A9 NEWS TELANGANA

మన తెలుగు దిన పత్రిక
ప్రజా గళం

R.NO. T/TG/2026/0111/2018/1268

హైదరాబాద్ సంపుటి : 1 సంచిక 07 సోమవారం 30 మార్చి 2026 పేజీలు :08 వెల:రూ.5/-

కేకేఆర్‌పై ముంబై ఘన విజయం..

2 లో..

దేశంలో కొత్తగా.....

100 ఎయిర్‌పోర్ట్‌లు

ఉడాన్ 2.0తో తెలుగు రాష్ట్రాలకు గుడ్‌న్యూస్..
ఆదిలాబాద్, నాగార్జునసాగర్‌లలో ఎయిర్‌పోర్టులు

మన ప్రజాగళం, న్యూఢిల్లీ

ఉడాన్ 2.0 పథకం ద్వారా ఏపీ, తెలంగాణలో నాగార్జునసాగర్, ఆదిలాబాద్‌లలో కొత్త విమానాశ్రయాలు రానున్నాయని కేంద్ర మంత్రి కింజరాపు రామ్మోహన్ నాయుడు తెలిపారు. ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ నేతృత్వంలోని కేంద్ర కేబినెట్ ఇటీవల ఆమోదించిన ఉడాన్ 2.0 (ఖణాూచీ 2.0) పథకం ద్వారా తెలుగు రాష్ట్రాల విమానయాన రంగానికి భారీ ఊతం లభించనుంది. ఈ పథకం కింద అందుబాటులో ఉన్న ఎయిర్‌స్ట్రిప్‌లను పూర్తిస్థాయి విమానాశ్రయాలుగా అభివృద్ధి చేసే అవకాశం ఉందని కేంద్ర పౌర విమానయానశాఖ మంత్రి కింజరాపు రామ్మోహన్‌నాయుడు వెల్లడించారు. ముఖ్యంగా తెలంగాణలోని ఆదిలాబాద్, ఆంధ్రప్రదేశ్‌లోని నాగార్జునసాగర్‌లలో కొత్త విమానాశ్రయాల నిర్మాణానికి ఉడాన్ స్కీమ్ బాటలు వేయనుంది. అలాగే కర్నూలు, కడప విమానాశ్రయాల నుండి దేశ రాజధాని ఢిల్లీతో పాటు ఇతర ప్రధాన నగరాలకు విమాన సర్వీసులను విస్తరించేందుకు ప్రణాళికల్ని సిద్ధం చేస్తున్నట్లు తెలిపారు.

నోయిడా అంతర్జాతీయ విమానాశ్రయం ప్రారంభించిన సందర్భంగా శనివారం రాత్రి కేంద్ర మంత్రి రామ్మోహన్‌నాయుడు తన నివాసంలో మీడియాతో మాట్లాడారు. ఆదిలాబాద్‌లో ప్రస్తుతం

మిగతా 2 లో..

పశ్చిమ ఆసియా సంక్షోభంపై
అప్రమత్తమైన కేంద్రం..

మంత్రుల సాధికార బృందం కీలక భేటీ

మన ప్రజాగళం, న్యూఢిల్లీ

పశ్చిమ ఆసియాలో క్షీణిస్తున్న పరిస్థితిపై కేంద్ర ప్రభుత్వం అప్రమత్తమైంది. కేంద్ర రక్షణ శాఖ మంత్రి రాజ్‌నాథ్ సింగ్ అధ్యక్షతన అనధికారిక మంత్రుల సాధికార బృందం (ఐజీఓఎం) తొలి సమావేశం జరిగింది. ఈ సమావేశంలో పశ్చిమాసియాలో ప్రస్తుత పరిస్థితి, దాని ప్రభావం భారతదేశంపై ఎలా ఉండవచ్చనే దానిపై వివరంగా చర్చించారు.

పశ్చిమ ఆసియా సంక్షోభంపై అప్రమత్తమైన కేంద్రం.. మంత్రుల సాధికార బృందం కీలక భేటీ

పశ్చిమ ఆసియాలో క్షీణిస్తున్న పరిస్థితిపై కేంద్ర ప్రభుత్వం అప్రమత్తమైంది. కేంద్ర రక్షణ శాఖ మంత్రి రాజ్‌నాథ్ సింగ్ అధ్యక్షతన అనధికారిక మంత్రుల సాధికార బృందం (ఐజీఓఎం) తొలి సమావేశం జరిగింది. ఈ సమావేశంలో పశ్చిమాసియాలో ప్రస్తుత పరిస్థితి, దాని ప్రభావం భారతదేశంపై ఎలా ఉండవచ్చనే దానిపై వివరంగా చర్చించారు. ఈ సమావేశంలో ఆర్థిక మంత్రి నిర్మలా సీతారామన్, పార్లమెంటరీ వ్యవహారాల మంత్రి కిరణ్ రిజిజు, పెట్రోలియం సహజ వాయువుల మంత్రి హర్దీప్ సింగ్ పూరి, ఇంధన శాఖ మంత్రి మనోహర్ లాల్ ఖట్టర్, రసాయనాలు ఎరువుల మంత్రి జె.పి. నడ్డా,

మిగతా 2 లో..

ఏప్రిల్ 1 నుంచి చికెన్ షాపులు బంద్

మాంసం ప్రియులకు షాకిచ్చే వార్త ఇది. చికెన్ షాపులు బంద్ కానున్నాయి. ఈ మేరకు బంద్ పాటించాలని చికెన్ షాప్స్ ఓనర్స్ అసోసియేషన్ ప్రకటించింది. పౌల్ట్రీ కంపెనీలు మార్జిన్ తగ్గించడాన్ని వ్యతిరేకిస్తూ షాపుల నిర్వాహకులు బంద్‌కు సిద్ధమయ్యారు. ఇందులో భాగంగా ది.

మిగతా 2 లో..

టీవీకే అభ్యర్థుల జాబితా విడుదల..
2 చోట్ల నుంచి బరిలోకి దిగుతున్న నటుడు విజయ్

మన ప్రజాగళం, న్యూఢిల్లీ

తమిళనాడు అసెంబ్లీ ఎన్నికలకుగాను టీవీకే పార్టీ అభ్యర్థుల

మిగతా 2 లో..

అమెరికాతో ముఖాముఖి పోరుకు ఇరాన్ సిద్ధం!

మన ప్రజాగళం, న్యూఢిల్లీ

అమెరికాతో నేరుగా ఫైట్ చేయాల్సి వస్తే ఎదుర్కోవడానికి ఇరాన్ 10 లక్షల మందికిపైగా యోధులను సిద్ధం చేస్తోంది. మధ్య ప్రాచ్యంలో యుద్ధ మేఘాలు మరింతగా ముదురుతున్నాయి. ఇరాన్ తన దేశంపై అమెరికా గ్రౌండ్ వార్‌కు దిగితే గట్టిగా బుద్ధి చెప్పేందుకు ఏకంగా 10 లక్షల మందికిపైగా యోధులను రంగంలోకి దించుతోంది. ఇరాన్ అధికార వార్తా

మిగతా 2 లో..

కాళేశ్వరం కేసు సీబీఐకి అప్పగించినా
కేసీఆర్‌పై చర్యలు ఎందుకు తీసుకోలేదు

హరీష్ రావు బంధువులు భూ దోపిడీ చేశారు..
సీఎం రేవంత్ రెడ్డి

మన ప్రజాగళం,హైదరాబాద్

హైదరాబాద్: ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి బీజేపీ, బీఆర్ఎస్ సభ్యులు లక్ష్యంగా తీవ్ర విమర్శలు గుప్పించారు. సభలో కేవలం సూచనలు ఇచ్చి పారిపోవడం బీజేపీ సభ్యులకు అలవాటుగా మారిందని ఆయన ఎద్దేవా చేశారు. కాళేశ్వరం ప్రాజెక్టులో జరిగిన అవినీతిపై విచారణను ఇప్పటికే సిబిఐకి అప్పగించామని గుర్తు చేసిన సీఎం రేవంత్ రెడ్డి.. మాజీ ముఖ్యమంత్రి కేసీఆర్, మాజీ మంత్రి హరీశ్ రావులపై కేంద్రంలోని బీజేపీ ప్రభుత్వం ఎందుకు చర్యలు తీసుకోవడం లేదని నిలదీశారు.గత బీఆర్ఎస్ ప్రభుత్వ హయాంలో ధరణి పోర్టల్‌ను అడ్డుపెట్టుకుని మాజీ మంత్రి హరీష్ రావు బంధువులు భూ దోపిడీకి పాల్పడ్డారని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి ఆరోపించారు. ఈ

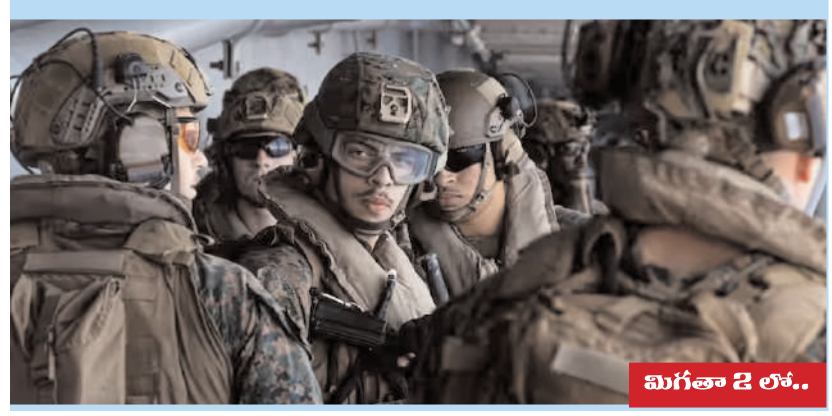
మిగతా 2 లో..

పశ్చిమాసియాకు భారీగా చేరుకున్న
అమెరికా సైన్యం.

ఏ క్షణంలోనైనా ఇరాన్‌లో గ్రౌండ్ ఆపరేషన్ ?

మన ప్రజాగళం, న్యూఢిల్లీ

ఇజ్రాయెల్-ఇరాన్ యుద్ధం విరామం సమయంలోనూ అమెరికా వ్యూహాత్మకంగా వ్యవహరిస్తోంది. అమెరికా యుద్ధనౌక ఖూూ ట్రిపోలి, 31వ మెరైన్ యూనిట్లు మధ్యప్రాచ్యానికి చేరుకున్నాయి.



మిగతా 2 లో..

ఇరాన్‌పై దాడి ద్వారా అమెరికా, ఇజ్రాయెల్ యుద్ధ నేరానికి పాల్పడ్డాయా?
అందుకు శిక్ష తప్పదా ?

మన ప్రజాగళం, న్యూఢిల్లీ

జెనీవా ఒప్పందాలను అమెరికా, ఇజ్రాయెల్ దేశాలు ఉల్లంఘించాయని ఇరాన్ ఆరోపించింది. ఇరాన్‌పై దాడి చేయడం ద్వారా ఈ రెండు దేశాలు నేరం చేశాయని ఇరాన్ అధికారులు ఆరోపించారు.పెరుగుతున్న ఉద్రిక్తతల మధ్య ఇరాన్ అంతర్జాతీయ క్రిమినల్ కోర్టుతో సహా గ్లోబల్ లీగల్ సంస్థలను సంప్రదించింది. అమెరికా, ఇజ్రాయెల్ దేశాలు ఎలాంటి రెచ్చగొట్టే చర్యలకు

మిగతా 2 లో..

విలేఖరులు కావలెను

విశేష ఆదరణతో దూసుకుపోతున్న ......" మన ప్రజాగళం " తెలుగు దినపత్రికలో పనిచేయుటకు విలేఖరులు కావలెను. వివిధ మండలాల వారీగా, జిల్లాల వారీగా స్టాఫర్లు, మరియు ఆర్.సి.ఇన్‌ఛార్జులు,రిపోర్టరు, కావలెను.

మన తెలుగు దిన పత్రిక ప్రజా గళం

సంప్రదించవలసిన ఫోన్ నెం.

93908 75876,75695 75083

వదంతులకు దూరంగా ఉండండి..

ఏ కష్టమొచ్చిన కలిసికట్టుగా ఎదురుకుందాం: ప్రధాని మోదీ!

మన ప్రజాగళం, న్యూఢిల్లీ

ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ ఆదివారం (మార్చి 29, 2026) ఉదయం 11 గంటలకు ఆల్ ఇండియా రేడియో 'మన్ కీ బాత్' కార్యక్రమం ద్వారా దేశ ప్రజలను ఉద్దేశించి ప్రసంగించారు. 'మన్ కీ బాత్' కార్యక్రమం యొ132వ ఎపిసోడ్‌లో ప్రధాని మోదీ తన ప్రసంగాన్ని ప్రారంభిస్తూ, "ఈ మార్చి నెల ప్రపంచవ్యాప్తంగా చాలా అల్లకల్లోలంగా గడిచింది. కోవిడ్ కారణంగా యావత్ ప్రపంచం చాలా కాలం పాటు అనేక సమస్యలను ఎదుర్కొన్న విషయం మనందరికీ గుర్తుంది. కరోనా సంక్షోభాన్ని అధిగమించిన తర్వాత ప్రపంచం ప్రగతి పథంలో ముందుకు సాగుతుందన్నారు.ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ ఆదివారం ఉదయం 11 గంటలకు ఆల్ ఇండియా రేడియో 'మన్ కీ బాత్' కార్యక్రమం ద్వారా దేశ ప్రజలను ఉద్దేశించి ప్రసంగించారు. 'మన్ కీ బాత్' కార్యక్రమం 132వ ఎపిసోడ్‌లో ప్రధాని మోదీ తన ప్రసంగాన్ని ప్రారంభిస్తూ, "ఈ మార్చి నెల ప్రపంచవ్యాప్తంగా చాలా అల్లకల్లోలంగా గడిచింది. కోవిడ్ కారణంగా యావత్ ప్రపంచం చాలా కాలం పాటు అనేక సమస్యలను ఎదుర్కొన్న విషయం మనందరికీ గుర్తుంది. కరోనా సంక్షోభాన్ని అధిగమించిన తర్వాత ప్రపంచం ప్రగతి పథంలో ముందుకు సాగుతుందని అందరూ ఆశించారు. అయితే, ప్రపంచంలోని వివిధ ప్రాంతాలలో యుద్ధ, ఘర్షణ పరిస్థితులు తలెత్తుతూనే ఉన్నాయి. ఇప్పుడు మనం ఈ సంక్షోభం నుండి మరోసారి ఐక్యంగా బయటపడాల్సి ఉంది" అని ప్రధానమంత్రి అన్నారు.ప్రస్తుతం యుద్ధంలో ఉన్న ప్రాంతం మన ఇంధన అవసరాలకు ఒక ప్రధాన కేంద్రమని ప్రధాని మోదీ పేర్కొన్నారు. ఇది పెట్రోల్, డీజిల్ విషయంలో ప్రపంచ సంక్షోభానికి దారితీస్తోందన్నారు. మన దౌత్య సంబంధాలు, వివిధ దేశాల నుండి మనకు లభించే మద్దతు, గత దశాబ్ద కాలంలో మనం నిర్మించుకున్న బలాలు ఈ సవాళ్లను ధైర్యంగా ఎదుర్కొనేందుకు భారతదేశానికి దోహదపడ్డాయని తెలిపారు. ప్రస్తుతం నిస్సందేహంగా సవాలుతో కూడిన సమయాలని ఆయన పేర్కొన్నారు. ఈ రోజు, 'మన్ కీ బాత్' ద్వారా, ఈ సవాలును అధిగమించడానికి పౌరులందరూ

మిగతా 2 లో..

వదంతులకు దూరంగా ఉండండి..

(మొదటి పేజీ తరువాయి..)
ఏకం కావాలని ఆయన మరోసారి పిలుపునిచ్చారు. ఈ అంశాన్ని రాజకీయం చేస్తున్న వారు మానుకోవాలని ఆయన సూచించారు. ఇది 140 కోట్ల మంది పౌరుల ప్రయోజనాలకు సంబంధించిన విషయమని, ఇందులో స్వార్థ రాజకీయాలకు తావులేదని ఆయన ఉద్ఘాటించారు. అందువల్ల, పుకార్లు వ్యాపింపజేస్తున్న వారు దేశానికి పెద్ద హాని కలిగిస్తున్నారు. ఈ సమయంలో దేశ ప్రజలందరూ అప్రమత్తంగా ఉండాలని, వదంతులకు మోసపోవద్దని ప్రధాని మోదీ విజ్ఞప్తి చేశారు. ప్రభుత్వం నిరంతరం అందిస్తున్న సమాచారాన్ని విశ్వసించి, దాని ఆధారంగా చర్యలు తీసుకోవాలన్నారు. 140 కోట్ల మంది పౌరుల బలంతో గత సంక్షోభాలను ఎలాగైతే అధిగమించామో, అలాగే ఈసారి కూడా మనమందరం కలిసి ఈ క్లిష్ట పరిస్థితి నుండి విజయం సాధిస్తామని ప్రధాని మోదీ ధీమా వ్యక్తం చేశారు.

పశ్చిమాసియాకు భారీగా చేరుకున్న అమెరికా సైన్యం

(మొదటి పేజీ తరువాయి..)
ఇరాన్‌తో కొనసాగుతున్న యుద్ధం నెల రోజులు పూర్తి చేసుకున్న సమయంలో అమెరికా మధ్యప్రాచ్యంలో తన సైనిక ఉనికిని మరింత పెంచింది. అమెరికా సెంట్రల్ కమాండ్ (జజుచీజూవీ) ప్రకారం, వార్ షిప్ ఖూూ ట్రిపోలిలో ఉన్న దాదాపు 3,500 మంది మెరైన్‌లు, నావికులు ఈ ప్రాంతానికి చేరుకున్నారు. అమెరికా ఇరాన్‌లో సైనిక చర్యకు దిగుతుందా ? గగనతలం నుంచే కాకుండా భూతల దాడులు చేసేందుకు రంగం సిద్ధం చేసుకుంటుంది అనేది స్పష్టమవుతోంది.

50,000 మంది అమెరికా సైనికులు

కొత్తగా బలగాలను రప్పించడంతో ఇప్పుడు పశ్చిమాసియాలో దాదాపు 50,000 మంది అమెరికా సైనికులు ఉన్నారు. ఇంతకుముందు కూడా అమెరికా ఈ ప్రాంతంలో తన సైనిక శక్తిని పెంచింది. కానీ గత 20 సంవత్సరాలలో ఇది అమెరికా అతిపెద్ద సైనిక సమీకరణగా చెప్పవచ్చు. అంటే ఇరాన్‌తో తాడోపేడో తేల్చుకునేందుకు అమెరికా సిద్ధమైనట్లు సంకేతాలు ఇచ్చింది. శాంతి చర్చలు జరుగుతాయని, దాడులకు బ్రేక్ ఇస్తున్నామని అమెరికా అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్ చెబుతూనే మరోవైపు సైన్యాన్ని అక్కడికి తరలించడం దేనికి సంకేతం.

అమెరికా యుద్ధనౌక ఖూూ ట్రిపోలి మధ్యప్రాచ్యానికి చేరుకున్నట్లు CENTCOM సోషల్ మీడియా ప్లాట్‌ఫామ్ లో తెలిపింది. 'యుఎస్ సెంట్రల్ కమాండ్ ప్రాంతంలో ఖూూ ట్రిపోలిలో మోహరించిన నావికులు, మెరైన్‌లు చేరుకున్నారు' అని ప్రకటనలో పేర్కొంది.

ఓడలో అత్యాధునిక ఆయుధాలు, విమానాలు

ఖూూ ట్రిపోలిలో రవాణా, దాడి కోసం ఉపయోగించే అనేక రకాల విమానాలు, యుద్ధ పరికరాలు ఉన్నాయి. జజుచీజూవీ విడుదల చేసిన ఫొటోలలో మెరైన్ సైనికులు పూర్తిగా యూనిఫాంలో కనిపించారు. అలాగే సీహాక్ హెలికాప్టర్లు, ఓస్ప్రే ట్రాన్స్‌పోర్ట్ విమానాలు, అమెరికా ఖీ-35 ఫైటర్ జెట్‌లు కూడా ఓడలో ఉన్నాయి.

జపాన్ నుండి మళ్లించారు

ఖూూ ట్రిపోలి, 31వ మెరైన్ ఎక్స్‌పెడిషనరీ యూనిట్ సాధారణంగా జపాన్‌లో మోహరించి ఉంటాయి. నివేదిక ప్రకారం, ఈ యూనిట్ తైవాన్ సమీపంలో కసరత్తు చేస్తోంది. ఆ తరువాత పశ్చిమాసియా దేశాలకు పంపించారు.

ఇప్పటికే ఎయిర్‌క్రాఫ్ట్ క్యారియర్‌లు, యుద్ధనౌకలు

మెరైన్‌లు రాకముందే అమెరికా ఇప్పటికే ఈ ప్రాంతంలో 2 ఎయిర్‌క్రాఫ్ట్ క్యారియర్‌లు, పలు వార్ షిప్స్.. వేలాది సైనికులను మోహరించింది. ఇది గత రెండు దశాబ్దాలలో అతిపెద్ద సైనిక మోహరింపు కావడంతో ప్రాధాన్యత సంతరించుకుంది.ూూ నివేదిక ప్రకారం, అమెరికా సరికొత్త ఎయిర్‌క్రాఫ్ట్ క్యారియర్ ఖూూ గెరాల్డ్ ఆర్. ఫోర్డ్ ఇటీవల మరమ్మత్తు కోసం మధ్యప్రాచ్యం నుండి యూరప్‌నకు బయలుదేరింది. లాండ్రీ ఏరియాలో మంటలు చెలరేగడంతో అందులో కొన్ని స్లీపింగ్ క్వార్టర్లు దెబ్బతిన్నాయి.

కేకేఆర్‌పై ముంబై ఘన విజయం..

ఎట్టకేలకు ముంబై ఇండియన్స్ టీం తన 14 ఏళ్ల తొలి గండాన్ని బద్దలు కొట్టింది. ఇప్పటి వరకు సీజన్ తొలి మ్యాచ్‌లో ఓడిపోయే అలవాటును బ్రేక్ చేసింది. రోహిత్, రికెల్టన్‌ల ఊచకోతతో ఘన విజయం సాధించింది.ఐపీఎల్ రెండవ మ్యాచ్‌లో ముంబై ఇండియన్స్ ఘన విజయం సాధించింది. గత 14 ఏళ్లుగా తొలి మ్యాచ్ లో పరాజయం పాలవుతోన్న రికార్డ్ ను 2026లో బ్రేక్ చేసింది. కోల్‌కతా నైట్ రైడర్స్ తో జరిగిన ఈ మ్యాచ్ లో ముంబై ఇండియన్స్ రికార్డ్ టార్గెట్ ఛేజ్ చేసి సరికొత్త లెక్కలు సెట్ చేసింది. కేకేఆర్ అందించిన 221 పరుగుల లక్ష్యాన్ని అవలీలగా ఛేజ్ చేసింది. రోహిత్, రికెల్టన్ 148 పరుగుల భారీ భాగస్వామ్యంతో ఈ ఛేజ్ ను వన్ సైడ్ చేశారు.రోహిత్ 23 బంతుల్లో తన అర్ధశతకాన్ని పూర్తి చేయగా, రికెల్టన్ కేవలం 24 బంతుల్లోనే తన అర్ధశతకాన్ని సాధించాడు. అనంతరం 12వ ఓవర్‌లో ముంబై తమ మొదటి వికెట్‌ను కోల్పోయింది. ఆ ఓవర్‌లోని ఐదవ బంతికి వైభవ్ అరోరా బౌలింగ్‌లో రోహిత్ శర్మ ఒక భారీ షాట్ ఆడాడు. ఆ బంతి గాల్లోకి గాల్లోకి మిడ్-వికెట్ వైపు దూసుకెళ్లింది. షార్ట్ మిడ్-వికెట్ నుంచి వెనక్కి పరుగెత్తుకొచ్చిన అనుకుల్ రాయ్ డైవ్ చేసి అద్భుతమైన క్యాచ్ అందుకున్నాడు. రోహిత్ 38 బంతుల్లో 78 పరుగులు చేశాడు. అతని ఇన్నింగ్స్‌లో ఆరు ఫోర్లు, ఆరు సిక్సర్లు ఉన్నాయి.అంతకు ముందు టాస్ ఓడి ముందుగా బ్యాటింగ్ చేసిన కోల్‌కతా 4 వికెట్ల నష్టానికి 220 పరుగులు చేసింది. కెప్టెన్ అజింక్య రహానే 67 పరుగులు, అంగ్‌క్రిష్ రఘువంశీ 51 పరుగులు చేశారు. ముంబై తరఫున శార్దూల్ ఠాకూర్ 3 వికెట్లు పడగొట్టాడు. కాగా, అజింక్య రహానే గాయంతో మైదానం వీడగా, అతని స్థానంలో రింకు సింగ్ కెప్టెన్సీ చేశాడు.

కాళేశ్వరం కేసు సీబీఐకి అప్పగించినా కేసీఆర్‌పై చర్యలు ఎందుకు తీసుకోలేదు

అక్రమాలపై నిగ్గు తేల్చేందుకు హౌస్ కమిటీ వేయడానికి తమ ప్రభుత్వం సిద్ధంగా ఉందని ప్రకటించారు. బీఆర్ఎస్ ప్రభుత్వానికి కాళేశ్వరం ఏటీఎంగా మారిందని గతంలో బీజేపీ నేతలు ఆరోపించారు.. సిబిఐకి ఇస్తే 48 గంటల్లో విచారణ పూర్తి చేస్తామని చెప్పారు. అందుకే కాళేశ్వరంపై అవినీతి, కేసు ఫైల్‌ను సిబిఐకి ఇచ్చినా ఇంకా ఎందుకు చర్యలు తీసుకోలేదు అని అసెంబ్లీ సాక్షిగా ప్రశ్నించారు. కేంద్ర మంత్రి కిషన్‌రెడ్డితో మాట్లాడి విచారణ జరిపించే ధైర్యం బీజేపీ ఎమ్మెల్యే వెంకటరమణారెడ్డికి ఉందా అని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి సవాల్ విసిరారు.

మరోవైపు, సభలో బీఆర్ఎస్ సభ్యులు రాఘవ కన్‌స్ట్రక్షన్స్ వ్యవహారంపై ఆందోళనకు దిగారు. ఈ వ్యవహారంపై కూడా సభా సంఘం వేయాలని డిమాండ్ చేస్తూ స్పీకర్ పోడియం వద్ద నిరసన తెలిపారు. మంత్రి పొంగులేటి శ్రీనివాసరెడ్డిని వెంటనే బర్తరఫ్ చేయాలని నినాదాలు చేయడంతో సభలో గందరగోళం నెలకొంది.

అంతకుముందు బీఆర్ఎస్ ఎమ్మెల్యేల నిరసన

రాఘవ కన్‌స్ట్రక్షన్స్ వ్యవహారంపై తెలంగాణ రాజకీయాలు వేడెక్కాయి. ఈ సంస్థ అక్రమాలపై సభా సంఘం వేయాలని డిమాండ్ చేస్తూ భారత రాష్ట్ర సమితి (దీ=ూ) ఎమ్మెల్యేలు గళమెత్తారు. బీఆర్ఎస్ పార్టీ కార్యనిర్వాహక అధ్యక్షుడు కేటీఆర్, మాజీ మంత్రి హరీశ్‌రావు నేతృత్వంలో ఎమ్మెల్యేలు నగరంలోని గన్‌పార్క్ వద్ద నిరసన చేపట్టారు. ప్లకార్డులు ప్రదర్శిస్తూ, ప్రభుత్వానికి వ్యతిరేకంగా నినాదాలు చేస్తూ అసెంబ్లీకి కాలినడకన వచ్చారు.

ఈ సందర్భంగా కేటీఆర్ మాట్లాడుతూ, రాఘవ కన్‌స్ట్రక్షన్స్ సాగించిన అక్రమాలను తాము ఆధారాలతో సహా బయటపెట్టామన్నారు. అక్రమ మైనింగ్‌కు పాల్పడిన ఇతర సంస్థలపై కఠిన చర్యలు తీసుకున్న ప్రభుత్వం, రాఘవ కన్‌స్ట్రక్షన్స్‌పై ఎందుకు మౌనంగా ఉందో సమాధానం చెప్పాలని డిమాండ్ చేశారు. తప్పు చేయకపోతే విచారణకు భయమెందుకు? అని ఆయన ప్రభుత్వాన్ని ప్రశ్నించారు. కేవలం సభా సంఘమే కాకుండా, మంత్రులపై వస్తున్న అవినీతి ఆరోపణలపై హైకోర్టు సిట్టింగ్ జడ్జితో విచారణ జరిపించాలని బీఆర్ఎస్ నేతలు డిమాండ్ చేశారు.

ఇరాన్‌పై దాడి ద్వారా అమెరికా, ఇజ్రాయెల్ యుద్ధ నేరానికి పాల్పడ్డాయా?

అందుకు శిక్ష తప్పదా ?

(మొదటి పేజీ తరువాయి..)
సంస్థ తస్నీమ్ కథనం ప్రకారం దేశవ్యాప్తంగా ఉన్న బాసిజ్ ఇస్లామిక్ రివల్యూషనరీ గార్డ్స్ కార్ప్స్, సైనిక నియామక కేంద్రాలకు యువకులు పోటెత్తుతున్నారు. అమెరికా సైనికులు ఇరాన్ భూభాగంపై అడుగు పెడితే వారికి చారిత్రక నరకాన్ని చూపిస్తామని ఇరాన్ సైనిక వర్గాలు హెచ్చరిస్తున్నాయి.

ఇప్పటికే సరిహద్దుల్లో మోహించిన వేలాది మంది అమెరికన్ మెరైన్లకు తోడుగా, అమెరికాకు చెందిన అత్యంత శక్తిమంతమైన 82వ ఎయిర్ బోర్న్ డివిజన్ కూడా కొద్ది రోజుల్లోనే మధ్య ప్రాచ్యానికి చేరుకోనుంది. ఈ పరిణామాలు ఇరు దేశాల మధ్య ప్రత్యక్ష యుద్ధం అనివార్యం అనిపిస్తోంది.

ఆయుధ నిల్వలపై అమెరికా ఆందోళన యుద్ధం మొదలైన నెల రోజులు గడుస్తున్న వేళ అమెరికాకు కొత్త చిక్కులు ఎదురువుతున్నాయి. ది టెలిగ్రాఫ్ నివేదిక ప్రకారం, అమెరికా వద్ద ఉన్న ఆధునిక ఆయుధాల నిల్వలు వేగంగా తగ్గిపోతున్నాయి. యుద్ధం మొదలైనప్పటి నుంచి అమెరికా దాని మిత్ర దేశాలు 11000 వేల క్షిపణులు, బాంబులు ఉపయోగించాయి. దీని కోసం దాదాపు 26 బిలియన్ డాలర్లు అంటే 2.15 లక్షల కోట్లు ఖర్చు చేశారు. పాత పద్ధతికి వెళ్తున్న అమెరికాఆధునిక ఆయుధాల కొరత కారణంగా అమెరికా సైన్యం ఇప్పుడు పాత కాలపు డమ్ బాంబ్స్ వాడాల్సిన పరిస్థితి ఏర్పడింది. ఇవి కచ్చితత్వంతో లక్ష్యాలను తాకలేవు. సాధారణంగా తక్కువ బడ్జెట్ ఉన్న దేశాలు వీటిని ఉపయోగిస్తాయి. ఇరాన్ వంటి శక్తిమంతమైన దేశంతో యుద్ధం చేస్తున్న సమయంలో ఇలాంటి ఆయుధాలు కొరత అమెరికా వ్యూహాలను దెబ్బ తీసే అవకాశం ఉంది.

దేశంలో కొత్తగా.... 100 ఎయిర్‌పోర్ట్‌లు

(మొదటి పేజీ తరువాయి..)
రక్షణ శాఖ ఆధీనంలో ఉన్న ఎయిర్‌స్ట్రిప్‌ను ప్రభావితం చేయకుండా, అదనపు భూసేకరణ ద్వారా కొత్త విమానాశ్రయాన్ని నిర్మించనున్నట్లు స్పష్టం చేశారు. ఆంధ్రప్రదేశ్‌లోని నాగార్జునసాగర్‌లలో సైతం ఎయిర్ పోర్ట్ నిర్మించేందుకు అవకాశాలు పెరిగినట్లు తెలిపారు. హైదరాబాద్‌లోని బేగంపేట ఎయిర్‌పోర్టు రన్‌వే కింద ట్రాఫిక్ టన్నెల్ నిర్మాణానికి కేంద్రం సానుకూలంగా ఉందని, తెలంగాణ ప్రభుత్వం ఖర్చు భరిస్తే అనుమతులు ఇస్తామన్నారు.

జూన్‌కల్లా భోగాపురం ఎయిర్‌పోర్ట్ పూర్తి..

ఉడాన్ 2.0 కోసం కేటాయించిన రూ.28 వేల కోట్లలో, 100 విమానాశ్రయాల అభివృద్ధికి రూ.12 వేల కోట్లు, హెలిపోర్టుల కోసం రూ.3,500 కోట్లు, దాంతోపాటు విమానయాన సంస్థలకు ప్రోత్సాహకంగా రూ.10 వేల కోట్లు వెచ్చించనున్నట్లు రామ్మోహన్ నాయుడు తెలిపారు. ఏపీలోని భోగాపురం, విస్తరించిన విజయవాడ విమానాశ్రయాలు వచ్చే ఏడాది జూన్ నాటికి అందుబాటులోకి రానున్నాయని పేర్కొన్నారు.

జూన్‌లో వరంగల్ ఎయిర్‌పోర్ట్‌కు శంకుస్థాపన..

తెలంగాణలోని వరంగల్ సమీపంలో ఉన్న మామునూరు విమానాశ్రయానికి జూన్ నెలలో శంకుస్థాపన చేసేందుకు కేంద్రం కసరత్తు చేస్తోంది. ప్రస్తుతం ఈ ప్రక్రియ అంతర్‌మంత్రిత్వ శాఖల సంప్రదింపుల దశలో ఉంది. మామునూరు ఎయిర్‌పోర్టులో భాగస్వామ్యం ఇవ్వాలని రాష్ట్ర ప్రభుత్వం కోరుతోంది. కానీ ఎయిర్‌పోర్ట్స్ అథారిటీ ఆధ్వర్యంలో నిర్మించే ఎయిర్‌పోర్ట్ ప్రాజెక్టుల్లో అలాంటి విధానాలు లేవని స్పష్టం చేశారు. కొత్తగూడెం, బసంత్‌నగర్ విమానాశ్రయాల నిర్మాణానికి రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రత్యామ్నాయ స్థలాలను చూపించాల్సి ఉంది. మరోవైపు, దేశీయంగా విమానాల తయారీపై ఎంబ్రాయిర్ సంస్థ కీలక నిర్ణయం తీసుకోబోతోంది. 2028 నాటికి భారత్‌లో తయారైన తొలి విమానాన్ని అందుబాటులోకి తీసుకురావడం ఆ సంస్థ లక్ష్యమని మంత్రి రామ్మోహన్‌నాయుడు తెలిపారు.

విమానయాన రంగాన్ని బలోపేతం చేసేందుకు కేంద్ర ప్రభుత్వం రూ.28,840 కోట్ల వ్యయంతో ఉడాన్ 2.0 పథకానికి శ్రీకారం చుట్టింది. 2026 నుండి పదేళ్ల కాలపరిమితితో దేశవ్యాప్తంగా 100 కొత్త విమానాశ్రయాలు, హెలిపోర్టులు, వాటర్ ఏరోడ్రోమ్స్‌ను నిర్మించడమే దీని లక్ష్యం. ముఖ్యంగా టైర్-2, టైర్-3 పట్టణాలు, సరిహద్దు ప్రాంతాలు, పర్యాటక ప్రాంతాలకు కనెక్టివిటీని పెంచడం ద్వారా సామాన్యులకు విమాన ప్రయాణాన్ని చేరువ చేయనున్నారు. ఈ భారీ ప్రాజెక్టు ద్వారా ప్రాంతీయ రవాణా వ్యవస్థ మెరుగుపడటమే కాకుండా, ఆర్థిక వృద్ధికి, ఉపాధి అవకాశాలకు పెద్దపీట వేయనున్నారు.

పశ్చిమ ఆసియా సంక్షోభంపై అప్రమత్తమైన కేంద్రం..

(మొదటి పేజీ తరువాయి..)
వినియోగదారుల వ్యవహారాల మంత్రి ప్రహ్లాద్ జోషి, పౌర విమానయాన శాఖ మంత్రి కింజరపు రామ్మోహన్ నాయుడు, శాస్త్ర సాంకేతిక శాఖ సహాయ మంత్రి డాక్టర్ జితేంద్ర సింగ్ పాల్గొన్నారు

దీర్ఘకాలిక సన్నద్ధతపై దృష్టి

పశ్చిమాసియాలో ప్రస్తుత పరిస్థితి దృష్ట్యా, భారతదేశం మధ్యకాలిక, దీర్ఘకాలిక సన్నద్ధతను అలవరచుకోవాల్సిన అవసరం ఉందని రక్షణ మంత్రి రాజ్‌నాథ్ సింగ్ పేర్కొన్నారు. అన్ని మంత్రిత్వ శాఖలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని, సమన్వయం పాటించాలని, త్వరితగతిన నిర్ణయాలు తీసుకోవాలని ఆదేశించారు. ఏ పరిస్థితినైనా సమర్థవంతంగా ఎదుర్కోవడానికి, అన్ని విధానపరమైన ప్రయత్నాలను సమన్వయం చేసి, నిర్దిష్ట కాలపరిమితిలోగా అమలు చేయాల్సిన అవసరాన్ని స్పష్టం చేశారు. ఈ సమావేశంలో, ఏడు కార్యదర్శుల సాధికార బృందాలు వివిధ రంగాలలోని పరిస్థితిని, తీసుకున్న చర్యలను సమర్పించాయి. ఇంధనం, సరఫరా గొలుసులు, ఆర్థిక ప్రభావం, భద్రతకు సంబంధించిన అంశాలపై చర్చించారు.

రాష్ట్ర, జిల్లా యంత్రాంగాలతో సమన్వయం

రాష్ట్ర, జిల్లా యంత్రాంగాలతో బలమైన సమన్వయం కొనసాగించడానికి ప్రాముఖ్యతను, ప్రజలకు కచ్చితమైన, సకాలంలో సమాచారాన్ని అందించాల్సిన అవసరం ఉందని అనధికారిక మంత్రుల బృందం భావించింది. వదంతులు, తప్పుడు సమాచారం, నకిలీ వార్తలను అరికట్టడంలో కచ్చితమైన సమాచారాన్ని పంచుకుంటూ చురుకైన పాత్ర పోషించాలని ప్రభుత్వం అన్ని మంత్రిత్వ శాఖలు, విభాగాలను ఆదేశించింది. ఈ సమావేశం అనంతరం రాజ్ నాథ్ సింగ్ మాట్లాడుతూ ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ నాయకత్వంలోని కేంద్ర ప్రభుత్వం, ఈ సంక్షోభం ఎలాంటి ప్రభావం నుంచైనా దేశ ప్రజలను కాపాడటానికి కట్టుబడి ఉందని పేర్కొన్నారు. భారత ఆర్థిక, ఇంధన, భద్రతాపరమైన పరిణామాలను ఎదుర్కోవడానికి భారత్ సన్నద్ధమవుతోంది.

ఏప్రిల్ 1 నుంచి చికెన్ షాపులు బంద్

(మొదటి పేజీ తరువాయి..)
షాపులను మూసివేసి నిరసన తెలపనున్నారు.

నాన్ వెజ్ ప్రియులకు బ్యాడ్ న్యూస్. తెలంగాణలో ఏప్రిల్ 1వ తేదీ నుంచి చికెన్ షాపులు మూతపడనున్నాయి. పౌల్ట్రీ కంపెనీలకు వ్యతిరేకంగా రాష్ట్ర చికెన్ షాప్ యజమానులు బంద్ చేపట్టాలని నిర్ణయం తీసుకున్నారు. పౌల్ట్రీ యజమానులు మార్జిన్ తగ్గించడం వల్ల తమకు నష్టాలు వస్తున్నాయని చికెన్ షాపు నిర్వహకులు చెబుతున్నాయి. దీంతో పౌల్ట్రీ కంపెనీలు దిగి వచ్చేంతవరకు షాపులు మూసివేసి బంద్ చేపట్టేందుకు సిద్ధమయ్యారు. ఈ బంద్‌కు పలు చికెన్ షాప్స్ అసోసియేషన్స్ మద్దతు ప్రకటించాయి. ఏప్రిల్ 1 నుంచి బంద్ పాటించాలని పిలుపునిచ్చాయి. ఇప్పటికే హైదరాబాద్‌లో పలు చికెన్ షాపుల వద్ద దీనికి సంబంధించిన పోస్టర్లు వెలిశాయి. కస్టమర్లకు ముందస్తు సమాచారం అందించేందుకు చికెన్ షాపుల నిర్వహకులు ఈ పోస్టర్లను ఏర్పాటు చేశారు.

బంద్ కొనసాగిస్తాం

కొంతకాలంగా పౌల్ట్రీ కంపెనీలు ఇష్టానుసారంగా నిర్ణయాలు తీసుకుంటున్నాయని చిచెన్ షాపుల యజమానులు చెబుతున్నారు. తమకు మార్జిన్ తగ్గించడం వల్ల షాపులను నడపడం కష్టంగా మారిందని, నష్టాలు వస్తున్నాయని ఆరోపిస్తున్నారు. చికెన్ విక్రయాలపై వచ్చే లాభాలు చాలా తక్కువగా ఉంటున్నాయని, దీంతో నడపడం కష్టంగా మారినట్లు చెబుతున్నారు. దీంతో మార్జిన్ పెంచాలని డిమాండ్ చేస్తున్నారు. పౌల్ట్రీ కంపెనీలు దిగి వచ్చి తమ డిమాండ్‌ను నెరవేర్చేంతవరకు బంద్ కొనసాగిస్తామంటూ తేల్చేశారు. తమకు ఇచ్చే మార్జిన్‌ను వెంటనే పెంచి న్యాయం చేయాలని కోరుతున్నారు. తమ సమస్య పరిష్కారం అయ్యేంతవరకు నిరసనలు కొనసాగిస్తామని, షాపులు బంద్ చేస్తామంటూ చికెన్ షాప్స్ ఓనర్ల అసోసియేషన్ ప్రకటించింది.

తగ్గిన చికెన్ ధరలు

ఇటీవల చికెన్ ధరలు భారీగా పెరిగాయి. ఏకంగా కిలో చికెన్ రూ.400కి చేరుకుంది. ప్రతీ ఏడాది సమ్మర్‌లో చికెన్ ధరలు పెరుగుతూ ఉంటాయి. ఎండ తీవ్రత వల్ల కోళ్లు చనిపోవడం వల్ల ఉత్పత్తి తగ్గుతుంది. దీని వల్ల ధరలు పెరుగుతూనే ఉంటాయి. అయితే ఈ సారి ఏకంగా కిలో చికెన్ రూ.400కి చేరుకోవడంలో మాంసం ప్రియులు షాక్ అవుతున్నారు. అయితే ప్రస్తుతం చికెన్ ధరలు కాస్త తగ్గాయి. మార్చి 29 తేదీన హైదరాబాద్‌లో కేజీ స్కిన్ లెస్ రూ.370కి లభిస్తోంది. ఇక అమలాపురంలో రూ.350కి దొరుకుతోం

టీవీకే అభ్యర్థుల జాబితా విడుదల..

(మొదటి పేజీ తరువాయి..)
జాబితా ప్రకటించింది. నటుడు, టీవీకే పార్టీ అధినేత విజయ్ 2 చోట్ల నుంచి పోటీ చేస్తున్నారు.

తమిళనాడు అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో భాగంగా తమిళ వెట్రి కజగం (ుఎఖ) తరపున పోటీ చేసే అభ్యర్థుల జాబితా వచ్చేసింది. టీవీకే అధినేత, నటుడు విజయ్ పార్టీ అభ్యర్థుల జాబితాను ఆదివారం ప్రకటించారు. విజయ్ 2 చోట్ల నుంచి పోటీ చేయాలని నిర్ణయం తీసుకున్నారు.

టీవీకే అభ్యర్థుల జాబితా వెల్లడి

తమిళనాడు అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో ప్రధానంగా డీఎంకే, ఏఐఏడీఎంకే కూటముల మధ్య పోటీ ఉంటుంది. కానీ ఈసారి నటుడు విజయ్ పొలిటికల్ ఎంట్రీ ఇచ్చారు. 'తమిళ వెట్రి కజగం' అనే పార్టీని స్థాపించిన విజయ్, రాష్ట్రవ్యాప్తంగా మొత్తం 234 నియోజకవర్గాల్లో ఒంటరిగా పోటీ చేస్తున్నారు. మార్చి 30 నుండి నామినేషన్ల ప్రక్రియ ప్రారంభం కానుండగా చెన్నైలోని ఒక హోటల్‌లో అభ్యర్థుల జాబితా విడుదల చేశారు. ఇందులో మొత్తం 234 నియోజకవర్గాలకు సంబంధించిన అభ్యర్థుల వివరాలను విజయ్ ప్రకటించారు.

విజయ్ ఎక్కడ నుండి పోటీ చేస్తున్నారు?

టీవీకే అధినేత విజయ్ చెన్నై జిల్లాలోని పెరంబూర్ నుంచి, తిరుచ్చి ఈస్ట్ అనే రెండు నియోజకవర్గాల నుంచి బరిలోకి దిగుతున్నట్లు ప్రకటించారు.

కస్తూర్బా గాంధీ బాలికల విద్యాలయాన్ని...

ఆకస్మిక తనిఖీ చేసిన కలెక్టర్

మన ప్రజా గళం సిద్దిపేట జిల్లా ప్రతినిధి మార్చి 29: సిద్దిపేట జిల్లా చిన్న కోదూరు మండలం, అల్లిపూర్ గ్రామంలోని కస్తూర్బా గాంధీ బాలికల విద్యాలయాన్ని జిల్లా కలెక్టర్ కె. హైమావతి ఆకస్మికంగా సందర్శిం చారు. విద్యాలయ ప్రాంగణం మొత్తం కలియ తిరిగారు. తరగతి గదిలో విద్యార్థులు ఆప్యాయంగా పలకరించారు. రోజు భోజనం ఎలా ఉంటుంది మెనూ ప్రకారం పెడుతున్నారా రుచిగా ఉంటుందని ఆరా తీశారు. మంచి క్రమశిక్షణ అలవాట్లను అలవర్చుకోవాలని మంచి నైపుణ్యం కలిగివుండాలని ప్రతి సబ్జెక్ట్ పైన పట్టు సాధించాలని సమయం వృధా చేయకూడదని రోజు వ్యాయామం, యోగ ద్యానం లాంటివి తప్పనిసరిగా చెయ్యాలని శారీరక శ్రమ ఉంటేనే మానసికంగా దృఢంగా ఉంటారని ఒక లక్ష్యం పెట్టుకొని ఉన్నతమైన విలువలతో గమ్యాన్ని చేరుకోవడని నిరారంతం శ్రమించాలని ఆదేశించారు. భోజనం, వసతిలో ఎలాంటి లోటుపాట్లు ఉన్న ఎస్ ఓ దృష్టికి తీసుకురావాలని ఆదేశించారు.

మీడియాను అగౌరవపరిస్తే

సహించేది లేదు

పీసీసీ ప్రధాన కార్యదర్శి గజ్జలకాంతం వ్యాఖ్యల పట్ల జగిత్యాల జర్నలిస్టుల నిరసన. గజ్జలకాంతం ప్రెస్‌మీట్లను బహిష్కరిస్తూ తీర్మానం.

మన ప్రజాగళం / జగిత్యాల జిల్లా ప్రతినిధి
జగిత్యాల జిల్లా ప్రెస్ క్లబ్ లో జరిగిన జర్నలిస్టుల సమావేశంలో తెలంగాణ ప్రదేశ్ కాంగ్రెస్ కమిటీ ప్రధాన కార్యదర్శి గజ్జెల కాంతం మీడియాపై అసభ్యకరమైన, అనుచితమైన భాషను ఉపయోగించి పాత్రికేయులను అవమానించిన నేపథ్యంలో భవిష్యత్తులో ఆయన పాల్గొనే ప్రెస్ మీట్ లు, కార్యక్రమాల కవరేజ్‌ను బహిష్కరించాలని టీయూడబ్ల్యూజే (ఐజేయు) జగిత్యాల జిల్లా శాఖ మరియు జగిత్యాల ప్రెస్ క్లబ్ లు ఏకగ్రీవంగా తీర్మానించినట్లు యూనియన్ జిల్లా అధ్యక్ష,ప్రధాన కార్యదర్శులు చీటి శ్రీనివాసరావు, బెజ్జంకి సంపూర్ణాచారి, జగిత్యాల ప్రెస్ క్లబ్ ప్రధాన కార్యదర్శి కందుకూరి శశిధర్ లు తెలిపారు. ఆదివారం జగిత్యాల ప్రెస్ క్లబ్ లో ఏర్పాటు చేసిన సమావేశంలో పలువురు పాత్రికేయులు గజ్జలకాంతం వ్యాఖ్యలను తీవ్రంగా ఖండించారు. వంద సంవత్సరాలకు పైగా చరిత్ర కలిగి ఉండి, రాజ్యాంగాన్ని తామే తయారు చేశామని, జై బాపు, జై సంవిదాన్ అనేదే మా లక్ష్యం అంటూ,రాజ్యాంగాలను ప్రదర్శించే కాంగ్రెస్ పార్టీ రాష్ట్ర స్థాయి నాయకుడు, బాధ్యత కలిగిన వ్యక్తి ఇలాంటి పరుష పదజాలం, దూషణ మీడియాపై చెయ్యడాన్ని తీవ్రంగా ఖండించారు. భారత రాజ్యాంగం ఆర్టికల్ 19 (1) (ఏ) భావ ప్రకటన హక్కును ప్రతి పౌరుడికి కల్పించిందని, అయితే భావ ప్రకటన హక్కు కలిగి ఉన్నామంటూ, ఇతరుల భావ ప్రకటన హక్కులకు, మర్యాదకు భంగం కలిగించే విధంగా వ్యాఖ్యానాలు చేయరాదంటూ ఇదే ఆర్టికల్‌లోని 5వ సబ్ క్లాజ్ తెలియజేస్తుందన్న విషయాన్ని గజ్జెల కాంతం విస్మరించడం సరికాదన్నారు. జర్నలిస్టుల ఆత్మగౌరవాన్ని కించపరుస్తూ, వ్యక్తిత్వాలను హననం చేసేలా వ్యాఖ్యానాలు చేసిన గజ్జెల కాంతం కార్యక్రమాలను, ప్రెస్మీట్లను జగిత్యాల జిల్లా పరిధిలో బహిష్కరించాలని నిర్ణయం తీసుకున్నట్టు తెలిపారు. జగిత్యాల జిల్లా యూనియన్ మరియు ప్రెస్ క్లబ్ ఆధ్వర్యంలో చేసిన ఏకగ్రీవ తీర్మానాన్ని పీసీసీ అధ్యక్షుడు మహేష్ కుమార్ గౌడ్, ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి తో పాటు జగిత్యాల డిసీసీ అధ్యక్షుడికి పంపినట్లు తెలిపారు. ఇటీవల బాధ్యతాయుతమైన పదవుల్లో ఉన్న నాయకులు, రాజకీయ నేతలు సైతం మీడియాను కించపరిచేలా మాట్లాడుతున్నారని భవిష్యత్తులో ఇది పునరావృతం అయితే జర్నలిస్టుల ఆత్మగౌరవాన్ని కాపాడుకోవడం కోసం వారి కార్యక్రమాలను బహిష్కరించడం జరుగుతుందని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో ప్రింట్, ఎలక్ట్రానిక్ మీడియాకు చెందిన సీనియర్ జర్నలిస్టులు కొత్తూరు మహేష్ కుమార్, ముక్క వేణుగోపాల్, గోపి కృష్ణారావు, మదన్మోహన్, జహీరుద్దీన్, హరికృష్ణ, సిరిసిల్ల వేణు, బంద స్వామి, ప్రదీప్, హనుమంతు పటేల్, రాజు రెడ్డి, మహేష్, నరేష్, శ్రీధర్ రావు, రంజిత్, హరీష్, శమ్ము, శ్రీకాంత్, సాబీర్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఘనంగా మట్టల ఆదివారం వేడుకలు

మన ప్రజాగళం,జనగామ
జనగామ జిల్లా కేంద్రంలోని ప్రగతినగర్ గెత్సేమనే ప్రార్థన మందిరంలో ఆదివారం నాడు మట్టల ఆదివారం వేడుకలను ఘనంగా నిర్వహించారు. క్రీస్తుజ్యోతి మినిస్ట్రీస్ ఫౌండర్ ప్రవక్త రెవ. డాక్టర్ సంగాల పాల్సన్ రాజు, సొసైటీ ఆఫ్ క్రైస్ట్ జనరల్ సెక్రటరీ రెవ. డాక్టర్ జయప్రకాశ్ గోపు నిర్వహణ సారథ్యంలో సంఘకాపరి బ్రదర్ హనోకు అధ్వర్యంలో విశ్వాసులు చేతుల్లో ఖర్జూర మట్టలు పట్టుకుని, హోసన్నా దావీదు కుమారునికి జయం అంటూ నినాదాలు చేస్తూ పరిసరాల్లో ఊరేగింపు నిర్వహించారు. ప్రత్యేక ప్రార్థనలో మట్టల పండుగ ప్రాము ఖ్యతను హనోకు వివరించారు. శాంతికి, వినయానికి విజయానికి ప్రతీక అని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో సంఘ పెద్దలు జి.కృష్ణ, ఇనుముల నర్సయ్య, మెకానికల్ రవి, కాగితాల రవి, మేడబోయిన ఇజ్రాయిల్ జాన్ రాజు,ఎం. బాల్ రాజ్, కె. రామచంద్రం, ముత్తగారి శ్రీధర్, జి.బాలాజీ, ఎస్. చంద్రయ్య, కె. గణేష్ విశ్వాసులు చిన్నారులు ఉత్సాహంగా పాల్గొన్నారు.

జాతీయ లోక్ అదాలత్‌లో

11,193 కేసుల పరిష్కారం ..!

మన ప్రజా గళం సిద్దిపేట జిల్లా ప్రతినిధి మార్చి 29:
సిద్దిపేట పోలీసు శాఖ ఆధ్వర్యంలో శనివారం నిర్వహించిన జాతీయ లోక్ అదాలత్‌లో పెండింగ్ ఉన్న కేసుల పరిష్కారంలో విశేష ఫలితాలు సాధించబడినట్లు పోలీస్ కమిషనర్ రష్మీ పెరుమాళ్ ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా వ్యాప్తంగా వివిధ కోర్టుల పరిధిలో ఉన్న మొత్తం 11,193 కేసులు పరిష్కరించబడినట్లు పేర్కొన్నారు. వాటిలో ఐపీసీ కేసులు 733,డీడీ కేసులు 7995,ఈపెట్టీ కేసులు 2465, ఈ కేసుల పరిష్కారంతో బాధితులకు తక్షణ న్యాయం అందించడంతో పాటు, కోర్టులపై ఉన్న భారం కూడా తగ్గినట్లు సిపి వెల్లడించారు. జాతీయ లోక్ అదాలత్ ద్వారా వివాదాలను స్నేహపూర్వకంగా, వేగవంతంగా పరిష్కరించు కోవడం వల్ల ప్రజలకు సమయం, ధనం ఆదా అవుతుందని ఆమె పేర్కొన్నారు. భవిష్యత్తులో కూడా ప్రజలు ఈ విధమైన అవకాశాలను వినియోగించుకోవాలని కోరారు. ఈ జాతీయ లోక్ అదాలత్‌లో తెలంగాణలోని అన్ని జిల్లాల కంటే సిద్దిపేట జిల్లా అత్యధిక సంఖ్యలో కేసుల పరిష్కారాలను నమోదు చేసి అగ్రస్థానంలో నిలిచిందని, ఈ విజయవంతమైన కార్యక్రమానికి సహకరించిన న్యాయ మూర్తులు, న్యాయ వాదులు, పోలీసు అధికారులు, సిబ్బంది, సంబంధిత శాఖలందరికీ సిపి అభినందనలు తెలిపారు.

టీడీపీ పార్టీ 44వ ఆవిర్భావ దినోత్సవ వేడుకలు

మన ప్రజాగళం, జనగామ

జనగామ జిల్లా కేంద్రంలో తెలుగుదేశం పార్టీ ఆవిర్భావ దినోత్సవ వేడుకలను నిర్వహించారు కార్యకర్తలు, అధ్యక్షుడు కొత్తపల్లి సమ్మయ్య అధ్యక్షతన నిర్వహించిన కార్యక్రమం లో ఆర్అండ్‌బి గెస్ట్ హౌస్ వద్ద ఉన్న టీడీపీ జెండాను ఆవిష్కరించి, కార్యకర్తలకు స్వీట్లు పంచి వేడుకలను జరుపుకున్నారు, ఈ కార్యక్రమంలో పార్టీ నాయకులు పరకాల శ్రీనివాస్, కార్యకర్తలు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఘనంగా మట్టల ఆదివారం

మన ప్రజాగళం, జనగామ,
ఆదివారం రోజు నెల్లుట్ల గ్రామంలో జెరోం మెమోరియల్ బాప్టిస్ట్ చర్చ్ ఆధ్వర్యంలో మట్టల ఆదివారం సందర్భంగా గ్రామం మొత్తం మట్టలు పట్టుకొని నినాదాలు చేస్తూ పాటలు పాడుతూ సువార్త ప్రకటన నిర్వహించడం జరిగింది ఈ కార్యక్రమంలో స్థానిక సంఘ కాపరి ఇమ్మానియేల్ అధ్యక్షులు నల్ల సీమోన్, కార్యదర్శి కొంద్ర యోనా, కోశాధికారి జగ్గం అశోక్, ఉపాధ్యక్షులు కత్తుల సామెల్, సహాయ కార్యదర్శి చీటూరి సతీష్, జగ్గం సామెల్, నల్ల రాహుల్ ఇటుకల జస్లీన్ గొంగల రాజు శ్రీధర్ కమలాకర్ ప్రభు కిరణ్ ప్రసనికా దీప్తి దివ్య సునీత పుష్ప తదితరులు పాల్గొన్నారు

పాడి కౌశిక్ రెడ్డిని వెంటనే భర్తరఫ్ చేయాలి

డీసీసీ అధ్యక్షురాలి డిమాండ్

మన ప్రజాగళం,జనగామ
తెలంగాణ అసెంబ్లీలో మాజీ ఉప ముఖ్యమంత్రి, స్టేషన్ ఘనపూర్ శాసనసభ్యులు కడియం శ్రీహరి మాట్లాడుతుండగా, ఎమ్మెల్యే పాడి కౌశిక్ రెడ్డి ప్రవర్తించిన తీరు, ఉపయోగించిన భాషను మేము తీవ్రంగా ఖండిస్తున్నాం అని అన్నారు. నిండు సభలో ఒక దళిత ఎమ్మెల్యేను ఉద్దేశించి “గన్‌తో కాల్చి పడేస్తా” అంటూ చేయి సైగలు చేస్తూ బెదిరించడం అత్యంత హేయమైన చర్య. ఇది ప్రజాస్వామ్య విలువలకు విరుద్ధం మాత్రమే కాకుండా, శాసనసభ గౌరవాన్ని దెబ్బతీసే విధంగా ఉంది. దళిత ప్రజాప్రతినిధుల పట్ల ఇలాంటి అగౌరవ, అనుచిత ప్రవర్తనను ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ సహించలేము. అందువల్ల, ఎమ్మెల్యే పాడి కౌశిక్ రెడ్డి ని వెంటనే అదే సభలో కడియం శ్రీహరి కి, శాసనసభకు బహిరంగ క్షమాపణ చెప్పాలి. అలాగే, స్పీకర్ వెంటనే చర్య తీసుకుని ఆయనను శాసనసభ నుండి భర్తరఫ్ చేయాలని డిమాండ్ చేస్తున్నాం అని డీసీసీ అధ్యక్షురాలు ధన్వంతి లక్ష్మీ నారాయణ లకావత్ ఒక ప్రకటనలో తీవ్రంగా స్పందించారు

“గెలుపు ఆయన ఇంటి పేరు...
సేవ ఆయన ఒంటి పేరు!“

- ఆత్మకూరు రాజకీయాల్లో తిరుగులేని హ్యాట్రిక్ వీరుడు..
సర్పంచుల ఫోరమ్ అధ్యక్షులు పర్వతగిరి మహేశ్వరి రాజు

(మన ప్రజాగళం – ఆత్మకూరు): రాజకీయాల్లో పదవుల కంటే ప్రజాభిమానాన్ని గెలవడం గొప్ప విషయమని, ఆ నమ్మకాన్ని నిరంతర సేవతో మరియు వరుస విజయాలతో నిరూపించిన అజేయ నాయకుడు పర్వతగిరి మహేశ్వరి రాజు. కాంగ్రెస్ పార్టీలో నిబద్ధత గల నేతగా ఉంటూ, గత పదేళ్లుగా ఆత్మకూరు మండల రాజకీయాల్లో తనదైన ముద్ర వేస్తూ తిరుగులేని ప్రజా నాయకుడిగా ఎదిగారు. మహేశ్వరి రాజు గారి రాజకీయ ప్రస్థానం క్షేత్రస్థాయి నుండి అత్యంత అప్రతిహతంగా సాగుతోంది. 2014లో తొలిసారిగా ఎంపీటీసీ సభ్యునిగా ఎన్నికై మండల అభివృద్ధిలో చురుకైన పాత్ర పోషించి ప్రజల మనసు గెలుచుకున్న ఆయన, తన పనితీరుతో 2019లో జరిగిన గ్రామ పంచాయితీ ఎన్నికల్లో ప్రజల భారీ మెజార్టీతో సర్పంచ్‌గా ఎన్నికయ్యారు. తాజాగా 2025లో జరిగిన ఎన్నికల్లోనూ ప్రజల అఖండ మద్దతుతో వరుసగా రెండోసారి సర్పంచ్‌గా బాధ్యతలు చేపట్టి, తన రాజకీయ జీవితంలో అరుదైన ‘హ్యాట్రిక్‘ విజయాన్ని నమోదు చేసి సరికొత్త చరిత్ర సృష్టించారు. ఆయన నాయకత్వ పటిమను మరియు సుదీర్ఘ రాజకీయ అనుభవాన్ని గుర్తించిన మండలంలోని సర్పంచులందరూ ఏకగ్రీవంగా ఆయనను “ఆత్మకూరు మండల సర్పంచుల ఫోరమ్ అధ్యక్షుడిగా“ ఎన్నుకోవడం ఆయన వ్యక్తిత్వానికి మరియు సమర్థతకు దక్కిన అరుదైన గౌరవం. సర్పంచ్‌గా గ్రామంలో మౌలిక సదుపాయాల కల్పనలో, సిమెంట్ రోడ్ల నిర్మాణంలో మరియు ప్రజా సమస్యల పరిష్కారంలో ఆయన చేసిన కృషి ఎంతో అభినందనీయం. పదవిలో ఉన్నా లేకున్నా నిత్యం ప్రజల మధ్య ఉంటూ, వారి కష్టసుఖాల్లో పాలుపంచుకునే గుణమే ఆయనను అందరికీ చేరువ చేసింది. భవిష్యత్తులో మహేశ్వరి రాజు గారు మరిన్ని ఉన్నత శిఖరాలను అధిరోహించి, ఆత్మకూరు ప్రాంత అభివృద్ధికి మరిన్ని సేవలు అందించాలని మండల ప్రజలు ఆకాంక్షిస్తున్నారు.

రోడ్ సైడ్ నివసిస్తున్న అనాధలకి అల్పాహార పంపిణీ

నాగరాజ్ గౌడ్ పుట్టినరోజు సందర్భంగా అమ్మ ఫౌండేషన్ ఆధ్వర్యంలో నిర్వహణ

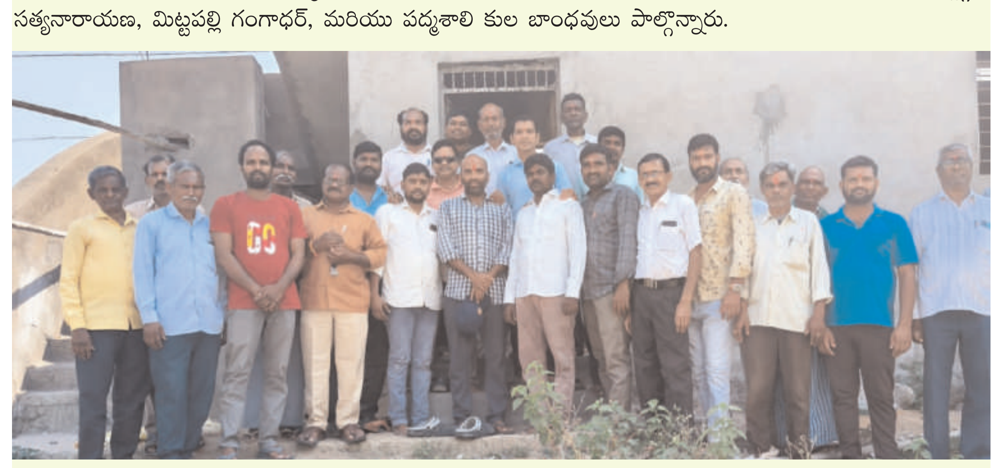
మన ప్రజాగళం,జనగామ

యశ్వంతపురం గ్రామానికి చెందిన దూడల నాగరాజ్ గౌడ్ పుట్టినరోజు సందర్భంగా జనగామ అమ్మ ఫౌండేషన్ ఆధ్వర్యంలో జనగామలో వివిధ ప్రాంతాలలో రోడ్ సైడ్ నివసిస్తున్న నిరాశ్రయులకు అభాగ్యులకు అనాధలకి రైల్వే స్టేషన్ దగ్గర ఎమ్మార్వో ఆఫీస్ దగ్గర బస్టాండ్ తదితర ప్రాంతాలలో మహా అల్పా హార కార్యక్రమం నిర్వహించి ఘనంగా జన్మదిన వేడుకలు జరుపుకోవడం జరిగింది జనగామ అమ్మ ఫౌండేషన్ వ్యవస్థాపక అధ్యక్షుడు మంతెన మణి కుమార్ మరియు ముఖ్య సలహా దారులు వంగ భీమ్ రాజ్ మాట్లాడుతూ ఈరోజు పుట్టినరోజు జరుపు కుంటున్న దూడల నాగరాజ్ గౌడ్ కి జన్మదిన శుభాకాంక్షలు తెలియజేస్తూ అమ్మ ఫౌండేషన్ ఆధ్వర్యంలో అల్పాహారం కార్యక్రమం నిర్వహించిన దూడల నాగరాజ్ గౌడ్ కి అమ్మ ఫౌండేషన్ తరుపున హృదయ పూర్వక ధన్యవాదాలు తెలియజేశారు. ఈ కార్యక్రమాన్ని ముందుండి నడిపించిన టీమ్ సభ్యులకు పేరుపేరున హృదయ పూర్వక ధన్యవాదాలు తెలియజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో అమ్మ ఫౌండేషన్ ఉపాధ్యక్షుడు కోయాడ రవి అరవింద్ గౌడ్ బింగి నరసింహులు మహమ్మద్ అఫ్రోజ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పద్మశాలి సేవా సంఘం నూతన కార్యవర్గం ఎన్నిక...

మన ప్రజాగళం/జగిత్యాల జిల్లా ప్రతినిధి

రాయికల్ మండలం అల్లీపూర్ గ్రామంలోని శ్రీ మార్కండేయ పద్మశాలి సేవా సంఘం ఆధ్వర్యంలో ఆదివారం రోజున స్థానిక పద్మశాలి సేవా సంఘ భవనంలో నూతన కార్యవర్గంను ఏకగ్రీవంగా ఎన్నుకోవడం జరిగింది. అధ్యక్షులుగా వేముల సతీష్, ఉపాధ్యక్షులుగా అనుమల్ల మల్లేశం, సిరిపురపు ఆనందం, ప్రధాన కార్యదర్శిగా మోర శివకుమార్, కోశాధికారిగా పొట్టవత్తిని నాగభూషణం, సంయుక్త కార్యదర్శులుగా బొమ్మ కంటి సురేష్, బొమ్మకంటి రఘు, ప్రచార కార్యదర్శిగా మిట్టపల్లి జగన్ ముఖ్య సలహాదారులుగా మోర గణేశం, వెంకటేశ్వర్లు, నామని లక్ష్మీనరసయ్య, బొమ్మకంటి ధర్మపురి, మిట్టపల్లి దామోదర్ కార్యవర్గ సభ్యులుగా మిట్టపల్లి రాకేష్, బొమ్మకంటి రవికుమార్, అనుమల్ల సతీష్, నామని గణేష్, గుట్ట శ్రీనివాస్ గార్లను ఏకగ్రీవంగా ఎన్నుకున్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో పోతు సత్యనారాయణ, మిట్టపల్లి రాజేందర్, చిలివేరి గంగారం, బొమ్మకంటి రాజు, ఉమేష్, రాజమౌళి, గణేష్ దాసరి రమేష్, దీకొండ సుధాకర్, స్వర్గం సత్యనారాయణ, మిట్టపల్లి గంగాధర్, మరియు పద్మశాలి కుల బాంధవులు పాల్గొన్నారు.



గడి బురుజులు వాటి ఖాళీ స్థలాలను....
కబ్జా జరగకుండా కాపాడుకోవాలి...

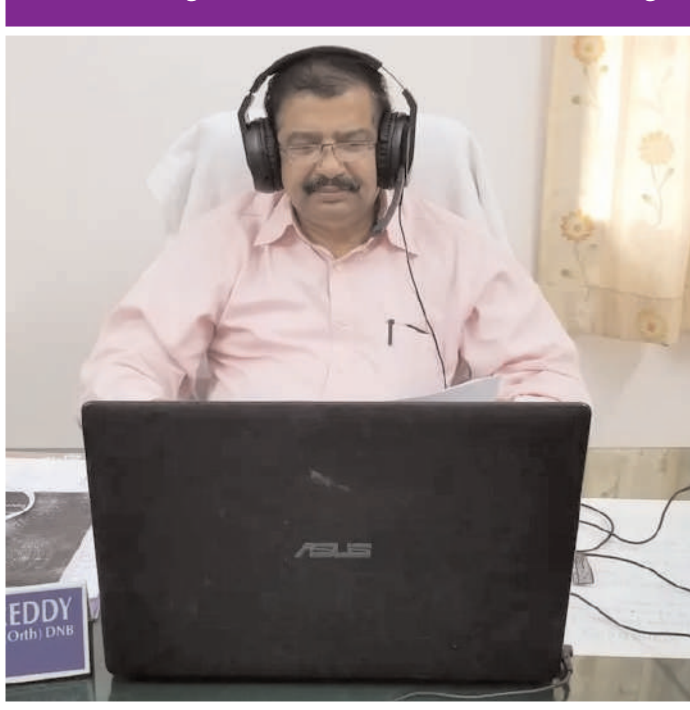
చరిత్రను కాపాడితేనే భవిష్యత్‌కు భరోసా...
సామాజిక కార్యకర్త ముజీబుర్ రహమాన్...

మన ప్రజాగళం/ కోరుట్ల

జగిత్యాల జిల్లా కోరుట్ల పట్టణంలోని శతాబ్దాల చరిత్రను సాక్షిగా నిలబెట్టుకున్న కోరుట్ల పట్టణంలోని గడి బురుజులు, వాటి చుట్టుప్రక్కల ఉన్న ఖాళీ స్థలాలు ప్రస్తుతం నిర్లక్ష్యానికి గురై అక్రమార్కుల కళ్ళల్లో పడుతున్నాయని ఆందోళన వ్యక్తమవుతోంది. ఈ నేపథ్యంలో పట్టణ అఖిలపక్షాల ఆధ్వర్యంలో సోమవారం రోజున జరిగబోయే భారీ స్థాయి జనసమీకరణ కార్యక్రమంలో స్థానిక ప్రజలు, మేధావులు, నాయకులు, యువత పాల్గొని ఒకటై గడి బురుజులు, వాటి ఖాళీ స్థలాల పరిరక్షణకు బలమైన స్వరాన్ని వినిపించి వాటిని కాపాడుకోవాల్సిన ఆవశ్యకత ఏర్పడిందని కోరుట్ల పట్టణ సామాజిక కార్యకర్త, మైనారిటీ సీనియర్ నాయకులు ముజిబుర్ రహమాన్ అన్నారు. ఈసందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ ఈ మధ్య కాలంలో ఎక్కడా చూసిన పేదల ప్రజల భూములు , ప్రభుత్వ భూములు కబ్జాకు గురవుతున్నాయని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. రాజకీయంగా ఎదిగి నాయకులుగా చాలామణి అవుతూ , రాజకీయ ముసుగులో ప్రజా సేవా పేరుతో కొందరు వ్యక్తులు ఒక ముఠాగా ఏర్పడి పేద ప్రజల భూములను, ప్రభుత్వ భూములను కబ్జాలు చేయడం ఒక ట్రెండ్ గా మారిపోయిందనీ అన్నారు. ప్రస్తుతం అక్రమార్కుల కన్ను గడి బురుజులు, వాటి ఖాళీ స్థలాలపై పడిందని వీటిని ఆక్రమించుకోవడానికి నకిలీ దస్తావేజులతో సిద్ధమవుతున్నారని ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. గడి బురుజులు కేవలం రాళ్ల కట్టడాలు కాదని, అవి మన సంస్కృతి, సంప్రదాయం, చరిత్రకు ప్రతీకలని, గతంలో ఈ గడి బురుజులు పట్టణ రక్షణలో కీలక పాత్ర పోషించాయని గుర్తుచేశారు. అయితే ప్రస్తుతం అవి కబ్జాకు సిద్ధంగా ఉండడం బాధాకరమని, చారిత్రక సంపదను కాపాడటం కేవలం ప్రభుత్వ బాధ్యత మాత్రమే కాదు, ప్రతి పౌరుడి బాధ్యత కూడా. గడి బురుజుల చుట్టూ ఉన్న ఖాళీ స్థలాలను కబ్జాదారుల నుండి రక్షించడమే కాకుండా,అక్రమ నిర్మాణాలు చేయడం వంటి చర్యలను సైతం వెంటనే ఆపాలని అన్నారు. ఆలస్యం జరిగితే భవిష్యత్తులో ఈ చారిత్రక కట్టడాలు పూర్తిగా కనుమరుగయ్యే ప్రమాదం ఉందని హెచ్చరించారు. గడి బురుజులకు సంబంధించిన భూములను ప్రభుత్వం సక్రమంగా అభివృద్ధి చేసి ప్రజలకు ఉపయోగపడే విధంగా మార్చాలని ఆయన సూచించారు. ముఖ్యంగా ఆ ప్రాంతంలో కూరగాయల మార్కెట్ ఏర్పాటు చేయడం ద్వారా చిన్న వ్యాపారులకు ఉపాధి అవకాశాలు కల్పించవచ్చని, అలాగే ఒక పార్కును అభివృద్ధి చేస్తే పట్టణ ప్రజలకు విశ్రాంతి, వినోదం కోసం మంచి వేదికగా మారుతుందని పేర్కొన్నారు. అదే విధంగా దసరా, దీపావళీ, మొహర్రం వంటి పండుగలు మత సామరస్యానికి ప్రతీకలని, ఈ వేడుకలను నిర్వహించేందుకు ప్రత్యేకంగా కొంత భూమిని కేటాయిస్తే అన్ని వర్గాల ప్రజలు కలిసికట్టుగా పండుగలను జరుపుకునే అవకాశం ఉంటుందని తెలిపారు. ఇది సామాజిక ఐక్యతను మరింత బలోపేతం చేస్తుందని అభిప్రాయం వ్యక్తం చేశారు. గడి బురుజుల పరిరక్షణతో పాటు వాటి చుట్టూ ఉన్న భూములను ప్రజా ప్రయోజనాల కోసం వినియోగించడం ద్వారా పట్టణ అభివృద్ధి సాధ్యమవుతుందని, ఈ విషయంలో అధికారులు ఆలస్యం చేయకుండా తక్షణ చర్యలు తీసుకోవాలని కోరారు. ప్రజల మద్దతుతో గడి బురుజులను కాపాడి, భవిష్యత్ తరాలకు అందించడం అందరి బాధ్యత అని పునరుద్ఘాటించారు.

‘మన్ కీ బాత్‘ స్ఫూర్తితోనే.....
ఆరోగ్య భారత్ సాధ్యం

- హన్మకొండ రెడ్ క్రాస్ ఛైర్మన్ డాక్టర్ పెసరు విజయచందర్ రెడ్డి



(మన ప్రజాగళం – హన్మకొండ): నేడు జరిగిన 132వ ‘మన్ కీ బాత్‘ కార్యక్రమంలో భారత ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ గారు ప్రజల ఆరోగ్యం మరియు ఫిట్‌నెస్ పట్ల చేసిన ప్రసంగం ఎంతో స్ఫూర్తిదాయకమని ప్రముఖ ఎముకల నిపుణులు, హన్మకొండ రెడ్ క్రాస్ చైర్మన్ మరియు భద్రాద్రి కొత్తగూడెం జిల్లా ఇన్‌ఛార్జ్ డాక్టర్ పెసరు విజయచందర్ రెడ్డి పేర్కొన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఉద్రిక్తతలు ఉన్నప్పటికీ 140 కోట్ల మంది భారతీయుల శక్తితో దేశం స్థిరమైన వృద్ధి సాధిస్తోందని ప్రధాని ధీమా వ్యక్తం చేయడం గర్వకారణమని అన్నారు. ముఖ్యంగా శారీరక ఆరోగ్యంపై దృష్టి పెడుతూ ఆహారంలో చక్కెర మరియు వంట నూనె వినియోగాన్ని 10 శాతం మేర తగ్గించాలని ప్రధాని ఇచ్చిన పిలుపును ప్రతి ఒక్కరూ పాటించాలని కోరారు. దీనివల్ల ఊబకాయం మరియు గుండె సంబంధిత వ్యాధులు రాకుండా చూసుకోవచ్చని, అలాగే ప్రతిరోజూ వ్యాయామం మరియు యోగా చేయడం ద్వారా ఎముకల, కండరాల సంబంధిత సమస్యలను నివారించవచ్చని వివరించారు. దేశంలోని పురాతన రాతప్రతులు మరియు చారిత్రక ఆధారాలను కాపాడుకోవడానికి ప్రవేశపెట్టిన లి‘జ్ఞాన భారతం సర్వే‘లిలో ప్రతి ఒక్కరూ భాగస్వాములు కావాలని, అలాగే జమ్మూ కాశ్మీర్ రంజీ ట్రోఫీ విజయాన్ని ప్రధాని అభినందించడం క్రీడాకారులకు ఎంతో ఉత్సాహాన్నిస్తుందని పేర్కొన్నారు. పెరుగుతున్న ఎండల దృష్ట్యా ప్రజలందరూ తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని, శరీరాన్ని ఎప్పుడూ హైడ్రేటెడ్ గా ఉంచుకోవాలని డాక్టర్ విజయచందర్ రెడ్డి సూచించారు.

ఆత్మకూరు మండల వ్యాప్తంగా ప్రధాని ‘మన్ కీ బాత్‘

- ఆసక్తిగా వీక్షించిన మండల కన్వీనర్ ఇర్సడ్ల సదానందం.

(మన ప్రజాగళం – ఆత్మకూరు):

భారత ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ దేశ ప్రజలనుద్దేశించి ప్రసంగించే ‘మన్ కీ బాత్‘ (మనసులోని మాట) 132వ భాగాన్ని ఆదివారం ఆత్మకూరు మండల వ్యాప్తంగా భారతీయ జనతా పార్టీ శ్రేణులు ఎవరి గ్రామాల్లో వారు ఆసక్తిగా వీక్షించారు. ఈ సందర్భంగా ఆత్మకూరు ‘మన్ కీ బాత్‘ కార్యక్రమ మండల కన్వీనర్, తిరుమలగిరి మాజీ సర్పంచ్ మరియు బీజేపీ మాజీ మండలాధ్యక్షులు ఇర్సడ్ల సదానందం గారు తన నివాసంలో ఈ కార్యక్రమాన్ని వీక్షించారు. అనంతరం సదానందం గారు మాట్లాడుతూ ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఉద్రిక్తతలు ఉన్నప్పటికీ 140 కోట్ల మంది భారతీయుల శక్తితో దేశం స్థిరమైన వృద్ధి సాధిస్తోందని ప్రధాని ధీమా వ్యక్తం చేయడం గర్వకారణమని అన్నారు. ముఖ్యంగా శారీరక ఆరోగ్యంపై దృష్టి పెడుతూ ఆహారంలో చక్కెర మరియు వంట నూనె వినియోగాన్ని తగ్గించాలని ప్రధాని ఇచ్చిన పిలుపును ప్రతి ఒక్కరూ పాటించాలని కోరారు. దేశంలోని పురాతన రాతప్రతులు, చారిత్రక ఆధారాలను కాపాడుకోవడానికి ప్రవేశపెట్టిన లి‘జ్ఞాన భారతం సర్వే‘లిలో ప్రతి ఒక్కరూ భాగస్వాములు కావాలని, అలాగే జమ్మూ కాశ్మీర్ రంజీ ట్రోఫీ విజయాన్ని ప్రధాని ప్రత్యేకంగా అభినందించడం క్రీడాకారులకు ఎంతో ఉత్సాహాన్నిస్తుందని పేర్కొన్నారు.

ప్రపంచంలో అత్యధికమంది మాట్లాడేభాష ఇదే!

ప్రపంచంలో ఎన్ని రకాల భాషలు ఉన్నాయి ప్రపంచంలో అత్యధిక ప్రజలు మాట్లాడే భాష ఏది.. వాటిలో ఇండియాలో మాట్లాడే స్థానిక భాషల్లో వేటికైనా చోటు ఉందా.. అసలు ప్రపంచంలో ఎన్ని రకాల భాషలు ఉన్నాయి మొదలైన విషయాలను ఇప్పుడు చూద్దాం..! ఏడు ఖండాలుగా ఉన్న భూగోళం మొత్తంమీద 200కు పైగా దేశాలు ఉంటే... ఈ దేశాలన్నింటిలో మొత్తం 7,000కు పైగా భాషలు ఉన్నాయి. ఒక్కో ప్రాంతంలోనూ ఒక్కే భాష మాతృ భాషగా, జాతీయ / అధికార భాషగా ఉంటుంటుంది. అయితే ఈ ఏడు వేల భాషల్లోనూ టాప్ 10 భాషలేమిటనేది ఇప్పుడు చూద్దాం.ప్రపంచంలో అత్యధిక మంది మాట్లాడే భాష ఇంగ్లిష్. ప్రపంచంలో సుమారు 60కి పైగా దేశాల్లో 135కోట్లకు పైగా ప్రజలు ఈ భాషను మాట్లాడుతున్నారని తెలుస్తుంది. అందుకే దీన్ని "యూనివర్సల్ లాంగ్వేజ్" అంటారు. ఈ భాష టాప్ వన్ లో కొనసాగుతుంది. ఇదే సమయంలో... చైనీస్ సంప్రదాయ భాషగా ఉన్న మాండరీన్ ని ప్రపంచ వ్యాప్తంగా 112 కోట్ల మంది మాట్లాడుతున్నారని తెలుస్తుంది. చైనాతో పాటు తైవాన్, సింగపూర్ దేశాల్లో ఇది అధికార భాషగా ఉంది. ాశ్రీంశీ =ఋుఎ - అంగు ఆర్భాటాలు వద్దు.. ఫ్యూచరే ముఖ్యం! ఇక మూడో స్థానంలో భారతీయ అధికారిక భాష హిందీ ఉంది. ఈ భాషను ప్రపంచ వ్యాప్తంగా సుమారు 60కోట్ల మంది మాట్లాడతారట. మన దేశంలోనే కాకుండా పాకిస్థాన్, ఫిజీ దేశాల్లోనూ హిందీని అధికారిక భాషగా వ్యవహరిస్తున్నారు. ఇక నాలుగో స్థానంలో స్పెయిన్ దేశానికి చెందిన స్పానిష్ భాష కొనసాగుతోందని తెలుస్తుంది. 20కిపైగా దేశాల్లో ఇది అధికారిక భాషగా ఉంది. ఈ సమయంలో ప్రపంచవ్యాప్తంగా 54కోట్ల మంది స్పానిష్ మాట్లాడుతున్నారని అంటున్నారు.ఇక ఐదోస్థానంలో 27కోట్ల మంది మాట్లాడే అరబిక్ భాష ఉందని తెలుస్తుంది. యూఏఈ, సౌదీ అరేబియా, ఖతర్, ఒమన్, లిబియా, సోమాలియా, బహ్రెయిన్, ఇరాక్ సహా 22 దేశాల సమూహాన్ని అరబ్ ప్రపంచంగా పిలుస్తుంటారు. ఈ దేశాల అధికారిక భాష అరబిక్. ఇక మన దేశంలోని పశ్చిమ్ బెంగాల్ తోపాటు త్రిపుర, అసోం, ఝార్ఖండ్ రాష్ట్రాల్లోని పలు చోట్ల.., అదే విధంగా బంగ్లాదేశ్ అధికారిక భాషగా ఉన్న బెంగాలీ ఆరోస్థానంలో ఉందని తెలుస్తుంది. ఈ భాషను 26.8కోట్ల మంది మాట్లాడుతున్నారట. ాశ్రీంశీ =ఋుఎ - స్పెర్మ్ క్వాలిటీ పై ఆసక్తికర రిపోర్ట్: వేసవి అపోహలకే చెక్! తర్వాతి స్థానాల్లో ఫ్రాన్స్ సహా ప్రపంచవ్యాప్తంగా 29 దేశాల్లో ఫ్రెంచ్ అధికారిక భాషగా ఉన్న ఫ్రెంచ్ ను 26.7 కోట్ల మంది మాట్లాడతారని అంటున్నారు. ఈ భాష ఏడో స్థానంలో ఉంది! తర్వాత రష్యా అధికారిక భాష అయిన రష్యన్ ను 25.8 కోట్ల మంది మాట్లాడుతుండటంతో ఇది ఎనిమిదో స్థానంలో నిలిచింది. అనంతరం 25.7 కోట్ల మంది మాట్లాడే భాషగా... పోర్చుగల్ దేశ భాష పోర్చుగీసు ఉంది. ఆ దేశంలో కన్నా బ్రెజిల్, అంగోలా, మొజాంబిక్ దేశాల్లోని ప్రజలు ఎక్కువగా పోర్చుగీసులో మాట్లాడుతారట. దీని స్థానం తొమ్మిదిగా ఉంది. ఇదే సమయంలో ఉర్దూ భాష టాప్ 10 ప్రపంచ భాషల్లో పదోస్థానంలో నిలిచింది. ఈ భాష లిపిని కూడా అరబిక్ లాగే కుడి నుంచి ఎడమకు రాస్తారు. ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఉర్దూ మాట్లాడేవారు 23కోట్ల మంది ఉన్నారని అంటున్నారు.

బీజేపీ నేత రాసుధ రెడ్డి మాతృమూర్తి మృతి

- నివాళులర్పించిన డాక్టర్ పెసరు విజయచందర్ రెడ్డి

(మన ప్రజాగళం - గీసుగొండ):

గీసుగొండ మండలం కొమ్మల గ్రామానికి చెందిన భారతీయ జనతా పార్టీ సీనియర్ నాయకులు రాసుధ రెడ్డి మాతృమూర్తి రాధమ్మ మరణం పట్ల పలువురు బీజేపీ నాయకులు సంతాపం వ్యక్తం చేశారు. రాధమ్మ మరణవార్త తెలిసిన వెంటనే రెడ్ క్రాస్ చైర్మన్, బీజేపీ భద్రాద్రి కొత్తగూడెం జిల్లా ఇంచార్జ్ డాక్టర్ పెసరు విజయచందర్ రెడ్డి కొమ్మల గ్రామానికి చేరుకుని, ఆమె పార్థివ దేహానికి పూలమాల వేసి ఘనంగా నివాళులర్పించారు.అనంతరం రాసుధ రెడ్డి మరియు వారి కుటుంబ సభ్యులను విజయచందర్ రెడ్డి పరామర్శించి, వారికి ధైర్యం చెప్పారు. రాధమ్మ ఆత్మకు శాంతి చేకూరాలని కోరుతూ తన ప్రగాఢ సానుభూతిని తెలియజేశారు.ఈ కార్యక్రమంలో నాయకులు జాన్ విక్రమ్, చొక్కం శ్రీను, మొలుగూరి శ్రీనివాస్, గట్ల బిక్షపతి, కత్తి వెంకన్న, మరిపూడి శ్రీను, మరిపూడి రోశయ్య, భూక్యా వెంకన్న, కాగితాల సాయి కుమార్ తదితరులు పాల్గొని నివాళు లర్పించారు.

వేగంగా బరువు తగ్గాలంటే వాకింగ్, రన్నింగ్..

బరువు తగ్గాలనుకునే వారు తరచుగా ఎదుర్కొనే ప్రశ్న నడక మంచిదా లేక పరుగు మంచిదా?. ఈ రెండూ అద్భుతమైన కార్డియో వ్యాయామాలే అయినప్పటికీ, శరీర తీరును బట్టి వాటి ఫలితాలు మారుతుంటాయి. ఆరోగ్యంగా ఉండాలన్నా, బరువు తగ్గాలన్నా వ్యాయామం తప్పనిసరి. అందులోనూ వాకింగ్, రన్నింగ్ అత్యంత ప్రజాదరణ పొందిన మార్గాలు. అయితే, వీటిలో ఏది త్వరగా ఫలితాన్ని ఇస్తుంది? మీ శరీరానికి ఏది సరిపోతుంది? అనే విషయాలు ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.ఆరోగ్యంగా ఉండాలన్నా, బరువు తగ్గాలన్నా వ్యాయామం తప్పనిసరి. అందులోనూ వాకింగ్, రన్నింగ్ అత్యంత ప్రజాదరణ పొందిన మార్గాలు. అయితే, వీటిలో ఏది త్వరగా ఫలితాన్ని ఇస్తుంది? ముఖ్యంగా పొట్ట చుట్టూ పేరుకుపోయిన మొండి కొవ్వును కరిగించడానికి ఏ వ్యాయామం ఎలా సహాయపడుతుంది.? వయస్సు, ఫిట్‌నెస్ స్థాయి, ఆరోగ్య స్థితిని బట్టి ఏది ఎంచుకోవాలో ఈ చిట్కాలు స్పష్టం చేస్తాయి. బరువు తగ్గడానికి సిద్ధపడుతున్న వారికి ఇది ఒక సరైన గైడ్.మీ శరీరానికి ఏది సరిపోతుంది? అనే విషయాలు ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.కేలరీల ఖర్చు సాధారణంగా ఒక గంట పాటు వేగంగా నడవడం వల్ల సుమారు 200 నుండి 300 కేలరీలు ఖర్చవుతాయి. అదే ఒక గంట పాటు రన్నింగ్ చేస్తే 500 నుండి 800 కేలరీల వరకు కరిగించవచ్చు. అంటే, తక్కువ సమయంలో ఎక్కువ కేలరీలు ఖర్చు చేయాలంటే రన్నింగ్ ఉత్తమ ఎంపిక.పొట్ట కొవ్వుపై ప్రభావం పొట్ట చుట్టూ ఉన్న కొవ్వును కరిగించడానికి రన్నింగ్ చాలా వేగంగా పనిచేస్తుంది. ఇది శరీరంలోని మెటబాలిజం రేటును పెంచి, వ్యాయామం ముగిసిన తర్వాత కూడా కేలరీలు ఖర్చయ్యేలా చేస్తుంది. అయితే, నడక వల్ల కూడా క్రమంగా కొవ్వు తగ్గుతుంది, కానీ దీనికి ఎక్కువ సమయం పడుతుంది.

ఎండాకాలంలో సోంపు తింటే ఏమవుతుంది..?

వేసవిలో ఎండలు పెరుగుతున్న కొద్దీ మన శరీరంలో వేడి, గ్యాస్, అజీర్ణం వంటి సమస్యలు కూడా పెరుగుతుంటాయి. అయితే ప్రతి చిన్న సమస్యకు డాక్టర్ దగ్గరికి వెళ్లి మందులు వాడాల్సిన అవసరం లేదని మీకు తెలుసా? మన వంటగదిలో ఉండే ఒకే ఒక్క వస్తువుతో మీ కడుపును మంచులా చల్లబరచవచ్చు. అదేంటో కాదు.. సోంపు గింజలు.. అసలు సోంపును ఎలా తీసుకుంటే గ్యాస్ మాయమవుతుంది? భానుడి భగభగలు మొదలయ్యాయి. వేసవి కాలం ప్రారంభంతో పాటే అనేక ఆరోగ్య సమస్యలు కూడా చుట్టుముడుతున్నాయి. ముఖ్యంగా ఎండల తీవ్రత వల్ల కడుపులో వేడి, గ్యాస్, ఉబ్బరం, అజీర్ణం వంటి జీర్ణ సంబంధిత సమస్యలు సామాన్యులను వేధిస్తున్నాయి. అయితే ప్రతి చిన్న సమస్యకు మందుల మీద ఆధారపడకుండా మన వంటగదిలోని సోంపు గింజలతో వీటికి సులభంగా పరిష్కారం చూపవచ్చని ఆయుర్వేద నిపుణులు చెబుతున్నారు.

ఆయుర్వేదంలో సోంపు ప్రాముఖ్యత

ఆయుర్వేద శాస్త్రం ప్రకారం.. సోంపు శరీరంలోని పైత్య దోషాన్ని సమతుల్యం చేస్తుంది. ఇది చలువ చేసే గుణం కలిగి ఉండటం వల్ల వేసవి ఉష్ణోగ్రతల నుండి శరీరాన్ని కాపాడుతుంది. నేషనల్ ఇన్‌స్టిట్యూట్ ఆఫ్ ఆయుర్వేద నివేదికల ప్రకారం.. సోంపులో యాంటీఆక్సిడెంట్, యాంటీ బాక్టీరియల్, సహజ సిద్ధమైన నొప్పి నివారణ గుణాలు పుష్కలంగా ఉన్నాయి. ప్రతిరోజూ ఒక టీస్పూన్ సోంపు తీసుకోవడం వల్ల కలిగే అద్భుత ప్రయోజనాలు ఇవే.. సోంపుతో కలిగే 5 ప్రధాన ప్రయోజనాలు

జీర్ణక్రియ మెరుగుదల

భోజనం తర్వాత ఒక చెంచా సోంపు నమలడం వల్ల లాలాజలం ఉత్పత్తి పెరిగి జీర్ణక్రియ వేగవంతం అవుతుంది. భారీగా తిన్నప్పుడు కలిగే అజీర్ణం, కడుపు భారంగా అనిపించే సమస్య నుండి ఇది తక్షణ ఉపశమనం ఇస్తుంది.

గ్యాస్, ఉబ్బరం నుండి విముక్తి: కడుపులో గ్యాస్ నిండి ఉబ్బరంగా అనిపించినప్పుడు సోంపు నీరు తాగడం వల్ల మంచి ఫలితం ఉంటుంది. ఇది ప్రేగుల పనితీరును క్రమబద్ధీకరించి, మలబద్ధకం వంటి సమస్యలను దూరం చేస్తుంది.

కడుపు నొప్పి నివారణ: సోంపులోని యాంటీ బాక్టీరియల్ గుణాలు సాధారణ కడుపు నొప్పిని తగ్గించడమే కాకుండా నెలసరి సమయంలో వచ్చే తీవ్రమైన కడుపు నొప్పి, అసౌకర్యం నుండి కూడా ఉపశమనం కలిగిస్తాయి.

ఖాళీ కడుపుతో అరటిపండు తింటే ఏమవుతుందో తెలుసా..?

మనందరికీ అందుబాటులో ఉండే సూపర్ ఫుడ్ అరటిపండు. తక్షణ శక్తి కోసం, ఆకలి తీర్చుకోవడం కోసం చాలామంది ఉదయాన్నే ఖాళీ కడుపుతో అరటిపండు తినేస్తుంటారు. అయితే అమృతంలాంటి ఈ పండును ఖాళీ కడుపుతో తింటే అది మీ గుండెపై ప్రభావం చూపుతుందని మీకు తెలుసా? అసలు అరటిపండును ఏ సమయంలో తింటే ఆరోగ్యం? ఖాళీ కడుపుతో తింటే వచ్చే నష్టాలేంటి? అనేది తెలుసుకుందాం..

తక్షణ శక్తినిచ్చే పండ్లలో అరటిపండు మొదటి వరుసలో ఉంటుంది. అందుకే చాలా మంది ఉదయం జిమ్‌కు వెళ్లాలన్నా లేదా ఆఫీస్ హడావిడిలో ఆకలి వేసినా వెంటనే అరటిపండు తినేస్తుంటారు. అయితే ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేసే ఈ పండును చాలా మంది ఖాళీ కడుపుతో తింటారు. ఇలా తినడం వల్ల కొన్ని ఆరోగ్య సమస్యలు వచ్చే అవకాశం ఉందని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు.తక్షణ శక్తినిచ్చే పండ్లలో అరటిపండు మొదటి వరుసలో ఉంటుంది. అందుకే చాలా మంది ఉదయం జిమ్‌కు వెళ్లాలన్నా లేదా ఆఫీస్ హడావిడిలో ఆకలి వేసినా వెంటనే అరటిపండు తినేస్తుంటారు. అయితే ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేసే ఈ పండును చాలా మంది ఖాళీ కడుపుతో తింటారు. ఇలా తినడం వల్ల కొన్ని ఆరోగ్య సమస్యలు వచ్చే అవకాశం ఉందని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు.అరటిపండులో పొటాషియం, మెగ్నీషియం, విటమిన్ బీ6, పీచు పదార్థం పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇవి గుండె ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచడమే కాకుండా రక్తపోటును నియంత్రించడంలో సహాయపడతాయి. అయితే ఇందులో ఉండే సహజ చక్కెరలు ఖాళీ కడుపుతో తిన్నప్పుడు రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను ఒక్కసారిగా పెంచి, ఆ తర్వాత అంతే వేగంగా తగ్గించేస్తాయి. దీనివల్ల కొద్దిసేపటికే మళ్లీ ఆకలి వేయడం లేదా విపరీతమైన అలసట రావడం జరుగుతుంది.అరటిపండులో పొటాషియం, మెగ్నీషియం, విటమిన్ బీ6, పీచు పదార్థం పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇవి గుండె ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచడమే కాకుండా రక్తపోటును నియంత్రించడంలో సహాయపడతాయి. అయితే ఇందులో ఉండే సహజ చక్కెరలు ఖాళీ కడుపుతో తిన్నప్పుడు రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను ఒక్కసారిగా పెంచి, ఆ తర్వాత అంతే వేగంగా తగ్గించేస్తాయి. దీనివల్ల కొద్దిసేపటికే మళ్లీ ఆకలి వేయడం లేదా విపరీతమైన అలసట రావడం జరుగుతుంది.గుండె ఆరోగ్యంపై ప్రభావం: అరటిపండులో మెగ్నీషియం అధికంగా ఉంటుంది. ఖాళీ కడుపుతో దీనిని తీసుకోవడం వల్ల రక్తంలో మెగ్నీషియం, కాల్షియంల మధ్య సమతుల్యత దెబ్బతినే అవకాశం ఉంది. ఇది గుండె ఆరోగ్యంపై ప్రతికూల ప్రభావం చూపే ప్రమాదం ఉందని కొన్ని పరిశోధనలు చెబుతున్నాయి. అలాగే ఇందులో ఉండే ఆమ్ల స్వభావం వల్ల కొందరిలో గ్యాస్, కడుపు ఉబ్బరం లేదా గుండెల్లో మంట వంటి సమస్యలు తలెత్తవచ్చు.గుండె ఆరోగ్యంపై ప్రభావం: అరటిపండులో మెగ్నీషియం అధికంగా ఉంటుంది. ఖాళీ కడుపుతో దీనిని తీసుకోవడం వల్ల రక్తంలో మెగ్నీషియం, కాల్షియంల మధ్య సమతుల్యత దెబ్బతినే అవకాశం ఉంది. ఇది గుండె ఆరోగ్యంపై ప్రతికూల ప్రభావం చూపే ప్రమాదం ఉందని కొన్ని పరిశోధనలు చెబుతున్నాయి.

హెల్త్

స్పష్టమైన కంటిచూపు కోసం సులభమైన టిప్స్..

- ఆరోగ్యకరమైన కళ్లను పొందండి!

ప్రస్తుతం డిజిటల్ యుగంలో స్మార్ట్‌ఫోన్లు, కంప్యూటర్లు, ఇతర స్క్రీన్‌లు ఉపయోగించడం అనేది కంటి ఆరోగ్యంపై ప్రతికూల ప్రభావం చూపిస్తున్న విషయం తెలిసిందే. మనం ఎక్కువ సేపు స్క్రీన్‌ను చూసినా, కంటి కండరాలు అలసిపోతాయి, కళ్ళు పొడిబారతాయి. అంతేగాక, చూపు సమస్యలు పెరిగిపోతాయి. కంటి ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడం కోసం సరైన జీవనశైలి, పోషకాహారం, కొన్ని చిట్కాలు పాటించాల్సిన అవసరం ఉందని వైద్య నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

1. 20-20-20 సూత్రం:
అందరికీ తెలిసిన 20-20-20 రూల్‌ని పాటించడం ద్వారా స్క్రీన్ చూడడం వల్ల కంటి కండరాలపై పడ్డ ఒత్తిడిని తగ్గించవచ్చు. దీనిని ఎలా పాటించాలి:
ప్రతి 20 నిమిషాలకు స్క్రీన్ చూడటం ఆపాలి.
కనీసం 20 అడుగుల దూరంలో ఉన్న వస్తువును 20 సెకన్ల పాటు గమనించాలి.
ఈ అలవాటు కంటి కండరాలకు విశ్రాంతి ఇచ్చి, కళ్ళు పొడిబారడం, అలసటను తగ్గిస్తుంది.

2. సరైన భంగిమ:
స్క్రీన్ కళ్లకు కనీసం ఒక చేతి దూరంలో ఉండాలి.
స్క్రీన్ కంటి స్థాయికి కాస్త దిగువగా ఉండేలా పొజిషన్ చేయాలి.
గదిలో తగినంత వెలుతురు ఉండాలి, మరీ చీకటి లేదా మరీ ఎక్కువ కాంతి ఉండకూడదు.

3. కనురెప్పలు వాల్చడం:
స్క్రీన్ ఉపయోగిస్తున్నప్పుడు కనురెప్పలు సరిగ్గా వాల్చడం చాలా ముఖ్యం. మీరు కనీసం 60% తక్కువగా కనురెప్పలు వాల్చే అవకాశం ఉంటుంది. కనురెప్పలు వాల్చడం వల్ల కళ్ళు తేమగా ఉంటాయి, కళ్ల పొడిబారడం తగ్గుతుంది.

4. నిద్ర, హైడ్రేషన్:
ప్రతిరోజూ 7--9 గంటల పాటు నిద్రపోవాలి. నిద్రలేమి వల్ల కళ్ళలో పొడిబారడం, కనురెప్పలు అవడం, దృష్టి మసకబారడం వంటి సమస్యలు వస్తాయి. ప్రతిరోజూ 8-10 గ్లాసుల నీరు తాగాలి. డీహైడ్రేషన్ వల్ల కూడా కళ్ళు పొడిబారతాయి.

5. రక్షణ:
బయట ఉన్నప్పుడు రక్షణ ఉన్న సన్‌గ్లాసెస్ ధరించండి. ఇది కంటి శుక్లాలు, రెటీనా సమస్యల ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తుంది.

6. పోషకాహారం
కంటి ఆరోగ్యం ఆహారంపై ఆధారపడి ఉంటుంది. కంటికి సంబంధించిన కొన్ని ముఖ్యమైన పోషకాలు:
విటమిన్ : క్యారెట్లు, బొప్పాయి
లూటిన్ జింక్: ఆకుకూరలు (పాలకూర), గింజలు
ఒమేగా-3 ఫ్యాటీ యాసిడ్స్: చేపలు, వాల్‌నట్స్, విత్తనాలు
సిట్రస్ పండ్లు: నారింజ, నిమ్మ

7. కంటి వ్యాయామాలు
కనురెప్పలు ఆర్పడం: కళ్ళను 10--15 సార్లు వేగంగా ఆర్పండి. ఆ తర్వాత కళ్ళు మూసి విశ్రాంతి తీసుకోండి.
కనుబొమ్మలను తిప్పడం: కళ్ళను నెమ్మదిగా వృత్తాకారంలో తిప్పండి. మొదట క్లాక్ వైజ్, తర్వాత యాంటీ క్లాక్ వైజ్.
దృష్టిని మార్చడం: మీ బొటనవేలును ముఖం దగ్గర ఉంచి దానిపై దృష్టి పెట్టండి, తర్వాత దూరంగా ఉన్న వస్తువుపై దృష్టి పెట్టండి. ఈ చిట్కాలు కంటిపై ఒత్తిడిని తగ్గించి, చూపు దెబ్బతినకుండా కాపాడతాయి. అయితే, కంటి సమస్యలు సీరియస్‌గా మారితే.. వెంటనే డాక్టర్‌ను సంప్రదించడం మంచిది.

వేసవిలో శరీరానికి ఎంతో మేలు చేసే మిల్లెట్లు..

ఎండాకాలం తీవ్రత ఎండాకాలం తీవ్రత పెరుగుతున్న నేపథ్యంలో శరీరాన్ని చల్లగా ఉంచే ఆహారాలను తీసుకోవడం, శరీరాన్ని సిద్ధం చేయడం అవసరంగా మారింది. చాలా మంది తీసుకునే ఆహారం శరీర అంతర్గత ఉష్ణోగ్రతపై ప్రభావం చూపడంతోపాటు, రికార్డు స్థాయిలో పెరుగుతున్న వేడిని తట్టుకునే సామర్థ్యాన్ని కూడా నిర్ణయిస్తుంది. భారతీయ వేసవి కాలాలు శరీరంపై తీవ్ర ప్రభావం చూపుతాయి. అందువల్ల ముందస్తు జాగ్రత్తగా జొన్నలు, రాగులు వంటి మిల్లెట్లను ఆహారంలో చేర్చడం అవసరం. ఇవి శరీరానికి అవసరమైన శక్తిని అందించడంతో పాటు, మాక్రో, మైక్రో పోషకాలతో శరీరాన్ని పోషిస్తాయి. అంతేకాకుండా వేసవిలో మిల్లెట్ల వినియోగం పర్యావరణానికి కూడా మేలు చేస్తుంది. ఇవి తక్కువ కాలంలో పెరిగే పంటలు కావడంతోపాటు, తక్కువ నీటితో పెరుగుతాయి. పోషకాల సమృద్ధిగా ఉన్న ఈ ధాన్యాలు వేడిని తగ్గించడంలో సహాయపడటంతో పాటు, వేసవిలో సాధారణంగా కనిపించే అలసట సమస్యను కూడా తగ్గిస్తాయి.

శరీరానికి చలువ చేస్తాయి..

సాధారణంగా మిల్లెట్లు శీతాకాలంతో సంబంధం ఉన్నవిగా భావించినప్పటికీ, కొన్ని రకాల మిల్లెట్లు సహజంగా చల్లదనాన్ని కలిగించే లక్షణాలు కలిగి ఉంటాయి. సరైన మిల్లెట్లను ఎంచుకుంటే శరీర ఉష్ణోగ్రతను నియంత్రించడం, ఎలక్ట్రోలైట్ సమతుల్యతను కాపాడటం, వేసవి అలసటను తగ్గించడం సాధ్యమవుతుందని పోషకాహార నిపుణులు చెబుతున్నారు. మిల్లెట్లు అధిక ఫైబర్, తేమను అందిస్తాయి. ఇవి సులభంగా జీర్ణమవుతాయి. వేసవిలో వేడి కారణంగా జీర్ణక్రియ మందగించడం సాధారణం. ఈ నేపథ్యంలో మిల్లెట్లు తీసుకోవడం ప్రయోజనకరం. పరిశోధనలు కూడా మిల్లెట్ల వినియోగం ఆరోగ్యానికి మంచిదని సూచిస్తున్నాయి. వేసవిలో తీసుకోదగిన ఉత్తమ మిల్లెట్స్ గురించి ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.

రాగులు, జొన్నలు, ఊదలు..

వేసవిలో తీసుకోవాల్సిన ఉత్తమ మిల్లెట్లలో రాగి ముఖ్యమైనది. గాఢ రంగులో ఉండటం వల్ల దీనిని హీటింగ్ ఫుడ్ గా భావిస్తారు. అయితే వాస్తవానికి ఇది శరీరానికి చల్లదనాన్ని ఇస్తుంది. కాల్షియం, ఐరన్ సమృద్ధిగా ఉండటంతో వేసవిలో వచ్చే అలసటను తగ్గిస్తుంది. రాగి అంబలి, రాగి మాల్ట్ రూపంలో తీసుకోవడం మంచిది. అలాగే రాగితో ఇడ్లీ, దోశలు తయారు చేసుకోవచ్చు. జొన్నలు కూడా వేసవికి అనుకూలమైన ధాన్యం. ఇవి శరీర ఉష్ణోగ్రతను పెంచవు. పొటాషియం, ఫాస్పరస్ అధికంగా ఉండటం వల్ల చెమట ద్వారా కోల్పోయే ఎలక్ట్రోలైట్‌లను భర్తీ చేస్తాయి. జొన్న రోటీలు లేదా భాక్రీల రూపంలో తీసుకుంటే మంచిది. పెరుగు లేదా కీరదోస రైతాతో కలిపి తీసుకుంటే మరింత చల్లదనాన్ని ఇస్తుంది. ఊదలు (బార్న్‌యార్డ్ మిల్లెట్) తక్కువ కేలరీలతో ఉండే ధాన్యం. ఇవి సులభంగా జీర్ణమవుతాయి. నీటిని నిల్వ చేసే సామర్థ్యం కలిగి ఉంటాయి. వేసవిలో తేలికపాటి ఖిచ్డీ లేదా కూరగాయల పులావ్ రూపంలో తీసుకోవచ్చు. ఇవి రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలని ఒక్కసారిగా పెంచకుండా నియంత్రిస్తాయి. కోడో మిల్లెట్ కూడా వేసవికి అనువైన ఆహారం. ఇందులో విటమిన్ బి సమూహం, మెగ్నీషియం అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి ఎలక్ట్రోలైట్ సమతుల్యతను కాపాడటంలో సహాయపడతాయి. కోడో మిల్లెట్‌తో పెరుగన్నం తయారు చేసుకుని తీసుకుంటే శరీరానికి చల్లదనం కలుగుతుంది.

కొర్రలు, సజ్జలు..కొర్రలు (ఫాక్స్‌టెయిల్ మిల్లెట్) తేలికగా జీర్ణమయ్యే ధాన్యం. ఇవి ఫైబర్ అధికంగా కలిగి ఉండటంతో రోజంతా శక్తిని సమంగా అందిస్తాయి. కొర్రలతో సలాడ్లు, కూరగాయలతో కలిపిన వంటకాలు వేసవిలో తీసుకోవడం ఆరోగ్యానికి మంచిది. అయితే బాజ్రా (సజ్జలు) వేసవిలో తీసుకోవడం తగ్గించాలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. ఇవి శరీరంలో వేడి పెంచే గుణం కలిగి ఉండటంతో శీతాకాలంలో తీసుకోవడం ఉత్తమం. వేసవిలో మిల్లెట్లను సరైన విధంగా తీసుకోవడం కూడా ముఖ్యం. వండే ముందు కనీసం 6-8 గంటలు నానబెట్టడం అవసరం. ఇది ఫైటిక్ యాసిడ్‌ను తగ్గించి పోషకాల శోషణను మెరుగుపరుస్తుంది. అలాగే ఫెర్మెంటేషన్ ప్రక్రియ ద్వారా అంబలి వంటి వంటకాలు తయారు చేయడం వల్ల జీర్ణక్రియకు ఉపయోగపడే ప్రోబయోటిక్స్ లభిస్తాయి. మిల్లెట్లలో ఫైబర్ అధికంగా ఉండటం వల్ల వాటిని తీసుకునే సమయంలో తగినంత నీరు తాగడం అత్యవసరం. రోజుకు కనీసం 2.5 నుంచి 3 లీటర్ల నీరు తీసుకోవడం ద్వారా కడుపు ఉబ్బరం సమస్యలను నివారించవచ్చు. సరైన పరిమాణంలో, సరైన రూపంలో మిల్లెట్లను తీసుకుంటే వేసవి వేడిని తట్టుకోవడం సులభమవుతుందని నిపుణులు తెలియజేస్తున్నారు.

బిజినెస్

విమానయానానికి వార్ సెగ..

- ఈ సమ్మర్‌లో 10% తగ్గనున్న సర్వీసులు

మన ప్రజాగళం న్యూస్ న్యూఢిల్లీ, : భారతీయ విమానయాన రంగంపై పశ్చిమాసియా సంక్షోభం ప్రభావం స్పష్టంగా కనిపిస్తున్నది. అమెరికా-ఇజ్రాయెల్, ఇరాన్ మధ్య యుద్ధంతో ఇప్పటికే గల్ఫ్ దేశాలకు దేశీయ విమానయాన సంస్థలు 72 శాతం సర్వీసులను తగ్గించేశాయి. దాదాపు నెల రోజుల క్రితం ఫిబ్రవరి 28న వార్ మొదలవగా.. అప్పట్నుంచి మిడిల్ ఈస్ట్ దేశాలకు విమానాలు నడుపుతున్న భారతీయ సంస్థలు ప్రతి నాల్గింటిలో సుమారు మూడింటిని రద్దు చేశాయి. ఈ నేపథ్యంలో ఈసారి సమ్మర్ లోనూ విమానాల సంఖ్యను తగ్గించేయనున్నాయి. డైరెక్టరేట్ జనరల్ ఆఫ్ సివిల్ ఏవియేషన్ (డీజీసీఏ) విడుదల చేసిన తాజా షెడ్యూల్ ప్రకారం.. మార్చి 29 నుంచి అక్టోబర్ 24 వరకు దేశీయంగా వారానికి 23,049 విమానాలే నడువనున్నాయి. గత ఏడాది ఇదే సమయంలో నడిచినవి 25,610గా ఉన్నాయి. దీంతో ఈ ఏడాది 10 శాతం (2,561 విమానాలు) రద్దీ తగ్గనున్నది. ఈ మేరకు డీజీసీఏకు చెందిన ఓ సీనియర్ అధికారి స్పష్టం చేశారు.

ఎందుకీ పరిస్థితి?

ఈ ఏడాది మార్కెట్‌లో అనిశ్చిత పరిస్థితి అధికంగా ఉన్నదని విమానయాన సంస్థల వర్గాలు పీటీఐతో పేర్కొన్నాయి. మిడిల్ ఈస్ట్‌లో ఉద్రిక్తతల నడుమ ఈసారి దుబాయ్ తదితర గల్ఫ్ ప్రాంతాలకు విమాన సర్వీసులు బాగా తగ్గిపోయాయి. అలాగే అమెరికా-ఇజ్రాయెల్ దేశాలకు మద్దతుగా ఉంటున్నాయని పొరుగు దేశాలపై ఇరాన్ దాడులు చేస్తున్నది. దీంతో అక్కడ ముడి చమురు ఉత్పత్తికి బ్రేక్ పడింది. ఇది అంతర్జాతీయ మార్కెట్‌లో క్రూడాయిల్ ధరల్ని ఎగదోస్తుండగా.. విమానాల నిర్వహణ వ్యయం ఒక్కసారిగా పెరిగిపోయింది. ఫలితంగా టిక్కెట్ రేట్లను పెంచక తప్పని పరిస్థితి ఏర్పడింది. ఇవన్నీ కూడా చాలామంది సమ్మర్ టూర్లను ప్రభావితం చేస్తున్నాయని ఎయిర్‌లైన్స్ ఉద్యోగులు చెప్తున్నారు. ఇందుకు తగ్గట్టే విమాన సర్వీసుల సంఖ్యనూ తగ్గించేందుకు విమానయాన కంపెనీలు నిర్ణయించాయి. వచ్చే నెల ఏప్రిల్ నుంచి రోజూ దాదాపు 2వేల విమానాలను నడుపాలని ఇండిగో భావించింది. అయితే ఇప్పుడు మిడిల్ ఈస్ట్ ఉద్రిక్తతల దృష్ట్యా పునరాలోచనలో పడింది. పెరుగుతున్న ఇంధన ధరలు, పడిపోతున్న రూపాయి మారకం విలువ కూడా విమానయాన రంగంపై ఒత్తిడిని పెంచుతున్నాయి.

ఎయిర్‌లైన్స్‌కు ట్రిపుల్ షాక్

పశ్చిమాసియా సంక్షోభంతో ఎయిర్‌లైన్స్‌కు మూడు రకాలుగా నష్టం వాటిల్లుతున్నది. ఒకటి పెరుగుతున్న ఇంధన ధరలైతే, మరొకటి యుద్ధం కారణంగా ఆయా దేశాలు తమ గగనతలాలను మూసివేయడం, ఇంకొకటి రూపాయి నష్టాలు. పెరిగిన ఇంధన ధరలతో ప్రయాణికులు చార్జీల భారం మోపాల్సి వస్తుండటంతో వ్యాపారం దెబ్బతింటున్నది. అలాగే వివిధ దేశాల్లో గగనతల ఆంక్షలతో ఆయా మార్గాల్లో గమ్యస్థానాలను చేరాలంటే ఎక్కువ దూరం ప్రయాణించాల్సి వస్తున్నది. ఇక డాలర్‌తో పోల్చితే రూపాయి మారకం విలువ రికార్డు స్థాయిలకు పతనమవుతుండటం కూడా ఎయిర్‌లైన్స్‌కు మరిన్ని కష్టాలను తెచ్చిపెడుతున్నది. ఎయిర్‌క్రాఫ్ట్ లీజులు, నిర్వహణ వ్యయం, విడిభాగాల కొనుగోలు, విదేశీ సిబ్బంది వేతనాల చెల్లింపులు వంటి డాలర్ ఆధారిత ఖర్చులు తడిసిమోపెడవుతున్నాయని ఎయిర్‌లైన్స్ లబోదిబోమంటున్నాయిప్పుడు.

ఏప్రిల్ 1 నుంచి మొదలు..

పెరుగుతున్న చమురు ధరల ప్రభావం.. ఏప్రిల్ 1 నుంచి విమానయాన ఇంధన (ఏటీఎఫ్) ధరల సవరణల్లో కనిపించవచ్చని భారత పౌర విమానయాన శాఖ మంత్రి కింజరాపు రామ్మోహన్ నాయుడు అంటున్నారు. ఆర్థికపరంగా ఈ సంక్షోభం పూర్తి ప్రభావం మున్ముందు ఉంటుందని ఉద్యోగులనుద్దేశిస్తూ ఎయిర్ ఇండియా సీఈవో క్యాంప్‌బెల్ విల్సన్ చేసిన వ్యాఖ్యలు.. కొలువుల్లో కోతల సందేహాలను రేకెత్తిస్తున్నాయి. మొత్తానికి గల్ఫ్ యుద్ధం దెబ్బకు మరిన్ని విమానాలు రద్దయ్యే వీలు లేకపోలేదన్న అభిప్రాయాలే ఇండస్ట్రీ నుంచి వ్యక్తమవుతుండటం గమనార్హం.గత నెల ఫిబ్రవరి 28 నుంచి గల్ఫ్ దేశాలకు వెళ్లాల్సిన ప్రతి నాలుగు విమానాల్లో మూడింటిని రద్దు చేసిన భారతీయ విమానయాన సంస్థలు.ఎయిర్ ఇండియా, ఎయిర్ ఇండియా ఎక్స్‌ప్రెస్, ఇండిగో, ఆకాశ ఎయిర్, స్పైస్‌జెట్ కంపెనీలు దాదాపు 2,400 విమాన సర్వీసులను రద్దు చేసినట్టు అధికారిక గణాంకాలు చెప్తున్నాయి.నెల రోజుల్లో షెడ్యూల్ ప్రకారం భారత్ నుంచి మిడిల్ ఈస్ట్ దేశాలకు 3,300 విమానాలు నడువాల్సి ఉన్నది. అంటే 72 శాతం క్యాన్సిల్ అయ్యాయన్నమాట.భారత్ నుంచి విదేశాలకు వెళ్లే ప్రయాణికుల్లో దాదాపు సగం మంది గల్ఫ్ దేశాలకే. గత ఏడాది ఒక్క యూఏఈకే 1.21 కోట్ల మంది భారత్ నుంచి వెళ్లారు.సౌదీ అరేబియాకు కూడా నిరుడు సుమారు 30 లక్షల మంది భారతీయులు వెళ్లారు. ఒమన్, కువైట్, బహ్రెయిన్, ఖతార్‌లకూ రద్దీ ఎక్కువే. దీంతో దేశీయ విమానయాన సంస్థల అదాయానికి ఈ యుద్ధం గండి కొట్టినట్టే అవుతున్నది.దేశీయ విమానయాన రంగ దిగ్గజం ఇండిగో అంతర్జాతీయ ప్రయాణికుల వాటాలో 35-45 శాతం పశ్చిమాసియా దేశాలదే. ఎయిర్ ఇండియాలో ఇది 30-35 శాతంగా ఉన్నది.మధ్య, చిన్నశ్రేణి విమానయాన సంస్థల విషయానికొస్తే.. స్పైస్‌జెట్ ఆదాయంలో దాదాపు 40 శాతం, ఆకాశ ఎయిర్‌కు సుమారు 80 శాతం విదేశీ ఆదాయం గల్ఫ్ దేశాల నుంచే వస్తున్నది.

ఈ సమ్మర్ షెడ్యూల్‌లో విమానాలు నడుపుతున్న సంస్థలివే

ఎయిర్ ఇండియా
ఎయిర్ ఇండియా ఎక్స్‌ప్రెస్
ఇండిగో
ఆకాశ ఎయిర్
స్పైస్‌జెట్
అలయెన్స్ ఎయిర్
ఫ్లై91 శ్రీ స్టార్ ఎయిర్, ఇండియావన్ ఎయిర్

ఎఫ్ఐఐలకు యుద్ధ భయాలు..

- మార్చి నెలలో లక్ష కోట్ల రూపాయలకు పైగా వెనుకకు విదేశీ సంస్థాగత

మన ప్రజాగళం న్యూస్ న్యూఢిల్లీ, : విదేశీ సంస్థాగత పెట్టుబడిదారుల(ఎఫ్ఐఐ)పై యుద్ధమేఘాలు కమ్ముకున్నాయి. పశ్చిమాసియాలో నెలకొన్న ఉద్రిక్త పరిస్థితులు రోజురోజుకు పెరుగుతుండటం వీరిలో ఆందోళన నెలకొన్నది. దీంతో దేశీయ ఈక్విటీ మార్కెట్లో లక్షల కోట్ల పెట్టుబడులు పెట్టిన వీరు ప్రస్తుతం వీటిని వెనక్కి తీసుకునే పనిలో పడ్డారు. అమెరికా-ఇజ్రాయెల్, ఇరాన్ దేశాల మధ్య యుద్ధం ప్రారంభమైన నాటి నుంచి ఇప్పటి వరకు అంటే నెల రోజుల్లో దేశీయ ఈక్విటీ మార్కెట్ల నుంచి లక్ష కోట్ల రూపాయల పెట్టుబడులను తరలించుకుపోయారు. మార్చి నెలలో ఏకంగా రూ.1,12,244 కోట్ల పెట్టుబడులను ఉపసంహరించుకున్నట్టు నేషనల్ సెక్యూరిటీస్ అండ్ డిపోజిటరీర్స్ లిమిటెడ్(ఎన్ఎస్‌డీఎల్) తాజా గా విడుదల చేసిన నివేదికలో వెల్లడించింది.ఒక నెలలో రికార్డు స్థాయిలో నిధులను వెనక్కి తీసుకోవడం ఇదే తొలిసారి. గతంలో అక్టోబర్ 2024లో రూ.94,017 కోట్ల తరలింపు తర్వాత ఇదే గరిష్ఠ స్థాయి కావడం విశేషం. ఈక్విటీలతోపాటు డెబిట్, క్రెడిట్ మార్కెట్ల నుంచి ఎఫ్ఐఐలు రూ.1,23,688 కోట్ల విక్రయాలు జరిపారు. అలాగే జనవరి నుంచి మార్చి మధ్యకాలంలో రూ.1,15, 124 కోట్ల పెట్టుబడులను వెనక్కి తీసుకున్నారు. ఫిబ్రవరిలో రూ.22,615 కోట్ల పెట్టుబడులు పెట్టిన ఎఫ్ఐఐలు.. ఆ మరుసటి నెలలో రివర్స్‌గేర్‌ను వేశారు. ఇదే సమయంలో ఎఫ్ఐఐలు మ్యూచువల్ ఫండ్లలో రూ.1,398 కోట్ల పెట్టుబడులు పెట్టడం విశేషం.

చమురు ధరలు కూడా..

ఉద్రిక్త పరిస్థితుల కారణంగా చమురు ధరలు భగ్గుమంటున్నాయి. దీంతో చమురును అత్యధికంగా దిగుమతి చేసుకుంటున్న దేశాల్లో ముందు వరుసలో భారత్ ఉండటంతో విదేశీ మదుపరులు ఆందోళనకు గురవుతున్నారు. ఫలితంగా భవిష్యత్తులో ఈక్విటీలు కుప్పకూలే ప్రమాదం ఉన్నదని గుర్తించిన ఎఫ్ఐఐలు..ముందుగానే తమ పెట్టుబడులను వెనక్కి తీసుకుంటున్నారని దలాల్‌స్ట్రీట్ వర్గాలు వెల్లడించాయి. రంగాలవారీగా చూస్తే ఆర్థిక సేవల రంగాల్లో పెట్టుబడుల్లో రూ.31,831 కోట్లను వెనక్కి తీసుకున్న ఎఫ్ఐఐలు..ఆటోమొబైల్ రంగం నుంచి రూ. 4,807 కోట్లను ఉపసంహరించుకున్నట్టు నివేదిక వెల్లడించింది.దే సమయంలో క్యాపిటల్ గూడ్స్‌లో రూ.3,897 కోట్ల పెట్టుబడులు పెట్టిన విదేశీ మదుపరులు..కెమికల్స్, కన్స్యూమర్ సర్వీసెస్, మెటల్, మైనింగ్ రంగాల్లో రూ.1,000 కోట్ల నిధులను చొప్పించారు. దేశ ఆర్థిక పరిస్థితులు, కార్పొరేట్ల ఫలితాల ఆధారంగా విదేశీ మదుపరులు దృష్టి సారిస్తున్నారని, వీటికి తోడు పశ్చిమాసియాలో నెలకొన్న ఉద్రిక్త పరిస్థితులు కూడా పెట్టుబడుల ఉపసంహరణకు కారణాలని బీఎన్‌పీ పరిబాస్ వెల్లడించింది.

ట్రంప్ రాజ్యంలో 'నో కింగ్స్3' నిరసనలు..

మన ప్రజాగళం న్యూస్: ఆ దేశాన్ని చక్కదిద్దుతాం. ఈ దేశంలో ప్రజాస్వామ్యాన్ని పునరుద్ధరిస్తాం. ఈ దేశం నాకు నచ్చట్లేదు. దాన్ని బాగుచేయాలంటూ.. పిచ్చోడి చేతిలో రాయిలా.. ఇష్టారాజ్యంగా వ్యవహరిస్తూ ప్రపంచానికి పెద్దన్న కుర్చీలో కూర్చున్న నాటి నుంచి ప్రపంచానికి శాంతి లేకుండా చేసిన ట్రంప్ నకు వ్యతిరేకంగా ఇప్పుడు సొంత దేశంలో సొంత ప్రజలు రోడ్ల మీదకు వస్తున్నారు. అమెరికా చరిత్రలోనే అతి పెద్ద నిరసనల్లో ఒకటిగా దీన్ని చెబుతున్నారు. వీకెండ్ వేళ.. అమెరికా వ్యాప్తంగా మొత్తం 50 రాష్ట్రాల్లోనూ 'నో కింగ్స్' పేరుతో నడుస్తున్న నిరసనలు ఇప్పుడు అంతకంతకూ విస్తరిస్తున్నాయి. అమెరికా చరిత్రలోనే ఇవి అతి పెద్ద ఆందోళనలుగా అభివర్ణిస్తున్నారు. గత అక్టోబరులో సుమారు 70 లక్షల మంది పాల్గొంటే.. తాజా నిరసనల్లో ఏకంగా 90 లక్షల మంది వరకు వీధుల్లోకి రావటం గమనార్హం. అమెరికా వ్యాప్తంగా 50 రాష్ట్రాల్లో దాదాపు 90 లక్షల మంది వరకు వీధుల్లోకి వచ్చి తమ నిరసన గళాన్ని వినిపిస్తున్నారు. ఈసారి ఆందోళనల్లో ప్రత్యేకత ఏమంటే.. 50 రాష్ట్రాల్లో దాదాపు 3200లకు పైగా ప్రదేశాల్లో ఈ ఆందోళనలు నిర్వహిస్తున్నారు. కేవలం పెద్ద నగరాల్లో మాత్రమే కాదు.. రిపబ్లికన్లకు పట్టు ఉన్న గ్రామీణ ప్రాంతాల్లోనూ ఈసారి నిరసనలు జరగటం గమనార్హం. అమెరికాలో ప్రధాన నగరాలైన వాషింగ్టన్ డీసీ.. వాషింగ్టన్ డీసీ, న్యూయార్క్, లాస్ ఏంజిల్స్, శాన్ ఫ్రాన్సిస్కో వంటి నగరాల్లో భారీ జనసమూహం కనిపించింది. సెయింట్ పాల్ మిన్నెసోటాలో జరిగిన ర్యాలీలో ప్రఖ్యాత సింగర్ బ్రూస్ స్ప్రింగస్టీన్ పాల్గొనటం విశేషం. అంతేకాదు.. ఈ ఆందోళనల్లో డెమోక్రాట్ల అగ్రనాయకత్వ కూడా హాజరు కావట చూస్తే.. ట్రంప్ మీద వ్యతిరేకత అంతకంతకూ ముదురుతున్న విషయం స్పష్టవుతోందని చెప్పాలి. ఇది ఎలా సాధ్యమైందంటే? కాలిఫోర్నియా గవర్నర్ ఈ నిరసనల్ని నిరంకుశత్వానికి వ్యతిరేకంగా స్వాతంత్ర్య ప్రకటనగా పేర్కొంటున్నారు. ఈ ఆందోళనలు కేవలం పార్టీ ఏజెంట్ల ఎజెండా మాత్రమే కాదని. రిపబ్లికన్ పార్టీకి చెందిన మాజీ సభ్యులు మాత్రమే కాదు స్వతంత్రులుగా పోటీ చేసిన వారు సైతం నిరసనల్లో పాల్గొంటున్నారు. వీరంతా రాజ్యాంగ పరిరక్షణ కోసం వీధుల్లోకి రావటం విశేషం.ట్రంప్ తన తీరును మార్చుకోవాలన్న ఉద్దేశంలో ఈ ఆందోళనలు చేస్తున్నారు. అయినప్పటికీ ఆయన తన తీరు మార్చుకోకపోతే పాలనను స్తంభింపచేసే అవకాశం ఉందన్న మాట వినిపిస్తోంది. అంతేకాదు.. ఈ నిరసనలు కోర్టులను సైతం ప్రభావితం చేసే అవకాశం ఉందన్న మాట వినిపిస్తోంది. ఇంతకాలం ఆయా దేశాల తీరును తప్పు పట్టిన ట్రంప్.. చివరకు తన సొంత రాజ్యంలో వెల్లువెత్తుతున్న ఆందోళనలకు ఎలాంటి భాష్యం చెబుతారో చూడాలి.

ఎంట్రీ లెవెల్ వైట్ కాలర్ ఉద్యోగుల కంటే కార్మికుల జీతాల్లోనే వేగంగా పెరుగుదల 'వర్క్ ఇండియా' నివేదిక!..

మన ప్రజాగళం న్యూస్: మంచిగా చదివితే పెద్ద నౌకరి వస్తుంది.. మంచి జీతం వస్తుంది.. పెళ్లాం, పిల్లలతో దర్జాగా బతకచ్చు అని మన పెద్ద వారు చెప్పేవారు. కానీ ఈ పరిస్థితి మారిందని ఒక నివేదిక స్పష్టం చేసింది. వైట్ కాలర్ ఉద్యోగుల కంటే కార్మికుల వేతనాలే ఎక్కువని ఒక సంస్థ చేసిన సర్వేలో తేలింది. ఒకప్పుడు చదువుకున్న వారికి మాత్రమే మంచి జీతాలు వస్తాయని, శారీరక శ్రమ చేసే కార్మికులకు తక్కువ ఆదాయమే దక్కుతుందని భావించేవాళ్లం. కానీ, మారుతున్న కాలానికి అనుగుణంగా ఇప్పుడు భారతీయ ఉపాధి మార్కెట్‌లో ఒక విప్లవాత్మకమైన మార్పు చోటుచేసుకుంటోంది. తాజాగా 'వర్క్ ఇండియా' విడుదల చేసిన నివేదిక ప్రకారం.. ఆఫీసుల్లో ఏసీల కింద కూర్చుని పనిచేసే ఎంట్రీ లెవెల్ వైట్ కాలర్ ఉద్యోగుల కంటే, ఎండనక, వాననక కష్టపడే బ్లూకాలర్ కార్మికుల జీతాలే వేగంగా పెరుగుతున్నాయి. ఈ పరిణామం అటు పరిశ్రమల్లోనూ, ఇటు నిరుద్యోగుల్లోనూ కొత్త చర్చకు దారితీస్తోంది. బ్లూకాలర్, వైట్ కాలర్ విభాగాల్లో వేతనాల పెరుగుదల తీరుతెన్నులపై 'వర్క్ ఇండియా' నివేదిక వెల్లడించిన ఆసక్తికరమైన అంశాలు చూస్తే షాక్ కావాల్సిందే..బ్లూకాలర్ సిబ్బంది వేతనాల్లో భారీ జంప్ వర్క్ ఇండియా నివేదిక ప్రకారం.., డ్రైవర్లు, డెలివరీ బాయ్స్, సెక్యూరిటీ గార్డులు, ఇతర క్షేత్రస్థాయి పనులు చేసే బ్లూకాలర్ సిబ్బంది వేతనాలు గతేడాదిలో గణనీయంగా పెరిగాయి. పెరుగుదల శాతం: 2024లో బ్లూకాలర్ సిబ్బంది సగటు కనీస వేతనం రూ. 14,056 ఉండగా, 2025 నాటికి అది 8.6 శాతం పెరిగి రూ. 15,265కు చేరుకుంది. డిమాండ్, సరఫరా: ముఖ్యంగా ఇ-కామర్స్ రంగం విస్తరించడం, క్విక్ కామర్స్ (10 నిమిషాల డెలివరీ) సేవలు పెరగడం వల్ల డెలివరీ భాగస్వాములకు విపరీతమైన డిమాండ్ ఏర్పడింది. ఈ డిమాండ్ వల్లే కంపెనీలు తమ కార్మికులను నిలుపుకోవడానికి జీతాలను పెంచక తప్పని పరిస్థితి ఏర్పడింది. గిగ్ ఎకానమీ పెరగడం వల్ల బ్లూకాలర్ కార్మికులకు ఇప్పుడు మునుపటి కంటే ఎక్కువ ఉపాధి అవకాశాలు లభిస్తున్నాయి. వైట్ కాలర్ ఉద్యోగుల పరిస్థితి మరోవైపు, అడ్మినిస్ట్రేషన్, కస్టమర్ సపోర్ట్, డేటా ఎంట్రీ వంటి ఆఫీస్ పనులు చేసే ఎంట్రీ లెవెల్ వైట్ కాలర్ ఉద్యోగుల వేతన వృద్ధి రేటు మాత్రం ఆశించిన స్థాయిలో లేదు. వేతనాల వివరాలు: 2024లో వీరి సగటు జీతం రూ. 14,760 ఉండగా, 2025లో అది కేవలం 6.75 శాతం మాత్రమే పెరిగి రూ. 15,756గా నమోదైంది. ఏఐ, ఆటోమేషన్ ప్రభావం: వైట్ కాలర్ ఉద్యోగాల్లో వృద్ధి తగ్గడానికి ప్రధాన కారణం ఆర్టిఫిషియల్ ఇంటెలిజెన్స్). ఆఫీసుల్లో చేసే సాధారణ పనులను ఇప్పుడు ఏఐ సాఫ్ట్‌వేర్లు సులభంగా చేస్తున్నాయి. దీనివల్ల కంపెనీలు కొత్త ఉద్యోగులను తీసుకోవడం తగ్గించడమే కాకుండా.., ఉన్న వారికి కూడా నామమాత్రపు జీతాల పెంపు అందిస్తున్నాయి. బ్లూకాలర్ పనులకు శారీరక ఉనికి అవసరం కాబట్టి అక్కడ ఏఐ ప్రభావం తక్కువగా ఉంది, కానీ వైట్ కాలర్ పనులు డిజిటల్ పరమైనవి కావడంతో అక్కడ పోటీ విపరీతంగా పెరిగింది.వర్క్ ఇండియా నివేదిక వెల్లడించిన ఈ అంశాలు భారతీయ యువతకు ఒక కనువిప్పు లాంటివి. కేవలం ఆఫీసు ఉద్యోగం కోసమే వేచి చూడకుండా, నైపుణ్యం ఉన్న ఏ పని చేసినా గౌరవప్రదమైన జీతం లభిస్తుందని ఈ గణాంకాలు నిరూపిస్తున్నాయి. బ్లూకాలర్ సిబ్బంది వేతనాలు 8.6 శాతం పెరగడం అనేది మన ఆర్థిక వ్యవస్థలో క్షేత్రస్థాయిలో కదలిక వస్తోందనడానికి నిదర్శనం. అటు కంపెనీలు కూడా తమ బ్లూకాలర్ వర్క్ ఫోర్స్ పట్ల మరింత బాధ్యతగా వ్యవహరించడం వల్ల దేశంలో ఉపాధి నాణ్యత పెరుగుతోంది. కష్టపడి పనిచేసే చేతులకు తగిన విలువ దక్కడం అనేది ఆరోగ్యకరమైన సమాజ లక్షణం.

నాయకులు కావలెను..

ఒక్కసారిగా పెరిగిన డిమాండ్!

మన ప్రజాగళం న్యూస్: అసెంబ్లీ , పార్లమెంట్ నియోజకవర్గాల పునర్విభజన నేపథ్యంలో రాజకీయ ముఖచిత్రం వేగంగా మారిపోతోంది. ప్రధానంగా తెలుగు రాష్ట్రాల్లో రాజకీయ వాతావరణం ఒక్కసారిగా వేడెక్కింది. నియోజకవర్గాల పునర్విభజన పుణ్యమాని మునుపెన్నడూ లేని విధంగా నాయకులకు గిరాకీ పెరిగిందని అంటున్నారు. ఏపీలో దాదాపు 88 అసెంబ్లీ, 13 పార్లమెంట్ నియోజకవర్గాలు కొత్తగా అందుబాటులోకి వస్తున్నాయి. అదేవిధంగా తెలంగాణలో సైతం 50 శాతం సీట్లు పెరుగుతున్నాయి. దీంతో ఆయా స్థానాల్లో జెండా ఎగురవేసే సమర్థులైన నేతల కోసం ప్రధాన పార్టీలన్నీ వేట మొదలుపెట్టాయి.కొత్త నియోజకవర్గాలు ఏర్పడటం ఒక ఎత్తైతే, అక్కడ ప్రజలను మెప్పించగల అభ్యర్థులను రంగంలోకి దించడం మరో ఎత్తుగా చెబుతున్నారు. ప్రస్తుతం ఉన్న పరిస్థితుల్లో కేవలం ప్రజాబలం ఉంటే సరిపోదని, పార్టీని నడిపించగల సమర్థతతోపాటు కొన్ని కీలక సమీకరణాలను పార్టీలు పరిగణనలోకి తీసుకుంటున్నాయని అంటున్నారు. ప్రజలను తమవైపు తిప్పుకోగల నేర్పు, ప్రత్యర్థుల ఎత్తుగడలను చిత్తు చేయగల రాజకీయ చతురత ఉన్నవారికి మొదటి ప్రాధాన్యం ఇవ్వాల్సిన అవసరం ఉందంటున్నారు. దీంతో ప్రధాన పార్టీలు తమ ప్రత్యర్థులను సైతం ఆకర్షించేలా ఆపరేషన్ స్టార్ట్ చేస్తున్నాయని వ్యాఖ్యానిస్తున్నారు. ఇక ఎన్నికల నిర్వహణ ఖర్చుతో కూడుకున్న వ్యవహారం కావడంతో, ఆర్థికంగా బలంగా ఉన్నవారిని గేలం వేసేలా పార్టీలు అడుగులు వేస్తున్నాయని చెబుతున్నారు. కొత్త నియోజకవర్గాలకు బాధ్యతలు అప్పగించడానికి సొంతంగా ఖర్చు పెట్టుకోగల నాయకుల కోసం పార్టీలు 'రెడ్ కార్పెట్' పరుస్తున్నాయని వ్యాఖ్యానిస్తున్నారు. అదేసమయంలో కొత్తగా ఏర్పడే నియోజకవర్గాల్లో ఏ సామాజిక వర్గం ఓట్లు ఎక్కువగా ఉన్నాయి? ఎవరిని నిలబెడితే గెలుపు అవకాశాలు మెరుగ్గా ఉంటాయనే లెక్కల్లో పార్టీలు అగ్రనాయకత్వాలు దృష్టి పెడుతున్నాయని చెబుతున్నారు.బీజేపీ ఏపీ చీఫ్ మాధవ్ కీలక వ్యాఖ్యలు విపక్షాలకు ఊపిరాడని పరిస్థితి కాగా, నియోజకవర్గాల పెరుగుదల ముఖ్యంగా ప్రతిపక్ష పార్టీలకు పెద్ద పరీక్షగా మారిందని అంటున్నారు. ఇప్పటికే ఉన్న స్థానాల్లోనే సరైన అభ్యర్థులు లేక ఇబ్బంది పడుతున్న తరుణంలో, అదనంగా పెరిగిన స్థానాలను భర్తీ చేయడం విపక్ష పార్టీలను ఉక్కిరిబిక్కిరి చేస్తోందని అంటున్నారు. బలమైన అభ్యర్థులు లేకపోతే అధికార పార్టీ దూకుడును అడ్డుకోవడం అసాధ్యమని విపక్ష నేతలు ఆందోళన చెందుతున్నారు.ఇక అధికార పార్టీకి వనరులు, ఆశావహులు ఉన్నప్పటికీ, కొత్త నేతలను గ్రౌండ్ లెవల్ నుంచి తయారు చేయడం అంత సులువేమీ కాదని విశ్లేషిస్తున్నారు. పాత నేతల మధ్య సమన్వయం కుదర్చడం, కొత్తవారికి టికెట్లు ఇస్తే వచ్చే అసమ్మతిని తట్టుకోవడం వంటి అంతర్గత సమస్యలు అధికార పార్టీకి సవాల్ విసురుతున్నట్లు చెబుతున్నారు. కేవలం గెలుపు గుర్రాలనే నమ్ముకోవాలా లేక పార్టీ కేడర్ నుంచి నాయకులను ప్రోత్సహించాలా అన్న సందిగ్ధాన్ని అధికార పార్టీ ముఖ్యులు ఎదుర్కొంటున్నట్లు చెబుతున్నారు. మొత్తానికి, పునర్విభజన అనేది రాజకీయ నిరుద్యోగులకు వరంలా మారిందని వ్యాఖ్యానిస్తున్నారు.

గ్యాస్ సిలిండర్లతో ఉడాయించిన డెలివరీ బాయ్..

మన ప్రజాగళం న్యూస్: పశ్చిమాసియా యుద్ధం వల్ల చమురు సంక్షోభం తలెత్తి పెట్రోల్, డీజిల్ ధరలు ఆకాశాన్ని తాకుతుంటే.. విశాఖపట్నంలో ఒక గ్యాస్ డెలివరీ బాయ్ ఏకంగా 30 ఎల్పీజీ సిలిండర్లతో ఉడాయించడం చూస్తుంటే 'అడకత్తెరలో పోకచెక్క' లాంటి సామాన్యుడి పరిస్థితి అర్థం అవుతోంది. గ్యాస్ సిలిండర్ కోసం నెలల తరబడి వేచి చూసే వినియోగదారుల నమ్మకాన్ని ఆసరాగా చేసుకొని, ఓటీపీలు సేకరించి మరీ ఈ భారీ మోసానికి పాల్పడడం గమనార్హం. విశాఖపట్నంలో సంచలనం సృష్టించిన ఈ గ్యాస్ సిలిండర్ల అపహరణ ఉదంతం, దాని వెనుక ఉన్న ముఠా కోణాలపై లోతుగా పరిశీలిస్తే..

వినియోగదారులకు నమ్మకద్రోహం!

ఈ కేటుగాడు అనుసరించిన తీరు వింతగా ఉంది. సాధారణంగా గ్యాస్ డెలివరీ సమయంలో ఓటీపీ చెప్పడం అనేది ఒక భద్రతా నియమం. సదరు డెలివరీ బాయ్ కస్టమర్ల వద్దకు వెళ్లి గ్యాస్ సిలిండర్ ఇచ్చే ముందే వారి నుంచి ఓటీపీలను సేకరించాడు. అంటే రికార్డుల్లో గ్యాస్ డెలివరీ అయినట్లు చూపిస్తూ, వాస్తవానికి ఆ సిలిండర్లను తన వద్దే ఉంచుకున్నాడు. ఇలా సుమారు 30 మంది కస్టమర్ల వద్ద ఓటీపీలు తీసుకున్న తర్వాత, ఆ 30 నిండు సిలిండర్లతో ఒక్కసారిగా పరారయ్యాడు. గ్యాస్ అందలేదని వినియోగదారులు ఏజెన్సీని సంప్రదించడంతో ఈ భాగోతం బయటపడింది.

బ్లాక్ మార్కెట్ ఆశ?

ప్రస్తుతం అంతర్జాతీయంగా జరుగుతున్న యుద్ధం వల్ల ఇంధన వనరుల కొరత ఏర్పడింది. రాబోయే రోజుల్లో గ్యాస్ ధరలు పెరిగే అవకాశం ఉందన్న ప్రచారం జరుగుతోంది. బహుశా ఆ 30 సిలిండర్లను బ్లాక్ మార్కెట్‌లో భారీ ధరలకు విక్రయించి సొమ్ము చేసుకోవాలనేది ఆ నిందితుడి ప్లాన్ అయి ఉండవచ్చు. యుద్ధం వల్ల గ్యాస్ కొరత ఉన్న సమయంలో ఇలాంటి దొంగతనాలు జరిగితే, ఏజెన్సీలు వెంటనే కొత్త స్టాక్ తెప్పించడం కష్టం అవుతుంది. దీనిని ఆసరాగా చేసుకొని డెలివరీ బాయ్ ఈ సాహసానికి ఒడిగట్టినట్లు తెలుస్తుంది.

విచారణలో కీలక అంశాలు!

బాధితుల ఫిర్యాదు మేరకు విశాఖ పోలీసులు కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు ప్రారంభించారు. నిందితుడు ఎక్కడికి వెళ్లాడు? ఆ సిలిండర్లను ఎక్కడ దాచాడు? అనే కోణంలో పోలీసులు సెల్ ఫోన్ సిగ్నల్స్ ఆధారంగా గాలిస్తున్నారు. కేవలం ఒక డెలివరీ బాయ్ 30 సిలిండర్లను మోయడం సాధ్యం కాదు కాబట్టి, దీని వెనుక ఏదైనా పెద్ద ముఠా ఉందా? లేదా ఏదైనా వాహనం ద్వారా వీటిని తరలించారా? అని విచారిస్తున్నారు. ఆ సిలిండర్లను రికవరీ చేయడం పోలీసులకు పెద్ద సవాలుగా మారింది.

వినియోగదారులు అప్రమత్తంగా ఉండాలి

ఈ ఘటన గ్యాస్ కనెక్షన్ ఉన్న ప్రతి ఒక్కరికీ ఒక హెచ్చరిక. గ్యాస్ సిలిండర్ మీ కళ్ల ముందు ఉండి, దాని సీల్ సరిగ్గా ఉందో లేదో తనిఖీ చేసిన తర్వాతే డెలివరీ బాయ్‌కి ఓటీపీ చెప్పాలి. ముందే ఓటీపీ ఇస్తే ఇలాంటి మోసాలకు ఆస్కారం ఉంటుంది. గ్యాస్ బుకింగ్, డెలివరీ స్టేటస్‌ను కంపెనీ అధికారిక యాప్స్‌లో ఎప్పటికప్పుడు చెక్ చేసుకోవాలి. డెలివరీ బాయ్ ఇచ్చే ఫిజికల్ బిల్లును జాగ్రత్తగా ఉంచుకోవాలి. ఇది ఏదైనా సమస్య తలెత్తినప్పుడు సాక్ష్యంగా ఉపయోగపడుతుంది.

గ్యాస్ ఏజెన్సీల బాధ్యత..

ఈ మోసం గ్యాస్ ఏజెన్సీల నిర్వహణ లోపాలను కూడా ఎత్తిచూపుతోంది. తమ వద్ద పనిచేసే డెలివరీ బాయ్స్ నేపథ్యాన్ని ఏజెన్సీలు సరిగ్గా చూడటం లేదని విమర్శలు వస్తున్నాయి. ఒక్క డెలివరీ బాయ్ వద్దకు 30 సిలిండర్లు వెళ్లే వరకు ఏజెన్సీ ఎందుకు గమనించలేదనేది కూడా ప్రశ్న. ఏజెన్సీలు తమ డెలివరీ సాఫ్ట్‌వేర్‌లో రియల్ టైమ్ ట్రాకింగ్ సిస్టమ్‌ను మెరుగుపరుచుకోవాలి.యుద్ధం తెచ్చిన కష్టాల కంటే, ఇలాంటి మనుషులు చేసే మోసాలే సామాన్యుడిని ఎక్కువ బాధిస్తాయి. విశాఖపట్నంలో జరిగిన ఈ 30 సిలిండర్ల చోరీ ఉదంతం.. టెక్నాలజీని కూడా మోసాలకు ఎలా వాడుకోవచ్చో నిరూపించింది. పోలీసులు నిందితుడిని త్వరగా పట్టుకొని, ఆ సిలిండర్లను రికవరీ చేసి బాధితులకు అందజేస్తారని ఆశిద్దాం. కొరత ఉన్న సమయంలో ప్రతి గ్యాస్ సిలిండర్ ఒక విలువైన వనరు అనే విషయాన్ని మనం మర్చిపోకూడదు.

సిట్టింగులకే 90 శాతం సీట్లు..

- స్టాలిన్ 'విజయ' వ్యూహం!

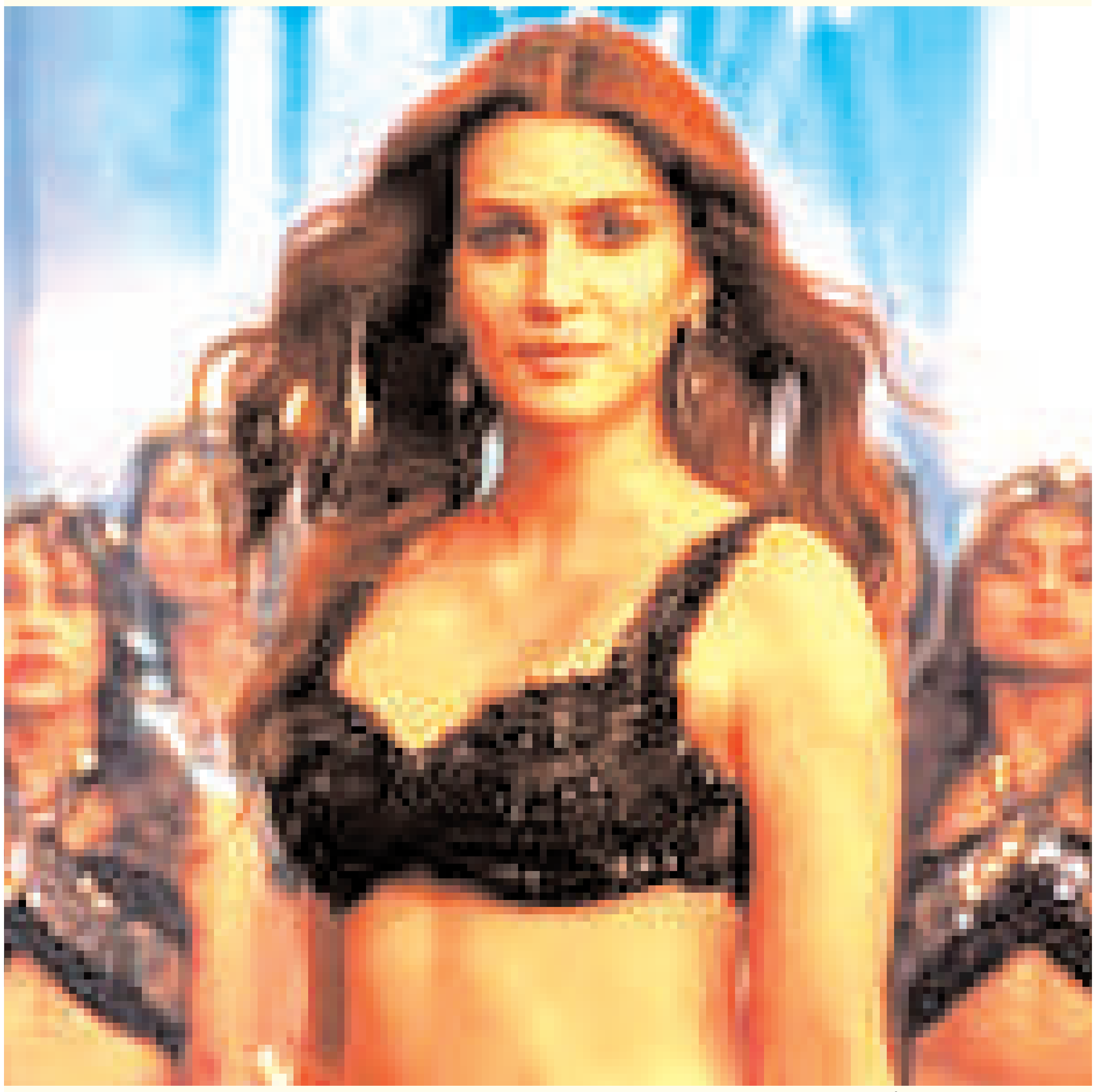
మన ప్రజాగళం న్యూస్: సిట్టింగులకు టికెట్లు ఇవ్వడాన్ని అధికార పార్టీలు దాదాపు నిరాకరిస్తున్న పరిస్థితి కనిపిస్తోంది. వారిపై అవినీతి మరకలు పడ దం కానీ.. లేదా ప్రజలకు అందుబాటులో లేరన్న వాదన కానీ.. ఇలా అనేక కారణాలతో సిట్టింగు ఎమ్మెల్యేలకు టికెట్లు నిరాకరి స్తున్నారు. ముఖ్యంగా అధికారంలో ఉన్న పార్టీలైతే మార్పు దిశగా అడుగులు వేస్తున్నాయి. గతంలో ఏపీ సీఎం జగన్.. తన పార్టీకి చెందిన వారిలో సగం మందికి టికెట్లు నిరాకరించారు. తద్వారా.. వారి స్థానంలో కొత్తవారికి అవకాశం కల్పించి.. విజయం దక్కించుకునేందుకు అవకాశం ఉంటుందని భావించారు. కానీ..ఈ వ్యూహం బెడిసి కొట్టింది.పోనీ.. సిట్టింగులకే అవకాశం ఇచ్చిన తెలంగాణలోనూ కేసీఆర్ ఇదే దెబ్బతిన్నారు. సిట్టింగు ఎమ్మెల్యేలను మార్చాలని వచ్చిన అనేక సిఫారసులను అప్పట్లో కేసీఆర్ తోసిపుచ్చారు. అంతేకాదు.. సిట్టింగులకు టికెట్లు ఇవ్వడాన్ని సమర్థించారు. ఇది.. కూడా బెడిసి కొట్టింది. ఇక, ప్రస్తుతం జరుగుతున్న ఐదు రాష్ట్రాల ఎన్నికల్లో తమిళనాడు ఇప్పుడు అందరి దృష్టినీ ఆకర్షిస్తోంది. ఇక్కడి అధికార డీఎంకే పార్టీ అధినేత, సీఎం స్టాలిన్.. తన పార్టీకి చెందిన వారిలో దాదాపు 90 శాతం మంది సిట్టింగులకు టికెట్లు ఖరారు చేశారు. కేవలం పొత్తులో భాగంగా ఒకటి రెండు సీట్లలో మాత్రమే మార్పులు చేశారు.

వ్యూహం ఏంటి?

ఈ విషయంపై స్టాలిన్ ఆసక్తికర వ్యాఖ్యలు చేశారు. సిట్టింగు ఎమ్మెల్యేలకు టికెట్లు ఇవ్వడాన్ని ఆయన సమర్థించుకున్నారు. అంతేకాదు.. వారికి అనుభవం ఉందని.. ఇప్పుడు ఉన్న పోటీనిఎదుర్కొనేందుకు.. తమను తాము నిరూపించు కునేందుకు ఇదే సరైన అవకాశమని వారు భావిస్తున్నారని.. అందుకే సిట్టింగులకు టికెట్లు ఇచ్చేశామన్నారు. అయితే..ఆశావహులకు ఇటీవల ఇంటర్వ్యూలు నిర్వహించిన విషయం తెలిసిందే. ఈ క్రమంలో పార్టీకి సుమారు 42 కోట్ల రూపాయలు ఇంటర్వ్యూ ఫీజు కింద జమైంది. మరి వారి సంగతి ఏంటంటే.. స్థానికంగా వారికి ప్రాధాన్యం కల్పిస్తామన్నారు.

చతుర్ముఖ పోటీ.. ప్రస్తుతం తమిళనాడులో చతుర్ముఖ పోటీ కనిపిస్తోంది. 1) డీఎంకేంకాంగ్రెస్ కూటమి. 2) బీజేపీంఅన్నాడీఎంకే కూటమి. 3) ఎన్‌పీకేంకమ్యూనిస్టులు. 4) టీవీకే(దళపతి విజయ్ పార్టీ) ఒంటరి పోరు. ఇలా.. మూడు నుంచి నాలుగు పార్టీల మధ్య ఈ సారి తమిళనాడులో భారీ పోటీ నెలకొంది. ఈ నేపథ్యంలో సీనియర్లు.. అనుభవం ఉన్నవారు.. ఆల్రెడీ సిట్టింగులకు టికెట్లు ఇవ్వడం ద్వారా ప్రజల ఆమోదం పొందవచ్చని స్టాలిన్ భావిస్తున్నారు. ఇతర పార్టీలలో కొత్తవారికి అవకాశం ఇస్తున్న నేపథ్యంలో తమిళనాట ప్రజలు అనుభవానికి పెద్దపీట వేస్తారని ఆయన అంచనా వేసుకుంటున్నారు. మరి ఆయన వ్యూహం ఏమేరకు విజయం

కాక్‌టెయిల్ 2పై కృతిసనన్ కామెంట్స్ వైరల్



తెలుగు ప్రేక్షకులకు పెద్దగా ఇంట్రడక్షన్ అవసరం లేని భామ కృతి సనన్ మహేశ్ బాబు, నాగచైతన్య వంటి లీడింగ్ హీరోలతో నటించిన ఈ బ్యూటీ ప్రస్తుతం హిందీ సినిమాలపైనే ఎక్కువ ఫోకస్ పెట్టింది. కృతి సనన్ ప్రస్తుతం కాక్‌టెయిల్ 2 సినిమాలో ఫీ మేల్ లీడ్ రోల్‌లో నటిస్తోంది. రొమాంటిక్ కామెడీ నేపథ్యంలో తెరకెక్కుతున్న ఈ చిత్రం జూన్ 19న గ్రాండ్‌గా విడుదల కానుంది.మోడ్రన్ లవ్, ఫ్రెండ్‌షిప్ నేపథ్యంలో రాబోతున్న ఈ చిత్రంలో తన పాత్ర తన కెరీర్‌లో ఇప్పటివరకు పోషించనివిధంగా చాలా హాటెస్ట్ అండ్ బోల్డ్‌గా సాగుతుందని చెబుతోంది కృతిసనన్. అంతేకాదు తన రోల్ ప్రేక్షకులను సర్‌ప్రైజ్ చేయడం ఖాయమంటోంది. ఈ మూవీలో రష్మిక మందన్నా, షాహిద్ కపూర్ కీలక పాత్రల్లో నటిస్తున్నారు. ఇందులో రష్మిక మందన్నా, కృతిసనన్ పార్ట్‌నర్స్‌గా కనిపించబోతుండగా.. ఈ కాంబో కథనాన్ని ఆసక్తికరంగా సాగేలా చేస్తుందట.తాజా టాక్ ప్రకారం ఈ ఇద్దరు ఫీ మేల్ స్టార్ల మధ్య వచ్చే సన్నివేశాలు చాలా బోల్డ్‌గా ఉండబోతున్నాయి. ఇదే నిజమైతే సిల్వర్ స్క్రీన్‌పై మరో ప్రయోగాత్మక సినిమాతో ప్రేక్షకులను థ్రిల్ అందించడం పక్కా అయిపోయినట్టే. హోమి అడంజనియా డైరెక్ట్ చేస్తున్న కాక్‌టెయిల్ 2 థీమ్, ప్రజెంటేషన్ చాలా బోల్డ్‌గా ఉండబోతుందని బీటౌన్ సర్కిల్ సమాచారం. డేరింగ్ స్టోరీ లైన్, స్టన్నింగ్ కాంబోలో వస్తున్న రాబోతున్న ఈ చిత్రంపై ఇప్పటికే అంచనాలు అమాంతం పెరిగిపోతున్నాయి.

గ్లోబల్ స్టేజ్‌పై మెరిసిన ప్రియాంక చోప్రా

ప్రపంచ ప్రపంచ వేదికలపై భారతీయులు సత్తా చాటుతుంటే గర్వపడాల్సిన సమయంలో, వారినే తక్కువ చేయాలనే ధోరణి ఎంతవరకు సమంజసం అనే చర్చ ప్రస్తుతం సోషల్ మీడియాలో జోరుగా సాగుతోంది. ఈ వివాదానికి కేంద్రబిందువుగా నిలిచింది బాలీవుడ్ స్టార్ నుంచి గ్లోబల్ ఐకాన్‌గా ఎదిగిన ప్రియాంక చోప్రా. ఇటీవల మిలన్లో జరిగిన ప్రతిష్టాత్మక బల్గారీ జ్యువెలరీ ఈవెంట్‌లో ప్రియాంక తన స్టైల్, గ్రేస్‌తో అందరినీ ఆకట్టుకున్నారు. అయితే ఆ వేడుకలో తీసిన ఒక వీడియోను ఆధారంగా చేసుకుని, హాలీవుడ్ పాప్ స్టార్ దువా లిపా ఆమెను పట్టించుకోలేదంటూ కొందరు నెటిజన్లు ట్రోలింగ్ మొదలుపెట్టారు. ఈ వ్యాఖ్యలు సోషల్ మీడియాలో పెద్ద చర్చకు దారి తీశాయి.ఈ ట్రోలింగ్‌పై సోషల్ మీడియా ఇన్‌ఫ్లుయెన్సర్ విశ్వాస్ వర్మ తీవ్రంగా స్పందించారు. “ఒక భారతీయుడు విదేశాల్లో విజయాన్ని సాధిస్తే మనం ప్రోత్సహించాలి. కానీ మనవాళ్లే ప్రియాంక స్థాయిని ప్రశ్నిస్తూ విమర్శించడం బాధాకరం” అని ఆయన పేర్కొన్నారు. అలాగే, ప్రియాంక ఫొటోలు, వీడియోలను వాడుకుని మిలియన్ల వ్యూస్ సంపాదించే పాపరాజీ పేజీలు కూడా ఆమెను అవమానించే విధంగా పోస్టులు చేయడం “విషపూరితమైన మనస్తత్వం”కి నిదర్శనమని ఆయన విమర్శించారు. విశ్వాస్ వర్మ చేసిన ఈ వ్యాఖ్యలకు మంచి స్పందన లభించింది. ముఖ్యంగా ఈ వీడియోను ప్రియాంక చోప్రా స్వయంగా లైక్ చేయడం గమనార్హం. అలాగే ప్రముఖ నటి రవీనా టాండన్, హర్లీన్ సేథి కూడా ఈ వీడియోకు మద్దతు తెలపడం ద్వారా ట్రోలింగ్‌కు వ్యతిరేకంగా నిలిచారు.ప్రియాంక చోప్రా ప్రస్తుతం బల్గారీ బ్రాండ్‌కు గ్లోబల్ అంబాసిడర్‌గా ఉన్నారు. అంటే ఆమె కేవలం ఈవెంట్‌కు హాజరైన అతిథి మాత్రమే కాదు, ఆ బ్రాండ్‌కు ముఖచిత్రం. అదే వేదికపై అన్నా హతావే, జేక్ గిలెన్‌హాల్ వంటి హాలీవుడ్ అగ్ర తారల సరసన సమాన హోదాలో నిలిచారు. ఇలాంటి స్థాయిలో ఉన్న వ్యక్తిని గుర్తింపు లేని వ్యక్తి గా చూపించే ప్రయత్నాలు ఆమె సాధించిన విజయాలను అవమానించడమేనని అభిమానులు అభిప్రాయపడుతున్నారు. 2015లో క్వాంటికోతో హాలీవుడ్‌లో అడుగుపెట్టిన ప్రియాంక, తర్వాత ‘బేవాచ్’, ‘మ్యాట్రిక్స్’ సిరీస్, సిటాడెల్ వంటి ప్రాజెక్టులతో అంతర్జాతీయ స్థాయిలో గుర్తింపు పొందారు. ఇటీవల ది బ్లఫ్ చిత్రంలో ఆమె నటనకు మంచి ప్రశంసలు దక్కాయి. ప్రస్తుతం తన భర్త నిక్ జోనాస్, కుమార్తె మాల్తీ మేరీతో కలిసి అమెరికాలో నివసిస్తున్న ప్రియాంక, ప్రపంచ వేదికలపై భారతీయుల ప్రతిష్టను పెంచుతున్నారు.

వాంఖడేలో రోహిత్ ఉగ్రరూపం..

- ఐపీఎల్ కెరీర్‌లో 9 ఏళ్ల తర్వాత ఇలా..

మన ప్రజాగళం న్యూస్ : ముంబై ఇండియన్స్ మాజీ కెప్టెన్, ‘హిట్‌మ్యాన్’ రోహిత్ శర్మ ఐపీఎల్ 2026లో ఆకాశమే హద్దుగా చెలరేగిపోయాడు. కోల్‌కతా నైట్ రైడర్స్‌తో జరిగిన కీలక మ్యాచ్‌లో తన బ్యాటింగ్ పవర్‌తో స్టేడియాన్ని హోరెత్తించిన రోహిత్, కేవలం 23 బంతుల్లోనే అర్ధ సెంచరీ పూర్తి చేసి తన కెరీర్‌లోనే అత్యంత వేగవంతమైన ఫిఫ్టీని నమోదు చేశారు. ఈ మెరుపు ఇన్నింగ్స్‌తో ఆయన పలు పాత రికార్డులను తిరగరాశాడు.ఐపీఎల్ చరిత్రలో రోహిత్ శర్మ ఎన్నో చిరస్మరణీయ ఇన్నింగ్స్‌లు ఆడినప్పటికీ, వేగవంతమైన అర్ధ సెంచరీ విషయంలో ఆయన 2015 నాటి రికార్డును ఇప్పటివరకు అధిగమించలేకపోయాడు. గతంలో ఈడెన్ గార్డెన్స్ వేదికగా చెన్నై సూపర్ కింగ్స్‌తో జరిగిన ఫైనల్ మ్యాచ్‌లో రోహిత్ 25 బంతుల్లో హాఫ్ సెంచరీ సాధించాడు. అది ఆయనకు ఇప్పటివరకు అత్యుత్తమ రికార్డుగా ఉండేది. అయితే, తాజా మ్యాచ్‌లో కేవలం 23 బంతుల్లోనే 50 పరుగుల మైలురాయిని చేరుకోవడం ద్వారా తొమ్మిదేళ్ల నాటి తన సొంత రికార్డును రోహిత్ బద్దలు కొట్టాడు. ప్రారంభం నుంచే దూకుడుగా ఆడిన ఆయన, కోల్‌కతా బౌలర్లపై నిర్దాక్షిణ్యంగా విరుచుకుపడ్డాడు.ఐపీఎల్ చరిత్రలో రోహిత్ శర్మ ఎన్నో చిరస్మరణీయ ఇన్నింగ్స్‌లు ఆడినప్పటికీ, వేగవంతమైన అర్ధ సెంచరీ విషయంలో ఆయన 2015 నాటి రికార్డును ఇప్పటివరకు అధిగమించలేకపోయాడు. గతంలో ఈడెన్ గార్డెన్స్ వేదికగా చెన్నై సూపర్ కింగ్స్‌తో జరిగిన ఫైనల్ మ్యాచ్‌లో రోహిత్ 25 బంతుల్లో హాఫ్ సెంచరీ సాధించాడు. అది ఆయనకు ఇప్పటివరకు అత్యుత్తమ రికార్డుగా ఉండేది. అయితే, తాజా మ్యాచ్‌లో కేవలం 23 బంతుల్లోనే 50 పరుగుల మైలురాయిని చేరుకోవడం ద్వారా తొమ్మిదేళ్ల నాటి తన సొంత రికార్డును రోహిత్ బద్దలు కొట్టాడు. ప్రారంభం నుంచే దూకుడుగా ఆడిన ఆయన, కోల్‌కతా బౌలర్లపై నిర్దాక్షిణ్యంగా విరుచుకుపడ్డాడు.ఈ తుఫాన్ ఇన్నింగ్స్‌తో రోహిత్ శర్మ ఐపీఎల్‌లో మరో అరుదైన ఘనతను అందుకున్నాడు. లీగ్ చరిత్రలో 50 సార్లు యాభైకి పైగా పరుగులు (50ం స్కోర్లు) చేసిన నాలుగో బ్యాటర్‌గా ఆయన నిలిచాడు. తద్వారా క్రికెట్ దిగ్గజాలైన విరాట్ కోహ్లీ, డేవిడ్ వార్నర్ వంటి వారి సరసన రోహిత్ చేరాడు.ఐపీఎల్‌లో అత్యధిక సార్లు 50 కంటే ఎక్కువ పరుగులు చేసిన ఆటగాళ్ల జాబితాను ఒకసారి పరిశీలిస్తే.. విరాట్ కోహ్లీ (72 సార్లు), డేవిడ్ వార్నర్ (66 సార్లు), శిఖర్ ధావన్ (53 సార్లు), రోహిత్ శర్మ (50 సార్లు), కేఎల్ రాహుల్ (45 సార్లు) ఉన్నారు.లక్ష్య ఛేదనలో లేదా భారీ స్కోరు సాధించడంలో రోహిత్ శర్మ పాత్ర ఎంత కీలకమో ఈ మ్యాచ్ మరోసారి నిరూపించింది. పవర్‌ప్లేలో ప్రత్యర్థి బౌలర్ల లయను దెబ్బతీయడంలో ఆయన చూపిన చొరవ ముంబై ఇండియన్స్‌కు కొండంత బలాన్ని ఇచ్చింది. కేవలం బౌండరీలకే పరిమితం కాకుండా, మైదానం నలుమూలలా క్లాసిక్ షాట్లతో అలరించిన రోహిత్ ఇన్నింగ్స్ ఈ సీజన్‌లోనే అత్యుత్తమమైనదిగా క్రీడా విశ్లేషకులు అభివర్ణిస్తున్నారు.ప్రస్తుతం ఉన్న ఫామ్ చూస్తుంటే, ఈ సీజన్ ముగిసే సమయానికి రోహిత్ మరిన్ని రికార్డులను తన ఖాతాలో వేసుకోవడం ఖాయంగా కనిపిస్తోంది. కోల్‌కతాపై ఆయనకు ఉన్న అద్భుతమైన రికార్డుకు ఈ ఫాస్టెస్ట్ ఫిఫ్టీ ఒక మకుటంలా చేరింది.

మళ్లీ రింగ్‌లోకి మణిపూర్ మణిపూస..

- ప్రొఫెషనల్ బాక్సింగ్‌కు సై..!

మన ప్రజాగళం న్యూస్ : భారత బాక్సింగ్ దిగ్గజం మేరీ కోమ్ మళ్లీ రింగ్‌లో అడుగుపెట్టనుంది. వీడ్కోలు పలికిన మణిపూర్ మణిపూస ఇకపై ప్రొఫెషనల్ బాక్సింగ్ లో చెలరేగాలని భావిస్తోంది. వయోపరిమితి కారణంగా అమెచ్చూర్ బాక్సింగ్ లో పోటీ పడేందుకు అవకాశం లేనందున ప్రొఫెషన్ బాక్సింగ్ మీద కన్నేసినట్టు ఆమె తెలిపింది. ఆదివారం ఫిట్ ఇండియా 67వ సైకిల్ ర్యాలీలో పాల్గొన్న ఆమె ఈ విషయాన్ని ధ్రువీకరించింది.మహిళా బాక్సింగ్‌లో లెజెండ్‌గా పేరొందిన మేరీ కోమ్ కొత్త ఇన్నింగ్స్ ఆరంభించనుంది. కొన్నాళ్లుగా బాక్సింగ్‌కు దూరమైన ఆమె త్వరలోనే ప్రొఫెషనల్ బాక్సింగ్‌లో మెరవాలని భావిస్తోందీ ఒలింపిక్ కాంస్య పతక విజేత. ‘ఆరుసార్లు వరల్డ్ ఛాంపియన్‌షిప్ గెలుపొందడం చాలా గొప్ప విషయం. వయోపరిమితి కారణంగా దేశం తరఫున అమెచ్యూర్ బాక్సింగ్ ఆడే అవకాశం లేని పరిస్థితి.ఈ సమయంలో నాముందున్న ఆప్షన్ ప్రొఫెషనల్ బాక్సింగ్. ప్రస్తుతం ఈ ఆట గురించి ఆలోచిస్తున్నా. ఈ వయసులోనూ నాలో చేవ తగ్గలేదని ప్రపంచానికి చాటాలనుకుంటున్నా. వయసుతో సంబంధం లేకుండా సాధ్యమైనన్ని రోజులు ఫిట్‌గా ఉండాలని అనకుంటున్నా అని 43 ఏళ్ల మేరీకోమ్ వెల్లడించింది.

మహిళా బాక్సింగ్‌లో మహారాణి

ఈశాన్య రాష్ట్రమైన మణిపూర్‌కు చెందిన మేరీ కోమ్ భారత మహిళా బాక్సింగ్‌లో మహారాణిగా వెలుగొందింది. తన పవర్ పంచ్‌లతో ప్రత్యర్థులను పడగొట్టిన ఈ ఉక్కు మహిళ ఏకంగా ఆరుసార్లు (2002, 2005, 2006, 2008, 2010, 2018) ప్రపంచ ఛాంపియన్‌షిప్ విజేతగా నిలిచింది. 2012 లండన్ ఒలింపిక్స్‌లో కాంస్యంతో చరిత్ర సృష్టించి మేరీ కోమ్.. ఆసియా గేమ్స్‌లో పసిడి, కాంస్య పతకాలతో మెరిసింది.

2018 కామన్‌వెల్త్ క్రీడల్లోనూ పసిడి పతకం కొల్లగొట్టి తనకు తిరుగులేదని నిరూపించుకుంది. అయితే.. నిఖత్ జరీన్ రూపంలో మేరీ కోమ్‌కు గట్టి పోటీ ఎదురైంది. దాంతో.. అమెచ్యూర్ బాక్సింగ్‌కు దూరమైన ఈ స్టార్ బాక్సర్ సొంతంగా అకాడమీ నడుపుతూ యువ బాక్సర్లను తీర్చిదిద్దుతోంది.