

సంపాదకీయం

ఆదివారం 13-04-2025

ఎట్టకేలకు భారత్ కు రాణా...

మోడీ దొడ్డు ఫలితం

ముంబయి దాడుల నిందితుడు తహవ్వర్ రాణాను అమెరికా భారత్ కు అప్పగించింది. ముంబయి దాడులకు బాధ్యుడైన తహవ్వర్ రాణాను అమెరికా అప్పగించిందని జాతీయ దర్యాప్తు సంస్థ (ఎన్ఐఐ) తెలిపింది. అప్పగించిన ప్రక్రియ ప్రారంభం కావడానికి ముందు రాణా.. అమెరికాలో జ్యూడీషియల్ కస్టోడియన్ ఎన్ఐఐ తెలిపింది. తేదీ 26 నవంబర్ 2008, ముంబయిలో ఉగ్రవాద దాడి జరిగిన రోజు ఇదే. ఈ దాడి జరిగి దాదాపు 17 సంవత్సరాలు అయ్యాయి. కానీ ఈ కుట్రలో నిందితులైన చాలా మందికి ఇంకా శిక్ష పడలేదు. ముంబయి ఉగ్రవాద దాడుల సూత్రధారి తహవ్వర్ రాణాను ఎట్టకేలకు అమెరికా నుండి భారత్ కి తీసుకువచ్చారు. ఇప్పుడు ఈ ఉగ్రవాద దాడిని ఎలా చేశారు.? ఏ కుట్ర వనాల్లో తహవ్వర్ బయటపడడం. కుట్ర వెనుక దాగి ఉన్న అన్ని రహస్యాలను బయటపడతాయి. ముంబయి దాడుల ప్రధాన నిందితుడు తహవ్వర్ రాణాను ఎన్ఐఐ అధికారులు పాకిస్తాన్ లో కోర్టులో హాజరుపరచారు. అక్కడి నుంచి ఎన్ఐఐ అతని 18 రోజుల కస్టోడియన్ తీసుకుంది. నిందితుడు తహవ్వర్ రాణా అమెరికాలో నివసిస్తున్న పాకిస్తాన్ పౌరుడు. రాణాను ఉరితీయాలనే డిమాండ్ ఉంది. అయితే భారత్ దేశంలో రాణా తరువున కేసును వాదించడానికి, అతనిని ఉరి నుండి కాపాడటానికి, న్యాయవాది పియాష్ సచ్ దేవా కోర్టు వుచ్చుకున్నాడు. రాణాకు చట్టపరంగా ఉన్న దారులన్నీ మూసుకుపోవడంతో ఆయన అప్పగించే సాధ్యమేదీ ఉందని తెలిపింది. తహవ్వర్ రాణా 2013లో ఆయన స్నేహితుడు డేవిడ్ కోల్మన్ హాస్టెల్ కలిసి ముంబయి దాడులకు పాల్పడినందుకు, దెస్టాబ్లీటీ దాడికి ప్రణాళిక వేసినందుకు అమెరికాలో ఆయన దోషిగా తలారు. ఈ కేసుల్లో, తహవ్వర్ హాస్టెల్ రాణాకు అమెరికా కోర్టు 14 సంవత్సరాల జైలు శిక్ష విధించింది. భారీగా ఆయుధాలు ధరించి శిక్షణ పొందిన పది మంది లవ్వర్ తోయబా ఉగ్రవాదులు 2008 నవంబర్ 26న ముంబయిలోని అనేక ప్రదేశాలు, ప్రసిద్ధ భవనాలపై దాడులు చేశారు. ఈ దాడులు నాలుగు రోజుల పాటు కొనసాగాయి. 160 మందికి పైగా మరణించారు. ముంబయి నగరం 2008 నవంబర్ 26వ తేదీ రాత్రి, అకస్మాత్తుగా తుపాకీ కాల్పులు శబ్దంతో దద్దరిల్లింది. దాడి చేసిన వ్యక్తులు ముంబయిలోని రెండు టైప్ స్టార్ హోటళ్ళు, ఒక ఆసుపత్రి, రైల్వే స్టేషన్లు, ఒక యూదు కేంద్రాన్ని లక్ష్యంగా చేసుకున్నారు. మొదట్లో ఇంత పెద్ద దాడి జరిగినందున ఎవరూ ఊహించలేదు. కానీ క్రమంగా దాడి తీవ్రత అర్థమయింది. నవంబర్ 26వ తేదీ రాత్రి, ఉగ్రవాద నిరోధక దళం చీఫ్ హేమంత్ కర్కర్ సహా ముంబయి పోలీసు ఉన్నతాధికారులు కూడా ఈ దాడిలో ప్రాణాలు కోల్పోయారు. లియోపోల్డ్ కేప్, ఫ్రెంచ్ శిశు జియోస్ వద్ద ప్రారంభమైన ఈ మారణకాండ తాజ్ మహల్ హోటల్ వద్ద ముగిసేలోపు దీనిని ఆపేందుకు భద్రతా సిబ్బందికి 60 గంటల సమయం వట్టింది. 160 మందికి పైగా ప్రాణాలు కోల్పోయారు. దాడిచేయడానికి వచ్చినవారు రెండు గ్రూపులుగా విడిపోయినట్లు ముంబయి పోలీసులు, దర్యాప్తు అధికారులు చెప్పారు. వీరిలో ఇద్దరు వ్యక్తులు లియోపోల్డ్ కేప్ లోకి చేరుకుని విచక్షణారహితంగా కాల్పులు జరిపారు. ఈ కేస్ కి ఎక్కువగా విదేశీయులు వస్తుంటారు. అక్కడ ఉన్న ప్రజలకు ఏం జరుగుతుందో అర్థమయ్యేలోపే వారు విచక్షణారహితంగా తూటాలు పేల్చి అక్కడి నుంచి పారిపోయారు. అధికారిక గణాంకాల ప్రకారం, లియోపోల్డ్ కేప్ లో జరిగిన కాల్పుల్లో 10 మంది మరణించారు. దేశంలో అత్యంత రద్దీగా ఉండే రైల్వే స్టేషన్లలో.. ముంబయిలోని ఫ్రెంచ్ శిశు జియోస్ కూడా ఒకటి. ఆ సమయంలో అక్కడ పెద్ద సంఖ్యలో ప్రయాణికులు ఉన్నారు. దుండగులు ఒక్కసారిగా విచక్షణారహితంగా తూటాలు పేల్చారు. ఈ కాల్పుల్లో అజ్బల్ అమీర్ కనబ్, ఇస్మాయిల్ ఖాన్ పాల్గొన్నారని దర్యాప్తు అధికారులు తెలిపారు. తరువాత అజ్బల్ అమీర్ కనబ్ పట్టుబడ్డారు కానీ ఇస్మాయిల్ ఖాన్ చనిపోయారు. ఈ కాల్పుల్లో 58 మంది మరణించారు. పెద్దమొత్తంలో మందుగుండు పాపగ్రహితుల దుండగులు ఈ హోటల్ లోకి ప్రవేశించారు. ఆ సమయంలో అక్కడ 350 మందికి పైగా ఉన్నారని భావిస్తున్నారు. వారిలో చాలా మందిని దుండగులు బందిటగా చేసుకున్నారు. దాడి చేసిన ఇద్దరు దుండగులను జాతీయ భద్రతా దళ సిబ్బంది హతమార్చారు. తాజ్ మహల్ హోటల్ లో చెలరేగిన అగ్నిప్రమాదం ప్రజల గుండెల్లో అలానే ఉంది. కాల్పులు, పేలుళ్ల మధ్య, తాజ్ మహల్ హోటల్ కాల్గొన్నవారిని వారికా మరచిపోలేరు. ఈ భవనం 105 సంవత్సరాల పురాతనమైనది. గోల్డ్ వే ఆఫ్ ఇండియా సమావేశాల్లో ఉన్న ఈ హోటల్ కి ఎక్కువగా విదేశీ పర్యటకులు వస్తుంటారు. ఇక్కడి నుంచి సముద్ర తీరం కూడా కనిపిస్తుంది. హోటల్ పై దాడి జరిగినప్పుడు, భీజన్ సమయం కావడంతో అక్కడ చాలా మంది గుమిగూడి ఉన్నారు. అప్పుడు దుండగులు అకస్మాత్తుగా కాల్పులు మొదలుపెట్టారు. ప్రభుత్వ గణాంకాల ప్రకారం, తాజ్ మహల్ హోటల్ లో 31 మంది మరణించారు. దాడి చేసిన నలుగురు వ్యక్తులు భద్రతా సిబ్బంది చేతిలో చనిపోయారు. కామా హాస్పిటల్ అనేది ఓ చారిత్రక ఆసుపత్రి, దీనిని 1880లో ఒక సంవత్సరం వ్యాపారవేత్త నిర్మించారు. ముంబయి పోలీసుల కథనం ప్రకారం, నలుగురు దుండగులు ఒక పోలీసు వ్యాన్ ను హైజాక్ చేసి, ఆపై ఆపకుండా కాల్పులు జరిపారు. ఈ క్రమంలో వారు ఆసుపత్రిలోపలికి కూడా ప్రవేశించారు. ఆసుపత్రి బయట జరిగిన ఎన్కోటర్ లో ఉగ్రవాద నిరోధక దళం అధిపతి హేమంత్ కర్కర్, ముంబయి పోలీసులకు చెందిన అశోక్ కామ్లే, విజయ్ సలాస్కర్ మరణించారు.

పద్మశ్రీ వనజీవి రామయ్య కన్నుమూత

.. ప్రముఖుల సంతాపం



ఖమ్మం: పద్మశ్రీ అవార్డ్ గ్రహీత, వనజీవి రామయ్య (85) కన్నుమూశారు. గత కొంతకాలంగా రామయ్య అనారోగ్య నమనలతో బాధ పడుతున్నారు. ఇవాళ (శనివారం) తెల్లవారుజామున ఇంట్లో స్పృహ లేకుండా ఉంటే దగ్గరలోని ఆర్ఎంపీకి చూయించి ప్రభుత్వ ఆస్పత్రికి కుటుంబ సభ్యులు తీసుకువచ్చారు ఆస్పత్రిలో చికిత్స అందిస్తుండగానే రామయ్య చనిపోయారు. కోటి మొక్కలకు పైగా వనజీవి రామయ్య దంపతులు నాటారు. కోటికి పైగా మొక్కలను నాటి వనజీవి రామయ్య చరిత్ర సృష్టించారు. మొక్కలను పెంచాలని చిన్నతనం నుంచే ప్రచారం చేశారు. మొక్కలు నాటతూ దరిపల్లి రామయ్య అలియాస్ వనజీవి రామయ్య సేవ చేశారు. వనజీవి రామయ్యకు నలుగురు పిల్లలు.. వారిలో ముగ్గురు అబ్బాయిలు, ఒక అమ్మాయి ఉన్నారు. వనజీవి రామయ్య భార్య పేరు జానకమ్మ. రామయ్య చేసిన సేవలను కేంద్ర ప్రభుత్వం గుర్తించి 2018లో పద్మశ్రీతో సత్కరించింది. రాష్ట్రపతి ప్రభుత్వం ముఖ్యమంత్రి చేతుల మీదుగా పద్మశ్రీ అవార్డును వనజీవి రామయ్య ఢిల్లీలో అందుకున్నారు. వనజీవి రామయ్య ఖమ్మం జిల్లా ఖమ్మం రూరల్ మండలం రెడ్డిపల్లికి చెందిన వారు. ప్రభుత్వ ప్రైవేటు అవార్డులు, 3వేల షీల్డ్లను వనజీవి రామయ్య పొందారు. రామయ్య మృతితో ప్రకృతి ప్రేమికులు శోక సంద్రంలో మునిగిపోయారు. రామయ్యను కడసారి చూడటానికి ప్రకృతి ప్రేమికులు, ప్రజలు రెడ్డిపల్లిలోని ఆయన ఇంటికి తరలి వస్తున్నారు. పలువురు రాజకీయ నేతలు రామయ్యకు నివాళి అర్పిస్తున్నారు.



ఇంటిపేరుగా మార్పుకున్న వనజీవి రామయ్య శనివారం తుది శ్వాస విడిచారని తెలిసి చాలా విచారస్తున్నారని మాజీ ఉపరాష్ట్రపతి వెంకయ్య నాయుడు అన్నారు. ఈ మేరకు సోషల్ మీడియా మాధ్యమం ఎక్స్ వేదికగా వెంకయ్య నాయుడు సంతాపం వ్యక్తం చేశారు. చిన్ననాటి నుంచే మొక్కలపై మక్కువ పెంచుకున్న దరిపల్లి రామయ్య, వాటి ప్రాధాన్యతను ప్రచారం చేస్తూ జీవితమంతా మొక్కలు నాటడానికి, వాటిని నంరక్షించడానికి అంకితం చేసి స్ఫూర్తిదాయకంగా నిలిచారని తెలిపారు. ప్రకృతిని రక్షిస్తే అది మనల్ని రక్షిస్తుందన్న సనాతన ధర్మాన్ని విశ్వసించి ఆచరణలో పెట్టిన గొప్ప వ్యక్తి పద్మశ్రీ రామయ్య అని కొనియాడారు. మొక్కలు నాటే మహాత్మాధర్మంలో సహధర్మచారిణిగా పాలుపంచుకున్న రామయ్య సతీమణి జానకమ్మకి, వారి కుటుంబ సభ్యులకు తన ప్రగాఢ సానుభూతి తెలిపారు. రామయ్య ఆత్మకు శాంతి కలగాలని భగవంతుడిని ప్రార్థిస్తున్నారని వెంకయ్య నాయుడు అన్నారు.

మంత్రి నారా లోకేష్ ప్రగాఢ సానుభూతి వ్యక్తం చేశారు. వనజీవి రామయ్య ప్రకృతి ప్రేమికుడు : మంత్రి తుమ్మల నాగేశ్వరరావు

ఖమ్మం: పద్మశ్రీ వనజీవి రామయ్య అకాల మృతి పట్ల మంత్రి తుమ్మల నాగేశ్వరరావు సంతాపం తెలిపారు. పర్యావరణ హితం కోసం కోటి మొక్కలు నాటి ఇంటి పేరునే వనజీవిగా మార్పుకున్న ప్రకృతి ప్రేమికుడు వనజీవి రామయ్య అని కొనియాడారు. రామయ్య కుటుంబ సభ్యులకు మంత్రి తుమ్మల నాగేశ్వరరావు ప్రగాఢ సానుభూతి వ్యక్తం చేశారు.

వనజీవి రామయ్య జీవితం భవిష్యత్తు తరాలకు స్ఫూర్తి: మల్లు భట్టి విక్రమార్కు

ఖమ్మం: పద్మశ్రీ అవార్డు గ్రహించిన దరిపల్లి రామయ్య మృతి రాష్ట్రానికి, దేశానికి తీరని లోటు అని తెలంగాణ ఉప ముఖ్యమంత్రి మల్లు భట్టి విక్రమార్కు తెలిపారు. ఇంటి పేరును వనజీవిగా మార్చుకొని, కోటికి పైగా మొక్కలు నాటి రికార్డులు సృష్టించారని అన్నారు. వారి ఆత్మకు శాంతి చేకూరాలని ప్రార్థిస్తూ కుటుంబ సభ్యులకు తన ప్రగాఢ సానుభూతి వ్యక్తం చేశారు. పర్యావరణ పరిరక్షణకు అంకితమై ఆరున్నర దశాబ్దాలుగా ఆయన హరిత యాత్రను కొనసాగించారని కొనియాడారు. అనారోగ్య సమస్యలు వేధించినా మొక్కలు నాటే ఉద్యమాన్ని మాత్రం ఆపలేదని ఉద్ఘాటించారు. వారి జీవితం భవిష్యత్తు తరాలకు స్ఫూర్తి అని అభివర్ణించారు. దార్పణికుడు రామయ్య నేడు మన మధ్య లేకపోవడం బాధాకరమని డిప్యూటీ సీఎం మల్లు భట్టి విక్రమార్కు విచారం వ్యక్తం చేశారు.

వనజీవి రామయ్య మొక్కలను బిడ్డలవలే పెంచారు: హరిష్ రావు

ప్రకృతి ప్రేమికుడు, హరిత స్వామికుడు, పద్మశ్రీ అవార్డు గ్రహీత వనజీవి దరిపల్లి రామయ్య మృతి తీరని లోటు అని మాజీ మంత్రి, సిద్దిపేట ఎమ్మెల్యే తన్నీరు హరిష్ రావు తెలిపారు. ఇవాళ(శనివారం) సంతాపం ప్రకటించే ప్రకటన విడుదల చేశారు. రామయ్య ఆత్మకు శాంతి చేకూరాలని ప్రార్థిస్తూ, కుటుంబ సభ్యులకు తన ప్రగాఢ సానుభూతి వ్యక్తం చేశారు. వ్యక్త రక్షిత అన్న సిద్ధాంతాన్ని రామయ్య త్రికరణ శుద్ధిగా ఆచరించి, మొక్కలను బిడ్డలవలే పెంచారని కొనియాడారు. ఇంటిపేరునే వనజీవిగా మార్చుకొని కోట్లాది మొక్కలకు ప్రాణం పోశారని తెలిపారు. పర్యావరణ హితమే తన ఊహిగా భావించిన ఆయన, అనారోగ్యం సహకరించకున్నా మొక్కలు నాటే ఉద్యమాన్ని మాత్రం ఆపలేదని స్మరించుకున్నారు. వారి జీవితం భవిష్యత్తు తరాలకు స్ఫూర్తి అని ఉద్ఘాటించారు. అలాంటి గొప్ప వ్యక్తి వనజీవి రామయ్య నేడు మన మధ్య లేకపోవడం బాధాకరమని హరిష్ రావు పేర్కొన్నారు.

జీసీల రిజర్వేషన్ పితామహుడు బిపి మండల్

-నేడు ఆయన వర్ధంతి

వెనుకబడిన వర్గాల నుండి ఒక చదువున్న వ్యక్తి తన వచ్చిన సమాజం అభివృద్ధి గురించి నిస్వార్థంగా , నిబద్ధతతో పని చేస్తే ఎలాంటి మార్పు ఉంటుందో ఉదాహరణ బిపి. మండల్ జీవితం. బిందేశ్వరి ప్రసాద్ మండల్ భారతదేశ పార్లమెంటు సభ్యుడు, మాజీ బీహార్ ముఖ్యమంత్రి , సంఘ సంస్కర్త. అతను రెండవ వెనుకబడిన తరగతుల కమిషన్ (మండల్ కమిషన్ గా సుపరిచితం) కు చైర్మన్ గా వ్యవహరించాడు. అతను ఉత్తర బీహార్ లోని సహార్నా లో అత్యంత ధనకులైన యాదవ్ జమీందారీ (భూస్వాములు) కుటుంబం లో జన్మించాడు. కమిషన్ భారతదేశంలోని ప్రజలలో ఒక భాగాన్ని "అదర్ బెక్ క్లాస్స్" (ఓ.బీ.సి) (ఇతర వెనుకబడిన కులాలు) గా నివేదిక ప్రకారం నివేదించింది. భారతీయ రాజకీయాల్లో తక్కువగా ఉన్న బలహీన వర్గాల కోసం పాలసీపై తీవ్రమైన చర్చ ప్రారంభమైంది. బి.పి. మండల్ (బిందేశ్వరి ప్రసాద్ మండల్) బీహార్ లోని బనారస్ లోని ఒక యాదవ్ కుటుంబంలో 1918 ఆగస్టు 25న జన్మించాడు.. మాధేపురా జిల్లాలోని మోరో గ్రామంలో పెరిగాడు. మండేశ్వరంలో మండల్ తన ప్రాథమిక విద్యని , దర్బాంగలో ఉన్నత పాఠశాల విద్యని పూర్తి చేశాడు. 1930 లలో పాట్నా కాలేజీలో ఇంటర్మీడియట్ పూర్తి చేసాడు. ఆ తరువాత పై చదువులకై అతను ప్రెసిడెన్సీ కళాశాల కలకత్తాలో చేరించు. దురదృష్టవశాత్తు, ఇంట్లో కొన్ని ఆనివార్యమైన పరిస్థితుల కారణంగా, అతను తన చదువుని విడిచిపెట్టవలసి వచ్చింది.మండల్ తన 23 వయసు జిల్లా కౌన్సిల్ కి ఎన్నికయ్యాడు. 1945-51 మధ్య కాలములో మాధేపుర డివిజన్ లో జీతం తీసుకోకుండానే జ్యూడీషియల్ మేజిస్ట్రేట్ గా పని చేశాడు. అతని రాజకీయ జీవితం భారత జాతీయ కాంగ్రెస్

తో మొదలైంది. 1952 లో మొదటిసారి బీహార్ అసెంబ్లీకి శాసనసభ్యునిగా ఎన్నికయ్యాడు. అధికార పక్షములో ఉండి బీహార్ లోని బలహీనవర్గ కుల్యలపై అగ్రపర్ణ రాజకీయాల దాడి చేయడాన్ని నిరసించాడు. 1965 లో తన నియోజకవర్గంలో భాగంగా ఉన్న గ్రామమైన పామాలో మైనారిటీలు, దళితులపై పోలీసులు చేస్తున్న అత్యాచారాలపై మాట్లాడాలని కోరుకున్నప్పుడు అధికార పక్షములో ఉండి ఈ అంశంపై మాట్లాడకూడదని ముఖ్యమంత్రి ఆదేశాన్ని తన మనస్సుకొని చంపకోలేక తన సమీప విలువల కోసం ప్రతిపక్ష పాత్ర నిర్వహించడానికి సిద్ధమై సంయుక్త సోషలిస్ట్ పార్టీ (ఎస్.ఎస్.పి) లో చేరాడు. ఎస్.ఎస్.పి రాష్ట్ర పార్లమెంటులో భీర్లు చైర్మన్ గా నియమించబడ్డాడు. 1967 లో జరిగిన ఎన్నికలలో ఎస్.ఎస్.పి అభ్యర్థుల ఎంపికపై ఆయన చేసిన కృషి, ఆయన ప్రచారం వల్ల 1962 లో తేవలం 7 సీట్లు కల ఆ పార్టీకి 1967 లో 69 సీట్లు వచ్చాయి. బీహార్లో మొట్టమొదటి కాంగ్రెస్ యేతర ప్రభుత్వం ఏర్పడింది. అతను పార్లమెంటు సభ్యుడు అయినప్పటికీ మంత్రివర్గంలో చేర్చారు. అనారోగ్య శాఖ మంత్రిగా పని చేశాడు. కానీ పార్టీలో, ప్రభుత్వములో కొన్ని విభేదాలు రావడముతో కాంగ్రెస్ పార్టీ బయటి నుండి మద్దతు ఇవ్వడంతో 1968 ఫిబ్రవరి 1 న అతను బీహార్ రాష్ట్ర రెండవ బీసీ ముఖ్యమంత్రిగా పదవీ భార్యతలు స్వీకరించాడు. కాంగ్రెస్ పార్టీ మద్దతు తీసుకుంటూనే రాజీ పడకుండా రాష్ట్రానికి చెందిన కాంగ్రెస్ పార్టీ సీనియర్ నేతల అవినీతిపై అయ్యర్ కమిషన్ వేసి విచారణ చేయించాడు. ఆ కమిషన్ నివేదికను బయటపరచకుండా అప్పటి ప్రధాని ఇందిరాగాంధీ స్వయంగా ఒత్తిడి తీసుకువచ్చింది.

6 వేల మందిని రికార్డులో చేపేసిన ప్రెమ్ సర్కార్

వాషింగ్టన్ : అమెరికాలో నివసిస్తున్న ఆరు వేల మంది వలసదారులను ప్రెమ్ ప్రభుత్వం రికార్డుల్లో చేపేసింది. వారంతా జీవించి ఉన్నప్పటికీ అధికారులు మాత్రం రికార్డుల్లో మరణించినట్లు అప్డేట్ చేశారు. దీనితో వారి సోషల్ సెక్యూరిటీ నంబర్ ఆటోమేటిక్ గా రద్దు అవుతుంది. అమెరికాలో సోషల్ సెక్యూరిటీ నంబర్ తప్పనిసరి. అమెరికా పౌరులతో పాటు తాత్కాలికంగా ఆశ్రయం కోసం వచ్చినవారికి ప్రభుత్వం ఈ నంబర్ కేటాయిస్తుంది. ఈ సోషల్ సెక్యూరిటీ నంబర్ లేదంటే వారి జీవించి ఉన్నా కూడా మరణించినట్లుగానే పరిగణిస్తారు. ప్రభుత్వం నుంచి ఎటువంటి ప్రయోజనాలూ పొందే అవకాశం వారికి ఉండదు. అంతే కాదు, ఉద్యోగం కానీ, ఏదైనా చిన్నపాటి పని కానీ చేసుకునే వీలు ఉండదు. వలసదారులు తమంతట తామే నిర్ణయం తీసుకున్నట్లు సమాచారం. పొమ్మనేతక పోగ బెట్టినట్లు అనేది తెలుగు సామెత. కానీ, ప్రెమ్ సర్కార్ మాత్రం పొమ్మనే పోగ బెట్టినట్లు ఇలా రికార్డుల్లో వలసదారులను చేపేసింది. బైడెన్ సర్కార్ అమలు చేసిన పలు కార్యక్రమాల ద్వారా సుమారు 90 వేల మంది వలసదారులు అమెరికాలో అడుగు పెట్టారని అధికారులు తెలియజేశారు. వారందరూ తాత్కాలిక ఆశ్రయం కోరి వచ్చినవారేనని అధికారులు తెలిపారు. అయితే, గడువు ముగిసినప్పటికీ వారు స్వదేశానికి తిరిగి వెళ్లేదని, అమెరికాలోనే ఉంటున్నారని అధికారులు తెలిపారు. ఈ నేపథ్యంలో వారందరినీ వెతికి పట్టుకుని వెనుకకు పంపడం శ్రమతో కూడుకున్నదని అధికారులు చెప్పారు. ఈ నేపథ్యంలోనే ప్రభుత్వ రికార్డుల్లో వారు చనిపోయినట్లు నమోదు చేస్తే సోషల్ సెక్యూరిటీ నంబర్ రద్దు అయి వారు తమ అంతట తామే అమెరికాను వీడుతారని అధికారులు భావిస్తున్నారు. ఇందులో భాగంగానే తాజాగా ఆరు వేల మంది వలసదారులను రికార్డుల్లో మరణించినట్లుగా నమోదు చేశారు.

మామిడిపండుతో అందం, ఆరోగ్యం, శృంగార సామర్థ్యం!



సీజనల్ పండు మామిడి పండు వచ్చేసింది. వేసవికాలంలో మాత్రమే దొరికే ఈ సీజనల్ పండు ఎంతో ప్రత్యేకమైనది. పండ్ల రారాజుగా చెప్పుకునే మామిడి పండ్లను ప్రతి ఒక్కరూ ఇష్టంగా తింటారు. మామిడి పండ్లను తినడం వల్ల ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు మాత్రమే కాదు అందం కూడా పెరుగుతుంది. అంతేకాదు మామిడిపండు శృంగార సామర్థ్యాన్ని కూడా ఇట్టే పెంచుతాయి. మరి ఎన్నో విశేష గుణాలు ఉన్న మామిడిపండ్ల యొక్క గొప్పతనాన్ని తెలుసుకుందాం రండి. మామిడి పండుతో చర్మం నిగారింపు మామిడి పండుతో అందం ఇనుమడించబడుతుంది. చర్మం నిగారింపును సొంతం చేసుకుంటుంది. మామిడిపండు అందరికీ నచ్చేలా రుచి మాత్రమే కాకుండా బోలెడన్ని పోషకాలతో కూడుకొని ఉంటుంది. మామిడి పండ్లలో విటమిన్ ఏ, విటమిన్ ఈ మన చర్మంపై యాతీ సమస్యలను, ఇతర చర్మ సమస్యలను తొలగిస్తాయి. మామిడి పండ్లను తినడం వల్ల చర్మం హైడ్రేట్ అవుతుంది. ముడతలు, మచ్చలు పోయి, చర్మం నిగారింపును సొంతం చేసుకుంటుంది. మామిడితో హైబీపీకి చెక్. ఇంకా ఎన్నో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఇక మామిడి పండ్ల మనకు ఎన్నో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను కలిగిస్తాయి. మామిడిపండ్లలో ఉండే బీటా కెరోటిన్ ఆప్రమా నుంచి మనకు ఉపశమనం కలిగిస్తుంది. రక్తపోటు సమస్యతో బాధపడే వారు మామిడి పండ్లను తింటే మంచిది. మామిడిపండులో ఉండే పొటాషియం, మెగ్నీషియం అధిక రక్తపోటు సమస్యను తగ్గిస్తుంది. మామిడి పండులో విటమిన్ సి, ఫైబర్ పుష్కలంగా ఉండటం వల్ల ఇవి మన శరీరంలో చెడు కొలెస్ట్రాల్ ను తగ్గించడానికి దోహదం చేస్తాయి. మామిడి పండ్లను తింటే ఈ సమస్యలకు చెక్ జీర్ణ సంబంధమైన సమస్యలతో బాధపడేవారు మామిడి పండ్లను తింటే జీర్ణ సమస్యలు తగ్గుతాయి. మామిడి పండులో ఉండే పోషకాలు మన శరీరానికి మాత్రమే కాదు మన తల వెంట్రుకల కుదుళ్లకు కూడా బలాన్ని చేకూరుస్తాయి. మన జుట్టును ఆరోగ్యంగా పెరిగేలా చేస్తాయి. మామిడి పండ్ల శరీరంలోని రక్తహీనతను తగ్గిస్తాయి. కంటి సమస్యలు రాకుండా చేస్తాయి. వివిధ రకాల క్యాన్సర్ల నుండి కాపాడతాయి. అయితే ఈ జబ్బులు గ్యారెంటీ పురుషులలో సెక్స్ సామర్థ్యం పెంచే మామిడిపండు ఇక మామిడి పండులో ఉండే పోషకాలు పురుషులలో శృంగార సామర్థ్యం బాగా పెంచుతాయి. శృంగార ఉద్దీపనకు మాత్రమే కాకుండా ఎన్నో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను కలిగించే మామిడి పండును తినడం మంచిది. అయితే అతిగా తినడం మాత్రం అనారోగ్యాలకు దారితీస్తుంది.

ఛాతీల మంటను తేలిగ్గా తీసుకుంటున్నారా? ఇది ఎంతో డేంజరా తెలుసా?

గుండెల్లో మంట లేదా ఛాతీలో మంట అనేది చాలామందికి అనుభవమయ్యే ఒక సాధారణ సమస్య. దీనిని తేలికగా తీసుకోకూడదు. ఇది కేవలం ఆహారం సరిగా జీర్ణం కాకపోవడం వల్ల వచ్చే సాధారణ సమస్య మాత్రమే కాదు, కొన్నిసార్లు ఇది తీవ్రమైన ఆరోగ్య సమస్యలకు సంకేతం కూడా కావచ్చు. ఛాతీలో మంట అనేది ఛాతీ భాగంలో, ముఖ్యంగా గుండె వెనుక భాగంలో మంటగా అనిపించే ఒక అనుభూతి. ఇది సాధారణంగా కడుపులో యాసిడ్ అన్నవాహికలోకి తిరిగి వచ్చినప్పుడు వస్తుంది. అన్నవాహిక అనేది ఆహారాన్ని నోటి నుండి కడుపుకు తీసుకువెళ్ళే గొట్టం. కడుపులో యాసిడ్ అన్నవాహికలోకి ప్రవేశించినప్పుడు, అది అన్నవాహిక యొక్క సున్నితమైన పొరను చికాకుపెడుతుంది, దీనివల్ల మంట, నొప్పి లేదా అసౌకర్యం కలుగుతుంది. ఛాతీలో మంటకు కారణాలు ఏమిటి? ఛాతీలో మంటకు అనేక కారణాలు ఉన్నాయి. వాటిలో యాసిడ్ రిఫ్లెక్స్ ఒకటి. ఇది ఛాతీలో మంటకు ప్రధాన కారణం. కడుపులోని యాసిడ్ అన్నవాహికలోకి తిరిగి వచ్చినప్పుడు యాసిడ్ రిఫ్లెక్స్ సంభవిస్తుంది. ఇది కడుపు , అన్నవాహిక మధ్య ఉండే కండరం సరిగా మూసుకోవడంలో విఫలమైనప్పుడు జరుగుతుంది. గ్యాస్ట్రోఎసోఫాగియల్ రిఫ్లెక్స్ వ్యాధి (ఇది దీర్ఘకాలిక యాసిడ్ రిఫ్లెక్స్). ఆ ఉన్నవారిలో తరచుగా మరియు తీవ్రమైన ఛాతీలో మంట అనుభూతి కలుగుతుంది. హైటల్ హెర్నియా ఇది కడుపు యొక్క కొంత భాగం డయాఫ్రాగమ్ (ఛాతీ - ఉదరం మధ్య వేరుచేసే కండరం) ద్వారా ఛాతీలోకి చొచ్చుకు వచ్చినప్పుడు హైటల్ హెర్నియా ఏర్పడుతుంది. ఇది యాసిడ్ రిఫ్లెక్స్ కు కారణమవుతుంది. అంతే కాకుండా అధిక బరువు ఉండటం కడుపుపై ఒత్తిడిని పెంచుతుంది, ఇది యాసిడ్ రిఫ్లెక్స్ కు దారితీస్తుంది. మహిళలకు గర్భధారణ సమయంలో హార్మోన్ల మార్పులు, కడుపుపై పెరిగిన ఒత్తిడి యాసిడ్ రిఫ్లెక్స్ కు కారణమవుతాయి. ధూమపానం: ధూమపానం అన్నవాహిక కండరాన్ని బలహీనపరుస్తుంది . యాసిడ్ రిఫ్లెక్స్ కు దోహదం చేస్తుంది. కొన్ని ఆహారాలు , పానీయాలు, ముఖ్యంగా కొవ్వు పదార్థాలు, కారంగా ఉండేవి, చాక్లెట్, కెఫెన్ , ఆల్కహాల్ యాసిడ్ రిఫ్లెక్స్ ను ప్రేరేపిస్తాయి. అంతే కాకుండా కొన్ని మందులు, నొప్పి నివారణలు, కొన్ని యాంటీబయోటిక్స్, రక్తపోటు మందులు వంటివి ఛాతీలో మంటను కలిగిస్తాయి. మానసిక ఒత్తిడి, ఆందోళన కూడా ఛాతీలో మంటను పెంచుతాయి. ఖనీజితీవల : ఛాతీలో మంట యొక్క లక్షణాలు: ఛాతీలో మంట యొక్క ప్రధాన లక్షణం ఛాతీలో మంటగా అనిపించడం. ఇది సాధారణంగా భోజనం చేసిన తర్వాత లేదా పడుకున్నప్పుడు మరింత తీవ్రమవుతుంది. అంతేకాకుండా పుల్లని లేదా చేదు రుచి నోటిలోకి రావడం. గుండెల్లో వికారం, కడుపు ఉబ్బరం, గొంతు నొప్పి లేదా బొంగురుపోవడం, పొడి దగ్గు, మింగడంలో ఇబ్బంది. ఛాతీలో మంటను తగ్గించే మార్గాలు: ఛాతీలో మంటను తగ్గించడానికి అనేక మార్గాలు ఉన్నాయి. కొన్ని జీవనశైలి మార్పులు, కొన్ని వైద్య చికిత్సలు సహాయపడతాయి. చిన్న మొత్తాలలో, తరచుగా తినండి. ఒకేసారి ఎక్కువ తినడం మానుకోండి. కొవ్వు పదార్థాలు, కారంగా ఉండేవి, చాక్లెట్, కెఫెన్, ఆల్కహాల్, పుల్లని పండ్లను తగ్గించండి. భోజనం చేసిన వెంటనే పడుకోవడం మానుకోండి. భోజనం చేసిన కనీసం 2-3 గంటల తర్వాత పడుకోండి. నిద్రించేటప్పుడు తల భాగం కొంచెం ఎత్తులో ఉండేలా దిండు పెట్టుకోండి. అంతే కాకుండా అధిక బరువు లేదా ఊబకాయం ఉంటే, బరువు తగ్గడం ఛాతీలో మంటను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. ధూమపానం ఛాతీలో మంటను తీవ్రతరం చేస్తుంది. ధూమపానం మానుకోవడం ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిది. ఆల్కహాల్ కూడా ఛాతీలో మంటను పెంచుతుంది. ఆల్కహాల్ సేవనాన్ని తగ్గించడం లేదా పూర్తిగా మానేయడం మంచిది. యోగా, ధ్యానం, వ్యాయామం లేదా మిశ్రమ చిన్న ఇతర పద్ధతుల ద్వారా ఒత్తిడిని తగ్గించుకోండి. వైద్య చికిత్సలు: యాంటాసిడ్ల ఇవి కడుపులోని యాసిడ్ ను తటస్థీకరిస్తాయి . తక్షణ ఉపశమనాన్ని అందిస్తాయి. కానీ ఇవి తాత్కాలిక ఉపశమనం మాత్రమే. ఊ2 బ్లకర్స్ కడుపులో యాసిడ్ ఉత్పత్తిని తగ్గిస్తాయి. ఇవి యాంటాసిడ్ల కంటే ఎక్కువసేపు ఉపశమనాన్ని అందిస్తాయి. ప్రోటాన్ పంప్ ఇన్హిబిటర్స్ ఇవి కడుపులో యాసిడ్ ఉత్పత్తిని గణనీయంగా తగ్గిస్తాయి. ఇవి తీవ్రమైన ఛాతీలో మంట , చికిత్సలో ప్రభావవంతంగా ఉంటాయి. వీటిని వైద్యుల నలహా మేరకు మాత్రమే ఉపయోగించాలి. ఛాతీలో మంట సాధారణంగా ప్రమాదకరమైనది కాదు, కానీ కొన్నిసార్లు ఇది తీవ్రమైన ఆరోగ్య సమస్యలకు సంకేతం కావచ్చు. తీవ్రమైన ఛాతీ నొప్పి, ఛాతీ నొప్పి ఛాతీ నుండి చేయి, దవడ లేదా వీపుకు వ్యాపించడం, శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బంది, చెమటలు పట్టడం, వికారం లేదా వాంతులు, బరువు తగ్గడం, మలం నల్లగా రావడం లేదా రక్తంతో కూడిన వాంతులు. ఈ లక్షణాలు గుండెపోటు లేదా ఇతర తీవ్రమైన ఆరోగ్య సమస్యలకు సంకేతం కావచ్చు. ఈ లక్షణాలను కలిగి ఉంటే వెంటనే వైద్యుడిని సంప్రదించండి. ఛాతీలో మంట అనేది చాలామందికి సాధారణంగా అనుభవమయ్యే సమస్య. జీవనశైలి మార్పులు , సరైన చికిత్సతో దీనిని తగ్గించుకోవచ్చు. ఒకవేళ లక్షణాలు తీవ్రంగా ఉంటే లేదా ఇతర ప్రమాదకర లక్షణాలు కనిపిస్తే, వెంటనే వైద్యుడిని సంప్రదించడం చాలా ముఖ్యం. మీ ఆరోగ్యాన్ని జాగ్రత్తగా చూసుకోండి, ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలిని అనుసరించండి!



మధుమేహం, కిడ్నీ సమస్యలు ఉన్నవారు మామిడి పండ్లు తింటే డేంజరా?

మామిడి వండు... వండ్లలో రారాజు! రుచికి మారుపేరు!! వేసవి కాలంలో మామిడి వండును ఇష్టపడని వారుండరు అంటే అతిశయోక్తి కాదు. చిన్న పిల్లల నుండి పెద్దల వరకు అందరూ మామిడి వండును ఎంతో ఇష్టంగా తింటారు. మామిడి వండు రుచిగానే కాదు ఆరోగ్యానికి కూడా ఎంతో మేలు చేస్తుంది. మామిడి పండులో విటమిన్లు, ఖనిజాలు, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉన్నాయి. ఇవి శరీరానికి శక్తిని ఇవ్వడమే కాకుండా అనేక వ్యాధుల నుండి రక్షిస్తాయి. అయితే, మామిడి పండు ఆరోగ్యానికి మంచిదే అయినప్పటికీ, కొంతమంది కొన్ని ఆరోగ్య సమస్యలు ఉన్నవారు మామిడి పండును తినకూడదు. ఎందుకంటే మామిడి పండు వారి ఆరోగ్యానికి హాని కలిగించవచ్చు. మరి ఏయే సమస్యలు ఉన్నవారు మామిడి పండును తినకూడదో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం. మధుమేహం పురుషులకు ఉన్నవారు మామిడి పండును తినకూడదు. ఎందుకంటే మామిడి పండులో చక్కెర శాతం ఎక్కువ. మామిడి పండు తింటే రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు ఒక్కసారిగా పెరిగిపోతాయి. ఇది మధుమేహాన్ని మరింత ప్రమాదకరంగా మారుస్తుంది. మధుమేహం ఉన్నవారు మామిడి పండు తినాలని అనుకుంటే వైద్యుల నలహా తీసుకోవడం మంచిది. ఒకవేళ వైద్యులు తినమని చెబితే, తక్కువ మొత్తంలో తినవచ్చు. కానీ, ఎక్కువగా తినకూడదు. మామిడి పండుకు బదులుగా తక్కువ చక్కెర శాతం ఉన్న వండ్లను తినడం మంచిది. ఉదాహరణకు, జామకాయ, బొప్పాయి, పుచ్చకాయ వంటి వండ్లను తినవచ్చు. అల్లెపండు కొంతమందికి మామిడి పండు తింటే అల్లె వస్తుంది. మామిడి పండులో ఉండే కొన్ని పదార్థాల వల్ల అల్లె వస్తుంది. మామిడి పండు అల్లె ఉన్నవారికి దురద, దద్దురు, వాపు, శ్వాస తీసుకోవడంలో



ఇబ్బంది వంటి లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. ఒకవేళ మీకు మామిడి వండు తిన్న తర్వాత ఇలాంటి లక్షణాలు కనిపిస్తే వెంటనే మామిడి పండు తినడం ఆపేయాలి. అంతేకాకుండా వైద్యుడిని సంప్రదించి చికిత్స తీసుకోవాలి. మామిడి పండు అల్లె ఉన్నవారు మామిడి పండును తినకపోవడమే మంచిది. 5 5 కిడ్నీ సమస్యలు (అతిథినివ మ కిడ్నీ సమస్యలు ఉన్నవారు మామిడి పండును తినకూడదు. మామిడి పండులో పొటాషియం ఎక్కువ. కిడ్నీలు సరిగా పనిచేయకపోతే శరీరంలో పొటాషియం స్థాయిలు పెరుగుతాయి. ఇది గుండెకు ప్రమాదకరంగా మారుతుంది. కిడ్నీ సమస్యలు ఉన్నవారు మామిడి పండు తినాలని అనుకుంటే వైద్యుల నలహా తీసుకోవడం తప్పనిసరి. ఒకవేళ వైద్యులు తినమని చెబితే, తక్కువ మొత్తంలో తినవచ్చు. కానీ, ఎక్కువగా తినకూడదు. కిడ్నీ సమస్యలు ఉన్నవారు పొటాషియం తక్కువగా ఉండే వండ్లను తినడం మంచిది. ఉదాహరణకు, ఆపిల్, డ్రాక్ష, స్ట్రాబెర్రీ వంటి వండ్లను తినవచ్చు. ంత్రీబనీ ఖీవజీల తుట్టలు తుట్టలుగా జుట్టు రాలుతుండా.. ఇక చింతించకండి.. ఉదయాన్నే ఇది త్రై చేయండి.! గుండెల్లో మంట గుండెల్లో మంట సమస్య ఉన్నవారు మామిడి పండును తినకూడదు. మామిడి పండు పులుపు స్వభావం కలిగి ఉంటుంది. ఇది గుండెల్లో మంటను మరింత పెంచుతుంది. గుండెల్లో మంట సమస్య ఉన్నవారు మామిడి పండు తినాలని అనుకుంటే తక్కువ మొత్తంలో తినవచ్చు. అంతేకాకుండా భోజనం చేసిన వెంటనే మామిడి పండు తినకూడదు. భోజనం చేసిన తర్వాత కొంత సమయం గడిచిన తర్వాత తినడం మంచిది. గుండెల్లో మంట సమస్య ఉన్నవారు పులుపు తక్కువగా ఉండే వండ్లను తినడం మంచిది. ఉదాహరణకు, అరటిపండు, బొప్పాయి, పుచ్చకాయ వంటి వండ్లను తినవచ్చు. బరువు తగ్గాలనుకునేవారు బరువు తగ్గాలనుకునేవారు మామిడి పండును తక్కువగా తినాలి. మామిడి పండులో క్యాలరీలు ఎక్కువ. మామిడి పండు ఎక్కువగా తింటే బరువు పెరిగే అవకాశం ఉంది. బరువు తగ్గాలనుకునేవారు మామిడి పండు తినాలని అనుకుంటే తక్కువ మొత్తంలో తినవచ్చు. కానీ, ఎక్కువగా తినకూడదు. అంతేకాకుండా వ్యాయామం చేయడం ద్వారా బరువును నియంత్రించుకోవచ్చు. బరువు తగ్గాలనుకునేవారు క్యాలరీలు తక్కువగా ఉండే వండ్లను తినడం మంచిది. ఉదాహరణకు, పుచ్చకాయ, జామకాయ, బొప్పాయి వంటి వండ్లను తినవచ్చు. ంటలవేతితిబవవవవవ చిన్న పిల్లలు చిన్న పిల్లలకు మామిడి పండును పరిమితంగా ఇవ్వాలి. చిన్న పిల్లలు ఒకేసారి ఎక్కువ మామిడి పండు తింటే కడుపు నొప్పి, విరేచనాలు వచ్చే అవకాశం ఉంది. చిన్న పిల్లలకు మామిడి పండు ఇవ్వాలని అనుకుంటే తక్కువ మొత్తంలో ఇవ్వాలి. అంతేకాకుండా మామిడి పండును గుజ్జగా చేసి ఇవ్వడం మంచిది. చిన్న పిల్లలకు ఇతర వండ్లను కూడా ఇవ్వడం చాలా ముఖ్యం. గర్భిణులు, బాలింతలు గర్భిణులు, బాలింతలు మామిడి పండును పరిమితంగా తినాలి. మామిడి పండు వేడి స్వభావం కలిగి ఉంటుంది. మామిడి పండు ఎక్కువగా తింటే శరీరంలో వేడి పెరుగుతుంది. ఇది గర్భిణులు, బాలింతలకు మంచిది కాదు. గర్భిణులు, బాలింతలు మామిడి పండు తినాలని అనుకుంటే వైద్యుల నలహా తీసుకోవడం మంచిది. ఒకవేళ వైద్యులు తినమని చెబితే, తక్కువ మొత్తంలో తినవచ్చు. కానీ, ఎక్కువగా తినకూడదు. గర్భిణులు, బాలింతలు ఇతర వండ్లను కూడా తినడం చాలా ముఖ్యం. అంతే కాకుండా లేట్లీ అల్లె ఉన్నవారికి మామిడి పండు తింటే అల్లె వచ్చే అవకాశం ఉంది. ప్రత్యేక అసహనం ఉన్నవారికి మామిడి పండు తింటే కడుపు నొప్పి, విరేచనాలు వచ్చే అవకాశం ఉంది. కొన్ని రకాల మందులు వాడుతున్నవారు మామిడి పండు తినకూడదు. మామిడి పండు మందుల ప్రభావంపై ప్రభావం చూపవచ్చు. మామిడి పండు ఆరోగ్యానికి మంచిదే అయినప్పటికీ, ఈ సమస్యలు ఉన్నవారు మామిడి పండును తినకూడదు. ఒకవేళ మీకు ఏదైనా ఆరోగ్య సమస్య ఉంటే మామిడి పండు తినే ముందు వైద్యుల నలహా తీసుకోవడం చాలా ముఖ్యం. ఆరోగ్యమే మహాభాగ్యం! కాబట్టి ఆరోగ్యం పట్ల శ్రద్ధ వహించండి.

తుట్టలు తుట్టలుగా జుట్టు రాలుతుండా.. ఇక చింతించకండి.. ఉదయాన్నే ఇది త్రై చేయండి.!

కరివేపాకు, సుగంధభరితమైన ఆకుకూర, భారతీయ వంటకాలలో ఒక ముఖ్యమైన పదార్థం. ఇది ఆహారానికి రుచిని ఇవ్వడమే కాకుండా, అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను కూడా కలిగి ఉంది. కరివేపాకులో విటమిన్లు, ఖనిజాలు, యాంటీఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉన్నాయి, ఇవి శరీరాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచడంలో సహాయపడతాయి. కరివేపాకు నీటిని ఖాళీ కడుపుతో తాగడం వల్ల కలిగే అద్భుతమైన ప్రయోజనాలు ఇక్కడ ఉన్నాయి.. జీర్ణక్రియను మెరుగుపరుస్తుంది: ఖాళీ కడుపుతో కరివేపాకు నీరు తాగడం వల్ల జీర్ణక్రియ మెరుగుపడుతుంది. కరివేపాకులో జీర్ణ సమస్యలను ప్రేరేపించే గుణాలు ఉన్నాయి. ఇది ఆహారాన్ని సులభంగా జీర్ణం చేయడానికి సహాయపడుతుంది. మలబద్ధకం, వికారం, అజీర్ణం వంటి జీర్ణ సమస్యలను తగ్గిస్తుంది. కరివేపాకులో ఫైబర్ కూడా పుష్కలంగా ఉంటుంది, ఇది మలబద్ధకాన్ని నివారించడానికి , ప్రేగు కదలికలను మెరుగుపరచడానికి సహాయపడుతుంది. అయితే ఈ జబ్బులు గ్యారెంటీ “ శరీరాన్ని డీటాక్స్ చేస్తుంది: కరివేపాకు నీరు సహజమైన డీటాక్సిఫైయర్ పనిచేస్తుంది. ఇది శరీరంలోని టాక్సిన్లను తొలగించడానికి సహాయపడుతుంది , రక్తాన్ని శుద్ధి చేస్తుంది. కరివేపాకులో యాంటీఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉన్నాయి, ఇవి ఫ్రీ రాడికల్స్ తో పోరాడటానికి, కణాలను నష్టం నుండి రక్షించడానికి సహాయపడతాయి. శరీరాన్ని డీటాక్స్ చేయడం వల్ల చర్మం ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుంది, రోగనిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది మొత్తం ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుంది. రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రిస్తుంది: కరివేపాకు నీరు మధుమేహం ఉన్నవారికి చాలా ప్రయోజనకరంగా ఉంటుంది. ఇది రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రించడంలో సహాయపడుతుంది. కరివేపాకులో రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను తగ్గించే గుణాలు ఉన్నాయి. ఇది ఇన్సులిన్ సెన్సిటివిటీని మెరుగుపరచడానికి , గ్లూకోజ్ శోషణను తగ్గించడానికి సహాయపడుతుంది. మధుమేహం ఉన్నవారు ప్రతిరోజూ ఉదయం ఖాళీ కడుపుతో కరివేపాకు నీరు తాగడం వల్ల రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రించే ఉపయోగం ఉంది. బరువు తగ్గడానికి సహాయపడుతుంది: బరువు తగ్గాలనుకునే వారికి కరివేపాకు నీరు అద్భుతమైన పానీయం. ఇది జీవక్రియను పెంచడానికి, కొవ్వును కరిగించడానికి సహాయపడుతుంది. కరివేపాకులో కొవ్వును కరిగించే గుణాలు ఉన్నాయి. ఇది శరీరంలో కొవ్వు నిల్వలను తగ్గించడానికి, బరువు తగ్గడానికి సహాయపడుతుంది. కరివేపాకు నీరు తక్కువ కేలరీల పానీయం , ఇది ఎక్కువసేపు కడుపు నిండిన అనుభూతిని కలిగిస్తుంది, ఇది అతిగా తినడాన్ని నివారించడానికి సహాయపడుతుంది.జుట్టు ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది: కరివేపాకు నీరు జుట్టు ఆరోగ్యానికి కూడా చాలా మంచిది. ఇది జుట్టు పెరుగుదలను ప్రోత్సహించడానికి, జుట్టు రాలడాన్ని తగ్గించడానికి, జుట్టును బలంగా , ఆరోగ్యంగా ఉంచడానికి సహాయపడుతుంది. కరివేపాకులో జుట్టు పెరుగుదలకు అవసరమైన పోషకాలు పుష్కలంగా ఉన్నాయి. ఇది జుట్టు కుదుళ్లను బలపరుస్తుంది, జుట్టు రాలడాన్ని నివారిస్తుంది. కరివేపాకు నీరు తెల్ల జుట్టును నివారించడానికి కూడా సహాయపడుతుంది. చర్మ ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది: కరివేపాకు నీరు చర్మ ఆరోగ్యానికి కూడా ప్రయోజనకరంగా ఉంటుంది. ఇది చర్మాన్ని శుభ్రపరచడానికి, మచ్చలను తగ్గించడానికి, చర్మాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచడానికి సహాయపడుతుంది. కరివేపాకులో యాంటీ బాక్టీరియల్ , యాంటీ ఫంగల్ గుణాలు ఉన్నాయి, ఇవి చర్మ వ్యాధులను నివారించడానికి సహాయపడతాయి. కరివేపాకు నీరు మొటిమలు, మచ్చలు, ఇతర చర్మ సమస్యలను తగ్గించడానికి సహాయపడుతుంది. ఇది ఎంత డేంజర్ తెలుసా? కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను తగ్గిస్తుంది: కరివేపాకు నీరు చెడు కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను తగ్గించడానికి, మంచి కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను పెంచడానికి సహాయపడుతుంది. కరివేపాకులో కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను తగ్గించే గుణాలు ఉన్నాయి. ఇది గుండె ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచడానికి, గుండె జబ్బుల ప్రమాదాన్ని తగ్గించడానికి సహాయపడుతుంది. రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది: కరివేపాకు నీరు రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడానికి సహాయపడుతుంది. కరివేపాకులో యాంటీఆక్సిడెంట్లు , విటమిన్ సి పుష్కలంగా ఉన్నాయి, ఇవి రోగనిరోధక వ్యవస్థను బలోపేతం చేయడానికి సహాయపడతాయి. రోగనిరోధక శక్తి పెరగడం వల్ల శరీరం వ్యాధులతో పోరాడటానికి , ఆరోగ్యంగా ఉండటానికి సహాయపడుతుంది. కరివేపాకు నీటిని ఎలా తయారు చేయాలి: కరివేపాకు నీటిని తయారు చేయడం చాలా సులభం. ఒక గ్లాసు నీటిలో 10-15 కరివేపాకు ఆకులను వేసి, 5-10 నిమిషాలు మరిగించండి. నీటిని చల్లారనివ్వండి , ఆకులను వడకట్టండి. ఈ నీటిని ప్రతిరోజూ ఉదయం ఖాళీ కడుపుతో త్రాగాలి. ఈ నీటిలో అవసరమైతే తేనె , నిమ్మకాయ కలుపుకోని తాగచ్చు. తరచూ ఇలా చేయడం వల్ల మీ ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవచ్చు. కరివేపాకు నీరు సాధారణంగా సురక్షితమైనది, కానీ కొంతమందికి ఇది అల్లె ప్రతిచర్యకు కారణం కావచ్చు. మీరు ఏదైనా ఆరోగ్య సమస్యలతో బాధపడుతుంటే, కరివేపాకు నీరు త్రాగే ముందు మీ వైద్యుడిని సంప్రదించడం ఉత్తమం..





అర్జున్ సన్నాఫ్ వైజయంతి.. కాన్సిడెన్స్ ఏ రేంజ్ లో ఉండంటే.



: నందమూరి కళ్యాణ్ రామ్ కెరీర్లో అర్జున్ సన్నాఫ్ వైజయంతి అనే సినిమా ప్రత్యేకంగా నిలవబోతున్నట్లు అర్థమవుతుంది. కథ విన్న మొదటి రోజునుంచి కళ్యాణ్ రామ్కు ఈ సినిమా మీద కాన్సిడెన్స్ మామూలుగా లేదట. ప్రతి అడుగులోనూ, క్యాస్టింగ్ నుండి షూటింగ్ వరకూ, ప్రోమోషన్ వరకూ.. అతను సొంత సినిమాలా జాగ్రత్తగా చూసుకుంటున్నాడు. ఇది ఒక మామూలు ప్రాజెక్ట్ కాదు, కళ్యాణ్ రామ్ వ్యక్తిగతంగా కనెక్ట్ అయ్యేలా ఉన్న కథ కావడమే కారణం. ఈ సినిమాలో విజయశాంతిని తల్లి పాత్రకు తీసుకోవడం బిగ్ అడ్వాంటేజ్ గా మారింది. ఆమెకు కథ వచ్చితేనే ఓకే చెబుతారు. అలాంటి సినియర్ లెజెండ్ ఓ మదర్ క్యారెక్టర్కు ఓకే చెప్పింది అంటే.. ఈ కథలోని కంటెంట్ గురించి ప్రత్యేకంగా చెప్పాల్సిన అవసరం ఉంది. విజయంలో కీలకమైన ఎమోషన్, తల్లి కొడుకు మధ్య బంధం ప్రధాన ఆకర్షణగా నిలవబోతోంది. ఈ సినిమాలో కళ్యాణ్ రామ్ నటనకు మంచి స్పోట్ ఉందని టాక్ వినిపిస్తోంది. అర్జున్ పాత్రలో కళ్యాణ్ రామ్ ఒక బాధ్యతగల కుమారుడిగా కనిపించనున్నాడు. కుటుంబాన్ని కాపాడే కోణంలో ఆయన దూకుడు, సెంటిమెంట్ రెండు కలిసి కలబోతగా నడవబోతున్నాయి. ముఖ్యంగా ఎమోషనల్ సీన్స్ తో పాటు హై ఓల్ట్రేజ్ యాక్షన్ సీక్వెన్సులు ఆయన స్టైలిక తగ్గట్టుగానే ఉండనున్నాయి.

ఇదంతా చూడటానికి స్ట్రీమ్ మీద క్లాస్ అండ్ మాస్ కలయిక అనే ఫీల్ను ఇవ్వబోతోందన్న అభిప్రాయం బ్రేడ్ సర్కిల్స్ లో వ్యక్తమవుతోంది. ఇప్పటికే ప్రోమోషన్లలో కళ్యాణ్ రామ్ యాక్టివ్ గా పాల్గొంటున్న తీరు ఫ్యాన్స్ను ఆకట్టుకుంటోంది. కొన్ని రోజులుగా ప్రెస్ మీట్లు, ట్రావెల్ ప్రోగ్రామ్స్, కాలేజీ ఈవెంట్లలో ఆయన పాల్గొంటూ సినిమాపై హైప్ను పెంచుతున్నారు. ఇంతకాలం గ్యాప్ తర్వాత బిజీగా ప్రచారం చేస్తున్న కళ్యాణ్ రామ్ ను చూసి అభిమానులు ఆనందంగా పుట్టేలు, ర్యాలీలతో మద్దతు తెలియజేస్తున్నారు. ఆయన నమ్మకమే ఇప్పుడు సినిమా నక్సస్ తీగా మారబోతోంది. ఈ సినిమాను ప్రదిష్ చిలుకూరి డైరెక్ట్ చేస్తున్నాడు. అశోక్ వర్ధన్ ముప్పా, సునీల్ బాలును నిర్మాణ బాధ్యతలు చేపట్టారు. మ్యూజిక్ డైరెక్టర్ అజనీష్ లోక్ నాథ్ సంగీతం ఇప్పటికే ఆకట్టుకుంటోంది. ఇక ఎన్టీఆర్ చేతుల మీదుగా ట్రైలర్ విడుదల కాబోతోంది. ఏప్రిల్ 18న గ్రాండ్ రిలీజ్ కానున్న ఈ సినిమాపై ఇప్పటికే భారీ అంచనాలు నెలకొన్నాయి. ట్రైలర్ విడుదలతో అర్జున్ క్రేజ్ మరో స్థాయికి చేరనుంది. ఇక బాక్సాఫీస్ వద్ద సినిమా ఎలాంటి కలెక్షన్స్ అందుకుంటుందో చూడాలి.

అసలు మీరు ఎలా జీవిస్తున్నారు?:

: టాలీవుడ్, కోల్పోర్ట్లో సమానంగా ఆదరణ పొందిన స్టార్ హీరోయిన్ త్రిష కృష్ణన్. ఇక ఇటీవల ఆమె నటించిన గుడ్ బ్యాడ్ అగ్గి మూవీ విడుదలైంది. నాలుగు పదుల వయసులో కూడా ఆమె చెక్కుచెదరని అందంతో నేటితరం కుర్ర హీరోయిన్స్ కు పోటీగా నిలుస్తోంది. ఇక సక్సెస్ ఫెయిల్యూర్స్ తో సంబంధం లేకుండా అవకాశాలు అందుకుంటోంది. అయితే సోషల్ మీడియాలో ట్రోల్స్ నుంచి ఎదురైన నెగటివ్ కామెంట్లకు అమ్మడు గట్టిగా కొంటర్ ఇచ్చింది. లేటెస్ట్ గా ఆమె ఇన్స్టాగ్రామ్లో పెట్టిన స్టోరీ ఒకటి నెట్టింట్ వైరల్ అవుతోంది. ఇందులో త్రిష కేవలం నెగటివ్ రివ్యూలనే కాదు, వ్యక్తిగత దూషణలు చేసే వారుపై కూడా తనదైన శైలిలో స్పందించింది. “షలాష్... మీరు ఎలా జీవిస్తున్నారు? సరిగా నిద్ర పడుతుందా? ఇతరుల గురించి అర్థం లేని కామెంట్లు పోస్టు చేయడం వల్ల నిజంగా రోజంతా మీకు సంభ్రమంగా ఉంటుంది అనుకుంటున్నారా?” అంటూ ట్రోల్స్పై ప్రశ్నలు గుప్పించింది. అంతేకాకుండా “మీ గురించి కాదు... మీ చుట్టూ ఉన్నవాళ్ల గురించి కూడా బాధగా ఉంది” అంటూ ఆమె ఎమోషనల్ గా స్పందించింది. త్రిష ఈ మాటలు చెప్పడానికి కారణం గుడ్ బ్యాడ్ అగ్గి సినిమాలో ఆమె పాత్రపై సోషల్ మీడియాలో వచ్చిన మిశ్రమ స్పందనలు. కొన్ని సమీక్షల్లో ఆమె నటనపై ప్రశంసలు వచ్చినా, కొంతమంది మాత్రం పెద్దగా ఆకట్టుకోలేదని కామెంట్లు చేశారు. వాటిలో కొన్ని ట్రోలింగ్ స్థాయికి దిగజారడంతో త్రిష ఇలా స్పందించింది. త్రిష ఇండస్ట్రీలో అడుగు పెట్టి 20 ఏళ్లకు పైనే అయ్యింది. ఈ క్రమంలో ఎన్నో ఓడిదరుడులు ఎదుర్కొన్న ఆమె నెగటివ్ కామెంట్స్ ను కూడా చాలానే చూసింది. కానీ ఈ రేంజ్ లో ఎప్పుడు రియాక్ట్ కాలేదు. కాబట్టి అమ్మడు



గతంలో వచ్చిన కామెంట్స్ కు అలాగే ఇప్పుడు వస్తున్న ట్రోల్స్ వల్ల ఏ విధంగా ఆలోచిస్తుందో ప్రత్యేకంగా చెప్పనవసరం లేదు. ఈ రోజుల్లో ట్రోల్స్ వితిమీరిన విధంగా ఉంటున్నాయని ఆమె చెప్పకనే చెప్పేసింది. ఇక సినిమా విషయానికొస్తే, అజిత్ కుమార్ హీరోగా నటించిన గుడ్ బ్యాడ్ అగ్గి విడుదలైన తొలి రోజే భారత్ లో దాదాపు 29.35 కోట్లు వసూలు చేసింది. అజిత్ అభిమానులు సినిమా మీద మంచి రెస్పాన్స్ ఇస్తుండగా, త్రిష పాత్రకు కూడా ఒక వర్గం ప్రేక్షకులు మద్దతు తెలుపుతున్నారు. ఈ సినిమాకి ఆదిక రవిచంద్రన్ దర్శకత్వం వహించగా, జి.వి. ప్రకాష్ సంగీతాన్ని అందించారు. మొత్తానికి త్రిషా కేవలం తన పాత్రపై విమర్శలతోనే కాదు, వ్యక్తిగత దూషణల మీద గట్టి రిపై ఇచ్చింది. మరి ఆమె చేసిన కామెంట్స్ వలన, ట్రోలింగ్ కు ఎంతవరకు బ్రేక్ పడుతుందో చూడాలి.

హీటెక్కించేలా తమన్నా 'నషా'

బాలీవుడ్ స్టార్ హీరో అజయ్ దేవగన్ ప్రధాన పాత్రలో నటిస్తున్న క్రైమ్ థ్రిల్లర్ చిత్రం 'రైడ్ 2' మే 1న విడుదల కానుంది. రాజ్ కుమార్ గుప్తా దర్శకత్వం వహిస్తున్న ఈ సినిమా మీద ఇప్పటికే మంచి అంచనాలు ఏర్పడ్డాయి. ఇదొక క్రైమ్ డ్రామా కాన్వెన్షన్ల మీద రూపొందుతున్న ప్రాజెక్ట్. మొదటి భాగం విజయవంతమైన తరుణంలో 'రైడ్ 2'పై ప్రేక్షకుల ఆసక్తి పెరిగింది. ఇక ఇప్పుడు ఈ సినిమాకు తమన్నా సైఫల్ సాంగ్ "నషా" అదనపు ఆకర్షణగా మారింది. కాన్సిడెన్స్ ఏ రేంజ్ లో ఉండంటే.. తాజాగా విడుదలైన "నషా" అనే ఈ పాట యూట్యూబ్లో ట్రెండ్ అవుతోంది. టి-సిరీస్ మ్యూజిక్ ద్వారా విడుదలైన ఈ సాంగ్ కు ఇప్పటికే లక్షల్లో వ్యాప్తి వచ్చాయి. తమన్నా గౌరవనీయ లుక్, ఎనర్జిటిక్ డాన్స్ సైపులు.. ఇవన్నీ మాస్ ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకునేలా ఉన్నాయి. ఈ పాటలో ఆమె గోల్డెన్ టాప్, వైట్ స్కర్ట్ లుక్లో కనిపించి ఓ రేంజ్లో సర్ ప్రైజ్ చేసింది. ఈ పాటకు జాస్మిన్ శాండ్లాస్, సచేత్ టాండన్, దివ్య కుమార్, సుమంతో ముఖర్జీ కలిసి గానం చేశారు. జానీ సాహిత్యం అందించగా, మ్యూజిక్ ను 'వైట్ నాయిన్ కలెక్టివ్' అందించింది. నేషనల్ అవార్డ్ విన్నింగ్ టెక్నీషియన్స్ పని చేసిన ఈ పాటలో వినిపించే రిథమ్, హుక్ లైన్స్ అన్నీ యూత్ని షేక్ చేస్తున్నాయి. ముఖ్యంగా తమన్నా సైపులు ఆకట్టుకుంటున్నాయి. పాట చిత్రీకరణ గ్రాండ్ గా జరగగా, మాస్ క్లాస్ ఆడియెన్స్ కి ఇది పక్కా విజువల్ ఫీట్ లాగా మారింది. ఆయనకు అపొజిట్ గా రితేజ్ దేశ్ముఖ్ విలన్ పాత్రలో నటిస్తున్నారు. అలాగే ఈ సినిమాలో కీలక పాత్రల్లో వాని కపూర్, రాజత్ కపూర్ వంటి వారు కూడా ఉన్నారు. అయితే, తమన్నా చేసిన ఐటెం సాంగ్ ఇప్పుడు సినిమా ప్రమోషన్స్ లో ప్రధాన హైలైట్ గా మారింది. ఇప్పటివరకు తమన్నా నటించిన ఐటెం సాంగ్స్ అందరినీ ఆకట్టుకున్నాయి. అయితే "నషా" పాటలో



ఆమె హావభావాలు, సైపులు, స్ట్రీమ్ ప్రెజెన్స్ చూస్తుంటే ఇది మరో చార్మి బస్టర్ గా నిలవబోతోందని అనిపిస్తోంది. సోషల్ మీడియాలో ఇప్పటికే ఈ పాట మ్యూజిక్ రీల్స్, డాన్స్ కవర్స్ వైరల్ అవుతున్నాయి. ఈ సాంగ్ సక్సెస్ తో రైడ్ 2 బిజినెస్ కి మరింత ఊపు వచ్చే అవకాశం ఉంది. ఇక మొత్తంగా చూస్తే, తమన్నా "నషా"తో మాస్ ఆడియెన్స్ ను ధియేటర్లకు రప్పించే పనిలో పడ్డారు.



అల్లు అర్జున్ - అట్లీ.. ఆమె రిజెక్ట్ చేసిందా?

స్టైలిష్ స్టార్ అల్లు అర్జున్, మాస్ కమర్షియల్ డైరెక్టర్ అట్లీ కాంటినేషన్లో ఓ భారీ పాస్ వరల్డ్ మూవీ తెరకెక్కుతోన్న విషయం తెలిసిందే. ఇప్పటికే ఈ ప్రాజెక్ట్పై భారీ స్థాయిలో బజ్ క్రియేట్ అయింది. ఇటీవల విడుదల చేసిన అనాన్సెమెంట్ వీడియో ప్రేక్షకుల్లో మంచి హైప్ తెచ్చింది. విజువల్స్ దెబ్బకి, అట్లీ మేకింగ్ శైలికి మరోసారి అభిమానుల్లో నమ్మకముచ్చింది. దీనికి తోడు హాలీవుడ్ స్థాయి వీఎఫ్ఎక్స్ స్టూడియోలతో కలిసి రూపొందిస్తున్న సినిమా కావడంతో ప్రాజెక్ట్పై ఆసక్తి ఇంకా పెరిగిపోయింది. ఇప్పటికే లాస్ ఏంజిల్స్ వెళ్లి బన్నీ-అట్లీ వీఎఫ్ఎక్స్ టీంతో ప్రత్యేకంగా వర్క్ షాపులు కూడా నిర్వహించారు. ఈ సినిమాకు దాదాపు 800 కోట్ల బడ్జెట్ కేటాయించినట్లు టాక్. ఇందులో ఒక్క వీఎఫ్ఎక్స్ పనులకే 250 కోట్లను ఖర్చు చేయనున్నారు. సైన్స్ ఫిక్షన్ నేపథ్యంలో డిజిటల్ డీ ఏజింగ్ టెక్నాలజీ, హై టెక్ విజువల్స్, డ్యూయల్ షేడ్స్లో బన్నీ లుక్ వంటి అంశాలు చర్చనీయాంశమయ్యాయి. 2026లో ఈ సినిమా విడుదల చేయాలని నిర్మాతలు షాన్ చేస్తున్నారు. సన్ పిక్చర్స్ నిర్మిస్తున్న ఈ ప్రాజెక్ట్ కు జాతీయ స్థాయిలో అంచనాలు ఏర్పడ్డాయి. అయితే ఇంకా కథానాయికపై క్వారీలే లేదు. సమంత, రమీక వంటి పేర్లు చర్చల్లో కొట్టాయి. తర్వాత బాలీవుడ్ నుంచి ఓ స్టార్ హీరోయిన్ ఉండే అవకాశం ఉందంటూ వార్తలు వచ్చాయి. మరి ఆ స్టార్ ఎవరు అన్న అనుమానాలకు తెరదించే విధంగా.. తాజాగా ప్రియాంకా చోప్రా పేరు తెరపైకి వచ్చింది. అయితే ఇందులో డ్విస్ట్ ఏంటంటే.. ప్రియాంకా ఈ సినిమాలో నటించేందుకు నిరాకరించినట్లు. ఆమెను ఈ సినిమాకు అట్లీ అప్రోచ్ చేయగా, కథలో కొన్ని క్లియేరిటీ డిఫరెన్సుల వల్ల ఆమె ప్రాజెక్ట్ ను రిజెక్ట్ చేసినట్లు టాక్ వస్తోంది.. ప్రియాంకాకు అదే సమయంలో దర్శకధీరుడు రాజమౌళి కూడా 'సూపర్ 29' సినిమాకు సంబంధించిన కథను చెప్పినట్లు టాక్. అమెజాన్ అడవుల్లో జరుగుతున్న అద్వైతచర్ నేపథ్యంలో ఉన్న ఈ కథ ఆమెను ఎంతగానో ఆకట్టుకుందట. అల్లు అర్జున్ అట్లీ ప్రాజెక్ట్ ను వదులుకుని, మహేష్ బాబు-రాజమౌళి సినిమా కోసం ఒప్పుకున్నట్లు ఇండస్ట్రీ వర్గాల్లో వినిపిస్తోంది. అధికారికంగా ఈ విషయాలపై ఎలాంటి ధృవీకరణ రాలేదు కానీ, బ్రేడ్ సర్కిల్లో మాత్రం ఇది హాట్ టాపిక్ గా మారింది. ప్రస్తుతం ప్రియాంకా హాలీవుడ్ ప్రాజెక్ట్ తో బిజీగా ఉంది. అయినా ఆమె ఓ తెలుగు సినిమా కోసం గ్రీన్ సిగ్నల్ ఇవ్వడం అంటే చిన్న విషయం కాదు. ఆమె చాలా సినిమాలతో దేశవిదేశాల్లో గుర్తింపు తెచ్చుకుంది. అలాంటి టైంలో రాజమౌళి సినిమాను ఎంచుకోవడం చూస్తే, ఆమె స్క్రిప్ట్ లెవెల్ పై ఎంత కాన్సిడెంట్ గా ఉంటుందో అర్థమవుతోంది.



నిద్రావస్థలో ఉన్న టీటీడీ సిబ్బందిపై కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలి



తిరుమలలో టీటీడీ విజిలెన్స్ సెక్యూరిటీ సిబ్బంది నిద్రవస్థలో ఉన్నారని అందుకే కొందరు భక్తులు పాదరక్షలతో శ్రీవారి మహా ద్వారం వరకు

అణగారిన వేర్లల కాగితం జీవితం అర్పించిన మహిళలకు జ్యోతిరామ్ పూలే



ఈరోజు 11-04-2025 వ తేదీ మహాత్మా జ్యోతిరావు పూలే జయంతి వేడుకలను కర్నూలు జిల్లా తెలుగుదేశం పార్టీ కార్యాలయంలో జిల్లా తెలుగుదేశం పార్టీ అధ్యక్షులు పి.తిక్కా రెడ్డి గారి ఆదేశాల మేరకు కర్నూలు జిల్లా తెలుగుదేశం పార్టీ బీసీ సెల్ అధ్యక్షులు సత్యం రామకృష్ణుడు ఆధ్వర్యంలో జ్యోతి రావు పూలే 198 సంవత్సరం జయంతి వేడుకలను ఘనంగా జరుపుకోవడం జరిగినది ఈ కార్యక్రమమునకు గౌరవ పెద్దలు కూడా చైర్మన్ శ్రీ సోమిశెట్టి వెంకటేశ్వర్లు, తెలుగుదేశం పార్టీ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి ఆకేపాగూ ప్రభాకర్ గార్లు ముఖ్యులుగా పాల్గొన్నారు. జ్యోతిరావు పూలే ఆయన త్యాగాలను సమాజానికి చేసిన సేవలను గుర్తు చేసుకుంటూ సామాన్యుడిగా మొదలై సామాజిక ఉద్యమ పోరాటంగా ఎదిగిన పూలే జీవితం అందరికీ ఆదర్శనియం సామాజిక కార్యకర్తగా వర్ణ వివక్షకు వ్యతిరేకంగా పోరాడిన సంఘ సంస్కర్త పూలే భావితరాలకు సైతం మార్గదర్శకుడు, సమాజంలో వివక్షకు తావు లేకుండా సమానత్వం ఉండాలని జీవితాంతం పోరాడిన మహానీయుడు పూలే వెనుకబడిన వర్గాలు దళిత జనాభాను ఎంచుకున్న బాట అనుసరించిన మార్గం సమాజ శ్రేయస్సు కాంక్షించే వారందరికీ స్ఫూర్తిగా నిలుస్తుంది మహాత్మా జ్యోతిరావు పూలే స్ఫూర్తితోనే రాష్ట్ర ప్రభుత్వం గౌరవ ముఖ్యమంత్రివర్యులు శ్రీ నారా చంద్రబాబు నాయుడు గారు విసూత్వ కార్యక్రమాలు చేపడుతున్నారు. తెలుగుదేశం పార్టీ ఏర్పడిన వెంటనే నాగార్జున యూనివర్సిటీ నందు మహాత్మా జ్యోతిరావు పూలే లైబ్రరీని ఏర్పాటు చేయడం జరిగింది, రాష్ట్ర తెలుగుదేశం ప్రభుత్వం మహిళల సాధికారతకు సరికొత్త పథకాలు ప్రవేశపెట్టడం జరిగింది మహిళలకు ఉచితంగా గ్యాస్ సిలిండర్లను ఇస్తున్నాం పూలే జయంతి ఉత్సవాలను రాష్ట్ర ప్రభుత్వం అ ఓ శ్రీ చంద్రబాబు నాయుడు గారు అధికారికంగా జరగవలెనని తెలియజేసినందుకు రాష్ట్ర బీసీలు అందరూ ధన్యవాదములు తెలియజేయడం అయినది. ఈ కార్యక్రమంలో బిసి నాయకులు మాధవస్వామి బెన్న సుభాష్ చంద్రబోస్ విజయలక్ష్మి నరసింహనాయుడు దివిచంద్ర తదకనవలై ఈశ్వరయ్య నంద్యాల నాగేంద్ర ధరూర్ జేమ్స్ బెత్తం కృష్ణుడు శేషారెడ్డి బజారన్న లాయర్ ప్రసాద్, తెలుగుదేశం పార్టీ సాంస్కృతిక విభాగం జిల్లా అధ్యక్షుడు, పిహనుమంతరావు చౌదరి, బాలేశ్వర్ రెడ్డి శివశంకర్ కలూరి శీను వెంకటేశులు మొదలగు వారు పాల్గొన్నారు

రోడ్డు ప్రమాదంలో మరణించిన వారి కుటుంబాలకు సప్తపలహారం ఇవ్వాలి

పెద్దపల్లి జిల్లా బిజిపి అధ్యక్షుడు కర్ల సుజీవరెడ్డి.
కమాన్ పూర్ పెద్దపల్లి జిల్లాలో ఇసుక లారీలు ఢీకొని రోడ్డు ప్రమాదంలో మృతి చెందిన కుటుంబాలకు సప్తపలహారం వెంటనే చెల్లించాలి అని పెద్దపల్లి జిల్లా బిజిపి అధ్యక్షుడు కర్ల సుజీవరెడ్డి రెడ్డి అన్నారు. శనివారం మండల కేంద్రంలో గాంచలో బస్ చలో కార్యక్రమంలో భాగంగా జిల్లా అధ్యక్షుడు సుజీవరెడ్డి పర్యటించారు. మొదటిసారిగా పెద్దపల్లి జిల్లా బిజిపి అధ్యక్షుడు రావడంతో కోదాడ సబ్ డివిజన్ ముఖ్యుల రామ మట్ల శంకర్ జంగేపల్లి అజయ్ తదితరులు ఆయనను ఘనంగా సన్మానించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన బైక్ ర్యాలీ నిర్వహించి అంగన్నాడి సెంటర్ ను మరియు ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రాన్ని తనిఖీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ రానున్న స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల్లో బిజిపి వార్డు సభ్యులు నుండి ఎంపీ వరకు పోటీ చేసి గెలుపొందుతామని అన్నారు. గత పార్లమెంటు ఎన్నికల్లో ఎనిమిది స్థానాలను తెలంగాణలో బిజిపి గెలుపొందిందని అలాగే ఎమ్మెల్యేగా 8 స్థానాలు గెలుపొందడం జరిగిందని స్పష్టం చేశారు. ఇప్పటివరకు కాంగ్రెస్ తెలుగుదేశం బి ఆర్ ఎస్ పార్టీలు తెలంగాణలో పాలించాయని యువతకు కానీ ప్రజలకు కానీ ఏమి లాభం చేరకూరలేదని బిజిపికి ఒక్క అవకాశం ఇస్తే తెలంగాణలో నిరుద్యోగ సమస్య తోపాటు ప్రతి సమస్యను తీర్చడం జరుగుతుందని స్పష్టం చేశారు. పెద్దపల్లి జిల్లాలో ఇసుక మరియు నల్ల మట్టి అక్రమ రవాణా జరిగిన పట్టించుకునే నాధుడు కరువాయాడని అన్నారు.

టీటీడీ ఛైర్మన్, ఈఓ క్షమాపణలు చెప్పాలి తిరుపతి నగర కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షుడు గొడవేరు చిట్టిబాబు డిమాండ్

రాగలిగిన తక్షణం ఇందుకు కారణమైన సిబ్బంది పై చర్యలు తీసుకోవాలని కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షుడు గొడవేరు చిట్టిబాబు డిమాండ్ చేశారు. శనివారం ముగ్గురు భక్తులు పాదరక్షలతో వైకుంఠం క్యూ కాంప్లెక్స్ నుంచి అలయ మహాద్వారం వరకు మూడు సెక్యూరిటీ పాయింట్లు దాటుకుని పాదరక్షలతో వస్తున్నా గుర్తించకపోవడం దారుణ వైఫల్యం అని మండిపడ్డారు. ఖద్దరు చొక్కాలతో కాస్త క్లస్ గా కనిపిస్తే వారి వైపు కన్నెత్తి కూడా సిబ్బంది చూడటం లేదని స్పష్టంగా అర్థమవుతోందన్నారు. పాదరక్షలతో వచ్చిన భక్తులకు వారుచేసిన తప్పు తెలిసేలా తిరిగి వెనక్కి పంపించకుండా వారి పాదరక్షలు ఆలయ మహాద్వారం ముందు పెట్టించి వారిని ఆలయంలోకి పంపించి మరో తప్పు చేశారన్నారు. తప్పు చేసిన భక్తులు దర్శనం చేసుకుని వెలుపలికి వచ్చేంతవరకు వారి పాదరక్షలు ఆలయం మహాద్వారం వద్ద ఉంచి సిబ్బంది మరో తప్పు చేశారన్నారు. ఇప్పటికే విజిలెన్స్, సెక్యూరిటీ సిబ్బంది నిర్లక్ష్యం, నిద్రా వస్థ కారణంగా ఆలయ పవిత్రతకు భంగం కలుగుతోందని భక్తులు ఆవేదన చెందుతున్నారని ఆయన విమర్శించారు. తప్పులు మిద తప్పులు

జరుగుతున్నా వీటిని చూసి చూడనట్లుగా పదిలివేయడం టిటిడి అధికారులకు కూడా పరిపాటిగా మారతోందన్నారు. ఇలాంటివి వునరావుతం కాకుండా కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలని ఆయన డిమాండ్ చేశారు. పాదరక్షలతో వచ్చిన భక్తులకు జరిమానాలు విధించాలని, వీరిని గుర్తించని సెక్యూరిటీ సిబ్బందిపై కూడా శాఖావరమైన చర్యలు తీసుకోవాలని తక్షణం వారిని అక్కడ నుంచి మరోచోటికి బదిలీ చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. దీనికి బాధ్యత వహిస్తూ టీటీడీ ఈవ్, చైర్మన్ శ్రీవారి భక్తులకు బహిరంగ క్రమాపణలు చెప్పాలని డిమాండ్ చేశారు.

ఘనంగా కస్తూర్బా గాంధీ జన్మదిన వేడుకలు పి చంగల్ రాయలు.

తిరుపతి. 11/04/2025స్థానిక గాంధీ రోడ్డు లోని కస్తూర్బా గాంధీ కేంద్ర బ్రస్ గిన్నెస్ బుక్ ఆఫ్ వరల్డ్ రికార్డ్ హోల్డర్ డాక్టర్ పి.సి. రాయలు గారి ఆధ్వర్యంలో కస్తూర్బా గాంధీ గారి 156వ జయంతి వేడుకలు అత్యంత ఘనంగా జరిగాయి ఈ యొక్క కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథులుగా తిరుపతి నగర డిప్యూటీ మేయర్ ఆర్పి మునికృష్ణ గారు టిటిడి రాష్ట్ర కార్యదర్శి కార్యదర్శి మబ్బు దేవ నారాయణ రెడ్డి గారు బిజిపి జిల్లా అధ్యక్షులు సామంచి శ్రీనివాసులు గారు మరియు బిజిపి నాయకులు హాజరైనారు ఈ సందర్భంగా మొదట అతిథుల సే కస్తూర్బా గాంధీ చిత్రపటానికి పూలమాలవేసి నివాళులర్పించారు అనంతరం అతిథులచే కేక్ కట్ చేసి అనంతరం వేయి మందికి అన్నదానము మరియు వస్త్ర దానము చేయడం జరిగినది ఈ సందర్భంగా బ్రస్ చైర్మన్ పి.సి.రాయలు గారు మాట్లాడుతూ ప్రతి ఏటా క్రమం తప్పకుండా కస్తూర్బా గాంధీ గారి జయంతి వేడుకలు ఘనంగా జరుపుతున్నామని కస్తూర్బా గాంధీ గారు దక్షిణాఫ్రికాలో గాంధీతో కలిసి భారతీయుల హక్కుల కోసం పోరాడిన గొప్ప మహిళ అని 1942లో బ్రిటిష్ ప్రభుత్వానికి వ్యతిరేకంగా క్విట్ ఇండియా ఉద్యమంలో పాల్గొన్నారని అనేక సామాజిక ఉద్యమాలలో పాల్గొన్నారు ఆమె త్యాగం ధైర్యం సేవ మూర్తిగా చరిత్ర లో నిలిచిపోయారని తెలియజేస్తూ అలాగే బ్రస్ ఆధ్వర్యంలో గత 20 సంవత్సరములుగా అనేక సేవా కార్యక్రమాలు ముఖ్యంగా మహిళలకు అనేక కార్యక్రమా లు నిర్వహిస్తున్నామని ఈ సందర్భంగా తెలియజేశారు.నగర మేయర్ ఆర్ .సి. మునికృష్ణ గారు మాట్లాడుతూ డాక్టర్ పి .సి .రాయలు గారి నిరంతర సేవా కార్యక్రమాలను కొనియాడుతూ ఈ సందర్భంగా ఈరోజు కస్తూర్బా గాంధీ జయంతి పురస్కరించుకొని పేద మహిళలకు అన్నదానము వస్త్రదానము చేయడము ఆయన గొప్ప మనసుకు తారాసమని తెలియజేశారు.తెలుగుదేశం పార్టీ రాష్ట్ర కార్యదర్శి కార్యదర్శి మబ్బు దేవనారాయణ రెడ్డి గారు మాట్లాడుతూ కస్తూర్బా గాంధీ యొక్క సేవలను కొనియాడుతూ అలాగే బ్రస్ చైర్మన్ పి. సి. రాయలు గారి యొక్క సేవా కార్యక్రమాలను కొనియాడారు.బిజిపి జిల్లా అధ్యక్షులు సామంచి శ్రీనివాసులు గారు మాట్లాడుతూ డాక్టర్ పి .సి .రాయలు గారు మన ప్రాంత వ్యక్తి అయినందుకు చాలా గర్వంగా ఉందని గత 20 సంవత్సరములుగా బ్రస్ ద్వారా పేద బడుగు బలహీన వర్గాలకు ముఖ్యంగా మహిళలకు నిరంతర సేవా కార్యక్రమాలు చేస్తూ ఈరోజు కస్తూర్బా గాంధీ జయంతి సందర్భంగా వెయ్యి మందికి పేదలకు అన్నదానము వస్త్ర దానము చేయడము చాలా గొప్ప విషయమని ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నందుకు నాకు చాలా ఆనందంగా ఉందని తెలియజేశారు.యొక్క కార్యక్రమమునకు తెలుగుదేశం, బిజిపి స్థానిక నాయకులు మరియు బండి మధుసూదన్ రెడ్డి, ఉదయగిరి కృష్ణమూర్తి, ఉమాపతి, కార్యాలయ సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

ఇంటర్ ఫస్టియర్ ఫలితాల్లో గురుకుల కాలేజ్ టాపర్ గా సయ్యద్ బుద్దాబ్బ

తల్లితండ్రుల కలలను నిజం చేయడమే నా ఆశయం.

విద్యార్థి సయ్యద్ బుద్దా బి

తుగ్గలి: ఆంధ్రప్రదేశ్ నందు ఇంటర్మీడియట్ బోర్డులో వెలువడిన ఇంటర్మీడియట్ మొదటి సంవత్సరం ఫలితాలలో తుగ్గలి మండలం పరిధిలోని కడమకుంట్ల వంచాయతీలోని హుసేనాపురం గ్రామానికి చెందిన సయ్యద్ ఫాతిమా, సయ్యద్ సుల్తాన్ దంపతుల పుత్రిక అయినటువంటి సయ్యద్ బుద్దా బి డోన్ పట్టణంలోని స్థానికంగా ఉన్న మహాత్మా జ్యోతిరావుపూలే గురుకుల కళాశాలలో చదువుతున్న విద్యార్థిని సయ్యద్ బుద్దా బి 470 మార్కులకు గాను 455 మార్కులు సాధించి కళాశాల టాపర్ గా నిలిచింది. కళాశాలకు మంచి గుర్తింపు తెచ్చినందుకు కళాశాల సిబ్బంది విద్యార్థిని సయ్యద్ బుద్దా బి ను అభినందించి శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. అదేవిధంగా విద్యార్థిని తల్లిదండ్రులు సయ్యద్ ఫాతిమా,సయ్యద్ సుల్తాన్ లు కూతురు సయ్యద్ బుద్దా బి కు ప్రత్యేకంగా అభినందనలు తెలియజేశారు. ఈ సందర్భంగా విద్యార్థిని తల్లిదండ్రులు సయ్యద్ ఫాతిమా,సయ్యద్ సుల్తాన్ లు మాట్లాడుతూ తన కూతురు సయ్యద్ బుద్దా బి తాను చదువుతున్న కళాశాలలో వారి గురువులు బోధించిన చదువు పట్ల అపార్తిశలు శ్రమించి కష్టపడి చదివి ఇంటర్మీడియట్ మొదటి సంవత్సరం పరీక్షల ఫలితాలలో 455 మార్కులతో కాలేజ్ టాపర్ గా రావడం సంతోషకరమని,తన కూతురు ఇదే విధంగా కష్టపడి చదివి వచ్చే విద్యా సంవత్సరంలో ఇంతకంటే మంచి మార్కులు సాధించి మంచి మార్కులతో ఉత్తీర్ణత సాధించి కళాశాలకు మంచి పేరు తీసుకురావాలని వారు అభినందిస్తూ తన కూతురు చదువు కోసం ఆమె మంచి భవిష్యత్ కోసం మంచి మంచి చదువులు చదివించి ఆమెను ఉన్నత స్థానంలో చేర్చి భాగ్యత తల్లిదండ్రులమైన మాకు ఎల్లప్పుడూ ఉంటుందని తెలియజేశారు.అదేవిధంగా విద్యార్థిని సయ్యద్ బుద్దా బి మాట్లాడుతూ తల్లితండ్రుల,పాతాలు బోధించిన మా కళాశాల సిబ్బందికి ప్రత్యేకంగా కృతజ్ఞతలు తెలియజేస్తూ, నా జీవిత గమనంలో నన్ను కన్న నా తల్లిదండ్రుల ఆశయ సాధన కోసం నేను అపార్తిశల కష్టపడి చదువుతున్నాను. నా ఆశయం నా తల్లిదండ్రులు కన్న కలలను నిజం చేయడమే నా లక్ష్యమని, ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ నా ఆశయ సాధన కోసం నిర్భయంగా శ్రమిస్తూ నిరంతర అలుపెరగని విద్యార్థినిగా ముందుకు సాగుతానని తెలియజేశారు.ఈ కార్యక్రమంలో సయ్యద్ బుద్దా బి తల్లిదండ్రులు సయ్యద్ ఫాతిమా, సయ్యద్ సుల్తాన్,కుటుంబ సభ్యులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఇంద్రకీలాద్రిలో గిరి ప్రదక్షిణ

విజయవాడ,చైత్ర షాష్ఠి సందర్భంగా శనివారం ఇంద్రకీలాద్రి గిరి ప్రదక్షిణ భక్తి ప్రవృత్తుతో జరిగింది. ఇంద్రకీలాద్రి చుట్టూ గిరి ప్రదక్షిణ చేయడం వలన కొరిన కొరికలు తీరుతాయని ప్రతీతి. షాష్ఠి రోజున సకల దేవతలు కొలువైన ఇంద్రకీలాద్రిగిరి ప్రదక్షిణ చేయడం మరింత శ్రేష్టం.ఈరోజు ఉదయం చైత్ర షాష్ఠి సందర్భంగా ఘాట్ రోడ్డు ఎంట్రిన్స్ వద్ద గల శ్రీ శామధేను అమ్మవారి సన్నిధి నుండి ఇంద్రకీలాద్రి గిరి ప్రదక్షిణ వైభవముగా ప్రారంభం అయింది.అలయ అర్చకులు, అధికారులు ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించి, కొబ్బరికాయ కొట్టి కార్యక్రమం ను ప్రారంభించారు. తప్పట్లు, మహిళల కోలాట నృత్యములు,భజన బృందాల సంకీర్తనలతో పాటు వివిధ కళా బృందాల కళా ప్రదర్శనలు, మంగళవాయిద్యముల, వేదపండితుల మంత్రోచ్ఛారణల నడుమ గిరి ప్రదక్షిణ కార్యక్రమం వైభవం గా సాగింది.ఘాట్ రోడ్ అమ్మవారి గుడి,కుమ్మరి పాఠం సెంటర్, విద్యాధరపురం, పాల ప్యాక్షరీ, చిట్టినగర్, కొత్త పేట, బ్రాహ్మణ వీధి నుండి తిరిగి ఇంద్రకీలాద్రి వరకు గిరి ప్రదక్షిణ కొనసాగింది.దేశంలోని వివిధ ప్రాంతాల నుండి విచ్చేసిన భక్తులు విశేషముగా ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొని, అమ్మవారిని స్వామివారిని దర్శించుకున్నారు.

NICE YOUTH FOR CULTURE AND EDUCATION SOCIETY.KNL
LIONS CLUB OF KURNOOL
MELVIN JONES
ESSAY WRITING COMPETITION
ON 16.04.2025 AT 11AM.
CONTACT : 9396861308
TOPIC:ROLE OF PLASTIC RECYCLING IN ENVIRONMENTAL PROTECTION



వైస్ యూత్ ఫర్ కల్చర్ అండ్ ఎడ్యుకేషన్ సొసైటీ ,లయన్స్ క్లబ్ ఆఫ్ కర్నూల్ మెల్విన జోన్స్ ఆధ్వర్యంలో పుణ్య దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకొని ' పర్యావరణ పరిరక్షణ లో ప్లాస్టిక్ రీసైక్లింగ్ పాత్ర ' అనే అంశంపై వ్యాసరచన పోటీలను నిర్వహించనున్నట్లు లయన్స్ క్లబ్ ఆఫ్ కర్నూల్ మెల్విన జోన్స్ ప్రతినిధి ,వైస్ యూత్ ఫర్ కల్చర్ అండ్ ఎడ్యుకేషన్ సంస్థ అధ్యక్షులు లయన్ డాక్టర్ రాయపాటి శ్రీనివాస్ ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. 16వ తేదీ ఉదయం 11 గంటలకు వ్యాసరచన పోటీలను నిర్వహించబడతాయని 4 నుంచి 10 సంవత్సరాల్లోపు వారిని నవో జూనియర్స్ గానూ, 11 నుంచి 15 సంవత్సరాలలోపు వారిని జూనియర్స్ గానూ ,15 సంవత్సరాలు పైబడిన వారిని సీనియర్స్ గాను పరిణింపబడతారని ప్రతి విభాగం నుంచి ప్రథమ ద్వితీయ, తృతీయ బహుమతులతో పాటు కన్సోలేషన్ బహుమతులు ఉంటాయని ఆసక్తి గల వారు తమ పేర్లను వెంకటరమణ కాలనీ మొదటి లైన్లో ఉన్న వైస్ కంప్యూటర్ కార్యాలయంలో నమోదు చేసుకోవాలని లేదా 9396861308 నెంబర్ కు సంప్రదించవచ్చని తెలిపారు

ఈనెల 14 వ తేదీ సోమవారం నిర్వహించే "ప్రజా ఫిర్యాదుల పీఠాధికారి వేదిక" (పబ్లిక్ గ్రివెన్స్ రిట్రెస్టర్ సిస్టం) కార్యక్రమం రద్దు

జిల్లా కలెక్టర్ పి.రంజిత్ బాపాకర్నూలు, ఏప్రిల్ 12 :- ఈ నెల 14 వ తేదీన డాక్టర్ బి.ఆర్ అంబేద్కర్ జయంతి (ప్రభుత్వ సెలవు దినం) సందర్భంగా జిల్లాలో "ప్రజా ఫిర్యాదుల పరిష్కార వేదిక" (పబ్లిక్ గ్రివెన్స్ రిట్రెస్టర్ సిస్టం) కార్యక్రమం రద్దు అయిందని జిల్లా కలెక్టర్ పి.రంజిత్ బాపా శనివారం ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు.. ప్రజలు ఈ విషయాన్ని గమనించి వ్యయ ప్రయాసలతో జిల్లా కేంద్రానికి రావాల్సిన కలెక్టర్ విజ్ఞప్తి చేశారు.



కర్నూలు నగరం లోని పట్టణ ఆరోగ్యకేంద్రం కొత్తపేట ను వైద్య ఆరోగ్య శాఖ జాయింట్ డైరెక్టర్ డాక్టర్ కె.వి.యెస్ . ఎస్ .అనీల్ కుమార్ గారు " తనిఖీ చేసి ఓ.పి విభాగము,మందుల గది మరియు వ్యాక్సిన్ నిల్వ యంత్రాలను పరిశీలించారు. తదుపరి వారు "జాతీయ సురక్షిత మాతృత్వ దినోత్సవం" సందర్భంగా జిల్లా వైద్య మరియు ఆరోగ్య శాఖాధికారి డాక్టర్ పి. శాంతి కళ గారి ఆధ్వర్యంలో అక్కడే ఏర్పాటుచేసిన అవగాహన సమావేశం నందు పాల్గొన్నారు ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ 2003 నుండి ప్రతి సంవత్సరము ఏప్రిల్ 11 వ తేదీన జాతీయ సురక్షిత మాతృత్వం దినోత్సవం మాతాశిశు సంక్షేమమే దేశ సౌభాగ్యం అనే నినాదం తో జరుపుకుంటున్నామని తెలిపారు , ఆరోగ్యకరమైన ప్రారంభం ? ఆశాజనక భవిష్యత్తు అను నినాదం తో అవగాహన కార్యక్రమాలు జిల్లా వ్యాప్తంగా నిర్వహిస్తున్నట్లు వారు తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా వైద్య మరియు ఆరోగ్య శాఖాధికారి డాక్టర్ పి. శాంతి కళ గారు మాట్లాడుతూ ముఖ్యంగా తల్లి దిద్దల ఆరోగ్య పరిరక్షణ కొరకు ఈ క్రింది ఆరోగ్య సేవలు ప్రాముఖ్యత గురించి అవగాహన సవజాత శిశు ఆరోగ్య సేవలు ప్రాముఖ్యత గురించి అవగాహన? మరణాలను తగ్గించుటపై అవగాహన ?కుటుంబ సంక్షేమ సేవలపై అవగాహన ఈ కార్యక్రమంలో యునిసిఫ్ కన్సల్టెంట్ నాగేంద్ర , అఖిలా డాక్టర్ ఉమా , ఆమా డాక్టర్ నాగప్రసాద్ బాబు , ఆఖిలా శ్రీనివాసులు శెట్టి , వైద్యాధికారి డాక్టర్ శ్రీరాజి , ఆఖిలా విజయరాజు, డిప్యూటీ డెమా చంద్రసేకర రెడ్డి , ఆరోగ్య విద్యాభోదకురాలు వద్యావతి , మానిటరింగ్ కన్సల్టెంట్ సుమలత , ప్రోజెక్షనిస్ట్ ఖబీల్ , ఆరోగ్య కార్యకర్తలు , అంగన్నాడి కార్యకర్తలు, ఆశా కార్యకర్తలు , తదితరులు పాల్గొన్నారు.