



పూసాల శ్రీనివాస్
పడిటర్ & పెంజిషర్స్

17th

ANNIVERSARY

శుభ్రాంక్షలు

నిజాన్ని నిష్ఠాయంగా వెలుగులోకి తెస్తూ...
ప్రతిక్షణం ప్రజలపక్షాన పోరాడుతూ...
దుమ్ములేపే దమ్మున్న పతిత **డీకే చాటింపు**
దినపత్రిక. 16 సంవత్సరాలు పూర్తిచేసుకొని
17వ వార్షికోత్సవం జరుపుకొంటున్న
సందర్భంగా మిత్రులకు, శ్రేయోభిలాషులకు,
పాఠకులకు, ప్రకటనకర్తలకు ఇవే మా
హృదయపూర్వ శుభాకాంక్షలు

డీకే

చాటింపు

తెలుగు దినపత్రిక

యాజమాన్యం: టి సిబ్బంది

డీకే

చాటింపు

చాటింపు

తెలంగాణ దిన పత్రిక

హైదరాబాద్ సంపుటి : 17 సంచిక : 290 ఎడిటర్ : పూసాల శ్రీనివాస్ బుధవారం, ఆగస్టు.19, 2026 పేజీలు : 8 వెల : రూ.1/-

పెట్టుబడిదారులకు స్వర్గధామం తెలంగాణ..

క్రీన్ ఎనర్జీ మ్యానుఫాక్చరింగ్ హబ్గా రాష్ట్రాన్ని తీర్చిదిద్దుతాం.!: భట్టి

హైదరాబాద్,ఆగస్టు 18:తెలంగాణ రాష్ట్రం అన్ని రకాల పెట్టుబడిదారులను ప్రోత్సహించే స్వర్గధామమని, క్రీన్ ఎనర్జీ రంగానికి నిలయంగా రాష్ట్రాన్ని తీర్చిదిద్దడమే తమ ప్రభుత్వ ధ్యేయమని ఉప ముఖ్యమంత్రి మల్లు భట్టి విక్రమార్క తెలిపారు. హైదరాబాద్‌లోని హైటెక్స్, నోవాటెల్ లో 2 రోజుల పాటు జరగనున్న 'ఇండియా ఎనర్జీ సమ్మిట్ ౨ ఎక్స్ పో 2026'ను మంగళవారం ఆయన ప్రారంభించారు. ఈ సమ్మిట్ కు విచ్చేసిన పారిశ్రామికవేత్తలు, పెట్టుబడిదారులు, ఆవిష్కర్తలు మరియు సాంకేతిక నిపుణులను ఉద్దేశించి డిప్యూటీ సీఎం ప్రసంగించారు. “పెట్టుబడిదారులు, ఆవిష్కర్తలు, శాస్త్రవేత్తలు, సీఈఓలు.. మీ అందరినీ ఆహ్వానిస్తున్నాను, రండి. తెలంగాణ అన్ని రకాల పెట్టుబడిదారులను ప్రోత్సహించే రాష్ట్రం, ఇది పెట్టుబడిదారులకు ఒక స్వర్గధామం. మన సమృద్ధిని పంచుకోవడానికి మరియు కలిసి ఎదగడానికి మిమ్మల్ని పూర్వహృదయంతో ఆహ్వానించడానికి ఈ రాష్ట్రం సిద్ధంగా ఉంది” అని భట్టి విక్రమార్క పిలుపునిచ్చారు. ఇంధన రంగంలో మార్పు అనేది కేవలం విద్యుత్ ఉత్పత్తి మూలాన్ని మార్చడం మాత్రమే కాదని, అది సమగ్ర ఆర్థిక వ్యవస్థ నిర్మాణాన్నే మార్చే విప్లవాత్మక

ప్రక్రియ అని ఆయన వ్యాఖ్యానించారు. తెలంగాణను కేవలం స్వచ్ఛమైన ఇంధనాన్ని వినియోగించే రాష్ట్రంగా మాత్రమే కాకుండా, ప్రపంచ క్రీన్ ఎనర్జీ రంగానికి అవసరమైన సాంకేతికతలను తయారు చేసే ప్రధాన కేంద్రంగా నిలపాలని ఆకాంక్షించారు.

మేము అధికారంలోకి వస్తే కుటుంబానికి ఎకరం భూమి..

సంచలన పథకం ప్రకటించిన కవిత

రాష్ట్రంలో తెలంగాణ రక్షణ సేన అధికారంలోకి వస్తే ‘భూ లక్ష్మి పథకం’ కింద భూమి లేని పేదలకు ఎకరం చొప్పున ఇస్తామని కవిత సంచలన ప్రకటన చేశారు. ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డికి భూమి అంటే కేవలం లావాదేవీలే కావాచ్చు కానీ పేద బీసీ, ఎస్సీ, ఎస్టీ మహిళలకు భూమీ, అడవి అంటే పంచప్రాణాలు అని రాష్ట్రంలో ఏ ప్రాజెక్టు జరిగినా ముందుగా తీసుకుంటున్నవి అసైన్డ్ భూములేనని మండిపడ్డారు. రాష్ట్రంలో భూమి పంపిణీ చేయాల్సిన అవసరం ఉందన్నారు. ఇవాళ బంజారాహిల్స్ లోని టీఆర్ఎస్ పార్టీ కార్యాలయంలో మీడియాతో మాట్లాడిన కవిత.. రేవంత్ రెడ్డి తమ్ముళ్ళు భూ దొంగలు అని అనగనగా ఒక రాజు ఏడుగురు కొడుకులు అన్నట్లుగా రేవంత్ రెడ్డి సోదరుల బూదోపిడీ సాగుతోందని, రాష్ట్రంలో రేవంత్ రెడ్డి రాక్షస పాలన సాగుతోందని ఆరోపించారు. రాష్ట్రంలో రేవంత్ రెడ్డి, భట్టి విక్రమార్క కుటుంబ సభ్యుల పాలన సాగుతోందని ఇంత మంది రాజ్యాంగితర శక్తుల దోపిడీ ఏంటని ప్రశ్నించారు. 30 వేల అసైన్డ్ భూములను ఈ ప్రభుత్వం లాగేసుకుందని ముఖ్యమంత్రికి చిత్తశుద్ధి ఉండే మేనిఫెస్టోలో చెప్పినట్లుగా పేదల అసైన్డ్ భూములపై వారికి యాజమాన్య హక్కులు కల్పించాలని చాబెంజే చేశారు.ప్రాఫెసర్ జయంతి

సందర్భంగా తెలంగాణలో సామాజిక న్యాయం సాధించాలనే సంకల్పం తీసుకోగానే గత 31 నెలల్లో ఏనాడూ సామాజిక న్యాయం పదం ఉచ్చరించని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి సామాజిక న్యాయం గురించి మాట్లాడతున్నారన్నారు. సామాజిక అన్యాయం అనబోయి సామాజిక న్యాయం అన్నాడని రాష్ట్ర ప్రజలు రేవంత్ రెడ్డి మాటలను నమ్మవద్దన్నారు. రేవంత్ రెడ్డి కేబినెట్ లోనే సామాజిక న్యాయం లేదని, పదవులు ఇచ్చే అవకాశం ఉండి కూడా ఎస్సీ ఎస్టీ, బీసీలు ఎందుకు న్యాయం చేయడం లేదన్నారు. రేవంత్ రెడ్డి మేకప్ నేపులిలాంటి వాడని విమర్శించారు.

ఒకరిని మించి మరొకరు.. కేసీఆర్, రేవంత్ రెడ్డిలపై ఈటల సంచలన వ్యాఖ్యలు

హైదరాబాద్,ఆగస్టు 18:గత బీఆర్ఎస్ పాలనలో జరిగిన భూ అక్రమాల కంటే, ప్రస్తుత కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వ హయాంలో భూ దోపిడీ రెండు రెట్లు పెరిగిందని బీజేపీ ఎంపీ ఈటల రాజేందర్ తీవ్రస్థాయిలో ధ్వజమెత్తారు. నాంపల్లిలోని బీజేపీ రాష్ట్ర కార్యాలయంలో నిర్వహించిన మీడియా సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడుతూ.. కేసీఆర్, రేవంత్ రెడ్డి ప్రభుత్వాల తీరుపై సంచలన వ్యాఖ్యలు చేశారు. ప్రభుత్వం ప్రజలకు కేటాయించిన భూములు, పరిశ్రమల కోసం ఇచ్చిన స్థలాలు, చివరికి ప్రభుత్వమే తేఅవుట్టు వేసి విక్రయించిన భూములను కూడా ‘22ఏ నిషేధిత జాబితాలో చేర్చడం దారుణమని ఈటల మండిపడ్డారు. దశాబ్దాలుగా రైతులు సాగు చేసుకుంటున్న భూములను లాక్సోవడం వెనుక భూమాఫియాకు కట్టబెట్టాలనే కుట్ర ఉందని, “ధరణి పోర్టల్ రద్దు చేసినా, భూములను లాక్కునే ప్రభుత్వాల ధోరణిలో ఏ మార్పు రాలేదు. గతంలో కేసీఆర్ ప్రభుత్వం భూ దందాలకు పాల్పడితే, ఇప్పుడు రేవంత్ రెడ్డి సర్కార్ ఆ భూములను ‘సైటిల్ మెంట్’ చేసుకుంటోంది” అని ఈటల విమర్శించారు. గతంలో జరిగిన చూజారాబాద్ ఉప ఎన్నికల్లో బీఆర్ఎస్ అభ్యర్థులు ఖర్చు చేసిన డబ్బులు ఇలాంటి భూ దందాల

ద్వారా వచ్చినవేసిన ఆయన సంచలన ఆరోపణలు చేశారు. గల్ఫ్ ఆయిల్ కంపెనీకి చెందిన భూములు ఫీనిక్స్ కంపెనీ మీదుగా ఎలా చేతులు మారాయో అందరికీ తెలుసని, ఈ అక్రమంలో పెద్దల హస్తం ఉందని ఎంపీ పేర్కొన్నారు. పేదలకు, రైతులకు అన్యాయం చేస్తూ రియల్ ఎస్టేట్ మాఫియాలకు కొమ్ము కాయడం మానుకోవాలని ఆయన ప్రభుత్వాన్ని హెచ్చరించారు. ఈ అరాచకాలను అడ్డుకనే వరకు బీజేపీ పోరాటం కొనసాగిస్తుందని స్పష్టం చేశారు.

ఒడిశాలో వరదల బీభత్సం.. 13 మంది మృతి

భువనేశ్వర్: ఒడిశాలో వరదల బీభత్సం సృష్టిస్తున్నాయి. వరదల కారణంగా తాజాగా మరో ఐదుగురు మృతి చెందారు. దీంతో ఇప్పటి వరకూ వరదల కారణంగా మృత్యుచెందిన వారి సంఖ్య 13కు చేరింది. భారీ వర్షాలు, ఉప్పొంగుతున్న వరద నీటితో రాష్ట్రంలోని బాలాసోర్, భద్రక్, జాజ్ పూర్, కియోంఝర్, మయూర్భంజ్, కేంద్రాపదా జిల్లాల్లో జనజీవనం ఖర్చిగా చెల్లుతుంది. రాష్ట్ర ప్రత్యేక సహాయ కమిషనర్ (ఎన్ఆర్ఐ) కార్యాలయం తాజా నివేదిక ప్రకారం.. ఈ ఆరు జిల్లాల్లోని 1,300 గ్రామాలకు చెందిన 7,85 లక్షల మందికి పైగా వరదల ప్రభావం తాకింది. ఇప్పటివరకు 2.77 లక్షల మందిని ప్రమాదకర ప్రాంతాల నుంచి సురక్షిత ప్రాంతాలకు తరలించారు. తాజాగా నమోదైన ఐదు మరణాల్లో మూడు గోడలు కూలిపోవడంతో సంభవించగా, మరో

రెండు నీటిలో మునిగిపోవడంతో చోటుచేసుకున్నాయి. మరోవైపు పరిస్థితులు విషమించడంతో భద్రక్, సుందర్ గఢ్, జాజ్ పూర్ జిల్లాల్లో మంగళవారం పాఠశాలలు, అంగన్ వాడీ కేంద్రాలను మూసివేశారు. భద్రక్ లో వరద ప్రభావిత ఆరు బ్లాకుల్లోని 268 పాఠశాలలు, 567 అంగన్ వాడీ కేంద్రాలను ఒకరోజు మూసివేయాలని ఆదేశించారు. రోడ్డు నీలమనగడం, ప్రతికూల వాతావరణం కారణంగా విద్యార్థులు పాఠశాలలకు వెళ్లడం కష్టంగా మారిందని అధికారులు తెలిపారు. సుందర్ గఢ్ లో భారీ వర్షాల నూచన,వరద పరిస్థితుల నేపథ్యంలో పాఠశాలలు, అంగన్ వాడీ కేంద్రాలను మూసివేశారు. జాజ్ పూర్ లో అన్ని ప్రభుత్వ, ప్రైవేట్, ఒడిశా ఆదర్శ విద్యాలయాల పాఠశాలలను మూసివేయాలని ఆదేశించారు.

జహీరాబాద్ స్మార్ట్ సిటీతో 2 లక్షల మందికి ఉపాధి.. రూ. 15 వేల కోట్ల పెట్టుబడులే లక్ష్యం

- నేషనల్ ఇండస్ట్రియల్ కారిడార్ డెవలప్ మెంట్ అండ్ ఇంఫ్లిమెంటేషన్ ట్రస్ట్ వీడియో కాన్ఫరెన్స్ లో పాల్గొన్న శ్రీధర్ బాబు-కాన్ఫరెన్స్ ను నిర్వహించిన నిర్మలా సీతారామన్, పీయూష్ గోయెల్- స్మార్ట్ సిటీ పనులను 2028 నాటికి పూర్తి చేస్తామన్న మంత్రి శ్రీధర్ బాబు

న్యూఢిల్లీ,ఆగస్టు 18:తెలంగాణ పారిశ్రామిక రంగానికి జహీరాబాద్ ఇండస్ట్రియల్ స్మార్ట్ సిటీ ఒక కొత్త ఊపునివ్వనుందని రాష్ట్ర ఐటీ, పరిశ్రమల శాఖ మంత్రి శ్రీధర్ బాబు తెలిపారు. ఈ స్మార్ట్ సిటీ పూర్తి స్థాయిలో అందుబాటులోకి వస్తే ప్రత్యక్షంగా, పరోక్షంగా దాదాపు 2 లక్షల మందికి ఉపాధి అవకాశాలు లభిస్తాయని చెప్పారు. 3,245 ఎకరాల భారీ విస్తీర్ణంలో అభివృద్ధి చేస్తున్న ఈ స్మార్ట్ సిటీ ద్వారా సుమారు రూ. 15 వేల కోట్ల పెట్టుబడులను ఆకర్షించడమే లక్ష్యంగా పెట్టుకున్నట్లు చెప్పారు. ఢిల్లీలో కేంద్ర ఆర్థిక మంత్రి నిర్మలా సీతారామన్, వాణిజ్య-పరిశ్రమల మంత్రి పీయూష్ గోయెల్ లు సంయుక్తంగా నిర్వహించిన ‘నేషనల్ ఇండస్ట్రియల్ కారిడార్ డెవలప్ మెంట్ అండ్ ఇంఫ్లిమెంటేషన్ ట్రస్ట్’ వీడియో కాన్ఫరెన్స్ లో మంత్రి శ్రీధర్ బాబు సచివాలయం నుంచి వర్చువల్ గా పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ.. జహీరాబాద్ స్మార్ట్ సిటీ అభివృద్ధి పనులన్నింటినీ 2028 మార్చి నాటికి పూర్తి చేస్తామని స్పష్టం చేశారు. జ్ఞాజ (ఇంజినీరింగ్, ప్రొక్యూర్మెంట్, కన్స్ట్రక్షన్) విధానంలో జరుగుతున్న ఈ పనులను గడువులోగా పూర్తి చేసేలా ప్రణాళికలు రూపొందించామని వివరించారు. ఈ స్మార్ట్ సిటీలో భూమి రూపంలో తెలంగాణ ప్రభుత్వ వాటా 51 శాతం ఉండగా, మౌలిక

వసతుల అభివృద్ధికి కేంద్ర ప్రభుత్వం నిధులు సమకూరుస్తోందని మంత్రి పేర్కొన్నారు. పరిశ్రమలకు అవసరమైన ప్లగ్ అండ్ ప్లే సదుపాయాలను వేగవంతం చేస్తున్నామని తెలిపారు. ఇదే క్రమంలో, ‘భారత్ బెట్రోగిక్ వికాస్ యోజన’ (భవ్య) కింద కేంద్ర ప్రభుత్వం దేశవ్యాప్తంగా ప్రకటించిన 100 ప్లగ్ అండ్ ప్లే పారిశ్రామిక పార్కుల్లో నాలుగింటిని తెలంగాణకు కేటాయించాలని కేంద్ర మంత్రి పీయూష్ గోయెల్ ను ఈ సందర్భంగా శ్రీధర్ బాబు కోరారు.

మహాత్మా గాంధీపై కూడా కేసు పెట్టండి

ఖర్గే కీలక వ్యాఖ్యలు

న్యూఢిల్లీ,ఆగస్టు 18:ఢిల్లీలోని కాంగ్రెస్ ప్రధాన కార్యాలయంలో ‘పందేమాతరం’ గేయారావనకు అంతరాయం కలిగించేందుకు యత్నించారంటూ సోనియా గాంధీ, రాహుల్ గాంధీలపై దాఖలైన పోలీసు ఫిర్యాదుపై కాంగ్రెస్ అధిష్టానం స్పందించింది. ఈ వివాదంపై స్పందించిన కాంగ్రెస్ అధ్యక్షుడు మల్లికార్జున ఖర్గే బీజేపీని తీవ్రంగా విమర్శించారు. “ఒకవేళ పందేమాతరం అంశంపై కేసులు నమోదు చేయాలనుకుంటే ముందుగా మహాత్మా గాంధీపై కూడా కేసు నమోదు చేయాలి” అని ఆయన వ్యాఖ్యానించారు. ఇటీవల స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ సందర్భంగా ఢిల్లీలోని కాంగ్రెస్ ప్రధాన కార్యాలయంలో నిర్వహించిన కార్యక్రమంలో పందేమాతరం గేయం ఆలాపిస్తున్న సమయంలో సోనియా గాంధీ, రాహుల్ గాంధీ, ఖర్గేల మధ్య సందభావణలు, సైగలు జరిగాయని, ఇది జాతీయ గేయాన్ని అసమానించడమనంటూ బీజేపీ నేతలు విమర్శలు గుప్పించారు. అనంతరం ఈ విషయంపై సోనియా, రాహుల్ పై పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేశారు. ఈ ఘటనపై కాంగ్రెస్

అధ్యక్షుడు ఖర్గే స్పందిస్తూ.. 1937లో కాంగ్రెస్ పర్సొన్ కమిటీ పందేమాతరంలోని మొదటి రెండు చరణాలను మాత్రమే జాతీయ గేయంగా స్వీకరించాలని నిర్ణయించిందని, ఆ కమిటీ సమావేశానికి మహాత్మా గాంధీ కూడా అధ్యక్షత వహించారని గుర్తుచేశారు.

Varun

milk parlour

MULKANUR

FULL OF BROTHER'S LOVE

MULKANUR

FULL OF BROTHER'S LOVE

MULKANUR

FULL OF BROTHER'S LOVE

మా మిల్క్ పార్లర్ వద్ద పాలు, పెరుగు, ఆవు మరియు గేదె నెయ్యి, పన్నీరు, కోవా, బటర్, క్రీమ్, ఐస్ క్రీమ్ మరియు బాసుంటి, బట్టర్ మిల్క్, బాదమ్ మిల్క్, మలాయ్ లడ్డు, డూడ్ పేడ్, మిల్క్ కేకు, చాక్లెట్ మిల్క్ లభించును

అన్ని రకముల పాల పదార్థాలు, వివాహాది శుభకార్యాలకు ఆర్డర్ పై సపై చేయబడును

9603754136

9949653944

వరుణ్ మిల్క్ పార్లర్

రెడ్డి నెంబర్ 2, కృష్ణ మంబర్ లైన్, పూసాల ఈశ్వరమ్మ & నిర్మలయ్య, నిలయం, హనుమాన్ బస్తీ, బెల్లంపల్లి, మంచిర్యాల జిల్లా.

తెలంగాణ ఉద్యమకారుల కోసం.. త్వరలో వెబ్‌సైట్ ప్రారంభం..

- చైర్మన్ కేశవరావుతో కమిటీ సభ్యుల అత్యున్నత స్థాయి భేటీ
- ఉద్యమకారుల వర్గీకరణ ముసాయిదా, సంక్షేమ విభివిధానాలపై సమీక్ష
- మిగిలి ఉన్న ఇతర ప్రజా సంఘాల ప్రతినిధులతోనూ చర్చించనున్న కమిటీ

హైదరాబాద్ సచివాలయ ప్రతినిధి(డీకే చాటింగు): తెలంగాణ ఉద్యమకారుల గుర్తింపు కోసం త్వరలో వెబ్‌సైట్ లేదా వెబ్‌పోర్టల్ ప్రారంభం కానుంది. ఈ మేరకు తెలంగాణ ఉద్యమకారుల గుర్తింపు కమిటీ ఖరారు చేసింది. ఈ కమిటీ.. చైర్మన్ డాక్టర్ కె.కేశవరావు(కేకే) నివాసంలో మంగళవారం సమావేశమైంది. ఇందులో పాల్గొన్న కమిటీ ఎగ్జిక్యూటివ్ సభ్యులు అత్యున్నత స్థాయి సమీక్ష నిర్వహించారు. ఇందులో రవాణా, బీసీ సంక్షేమ శాఖ మంత్రి పూంపు ప్రభాకర్, ఎమ్మెల్సీ ప్రొఫెసర్ ఎం.కోదండరామ్, సభ్యులు మోత శోభన్ రెడ్డి, మాజీ ఎమ్మెల్సీ ఎస్. రాములు నాయక్ తదితరులు పాల్గొన్నారు. ఇటీవల అమరదీపం వేదికగా 16 రోజుల పాటు 13 వేల మందికి పైగా ఉద్యమకారులు, ప్రజా సంఘాలు, వివిధ జీవనీలతో నిర్వహించిన విస్తృత సంప్రదింపుల ద్వారా సేకరించిన అభిప్రాయాలు, విజ్ఞప్తుల ఆధారంగా రూపొందించిన “చర్చలపై ఒక ముసాయిదా నోట్”పై ఈ భేటీలో క్లుణ్ణంగా చర్చించారు. ఉద్యమకారుల వర్గీకరణ (కేటగిరీల విభజన) ముసాయిదాను పరిశీలించారు. సేకరించిన క్షేత్రస్థాయి సమాచారం ప్రకారం ఉద్యమకారులను కింది గ్రూపులుగా గుర్తించే విధానాన్ని కమిటీ ప్రాథమికంగా పరిశీలించింది. మొదటి కేటగిరీలో అమరుల కుటుంబాలు ఉంటాయి. ఉద్యమ క్రమంలో అమరులైనవారు సుమారు 1400 మంది వరకు ఉంటారని సమాచారం. వీరిలో కొందరికి మాత్రమే గతంలో సహాయం అందింది. మిగిలిన అర్హులైన అమరుల కుటుంబాలను ఇప్పుడు గుర్తించి పూర్తి న్యాయం చేస్తారు. రెండో కేటగిరీలోకి గాయపడిన ఉద్యమకారులు వస్తారు. పోలీసు కాల్యల్లో, లాఠీఛార్జీల్లో శాశ్వత అంగవైకల్యం పొందినవారు, అత్యుపాధ్యాయుల్లో తీవ్రంగా గాయపడిన క్షతగాత్రులను ఈ జాబితాలో చేర్చుతారు. మూడో కేటగిరీలోకి జైలు జీవితం గడిపినవారిని పొందుపరుస్తారు. తొలి దశ (1969), మలి దశ ఉద్యమాల్లో (ప్రివెంటివ్ కన్ఫైన్, రిమాండ్స్, తీవ్ర జైలు శిక్షలు అనుభవించిన విద్యార్థులు, ఉద్యమకారులు వస్తారు. నాలుగో కేటగిరీ కింద.. కేసులు సమోదైనవారిని చేర్చుతారు. నాటి ఉద్యమ సమయంలో క్రిమినల్ కేసులు, బెయిలబుల్/నాన్-బెయిలబుల్ సెక్షన్స్ కింద కేసులు ఎదుర్కొన్న శ్రేణులు వస్తాయి. ప్రత్యేక కేటగిరీలో.. సంస్థాగత ఉ క్రియాశీలక శ్రేణులు ఉంటాయి. కేసులు సమోద కానప్పటికీ ఉద్యమ నిర్మాణంలో క్రియాశీలకంగా పాల్గొన్న ప్రభుత్వ ఉద్యోగులు, మహిళా ఉద్యమకారులు, ధూమ్-ధామ్ కళాకారులు, వివిధ సంస్థల సభ్యులు ఈ కేటగిరీలోకి వస్తారు. ఇదిలా ఉ



ందగా.. ఉద్యమకారుల ఆకాంక్షలు, సంక్షేమ అభ్యర్థనలు ఈ విధంగా ఉన్నాయి. ఒకటి.. సత్కారం-సహాయం-సహకారం: ఉద్యమకారులకు ఈ మూడు విధానాల్లో గౌరవం దక్కాలని కమిటీ స్పష్టం చేసింది. రెండు.. గుర్తింపు కార్డులు ఉ గౌరవ ప్రదానం: ఉద్యోగులు, వసతి కలిగినవారు కేవలం గుర్తింపు కార్డు/ప్రశంసా పత్రం ఆశిస్తున్నారు. నిరుపేద, నిరుద్యోగ యువత 250 గజాల ఇంటి స్థలం, నిర్మాణానికి ఆర్థిక సాయం, పెన్షన్, ఆర్టీసీ బస్సుల్లో ఉచిత ప్రయాణం, పిల్లలకు ఉచిత విద్య, స్వయం ఉపాధి రుణాలు కోరుతున్నారు. మూడు.. చట్టబద్ధత ఉ కార్పొరేషన్: జ్యూర్స్, ఉత్తరాఖండ్ తరహాలో సంక్షేమ పథకాలకు పూర్తి చట్టబద్ధత కల్పించడంతోపాటు శాశ్వత కమిషన్ లేదా కార్పొరేషన్ ఏర్పాటుచేయాలని సూచించారు. కమిటీ తక్షణ కార్యాచరణ నిర్ణయాలు ఇలా ఉన్నాయి.. సమీక్ష అనంతరం చైర్మన్ కేకే, కమిటీ సభ్యులు తదుపరి చేపట్టాల్సిన చర్యలను ఖరారు చేశారు. అవి.. ఉద్యమకారులు దరఖాస్తు చేసుకోవడానికి త్వరలోనే అధికారిక వెబ్‌సైట్/పోర్టల్ ద్వారా అవకాశం కల్పించడం. పారదర్శకమైన ఆన్‌లైన్ దరఖాస్తు సమానాను సిద్ధం చేయడం. శాసన సభ్యులు, శాసన మండలి సభ్యులతో విస్తృత స్థాయి చర్చలు జరపడం. మిగిలి ఉన్న ఇతర ప్రజా సంఘాల ప్రతినిధులతో సంభాషణలు పూర్తి చేయడం. ఇప్పటివరకు జరిగిన అన్ని చర్చల సమగ్ర నివేదికను, మినిట్స్‌ను రూపొందించి సీఎం ఎ.రేచంట్ రెడ్డికి సమర్పించడం.

ఇదీ పరిస్థితి,..... ఎటుపోతుంది సమాజం....

ఎల్సీనగర్, ఆగస్టు 18 (డీకే చాటింగు)సామాజిక భద్రత లేని విధంగా పరిస్థితులునెలకొన్నాయి, పారిశుధ్య కార్మికులు కానిష్టండ్, జిహెచ్‌ఎస్ కార్మికులు కానిష్టండ్, రాజకీయ నాయకులు కానిష్టండ్ ఇలా తనకేమీ పట్టనట్లుగా, రోజు తన కళ్ళముందే జరుగున్న కొన్ని అకృత్యాలు, డ్రైనేజీ నాలాలు పొంగి పోర్లడం, మంచి నీటిలో పైపుల్లో డ్రైనేజీ మురుగు నీరు కలవడం, ఎవ్వరికీ పట్టడం లేదు ఎందుకీ వివక్ష ఎలక్షన్లో ఓట్లకోసం వచ్చే రాజకీయ నాయకులకు ఈ విషయాలు ఇప్పుడు పాటించుకోరు, పారిశుధ్య కార్మికులు డ్రైనేజీ లో నుంచి తీసిన వ్యర్థాలను అలాగే కుప్పలుగా పోగు చేసి వదిలేస్తే అదే అలాగే ఉంది గాలికి అటు ఇటుపోతూ పర్మానిక్ మట్టి ఆ గుంతలోకే వెళ్ళడం, మట్టి నిండడం ఇది నిరంతర ప్రక్రియ లాగా సాగుతుంది దీనికి శాశ్వత పరిష్కారం లేకుండా పోతుంది, ఏదైనా పండగలు పబ్బలు రాగానే, మేము గొప్ప నాయకులం అని గొప్పగా ప్లేక్స్‌లు రోడ్డుపై ఉరేగుతాయి కానీ కాలనీలో చిన్న సమస్యలు తీర్చరు, దానిపై స్పందించరు, ఇదెక్కడి న్యాయం, సామాన్య ప్రజానీకం ఓట్లు కావాలి కానీ సామాన్య ప్రజా సమస్యలు ఎందుకు పట్టించుకోరు,, ఓ ప్రజలారా సామాజిక వేత్త లారా ఇది గమనించి, మున్ముందు మనకు వచ్చే సీత వ్యక్తులకు మీరు మీ ఆయుధాన్ని వినియోగించండి, వారు ఇన్నో తాయిలాలకు ఆశపడి మీ మట్టుపక్కల సామాన్య జనాన్ని అగాధం లోకి లాగ కండి, ఎటుపోతుంది ఈ సామాజిక న్యాయం ఒకటి కాదు రెండు కాదు, రోడ్డు బాగుండవు, రోడ్డుపై ఉండే డ్రైనేజీ లు బాగుండవు, మంచి నీళ్ళల్లో కొన్ని ఏరియాలలో డ్రైనేజీ కలుస్తున్నారం పట్టించుకునే నాగుండడం, ఎం చేస్తున్నారు ఈ కార్పొరేట్లు, మీరా లు, చోట మోట నాయకులు వాళ్ళ గుర్తింపు కోసం రాజకీయ నాయకుల సంతలు నాకు కుంటూ పీటినీ (ఈ సమస్య లను) వారి దృష్టికి తీసుకెళ్ళరు, మరి ఎవడు పట్టించుకోవాలి, ఈమధ్య ఎవ్వి నగర్ లో చాలా కాలనీ ల్లో ఎక్కడ చూసిన డ్రైనేజీలు ఉ దృతంగా సెలయేరులై పారుతున్నాయి, ఆ కంపరానికి రోడ్డుపై జీవనం



గడిపే చిన్న వ్యాపాలు, ఆదివారం కూరగాయల మార్కెట్లు, నడుపునే వద్దకే అందరం తమకు కావలసిన నిత్యావసర వస్తువులను కొనడానికై వెళ్లి తోక్తూరానిది తొక్కి పీల్చేదానిది పీల్చి ఎంతో మంది అనారోగ్యం పాలై పోతున్నారు, అతి కొద్ది రోజుల్లోనే ఎన్నెక్కులు రాబోతున్నాయి, గెలిచినా వాళ్ళో మట్టి ఓట్లకు వస్తే కడిగి వడేయ్యండి, ఏది ఏమైనా రేపో మాపో ఓట్లకు వచ్చే వారు మన లోకల్ వార్ ఉంటారు, మన సమస్యలు, మనం వడే కష్టాలు వారు చూసే ఉంటారు. కనుక ఆయుధం మన చేతిలో ఉంది, దీన్ని గ్రహించి సామాజిక స్పృహ తో మంచి నాయకున్ని నిర్మం మనకు అందుబాటులో ఉండే వారిని ఆదరించండి, ఇది నిష్కం జరుగుతున్న సమస్యలను చూస్తూ చేసేది ఏమీ లేక, ఒక సామాన్యని ఆవేదన, ఎవ్వరిని కించపరచడానికి కాదు ఎవ్వరిని పొగడడానికి కాదు, ఈ సభ్య సమాజం పై ఎవ్వరికి పట్టి పట్టనట్లు వ్యవహరిస్తున్నారు అన్న ఆవేదన మాత్రమే,నగలు పృక్తి,బ్రహ్మశ్రీ చిలుకూరి రామచారి విశ్వకర్మ ఆర్ డ్రినీ కాలనీ, ఎల్సీ నగర్, బక్కు వేదిక కన్వెన్సర్.

సర్కార్ సర్వాయి పాపన్న గౌడ్ జయంతి సందర్భంగా అన్నదానం -నారాయణపేట టీసిఎస్ సొసైటీ ఆధ్వర్యంలో... -49వ,రోజుకు చేరినలయన్స్ క్లబ్ అన్నదానం కార్యక్రమం...

నారాయణపేట,(డీకే చాటింగు): లయన్స్ క్లబ్ ఆఫ్ నారాయణపేట(320A)ఉచిత భోజన సేవా కార్యక్రమంలో భాగంగా మంగళవారం(49వ రోజు)సర్కార్ సర్వాయి పాపన్న గౌడ్ జయంతి సందర్భంగానారాయణపేట టీసిఎస్ సొసైటీ ఆధ్వర్యంలో అన్నదాన కార్యక్రమం జరిగింది.ఆతలి నివారణ- ఒక ప్రపంచ సేవా కార్యక్రమంలో భాగంగా 350 మందికి ఉచిత భోజనం అందించినట్లు స్థానిక లయన్స్ క్లబ్ అధ్యక్షులు లయన్ రవికుమార్ గౌడ్ ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. మధ్యాహ్నం1గంట నుంచి 2 గంటల వరకు స్థానిక శ్రీ సత్యనారాయణ

కమాన్ దగ్గర అన్నదాన కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. అన్నదానం కార్యక్రమాన్నినారాయణపేట టీసిఎస్ సొసైటీ స్పాన్సర్ చేసింది.ఈ కార్యక్రమంలో లయన్స్ సభ్యులు లయన్ రవి కుమార్ గౌడ్,లయన్ మోహన్ కుమార్ కోన, లయన్ రాజేష్ పొల్లెపల్లి,లయన్ హరి నారాయణ బట్నాడ్ పిడిజి,లయన్ కన్న జగదీష్,లయన్ శ్రీనివాస్ లహోటి,లయన్ కృష్ణమూర్తి, లయన్ ధీమ చందర్ గౌడ్, లయన్ వెంకటయ్య,లయన్ డాక్టర్ అంజనేయులు ఆర్మీ,లయన్ ఎస్.చక్రవర్తి తదితరులు పాల్గొని విజయవంతం చేయడంలో తమ వంతు సహకారం అందించారు.



బోధన్ డివిజన్ లో ఘనంగా సర్వాయి పాపన్న జయంతి వేడుకలు

మాజీ ఎమ్మెల్సీ రాష్ట్ర గౌడ సంఘం నాయకుడు వి గంగాధర్ గౌడ్ హాజరు.



నిజామాబాద్ ప్రతినిధి ఆగస్టు18(డీ కే చాటింగు): రుద్రూర్ మండల కేంద్రంలో గీత పాఠశాలకు సహకార సంఘం ఆధ్వర్యంలో సర్కార్ సర్వాయి పాపన్న గౌడ్ 376 వ జయంతి వేడుకలు ఘనంగా నిర్వహించడం జరిగింది. ఆయన చిత్రపటానికి గౌడ కులస్తులు పూలమాలలు వేసి ఘన నివాళులర్పించడం జరిగింది. ఈ సందర్భంగా మాజీ ఎమ్మెల్సీ రాష్ట్ర గౌడ సంఘం నాయకుడు విజి గౌడ్ హాజరై మాట్లాడుతూ, సామాన్యులు బదుగు బలహీన వర్గాల కోసం పోరాడిన మహనీయుడని సర్కార్ సర్వాయి పాపన్న గౌడ్ అని అన్నారు. సర్కార్ సర్వాయి పాపన్న గౌడ్ తెలంగాణ గోల్కొండలోని జమీందారుల పెత్తందారులు వాళ్లందర్నీ తరిమికొట్టి విరోచిత పోరాటం చేసి గోల్కొండ కోటపై జెండాను ఎగరవేయడం జరిగిందని తెలిపారు. ఈరోజు హైదరాబాద్ ట్యాంక్ బండ్ పై గౌడ కులస్తుల ముద్దుబిడ్డ సర్కార్ సర్వాయి పాపన్న గౌడ్ కాన్పు విగ్రహాన్ని తెలంగాణ ప్రభుత్వం ఆవిష్కరిస్తున్నందున హార్దం వ్యక్తం చేశారు. అనంతరం బస్టాండ్ ప్రాంగణంలో అన్నదాన కార్యక్రమాన్ని చేపట్టారు. ఈ కార్యక్రమంలో గ్రామ సర్పంచ్ ఇందూరి సునీత చంద్రశేఖర్, ఉప సర్పంచ్ నిస్సార్, గౌడ సంఘం అధ్యక్షులు గుండూరి విఠల్ గౌడ్, గౌడ కులస్తులు సుదర్శన్ గౌడ్, గుండూరి ప్రశాంత్ గౌడ్, రాజు గౌడ్, గుండూరి శ్రీకాంత్ గౌడ్, సుధాకర్ గౌడ్, శ్రీసు గౌడ్, రామ గౌడ్, నారా గౌడ్, పత్తి రాము, బీఆర్ ఎస్ పార్టీ మండలఇంచార్జ్ గాండ్ల మధు తదితరులు పాల్గొన్నారు. మోషన్ మండలం - సర్వాయి పాపన్న గౌడ్ అడుగుజాడల్లో ప్రతి ఒక్కరు సడిచి ఆయన ఆశయ సాధనకు కృషి చేయాలని గౌడ సంఘం నాయకులు పిలుపునిచ్చారు. మంగళవారం మోషన్ మండల కేంద్రంలో సర్వాయి పాపన్న గౌడ్



జయంతిని నిర్వహించారు. ఆయన చిత్రపటానికి పూలమాలలు వేసి నివాళు లు అర్పించారు. అనంతరం స్వీట్లు పండ్లు పంపిణీ చేశారు. గౌడ సంఘం నాయకులు బొజ్జ స్వామి గౌడ్, సర్ప గౌడ్, గంగాధర్ గౌడ్, వెంకట గౌడ్,శ్రీనివాస్ గౌడ్, సాయ గౌడ్, సుదర్శన్ గౌడ్ ,శేఖర్ గౌడ్ పాల్గొన్నారు. వర్ని మండలం : వర్ని మండలం జాకోరా లో మంగళవారం సర్వాయి పాపన్న గౌడ్ జయంతిని గౌడ సంఘం నాయకులు నిర్వహించారు. పాపన్న గౌడ్ చిత్రపటానికి పూలమాలలు వేసి నివాళులు అర్పించారు. ఆయన చేసిన విరోచిత పోరాటాలను గుర్తు చేసుకున్నారు. ఆయన ఆశయ సాధనకు ప్రతి ఒక్కరూ కృషి చేయాలని సంఘం నాయకులు పిలుపునిచ్చారు. జాకోరా సర్పంచ్ సాయిలు,విష్ణువర్ధన్ గౌడ్, రమేష్ గౌడ్ పాల్గొన్నారు. కోటగిరి మండలం: సర్వాయి పాపన్న అడుగు జాడల్లో , ఆయన ఆశయాలకు అనుగుణంగా పనిచేస్తామని మాజీ ఎంపీటీసీ డి గంగాధర్గౌడ్,వైసిడెంట్ శంకర్ గౌడ్, పృథ్వీరాజ్ గౌడ్,మండల సీబీబి నాయకుడు విఠల్ గౌడ్, శ్రీనివాస్ గౌడ్,మల్లేశ గౌడ్ తదితర సంఘం సభ్యులు పాల్గొన్నారు.

లింగ నిర్ధారణ పరీక్షలపై ఉక్కుపాదం మోపాలి: జిల్లా కలెక్టర్ భవేష్ మిత్రా

నిజామాబాద్ ప్రతినిధి ఆగస్టు 18 (డీ కే చాటింగు): పుట్టబోయే శిశువు అమ్మయ్యా, అబ్బాయ్యా అని తెలియజేసేందుకు లింగ నిర్ధారణ పరీక్షలు నిర్వహించే స్పానింగ్ సెంటర్లపై ఉక్కుపాదం మోపాలని కలెక్టర్ భవేష్ మిత్రా సంబంధిత అధికారులను ఆదేశించారు. పుట్టబోయేది ఆడ శిశువు అని నిర్ధారణ చేసి, గర్భవిచ్ఛిత్తికి పాల్పడడం క్రమించరాని నేరమని, ఇది ఎంతో శోచనీయమని అన్నారు. ఈ తరహా చర్యలకు పాల్పడే వారిని ఎంతమాత్రం ఉపేక్షించకుండా, బాధ్యులపై ఎం.టి.పీ చట్టం ప్రకారం చర్యలు తీసుకోవాలని అన్నారు. సమీకృత జిల్లా కార్యాలయాల సమదాయం పి.సి కాన్ఫరెన్స్ హాల్ లో కలెక్టర్ అధ్యక్షతన మంగళవారం గర్భస్వచ్ఛర్య, గర్భస్థ పిండ లింగ నిర్ధారణ పరీక్షల నిషేధ చట్టం జిల్లా స్థాయి సలహా సంఘ సమావేశం జరిగింది. ఈ సందర్భంగా లింగ నిర్ధారణ పరీక్షలు నిరోధానికి చేపడుతున్న చర్యల విషయమై కలెక్టర్ వివరాలు అడిగి తెలుసుకుని నివేదికలు పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా కమిటీ పనితీరు ఆశించిన స్థాయిలో లేదని అసంతృప్తి వ్యక్తం చేశారు. నామ్ కే వాస్సేగా సమావేశాలు నిర్వహించి తీర్మానాలు రాసుకోవడంతోనే సరిపెట్టుకోకుండా, లింగ నిర్ధారణ పరీక్షలు నిర్వహిస్తున్న స్పానింగ్ కేంద్రాలపై క్షేత్ర స్థాయిలో గట్టి నిఘా ఉంచాలని అన్నారు. జనన వివరాలను అనుసరిస్తూ ఆడ, మగ నిచ్చత్తిలో ఎక్కువ వ్యత్యాసం ఉంటే, లింగ నిర్ధారణ పరీక్షలు నిర్వహిస్తూ, భ్రూణ హత్యలు జరుగుతున్నట్లు భావించాల్సి వస్తుందన్నారు. ఈ తరహా వ్యత్యాసం ఎక్కువగా నగరాలు, పట్టణ ప్రాంతాలలోనే కనిపిస్తోందని, దీనిని బట్టి గట్టు చప్పుడు కాకుండా లింగ నిర్ధారణ, భ్రూణ హత్యలు జరుగుతున్నట్లు తెలుస్తోందని కలెక్టర్ అభిప్రాయపడ్డారు. సంబంధిత అధికారులు క్షేత్రస్థాయిలో గట్టి నిఘా ఉంచితే ఈ తరహా అమానవీయ ఘటనలకు అన్యాయం ఉండదని సూచించారు. ఎన్ని కఠిన చట్టాలు ఉన్నా, వాటి అమలు సక్రమంగా లేకపోతే ఎలాంటి ప్రయోజనం ఉండదని అన్నారు. దీనిని దృష్టిలో పెట్టుకుని ఇక్కడ జిల్లాలో ఎక్కడ కూడా లింగ నిర్ధారణ, భ్రూణ హత్యలు జరుగకుండా గట్టి నిఘా పెట్టాలని, నిబంధనలు



అతిక్రమించే వారిపై కేసులు సమోద చేయాలని, స్పానింగ్ సెంటర్లను సీజ్ చేయాలని కలెక్టర్ ఆదేశించారు. గర్భం దాల్చిన నాటి నుండి గర్భిణీల వివరాలను పక్కాగా సమోద చేయాలని, వారిలో ఎంతమందికి కాన్పు జరిగిందన్నది పరిశీలించాలన్నారు. గర్భం దాల్చిన మీదట కాన్పు జరగని కేసులను క్లుణ్ణంగా పరిశీలిస్తే, గర్భ నిర్ధారణ, గర్భ విచ్ఛిత్తి ఘటనలను గుర్తించేందుకు అన్యాయం ఉంటుందని, తద్వారా ఈ చర్యలకు పాల్పడిన స్పానింగ్ సెంటర్లను గుర్తించి కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలని అన్నారు. పక్కాగా నిబంధనలు పాటించే స్పానింగ్ కేంద్రాలకే లైసెన్సులు రెన్యూవల్ చేయాలని ఆదేశించారు. పి.సి.పి.ఎస్.డి.టి, ఎం.టి.పీ చట్టాలను ఉల్లంఘించడం వల్ల సమాజంలో స్త్రీ, పురుషుల నిష్పత్తి గణనీయంగా తగ్గిపోతున్నదని ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్ గుర్తు చేశారు. పుట్టబోయే శిశువు ఆడ, మగ ఎవరైనా సరే, అందరూ సమానమే అని ప్రజల్లో విస్తృతంగా అవగాహన కలిగించాలని ఈ సందర్భంగా తెలియజేశారు. ఈ సమావేశంలో అదనపు కలెక్టర్ ని.భుజంగరావు, ఆర్మూర్ సబ్ కలెక్టర్ అభిగ్యాన్ మావ్యయ, ట్రైని కలెక్టర్ సురేష్, జిల్లా వైద్యారోగ్య శాఖ అధికారిణి డాక్టర్ రాజశ్రీ, కమిటీ సభ్యులు ఎస్.సిద్దయ్య, బి.అంజనేయులు, వైద్యాధికారులు పాల్గొన్నారు.

నిరుద్యోగ సమస్యను పరిష్కరించడంలో కేంద్ర రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు విఫలం...

- ఆగస్టు 20న నిరుద్యోగ సమస్యను పరిష్కరించాలని కలెక్టర్ కార్యాలయం ముందు జరిగే ధర్మా జయప్రదం చేయండి - జోగు ప్రకాష్ సిపిఎం జనగామ పట్టణ కార్యదర్శి

జనగామ ఆగస్టు 18 డీకే చాటింగు జిల్లా ప్రతినిధి:దేశంలో యువతకు తగిన ఉపాధి అవకాశాలు కల్పించడంలో కేంద్ర రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు నిర్లక్ష్యంగా వ్యవహరిస్తున్నాయని సిపిఎం పార్టీ జనగామ నగర కార్యదర్శి జోగు ప్రకాష్ అన్నారు. మంగళవారం జిల్లా కేంద్రమైన జనగామ లోని సిపిఎం పార్టీ కార్యాలయంలో మాట్లాడుతూ చదువులు పూర్తి చేసి ఉద్యోగాల కోసం ఏళ్ల తరబడి ఎదురుచూస్తున్న నిరుద్యోగ యువతకు ప్రభుత్వాల విధానాలు తీవ్ర నిరాశ కలిగిస్తున్నాయన్నారు. ప్రభుత్వ శాఖల్లో వేలాది పోస్టులు ఖాళీగా ఉన్నప్పటికీ వాటిని భర్తీ చేయకుండా కాలయాపన చేయడం వల్ల నిరుద్యోగ సమస్య మరింత తీవ్రమవుతోందని,దేశవ్యాప్తంగా జూలైలో మొత్తం నిరుద్యోగిత రేటు 5.1 శాతంగా సమోదైనట్లు తాజా గణాంకాలు వెల్లడిస్తున్నాయని వివరించారు.నిరుద్యోగ యువతకు వెంటనే ఉపాధి కల్పించడంతో పాటు కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాల పరిధిలోని అన్ని ఖాళీ పోస్టులను భర్తీ చేయాలని, నిరుద్యోగులకు నిరుద్యోగ భృతి చెల్లించాలని ఈ సందర్భం గా డిమాండ్ చేశారు.ఈ డిమాండ్ల సాధన కోసం ఆగస్టు 20వ తేదీన ఉదయం 11 గంటలకు జనగామ జిల్లా కలెక్టర్ కార్యాలయం ముందు నిర్వహించే నిరసన కార్యక్రమానికి యువత, నిరుద్యోగులు పెద్ద సంఖ్యలో తరలివచ్చి జయప్రదం చేయాలని ప్రకాష్ పిలుపునిచ్చారు.



దేశ దాటింపు తెలంగాణ దిన పత్రిక

బుధవారం, ఆగస్టు 19, 2026

ప్రజారోగ్యంపై కల్తీ ప్రభావం...!

నిత్యం మనం తీసుకునే ఆహారం అమృతం కావాలి. కానీ నేడు అది నెమ్మదిగా ప్రాణాలను హరించే విషంగా మారుతోంది. లాభాపేక్ష అనే రాక్షసి కోర్లో చిక్కుకున్న ఆహార రంగం, సామాన్యుడి ఆరోగ్యంతో చెలగాటమాడుతోంది. ‘సర్వం కల్తీమయం’ అన్నది కేవలం ఒక నానుడి కాదు. నేడు అది మన కళ్లముందు కదలాడుతున్న భయంకర వాస్తవం. భారతదేశంలో సామాన్య ప్రజల జీవన ప్రమాణాలు పెరగడం అటుంచితే, కనీస ఆరోగ్య భద్రత కరువవ్వడం అందోళన కలిగించే అంశం. వాతావరణ కాలవ్యం ఒకవైపు ఊపిరితిత్తులను ఉక్కిరిబిక్కిరి చేస్తుంటే, మరోవైపు మనం తినే ఆహారంలో చేరుతున్న రసాయనాలు నిశ్శబ్దంగా మృత్యువును ఆహ్వానిస్తున్నాయి. ఉదయం నిద్రలేచిన దగ్గరి నుండి వాడే టూత్ పేస్ట్, పాలు, టీపొడి, వంటనూనె, పప్పుధాన్యాలు.. ఇలా ఒకటేమిటి, ఏ వస్తువును తాకినా అందులో కల్తీ ఉందన్న వార్తలు వినియోగదారుడి వెన్నులోపణుకు పుట్టిస్తున్నాయి. గతంలో కల్తీ అంటే ఏదో ఒక వస్తువులో తక్కువ నాణ్యత గల పదార్థాలను కలపడం అని అనుకునేవారు. కానీ నేడు అది ఒక వ్యవస్థీకృత నేరంగా రూపాంతరం చెందింది. ఇటీవల దేశవ్యాప్తంగా జరిగిన దాడులు చూస్తుంటే, ఒక భారీ నెట్ వర్క్ దీని వెనుక ఉన్నట్లు అర్థమవుతోంది. పాలు, పాల ఉత్పత్తులు: సూరత్ వంటి నగరాల్లో యూరియా, డిటర్జెంట్, ప్రాణాంతక రసాయనాలతో ‘సింధుటిక్ పాలు’ తయారు చేయడం మానవత్వం లేని చర్య. పసిపిల్లలు తాగే పాలపై కూడా కనికరం లేని లాభాపేక్ష ఇది. వన్నీర్, నెయ్యిలో జంతువుల కొవ్వును కలపడం వంటి ఘటనలు ఆధ్యాత్మిక భావనలతోపాటు ఆరోగ్య భద్రతను కూడా దెబ్బతీస్తున్నాయి. ఢిల్లీలో వెలుగులోకి వచ్చిన నకిలీ టూత్ పేస్ట్ తయారీ కేంద్రం మన దైనందిన జీవితంలో ఏ వస్తువునూ నమ్మలేమని నిరూపించింది. బ్రాండెడ్ కంపెనీల పేర్లతో నకిలీ ప్యాకింగ్ చేస్తూ ప్రజలను మోసం చేస్తున్నారు. రీ-లేబులింగ్ మాణ్డూరూ: గడుపు ముగిసిన సాఫ్ట్ డ్రింక్స్, ప్యాక్డ్ ఫుడ్స్ పై పాత తేదీలను చెరిపివేసి కొత్త తేదీలు ముద్రించడం ద్వారా వినియోగదారుల ప్రాణాలతో చెలగాటమాడుతున్నారు. ప్రస్తుత ఆధునిక సమాజంలో నగర జీవనం చాలా వేగంగా మారిపోయింది. ఉరుకులు పరుగుల జీవితంలో సొంతంగా వంట చేసుకునే తీరిక లేక చాలామంది బయటి ఆహారంపై ఆధారపడుతున్నారు. బిర్యానీ సెంటర్లు, టిఫిన్ సెంటర్లు, ఫాస్ట్ ఫుడ్ అవుట్ లెట్లు నేడు ప్రతి గిల్లీలోనూ దర్శనమిస్తున్నాయి. అయితే, ఈ కేంద్రాల్లో శుభ్రత అనేది ముచ్చటైనా కనిపించడం లేదు. హైదరాబాద్ వంటి నగరాల్లో వెలుగులోకి వచ్చిన అల్లం-వెల్లుల్లి పేస్ట్ తయారీ కేంద్రాల పరిస్థితి దారుణం. కుట్టిన అల్లం, వెల్లుల్లి రంగులు, రసాయనాలు కలిపి ఆకర్షణీయమైన ప్యాకింగ్ తో హోటళ్లకు సరఫరా చేస్తున్నారు. ఇలాంటి పదార్థాలను వాడటం వల్ల హోటల్ ఆహారం రుచికరంగా ఉన్నట్లు అనిపించినా, అది లోలోపల అవయవాలను చిత్తు చేస్తోంది. కల్తీ ఆహారం అనేది కేవలం ఒక వ్యక్తిగత సమస్య కాదు, ఇది దేశం ఎదుర్కొంటున్న అతిపెద్ద ప్రజారోగ్య సంక్షోభం. కల్తీ వల్ల కలిగే నష్టాలు లక్షణమే బయటపడవు. కానీ దీర్ఘకాలంలో అవి ప్రాణాంతకమవుతాయి. కేన్సర్ ముప్పు: వైద్య నిపుణుల నివేదికల ప్రకారం, దేశంలో సమోదాపుతున్న కేన్సర్ కేసుల్లో సుమారు 53% ఆహారపు అలవాటు, కల్తీ ఆహారం వల్లే సంభవిస్తున్నాయి. ఆహారంలో కలిపే కృత్రిమ రంగులు కార్సినోజెనిక్ గా మారుతున్నాయి. కలుషిత నీరు, కల్తీ పాలు, నాణ్యత లేని నూనెల వల్ల కాలేయం, మూత్రపిండాలు దెబ్బతింటున్నాయి. చిన్న వయస్సులోనే గుండెపోటులు రావడం వెనుక కల్తీ నూనెల ప్రభావం ఎంత ఉందో విశ్లేషించాలైనా అసంభవం ఉంది. పాలలో కలిపే ఆక్సీటోసిన్ వంటి హార్మోన్ల వల్ల పిల్లల ఎదుగుదలపై ప్రతికూల ప్రభావం పడుతోంది. నిఘా వైఫల్యం ప్రశ్నలపై ఉక్కుపాదం ఆహార భద్రతా ప్రమాణాలను పర్యవేక్షించాలైనా ‘పుడ్ సీక్రీ’ అండ్ స్టాండర్డ్ ఆథారిటీ ఆఫ్ ఇండియా, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు ఆరోగ్యశాఖలు క్షేత్రస్థాయిలో విఫలమవుతున్నాయని చెప్పక తప్పదు. తనిఖీలు కేవలం పండుగ సీజన్లకు లేదా ఫిర్యాదులు వచ్చినప్పుడు మాత్రమే పరిమితం కాకూడదు. మరోవైపు, సోపల్ మీడియా యుగంలో ప్రజలు చైతన్యవంతులవుతున్నారు. ఆహార నాణ్యతను ప్రశ్నించే వారిపై రివర్స్ కేసులు నమోదు చేయడం లేదా వారిని వేధించడం ప్రజాస్వామ్య విరుద్ధం.

విలేకరులు కావలెను

రాజకీయ సంఘటనలపై ప్రతీకగా నిలిచిన

దేశ దాటింపు తెలంగాణ దినపత్రిక

దేశ సారస్వంలో చాటింపు దినపత్రికలో పనిచేయడానికి తెలంగాణాలోని అన్ని జిల్లా, నియోజకవర్గ, మండల కేంద్రాల్లో పనిచేయడానికి అనుక్తి, అనుభవం గల విలేకరులు కావలెను.

సంప్రదించండి :

ఫోన్ : 9603754136 - 7386287837

సింగరేణి విశ్రాంత ఉద్యోగుల సంఘం ధర్మా



క్యాతన్ పల్లి(డీకే చాటింపు): రామకృష్ణపూర్ మంగళవారం యూనియన్ బ్యాంక్ కార్యాలయం ఎదుట మంచిర్యాల జిల్లా సింగరేణి విశ్రాంత ఉద్యోగుల సంఘం ఆధ్వర్యంలో సింగరేణిలో విధులు నిర్వహించి వదిలి విరమణ చేసిన యూనియన్ బ్యాంక్ లో ఖాతాలు కలిగి ఉన్న 70 సంవత్సరాల వయస్సు ఉద్యోగులకు 30 లక్షల ప్రమాద బీమా కల్పించానందుకు నిరసన గా నల్ల బ్యాడ్జిలు ధరించి యూనియన్ బ్యాంకు కార్యాలయం

ముందు ధర్మా కార్యక్రమం నిర్వహించడం జరిగింది. ఈ సందర్భంగా అధ్యక్షుడు గజెల్లి వెంకటయ్య మాట్లాడుతూ... 2024 ఫిబ్రవరి 26 వ తేదీన సింగరేణి యాజమాన్యంతో యూనియన్ బ్యాంక్ చేసుకున్న ఒప్పందం మేరకు 30 లక్షల ప్రమాద బీమా అమలు చేయాలైన యూనియన్ బ్యాంక్ యాజమాన్యం గత 2 సంవత్సరాల, విశ్రాంత ఉద్యోగులకు 30 లక్షల ప్రమాద బీమా సౌకర్యం కల్పించాలి ఉన్నప్పటికీ, యూనియన్ బ్యాంక్ యాజమాన్య నిర్లక్ష్యం వల్ల ఎంతో మంది విశ్రాంత కుటుంబాలు నష్టపోతున్నాయని పేర్కొన్నారు.సింగరేణి యాజమాన్యంతో యూనియన్ బ్యాంక్ యాజమాన్యం చేసుకున్న ఒప్పందం మేరకు సింగరేణి విశ్రాంత ఉద్యోగులకు వెంటనే 30 లక్షల ప్రమాద బీమా సౌకర్యం కల్పించాలని డిమాండ్ చేసినారు. లేని ఎడల అన్ని యూనియన్ బ్యాంకుల కార్యాలయాల ముందు విశ్రాంత ఉద్యోగుల కుటుంబాలతో పెద్ద ఎత్తున శాంతియుతంగా అందోళన కార్యక్రమాలు నిర్వహించడం జరుగుతుందని అన్నారు. ఈ సందర్భంగా రామకృష్ణపూర్ యూనియన్ బ్యాంక్ మేనేజర్ వినతి పత్రం అందజేయడం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమంలో అధ్యక్షుడు గజెల్లి వెంకటయ్య, నలచోదారులు ఎం అంజయ్య, ఆర్ రమేష్ ,కుమ్మరి మల్లయ్య, కార్తవర్ధి పోతురాజుల చంద్రయ్య, రాష్ట్ర జిల్లా సంఘం నాయకులు కావల సర్వయ్య , జి రామయ్య, పి రాజనిధి, అ నారాయణ , పి రామ రావు , సిఎన్ మల్లేష్ , సిఎన్ పోచెట్టి , మిట్ట నారాయణ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

భద్రకాళి బండ్ పై సందర్శకులకు అందుబాటులోకి బ్యాటరీ వెహికల్

- వెహికల్ సేవలను ప్రారంభించిన వరంగల్ పశ్చిమ ఎమ్మెల్యే నాయిని రాజేందర్ రెడ్డి- ఎమ్మెల్యేతో పాటు పాల్గొన్న జిల్లా కలెక్టర్ చాహత్ బాజ్ పాయి, మున్సిపల్ కమిషనర్ వెంకన్న, అధికారులు



హన్మకొండ 0 (డి. కె. చాటింపు) భద్రకాళి బండ్ పై సందర్శకుల సౌకర్యార్థం బ్యాటరీ వెహికల్ సేవల మంగళవారం అందుబాటులోకి వచ్చాయి. ఈ సేవలను వరంగల్ పశ్చిమ ఎమ్మెల్యే నాయిని రాజేందర్ రెడ్డి ముఖ్యఅతిథిగా హాజరై బ్యాటరీ ఆపరేటర్ వెహికల్ ను ప్రారంభించారు. సూతనంగా అందుబాటులోకి వచ్చిన బ్యాటరీ వెహికల్ ను ప్రారంభించిన అనంతరం కుడా సిపిఐ అజిత్ రెడ్డి నడపగా ఎమ్మెల్యే రాజేందర్ రెడ్డి, జిల్లా కలెక్టర్ చాహత్ బాజ్ పాయి, గ్రేటర్

వరంగల్ మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ కమిషనర్ వెంకన్న, తదితరులు భద్రకాళి బండ్ పై ప్రయాణించారు. ఫాతిమ కెనరా బ్యాంక్ తన కార్పొరేట్ సోషల్ రెస్పాన్స్ ఫండ్ కింద కొనుగోలు చేసిన బ్యాటరీ వెహికల్ ను కుడా కు అందజేశారు. కాగా ఈ వెహికల్ ను ఎమ్మెల్యే చేతులకు మీదుగా ప్రారంభించడంతో సందర్శకుల సౌకర్యార్థం ఈ సేవలు అందుబాటులోకి వచ్చాయి. ఈ సందర్భంగా కుడా ఈఈ భీమ్ రావు, కెనరా బ్యాంకు అధికారులు పాల్గొన్నారు.

సర్వాయిపాపన్నగౌడ్ పోరాట స్ఫూర్తితో ముందుకెళ్లాలి

అదనపు కలెక్టర్ భుజంగరావు



నిజామాబాద్ విలేకరి, ఆగస్టు 18 (డీ కే చాటింపు): సర్దార్ సర్వాయి పాపన్న గౌడ్ కొనసాగించిన పోరాట స్ఫూర్తితో ముందుకెళ్లాలని వక్రలు పిలుపునిచ్చారు. సర్వాయి పాపన్న గౌడ్ జయంతి వేడుకలను జిల్లా వెనుకబడిన తరగతుల సంక్షేమ శాఖ ఆధ్వర్యంలో మంగళవారం ఘనంగా నిర్వహించారు. వినాయకనగర్ లో గల సర్వాయి పాపన్న గౌడ్ విగ్రహానికి అదనపు కలెక్టర్ భుజంగరావు తదితరులు పూలమాలలు వేసి నివాళు లర్పించారు. అనంతరం సమీకృత జిల్లా కార్యాలయాల సముదాయంలో నిర్వహించిన జయంతి వేడుకల సందర్భంగా సర్వాయి పాపన్న గౌడ్



చిత్రపటానికి పూలమాల వేసి నివాళులు అర్పించారు. ఈ సందర్భంగా అదనపు కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ, పోరాట యోధుడు పాపన్నగౌడ్ జయంతి వేడుకలను ప్రభుత్వం అధికారికంగా నిర్వహిస్తోందని గుర్తు చేశారు. దౌర్జన్యాలు, అణిచివేతలకు వ్యతిరేకంగా పోరాడిన ధీశాలి సర్వాయి పాపన్న అని గుర్తు చేశారు. పాపన్న గౌడ్ పోరాట స్ఫూర్తితో హక్కుల సాధనకు కృషి చేయాలని పిలుపు నిచ్చారు. వేలాది మందితో సైన్యాన్ని సమీకరించుకుని పన్నుల వ్యవస్థ లేని గొప్ప పరిపాలనను పాపన్న గౌడ్ అందించారని కొనియాడారు. గోల్కొండ కోటను సైతం పాలించడం సర్వాయి పాపన్న ధైర్య సాహసాలను చాటుతోందన్నారు. సర్వాయి పాపన్నగౌడ్ మార్గదర్శకత్వం ఎంతో అనుసరణీయమని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో వివిధ శాఖల అధికారులు, బీసీ సంఘాల నాయకులు, గౌడ సంఘాల ప్రతినిధులు, గీత వృత్తిదారులు పాల్గొన్నారు.

గోదావరి పుష్కర ఏర్పాట్ల పనులను ప్రణాళికా బద్ధంగా చేపట్టాలి - అధికారులకు కలెక్టర్ భవేష్ మిత్రా దిశానిర్దేశం-యంచ వద్ద పుష్కరఘాట్ నిర్మాణానికి అనువైన స్థలం పరిశీలన

నిజామాబాద్ ప్రతినిధి ఆగస్టు 18(డీ కే చాటింపు) : గోదావరి పుష్కరాలను పురస్కరించుకుని ప్రణాళికాబద్ధంగా ఏర్పాట్లు చేయాలని కలెక్టర్ భవేష్ మిత్రా అధికారులను ఆదేశించారు. నవీపేట మండలం యుంచ వద్ద పుష్కర ఘాట్ నిర్మాణానికి నిధులు మంజూరైన నేపథ్యంలో కలెక్టర్ మంగళవారం నంబంధిత శాఖల అధికారులతో కలిసి అనువైన స్థలం కోసం క్షేత్రస్థాయిలో పరిశీలన జరిపారు. స్థానిక ప్రజాప్రతినిధులు, రైతులతో ముఖాముఖి భేటీ అయి, వారి అభిప్రాయాలను అడిగి తెలుసుకున్నారు. యంచ గ్రామ శివారులో ఎక్కడ పుష్కర ఘాట్ ఏర్పాటు చేస్తే భక్తులకు అనుకూలంగా ఉంటుంది, అవసరమైన స్థలం అందుబాటులో ఉందా, రవాణా వసతి, ఇతర సదుపాయాలు, భద్రతాపరమైన అంశాలు తదితర వాటి గురించి సంబంధిత అధికారులతో కలెక్టర్ చర్చించారు. క్షేత్రస్థాయిలో పరిశీలన జరిపిన అన్ని అంశాలను క్రోడీకరించి ప్రభుత్వానికి నివేదిస్తామని, ప్రభుత్వం నిర్ధారణ చేసిన ప్రాంతంలోనే పుష్కరఘాట్ నిర్మాణం చేపడతామని కలెక్టర్ స్పష్టం చేశారు. పరిశీలన జరిపిన ప్రాంతంలో ప్రభుత్వ స్థలం ఏమేరకు అందుబాటులో ఉంది, పట్లా భూములు ఎంత విస్తీర్ణంలో ఉన్నాయన్నది వత్సాగా నర్సే నిర్వహించి వారం రోజుల్లోపు మార్కెటింగ్ పూర్తి చేయాలని స్థానిక రెవెన్యూ అధికారులను ఆదేశించారు. కుంభమేళా తరహాలో గోదావరి పుష్కరాలను అట్టహాసంగా నిర్వహించేలా ప్రభుత్వం సంకల్పించిన దృష్ట్యా, విస్తృత స్థాయిలో ఏర్పాట్లు చేయాలని ఈ సందర్భంగా అధికారులను ఆదేశించారు. భక్తులకు అన్ని సౌకర్యాలు



అందుబాటులో ఉండేలా పనులను చేపట్టి, నిర్జీత గడువులోపు పూర్తి చేయాలన్నారు. ప్రసిద్ధ పుణ్యక్షేత్రమైన బాసర దేవాలయం యంచ గ్రామానికి అత్యంత చేరువలో ఉన్నందున గోదావరి పుష్కర పుణ్య స్థానాల కోసం అధిక సంఖ్యలో భక్తులు తరలివచ్చే అవకాశం ఉన్నందున లోటుపాట్లకు శావులేకుండా చూడాలన్నారు. కలెక్టర్ వెంట రెవెన్యూ, ఇరిగేషన్, ఎండ్ మెంట్, ఆర్ అండ్ బీ, పంచాయితీరాజ్ తదితర శాఖల అధికారులు ఉన్నారు.

సర్దార్ సర్వాయి పాపన్న గౌడ్ ఆశయాలను ముందుకు తీసుకెళ్లాలి

డాక్టర్స్ కాలనీ డివిజన్ అధ్యక్షులు నల్లెంకి ధన్ రాజ్ గౌడ్



మహేశ్వరం, ఆగష్టు 18 (డీకే చాటింపు):తెలంగాణ వీరత్వానికి, ఆత్మగౌరవానికి ప్రతీకగా నిలిచిన గొప్ప యోధుడు సర్దార్ సర్వాయి పాపన్న గౌడ్ 376వ జయంతి సందర్భంగా విగ్రహానికి పూలమాలలు వేసి ఘనంగా నివాళులర్పించిన డాక్టర్స్ కాలనీ డివిజన్ అధ్యక్షులు నల్లెంకి ధన్ రాజ్ గౌడ్ నల్లెంకి ధన్ రాజ్ గౌడ్ మాట్లాడుతూ అణగారిన వర్గాల కోసం ఆయన చూపిన ధైర్యం, త్యాగం చిరస్మరణీయమని, పాపన్న గౌడ్ ఆశయాలను ముందుకు తీసుకెళ్లడమే మనందరి బాధ్యత అని తెలిపారు.

నూతన వస్త్రాలతో శ్రీ రేణుకా ఎల్లమ్మకు ఐశేషాలంకరణ.....



జనగామ ఆగస్టు 18 డీకే చాటింపు జిల్లా ప్రతినిధి:జిల్లా కేంద్రమైన జనగామ నగరంలోని మాడో వార్డు పరిధిలో ఉన్న బాలాజీనగర్ లోని శ్రీ రేణుకా ఎల్లమ్మ ఆలయంలో శ్రావణ మాసం సందర్భంగా అమ్మవారని భిన్న రూపాల్లో అలంకరించి భక్తులకు దర్శనమిస్తున్నారు.(శ్రావణ మంగళవారం సందర్భంగా అమ్మవారిని సూతన వస్త్రాల(చీరల)తో అలంకరించారు.ఆలయ పూజారి మారుపాక శ్యాంప్రసాద్ పర్యవేక్షణలో జరిగిన ఈ ప్రత్యేక అలంకరణ భక్తులను ఆకట్టుకుంది. దీప కాంతుల మధ్య దివ్యంగా వెలిగిన అమ్మవారిని దర్శించేందుకు భక్తులు హాజరై మంగళహారతులు సమర్పించారు.ఈ సందర్భంగా అమ్మవారికి విశేష పూజలు నిర్వహించారు. 61 రంగురంగుల పట్టుచీరలతో అమ్మవారిని సుందరంగా అలంకరించి భక్తులకు కనవిందు చేసేలా ప్రత్యేక అలంకరణ చేశారు. మహిళలు భక్తి శ్రద్ధలతో పాల్గొని అమ్మవారికి పూజలు,కుంకుమార్చనలు నిర్వహించారు.(శ్రావణ మాసంలో అమ్మవారిని దర్శించుకుని పూజలు నిర్వహిస్తే అమ్మవారి కృప,ఆశీస్సులు లభిస్తాయని విశ్వాసంతో భక్తులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొని అమ్మవారిని దర్శించుకున్నారు.ఈ కార్యక్రమంలో దూడల శోభారాణి,లగిశెట్టి పద్మావతి, మెరుగు సరోజిన,దోసపాటి శ్రీ లక్ష్మి, లోనే మంజుల,అలేటి పద్మసృజన, అంబటి సుజాత,బోగ రజని, పొత్తూరి మౌనిక, గౌరీ శోభన,సునీత,గట్టు విజయ, తుంకుంటు విజయ,పోగుల కవిత, వాణి,జ్యోతి,రాంపురం అనిత, మానస,అయిత కళావతి,రమ, భార్గవి,భాగ్యలక్ష్మి,చింత లక్ష్మి,అర్జుల సంద్య,కుక్కల అంజలి, మినులాపురం శోభ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

జన్మల్పమే పార్కిన్స్ కు మూలం

18వ శతాబ్దంలో జేమ్స్ పార్కిన్ సన్ అనే ఆంగ్లవైద్యుడు ఒళ్ళు ఒణుకు వ్యాధి అనే పేరుతో మొదట దీన్ని నిర్వచించిన కారణంగా పార్కిన్సన్స్ వ్యాధి అంటారు. ఈ వ్యాధి వేదకాలంలోనే ప్రస్తావించబడింది. ఆయుర్వేద సంహితలో అంటే ప్రాచీన భారతీయ వైద్యశాస్త్రంలో ఈ వ్యాధి, దాని లక్షణాలు, చికిత్స పేర్లను బిడ్డాలు. నాటి వైద్యశాస్త్ర నిపుణులు దీన్ని కంపవాత మన్నారు. 2500 సంవత్సరాలకు పూర్వం నైజింగ్ (ఔపేతిపినిఐ) అనే చైనా వైద్యశాస్త్రంలో దీని గురించిన ప్రస్తావన వుంది. కంపవాతం ఆయుర్వేద రీత్యా ఒక నరాల జబ్బు. ఈ వ్యాధి నిోకిన మనిషి కదలికలో వ్యత్యాసం కనిపిస్తుంది. కూర్చోని, పడుకొని ఉన్నంతసేపూ బాగుంటాడు. కాని లేచి నిలబడి కదలబోతే శరీరం వణికి ఇటుా అటుా కదిలిపోతూ వదిలిపోతాడు. పార్కిన్సన్ వ్యాధిని ఇప్పటికీ కారణం తెలియని వ్యాధిగానే పరిగణిస్తున్నారు. జన్మవరంగా, పర్యావరణ కారణాలవల్ల ఈ వ్యాధి వస్తుంది. పర్యావరణ కాలవ్యం విషపదార్థాలు, ఎరువులు, డ్రగ్స్ (యూంటే సైకోటిక్, వాంటి వచ్చే మందులు) తయారీ, తరచుగా తలవాప్పి తదితర కారణాలతో పార్కిన్సన్ వ్యాధి ముడిపడి ఉంది. మెదడులో ఉత్పన్నమయ్యే డోపమైన్ కణాలు తగ్గిన పక్షంలో ఈ వ్యాధి వచ్చినట్లు నిర్ధారణ చేసుకోవచ్చు. ప్రాచీనోపతి (ప్రాచీన్యకు సంబంధించిన రుగ్మత) వల్ల పార్కిన్సన్ వ్యాధివచ్చే అవకాశముంది. పార్కిన్సన్ వ్యాధి సర్వసాధారణ వ్యాధి. ఇది సమాజంలో ప్రబలంగా ఉంది. 60 ఏళ్ళ దాటిన వయోవృద్ధులకు ఇది వస్తుంది. దీన్ని పుడ్డావ్యంలో వచ్చే అంగవైకల్య వ్యాధిగా పరిగణిస్తారు. “వణుకుడు రోగం” లేక “పార్కిన్సన్స్ వ్యాధి” నాడీ కణాలను (నరాల కణాలను) దెబ్బ తీయడం ద్వారా ప్రగతిశీల మెదడు దెబ్బకు దారితీస్తుంది. ‘డోపమైన్’ అని వలపబడే స్ఫూర్తిక్రొన్సిటర్ ద్వారా మెదడు అంతటా సంతకాలు ప్రసరించే బాధ్యత ఈ నాడీ కణాలదే. సాధారణ పరిస్థితులలో, మృదువైన, సమతుల్య కండరాల సమన్వయాన్ని డోపమైన్ సహాయంతో సాధించవచ్చు. ఈ డోపమైన్ అనే ఈ న్యూరోక్రొన్సిటర్ లేకపోవడం మూలంగానే “పార్కిన్సన్స్ వ్యాధి” లేక వణుకుడు రోగం మునుపట్లో సంభవిస్తుంది.

ఇండిగో బిగ్ ఆఫర్ .. 20 వేల ప్రీ టికెట్లు...!

దేశీయ విమానయాన రంగంలో ప్రముఖ సంస్థ అయిన ఇండిగో తమ 20వ వార్షికోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని ప్రయాణికులకు ఒక భారీ ఆఫర్‌ను ప్రకటించింది. తమ కస్టమర్లకు కృతజ్ఞతగా సుమారు 20,000 ఉచిత డౌమెన్టిక్ (దేశీయ) టికెట్లను అందించనున్నట్లు సంస్థ వెల్లడించింది. ఈ ప్రత్యేక ఆఫర్ కింద టికెట్ బుక్ చేసుకున్న ప్రయాణికులలో కొందరిని యాదృచ్ఛికంగా ఎంపిక చేసి, వారు వెచ్చించిన టికెట్ ధరను రీఫండ్ రూపంలో తిరిగి చెల్లించనున్నారు. లక్ష్మీ విజేతలకు ఒక ఖజానీ పై గరిష్ఠంగా ?10,000 వరకు రీఫండ్ పొందే

అవకాశం కలగనుంది. విమాన ప్రయాణాన్ని మరింత అందుబాటులోకి తీసుకురావడమే లక్ష్యంగా ఇండిగో ఈ ఆఫర్‌ను తీసుకొచ్చింది. ఈ ఆఫర్ ప్రయోజనాన్ని పొందడానికి ప్రయాణికులు కొన్ని నిర్దిష్టమైన నిబంధనలను పాటించాల్సి ఉంటుంది. ఈ నెల 4వ తేదీ నుండి 6వ తేదీ మధ్యలో బుక్ చేసుకున్న ప్రయాణికులకు మాత్రమే ఈ ఆఫర్ వర్తిస్తుంది. తమ కస్టమర్లకు కృతజ్ఞతగా సుమారు 20,000 ఉచిత డౌమెన్టిక్ (దేశీయ) టికెట్లను అందించనున్నట్లు సంస్థ వెల్లడించింది. ఈ ప్రత్యేక ఆఫర్ కింద టికెట్ బుక్ చేసుకున్న ప్రయాణికులలో కొందరిని యాదృచ్ఛికంగా ఎంపిక చేసి,

వారు వెచ్చించిన టికెట్ ధరను రీఫండ్ రూపంలో తిరిగి చెల్లించనున్నారు. లక్ష్మీ విజేతలకు ఒక ఖజానీ పై గరిష్ఠంగా ?10,000 వరకు రీఫండ్ పొందే అవకాశం కలగనుంది. అలాగే, థర్డ్ పార్టీ యాప్‌లు లేదా ఏజెంట్ల ద్వారా కాకుండా, కేవలం ఇండిగో అధికారిక వెబ్‌సైట్, మొబైల్ యాప్ లేదా వారి ఏబి అసిస్టెంట్ ‘6ఇబిఎజీఐ’ ద్వారా బుకింగ్ చేసుకున్న వారిని మాత్రమే ఈ రాండమ్ ఎంపిక ప్రక్రియకు వరిగణనలోకి తీసుకుంటారు. వరిమిత వ్యవధిలో అందుబాటులో ఉన్న ఈ అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోవడానికి విమాన ప్రయాణికులు ఆసక్తి చూపుతున్నారు.



యుపిఐ చెల్లింపులపై మళ్లీ మర్చంట్ ఛార్జీలు..?



యుపిఐ చెల్లింపులపై మళ్లీ మర్చంట్ డిస్కౌంట్ రేట్ (ఎండిఆర్) విధించాలని బిజెపి ప్రభుత్వం నిర్ణయించింది. ఇందుకు సంబంధించిన పేమెంట్ అండ్ సెటిల్మెంట్ సిస్టమ్స్ యాక్ట్ సవరణ బిల్లును కేంద్ర ఆర్థిక మంత్రి నిర్మలా సీతారామన్ పార్లమెంట్‌లో ప్రవేశపెట్టారు. దీంతో బ్యాంకులు, ఫిన్‌టెక్ సంస్థలకు వ్యాపారులు కొత్తగా ఛార్జీలు చెల్లించాల్సి ఉంటుంది. ప్రస్తుతం యుపిఐ లావాదేవీలపై వ్యాపారులు నుంచి ఎలాంటి ఎండిఆర్ వసూలు చేయడం లేదు. అయితే డిజిటల్ చెల్లింపుల వ్యవస్థ నిర్వహణకు బ్యాంకులు, ఫిన్‌టెక్ సంస్థలకు స్థిరమైన ఆదాయం అవసరమనే డిమాండ్ నేపథ్యంలో ఈ మార్పులు తీసుకురానున్నారు. ప్రభుత్వం పరిశీలిస్తున్న ప్రతిపాదన ప్రకారం వార్షిక టర్నోవర్ రూ.1.5 కోట్లకు పైగా ఉన్న వ్యాపారులు చేసే రూ.2,000కు మించిన యుపిఐ లావాదేవీలపై 0.3 శాతం నుంచి 0.5 శాతం వరకు ఎండిఆర్ విధించే అవకాశం ఉందని తెలుస్తోంది. చిన్న వ్యాపారులు, వినియోగదారులకు మాత్రం మినహాయింపు ఉండే అవకాశాలు ఉన్నాయి. జులైలో యుపిఐ ద్వారా 2360 కోట్ల లావాదేవీలు సమోదవగా, వాటి మొత్తం విలువ రూ.29.9 లక్షల కోట్లకు చేరింది. ఫోన్‌పే, గూగుల్ పే, పేటీయం వంటి సంస్థలు యుపిఐ మార్కెట్‌లో ఆధిపత్యం కొనసాగిస్తున్నాయి. బ్రోకరేజీ సంస్థ జెస్టెస్ అంచనా ప్రకారం రూ.2,000కు పైబడిన లావాదేవీలు మొత్తం సంఖ్యలో కేవలం 4 శాతం ఉన్నాయి. వాటి విలువ మొత్తం వ్యాపార చెల్లింపుల్లో 67 శాతం ఉంటుందని అంచనా. అయితే డిజిటల్ చెల్లింపుల వ్యవస్థ నిర్వహణకు బ్యాంకులు, ఫిన్‌టెక్ సంస్థలకు స్థిరమైన ఆదాయం అవసరమనే డిమాండ్ నేపథ్యంలో ఈ మార్పులు తీసుకురానున్నారు. ప్రభుత్వం పరిశీలిస్తున్న ప్రతిపాదన ప్రకారం వార్షిక టర్నోవర్ రూ.1.5 కోట్లకు పైగా ఉన్న వ్యాపారులు చేసే రూ.2,000కు మించిన యుపిఐ లావాదేవీలపై 0.3 శాతం నుంచి 0.5 శాతం వరకు ఎండిఆర్ విధించే అవకాశం ఉందని తెలుస్తోంది. చిన్న వ్యాపారులు, వినియోగదారులకు మాత్రం మినహాయింపు ఉండే అవకాశాలు ఉన్నాయి. జులైలో యుపిఐ ద్వారా 2360 కోట్ల లావాదేవీలు సమోదవగా, వాటి మొత్తం విలువ రూ.29.9 లక్షల కోట్లకు చేరింది. ప్రతిపాదిత ఎండిఆర్ అమల్లోకి వస్తే డిజిటల్ పేమెంట్స్ పరిశ్రమకు ఏటా రూ.5,000 కోట్ల నుంచి రూ.10,000 కోట్ల వరకు అదనపు ఆదాయం సమకూరే అవకాశం ఉందని తెలిపింది. అయితే ఛార్జీల శాతం, అమలు తేదీపై ప్రభుత్వం ఇంకా తుది నిర్ణయం తీసుకోలేదు. పెద్ద మొత్తాల డిజిటల్ లావాదేవీలపై కేంద్ర ప్రభుత్వం మెర్చంట్ డిస్కౌంట్ రేట్ (ఎండిఆర్) రుసుంను మళ్లీ తీసుకొస్తే తాము లావాదేవీలను నిలిపివేస్తామని సగంపైగా ప్రజలు తెలిపారు. రూ.3,000 పైచిలుకు లావాదేవీల కోసం తాము యుపిఐ వాడకాన్ని నిలిపివేస్తామని 53 శాతం మంది వినియోగదారులు ప్రముఖ సర్వే సంస్థ లోకల్ సర్వీస్ నిర్వహించిన సర్వేలో అభిప్రాయపడ్డారు. దేశవ్యాప్తంగా 322 జిల్లాల నుంచి 45,000 పైగా మంది నుంచి అభిప్రాయాలను సేకరించింది. రూ.3,000 కంటే ఎక్కువ విలువైన లావాదేవీలపై ఎండిఆర్ విధిస్తే వారిలో 27 శాతం మంది క్రెడిట్ కార్డులకు, 14 శాతం మంది డెబిట్ కార్డులకు, మరో 12 శాతం మంది బ్యాంక్ బదిలీలు లేదా నగదు చెల్లింపులకు మారిపోతామని తెలిపినట్లు సర్వే వెల్లడించింది. అయితే వ్యాపారాలే ఈ రుసుం భారాన్ని భరిస్తేనే తాము యథావిధిగా యుపిఐని వాడుతామని 18 శాతం మంది పేర్కొన్నారు. తామే ఆ రుసుం చెల్లించాల్సి వచ్చినా యుపిఐని కొనసాగిస్తామని 12 శాతం మంది తెలిపారు.

మహిళలకు గుడ్ న్యూస్ తెలిపిన మెక్సా లోన్లు....



పట్టణ ప్రాంతాల్లో నివసించే ప్రతి మహిళ ఆర్థికంగా ఎదుగాలనే గొప్ప లక్ష్యంతో రాష్ట్ర ప్రభుత్వం అడ్డుతీసిన అవకాశం అందిస్తోంది. మహిళా పారిశ్రామికవేత్తలుగా తమ స్వంత వ్యాపారం ప్రారంభించాలని కోరుకునే వారికి మెక్సా అధికారులు పూర్తి సహాయ సహకారాలు అందిస్తున్నారు. ద్వారా సంఘాలలో సభ్యులుగా ఉన్న చదువుకున్న మహిళలకు ప్రత్యేక శిక్షణ ఇప్పించి వారిని వ్యాపార రంగంలో ముందుకు తీసుకువెళతారు. ఈ పథకం ద్వారా ఎంపిక చేసిన ప్రాంతాల్లో ప్రాజెక్టుల ద్వారా మహిళలు సులభంగా తమ సొంత దుకాణాలు తెరవవచ్చు. ఎంబ్రాయిడరీ, టీ టైం, బ్యూటీషియన్, మిల్లెట్ ఫుడ్ యూనిట్లు వంటి వివిధ రంగాలలో నైపుణ్యం పెంపొందించుకోవడానికి ఇది చక్కటి అవకాశం. వ్యాపార రంగంలో సరైన అనుభవం లేని వారికి కూడా అధికారుల పర్యవేక్షణలో ప్రాథమిక శిక్షణ ఇస్తారు. స్వయం ఉపాధి సాధించాలనే పట్టుదల ఉన్న ప్రతి మహిళకు ఈ కార్యక్రమం ఎంతో ఉపయోగకరంగా మారుతుంది. నూతనంగా వ్యాపారం ప్రారంభించాలనుకునే మహిళలందరికీ బ్యాంకుల ద్వారా తక్కువ వడ్డీ రుణాలు ఇప్పించే ఏర్పాట్లు వేగంగా జరుగుతున్నాయి. లక్ష రూపాయల నుంచి ఐదు లక్షల రూపాయల వరకు విలువైన ప్రాజెక్టులు ఎంచుకోవడానికి అవకాశం కల్పించారు. అర్హులైన ప్రతి దరఖాస్తుదారునికి ప్రభుత్వం తరఫున ముప్పై శాతం వరకు సబ్సిడీ నేరుగా అందుతుంది. ఆధార్ కార్డు, పాన్ కార్డ్, బ్యాంకు ఖాతా వివరాలతో సమావేశమై మెక్సా కార్యాలయాన్ని సందర్శించి రిజిస్ట్రేషన్ ప్రక్రియ పూర్తి చేసుకోవాలి. ద్వారా సంఘాలలో సభ్యులుగా ఉన్న చదువుకున్న మహిళలకు ప్రత్యేక శిక్షణ ఇప్పించి వారిని వ్యాపార రంగంలో ముందుకు తీసుకువెళతారు. ఈ పథకం ద్వారా ఎంపిక చేసిన ప్రాంతాల్లో ప్రాజెక్టుల ద్వారా మహిళలు సులభంగా తమ సొంత దుకాణాలు తెరవవచ్చు. వ్యాపార ఎంపిక మొదలుకొని మార్కెట్ వసతి కల్పించడం వరకు ప్రతి దశలోనూ సిబ్బంది అండగా ఉంటారు. సొంతంగా చిన్న పరిశ్రమ స్థాపించే మహిళలకు అన్ని రకాల రాయితీలు అందించాలని ప్రభుత్వం ప్రత్యేక ప్రణాళిక సిద్ధం చేసింది. బ్యాంక్ లింకేజీ ద్వారా రుణం మంజూరు చేయించి త్వరగా షాపులు ప్రారంభించేలా అధికారులు అన్ని చర్యలు తీసుకుంటున్నారు. సొంతంగా వ్యాపారం నిర్వహించుకుంటూ ప్రతి నెలా ఇరవై వేల రూపాయల నుంచి యాభై వేల రూపాయల వరకు సంపాదించే ప్రణాళికను ప్రభుత్వం రూపొందించింది. పద్దెనిమిది సంవత్సరాల నుంచి అరవై సంవత్సరాల వయస్సు కలిగిన ద్వారా మహిళలు మాత్రమే ఈ అడ్డుతీసిన పథకానికి పూర్తిగా అర్హులు. అరకు కాఫీ, తృప్తి క్యాంటీన్, మొబైల్ యాక్సెసరీస్, ఐస్ క్రీమ్స్, మిన్ బర్గర్ వంటి లాభనాటి ప్రాంతాల్లోను ఎంచుకోవచ్చు. ఎటువంటి ఇబ్బందులు లేకుండా మార్కెటింగ్ చేసుకునేలా ప్రత్యేక ట్రాండ్ సదుపాయం కూడా కల్పిస్తున్నారు. కష్టపడి పనిచేసే తత్వం ఉన్న మహిళలు ఈ సదవకాశాన్ని ఉపయోగించుకుంటే కుటుంబానికి ఆర్థిక భరోసా లభిస్తుంది. ఇంటి గెలిచి రాత మార్కుకోవాలని ఆశించే ప్రతి మహిళ పారిశ్రామికవేత్తగా మారడానికి ఇదే సరైన సమయం.

ఎల్ఐసీలో 6 శాతం వాటాల విక్రయం ఘరూ



దేశంలోని అతిపెద్ద ప్రభుత్వరంగ బీమా దిగ్గజం లైఫ్ ఇన్సూరెన్స్ కార్పొరేషన్ ఆఫ్ ఇండియా (ఎల్ఐసీ)లో 6 శాతం వాటాల విక్రయ ప్రక్రియ మొదలయ్యింది. మంగళవారం నుంచి ఆఫర్ ఫర్ సీట్ (ఓఎఫ్ఎస్) ద్వారా ఈ వాటాలను అమ్మడం ద్వారా రూ.31,000 కోట్లు పైగా రాబట్టుకోవాలని మోడీ సర్కార్ లక్ష్యంగా పెట్టుకుంది. ఇందుకోసం ఎల్ఐసీ షేర్లు 10 శాతం తక్కువకు విక్రయించాలని నిర్ణయించింది. ఈ దెబ్బతో మంగళవారం

ఎల్ఐసీ షేర్లు 8.66 శాతం పతనమై రూ.391.40 వద్ద ముగిసింది. ఇంట్రాడేలో ఏకంగా 9.26 శాతం పడిపోయాయి. ఇది గడిచిన నాలుగు నెలల కాలంలోనే అత్యంత కనిష్ట స్థాయి కావడం గమనార్హం. 2022లో తొలిసారిగా వాటాలను విక్రయించింది. తాజాగా సోమవారం 2 శాతం వాటాలను విక్రయించనున్నట్లు ప్రకటించగా.. ఆదనంగా మరో 4.5 శాతం వాటాలను ఉపసంహరించుకునే (గ్రీన్ షూ ఆఫ్ఫ్) అవకాశాన్ని కూడా కల్పించింది. ఒక్కో షేరు ధరను రూ. 382 చొప్పున భారీ డిస్కౌంట్‌తో నిర్ణయించారు. ప్రభుత్వం చేపట్టిన ఈ వాటా విక్రయం ద్వారా ఎల్ఐసీలో 10 శాతం వాటాలు ప్రయోజనాలు శక్తుల చేతుల్లోకి వెళ్లనున్నాయి. ప్రస్తుత ఆర్థిక సంవత్సరంలో పీఎస్యూల్లో రూ.80 వేల కోట్ల విలువ చేసే వాటాలను విక్రయించాలని మోడీ సర్కార్ బడ్జెట్‌లో లక్ష్యంగా పెట్టుకుంది. ఇప్పటికే ఈ ఏడాది వివిధ పీఎస్యూ వాటా విక్రయాల ద్వారా ప్రభుత్వం సుమారు రూ.21,200 కోట్లను సమీకరించింది. ఎల్ఐసీ వాటా విక్రయం ద్వారా రూ. 31,400 కోట్లు కేంద్ర ఖజానాకు చేరే అవకాశం ఉంది.

100% ‘స్వచ్ఛం’ ప్రకటనపై అభ్యంతరాలు..స్పందించిన ‘డాబర్’....



దేశీయ ప్రముఖ ఎఫ్ఎంసీజీ సంస్థ అయిన డాబర్ ఇండియాకు ఫుడ్ సేఫ్టీ అండ్ స్టాండర్డ్స్ అథారిటీ ఆఫ్ ఇండియా నుంచి గట్టి ఎదురుదెబ్బ తగిలింది. మార్కెట్లో విక్రయిస్తున్న తమ వస్తువులపై “100 శాతం స్వచ్ఛం”, “100 శాతం సహజం”, అలాగే “100 శాతం ఆర్గానిక్” వంటి నినాదాలను తక్షణమే ఉపసంహరించుకోవాలని స్పష్టమైన ఆదేశాలు జారీ చేసింది. ఈ రకమైన అస్పష్టమైన ప్రకటనలు వినియోగదారులను తప్పుదారి పట్టించే అవకాశం ఉందని ఎఫ్ఎస్ఎస్ఎఐ జారీ చేసిన ఉత్తర్వులలో పేర్కొంది. డాబర్ సంస్థకు చెందిన హిమాలయన్ ఆర్గానిక్ యాపిల్ సైడర్ వెనిగర్, అలాగే ఆర్గానిక్ హనీ ఉత్పత్తుల ప్యాకింగ్పై ఎలాంటి అధికారిక అనుమతులు లేకుండానే ‘జైవక్ భారత్’ లోగోను ముద్రించినట్లు అథారిటీ గుర్తించింది. ఇది స్పష్టమైన నిబంధనల ఉల్లంఘన కిందకు వస్తుందని తేల్చింది. అంతేకాకుండా, డాబర్ హోమ్ మేడ్ కోకోనట్ మిల్క్ ప్యాకెట్లపై ‘100 శాతం స్వచ్ఛత’

అనే పదాన్ని వాడటం కూడా చట్టవిరుద్ధమని స్పష్టం చేసింది. తక్షణమే ఈ ఉత్పత్తుల విక్రయాలను నిలిపివేసి, రెండు వారాల్లోగా (15 రోజులు) తీసుకున్న చర్యలపై నివేదిక సమర్పించాలని డాబర్‌ను ఆదేశించింది. ఎఫ్ఎస్ఎస్ఎఐ ఆదేశాలపై డాబర్ ఇండియా యాజమాన్యం స్పందించింది. తాము జాతీయ స్టాక్ ఎక్స్చేంజ్, బాండ్ స్టాక్ ఎక్స్చేంజ్ (బాజ్)లకు అందించిన సమాచారంలో.. తమ ఉత్పత్తుల లేబుల్స్ అన్నీ ప్రస్తుత చట్ట నిబంధనలకు, పరిశ్రమ ప్రమాణాలకు అనుగుణంగానే ఉన్నాయని తెలిపింది. వినియోగదారులను తప్పుదారి పట్టించేలా ఎలాంటి ఉద్దేశపూర్వక క్లెయిమ్స్ చేయలేదని స్పష్టం చేసింది. నాణ్యతకు తాము కట్టుబడి ఉన్నామని, తదుపరి చట్టపరమైన చర్యల కోసం నిపుణుల సలహా తీసుకుంటున్నామని పేర్కొంది. ఈ పరిణామాల ప్రభావంతో మంగళవారం స్టాక్ మార్కెట్లో డాబర్ షేరు దాదాపు 4.32 శాతం నష్టపోయి రూ.407.40 వద్ద ముగిసింది.

ఈ వాటర్ ఆరోగ్యానికి అమృతం!

జామ అకులతో డయాబెటీస్‌కు చెక్!



భారతీయ వంటగదిలో మెంతులకు ప్రత్యేక స్థానం ఉంది. అయితే వీటిని ఒక పద్ధతి ప్రకారం తీసుకుంటే అది ఖరీదైన మందుల కంటే బాగా పనిచేస్తుందని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. ముఖ్యంగా మధుమేహం ఉన్నవారిలో రక్తంలోని చక్కెర స్థాయిలను

అరటిపండు, నారింజ: ఏది తింటే ఆరోగ్యానికి మంచిది..?



చాలామంది ఉదయం నిద్రలేవగానే తక్షణ శక్తి కోసం ఏదో ఒక పండు తింటుంటారు. అయితే అల్పాహారంలో అరటిపండు తీసుకోవాలా లేక నారింజ పండు తీసుకోవాలా అనే సందేహం చాలామందిలో ఉంటుంది. ఈ రెండు పండ్లు ఆరోగ్యానికి మేలు చేసినప్పటికీ, వీటిని ఎప్పుడు, ఎలా తినాలో తెలిస్తేనే పూర్తి ప్రయోజనాలు అందుతాయి. తక్షణ శక్తికి అరటిపండు: అరటిపండులో కార్బోహైడ్రేట్లు, సహజ చక్కెరలు పుష్కలంగా ఉంటాయి.

ఇవి శరీరానికి తక్షణమే గ్లూకోజ్‌ను అందించి, రోజంతా ఉత్సాహంగా ఉండటానికి సహాయపడతాయి. ఇందులో ఉండే పొటాషియం రక్తపోటును నియంత్రించడంలో, గుండెను ఆరోగ్యంగా ఉంచడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. జీర్ణక్రియ: అరటిపండులోని ఫైబర్ జీర్ణక్రియను మెరుగుపరుస్తుంది. ఖాళీ కడుపుతో కేవలం అరటిపండును మాత్రమే తింటే కొంతమందిలో కడుపు ఉబ్బరం రావచ్చు. అందుకే వీటిని నట్స్ లేదా ఇతర ఆహారాలతో కలిపి తీసుకోవడం ఉత్తమం.

అది చూడనందుకు బాధపడుతున్నా...



స్టార్ నటుడు సత్యరాజ్ 'బాహుబలి' చిత్రంలో 'కట్టప్ప'గా ఐకానిక్ పాత్రలో నటించి దేశవ్యాప్తంగా అపారమైన గుర్తింపు అందుకున్నారు. ప్రస్తుతం ఆయన వైవిధ్యమైన సినిమాల్లో క్యారెక్టర్ ఆర్టిస్ట్‌గా వరుస చిత్రాలు చేస్తూ సినీ ప్రేక్షకులను విశేషంగా అలరిస్తున్నారు. త్వరలోనే ఆయన 'జిడి నాయుడు' బయోపిక్ చిత్రంతో ప్రేక్షకుల ముందుకు రాబోతున్నారు. భారతదేశపు గొప్ప ఆవిష్కర్త, ఇండియన్ ఎడిసన్‌గా చరిత్రలో నిలిచిపోయిన జి.డి. నాయుడు జీవిత చరిత్ర ఆధారంగా అత్యంత ప్రతిష్టాత్మకంగా తెరకెక్కుతున్న మోస్ట్ అవైటెడ్ బయోపిక్ చిత్రం 'జిడిఎన్'. ఈ సినిమాలో జి.డి. నాయుడు ప్రధాన పాత్రలో వర్మలైల్ యాక్టర్ ఆర్. మాధవన్ నటిస్తుండగా, దుషారా విజయన్ హీరోయిన్‌గా అలరించనున్నారు. అలాగే సత్యరాజ్, జయరామ్, ప్రియమణి, బ్రిగిదా సగా కీలక పాత్రల్లో కనిపించబోతున్నారు. ప్రతిభావంతుడైన దర్శకుడు కృష్ణకుమార్ రామకుమార్ దర్శకత్వంలో తెరకెక్కిన ఈ భారీ చిత్రం ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఆగస్ట్ 7న గ్రాండ్‌గా థియేటర్లలోకి రాబోతోంది. సినిమా విడుదల తేదీ దగ్గర పడుతుండటంతో మేకర్స్ ప్రమోషన్లలో భాగంగా తాజాగా గ్రాండ్‌గా ప్రెస్ మీట్ నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న నటుడు సత్యరాజ్ అత్యంత ఎమోషనల్ కామెంట్స్ చేశారు. తాను కోయంబత్తూరులోనే పుట్టి పెరిగినప్పటికీ, ఇప్పటివరకు అక్కడ ఉన్న జిడి నాయుడు గారి మ్యూజియంను సందర్శించలేకపోయినందుకు మనసులో చాలా గట్టిగా ఫీల్ అవుతున్నానని సత్యరాజ్ ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. అలాగే సత్యరాజ్, జయరామ్, ప్రియమణి, బ్రిగిదా సగా కీలక పాత్రల్లో కనిపించబోతున్నారు. ప్రతిభావంతుడైన దర్శకుడు కృష్ణకుమార్ రామకుమార్ దర్శకత్వంలో తెరకెక్కిన ఈ భారీ చిత్రం ప్రపంచవ్యాప్తంగా గ్రాండ్‌గా థియేటర్లలోకి రాబోతోంది. సినిమా విడుదల తేదీ దగ్గర పడుతుండటంతో మేకర్స్ ప్రమోషన్లలో భాగంగా తాజాగా గ్రాండ్‌గా ప్రెస్ మీట్ నిర్వహించారు. అంతేకాకుండా జిడి నాయుడు గారు చేసిన అద్భుతమైన ఆవిష్కరణలను, భావన అల్పా ఎడిసన్ గారి గొప్ప ఆవిష్కరణలతో సమానంగా ప్రపంచవ్యాప్తంగా ప్రతి ఒక్కరూ గుర్తించి గౌరవించాలని, కీర్తించాలని కోరారు. అలాగే ఈ సినిమాలో నాయుడు గారి చివరి రోజులలో ఉండే రూపానికి సంబంధించి చేసిన అలంకరణ, మేకప్ మార్పులు తనను ఎంతగానో ఆకర్షిస్తున్నాయని సత్యరాజ్ ఈ ప్రెస్ మీట్‌లో వెల్లడించారు.

నియంత్రించడానికి ఇది అద్భుతంగా పనిచేస్తుందని అంటున్నారు. మన వంటింట్లో సులభంగా దొరికే మెంతులలో అద్భుతమైన ఆరోగ్య రహస్యాలు దాగి ఉన్నాయి. మెంతులు కేవలం పోపు దినుసులే కాకుండా, ఆయుర్వేదంలో గొప్ప ఔషధంగా పరిగణించబడతాయి. మెంతులను నేరుగా తీసుకోవడం కంటే, నానబెట్టి తీసుకోవడం వల్ల వాటిలోని పోషకాలు శరీరానికి మరింత సమర్థవంతంగా అందుతాయని ఆరోగ్య నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. మెంతులలో ఉండే గెలాక్టోమన్నన్ అనే మూలకం రక్తంలో చక్కెర శోషణను తగ్గిస్తుంది. ఇది ఇన్సులిన్ ఉత్పత్తిని పెంచి మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులకు మేలు చేస్తుంది. మెంతులలో పీచు పదార్థం అధికంగా ఉంటుంది. నానబెట్టిన మెంతులు తీసుకోవడం వల్ల మలబద్ధకం, ఎసిడిటీ వంటి సమస్యలు తగ్గి జీర్ణక్రియ సాఫీగా సాగుతుంది. ఉదయాన్నే మెంతులు తీసుకోవడం వల్ల కడుపు నిండినట్లు

అనిపిస్తుంది. దీనివల్ల అతిగా తినడం తగ్గి, బరువు తగ్గడానికి దోహదపడుతుంది. మెంతులలో ఉండే యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు ముఖంపై ముడతలను తగ్గిస్తాయి. జుట్టు రాలడం తగ్గి, కుదుళ్లు బలంగా మారడానికి ఇవి సహాయపడతాయి. శరీరంలోని ఎల్‌డిఎల్ లేదా చెడు కొలెస్ట్రాల్‌ను తగ్గించడంలో మెంతులు కీలక పాత్ర పోషిస్తాయి, తద్వారా గుండె జబ్బుల ముప్పు తగ్గుతుంది. ఎలా తీసుకోవాలి?: ఒక స్పూన్ మెంతులను రాత్రిపూట ఒక గ్లాసు నీటిలో నానబెట్టాలి. మరుసటి రోజు ఉదయం పరగడుపున ఆ నీటిని తాగి, నానబెట్టిన మెంతులను నమిలి తినాలి. మెంతులు ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేసినప్పటికీ, గర్భిణీ స్త్రీలు లేదా ఏదైనా దీర్ఘకాలిక వ్యాధుల కోసం మందులు వాడుతున్న వారు వైద్యుని సలహా మేరకు మాత్రమే వీటిని తీసుకోవడం మంచిది. సహజమైన పద్ధతిలో ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడానికి మెంతులు ఒక చౌకైన, శక్తివంతమైన మార్గం.

బ్లాక్ కాఫీతో కేలరీలు మంచులా కరిగిపోవాలా?



నేటి ఉరుకుల పరుగుల జీవితంలో ఫిట్‌నెస్‌కు ప్రాధాన్యత పెరిగింది. బరువు తగ్గడం కోసం డైట్ చేసేవారు, జిమ్‌కు వెళ్లేవారు ఎక్కువగా 'గ్రీన్ టీ' లేదా 'బ్లాక్ కాఫీ'ని ఆశ్రయిస్తుంటారు. ఈ రెండూ కూడా తక్కువ కేలరీలు కలిగి ఉండి, శరీరంలోని జీవక్రియలను వేగవంతం చేస్తాయి. గ్రీన్ టీలోని యాంటీఆక్సిడెంట్లు ఆరోగ్యానికి రక్షణగా నిలిస్తే, బ్లాక్ కాఫీలోని కెఫీన్ తక్షణ శక్తిని అందిస్తుంది. ఒకటి పొట్టు చుట్టూ ఉన్న కొవ్వును నిదానంగా కరిగిస్తే, మరొకటి వ్యాయామం చేసే సమయంలో మీ శారీరక సామర్థ్యాన్ని పెంచుతుంది. ముఖ్య పదార్థం: ఇందులో ఇఉఅఉ అనే శక్తివంతమైన యాంటీఆక్సిడెంట్ ఉంటుంది. ఇది వ్యాయామం చేసేటప్పుడు కొవ్వు

కణాలను విచ్ఛిన్నం చేయడానికి సహాయపడుతుంది. కెఫీన్: ఇందులో కెఫీన్ తక్కువగా ఉండటం వల్ల గుండెపై ఒత్తిడి పడదు. ఎసిడిటీ సమస్య ఉన్నవారికి ఇది ఉత్తమ ఎంపిక. ప్రయోజనం: ఇది నిదానంగా కానీ, దీర్ఘకాలికంగా బరువు తగ్గడానికి మరియూ రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను స్థిరంగా ఉంచడానికి తోడ్పడుతుంది. 2. బ్లాక్ కాఫీ: ముఖ్య పదార్థం: ఇందులో కెఫీన్ అధికంగా ఉంటుంది. ఇది కేంద్ర నాడీ వ్యవస్థను ప్రేరేపించి, మెటబాలిజంను 3-11% వరకు వేగవంతం చేస్తుంది. శక్తి ప్రదాత: వ్యాయామానికి ముందు బ్లాక్ కాఫీ తాగడం వల్ల శక్తి స్థాయిలు పెరిగి, ఎక్కువ సేపు వర్క్‌లో చేసే సామర్థ్యం వస్తుంది.

దూకుడు కోసం శంకర్ సినిమా వదులుకున్నాడు...



సూపర్ స్టార్ మహేష్ బాబు కెరీర్‌లో భాక్ బస్టర్‌గా నిలిచిన దూకుడు సినిమా గురించి దర్శకుడు శ్రీనువైట్ల ఆసక్తికర విషయాలను వెల్లడించారు. ఇటీవల ఇచ్చిన ఇంటర్వ్యూలో మాట్లాడుతూ, దూకుడు మూవీ రిలీజ్ సమయంలో దర్శకుడు శంకర్ రూపొందించిన ఓ సినిమాకు

సంబంధించిన డ్రాఫ్ట్‌ను మహేష్ బాబుకు పంపించారని తెలిపారు. అయితే, ఆ కథను మహేష్ బాబు చదవలేదని చెప్పారు. దీనికి కారణం, అప్పటికే దూకుడు సినిమా పనుల్లో మహేష్ పూర్తిగా నిమగ్నమై ఉండటమేనని శ్రీనువైట్ల వివరించారు. ఒకేసారి రెండు సినిమాలపై దృష్టి పెట్టకుండా, తాను చేస్తున్న ప్రాజెక్టుపైనే పూర్తి దృష్టి సారించాలనే ఉద్దేశంతో శంకర్ సినిమా స్క్రిప్ట్‌ను కూడా చదవలేదని పేర్కొన్నారు. అలాగే, దూకుడు తనకు చాలా ఇంపార్టెంట్ సినిమా అని మహేష్ చెప్పారని శ్రీనువైట్ల వెల్లడించారు. ఆ సమయంలో మహేష్ వరుస విజయాల కోసం ఎదురుచూస్తుండటంతో, ఈ చిత్రాన్ని అత్యంత ప్రతిష్టాత్మకంగా తీసుకుని పూర్తి ఏకాగ్రతతో పనిచేసారని తెలిపారు. ఆ నిర్ణయమే చివరకు ఫలించి, మహేష్ కెరీర్‌లో గుర్తుండిపోయే భారీ విజయాల్లో ఒకటిగా నిలిచిందని శ్రీనువైట్ల వ్యాఖ్యానించారు. కాగా ఆగస్టు 9న ఈ సినిమా రీ రిలీజ్ కానుంది.

గోపీచంద్ మలిసేని మాస్ కంటర్....!

నందమూరి బాలకృష్ణ, డైరెక్టర్ గోపీచంద్ మలిసేని కాంబినేషన్‌లో రాబోతున్న భారీ ప్రాజెక్ట్ 'ఔఁఁ-111'. 'వీరసింహారెడ్డి' వంటి భాక్ బస్టర్ తర్వాత వీరిద్దరి కలయికలో వస్తున్న సినిమా కావడంతో అంచనాలు ఆకాశాన్ని తాకుతున్నాయి. గాడ్ ఆఫ్ మాసెస్ నందమూరి బాలకృష్ణ గ్యాంగ్స్టర్‌గా నటిస్తున్న ఈ సినిమాలో ఇప్పటికే లేడీ సూపర్ స్టార్ నయనతార మెయిన్ హీరోయిన్‌గా ఖరారైన సంగతి తెలిసిందే. తాజాగా, ఈ చిత్రంలో మరో యంగ్ బ్యూటీని ఎంపిక చేసుకున్నట్లు పలు పోస్టులు సోషల్ మీడియాలో హాట్‌చే చేస్తున్నాయి. సెకండ్ పార్ట్ కోసం మరో హీరోయిన్ అవసరమని, ఆ పాత్ర కోసం డింపుల్ హయాతిని ఎంపిక చేసినట్లు టాక్. 'ఇంత హైప్ ఉన్న సినిమాను ఎలా చెడగొట్టారో మేకర్స్‌ను చూసి నేర్చుకోవాలి.

బిడుదలకు సిద్ధమైన 'వన్స్ మోర్'



కోలీవుడ్ యంగ్ హీరో అర్జున్ దాస్ తన విలక్షణమైన నటనా శైలితో పాటు తన గంభీరమైన వాయిస్‌తో తెలుగు, తమిళ సినీ ప్రేక్షకులను విశేషంగా ఆకట్టుకుంటున్నారు. ఇటీవల ఆయన ప్రధాన పాత్రలో నటించిన 'కాన్ సిటీ' చిత్రం థియేటర్లలోకి వచ్చి అలరించినప్పటికీ,

ఆశించిన స్థాయిలో బాక్సాఫీస్ హిట్ అందుకోలేకపోయింది. అయినప్పటికీ ఆయన ఎంతమాత్రం నిరాశ చెందకుండా కేవలం నెలరోజుల వ్యవధిలోనే మరో ఆసక్తికరమైన సినిమాను లైఫ్ పెట్టి ప్రేక్షకులను అలరించేందుకు సిద్ధమవుతున్నారు. ప్రస్తుతం అర్జున్ దాస్ ప్రధాన పాత్రలో నటిస్తున్న లేటెస్ట్ మూవీ 'వన్స్ మోర్'. దర్శకుడు విఘ్నేష్ శ్రీకాంత్ ఎంతో ఆసక్తికరంగా తెరకెక్కిస్తున్న ఈ సినిమాలో అర్జున్ దాస్ సరసన యంగ్ బ్యూటీ అదితి శంకర్ హీరోయిన్‌గా నటిస్తున్నారు. ఈ యాత్మిపుల్ రొమాంటిక్ డ్రామా చిత్రానికి ప్రముఖ మ్యూజిక్ దర్శకుడు హేషమ్ అబ్బల్ వహాబ్ సంగీతం అందిస్తున్నారు. స్వచ్ఛమైన ప్రేమ, బలమైన మానవ భావోద్వేగాలు, ఆకట్టుకునే ఫ్యామిలీ ఎలిమెంట్స్ కలగలిసిన వైవిధ్యమైన కథతో తెరకెక్కిన ఈ చిత్రం యాత్మతో పాటు ఫ్యామిలీ ఆడియన్స్‌ను కూడా తప్పకుండా మెప్పిస్తుందని మూవీ టీమ్ నమ్మకంగా చెబుతోంది.



వంటి నొప్పి, చిగుళ్ల వాపు, నోటి దుర్వాసన.. ఈ సమస్యలకు ఖరీదైన మోట్ వాష్‌లే పరిష్కారం అనుకుంటున్నారా..? అయితే మీరు పొరబడినట్లే.. మన పెరట్లోనే దొరికే జామ అకులతో వీటన్నింటికీ చెక్ పెట్టవచ్చు. కేవలం నోటి ఆరోగ్యమే కాదు, డయాబెటీస్ నుంచి చర్మ సౌందర్యం వరకు జామ అకులు చేసే మేలు అంతా ఇంతా కాదు. మన పెరట్లో కనిపించే జామ చెట్టు కేవలం రుచికరమైన పండ్లనే కాదు, అమూల్యమైన ఔషధ గుణాలున్న అకులను కూడా అందిస్తుంది. ఖరీదైన మందులు, మోట్ వాష్‌లకు బదులుగా రోజూకు రెండు జామ అకులను నమలడం వల్ల నోటి ఆరోగ్యం నుండి డయాబెటీస్ నియంత్రణ వరకు ఎన్నో లాభాలు ఉన్నాయని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. నోటి దుర్వాసన, చిగుళ్ల వాపు, వంటి నొప్పితో బాధపడేవారికి జామ అకులు ఒక వరం. వీటిలోని యాంటీ బాక్టీరియల్ గుణాలు నోటిలోని బ్యాక్టీరియాను చంపేస్తాయి. చిగుళ్ల నుండి రక్తం కారడం, వాపు ఉన్నప్పుడు లేత జామ అకులను నమలడం వల్ల తక్షణ ఉపశమనం లభిస్తుంది. జామ అకులను నమలడం వల్ల వచ్చే రసం మీ జీర్ణవ్యవస్థను శుద్ధి చేస్తుంది. ఇది గ్యాస్, ఎసిడిటీ, మలబద్ధకం వంటి సమస్యలను తగ్గించడమే కాకుండా, శరీరంలోని హానికరమైన వ్యర్థాలను బయటకు పంపుతుంది. శాస్త్రీయ పరిశోధనల ప్రకారం.. జామ అకుల సారం రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు అకస్మాత్తుగా పెరగకుండా నిరోధిస్తుంది. ముఖ్యంగా భోజనం తర్వాత గ్లూకోజ్ స్థాయిలను అదుపులో ఉంచడానికి ఇది సహాయపడుతుంది. కొవ్వు నిరోధకం: కార్బోహైడ్రేట్లు చక్కెరగా మారి శరీరంలో కొవ్వుగా పేరుకుపోకుండా జామ అకులు అడ్డుకుంటాయి. ఇది బరువు తగ్గాలనుకునే వారికి గొప్ప చిట్కా. వీటిలోని విటమిన్-సి, యాంటీఆక్సిడెంట్లు చర్మంపై ముడతలను తగ్గించి, సహజమైన మెరుపును అందిస్తాయి. రోజూకు 2 నుండి 3 లేత జామ అకులను శుభ్రంగా కడిగి నమలడం సరిపోతుంది. అయితే గర్భిణీ స్త్రీలు లేదా ఇతర తీవ్రమైన అనారోగ్య సమస్యలకు మందులు వాడుతున్న వారు, వీటిని వాడే ముందు ఖచ్చితంగా వైద్యుడిని సంప్రదించాలి. అతి తక్కువ ఖర్చుతో, సహజసిద్ధంగా మీ ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడానికి రోజూవారీ అలవాట్లలో జామ అకులను చేర్చుకోవడం ఒక ఉత్తమ మార్గం.

ఇకపై అలాంటి పాత్రలే చేస్తాను...



బాలీవుడ్ స్టార్ హీరోయిన్ కాజోల్ మూడు దశాబ్దాలకు పైగా సినీ పరిశ్రమలో ఎన్నో వైవిధ్యమైన పాత్రలతో ప్రేక్షకులను అలరిస్తున్న ఆమె ఇటీవల 'ది బ్రయల్' వెబ్ సీరీస్‌తో పాటు 'దో పత్తి', 'మా' వంటి లేడీ ఓరియెంటెడ్ చిత్రాలలో నటించారు. ప్రస్తుతం ఆమె చేతిలో ప్రాజెక్ట్ లేనప్పటికీ కథలు వింటూ తన కుటుంబంతో సమయాన్ని గడుపుతున్నారు. ఈనేపథ్యంలో.. తాజాగా, ఓ ఇంటర్వ్యూలో పాల్గొన్న కాజోల్, హిందీ చిత్రసీమలో మహిళా పాత్రలకు సరైన ప్రాధాన్యత దక్కతోందని తెలిపారు. మహిళా ప్రాధాన్య కథల విషయంలో మనం సరైన దిశలోనే ప్రయాణిస్తున్నామని అన్నారు. తన ఇన్స్ట్రేట్ సినీ ప్రయాణంలో వెండితెరపై మహిళా పాత్రల చిత్రణ పూర్తిగా మారిపోయిందని కాజోల్ అభిప్రాయపడ్డారు. ఇప్పుడు రచయితలు మహిళల కోసం అత్యుత్తమ పాత్రలను రాస్తున్నారని తెలిపారు. కథల్లో కేవలం ఒక పక్క పాత్రగా మాత్రమే కాకుండా, వారికి పూర్తిస్థాయి ప్రాధాన్యత ఇస్తుండటం చాలా మంచి పరిణామం అని ఆమె వెల్లడించారు. ఇక కథల ఎంపిక గురించి మాట్లాడుతూ.. నటిగా ఎంతగా పరిణతి చెందిన వారికీ కథలను ఎంచుకునే విషయంలో తన పద్ధతి మాత్రం ఎప్పుడూ మారలేదని కాజోల్ చెప్పారు. తనకు మనస్ఫూర్తిగా నచ్చిన, ఏదైనా కొత్తగా చేయడానికి అవకాశం ఉన్న పాత్రలే తాను ఎప్పుడూ ఎంచుకుంటానని ఆమె తెలిపారు. అయితే ఇకపై మరింతగా ప్రయోగాలు చేయాలని, ఇప్పటివరకు చేయని వైవిధ్యమైన పాత్రలను ప్రయత్నించాలని అనుకుంటున్నట్లు స్పష్టం చేశారు. ఒక పాత్ర తనను మొదటి చూపులోనే ఒప్పించకపోతే తాను ఆ సినిమాను అస్సలు చేయనని ఆమె అన్నారు. అలాగే వ్యక్తిగతంగా, వృత్తిరంగా కాలంతో పాటు తాను కూడా మారానని చెబుతూ, గతంతో పోలిస్తే తాను ప్రస్తుతం మరింత దరుగుల వ్యక్తిగా మారానని కాజోల్ పేర్కొన్నారు.