తెలుగు దినపత్రిక https://aksharagalam.com

అక్షరగళం

నిజం.. నిర్భయంగా

హైదరాబాద్ | శనివారం, ఫిబ్రవరి 28, 2026 పేజీలు 8 /aksharagalam.com సంపుటి : 14 సంచిక : 3 వెల : 3/-

ట్రంప్‌నకు మరో ఎదురుదెబ్బ..

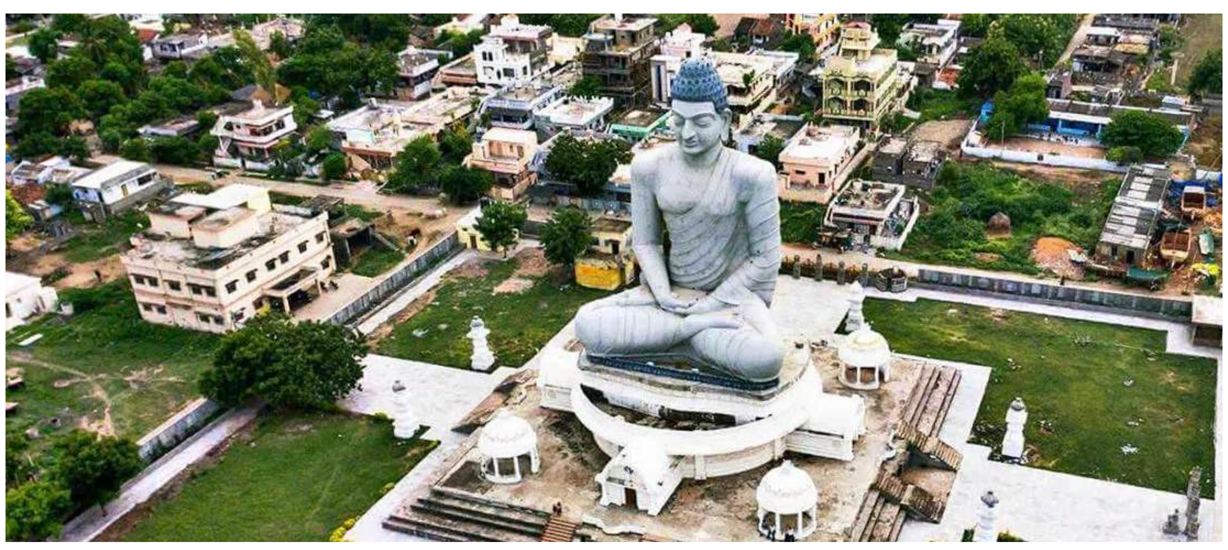
అక్రమ వలసదారుల తరలింపును తప్పుబట్టిన ఫెడరల్ కోర్టు

వాషింగ్టన్, ఫిబ్రవరి 26 : అమెరికా అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్‌నకు మరో ఎదురుదెబ్బ తగిలింది. అక్రమ వలసదారులను ఇతర దేశాలకు తరలించడాన్ని అక్కడి ఫెడరల్ కోర్టు తప్పుబట్టింది. ట్రంప్ కార్యవర్గం నిర్ణయాన్ని తాత్కాలికంగా సస్పెండ్ చేస్తూ మసాచుసెట్స్‌లోని యూఎస్ డిస్ట్రిక్ట్ జడ్జి బ్రియాన్ మర్ఫీ ఈ మేరకు తీర్పు వెలువరించారు. అధికారం చేపట్టినది మొదలు అక్రమ వలసదారులపై ట్రంప్ కొరడా ఝుళిపిస్తున్నారు. ఈ క్రమంలో వలసదారులను యూఎస్ నుంచి గ్వాటెమాలా, దక్షిణ సూడాన్, కోస్టారికా వంటి ఇతర దేశాలకు తరలించారు. ఆ వలసదారులు దీనిపై కోర్టులో దావా వేయగా, తాజాగా న్యాయస్థానం విచారణ జరిపింది. ఈ తీర్పుపై సుప్రీంకోర్టులో అప్పీల్ చేసుకునేందుకు ట్రంప్ యంత్రాంగానికి 15 రోజుల సమయముంది.

ఈ ఏడాది చివరికి 10 లక్షల పైగా గృహ ప్రవేశాలు జరిపిస్తాం

ఈ ఏడాది డిసెంబర్ నాటికి 10 లక్షల ఇళ్లు లబ్ధిదారులకు అందజేత

- నిరుపేదలకు పట్టణాల్లో 2 సెంట్లు, గ్రామాల్లో 3 సెంట్ల స్థలం ఉచితం
- రైతు సంక్షేమమే లక్ష్యంగా వ్యవసాయాభివృద్ధికి ఐదు సూత్రాల అమలు
- లక్ష కోట్లతో రాయలసీమను హార్టికల్చర్ హబ్‌గా మార్చేందుకు ప్రణాళికలు
- ఏలూరులో ప్రపంచంలోనే అతిపెద్ద కోకో సిటీ ఏర్పాటు



రాష్ట్రంలోని ప్రతి పేదవాడికి సొంతింటి కలను నిజం చేయడమే కూటమి ప్రభుత్వ ప్రధాన లక్ష్యమని, ఈ దిశగా యుద్ధ ప్రాతిపదికన చర్యలు తీసుకుంటున్నామని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు స్పష్టం చేశారు. నేడు అసెంబ్లీ సమావేశాల్లో భాగంగా గృహ నిర్మాణం, వ్యవసాయ శాఖల పద్దులపై జరిగిన చర్చలో సీఎం ప్రసంగించారు. ఈ ఏడాది చివరి నాటికి రాష్ట్రవ్యాప్తంగా రికార్డు స్థాయిలో 10 లక్షలకు పైగా ఇళ్లకు గృహ ప్రవేశాలు జరిపిస్తామని ఆయన సభలో ప్రకటించారు. ఇప్పటికీ ఇళ్లు లేని నిరుపేదలు ఎవరైనా ఉంటే వెంటనే దరఖాస్తు చేసుకోవాలని సూచించారు. రాష్ట్రంలో ఏ ఒక్క పేద కుటుంబం కూడా ఇల్లు లేకుండా ఉండకూడదన్నదే తమ ధ్యేయమని సీఎం తెలిపారు. రాయచోటి నుంచి ఇప్పటికే 3 లక్షల ఇళ్ల నిర్మాణాలను ప్రారంభించామని, ఈ ఏడాది ఉగాది నాటికి దాదాపు 3 లక్షల ఇళ్లలో లబ్ధిదారులు చేరేలా ఏర్పాట్లు చేస్తున్నామన్నారు. జూన్ నాటికి మరో 2.26 లక్షలు, సెప్టెంబర్ నాటికి ఇంకో 2.10 లక్షల ఇళ్లకు గృహ ప్రవేశాలు పూర్తి చేస్తామని స్పష్టమైన ప్రణాళికను వివరించారు.

ఇక కోర్ అర్బన్ చట్టం

- జీహెచ్ఎంసీ చట్టం స్థానంలో తయారు చేయాలని అధికారులకు ఆదేశం
- అన్నింటికీ ఆ చట్టమే ఆధారంగా ఉండాలని సూచన.. కోర్ ఏరియాలో పారిశుధ్యానికి అధిక ప్రాధాన్యమివ్వాలి
- ఓఆర్ఆర్ లోపల రోడ్లలన్నింటినీ పురపాలక శాఖ పరిధిలోకి తేవాలి
- పురపాలక, పట్టణాభివృద్ధి శాఖ సమీక్షలో సీఎం రేవంత్ రెడ్డి

హైదరాబాద్: ఔటర్ రింగురోడ్డు పరిధిలోని (కోర్ అర్బన్) మూడు మున్సిపల్ కార్పొరేషన్లకు వర్తించేలా గ్రేటర్ హైదరాబాద్ మహా నగర పాలక సంస్థ (జీహెచ్ఎంసీ) చట్టం స్థానంలో కోర్ అర్బన్ చట్టాన్ని తయారు చేయాలని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి అధికారులను ఆదేశించారు. అనుమతులు, రుసుములు, అభివృద్ధి పనుల నిర్వహణ, ఇతర వ్యవహారాలన్నింటికీ ఆ చట్టమే ఆధారంగా ఉండాలని సూచించారు. ప్రభుత్వం ప్రతిష్టాత్మకంగా చేపట్టనున్న 99 రోజుల కార్యక్రమంలో మున్సిపల్ పరిధిలో చేపట్టే పనులు తొలుత చేపడతామని సీఎం తెలిపారు. పురపాలక, పట్టణాభివృద్ధిశాఖపై రాష్ట్ర సచివాలయంలో సీఎం రేవంత్ రెడ్డి శుక్రవారం సమీక్ష నిర్వహించారు. కోర్ అర్బన్ ఏరియాలో పారిశుధ్యానికి ఎక్కువ ప్రాధాన్యం ఇవ్వాలని సూచించారు. పలు ప్రాంతాల్లో చెత్త ఎక్కడ వేయాలో తెలియక ప్రజలు ఖాళీ ప్రదేశాల్లో వేస్తున్నారని, ముందుగా చెత్త వేయాల్సిన ప్రాంతాలను గుర్తించి అక్కడ బోర్డులు ఏర్పాట్లు చేయాలని సూచించారు. ఎక్కడపడితే అక్కడ చెత్త వేసే వారిపై చర్యలు తీసుకోవాలని సీఎం పేర్కొన్నారు.

- మిగతా 2వ పేజీలో

మావోయిస్టు నేతల లొంగుబాటుపై అసెంబ్లీలో ప్రకటన చేస్తా

- చట్టపరిధిలో వారు ఏమైనా చేసుకోవచ్చన్న ముఖ్యమంత్రి
- చట్టాలను ఉల్లంఘిస్తే మాత్రం ప్రభుత్వం తన పని తాను చేస్తుందని వ్యాఖ్య 2లో
- ప్రస్తుత పరిస్థితుల్లో తుపాకీ పట్టుకుంటే నడవదని మాజీ మావోయిస్టు కీలక వ్యాఖ్య

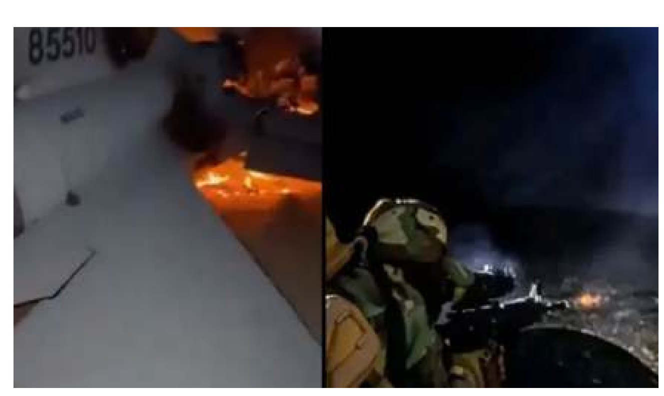
ఏపీలో పాలు, నీళ్లు కూడా ప్రాణాంతకమే

- చంద్రబాబు ప్రభుత్వ నిర్లక్ష్యం వల్లే వరుస మరణాలని జగన్ ఆరోపణ
- శ్రీకాకుళం, రాజమండ్రి ఘటనలతో డజనుకు పైగా మృతి చెందారని వెల్లడి
- గత 14 నెలల్లో 900 మందికి పైగా విద్యార్థులు అస్వస్థతకు గురయ్యారని ఆవేదన
- ప్రభుత్వం వెంటనే మేల్కొని చర్యలు చేపట్టాలని డిమాండ్

2లో

బస్తీల బాట పట్టిన కిషన్ రెడ్డి

- బౌద్ధనగర్, సీతాఫల్‌మండి, మెట్టుగూడ డివిజన్లలో పర్యటించిన కిషన్ రెడ్డిబస్తీ వాసుల కష్టాలను అడిగి తెలుసుకున్న కేంద్ర మంత్రి
- మౌలిక వసతుల కల్పనలో నిర్లక్ష్యం వద్దని అధికారులకు ఆదేశం



అఫ్గానిస్తాన్‌పై పాక్ దాడులు

- 'ఆపరేషన్ గజబ్ లిల్ హక్'లో 274 మంది తాలిబన్లు మృతి..
- 400 మందికి గాయాలు
- తాలిబన్ల దాడులను తిప్పికొట్టడానికే రంగంలోకి దిగామన్న పాకిస్తాన్
- వివాదాలను దౌత్య మార్గాల్లో పరిష్కరించుకోవాలని చైనా, రష్యా సూచన

2లో

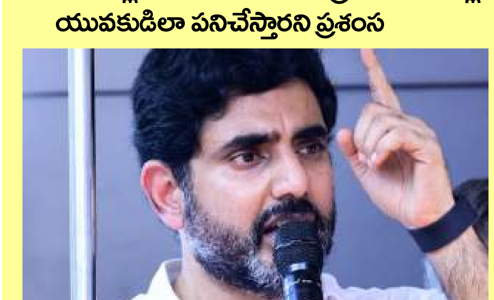
నేను చెప్పినట్టే తీర్పు వచ్చింది

- ఢిల్లీ లిక్కర్ కేసులో కోర్టు తీర్పుపై కల్వకుంట్ల కవిత వ్యాఖ్యలు
- పార్టీ పెట్టేందుకు సిద్ధమవుతున్న సమయంలో ఇది నాకు ఆశీర్వాదమే

2లో

రెడ్ బుక్‌లో జగన్ పేరు ఉందో, లేదో త్వరలో తెలుస్తుంది

- గత ప్రభుత్వంలో తప్పులు చేసిన అధికారులు, నాయకులను వదిలిపెట్టేది లేదన్న లోకేశ్
- తిరుమల లడ్డూ కల్తీపై ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఉన్న హిందువులకు క్షమాపణ
- చిన్నారుల సోషల్ మీడియా వాడకంపై 90 రోజుల్లో బలమైన ఫ్రేమ్‌వర్క్
- 75 ఏళ్ల వయసులోనూ చంద్రబాబు 25 ఏళ్ల యువకుడిలా పనిచేస్తారని ప్రశంస



2లో

ప్రైవేట్ పెట్టుబడులు వెల్లువెత్తాలి

నవీన ఆవిష్కరణలకు నడుం బిగించాలి పారిశ్రామిక వర్గాలకు ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ సూచన

న్యూఢిల్లీ: దేశంలో మరిన్ని పెట్టుబడులు, నవీన ఆవిష్కరణలకు భారత పారిశ్రామిక వర్గాలు తక్షణమే నడుం బిగించాలని ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ పిలుపునిచ్చారు. దేశ అభివృద్ధిలో ప్రైవేట్ రంగం సైతం కీలక పాత్ర పోషించాలని అన్నారు. కేంద్ర ప్రభుత్వం వరుస బడ్జెట్‌ల ద్వారా పెట్టుబ డులకు అనుకూల వాతావరణం కల్పిస్తున్నట్లు తెలిపారు. ప్రభుత్వం సైతం పెట్టుబడి వ్యయాన్ని భారీగా పెంచుతోందని గుర్తుచేశారు.

బస్తీల బాట పట్టిన కిషన్ రెడ్డి

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

సికింద్రాబాద్ నియోజకవర్గంలోని బౌద్ధనగర్, సీతాఫల్‌మండి, మెట్టుగూడ డివిజన్లలో కేంద్రమంత్రి కిషన్ రెడ్డి ఈరోజు పర్యటించారు. గల్లీ గల్లీ తిరుగుతూ బస్తీ వాసుల కష్టాలను స్వయంగా అడిగి తెలుసుకున్న ఆయన, మౌలిక వసతుల కల్పనలో నిర్లక్ష్యం వహించవద్దని అధికారులను ఆదేశించారు.

అనంతరం మీడియాతో మాట్లాడుతూ... జీహెచ్‌ఎంసీని మూడు ముక్కలు చేయాలనే కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వ నిర్ణయంపై మండిపడ్డారు. బీజేపీని రాజకీయంగా దెబ్బతీసి, నగరాన్ని మజ్లిస్ పార్టీకి అప్పగించేందుకే ఈ కుట్ర చేస్తున్నారని ఆరోపించారు. ఎంఐఎం, కాంగ్రెస్, బీఆర్ఎస్ పార్టీలు ప్రజల సమస్యలను గాలికొదిలేశాయని విమర్శించారు. నగరంలో తాగునీటి ఎద్దడి ప్రారంభమైందని, వర్షపు నీటి కాలువల్లో పూడిక తీయకుండానే కాంట్రాక్టర్లు బిల్లులు డ్రా చేసుకుంటున్నారని ఆరోపించారు. ప్రజల ఆరోగ్యంతో ఆడుకోవద్దని, సీఎం రేవంత్ రెడ్డి వెంటనే ప్రజాప్రతినిధులతో సమావేశం ఏర్పాటు చేసి పెండింగ్ సమస్యలపై వెంటనే నిర్ణయాలు తీసుకోవాలని డిమాండ్ చేశారు. జీహెచ్‌ఎంసీ పాలకవర్గం రద్దయిన నేపథ్యంలో, తక్షణమే స్థానిక సంస్థల ఎన్నికలు నిర్వహించాలని కిషన్ రెడ్డి డిమాండ్ చేశారు.

ప్రైవేట్ పెట్టుబడులు వెల్లువెత్తాలి

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

శుక్రవారం 'టెక్నాలజీ, రిఫామ్స్, ఫైనాన్స్ ఫర్ వికసిత్ భారత్'పై మొదటి పోస్ట్‌బడ్జెట్ వెబినార్‌లో ప్రధాని మోదీ ప్రసంగించారు. 11 ఏళ్ల క్రితం ప్రభుత్వ పెట్టుబడి వ్యయం రూ.2 లక్షల కోట్లుగా ఉండేదని, ఇప్పుడు అది రూ.12 లక్షల కోట్లకు చేరిందని వెల్లడించారు. రెట్టించిన ఉత్సాహంతో ప్రైవేట్ పెట్టుబడులు వెల్లువెత్తేలా 202627 బడ్జెట్‌లో పలు ప్రకటనలు చేసినట్లు తెలిపారు. ప్రభుత్వం, పారిశ్రామిక వర్గాలు, నైపుణ్యాలు కలిగిన భాగస్వాములు కలిసి కట్టుగా పనిచేస్తే సంస్కరణలు అద్భుతమైన ఫలితాలు ఇస్తాయన్నారు. కాగితంపై ప్రకటించినవి క్షేత్రస్థాయిలో విజయాలుగా నమోదు అవుతాయన్నారు. పెట్టుబడుల విషయంలో ప్రభుత్వ ప్రాధాన్య రంగాల గురించి ప్రధానమంత్రి ప్రత్యేకంగా ప్రస్తావించారు. రహదారులు, రైల్వేలు, ఓడ రేవులు, విమానా శ్రయాలు, డిజిటల్ మౌలిక సదుపాయాలు, ఇంధన వ్యవస్థల్లో ప్రభుత్వం రికార్డు స్థాయిలో పెట్టుబడి వ్యయం చేస్తున్నట్లు తెలియజేశారు. ఆయా రంగాల్లో ప్రైవేట్ పెట్టుబడులకు చక్కటి అవకాశాలు ఉన్నాయన్నారు. '2047 నాటికి వికసిత్ భారత్' ఆశయాన్ని సాకారం చేసుకోవడానికి 'సంస్కరణల భాగస్వామ్య చార్టర్' రూపొందించుకుందామని మోదీ ప్రతిపాదించారు.

అఫ్గానిస్తాన్‌పై పాక్ దాడులు

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

ఇస్లామాబాద్: ఒకప్పటి మిత్రదేశాలైన పాకిస్తాన్, అఫ్గానిస్తాన్ పరస్పరం కయ్యానికి కాలు దువ్వుతున్నాయి. రెండు దేశాల మధ్య ఉద్రిక్తతలు ఒక్కసారిగా పెరిగిపోయాయి. పాక్ సైన్యం గురువారం రాత్రి అఫ్గాన్‌పై వైమానిక దాడులు ప్రారంభించింది. 'ఆపరేషన్ గజబ్ లిల్ హక్'పేరిట కాబూల్, కాందహార్, పాక్తియా తదితర ప్రాంతాలపై విరుచుకుపడింది. ఈ దాడుల్లో కనీసం 274 మంది తాలిబన్లు మరణించారు. మరో 400 మందికిపైగా గాయపడ్డారు. తాలిబన్లకు చెందిన 27 సైనిక పోస్టులు ధ్వంసమయ్యాయి. తొమ్మిది సైనిక పోస్టులను పాక్ సైన్యం స్వాధీనం చేసుకుంది. అలాగే అఫ్గాన్‌లో పలు యుద్ధ ట్యాంకులు సైతం ధ్వంసమైనట్లు సమాచారం. తాలిబన్ల సైనిక స్థావరాలను లక్ష్యంగా చేసుకొని పాక్ వైమానిక దాడులు జరిగాయి. సరిహద్దుల్లో తాలిబన్ల దాడులను తిప్పికొట్టడానికే తాము రంగంలోకి దిగాల్సి వచ్చినట్లు పాక్ తేల్చిచెప్పింది. అఫ్గాన్‌పై బహిరంగ యుద్ధం ప్రారంభించామని పాకిస్తాన్ రక్షణ శాఖమంత్రి అసిఫ్ ఖవాజా ప్రకటించారు. తమ ఓపిక పూర్తిగా నశించిందని, రెండు దేశాల మధ్య బహిరంగ యుద్ధం సాగుతోందని పేర్కొన్నారు. పొరుగుదేశం గుట్టుమట్లు తమకు తెలుసంటూ శుక్రవారం 'ఎక్స్'లో పోస్టుచేశారు. 'దమా దమ్ మస్త్ ఖలందర్'అనే సూఫీ ఆధ్యాత్మిక గీతాన్ని సైతం ప్రస్తావించారు. తదుపరి పరిణామాల గురించి ఆలోచించకుండా తాము చేయాల్సింది చేసి చూపిస్తామని పరోక్షంగా హెచ్చరించారు.

కేసులు నేను ఒంటరిగా ఎదుర్కొన్నా..

'కోర్టు తీర్పుపై బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ స్పందించి ఓ వైపు అభినందనలు తెలు పుతూనే మరోవైపు ఎన్నికల్లో పార్టీ ఓటమికి నేనే కారణం అనే అర్థం వచ్చేలా వ్యాఖ్యలు చేశారు. బీఆర్ఎస్‌పై కక్ష సాధింపులో భాగంగా నాపై కేసు పెట్టారు. నేను జైలుకు వెళ్లిన తర్వాత కేసీఆర్, కేటీఆర్‌తో సహా పార్టీ పెద్ద నాయకులు ఎవరూ ప్రెస్‌మీట్‌లు పెట్టలేదు. కేసులు నేను ఒంటరిగా ఎదుర్కొన్నా. కనీ సం పార్టీ సోషల్ మీడియా కూడా మద్దతు ఇవ్వలేదు. తప్పుడు ప్రచారా లను ఎదుర్కొని ఉంటే బీఆర్ఎస్‌కు ఈ తరహా గతి పట్టేది కాదు. ఉద్యో గాలు, డబుల్ బెడ్ రూం ఇళ్లు ఇవ్వకపోవడం, దోపిడీదార్లకు టికెట్లు ఇవ్వ డం, పార్టీ నేతల అహంకారం వల్లే ఎన్నికల్లో బీఆర్ఎస్ ఓటమి పాలైందనే విమర్శ ఉంది. కానీ కోర్టు తీర్పును తమకు అనుకూలంగా మలుచు కుని బీఆర్ఎస్ ఓటమిని నా మెడలో వేయాలని చూస్తున్నారు. కేటీఆర్ ఇప్పటికైనా వాస్తవాలు గ్రహించి తప్పులను సమీక్షించుకోవాలి. ఒక వ్యక్తి తప్పు చేస్తే ఓటమి పాలయ్యే స్థితిలో బీఆర్ఎస్ ఉందా. అసెంబ్లీ ఎన్నికల సమ యంలో నా పేరు ఎక్కడా చర్చల్లో లేదు. మద్యం పాలసీ కేసు విష యంలో బీజేపీ, బీఆర్ఎస్ ఒకే రీతిలో మాట్లాడుతున్నాయి. నేను పార్టీ పెట్టాలని అనుకుంటున్న సమయంలో కోర్టు తీర్పు నాకు ప్రకృతి సహకరించి ఇచ్చిన ఆశీర్వాదంలా భావిస్తున్నా..' అని కవిత వ్యాఖ్యానించారు.

నేను చెప్పినట్టే తీర్పు వచ్చింది

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

హైదరాబాద్: ఢిల్లీ మద్యం పాలసీ కేసులో కడిగిన ముత్యంలా బయటకు వస్తానని గతంలో తాను చెప్పినట్లుగానే కోర్టు తీర్పు వచ్చిందని తెలంగాణ జాగృతి అధ్యక్షురాలు కల్వకుంట్ల కవిత చెప్పారు. మద్యం పాలసీ కేసులో నిందితులుగా పేర్కొన్న వారందరికీ కోర్టు క్లీన్ చిట్ ఇవ్వడాన్ని స్వాగతిస్తున్నానన్నారు. లిక్కర్ కేసులో శుక్రవారం సీబీఐ కోర్టు తీర్పు నేపథ్యంలో కవిత మీడియాతో మాట్లాడారు. 'ఈ కేసు మూలంగా ఐదున్నర నెలల పాటు పిల్లలు, కుటుంబానికి దూరంగా ఉంటూ బాధ, అవ మానాలు, వ్యక్తిత్వ హననం ఎదుర్కొన్నా. ఎన్ని కోట్లు ఇచ్చినా నేను పొందిన అవమానానికి, కోల్పోయిన సమయానికి వెలకట్టలేరు. కుటుంబం ఇచ్చిన ధైర్యంతోనే కన్నీళ్లు దిగమింగుకుని ముందుకు సాగా. ప్రజా సేవ చేసేందుకు ఈ కేసులు నాకు ఎంతమాత్రం అడ్డంకి కాబోవు..' అని కవిత పేర్కొన్నారు.

ఇక కోర్ అర్బన్ చట్టం

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

కోర్ అర్బన్ ఏరియాలో రోడ్ల నిర్మాణ విషయంలో బాధ్యతాయుతంగా వ్యవహరించాలని సీఎం తెలిపారు. రోడ్డు నిర్మించిన తర్వాత దాని జీవిత కాలం ఎంతనేది నిర్ణయించి, ఆ లోపు దానిని తొలగించినా అక్కడ మళ్లీ రోడ్డు వేసినా అందుకు బాధ్యులు ఎవరో తేల్చాలని సీఎం ఆదేశించారు. కోర్ అర్బన్ ఏరియాలో ప్రతి వీధి దీపం వెలుగుతుందో లేదో డ్యాష్ బోర్డులో కనిపించాలని సీఎం అన్నారు. అలాగే ఫుడ్ సేఫ్టీకి ఎక్కువ ప్రాధాన్యమివ్వాలని సీఎం సూచించారు. నగరంలోని అన్ని హోటళ్లలోని కిచెన్‌లలో సీసీ కెమెరాలు ఏర్పాటు చేసి వాటిని కమాండ్ కంట్రోల్ సెంటర్‌కు అనుసంధానించాలని ఆదేశించారు. ఫైర్ సేఫ్టీకి పెద్ద పీట వేయాలని, నగరంలోని సర్కిల్స్‌లో వాటర్ హార్వెస్టింగ్ వెల్స్ ఏర్పాటు చేసి వర్షపు నీటిని ఒడిసి పట్టాలని సూచించారు ఆర్ అండ్ బీ, ఇతర విభాగాల పరిధిలోని రోడ్లన్నింటినీ ఎంఏయూడీ(మున్సిపల్ అడ్మినిస్ట్రేషన్ అండ్ అర్బన్ డెవలప్‌మెంట్)పరిధిలోకి తీసుకురావాలని ఆదేశించారు. నగరంలో వివిధ ప్రదేశాల్లో రద్దీ తగ్గించేందుకు డిజైన్ చేసిన ఎలివేటెడ్ కారిడార్ల నమూనాలను అధికారులు ప్రదర్శించారు. వాటిని పరిశీలించిన సీఎం పలు సూచనలు చేశారు. చారిత్రక ప్రాధాన్యం గల కట్టడాలను పర్యాటక ప్రదేశాలుగా తీర్చిదిద్దేందుకు ఉన్న అవకాశాలను పరిశీలించాలన్నారు.

భవనాల పనులు వేగవంతం చేయాలి

భారత్ ఫ్యూచర్ సిటీ పరిధిలో ప్రభుత్వ కార్యాలయాలను నిర్దేశిత సమయంలో పూర్తి చేయాలని , అక్కడ అవసరమైన అనుమతులు వెంటనే తీసుకోవాలని సూచించారు. వివిధ ప్రభుత్వ కార్యాలయాల భవనాల పనులు వేగవంతం చేయాలని సీఎం సూచించారు. నిర్మాణాల్లో నాణ్యతకు పెద్దపీట వేయాలన్నారు. హైడ్రా పరిరక్షించిన చెరువుల చుట్టూ కట్టలు కట్టి వదిలి వేయకుండా వాటి రక్షణతోపాటు సుందరీకరణకు అవసరమైన చర్యలు తీసుకోవాలని సీఎం ఆదేశించారు. సమావేశంలో సీఎం సలహాదారు వేం నరేందర్ రెడ్డి, రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ప్రధానకార్యదర్శి రామకృష్ణారావు, సీఎం ప్రిన్సిపల్ సెక్రటరీ వి.శేషాద్రి, సీఎం సెక్రటరీ మాణిక్ రాజ్, ఎంఏయూడీ ప్రత్యేక ముఖ్య కార్యదర్శి జయేశ్ రంజన్, హైడ్రా కమిషనర్ రంగనాథ్, హెచ్‌ఎండీఏ కమిషనర్ సర్ఫరాజ్ అహ్మద్, ఎంఆర్‌డీసీఎల్ ఎండీ ఇ.వి.నరసింహారెడ్డి, హైదరాబాద్, సైబరాబాద్, మల్కాజిగిరి కమిషనర్లు కర్ణన్, జి.సృజన, వినయ్

మావోయిస్టు నేతల లొంగుబాటుపై అసెంబ్లీలో ప్రకటన చేస్తా

మావోయిస్టు కీలక నేతల లొంగుబాటుపై అసెంబ్లీలో ప్రకటన చేస్తానని తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి వెల్లడించారు. మావోయిస్టు మాజీ అగ్ర నాయకులు దేవ్‌జీ, మల్లా రాజిరెడ్డి, నూనె నరసింహారెడ్డి, సుజాతక్క, దామోదర్, చంద్రన్నలు ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డితో సచివాలయంలో సమావేశమైన విషయం తెలిసిందే. భేటీ అనంతరం ముఖ్యమంత్రి మాట్లాడుతూ, జనజీవన స్రవంతిలోకి వచ్చిన తర్వాత చట్టపరిధిలో వారు ఏమైనా చేసుకోవచ్చని తెలిపారు. చట్టాలను ఉల్లంఘిస్తే మాత్రం ప్రభుత్వం తన పని తాను చేసుకుపోతుందని స్పష్టం చేశారు. ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డితో భేటీ అనంతరం మాజీ మావోయిస్టు దేవ్‌జీ కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. రివార్డు పాలసీని కోటి రూపాయలకు పెంచాలని ఆయన కోరారు. తమకు ఐదెకరాల భూమి ఇవ్వాలని విజ్ఞప్తి చేసినట్లు వెల్లడించారు. భూమి సాధ్యం కాదని ముఖ్యమంత్రి చెప్పారని, కానీ ఇల్లు, ఉద్యోగం, జీవనభృతిపై హామీ ఇచ్చారని తెలిపారు. ప్రభుత్వం అనుమతిస్తే జైళ్లలో ఉన్న మావోయిస్టులను కలిసి, ఆ తర్వాత లొంగుబాట్లపై అందరం కలిసి ప్రజలకు బహిరంగ లేఖ రాస్తామని తెలిపారు.

రెడ్ బుక్‌లో జగన్ పేరు ఉందో, లేదో త్వరలో తెలుస్తుంది: నారా లోకేశ్

ముంబయిలో ఏబీపీ నెట్‌వర్క్ ఆధ్వర్యంలో జరిగిన 'ఐడియాస్ ఆఫ్ ఇండియా - 2026' సదస్సులో ఏపీ ఐటీ, మానవ వనరుల శాఖ మంత్రి నారా లోకేష్ పలు కీలక అంశాలపై మాట్లాడారు. ఈ సందర్భంగా, గత ప్రభుత్వ హయాంలో అక్రమాలకు పాల్పడిన వారి పేర్లతో తాను నిర్వహిస్తున్న 'రెడ్ బుక్'లో మాజీ ముఖ్యమంత్రి జగన్ పేరు ఉందో లేదో త్వరలోనే తెలుస్తుందంటూ సంచలన వ్యాఖ్యలు చేశారు. గత ఐదేళ్ల వైసీపీ ప్రభుత్వ పాలనలో తమ పార్టీ కార్యకర్తలను, నాయకులను, సాధారణ ప్రజలను అక్రమ కేసులతో తీవ్రంగా వేధించారని లోకేశ్ ఆరోపించారు. చట్టాన్ని ఉల్లంఘించిన అధికారులు, వారిని ప్రోత్సహించిన రాజకీయ నాయకులు, చిత్రహింసలకు గురిచేసిన వారి పేర్లను రెడ్ బుక్‌లో నమోదు చేస్తున్నట్లు స్పష్టం చేశారు. చట్టం నుంచి ఎవరూ తప్పించుకోలేరని, తప్పు చేసిన ప్రతి ఒక్కరూ శిక్ష అనుభవించాల్సిందేనని హెచ్చరించారు. అయితే, ఈ జాబితాలో జగన్ పేరు ఉందా లేదా అనే విషయంపై ఉత్కంఠ రేపుతూ, ఆ విషయం త్వరలోనే తెలుతుందని వ్యాఖ్యానించారు.

75 ఏళ్ల యువకుడు చంద్రబాబు

ఈ సందర్భంగా తన తండ్రి, ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు పనితీరు గురించి లోకేశ్ ఆసక్తికర వ్యాఖ్యలు చేశారు. చంద్రబాబు ఒక 'టఫ్ టాస్క్‌మాస్టర్' అని, 10 కిలోలు ఎత్తగలిగితే 14 కిలోల లక్ష్యం నిర్దేశిస్తారని, అది సాధిస్తే 18 కిలోల బరువు మోయమంటారని, దీనికి అంతం ఉండదని అన్నారు. ఆయన ఇచ్చిన లక్ష్యాలను పూర్తి చేయడమే తమ పని అని తెలిపారు. 75 ఏళ్ల వయసులోనూ చంద్రబాబు 25 ఏళ్ల యువకుడిలా పనిచేస్తారని, ఆయన టేబుల్ వద్దకు తీసుకొచ్చే శక్తి అమోఘమని ప్రశంసించారు. "క్వాంటమ్ కంప్యూటింగ్ గురించి ఒక మీటింగ్‌లో చంద్రబాబు అడిగినప్పుడు, స్టాన్‌ఫోర్డ్ ఎంబీఏ చదివినా నాకు దానిపై అవగాహన లేదు. నేను టేబుల్ కింద ఫోన్‌లో చాట్‌జీపీటీలో వెతుక్కోవాల్సి వచ్చింది. ఆయన ఆలోచనలను అందుకోవడం చాలా కష్టం" అని లోకేశ్ సరదాగా వ్యాఖ్యానించారు. తిరుమల లడ్డూ ప్రసాదం అంశాన్ని లోకేశ్ తీవ్రంగా పరిగణించారు. 2019-24 మధ్య లడ్డూ తయారీలో పెద్ద ఎత్తున కల్తీ జరిగిందని, రసాయనాలు వాడారని అంగీకరించారు. జగన్ హయాంలో జరిగిన ఈ అపచారానికి, రాష్ట్ర మంత్రిగా ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఉన్న హిందూ సమాజానికి క్షమాపణ చెబుతున్నట్లు ప్రకటించారు. లడ్డూ ప్రసాదంతో భక్తులకు ఉన్న భావోద్వేగ బంధాన్ని గుర్తుచేశారు. ఈ కల్తీకి బాధ్యులైన వారిని, సిట్ నివేదిక ప్రకారం మాజీ టీటీడీ ఛైర్మన్‌తో సహా ఎవరినీ వదిలిపెట్టబోమని హెచ్చరించారు.

ఏపీలో పాలు, నీళ్లు కూడా ప్రాణాంకతమే: జగన్

ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో ప్రజారోగ్య వ్యవస్థ పూర్తిగా కుప్పకూలిపోయిందని, చంద్రబాబు ప్రభుత్వ నిర్లక్ష్యం కారణంగా తాగే నీరు, పాలు కూడా ప్రజల పాలిట ప్రాణాంతకంగా మారాయని వైసీపీ అధినేత జగన్ తీవ్రస్థాయిలో ధ్వజమెత్తారు. రాష్ట్రంలో వరుసగా చోటుచేసుకుంటున్న డయేరియా, కల్తీ పాల మరణాలు ప్రభుత్వ వైఫల్యానికి నిలువుటద్దమని ఆయన విమర్శించారు. పరిపాలనపై పట్టుకోల్పోయిన పాలకులు, ప్రతిపక్షంపై బురద చల్లడం, కక్ష సాధింపులపైనే దృష్టి పెట్టారని, ప్రజల ప్రాణాలను గాలికొదిలేశారని జగన్ ఆరోపించారు. గత వారంలోనే శ్రీకాకుళంలో కలుషిత నీటి కారణంగా డయేరియా ప్రబలి ఐదుగురు మరణించగా, 200 మందికి పైగా ఆసుపత్రి పాలయ్యారని జగన్ గుర్తుచేశారు. అదే వారంలో రాజమహేంద్రవరంలో కల్తీ పాలు తాగి ఏడుగురు ప్రాణాలు కోల్పోగా, మరో ఎనిమిది మంది వెంటిలేటర్లపై ప్రాణాలతో పోరాడుతున్నారని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. పోషణ ఇవ్వాల్సిన పాలు, దాహం తీర్చాల్సిన నీళ్లు ప్రాణాలు తీస్తుంటే ప్రభుత్వం ఏం చేస్తోందని ఆయన ప్రశ్నించారు. టీడీపీ కూటమి ప్రభుత్వం ఏర్పడిన గత 14 నెలల్లో రాష్ట్రంలోని హాస్టళ్లు, విద్యాసంస్థల్లో సుమారు 25 ఫుడ్ పాయిజన్ ఘటనలు జరిగాయని, వీటి వల్ల 15 జిల్లాల్లో 900 మందికి పైగా విద్యార్థులు అస్వస్థతకు గురయ్యారని జగన్ వివరించారు. కురుపాం గిరిజన బాలికల పాఠశాలలో తాజాగా 16 మంది విద్యార్థినులు డయేరియాతో అస్వస్థతకు గురయ్యారని, గతంలో ఇదే పాఠశాలలో ఇద్దరు విద్యార్థినులు మరణించినా ప్రభుత్వం పాఠాలు నేర్చుకోలేదని విమర్శించారు. రాష్ట్రంలో నెలకొన్న దారుణ పరిస్థితులను జాతీయ మీడియా సైతం ఎండగడుతోందని తెలిపారు. గడచిన 18 నెలల్లో చేబ్రోలు, విజయవాడ, గుంటూరు, శ్రీకాకుళం వంటి అనేక ప్రాంతాల్లో డయేరియా ప్రబలి వందలాది మంది అస్వస్థతకు గురై, డజన్ల కొద్దీ మరణాలు సంభవించాయని జగన్ ఆరోపించారు. ఇది ప్రభుత్వ నిర్లక్ష్యం, పర్యవేక్షణ లోపానికి స్పష్టమైన నిదర్శనమన్నారు. ఆహార భద్రత, సురక్షిత నీటి సరఫరా వంటి కనీస బాధ్యతలను కూడా ప్రభుత్వం విస్మరించిందన్నారు. ప్రభుత్వం ఇప్పటికైనా నిద్ర మేల్కొని, రాజకీయ ప్రయోజనాలు పక్కనపెట్టి చిత్తశుద్ధితో పరిస్థితిని సమీక్షించాలని జగన్ డిమాండ్ చేశారు. లోపాలను గుర్తించి సరిదిద్దాలని, సురక్షిత నీటి సరఫరా వ్యవస్థను మెరుగుపర్చాలని, ఆహార భద్రత పర్యవేక్షణను కఠినంగా అమలు చేయాలని సూచించారు.

ఈ ఏడాది చివరికి 10 లక్షల పైగా గృహ ప్రవేశాలు జరిపిస్తాం

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

2029 నాటికి రాష్ట్రంలోని పేదలందరికీ పక్కా ఇళ్లు కట్టించడంతో పాటు, అర్హులైన వారికి ఉచితంగా ఇంటి స్థలాలు కూడా పంపిణీ చేస్తామని భరోసా ఇచ్చారు. పట్టణ ప్రాంతాల్లో 2 సెంట్లు, గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో 3 సెంట్ల చొప్పున స్థలాన్ని కేటాయించనున్నట్లు వెల్లడించారు. రాష్ట్రంలో ప్రస్తుతం 2.20 లక్షల కుటుంబాలకు సొంత జాగా లేదని గుర్తించామన్నారు.దగత ప్రభుత్వ హయాంలో గృహ నిర్మాణ రంగం, ఇసుక విధానాల్లో జరిగిన అవినీతిపై సీఎం చంద్రబాబు తీవ్రస్థాయిలో మండిపడ్డారు. పేదల ఇళ్ల పేరుతో గత పాలకులు భారీగా అక్రమాలకు పాల్పడ్డారని, ఇసుక విధానాన్ని అస్తవ్యస్తం చేసి దోచుకున్నారని ఆరోపించారు. ఈ కుంభకోణాల్లో భాగస్వాములైన ప్రతి ఒక్కరిపై చట్టపరంగా కఠిన చర్యలు తీసుకుంటామని, త్వరలోనే దీనికి సంబంధించిన కార్యాచరణను ప్రకటిస్తామని హెచ్చరించారు. కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు కలిసి అందరికీ ఇళ్లు ఇచ్చే బాధ్యతను చిత్తశుద్ధితో నిర్వర్తిస్తాయని తెలిపారు.

వ్యవసాయానికి 'పంచ సూత్రాల' ఊతం

రాష్ట్ర ఆర్థిక వ్యవస్థకు వెన్నెముక అయిన వ్యవసాయ

రంగాన్ని లాభసాటిగా మార్చేందుకు ప్రభుత్వం 'పంచ సూత్రాల' విధానాన్ని అమలు చేస్తోందని ముఖ్యమంత్రి వివరించారు. అగ్రిటెక్, నీటి భద్రత, డిమాండ్ ఉన్న పంటల సాగు, ఫుడ్ ప్రాసెసింగ్, మార్కెటింగ్ సదుపాయాలు కల్పించడం ద్వారా రైతులను ఆదుకుంటామని చెప్పారు. వ్యవసాయంలో యాంత్రీకరణతో పాటు ఆర్టిఫిషియల్ ఇంటెలిజెన్స్ (ఏఐ) సేవలను కూడా రైతులకు అందుబాటులోకి తెస్తామన్నారు. రైతులకు ఎన్నికల్లో ఇచ్చిన హామీ మేరకు ఏటా రూ.20,000 ఆర్థిక సాయాన్ని అందిస్తున్నామని సీఎం గుర్తుచేశారు. ఇందులో రాష్ట్ర వాటాగా రూ.14,000, కేంద్రం వాటాగా రూ.6,000 కలుపుకుని పంపిణీ చేస్తున్నామన్నారు. ఇప్పటికే 47 లక్షల మంది రైతులకు రెండు విడతల్లో రూ.6,309 కోట్లు జమ చేశామని, గత ప్రభుత్వం బకాయి పెట్టిన రూ.1,670 కోట్లు కూడా తామే చెల్లించామని తెలిపారు. ధాన్యం కొనుగోలు చేసిన 24 గంటల్లోనే రైతుల ఖాతాల్లో డబ్బులు జమ చేస్తున్నామని, ఇప్పటివరకు రూ.10,816 కోట్లు చెల్లించామని వివరించారు. ఉచిత విద్యుత్ కోసం 2025-26 బడ్జెట్‌లో రూ.13,722 కోట్లు కేటాయించామని, ఈ ఏడాది కొత్తగా 69 వేల వ్యవసాయ విద్యుత్ కనెక్షన్లు మంజూరు చేశామని చెప్పారు.

రాష్ట్రంలో ఉద్యానవన, ఆక్వా రంగాల అభివృద్ధికి భారీ ప్రణాళికలు రూపొందించామని చంద్రబాబు తెలిపారు. రాయలసీమను 'హార్టికల్చర్ హబ్'గా తీర్చిదిద్దేందుకు రూ.30 వేల కోట్లతో క్లస్టర్ ప్రణాళిక సిద్ధం చేశామన్నారు. ప్రైవేటు పెట్టుబడులతో కలిపి మొత్తం రూ.1 లక్ష కోట్లతో సీమ రూపురేఖలు మారుస్తామని ధీమా వ్యక్తం చేశారు. ప్రస్తుతం 400 మిలియన్ మెట్రిక్ టన్నులుగా ఉన్న ఉత్పత్తులను 1000 మిలియన్ మెట్రిక్ టన్నులకు పెంచడమే లక్ష్యమన్నారు.

ప్రతి ఒక్కరూ భక్తి భావాన్ని అలవర్చుకోవాలి

ఆమనగల్లు, ఫిబ్రవరి 27 (అక్షర గళం): ప్రతి ఒక్కరూ భక్తి భావాన్ని అలవర్చుకోవాలని ప్రముఖ సంఘ సేవకులు, ఆమనగల్లు మున్సిపాలిటీ 5వ వార్డు కౌన్సిలర్ పాపిశెట్టి రాము అన్నారు. శుక్రవారం వెల్దండ మండలం గుండాల అంబా రామలింగేశ్వర స్వామి దేవాలయంలో బ్రహ్మోత్సవాల్లో పాపిశెట్టి శ్వేత రాము దంపతులు హాజరై అభిషేకం, ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించి, చండీయాగంలో పాల్గొన్నారు. దైవ చింతనతోనే ముక్తి లభించి మానసిక ప్రశాంతత సాధ్యమవుతుందన్నారు. తద్వారా చెడు అలవాట్లు దూరం అవుతాయని ఆయన పేర్కొన్నారు. దైవచింతన, ఆధ్యాత్మిక భావాలతో సమాజ శాంతి సాధ్యమవుతుందని ప్రతి ఒక్కరు నిత్యం దైవ నామస్మరణ చేయాలని కోరారు. కార్యక్రమంలో ఆలయ చైర్మన్ సందీప్ రెడ్డి, అర్చకులు కృష్ణయ్య శర్మ, నరహరి శర్మ, సురేష్ శర్మ, శివప్రసాద్ శర్మ, సేకర శర్మ, సంతోష్ శర్మ, శృతిలయ కల్చరల్ అకాడమీ చైర్మన్ దార్ల చిత్తరంజన్ దాస్, శ్రీను నాయక్, లక్ష్మీపతి, భుజంగం, భూపతి రెడ్డి, నెంట కృష్ణయ్య యాదవ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఉన్నత లక్ష్యంతో చదివితే ఉజ్వల భవిష్యత్తు

ఏ: మాజీ సర్పంచ్ లక్ష్మీ నర్సింహ్మా రెడ్డి

ఆమనగల్లు, ఫిబ్రవరి 27 (అక్షర గళం): ఉన్నత లక్ష్యంతో చదివితే ఉజ్వల భవిష్యత్తు ఉంటుందని, కృషి, పట్టుదల, క్రమశిక్షణ విజయానికి సోపానాలని మాజీ సర్పంచ్ లక్ష్మీ నర్సింహ్మా రెడ్డి అన్నారు. కడ్తాల్ పట్టణ కేంద్రంలోని ప్రగతి ఉన్నత పాఠశాలలో ఏర్పాటు చేసిన సైన్స్ ఫెయిర్ ను శుక్రవారం మాజీ సర్పంచ్ లక్ష్మీ నర్సింహ్మా రెడ్డి శుక్రవారం సందర్శించారు. విద్యార్థులు రూపొందించిన ఎగ్జిబిట్లను పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ.. ఆధునిక సాంకేతికతతో రూపొందించిన వినూత్న సైన్స్ నమూనాలు విద్యార్థుల యొక్క విజ్ఞానాన్ని కనబరుస్తున్నాయని అన్నారు. చిన్నారుల సృజనాత్మకత, పరిశోధనా దృక్పథం ప్రతి స్టాల్‌లో స్పష్టంగా కనిపించిందని, విద్యార్థులు ప్రదర్శించిన సైన్స్ ప్రాజెక్టుల్లో సౌరశక్తితో నడిచే నీటిపారుదల యంత్రం, ఆటోమేటిక్ ట్రాఫిక్ కంట్రోల్ సిస్టమ్, స్మార్ట్ సిటీ నమూనా, వర్షపు నీటి సంరక్షణ విధానం, ప్లాస్టిక్ రీసైక్లింగ్ విధానాల మాదిరి వినూత్న ఆవిష్కరణలు ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలిచాయని అన్నారు.. ఆధునిక సాంకేతిక పరిజ్ఞానాన్ని ఉపయోగించి రూపొందించిన ఈ నమూనాలు గ్రామీణాభివృద్ధికి ఉపయోగపడే విధంగా వినియోగించాలని విద్యార్థులను కోరారు. పాఠశాల యాజమాన్యం, ప్రధానోపాధ్యాయులు, ఉపాధ్యాయులు విద్యార్థుల్లో శాస్త్రీయ దృక్పథాన్ని పెంపొందించేందుకు ఇలాంటి కార్యక్రమాలు ఏర్పాటు చేయడం సంతోషంగా ఉందని అన్నారు. ఉపాధ్యాయుల మార్గదర్శకత్వంలో విద్యార్థుల కృషి స్పష్టంగా కనిపిస్తుందని వారిని అభినందించారు. విద్యార్థుల ప్రతిభను ప్రశంసిస్తూ, భవిష్యత్తులో వీరు శాస్త్రవేత్తలుగా ఎదగాలని ఆకాంక్షించారు. మొత్తం మీద కడ్తాల్ గ్రామంలో నిర్వహించిన విజ్ఞాన మేళా2026 విద్యా రంగంలో ఒక కొత్త ఉత్సాహాన్ని నింపిందని, తను చదువుకున్న పాఠశాలలో విజ్ఞాన మేళాను సందర్శించడం సంతోషంగా ఉందని అన్నారు. కార్యక్రమంలో పాఠశాల కరెస్పాండెంట్ సువర్ణగోవర్ధన్ రెడ్డి, మాజీ ఉప సర్పంచ్ రామకృష్ణ, గంపా శ్రీనివాస్ గుప్తా, సిద్దిగారి వెంకటేష్, కంబాల అంజి, ముస్లి మహేష్, సురేష్, శ్రీను, రాజేష్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

టెలిమానస్ సేవలను విస్తృతంగా

అందుబాటులో ఉంచాం

మెడ్చల్ మల్కాజ్గిరి జిల్లా
వైద్య ,ఆరోగ్య అధికారి డాక్టర్ సి. ఉమా గౌరి

అక్షర గళం, మేడ్చల్ ప్రతినిధి : విద్యార్థుల మానసిక ఆరోగ్యాన్ని దృష్టిలో ఉంచుకొని టెలిమానస్ సేవలను విస్తృతంగా అందుబాటులో ఉంచామని మెడ్చల్‌మల్కాజ్గిరి జిల్లా వైద్య ,ఆరోగ్య అధికారి డాక్టర్ సి. ఉమా గౌరి అన్నారు. మెడ్చల్‌మల్కాజ్గిరి జిల్లాలో కొనసాగుతున్న పబ్లిక్ పరీక్షల నేపథ్యంలో ఆమె మాట్లాడుతూ పరీక్షల ఒత్తిడి, ఆందోళన, భయం వంటి సమస్యలను ఎదుర్కొంటున్న విద్యార్థులు ఉచితంగా 14416 , 1-800-891-4416 హెల్ప్‌లైన్ నంబర్లకు కాల్ చేసి నిపుణులైన కౌన్సిలర్ల సలహాలు పొందవచ్చని తెలిపారు. విద్యార్థుల్లో అవగాహన పెంపొందించేందుకు ప్రతి పరీక్షా కేంద్రంలో టెలిమానస్ పోస్టర్లు ప్రదర్శించబడుతున్నాయన్నారు. అవసరమైతే ప్రత్యక్ష మానసిక ఆరోగ్య సేవలకు రిఫర్ చేసే సదుపాయం కూడా కల్పించబడిందన్నారు. పరీక్షల అనంతరం ఫలితాల సమయంలో కూడా విద్యార్థుల్లో మానసిక ఒత్తిడి పెరిగే అవకాశం ఉన్నందున టెలిమానస్ సేవలు నిరంతరం కొనసాగుతాయని తెలిపారు. విద్యార్థులు, తల్లిదండ్రులు ఈ సేవలను వినియోగించుకోవాలని, ఆత్మవిశ్వాసంతో ముందుకు సాగాలని సూచించారు.

మహిళా సంక్షేమానికి ప్రభుత్వం అధిక ప్రాధాన్యత

వెల్దండ ఫిబ్రవరి 27 (అక్షర గళం) వెల్దండ మండల పరిధిలోని పోచమ్మ గడ్డ తండా లో 10 లక్షలతో నిర్మిస్తున్న ఇందిరా మహిళా సంఘం నిర్మాణానికి సర్పంచ్ మణిపాల్ నాయక్ భూమి పూజ చేశారు ఈ సందర్భంగా సర్పంచ్ మణిపాల్ నాయక్ మాట్లాడుతూ మహిళా సమైక్య భవనాలు మహిళా సమావేశాలు నిర్వహిం చుకోవడానికి ఎంతో గాను ఉపయోగ పడుతుందని అన్నారు ఈ కార్యక్రమంలో ఉప సర్పంచ్ చంద్రకళ గోపాల్ ఏఈ సురేందర్ రెడ్డి దేవేందర్ పంచాయతీ కార్యదర్శి నవనీత వార్డు సభ్యులు ఆర్ శ్రీరామ్ నిర్మల పాండు మాజీ వార్డు సభ్యుడు గోవర్ధన్ నాయక్ బాలు నాయక్ హనుమంతు జయరాం మున్నా విమల్ సేవియా నాయక్ రేఖ నాయక్ గోపాల్ నాయక్ తదితరులు పాల్గొన్నారు

వార్డు అభివృద్ధి ధ్యేయం: వగ్గు మహేష్

ఆమనగల్లు, ఫిబ్రవరి 27 (అక్షర గళం): ఆమనగల్లు మున్సిపాలిటీ 5వ వార్డు అభివృద్ధి నా ధ్యేయమని ఆ వార్డు కంటెస్టెంట్ అభ్యర్థి, కాంగ్రెస్ పార్టీ యువ నాయకులు వగ్గు మహేష్ అన్నారు. శుక్రవారం స్థానిక నాయకులతో కలిసి వార్డులో పర్యటించి సమస్యలు అడిగి తెలుసుకున్నారు. నవచైతన్య కాలనీ మైసమ్మ ఆలయ సమీపంలో వాటర్ పైప్ లైన్ లీకేజీ సమస్యను మున్సిపాలిటీ సిబ్బందితో మరమ్మత్తు పనులను పూర్తి చేశారు. పనులు పూర్తి కావడంతో కాలనీవాసులు సంతోషం వ్యక్తం చేస్తూ మహేష్ కి ధన్యవాదాలు తెలిపారు. ప్రజలకు ఇబ్బంది కలిగించే సమస్యల పరిష్కారం కోసం వార్డు అభివృద్ధి దిశగా నిరంతర కృషి చేస్తానని తెలిపారు. అదేవిధంగా అండర్ డ్రైనేజీ, సీసీ రోడ్డు, ఇంటింటికీ మిషన్ భగీరథ కలెక్షన్ వంటి అభివృద్ధి పనులను కల్వకుర్తి ఎమ్మెల్యే కసిరెడ్డి నారాయణరెడ్డి, మున్సిపల్ ఛైర్మన్ పత్యానాయక్ సహకారంతో పూర్తి చేస్తానని వార్డు ప్రజలకు హామీ ఇచ్చారు. కాంగ్రెస్ పార్టీతోనే మున్సిపల్ చెందుతుందని, అభివృద్ధి, సంక్షేమమే లక్ష్యంగా కాంగ్రెస్ ముందుకు సాగుతుందన్నారు.

ప్రజాసేవలో ముందుంటా
మున్సిపల్ వైస్ చైర్ పర్సన్ తల్లోజు గీత ఆచారి

ఆమనగల్లు, ఫిబ్రవరి 27 (అక్షర గళం): ప్రజా సమస్యల పరిష్కారంలో ముందుంటానని వైస్ చైర్ పర్సన్ తల్లోజు గీత ఆచారి అన్నారు. ఇటీవలే మున్సిపల్ చైర్ పర్సన్ గా పదవి బాధ్యతలు చేపట్టిన తల్లోజు గీత ఆచారి ను 3వ వార్డు బీజేపీ నాయకులు పూలమాల శాలువాతో ఘనంగా సత్కరించి శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా ఆమె మాట్లాడుతూ.. వార్డులో నెలకొన్న సమస్యలను తన దృష్టికి తీసుకొస్తే ప్రాధాన్యత క్రమంలో అన్నింటిని పరిష్కరిస్తానన్నారు. తనపై పెట్టిన నమ్మకాన్ని ఒమ్ము చేయకుండా ఏళ్లవేళల అందరికి అందుబాటులో ఉంటూ ప్రజాసేవకు ముందుడుగు వేస్తామన్నారు. కార్యక్రమంలో నరేందర్, సందీప్, సంతోష్ ప్రభాస్, పవన్, విజేందర్, రమేష్, పవన్, కుమార్, శ్రీనివాస్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పూసల సంఘ భవన నిర్మాణానికి సహకరించాలి

::: నూతన ఛైర్మెన్ పత్యనాయక్ కు ఘన సన్మానం

ఆమనగల్లు, ఫిబ్రవరి 27 (అక్షర గళం): ఆమనగల్లు పట్టణ కేంద్రంలోని పూసల సంఘ భవన నిర్మాణానికి మున్సిపాలిటీ నిధుల నుండి కృషి చేయాలని ఆ సంఘం సభ్యులు మున్సిపల్ ఛైర్మన్ పత్యనాయక్ ను కోరారు. ఇటివలే మున్సిపాలిటీలో బాధ్యతలు చేపట్టిన సందర్భంగా శుక్రవారం పూసల సంఘం కమ్యూనిటీ హాల్లో పూలమాల శాలువాతో ఘనంగా సత్కరించి శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. సామాజికంగా, ఆర్థికంగా వెనుకబడిన పూసల కులస్థుల అభివృద్ధికి ప్రత్యేక నిధులు కేటాయించాలని కోరారు. తనవంతు సహకారం పూసల సంఘానికి ఎల్లప్పుడూ ఉంటుందని పత్యనాయక్ పేర్కొన్నారు. కార్యక్రమంలో పూసల సంఘం నాయకులు మాజీ వార్డు సభ్యులు పూసలు సత్యం, డేరంగుల వెంకటేష్, అధ్యక్షులు నూతన గంటి వెంకటేష్, నారాయణ, నర్సింహా, బాలయ్య, అంజీ, మోహన్, నరేందర్, సాయి, మహేష్ మరియు మహిళలు మంగమ్మ, శిరీష, మైసమ్మ తదితరులు ఉన్నారు.

మతసామరస్యానికి ప్రతీక ఇఫ్తార్

ఆమనగల్లు, ఫిబ్రవరి 27 (అక్షర గళం): పవిత్ర రంజాన్ మాసంలో ఉపవాస దీక్షలో ఉండే ముస్లింల కోసం ఏర్పాటు చేసే ఇఫ్తార్ విందు మతసామరస్యానికి ప్రతీక అని రామ్ రెడ్డి లయన్ ఆసుపత్రి ఛైర్మెన్ వి దామోదర్ రెడ్డి అన్నారు. ఆమనగల్లు పట్టణానికి చెందిన లయన్స్ క్లబ్ పిఆర్ఓ, విద్యానగర్ కాలనీ అధ్యక్షుడు ఎంఏ పాషా ఆధ్వర్యంలో శుక్రవారం ఆయన నివాసంలో ఏర్పాటు చేసిన ఇఫ్తార్ విందుకు దామోదర్ రెడ్డి, మున్సిపాలిటీ ఛైర్మన్ పత్యానాయక్, సంఘ సేవకుడు 5వ వార్డు కౌన్సిలర్ పాపిశెట్టి రాము, 9వ వార్డు కౌన్సిలర్ మహేష్ ముఖ్యఅతిథిలుగా హాజరయ్యారు. రంజాన్ మాసం ముస్లింలకు పవిత్రమైందన్నారు. అనంతరం వారిని శాలువాతో ఎంఏ పాషా ఘనంగా సన్మానించారు. కార్యక్రమంలో లయన్స్ క్లబ్ అధ్యక్షుడు గోవర్ధన్ రెడ్డి, కోశాధికారి శ్రీనివాస్ రెడ్డి, క్లబ్ సభ్యులు చుక్కా అల్లాజీ గౌడ్, సుదర్శన్ రెడ్డి, సయ్యద్ ఖలీల్, పూసల సత్యం, రవూఫ్, అలీం, రఫీ, కలీం, అజీమ్, నాజర్, హాఫీజ్, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

చీర్యాల గీతాంజలి ఇంజనీరింగ్ కాలేజీలో రోడ్డు భద్రతపై విస్తృత అవగాహన

జవహర్‌నగర్ ఏసీపీ చక్రపాణి
కీసర ఇన్‌స్పెక్టర్ ఆర్కపల్లి అంజనేయులు

కీసర, ఫిబ్రవరి 27,(అక్షర గళం) : తెలంగాణ ప్రభుత్వం ఆధ్వర్యంలో నిర్వహిస్తున్న 'అరైవ్ అలైవ్ క్యాంపెయిన్2026'(ఫేజ్2) కార్యక్రమంలో భాగంగా మల్కాజ్‌గిరి కమిషనరేట్ పరిధిలో రోడ్డు భద్రతపై విస్తృత అవగాహన కార్యక్రమాలు కొనసాగుతున్నాయి. రాష్ట్ర డీజీపీ శివధర్ రెడ్డి మార్గదర్శకత్వంలో, మల్కాజ్‌గిరి పోలీస్ కమిషనర్ అవినాష్ మొహంతి ఆదేశాల మేరకు ఈ కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తున్నారు.ఈ సందర్భంగా శుక్రవారం చీర్యాల ప్రాంతంలోని గీతాంజలి ఇంజనీరింగ్ కాలేజ్లో విద్యార్థులకు ప్రత్యేక రోడ్డు భద్రతా అవగాహన సదస్సు నిర్వహించారు. కార్యక్రమంలో జవహర్‌నగర్ ఏసీపీ చక్రపాణి, కీసర పోలీస్ స్టేషన్ ఇన్‌స్పెక్టర్ ఆర్కపల్లి అంజనేయులు, జవహర్‌నగర్ ట్రాఫిక్ ఇన్‌స్పెక్టర్ శివశంకర్, ఎస్ఐ హరిప్రసాద్ పాల్గొన్నారు.అధికారులు మాట్లాడుతూ వేగ నియంత్రణ ప్రాముఖ్యత, లేన్ క్రమశిక్షణ, చిన్న రోడ్ల నుండి ప్రధాన రహదారుల్లోకి ప్రవేశించే సమయంలో తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలు, భారీ వాహనాల డ్రైవర్ల బాధ్యతలపై వివరించారు. హెల్మెట్, సీట్‌బెల్ట్ వినియోగం తప్పనిసరి అని, మద్యం సేవించి వాహనం నడపడం మరియు డ్రైవింగ్ సమయంలో మొబైల్ ఫోన్ వినియోగం ప్రమాదాలకు దారితీస్తాయని హెచ్చరించారు.యువత రోడ్డు భద్రతా నియమాలను కచ్చితంగా పాటించి, కుటుంబ సభ్యులు మరియు స్నేహితులకు కూడా అవగాహన కల్పించాలని అధికారులు సూచించారు.ఈ కార్యక్రమంలో కళాశాల అధ్యాపకులు, విద్యార్థులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

దోషులను వెంటనే అరెస్టు చేసి కఠినంగా శిక్షించాలి

ఘట్కేసర్, ఫిబ్రవరి 27,(అక్షర గళం) : నాగర్ కర్నూల్ జిల్లా కుమ్మెర గ్రామంలో రెండు నెలల పసికందు మరణానికి కారణమైన దోషులను వెంటనే అరెస్టు చేసి కఠినంగా శిక్షించాలని వివిధ ప్రజా సంఘాల నాయకులు, రజక సంఘం బాధ్యులు డిమాండ్ చేశారు. మేడ్చల్ మల్కాజిగిరి జిల్లా ఘట్కేసర్ సర్కిల్ -6 నాగారం డివిజన్ పరిధిలో అన్నంరాజు రజక సంఘం ఆధ్వర్యంలో నాగర్ కర్నూల్ జిల్లా కుమ్మేరా గ్రామంలో రజక కుటుంబం మీద జరిగిన దాడిలో మృతి చెందిన 2 నెలల పసికందు చిన్నారి కి న్యాయం జరగాలని నిందితులను కఠినంగా శిక్షించాలని నిరసిస్తూ నాగారం బొడ్రాయి దగ్గర నుండి రాంపల్లి చౌరస్తా లోని అంబేద్కర్ విగ్రహం వరకు కొవ్వొత్తుల ర్యాలీ నిర్వహించడం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమం లొ నాగారం మున్సిపాలిటీ మాజీ వైస్ చైర్మన్ బండారి మల్లేష్ యాదవ్,మాజీ కౌన్సిలర్ లు అన్నంరాజు శ్రీనివాస్, అన్నంరాజు సురేష్,పంగ హరిబాబు,బీజ్జ శ్రీనివాస్ గౌడ్ ,మాజీ వార్డు సభ్యులు అన్నంరాజు సంజీవ, సాయినాథ్ గౌడ్,గంద్ర కమలాకర్ పటేల్,రజక సంఘం నాయకులు అన్నంరాజు గంగయ్య,అన్నంరాజు రవి కుమార్,అన్నంరాజు అర్జున్, అన్నంరాజు కృష్ణ,అన్నంరాజు గణేష్, అన్నంరాజు నరేష్,అన్నంరాజు హరిబాబు, అన్నంరాజు మల్లేష్,అన్నంరాజు వెంకటేష్ , అన్నంరాజు మహేష్ అన్నంరాజు నర్సింహా,నాయకులు ఉమశంకర్ గౌడ్,అశోక్ ముదిరాజ్, సుబ్బనాయక్, నర్సింహ ముదిరాజ్, కనకయ్య ముదిరాజ్ మరియు బీసీ, ఎస్సి, ఎస్టీ నాయకులు ఈ ర్యాలీలో పాల్గొని నిరసన వ్యక్తం చేసారు .

ప్రథమ్ స్వచ్ఛంద సంస్థ అధ్వర్యంలో వర్క్ షాప్ అవగాహన సదస్సు

కల్వకుర్తి ఫిబ్రవరి 27 (అక్షర గళం) కల్వకుర్తి మండల పరిధిలోని తోటపల్లీ గ్రామంలో ప్రాథమిక పాఠశాలలలోనీ ప్రథమ్ స్వచ్ఛంద సంస్థ ఆధ్వర్యంలో శుక్రవారం వర్క్ షాప్ పై అవగాహన నిర్వహించారు. అందులో భాగంగా 1 తరగతి నుంచి 2వ తరగతి పిల్లలు తో పాటు తల్లులు పాల్గొన్నారు. అలాగే పిల్లల సృజనాత్మకతను వెలికి తీసి జ్ఞానాన్ని పెంపొందించడం జరిగిందని నిర్వాహకులు పేర్కొన్నారు.పిల్లల యొక్క తల్లులు డ్రాయింగ్ వెయ్యడం తల్లుల తో మ్యూజికల్ చైర్ ఆడించడం జరిగింది వారు తెలిపారు. ఇదంతా పిల్లల యొక్క శరీరక ఎదుగుదల సుష్మ స్థూల కండరాల ఎదుగుదల కొరకు పిల్లలు ఆడాలి అని అలాగే కమ్యూనిటీ క్లబ్ 3 నుండి 5 తరగతుల వారు అలాగే 6 నుండి 8వ తరగతి 8 తరగతుల వారు క్లబ్ గా కూర్చొని చదువుకుంటార అని అవగాహన కోసం వర్క్ షాప్ ను నిర్వహించినట్లు మండల కో ఆర్డినేటర్ నజీమా గారు తెలిపారు కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న వారు ప్రధానోపాధ్యాయులు బి. వెంకటయ్య, ఈ. పద్మ , సమీనా బేగం,అలాగే ప్రథమ్ సశీస్థ జిల్లా కొ ఆర్డినేటర్ గోపాల్,విద్యార్థులు,తల్లిదండ్రులు ,గ్రామ పెద్దలు, శ్రీధర్ వాలంటీర్లు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మాదారం చెరువులో వ్యక్తి మృతదేహం లభ్యం ఆర్థిక సహాయం అందజేసిన మండల కాంగ్రెస్ నాయకులు తలసాని అనిల్‌రెడ్డి

కల్వకుర్తి ఫిబ్రవరి 27 (అక్షర గళం)ఊర్కొండ మండల పరిధిలోని రాచలపల్లికి చెందిన బూర్గుల వెంకటయ్య (46) శుక్రవారం మాదారం చెరువులో శవమై తేలారు. రెండు రోజులుగా గల్లంతైన ఆయన కోసం కుటుంబ సభ్యులు గాలిస్తుండగా, ఈ ఉదయం చెరువులో మృతదేహం కనిపించింది. వెంకటయ్య మృతితో గ్రామంలో విషాద ఛాయలు అలముకున్నాయి. మృతదేహాన్ని చెరువులో నుండి బయటికి తీశారు. విషయాన్ని తెలుసుకున్న మండల కాంగ్రెస్ నాయకులు తలసాని అనిల్ రెడ్డి మృతుని కుటుంబానికి తన ప్రగాఢ సానుభూతిని తెలియజేస్తూ తక్షణ సహాయం కింద మృతుని భార్య జయమ్మ కు స్థానిక కాంగ్రెస్ నాయకుల ద్వారా 5వేల రూపాయల ఆర్థిక సహాయం అందించారు. ఈ కార్యక్రమంలో రాచాలపల్లి కాంగ్రెస్ నాయకులు నూనె లక్ష్మయ్య యాదవ్ , కటికం రాజు గౌడ్, నరసింహ,వెంకటపురం రాములు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పాఠశాలను ఆకస్మికంగా తనిఖీ చేసిన
సర్పంచ్ సిద్ధ గొని రమేష్ గౌడ్

వెల్దండ ఫిబ్రవరి 27 (అక్షర గళం) వెల్దండ మండల పరిధిలోని అజలాపూర్ గ్రామంలో పాఠశాలలో మధ్యాహ్నం భోజనాన్ని పరిశీలించారు పాఠశాల పరిసరాలను విద్యార్థులకు మౌలిక వసతులను పరిశీలించారు విద్యార్థులకు మెనూ ప్రకారం నాణ్యమైన భోజనం అందించాలని సర్పంచ్ సిద్ధ గొని రమేష్ ఉన్నారు అనంతరం విద్యార్థులతో కలిసి భోజనం చేశారు.

ఇంటి పన్ను సకాలంలో చెల్లించాలి

యాచారం, అక్షరగళం :- ఇంటి పన్ను సకాలంలో చెల్లించాలని కుర్మిద్ద గ్రామపంచాయతీ కార్యదర్శి జి. మహేష్ కుమార్ అన్నారు. గ్రామంలోని శుక్రవారం ఇంటి పన్నులు వసూలు చేశారు. ఈ సందర్భంగా అయన మాట్లాడుతూ... ఇప్పటి వరకు గ్రామంలో 74% శాతం వసూలైనట్లు తెలిపారు. ప్రజలు పన్నులు చెల్లించి గ్రామాభివృద్ధికి తొడ్పాడాలని పేర్కొన్నారు.

రోడ్డు ప్రమాదంలో తీవ్రంగా గాయపడిన మహిళ చికిత్స పొందుతూ మృతి

కుషాయిగూడ, ఫిబ్రవరి 27 (అక్షర గళం) : మల్కాజ్గిరి పోలీస్ కమిషనరేట్ కుషాయిగూడ పోలీస్ స్టేషన్ పరిధిలో జరిగిన రోడ్డు ప్రమాదంలో తీవ్రంగా గాయపడిన మహిళ చికిత్స పొందుతూ మృతి చెందిన ఘటన స్థానికంగా విషాదాన్ని కలిగించింది.పోలీసుల వివరాల ప్రకారం, మణికొండ జాగీర్ ప్రాంతానికి చెందిన బద్దురు బ్రహ్మ రెడ్డి (70) ఫిబ్రవరి 26 ఉదయం కుషాయిగూడ పీఎస్‌లో ఫిర్యాదు చేశారు. ఆయన తెలిపిన వివరాల మేరకు, ఫిబ్రవరి 25 రాత్రి సుమారు 11:55 గంటల సమయంలో ఆయన వియ్యంకులు అవుల వెంకట్ రెడ్డి,ఆయన భార్య ఎ. ప్రమీల రాణి ద్విచక్ర వాహనంపై నేరేడ్మెట్ వైపు నుండి ఏఎస్ రావు నగర్ వైపు వస్తుండగా శారదా బస్ స్టాప్ జంక్షన్ వద్ద (రిలయన్స్ ట్రెండ్స్ ఎదురుగా) ఒక కారు ఢీకొట్టింది.ప్రమాదంలో ప్రమీల రాణి అపస్మారక స్థితికి చేరుకోగా, ఆమెను ఈసీఐఎల్‌లోని శ్రీకర హాస్పిటల్ ఎమర్జెన్సీ వార్డుకు తరలించారు. అవుల వెంకట్ రెడ్డికి ఎడమ కాలు విరిగినట్లు వైద్యులు నిర్ధారించారు.కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేపట్టిన పోలీసులు, కారు నడిపిన వ్యక్తిని దొడ్డల తరుణ్ (31), నివాసం సాయినాథ్‌పురం, నేరేడ్మెట్‌గా గుర్తించారు.ఇదిలా ఉండగా, ఫిబ్రవరి 27 శుక్రవారం సాయంత్రం సుమారు 4:12 గంటలకు చికిత్స పొందుతుండగా ప్రమీల రాణి మృతి చెందినట్లు వైద్యులు తెలిపారు. మృతదేహాన్ని పోస్టుమార్టం నిమిత్తం తరలించగా, కేసు దర్యాప్తు కొనసాగుతున్నట్లు పోలీసులు తెలిపారు.

ఎన్నికలలో తిరస్కరించిన వారు ప్రభుత్వ కార్యాక్రమలలో ఎలా పాల్గొంటారు.
::: 12 వార్డ్ కౌన్సిలర్ గుర్రాల జ్యోతి రాంభూపాల్‌రెడ్డి

కల్వకుర్తి ఫిబ్రవరి 27 (అక్షర గళం) కల్వకుర్తి మున్సిపాలిటీలో గల 3వ వార్డు, 12వ వార్డులో ఇందిర ఇల్లు భూమి పూజ అనాథరైజ్డ్ పర్సన్స్ ఎలాంటి ప్రజల చేత ఎన్నుకొన బడలేనివారు అనగా ఒక కౌన్సిలర్ కాదు, ఒక చైర్మన్ కాదు ,ఒక ఎమ్మెల్యే కాదు , మున్సిపల్ ఆఫీసు సిబ్బంది కాదు , కేవలం ఒక పార్టీకి సంబంధించిన రాజకీయ వ్యక్తులు భూమి పూజ చేసి అభివృద్ధి కార్యక్రమాల పేరిట ఎలా పాల్గొంటారు అని పన్నెండో వార్డ్ కౌన్సిలర్ గుర్రాల జ్యోతి రాంభూపాల్ రెడ్డి శుక్రవారం పత్రిక ప్రకటనలో తెలిపారు. పత్రికలలో, సోషల్ మీడియా మాధ్యమాలలో ప్రచారం చేసుకుంటూ ప్రజల్ని మభ్యపెట్టి ఆందోళన గురి చేస్తూ వివిధ మాధ్యమాలలో వస్తున్న ప్రచారాన్ని ప్రజలందరూ చూసి కల్వకుర్తిలో స్థానిక ఎమ్మెల్యే గాని, కల్వకుర్తి పట్టణ మున్సిపల్ చైర్మన్ కానీ ఎవరు లేనట్టుగా వీరు అన్ని ప్రభుత్వ కార్యాలయలలో, మున్సిపల్ కార్యాలయంలో పెత్తనం చెలాయించడం ప్రజలు చూసిఅసహ్యించుకుంటున్నారని పేర్కొన్నారు. అధికార పార్టీ అని చెప్పి ఇందిరమ్మ ఇల్లు ఎవరైనా ప్రారంభించవచ్చా.. లోకల్ కౌన్సిలర్ లేకుండా మున్సిపల్ కౌన్సిలర్ల యొక్క హక్కులకు భంగం కలిగించే విధంగా, ఎలాంటి పదవులు లేని వారు ప్రజల చేత ఎన్నుకోకుండా, ప్రజలు వీరిని తిరస్కరించిన ఎలాంటి పదవి లేకుండా కేవలం ఒక పార్టీ నాయకుడని ఇలాంటి ప్రభుత్వ అభివృద్ధి కార్యక్రమాలలో పాల్గొనడం రాజ్యాంగ విరుద్ధం, రాజ్యాంగ విలువలను తుంగలో తొక్కుతూ, రాజ్యాంగ బద్ధ పదవులకు వీరు విఘాతం కలిగించిన వారు అవుతారని తెలిపారు. ప్రజలు వీరిని అధికారానికి దూరం పెట్టిన అభివృద్ధి కార్యక్రమాలలో పాల్గొంటున్న వారిపై తగు చర్యలు తీసుకోవాలని లేని ఎడల బిజెపి పార్టీ ఆధ్వర్యంలో మున్సిపల్ ఆఫీస్ ముందు ధర్నా చేపడతామని ప్రకటనలో హెచ్చరించారు.

ఈ చిన్న ట్రిక్స్ సహాయంతో డీప్ ఫేక్స్‌ను ఈజీగా గుర్తించవచ్చు

సమాచార ప్రవంతిగా, కాలక్షేపానికి వేదికగా, సృజనాత్మకతకు భూమికగా వెలుగొందుతున్న సామాజిక మాధ్యమాల్లో పొంచి ఉన్న ప్రమాదాలెన్నో! హ్యాకింగ్, ట్రోలింగ్, ఇన్‌ఫ్లూయెన్స్ ఇలా రకరకాల జాడ్యాలు సోషల్ మీడియాను పట్టిపీడిస్తున్నాయి. డీప్‌ఫేక్స్ కూడా ఈ కోవకే చెందుతుంది. కృత్రిమ మేధను ఉపయోగించి నమ్మేలా చేస్తారు. అందినంత దోచుకొని నట్టేట ముంచుతారు. కొన్నిసార్లు మన అమాయకత్వాన్ని ఆసరాగా తీసుకొని ఆన్‌లైన్‌లో అభాసుపాలు చేసే ప్రమాదమూ ఉంది. డీప్‌ఫేక్స్ ఎలా టార్గెట్ చేస్తాయి? వాటిని ఎలా ఎదుర్కోవాలో తెలుసుకుందాం.. ఆఫీస్ పనిలో బిజీగా ఉన్నాడు తనీశ్. అమెరికాలో ఉన్న బాస్ ఏదో అర్జెంట్ అసైన్‌మెంట్ ఇచ్చాడు. గంటలోగా అది పూర్తి చేయాలి. ట్రబుల్‌షూట్ చేస్తున్నాడు. ఇంతలో బాస్ నుంచి మెయిల్! కంగారుగానే ఓపెన్ చేశాడు. 'మై కార్డ్స్ బ్లాక్డ్.. నీడ్ 2 లాక్స్ మనీ ఎమెర్జెన్సీ. ట్రాన్స్‌ఫర్ టు దిస్ నంబర్' అని సందేశం. చూస్తే బాస్ మెయిల్ ఐడీతోనే వచ్చింది. పైగా కంపెనీ అఫీషియల్ డొమైనే ఉంది! అమెరికాలో బాస్ ఎంత అవసరంలో ఉన్నాడో అని.. మెయిల్‌లో సూచించిన నంబర్‌కు డబ్బులు పంపాడు తనీశ్. కాసేపటికి బాస్ ఇచ్చిన టాస్క్ కూడా పూర్తిచేశాడు. 'గుడ్ జాబ్' అని బాస్ నుంచి సందేశం. పొంగిపోయాడు తనీశ్. వారం గడిచింది. అమెరికా నుంచి బాస్ వచ్చాడు. టూర్ సక్సెస్ అయిందని ఆఫీస్ స్టాఫ్‌కు పార్టీ ఇచ్చాడు. తనీశ్ పనితనాన్ని మెచ్చుకున్నాడు. మంచి అప్రైజల్ కూడా ఇచ్చాడు. 'అన్నీ బాగానే ఉన్నాయి కానీ, ఆ రెండు లక్షల ముచ్చట ఎత్తడేంటి?' అని లోలోపల సతమతమవుతున్నాడు తనీశ్. ఒక వారం గడిచాక.. పర్సనల్‌గా వెళ్లి 'సర్, యూఎస్ టూర్‌లో ఇబ్బందిపడ్డట్టున్నరు. మీరు అడిగిన సమయానికి నా దగ్గర డబ్బు ఉండటం, మీకు పంపడం సంతోషంగా ఉంది' అన్నాడు. బాస్ ముఖం వివర్ణమైంది. 'ఏ డబ్బులు' అన్నాడు బాస్. తనీశ్ షాక్ అయ్యాడు. అంతలోనే తేరుకొని 'అదేసార్, మీరు మెయిల్ పంపారు కదా! క్రెడిట్ కార్డ్స్ నాట్ వర్కింగ్.. రెండు లక్షలు పంపమ'ని మెయిల్ చేశారుగా. బాస్ ముఖం ఎర్రబడింది. 'నేను మెయిల్ చేయడమేంటి..? ఏం మాట్లాడుతున్నవ్' అని నిలదీసినంత పనిచేశాడు. మెయిల్ చూపించాడు తనీష్. అది పంపింది తను కాదని బాస్ తేల్చిచెప్పాడు. పోలీసులు ఆరాతీస్తే అది డీప్‌ఫేక్స్ మాయ అని తేలింది. లబోదిబోమనడం తనీశ్ వంతైంది.

బుట్టలో పడొద్దు

ఒక్క తనీశ్ మాత్రమే కాదు.. ఇలాంటి డీప్‌ఫేక్స్ బాధితులు వేలల్లో ఉంటున్నారు. సోషల్ ఇంజినీరింగ్ నేరాల్లో దీని హవా నడుస్తున్నది. వాట్సాప్‌లో, ఫేస్ బుక్‌లో, ఇన్‌స్టాలో ఈ బెడద ఇటీవల పెరిగింది. ఫేస్‌బుక్ హ్యాక్ చేయడం, సదరు అకౌంట్‌లో ఉన్న ఫ్రెండ్స్‌కు డబ్బులు కావాలని సందేశాలు పంపి బురిడీ కొట్టిస్తున్నారు సైబర్ నేరగాళ్లు. సీఈవో పేరుతో కంపెనీ ఉద్యోగులకు, ప్రభుత్వ ఉన్నతాధికారుల పేరుతో రాజకీయ నాయకులు, కిందిస్థాయి ఉద్యోగుల దగ్గర దోచుకుంటున్నారు. అనుమానం రాకుండా అచ్చుగుద్దినట్టు వాళ్ల గళంతోనే వాయిస్ మెసేజ్‌లు కూడా పంపుతుండటం గమనార్హం. ఫేస్ మార్ఫింగ్‌తో అచ్చు వాళ్లలాగే కనిపిస్తూ కనికట్టు చేస్తున్నారు. పెద్దవారిగా పరిచయం చేసుకొని వ్యక్తిగత సమాచారాన్ని లూటీ చేసి, తర్వాత బ్లాక్‌మెయిల్‌కు పాల్పడుతున్నారు. కొన్ని సందర్భాల్లో తనకు కావాల్సినవాళ్ల పరిస్థితి దయనీయంగా ఉందని, ఆర్థికంగా చేయూత ఇవ్వాలంటూ కోరుతున్నారు. సంఘంలో పలుకుబడి ఉన్న వ్యక్తుల రూపంతో ఫేక్ వీడియో గానీ, ఆడియో గానీ రూపొందించి స్వార్థ ప్రయోజనాలకు వాడుతున్నారు. ఇవి నిజమని గుడ్డిగా నమ్మితే.. ఆర్థికంగా నష్టపోవాల్సి రావచ్చు. ఒక్కోసారి మానసికంగా కుంగిపోయే ప్రమాదమూ ఉంది.

మలబద్ధకం సమస్యతో సతమతమవుతున్నారా..
అయితే ఈ పండు మీకు చక్కటి పరిష్కారం..!

జీవితాంతం అనారోగ్య సమస్యలు లేకుండా ఎవ్వరూ ఉండరు. ప్రతి ఒక్కరూ తమ జీవితంలో ఏదో ఒక సమయంలో అనారోగ్య సమస్యల బారిన పడుతుంటారు. అయితే, అన్ని అనారోగ్య సమస్యలకు ఔషధాలు అక్కర్లేదు. కొన్ని సమస్యలకు చిన్నచిన్న చిట్కాలే చక్కటి పరిష్కారం చూపిస్తాయి. సమస్యను బట్టి వంటింటి పదార్థాలు, పండ్లు, కూరగాయలు పరిష్కారానికి తోడ్పడుతాయి. ఔషధం అక్కర్లేని అనారోగ్య సమస్యల్లో మలబద్ధకం కూడా ఒకటి. ఈ సమస్యకు అరటిపండు మంచి ఔషధంగా పనిచేస్తుంది. అరటిపండులో కార్బోహైడ్రేట్స్, ప్రొటీన్స్ పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఈ పండు సులభంగా జీర్ణం కూడా అవుతుంది. అందుకే డాక్టర్లు రోజూ ఒక అరటిపండు తినాలని సూచిస్తుంటారు. ఈ పండుతో ఎన్నో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలున్నాయి. అవేంటో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం..

ఇవీ ప్రయోజనాలు..

అరటిపండులో పొటాషియం ఎక్కువ మోతాదులో ఉంటుంది. కాబట్టి ఎముకలు, దంతాలకు చాలా మంచిది. శరీర కండరాలను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. ఈ పండులో ఉండే పోషకాలు ఆస్తమా, అధిక రక్తపోటు, క్యాన్సర్ నివారణలో కూడా తోడ్పడుతాయి. కిడ్నీల ఆరోగ్యానికి కూడా అరటిపండు దివ్యౌషధంగా పనిచేస్తుంది. వారానికి రెండు లేదా మూడు అరటిపండ్లు తినడంవల్ల కిడ్నీ సంబంధిత జబ్బుల బారినపడే ముప్పు నుంచి తప్పించుకోవచ్చు. అరటిపండులో పీచుపదార్థం ఎక్కువగా ఉంటుంది. అందుకే మలబద్ధకానికి ఇది మంచి మందు. ఈ పండులో కొవ్వులు తక్కువ మోతాదులో ఉంటాయి. కాబట్టి బరువు తగ్గాలనుకునే వారికి మంచిది. ఇందులో ఉండే పిండిపదార్థం కడుపు నిండిన భావన కలిగించి, ఆకలిని తగ్గిస్తుంది. అంతేగాక అరటి పండు పేగులను ఉత్తేజపరుస్తుంది. దీనివల్ల జీర్ణక్రియ మెరుగుపడుతుంది. అరటి పండులో ఉండే 'బాన్‌లెక్' అనే రసాయనానికి ఎయిడ్స్ వైరస్‌పై పోరాడే శక్తి ఉందని ఓ రిసెర్చ్‌లో తేలింది. ప్రస్తుతం ఈ వైరస్ నిరోధానికి వాడుతున్న 'టీ20, మారావిరాక్' మందులతో సమానంగా ఈ రసాయనం పనిచేస్తుంది. లెక్టిన్ రసాయనం వైరస్‌ను శరీరంలో ప్రవేశించకుండా అడ్డుకుని ఇన్‌ఫెక్షన్‌ను నిరోధిస్తుంది. అదేవిధంగా అరటి పండులో ఉండే ట్రిప్టోఫాన్ అనే అమైనో యాసిడ్ శరీరంలో ప్రవేశించగానే సెరటోనిన్‌గా మారుతుంది. తద్వారా ఒత్తిడి తగ్గుతుంది. మానసిక ప్రశాంతతను కలుగజేస్తుంది. రాత్రిపూట పాలతో కలిపి అరటిపండు తీసుకుంటే నిద్ర బాగా పడుతుంది.

నిమ్మకాయతో ఆరోగ్యానికి ఆరోగ్యం, అందానికి అందం.. ఎలాగో తెలుసా..?

నిమ్మకాయ.. ఇది సిట్రస్ జాతికి చెందిన ఒక రకం కాయ..! ఈ నిమ్మకాయ ఆరోగ్యానికి ఔషధంగా, అందాన్ని ఇనుమడింపజేసే ఆయుధంగా పనిచేస్తుంది. అంతేగాక నిమ్మకాయతో ఇంకా ఎన్నో రకాల ఆరోగ్య ప్రయోజనాలున్నాయి. ఎండా కాలంలో ఒంట్లో వేడిని తగ్గించడానికి, అలసిపోయిన దేహానికి తక్షణమే హుషారు తెప్పించడానికి నిమ్మ తోడ్పడుతుంది. రుచికరమైన పులిహోర చేసుకోవడానికి, కమ్మటి తొక్కు పెట్టుకోవడానికి కూడా నిమ్మకాయలు ఉపయోగపడుతాయి. ఇలా చెప్పుకుంటూపోతే నిమ్మతో లెక్కలేనన్ని ప్రయోజనాలున్నాయి. మరి అవేంటో చూద్దామా..!

నిమ్మకాయతో లాభాలు..

నిమ్మకాయలు సీజనల్ రోగాలు ధరిచేరకుండా శరీరంలో రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతాయి. తరచూ నిమ్మరసం (Lemon juice) తాగడం ద్వారా ఇమ్యూనిటీ పవర్‌ను పెంచుకోవచ్చు. నిమ్మరసం యాంటీసెప్టిక్‌గా పనిచేస్తుంది. నిమ్మలో కావాల్సినంత సి విటమిన్ లభిస్తుంది. తరచూ నిమ్మరసం తీసుకునే వారిలో వయసు పెరుగుతున్నా చర్మం అంత త్వరగా ముడుతలు పడదు. దీంతో వృద్ధాప్య చాయలు త్వరగా దరిచేరవు. ప్రతిరోజు ఉదయం, సాయంత్రం కొంచెం గోరువెచ్చని నీళ్లలో నిమ్మరసం కలుపుకుని తాగితే మానసిక ఒత్తిడి తగ్గి, నూతన ఉత్సాహం వస్తుంది. పంటినొప్పిని తగ్గించడంలో కూడా నిమ్మరసం తోడ్పడుతుంది. నిమ్మలోని సిట్రిక్ యాసిడ్ పంటిలోని కణజాలాన్ని మొద్దుబారేలా చేస్తుంది. అదేవిధంగా చిగుళ్లలోంచి రక్తం వచ్చేవారు తరచూ నిమ్మరసం తీసుకోవడంవల్ల ప్రయోజనం ఉంటుంది. కాలేయంలో పేరుకున్న విష పదార్థాలను తొలగించి, శుద్ధి చేయడంలో కూడా నిమ్మరసం మంచి ఉపకారిగా పనిచేస్తుంది. వేసవిలో నిమ్మరసం తాగితే అలసట నుంచి త్వరగా ఉపశమనం లభిస్తుంది. స్థూలకాయం ఉన్నవారు ప్రతిరోజు ఉదయం గోరువెచ్చని నీళ్లలో నిమ్మరసం కలుపుకుని తాగితే ప్రయోజనం ఉంటుంది. అంతేగాక నిమ్మలోని సిట్రిక్ యాసిడ్ కిడ్నీల్లో ఏర్పడే రాళ్లను కరిగించడంలో తోడ్పడుతుంది.

వైట్ షుగర్ కంటే బ్రౌన్ షుగర్ బెటర్.. ఎందుకో తెలుసా..?

బీపీ, షుగర్, థైరాయిడ్, గ్యాస్ ట్రబుల్, ఆస్తమా లాంటి అనారోగ్యాల బారిన పడకుండా ఉండాలన్నా, ఇప్పటికే అలాంటి అనారోగ్యాలు ఉన్నవాళ్లు వాటిని అదుపులో పెట్టుకోవాలన్నా బ్రౌన్ కలర్ రైస్, బ్రౌన్ కలర్ బ్రెడ్ లాంటివి ఎక్కువగా తీసుకోవాలని ఆరోగ్య నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. తాజాగా బ్రౌన్ కలర్ షుగర్ (%దీతీశీషఅ జశీక్ష్రీశీబతీ ాబస్త్రుఘతీ%)ను కూడా వైద్య నిపుణులు రిఫర్ చేస్తున్నారు. బ్రౌన్ రంగు చక్కెరతో అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నాయని చెబుతున్నారు. మరి బ్రౌన్ కలర్ షుగర్‌లో ఉన్న గొప్పతనం ఏమిటో..? బ్రౌన్ షుగర్‌ను వినియోగించడంవల్ల కలిగే ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఏమిటో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం..!

బ్రౌన్ షుగర్‌ను ఎలా సేకరిస్తారు..?

వైట్ షుగర్ కంటే బ్రౌన్ రంగు షుగర్ (%దీతీశీషఅ ంబస్త్రుఘతీ)%?లో పోషకాలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. అంతేగాక వైట్ షుగర్ ఎక్కువగా తీసుకోవడంవల్ల కేలరీలు పెరుగుతాయి. దానివల్ల బరువు కూడా పెరిగే ప్రమాదం ఉంది. కానీ, బ్రౌన్ షుగర్‌ను చెరుకు నుంచి కాకుండా నేరుగా బెల్లం నుంచి సేకరిస్తారు. అందుకే ఇది ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిది. బ్రౌన్ షుగర్‌లో పొటాషియం, జింక్, రాగి, భాస్వరం, విటమిన్ బి-6 వంటి పోషకాలు ఉంటాయి. ఈ పోషకాలు ఆరోగ్యానికి మంచివి.

బ్రౌన్ షుగర్‌తో ప్రయోజనాలు..

బ్రౌన్ షుగర్ తీసుకోవడంవల్ల జీర్ణ సమస్యలు తొలగిపోతాయి. దాంతో మలబద్దకం సమస్య కూడా తీరుతుంది. ఒక గ్లాసు గోరువెచ్చని నీటిలో అల్లం ముక్క, ఒక టీస్పూన్ బ్రౌన్ షుగర్ కలిపి తీసుకోవాలి. అదేవిధంగా కాళ్లు, చేతుల్లో తిమ్మిర్లను తగ్గించడానికి బ్రౌన్ షుగర్ సహాయపడుతుంది. ఇందులో పొటాషియం పుష్కలంగా ఉంటుంది కాబట్టి తిమ్మిర్లతోపాటు నొప్పిని తగ్గిస్తుంది. బ్రౌన్ షుగర్‌లో కేలరీలు తక్కువగా ఉండటంవల్ల బరువు తగ్గడానికి కూడా తోడ్పడుతుంది. అలాగే జీవక్రియలను మెరుగుపరుస్తుంది.అదేవిధంగా బ్రౌన్ షుగర్‌లో విటమిన్ బి6, నియాసిన్, పాంతోతెనిక్ ఆమ్లం, ఇతర ఖనిజాలు కూడా పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇవి చర్మం కోసం యాంటీ ఏజింగ్ కాంపోనెంట్?గా పనిచేస్తాయి. అలాగే చర్మంపై మృత కణాలను తొలగించే స్క్రబ్?గా పనిచేస్తాయి. బ్రౌన్ షుగర్ యాంటీ అలర్జీ లక్షణాలను కూడా కలిగి ఉంటుంది. అందుకే ఇది ఉబ్బసం రోగులకు చికిత్సలో సాయపడుతుంది.బ్రౌన్ షుగర్ బ్యాక్టీరియా, ఇన్‌ఫెక్షన్‌లతో పోరాడటానికి తోడ్పడే యాంటీ ఇన్‌ఫ్లామేటరీ, యాంటీ బ్యాక్టీరియల్ లక్షణాలను కలిగి ఉంటుంది.

ఆరుతడి.. సిరుల దిగుబడి

జొన్న, మక్కజొన్నకు దక్కుతున్న మద్దతు ధర

వరికన్నా ఆరుతడి పంటలే మేలంటున్న రైతులు

ఆశాజనకంగా దిగుబడులు

పంటల సాగులో ఆదర్శంగా నిలుస్తున్న ధర్పల్లి రైతులు

జొన్నకు రూ.5 వేలపైనే మద్దతు ధర

ధర్పల్లి, ఏప్రిల్ 4 : యాసంగిలో ఆరుతడి పంటలు పండించిన రైతులకు సిరుల వర్షం కురుస్తున్నది. అన్నదాతలు తక్కువ సమయంలోనే ఎక్కువ లాభాలను ఆర్జిస్తున్నారు. వర్షాలు సమృద్ధిగా కురవడం.. చెరువులు, కుంటలు, కాలువల్లో పుష్కలంగా నీరుండడంతో యాసంగిలో నిజామాబాద్ జిల్లా వ్యాప్తంగా గత సీజన్ కన్నా 43 వేల ఎకరాల్లో పంటలు అధికంగా సాగయ్యాయి. ఇందులో ఆరుతడి పంటలైన మక్కజొన జొన్న, శనగ పంటల సాగు విస్తీర్ణం గత ఏడాదితో పోలిస్తే భారీగానే పెరిగింది. ప్రభుత్వం రైతులను ప్రతి వానకాలం, యాసంగి సీజన్లలో మొత్తానికి మొత్తం వరి పంటనే వేయకుండా ఇతరత్రా వాణిజ్య, ఆరుతడి పంటలు వేసుకోవాలని వ్యవసాయాధికారుల ద్వారా అవగాహన కల్పిస్తున్నది. అయితే కొంతమంది రైతులు వ్యవసాయాధికారుల సూచనలను పట్టించుకోకపోగా కొందరు రైతులు మాత్రం ఇతర పంటలు వేసి లాభాలను ఆర్జించారు. దీంట్లో భాగంగానే ఈ సంవత్సరం యాసంగి పంటలో జొన్న, మక్కజొన్న వేసిన రైతులు వరి పంటకు మించి లాభాలు రావడంతో సంతోషం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. ధర్పల్లి మండలంలోని మైలారం, సల్లగరిగె గ్రామాల్లోని రైతులు సుమారు 200 ఎకరాల మేర జొన్న పంట వేశారు. రైతులు ప్రధానంగా జొన్న విత్తనాలు అందించిన కంపెనీతోనే బైబ్యాక్ ఒప్పందం చేసుకున్నారు. దిగుబడి సైతం ఎకరాకు సుమారు 30 క్వింటాళ్లకు రావడంతో అన్నదాతలు హర్షం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. మద్దతు ధర సైతం క్వింటా లుకు రూ.5వేలకు పైనే మద్దతు ధర చెల్లించి విత్తన కంపెనీలు కొనుగోలు చేస్తున్నాయి. ఈ లెక్కన వరి పంటతో పోలిస్తే ఎంతో మేలని రైతులు హర్షం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. ఈ యాసంగి పంటలో వరికి బదులు మక్కజొన్న పంటలు వేసిన రైతులు సైతం అధిక లాభాలను ఆర్జించారు. మండలంలో సుమారు 350 ఎకరాల మేర మక్కజొన్న పంటను వేయగా ప్రభుత్వం ప్రకటించిన రూ.1960ల మద్దతు ధర కన్నా ఎక్కువగానే వెచ్చించి ప్రైవేట్ వ్యాపారులు కొనుగోలు చేశారు. ఎకరానికి 35 నుంచి 40 క్వింటాళ్ల దిగుబడి వచ్చింది. మక్కజొన్నకు మొదట రూ.2,100 నుంచి రూ.2,200 వరకు కూడా క్వింటాలుకు మద్దతు ధరను చెల్లించి వ్యాపారులు కొనుగోలు చేశారు. దీంతో వరికి బదులు మక్కజొన్న పంట వేసినందుకు దిగుబడి బాగా వచ్చి మద్దతు ధర సైతం బాగా రావడంతో ఖర్చులు పోను నాలుగు రాళ్లు మిగిలాయని రైతులు ఆనందం వ్యక్తం చేశారు. ప్రభుత్వ సూచనలను పాటిస్తూ ఈ యాసంగిలో ధర్పల్లి మండలంలో 350 ఎకరాల్లో మక్కజొన్న, 200 ఎకరాల్లో జొన్న పంటను రైతులు సాగు చేశారు. అయితే పంట దిగుబడి సైతం బాగా వచ్చి పంటకు ఆశించిన దాని కన్నా ఎక్కువగానే మార్కెట్‌లో మద్దతు ధర లభించడంతో రైతులకు అధిక లాభాలు వచ్చి ఆనందం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. మొత్తంగా రైతులు వరి పంటపైనే ఆధారపడకుండా ఆరుతడి, వాణిజ్య పంటలు వేసి అధిక లాభాలు గడించవచ్చని మక్కజొన్న, జొన్న వేసిన రైతులు నిరూపించారు.

కాలేయానికి ట్రాన్స్‌ప్లాంటేషన్ భరోసా

సాధారణంగా ఏదైనా ఒక శరీర భాగంలో కణాలు దెబ్బతింటే.. మళ్లీ అభివృద్ధి చేసుకోగల శక్తి ఆ అవయవాలకు ఉండదు. చర్మం తరువాత ఒక్క కాలేయానికి మాత్రమే ఆ సామర్థ్యం ఉంది. కాలేయంలో దాదాపు 70 శాతం దెబ్బతిన్నా.. తక్కిన భాగంతోనే తన విధులన్నిటినీ నిర్వహించగలుగుతుంది. అంతేకాదు, ఆ విధంగా దెబ్బతినడానికి కారణమైన అలవాట్లు, పరిస్థితులను మార్చుకోగలిగితే.. దెబ్బతిన్న భాగాన్ని కూడా తిరిగి ఆరోగ్యంగా మార్చుకునే శక్తి కాలేయానికి ఉంది. వ్యక్తి మరణించే వరకూ ఈ విధమైన పునరుత్పాదక శక్తి కలిగి ఉండటం కాలేయం గొప్పదనం. కాలేయం మనిషికి మంచి మిత్రుడు. తనకు నష్టం కలిగిస్తున్న అలవాట్లు, వ్యాధులను గుర్తించి సరిచేసుకోవడానికి ఎంతో అవకాశం ఇస్తుంది. అయితే కాలేయ కణాలు మొత్తం దెబ్బతిన్నప్పుడు మాత్రం పరిస్థితి పూర్తిగా చేజారిపోతుంది. కాలేయానికి ఉన్న ప్రత్యేక శక్తి కూడా పనికి రాకుండా పోతుంది. కాలేయం రకరకాల వ్యాధుల వల్ల దెబ్బతింటుంది. వ్యాధులు, మద్యపానం వంటి అలవాట్ల వల్ల దెబ్బతిన్నా.. తొలిదశలో యథావిధిగా పనిచేస్తుంది. కానీ, వ్యాధులను నిర్లక్ష్యం చేసినా, నష్టం కలిగించే అలవాట్లను కొనసాగించినా.. లివర్ ఒక్కసారిగా కుప్పకూలిపోతుంది.

కాలేయానికి వచ్చే వ్యాధులు

విపరీతమైన, దీర్ఘకాలపు మద్యపానం (నాలుగైదేండ్ల కన్నా ఎక్కువ), హెపటైటిస్ బి, సి వైరస్ ఇన్‌ఫెక్షన్ల వల్ల ఎక్కువ మందికి కాలేయ వ్యాధులు వస్తున్నాయి. ఈ కారణాల వల్ల మొదట కామెర్ల వ్యాధి సోకుతుంది. వ్యాధిని గుర్తించి వెంటనే చికిత్స చేయించుకోని పక్షంలో అది కాస్తా ముదిరి కాలేయం పనితీరు తీవ్రంగా దెబ్బతింటుంది. వీటిలో హెపటైటిస్ ఎ, ఇ వైరస్‌ల వల్ల వచ్చే కామెర్లు చాలా ప్రమాదకరం. దీనిలో హఠాత్తుగా కామెర్ల వ్యాధి సోకి ప్రాణాలకే ప్రమాదం ఏర్పడుతుంది. కలుషితమైన నీళ్లు, తిండి వల్ల ఈ తీవ్రమైన హెపటైటిస్ ఎ, ఇ వైరస్‌లు శరీరంలోకి చేరుతుంటాయి. చాలాకాలంపాటు మితిమీరి మద్యపానం చేయటం వల్ల కాలేయం తీవ్రంగా దెబ్బతింటుంది. లివర్ సిరోసిస్ వ్యాధి వస్తుంది. ఊబకాయం కూడా కాలేయ వ్యాధులకు కారణం అవుతున్నది. ఫ్యాట్ సిరోసిస్ లేదా నాన్ ఆల్కహాలిక్ స్టియటోనాష్ ఏర్పడుతుంది. ప్రస్తుతం కాలేయ సమస్యలతో వస్తున్న వారిలో దాదాపు సగం మందిలో ఈ ఫ్యాట్ సిరోసిస్ వ్యాధే కనిపిస్తున్నది. ఫ్యాట్ సిరోసిస్ బి (చివరి), సి చైల్డ్ స్టేజ్‌లో కాలేయ కణాలు చాలా వరకు పనిచేయలేని స్థితికి చేరుకుంటాయి. పిల్లల్లో కనిపిస్తున్న కాలేయ వ్యాధులు చాలా వరకు పుట్టుకతో వస్తున్నవే. శరీర ధర్మక్రియలకు సంబంధించినవే! విల్సన్ డిసీజ్, బైల్ డకట్స్ లేకపోవటం, కణితుల లాంటి సమస్యలు కూడా ఎక్కువగా కనిపిస్తున్నాయి. ఈ రకమైన సమస్యలు ఉన్న పిల్లలకు భవిష్యత్తులో కాలేయం పూర్తిగా పనిచేయలేని స్థితికి చేరుకుంటుంది. వ్యాధులతో కాలేయం దెబ్బతినటం అత్యంత ప్రమాదకరమైన అనారోగ్య పరిస్థితిని సృష్టిస్తుంది. అయితే అది వ్యాధుల బారినపడకుండా జాగ్రత్త పడేందుకు అవకాశమూ ఉంది. కాలేయంలో తలత్తే సమస్యలను ముందుగానే గుర్తించగలిగితే శస్త్రచికిత్స అవసరం లేకుండా, కేవలం మందులతో వ్యాధిని నయం చేయవచ్చు. కానీ, నిర్లక్ష్యం చేస్తే మాత్రం ఊహించనంత వేగంగా పరిస్థితి చేజారే ప్రమాదం ఉంది. అయితే, కాలేయం అసాధారణ పని సామర్థ్యం కారణంగా వ్యాధులు సోకినాడ లక్షణాలు వెల్లడి కావటానికి పది నుంచి ఇరవై సంవత్సరాల సమయం కూడా పడుతుంది. సుదీర్ఘమైన ఈ సమయంలో కాలేయ కణాలు క్రమంగా మృతి చెందుతూ ఉంటాయి. దీంతో లివర్ స్కార్ (మచ్చలు లేదా సిరోసిస్) ఏర్పడుతుంటుంది. ఈ స్కార్ పూర్తిగా కాలేయాన్ని కప్పేసినప్పుడు రోగ లక్షణాలు స్పష్టంగా బయటపడతాయి. అప్పటికే వ్యాధి ముదిరిపోతుంది. కాలేయ క్యాన్సర్‌కు దారితీయగల ప్రమాదం ఉన్న (దీర్ఘకాల మద్యపానం, వైరస్ వ్యాధులు సోకినవారు, ఫ్యాటీలివర్ వ్యాధి ఉన్న వారు) ఈ లక్షణాలు పూర్తిగా బయటపడే దాకా వేచి ఉండకుండా ముందస్తుగా పరీక్షలు చేయించుకుంటూ ఉండాలి. రక్తపరీక్ష, ఫైబ్రోస్కాన్ (ట్రాన్సియంట్ ఎలాస్టోగ్రఫీ) చేయించుకోవటం ద్వారా కాలేయ క్యాన్సర్‌ను తొలి దశలోనే గుర్తించవచ్చు. వ్యాధుల వల్ల కాలేయానికి జరిగిన నష్టాన్ని బట్టి దాని తీవ్రతను మూడు స్థాయిలుగా గుర్తిస్తారు. వీటిని ఎ, బి, సి 'చైల్డ్ పగ్ స్టేజెస్' అంటారు. 'ఎ' చైల్డ్ స్థాయిలోనే డాక్టర్ వద్దకు రాగలిగితే మందులతో, అలవాట్లలో మార్పులతో చికిత్స చేసి పూర్తి సాధారణ పరిస్థితిని పునరుద్ధరించవచ్చు.

మొదటి రెండు (ఎ, బి చైల్డ్ స్టేజెస్)స్థాయిల్లోనూ కాలేయం చాలా వరకు తిరిగి కోలుకోవడానికి అవకాశాలు ఉంటాయి. కాలేయం పరిస్థితి పూర్తిగా దిగజారిన దశతో పోలిస్తే ఈ మొదటి దశలో చికిత్సకు అయ్యే ఖర్చు కేవలం పది శాతాన్ని మించదని అంచనా. దురదృష్టవశాత్తు మనదేశంలో కాలేయ వ్యాధిగ్రస్తులలో అత్యధికులు 'బి' నుంచి 'సి' చైల్డ్ స్టేజీకి మారేక్రమంలో, 'సి' చివరి దశలో ఆస్పత్రులకు వస్తున్నారు. కాలేయ క్యాన్సర్ అంటే ఇదివరకు 90 శాతం మందికి మరణమే అనే భావన ఉండేది. కానీ, ఇప్పుడు పరిస్థితి మారింది. ఇందుకు అవసరమైన అత్యాధునిక శస్త్ర చికిత్స, సర్జరీలతో క్యాన్సర్ కణితులను విజయవంతంగా తొలగించటం సాధ్యమవుతున్నది. క్యాన్సర్ కణితి 3–5 సెం.మీ. వరకూ ఉంటే ఆర్ఎఫ్ఏ, టీఏసీఈ లాంటి సర్జరీయేతర చికిత్స చేస్తారు. వీరిలో 90 శాతం మంది కోలుకుంటారు. అయితే వీరికి రెండు, మూడేండ్లలో మళ్లీ క్యాన్సర్ వచ్చే అవకాశం ఉంటుంది. అందువల్ల క్రమం తప్పకుండా డాక్టర్‌కు చూపించుకుంటూ ఉండాలి. అవసరమైనపుడు ఆ చికిత్సలను కొనసాగించి క్యాన్సర్ కణితులను అదుపుచేస్తారు. 'బి' నుంచి తరువాతి స్థాయికి మారుతున్న స్థితిలో వచ్చిన వారికి, 'సి' చైల్డ్ స్థాయి పూర్తిగా ముదరని దశలో వచ్చిన వారికి కాలేయ మార్పిడి చేసి రక్షించవచ్చు. ఇటువంటి కేసులలో కాలేయ మార్పిడి సర్జరీలు 95 శాతం దాకా విజయవంతం అవుతున్నాయి.

కాలేయ మార్పిడి

ఇటీవలి సంవత్సరాలలో కాలేయ వ్యాధుల చికిత్స అత్యాధునికతను సంతరించుకుంది. వ్యాధి నిర్ధారణ పరీక్షలు, శక్తిమంతమైన మందులు, కచ్చితమైన శస్త్రచికిత్సలు అందుబాటులో ఉన్నాయి. ఇవన్నీ విజయవంతం అవుతుండటంతో కాలేయ వ్యాధుల నుంచి బయటపడగలం అన్న నమ్మకం కలిగిస్తున్నాయి. వ్యాధుల వల్ల కాలేయం పూర్తిగా పనిచేయలేని స్థితికి చేరుకున్నప్పుడు వ్యక్తి ప్రాణాలను కాపాడేందుకు కాలేయ మార్పిడి ఒక్కటే మార్గం అవుతున్నది. ఈ ప్రక్రియలో దెబ్బతిన్న కాలేయాన్ని తీసివేసి, దాని స్థానంలో ఆరోగ్యకరమైన ఇంకో కాలేయాన్ని అమర్చుతారు. దీనిలో దాత నుంచి మొత్తం కాలేయాన్ని గానీ, కొంత భాగాన్ని గానీ సేకరించి అమరుస్తారు. చాలా సందర్భాలలో అవయవదానానికి అంగీకరించిన వ్యక్తి మృతి చెందిన వెంటనే సేకరించిన కాలేయంతోనే కాలేయ మార్పిడి సర్జరీలు చేస్తుంటారు. కొన్ని సందర్భాలలో సజీవులైన వారు కూడా దాతలుగా ఉంటున్నారు. రక్తం గ్రూపు కలిసిన కుటుంబ సభ్యులు, సమీప బంధువులు తమ ఆప్తులను రక్షించుకునేందుకు తమ కాలేయంలో నాలుగో వంతు భాగాన్ని దానం చేస్తున్నారు. ఈ విధంగా కాలేయంలో కొంత భాగాన్ని పంచుకున్నప్పటికీ దాతలు తక్కిన కాలేయ భాగంతో ఆరోగ్యకరమైన జీవితాన్ని గడపగలుగుతున్నారు. కోల్పోయిన భాగాన్ని పునర్నిర్మించుకోగల శక్తి ఉన్నందున కొద్ది వారాలలోనే దాత కాలేయం పూర్వ పరిమాణానికి పెరుగుతుంది. అంటే దాత తాను పంచుకున్న కాలేయ భాగాన్ని తిరిగి అభివృద్ధి చేసుకోగలుగుతారు. అదే సమయంలో స్వీకర్తలో కూడా కాలేయం పూర్తిస్థాయికి ఎదుగుతుంది. కాలేయానికి ఉన్న ఈ అద్భుతమైన సామర్థ్యం వల్ల ఏ వ్యక్తి అయినా కాలేయాన్ని దానం చేయటానికి వీలు కలుగుతున్నది. అయితే, ఆ వ్యక్తి రక్తం గ్రూప్, ఆరోగ్య పరిస్థితిని పరిశీలించిన తరువాత అది స్వీకర్తకు సరిపోతుందా, లేదా అని నిర్ధారిస్తారు. మద్యపానానికి, మత్తుమందుల (డ్రగ్స్)కు అలవాటు పడినా, సంక్రమణ వ్యాధులు (ఇన్‌ఫెక్షన్లు) సోకినా, గుండె–ఊపిరితిత్తులు–నాడీ సంబంధిత వ్యాధులు ఉన్నా.. అలాంటి వారు కాలేయం దానానికి పనికిరారు. ఎలాంటి ఆరోగ్య సమస్యలు లేనివాళ్లు, యాభై ఏండ్లలపు వయసున్న రక్త సంబంధీకులు ఎవరైనా కాలేయ దానం చేయవచ్చు. కాలేయ దాతలు దీర్ఘకాలంలో ఎలాంటి మందులు వాడాల్సిన అవసరం రాదు. బంధువుల్లో దాతలు ఎవరూ ముందుకురాని పక్షంలో లేదా ఆరోగ్యపరంగా అర్హతలు లేనట్లయితే కాలేయ మార్పిడి అవసరమైన వారు 'జీవన్ దాన్' పథకం కింద పేరు నమోదు చేయించుకోవాల్సి ఉంటుంది. అంటే కాలేయ మార్పిడికి రెండు పద్ధతులు ఉన్నాయన్నమాట. మొదటిది, మరణించిన దాత (కెడావరిక్ డోనార్) దేహం నుంచి సేకరించిన దానిని అవసరమైన వారికి అమర్చటం. బ్రెయిన్ డెడ్ (మెదడు మాత్రం మరణించి) వెంటిలేటర్‌పై ఆధారపడిన వ్యక్తి శరీరంలోని ఇతర అవయవాలన్నీ జీవించే ఉంటాయి. వెంటిలేటర్ తొలగిస్తే ప్రాణం పోతుంది. అటువంటి వ్యక్తి నుంచి కాలేయాన్ని తొలగించి కాలేయ మార్పిడి అవసరమై ఎదురుచూస్తున్న వ్యక్తికి అమరుస్తారు. ఇందుకోసం రాష్ట్ర ప్రభుత్వ నిర్వహణలో ఉన్న 'జీవన్ దాన్' సంస్థలో పేరు నమోదు చేసుకుని తమవంతు వచ్చేంత వరకూ వేచి చూడాల్సి ఉంటుంది. ఇక రెండో పద్ధతి ఆరోగ్యకరమైన కాలేయం ఉన్న వ్యక్తి ఎవరైనా తన కాలేయంలోని కొంత (దాదాపు 25 శాతం) దానం చేయటం. మార్పిడికి కాలేయం అందుబాటులోకి వచ్చిన వెంటనే వ్యాధిగ్రస్తుడిని ఆపరేషన్‌కు సిద్ధంచేస్తారు. బంధువు (లైవ్ డోనర్) నుంచి కాలేయం తీసుకుంటున్న పక్షంలో వేర్వేరు ఆపరేషన్ థియేటర్లలో ఒకేసారి ఇద్దరికీ సర్జరీ చేస్తారు. బ్రెయిన్ డెడ్ నుంచి కాలేయం సేకరిస్తున్నట్లయితే.. ఆ కాలేయం రాగానే శస్త్రచికిత్స మొదలుపెడతారు. కాలేయ మార్పిడి ఆపరేషన్ పూర్తికావడానికి నాలుగు నుంచి పద్నాలుగు గంటల వరకూ సమయం పడుతుంది. డాక్టర్ల బృందం ఒకటి వ్యాధిగ్రస్తుడి శరీరం నుంచి పనిచేయని కాలేయాన్ని తొలగిస్తుంటే, మరో వైద్యుల బృందం మంచి కాలేయాన్ని మార్పిడికి సిద్ధం చేస్తుంటుంది. ఇవి పూర్తికాగానే ఆరోగ్యవంతమైన కాలేయాన్ని రోగికి అమర్చే సర్జరీ జరుగుతుంది.

బరువెక్కువా.. భద్రం!

ఊబకాయం.. అనేక అనర్థాలకు దారి తీస్తుంది. అధిక బరువుతో బాధపడేవారు ఫ్లూ, న్యుమోనియా వంటి వ్యాధులకు గురై మరణించే అవకాశం 70 శాతం అధికంగా ఉంటుందట. ది లాన్సెట్ జర్నల్‌లో ప్రచురితమైన అధ్యయనం ఈ విషయాన్ని బయటపెట్టింది. యూకే, ఫిన్లాండ్ పరిశోధకులు తాజాగా ఓ అధ్యయనం నిర్వహించారు. యూకే బయోబ్యాంక్, ఫిన్నిష్ ట్విన్ కోహోర్ట్ నుంచి 5,40,000 మందికి చెందిన హెల్త్ డేటాను విశ్లేషించారు. ఈ సందర్భంగా అధిక బరువుతో ఉన్నవారు ఆసుపత్రిలో చేరడానికి, అంటు వ్యాధులతో మరణించడానికి 70 శాతం అధిక అవకాశం ఉన్నట్లు గుర్తించారు. ఇక అత్యంత తీవ్రమైన ఊబకాయం ఉన్నవారు.. మూడురెట్లు ప్రమాదాన్ని ఎదుర్కొంటున్నట్లు చెప్పారు.

2023లో అంటువ్యాధుల వల్ల మరణించిన 54 లక్షల మందిలో 10.8 శాతం

(6 లక్షల) మంది.. ఊబకాయ బాధితులేనట! బరువును నియంత్రణలో ఉంచుకోలేని వ్యక్తులు తీవ్ర అనారోగ్యానికి గురికావడం, విస్తృతశ్రేణి అంటు వ్యాధుల వల్ల చనిపోయే అవకాశం గణనీయంగా ఉన్నదని పరిశోధకులు వెల్లడిస్తున్నారు. ఇక ఊబకాయ బాధితులకు టైప్–2 డయాబెటిస్, గుండె సంబంధిత వ్యాధులు రావడానికి కూడా ఆస్కారం ఎక్కువే! ఇవే కాకుండా, వివిధ రకాల క్యాన్సర్లు సోకడానికీ స్థూలకాయమే కారణమని పలు నివేదికలు స్పష్టం చేశాయి. ఊబకాయం వల్ల శరీరంలో రోగనిరోధక శక్తి తగ్గడమే కాకుండా, ఊపిరితిత్తుల సామర్థ్యంపైనా ప్రతికూల ప్రభావం పడుతుంది. దీనివల్ల ఇన్ఫెక్షన్లు సోకినప్పుడు పరిస్థితి త్వరగా విషమించే అవకాశం ఉంటుంది. అంతేకాకుండా, ఊబకాయం వల్ల శరీరంలో క్రానిక్ ఇన్‌ఫ్లమేషన్ అధికంగా ఉంటుంది. ఇది వైరస్‌లతో పోరాడే శరీర సామర్థ్యాన్ని తగ్గిస్తుంది. అధిక బరువు వల్ల ఊపిరితిత్తుల మీద ఒత్తిడి పెరిగి, గాలి పీల్చుకోవడం కూడా కష్టమవుతుంది. ఇది న్యుమోనియా వంటి స్థితిలో మరింత ప్రమాదకరంగా పరిణమిస్తుంది. కాబట్టి, ఊబకాయ బాధితులు ముందస్తు జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం అవసరమని పరిశోధకులు సూచిస్తున్నారు. ఫ్లూ టీకాలను సకాలంలో తీసుకోవడం వల్ల ప్రమాద తీవ్రతను తగ్గించుకోవచ్చని చెబుతున్నారు. పౌష్టికాహారం తీసుకోవడం ద్వారా రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుకోవాలనీ, బరువు తగ్గడానికి క్రమం తప్పకుండా వ్యాయామం చేయాలని అంటున్నారు. మొత్తంగా శరీరంతోపాటు ఆరోగ్యంపైనా ప్రత్యేక శ్రద్ధ పెట్టాలని సూచిస్తున్నారు.

కాఫీ.. మరిచిపోనివ్వదు దేన్నీ!

కాఫీ.. ఇది కేవలం ఒక పానీయం మాత్రమే కాదు. కోట్లాది మందికి రోజును ఉత్సాహంగా ప్రారంభించే ఒక ఎనర్జీ డ్రింక్. మధ్యాహ్నం వేళ ఆవరించే మగతను వదిలించుకోవాలన్నా, పని ఒత్తిడి నుంచి ఉపశమనం పొందాలన్నా.. చాలామందికి కాఫీనే మొదటి చాయిస్. అయితే కాఫీ ప్రియులకు ఇప్పుడు సైన్స్ ఒక తీపి కబురు చెప్పింది. రోజూ కాఫీ తాగే అలవాటు ఉన్నవారిలో మతిమరుపు వచ్చే అవకాశాలు తకువగా ఉన్నాయని తాజాగా ఒక పరిశోధనలో తేలింది. ఇది ఏదో ఒకట్రెండు రోజులు చేసిన పరిశోధన కాదు.. ఏకంగా 37 ఏళ్ల పాటు సుమారు 1.3 లక్షల మంది ఆరోగ్య అలవాట్లను పరిశీలించి ఈ నిర్ధారణకు వచ్చారు. వయసు పెరిగే కొద్దీ మెదడు పనితీరు మందగించడం, ఆలోచనా సామర్థ్యం తగ్గడం వంటి న్యూరో డీజెనరేటివ్ సమస్యలను ఎదురోవడంలో కెఫీన్ కీలక పాత్ర పోషిస్తున్నట్లు పరిశోధకులు గుర్తించారు. ఈ అధ్యయనంలో ఒక ఆసక్తికరమైన విషయాన్ని వారు వెల్లడించారు. ఈ ప్రయోజనాలన్నీ కేవలం కెఫీన్ ఉన్న కాఫీ లేదా టీ తాగినప్పుడే కనిపిస్తాయి. కెఫీన్ లేని కాఫీ తాగిన వారిలో ఇలాంటి మార్పులేవీ కనిపించలేదు. కాఫీ తాగని వారితో పోలిస్తే, రోజూ పరిమితంగా తాగే వారికి జ్ఞాపకశక్తి సమస్యలు తకువగా ఉన్నాయని, వారు కాగ్నిటివ్ పరీక్షల్లో మెరుగైన ప్రతిభ కనబరిచారని ఈ నివేదిక వెల్లడించింది. కాఫీ మంచిది కదా అని గంటకో కప్పు తాగేస్తే ప్రయోజనం చేకూరకపోగా, నష్టం వాటిల్లుతుంది. రోజుకు రెండు మూడు కప్పుల కంటే ఎకువ కాఫీ తాగడం వల్ల అదనపు ఆరోగ్య ప్రయోజనాలేమీ ఉండవని వైద్యులు హెచ్చరిస్తున్నారు. దీన్ని ఒక మ్యాజిక్ మందులా కాకుండా ఒక ఆరోగ్యకరమైన అలవాటుగా మాత్రమే చూడాలని సూచిస్తున్నారు. మరోవైపు మెదడు ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే కేవలం కాఫీ తాగితే సరిపోదు. జీవనశైలిలో మార్పులు కూడా ముఖ్యమే. అందుకోసం కంటినిండా నిద్ర పోవడం, పోషకాహారం తీసుకోవడంతోపాటు రోజూ వ్యాయామం చేయాల్సిందేనని నిపుణులు సలహా ఇస్తున్నారు.

అవిసె గింజలను 30 రోజుల పాటు తిని చూడండి.. శరీరంలో ఎలాంటి మార్పులు వస్తాయో గమనించండి..

అనేక పోషకాలను కలిగిన గింజల్లో అవిసె గింజలు ఒకటి. వీటిని సూపర్ ఫుడ్స్ అని కూడా పిలుస్తారు. ఈ గింజలు అనేక రకాల పోషకాలతో నిండి ఉంటాయి. ఒమెగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్లు, విటమిన్లు, ఖనిజాలు, ఫైబర్ వీటిలో పుష్కలంగా ఉంటాయి. వీటిని తీసుకోవడం వల్ల గుండె ఆరోగ్యం మెరుగుపడడం, జీర్ణక్రియ పనితీరు పెరగడం, రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు అదుపులో ఉండడం వంటి అనేక ప్రయోజనాలు శరీరానికి అందుతాయి. అవిసె గింజలను క్రమం తప్పకుండా ఒక నెల పాటు తీసుకోవడం వల్ల శరీరంలో కలిగే మార్పుల గురించి ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం. అవిసె గింజల వల్ల కలిగే ముఖ్యమైన లాభాల్లో జీర్ణక్రియ మెరుగుపడడం ఒకటి. అవిసె గింజలు ఫైబర్ తో నిండి ఉంటాయి. కనుక వీటిని తీసుకోవడం వల్ల పేగుల్లో కదలిక ఎక్కువగా ఉంటుంది. మలబద్దకం సమస్య తగ్గుతుంది. వీటిని క్రమం తప్పకుండా తీసుకోవడం వల్ల క్రమరహిత పేగు నమూనాలతో వచ్చే ఇబ్బందులతో పాటు ఉబ్బరం వంటి సమస్యలు కూడా తగ్గుతాయి.అవిసె గింజల నూనె ప్రతిరోజూ ఒక నెల పాటు అవిసె గింజలను తీసుకోవడం వల్ల హృదయనాళ వ్యవస్థలో గణనీయమైన పెరుగుదల ఉంటుంది. డయాస్టొలిక్, సిస్టోలిక్ ఒత్తిడి తగ్గుతుంది. గుండెపోటు, స్ట్రోక్ వంటి సమస్యలు వచ్చే అవకాశం తక్కువగా ఉంటుంది. అవిసె గింజల్లో ఉండే ఒమెగా 3 కొవ్వు ఆమ్లాలు, లిగ్నన్స్ అని పిలువబడే యాంటీ ఇన్‌ఫ్లామేటరీ ప్లాంట్ రసాయనాలు రక్తనాళాల్లో రక్తప్రవాహాన్ని ప్రోత్సహించడంలో సహాయపడతాయి. ఈ గింజలను తీసుకోవడం వల్ల చెడు కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలు తగ్గడంతో పాటు ధమనుల్లో అడ్డంకులు ఏర్పడకుండా ఉంటాయి. అలాగే డయాబెటిస్ లేదా ప్రీడయాబెటిస్ తో బాధపడే వారు భోజనంలో ఒక

చెంచా అవిసె గింజల పొడిని తీసుకోవడం వల్ల రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు నియంత్రణలో ఉంటాయి. ఒకటి నుండి రెండు నెలల పాటు రోజుకు 10 నుండి 20 గ్రాముల అవిసె గింజల పొడిని తీసుకోవడం వల్ల ఫాస్టింగ్ గ్లూకోజ్ స్థాయిలు తగ్గుతాయి. ఇన్సులిన్ సెన్సిటివిటీ పెరుగుతుందని పరిశోధనలు చెబుతున్నాయి. డయాబెటిస్ తో బాధపడే వారిలో రక్తంలో చక్కెర స్థాయిల్లో వచ్చే హెచ్చుతగ్గులను తగ్గించడంలో అవిసె గింజలు ఎంతో సహాయపడతాయని వైద్యులు చెబుతున్నారు. సేంద్రీయ విత్తనాలు

అవిసె గింజల్లో మొక్కల నుండి వచ్చే ఈస్ట్రోజన్ లాంటి సమ్మేళనాలు, లిగ్నన్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. వీటిని తీసుకోవడం వల్ల స్త్రీలలో హార్మోన్లు ఉత్తేజింపబడతాయి. మెనోపాజ్ లక్షణాలను తగ్గించడంలో ఇవి ఎంతో సహాయపడతాయి. స్త్రీలు ఈ గింజలను తీసుకోవడం వల్ల హార్మోన్లు సమతుల్యంగా ఉంటాయి. సంతానోత్పత్తి అవకాశాలు మెరుగుపడతాయి. అవిసెగింజలను తీసుకోవడం వల్ల చర్మం, జుట్టు ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుంది. ఈ గింజలు చర్మానికి మాయిశ్చరైజర్‌లా పని చేస్తాయి. చర్మాన్ని మృదువుగా చేయడంలో, జుట్టు కుదుళ్లను బలంగా చేయడంలో, జుట్టు పెరుగుదలను ప్రోత్సహించడంలో ఈ గింజలు ఎంతో సహాయపడతాయి. అవిసె గింజలను ఒక నెల పాటు తీసుకోవడం వల్ల ఇటువంటి అనేక రకాల ప్రయోజనాలను పొందవచ్చని వైద్యులు చెబుతున్నారు. ఈ గింజలు మొత్తం శరీర ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచడంలో ఎంతగానో సహాయపడతాయని వీటిని ఆహారంలో భాగంగా తప్పకుండా తీసుకునే ప్రయత్నం చేయాలని వైద్యులు సూచిస్తున్నారు.

ఎడిటోరియల్

రచ్చకెక్కుతున్న టిక్కెట్ రేసు

ఏపీలో ఎన్నికలకు ఇంకా మూడేళ్ల టైముంది. కానీ ఇప్పటినుంచే కొన్ని నియోజకవర్గాల్లో టికెట్ రేసు రచ్చకెక్కుతోంది. మరీ ముఖ్యంగా టీడీపీలో టికెట్ ఫైట్ మామూలుగా లేదు. గత ఎన్నికల్లోనే దాదాపు 50 మంది నేతలు టికెట్ త్యాగం చేయాల్సి వచ్చింది. ఇందులో 20 మంది వరకు సీనియర్ లీడర్లు పార్టీ గెలుపు కోసం..పొత్తుల్లో సీటును వదులుకోవాల్సి వచ్చింది.మరికొన్ని చోట్ల యువనేతలకు నామినేటెడ్ పోస్టుల హామీ ఇచ్చి టికెట్ రేస్ నుంచి తప్పించారు.

ఇంకొందరు వచ్చే ఎన్నికల నాటికి అసెంబ్లీ సీట్ల సంఖ్య పెరుగుతుందని..అప్పుడు కచ్చితంగా టికెట్ ఇస్తామని హామీ ఇచ్చారు. కట్ చేస్తే అసెంబ్లీ సీట్ల పెంపుపైన స్పష్టత వచ్చింది. ఏపీ పునర్విభజన చట్టం ప్రకారం ఏపీలో 50, తెలంగాణలో 34 అసెంబ్లీ సీట్లు పెరగాల్సి ఉంది. ఒక్కో పార్లమెంట్ స్థానం పరిధిలో రెండు అసెంబ్లీ సీట్లు పెరగాలి. కానీ 2029 ఎన్నికల్లోపే అసెంబ్లీ నియోజకవర్గాల పునర్విభజన పూర్తి కాదని కేంద్రం క్లారిటీ ఇచ్చింది.అయితే 2026లో జనగణన చేపడుతుంటంతో ఇప్పుడు అసెంబ్లీ స్థానాల పెంపు చేయకుండా..సెన్సెస్ పూర్తయిన తర్వాత డీలిమిటేషన్ చేయాలని డిసైడ్ చేసినట్లు తెలుస్తోంది. దీంతో రెండు తెలుగు రాష్ట్రాల్లో వచ్చే అసెంబ్లీ, లోక్సభ ఎన్నికలు పాత నియోజకవర్గాలతోనే జరుగనున్నాయి. 2029 ఎన్నికల నాటికి అసెంబ్లీ సీట్లు పెరుగుతాయని ఆశపడ్డ పార్టీలకు, రాజకీయ నేతలకు బిగ్ షాక్ ఇచ్చినట్లు అయింది. 2024లో కూటమిలో భాగస్వామి అయిన టీడీపీ తమ నేతలకు సీట్లు సర్దుబాటు చేసేందుకు నానా అవస్థలు పడింది.గత ఎన్నికల్లో టికెట్ల కేటాయింపు చేసేందుకు చివరి క్షణం వరకు బుజ్జగింపులు, సామాజిక సమీకరణాలు, పార్టీలో సీనియర్లకు హామీలు చాలా ప్రాసెస్ నడిచింది. ఆ తర్వాత అధికారంలోకి వచ్చాక ఎమ్మెల్సీలు, రాజ్యసభ సభ్యత్వాలు, నామినేటెడ్ పోస్టులతో పాటు పార్టీ పదవుల పంపకం కూడా టీడీపీ హైకమాండ్‌కు ఇబ్బందికరంగా మారింది.టీడీపీకి పట్టు ఉండి..లీడర్ స్ట్రాంగ్‌గా ఉన్న చోటే జనసేన, బీజేపీ టికెట్ కోసం పట్టుబట్టడంతో..చాలా మంది తెలుగు తమ్ముళ్లు సీటు త్యాగం చేశాయి. అధికారంలోకి వస్తే ఏదో పదవి దక్కుతుందని ఆశపడి..ఇప్పటికి ఎదురుచూస్తున్నారు. ఈ నేపథ్యంలో వచ్చే ఎన్నికల్లోపు అసెంబ్లీ సీట్ల పెంపు అయ్యే పని కాదన్న క్లారిటీ వచ్చింది.టీడీపీ హైకమాండ్‌కు ఇప్పటినుంచే గుబులు మొదలైందన్న గుసగుసలు వినిపిస్తున్నాయి. గత ఎన్నికలప్పుడే.. గెలుస్తున్నాం.. అధికారంలోకి వచ్చాక అన్ని విధాలుగా మిమ్మల్ని స్యాటిస్ఫై చేస్తామని కింద మీద పడి హామీ ఒప్పించి టికెట్ త్యాగానికి ఒప్పించారు. ఈ సారి టికెట్ల కేటాయింపు ఎలా.? ది.టీడీపీకి పట్టు ఉండి..లీడర్ స్ట్రాంగ్‌గా ఉన్న చోటే జనసేన, బీజేపీ టికెట్ కోసం పట్టుబట్టడంతో..చాలా మంది తెలుగు తమ్ముళ్లు సీటు త్యాగం చేశాయి. అధికారంలోకి వస్తే ఏదో పదవి దక్కుతుందని ఆశపడి..ఇప్పటికి ఎదురుచూస్తున్నారు. ఈ నేపథ్యంలో వచ్చే ఎన్నికల్లోపు అసెంబ్లీ సీట్ల పెంపు అయ్యే పని కాదన్న క్లారిటీ వచ్చింది.టీడీపీ హైకమాండ్‌కు ఇప్పటినుంచే గుబులు మొదలైందన్న గుసగుసలు వినిపిస్తున్నాయి. గత ఎన్నికలప్పుడే.. గెలుస్తున్నాం.. అధికారంలోకి వచ్చాక అన్ని విధాలుగా మిమ్మల్ని స్యాటిస్ఫై చేస్తామని కింద మీద పడి హామీ ఒప్పించి టికెట్ త్యాగానికి ఒప్పించారు. ఈ సారి టికెట్ల కేటాయి అసలే ఐదేళ్లు పవర్‌లో ఉంటాం. పైగా అసంతృప్తులు, లీడర్ల వర్గపోరు ఉండనే ఉంది. వచ్చే ఎన్నికల్లో టికెట్ల కేటాయింపునకు ఇవన్నీ అడ్డంకిగా మారనున్నాయి. ఏం చేసేదని ఇప్పటినుంచే ఆలోచనలో పడిందట టీడీపీ అధిష్టానం.చాలాచోట్ల కూటమిలో వర్గపోరు నడుస్తోంది. స్టార్టింగ్లో ౦ంచే గుబులు మొదలైందన్న గుసగుసలు వినిపిస్తున్నాయి. గత ఎన్నికలప్పుడే.. గెలుస్తున్నాం.. అధికారంలోకి వచ్చాక అన్ని విధాలుగా మిమ్మల్ని స్యాటిస్ఫై చేస్తామని కింద మీద పడి హామీ ఒప్పించి టికెట్ త్యాగానికి ఒప్పించారు. ఈ సారి టికెట్ల కేటాయి అసలే ఐదేళ్లు పవర్‌లో ఉంటాం. పైగా అసంతృప్తులు, లీడర్ల వర్గపోరు ఉండనే ఉంది. వచ్చే ఎన్నికల్లో టికెట్ల కేటాయింపునకు ఇవన్నీ అడ్డంకిగా మారనున్నాయి. ఏం చేసేదని ఇప్పటినుంచే ఆలోచనలో పడిందట టీడీపీ అధిష్టానం.చాలాచోట్ల కూటమిలో వర్గపోరు నడుస్తోంది. స్టార్టింగ్లో ౦కాస్త రచ్చకెక్కిన లీడర్లు..అధినేతల ఆదేశాలతో..సర్దుకోకపోయినా..గొడవ అయితే పడట్లేదు. కలిసి పనిచేయడం కూడా అంతంత మాత్రమే. ఇలాంటి పరిస్థితులున్న వేళ..అసెంబ్లీ ఎన్నికల టికెట్ రేసు..ఇప్పటినుంచే కొన్ని నియోజకవర్గాల్లో కాక రేపుతోంది. అక్కడక్కడ తెలుగు తమ్ముళ్లే తగువ పడుతుంటే..మరికొన్ని చోట్ల, జనసేన, బీజేపీ నేతలతో టీడీపీ నేతలకు టికెట్ ఫైట్ నడుస్తోంది. ఎన్నికల టైమ్ వచ్చే సరికి టికెట్ రేసు, ఆశావహుల ప్రయత్నాలు జోరందుకోవడం ఖాయం. ఇప్పటినుంచే ప్రత్యామ్నాయం ఆలోచించడం..సాధ్యమైనంత వరకు లీడర్లకు టికెట్‌పై క్లారిటీ ఇవ్వడం వంటివి టీడీపీ అధిష్టానం మదిలో ఉన్న అస్త్రాలుగా చెబుతున్నారు. గత ఎన్నికల్లో టికెట్ దక్కని వారికి నామినేటెడ్ పోస్టులు ఇవ్వడంతో పాటు..కొందరిని పార్టీ పొలిట్ బ్యూరోలోకి.. మరికొందరిని జిల్లా పార్టీ అధ్యక్ష పగ్గాలు..ఇంకొందర్ని ఎమ్మెల్సీలు, రాజ్యసభ సభ్యులుగా పంపించాలనేది బాబు ఆలోచనగా చెబుతున్నారు. సీట్ల సర్దుబాటు విషయంలో వచ్చే సవాళ్లను టీడీపీ అధిష్టానం ఇంకా ఎలా ఫేస్ చేయబోతోందో వేచి చూడాలి మరి.

క్యాలెండర్లు మారుతూ ఉంటాయి. అయితే ప్రజల జీవితాలు ఏ మేరకు మారాయి..ఎంతమేరకు మనం చేసిన పాలన ప్రజల ఇతోధిక అభివృద్ధికి దోహదపడిందో అన్నది పాలకులు ఆత్మపరిశీలన చేసుకోవాలి. ఏటేటా ప్రజల జీవనం ఛిద్రం అవుతున్నా, సరైన నిర్ణయాలు తీసుకోక పోవడం వల్ల దేశం నానాటికీ దిగజారి పోతోంది. అన్ని రంగాలు కుదేలవుతున్నాయి. ప్రధానంగా విద్య,వైద్యరంగాల్లో పెనుమార్పులు ఏవీ కానరావడం లేదు.

విప్లవాత్మక నిర్ణయాలకు ఇదే సమయం

ఇదంతా కేవలం పాలకలు లోపభూయిష్ట నిర్ణయాల కారణంగానే చూడాలి. ప్రభుత్వాలు వస్తున్న ఆదయాలను అభివృద్ధి వైపు కాకుండా ఓటు బ్యాంక్‌కు ఉయోగపడే పథకాలకు మళ్లించడం వల్ల అప్పుల్లో కూరుకుపోతున్నాం. దేశం యావత్తూ ఇదే పరిస్థితి ఉంది. సంక్షేమం పేరుతో చేస్తున్న విన్యాసాల కారణంగా పురోగమనం తగ్గింది. కనీసం రోడ్లు వేయలేని దురవస్థలు చూస్తున్నాం.తెలుగు రాష్ట్రాల్లోనూ పరిస్థితులు ఆందోళనకరంగానే ఉన్నాయి. పరిశ్రమల ఏర్పాటుకానీ, ఉపాధి కల్పన కానీ ప్రజల ఆకాంక్షలకు తగ్గట్టుగాలేవు. దీంతో ప్రజల జీవన ప్రమాణాలు ఏమాత్రం పెరగడం లేదు. మరోవైపు పరిశ్రమల పేరు చెప్పి, కార్పొరేట్లకు భూ సంతర్పణ కొనసాగుతోంది. గిట్టుబాటు ధరలు లేక రైతాంగం ఆందోళన చెందుతోంది. ప్రభుత్వ వైద్య రంగాన్ని కార్పొరేట్లకు అప్పచెప్పడానికి పాలకులు పరుగులు తీస్తున్నారు. విశాఖ ఉక్కును ప్రైవేటీకరించే కుట్రలు ఆగలేదు. 2025లో జరిగిని తీరును చూస్తూ 2026లో ఏదో అద్భుతం జరుగుతుందని అనుకోవడానికి లేదు. నూతన సంవత్సరం 2026లోకి అడుగుపెట్టాం. గత కాలపు అనుభవాలు పాఠాలుగా మార్చుకోవడానికి, గుణపాఠాలు నేర్చుకుని ముందుకు అడుగు వేయడానికి ఇది సరైన సమయం! 2025వ సంవత్సరం మన ముందుంచిన కఠోర వాస్తవాలు నూతన సంవత్సరానికి స్పష్టమైన హెచ్చరికగా నిలుస్తున్నాయి. అసమానతలు ప్రమాదకర స్థాయికి చేరడం, నిరుద్యోగం తీవ్రమవ్వడం, కార్పొరేట్ దురాశలతో ప్రజల జీవనాధారాలు కుదేలవడం, పాలకుల రాజకీయాలు కార్పొరేట్ల లాభాల ఆశలతో జత కలవడం ఇవన్నీ గత ఏడాది సాధారణ ప్రజల జీవితాన్ని నేరుగా ప్రభావితం చేసిన అంశాలు. దేశ సంపదలో నలభై శాతం కేవలం ఒక్క శాతం మంది వద్ద కేంద్రీకృత మవ్వడం, మరోవైపు కోట్లాది మంది కూడు,గూడు,గుడ్డ,విద్య-వైద్యం వంటి మౌలిక అవసరాలు కూడా తీరని దుస్థితి నెలకొంది. ఈ సమస్యలను పరిష్కరించాల్సిన పాలకులు దానికి భిన్నంగా తమ పాలన సాగిస్తున్నారు. విద్య, ఉపాధి రంగాలు అత్యంత దయనీయ స్థితికి చేరాయి. ఇప్పటివరకు అంతో, ఇంతో విశ్వాసం పొందిన న్యాయ వ్యవస్థ గత కాలపు ఖ్యాతి మసకబారుతుండటం ఆందోళనకర పరిణామం. నూతన విద్యావిధానం పేరుతో మూతబడిన బడులు మళ్లీ తెరుచుకోవాలని, చరిత్ర, విజ్ఞానశాస్త్రాలను పెంపొందించాలని, విద్యారంగం శాస్త్రీయ భావనలతో కొత్త పుంతలు తొక్కాలని, వేయి ఆలోచనలు వికసించి భావి తరాల ప్రగతికి బాటలు వేయాలని ప్రజలు కోరుకుంటున్నారు. ప్రజల జీవనోపాధికి గ్యారంటీ ఇచ్చే ఉద్యోగ, ఉపాధి రంగాలు కొత్త సంవత్సరంలోనైనా పూర్తిస్థాయిలో విరాజిల్లాలన్నది ప్రజల ఆకాంక్ష! గణాంకాల మాయాజాలం కాకుండా, తమ గౌరవాన్ని కాపాడే నిజమైన అభివృద్ధి జరగాలని ప్రజలు కోరుకుంటున్నారు. ఆర్థిక సంస్కరణలతో ఇప్పటికే అరకొరగా మారిన కార్మిక హక్కులను లేబర్‌కోడ్‌లతో పూర్తిగా దిగమింగడానికి ప్రభుత్వం సిద్ధమైంది. ఎపి రాజధాని అమరావతి నగర నిర్మాణం ఇంకా భూమి చుట్టే తిరుగోతంది. రెండేళ్లు కావస్తున్నా ఉన్న భూమితో సరిపెట్టుకోకుండా రియల్ వ్యాపారం వైపు చంద్రబాబు పరుగులు తీస్తున్నారు. వెనుకబడిన ప్రాంతాలకు నిధులు, పోలవరం ప్రాజెక్టు నిర్వాసితుల పునరావాసం వంటివి జవాబులేని ప్రశ్నలుగానే మిగిలాయి. ఈ వైఫల్యాలను ప్రశ్నించి, ప్రజలకు న్యాయం

కోసం గళమిప్పే శక్తుల గొంతు నొక్కడానికి ప్రభుత్వం బరితెగించడం చూస్తున్నాం. ఇకపోతే దేశంలో దళితులు, ఆదివాసులు, మహిళలు ఎదుర్కొంటున్న దాడులకు ముగింపు పలికి, సమానత్వం నిజంగా అమలుకావాలన్నది ప్రజల ఆకాంక్ష. జల్, జంగల్, జమీన్‌పై కార్పొరేట్ ఆక్రమణలు ఆగాలి. అటవీ భూముల రక్షణ, గిరిజనుల హక్కుల పరిరక్షణ జరగాలి. పట్టణాల్లో కాలుష్యం, కొండల విధ్వంసం, ప్రక తి వనరుల దోపిడీ వంటివి కేవలం పర్యావరణ సమస్యలు కావు. ఇవి జీవన, సామాజిక న్యాయ సమస్యలు. సామాన్యులను పట్టం కట్టే పర్యావరణ న్యాయంవైపు దేశం మళ్లాల్సింది. దేశ ఎన్నికల పక్రియ నూతన ఏడాదిలోనైనా నిజమైన, నిష్పక్షపాతపు ప్రజాస్వామ్యంగా మార్చాలి. దొంగ ఓట్లను, చొరబాటుదారుల ఓట్లను తొలగించాల్సిందే. అలాగే ఉచిత పథకాలను తగ్గించి, అభివృద్ధికి నిధులు వెచ్చించాలి. అదేపనిగా లెక్కుకు మించి పెన్షన్లు, తెల్ల రేషన్ కార్డులను తొలగించాలి. కొత్త సంవత్సరం ప్రజల ఆకాంక్షలను నెరవేర్చే దిశగా ఆశావహ మలుపు తీసుకునేలా కార్యాక్రమాలను విస్తరించాలి. కేవలం పేదలకు మాత్రమే నేరుగా పథకాలు అందించాలి. దుబారా పథకాలను తగ్గించాలి. అప్పుడే దేశం బాబుపడగలదు.

కాపు నేతలకు గాలం

ఏపీలో రాజకీయాలు విచిత్రంగా మారుతున్నాయి. వచ్చే ఎన్నికల్లో గెలుపు కోసం ఇప్పటినుంచి పార్టీలు వ్యూహరచన చేస్తున్నాయి. ముఖ్యంగా వైయస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ ఎలాగైనా గెలవాలని భావిస్తోంది. ప్రభుత్వంపై వ్యతిరేకత పెంచి క్యాష్ చేసుకోవాలని చూస్తోంది. సామాజిక వర్గాలను తెరపైకి తెచ్చి మరోసారి విజయం అందుకోవాలని భావిస్తోంది. కానీ అది అంత సులువుగా దక్కేలా లేదు. ఎందుకంటే 2014 నుంచి 2024 వరకు వైసిపి చేపట్టిన ఈ ఫార్ములా ఆ పార్టీకి వర్కౌట్ అయింది. కానీ ఇప్పుడు ఎంత మాత్రం అది సాధ్యమయ్యే అవకాశం లేదు. కుల సమీకరణల ద్వారా రాజకీయం చేస్తామంటే కుదిరే పని కూడా కాదు. ముఖ్యంగా పవన్ కళ్యాణ్ ను ద ృష్టిలో పెట్టుకొని కాపు సామాజిక వర్గంపై జగన్మోహన్ రెడ్డి ఫోకస్ పెట్టినట్లు తెలుస్తోంది. గతం మాదిరిగా ఎస్సీ, ఎస్టీ, మైనారిటీ అనే నినాదం పక్కకు వెళ్లిపోయినట్లు సమాచారం.వాస్తవానికి వైయస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ సంప్రదాయ ఓటు బ్యాంక్ అనేది రెడ్డి సామాజిక వర్గంతో పాటు ఎస్సీ సామాజిక వర్గాలే ఉండేవి. 2014 ఎన్నికల్లో వైయస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ నిలబడడానికి కారణం ఆ రెండు సామాజిక వర్గాలు మాత్రమే. రాయలసీమలో రెడ్డి సామాజిక వర్గ ప్రాబల్యం ఉన్న ప్రాంతం కావడంతో అక్కడ వైఎస్ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ నిలబడగలిగింది. ఎస్సీలతో పాటు ఎస్టీ రిజర్వుడు నియోజకవర్గాల్లో గెలవగలిగింది వైయస్సార్ కాంగ్రెస్. అయితే 2019 ఎన్నికల్లో ఆ రెండు సామాజిక వర్గాలు స్టాండ్ అయ్యాయి. ఆపై మిగతా సామాజిక వర్గాలు సహకరించాయి. దీంతో అంతులేని, అదుతే విజయం సొంతం చేసుకుంది వైయస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ. కానీ 2024 ఎన్నికలు వచ్చేసరికి బీసీ నామస్మరణ చేశారు జగన్మోహన్ రెడ్డి. ఎలాగూ సంప్రదాయ ఓటు బ్యాంకు ఉంటుందని భావించి అలా చేశారు. కానీ రాజకీయంతో పాటు ఆర్థికంగా ఏమాత్రం సహకారం అందకపోవడంతో రెడ్డి సామాజిక వర్గం మౌనం దాల్చింది. ఎస్సీ సామాజిక వర్గ ఓట్లు చీలిపోయి దారుణ పరాజయం ఎదురైంది.ఇప్పుడు కూడా కుల సమీకరణల ద్వారా రాజకీయాలు చేయాలని చూస్తున్నారు జగన్మోహన్ రెడ్డి. పవన్ కళ్యాణ్ వెంట కాపు సామాజిక వర్గం ఉందన్న ఆలోచనతో ముద్రగడ పద్మనాభం, చేగొండి హరి రామ జోగయ్య, వంగవీటి మోహన్ రంగా వంటి కుటుంబాలను ఆకర్షించాలని చూస్తున్నారు.

తెలంగాణలో తగ్గిన రిజిస్ట్రేషన్లు

తెలంగాణ ప్రభుత్వం రియల్ ఎస్టేట్ రంగాన్ని ఆదుకోవడానికి మార్కెట్ విలువల పెంపును నిలిపివేసినా, ఆ రంగం ఇంకా గడ్డు పరిస్థితుల్లోనే ఉంది. 2025-26 ఆర్థిక సంవత్సరంలో (డిసెంబర్ వరకు) గత ఏడాదితో పోలిస్తే రిజిస్ట్రేషన్ల సంఖ్య సుమారు 50,000 తగ్గింది. గత ఏడాది 13 లక్షల డాక్యుమెంట్లు నమోదు కాగా... ఈసారి 12.50 లక్షలకే పరిమితమయ్యాయి. అయితే... రిజిస్ట్రేషన్లు తగ్గినా ఆదాయం రూ. 11,100 కోట్లకు పెరగడం విశేషం. హోమ్ లోన్ల కోసం రైతులు ఆస్తి విలువను ఎక్కువగా చూపడమే దీనికి కారణం. అయినప్పటికీ, ప్రభుత్వం నిర్దేశించుకున్న రూ. 19,100 కోట్ల వార్షిక ఆదాయ లక్ష్యాన్ని చేరుకోవడం ప్రస్తుతం అధికారులకు పెద్ద సవాలుగా మారింది.తెలంగాణ ప్రభుత్వం రియల్ ఎస్టేట్ రంగాన్ని తిరిగి బలోపేతం చేసేందుకు మార్కెట్ విలువల సవరణను తాత్కాలికంగా నిలిపివేయడం.. బిల్డర్లలో మనోధైర్యాన్ని నింపేలా సానుకూల నిర?యాలు తీసుకోవడం వంటి అనేక చర్యలు చేపట్టింది. అయినప్పటికీ.. రాష్ట్రంలో రియల్ ఎస్టేట్ రంగం ఇంకా సంక్షోభం నుండి పూర్తిగా బయటపడలేదని రిజిస్ట్రేషన్స్ అండ్ స్టాంప్స్ డిపార్ట్ మెంట్ తాజా గణాంకాలు స్పష్టం చేస్తున్నాయి.ప్రస్తుత 2025-26 ఆర్థిక సంవత్సరంలో (డిసెంబర్ వరకు) ఆస్తుల రిజిస్ట్రేషన్ల సంఖ్య ఆందోళనకరంగా తగ్గింది. గత ఆర్థిక సంవత్సరంతో పోలిస్తే ఈ ఏడాది సుమారు 50,000 రిజిస్ట్రేషన్స్ తక్కువగా నమోదయ్యాయి. గత ఏడాది డిసెంబర్ నాటికి 13 లక్షల డాక్యుమెంట్లు నమోదు కాగా.. ఈసారి ఆ సంఖ్య 12.50 లక్షలకు పడిపోయింది. ఇందులో నివాస, వాణిజ్య ప్రాంతాల రిజిస్ట్రేషన్లతో పాటు వివాహ నమోదులు, మ్యుటేషన్లు కూడా ఉన్నాయి.రిజిస్ట్రేషన్ల సంఖ్య తగ్గినప్పటికీ.. ప్రభుత్వానికి వచ్చే ఆదాయంలో స్వల్ప పెరుగుదల కనిపిస్తోంది. గత ఏడాది ఇదే సమయానికి రూ. 10,500 కోట్ల ఆదాయం రాగా.. ఈ ఏడాది రూ. 11,100 కోట్లు సమకూరాయి. అయితే.. ప్రభుత్వం నిర్దేశించుకున్న రూ. 19,100 కోట్ల భారీ ఆదాయ లక్ష్యాన్ని చేరుకోవడం ఇప్పుడు క్లిష్టంగా మారింది.

2024-25 ఆర్థిక సంవత్సరంలో స్టాంపులు, రిజిస్ట్రేషన్ల శాఖ మొత్తం రూ. 14,230 కోట్ల ఆదాయాన్ని ఆర్జించింది. ప్రస్తుత లక్ష్యాన్ని చేరుకోవాలంటే మిగిలిన మూడు నెలల్లో సుమారు రూ. 7,800 కోట్లు వసూలు చేయాల్సి ఉంటుంది.. ఇది దాదాపు అసాధ్యమని అధికారులు భావిస్తున్నారు.ఈ ఆర్థిక సంవత్సరంలో ఏప్రిల్, మే, సెప్టెంబర్ , నవంబర్ నెలల్లో మాత్రమే రిజిస్ట్రేషన్లు ఆశాజనకంగా సాగాయి. మిగిలిన నెలల్లో వ ృద్ధి మందగించిందని సర్వేలు చెబుతున్నాయి. ముఖ్యంగా డిసెంబర్ నెలను 'పేలవమైన పనితీరు' ఉన్న నెలగా అధికారులు పేర్కొన్నారు. గత ఏడాది డిసెంబర్‌లో 1.15 లక్షల రిజిస్ట్రేషన్లు జరగ్గా.. ఈ ఏడాది కేవలం 1 లక్ష మాత్రమే నమోదయ్యాయి. దీనికి భిన్నంగా జూలై 2024లో 2 లక్షల రిజిస్ట్రేషన్లు జరగ్గా.. జూలై

2025లో అవి 1.65 లక్షలకు తగ్గిపోయాయి.అమ్మకాలు తగ్గినా ఆదాయం పెరగడానికి ప్రధానంగా రెండు కారణాలు కనిపిస్తున్నాయి. ఒకటి.. ప్రస్తుతం కొనుగోలుదారులు ఎక్కువగా బ్యాంకు రుణాల పై ఆధారపడుతున్నారు. ఎక్కువ లోన్ పొందడం కోసం ఆస్తి విలువను ఎక్కువగా చూపిస్తూ రిజిస్ట్రేషన్ చేస్తున్నారు. మరో కారణం ఏంటంటే.. హైదరాబాద్ , దాని చుట్టుపక్కల జిల్లాల్లో భూముల ధరలు విపరీతంగా పెరగడం వల్ల.. ప్రజలు తప్పనిసరి పరిస్థితుల్లో ఎక్కువ విలువకే రిజిస్ట్రేషన్లు చేయాల్సి వస్తోంది. ప్రస్తుత మార్కెట్ పరిస్థితుల్లో గత ఏడాది కంటే 20 శాతం అదనపు ఆదాయం వచ్చినా అది పెద్ద విజయమేనని అధికారులు అభిప్రాయపడుతున్నారు.

నా కల చెదిరిపోయింది

ప్రేమలు, డ్యూడ్ విజయాలతో తెలుగులోనూ ఫాలోయింగ్‌ని సొంతం చేసుకున్నది మలయాళ మందారం మమితా బైజు. ప్రస్తుతం టాలీవుడ్ నిర్మాతలు ఈ అమ్మడి డేట్ల కోసం క్యూ కడుతున్నారట. అయితే.. నటనకు ఆస్కారమున్న పాత్రలకు మాత్రమే ఈ అందాలభామ ఓకే చెబుతున్నదట. ఇదిలావుంటే.. ఇటీవల ఓ ఇంటర్వ్యూలో తన కెరీర్‌కు సంబంధించిన ఆసక్తికరమైన విషయాలను వెల్లడించింది మమితా. 'మా నాన్నకు ఓ క్లీనిక్ ఉండేది. నేను ఆ క్లీనిక్‌కి వెళ్లినప్పుడల్లా.. అంతా నన్ను బేబీ డాక్టర్ అని పిలిచేవారు. వ్యాధి నయమైన వాళ్లు నాన్నకు కృతజ్ఞతలు చెప్పడం చూసి గర్వించేదాన్ని. నాన్నలా నేనూ డాక్టర్ కావాలనుకునేదాన్ని. కానీ అనుకోకుండా సినిమాల్లోకొచ్చాను. నా కల చెదిరిపోయింది. 9వ తరగతి చదువుతున్న సమయంలో 'సర్వోపకారి బాలక్కాన్' సినిమాలో నటించే ఛాన్స్ వచ్చింది. ఆ చిత్రనిర్మాత నాన్న ఫ్రెండ్ కావడంతో, నటించమని ఫోర్స్ చేశారు. దాంతో నటించక తప్పలేదు. ఆ తర్వాత ఆడిషన్స్‌కి వెళ్లడం, స్టేజ్ ప్లేలు.. ఇలా నిదానంగా నటన అలవాటైపోయింది. ఇప్పుడు మేకప్ లేకుండా ఉండలేని పరిస్థితి.' అంటూ గతాన్ని నెమరు వేసుకున్నారు మమిత బైజు.

52 ఏళ్ల వయసులోనూ చెక్కుచెదరని ఐశ్వర్య అందం.. అసలు రహస్యం ఇదే!

సౌందర్యరాశి ఐశ్వర్య రాయ్ బచ్చన్... ఈ పేరు వినగానే అందం, హుందాతనం గుర్తుకొస్తాయి. 1994లో ప్రపంచ సుందరి కిరీటం గెలుచుకున్న నాటి నుంచి నేటి వరకు, ఆమె గ్రేస్ ఏమాత్రం తగ్గలేదు. ఈరోజు (నవంబర్ 1) తన 52వ పుట్టినరోజు జరుపుకుంటున్న సందర్భంగా, దశాబ్దాలుగా చెక్కుచెదరని ఆమె సౌందర్య రహస్యాలపై సర్వత్ర ఆసక్తి నెలకొంది. ఒక నటిగా, తల్లిగా, గ్లోబల్ ఐకాన్‌గా బహుళ పాత్రలు పోషించే ఐశ్వర్య తన దినచర్య గురించి ఆసక్తికర విషయాలు పంచుకున్నారు. "సాధారణంగా అందరికీ రోజుకు 24 గంటలుంటే, నేను మాత్రం 48 గంటల పనిని అందులో పూర్తి చేయాల్సి ఉంటుంది" అని ఆమె గతంలో ఓ ఇంటర్వ్యూలో తెలిపారు. తన రోజు ప్రతిరోజూ ఉదయం 5:30 గంటలకే మొదలవుతుందని చెప్పారు. ఇంత బిజీ షెడ్యూల్‌లోనూ ఆమె అందం ఎలా మెరిసిపోతుందని చాలామంది ఆశ్చర్యపోతుంటారు. అయితే, దీని వెనుక పెద్దగా ఖరీదైన ఉత్పత్తులు గానీ, సుదీర్ఘమైన స్కిన్‌కేర్ రొటీన్లు గానీ లేవని ఐశ్వర్య స్పష్టం చేశారు. "ప్రతి మహిళలాగే నేనూ సమయంతో పోటీ పడుతుంటాను. నా దృష్టిలో అందంగా కనిపించడానికి ముఖ్యమైనవి రెండే. ఒకటి శరీరాన్ని హైడ్రేట్‌గా ఉంచుకోవడం, రెండోది పరిశుభ్రంగా ఉండటం" అని ఆమె వివరించారు. ఈ రెండూ పాటిస్తే చర్మం దానంతట అదే ఆరోగ్యంగా కనిపిస్తుందని ఆమె అభిప్రాయపడ్డారు. దీంతో పాటు, మాయిశ్చరైజింగ్ తన జీవితంలో ఒక భాగమైపోయిందని ఐశ్వర్య తెలిపారు. "సినిమా రంగంలోకి అడుగుపెట్టిన తొలినాళ్ల నుంచే మాయిశ్చరైజింగ్ చేయడం అలవాటైంది. అది ఇప్పుడు నా దినచర్యలో సహజమైన భాగం. రోజు మొదట్లో, ముగింపులో తప్పనిసరిగా మాయిశ్చరైజర్ వాడతాను" అని ఆమె పేర్కొన్నారు. 52 ఏళ్ల వయసులో కూడా ఐశ్వర్య తనదైన శైలిలో అందానికి కొత్త నిర్వచనం ఇస్తున్నారు. సింప్లిసిటీ, స్వీయ సంరక్షణ, ఆత్మవిశ్వాసం ఉంటే వయసుతో సంబంధం లేకుండా ప్రకాశవంతంగా కనిపించవచ్చని ఆమె నిరూపిస్తున్నారు.

గోండు గిరిజన మహిళగా రష్మిక మందన్నా..

కన్నడ హీరోయిన్ రష్మిక మందన్నా లీడ్ రోల్‌లో నటిస్తున్న పాన్ ఇండియా చిత్రం మైసా ఈ చిత్రానికి సంబంధించి ఏదో ఒక వార్త నెట్టింట రౌండప్ చేస్తూ అభిమానులు, మూవీ లవర్స్‌లో క్యూరియాసిటీ పెంచేస్తుంది. రష్మిక మందన్నా టీం అధికారికంగా షూటింగ్ మొదలుపెట్టేసినట్టు తాజాగా వార్త తెరపైకి వచ్చింది. కేరళలోని అథిరప్పిల్లీలో అధికారికంగా నేడు షూటింగ్ మొదలైనట్టు ఫిలింనగర్ సర్కిల్ సమాచారం. అంతేకాదు ఈ చిత్రంలో రష్మిక మందన్నా గోండ్ గిరిజన మహిళగా కనిపించనుందట. ఇప్పటికే విడుదల చేసిన రష్మిక మందన్నా ఫస్ట్ లుక్ పోస్టర్ నెట్టింట వైరల్ అవుతుండగా.. ఇదివరకెన్నడూ కనిపించని నయా అవతార్‌లో మెస్మరైజ్ చేయబోతున్నట్టు ఫస్ట్ లుక్ హింట్ ఇచ్చేస్తుంది. మైసా సినిమాతో డైరెక్టర్‌గా పాన్ ఇండియా స్థాయిలో గ్రాండ్ ఎంట్రీ ఇస్తున్నాడు. ఈ డెబ్యూ డైరెక్టర్ ఇటీవలే మైసా నుంచి రష్మిక మందన్నా అగ్రెసివ్ లుక్ లాంచ్ చేసి హైప్ క్రియేట్ చేస్తున్నాడు. అన్‌ఫార్ములా ఫిల్మ్స్ బ్యానర్‌పై తెరకెక్కుతున్న ఈ చిత్రానికి జేక్స్ బిజోయ్ మ్యూజిక్, బ్యాక్ గ్రౌండ్ అందిస్తున్నాడు. పుష్ప ఫ్రాంచైజీలో శ్రీవల్లిగా డీగ్లామరస్ రోల్‌లో ఇరగదీసిన రష్మిక మందన్నా మరి గోండు గిరిజన మహిళగా మైసా సినిమాలో ఎలా మెప్పించబోతున్నది సర్వత్రా ఆసక్తి నెలకొంది. ఈ మూవీలో పుష్ప 2 విలన్ తారక్ పొన్నప్ప కీలక పాత్రలో నటిస్తున్నాడని తెలిసిందే. రష్మిక మందన్నా సినిమాలో తారక్ పొన్నప్ప నటించడం ఇది రెండోసారి. ఈ మూవీకి ప్రభాస్ కల్కి 2898 ఏడీ ప్రాజెక్ట్‌కు పనిచేసిన ఆండీ లాంగ్ గ్యుయెన్ స్టంట్ మాస్టర్‌గా పని చేస్తున్నాడని సమాచారం.

నాని తల్లిగా సోనాలి కులకర్ణి.. ది ప్యారడైజ్ టీం కొత్త వార్త ఇదే..!

దసరా ఫేం శ్రీకాంత్ ఓదెల డైరెక్షన్‌లో టాలీవుడ్ న్యాచురల్ స్టార్ నాని నటిస్తోన్న చిత్రం ది ప్యారడైజ్ ఈ చిత్రంలో మోహన్ బాబు కీలక పాత్రలో నటిస్తుండగా.. ఇప్పటికే విడుదల చేసిన లుక్ నెట్టింట టాక్ ఆఫ్ ది టౌన్‌గా నిలుస్తోంది. చాలా రోజుల తర్వాత ఈ చిత్రం నుంచి ఆసక్తికర అప్‌డేట్‌తో అభిమానుల్లో జోష్ నింపుతున్నాడు నాని. ది ప్యారడైజ్‌లో నేషనల్ అవార్డ్ విన్నింగ్ నటి సోనాలి కులకర్ణి ఈ చిత్రంలో కీలక పాత్రలో నటిస్తుందని వార్తలు వచ్చిన విషయం తెలిసిందే. తాజాగా మేకర్స్ అధికారికంగా బర్త్ డే విషెస్ తెలియజేస్తూ స్పెషల్ విషెస్ తెలియజేశారు. ఈ చిత్రంలో సోనాలి కులకర్ణి నాని తల్లిగా కనిపించనుంది. రా స్టేట్‌మెంట్ గ్లింప్స్‌లో లో ఆమె వాయిస్ ఇంటర్‌నెట్‌లో సంచలనం సృష్టించింది. సినిమాలో ఆమె నటన సెన్సేషన్ సృష్టించడం ఖాయం.. అంటూ మేకర్స్ షేర్ చేసిన పోస్టర్ సినిమాపై అంచనాలు పెంచేస్తుంది.పూణేకు చెందిన సోనాలి కులకర్ణి తెలుగులో నటిస్తోన్న తొలి సినిమా ఇదే. మరాఠీ, హిందీ, గుజరాతీ, ఇంగ్లీష్, ఇటాలియన్ భాషల్లో పలు సినిమాలు చేసింది సోనాలి కులకర్ణి. మరి శ్రీకాంత్ ఓదెల ఈ సీనియర్ నటిని సిల్వర్ స్క్రీన్‌పై ఎలా చూపించబోతున్నాడన్నది ఆసక్తికరంగా మారింది.ఈ మూవీని ఎస్‌ఎల్‌వీ సినిమాస్ బ్యానర్‌లో దసరా ఫేం సుధాకర్ చెరుకూరి తెరకెక్కిస్తున్నారు. షూటింగ్ దశలో ఉన్న ఈ సినిమాకు సంబంధించి ఆసక్తికర వార్త నెట్టింట హల్ చల్ చేస్తోంది. కిల్ యాక్టర్ రాఘవ ఈ సినిమాలో కనిపించబోతున్నాడు. ఈ చిత్రానికి అనిరుధ్ రవిచందర్ మ్యూజిక్, బ్యాక్ గ్రౌండ్ స్కోర్ అందిస్తున్నాడు.

PUBLISHED BY **G.KALPANA** AND **PRINTED AT YAGNA PRINTERS AND PUBLICATIONS**, H.NO 18-105/4, OPP HANUMANPET, MALKAJGIRI(M)MEDCHAL- 500047, MEDCHAL MALKAJGIRI DISTRICT,TELANGANA PUBLISHED FROM H.NO02-66/254, MALLAREDDY NAGAR PHASE 1, GAJULARAMARAM, QUTHBULLAPUR, MEDCHAL-500055, DISTRICT MALKAJGIRI, TELANGANA, EDITOR : **G.DAYAKAR REDDY**, **RNI :TELTEL/2022/83927**, PHONE NUMBER 9908293393,040- 45046154