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 : 187 శనివారం 01-03-2025 పేజీలు : 06 వేల : 05/-

దేశ రక్షణ బాధ్యత యువతీ యువకులదే

- భారత్‌ను రక్షించటంలో హైదరాబాద్ ది క్రియాశీలక పాత్ర

- విజ్ఞాన్ వైభవ్-2025 కార్యక్రమంలో సీఎం రేవంత్ రెడ్డి

హైదరాబాద్ (మన వెలుగు) ఫిబ్రవరి 28 : దేశ రక్షణ బాధ్యత యువతీ యువకులదేనని ముఖ్యమంత్రి ఎ.రేవంత్ రెడ్డి వ్యాఖ్యానించారు. భారత దేశాన్ని రక్షించటంలో తెలంగాణ, హైదరాబాద్ నగరం క్రియాశీలక పాత్ర పోషిస్తున్నాయని ఆయన తెలిపారు. శుక్రవారం హైదరాబాద్ లోని గచ్చిబౌలీలో విజ్ఞాన్ వైభవ్ -2025 కార్యక్రమంలో కేంద్ర రక్షణశాఖ మంత్రి రాజ్‌నాథ్ సింగ్‌తో కలిసి ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ... బీడీఎల్, డీఆర్ డీఓ, మిదాని, హెచ్ఏఎల్ వంటి దేశ రక్షణ కోసం రాకెట్లు, మిస్సైల్స్ తయారు చేస్తున్నాయి. ఇందుకు సంబంధించి హైదరాబాద్ నగరం, హైదరాబాద్ చుట్టూ పరిశ్రమలు ఉన్నాయి. దేశాన్ని రక్షించడంలో మన హైదరాబాద్ తెలంగాణ రాష్ట్రం అత్యంత క్రియాశీలక పాత్ర పోషిస్తోంది. లక్షలాది మంది విద్యార్థిని విద్యార్థులకు దేశభక్తి , దేశాన్ని రక్షించుకోవాల్సిన బాధ్యతపై వారిలో స్ఫూర్తిని, అవగాహన కల్పించడానికి ఈ ప్రత్యేకమైన ఎగ్జిబిషన్ ను ఏర్పాటు చేసుకున్నాం. తెలంగాణ రాష్ట్రం నుండి ప్రతి ఏటా లక్షకు పైగా ఇంజినీరింగ్ గ్రాడ్యుయేట్లు, ముఖ్యంగా కంప్యూటర్ సైన్స్ చదివి, అమెరికాకు వెళుతున్నారు. వారిలో దేశభక్తితో, దేశ రక్షణ ప్రాధాన్యతనలు వివరించడానికి ఈ వైజ్ఞానిక ప్రదర్శన నిర్వహిస్తున్నాం. తెలంగాణ నుంచి కేవలం ఐటీ ప్రొఫెషనల్స్ మాత్రమే అమెరికాకు వెళ్లకుండా, దేశ రక్షణ రంగానికి అవసరమైన సమర్థవంతమైన ఇంజినీర్లు అందించేందుకు ప్రయత్నిస్తున్నాం. దేశ రక్షణ కోసం అవసరమైన ఇంజినీర్లను తయారుచేయడం మరింత ముఖ్యం. స్వాతంత్ర్యానికి ముందు కూడా, తర్వాత కూడా హైదరాబాద్‌లో బీడీఎల్, హెచ్ఎచ్ఎల్, మిదాని, డీఆర్‌డీఓ వంటి అనేక సంస్థలు దేశ రక్షణ కోసం ఉత్పత్తి రంగంలో విశేషంగా పని చేస్తున్నాయి. దేశ రక్షణ రంగానికి హైదరాబాద్, బెంగళూరు ముఖ్య కేంద్రాలుగా ఉన్నాయి. గతంలో మీతో చర్చించినట్టుగా హైదరాబాద్-బెంగళూరు డిఫెన్స్ ఇండస్ట్రియల్ కారిడార్ గా ప్రకటించాలి. తద్వారా భారీగా పెట్టుబడులు వస్తాయి.

రాకెట్ తయారీ సహా ఆకాశ మార్గం (స్కై రూట్) వంటి స్టార్టప్‌లు అభివృద్ధి చెందుతాయని తెలిపారు. అందుకోసం కేంద్ర ప్రభుత్వ సహకారం, మద్దతు అవసరమన్నారు. రక్షణ రంగంలో భారతదేశాన్ని నంబర్ వన్ స్థాయికి తీసుకెళ్లేందుకు తాము ప్రయత్నిస్తామని సీఎం ఈ సందర్భంగా భరోసానిచ్చారు.

మామునూర్ ఎయిర్ పోర్ట్ కి కేంద్రం గ్రీన్ సిగ్నల్

వరంగల్ జిల్లా మామునూర్ ఎయిర్ పోర్ట్ నిర్మాణానికి కేంద్ర ప్రభుత్వం అనుమతిని మంజూరీ చేసిందని మంత్రి కోమటిరెడ్డి వెంకట్ రెడ్డి తెలిపారు. ఈ మేరకు మామునూర్ ఎయిర్ పోర్ట్ కు అనుమతిని మంజూరీ చేస్తూ కేంద్ర పౌరవిమానయాన మంత్రిత్వశాఖ కార్యదర్శి అమిత్ కుమార్ జా, ఎయిర్ పోర్ట్ అథారిటీ ఆఫ్ ఇండియా ఛైర్మన్ కు లేఖ ద్వారా తెలియజేసినట్లు మంత్రి తెలిపారు. మామునూర్ విమానాశ్రయాన్ని అభివృద్ధి చేసి, తిరిగి కార్యకలాపాలు ప్రారంభించేందుకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ఆదేశాల మేరకు విమానాశ్రయ ప్రాధికార సంస్థ అభ్యర్థనకు కేంద్ర ప్రభుత్వం సానుకూలంగా స్పందించింది నిర్ణయం తీసుకుందని ఆయన తెలిపారు. గత పదేండ్లుగా పెండింగ్ లో ఉన్న %చీూజ% అడ్డంకిని మంత్రి కోమటిరెడ్డి వెంకట్ రెడ్డి జీఎంఆర్ సంస్థ యాజమాన్యంతో సంప్రదింపులు జరిపి, బోర్డులో పెట్టి %చీూజ% ఇచ్చేలా చేశారు. దీంతో %నాూ×ూ% తన బోర్డు ఆఫ్ డైరెక్టర్స్ మీటింగ్ ఏర్పాటు చేసుకొని మామునూర్ విమానాశ్రయ అభివృద్ధికి అడ్డంకిగా ఉన్న 150 కిలోమీటర్ల నిబంధనను సవరిస్తూ %చీూజ% ఇచ్చారు. ఇప్పుడు ఈ %చీూజ% ని కేంద్ర ప్రభుత్వం అధికారికంగా ఆమోదించిందని మంత్రి తెలిపారు. ఈ మేరకు కేంద్ర పౌరవిమానయాన మంత్రిత్వశాఖ కార్యదర్శి అమిత్ కుమార్ జా, ఎయిర్ పోర్ట్ అథారిటీ ఆఫ్ ఇండియా ఛైర్మన్ కు లేఖ ద్వారా తెలిపినట్లు మంత్రి వివరించారు. దీంతో మామునూర్ ఎయిర్ పోర్టు నిర్మాణం మరింత వేగంగా ముందుకు సాగుతుందని ఆయన ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. విమానాశ్రయ ప్రాధికార సంస్థ నోట్ నెం. ూా+/501/ఔిుతీఖఅస్త్రుశ్రీ /2025/80 తేదీ 03.02.2025 ప్రకారం, తెలంగాణ ప్రభుత్వం 05.12.2024 మరియు 17.11.2024 తేదీలలో పంపిన లేఖలను ప్రస్తావిస్తూ, హైదరాబాదు ఇంటర్నేషనల్ ఎయిర్‌పోర్ట్ లిమిటెడ్ మామునూర్ ఎయిర్ పోర్ట్ అభివృద్ధికి 'నో అబ్జెక్షన్ సర్టిఫికేట్' జారీ చేసినట్లు లేఖలో పేర్కొందని తెలిపిన మంత్రి అందుకు సంబంధించిన లేఖను విడుదల చేశారు. అంతేకాదు, మామునూర్ ఎయిర్ పోర్ట్ అభివృద్ధికి కావాల్సిన 253 ఎకరాల అదనపు భూమిని తెలంగాణ ప్రభుత్వం విమానాశ్రయ ప్రాధికార సంస్థ కి అప్పగించేందుకు ఇంతకు ముందే 205 కోట్ల రూపాయలను విడుదల చేసిన విషయాన్ని మంత్రి ఈ సందర్భంగా గుర్తు చేశారు. ఎయిర్ పోర్టుకు కావాల్సిన అన్ని అనుమతులు రావడంపై మంత్రి కోమటిరెడ్డి వెంకట్ రెడ్డి హర్షం వ్యక్తం చేశారు. అదనపు సమాచారం :కేంద్ర ప్రభుత్వం – హైదరాబాదు ఇంటర్నేషనల్ ఎయిర్‌పోర్ట్ లిమిటెడ్ మధ్య ఒప్పందం :హైదరాబాద్ గ్రీన్‌ఫీల్డ్ విమానాశ్రయ నిర్మించేటప్పుడు కేంద్రంతో.. హైదరాబాదు ఇంటర్నేషనల్ ఎయిర్‌పోర్ట్ లిమిటెడ్ సంస్థ చేసుకున్న ఒప్పందంలోని క్లాజ్ 5.2 లో 25 సంవత్సరాల లోపల, 150 కిలోమీటర్ల పరిధిలో ప్రస్తుతం అందుబాటులో ఉండి అభివృద్ధి చేసేవి మరియు మరో కొత్త దేశీయ/అంతర్జాతీయ విమానాశ్రయానికి అనుమతించరాదని ఆనాడు ూ×ూా కంద్ర ప్రభుత్వంతో ఒప్పందం చేసుకుంది. దీంతో ఈ పరిధిలో రాష్ట్రంలో ఇప్పటి వరకు మరో ఎయిర్ పోర్టు నిర్మాణం జరగలేదు. అయితే, రాష్ట్ర రోడ్లు, భవనాలు సినిమాటోగ్రఫీ శాఖామాత్యులు కోమటిరెడ్డి వెంకట్ రెడ్డి గారి అభ్యర్థన మేరకు నాూ×ూ తన బోర్డు ఆఫ్ డైరెక్టర్స్ మీటింగ్ ఏర్పాటు చేసుకొని మామునూర్ విమానాశ్రయ అభివృద్ధికి అంగీకారం తెలిపింది.

మూడు ఎకరాల వరకు రైతు భరోసా నిధులు వెంటనే విడుదల చేయండి..లబ్ధిదారుల వివరాలు గ్రామాల్లో ప్రదర్శించండి

రైతు భరోసా పథకంలో భాగంగా మూడు ఎకరాల వరకు లబ్ధిదారులకు వెంటనే నిధులు మంజూరు చేయండి అని డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్క మల్లు ఆదేశించారు. శుక్రవారం ఉదయం ప్రజాభవన్లో స్పెషల్ చీఫ్ సెక్రటరీ రామ కృష్ణారావు, వ్యవసాయ శాఖ ప్రిన్సిపల్ సెక్రెటరీ రఘునందన్ రావు, డైరెక్టర్ గోపి లతో సమీక్ష సమావేశం నిర్వహించారు. రైతు భరోసా పథకం కింద లబ్ధి పొందిన రైతుల వివరాలను గ్రామాల్లో ఫ్లెక్సీల ద్వారా ప్రచారం చేయాలని ఆదేశించారు. లబ్ధిదారుల పేర్లు అందరికీ కనిపించేలా, గ్రామాల ప్రధాన కూడళ్లలో వీటిని ఏర్పాటు చేయాలని సూచించారు.

జాబిల్లి పైకి ప్రైవేట్ కంపెనీ గ్రేస్ డ్రోన్

కేప్‌కెనవెరాల్ అంతరిక్షరేసులో ప్రైవేట్ భాగస్వామ్యాన్ని మరింత విస్తృతం చేయడానికి అమెరికా కీలక చర్యలు చేపడుతోంది. మరోసారి మానవ రహిత జాబిల్లి యాత్ర చేపట్టడానికి సిద్ధమైన నాసా , అంతకంటే ముందు చంద్రుడిపై సాఫ్ట్ ల్యాండింగ్ కోసం వరుసగా ప్రయోగాలు చేస్తోంది. తాజాగా చంద్రుడి దక్షిణ ధ్రువం వద్ద దిగేలా ఓ ప్రైవేట్ కంపెనీ చేసిన లూనార్ ల్యాండర్‌ను ప్రయోగించింది. దీని ద్వారా జాబిల్లిపై సూర్య కిరణాలు ఎన్నడూ పడని ఓ బిలం పైకి డ్రోన్‌ను పంపడానికి ప్రణాళిక రూపొందించింది.ఇంట్యూటివ్ మెషీన్స్ సంస్థ అభివృద్ధి చేసిన అథీనా ల్యాండర్‌ను స్పేస్ఎక్స్ ఫాల్కన్ 9 రాకెట్‌తో పంపించింది. నాసా కెన్నడీ స్పేస్ సెంటర్ నుంచి దూసుకెళ్లిన ఈ రాకెట్.. మార్చి 6న ఉపరితలంపై దిగేలా రూపొందించారు. 15 అడుగుల ఎత్తయిన ఈ అథీనా ల్యాండర్ దక్షిణ ధ్రువానికి 100 మైళ్ల దూరంలో ల్యాండ్ అయ్యేలా లక్ష్యాన్ని నిర్దేశించారు. ఈ ప్రాంతం జెట్ బ్లాక్ బిలానికి కేవలం 400 మీటర్ల దూరంలోనే ఉంటుంది. చంద్రుడిపై సూర్య కిరణాలు ఎప్పుడూ పడని ప్రాంతంగా జెట్ బ్లాక్ బిలాన్ని అభివర్ణిస్తుంటారు. ఈ బిలం పైకి గ్రేస్ అనే డ్రోన్‌ను పంపించడమే అథీనా ల్యాండర్ మిషన్ లక్ష్యం. కంప్యూటర్ ప్రోగ్రామింగ్ దిగ్గజం గ్రేస్ హూపర్ గుర్తుగా ఈ డ్రోన్‌కు ఆయన పేరు పెట్టారు. మూడు అడుగులు ఉండే ఈ డ్రోన్ , జాబిల్లి ఉపరితలంపై మూడు కీలక పరీక్షలు నిర్వహించనుంది. ఇందులో హైడ్రొజన్ ఇంధన థ్రస్టర్లను ఉపయోగించారు. దీంతో డ్రోన్ ఎగురుతుంది. నావిగేషన్ కోసం కెమెరా, లేజర్లను ఏర్పాటు చేశారు. డ్రోన్ ఎగురుతుండగా, దీని లోని పరికరాలు జాబిల్లి ఉపరితలాన్ని అన్వేషిస్తాయి. ఈ ల్యాండర్‌తోపాటు ఫాల్కర్ 9 రాకెట్‌లో లూనార్ ట్రయల్ బ్లేజర్ స్పేస్‌క్రాఫ్ట్‌ను కూడా నాసా చంద్రుడి పైకి పంపించింది. ఇది చంద్రుడి కక్షలో తిరుగుతూ జాబిల్లిపై నీటి జాడను అన్వేషిస్తుందని నాసా వెల్లడించింది. చంద్రుడిపై పరిశోధనల కోసం అనేక ప్రయత్నాలు చేస్తున్నారు. జనవరిలో అమెరికా, జపాన్ కంపెనీలు చంద్రుడి పైకి ల్యాండర్లను పంపాయి. టెక్సాస్ కంపెనీ ఫైర్‌పై ఏరోస్పేస్ మరోవారంలో చంద్రుడిపై అడుగుపెట్టే అవకాశం ఉంది. ప్రైవేట్ సంస్థల ప్రయోగాలకు నాసా మద్దతు అందిస్తోంది. చంద్రుడిపై ల్యాండర్‌ను పంపే విషయంలో గతంలో చేసిన పొరపాట్లు ఈ సారి జరగకుండా జాగ్రత్త పడుతున్నారు. ఇప్పటివరకు రష్యా, చైనా, అమెరికా, చైనా, భారత్, జపాన్ దేశాలు చంద్రునిపై అడుగుపెట్టాయి.

టర్కీలో మరో విడత రష్యా అమెరికా దౌత్యవేత్తల చర్చలు

అంకారా : శాంతి చర్చల దిశగా అమెరికారష్యా దౌత్యవేత్తలు టర్కీలో గురువారం భేటీ అయ్యారు. అమెరికా రాయబార కార్యాలయం దీనికి వేదికగా మారింది.ఇరు దేశాల సంబంధాలను మెరుగుపర్చుకునేందుకు చేస్తున్న యత్నాల్లో భాగంగా వాషింగ్టన్, మాస్కో లోని దౌత్య కార్యాలయాల్లో నెలకొన్న వివాదాలను చర్చించుకున్నారు. దీనిలో ఉక్రెయిన్, ఇతర రాజకీయ , భద్రతా పరమైన అంశాలను చేర్చలేదు. అమెరికా విదేశాంగ శాఖ దీనిపై మాట్లాడుతూ ఈ చర్చలు నిర్మాణాత్మకంగా కనిపిస్తున్నాయన్నారు. సమస్యలు పరిష్కారం అవుతాయా లేదా అన్నది తేలిపోతోందన్నారు. రష్యా విదేశాంగ మంత్రి సెర్గీ లవ్రోవ్ మాట్లాడుతూ తమ దేశ దౌత్యవేత్తలకు మెరుగైన పరిస్థితులు కల్పించేందుకు ఈ చర్చలు జరుగుతున్నాయన్నారు. ఉక్రెయిన్‌లో శాంతికోసం ట్రంప్ వేగంగా తీసుకుంటున్న చర్యలపై పుతిన్ స్పందించారు. అమెరికా, రష్యాల మధ్య విశ్వాసాన్ని పునరుద్ధరించకపోతే ఏమీ సాధించలేరని వ్యాఖ్యానించారు. ఈ నేపథ్యంలో తాజాగా ఇరుదేశాలు దౌత్యస్థాయిలో సమస్యల పరిష్కారానికి టర్కీలో భేటీ అయ్యాయి. రష్యాతో కూడా ట్రంప్ ఖనిజాల ఒప్పందం చేసుకుంటారన్న వార్తలు వెలువడుతుండటంతో ఈ చర్చలకు ప్రాధాన్యం పెరిగింది.

ట్రంప్‌ను కెనడాలోకి రానీయవద్దు

టోరంటో : అమెరికా అధ్యక్షుడు ట్రంప్‌ను నేరస్థుడిగా కెనడా ప్రతిపక్ష ఎన్‌డీపీ (నేషనల్ డెమోక్రటిక్ పార్టీ) నేత , ఖలిస్థానీ సానుభూతి పరుడు జగ్మీత్ సింగ్ ఆరోపించారు.ఆయనను జీ7సదస్సుకోసం కెనడా భూభాగంపై అడుగు పెట్టనీయకుండా నిషేధించాలని డిమాండ్ చేశారు. బుధవారం జగ్మీత్‌సింగ్ మాట్రియాల్ కౌన్సిల్ ఆన్ ఫారెన్ రిలేషన్స్ సమావేశంలో ఈ వ్యాఖ్యలు చేశారు. మన ప్రజాస్వామ్యానికి, సార్వభౌమత్వానికి ముప్పుగా మారి, మన ఆర్థిక వ్యవస్థను , మన మిత్రులను, ప్రపంచాన్ని బెదిరించిన వ్యక్తిని ఎందుకు అనుమతించాలని ఆయన ప్రశ్నించారు. ట్రంప్‌ను ఆపేందుకు జీ7 వేదికను వాడుకోవాలని కెనడా ప్రభుత్వాన్ని, మిత్రదేశాలను ఆయన అభ్యర్థించారు. సింగ్ ప్రకటనపై ఇప్పటివరకు కెనడా ప్రభుత్వం స్పందించలేదు. ప్రధాని కార్యాలయ ప్రతినిధి సైమన్ లాఫార్చ్యూ స్పందిస్తూ దీనిపై తాము ఎలాంటి వ్యాఖ్యలు చేయబోమని వెల్లడించారు. ట్రంప్ చేసిన వ్యాఖ్యల్లో చాలావరకు తనకు

కోపం తెప్పించాయని, అయితే ఇదే సమయంలో కలిసి పనిచేసే మార్గాలను వెతకాలని ఇంధన శాఖ మంత్రి జోనాథన్ విల్కిన్సన్ పేర్కొన్నారు. జూన్ 15 నుంచి 17 వరకు అల్బర్టాలో జీ7 సమావేశాలు జరగనున్నాయి.

నలుగురు బందీల మృతదేహాలను అప్పగించిన హమాస్

గాజా : తమ చెరలో వున్న నలుగురు బందీల మృతదేహాలను హమాస్, గురువారం తెల్లవారు జామునే రెడ్‌క్రాస్‌కు అప్పగించింది. మరోవైపు ఇజ్రాయిల్ జైళ్ళ నుండి వందలాదిమంది పాలస్తీనా ఖైదీలు విడుదలయ్యారు. మరికొద్ది రోజుల్లో కాల్పుల విరమణ ఒప్పందం ముగియనుంది. మొదటి దఫా కాల్పుల విరమణ ఒప్పందంలో భాగంగా ఇరు పక్షాలు నిబంధనలకు అనుగుణంగా తమ విధులను నిర్వర్తించాల్సి వుంది. ఇప్పటివరకు హమాస్ 33 మంది బందీలను అప్పగించగా, వీటిలో 8 మృత దేహాలు వున్నాయి. కాగా ఇజ్రాయిల్ దాదాపు 2 వేల మంది పాలస్తీనా ఖైదీలను విడుదల చేసింది. కాగా మృతదేహాల గుర్తింపు ప్రక్రియను కూడా పూర్తి చేసినట్లు ఇజ్రాయిల్ అధికారులు వెల్లడించారు. ఇజ్రాయల్ జైళ్ళ నుండి 456 మంది పాలస్తీనియన్లు విడుదల కాగా, వారిలో 97 మందిని ఈజిప్ట్‌కు తరలించారు. 37 మంది వెస్ట్ బ్యాంక్ చేరుకున్నారు. మరో ఐదుగురు ఆక్రమిత తూర్పు జెరూసలేం వెళ్ళారు. 24మంది చిన్నారులతో సహా మరికొంతమంది ఇంకా విడుదల కావాల్సి వుందని వారి విడుదల ప్రక్రియలో ఇజ్రాయిల్ కావాలనే జాప్యం చేస్తోందని హమాస్ విమర్శించింది. కాల్పుల విరమణ ఒప్పందం అమల్లో వున్నప్పటికీ గత 48 గంటల్లో గాజా ఆస్పత్రులకు 17 మృతదేహాలు వచ్చాయి. 19 మంది గాయపడినవారు చికిత్స పొందారని పాలస్తీనా ఆరోగ్య శాఖ వర్గాలు తెలిపాయి. రెండో దఫా కాల్పుల విరమణ చర్చల కోసం కైరోకు వెళ్ళాల్సిందిగా ఇజ్రాయిల్ ప్రధాని నెతన్యాహు తమ ప్రతినిధి బృందాన్ని ఆదేశించారని ప్రధాని కార్యాలయం తెలిపింది. ఈ వారాంతానికి మొదటి దఫా ఒప్పందం ముగియనుంది. దాంతో రెండో విడత ఒప్పందంపై చర్చలు ముమ్మరమయ్యాయి. కాగా, రెండో దశ ఒప్పందం కుదుర్చుకునే విషయంలో ఇజ్రాయిల్ చిత్త శుద్ధితో వ్యవహరించడం లేదని హమాస్ పొలిట్‌బ్యూరో సభ్యులు బసీమ్ నయీమ్ విమర్శించారు. బదులుగా సైనిక దాడులను ముమ్మరం చేయాలని భావిస్తోందన్నారు. గాజాకు ఈజిప్ట్‌తో గల సరిహద్దు పొడవునా గల ఫిలడెల్ఫి కారిడార్ నుండి ఇజ్రాయిల్ మిలటరీ వైదొలగేది లేదని ఇజ్రాయిల్ మీడియా వర్గాలు తెలిపాయి.

కేంద్రమంత్రి పర్యటనను వ్యతిరేకిస్తూ
డిఎంకె, విద్యార్థిసంఘాల నిరసన

చెన్నై : కేంద్ర విద్యాశాఖ సహాయక మంత్రి సుకాంత మజుందార్ పర్యటనను వ్యతిరేకిస్తూ డిఎంకె, ఫెడరేషన్ ఆఫ్ స్టూడెంట్స్ ఆర్గనైజేషన్స్ -తమిళనాడు (ఎఫ్ఎస్ఒ-టిఎన్) శుక్రవారం ఆందోళన చేపట్టాయి. ఐఐటి మద్రాస్‌లో ఒక కార్యక్రమానికి హాజరయ్యేందుకు ఆయన చెన్నై వచ్చారు. ఆందోళనల నేపథ్యంలో ఐఐటి మద్రాస్ వెలుపల భారీగా పోలీస్ సిబ్బందిని మోహరించారు.వివాదాస్పద త్రిభాషా విధానం, రాష్ట్రానికి నిధుల విడుదలపై డిఎంకె ఆందోళన వ్యక్తం చేస్తున్న సంగతి తెలిసిందే. రాష్ట్ర హక్కుల పరిరక్షణ కోసం ప్రజలంతా ఐక్యంగా ముందుకు రావాలని తమిళనాడు

ముఖ్యమంత్రి ఎంకె.స్టాలిన్ పిలుపునిచ్చారు. త్రిభాషా విధానం, డీలిమిటేషన్‌కి వ్యతిరేకంగా జరుగుతున్న పోరాటంలో పాల్గొనాలని ప్రజలను కోరారు.ప్రస్తుతం తమిళనాడు ప్రభుత్వం రెండు కీలకమైన ఛాలెంజ్‌లను ఎదుర్కొంటోందని, ఒకటి భాష, రెండు డీలిమిటేషన్. ఇవి తమిళనాడు ఆత్మగౌరవం, సామాజిక న్యాయం, ప్రజల సంక్షేమాన్ని దెబ్బతీస్తాయని అన్నారు. ఈ సందేశాన్ని ప్రజల్లోకి తీసుకువెళ్లాలని, రాష్ట్రాన్ని రక్షించుకునే ఆందోళనలో ప్రతి ఒక్కరూ భాగస్వామ్యం కావాలని సోషల్‌మీడియా ఎక్స్‌లో పేర్కొన్నారు. కర్ణాటక, పంజాబ్, తెలంగాణలు సంఘీభావం ప్రకటించాయని అన్నారు. త్రిభాషా విధానం ఇప్పటికే కేంద్రం నుండి నిధుల నిలిపివేతకు దారితీసిందని, అలాగే డీలిమిటేషన్‌తో రాష్ట్ర ప్రాతినిత్యం తగ్గించబోమని అన్నారు. తమిళనాడు సంక్షేమం, భవిష్యత్తు గురించి ఎప్పటికీ రాజీపడబోమని అన్నారు. "తమిళనాడు ప్రతిఘటిస్తుంది, తమిళనాడు విజయం సాదిస్తుంది" అని స్టాలిన్ స్పష్టం చేశారు.

నితీష్ కుమార్‌పై విరుచుకుపడిన తేజస్వియాదవ్

పాట్నా : ఇటీవలే బీహార్ మంత్రివర్గ విస్తరణ జరిగింది. బిజెపికి చెందిన ఏడుగురి ఎమ్మెల్యేలకు బీహార్ సిఎం నితీష్‌కుమార్ మంత్రిపదవుల్ని కట్టబెట్టారు. ఈ నేపథ్యంలో ఆ రాష్ట్ర ప్రతిపక్షనేత రాష్ట్రీయ జనతాదళ్ నేత తేజస్వియాదవ్ సిఎం నితీష్‌కుమార్ తీవ్రస్థాయిలో విరుచుకుపడ్డారు. బీహార్ ప్రజలు ఖతర గాడి (పాత బండి)ని కోరుకోవడం లేదని, కొత్త వాహనం కావాలని కోరుకుంటున్నారని ఆయన పేర్కొన్నారు. శుక్రవారం ఆయన మీడియాతో మాట్లాడుతూ.. 'బీహార్ సిఎం నితీష్‌కుమార్‌కు ఓ విజన్ అంటూ ఏదీ లేదు. రాష్ట్ర ప్రజలు ఆయనకు గత 20 ఏళ్లుగా అవకాశం ఇస్తూనే ఉన్నారు. ఆయన ఇన్నేళ్లలో అభివృద్ధికి కృషి చేయలేదు. దీంతో

ప్రజలు ఆయనతో విసిగిపోయారు' అని ఆయన అన్నారు. అలాగే తాజాగా రాష్ట్ర క్యాబినెట్ పదవులు దక్కించుకున్న వారిపై ఎన్ని కేసులున్నాయో ప్రజలు గమనించాలి. బహుశా నితీష్‌కుమార్ సిఎం అధికారంలో ఇదే చివరి మంత్రివర్గ విస్తరణ కానుంది. ఈ ఏడాది చివరికి (2025) ఈ రాష్ట్రంలో ఎన్‌డిఎ పని అయిపోతుంది. సిఎంగా నితీష్‌కుమార్ ఆ పదవిలో కొనసాగలేరు. ఆయన విశ్వసనీయతను కోల్పోయారు. ఈ రాష్ట్ర ప్రజలు ఇప్పుడు పాత బండి(నితీష్‌కుమార్ ప్రభుత్వాన్ని)ని కోరుకోవడం లేదు. కొత్త వాహనం కావాలని కోరుకుంటున్నారని తేజస్వి యాదవ్ మీడియాతో అన్నారు. ఇటీవల జరిగింది బీహార్ కేబినెట్ విస్తరణ కాదు. బిజెపి విస్తరణే. జెడియుని బిజెపి హైజాక్ చేసింది. జెడియుని అంతం చేయాలని బిజెపి కోరిక. జెడియులో చాలా మంది నేతలు ఉన్నారు. కానీ వారు ఆ పార్టీలో ఉన్నా.. అంతర్గతంగా బిజెపితోనే ఉన్నారు. ఈ రాష్ట్రంలో బిజెపి ఆధిపత్య శక్తిగా ఉండాలనుకుంటోంది. కానీ వారి కల కేవలం కలగానే మిగిలిపోతుంది అని తేజస్వియాదవ్ అన్నారు.

ఉద్యోగుల తొలగింపుపై ట్రంప్ యంత్రాంగానికి ఎదురుదెబ్బ

వాషింగ్టన్ : ఫెడరల్ ఉద్యోగులక తొలగింపు ఆదేశాలపై ట్రంప్ యంత్రాంగానికి ఎదురు దెబ్బతగిలింది. భారీ సంఖ్యలో ఫెడరల్ ఉద్యోగులను తొలగిస్తూ ట్రంప్ తీసుకున్న నిర్ణయాన్ని తాత్కాలికంగా నిలిపివేస్తూ యుఎస్ డిస్ట్రిక్ జడ్జి గురువారం ఉత్తర్వులు జారీ చేసింది.సాధారణంగా ఒక ఏడాదికంటే తక్కువ అనుభవం ఉన్న ప్రొబేషనరీ ఉద్యోగులతో సహా శాశ్వత ఉద్యోగులను తొలగించమని ఫెడరల్ ఏజన్సీలను ఆదేశించే అధికారం అమెరికా పర్సనల్ మేనేజ్‌మెంట్‌కు లేదని శాన్‌ఫ్రాన్సిస్కో జిల్లా జడ్జి విలియం అల్సప్ పేర్కొన్నారు. ఫెడరల్ ఏజన్సీలే తమ విభాగాల్లో సిబ్బంది నియామకాలు, తొలగింపులు నిర్వహించేలా కాంగ్రెస్ వాటికి అధికారం కల్పించిందని, ట్రంప్ నిర్ణయం చట్టవ్యతిరేకమని జడ్జి పేర్కొన్నారు. జనవరి 20న జారీ చేసిన మెమోను, ఫిబ్రవరి 14న జారీ చేసిన ఇమెయిల్‌ను ఉపసంహరించుకోవాలని ఆదేశించారు. ఈ తొలగింపులు శాస్త్ర పరిశోధన, అనుభవజ్ఞుల సేవలతో సహా పలు విభాగాలకు విస్తృతంగా హాని కలిగిస్తాయని విలియం అల్సప్ వ్యాఖ్యానించారు. అధిక ఖర్చులను తగ్గించుకునే ప్రణాళికలో భాగంగా ఫెడరల్ ఏజన్సీ ఉద్యోగులను తొలగిస్తున్నట్లు అమెరికా అధ్యక్షులు ట్రంప్, డోజ్ కోచైర్‌గా ఉన్న మస్క్ ఆదేశాలు జారీ చేసిన సంగతి తెలిసిందే. ఈ ఆదేశాలను సవాలు చేస్తూ కొన్ని కార్మిక యూనియన్లు కోర్టును ఆశ్రయించాయి.

ట్రంప్ తొలి కేబినెట్ భేటీ ప్రశ్నించే
మీడియా సంస్థలకు నో ఎంట్రీ

వాషింగ్టన్ : రెండో పదవీ కాలంలో అమెరికా అధ్యక్షుడు ట్రంప్ బుధవారం మొదటి కేబినెట్ మీటింగ్ నిర్వహించారు. ఈ సమావేశం కవరేజీకి కొన్ని మీడియా సంస్థలను వైట్‌హౌస్‌లోకి అనుమతించలేదు. మీడియా కవరేజీపై ప్రభుత్వం తీసుకువచ్చిన కొత్త విధానానికి అనుగుణంగానే ఈ నిర్ణయం తీసుకువచ్చినట్లు సంబంధిత వర్గాలు తెలిపాయి. అయితే ట్రంప్ విధానాలను విమర్శిస్తూ కథనాలను రాసిన మీడియా సంస్థలను, ప్రశ్నించే మీడియా ప్రతినిధులను ఉద్దేశపూర్వకంగానే అనుమతించలేదన్న విమర్శలు వస్తున్నాయి. రాయిటర్స్, అసోసియేటెడ్ ప్రెస్, హఫ్‌పోస్ట్, జర్మనీ వార్తాపత్రిక అయిన డెర్ తెగస్పిగల్‌లకు చెందిన

విలేకర్లను, ఫోటోగ్రాఫర్లను అనుమతించలేదు. కేవలం ఎబిసి, న్యూస్‌మాక్స్, ది బ్లేజ్, బ్లూమ్‌బెర్గ్ న్యూస్, ఎన్‌పిఆర్, యాక్సియోస్‌లకు చెందిన వారిని మాత్రమే అనుమతించారు. ఓవల్ ఆఫీసు వంటి చిన్న చిన్న ప్రదేశాల్లో నిర్వహించే పత్రికా సమావేశాలకు ఎవరెవరినీ పిలవాలనే అంశంపై వైట్‌హౌస్ నిర్ణయం తీసుకుంటుందని మంగళవారం ట్రంప్ ప్రభుత్వం వెల్లడించింది. సాంప్రదాయ మీడియా సంస్థలను ట్రంప్ రోజువారీ కార్యక్రమాల కవరేజికి అనుమతిస్తామని వైట్‌హౌస్ పత్రికా కార్యదర్శి కెరొలిన్ లెవిట్ తెలిపారు. కాగా ఈ చర్యను ఎపి, బ్లూమ్‌బెర్గ్, రాయిటర్స్ మీడియా సంస్థలు తీవ్రంగా ఖండించాయి. ఈ మేరకు మూడు సంస్థలు ఒక ప్రకటన జారీ చేశాయి. ప్రజాస్వామ్యంలో పత్రికా రంగం స్వేచ్ఛాయుతంగా, స్వతంత్రంగా వ్యవహరించాలని పేర్కొన్నాయి. పత్రికా స్వేచ్ఛను ఇది దారుణంగా ఉల్లంఘించడమేనని హఫ్‌పోస్ట్ పేర్కొంది. రాజకీయ వైఖరులతో నిమిత్తం లేకుండా అన్ని వర్గాల పాఠకులకు సకాలంలో, కచ్చితమైన వార్తలను అందించడానికే తాము కృషి చేస్తూ వుంటామని, అటువంటి ఈ చర్యలు సముచితం కాదని పేర్కొన్నాయి.

అస్సాంను దోచుకుంటున్న సిఎం

న్యూఢిల్లీ : అస్సాం సిఎం హిమంత బిశ్వ శర్మ, ఆయన కుటుంబం రాష్ట్రాన్ని దోచుకుంటున్నారని ఆల్ ఇండియా కాంగ్రెస్ కమిటీ (ఎఐసిసి) అస్సాం ఇంఛార్జ్, జనరల్ సెక్రటరీ జితేంద్ర సింగ్ అల్వార్ ఆరోపించారు. గురువారం ఢిల్లీలోని ఇందిరా భవనంలో అస్సాం కాంగ్రెస్ నేతలతో సమావేశం జరిగింది. ఈ సమావేశానికి కాంగ్రెస్ అధ్యక్షుడు మల్లికార్జున ఖర్గే, కాంగ్రెస్ నేత రాహుల్ గాంధీ హాజరయ్యారు. ఈ సమావేశంలో వచ్చే ఏడాది జరగనున్న అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో అనుసరించాల్సిన వ్యూహాలపై చర్చించడం జరిగిందని జితేంద్ర తెలిపారు. ఈ సమావేశం అనంతరం ఆయన మీడియాతో మాట్లాడుతూ.. 'అస్సాంలో ప్రజాస్వామ్యాన్ని కాపాడాలంటే.. అక్కడి అవినీతి బిజెపి ప్రభుత్వాన్ని కూల్చాలి. సమాజంలో అశాంతి

నెలకొందని అందరికీ తెలుసు. సిఎం హిమంత బిశ్వశర్మ స్థాపించిన అవినీతి లంకను నాశనం చేయాలి' అని అన్నారు. కాగా, అస్సాంలోని వివిధ ప్రాంతాలకు చెందిన సీనియర్ నేతలు కూడా నిన్న జరిగిన సమావేశానికి హాజరైనట్లు జితేంద్ర సింగ్ తెలిపారు. వచ్చే ఏడాది జరగనున్న అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో బిజెపిని ఎదుర్కోవాలంటే.. ఎలాంటి సన్నాహాలు చేయాలి? ఏవిధంగా ప్రచారాలు నిర్వహించాలి వంటి విషయాలపై ఈ సమావేశంలో చర్చ జరిగింది. అస్సాంలో మాఫియా పాలన సాగుతుందోని, సిఎం హిమంత బిశ్వశర్మ, ఆయన కుటుంబం రాష్ట్రాన్ని దోచుకుంటున్నారని సీనియర్ నేతలు కూడా అభిప్రాయపడ్డారని జితేంద్ర సింగ్ అన్నారు. రాబోయే ఎన్నికలకు సంబంధించి రాహుల్‌గాంధీ అస్సాం కాంగ్రెస్ నేతలతో ప్రత్యేకంగా చర్చించారని జితేంద్ర తెలిపారు.

ఈశాన్య ఢిల్లీ మత ఘర్షణలకు ఐదేళ్లు
సంఘీభావ సభలో బృందాకరత్

న్యూఢిల్లీ : సంఘ్ పరివార్ కుట్రలతో ఈశాన్య ఢిల్లీలో చెలరేగిన మత ఘర్షణలకు ఐదేళ్లు పూర్తయ్యాయి. మైనారిటీలను లక్ష్యంగా చేసుకొని సంఘ్ పరివార్ సాగించిన నాటి హింసాత్మక దాడుల్లో బాధితులైనవారి పక్షాన నిలబడి న్యాయం కోసం సిపిఎం ఢిల్లీ రాష్ట్ర కమిటీ పోరాటం సాగించింది. బాధిత కుటుంబాలకు స్వయం ఉపాధి శిక్షణ ఏర్పాటు చేసి ఆర్థికంగానూ చేయూతనందించింది. ఈ ఐదేళ్లూ వారికి అండదండలను అందిస్తూ వచ్చింది. ఇక ముందు కూడా న్యాయం కోసం తాము అండగా నిలబడతామని సిపిఎం పొలిట్‌బ్యూరో సభ్యులు బృందాకరత్ తెలిపారు. ఢిల్లీ రాష్ట్ర కమిటీ ఆధ్వర్యంలో ముస్తఫాబాద్‌లో గురువారం నిర్వహించిన

సంఘీభావ సభలో ఆమె ప్రసంగించారు. ఐదేళ్ల క్రితంనాటి గాయాలను మళ్లీ రేపాలని తాము అనుకోవడం లేదని, నాటి బాధితులకు సంఘీభావంగా నిలిచి, న్యాయం కోసం పోరాటాన్ని కొనసాగించాల్సిన అవసరముందని ఆమె అన్నారు. నాటి మత హింసకు కారణమైనవారు ప్రస్తుత ఢిల్లీ కేబినెట్‌లో కూర్చున్నారని, బాధితులు మాత్రం నేటికీ న్యాయం కోసం ఎదురుచూస్తున్నారని ఆమె అన్నారు. 'నాడు సిపిఎం మీ పక్షాన నిలబడింది. ఇక ముందు మీకు అండగా నిలబడుతుంది' అని సభకు హాజరైన బాధితులను ఉద్దేశించి బృందాకరత్ భరోసా ఇచ్చారు. 'ఇది ఒక హింస కాదు, ఏకపక్ష దాడి. 76 శాతం మరణాలు మైనారిటీ తరగతి నుంచే ఉన్నాయి. ఆస్తి నష్టంలోనూ 60 శాతం వారిదే. 751 ఎఫ్‌ఐఆర్‌ల ప్రకారం.. దాడులకు కారణమైనవారి అరెస్టులు ఎక్కువగా జరగడం లేదు. బాధితులనే అరెస్ట్ చేశారు. పరిహారం పూర్తిగా అందించలేదు. పరిహారానికి ఉద్దేశించిన ప్రమాణాలలో లోపాలున్నాయి" అని బృందా కరత్ ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఢిల్లీ రాష్ట్ర కమిటీ నాయకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

గాంధేయ సిద్ధాంతాలతో కాంగ్రెస్ పార్టీ పనిచేస్తుంది

- టీపీసీసీ అధికార ప్రతినిధి డా. సత్యం శ్రీరంగం

కూకట్పల్లి (మన వెలుగు) ఫిబ్రవరి 28 : టీపీసీసీ విస్తృత స్థాయి సమావేశానికి ముఖ్య అతిధిగా పాల్గొన్న రాష్ట్ర వ్యవహారాల ఇంచార్జి మీనాక్షి నటరాజన్ కి స్వాగతం పలుకుతున్న టీపీసీసీ అధికార ప్రతినిధి డా. సత్యం శ్రీరంగం గాంధీ భవన్ లో టీపీసీసీ అధ్యక్షులు మహేష్ కుమార్ గౌడ్ అధ్యక్షతన జరిగిన తెలంగాణ ప్రదేశ్ కమిటీ విస్తృతస్థాయి కార్యవర్గ సమావేశంలో తెలంగాణ కాంగ్రెస్ పార్టీ నూతన ఇన్‌చార్జ్‌గా నియమితులైన ఏఐసీసీ నాయకురాలు మీనాక్షి నటరాజన్, ముఖ్యమంత్రి రేవంత్‌రెడ్డి, ఉప ముఖ్యమంత్రి భట్టి విక్రమార్క, ఏఐసీసీ కార్యదర్శులు ముఖ్య అతిథులుగా హాజరైనారు. అలాగే ఎంపీలు, ఎమ్మెల్యేలు,ఎమ్మెల్సీలు, డీసీసీ అధ్యక్షులు సహా పలువురు పాల్గొన్నారు. ఈ సమావేశంలో రాష్ట్ర, జాతీయ రాజకీయాలతోపాటు పార్టీ సంస్థాగత అంశాలపై చర్చించరు. ఈ సందర్భంగా సత్యం శ్రీరంగం మాట్లాడుతూ రాష్ట్ర వ్యవహారాల ఇంచార్జి మీనాక్షి నటరాజన్ సీనియర్ నాయకురాలని, పార్టీలో అనేక హొదాలలో వారు పనిచేశారని, మీనాక్షి నటరాజన్ నాయకత్వంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ మరింత బలంగా మారాలని అన్నారు. కాంగ్రెస్ పార్టీ చేపడుతున్న సంక్షేమ కార్యక్రమాలను ప్రజల్లోకి తీసుకువెళ్లాలి అని అన్నారు.

దౌల్తాబాద్ లో పాలు పాఠశాల లలో సైన్స్ డే ఉత్సవాలు

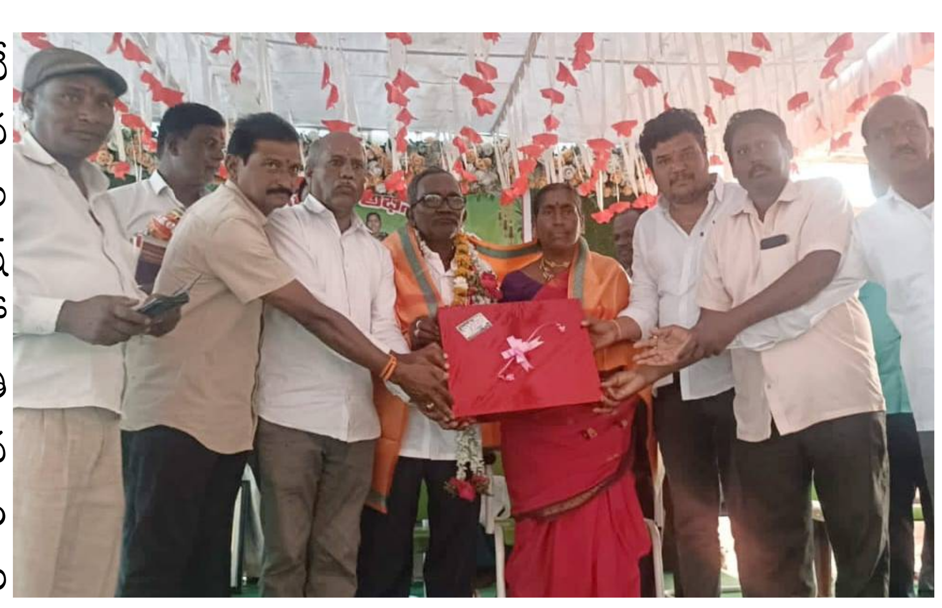
కొడంగల్ (మనవేలుగు) ఫిబ్రవరి 28 : దౌల్తాబాద్ మండల కేంద్రం లో పలు పాఠశాల్లాలో జాతీయ విజ్ఞాన దినోత్సవన్ని జరుపుకోవడం జరిగింది. వాగ్దేవి స్కూల్ లో ప్రోగ్రాం లో భాగంగా విద్యార్థులకు సైన్స్ ప్రయోగాలపై అవగాహన కల్పిస్తు చిన్న చిన్న ప్రయోగాలు చేయడం జరిగింది. 1928లో సర్ సివి రామన్ 'రామన్ ఎఫెక్ట్' యొక్క సంచలనాత్మక ఆవిష్కరణ వార్షికోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని ప్రతి సంవత్సరం ఫిబ్రవరి 28న జాతీయ సైన్స్ దినోత్సవం జరుపుకుంటారు. ఈ ఆవిష్కరణ అతనికి 1930లో భౌతిక శాస్త్రంలో నోబెల్ బహుమతిని సంపాదించిపెట్టింది, శాస్త్రాలలో నోబెల్ గెలుచుకున్న మొదటి భారతీయుడిగా ఆయన నిలిచారాని స్కూల్ ప్రిన్సిపాల్ లిరాజేందర్ సార్‌లి తెలిపారు.

పాఠశాలల్లో ఘనంగా సైన్స్ దినోత్సవాలు

- అబ్దుల్ కలాం ను ఆదర్శంగా తీసుకోవాలి....ఉపాధ్యాయులు, కవి కడారి దశరత్

నిర్మల్ ప్రతినిధి (మనవెలుగు) ఫిబ్రవరి 28 : నిర్మల్ జిల్లా సోన్ మండలం లోని సిద్దుల కుంట గ్రామ ఉన్నత పాఠశాల లో సైన్స్ దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని సి వి రామన్ చిత్రపటానికి పూలమాల వేసి ఘనంగా నివాళులర్పించారు. విద్యార్థులు తయారు చేసిన వివిధ రకాల ప్రయోగాలను ఉపాధ్యాయులకు తోటి విద్యార్థులకు ప్రయోగాత్మకంగా వివరించారు. అనంతరం విద్యార్థులకు క్విజ్ కార్యక్రమం నిర్వహించారు. సైన్స్ ఉపాధ్యాయులు టి నరేందర్ మాట్లాడుతూ సైన్స్ లేకుండా మనిషి మనుగడ సాగించలేడని నిత్య జీవితంలో సైన్స్ తప్పని సరి అవసరమని ఏదీ గుడ్డిగా నమ్మి కూడదని తెలియ జేశారు. కార్యక్రమం లో ప్రధానోపాధ్యాయులు హరీష్ రెడ్డి ఉపాధ్యాయులు కడారి దశరథ్, చంద్రశేఖర్ రావు టి నరెందర్ బి నరేందర్ భూమా రెడ్డి ముర్తూజాఖాన్, సురేఖ విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు. ఇటు ప్రయివేటు పాఠశాలలో కూడా ఘనంగా సైన్స్ఫైర్ ని జరుపుకున్నారు. విద్యార్థులు వివిధ అంశాలపై చేసిన ప్రయోగాలు అందరినీ ఆకట్టుకున్నాయి. ప్రభుత్వ ఉపాధ్యాయులను ఆహ్వానించి ప్రయివేట్ పాఠశాలలో ఘనంగా సత్కారించడం భాష్యం స్కూల్ లో చోటుచేసుకుంది.

సామాజిక సేవకుడికి సమాజ్ విభూషణ్ పురస్కారం



ముధోల్ (మన వెలుగు) ఫిబ్రవరి 28 : మానవసేవే మాధవ సేవ అనే నానుడికి అక్షరాల నిజం చేసిన ఘనత గడ్డం సుభాష్ కు దక్కుతుంది. మండల కేంద్రమైన ముధోల్ చెందిన గడ్డం సుభాష్ మహారాష్ట్రలోని భోకర్ తాలూకా మాతుల్ లో సభాపతి శిరీష్ దేశము గోర్టేకర్- మాజీ సభాపతి బాలాసాహెబ్ చేతులమీదుగా సాహిత్య సమ్మేళన కార్యక్రమంలో సమాజ్ విభూషణ్ పురస్కారం అందుకున్నారు. అత్యవసర పరిస్థితుల్లో ప్రజలకు తమ వంతు సామాజిక బాధ్యతగా సేవా కార్యక్రమాలు చేపట్టడంతో పాటు ప్రభుత్వ ఆసుపత్రిలో ప్రసవాలు, రక్తం అవసరం ఉంటే రక్తదానం చేయడం వంటి కార్యక్రమాలతో ప్రత్యేక గుర్తింపు పొందారు. అదే విధంగా తన సొంత వాహనంలో 24 గంటల పాటు స్థానికులకు అత్యవసర పరిస్థితుల్లో ఆసుపత్రికి చేర్చి ప్రాణాలను సైతం కాపాడారు. సేవా కార్యక్రమాలను గుర్తించి స్థానికంగానే కాకుండా పక్క రాష్ట్రమైన మహారాష్ట్రలో సైతం సన్మానించడం తమ ప్రాంత ప్రజల సన్మానమని పేర్కొన్నారు. మెడల్ తో పాటు సమాజ్ విభూషణ్ పురస్కార పత్రాన్ని అందించారు. గత నెల క్రితమే సమాజ్ భూషణ్ పురస్కారం సైతం అందించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ సేవా కార్యక్రమాలకు ప్రత్యక్షంగా పరోక్షంగా తనను ప్రోత్సహిస్తున్న శ్రేయోభిలాషులు, మిత్రులు, స్థానికులకు కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. పురస్కారాన్ని తన తండ్రికి అంకితం చేస్తానని పేర్కొన్నారు. తాను బ్రతికున్నన్ని రోజులు నిజాయితీతో ప్రజలకు సేవ చేస్తూనే ఉంటానని తెలిపారు. రెండు పర్యాయాలు సామాజిక సేవా కార్యక్రమాలు గుర్తించి అవార్డుకు ఎంపిక చేయడం పట్ల మహారాష్ట్రలోని ప్రముఖులకు ధన్యవాదాలు తెలిపారు. అవార్డు అందుకున్న సుభాష్ కు స్థానికులు, రాజకీయ నాయకులు, శ్రేయోభిలాషులు ప్రత్యేకంగా అభినందించారు.

నారాయణ పాఠశాలలో ఘనంగా అకాడమిక్ ఫెయిర్ ప్రదర్శన

- పురాణాలను కండ్లకు కట్టినట్టు చూపించిన విద్యార్థులను ప్రశంసించిన ఎజిఎం వేణుగోపాల్

కూకట్ పల్లి(మన వెలుగు) ఫిబ్రవరి 28 : కూకట్ పల్లి, వివేకానంద నగర్ మాధవరం నగరంలోని నారాయణ పాఠశాల విద్యార్థులు అకాడమిక్ ఫెయిర్ ప్రదర్శనను అద్భుతంగా నిర్వహించారు. విద్యార్థులందరూ తమ విభాగాలలో విజ్ఞాన ప్రతిభను చాటుతూ తల్లిదండ్రులకు మరియు ప్రేక్షకులకు కనువిందు కలిగించారు. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా వచ్చిన నారాయణ విద్యాసంస్థల ఏజీఎం వేణుగోపాల్ మాట్లాడుతూ విద్యార్థులందరూ పురాణాలను కళ్ళకు కట్టినట్లుగా చూపిస్తూ, వారు పుస్తకాలలో నేర్చుకున్న జ్ఞానాన్ని కళ్ళ ముందు అద్భుతంగా ప్రదర్శించారని ప్రశంసించారు. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్యఅతిధులుగా ప్రిన్సిపల్ శ్వేతా, ఆర్ఐ కృష్ణ, ఏవో అవినాష్, అకాడమిక్ డీన్ ప్రత్యూష,వైస్ ప్రిన్సిపల్స్ కవిత,లక్ష్మీ ఉపాధ్యాయులు,పాఠశాల సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

ఆలయంలో సీసీ కెమెరాలను ప్రారంభించిన సీఐ

గొల్లపెల్లి (మన వెలుగు) ఫిబ్రవరి 28 : జగిత్యాల జిల్లా గొల్లపెల్లి మండలం చిల్వకోడుర్ గ్రామంలో శ్రీ రామలింగేశ్వర ఆలయంలో ఆలయ కమిటీ ఏర్పాటు చేసిన సీసీ కెమెరాలను ధర్మపురి సీఐ రామ్ నర్సింహారెడ్డి,గొల్లపెల్లి ఎస్సై %జుు%.సతీష్ కలిసి సీసీ కెమెరాలు ప్రారంభించారు అనంతరం సిఐ మాట్లాడుతూ మసీదుల్లో చర్చల్లో అధిక రద్దీ ఉండే ప్రదేశాలలో ఒక్క సిసి కెమెరా పదిమంది పోలీసులతో సమానం అని నేను నియంత్రణలో సీసీ కెమెరాలు కీలకమని సిఐ తెలిపారు. అలాగే ఈ సందర్భంగా శ్రీ రామలింగేశ్వర స్వామి ఆలయ కమిటీ చైర్మన్,వైస్ చైర్మన్ కమిటీని అభినందించి సాల్వ్ తో సన్మానించడం జరిగింది ఈ కార్యక్రమంలో చైర్మన్ దాసరి తిరుపతి గౌడ్ వైస్ చైర్మన్ సింగారపు కొమురయ్య నక్క కొమురయ్య సికినికాంతం నాగయ్య గంధం నర్సయ్య అల్లాడి వేణు అల్లాడి గోపి గట్ల శ్రీధర్ ఆలయ అర్చకులు బజరంగం మరియు గ్రామస్తులు పాల్గొన్నారు.

వాగులో పడి ఇద్దరు చిన్నారులు మృతి

చందంపేట (మన వెలుగు) ఫిబ్రవరి 28 : చందంపేట వాగులో పడి ఇద్దరు చిన్నారులు మృతి చందంపేట మండలం నక్కలగండి తండా సమీపంలోని డిండి వాగులో పడి అన్నదమ్ములు హరి ప్రసాద్(8), బిట్టు(6) మృతి చెందారు. శు క్రవారం సాయంత్రం వాగు సమీపంలో ఉన్న అన్న వద్దకు వెళు న్న చిన్నారులు, నీటిలోతు తెలియక వాగులోకి దిగి నీట మునిగి మృత్యువాత పడ్డారు. చిన్నారులు ఇంటి వద్ద లేకపోవడం, వాగు ఒడ్డున బట్టలు ఉండడంతో కుటుంబ సభ్యులు వాగులో వెతకగా చిన్నారుల మృతదేహాలు లభ్యమయ్యాయి. చిన్నారుల మృతితో తండాలో విషాదచాయలు అలుముకున్నాయి.

రక్త కణాలు దానం చేసినా బొరిగాం సాయిరెడ్డి

ముధోల్ (మన వెలుగు) ఫిబ్రవరి 28 : భైంసా పట్టణంలోని అరుష ఆసుపత్రిలో అశ్విని మూడు సంవత్సరాల పాపా కు ఎమర్జెన్సీ ఓ పాజిటివ్ ఎర్ర రక్త కణాలు అవసరం ఉండగా డాక్టరు నరేష్ చెప్పగానే ఫోన్ చేసిన వెంటనే ముధోల్ మండలం బోరిగం నుండి సాయిరెడ్డి స్పందించి జీవందన్ బ్లడ్ బ్యాంక్ రక్తనిధి కేంద్రానికి వచ్చి తన అమూల్యమైన ఓ పాజిటివ్ రక్తం ఇవ్వడం జరిగింది. ఒక నిండు ప్రాణాన్ని కాపాడడం జరిగింది. రక్తం ఇచ్చిన దాత సాయి రెడ్డి కు ప్రత్యేక ధన్యవాదలు తెలిపారు. ఇప్పటి వరకూ 15 సార్లు రక్తం ఇవ్వడం జరిగింది. ఇలాగానే ప్రతి ఒక్కరు ముందుకు రావాలని మనస్ఫూర్తిగా కోరారు. రక్తదానం ద్వారా మూడు ప్రాణాలను కాపాడవచ్చు. 18 నుండి 60 సంవత్సరాల మధ్య వయస్సు కలిగిన ప్రతి వ్యక్తి రక్తదానం చేసి మానవత్వాన్ని చాటవచ్చు. ఈ సంఘటన ద్వారా సాయి రెడ్డి చూపించిన ఆదర్శం సమాజంలో అందరికీ స్ఫూర్తిగా నిలుస్తుంది. ఆపదలో మేమున్నాం అంటున్న బ్లడ్ డోనర్స్ గ్రూప్ అండ్ టీం భైంసా.

చస్తున్న జలాచరాలు...చెరువులో నుంచి జలం మాయం

- **రోడ్డు పనుల్లో నిబంధనలు బేఖాతరు**
- **అనుమతుల్లేకుండా చెరువు నీటిని తోడేస్తున్న రోడ్డు కాంట్రాక్టర్**
- **నీరులేక చనిపోతున్న జలచర జీవులు**

ముధోల్ (మన వెలుగు) ఫిబ్రవరి 28 : ముధోల్ నుండి అబ్దుల్లాపూర్ వరకు వేస్తున్న బిటి రోడ్డు నిర్మాణ పనుల్లో సదరు కాంట్రాక్టర్ నిబంధనలు బేఖాతరు చేస్తున్నారు. రోడ్డు నిర్మాణంలో భాగంగా దుమ్ము లేవకుండా ఉండడానికి ఎప్పటికప్పుడు నీటిని వేస్తూ వాహనదారులకు ఇబ్బందులు లేకుండా చూడాలి. అయితే నీటి కోసం విట్టోలి గ్రామ సమీపంలో ఉన్న చెరువు నీటిని తొడేస్తూ రోడ్డుకి వాడుతున్నారు. ఎలాంటి అనుమతులు లేకుండా ఇలా చెరువు నీటిని తోడడం ప్రభుత్వ నియమాలను తుంగలో తొక్కడమే. ఇలా చెరువు నీటిని తొడేస్తే జలచరజీవులు మరణిస్తున్నాయి. అంతే కాకుండా వేసవి కాలంలో మూగజీవాలకు సైతం చెరువునీరే వారి జీవనానికి ఆధారం. మూగ జీవాలకు,జలచర జీవులకు నీరు లేకుండా చేయడం ఆ నీటిని రోడ్డుకు వాడి ఎలాంటి వ్యయం లేకుండా కాంట్రాక్టర్ చేతులు దులుపుకుంటున్నారు.

చెరువు నీరు ఖాళీ చేస్తున్న అంశంపై వివరణ: బిటి రోడ్డు నిర్మాణంలో చెరువు నీటిని తొడేస్తున్నారని ఇరిగేషన్ ఏఈ దేవేందర్ ను వివరణ కోరగా చెరువు నీటిని తోడడం నిబంధనలు ఉల్లంఘించడమేనని తెలిపారు. చెరువు నీటిని వాడడానికి ఎలాంటి అనుమతులుండవని స్పష్టం చేశారు. చెరువు నీటిని ఖాళీ చేసిన యెడల చర్యలు తీసుకోవడం జరుగుతుందని పేర్కొన్నారు.

స్మార్ట్‌ఫోన్ సర్వీస్ సెంటర్లను

మూలంగా మారుస్తున్న శామ్‌సంగ్

శామ్‌సంగ్, భారతదేశపు అతిపెద్ద వినియోగదారుల ఎలక్ట్రానిక్స్ బ్రాండ్, తన స్మార్ట్‌ఫోన్ కస్టమర్ సర్వీస్ అనుభవాన్ని మరింత ఉన్నతస్థాయికి తీసుకెళ్లడానికి సేవా కేంద్రాలను సమూలంగా పునరుద్ధరిస్తోంది. ప్రీమియం కస్టమర్ కేర్ మీద బలమైన దృష్టి సారించి, అమ్మకాల తర్వాత అత్యుత్తమైన మద్దతుకు శామ్‌సంగ్ నిబద్ధతను బలోపేతం చేస్తూ, సజావు సర్వీస్-టు-సేల్స్ ప్రయాణాన్ని ఏర్పాటు చేయడం ఈ చొరవ లక్ష్యం. యువ మరియు డైనమిక్ కస్టమర్ బేస్ యొక్క అభివృద్ధి చెందుతున్న అంచనాలను తీర్చడానికి, శామ్‌సంగ్ తన సేవా కేంద్రాలను ఇంటిగ్రేటెడ్ ఓమ్ని-ఛానల్ అనుభవానికి అనుగుణంగా పునర్నిర్మించింది. ఈ ఆధునికీకృత కేంద్రాలు, అధునాతన డిజిటలైజ్డ్ ప్రక్రియలతో కూడినవిగా ఉండి, వేగవంతమైన, సమర్థవంతమైన సేవను అందించడానికి రూపొందించబడ్డాయి. వైవిధ్యమైన ఉత్పత్తి పోర్ట్‌ఫోలియోను ప్రదర్శించడమే కాకుండా, ఖచ్చితమైన సమస్యను గుర్తించేందుకు అత్యాధునిక డయాగ్నొస్టిక్ సాధనాలను వినియోగించడం ద్వారా, శామ్‌సంగ్ తన సాంకేతిక అగ్రభాగాన్ని మరింత బలోపేతం చేస్తోంది. అప్‌గ్రేడ్ చేయబడిన సర్వీసు కేంద్రాలు సాంప్రదాయ లేఅవుట్లకు భిన్నంగా, అధునాతన డిజైన్‌తో మరింత సౌకర్యవంతమైన లాంజ్ వంటి వాతావరణాన్ని అందిస్తాయి. ఇందులో అంతర్నిర్మిత వైర్‌లెస్ ఛార్జింగ్ స్టేషన్లు మరియు ఖరీదైన సోఫా-శైలి సీటింగ్ ఉంటాయి, వినియోగదారులు మరింత ఆహ్లాదకరమైన అనుభవాన్ని పొందగలరు. పునఃరూపకల్పన చేసిన గోడలు శామ్‌సంగ్ యొక్క ధరించగలిగిన ఉత్పత్తుల విస్తృత శ్రేణిని హైలైట్ చేస్తాయి, కాగా అల్ట్రా-లార్జ్ డిజిటల్ స్క్రీన్లు తాజా ఉత్పత్తి ఆవిష్కరణలను చూపించి సందర్శకులకు లీనమయ్యే అనుభవాన్ని అందిస్తాయి. కస్టమర్ పరస్పర చర్యలను మెరుగుపరచడానికి, ప్రత్యేక కియోస్కులు సందర్శకులకు ఉత్పత్తి మద్దతు నిపుణులతో కనెక్ట్ అవ్వడానికి, కొత్త ఉత్పత్తి ఆవిష్కరణలను అన్వేషించడానికి మరియు ప్రత్యేక ఆఫర్లు మరియు తగ్గింపులపై తాజాగా ఉండటానికి వీలు కల్పిస్తాయి. ఆన్‌లైన్ అపాయింట్‌మెంట్ బుకింగ్ వ్యవస్థ వినియోగదారులకు వారి సందర్శనలను ముందుగానే షెడ్యూల్ చేయడానికి వీలు కల్పిస్తుంది, కనీస వేచి ఉండే సమయాలతో ఇబ్బంది లేని అనుభవాన్ని నిర్ధారిస్తుంది. శామ్‌సంగ్ ప్రస్తుతం ఫిజికల్ సర్వీస్ సెంటర్లు, రెసిడెంట్ ఇంజనీర్లు మరియు కలెక్షన్ పాయింట్లతో సహా భారతదేశం అంతటా 3,000కి పైగా సర్వీస్ టచ్ పాయింట్లను నిర్వహిస్తోంది. సర్వీస్ సెంటర్ పునఃరూపకల్పన ప్రారంభించడం కీలక నగరాల్లో దశలవారీగా అమలు చేయబడుతుంది, ఇది దేశవ్యాప్తంగా మెరుగైన కస్టమర్ అనుభవాన్ని నిర్ధారిస్తుంది.

సమీప కాలంలో మార్కెట్లలో అస్థిరత..!

భారత స్టాక్ మార్కెట్లు సమీప కాలంలో అస్థిరంగా ఉంటాయని ప్రముఖ ఫైనాన్సియల్ సర్వీసెస్ సంస్థ పిఎల్ క్యాపిటల్ ప్రభుదాస్ లీలాధర్ అంచనా వేసింది. గతేడాది డిసెంబర్‌తో ముగిసిన నాలుగో త్రైమాసికంలో సూచీలు స్థిరీకరణ స్థాయికి చేరాయని పేర్కొంది. భవిష్యత్తులో అధిక మూలధనం వ్యయం, పన్ను కోతలు, వినియోగదారుల డిమాండ్ పునరుద్ధరణ నేపథ్యంలో విదేశీ సంస్థాగత మదుపర్ల పెట్టుబడులు సానుకూలంగా మారే అవకాశం ఉందని విశ్లేషించింది. వచ్చే 12 నెలల్లో నిఫ్టీ 25,689కి చేరొచ్చని భావించింది. మంగళవారం నాటికి ఈ సూచీ 22,547కు పడిపోయిన విషయం తెలిసిందే. ఇటీవల కేంద్ర ప్రభుత్వం ఆదాయపు పన్ను పరిమితిని రూ.12 లక్షలకు పెంచడం ద్వారా రూ.1 లక్ష కోట్లు వినిమయంలోకి రావొచ్చని తెలిపింది. పెంచిన ప్రభుత్వ వ్యయాలు మార్కెట్లకు మద్దతును అందించే అవకాశం ఉందని పేర్కొంది.

ఇన్ఫోసిస్ ఉద్యోగులకు 20 శాతం వేతనం పెంపు

దేశంలోనే రెండో అతిపెద్ద ఐటి కంపెనీ ఇన్ఫోసిస్ తన ఉద్యోగులకు తీపికబురు అందించింది. అర్హులైన ఉద్యోగులకు వేతనాలు పెంచుతున్నట్లు తెలిపింది. ఉద్యోగులకు సగటున 5 నుంచి 8 శాతం వరకు జీతాన్ని పెంచినట్లు తెలుస్తోంది. అత్యుత్తమ ప్రతిభ కనబరిచిన ఉద్యోగులకు 20 శాతం వేతనాలు పెంచినట్లు జాతీయ మీడియా సంస్థలు కథనాలు ప్రచురించాయి. ఉద్యోగులను మూడు విభాగాలుగా వర్గీకరించింది.. సంస్థ లక్ష్యాలను అందుకున్న వారికి 5-7 శాతం జీతాన్ని పెంచింది. అంతకంటే మెరుగ్గా పని చేసిన వాళ్లకు 7-10 శాతం, అత్యుత్తమ ప్రదర్శన చూపిన వారికి 10-20 శాతం వరకు వేతనం పెంచింది. మరోవైపు అతి తక్కువ పనితీరు కనబర్చిన ఉద్యోగులకు జీతాన్ని పెంచలేదని తెలుస్తోంది. నూతన వేతన పెంపు జనవరి ఒక్కటో తేది నుంచే అమల్లోకి వచ్చింది. చివరి సారిగా 2023 నవంబర్‌లో వేతన పెంపుదల చేసింది.

లేట్ నైట్ భోజనంతో ఇన్ని రకాల వ్యాధులా...?

త్వరగా భోజనం ముగించేయడం వల్ల మన శరీరం సహజ ప్రక్రియకు అనుగుణంగా సాగుతుందని దీని వల్ల ఎన్నో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నాయని పరిశోధనలు నొక్కి చెప్తున్నాయి. సెల్ మెటబాలిజంలో ప్రచురించబడిన 2022 అధ్యయనంలో ఆలస్యంగా తినేవారిలో కేలరీలు నెమ్మదిగా బర్న్ అవుతాయని, కొవ్వు జీవక్రియకు అంతరాయం కలుగుతుందని తేలింది. ఇది కొవ్వు నిల్వను ప్రోత్సహిస్తుంది. లేట్ నైట్ భోజనం కూడా ఆకలి హార్మోన్లలో మార్పుతో ముడిపడి ఉంటుంది. దీని వలన మీరు త్వరగా బరువు పెరగిపోవడం, దీర్ఘకాలిక జబ్బుల బారిన పడే ప్రమాదాలున్నాయని పరిశోధకులు చెప్తున్నారు. ఆరోగ్యంగా ఉండేందుకు కొందరు రకరకాల వ్యాయామాలతో పాటు డైట్స్ పాటిస్తుంటారు. అందులో భాగంగా ఆలస్యంగా భోజనం చేయడం లేదా రాత్రిపూట అల్పాహారం మాత్రమే తీసుకోవడం వంటివి చేస్తుంటారు. ఇలాంటి అలవాట్లు మీ శరీర సహజ ప్రక్రియలను దెబ్బతీస్తాయి. దీనివల్ల నిద్రకు అంతరాయం కలుగుతుంది. అంతేకాదు బరువు పెరగడంతో పాటు గుండె జబ్బులు, మధుమేహం వంటి దీర్ఘకాలిక వ్యాధుల ప్రమాదం పెరుగుతుందని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. మీ జీవన శైలి అలవాట్లే మీ ఆరోగ్య పరిస్థితిని, భవిష్యత్తులో మీకొచ్చే జబ్బులను నిర్ణయిస్తుంది. అందులో సరైన సమయానికి భోజనం చేయడం కూడా ఒకటి. అసలు రోజులో ఏ సమయంలో తినాలి? ఎంత మేరకు తినాలి వంటి విషయాలు చాలా మంది నిర్లక్ష్యం చేస్తుంటారు. 2024లో జరిపిన పరిశోధనల ప్రకారం.. రాత్రి భోజనం త్వరగా ముగించేవారిలో ఊబకాయం వచ్చే ప్రమాదం తక్కువగా ఉందని వెల్లడైంది. రక్తంలో చక్కెర నియంత్రణ, జీవక్రియ పనితీరు కూడా మెరుగ్గా ఉందని తేల్చారు. లేటుగా, అస్తవ్యస్తమైన సమయాల్లో భోజనం చేసే వారి కంటే వీరు బరువును బాగా నియంత్రించుకోవచ్చని తేలింది. సాయంత్రం 6 లేదా 7 గంటలలోపు డిన్నర్ ముగించేవారు ఇతరుల కంటే యవ్వనంగా, ఆరోగ్యంగా ఉంటున్నారని ఈ పరిశోధనలో వెల్లడైంది. రాత్రి 7 గంటలలోపు రాత్రి భోజనం ముగించడం ఆరోగ్యకరమైనదిగా నిపుణుల సూచిస్తున్నారు. అయితే, ఇది కుటుంబం, మనం చేసే పనివేళలు వంటి విషయాల మీద ఆధారపడి ఉంటుంది. ముఖ్యంగా ఆడవారు అందరి కంటే చివరగా రాత్రి భోజనం ముగిస్తుంటారు. కానీ, ఇలా చేయడం వల్ల శారీరకంగానే కాదు జీవక్రియల పరంగా కూడా ఎన్నో వ్యాధులు వచ్చే ప్రమాదం ఉంది. రాత్రి త్వరగా భోజనం చేయడం కుదరని వారు వారు తీసుకునే ఫుడ్ లో కేలరీలు తక్కువగా ఉండేలా చూసుకోవాలి. ఎందుకంటే రాత్రి మనం రెస్ట్ తీసుకునే సమయం. ఉదయం పూట శ్రమించే పనుల వల్ల ఎక్కువ కేలరీలు శరీరానికి అవసరం అవుతాయి. కానీ, రాత్రి కొద్దిపాటి కేలరీలు కలిగిన భోజనం తీసుకోవడం బెటర్ అంటున్నారు. తృణధాన్యాలు, పిండి పదార్థాలు కలిగిన కూరగాయలు, నాన్-స్టార్చ్ కూరగాయలు, లీన్ ప్రోటీన్లు కలిగినవి భోజనంలో భాగం చేసుకోవాలి. చాలా మంది భోజన సమయానికి ముందు అతిథులు రావడం వల్లనే మరే ఇతర కారణాల వల్లనే స్నాక్స్ తీసుకుంటుంటారు. ఇది ఎక్కువ కాలం కొనసాగితే మీ ఆహారపు అలవాట్లపై తీవ్ర నష్టం కలిగిస్తుంది. మీరు భోజన సమయానికి ముందు చిరుతిండ్లు మానుకోవాలి. లేదంటే అవి మీరు తినే సమయంలో ఆకలిని తగ్గించేస్తాయి. శరీరానికి అవసరమైన ముఖ్యమైన పోషకాలను అందకుండా చేస్తాయి. భోజనానికి బదులుగా టిఫిన్లతో కడుపు నింపుకోవడం కూడా సరికాదు. అన్ని రకాలు పోషకాలైన కూరగాయలు, పప్పులతో కూడిన భోజనం చేయడం ఎంతో అవసరం.

తొలి హైపర్‌లూప్ టెస్ట్ ట్రాక్ రెడీ

బుల్లెట్ రైలు గంటకు 450 కి.మీ వేగంతో నడుస్తుంది. హైపర్‌లూప్‌లోని రైళ్లు ఏకంగా గంటకు 1100 కిలోమీటర్ల వేగంతో నడుస్తాయి. ఇప్పుడు దేశంలోనే తొలి హైపర్‌లూప్ టెస్ట్ ట్రాక్ పూర్తిగా రెడీ అయింది. దీన్ని ఐఐటీ మద్రాస్ తయారు చేసింది. ఈ ట్రాక్ పొడవు 410 మీటర్లు. దీన్ని ఐఐటీ మద్రాస్ క్యాంపస్‌లోనే నిర్మించారు. ఈ ప్రాజెక్టును పూర్తి చేయడానికి భారత రైల్వేశాఖ ఆర్థిక సహాయం అందించింది. ఐఐటీ మద్రాస్ విద్యార్థులు 'ఆవిష్కార్ హైపర్‌లూప్' పేరుతో ఒక బృందంగా ఏర్పడి ఈ హైపర్ లూప్ ట్రాక్‌ను తయారు చేశారు. ఇందులో 11 కోర్సులకు చెందిన 76 మంది అండర్ గ్రాడ్యుయేట్లు, పీజీ విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు. ఈ హైపర్‌లూప్ ట్రాక్‌పై త్వరలో ట్రయల్ రన్‌లు ప్రారంభమవుతాయి. ఈ ట్రయల్స్ సక్సెస్ అయితే ఈ అత్యాధునిక ప్రజా రవాణా వ్యవస్థను మనదేశ వ్యాప్తంగా పెద్ద ఎత్తున వినియోగంలోకి తీసుకురావచ్చు. 'హైపర్ లూప్' అంటే ప్రత్యేకమైన వాక్యూమ్ ట్యూబ్. ఈ ట్యూబ్‌లో ప్రత్యేకమైన రైల్వే ట్రాక్ ఉంటుంది. "హైపర్‌లూప్ ట్యూబ్‌లోని 'లూప్' అంటే అత్యల్ప గాలి పీడనంతో కూడిన ట్యూబ్. పాడ్ అనే మరో భాగం కూడా ఇందులో ఉంటుంది. ఇది రైలు బోగీ లాంటి వాహనం. టెర్మినల్ అంటే హైపర్‌లూప్ బోగీలు ఆగే ప్రదేశం. హైపర్ లూప్ ట్రాక్‌పై నుంచి అధిక వేగంతో రైలు దూసుకుపోతుంది. దీనివల్ల ఎలాంటి ట్రాఫిక్ అంతరాయాలు లేకుండా రైళ్లను నడిపే అవకాశం కలుగుతుంది. ఫలితంగా ప్రయాణికులకు ఎంతో సమయం ఆదా అవుతుంది. రైలు వేగం పెరుగుతుంది. అతి తక్కువ సమయంలోనే గమ్యస్థానాన్ని చేరుకోవచ్చు. ఢిల్లీ నుంచి ముంబైకి, ముంబై నుంచి పూణేకు, హైదరాబాద్ నుంచి విజయవాడకు కేవలం అరగంటలోనే మనం చేరుకోవచ్చు. వాక్యూమ్ ట్యూబ్‌లో ప్రయాణం జరగడం వల్ల ప్రమాదాలు జరిగే అవకాశాలు కూడా తగ్గిపోతాయి. ఈ వాక్యూమ్ ట్యూబ్‌లోని రైలులో ప్రయాణించే వారి కోసం ఆక్సిజన్ వసతి, వెంటిలేషన్ సౌకర్యం ఉంటాయి. కాబట్టి ఇందులో సేఫ్‌గా ప్రయాణించొచ్చు. దేశంలోనే తొలి హైపర్‌లూప్ టెస్ట్ ట్రాక్ వీడియోను తాజాగా భారతదేశ రైల్వే మంత్రిత్వ శాఖ ఎక్స్ వేదికగా విడుదల చేసింది.

బంగారానికి అధిక ధరల దెబ్బ సగానికి తగ్గిన దిగుమతులు

పేద, సామాన్యులకు బంగారం ధరలు అందుబాటులో లేకుండా పోవడంతో పసిడికి డిమాండ్ పడిపోతోంది. దీంతో దిగుమతులు సగానికి తగ్గనున్నాయని రిపోర్టులు వస్తోన్నాయి. ఈ ఏడాది ఫిబ్రవరిలో బంగారం దిగుమతులు 15 టన్నులకు పరిమితం కానుందని రాయిటర్స్ ఓ రిపోర్ట్‌లో పేర్కొంది. ఏడాది క్రితం నాటి దిగుమతులతో పోల్చితే 85 శాతం క్షీణించి.. 20 ఏళ్ల నాటి కనిష్ట స్థాయికి పడిపోవచ్చని అంచనా వేసింది. ఈ ఏడాది జనవరిలోని 30-35 టన్నుల దిగుమతులతో పోల్చితే దాదాపుగా సగానికి క్షీణించొచ్చని విశ్లేషించింది. అంతర్జాతీయ బులియన్ మార్కెట్‌లో సోమవారం ఔన్స్ ధర రికార్డ్ స్థాయిలో 2,956 డాలర్లకు ఎగిసింది. అధిక ధరల కారణంగా డిమాండ్ భారీగా తగ్గింది. అమెరికా వాణిజ్య సుంకాల దాడికి తోడు ప్రపంచ ఆర్థిక అనిశ్చితి, భౌగోళిక ఆందోళనలు బంగారం ధరలకు ఆజ్యం పోస్తున్నాయి. వీటికి తోడు డాలర్‌తో రూపాయి మారకం విలువ భారీగా క్షీణించి పసిడి ధరలను ఎగిసిపడేలా చేస్తోన్నాయి. 2025 జనవరిలో బంగారం దిగుమతులు 30-35 టన్నులకు పడిపోయి.. ఆరు నెలల కనిష్ట స్థాయి వద్ద నమోదయ్యాయని పరిశ్రమ వర్గాలు తెలిపాయి. ప్రస్తుత నెలలో డిమాండ్ మరింత సన్నగిల్లిందని రిద్దిసిద్ధి బులియన్స్ మేనేజింగ్ డైరెక్టర్ పృథ్వీరాజ్ కొఠారి పేర్కొన్నారు. దేశీయంగా డిమాండ్ తక్కువగా ఉండటం, రికార్డు స్థాయిలో పెరిగిన ధరల కారణంగా ఈ నెలలో బంగారం దిగుమతులు 50 శాతం తగ్గొచ్చన్నారు. దేశంలో వివాహాల సీజన్ కొనసాగుతున్నప్పటికీ డిమాండ్ తక్కువగానే ఉందన్నారు. ధరలు పెరగక ముందు కొన్ని బ్యాంక్‌లు దిగుమతి చేసుకున్న బంగారాన్ని తిరిగి అమెరికాకు పంపిస్తున్నాయన్నారు. దీంతో అధిక రాబడులను పొందుతున్నాయన్నారు. భారత్‌లోని ఆభరణాల తయారీదారుల కోసం టోకుగా ఒక్క ఔన్స్‌పై 23 డాలర్ల తగ్గింపును అందిస్తోన్నాయన్నారు.

హైదరాబాద్‌లో ఎజిలీసియం 'జీసీసీ' 2,000 మందికి ఉద్యోగాలు

హైదరాబాద్‌లో మరో అంతర్జాతీయ సంస్థ తన గ్లోబల్ కేపబిలిటీ కేంద్రాన్ని (జీసీసీ) ఏర్పాటు చేస్తోంది. లైఫ్ సైన్సెస్, ఫార్మా కంపెనీలకు జనరేటివ్ ఏఐ ఆధారిత వినూత్న డేటా అనలిటికల్ సేవలందించే అమెరికా కంపెనీ ఎజిలీసియం 'లైఫ్ సైన్సెస్ ఇన్నోవేషన్ అండ్ టాలెంట్ డెవలప్‌మెంట్ లాబ్' పేరుతో ఈ జీసీసీని ఏర్పాటు చేస్తోది. ఇందుకోసం ఇప్పటికే బయోటెక్నాలజీ, లైఫ్ సైన్సెస్, ఇంజినీరింగ్ రంగాలకు చెందిన 50 మంది నిపుణుల నియామకాలు పూర్తి చేసినట్టు కంపెనీ వ్యవస్థాపకులు, సీఈఓ రాజబాబు 'బయో ఏషియా, 2025' సందర్భంగా జరిగిన విలేకరుల సమావేశంలో చెప్పారు. 2027 నాటికి తమ హైదరాబాద్ జీసీసీలో 2,000 ఉద్యోగాలు కల్పించబోతున్నట్టు తెలిపారు. లైఫ్ సైన్సెస్ కంపెనీల పరిశోధన, అభివృద్ధి కార్యక్రమాలకు, వాటి అమ్మకాలు, మార్కెటింగ్‌కు జెనరేటివ్ ఏఐ ఆధారిత వినూత్న డేటా సేవలందించడం ఎజిలిసిఎం కంపెనీ ప్రత్యేకత. మౌలిక సదుపాయాలతో పాటు నిపుణులైన ఉద్యోగుల లభ్యతను దృష్టిలో ఉంచుకుని హైదరాబాద్‌లో తమ జీసీసీ కేంద్రాన్ని ఏర్పాటు చేస్తున్నట్టు రాజబాబు చెప్పారు. ప్రస్తుతం తమకు ఉన్న యాభైకి పైగా క్లయింట్లలో 10 నుంచి 20 శాతం భారతీయ కంపెనీలన్నారు.

పన్ను ఎగవేతదారులపై ఐటీ నజర్

గడిచిన రెండు ఆర్థిక సంవత్సరాల్లో (2022-23, 2023-24) పన్ను మినహాయింపుల్లో అవకతవకలకు పాల్పడినట్లుగా అనుమానిస్తున్న 40,000 మంది పన్ను చెల్లింపుదారులపై ఐటీ శాఖ నిఘా పెట్టింది. టీడీఎస్ (మూలస్థానంలో పన్ను వసూలు) క్లెయిమ్స్‌లో అవకతవకతలను గుర్తించేందుకు కేంద్ర ప్రత్యక్ష పన్నుల బోర్డు (సీబీడీటీ) సమగ్రమైన 16 అంచెల వ్యూహాన్ని రూపొందించింది. అనుమానిత పన్ను చెల్లింపుదారుల ఐటీ రిటర్నులను పునఃసమీక్షించేందుకు ఆదాయపు పన్ను శాఖకు చెందిన డేటా అనలిటిక్స్ బృందం ఇప్పటికే జాబితాను సిద్ధం చేసినట్లు తెలిసింది. తొలుత వారికి నోటీసు పంపి, వారి రిటర్నుల్లో ఏమైనా తప్పులుంటే సరిదిద్దుకునేందుకు ఓ అవకాశం ఇవ్వనున్నట్లు సీనియర్ అధికారి ఒకరు తెలిపారు. తరచుగా ఇలాంటి తప్పులకు పాల్పడుతున్నవారిపై, ముఖ్యంగా ముందస్తు పన్ను చెల్లింపులు- పన్ను మినహాయింపుల్లో వ్యత్యాసం ఉన్న కేసులు, మినహాయింపుదారు వివరాల్లో తరచుగా సవరణలు జరుగుతున్న సందర్భాలపై ఐటీ డిపార్ట్‌మెంట్ ప్రధానంగా దృష్టిసారించనున్నట్లు సమాచారం.

TEL:T/TG/2024/0814
మన వెలుగు
ప్రతి వార్త ప్రజల వైపు తెలుగు దినపత్రిక
MANA VELUGU TELUGU DAILY

పిల్లలు హైట్ పెరగట్లేదా..

తమ పిల్లలు ఎత్తు పెరగకపోతే అది తమ జీన్స్ కారణంగా అని కొందరు భావిస్తుంటారు. కానీ, ఇది అన్ని సార్లు నిజం కాదు. పిల్లలకు సరైన వ్యాయామం, పోషకాహారం అందితే మగపిల్లలైతే తండ్రికన్నా, ఆడపిల్లలైతే తల్లి కన్నా ఎత్తు పెరిగే అవకాశాలు చాలానే ఉంటాయి. మీ పిల్లలకు ఏం తినిపిస్తున్నారు. వారు రోజంతా ఎలాంటి ఆటలు ఆడుతున్నారు. లేదా తరగతి గదికే పరిమితమవుతున్నారా అనే విషయాలు కచ్చితంగా తెలుసుకోవాలి. పిల్లలు సరైన ఎత్తు లేకపోవడం ఎన్నో అనర్థాలకు దారితీస్తుంది. తరగతిలో వీరి వయసున్న వారితో పోల్చుకుని వారు ఆత్మనూన్యతకు గురవుతుంటారు. పెద్దయ్యాక కూడా నలుగురిలో కాన్ఫిడెంట్ గా ఉండలేరు. వీటికన్నా కూడా చిన్న వయసులోనే వారి ఎత్తు విషయంలో జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం మంచిది. అందుకే మీ పిల్లల హైట్ ను లైట్ తీసుకోకుండా ఇప్పుడే ఈ ప్రయత్నాలు మొదలుపెట్టండి. పిల్లలు ఎత్తు పెరగాలంటే స్ట్రెచింగ్ వ్యాయామాలు ఎంతగానో పనిచేస్తాయి. పూర్వం పెద్దవాళ్లు కూడా నిటారుగా నిల్చుని కాలి బొటని వేలిని వంగి అందుకునే టెక్నిక్స్ నేర్పేవారు. కొందరు ఇంట్లోని ధూలానికి వేళ్లాడేవారు. నిజానికి ఇవన్నీ ఎంతో గొప్పగా పనిచేస్తాయి. పిల్లలు ఎత్తు పెరగడంలో ఈ స్ట్రెచింగ్ వ్యాయామాలు కచ్చితంగా చేయించండి. ఇవి వారి శరీరాన్ని కుంచించుకుపోకుండా సాగేలా చేస్తాయి. మీ పిల్లలకు వీకెండ్ లో చిన్న చిన్న యోగాసనాలు నేర్పండి వాటిని రోజూ ట్రై చేసేలా ప్రోత్సహించండి. సూర్య నమస్కారాలు, పాద పశ్చిమోత్తాసనం, చక్రాసనం వంటివి పిల్లల కండరాలపై ఒత్తిడి పెంచి వేగంగా ఎత్తుపెరిగేలా చేస్తాయి. ఇందుకు సంబంధించిన ఆసనాలు వీడియోల రూపంలోనూ లభిస్తాయి. కాబట్టి ఎవ్వరైనా ట్రై చేయవచ్చు. పిల్లలు ఎంత వయసొచ్చినా ఎత్తు పెరగలేకపోతుంటే వారికి చిన్న ప్రయత్నంగా ఈత నేర్పండి. కండరాలను బలంగా చేసి స్ట్రెచ్ చేయగలిగే శక్తి ఈతకు ఉంది. ఇదొక్కటి చేయగలిగినా వారు కచ్చితంగా ఎత్తు పెరుగుతారు. ఈత అనేది వారికి ఆకలిని పెంచి మంచి బరువు, ఆరోగ్యాన్ని అందించడంలోనూ ఉపయోగపడుతుంది. ఇంకా దీని వల్ల ఎన్నో ప్రయోజనాలున్నాయి. పిల్లలో ఎదుగుదలకు ఉపయోగపడే గ్రోత్ హార్మోన్ రాత్రి వేళల్లోనే విడుదలవుతుంది. పిల్లలు సమయానికి నిద్రపోకుండా టీవీ, ఫోన్ల వంటివి వాడుతూ ఉంటే ఇది పనిచేయదు. అందుకే వారు వేళకు తిని వేళకు పడుకునేలా పేరెంట్స్ చూసుకోవాలి. ఎత్తు సరైన విధంగా ఉండాలంటే పిల్లలకు మంచి పోషకాహారం అవసరం ఎంతో ఉంది. అందుకే వారికి విటమిన్ డి ఎక్కువగా ఉండే ఫుడ్స్ తినిపించండి. చేపలు, గుడ్లు, పుట్టగొడుగుల్లో విటమిన్ డి అధికంగా లభిస్తుంది. వీటితో పాటు తాజా ఆకుకూరలు, పండ్లను అందివ్వాలి.

పరమ శివుడికి అత్యంత ఇష్టమైన బిల్వపత్రాలు

బిల్వపత్రం దీనినే మారేడు దళం అని కూడా పిలుస్తారు. ఆ పరమశివుని ఈ ఆకు అత్యంత ప్రీతికరం. శివ పూజలో బిల్వపత్రాలకు అత్యున్నత స్థానం ఉంది. మహా శివరాత్రి, శ్రావణమాసం వంటి పవిత్ర సందర్భాల్లో బిల్వపత్రాలను సమర్పించడం వల్ల శివుడి అనుగ్రహం లభిస్తుందని భక్తుల విశ్వాసం. అయితే, ఈ బిల్వపత్రాలు కేవలం ఆధ్యాత్మిక దృష్టిలోనే కాకుండా, ఆరోగ్యపరంగా కూడా అనేక లాభాలు ఉన్నాయని ఆయుర్వేద ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. బిల్వపత్రాలలో విటమిన్ ఇా, విటమిన్ జ, విటమిన్ దీ1, విటమిన్ దీ6 వంటి ముఖ్యమైన విటమిన్లతో పాటు కాల్షియం, ఫైబర్ వంటి పోషకాలు సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ఇవి డయాబెటిస్, పైల్స్, గుండె సమస్యలు వంటి అనేక దీర్ఘకాలిక వ్యాధుల నివారణలో సహాయపడతాయి. బిల్వపత్రాలలో ఫైబర్ అధికంగా ఉండటం వల్ల జీర్ణవ్యవస్థను బలపరిచే గుణం కలిగి ఉంటుంది. దీనివల్ల గ్యాస్, అసిడిటీ, అజీర్ణం వంటి సమస్యల నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. రక్తహీనత సమస్యలు ఉన్నవారికి బిల్వపత్ర జ్యూస్ ఎంతో ప్రయోజనకరంగా పనిచేస్తుంది.. ప్రతిరోజూ ఒక చెంచా బిల్వపత్ర రసాన్ని ఒక గ్లాస్ నీటిలో కలిపి తాగడం వల్ల అనీమియా సమస్యను నివారించుకోవచ్చు. బిల్వపత్రాలలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు సమృద్ధిగా ఉండటంతో గుండె సంబంధిత వ్యాధులను తగ్గించే శక్తి ఉంటుంది. గుండె జబ్బుల ముప్పు తగ్గించేందుకు బిల్వపత్రాలను తరచుగా నమలడం మంచి పరిష్కారంగా చెబుతారు నిపుణులు. పైల్స్ సమస్యలతో బాధపడేవారు ఖాళీ కడుపుతో బిల్వపత్రాలను నమలడం వల్ల మెరుగైన ఫలితాలను పొందవచ్చు. తరచూ వీటిని తీసుకోవటం వల్ల జీర్ణవ్యవస్థను బలోపేతం చేసి మలబద్ధకం, అతిసారం వంటి సమస్యలను తగ్గించడంలో ఇవి సహాయపడతాయి. తరచూ బిల్వపత్రాలతో చేసిన రసం తీసుకోవడం వల్ల శరీరంలో రోగనిరోధక శక్తి మెరుగవుతుంది. రోజూ ఉదయాన్నే ఖాళీ కడుపుతో బిల్వపత్రాలను నమలడం వల్ల వివిధ రకాల ఇన్ఫెక్షన్ల నుండి రక్షణ పొందవచ్చు. బిల్వపత్రాలలో హైపోగ్లైసీమిక్ లక్షణాలు ఉండటం వల్ల మధుమేహ రోగులకు ఇవి చాలా మంచివి. ప్రతిరోజూ ఈ ఆకులను నమలడం వల్ల రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రించుకోవచ్చు. అనేక ఔషధ గుణాలు నిండివున్న బిల్వపత్రాలను నేరుగా నమిలి తినవచ్చు. లేదంటే, నీటిలో మరిగించి ఆ నీటిని తాగొచ్చు. అయితే, దీన్ని సేవించే ముందు ఆయుర్వేద నిపుణుల సలహా తీసుకోవడం మంచిదని ఆరోగ్య నిపుణులు పదే పదే చెబుతున్నారు.

అరటిపండు తింటే బరువు తగ్గుతారా

సీజన్ తో సంబంధం లేకుండా అన్ని సీజన్లో లభించే ఏకైక పండు అరటిపండు. ఈ అరటి పండును చిన్నపిల్లల నుంచి పెద్దవారి వరకు ప్రతి ఒక్కరూ ఇష్టపడి తింటూ ఉంటారు. అయితే ఈ అరటి పండు ని కొంతమంది ఎప్పుడో ఒకసారి తింటే మరి కొందరు మాత్రం తరచుగా తింటూ ఉంటారు. అరటి పండును ఉపయోగించి చాలా రకాల స్వీట్లు కూడా తయారు చేస్తూ ఉంటారు. జ్యూస్, స్మూతీలు, స్వీట్స్, షేక్స్ వంటివి తయారు చేస్తారు. ఇందులో ఎన్నో రకాల పోషకాలు ఉంటాయి. అరటిపండులో పోషకాలు మెండుగా ఉంటాయి. ఇందులో పొటాషియం ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఇది చాలా రకాల దీర్ఘకాలిక వ్యాధుల నుంచి శరీరాన్ని రక్షిస్తుందట. అలాగే అరటిలో సహజ చక్కెర అధికంగా ఉంటుందట. కాబట్టి రోజు తినడం వల్ల శరీరానికి తక్షణ శక్తి లభిస్తుందని చెబుతున్నారు. అంతేకాకుండా మెగ్నీషియం, విటమిన్ బి6, ఫాస్పరస్ వంటి విటమిన్లు, ఖనిజాల గని అని చెబుతున్నారు. అరటిపండు తినడం వల్ల శరీరానికి ఎంతో మేలు జరుగుతుందట. అరటిపండు తీసుకోవడం వల్ల శరీరంలోని చెడు కొలెస్ట్రాల్ స్థాయి తగ్గుతుందట. అరటి పండులో ఫైబర్, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇవి శరీరంలో చెడు కొలెస్ట్రాల్, ట్రైగ్లిజరైడ్ స్థాయిలను తగ్గించడంలో సహాయపడతాయట. అలాగే ధమనులలో పేరుకుపోయిన కొవ్వును కరిగించి బయటకు పంపడంలో సహాయపడుతుందట. అరటిపండు తినడం వల్ల గుండె సంబంధిత వ్యాధుల ప్రమాదం కూడా తగ్గుతుందని చెబుతున్నారు. అరటిపండ్లలో కాల్షియం, మెగ్నీషియం లభిస్తాయి. ఇవి ఎముకలను బలోపేతం చేయడంలో సహాయపడతాయట. దీన్ని తినడం వల్ల ఆస్టియోపోరోసిస్ వంటి వ్యాధులు వచ్చే ప్రమాదం తగ్గుతుందని, ఎముకల బలం కోసం రోజుకి కనీసం ఒక అరటిపండు తినాలని చెబుతున్నారు. అలాగే అరటిపండులో ఫైబర్ పుష్కలంగా ఉంటుందట. ఇది జీర్ణవ్యవస్థను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుందట. ఇందులో పెక్టిన్ అనే సమ్మేళనం ఉంటుంది. ఇది కడుపు సమస్యలను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుందట. అలాగే మలబద్ధకాన్ని కూడా నివారిస్తుందట. సాధారణంగా బరువు తగ్గాలనుకునేవారికి అరటిపండు బెస్ట్ ఆప్షన్ అని చెప్పాలి. రోజూ అరటిపండు మితంగా తింటే బరువు తగ్గవచ్చుట. ఇందులో ఫైబర్ ఎక్కువగా ఉంటుంది. దీన్ని తినడం వల్ల ఆకలి అదుపులో ఉంటుందట. కేలరీల సంఖ్య కూడా తక్కువగా ఉంటుందట. అరటిపండులో సహజ తీపి ఉంటుంది. ఇది తినడం వల్ల సహజ తీపి తినాలనే కోరిక ఉండదట. రోజు బ్రేక్ ఫాస్ట్ తర్వాత దీనిని తినడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు మీ శరీరానికి అందుతాయట. అలాగే వ్యాయామానికి ముందు అరటిపండు తినడం మంచిదని చెబుతున్నారు. అరటిపండు తినడం వల్ల తక్షణ శక్తి లభింస్తుందట. రోజుకి ఒక అరటిపండు తింటే సరిపోతుందని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు.

ఈ ఆకులు రోజూ పొద్దున్నే ఖాళీ కడుపుతో తిన్నారంటే..

శీతాకాలం ముగిసి వేసవి కాలం ప్రారంభముతోంది. అధిక వేడి కారణంగా ఆరోగ్య సంబంధిత సమస్యలు పెరుగుతాయి. కాబట్టి ఇలాంటి సమయాల్లో ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడం చాలా ముఖ్యం. ఈ సీజన్‌లో అలెర్జీ సమస్యలు కూడా పెరుగుతాయి. ఇంట్లోనే కొన్ని నివారణల ద్వారా శరీరాన్ని వ్యాధుల నుంచి రక్షించుకోవచ్చని అంటున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు. అందుకు మీ రోజువారీ ఆహారంలో పుదీనా చేర్చుకోవాలని చెబుతున్నారు. తద్వారా ఈ రకమైన సమస్యలన్నీ నివారించవచ్చుట. పుదీనాలోని ఔషధగుణాల కారణంగా పురాతన కాలం నుంచి ఆయుర్వేధంలో దీనిని ఉపయోగిస్తున్నారు. దీని ముఖ్యమైన ఔషధ గుణాలు ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడానికి సహాయపడతాయి. వైద్యుల అభిప్రాయం ప్రకారం.. పుదీనా ఆరోగ్యకరమైన మూలిక. దీన్ని వాడటం వల్ల శరీరానికి అనేక ప్రయోజనాలు కలుగుతాయి. ఈ పుదీనా ఆకులలో పాలీఫెనాల్స్ పుష్కలంగా ఉంటాయి. పుదీనా ఆకులలో ఉండే పోషకాలు కొవ్వు స్థాయిలను తగ్గిస్తాయి. దీని రసం చేదుగా ఉన్నప్పటికీ అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు అందిస్తాయి. మీరు దీని రసం తాగలేకపోతే, రెండు, మూడు తాజా పుదీనా ఆకులను నమిలి తినవచ్చు. సాధారణంగా పుదీనా ఆకులను రోజుకు రెండుసార్లు తింటే సరిపోతుంది. జీర్ణవ్యవస్థ బలహీనంగా ఉండి, గ్యాస్, కడుపు నొప్పితో బాధపడేవారికి పుదీనా ఆకులు సంజీవనిగా పనిచేస్తాయి. ఈ ఆకులలో యాంటీఆక్సిడెంట్లు ఉంటాయి. ఇది రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది. ఈ పుదీనా ఆకులు అమ్మాయిల్లో వచ్చే పీరియడ్స్ సమస్యలకు, కడుపు నొప్పి, మంట, వెన్నునొప్పి నుంచి ఉపశమనాన్ని అందిస్తాయి. శరీరానికి విశ్రాంతిని ఇస్తాయి. నోటి నుండి ఎప్పుడూ దుర్వాసన వస్తుంటే, పుదీనా ఆకులు ఈ సమస్యకు దివ్యౌషధంలా పనిచేస్తాయి. ఈ ఆకులను రోజూ తీసుకోవడం వల్ల నోటిలోని క్రిములు నశిస్తాయి. దుర్వాసన రాదు. పుదీనా మార్కెట్లలో దొరుకుతుంది. అలాగే ఇంట్లో కూడా పెంచుకోవచ్చు. కాబట్టి ప్రతి ఉదయం మూడు లేదా నాలుగు తాజా పుదీనా ఆకులను నమిలితే ఆరోగ్య సమస్యలు మీకు దూరంగా ఉంటాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు.

ఇసుక తెన్నెలపై..గుడ్లు పెట్టేందుకొచ్చిన తాబేళ్ల దండు

ఒడిశాలోని గంజాం జిల్లా తీరప్రాంతంలో మరోసారి అంతరించి పోతున్న అరుదైన ఆలివ్ రిడ్లీ జాతికి చెందిన తాబేళ్లు సందడి చేశాయి. యేటా నవంబర్ నుంచి మార్చి మధ్యలో చల్లని వెన్నెల రాత్రుళ్లో గుడ్లు పెట్టేందుకు ఇసుక తెన్నెల మీదకు లక్షలాదిగా తాబేళ్లు ఒడ్డుకు చేరుతుంటాయి. ఈ సారి కూడా దాదాపు 6.82 లక్షలకు పైగా తాబేళ్లు సామూహికంగా గుడ్లు పెట్టేందుకు తరలివచ్చాయి. ఇది గత ఏడాది రికార్డును బ్రేక్ చేసింది. ఫిబ్రవరి 16న ఒడ్డుకు రావడం మొదలు పెట్టిన ఈ తాబేళ్లు ప్రతిరోజూ వేలాదిగా ఆలివ్ రిడ్లీ తాబేళ్లు వస్తున్నాయి. బెర్హంపూర్ డివిజనల్ ఫారెస్ట్ ఆఫీసర్ సన్నీ ఖోక్కర్ తెలిపిన వివరాల ప్రకారం.. ఇప్పటి వరకూ 6.82 లక్షలకు పైగా తాబేళ్లు గూడ్లు కట్టాయి. 2023లో ఎనిమిది రోజుల్లో 6.37 లక్షల తాబేళ్లు గూడ్లు కట్టగా.. ఈ సారి ఆ సంఖ్య భారీగా పెరిగింది. 2022 లో దాదాపు 5.5 లక్షల తాబేళ్లు ఇక్కడ గూళ్ళు కట్టుకుని గుడ్లు పెట్టాయి. ప్రస్తుత గూడు కట్టే సీజన్ ఇంకా కొనసాగుతున్నందున, తుది సంఖ్య మరింత పెరిగే అవకాశం ఉందని అధికారులు భావిస్తున్నారు. తాజా వాతావరణ పరిస్థితుల కారణంగా బీచ్‌కు మరిన్ని తాబేళ్లు వచ్చేందుకు అవకాశం ఉందని నిపుణులు భావిస్తున్నారు. వైల్డ్‌లైఫ్ ఇన్‌స్టిట్యూట్ ఆఫ్ ఇండియా సీనియర్ శాస్త్రవేత్త బివాస్ పాండవ్ మాట్లాడుతూ.. రికార్డు స్థాయిలో తాబేళ్లు సముద్రం నుంచి బయటకు రావడానికి స్థిరమైన వాతావరణ పరిస్థితులే ప్రధాన పాత్ర పోషిస్తున్నట్లు పేర్కొన్నారు.

ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే ఈ అలవాట్లకు గుడ్ బై చెప్పండి

ప్రతి ఒక్కరూ తమ జీవితంలో ఎక్కువ కాలం ఆరోగ్యంగా ఉండాలని కోరుకుంటారు. ఇటువంటి పరిస్థితిలో ఉదయాన్నే మంచిగా ప్రారంభించడం రోజంతా సెట్ చేయడంలో సహాయపడుతుంది. మీ శరీరాన్ని పూర్తిగా శక్తితో ఉంచుతుంది. ఇదే సమయంలో నేటి చెడు జీవనశైలి కారణంగా చాలా మంది ప్రజలు తమ జీవితంలో చెడు అలవాట్లను అలవర్చుకుంటారు. దాని కారణంగా వారు అనారోగ్యానికి గురవుతారు. సరైన మోతాదులో నీరు త్రాగడం, ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం తీసుకోవడం.. ఆహారంలో కొన్ని ఆరోగ్యకరమైన పానీయాలను చేర్చుకోవడం వంటి గుడ్ మార్నింగ్ అలవాట్లను కలిగి ఉండటం చాలా ముఖ్యం. ఇటువంటి పరిస్థితిలో ఆరోగ్యంగా ఉండటానికి ఈ రోజు నుండి కొన్ని చెడు అలవాట్లను వదిలేయాలి. ఇలా చేస్తే చాలా కాలం పాటు యవ్వనంగా, ఆరోగ్యంగా ఉండటానికి సహాయపడుతుంది. ఉదయాన్నే ఖాళీ కడుపుతో కాఫీ లేదా ఏదైనా రకమైన కెఫిన్ తాగడం వల్ల శరీరంలో కార్టిసాల్ స్థాయి పెరుగుతుంది, ఇది ఒత్తిడి కారణంగా వృద్ధాప్యం, కొల్లాజెన్ విచ్ఛిన్నానికి దారితీస్తుంది. ఇది డీహైడ్రేషన్, ఎసిడిటీని కలిగిస్తుంది. చర్మ ఆరోగ్యంపై ప్రతికూల ప్రభావాన్ని చూపుతుంది. మీరు జూఎ స్థాయిలను సమతుల్యం చేయడానికి, ఆర్ద్రీకరణను పెంచడానికి వెచ్చని నీరు, నిమ్మకాయతో మీ రోజును ప్రారంభించవచ్చు. కొన్నిసార్లు ప్రజలు బిజీ రొటీన్ కారణంగా అల్పాహారం దాటవేస్తారు. అయితే అల్పాహారం మానేయడం వల్ల చర్మంపై, మొత్తం ఆరోగ్యంపై ప్రతికూల ప్రభావాలు ఉంటాయి. జీవక్రియను పెంచడానికి.. రాత్రిపూట ఉపవాసం తర్వాత శరీరానికి అవసరమైన పోషకాలను అందించడానికి అల్పాహారం ముఖ్యమైనదిగా పరిగణించబడుతుంది. కొల్లాజెన్‌ను పెంచడానికి, చర్మం కుంగిపోకుండా నిరోధించడానికి మీరు నట్స్, బెర్రీలు, గుడ్లు వంటి ప్రోటీన్-రిచ్.. యాంటీ-ఆక్సిడెంట్ రిచ్ ఫుడ్స్ తీసుకోవచ్చు. ఉదయం నిద్రలేచిన వెంటనే నీళ్లు తాగడం అలవాటు చేసుకోండి. నిద్రలేవగానే నీళ్లు తాగకపోవడం వల్ల డీహైడ్రేషన్ ఏర్పడి, చర్మంపై చెడు ప్రభావం చూపి, జీవక్రియ మందగించి శరీరంలో టాక్సిన్స్ స్థాయి పెరుగుతుంది. నీరు శరీరాన్ని హైడ్రేట్‌గా ఉంచుతుంది. టాక్సిన్స్‌ను బయటకు పంపడంలో సహాయపడుతుంది. దీని కారణంగా చర్మం ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. మీ శరీరం చాలా కాలం పాటు వ్యాధులకు దూరంగా ఉంటుంది.

వేసవికాలంలో పుచ్చకాయ తినడం వల్ల కలిగే ప్రయోజనాలు

సమ్మర్ వచ్చింది అంటే చాలు మనకు మార్కెట్లలో ఎక్కడ చూసినా కూడా పుచ్చకాయలు ఎక్కువ మొత్తంలో కనిపిస్తూ ఉంటాయి. ఈ పుచ్చకాయలు ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తాయి అన్న విషయం తెలిసిందే. ముఖ్యంగా సమ్మర్ లో వచ్చే చాలా రకాల సమస్యల నుంచి బయట పడేస్తాయి. వేసవి తాపం నుంచి రక్షించే పండ్లలో పుచ్చకాయ మొదటి స్థానంలో ఉంటుందని చెప్పవచ్చు. చల్లదనంతో పాటు, తాజాగా తినగలిగే పండు ఇది. ఇందులో చాలా పోషకాలు ఉంటాయట. వీటి విత్తనాలు కూడా చాలా రకాల ప్రయోజనాలను చేకూరుస్తాయట. పుచ్చ గింజలు ఐరన్, పొటాషియం, విటమిన్లతో నిండి ఉంటాయని చెబుతున్నారు. పుచ్చ పండుతో పాటు గింజలను తినడం వల్ల అనేక రకాలైన ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు పొందవచ్చుట. మలబద్ధకం ఉన్నవాళ్లు ప్రతిరోజూ తింటే సమస్య తగ్గుతుంది. పెదవుల్లో తేమ తగ్గకుండా కాపాడుతుందట. ఈ పండులో ఉన్న నీటి శాతం వల్ల మూత్రం సరిగ్గా రానివారు, మూత్ర విసర్జనలో మంట ఉన్నవారికి పుచ్చకాయ చక్కని ఔషధంగా పనిచేస్తుందని చెబుతున్నారు. అలాగే పుచ్చపండు గింజలు యాంటీ ఆక్సిడెంట్ గుణాలను కలిగి, చర్మాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచడంలో సహాయపడతాయట. పుచ్చకాయలను తరచూ తీసుకోవడం వల్ల చర్మ క్యాన్సర్, ఇన్ఫెక్షన్ వంటి చర్మ సమస్యలు తగ్గుముఖం పడతాయట. అలాగే ఈ కాయ వడదెబ్బ బారినపడి శరీరం నిస్తేజం కాకుండా కాపాడుతుందట. సౌందర్య పోషకంగా కూడా పుచ్చకాయ రసం ఉపయోగపడుతుందట. వేసవి కారణంగా కమిలినట్లు తయారయ్యే చర్మానికి చల్లని పుచ్చకాయ గుజ్జు రాస్తే చర్మం నిగారింపును సంతరించుకుంటుందట. గ్లాసు పుచ్చకాయ రసంలో స్పూన్ తేనె కలిపి ప్రతిరోజు తీసుకుంటే గుండె జబ్బులు, మూత్ర పిండాల సమస్యలు తగ్గుతాయని చెబుతున్నారు. పుచ్చపండు గింజల్లో మెగ్నీషియం పుష్కలంగా ఉండటం వల్ల గుండె పనితీరు మెరుగుపడుతుందట. అంతేకాదు, గుండె సంబంధిత వ్యాధులు, హైపర్ టెన్షన్లు తగ్గి, జీవక్రియ సజావుగా జరుగుతుందని చెబుతున్నారు. అయితే పుచ్చకాయ మంచిదే కానీ అలా అని ఎక్కువ మొత్తంలో తీసుకోకూడదని చెబుతున్నారు.

భారతీయతకు నిలువెత్తు నిదర్శనం సివిరామన్

వస్తువు మీద కాంతి కిరణం పడితే అది పరివర్తనం చెందుతుందని, దాని వల్లనే అది తన గమనాన్ని మార్చుకుంటుందని తన సిద్ధాంతాల ద్వారా రుజువు చేశారు రామన్. సూర్యుని నుంచి వెలువడే తెలుపు వర్ణపు కాంతి వాయువులోని అణువులపై పడి, వాటి ప్రయాణ దిశను మార్చు కుంటాయని తన పరిశోధనల ద్వారా తెలుసుకున్న సి.వి. రామన్ ఓ సిద్ధాంతాన్ని సూత్రీకరించారు. వస్తువు మీద కాంతి కిరణం పడితే అది పరివర్తనం చెందుతుందని 1928 సంవత్సరం, ఫిబ్రవరి 28న రామన్ మొట్ట మొదటిసారి ప్రకటించారు. పారదర్శకంగా ఉన్న ఘన లేదా ద్రవ లేదా వాయు మాధ్యమం గుండా కాంతిని ప్రసరింప చేసినప్పుడు అది తన స్వభావాన్ని మార్చు కుంటుంది. ఈ విషయాన్ని 1928 మార్చి 16 న బెంగుళూరులో జరిగిన శాస్త్రజ్ఞుల సదస్సులో చూపించారు. అతను అనుకున్నట్లే 1928 ఫిబ్రవరి 28 న "రామన్ ఎఫెక్టు" ఆవిష్కరించడం జరిగింది. ఈ పరిశోధనను అభినందిస్తూ బ్రిటీష్ ప్రభుత్వం 1929 లో "నైట్ హుడ్" బిరుదుతో సత్కరించింది. రామన్ ఎఫెక్ట్‌ను కనిపెట్టిన చంద్రశేఖర వేంకట రామన్ 28-02-1928న తన పరిశోధనా ఫలితాన్ని ధృవపరచుకున్న దినాన్ని (నేషనల్ సైన్స్ డేజాతీయ విజ్ఞాన దినోత్సవము) గా భారతదేశంలో ప్రతి సంవత్సరం జరుపుకుంటున్నారు. సైన్సులో ఎవరూ చేయలేని సాహసాలను అత్యంత సునాయాసంగా చేసి చూపించి, విశ్వ వినువీధిలో భారత కీర్తి పతాకాన్ని రెపరెప లాడించిన మహా జ్ఞాని చంద్రశేఖర్ వెంకటరామన్ (సి వి రామన్). వైజ్ఞానిక రంగంలో ప్రపంచ దేశాలను తలదన్నేలా భారత్‌ను శక్తివంతంగా చూపి, అబ్బుర పరిచే ప్రయోగాలకు నిలువెత్తు వేదికలా నిలిచారు సర్ సివి రామన్. వైజ్ఞానిక రంగంలో తొలి నోబెల్ అందుకున్న విజ్ఞాన ఖని. ఒక్క మాటలో చెప్పాలంటే వైజ్ఞానిక శాస్త్రానికే వైద్యుడిలా మారిన మహోన్నతుడు. ఆధునిక భారత విజ్ఞాన శాస్త్రవేత్తల పరిశోధనా ప్రతిభను అంతర్జాతీయ స్థాయిలో ఇనుమడింప జేసిన వ్యక్తిల్లో సర్ సీవి రామన్ మొదటివారు. సీవీ రామన్ నవంబర్ 7, 1888 తమిళనాడులోని తిరుచురాపల్లిలో జన్మించారు. తండ్రి చంద్రశేఖర్ అయ్యర్, తల్లి పార్వతి అమ్మాళ్. తండ్రి విశాఖపట్నం లోని ఏవీఎన్ కళాశాలలో లెక్చరర్ గా పని చేయడం వల్ల రామన్ బాల్యం, విద్యాభ్యాసం అక్కడే జరిగింది. అనంతరం మద్రాస్ ప్రెసిడెన్సీ కాలేజీలో చేరి 19 ఏళ్లకు ఫిజిక్స్‌లో మాస్టర్స్ డిగ్రీ పూర్తిచేశారు. ఆ తర్వాత తల్లిదండ్రుల కోరిక మేరకు ఐసిఎస్ పాస్కై కలకత్తా ప్రభుత్వ ఆర్థికశాఖలో డిప్యూటీ అకౌంటెంట్ జనరల్‌గా చేరారు. ఆ సమయం లోనే పరిశోధనలపై ఆసక్తి పెంచుకున్నారు. పరిశోధనల కోసం భారతీయులు విదేశాలకు వెళ్లడమేమిటి?. విదేశీయులే.. పరిశోధనల కోసం ఇక్కడకు రావాలని చాటి చెప్పిన మహోన్నత వ్యక్తి రామన్. రామన్ ముందు వరకూ సైన్స్‌లో నోబెల్ బహుమతులు పాశ్చాత్యులకే దక్కేవి. కానీ, రామన్ అచ్చమైన భారతీయునిగా ఈ గడ్డపైనే చదువుకొని, తలమానికమైన పరిశోధన జరిపి సైన్సులో దేశ శక్తిసామర్థ్యాలను ప్రపంచానికి చాటి చెప్పి భారత్ కు నోబెల్ సాధించి పెట్టారు. 'నా మతం సైన్సు.. దానినే జీవితాంతం ఆరాధిస్తా..' అని చెప్పి తుదిశ్వాస వరకూ శాస్త్రాన్వేషణ లోనే గడిపిన దార్శనికుడు. "విజ్ఞాన శాస్త్ర సారాంశం, ప్రయోగ శాలల పరికరాలతో వికసించదు. నిరంతర పరిశోధన, స్వంతంత్రంగా ఆలోచించే ప్రవృత్తి ఇవే విజ్ఞాన శాస్త్ర సాగరాన్ని మథించి వేస్తాయి" అంటూ ఆయన చేసిన ప్రసంగం నేటి తరానికి మార్గదర్శకంగా నిలుస్తోంది. ఉదయాకాశంలోని వెలుగుల్లో చెట్లు ఎంత అందంగా కనబడతాయో మీరు ఎప్పుడైనా గమనించారా? నాకు వీటిని చూస్తూ ఉంటే స్ఫటిక నిర్మాణం గురించిన ఆలోచనలు వస్తుంటాయి. అందుకే "విజ్ఞానం అత్యుత్తమైన సృజనాత్మక కళారూపం అని రామన్ ఎప్పుడూ చెబుతుండే వారు. మెర్క్యురీ ల్యాంప్ నుండి ఏకవర్ణ కాంతి తరంగాలను ఒక పారదర్శక యానకం గుండా ప్రసరింపజేస్తే, యానక ధర్మాలపై ఆధారపడి ఆ కాంతిలో కొంత భాగం వివర్తనం చెంది, తక్కువ తరంగ దైర్ఘ్యం గల కాంతిగా బహిర్గత మౌతుంది. సముద్ర జలంపై ఇదే ప్రక్రియతో నీలి రంగు కాంతి బహిర్గతమవుతుంది. దీనినే 'రామన్ ఫలితం' (రామన్ ఎఫెక్ట్) అంటారు. రామన్ జీవితంలో మరో మైలురాయి రామన్ ఎఫెక్ట్ సిద్ధాంతం. ఈ రామన్ ఎఫెక్టు అసామాన్య మైనదని, అందులో 200 రూపాయలు కూడా ధర చేయని పరికరాలతో ఆ విషయ నిరూపణ జరగడం అద్భుతమైనదని ప్రపంచ శాస్త్రజ్ఞులంతా రామన్ ను అభినందించారు. అఖండ ప్రజ్ఞాశాలిగా గుర్తింపు పొందిన రామన్, ఫిజిక్స్ రంగంలో రామన్ ఎఫెక్ట్ కనుగొని చరిత్ర సృష్టించిన ఫిబ్రవరి 28 నే జాతీయ సైన్స్ దినోత్సవంగా జరుపు కొంటున్నాం. రామన్ నూటికి నూరుపాళ్ళూ భారతీయునిగా ఈ గడ్డపైనే చదువుకొని, పరిశోధనలు జరిపి సైన్సులో శక్తిసామర్థ్యాలను ప్రపంచానికి చాటి చెప్పి భారత్ కు నోబెల్ సాధించి పెట్టారాయన. 1913 లో సాహిత్యంలో మనదేశం నుండి నోబెల్ బహుమతి పొందిన విశ్వకవి రవీంద్రనాథ్ ఠాగూర్ అనంతరం సైన్సు రంగంలో విజయ ఢంకా మ్రోగించిన అఖండ ప్రజ్ఞాశాలి రామన్ ఒక్కరే కావడం దేశానికి గర్వకారణం. రామన్ పరిశోధనలు సైన్సులో, పారిశ్రామిక రంగంలోనూ క్రొత్తపుంతలు త్రొక్కడానికి దారితీసింది. శాస్త్ర రంగంలో రామన్ స్పెక్ట్రో స్కోపీ ఆవిర్భావానికి "భారతరత్న", 1957 లో "లెనిన్ శాంతి బహుమతి" లభించాయి. కాంతి ప్రసరణపై జరిపిన పరిశోధనలకు "నోబెల్ బహుమతి" లభించింది. స్వాతంత్ర్యం రాగానే రామన్ కు మొట్టమొదటి నేషనల్ ప్రొఫెసర్ గా ప్రభుత్వం నియమించి గౌరవించింది. 1948 లో బెంగళూరులోని ఇండియన్ ఇనిస్టిట్యూట్ ఆఫ్ సైన్స్ డైరెక్టర్ గా రిటైరయ్యారు. దృష్టి, కాంతి, ధ్వని, వర్ణాలు, ద్రవాల తలతన్యత, ఖనిజాలు, డైమండ్, క్రిస్టల్ తదితర అంశాలపై పరిశోధనలు జరిపిన సి.వి. రామన్ సుమారు 465 పరిశోధన పత్రాలను వెలువరించాడు. వాటిని ఇండియన్ ఇన్స్టిట్యూట్ ఆఫ్ సైన్స్ బెంగుళూరు వారు సేకరించి భద్రపరిచారు. 1949 లో బెంగుళూరులో రామన్ రీసెర్చి ఇన్స్టిట్యూట్ స్థాపించి, 1970 నవంబరు 27 న ఆయన మరణించే వరకూ, ఆ సంస్థలో పరిశోధనలు జరిపి, మన దేశంలో సైన్సు అభివృద్ధికి మార్గదర్శకు లయ్యారు. 1971 నవంబర్ 21 న సీ.వీ. రామన్ పోస్టేజి స్టాంపును భారత ప్రభుత్వం వెలువరించి ఆ మహా శాస్త్రజ్ఞుడిని గౌరవించింది. విజ్ఞాన ఆవిష్కరణల్లో భారతీయులకు నోబెల్ రావడం గగన సదృశం. సర్ సివి రామన్ ఆ ఘనత సాధించారు. అంతేకాదు, విజ్ఞాన శాస్త్రంలో ఆఘనత సాధించిన ఏకైక ఆసియా వాసిగానూ ఖ్యాతి గడించారు.

ఆదర్శమూర్తి రాజేంద్రప్రసాద్

భారతదేశానికి అధ్యక్షునిగా రాజ్యాంగం ప్రకారం భాధ్యతలు నిర్వర్తిస్తున్న వ్యక్తిగా ఏ రాజకీయ పార్టీకి చెందకుండా స్వతంత్రుడిగా వ్యవహరించిన ప్రత్యేక వ్యక్తిత్వం భారత తొలి రాష్ట్రపతి రాజేంద్ర ప్రసాద్‌ది. ఒక రాష్ట్రపతిగా పక్షపాత ధోరణి లేకుండా, స్వతంత్రంగా వ్యవహరించేందుకు కాంగ్రెస్ పార్టీ రాజకీయాల నుండి వైదొలగి కొత్త సంప్రదాయాన్ని నెలకొల్పిన ఆదర్శనేత ఆయన. 1957లో రాష్ట్రపతిగా ఎన్నికై, రెండు సార్లు భారత రాష్ట్రపతిని చేపట్టిన ఏకైక వ్యక్తిగా చరిత్రలో నిలిచారు. దేశానికి మొట్టమొదటి రాష్ట్రపతిగా స్వతంత్రంగా మెలిగి, ప్రధానిని గానీ పార్టీని గానీ రాజ్యాంగ నిర్మాణంలో జోక్యం చేసుకోనీక, తరువాత రాష్ట్రపతులకు ఉదాహరణగా నిలిచారు. ప్రజలు ప్రేమగా, గౌరవంగా 'బాబూ' అని పిలుచుకునే డా. రాజేంద్ర ప్రసాద్ (1884 డిసెంబర్ 3 - 1963 ఫిబ్రవరి 28) భారత దేశపు మొట్టమొదటి రాష్ట్రపతి. 1950 నుండి 1962 వరకు రెండు సార్లు రాష్ట్రపతిగా బాధ్యతలను నిర్వహించారు. బీహార్ లో ప్రముఖ నాయకునిగా ఎదిగి, భారత జాతీయ కాంగ్రెస్‌లో భారత స్వాంతంత్ర్యోద్యమ కాలంలో చేరారు. మహాత్మాగాంధీ మద్దతు దారునిగా 1931 లో జరిగిన ఉప్పు సత్యాగ్రహం, 1941లోజరిగిన క్విట్ ఇండియా ఉద్యమాలలో పాల్గొని జైలుశిక్ష అనుభవించారు. 1946 ఎన్నికల తరువాత నెహ్రూ మంత్రి వర్గంలో ఆహారం, వ్యవసాయం శాఖకు భారత ప్రభుత్వంలో మంత్రిగా ఉన్నారు. ఆయన భారత రాజ్యాంగ నిర్మాణ శిల్పి. 1948 నుండి 1950 వరకు భారత రాజ్యాంగ ముసాయిదా తయారీ కోసం ఏర్పరచబడిన సంఘానికి అధ్యక్షులు. 1951 సార్వత్రిక ఎన్నికల తరువాత మొదటి భారత పార్లమెంటు ఎలక్టోరల్ కాలేజ్ ద్వారా రాష్ట్రపతిగా ఎన్నుకోబడిన నేత. రాజేంద్ర ప్రసాద్ బీహార్ రాష్ట్రంలో శివాన్ జిల్లాలోని జెర్దాయ్ గ్రామంలో 1884లో డిసెంబరు 3 న జన్మించాడు. అతని తండ్రి మహదేవ్ సహాయ్ సంస్కృతం, పర్షియను భాషలలో పండితులు. తల్లి కమలేశ్వరీ దేవి ఎప్పుడూ రామాయణం నుండి కథలు వివరించేది. ఐదవ ఏటనే పర్షియన్ భాష, హిందీ భాష , అంకగణితం ను నేర్చుకోవడానికి ఒక మౌల్వీ (ముస్లిం పండితుడు) దగ్గరకు పంపించబడ్డారు. తరువాత ఛాప్రా ప్రభుత్వ పాఠశాలలో ప్రాథమిక విద్యాభ్యాసం చేసారు. 12 సంవత్సరాల వయసులోనే రాజ్‌వంశీ దేవిని వివాహం చేసుకున్నారు. అటు తరువాత విద్యకై పాట్నాలో కె.ఘోష్ పాఠశాలలో చదువుకున్నారు. ఛాప్రా ప్రభుత్వ పాఠశాలలో చేరి కలకత్తా విశ్వవిద్యాలయ ప్రవేశ పరీక్షలో ప్రథమ శ్రేణిలో ఉత్తీర్ణుడై నెలకు రూ.30 ఉపకారవేతనం పొందారు. 1902లో అతడు కలకత్తా ప్రెసిడెన్సీ కాలేజీలో చేరాడు. మొదట్లో సైన్సు విద్యార్థి. 1904లో కలకత్తా విశ్వవిద్యాలయం నుండి ఎఫ్.ఎ ఉత్తీర్ణుడయ్యారు. అక్కడే 1905లో మొదటి స్థానంలో గ్రాడ్యుయేషన్ చేసారు. అతని అధ్యాపకులలో జగదీష్ చంద్రబోసు, ప్రఫుల్ల చంద్ర రాయ్ మొదలగువారు ఉన్నారు. ఆయన మేధాశక్తికి ఒక ఎక్జామినర్ (పరీక్షకుడు) ప్రభావితుడై అతడి పరీక్షా జవాబు పత్రంపై "పరీక్షకుని కంటే పరీక్షితుడు గొప్పవాడు" అనే వ్యాఖ్య రాశారు. 1917లో కలకత్తా విశ్వవిద్యాలయంలో ఆర్థిక శాస్త్రంలో ఎం.ఎ. ప్రథమశ్రేణిలో ఉత్తీర్ణుడయ్యాడు. బి.ఎల్. ఆ తర్వాత ఎం.ఎల్. పూర్తి చేసి డాక్టరేట్ కూడా పొందారు. అన్నతో కలిసి స్వదేశీ ఉద్యమాన్నీ నడిపారు. అతడు "ద్వాన్ సమాజం" లో క్రియాశీల సభ్యునిగా సేవలందించారు. అతడు పాట్నా కళాశాలలో1906లో జరిగిన బీహారీ స్టూడెట్స్ కాన్ఫరెన్సు ఏర్పాటులో కీలక పాత్ర పోషించారు. ఉపాధ్యాయునిగా అనేక విద్యాసంస్థలలో పనిచేసారు. ఆర్థిక శాస్త్రంలో ఎం.ఎ పూర్తి చేసిన తరువాత అతడు బీహార్ లోని ముజఫర్‌పూర్ లాంగట్ సింగ్ కళాశాలలో ఆంగ్ల అధ్యాపకునిగా చేరారు. తరువాత ఆ సంస్థకు ప్రధానాచార్యునిగా తన సేవలనందించారు. తరువాత 1909లో కలకత్తాలోని రిప్పన్ కళాశాలలో న్యాయవాద విద్యను అభ్యసించడానికి గాను ఉద్యోగాన్ని వదిలి వెళ్ళారు. అతడు ఆ కళాశాలలో న్యాయవాద విద్యను అభ్యసించే సమయంలో కలకత్తా సిటీ కళాశాలలో ఆర్థికశాస్త్ర అధ్యాపకునిగా పనిచేసారు. 1915 లో "మాస్టర్ ఆఫ్ లా" పరీక్షలకు హాజరై ప్రథమశ్రేణిలో ఉత్తీర్ణుడై బంగారు పతకాన్ని పొందారు. 1937లో అలహాబాదు విశ్వవిద్యాలయం నుండి న్యాయ శాస్త్రంలో డాక్టరేట్ డిగ్రీని పొందారు. 1916 లో, బీహార్, ఒడిషా రాష్ట్రాల హైకోర్టులలో చేరాడు. తరువాత 1917లో అతడు పాట్నా విశ్వ విద్యాలయంలోని సెనేట్, సిండికేట్ లో మొదటి సభ్యునిగా నియమింప బడ్డారు. న్యాయవాదిగా జీవితాన్ని ప్రారంభించిన అనతికాలంలో స్వాతంత్ర్య పోరాటంవైపు ఆకర్షితు డై, 1906లో మొదటి సారి కలకత్తాలో నిర్వహించబడిన భారత జాతీయ కాంగ్రెస్ వార్షిక సమావేశాల ద్వారా సంబంధాన్ని పెంచుకున్నారు. 2011లో రెండవసారి వార్షిక సమావేశాల సమయంలో జాతీయ కాంగ్రెస్ లో చేరారు. 1916 లో లక్నోలో జరిగిన భారత జాతీయ కాంగ్రెస్ సమావేశాలలో మహాత్మా గాంధీని కలిసారు. చంపారన్ లో జరగనున్న నిజ నిర్ధారన కమిటీలోనికి తనతో పాటు స్వచ్ఛంద కార్యకర్తగా రావాలని మహాత్మా గాంధీ అతనిని కోరారు. 1918 లో'సర్చ్ లైట్'అనే ఆంగ్ల పత్రికను, ఆ తర్వాత 'దేశ్' అనే హిందీ పత్రికను నడిపారు. 1920లో భారత జాతీయ కాంగ్రెస్ ద్వారా నిర్వహించబడిన సహాయ నిరాకరణోద్యమంలో పాల్గొన్నారు. అతడు తన లాభదాయకమైన న్యాయవాద వృత్తిని, అలాగే విశ్వవిద్యాలయంలోని అధ్యాపక వృత్తి విధులను తప్పుకున్నాడు. భారతీయ సాంప్రదాయ విధానాలలో విద్యాభ్యాసం అందిస్తున్న బీహార్ విద్యాపీఠాన్ని 1921లో తన మిత్రబృందంతో కలిసి స్థాపించి భారతీయ సంస్కృతి ఉట్టిపడేలా నడిపారు. 1921లో మహాత్మా గాంధీతో ఒకమారు సమావేశం తరువాత, విశ్వవిద్యాలయంలో తన సెనేటర్ పదవికి రాజీనామా చేశారు. రాజేంద్రప్రసాద్ 1934 అక్టోబరులో బొంబాయిలో జరిగిన అఖిల భారత కాంగ్రెసు మహాసభలకు అధ్యక్షునిగా ఎన్నికయ్యారు. అలాగే 1939లో, నేతాజీ రాజీనామా చేసిన తరువాత, 1947లో ఇంకోసారి, మొత్తం మూడుసార్లు ఆ పదవిని చేపట్టారు. 1942 ఆగస్టు 8 న క్విట్ ఇండియా సంధర్భంగా అరెస్టు చేసి, బాంకిపూర్ కేంద్ర కారాగానికి తరలించారు. దాదాపు మూడు సంవత్సరాల పాటు జైలు శిక్ష తర్వాత, 1945, జూన్ 15 న విడిచిపెట్టారు. 1946 సెప్టెంబరు 2 న ఏర్పడిన తాత్కాలిక ప్రభుత్వం జవాహర్ లాల్ నెహ్రూ నాయకత్వంలో 12 మంది మంత్రులను ఎంపిక చేయగా, రాజేంద్ర ప్రసాద్ ఆహారం, వ్యవసాయ శాఖకు మంత్రిగా పనిచేసారు. 1946 డిసెంబరు 11 న రాజ్యాంగ సభకు అధ్యక్షునిగా ఎన్నికయ్యారు. కృపాలానీ కాంగ్రెస్ అధ్యక్షునిగా రాజీనామా చేసిన తరువాత 1947 నవంబరు 17 న కాంగ్రెస్ అధ్యక్షునిగా భాధ్యతలు స్వీకరించారు. భారత స్వాతంత్ర్యం వచ్చిన రెండున్నర సంవత్సరాల తరువాత 1950 జనవరి 26 న స్వతంత్ర భారత రాజ్యాంగం ఆమోదించ బడింది. రాజేంద్ర ప్రసాద్‌ను తొట్టతొలి రాష్ట్రపతిగా ఎన్నుకున్నారు. భారతదేశంలో విద్యాభివృద్ధిని ప్రోత్సహించేందుకు ప్రధానమంత్రి నెహ్రూకు వివిధ సందర్భాలలో సలహాల నిచ్చేవారు. "హిందూ కోడ్ బిల్" చట్టం పై వివాదాల తరువాత అతను రాష్ట్ర వ్యవహారాల్లో మరింత చురుకైన పాత్రను పోషించారు. 12 సంవత్సరాల పాటు భారత రాష్ట్రపతిగా సేవలందించి 1962 న పదవీ విరమణ చేశారు. 1963 ఫిబ్రవరి 28 న ఆయన రాంరాం అంటూ కన్నుమూశాడు. దేశ్‌రత్న అని పిలువబడిన ఆయనకు మరణానంతరం భారతరత్న పురస్కారాన్ని ప్రకటించారు.