Crime News

# ది క్రైమ్ న్యూస్

తెలుగు దినపత్రిక

సంపుటి : 19, సంచిక : 193, మంగళవారం 10 - 03 - 2026 పేజిలు : 12


# రాజ్యసభ ఎంపీల ఎన్నిక ఏకగ్రీవం

- రాజ్యసభ ఎంపీలుగా అభిషేక్ మను సింఘ్వీ, వేం నరేందర్ రెడ్డి ఎన్నిక ఏకగ్రీవం
- తెలంగాణ నుంచి రాజ్యసభకు ఎన్నికైన ఇద్దరు కాంగ్రెస్ అభ్యర్థులు
- నిబంధన ప్రకారం పది మంది ఎమ్మెల్యేల సంతకాలు లేకపోవడంతో స్క్రూటినీ దశలోనే సాయన్న నామినేషన్ తిరస్కరణ
- పోటీ లేకపోవడంతో ఏకగ్రీవంగా ఎన్నికైనట్లు ప్రకటించిన అధికారులు
- మొదటిసారి ఎంపీగా వేం నరేందర్ రెడ్డి
- అభిషేక్ మను సింఘ్వీ దేశంలో అత్యంత సీనియర్ న్యాయవాదుల్లో ఒకరు
- వేం నరేందర్ రెడ్డి రాజ్యసభ ఎన్నికల్లో పోటీకి దిగే వరకు సీఎం సలహాదారుగా కొనసాగారు
- కాంగ్రెస్ పార్టీలో 16 మంది ఆశావహులు ఉన్నప్పటికీ వేం నరేందర్ రెడ్డినే అదృష్టం వరించింది

, హైదరాబాద్, మార్చి 09 :
తెలంగాణ నుంచి రాజ్యసభకు ఇద్దరు కాంగ్రెస్ అభ్యర్థులు అభిషేక్ మను సింఘ్వీ, వేం నరేందర్ రెడ్డి ఏకగ్రీవంగా ఎన్నికయ్యారు. ఈరోజు నామినేషన్ల ఉపసంహరణ గడువు ముగియగానే ఇద్దరు అభ్యర్థులు ఏకగ్రీవంగా ఎన్నికైనట్లు అధికారులు ప్రకటించారు. దీంతో ఈనెల 16న నిర్వహించాల్సిన ఎన్నికల పోలింగ్ కూడా నిర్వహించాల్సిన పనిలేకుండా పోయింది.కాంగ్రెస్ పార్టీ తరఫున అభిషేక్ మను సింఘ్వీ, వేం నరేందర్ రెడ్డి, స్వతంత్ర అభ్యర్థిగా సాయన్న నామినేషన్ వేశారు. నిబంధన ప్రకారం పది మంది ఎమ్మెల్యేల సంతకాలు లేకపోవడంతో స్క్రూటినీ దశలోనే సాయన్న నామినేషన్ తిరస్కరణకు గురైంది. కాంగ్రెస్ తరఫున బరిలో దిగిన ఇద్దరు ఏకగ్రీవం కావడానికి మార్గం మరింత సుగమం అయింది. అభిషేక్ మను సింఘ్వీ దేశంలో అత్యంత సీనియర్ న్యాయవాదుల్లో ఒకరు. ఏఐసీసీ కోటా కింద తెలంగాణ నుంచి మరొకసారి ఆయనకు కాంగ్రెస్ అవకాశం కల్పించింది. - మిగతా 2 లో

# గచ్చిబౌలి స్టేడియంను అంతర్జాతీయ ప్రమాణాలతో పునర్నిర్మించాలి

- తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి
- అన్ని సౌకర్యాలతో స్పోర్ట్స్ వర్సిటీల నిర్మాణాలు
- క్రీడా శాఖపై ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి సమీక్ష
- అంతర్జాతీయ ప్రమాణాలతో అన్ని రకాల క్రీడలకు మైదానాల ఏర్పాటుపై అధికారులకు దిశానిర్దేశం
- యంగ్ ఇండియా స్పోర్ట్స్ యూనివర్శిటీని సిద్ధం చేయాలని ఆదేశం
- మెగా ఈవెంట్లలో పతకాలు సాధించడమే లక్ష్యమన్న సీఎం
- ఒలింపిక్స్, కామన్వెల్త్ క్రీడలకు ఆతిథ్యం ఇచ్చేలా ఉండాలన్న రేవంత్

హైదరాబాద్, మార్చి 09 :
క్రీడా శాఖపై ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి సమీక్ష చేశారు. యంగ్ ఇండియా స్పోర్ట్స్ వర్సిటీలో సౌకర్యాల కల్పనపై అధికారులతో చర్చించారు. అంతర్జాతీయ ప్రమాణాలతో అన్ని రకాల క్రీడలకు మైదానాల ఏర్పాటు, ఒలింపిక్స్ లక్ష్యంగా క్రీడాకారులకు శిక్షణ ఇచ్చేందుకు వర్సిటీల నిర్మాణంపై చర్చించారు.అధికారులకు రేవంత్ రెడ్డి ఆదేశాలు : అన్ని సౌకర్యాలతో స్పోర్ట్స్ వర్సిటీల నిర్మాణాలు ఉండాలని, గచ్చిబౌలి ఔట్ డోర్ స్టేడియాన్ని పునరుద్ధరించాలని - మిగతా 2 లో

# ఆడబిడ్డల కన్నీళ్లు మీకు మంచిది కాదు

- ప్రభుత్వానికి కవిత వార్నింగ్
- ఖమ్మం వెలుగుమట్ల నిర్వాసితులను పరామర్శించిన కవిత
- టూరిస్ట్‌గా రాలేదు, సమస్య పరిష్కారమయ్యేవరకూ పోరాడతానని వెల్లడి
- కూల్చిన చోటే ఇళ్లు కట్టివ్వాలని ప్రభుత్వానికి డిమాండ్
- పేదల పక్షాన నిలబడి ప్రభుత్వంపై ఒత్తిడి తెస్తానని స్పష్టీకరణ

# రాహుల్ బంధు కింద రేవంత్ రెడ్డి రూ.1000 కోట్లు పంపిస్తున్నారు

- బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ ఎద్దేవా
- కేసీఆర్ హయాంలో డిసెంబర్ నెలలో రైతుబంధు పడేదన్న కేటీఆర్
- ఇప్పుడు కోతల సమయం వచ్చినా రైతుబంధు పడలేదన్న కేటీఆర్
- రుణమాఫీ చేశానని అనుకుంటున్నానని రేవంత్ రెడ్డి చెప్పడం విడ్డూరమని వ్యాఖ్య

# బంగ్లాదేశ్‌లో హిందూ బాలుడి దారుణ హత్య

- బంగ్లాదేశ్‌లో మైనారిటీలపై కొనసాగుతున్న దాడులు
- ఫెనీ జిల్లాలో 16 ఏళ్ల హిందూ బాలుడి దారుణ హత్య
- ఆటోను ఎత్తుకెళ్లేందుకు యత్నించిన దుండగులు
- అడ్డుకున్న బాలుడిని హైవేపై వాహనం కిందకి తోసేయడంతో మృతి
- విచారణ చేపట్టిన బంగ్లాదేశ్ పోలీసులు

# భారత్‌కు కృతజ్ఞతలు తెలిపిన ఇరాన్

- ఇరాన్ యుద్ధనౌకకు కొచ్చిలో ఆశ్రయం కల్పించడంపై భారత్‌కు టెహ్రాన్ కృతజ్ఞతలు
- రాజ్యసభలో పశ్చిమాసియా పరిణామాలపై కీలక ప్రకటన చేసిన జైశంకర్
- సాంకేతిక సమస్యల కారణంగా మానవతా దృక్పథంతోనే అనుమతి ఇచ్చామన్న మంత్రి
- శాంతియుత వాతావరణం, ఇంధన భద్రత, భారతీయుల రక్షణే తమ ప్రాధాన్యమని స్పష్టీకరణ
- సభలో విపక్షాల తీరుపై తీవ్ర స్థాయిలో మండిపడిన జేపీ నడ్డా

భారత్ సమాచార్, ఢిల్లీ, మార్చి 09 :
పశ్చిమాసియాలో ఉద్రిక్త పరిస్థితులు కొనసాగుతున్న వేళ, కొచ్చి ఓడరేవులో తమ యుద్ధనౌకకు ఆశ్రయం కల్పించినందుకు భారత్‌కు ఇరాన్ కృతజ్ఞతలు తెలిపిందని విదేశీ వ్యవహారాల శాఖ మంత్రి ఎస్. జైశంకర్ వెల్లడించారు. సోమవారం నాడు రాజ్యసభలో పశ్చిమాసియా పరిస్థితులపై ఆయన కీలక ప్రకటన చేశారు.శ్రీలంక - మిగతా 2 లో

# దేశంలో మహిళా బిలియనీర్ ప్రజాప్రతినిధులు

- టాప్-3 ఏపీ నుంచే!
- దేశంలో 14 మంది మహిళా ప్రజాప్రతినిధులు బిలియనీర్లుగా గుర్తింపు
- అత్యంత సంపన్నుల జాబితాలో తొలి మూడు స్థానాలు ఏపీ ఎమ్మెల్యేలవే
- రూ.716 కోట్లతో టీడీపీ ఎమ్మెల్యే ప్రశాంతి రెడ్డికి మొదటి స్థానం
- చట్టసభల్లో మహిళల ప్రాతినిధ్యం కేవలం 10 శాతమేనన్న ఏడీఆర్
- తెలంగాణతో పోలిస్తే ఏపీ మహిళా ప్రజాప్రతినిధుల సగటు ఆస్తి చాలా అధికం

, అమరావతి, మార్చి 09 :
దేశ రాజకీయాల్లో మహిళల ప్రాతినిధ్యం, వారి ఆర్థిక స్థితిగతులపై అసోసియేషన్ ఫర్ డెమొక్రటిక్ రిఫార్మ్స్ (ఏడీఆర్) విడుదల చేసిన నివేదికలో సంచలన విషయాలు వెలుగులోకి వచ్చాయి. దేశవ్యాప్తంగా ఉన్న మహిళా ప్రజాప్రతినిధుల్లో (ఎంపీలు, ఎమ్మెల్యేలు) 14 మంది బిలియనీర్లు ఉండగా, వీరిలో అత్యంత సంపన్నుల జాబితాలో తొలి మూడు స్థానాలనూ ఏపీకి చెందిన ఎమ్మెల్యేలే కైవసం చేసుకోవడం గమనార్హం. వీరిలో టీడీపీకి చెందిన కోవూరు ఎమ్మెల్యే వేమిరెడ్డి ప్రశాంతి రెడ్డి రూ.716 కోట్ల ఆస్తితో దేశంలోనే అత్యంత సంపన్న మహిళా ప్రజాప్రతినిధిగా మొదటి స్థానంలో నిలిచారు.అంతర్జాతీయ మహిళా దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని ఏడీఆర్ 'విమెన్ పొలిటికల్ పార్టిసిపేషన్ అండ్ రిప్రజెంటేషన్ ఇన్ ఇండియా' పేరుతో ఈ నివేదికను విడుదల చేసింది. 2024 సార్వత్రిక ఎన్నికల అఫిడవిట్ల ఆధారంగా ఈ విశ్లేషణ చేసింది. ఈ నివేదిక ప్రకారం రూ.716 కోట్ల ఆస్తితో - మిగతా 2 లో

# క్యూఆర్ కోడ్‌తో కొత్త పాసు పుస్తకాలు

- ఎవరు తప్పు చేసినా వెంటనే తెలుస్తోంది
- ఆంధ్రప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు
- వైఎస్సార్సీపీ హయాంలో జరిగిన తప్పులను సరిదిద్దుతున్నామన్న సీఎం
- ట్యాంపరింగ్ జరగకుండా కొత్త పాసుపుస్తకాలు
- కూటమి ప్రభుత్వంలో కరెంట్ ఛార్జీలు పెంచబోమని స్పష్టం
- ఒక్క పైసా కూడా అవినీతి లేకుండా పట్టాదారు పాసు పుస్తకాలు ఇస్తున్నామని సీఎం చంద్రబాబు తెలిపారు
- భవిష్యత్‌లోనూ ఎక్కడా తప్పులు జరగకుండా చూస్తామని హామీ
- నంద్యాల జిల్లా కొత్తబురుజు గ్రామసభలో పాల్గొని రైతులకు పట్టాదారు పాసుపుస్తకాల పంపిణీలో ముఖ్యమంత్రి
- ప్రజలు అభిమానించే పాలన అందించడమే తమ ప్రభుత్వ లక్ష్యమని సీఎం చంద్రబాబు ఉద్ఘాటించారు

, నంద్యాల, మార్చి 09 :
ఒక్క పైసా కూడా అవినీతి లేకుండా పట్టాదారు పాసు పుస్తకాలు ఇస్తున్నామని సీఎం చంద్రబాబు తెలిపారు. వైఎస్సార్సీపీ హయాంలో జరిగిన తప్పులను సరిదిద్దుతూ ట్యాంపరింగ్ జరగకుండా కొత్త పాసు పుస్తకాలు ఇస్తున్నామన్నారు. భవిష్యత్‌లోనూ ఎక్కడా తప్పులు జరగకుండా చూస్తామని హామీ ఇచ్చారు. నంద్యాల జిల్లా కొత్తబురుజు గ్రామసభలో పాల్గొని రైతులకు పట్టాదారు పాసుపుస్తకాల పంపిణీలో ముఖ్యమంత్రి పాల్గొన్నారు. క్యూఆర్ కోడ్‌తో ఇచ్చే పాసు పుస్తకాలతో ఎవరు తప్పు చేసినా వెంటనే తెలుస్తోందన్నారు.రాయలసీమను రతనాల సీమగా మార్చుతాం: ప్రజలు అభిమానించే పాలన అందించడమే తమ ప్రభుత్వ లక్ష్యమని సీఎం చంద్రబాబు ఉద్ఘాటించారు. సుస్థిరమైన పాలనతోనే సమగ్ర అభివృద్ధి సాధ్యమని స్పష్టం చేశారు. గత ప్రభుత్వం ట్రూఅప్ పేరుతో ప్రజలపై భారం మోపిందన్న చంద్రబాబు కూటమి ప్రభుత్వంలో కరెంట్ ఛార్జీలు పెంచమని పరిస్థితులు అనుకూలిస్తే తగ్గించే ప్రయత్నం చేస్తామని - మిగతా 2 లో

# ఇచ్చిన మాట నిలబెట్టుకున్న రాష్ట్ర విద్యా శాఖ మంత్రి నారా లోకేశ్

- తాడేపల్లి వాసుల దశాబ్దాల కల సాకారం
- తాడేపల్లి రిటైనింగ్ వాల్‌కు శంకుస్థాపన చేసిన మంత్రి లోకేశ్
- రూ.294 కోట్లతో కృష్ణా నదికి వరద రక్షణ గోడ నిర్మాణం
- 50 వేల మందికి వరద ముంపు నుంచి శాశ్వత పరిష్కారం
- పైల్-రాఫ్ట్ టెక్నాలజీతో భూకంపాలను తట్టుకునేలా నిర్మాణం
- నులకపేటలో రూ.65 లక్షలతో కమ్యూనిటీ హాల్ ప్రారంభం

, అమరావతి, మార్చి 09 :
ఏపీ మంత్రి నారా లోకేశ్ తన నియోజకవర్గం మంగళగిరి ప్రజలకు ఇచ్చిన మరో కీలక హామీని నెరవేర్చారు. దశాబ్దాలుగా పెండింగ్‌లో ఉన్న తాడేపల్లి రిటైనింగ్ వాల్ (వరద రక్షణ గోడ) నిర్మాణ పనులకు ఆయన శంకుస్థాపన చేశారు. రూ.294.20 కోట్ల అంచనా వ్యయంతో ఈ ప్రాజెక్టును చేపట్టనున్నారు. ఎన్నికల సమయంలో ఇచ్చిన హామీ మేరకు ఏడాదిలోనే పరిపాలన అనుమతులు, టెండర్ల ప్రక్రియ పూర్తి చేసి పనులకు శ్రీకారం చుట్టడం గమనార్హం.ప్రకాశం బ్యారేజీకి దిగువన కృష్ణా నది కుడి వైపున 0.9 కి.మీ నుంచి 2.610 కి.మీ వరకు ఈ గోడను నిర్మించనున్నారు. సాధారణ గోడలా కాకుండా భూమిలోకి 26 నుంచి 38 మీటర్ల లోతు వరకు 1,920 పైల్స్ వేసి, ఆధునిక పైల్-రాఫ్ట్ సాంకేతికతతో దీన్ని నిర్మిస్తారు. భవిష్యత్తులో 15 లక్షల క్యూసెక్కుల వరద ప్రవాహం వచ్చినా, భూకంపాలు సంభవించినా తట్టుకునేలా దీన్ని డిజైన్ చేశారు.ఈ రిటైనింగ్ వాల్ నిర్మాణం - మిగతా 2 లో

ది క్రైమ్ న్యూస్
తెలుగు దినపత్రిక
మంగళవారం 10 - 03 - 2026

## మానేపల్లిలో పెద్దమ్మ జాతర ఉత్సవాలు

, **మార్చి 10,మెదక్ జిల్లా:** వెల్దుర్తి మండలం మానేపల్లి గ్రామంలో పెద్దమ్మజాతర ఉత్సవాలు ఘనంగా నిర్వహిస్తున్నారు. సోమవారం పెద్దమ్మ జాతర ఉత్సవాల సందర్భంగాఅమ్మవారికి కళ్యాణ మహోత్సవం కన్నుల పండుగగా నిర్వహించారు. ఎద్దమ్మ జాతర ఉత్సవాల్లోకాంగ్రెస్ పార్టీ నియోజకవర్గ ఇన్చార్జి ఆవుల రాజిరెడ్డి పాల్గొన్నారు. అమ మ్మవారికి ప్రత్యేక పూజలునిర్వహించారు. రాష్ట్ర ప్రజలంతా సుభిక్షంగా ఉండాలని అమ్మవారిని కోర కున్నట్లు తెలిపారు.ఆలయానికి వచ్చిన కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులకు నిర్వాహకులు డప్పు చప్పుళ్లతో ఘన స్వాగతంపలికారు. ఈ కార్యక్రమంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ నియోజకవర్గ ఇన్చార్జ్ ఆవు ల రాజు రెడ్డి, మండల పార్టీఅధ్యక్షులు మహేష్ రెడ్డి, జిల్లా నాయకులు నరేందర్ రెడ్డి, మాజీ వైఎస్ ఎంపిపి సుధాకర్ గౌడ్, రాష్ట్రఫిషర్మెంట్ కార్యదర్శి తలారి మల్లేశం, సర్పంచులు వార్డ్ మెంబర్లు కాంగ్రెస్ కార్యకర్తలు తదితరులుపాల్గొన్నారు.

## యాదవ సంఘం ఆధ్వర్యంలో మల్లికార్జున స్వామి జాతర

**భారత్ సమాచార్, మార్చి 10, మెదక్ జిల్లా:** మనోహరాబాద్ మండలం దండుపల్లి శివారులో వెలసిన శ్రీశ్రీశ్రీ మల్లికార్జున స్వామి బ్రహ్మోత్సవాలు యాదవ సంఘం ఆధ్వర్యంలో అంగరంగ వైభవంగా, కనులపండువగా నిర్వహించారు. జాతర సందర్భంగా అగ్ని గుండం, హోమ గుండం నిర్వహించి, పటం గీసి సంప్రదాయబద్ధంగా ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు.ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా మాజీ ఎమ్మెల్యే తూముకుంట నర్సారెడ్డి హాజరై స్వామివారికి ప్రత్యేక పూజలు చేశారు. అనంతరం యాదవ కుల సంప్రదాయం ప్రకారం తూముకుంట నర్సారెడ్డి, సుధాకర్ రెడ్డి, విఠల్ రెడ్డి, ప్రభాకర్ రెడ్డిని సర్పంచ్‌ల ఫోరం రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి, మనోహరబాద్ సర్పంచ్ చీర్ల భాస్కర్ యాదవ్ లకు పూల దండలు, ఎర్ర కండువా, గొంగడి కప్పి ఘనంగా సన్మానించారు.ఈ కార్యక్రమంలో యాదవ సంఘం నాయకులు పెద్దగోళ్ళ సాయి యాదవ్, ఐలయ యాదవ్, శంకర్ యాదవ్, రవి యాదవ్, సోములు యాదవ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

## ఇచ్చిన మాట నిలబెట్టుకున్న రాష్ట్ర విద్యా శాఖ మంత్రి నారా లోకేశ్

**మొదటిపేజీ తరువాయి –** పూర్తయితే తాడేపల్లి పరిధిలోని సుందరయ్య నగర్, మహానాడు కాలనీ సహా పలు లోతట్టు ప్రాంతాల్లోని సుమారు 50 వేల మంది ప్రజల వరద కష్టాలు శాశ్వతంగా తీరనున్నాయి. అంతేకాకుండా అమరావతిలోని కొన్ని ప్రాంతాలకు, జాతీయ రహదారి 65కు కూడా ఈ గోడ రక్షణగా నిలుస్తుంది.ఈ కార్యక్రమాలతో పాటు మంత్రి లోకేశ్ నులకపేటలో నూతనంగా నిర్మించిన కమ్యూనిటీ హాల్‌ను కూడా ప్రారంభించారు. శ్రీరంగం ఫౌండేషన్ సహకారంతో రూ.65 లక్షల సీఎస్ఆర్ నిధులతో ఈ భవనాన్ని నిర్మించారు. నియోజకవర్గంలో మరిన్ని అభివృద్ధి కార్యక్రమాలకు శ్రీకారం చుట్టనున్నట్లు ఆయన తెలిపారు.

## దేశంలో మహిళా బిలియనీర్ ప్రజాప్రతినిధులు

**మొదటిపేజీ తరువాయి –** ప్రశాంతి రెడ్డి మొదటి స్థానంలో ఉండగా, కడప టీడీపీ ఎమ్మెల్యే రెడ్డెప్పగారి మాధవి రెడ్డి రూ.388 కోట్ల ఆస్తితో రెండో స్థానంలో ఉన్నారు. ఇక, నెల్లిమర్ల నుంచి గెలిచిన జనసేన ఎమ్మెల్యే లోకం నాగమాధవి రూ.291 కోట్ల ఆస్తులతో మూడో స్థానంలో నిలిచారు. ఈ 14 మంది మహిళా బిలియనీర్ల మొత్తం ఆస్తి విలువ రూ.8,234 కోట్లుగా ఏడీఆర్ పేర్కొంది.ఈ నివేదిక చట్టసభల్లో మహిళల ప్రాతినిధ్యం చాలా తక్కువగా ఉందని స్పష్టం చేసింది. దేశవ్యాప్తంగా ఉన్న 4,666 మంది ప్రజాప్రతినిధుల్లో (ఎంపీలు, ఎమ్మెల్యేలు) మహిళలు కేవలం 464 మంది (10 శాతం) మాత్రమే ఉన్నారని తెలిపింది. లోక్‌సభలోని 543 మంది ఎంపీలలో 74 మంది మహిళలు ఉండగా, దేశంలోని 4,123 మంది ఎమ్మెల్యేలలో 390 మంది మహిళలున్నారు.తెలుగు రాష్ట్రాల మధ్య ఆస్తుల విషయంలోనూ ఏడీఆర్ ఆసక్తికరమైన పోలికను చూపింది. ఏపీలో ఉన్న 24 మంది మహిళా ప్రజాప్రతినిధుల సగటు ఆస్తి రూ.74 కోట్లుగా ఉండగా, తెలంగాణలోని 11 మంది మహిళా ప్రజాప్రతినిధుల సగటు ఆస్తి కేవలం రూ.14 కోట్లుగానే ఉన్నట్లు నివేదిక వెల్లడించింది. మొత్తం మీద ఒకవైపు మహిళా ప్రాతినిధ్యం తక్కువగా ఉన్నప్పటికీ, రాజకీయాల్లో ఉన్న కొద్దిమంది మహిళల్లో కొందరు అత్యంత సంపన్నులుగా ఉండటం ఈ నివేదిక ద్వారా స్పష్టమైంది.

## గచ్చిబౌలి స్టేడియంను అంతర్జాతీయ ప్రమాణాలతో పునర్నిర్మించాలి

**మొదటిపేజీ తరువాయి –** అధికారులకు రేవంత్ రెడ్డి సూచించారు. వర్సిటీ నిర్మాణాలకు సంబంధించి పలు డిజైన్లను పరిశీలించిన సీఎం, డిజైన్లకు సంబంధించి అధికారులకు పలు సూచనలు చేశారు. ఒలింపిక్స్, కామన్‌వెల్త్ క్రీడలకు తెలంగాణ ఆతిథ్యం ఇచ్చేలా ప్రణాళికలు సిద్ధం చేయాలని, ఒలింపిక్స్‌లో తెలంగాణ క్రీడాకారులు సత్తా చాటేలా ప్రణాళికలు సిద్ధం చేయాలని తెలిపారు. 3 స్టేడియాలను భవిష్యత్ అవసరాలకు అనుగుణంగా ఆధునికీకరించాలని ఆదేశాలు జారీ చేశారు. కోట్ల విజయభాస్కర్ రెడ్డి స్టేడియం ఆధునికీకరించాలని, ఎల్బీ స్టేడియం, సరూర్‌నగర్ స్టేడియాన్ని ఆధునికీకరించాలని, భవిష్యత్ అవసరాలు, శిక్షణ, పోటీలకు అనుగుణంగా ఆధునికీకరించాలని అధికారులను ఆదేశించారు.ఈ క్రీడా శాఖ సమీక్షలో మంత్రులు వాకిటి శ్రీహరి, పొంగులేటి శ్రీనివాస్ రెడ్డి, సలహాదారు వేం నరేందర్ రెడ్డి, శాట్స్ చైర్మన్ శివసేనా రెడ్డి, ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శి రామకృష్ణారావు, ఉన్నతాధికారులు పాల్గొన్నారు.

# క్యూఆర్ కోడ్‌తో కొత్త పాసు పుస్తకాలు

**మొదటిపేజీ తరువాయి –** ప్రజలకు చంద్రబాబు హామీ ఇచ్చారు. రాయలసీమను రతనాల సీమగా మార్చి, ఉద్యానవనంగా చేసి చూపిస్తామని సీఎం చంద్రబాబు అన్నారు. ఇక్కడి ఉత్పత్తులకు ప్రపంచస్థాయిలో మార్కెట్ కల్పిస్తామని హామీ ఇచ్చారు.గత ప్రభుత్వ హయాంలో మద్యాన్ని కల్తీ చేసి వేల మందిని పొట్టన పెట్టుకున్నారు. పేదవాడి ఆరోగ్యం కంటే వాళ్లకు డబ్బులే ముఖ్యమా? తిరుమల ప్రసాదాన్ని కూడా కల్తీ చేశారు. తిరుమల పవిత్రతను దెబ్బతీయాలని చూశారు. వేంకటేశ్వరస్వామిని అపవిత్రం చేయాలని చూస్తే ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ ఉపేక్షించను. ఇతర మతాల సంప్రదాయాలను కాపాడతాం. కుట్రపూరితంగా మత విద్వేషాలు రెచ్చగొట్టాలని చూస్తే ఊరుకునేది లేదు. ప్రజల జీవితాలు, ఆరోగ్యంతో ఆడుకున్నారు. గత ప్రభుత్వ హయాంలో అంతా కల్తీ కుంభకోణాలే. ముఠాలు వద్దు గ్రామాల ప్రశాంతతే ముద్దు అని అందర్నీ కలిపా. రౌడీయిజం,

ముఠా కక్షలు లేకుండా చేశాం. రాయలసీమను రతనాల సీమగా మారుస్తా. ఉద్యానవనంగా చేసి చూపిస్తాం. ఇక్కడి ఉత్పత్తులకు ప్రపంచస్థాయి లో మార్కెట్ కల్పిస్తాం.ఆనాడు ఐటీ యుగం, ఇవాళ ఏఐ యుగం: ప్రపంచంలో ఎక్కడికి వెళ్లినా తెలుగువాళ్లు ఉంటారని, నాడు ఐటీని అభివృద్ధి చేయడం వల్ల చాలామందికి ప్రయోజనం చేకూరిందని సీఎం అన్నారు. ఆనాడు ఐటీ యుగం, ఇవాళ ఏఐ యుగం అని చంద్రబాబు వివరించారు. ఏపీకి పెట్టుబడులు భారీగా వస్తున్నాయని, రాష్ట్రంలోని అన్ని ప్రాంతాలను అభివృద్ధి చేస్తున్నామని సీఎం పేర్కొన్నారు.జనాభా ఉంటేనే ఏదైనా: దేశంలో ఇదివరకు పెద్ద కుటుంబాలు ఉండేవని, దాన్నే ఆస్తిగా భావించేవాళ్లని సీఎం అన్నారు. ఇప్పుడు కుటుంబాలు కుచించుకు పోయాయని గతంలో తానూ కుటుంబ నియంత్రణను ప్రోత్సహించానని ఆయన తెలిపారు. కానీ ఇప్పుడు కాలం మారిందని, పరిస్థితులు మారాయని జనాభా ఉంటేనే ఏదైనా ఉపయో గించుకునేందుకు వీలుంటుందని సీఎం వెల్లడించారు.

# రాజ్యసభ ఎంపీల ఎన్నిక ఏకగ్రీవం

**మొదటిపేజీ తరువాయి –** వేం నరేందర్ రెడ్డితో ముఖ్యమంత్రి రేవంత్‌రెడ్డికి అత్యంత సన్నిహిత సంబంధాలు ఉన్నాయి. దీంతో నరేందర్ రెడ్డికి రాజ్యసభ ఎంపీ పదవి రావడానికి ముఖ్యమంత్రే ప్రధాన కారణమని రాజకీయ వర్గాల్లో చర్చ నడుస్తోంది.వేం నరేందర్ రెడ్డి రాజ్యసభ ఎన్నికల్లో పోటీకి దిగే వరకు సీఎం సలహాదారుగా కొనసాగారు. నామినేషన్ నిబంధనల మేరకు ఆయన ముఖ్యమంత్రి సలహాదారు పదవికి రాజీనామా చేసి నామినేషన్ దాఖలు చేశారు. కాంగ్రెస్ పార్టీలో భారీ సంఖ్యలో ఏకంగా 16 మంది ఆశావహులు ఉన్నప్పటికీ వేం నరేందర్ రెడ్డినే అదృష్టం వరించింది. పీసీసీ అధ్యక్షుడు మహేష్ కుమార్ గౌడ్, ఉప ముఖ్యమంత్రి భట్టి విక్రమార్క, కాంగ్రెస్ రాష్ట్ర వ్యవహారాల ఇంఛార్జి మీనాక్షి నటరాజన్‌లు అంతా ముక్తకంఠంతో మద్దతు పలకడంతోపాటు సీఎం రేవంత్ రెడ్డి కీలక పాత్ర పోషించి వేం నరేందర్ రెడ్డికి రాజ్యసభ అభ్యర్థిత్వం ఖరారు అయ్యేట్లు చేశారు.వేం నరేందర్ రెడ్డి వ్యవసాయ కుటుంబానికి చెందిన వ్యక్తి. ఆయన మహబూబాబాద్ జిల్లా కేసముద్రం మండలం అర్పనపల్లి గ్రామవాసి. 67 ఏళ్ల వయస్సున్న నరేందర్ రెడ్డికి రాజకీయాల్లో నాలుగు దశాబ్దాలకు పైగా అనుభవం ఉంది. 2004లో మహబూబాబాద్ నుంచి ఎమ్మెల్యేగా గెలుపొందారు. అనంతరం ఎమ్మెల్సీ, ఎమ్మెల్యేగా పోటీ చేసి పరాజయం పాలయ్యారు.నరేందర్ రెడ్డి దాఖలు చేసిన అఫిడవిట్‌లో తన ఆస్తులు, అప్పులను వెల్లడించారు. తన వార్షికాదాయం రూ.6 లక్షలుగా చూపారు. 2024-25 ఆర్థిక ఏడాదికి రూ. 22 లక్షలకు పెరిగింది. ఆయన సతీమణి ఆదాయం రూ.10 లక్షలపైన ఉన్నట్లు పేర్కొన్నారు. హెచ్‌యూఎఫ్ ద్వారా మరో రూ.12 లక్షల ఆదాయం ఉన్నట్లు తెలిపారు. అంతా కలిపితే కుటుంబం మొత్తం వార్షిక ఆదాయం దాదాపు రూ.45 లక్షలుగా పేర్కొన్నారు.మొదటి నుంచీ టీడీపీలో ఉన్న వేం నరేందర్ రెడ్డికి రేవంత్ రెడ్డి కూడా ఆ పార్టీలో

చేరాక ఆయనతో దగ్గరి సాన్నిహిత్యం ఏర్పడింది. తెలంగాణలో కాంగ్రెస్ పార్టీని అధికారంలోకి తీసుకువచ్చే ప్రక్రియలో నరేందర్ రెడ్డి నాటి పీసీసీ అధ్యక్షుడైన రేవంత్ రెడ్డి వెన్నంటే ఉన్నారు. ఆర్థికసాయం దగ్గరి నుంచి మొదలుకొంటే అన్నింటిలో తోడున్నారని రాజకీయవర్గాల వారు మాట్లాడుకుంటుంటారు. గతంలోనే నరేందర్ రెడ్డిని ఎమ్మెల్సీ చేయాలని సీఎం ప్రయత్నిస్తున్నారని కాంగ్రెస్ వర్గాల్లో చర్చ జరిగింది. కానీ కాంగ్రెస్ పార్టీలో పదవులు తక్కువగా పోటీ ఎక్కువ. ఎంతంటే ఒక్క రాజ్యసభ సీటుకు ఏకంగా 16 మంది సీనియర్ కాంగ్రెస్ నాయకులు పోటీ పడ్డారంటే అర్థం చేసుకోవచ్చు.

# భారత్‌కు కృతజ్ఞతలు తెలిపిన ఇరాన్

**మొదటిపేజీ తరువాయి –** సమీపంలో ఇరాన్‌కు చెందిన 'ఐఆర్ఐఎస్ దేనా' యుద్ధనౌక అమెరికా జలాంతర్గామి దాడికి గురై మునిగిపోయిన సంగతి తెలిసిందే. సాంకేతిక సమస్యలు ఎదుర్కొంటున్న మరో ఇరాన్ యుద్ధనౌక 'ఐఆర్ఐఎస్ లావన్' భారత్ సాయం కోరింది. అందుకు భారత్ వెంటనే స్పందించి, కొచ్చి పోర్టులో డాక్ చేసేందుకు అంగీకరించింది.దీనిపై స్పందించిన జైశంకర్.. "ఫిబ్రవరి 20న ఇరాన్ మూడు నౌకల కోసం అనుమతి కోరగా, మార్చి 1న కేంద్రం ఆమోదం తెలిపింది. దీంతో మార్చి 4న కొచ్చికి చేరుకున్న ఆ నౌక సిబ్బందికి ప్రస్తుతం భారత నౌకాదళ కేంద్రాల్లో ఆశ్రయం కల్పిస్తున్నాం. మానవతా దృక్పథంతో తీసుకున్న ఈ నిర్ణయం సరైనదే" అని స్పష్టం చేశారు. ఫిబ్రవరి 20, మార్చి 5 తేదీల్లో ఇరాన్ విదేశాంగ మంత్రి అరాఘ్చీతో తాను మాట్లాడినట్లు

ఆయన సభకు తెలిపారు. పశ్చిమాసియా సంక్షోభంపై భారత్ మూడు విధానాలకు కట్టుబడి ఉందన్నారు. చర్చల ద్వారా శాంతిని నెలకొల్పడం, ఆ ప్రాంతంలో ఉన్న భారతీయుల భద్రత, అలాగే దేశ ఇంధన భద్రత, వాణిజ్య ప్రయోజనాలకు అత్యంత ప్రాధాన్యం ఇస్తున్నట్లు వివరించారు.మరోవైపు, జైశంకర్ ప్రకటన సమయంలో విపక్షాలు వ్యవహరించిన తీరుపై సభా నాయకుడు జేపీ నడ్డా తీవ్ర స్థాయిలో మండిపడ్డారు. విపక్షాలకు జాతీయ ప్రయోజనాల కంటే రాజకీయాలు, సభలో గందరగోళం సృష్టించడం మీదే ఆసక్తి ఎక్కువని విమర్శించారు. గతంలో వక్ఫ్ బిల్లు, బడ్జెట్ సమావేశాలు, ఆపరేషన్ సిందూర్ వంటి కీలక అంశాలపై చర్చ జరుగుతున్నప్పుడు కూడా విపక్షాలు ఇలాగే సభ నుంచి వాకౌట్ చేశాయని ఆయన గుర్తుచేశారు. ఆత్మనిర్భర్ భారత్ పట్ల వారికి ఏమాత్రం చిత్తశుద్ధి లేదని నడ్డా ధ్వజమెత్తారు.

# బంగ్లాదేశ్‌లో హిందూ బాలుడి దారుణ హత్య

**మొదటిపేజీ తరువాయి –** బంగ్లాదేశ్‌లో మైనారిటీలైన హిందువులపై దాడులు కొనసాగుతూనే ఉన్నాయి. తాజాగా ఫెనీ జిల్లాలో ఆటోను దొంగిలించేందుకు యత్నించిన కొందరు దుండగులు, 16 ఏళ్ల హిందూ బాలుడిని దారుణంగా హత్య చేశారు. ఢాకా-చిట్టగాంగ్ హైవేపై లాల్‌పోల్ ప్రాంతంలో ఆదివారం సాయంత్రం ఈ ఘటన చోటుచేసుకున్నట్లు స్థానిక మీడియా వెల్లడించింది.మృతుడిని శాంతో కుమార్ సాహాగా గుర్తించారు. స్థానిక మీడియా 'జాగోన్యూస్24' కథనం ప్రకారం.. మియాజీ ఫిల్లింగ్ స్టేషన్ ముందు ఆటోలో ప్రయాణికుడి కోసం శాంతో ఎదురుచూస్తున్నాడు. కాసేపటికి కొందరు దుండగులు అతడిపై దాడి చేసి, ఆటోను లాక్కునే క్రమంలో హైవే పక్కన ఉన్న కల్వర్టు కిందకి విసిరేశారు. అక్కడి నుంచి తేరుకుని దొంగలను వెంబడించిన శాంతోను వారు కదులుతున్న వాహనం కిందకి తోసేశారు. దీంతో వాహనం ఢీకొని బాలుడు అక్కడికక్కడే మృతి చెందాడు.సమాచారం అందుకున్న వెంటనే ఘటనా స్థలానికి చేరుకున్న పోలీసులు, మృతదేహాన్ని ఆసుపత్రికి తరలించారు. రాత్రి వరకు బాలుడి ఆచూకీ లేకపోవడంతో కుటుంబ సభ్యులు గాలిస్తుండగా, తెలిసిన ఆటో డ్రైవర్ ద్వారా సమాచారం అందినట్లు శాంతో బంధువులు తెలిపారు. ప్రయాణికులను ఎక్కించుకున్న ప్రాంతంలో సీసీటీవీ ఫుటేజీని పరిశీలిస్తే నిందితులను గుర్తించవచ్చని వారు కోరుతున్నారు. ఇఫ్తార్ సమయంలో ఉన్న ప్రశాంత వాతావరణాన్ని ఆసరాగా తీసుకుని బాలుడిని టార్గెట్ చేసి ఆటోను హైజాక్ చేశారని వారు ఆరోపించారు.బంగ్లాదేశ్‌లో కొత్తగా ఏర్పడిన బంగ్లాదేశ్ నేషనలిస్ట్ పార్టీ (బీఎన్ పీ) ప్రభుత్వ హయాంలోనూ హిందూ వర్గాలపై దాడులు ఆందోళనకరంగా పెరుగుతుండటం గమనార్హం. గతంలో మహమ్మద్ యూనస్ నేతృత్వంలోని మధ్యంతర ప్రభుత్వ 18 నెలల పాలనలోనూ

మైనారిటీలపై దాడులు కొనసాగిన విషయం తెలిసిందే.

## ఆడబిడ్డల కన్నీళ్లు మీకు మంచిది కాదు

**మొదటిపేజీ తరువాయి –** ఖమ్మం జిల్లా వెలుగుమట్లలో ఇళ్ల కూల్చివేతల బాధితులను తెలంగాణ జాగృతి అధ్యక్షురాలు, ఎమ్మెల్సీ కల్వకుంట్ల కవిత ఇవాళ పరామర్శించారు. ఇళ్లు కోల్పోయి కన్నీరు పెట్టుకుంటున్న మహిళలను చూసి ఆమె చలించిపోయారు. ఈ సందర్భంగా కవిత మాట్లాడుతూ.. ఆడబిడ్డల దుఃఖం, వారి కన్నీళ్లు ప్రభుత్వానికి మంచిది కాదని హెచ్చరించారు."నేను టూరిస్ట్‌ను కాదు. మీ సమస్యకు పరిష్కారం చూపేవరకూ ఇక్కడే ఉండి పోరాడతా" అని కవిత బాధితులకు భరోసా ఇచ్చారు. జిల్లా కలెక్టర్, మంత్రులు తక్షణమే వెలుగుమట్లకు వచ్చి బాధితులతో మాట్లాడి, వారి సమస్యలకు పరిష్కారం చూపాలని డిమాండ్ చేశారు. పేదల ఇళ్లపై బుల్డోజర్లు పంపడం అన్యాయమని మండిపడ్డారు. కొన్ని రాజకీయ పార్టీలు ఈ దుఃఖాన్ని కూడా రాజకీయం కోసం వాడుకుంటున్నాయని ఆమె ఆరోపించారు.గతంలో బీఆర్ఎస్ వాళ్లు కూడా ఇళ్లు కూల్చడానికి ప్రయత్నాలు చేశారని కవిత అన్నారు. ఎక్కడైతే ఇళ్లు కూల్చివేశారో అక్కడే తిరిగి స్థలాలు ఇచ్చి, ప్రభుత్వమే ఇళ్లు నిర్మించి ఇవ్వాలని ఆమె డిమాండ్ చేశారు. బాధితులకు న్యాయం జరిగే వరకు, సమస్యకు శాశ్వత పరిష్కారం దొరికేంత వరకు ప్రభుత్వంపై ఒత్తిడి తెస్తానని కవిత స్పష్టం చేశారు.

## రాహుల్ బంధు కింద రేవంత్ రెడ్డి రూ.1000 కోట్లు పంపిస్తున్నారు

**మొదటిపేజీ తరువాయి –** 'రాహుల్ బంధు' పథకం కింద ప్రతి సంవత్సరం రూ.1000 కోట్లు ఇచ్చి ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి తన పదవిని కాపాడుకుంటున్నారని బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ ఆరోపించారు. సిరిసిల్లలో జరిగిన ఒక కార్యక్రమంలో ఆయన మాట్లాడుతూ, కేసీఆర్ హయాంలో డిసెంబర్ నెలలో రైతుబంధు పడేదని, కానీ ఇప్పుడు కోతల సమయం వచ్చినా కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం వేయలేదని విమర్శించారు.రేవంత్ రెడ్డి ప్రభుత్వ పాలనలో రైతుబంధును నిలిపివేసి 'రాహుల్ బంధు' పేరుతో కొత్త పథకం తెచ్చారని ఎద్దేవా చేశారు. తన పదవిని కాపాడుకోవడం కోసం రేవంత్ రాహుల్ బంధు పథకం కింద గాంధీ కుటుంబానికి వెయ్యి కోట్ల రూపాయలు ఇస్తున్నాడని ఆరోపించారు. అందుకే కేసీఆర్ ముందే చెప్పారని, ఆలోచించి జాగ్రత్తగా ఓటు వేయాలని సూచించారని తెలిపారు. రేవంత్ రెడ్డి మూడుసార్లు రైతుబంధును ఎగ్గొట్టారని విమర్శించారు."నేను రుణమాఫీ చేశానని అనుకుంటున్నా, రైతుబంధు వేశానని అనుకుంటున్నా" అని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి ఇటీవల అన్నారని, అసలు ఆయన ముఖ్యమంత్రేనా అని నిలదీశారు. మరి ముఖ్యమంత్రిగా మీరెందుకు ఉన్నారని ప్రశ్నించారు. రైతుబంధు వేస్తే, రుణమాఫీ ఇస్తే మీకు తెలియకుండా ఉండటమేమిటని అన్నారు. హైదరాబాద్‌లో దోమలు బాగా పెరిగిపోయాయని, కానీ నగరంలో చెత్తను మాత్రం తీయడం లేదని విమర్శించారు.

# ప్రపంచం నెత్తిన చమురు సంక్షోభం!

సంపాదకీయం

చమురు ధరలు దారుణంగా పెరిగే ప్రమాదం కనిపిస్తోంది. ఇరాన్‌పై యుద్ధం కారణంగా భారత్ సహా అనేక దేశాలు ఇంధన సమస్యలు ఎదుర్కోబోతున్నాయి. ఇప్పటికే గ్యాస్ ధరలు పెంచేశారు. సిలిండర్‌పై 80 రూపాయాలు పెరిగింది. ఇప్పుడున్న పరిస్థితుల్లో కేవలం గ□హవినయోగ సిలిండర్లనే సరఫరా చేయాలని నిర్ణయించారు. కమర్షియల్ సిలిండర్లపై ఆంక్షలు విధించారు. కేవలం గ□హావసరాలకే సరఫరా చేయాలని దేశాలు ఇచ్చారు. ఇకపోతే విదేశాల్లో సైతం కార్ల ఇంధన ధరలు పెరిగాయి. అమెరికాలోనూ గ్యాస్ ధరలతో అక్కడి వారు గగ్గోలు పెడుతున్నారు. ఇరాన్‌పై అమెరికా`ఇజ్రాయెల్ యుద్ధం కొనసాగుతున్నది. పది రోజులుగా వరుస దాడులు జరుగుతున్నాయి. ఇది ఇంకెంత కాలం సాగుతుందో చెప్పలేం. మర్మజ్ జలసంధి మూసివేత కారణంగా చమురు నౌకలు కదిలే పరిస్థితి లేదు. అందుకే యుద్ధంతో భారత్ చమురు దిగుమతులకు ముప్పు ఏర్పడే ప్రమాదం కనిపిస్తున్నది. యూరప్‌లో చమురు ధరలు బ్యారెల్‌కు 20 డాలర్లు పెరిగి 80 డాలర్లకు చేరింది. హోర్మోజ్ జలసంధి కూడా మూతపడితే 100 డాలర్లకు కూడా చేరే ప్రమాదం పొంచి ఉన్నదని మార్కెట్ వర్గాలు అంచనా వేస్తున్నాయి. సూయిజ్ కాలువ, ఎర్ర సముద్రం నౌకాయానానికి తీవ్ర అంతరాయం కలుగుతున్నది. దీంతో ప్రపంచ వాణిజ్యంపై ప్రభావం పడుతున్నది. ఈ మార్గాల్లో భారత్ రోజుకు 26 లక్షల బ్యారెళ్ల చమురును దిగుమతి చేసుకుంటుంది. ఒకవేళ బ్యారెల్‌కు 10 డాలర్ల చొప్పున పెరిగితే, మొత్తం 15 బిలియన్ డాలర్ల అధిక వ్యయం అవుతుంది. పెట్రోలియం ఎగుమతి దేశాల సంస్థ ఒపెక్ ఉత్పత్తిని పెంచవచ్చు. కానీ దీర్ఘకాలిక యుద్ధంతో ప్రపంచ ఆర్థిక వ్యవస్థ మందగించే ప్రమాదం ఉన్నది. అంతేకాకుండా గల్ఫ్ దేశాలకు ఆర్థిక నష్టాలు, అమెరికా ప్రతిష్ఠకు విఘాతం కలిగే పరిస్థితులు నెలకొన్నాయి. యుద్ధ వాతావరణంతో అమెరికా, ఇజ్రాయెల్, ఇరాన్‌తోపాటు పశ్చిమాసియాలోని ఆర్థిక వ్యవస్థలు, ప్రజల రోజువారీ జీవితాలను సంక్షోభం లోకి నెట్టేలా కనిపిస్తున్నది. ట్రంప్ మూర్ఖపు నిర్ణయం కారణంగా ప్రపంచం మొత్తం ఆర్థిక చక్రబంధంలో ఇరుక్కోవాలసి వస్తోంది. చమురు సరఫరా మార్గాల్లో అంతరాయల వల్ల వాటి ధరలు విపరీతంగా పెరిగి, దీర్ఘకాలికంగా ప్రతికూల ప్రభావం పడుతుంది.చమురు ధరలు పెరగడంతో వాల్‌స్ట్రీట్ 800 పాయింట్లు పడిపోయింది. పెట్రోల్, ఆహారం సహా అన్నింటి ధరలు పెరిగే సూచనలు కనిపిస్తున్నాయి. ప్రస్తుత పరిస్థితులు చమురు కంపెనీలకు లాభాలు తెచ్చిపెట్టవచ్చు. కానీ ప్రజలకు ఇబ్బందులు తప్పవు. అమెరికాకు దేశీయంగా చమురు ఉత్పత్తి ఎక్కువగా ఉండటం కొంత ఉపశమనం కావొచ్చు. కానీ ఇరాన్ బలాన్ని పట్టించుకోకపోతే ఇది ఇరాక్ యుద్ధంలా పెద్ద తప్పుగా మారే ప్రమాదం ఉన్నదనే అభిప్రాయం కూడా వ్యక్తమవుతున్నది. ఈ యుద్ధంలో అణ్వాయుధాల వినియోగం జరిగినా, రష్యా, చైనా ప్రత్యక్షంగా యుద్ధంలోకి దిగినా అత్యంత ప్రమాదకర పరిస్థితి ఏర్పడుతుంది. ఈ యుద్ధం వల్ల జపాన్ వంటి ఆసియా దేశాలు అమెరికాపై నమ్మకం కోల్పోయి డాలర్‌కు దూరమయ్యే ప్రమాదం కూడా ఉంటుందనే అభిప్రాయాలు ఉన్నాయి. అమెరికా`ఇజ్రాయెల్ జరుపుతున్న దాడులను తిప్పి కొట్టేందుకు ఇరాన్ చేస్తున్న ప్రతిదాడుల కారణంగానే ఉద్రిక్తతలు ఇప్పట్లో తగ్గేలా లేవు. ఇరాన్ తలొగ్గేది లేదని, లొంగిపోయేది లేదని తేల్చి చెప్పింది. ఇరాన్‌ను ధ్వంసం చేసే వరకు ట్రంప్ నిద్రపోయేలా కనిపించడం లేదు. ఇప్పటికే టర్కీ నుంచి దుబాయి వరకు అమెరికాకు చెందిన సైనిక స్థావరాలు, పోర్టులు, చమురు శుద్ధి కేంద్రాలు, విమానాశ్రయాలు ఇలా 27 ప్రాంతాలపై ఇరాను విరుచుకుపడింది. ఇవన్నీ కూడా తక్కువ ఖర్చుతో కూడిన డ్రోన్‌ల ద్వారానే జరిపినట్టు తెలిసింది. రవాణా మార్గాలపై ఈ దాడులు తీవ్ర ప్రభావం చూపుతున్నాయి. దుబాయి, సౌదీ అరేబియా కూడా తీవ్రమైన కష్టాల్లో కూరుకుపోయాయి. ఇరాన్ వినియోగిస్తున్న ఆధునిక ఆయుధాలను దుబాయి, సౌదీ అరేబియా బలహీనమైన రక్షణ వ్యవస్థలు దీటుగా ఎదుర్కోలేకపోతున్నాయి. పెద్ద కంపెనీలు కార్యకలాపాలు నిలిపివేశాయి. దుబాయిలోని 50 లక్షల మంది భారతీయులపైనా ప్రభావం పడుతున్నది. ప్రస్తుత యుద్ధం కారణంగా బ్రిటన్, ఫ్రాన్స్ కాలంలో రూపొందిం చిన పాత సరిహద్దులు కూడా మారిపోయే అవకాశం ఉన్నది. సంక్షోభంగా కారణంగా గల్ఫ్ రాజ్యాల్లో నిరుద్యోగం పెరిగితే ప్రజల్లో అసంత□ప్తి వెల్లువెత్తుతుంది. అమెరికా సైన్యం వెనక్కి వెళ్లిపోవాలని ఇరాక్‌లో డిమాండ్‌లు వినిపిస్తున్నాయి. అమెరికా సైనిక స్థావరాలపై జరిగిన దాడుల పట్ల టర్కీ సంతోషం గానే ఉన్నదని కొందరు భావిస్తున్నారు. యుద్ధ వాతావరణంలో యూరప్ మాటలకే పరిమితమైందని విమర్శలు ఎదుర్కొంటున్నది. భారత్ చౌకైన రష్యా చమురుపై ఆధారపడుతున్నది. చైనా తన వాణిజ్య మార్గాలను, నౌకాశ్రయాలను రక్షించుకునేందుకు ప్రయత్నిస్తున్నది. దాడుల కారణంగా ఇరాన్ ప్రజలు తమ అత్యున్నత నాయకుడిని కోల్పోయారు. ఇరాన్ సైనిక కేంద్రాలపై అమెరికా 1,700 దాడులు చేసింది. ఇరాన్ వ్యూహాత్మకంగా ప్రతిస్పందిస్తున్నది. పర్షియన్ నాగరికతకు చెందిన దీర్ఘ చరిత్ర కారణంగా ప్రజలు ఐక్యంగా నిలుస్తున్నారని విశ్లేషకులు అభిప్రాయం వ్యక్తంచేస్తున్నారు. ప్రస్తుతం జరుగుతున్న పరిణామాలను ద□ష్టిలో పెట్టుకొని ఆ దేశంలో పెద్దగా కల్లోలం కనిపించడంలేదు. రష్యా, చైనా మద్దతుతో యుద్ధం నిలువగలిగితే ప్రపంచానికి అది విజయం అవుతుంది.

# రక్తంతో తడిసిన చమురు బావులు!

<u>**ప్రపంచ రాజకీయ పటంలో మధ్యప్రాచ్యం మరోసారి అగ్నికుండగా మారుతోంది. ఇరాన్, ఇజ్రాయెల్ మధ్య పెరుగుతున్న ఉద్రిక్తతలు కేవలం రెండు దేశాల మధ్య యుద్ధం మాత్రమే కాదు, ప్రపంచ శక్తుల మధ్య ఆధిపత్య పోరాటం కూడా ఇందులో దాగి ఉంది. ప్రపంచ నిరూపిత చమురు నిల్వల్లో దాదాపు 48 శాతం మధ్యప్రాచ్యంలోనే ఉన్నాయని 2023 ఒపెక్ నివేదికలు చెబుతున్నాయి. రోజుకు ప్రపంచం వినియోగించే 100 మిలియన్ బ్యారెల్ల చమురులో దాదాపు 30 శాతం గల్ఫ్ ప్రాంతం నుంచే వస్తోంది. హార్ముజ్ జలసంధి ద్వారా రోజుకు సుమారు 21 మిలియన్ బ్యారెల్ల చమురు రవాణా జరుగుతుందని అమెరికా ఎనర్జీ ఇన్ఫర్మేషన్ అడ్మినిస్ట్రేషన్ వెల్లడించింది. 2022లో రష్యా–ఉక్రెయిన్ యుద్ధం సమయంలో చమురు ధరలు బ్యారెల్□కు 120 డాలర్లను దాటినట్లు అంతర్జాతీయ మార్కెట్ గణాంకాలు చెబుతున్నాయి.**</u>

**మూడు దశాబ్దాల విధ్వంసం**

మధ్యప్రాచ్య చరిత్రను పరిశీలిస్తే చమురు ఆధిపత్యం కోసం జరిగిన యుద్ధాలే ఎక్కువగా కనిపిస్తాయి. 1991 గల్ఫ్ యుద్ధం సమయంలో ఇరాక్ కువైట్‌పై దాడి చేయడంతో అమెరికా నేతృత్వంలోని అంతర్జాతీయ కూటమి జోక్యం చేసుకుంది. 1991 జనవరి 17 నుంచి ఫిబ్రవరి 28 వరకు జరిగిన యుద్ధంలో కేవలం 42 రోజుల్లోనే 88 వేల టన్నుల బాంబులు పడినట్లు అమెరికా రక్షణ శాఖ నివేదికలు సూచిస్తున్నాయి. 2003 మార్చి 20న అమెరికా నేతృత్వంలో ఇరాక్‌పై దాడి ప్రారంభమైంది. "మాస్ డిస్ట్రక్షన్ వెపన్స్" ఉన్నాయనే ఆరోపణలతో ప్రారంభమైన యుద్ధం ప్రపంచవ్యాప్తంగా విమర్శలకు గురైంది. బ్రౌన్ యూనివర్సిటీ "కాస్ట్స్ ఆఫ్ వార్ ప్రాజెక్ట్" ప్రకారం ఆ యుద్ధానికి మొత్తం ఖర్చు 2 ట్రిలియన్ డాలర్లకు పైగా వెళ్లింది. అలాగే ఇరాక్ యుద్ధంలో 2 లక్షలకుపైగా పౌరులు మరణించినట్లు వివిధ అంతర్జాతీయ అధ్యయనాలు సూచిస్తున్నాయి. యుద్ధాల వెనుక చమురు బావులపై ఆధిపత్యమే ప్రధాన కారణమని అనేక రాజకీయ విశ్లేషకులు భావిస్తున్నారు.

**మధ్యప్రాచ్య రాజకీయ సమీకరణాలు**

ఇటీవలి సంవత్సరాల్లో మధ్యప్రాచ్య రాజకీయాల్లో అనూహ్య మార్పులు చోటుచేసుకున్నాయి. 2020 సెప్టెంబర్‌లో అమెరికా మధ్యవర్తిత్వంతో జరిగిన "అబ్రహాం అకార్డ్స్" ద్వారా ఇజ్రాయెల్, యునైటెడ్ అరబ్ ఎమిరేట్స్, బహ్రెయిన్ మధ్య దౌత్య సంబంధాలు ఏర్పడ్డాయి. తరువాత మొరాకో, సూడాన్ లు చేరాయి. మరోవైపు 2023 మార్చిలో చైనా మధ్యవర్తిత్వంతో ఇరాన్–సౌదీ అరేబియా మధ్య దౌత్య సంబంధాల పునరుద్ధరణ ఒప్పందం కుదిరింది. ప్రస్తుతం చోటుచేసుకుంటున్న పరిణామాల దృశ్య మధ్యప్రాచ్య రాజకీయ సమీకరణాల్లో పెద్ద మార్పులు చోటుచేసుకునే అవకాశముందని విశ్లేషకులు భావిస్తున్నారు. అంతర్జాతీయ రాజకీయాల్లో చైనా ప్రభావం పెరుగుతున్నదానికి ఇది ఉదాహరణగా చెప్పబడుతోంది. ప్రాంతీయ శక్తి సమీకరణాలు మారడం వల్ల భవిష్యత్తులో కొత్త వ్యూహాత్మక కూటములు ఏర్పడే అవకాశం ఉందని నిపుణులు పేర్కొంటున్నారు.

**బిలియన్ల డాలర్ల మార్కెట్**

మధ్యప్రాచ్యం ప్రపంచంలో అతిపెద్ద ఆయుధ మార్కెట్లలో ఒకటి. స్టాక్‌హోమ్ ఇంటర్నేషనల్ పీస్ రీసెర్చ్ ఇనిస్టిట్యూట్ 2023 నివేదిక ప్రకారం 2018–2022 మధ్య ప్రపంచ ఆయుధ దిగుమతుల్లో 32 శాతం మధ్యప్రాచ్య దేశాలవే. ముఖ్యంగా సౌదీ అరేబియా ప్రపంచంలో రెండో అతిపెద్ద ఆయుధ దిగుమతి దేశంగా నిలిచింది. సౌదీ అరేబియా వార్షిక రక్షణ వ్యయం 75 బిలియన్ డాలర్లకు పైగా ఉందని వరల్డ్ బ్యాంక్ గణాంకాలు వెల్లడిస్తున్నాయి. ఖతర్, యుఏఈ వంటి దేశాలు భారీగా ఆధునిక ఆయుధాలను కొనుగోలు చేస్తున్నాయి. యుద్ధాలు కొనసాగుతున్న కొద్దీ ఆయుధ తయారీ సంస్థల లాభాలు పెరుగుతున్నాయని అంతర్జాతీయ ఆర్థిక విశ్లేషణలు సూచిస్తున్నాయి.

**ఉగ్రవాద నిధులపై అనుమానాలు**

ఉగ్రవాదం అనే భూతం పుట్టుక వెనుక కూడా ఈ అగ్రరాజ్యాల హస్తం ఉందనేది బహిరంగ రహస్యం. తమకు అనుకూలంగా లేని పాలకులను గద్దె దించడానికి అప్పట్లో ఆయుధాలు నిధులు సమకూర్చిన శక్తులే నేడు ఉగ్రవాదులుగా రూపాంతరం చెందాయి. ఆఫ్ఘనిస్తాన్ లో రష్యాను ఎదుర్కోవడానికి ముజాహిదీన్లను ప్రోత్సహించిన అమెరికా ఆ తర్వాత వారే అల్ ఖైదాగా మారి తనపైనే దాడి చేస్తారని ఊహించలేదు. సిరియా ఇరాక్ లో అంతర్గత అస్థిరతను సృష్టించడం ద్వారానే ఇస్లామిక్ స్టేట్ వంటి ఉగ్రవాద సంస్థలు పుట్టుకొచ్చాయి. భద్రతా సంస్థల అంచనాల ప్రకారం గత 15 సంవత్సరాల్లో ఉగ్రవాద సంస్థల నిధుల్లో సుమారు 30 శాతం అక్రమ వాణిజ్యాల నుంచే వచ్చినట్లు తెలుస్తోంది. ఇందులో చమురు, ఖనిజాలు, ఆయుధాలు కీలక పాత్ర పోషించాయి.

**అసలు బాధితులు ప్రజలే**

ఐక్యరాజ్యసమితి శరణార్థుల సంస్థ 2024 నివేదిక ప్రకారం సిరియా సంక్షోభం కారణంగా 6.8 మిలియన్ మంది శరణార్థులుగా మారారు. సిరియా అంతర్గత యుద్ధం 2011లో ప్రారంభమైంది. మరోవైపు యెమెన్ యుద్ధం 2015 నుంచి కొనసాగుతోంది. యుద్ధాల వల్ల లక్షలాది పిల్లలు విద్య కోల్పోయారని యునిసెఫ్ నివేదికలు చెబుతున్నాయి. యుద్ధాల వల్ల ఇళ్లు కోల్పోయిన కుటుంబాలు, ఆర్థికంగా కుదేలైన సమాజాలు ఏర్పడ్డాయి. ప్రపంచ శాంతి కోసం రాజకీయ నాయకత్వం బాధ్యతాయుతంగా వ్యవహరించాల్సిన అవసరం ఉందని ఐక్యరాజ్యసమితి పలుమార్లు హెచ్చరించింది. యుద్ధాలు ఎక్కడ జరిగినా నష్టపోయేది సాధారణ ప్రజలేనన్న కఠిన సత్యాన్ని ప్రపంచం గుర్తించాల్సిన సమయం ఆసన్నమైంది.

**ఫిరోజ్ ఖాన్**
**సీనియర్ ఫ్రీలాన్స్ జర్నలిస్ట్**
**9640466464**

# తిరుపతి జిల్లాలో విషాద ఘటన

<u>**కరెంట్ తీగలకు రెండు ఏనుగులు బలి**</u>

తిరుపతి : జిల్లాలో విషాదకర ఘటన చోటుచేసుకుంది. ఎర్రావారి పాలెం మండలంలోని నెరబైలు అడవికి సమీపంలో వేటగాళ్లు వేసిన కరెంట్ ఉచ్చులో చిక్కి రెండు ఏనుగులు మ్రుతిచెందాయి. ఈ ఘటన సోమవారం ఉదయం వెలుగులోకి రావడంతో స్థానికులు తీవ్ర ఆవేదన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. స్థానికుల తెలిపిన వివరాల ప్రకారం, ఎర్రావారి పాలెం మండలం నెరబైలు అడవికి సమీపంలోని సాయిబులపల్లె ప్రాంతంలో వేటగాళ్లు అక్రమంగా కరెంట్ ఉచ్చులు వేశారు. అడవిలో నుంచి మేత కోసం పొలాల వైపు వచ్చిన రెండు గజరాజులు ఆ కరెంట్ ఉచ్చులో చిక్కి తీవ్ర షాక్‌కు గురై అక్కడికక్కడే మ□తిచెందినట్లు తెలుస్తోంది. ఘటనను గమనించిన స్థానికులు వెంటనే అటవీ శాఖ అధికారులకు సమాచారం అందించారు. సమాచారం అందుకున్న అధికారులు సంఘటనా స్థలానికి చేరుకుని పరిస్థితిని పరిశీలించారు. వేటగాళ్లు ఉద్దేశపూర్వకంగా కరెంట్ ఉచ్చు పెట్టడం వల్లనే ఈ ఘటన జరిగి ఉండవచ్చని అటవీ శాఖ అధికారులు అనుమానం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. ఈ ఘటనపై కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు ప్రారంభించినట్లు అధికారులు తెలిపారు. అలాగే ఈ ఘటనకు కారణమైన వేటగాళ్లను గుర్తించి కఠిన చర్యలు తీసుకుంటామని అటవీ శాఖ అధికారులు వెల్లడించారు.

# ఆధునిక యుగంలో అద్భుత ఆవిష్కరణ దూరవాణి

**మార్చి 10... గ్రాహంబెల్ మొదటిసారి టెలిఫోన్ మాట్లాడిన దినం**

నేడు మనం వాడుతున్న ఫోన్లకు మాతృక అయిన "టెలిఫోన్" అనేదాన్ని కనిపెట్టింది అమెరికాకు చెందిన "అలెగ్జాండర్ గ్రాహెంబెల్" అని మనలో చాలామందికి తెలిసే ఉంటుంది. టెలీ ఫోను అంటే... టెలీ అనగా దూర, ఫోను అంటే వాణి... దూరవాణి అని అర్థం. ఇది సాధారణంగా ఇద్దరు, మరికొన్ని సమయాలలో ముగ్గురు లేదా అంతకంటే ఎక్కువ మంది సంభాషించు కునేందుకు ఉపయోగిస్తుంటారన్న సంగతి మనకు తెలిసిందే. అలెగ్జాండర్ గ్రాహెంబెల్ స్కాట్లాండులోని ఎడిన్‌బర్గ్ అనే ప్రాంతంలో మార్చి 3, 1847వ సంవత్సరంలో జన్మించాడు. ఆయన తండ్రి పేరు అలెగ్జాండర్ మెల్‌విల్లే బెల్ (ప్రొఫెసర్) కాగా, తల్లి పేరు ఎలిజా గ్రేస్ గ్రాహెంబెల్. చిన్న వయసు నుంచే సహజంగానే అనేక విషయాల పట్ల ఆసక్తి ఎక్కువగా ఉండేది. ముఖ్యంగా గ్రాహెంబెల్ కు ఆ రోజుల్లోనే పరిశీలనా శక్తి అధికంగా ఉండేది. తన పక్కింట్లో నివాసముండే తన స్నేహితుడు బెన్ హెర్డ్‌మెన్ సహాయంతో గ్రాహెంబెల్ 12 ఏళ్ల ప్రాయంలోనే "ఇన్వెంట్" అనే పేరుతో చిన్న వర్క్‌షాప్‌ను నిర్వహించాడు.

తల్లి క్రమేణా వినికిడి శక్తిని కోల్పోవడంతో ఆమెతో మాట్లాడే క్రమంలో సంజ్ఞలతో భావ వ్యక్తీకరణలో ఆరితేరాడు. ఆమె నుదిటి ఎముకకు దగ్గరగా ఒక రకమైన ఉచ్ఛారణతో మాట్లాడే ప్రయత్నంలో ధ్వని శాస్త్రాన్ని అర్థం చేసుకున్నాడు.

బెల్‌లోని విజ్ఞాన తృష్ణకు తల్లి చెవిటితనం కూడా ఓ కారణం. ఆపై ఎడింబరో విశ్వ విద్యాలయంలో ధ్వని, వినికిడి శాస్త్రాలు చదివి అమెరికాలోని బోస్టన్ విశ్వ విద్యాలయంలో 'గాత్ర సంబంధిత శరీర శాస్త్రం' (వోకల్ ఫిజియాలజీ)లో ప్రొఫెసర్‌గా చేరాడు. భార్య సైతం వినికిడి శక్తిని కోల్పోవడంతో బధిరుల కోసం పరిశోధనలు చేసి, వారు వినగలిగే శబ్ద పరికరాలను రూపొందించాడు. పగలంతా బోధిస్తూ, రాత్రంతా మేలుకుని ప్రయోగాలు చేసేవాడు. ఆ కృషి కారణంగానే తీగల ద్వారా శబ్ద తరంగాలను పంపగలిగే టెలిఫోన్‌ను కనిపెట్ట గలిగాడు.

లోహపు తీగ చుట్టబడిన ఒక శాశ్వత అయస్కాంతం దగ్గర పల్చని ఇనుప రేకును కంపింపజేస్తే, కంపనాల తీవ్రతకు అనుగుణంగా తీగలో విద్యుత్ ప్రవాహం ఏర్పడు తున్నట్లు బెల్ కనుగొన్నా డు. శబ్దాన్ని ప్రసారం చేయటానికి ఈ సిద్ధంతం బాగా ఉపకరిస్తుందని గ్రహించాడు. థామస్ వాట్సన్ అనే మెకానిక్ తో బాటు దీనికి సంబంధించిన ప్రయోగాలు చేసుకుంటూ అతడు పచ్చిక బయళ్ళలో, మైదానాల్లో, బీడు భూముల్లో తిరుగుతుండే వాడు. జీవితంలో ఎన్నో ఒడిదుడు కులు, అపజయం వెక్కిరించాయి. ప్రోత్సహించేవారు కరువయ్యారు. ఎటు చూసినా నిరాశా నిస్పృహలే తారసిల్లాయి. టెలిఫోన్ ద్వారా నోటిమాటల్ని దూర ప్రదేశాలకు అందించే కృషి చేస్తున్నానని చెబితే నలుగురు నవ్విపోతారేమో అని భయ పడుతూ అజ్ఞాతంగా కాలం గడిపేవాడు. కాబోయే మామ కూడా ఇది అంతా ఒక పగటి కల అని కొట్టి పారేశాడు.

1875 జూన్ లో ఒకరోజు వర్క్ షాప్ కి ఇటూ, అటూ ఉన్న రెండు గదుల్లో ప్రసారిణి, రిసీవర్ లను వుంచి వెల్, వాట్సన్ ప్రయోగాలు చేస్తుండగా ఒకదాని ఇనుపరేకు అయస్కాంతానికి అతుక్కు పోయింది. దాన్ని లాగాలని వాట్సన్ ప్రయత్నించినపుడు బెల్ వద్ద వున్న ఇనుపరేకు కూడా కంపించ సాగింది. ఇనుపరేకు దగ్గర చెవి ఉంచగా శబ్దం కూడా వినబడింది. ఒక పక్క ఇనుపరేకును అయస్కాంతానికి చాలా దగ్గరగా ఉంటే ప్రయోగ ఫలితాలు సంతృప్తి కరంగా ఉంటాయని వాళ్ళు గ్రహించారు. ఇలా కొన్ని నెలలు కృషి చేశాక మొదటి పటిష్ఠమైన టెలిఫోన్ నిర్మించారు. బాటరీ అవసరం లేకుండా ప్రసారిణిలో ఉత్పత్తి అయ్యే అల్ప విద్యుత్ వల్లనే ఇది పనిచేయసాగింది.

1876 మార్చి 10న టెలిఫోన్ ప్రసారిణి బెల్ ఇంటి రెండో అంతస్తు లోనూ, రిసీవర్ ని మొదటి అంతస్తు లోనూ, అమర్చి బెల్ ఫోన్ లో ఇలా మాట్లాడాడు.---"మిస్టర్ వాట్సన్, మీతో పనుంది, పైకి రండి" ---. ఫోన్ లో మాట్లాదిన తొలి పలుకులుగా ఈ పదాలు ప్రసిద్ధి కెక్కాయి. ఒకటి రెండు నిముషాల్లో మెట్లెక్కి రొప్పుతూ, రోజుతూ వాట్సన్ బెల్ వద్దకు పరుగెత్తి వచ్చి "ఫోన్ పనిచేస్తుంది. మీ మాటలు నాకు వినబడ్డాయి."—అని అరిచాడు.

ఇలా కనిపెట్టినదే టెలీఫోను. దీనిని 1876 మార్చి 10న గ్రాహెంబెల్ మొదటిసారిగా ఉపయోగిస్తూ, వాట్సన్‌తో మాట్లాడారు. దీనిపై 1876లో ఆయనకు లభించిన పేటెంట్ అమెరికాలోనే శాస్త్రరంగంలో మొదటిది.

గ్రహంబెల్ ను చాలామంది టెలిఫోన్ ఆవిష్కర్తగా గుర్తుంచుకున్నా ఆయన వివిధ రంగాలలో ఆసక్తిని కనబరచాడు. ఆప్టికల్ టెలి కమ్యూ నికేషన్స్, హైడ్రోఫాయిల్స్, ఏరోనాటిక్స్ రంగాల్లో కూడా అనేక ఆవిష్కరణలు చేశాడు. నేషనల్ జియోగ్రాఫిక్ సొసైటీ వ్యవస్థాప కుల్లో గ్రాహంబెల్ కూడా అయన ఒకరు.

1880 వ సంవత్సరంలో టెలిఫోన్ ఆవిష్కరణకు గాను ఫ్రెంచి ప్రభు త్వం ప్రధానం చేసే వోల్టా పురస్కా రాన్ని గెలుచుకున్నాడు. దీని విలువ 50,000 ఫ్రాంకులు ( సుమారు 10,000 డాలర్లు).

తన జీవిత కాలమంతా రకరకాల పరిశోధనలతో గడిపిన గ్రాహెంబెల్ తన 75 సంవత్సరాల వయసులో చక్కెర వ్యాధికి గురై, 1922 ఆగస్టు 2వ తేదీన మరణించాడు.

**రామ కిష్టయ్య సంగన భట్ల,**
**సీనియర్ ఇండిపెండెంట్ జర్నలిస్ట్ కాలమిస్ట్...**
**9440595494**

# స్వాతంత్ర్య సమర యోధుడు జి.ఎస్.మేల్కోటే

**మార్చి 10...**
**జి.ఎస్.మేల్కోటే వర్ధంతి**

జి.ఎస్.మేల్కోటే, గా ప్రసిద్ధిచెందిన గోపాలయ్య సుబ్బుకృష్ణ మేల్కోటే సుప్రసిద్ధ స్వాతంత్ర్య సమర యోధుడు, వైద్యుడు, పరిపాలనా దక్షుడు. ఆయన సుబ్బుకృష్ణ దంపతులకు ఒడిషా రాష్ట్రంలోని బరంపురంలో 1901 అక్టోబరు 17 విజయ దశమి రోజున జన్మించాడు. ఉస్మానియా విశ్వ విద్యాలయంలో ఎల్.ఎం.ఎస్ పరీక్షలో 1927లో మొదటి తరగతిలో మొదటి వారుగా ఉత్తీర్ణులై బంగారు పతకం అందుకున్నాడు. దేశీయ వైద్య విధానాన్ని, యోగాసనాల ప్రభావా న్ని జోడించి ఉత్తమ వైద్యులుగా ఖ్యాతి పొందాడు. ఇండియన్ మెడికల్ అసోసియేషన్, హైదరా బాదు అధ్యక్షులుగా పనిచేశాడు. ఇతను పతంజలి యోగ పరిశోధనా కేంద్రాన్ని స్థాపించాడు.

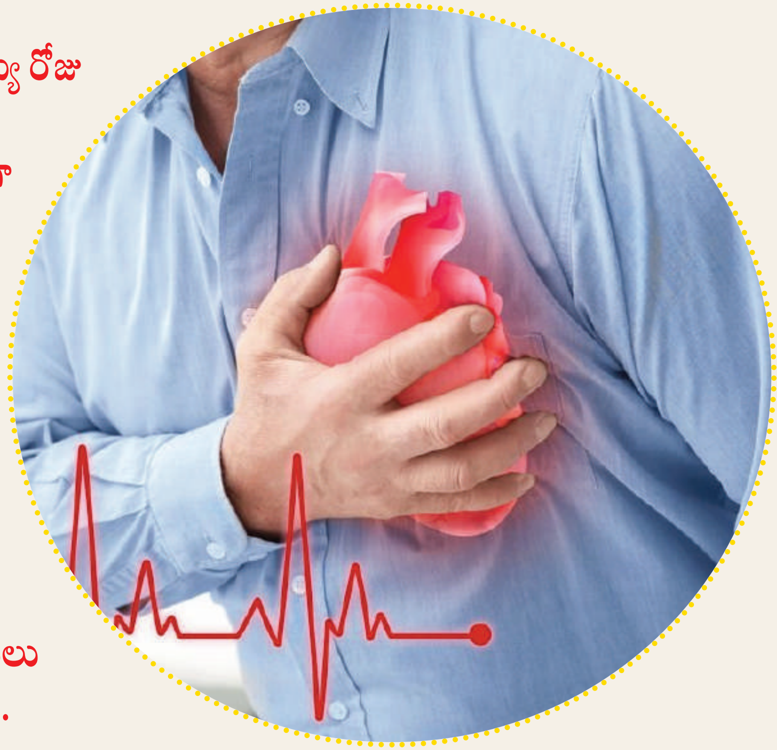
స్వతంత్ర భారతదేశంలో ఆయన ఎన్నో బాధ్యతాయుత పదవులు నిర్వహించాడు. హైదరాబాదు శాసనసభలో 1952 నుండి 1956 వరకు సభ్యులై మొదట ప్రజా పనుల శాఖలో తర్వాత ఆర్థిక శాఖలో మంత్రి పదవి నిర్వర్తిం చాడు. ఆయన ముషీరాబాదు నియోజకవర్గం నుండి శాసనసభకు ఎన్నికయ్యాడు. 1957లో రాయచూరు లోకసభ నియోజకవర్గం నుండి తొలిసారిగా పార్లమెంటుకు ఎన్నికయ్యాడు. 1962 నుండి 1977 వరకు భారత పార్లమెంటు సభ్యుడిగా హైదరాబాదు లోక్‌సభ నియోజకవర్గం నుండి ఎన్నిక య్యాడు. భారత ప్రభుత్వ ప్రతినిధి గా ఆగ్నేయాసియా ప్రాంతీయ ప్రపంచారోగ్య వ్యవస్థాపక మహాసభ, కామన్ వెల్త్ పార్లమెంటరీ కాన్ఫరెన్స్ లలో పాల్గొన్నాడు. హైదరాబాదు లోని ఐ.ఎన్.టి.యు.సి. శాఖకు అధ్యక్షు లుగా కొంతకాలం పని చేశాడు. ఆయన ప్రముఖ స్వాతంత్ర్య సమర యోధుడు. 1916లో స్వదేశీ ఉద్యమంలో మొదటి సారిగా పాల్గొన్నాడు.

ఉప్పు సత్యాగ్రహంలో తూర్పు గోదావరి జిల్లా రామచంద్రాపురం వద్ద, కర్ణాటక రాష్ట్రంలోనూ ఉప్పు తయారుచేసి పోలీసులచే నిర్బంధి తుడై హింసలకు గురయ్యాడు. కరాచీ కాంగ్రెస్ లో హైదరాబాదు ప్రతినిధిగా 1931 లో పాల్గొన్నాడు. హైదరాబాదు స్టేట్ కాంగ్రెస్ సభ్యుడై 1942లో క్విట్ ఇండియా ఉద్యమంలో పాల్గొన్నాడు. 1947, ఆగస్టు 15 న జాతీయ స్వాతంత్ర్యం సందర్భం గా భారత జాతీయ పతాకాన్ని హైదరాబాదులో ఎగుర వేయుటకు ప్రయత్నించి నిజాం ప్రభుత్వం చేత జైల్లో నిర్బంధించ బడ్డాడు. పోలీసు చర్య అనంతరం విడుదలయ్యాడు.

ఆయన సతీమణి విమలాబాయి కూడా స్వాతంత్ర్య ఉద్యమంలో పాల్గొంది. వీరి మాతృభాష కన్నడం అయినా వీరు ఆంధ్ర దేశానికి చేసిన సేవ గణనీయం. మెల్కోటే 1982 మార్చి 10 వ తేదీన పరమపదించాడు.

# నిద్రలేమితో గుండెకు ముప్పు

నిద్రలేమితో బాధపడే వారి సంఖ్య రోజు రోజుకూ పెరుగుతుందని చెప్పవచ్చు. నిద్రలేమి కారణంగా అనేక అనారోగ్య సమస్యలను కూడా ఎదుర్కోవాల్సి వస్తుంది. నిద్రలేమి, అబ్ స్ట్రక్టివ్ స్లీప్ అప్నియా వంటి రెండు సమస్యలతో బాధపడుతున్న వారిలో అధిక రక్తపోటుతో పాటు గుండె సంబంధిత సమస్యలు వచ్చే అవకాశం ఎక్కువగా ఉంటుందని నిపుణులు పరిశోధనల ద్వారా కనుగొన్నారు.



నిద్రలేమితో బాధపడే వారి సంఖ్య రోజురోజుకూ పెరుగుతుందని చెప్పవచ్చు. నిద్రలేమి కారణంగా అనేక అనారోగ్య సమస్యలను కూడా ఎదుర్కోవాల్సి వస్తుంది. నిద్రలేమి, అబ్ స్ట్రక్టివ్ స్లీప్ అప్నియా వంటి రెండు సమస్యలతో బాధపడ◌ుతున్న వారిలో అధిక రక్తపోటుతో పాటు గుండె సంబంధిత సమస్యలు వచ్చే అవకాశం ఎక్కువగా ఉంటుందని నిపుణులు పరిశోధనల ద్వారా కనుగొన్నారు. దాదాపు ప్రపంచ వ్యాప్తంగా 32 శాతం మరణాలు నిద్రలేమి కారణంగా వచ్చే గుండెపోటు, స్ట్రోక్ ల కారణంగానే జరుగుతున్నాయని పరిశోధనలు వెల్లడిస్తున్నాయి. నిద్రలేమి , అబ్‌స్ట్రక్టివ్ స్లీప్ అప్నియా, కోమోర్బిడ్ నిద్రలేమి వంటి సమస్యలతో బాధపడే వారిలో గుండె జబ్బులు వచ్చే అవకాశం మరింత ఎక్కువగా ఉంటుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు.

**నిద్రను కూడా పరిగణనలోకి తీసుకోవాలి..**

సాధారణంగా ఈ రెండు సమస్యలను వేర్వేరుగా గుర్తించి చికిత్స చేస్తారు. కానీ చాలా మందికి ఇవి రెండు ఒకేసారి ఉంటున్నాయని ఇవి రెండు కలిసి ఆరోగ్యంపై తీవ్ర ప్రభావాన్ని చూపిస్తున్నాయని నిపుణులు తెలియజేస్తున్నారు. నిద్రించే సమయంలో గుండె, రక్తనాళాలు పునరుద్ధరణ అవుతాయి. కానీ సరిగ్గా నిద్రపోకపోవడం వల్ల గుండెకు సరైన విశ్రాంతి దొరకదు. రక్తనాళాల పనితీరు దెబ్బతింటుంది. గుండె జబ్బుల ప్రమాదం పెరుగుతుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఇతర హృదయ సంబంధ ప్రమాద కారకాల మాదిరిగానే నిద్రను కూడా పరిగణనలోకి తీసుకోవాలని నిద్రలేమి, స్లీప్ అప్నియాను విడిగా కాకుండా కలిపి అంచనా వేయాలని చెబుతున్నారు. నిద్రలేమి వంటి సమస్యలను ముందుగానే గుర్తించి తగిన చికిత్స తీసుకోవాలని దీని ద్వారా హృదయ సంబంధ వ్యాధుల బారిన పడకుండా మనల్ని మనం కాపాడుకోవచ్చని సూచిస్తున్నారు. అలాగే వారు గుండె ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకునేందుకు కొన్ని సూచనలు కూడా చేస్తున్నారు. గుండె ఆరోగ్యాన్ని కాపాడే కొన్ని చిట్కాల గురించి ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.

**పండ్లు, కూరగాయలు అవసరం..**

గుండె ఆరోగ్యానికి మేలు చేసే ఆహారాలను తీసుకోవాలి. పండ్లు, కూరగాయలు, తృణ ధాన్యాలు, గింజలు వంటి సంపూర్ణ ఆహారాన్ని తీసుకోవాలి. ఉప్పు, ప్రాసెస్ చేసిన ఆహారాలు, ట్రాన్స్ ఫ్యాట్స్, చక్కెరలు ఉన్న ఆహారాన్ని తీసుకోవడం తగ్గించాలి. అలాగే రోజూ వ్యాయామం చేయాలి. నడక, సైక్లింగ్, ఈత, యోగా వంటి వ్యాయామాలు చేయాలి. ఇవి రక్తప◌ోటును తగ్గించడంతోపాటు గుండె ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తాయి. ధూమపానాన్ని మానేయాలి. ధూమపానం రక్తనాళాల ఆరోగ్యాన్ని దెబ్బతీస్తుంది. గుండె కొట్టుకునే వేగాన్ని పెంచుతుంది. ఆక్సిజన్ స్థాయిలు తగ్గేలా చేస్తుంది. కనుక ధూమపానానికి దూరంగా ఉండాలి.

**ఈ పరీక్షలను తరచూ చేయించుకోవాలి..**

తరచూ లిపిడ్ ప్రొఫైల్, రక్తపోటు, ఈసీజీ వంటి పరీక్షలు చేయించుకుంటూ ఉండాలి. వీటి ద్వారా సమస్యను ముందుగానే గుర్తించి తగిన చికిత్స తీసుకోవడానికి వీలుగా ఉంటుంది. అలాగే రోజూ రాత్రి 7 నుండి 8 గంటల పాటు నిద్రపోవాలి. దీని వల్ల ఒత్తిడి తగ్గడంతో పాటు గుండె ఆరోగ్యం కూడా మెరుగుపడుతుంది. మద్యం రక్తపోటును పెంచుతుంది. కనుక మద్యాన్ని తీసుకోవడం పరిమితం చేయాలి. దీని వల్ల గుండెపై ఒత్తిడి తగ్గుతుంది. ఈ విధంగా రోజూ 7 నుండి 8 గంటల పాటు నిద్రపోవడంతో పాటు ఆహారంలో, జీవనశైలిలో తగిన మార్పులు చేసుకోవడం వల్ల గుండె ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవచ్చని నిపుణులు తెలియజేస్తున్నారు.

## రోగనిరోధక శక్తితో
# అనారోగ్య సమస్యలకు చెక్

శరీరానికి రోగనిరోధక శక్తి ఉండడం చాలా అవసరం. తగినంత రోగనిరోధక శక్తి కలిగి ఉండడం వల్ల ఇన్ఫెక్షన్ ల బారిన పడకుండా ఉంటారు. అలాగే అనారోగ్య సమస్యల నుండి త్వరగా కోలుకోవచ్చు. అయితే ఈ రోగనిరోధక శక్తి రాత్రికి రాత్రే శరీరంలో తయారవ్వదు. ప్రతిరోజూ తీసుకునే ఆహారాల ద్వారా శరీరంలో రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుకోవచ్చు.

బలమైన రోగనిరోధక శక్తి విటమిన్లు, ఖనిజాలు, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, పొట్టలో ఉండే మంచి బ్యాక్టీరియాపై ఆధారపడి ఉంటుంది. రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుకోవడానికి మందులు, ఖరీదైన ఉత్పత్తులను వాడాల్సిన అవసరం లేదు. రోజూ తీసుకునే భోజనం ద్వారా కూడా రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుకోవచ్చు. సమతుల్య ఆహారాన్ని తీసుకోవడం ద్వారా ఇన్ఫెక్షన్ లతో పోరాడే శక్తిని, అనారోగ్యానికి గురి అయినప్పుడు త్వరగా కోలుకునే శక్తిని పొందవచ్చు. రోగనిరోధక శక్తిని సహజంగా పెంచే కొన్ని రకాల ఆహారాల గురించి ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.

**పండ్లు, కూరగాయలు..**

నారింజ, నిమ్మకాయలు, బెర్రీలు, పాలకూర, క్యారెట్ వంటి ఆహారాలు విటమిన్ ఎ, సి వంటి పోషకాలను కలిగి ఉంటాయి. వీటితో పాటు రోగనిరోధక శక్తికి మద్దతును ఇచ్చే యాంటీ ఆక్సిడెంట్లను కూడా కలిగి ఉంటాయి. వీటిని తీసుకోవడం వల్ల రోగనిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. వెల్లుల్లి, అల్లం, పసుపు వంటి పదార్థాలు శరీరం వాపుతో పోరాడడానికి, సహజ రక్షణ ప్రతిస్పందనలకు కావల్సిన మద్దతును ఇస్తాయి. పెరుగు వంటి ఆహారాలను తీసుకోవడం వల్ల పేగు ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుంది. చక్కటి పేగు ఆరోగ్యం రోగనిరోధక శక్తిలో కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. గింజలు, విత్తనాలు వంటి ఆహారాలు జింక్, విటమిన్ ఇలతో పాటు ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులను కలిగి ఉంటాయి. ఇవి రోగనిరోధక శక్తికి మద్దతు ఇవ్వడంలో సహాయపడతాయి.

**అల్లం, పసుపు..**

అలాగే భోజన విషయంలో చాలా మంది చేసే చిన్న ఎంపికలే పెద్ద తేడాను కలిగిస్తాయి. భోజనంలో పండ్లు, కూరగాయలతో పాటు వంటలల్లో పసుపు, అల్లం వంటి వాటిని జోడించడం వల్ల రోగనిరోధక శక్తి క్రమంగా పెరుగుతుంది. అలాగే గుడ్లు, కాయ ధాన్యాలు వంటి ప్రోటీన్ ఉండే ఆహారాలు రోగనిరోధక కణాలను మరమ్మత్తు చేయడంలో వాటిని నిర్మించడంలో దోహదపడతాయి. ఇక ఆహారం ద్వారా రోగనిరోధక శక్తి పెరగడానికి రెండు నుండి నాలుగు వారాల సమయం పడుతుంది. అయితే సమతుల్య ఆహారాన్ని క్రమం తప్పకుండా తీసుకోవడం చాలా ముఖ్యం. ఇటువంటి ఆహారాలను తీసుకోవడం ద్వారా రోగనిరోధక శక్తి మెరుగుపడడంతో పాటు జీర్ణక్రియ కూడా మెరుగుపడుతుందని, శరీరానికి కావల్సిన శక్తి లభిస్తుందని వైద్యులు చెబుతున్నారు.

# కొబ్బరి నీరు తాగితే కలిగే లాభాలు!

నిద్ర లేచిన తరువాత కొందరు నీరు తాగుతూ ఉంటారు. కొందరు టీ లేదా కాఫీ తాగుతారు. అయితే నీరు లేదా కెఫిన్ కు బదులుగా కొబ్బరి నీరు తాగితే ఏమవుతుందో మీకు తెలుసా. ఉదయం నిద్ర లేచిన తరువాత శరీరం డీహైడ్రేటెడ్ గా ఉంటుంది. కొబ్బరి నీళ్లల్లో పొటాషియం, మెగ్నీషియం వంటి ఎలక్ట్రోలైట్స్ ఉంటాయి. కనుక శరీరం త్వరగా హైడ్రేట్ అవుతుంది. దీంతో శరీరంలో ద్రవ్య సమతుల్యత మెరుగుపడుతుంది. ఉదయం పూట కొబ్బరి నీరు తాగడం వల్ల అలసట తక్కువగా ఉంటుందని కూడా వైద్యులు చెబుతున్నారు. అలాగే కొబ్బరి నీరు పొట్టకు తేలికగా ఉంటుంది. ఉదయం తీసుకోవడం వల్ల ఒత్తిడి లేకుండా జీర్ణవ్యవస్థను మేల్కొలపడానికి ఇది సహాయపడుతుంది. ఉబ్బరం తక్కువగా ఉండడంతో పాటు ప్రేగు కదలికలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. అదే విధంగా కొబ్బరి నీరు కణాల హైడ్రేషన్ ను ప్రోత్సహిస్తుంది. ఆక్సిజన్, పోషకాలు శరీరమంతా సమర్థవంతంగా సరఫరా కావడంలో సహాయపడుతుంది. దీని వల్ల శక్తి రోజంతా స్థిరంగా ఉంటుందని వైద్యులు చెబుతున్నారు.

ది క్రైమ్ న్యూస్ Crime News తెలుగు దినపత్రిక

# వేచి ఉండే సమయం పెంపు..

## వంట గ్యాస్ వినియోగదారుల్లో పెరిగిన ఆందోళన

మిడిల్‌ఈస్ట్ ప్రాంతంలో మారుతున్న యుద్ధ సమీకరణాలు సామాన్యుడి వంటింటిపై ప్రభావం చూపే దశకు చేరాయి. ఇరాన్‌పై అమెరికా–ఇజ్రాయెల్ సంయుక్త దాడుల నేపథ్యంలో అంతర్జాతీయంగా చమురు సరఫరా వ్యవస్థ అస్తవ్యస్తమైంది. దీని ప్రభావంతో ఎల్‌పీజీ సరఫరాలో తీవ్ర అంతరాయం ఏర్పడి, వంటగ్యాస్ కొరత పెరిగినట్లు కొందరు భావిస్తున్నారు.
గ్యాస్ రీఫిల్ బుక్ చేసిన వినియోగదారులు మునుపటిలా వెంటనే సిలిండర్ పొందే పరిస్థితి లేదు. సరుకు రవాణాలో ఆలస్యం కారణంగా బుకింగ్ చేసిన తర్వాత డెలివరీ కోసం రెండు నుంచి ఎనిమిది రోజుల వరకు వేచి ఉండాల్సి వస్తోంది. దీంతో సోమవారం ఉదయం నుంచే డీలర్ల వద్ద బుకింగ్‌లు ఒక్కసారిగా రెట్టింపు అయ్యాయి. ముఖ్యంగా రెండు సిలిండర్లు ఉన్న కుటుంబాలు, స్టాక్ అయిపోతుందనే భయంతో డీలర్ అవుట్‌లెట్ల వద్ద క్యూ కడుతున్నారు.

**కమర్షియల్ సిలిండర్ల సరఫరా నిలిపివేత**

హోటళ్లు, రెస్టారెంట్ల పరిస్థితి మరింత ఆందోళనకరంగా మారింది. ఆదివారం నుంచి కమర్షియల్ సిలిండర్ల సరఫరాను డీలర్లు పూర్తిగా నిలిపివేశారు. 'కనీసం 14.2 కిలోల డొమెస్టిక్ సిలిండర్లు అయినా అందుబాటులో ఉన్నాయి. కానీ వాణిజ్య సిలిండర్ల సరఫరా ఆగిపోవడం వల్ల హోటల్స్ తీవ్ర సంక్షోభంలో పడుతున్నాయి' అని ఒక సబర్బన్ డీలర్ పేర్కొన్నారు. దీనివల్ల హోటల్ యజమానులు బ్లాక్ మార్కెట్‌లో డొమెస్టిక్ సిలిండర్లను కొనుగోలు చేసే ప్రమాదం ఉందని, అది చట్టవిరుద్ధమే కాకుండా అత్యంత ప్రమాదకరమని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు.

**పెరిగిన ధరలు.. కొత్త నిబంధనలు**

సంక్షోభం చాలదన్నట్లు ధరల పెరుగుదలతో వినియోగదారుడిపై మరింత భారం మోపినట్లయింది. ఆదివారం నుంచి కమర్షియల్ సిలిండర్ ధర రూ.115, డొమెస్టిక్ సిలిండర్ ధర రూ.60 చొప్పున పెరిగింది. కేంద్ర పెట్రోలియం మంత్రిత్వ శాఖ జారీ చేసిన తాజా నోటిఫికేషన్ ప్రకారం, ఇకపై దేశీయ వినియోగదారులు ఒక సిలిండర్ తీసుకున్న 21 రోజుల తర్వాత మాత్రమే తదుపరి రీఫిల్ బుక్ చేసుకోవడానికి వీలుంటుంది. గతంలో ఇది 15 రోజులుగా ఉండేది. గతంలో ఉన్న సరళమైన బుకింగ్ సౌకర్యాన్ని ప్రభుత్వం నియంత్రించడం గమనార్హం.

## తగ్గిన బంగారం, వెండి

ఇటీవలి కాలంలో స్థిరంగా కొనసాగుతున్న బంగారం, వెండి ధరలు సోమవారం భారీగా తగ్గాయి. అంతర్జాతీయంగా అనిశ్చితి నెలకొన్నప్పటికీ బంగారం, వెండి ధరలు మాత్రం పడిపోతుండడం నిపుణులకు ఆశ్చర్యం కలిగిస్తోంది. గత కొద్ది రోజులుగా తగ్గుతూ వస్తున్న బంగారం, వెండి ధరలు సోమవారం మరింత కిందకు వచ్చాయి. అంతర్జాతీయంగా అనిశ్చితి నెలకొన్నప్పటికీ బంగారం, వెండి ధరలు మాత్రం పడిపోతుండడం నిపుణులకు ఆశ్చర్యం కలిగిస్తోంది. సోమవారం వెండి కేజీకి రూ.5 వేల మేర తగ్గింది. మరోవైపు బంగారం ధర కూడా భారీగా తగ్గింది. సోమవారం ఉదయం 10:30 గంటల సమయంలో హైదరాబాద్ బులియన్ మార్కెట్‌లో 24 క్యారెట్ల పది గ్రాముల బంగారం ధర రూ.1,61,680కు చేరుకుంది. క్రితం ధరతో పోల్చుకుంటే దాదాపు రూ.1960 మేర తగ్గుదల నమోదైంది. ఇక, 22 క్యారెట్ల 10 గ్రాముల బంగారం ధర రూ.1,48,200 దగ్గర ఉంది. ఆదివారం ధరతో పోల్చుకుంటే రూ.1800 మేర తగ్గింది. మరోవైపు వెండి కూడా భారీ తగ్గుదల నమోదు చేసింది.

## యుద్ధ ప్రభావంతో భారీగా
# నష్టపోయిన స్టాక్ మార్కెట్లు

### 1,352 పాయింట్లు పతనమైన సెన్సెక్స్... 422 పాయింట్లు తగ్గిన నిఫ్టీ

**జనవరి 5 గరిష్ట స్థాయి నుంచి 10 శాతం పడిపోయి కరెక్షన్ జోన్‌లోకి నిఫ్టీ**

**పీఎస్‌యూ బ్యాంక్ షేర్లలో భారీ అమ్మకాలు స్వల్పంగా లాభపడిన ఐటీ రంగం**

**ముడిచమురు ధరలు తగ్గడంతో ఇంట్రాడే కనిష్ట స్థాయిల నుంచి కోలుకున్న మార్కెట్లు**

అమెరికా–ఇరాన్ మధ్య జరుగుతున్న యుద్ధ ఉద్రిక్తతల కారణంగా భారత స్టాక్ మార్కెట్లు సోమవారం భారీ నష్టాలతో ముగిశాయి. అంతర్జాతీయ పరిణామాలు ఇన్వెస్టర్ల సెంటిమెంట్‌ను దెబ్బతీయడంతో దలాల్ స్ట్రీట్‌లో భారీ అమ్మకాలు వెల్లువెత్తాయి. బీఎస్‌ఈ సెన్సెక్స్ 1,352.74 పాయింట్లు పతనమై 77,566.16 వద్ద స్థిరపడింది. అలాగే, ఎన్ఎస్ఈ నిఫ్టీ 422.40 పాయింట్లు నష్టపోయి 24,028.05 వద్ద ముగిసింది. ముఖ్యంగా నిఫ్టీ తన ఆల్ టైమ్ హై నుంచి 10 శాతానికి పైగా పడిపోయి అధికారికంగా 'కరెక్షన్ జోన్'లోకి ప్రవేశించింది. జనవరి 5న నిఫ్టీ 26,373 స్థాయిని తాకిన విషయం తెలిసిందే. అయితే, సెషన్ మధ్యలో ముడిచమురు ధరలు కాస్త తగ్గడంతో మార్కెట్లు ఇంట్రాడే కనిష్ఠ స్థాయిల నుంచి కొంతమేర కోలుకున్నాయి. కనిష్ఠ స్థాయి 23,868 నుంచి నిఫ్టీ 160 పాయింట్లు, 76,424 నుంచి సెన్సెక్స్ 1,142 పాయింట్లు రికవరీ అయ్యాయి. విస్తృత మార్కెట్లలో సైతం నష్టాలు తప్పలేదు. నిఫ్టీ మిడ్‌క్యాప్ ఇండెక్స్ 1.97 శాతం, స్మాల్‌క్యాప్ ఇండెక్స్ 2.22 శాతం మేర క్షీణించాయి. ప్రభుత్వ రంగ బ్యాంకింగ్ షేర్లలో తీవ్ర అమ్మకాల ఒత్తిడి కనిపించడంతో పీఎస్‌యూ బ్యాంక్ ఇండెక్స్ అత్యధికంగా 3.97 శాతం పతనమైంది. మరోవైపు, ఐటీ రంగం మాత్రం సానుకూలంగా స్పందించి 0.08 శాతం స్వల్ప లాభంతో ముగిసింది. ప్రస్తుత పరిస్థితులపై మార్కెట్ నిపుణులు స్పందిస్తూ.. "నిఫ్టీకి 23,700–23,600 వద్ద తక్షణ మద్దతు లభిస్తుంది. ఒకవేళ ఆ స్థాయిని కోల్పోతే 23,400–23,300 వైపు పడిపోయే ప్రమాదం ఉంది. మార్కెట్ కోలుకోవాలంటే 24,300, 24,600 స్థాయిలను దాటాల్సి ఉంటుంది" అని వివరించారు. రాబోయే రోజుల్లో అమెరికా–ఇరాన్ పరిణామాలు, ముడిచమురు ధరల హెచ్చుతగ్గుల పైనే మార్కెట్ కదలికలు ఆధారపడి ఉంటాయని విశ్లేషకులు అంచనా వేస్తున్నారు.

# అంతర్జాతీయ మార్కెట్లూ నష్టాల్లోనే..

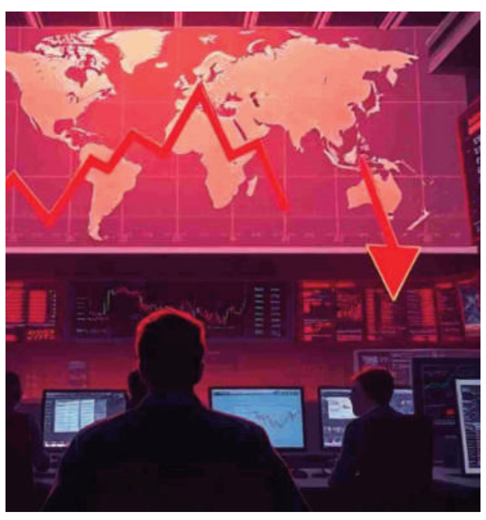
నిఫ్టీ పీఎస్‌యూ బ్యాంక్ ఇండెక్స్ 5.6 శాతం, నిఫ్టీ బ్యాంక్ ఇండెక్స్ 4 శాతానికి పైగా పడిపోయాయి. నిఫ్టీ ఆయిల్ అండ్ గ్యాస్ ఇండెక్స్ 2.9 శాతం మేర క్షీణించింది. రియల్టీ, లోహ రంగాల్లోనూ అమ్మకాలు వెల్లువెత్తాయి. మార్కెట్ అస్థిరతను కొలిచే విక్స్ 20 శాతానికి పైగా పెరిగి, 24.01కి చేరింది. మరోవైపు ఆసియా మార్కెట్లు కూడా భారీ నష్టాల్లో ఉన్నాయి. దక్షిణకొరియా కోస్పి.. వరుసగా నాలుగు సెషన్లలో రెండోసారి సర్క్యూట్ బ్రేకర్‌ను యాక్టివేట్ చేసింది. ఈ సూచీ 8 శాతం పడిపోవడంతో 20 నిమిషాల పాటు ట్రేడింగ్‌ను నిలిపేశారు. జపాన్ నిక్కీ ఏడు శాతం మేర క్షీణించింది. శుక్రవారం అమెరికా మార్కెట్లు నష్టాల్లో ముగియగా.. నేటి ట్రేడింగ్‌లో ఆసియా సూచీలన్నీ అదే బాటలో కొనసాగుతున్నాయి. అమెరికాకు డో ఫ్యూచర్స్ వెయ్యి పాయింట్లు పడింది.

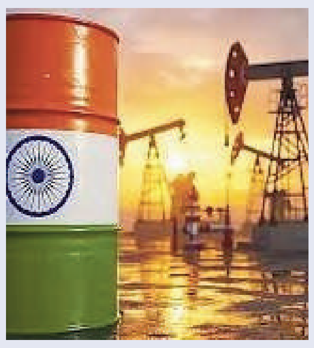
**ఆయిల్ షాక్..**

పశ్చిమాసియా ఉద్రిక్తతలతో అంతర్జాతీయ చమురు ధరలు ఒక బ్యారెల్‌కు 100 డాలర్ల మార్క్ దాటాయి. దాంతో మదుపర్లు అమ్మకాలకు దిగారు. ద్రవ్యోల్బణ భయాలు అందుకు దోహదం చేశాయి. ఈ ఉద్రిక్తతలు ఎక్కువ కాలం కొనసాగితే.. అది పెద్దచమురు దిగుమతిదారుల్లో ఒకటైన భారత్‌పై పెను ప్రభావం ఉంటుందని జియోజిత్ ఇన్వెస్ట్‌మెంట్స్‌కు చెందిన వీకే విజయ్ కుమార్ వెల్లడించారు.

**ఎఫ్ఐఐలు వెనక్కి..**

మన మార్కెట్ల నుంచి విదేశీ సంస్థాగత మదుపర్లు (FII) తమ వాటాలను వెనక్కి తీసుకోవడం కొనసాగుతోంది. ఒక్క శుక్రవారమే 6,030 కోట్ల మేర ఉపసంహరించుకున్నారు.





### రెండు నెలలకు సరిపడా
# ఇంధన నిల్వలు

## ఆందోళన వద్దు.. ప్రభుత్వ నివేదిక

ప్రస్తుతం మన దేశంలో ముడిచమురు, రిఫైన్డ్ పెట్రోలియం ఉత్పత్తుల రూపంలో 250 మిలియన్ బ్యారెళ్ల (దాదాపు 4000 కోట్ల లీటర్లు) ఇంధన నిల్వలున్నాయని ప్రభుత్వం తాజాగా వెల్లడించింది. దేశంలో 25 రోజులకు మాత్రమే సరిపోయే ఇంధన నిల్వలున్నాయనే ప్రచారం తప్పని.. సరఫరా వ్యవస్థలో ఉన్నవి 7–8 వారాల (రెండు నెలల)కు సరిపోతాయని నివేదిక స్పష్టం చేసింది. మంగళూరు, పదూర్, విశాఖపట్నం ప్రాంతాల్లోని వ్యూహాత్మక కేంద్రాలతో పాటు ట్యాంకులు, పైప్‌లైన్లు, సముద్ర నౌకల్లో ఈ నిల్వలున్నాయి.
హర్మ్యూజ్ జలసంధి మీదుగా 40 శాతమే దశాబ్దం క్రితం 27 దేశాల నుంచి చమురు దిగుమతి చేసుకుంటుండగా, ప్రస్తుతం 40 దేశాల నుంచి మనకు చేరుతోంది. మన దేశ చమురు దిగుమతుల్లో 40 శాతమే హర్మ్యూజ్ జలసంధి మీదుగా వస్తోందని, మిగతా 60% రష్యా, పశ్చిమ ఆఫ్రికా, అమెరికా, మధ్య ఆసియా మార్గాల ద్వారా అందుతున్నట్లు నివేదిక స్పష్టం చేసింది. ఒకే సముద్ర మార్గంపై ఆధారపడి, ఇంధన భద్రతపై ఆందోళన చెందే రోజులు పోయాయని వెల్లడించింది. ఇప్పుడు సరఫరా అత్యవసర పరిస్థితులు తలెత్తవని స్పష్టం చేసింది.

**రష్యా నుంచి ఆగలేదు**

మన దేశానికి అతిపెద్ద చమురు సరఫరాదారుగా రష్యా కొనసాగుతోంది. అంతర్జాతీయ భౌగోళిక రాజకీయ ఒత్తిళ్లున్నా, రష్యా చమురు కొనుగోళ్లకు ఏ దేశం అనుమతిపై భారత్ ఆధారపడలేదు. గత నెలలోనూ రష్యా నుంచి చమురు దిగుమతులు వచ్చాయి అని ప్రభుత్వం వివరించింది. గత నాలుగేళ్లుగా మన దేశంలో చమురు ధరలు స్థిరంగా కొనసాగుతున్నాయి. 2022 నుంచి 2026 ఫిబ్రవరి మధ్య దిల్లీలో పెట్రోల్ ధర 0.67% తగ్గింది. ఇదే సమయంలో పాకిస్థాన్‌లో 55%, జర్మనీలో 22% పెరిగింది. వినియోగదారులపై ధరల భారం పడకుండా చూడటానికి, పెట్రోల్, డీజిల్‌పై రూ.24,500 కోట్లు, ఎల్‌పీజీపై రూ.40,000 కోట్ల నష్టాలను ప్రభుత్వ రంగ చమురు సంస్థలు భరించాయి.

# చెత్త రహిత రామగుండంగా తీర్చిదిద్దడంలో ప్రతి ఒక్కరూ భాగస్వాములు కావాలి

**గోదావరిఖని ప్రతినిధి (ది క్రైమ్ న్యూస్):** చెత్త రహిత రామగుండంగా తీర్చిదిద్దడంలో ప్రతి ఒక్కరూ భాగస్వాములు కావాలని రామగుండం ఎమ్మెల్యే ఎం ఎస్. రాజ్ ఠాకూర్ పిలుపునిచ్చారు. ప్రజా పాలన-ప్రగతి ప్రణాళికలో భాగంగా రామగుండం నగర పాలక సంస్థ కార్యాలయం ఆవరణలో 5 కె రన్ ను మేయర్ మహంకాళి స్వామి తో కలిసి పచ్చ జెండా ఊపి ఆయన ప్రారంభించారు. నగర పాలక సంస్థ కార్యాలయం నుండి గోదావరిఖని చౌరస్తా వరకు రన్ నిర్వహించారు. చౌరస్తాలో మానవ హారం నిర్వహించారు . ఈ సంధర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ రెండేళ్ల కాలంలో రేవంత్ రెడ్డి ప్రభుత్వం అనేక అభివృద్ధి కార్యక్రమాలు, సంక్షేమ కార్యక్రమాలు చేపడుతూ రాజకీయాలకు అతీతతంగా అద్భుతమైన పరిపాలన అందిస్తున్నదని అన్నారు. ప్రజా పాలన-ప్రగతి ప్రణాళిక ప్రదాన ఉద్దేశ్యం ఈ నగరాన్ని పరిశుభ్రమైన సుందరమైన నగరంగా తీర్చిదిద్దుకోవడమని అన్నారు. పరిసరాలు పరిశుభ్రంగా ఉంచుకోవడంతో పాటు పచ్చదనం , ల్యాండ్ స్కేప్ లతో అందంగా రూపొందించుకోవాలని అన్నారు. మహిళా సంక్షేమ కార్యక్రమాలను తమ ప్రభుత్వం చిత్త శుద్ధితో అమలు చేస్తుందని అన్నారు. స్వంత వ్యాపారం పెట్టుకునే స్వశక్తి సంఘాలకు కోట్లాది రూపాయల సబ్సిడీ రుణం ఇస్తూ ప్రోత్సాహిస్తుందని అన్నారు. అలాగే ప్రభుత్వ రంగంలో లక్ష ఉద్యోగాలు, ప్రైవేటు రంగం లో రెండు లక్షల ప్రైవేటు ఉద్యోగాలు తమ ప్రభుత్వం ఇచ్చిందని అన్నారు. రామగుండం నగర పునర్నిర్మాణం జరుగుతున్నదని ఇందులో భాగంగా రోడ్ల వెడల్పుతో పాటు వాణిజ్య భవనాల నిర్మాణం చురుగ్గా సాగుతుందని అన్నారు. రాబోయే రెండేళ్ల కాలంలో కనీ వినీ ఎరుగని విధంగా అన్ని రంగాల్లో రామగుండం అభివృద్ధి చెంది ఇతర ప్రాంతాల వారు ఆకర్షితులయ్యే విధంగా రూపు దిద్దుకుంటుందని అన్నారు. ప్రజా పాలన-ప్రగతి ప్రణాళిక విజయవంతం చేయడంలో తమ వంతు సహకారం తప్పనిసరిగా అందిస్తామని హాజరై న వారితో మేయర్ మహంకాళి స్వామి ప్రతిజ్ఞ చేయించారు. ఈ సంధర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ తమ పాలక వర్గం సానిటేషన్ కు ప్రధమ ప్రాధాన్యం ఇచ్చిందని అన్నారు. పారిశుద్ధ్య నిర్వహణ మెరుగు పరిచేందుకు అన్ని చర్యలు తీసుకుంటున్నామని అన్నారు. ప్రజలు కూడా సహకరించి చెత్త బయట పడ వేయకుండా నగర పాలక సంస్థ స్వచ్ఛ వాహనాలకే అందివ్వాలని అన్నారు. చెత్త బయట పడవేసి ప్రజల ఆరోగ్యానికి నష్టం కలిగించేవారికి జరిమానా విధించడం జరుగుతుందని అన్నారు. ఎం ఎల్ ఎ రాజ్ ఠాకూర్ నేతృత్వంలో సుమారు 800 కోట్ల రూపాయల వ్యయంతో అభివృద్ధి పనులు జరుగుతున్న క్రమంలో రామగుండం నగర రూపు రేఖలు త్వరలో మారనున్నాయని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో డిప్యూటీ మేయర్ పాతపెల్లి ఎల్లయ్య , పలువురు కార్పొరేటర్ లతో పాటు నగర పాలక సంస్థ డిప్యూటీ కమిషనర్ నాయిని వెంకట స్వామి, ఎస్ ఇ గురువీర, ఇ ఇ. పి వి రామన్, ఎ సి పి శ్రీహరి, టి పి ఎస్ నవీన్, సూపరింటెండెంట్ పబ్బాల శ్రీనివాస్, సి డి పి ఓ అలేఖ్య పటేల్ , వన్ టౌన్ సి ఐ ఇంద్ర సేనా రెడ్డి, మెప్మా సిబ్బంది తో పాటు ఎన్ సి సి, ఎన్ ఎస్ ఎస్ వాలంటీర్లు , కమాశీడెంట్లు తిరుపతి , కేడమ్ శ్రీనివాస్, నగర పాలక సంస్థ సంస్థ ఉద్యోగులు, వాకర్స్ అత్యధిక సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు. ఎమ్మెల్యే ఎం. ఎస్. రాజ్ ఠాకూర్, మేయర్ మహంకాళి స్వామి ఆద్యంతం పరుగెడుతూ అందరినీ ఉత్సాహ పరిచారు.

## గోలివాడ గ్రామంలో ఉపాధిహామీ కూలీలను కలిసిన మనాలి ఠాకూర్

**గోదావరిఖని ప్రతినిధి (ది క్రైమ్ న్యూస్):** రామగుండం ఎమ్మెల్యే ఎం ఎస్ రాజ్ ఠాకూర్ ఆదేశాల మేరకు వారి సతీమణి మనాలి ఠాకూర్ సోమవారం రోజు అంతర్గాం మండలం గోలివాడ గ్రామాన్ని సందర్శించారు. ఈ సందర్భంగా అక్కడ పని చేస్తున్న ఉపాధిహామీ కూలీలను కలుసుకుని వారితో ఆత్మీయంగా ముచ్చటించారు. కూలీల యోగక్షేమాలు అడిగి తెలుసుకున్న మనాలి ఠాకూర్, వారు చేస్తున్న పనుల పరిస్థితి, పని ప్రదేశంలో ఉన్న సౌకర్యాలు, పని వేళలు వంటి విషయాలపై వివరంగా తెలుసుకున్నారు. కూలీలు ఎదుర్కొంటున్న సమస్యలు ఏమైనా ఉన్నాయా అని అడిగి తెలుసుకుంటూ, వాటిని సంబంధిత అధికారుల దృష్టికి తీసుకెళ్లి పరిష్కరిస్తామని హామీ ఇచ్చారు. అలాగే రాష్ట్ర ప్రభుత్వం అమలు చేస్తున్న వివిధ సంక్షేమ పథకాలు ప్రజలకు సక్రమంగా అందుతున్నాయా అనే విషయాన్ని కూడా అడిగి తెలుసుకున్నారు. ప్రభుత్వం అందిస్తున్న పథకాలను ప్రతి అర్హులైన కుటుంబం వినియోగించుకోవాలని సూచించారు. ఈ సందర్భంగా మనాలి ఠాకూర్ మాట్లాడుతూ, కార్మికుల సంక్షేమం ప్రభుత్వానికి అత్యంత ప్రాధాన్యమని ఉపాధిహామీ పథకం ద్వారా గ్రామీణ కార్మికులకు ఉపాధి కల్పించడం ముఖ్యమైన కార్యక్రమమని తెలిపారు. కూలీలు ఎలాంటి ఇబ్బందులు ఎదుర్కొన్నా వెంటనే అధికారులకు తెలియజేయాలని, సమస్యల పరిష్కారానికి తాము ఎప్పుడూ సిద్ధంగా ఉంటామని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో స్థానిక నాయకులు, గ్రామ ప్రజలు ఉపాధిహామీ కూలీలు పాల్గొన్నారు.

## లక్ష్మీ నగర్ అభివృద్ధికి భారీగా నిధులు మంజూరు

### - కృతజ్ఞతలు తెలిపిన సర్పంచ్ పల్లె ప్రతిమ-పీవీరావు

**రామగిరి, మార్చి 09(ది క్రైమ్ న్యూస్):-** రామగిరి మండలం రత్నాపూర్ గ్రామపంచాయతీ పరిధిలోని ఓల్డ్ లధ్నాపూర్ (లక్ష్మీ నగర్) ఆర్‌డఆర్ సైట్ అభివృద్ధి కోసం భారీగా నిధులు మంజూర్ అయ్యాయని సర్పంచ్ పల్లె ప్రతిమ పీవీరావు తెలిపారు. రూ.1.50 కోట్ల నిధులు మంజూర్ అయ్యాయి. లక్ష్మీ నగర్‌లో సీసీ-సిమెంట్ రోడ్డుల నిర్మాణానికి రూ.ఒక కోటి, త్రాగునీటి సౌకర్యం కల్పించేందుకు రూ.25 లక్షలు, విద్యుత్ సరఫరాకు మెరుగుపర్చేందుకు రూ.25 లక్షల నిధులను సోమవారం జిల్లా కలెక్టర్ కోయ శ్రీహర్ష మొదటి విడత లో భాగంగా మంజూరు చేశారు. 2025-2026 ఆర్థిక సంవత్సరంలో డీ.ఎం.ఎఫ్.టి నిధులను మంజూరు చేయడం జరిగింది. సింగరేణి యాజమాన్యం మెగా ఓపెన్ కాస్ట్ అనుమతుల కొరకు గత డిసెంబర్ 19వ తేదీన సెంటినర్ కాలనీ జేఎన్టీయూ కాలేజ్ ఆవరణలో ప్రజాభిప్రాయ సేకరణ నిర్వహించారు. ఈ క్రమంలో స్థానిక సర్పంచ్ పల్లె.ప్రతిమ పీవీరావు ఈ ప్రాంతంలో లధ్నాపూర్ ఆర్‌డ ఆర్ సైట్ కు జరిగిన అన్యాయంపై సవివరంగా వివరించారు. దీంతో జిల్లా కలెక్టర్ కోయ శ్రీహర్ష జనవరి 6వ తేదీన లక్ష్మీ నగర్ ప్లాట్లలో పర్యటించారు. సమస్య తీవ్రంగా ఉందని గుర్తించి నిధులు మంజూరు చేశారు. నిధులు మంజూరు చేసినందుకు మంత్రి దుద్దిల్ల శ్రీధర్ బాబుకు, జిల్లా కలెక్టర్ కోయ శ్రీహర్షకు స్థానిక సర్పంచ్ పల్లె ప్రతిమ పీవీరావు, లధ్నాపూర్ సర్పంచ్ వనం రాంచంద్ర రావు, ఉప సర్పంచ్ భద్రపు ప్రవళిక ప్రశాంత్, వార్డ్ సభ్యులు, వార్డ్ సభ్యులు పబ్బా స్రవంతి వెంకటేష్, కెక్కర్ల ఉష అశోక్, జక్కుల పద్మ చందన్, కలవేన రవి, ఖండే లక్ష్మీ గట్టయ్య, ఖండే.సాహితీ పోచం, బత్తిని ప్రశాంత్, అల్లి రమేష్, పున్నశీ మణి తేజ, జుట్టు యశోద సత్యనారాయణ, బత్తుల రాజమణి రమేష్ లు కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.

## కాషాయసంద్రాన్ని తలపించేలా మహా శోభాయాత్ర

### - పదేళ్ళ శ్రీరామనవమి యాత్రకు భారీ ఏర్పాట్లు
### - హిందూవాహిని జిల్లా ఉపాధ్యక్షుడు ఉయ్యంకార్ సాయికుమార్

**పెద్దపల్లి ప్రతినిధి (ది క్రైమ్ న్యూస్):** కాషాయసంద్రాన్ని తలపించేలా శ్రీరామనవమి మహా శోభాయాత్ర చేపట్టనున్నట్లు హిందూవాహిని జిల్లా ఉపాధ్యక్షుడు ఉయ్యంకార్ సాయికుమార్ తెలిపారు. ఈనెల 27న చేపట్టబోయే శోభాయాత్ర పోస్టర్లను సోమవారం ప్రముఖులతో కలిసి ఆవిష్కరించిన అనంతరం సాయి మాట్లాడుతూ, హిందూవాహిని ఆద్వర్యంలో చేపడుతున్న శోభాయాత్ర పదేళ్ళు పూర్తి చేసుకుంటున్న సందర్భంగా పదివేల మంది హిందువులతో మహాశోభాయాత్రకు ఏర్పాట్లు చేస్తున్నామన్నారు. శ్రీలింగేశ్వర ఆశ్రమ పీఠాధిపతి శ్రీశ్రీశ్రీ పిట్ల కృష్ణమహారాజ్, హిందూశివంగి, ప్రముఖ నటి కరాటే కళ్యాణి హాజరవుతారని తెలిపారు. ఈనెల 27 శుక్రవారం సాయంత్రం 4గంటలకు కంచరబావి హనుమాన్ దేవాలయం నుండి శోభాయాత్ర ప్రారంభమవుతుందని, అన్ని వర్గాలకు చెందిన హిందువులు పెద్దఎత్తున మహాశోభాయాత్రలో పాల్గొని శక్తి ప్రదర్శన చేయాలని సాయి పిలుపునిచ్చారు. పట్టణ ప్రముఖులు బాలకిషన్ జకోటియ, బండారి సురేష్, మంచాల వరప్రసాద్, పోలు శ్రీనివాస్, మంద భాస్కర్ యాదవ్, బొడ్డుపల్లి రామ్మూర్తి, సొన్నాయిటంకం సురేష్, బిజెపి నాయకులు పల్లె సదానందం, పోల్సాని సంపత్, పంపాటి సురేష్, దేవీ శంకర్, హిందూవాహిని పట్టణ అధ్యక్షులు పూసల శ్యాంసుందర్, పసులేటి వెంకటసాయి, కల్లెపల్లి క్రాంతి, గుడికందుల పవన్, ఉప్పల రోహిత్, శేఖర్, పడాల మంజునాథ్, వెంకటేష్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

### పెసర పిండితో ఇలా చేస్తే ముఖంపై జిడ్డు, మృతకణాలు మాయం..!

మన వంటింట్లో లభించే సహజ సిద్ధమైన పదార్థాలు మన చర్మ సౌందర్యాన్ని పెంచడమే, చర్మం ఎంతో ఆరోగ్యంగా ఉండేలా చేస్తాయి. ఇందులో పెసలు మన చర్మ సౌందర్యాన్ని పెంచడంలో చక్కగా పని చేస్తుందని చెబుతున్నారు. చర్మానికి ఇది చేసే మేలు అంతా ఇంతా కాదు. చర్మాన్ని మృదువుగా చేయడంలోనూ, చర్మానికి మెరుపును ఇవ్వడంలోనూ, చక్కటి రంగు తేలేలా చేయడం లోనూ పెసర్లు చక్కగా పని చేస్తాయి. ఇందుకోసం కొద్దిగా పెసరపప్పు తీసుకుని బాగా ఎండబెట్టి పొడిలా చేసుకుని నిలువ చేసుకోవాలి. దీనిని ఫేస్ ప్యాక్ లాగా వేసుకోవాలి అనుకున్నప్పుడల్లా ఆ పెసరపిండిని వినియోగించుకోవచ్చు. రెండు టీ స్పూన్ల పెసరపప్పు పొడిని తీసుకొని అందులో కాస్త పసుపు వేసుకోవాలి. అందులో కావాల్సినంతా మోతాదులో పచ్చిపాలను కలుపుకుంటూ మెత్తటి పేస్ట్ లా తయారు చేసుకోవాలి. ఇపుడు ఆ మిశ్రమాన్ని ఫేస్ ప్యాక్‌లా ముఖానికి అప్లై చేసుకోవాలి. ఆ తర్వాత పదిహేను ఇరవై నిమిషాలకు ముఖాన్ని శుభ్రం చేసుకోవాలి... ఇలా వారానికి రెండు మూడు సార్లు చేయడం వలన చక్కటి ఫలితాలను పొందగలరు. మూడు టీ స్పూన్ల పెసరపిండి, ఒక టీ స్పూను బియ్యప్పిండి, కొద్దిగా పసుపు వేసి దానికి రోజ్ వాటర్ కలిపి మెత్తని పేస్ట్ లా చేసుకోవాలి. తర్వాత ఆ పేస్ట్ ను ముఖానికి అప్లై చేసుకుంటూ బాగా మసాజ్ చేయాలి. ఇలా చేయడం వలన చర్మ రంధ్రాలోని మురికి, బ్యాక్టీరియా పోయి చర్మం కాంతి వంతంగా కనిపిస్తుంది.

## అంతర్గాం మండలం నూకంబికా అమ్మవారి ఆలయంలో మనాలి ఠాకూర్ ప్రత్యేక పూజలు

**గోదావరిఖని ప్రతినిధి (ది క్రైమ్ న్యూస్):** రామగుండం ఎమ్మెల్యే రాజ్ ఠాకూర్ సతీమణి మనాలి ఠాకూర్ సోమవారం రోజు అంతర్గాం మండలంలోని శ్రీ శ్రీ శ్రీ నూకంబికా అమ్మవారి ఆలయాన్ని దర్శించుకున్నారు. నూకంబికా అమ్మవారి జాతర సందర్భంగా సోమవారం రోజు జాతర ప్రారంభ పూజా కార్యక్రమం నిర్వహించబడింది. ఆలయ అర్చకులు సంప్రదాయ పద్ధతిలో ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించి అమ్మవారి ఆశీర్వాదాలు అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా మనాలి ఠాకూర్ ఆలయంలో భక్తులతో కలిసి ప్రత్యేక ప్రార్థనలు చేశారు. అనంతరం జాతర సందర్భంగా ఆలయానికి విరాళం అందజేశారు. తదుపరి ఆలయ పరిసర ప్రాంతాలను పరిశీలించి భక్తులతో ముచ్చటించారు. త్వరలో నిర్వహించనున్న శ్రీ నూకంబికా అమ్మవారి జాతర ఏర్పాట్లను కూడా పరిశీలించారు. భక్తులకు ఎలాంటి అసౌకర్యం కలగకుండా అన్ని సౌకర్యాలు కల్పించాలని ఆలయ కమిటీ సభ్యులకు సూచించారు. జాతరకు భారీ సంఖ్యలో భక్తులు తరలివచ్చే అవకాశం ఉన్నందున శుభ్రత, తాగునీరు, భద్రత వంటి ఏర్పాట్లపై ప్రత్యేక శ్రద్ధ తీసుకోవాలని సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో స్థానిక నాయకులు, ఆలయ కమిటీ సభ్యులు, మహిళలు, భక్తులు కాంగ్రెస్ పార్టీ కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

## విప్లవ వీరకిషోరం షహీద్ భగత్ సింగ్ విగ్రహాన్ని ఏర్పాటు చేయాలి

### - రామగుండం ఎమ్మెల్యే మక్కాన్ సింగ్ రాజ్ ఠాగూర్ కి వినతి పత్రం అందజేసిన ఏఐఎస్ఎఫ్ శ్రేణులు
### - ఏఐఎస్ఎఫ్ పెద్దపల్లి జిల్లా కార్యదర్శి రేణుకుంట్ల ప్రీతం

**గోదావరిఖని ప్రతినిధి (ది క్రైమ్ న్యూస్):** స్వాతంత్ర సమరయోధుడు షహిద్ భగత్ సింగ్ విగ్రహాన్ని ఏర్పాటు చేయాలని రామగుండం ఎమ్మెల్యే మక్కాన్ సింగ్ రాజ్ ఠాకూర్ కి ఏఐఎస్ఎఫ్ ఆధ్వర్యంలో వినతి పత్రం అందజేయడం జరిగిందని ఏఐఎస్ఎఫ్ పెద్దపల్లి జిల్లా కార్యదర్శి రేణుకుంట్ల ప్రీతం అన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఏఐఎస్ఎఫ్ పెద్దపల్లి జిల్లా కార్యదర్శి రేణుకుంట్ల ప్రీతం మాట్లాడుతూ భారత స్వాతంత్ర్య సమర యోధుడు, ప్రఖ్యాత ఉద్యమకారుడు,ఢిల్లీ వీధిలో ఎర్ర కాగితాలు చల్లి ప్రజలను చైతన్య పరిచి,విప్లవం వర్ధిల్లాలి అనే నినాదాన్ని ఇచ్చింది కూడా భగత్ సింగే అని ఆయన అన్నారు. భారత స్వాతంత్ర్యోద్యమం లో పోరాడిన అత్యంత ప్రభావశీల విప్లవకారులలో అతను ఒకడు."ఇంక్విలాబ్ జిందాబాద్" నినాదంతో బ్రిటిష్ పాలనకు వ్యతిరేకంగా, మాతృదేశ విముక్తి కోసం పోరాడి, నూనుగు మీసాల వయసులో చిరునవ్వుతో ఉరుకంబాన్ని ముద్దాడి అమరుడైన విప్లవ వీర కిషోరం భగత్ సింగ్ విగ్రహాన్ని వెంటనే రామగుండం పారిశ్రామిక ప్రాంతంలో ఏర్పాటు చేయాలని రామగుండం నియోజకవర్గ ఎమ్మెల్యే మక్కాన్ సింగ్ రాజ్ ఠాకూర్ ని కోరగా సానుకూలంగా స్పందించారని ఆయన అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఏఐఎస్ఎఫ్ నాయకులు మాతంగి సాగర్, గుండ్ల లక్ష్మీప్రసన్న, అను సాయి,జశ్వంత్ ,అభి, చైత్ర తదితరులు పాల్గొన్నారు.

## చిన్నారులు ఆరోగ్యంగా, ఆనందంగా పెరగాలి

### -కల్వచర్ల సర్పంచ్ రేండ్ల శారద-కుమారస్వామి

**రామగిరి, మార్చి 09(ది క్రైమ్ న్యూస్):-** పెద్దపల్లి జిల్లా రామగిరి మండలం కల్వచర్ల గ్రామంలోని మూలవాగు అంగన్‌వాడి కేంద్రంలో నిర్వహించిన అన్నప్రాసన కార్యక్రమంలో గ్రామ సర్పంచ్ రేండ్ల శారద-కుమారస్వామి, వార్డు సభ్యులు మల్యాల పద్మ పాల్గొన్నారు. చిన్నారులకు మొదటి అన్నం తినిపించే ఈ పవిత్ర కార్యక్రమాన్ని సర్పంచ్ రేండ్ల శారద-కుమారస్వామి దగ్గరుండి నిర్వహించి పిల్లలకు అన్నప్రాసన చేయించారు. అనంతరం అంగన్ వాడి కేంద్రం వంటశాలను పరిశీలించి వంటలను రుచి చూశారు. అంగన్ వాడి కేంద్రం పరిసరాలు పరిశుభ్రంగా ఉండాలని కోరారు. పిల్లలకు పౌష్టికాహారం అందించడం వలన పిల్లలు ఆరోగ్యంగా ఉంటారని చెప్పారు. అనంతరం బాలామృతం పాకెట్స్ పంపిణీ చేశారు. చిన్నారులు ఆరోగ్యంగా, ఆనందంగా పెరగాలని సర్పంచ్ రేండ్ల శారద- కుమారస్వామి ఆశీర్వదించారు. ఈ కార్యక్రమంలో వార్డు సభ్యులు మల్యాల పద్మ అంగన్‌వాడి టీచర్స్ రజిత, రమ, ఎఎన్‌ఎం డి.తార, ఎఎన్‌ఎం పి. తిరుమల, గర్భిణీ స్త్రీలు తల్లిదండ్రులు పాల్గొన్నారు.

# పీఎం సూర్య ఘర్ ముఫ్త్ బిజిలీ యోజన పథకాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోవాలి

## ● పీఎం సూర్య ఘర్ ముఫ్త్ బిజిలీ యోజన ప్రచార రథాన్ని ప్రారంభించిన జిల్లా కలెక్టర్ కోయ శ్రీ హర్ష

**పెద్దపల్లి ప్రతినిధి (ది క్రైమ్ న్యూస్):** పీఎం సూర్య ఘర్ ముఫ్త్ బిజిలీ యోజన పథకాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోవాలని జిల్లా కలెక్టర్ కోయ శ్రీ హర్ష ప్రజలకు పిలుపునిచ్చారు. సోమవారం సమీకృత జిల్లా కలెక్టరేట్ సముదాయం ప్రాంగణంలో పీఎం సూర్య ఘర్ ముఫ్త్ బిజిలీ యోజన ప్రచార రధాన్ని జిల్లా కలెక్టర్ కోయ శ్రీ హర్ష ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ కోయ శ్రీ హర్ష మాట్లాడుతూ ప్రజా పాలన- ప్రగతి ప్రణాళిక కార్యక్రమంలో భాగంగా మార్చి 6 నుంచి జూన్ 12 వరకు 99 రోజుల పాటు తెలంగాణ రాష్ట్ర పునరుత్పాదక శక్తి అభివృద్ధి కార్పొరేషన్ లిమిటెడ్ (టీజీ రెడ్కో) ఆధ్వర్యంలో ప్రజలకు పీఎం సూర్య ఘర్ ముఫ్త్ బిజిలీ యోజన పథకంపై విశిష్ట ప్రచారం కల్పించాలని ప్రభుత్వం నిర్ణయించిందని తెలిపారు. పీఎం సూర్య ఘర్ ముఫ్త్ బిజిలీ యోజన పథకం ద్వారా ప్రతి విద్యుత్ వినియోగదారుడు తమ ఇళ్ల రూఫ్ పై సోలార్ ప్యానల్స్ ఏర్పాటు చేసుకుని విద్యుత్ బిల్లులు తగ్గించుకోవాలని, కార్బన్ ఉద్గారాలు జీరో స్థాయికి తేవాలని కలెక్టర్ పిలుపునిచ్చారు. జిల్లాలోని అన్ని మండలాలు, మున్సిపాలిటీల పరిధిలో ఈ పథకం పై విస్తృత ప్రచారం అవగాహన కార్యక్రమాలు నిర్వహించాలని కలెక్టర్ ఆదేశించారు. ప్రతి గ్రామ పంచాయతీ పరిధిలో కనీసం 10 మంది లబ్ధిదారులు తమ ఇంటి రూఫ్ పై సోలార్ ప్యానల్స్ ఏర్పాటు చేసుకునే విధంగా చర్యలు చేపట్టాలని కలెక్టర్ తెలిపారు. మూడు కిలో వాట్ల సోలార్ ప్యానల్స్ ఏర్పాటు చేసుకుంటే కేంద్ర ప్రభుత్వం 78,000 సబ్సిడీ అందిస్తుందని,

ప్రతి నెల దాదాపు 2000 రూపాయల వరకు విద్యుత్ బిల్లు ఆదా చేయవచ్చని తెలిపారు. సోలార్ ద్వారా విద్యుత్ ఉత్పత్తి పర్యావరణ హితమని మిగులు విద్యుత్ ను గ్రిడ్ కు ఇస్తూ అదనపు ఆదాయాన్ని కూడా పొందవచ్చని సూచించారు. పీఎం సూర్య పథకాన్ని ప్రతి ఒక్కరు సద్వినియోగం చేసుకోవాలని పిలుపునిచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో టి.జి. ఎన్.పి.డి.సి.ఎల్ ఎస్ఈ వి. గంగాధర్, డీ.ఈ రాజ బ్రహ్మయ్య చారి, రెడ్ కో జిల్లా మేనేజర్ డి. మనోహర్, జిల్లా సహకార అధికారి శ్రీ మాల, సంబంధిత అధికారులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# ఆక్రమిత భూముల స్వాధీనానికై చర్యలు తీసుకోండి

## ● ఎమ్మెల్యే కవ్వంపల్లి సత్యనారాయణ

**తిమ్మాపూర్, మార్చి9(ది క్రైమ్ న్యూస్):** కరీంనగర్ జిల్లా తిమ్మాపూర్ మండలకేంద్రంలో నిర్మించే ఆరోగ్య ఉపకేంద్రం,వీఓ భవనాలకు ఎమ్మెల్యే కవ్వంపల్లి సత్యనారాయణ సోమవారం భూమి పూజ చేశారు.గ్రామంలో పలుచోట్ల ప్రభుత్వ భూములు ఆక్రమణలకు గురైనట్లు ఎమ్మెల్యే దృష్టికిరాగా సర్వేలు చేసి భూములు స్వాధీనం చేసుకునేందుకు చర్యలు తీసుకోవాలని రెవెన్యూ అధికారులను కోరుతూ ఆ స్థలాల్లో పేదలకు ఇండ్లు మంజూరు చేస్తామని ఎమ్మెల్యే హామీ ఇచ్చారు. వివో భవనాన్ని మే నెలాఖరుకల్లా పూర్తి చేసేలా చర్యలు తీసుకుని భవనం వద్ద నీటి సౌకర్యానికై బోరు వెల్ వేస్తామన్నారు. ప్రభుత్వ ప్రోత్సాహకాలతో ఎంతో మంది మహిళలు పారిశ్రామికవేత్తలుగా ఎదిగారని, మహిళా సంఘాలకు వడ్డీ లేని రుణాలు,అర్హులకు ఇందిరమ్మ ఇళ్లు మంజూరు చేసి పేదల సొంతింటి కలను సాకారం చేస్తుండగా తిమ్మాపూర్ గ్రామానికి 47 ఇందిరమ్మ ఇళ్లు మంజూరు చేశామని రానున్న రోజుల్లో మరిన్ని ఇళ్లు మంజూరు చేస్తామని ఎమ్మెల్యే తెలిపారు.తహశీల్దార్ శ్రీనివాస్ రెడ్డి, ఎంపీడీవో మల్హోత్ర, ఎంపీవో ప్రదీప్, సర్పంచ్ గంకిడి లక్ష్మారెడ్డి, ఉప సర్పంచ్ పైడిపల్లి అంజిబాబు, మండల వైద్యాధికారి వైద్యురాలు ప్రసిల్లా, వైద్యులు పుల్లారావు, పశు

వైద్యాధికారి టి.మౌనిక, పంచాయతీరాజ్ ఏఈ స్నేహజ్యోతి, కాంగ్రెస్ మండలాధ్యక్షుడు బండారి రమేశ్, నాయకులు శ్రీగిరి రంగారావు, పోలు రాము,రమేశ్, చింతిరెడ్డి లక్ష్మారెడ్డి, ముప్పిడి సంపత్ రెడ్డి, నగునూరి శ్రీనివాస్, గ్రామ కార్యదర్శి చింతకింది చంద్రశేఖర్, వార్డు సభ్యులు తదితరులు కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు.

# గోదావరి నది తీరంలో పారిశుధ్య పనులపై పలు సూచనలు చేసిన

## ● జిల్లా కలెక్టర్ బి. సత్యప్రసాద్

**ధర్మపురి, (ది క్రైమ్ న్యూస్):** సోమవారం ధర్మపురి పట్టణంలో జిల్లా కలెక్టర్ బి. సత్య ప్రసాద్ పర్యటించి గోదావరి తీరంలోని పలు ప్రాంతాలను పరిశీలించారు. ముందుగా గోదావరి తీరం వద్ద పారిశుధ్య పరిస్థితులను ఆయన పరిశీలించి అక్కడ నిర్వహిస్తున్న శుభ్రత పనులపై అధికారులతో సమీక్ష నిర్వహించారు. గోదావరి తీరం వద్దకు పెద్ద సంఖ్యలో భక్తులు, ప్రజలు వచ్చే నేపథ్యంలో పరిసర ప్రాంతాల్లో ఎక్కడా చెత్త పేరుకుపోకుండా మున్సిపల్ అధికారులు ప్రత్యేక చర్యలు తీసుకోవాలని సూచించారు. నిత్యం శుభ్రత పనులు నిర్వహిస్తూ ప్రజలకు స్వచ్ఛమైన వాతావరణాన్ని కల్పించాలని కలెక్టర్ అధికారులను ఆదేశించారు. గోదావరి తీర ప్రాంతంలో చెత్తను సమయానికి తొలగించడం, చెత్త బుట్టలను ఏర్పాటు చేయడం, ప్రజల్లో అవగాహన కల్పించడం వంటి చర్యలు చేపట్టాలని ఆయన సూచించారు. అలాగే గోదావరి తీరం పరిసర ప్రాంతాలు పరిశుభ్రంగా ఉండేలా మున్సిపల్ సిబ్బంది క్రమం తప్పకుండా పర్యవేక్షణ చేయాలని తెలిపారు. 2027 సంవత్సరంలో గోదావరి పుష్కరాలు రానున్న నేపథ్యంలో గోదావరి నది తీరంలో పారిశుధ్యం మరియు స్నాన ఘాట్ల పనులపై తగిన శ్రద్ధ వహించి భక్తులకు తగిన ఏర్పాట్లు చేయాలని కలెక్టర్ ఆదేశించారు. అనంతరం ధర్మపురి పట్టణ కేంద్రంలోని సామాజిక ఆరోగ్య కేంద్రంలో జిల్లా కలెక్టర్ ఆకస్మికంగా తనిఖీ చేసి పి.ఓ సేవలు, ఐపీ సేవలు రికార్డ్స్ ల్యాబ్ రికార్డ్స్ ఐపీ రికార్డ్స్ మెడికల్ ఫార్మసి పరిశీలన చేశారు. ఆసుపత్రిలో వైద్య సేవలను గురించి నేరుగా పేషంట్లని వివరాలు అడిగి తెలుసుకున్నారు. వైద్య సేవలు మెరుగు పరచాలని డాక్టర్లు సమయ పాలన పాటించాలని జిల్లా కలెక్టర్ ఆదేశించారు. రోజుకు ఎన్ని ఓ.పి.లను చూస్తున్నారు అని అడిగి తెలుసుకున్నారు. సామాజిక ఆరోగ్య కేంద్రంలో ముందస్తు వ్యాధుల పట్ల డెంగ్యూ

వైరల్ ఫీవర్లకు మందులు అందుబాటులో ఉండేలా చూసుకోవాలని అధికారులను ఆదేశించారు. ఎక్స్పైర్ అయినటువంటి మెడిసిన్ ఉండకుండా చూసుకోవాలన్నారు. డాక్టర్లను వివరాలను అడిగి తెలుసుకున్నారు. అనంతరం ఆసుపత్రి పరిసరాలను పరిశుభ్రంగా ఉండేలా చూడాలని సామాజిక ఆరోగ్య కేంద్రం ఆవరణలోని వున్న మంచినీటి సౌకర్యాలను ఎప్పటికప్పుడు నాణ్యతమైన వంట సామాగ్రి మంచి భోజనం అందించాలని కలెక్టర్ ఆదేశించారు. ఈ పరిశీలనలో రెవెన్యూ డివిజనల్ అధికారి మధు సూదన్, జిల్లా ఆస్పత్రి కోఆర్డినేషన్ అధికారి డాక్టర్ రామకృష్ణ , మున్సిపల్ కమిషనర్, ఎమ్మార్వో, ఆస్పత్రి సిబ్బంది మరియు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# జయన్న ఫౌండేషన్ ఆధ్వర్యంలో పదో తరగతి విద్యార్థులకు ఆర్థిక భరోసా..

## ● ఈనెల 11న సాయం పంపిణీ ● ముఖ్య అతిథిగా హాజరుకానున్న జిల్లా అదనపు కలెక్టర్ డీఈఓ డాక్టర్ అశ్విని తానాజీ వాకడే

**హుజురాబాద్ మార్చి 9 (ది క్రైమ్ న్యూస్):** పదో తరగతి వార్షిక పరీక్షలకు సిద్ధమవుతున్న ప్రభుత్వ పాఠశాల విద్యార్థులకు అండగా నిలిచేందుకు హుజురాబాద్ మండలం సింగాపూర్‌కు చెందిన జయన్న ఫౌండేషన్ మరో బృహత్తర కార్యక్రమానికి శ్రీకారం చుట్టింది. ఫౌండేషన్ వ్యవస్థాపకులు గుడిపాటి సరిత జయపాల్ రెడ్డి నేతృత్వంలో విద్యార్థులకు ఆర్థిక తోడ్పాటును అందించేందుకు అన్ని ఏర్పాట్లు పూర్తి చేశారు. ఈ నెల 11వ తేదీన హుజురాబాద్‌లోని జిల్లా పరిషత్ బాలికల ఉన్నత పాఠశాల వేదికగా ఈ సహాయ పంపిణీ కార్యక్రమం అత్యంత వైభవంగా జరగనుంది. ముఖ్య అతిథిగా జిల్లా అదనపు కలెక్టర్ ఈ కార్యక్రమానికి కరీంనగర్ జిల్లా అదనపు కలెక్టర్ (స్థానిక సంస్థలు) జిల్లా ఇన్‌ఛార్జ్ విద్యాశాఖాధికారి గా బాధ్యతలు నిర్వర్తిస్తున్న డాక్టర్ అశ్విని తానాజీ వాకడే ముఖ్య అతిథిగా హాజరుకానున్నారు. విద్యార్థుల భవిష్యత్తు కోసం జయన్న ఫౌండేషన్ చేపట్టిన ఈ ఉదాత్తమైన కార్యక్రమాన్ని అభినందిస్తూ, ఆమె స్వయంగా విద్యార్థులకు ఆర్థిక సాయాన్ని పంపిణీ చేయనున్నారు. 300 మంది విద్యార్థులకు అండగా.. హుజురాబాద్ మండలంలోని 13 ప్రభుత్వ ఉన్నత పాఠశాలల్లో చదువుతున్న సుమారు 300 మంది నిరుపేద విద్యార్థులను గుర్తించి, వారికి పరీక్షల సమయంలో రవాణా, అల్పాహారం మరియు ఇతర ఖర్చుల నిమిత్తం ఒక్కొక్కరికి రూ. 700/- చొప్పున నగదును ఫౌండేషన్ అందజేయనుంది. కేవలం ఆర్థిక సాయమే కాకుండా, పరీక్షల పట్ల ఉన్న భయాన్ని పోగొట్టి వారిలో ఆత్మవిశ్వాసాన్ని నింపేందుకు నిపుణులైన కౌన్సెలర్ల ద్వారా విద్యార్థులకు ప్రత్యేక కౌన్సిలింగ్ కూడా ఇప్పించనున్నారు. కొనసాగుతున్న సేవా యజ్ఞం.గత రెండేళ్లుగా విద్య మరియు వైద్య రంగాల్లో జయన్న ఫౌండేషన్ నిరంతరాయంగా సేవలు అందిస్తోంది. గతంలో 4000 మందికి ఎగ్జామ్ కిట్ల పంపిణీ, 5000 మందికి కంటి పరీక్షలు, మరియు 1289 మందికి ఉచితంగా ఆపరేషన్లు చేయించి తన మానవత్వాన్ని చాటుకుంది. అలాగే 24 గంటల ఉచిత అంబులెన్స్ సేవలను కూడా గ్రామాల్లో అందుబాటులో ఉంచింది. విద్యార్థుల కోసం నిర్వహిస్తున్న ఈ గొప్ప కార్యక్రమాన్ని విద్యావేత్తలు, తల్లిదండ్రులు మరియు స్థానిక ప్రజలు పెద్ద ఎత్తున హాజరై విజయవంతం చేయాలని ఫౌండేషన్ ప్రతినిధులు కోరారు.

# గ్యాస్ ధర పెంపు.. పేద బతుకులపై శరాఘాతం

### - కేంద్రం పై గళమెత్తిన సిపియుఎస్ఐ - తక్షణమే ఉపసంహరించుకోవాలి - తెలంగాణ రాష్ట్ర సహాయ కార్యదర్శి సి రమేష్

**బ్యూరో,(ది క్రైమ్ న్యూస్):** వంట గ్యాస్ సిలిండర్ పై 60 రూపాయలు, వాణిజ్య సిలిండర్ పై 115 రూపాయలు పెంచడం సాధారణ ప్రజల జీవితాలపై కేంద్ర సర్కారు మరింత భారం మోపిందని ఇండియా సంయుక్త రాష్ట్రాల కమ్యూనిస్టు పార్టీ( సి పి యు ఎస్ ఐ ) తెలంగాణ రాష్ట్ర సహాయ కార్యదర్శి సి రమేష్ తీవ్రంగా విమర్శించారు. ఇప్పటికే నిత్యావసర సరుకుల ధరలు ఆకాశాన్ని తాకుతున్న వేళ సిలిండర్ ధరను కూడా పెంచడం పేద ప్రజల బతుకులపై పడిన మరో శరాఘాతమని పేర్కొన్నారు. అంతర్జాతీయ పరిస్థితులను కారణంగా చూపుతూ ధరలు పెంచడం కేంద్ర ప్రభుత్వం వైఫల్యానికి నిదర్శనమని అభిప్రాయపడ్డారు. ఇరాన్ పై అమెరికా ఇజ్రాయిల్ దాడులు, రష్యా నుంచి ఆయిల్ కొనుగోలుపై ఆంక్షలు వంటి పరిణామాల నేపథ్యంలో దేశ ప్రయోజనాలను కాపాడడంలో కేంద్ర ప్రభుత్వం పూర్తిగా విఫలమైందని ఆయన పేర్కొన్నారు. వాణిజ్య గ్యాస్ సిలిండర్ ధర ఏకంగా 115 రూపాయల పెంపు చిన్న వ్యాపారుల జీవనాధారాన్ని దెబ్బతీస్తుందని తోపుడు బండ్లు, చిన్న హోటల్లు, టీ స్టాళ్ళు నడుపుకుంటూ కుటుంబాలను పోషిస్తున్న వేలాది మంది వ్యాపారులకు తీవ్రమైన భారం అవుతుందని హెచ్చరించారు. ఈ పెంపు వల్ల టిఫిన్ సెంటర్ కర్రీ పాయింట్లు చిన్న హోటలలో ఆహార పదార్థాల ధరలు పెరగడం ఖాయమని దాని ప్రభావం చివరికి అసంఘటిత కార్మికులపై స్వల్ప ఆదాయం కలిగిన పేద ప్రజలపై పడుతుందని స్పష్టం చేశారు. పేద ప్రజల సమస్యలపై ఎప్పుడూ రాజీపడని పోరాట స్ఫూర్తితో సిపియు ఎస్ఐ పార్టీ తెలంగాణ రాష్ట్ర కమిటీ కేంద్ర ప్రభుత్వం వెంటనే ఉపసంహరించుకోవాలని డిమాండ్ చేసింది. కేంద్ర ప్రభుత్వ మనుగడకు ఆక్సిజన్ సమకూరుస్తున్న వామపక్ష పార్టీలు కూడా ఈ విషయంపై ఒత్తిడి తీసుకురావాలని గ్యాస్ భారాన్ని వెంటనే ఉపసంహరించుకోవాలని, పెంపుతూ విలవిలలాడుతున్న పేద ప్రజల తరఫున నిలబడి ఎక్కడికక్కడ నిరసన తెలుపాలని విజ్ఞప్తి చేస్తున్నట్టు ఆయన తెలియజేశారు.

# మరణంలోనూ మహాదానం.. నలుగురికి పునర్జన్మ

### - పోశెట్టి కుటుంబం చూపిన మహోన్నత మానవత్వం
### - ఒకరి దురదృష్టం - నలుగురికి అదృష్టం
### - గుండె నిండా దుఃఖం.. అయినా అవయవ దానం

రోడ్డు ప్రమాదంలో మరణించిన బుద్దె పోశెట్టి

**బ్యూరో,(ది క్రైమ్ న్యూస్):** పెద్దపల్లి జిల్లా ఓదెల గ్రామానికి చెందిన బుద్దె పోశెట్టి కుటుంబం చూపిన మానవత్వం గొప్ప ఉదాహరణగా నిలిచింది. బైక్ ప్రమాదంలో తీవ్రంగా గాయపడి హైదరాబాదులోని ఆసుపత్రిలో చికిత్స పొందుతూ పోశెట్టి బ్రెయిన్ డెత్ కు గురైన ఘటన కుటుంబ సభ్యులకు అపారమైన దుఃఖాన్ని మిగిల్చింది. అయితే ఆ బాధను తట్టుకుని సమాజ హితం కోసం వారు తీసుకున్న నిర్ణయం నిజంగా మహోన్నతమైనది. వైద్యులు బ్రెయిన్ డెత్ కు గురైన విషయాన్ని కుటుంబ సభ్యులకు వివరించిన అనంతరం మాజీ సర్పంచ్ ఆకుల మహేందర్, సదాశయ ఫౌండేషన్ జాతీయ కార్యదర్శి డాక్టర్ భీష్మాచారి అవయవ దానం ప్రాముఖ్యత గురించి కుటుంబ సభ్యులకు అవగాహన కల్పించారు. గుండె నిండా దుఃఖం ఉన్నా మరో నలుగురికి జీవం పోయాలని భావించిన ఆ కుటుంబం గొప్ప నిర్ణయం తీసుకుంది. పోశెట్టి కి చెందిన రెండు మూత్రపిండాలు, కాలేయం, ఊపిరితిత్తులు వంటి నాలుగు ముఖ్య అవయవాలను దానం చేయడానికి అంగీకరించారు. అవయవ దానం ద్వారా నలుగురికి కొత్త జీవితం లభించిందని పలువురు కుటుంబ సభ్యులకు ధన్యవాదాలు తెలిపారు. మరణం ఒకరి జీవితం ముగింపు కావచ్చు.. కానీ అవయవ దానం చేస్తే అది మరికొందరి జీవితాలకు కొత్త ప్రారంభం అవుతుందని పోశెట్టి కుటుంబం చేసిన ఈ మహా దానం స్పష్టం చేస్తోంది.

# నిబద్ధతగల నాయకుడిని కోల్పోయాం

### - రోడ్డు ప్రమాదంలో బి ఆర్ ఎస్ సీనియర్ నాయకుడు బుద్దె పోశెట్టి మృతి - అంతిమయాత్రలో పాల్గొన్న మాజీ ఎమ్మెల్యే
### - కుటుంబానికి అండగా ఉంటాం దాసరి

పోశెట్టి పార్థివ దేహానికి నివాళులు అర్పిస్తున్న మాజీ శాసనసభ్యులు దాసరి మనోహర్ రెడ్డి

**బ్యూరో,(ది క్రైమ్ న్యూస్):** పెద్దపల్లి జిల్లా ఓదెల మండల కేంద్రానికి చెందిన సీనియర్ బిఆర్ఎస్ నాయకుడు బుద్దే పోశెట్టి రోడ్డు ప్రమాదంలో మరణించడంతో ఓదెల గ్రామంలో విషాద ఛాయలు నెలకొన్నాయి. విషయం తెలుసుకున్న వెంటనే మాజీ ఎమ్మెల్యే దాసరి మనోహర్ రెడ్డి పోశెట్టి నివాసానికి చేరుకుని ఆయన పార్ధివ దేహానికి పూలమాలవేసి ఘనంగా నివాళులు అర్పించారు. అనంతరం అంతిమయాత్రలో పాల్గొని ఆయనకు తుది వీడ్కోలు పలికారు. స్థానిక ప్రజలు పార్టీ కార్యకర్తలు పెద్ద సంఖ్యలో హాజరై పోశెట్టి పార్టీకి అందించిన సేవలను స్మరించుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా దాసరి మాట్లాడుతూ... బిఆర్ఎస్ పార్టీకి అంకితభావంతో పనిచేసిన నిబద్ధతగల నాయకుడిని కోల్పోవడం పార్టీకి తీరని లోటని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. గ్రామస్థాయి నుండి పార్టీ బలోపేతానికి ఆయన చేసిన సేవలు మరువలేనివని అన్నారు. కుటుంబ సభ్యులను పరామర్శించిన దాసరి మనోహర్ రెడ్డి ఈ కష్ట సమయంలో కుటుంబానికి ఎల్లప్పుడూ అండగా ఉంటామని హామీ ఇచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో బిఆర్ఎస్ మండల శాఖ అధ్యక్షుడు ఐరెడ్డి వెంకటరెడ్డి, ఓదెల సర్పంచ్ డాక్టర్ సతీష్, గ్రామ శాఖ అధ్యక్షుడు పోలోజు రమేష్, బోడకుంట నరేష్, మద్దెల శ్రీనివాస్ మరియు కార్యకర్తలు, నాయకులు, గ్రామస్తులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# 2027 పుష్కరాల ఏర్పాట్లపై సమీక్ష సమావేశం నిర్వహించిన మంత్రి అడ్లూరి

**ధర్మపురి, మార్చి 9, (ది క్రైమ్ న్యూస్):** 2027లో జరగనున్న గోదావరి పుష్కరాల ఏర్పాట్ల నేపథ్యంలో చేపట్టాల్సిన భూసేకరణ (ల్యాండ్ అక్విజిషన్) మరియు దేవాలయ అభివృద్ధి పనులపై రాష్ట్ర ఎస్సీ, ఎస్టీ, వయోవృద్ధుల, వికలాంగుల మరియు ట్రాన్స్ జెండర్ సాధికారత శాఖ మంత్రి అడ్లూరి లక్ష్మణ్ కుమార్ మరియు జిల్లా కలెక్టర్ బి. సత్య ప్రసాద్ సోమవారం సమీక్ష సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా మంత్రి అడ్లూరి లక్ష్మణ్ కుమార్ మాట్లాడుతూ రానున్న గోదావరి పుష్కరాలు రాష్ట్రానికి అత్యంత ప్రతిష్ఠాత్మకమైన ఆధ్యాత్మిక కార్యక్రమమని తెలిపారు. పుష్కరాలకు దేశం నలుమూలల నుంచి భారీ సంఖ్యలో భక్తులు తరలివస్తారని పేర్కొన్నారు. అందువల్ల భక్తులకు ఎలాంటి ఇబ్బందులు కలగకుండా ముందస్తుగా సమగ్ర ప్రణాళికతో ఏర్పాట్లు చేయాలని అధికారులకు సూచించారు. పుష్కరాలకు అవసరమైన భూముల సేకరణ ప్రక్రియను వేగవంతంగా పూర్తి చేసి అభివృద్ధి పనులను త్వరితగతిన ప్రారంభించాలని మంత్రి అడ్లూరి అధికారులను ఆదేశించారు. అనంతరం జిల్లా కలెక్టర్ బి. సత్య ప్రసాద్ మాట్లాడుతూ 2027 గోదావరి పుష్కరాల సందర్భంగా ధర్మపురి క్షేత్రానికి వచ్చే భక్తులకు మెరుగైన సౌకర్యాలు కల్పించేందుకు ప్రభుత్వం ప్రత్యేక చర్యలు చేపడుతోందని తెలిపారు. ఘాట్లు, రహదారులు, పార్కింగ్ స్థలాలు, తాగునీరు, పారిశుధ్యం, భద్రత వంటి మౌలిక సదుపాయాలను సమగ్రంగా అభివృద్ధి చేయాలని సంబంధిత అధికారులకు సూచించారు. పుష్కరాల ఏర్పాట్లలో ఎటువంటి లోపాలు లేకుండా అన్ని శాఖలు సమన్వయంతో పనిచేయాలని కలెక్టర్ తెలిపారు. ఈ సమావేశంలో జగిత్యాల ఆర్డీవో మధుసూదన్, మున్సిపల్ చైర్‌పర్సన్ నాగలక్ష్మి, దేవాలయ ఈఓ, తహసీల్దార్ మరియు సంబంధిత శాఖల అధికారులు పాల్గొన్నారు.

# పరిసరాలు పరిశుభ్రంగా ఉంచుకోవాలి

- కాల్వ శ్రీరాంపూర్ మండలంలో పర్యటించిన జిల్లా కలెక్టర్ కోయ శ్రీ హర్ష

**పెద్దపల్లి ప్రతినిధి (ది క్రైమ్ న్యూస్):** పరిసరాలను పరిశుభ్రంగా ఉంచుకోవాలని జిల్లా కలెక్టర్ కోయ శ్రీ హర్షలి తెలిపారు. సోమవారం జిల్లా కలెక్టర్ కోయ శ్రీ హర్ష కాల్వ శ్రీరాంపూర్ మండలంలోని తహసిల్దార్ కార్యాలయం, ఎంపీడీవో కార్యాలయం, ప్రభుత్వ షెడ్యూల్ కులముల బాలుర వసతి గృహాన్ని ఆకస్మికంగా తనిఖీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ కోయ శ్రీ హర్ష మాట్లాడుతూ మండల రెవెన్యూ అధికారి నూతన కార్యాలయ నిర్మాణ పనులు పరిశీలించి పనుల పట్ల సంతృప్తి వ్యక్తం చేసిన కలెక్టర్ 99 రోజుల కార్యాచరణ లో భాగంగా మండలంలో రెవెన్యూ శాఖ పరిధిలో పెండింగ్ ఫైల్స్ క్లియర్ చేయాలని సూచించారు. మండల పరిధిలోని ప్రతి గ్రామంలో ప్రత్యేక పారిశుధ్య కార్యక్రమాలు పటిష్టంగా జరిగేలా చూడాలని కలెక్టర్ అధికారులకు సూచించారు. రోడ్ల పై ఎక్కడ చెత్త ఉండటానికి వీలు లేదని, పిచ్చి మొక్కలు,తొలగించాలని, ఖాళీ స్థలాలో చేత్త పేరుకు పోకుండా సంబంధిత యాజమాన్యులు బాధ్యత వహించేలా చర్యలు తీసుకోవాలని కలెక్టర్ తెలిపారు. షెడ్యూల్డ్ కులముల బాలుర వసతి గ్రహం ను ఆకస్మికంగా తనిఖీ చేసి డైనింగ్ హాల్, కిచెన్ పరిశీలించి నాణ్యమైన భోజనం అందించాలని, వార్డెన్ సమయపాలన పరిసరాలను పరిశుభ్రంగా ఉంచుకోవాలని పాటించాలని విధులలో నిర్లక్ష్యం చెస్తే కఠిన చర్యలు తీసుకుంటామని కలెక్టర్ హెచ్చరించారు. ఈ పర్యటనలో జిల్లా కలెక్టర్ వెంట తహసిల్దార్ జగదీశ్వరరావు, రామ్మోహన చారి, సంబంధిత అధికారులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# గల్ఫ్ మృతుల కుటుంబాలకు ఎక్స్‌గ్రేషియా ప్రొసీడింగ్స్ అందజేసిన మంత్రి అడ్లూరి

**ధర్మపురి, మార్చి 9, (ది క్రైమ్ న్యూస్):** జిల్లాలో మైనారిటీ మహిళల ఆర్థిక స్వావలంబనను ప్రోత్సహించేందుకు కుట్టు మిషన్ల పంపిణీ కార్యక్రమం నిర్వహించడంతో పాటు గల్ఫ్ దేశాల్లో మరణించిన వారి కుటుంబాలకు ప్రభుత్వం తరఫున ఎక్స్‌గ్రేషియా సహాయం అందజేశారు. సోమవారం జరిగిన కార్యక్రమంలో రాష్ట్ర సంక్షేమ శాఖ మంత్రి అడ్లూరి లక్ష్మణ్ కుమార్ తో కలిసి జిల్లా కలెక్టర్ బి. సత్య ప్రసాద్ పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా రాష్ట్ర ఎస్సీ, ఎస్టీ, వయోవృద్ధుల, వికలాంగుల మరియు ట్రాన్స్ జెండర్ సాధికారత శాఖ మంత్రి అడ్లూరి లక్ష్మణ్ కుమార్ మరియు జిల్లా కలెక్టర్ బి. సత్యప్రసాద్ లు లబ్ధిదారులకు కుట్టు మిషన్లను పంపిణీ చేసి, గల్ఫ్ దేశాల్లో మరణించిన వారి కుటుంబాలకు ప్రభుత్వం మంజూరు చేసిన రూ.5 లక్షల ఎక్స్‌గ్రేషియా సహాయానికి సంబంధించిన ప్రొసీడింగ్స్‌ను అందజేశారు. రాష్ట్ర సంక్షేమ శాఖ మంత్రి అడ్లూరి లక్ష్మణ్ కుమార్ మాట్లాడుతూ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం మైనారిటీల సంక్షేమం మరియు అభివృద్ధికి ప్రత్యేక ప్రాధాన్యత ఇస్తోందని తెలిపారు. మైనారిటీ మహిళలు ఆర్థికంగా బలపడేలా స్వయం ఉపాధి అవకాశాలను కల్పించేందుకు ప్రభుత్వం పలు కార్యక్రమాలను అమలు చేస్తోందన్నారు. మహిళలు తమ ప్రతిభను ఉపయోగించి స్వయం ఉపాధి పొందేలా కుట్టు మిషన్ల పంపిణీ చేపడుతున్నామని తెలిపారు. కుట్టు మిషన్ల ద్వారా మహిళలు తమ ఇంటి వద్ద నుంచే ఉపాధి పొందుతూ కుటుంబ ఆర్థిక స్థితిని మెరుగుపరుచుకోవచ్చన్నారు. మహిళల సాధికారతే సమాజ అభివృద్ధికి పునాది అని పేర్కొన్నారు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం మైనారిటీ మహిళల అభివృద్ధికి అనేక పథకాలను అమలు చేస్తోందని తెలిపారు. గల్ఫ్ దేశాలకు ఉపాధి కోసం వెళ్లిన వారు అనుకోని పరిస్థితుల్లో మరణించినప్పుడు వారి కుటుంబాలు తీవ్ర ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటాయని ఆయన అన్నారు. అలాంటి కుటుంబాలకు ప్రభుత్వం అండగా నిలిచి రూ.5 లక్షల ఎక్స్‌గ్రేషియా సహాయాన్ని అందజేస్తోందన్నారు. ఈ సహాయం ద్వారా బాధిత కుటుంబాలకు కొంత ఆర్థిక భరోసా కలుగుతుందని తెలిపారు. ప్రభుత్వం అందిస్తున్న సంక్షేమ పథకాలను అర్హులైన ప్రతి ఒక్కరూ సద్వినియోగం చేసుకోవాలని సూచించారు. అధికారులు ప్రజలకు అందుబాటులో ఉండి ప్రభుత్వ పథకాలను గ్రామ స్థాయిలో ప్రజలకు చేరేలా కృషి చేయాలని ఆదేశించారు. ప్రభుత్వం లక్ష్యం సమాజంలోని ప్రతి వర్గం అభివృద్ధి చెందేలా చేయడం అని పేర్కొన్నారు. మైనారిటీల విద్య, ఉపాధి, స్వయం ఉపాధి రంగాల్లో మరింత ప్రోత్సాహం అందించేందుకు ప్రభుత్వం కట్టుబడి ఉందన్నారు. మహిళలు ధైర్యంగా ముందుకు వచ్చి స్వయం ఉపాధి ద్వారా తమ కుటుంబాల అభివృద్ధికి తోడ్పడాలని పిలుపునిచ్చారు. అనంతరం జిల్లా కలెక్టర్ బి. సత్య ప్రసాద్ మాట్లాడుతూ జిల్లాలో మైనారిటీ మహిళల ఆర్థిక అభివృద్ధికి ప్రభుత్వం ప్రత్యేక ప్రాధాన్యత ఇస్తోందని జిల్లా కలెక్టర్ బి. సత్య ప్రసాద్ తెలిపారు. మహిళలు స్వయం ఉపాధి ద్వారా ఆర్థికంగా బలపడాలని ప్రభుత్వం పలు సంక్షేమ కార్యక్రమాలను అమలు చేస్తున్నదన్నారు. కుట్టు మిషన్ల పంపిణీ ద్వారా మహిళలకు ఉపాధి అవకాశాలు

కల్పించడమే ఈ కార్యక్రమం ముఖ్య ఉద్దేశమని పేర్కొన్నారు. మహిళలు ఈ అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకుని తమ ప్రతిభను ప్రదర్శిస్తూ ఆదాయం పొందాలని సూచించారు. ఇంటి వద్ద నుంచే ఉపాధి పొందే అవకాశంగా కుట్టు పనిని అభివృద్ధి చేసుకోవచ్చన్నారు. స్వయం ఉపాధి ద్వారా కుటుంబ ఆర్థిక స్థితి మెరుగుపడటంతో పాటు మహిళలకు గౌరవం కూడా పెరుగుతుందని తెలిపారు. గల్ఫ్ దేశాలకు ఉపాధి కోసం వెళ్లి అనుకోని పరిస్థితుల్లో మరణించిన వారి కుటుంబాలకు ప్రభుత్వం అండగా నిలుస్తోందని చెప్పారు. బాధిత కుటుంబాలకు రూ.5 లక్షల ఎక్స్‌గ్రేషియా సహాయం అందజేయడం ద్వారా వారికి కొంత ఆర్థిక భరోసా కల్పించడమే ప్రభుత్వ లక్ష్యమన్నారు. జిల్లాలో అర్హులైన ప్రతి లబ్ధిదారునికి ప్రభుత్వ సంక్షేమ పథకాలు అందేలా అధికారులు కృషి చేయాలని సూచించారు. ప్రజలు కూడా ప్రభుత్వం అందిస్తున్న పథకాలను సద్వినియోగం చేసుకుని తమ జీవితాలను మెరుగుపరుచుకోవాలని కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో జగిత్యాల ఆర్డీవో మధుసూదన్, జిల్లా మైనారిటీ అధికారి చిత్రు, మున్సిపల్ చైర్‌పర్సన్ నాగలక్ష్మి, స్థానిక ప్రజా ప్రతినిధులు, సంబంధిత అధికారులు మరియు లబ్ధిదారులు పాల్గొన్నారు.

# 2కె రన్ ప్రారంభించిన మున్సిపల్ చైర్మెన్ ప్రశాంత్ కుమార్

**జమ్మికుంట మార్చి 9 (ది క్రైమ్ న్యూస్):** తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రతిష్టాత్మక తీసుకున్న ప్రజాపాలన ప్రగతి ప్రణాళిక కార్యక్రమంలో భాగంగా మున్సిపల్ కమిషనర్ మహమ్మద్ అయాజ్ ఆధ్వర్యంలో సోమవారం మున్సిపల్ చైర్మెన్ మొలుగు ప్రశాంత్ కుమార్ 2కె రన్ ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా చైర్మెన్ ప్రశాంత్ కుమార్ మాట్లాడుతూ ప్రజలు ఆరోగ్యంగా ఉండేందుకు వాకింగ్ చాలా ముఖ్యమని, వాకింగ్ చేయడం వల్ల ప్రజలు మానసిక, శారీరకంగా ఆరోగ్యంగా ఉంటారని ఆయన అన్నారు. ఈ కార్యక్రమానికి హాజరైన వాకర్స్ అసోసియేషన్ నాయకులకు, పలువురు వాకర్స్ కు, మున్సిపల్ అధికారులకు, సిబ్బందికి ఆయన కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో మున్సిపల్ మేనేజర్ జి రాజిరెడ్డి, కౌన్సిలర్ ఒగ్గు రమేష్, మాచర్ల రాజు, మాజీ కౌన్సిలర్ దిడ్డి రామ్మోహన్, ఏఈ వికాస్, టిపిఎస్ రాజ్ కుమార్, శానిటరీ ఇనస్పెక్టర్ మహేష్, సీనియర్ అసిస్టెంట్ శ్రీనివాస్, ఎన్విరాన్మెంటల్ ఇంజనీర్ శ్రీకాంత్ లతో పాటు మున్సిపల్ అధికారులు, సిబ్బంది పలువురు పాల్గొన్నారు.

# యూనియన్ బ్యాంక్ ఆఫ్ ఇండియా వారి ఆధ్వర్యంలో డస్ట్ బిన్‌ల పంపిణీ

**ధర్మపురి, మార్చి 9, (ది క్రైమ్ న్యూస్):** యూనియన్ బ్యాంక్ ఆఫ్ ఇండియా ధర్మపురి శాఖ వారి సౌజన్యంతో భక్తుల సౌకర్యార్థం దేవస్థానం ఆవరణలో పడ్డ చెత్తను వ్యర్థ పదార్థాలను డస్ట్ బిన్ లో వేయడానికి గాను 10 డస్ట్ బిన్ లను సోమవారం ఆలయ అధికారులకు బహూకరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో దేవస్థానం ఉప ప్రధాన అర్చకులు నేరెళ్ల శ్రీనివాసచార్యులు, దేవస్థానం ధర్మకర్తల మండలి సభ్యులు రాపర్తి సాయికుమార్, సూపరింటెండెంట్ కిరణ్, సీనియర్ అసిస్టెంట్ అల్వాల శ్రీనివాస్, యూనియన్ బ్యాంక్ అసిస్టెంట్ జనరల్ మేనేజర్, యూనియన్ బ్యాంక్ మేనేజర్ పాల్గొన్నారు.

# కొత్త లేబర్ కోడ్..కార్మికులకు అదనపు భద్రత, సంక్షేమం

- నాలుగు లేబర్ కోడ్స్ పై అవగాహన కార్యక్రమం

**రామగిరి, మార్చి 09(ది క్రైమ్ న్యూస్):-** ఇటీవల అమలు చేసిన నాలుగు లేబర్ కోడ్స్ పై అవగాహన కార్యక్రమము సోమవారం జియం కార్యలయం నందు నిర్వహించడం జరిగినది. ఇట్టి కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా డిప్యూటీ చీఫ్ లేబర్ కమిషనర్ (సెంట్రల్) హైదరబాద్, తెలంగాణ, ఆంధ్రప్రదేశ్ బిస్వ భూషణ్ ప్రుస్టి , గౌరవ అతిథులు గా అసిస్టెంట్ లేబర్ కమిషనర్ (సెంట్రల్) మంచిర్యాల, రామగుండం, యం.డి.యూసప్ చౌటుపల్లి, రామగుండం-త్రీ ఏరియా జనరల్ మేనేజర్ సుంకర మధుసూదన్ పాల్గొన్నారు. ముందుగా రామగుండం-త్రీ ఏరియా జనరల్ మేనేజర్ సుంకర మధుసూదన్, ఇతర అధికారులు డిప్యూటీ చీఫ్ లేబర్ కమిషనర్(సెంట్రల్) హైదరబాద్ రీజియన్ బిస్వ భూషణ్ ప్రుస్టి నీ సన్మానించి, స్వాగతం పలికారు. అనంతరం వివిధ గనుల, విభాగాల అధికారులకు, సంక్షేమ అధికారులకు, కాంట్రాక్టర్లకు, పవర్ పాయింట్ ప్రజెంటేషన్ ద్వారా అవగాహన కార్యక్రమం నిర్వహించడం జరిగినది. ఈ సందర్భంగా డిప్యూటీ చీఫ్ లేబర్ కమిషనర్ (సెంట్రల్) హైదరబాద్ రీజియన్ బిస్వ భూషణ్ ప్రుస్టి మాట్లాడుతూ కేంద్ర ప్రభుత్వం ఇప్పుడు ఉన్న 29 చట్టాలను కొత్తగా నాలుగు లేబర్ కోడ్స్ గా 21 నవంబర్ నుండి మార్చుడం జరిగినదని, దీని అమలు పై అవగాహన కార్యక్రమం ద్వారా అందరికీ ఉపయోగకరమైన మార్గదర్శకాలు లభిస్తాయని కార్మికుల సంక్షేమం, హక్కులు, భద్రత, వేతన నిర్మాణం, పారదర్శక ఉద్యోగ వ్యవస్థ కోసం, కేంద్ర ప్రభుత్వం రూపొందించిన ఈ కొత్త లేబర్ కోడ్స్ సరిగ్గా అర్థం చేసుకుని అమలు చేయడం అత్యంత అవసరం అని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎస్వోటుజిఎంలు యం.రామ్మోహన్, బండి సత్య నారాయణ, ప్రాజెక్ట్ ఆఫీసర్ కె.జనార్ధన్, విభాగధిపతులు, ఉద్యోగులు పాల్గొన్నారు.

# మౌలిక సౌకర్యాల కల్పనే ప్రజాప్రభుత్వ ధ్యేయం

● విద్యాభివృద్ధికి రాష్ట్ర ప్రభుత్వం కృషి ● అమ్మాపురంలో ఎస్సీ హాస్టల్ ఏర్పాటు చేస్తాం ● పాలకుర్తి ఎమ్మెల్యే మామిడాల యశస్విని రెడ్డి

**తొర్రూరు, (ది క్రైమ్ న్యూస్):** విద్య అభివృద్ధికి రాష్ట్ర ప్రభుత్వం అంకితభావంతో కృషి చేస్తుందని పాలకుర్తి ఎమ్మెల్యే మామిడాల యశస్విని రెడ్డి అన్నారు. మండలంలోని దుబ్బ తండా పంచాయతీ పరిధిలోని భీముడు తండాలో దాత సహాయంతో రూ.20 లక్షలతో సిసి రోడ్డు పనులకు శంకుస్థాపన, అమ్మాపురంలో సీసీ రోడ్డు పనులకు శంకుస్థాపన చేపట్టి ప్రభుత్వ పాఠశాలలో కమ్యూనిటీ డెవలప్మెంట్ ఫౌండేషన్ ఆధ్వర్యంలో ఏర్పాటు చేసిన మినరల్ వాటర్ ప్లాంట్‌ను ఎమ్మెల్యే యశస్విని రెడ్డి ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా విద్యార్థులకు స్వచ్ఛమైన తాగునీరు అందుబాటులోకి రావడం ఎంతో సంతోషకరమని తెలిపారు. గ్రామాల్లో మౌలిక వసతుల అభివృద్ధికి ప్రభుత్వం ప్రాధాన్యత ఇస్తోందని అన్నారు. ప్రభుత్వం ప్రతిష్టాత్మకంగా చేపడుతున్న ప్రజా పాలన – ప్రగతి ప్రణాళిక కార్యక్రమంలో గ్రామ ప్రజల సమస్యలను తెలుసుకుని వాటి పరిష్కారానికి చర్యలు తీసుకోవాలని సంబంధిత అధికారులను ఆదేశించారు. అమ్మపురం గ్రామంలో రోడ్డుకు ఇరువైపులా మురికి కాలువలు ఏర్పాటు చేయాలని స్థానిక సర్పంచ్ సునీత వీరారెడ్డి ఎమ్మెల్యే యశస్విని రెడ్డిని కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఆయా గ్రామ సర్పంచ్లు ముద్దం సునీత వీరారెడ్డి, ధరావత్ విజయ లింబ, సీనియర్ నాయకులు డాక్టర్ పోనుగోటి సోమేశ్వరరావు, గంజి విజయపాల్ రెడ్డి, కాంగ్రెస్ పట్టణ అధ్యక్షుడు సోమ రాజశేఖర్, ఏఎంసి డైరెక్టర్ కందడి అచ్చిరెడ్డి, నాయకులు విక్రమ్ రెడ్డి, మహబూబ్ రెడ్డి, చెవిటి సధాకర్, సురేందర్ రాజు, జగన్, అరవింద్ సురేష్, అశోక్, నవీన్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# విజ్ఞాన విహార యాత్రలో ప్రభుత్వ పాఠశాల పిల్లలు

● జింకల, ఉజ్వల పార్కులతో పాటు మానేరు డ్యాం సందర్శన

**సుల్తానాబాద్, మార్చి09(ది క్రైమ్ న్యూస్):** పెద్దపల్లి నియోజక వర్గం, కాల్వశ్రీరాంపూర్ మండలంలోని ఆంగ్ల మాధ్యమ ఊషన్నపల్లి ప్రభుత్వ ప్రాథమిక పాఠశాల పిల్లలు సోమవారం విజ్ఞాన, విహారయాత్రకు వెళ్లారు. పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయుడు ఈర్ల సమ్మయ్య ప్రత్యేక శ్రద్ధ తీసుకుని పాఠశాలకు చెందిన 46 మంది బాలబాలికలతో పాటు ఉపాధ్యాయినీ, ఉపాధ్యాయులు, పిల్లల తల్లిదండ్రులతో కలిసి జింకల పార్క్, ఉజ్వల పార్క్, తీగల వంతెన, మానేరు డ్యాం వంటి ప్రధానమైన పలు ప్రదేశాలను సందర్శించారు. పిల్లలు ఉజ్వల పార్కులోని అందమైన పూదోటలను అక్కడి ప్రకృతి అందాలను చూసి ఆనందించారు. పచ్చని చెట్ల చల్లదనంలో వారు సేద తీరారు. అంత్యాక్షరితో పలు రకాలైన ఆటలు ఆడారు. పార్కులోని అందమైన ప్రదేశాలను చూసి ఆనందంతో గంతులు వేశారు. జింకల పార్క్ లో పలు రకాలైన జంతువులు, పక్షులను చూసి సంబరపడ్డారు. డీర్ పార్కులో జింకలు, ఈము పక్షి మిక్కిలి ఆకర్షణగా నిలిచింది. పాఠ్యపుస్తకాల్లో తప్ప ఎప్పుడూ ఇలాంటి వాటిని చూడని పాఠశాల పిల్లలు పార్కులో వాటిని ప్రత్యక్షంగా చూసి ఆనందంతో ఉప్పొంగి పోయారు. అక్కడి పక్షులు, జంతువులను చూసి సంతోషపడ్డారు. కొత్తగా నిర్మించిన తీగల వంతెనను పరిశీలిస్తూ దానిపై నడిచారు. అక్కడి అద్భుత దృశ్యాలను చూసి పిల్లలు గంతులు వేశారు. తర్వాత మానేరు డ్యాం దాని పరిసర ప్రాంతాలను సందర్శించారు. డ్యామ్ నీటిలో బోటింగ్ చేస్తూ కేరింతలు కొట్టారు. రోజంతా కొత్త ప్రదేశాల్లో తిరుగుతూ, కొత్త విషయాలు నేర్చుకుంటూ పిల్లలందరూ మిక్కిలి సంతోషపడ్డారు. ఈ కార్యక్రమంలో ప్రధానోపాధ్యాయుడు ఈర్ల సమ్మయ్య, ఉపాధ్యాయినులు బండారి స్రవంతి, గోపిశెట్టి సుప్రియ, బండారి సరిత, పిల్లల తల్లిదండ్రులు ధరణి మణికంఠ, పైడిపల్లి అనూష, అనవేన రమాదేవి, పిటిఎస్ పైడిపల్లి లింగయ్య, విజయలక్ష్మి, ధరణి రజని, కొత్తపల్లి విజయలక్ష్మి, పిల్లలు, పలువురు పాల్గొన్నారు.

# పారిశుధ్యంపై ప్రత్యేక దృష్టి పెట్టండి

## - స్పెషల్ ఆఫీసర్ శ్రీనాథ్

**రామగిరి, మార్చి 09(ది క్రైమ్ న్యూస్):-** పారిశుధ్యంపై ప్రత్యేక దృష్టి పెట్టాలని, జూన్ రెండు నుంచి చేపట్టనున్న వంద రోజుల కార్యాచరణ ప్రణాళికను విజయవంతంగా అమలు చేయాలని మండల స్పెషల్ ఆఫీసర్ శ్రీనాథ్ పేర్కొన్నారు. ప్రజా పాలనా –ప్రగతి ప్రణాళిక 99 రోజులు యాక్షన్ ప్లాన్ కార్యక్రమం లో భాగంగా రామగిరి మండల ప్రజా పరిషత్ కార్యాలయం, పన్నూరు గ్రామ పంచాయతీ కార్యాలయాన్ని మండల స్పెషల్ ఆఫీసర్ శ్రీనాథ్ సందర్శించారు. తరువాత మండలం లోని వివిధ గ్రామ పంచాయతీ లలో జరుగుతున్న రోజువారీ కార్యక్రమాలకు సంభందించి పంచాయతీ కార్యదర్శులతో సమీక్షా సమావేశం నిర్వహించి, పారిశుధ్యం పట్ల ప్రత్యేక శ్రద్ద వహించాలని, గ్రామ పంచాయతీ కార్యాలయాలను పరిసరాలను పరిశు భ్రముగాఉంచుకోవాలని పెండింగ్ ఫైల్ లను క్లియర్ చేయాలని, ప్రభుత్వ పథకాలు ప్రజలకు చేరేలా అవగాహనా కల్పించాలని ఆదేశించారు. సోమవారం రామగిరి మండల ప్రజా పరిషత్ కార్యాలయంలో అధికారులు, సిబ్బందికి యాక్షన్‌ప్లాన్‌పై అవగాహన కల్పించారు. పారిశుధ్య అంశాలపై ప్రత్యేక దృష్టి పెట్టాలని, ప్రతీ ఇంటి నుంచి చెత్త సేకరించాలని, ప్రజా మరుగుదొడ్లు పరిశుభ్రంగా ఉంచడం, శుక్రవారం డ్రైడే చేపట్టడం, చెత్త నిల్వ ఉండే ప్రదేశాలను గుర్తించి శుభ్రం చేయాలన్నారు. నాలాల్లో పూడికతీతతోపాటు మొక్కలు నాటాలన్నారు. ఈ కార్యక్రమం లో రామగిరి ఎంపీడీఓ శైలజరాణి, ఎంపీవో సమ్మిరెడ్డి, సూపరింటెండెంట్ ఉమేష్, అన్ని గ్రామాల పంచాయతీ కార్యదర్శులు పాల్గొన్నారు.

# ఫౌండేషన్ ఆధ్వర్యంలో పదో తరగతి విద్యార్థులకు ఉచితంగా పరీక్ష ప్యాడ్స్

**సుల్తానాబాద్, మార్చి 09(ది క్రైమ్ న్యూస్):** సుల్తానాబాద్ మండలం భూపతిపూర్ గ్రామంలోని కస్తుర్బా పాఠశాలలో(కే జీ బీ వీ) లో పదో తరగతి చదువుతున్న విద్యార్థులకు ఉచితంగా పరీక్ష ప్యాడ్స్ అందించడం జరిగింది ఈ సందర్భంగా ఫౌండేషన్ అధ్యక్షులు తుమ్మ రాజ్ కుమార్ మాట్లాడుతూ సరస్వతి మాత ఎక్కడ ఉంటుందో లక్ష్మీదేవి అక్కడ ఉంటుందని మనం చదువుకుంటే ఎక్కడికి వెళ్లినా బతుకగలమని అందుకని మనం మంచిగా చదివి మనల్ని కన్నా తల్లిదండ్రులకు మనకు చదువు చెప్పిన గురువులకు పేరు తీసుకురావాలని అన్నారు ప్రభుత్వ పాఠశాలలో చదివే విద్యార్థులకు మా ఫౌండేషన్ అన్ని విధాల సహయ సహకారాలు ఉంటాయని రానున్న రోజుల్లో ప్రతి ఒక్కరు ప్రభుత్వ స్కూల్లో చదివి మంచి ఉన్నతమైన చదువును చదవాలని మనస్ఫూర్తిగా కోరడం జరిగినది ఈ కార్యక్రమంలో ఫౌండేషన్ ప్రధాన కార్యదర్శి తుమ్మ నిశాంత్,దేవసాని సన్నీ,కరస్పాండెంట్ వీ.సప్న ఉపాధ్యాయులు పాల్గొన్నారు.

# నేటి యువత గూడెల్లి సృజనని ఆదర్శంగా తీసుకోవాలి

- సివిల్స్ ర్యాంకర్ కు జియంలు అభినందనలు
- రామగుండం-శ్రీ ఏరియా జనరల్ మేనేజర్ సుంకర మధుసూదన్, - అడ్రియాల ప్రాజెక్ట్ ఏరియా జనరల్ మేనేజర్ కొలిపాక నాగేశ్వరరావు

**రామగిరి, మార్చి 09(ది క్రైమ్ న్యూస్):-** ఇటీవల ప్రకటించిన యూపీఎస్సీ పరీక్ష ఫలితాలలో అఖిలభారత స్థాయిలో 55వ ర్యాంకును సాధించిన గూడెల్లి సృజన కు రామగుండం-శ్రీ ఏరియా జనరల్ మేనేజర్ సుంకర మధుసూదన్, అడ్రియాల ప్రాజెక్ట్ ఏరియా జనరల్ మేనేజర్ కొలిపాక నాగేశ్వరరావు లు అభినందనలు తెలియజేశారు. సోమవారం జిఎం కార్యాలయం నందు జరిగిన కార్యక్రమంలో ఆమె తల్లిదండ్రులు గూడెల్లి రాజేశం- రాణి లను జిఎంలు శాలువాతో సత్కరించి, పుష్పగుచ్ఛా నీ అందజేసి అభినందించారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ మన సింగరేణి ఉద్యోగి కూతురు సివిల్స్ లో ర్యాంక్ సాధించడం చాల సంతోషంగా ఉందని, భవిష్యత్తులో మరింత ఉన్నత స్థాయికి ఎదిగి దేశ సేవ చేయాలని ఆకాంక్షించారు. అలాగే నేటి యువత ఇలాంటి వారిని ఆదర్శంగా తీసుకోవాలని అన్నారు. తదుపరి సృజన తల్లిదండ్రులకు కార్పొరేట్ జనరల్ మేనేజర్ (పర్సనల్, ఐఆర్ అండ్ పియం) కవిత నాయుడు వారికి ఫోన్ చేసి అభినందలు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎస్వోటుజిఎంలు యం.రామ్మోహన్, బండి సత్య నారాయణ, విభాగాధిపతులు బి.టి.మురళీ కృష్ణ, బి.వి.సత్య నారాయణ, సుదర్శనం, సి.జె.సురేఖ, ఐలయ్య తో పాటు ఇతర అధికారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# అర్జీల పరిష్కారం సత్వరమే చేయాలి

## - జిల్లా కలెక్టర్ కోయ శ్రీ హర్ష

**పెద్దపల్లి ప్రతినిధి (ది క్రైమ్ న్యూస్):** అర్జీల పరిష్కారం సత్వరమే చేయాలని, ప్రజావాణి దరఖాస్తులకు అత్యంత ప్రాధాన్యతనిచ్చి అర్జీలను పెండింగ్ లో ఉంచకుండా పరిష్కరించాలని జిల్లా కలెక్టర్ కోయ శ్రీ హర్ష సంబంధిత అధికారులను ఆదేశించారు. సోమవారం ప్రజావాణి కార్యక్రమం సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ కోయ శ్రీ హర్ష, అదనపు కలెక్టర్ డి.వేణు తో కలిసి సమీకృత జిల్లా కలెక్టరేట్ లో ప్రజల నుండి దరఖాస్తులను స్వీకరించారు. సుల్తానాబాద్ పట్టణం మార్కండేయ కాలనీ కు చెందిన గంగాదేవి శ్రీనివాస్ దివ్యాంగ పెన్షన్ మంజూరు చేయాలని కోరుతూ దరఖాస్తు చేసుకోగా పీడీ డీఆర్డిఓ కు రాస్తూ అవసరమైన చర్యలు తీసుకోవాలని కలెక్టర్ తెలిపారు. భోజన్న పేట గ్రామానికి చెందిన ఆవుల వసంత తమ గ్రామంలో ఇంటి నిర్మాణం చేసుకుంటున్న సమయంలో నిర్మాణ పనులను కొందరు అనుమతి లేదంటూ అడ్డుకుంటున్నారని, ఇంటి నిర్మాణానికి అనుమతి మంజూరు చేయాలని కోరుతూ దరఖాస్తు చేసుకోగా జిల్లా పంచాయతీ అధికారి కు రాస్తూ విచారణ చేపట్టి నిబంధనల ప్రకారం చర్యలు తీసుకోవాలని కలెక్టర్ తెలిపారు. పెద్దపల్లి మండలం అందుగులపల్లి గ్రామానికి చెందిన సంపూర్ణ తమకు ఇందిరమ్మ ఇండ్లు మంజూరు అయిందని, బేస్మెంట్ వరకు నిర్మాణం చేసినప్పటికీ మొదటి విడత బిల్లు డబ్బులు రాలేదని ఇప్పించాలని కోరుతూ దరఖాస్తు చేసుకోగా పీడీ హౌసింగ్ కు రాస్తూ అవసరమైన చర్యలు తీసుకోవాలని కలెక్టర్ తెలిపారు. ప్రజావాణి కార్యక్రమంలో సంబంధిత జిల్లా అధికారులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# మానకొండూర్ నూతన ఎంఈఓగా దాసి శ్రీనివాస్

**ఐమానకొండూర్, మార్చి9(ది క్రైమ్ న్యూస్):** కరీంనగర్ జిల్లా మానకొండూర్ మండల విద్యాశాఖాధికారిగా దాసి శ్రీనివాస్ సోమవారం బాధ్యతలు స్వీకరించారు. మండల కేంద్రంలోని జిల్లా పరిషత్ బాలుర ఉన్నత పాఠశాల గెజిటెడ్ ప్రధానోపాధ్యాయుడిగా పనిచేస్తున్న శ్రీనివాస్ కు ఎంఈఓగా పూర్తి స్థాయి భాధ్యతలిస్తూ డిఈఓ ఉత్తర్వులు జారీ చేశారు. ఇప్పటి వరకు ఎంఈఓగా పనిచేసిన ఎం.మధుసూదనాచారి గత పదేళ్లుగా మండలంలో విద్యాభివృద్ధి, పాఠశాలల పురోగతి, విద్యార్థుల సంక్షేమానికి కృషితో విశేష సేవలందించారు. మండల విద్యాశాఖాధికారి కార్యాలయంలో నూతనంగా బాధ్యతలు చేపట్టిన శ్రీనివాస్‌కు కార్యాలయ సిబ్బంది, పలువురు ఉపాధ్యాయులు అభినందనలు తెలిపారు. అనంతరం శ్రీనివాస్ మాట్లాడుతూ మండలంలో ప్రభుత్వ పాఠశాలల ప్రమాణాలు పెంపొందించేందుకు కృషిచేస్తానని హామీ ఇచ్చారు.

# తిమ్మాపూర్ తహాశీల్దార్ కార్యాలయంలో ప్రజావాణి

**తిమ్మాపూర్, మార్చి9(ది క్రైమ్ న్యూస్):** కరీంనగర్ జిల్లా తిమ్మాపూర్ మండల కేంద్రంలోని తహాశీల్దార్ కార్యాలయంలో సోమవారం ప్రజావాణి కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. వివిధ గ్రామాల రైతులు, ప్రజలు తమ సమస్యల పరిష్కారానికి వినతి పత్రాలు సమర్పించగా, ప్రజావాణిలో స్వీకరించిన దరఖాస్తులను పరిశీలన చేసి ప్రజల సమస్యలను త్వరగా పరిష్కరించేందుకు కృషి చేస్తామని తహాశీల్దార్ కర్ర శ్రీనివాస్ రెడ్డి పేర్కొన్నారు. ఇక్కడ పరిష్కారం కాని సమస్యలను కలెక్టర్ దృష్టికి తీసుకెళ్లి పరిష్కారం చూపడం జరుగుతుందని తహాశీల్దార్ తెలిపారు. కార్యక్రమంలో ఎంపిడీవో మల్హోత్రా, పలు శాఖల అధికారులు పాల్గొన్నారు.

# మంథని డివిజన్‌లో పర్యటించనున్న రాష్ట్ర ఐటీ శాఖ మంత్రి

**●పలు అభివృద్ధి కార్యక్రమాలను ప్రారంభించి, శంకుస్థాపనలు చేయనున్న మంత్రి శ్రీధర్ బాబు**

**రామగిరి,మార్చి 09(ది క్రైమ్ న్యూస్):-** మంథని డివిజన్ లో రాష్ట్ర ఐటీ, పరిశ్రమలు, శాసనసభ వ్యవహారాల శాఖ మంత్రి దుద్దిళ్ళ శ్రీధర్ బాబు మంగళ, బుధవారం రెండు రోజులపాటు పర్యటించనున్నారు. మంగళవారం సాయంత్రం 5 గంటలకు మంథని మున్సిపాలిటీ నూతన పాలకవర్గం ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించే ప్రత్యేక సమావేశంలో పాల్గొననున్నారు. సాయంత్రం 6-30 నిమిషాలకు కాంగ్రెస్ పార్టీ ఆధ్వర్యంలో మంథని మున్సిపాలిటీకి నూతన కార్యవర్గం ఎన్నికైన సందర్భంగా గాంధీ చౌక్ లో ఏర్పాటుచేసిన విజయోత్సవ సభ లో ముఖ్యఅతిథిగా పాల్గొంటారు. అదేవిధంగా బుధవారం 11 గంటలకు పెద్దపెల్లిలోని రాధాకృష్ణ ఫంక్షన్ హాల్ లో తెలంగాణ ప్రభుత్వం ఆధ్వర్యంలో జిల్లా కలెక్టర్ ఆధ్వర్యంలో నిర్వహిస్తున్న ప్రజా పాలన- ప్రగతి ప్రణాళిక 99 రోజుల యాక్షన్ ప్లాన్ కు సంబంధించిన కార్యక్రమంలో ముఖ్యఅతిథిగా పాల్గొంటారు. మధ్యాహ్నం 4 గంటలకు మంథని మండలం గుమ్మునూరు గ్రామంలో 20 లక్షలతో నిర్మించిన గ్రామపంచాయతీ కార్యాలయాన్ని ప్రారంభోత్సవం చేయనున్నారు అదేవిధంగా 3 కోట్ల 75 లక్షలతో గుమ్మనూరు నుండి దంతలపల్లి మీదుగా కాకర్ల పల్లి వరకు నిర్మించనున్న బిటి రోడ్ శంకుస్థాపన చేయనున్నారు. సాయంత్రం 6 గంటలకు మంథని మున్సిపాలిటీ మజీద్ వద్ద తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం రంజాన్ సందర్భంగా మైనార్టీ ముస్లింలకు నిర్వహించే ఇఫ్తార్ విందు కార్యక్రమంలో పాల్గొననున్నారు. సాయంత్రం 7-30 నిమిషాలకు రామగిరి మండలంలోని సెంటనరీ కాలనీ జేఎన్టీయూ ఇంజనీరింగ్ కళాశాల వార్షికోత్సవంలో పాల్గొని అక్కడ టిసిఎస్ వారి ద్వారా వందమంది విద్యార్థులకు ఉచిత శిక్షణ ఇస్తూ వారికి ఉద్యోగ పత్రాలని ఇవ్వనున్నారు. ఆడిటోరియం, ఇతర అభివృద్ధి కార్యక్రమాలను ప్రారంభోత్సవం చేయనున్నారు.

# ఆత్మహత్య ప్రయత్నాన్ని అడ్డుకున్న ఎన్టిపిసి పోలీసులు

**- డయల్-100కు వచ్చిన సమాచారంపై వెంటనే చర్యలు**

**రామగుండం కమిషనరేట్ (ది క్రైమ్ న్యూస్):** రామగుండం పోలీస్ కమిషనరేట్ పెద్దపల్లి జోన్ ఎన్టీపీసీ పోలీస్ స్టేషన్ పరిధిలోని అంబేద్కర్ కాలనీలో నివసిస్తున్న ఘర్ష నర్మద భర్త కిరణ్ కుటుంబ కలహాల నేపథ్యంలో గోదావరి నదిలో దూకి ఆత్మహత్య చేసుకుంటానని చెప్పి మేడిపల్లి ఫిల్టర్ బెడ్ వైపు వెళ్తున్నట్లు డయల్-100 ద్వారా పోలీసులకు సమాచారం అందింది. సమాచారం అందుకున్న వెంటనే ఎన్టీపీసీ ఎస్ఐ ఉదయ్ కిరణ్ అప్రమత్తమై బ్లూ కోల్ట్ సిబ్బంది పీసీ శ్రీరామ్, హెచ్‌జీ రాజేష్‌లకు సమాచారం ఇచ్చారు. బ్లూ కోల్ట్ సిబ్బంది తక్షణమే సంఘటనా స్థలానికి చేరుకుని చాకచక్యంగా వ్యవహరించి ఆ మహిళను అదుపులోకి తీసుకుని ఆత్మహత్య ప్రయత్నాన్ని అడ్డుకున్నారు. పోలీసుల సత్వర స్పందనతో ఒక మహిళ ప్రాణాలు రక్షించబడ్డాయి. అనంతరం ఆమె భర్తను పోలీస్ స్టేషన్‌కు పిలిపించి ఎస్ఐ ఉదయ్ కిరణ్ కౌన్సెలింగ్ నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా సేవాభావంతో విధులు నిర్వహించి మహిళ ప్రాణాలను కాపాడిన బ్లూ కోల్ట్ సిబ్బందిని ఉన్నతాధికారులు అభినందించారు.

# క్రీడాశాఖపై ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి సమీక్ష

**హైదరాబాద్ (ది క్రైమ్ న్యూస్):** హాజరైన మంత్రులు వాకిటి శ్రీహరి, పొంగులేటి శ్రీనివాస్ రెడ్డి, సీఎం సలహాదారు వేం నరేందర్ రెడ్డి, స్పోర్ట్స్ అథారిటీ చైర్మన్ శివసేనా రెడ్డి, ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శి రామకృష్ణారావు, సిఎం ప్రిన్సిపల్ సెక్రటరీలు శ్రీనివాస రాజు, శేషాద్రి, స్పోర్ట్స్ అథారిటీ ఎండి డాక్టర్ సోనీ బాలదేవి, యంగ్ ఇండియా స్పోర్ట్స్ యూనివర్సిటీ వీసీ డాక్టర్ జి. కిషోర్, ఉన్నతాధికారులు. అంతర్జాతీయ ప్రమాణాలతో యంగ్ ఇండియా స్పోర్ట్స్ యూనివర్సిటీలో సౌకర్యాల కల్పన, అన్ని రకాల క్రీడలకు మైదానాల ఏర్పాటుపై చర్చ ఒలింపిక్స్ లక్ష్యంగా క్రీడాకారులకు శిక్షణ ఇచ్చేందుకు వీలుగా రాష్ట్రంలో అన్ని సౌకర్యాలతోపాటు స్పోర్ట్స్ యూనివర్సిటీ నిర్మాణాలు ఉండాలని సూచించిన సీఎం గచ్చిబౌలి ఔట్ డోర్ స్టేడియంను పునరుద్ధరించడంతోపాటు, స్టేడియం ఆవరణలో ఇండోర్ స్టేడియం, యూనివర్సిటీ కాంప్లెక్స్, హాస్టల్ భవనాలు, అన్ని రకాల క్రీడా మైదానాలు, శిక్షణకు అవసరమైన ఇతర సౌకర్యాలు ఉండేలా జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని సూచించిన సీఎం. నిర్మాణాలకు సంబంధించి పలు డిజైన్లను పరిశీలించిన సీఎం డిజైన్లకు సంబంధించి అధికారులకు పలు సూచనలు చేసిన సీఎం. ఒలంపిక్స్, కామన్ వెల్త్ క్రీడలకు తెలంగాణ ఆతిథ్యం ఇచ్చేలా, ఒలంపిక్స్ లో తెలంగాణ క్రీడాకారుల సత్తా చాటడమే లక్ష్యంగా ప్రణాళికలు సిద్ధం చేయాలని సూచించిన ముఖ్యమంత్రి. నగరంలోని ఎల్బీ స్టేడియం,కోట్ల విజయభాస్కర్ రెడ్డి స్టేడియం, సరూర్ నగర్ స్టేడియంలను భవిష్యత్ అవసరాలు, శిక్షణ, పోటీలకు అనుగుణంగా ఆధునీకరించాలని అధికారులను ఆదేశించిన సీఎం.

## రత్నాపూర్ లక్ష్మీనగర్ అభివృద్ధికి 1.50 కోట్లు

**- రామగుండం కోల్ మైన్ పర్యావరణ ప్రజా సేకరణలో లక్ష్మీనగర్ సమస్యలపై మట్ట రాజ్ కుమార్ ప్రస్తావన**

**- మంత్రి దుద్దిళ్ల శ్రీధర్ బాబు, కలెక్టర్ కోయ శ్రీ హర్ష, తొట్ల తిరుపతి యాదవ్ కి కృతజ్ఞతలు**

**రామగిరి, మార్చి 09(ది క్రైమ్ న్యూస్):-** రామగిరి మండలం రత్నాపూర్ గ్రామం (లక్ష్మీనగర్ హ్యాబిటేషన్)లో పునరావాసం పొందిన కుటుంబాలకు ప్రాథమిక సౌకర్యాలు కల్పించేందుకు ?1.50 కోట్లతో అభివృద్ధి పనులకు పరిపాలనా అనుమతి మంజూరు కావడం పట్ల స్థానిక ప్రజలు హర్షం వ్యక్తం చేశారు. ఈ నిధులు డిఎంఎఫ్టీ ద్వారా 2025--26 ఆర్థిక సంవత్సరానికి కేటాయించబడటం లక్ష్మీనగర్ ప్రజలకు ఎంతో ఉపయోగకరంగా ఉంటుందని తెలిపారు.ఈ నిధులతో లక్ష్మీనగర్‌లో సీసీ రోడ్లు, సీసీ డ్రైన్లు, తాగునీటి కనెక్షన్లు, విద్యుత్ కనెక్షన్లు ఏర్పాటు చేయనున్నారు.ఇటీవల జరిగిన రామగుండం కోల్ మైన్ పర్యావరణ ప్రజా సేకరణలో లక్ష్మీనగర్ ప్రజల సమస్యలను ప్రస్తావించిన నేపథ్యంలో ఈ అభివృద్ధి పనులకు నిధులు మంజూరు కావడం పట్ల ఆనందం వ్యక్తం చేస్తున్నట్లు రత్నాపూర్ గ్రామ సర్పంచ్ అభ్యర్థి మట్ట రాజ్ కుమార్ తెలిపారు.రత్నాపూర్ లక్ష్మీనగర్ అభివృద్ధికి ప్రత్యేక చొరవతో నిధులు మంజూరు చేయించిన తెలంగాణ రాష్ట్ర ఐటి & పరిశ్రమల శాఖ మంత్రి దుద్దిళ్ల శ్రీధర్ బాబు కి, పరిపాలనా అనుమతి ఇచ్చిన పెద్దపల్లి జిల్లా కలెక్టర్ కోయ శ్రీ హర్ష కి మంథని బ్లాక్ కాంగ్రెస్ అధ్యక్షులు తొట్ల తిరుపతి యాదవ్ , రామగిరి మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షులు రొడ్డ బాపన్న,రత్నాపూర్ గ్రామ సర్పంచ్ అభ్యర్థి మట్ట రాజ్ కుమార్ ప్రత్యేక ధన్యవాదాలు తెలిపారు.

## శరీరం హైడ్రేటెడ్‌గా ఉండాలంటే వీటిని తప్పక తీసుకోవాలి.. లేదంటే కష్టాలు కొని తెచ్చుకున్నట్లే!

ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే ప్రతిరోజు సరిపడా నీళ్లు తాగాలని ప్రత్యేకంగా చెప్పనవసరం లేదు. కానీ రోజువారీ పనుల్లోపడి నీటిని సమృద్ధిగా నీళ్లు తాగరు. రోజంతా గడిచిన తర్వాత ఎక్కువ నీరు తాగలేదనే విషయం గుర్తుండి. కాని ఇలా మళ్లీ మళ్లీ జరిగితే, మీరు పెద్ద ఇబ్బందుల్లో పడతారు. అందుకే రోజంతా తగినంత నీరు త్రాగాలని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. ముఖ్యంగా వేసవిలో శరీరంలో నీటి శాతాన్ని పెంచడానికి, నీటి శాతం ఎక్కువగా ఉండే కొన్ని రకాల పండ్లు, కూరగాయలను కూడా తినవచ్చు. అవసరమైతే, పండ్ల రసాలు కూడా తాగవచ్చు. ప్రతిరోజూ ఉదయం నిద్రలేచిన తర్వాత 1 గ్లాసు నీరు తాగడం అలవాటు చేసుకోవాలి. రోజులో ప్రతి భోజనానికి కనీసం అరగంట ముందు ఒక గ్లాసు నీరు త్రాగాలి. ఇలా చేస్తే ఆహారం జీర్ణమవడంతోపాటు ఆహారంలోని పోషకాలు సమృద్ధిగా శరీరానికి అందుతాయి. నిమ్మకాయ-పుదీనా లేదా దోసకాయ-తులసి ఆకులతో తయారు చేసిన నీటిని కూడా త్రాగవచ్చు. నీటి రుచి మారడంతో, మళ్లీ మళ్లీ నీరు తాగాలనే విషయం మీరు గుర్తుంచుకుంటారు. మొదట్లో కాస్త కష్టంగా అనిపించినా క్రమంగా అది అలవాటుగా మారుతుంది. ఇది మీ శరీరాన్ని హైడ్రేట్ గా ఉంచడంలో సహాయపడుతుంది. అనేక వ్యాధుల నుంచి తెలిగ్గా బయటపడవచ్చు. శరీరం హైడ్రేట్ గా ఉండాలంటే తాజా పండ్లు తినాలి. ఎండాకాలం వచ్చిందంటే చాలు పుచ్చకాయలు మార్కెట్లో అధికంగా దొరుకుతాయి. ప్రతిరోజూ కొన్ని పుచ్చకాయ ముక్కలు తినడానికి ప్రయత్నించాలి. పుచ్చకాయలలోని పోషకాలు శరీరంలో నీటి కొరతను తీరుస్తుంది. పంటినొప్పికి.. ఇంటి చిట్కాలు పంటినొప్పి.. భరించలేని సమస్య. దాని ప్రభావం ముఖం, తలమీద కూడా ఉంటుంది. కారణం ఏదైనా పంటినొప్పికి మనవాళ్లు ఇంటిచిట్కాలకే ప్రాధాన్యం ఇస్తారు.

## మీ చర్మం ఆరోగ్యంగా ఉండడంతోపాటు ముఖ సౌందర్యం పెరగాలంటే.. రోజూ ఈ పండ్లను తినాలి..!

చర్మం మృదువుగా,తేమగా ఉండడంతోపాటు సురక్షితంగా ఉండాలని, కాంతివంతంగా మారి మెరవాలని చాలా మంది కోరుకుంటుంటారు. అందులో భాగంగానే చర్మ సంరక్షణకు అనేక మార్గాలను అనుసరిస్తుంటారు. కొందరు బ్యూటీ పార్లర్ చికిత్సలను తీసుకుంటారు. ఇంకా కొందరు ఇంట్లోనే పలు చిట్కాలను పాటిస్తుంటారు. అయితే చర్మ సౌందర్యం, సంరక్షణ కోసం ఆయా చికిత్సలను, చిట్కాలను పాటించడం సరైందే అయినప్పటికీ ఆహారం విషయంలోనూ మార్పులు చేసుకోవాల్సి ఉంటుంది. మనం తినే ఆహారం సరిగ్గా ఉంటేనే చర్మం ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. చర్మ సంరక్షణకు ఆహారం కూడా చాలా ముఖ్యమైందే అన్న విషయాన్ని అందరూ గుర్తుంచుకోవాలి. ఈ క్రమంలోనే పలు రకాల పండ్లను రోజువారి ఆహారంలో భాగం చేసుకుంటే దాంతో చర్మాన్ని సురక్షితంగా ఉంచుకోవచ్చు. ఇక ఆ పండ్లు ఏమిటో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం. **బెర్రీలు, సిట్రస్ ఫలాలు..** స్ట్రాబెర్రీలు, బ్లూబెర్రీలు, రాస్ప్ బెర్రీల వంటి బెర్రీ పండ్లను రోజూ తింటుంటే చర్మాన్ని సురక్షితంగా ఉంచుకోవచ్చు. ఈ పండ్లలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లతోపాటు విటమిన్ సి అధిక మొత్తంలో ఉంటుంది. ఇవి చర్మాన్ని దృఢంగా మార్చి యవ్వనంగా ఉండేలా చేస్తాయి. ఈ పండ్లలో ఉండే యాంటీ ఆక్సిడెంట్ల వల్ల ఫ్రీ ర్యాడికల్స్ తొలగిపోతాయి. దీని వల్ల కణాలకు జరిగే నష్టం నివారించబడుతుంది. దీంతో వృద్ధాప్య ఛాయలు రాకుండా అడ్డుకోవచ్చు. చర్మం మృదువుగా మారి కాంతివంతంగా ఉంటుంది. యవ్వనంగా కనిపిస్తారు. అలాగే సిట్రస్ జాతికి చెందిన నిమ్మ, నారింజ వంటి పండ్లను కూడా తినాలి. ఈ పండ్లలోనూ విటమిన్ సి అధికంగా ఉంటుంది. ఇది కొల్లాజెన్ ఉత్పత్తికి సహాయం చేస్తుంది. దీని వల్ల చర్మం సాగే గుణాన్ని పొందుతుంది. ముఖంపై ఉండే ముడతలు తగ్గిపోతాయి. ఈ పండ్లను తింటుంటే చర్మం కాంతివంతంగా మారుతుంది. ముఖంపై ఉండే నల్లని మచ్చలు, మొటిమలు తొలగిపోతాయి. చర్మం సురక్షితంగా ఉంటుంది. **బొప్పాయి పండు..** బొప్పాయి పండు మనకు ఏడాది పొడవునా అన్ని సీజన్లలోనూ అందుబాటులో ఉంటాయి. ఈ పండు మన చర్మానికి ఎంతో మేలు చేస్తాయి. ఈ పండ్లలో పపైన్ అనే ఎంజైమ్ ఉంటుంది. ఇది ఎక్స్‌ఫోలియేటింగ్ గుణాలను కలిగి ఉంటుంది. కనుక చర్మంపై ఉండే మృతకణాలు తొలగిపోతాయి. బొప్పాయి పండ్లలో ఉండే విటమిన్లు ఎ, సి, ఇ వల్ల మొటిమలు తగ్గి చర్మం కాంతివంతంగా మారుతుంది. నల్లని మచ్చలు తొలగిపోతాయి. బొప్పాయిలో ఉండే యాంటీ ఇన్ ఫ్లామేటరీ గుణాల వల్ల చర్మ వాపులు తగ్గిపోతాయి. చర్మం ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. దానిమ్మ పండ్లను తింటున్నా కూడా చర్మానికి మేలు జరుగుతుంది. ఈ పండ్లలో పాలిఫినాల్స్‌తోపాటు యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి సూర్యుని నుంచి వచ్చే అతినీలలోహిత కిరణాల బారి నుంచి చర్మాన్ని రక్షిస్తాయి. ఈ పండ్లలో యాంటీ ఏజింగ్ గుణాలు ఉంటాయి. కనుక వీటిని తింటే వృద్ధాప్య ఛాయలు తగ్గుతాయి. యవ్వనంగా కనిపిస్తారు. ముఖ సౌందర్యం పెరుగుతుంది. **అరటి పండ్లు..** అరటి పండ్లలో పొటాషియం అధికంగా ఉంటుంది. ఇది చర్మానికి కావల్సిన తేమను అందిస్తుంది. ఈ పండ్లలో విటమిన్లు ఎ, బి, ఇ అధికంగా ఉంటాయి. కనుక అరటి పండ్లను తింటే పొడి చర్మం ఉన్నవారికి మేలు జరుగుతుంది. అరటి పండ్లను ఫేస్ ప్యాక్‌గా కూడా ఉపయోగించవచ్చు. దీంతో ముఖానికి కావల్సిన తేమ, మృదుత్వం లభిస్తాయి. ముఖం కాంతివంతంగా మారి మెరుస్తుంది. పుచ్చకాయలు, కిరోస్‌లను కూడా తరచూ ఆహారంలో భాగం చేసుకోవాలి. వీటిల్లో నీరు అధిక మొత్తంలో ఉంటుంది. ఇది చర్మానికి కావల్సిన తేమను అందించి చర్మం సురక్షితంగా, ఆరోగ్యంగా ఉండేలా చేస్తుంది. వీటిల్లో విటమిన్లు ఎ, సి సమృద్ధిగా ఉంటాయి. అందువల్ల ఇవి చర్మాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచుతాయి. ఎల్లప్పుడూ యవ్వనంగా కనిపించాలంటే వీటిని తరచూ తింటుండాలి. అదేవిధంగా ద్రాక్ష పండ్లను తింటున్నా కూడా చర్మానికి మేలు జరుగుతుంది. ఈ పండ్లలో రెస్వెరెట్రాల్ అనే సమ్మేళనం ఉంటుంది. ఇది శక్తివంతమైన యాంటీ ఆక్సిడెంట్‌గా పనిచేస్తుంది. చర్మాన్ని సూర్య కిరణాల బారి నుంచి రక్షిస్తుంది. చర్మం ఆరోగ్యంగా ఉండేలా చేస్తుంది. ఇలా ఆయా పండ్లను రోజూ తింటుంటే చర్మం ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. కాంతివంతంగా మారి మెరుస్తుంది. వృద్ధాప్య ఛాయలు రాకుండా యవ్వనంగా ఉంటారు.

## రాత్రి పూట మీరు తినే ఆహారంలో వీటిని చేర్చుకోండి.. అధిక బరువును సులభంగా తగ్గించుకోవచ్చు..

అధికంగా బరువు ఉన్నవారు రాత్రి పూట భోజనాన్ని త్వరగా ముగిస్తుంటారు. రాత్రి పూట తినే ఆహారంలో చపాతీలను చేర్చుకుంటారు. అంతే కాదు రాత్రి పూట ఆహారాన్ని తక్కువగా తింటారు. ఇలా బరువు తగ్గాలనుకునే వారు రాత్రి భోజనం పట్ల అనేక జాగ్రత్తలను పాటిస్తుంటారు. అయితే బరువు తగ్గాలంటే పలు ఆహారాలు ముఖ్య పాత్ర పోషిస్తాయి. సరైన పోషకాలు ఉండే ఆహారాలను తింటే బరువు తగ్గడం తేలికవుతుంది. ఈ క్రమంలోనే రాత్రి పూట కొన్ని రకాల ఆహారాలను తీసుకోవడం వల్ల సులభంగా బరువు తగ్గుతారు. వీటిల్లో అనేక పోషకాలు ఉంటాయి కనుక ఇతర ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు కూడా కలుగుతాయి. అధిక బరువు తగ్గాలనుకునే ప్రణాళికలో ఉన్న వారు రాత్రి పూట ఈ ఆహారాలను తీసుకుంటే ఎంతో మేలు జరుగుతుంది. స్కిన్‌లెస్ చికెన్, చేపలు, కూరగాయలు...రాత్రి పూట ఆహారంలో స్కిన్ లెస్ చికెన్ తినవచ్చు. ఇది అద్భుతమైన ప్రోటీన్లను అందిస్తుంది. అలాగే రాత్రి పూట ఆహారంలో చేపలను తింటున్నా మేలు జరుగుతుంది. చేపల్లో ఒమేగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్లు ఉంటాయి. ఇవి బరువు తగ్గేందుకు సహాయం చేస్తాయి. సోయా టోఫులో వృక్ష సంబంధ ప్రోటీన్లు అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి శరీరానికి శక్తిని అందించి దంతోపాటు బరువు తగ్గేందుకు దోహదం చేస్తాయి. పప్పు దినుసులు, శనగలను తింటున్నా కూడా ఫలితం ఉంటుంది. వీటిల్లో ఫైబర్, ప్రోటీన్లు అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి బరువు తగ్గేలా చేస్తాయి. పిండి పదార్థాలు చాలా తక్కువగా ఉండే కూరగాయలను రాత్రి పూట తినాల్సి ఉంటుంది. పాలకూర, బ్రోకలీ, కాలిఫ్లవర్, మొలకలు, క్యాప్సికం, పుట్ట గొడుగులు, గ్రీన్ బీన్స్ వంటి ఆహారాలను రాత్రి పూట తింటుంటే మేలు జరుగుతుంది.కినోవా, బ్రౌన్ రైస్.. సంక్లిష్టమైన పిండి పదార్థాలు ఉండే ఆహారాలను తింటున్నా కూడా ఉపయోగం ఉంటుంది. కినోవా, బ్రౌన్ రైస్, చిలగడదుంపలు వంటి వాటిల్లో సంక్లిష్టమైన పిండి పదార్థాలు ఉంటాయి. ఇవి రక్తంలో గ్లూకోజ్‌గా మారేందుకు సమయం పడుతుంది. పైగా వీటిని కాస్త తిన్నా చాలు, వీటిల్లో ఉండే ఫైబర్ కారణంగా కడుపు నిండిన భావన కలుగుతుంది. ఎక్కువ సేపు ఉన్నా ఆకలి వేయదు. దీంతో ఆహారం తక్కువగా తింటారు. ఇలా ఇవి బరువు తగ్గేందుకు సహాయం చేస్తాయి. ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు ఉండే ఆహారాలను కూడా రాత్రి పూట తినవచ్చు. అవకాడో, బాదంపప్పు, వాల్ నట్స్, చియా సీడ్స్‌ను రాత్రి పూట తినవచ్చు. అలాగే ఆలివ్ ఆయిల్‌ను కూడా తీసుకోవచ్చు. ఇవన్నీ రాత్రి పూట తీసుకోదగిన ఆహారాలు. అలాగే బరువు తగ్గేందుకు కూడా ఇవి ఎంతగానో దోహదం చేస్తాయి. ఈ కాంబినేషన్ ట్రై చేయండి.. రాత్రిపూట ఆహారంలో చేపలను, కూరగాయలను కలిపి కాంబినేషన్‌లో తినవచ్చు. లేదా చికెన్, వెజిటబుల్ సలాడ్, ఫ్రూట్ సలాడ్ వంటి వాటిని కలిపి తీసుకోవచ్చు. బ్రౌన్ రైస్, వెజిటబుల్ సూప్‌ను కలిపి తీసుకోవచ్చు. సోయా టోఫు, కూరగాయలను కలిపి కూడా తినవచ్చు. ఇలా రాత్రి పూట భోజనాన్ని ప్లాన్ చేసుకోవచ్చు. అయితే ఆరోగ్యకరమైన ఆహారాలను తిన్నప్పటికీ వీటిని రాత్రి పూట తక్కువ మోతాదులోనే తినాలి. ఇతర ఆహారాలతో పోలిస్తే ఇవి బరువు తగ్గేందుకు మనకు ఎంతో ఉపయోగపడతాయి. కానీ ఎక్కువ మోతాదులో మాత్రం తినకూడదు. ఇక రాత్రి పూట భోజనాన్ని వీలైనంత త్వరగా తినేయాల్సి ఉంటుంది. భోజనానికి, నిద్రకు మధ్య కనీసం 2 నుంచి 3 గంటల వ్యవధి ఉండేలా చూసుకోవాలి. చక్కెర ఉండే ఆహారాలు, ప్రాసెస్ ఫుడ్స్, శీతల పానీయాలను తాగకూడదు. ఇలా ఆహారపు అలవాట్లను పాటిస్తుంటే అధిక బరువును చాలా తేలిగ్గా తగ్గించుకోవచ్చు.

# వ్యాపారం

## మార్కెట్‌ను శాసిస్తున్న ఈవీ కార్లు. స్పీడ్ అండ్ లుక్స్‌లో వీటికి ఏవీ సాటిరావంతే

రిమాక్ నెవెరా సూపర్ ఈవీ కారు ఎలక్ట్రిక్ మోటార్లు 1,914 బీహెచ్‌పీ పవర్‌తో వస్తుంది. ఈ కారు 2,360 ఎన్ఎం టార్క్ ఉత్పత్తి చేస్తుంది. ఈ కారు కేవలం 1.74 సెకన్లలో 0-100 కిలోమీటర్ల వేగాన్ని అందుకుంటుంది. అలాగే ఈ కారు 415 కిలోమీటర్ల గరిష్ట వేగాన్ని అందుకుంటుంది. రిమాక్ ఆటోమొబిలిటీకు సంబంధించిన క్రొయేషియన్ కార్ కంపెనీ ఈ కారు తయారు చేస్తుంది. పినిన్ఫారినా బాటిస్టా ఈవీ కారు 1877 బీహెచ్‌పీ పవర్, 2,300 ఎన్ఎం టార్క్ ఉత్పత్తి చేస్తుంది. ఈ కారు కేవలం 1.89 సెకన్లలో 0-100 కిలోమీటర్ల వేగాన్ని అందుకుంటుంది. అలాగే ఈ కారు గరిష్ట వేగం 350 కిలోమీటర్లుగా ఉంటుంది. ఈ కారు బ్యాటరీ ప్యాక్ రిమాక్ ద్వారా సరఫరా చేస్తుంది. ఈ కారు మొత్తం కార్బన్ ఫైబర్తో తయారు చేశారు. పినిన్ఫారినా బాటిస్టా ఓ స్టైలిష్ కారు అని ప్రపంచవ్యాప్తంగా పేరుంది. అమెరికన్ ఈవీ కార్ మేకర్ అయిన లూసిడ్ లూసిడ్ ఎయిర్ సఫైర్ పేరుతో మొట్టమొదటి ఈవీ కారును రిలీజ్ చేసింది. టెస్లా మోడల్ ఎస్‌కు పోటీగా ఈ కారును రిలీజ్ చేశారు. ఈ కారులో ఉండే శక్తివంతమైన ఎలక్ట్రిక్ మోటార్‌తో 1,234 బీహెచ్‌పీ పవర్, 1,939 ఎన్ఎం టార్క్ న్ను ఉత్పత్తి చేస్తుంది. ఈ కారు కేవలం 1.89 సెకన్లలో 0-100 కిలోమీటర్ల వేగాన్ని అందుకుంటుంది. అలాగే ఈ కారు 330 కిలో మీటర్ల గరిష్ట వేగంతో దూసుకుపోతుంది. పోర్ష్ టైకాన్ టర్బో జీటీ అనేది టైకాన్‌కు సంబంధించిన విప్లవాత్మక ఎడిషన్ టర్బో జీటీ కారు 1,019 బీహెచ్‌పీ పవర్‌తో 1,340 ఎన్ఎం టార్క్‌ను ఉత్పత్తి చేస్తుంది. ఈ కారు కేవలం 2.1 సెకన్లలో 0-100 కిలోమీటర్ల వేగాన్ని అందుకుంటుంది. అలాగే ఈ కారు గంటకు 305 కిలో మీటర్ల వేగంతో దూసుకుపోతుంది. టెస్లా మోడల్ ఎస్ టెస్లాస్‌కు చెందిన ప్లాయిడ్ వెర్షన్ 1,020 బీహెచ్‌పీ పవర్‌తో 1,420 ఎన్ఎం టార్క్ ఉత్పత్తి చేస్తుంది. ఇది కేవలం 2.1 సెకన్లలో 0-100 కిలో మీటర్ల వేగాన్ని అందుకుంటుంది. ఈ కారు గరిష్టంగా 320 కిలోమీటర్ల వేగంతో దూసుకుపోతుంది.

## ద్విచక్ర వాహనాదారులకు పండగే.. ఏప్రిల్‌లో ఆ టూ-వీలర్స్ లాంచ్

కొత్తగా బైక్ లేదా స్కూటర్ కొనాలనుకునే వారు ప్రతి నెలా ఏయే మోడల్స్ బైక్లు, స్కూటర్ లాంచ్ అవుతాయో? ఎదురుచూస్తూ ఉంటారు. ముఖ్యంగా ప్రతి ఏడాది మార్చి వరకూ కొత్త బైక్స్‌ను ఎవరూ కొనడానికి ఇష్టపడరు. పాత ఇంజిన్ తయారీ సంవత్సరంతో వస్తుందనే భయంతో ఆ జోలికి వెళ్లరు. అయితే ఏప్రిల్ నుంచి ఇంజిన్ తయారీ సంవత్సరం అప్‌డేట్ అవుతందనే ఉద్దేశంతో కొనుగోళ్లకు ఆసక్తి చూపుతూ ఉంటారు. ఈ నేపథ్యంలో ఏప్రిల్ నెలలో బైక్ తయారీ కంపెనీలు కూడా సరికొత్త బైక్స్‌ను లాంచ్ చేస్తూ ఉంటాయి. మారుతున్న టెక్నాలజీ నేపథ్యంలో ఎలక్ట్రిక్ స్కూటర్లను ప్రజలు ఇష్టపడుతున్నారు. కాబట్టి ఈ నెలలో వాటి లాంచ్‌లు కూడా ఆకట్టుకుంటున్నాయి. కాబట్టి ఏప్రిల్‌లో లాంచ్ అయ్యే ఎలక్ట్రిక్ స్కూటర్లతో పాటు బైక్‌ల గురించి వివరాలను తెలుసుకుందాం. ఆంపియర్ ఎన్ఎక్స్‌జీ ఎలక్ట్రిక్ ఏప్రిల్‌లోనే లాంచ్ అయ్యే అవకాశం ఉంది. ఈ స్కూటర్ తక్కువ నిర్వహణతో అసాధారణమైన పనితీరును అందిస్తుంది. ఈ స్కూటర్‌ను ఒకే ఛార్జ్‌పై 100-120 కిలోమీటర్ల మైలేజ్ అందిస్తుంది. అందువల్ల ఆంపియర్ ఎన్ఎక్స్‌జీ పట్టణ ప్రజలకు అనువుగా ఉండేలా రూపొందించారు. వినూత్న ఎలక్ట్రిక్ ద్విచక్ర వాహనాలకు ప్రసిద్ధి చెందిన ఏథర్‌కు చెందిన ఏథర్ రిజ్టా కూడా ఈ నెలలో లాంచ్ చేస్తున్నారు. సొగసైన డిజైన్, ఆకట్టుకునే పనితీరు సామర్థ్యాలతో ఈ-స్కూటర్ ప్రీమియం ఎలక్ట్రిక్ మోటార్‌సైకిళ్ల ప్రమాణాలను పునర్నిర్వచించటానికి సెట్ చేస్తుంది. ఈ స్కూటర్ ఇది రైడర్‌లకు మునుపెన్నడూ లేని విధంగా అద్భుతమైన అనుభూతిని అందిస్తుంది. బీఎండబ్ల్యూ ఆర్ 1300 జీఎస్ కూడా ఈ ఏప్రిల్‌లో భారతీయ మార్కెట్‌లో లాంచ్ అయ్యే అవకాశం ఉంది. ఈ బైక్ అడ్వెంచర్ టూర్స్ కోరుకునే వాళ్లను ఆకర్షిస్తుంది. రైడింగ్‌లో థ్రిల్ కోరుకునే ఈ బైక్ మంచి రైడింగ్ అనుభవాన్ని అందిస్తుంది. బజాజ్ కంపెనీ కూడా పవర్-ప్యాక్డ్ పల్సర్ 400ని ఈ నెలలోనే విడుదల చేసే అవకాశం ఉంది. అడ్రినలిన్-పంపింగ్ పనితీరుతో పల్సర్ 400 సెగ్మెంట్‌లో కొత్త బెంచ్‌మార్క్‌లను సెట్ చేయడానికి సిద్ధంగా ఉంది. ఇది రైడర్‌లకు ఉత్తేజకరమైన ప్రయాణాన్ని అందిస్తుంది. కేటీఎం, రాయల్ ఎన్‌ఫీల్డ్ (ఊహిస్తున్న క్లాసిక్ 350 బాబర్‌తో), సుజుకి జీఎస్ఎక్స్-8ఎస్‌ను ఏప్రిల్ నెలలోనే ఆవిష్కరించే అవకాశం ఉందని నిపుణులు వివరిస్తున్నారు.

## ఈ కంపెనీ గురించి తక్కువ మందికి తెలుసు! దీని షేర్ ఎంత లాభమో తెలుసా?

గ్లోబల్ వీసా ప్రాసెసింగ్, పౌరులకు ప్రభుత్వం అందించే సేవల అవుట్‌సోర్సింగ్ సర్వీసులు.. ఇవన్నీ అవుట్ సోర్సింగ్ మార్కెట్ లో ఓ భాగం. ఈ సెక్టార్ కు సంబంధించి ఏకైక లిస్టెడ్ కంపెనీ ఇంటర్నేషనల్. ఈ వ్యాపారానికి ఎక్కువ ఆస్తులు, మూలధనం అవసరం లేదు. నగదు ఉత్పత్తి బలంగా ఉంటుంది. ఇక వృద్ధి కోసం ఎక్కువ డబ్బును వెచ్చించాల్సిన అవసరం లేదు. వీటన్నింటితో పాటు, ప్రయాణ రంగంలో గ్లోబల్ రికవరీని దృష్టిలో ఉంచుకుని చూస్తే.. ఇది బలమైన సంస్థ. 2005వ సంవత్సరంలో పోర్చుగల్ రాయబార కార్యాలయానికి సేవలను అందించడం ప్రారంభించింది. కంపెనీ వ్యాపారం ఇలా ప్రారంభమైంది. మార్కెట్ వాటా ప్రయాణాల పెరుగుదల, మేజర్ కాంట్రాక్టుల రెన్యువల్ తో మెరుగుపడుతుందని భావిస్తున్నారు. అభివృద్ధిని ప్రోత్సహించడానికి, కంపెనీ ప్రభుత్వం నుండి పౌరుల సేవలు అంటే బ్యాంకింగ్ కరస్పాండెన్స్.. అంటే వ్యాపారంలోకి విస్తరిస్తోంది. వీసా ప్రాసెసింగ్, కాన్సులర్.. అంటే వ్యాపారం.. అసెట్ లైట్ లాంటిది. అంటే, ఆస్తుల కోసం పెద్దగా ఖర్చు చేయాల్సిన అవసరం లేదు. మరి ఈ కంపెనీ తక్కువ మందికే తెలిసినా.. దీని షేర్ ఎంత లాభమో తెలుసుకోవాలంటే ఈ వీడియో చూడాల్సిందే.

# బ్యాంకింగ్ సమస్యలు వేధిస్తున్నాయా..?

## వారికి ఫిర్యాదు చేస్తే వెంటనే పరిష్కారం

ఇటీవల కాలంలో బ్యాంకింగ్ కస్టమర్లు విపరీతంగా పెరిగారు. కస్టమర్లు తరచుగా అనేక సవాళ్లను ఎదుర్కొంటారు. వారి ఫిర్యాదులను సత్వరమే పరిష్కరించాలని కోరుకుంటారు. ఏటీఎం ఉపసంహరణలు, బౌన్స్ అయిన చెక్కులు, కనీస నిల్వలను నిర్వహించడంలో వైఫల్యం వంటి సేవలకు బ్యాంకులు విధించే అధిక రుసుములను కస్టమర్లు తరచుగా ఉదహరించే సాధారణ ఫిర్యాదులు ఉన్నాయి. కొన్ని ఫిర్యాదులు వ్యక్తిగత బ్యాంకులకు అంతర్గతంగా ఉంటాయి. బ్యాంకింగ్ ఇన్నర్ సర్కిల్స్ నుంచి పరిష్కారం అవసరం. ఇది సరిపోని కస్టమర్ సేవ వంటి సమస్యలను కలిగి ఉండవచ్చు. ఖాతాదారులు తరచూ బ్యాంకులు అందించిన సబ్‌పార్ కస్టమర్ సేవ గురించి బాధపడుతున్నారు. సుదీర్ఘ నిరీక్షణతో పాటు కస్టమర్ కేర్ నుంచి సరైన స్పందన రాకపోవడం వల్ల ఎవరికి చెప్పుకోవాలో? తెలియక ఇబ్బందిపడుతూ ఉంటారు. ఈ నేపథ్యంలో బ్యాంకింగ్ సమస్యలపై ఎవరికి ఫిర్యాదు చేసుకోవాలో? ఓ సారి తెలుసుకుందాం. అనధికారిక లావాదేవీలు, ఫిషింగ్, గుర్తింపు దొంగతనంతో సహా అనేక మోసపూరిత కార్యకలాపాలు కస్టమర్ల ద్వారా నివేదించారు. అదనంగా ఆలస్యమైన లేదా విజయవంతం కాని లావాదేవీలు, సరికాని బ్యాలెన్స్ డిస్‌ప్లేలు మరియు సిస్టమ్ లోపాలు వంటి ఆన్‌లైన్ బ్యాంకింగ్ సేవల్లో ఎదురయ్యే సాంకేతికపరమైన చిక్కులకు ఫిర్యాదులు విస్తరించాయి. అధిక వడ్డీ రేట్లు విధించడం, వెల్లడించని రుసుములు విధించడం, అయాచిత రుణాలను అందించడం వంటి బ్యాంకుల ద్వారా అన్యాయమైన రుణ విధానాలపై కస్టమర్లు ఫిర్యాదులు చేశారు. బీమా పాలసీలు, మ్యూచువల్ ఫండ్‌లు, క్రెడిట్ కార్డ్‌లతో సహా ఆర్థిక ఉత్పత్తులపై బ్యాంకులు తప్పుగా సూచించడంపై అనేక మంది కస్టమర్‌లు ఫిర్యాదులు చేశారు. ఇందులో నిబంధనలు మరియు షరతులకు సంబంధించిన పూర్తి సమాచారం అందించబడలేదు. భారతదేశంలో రిజర్వ్ బ్యాంక్ ఆఫ్ ఇండియాకు సంబంధించిన అంబుడ్స్‌మన్‌కి ఫిర్యాదు చేయడం, దాని స్థితిని పర్యవేక్షించడం సూటిగా, అప్రయత్నంగా మారింది. అంబుడ్స్‌మన్ నుంచి సహాయం కోరే ముందు మొదట సంబంధిత బ్యాంకులో ఫిర్యాదును దాఖలు చేయడం తప్పనిసరి అని కస్టమర్‌లు తెలుసుకోవాలి. ఫిర్యాదు చేసిన 30 రోజులలోపు బ్యాంకు నుంచి ఎలాంటి స్పందన రాకపోతే లేదా ఫిర్యాదు పూర్తిగా లేదా పాక్షికంగా బ్యాంకు తిరస్కరిస్తే తదుపరి చర్య కోసం దానిని అంబుడ్స్‌మన్‌కు పంపవచ్చు. ఫిర్యాదు ఇలా ఏదైనా బ్యాంక్ ఎన్‌బీఎఫ్‌సీ లేదా చెల్లింపు సిస్టమ్ పార్టిసిపెంట్‌పై మీ ఫిర్యాదును సంబంధిత ఎంటిటీ తిరస్కరిస్తే లేదా మీకు సంతృప్తికరంగా పరిష్కరించకపోతే మీరు ఇప్పుడు ఆర్‌బీఐ వెబ్‌సైట్‌లోని సీఎంఎస్‌కు ఫిర్యాదు చేయాలి. అనుకూలమైన ఆన్‌లైన్ ఫిర్యాదు దాఖలు, ట్రాకింగ్, అప్పీళ్ల ప్రారంభానికి ఏకీకృత ప్లాట్‌ఫారమ్‌ను అందిస్తుంది. సీఎంఎస్ ప్లాట్‌ఫారమ్‌లో నమోదు చేసిన అన్ని ఫిర్యాదులు ఆర్‌బీఐ అంబుడ్స్‌మన్‌కు సంబంధించిన కార్యాలయానికి లేదా ఆర్‌బీఐకు సంబంధించిన ప్రాంతీయ కార్యాలయాలకు పంపుతారు. ఈ వెబ్‌సైట్ అత్యంత వినియోగదారు-స్నేహపూర్వకంగా ఉంది. ఫిర్యాదును ఎలా ఫైల్ చేయాలి? ఫైల్ చేయడానికి అవసరమైన వివరాలు/పత్రాలు, ట్రాకింగ్ విధానాలు, అంబుడ్స్‌మన్‌కు వ్యతిరేకంగా అప్పీళ్లను దాఖలు చేయడానికి సూచనలను అందిస్తుంది. అదనంగా ఇది చిరునామాలు, మెయిలింగ్ జాబితాలతో సహా వినియోగదారుల రక్షణ సెల్‌ల కోసం సంప్రదింపు సమాచారాన్ని అందిస్తుంది.

# అనుమానమే ఆదా చేసింది.. మోసగాళ్లకు అదిరే జర్క్ ఇచ్చిన లాయర్

ప్రఖ్యాత లాజిస్టిక్స్ కంపెనీ, లా ఎన్‌ఫోర్స్‌మెంట్‌కు చెందిన వారిగా నటిస్తూ మోసగాళ్లు ముంబైకి చెందిన మహిళా న్యాయవాది నుండి రూ.80 లక్షలను స్వాహా చేసేందుకు ప్రయత్నించారు. అయితే ఆమె అప్రమత్తంగా ఉండడం వల్ల ఎలాంటి ఆర్థిక నష్టం జరగలేదు. పోలీసుల కథనం ప్రకారం మోసగాళ్లు ఇటీవల 30 ఏళ్ల న్యాయవాదిని సంప్రదించారు. ఆమె ఇరాన్‌కు పంపడానికి ప్రయత్నించిన ప్యాకేజీలో సింథటిక్ డ్రగ్ ఎల్ఎస్‌డీ ఉందని ఆమెను భయపెట్టి కేసు పెడతామని బెదిరించి డబ్బు కొట్టేదామని ప్లాన్ వేశారు. అయితే ఆ లాయర్ ఎలా తెలివిగా వ్యవహరించి మోసాన్ని బయటపెట్టిందో? ఓ సారి తెలుసుకుందాం. తాము ఒక ప్రముఖ లాజిస్టిక్స్ కంపెనీకి చెందినవారమని, మీరు పంపిన పార్శిల్‌లో అనుమానిత పదార్థాన్ని వారు కనుగొన్నారని వారు ఆమెకు చెప్పారు. ఇప్పటికే ఎఫ్ఐఆర్ నమోదైందని, కేసును మూసివేయడానికి ఆమె ఆధార్, పాన్ కార్డ్ వివరాలను కోరారు. ఆ తర్వాత వారు ఈ కేసును దర్యాప్తు చేస్తున్న సీనియర్ పోలీసు అధికారి అని చెప్పి మరో వ్యక్తికి ఫోన్‌ను బదిలీ చేసినట్లు నటించారు. కేసు నుంచి బయటపడటానికి కాల్ చేసిన వ్యక్తి తన బ్యాంక్ ఖాతా నుండి 80 లక్షల రూపాయల చెక్కును అతను పేర్కొన్న ఖాతాలో జమ చేయమని కోరాడు.. అది ప్రామాణికమైనదిగా కనిపించడానికి వారు ఆమెకు అగ్రిమెంట్ కాపీని పంపారు. అయితే కేసు భయంతో ఆ న్యాయవాది తన బ్యాంకు ఖాతా వివరాలను కూడా మోసగాళ్లతో పంచుకున్నారు. అయితే ఆమెకు అనుమానం వచ్చి దీనిపై పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేయాలని నిర్ణయించుకుని బాంద్రా పోలీసులను ఆశ్రయించింది. అనంతరం నిందితులపై కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేపట్టారు. అవగాహనతోనే సమస్యలు దూరం భారతీయ కస్టమ్స్ పేరుతో జరుగుతున్న మోసాలపై గత ఏడాది ఆగస్టులో ఆర్థిక మంత్రిత్వ శాఖ ప్రజలను అప్రమత్తం చేసింది. భారతీయ కస్టమ్స్ పేరుతో వ్యక్తిగత బ్యాంకు ఖాతాలలో కస్టమ్స్ డ్యూటీని చెల్లించాలని డిమాండ్ చేస్తూ మోసపూరిత కాల్‌లు, ఇమెయిల్‌లు, మెసేజ్‌లు, సోషల్ మీడియా పోస్ట్‌లకు బలైపోవద్దని కోరింది. వ్యక్తిగత బ్యాంక్ ఖాతాలో కస్టమ్స్ డ్యూటీ చెల్లించడానికి భారతీయ కస్టమ్స్ ఎప్పుడూ కాల్ చేయదని లేదా ఎస్ఎంఎస్‌లను కూడా పంపదని మంత్రిత్వ శాఖ పేర్కొంది. భారతీయ కస్టమ్స్ నుండి అన్ని కమ్యూనికేషన్లు సీబీఐసీ వెబ్‌సైట్‌లో ఆన్‌లైన్‌లో ధ్రువీకరించే డాక్యుమెంట్ ఐడెంటిఫికేషన్ నంబర్ (డీఐఎన్)ని కలిగి ఉంటాయని వివరించింది.

## ఇది కదరా మామ సక్సెస్ అంటే..! ఆ వ్యాపారంతో అందరూ 'చెప్పు'కునే పేరు

ప్రస్తుత రోజుల్లో యువత ఆలోచనా విధానాలు మారుతున్నాయి. గతంలో బాగా చదివి మంచి ఉద్యోగం తెచ్చుకుందామనుకునే భావించేవారు. కానీ మారుతున్న ఆలోచనా విధానాల్లో భాగంగా చాలా మంది యువత ప్రస్తుతం ఉద్యోగం కంటే వ్యాపారమే మేలని వ్యాపారాల వైపు మొగ్గు చూపుతున్నారు. ఇలానే కర్నాల్ నివాసి అయిన అర్పిత్ మదన్, అతని స్నేహితుడు కలిపి ఆర్టిస్టిక్ నారీ స్టార్టప్ కంపెనీను ప్రారంభించారు. ఆకట్టుకునే పేరుతో ఈ బ్రాండ్, వినూత్న డిజైన్‌లతో చెప్పులు, బ్యాగ్‌లను తయారు చేస్తూ ఉంటారు. అర్పిత్, అతని ఫ్రెండ్ వారి సృజనాత్మక డిజైనింగ్ నైపుణ్యాలతో మామూలుగా కనిపించే పాదరక్షలను కూడా ప్రత్యేకంగా తయారు చేసి యువత మనస్సును దోచుకుంటుంటున్నారు. చెప్పులు, హై-హీల్స్, ఫ్లాట్లు లేదా స్లయిడర్‌లు అయినా పాదరక్షలకు సంబంధించిన ప్రతి ఉత్పత్తిని వీరు స్టైలిష్‌గా డిజైన్ చేయడంతో వీరి ఉత్పత్తులను యువత ఇష్టపడుతున్నారు. ఈ నేపథ్యంలో ఆర్టిస్టిక్ నారీ బ్రాండ్‌తో వీళ్లు ఎలా సక్సెస్ అయ్యారో? ఓసారి తెలుసుకుందాం. మొదట్లో ఇద్దరితో ప్రారంభమైన ఆర్టిస్టిక్ నారీ ఇప్పుడు 6-7 మందితో నడుస్తుంది. ముఖ్యంగా డిజైన్ చేయడం అర్పిత్‌కు మొదటి నుంచి ఇష్టం. అందువల్ల అతను తన అభిరుచికి అనుగుణంగా వ్యాపారాన్ని ప్రారంభించాడు. ఇటీవల వీరు కర్నాల్, హర్యానాలో జరిగిన ఎగ్జిబిషన్‌లో వీళ్లు స్టాల్ ఏర్పాటు చేశారు. ఈ సందర్భంగా అర్పిత్ తమ విజయ రహస్య విషయాలను పంచుకున్నాడు. తాము గత సంవత్సరం ఆర్టిస్టిక్ నారీపై తమ పనిని ప్రారంభించామని, ప్రజలు తమ వ్యాపార వెంచర్ కింద రూపొందించిన ఉత్పత్తులను ఇష్టపడ్డారని చెప్పారు. కళాత్మక నారి తమ మొదటి యూనిట్‌ను స్థాపించినప్పటి నుంచి విజయాన్ని సాధించిందని ఆయన అన్నారు. ఈ రోజు తన స్టార్టప్ వ్యవస్థాపక ప్రపంచంలో భారీ పురోగతిని సాధిస్తున్నందుకు అర్పిత్ సంతోషంగా ఉన్నాడు. అర్పిత్ తన బ్రాండ్‌కు సంబంధించిన యూఎస్‌పీ గురించి మాట్లాడుతూ ప్రజల అవసరాలకు అనుగుణంగా బూట్లు, బ్యాగ్‌లు వంటి ఉత్పత్తులను రూపొందిస్తున్నాడు. వారు తమ సేవలతో సంతృప్తి చెందిన అనుభూతిని కలిగించే కస్టమర్ల అవసరాలకు అనుగుణంగా పని చేస్తున్నానని వివరించాడు. అలాగే అర్పిత్ స్నేహితురాలు కూడా స్టార్టప్ వెంచర్ గురించి తన అభిప్రాయాన్ని వ్యక్తం చేసింది. ముఖ్యంగా జీ కలెక్షన్ హీల్స్, ఫ్లాట్‌లు, స్లైడర్‌లు మొదలైన అన్ని రకాల ఉత్పత్తులను డీల్ చేస్తామని స్పష్టం చేశారు. ముఖ్యంగా వినియోగదారులకు రాయితీలను అందించకపోయినా సౌకర్యానికి పెద్దపీట వేస్తున్నామని వివరించారు. చెప్పులపై అద్భుతమైన డిజైన్‌లను రూపొందించిన కర్లీ మెస్ అనే మరో ఇన్‌ఫ్లుయెన్సర్‌తో ఆర్టిస్టిక్ నారీకు సంబంధించి తాజా సహకారం ఉంది. ఆమె పాదరక్షలపై సరైన రూపురేఖలను తయారు చేయడం ద్వారా ప్రారంభించి, ఆపై వాటికి వాటర్ కలర్‌లను పూయడం ప్రారంభించింది. పాదరక్షల ఆకర్షణకు జోడించిన ప్రతి రంగును వర్తించేటప్పుడు ఆమె జాగ్రత్తగా ఉంటుంది. ముఖ్యంగా ఆర్టిస్టిక్ నారీ కంపెనీ డిజైన్ చేసిన ఉత్పత్తులు ఏ కంపెనీ చేయలేదని అందువల్ల ప్రజాదరణ సాధ్యమైందని ఆ కంపెనీ ప్రతినిధులు పేర్కొంటున్నారు.

## రియల్‌మీ నుంచి మరో బడ్జెట్ ఫోన్.. ఇవీ స్పెషిఫికేషన్స్..!

ప్రముఖ చైనా టెక్నాలజీ సంస్థ రియల్‌మీ మరో బడ్జెట్ ఫ్రెండ్లీ స్మార్ట్ ఫోన్ రియల్‌మీ 12ఎక్స్ 5జీ మంగళవారం భారత్ మార్కెట్లో ఆవిష్కరించింది. 4జీబీ ర్యామ్ విత్ 128 జీబీ స్టోరేజీ వేరియంట్ ధర రూ.11,999, 6జీబీ ర్యామ్ విత్ 128 జీబీ స్టోరేజీ వేరియంట్ ధర రూ.13,999, 8జీబీ ర్యామ్ విత్ 128 జీబీ స్టోరేజీ వేరియంట్ ధర రూ.14,999 పలుకుతుంది. 45వాట్ల చార్జింగ్ మద్దతుతో 5000 ఎంఏహెచ్ కెపాసిటీ గల బ్యాటరీ, 50-మెగా పిక్సెల్ ప్రైమరీ సెన్సర్‌తో కూడిన డ్యుయల్ రేర్ కెమెరా, మీడియాటెక్ డైమెన్సిటీ 6100ం ప్రాసెసర్‌తో పని చేస్తుంది. ట్విలైట్ పర్పుల్, వుడ్ లాండ్ గ్రీన్ కలర్ ఆప్షన్లు, మూడు స్టోరేజీ వేరియంట్లలో లభిస్తుంది. రియల్‌మీ 12ఎక్స్ 5జీ ఎర్లీబడ్ సేల్స్ కింద మంగళవారం సాయంత్రం ఆరు గంటల నుంచి 8 గంటల వరకూ రియల్‌మీ ఇండియా వెబ్ సైట్, ప్రధాన ఈ-కామర్స్ వెబ్ సైట్లలో ఈ ఫోన్ బుక్ చేసుకోవచ్చు. 4జీబీ ర్యామ్ వేరియంట్ రూ.10,999, 6జీబీ ర్యామ్ వేరియంట్ రూ.11,999, 8 జీబీ ర్యామ్ వేరియంట్ రూ.13,999లకు లభిస్తాయి. రియల్‌మీ 12ఎక్స్ 5జీ ఫోన్ 120 హెర్ట్జ్ రీఫ్రెష్ రేటుతోపాటు 6.72-అంగుళాల ఫుల్ హెచ్డీం (2400ఐ1080 పిక్సెల్స్ రిజొల్యూషన్) డిస్ ప్లే కలిగి ఉంటుంది. 50-మెగా పిక్సెల్ ప్రైమరీ సెన్సర్ కెమెరా, 8- మెగా పిక్సెల్ అల్ట్రావైడ్ కెమెరా ఉంటాయి. సెల్ఫీలూ వీడియో కాల్స్ కోసం 16-మెగా పిక్సెల్స్ సెన్సర్ కెమెరా ఉంటది. ఆండ్రాయిడ్ 14 బేస్డ్ రియల్ మీ యూఐ 5.0 వర్షన్ ఓఎస్ పై పని చేసే ఈ ఫోన్ లో మీడియాటెక్ డైమెన్సిటీ 6100ం ప్రాసెసర్ ఉంటుంది. ఇంతకుముందు రియల్‌మీ 12 5జీ ఫోన్‌లో మాదిరిగా డైనమిక్ బటన్, ఎయిర్ గెస్చర్, మినీ క్యాప్సూల్ 2.0 ఫీచర్లు ఉంటాయి. రియల్‌మీ 12ఎక్స్ 5జీ ఫోన్ 45వాట్ల చార్జింగ్ మద్దతుతో 5000 ఎంఏహెచ్ కెపాసిటీ గల బ్యాటరీ కలిగి ఉంటుంది. ఒకసారి ఫుల్ చార్జింగ్ చేస్తే 645 గంటలు స్టాండ్ బై, 34.5 గంటలు ఫోన్ కాల్, 81.3 గంటలు మ్యూజిక్, 15.9 గంటలు బ్యాకప్ సపోర్ట్ కలిగి ఉంటుంది. సెక్యూరిటీ కోసం సైడ్ మౌంటెడ్ ఫింగర్ ప్రింట్ సెన్సర్ తో వస్తున్నది. డ్యుయల్ స్టీరియో స్పీకర్స్, 3.5 ఎంఎం ఆడియో జాక్ కలిగి ఉంటది. 5జీ, 4జీ, 3జీ, 2జీ, వై-ఫై, బ్లూటూత్ 5.3, జీపీఎస్, ఎఫ్ఎం రేడియో, యూఎస్బీ టైప్ సీ పోర్ట్ కనెక్టివిటీ కలిగి ఉంటది.

## స్వల్ప నష్టాల్లో ముగిసిన సూచీలు..

దేశీయ బెంచ్ మార్క్ సూచీలు మంగళవారం స్వల్ప నష్టాల్లో ముగిశాయి. ప్రపంచ మార్కెట్లలోని ప్రతికూల పవనాలు దేశీయ మార్కెట్లపై ప్రభావం చూపాయి. క్రితం సెషన్‌తో పోలిస్తే సెన్సెక్స్ 74,022.30 పాయింట్ల వద్ద ఫ్లాట్‌గా మొదలైంది. ఆ తర్వాత కొద్దిసేపటికే నష్టాల్లోకి జారుకున్నాయి. ఏ దశలోనూ కోలుకోలేదు. ఇంట్రాడేలో 73,743.77 పాయింట్ల కనిష్ఠానికి చేరుకున్న సెన్సెక్స్.. 74,099.78 పాయింట్ల గరిష్ఠానికి చేరుకున్నది. చివరకు 110.64 పాయింట్ల నష్టంతో 73,903.91 పాయింట్ల వద్ద ముగిసింది. నిఫ్టీ 8.70 పాయింట్లు పతనమై.. 22,453.30 పాయింట్ల వద్ద స్థిరపడింది. ట్రేడింగ్‌లో దాదాపు 2,686 షేర్లు పెరిగాయి. 1,015 షేర్లు క్షీణించగా.. మరో 111 షేర్లు మారలేదు. నిఫ్టీలో హీరో మోటోకార్ప్, హెచ్‌సీఎల్ టెక్నాలజీస్, కోటక్ మహీంద్రా బ్యాంక్, ఐసీఐసీఐ బ్యాంక్ మరియు ఎస్‌బీఐ లైఫ్ ఇన్సూరెన్స్ టాప్ లూజర్‌గా నిలిచాయి. టాటా కన్స్యూమర్స్ ప్రొడక్ట్స్, ఎంఅండ్ఎం, బీపీసీఎల్, బజాజ్ ఆటో, అదానీ పోర్ట్స్ లాభాల్లో పయనించాయి. సెక్టార్లలో రియల్టీ, మెటల్, ఆయిల్ అండ్ గ్యాస్, మీడియా, పవర్, ఆటో 1-2 శాతం లాభపడ్డాయి. ఇన్ఫర్మేషన్ టెక్నాలజీ, టెలికాం సూచీలు ఒక్కొక్కటి 0.5 శాతం క్షీణించాయి. బీఎస్ఈలో మిడ్‌క్యాప్, స్మాల్‌క్యాప్ సూచీలు ఒకశాతం చొప్పున పెరిగాయి.

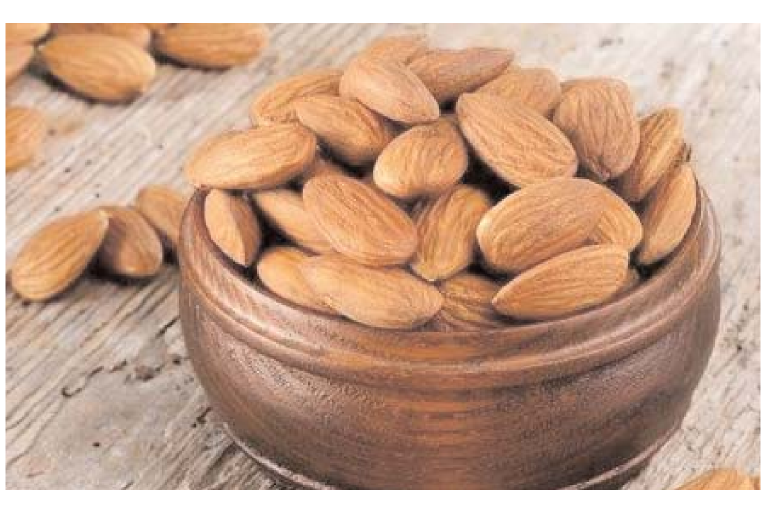
# స్పెషల్ సీమ చింతకాయలు..

## ఎక్కడైనా కనిపిస్తే అసలు వదలకండి.. తింటే కలిగే ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు తెలిస్తే..

సీమచింతతో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు అనేకం ఉన్నాయి. ముఖ్యంగా బరువు తగ్గాలనుకునేవారికి మంచి ప్రత్యామ్నాయం అంటున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు. విటమిన్-సి సమృద్ధిగా ఉన్నందువల్ల సీమ చింతకాయ తింటే శరీరానికి అవసరమైన రోగనిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. ఇన్ఫెక్షన్ల నుంచి కాపాడుతుంది. ఇందులో విటమిన్, ఎ, బి, సిలతో పాటు మెగ్నీషియం, ఐరన్ ఇంకా ఇతర పోషకాలు పుష్కలంగా వుంటాయి. సీమ చింతలో ఫైబర్ పుష్కలంగా ఉంటుంది. విటమిన్- సి, ఎ, పొటాషియం, ఐరన్ లాంటి అనేకానేక విటమిన్లు, మినరల్స్ ఇందులో ఉన్నాయి. ఇందులోని డైటరీ ఫైబర్ జీర్ణక్రియను మెరుగుపరుస్తుంది. మలబద్ధకాన్ని నివారిస్తుంది. జ్ఞాపకశక్తిని పెంచి, ఏకాగ్రతను కలిగించే గుణం వీటిలో వున్నాయి. చీమ చింతకాయలను మధుమేహులు కూడా తగు మోతాదులో తింటే ఏమి కాదంటున్నారు నిపుణులు. సీమ చింతకాయలలో గ్లైసిమిక్ ఇండెక్స్ తక్కువ. కాబట్టి, రక్తంలో చక్కెర స్థాయులను త్వరగా పెంచదు. అలా డయాబెటిస్ ఉన్నవారికీ సీమచింత మంచి ఆహారమే. బరువు తగ్గాలనుకునేవారికి చీమచింతకాయలు మంచి ఆహారం అంటున్నారు. చీమచింతలో క్యాల్షియం నిల్వలున్న కారణంగా ఎముక బలానికి ఉపయోగపడతాయి. మానసిక ఒత్తిడితో బాధపడేవారికి చీమ చింతకాయలు ఔషధంలా పనిచేస్తాయి. మోతాదుకి మించి వీటిని తింటే జీర్ణ సమస్యలు తలెత్తవచ్చు. సీమ చింతకాయలో విటమిన్-ఎ ఉంటుంది. దీంతో కంటిచూపు మెరుగ్గా ఉండేలా చూస్తుంది. కేలరీలు తక్కువ, ఫైబర్ ఎక్కువ. అలా బరువు తగ్గాలనుకునేవారికి సీమచింత మంచి ప్రత్యామ్నాయం. గర్భిణీలు, బాలింతలు వీటిని తినకుండా వుండటమే మంచిదని చెబుతున్నారు. వగరుగా వుండే చీమచింతకాయలు తింటే గొంతు పట్టుకుంటుంది కనుక వాటిని తినకూడదని చెబుతున్నారు.

## బాదం పప్పు నానబెట్టి తింటే మంచిదా? లేదంటే పచ్చిగా తింటే మంచిదా?

చాలా మందికి రోజూ ఉదయాన్నే నానబెట్టిన బాదంపప్పు తినడం అలవాటు. అయితే బాదంపప్పు నానబెట్టి తింటే మంచిదా.. లేదంటే అలాగే పచ్చిగా తింటే మంచిదా అనే సందేహం కూడా చాలా మందిలో ఉంటుంది. బాదంపప్పు తినడం వల్ల ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు జరుగుతుంది. కానీ మీరు సరైన పద్ధతిలో తింటేనే ప్రయోజనాలు పొందవచ్చు. కాబట్టి బాదంపప్పును పచ్చిగా తినాలా? నానబెట్టి ఎలా తినాలా అనే విషయం ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.. బాదంలో విటమిన్లు, ఖనిజాలు, ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు, ఫైబర్ పుష్కలంగా ఉంటుంది. అంతేకాకుండా బాదంలో కాల్షియం, ఫాస్పరస్ కూడా ఉన్నాయి. ఇవి శరీరానికి పోషకాలను అందిస్తాయి. బాదం పప్పును ఉదయాన్నే పరగడుపున తీసుకుంటే ప్రయోజనాలు పొందవచ్చు. ఇందుకోసంరాత్రి పడుకునే ముందు కొన్ని బాదంపప్పులను నీళ్లతో వేసి నానబెట్టాలి. తర్వాతవాటిని తొక్క తీసి ఉదయం పూటా ఖాళీ కడుపుతో తినాలి. అలాగే బాదంపప్పును స్నాక్‌గా కూడా తినవచ్చు. పచ్చి వాటి కంటే నానబెట్టిన బాదం శరీరానికి ఎక్కువ మేలు చేస్తుంది. అలాగే బాదం షేక్ చేసి కూడా తాగొచ్చు. కానీ బాదంలో కేలరీలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. అందువల్ల బరువు పెరగడానికి దారితీయవచ్చు. అందుకే వీటిని పరిమితంగా మాత్రమే తీసుకోవాలి.నట్‌ఎలర్జీ ఉన్నవారు వాటిని తీసుకునే ముందు వైద్యుడిని సంప్రదించడం మర్చిపోకూడదు. ఎలర్జీ ఉన్న వారు వీటికి దూరంగా ఉండటం బెటర్.



## కొబ్బరి నీళ్లు ఏ టైమ్‌లో తాగాలి..?

## డాక్టర్లు ఏం చెబుతున్నారంటే

సమ్మర్ సీజన్‌లో ఇష్టమైన పండ్లు తింటే ఆ మజాయే వేరు. మామిడి పండ్లు, ముంజలను తినడానికి చాలామంది ఇష్టం చూపుతారు. అయితే వేసవిలో శరీరాన్ని హైడ్రేట్‌గా ఉంచుకోవడం చాలా ముఖ్యం కూడా. అందుకే బాడీని కూల్ చేసే వాటిని తీసుకోవాలి. అందులో మొదటిది కొబ్బరినీళ్లు. ఒక కొబ్బరి బోండం నీళ్లు తాగితే రోజంతా హుషారుగా ఉండవచ్చు. అదే సమయంలో బాడీని కూల్ చేస్తుంది కూడా. కొబ్బరి నీళ్లలో కాల్షియం, మాంగనీస్ లాంటివి ఉంటాయి. సమ్మర్‌లో కొబ్బరి నీళ్లు తాగడం వల్ల అనేక రకాల బెనిఫిట్స్ ఉన్నాయి. అయితే చాలామంది సమయ పాలన లేకుండా కొబ్బరి నీళ్లు తాగుతుంటాయి. అయితే సమయంలో తాగడం అనేది కూడా తెలుసుకోవాలి. కొబ్బరినీళ్లు ఏ సమయంలో తాగాలి అనే ప్రశ్న చాలమంది ఉంది. కొంతమంది ఖాళీ కడుపుతో తీసుకుంటే.. మరికొందరు మధ్యాహ్నం తాగడం మంచిదని భావిస్తుంటారు. ఈ విషయమై జైపూర్‌కు చెందిన డైటీషియన్ మాట్లాడుతూ భోజనంతో లేదా తర్వాత అసలు తాగకూడు. గుండెల్లో మంట సమస్య ఉన్నవారు ఖాళీ కడుపుతో కొబ్బరి నీటిని తాగాలి. అయితే, ఖాళీ కడుపుతో ఈ హెల్తీ డ్రింక్ తాగడం వల్ల అనేక ఇతర ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి. ఉదయాన్నే తాగడం వల్ల జీవక్రియ పెరుగుతుంది. అంతేకాదు బరువును తగ్గిస్తుంది కూడా. కడుపు ఆరోగ్యంగా ఉంటే శరీరం అనేక వ్యాధులు, ఇతర అనారోగ్య సమస్యల నుండి రక్షించబడుతుంది. అయితే సమస్యలతో భాధపడేవారు నిపుణుల సలహా మేరకు మధ్యాహ్నం కూడా తాగవచ్చు. సమ్మర్ సీజన్ కాబట్టి కొబ్బరి నీరు తీసుకోవడం ముఖ్యం. కానీ కిడ్నీ సంబంధిత ఆరోగ్య సమస్యలతో బాధపడేవారు కొబ్బరినీళ్లు తాగకూడదు. ఇది అధిక మొత్తంలో పొటాషియం ఉంటుంది కాబట్టి మూత్రపిండాలు దెబ్బతినే ప్రమాదం పెరుగుతుంది. అలాంటివారు డాక్టర్ల సలహా తీసుకోవాల్సి ఉంటుంది.

## ఆరోగ్యానికి మేలు చేసే సోంపు షర్బత్..

### శరీర ఉష్ణోగ్రతను ఐసులా కరిగించే సూపర్ డ్రింక్ మీ కోసం..

ఎండ వేడిమి రోజురోజుకూ పెరుగుతోంది. ఏసీలు, కూలర్లు, శీతల పానీయాల వినియోగం పెరిగింది. ఐస్‌క్రీమ్‌ల నుండి స్మూతీస్ వరకు, లస్సీ నుండి ఇంట్లో తయారుచేసిన నిమ్మరసం, మజ్జిగ వరకు అందరూ ఆరోగ్యకరమైన, శరీరానికి చలువ చేసే ఆహారాన్ని కోరుకుంటున్నారు.. బాటిల్, రిఫ్రిజిరేటెడ్ పానీయాలు కెమికల్ ఆధారంగా తయారు చేస్తారు. కాబట్టి అవి వాటి ప్రత్యేక రుచిని కలిగి ఉంటాయి. కానీ, ఇంట్లో తయారుచేసిన జ్యూస్‌లు మరింత రుచిని కలిగి ఉంటాయి. అలాంటిదే వేసవిలో మనకు చలువు చేసే ఒక పానీయం ఉంది. ఇంట్లోనే ఈజీగా తయారు చేసుకోగల ఈ షర్బత్ ఎండవేడిమి, మంటను తగ్గించి మిమ్మల్నీ కూల్‌గా ఉంచుతుంది. అదేంటో ఇక్కడ తెలుసుకుందాం. సాధారణంగా మనమందరం సోంపును మౌత్ ఫ్రెషనర్‌గా ఉపయోగిస్తాము. చాలా మంది దీనిని వివిధ డెజర్ట్‌లకు కూడా కలుపుతారు. సోంపు షర్బత్ అనేది ప్రజలందరికీ ఎంతగానో నచ్చే చల్లని జ్యూస్. ఇది సాధారణంగా పసుపు రంగులో ఉంటుంది. దాని ప్రత్యేకమైన రుచి, వాసనకు పేరుగాంచింది. ఇది వేసవిలో చాలా ఉపయోగకరంగా ఉంటుంది. దీన్ని తయారు చేయడానికి ఎక్కువ శ్రమపడాల్సిన అవసరం కూడా ఉండదు. ఇది శరీరంలోని వేడి నుండి ఉపశమనాన్ని అందజేయడమే కాకుండా ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను అందిస్తుంది. సోంపు షర్బత్‌ను తయారు చేయడానికి ప్రధాన పదార్థాలు సోంపు గింజలు, నిమ్మకాయ రసం, చక్కెర, నీరు. ఇకపోతే, ముందుగా ఈ సోంపు ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను పరిశీలించినట్టయితే.. 1. జీర్ణక్రియలో.. ఇది జీర్ణక్రియను ప్రోత్సహించడానికి వేసవి కాలంలో శరీరాన్ని చల్లబరచడానికి సహాయపడుతుంది. కడుపు ఉబ్బరం, గ్యాస్, అజీర్ణం వంటి జీర్ణ సమస్యలను తగ్గించడంలో సహాయపడే లక్షణాలను కలిగి ఉన్నాయి. ఇవి జీర్ణ ఎంజైమ్‌ల ఉత్పత్తిని ప్రేరేపిస్తాయి. ఇవి మంచి జీర్ణక్రియకు సహాయపడతాయి. అందుకే మనం ఎప్పుడు హోటల్ కి డిన్నర్ కి వెళితే భోజనం అయ్యాక సోంపు అందిస్తారు. 2 . ఫ్రెషెన్స్ బ్రీత్ .. యాంటీమైక్రోబయల్ లక్షణాలను కలిగి ఉన్నాయి. దీని కారణంగా సోంపు నమలడం వల్ల శ్వాసను తాజాగా ఉంచుతుంది. ఇది లాలాజల ఉత్పత్తిని ప్రేరేపిస్తుంది. ఇది నోటిలోని బ్యాక్టీరియాను తొలగించేందుకు సహాయపడుతుంది. 3. మలబద్ధకం కోసం ప్రయోజనకరమైన.. సోంపు తేలికపాటి భేదిమందు లక్షణాలను కలిగి ఉంటుంది. ఫైబర్ అధికంగా ఉండటం వల్ల ఇది ప్రేగు కదలికను ప్రేరేపిస్తుంది. ఇది మలబద్ధకం నుండి ఉపశమనాన్ని అందించడంలో సహాయ పడుతుంది. 4. కడుపులో మంటను తగ్గిస్తుంది.. కడుపులో గ్యాస్‌ను తొలగించడంలో సహాయపడే కార్మినేటివ్ లక్షణాలను కలిగి ఉంటుంది. జీర్ణాశయంలోని కండరాలను సడలించడం, గ్యాస్ ఉత్పత్తిని తగ్గించడం ద్వారా ఉబ్బరం, కడుపులో అసౌకర్యాన్ని తగ్గించడంలో సోంపు బాగా సహాయపడుతుంది. 5. యాంటీ ఆక్సిడెంట్ గుణాలు.. సోంపు శరీరంలోని హానికరమైన ఫ్రీ రాడికల్స్‌ను తటస్తం చేయడంలో సహాయపడే ఫ్లేవనాయిడ్లు, ఫినోలిక్స్ వంటి యాంటీఆక్సిడెంట్లను కలిగి ఉంటాయి. ఇది మంటను తగ్గిస్తుంది. గుండె జబ్బులు, క్యాన్సర్ వంటి దీర్ఘకాలిక వ్యాధుల నుండి రక్షించడంలో సహాయపడుతుంది. మీరు క్రమం తప్పకుండా సోంపును తీసుకుంటే అది మీ ఆరోగ్యానికి చాలా మేలు చేస్తుంది. సోంపుతో షర్బత్ తయారీకి కావాల్సిన పదార్థాలు, ఎలా తయారు చేయాలో ఇక్కడ తెలుసుకుందాం.. 2 టేబుల్ స్పూన్లు సోంపు 1/2 కప్పు చక్కెర మీరు కావాలంటే చక్కెరకు బదులుగా తేనెను కూడా ఉపయోగించవచ్చు. 1 నిమ్మకాయ రసం 1 లీటరు నీరు తాజా పుదీనా ఆకులు మరింత రుచి కోసం, రోజ్ వాటర్ ను కొద్దిగా కలుపుకోవచ్చు. సోంపు షర్బత్ ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు: సోంపు షర్బత్ జీవక్రియను పెంచి, కొవ్వు కరుగుటకు సహాయపడుతుంది. శరీర ఉష్ణోగ్రతను చల్లబరుస్తుంది. వేసవిలో శరీర ఉష్ణోగ్రత పెరిగి, డీహైడ్రేషన్‌కు దారితీస్తుంది. సోంపు షర్బత్ చల్లగా ఉండటం వల్ల శరీరాన్ని చల్లబరుస్తుంది. డీహైడ్రేషన్‌ను నివారిస్తుంది. తిన్న తర్వాత తీసుకుంటే, నోటి దుర్వాసనను తొలగిస్తుంది. సోంపు గింజల్లో యాంటి బాక్టీరియల్ లక్షణాలు ఉంటాయి. ఇవి నోటిలోని బ్యాక్టీరియా పెరుగుదలను నిరోధించి, నోటి దుర్వాసనను తొలగిస్తాయి. సోంపు షర్బత్‌ను ఎక్కువగా తీసుకోవడం వల్ల కడుపు నొప్పి, విరేచనాలు వంటి సమస్యలు వచ్చే అవకాశం ఉంది. కాబట్టి ఏదైనా సరే మోతాదుకు మించి తీసుకోవటం మంచిది కాదు.

## ఈ ఐదుగురు మెంతులకు దూరంగా ఉండాలి.. లేకుంటే ప్రమాదమే..!

అనేక ఆరోగ్య సమస్యలను అధిగమించడానికి, అద్భుతమైన ప్రయోజనాలను పొందడానికి మెంతి గింజలను తీసుకుంటారు. మెంతి గింజల వల్ల కలిగే ప్రయోజనాల గురించి చాలా తక్కువ మందికి మాత్రమే తెలుసు. అయితే ఆహారం రుచిని పెంచేందుకు ఈ గింజలను రకరకాలుగా ఉపయోగిస్తాం. మెంతి గింజలను సాధారణంగా ఔషధంగా లేదా ఆహారంతో తీసుకుంటారు. ఇవి చాలా ఆరోగ్యకరమైనవి. కానీ కొంతమంది మెంతి గింజలను తీసుకోవడం ద్వారా సమస్యలను ఎదుర్కోవచ్చు. మీ శరీరంలో కింద పేర్కొన్న కొన్ని సమస్యలు ఉంటే, మీరు మెంతులు తినకూడదని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. మెంతులను ఎవరు తీసుకోకూడదు డయాబెటిస్: మెంతి గింజలు చక్కెర స్థాయిని నియంత్రించడంలో సహాయపడేందుకు ఎంతగానో ఉపయోగపడతాయి. అయితే కొన్ని సందర్భాల్లో దీని వినియోగం మధుమేహాన్ని మరింత పెంచే అవకాశం ఉంది. మధుమేహ రోగులు మెంతి గింజలను తీసుకునే ముందు వారి వైద్యుడిని సంప్రదించాలి. అలర్జీ: కొందరికి మెంతి గింజల వల్ల అలర్జీ రావచ్చు. అందువల్ల మీరు మెంతులు వైద్యపరమైన ప్రతిచర్య ఏదైనా సూచనను కలిగి ఉంటే, మీరు దానిని నివారించాలి. అల్సర్: మెంతుల వినియోగం అల్సర్ రోగులకు హానికరం. ఈ రోగులు మెంతి గింజలను తీసుకోవడం ద్వారా సమస్యలను ఎదుర్కొంటారు. హార్మోన్ల అసమతుల్యత: కొన్ని సందర్భాల్లో మెంతి గింజల అధిక వినియోగం హార్మోన్ల స్థాయిలను భంగం చేస్తుంది. అందుకే హార్మోన్ల అసమతుల్యత లక్షణాలు ఉన్న వ్యక్తులు మెంతి గింజలను తీసుకునే ముందు వైద్యుడిని సంప్రదించాలి. శరీర ఉష్ణోగ్రత అసమతుల్యత: కొంతమందికి మెంతులను తీసుకోవడం వల్ల శరీర ఉష్ణోగ్రతలో అసమతుల్యత ఏర్పడవచ్చు. ఇది శారీరక సమస్యలను కలిగిస్తుంది. ఈ సమస్యలన్నీ ప్రతి వ్యక్తికి రావని గమనించండి. అయితే మీకు ఈ సమస్యలు ఏవైనా ఉంటే మీరు మెంతి గింజలను తీసుకునే ముందు వైద్యుడిని సంప్రదించాలి.

Crime News
ది క్రైమ్ న్యూస్
తెలుగు దినపత్రిక

# హిస్టరీ మార్చిన ఐదుగురు తోపు ప్లేయర్లు..

**టీ20 వరల్డ్ కప్ 2026 ఫైనల్‌లో న్యూజిలాండ్‌ను ఓడించి భారత్ చరిత్ర సృష్టించింది. ఈ విజయానికి ఒక్కరు కాదు, ఐదుగురు ఆటగాళ్లు కీలక పాత్ర పోషించారు. బ్యాటింగ్, బౌలింగ్‌లో అద్భుత ప్రదర్శనతో భారత్‌ను టీ20 క్రికెట్‌లో అగ్రస్థానంలో నిలిపారు.**

ఐసీసీ మెన్స్ టీ20 ప్రపంచకప్ 2026 ఫైనల్‌లో భారత జట్టు అద్భుతంగా ఆడి న్యూజిలాండ్ పై ఘన విజయం సాధించింది. నరేంద్రమోడీ స్టేడియంలో జరిగిన ఈ మ్యాచ్‌లో భారత్ 20 ఓవర్లలో 5 వికెట్లకు 255 పరుగులు చేసి, కివీస్‌ను 159 పరుగులకు ఆలౌట్ చేసింది.

ఈ విజయం ద్వారా భారత్ మూడోసారి టీ20 వరల్డ్ కప్ ను సొంతం చేసుకుని భారీ రికార్డ్ నెలకొల్పింది. అలాగే, వరుసగా రెండోసారి టైటిల్ తోపాటు స్వదేశంలో ట్రోఫీ గెలిచిన తొలి జట్టుగా చారిత్రాత్మక ఘనతలు సాధించింది.

అయితే, ఈ విజయంలో కీలక పాత్ర పోషించిన ఐదుగురు హీరోలు ఎవరో ఓసారి చూద్దాం..

### 1. సంజూ శాంసన్

సంజూ సామ్‌సన్ ఈ టోర్నమెంట్‌లో అత్యుత్తమ ఆటగాడిగా నిలిచాడు. వెస్టిండీస్‌పై 97 నాటౌట్, ఇంగ్లాండ్‌పై సెమీఫైనల్‌లో 89, న్యూజిలాండ్‌పై ఫైనల్‌లో 89 పరుగులతో దంచి కొట్టాడు. ఈ మూడు కీలక ఇన్నింగ్స్‌లతో భారత్‌కు విజయం అందించాడు. అందుకే అతను ప్లేయర్ ఆఫ్ ది టోర్నమెంట్ అవార్డు గెలుచుకున్నాడు.

### 2. ఇషాన్ కిషన్

ఇషాన్ కిషన్ కూడా టోర్నమెంట్ మొత్తం అద్భుతంగా ఆడాడు. ఫైనల్‌లో కేవలం 25 బంతుల్లో 54 పరుగులు చేసి భారత్‌కు బలమైన ఆరంభం ఇచ్చాడు. పాకిస్తాన్‌పై కూడా కీలక మ్యాచ్‌లో 77 పరుగులు చేసి జట్టును గెలిపించాడు.

### 3. శివం దుబే

శివమ్ దూబే మధ్య ఓవర్లలో కీలక పాత్ర పోషించాడు. నెదర్లాండ్స్‌పై 66 పరుగులు, ఇంగ్లాండ్‌పై సెమీఫైనల్‌లో 43 పరుగులు, ఫైనల్‌లో 8 బంతుల్లో 26 పరుగులు చేశాడు. అతని ఇన్నింగ్స్‌లు సరైన సమయంలో వచ్చి మ్యాచ్‌ను భారత్ వైపు తిప్పాయి.

### 4. హార్దిక్ పాండ్యా

హార్దిక్ పాండ్యా ఈ టోర్నమెంట్‌లో ఆల్‌రౌండర్‌గా అద్భుతంగా రాణించాడు. పవర్‌ప్లే నుంచి డెత్ ఓవర్ల వరకు బౌలింగ్ చేసి కెప్టెన్‌కు నమ్మకంగా నిలిచాడు. ఇంగ్లాండ్‌పై సెమీఫైనల్‌లో అతని 12 బంతుల్లో 27 పరుగులు భారత్ స్కోర్‌ను 250 దాటించాయి.

### 5. జస్ప్రీత్ బుమ్రా

జస్ప్రీత్ బుమ్రా ఈ టోర్నమెంట్‌లో భారత బౌలింగ్‌కు నాయకత్వం వహించాడు. ఫైనల్‌లో అతను కేవలం 15 పరుగులు ఇచ్చి 4 వికెట్లు తీసి మ్యాచ్‌ను పూర్తిగా భారత్ వైపు తిప్పాడు. సెమీఫైనల్, ఫైనల్ రెండింట్లోనూ తొలి బంతికే వికెట్ తీసి ప్రత్యర్థి జట్టుకు భారీ దెబ్బ ఇచ్చాడు.

## ట్రోఫీ వచ్చిన వేళ.. రోహిత్, ధోని రికార్డ్‌లను బ్రేక్ చేసిన సూర్య..

# ప్రపంచంలోనే తోపు కెప్టెన్‌గా..

**టీ20 ప్రపంచ కప్ గెలవడంతో పాటు, సూర్యకుమార్ యాదవ్ ఇప్పుడు అత్యంత విజయవంతమైన టీ20ఐ కెప్టెన్‌గా నిలిచాడు. అతను ప్రత్యేక జాబితాలో రోహిత్ శర్మను కూడా అధిగమించాడు. ఆ రికార్డులు ఏంటి, ఈ లిస్ట్‌లో ఎవరున్నారో ఓసారి చూద్దాం.**

ఐసీసీ టీ20 ప్రపంచకప్ 2026 ఫైనల్ మ్యాచ్‌లో న్యూజిలాండ్‌ను ఓడించి భారత్ టైటిల్‌ను గెలుచుకుంది. దీనితో, సూర్యకుమార్ యాదవ్ కెప్టెన్‌గా తన తొలి టోర్నమెంట్ విజయాన్ని సాధించాడు. ఇది అతనికి ఒక పెద్ద విజయం.

దీంతో సూర్యకుమార్ యాదవ్ ఇప్పుడు ఎంఎస్ ధోని, రోహిత్ శర్మ తర్వాత ఐసీసీ టీ20 ప్రపంచ కప్‌ను గెలుచుకున్న మూడవ భారత కెప్టెన్‌గా నిలిచాడు. ఈ చారిత్రాత్మక విజయంతో, కెప్టెన్ సూర్యకుమార్ యాదవ్ కూడా ఒక ప్రధాన రికార్డును సృష్టించాడు.

ఫైనల్లో విజయంతో, సూర్యకుమార్ యాదవ్ ప్రపంచంలోనే అత్యంత విజయవంతమైన టీ20ఐ కెప్టెన్‌గా కూడా నిలిచాడు. ఇప్పుడు అతను అత్యధిక విజయ శాతాన్ని కలిగి ఉన్నాడు. సూర్యకుమార్ యాదవ్ ఇప్పటివరకు 52 టీ20ఐ మ్యాచ్‌లకు భారత జట్టుకు నాయకత్వం వహించాడు. అతను వీటిలో 42 మ్యాచ్‌లలో గెలిచాడు. 8 మ్యాచ్‌లలో మాత్రమే ఓడిపోయాడు, రెండు మ్యాచ్‌లు ఫలితం లేకుండా ముగిశాయి. అంటే అతని కెప్టెన్సీలో, టీమ్ ఇండియా 80.77% మ్యాచ్‌లను గెలుచుకుంది. ఇది ప్రపంచంలోని అన్ని కెప్టెన్లలో అత్యధికం. ముఖ్యంగా, సూర్యకుమార్ యాదవ్ గతంలో అత్యంత విజయవంతమైన టీ20ఐ కెప్టెన్‌గా ఉన్న రోహిత్ శర్మను అధిగమించాడు. అతని కెప్టెన్సీలో, భారత జట్టు 80.65 శాతం మ్యాచ్‌లలో గెలిచింది. రోహిత్ 62 మ్యాచ్‌లలో 50 విజయాలు సాధించగా, టీం ఇండియా 12 మ్యాచ్‌లలో ఓడిపోయింది. పాకిస్తాన్ మాజీ కెప్టెన్ సర్ఫరాజ్ అహ్మద్ ఈ జాబితాలో మూడవ స్థానంలో ఉన్నాడు. సర్ఫరాజ్ అహ్మద్ కెప్టెన్సీలో, పాకిస్తాన్ 78.38 శాతం మ్యాచ్‌లలో గెలిచింది. రోహిత్ శర్మ రికార్డును బద్దలు కొట్టే అవకాశం ఇప్పుడు సూర్యకుమార్ యాదవ్ కు దక్కింది. నిజానికి, రోహిత్ శర్మ భారత టీ20 కెప్టెన్ గా అత్యధిక మ్యాచ్ లు గెలిచాడు. రోహిత్ 50 విజయాలతో ముందున్నాడు. ఈ రికార్డు సాధించాలంటే సూర్యకుమార్ యాదవ్ ఇప్పుడు మరో తొమ్మిది మ్యాచ్ లు గెలిస్తే సరిపోతుంది. ప్రస్తుతానికి తాను ఆడుతూనే ఉంటానని సూర్య స్పష్టం చేశాడు. తత్ఫలితంగా, రోహిత్ రికార్డు కూడా ప్రమాదంలో పడే అవకాశం కనిపిస్తోంది.

## మైదానంలో రోహిత్, రితికా గొడవ పడ్డారా..

# ఇద్దరిమధ్య అసలేం జరిగింది..?

**టీ20 వరల్డ్ కప్ 2026 ఫైనల్‌లో భారత్ చారిత్రాత్మక విజయం సాధించిన తర్వాత మైదానంలో మరో ఆసక్తికర ఘటన చోటుచేసుకుంది. మాజీ కెప్టెన్ రోహిత్ శర్మ మరియు అతని భార్య రితిక సజ్దేహ్ మధ్య జరిగిన తీవ్ర చర్చ వీడియో సోషల్ మీడియాలో వైరల్ అయింది.**

ఐసీసీ టీ20 ప్రపంచకప్ 2026 ఫైనల్‌లో భారత జట్టు 96 పరుగుల తేడాతో న్యూజిలాండ్ జట్టును ఓడించి చరిత్ర సృష్టించింది. అహ్మదాబాద్‌లో జరిగిన ఈ మ్యాచ్ తర్వాత సంబరాల మధ్య మరో ఆసక్తికర ఘటన కెమెరాల్లో బంధించబడింది.

### రోహిత్ - రితికా మధ్య హీటెక్కిన సంభాషణ..

భారత మాజీ కెప్టెన్ రోహిత్ శర్మ తన భార్య రితికా సజ్దేతో బౌండరీ దగ్గర మాట్లాడుతున్న వీడియో సోషల్ మీడియాలో వైరల్ అయ్యింది. టీమిండియా విజయం తర్వాత మైదానంలో సంబరాలు జరుగుతున్న సమయంలో రోహిత్ రితికా వద్దకు వెళ్లి మాట్లాడాడు.

ఆ సమయంలో రోహిత్ చేతి సంకేతాలు, ముఖభావాలు చూస్తే, చాలా తీవ్రమైన చర్చ జరుగుతున్నట్లు కనిపించాయి. రితికా కూడా స్పందిస్తూ మాట్లాడడం కెమెరాల్లో కనిపించింది.

కొన్ని క్షణాల పాటు ఇద్దరి మధ్య వాదన జరిగినట్లు అనిపించడంతో ఈ వీడియో అభిమానుల్లో ఆసక్తిని కలిగించింది.

### వరల్డ్ కప్ ఫైనల్‌నకు రోహిత్ ప్రత్యేక పాత్ర..

ఈ మ్యాచ్‌లో రోహిత్ శర్మ అధికారికంగా ఆటగాడిగా కాకుండా టోర్నమెంట్ అంబాసడర్‌గా పాల్గొన్నాడు. అతను ఎంఎస్ ధోనితో కలిసి స్టేడియంలో ట్రోఫీని తీసుకువచ్చే గౌరవాన్ని పొందాడు.

### జట్టు విజయంపై రోహిత్ స్పందన..

విజయం తర్వాత రోహిత్ శర్మ సోషల్ మీడియాలో జట్టును అభినందించాడు. ఈ ట్రోఫీ విజయం మొత్తం జట్టు కృషి ఫలితమని, ప్రతి ఆటగాడు కీలక సమయంలో తన వంతు పాత్ర పోషించాడని పేర్కొన్నాడు.

## నాడు సూర్య, నేడు ఇషాన్.. అవి క్యాచ్‌లు కాదు మామా..

# ట్రోఫీ అందించిన ఎమోషనల్ మూమెంట్స్

**సూర్యకుమార్ క్యాచ్ ఒక 'టెక్నికల్ మాస్టర్ క్లాస్' అయితే, ఇషాన్ కిషన్ క్యాచ్ ఒక 'ఎమోషనల్ ఫైట్'. ఈ రెండు క్యాచ్‌లు కూడా వేర్వేరు సందర్భాల్లో భారత్‌ను ప్రపంచ ఛాంపియన్‌గా నిలబెట్టడంలో కీలక పాత్ర పోషించాయి.**

భారత క్రికెట్ చరిత్రలో 2024, 2026 టీ20 ప్రపంచ కప్ విజయాలు సువర్ణాక్షరాలతో లిఖించదగ్గవి. 2024లో సూర్యకుమార్ యాదవ్ పట్టిన క్యాచ్ మ్యాచ్‌ను మలుపు తిప్పితే, 2026లో ఇషాన్ కిషన్ తన వ్యక్తిగత విషాదాన్ని దిగమింగుకుని పట్టిన క్యాచ్‌లు భారత్‌ను మళ్ళీ విశ్వవిజేతగా నిలబెట్టాయి.

### 2024: సూర్యకుమార్ యాదవ్ 'బౌండరీ మ్యాజిక్'..

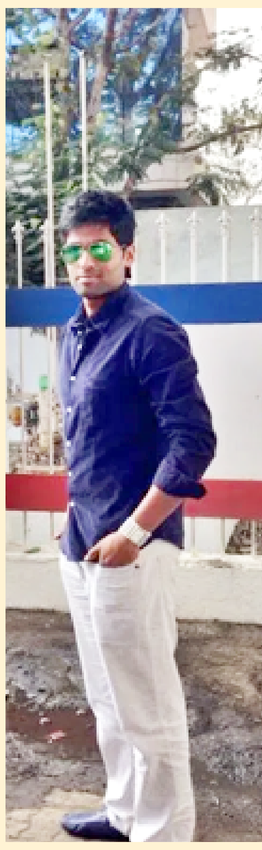
2024 టీ20 ప్రపంచ కప్ ఫైనల్‌లో దక్షిణాఫ్రికాతో జరిగిన మ్యాచ్‌లో సూర్యకుమార్ యాదవ్ పట్టిన క్యాచ్ క్రికెట్ చరిత్రలోనే అత్యుత్తమమైనదిగా నిలిచిపోయింది. చివరి ఓవర్‌లో డేవిడ్ మిల్లర్ కొట్టిన బంతిని బౌండరీ లైన్ వద్ద సూర్య పట్టుకుని, బ్యాలెన్స్ తప్పడంతో గాలిలోకి విసిరి, మళ్ళీ లోపలికి వచ్చి పట్టుకున్న తీరు అద్భుతం. ఈ ఒక్క క్యాచ్‌తో భారత్ 17 ఏళ్ల నిరీక్షణకు తెరదించుతూ కప్పు గెలుచుకుంది.

### 2026: ఇషాన్ కిషన్ 'అద్భుత డైవింగ్ క్యాచ్'..

2026 టీ20 ప్రపంచ కప్ ఫైనల్‌లో న్యూజిలాండ్‌తో జరిగిన పోరులో ఇషాన్ కిషన్ హీరోగా నిలిచారు. మ్యాచ్‌కు రెండు రోజుల ముందే తన సోదరిని కోల్పోయిన ఇషాన్, ఆ బాధను గుండెల్లో దాచుకుని మైదానంలోకి దిగారు. బుమ్రా బౌలింగ్‌లో రచిన్ రవీంద్ర ఇచ్చిన క్యాచ్‌ను డైవ్ చేస్తూ పట్టుకున్న తీరు టీమ్ ఇండియాలో కొత్త ఉత్సాహాన్ని నింపింది. అలాగే బౌండరీ లైన్ వద్ద టిమ్ సీఫెర్ట్ క్యాచ్‌ను జుగుల్ చేస్తూ పట్టుకుని కివీస్ ఆశలను ఆవిరి చేశారు.

# పెట్రోల్ పంప్ ప్రారంభోత్సవం నుంచి వరల్డ్ కప్ విన్నర్ వరకు..

## వైరల్‌గా మారిన స్కై ఎమోషనల్ పోస్ట్..!



**టీ20 ప్రపంచకప్ 2026 విజేతగా భారత్‌ను నిలిపిన కెప్టెన్ సూర్యకుమార్ యాదవ్ (స్కై), తన విజయానందం వేళ గతాన్ని గుర్తుచేసుకుంటూ చేసిన ఒక పోస్ట్ ఇప్పుడు సోషల్ మీడియాలో వైరల్‌గా మారింది. 12 ఏళ్ల క్రితం ఒక సాదాసీదా యువకుడిగా ఉన్నప్పటి ఫోటోను, నేడు ప్రపంచకప్ ట్రోఫీతో ఉన్న ఫోటోతో పోల్చుతూ సూర్య పెట్టిన పోస్ట్ అభిమానుల మనసు గెలుచుకుంటోంది.**

అహ్మదాబాద్‌లోని నరేంద్ర మోదీ స్టేడియంలో న్యూజిలాండ్‌ను 96 పరుగుల తేడాతో చిత్తు చేసిన భారత్, వరుసగా రెండోసారి, మొత్తంగా మూడోసారి టీ20 ప్రపంచకప్ గెలిచిన తొలి జట్టుగా రికార్డు సృష్టించింది. ఈ చారిత్రాత్మక విజయం తర్వాత కెప్టెన్ సూర్యకుమార్ యాదవ్ ఎక్స్ (ఆ) వేదికగా తన పాత జ్ఞాపకాలను పంచుకున్నాడు.

### వైరల్ పోస్ట్ విశేషాలు:

సూర్యకుమార్ తన 12 ఏళ్ల క్రితం నాటి ఒక ఫోటోను రీ-షేర్ చేశాడు. ఆ ఫోటోలో ఆయన తన స్నేహితుడి పెట్రోల్ పంప్ ప్రారంభోత్సవానికి హాజరయ్యాడు. దానికి "స్నేహితుడి పెట్రోల్ పంప్ ప్రారంభోత్సవం.. అతని కోసం చాలా సంతోషంగా ఉంది" అని అప్పట్లో క్యాప్షన్ ఇచ్చాడు. ఇప్పుడు అదే ఫోటో పక్కన ప్రపంచకప్ ట్రోఫీని ముద్దాడుతున్న ఫోటోను చేర్చి, "ఈ రోజు ఆ అబ్బాయిని చూస్తుంటే చాలా సంతోషంగా ఉంది" అంటూ ఎమోషనల్ క్యాప్షన్ ఇచ్చాడు. సామాన్య స్థాయి నుంచి ప్రపంచ స్థాయికి ఎదిగిన తన ప్రయాణాన్ని ఆయన ఈ పోస్ట్ ద్వారా గుర్తుచేసుకున్నాడు.

### ఆ క్యాచ్ నా జీవితాన్ని మార్చేసింది:

మ్యాచ్ అనంతరం సూర్యకుమార్ మాట్లాడుతూ, 2024 టీ20 ప్రపంచకప్ ఫైనల్‌లో డేవిడ్ మిల్లర్ పట్టిన ఆ అద్భుతమైన క్యాచ్ తన జీవితాన్ని ఎలా మలుపు తిప్పిందో వివరించాడు.

"విమర్శలు జీవితంలో భాగం, వాటి నుంచి మనం పారిపోలేం. 2024లో బార్బడోస్‌లో పట్టిన ఆ క్యాచ్ నా జీవితాన్ని పూర్తిగా మార్చేసింది. అది ఆ టోర్నీలోనే అత్యంత కీలక క్షణం. ఆ విజయం తర్వాత భారత్‌లో జరగనున్న ప్రపంచకప్‌కు జట్టును నడిపించే అవకాశం రావడం చాలా ప్రత్యేకం. ఇప్పటి వరకు ఏ జట్టు కూడా సొంత గడ్డపై టీ20 ప్రపంచకప్ గెలవలేదు, ఆ రికార్డును మేం సాధించడం గర్వంగా ఉంది" అని సూర్య పేర్కొన్నారు.

### భారత్ సృష్టించిన రికార్డులు:

టీ20 ప్రపంచకప్ టైటిల్‌ను నిలబెట్టుకున్న తొలి జట్టుగా భారత్ నిలిచింది.

మూడుసార్లు టీ20 ప్రపంచ ఛాంపియన్‌గా నిలిచిన ఏకైక జట్టు భారత్. సొంత గడ్డపై టీ20 ప్రపంచకప్ ట్రోఫీని అందుకున్న మొదటి జట్టుగా టీమిండియా చరిత్ర సృష్టించింది.

Printed, Published & Owned by B. Srinivas, Printed at Abhyudaya Publications,& Printers Algunoor, MDI: Thimmapur District, Karimnagar. 505001(T.S)
Published at H.NO. 6-3-289,Kishan Nagar, Karimnagar MDI: District karimnagar- 505001(T.S)  RNI NO. APTEL/2006/18964, : .