

సంపాదకీయం

గల్ళ దేశాలలో ఫ్రోపు

హాణ్యం మజీ ఎప్పుల్చే కాటన్నాని రాంబూపాల్ రిడై

କିର୍ତ୍ତକଳ, ଜ୍ଞାଲୈ 18 (ଶ୍ରୀପତକ): ମୈନ୍‌ଟର୍ କାଂଗ୍ରେସ ପାଇଁ ବିଦୁଦଳ
ଚେସିନ କୁୟାଅର୍ କୋଣ୍ଡ ନୁ ନାହାଁ ଚେନ୍ତେ ଚଂଦ୍ରଭାବୁ ଚେସିନ ମୋପାଲୁ
ତେଲୁସ୍ଥାଯିନି ମୈନ୍‌ଟର୍ ଆର୍ଟିଫିଶିଆଁ ନଂଦ୍ୟାଲ ଜିଲ୍ଲା ଅଧ୍ୟକ୍ଷତାରୁ
ମାଛି ଏମ୍ବେଲ୍ୟୁ କାଟନ୍‌ସାନି ରାଂଭାପାର୍ ରେଡି ଅନ୍ତରୁରୁ. ଶୁକ୍ରଵାରଠା
କିର୍ତ୍ତକଳ୍ଲୁ ମୁଂଦଳ ପାଇଁ ଅଧ୍ୟକ୍ଷତା ଚେନ୍ତାରେଦି ଅଧ୍ୟକ୍ଷତାରୁ
ଘୁରୁଶାହୀ -- ମୋସଂ ଗ୍ୟାରଣ୍ଟୀ କିର୍ତ୍ତକଳ୍ଲୁ ମୁଂଦଳଠା ବିନ୍ଦୁତା
ସ୍ଥାଯି ନମାବେଶଠା ଜରିଗିଥିଲା. ଏ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମାନ୍ତିକ ମୁଖ୍ୟ
ଅତିଧିଲୁଗା ମୈନ୍‌ଟର୍ ସ୍ପ୍ରେଇନ୍‌ସ୍ଟ୍ରିପି ନଂଦ୍ୟାଲ ଜିଲ୍ଲା ଅଧ୍ୟକ୍ଷତାରୁ
ମାଛି ଏମ୍ବେଲ୍ୟୁ କାଟନ୍‌ସାନି ରାଂଭାପାର୍ ରେଡି ହୋଜିରଯ୍ୟାରୁ.
ଅଦେଵିଧଠାଗା ମୁଂଦଳ ସ୍ଥାଯି ମରିଯିବୁ ଗ୍ରାମସ୍ଥାଯିର୍କେ
ନମାବେଶାଲୁ ଏର୍ଯ୍ୟାଟୁ ଚେଯାଲାନି ଗ୍ରାମ ଗ୍ରାମାନ୍ତିକ ପ୍ରଚାରଠା
ଚେଯାଲାନି ପାଇଁ ନେତାଙ୍କ ପିଲାପିନିଚ୍ଚାରୁ. ତେଲୁଗୁଦେଶଠା ନାୟକଙ୍କାଳୁ
ଏଲକ୍ଷଣ ମୁଂଦର ସ୍ବାପର୍ ସିଙ୍କ ପଥକାଳୁ ଅନି ପ୍ରଜଳନୁ ମୋସଂ
ଚେଶାରୁ. 2024ରେ ତେଲୁଗୁଦେଶଠା ପାଇଁ ନାୟକଙ୍କାଳୁ ଗ୍ରାମାଲ୍ଲେକି
ପେଟ୍ରି ମେମୁ ଅଧିକାରଠାର୍କେ ପଚିନ ତର୍ପାତ ସ୍ବାପର୍ ସିଙ୍କ ପଥକାଳୁ



వచ్చిన తర్వాత అభికారులందరినీ కూడా చట్టపరమైన చర్యలు తీసుకుంటాము అని తెలియజేశారు. బాటు ఘారిటీ మోనం గార్జంతీ కార్బూకమం ఏర్పాటు చేసి ఎలక్ట్రానిలో ప్రజలకు చంద్రబాటు నాయుడు చెప్పిన వాటలు నవ్వి వోన పోయారని తెలియజేయాలనే ఉద్దేశంతోనే ఈ కార్బూకమం ఏర్పాటు చేయడం జరిగింది. హంద్రబాటు ఎంత అష్టు భాకీ పడ్డలో ప్రతి నాయకుడు, కార్బూకర్ల ప్రజలకు తెలియజేయాలన్నారు ఇందుకోసం ప్రత్యేక కమిటీలను ఏర్పాటు చేస్తున్నట్లు తెలిపారు. కష్టపడి పని చేసిన ప్రతి కార్బూకర్తకు పార్టీలో తగిన గుర్తింపు ఉంటుందన్నారు. ఈ కార్బూకమంలో ఓర్వకల్లు మండల నాయకులు, జాదీటీసీ, ఎంపీపీ, ఎంపీటీసీలు, సర్పంచులు, వివిధ హోదాల్లో ఉన్న పార్టీ అర్థక్కులు, వైయస్సార్సీపి నాయకులు, కార్బూకర్తలు అభిమానులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

గాం సంరక్షణలో సమస్య సంపదము

గోవుజతో ఘనంగా ముగిసిన తితిదే ధార్మిక కార్యక్రమాలు
డాక్టర్ మల్లు వేంకటరెడ్డి, తితిదే



హోలహర్షి, జూలై 18 (తీవ్ర): గోనంరక్షణతో ప్రకృతి సంరక్షణ జరుగుతుందని, ప్రకృతి సంరక్షణతో నర్వ జీవరాశి నుఖయి నంతోషాలతో వద్దిల్లుతుందని, అందుకొరకు గోనంరక్షణ ఒక ప్రతంగా స్వీకరించాలని తిరుపుల తిరుపతి దేవస్థానములు హిందూ ధర్మ ప్రచార పరిషత్తు ఉమ్ముడి కర్మాలు జిల్లా శాఖల కార్యనిర్వాకులు డాక్టర్ మల్లు వేంకటరెడ్డి అన్నారు. తిరుపుల తిరుపతి దేవస్థానములు హిందూ ధర్మ ప్రచార పరిషత్తు ఉమ్ముడి కన్నుల శాఖ ఆధ్వర్యంలో హోలహర్షి మండలం, బాపురం



గ్రామంలోని శ్రీ రామాలయం నందు గత నాలుగు రోజుల ను
నిర్వహిస్తున్నటువంటి కార్యక్రమాల్లో భాగంగా శుక్రవారం గోపు
మరియు కుంకుమార్గం కార్యక్రమాలను నిర్వహించారు. ఇ
మూడు రోజులు శ్రీమద్రామాయణం, మహాభారతం, భగవద్గీతలు
సుంకన్సు స్వామి చేసిన ప్రవచనాలు భక్తులను ఎంతగా
అలరించాయి. ఈ కార్యక్రమంలో సర్పంచ్ భాగ్యమ్యు, తీర్మ
నాయకులు ఎంపిటీసీ సభ్యులు ప్రఫుడ రెడ్డి, సుధాకర్, గ్రా
పెద్దలు నాగున్న గౌడ్, వీరభద్ర గౌడ్, పురోహితులు బసవరా
స్వామి, ప్రభుత్వ ఉపాదాయులు పీ బనవరాజు, పొరణ



కల్యారు, జూలై 18 (శ్రీచత్ర): కల్యారు అర్పన్ 41వ వార్డు పరిమళ నగర్ అను క్యాంటీన్‌ను పుత్రవారం పాణ్యం శాసనసభ్యురాలు ఎమ్మెత్తీ గౌరు చరిత రెడ్డి, నగరపాలక సంస్థ కమిషనర్ పి. విశ్వనాథ్ వరిశీలించారు. ఈ నందర్ఘంగా ఎవ్వులేయి గారు మాటల్డుతూ.. పేదల ఆకలి తీర్చేందుకే అను క్యాంటీన్‌ను సీఎం చరంద్రబాబు నాయుడు పునః ప్రారంభించారని తెలిపారు. పేదవాడి కడుపు నింపేందుకు రుచిగా అన్ని వసతులతో అన్న క్యాంటీన్‌ను ఏర్పాటు చేశామని పేరొన్నారు.

టీడిపి నాయకుడు మేన్జిమార్ఫ్ ఖాన్‌పై వైస్వం కార్బోర్చర్ హత్యాక్షరణ

దాడీని ఖుండించిన టీడిపి నేతలు

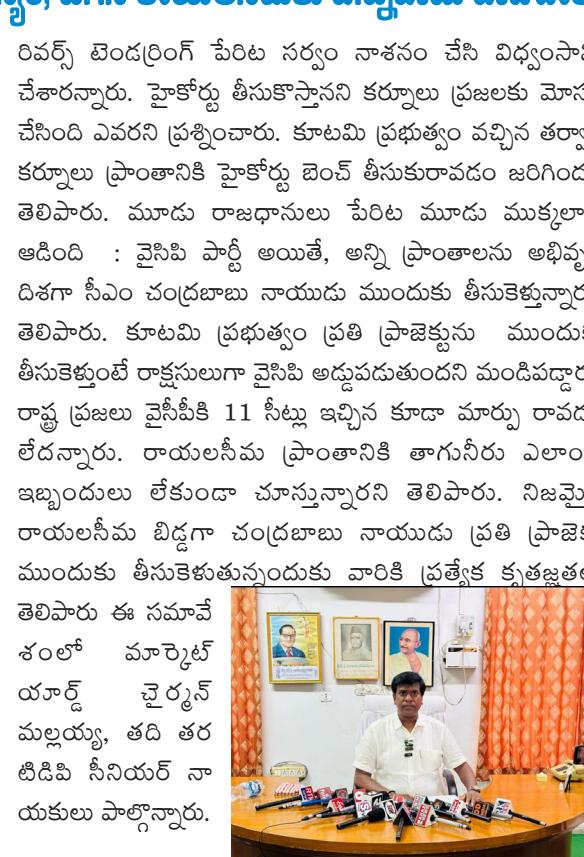
కర్ణాలు, జూలై 18 (తీవ్రక్త): కర్ణాలు నగరంలోని 10వ వార్డులైనిపీ కార్బోర్మేటర్ యూనస్ తనపై కత్తితో పొడిచి హత్యాయత్వం చేసినట్లు 10వ వార్డు తెలుగుదేశం పోర్ట్ ఇంచార్జ్ మెహబూబ్‌శాస్ నే వెలిపారు. శుక్రవారం సాయంత్రం ద్వ్యామ్ భాద్రి మసీదు వద్ద ఆయన మాడియాతో మాట్లాడారు. గురువారం రాత్రి బైత్ పై ఇంటికి వెళుతుండగా ఖడక్స్ పుర ప్రాంతంలో కత్తి, ఇనువార్డుతో తనపై దాచిచేసినట్లు ఆయన చెప్పారు. ఈ దాడిలో కార్బోర్మేటర్ యూనస్ తో పాటు జావాద్ ఉన్నారన్నారు. వెంటనే స్థానికులు రావడంతో అక్కడి నుండి వారు పారిపోయారన్నారు. లేదంటే తనను చంపేసేవారన్నారు. దీనిపై తన తరువున 1వ పట్టణం పోలీన్ స్టేషన్లో ఫిర్యాదు చేయడం జరిగిందన్నారు. సుపరిపాలనలో తొలి అడుగు కార్బుక్మంలో భాగంగా ఏడాది పాలనలో సీఎం చంద్రబాబు నాయుడు చేసిన సంద్రేషమం, అభివృద్ధి తాను వార్డులో తిరుగుతూ ప్రజలకు తెలియజ్ఞున్నాట్లు ఆయన చెప్పారు. అంతేకాకుండా వార్డుల్లో వేలాదిగా దొంగ బిట్లు ఉన్నాయన్నారు. ఎన్నోవిల్కుగా యూనస్ వర్డం వార్డులో దొంగ బిట్లు చేర్చారన్నారు. పీటన్నింటినీ తాను వెలికితీస్తున్నానని.. దీన్ని జీర్ణించుకోలేకనే కార్బోర్మేటర్ తనపై దాడులు చేస్తున్నట్లు తెలిపారు. ఇలాంటి వ్యక్తులకు మాజీ ఎమ్ముల్చే ఎన్నో వోహన్ రెడ్డి మద్దతు తెలుపుతున్నారన్నారు. ఎవరసి విధాలుగా దాడులు చేసినా తాను



మాత్రం తెలుగుదేశం పార్టీ, మంత్రి తి.జి భరత్ వైపే ఉంటాని పేరొన్నారు. అనంతరం తిడిపి నగర అధ్యక్షుడు నాగరా యాదవ్, రాష్ట్ర నాయకులు, రాష్ట్ర హాజ్ కమిటీ సభ్యులు మన్మా అలీ ఖాన్, కార్బారేటర్ పరమేష్ మాట్లాడుతూ తిడిపి నాయకు మెహబూబ్ ఖాన్‌పై జరిగిన ఈ దాడిని తీవ్రంగా ఖండిస్తున్న తెలిపారు. వైసీపి ఆఫీస్ పై దాడి జరిగితే దీనికి మంత్రి టి.జి భరత్ బాధ్యత తీసుకోవాలని మాజీ ఎమ్మెల్చే ఎప్పీ మోహన్ కె చెప్పడం సరైంది కాదన్నారు. గతంలో వాళ్ల అధికారంలో న్నప్పుడు తమపై ఎన్నో దాడులు జరిగాయని.. ఆ సమయం తాము ఆ దాడిని వారిపై నెట్లులేదని గుర్తు చేశారు. ప్రశాంతం కర్ణాలును అభివృద్ధి చేస్తూ మందుకు వెళుతున్న మంత్రి టి.జి భరత్‌పై బురదజల్లే ప్రయత్నం చేయడం మంచిది కాదన్నారు వీరి కార్బాలయంపై జరిగిన దాడికి మంత్రి తి.జి భరత్కు ఈ సంబంధం అని వారు ప్రశ్నించారు. ఇప్పటికేనా వైసీపి నేతులు రాజకీయాలు మానుకోవాలనారు.

వెకణపా ప్రొఫెసర్ ఎల్. రాయల్సన్స్ వుకు చేసినందు శ్రీస్. బి. జగన్ రాయల్సన్స్ వుకు వెను వేళయు ప్రార్థించారు

ఎమ్ముగనూరు, జులై, 18(శ్రీ చక్ర):-వైసిఫి మాజీ సీఎం పులివెందుల ఎమ్ముల్యే జగన్మహాన్ రెడ్డి రాయలసీమ బిడ్డనంటూ సాగునీటి ప్రాజెక్టులన్ని సర్వాశనం చేసి రాయలసీమకు పట్టిన క్యాస్పర్ గడ్డగా మిగిలిపోయారని ఎమ్ముల్యే డాక్టర్ బీవి. జయనాగేశ్వర్ రెడ్డి మండిపడ్డారు. శుక్రవారం స్థానిక మునిపల్ కార్యాలయంలో ఆయన విలేకరుల సమావేశం ఏర్పాటు చేశారు. ఈ నందర్భంగా ఎమ్ముల్యే డాక్టర్ బీవి జయనాగేశ్వర్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ రాయలసీమ లిఫ్ట్ ఇరిగేషన్ పేరిట 782 కోట్లు దబ్బులు దండుకోవడం తప్ప ఏమైనా చేశారా అంటూ ప్రశ్నించారు. రాయలసీమ నిజమైన ముద్దు బిడ్డగా సీఎం చంద్రబాబు 1650 క్యాసెక్యుల్ నుంచి లెవెల్ పెంచుతూ 3850 క్యాసెక్యుల్తో హండ్రీ కాలువలను వెడల్పు చేసి సాగునీరు అందిస్తున్నారని తెలిపారు. బనకచర్ల గురించి సీఎం చంద్రబాబు, తెలంగాణ సీఎం రేవంత్ రెడ్డితో చర్చిస్తే దానివల్ల ఏం ఉపయోగం లేదని మాజీ సీఎం జగన్ చెప్పడం హస్యసృదంగా ఉండన్నారు. గతంలో బాటీ ప్రాజెక్టు కోసం మహారాష్ట్రతో ఇంజినీరు వస్తే ఆ నాడు జైలుకు వెళ్లిన వ్యక్తి సీఎం చంద్రబాబు అని గుర్తు చేశారు. కాలేష్ట్రరం కోసం అప్పటి తెలంగాణ సీఎం కెసిఆర్ తో కలిసి కొంగ దీక్ష చేసిన జగన్ రాయలసీమకు మోసం చేశారని మండిపడ్డారు. కర్రూలు వచ్చిమ ప్రాంతానికి జీవనాడైనా ఆర్థిఎన్, వేదావతి ప్రాజెక్టులు నూచ్చారు కేసే కెట్టి ఐగింగ్స్ కోసి వరీన తూండ్ర నుండి



The image shows the exterior of a building with a light-colored wall. On the left, there is a window with a metal grid. To the right of the window is a blackboard mounted on the wall, containing text and small illustrations. Further to the right is a large, dark blue double door. To the far right, another blackboard is partially visible. On the far left, a vertical poster is displayed, featuring text in a local language and some diagrams. The overall appearance suggests a school or community center.

పెద్దకడబారు, జూలై, 18 (శ్రీ చక్ర): - పెద్దకడబారు మండల వరధిలోని జాలవడి గ్రామంలో ప్రభుత్వం చేపట్టిన పారదర్శక బిదీలీల నియమకాల్లో భాగంగా మొత్తం ఐదుగురు సచివాలయ సిబ్బంది బాధ్యతలు చేపట్టారు. డిజిటల్ అసిస్టెంట్ గా వినోద్, ఇంజనీరింగ్ అనిసైంట్ గా వంశీకృష్ణ, వెల్ఫీర్ అనిసైంట్ గా మమత, విలేజ్ అగ్రికల్చర్ ఆఫీసర్ గా లోక్ పవని, మహిళా కానిసైబుల్ గా తలుపు, ప్రభుత్వం నియమించిన బిదీల ప్రక్రియలో భాగంగా వీరు ఐదుగురు జాలవడి గ్రామ సచివాలయ సిబ్బంది గా బాధ్యతలు చేపట్టారు. ప్రభుత్వం చేపట్టే ప్రతి ఒక్క కార్యక్రమాన్ని ప్రజలకు అందించే విధంగా సహాయ సహకారాలు అందించాలని జాలవడి గ్రామ ప్రజలు సచివాలయ సిబ్బందిని కోరారు. ప్రభుత్వ పథకాలను జాలవడి గ్రామ ప్రజలకు చేరువయ్యే విధంగా ప్రతి ఒక్క సచివాలయ సిబ్బంది సహాయ సహకారాలను అందించి, గ్రామ ప్రజలకు ఎల్వెళ్లా సమయపాలనలో అందుబాటులో ఉండి గ్రామ ప్రజల సమస్యలను వరిప్పరించే విధంగా సహాయ సహకారాలు అందించాలని సచివాలయ శిల్పాంగిని గ్రామ ప్రజలు కోగడుచువార్డి

సమయంలో ప్రభుత్వ చీఫ్ విషయాల మంత్రి ప్రజాదర్శనం జరుగుతుంది.

ఈ సిల్ డిఇస్ లివ్స్ పాథికార్బెట్ ఫోర్మెం
(డిఎస్ఎఫ్) అవిరాష్ట బిగాసిటీల్ స్బ్ కు తెచ్చుకుండా
సెప్టెంబర్ లో టీటీపీ బిల్లు అధికృతులు పి.ఐక్ రెడ్చి వెల్లపి.



ఎమ్ముగనురు, జూలై, 18 (శ్రీ చక్క): - ఎమ్ముగనురు పట్టణంలో టీటీపీ బిల్లు అధికృతులు పి. ఐక్ రెడ్చి నివాసంలో రాష్ట్ర “దివ్యాగుల సాధికారత భోరం” (డిఎస్ఎఫ్) రాష్ట్ర గౌరవ అధికృతులు పట్టెల్లుల్లో రాష్ట్ర అధికృతులు బిసి. నాగరాజు మరియు కార్యవర్గ సభ్యులు కలిసి ఈ సిల్ డిఇస్ లివ్స్ పాథికార్బెట్ మండపం 22వ తేదీన దివ్యాగుల అత్యురోగన్ చాచిచేపేలా, సాధికారతే లక్ష్మిగంగా కర్మను జిల్లలో “శ్రీ వెంకటేశ్వర కళ్యాణ మండపం” లో జరగటియే “దివ్యాగుల సాధికారత భోరం” (డిఎస్ఎఫ్) అవిరాష్ట దినోస్తువ సభ కు సంబంధించిన అప్పోసి పత్రిక సు దిచిపి జిల్లా అధికృతులు తిక్కారైడ్కి అండజేయడం జిగిసినది. అనంతరం మిాదియా ముఖంగా పి.ఐక్ రెడ్చి మాటల్లూ ఈ అధికారిక రాష్ట్ర ప్రజా ప్రభుత్వం తప్పకుండా దివ్యాగుల సామాజిక సంబంధించిన అప్పోసి పత్రిక సు దిచిపి జిల్లా అధికృతులు తెలిపారు, తప్పకుండా ఈదిక్కాఎఫ్ అవిరాష్ట దినోస్తువం సభకు తిని సహాయ, సహకారాలు అందిస్తామని అలాగే ఈ సభకు జిల్లలోని దివ్యాగులందరూ భాగిగా పచ్చి పాల్గొని జయిప్రదం చేయాలని కోరారు. కార్యవర్గమంలో డిఎస్ఎఫ్ జిల్లా కార్యవర్గ సభ్యులు పి. ఎం. రామకృష్ణ, ఈ. రాజశేఖర గౌడ్, బి. చెన్నప్ప తదితరులు పాల్గొన్నారు.

అమూర్ఖమయ్య భూషణం నొముర్ఖ స్థితిపై తనిఖీ



కర్మను, జూలై 18 (శ్రీ చక్క): నగరంలోని పాతబిస్ట్ చీడింగ్ లో శిఫిలాపాట్లో ఉన్న అమూర్ఖమయ్య భూషణం చెంగుశారుకు చెందిన బ్యార్లో వెరిటాస్ ప్రైవేటు లిమిటెడ్ సంస్థ తనిఖీ చేసినది. పురాతన భవనం ప్రమాదమని భావించి నగరపాలక సంస్థ సదరు భవనామాప్టుతీపిల్చుబ్బార్లో వెరిటాస్ ద్వారా పరీక్షలు నిర్వహిస్తుంది. 2-3 రోజుల పాటు ఈ సంస్థ కొనసాగునంది. అనంతరం బ్యార్లో వెరిటాస్ నివేదిక అధారంగా నగరపాలక అధికారులు అపసరమైన చర్యలు తీసుకోమన్నారు. కార్యవర్గమంలో బ్యార్లో వెరిటాస్ సంస్థ ప్రతినిధిలు, పట్టణ ప్రంపాలిక విభాగ సిబ్బుంది, పోలీసులు పాల్గొన్నారు.

ప్రోత్సహనిలను వేగపంతుం పూర్తి చేయాలి

పాణ్యం నియోజకవర్గ శాసనసభ్యులాలు గౌరు చరితరణ్డి రూ.2.30 కోట్ల అభివృద్ధి పసులకు శంకుస్థాపన



కల్కలూరు, జూలై 18 (శ్రీ చక్క): నగరంలో ప్రగతి పసులను వేగపంతుం చేయాలని, నాశ్వత ప్రమాణాలు తప్పునిసరిగా పాటించాలని పాణ్యం నియోజకవర్గ శాసనసభ్యులాలు గౌరు చరితరణ్డి అన్నారు. కుప్రవారం కల్కలూరు అర్థవ్ర్త్న పరిధిలో 6 వార్డుల్లో రూ.2.30 కోట్ల విలువ గల అభివృద్ధి పసులకు కమిషనర్ పి. విశ్వాసాంతో కలిసి ఎమ్ముల్లే శంకుస్థాపన చేశారు. ఎన్కోవ్ నిధులతో 32, 35వ వార్డుల పరిధిలో చెన్నపున్ స్వర్చుల్లోని నుడి ఏపిషణి కార్యాలయం పరక రూ.90 లక్షలతో రఘవారి విస్తరణ, 36వ వార్డు పై.జంక్షన్ సుండి పెద్దపాడు పరక రూ.25 లక్షలతో ద్విపెద్దల్లో పచ్చదనం పెంపు పనులకు, అలాగే సాధారణ నిధులతో 30వ వార్డుల్లో సుంకలమ్మ అలయుం నుడి పంచ్మి నది పరక రూ.49.95 లక్షలతో దీస్టేషబుల్ ట్రైన్, 37వ వార్డు శరీన్ నగర్ నందు రూ.50 లక్షలతో సిసి ట్రైన్, 41వ వార్డు సిద్ధార్థ హోమ్ నందు రూ.15 లక్షలతో సిసి ట్రైన్ నియోజానికి ఎమ్ముల్లే కమిషనర్ శంకుస్థాపనలు చేశారు. కార్యవర్గమంలో కార్పొరేటర్ జయరాముడు, ఎంత లీల ప్రసాద్, డిశికస్ క్రిష్ణలత, ఏచ్ భాను ప్రకాశ్, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

శ్రీచక్క

జూలై 19 వ వేటన స్వచ్ఛ ఆంధ్ర

స్వచ్ఛాంధ్రులో భాగంగా ప్లాస్టిక్ కాల్పు నివారణ చర్యలు చేపట్టాలి బాగాలు కుటుంబాల ద్వారా కార్బోక్షము వేగపంతుం చేయాలి నీర్మిశించిన లక్ష్ముల మేరకు జిల్లా నిర్మాణాలు పూర్తి కావాలి తల్లికి పండం పి.ఐక్ పాల్గొని ప్లాస్టిక్ క్లోస్ ను వేగపంతుం చేయాలి కెర్కెం పి.రంజిం బావ్



కర్మను, జూలై 18 (శ్రీ చక్క): జూలై 19 వ తేదీన నిర్వహించున్న స్వచ్ఛ అంధ్ర - స్వచ్ఛాంధ్ర కార్బోక్షములో ప్లాస్టిక్ కాల్పు వ్యాప్తి అంతం చేయడం ఫీమ్ తో నిర్వహించడం ఒరుగోంచి, ఇదులో భాగంగా ప్లాస్టిక్ కాల్పు నివారణ చర్యలు చేపట్టాలిని జిల్లా కలెక్టర్ పి.రంజిం బాపో అధికారులను ఆదేశించారు. కుప్రవారం కలెక్టర్ మండలం నిర్వహించిన వీడియో కాస్టాన్ ద్వారా స్వచ్ఛాంధ్ర కార్బోక్షములో భాగంగా ఈ వారం ప్లాస్టిక్ కాల్పు నివారణ పై ప్రజల్లో అవగాహన కల్పించే విధంగా చర్యలు తీసుకోవాలన్నారు. అన్ని ప్రభుత్వ కార్బోలూయల్లో ప్లాస్టిక్ వస్తువుల వాడకాన్ని తల్లికించే విధంగా చర్యలు తీసుకోవాలని కలెక్టర్ అధికారులను ఆదేశించారు. ఒకసారి పాడి పడవేసి ప్లాస్టిక్ వస్తువుల వల్ల జల, పాయి కాల్పు వ్యాపారంలో ప్రాపురణానికి కలుగుతున్నప్పుడిని గురించి ప్రజల్లో విప్రత అవగాహన కల్పించేందుకు చర్యలు తీసుకోవాలని కలెక్టర్ అధికారుల ఆదేశించారు. పారిప్రవర్త కు సంబంధించి ఇంటిలో చెత్త సేకరణ ప్రతిరోజు జిగిం విధంగా చర్యలు తీసుకోవాలన్నారు. ఎక్కడైనా ట్రై స్క్రోపిం రిపేర్ లు ఉంటే చేయించి విధంగా చర్యలు తీసుకోవాలన్నారు. ఏ కి కి పో కాజ్ నోస్టులు ఇప్పాలని కలెక్టర్ హాసింగ్ ఏచ్ పై అనసాం వ్యక్తం చేశారు. సంబంధిత ఏ కి కి పో కాజ్ నోస్టులు ఇప్పాలని కలెక్టర్ అధికారుల ఆదేశించారు. ఒకసారి పాడి పడవేసి ప్లాస్టిక్ వస్తువుల వల్ల జల, పాయి కాల్పు వ్యాపారంలో ప్రాపురణానికి కలుగుతున్నప్పుడిని గురించి ప్రజల్లో విప్రత అవగాహన కల్పించేందుకు చర్యలు తీసుకోవాలని కలెక్టర్ అధికారులకు ఆదేశించారు. ఒకసారి పాడి పడవేసి ప్లాస్టిక్ వస్తువుల వల్ల జల, పాయి కాల్పు వ్యాపారం కలెక్టర్ అధికారులను ఆదేశించారు. ఒకసారి పాడి పడవేసి ప్లాస్టిక్ వస్తువుల వల్ల జల, పాయి కాల్పు వ్యాపారం కలెక్టర్ అధికారులకు ఆదేశించారు. ఒకసారి పాడి పడవేసి ప్లాస్టిక్ వస్తువుల వల్ల జల, పాయి కాల్పు వ్యాపారం కలెక్టర్ అధికారులకు ఆదేశించారు. ఒకసారి పాడి పడవేసి ప్లాస్టిక్ వస్తువుల వల్ల జల, పాయి కాల్పు వ్యాపారం కలెక్టర్ అధికారులకు ఆదేశిం

ಅಮರಾವತಿ ರಸೀಡ್‌ಲ್ ಪ್ರೋಟೆಕ್ ಸಿಟಿ

అమరావతి, జూలై 18,ఆంధ్రప్రదేశ్ ఆర్థికాభివృద్ధి కోసం టూర్చా సన్స్ కైర్యాన్ చంద్రశేఖరన్ నేతృత్వంలోని టాస్క్ఫోర్స్ కీలక సిఫార్సులు చేసింది. అమరావతి రింగ్ రోడ్లలో ప్రాటెక్ సిటీ ఏర్పాటు చేయాలని, కృతిమ మేధ, సెమిా కండక్టర్ల వంటి అత్యాధునిక పరిప్రక్రమలను అభివృద్ధి చేయాలని సూచించి. విశాఖ, అనంతపురం, తిరుపతిలో ఐటీ పార్సులు, మెడిసిటీలను అభివృద్ధి చేయాలని పేర్కొంది. ఎలక్ట్రానిక్స్, అటోమోబిల్, టూరిజం రంగాలపై దృష్టి సారించాలని తెలిపింది. పెట్టుబడులకు రాష్ట్రంలో అనేక అవకాశాలున్నాయిని టాస్క్ఫోర్స్ అభిప్రాయపడింది. అంధ్రప్రదేశ్లో కూడా ప్రాటెక్ సిటీ ఏర్పాటు అంశంపై మరోసారి తెరపైకి వచ్చింది. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ‘స్వర్ణాంధ్ర ప్రదేశ్-2047’ లక్ష్మణాధన కోసం దేశంలో అగ్రమేణి పారిక్రామిక దిగ్గజాలతో టాస్క్ఫోర్స్ ఏర్పాటైన సంగతి తెలిసిందే. ఈ మేరకు అంధ్రప్రదేశ్ ఆర్థికాభివృద్ధి కోసం ఒక టాస్క్ఫోర్స్ కొన్ని సిఫార్సులు చేసింది. అమరావతి రింగ్ రోడ్లలో ప్రాటెక్ సిటీని ఏర్పాటు చేయాలని సూచించి. కృతిమ మేధ (ఎ), సెమిా కండక్టర్ల వంటి అత్యాధునిక పరిప్రక్రమలను అభివృద్ధి చేయాలని సూచనలు చేసింది. టూర్చా సన్స్ ఎగ్గిక్యూటివ్ కైర్యాన్ ఎన్.హంద్రశేఖరన్ నేతృత్వంలోని టాస్క్ఫోర్స్ ఈ నివేదికను రూపొందించగా.. ఫిల్లీలో విడుదల చేశారు. టాస్క్ఫోర్స్ 360 పేజీల నివేదికను తయారు చేసింది.ఎలక్ట్రానిక్స్, సెమిాకండక్టర్స్, ట్రోన్స్ రంగాలపై ప్రశ్నేష శ్రద్ధ పెట్టాలని తెలిపింది. తిరుపతి జిల్లాలోని ‘శ్రీ సిటీ’ తరహాలో ఇతర ప్రాంతాల్లో కూడా అభివృద్ధి చేయాలని సూచించి. విశాఖపట్నం, అనంతపురం, తిరుపతిలో ఐటీ పార్సులు ఏర్పాటు చేయాలని పేర్కొంది. పరిశోధన సంస్థలకు ప్రశ్నేష రాయితీలు ఇఖ్వాలని సిఫారసు చేసింది. అమరావతి చుట్టుపక్కల మెడిసిటీని అభివృద్ధి చేయాలని కూడా తెలిపింది. రాష్ట్రంలోని జిల్లాల ఆభివృద్ధికి ప్రభుత్వం ప్రశ్నేష చర్యలు తీసుకోవాలని సూచనలు చేసింది. విశాఖపట్నం, ఎస్టీఆర్, తిరుపతి వంటి జిల్లాల్లో వుడ్ ప్రాసెనింగ్, టూరిజం వంటి రంగాలపై దృష్టి పెట్టాలని సూచించారు.ఎలక్ట్రానిక్స్ ఆటోమోబిల్ అంటే ఎలక్ట్రానిక్ వస్తువులు, వాహనాలు తయారు చేసే పరిప్రమలు.. బీటితో పాటు బ్లూ ఎకాసమిా, రోబోటిక్స్, లైఫ్ సైన్స్, దేటా సెంటర్లు లాజిస్టిక్స్, ఏప వంటి వాటిపై కూడా దృష్టి పెట్టాలి ఉంటుందని సూచనలు చేశారు. ధీమ్ ఆధారిత పర్యాటకాన్ని అభివృద్ధి చేయడం.. సైపాయ్సీబివ్స్ కూడా అవనరమన్నారు. పరిప్రక్రమల నమన్యలన పరిపురించడానికి ఒక ప్రశ్నేష విభాగాన్ని ఏర్పాటు చేయాలంటున్నారు. చంద్రబాబు ప్రతిపాదించిన పీఎఫ్ విధానం రాష్ట్ర అభివృద్ధికి చాలా ఉపయోగపడుతుందని. ఇలాంటి మంచి ఆలోచనలను రాష్ట్రం వెంటనే తీసుకోవాల్సారు.’అంధ్రప్రదేశ్ మెడికల్ పెక్కాలజీ జోన్స్ (ఎవంబీజెస్) ఆలోచనను ముందుకు తీసుకేళాలి లైఫ్ సైన్స్, పెక్కాలజీ రంగాల్లో మంచి అవకాశాలను అందుకోవడానికి ప్రపంచ స్టాయి సెంటర్స్ అఫ్ ఎక్స్టెన్సన్ ఏర్పాటు చేయాలి. సెమిాకండక్టర్లు, ప్రోటోస్ డిస్ట్రీబ్యూటీలు, ఎనజీ స్టోర్స్, సోలార్ సెల్స్ వంటి ఆధునిక ఎలక్ట్రానిక్ వస్తువుల తయారీ పరిప్రక్రమలను నెలకొల్పడంపై శ్రద్ధ పెట్టాలి. అప్పులు అభివృద్ధికి అడ్డుకుండా చూసుకోవాలి. అంధ్రప్రదేశ్లో పెట్టుబడులకు అనేక అవకాశాలు ఉన్నాయి. వ్యవసాయం, ఎలక్ట్రానిక్స్ జీవశాస్త్ర సాంకేతికత, లాజిస్టిక్స్, ఎరోస్పేస్, డిఫెన్స్ నీలి ఆర్థిక వ్యవస్థ వంటి రంగాల్లో పెట్టుబడులు పెట్టపచ్చ’ అంటున్నారు. మరి ఏపీ ప్రభుత్వం ప్రాటెక్ సిటీ ఏర్పాటు సూచనపై ఎలా స్పందిస్తుందన్నడి చూడాలి.

ఆనంతపురం జూలై 18, వైసీపీ అధినేత వైఎస్ జగన్ తీసుకునే నిర్ణయాలతో పార్టీ సీనియర్లకు కూడా దద పుట్టించేలా ఉన్నాయి. జగన్ పార్టీకి ఉపయోగపడని నేతలతో పాటు వ్యతిరేకించే నేతలను కూడా వదిలపెట్టబడోనని ఇటీవల కాలంలో పొచ్చరికలు జారీ చేస్తుండటంతో పాటు చర్యలు కూడా తీసుకుంటుండటం పార్టీలో చర్పునీయాంశంగా మారింది. ఇంకా నాలుగేళ్ళ ఎన్నికలకు సమయం ఉండని భావించిన అనేక మంది నేతలు తమ వ్యాపారాలను చూసుకుంటూ కాలం గదుపుతున్నారు. కార్యకర్తలను పట్టించుకోవడం లేదు. కొందరు నియోజకవర్గాలకు కూడా దూరంగానే ఉంటున్నారు. వారందరికీ ఇప్పుడు జగన్ తీసుకుంటున్న నిర్ణయాలతో పార్టీ సీనియర్ నేతల్లో కూడా భయం మొదలయింది.. పెక్కలి జన్ చార్జ్, వైసీపీ నుంచి ఎమ్మెల్సీగా ఉన్న దువ్వాడ శ్రీనివాస్ ను పార్టీ నుంచి జగన్ సస్పెండ్ చేశారు. అయితే దువ్వాడ శ్రీనివాస్ యాక్షిప్ గా రాజకీయాల్లో ఉన్నప్పటికీ ఆయన చ్యాక్షిగత జీవితంలో తీసుకున్న నిర్ణయంతో ఆయనను పార్టీ నుంచి పక్కకు తప్పించారు. దువ్వాడ శ్రీనివాస్ జగన్ వీర భక్తుడు. జగన్ అంటే ఒకరకంగా ప్రాణం. అందుకే అధికారంలోకి రాగానే దువ్వాడ శ్రీనివాస్ కు ఎమ్మెల్సీ పదవి ఇవ్వడమే కాకుండా మొస్తులి ఎన్నికల్లో పెక్కలి బీటెట్ట్ కూడా ఇచ్చారు. అయితే కూటమి ప్రభంజనంలో ఓటమి పాలయ్యారు. దువ్వాడ శ్రీనివాస్ కుటుంబంలో తలెత్తిన పరిణామాల నేపథ్యంలో ఆయనను పార్టీ నుంచి సస్పెండ్ చేసినట్లు ప్రకటించారు. ఇక తాజాగా శ్రీసత్యసాయి జిల్లాలో వైసీపీ నుంచి సీనియర్ నేతలను సస్పెండ్ చేస్తూ తీసుకున్న నిర్ణయం కూడా సంచలనంగా మారింది. హిందూపురం నియోజకవర్గంలో టీడీపీ బలంగా ఉంది. అక్కడ వైసీపీ నేతలు నవీన్ నిశ్శల్, వేణుగోపాల్ రెడ్డిని పార్టీ నుంచి సస్పెండ్ చేశారు. హిందూపురం వైసీపీ సీనియర్ నేతలు నవీన్ నిశ్శల్, కొండూరు వేణుగోపాల్ రెడ్డిని పార్టీ నుంచి సస్పెండ్ చేస్తూ ఆ పార్టీ కేంద్ర కార్యాలయం ప్రకటన విడుదల చేసింది. పార్టీకి వ్యతిరేకంగా వచి చేస్తున్నారన్న ఫిర్యాదులపై పార్టీ అధినేత వైఎస్ జగన్నోహన్ రెడ్డి ఆదేశాలతో క్రమశిక్షణా చర్యలు తీసుకున్నట్లు పేర్కొంది. సీనియర్ నేతల సస్పెన్షన్ జిల్లా రాజకీయాల్లో చర్పునీయాంశంగా మారింది. నిజానికి ఇద్దరినీ పిలిచి జగన్ మాట్లాడవచ్చు. కొన్ని ఐణాంతిగీర్విం లేకుడూపే వూటులేవు వూటాగుణ్ణుర్కోదాంతేవు ఐపు గీసిల్లో



వెంట వీడువ్విల్డర్

గ్రీన్ సిగ్నల్ కోసం వెయిటింగ్

విజయవాడ, జూలై 18, తెలుగుదేశం పార్టీ పుల్లు ప్యాక్ప్ అయింది. వచ్చే ఎన్నికల నాటికి నియోజకవర్గాల సంఖ్య పెరుగుతున్నాయి. ప్రస్తుతం ఉన్న 175 నియోజకవర్గాల స్థానంలో 225 నియోజకవర్గాలకు చేరుకుంటాయి. అంటే దాదాపు యూబై నియోజకవర్గాలు పెరుగుతాయి. కానీ తెలుగుదేశం పార్టీని చూస్తే హాన్ పుల్ అయింది. సైకిల్ ఎక్కువా ప్రయోజనం లేదు. ఇప్పటికే ఓడిపోయి కొందరు.. బిక్కెట్ రాక మరికొందరు వచ్చే ఎన్నికల్లోనైనా నియోజకవర్గాల సంఖ్య పెరగడంతో తమకు టిక్కెట్ దక్కుతుందేమౌనన్న ఆశతో ఉన్నారు. దీనికి తోడు తెలుగుదేశం పార్టీలో కొత్త తరం వచ్చేస్తుంది. అంతేకాకుండా అనేక సమాకరణాలను తీసుకుని చండ్రబాబు టిక్కెట్ ఇచ్చే వీలుంది. చివర వరకూ టిక్కెట్ దక్కడం కష్టమే.. గత ఎన్నికల్లో సీనియర్ నేతులకు కూడా టిక్కెట్లు దక్కలేదు. దీనినే ఉమ, జవహర్ లాంటి వాళ్ళకే టిక్కెట్లు దక్కలేదు. ఇక్కడ కేవలం విధేయత మాత్రమే కారణం కాదన్నది తెలుగుదేశం పార్టీ నేతులకు అర్థమయింది. అక్కడ చివరి నిమిషంలో ఆర్థికంగా బలమైన వారు, ఎన్నార్థాలు, సామాజికవర్గాల సమాకరణాలతో టిక్కెట్లు సొంతం చేసుకుంటారని గత ఎన్నికల సమయంలోనే స్పష్టమయింది. దీంతో జనసేన అయితే తమకు సేఫ్ ఫ్లైస్ అని చాలా మంది నమ్ముతున్నారట. ఎక్కువ మంది టీడీపీ, బీజెపీ నేతులు ఇప్పుడు జనసేన వైపు చూస్తున్నారట. వైసీపీ నేతులు ఎలాగూ చూస్తారు. కానీ కూటమి పార్టీలోని మిత్రపక్షాల నేతులే జనసేన వైపు చూస్తున్నారని సమాచారం. జనసేన పార్టీ అయితే రెండు అడ్వ్యూపీలీలన్నాయి. ఒకటి భాచ్చితంగా తాము కోరుకున్న చోట టిక్కెట్ దక్కుతుంది. అక్కడ టీడీపీ నుంచి బలమైన నేతు ఉన్నప్పటికి పొత్తులో భాగంగా టిక్కెట్ పొందే వీలుందని అంచనా వేస్తున్నారు. గత ఎన్నికల్లో పొత్తులో భాగంగా సీట్లు దక్కడపోయిన తాము ఈసారి ఆచాన్ మిని చేయదల్చుకోలేదు. అందుకే ఇప్పటికే కొందరు టీడీపీ నేతులు జనసేన అధినేత పవన్ కల్యాణ్ కు టచ్ లోకి వెళ్లండుకు సిద్ధమవుతున్నారు. గత ఎన్నికల్లో చివరి నిమిషంలో టీడీపీ నుంచి వెళ్లి భీమవరం టిక్కెట్ సాధించుకున్న పులపర్తి రామాంజనేయులు ఎమ్ముల్యాగా గెలిచారు. అలాగే అనపర్తి నియోజకవర్గం నుంచి నల్లమిల్లి రామకృష్ణారెడ్డి ఆ నియోజకవర్గం బీజెపీకి కేటాయిచెండంతో అందులో చేరి ఎమ్ముల్యాగా అయిన విషయాన్ని గుర్తు చేసుకుంటున్నారు. అవనిగడ్డ నుంచి బుద్ధాప్రసాద్ కూడా చివరి నిమిషంలో టీడీపీ నుంచి జనసేనలో చేరి టిక్కెట్ తెచ్చుకున్నారు. అందుకే ఇప్పటి నుంచే జనసేన పార్టీలో చేరేందుకు కొందరు నేతులు సిద్ధమవుతున్నారని తెలిసింది. కోస్తాంధ్ర ప్రాంతానికి చెందిన ఇద్దరు కమ్మ సామాజికవర్గం నేతులతో పాటు రాయలసీమలోని రెడ్డి సామాజికవర్గం నేతులతో పాటు ఉత్తరాంధ్రకు చెందని టీడీపీ సీనియర్ నేతులు ఇద్దరు జనసేనలో చేరేందుకు ప్రయత్నాలు మొదలుపెట్టారని తెలిసింది. వీరంతా టీడీపీకి సంబంధించిన సీనియర్ నేతులే కావడం విశేషం. వచ్చే ఎన్నికల్లో టిక్కెట్ దక్కుతుందో లేదో? తెలియక ముందే ఇప్పుడే చేరి ఆ నియోజకవర్గాన్ని ఫిక్స్ చేసుకుంటే మంచిదన్న అలోచనలో ఉన్నారు. మొత్తం మిాద రానున్న కాలంలో జనసేన పార్టీలోకి నేతుల తాకిడి పెరిగే అవకాశమంది. అయితే పవన్ కల్యాణ్ ఏ మేరకు వారి కేగికంాకు గెర్సి లిగర్ ఇసాగువారి చూటావిటి ఉంది.

ಡ್ರಾಫ್ಟ್ ಕಾಲುವೀಲಂ ಪಿಡೆಸ್ನ

నవ్‌జాతి మగ శిష్టవు మృతి.

అనకాపల్లి , చోడవరం మండలం అంబేరిపురం గ్రామంలో నవజాత శిశువును మురుకు కాలవలో గుర్తు తెలియని వ్యక్తులు రాత్రి పూట పదేశారు పూర్తిగా అవయవాలతో పుట్టిన శిశువును కాలవలో ఉండడం చూసిన గ్రామస్తులు సమాచారం తెలుసుకున్న చోడవరం సీపి అప్పలరాజు తన సిబ్బందితో దర్శావు చేస్తున్నారు అనకాపల్లి డిఎస్పి క్రొవటి ఘుటనా స్థలానికి చేరుకొని విచారణ చేవట్టారు వంచాయతీ, రెవెన్యూ వైద్యధికారులు అంగనవాడి, ఆశా కార్యకర్తల తో విచారణ చేస్తున్నారు రూరి ఇన్కాలూ తెలియాల్చి ఉంది అదుపులో వినూత, ఆమె భర్త, ఇతర నిందితులు ఉన్నారు. పోలీసుల విచారణలో వారు చెబుతున్న విషయాలు సంచలనంగా మారుతున్నాయి. పనిలో పనిగా పౌర్ణ పార్టీ అనుకూల మాడియా మరిన్ని విషయాలను రాబట్టడానికి ప్రయత్నాలు చేస్తోంది. ఇప్పటికే శ్రీనివాసరాయుడు సోదరి, నానమ్మ, ఇతర కుటుంబ సభ్యులతో మాట్లాడి కొన్ని కీలక విషయాలను రాబట్టింది. శ్రీనివాస రాయుడు సోదరిని పోలీసులు విచారణ నిమిత్తం పిలిచారు. పోలీసులు కొన్ని ప్రశ్నలు అడిగారు. వాటికి ఆమె స్పృష్టిగా సమాధానం చెప్పింది. తన వద్ద ఉన్న ఆధారాలు కూడా ఇచ్చింది. ఇదే క్రమంలో పోలీసులు విచారణ అనంతరం బయటికి వచ్చిన ఆమె విలేకరులు చెప్పాడుచూస్తూ నీచుకొచ్చాడని అన్నారు. తమాన చెక్కున్న డ్యూచు కార్బన్ ప్లాట్ కు తథా ప్రాంతానికి వచ్చాడని అన్నారు. కొడవ కూడా పడ్డారు.. చివరికి దువ్వాడ శ్రీనివాస్ వారి మిచ గొడవ కూడా దిగారు.. అసెంబ్లీ ఎన్నికలకు ముందు ఈ పంచాయతీ జరగడంతో శ్రీనివాస్ రాజకీయ జీవితం ఒక్కసారిగా మారిపోయింది. ఈ ఇటీవల ఆయన కొనసాగుతున్న పార్టీ నుంచి సస్పెన్డ్ కావలసి వచ్చింది. దీంతో ఇప్పుడు ఆయన రాజకీయ జీవితం నాలుగు రోడ్డు కూడిలో ఉంది. ఎప్పుడు ఎటువంటి మలుపు తీసుకుంటుందో తెలియడం లేదు.. కోట్టా వినూత, దువ్వాడ శ్రీనివాస్ మాత్రమే కాదు.. ఇంకా చాలామంది రాజకీయ నాయకులు ఇటువంటి తెరచాటు బంధాల వల్ల తమ పొలిటికల్ లైఫ్ కోలోయారు. నాయకుల తెరచాటు సంబంధాలను వారి దగ్గర వ్యక్తులే బయటికి తెలిసేలా చేయడం విశేషం. ఆ వ్యవహారాలను వివిధ రూపాలలో ప్రత్యేర్ధులు బయట పెట్టడం గమనార్థం. కోట్టా వినూత క్రైర్ బ్రాండ్ గా శ్రీకాళహస్తి ప్రజలకు నుపరిచితమే. ప్రైగా వైసిపి అధికారంలో ఉన్నప్పుడు క్రమాగా ప్రార్థించి ఉన్నాడు. కేవల విశేషములు ఉన్నాడు. కొండల విశేషములు ఉన్నాడు. కొండల విశేషములు ఉన్నాడు.

మంతుల పనితీర్చుపై అసంతృప్తి...

విజయవాడ, జూలై 18, ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు ఇచ్చివల చేసిన హాచ్చరికలు మంత్రులపైన బాగానే వనిచేస్తున్నట్లు కనిపిస్తుంది. మంత్రులు యూక్షిట్ అయ్యారు. ఇచ్చివల జరిగిన మంత్రి వర్గ సమావేశంలో మంత్రులు యూక్షిట్ గా లేకపోతే కొత్త వారు వస్తారని చేసిన హాచ్చరికలతో అమాత్యులు పరుగులు పెడుతున్నారు. మొన్నటి వరకూ అనాప్యాప్తి ఇప్పుడు అతి వ్యప్తిలా మారిందను కామెంట్ సోఫ్ట్ మిాడియాలో వినిపిస్తున్నాయి. విపక్కాలు చేసే విమర్శలకు సరైన సమాధానం చెప్పడం లేదని, కౌంటర్ ఇవ్వడానికి కూడా సమయం లేదా? అని మంత్రులను చంద్రబాబు ప్రశ్నించడంతో ఇక వేగంగా రియాక్ట్ అవుతున్నారు అమాత్యులు. చంద్రబాబు హాచ్చరికలతో తమ పదవి ఎక్కడ ఉండుతుందేమోనన్న భయం వారిని పరుగులు పెట్టిస్తుంది. జగన్ మిాడియా సమావేశం తర్వాత... నిన్న వైసీపి అధినేత కైవ్య జగన్ అలా మిాడియా సమావేశం పెట్టి ప్రభుత్వంపై విమర్శలు, హోమిలు అమలు చేయలేదని, అధికారులకు, చంద్రబాబు వార్షిక్ లు ఇస్తూ చేయడంపై వెనువెంటనే మంత్రులు రియాక్ట్ అయ్యారు. పోటీ పడి మరీ మిాడియా సమావేశాలు పెట్టి జగన్ ను ఒక ఆటాడుకున్నారు. ఒకరు కాదు ఇద్దరు కాదు దాదాపు మంత్రులు ఎక్కడ పర్యాటనలో ఉన్నప్పటికే కౌండరు హడావిడిగా అమారావతికి వచ్చి పార్టీ కేంద్ర కార్యాలయంలో మిాడియా సమావేశాలు పెడితే మరికొండరు తమ జిల్లా కేంద్రం నుంచి మిాడియా సమావేశం ఏర్పాటు చేసి జగన్ విమర్శలను తిప్పికాట్టే ప్రయత్నం చేశారు. ఇందుకోసం జగన్ మిాడియా సమావేశాన్ని మొత్తం చూసి అందులో ప్రభుత్వంపైనా, చంద్రబాబుపైన చేసిన విమర్శలను ఖండించార. అయితే మంత్రుల విషయంలో ఇప్పటికే ఒక నిర్ణయానికి వచ్చిన చంద్రబాబు వారికి ఉద్యానవత్తునకి ప్రపంచానికి పార్టీ పర్గలు చెబుతున్నాయి. పార్టీలో అత్యుధిక మంది గెలవడంతో అందరికి అవకాశం ఇప్పాల్సి ఉంటుందని, అందులో భాగంగా ఖచ్చితంగా మంత్రివర్గ విస్తరణ జరుపుతారని అంటున్నారు. అయితే అది ఎవ్వడనేది ఇప్పుడు చెప్పలేకపోయినా రెండేళ్ళ కూటమి ప్రభుత్వం ఏర్పాటయిన తర్వాత మంత్రి వర్గ విస్తరణ చేస్తారా? లేదా ముందుగానే చేపడతారా? అన్నది మాత్రం తెలియక అమాత్యులు అందోళనలోనే ఉన్నారు. మూడు రోజుల క్రితం చంద్రబాబు రాజ్ భవన్ కు వెళ్లి గవర్నర్ ను కలిశారు. మర్యాదపూర్కంగానే గవర్నర్ ను కలిసినా విస్తరణకు నంబంధించి ఆన్ అనుమానంతో మంత్రులు ఒకింత అందోళనకు గురుయారని తెలిసింది. కేవలం ప్రతివక్క పార్టీ విమర్శలకు మాత్రమే కౌంటర్ ఇచ్చి ఊరుకుంటే సరిపోదంటున్నారు. మంత్రుల బాధ్యతలు చాలా ఉన్నాయి. శాఖలపై పట్టు సంపాదించుకోవడంతో పాటు నిరంతరం ప్రజల్లో తిరుగుతూ తమ శాఖకు సంబంధించిన నిధులు ఏమేం లిర్పు పెట్టారు? ప్రభుత్వం ఇప్పటి వరకూ విధాది కాలంలో చేసిన మంచిపనులు, అమలు చేసిన సంక్లేషమ కార్యక్రమాలను కూడా వివరించాలి. దీనికి తోడు ముఖ్యమైనది కార్యర్లలను కలుపుకుని పోవడంతో పాటు తమకు కేటాయించిన జిల్లాల్లో కూటటి పార్టీలు, తెలుగుదేశం పార్టీ నేతల మధ్య విభేదాలను పరిష్కరించడంలో విఫలమయ్యడాన్ని కూడా చంద్రబాబు పరిగణనలోకి తీసుకుని మంత్రివర్గం నుంచి తప్పించే అవకాశాలున్నాయింటున్నారు. అందుకే మంత్రులు కేవలం కౌంటర్లు మాత్రమే కాదు... కాంట్రావర్నీ లు లేకుండా చేయడంలో కూడా సత్తా చూపాల్సి ఉంటుందట.

ఆద్యంగా ఇరుక్కున్న విన్మాత

ఆడిగిన ప్రశ్నలకు సమాధానాలు చెప్పింది..” శ్రీనివాస రాయుడిని అంతం చేసిన తర్వాత ఈ విషయం మాకు తెలిసింది. మాకు కోట వినుత నుంచి ఛోన్ వచ్చింది. 30 లక్షలు ఇస్తాం.. ఈ విషయాన్ని మర్చిపో అన్నారు. దానికి మేము లొంగలేదు. మాకు డబ్బు అవసరం లేదు. వినుత చెప్పినట్టు మా సౌదరుడు ప్రత్యుథించార్థి వద్ద డబ్బు తీసుకొని ఉంటే.. అది ఎక్కడికి వెళ్ళింది? ఆ డబ్బు ఏ ఖాతాలో ఉంది? ఒకవేళ ఆయన డబ్బు ఇస్తే ఏ రూపంలో ఉన్నాడు? లక్ష్మీ కూకు తెలియ్యార్చి

ఇచ్చాడు? ఇప్పన్ని మాకు తెలియాలి. మా విషయంలో పవన్ కళ్యాణ్ జ్యోక్యుం చేసుకోవాలి. న్యాయం జరిగే విధంగా చర్యలు తీసుకోవాలి. మేము న్యాయం కోసం మాత్రమే పోరాపుతున్నాం.. సోదరుడి ప్రాణానికి వెల కడుతున్నారు. ఇటువంటి పద్ధతి మంచిది కాదని” శ్రీనివాస రాయుడు సోదరి విలేకరులతో పేర్కొది. ఇక దీనికి సంబంధించిన వీడియో సోషల్ మియాడియాలో సంచలనం సృష్టిస్తోంది. మొత్తంగా ఈ వ్యవహరంలో వినూత, ఆమె భర్త మరింత ఇరుక్కుపోయే అవకాశం కనిపిస్తోంది. ఇక ఇప్పటి సోషల్ మియాడియా కాలంలో కొంతమంది రాజకీయ నాయకులు తాము చేసిన తప్పుల వల్ల తమ పొలిటికల్ లైఫ్ నే కోల్పోవలసిన పరిస్థితి ఏర్పడింది. ప్రస్తుతం శ్రీకాళహస్తి జనసేన మాజీ ఇంచార్జి కోటూ వినూత తన వద్ద గతంలో పనిచేసిన మాజీ డ్రివర్ ను అంతం చేశారని ఆరోపణలు వినిపిస్తున్నాయి. వినూత పేరును శ్రీనివాసరాయుడు తన చేతి మిాద పచ్చబోట్టు పొడిగించుకోవడం అనేక అనుమానాలకు తావిస్తోంది. ఆ పచ్చబోట్టు ఆధారంగానే చెప్పే పోలీసులు శ్రీనివాసరాయుడు కేసులో కీలక పురోగతి సాధించారు. ఆ తర్వాత ఏం జరిగిందో ప్రత్యేకంగా చెప్పాల్సిన అవసరం లేదు. కోటూ వినూత చేసిన తప్పు వల్ల ఆమె రాజకీయ జీవితమే ఇప్పుడు ప్రశ్నార్థకంగా మారింది. గతంలో వైసిపిలో ఉన్న ఎమ్ముచ్చి దువ్వాడ శ్రీనివాస్ కూడా దివ్యేల మాధురితో ఏర్పరచుకున్న సంబంధం వల్ల అభాసుపొలయ్యారు. ఆయన చేస్తున్న వ్యవహరాల వల్ల కుటుంబ సభ్యులు ఈసడించుకున్నారు. గొడవ కూడా పడ్డారు.. చివరికి దువ్వాడ శ్రీనివాస్ వారి మిాద గొడవ కూడా దిగారు.. అసెంబ్లీ ఎన్నికలకు ముందు ఈ పంచాయతీ జరగడంతో శ్రీనివాస్ రాజకీయ జీవితం ఒక్కసారిగా మారిపోయింది. ఇక ఇటీవల ఆయన కొనసాగుతున్న పార్టీ నుంచి సస్పెన్డ్ కావలసి వచ్చింది. దీంతో ఇప్పుడు ఆయన రాజకీయ జీవితం నాలుగు రోడ్డు కూడలిలో ఉంది. ఎప్పుడు ఎటువంటి మలుపు తీసుకుంటుందో తెలియడం లేదు.. కోటూ వినూత, దువ్వాడ శ్రీనివాస్ మాత్రమే కాదు.. ఇంకా చాలామంది రాజకీయ నాయకులు ఇటువంటి తెరచాటు బంధాల వల్ల తమ పొలిటికల్ లైఫ్ కోల్పోయారు. నాయకుల తెరచాటు సంబంధాలను వారి దగ్గర వ్యక్తులే బయటికి తెలిసేలా చేయడం విశేషం. ఆ వ్యవహరాలను వివిధ రూపాలలో ప్రత్యేర్థులు బయట పెట్టడం గమనార్థం. కోట వినూత పైర్ బ్రాండ్ గా శ్రీకాళహస్తి ప్రజలకు సుపరిచితమే. పైగా వైసిపి అధికారంలో ఉన్నప్పుడు

**మా నోరు ఇలా ఉంటి అంటే.. మా శతీరంలో ఏదో పెద్ద
సమస్య ఉందని అర్థం.. జాగ్రత్త...!!**



ఒకరికి నోటి పరిపుత్రత చాలా ముఖ్యం. ఎందుకంటే నోటి ద్వారా చాలా సూక్ష్మకీములు శరీరంలోకి ప్రవేశించే అవకాశం ఉంది. ఇది మనందరికి తెలుసు. నోటి పరిపుత్రత విషయానికి వస్తే, చాలా మంది దంత పరిపుత్రత గురించి మాత్రమే ఆలోచిస్తారు. అయితే నోరు మన ఆరోగ్యం మరియు శరీరంలోని సమస్యల గురించి చాలా చెప్పగలదని మిాకు తెలుసా? నోటి దుర్వాసన, చిగుళ్లో రక్తం కారడం, చిగుళ్ల వాపు నోటి సమస్యలే కాకుండా శరీరంలోని అనేక ప్రమాదకరమైన వ్యాధుల లక్షణం కూడా. కాబట్టి మిా నోటిలో వచ్చే సమస్యలను మామాలుగా భావించకుండా వెంటనే వైద్యులను సంప్రదించాలి. ఎందుకంటే ఇవి శరీరంలో అభిఫ్స్ట్హి చెందుతున్న ప్రాణాంతక వ్యాధుల యొక్క ప్రధాన లక్షణాలు. ఇప్పుడు నోటిలో ఎదురయ్యే సమస్యలు మరియు అవి ఏ వ్యాధులను సూచిస్తాయో చూద్దాం. చెడు శ్వాసమా నోటి దుర్వాసన వస్తోందా? అలా అయితే, శరీరంలో ఏదో లోపం ఉందని ఇది ప్రధాన సంకేతం. నోటి దుర్వాసన తరచుగా చిగుళ్ల వ్యాధి యొక్క లక్షణం. కొన్నిసార్లు ముక్కు సైనన్ లేదా గొంతులో మంట కూడా నోటి దుర్వాసనకు కారణం కావచ్చు. ఇది కాకుండా, కొన్ని క్యాన్సర్లు మరియు జీవక్రియ రుగ్మతలు కూడా నోటి దుర్వాసనకు కారణమవుతాయి. కడుపులో యాసిన్ ఎక్కువగా స్ఫవించడం వల్ల కూడా నోటి దుర్వాసన వస్తుంది. నిమ్మరసాన్ని నెఱ్యతో కలిపి తింటే శరీరంలో జిరిగే అధ్యాతాలు ఏంటో తెలుసా? నిమ్మరసాన్ని నెఱ్యతో కలిపి తింటే శరీరంలో జిరిగే అధ్యాతాలు ఏంటో తెలుసా? చిగుళ్లలో రక్తప్రాపంమిారు పశ్చి తోముకున్నప్పుడు మిా చిగుళ్ల పసుపు రంగులో ఉన్నాయా లేదా రక్తప్రాపం అవుతున్నాయా? అలా అయితే, అది చిగుళ్ల వ్యాధికి సంకేతం కావచ్చు. చిగుళ్ల వ్యాధి ఉన్న రోగులకు గుండెపోటు లేదా స్టోక్ వచ్చే అవకాశం రెండు నుంచి మూడు రెట్లు ఎక్కువగా ఉంటుందని హోర్స్‌డ్రెస్ యూనివరిటీ శాస్త్రవేత్తలు గుర్తించారు. పురుషులు రోజూ వెల్లుల్లిని ఇలా లేదా అల్పరేటివ్ కొలిటిస్ వంటి కొన్ని వ్యాధుల వల్ల కూడా రావచ్చు. పగిలిన పెదాలను సరిచేయడానికి, విటమిన్లు అధికంగా ఉండే ఆఫోరాన్ని తినండి. తెల్లని నాలుక నాలుకపై తెల్లచి పొర సాధారణం. కానీ ఆ తెల్లచి పొర చాలా మందంగా ఉంటే, అది ఒక రకమైన ఇనెక్షన్ లేదా క్యాన్సర్ సంకేతం కావచ్చు. అసాధారణమైన తెల్లని పొర క్యాన్సర్గా మారే అవకాశం ఉంది. కాబట్టి, అటువంటి పరిస్థితిలో, మిారు వెంటనే వైద్యుడిని సంప్రదించి చికిత్స పొందాలి. ఈ తెల్లని పొర నోటి లైకెన్ ప్లాన్ లేదా నోటి ట్రైవ్ కావచ్చు. కాకపోతే, ఇది లైంగికంగా సంఠమించే వ్యాధులలో ఒకటైన సిఫిలిస్కు సంకేతం కావచ్చు. కాబట్టి జాగ్రత్తగా ఉండండి. గమ్ వాపువిగుళ్ల వాపు విటమిన్ లోపానికి సంకేతం. ఈ సందర్భంలో, ముల్లీవిటమిన్ మరియు ఒమేగా -3 ఫిష్ అయిల్ తీసుకోవడం పోపుకాహోర లోపాలను సరిదిద్దడంలో సహాయపడుతుంది.



వాణ్.. ఈ ఒక్కడైట్ లీ ఇస్తు సమస్యలు ఏంతాయా?

ఆందరికీ అన్ని రకాల ఆహారాలు సరిపడవు. కొందరు కొన్ని రకాల ఆహార పదార్థాలు తింటే అనహనానికి గురి ఆవుతారు. అంటే మోషన్ పెట్టడం, వాంతుల వస్తుంటాయి. కొందరికి కొన్ని పదార్థాలు అంటే అల్టెర్న్ ఉండవచ్చు. కొందరికి పాలు, పాలతో తయారు చేసిన పదార్థాలంటే అస్త్రే ఇష్టం ఉండదు. వారు వాటిని తీసుకుంటే వాంతులు చేసుకుంటారు. అలాంటి వారికి, అలాగే పలు రకాల ఆరోగ్య సమస్యలు ఎదుర్కొంటున్న వారికి ఎలిమినేషన్ డైట్ అంటే ఏమిటి? పేరులో ఉన్నట్టుగా ఆహారాన్ని ఎలిమినేట్ చేయడం. అంటే మిాకు కొన్ని రకాల ఆహార పదార్థాలు తింటే అసౌకర్యంగా అనిపిస్తే వాటిని చాలా చాలా తక్కువగా తినడం లేదా మొత్తానికి తినకుండా ఉండిపోవడం. తర్వాత మిాలోని లక్ష్మణాలను గమనించేందుకు తిరిగి వాటిని మిా భోజనంలో జోడించడం. ఇది 5-6 వారాలు మాత్రమే ఉంటుంది మరియు సున్నితపైన గట్, ఆహార అనహనం లేదా ఆహార అల్టెర్న్ ఉన్నపారికి వారి లక్ష్మణాలకు ఏ ఆహారాలు దోషాదం చేస్తున్నాయో గుర్తించడంలో సహాయపడటానికి ఉపయోగించబడుతుంది. ఆ విధంగా, ఎలిమినేషన్ డైట్ ఉబ్బరం, గ్యాస్, దయోరియా, మలబద్ధకం మరియు వంటి లక్ష్మణాలను తగ్గిస్తుంది. మిా శరీరం బాగా తట్టుకోలేని ఆహారాన్ని మిారు విజయవంతంగా గుర్తించిన తర్వాత, భవిష్యత్తులో ఏవైనా అసౌకర్య లక్ష్మణాలను నివారించడానికి మిారు దానిని మిా ఆహారం నుండి తీసివేయవచ్చు. ఇది ఎలా పని చేస్తుంది? మిాకు ఇబ్బంది కలిగించే కొన్ని ఆహారాలను తగ్గించడం ద్వారా కొన్ని వారాల పాటు మిా ఆహారాన్ని మార్చాల్సి ఉంటుంది. నమస్య నొప్పి, మంట, తలనొప్పి లేదా అతిసారం వంటిది కావచ్చు. నమస్య తొలగిపోయిన తర్వాత.. కొన్ని రోషులకు ఆ ఆహారాన్ని తిరిగి తినడం ప్రారంభించాలి. తద్వారా నిజంగా ఆ పదార్థం వల్లే మిాకు సమస్య వీర్పడిందా లేదా అని స్వప్తంగా తెలుస్తుంది. ఎంత సమయం పడుతుంది? ఆహారం వల్ల కలిగే లక్ష్మణాలు సాధారణంగా మిా ఆహారాన్ని మార్చిన 4 వారాలలో పు కనిపించకుండా పోతాయి. ఆ లక్ష్మణాలు 8 వారాల తర్వాత కూడా ఆగకపోతే, ఆ ఆహారాలు కారణం కాదని భావించాలి. ఇది పరీక్ష లేదా చికిత్స? పరీక్ష అలాగే చికిత్స.. ఎలిమినేషన్ డైట్ లో రెండూ ఉంటాయి. మిారు ఏ ఆహారాలు ఏవైనా ఉంటే, మిారు వదిలించుకోవాలనుకుంటున్న సమస్యను గుర్తించడానికి మొదట దాన్ని ఉపయోగించండి. అప్పుడు మిారు వాటిని పరిమితం చేయండి లేదా మిా ఆహారం నుండి వాటిని తగ్గించండి. ఎలిమినేషన్ డైట్ వల్ల ఏం తెలుస్తుంది? ఆహారం అల్టెర్న్లు, గ్లూటెన్ అనహనం (ఉదరకుహర వ్యాధి), లాక్ష్మేన్ అనహనం, దీర్ఘకాలిక నొప్పి, అలనట, ఇల్రిపేబుల్ బోవెల్ సిండ్రోమ్, మానసిక స్థితి మరియు శ్రద్ధ రుగ్మతలు మరియు ఇతర పరిస్థితులను నిర్ధారించడానికి మరియు చికిత్స చేయడానికి సాధ్యమయ్య మార్గంగా ఉపయోగించబడింది. ఇది ఎలా తయారు చేయబడింది? మిారు ఆహారాన్ని గుర్తించినపుటీకీ, అది మిాకు ఎందుకు ఇబ్బంది కలిగిస్తుందో తెలుసుకోవడం కష్టం. అది ఆహారమేనా? లేదా దానిని పెంచడం, ప్రాసెన్ చేయడం లేదా రుచి కోసం చేసిన విధానం? మాంసాన్ని నిరోధించడం మిాకు కష్టమాత్ర, సేండ్రియంగా పెరిగిన లేదా సైట్రెట్లు లేకండా తయారు చేసిన వాటిని ప్రయత్నించండి లేదా గ్రీజలో వేయించడానికి బదులుగా ట్రైల్ లేదా గ్రీల్ చేయండి. జాగ్రత్తగా పరీక్షించడం ద్వారా, మిారు మిా లక్ష్మణాలను వదిలించుకోవచ్చని మరియు మిారు ఇష్టవడే వాటిని తినవచ్చని మిారు కనుగొనవచ్చు. ఇంటోలరెన్ లేదా అల్టెర్న్? ఇంటోలరెన్ అంటే మిారు ఒక నిర్దిష్ట ఆహారానికి సున్నితంగా ఉంటారు లేదా మిా శరీరాన్ని జీర్ణించుకోవడం చాలా కష్టం. అల్టెర్ ప్రతిస్పందన చాలా తీవ్రంగా ఉంటుంది మరియు అనాఫిలాక్షిస్ అని పిలివబడే ప్రాణాంతక్ ప్రతిచర్యకు దారితీస్తుంది. వ్యత్యాసాన్ని చెప్పడం చాలా కష్టం, కాబట్టి ఖచ్చితంగా మిా వైద్యుతితో మాట్లాడండి. డైట్ ఉపయోగించడానికి కారణాలు డైరీ మిా గ్యాస్, దయోరియా



ఒక నిర్దిష్ట ఆహారంతో మిాకు ఇబ్బంది ఉండని మిారు అనుకుంటే, దానితో ప్రారంభించండి కాకపోతే, పాల ఉత్పత్తులు, చక్కెర, ప్యూక్ చేసిన ఆహారాలు మరియు ప్రాసెన్ చేసిన ఆహారాలు చాలా తరచుగా మొదట ప్రయత్నించబడతాయి కొంతమంది గ్లూటెన్సు కూడా కత్తిరించుకుంటారు. అవి పని చేయకపోతే, మిా నొప్పిలో ఏదైనా తేడా ఉండో లేదో శెలుసుకోవడానికి మిారు మిా ఆహారం నుండి పంది మాంసం, గొడ్డు మాంసం, మొక్కజొన్సు, గుడ్లు, షెల్ఫ్‌షైఫ్, చాక్లెట్, కాఫీ లేదా టీని తీసుకోవచ్చ. ఇది 10ఆస్టేషన్ తో సహాయం చేయగలదా? అటెస్ట్‌డిఫిషిట్ /స్ట్రోపర్ యాక్టివిటీ డిజార్డర్ అనేది పిల్లలలో చాలా తరచుగా నిర్ధారణ చేయబడిన దీర్ఘాకాలిక పరిస్థితి. కానీ ఇది పెద్దలను కూడా ప్రభావితం చేస్తుంది. ఇది ఉన్నవారు శ్రద్ధ వహించడం కష్టంగా ఉంటుంది మరియు నిశ్చలంగా కూర్చోవడం లేదా ప్రేరణలను నియంత్రించడంలో ఇబ్బంది పడవచ్చ. పరిశోధన కొనసాగుతోంది, కానీ కొన్ని అధ్యయనాలు ఎలిమినేషన్ డైట్ కనీసం 10ఆస్టేషన్ ఉన్న 25% మంది వ్యక్తులకు వారి కొన్ని లక్షణాలతో సహాయపడవచ్చని సూచిస్తున్నాయి.

నిష్టరసాన్ని నెఱ్యతో కలిపి తింటే శరీరంలో జవిగే అస్థుతాలు ఏంటో తెలుసా?

కరోనా వ్యాప్తి తరువాత, ప్రజలు తమ ఆరోగ్యంపై ఎక్కువ వ్రద్ధ చూపడం ప్రారంభించారు. చాలా మంది తమ శారీరక ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచడంలో ఆహారాలు ముఖ్యమైన పాత్ర పోస్తాయి. సరైన ఆహారాన్ని ఎంచుకుని తినడం వల్ల శరీరంలోని అనేక సమస్యలను దూరం చేసుకోవచ్చు. నెఱ్య, నిమ్మకాయలో పోషకాలు పుష్టిలంగా ఉంటాయి. ఈ రెండూ శరీరాన్ని అనేక సమస్యలను అధిగమించడంలో సహాయపడతాయి. ఆయుర్వేదం నెఱ్య మరియు నిమ్మకాయలను కలిపి తినవచి లిలాపల్ ఇస్తుంది. ఎందుకంటే ఈ మిక్రమం జీర్ణక్రియను మెరుగుపరుస్తుంది మరియు బరువు తగ్గడంలో ప్రభావపంతంగా ఉంటుంది. నెఱ్య మరియు నిమ్మకాయలను కలిపి తినడం వల్ల కలిగే ప్రయోజనాలేమిటో మించి వినకపోతే చదవండి. బరువు తగ్గడం నెఱ్య మరియు నిమ్మరసం కలిపి తీసుకుంటే, అది శరీర బరువును సమర్థవంతంగా తగ్గిస్తుంది. ఉదయం నిద్ర లేవానే ఒక గ్లాసు గోరువెచ్చని నీటిలో కాస్త నిమ్మరసం, నెఱ్య కలిపి ఖాళీ కడుపుతో తాగాలి. దీన్ని రోజూ తాగితే బరువు తగ్గి నియంత్రణలో ఉంటారు. అయితే, ఈ ఒక్క డ్రింక్ తాగడం వల్ల బరువు తగ్గలేమని గుర్తుంచుకోండి మరియు మించు సరైన ఆహారం మరియు వ్యాయామ నియమాన్ని అనుసరించాలి.: మించు నోరు ఇలా ఉంది అంటే.. మించు శరీరంలో ఏదో పెద్ద సమస్య ఉందని అర్థం.. మించు నోరు ఇలా ఉంది అంటే.. మించు శరీరంలో ఏదో పెద్ద సమస్య ఉందని అర్థం.. జాగ్రత్తా...!!రోగినిరోధక వ్యవస్థ బలపడుతుందినెఱ్య మరియు నిమ్మరసం కలిపి తీసుకుంటే, రోగినిరోధక వ్యవస్థ యొక్క ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది. ఎందుకంటే నిమ్మ, నెఱ్యలో యాంటీ ఆక్రిడెంట్లు పుష్టిలంగా ఉంటాయి. రోగి నిరోధక శక్తి పెరగాలంటే వేడి నీళ్ళలో నెఱ్య, నిమ్మరసం కలుపుకుని తాగాలి. పురుషులు రోజూ వెల్లుల్లిని ఇలా తింటే డబుల్ బెనిఫిట్స్... పురుషులు రోజూ వెల్లుల్లిని ఇలా తింటే డబుల్ బెనిఫిట్స్... తై చేయండి.. మలబంధకం మరియు అపానవాయివు నుండి ఉపశమనం కలిగిస్తుందినిమ్మరసం మరియు నెఱ్య కలిపి అనేక రకాలుగా తీసుకోవచ్చు. మించు మలబంధకంతో బాధపడుతుంటే వేడి నీటిలో ఒక టీస్పూన్ నిమ్మరసం, నెఱ్య కలుపుకుని తాగండి. దీంతో తక్కణ ఉపశమనం కలుగుతుంది. అంతే కాకుండా ప్రేగు సంబంధిత వ్యాధులు మరియు పిత్తుశయ వ్యాధులను కూడా నయం చేస్తుంది. :శ్రీజీజ్ఞాన :వజీనిబి: మధుమేహం మరియు క్యాస్టర్స్ ను నివారించడంలో ఈ ‘కాయధాన్యం’ మించు సహాయపడుతుంది!..! :శ్రీజీజ్ఞాన :వజీనిబి: మధుమేహం మరియు క్యాస్టర్స్ ను నివారించడంలో ఈ ‘కాయధాన్యం’ మించు సహాయపడుతుంది!..! జిట్లు రాలడాన్ని తగ్గిస్తుందిజిట్లు రాలడంతో బాధపడుతున్నారా? అప్పుడు నిమ్మ మరియు నెఱ్య కలయిక ఈ సమస్యను అధిగమించడానికి సహాయపడుతుంది. ఒక గినేలో నెఱ్య మరియు కొన్ని చుక్కల నిమ్మరసం మిక్క చేసి, జిట్లు యొక్క మూలాలకు అప్పే చేసి, కొన్ని గంటల పాటు నానబెట్టి, తర్వాత తేలికపాటి షాంపూని ఉపయోగించి కుట్టం చేసుకోండి. ఇలా చేయడం వల్ల జిట్లు రాలడం తగ్గి, మందు సమస్య కూడా దూరమపుతుంది. కుట్టమైన మరియు మరినే చర్చంనిమ్మరసం మరియు నెఱ్య కలయిక చర్చ సమస్యలను నయం చేయడంలో సహాయపడుతుంది, చర్చాన్ని కాంతివంతం చేస్తుంది మరియు చర్చము రంగును మెరుగుపరుస్తుంది. దీనికి కొద్దిగా నెఱ్య, కొన్ని చుక్కల నిమ్మరసం కలిపి ముఖానికి పట్టించి కాసేపు మసాజ్ చేసి 10-15 నిమిషాలు నానబెట్టి కడిగేయాలి.

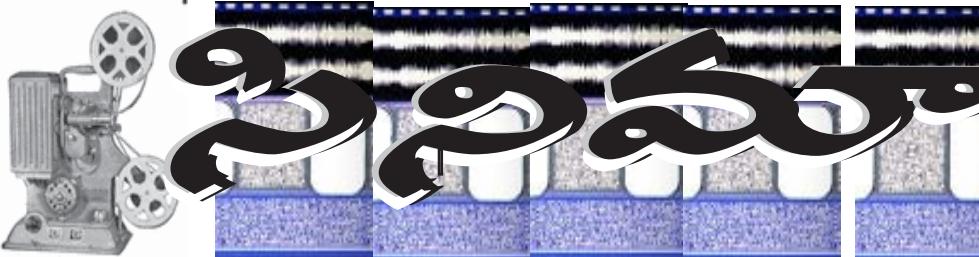


పిల్లలకు ఎంత స్వచ్ఛ అవ్యాప్తి? నిప్పుణులు ఏం చెబుతున్నారంటే..

: పిల్లల పెంపకం చిన్నపిల్లల ఆట ఏం కాదు. ఎంతో బాధ్యతతో కూడుకున్నది. ఎంతో జాగ్రత్తగా ఉండాల్సింది. పిల్లలకు విద్యా బుద్ధులు నేర్చడం దగ్గరి నుండి ఎదుటి వారితో ఎలా మెలగాలి.. ఎలా మాట్లాడాలి అనేది ఒకచికి రెండు సార్లు వారికి చెప్పాలి. చెడు మాటలను, చెడు చేతలను వారించాలి. అలాగే వారు చెప్పేదానికి తల్లిదంప్రులు విలువ ఇవ్వాలి. వాళ్లు చెప్పేది శ్రద్ధగా వినాలి. వారి ఇబ్బందులను తెలుసుకోవాలి. ఇలా చాలా చాలా ఉంటాయి పిల్లల పెంపకంలో. సైకాలజీ టుడే ప్రకారం, షైల్డ్ డెవలప్ మెంట్ జర్నల్లో ఈ సంవత్సరం ప్రచురించబడిన ఇటీవలి అధ్యయనం ప్రకారం, పిల్లలకు వారి స్వంత నిర్ణయాలు తీసుకోవడానికి ఎక్కువ స్వేచ్ఛ ఇవ్వాలి. తల్లిదంప్రులు మరియు పిల్లలు ఇద్దరికి ఇది ఎంతో మేలు చేసే చర్య అని అధ్యయనంలో తేలింది. పిల్లలకు స్వేచ్ఛ ఇవ్వడం ముఖ్యం. అయితే అది కొన్ని పరిమితులకు, నిబంధనలకు లోటికి ఉండాలని నిపుణులు చెబుతున్నారు. మెరుగైన మానసిక స్థితివిక్రూప స్వేచ్ఛ ఉన్న పిల్లలు మానసికంగా మెరుగ్గా ఉంటారని పలు పరిశోధనల్లో తేలింది. వారి స్వంత అవసరాలు చాలా పరకు తీర్చబడడాయని వెల్లడింది. మరియు కుటుంబం మొత్తం మరింత మానసికంగా ముదిపడి ఉంటుందని తేలింది. శిశువు చర్యాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచడానికి ఇక్కడ 7 సులభమైన మార్గాలు ఉన్నాయి... శిశువు చర్యాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచడానికి ఇక్కడ 7 సులభమైన మార్గాలు ఉన్నాయి... స్వేచ్ఛ వారిని సిద్ధం చేస్తుంది పిల్లలకి సరైన స్థాయి స్వేచ్ఛ ఇవ్వడం వారిని కౌమారదశకు సిద్ధం చేయడంలో సహాయపడుతుంది. తల్లిదంప్రులు తమ పిల్లలకు ఎంత స్నేహంత్యం ఇవ్వాలనే దానిపై అనిశ్చితంగా ఉండటం విలక్షణమైనది. కానీ సమాధానం వ్యక్తికి వ్యక్తికి భిన్నంగా ఉంటుంది. మిా పిల్లల వయస్సు ఎంత, ఎంత పరిణతి చెందారు, పిల్లలకు కుటుంబ మద్దతు ఎంత, వారి గత అనుభూతాలు మరియు ఇతర అంశాలతోపాటు నిర్మిష్ట పరిస్థితుల్లో వారు ఎంత బాధ్యతాయితంగా ప్రవర్తిస్తారు వంటి చాలా అంశాలపై స్వేచ్ఛ ఎలా ఉండాలనేది అధారపడి ఉంటుంది. మిా బిడ్డకు పోషకాహార లోపమా? పోషకాహార లోపం లక్ష్మణాలు, నివారణ మార్గాలు.. మిా బిడ్డకు పోషకాహార లోపమా? పోషకాహార లోపం లక్ష్మణాలు, నివారణ మార్గాలు.. మిా బిడ్డకు ఎంత స్వేచ్ఛను ఇవ్వాలో మిారు నిర్ణయించుకున్నప్పుడు గుర్తుంచుకోవలసిన కొన్ని పరిగణనలు ఇక్కడ ఉన్నాయి. మిా బిడ్డకు ఎంత స్వేచ్ఛను ఇవ్వాలో మిారు నిర్ణయించుకున్నప్పుడు గుర్తుంచుకోవలసిన కొన్ని పరిగణనలు ఇక్కడ ఉన్నాయి. పిల్లలకు వారి వయస్సుకు ఏది సరిదో అదే ఇవ్వాలి. చిన్న వయస్సు వారికి ఇచ్చేది లేదా పెద వారికి ఇచ్చేది ఇప్పాడు. అలాగే ఆ వయస్సుకు



సరిహద్దులను కలిగి ఉండడం వలన పిల్లలు నురక్కితంగా ప్రయోగాలు చేయడానికి, తప్పులు చేయడానికి మరియు వారి అనుభవాల నుండి నేర్చుకోవడానికి అనుమతిస్తుంది. వారు ఒంటరిగా ఎంత దూరం ప్రయాణించవచ్చు, ఎంత సేపు బయట ఉండవచ్చు మరియు ఎక్కువ స్నేచ్ఛ ఇచ్చినప్పటికీ, వారు తప్పిపోయినా లేదా గాయపడినా ఏమి చేయాలి వంటి నియమాలు వారికి తరచూ చెబుతూ ఉండాలి. ఇది వారిని సురక్షితమైన సర్పిల్ లోనే ఉండడమే కాకుండా, కొత్త విషయాలు తెలుసుకునేందుకు ఉపయోగపడుతుంది.



అనుపమ గట్టు ను మెచ్చుకోవాల్సిందే!



A woman with dark curly hair, wearing a red dress with white embroidery, is smiling and speaking into a black microphone. She is gesturing with her hands as she speaks. In the background, there are other people, including a man in a blue shirt. The setting appears to be an indoor event or press conference.

నేపానల్ క్రొ ఐటం గాళీ!



నేపథ్యల క్రమ రప్పికా మందన్నా నేడు పాన్ ఇండియా రేంజ్ ని ఆస్ట్రాడిస్ట్రుంది. పట్టిందల్లా బంగారమే అవతుంది తెలుగు, తమిళ్, హిందీలో తిరుగులేని నటి గొక్కానసాగుతుంది. అత్యాధిక పారితోషికం తీసు కుంటోన్నస్తి నటిగానూ సంచలనమవుతోంది. సక్సెస్ లో తానో రోల్ వొడల్ గాను మారుతోంది. రప్పిక ఈ సాయికి చేరుకోవడంలో తన ప్రతిభ ఎంతో కీలకమైందో? అంతకు మించి గొప్ప అదృష్టపుంతురాలు కావడంతోనే ఆన్నది అంతచే వాస్తవం. ఈ విషయాన్ని రప్పిక అంతే ఓపెన్ గానూ ఒప్పుకుటుంది. అలాగే సోలో నాయికగానూ బాక్స్ ఫీస్ వద్ద సత్త్రా చాటే ప్రయత్నాలు ఇప్పుడిప్పుడే మొదలు పెడుతుంది. ఇప్పటికే తెలుగులో ఓ లేడీ ఓరియోంపెడ్సి చిత్రం చేస్తోంది. ఇలాంటి అవకాశాలు ఇంకా వస్తున్నాయి ఆచితూ చి అడుగులు వేస్తోంది. పాన్ ఇండియా వైడ్ ఉన్న మార్కెట్ ని దృష్టిలో పెట్టుకుని నిర్ణయాలు తీసుకుం టోంది మరి ఇలాంటి తరువాతో రప్పిక కూడా ఐటం గాల్క్ గా టర్న్ అయితే? ఆ పీక్స్ మామూలుగా ఉందు. నిజంగా రప్పిక నర్తకిగా మారితే గనుక ఐటం గాల్క్ గా పారితోషికం అందుకోవడంలో టాప ప్లేస్ లో కొనసా గుతుంది. అమృదికి ఉన్న పాన్ ఇండియా క్రేజ్ ని దృష్టిలో పెట్టుకుని నెత్తిన కోట్ల రూపాయలు గుమ్మ రిస్తారు. ‘సామి సామి’ అంటూ మొదటి భాగంలో....‘ఫీలింగ్స్’ అంటూ పుప్ప రెండప భాగంలో ఇండియానే కాదు ఇతర దేశాల్ని సైతం వేక్కి చేసింది. అలాంటి నటి? ఐటం పాటలో నటిస్తే ఆట మాములుగా ఉండదుగా. కానీ ఆ ఛాన్స్ రప్పిక ఇప్పుడే తీసుకునే అవకాశం లేదు. అందుకు ఇంకా చాలా సమయం ఉంది. ప్రస్తుతం హీరోయిన్ గా కెరీర్ పీక్ స్టేజ్ లో ఉంది స్టార్ హీరోలే అమృదితో నటించడానికి కూలో ఉన్నారు. మరో నాలుగైదేళ్ల పాటు రప్పిక హవా కొనసాగుతుంది. అంత వరకూ ఎలాంటి ధోకాలేదు. ఆ తర్వాతే రప్పిక నుంజి కొత్త నిర్ణయాలు ఆశించే అవకాశం ఉంటుంది.



అందుకే స్విమాలకు 13 పత్రు దూరం: జెన్ఱలీయా



హీరోయిన్ జెనీలియాకు సినీ ఇండస్ట్రీల్‌లో ఎలాంటి క్రేజ్ ఉందో అందరికీ తెలిసిందే. తక్కువ టైమ్ లో వుఱ పాపులారిటీ సాంతం చేసుకున్న బ్యాగ్లి. తెలుగుతోపాటు తమిళం, మలయాళం కన్నడ భాషల్లో అనేక హిట్ చిత్రాల్లో సందడి చేశారు. బాలీవుడ్ లో కూడా సూపర్ హిట్ చిత్రాల్లో యాక్ట్ చేశారు అమ్మడు. కెరీర్ పీక్స్ లో ఉన్న టైమ్ లో బీటాన్ హీరో రిటేర్ దేవ్ ముఖ్ ని ప్రేమించి పెళ్లి చేసుకున్న జెనీలియా. ఆ తర్వాత వూరిగా సినిమాలక దూరమయ్యారు. ఇప్పుడిప్పుడే 13 ఏళ్ల తర్వాత సినిమాల్లోకి రీ ఎంట్రీ ఇస్తున్నారు రీసెంట్ గా ఆమె బాలీవుడ్ స్టార్ హీరోయిన్ సినిమాలో కనిపించి సందడి చేశారు.

(సుమ) లాగా తనకు బ్యాలెన్స్ చేయడం రాదని నవ్వుతూ అన్నారు. తాను ఈ గ్యాప్ లో ప్రాదుస్యసర్ గా మారానని వెల్లడించారు. ०३ీబీ శీఫజీబ్ - బింబిసార ఓ పుడ్ కంపెనీ కూడా స్టోర్చ్ చేశానని, డిఫరెంట్ లైఫ్ అని తెలిపారు జీనిలియా. “జూనియర్ లో నాది ముఖ్యపాత్ర కాబట్టి ఆ సినిమాలో నటించాను. యాక్టర్ గా కష్టపడాలని ఉంటుంది. కానీ ఛాన్స్ రాపాలి కదా. అప్పుడే ప్రావ్ చేసుకుంటాం. ఇప్పుడు నాకు ఆఫర్ చేసారు. నేను అందుకే 100 శాతం కష్టపడ్డా. కష్టపడాలి కూడా” అని చెప్పారు. ఆ తర్వాత తన బొమ్మరిల్ల మూవీ కోసం మాట్లాడారు. ఆ సినిమా ఆడియో రిలీజ్ కువంట్ లోని పిక్ ను హోస్ట్ చూపించగా.. తాను బొమ్మరిల్ల సీక్లెన్ కోసం రెడీ అని తెలిపారు. బొమ్మరిల్ల రీ రిలీజ్ కు ఇక్కడ లేసనని అన్నారు. కానీ తెలుసని అన్నారు. అయితే జూనియర్ సినిమాలో తనది స్పెల్ల రోల్ అని చెప్పారు. అందులో నటించడం అదృష్టమని వెల్లడించారు.

