ఫోకస్ పెట్టింది. ఈ మేరకు ప్రభుత్వంతో నేరుగా చర్చించేందుకు సీఐఐ భాగస్వామ్యంతో కన్సల్టేటివ్ ఫోరం (సంప్రదింపుల కమిటీ)ని ఏర్పాటు చేస్తూ ఉత్తర్వులు జారీ చేశారు. ఇటీవల విజయవాడలో సీఐఐ (భారత పరిశ్రమల సమాఖ్య) నిర్వహించిన సదరన్ రీజినల్ కౌన్సిల్ సదస్సులో ఐటీ మంత్రి నారా లోకేష్ పాల్గొన్న సంగతి తెలిసిందే. ఆ సమయంలో కన్సల్టేటివ్ ఫోరాన్ని ఏర్పాటు చేయాలని సీఐఐ ప్రతినిధులు మంత్రిని కోరారు. ఈ మేరకు ఈ అంశంపై స్పందించిన ప్రభుత్వం.. మంత్రి లోకేష్ ఛైర్మన్‌గా రెండేళ్ల కాలానికి ఫోరాన్ని ప్రకటిస్తూ నిర్ణయం తీసుకున్నారు. ఈ ఫోరంలో.. వివిధ శాఖల ముఖ్య కార్యదర్శులు, కార్యదర్శులు, ఏపీఈడీబీ (ఏపీ ఎకనమిక్ డెవలప్‌మెంట్ బోర్డు) సీఈవో, సీఐఐ ప్రతినిధులు ఇందులో సభ్యులుగా ఉంటారని ప్రభుత్వం తెలిపింది. రాష్ట్ర ఆర్థికాభివృద్ధికి సీఐఐ భాగస్వామ్యంతో విరివిగా పెట్టుబడులను ఆకర్షించాలని లక్ష్యంతో.. 2050 నాటికి ప్రపంచ పెట్టుబడుల గమ్యస్థానంగా ఏపీని తీర్చిదిద్దాలని ప్రభుత్వం భావిస్తోంది. దీని కోసం ఏపీఈడీబీ ఏర్పాటును క్రమబద్ధీకరించి.. ఒకే పాయింట్ ఆఫ్ కాంటాక్ట్ ద్వారా పరిశ్రమలకు అనుమతులు ఇవ్వనుంది ప్రభుత్వం. పెట్టుబడుల్లో ప్రైవేటు రంగాన్ని కూడా కలుపుకొనేందుకు సీఐఐ (కాన్ఫెడరేషన్ ఆఫ్ ఇండియన్ ఇండస్ట్రీ)తో భాగస్వామ్య ఒప్పందాన్ని చేసుకుంది. అలాగే ప్రభుత్వశాఖలను ఆర్టీజీఎస్ శాఖ సమన్వయం చేయనుంది. మరోవైపు ఏపీ ప్రజలు తమ సమస్యలపై ప్రతి రోజూ మంగళగిరి టీడీపీ కార్యాలయంలో ప్రజా వేదిక పేరుతో వినతిపత్రాలు అందజేస్తున్నారు. ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు, మంత్రులు, ఎమ్మెల్యేలు, ఎమ్మెల్సీలు, ముఖ్య నేతలు స్వయంగా ఫిర్యాదులు స్వీకరిస్తున్నారు.. అలాగే ప్రజల నుంచి వచ్చిన ఫిర్యాదుల పరిష్కారం దిశగా చర్యలు తీసుకుంటున్నారు. ప్రజల ఫిర్యాదుల్లో కొన్నిటిని నేతలు అక్కడికక్కడే పరిష్కరిస్తున్నారు. మిగిలిన వాటికి టీడీపీ గ్రీవెన్స్ సెల్ స్టాంపు, తేదీ వేసి ఏ రోజు అర్జీల్ని ఆ రోజు సీఎంవోకు పంపిస్తున్నారు.

మల్లిక్ తేజపై రేప్ కేసు నమోదు

జగిత్యాల (మన వెలుగు) సెప్టెంబర్ 29 : జగిత్యాల జిల్లాకు చెందిన యూ ట్యూబ్ ఫేం సింగర్, సాంస్కృతిక సారథి ఉద్యోగి మల్లిక్ తేజపై రేప్ కేసు నమోదు అయ్యింది. కొన్నేళ్ళ క్రితం పరిచయమై యువతికి మాయ మాటలు చెప్పి లొంగతీసుకుని రేప్ చేశాడని యువతి తెలిపింది. బ్లాక్ మెయిల్ చేసి పలుమార్లు అత్యాచారం చేశాడని ఫిర్యాదులో పేర్కొన్న యువతి. పెళ్లి చేసుకోవాలని తరచూ ఫోన్ చేసి వేధిస్తున్నాడని యువతి ఆవేదన వ్యక్తం చేస్తుంది.కేసు నమోదు చేసిన పోలీసులు విచారణ చేపట్టారు.

దాడి చేసిన వ్యక్తిపై కేసు నమోదు

జగిత్యాల క్రైం (మన వెలుగు) సెప్టెంబర్ 29 : జగిత్యాల రూరల్ మండలంలోని కన్నాపూర్ గ్రామానికి చెందిన సిరిగిరి సాయిలు అనే వ్యక్తి గ్రామపంచాయతీ నుంచి నిర్మాణానికి అనుమతి తీసుకొని నాలా పైపులు వేసుకునే క్రమంలో, పక్కనే ఉన్న అతడి బావమరిది గడ్డం జలపతి ఇక్కడ నాలా పైపులు ఎలా వేస్తావు అంటూ వాగ్వివాదానికి దిగాడు. అనంతరం సాయిలు పై దాడి చేయడంతో సిరిగిరి సాయిలుకు పక్కటెముకలకు విరగడంతో సాయిలు భార్య జగిత్యాల రూరల్ పోలీస్ స్టేషన్ లో ఫిర్యాదు చేశారు. కేసు నమోదు చేసిన పోలీసులు దర్యాప్తు చేస్తున్నట్లు సమాచారం.

మంచిర్యాల పోలీస్ స్టేషన్ తనిఖీకి చేసిన డిసిపి

మంచిర్యాల ప్రతినిధి (మన వెలుగు) సెప్టెంబర్ 29 : మంచిర్యాల జోన్ పరిధి మంచిర్యాల పోలీస్ స్టేషన్ ను ఎగ్గడి భాస్కర్ డిసిపి సాధారణ తనిఖీలలో భాగంగా తనిఖీ చేసి పోలీస్ స్టేషన్ సిసిసి పిటిషన్ ల వాటి రికార్డ్ లను పరిశీలించారు. సిబ్బంది పనితీరు, నమోదు చేయబడిన కేసులలో ప్లాన్ ఆఫ్ యాక్షన్, ప్రజలతో, ఫిర్యాదు దారులతో ఎలా ప్రవర్తిస్తున్నారు. పోలీస్ స్టేషన్ కు వచ్చే బాధితుల పిర్యాదుల విషయంలో వెంటనే స్పందించి విచారణ చేపట్టి బాధితులకు న్యాయం జరిగే విధంగా చూడాలని, మహిళలు, పిల్లలు, సీనియర్ సిటిజె న్ లతో మర్యాదగా మాట్లాడాలి ప్రవర్తించాలని అధికారు లతో మరియు సిబ్బందితో విధుల గురించి చర్చించి అవగాహన కల్పించారు. డిసిపి ప్రజలను ఉద్దేశించి మాట్లాడుతూ.. ఎవరైనా ఒకటి కంటే ఎక్కువ కేసులలో పాల్గొని ఉన్నట్లయితే వారిపై రౌడీ షీట్ తెరిచి వారి పై ప్రత్యేక నిఘా ఉంచడం జరుగుతుంది.అదేవిధంగా వ్యభిచారం చేసినట్లు సమాచారం వచ్చినచో అట్టి వ్యక్తులపై చట్టపరమైన చర్యలు తీసుకొని సంబంధిత స్థలాలను జప్తు చేసి కోర్టుకు నివేదించడం జరుగుతుంది. అని తెలిపినారు. ఎలాంటి అసాంఘిక కార్యకలాపాలు ప్రజల దృష్టికి వచ్చినట్లైతే పోలీస్ వారికి సమాచారం అందించాలని వారి పేర్లు గోప్యముగా ఉంచబడుతాయని తెలిపారు.

వేములవాడలో దంపతుల హత్య

వేములవాడ / జగిత్యాల (మన వెలుగు) సెప్టెంబర్ 29 : రాజన్న సిరిసిల్ల జిల్లాలో ఆదివారం దంపతుల పై దాడి కలకలం రేపుతోంది. వేములవాడ పట్టణంలోని 26వ వార్డులో నివసిస్తున్న మామిడి మల్లయ్య దంపతుల మొదటి భార్య కొడుకు రాజు ఆస్తుల పంపకాల విషయంలో గొడవ పడ్డట్టు తెలుస్తుంది. దీంతో రాజు ఆవేశంతో మల్లయ్య ఆయన రెండో భార్య పై దాడికి పాల్ప డ్డాడు. దీంతో దంపతులకు తీవ్ర గాయాలయ్యాయి. తీవ్ర రక్తస్రావం కావడంతో స్థానికులు అంబులెన్స్ లో ఆసుపత్రికి తరలించగా చికిత్స పొందుతూ మల్లయ్య మృతి చెందినట్లు సమాచారం. ఆస్తుల పంపకాల విషయంలో తలెత్తిన వివాదమే ఈ హత్యకు కారణమని సమాచారం. ఈ హత్యకు సంబంధించిన మరిన్ని వివరాలు తెలియాల్సి ఉంది.

మన వెలుగు
MANA VELUGU TELUGU DAILY

బీజేపీ సర్కార్ తథ్యం

జమ్మూ: తొలి రెండు విడతల పోలింగ్ అనంతరం జమ్మూకశ్మీర్‌లో తొలిసారి పూర్తి మెజారిటీతో బీజేపీ ప్రభుత్వం అధికారంలోకి రావడం ఖాయమైందని ప్రధాన మంత్రి నరేంద్ర మోదీ అన్నారు. బీజేపీ ప్రభుత్వాన్ని ఇక్కడి ప్రజలు కోరుకుంటున్నారని చెప్పారు. అక్టోబర్ 1న తుది విడత పోలింగ్ నేపథ్యంలో శనివారంనాడిక్కడ జరిగిన ఎన్నికల ప్రచార సభలో మోదీ పాల్గొన్నారు. ఉగ్రవాదం, అవినీతి అంశాలకు సంబంధించి కాంగ్రెస్, దాని భాగస్వామ్య పార్టీ నేషనల్ కాన్ఫరెన్స్, మెహబూబా ముఫ్తీ సారథ్యంలోని పీడీపీపై విమర్శలు గుప్పించారు.

"మొదటి రెండు విడతల పోలింగ్ సరళితో బీజేపీ తొలిసారి జమ్మూకశ్మీర్‌లో పూర్తి మెజారిటీ సాధించడం ఖాయమైంది. బీజేపీ ప్రభుత్వాన్ని ప్రజలు కోరుకుంటున్నారు. రెండు విడతల్లో ప్రజలు భారీగా తమ ఓటు హక్కును వినియోగించుకున్నారు. బీజేపీ గెలుపు తథ్యంగా కనిపిస్తోందన్నారు. ప్రజల అభిమతంతో తొలిసారి జమ్మూకశ్మీర్‌లో ప్రభుత్వం ఏర్పడనుందన్నారు. బీజేపీని అధికారంలోకి తీసుకువచ్చే మంచి అవకాశాన్ని వదులుకోవద్దని సూచించారు. జమ్మూలో ఎన్నో ప్రసిద్ధ ఆలయాలు ఉన్నాయన్నారు. ప్రజా సమస్యలను పరిష్కరించడానికి బీజేపీ కృషి చేస్తుందన్నారు. దీంతో బీజేపీ గెలుపు తథ్యమైంది" అని మోదీ ధీమా వ్యక్తం చేశారు. ప్రజల అభిమతంతో తొలిసారి జమ్మూకశ్మీర్‌లో ప్రభుత్వం

ఏర్పడనుందని, ఇక్కడ ఎన్నో ఆలయాలు ఉన్నాయని, ఈ అవకాశాన్ని వదులుకోవద్దని, బీజేపీ ప్రభుత్వం ప్రజల సమస్యలన్నింటినీ పరిష్కరిస్తుందని భరోసా ఇచ్చారు.

మూడు కుటుంబాలు

జమ్మూకశ్మీర్‌లోని కాంగ్రెస్, ఎన్‌సీ, పీడీపీల 'మూడు కుటుంబాల' పాలనతో ప్రజలు విసిగిపోయారని, ప్రజలు శాంతిని కోరుకుంటున్నారని ప్రధాని అన్నారు. అవినీతి, ఉద్యోగాల్లో వివక్ష తిరిగి చోటుచేసుకోరాదని, వేర్పాటువాదం, రక్తపాతానికి ఇంకెంతమాత్రం చోటులేదని ప్రజలు భావిస్తున్నారని పేర్కొన్నారు. "ఇక్కడి ప్రజలు శాంతిని కోరుకుంటున్నారు. తమ పిల్లలకు మంచి భవిష్యత్తును ఆశిస్తున్నారు. ఆ కారణంగానే జమ్మూకశ్మీర్ ప్రజలు బీజేపీ పాలన రావాలని కోరుకుంటున్నారు" అని మోదీ అన్నారు.

సర్జికల్ దాడుల ప్రస్తావన

సరిహద్దు ఉగ్రవాదంపై సర్జికల్ దాడులతో ప్రపంచానికి తాము స్పష్టమైన సందేశం ఇచ్చామన్నారు. ఇది సరికొత్త ఇండియా అని, ఉగ్రవాదాన్ని సహించేది లేదన్నారు. ఉగ్రవాదులు తెగబడితే వారెక్కడున్నా మోదీ వెతికి పట్టుకుంటారనే విషయం వారికి బాగా తెలుసునన్నారు. కాంగ్రెస్ పార్టీ మాత్రం సర్జికల్ దాడులకు ఆధారాలు చూపించాలని ఆర్మీని నిలదీస్తోందన్నారు. 2016 సెప్టెంబర్ 18న భారత్ చేపట్టిన సర్జికల్ దాడులను ప్రధాని గుర్తుచేస్తూ, సరిహద్దు ఉగ్రవాదంపై సర్జికల్ దాడులతో ప్రపంచానికి తాము విస్పష్టమైన సందేశం ఇచ్చామని, ఇది న్యూ ఇండియా అని, ఉగ్రవాదాన్ని సహించేది లేదని చాలా స్పష్టంగా తెలియజేశామని అన్నారు. ఉగ్రవాదులు తెగబడితే వారెక్కడున్నా మోదీ వెతికి పట్టుకుంటారనే విషయం వారికి బాగా తెలుసునన్నారు. కాంగ్రెస్ పార్టీ మాత్రం సర్జికల్ దాడులకు ఆధారాలు చూపెట్టమని ఆర్మీని నిలదీస్తోందని ప్రధాని విమర్శించారు. కాగా, అక్టోబర్ 1న జమ్మూకశ్మీర్ అసెంబ్లీ ఎన్నికల తుది (మూడవ) విడత పోలింగ్ జరుగనుంది. అక్టోబర్ 8న ఫలితాలు వెలువడతాయి.

త్వరలోనే కొత్త ఇంటర్నెట్..

మొబైల్ ఇంటర్నెట్, బ్రాడ్ బాండ్, వైర్ లెస్ ఇలా రకరకాల ఇంటర్నెట్లు ఇప్పటికే అందుబాటులో ఉన్నాయి. ఇవ్వన్నీ పనిచేయాలంటే ఆయా సంస్థలకు సంబంధించిన టవర్ సిగ్నల్స్ ఆధారంగా పనిచేస్తాయి. సిగ్నల్ తక్కువగా ఉంటే ఇంటర్నెట్ స్లోగా పనిచేస్తుంది. గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో ఇప్పటికీ ఇంటర్నెట్ సేవలు పూర్తిస్థాయిలో అందుబాటులో లేవు. ఉన్నప్పటికీ స్పీడ్ తక్కువగా ఉంటుంది. దీంతో ట్రాయ్ శాటిలైట్ ఇంటర్నెట్ సేవలను అందుబాటులోకి తీసుకొచ్చేందుకు ఏర్పాట్లు చేస్తోంది. దీనిలో భాగంగా శాటిలైట్ ఇంటర్నెట్ సేవల కోసం స్పెక్ట్రమ్ కేటాయింపు, ధరల నిర్ణయంపై ట్రాయ్ సంప్రదింపుల ప్రక్రియను ప్రారంభించింది. దేశంలోని ఇంటర్నెట్ సేవలు అందిస్తున్న కొన్ని సంస్థలకు శాటిలైట్ ఇంటర్నెట్ సేవలు అందించేందుకు అనుమతి లభించనుంది. టెలికాం చట్టం 2023 ప్రకారం అడ్మినిస్ట్రేటివ్ ప్రక్రియ ద్వారా వేలం లేకుండా శాటిలైట్ ఇంటర్నెట్ సేవలకు స్పెక్ట్రమ్‌ను కేటాయించాలని ప్రభుత్వం నిర్ణయించింది. టెలికాం రెగ్యులేటరీ అథారిటీ ఆఫ్ ఇండియా (ట్రాయ్) సంప్రదింపుల ప్రక్రియలో భాగంగా శాటిలైట్ కంపెనీలకు స్పెక్ట్రమ్ కేటాయించే ప్రత్యామ్నాయ మార్గాలపై అభిప్రాయాలను కోరుతోంది. మొత్తం 21 అంశాలపై అభిప్రాయాలను ఆహ్వానించింది. స్పెక్ట్రమ్ ఛార్జీలను నిర్ణయించే పద్ధతి, శాటిలైట్ కమ్యూనికేషన్ సేవల కోసం ఫ్రీక్వెన్సీ బ్యాండ్‌లు, స్పెక్ట్రమ్ కేటాయింపు మొదలైనవి ఇందులో ఉన్నాయి.

వేలం లేకుండా..

ట్రాయ్ టెలికం సంస్థలకు వేలం ద్వారా స్పెక్ట్రమ్‌ను కేటాయిస్తూ వస్తోంది. తాజాగా శాటిలైట్ ఇంటర్నెట్ సేవలకు సంబంధించి స్పెక్ట్రమ్ కేటాయింపును వేలం ప్రక్రియ ద్వారా కాకుండా అడ్మినిస్ట్రేషన్ ప్రక్రియ ద్వారా కేటాయించాలని కేంద్ర ప్రభుత్వం లక్ష్యంగా పెట్టుకుంది. శాటిలైట్ ఇంటర్నెట్ సేవలు అందుబాటులోకి వస్తే మారుమూల గ్రామాల్లో వేగవంతమైన అంతర్జాల సేవలు అందుబాటులోకి రానున్నాయి. నేరుగా శాటిలైట్ ద్వారా సిగ్నల్స్ రావడం ద్వారా టవర్లతో సంబధం లేకుండా ఏ ప్రాంతంలో అయినా ఇంటర్నెట్ సేవలను ఉపయోగించుకోవచ్చు. గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో కమ్యూనికేషన్ వ్యవస్థను మరింత బలోపేతం చేయడం కోసం కేంద్ర ప్రభుత్వం అవసరమైన చర్యలు చేపడుతోంది. దీనిలో భాగంగా శాటిలైట్ ఇంటర్నెట్ సేవలను అందుబాటులోకి తీసుకురావాలని నిర్ణయించింది. ఈ సేవలు అందుబాటులోకి వస్తే మొబైల్, టీవీ, ఇంటర్నెట్ సేవలు సరసమైన ధరల్లో లభించనున్నాయి.

వేగంగా ఇంటర్నెట్ సేవలు..

శాటిలైట్ ఇంటర్నెట్ సేవలు అందుబాటులోకి వస్తే భారత దేశ కమ్యూనికేషన్ వ్యవస్థ మరింత బలపడనుంది. ప్రస్తుతం అందుబాటులో ఉన్న ఇంటర్నెట్ స్పీడ్ కంటే వేగవంతమైన స్పీడ్‌తో అంతర్జాల సేవలు అందుబాటులోకి రానున్నాయి. దీనికి సంబంధించిన ధరలను ట్రాయ్ త్వరలోనే ప్రకటించనుంది. శాటిలైట్ ఇంటర్నెట్‌తో సేవలు అందుబాటులోకి వస్తే ఎటువంటి వైర్లతో సంబంధం లేకుండా వైర్ లెస్ట్ సేవలు అందనున్నాయి. కనీసం 12 నుంచి 150 ఎంబీపీఎస్ వేగంతో ఈ ఇంటర్నెట్ సేవలు అందించనుంది.

అక్టోబర్‌లో మహారాష్ట్ర ఎన్నికలు

ముంబై: మహారాష్ట్ర అసెంబ్లీ ఎన్నికల సన్నాహకాలను చీఫ్ ఎలక్షన్ కమిషనర్ రాజీవ్ కుమార్ శనివారంనాడిక్కడ సమీక్షించారు. ఆయనతో పాటు ఎన్నికల కమిషనర్లు జ్ఞానేష్ కుమార్, ఎస్.ఎస్.సంధు, జిల్లా ఎలక్టోరల్ అధికారులు ఎస్పీ, మున్సిపల్ కమిషనర్లు, డివిజనర్ కమిషనర్లు, పలువురు ప్రభుత్వ సీనియర్ అధికారులు ఈ సమావేశంలో పాల్గొన్నారు. ఈ ఏడాది ప్రారంభంలో లోక్‌సభ ఎన్నికల సమయంలో చోటుచేసుకున్న ఎన్నికల నేరాలపై విచారణను వేగవంతం చేయాలని రాష్ట్ర పోలీస్ అధికారులను ఈ సందర్భంగా రాజీవ్ కుమార్ అదేశించారు. అనంతరం జరిగిన మీడియా సమావేశంలో ఎన్నికల తేదీలపై అడిగిన ప్రశ్నలకు రాజీవ్ కుమార్ సమాధానమిస్తూ, మహారాష్ట్రలోని 288 నియోజకవర్గాల్లో 25 ఎస్సీ, 29 ఎస్టీ నియోజకవర్గాలు ఉన్నట్టు చెప్పారు. ప్రస్తుత మహారాష్ట్ర అసెంబ్లీ గడువు నవంబర్ 26వ తేదీతో ముగుస్తుందని, అందువల్ల ఆ తేదీకి ముందే ఎన్నికలు పూర్తి కావాల్సి ఉంటుందని వివరించారు. రాష్ట్రంలో మొత్తం 9.59 కోట్ల అర్హులైన ఓటర్లు ఉన్నారని, వారిలో 4.59 కోట్ల మంది పురుషులు, 4.64 కోట్ల మంది స్త్రీలు ఉన్నట్టు చెప్పారు. 18-19 ఏళ్లు కలిగి తొలిసారి ఓటింగ్ హక్కు పొందిన వారి సంఖ్య ప్రోత్సహకరంగా ఉందని, వీరు సుమారు 19.48 లక్షల వరకూ ఉంటారని చెప్పారు. నవంబర్ 26వ తేదీతో అసెంబ్లీ గడువు ముగియనుందని ఈసీ వివరించిన నేపథ్యంలో అక్టోబర్‌లో ఎన్నికలు ఉంటాయని, రెండు విడతల్లో ఎన్నికలు జరిగే అవకాశం ఉందని విశ్లేషకులు అంచనా వేస్తున్నారు.

ముప్పై ఏళ్ల క్రితం కొడుకుల చేతిలో తండ్రి దారుణహత్య..

ఇంట్లోనే సమాధి.. తాజాగా వెలుగులోకి..!

సరిగ్గా మూడు దశాబ్దాల క్రితం కనిపెంచిన కొడుకులే కన్నతండ్రిని దారుణంగా హత్యచేశారు. అతి కిరాతకంగా చంపేసి ఇంట్లోనే పూడ్చిపెట్టారు. ఆ తర్వాత విషయం బయటికి రాకుండా జాగ్రత్తపడ్డారు. ఉత్తరప్రదేశ్ రాష్ట్రంలోని హాథ్రాస్ జిల్లాలో జరిగిన ఈ ఘటన ఆలస్యంగా వెలుగులోకి వచ్చింది. ఘటనపై కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేపట్టిన పోలీసులు.. ఇంట్లో తవ్వి చూడగా అస్థిపంజరం బయటప డింది. వివరాల్లోకి వెళ్తే.. 1994లో తన తండ్రి బుధమ్ సింగ్ కనిపించకుండా పోయాడని ఇటీవల జిల్లా కలెక్టర్‌కు మృతుడి కుమారుడు పంజాబీ సింగ్ పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేశాడు. తనకు తొమ్మిదేళ్ల వయస్సు ఉన్నప్పుడు ఇద్దరు సోద రులు మరో వ్యక్తితో కలిసి.. తన తండ్రితో గొడవపడ్డారని, ఆ తర్వాత నుంచి తన తండ్రి కనిపించకుండా పోయాడని పంజాబీ సింగ్ కలెక్టర్ కు తెలిపాడు. దాంతో వెంటనే కేసు దర్యాప్తు చేయాలని కలెక్టర్ పోలీసులను ఆదేశించాడు. కలెక్టర్ ఆదేశాల మేరకు కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేపట్టిన పోలీసులు.. ఇంట్లో తవ్వి అస్థిపంజరాన్ని బయటకు తీశారు. డీఎన్‌ఏ పరీక్షల నిమిత్తం అస్థి పంజరాన్ని ల్యాబ్‌కు పంపించారు. కాగా బుధమ్ సింగ్ వ్యవసాయం చేస్తూ జీవనం సాగించేవారు. ఈ క్రమంలో కన్న కొడుకులే ఆయనను హత్య చేశారు. అయితే 30 ఏళ్ల క్రితం తండ్రితో సోదరులు గొడవపడిన విషయం పంజాబీ సింగ్‌కు గుర్తుకొచ్చింది. దాంతో పంజాబీసింగ్ అప్పట్లో గొడవ దేనికి జరిగిందని, ఆ గొడవ తర్వాత తండ్రి ఏమయ్యాడని తన సోదరులను ప్రశ్నించాడు. దాంతో సోదరులు పంజాబీ సింగ్‌ను బెదిరించారు. దాంతో తన తండ్రి అదృశ్యానికి సోదరులే కారణమని పంజాబీ సింగ్ ఫిర్యాదు చేశాడు. అస్తిపంజరాన్ని స్వాధీనం చేసుకున్న పోలీసులు డీఎన్‌ఏ టెస్టు కోసం పంపించారు. డీఎన్‌ఏ ఆధారంగా చర్యలు తీసుకుంటామని తెలిపారు.

హిజ్బొల్లా చీఫ్ హసన్ నస్రల్లా హతం

ఇజ్రాయెల్ ప్రకటన

మధ్య ప్రాచ్యంలో ఉగ్రవాద సంస్థలపై ఇజ్రాయెల్ పంజా

కీలక నేతలను మట్టుబెడుతున్న ఇజ్రాయెల్ దళాలు

నస్రల్లా బీరూట్ శివార్లలో ఉన్నాడని కచ్చితమైన సమాచారం అందించిన నిఘా వర్గాలు

దూసుకెళ్లిన ఇజ్రాయెల్ వాయుసేన జెట్ ఫైటర్లు

ప్రమాదకర ఉగ్రవాద సంస్థ హిజ్బొల్లా చీఫ్ హసన్ నస్రల్లా హతమైనట్టు ఇజ్రాయెల్ ప్రకటించింది. లెబానాన్ లోని బీరూట్ నగర శివార్లలో నిన్న జరిపిన దాడిలో హసన్ నస్రల్లా మరణించాడని ఇజ్రాయెల్ భద్రతా బలగాలు వెల్లడించాయి. ఈ భీకర దాడిలో నస్రల్లాతో పాటు హిజ్బొల్లా అగ్రశ్రేణి కమాండర్ అల్ కరాచీ కూడా ఉన్నట్టు ఇజ్రాయెల్ పేర్కొంది. నిఘా వర్గాలు అందించిన పక్కా సమాచారంతో ఇజ్రాయెల్ వాయుసేనకు చెందిన ఫైటర్ జెట్లు బీరూట్ దిశగా దూసుకెళ్లాయి. హిజ్బుల్లా కేంద్ర కార్యాలయంపై బాంబుల వర్షం కురిపించాయి. ఇజ్రాయెల్ సర్వ సైన్యాధికారి దీనిపై స్పందిస్తూ, ఉగ్రవాద వ్యతిరేక పోరాటానికి ఇది ముగింపు కాదని, తమ దాడులు కొనసాగుతాయని స్పష్టం చేశారు. ఇజ్రాయెల్ పౌరులకు ముప్పుగా పరిణమించే ఎవరినైనా సరే... ఎలా వారి అంతు తేల్చాలో మాకు తెలుసు... ఇంతకంటే స్పష్టమైన సందేశం ఇవ్వలేం అని పేర్కొన్నారు. నస్రల్లా కథ ముగిసింది... ఇక అతడు ఎంత మాత్రం ప్రపంచాన్ని ఉగ్రవాదంతో భయపెట్టలేడు అని ఆ ప్రధాన సైన్యాధికారి తెలిపారు.

హిజ్బుల్లా చీఫ్ హతం

న్యూఢిల్లీ : ఇప్పటి వరకు ఇది అనుమానంగా ఉండేది. ఇప్పుడు ఇజ్రాయెల్ అర్మీయే ప్రకటించింది. బీరూట్‌లోని హిజ్బుల్లా స్థావరాలపై ఇజ్రాయెల్ భీకరమైన దాడులు చేసింది. మెరుపు దాడులతో ఆ ప్రాంతమంతా భీతిల్లింది. హిజ్బుల్లా చీఫ్ హసన్ నస్రల్లా అక్కడ ఉన్నారన్న ఏకైక కారణంతో సడెన్‌గా వైమానిక దాడులు చేసినట్టు ఇజ్రాయెల్ ఆర్మీ ఇప్పటికే ప్రకటించింది. ఇజ్రాయెల్ జరిపిన దాడుల్లో ఆరు భవనాలు నేల మట్టమయ్యాయని పేర్కొన్న హిజ్బుల్లా ఉగ్రవాద సంస్థ నస్రల్లా క్షేమంగా ఉన్నట్టు పేర్కొంది. అయితే ఇప్పుడు దీన్ని ఖండించిన ఇజ్రాయెల్ ఆర్మీ మాత్రం సంచలన ప్రకటన చేసింది. హిజ్బుల్లా చీఫ్ నస్రల్లా హతమయ్యాడని ఇజ్రాయెల్ తేల్చి చెప్పింది. హసన్ నస్రల్లా ఏ మాత్రం ప్రమాదకారి కాదని ప్రపంచంలో ఎలాంటి దాడులు చేయలేదని ఇజ్రాయెల్ డిఫెన్స్ ఫోర్స్ ప్రకటించింది. హసన్ నస్రల్లా 32 సంవత్సరాల పాటు సంస్థకు చీఫ్‌గా ఉన్నారు. నస్రల్లా హతమైనట్లు ఇజ్రాయెల్ ఆర్మీ అధికార ప్రతినిధి లెఫ్టినెంట్ కల్నల్ నదవ్ శోషని ఎక్స్‌లో పోస్ట్ చేశారు. ఐఈఖ నివేదికప్రకారం, లెబనాన్ రాజధాని బీరూట్‌పై శుక్రవారం (27 సెప్టెంబర్ 2024) జరిగిన వైమానిక దాడిలో హిజ్బుల్లా చీఫ్ మరణించినట్లు ఇజ్రాయెల్ ఆర్మీ ప్రతినిధి డేవిడ్ అవ్రహం తెలిపారు. టైమ్స్ ఆఫ్ ఇజ్రాయెల్ నివేదిక ప్రకారం, హిజ్బుల్లా ప్రధాన కార్యాలయంపై దాడి చేశామని, అక్కడ హసన్ నస్రల్లా కూడా ఉన్నాడని సైన్యం పేర్కొన్నట్టు రిపోర్టు చేసింది. చాలా కాలంగా బీరుట్‌తో సహా పలు ప్రాంతాలపై ఇజ్రాయెల్ సైన్యం నిరంతరం దాడులు చేస్తోంది. బీరుట్‌లోని దహియా నగరంలో నివసిస్తున్న ప్రజలను వెంటనే ఆ ప్రాంతాన్ని ఖాళీ చేయాలని ఐఆఈ సూచించింది. ఇజ్రాయెల్‌పై దాడిని అడ్డుకునేందుకు అక్కడ ఉండే ప్రజలను రక్షణ కవచాలుగా హిజ్బుల్లా వాడుకుంటోందన్న కారణంతో ప్రజలను ఖాళీ చేయాలని సూచించారు.

ఇజ్రాయెల్ న్యూస్ ఛానెల్ ప్రకారం... నస్రల్లాతోపాటు, అతని కుమార్తె జైనాబ్ కూడా మరణించారు. ఇజ్రాయెల్ దాడి చేసిన కమాండర్ సెంటర్‌లో నస్రల్లా కుమార్తె మృతదేహం గుర్తించారు. శుక్రవారం రాత్రి హిజ్బుల్లా ప్రధాన కార్యాలయంపై ఇజ్రాయెల్ క్షిపణిని ప్రయోగించింది. ఇందులో 6 మంది మరణించారు, 90 మంది గాయపడ్డారు.

వందే భారత్ అంతర్జాతీయ డిమాండ్

భారతీయ రైల్వేలో మోదీ ప్రభుత్వం కొత్తగా ప్రవేశపెట్టిన వందే భారత్ రైళ్లు దేశవ్యాప్తంగా వివిధ మార్గాల్లో దూసుకెళ్తున్నాయి. ఈ రైళ్లకు దేశవ్యాప్తంగా డిమాండ్ పెరుగుతున్నది. ఈ క్రమంలోనే పలు దేశాలు సైతం సెమీ హైస్పీడ్ రైళ్లపై దృష్టి సారిస్తున్నాయి. చిలీ, కెనడా, మలేషియా వంటి దేశాలు వందే భారత్ ఎక్స్‌ప్రెస్ రైళ్లను కొనుగోలు చేసేందుకు ఆసక్తి చూపుతున్నాయి. దీనిక ప్రధాన కారణంగా ఖర్చు. వందే భారత్‌లో ఉన్న అత్యాధునిక సౌకర్యాలతో రైళ్లను తయారు చేసేందుకు రూ.160 నుంచి రూ.180కోట్ల వరకు ఖర్చు అవుతుందని అంచనా. అయితే, భారత్‌లో వందే భారత్ రైలును తక్కువగా ఖర్చుతో తయారు చేస్తున్నారు. దాదాపు రూ.120 నుంచి రూ.130 కోట్ల వరకు ఖర్చవుతున్నది. ఇక వేగం విషయంలోనూ ఇతర దేశాలకు చెందిన రైళ్లతో పోటీపడుతున్నది. వందే భారత్ రైలు 0 నుంచి 100 కిలోమీటర్ల వేగాన్ని ఆదుకునేందుకు కేవలం 52 సెకన్ల సమయం పడుతున్నది. ఇది జపాన్ బుల్లెట్ రైలు కంటే ఎక్కువ. జపాన్ బుల్లెట్ రైలు 0-100 కిలోమీటర్ల వేగాన్ని ఆదుకునేందుకు 54 సెకన్లు పడుతుంది. వందే భారత్ ఎక్స్‌ప్రెస్ రైలును అంతర్జాతీయ ప్రమాణాలకు అనుగుణంగా రైల్వేశాఖ తీసుకువస్తున్నది. రైలు ప్రమాణంలో వంద రెట్లు తక్కువ శబ్దం వస్తుంది. అలాగే, పవర్ వినియోగం తక్కువగా ఉంటుంది. ఇక భారతీయ రైల్వే వందే భారత్ ట్రాక్ నెట్‌వర్క్‌ను విసర్తించడంతో పాటు రైళ్ల సంఖ్యను పెంచాలని యోచిస్తున్నది. గత పదేళ్లలో 31వేల కిలోమీటర్లకు పైగా ట్రాక్‌లను వేసినట్లు రైల్వేశాఖ మంత్రి అశ్విని వైష్ణవ్ తెలిపారు. దీన్ని 40వేలకు పెంచాలని లక్ష్యంగా పెట్టుకున్నామన్నారు. బుల్లెట్ రైలు పనులు శరవేగంగా జరుగుతున్నాయన్నారు. భద్రతాపరమైన ఆందోళన మధ్య రైల్వే స్వదేశీ ఆటోమేటిక్ రైలు రక్షణ వ్యవస్థ 'కవచ్'ని సైతం దేశవ్యాప్తంగా ఏర్పాటు చేసేందుకు శ్రద్ధ చూపుతున్నది. కవచ్ సమర్థవంతంగా సమర్థవంతంగా పని చేస్తుండగా.. ఎస్ఐఎల్-4 సర్టిఫికెట్ సైతం పొందింది. ఈ షీల్డ్‌లను అంతా ఏర్పాటు చేస్తే 80శాతం ప్రమాదాలను తగ్గించవచ్చని విలేకరులతో రైల్వేశాఖ మంత్రి తెలిపారు.

ఎండీసీ ఎన్నికల్లో రాజ్యాంగాన్ని ఉల్లంఘించారు.. సుప్రీంకోర్టుకు వెళ్తాం.. : సీఎం అతిషీ

ఢిల్లీ మున్సిపల్ కార్పొరేషన్‌లో ఖాళీగా స్టాండింగ్ కమిటీ స్థానానికి శుక్రవారం ఓటింగ్ జరిగింది. ఆమ్ ఆద్మీ పార్టీ, కాంగ్రెస్ ఎన్నికల్లో పాల్గొనలేదు. అయితే, ఎండీసీ స్టాండింగ్ కమిటీ ఎన్నికను ఆప్ రాజ్యాంగ, చట్ట విరుద్ధమని ఆమ్ ఆద్మీ పార్టీ పేర్కొంది. ఎన్నిక అక్రమ పద్ధతిలో జరిగిందని.. ఎన్నికల్లో లెఫ్టినెంట్ గవర్నర్, బీజేపీ, వారి అధికారులు రాజ్యాంగాన్ని, ప్రజాస్వామ్యాన్ని ఉల్లంఘించారని సీఎం అతిషీ ఆరోపించారు. సుప్రీంకోర్టులో పిటిషన్ దాఖలు చేయనున్నట్లు తెలిపారు. 18వ ఎండీసీ సభ్యుడి కోసం శుక్రవారం ఎన్నిక జరగ్గా.. ఆమ్ ఆద్మీ పార్టీ ఎన్నికల్లో పాల్గొనలేదు. బీజేపీ కౌన్సిలర్స్ మాత్రమే పాల్గొని ఓటు వేశారు. దాంతో అధికారులు బీజేపీ అభ్యర్థి విజయం సాధించినట్లు ప్రకటించారు. ఈ ఎన్నికలపై సీఎం అతిషీ మాట్లాడుతూ.. మన దేశం రాజ్యాంగ, రాజ్యాంగం ద్వారా రూపొందించిన చట్టాలపై నడుస్తుందన్నారు. పార్లమెంట్ ఓ చట్టాన్ని ఆమోదించిందన్నారు. కార్పొరేషన్ సమావేశంలో దాని తేదీ, సమయం, స్థలాన్ని మేయర్ మాత్రమే నిర్ణయిస్తారని.. కార్పొరేషన్ సమావేశానికి మేయర్ మాత్రమే అధ్యక్షత వహిస్తారన్నారు. ప్రజాస్వామ్య ఉల్లంఘన, ప్రజాస్వామ్యం, రాజ్యాంగం ఉల్లంఘించినా బీజేపీ పట్టించుకోదని, అధికారాలు లేకపోయినా లెఫ్టినెంట్ గవర్నర్ ఉత్తర్వులు ఇస్తారని, కమిషనర్ ఆదేశాలను పాటించి కార్పొరేషన్ సమావేశాన్ని ఏర్పాటు చేసి ఎన్నికలు నిర్వహిస్తారని అతిషి విమర్శించారు. ఎన్నికైన మేయర్ స్థానంలో ఏఐఎస్ అధికారిని అధ్యక్షుడిగా చేస్తుందన్నారు. వివాదాల మధ్య శుక్రవారం జరిగిన ఎన్నికల్లో బీజేపీకి చెందిన సుందర్ స్టాండింగ్ కమిటీ సభ్యుడిగా ఎన్నికయ్యారు. ఆప్, కాంగ్రెస్ బహిష్కరించగా.. 115 ఓట్లతో సుందర్ సింగ్ తన్వర్ విజయం సాధించినట్లు ప్రకటించారు. 18 మంది సభ్యుల కమిటీలో బీజేపీకి 10, ఆప్‌కి ఎనిమిది మంది సభ్యులున్నారు. వాస్తవానికి గురువారం అర్ధరాత్రి ఎన్నికలు జరగాల్సి ఉన్నా.. వాయిదాపడింది. ఎల్‌జీ ఆదేశాల మేరకు శుక్రవారం మళ్లీ సభను సమావేశ పరిచారు. అయితే, అయితే మేయర్ షైలీ ఒబెరాయ్, డిప్యూటీ మేయర్ అలె ఇక్బాల్, సీనియర్ కౌన్సిలర్ ముఖేష్ గోయల్ అధ్యక్షత వహించేందుకు నిరాకరించారు. ఆ తర్వాత కమిషనర్ ఎన్నికల నిర్వహణకు ప్రిసైడింగ్ అధికారిగా అదనపు కమిషనర్ జితేంద్ర కుమార్‌ను నియమించారు. ఒంటిగంటకు అడిషనల్ కమిషనర్ సమావేశానికి ప్రిసైడింగ్ అధికారిగా వచ్చి ఎన్నికలు నిర్వహించారు. ఈ సమయంలో బీజేపీకి చెందిన మొత్తం 115 మంది సభ్యులు హాజరయ్యారు. ఓటింగ్ సమయంలోనూ ఓటు వేయని సభ్యుల పేర్లను పిలిచారు. చివరకు ఎవరూ రాకపోవడంతో బీజేపీ అభ్యర్థి 115 ఓట్లతో గెలిచినట్లు ప్రకటించారు.

ఆరెంజ్ జ్యూస్‌తో ఎన్నో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ...?

రోజూ ఆరెంజ్ జ్యూస్ తాగడం వల్ల ప్రాణాంతకమైన స్ట్రోక్స్ వచ్చే అవకాశాలు చాలా తక్కువగా ఉంటాయని సైంటిస్టులు చెబుతున్నారు. వారు రీసెంట్ గా చేపట్టిన పరిశోధనల్లో ఇది వెల్లడైంది. రోజూ ఆరెంజ్ జ్యూస్ తాగడం వల్ల ప్రాణాంతకమైన స్ట్రోక్స్ వచ్చే అవకాశాలు చాలా తక్కువగా ఉంటాయని సైంటిస్టులు చెబుతున్నారు. వారు రీసెంట్ గా చేపట్టిన పరిశోధనల్లో ఇది వెల్లడైంది. ఈ మేరకు సదరు పరిశోధనలకు చెందిన వివరాలను బ్రిటిష్ జర్నల్ ఆఫ్ న్యూట్రిషన్‌లోనూ ప్రచురించారు. నిత్యం ఆరెంజ్ జ్యూస్ తాగే వారిలో బ్రెయిన్ క్లాట్ అయ్యే అవకాశాలు 24 శాతం వరకు తక్కువ ఉంటాయని? అలాగే గుండె జబ్బులు వచ్చే అవకాశం 12 నుంచి 13 శాతం వరకు తక్కువగా ఉంటుందట. అయితే కేవలం ఆరెంజ్ జ్యూస్ మాత్రమే కాదు, ఇతర ఏ జ్యూస్‌ను అయినా నిత్యం తాగడం వల్ల ఖచ్చితంగా ప్రయోజనం ఉంటుందని సైంటిస్టులు చెబుతున్నారు. రోజూ ఆరెంజ్ జ్యూస్ తాగడం వల్ల ప్రాణాంతకమైన స్ట్రోక్స్ వచ్చే అవకాశాలు చాలా తక్కువగా ఉంటాయని సైంటిస్టులు చెబుతున్నారు. వారు రీసెంట్ గా చేపట్టిన పరిశోధనల్లో ఇది వెల్లడైంది. ఈ మేరకు సదరు పరిశోధనలకు చెందిన వివరాలను బ్రిటిష్ జర్నల్ ఆఫ్ న్యూట్రిషన్‌లోనూ ప్రచురించారు. నిత్యం ఆరెంజ్ జ్యూస్ తాగే వారిలో బ్రెయిన్ క్లాట్ అయ్యే అవకాశాలు 24 శాతం వరకు తక్కువ ఉంటాయని? అలాగే గుండె జబ్బులు వచ్చే అవకాశం 12 నుంచి 13 శాతం వరకు తక్కువగా ఉంటుందట. అయితే కేవలం ఆరెంజ్ జ్యూస్ మాత్రమే కాదు,

ఇతర ఏ జ్యూస్‌ను అయినా నిత్యం తాగడం వల్ల ఖచ్చితంగా ప్రయోజనం ఉంటుందని సైంటిస్టులు చెబుతున్నారు. రోజూ ఆరెంజ్ జ్యూస్ తాగడం వల్ల ప్రాణాంతకమైన స్ట్రోక్స్ వచ్చే అవకాశాలు చాలా తక్కువగా ఉంటాయని సైంటిస్టులు చెబుతున్నారు. వారు రీసెంట్ గా చేపట్టిన పరిశోధనల్లో ఇది వెల్లడైంది. ఈ మేరకు సదరు పరిశోధనలకు చెందిన వివరాలను బ్రిటిష్ జర్నల్ ఆఫ్ న్యూట్రిషన్‌లోనూ ప్రచురించారు. నిత్యం ఆరెంజ్ జ్యూస్ తాగే వారిలో బ్రెయిన్ క్లాట్ అయ్యే అవకాశాలు 24 శాతం వరకు తక్కువ ఉంటాయని? అలాగే గుండె జబ్బులు వచ్చే అవకాశం 12 నుంచి 13 శాతం వరకు తక్కువగా ఉంటుందట. అయితే కేవలం ఆరెంజ్ జ్యూస్ మాత్రమే కాదు, ఇతర ఏ జ్యూస్‌ను అయినా నిత్యం తాగడం వల్ల ఖచ్చితంగా ప్రయోజనం ఉంటుందని సైంటిస్టులు చెబుతున్నారు. అయితే వాటిలో చక్కెర కలపకుండా తాగితేనే ఎక్కువ ప్రయోజనం ఉంటుందని వారు అంటున్నారు.

బంగాళాదుంపలు తినడం వల్ల

-కలిగే ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు

బంగాళాదుంపలను ఇష్టపడని వారు ఉండరు. దాదాపు చిన్నపిల్లల నుండి పెద్దవాళ్ళ వరకు ఇష్టంగా తింటారు. అయితే ఉడికించిన బంగళా దుంపలను తీసుకోవడం వల్ల మన శరీరానిక చాలా ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి. ఈ రోజు మనం ఈ పోస్ట్‌లో ఉడికించిన బంగాళాదుంపలను తినడం వల్ల మీకు కలిగే ప్రయోజనాలను తెలియజేస్తాము. ఇది మీకు తెలిస్తే ఆశ్చర్యపోతారు. అలాగే మీరు ఈ సమాచారాన్ని జాగ్రత్తగా చదివి గౌరవిస్తారని మేము ఆశిస్తున్నాము. మీరు ఈ సమాచారాన్ని మీ స్నేహితులతో కూడా పంచుకుంటారని మరియు దీనితో పాటు, మీ కామెంట్స్ నీ ఖచ్చితంగా మాకు తెలియజేస్తాయని మేము ఆశిస్తున్నాము. ఉడికించిన బంగాళాదుంపలలో కార్బోహైడ్రేట్లు ఉంటాయి, ఇవి కొవ్వు పొందడంలో సన్నగా ఉండేవారికి ప్రయోజనం చేకూరుస్తాయి. మీరు బరువు పెరగాలంటే, సాయంత్రం ఉడికించిన బంగాళాదుంపలను తినండి. ఉడికించిన బంగాళాదుంపలలో మెగ్నీషియం ఉంటుంది, దీని ద్వారా రక్తపోటు నియంత్రించబడుతుంది. మీరు బరువు పెరగాలంటే, సాయంత్రం ఉడికించిన బంగాళాదుంపలను తినండి. ఉడికించిన బంగాళాదుంపలలో మెగ్నీషియం ఉంటుంది, దీని ద్వారా రక్తపోటు నియంత్రించబడుతుంది. ఉడికించిన బంగాళాదుంపలలో కార్బోహైడ్రేట్లు ఉంటాయి, ఇవి జీర్ణ శక్తిని మెరుగుపరుస్తాయి. ఉడికించిన బంగాళాదుంపలు తినడం ఆహారాన్ని బాగా జీర్ణం చేస్తుంది. మీ సమాచారం కోసం, ఉడికించిన బంగాళాదుంపలలోని విటమిన్లు సి, పొటాషియం, విటమిన్-బి 6 మరియు ఇతర ఖనిజాలు పేగుల వాపును కలిగించడానికి పనిచేస్తాయని మాకు తెలియజేయండి.

వాపును తగ్గిస్తుంది: ఉడికించిన బంగాళాదుంపలను తినడం ద్వారా, బంగాళాదుంప

మీ శరీరంలోని మంటను తొలగిస్తుంది. బంగాళాదుంపలలో ఉండే విటమిన్ సి, పొటాషియం, విటమిన్-బి 6 మరియు ఇతర ఖనిజాలు పేగులలో మరియు జీర్ణవ్యవస్థలో మంటను తగ్గిస్తాయి. మీరు బరువు పెరగాలంటే, సాయంత్రం ఉడికించిన బంగాళాదుంపలను తినండి. ఉడికించిన బంగాళాదుంపలలో మెగ్నీషియం ఉంటుంది, దీని ద్వారా రక్తపోటు నియంత్రించబడుతుంది. మీ నోటిలో బొబ్బలు ఉంటే మీరు ఉడికించిన బంగాళా దుంపలను తినాలి. రాళ్ళు ఉన్నప్పుడు ఉడికించిన బంగాళాదుంపల వినియోగం ప్రయోజనకరంగా ఉంటుంది. ఉడికించిన బంగాళా దుంపలు మెదడు అభివృద్ధికి ఉపయోగపడే అన్ని పోషకాలను కలిగి ఉంటాయి, అయితే మీరు ప్రతిరోజూ ఈ విషయాన్ని క్రమం తప్పకుండా ఉపయోగించాల్సి ఉంటుందని మరియు 1 ని కూడా వదలవద్దని గుర్తుంచుకోండి, మీరు 3 నుండి 4 నెలలు ఆపకుండా మరియు మిత్రులను ఉపయోగిస్తే, మేము ఇచ్చాము మీరు చాలా మంచి సమాచారం, దాని గురించి ఏదైనా అడగడానికి మీరు వ్యాఖ్యానించ వచ్చు, మేము మీకు ఖచ్చితంగా ప్రత్యుత్తరం ఇస్తాము మరియు ఈ పోస్ట్ లాగా ఖచ్చితంగా వ్యాఖ్యను ఇష్టపడతారు మరియు ధన్యవాదాలు పంచుకుంటారు. మీరు బరువు పెరగాలంటే, సాయంత్రం ఉడికించిన బంగాళాదుంపలను తినండి. ఉడికించిన బంగాళాదుంపలలో మెగ్నీషియం ఉంటుంది, దీని ద్వారా రక్తపోటు నియంత్రించబడుతుంది. మీరు బరువు పెరగాలంటే, సాయంత్రం ఉడికించిన బంగాళాదుంపలను తినండి. ఉడికించిన బంగాళాదుంపలలో మెగ్నీషియం ఉంటుంది, దీని ద్వారా రక్తపోటు నియంత్రించబడుతుంది. ఉడికించిన బంగాళాదుంపలను తినడం ద్వారా, బంగాళా దుంప మీ శరీరంలోని మంటను తొలగిస్తుంది. బంగాళా దుంపలలో ఉండే విటమిన్ సి, పొటాషియం, విటమిన్-బి 6 మరియు ఇతర ఖనిజాలు పేగులలో మరియు జీర్ణవ్యవస్థలో మంటను తగ్గిస్తాయి.

కలబంద జ్యూస్ నీ తాగడం వల్ల కలిగే ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు

కలబంద రసం తాగడం వల్ల అనేక ప్రయోజాలున్నాయి. కలబంద గుజ్జు నీ ఎన్నో రకాలుగా ఉపయోగిస్తున్నారు. ఈ గుజ్జుని ఎక్కువగా చర్మ సౌందర్యానికి ఉపయోగిస్తారు కానీ ఎక్కువగా కలబంద రసాన్ని తాగడానికి ఇష్టపడరు. మీరు ఈ సమాచారాన్ని జాగ్రత్తగా చదివి గౌరవిస్తారని మేము ఆశిస్తున్నాము. మీరు ఈ సమాచారాన్ని మీ స్నేహితులతో కూడా పంచుకుంటారని

మరియు మీ సూచనలు ఖచ్చితంగా కేమెంట్ రూపం లో మాకు తెలియజేస్తాయని మేము ఆశిస్తున్నాము, కాబట్టి ఈ వార్తలను ఆలస్యం చేయకుండా చదవండి. శరీరంలో నిల్వ ఉన్న హానికరమైన పదార్థాలను తొలగించడం ద్వారా ఈ శరీరం నిర్విషీకరణ చెందుతుంది, తద్వారా మనం ఆరోగ్యంగా మరియు ఆరోగ్యంగా ఉంటాము మరియు రోజంతా శరీరమంతా ఎక్కువ శక్తిని అనుభవిస్తాము. కలబంద రసం రోజూ తాగడం రక్తహీనతకు సహాయపడుతుంది. ఈ హోం రెమెడీ చేయడానికి, 6 నుండి 8 అంగుళాల కలబంద ఆకులను తొక్కండి, తులసి యొక్క 5 నుండి 6 ఆకులు మరియు వేప 4 నుండి 5 ఆకులు వేసి రసం తయారు చేసి త్రాగాలి. అధిక రక్తపోటుతో బాధపడుతున్న స్త్రీ, పురుషుడు ఉదయాన్నే ఖాళీ కడుపుతో కలబంద రసం తాగాలి. ఇది అధిక రక్తపోటును తగ్గిస్తుంది మరియు అదే సమయంలో కొలెస్ట్రాల్ సమస్యను తొలగిస్తుంది. కలబంద రసం కోల్పోవడం

కలబంద రసం అధికంగా మరియు తప్పుగా తాగడం వల్ల ప్రయోజనాలు కూడా కోల్పోతాయి, ఇది శరీరంలో పొటాషియం కోల్పోవటానికి కారణమవుతుంది, ఇది క్రమరహిత హృదయ స్పందన మరియు శరీరంలో బలహీనతకు కారణమవుతుంది. గర్భిణీ స్త్రీ మరియు బిడ్డకు ఆహారం ఇచ్చే తల్లి కలబంద రసం తాగకూడదు. కలబంద రసం అధికంగా మరియు తప్పుగా తాగడం వల్ల ప్రయోజనాలు కూడా కోల్పోతాయి, ఇది శరీరంలో పొటాషియం కోల్పోవటానికి కారణమవుతుంది, ఇది క్రమరహిత హృదయ స్పందన మరియు శరీరంలో బలహీనతకు కారణమవుతుంది. గర్భధారణ సమయంలో గర్భస్రావం జరిగే ప్రమాదం ఉంది.

కలబంద రసాన్ని పెద్ద మొత్తంలో తీసుకోవడం వల్ల కడుపు వాయువు, విరేచనాలు వస్తాయి. కలబంద రసం అధికంగా మరియు తప్పుగా తాగడం వల్ల ప్రయోజనాలు కూడా కోల్పోతాయి, ఇది శరీరంలో పొటాషియం కోల్పోవటానికి కారణమవుతుంది, ఇది క్రమరహిత హృదయ స్పందన మరియు శరీరంలో బలహీనతకు కారణమవుతుంది. కలబంద 12 సంవత్సరాల కంటే తక్కువ వయస్సు ఉన్న పిల్లలకు దుష్ప్రభావాలను కలిగిస్తుంది. అందువల్ల, ఇది ఒక చిన్న బిడ్డకు తగినదిగా పరిగణించబడదు. కలబంద రసం తీసుకోవడం వల్ల శరీరంపై ఔషధ ప్రభావం తగ్గుతుంది. ఏదైనా వ్యాధి చికిత్స కోసం మీరు ఏదైనా ఔషధం తీసుకుంటే, కలబంద రసం స్నేహితులను త్రాగడానికి ముందు మీ వైద్యుడిని సంప్రదించండి, మేము మీకు చాలా మంచి సమాచారం ఇచ్చాము, దాని గురించి ఏదైనా అడగడానికి మీరు వ్యాఖ్యానించవచ్చు, మేము మీకు ఖచ్చితంగా ప్రత్యుత్తరం ఇస్తాము మరియు ఈ పోస్ట్ ఇష్టం ఖచ్చితంగా వ్యాఖ్యను ఇష్టపడతారు మరియు ధన్యవాదాలు పంచుకుంటారు. అధిక రక్తపోటుతో బాధపడుతున్న స్త్రీ, పురుషుడు ఉదయాన్నే ఖాళీ కడుపుతో కలబంద రసం తాగాలి. ఇది అధిక రక్తపోటును తగ్గిస్తుంది మరియు అదే సమయంలో కొలెస్ట్రాల్ సమస్యను తొలగిస్తుంది.

కరోనా-తేనెలో నానబెట్టిన ఖర్జూరాలను తీసుకుంటే?

తేనెలో నానబెట్టిన ఖర్జూరాలను రోజుకు ఒకటి తీసుకుంటే వ్యాధినిరోధక శక్తిని పెంచుకోవచ్చు. ఇంకా కరోనా కాలంలో వ్యాధినిరోధకతతో సురక్షితంగా వుండవచ్చునని న్యూట్రీషియన్లు సూచిస్తున్నారు. శరీరానికి అవసరమైన ఎన్నో పోషకాలను తేనె అందిస్తుంది. అనేక ఔషధ గుణాలు ఇందులో ఉన్నాయి. యాంటీ బ్యాక్టీరియల్, యాంటీ ఫంగల్, యాంటీ వైరల్ గుణాలు తేనెలో ఉండడం వల్ల అది శరీరంలో రోగ నిరోధకశక్తిని పెంచి, బలాన్ని ఇస్తుంది. అలాగే తేనెలో వారంరోజుల పాటు నానబెట్టిన ఎండు ఖర్జూరం పండ్లను తింటే ఎన్నో లాభాలు న్నాయని ఆయుర్వేద నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. అందుకే ఒక జార్‌లో 3వ వంతు తేనె తీసుకోవాలి. అందులో విత్తనాలను తీసిన ఎండు ఖర్జూరం పండ్లను వేయాలి. తర్వాత మూత బిగించి జార్‌ను బాగా షేక్ చేయాలి.

అనంతరం ఆ జార్‌ను వారం పాటు అలాగే ఉంచాలి. అవసరం అనుకుంటే మధ్య మధ్యలో ఆ జార్‌ను షేక్ చేయవచ్చు. వారం తరువాత జార్‌ను తీసి, రోజుకు ఒకటి

రెండు చొప్పున ఆ ఖర్జూరపండ్లను తినాలి. తేనె, ఎండు ఖర్జూరం మిశ్రమం తినడం వల్ల దగ్గు, జలుబు వంటి శ్వాస సమస్యలు పోతాయి. జ్వరం తగ్గుతుంది. శరీరంలో రోగ నిరోధక శక్తి రెట్టింపు అవుతుంది. దీంతో ఇన్‌ఫెక్షన్లు, వ్యాధులు రావు. అలాగే నిద్రలేమి సమస్య తొలగిపోతుంది. నిద్రలేమితో బాధపడేవారు ఈ మిశ్రమం తాగితే మంచి ఫలితం ఉంటుంది. ఒత్తిడి, ఆందోళన మటాష్ అవుతుంది. గాయాలు త్వరగా మానిపోతాయని ఆరోగ్య నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

అంజీరతో అద్భుత ప్రయోజనాలు

ఫైబర్ కంటెంట్ ఎక్కువగా ఉండే అంజీరా పండ్లు మనకు ఎన్నో రకాలుగా మేలు చేస్తున్నాయి. వాటితో కలిగే ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు తెలుసుకుందాం. బరువు తగ్గాలనుకునేవారు అంజీర తింటే... చక్కగా తగ్గుతారు. అలాగని మరీ ఎక్కువ అంజీరలు తింటే బరువు పెరుగుతారు. అందువల్ల రోజుకు నాలుగైదుకి మించకుండా తింటే మంచిదే. శరీరంలో పొటాషియం తక్కువగా, సోడియం ఎక్కువగా ఉంటే, బీపీ పెరుగుతుంది. అంజీర్లలో పొటాషియం ఎక్కువ, సోడియం తక్కువ. అందువల్ల వీటిని తింటే బీపీ తగ్గుతుంది. షుగర్ వ్యాధిని కంట్రోల్ చెయ్యడానికి అంజీరలు పనికొస్తాయి. ఎందుకంటే వీటిలో ఫైబర్ (పీచు పదార్థం) ఎక్కువ కాబట్టి. అంజీరలోని పొటాషియం మన శరీరంలోని షుగర్ లెవెల్స్‌ని కంట్రోల్ చేస్తుంది. పైల్స్ సమస్య వేధిస్తుంటే... రాత్రంతా నీటిలో నానబెట్టిన డ్రై అంజీరలను వాటర్‌తో సహా తింటే సరి. పైల్స్ సమస్య పరిష్కారమవుతుంది. లైంగిక సమస్యలు, సంతానలేమితో బాధపడేవారికి అంజీరలు అద్భుతంగా పనిచేస్తాయి. స్పెర్మ్ కౌంట్ పెంచేందుకు ఇది దోహదపడతాయి.
మన శరీరంలోకి విషవ్యర్థాలు, సూక్ష్మ క్రిములు, బ్యాక్టీరియా లాంటివి రాకుండా చేసే పాలీఫెనాల్స్, యాంటీఆక్సిడెంట్స్ వంటివి అంజీరలో చాలా ఉంటాయి. కాబట్టి వాటిని తినాలి.

సీతాఫలం తినండి. అరోగ్య ప్రయోజనాలను పొందండి !!

తలచుకోగానే నోట్లో నీరు ఊరే పండు సీతాఫలం. ఇది చాల తక్కువ రోజులు అందుబాటులో ఉంటుంది. ఎందుకంటె ఇది ఒక సీజనల్ ఫ్రూట్. ఫ్రూట్ లవర్స్ వీటికోసం సెప్టెంబర్ నుండి ఎదురుచూస్తూ ఉంటారు. అంత అమోఘమైన రుచిని కలిగి ఉంటుంది సీతాఫలం. అంతేకాదు ఈ పండు అందించే ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు కూడా అమోఘమే. ఈ కాలంలో విరివిగా దొరికే సీతాఫలం రుచిని ఇష్టపడనివారు ఎవరూ ఉండరు. పోషక విలువలు అధికంగా ఉండే సీతాఫలం పళ్ళు వర్షాకాలం ప్రారంభమవగానే మార్కెట్లో కనబడతాయి. వీటిని తిన్న వెంటనే శక్తినిస్థాయి. వీటిలో సి విటమిన్‌తో పాటు యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు ఎక్కువగా లభిస్తాయి. ఇంకా ఇందులోని ఐరన్, విటమిన్ సి, పాస్ఫరస్, మెగ్రీషియం అధికంగా ఉండి ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తుంది. అయితే పరగడుపున ఈ పండును తినకూడదు. సీతాఫలం గుజ్జును తేనెతో కలిపి తింటే బరువు పెరుగుతారు. సీతాఫలం వలన ఈ ప్రయోజనాలే కాకుండా ఇంకా చాలా ప్రజోజనాలున్నాయి. ముఖ్యంగా అవి మన ఆరోగ్యానికి సంబంధించినవే కావడం ఈ పండు విశేషం. మరి ఆ ప్రయోజనాలేమిటో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం..

సీతాఫలం తింటుంటే గుండె సంబంధిత సమస్యల నుంచి ఉపశమనం ఉంటుంది. గుండె కొట్టుకునే తీరును సీతాఫలం క్రమబద్ధీకరిస్తుంది. సీతాఫలం రోజు తినడం వల్ల విటమిన్ సి శరీరానికి సమృద్ధిగా లభిస్తుంది. రక్తంలోని ఇన్సులిన్ శాతాన్ని క్రమబద్ధీకరిస్తుంది, గ్లూకోజ్ శాతాన్ని అదుపులో ఉంచుతుంది. ఇందులోని యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు క్యాన్సర్ కారకాలని దూరం చేస్తాయి. రక్తహీనత బారిన పడకుండా సీతాఫలం కాపాడుతుంది. కండరాలను దృఢంగా ఉంచే మెగ్నీషియం పోషకాన్ని అందిస్తుంది. సీతాఫలంలో ఉండే కాపర్ రక్తంలో హిమోగ్లోబిన్ శాతాన్ని పెంచుతుంది. ఒక సీతాఫలంలోనే వెయ్యి మిల్లీ గ్రాముల కాపర్ లభిస్తుంది. ఇంకా దీనిలో లభించే డయిటరీ పీచు జీర్ణ వ్యవస్థ పనితీరు బాగుండేలా చూస్తుంది. విటమిన్ ఎ కలిగి ఉండటంతో కంటిచూపు బాగుండేందుకు తోడ్పడుతుంది. యాంటీ బ్యాక్టీరియల్ గుణాలు ఈ కాలంలో వేధించే సమస్యలతో పోరాడతాయి.

చర్మసౌందర్యానికి చార్‌కోల్

అందాన్ని కాపాడుకోవడానికి ఎన్నో ప్రయత్నాలు చేస్తుంటాం. మరి ఎప్పుడైనా యాక్టివేటెడ్ చార్‌కోల్‌ని ఇందుకోసం ప్రయత్నించారా! ఇప్పుడిదే బ్యూటీ ట్రెండ్. దీనివల్ల ఎలాంటి ప్రయోజనాలున్నాయి? ఎలా వాడాలి... వంటివి తెలుసుకుందామా! ఫేస్ మాస్క్‌లా: చర్మంపై ఒక్కోసారి జిడ్డుపేరుకుపోయి ఉంటుంది. అలాంటప్పుడు చార్‌కోల్ పౌడర్‌ను తీసుకుని నీళ్లలో కలపండి. ఈ మిశ్రమాన్ని ముఖానికి పట్టించి 20 నిమిషాలు అయ్యాక గోరువెచ్చటి నీటితో కడిగేయాలి. ఇలా పదిరోజులకు ఓసారి చేస్తే చర్మంపై ఉన్న మృతకణాలు తొలగిపోతాయి. చర్మంపై పడిన గుంతలు తగ్గుతాయి. మచ్చలు తొలగేలా: ఒక్కోసారి తెగిన, కాలిన గాయాలు...మానిపోయినా మచ్చలు మాత్రం అలానే ఉండిపోతాయి. అలాంటప్పుడు రెండు చెంచాల చార్‌కోల్ పౌడర్, చెంచా తేనె, కాసిన్ని నీళ్లు కలిపి పేస్ట్‌లా చేసుకోండి. దీన్ని మచ్చపై రాయండి. ఇలా కొన్ని రోజులు చేస్తే మీ సమస్య దూరమవుతుంది. ఒత్తైన కురులకు: జుట్టు ఒత్తుగా పెరిగేందుకు.. తలసాన్నానికి ముందు షాంపూలో కొద్దిగా చార్‌కోల్ మిశ్రమాన్ని కలపండి.. లేదా మార్కెట్‌లో దొరికే చార్‌కోల్ షాంపూని మీ జుట్టుకు పట్టించి రెండు నిమిషాల పాటు ఉంచి గోరువెచ్చటి నీటితో శుభ్రపరచండి. చార్‌కోల్‌లో ఉండే కార్బన్ మీ జుట్టుకి దృఢత్వానిచ్చి రాలకుండా చేస్తుంది.