Published by Telangana

TS-25-0034017

# సత్యమేవ జయతే

తెలుగు దినపత్రిక

- ధర్మం నిలబడాలి, సత్యం గెలవాలి, సత్యం మాత్రమే గెలవాలి జైహింద్

సంపుటి : 01 సంచిక : 251 ప్రచురణ : తెలంగాణ, ఎడిటర్ : జె. భాస్కర్,సోమవారం 06-10-2025 పేజీలు : 12 వెల : 2/-



## విలేకరులు కావలెను

తెలంగాణ రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా "సత్యమేవ జయతే" తెలుగు దినపత్రికలో బ్యూరో మండలాల రిపోర్టర్గా పనిచేయుటకు జిల్లాల నియోజకవర్గ స్థాయిలో ఉత్సవంతులు అయిన యువతి యువకులు కావలెను కొత్త వారికి మరియు అనుభవం ఉన్నవారికి అవకాశం ఇవ్వబడును. రిపోర్టర్లుగా అపాయింట్మెంట్ అయిన తర్వాత వారికి లైన్ అకౌంట్ కూడా ఇవ్వబడును. సంప్రదించవలసిన ఫోన్ నెంబర్ 9959479375


## మోదీ, రేవంత్.. 'బడే భాయ్, చోటా భాయ్': హరీశ్ రావు

- తెలంగాణను మోసం చేయడంలో బీజేపీ, కాంగ్రెస్ ఒక్కటేనని విమర్శ
- కేంద్ర బడ్జెట్లో రాష్ట్రానికి మొండిచెయ్యి చూపారని ఆరోపణ
- తెలంగాణకు బీఆర్ఎస్ మాత్రమే శ్రీరామరక్ష అని స్పష్టం

హైదరాబాద్: ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ, ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి ఇద్దరూ 'బడే భాయ్, చోటా భాయ్' అని, తెలంగాణ ప్రజలను మోసం చేయడంలో వారిద్దరిదీ ఒకే తీరని మాజీ మంత్రి, సిద్దిపేట ఎమ్మెల్యే హరీశ్ రావు సంచలన వ్యాఖ్యలు చేశారు. ఒకరిది మోసపు చరిత్ర అయితే, మరొకరిది ద్రోహపు చరిత్ర అని, ఈ రెండు పార్టీలు తెలంగాణ పాలిట శత్రువులని ఆయన తీవ్రస్థాయిలో విమర్శించారు.జహీరాబాద్ నియోజకవర్గానికి చెందిన పలువురు బీజేపీ నాయకులు, కార్యకర్తలు హరీశ్ రావు సమక్షంలో బీఆర్ఎస్లో చేరారు. ఈ సందర్భంగా ఏర్పాటు చేసిన కార్యక్రమంలో ఆయన మాట్లాడుతూ.. కేంద్రంలోని బీజేపీ, రాష్ట్రంలోని కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వాలపై నిప్పులు

మిగతా 2లో

## దగ్గు మందు వాడకంపై రాష్ట్రాలకు కేంద్రం కీలక ఆదేశాలు

- మధ్యప్రదేశ్లో చిన్నారుల మృతితో దగ్గు మందులపై కలకలం
- 'కోల్డ్రిఫ్' అనే సిరప్లో ప్రమాదకర రసాయనం గుర్తింపు
- తమిళనాడులోని తయారీ యూనిట్ లైసెన్సు రద్దుకు సిఫార్సు

దేశవ్యాప్తంగా పిల్లలకు వాడే దగ్గు మందుల నాణ్యత, వినియోగంపై తీవ్ర ఆందోళనలు వ్యక్తమవుతున్న నేపథ్యంలో కేంద్ర ప్రభుత్వం అప్రమత్తమైంది. పిల్లలకు దగ్గు మందులను విచక్షణారహితంగా వాడొద్దని, ఈ విషయంలో కఠిన నిబంధనలు పాటించాలని అన్ని రాష్ట్రాలు, కేంద్రపాలిత ప్రాంతాలకు ఆదివారం కీలక ఆదేశాలు జారీ చేసింది. చాలా వరకు దగ్గులు వాటంతట అవే తగ్గిపోతాయని, వాటికి మందులు అవసరం లేదని స్పష్టం చేసింది.మధ్యప్రదేశ్లోని ఛింద్వారా జిల్లాలో కలుషిత దగ్గు మందు కారణంగా కొందరు చిన్నారులు మరణించారన్న వార్తల నేపథ్యంలో కేంద్ర ఆరోగ్య శాఖ ఈ

మిగతా 2లో

హైదరాబాద్: స్థానిక సంస్థల ఎన్నికలకు షెడ్యూల్ వచ్చిందంటే చాలు.. గ్రామాల్లో ఆ జోషే వేరు! అప్పటి వరకూ ప్రశాంతంగా ఉన్న వాతావరణం ఒక్కసారిగా వేడెక్కుతుంది. ప్రజలు కూడా పార్టీల వారీగా గ్రూపులు కడతారు! ఖర్చు విషయంలో ఆశావహులు తగ్గేదే లేదన్నట్టు పెడుతుంటారు. షెడ్యూల్ వచ్చినప్పటి నుంచి ఎన్నికల తంతు పూర్తయ్యే వరకు అస్సలు వెనుకాడరు. కానీ, ఈసారి పరిస్థితులు ఇందుకు కొంత భిన్నంగా ఉన్నాయి. ఆశావహులు.. తమకే టికెట్ వస్తుందని అనుకుంటున్నవారు.. అభ్యర్థి తానేనని కొంతవరకూ ఖరారైన వారిలోనూ ఒక రకమైన డైలమా కనబడుతోంది. ఖర్చు విషయంలో ఆచితూచి అడుగులు వేస్తున్నారు. నిజానికి, షెడ్యూల్ విడుదలైన తర్వాత దసరా రావడంతో రాజకీయ దావత్లు ఎక్కువగా ఉంటాయని అంతా భావించారు. కానీ, ఈసారి కొన్నిచోట్ల దావత్లు గట్టిగా జరిగితే.. మరికొన్నిచోట్ల 'ఇంకా సమయం ఉందిగా' అనే మాటతో సరిపెట్టేశారు. ఇందుకు కారణం.. స్థానిక సంస్థల ఎన్నికలకు సంబంధించి రాష్ట్రంలో రిజర్వేషన్లు మారడం, సుప్రీం కోర్టు, హైకోర్టుల్లో పిటిషన్లు దాఖలు కావడం.. రెండు, మూడ్రోజుల్లో వాటిపై విచారణలు ఉండడమే. విచారణల తర్వాత కోర్టులు ఏం తీర్పునిస్తాయో చూసి, ముందుకెళ్తే బాగుంటుందని నాయకులు భావిస్తున్నారు. ఈ కారణంగానే స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల్లో జోష్ కనబడడం లేదనే అభిప్రాయాలు వ్యక్తమవుతున్నాయి. నిజానికి, రిజర్వేషన్లు మారడంతో తమకే టికెట్ వస్తుందనుకున్న వారికి నిరాశ ఎదురైంది. వాళ్లు చప్పుడు చేయడం లేదు. రిజర్వేషన్ల మార్పుతో టికెట్ తమకే వస్తుందనుకుంటున్న వారు కూడా కోర్టు విచారణల నేపథ్యంలో అడుగు ముందుకు వేయడం లేదు. ఖర్చు పెట్టకపోతే ఓటర్లు ఎటువైపు వెళ్తారోననే ఆందోళన ఒకవైపు.. ఇప్పుడే ఖర్చు చేస్తే కోర్టుల్లో తీర్పు వచ్చాక పరిస్థితి ఏమిటోననే భయం మరోవైపు వెన్నాడుతున్నాయి. ఓటర్లు తమవైపు చూస్తున్నారని, కోర్టు తీర్పుల్లో ఏం జరుగుతుంది? ఖర్చు చేయాలా వద్దా!? అంటూ పార్టీ కార్యాలయాలకు ప్రశ్నలు ఎదురవుతున్నాయని ఓ రాజకీయ పార్టీకి చెందిన నాయకుడొకరు చెప్పారు. కొన్నిచోట్ల మాత్రం ఓటర్లు చేజారిపోకుండా ఉండేందుకు ప్రయత్నాలు చేస్తున్నారు.

- స్థానిక ఎన్నికలు జరుగుతాయా.. లేదా.. ?
- ఖర్చుపై ఆశావహుల డైలమా
- అత్యధిక చోట్ల దసరా దావత్లకూ దూరమే
- కొన్నిచోట్ల కోర్టు తీర్పు తర్వాత ఇస్తామని హామీ
- కోర్టుల్లో పిటిషన్లు దాఖలు కావడమే కారణం
- ఏం జరుగుతుందో తెలియక ఆచితూచి అడుగులు
- షెడ్యూలు వచ్చినా కనిపించని 'లోకల్ జోష్'
- మరోవైపు.. సిద్ధమవుతున్న అభ్యర్థుల జాబితాలు
- ఏకగ్రీవం చేసుకునేందుకు కొన్నిచోట్ల యత్నాలు

## కుండపోత వర్షాలు..

- డార్జిలింగ్ లో 20 మంది మృతి
- చిక్కుకున్న వేలాది మంది పర్యాటకులు
- పరిస్థితిపై బెంగాల్ సిఎం మమత సమీక్ష
- సహాయక చర్యలకు నేడు పర్యటన
- ప్రధాని మోడీ స్పందన .. సానుభూతి

పశ్చిమ బెంగాల్లోని డార్జిలింగ్ భారీ వర్షాలు, కొండచరియల భారీ పతనంతో ఆదివారం అతలాకుతలం అయింది. పగబట్టిన ప్రకృతి వైపరీత్యాల దుర్ఘటనలలో 20 మంది మృతిచెందారు. పలువురు కొండచరియలు విరిగిపడ్డ ఘటనలలో గాయపడ్డారు. రాత్రి నుంచి వదలకుండా కురుస్తోన్న భారీ వర్షాలతో జనజీవితం స్తంభించింది. బెంగాల్ ఉత్తర ప్రాంతంలోని మిరిక్, డార్జిలింగ్ పర్వత ప్రాంతాలు బాగా దెబ్బతిన్నాయి. భారీ వర్షాలతో ఈ ప్రాంతాలలో పలు చోట్ల ఫక్కా ఇళ్లు కూడా పేకమేడలుగా కూలాయి. చాలా వరకూ నీటి ఉధృతికి కొట్టుకుపోయాయి. అనేక చోట్ల రహదారులు గుంతలు పడ్డాయి. దీనితో మారుమూల ప్రాంతాలకు ప్రత్యేకించి అక్కడి పర్యాటక స్థలాలకు రాకపోకలు నిలిచిపోయాయని అధికారులు ఆదివారం మధ్యాహ్నం తెలిపారు. జిల్లా అధికార యంత్రాంగం, ఎన్డిఆర్ఎఫ్ దళాలు రంగంలోకి దిగాయి. సహాయక చర్యలను ముమ్మరం చేశారు. ఎక్కువగా సర్సాలీ,

మిగతా 2లో

## నాలుగు రోజులు కుండపోతే

- తెలంగాణలో 24 గంటల్లో భారీ వర్షాలు..
- 16 జిల్లాలకు ఎల్లో అలర్ట్
- ఉరుములు, మెరుపులతో కూడిన వర్షాలు పడతాయన్న వాతావరణశాఖ
- దక్షిణ ద్వీపకల్పంపై ల అల్పపీడనమే వర్షాలకు కారణం

2లో

## డిజిటల్ ప్రపంచంలో మహిళలు అప్రమత్తంగా ఉండాలి: సీపీ సజ్జనార్

- మహిళలకు హైదరాబాద్ కొత్త సీపీ సజ్జనార్ కీలక సూచన
- ప్రైవేట్ ఫోటోలు, సున్నితమైన సమాచారాన్ని పంచుకోవద్దని స్పష్టీకరణ
- మోసగాళ్లు వాటిని సులభంగా దుర్వినియోగం చేస్తారని వెల్లడి

హైదరాబాద్: ఎడిజిటల్ ప్రపంచం ఓ మాయాజాలం... ఎన్నో ప్రయోజనాలు ఉన్నప్పటికీ, అంతే స్థాయిలో ప్రమాదాలు కూడా పొంచి ఉన్నాయి... ముఖ్యంగా మహిళలు ఆన్లైన్ వేదికలపై వ్యక్తిగత ఫోటోలు, సున్నితమైన సమాచారాన్ని పంచుకునే విషయంలో అత్యంత అప్రమత్తంగా ఉండాలని హైదరాబాద్ నగర నూతన పోలీస్ కమిషనర్ వీసీ సజ్జనార్ హెచ్చరించారు. ఆన్లైన్లో పొంచి ఉన్న ముప్పు గురించి వివరిస్తూ, మహిళలు

మిగతా 2లో

## దివంగత కేంద్ర మంత్రి గడ్డం వెంకట స్వామి (కాకా) గారి 96వ జయంతి సందర్భంగా ఘన నివాళులు

3లో

## తుస్సుమన్న ఫ్రీ బస్సు పథకంతో దివాలా తీసిన ఆర్టీసీ: కేటీఆర్

- బస్సు చార్జీల పెంపు దారుణం: రేవంత్ సర్కార్పై కేటీఆర్ ఫైర్
- సిటీ బస్సు చార్జీల పెంపుపై కేటీఆర్ తీవ్ర ఆగ్రహం
- ఒక్కసారే రూ.10 పెంచడం దుర్మార్గమైన నిర్ణయమన్న కేటీఆర్
- హైదరాబాద్ ప్రజలపై సీఎం కక్షగట్టారని విమర్శ

2

# కనిపించని స్థానిక జోష్

అక్కడ రాత్రి సమావేశాలు మొదలయ్యాయి. వీటిలో ఖర్చే ప్రధానంగా చర్చకు వస్తోందని ఖమ్మం జిల్లా నేలకొండపల్లి మండలానికి చెందిన ఓ పార్టీ నాయకుడు చెప్పారు. ఉత్తర తెలంగాణలో కొన్నిచోట్ల ఖర్చులు మొదలుపెట్టగా, దక్షిణ తెలంగాణలో మోస్తారుగానే ఉంది. ఖమ్మం, నల్లగొండ జిల్లాల్లో మధ్యస్థంగా ఉంది. మరి కొన్నిచోట్ల ఏకగ్రీవాల కోసం ప్రయత్నాలు జరుగుతున్నాయి.స్థానిక సంస్థల ఎన్నికలకు అధికార, విపక్షాలు అభ్యర్థుల జాబితాల రూపకల్పనలో నిమగ్నమయ్యాయి. ఆయా స్థానాలవారీగా 5 వరకు పేర్లను పంపాలని డీసీసీలకు పీసీసీ సూచించింది. బీఆర్ఎస్ కూడా క్షేత్రస్థాయిలో బలమైన అభ్యర్థుల కోసం అన్వేషిస్తోంది. గతంలో పార్టీ కోసం పని చేసిన వారు, బలంగా ఉన్నవారి కోసం చూస్తోంది. బలమైన అభ్యర్థులను బరిలోకి దించాలని బీజేపీ భావిస్తోంది. అవసరమైన కసరత్తును ప్రారంభించింది. ఎన్నికల నిర్వహణపై సందిగ్ధత నెలకొన్నా.. వచ్చిన అవకాశాన్ని వదులుకోకూడదనే ఉద్దేశంతో జాబితాల్లో తమ పేరు ఉండేలా కొంతమంది ప్రయత్నాలు చేసుకుంటున్నారు. నియోజకవర్గ కేంద్రాల్లోని ఎమ్మెల్యేల క్యాంపు కార్యాలయాలు, రాజకీయ పార్టీల కార్యాలయాలన్నీ ఆశావహులతో నిండిపోతున్నాయి. మరోవైపు పొత్తుల కోసం కూడా ప్రయత్నాలు జరుగుతున్నాయి.స్థానిక ఎన్నికలకు షెడ్యూల్ వచ్చిందంటే ఆ ఉత్సాహం, జోష్ చెప్పలేని స్థాయిలో ఉండేదని, ఈసారి అది కనిపించడం లేదని ఖమ్మంలోని ఓ ప్రింటింగ్ ప్రెస్ యజమాని చెప్పారు. షెడ్యూల్ వచ్చినప్పటి నుంచే కరపత్రాలు, ఫ్లెక్సీలు, జెండాలు, కండువాల కోసం నాయకులు వచ్చేవారని, ఆర్డర్లు రావడంతో తమకు ఊపిరి సలపనంత పని ఉండేదని, ఈసారి ఊహించిన స్థాయిలో ఆర్డర్లు రాలేదని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు.

# కుండపోత వర్షాలు..

జస్బీర్‌గాన్, మిరిక్ బస్తీ, ధార్ గావ్, నగర్‌కత, మింక్ లేక్ వద్ద వర్షాలతో బీభత్సం తలెత్తిందని అధికారులు తెలిపారు. ఒక్క మిరిక్‌లోనే పలు దుర్ఘటనలలో 11 మంది వరకూ మృతి చెందారు. పలువురు గాయపడ్డారు. ఈ ప్రాంతాలలో ఎక్కువగా కొండచరియలు కూలాయి. డార్జిలింగ్‌లో ఏడుగురు మృతి చెందారు. ఇక్కడ పోలీసులు, స్థానిక అధికార యంత్రాంగం పెద్ద ఎత్తున సహాయక చర్యలకు దిగింది. పరిస్థితి గురించి డార్జిలింగ్ జిల్లా సబ్ కలెక్టర్ రిచర్డ్ లెప్చా ఎప్పటికప్పుడు సమాచారం వెలువరిస్తున్నారు. రాత్రి కురిసిన భారీ వర్షాలతో పరిస్థితి దారుణంగా మారింది. సహాయక, పునరావాస చర్యలు సాగిస్తున్నామని వివరించారు. డార్జిలింగ్ ఇతర ప్రాంతాలలో పరిస్థితిపై ముఖ్యమంత్రి మమత బెనర్జీ స్పందించారు. తాను ఆయా ప్రాంతాలలో సోమవారం పర్యటిస్తామని కొల్‌కతాలో చెప్పారు. బాధిత కుటుంబాలకు పరిహారం ప్రకటించారు. అయితే ఎంత అనేది వివరించలేదు. %ూశ్రీంశీ =ఝ౦% – నక్సల్స్‌తో చర్చల ప్రసక్తే లేదు: అమిత్ షా ప్రధాని మోడీ డార్జిలింగ్ ఇతర చోట్ల పరిస్థితిపై ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. బాధిత కుటుంబాలకు సానుభూతి వ్యక్తం చేశారు. చాలా ప్రాంతాలలో వరదలలో చిక్కుపడ్డ వారిని, శిథిలాల కింద కూరుకుపోయిన వారిని సకాలంలో రక్షించడంతో మృతుల సంఖ్య గణనీయంగా తగ్గింది. అయితే చాలా వరకూ ఇళ్లు బురద మేటల్లో, విరిగిపడ్డ కొండచరియలతో దారుణ స్థితికి చేరాయి. పరిస్థితి విషమంగానే ఉందని నార్త్ బెంగాల్ వ్యవహారాల మంత్రి ఉదయన్ గుహ పిటిఐ వార్తా సంస్థకు తెలిపారు. డార్జిలింగ్‌కు వచ్చిన వేలాది మంది పర్యాటకులు ఎటు కదలలేని స్థితిలో చిక్కుపడ్డారు. వారికి సరైన ఏర్పాట్ల కోసం అధికార యంత్రాంగం శ్రమిస్తోంది. భూటాన్‌లో భారీ వర్షాలతో నీటి ప్రవాహం భారీగా దిగువన ఉన్న ఉత్తర బెంగాల్ జిల్లాల్లో పరవళ్లు తొక్కింది. పర్యాటకులు కంగారు పడవద్దని వారిని సురక్షిత ప్రాంతాలకు లేదా వారి గమ్యస్థానాలకు చేర్చేందుకు అన్ని ఏర్పాట్లు చేస్తున్నట్లు ముఖ్యమంత్రి మమత బెనర్జీ సచివాలయంలో అధికారులతో సమీక్ష తరువాత చెప్పారు.

# నాలుగు రోజులు కుండపోతే

తెలంగాణ రాష్ట్రంలో రాబోయే నాలుగు రోజుల పాటు కుండపోత వర్షాలు కురుస్తాయని హైదరాబాద్ వాతావరణ కేంద్రం అధికారులు వెల్లడించారు. రాష్ట్రవ్యాప్తంగా పలు జిల్లాలకు ఎల్లో అలర్ట్ జారీ చేశారు. తేలికపాటి నుంచి మోస్తరు వర్షాలతో పాటు, కొన్ని ప్రాంతాల్లో ఉరుములు, మెరుపులు, ఈదురుగాలులతో కూడిన వానలు పడే అవకాశం ఉందని తెలిపారు.దక్షిణ కర్ణాటక నుంచి తమిళనాడు అంతర్భాగంగా సగటు సముద్ర మట్టానికి 1.5 కిలోమీటర్ల ఎత్తులో ద్రోణి కొనసాగుతుండగా, తమిళనాడు తీరం వెంబడి నైరుతి బంగాళాఖాతంలో సగటు సముద్ర మట్టానికి 3.1 కిలోమీటర్ల ఎత్తులో ఉపరితల ఆవర్తనం విస్తరించి ఉంది. వీటి ప్రభావంతో తెలంగాణ వ్యాప్తంగా ఆదివారం వర్షాలు కురిశాయి.

బంగాళాఖాతంలో ఏర్పడిన అల్పపీడనంతో కురిసిన భారీ వర్షాల నుంచి కొలుకుంటున్న ప్రజలకు వాతావరణ శాఖ మరో అలర్ట్ ఇచ్చింది. రాష్ట్రాంలో నాలుగు రోజుల పాటు వర్షాలు కురిసే అవకాశం ఉందని వెల్లడించింది. సోమవారం రాష్ట్రంలోని అన్ని జిల్లాల్లో అక్కడక్కడ తేలికపాటి నుంచి మోస్తరు వర్షాలు కురుస్తాయని వాతావరణ కేంద్రం ఎల్లో హెచ్చరికలు జారీ చేసింది. దీంతో పాటు మంగళవారం రాష్ట్రంలోని ఆదిలాబాద్, కొమురంభీం ఆసిఫాబాద్, మంచిర్యాల, నిర్మల్, నిజామాబాద్, ములుగు, భద్రాద్రి కొత్తగూడెం, ఖమ్మం, నల్గొండ, సూర్యాపేట, మహబూబాబాద్, యాదాద్రి భువనగిరి, రంగారెడ్డి, హైదరాబాద్, మేడ్చల్ మల్కాజ్‌గిరి, వికారాబాద్, సంగారెడ్డి, మెదక్, కామారెడ్డి, మహబూబ్‌నగర్, నాగర్ కర్నూల్, వనపర్తి, నారాయణపేట, జోగులాంబ గద్వాల్ జిల్లాల్లో అక్కడక్క వర్షాలు కురుస్తాయని, ఈ జిల్లాలకు ఎల్లో హెచ్చరికలు జారీ చేసింది. రాష్ట్రంలో రానున్న 24 గంటల్లో భారీ వర్షాలు కురుస్తాయని వాతావరణ శాఖ హెచ్చరించింది. రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ఉరుములు, మెరుపులతో కూడిన వర్షాలు కురుస్తాయని తెలిపింది.

16 జిల్లాలకు ఎల్లో అలర్ట్ జారీ చేసింది. వీటిలో ఆసిఫాబాద్, ఆదిలాబాద్, పెద్దపల్లి, భూపాలపల్లి, కొత్తగూడెం, ములుగు, మెదక్, కామారెడ్డి, సిద్దిపేట, జనగామ, హనుమకొండ, ఖమ్మం , వరంగల్, సూర్యాపేట, మహబూబాబాద్ జిల్లాలు ఉన్నాయి. కాగా, శనివారం అత్యధికంగా ములుగు జిల్లా ఏటూరు నాగరంలో 11 సెంటీమీటర్ల వర్షపాతం నమోదైంది. ఖమ్మం జిల్లా లింగాలలో 9.3, ఖమ్మం రూరల్ లో 8.9, మేడారంలో 8.4, జనగామ జిల్లా గూడూరులో 7.3 సెంటీమీటర్ల చొప్పున వర్షపాతం నమోదైంది..హైదరాబాద్ సహ తెలంగాణ వ్యాప్తంగా పలు చోట్ల వర్షం కురిసింది. హైదరాబాద్‌లోని అమీర్‌పేట్, పంజాగుట్ట, ఫిల్మ్‌నగర్, ఖైరతాబాద్, జూబ్లీహిల్స్, బంజారాహిల్స్, యూసఫ్‌గూడ, కోఠి, సుల్తాన్ బజార్, అబిడ్స్, నాంపల్లి, బషీర్‌బాగ్, లక్డీకపూల్, లిబర్టీ, హిమాయత్‌నగర్, నారాయణగూడ, లోయర్ ట్యాంక్‌బండ్, నెక్లెస్‌రోడ్, కుత్బుల్లాపూర్, చింతల్ సాయినగర్, మల్కాజిగిరి, ముషీరాబాద్, సికింద్రాబాద్ వెస్ట్‌మారేడ్‌పల్లి పరిసర ప్రాంతాల్లో భారీ వర్షం కురిసింది. రహదారులపై నీరు నిలవడంతో వాహనదారులు రాకపోకలకు ఇబ్బందులు పడ్డారు.ములుగు జిల్లా ఏటూరు నాగారంలో అత్యధికంగా 11 సెం.మీ వర్షపాతం నమోదైంది. లింగాల(ఖమ్మం)లో 10సెం.మీ, మొగడంపల్లి(సంగారెడ్డి)లో 9.8 సెం.మీ, పల్లెగూడెం(ఖమ్మం)లో 8.98 సెం.మీ, మేడారం(ములుగు)లో 8.43 సెం.మీ, పుల్కల్(సంగారెడ్డి)లో 7.45 సెం.మీ, గూడూర్(జనగామ)లో 7.38 సెం.మీ, వికారాబాద్ జిల్లా ఖాసింపూర్, బషీరాబాద్‌లో 7 సెం.మీ, పెరుమాండ్ల–సంకీస(మహబూబాబాద్)లో 7 సెం.మీ, కొండాపూర్(సంగారెడ్డి)లో 6.48 సెం.మీ, మోమిన్‌పేట్(వికారాబాద్)లో 6.35 సెం.మీ వర్షపాతం, కూనారం(పెద్దపల్లి)లో 6.18 సెం.మీ, కాసిందేవిపేట(ములుగు)లో 8.78 సెం.మీ వర్షపాతం నమోదైంది.

తమిళనాడులో పలు జిల్లాలను భారీ వర్షాలు ముంచెత్తనున్నాయి. రాష్ట్రంలోని 12 జిల్లాల్లో నేడు కుండపోత వర్షాలు కురుస్తాయని చెన్నైలోని ప్రాంతీయ వాతావరణ కేంద్రం (ఆర్ఎంసీ) హెచ్చరిక జారీ చేసింది. కొన్ని ప్రాంతాల్లో ఉరుములు, మెరుపులతో కూడిన భారీ వర్షం కురిసే అవకాశం ఉందని పేర్కొంది.వాతావరణ శాఖ తాజా బులెటిన్ ప్రకారం మదురై, రామనాథపురం, కృష్ణగిరి, ధర్మపురి, సేలం, తిరుపత్తూరు, నమక్కల్, తిరుచిరాపల్లి, దిండిగల్, థేని, విరుదునగర్, శివగంగ జిల్లాల్లో భారీ వర్షాలు కురిసే అవకాశం ఉంది. ఈ నేపథ్యంలో ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని అధికారులు సూచించారు.దక్షిణ ద్వీపకల్పం, దాని పరిసర ప్రాంతాలపై కొనసాగుతున్న అల్పపీడనం కారణంగానే ఈ వర్షాలు కురుస్తున్నాయని వాతావరణ శాఖ నిపుణులు విశ్లేషిస్తున్నారు. ఈ వ్యవస్థ బంగాళాఖాతం, అరేబియా సముద్రం నుంచి తేమను ఎక్కువగా గ్రహిస్తుండటంతో వర్ష తీవ్రత పెరుగుతోందని తెలిపారు. శనివారం కూడా రాష్ట్రంలోని చాలా ప్రాంతాల్లో విస్తారంగా వర్షాలు పడ్డాయి. కృష్ణగిరి జిల్లాలోని హొసూరులో అత్యధికంగా 12 సెంటీమీటర్ల వర్షపాతం నమోదు కాగా, దిండిగల్‌లో 11 సెం.మీ., విల్లుపురం జిల్లాలోని అవలూరుపేట, సెమ్మేడు ప్రాంతాల్లో 10 సెం.మీ. చొప్పున వర్షం కురిసింది.ఇక రేపటి నుంచి 10వ తేదీ వరకు తమిళనాడు, పుదుచ్చేరి, కారైకాల్ ప్రాంతాల్లో తేలికపాటి నుంచి మోస్తరు వర్షాలు కొనసాగుతాయని వాతావరణ కేంద్రం అంచనా వేసింది. భారీ వర్షాల హెచ్చరికల నేపథ్యంలో లోతట్టు ప్రాంతాల్లోని ప్రజలు జాగ్రత్తగా ఉండాలని, నీరు నిలిచిన ప్రాంతాలకు దూరంగా ఉండాలని అధికారులు కోరారు. రైతులు కూడా వాతావరణ పరిస్థితులకు అనుగుణంగా వ్యవసాయ పనులను ప్లాన్ చేసుకోవాలని సూచించారు. ఎలాంటి అత్యవసర పరిస్థితినైనా ఎదుర్కొనేందుకు వీలుగా విపత్తు నిర్వహణ బృందాలను సిద్ధంగా ఉంచినట్లు ప్రభుత్వం ప్రకటించింది.

# దగ్గు మందు వాడకంపై రాష్ట్రాలకు కేంద్రం కీలక ఆదేశాలు

చర్యలు చేపట్టింది. ఈ ఘటనపై కేంద్ర ఆరోగ్య మంత్రి జేపీ నడ్డా ఆదేశాలతో ఆరోగ్య శాఖ కార్యదర్శి పుణ్య సలిల శ్రీవాస్తవ అధ్యక్షతన అన్ని రాష్ట్రాలతో ఉన్నత స్థాయి సమావేశం నిర్వహించారు. నిపుణుల బృందం ఛింద్వారాలో పర్యటించి మరణాలకు గల కారణాలపై విశ్లేషణ జరిపింది.చిన్నారులు వాడిన 19 రకాల మందుల శాంపిళ్లను సేకరించి పరీక్షించగా, 'కోల్డ్రిఫ్' అనే దగ్గు సిరప్‌లో డైఇథిలిన్ గ్లైకాల్ (%ణజు+%) అనే ప్రమాదకర రసాయనం పరిమితికి మించి ఉన్నట్లు తేలింది. ఈ సిరప్‌ను తమిళనాడులోని కాంచీపురంలో ఉన్న ఒక యూనిట్‌లో తయారు చేస్తున్నట్లు అధికారులు గుర్తించారు. తనిఖీల అనంతరం, ఆ తయారీ యూనిట్ లైసెన్సును రద్దు చేయాలని సెంట్రల్ డ్రగ్స్ స్టాండర్డ్ కంట్రోల్ ఆర్గనైజేషన్ (%జణూజూ%) సిఫార్సు చేసింది. అంతేకాకుండా, సంబంధిత కంపెనీపై క్రిమినల్ చర్యలు కూడా ప్రారంభించినట్లు ఆరోగ్య మంత్రిత్వ శాఖ వెల్లడించింది.ఈ సందర్భంగా, ఔషధ తయారీ కంపెనీలన్నీ సవరించిన షెడ్యూల్ 'ఎం' నిబంధనలను కచ్చితంగా పాటించాలని ఆరోగ్య కార్యదర్శి నొక్కిచెప్పారు. పిల్లల విషయంలో దగ్గు మందుల వాడకాన్ని తగ్గించేలా చూడాలని, ప్రజలకు అవగాహన కల్పించాలని రాష్ట్రాలకు సూచించారు. ఆరోగ్యానికి సంబంధించిన అసాధారణ సంఘటనలపై నిఘా పెంచాలని, ప్రభుత్వ, ప్రైవేట్ ఆసుపత్రుల నుంచి సకాలంలో నివేదికలు తెప్పించుకోవాలని ఆదేశించారు.

# డిజిటల్ ప్రపంచంలో మహిళలు అప్రమత్తంగా ఉండాలి: సీపీ సజ్జనార్

మోసగాళ్ల వలలో చిక్కుకోవద్దని ఆయన కీలక సూచనలు చేశారు.నగరంలో జరుగుతున్న జైన్ ఇంటర్నేషనల్ ట్రేడ్ ఆర్గనైజేషన్ (జిటో) కనెక్ట్ 2025 కార్యక్రమంలో భాగంగా ఆయన మహిళా పారిశ్రామికవేత్తలతో ముఖాముఖి నిర్వహించారు. ఇటీవలే నగర పోలీస్ కమిషనర్‌గా బాధ్యతలు స్వీకరించిన ఆయన, ఈ వేదికగా మహిళల భద్రతకు సంబంధించిన అంశాలను ప్రస్తావించారు. ఆదివారం తన 'ఎక్స్' ఖాతాలో ఈ విషయంపై ఆయన పోస్ట్ చేశారు. "చాలామంది మహిళలు తమ ప్రైవేట్ ఫోటోలను, వ్యక్తిగత విషయాలను ఆన్‌లైన్‌లో పంచుకుంటున్నారు. కానీ వాటిని దుండగులు సులభంగా దుర్వినియోగం చేసే ప్రమాదం ఉంది. నకిలీ గుర్తింపులతో పరిచయం చేసుకొని, నమ్మించి మోసం చేసే వారి సంఖ్య పెరిగిపోతోంది" అని ఆయన ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. మోసపోయారని గ్రహించిన తర్వాత కూడా కొందరు వారితో సంభాషణలు కొనసాగిస్తున్నారని, ఇది మరింత ప్రమాదకరమని సజ్జనార్ స్పష్టం చేశారు. అలాంటి చర్యలు బ్లాక్‌మెయిలింగ్‌కు ఆస్కారం కల్పిస్తాయని తెలిపారు. "ఆన్‌లైన్‌లో ఎవరినైనా గుడ్డిగా నమ్మవద్దు. ఏదైనా సమాచారం పంచుకునే ముందు ఒకటికి రెండుసార్లు ధృవీకరించుకోవాలి. డిజిటల్ ప్రపంచాన్ని అందరికీ సురక్షితంగా మార్చేందుకు మనమందరం కలిసికట్టుగా పనిచేయాలి" అని ఆయన పిలుపునిచ్చారు.ఇదే కార్యక్రమంలో సజ్జనార్ మహిళల శక్తిసామర్థ్యాలను కొనియాడారు. హైదరాబాద్ పోలీస్ విభాగంలో తన బృందంలో దాదాపు 50 శాతం మంది మహిళా ఐపీఎస్ అధికారులే ఉండటం గర్వకారణంగా ఉందని అన్నారు. "వారు ఒకవైపు ఇంటి బాధ్యతలను, మరోవైపు కఠినమైన వృత్తిపరమైన విధులను ఎంతో అంకితభావం, క్రమశిక్షణతో సమర్థవంతంగా నిర్వహిస్తున్నారు. నేటి భారతదేశానికి మహిళలు ప్రతిఘటన, నాయకత్వం, ఆవిష్కరణలకు నిజమైన ప్రతీకలు. వారు మొత్తం ప్రపంచానికే స్ఫూర్తి, బలం" అని ఆయన ప్రశంసించారు.

అక్టోబర్ 3న కేంద్ర రక్షణ మంత్రి రాజ్‌నాథ్ సింగ్ ప్రారంభించిన ఈ జిటో కనెక్ట్ 2025 ప్రదర్శన మూడు రోజుల పాటు సాగనుంది. ఇందులో 600కు పైగా స్టాళ్లు, ఆరు భారీ అరీనాలు ఏర్పాటు చేశారు. బిల్డ్ మార్ట్, బిజినెస్ బే, ప్రాపర్టీ పెవిలియన్ వంటి విభాగాలు ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలుస్తున్నాయి. ఈ కార్యక్రమంలో బాబా రాందేవ్, కమలేశ్ పటేల్ (దాదాజీ), సినీ నటుడు బొమన్ ఇరానీ, క్రికెటర్ సూర్య కుమార్ యాదవ్, కేంద్ర మాజీ మంత్రి స్మృతి ఇరానీ వంటి పలువురు ప్రముఖులు పాల్గొని ప్రసంగించారు.

## మోదీ, రేవంత్.. 'బడే భాయ్, చోటా భాయ్': హరీశ్ రావు

చెరిగారు.కేంద్రంలోని మోదీ ప్రభుత్వంపై విరుచుకుపడుతూ, "కేంద్ర బడ్జెట్‌లో తెలంగాణకు గుండు సున్నా ఇచ్చారు. రాష్ట్రం నుంచి 8 మంది ఎంపీలను గెలిపించినందుకు కృతజ్ఞత కూడా చూపలేదు. నల్లధనం తెచ్చి రూ.15 లక్షలు ఇస్తామన్న హామీ, రైతుల ఆదాయం రెట్టింపు చేస్తామన్న మాట ఏమైంది?" అని హరీశ్ రావు ప్రశ్నించారు. రూ.350 ఉన్న గ్యాస్ సిలిండర్ ధరను రూ.1200కు, రూ.65 ఉన్న పెట్రోల్‌ను రూ.100కు పెంచింది బీజేపీ కాదా? అని నిలదీశారు. ఎన్నికలు రాగానే ధరలు తగ్గించినట్లు డ్రామాలు ఆడి, ఎన్నికలు ముగియగానే మళ్లీ పెంచి ప్రజలను మోసం చేస్తున్నారని ఆయన ఆరోపించారు.మరోవైపు, రాష్ట్రంలోని కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వంపైనా హరీశ్ రావు విమర్శలు గుప్పించారు. "నమ్మి ఓటేసిన ప్రజలను సీఎం రేవంత్ రెడ్డి నట్టేట ముంచుతున్నారు. కేసీఆర్ హయాంలో ఎన్నడూ లేనివిధంగా రైతులు నేడు యూరియా కోసం తీవ్ర ఇబ్బందులు పడుతున్నారు. యూరియాను సకాలంలో అందించడంలో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం పూర్తిగా విఫలమైంది" అని దుయ్యబట్టారు. తెలంగాణ రైతులంటే కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలకు చిన్నచూపని ఆయన ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు.రాబోయే స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల్లో సంగారెడ్డి జిల్లా పరిషత్‌తో పాటు ఉమ్మడి మెదక్ జిల్లాలోని అన్ని స్థానాలను బీఆర్ఎస్ కైవసం చేసుకుంటుందని హరీశ్ రావు ధీమా వ్యక్తం చేశారు. కష్టకాలంలో తెలంగాణకు కేసీఆర్, బీఆర్ఎస్ పార్టీ మాత్రమే శ్రీరామరక్ష అని ఆయన స్పష్టం చేశారు.వరెవరు అధికారులు పోలీసోళ్లు ఇబ్బంది పెట్టిర్రో వాళ్ళందరి సంగతి చెబుతామని హరీశ్‌రావు హెచ్చరించారు. పోలీసులు, అధికారులు జాగ్రత్తగా ఉండాలని సూచించారు. పోయిన పదేళ్లు ఊకున్నాం.. ఈసారి అట్లుండదని అన్నారు.ఈసారి అభివృద్ధి చేస్తాం.. ఎక్స్ట్రాలు చేసిన అధికారులకు వడ్డీతో సహా చెల్లిస్తామని స్పష్టం చేశారు. సోషల్ మీడియాలో పోస్ట్ పెట్టిన వాళ్లను అరెస్టు చేస్తున్నారని.. కాంగ్రెస్ ఎమ్మెల్యేల్లారా జాగ్రత్త అని వార్నింగ్ ఇచ్చారు.

ఎల్లారెడ్డి నియోజకవర్గం గాంధారి మండలంలో నిర్వహించిన బీఆర్ఎస్ కార్యకర్తల విస్తృతస్థాయి సమావేశానికి మాజీ మంత్రి హరీశ్‌రావు హాజరయ్యారు. ఈ సందర్భంగా హరీశ్‌రావు సమక్షంలో బీజేపీ నుంచి పెద్దఎత్తున కార్యకర్తలు, నాయకులు బీఆర్ఎస్‌లో చేరారు. అనంతరం హరీశ్‌రావు మాట్లాడుతూ..రేవంత్ రెడ్డి వచ్చిన తర్వాత పన్నులేసుడు తప్ప కొత్తవి ఇచ్చిందేమీ లేదని హరీశ్‌రావు అన్నారు. మళ్లీ భూముల ధరలు పడిపోయాయని తెలిపారు. బీర్ల ధరలు, విస్కీ ధరలు పెంచిండని తెలిపారు. ఆడోళ్లకి ఫ్రీ బస్సు అన్నాడు.. మొగోళ్లకు డబల్ టికెట్ కొడుతున్నారని తెలిపారు. కేసీఆర్ తెచ్చిన పథకాలను బందు పెట్టిండు.. న్యూట్రిషన్ కిట్టు బందు.. కేసీఆర్ కిట్టు బందు.. బతుకమ్మ చీరలు బంద్ అయినాయన్నారు. కేసీఆర్ ఉండంగా ఎట్ల ఇచ్చిండు.. రేవంత్ రెడ్డి ఎందుకు బంద్ చేసిండు అని ప్రశ్నించారు. రేవంత్ రెడ్డిది కేవలం దోచుకునే ప్రభుత్వమని విమర్శించారు.

కాంగ్రెస్ పార్టీ తెలంగాణలో వృద్ధులకు 44వేల రూపాయలు బాకీ పడిందని అన్నారు.రైతుబంధు 15వేలు ఇస్తా అన్నారని హరీశ్‌రావు తెలిపారు. కాంగ్రెస్ పార్టీ 15 వేలు ఇచ్చిందా అని ప్రశ్నించారు. పోయిన యాసంగికి 3 ఎకరాలకు ఇచ్చి మిగితా ఎగ్గొట్టిండని విమర్శించారు. కౌలు రైతుకి ఇస్తా, రైతుకి ఇస్తా అన్నాడని తెలిపారు. రైతుకు లేదు.. కౌలు రైతుకు లేదని అన్నారు. ఒక సంవత్సరంలో రెండు లక్షల ఉద్యోగాలు ఇస్తా అన్నాడని.. కానీ 5 వేల ఉద్యోగాలు కూడా ఇవ్వలేదని తెలిపారు. రేవంత్ రెడ్డి అంటే చీఫ్ మినిస్టర్ కాదు.. కటింగ్ మాస్టర్ అని ఎద్దేవా చేశారు. పథకాలు కటింగ్ పెడుతాడు. కేసీఆర్ కట్టిన బిల్డింగ్ లకు రిబ్బన్ కత్తిరిస్తారని అన్నారు. ప్రజలకు పాలేందో నీలేవో తెలిసిపోయిందన్నారు. తెలంగాణలో ఎప్పుడు ఎన్నికలు వచ్చినా 100 సీట్లు బీఆర్ఎస్ పార్టీ గెలుస్తుందని ధీమా వ్యక్తం చేశారు.

## తుస్సుమన్న ఫ్రీ బస్సు పథకంతో దివాళా తీసిన ఆర్టీసీ: కేటీఆర్

హైదరాబాద్: సిటీ బస్సు చార్జీల పెంపుపై బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ విమర్శించారు. జంటనగరాల్లో బస్ చార్జీల పెంపు నిర్ణయం దుర్మార్గమని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. ఒకేసారి ఏకంగా రూ.10 పెంచి పేద, మధ్య తరగతి ప్రయాణికుల జేబులను కొల్లగొట్టాలని సీఎం నిర్ణయించారని ధ్వజమెత్తారు. చార్జీల పెంపుతో ప్రయాణికుడిపై నెలకు రూ.500 అదనపు భారం పడుతుందని చెంపారు. బడుగు జీవులు ఎలా బతకాలో ముఖ్యమంత్రి చెప్పాలని డిమాండ్ చేశారు. కనీస చార్జీపై 50 శాతం ధర పెంచడం అసమర్థ విధానాలకు నిదర్శనమన్నారు. సీఎం రేవంత్ రెడ్డి హైదరాబాద్ ప్రజలపై కక్ష పెంచుకున్నారని ఎక్స్ వేదికగా మండిపడ్డారు.'సిటీ బస్సు చార్జీలను ఒకటి కాదు రెండు కాదు.. ఏకంగా ఒకేసారి 10 రూపాయలు పెంచి జంట నగరంలోని పేద మధ్యతరగతి ప్రయాణికుల జేబులను కొల్లగొట్టాలని చూస్తున్న రేవంత్ రెడ్డి నిర్ణయాలు దుర్మార్గమైనవి. పెరిగిన నిత్యావసర వస్తువుల ధరలతో అల్లాడుతున్న తరుణంలో.. ప్రతి ప్రయాణికుడిపై నెలకు 500 రూపాయల అదనపు భారం మోపితే బడుగుజీవులు ఎలా బతకాలో ముఖ్యమంత్రే సమాధానం చెప్పాలి.ఇప్పటికే విద్యార్థుల బస్ చార్జీలు, టీ–24 టిక్కెట్ చార్జీలను పెంచింది చాలదన్నట్టు.. ఇప్పుడు కనీస చార్జీపై కనికరం లేకుండా 50 శాతం టిక్కెట్టు ధరలను పెంచడం రేవంత్ అసమర్థ విధానాలకు నిదర్శనం. రాజధానివాసుల నడ్డివిరిచి ప్రతినిత్యం దాదాపు కోటి రూపాయల భారం మోపాలని చూస్తున్న ముఖ్యమంత్రి హైదరాబాద్ ప్రజలపై కక్ష పెంచుకుంటున్నట్టు అర్థమవుతోంది. తుస్సుమన్న ఫ్రీ బస్సు పథకంతో దివాళా తీసిన ఆర్టీసిని గట్టెక్కించాల్సిందిపోయి, సామాన్య ప్రయాణికుల నడ్డి విరచాలని చూడటం క్షమించరానిది.' అని కేటీఆర్ ట్వీట్ చేశారు.జంట నగరాల్లో సిటీ బస్సు చార్జీలను పెంచాలని ప్రభుత్వం తీసుకున్న నిర్ణయంపై బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ తీవ్రస్థాయిలో విరుచుకుపడ్డారు. ఒక్కేసారి కనీస చార్జీని ఏకంగా 10 రూపాయలు పెంచడం దుర్మార్గమని, ఇది ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి అసమర్థ పాలనకు నిదర్శనమని ఆయన విమర్శించారు. ఈ మేరకు ఆయన 'ఎక్స్' వేదికగా ప్రభుత్వంపై తీవ్ర ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు.ప్రభుత్వ నిర్ణయంతో పేద, మధ్యతరగతి ప్రయాణికుల జేబులను కొల్లగొట్టాలని చూస్తున్నారని కేటీఆర్ ఆరోపించారు. ఇప్పటికే నిత్యావసరాల ధరల పెరుగుదలతో ప్రజలు ఇబ్బందులు పడుతున్నారని, ఇలాంటి సమయంలో బస్సు చార్జీలు పెంచడం వల్ల ప్రతి ప్రయాణికుడిపై నెలకు అదనంగా 500 రూపాయల భారం పడుతుందని ఆయన ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. ఈ పరిస్థితుల్లో బడుగుజీవులు ఎలా బతకాలో ముఖ్యమంత్రే సమాధానం చెప్పాలని డిమాండ్ చేశారు.కనీస చార్జీపై ఏకంగా 50 శాతం పెంచడం దారుణమని కేటీఆర్ అన్నారు. విద్యార్థుల బస్ పాస్ చార్జీలు, టీ–24 టికెట్ ధరలు పెంచిన ప్రభుత్వం, ఇప్పుడు సామాన్య ప్రజలపైనా భారం మోపుతోందని మండిపడ్డారు. ఉచిత బస్సు పథకం విఫలమవడం వల్లే ఆర్టీసీ దివాళా తీసిందని, ఇప్పుడు ఆ నష్టాన్ని పూడ్చుకోవడానికి ప్రజల నడ్డి విరుస్తున్నారని ఆరోపించారు. రాజధాని వాసులపై రోజుకు కోటి రూపాయల భారం మోపే ఈ నిర్ణయం, హైదరాబాద్ ప్రజలపై ముఖ్యమంత్రికి ఉన్న కక్షను స్పష్టం చేస్తోందని కేటీఆర్ తన ట్వీట్‌లో పేర్కొన్నారు.

## మరోసారి మా జోలికి వస్తే దెబ్బకు దెబ్బే.. పాక్ మంత్రి హెచ్చరికలు

మరోసారి తమపైకి సైనిక దాడికి దిగితే తీవ్ర పరిణామాలు ఉంటాయని భారతదేశానికి పాకిస్థాన్ రక్షణ మంత్రి ఖవాజా ఆసిఫ్ హెచ్చరికలు వెలువరించారు. పాకిస్థాన్‌తో ఇస్లామాబాద్ : మరోసారి తమపైకి సైనిక దాడికి దిగితే తీవ్ర పరిణామాలు ఉంటాయని భారతదేశానికి పాకిస్థాన్ రక్షణ మంత్రి ఖవాజా ఆసిఫ్ హెచ్చరికలు వెలువరించారు. పాకిస్థాన్‌తో సైనిక దుస్సాహసానికి దిగితే తాము ఈసారి ఘాటైన రీతిలో జవాబు ఇచ్చి తీరుతామని ఆయన ఆదివారం ప్రకటించారు. ఎటువంటి కవ్వింపు చర్యలకు దిగినా చూస్తూ ఊరుకునేది లేదన్నారు. ఇటీవలే భారత రక్షణ మంత్రి రాజ్‌నాథ్ సింగ్, సైనిక దళాల చీఫ్ ద్వివేదిలు వేర్వేరుగా పాకిస్థాన్‌పై ఆపరేషన్ సిందూర్ రెండో దశ ఉంటుందని ప్రకటించారు. వారి వైఖరి మారకపోతే గ్లోబ్‌లో నుంచి పాక్ మటుమాయం అవుతుందని ద్వివేది ఘాటుగా స్పందించిన నేపథ్యంలో దీనికి పాక్ రక్షణ మంత్రి జవాబిచ్చారు. భారతదేశం నుంచి వెలువడుతున్న పలు కవ్వింపు ప్రకటనలను తాము గమనిస్తున్నామని, ఎటువంటి సైనిక చర్యకు దిగినా దెబ్బకు దెబ్బతీసి తీరుతామని ఆసిఫ్ హెచ్చరించారు. భారత పాలకపక్షం తమ వైఫల్యాలను కప్పిపుచ్చుకోవడానికి ప్రగాల్భాలకు దిగుతోందని మండిపడ్డారు. ఈ సందర్భంగా ఆసిఫ్ క్రికెట్ పరిభాషలో మాట్లాడారు. భారత్ 0–6 తేడాతో కీలక పరాజయం పొందింది. అయినా తిరిగి ఇదే తంతుకు దిగితే ఈసారి స్కోర్ అల్లా అనుకుంటే ఇంతకు ముందటికంటే మరింత బాగుంటుందని వ్యాఖ్యానించారు. అయితే ఈ 0–6 మాటలకు అర్థం ఏమిటనేది ఆయన వివరించలేదు. అయితే పాకిస్థాన్ సేనలు బారత్‌కు చెందిన ఆరు యుద్ధ విమానాలను కూల్చివేశాయనే విషయం చెప్పడానికి యత్నించి ఉంటారని భావిస్తున్నారు.

## ఖలిస్థానీ ఉగ్రవాదంపై కెనడా ఉక్కుపాదం..

ఖలిస్థానీ వేర్పాటువాద సంస్థలకు తమ దేశం నుంచే నిధులు అందుతున్నాయన్న వాస్తవాన్ని కెనడా ప్రభుత్వం తొలిసారి అధికారికంగా అంగీకరించింది. ఈ మేరకు దేశంలోని మనీలాండరింగ్, ఉగ్రవాద ఫండింగ్‌పై విడుదల చేసిన ఒక కీలక నివేదికలో ఈ విషయాన్ని స్పష్టంగా పేర్కొంది. సేవా సంస్థల ముసుగులో జరుగుతున్న ఈ నిధుల మళ్లింపుపై కెనడా ఇంటెలిజెన్స్ వర్గాలు ప్రత్యేకంగా దృష్టి సారించాయి.కెనడా ఆర్థిక శాఖ ఇటీవల విడుదల చేసిన "అసెస్‌మెంట్ ఆఫ్ మనీలాండరింగ్, టెర్రరిస్ట్ ఫైనాన్సింగ్ రిస్క్ ఇన్ కెనడా 2025" నివేదికలో సంచలన విషయాలు వెలుగులోకి వచ్చాయి. బబ్బర్ ఖల్సా ఇంటర్నేషనల్, ఇంటర్నేషనల్ సిక్ యూత్ ఫెడరేషన్ వంటి ఖలిస్థానీ వేర్పాటువాద గ్రూపులతో పాటు హమాస్, హెజ్‌బొల్లా వంటి సంస్థలు కూడా కెనడాలోని వ్యక్తులు, సంస్థల నుంచి ఆర్థిక సహాయం పొందుతున్నాయని ఆ నివేదిక వెల్లడించింది. ఖలిస్థానీ ఉగ్రవాదం నుంచి పొంచి ఉన్న ముప్పును ఈ నివేదిక హమాస్, హెజ్‌బొల్లా వంటి సంస్థలతో పోల్చడం గమనార్హం.కెనడాలోని పలు నాన్–ప్రాఫిట్, ఛారిటబుల్ సంస్థలకు వస్తున్న విరాళాలను ఉగ్ర కార్యకలాపాలకు మళ్లిస్తున్నారనే ఆరోపణలు చాలాకాలంగా ఉన్నాయి.

సత్యమేవ జయతే

సోమవారం 06 అక్టోబర్ 2025

# ప్రమాదాలకు నిలయంగా మారిన వికారాబాద్ టు సదాశివపేట రోడ్డు

**అధికారులకు కలెక్టర్కు ఎన్నిసార్లు విన్నవించిన పెడచెవిన పెడుతున్న అధికారులు**

**ఈ రోడ్డుపై గత పోయిన నెలలో రెండుసార్లు యాక్సిడెంట్ జరిగి మృతి చెందిన సామాన్య ప్రజలు అయినా పట్టించుకోని మున్సిపల్ సిబ్బంది మరియు అధికారులు**

సత్యమేవ జయతే వికారాబాద్ టౌన్‌వికారాబాద్ జిల్లా కేంద్రంలోని కొత్తగాడి ఇండియన్ దాబా దగ్గర గుంతలు పడిన రోడ్డును బాగు చేయాలని రోడ్డుపై పారుతున్న మురుగునీరును తొలగించాలని సిపిఎం వికారాబాద్ జిల్లా కార్యదర్శి ఆర్ మహిపాల్ ప్రభుత్వానికి డిమాండ్‌లి వికారాబాద్ జిల్లా కేంద్రంలోని కొత్తగాడి పొయ్యే దారిలో ఇండియన్ దాబా వద్ద మురుగునీరు రోడ్డుపై పారుతూ గుంజల మాయమైంది ఇప్పటికే అక్కడ దారిలో పోతున్న ప్రయాణికులు చాలా ఇబ్బందులకు గురై బైకులపై నుంచి కిందపడుతూ ఇప్పటికే అనేకమంది చనిపోయిన పోయారు కాలు చేతులు విరిగిన పరిస్థితి ఉంది ఇంత జరుగుతా ఉన్న జిల్లా కలెక్టర్ గారికి మున్సిపల్ అధికారులకు ఆర్‌ఎన్బి అధికారులకు స్థానిక ఎమ్మెల్యే స్పీకర్ గారికి సమాచారం ఇచ్చిన నేటికీ స్పందించడము లేదు. దున్నపోతు మీద వాన వాడట్లుగా వ్యవహరిస్తున్న అధికారులపై నాయకులపై చట్టపరమైన చర్యలు తీసుకోవాలని పేదల బాధలు ప్రయాణికుల బాధలు పట్టించుకోవాలని ఈ పాలకులకు డిమాండ్ చేస్తున్నాము. లేనిచో మున్సిపల్ ఆఫీసుకు ఆర్ అండ్ బి ఆఫీసు తాళాలేసి నిరసన తెలియజేస్తామని ప్రభుత్వానికి హెచ్చరిస్తున్నాము. ఈ కార్యక్రమంలో స్థానిక ప్రజలు ప్రయాణికులు పాల్గొన్నారు.

# అలై బలై కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న పరిగి ఎమ్మెల్యే టీ రామ్మోహన్ రెడ్డి...

సత్య మేవ జయతే వికారాబాద్ జిల్లా..పరిగి మునిసిపాలిటీ పరిధిలోని సయ్యద్ మల్కాపూర్ లో ముదిరాజ్ సమన్వయ సంఘం ఆధ్వర్యంలో అలై బలై కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు.ఈ కార్యక్రమంలో పరిగి ఎమ్మెల్యే %ు% డిసిసి అధ్యక్షులు డాక్టర్ టి.రామ్మోహన్ రెడ్డి గారు ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొన్నారు.ఈ సందర్భంగా సంఘ నాయకులు ఎమ్మెల్యే టీ రామ్మోహన్ రెడ్డి ఘనంగా సన్మానించారు.అనంతరం ఎమ్మెల్యే గారు స్థానిక నాయకులు,సంఘ సభ్యులతో కలిసి ప్రజలను ఉద్దేశించి ప్రసంగించి పరస్పరం దసరా శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు.

# తెలంగాణ రాష్ట్రఅసెంబ్లీ స్పీకర్. కి దసరా శుభాకాంక్షలు తెలిపిన డి. సి. సి జనరల్ సెక్రెటరీ ఈ. వెంకటయ్య. మణయ్య యాదవ్

సత్యమేవ జయతే మోమిన్ పేట్‌ తెలంగాణ రాష్ట్ర అసెంబ్లీ స్పీకర్ మరియు వికారాబాద్ ప్రస్తుతఎమ్మెల్యే గడ్డం ప్రసాద్ కుమార్ ని నగరంలోని ఆయన నివాసంలో ఆదివారం మోరంగ పల్లి గ్రామ నాయకులతో కలిసి దసరా శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో డిసిసి జనరల్ సెక్రెటరీ ఈ వెంకటయ్య, మణెయ్య యాదవ్, నాయకులు పి బాబు, చిన్న నరసింహులు, ఈ రాసయ్య, ఎస్ బాబు, డి శేఖర్, ఈ. రా జు, ఓ శ్రీనివాస్, పి మల్లయ్య, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# దివంగత కేంద్ర మంత్రి గడ్డం వెంకట స్వామి (కాకా) గారి 96వ జయంతి సందర్భంగా ఘన నివాళులు

సత్యమేవ జయతే – హైదరాబాద్ హైదరాబాద్ : హైదరాబాద్ ట్యాంక్ బండ్‌లోని సాగర్ పార్క్ వద్ద కాంగ్రెస్ పార్టీ సీనియర్ నేత, దివంగత కేంద్ర మంత్రివర్యులు గడ్డం వెంకట స్వామి (కాకా) గారి 96వ జయంతిని పురస్కరించుకొని ఘనంగా జయంతి వేడుకలు నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా తెలంగాణ రాష్ట్ర ఉప ముఖ్యమంత్రి మల్లు భట్టి విక్రమార్క గారు కాకా గారి విగ్రహానికి పుష్పగుచ్ఛం అర్పించి నివాళు లర్పించారు.ఉప ముఖ్యమంత్రి మాట్లాడుతూ ు సామాజిక న్యాయం, సమానత్వం, దళిత-బహుజన వర్గాల హక్కుల సాధన కోసం జీవితాంతం పోరాడిన కాకా గారు కాంగ్రెస్ పార్టీకి ఆదర్శప్రాయ నాయకుడు అని అన్నారు. ఆయన చూపిన మార్గంలోనే ప్రస్తుత కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం నడుస్తోందని, సమాజంలోని ప్రతి వర్గం అభ్యున్నతే తమ ప్రభుత్వ ప్రధాన లక్ష్యమని స్పష్టం చేశారు.ఈ సందర్భంగా మంత్రులు దుద్దిల శ్రీధర్ బాబు, గడ్డం వివేక్ వెంకట్ స్వామి, మాజీ సీఎల్పీ లీడర్ జానా రెడ్డి, ఎంపీ గడ్డం వంశీకృష్ణ తదితరులు పాల్గొన్నారు. కాంగ్రెస్ పార్టీ సీనియర్ నేతలు, కార్యకర్తలు పెద్ద ఎత్తున హాజరై కాకా గారికి ఘన నివాళులు అర్పించారు.కాకా గారు చూపిన మార్గం, విలువలు నేటి యువతకు స్ఫూర్తిదాయకమని, ఆయన సేవలను స్మరించుకోవడం ప్రతి కాంగ్రెస్ కార్యకర్త ధర్మమని నేతలు పేర్కొన్నారు.

# ప్రజల ప్రాణాలు పోతే గాని స్పందించరా? ఒక్కసారి మోమిన్పేట్ మండలం రోడ్లను చూడండి

**తెలంగాణ స్పీకర్ ప్రసాద్ గారు. ఒక్కసారి రోడ్ల పరిస్థితి చూడండి. అధికారుల నిర్లక్ష్యమా? ప్రభుత్వం నిర్లక్ష్యమా?**

సత్యమేవ జయతే మోమిన్ పేట్: ప్రజల ప్రాణాలతో చెలగాటం ఆడుతున్న నిద్రపోతున్న ప్రభుత్వం! మోమిన్ పేట్ మండలం పరిధిలోని పల్లెపల్లె రోడ్లు ప్రమాదాలకు కేంద్రబిందువులుగా మారాయి. వర్షాలు పడినప్పుడల్లా రోడ్లు గుంతలతో నిండిపోతూ, చిన్న వాహనాల నుండి బస్సుల దాకా ప్రయాణం కష్టసాధ్యమవుతోంది. కొన్నిచోట్ల రోడ్లు పూర్తిగా కొట్టుకుపోయి, పక్కనున్న పొలాల్లోకి వాహనాలు జారిపడుతున్న ఘటనలు తరచుగా చోటుచేసుకుంటున్నాయి.ప్రజలు తీవ్రంగా ఆవేదన వ్యక్తం చేస్తూ ు "రోడ్డు కాదేమో, ఇది మృతి బాటలా మారింది" అని మండిపడుతున్నారు. రోడ్లు %ు% భవనాల శాఖ అధికారులు, ప్రజాప్రతినిధులు కేవలం ఫోటోలకు మాత్రమే పనులు చూపిస్తున్నారు అని ప్రజలు ఆరోపిస్తున్నారు. విద్యార్థులు ప్రతిరోజు స్కూల్‌కి వెళ్ళేటప్పుడు ప్రమాద భయంతో బయల్దేరుతున్నారు. రైతులు పంటను మార్కెట్‌కు తీసుకెళ్లే పరిస్థితి లేక మోసపోతున్నారు. ఆంబులెన్స్‌లు కూడా ఈ రోడ్లలో ఇరుక్కుపోయి ప్రాణాలు రక్షించలేకపోతున్నాయని స్థానికులు చెబుతున్నారు. ప్రజల ప్రాణాలు పోతున్నా, వాహనాలు దెబ్బతింటున్నా ు ప్రభుత్వం మాత్రం మూగవేషం వేస్తోంది. అభివృద్ధి పేరిట కోట్ల రూపాయలు ఖర్చవుతున్నాయంటూ చెప్పుకుంటున్నా, నేలపై మాత్రం ఒక్క ఇంచు కూడా మెరుగుదల కనపడడం లేదు. ప్రజల ప్రాణాల కంటే కాగితాలపై రోడ్లు వేసే పాలన ఇది ఎక్కడికి దారి తీస్తుంది? అని ప్రజలు ప్రశ్నిస్తున్నారు. ప్రభుత్వం తక్షణమే ఈ సమస్యపై స్పందించి రోడ్లను మరమ్మతు చేయకపోతే, పెద్ద స్థాయి ప్రజా ఆందోళనలు తప్పవని హెచ్చరిస్తున్నారు.

# మాధవరెడ్డి సేవలు చిరస్మరనియం.

సత్యమేవ జయతే: అక్బర్ పేట/ భూంపల్లి, ప్రజల గుండెల్లో నిలిచిపోయిన పన్యాల మాధవరెడ్డి సేవలు మరువలేనివని మాజీ టి పి సి సి రాష్ట్ర ఉపాధ్యక్షులు వినోద్ రెడ్డి అన్నారు. ఇటీవల మరణించిన మాధవరెడ్డి దశ దిన కార్యక్రమాన్ని సిద్దిపేట జిల్లా అక్బర్ పేట భూంపల్లి మండల పరిధిలోని వీరారెడ్డిపల్లి గ్రామంలో ఆదివారం రోజున నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన గ్రామాన్ని సందర్శించి ఆయన సేవలను కొనియాడారు. గ్రామంలో 20 సంవత్సరాలు ఏకగ్రీవ సర్పంచుగా పదవి చేపట్టి గ్రామాన్ని అభివృద్ధి పథంలో నడిపించడంతోపాటు ఆయన సేవలు కొనియాడారు. మాధవరెడ్డి జ్ఞాపకార్థంగా గ్రామాన్ని అభివృద్ధిపరిచేందుకు ప్రభుత్వంతో చర్చించి అభివృద్ధికి కృషి చేస్తానని అన్నారు.ఈ కార్యక్రమంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ జిల్లా అధ్యక్షుడు తూ%ుశీ%కుంట నర్సారెడ్డి, నాయకులు మద్దుల సోమేశ్వర్ రెడ్డి, గాలి రెడ్డి, సీతారాం రెడ్డి, నవీన్ రెడ్డి,రెడ్డి పల్లి నరసింహ రెడ్డి, బాలా గౌడ్, కొమురయ్య,ఖాజీపూర్ మాజీ సర్పంచ్ మధు తో పాటు వివిధ పార్టీల నాయకులు , గ్రామ ప్రజలు పాల్గొన్నారు.

## ప్రయాణికుల జేబుకు చిల్లు పెడుతున్న రాష్ట్ర ప్రభుత్వం: మెతుకు ఆనంద్...

సత్యమేవ జయతే వికారాబాద్ జిల్లా.. హైదరాబాద్, సికింద్రాబాద్ పరిధిలోని (ఆర్డినరీ, మెట్రో ఎక్స్‌ప్రెస్) బస్సుల్లో ఒక్క స్టేజికి ఏకంగా రూ.5/- నుంచి రూ.10/- వరకు అదనపు ఛార్జీ వసూలు (రేపటి నుండి) చేయటమంటే పట్టణ ప్రజల పట్ల ప్రభుత్వం కక్ష సాధింపు చర్యలకు పాల్పడుతుదని తెలిపారు. ఉపాధి కోసం నిత్యం జంట నగరాల్లో ప్రయాణించే పేద ప్రజలపై ఈ బారాన్ని మోపడం సరికాదు.అన్నారు.రేవంత్ రెడ్డి తీసుకునే ప్రతి నిర్ణయం పేదల జేబులను కొల్లగొట్టేలా ఉంది. ఒకపక్క నిత్యావసర వస్తువుల ధరలు ఆకాశాన్ని తాకుతుంటే ఈ సమయంలో ప్రయాణికుడిపై ప్రతి నెల మరింత అదనపు భారం మోపడం అత్యంత దుర్మార్గం. ఫ్రీ బస్సు పథకంతో దివాళా తీసిన ఆర్టీసి బారాన్ని మరో రూపంలో సామాన్య ప్రయాణికుల మీద మోపి వారి నడ్డి విరచాలని చూడడం సరికాదు. ఓ పక్క ఉచితంగా మహిళలకు బస్సు సౌకర్యం కల్పించి మరో పక్క అదనపు ఛార్జిల రూపంలో వసూలు చేస్తుంటే ఇక ప్రజలకు ఉచితంగా చేసిందేముంది.?సామాన్యుడి ప్రయాణం మీద ప్రభుత్వం మోపనున్న ఈ చార్జీల పెంపును వెంటనే ఉపసంహరించుకోవాలి.

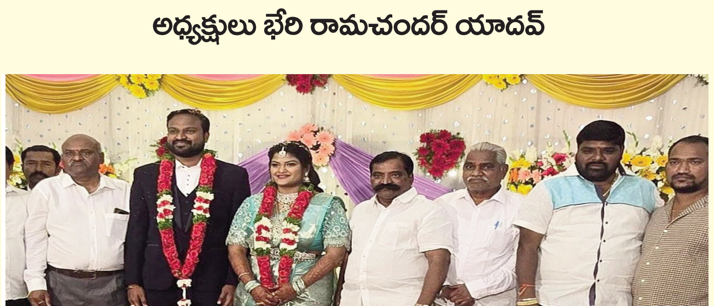
## దుర్గామాత నిమజ్జన ఉత్సవాలలో పాల్గొన్న ఎమ్మెల్యే టీ రామ్మోహన్ రెడ్డి.

సత్య మేవ జయతే వికారాబాద్ జిల్లా..పరిగి పట్టణంలో అత్యంత భక్తిశ్రద్ధలతో నిర్వహించిన దుర్గామాత నిమజ్జన ఉత్సవాలలో పరిగి ఎమ్మెల్యే %ఢ% డిసిసి అధ్యక్షులు డాక్టర్ టి.రామ్మోహన్ రెడ్డి స్థానిక నాయకులు,భక్తులతో కలిసి పాల్గొన్నారు.ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే టీ రామ్మోహన్ రెడ్డి దుర్గామాత ప్రతిమకు పూలమాలలు అర్పించి,ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. అనంతరం ప్రజలతో మాట్లాడుతూ, దసరా పండుగలో దుర్గామాత ఆశీస్సులతో ప్రతి ఇంటా సంతోషం, శాంతి, ఐశ్వర్యం నెలకొలవాలని ఆకాంక్షించారు.

## వికారాబాద్ పట్టణ బీసీ సెల్ అధ్యక్షుడిగా కిషోర్. నియామకం..

సత్యమేవ జయతే వికారాబాద్ టౌన్...వికారాబాద్ పట్టణ బీసీ సెల్ అధ్యక్షులుగా కిషోర్ నియామకం చేయడం జరిగింది ఈ కార్యక్రమంలో మాజీ ఎమ్మెల్యే మెతుకు ఆనంద్ పట్టణ టిఆర్ఎస్ నాయకులు మరియు సీనియర్ నాయకులు పాల్గొనడం జరిగింది. ఈ సమావేశంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ బీసీ రిజర్వేషన్ల అమలులో అనుసరిస్తున్న ఆలస్యం హామీల అమలులో నిర్లక్ష్యం ప్రజలం ప్రజలను మోసం చేస్తున్నటువంటి అంశాలపై చర్చ జరిగింది రాబోయే స్థానిక ఎన్నికల ప్రచారంలో ఈ అంశాలను ప్రజలకు వివరించి బీసీ హక్కుల చైతన్యం సృష్టించాలని నాయకులు నిర్ణయించారు..వికారాబాద్ టౌన్ బి ఆర్ ఎస్ పార్టీ అధ్యక్షులు. గోపాల్ ముదిరాజ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

### బీరంగూడలో ఘనంగా జరిగిన బండారు కుటుంబ వివాహ రిసెప్షన్ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న బీసీ ఐక్యవేదిక రాష్ట్ర అధ్యక్షులు భేరి రామచందర్ యాదవ్



సత్యమేవ జయతే - బీరంగూడ బీరంగూడ : బీరంగూడ రాఘవేంద్ర కాలనీ, విశాల్ మార్క్ పైన ఉన్న ఏఎన్ఆర్ బ్యాంక్వెట్ హాల్లో శ్రీ బండారు పాండురంగారావు %-% ప్రసన్నలక్ష్మి దంపతుల కుమార్తె వెంకట దీప్తి యాదవ్ మరియు సునీల్ గవాస్కర్ వివాహ రిసెప్షన్ ఘనంగా జరిగింది. ఈ సందర్భంలో సంగారెడ్డి జిల్లా విద్యావంతుల వేదిక అధ్యక్షులు బండారు పాండురంగారావు ఆహ్వానం మేరకు బీసీ ఐక్యవేదిక తెలంగాణ రాష్ట్ర అధ్యక్షులు భేరి రామచందర్ యాదవ్ గారు ప్రత్యేక అతిథిగా హాజరయ్యారు.వివాహ రిసెప్షన్ సందర్భంగా రామచందర్ యాదవ్ గారు నూతన వధూవరులను ఆశీర్వదిస్తూ, "మీరు నిండు నూరేళ్లు ఆయురారోగ్యాలతో, సుఖసంతోషాలతో, ప్రేమాభిమానాలతో జీవించాలి. మీ జీవితాలు పరస్పర గౌరవం, మానవతా విలువలతో నిండిన ఆదర్శ కుటుంబంగా నిలవాలి" అని ఆకాంక్షించారు.ఈ కార్యక్రమంలో బీసీ ఫెడరేషన్ రాష్ట్ర అధ్యక్షులు ఆర్కే సాయన్న ముదిరాజ్, బీసీ నాయకులు అందెల కుమార్ యాదవ్, బిహెచ్ఎల్ యాదవ్, వేణుగోపాల్ యాదవ్, రాజు యాదవ్, చందర్ యాదవ్, బసవరాజు యాదవ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.శ్రీ బండారు కుటుంబ సభ్యులు, బంధుమిత్రులు, ప్రజాప్రతినిధులు పెద్ద ఎత్తున హాజరై వధూవరులను ఆశీర్వదించారు.కార్యక్రమం సాంస్కృతిక వాతావరణంలో, హర్షాతిరేకంగా సాగి, ఆతిథ్యం అందరికీ ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలిచింది.

# హస్తం రేసు గుర్రాలు రెడీ!

**-% ఎంపీపీ, జెడ్పీటీసీ స్థానాలకు పోటీ**

**%-% ఆ ఒక్క స్థానం మాత్రం సస్పెన్స్**

**%-% ఎవరెవరు.. ఎక్కడి నుంచి బరిలో ఉన్నారంటే..?..**

సత్య మేవ జయతే వికారాబాద్ జిల్లా :తాండూరు, : స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల నేపథ్యంలో అధికార హస్తం పార్టీలో దూకుడు కనిపిస్తోంది. వికారాబాద్ జిల్లా తాండూరు నియోజకవర్గంలో ఎంపీటీసీ, జెడ్పీటీసీ స్థానాలకు పోటీ చేసేందుకు ఆశావాహులు ఉవ్విళ్లు ఊరుతున్నారు. ఈ క్రమంలో హస్తం పార్టీ నుంచి రోజు రోజుకు బరిలో నిలిచే అభ్యర్థులు పెరుగుతున్నారు. తాండూరు నియోజకవర్గంలో తాండూరు, పెద్దేముల్, యాలాల, బషీరాబాద్ మండలాల నుంచి జెడ్పీటీసీల స్థానాలకు అవకాశం కల్పించాలని దరఖాస్తులు చేసుకుంటున్నారు. ఈ క్రమంలో ఏ మండలం నుంచి ఎవరెవరు బరిలో నిలుస్తున్నారో.. ఈ జాబితా చూసేయండి మరీ.

యాలాల మండలం ఎంపీపీ స్థానానికి సంగెం గ్రామానికి చెందిన హన్మంతు ముదిరాజ్ పోటీ పడుతున్నారు. ఇక జెడ్పీటీసీ స్థానానికి తాండూరుకు చెందిన ప్రముఖ వైద్యులు డా. సంపత్ కుమార్ లేదా ఆయన కుమారుడు డా.విహాసిత్ పోటీకి సిద్ధమయ్యారు. వారితో పాటు జిల్లాగ్రంథాలయ సంస్థ మాజీ చైర్మన్ మురళీగౌడ్, ప్రముఖ న్యాయవాది నర్సింగ్ రావులు ఆశిస్తున్నారు. బషీరాబాద్ ఎంపీపీ స్థానానికి మాజీ ఎమ్మెల్యే నారాయణ రావు కుమారుడు రోహిత్ రావు పోటీ పడుతుండగా జెడ్పీటీసీ స్థానానికి పీఏసీఎస్ వైస్ చైర్మన్ అజయ్ ప్రసాద్, నవల్గాకు చెందిన అనిల్ కుమార్ గౌడ్ ఉత్సాహం చూపిస్తున్నారు.

తాండూరు మండల ఎంపీపీ స్థానానికి రవీందర్ గౌడ్, హర్షవర్ధన్ రెడ్డి, హరీశ్వర్ రెడ్డిలు పోటీ చేస్తుండగా.. జెడ్పీటీ స్థానం పోటీపై సస్పెన్స్ కొనసాగుతోంది. పెద్దేముల్ మండలం విషయానికి వస్తే ఎంపీపీ పదవి కోసం ధారాసింగ్ కుమారుడు జాదవ్ నవీన్‌కుమార్, ఓమ్లానాయక్ తాండాకు చెందిన బాబు సింగ్, సుమిత్ర, పెద్దేముల్‌కు చెందిన ప్రభుత్వ టీచర్ మోహన్ సింగ్ బరిలో ఉంటారని ప్రచారం జరుగుతోంది. జెడ్పీటీసీ కోసం మళ్లీ ధారాసింగ్ పోటీ చేసే అవకాశాలుఉన్నాయని, లేదంటే మరోకరు పోటీ చేస్తారని ప్రచారం జరుగుతోంది. మరోవైపు వికారాబాద్ జెడ్పీపీఠం పదవి అభ్యర్థి ఎవరనేది కూడా సస్పెన్స్ కొనసాగుతోంది. ఈ స్థానం అభ్యర్థి విషయంలో స్వయంగా సీఎం రేవంత్ రెడ్డి నిర్ణయం తీసుకుంటారని ఎమ్మెల్యే మనోహర్ రెడ్డి స్పష్టం చేస్తున్నారు. ఏదేమైనా స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల విషయంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ దూకుడును కొసాగిస్తోంది..

# అంబేద్కర్ సిద్ధాంతాలను ప్రజల్లోకి తీసుకెళ్లే దిశగా ప్రబుద్ధ భారత్ ఇంటర్నేషనల్ కార్యక్రమం

**బీసీ, దళిత, బహుజన సమాజ హక్కుల సాధనకు పిలుపునిచ్చిన వి.బి. వెంకట్నారాయణ**

సత్యమేవ జయతే - హైదరాబాద్ హైదరాబాద్ : హైదరాబాద్‌లో ప్రబుద్ధ భారత్ ఇంటర్నేషనల్ ఆధ్వర్యంలో అంబేద్కర్ ఆలోచనలను ప్రజల్లో విస్తరింపజేయడానికి చేపట్టిన 234వ వారపు నిత్య పూలమాల కార్యక్రమం ఘనంగా నిర్వహించబడింది. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా తెలంగాణ రాష్ట్ర కోలి సంఘం ప్రధాన కార్యదర్శి వి.బి. వెంకట్నారాయణ, వైస్ ప్రెసిడెంట్లు బర్ల దేవేందర్, కె. విజయ్ కుమార్, కార్యనిర్వాహక సభ్యుడు ఉదారి సుదర్శన్ హాజరయ్యారు.

అతిథులు డాక్టర్ బి.ఆర్. అంబేద్కర్ విగ్రహానికి పూలమాలలు సమర్పించి నివాళులు అర్పించారు. ఈ సందర్భంగా వి.బి. వెంకట్నారాయణ మాట్లాడుతూ ః

"డా. బాబా సాహెబ్ అంబేద్కర్ ఈ దేశానికి దిశానిర్దేశం చేసిన మహానేత. ఆయన 60 దేశాల రాజ్యాంగాలను అధ్యయనం చేసి భారతదేశానికి సరిపోయే విధంగా కుల, మత, ప్రాంత భేదాలు లేకుండా ఒక సమానత్వ రాజ్యాంగాన్ని రూపొందించారు. బీసీలకు రిజర్వేషన్, మహిళలకు పురుషులతో సమాన హక్కులు ఇవ్వాలని డిమాండ్ చేస్తూ కేంద్ర మంత్రి పదవిని సైతం త్యాగం చేసిన ఏకైక వ్యక్తి ఆయన. 2026లో జరగబోయే కుల గణనలో ప్రతి ఒక్కరు చురుకుగా పాల్గొని తమ హక్కులను సాధించుకోవాలి" అని పిలుపునిచ్చారు.

అంబేద్కర్ చూపిన మార్గం బహుజన రాజ్యాధికారానికి పునాది అని, ప్రతి వారం ఈ విధంగా ప్రజలలో చైతన్యం కలిగించే కార్యక్రమాలు కొనసాగించాలన్నారు. ఈ కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించిన ప్రబుద్ధ భారత్ ప్రతినిధులు, ముఖ్యంగా యం. అరుణ్ కుమార్ కృషిని ఆయన ప్రశంసించారు.ఇక ఘట్కేసర్‌లోని షేడ్ స్వచ్ఛంద సేవా సంస్థ తమ 25వ వార్షికోత్సవాన్ని పురస్కరించుకొని "సంఘం చరణం గచ్ఛామి" అనే అంబేద్కర్ జీవిత చరిత్ర ఆధారిత నాటకాన్ని ప్రదర్శించనుంది.

ఈ నాటకం అభ్యుదయ ఆర్ట్స్ అకాడమీ, హైదరాబాద్ వారి సమర్పణగా అక్టోబర్ 12, 2025 సాయంత్రం 7 గంటలకు పాత మున్సిపల్ కార్యాలయంలో ప్రదర్శించబడుతుంది.

ఈ సందర్భంగా మీసాల అరుణ్ కుమార్ కరపత్రాన్ని ఆవిష్కరించి మాట్లాడుతూ "భారత రాజ్యాంగ నిర్మాత అంబేద్కర్ గారు అందరికీ ఓటు హక్కు, స్త్రీలకు రక్షణ చట్టాలు, అణగారిన వర్గాలకు రిజర్వేషన్లు, కార్మికుల హక్కులు కల్పించి ఈ దేశానికి సామాజిక న్యాయాన్ని అందించారు. ఆయన జీవితం మనందరికీ ఆదర్శం. ఆయన చేసిన సేవలు తెలుసుకోవడానికి ఈ నాటకం తప్పనిసరిగా చూడాలి" అని ప్రజలకు పిలుపునిచ్చారు.ఈ కార్యక్రమంలో సింగిరెడ్డి రాంరెడ్డి, మేకల దాస్, బండారి రాందాస్, కడుపోళ్ల మల్లేష్, కె. నర్సింగరావు, కడుపోళ్ల ఈశ్వర్, అంకం సురేష్ యాదవ్, శ్రీనివాస్ గౌడ్, వెంకటాచారి, శంకర్, గణేష్ గౌడ్, కృష్ణం రాజు, ఉపేందర్, విష్ణు, భరత్, లలిత్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సామాజిక న్యాయం, సమానత్వం, రాజ్యాంగ విలువల స్థాపనలో అంబేద్కర్ గారి పాత్రను గుర్తు చేస్తూ, సమాజంలోని ప్రతి వర్గం హక్కుల కోసం నిరంతరం పోరాడాలనే సంకల్పంతో ఈ కార్యక్రమం విజయవంతంగా ముగిసింది.

## మహనీయుల స్ఫూర్తిని ఆదర్శంగా తీసుకోవాలి.. పెద్దపల్లి కలెక్టర్ కోయ శ్రీ హర్ష

సత్యమేవ జయతే - పెద్దపల్లి పెద్దపల్లి : ప్రజల సంక్షేమం, అభ్యున్నతి కోసం పని చేసిన మహనీయుల స్ఫూర్తిని అందరూ ఆదర్శంగా తీసుకోవాలని జిల్లా కలెక్టర్ కోయ శ్రీ హర్ష అన్నారు. సమీకృత జిల్లా కలెక్టరేట్ సమావేశ మందిరంలో గడ్డం వెంకట స్వామి (కాక) జయంతి వేడుకలు ఆదివారం నిర్వహించగా, కలెక్టర్ కోయ శ్రీహర్ష, అదనపు కలెక్టర్ జల్ద అరుణ శ్రీ, జిల్లా అధికారులు పాల్గొని వెంకట స్వామి చిత్రపటానికి పూలమాల వేసి నివాళులు అర్పించారు.

ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ మారుమూల ప్రాంతంలో జన్మించినప్పటికీ జీవితంలో గొప్ప స్థాయికి ఎదిగిన మహనీయులు వెంకట స్వామి (కాక) కేంద్ర మంత్రిగా, వివిధ పదవులు చేపట్టి, ప్రజలకు సేవ చేశారని గుర్తు చేశారు. ప్రభుత్వ భూములను పేదలకు పంపిణీ చేయడంలో వెంకట స్వామి కీలకపాత్ర పోషించారని పేర్కొన్నారు. కార్యక్రమంలో ఎస్సీ డెవలప్మెంట్ అధికారి రవీందర్, జిల్లా క్రీడల అధికారి సురేష్, పెద్దపల్లి, మంథని ఆర్డీవోలు గంగయ్య, సురేష్, కలెక్టరేట్ ఏవో శ్రీనివాస్, కలెక్టరేట్ సూపరింటెండెంట్లు బీ ప్రకాష్, కేవై ప్రసాద్, కలెక్టరేట్ సిబ్బంది, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

## జ్ఞానమాల కార్యక్రమం 135వ వారోత్సవం ఘనంగా నిర్వహణ

సత్యమేవ జయతే – హైదరాబాద్ హైదరాబాద్ : హైదరాబాద్‌లో జ్ఞానమాల కార్యక్రమం 135వ వారోత్సవం ఘనంగా జరిగింది. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా శ్రీ చంద్రశేఖర్ గారు హాజరై, అంబేద్కర్ సిద్ధాంతాలను ప్రజల్లో విస్తరించడం ఎంత ముఖ్యమో వివరించారు. ఆయన ప్రసంగం కార్యక్రమానికి ఆధ్యాత్మిక స్ఫూర్తిని నింపింది.

ఈ సందర్భంలో బలమైన అంబేద్కరైట్ మరియు జర్నలిస్ట్ అయిన శ్రీమతి సువర్ణ గారు తన జన్మదినాన్ని జరుపుకున్నారు. ఆమె మహిళా శక్తికి ప్రతీకగా నిలుస్తూ, యువతకు మరియు మహిళలకు స్ఫూర్తినిచ్చే వ్యక్తిగా అందరూ ప్రశంసించారు.

కార్యక్రమంలో మహా ఉపాసకులు గౌరవనీయులు ఆనంత్ రాజ్ గారు, కె.డి. రమేశ్ గారు, సి.ఎల్. యాదగిరి గారు, రవి అన్న, శివ గారు, జర్నలిస్ట్ కడారి శ్రీనివాస్ గారు పాల్గొన్నారు. అదేవిధంగా చిన్నారి అక్షిత (అమ్ము) మరియు పురం కన్నయ్య హాజరై కార్యక్రమానికి ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలిచారు.

జ్ఞానమాల కార్యక్రమం ద్వారా అంబేద్కర్ ఆలోచనలు, మానవ సమానత్వం, సామాజిక న్యాయం, మహిళా సాధికారత వంటి విలువలను పునరుద్ఘాటించారు. ప్రతి వారమూ కొనసాగుతున్న ఈ కార్యక్రమం యువతలో చైతన్యం నింపుతూ, బహుజన సమాజంలో మార్పుకు దారి చూపుతోంది. కార్యక్రమం విజయవంతంగా ముగిసిన అనంతరం పాల్గొన్న అందరికీ నిర్వాహకులు ధన్యవాదాలు తెలిపారు.

## జూబ్లీహిల్స్ కాంగ్రెస్ నాయకుడు నవీన్ యాదవ్ గారు పవన్ గారి గృహప్రవేశంలో పాల్గొనడం

సత్యమేవ జయతే – హైదరాబాద్ హైదరాబాద్ : జూబ్లీహిల్స్ నియోజకవర్గ కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు నవీన్ యాదవ్ గారు యూసఫ్‌గూడ బస్తీలోని తన చిన్ననాటి మిత్రుడు పవన్ గారి నూతన గృహప్రవేశ వేడుకలో పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా పవన్ కుటుంబ సభ్యులను ఆత్మీయంగా అభినందించిన ఆయన, వారి కొత్త ఇంటిలో ఆనందం, శాంతి, ఐశ్వర్యం నిండాలని ఆశీర్వదించారు.

నవీన్ యాదవ్ గారు మాట్లాడుతూ, "నూతన గృహప్రవేశం ప్రతి కుటుంబానికి ఒక కొత్త ఆరంభం. పవన్ గారు కష్టపడి సాధించిన ఈ విజయానికి అభినందనలు. ఆయన కుటుంబానికి భవిష్యత్తులో మరెన్నో సాఫల్యాలు కలగాలని కోరుకుంటున్నాను" అని తెలిపారు.

కార్యక్రమంలో పవన్ కుటుంబ సభ్యులు, బంధుమిత్రులు, స్థానిక ప్రముఖులు పాల్గొని పవన్ కుటుంబానికి హృదయపూర్వక శుభాకాంక్షలు తెలిపారు.

ఈ గృహప్రవేశ కార్యక్రమం స్నేహపూర్వక వాతావరణంలో సాగేలా ఏర్పాట్లు జరిగాయి. నవీన్ యాదవ్ గారి హాజరుతో కార్యక్రమం మరింత ప్రాభవంగా, ఆప్యాయతతో నిండిపోయింది.

## కుమ్రం భీం వర్ధంతి సభను విజయవంతం చేయాలి

సత్యమేవ జయతే – ఆదిలాబాద్ ఆదిలాబాద్ : జల్ జంగల్ జమీన్ కోసం నైజాం సర్కారుతో పోరాడిన ఆదివాసీ ముద్దుబిడ్డ కుమ్రం భీం 85వ వర్ధంతి సభను విజయవంతం చేయాలని ఆదివాసీ విద్యార్థి సంఘం జిల్లా అధ్యక్షుడు పేందోర్ సంతోష్ పిలుపునిచ్చారు. ఆదివారం ఆదిలాబాద్ జిల్లా గాదిగూడ మండలం లోకారికే కుమ్రం భీం చౌరస్తా వద్ద ఆదివాసీ నాయకుల ఆధ్వర్యంలో పోస్టర్లను ఆవిష్కరించారు.

ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ.. జోడేఘాట్‌లో నిర్వహిస్తున్న కుమ్రం భీం వర్ధంతి సభకు ఆదివాసులు పెద్ద ఎత్తున తరలి వెళ్లి విజయవంతం చేయాలని కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఆత్రం విజయ్, జైతు పటేల్, జంగు, భారత్, నాగో రావు, దేవురావు, చందు, మోహన్, బాపురావు తదితరులున్నారు.

# ప్రేమించి మోసం చేశాడు.

**కఠినంగా శిక్షించాలి.**

**వికారాబాద్ లో క్యాండిల్ ర్యాలీ,**

**నరేష్ దిష్టిబొమ్మ దగ్ధం..**

సత్య మేవ జయతే వికారాబాద్ జిల్లా.

వికారాబాద్ మండలంలోని లాల్‌సింగ్ తండాలో పండుగ రోజు విషాదం చోటు చేసుకుంది. ప్రేమించిన యువకుడు నరేష్ పెళ్లి చేసుకోకుండా మొహం చాటేయడంతో తమ కూతురు నందిని ఆత్మహత్యకు పాల్పడిందని మృతురాలి తల్లిదండ్రులు పోలీస్ స్టేషన్లో ఫిర్యాదు చేశారు. ఈ ఘటన స్థానికంగా తీవ్ర విషాదాన్ని నెలకొల్పింది. ఈ ఘటనపై విచారం వ్యక్తం చేస్తూ వికారాబాద్ ఎన్టీఆర్ చౌరస్తాలో క్యాండిల్ ర్యాలీ నిర్వహించి, నిందితుడు నరేష్ దిష్టిబొమ్మను దగ్ధం చేశారు. యువతి ఆత్మహత్యకు కారణమైన నిందితునికి వెంటనే కఠిన శిక్ష విధించాలని వికారాబాద్ ఎన్టీఆర్ చౌరస్తాలో గ్రామస్తులు నిరసన వ్యక్తం చేశారు.

అధికారులు ఘటనపై సమగ్ర విచారణ చేపట్టి నందిని కుటుంబానికి న్యాయం చేయాలని ర్యాలీలో పాల్గొన్న వారు

కోరారు. నిందితుడు నరేష్ కు ఉరిశిక్ష విధించాలని లేదంటే తమకు అప్పజెప్పండి అంటూ వారు ఆవేదన చెందారు..

# వృద్ధురాలి మెడలోంచి బంగారు గొలుసు లాక్కెళ్లిన దుండగుడు

సత్యమేవ జయతే – హనుమకొండ

హనుమకొండ : హనుమకొండ జిల్లా ఐనవోలు మండలంలో రోజురోజుకు దొంగతనాలు పెరిగిపోతున్నాయి. పొద్దుపొద్దునే ఊరికి కూతవేటు దూరంలో ఆదివారం ఉదయం చైన్ స్నాచింగ్ జరిగింది.కొండపర్తికి చెందిన బాధితురాలు వరంగంటి మణెమ్మ (60)తెలిపిన వివరాల ప్రకారం.. ఆదివారం ఉదయం సుమారు తొమ్మిది గంటల ప్రాంతంలో గుర్తు తెలియని వ్యక్తి బెండకాయలు కావాలంటూ తోటకు వచ్చాడని తెలిపింది. మాటలు కలిపి తన మెడలోవున్న సుమారు రెండు లక్షల విలువ కలిగిన 20 గ్రాముల బంగారు పుస్తెల తాడును లాక్కొని పారిపోయాడని తెలిపారు.

పోలీసులకు పిర్యాదు చేయడంతో ఘటనా స్థలానికి చేరుకున్న సీఐ రాజగోపాల్, ఎస్సై శ్రీనివాస్ బాధితురాలి నుండి వివరాలు నమోదు చేసుకొని, పంచనామా నిర్వహించి విచారణ చేపట్టారు. చైన్ స్నాచింగ్‌తో

స్థానికులు ఆందోళన చెందుతున్నారు. ఇప్పటికైనా పోలీసులు నిత్యం పెట్రోలింగ్ పెంచాలని, ఇలాంటి ఘటనలకు పాల్పడుతున్న వ్యక్తులపై నిఘా ఏర్పాటు చేయాలని ప్రజలు కోరుతున్నారు.

# జంటజలాశయాలకు కొనసాగుతున్న వరద..

**ఉస్మాన్‌సాగర్‌లో 6, హిమాయత్‌సాగర్‌లో 2 గేట్లు ఎత్తివేత**

సత్యమేవ జయతే – హైదరాబాద్

హైదరాబాద్ : ఎగువన భారీ వర్షాలతో హైదరాబాద్‌లోని జంట జలాశయాలైన ఉస్మాన్‌సాగర్ , హిమాయత్ సాగర్‌లకు వరద ప్రవాహం కొనసాగుతున్నది. దీంతో జలమండలి అధికారులు ఉస్మాన్‌సాగర్ ఆరు గేట్లను 4 అడుగుల మేర ఎత్తి నీటిని దిగువకు విడుదల చేస్తున్నారు. ప్రస్తుతం చెరువులోకి 2 వేల క్యూసెక్కుల వరద వస్తుండగా, 2652 క్యూసెక్కుల నీటిని వదులుతున్నారు. ఉస్మాన్‌సాగర్ పూర్తిస్థాయి నీటిమట్టం 1790 అడుగులకు గాను 1789 అడుగుల వద్ద నీరు ఉన్నది. నీటి నిల్వ సామర్థ్యం 3.90 టీఎంసీలు. ప్రస్తుతం 3.71 టీఎంసీల నీరు నిల్వ ఉన్నది. మరోవైపు హిమాయత్‌సాగర్‌కు కూడా వరద కొనసాగుతుండటంతో అధికారులు రెండు గేట్లను 3 అడుగుల మేర ఎత్తివేశారు. చెరువులోకి 900 క్యూసెక్కుల ఇన్‌ఫ్లో వస్తుండగా, 1981 క్యూసెక్కుల నీరు బయటకు వెళ్తున్నది. హిమాయత్‌సాగర్ పూర్తిస్థాయి నీటిమట్టం 1763.50 అడుగులు. ప్రస్తుతం 1762.75 అడుగులు. గరిష్ట నీటినిల్వ సామర్థ్యం 2.970 టీఎంసీలు కాగా, ఇప్పుడు 7.744 టీఎంసీలు ఉన్నాయి. జంట జలాశాయల నుంచి నీటిని విడుదల చేయడంతో మూసీ పరివాహక ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని అధికారులు సూచించారు.

# నవాబ్ పేట మండలంలో అన్నదాతకు కన్నీరు:

# భారీ వర్షానికి నాశనమైన పత్తి మొక్కలు

**- తీవ్ర నష్టంలో పత్తి రైతులు.. పెట్టుబడి కూడా దక్కేనా అని ఆందోళన**

**- సర్కారు తక్షణమే ఆదుకోవాలని డిమాండ్**

సత్యమేవ జయతే – వికారాబాద్ జిల్లా / నవాబ్ పేట: మండలంలోని రైతాంగాన్ని ఇటీవల కురిసిన భారీ వర్షాలు తీవ్రంగా దెబ్బతీశాయి. ఆదివారం పొద్దున్న విరామం లేకుండా కురిసిన ఉధృతమైన వర్షానికి రైతులు మొన్ననే వేసిన పత్తి (కాటన్) మొక్కలు పూర్తిగా నాశనమయ్యాయి. చేలల్లో భారీగా చేరిన వర్షపు నీరు ఎక్కువ కాలం నిలిచిపోవడం వల్ల లేత పత్తి మొక్కలు కుళ్లిపోయి, నీట మునిగి పోవడంతో రైతులు లబోదిబోమంటున్నారు.

అంచనాలకు మించిన నష్టం

నవాబ్ పేట మండలంలో ఈ ఖరీఫ్ సీజన్‌లో రైతులు పత్తి సాగును అధికంగా చేపట్టారు. రుతుపవనాలు ప్రవేశించిన తరువాత, ఆశావహంగా పొలాన్ని సిద్ధం చేసుకుని, లక్షలాది రూపాయల పెట్టుబడి పెట్టి పత్తి విత్తనాలు వేశారు. మొలకలు వచ్చి, మొక్కలు వేస్తున్న ఈ కీలక దశలోనే ఆదివారం పొద్దున్న భారీ వర్షం కురిసింది. ఊహించని ఈ విపత్తుతో పొలాలన్నీ చెరువులను తలపించాయి. లోతట్టు ప్రాంతాల్లోని పత్తి చేలల్లో దాదాపు వందల ఎకరాల్లో మొన్ననే నాటిన లేత పత్తి మొక్కలు వర్షపు నీటిలో కొట్టుకుపోయాయి. కొద్ది రోజులు గడిస్తే మొక్కలు నిలదొక్కుకునేవి కానీ, వాన ఉధృతికి భూమిలో నీరు నిలిచిపోవడంతో మొక్కలు వేళ్ల వద్ద కుళ్లిపోయి పూర్తిగా దెబ్బతిన్నాయని రైతులు

కన్నీరుమున్నీరవుతున్నారు.

పెట్టుబడిపై తీవ్ర ఆందోళన

"విత్తనాలు, దుక్కి దున్నడానికి చేసిన ఖర్చు, పనివారికి ఇచ్చిన డబ్బులు.. అన్నీ కలిపి ఎకరాకు వేల రూపాయలు పెట్టుబడి పెట్టాం. ఇప్పుడు మొక్కలు పూర్తిగా చనిపోవడంతో పెట్టుబడి కూడా తిరిగి దక్కే పరిస్థితి లేదు" అని చిట్టిగిద్ద రైతు లోటంగళ చాన్ పషా ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. ప్రస్తుతం ఈ పొలాల్లో మళ్లీ విత్తనాలు వేయాలంటే అదనంగా మళ్లీ పెట్టుబడి పెట్టాల్సి వస్తుందని, అంత శక్తి తమకు లేదని రైతులు వాపోతున్నారు.

ప్రభుత్వ సహాయం కోసం ఎదురుచూపు

తీవ్ర నష్టాన్ని చవిచూసిన మండల రైతాంగం.. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం తక్షణమే స్పందించి తమను ఆదుకోవాలని విజ్ఞప్తి చేస్తున్నారు. వెంటనే వ్యవసాయ శాఖ అధికారులు దెబ్బతిన్న పంట పొలాలను పరిశీలించి, నష్టాన్ని అంచనా వేయాలని, నష్టపోయిన ప్రతి రైతుకూ తగిన పరిహారం అందించి ఆదుకోవాలని కోరుతున్నారు.

సత్యమేవ జయతే

సోమవారం 06 అక్టోబర్ 2025

## నిండు కుండలా నాగార్జున సాగర్.. 22 గేట్లు ఎత్తివేత

సత్యమేవ జయతే - హైదరాబాద్ హైదరాబాద్ : నాగార్జున సాగర్ ప్రాజెక్టుకు వరద ప్రవాహం కొనసాగుతూనే ఉంది. ఈ క్రమంలో జలాశయం నిండు కుండలా మారింది. దీంతో ప్రాజెక్టు 22 గేట్లను 5 అడుగుల మేర ఎత్తి దిగువకు నీటిని విడుదల చేస్తున్నారు.

నాగార్జున సాగర్ ప్రాజెక్టు ఇన్‌ఫ్లో, ఔట్ ఫ్లో 2.27 లక్షల క్యూసెక్కులుగా ఉంది. సాగర్ కుడి కాల్వకు 10,040 క్యూసెక్కులను, ఎడమ కాల్వకు 8,896 క్యూసెక్కుల నీటిని విడుదల చేశారు. సాగర్ పవర్ హౌస్‌కు 33,739 క్యూసెక్కులు, స్పిల్ వే ద్వారా 1.72 లక్షల క్యూసెక్కుల నీటిని విడుదల చేస్తున్నారు.

నాగార్జున సాగర్ పూర్తిస్థాయి నీటిమట్టం 590 అడుగులు కాగా, ప్రస్తుత నీటిమట్టం 587.50 అడుగులుగా ఉంది. సాగర్ నీటినిల్వ సామర్థ్యం 312.04 టీఎంసీలు, ప్రస్తుత నీటినిల్వ 305.80 టీఎంసీలుగా ఉంది.

## సంబురాలు చేసుకున్న జహీరాబాద్ మండల కాంగ్రెస్ నాయకులు

సత్యమేవ జయతే జహీరాబాద్ అక్టోబర్ 5జహీరాబాద్ మండల కాంగ్రెస్ అధ్యక్షుడు పి.నర్సింహారెడ్డి సస్పెండ్ అనే సమాచారం లోపంతో నిరాశాకీ గురైన జహీరాబాద్ మండలం కాంగ్రెస్ కార్యకర్తలకు శనివారం ఇంచార్జి మంత్రి వివేక్ వెంకట స్వామి,,జహీరాబాద్ పార్లమెంట్ సభ్యులు సురేష్ కుమార్ శెట్కార్,,డిసిసి అధ్యక్షురాలు నిర్మలా జగ్గారెడ్డి ,సెట్విన్ కార్పొరేషన్ చైర్మన్ యన్.గిరిధర్ రెడ్డి,,రాష్ట్ర కాంగ్రెస్ నాయకులు డా||సిద్దం.ఉజ్వల్ రెడ్డి ,మహ్మద్ తన్వీర్ లు మండల కాంగ్రెస్ అధ్యక్షుడిగా పి.నర్సింహారెడ్డి సస్పెండ్ కాలేదు,తప్పుడు సమాచారం,కాంగ్రెస్ పార్టీ మండల కాంగ్రెస్ అధ్యక్షుడిగా నర్సింహారెడ్డి కొనసాగుతాడు అని వారు తెలుపడంతో ఆదివారం మండల కాంగ్రెస్ అధ్యక్షుడు నర్సింహారెడ్డి కి వారి కార్యాలయంలో జహీరాబాద్ మండల ప్రజలు శుభాకాంక్షలు తెలుపుతూ శాలువాలతో సత్కరించి సంబురాలు చేసుకున్నారు.ఈకార్యక్రమంలో మాజీ వైస్ యం.పి.పి రాములు,రాష్ట్ర ఎస్సి సెల్ వైస్ చైర్మన్ భీమయ్య,మాజీ మార్కెట్ కమిటీ వైస్ చైర్మన్ అక్బర్,సిడిసి డైరెక్టర్ మల్లారెడ్డి,ఇమామ్ పటేల్,నర్సింహులు,జగన్మోహన్,సుభాష్ రెడ్డి,సామ్సన్,వీరన్న,సోమప్ప మరియు వివిధ గ్రామాల కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షులు,కార్యకర్తలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

## ఎస్.ఎఫ్.ఐ జిల్లా విద్య వైజ్ఞానిక శిక్షణ తరగతులు విజయవంతం చేయండి

సత్యమేవ జయతే జహీరాబాద్ అక్టోబర్ 5 జహీరాబాద్ ఏరియా కమిటీ ఆధ్వర్యంలో ఎస్.ఎఫ్.ఐ ఆఫీసులో భారతయ విద్యార్థి ఫెడరేషన్ ఎస్.ఎఫ్.ఐ జహీరాబాద్ ఏరియా కమిటీ ఆధ్వర్యంలో విద్యా వైజ్ఞానిక శిక్షణ తరగతులు విజయవంతం చేయాలని ఎస్.ఎఫ్.ఐ సంగారెడ్డి జిల్లా కార్యదర్శి టీ రాజేష్ అన్నారు సంగారెడ్డి లోఈనెల 11,12 రెండు రోజులపాటు జరగనున్నాయి ఈ సందర్భంగా ప్రభుత్వ జూనియర్ కాలేజీలో విద్యార్థులకు మధ్యాహ్న భోజనం అమలు చేయాలి అదేవిధంగా ప్రభుత్వ సంక్షేమ గురుకుల హాస్టల్లకు సొంత భవనాలు నిర్మించాలి అదేవిధంగా ఖాళీగా ఉన్న టీచర్ లెక్చరర్ ఔట్సోర్సింగ్ పర్మనెంట్ పోస్టులను భర్తీ చేయాలి రెండు రోజులపాటు విద్యారంగ సమస్యలపై చర్చ జరనుంది విద్యార్థులు ఈ క్లాస్ లో అధిక సంఖ్యలో పాల్గొని విజయవంతం చేయాలని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎస్ఎఫ్ఐ జహీరాబాద్ ఏరియా కమిటీ నాయకులు, మల్లేష్ , దుర్గ ప్రసాద్, హరీష్,అభి, పాల్గొన్నారు.

### బి.ఆర్.ఎస్ పార్టీలో చేరిన .బి.జె.పి నాయకులు

సత్యమేవ జయతే న్యాల్కల్ /జహీరాబాద్/అక్టోబర్ 05: న్యాల్కల్ మండల మాజీ ఎంపీపీ ఆధ్వర్యంలో రజోల,మీరియంపూర్,గణేష్ పూర్, గ్రామాల బీజేపీ నాయకులు ఆదివారం మాజీ మంత్రి హరీశ్ రావు జహీరాబాద్ ఎమ్మెల్యే మాణిక్ రావు సమక్షంలో బీ.ఆర్.ఎస్ పార్టీలో చేరారు.

బీజేపీకి నుండి బీ.ఆర్.ఎస్ లో పార్టీలో చేరిన మాజీ ఎంపీపీ పాండు రంగా రావ్ పాటిల్ ,నాయకులు బస్వరాజ్ పాటిల్ ,మల్లప్ప , వీర్శెట్టి , రాజు,జరెప్ప,గార్లతో పాటు దాదాపు 35 మంది ముఖ్య నాయకులు బీఆర్ఎస్‌లో చేరారు. వారిని మాజీ మంత్రి సిద్దిపేట శాసనసభ్యులు హరీష్ రావు జహీరాబాద్ శాసనసభ్యులు కొనింటి మాణిక్ రావు బి. ఆర్. ఏస్ పార్టీ కండువా కప్పి పార్టీలోకి సాదరంగా ఆహ్వానించారు . ఈ కార్యక్రమంలో సీనియర్ నాయకులు రాజేందర్ రెడ్డి,అప్పారావ్ పాటిల్ , దేవదాస్,హనీఫ్, స్థానిక నాయకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# బైక్ దొంగలు అనుకుని పెట్రోల్ పోసి నిప్పు.. ముగ్గురు అరెస్టు

సత్యమేవ జయతే - చేగుంట

చేగుంట : బైకు దొంగతనానికి వచ్చిన దొంగలపై పెట్రోల్ పోసి నిప్పంటించిన కేసులో ముగ్గురు నిందితులను పోలీసులు అరెస్టు చేశారు. నిందితులను న్యాయస్థానం ఎదుట హాజరుపరిచి రిమాండ్‌కు తరలించామని రామాయంపేట సీఐ వెంకటరాజాగౌడ్ తెలిపారు.

ఆదివారం చేగుంట పోలీస్ స్టేషన్‌లో ఏర్పాటుచేసిన మీడియా సమావేశంలో సీఐ మాట్లాడుతూ.. మెదక్ జిల్లా చిన్న శంకరంపేట మండలం జంగరాయి గ్రామానికి చెందిన బందెల మోహన్ అలియాస్ యోహన్, ఎర్రోల్ల మహిపాల్ ఇద్దరు వడియారం గ్రామంలో గల మహిపాల్ అత్తగారి ఇంటికి వచ్చారు. తిరిగి వెళు_న్న సమయంలో గుండ్ల రమేశ్ బైక్‌పై వెళ్తుండటాన్ని స్థానికులు గమనించారు. దీంతో వారిని దొంగలుగా భావించి, వారిని పట్టుకుని దేహశుద్ధి చేశారు. ఈ క్రమంలో దొంతి రామకృష్ణ, గుండ్ల రమేశ్, మరికుక్కల అనిల్‌లు మోహన్ జేబులో పెట్రోలుతో ఉన్న బాటిల్‌ను గమనించారు. ఆ బాటిల్ లాక్కుని వారిపై పెట్రోల్ పోసి నిప్పంటించారు. మరికొందరు అప్రమత్తమై, దొంగకు అంటుకున్న మంటలను ఆర్పివేశారు. అనంతరం పోలీసులకు సమాచారం అందించారు. ఘటనాస్థలికి చేరుకున్న పోలీసులు గాయపడిన దొంగను సికింద్రాబాద్ గాంధీ ఆస్పత్రికి తరలించారు. ఈ ఘటనపై కేసు నమోదు చేసుకున్న పోలీసులు.. మోహన్ స్టేట్‌మెంట్ ఆధారంగా దొంతి రామకృష్ణ, గుండ్ల రమేశ్, మరికుక్కల అనిల్‌ను అరెస్టు చేశారు. ఈ ఘటనతో ఇంకా

ఎవరికైనా సంబంధం ఉంటే వారిని కూడా అరెస్టు చేయడం జరుగుతుందని పోలీసులు తెలిపారు. చట్టప్రకారం వారిపై చర్యలు తీసుకుంటామన్నారు.

# ట్రాఫిక్ చలాన్లలో కొత్త నిబంధనలు: డ్రైవింగ్ లైసెన్స్ రద్దు, వాహనం సీజ్!

**పెండింగ్ చలాన్లు 5 దాటితే లైసెన్స్ రద్దు!**

**ఉల్లంఘనలపై కఠిన చర్యలకు మోటారు వాహన చట్టం సవరణ**

సత్యమేవ జయతే - వికారాబాద్ జిల్లా : రహదారి భద్రతను మెరుగుపరిచేందుకు మరియు ట్రాఫిక్ ఉల్లంఘనలను నియంత్రించేందుకు ప్రభుత్వం కఠినమైన కొత్త నియమాలను తీసుకువచ్చింది. పెండింగ్‌లో ఉన్న ట్రాఫిక్ చలాన్ల విషయంలో పాటించాల్సిన మార్గదర్శకాలకు సంబంధించి మోటారు వాహనాల చట్టం-1989లో కేంద్ర రవాణా శాఖ ఇటీవల సవరణలు చేసింది. ఈ మేరకు కొత్త డ్రాఫ్ట్ నోటిఫికేషన్‌ను తాజాగా విడుదల చేసింది.

కొత్త నిబంధనల ప్రకారం... వాహనదారులు తమ వాహనంపై ట్రాఫిక్ చలానాలు పడితే, దానిని తప్పనిసరిగా సకాలంలో చెల్లించాలి.

కొత్త రూల్స్ ఇవే:

కొత్త నిబంధనల అమలులో అధికారులు ఇకపై మరింత కఠినంగా వ్యవహరించనున్నారు. ముఖ్యంగా ఈ క్రింది మార్పులను అమలులోకి తీసుకురానున్నారు:

డ్రైవింగ్ లైసెన్స్ రద్దు: ఒక వాహనంపై 5 లేదా అంతకంటే ఎక్కువ చలాన్లు పెండింగ్‌లో ఉంటే, సంబంధిత వాహనదారుడి డ్రైవింగ్ లైసెన్స్‌ను సస్పెండ్ (రద్దు) చేసే అధికారం ఉంటుంది.

చలాన్ చెల్లింపు గడువు తగ్గింపు: చలాన్ చెల్లించడానికి ప్రస్తుతం ఉన్న 90 రోజుల గడువును 45 రోజులకు తగ్గించారు.

45 రోజులు దాటితే: చలాన్ చెల్లించడానికి ఇచ్చిన 45 రోజుల గడువు దాటితే, ఆ వాహనాన్ని అమ్మడం కానీ, డ్రైవింగ్ లైసెన్స్‌లో మార్పులు లేదా రెన్యూవల్ కానీ వీలుపడదు.

వాహనం సీజ్: చలాన్లను చెల్లించకపోతే ఆ వాహనాన్ని స్వాధీనం చేసుకునే అధికారం పోలీసులకు ఉంటుంది.

యజమానిదే బాధ్యత: ప్రభుత్వ నిబంధనల ప్రకారం, వాహనాన్ని ఎవరు నడిపినా, రూల్స్ అతిక్రమించినందుకు వాహన యజమానిపైనే చలాన్ జారీ అవుతుంది. అలాగే, వాహనం నడిపిన వ్యక్తికి కూడా రికార్డు నమోదు చేస్తున్నారు.

నిబంధనలు ఉల్లంఘిస్తున్న వాహనదారులకు సంబంధించిన అధికారులు ఎలక్ట్రానిక్ రూపంలో నోటీసు జారీ చేయాలని, అలాగే ఫిజికల్ రూపంలో 15 రోజుల్లోగా నోటీసును పంపాలని తాజా ఆదేశాలలో స్పష్టం చేశారు. ఈ కొత్త కఠిన నిబంధనల అమలుతో ఇకపై వాహనదారులు ట్రాఫిక్ నియమాలను పక్కాగా పాటించాల్సిన అవసరం ఉంది.

# కోహీర్ మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకుల విస్తృత స్థాయి సమావేశం

సత్యమేవ జయతే కోహీర్, అక్టోబర్ 05

కోహిర్ మండలంలోని దిగ్వాల్ గ్రామంలో గల పటేల్ ఫంక్షన్ హాల్‌లో ఆత్మకమిటి చైర్మన్, మండల కాంగ్రెస్ అధ్యక్షుడు రాంలింగా రెడ్డి అధ్యక్షతన మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులతో రాబోయే ఎంపీటీసీ, జడ్పీటీసీ స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల సన్నాహక సమావేశాన్ని నిర్వహించారు. ఇట్టి కార్యక్రమానికి హాజరైన కాంగ్రెస్ పార్టీ రాష్ట్ర నాయకులు డాక్టర్ సిద్దం.ఉజ్వల్‌రెడ్డి పార్టీ కార్యకర్తలను ఉద్దేశించి మాట్లాడుతూ... కాంగ్రెస్ పార్టీ కార్యకర్తలు రానున్న స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్ పార్టీ బలపర్చిన అభ్యర్థులను గెలుపించాలని పిలుపు నిచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఆత్మ కమిటీ చైర్మన్ రామలింగారెడ్డి గారు, మాజీ ఇండస్ట్రియల్ ఛైర్మెన్ తన్వీర్ మాజీ జడ్పీటీసీ రాందాస్, బ్లాక్ కాంగ్రెస్ అధ్యక్షులు ఆర్షద్ అలీ, పీఎసీఎస్ ఛైర్మెన్ రియాజ్, మాజీ ఎంపీపీ శౌకత్‌అలీ, మాజీ వైస్ ఎంపీపీ షాకిర్‌అలీ, మాజీ ఎంపీటీసీలు మల్లన్న పాటిల్, అశోక్, జ్ఞనరత్నం, మహిళ కాంగ్రెస్ అధ్యక్షురాలు అస్మా

తబ్బాస్సుమ్, పార్టీ నాయకులు శ్రీధర్‌రెడ్డి, మల్లికార్జున్,శంషీర్‌అలీ, యువజన కాంగ్రెస్ అసెంబ్లీ అధ్యక్షులు నాగిరెడ్డి, మండల అధ్యక్షుడు ముజామిల్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

## హైదరాబాద్ కు తిరుగుపయనమైన నగర జీవులు... విజయవాడ రహదారిపై విపరీతమైన రద్దీ

దసరా పండగ సంబరాలు, సెలవులు ముగియడంతో, సొంతూళ్లకు వెళ్లిన ప్రజలు తిరిగి హైదరాబాద్‌కు పయనమవ్వడంతో విజయవాడ-హైదరాబాద్ జాతీయ రహదారి (65) వాహనాలతో కిక్కిరిసిపోయింది. శనివారం రాత్రి నుంచి మొదలైన తిరుగు ప్రయాణాల వెల్లువ ఆదివారం తీవ్ర స్థాయికి చేరడంతో, రహదారిపై కిలోమీటర్ల కొద్దీ వాహనాలు బారులు తీరాయి. దీంతో ప్రయాణికులు గంటల తరబడి ట్రాఫిక్‌లో చిక్కుకుని తీవ్ర ఇబ్బందులు ఎదుర్కొన్నారు. పండగ ఆనందం ముగిసి, ప్రయాణ కష్టాలు మొదలయ్యాయని పలువురు వాహనదారులు వాపోయారు.

రహదారిపై వాహనాలు నత్తనడకన కదలడంతో ప్రయాణ సమయం రెట్టింపు అయ్యింది. ముఖ్యంగా నల్గొండ జిల్లా పరిధిలోని నార్కట్‌పల్లి కామినేని జంక్షన్, చిట్యాల, పంతంగి టోల్‌ప్లాజా, చౌటుప్పల్ వంటి కీలక ప్రాంతాల్లో పరిస్థితి మరింత తీవ్రంగా మారింది. కొన్నిచోట్ల రెండు గంటల పాటు ప్రయాణం చేసినా కేవలం 15 కిలోమీటర్ల దూరం కూడా దాటలేకపోయామని ప్రయాణికులు తెలిపారు. కార్లు, బస్సులు, ఇతర వాహనాలు ఒకేసారి భారీ సంఖ్యలో రోడ్డెక్కడంతో ఈ అనూహ్య రద్దీ ఏర్పడింది. ముఖ్యంగా చౌటుప్పల్ పట్టణంలోని తంగడపల్లి, చిన్నకొండూరు చౌరస్తాల వద్ద ఉన్న క్రాసింగ్‌ల కారణంగా ట్రాఫిక్ పూర్తిగా స్తంభించిపోయింది. వాహనాల రద్దీని అంచనా వేసిన అధికారులు ముందుగానే కొన్ని చర్యలు చేపట్టారు. పంతంగి టోల్‌ప్లాజా వద్ద సాధారణంగా రోజుకు 40 వేల వాహనాలు ప్రయాణిస్తుండగా, శనివారం ఏకంగా 51 వేల వాహనాలు, ఆదివారం 49 వేల వాహనాలు దాటినట్లు టోల్ ప్లాజా అధికారులు వెల్లడించారు.

# 50 ఏళ్లలోపు ఉన్నవారిలో 79 శాతం పెరిగిన క్యాన్సర్ కేసులు.. సంచలన విషయాలు వెల్లడించిన నివేదిక

**అమెరికా:** ప్రపంచవ్యాప్తంగా భయాందోళన కలిగించే వ్యాధుల్లో ఒకటి క్యాన్సర్. వీటి కేసులు రోజురోజుకి పెరిగిపోతున్నాయి. అయితే ఈ క్యాన్సర్‌పై ఓ అధ్యయనం తాజాగా ఆందోళనకరమైన విషయాలను బయటపెట్టింది. 50 ఏళ్ల లోపు ఉన్నవారిలో కొత్తగా క్యాన్సర్ బారిన పడిన వారి సంఖ్య ఏకంగా 79 శాతం పెరిగిందని ప్రముఖ జర్నల్ బీఎంజే ఆంకాలజీ పేర్కొంది. గత 30 సంవత్సరాలకు సంబంధించినటువంటి వివరాలను ఇది బయటపెట్టింది. స్కాట్‌లాండ్‌లోని ఎడిన్‌బర్ విశ్వవిద్యాలయంలో పనిచేస్తున్న పరిశోధకులు ఈ అధ్యయనం చేశారు.ప్రపంచవ్యాప్తంగా భయాందోళన కలిగించే వ్యాధుల్లో ఒకటి క్యాన్సర్. వీటి కేసులు రోజురోజుకి పెరిగిపోతున్నాయి. అయితే ఈ క్యాన్సర్‌పై ఓ అధ్యయనం తాజాగా ఆందోళనకరమైన విషయాలను బయటపెట్టింది. 50 ఏళ్ల లోపు ఉన్నవారిలో కొత్తగా క్యాన్సర్ బారిన పడిన వారి సంఖ్య ఏకంగా 79 శాతం పెరిగిందని ప్రముఖ జర్నల్ బీఎంజే ఆంకాలజీ పేర్కొంది. గత 30 సంవత్సరాలకు సంబంధించినటువంటి వివరాలను ఇది బయటపెట్టింది. స్కాట్‌లాండ్‌లోని ఎడిన్‌బర్ విశ్వవిద్యాలయంలో పనిచేస్తున్న పరిశోధకులు ఈ అధ్యయనం చేశారు. అయితే ఈ అధ్యయనంలో వాళ్లు పలు కీలక విషయాలు వెల్లడించారు. అవేంటో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం. శ్వాసనాళం, ప్రోస్టేట్ క్యాన్సర్ కేసులు ఎక్కువగా పెరిపోయాయని తమ పరిశోధనలో తేలినట్లు ఆ జర్నల్ పేర్కొంది.రొమ్ము, శ్వాసనాళం, ఊపిరితిత్తులు, పేగు, ఉదర క్యాన్సర్ల వల్లే మరణాలు ఎక్కువగా వస్తున్నట్లు వెల్లడించింది. 1990వ సంవత్సరం నుంచి ముఖ్యంగా ఈ శ్వాసనాళం, ప్రోస్టేట్ క్యాన్సర్ కేసులు విపరీతంగా పెరుగుతూ వస్తున్నాయని తెలిపింది. అలాగే తక్కువ వయసులోనే గుర్తించినటువంటి క్యాన్సర్లలో రొమ్ము క్యాన్సర్ కేసులు 2019లో ఎక్కువగా వచ్చినట్లు చెప్పారు. తక్కువ వయసులో ఉండగానే క్యాన్సర్ వచ్చే సంభావ్యత 2030వ సంవత్సరంలో 31 శాతానికి పెరగుతుందని ఈ అధ్యయనం తెలిపింది. అలాగే ఈ క్యాన్సర్‌కు సంబంధించిన మరణాల సంఖ్యను కూడా చూసుకుంటే దాదాపు 21 శాతం వరకు పెరుగుతాయని అంచనా వేసింది. 40 ఏళ్ల వయసులో ఉన్నవారికి ఈ క్యాన్సర్ ముప్పు అధికంగా ఉండే అవకాశం ఉందని పేర్కొంది. అయితే కొత్త కాలేయ క్యాన్సర్ కేసులు వెలుగుచూడటం మాత్రం ప్రతి సంవత్సరం దాదాపు 2.88 శాతం తగ్గిందని తెలిపింది. ప్రపంచవ్యాప్తంగా 50 ఏళ్ల లోపు ఉన్నవారిలో ఒక్క సంవత్సరంలోనే క్యాన్సర్ వల్ల 10 లక్షల మంది మరణించినట్లు ఆ అధ్యయనం వెల్లడించింది. .రొమ్ము క్యాన్సర్ తర్వాత ఎక్కువమంది శ్వాసనాళం, ఉపరితిత్తులు, ఉదరం, పేగు క్యాన్సర్‌తో మరణాలు సంభవిస్తున్నట్లు పేర్కొంది. కిడ్నీ, అండాశయ క్యాన్సర్ల వల్ల మరణిస్తున్న వారి సంఖ్య ఎక్కువగా పెరిగినట్లు వెల్లడించింది. ఇక క్యాన్సర్ బారిన పడటానికి జన్యుపరంగా అంశాలు కూడా ఒక కారణమని చెప్పింది. అలాగే రెడ్ మీట్, ఉప్పు ఎక్కువగా ఉన్నటువంటి ఆహార పదార్థాలని తీసుకోవడం వల్ల క్యాన్సర్ ముప్పు పెంచే కారకాల్లో ఇది ఒకటని పేర్కొంది. అలాగే ఆల్కహాల్, పొగాకు కూడా క్యాన్సర్‌కు దారి తీస్తుందని పరిశోధకులు చెప్పారు. శారీరక శ్రమ లేకపోవడం.. అధికంగా బరువు ఉండటం.. అధికంగా బీపీ ఉండటం వల్ల కూడా క్యాన్సర్ ముప్పు పెంచుతున్నట్లు అధ్యయనం తెలిపింది. ఇదిలా ఉండగా క్యాన్సర్ వల్ల ఇలా మరణాలు పెరగడం ఆందోళన కలిగిస్తోంది. ఆరోగ్యంపై అశ్రద్ధ వహిస్తే వ్యాధుల ముప్పులు తప్పవని నిపుణలు హెచ్చరిస్తున్నారు.

# ఇండియా-భారత్: గత వందేళ్లలో ప్రపంచంలో ఎన్ని దేశాల పేర్లు ఎలా మారాయో తెలుసా...

భారతదేశం పేరును ఇండియా అని కాకుండా అధికారికంగా భారత్ అని మారుస్తారంటూ ఊహాగానాలు, ప్రచారం పెద్ద ఎత్తున జరుగుతోంది. జీ 20 సమావేశాల సందర్భంగా రాష్ట్రపతి ఇస్తున్న విందుకు సంబంధించిన ఆహ్వాన పత్రికలో ఆ మేరకు రాష్ట్రపతిని 'ప్రెసిడెంట్ ఆఫ్ భారత్' అని పేర్కొనడంతో ఈ చర్చ మొదలైంది.బీజేపీ నాయకులు, జాతీయవాద భావజాలంలో ఉండే వివిధ రంగాలకు చెందినవారు దీనికి మద్దతు పలుకుతుండగా.. ఇప్పటికే అంతర్జాతీయంగా ఇండియా అనే పేరు విస్తృతంగా వాడుకలో ఉండడంతో ఇప్పుడు దాన్ని మార్చడం అనాలోచిత చర్య అంటున్నారు కాంగ్రెస్, ఇతర విపక్ష నాయకులు.
వీరేంద్ర సెహ్వాగ్ వంటివారు మరో అడుగు ముందుకేసి వచ్చే నెలలో ప్రారంభం కానున్న క్రికెట్ వరల్డ్ కప్‌లో టీమిండియా ఆటగాళ్ల జెర్సీలపై భారత్ అని రాయాలని సూచించారు.
ఇండియా పేరు మారుస్తారా? లేదా?.. ఇది ఊహాగానమా? వాస్తవమా? అనేది పక్కన పెడితే అసలు ఒక దేశం పేరు మార్చడమనేది కొత్తేమీ కాదు. గతంలో ఇలా పేరు మార్చుకున్న దేశాలు చాలా ఉన్నాయి.
తాజాగా చూసుకుంటే 2023లో మైక్రోనేసియా పేరును 'ఫెడరల్ స్టేట్ ఆఫ్ మైక్రోనేసియా'గా మార్చారు.
అంతకుముందు 2022 చివర్లో టర్కీ తన పేరును తుర్కియేగా మార్చుకుంది.
ఐక్యరాజ్య సమితి (ఐరాస) కూడా ఆ పేరు మార్పును ఆమోదించింది.
దాంతో ప్రపంచ దేశాలన్నీ అప్పటి నుంచి ఆ దేశాన్ని తుర్కియేగానే పేర్కొంటున్నాయి.
డి.డి.కోశాంబి: చరిత్రను పక్కదారి పట్టనివ్వలేదు.. కొత్తదారి చూపించారు
31 జులై 2018
ఫొటోల్లో లక్షల ఏళ్ల భారత చరిత్ర!
3 జనవరి 2018
ఆఫ్రికా నుంచి హబ్సిగూడకు.. బానిసలుగా వచ్చి బాద్‌షాలయ్యారు
కొన్ని దేశాల పేర్లు స్వల్పంగా మారితే మరికొన్ని దేశాల పేర్లు అసలు అంతకుముందు పేరుతో ఏమాత్రం సంబంధం లేనంతగా మారాయి.
ఇతర దేశాల నుంచి స్వాతంత్ర్యం పొందడంతో పేరు మార్చుకున్నవి కొన్నయితే.. ఒక పెద్ద దేశం వేర్వేరు దేశాలుగా విడిపోవడం వల్ల కొత్త పేర్లతో ప్రపంచానికి పరిచయమైనవి మరికొన్ని.
అలా కాకుండా రాజకీయ కారణాలు, జాతీయవాద భావనలతో పేర్లు మార్చుకున్న దేశాలు మరికొన్ని.
టిప్పు సుల్తాన్ హిందువులకు శత్రువా?
23 అక్టోబర్ 2017
శివాజీకి ముస్లింల పట్ల ద్వేషం నిజమేనా?
19 ఫిబ్రవరి 2018
ముస్లింలను బాల్ థాక్రే ప్రేమించారా? ద్వేషించారా?
2000 సంవత్సరం తరువాత పేరు మారినవి..
2001
కామురోజ్: ప్రస్తుత శతాబ్దంలో పేరు మార్చుకున్న తొలి దేశం కామురోజ్. 2001లో దీని పేరును 'యూనియన్ ఆఫ్ కామురోజ్'గా మార్చారు. ఆగ్నేయ ఆఫ్రికా దేశమైన ఇది మూడు దీవుల సమూహం.
హిందూ మహాసముద్రంలో మడగాస్కర్‌కు ఎగువన ఉంటుంది. ఆఫ్రికా మెయిన్‌లాండ్‌లోని మొజాంబిక్, టాంజేనియాలు దీనికి సమీపంలో ఉంటాయి. కామురో ఐలాండ్స్‌గా పిలిచే ఈ మూడు దీవుల సమూహంలో ప్రధ
ఈ దేశం పేరును అంతకుముందు 1978లోనూ ఓసారి మార్చారు. 1975లో ఫ్రాన్స్ నుంచి స్వాతంత్ర్యం పొందిన తరువాత 'ఫెడరల్ ఇస్లామిక్ రిపబ్లిక్ ఆఫ్ కామురోజ్'గా మార్చారు. 98 శాతం సున్నీ ముస్లింలు ఉండడంతో అప్పట్లో ఇస్లామిక్ రిపబ్లిక్‌గా మార్చినప్పటికీ 2001లో మళ్లీ 'యూనియన్ ఆఫ్ కామురోజ్'గా మార్చారు. ప్రస్తుతం ఐరాసలోనూ ఇదే పేరు నమోదై ఉంది.
2002లో రెండు దేశాల పేర్లు మారాయి.
తైమూర్ లెస్టె: ఇండోనేసియా నుంచి స్వాతంత్ర్యం పొందిన ఈస్ట్ తైమూర్ 'డెమొక్రటిక్ రిపబ్లిక్ ఆఫ్ తైమూర్ లెస్టె'గా మారింది. ఆగ్నేయాసియా ప్రాంతంలోని తైమూర్ ద్వీపంలో ఉంది ఇది. తైమూర్ ద్వీపంలోని తూర్పు ప్రాంతం ఇండోనేసియా నుంచి స్వాతంత్ర్యం పొంది 'డెమొక్రటిక్ రిపబ్లిక్ ఆఫ్ తైమూర్ లెస్టె'గా అవతరించగా పశ్చిమ ప్రాంతం మాత్రం ఇంకా ఇండోనేసియా పాలనలోనే ఉంది.
బహ్రెయిన్: అదే ఏడాది బహ్రెయిన్ పేరు కూడా మారింది. అప్పటి వరకు 'స్టేట్ ఆఫ్ బహ్రెయిన్'గా ఉన్నది 'కింగ్‌డమ్ ఆఫ్ బహ్రెయిన్'గా మారింది.

పర్షియన్ గల్ఫ్‌లో సౌదీ అరేబియా, కతర్‌ల మధ్య ఉన్న చిన్న దేశం ఇది.
2006
మాంటెనీగ్రో: సెర్బియా, మాంటెనీగ్రోలు కలిసి 'రిపబ్లిక్ ఆఫ్ మాంటెనీగ్రో'గా మారింది. అనంతరం 2007లో మళ్లీ మాంటెనీగ్రోగా పేరు మారింది.
ప్రస్తుతం ఐక్యరాజ్య సమితి 'దేశాల అధికారిక పేర్లు' డాక్యుమెంట్లో కూడా మాంటెనీగ్రోగానే ఉంది.
2009రిపబ్లిక్ ఆఫ్ బొలీవియా పేరు 'ప్లూరినేషనల్ స్టేట్ ఆఫ్ బొలీవియా'గా మారింది.
2011యూనియన్ ఆఫ్ మియన్మార్ పేరు 'రిపబ్లిక్ ఆఫ్ ది యూనియన్ ఆఫ్ మియన్మార్'గా మార్చారు. 1948లో స్వాతంత్ర్యం పొందిన బర్మా పేరు 1989లో 'యూనియన్ ఆఫ్ మియన్మార్'గా మారగా 2010లో 'రిపబ్లిక్ ఆఫ్ ది యూనియన్ ఆఫ్ మియన్మార్'గా మారింది.
2011
సౌత్ సూడాన్ 'రిపబ్లిక్ ఆఫ్ సౌత్ సూడాన్'గా మారింది.
అదే ఏడాది 'గ్రేట్ సోషలిస్ట్ పీపుల్స్ లిబియన్ అరబ్ జమాహిరియా' పేరు లిబియాగా మారింది. ఆ తరువాత 2017లో 'స్టేట్ ఆఫ్ లిబియా'గా మారింది.
2012
సురినామ్ దేశం పేరు సురినామ్‌గానే ఉన్నా స్పెల్లింగ్‌లో చివర్లో %జు% చేర్చారు. దాంతో అప్పటి వరకు
2013
బుర్కినా ఫాసో: పశ్చిమ ఆఫ్రికాలోని దేశం బుర్కినా ఫాసో. అప్పటివరకు రిపబ్లిక్ ఆఫ్ బుర్కినాఫాసోగా ఉన్న పేరును బుర్కినా ఫాసోగా మార్చారు.
ఈ దేశం ఒకప్పటి పేరు అప్పర్ వోల్టా. 1960లో ఫ్రాన్స్ నుంచి స్వాతంత్ర్యం పొందిన తరువాత 1984లో బుర్కినా ఫాసోగా మారింది. అనంతరం రిపబ్లిక్ ఆఫ్ బుర్కినా ఫాసోగా మారి మళ్లీ బుర్కినా ఫాసోగా మారింది.
అనంతరం రిపబ్లిక్ ఆఫ్ బుర్కినా ఫాసోగా అనంతరం బుర్కినా ఫాసోగా మారింది.
2013-14
కేప్ వెర్డి పేరును 'రిపబ్లిక్ ఆఫ్ కేబో వెర్డీ'గా మార్చారు.
ఆఫ్రికాకు పశ్చిమంగా అట్లాంటిక్ మహాసముద్రంలో ఉండే ఈ ద్వీపాల సమూహానికి 1975లో పోర్చుగల్ నుంచి స్వాతంత్ర్యం వచ్చింది.
ఆ తరువాత కేప్ వెర్డిగా వ్యవహరించేవారు. 2014లో కేబో వెర్డీగా మార్చారు.
2016
చెక్ రిపబ్లిక్ పేరును వ్యవహారికంలో చెకియాగా మార్చారు. అయితే, అధికారిక పత్రాలలో రాజ్య నామం(స్టేట్ టైటిల్)గా చెక్ రిపబ్లిక్‌గానే కొనసాగుతోంది.
2017
లిబియా పేరు 'స్టేట్ ఆఫ్ లిబియా'గా మార్చారు. అంతకుముందు లిబియన్ అరబ్ జమ్హారియా అనే పేరు ఉండేది. 1969కి ముందు కింగ్‌డమ్ ఆఫ్ లిబియా అనేవారు. 1969లో లిబియన్ అర్బ్ జమ్హారియాగా మారింది.
2018
ఎస్వాటిని.. కింగ్‌డమ్ ఆఫ్ స్వాజిలాండ్ పేరును కింగ్‌డమ్ ఆఫ్ ఎస్వాటిని అని మార్చారు.
ఆఫ్రికా ఖండం దక్షిణ ప్రాంతంలో ఉన్న చిన్న దేశం ఇది. ఉత్తరం వైపున తప్ప మిగతా అన్ని వైపులా దక్షిణాఫ్రికా సరిహద్దుగా ఉన్న దేశం ఇది. ఉత్తరాన మొజాంబిక్ ఉంటుంది.
2019
మాసిడోనియా: 2019లో దీని పేరు 'నార్త్ మాసిడోనియా'గా మార్చారు.
2022
ఐస్‌లాండ్ పేరు 'రిపబ్లిక్ ఆఫ్ ఐస్‌లాండ్' నుంచి ఐస్‌లాండ్‌గా మార్చారు.
తుర్కియే: అప్పటివరకు 'ది రిపబ్లిక్ ఆఫ్ టర్కీ'గా ఉన్న దేశం పేరును 'ది రిపబ్లిక్ ఆఫ్ తుర్కియే'గా మార్చారు. ఈ పేరు మార్పుపై ఐరాస సెక్రటరీ జనరల్‌కు 2022 మే 26న ఆ దేశం దరఖాస్తు చేసుకోవడంతో పరిశీలించి ఆమోదించినట్లు ఐరాస పేర్కొంది.
2023మైక్రోనేసియా పేరు 'ఫెడరల్ స్టేట్ ఆఫ్ మైక్రోనేసియా'గా మారింది.
తెలంగాణ మూలాలున్న హెడ్గేవార్ ఆర్ఎస్ఎస్‌ను ఇలా స్థాపించారు
సమోవా: పశ్చిమ సమోవా పేరు సమోవాగా మారింది.
డెమొక్రటిక్ రిపబ్లిక్ ఆఫ్ కాంగో: ఇదే సంవత్సరం జైర్ దేశం 'డెమొక్రటిక్ రిపబ్లిక్ ఆఫ్ ది కాంగో'గా మారింది.
1994
పలావు: ఈ దేశం పేరు 'రిపబ్లిక్ ఆఫ్ పలావు'గా మారింది. కరోలిన్ దీవుల్లో భాగమైన పలావు 1994లో పూర్తి స్వాతంత్ర్యం పొందింది.
1993
ఎరిట్రియా: ఇథియోపియా నుంచి స్వాతంత్ర్యం పొందిన ఎరిట్రియా రాష్ట్రం ఎరిట్రియా దేశంగా అవతరించింది.
1992
పీపుల్స్ రిపబ్లిక్ ఆఫ్ ది కాంగో పేరు రిపబ్లిక్ ఆఫ్ కాంగోగా మారింది.
(డెమొక్రటిక్ రిపబ్లిక్ ఆఫ్ కాంగో అనే దేశం వేరు. ఈ రెండు దేశాలూ సెంట్రల్ ఆఫ్రికాలో పక్కపక్కనే ఉంటాయి)
1990-92
యుగోస్లేవియా విడిపోవడంతో ఈ కాలంలో కొత్త దేశాలు ఏర్పడ్డాయి.
బోస్నియా అండ్ హెర్జ్‌గోవినా
రిపబ్లిక్ ఆఫ్ క్రొయేషియా
రిపబ్లిక్ ఆఫ్ మాసిడోనియా
సెర్బియా అండ్ మాంటినీగ్రో
రిపబ్లిక్ ఆఫ్ స్లొవేనియా
1990-91
సోవియట్ యూనియన్ విచ్ఛిన్నంతో కొత్త దేశాలు ఏర్పడ్డాయి.
రిపబ్లిక్ ఆఫ్ అర్మేనియారిపబ్లిక్ ఆఫ్ అజర్‌బైజాన్
రిపబ్లిక్ ఆఫ్ బెలారూస్
రిపబ్లిక్ ఆఫ్ ఎస్టోనియా
జార్జియా కజక్‌స్తాన్
కిర్గిజ్‌స్తాన్‌రిపబ్లిక్ ఆఫ్ లాత్వియా
రిపబ్లిక్ ఆఫ్ లిథువేనియా

# సనాతన ధర్మంపై అమెరికాలోని ఓ పట్టణం సంచలన నిర్ణయం

## కెంటుకీ రాష్ట్రంలోని లూయిస్ విల్లే పట్టణ మేయర్ నిర్ణయం

## మహా కుంభాభిషేకం సందర్భంగా వెలువడిన ప్రకటన

హిందువులు విశ్వసించే సనాతన ధర్మాన్ని తూలనాడి పెద్ద చర్చకు, వివాదానికి తావిచ్చారు. ఈ తరుణంలోనే అమెరికాలోని లూయిస్ విల్లే పట్టణం ఓ సంచలన నిర్ణయం తీసుకుంది. సెప్టెంబర్ సనాతన ధర్మ దినంగా ప్రకటించింది. కెంటుకీ రాష్ట్రంలోని లూయిస్ విల్లే పట్టణ మేయర్ ఈ మేరకు తన నిర్ణయాన్ని ప్రకటించారు. లూయిస్ విల్లే పట్టణంలో సనాతన ధర్మానికి మద్దతుగా కార్యక్రమాలు నిర్వహించనున్నారు. మేయర్ క్రెయిగ్ గ్రీన్ బెర్గ్ తరఫున డిప్యూటీ మేయర్ బార్బనా సెక్స్ టన్ స్మిత్ దీనిపై అధికారికంగా ప్రకటన చేశారు. పట్టణంలోని హిందూ ఆలయంలో మహా కుంభాభిషేకం కార్యక్రమానికి హాజరైన డిప్యూటీ మేయర్ ప్రకటన చదివి వినిపించారు. రిషికేశ్ లోని పరమార్థ నికేతన్ ప్రెసిడెంట్ చిదానంద సరస్వతి, శ్రీశ్రీ రవిశంకర్, భగవతి సరస్వతి, లెఫ్టినెంట్ గవర్నర్ జాక్వెలన్ కోల్ మ్యాన్, డిప్యూటీ చాఫ్ ఆఫ్ స్టాప్ కీష డోర్సే తదితరులు దీనికి హాజరయ్యారు.

# అక్కడ కరెంట్ బిల్లు కట్టడానికి జీతాలు కూడా సరిపోవడం లేదట

పాకిస్తాన్: పాకిస్తాన్ ప్రభుత్వం తాజాగా విద్యుత్ చార్జీలు భారీగా పెంచడంతో ప్రజల్లో ఆగ్రహం కట్టలు తెంచుకుంది. ఈ ఆగ్రహం కాస్తా ప్రజలను రోడ్డుపైకి వచ్చేలా చేసింది. విద్యుత్ బిల్లులు చెల్లించమని తెగేసి చెబుతున్నారు. ప్రస్తుతం దేశవ్యాప్తంగా పెంచిన విద్యుత్ బిల్లులపై అనేక నగరాల్లో పెద్ద ఎత్తున నిరసనలు వెల్లువెత్తుతున్నాయి. విద్యుత్ బిల్లు చెల్లించడానికి తమ జీతాలు సరిపోవడం లేదని స్థానికులు మండిపడుతున్నారు. లాహోర్‌లో విద్యుత్ పంపిణీ సంస్థల అధికారులపై దాడులు పాకిస్తాన్ ప్రభుత్వం తాజాగా విద్యుత్ చార్జీలు భారీగా పెంచడంతో ప్రజల్లో ఆగ్రహం కట్టలు తెంచుకుంది. ఈ ఆగ్రహం కాస్తా ప్రజలను రోడ్డుపైకి వచ్చేలా చేసింది. విద్యుత్ బిల్లులు చెల్లించమని తెగేసి చెబుతున్నారు. ప్రస్తుతం దేశవ్యాప్తంగా పెంచిన విద్యుత్ బిల్లులపై అనేక నగరాల్లో పెద్ద ఎత్తున నిరసనలు వెల్లువెత్తుతున్నాయి. విద్యుత్ బిల్లు చెల్లించడానికి తమ జీతాలు సరిపోవడం లేదని స్థానికులు మండిపడుతున్నారు. లాహోర్‌లో విద్యుత్ పంపిణీ సంస్థల అధికారులపై దాడులు జరిగిన సంఘటనలు వెలుగులోకి వచ్చాయి. నిరుద్యోగం అధిక ద్రవ్యోల్బణంతో ఇప్పటికే ఇబ్బందులు పడుతున్న ప్రజలు వేలాదిగా కరెంటు బిల్లులను తగులబెడుతున్నారు. తాజాగా ఫైసలాబాద్‌లో ఇద్దరు పిల్లల తండ్రికి 40వేల రూపాయల విద్యుత్ బిల్లు వచ్చే సరికి ఆత్మహత్య చేసుకున్నాడు.

# కారులో కొమ్ముల ఎద్దు.. ఎక్కడికెళ్తోంది ?? అసలు విషయం తెలిసి అవాక్కైన పోలీసులు !!

అమెరికా: ఇటీవల అమెరికాలో జరిగిన ఓ ఘటన తాలూకు వీడియో ప్రస్తుతం నెట్టింట్ బాగా వైరల్ అవుతోంది. ఒక పెద్ద ఎద్దును ఓ వ్యక్తి ఒక చిన్న కారులో వేసుకొని వెళ్లడం మనం వీడియోలో చూడొచ్చు. ఇక అది చూసిన స్థానికులు భయపడి పోలీసులకు ఫోన్ కొట్టారు. యూఎస్‌లోని నెబ్రాస్కాలో ఒక వ్యక్తి ఇలా తన కారు ప్యాసింజర్ సీట్లో ఎద్దును ఎక్కించాడు. అలా ఎద్దును కారులో ఎక్కించుకుని రోడ్డు మీద వెళ్తున్న ఆ వ్యక్తి పేరు లీ మేయర్ . అతడు అలా ఎద్దును కారులో ఎక్కించుకుని తీసుకెళ్లడం చూసిన పోలీసులు ఇటీవల అమెరికాలో జరిగిన ఓ ఘటన తాలూకు వీడియో ప్రస్తుతం నెట్టింట్ బాగా వైరల్ అవుతోంది. ఒక పెద్ద ఎద్దును ఓ వ్యక్తి ఒక చిన్న కారులో వేసుకొని వెళ్లడం మనం వీడియోలో చూడొచ్చు. ఇక అది చూసిన స్థానికులు భయపడి పోలీసులకు ఫోన్ కొట్టారు. యూఎస్‌లోని నెబ్రాస్కాలో ఒక వ్యక్తి ఇలా తన కారు ప్యాసింజర్ సీట్లో ఎద్దును ఎక్కించాడు. అలా ఎద్దును కారులో ఎక్కించుకుని రోడ్డు మీద వెళు న్న ఆ వ్యక్తి పేరు లీ మేయర్ . అతడు అలా ఎద్దును కారులో ఎక్కించుకుని తీసుకెళ్లడం చూసిన పోలీసులు అతని కారును వెంటనే ఆపారు. అంత పెద్ద ఎద్దును ఇంత చిన్న కారులో తీసుకెళ్తున్నావేంటి అని ప్రశ్నించారు. అయితే, లీ ఇంతకు ముందు పరేడ్‌లలో హౌడీ డూడీ అని పిలువబడే ఆ ఎద్దును వాహనంలో తిప్పాడు. దాని కోసం కారును ప్రత్యేకంగా మాడీఫై చేయించాడు. కానీ, దానిని కారులో పబ్లిక్ రోడ్లపై తిప్పడం ఇదే మొదటిసారి. దాంతో లీని నార్ఫోక్ పోలీస్ కెప్టెన్ ట్రాఫిక్ ఉల్లంఘనల విషయమై వార్నింగ్ ఇచ్చి వదిలిపెట్టారు. కారులో దూసుకెళ్తున్న ఎద్దును చూసి తాము ఆశ్చర్యపోయామని పోలీస్ అధికారి తెలిపారు. అయితే, హౌడీ డూడీని ఇంటికి తీసుకెళ్లమని చెప్పామని అన్నారు.

# వాన నీరు ఆరోగ్యానికి ఎంత మంచిదంటే..

## జుట్టు, చర్మకాంతితో పాటు బీపీకి చెక్ పెట్టొచ్చు ఇలా..

ఇది క్లోరోఫిల్‌లోని ముఖ్యమైన మూలకం, కిరణజన్య సంయోగక్రియ ప్రక్రియకు అవసరమైన మూలకం. అలాగే, వర్షాకాలంలో పిడుగులు పడినప్పుడు, వాతావరణంలోని నైట్రోజన్ హైడ్రోజన్‌తో కలిసిపోవడానికి సహాయపడుతుంది. ఇది భూమి మట్టిలో వర్షం ద్వారా తీసుకువెళ్ళే మొక్కలకు క్లిష్టమైన ఎరువులు అందిస్తుంది.వర్షపు నీరు తాగడానికి సురక్షితమేనా..? అన్న ప్రశ్నకు సమాధానం అవుననే అంటున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు. వర్షపు నీటిని తాగడం ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిదని చెబుతున్నారు. చాలా అంటే చాలా మంచిది. ప్రపంచవ్యాప్తంగా చాలా మంది ఇప్పటికీ వర్షపు నీటిని నేరుగా సేకరించి ఏడాది పొడవునా ఉపయోగిస్తున్నారు. ఇది వారి ఆరోగ్యాన్ని కూడా కాపాడుతుంది. అయితే, వర్షపు నీటిని సేకరించడానికి సరైన సమయాన్ని ఎంచుకోవడం చాలా అవసరం. అయితే వర్షాకాలం ప్రారంభమైన కొన్ని రోజుల తర్వాత పడే వాననీటిని సేకరించాలి. ఎందుకంటే ఆ వర్షపు నీరు తాగడానికి అనువైనదిగా పరిగణిస్తారు. అయితే ఇందుకు సేకరణ కోసం రాగి పాత్రలను ఉపయోగించడం చాలా మంచిది. ఎందుకంటే రాగికి నీటి నాణ్యతను పెంచే లక్షణం ఉంటుంది.వర్షపు నీరు పంపు నీటి కంటే, చవకైన, మెరుగైన ప్రత్యామ్నాయం. ఇందులో ఉన్న అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు దాగి ఉన్నాయి. వర్షపు నీటిని తాగడం వల్ల దాని ఆల్కలీన్ %జూ౧% కారణంగా జీర్ణక్రియ మెరుగుపడుతుందని చెబుతారు. అలాగే రక్తపోటు సమస్య కూడా అదుపులోకి వస్తుందని చెబుతున్నారు. వర్షపు నీరు ఆరోగ్యకరమైన చర్మం, జుట్టుకు చాలా ఉపయోగకరంగా ఉంటుంది. వర్షపు నీటిలో ఆల్కలీన్ %జూ౧% చర్మం, సహజ స్థితిస్థాపకత, తేమను నిర్వహించడానికి సహాయపడుతుంది. వర్షపు నీటితో జుట్టును కడగడం వల్ల జుట్టు బలపడుతుంది. జుట్టు పెరుగుదలను కూడా ప్రోత్సహిస్తుంది. వర్షపు నీటిని చర్మంపై రాసుకుంటే మొటిమలు, మచ్చలు పోతాయి.వర్షపు నీరు శరీరాన్ని పునరుజ్జీవింపజేస్తుంది. ఇది కంఫర్ట్‌ను అందిస్తుంది. అలాగే అలసట నుంచి ఉపశమనం కలిగిస్తుంది. అంతేకాదు.. వర్షపు నీటిలో నత్రజని, అధిక సాంద్రత ఉంటుంది. ఇది క్లోరోఫిల్‌లోని ముఖ్యమైన మూలకం, కిరణజన్య సంయోగక్రియ ప్రక్రియకు అవసరమైన మూలకం. అలాగే, వర్షాకాలంలో పిడుగులు పడినప్పుడు, వాతావరణంలోని నైట్రోజన్ హైడ్రోజన్‌తో కలిసిపోవడానికి సహాయపడుతుంది. ఇది భూమి మట్టిలో వర్షం ద్వారా తీసుకువెళ్ళే మొక్కలకు క్లిష్టమైన ఎరువులు అందిస్తుంది.

# మహిళలకు జింక్ ఎందుకు ముఖ్యం అది లేకపోవడం వల్ల ఎలాంటి సమస్యలు వస్తాయి?

స్త్రీ శరీరం ఎన్నో ఒడిదుడుకులను ఎదుర్కొంటుంది. ఇది యుక్తవయస్సు నుండి గర్భం, తల్లిపాలు, రుతువిరతి వరకు అనేక మార్పులకు లోనవుతుంది. శరీరానికి ఐరన్, కాల్షియం ఎంత అవసరమో, జింక్ ఉనికి కూడా అంతే ముఖ్యం. మన శరీరంలో పోషకాలు ఉండటం మంచి ఆరోగ్యానికి చాలా ముఖ్యం. జింక్ మన ఆరోగ్యానికి అవసరమైన ఖనిజాలలో ఒకటి. దాని లోపం అనేక సమస్యలను కలిగిస్తుంది.

**జింక్ చర్మ ఆరోగ్యానికి మంచిది:**

జింక్ యాంటీ బాక్టీరియల్ సామర్థ్యాల వల్ల మొటిమలు, తామర, ఇతర చర్మ సమస్యలను నివారించవచ్చు.

ఇది ఆరోగ్యకరమైన చర్మాన్ని కలిగి ఉండటానికి, వృద్ధాప్య సంకేతాలను తగ్గించడానికి, కొల్లాజెన్ ఏర్పడటానికి ప్రేరేపిస్తుంది.స్త్రీ పునరుత్పత్తి వ్యవస్థ అభివృద్ధి, పనితీరు జింక్‌పై ఎక్కువగా ఆధారపడి ఉంటుంది. ఇది ఈస్ట్రోజెన్, ప్రొజెస్టెరాన్, టెస్టోస్టెరాన్ శరీరం సంశ్లేషణకు కూడా బాధ్యత వహిస్తుంది. లైంగిక అభివృద్ధికి అవసరమైన ముఖ్యమైన హార్మోన్లు, సంతానోత్పత్తికి జింక్ చాలా అవసరం.

**జింక్ మెదడు ఆరోగ్యానికి సహాయపడుతుంది:**

మెదడు అభివృద్ధికి, పనితీరుకు జింక్ చాలా అవసరం. ఇది న్యూరోట్రాన్స్మిటర్ల ఉత్పత్తిలో పాల్గొంటుంది, ఇవి మానసిక స్థితిని నియంత్రించడానికి, నరాల ప్రేరణల ప్రసారానికి చాలా ముఖ్య పాత్ర పోషిస్తుంది.

**గుండె ,ఎముకల ఆరోగ్యాని మంచిది:**

జింక్ వల్ల గుండె ఆరోగ్యం ప్రభావితమవుతుంది. ఇది రక్తపోటును నియంత్రిస్తుంది. బలమైన రక్త నాళాలను నిర్వహించడానికి సహాయపడుతుంది. ఆరోగ్యకరమైన ఎముకలను రూపొందించడానికి జింక్ కీలకమైన ఖనిజం. ఇది ఎముక పగుళ్లు,బోలు ఎముకల వ్యాధి వంటి వ్యాధులను నివారిస్తుంది.

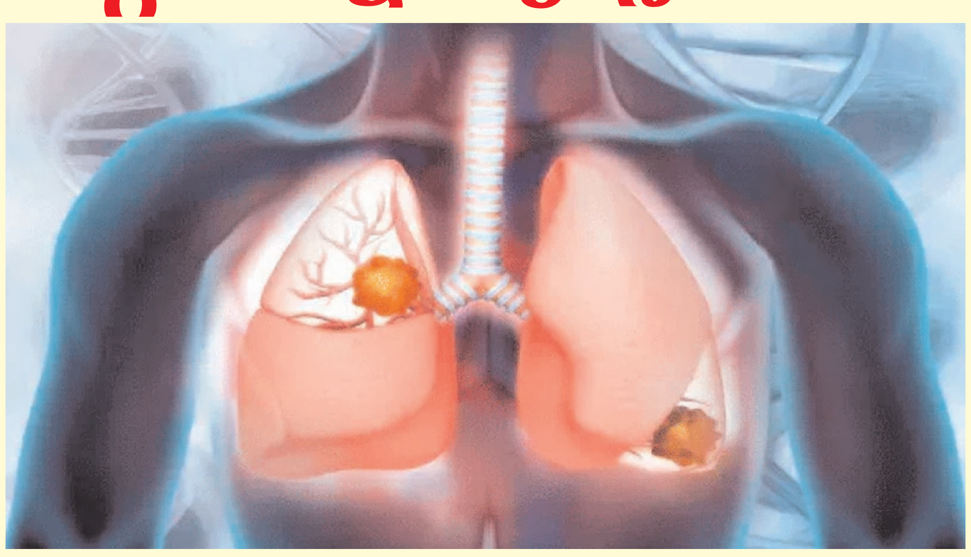
**గాయం నయం చేయడానికి:**

శరీరంలో జింక్ లోపిస్తే గాయాలు త్వరగా మానవు. జింక్ కొల్లాజెన్ సంశ్లేషణలో సహాయపడుతుంది, ఇది గాయం నయం చేయడానికి అవసరమైన ప్రోటీన్‌గా పరిగణించబడుతుంది. జింక్ దెబ్బతిన్న చర్మాన్ని రిపేర్ చేస్తుంది. ఇది రుచి, వాసన సామర్థ్యాన్ని పదునుపెడుతుంది.

**థైరాయిడ్ పనితీరును మెరుగుపరుస్తుంది:**

జింక్ థైరాయిడ్ హార్మోన్లు శరీరం జీవక్రియ, మానసిక స్థితి, శక్తి స్థాయిలను నియంత్రించడంలో సహాయపడుతుంది.

# ఈ ట్యాబ్లెట్‌తో సగానికి తగ్గనున్న క్యాన్సర్ మరణాల ముప్పు



న్యూయార్క్ : లంగ్ క్యాన్సర్ నుంచి మరణాల ముప్పును 50 శాతం తగ్గిస్తూ వినూత్న ఆవిష్కరణగా ముందుకొచ్చిన నూతన ట్యాబ్లెట్ (%ఔశీఅంవతీ ాఆశ్రీశ్రీ%) ఆశలు రేకెత్తిస్తోంది. పదేండ్ల పాటు ప్రపంచవ్యాప్తంగా చేపట్టిన క్లినికల్ ట్రయల్స్‌లో సానుకూల ఫలితాలు రావడంతో ఈ వండర్ పిల్ క్యాన్సర్ రోగుల్లో ఆశాకిరణంలా మారింది. చికాగోలో జరిగిన అమెరికన్ సొసైటీ ఆఫ్ క్లినికల్ ఆంకాలజీ వార్షిక సమావేశంలో వెల్లడించిన సర్వే ఫలితాల్లో ఈ విషయం వెలుగుచూసింది.

టాగ్రిసోగా మార్కెట్ కానున్న ఓసిమెర్టినిబ్ అనే డ్రగ్ లంగ్ క్యాన్సర్ రోగుల్లో ప్రభావవంతంగా పనిచేస్తున్నట్టు గుర్తించారు. కాగా, ఈ మందును ఆస్ట్రాజెనెకా అభివృద్ధి చేసింది. క్యాన్సర్ మరణాల్లో అత్యధికంగా లంగ్ క్యాన్సర్ మరణాలు నమోదవుతుండగా ఏటా 18 లక్షల మంది లంగ్ క్యాన్సర్‌తో మృత్యువాతన పడుతున్నారు.

ఈ రోగులకు ఉపశమనంగా 30 ఏండ్ల కిందట మన ఏం చేయలేకపోయేవారమని అధ్యయన రచయిత, యేల్ క్యాన్సర్ సెంటర్ డిప్యూటీ డైరెక్టర్ డాక్టర్ రాయ్ హెర్బ్‌స్ట్ పేర్కొన్నారు. లంగ్ క్యాన్సర్ చికిత్సలో ఇప్పుడు ఈ ఔషధం ముందుకొచ్చిందని, థెరఫీలకు లొంగని లంగ్ క్యాన్సర్ వంటి ప్రాణాంతక వ్యాధుల్లో యాభై శాతం మరణాలను తగ్గించే అద్భుతమైన ఔషధం ఇదని చెప్పారు. ఈ మందును 26 దేశాల్లోని రోగులపై పరీక్షించామని తెలిపారు.

# పార్కిన్సన్ వ్యాధి నియంత్రణకు మహిళ మెదడులో పేస్‌మేకర్

న్యూఢిల్లీ : పార్కిన్సన్స్ వ్యాధి నియంత్రణకు ఢిల్లీ వైద్యులు మెదడు లోపల పేస్‌మేకర్‌ను అమర్చి ఓ మహిళకు నూతన జీవితం ప్రసాదించారు. గత తొమ్మిదేండ్లుగా పార్కిన్సన్స్ వ్యాధితో బాధపడుతున్న సావిత్రి దేవి (51) అనే మహిళకు నరాల డిజార్డర్‌ను సరిచేసేందుకు ఢిల్లీలోని ఓ ప్రైవేట్ ఆస్పత్రి వైద్యులు ఆమె మెదడులో పేస్‌మేకర్‌ను అమర్చారు. దేవికి తరచూ వణుకు రావడం, కదలికల్లో ఇబ్బందులు, రిజిడిటీ వంటి లక్షణాలు బయటపడగా క్రమంగా అవి మరింత పెరగడంతో ఆమె నడిచేందుకు, కనీసం బెడ్‌పై నుంచి లేచేందుకు తీవ్ర ఇబ్బందులు ఎదురయ్యాయి. ఆమె కాళ్లు, చేతులు కూడా నియంత్రణ కోల్పోయి కదులుతుండేవి. ఆపై మందుల నుంచి కూడా ఆమెకు సైడ్ ఎఫెక్ట్స్ రావడం మొదలైంది. ఆమె పరిస్థితిని పరిశీలించిన సర్ గంగారాం ఆస్పత్రి వైద్యులు డీప్ బ్రెయిన్ స్టిమ్యులేషన్‌గా పిలిచే మెదడులో పేస్‌మేకర్ అమర్చే ప్రక్రియను సూచించారు.

మెదడులో నిర్ధిష్ట భాగాలను ప్రేరేపించే నూతన సర్జరీగా డీప్ బ్రెయిన్ స్టిమ్యులేషన్‌ను వ్యవహరిస్తారు.

వ్యాధిని నియంత్రించి రోగి జీవనశైలిని మెరుగుపరిచేందుకే ఈ సర్జరీ ఉద్దేశమని న్యూరోసర్జరీ విభాగం అసోసియేట్ కన్సల్టెంట్ డాక్టర్ శ్రేయ్ జైన్ ఓ ప్రకటనలో తెలిపారు.

# ఎక్టోపిక్ ప్రెగ్నెన్సీ ఎందుకొస్తుంది? ఇది అంత ప్రమాదమా?

**గర్భధారణ అనే ప్రక్రియ.. అండంతో శుక్రకణం కలిశాక, అది పిండంగా ఏర్పడ్డ సమయం నుంచి మొదలవుతుంది. అండంతో శుక్రకణం కలవడాన్ని 'ఫలదీకరణ' అంటారు. ఫలదీకరణ జరిగాక ఏర్పడ్డ పిండం గర్భసంచిలో పెరగాలి. కానీ, కొన్ని సందర్భాల్లో గర్భసంచిలో కాకుండా.. దాని పరిసరాల్లో పిండం పెరగడాన్ని 'ఎక్టోపిక్ ప్రెగ్నెన్సీ' అంటారు. అండాశయం (ఓవరీస్) నుంచి అండాన్ని గర్భసంచిలోకి వచ్చేలా తోడ్పడే ట్యూబ్స్‌ను 'ఫెలోపియన్ ట్యూబ్స్' అంటారు. కొన్ని సందర్భాల్లో పిండం గర్భసంచిలో బదులు ఈ ఫెలోపియన్ ట్యూబుల్లో పెరగడంతోపాటు ఒక్కోసారి అండాశయాల్లో (ఓవరీస్), కాస్తంత కిందికి వస్తే గర్భాశయ ముఖద్వారంలో.. ఒక్కోసారి కడుపులో కూడా పెరగవచ్చు. ఈ సమస్యనే 'ఎక్టోపిక్ ప్రెగ్నెన్సీ'గా వ్యవహరిస్తారు.**

ఇలాంటి సందర్భాల్లో సాధారణ గర్భధారణలోలా పిండం ఏర్పడటం, ఆ తర్వాత అది శిశువుగా రూపొందే ప్రక్రియ జరగదు. ఫలితంగా ఆ పిండంలో మనుగడ కొరవడుతుంది. అంతేకాదు.. ఒక్కోసారి అరుదుగా తల్లిలో రక్తస్రావానికి కారణమై, ఆమెకు కూడా ముప్పు తెచ్చిపెడుతుంది.

**లక్షణాలు :**

ఎక్టోపిక్ ప్రెగ్నెన్సీలో మొదట్లో ఎలాంటి లక్షణాలూ కనిపించవు. అయితే కొంతమందిలో గర్భధారణలో కనిపించినట్టే పీరియడ్స్ ఆగిపోవడం, వికారం, వాంతులు కనిపిస్తాయి. అంతేకాదు.. మామూలుగా తమకు తాముగా చేసుకునే ప్రెగ్నెన్సీ పరీక్షల్లోనూ ఫలితాలు 'పాజిటివ్' అని వస్తాయి.

అయితే, మామూలుగా పిండం ఎదుగుదల గర్భసంచిలో మాత్రమే ఉంటుంది. కానీ, ఎక్టోపిక్ ప్రెగ్నెన్సీలో పిండం ఎక్కడో గర్భసంచి బయట ఏర్పడుతుంది. కాబట్టి, పిండం ఎదుగుదల నార్మల్‌గా ఉండదు.

ఎప్పుడు అనుమానించాలి? డాక్టర్‌ను ఎప్పుడు సంప్రదించాలి అంటే?

- ఎక్టోపిక్ ప్రెగ్నెన్సీగా అనుమానించడానికి తోడ్పడే కొన్ని లక్షణాలు ఇలా వ్యక్తమవుతాయి.
- తొలిదశల్లో యోని నుంచి రక్తస్రావం కావడం, పొత్తికడుపులో నొప్పి రావడం ద్వారా ఎక్టోపిక్ ప్రెగ్నెన్సీగా అనుమానించాలి.
- తల తేలికైపోయిన ఫీలింగ్‌తోపాటు స్పృహ తప్పవచ్చు.
- భుజం నొప్పి కూడా కనిపించవచ్చు.
- ఈ లక్షణాలు కనిపిస్తే తక్షణం డాక్టర్‌ను కలవాలి.

**ఎవరెవరిలో ముప్పు ఉంటుందంటే?**

- మొదట ఒకసారి ఎక్టోపిక్ ప్రెగ్నెన్సీ వచ్చి ఉన్నవాళ్లలో మరోసారి కూడా వచ్చే అవకాశముంది.
- జీవిత భాగస్వామి నుంచి గనేరియా, క్లమీడియా వంటి కొన్ని లైంగిక సంబంధిత ఇన్ఫెక్షన్లు సోకిన మహిళల్లో ఈ ముప్పు కనిపించవచ్చు.
- సంతాన సాఫల్యత కోసం చికిత్సలు తీసుకుంటున్నవారిలో.
- ఫెలోపియన్ ట్యూబుల్లో లోపాలుండి, వాటిని సరిదిద్దేందుకు శస్త్రచికిత్స తీసుకున్నవారిలో.
- పొగతాగే అలవాటు ఉన్న మహిళల్లో ఎక్టోపిక్ ప్రెగ్నెన్సీకి అవకాశాలు ఎక్కువ.

**ఎక్టోపిక్ ప్రెగ్నెన్సీ కాంప్లికేషన్లు**

ఎక్టోపిక్ ప్రెగ్నెన్సీ చాలావరకు ఫెలోపియన్ ట్యూబుల్లో పెరుగుతుంది. ఆ పెరుగుదలకు తగినట్లుగా సాగలేక ట్యూబులు గాయపడవచ్చు. ఫలితంగా గాయపడ్డ ట్యూబుల్లోంచి తీవ్రమైన రక్తస్రావం అవుతుంది. ఇలా ఆగకుండా అయ్యే రక్తస్రావంతో ఒక్కోసారి తల్లి ప్రాణానికే ముప్పు రావచ్చు.

**నివారణ**

- పొగతాగే అలవాటుకు పూర్తిగా దూరంగా ఉండటం. ఇది ఎక్టోపిక్ ప్రెగ్నెన్సీ నివారణకే కాదు.. అనేక ఇతర అనారోగ్యాలనూ నివారిస్తుంది.
- లైంగిక సంబంధాల వల్ల సంక్రమించే వ్యాధులను నిర్ధారించడం
- ముందస్తుగా చేసే నిర్ధారణ మరియు చికిత్స ఎక్టోపిక్ ప్రెగ్నెన్సీలో చాలా ముఖ్యం.

# ప్రమాదం అంచున ప్రపంచంలో అతి పెద్ద పువ్వు..

# దుర్వాసనతో ప్రసిద్ధి.. ఆందోళనలో శాస్త్రజ్ఞులు

**అమెరికా:** ప్రమాదం అంచున ప్రపంచంలో అతి పెద్ద పువ్వు.. దుర్వాసనతో ప్రసిద్ధి.. ఆందోళనలో శాస్త్రజ్ఞులుఈ పుష్పాన్ని 'శవాల పువ్వు' అని కూడా పిలుస్తారు. మీరు ఈ పువ్వు సమీపంలో కనీసం ఒక్క నిమిషం కూడా ఉండలేరు. దుర్వాసనతో కూడిన ఈ పువ్వు శతాబ్దాలుగా వృక్షశాస్త్రజ్ఞులను ఆకర్షిస్తోంది. అనేక పరిశోధనలకు నిలయంగా మారింది. అయితే ఇప్పుడు శాస్త్రవేత్తలు ఈ పువ్వు గురించి ఓ షాకింగ్ విషయం వెల్లడించారు.ప్రకృతిలో పువ్వులకు ఒక ప్రత్యేక స్థానం ఉంది. అందంగా .. ఆహ్లాద కరంగా సువాసనలను వెదజల్లుతూ ఆకట్టుకుంటాయి. ఇంద్ర ధనుస్సుని తలపించే పువ్వులకు గురించి ఎంత చెప్పినా తక్కువే. జాజి, మల్లి, సంపెంగ వంటి అనేక పువ్వులు తమ సువాసనలతో ప్రసిద్ధి చెందాయి. అయితే ఒక పువ్వు దుర్వాసనతో ప్రపంచ ప్రసిద్ధిగాంచింది అని మీకు తెలుసా..

ఈ పువ్వు పేరు రఫ్లేసియా. దట్టమైన అడవుల్లో ఈ మొక్క పెరుగుతుందని.. వికసించే ఈ పువ్వు కుళ్లిపోయిన శవంలా వాసన వస్తుందట. ఎంతగా అంటే.. ఈ మొక్క నుంచి వీలైనంత దూరం పారిపోవాలని పించేటంత దుర్వాసన వస్తుందట. అందుకే ఈ పుష్పాన్ని 'శవాల పువ్వు' అని కూడా పిలుస్తారు. మీరు ఈ పువ్వు సమీపంలో కనీసం ఒక్క నిమిషం కూడా ఉండలేరు. దుర్వాసనతో కూడిన ఈ పువ్వు శతాబ్దాలుగా వృక్షశాస్త్రజ్ఞులను ఆకర్షిస్తోంది. అనేక పరిశోధనలకు నిలయంగా మారింది. అయితే ఇప్పుడు శాస్త్రవేత్తలు ఈ పువ్వు గురించి ఓ షాకింగ్ విషయం వెల్లడించారు. రఫ్లేసియా ప్రస్తుతం ప్రమాదం అంచున నిలబడిందని.. అంతరించిపోతున్న మొక్కల్లో ఒకటిగా నిలుస్తుందని హెచ్చరిస్తున్నారు. కావున ప్రకృతిలో అరుదైన జాతి కనుక దీనిని కాపాడేందుకు తగిన చర్యలు తీసుకోవాలని సూచిస్తున్నారు. రఫ్లేసియా పువ్వులు కుళ్ళిన మాంసం వాసన వెదజల్లుతూ ప్రపంచవ్యాప్తంగా ప్రసిద్ధి చెందాయి. ఈ పువ్వు మాంసాహారి. ఈగలను ఆకర్షించి ఆహారంగా తీసుకుంటుంది.ది గార్డియన్ నివేదిక ప్రకారం.. ప్రపంచవ్యాప్తంగా మొత్తం 42 రకాల రఫ్లేసియా జాతులు ఉన్నాయి. అయితే ఈ అన్నిరకాల జాతులు ప్రమాదం అంచున ఉన్నాయని పరిశోధకులు హెచ్చరించారు. అంతరించిపోతున్న జాతులను వర్గీకరించారు కూడా.. వీటిలో 25 జాతులు దాదాపు కనుమరుగయ్యే స్టేజ్ లో ఉండగా.. 15 జాతులు మధ్యస్థంగా అంతరించిపోతున్నాయని వెల్లడించారు.

18వ శతాబ్దంలో వెలుగులోకి

ఆక్స్‌ఫర్డ్ బొటానికల్ గార్డెన్ యూనివర్శిటీకి చెందిన ప్రొఫెసర్ డాక్టర్ క్రిస్ థొరోగుడ్ మాట్లాడుతూ.. రఫ్లేసియా ఒక పరాన్నజీవి మొక్క. దీనికి ఆకులు, కాండం లేదా వేర్లు ఉండవు. అంతేకాదు ఈ మొక్కలో కిరణజన్య సంయోగక్రియ జరగదు. బ్రూనై, ఇండోనేషియా, మలేషియా, ఫిలిప్పీన్స్ , థాయిలాండ్ అడవులలో ఈ పువ్వులు తరచుగా కనిపిస్తాయి. నివేదికల ప్రకారం ప్రపంచంలోని అత్యంత దుర్వాసనగల ఈ పువ్వును 18వ శతాబ్దం చివరిలో యూరోపియన్ అన్వేషకులు మొదటిసారిగా కనుగొన్నారు. అప్పటి నుండి, ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఉన్న శాస్త్రవేత్తలు ఈ పువ్వుపై నిరంతరం పరిశోధన చేస్తూనే ఉన్నారు. దీని ఉనికిని కాపాడడానికి ప్రయత్నిస్తునే ఉన్నారు.

పుష్పించడానికి 5 నెలల సమయం

పొద్దుతిరుగుడు పువ్వులా కనిపించే ఈ పువ్వు పూయడానికి చాలా నెలలు పడుతుంది. ఇది అక్టోబర్ నుండి వికసించడం ప్రారంభించి వచ్చే ఏడాది మార్చిలో పూర్తిగా వికసిస్తుంది. సంవత్సరం క్రితం ఈ పువ్వు ఇండోనేషియా అడవులలో కూడా కనుగొనబడింది. ఇది దాదాపు 4 చదరపు అడుగుల విస్తీర్ణంలో ఉంది. ఆ సమయంలో ఇది ప్రపంచంలోనే అతిపెద్ద పుష్పించే పువ్వుగా పరిగణించబడింది.

# నరమాంస భక్షకుడు ఆ దేశాధ్యక్షుడట..

# ఫ్రిజ్‌లో ఎప్పుడూ మానవ శరీరాలు..

ఉంగాడా: మన పురాణాల్లో నరులను తినేవారిని నరమాసం భక్షకులని.. రాక్షసులని పేర్కొన్నారు. నిజ జీవితంలో కొన్ని వందల సంవత్సరాల క్రితం వరకూ అడవుల్లో నరభక్షకులు ఉండేవారని.. వారు మనిషి మాంసాన్ని తినే వారని అంటారు. అయితే మానవ చరిత్రలోనే కాదు.. ప్రపంచ చరిత్రలోనే అరుదైన ఘటన ఒకటి ఉంది. ఆ దేశ అధ్యక్షుడు నరమాంస భక్షకుడిగా మారి.. మనుషుల మాంసాన్ని తిని.. అనంతరం వారి తలలను తన ఫ్రిజ్ లో దాచి పెట్టాడు. అప్పట్లో ఓ సంచలనమే ఈ అధ్యక్షుడి కథ.. అతను ఆఫ్రికాలోని ఉగాండా అధ్యక్షుడు ఈదీ అమీన్, ఈ రోజు అతని గురించి పూర్తి వివరాలను తెలుసుకుందాం..

6 లక్షల మందిని చంపేశారని ఆరోపణలు

ఉంగాడా అధ్యక్షుడు అమీన్.. తన తిండి కోసం 6 లక్షల మందిని చంపేశారనే ఆరోపణలు వినిపించాయి. అంతేకాదు అతను నరమాంస భక్షకుడనే వార్త బయటకు వచ్చినప్పుడు ప్రజలు అతన్ని దెయ్యం, మృగం, క్రూరుడు, ఆఫ్రికా హిట్లర్ అని కూడా పిలవడం ప్రారంభించారు. అయితే ప్రజలు అతనికి తమ బాధను తెలియజేసేందుకు కానీ.. తమ నిరసన వెల్లడించే ధైర్యంగానీ చేయులేదు. అతను క్రూరుడు, దుర్మార్గుడనే విషయం ఉగాండా ప్రజలకు ఈ విషయం తెలుసు.. కానీ అతనిపై గొంతు ఎత్తే ధైర్యం ఎవరికీ లేదు. ఎందుకంటే ఒక్కసారి ఈదీ అమీన్‌కు వ్యతిరేకంగా కొందరు గళం విప్పితే.. వారికి బహిరంగంగా శిక్ష విధించాడు. ఆ నిరసనకారులను చెక్క స్తంభాలకు కట్టి.. అనంతరం నోటికి, కళ్ళకు నల్ల గుడ్డ చుట్టి, ఆపై బుల్లెట్లతో కాల్చారు. అనంతరం ఈ వ్యక్తుల మృతదేహాలను ట్రక్కులో ఎక్కించి అమీన్‌కు వద్దకు తీసుకుని వెళ్లారు. అప్పుడు ఈ మృతదేహాలతో వివిద పదార్ధాలను చేసుకుని తిని తన ఆకలిని తీర్చుకున్నాడని చెబుతున్నారు.

మనిషి తినేవాడు రాష్ట్రపతి ఎలా అయ్యాడు?

అయితే ఒక నరమాంస భక్షక మృగం దేశానికి రాష్ట్రపతి ఎలా అయ్యిందన్న ప్రశ్న అందరిలోనూ తెలెత్తుతుంది. కనుక ఈదీ అమీన్ ఆర్మీ బట్లర్ నుండి ఒక దేశానికి అధ్యక్షుడయ్యే వరకు జరిగిన కథ గురించి తెలుసుకుందాం..

ఉగాండా సైన్యంలో వంటమనిషిగా పనిచేసిన ఈద్ అమీన్ చాలా తెలివైనవాడు. అంతేకాదు చాలా ప్రమాదకరమైనవాడు. అతను భారీ కాయుడు.. అతని శరీరతీరు అతని పురోగతికి మొదటి మెట్టు అయింది. ఎత్తు 6 అడుగుల 4 అంగుళాలు. బరువు 160 కిలోలు. సైన్యంలో పనిచేస్తున్న సమయంలో బాక్సింగ్ క్రీడాకారుడిగా చేరాలని ప్రయత్నించాడు. సక్సెస్ గా రింగ్ లోకి అడుగు పెట్టి%ొ% వరుసగా తొమ్మిది సంవత్సరాలు ఉగాండా నేషనల్ బాక్సింగ్ ఛాంపియన్‌గా నిలిచాడు. ఇది అతనికి సైన్యంలో ప్రమోషన్ పొందడానికి సహాయపడింది. ఈ విధంగా 1965 నాటికి అమీన్ ఉగాండా సైన్యానికి జనరల్ అయ్యాడు.తిరుగుబాటులో 3 గంటల్లో అధికారాన్ని చేజిక్కించుకున్న అమీన్

ఆర్మీ జనరల్ అయిన తర్వాత, ఇదీ అమీన్ ఉగాండా అధికారంపై దృష్టి సారించాడు. ఇదీ అమీన్‌ను విశ్వసించిన ఉగాండా ప్రధానమంత్రి మిల్టన్ ఒబోటే 25 జనవరి 1971న సింగపూర్‌లో ఉన్నప్పుడు, అతను తన ప్రధానమంత్రి నమ్మకాన్ని ఛిన్నాభిన్నం చేసి రాజధాని కంపాలాలో రక్తపు తిరుగుబాటు చేశాడు. కేవలం మూడు గంటల సైనిక చర్యలో దేశం మొత్తం అధికార పగ్గాలు ఇదీ అమీన్ చేతుల్లోకి వచ్చాయి.జనవరి 25, 1971 తేదీ ఉగాండాకు .. ఆఫ్రికాకు మాత్రమే కాదు, మొత్తం మానవాళికి కూడా బ్లాక్ డే గా నిలిచింది. ఎందుకంటే నరమాంస భక్షకుడు అమీన్ అధికారంలోకి వచ్చిన వెంటనే తన రక్తపు దాహాన్ని ప్రజలకు రుచి చూపించడం ప్రారంభించాడు, అతనులోని వికృత రూపాయలు ఒకొక్కటిగా వెలుగులోకి వచ్చాయి.అమీన్ తనను తాను దాదా గా అభివర్ణించుకునేవాడు. ఉగాండాలో తనని వ్యతిరేకించిన వారికి బహిరంగంగా మరణశిక్ష విధించేవాడు. అయితే అమీన్ మ్యాన్ ఈటర్ అనే రహస్యాన్ని మొదట అతని వైద్యుడు కిబో రింగోటా బయటపెట్టాడు.. ఒకసారి డాక్టర్ కిబో రింగోటా ఫ్రిడ్జ్ నుండి ఐస్ తీసుకోవడానికి అమీన్ కిచెన్‌కి వెళ్లినప్పుడు.. ఫ్రిజ్ తెరవగానే డాక్టర్ షాక్ తిన్నాడు. రెండు మానవ శరీరాలను ఫ్రీజర్‌లో ఉంచారు.. డాక్టర్ కిబో అక్కడ ఉన్న మరికొందరు సిబ్బందితో మాట్లాడి మరిన్ని వివరాలను తెలుసుకున్నాడు. అమీన్ ఫ్రిడ్జ్ ఎల్లప్పుడూ మానవ అవయవాలతో నిండి ఉంటుందని తెలుసుకున్నాడు.

ప్రధాన న్యాయమూర్తిని హత్య చేసి..

1975లో ఈదీ అమీన్ తన మాట వినని దేశ ప్రధాన న్యాయమూర్తిని హత్య చేశాడని.. ఈదీ అమీన్ స్వయంగా అతడికి చేరుకుని పోస్ట్‌మార్టం పూర్తి కాగానే తనను అక్కడి నుంచి వెళ్లిపోవాలని కోరాడని, ఆపై ప్రధాన న్యాయమూర్తి మాంసాన్ని తిన్నాడని పోస్టుమార్టం నిర్వహించిన వైద్యుడు పేర్కొన్నట్లు సమాచారం. అమీన్ ఉగాండాను 8 సంవత్సరాలు పాలించారు, ఈ సమయంలో ప్రతి ఉదయం ఉగాండా వీధుల్లో అనేక మృతదేహాలు కనిపిస్తూనే ఉండేవి. అమీన్ పాలన సమయంలో ఉగాండాలో 6 లక్షల మందిని చంపాడని చెబుతారు.

6 మంది భార్యలు 45 మంది పిల్లలు

అతను క్రూరమైనవాడు మాత్రమే కాదు.. దుర్మార్గుడు కూడా.. ప్రభుత్వ డబ్బులతో తరచూ పార్టీలు ఇచ్చేవాడు. ఆరుసార్లు వివాహం చేసుకున్నాడు. వీటిల్లో ఐదు రాష్ట్రపతి అయిన తర్వాత జరిగాయి. అమీన్ తన ఆరుగురు భార్యల ద్వారా 45 మంది సంతానాన్ని కన్నాడు. అంతేకాదు అతని అంతఃపురంలో 35 మందికి పైగా మహిళలు ఉన్నారు. వారు 100 మందికి పైగా పిల్లలకు జన్మనిచ్చారు. అయితే అమీన్ రెండవ భార్య 'కె అడోరా' తన భర్త నరమాంస భక్షకుడని తెలుసుకున్నప్పుడు.. అతడిని ద్వేషించడం ప్రారంభించింది, ఆపై ఆమె తన వైద్యునితో ప్రేమలో పడింది. ఈ విషయం తెలుసుకున్న ఇదీ అమీన్ 'కె అడోరా'ను దారుణంగా హతమార్చాడు.

భారతీయులను ద్వేషించిన అమీన్

ప్రపంచం మొత్తం ఈదీ అమీన్‌ను అసహ్యించుకుంది. అయితే ఈదీ అమీన్ మాత్రం భారతదేశ ప్రజలను ఎక్కువగా ద్వేషించాడు. అతను ఉగాండా నుండి లక్ష మంది భారతీయులను తరిమివేసాడు. వాస్తవానికి, ఉగాండా.. బ్రిటిష్ పాలనలో ఉన్న సమయంలో వేలాది మంది భారతీయులను ఉగాండాకు తరలించారు. వారు అక్కడే స్థిరపడ్డారు. తమ సామర్థ్యం ఆధారంగా వారు ఉగాండా ఆర్థిక వ్యవస్థలో తమ ఆధిపత్యాన్ని స్థాపించారు.అమీన్ అధికారంలోకి రాగానే మొదట అక్కడ నివసిస్తున్న భారతీయులనే టార్గెట్ చేశాడు.. 1972 ఆగస్టు 4న భారతీయులందరూ రెండు సూట్‌కేసులతో 90 రోజుల్లో ఉగాండా విడిచి వెళ్లాలని ఈదీ అమీన్ ఉత్తర్వు జారీ చేశాడు.. ఉగాండా భారతీయుల ఆస్తులు లాక్కుంటానని .. ఉగాండా ప్రజలకు మాత్రమే తమ దేశంలో ఆస్థి హక్కు ఉందని వెల్లడించాడు.అమీన్ ఉత్తర్వు ఉగాండాలో నివసిస్తున్న భారతీయులలో ప్రకంపనలు సృష్టించింది.. తమ వ్యాపారాలను వదిలి బ్రిటన్‌కు పారిపోవటం ప్రారంభించారు. ఆ సమయంలో ఇందిరా గాంధీ భారత ప్రధానిఈదీ అమీన్‌ను హెచ్చరించింది. ఈ నియంతపై ఎటువంటి ప్రభావం చూపలేదు. అమీన్ నిరంకుశంగా మారాడు.. కొన్నిసార్లు ఇజ్రాయెల్ విమానాలను హైజాక్ చేశాడు. కొన్నిసార్లు అమెరికాను బెదిరించాడు. ఇతనికి లిబియా నియంత కల్నల్ గడ్డాఫీ మద్దతు ఉంది.

ఉగాండా నుండి పారిపోవాల్సి వచ్చినప్పుడు

అక్టోబరు 30, 1978న అమీన్ సైన్యం .. ఉగాండ పొరుగు దేశం టాంజానియాపై దాడి చేసింది. గడాఫీ అమీన్ సైన్యానికి సహాయం చేయడానికి లిబియా సైన్యాన్ని పంపాడు. టాంజానియాతో 6 నెలల పాటు యుద్ధం కొనసాగింది. అప్పుడు టాంజానియా సైన్యం ఉగాండా సైన్యాన్ని తిప్పికొట్టి 10 ఏప్రిల్ 1979న ఉగాండా రాజధాని కంపాలాలోకి ప్రవేశించింది. అమీన్ నిరుత్సాహానికి గురై తన ప్రాణాలను కాపాడుకోవడానికి పారిపోయాడు. ఉగాండాను శాశ్వతంగా విడిచిపెట్టాడు.

తన స్నేహితుడు కల్నల్ గడాఫీ నుండి ఆశ్రయం పొందేందుకు మొదట లిబియా చేరుకున్నాడు. ఆపై సౌదీ అరేబియా చేరుకున్నాడు. అమీన్ సౌదీ అరేబియాలోని జెడ్డా నగరంలో 24 సంవత్సరాలు నివసించాడు. ఈ నియంత 20 జూలై 2003న మరణించాడు. ఉగాండా ప్రజలు అమీన్‌ను ఎంతగా ద్వేషించారంటే అతని మృతదేహాన్ని తమ దేశంలో ఖననం చేయడానికి కూడా అనుమతించలేదు.

# దుబాయ్‌లో మరో అద్భుత నిర్మాణం..

# నీటిపై తేలియాడే మసీదు.. ఖర్చు ఎంతో తెలిస్తే కళ్లు బైర్లు కమ్మాల్సిందే..!

దుబాయ్: ఈ ప్రాజెక్ట్ మతపరమైన పర్యాటకాన్ని ప్రోత్సహించడానికి, దుబాయ్‌లో సందర్శకుల సంఖ్యను పెంచడానికి చేస్తున్న కృషిలో భాగమే అంటున్నారు. మసీదు మూడు-అంతస్తుల నిర్మాణం, విలక్షణమైన లక్షణంతో ఉంటుంది. ప్రార్థనా మందిరం నీటి అడుగున ఉంటుంది. 50 నుంచి 75 మంది వరకు భక్తులు ఒకేసారి ప్రార్థన చేసుకునేందుకు వీలుండేలా దీన్ని డిజైన్ చేస్తున్నారు.

దుబాయ్‌లో మరో అద్భుత నిర్మాణం.. నీటిపై తేలియాడే మసీదు.. ఖర్చు ఎంతో తెలిస్తే కళ్లు బైర్లు కమ్మాల్సిందే..!

దుబాయ్ వాటర్ కెనాల్‌లో 5.5 కోట్ల దిర్హామ్‌ల వ్యయం అంటే సుమారు రూ. 125 కోట్లతో నీటిపై తేలియాడే మసీదును నిర్మించనుంది. వచ్చే ఏడాది మసీదును సందర్శకుల కోసం అందుబాటులోకి తీసుకురానున్నట్టుగా ఇస్లామిక్ అఫైర్స్ అండ్ ఛారిటబుల్ యాక్టివిటీస్ డిపార్ట్‌మెంట్ (ఐసీఏడీ) అధికారులు తెలిపారు. ప్రపంచంలో మరెక్కడా లేని విధంగా తొలిసారిగా నీటిపై తేలియాడే మసీదును నిర్మించాలని యూఏఈ ప్రకటించింది. ఈ మసీదులో ఈ మసీదులో మూడు అంతస్తులు ఏర్పాటు చేయనున్నట్టుగా ప్రకటించారు. ఎమిరేట్ ఇస్లామిక్ అఫైర్స్ అండ్ ఛారిటబుల్ యాక్టివిటీస్ డిపార్ట్‌మెంట్ సౌజన్యంతో దుబాయ్ వాటర్ కెనాల్ వద్ద ఈ ప్రత్యేకమైన ప్రార్థనా స్థలం ప్రస్తుతం నిర్మాణంలో ఉంది. ఈ ప్రాజెక్ట్ మతపరమైన పర్యాటకాన్ని ప్రోత్సహించడానికి, దుబాయ్‌లో సందర్శకుల సంఖ్యను పెంచడానికి చేస్తున్న కృషిలో భాగమే అంటున్నారు.

మసీదు మూడు-అంతస్తుల నిర్మాణం, విలక్షణమైన లక్షణంతో ఉంటుంది. ప్రార్థనా మందిరం నీటి అడుగున ఉంటుంది. 50 నుంచి 75 మంది వరకు భక్తులు ఒకేసారి ప్రార్థన చేసుకునేందుకు వీలుండేలా దీన్ని డిజైన్ చేస్తున్నారు. ఇది ఎమిరేట్‌లో ఒక ముఖ్యమైన ఆకర్షణగా మారుతుందని, ప్రార్థనల కోసం ప్రత్యేకంగా నిర్మిస్తున్న నీటిలో తేలియాడే ప్రార్థనా మందిరాన్ని సందర్శించేందుకు సందర్శకులను స్వాగతిస్తుంది దుబాయ్.ఈ మసీదు నీటిపై రెండు అంతస్తులను కలిగి ఉంటుంది, ఇస్లామిక్ ఉపన్యాసాలు, వర్క్‌షాప్‌ల కోసం ఒక హాలును ఏర్పాటు చేశారు.. వచ్చే ఏడాది సందర్శకుల కోసం దీన్ని తెరవనున్నారు. ముఖ్యంగా, ఈ తేలియాడే మసీదు అన్ని మతాల ప్రజలకు ఆహ్వానం పలికేలా ఉంటుంది. సందర్శకులు నిరాడంబరంగా దుస్తులు ధరించాలని, ఇస్లామిక్ ఆచారాలను గౌరవించాలని అభ్యర్థించారు.

## ఈ యేడు థీమ్ ఏంటో తెలుసా..? ప్రాముఖ్యత ..!

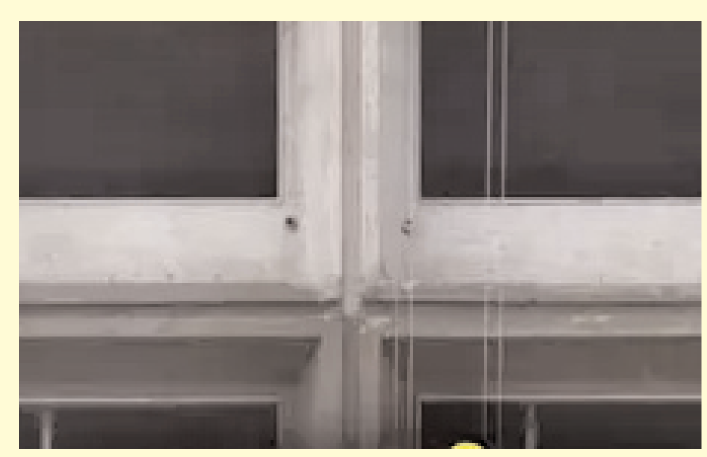
**అమెరికా:** గంగా భారతదేశంలో అత్యంత ప్రసిద్ధ, పురాణ నదిగా పరిగణించబడుతుంది. గంగా నది హిందువులకు అత్యంత పవిత్రమైన నది. దీనిని దేవతగా పూజిస్తారు. గంగా నది హిమాలయాలలోని గంగోత్రిలో పుడుతుంది. గంగానదికి ఉన్నంత ప్రాముఖ్యతను, ఘనతను పొందిన నది ప్రపంచంలో మరొకటి లేదు. సింధు, గంగానదితో పాటు, గోదావరి నది భారతదేశంలో అత్యంత ముఖ్యమైన నది. గంగానది తర్వాత ఇది రెండవ అతిపెద్ద నది.

భారతదేశాన్ని నదుల భూమిగా పిలుస్తారు. భారతదేశంలో అనేక నదులు ఉద్భవించి ప్రవహిస్తున్నాయి. భారతదేశంలో ప్రధాన, చిన్న నదులతో సహా దాదాపు 200 ప్రధాన నదులు ఉన్నాయి. అలాంటి నదులను మన దేశంలో పవిత్రంగా భావిస్తారు. నదులకు దేవతా హోదా ఇస్తారు. వారిని అమ్మవారిగా పూజిస్తారు. అయితే, ప్రతి సంవత్సరం సెప్టెంబర్ నాలుగో ఆదివారం ప్రపంచవ్యాప్తంగా రివర్ డే గా జరుపుకుంటారు. ఈ ఏడాది సెప్టెంబర్ 24న అంతర్జాతీయ నదుల దినోత్సవాన్ని జరుపుకుంటున్నారు. నదుల హక్కు అనేది ఈ ఏడాది థీమ్. నదులను జాతీయ ఆస్తులుగా ప్రకటించాలని లక్ష్యంగా పెట్టుకుంది. 2005లో మొదటిసారిగా ప్రపంచ నదీ దినోత్సవాన్ని జరుపుకున్నారు. ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఉన్న నదులను రక్షించే లక్ష్యంతో ఈ వేడుకను ప్రారంభించారు. ప్రతి సంవత్సరం అంతర్జాతీయ నదుల దినోత్సవం భారతదేశంతో సహా ప్రపంచంలోని అనేక దేశాలలో జరుపుకుంటారు. ప్రపంచవ్యాప్తంగా అనేక నదులు ఉన్నాయి. ప్రతి నదికి దాని స్థల పురాణానికి సంబంధించి అద్భుతమైన కథ ఉంటుంది. దేశమంతటా ప్రవహించే నదులు వాటి వైభవాన్ని, అందాన్ని చాటిచెబుతున్నాయి.

హిందూ మతంలో యుమున, బ్రహ్మపుత్ర, సింధు, గోదావరి, నర్మద, కృష్ణ, మహానది, తపతి, వివస్త, సరస్వతి, కుంభ, కావేరి, శరావతి వంటి నదులను అత్యంత పవిత్ర నదులుగా గొప్పగా పరిగణిస్తారు. నదిలో స్నానం చేయడం, పూజించడం పవిత్రంగా భావిస్తారు. పవిత్ర నదిలో స్నానం చేయడం వల్ల మనస్సు, శరీరం రెండూ శుభ్రమవుతాయని భావిస్తారు. . సకల పాపాలు పోగొట్టుకోవడానికి నదిలో స్నానం చేయాలని నమ్ముతారు. నదీస్నానం చేస్తే ఆరోగ్యం మెరుగవుతుందనే బలమైన విశ్వాసం కూడా ఉంది. నది ఉన్నా లేకపోయినా గంగా, యమున, సింధు, గోదావరి, నర్మద, కృష్ణా, కావేరీ అనే సప్త నదులను ఇంట్లో స్నానం చేసేటపుడు స్మరించుకుంటారు. ఈ నామాలను పఠించి స్నానం చేస్తే పుణ్యం కలుగుతుందని నమ్ముతారు. పాపం నాశనం అవుతుంది. గంగా నదికి ప్రత్యేక స్థానం ఇస్తారు. గంగా పూజ, గంగాస్నానం అన్నీ పవిత్రమైనవి.హిమాలయ కొండల్లో ప్రవహించే సింధు నది నుండి మన నాగరికత ప్రారంభమైంది. భారతదేశం చారిత్రక విలువలు సింధు నదితో ముడిపడి ఉన్నప్పటికీ, గంగా భారతదేశంలో అత్యంత ప్రసిద్ధ, పురాణ నదిగా పరిగణించబడుతుంది. గంగా నది హిందువులకు అత్యంత పవిత్రమైన నది. దీనిని దేవతగా పూజిస్తారు. గంగా నది హిమాలయాలలోని గంగోత్రిలో పుడుతుంది. గంగానదికి ఉన్నంత ప్రాముఖ్యతను, ఘనతను పొందిన నది ప్రపంచంలో మరొకటి లేదు. సింధు, గంగానదితో పాటు, గోదావరి నది భారతదేశంలో అత్యంత ముఖ్యమైన నది. గంగానది తర్వాత ఇది రెండవ అతిపెద్ద నది. హిందూ గ్రంథాలలో గోదావరి నదిని పవిత్ర నదిగా పరిగణిస్తారు. గోదావరి నది అనేక శతాబ్దాలుగా గొప్ప సాంస్కృతిక వారసత్వాన్ని సంరక్షించింది. భారతదేశంలోని ప్రతి నది లక్షలాది ప్రజల జీవనాధారంగా నిలుస్తుంది.

# వావ్ బంపరాఫర్.. రూ.100 కే రూ. 6.5

# కోట్ల ఇల్లు.. ఎక్కడో తెలుసా?



రూ.6.6 కోట్ల విలువైన ఇల్లు కేవలం రూ. 100 కే ఇస్తున్నారు. అదేంటి అంత ఖరీదైన ఇల్లును అంత తక్కువ ధరకు ఇస్తారా. ఇదంతా ఫేక్ అని అనుకుంటున్నారా. అలా అనుకుంటే మాత్రం పొరపాటే. ఎందుకంటే నిజంగానే ఇంత తక్కువ ధరకు అంత విలువైన ఇళ్లను అందిస్తున్నారు. అయితే అందుకు కొన్ని అర్హతలు ఉండాలని సూచిస్తున్నారు. అయితే ఇది ఎక్కడ. ఎందుకు అలా ఇస్తున్నారు. అసలు ఈ ఇళ్లు పొందడానికి ఉన్న అర్హతలేంటి అనుకుంటున్నారా. ఈ స్టోరీ చూసేయండి.సొంత ఇల్లు కట్టుకోవాలి లేదా కొనుక్కోవాలి అని ప్రతీ ఒక్కరికి ఉంటుంది. ముఖ్యంగా గ్రామాల నుంచి పట్టణాలకు వలస వెళ్లిన వారు ఆ ఇంటి అద్దె కట్టలేక సొంత ఇల్లు కొనుక్కోలేక తీవ్ర ఇబ్బందులు పడుతూ ఉంటారు. అయితే అక్కడ మాత్రం అత్యంత ఖరీదైన ఇళ్లను అతి తక్కువ ధరకే అందిస్తున్నారు. భూములు, ఇళ్ల ధరలు రోజురోజుకూ పెరుగుతున్నప్పటికీ అంత తక్కువ ధరకు ఇళ్లు ఇవ్వడం ఒక రకంగా ఆశ్చర్యం కలిగించేదే. గ్రామాలు, పట్టణాలు, నగరాలు ఇలా తేడా లేకుండా మారుమూల ప్రాంతాల్లో ఉన్నా ఇప్పుడు భూములు గానీ, ఇళ్లు గానీ లక్షలు, కోట్లు పలుకుతున్నాయి. ఈ క్రమంలోనే రూ.6.6 కోట్ల విలువైన ఇళ్లను కేవలం రూ.100 కే అందిస్తున్నారు అంటే నమ్మడానికే ఆశ్చర్యం వేస్తుంది. కానీ బ్రిటన్‌లోని ఓ నగరంలో ఈ ఇళ్లను విక్రయిస్తున్నారు. అయితే వీటికి కొన్ని అర్హతలు, షరతులు పెడుతున్నారు.బ్రిటన్‌లోని లూయీ సిటీలోని కార్నిష్ టౌన్ సెంటర్‌లో నివసించే వారికి ఇంత తక్కువకే ఇళ్లు లభిస్తున్నాయి. 6,40,000 పౌండ్లు అంటే భారత కరెన్సీలో రూ.6.6 కోట్ల విలువైన గ్రేడ్ 2 లిస్టెడ్ ఫ్లాట్‌లను కేవలం ఒక పౌండ్ అంటే భారత కరెన్సీలో రూ.103 కే అందించేందుకు సిద్ధమయ్యారు. ఈ ఇళ్లను విక్రయించడానికి స్థానిక కౌన్సిల్ అంగీకారం తెలిపింది. 11 కోస్ట్‌గార్డ్ ఫ్లాట్‌లను త్రీ సీస్ కమ్యూనిటీ ల్యాండ్ ట్రస్ట్‌కు విడుదల చేయాలన్న సిఫార్సును కార్న్‌వాల్ కౌన్సిల్ కేబినెట్ ఆమోదించింది. అంతేకాకుండా గ్రాంట్ ఫండింగ్ ద్వారా 1 మిలియన్ పౌండ్లు అంటే భారత కరెన్సీలో రూ.10 కోట్లతో పునరుద్ధరణ పనులను చేపట్టడానికి ముందుకొచ్చింది.అయితే ఈ ఫ్లాట్‌లను బహిరంగ మార్కెట్‌లో విక్రయించడం లేదని డిప్యూటీ కౌన్సిల్ లీడర్ డేవిడ్ హారిస్ తెలిపారు. అయితే ఇప్పటికే లూయి నగరంలో సెకండ్ హ్యాండ్ ఇళ్లు, హాలిడే స్పాట్‌లు అధికంగా ఉన్నాయని.. అలాంటి పరిస్థితుల్లో ఇళ్లు తక్కువ ధరకు దొరకడం చాలా కష్టమని వెల్లడించారు. ఈ క్రమంలోనే సామాన్యులు, పేదలు ఇళ్లు కొనుక్కునే సదుపాయం లేకుండా పోయిందని అందుకే ఈ నిర్ణయం తీసుకున్నట్లు పేర్కొన్నారు. కమ్యూనిటీ హౌస్ డెవలప్‌మెంట్ పథకం కింద ఈ ఫ్లాట్‌లను కేవలం పేదలకు మాత్రమే అందించేలా ఏర్పాట్లు చేస్తున్నట్లు వివరించారు. అయితే అత్యధికంగా హాలిడే హోమ్‌లు ఉండే ఇంగ్లాండ్‌లో సెకండ్ హోమ్‌లు, హాలిడే హోమ్‌ల సమస్య కార్న్‌వాల్ నగరంలో మరీ ఎక్కువగా ఉంటుంది. 2021లో ఈ ప్రాంతంలో 13 వేల సెకండ్ హోమ్‌లు ఉన్నట్లు కార్న్‌వాల్ లైవ్ వెల్లడించింది.2021లో లూయి కౌన్సిల్ చేపట్టిన నార్త్ రోడ్ భవనం పునర్నిర్మాణం ఆర్థికంగా తీవ్ర ఖర్చుతో కూడుకుందని తెలిపారు. అలాంటి అధిక నిర్వహణ ఖర్చులను నివారించేందుకు ఫ్లాట్లను విక్రయిస్తున్నట్లు వెల్లడించారు. లూయి కౌన్సిలర్లు ఎడ్వినా హన్నాఫోర్డ్, అర్మాండ్ టామ్స్ మద్దతుతో త్రీ సీస్ కమ్యూనిటీ ల్యాండ్ ట్రస్ట్ అనే సంస్థ రూ.10 కోట్ల కంటే ఎక్కువ ఖర్చుతో ఆస్తుల ఈ ఇళ్లను కట్టేందుకు ముందుకు వచ్చినట్లు అధికారులు వెల్లడించారు.అచ్చం ఇలాంటి పథకాన్నే 2015 లో స్టోక్ ఆన్ ట్రెంట్ కౌన్సిల్ కూడా అమలు చేసిందని తెలిపారు. అయితే ఈ ఇళ్లను పొందేవారు కనీసం ఐదేళ్ల పాటు అందులో ఉండటానికి ముందుగానే అంగీకర పత్రం సమర్పించాలని షరతు పెట్టారు. లబ్ధిదారులు ఏదైనా ఉద్యోగం చేస్తూ ఉండాలని.. కుటుంబ ఆదాయం 18 వేల పౌండ్ల నుంచి 25 వేల పౌండ్ల మధ్య ఉండాలని సూచించారు. కొత్త పథకం పోర్ట్‌ల్యాండ్ స్ట్రీట్ ప్రాంతంలో ఉంటుందా లేక నగరంలోని మారుమూల ప్రాంతంలో ఉంటుందా అనేది ఇంకా నిర్ణయించలేదని హౌసింగ్ కేబినెట్ సభ్యుడు స్థానిక కౌన్సిలర్ రాండీ కాంటే చెప్పారు

# మనిషి రూపంలో వినాయకుడిని కొలిచే ఏకైక గుడి.. ఎక్కడుందంటే..

గణేషుడు రానే వచ్చాడు.. ఊరు.. వాడా.. గల్లీ గల్లీల్లో ఏర్పాటు చేసిన మండపాల్లో ఆసీనులయ్యారు. దేశ వ్యాప్తంగా గణేష్ నవరాత్రి ఉత్సవాలు ఎంతో ఘనంగా నిర్వహించుకుంటున్నారు భక్తులు. గణేష్ మండపాల్లో స్వామి వారికి రెండు పూటలా పూజలు చేస్తూ తమ భక్తిని చాటి చెబుతున్నారు. ఇక గణేషుడి ఉత్సవాలు మహారాష్ట్రలో ధూం ధాంగా ఉంటాయి. భారీ స్థాయిలో, ఎత్తైన విగ్రహాలు నెలకొల్పుతారు. అయితే, దేశంలో ఏ ప్రాంతమైనా.. ఏ ప్రదేశమైనా.. ఏ గుడి అయినా.. ఏ మండపం అయినా.. వినాయకుడిని ఏనుగు తల రూపంలో ఉన్న గణనాథుడిగానే కొలుస్తారు. అందమైన ఆ రూపంలో.. పొడవాటి తొండం, బొద్దుగా ఉన్న బొర్రతో చూడచక్కని రూపుతో ఉన్న గణపయ్యను జగమంతా పూజిస్తుంటుంది.

అయితే, మనిషి రూపంలో వినాయకుడిని ఎప్పుడైనా ఊహించుకున్నారా? మనిషి రూపంలో వినాయకుడికి పూజలు ఎప్పుడైనా చేశారా? అంటే మనిషి తల కలిగిన వినాయకుడి విగ్రహానికి పూజలు చేయడం చూశారా? దాదాపు అసాధ్యమనే చెబుతారు. కానీ, మీరు భావించే తప్పు. వినాయకుడిని మనిషి తల రూపంలో పూజించే చోటు ఒకటి ఉంది.

ఆ రూపంలో ఆయనకు ఒక గుడి కూడా కట్టించారు భక్తులు. ఆ గుడిలో నిత్యం పూజలు కూడా చేస్తుంటారు. మరి ఆ ప్రత్యేకమైన టెంపుల్ ఎక్కడుంది? ఆ టెంపుల్‌లో వినాయకుడి మనిషి రూపంలో ఉండటానికి కారణం ఏంటి? ఇందుకు సంబంధించిన ప్రత్యేక వివరాలను ఇప్పుడు మనం తెలుసుకుందాం..

**ఆది వినాయక దేవాలయం..**

ఈ వినాయకుడి ఆలయం తమిళనాడులో ఉంది. ఈ ఆలయం పేరు ఆది వినాయకుడు టెంపుల్. ఇక్కడ గణేశుడు మనిషి రూపంలో పూజించబడతాడు. ఆసక్తికరమైన విషయం ఏమిటంటే.. ఇలా మనిషి రూపంలో వినాయకుడిని పూజించే ప్రపంచంలోనే ఏకైక ఆలయం ఆది వినాయకుని ఆలయం. ఈ ఆలయంలో గణపయ్య ముఖరూపం.. ఏనుగు తల రూపంలో కాకుండా పూర్తిగా మనిషి ముఖ రూపంలో ఉంటుంది.

**మనిషి ముఖ రూపంలో ఎందుకు పూజిస్తారు?**

గణేషుడిపై కోపోద్రిక్తుడైన శంకరుడు.. ఆ గణేషుడి తలను శరీరం నుంచి వేరు చేస్తాడు. ఆ తరువాత గణేషుడిని మొండెంపై ఏనుగు తలను అమరుస్తారు. అప్పటి నుంచి ముల్లోకాలూ ఏనుగు రూపంలో ఉన్న గణపతినే పూజిస్తారు. కానీ, ఇక్కడి భక్తులు మాత్రం గణపతి మొదటి రూపాన్నే పూజిస్తారు. గణపతి మొదట్లో ఎలా ఉండేవాడో.. ఆ రూపంలో ఆయన్ని ఆరాధిస్తారు భక్తులు. అందుకే ఈ ఆలయానికి ఆది వినాయకుడు అని పేరు కూడా పెట్టారు.

**ఆదివినాయక ఆలయానికి ఎలా చేరుకోవాలి..**

ఈ ఆలయం తమిళనాడు రాష్ట్రంలోని తిరువారూర్ జిల్లాలో కుట్నూర్ నుండి 3 కి.మీ దూరంలో తిల్లతర్పన్ పురి అనే ప్రదేశంలో ఉంది. ఈ ఆలయానికి విమానంలో కూడా వెళ్లవచ్చు. ఆలయానికి సమీపంలోనే విమానాశ్రయం ఉంది. అదేఏ తిరుచిరాపల్లి విమానాశ్రయం. ఇది సుమారు 110 కిలోమీటర్ల దూరంలో ఉంది. ఒకవేళ మీరు ట్రైన్‌లో వెళ్లాలనుకుంటే.. చెన్నై చేరుకున్న తరువాత తిరువారూరుకు రైల్‌లో వెళ్లడానికి అవకాశం ఉంటుంది.

## ఆర్థిక ఇబ్బందులా.. లక్ష్మీదేవి అనుగ్రహం కోసం రోజు ప్రతిరోజూ ఈ పనులు చేసి చూడండి..

లక్ష్మీ దేవి ఆశీర్వాదం పొందడానికి.. ఆమెను ప్రసన్నం చేసుకోవడానికి ప్రతి ఒకరు అనేక రకాల జ్యోతిష్య పరిహారాలను చేస్తూనే ఉంటారు. లక్ష్మీ దేవిని ప్రసన్నం చేసుకోవడానికి అనేక రకాల చర్యలు పురాణగ్రంథాల్లో పేర్కొనబడ్డాయి. కొన్ని అలవాట్లు అలవర్చుకోవడం ద్వారా లక్ష్మీదేవిని ఎలా ప్రసన్నం చేసుకోవచ్చో ఈ రోజు తెలుసుకుందాం.

హిందూ మతంలో సంపదలకు అధిదేవత లక్ష్మీదేవి. సిరి, సంపద, కీర్తి, ఆనందాన్ని అందించే దేవతగా పరిగణించబడుతుంది. అందుకనే సిరి సంపదలను ఇచ్చే లక్ష్మీ దేవి ఆరాధనకు హిందూ మతంలో ప్రత్యేక ప్రాముఖ్యత ఉంది. మత విశ్వాసాల ప్రకారం లక్ష్మీ దేవి ఆశీర్వాదం పొందిన వ్యక్తులకు సంపద, సుఖ జీవితానికి లోటు ఉండదు. లక్ష్మీ దేవి ఆశీర్వాదం పొందడానికి.. ఆమెను ప్రసన్నం చేసుకోవడానికి ప్రతి ఒకరు అనేక రకాల జ్యోతిష్య పరిహారాలను చేస్తూనే ఉంటారు. లక్ష్మీ దేవిని ప్రసన్నం చేసుకోవడానికి అనేక రకాల చర్యలు పురాణగ్రంథాల్లో పేర్కొనబడ్డాయి. కొన్ని అలవాట్లు అలవర్చుకోవడం ద్వారా లక్ష్మీదేవిని ఎలా ప్రసన్నం చేసుకోవచ్చో ఈ రోజు తెలుసుకుందాం.

**ఉదయం లేవగానే ప్రవేశ ద్వారం కడగాలి**

విశ్వాసాల ప్రకారం లక్ష్మీదేవికి పరిశుభ్రత అంటే చాలా ఇష్టం. పరిశుభ్రత ఉన్న ఇళ్లలో మాత్రమే లక్ష్మీదేవి నివసిస్తుందని నమ్ముతారు. వాస్తు శాస్త్రం ప్రకారం ఇంటి ప్రధాన ద్వారం చాలా శుభ్రంగా ఉండాలి. ఇలాంటి పరిస్థితుల్లో ప్రతిరోజూ ఉదయం నిద్రలేవగానే భగవంతుడిని స్మరించుకుని ఇంటి ముందు నీటితో శుభ్రం చేయాలి. అనంతరం ముగ్గులతో అలంకరించండి. ఇలా రోజూ చేయడం వలన లక్ష్మదేవి త్వరగా సంతోషపడుతుంది. ఆ ఇంటిలో ఎల్లప్పుడూ సంతోషం ఆనందం నెలకొంటుంది.

**ప్రధాన ద్వారం వద్ద దీపం**

ఇంటిలోని ప్రధాన ద్వారానికి ప్రత్యేక స్థానం ఉంది. కనుక ప్రతి రోజూ ఉదయం ఇంటి ముందు ముగ్గు వెయ్యడమే కాదు.. సాయంత్రం ఇంటి ప్రధాన ద్వారం వద్ద నెయ్యి దీపం వెలిగించండి. ఈ పరిహారంతో లక్ష్మి దేవి చాలా త్వరగా ప్రసన్నమవుతుంది. ఆ ఎల్లప్పుడూ సిరి సంపదలకు లోటు లేకుండా అనుగ్రహిస్తుంది.

**తులసి ఆరాధన:**

లక్ష్మీదేవి, శ్రీ విష్ణువుకు చాలా ప్రీతికరమైనదితులసి. ఈ తులసి మొక్కను నిత్యం పూజించే ఇళ్లలో లక్ష్మీదేవి తప్పకుండా నివసిస్తుందని నమ్ముతారు. ప్రతిరోజూ ఉదయం తులసి మొక్కకు నీరు సమర్పించి సాయంత్రం నెయ్యి దీపం వెలిగించడం వల్ల ఇంట్లో సుఖ సంతోషాలు, ఐశ్వర్యం కలుగుతాయి.

**సూర్య భగవానుడికి అర్ఘ్యం సమర్పించండి:**

వేద జ్యోతిషశాస్త్రం ప్రకారం సూర్య భగవానుడికి క్రమం తప్పకుండా అర్ఘ్యం సమర్పించే వారి ఇళ్లు ఆనందం, శ్రేయస్సు, కీర్తితో నిండి ఉంటాయి. సూర్య భగవానునికి ప్రతిరోజూ నీటిని సమర్పించడం వల్ల జాతకంలో సూర్యుని స్థానం బలపడుతుంది.

నుదుటిపై కుంకుమ

వేద జ్యోతిష్యశాస్త్రం ప్రకారం రోజూ ఉదయం పూజ చేసిన తర్వాత కుంకుమని నుదుటిపై కుంకుమతో బొట్టు పెట్టుకోవాలి. హిందూ మత విశ్వాసాల ప్రకారం ఉదయం పూజ చేసిన తర్వాత నుదుటిపై తిలకం ధరించడం వలన లక్ష్మీదేవి ప్రసన్నమవుతుంది.

## పొరపాటున కూడా దీపాన్ని ఇలా వెలిగించకండి.. చేసిన పూజ ఫలితం దక్కదు

ఇంట్లో దీపం వెలిగించడం వల్ల ఇంట్లో ఉన్న నెగిటివ్ ఎనర్జీ తరిమికొట్టొచ్చని, వాస్తు దోషాలను సైతం దీపం దూరం చేస్తుందని శాస్త్ర నిపుణులు చెబుతున్నారు. దీపం వెలిగించడం వల్ల ఎన్నో రకాలుగా లాభం జరుగుతుంది. అయితే దీపం వెలిగించే సమయంలో కచ్చితంగా కొన్ని రకాల నియమాలను పాటించాల్సి ఉంటుంది. అలా కాకుండా నియమాలను పాటించకుండా దీపాన్ని వెలిగిస్తే...

హిందూ మతంలో దేవుళ్లను పూజించడంలో ఎన్ని విధానాలు అందుబాటులో ఉన్నా దీపం వెలిగించడం మాత్రం సాధారణం. దేవలయాలు మొదలు ఇంట్లో ప్రతీరోజు రెండుసార్లు దీపాన్ని వెలిగిస్తున్నారు. ధూపం, దీపం లేకుండా ఏ పూజ కూడా సంపూర్ణంగా ముగిసిందని చెప్పరు. ఇక హిందూ సంప్రదాయం శతాబ్దాల కాలం నుంచి ఆనవాయితీగా వస్తోంది.

ఇంట్లో దీపం వెలిగించడం వల్ల ఇంట్లో ఉన్న నెగిటివ్ ఎనర్జీ తరిమికొట్టొచ్చని, వాస్తు దోషాలను సైతం దీపం దూరం చేస్తుందని శాస్త్ర నిపుణులు చెబుతున్నారు. దీపం వెలిగించడం వల్ల ఎన్నో రకాలుగా లాభం జరుగుతుంది. అయితే దీపం వెలిగించే సమయంలో కచ్చితంగా కొన్ని రకాల నియమాలను పాటించాల్సి ఉంటుంది. అలా కాకుండా నియమాలను పాటించకుండా దీపాన్ని వెలిగిస్తే మంచి కంటే చెడు ఎక్కువ జరిగే అవకాశం ఉంటుంది. ఇంతకీ దీపం వెలిగించే సమయంలో ఎలాంటి జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి.? ఎలాంటి నియమాలు పాటించాలి.? లాంటి పూర్తి వివరాలు మీకోసం..

జ్యోతిష్య శాస్త్రం ప్రకారం.. నెయ్యి లేదా నూనెతో దీపాన్ని వెలిగించడం వల్ల ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి. ఒక్కో దేవతార్చనకు ఒక్కో విధంగా దీపాన్ని వెలిగించాల్సి ఉంటుంది. ఒకవేళ నెయ్యి దీపాన్ని వెలిగిస్తే దీపం మీ ఎడమ చేతి వైపు ఉండేలా చూసుకోవాలి. ఒకవేళ నూనె దీపం వెలిగిస్తే మీ కుడి చేతి వైపు ఉండేలా చూసుకోవాలి. దీపాన్ని దేవునికి దూరంగా ఉంచకూడదు. దీపం మధ్యలో ఆరిపోకుండా తగినంత నూనె ఉండేలా చూసుకోవాలి.

కోరికలు నెరవేరాలని భగవంతుడిని ప్రార్థిస్తే నూనె దీపాన్ని వెలిగించాల్సి ఉంటుంది. ఆర్థికంగా నిలదొక్కుకోవాలంటే దుర్గమాత ముందు నెయ్యి దీపం వెలిగించాలని పండితులు చెబుతున్నారు. ఇలా చేస్తే ఆర్థికపరమైన ఇబ్బందులు తొలగిపోతాయని అంటున్నారు. శనిదేవుడిని ఆరాధించేందుకు ఆవనూనె లేదా నువ్వుల నూనెతో దీపం వెలిగిచాలి. ఏలిననాటి శని ప్రభావం ఉన్న వారు ఇలా చేస్తే సమస్యలు తగ్గుతాయి. శనివారం ఆవనూనె దీపం వెలిగించడం ద్వారా శని దోష ప్రభావం తగ్గుతుంది. హనుమంతుడిని ప్రసన్నం చేసుకోవడానికి మల్లెపూ నూనెతో దీపాన్ని వెలిగించాలి.

ఒకవేళ జాతకంలో రాహు-కేతు దోషాలు ఉన్నట్లయితే అవిసె నూనెతో దీపం వెలిగించాలని జ్యోతిష్య పండితులు చెబుతున్నారు. సాయంత్రం ఇంటి ప్రధాన ద్వారం ముందు ఆవు నెయ్యి దీపం వెలిగించడం వల్ల ఇంట్లో సుఖ సంతోషాలు, ఐశ్వర్యం కలుగుతాయి.

## ఆదివారం నాడు తులసి ఆకులను అస్సలు తుంచొద్దు.. ఎందుకో తప్పక తెలుసుకోండి..

హిందూ మతంలో తులసి మొక్కను పవిత్రంగా భావిస్తారు. తులసి మతపరమైన దృక్కోణం నుండి ప్రాముఖ్యతను కలిగి ఉండటమే కాకుండా ఆయుర్వేదంలో దాని ప్రయోజనాలను కూడా ప్రస్తావించింది. అంతేకాకుండా, హిందూమతం ప్రకారం తులసికి సంబంధించిన అనేక నియమాలను ప్రజలు తప్పక గుర్తుంచుకోవాల్సిన అవసరం ఉంది. ఆదివారం నాడు తులసి ఆకులను అస్సతు తుంచకూడదు. మరి దీని వెనుక ఉన్న కారణాలేంటో ఇప్పుడు మనం తెలుసుకుందాం..

**ఆదివారం నాడు తుసి ఆకులను అస్సలు తుంచొద్దు.. ఎందుకో తప్పక తెలుసుకోండి..**

హిందూ మతంలో తులసి మొక్కను పవిత్రంగా భావిస్తారు. తులసి మతపరమైన దృక్కోణం నుండి ప్రాముఖ్యతను కలిగి ఉండటమే కాకుండా ఆయుర్వేదంలో దాని ప్రయోజనాలను కూడా ప్రస్తావించింది. అంతేకాకుండా, హిందూమతం ప్రకారం తులసికి సంబంధించిన అనేక నియమాలను ప్రజలు తప్పక గుర్తుంచుకోవాల్సిన అవసరం ఉంది. ఆదివారం నాడు తులసి ఆకులను అస్సతు తుంచకూడదు. మరి దీని వెనుక ఉన్న కారణాలేంటో ఇప్పుడు మనం తెలుసుకుందాం..

**మతపరమైన ప్రాముఖ్యత..**

హిందూ మత గ్రంధాలలో, తులసి ఆకు మహిమ గురించి ఎంతగానో చెప్పడం జరిగింది. దానిలోని ఒక ఆకు కూడా ఎంతో పుణ్యాన్ని కలుగజేస్తుంది. తులసి మొక్కలో లక్ష్మి దేవి నివసిస్తుందని భావిస్తారు. తులసిని రోజూ పూజిస్తే ఆ ఇంట్లో ఎప్పుడూ సుఖ సంతోషాలు ఉంటాయని నమ్ముతారు. దీంతో పాటు, ఆర్థిక సమస్యలు, ప్రతికూలత నుండి కూడా ఉపశమనం పొందుతారు.

**ఆదివారం ఆకులు తెంచొద్దు..**

పౌరాణిక విశ్వాసాల ప్రకారం.. తులసి విష్ణువుకు చాలా ప్రీతికరమైనది. అదే సమయంలో హిందూ విశ్వాసాల ప్రకారం ఆదివారం కూడా విష్ణువుకు అంకితం చేయబడింది. ఈ కారణంగా ఆదివారం నాడు తులసి ఆకులను తుంచొద్దని పండితులు చెబుతారు.

**ఈ రోజు కూడా తులసిని తెంపొద్దు..**

ఆదివారాలు మాత్రమే కాకుండా.. చంద్రగ్రహణం, సూర్యగ్రహణం, ఏకాదశి, ద్వాదశి, సూర్యాస్తమయం తర్వాత కూడా తులసి ఆకులను తుంచొద్దు.

ఎందుకంటే ఈ తేదీల్లో తులసి భగవంతుడు శ్రీ హరి కోసం నిర్జల వ్రతం ఆచరిస్తుందని విశ్వాసం. అందుకే, ఈ రోజుల్లో తులసిని తుంచడం మానుకోవాలి. అలాగే ఈ తేదీల్లో తులసికి నీరు కూడా పోయవద్దు.

## మీకు ఈ సంకేతాలు కనిపించాయా? ఇంట్లోకి లక్ష్మీ దేవి వస్తుందని అర్థం..!

హిందూ మతంలో లక్ష్మీదేవికి విశేష ప్రాముఖ్యత ఉంది. సిరిసంపదలకు ప్రతిరూపంగా లక్ష్మీదేవిని కొలుస్తారు. లక్ష్మీదేవి అనుగ్రహం పొందిన వ్యక్తి జీవితంలో ఆర్థిక సమస్యలన్నీ తొలగిపోతాయని విశ్వాసం. అయితే, జ్యోతిష్య శాస్త్రం ప్రకారం.. కొన్ని సంకేతాలు వ్యక్తికి కనిపించినా.. అనిపించినా.. వారి జీవితంలో మంచి రోజులు ప్రారంభం కాబోతున్నాయని అర్థం. ఇదే విషయాన్ని జ్యోతిష్య శాస్త్ర పండితులు చెబుతున్నారు. మరి లక్ష్మీ దేవి రాక ముందు ఎలాంటి సంకేతాలు కనిపిస్తాయో ఓసారి తెలుసుకుందాం..హిందూ మతంలో లక్ష్మీదేవికి విశేష ప్రాముఖ్యత ఉంది. సిరిసంపదలకు ప్రతిరూపంగా లక్ష్మీదేవిని కొలుస్తారు. లక్ష్మీదేవి అనుగ్రహం పొందిన వ్యక్తి జీవితంలో ఆర్థిక సమస్యలన్నీ తొలగిపోతాయని విశ్వాసం. అయితే, జ్యోతిష్య శాస్త్రం ప్రకారం.. కొన్ని సంకేతాలు వ్యక్తికి కనిపించినా.. అనిపించినా.. వారి జీవితంలో మంచి రోజులు ప్రారంభం కాబోతున్నాయని అర్థం. ఇదే విషయాన్ని జ్యోతిష్య శాస్త్ర పండితులు చెబుతున్నారు. మరి లక్ష్మీ దేవి రాకముందు ఎలాంటి సంకేతాలు కనిపిస్తాయో ఓసారి తెలుసుకుందాం..

**ఇలాంటి కలలు వస్తాయి..**

జ్యోతిష్య శాస్త్రం ప్రకారం.. మంచి రోజులు ప్రారంభమయ్యే ముందు సదరు వ్యక్తికి మంచి కలలు వస్తాయి. కలలో దేవుడిని చూడటం, కలలో నిధి కనిపించడం, చెట్లు, మొక్కలు, పచ్చదనం కనిపించడం జరుగుతుంది. కలలో ఇవి కనిపిస్తే.. త్వరలోనే మీ జీవితంలో మంచి రోజుల ప్రారంభానికి ప్రతీకగా పేర్కొంటున్నారు జ్యోతిష్య పండితులు.

**పచ్చని చెట్లు..**

మంచి రోజులు రావడానికి ముందు మీ ఇంట్లో చెట్లు, మొక్కలు పచ్చగా ఎదుగుతుంటాయి. ముఖ్యంగా తులసి మొక్క పచ్చగా, అందంగా కనిపిస్తుంటుంది. అదే విధంగా ఇంట్లోని అరటి చెట్లు, మనీ ప్లాంట్ కూడా పచ్చగా మారుతాయి. ఈ సంకేతం కూడా శ్రేయస్సుకు చిహ్నంగా పేర్కొంటున్నారు నిపుణులు.

**మంచి విషయాలు జరగడం..**

మీ జీవితంలో మంచి రోజులు రాబోవడానికి ముందు.. ఇంట్లో ఆహ్లాదకరమైన వాతావరణం ఏర్పడుతుంది. వాతావరణం సానుకూలంగా మారడం ప్రారంభం అవుతుంది. ఒక వ్యక్తి ఏదైతే అనుకున్నాడో అది నిజం కావడం ప్రారంభమవుతుంది. అంతేకాదు.. వ్యక్తిలో సానుకూల శక్తి కూడా ప్రవహిస్తుంది.

**ఇవి కనిపించడం ప్రారంభమవుతుంది..**

ఒక వ్యక్తి తన ఇంట్లో నల్ల చీటమ గుంపును చూసినప్పుడు, ఉదయం శంఖం ధ్వనిని విన్నప్పుడు మంచి సంకేతంగా పేర్కొంటారు. ఇవి మీకు కనిపించినట్లయితే.. లక్ష్మీ దేవి మీ పట్ల ప్రసన్నురాలైందని, మీపై దయ చూపిందని అర్థంగా పేర్కొంటున్నారు జ్యోతిష్య పండితులు. అంతేకాదు.. లక్ష్మీ దేవి త్వరలోనే మీ ఇంటికి వస్తుందని చెబుతున్నారు.

సత్యమేవ జయతే



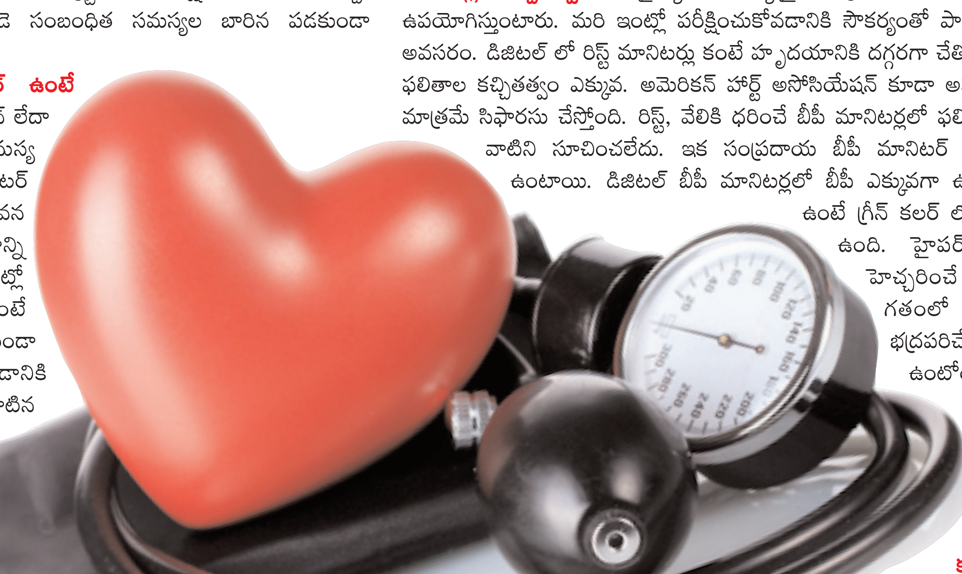
# బీపీ ఉన్నట్టు ఎలా తెలుస్తుంది..?

**సైలెంట్ కిల్లర్. రక్తపోటు (బ్లడ్ ప్రజర్/బీపీ)కి మరోపేరు. బీపీని నియంత్రణలో ఉంచుకోకపోతే అది ఎన్నో సమస్యలకు కారణమవుతుంది. హార్ట్ ఎటాక్, పక్షవాతం, కిడ్నీ ఫెయిల్యూర్ బారిన పడే ప్రమాదం ఉంటుంది. మరి బీపీ నియంత్రణలో ఉందా? లేదా? అన్నది ఎలా తెలుస్తుంది...? బీపీ మానిటర్ ద్వారా క్రమం తప్పకుండా పరీక్షించుకుంటే సరి. అందుకోసం ఆస్పత్రి చుట్టూ తిరగడం కంటే ఓ మంచి బీపీ మానిటర్ ను ఇంట్లో ఉంచుకోవడం ఉపయోగకరం. మరి కొనే ముందు పరిశీలించాల్సిన విషయాలు ఉన్నాయి. అలాగే, బీపీ గురించి చాలా విషయాలు తెలుసుకునే ప్రయత్నం చేద్దాం.**

ఉంటుంది. గుండె నుంచి రక్తాన్ని ధమనులు శరీరంలోని అన్ని భాగాలకు తీసుకెళతాయి. గుండె రక్తాన్ని చాలా ఒత్తిడితో పంప్ చేస్తుంది. దాంతో అది వేగంగా ధమనుల ద్వారా ప్రయాణం చేస్తుంది. ఈ ఒత్తిడినే రక్తపోటు అంటారు. బ్లడ్ ప్రజర్ అందరిలోనూ ఉంటుంది. 120/80కు తక్కువగా ఉన్నంత వరకూ ఆరోగ్యానికి ఎలాంటి ఇబ్బందులు రావు. కానీ ఈ ఒత్తిడి పెరిగిపోతేనే ఎన్నో రకాల సమస్యలు మొదలవుతాయి. 120/80కు మించి 140/90 లోపు ఉంటే దాన్ని ప్రీ హైపర్ టెన్షన్ గా చెబుతారు. అదే 140/90 అంతకంటే ఎక్కువ ఉంటే స్టేజ్ 1 హైపర్ టెన్షన్ (అధిక రక్తపోటు) గా చెబుతారు. 160/100 కంటే ఎక్కువ ఉంటే స్టేజ్ 2 హైపర్ టెన్షన్ గా, అంతకంటే అధికంగా ఉంటే తీవ్ర సమస్యగా పరిగణించాలి. 60 ఏళ్లు దాటిన వారికి 150/90 ఉంటేనే హైపర్ టెన్షన్ ఉన్నట్టు అర్థం చేసుకోవాలి. అదే విధంగా ఈ రక్తపోటు 85/55 వరకు తగ్గినా ఇతరత్రా ఎలాంటి లక్షణాలు లేకుంటే కంగారు పడక్కర్లేదు. తక్కువగా ఉండి కళ్లు తిరుగుతున్నా, తల తిరుగుతున్నా, మూర్ఛిల్లుతున్నా, ఏకాగ్రత లేకపోయినా, కళ్లు బైర్లు కమ్ముతున్నా, వెంటనే వైద్యుడి వద్దకు వెళ్లాలి. హైపర్ టెన్షన్ ఉన్న సమయంలో తలపోటు, తల వెనుక మెడపై భాగంలో బాగా లాగినట్టు ఉండడం, చిరాకు, కోపం తదితర లక్షణాలు కొందరిలో కనిపించవచ్చు. కొంత మందిలో పైకి ఎలాంటి లక్షణాలు కనిపించవు.

**హైపర్ టెన్షన్ ఉంటే వైద్యుడి చెకప్ అవసరం**

హైపర్ టెన్షన్ ఉన్నవారు ఆలస్యం చేయకుండా వెంటనే డాక్టర్ ను సంప్రదించాలి. అప్పుడు మీ వైద్య చరిత్ర, ఏవైనా గుండె జబ్బులు ఉన్నాయా, పొగ తాగే అలవాటు ఉందా తదితర సమాచారం తెలుసుకునే ప్రయత్నం చేస్తారు. కొలెస్టరాల్, డయాబెటిస్ ఉందేమోనన్న అనుమానంతో రక్త పరీక్షలకు సిఫారసు చేస్తారు. దీనికితోడు వైద్యులు స్టెతస్కోప్ తో హ ృదయ స్పందనలను పరిశీలిస్తారు. వేగంగా కొట్టుకుంటుంటే ధమనుల పరిస్థితిని తెలుసుకునేందుకు ఈసీజీ, ఎకో, అల్ట్రాసౌండ్ పరీక్షలను సూచించవచ్చు. దీంతో ముందస్తుగా గుండె సంబంధిత సమస్యల బారిన పడకుండా జాగ్రత్తపడవచ్చు.



**ఇంట్లో బీపీ మానిటర్ ఉంటే సేఫ్...** ప్రీ హైపర్ టెన్షన్ లేదా హైపర్ టెన్షన్ సమస్య ఉంటేనే బీపీ మానిటర్ అవసరం అన్న భావన ఉంటే దాన్ని చెరిపేయండి. ఇంట్లో బీపీ మానిటర్ ఉంటే రక్తపోటు నియంత్రణ తప్పకుండా ముందుగానే కట్టడి చేసుకోవడానికి అవకాశం ఉంటుంది. 25 ఏళ్ల వయసు దాటిన వారందరూ నెలకోసారి అయినా బీపీ చూసుకోవడం ద్వారా అది నియంత్రణలో ఉన్నదీ, లేనిదీ తెలుస్తుంది. ప్రారంభంలోనే డాక్టర్ ను సంప్రదించి సూచనల మేరకు జీవన విధానాన్ని మార్చుకోవడం ద్వారా హైపర్ టెన్షన్ గా మారకుండా జాగ్రత్త పడవచ్చు. సిస్టోలిక్ ప్రజర్ 180 నుంచి 200 పాయింట్లు దాటితే వారి శరీర ధర్మాన్ని బట్టి పక్షవాతం బారిన పడే ప్రమాదానికి చేరువ అవుతున్నట్టు గుర్తించాలి. శరీరంలో తీవ్ర సమస్య ఉందని తెలుసుకోవాలి. హైపర్ టెన్షన్ ఉన్నవారు ఉదయం వేళ బీపీ మానిటర్ తో రోజుకు ఒక్కసారి అయినా చెక్ చేసుకోవడం ద్వారా ఈ ప్రమాదం నుంచి తప్పించుకోవచ్చు. స్ట్రోక్ కు గురయ్యే ప్రమాదం ఉన్నవారికి ఉదయం బీపీ ఎక్కువగా ఉంటుందట. వీలుంటే హైపర్ టెన్షన్ బాధితులు ఉదయం, సాయంత్రం కూడా పరీక్షించుకోవడం క్షేమదాయకం.

**బీపీ మానిటర్లలో రకాలు...** డిజిటల్, మాన్యువల్ అని రెండు రకాల బీపీ పరీక్షా యంత్రాలు అందుబాటులో ఉన్నాయి. మాన్యువల్ అయితే అందులో పాదరసంతో కూడిన స్కేల్ కు ఓ ఎయిర్ బ్యాగ్ (కఫ్) ను పైపు ద్వారా అనుసంధానించి దాన్ని చేతి భుజం కింద కట్టుకోవాలి. 180 పాయింట్ల వరకు గాలి పంప్ చేసి నిదానంగా విడిచిపెట్టాలి. ఆ తర్వాత చేయి మడత భాగంలో కఫ్ కింద స్టెతస్కోప్ ను ఉంచడం ద్వారా బీపీ ఎంతుందో తెలుసుకోవచ్చు. అదే డిజిటల్ అయితే, ఇంత శ్రమ ఉండదు. చేతి పై భాగంలో కఫ్ కట్టేసి బటన్ నొక్కేస్తే చాలు. దానంతట అదే పౌచ్ లోకి గాలిని పంపిస్తుంది. వెంటనే బీపీ ఎంతుందో మానిటర్ లో అంకెల రూపంలో కనిపిస్తుంది. డిజిటల్ లో కూడా మూడు రకాలు ఉన్నాయి. అప్పర్ ఆర్మ్, రిస్ట్, ఫింగర్ బీపీ మానిటర్లు. అప్పర్ ఆర్మ్ అంటే భుజం కింద చేతికి పై భాగంలో కట్టుకునేది. రిస్ట్ కు కట్టుకుని పరీక్షించుకునే దానిని రిస్ట్ మానిటర్ గా పేర్కొంటారు. వేలుకి కట్టుకునే మానిటర్ ఫింగర్ మానిటర్.

**వైర్ లెస్...** వైర్ లెస్ గా పనిచేసేవి కూడా ఉన్నాయి. కఫ్ ను చేతికి కట్టుకోవాలి. బ్లూటూత్ ద్వారా యాండ్రాయిడ్ లేదా ఐఫోన్ లో బీపీ ఎంతుందో చూసుకోవచ్చు. క్వార్డియో, ఐ హెల్త్ తదితర బ్రాండ్లు ఈ రకం మానిటర్లను విక్రయిస్తున్నాయి. ఇందులో ఐ హెల్త్ మానిటర్ ధర ఫ్లిప్ కార్ట్ లో రూ. 5వేలు.

**ఫలితాల్లో కచ్చితత్వం...** వైద్యులు నాణ్యమైన, ప్రమాణాలతో కూడిన బీపీ మానిటర్లను ఉపయోగిస్తుంటారు. మరి ఇంట్లో పరీక్షించుకోవడానికి సౌకర్యంతో పాటు ఫలితాల కచ్చితత్వం కూడా అవసరం. డిజిటల్ లో రిస్ట్ మానిటర్లు కంటే హ ృదయానికి దగ్గరగా చేతికి కట్టే అప్పర్ ఆర్మ్ మానిటర్లలో ఫలితాల కచ్చితత్వం ఎక్కువ. అమెరికన్ హార్ట్ అసోసియేషన్ కూడా అప్పర్ ఆర్మ్ డిజిటల్ మానిటర్లను మాత్రమే సిఫారసు చేస్తోంది. రిస్ట్, వేలికి ధరించే బీపీ మానిటర్లలో ఫలితాల కచ్చితత్వం తక్కువ కనుక వాటిని సూచించలేదు. ఇక సంప్రదాయ బీపీ మానిటర్ లోనూ ఫలితాలు కచ్చితంగానే ఉంటాయి. డిజిటల్ బీపీ మానిటర్లలో బీపీ ఎక్కువగా ఉంటే రెడ్ కలర్, సాధారణంగా ఉంటే గ్రీన్ కలర్ లో ఫలితాలు కనిపించే సౌకర్యం ఉంది. హైపర్ టెన్షన్ రేంజ్ లో ఉంటే హెచ్చరించే మెషిన్లు కూడా ఉన్నాయి. గతంలో చూసుకున్న రీడింగ్స్ ను భద్రపరిచే సౌలభ్యం కూడా అన్నింటిలో ఉంటోంది. సుమారు 100 నుంచి 200 వరకు రీడింగ్స్ స్టోర్ అయి ఉంటాయి. వైద్యుడు దగ్గరకు వెళ్లినప్పుడు చూపించేందుకు ఈ డేటా ఉపయోగకరంగా ఉంటుంది.

**కఫ్ సైజు..** కఫ్ సైజు చేతికి సరిపోయే విధంగా ఉండాలి. అలాగే సరిగా ధరించాలి. అప్పుడే కచ్చితమైన రీడింగ్ వస్తుంది. పిల్లలకు, పెద్దలకు ఒకే సైజు కఫ్ సరిపోదు. అందుకే వాడే కఫ్ సరిపోకపోతే పెద్దల కోసం మరొకటి కొనుగోలు చేసుకుంటే సరి. కఫ్ లలో స్మాల్, మీడియం, లార్జ్ సైజులు ఉంటాయి. స్మాల్ అంటే 7.1నుంచి 8.7 అంగుళాల మేర కఫ్ పొడవు ఉంటుంది. మీడియంలో 8.8 నుంచి 12,8 అంగుళాలు, లార్జ్ లో 12.8 నుంచి 18 అంగుళాల మేర ఉంటుంది. ఎక్కువ శాతం బీపీ మానిటర్లు మీడియం సైజు కఫ్ తో విక్రయానికి వస్తుంటాయి.

**అడాప్టర్లు ఉన్నవి అయితే బెటర్..** డిజిటల్ మానిటర్లు బ్యాటరీల సాయంతో పనిచేస్తాయి. బ్యాటరీలతోపాటు అడాప్టర్లతో పనిచేసేవి కూడా ఉన్నాయి. అడాప్టర్ అయితే నేరుగా కరెంట్ ప్లగ్ పిన్ కు అనుసంధానించుకుని పరీక్షించుకోవచ్చు.

# గుడ్డెందుకు తినాలి?

**గుడ్డు పోషకాల నిలయం. ఇందులో మాంసకృత్తులు (ప్రోటీన్), అత్యవసరమైన 9 అమైనో ఆమ్లాలు, బి కాంప్లెక్స్ విటమిన్లు, డి విటమిన్, ఖనిజాలు దండిగా ఉంటాయి. గుడ్డు తింటే బరువు పెరుగుతుందని చాలామంది భావిస్తుంటారు. దీనికి కారణం పచ్చసొనలోని కొలెస్ట్రాలే.**

అయితే గుడ్డులో కొలెస్ట్రాల్ స్థాయులు ఎక్కువగా ఉన్నప్పటికీ.. దీంతో రక్తంలో కొలెస్ట్రాల్ మోతాదులు అంత ఎక్కువగా ఏమీ పెరగటం లేదని అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి. ఇందులో కేలరీలు తక్కువ. పైగా చాలాసేపటి వరకు కడుపు నిండిన భావన కలిగిస్తుంది. ఫలితంగా త్వరగా ఆకలి వేయదు. ఇలా ఇది పరోక్షంగా బరువు తగ్గటానికీ తోడ్పడుతుందన్నమాట. కణాల పనితీరు, వాటి ఎదుగుదల, శక్తిని అందించటంతో పాటు శరీరంలో జరిగే పలు జీవక్రియలకు అవసరమైన పోషకాలు గుడ్డుతో లభిస్తాయి. దీని పచ్చసొనలోని ఐరన్ మన శరీరం తేలికగా గ్రహించటానికి అనువుగానూ ఉంటుంది. గుడ్డులోని ల్యూటీన్ అనే యాంటీ ఆక్సిడెంటు కంటి జబ్బుల ముప్పు తగ్గటానికి తోడ్పడుతుంది. వ ృద్ధాప్యంలో మెదడు ఆరోగ్యంగా ఉండటానికీ ఇది దోహదం చేస్తుంది. రోజుకు ఒక గుడ్డు తినేవారిలో పక్షవాతం ముప్పు 12 శాతం వరకు తగ్గుతున్నట్టు ఒక పరిశోధనలో వెల్లడైంది.

ఆరోగ్యవంతులకు రక్తపోటు 120/80కి మించి ఉండరాదు. కానీ, నేడు మధ్య వయసు దాటిన చాలా మందిలో బీపీ ఈ లెవల్స్ కు పైనే ఉంటోంది. అది కొంత కాలానికి హైపర్ టెన్షన్ గా మారుతోంది. జీవన విధానం మారిపోయింది. ఉద్యోగం, ఇంట్లోనూ రకరకాల ఒత్తిళ్ల కారణంగా బీపీ నియంత్రణ దాటుతోంది. రక్తపోటు నియంత్రణలో ఉంచుకోకపోతే ధమనులను దెబ్బతీస్తుంది. శరీరంలోని కీలక అవయవాలపై ప్రభావం చూపెడుతుంది. అందుకే వైద్యుడి సూచనల మేరకు బీపీ నియంత్రణలో ఉంచుకోవడానికి మందులు వాడాల్సి ఉంటుంది. బీపీ ఎంతుంటుందో క్రమం తప్పకుండా పరీక్షించుకోవాల్సి

# సరైన జాగ్రత్తలతో..

**స్త్రీలలో ప్రతి 28 రోజులకు ప్రకృతి సహజంగా జరిగే జీవక్రియ మెన్స్ట్రువేషన్ లేదా నెలసరి. దీనినే రుతుక్రమం అంటారు. ఈ ప్రభావం 5 రోజులు ఉంటుంది. కాబట్టి, నెలసరి సమస్యల పట్ల అవగాహన కోసం ఐదో మాసం అయిన మే నెలను, ఆ నెలలో 28వ తేదీని ఎంచుకున్నారు. 2014 నుంచి ప్రతి ఏడాది మే 28వ తేదీని 'రుతుక్రమ ఆరోగ్య దినోత్సవం'గా జరుపుకొంటున్నారు.**

గర్భాశయం గోడల నుంచి రక్తం, కణజాలాన్ని బయటికి విసర్జించే ప్రక్రియే నెలసరి అంటే. ఆరోగ్యకరమైన నెలసరి స్త్రీలను ఇన్‌ఫెక్షన్ల బారినుంచి కాపాడుతుంది. దుర్వాసనలు రాకుండా ఉంచుతుంది. నెలసరి సమయంలో సౌకర్యవంతంగా ఉండటానికి దోహదపడుతుంది. ఈ సమయంలో విడుదలయ్యే రక్తాన్ని పీల్చుకునేందుకు శానిటరీ ప్యాడ్స్, ట్యాంపన్స్, మెన్‌స్ట్రువల్ కప్స్, మెన్‌స్ట్రువల్ డిస్కులు, పీరియడ్ అండర్‌వేర్ లాంటి రకరకాల మెన్‌స్ట్రువల్ ఉత్పత్తులు అందుబాటులో ఉన్నాయి. వీటిని ఉపయోగించినా కొన్ని చిట్కాలను కూడా పాటించాలి.

వెజీనాను పరిశుభ్రంగా ఉంచుకోవాలి. టాయిలెట్‌కు వెళ్లిన ప్రతీసారి, మెన్‌స్ట్రువల్ ఉత్పత్తి వాడటానికి ముందు, ఆ తర్వాత.. చేతులను శుభ్రంగా కడుక్కోవాలి. వాడిన మెన్‌స్ట్రువల్ వస్తువులను సురక్షితంగా పారవేయాలి. శానిటరీ ప్యాడ్లను తరచూ మారుస్తూ ఉండాలి. ట్యాంపన్లను 4 నుంచి 8 గంటలకోసారి మార్చాల్సిందే. అదే మెన్‌స్ట్రువల్ కప్స్ అయితే వాడిన తర్వాత తప్పకుండా శుభ్రం చేయాలి. తేలికగా, గాలి ఆడేలా ఉండే కాటన్ లోదుస్తులు ధరించాలి. మెన్‌స్ట్రువల్ ఉత్పత్తులను రెగ్యులర్‌గా మారుస్తూ ఉండాలి. ఒకే ప్రొడక్ట్‌ను ఎక్కువకాలం వాడితే దద్దుర్లు వచ్చే అవకాశం ఉంటుంది. సరిపోయినన్ని నీళ్లు తాగాలి. దీనివల్ల మూత్రనాళం ఎప్పటికప్పుడు శుభ్రపడుతూ ఉంటుంది.

ఇన్‌ఫెక్షన్ల ముప్పు తగ్గుతుంది. ఇక మహిళల ఆరోగ్యానికి నెలసరి కూడా ఒక సూచిక. నెలసరి క్రమం తప్పిందంటే.. డయాబెటిస్, థైరాయిడ్ లాంటి వ్యాధులకు సంకేతంగా భావించాలి. దీనికోసం క్యాలెండర్‌ను గానీ, లేదంటే స్మార్ట్‌ఫోన్‌లో యాప్ ద్వారా గానీ నెలసరి క్రమాన్ని గమనించుకుంటూ ఉండాలి. నెలసరి సమయంలో దుర్వాసన వస్తున్నా, తీవ్రంగా, అసాధారణంగా నొప్పి ఉన్నా, రక్తం ఎక్కువగా, ఎక్కువ కాలంపాటు బయటికి వెళ్తున్నా డాక్టర్‌తో మాట్లాడాలి.

# పండంటి.. బిడ్డ కోసం

**కడుపులో పిండం పెరుగుతున్న దశలో ఇద్దరికీ సరిపోయేలా తినమని పెద్దలు చెప్పే మాట ఆశ్చర్యం కలిగిస్తుంది. కానీ అది నిజమే. గర్భిణిగా ఉన్నప్పుడు చేసుకునే ఆహార ఎంపికలు కడుపులో బిడ్డమీద కూడా ప్రభావం చూపుతాయి. పిండం అభివృద్ధి కోసం తల్లి నాణ్యమైన పోషకాహారం తీసుకోవాల్సి ఉంటుంది. ఇందులో పండ్లు కూడా ముఖ్యపాత్ర పోషిస్తాయి. అన్ని పండ్లు మంచివే అయినా, గర్భిణులకు కొన్నిటిని మాత్రం తప్పకుండా తినాలని పెద్దలు సలహా ఇస్తారు. ఆ ఐదు ఉత్తమ ఫలాలు...**

**ఆపిల్:** పోషకాలతో నిండిన ఆపిల్ పండ్లు కడుపుతో ఉన్నవారికి ఎంతో మేలుచేస్తాయి. విటమిన్ -ఎ, సితోపాటు ఆపిల్ పండ్లు పొటాషియం, ఫైబర్‌కు మంచి వనరులు. గర్భిణిగా ఉన్నప్పుడు ఆపిల్ పండ్లు తినని మహిళలకు జన్మించిన పిల్లల్లో 5 సంవత్సరాల వయసులో ఆస్తమా లాంటి శ్వాస సమస్యలు తలెత్తే అవకాశం ఉన్నట్టు తేలింది. ఆపిల్ పోషకాలలోని ఫ్లేవనాయిడ్లలో ఉండే పాలిఫినాలిక్ మిశ్రమాలు యాంటీఆక్సిడెంట్ లక్షణాలను కలిగి ఉంటాయి. ఇవే ఆస్తమా ముప్పును తగ్గించడంలో సహాయకారిగా ఉంటాయి.

**అరటి:** విటమిన్లు, మినరల్స్‌తో సమృద్ధమైన అరటిపండ్లు గర్భిణులు తప్పకుండా తినాల్సిన పండ్లు. గర్భిణులను వేధించే సమస్యల్లో సాధారణమైంది ఐరన్ లోపం. దీంతో రక్తహీనత తలెత్తకుండా శరీరంలో హిమోగ్లోబిన్ స్థాయులు పెరగడానికి అరటిపండు దోహదపడుతుంది. గర్భధారణ సమయంలో తలెత్తే వాంతులు, వికారం నుంచి ఉపశమనం కలిగిస్తుంది. అరటిపండ్లలో ఉండే ఫోలిక్ ఆమ్లం కడుపులో ఉన్న బిడ్డకు కూడా మంచిది. ఇది శిశువు ముందస్తు ప్రసవానికి గల అవకాశాలను తగ్గిస్తుంది.

అంతేకాకుండా గర్భిణిగా ఉన్నప్పుడు తిండి అంటే మొహం మొత్తుతుంది. అరటిపండు తినడం వల్ల ఆకలి పెరుగుతుంది.

**దానిమ్మ:** దానిమ్మ పండ్లలో పాలిఫినాల్ స్థాయులు అత్యధికంగా ఉంటాయి. గర్భిణిగా ఉన్నప్పుడు దానిమ్మ పండ్లు తినడం వల్ల శిశువుల నాడుల సంరక్షణలో ఆ పాలిఫినాల్స్ సహాయకారిగా ఉంటాయి. అంతేకాకుండా దానిమ్మపండ్లు విటమిన్ కె, ఐరన్, ఫైబర్, ప్రొటీన్, క్యాల్షియం లాంటివాటికి పెద్ద నిధులు కూడా.

**నారింజ:** గర్భిణులు తీసుకునే పండ్లలో ముందువరసలో ఉండేవి నారింజ. వీటిని పండుగాను, లేదంటే రసం రూపంలోనూ తీసుకుంటారు. అయితే ప్రిజర్వేటివ్‌లు ఉండే టెట్రా ప్యాక్ జ్యూస్‌లను మాత్రం తీసుకోకపోవడమే మంచిది. నారింజను పండు రూపంలో తింటే దాని ప్రయోజనాలు పూర్తిగా చేకూరుతాయి. ఒకవేళ పండు ఇష్టం లేకపోతే, ఇంటి దగ్గరే తాజా పండ్ల రసం తాగాలి. నారింజ రోగ నిరోధక వ్యవస్థను బలోపేతం చేస్తుంది. పైగా కడుపులో ఉన్న పిండం మెదడు అభివృద్ధిలో నారింజ దోహదపడుతుంది. రక్తపోటును కూడా అదుపులో ఉంచుతుంది.

**మామిడిపండ్లు:** చాలామంది గర్భిణులు మామిడికాయ, చింతకాయ అంటే ఉవ్విళ్లూరుతుంటారు. ఎ, సి విటమిన్లతో సమృద్ధమైన మామిడి పండ్లు కూడా కడుపుతో ఉన్నప్పుడు ఇష్టంగా తింటారు. సహజంగా మగ్గిన పండ్లయితే ఫర్వాలేదు, కానీ క్యాల్షియం కార్బయిడ్ వాడిన పండ్లతోనే సమస్య అంతా. కాబట్టి, గర్భిణులు మామిడి పండ్ల ఎంపిక విషయంలో చాలా జాగ్రత్తగా ఉండాల్సిందే.

# కూచిపూడి.. నా మెడిటేషన్!

**పడమటి సంధ్యారాగాన్ని తూర్పు దాకా వినిపించేలా చేసేవీ.. ఇక్కడి మువ్వల సవ్వడిని అక్కడికి ప్రతిధ్వనింపజేసేవీ సంస్కృతి, కళలే. విదేశాల్లో పుట్టి పెరిగినా,తెలుగు పిల్లల్లో మనం భారతీయులమనే భావన తప్పక ఉంటుంది. దాన్ని కొనసాగించేందుకు తనదైన రీతిని ఎంచుకుంది.. మేధా వరేణ్యలక్ష్మి కొణికి. అమెరికాలో అడుగులు నేర్చుకుని, తెలంగాణ గడ్డమీద అరంగేట్రం చేసిన ఈ తెలుగు అమెరికన్ తన సాధనా సంగతుల్ని పంచుకుందిలా..**

అమ్మ, నాన్న తెలుగు నేల నుంచి వచ్చి అమెరికాలో స్థిరపడ్డారు. నేను పుట్టి పెరిగింది అమెరికాలో. ప్రస్తుతం హ్యూస్టన్‌లో డిగ్రీ మూడో ఏడాది చదువుతున్నా. నా ఐదారేండ్ల వయసులో.. స్నేహితులు, బంధువుల పిల్లలు భారతీయ నృత్యాలను నేర్చుకోవడం చూసి నేనూ నేర్చుకుంటానని అమ్మను అడిగాను. అప్పటి దాకా నేను చూసిన డ్యాన్సులకు భిన్నంగా ఉండటం వల్ల నన్ను ఆకట్టుకొని ఉండొచ్చు. అలా ఆరేండ్లప్పుడు భరతనాట్యం నేర్చుకోవడం ప్రారంభించా. కానీ ఆ మాస్టారు మరో ప్రాంతానికి వెళ్లిపోవడంతో ఏడాదిలోపే సాధన ఆపేయాల్సి వచ్చింది. తర్వాత కూచిపూడి నృత్యాన్ని నేర్చుకునే వీలు కలిగింది.

**గురువు ప్రధానం**

మన ఆసక్తితో పాటు, నాట్యాన్ని ఇష్టంగా నేర్పే గురువు దొరకడమూ అదృష్టమే. అప్పుడే సాధన సక్రమంగా సాగుతుంది. మన నాట్యం నలుగురూ మెచ్చేలా వన్నెలీనుతుంది. అలాంటి గురువు పదేండ్ల క్రితం నాకు దొరికారు. ఆయనే రాఘవ (వేదాంతం వెంకటరామ రాఘవయ్య) మాస్టారు. కూచిపూడి నాట్యానికి పుట్టినిల్లు అయిన కూచిపూడి గ్రామానికి చెందిన వారు. ఉద్యోగ నిమిత్తం అమెరికా వచ్చినా, వంశపారంపర్యంగా అబ్బిన కళను వదిలిపెట్టకుండా.. నలుగురికీ నేర్పుతున్నారు రాఘవ మాస్టారు దంపతులు. తన తండ్రిగారితో పాటు కూచిపూడి నాట్యంలో లబ్ధప్రతిష్ఠులైన పద్మభూషణ్ డాక్టర్ వెంపటి చినసత్యంలాంటి దిగ్గజాల దగ్గర మాస్టారు నృత్యసాధన చేశారు. అలా రాఘవ మాస్టారు సారథ్యంలో కూచిపూడి నేర్చుకుంటూ అమెరికాలోని పలు కార్యక్రమాల్లో గజ్జెకట్టి కాలు కదిపాను. హ్యూస్టన్ తెలుగు కల్చరల్ అసోసియేషన్ వారి నాట్య సభల్లో కల్యాణ శ్రీనివాసం, శ్రీరామకథాసారంలాంటి రూపకాల ప్రదర్శనలో భాగమయ్యాను. చిన్నప్పటి నుంచే అమెరికాలోని చిన్మయ మిషన్‌కు వెళ్లేదాన్ని. అక్కడ భారతీయ సంస్కృతి గురించి చెబుతారు. భగవద్గీత బోధిస్తారు. రామాయణాది ఇతిహాసాలు పరిచయం చేస్తారు. అక్కడ నా కింది తరగతుల విద్యార్థులకు నేను రామాయణ కథలు చెబుతాను. అది నాకు చాలా సంతోషంగా అనిపిస్తుంది. పురాణ కథలతో పాటు యోగా, మెడిటేషన్ లాంటివి నన్ను ఆకర్షిస్తాయి.

సంగీతమన్నా ఇష్టమే. వయొలిన్ తరహాలో ఉండే వయోలా పరికరాన్ని చక్కగా వాయిస్తా. నా కళా సాధనకు మా అమ్మానాన్నలతో పాటు మా తాతయ్య వనం జ్వాలా నరసింహారావు గారు ఎంతో ప్రోత్సాహాన్ని అందిస్తారు. ఆయన శ్రమజీవి. ఈ వయసులోనూ సాహిత్య సంబంధంగా ఏదో ఒక పనిచేస్తూనే ఉంటారు. తాతయ్య నుంచి నేను కష్టపడేతత్వాన్ని అలవరచుకున్నాను. నాట్యం మెడిటేషన్ లాంటిది. ధ్యానం చేస్తున్నప్పుడు పొందే ప్రశాంతతను నృత్యాన్ని సాధన చేసేప్పుడూ అనుభూతిస్తాం. అందుకే, నేను నాట్య సాధనను అమితంగా ఆస్వాదిస్తాను.

**సాధన నిరంతరం**

తెలంగాణ ప్రాంతం కళల్ని ప్రేమిస్తుంది. అందుకే ఈ గడ్డ మీద అభిమానం, నా సొంత వాళ్లున్నారన్న అనురాగంతో హ్యూస్టన్ నుంచి వచ్చి హైదరాబాద్ రవీంద్రభారతిలో అరంగేట్రం కార్యక్రమాన్ని ఏర్పాటు చేసుకున్నాం. ఉషా పరిణయం నృత్య రూపకాన్ని ఇక్కడ ప్రదర్శించాను. 'నేను చివరిదాకా పూర్తిగా చూసిన తొలి అరంగేట్రం నీదే%గా%' అంటూ అక్కడికి వచ్చిన వాళ్లలో ఒకరు ఇచ్చిన ప్రశంస ఎంతో సంతోషాన్ని కలిగించింది. నాట్యాన్ని కెరీర్‌గా ఎంచుకుంటానా లేదా అన్నది మరికొంత కాలం గడిస్తే కానీ చెప్పలేను కానీ, ఈ సాధన మాత్రం నిరంతరం కొనసాగిస్తానని మాత్రం చెప్పగలను. ఒకసారి ఆస్వాదించడం మొదలు పెడితే వదిలిపెట్టలేకపోవడమే భారతీయ నృత్యరీతుల్లోని గొప్పతనం!

# కొత్త ఉద్యోగమా?

కొలువుల జాతరలు జోరందుకున్నాయి. క్యాంపస్, ఆఫ్ క్యాంపస్ నియామకాలు వేగంగా జరిగిపోతున్నాయి. అందులో అరవైశాతం అవకాశాలు అమ్మాయిలనే వరిస్తున్నాయి. తొలి ఉద్యోగం కెరీర్‌లో తొలి మలుపు. జాగ్రత్తగా అడుగువేయాలి. ఆఫర్ లెటర్‌కు ఆమోదం తెలిపేముందు గుర్తుంచుకోవాల్సిన కొన్ని విషయాలు..

- కంపెనీ చరిత్ర తెలుసుకోండి.

ప్రస్తుత, పూర్వ ఉద్యోగులతో మాట్లాడండి.జీతభత్యాల వివరాలు తెలుసుకోండి. మొహమాటం లేకుండా సందేహాలన్నీ తీర్చుకోండి.విదేశాలలోని క్లయింట్స్ కోసం పనిచేయాల్సి ఉంటే.. ఆయా దేశాల టైమ్‌జోన్‌ను దృష్టిలో పెట్టుకోండి.కచ్చితంగా ఇన్ని సంవత్సరాలు పనిచేయాల్సిందే.. తరహా నిబంధనలు ఏమైనా ఉన్నాయేమో ఆరాతీయండి. పనిగంటలు, ఆఫీసు వేళలు, అదనపు భత్యాలు, బోనస్ తదితర విషయాల్లో కంపెనీ పాలసీ ఏమిటో తెలుసుకోండి. కెరీర్ ప్రారంభంలో మంచి జీతం ఇచ్చే కొలువుల కంటే.. మంచి పని సంస్కృతి నేర్పించే సంస్థలే ఉత్తమం.

# పెట్టుబడుల్లో పెరిగిన మహిళల భాగస్వామ్యం..
# వారు ఎక్కువగా ఇన్వెస్ట్ చేసేది దేనిమీదంటే..?

గతంలో సమాజం ద్వారా అణచివేతకు గురైన మహిళలు.. ప్రస్తుతం పురుషులకు ధీటుగా ఎదుగుతున్నారు. అన్ని రంగాల్లోనూ మగవారిని వెనక్కి నెట్టి ఔరా అనిపిస్తున్నారు. పెట్టుబడుల్లోనూ హవా చాటుతున్నారు. మహిళల ఇన్వెస్ట్‌మెంట్ అనగానే బంగారంపై అని అనుకుంటే పొరపాటే అవుతుంది. తాజా సర్వే నివేదికలు మాత్రం అందుకు భిన్నంగా ఉన్నాయి. స్వర్ణం కనీసం టాప్ రెండు స్థానాల్లోనూ లేకపోవడం ఆశ్చర్యపడాల్సిన విషయమే.

పడిపోయిన బంగారం స్థానం: రియల్ ఎస్టేట్ కన్సల్టెంట్ సంస్థ అనరాక్ ఒక సర్వే నిర్వహించింది. మొత్తం 5 వేల 5 వందల మంది ఇందులో పాల్గొనగా.. వారిలో 50 శాతం మహిళలే. పెట్టుబడుల విషయమై వారిని ప్రశ్నించగా.. 65 శాతం మంది రియల్ ఎస్టేట్‌లో, 20 శాతం స్టాక్స్ లో ఇన్వెస్ట్ చేయడానికి ఆసక్తి చూపిస్తున్నట్లు వెల్లడైంది. బంగారంపై ఆసక్తి చూపే వారు కేవలం 8 శాతం మాత్రమే ఉన్నట్లు తెలిసింది. మిగిలిన 7 శాతం మంది ఫిక్స్డ్ డిపాజిట్ల వైపు మొగ్గుచూపిస్తున్నట్లు సర్వే పేర్కొంది.

దాదాపు అరకోటిపైనే ఆసక్తి: రూ.45 లక్షలకు పైగా ఉన్న ఇళ్లపై 83 శాతం మంది మహిళలు ఆసక్తి చూపిస్తున్నట్లు మరో పరిశోధనలో తేలిందని అనరాక్ వెల్లడించింది. రూ.45-90 లక్షల శ్రేణిని 36 శాతం మంది మహిళలు 'స్వీట్ స్పాట్'గా చూస్తున్నారని, 27 శాతం రూ.90 లక్షల నుంచి రూ.1.5 కోట్ల వరకు ఉన్న ప్రీమియం గృహాలను ఇష్టపడతున్నారంది. అయితే దాదాపు 20 శాతం మంది రూ.1.5 కోట్ల కంటే ఎక్కువ ధర కలిగిన లగ్జరీ గృహాల వైపు మొగ్గుచూపుతున్నారని

తెలిపింది. రూ.45 లక్షల లోపున్న సరసమైన గృహాలకు మాత్రం తక్కువ ప్రాధాన్యత ఉన్నట్లు స్పష్టం చేసింది.

స్పష్టమైన అవగాహనతో.. దశాబ్ద కాలంగా రియల్ ఎస్టేట్ సెగ్మెంట్ లో మహిళలు ఎదిగారని అనరాక్ గ్రూప్ వైస్ ఛైర్మన్ సంతోష్ కుమార్ తెలిపారు. పట్టణ ముఖ్య కేంద్రాల్లో నివాసాల కొనుగోలుకు ఆసక్తి చూపుతున్నట్లు వెల్లడించారు.

భారీ గృహాలు, నిర్దిష్ట బడ్జెట్ విషయంలో కొత్త ధోరణులను అనుసరిస్తున్నట్లు తేలిందన్నారు. వారికేమి కావాలో స్పష్టమైన అవగాహన కలిగి ఉన్నట్లు చెప్పారు.

గతంలో నిర్వహించిన సర్వే ప్రకారం.. నివాస, పెట్టుబడి అవసరాల కోసం ఇళ్ల కొనుగోళ్ల మధ్య నిష్పత్తి 82:18గా ఉంది. అయితే ఇప్పుడు 77:23 నిష్పత్తితో భారీ వ్యత్యాసం గుర్తించినట్లు నివేదిక వెల్లడించింది. మహిళల యాజమాన్యంతో పలు ప్రయోజనాలు: తమ పేర్లపై ఆస్తుల కొనుగోలు, రిజిస్ట్రేషన్ చేసుకోవడం ద్వారా భారతీయ మహిళలు అనేక ప్రయోజనాలు పొందవచ్చని అనరాక్ పేర్కొంది. వివిధ ప్రభుత్వ పథకాలు సైతం మహిళల ఇంటి యాజమాన్యాన్ని ప్రోత్సహిస్తున్నాయన్నారు. 2015లో కేంద్రం ప్రవేశపెట్టిన ప్రధాన మంత్రి ఆవాస్ యోజన కింద గృహాలను పొందాలంటే.. అవి తప్పనిసరిగా మహిళల పేరుతో లేదా వారు సహ యజమానిగా ఉండాల్సిందేనని గుర్తుచేశారు. పలు రాష్ట్రాల్లో తక్కువ స్టాంప్ డ్యూటీ, గృహ రుణాలపై వడ్డీ తగ్గింపు ప్రయోజనం సైతం పొందవచ్చన్నారు. పన్ను మినహాయింపుల్లోనూ పలు అవకాశాలున్నట్లు చెప్పారు.

# మహిళలకు మాత్రమే

తినడానికి మూడు రొట్టెలు ఉన్నప్పుడు, తినవలసినవారు నలుగురు అయినప్పుడు 'నాకు ఆకలి లేదు' అనే వ్యక్తి మహిళ. ఇంట్లో ఎవరికి అనారోగ్యం కలిగినా.. ముందుండి సేవలు చేస్తుందామె. తన దగ్గరికి వచ్చేసరికి ఎవరికీ బరువు కాకూడదని అనుకుంటుంది. తనను ఇబ్బంది పెడుతున్న రుగ్మతల గురించి కూడా ఓ పట్టాన బయటపెట్టదు. అచితా జాకబ్ ఓ కూతురిగా, చెల్లిగా అలాంటి సంఘటనలు అనేకం చూసింది. అందరికీ అన్నీ తానై నిలిచే స్త్రీ.. తనలోని సహజ త్యాగగుణం కారణంగా ప్రాణాల మీదికి తెచ్చుకునే పరిస్థితి రాకూడదనే.. బెంగళూరు కేంద్రంగా 'ప్రొయాక్టివ్ ఫర్ హర్' అనే స్టార్టప్‌ను స్థాపించింది. మహిళల కోసం, మహిళలే స్థాపించిన మహిళా వైద్యుల బృందం ఇది. మిగతా హాస్పిటల్స్‌లా కాకుండా.. ఇక్కడ రోగి నుంచి సమాచారం రాబట్టడానికి అధిక ప్రాధాన్యం ఇస్తారు.ూ ఎక్కువ సమయం కేటాయిస్తారు. దీంతో ఆ మహిళ మనసు విప్పి మాట్లాడటానికి వీలు ఉంటుంది. ఫెర్టిలిటీ, డెర్మటాలజీ, న్యూట్రిషన్ తదితర అంశాలకు సంబంధించి అవగాహన శిబిరాలు కూడా నిర్వహిస్తుంది.. ప్రొయాక్టివ్ ఫర్ హర్. తన సేవల్ని గ్రామీణ ప్రాంతాలకూ విస్తరించే ప్రయత్నం ప్రారంభించారు అచిత. ఆ చొరవకు గుర్తింపుగా.. వెంచర్ క్యాపిటల్ సంస్థల నుంచి ఐదున్నర మిలియన్ డాలర్ల పెట్టుబడులూ సమకూరాయి. అచిత స్వతహాగా మార్కెటింగ్ నిపుణురాలు. గతంలో 'డా విటా' అనే ఫార్చ్యూన్ 500 కిడ్నీ కేర్ కంపెనీకి మార్కెటింగ్ లీడ్‌గా పనిచేసింది. సామాజిక స్పృహ, మార్కెటింగ్ నైపుణ్యం, వైద్య పరిజ్ఞానం.. ఈ మూడూ తనలో పుష్కలం. ఆమె విజయ రహస్యం కూడా ఇదే.

# అందంగా కనిపించాలా? ఈ తప్పులు అస్సలే చేయవద్దు, అవేంటంటే..

చర్మ సంరక్షణ పద్ధతులు ఒక్కొక్కరివి ఒక్కోలా ఉంటాయి. అందరి లక్ష్యం అందంగా కనిపించడమే. ముఖ చర్మం అందంగా, కాంతివంతంగా, మెరిసేలా కనిపించాలని, పొడిబారకుండా, మచ్చల్లేని ముఖం కావాలని ప్రతి ఒక్కరూ కోరుకుంటారు. అందుకోసం పాటించే పద్ధతుల్లో తేడాలు ఉండొచ్చు. స్కిన్‌కేర్ రొటీన్ కు సంబంధించి అపోహలు చాలానే ఉన్నాయి. వాటిని చాలా మంది నిజమనే నమ్ముతుంటారు. ఆ అపోహలు ఏంటి, అసలు నిజాలేంటో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.

సెక్స్ సమయంలో వచ్చే సమస్యలివే, వాటిని ఎలా నివారించాలంటే?

యాంటీ ఏజింగ్ ప్రొడక్ట్స్: యాంటీ ఏజింగ్ ప్రొడక్ట్స్ మార్కెట్‌లో చాలానే ఉన్నాయి. వాటి ఉద్దేశం వయస్సు మీద పడుతున్న కొద్దీ చర్మం మారుతూ వస్తుంది. అలా అవ్వకుండా నిత్య యవ్వనంలా ఉంచుతుందని యాడ్స్, ప్రమోషన్స్ చేస్తూ ఆ ఉత్పత్తులను అమ్ముతుంటారు. అయితే ఈ క్రీముల వల్ల పెద్దగా ఫలితం ఉండదని అంటారు నిపుణులు. చర్మ వయస్సును ఏ ప్రొడక్ట్స్ కూడా తగ్గించలేవని చెబుతున్నారు. అయితే చర్మ సమస్యలు తగ్గించడానికి మార్కెట్ లో ఉన్న పలు ప్రొడక్ట్స్ పని చేస్తాయని చెబుతున్నారు. మొటిమలు, చర్మం పొడిబారడం, నల్ల మచ్చలు, కళ్ల కింద డార్క్ సర్కిల్స్ లాంటి వాటి కోసం మార్కెట్ లో చాలానే ఉత్పత్తులు ఉన్నాయి. అవన్నీ బాగానే పని చేస్తాయి. అయితే వయస్సు పెరిగే కొద్దీ చర్మంపై వచ్చే ముడతలు, ఫైన్ లైన్స్, స్మైల్ లైన్స్ ను పూర్తిగా తొలగించడం ఏ ఉత్పత్తుల వల్ల అవ్వదని స్పష్టం చేస్తున్నారు.

లగ్జరీ బ్రాండ్ లు ఉపయోగించే మార్కెటింగ్ జిమ్మిక్ ఇది. మంచి ఫలితాలు రావాలంటే ఖరీదైన ఉత్పత్తులే వాడాలని చెబుతూ వారి ప్రొడక్ట్స్ అమ్ముకుంటారు. ఇక్కడ దాని ఖరీదు, బ్రాండ్ ముఖ్యం కానే కాదు. ఏదైనా చర్మ సంబంధిత ప్రొడక్ట్ లో చూడాల్సింది.. అందులో వాడిన పదార్థాలు, ఎంత మొత్తంలా వాడారు, అవి మన సమస్యను పరిష్కరిస్తాయా అనేది మాత్రమే చూడాలి. అందమైన, మెరిసిపోయే చర్మం కావాలంటే ఖరీదైన ఉత్పత్తులు కొనాల్సిందే అనేది అపోహ మాత్రమే. అన్ని చిట్కాలు అందరికీ పనిచేయవు: సౌందర్య చిట్కాలు చాలా మందే ఇస్తుంటారు. సోషల్ మీడియా ఓపెన్ చేస్తే ఇలాంటి బ్యూటీ టిప్స్ ఇచ్చే ఇన్ఫ్లుయెన్సర్లు చాలా మందే ఉంటారు. ఈ చిట్కాలు కొంత వరకు పని చేసినా.. ప్రతి ఒక్కరికీ పని చేస్తాయన్న గ్యారెంటీ ఏమీ లేదు. ఏడాదిలో పొడవైన రోజు జూన్ 21.. ఈ రోజు ఎందుకంత ప్రత్యేకమో తెలుసా? ఒక్కొక్కరి చర్మ తత్వం ఒక్కోలా ఉంటుంది. ప్రతి ఒక్కరి చర్మ రకం భిన్నంగా ఉంటుంది. అందుకే ఒకరి చిట్కాలు మరొకరికి పని చేయకపోవచ్చు. అలాంటప్పుడు సమస్య ఏమిటో తెలుసుకుని ప్రయోగాలు చేసి ఎవరి చర్మానికి సరిపోయే చిట్కాలు వారే తయారు చేసుకోవడం ఉత్తమం.

**మొటిమలను నలిపేయడం:** చాలా మందికి మొటిమలు అంటే చిరాకు. ముఖంపై మొటిమలు వస్తే చాలా ఇబ్బంది పడిపోతుంటారు. కొందరేమో వాటిని నలిపేసి చీము బయటకు తీస్తుంటారు. కానీ ఇలా చేయడం ఏమాత్రం మంచిది కాదని చెబుతున్నారు సౌందర్య నిపుణులు. మొటిమలు చిదిమేయడం వల్ల ఇన్ఫెక్షన్లకు, మరిన్ని మొటిమలకు దారితీయవచ్చు. ఇలా చేయకుండా వైద్యులు సూచించే క్రీములు, జెల్స్ వాడటం మంచి పద్ధతిల. అలాగే తరచూ మంచి నీటితో ముఖాన్ని కడుగుతూ ఉండటం వల్ల మొటిమలను నియంత్రించవచ్చు. సన్‌స్క్రీన్ పెద్దగా అవసరం లేదు!: చర్మ సంరక్షణ ఉత్పత్తులు కోసం చాలా రకాల క్రీములు, జెల్ లు వాడుతుంటారు. కానీ సన్‌స్క్రీన్ కొనడానికి మాత్రం మనసు రాదు. అయితే ఎండ నుండి, సూర్యకిరణాల నుండి చర్మాన్ని సన్‌స్క్రీన్ రక్షిస్తుంది. సూర్య కిరణాల వల్ల చర్మం అందం కోల్పోతుంది. ఎండ వేడిమికి చర్మం పొడిబారుతుంది. దీని వల్ల ఇతర సమస్యలు కూడా రావొచ్చు. అలాగే ఎక్కువ సేపు ఎండకు బహిర్గతం కావడం వల్ల క్యాన్సర్ వచ్చే ప్రమాదం కూడా ఉంది. అందుకే ఇంట్లో నుండి బయటకు వెళ్తే తప్పకుండా సన్‌స్క్రీన్ రాసుకోవడం మర్చిపోవద్దు.