



తెలుగు దినపత్రిక

నిజం వైపు నిరంతరం...

PRGI No: TGTEL/26/A2290

# వార్త వేకువ

## ఐలేకర్లు కావాలేను.

### వార్త వేకువ తెలుగు దినపత్రిక

తెలంగాణ & ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రాలలోని అన్ని జిల్లాల్లో నియోజకవర్గం మరియు మండల స్థాయిలో వార్తల సేకరణ కొరకు రిపోర్టర్లు కావాలేను. జిల్లానిజంపై ఆసక్తిగల వారికి అవకాశం కల్పిస్తున్నాము. ఆసక్తిగలవారు ఈ క్రింది నెంబర్‌ను సంప్రదించవచ్చును.

## సెల్ - 9133444314

ప్రచురణ : రంగారెడ్డి ఎడిటర్ : ఆననగంటి అనిల్ కుమార్ సంపుటి : 01 సంచిక : 107 వెల : 4 పేజీలు : 08 శనివారం 15 - 08 - 2026

# స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ వేళ బాంబు బెదిరింపులు



- » దిల్లీలో హై అలర్ట్ - కట్టుదిట్టమైన భద్రతా ఏర్పాట్లు
- » స్వాతంత్ర్య దినోత్సవానికి ముందు దిల్లీకి వరుస బాంబు బెదిరింపులు
- » ఎర్రకోట, దిల్లీ విమానాశ్రయంతో పాటు కీలక ప్రాంతాలకు బెదిరింపులు
- » ఒక మెయిల్‌లో ఖలిస్థాన్, 1984 అల్లర్ల ప్రస్తావన

**వార్త వేకువ, ఢిల్లీ, ఆగస్టు 14 :** స్వాతంత్ర్య వేడుకలకు ఒకరోజు ముందు దేశ రాజధాని దిల్లీలో బాంబు బెదిరింపులు కలకలం రేపాయి. దిల్లీ హైకోర్టు, ఎయిర్‌పోర్ట్ సహా పలు ప్రభుత్వ కార్యాలయాలకు బాంబు బెదిరింపు ఈ-మెయిల్స్ వచ్చాయి. దీంతో భద్రతా బలగాలు ఆప్రమత్తమై విస్తృత తనిఖీలు చేపట్టాయి. అయితే ఇదంతా ఆకతాయిల వనేనని, ఇవన్నీ సకిలీ బెదిరింపులేనని తేలడంతో అంతా ఊపిరి పీల్చుకున్నారు. మరోవైపు ఎర్రకోటలో జరగనున్న స్వాతంత్ర్య దినోత్సవం కోసం కట్టుదిట్టమైన భద్రతా ఏర్పాట్లు చేశారు. శుక్రవారం ఉదయం 11 గంటల 18 నిమిషాలకు దిల్లీ కంట్రోన్యంట్ ఎస్‌డిఎం కార్యాలయానికి, ఆ తర్వాత - **మిగతా 2 లో**

# బంగ్లాదేశ్‌కు భారత రైల్వే కోచ్‌లు

- » పదేళ్ల తర్వాత సరఫరా పునఃప్రారంభం
- » దాదాపు దశాబ్దం తర్వాత బంగ్లాదేశ్‌కు భారత్ కోచ్‌ల సరఫరా పునఃప్రారంభం
- » తొలి విడతగా 19 ఆత్యాధునిక బ్రాడ్ గేజ్ కోచ్‌ల డెలివరీ పూర్తి
- » మొత్తం 200 కోచ్‌ల కొనుగోలు ప్రాజెక్టులో ఇది ఒక భాగం
- » బంగ్లా రైల్వేలో పాత కోచ్‌ల స్థానంలో కొత్తవి ప్రవేశపెట్టడమే లక్ష్యం
- » బంగ్లా ప్రభుత్వం, యూరోపియన్ ఇన్వెస్ట్‌మెంట్ బ్యాంకు నిధులతో ప్రాజెక్టు

**వార్త వేకువ, ఢిల్లీ, ఆగస్టు 14 :** సరఫరా మళ్లీ ప్రారంభమైంది. ఇందులో భాగంగా, 19 దాదాపు ఒక దశాబ్ద కాలం విరామం తర్వాత ఆత్యాధునిక బ్రాడ్-గేజ్ ప్యాసింజర్ కోచ్‌లతో కూడిన భారత్ నుంచి బంగ్లాదేశ్‌కు ప్యాసింజర్ రైల్వే కోచ్‌ల - **మిగతా 2 లో**



# ఇరాన్ పోరులో అమెరికా బలగాల్లో మనోధైర్య సమస్య

- » స్పందించిన రక్షణ మంత్రి
- » హోర్నుజ్ పై నియంత్రణ సాధించామన్న ట్రంప్
- » అమెరికా బలగాల్లో మనోధైర్యం క్షీణిస్తోందంటూ కథనాలు
- » ఆ కథనాల్లో నిజం లేదన్న అమెరికా రక్షణ కార్యదర్శి



**వార్త వేకువ, ఢిల్లీ, ఆగస్టు 14 :** ఇరాన్‌తో సైనిక ఉద్రిక్తతలు కొనసాగుతున్న తరుణంలో, హార్నాజ్ జలసంధిపై అమెరికా నియంత్రణ సాధించిందని ఆధ్వర్యం డొనాల్డ్ ట్రంప్ ప్రకటించిన సంగతి తెలిసిందే. ఇదే సమయంలో అమెరికా దళాలలో మనోధైర్యం క్షీణిస్తోందన్న కథనాలు వెల్లువెత్తుతున్నాయి. ఈ కథనాలను అమెరికా రక్షణ మంత్రి పీట్ హెగ్‌సెట్ తీవ్రంగా ఖండించారు. - **మిగతా 2 లో**

# సైన్యం కన్నా రైల్వేలపైనే కన్ను!



- » భారత రైల్వే నెట్‌వర్క్‌పై లక్షలాది చేపకని ఐఎస్‌ఇ భారీ దాడులు
- » దాడులే కాకుండా, తప్పుడు సమాచారంతో భద్రతాదోళనలు సృష్టించే పన్నాగం
- » సైనిక స్థావరాల కంటే ఎక్కువగా రైల్వేలపై సమాచారం సేకరణ
- » రూ.3,000 పంది స్వల్ప మొత్తానికే ఏకైక నిరూపకం
- » భారత రైల్వే స్వేచ్ఛలో నిఘా

# యంగ్ ఇండియా స్కూల్స్ ద్వారా విప్లవాత్మక మార్పు తీసుకొచ్చాం

- తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి
- హెచ్‌ఎండిఏ గ్రాండ్స్‌లో జ్యోతిబా ఫులే, సావిత్రిబాయి ఫులే దంపతుల విగ్రహవిష్కరణ
- ముఖ్య అతిథిగా హాజరైన సీఎం రేవంత్ రెడ్డి
- విద్యావ్యవస్థను సమూల ప్రక్షాళన చేశామన్న సీఎం



**వార్త వేకువ, హైదరాబాద్, ఆగస్టు 14 :** ప్రజాపాలనలో మరోతా జ్యోతిబా ఫులే విధానాలను కొనసాగిస్తున్నామని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి అన్నారు. ఆన్లైన్‌లకు ఒకేచోట చదువు, జీవించడం వల్ల కులవ్యవస్థ నిర్మూలన సాధ్యమవుతుందని చెప్పారు. చదువుతో తలరాత మాన సమాజంలో గర్వింపు లభిస్తుందని వివరించారు. హెచ్‌ఎండిఏ గ్రాండ్స్‌లో బీసీ సంక్షేమశాఖ ఏర్పాటు చేసిన జ్యోతిబా ఫులే, సావిత్రిబాయి ఫులే దంపతుల విగ్రహాలను రేవంత్ రెడ్డి ఆవిష్కరించారు. ఈ సందర్భంగా నిర్వహించిన సభలో ఆయన విద్యార్థులను ఉద్దేశించి మాట్లాడారు. విద్యా వ్యవస్థను సమూల ప్రక్షాళన చేసి నాణ్యమైన విద్యను అందిస్తున్నామని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి అన్నారు. యంగ్ ఇండియా పాఠశాలల ద్వారా విప్లవాత్మక మార్పులు తీసుకొచ్చామని చెప్పారు. ఏటా రూ. 2,400 కోట్ల ఫీజు రీయింబర్స్‌మెంట్ నిధులను ముందే క్రెడిట్ చేస్తున్నామన్నారు. ఈ ఏడాది నుంచే డిగ్రీ అమలు చేస్తున్నామన్న ఆయన, కళాశాలల్లో అడ్మిషన్లు పొందాకా ఆన్‌లైన్‌లో దరఖాస్తు చేస్తే నెల రోజుల్లోనే ఫీజు జమ అవుతుందని తెలిపారు. సాంకేతిక వైపుణ్యం ఉన్నవారికే ప్రపంచం - **మిగతా 2 లో**



# తెలంగాణ రైజింగ్ గ్లోబల్ సమ్మిట్ 2.0 నిర్వహణకు కేబినెట్ నిర్ణయం

- » ఈసారి 'ఇన్వెస్ట్ తెలంగాణ' థీమ్‌తో
- » సచివాలయంలో సీఎం రేవంత్ అధ్యక్షతన కేబినెట్ సమావేశం
- » డిసెంబర్ 7, 8, 9 తేదీల్లో తెలంగాణ రైజింగ్ గ్లోబల్ సమ్మిట్ 2.0 సదస్సు
- » సదస్సు నిర్వహణకు ప్రత్యేక కమిటీలు ఏర్పాటుకు నిర్ణయం

**వార్త వేకువ, హైదరాబాద్, ఆగస్టు 14 :** సీఎం రేవంత్ రెడ్డి అధ్యక్షతన జరిగిన కేబినెట్ సమావేశంలో - **మిగతా 2 లో**

# నేను కాంగ్రెస్ నాయకులను విమర్శించలేదు



- » కోమటిరెడ్డి రాజగోపాల్ రెడ్డి
- » కాంగ్రెస్ పార్టీలో బయటి నుంచి వచ్చిన వారి పెత్తనం ఎక్కువయిందన్న రాజగోపాల్ రెడ్డి
- » రాజగోపాల్ రెడ్డి వ్యాఖ్యలతో పార్టీలో రేగిన దుమారం
- » తాను పార్టీ నేతలను విమర్శించలేదన్న మునుగోడు ఎమ్మెల్యే



# హద్దులు దాటొద్దు. భాష జాగ్రత్త!

- » జనసైనికులకు మరోసారి పవన్ కల్యాణ్ దిశానిర్దేశం
- » సోషల్ మీడియా వాడకంపై జనసేన శ్రేణులకు పవన్ కల్యాణ్ హర్షదర్శనాలు
- » వ్యక్తిగత దూషణలు, అసభ్య పదజాలం వాడొద్దని స్పష్టం
- » పార్టీ క్రమశిక్షణ, అంతర్గత విషయాలపై 9 కీలక హర్షదర్శనాలు జారీ

**వార్త వేకువ, అమరావతి, ఆగస్టు 14 :** సోషల్ మీడియా వేదికగా తమ పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తల అనుసరించాల్సిన వైఖరిపై జనసేన పార్టీ అధ్యక్షుడు, ఏపీ డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్ మరోసారి కీలక - **మిగతా 2 లో**

# 58 ఆధునిక అగ్నిమాపక వాహనాలు



- » ప్రారంభించిన సీఎం చంద్రబాబు
- » రూ.40 కోట్ల విలువైన 58 అధునాతన ఫైర్ వాహనాలకు జెండా ఊపిన సీఎం చంద్రబాబు
- » వీటిలో ఫైర్ ఫైటింగ్ వాహనాలు, వాటర్ బోజర్లు, క్విక్ రెస్పాన్స్ వెహికల్స్ ఉన్నాయి
- » ప్రమాదాలకు వేగంగా స్పందించి అస్త్ర, ప్రాణనష్టాన్ని తగ్గించడమే ప్రధాన లక్ష్యం

**వార్త వేకువ, అమరావతి, ఆగస్టు 14 :** బలోపేతం చేసే దిశగా ప్రభుత్వం కీలక ఆంధ్రప్రదేశ్ అగ్నిమాపక శాఖను ముందుకు - **మిగతా 2 లో**

# తాగునీటికే తొలి ప్రాధాన్యతమివ్వాలి

- ఆంధ్రప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు
- రాష్ట్రంలో లోటు వర్షపాతం
- నిర్మాణంలో ఉన్న ప్రాజెక్టులు, రిజర్వాయర్లలో నీటినిల్వ, నీటి విడుదలపై సమీక్ష
- సమీక్షకు హాజరైన మంత్రి నిమ్మల, జలవనరులశాఖ ఉన్నతాధికారులు
- పోలవరంలో 89.9 శాతం సివిల్ పనులు పూర్తయినట్లు తెలిపిన అధికారులు

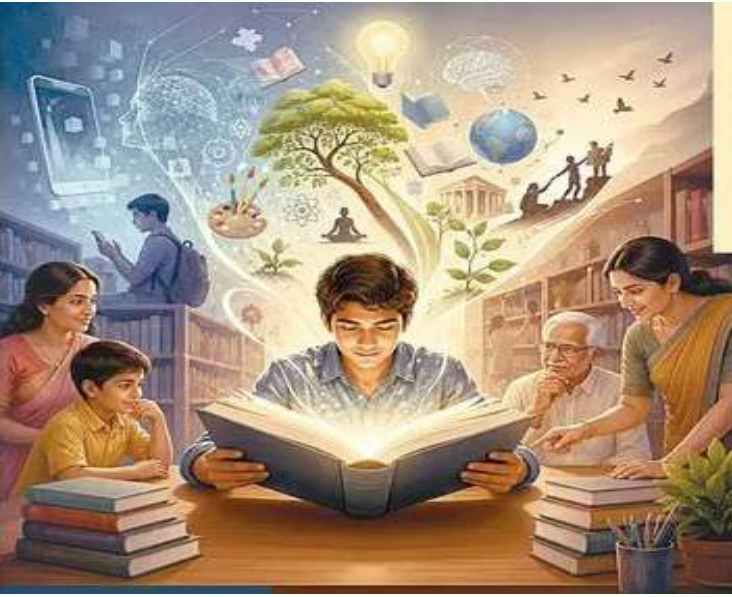
**వార్త వేకువ, అమరావతి, ఆగస్టు 14 :** రాష్ట్రంలో వాటర్ మూమెంట్ ఫైనల్ ప్రకారమే నీటి నిర్వహణ చేపట్టాలని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు ఆదేశించారు. పట్టణ, గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో తాగునీటి అవసరాలకు తొలి ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలని



సూచించారు. ప్రస్తుతం లోటు వర్షపాతం పరిస్థితుల నేపథ్యంలో రిజర్వాయర్లు, చెరువుల్లో నీటి నిల్వల్ని, భూగర్భ జలాలను సద్వినియోగం చేసుకునేలా కార్యాచరణ ఉండాలని దిశానిర్దేశం చేశారు. పోలవరం, వెలిగొండ ప్రాజెక్టుల పనుల పురోగతి సహా వివిధ అంశాలపై సంబంధిత అధికారులతో సీఎం సమీక్ష నిర్వహించారు. ప్రాధాన్యతా క్రమంలో పూర్తి చేయనున్న 36 ప్రాజెక్టులు, రాష్ట్రంలోని రిజర్వాయర్లలో నీటి నిల్వలు, నీటి విడుదల తదితర అంశాలపై చర్చించారు. ఎల్‌సీసో - **మిగతా 2 లో**

# సంపాదకీయం

## చదివే యువతే... చైతన్య సమాజానికి పునాది!



నేడు డిజిటల్ ప్రపంచం అపారమైన అవకాశాలను అందిస్తోంది. సాఫ్ట్ ఫోన్, ఇంటర్నెట్, కృత్రిమ మేధస్సు (ఐఐ) వంటి సాధనాలు జ్ఞానాన్ని అందజేయడానికి తోడ్పాడు. అయితే సమాచారం ఎక్కువగా ఉండడం మాత్రమే సరిపోదు. దాన్ని విశ్లేషించే శక్తి, నిజానికానకు గుర్తించే వివేకం, విలువలతో కూడిన నిర్ణయాలు తీసుకునే సామర్థ్యం కూడా అవసరం. ఈ సామర్థ్యాన్ని పెంపొందించేది పుస్తక పఠనమే.మనకు సమాచారం ఎక్కువగానే వస్తోంది. కానీ జ్ఞానం కూడా అంతే బాగా పెరుగుతోందా? ఒక ఐదు నిమిషాల వీడియో కొంత సమాచారం ఇవ్వవచ్చు. ఒక సోషల్ మీడియా పోస్ట్ ఓ వార్తను చెప్పవచ్చు. ఒక ఐట సాధనం క్షణాల్లో సమాచారం ఇవ్వవచ్చు. కానీ, జీవితాన్ని ఆర్థం చేసుకునే లోతైన అలోచన, మానవీయ విలువలు, నిర్ణయ సామర్థ్యం, సృజనాత్మకత... ఇవి పఠనం ద్వారానే పెరుగుతాయి. అందుకే పుస్తకం కేవలం కాగితాల సమాహారం కాదు. అది ఒక నిశ్శబ్ద గురువు. అది మనతో వాదిస్తుంది, మనల్ని ప్రశ్నిస్తుంది, మనలోని బలహీనతలను చూపిస్తుంది, కొత్త ప్రపంచాలను పరిచయం చేస్తుంది. ఒక మంచి పుస్తకం చదివిన తర్వాత మనం అదే వ్యక్తిగా ఉండిపోము. మన అలోచనలో ఒక కొత్త కిటికీ తెరుచుకుంటుంది.డిజిటల్ ప్రపంచంలో పెరిగిన నేటి యువత వేగంగా నేర్చుకుంటుంది. కొత్త సాంకేతికతను స్వీకరిస్తుంది. ప్రపంచంతో క్షణాల్లో అనుసంధానం అవుతుంది. కానీ, ఈ తరానికి అవసరమైనది లోతూగా చదివే అలవాటు. ఎందుకంటే వేగంగా సమాచారాన్ని చూడటం ఒక నైపుణ్యం అయితే, లోతూగా చదవడం ఒక వ్యక్తిత్వం. మనం తరచూ ఒక మాట వింటున్నాం “పిల్లలు చదవడం తగ్గిపోయింది” అని. ఈ సమస్యను యువతపై నెట్టివేయడం సరికాదు. వారు పుస్తకాల నుంచి దూరం కాలేదు, పుస్తకాలను వారి జీవితానికి దగ్గరగా తీసుకురావడంలో మనం వెనుకబడ్డాం. ఒక యువకుడికి పుస్తకం అతని కలలకు, కెరీర్ కు, జీవితానికి ఎలా ఉపయోగపడుతుందో చూపించిన రోజే అతను స్వయంగా గ్రంథాలయం వైపు నడుస్తాడు.ప్రతి ఇంట్లో ఒక చిన్న గ్రంథాలయాన్ని ఏర్పాటు చేయాలి. తల్లిదండ్రులు పిల్లలకు బహుమతిగా పుస్తకాలు ఇస్తూ వారిలో చదివే అలవాటు పెంచాలి. ఉపాధ్యాయులు తరగతి గదిలో పాఠ్య పుస్తకాలతో పాటు న్యూర్సరీలను పరిచయం చేయాలి. గ్రంథపాలకులు గ్రంథాలయాన్ని యువత తోచేదలతో వికసింపే జ్ఞానవేదికగా తీర్చిదిద్దాలి. ప్రభుత్వం కూడా పఠన సంస్కృతిని బలోపేతం చేసే విధానాలకు ప్రాధాన్యం ఇవ్వాలి. ఆధునిక గ్రంథాలయాలు, డిజిటల్ వనరులు, ఈ--పుస్తకాలు, ఆడియో పుస్తకాలు, గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో పఠన కార్యక్రమాలు ఏర్పాటు చేయాలి. ఖాళీగా ఉన్న గ్రంథపాలక పోస్టులను భర్తీ చేయాలి. ఇవన్నీ యువతకు జ్ఞాన సాగరంబాగా నిల్చుంటాయి. జాతీయ గ్రంథపాలక దినోత్సవం (ఆగస్టు 12) సందర్భంగా రోజుకు కొంత సమయాన్ని పఠనానికి కేటాయద్దాం.

### ఇరాన్ పోరులో అమెరికా బలగాల్లో మనోధైర్య సమస్య?

**మొదటిపేజీ తరువాయి** - ఎయిర్క్రాఫ్ట్ క్యారియర్ 'యూఎస్ఎస్ అబ్రహం లింకన్'లో పరిస్థితులు క్షీణించాయంటూ వస్తున్న కథనాలు పూర్తిగా వాస్తవ దూరమని ఆయన స్పష్టం చేశారు.అయితే, మధ్యప్రాచ్యంలో ఇరాన్పై సుదీర్ఘంగా సాగుతున్న దైవదానిక, నావికా దాడులు, కఠినమైన వాతావరణ పరిస్థితుల వల్ల అమెరికా వైమానిక, నావికా బలగాలు తీవ్ర ఒత్తిడిని ఎదుర్కొంటున్నట్లు ఆసోసియేటెడ్ ప్రెస్ వర్గాలు వెల్లడించాయి. హరూత్ జలసంధి మార్గం ద్వారా వాణిజ్య వాతల రాకపోకలను పునరుద్ధరించామని లైంప్ పేర్కొంటూ... అమెరికా విధించిన అంక్షలు, దిగ్విధనాన్ని అధిగమించేందుకు ఇరాన్ భద్రతా సవాళ్లను చేపట్టి ఉంది. ఈ తరుణంలో విలీబర్ రికార్డ్లో సరైన పనతులు, నిద్రలేమి, మానసిక ఒత్తిడికి సంబంధించి వస్తున్న వార్తలను అమెరికా రక్షణ శాఖ 'అతిశయోక్తిగా' అభివర్ణించింది.

## హద్దులు దాటొద్దు, భాష జాగ్రత్త!

**మొదటిపేజీ తరువాయి** - మార్గదర్శకాలు జారీ చేశారు. పార్టీ నేతలు, జనసైనికులు, వీర మహిళలు పోస్టులు పెట్టేటప్పుడు, వివిధ అంశాలపై స్పందించేటప్పుడు భాష విమర్శనలో సంయువనం పాటించాలని, పరిధి దాటవద్దని ఆయన స్పష్టంగా దిశానిర్దేశం చేశారు. అనవసర విషయాలపై ఇష్టానుసారం మాట్లాడటం, అసభ్య పదజాబం ఉపయోగించడం సరికాదని స్పష్టం చేశారు. ఈ మేరకు మంగళగిరిలోని పార్టీ కేంద్ర కార్యాలయం ఓ ప్రకటన విడుదల చేసింది.ప్రస్తుత రాజకీయ పరిస్థితుల్లో, ముఖ్యంగా కూటమి ప్రభుత్వంలో భాగస్వామిగా ఉన్న తరుణంలో పార్టీ ప్రతిష్ఠకు భంగం కలగకుండా వ్యవహరించాలని పవన్ కల్యాణ్ సూచించారు. ప్రసార మాధ్యమాలూ, సోషల్ మీడియాలో మాట్లాడే సమయంలో పార్టీ నిర్దేశించిన మార్గదర్శకాలను తప్పనిసరిగా పాటించాలని ఆదేశించారు.రాజకీయ ప్రత్యర్థులు సోషల్ మీడియా ద్వారా పార్టీలో అంతర్గత విభేదాలు సృష్టించేందుకు చేసే ప్రయత్నాల వల్ల అప్రమత్తంగా ఉండాలని, వారి కుట్రలను జిప్సీకాట్లావని పవన్ కల్యాణ్ విలుపునిచ్చారు. పార్టీ క్రమశిక్షణ అత్యంత కీలకమని, దానికి విఘాతం కలిగించే చర్యలను ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ సహించబోమని ఈ ప్రకటన ద్వారా పార్టీ అధిష్టానం గట్టి హెచ్చరికలు వంపింది.ఇటీవల ఒంగోలులో టీడీపీ సిట్టింగ్ ఎమ్మెల్యే దామచర్ల జూరెడ్డి, జనసేన నేత బానిసేని శ్రీనివాసరెడ్డిల మధ్య తీవ్ర స్థాయిలో మాటల యుద్ధం నడిచిన నేపథ్యంలో, పవన్ కల్యాణ్ తాజా మార్గదర్శకాలు జారీ చేయడం ప్రాధాన్యత సంకరించుకుంది.

### యంగ్ ఇండియా సూక్ష్మ ద్వారా విప్లవాత్మక మార్పు తీసుకొచ్చాం

**మొదటిపేజీ తరువాయి** - రెడ్ కార్నిల్తో స్వాగతం పలుకుతోందన్న సీఎం, అలాంటి వారికి జర్నల్, జపాన్, సౌత్ కొరియాలో ఉద్యోగాలు ఉన్నాయన్నారు. కృత్రిమ మేధ వల్ల నిపుణుల ఉద్యోగాలు పోయే పరిస్థితి ఏర్పడిందన్నారు. ఈ సంక్షోభాన్ని ఏ విధంగా ఎదుర్కోవాలోనే దానిపై అందరూ ఆలోచించాలన్నారు. అందుకే విద్యతో పాటు సాంకేతిక నైపుణ్యాన్ని నేర్పున్నామన్నారు. సాంకేతిక నైపుణ్యం సాధించిన వారికి జర్నల్, జపాన్, సౌత్ కొరియా పంపిస్తామన్నారు. ఒలింపిక్స్లో మెడల్స్ సాధిస్తే ప్రభుత్వ ఉద్యోగం, నజరానాలు అందిస్తామని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి వెల్లడించారు.“మహనీయుల విగ్రహాలు మానీ వారి త్యాగాలు, స్ఫూర్తి పొందాలి. చదువే అవగాధంగా మారుతుందని జ్యోతిషా పూర్తి గుర్తింపారు. ప్రజా పాలనలో జ్యోతిషా పూర్తి విధానాలు తీసుకొనివస్తాం. చదువు ద్వారా తలరాత మారుతుంది, ఆత్మగౌరవం, సమాజంలో గుర్తింపు వస్తుంది. అన్ని వర్గాలు ఒకేచోట చదువు, జీవించడం ద్వారా కుల వ్యవస్థ నిర్మూలన సాధ్యం. యంగ్ ఇండియా సూక్ష్మ ద్వారా విప్లవాత్మక మార్పు తీసుకొచ్చామన్న ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి.

## నేను కాంగ్రెస్ నాయకులను విమర్శించలేదు

**మొదటిపేజీ తరువాయి** - కాంగ్రెస్ పార్టీలో బయట నుంచి వచ్చిన వారి విక్షణం ఎదుర్కొందంటూ తాను చేసిన వ్యాఖ్యలపై తీవ్ర స్థాయిలో రాజకీయ చర్య నడుస్తున్న వేళ మునగాడు ఎమ్మెల్యే కోమటిరెడ్డి రాజగోపాల్ రెడ్డి స్పందించారు. యూద్ధాధి భువనగిరి జిల్లా చౌటుప్పల్లోని శ్రీ సీతారామచంద్రస్వామి ఆలయ సూతన పాలకవర్గ ప్రమాణ స్వీకార మహోత్సవంలో పాల్గొన్న సందర్భంగా ఆయన మీడియాతో మాట్లాడారు. తాను చక్కగా పాల్గొన్న దానిని ఆయనకులు, కానీ, పార్టీని కానీ విమర్శించలేదని... విమర్శించనీవని ఆయన స్పష్టం చేశారు. తెలంగాణ రాష్ట్రాన్ని కాపాడేందుకు, తెచ్చింది కాంగ్రెస్ పార్టీనే అని... భవిష్యత్తులో రాష్ట్ర అభివృద్ధి కూడా ఒక్క కాంగ్రెస్ తోనే సాధ్యమవుతుందని అన్నారు. రాహుల్ గాంధీ నాయకత్వంలోనే తాను కాంగ్రెస్ పార్టీలో కొనసాగుతానని స్పష్టం చేశారు.పార్టీని నమ్ముకుని దశాబ్దాలుగా జెండా మోసిన అసలైన కాంగ్రెస్ నాయకులకు, తెలంగాణ ఉద్యమకారులకు ప్రజాపాలనలో తగిన గుర్తింపు లభించాలనే ఉద్దేశంతోనే తాను మాట్లాడానని ఆయన చెప్పారు. సీమాంధ్ర పాలకులు, కాండ్లాక్రమ చెప్పినతల్లో తెలంగాణ ప్రభుత్వం లేదా పార్టీ నడవకూడదని సూచించారు. ప్రజాపాలన అంటే కేవలం పెట్టుబడిదారులు, కాండ్లాక్రమ కోసం కాదని... వేద ప్రజల సంక్షేమం కోసమే పనిచేయాలని స్పష్టం చేశారు.

# తాగునీటికే తొలి ప్రాధాన్యతమివ్వాలి

**మొదటిపేజీ తరువాయి** - ప్రభావం, లోటు వర్షపాతం, భూగర్భ జలాలు, తాగు నీటి సరఫరా, నిర్వహణా ప్రణాళిక, జలధార-జలహారతి కార్యక్రమాల అమలుపై ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు అధికారులకు దిశానిర్దేశం చేశారు. ఈ సమీక్షలో అధికారులతో పలు అంశాల గురించి చంద్రబాబు చర్చించారు.89.9 శాతం పనులు పూర్తి: పోలవరం ప్రాజెక్టులో నిన్నటి (గురువారం) వరకూ 89.9 శాతం మేర సివిల్ పనులు పూర్తికట్టబడ్డ అధికారులు తెలిపారు. పోలవరం ఎడమ కాలువ పనులు యుద్ధ ప్రాతిపదికన పూర్తి అవుతున్నట్లు జలవనరుల శాఖ సీఎంకె వెల్లడించింది. ఈసీఆర్ఎఫ్ ద్వారా గ్యాస్-1,గ్యాస్-2లో పనులు శరవేగంగా చేపట్టినట్లు తెలిపారు. ద్వారా సైట్ వద్ద రోడ్డు సహా పలు మౌలిక వసతుల పనులు కూడా త్వరితగతిన పూర్తి చేయాలని సీఎం పనులించారు.ప్రాజెక్టు సమీపంలోని గుడి పోతమ్మ ఆలయాన్ని పరిరక్షిస్తూ స్థానికుల సెంటిమెంట్ ను కాపాడేలా కార్యాచరణ చేపట్టాలన్నారు. ఇటీవల కాలంలో 14 లక్షల క్యూసెక్కుల వరద ప్రవాహాలు వచ్చినా పనులకు ఇబ్బంది లేకుండా కొనసాగించినట్లు అధికారులు తెలిపారు. వచ్చే ఏడాది మార్చి కల్లా విశాఖ వరకూ ఎడమ కాలువ బ్యారేజ్ పనులు పూర్తి చేయాలని స్పష్టం చేశారు. అనకాపల్లి వరకూ ఉన్న నీటి వనరులు, రిజర్వాయర్లు, చెరువుల్లో నీటిని నింపాలని ముఖ్యమంత్రి దిశానిర్దేశం చేశారు. పోలవరం కుడి ఎడమ కాలువల్లో 17,500 క్యూసెక్కుల నీటి ప్రవాహానికి

అనుగుణంగా పనులు చేయాలని స్పష్టం చేశారు.రెండు కాలువలకూ మంచి పేర్లను సూచించాలని కోరారు. పోలవరం ప్రాజెక్టు సమీపంలోని ప్రాంతాలను సదస్యియోగం చేసుకోవటంతో పాటు వర్షాటకం గానూ తీర్చిదిద్దాలన్నారు. డేటా సెంటర్లకు నీటి అవసరాలపై కొందరు లేనిపోని విమర్శలు చేస్తున్నారని మొత్తంగా చాటికి 3.5 టీఎంసీల నీరే సరిపోతుందని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు స్పష్టంచేశారు. ఈ అంశాన్ని ప్రజల్లోకి విస్తృతంగా తీసుకెళ్లాలని అధికారులను ఆదేశించారు. రాష్ట్రంలో లోటు వర్షపాతం పరిస్థితుల నేపథ్యంలో తాగు నీటికి తొలి ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలని ఆ తదుపరి పారిశ్రామిక అవసరాలకు ఇబ్బంది లేకుండా చూడాలన్నారు. సమీక్షకు మంత్రి నిమ్మల రామానాయుడు, జల వనరుల శాఖ ప్రత్యేక ప్రధాన కార్యదర్శి శశిభూషణ్ ఇతర ఉన్నతాధికారులు హాజరయ్యారు.ఉమ్మడి ప్రకాశం జిల్లా కరవు ప్రాంత ప్రజల కల త్వరలోనే సాకారం కానుందని జలవనరుల శాఖ మంత్రి నిమ్మల రామానాయుడు తెలిపారు.ఈ ప్రాజెక్టున వర్షాటక కేంద్రంగా తీర్చిదిద్దుతున్నామన్నారు. పోలవరం-భద్రాచలం మధ్య రివరేజ్ వర్షాటకం అభివృద్ధి చేసే యోజనలో ఉన్నట్లు నిమ్మల తెలిపారు. పోలవరం రెవ్న్యూ మియన్ కెనాల్ నీటిని ఈ సలూబరులో అనకాపల్లికి తీసుకెళ్లామన్నారు. దీని ద్వారా ఉత్పాదక పుష్కలంగా నీరు వెళుుందని, డేటా సెంటర్లు, పారిశ్రామిక అవసరాలకు 3 టీఎంసీలు సరిపోతాయని మంత్రి నిమ్మల వివరించారు. ప్రాధాన్యత ప్రకారం

36 ప్రాజెక్టులను పూర్తి చేస్తున్నట్లు స్పష్టం చేశారు. సూపర్ ఎల్ఎస్ఎస్ దృష్ట్యా తాగునీటికే తొలి ప్రాధాన్యం ఇస్తామన్నారు.నీటి నిర్వహణలో వైఎస్సార్సీసీ ప్రభుత్వం పూర్తిగా విఫలమైందన్నారు. పులిచింతలలో నీటినిల్వలో వాళ్లకు, మాకు చాలా తేడా ఉందని నిమ్మల పేర్కొన్నారు. ఎత్తిపోతల పథకాలను గత ప్రభుత్వం పూర్తిగా వదిలేసిందని, వీటిని పూర్తి చేసేలా చర్యలు తీసుకుంటున్నామన్నారు. ఎల్ఎస్ఎస్ ప్రభావాన్ని ప్రజలకు అవగాహన కల్పిస్తున్నామన్నారు. తాగునీటికి ఇబ్బంది లేకుండా ఎక్కుడితక్కువ చర్యలు చేపట్టామన్నారు. వర్షాభావం వల్ల రైతులు ఆరుతడి పంటలు మాత్రమే చేయాలని సూచించారు. నీటిపారుదల ప్రాజెక్టుల పూర్తి చేసేందుకు అధిక ప్రాధాన్యత ఇస్తున్నట్లు వెల్లడించారు. పట్టణీయ నీళ్లే ఇప్పుడు కృష్ణా డెల్టాకు సరిగ్గా మారాయన్నారు.గతేడాదితో పోలిస్తే ఈ ఏడాది ప్రవాహం బాగా తగ్గిందని, శ్రీశైలం, సాగర్ కు వచ్చే నీటి ప్రవాహాలు తగ్గుతున్నాయని, పులిచింతలలో ప్రస్తుతం ఉన్న నీళ్లన్నీ గతేడాది నిల్వ చేసినవే అని తెలిపారు. ప్రాజెక్టులకు వర్షాలు, కాల్యాల ద్వారా వచ్చే నీరు తగ్గుతోందని, పులిచింతల నుంచి రోజూకే టీఎంసీ తీసుకునే వర్షాల్లో ఖాళీ అవుతుందన్నారు. గోదావరి డెల్టాకు ప్రతిరోజూ 15 వేల క్యూసెక్కులు వెళ్తోందని, నీళ్లు నిల్వ చేసుకోకుంటే తాగునీటికి సమస్యలు వస్తాయని హెచ్చరించారు. ముందుమాట లేకుండా సాగుకు వదిలేస్తే అనేక కష్టాలు వస్తాయని, సాగర్ కి నీళ్లు బాగా వస్తే సాగునీటికి ఇబ్బందులు ఉండవని స్పష్టం చేశారు.

# స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ వేళ బాంబు బెదిరింపులు

**మొదటిపేజీ తరువాయి** - దిల్లీ ఎయిర్పోర్ట్ టెర్మినల్-3 కి, జామ్ నగర్ హౌస్ కు, సాకేట్ ఎన్డిఎం కార్యాలయానికి, ధూడే వాలన్స్ వరుసగా బాంబు బెదిరింపు కాల్పు, ఈ-మెయిల్స్ వచ్చాయి. దిల్లీ హైకోర్టులో మధ్యాహ్నం 02:11 నిమిషాలకు పేలుడు జరుగుతుందని మెయిల్ రావడంతో అధికారులు వెంటనే అప్రమత్తమయ్యారు. దిల్లీ పోలీసుల ఆధ్వర్యంలో బాంబు స్వాగ్స్, డాగ్ స్వాగ్స్, ఆగ్నిమాపక సిబ్బంది హుటాహుటిన ఈ ప్రాంతాలకు చేరుకుని తనిఖీలు చేపట్టారు. అయితే ఎక్కడా ఎలాంటి అనుమానాస్పద వస్తువులు లభించకపోవడంతో ఇవి కేవలం నకిలీ బెదిరింపులేనని పోలీసులు నిర్ధారించారు. తదుపరి రెవన్యూ కొనసాగుతోందని తెలిపారు.దిల్లీ హైకోర్టుకు వచ్చిన బెదిరింపు మెయిల్ లో దిల్లీ ఖలిస్తాన్ అవుతుందని ఆగంతకులు హెచ్చరించారు. ఆగస్టు 15న బాంబుదాడులు చేస్తామని బెదిరించారు. 1984 నిక్కు వ్యతిరేక పాఠశాలకుంద బాధ్యులైన కాంగ్రెస్ నేతలపై చర్య తీసుకోవాలని మెయిల్ లో డిమాండ్ చేశారు. ఖాళీ యూనిఫాంలతో వచ్చే వ్యక్తులు ఎర్రకోటలో పేలుళ్లకు తారంబూ హెచ్చరించారు. ఖలిస్తాన్ వ్యవధతురాలు ఇప్పటికే దిల్లీకి చేరుకున్నారని దిల్లీ నుంచి అంతా వైపు వెళ్లే రైలులు లక్షంగా చేసుకుంటామని మెయిల్ లో ఆగంతకులు హెచ్చరించారు. పంజాబీ భాషను ఇంగ్లీష్ లో రాసి దిల్లీ హైకోర్టు, హైకోర్టు రిజిస్ట్రార్, హైకోర్ట్ బారీక్ షాన్ అగంతకులు మెయిల్ పంపారు. దీంతో అధికారులు తనిఖీలు నిర్వహిస్తున్నారు.మరోవైపు శనివారం ఎర్రకోటలో జరిగే 80వ స్వాతంత్ర్య వేడుకలకు దిల్లీ

పోలీసులు బహుళ అంచెల భద్రతను ఏర్పాటు చేశారు. ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ జాతీయ జెండాను అవిష్కరించి జాతీయధ్వజిని ప్రసంగించనున్న నేపథ్యంలో ఎర్రకోట పరిసరాలను జతైన పడుతున్నారు. ఉగ్రవాద వ్యతిరేక చర్యల్లో భాగంగా భద్రతా ఏజెన్సీలు ముందుగానే సమన్వయంతో మాక్ డ్రిల్స్ కూడా నిర్వహించాయి. ఎర్రకోట లోపల, బయట ఆర్థిఫిషియల్ ఇంబెలిజెన్స్ రామో టీవీదా అసెంబ్లీకితో కూడిన వెయ్యికి పైగా సీసీటీవీ కెమెరాలను అమర్చారు. కంట్రోల్ రూమ్ ద్వారా అనుమానాస్పద కదలికలను నిరంతరం పర్యవేక్షిస్తున్నారు. ఎలాంటి అత్యవసర పరిస్థితినినా ఎదుర్కొనేందుకు ప్రత్యేక రెస్పాన్స్ బ్రిగాదాలను సిద్ధంగా ఉంచినట్లు పోలీసు అధికారులు తెలిపారు. ఎర్రకోటతో పాటు దిల్లీలోని ప్రధాన కూడళ్లు, రైల్వే స్టేషన్లు, ఇతర సున్నిత ప్రాంతాల్లోనూ తనిఖీలు ముమ్మడిన చేశారు. వేడుకలకు వచ్చే ప్రజలకు ఎలాంటి అసౌకర్యం కలగకుండా ట్రాఫిక్, తనిఖీ విషయంలో జాగ్రత్తలు తీసుకుంటున్నారు. ప్రతి ప్రదేశాన్ని క్షుణ్ణంగా తనిఖీ చేస్తున్నారు.అయితే, స్వాతంత్ర్య దినోత్సవానికి ముందు దిల్లీలో బాంబు బెదిరింపు రావడం ఇదే మొదటిసారి కాదు. అంతకుముందు, ఆగస్టు 3న, దిల్లీ మేయర్ కార్యాలయానికి బాంబు బెదిరింపు ఉపమొల్ల రాగా, దిల్లీలోని పలు పాఠశాలలకు, దిల్లీ హైకోర్టుకు కూడా బాంబు బెదిరింపులు వచ్చాయి. అల్లలో, ఎర్రకోటకు సంబంధించి కూడా ఒక బాంబు బెదిరింపు వచ్చినట్లు నివేదికలు పేర్కొన్నాయి. కానీ విచారణలో అప్పటి నకిలీవని తేలింది.

# సైన్యం కన్నా రైల్వేలపైనే ఐఎన్ఎ కన్ను!

**మొదటిపేజీ తరువాయి** - దేశానికి జీవనాది అయిన భారతీయ రైల్వే వ్యవస్థపై పాకిస్తాన్ గూఢచార సంస్థ ఐఎన్ఎ (ఐఎస్ఎ) భారీ కల్పణ తేరిలేటినట్లు భారత నిర్మా వర్గాలు సంబంధం విషయాలు వెల్లడించాయి. రైల్వేలు ఇటీవల కాంంలో ఉగ్రవాదుల ప్రధాన లక్ష్యంగా మారాయని, దేశవ్యాప్తంగా భద్రతాదోళనలు సృష్టించేందుకు ఐఎన్ఎ ఒక పక్కా వ్యూహంతో ముందుకెళుతోందని ఇంటెలిజెన్స్ బ్యూరో (ఐబీ) సేవ నివేదికలో హెచ్చరించింది. స్వాతంత్ర్య దినోత్సవం సమీపిస్తున్న తరుణంలో ఈ హెచ్చరికలు తీవ్ర ప్రాధాన్యతను సంతరించుకు న్నాయి.ఐబీ అధికారుల ప్రకారం.. ఐఎన్ఎ తన గూఢచర్య కార్యకలాపాలను ప్రధానంగా భారత సైన్యం, రైల్వేలపైనే కేంద్రీకరించింది. అయితే, ఇటీవలి కాలంలో ఈ వ్యూహంలో స్పష్టమైన మార్పు కనబడుతోంది. సైనిక స్థావరాలపై సమాచారం సేకరణ దీర్ఘకాలిక వ్యూహంలో భాగంగా ఉండగా, రైల్వేలపై మాత్రం తక్షణ దాడులు చేయాలనే ఉద్దేశంతో

సమాచారాన్ని సేకరిస్తున్నారు. దేశ రవాణా వ్యవస్థకు రైల్వేలు వెన్నముక అని, వాటిని దెబ్బతీస్తే ప్రజల్లో తీవ్ర భయందోళనలు సృష్టించవచ్చని ఐఎన్ఎ భావిస్తోంది.ఈ కుట్రలో భాగంగా ఐఎన్ఎ రెండు రకాల వ్యూహాలను అమలు చేస్తోంది. ఒకటి, రైల్వే స్టేషన్లు, ట్రాక్లపై నేరుగా దాడులు చేయడం. రెండోది, ప్రజలను మానసికంగా దెబ్బతీసేందుకు 'మైండ్ గేమ్స్' ఆడటం. ఇందుకోసం ప్రత్యేకంగా భారతదీని నియమించుకుని,రద్దీగా ఉండే రైల్వే స్టేషన్లలో బాంబు బెదిరింపుల వంటి తత్వపు సమాచారాన్ని వ్యాప్తి చేయిస్తున్నారు. ఇలాంటి పూర్వోక్త ఒక్కసారిగా తొక్కిసలాట జరిగి, ఎలాంటి దాడి లేకుండానే భారీ ప్రాణనష్టం కలిగించవచ్చని అధికారులు విశ్లేషిస్తున్నారు.ఈ కుట్ర కోసం గత ఏడాది కాలంగా ఐఎన్ఎ నిఘాను పది రెట్లు పెంచింది. కేవలం రూ.3,000 వంటి స్వల్ప మొత్తానికే కొందరు యువకులను ఏజెంట్లుగా నియమించుకుని, వారి ద్వారా రైల్వే స్టేషన్లలోని కీలక ప్రదేశాలను

పోలోలు తీయించడం, భద్రతా ఏర్పాట్లను అంచనా వేయించడం వంటివి చేస్తోంది.మరింత పక్కాగా సమాచారం కోసం కొన్ని రైల్వే స్టేషన్లలో సోలార్ పవర్ ఆధారిత సీసీటీవీ కెమెరాలను కూడా రూపొందించారు ఏర్పాటు చేయించినట్లు రెవన్యూలో తేలింది. ఒక్కో కెమెరా అమర్చినందుకు రూ.5,000 నుంచి రూ.10,000 వరకు చెల్లించినట్లు అధికారులు గుర్తించారు. ఈ దాడులకు ఇప్పటివరకు గ్రూపులతో పాటు పంజాబ్, మార్వాణాలో రైల్వేలను లక్ష్యం చేసుకునేందుకు 'బబ్లర్ ఖల్సా ఇంటర్నేషనల్' (ఓబీఐ) వంటి సంస్థలను కూడా ఐఎన్ఎ వాడుకుంటోందని తెలిసింది.ఈ నేపథ్యంలో స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ వేడుకల సమయంలో భద్రతా బలగాలు దిల్లీపై ఎక్కువగా దృష్టి సారిస్తాయని, ఐబీ ఆదంబా రైల్వే వ్యవస్థపై దాడికి ఉగ్రవాదుల ప్రయత్నించవచ్చని ఐబీ హెచ్చరించింది. దీంతో ఢిల్లీ, దాని పరిసర ప్రాంతాల్లో రైల్వే స్టేషన్లలో హై అలర్ట్ ప్రకటించి భద్రతను కట్టుదిట్టం చేశారు.

## 58 ఆధునిక అగ్నిమాపక వాహనాలు

**మొదటిపేజీ తరువాయి** - వేసింది. రాజధాని అమరావతిలోని సీడీ యాక్సిస్ రోడ్డులో క్షతచారం నాడు ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు రూ.40 కోట్ల విలువైన 58 ఆధునాతన అగ్నిమాపక వాహనాలను జెండా ఉపి ప్రారంభించారు. రాష్ట్రంలో అగ్నిప్రమాదాలు, ఇతర అత్యవసర పరిస్థితుల తలెత్తివచ్చును ముంత వేగంగా, సమర్థవంతంగా స్పందించడమే లక్ష్యంగా ఈ ఆధునికీకరణ చేపట్టారు.కొత్తగా సమకాలీన ఈ వాహనాల్లో గ్రామీణ, అటవీ ప్రాంతాల్లో సేవలు అందించేందుకు 25 ఆధునాతన ఫైర్ ఫైటింగ్ వాహనాలు, భారీ ప్రమాదాల సమయంలో నిరంతరాయంగా నీటిని సరఫరా చేసేందుకు 14,000 లీటర్ల సామర్థ్యం గల 20 వాలర్ బోజర్లు ఉన్నాయి. వీటితో పాటు ఇరుకైన, రద్దీ ప్రదేశాల్లోకి వేగంగా చేరుకునేందుకు 13 క్విక్ రెస్పాన్స్ మల్టిపర్పస్ వాహనాలను కూడా అందుబాటులోకి తెచ్చారు. ఈ వాహనాలను 15వ ఆర్థిక సంఘం నిధులతో కొనుగోలు చేశారు.అగ్నిమాపక శాఖను ఆధునికీకరించేందుకు ప్రభుత్వం మొత్తం మూడు దశల్లో రూ.252.86 కోట్లతో ప్రణాళికను అమలు చేస్తోంది. తొలి దశలో భాగంగా ఇప్పటికే రూ.33 కోట్లతో 65 వాహనాలను అందుబాటులోకి తీసుకురాగా, తాజా ప్రారంభోత్సవం రెండో దశకు చెందింది. మూడో దశలో మరిన్ని వాహనాలతో పాటు ఆత్యాధునిక పరికరాలను కొనుగోలు చేయనున్నారు. వాహనాలతో పాటు రాష్ట్రవ్యాప్తంగా 17 కొత్త ఫైర్ స్టేషన్ల నిర్మాణం, 36 వాత స్పేషల్ ఆధునికీకరణ పనులు కూడా జరుగుతున్నాయి.ఈ కార్యక్రమంలో హోంమంత్రి వంగలపూడి అనిత, అగ్నిమాపక శాఖ డీజీ వెంకటమణులు, ఇతర ఉన్నతాధికారులు పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా అధికారులు వాహనాల పనితీరు, ప్రత్యేకతలను ముఖ్యమంత్రికి వివరించారు. ప్రమాదాలకు త్వరితగతిన స్పందించి, ప్రాణ, ఆస్తిసాన్ని నివారించడమే లక్ష్యంగా ఈ ఆధునికీకరణ చేపట్టినట్లు వారు తెలిపారు.



## బంగ్లాదేశ్ కు భారత రైల్వే కోచ్లు

**మొదటిపేజీ తరువాయి** - ద్వారా బంగ్లాదేశ్ కు పంపినట్లు ఆక్రమి స్థానిక మీడియా శుక్రవారం వెల్లడించింది. ఈ పరిణామం ఇరు దేశాల మధ్య ద్విపార్శిక సంబంధాలను మరింత బలోపేతం చేసేదిగా నిలుస్తోంది. ఈ కోచ్ లను పంజాబ్ లోని కప్పర్తా రైల్ కోచ్ ఫ్యాక్టరీ (=జఖీ)లో తయారు చేశారు. బంగ్లాదేశ్ రైల్వే వ్యవస్థను ఆధునికీకరించే లక్ష్యంతో 200 కొత్త ప్యాసింజర్ కోచ్ లను కొనుగోలు చేసే ప్రాజెక్టులో భాగంగా ఈ సరఫరా జరిగింది. బంగ్లాదేశ్ లోని డైలీ సర్వీస్ పత్రిక కథనం ప్రకారం, ఈ కొత్త కోచ్ ల రాకతో నైరుతి ప్రాంతంలో, ముఖ్యంగా పశ్చిమ రైలు పంపన మీదుగా నడిచే రైల్వే సేవలు ముంత సమర్థవంతంగా, నమ్మకంగా మారనున్నాయి.మొత్తం 200 ట్రాక్-గేజ్ కోచ్ ల కొనుగోలు కోసం బంగ్లాదేశ్ 2022లో ఒక ప్రాజెక్టును ప్రారంభించింది. దీని అంచనా వ్యయం 1,704.66 కోట్ల బంగ్లాదేశ్ టాకాల కాగా, ఇందులో దాదాపు 1,331 కోట్ల టాకాలను యూరోపియన్ ఇన్వెస్ట్మెంట్ బ్యాంక్ (ఐఎంబీ) రుణంగా సమకూరుస్తోంది. ఈ మేరకు బంగ్లాదేశ్ రైల్వే భారత ప్రభుత్వ రంగ సంస్థ రైల్వే లిమిటెడ్ (=ఎంబీఆర్) మధ్య ఈ ఏడాది మే నెలలో ధాకాలో ఒప్పందం కుదిరింది.ఈ ఒప్పందం ప్రకారం, రైల్వే సంస్థ కేవలం కోచ్ లను సరఫరా చేయడమే కాకుండా, వాటి డిజైన్, విడిభాగాలు, నిపుండికి తీయడం సాంకేతిక సహాయాన్ని కూడా అందించాల్సి ఉంటుంది. కోచ్ ల సరఫరాకు 36 నెలలు, ఆ తర్వాత 24 నెలల వారంటీ వ్యవధి ఉంటుంది. అయితే, 2022 మార్చిలో ప్రాజెక్టుకు ఆమోదం లభించినా, ఒప్పందం కుదరదనిగా రెండేళ్లకు పైగా సమయం పట్టింది. తాజాగా ఒప్పందం అమల్లోకి రావడంతో కప్పర్తా ఫ్యాక్టరీలో తయారైన తొలి బ్యాచ్ బంగ్లాదేశ్ కు చేసింది. ఈ బ్యాచ్ లో 3 ఏసీ స్లీపర్ కోచ్ లు, 3 ఏసీ వైర్ కార్లు, 11 నాన్-ఏసీ వైర్ కార్లు, 2 పవర్ కార్లు ఉన్నాయి.చివరిసారిగా 2015-16లో భారత్ 120 కోచ్ లను బంగ్లాదేశ్ కు సరఫరా చేసింది. చాలా కాలంగా పాత కోచ్ లతో ఇబ్బందులు పడుతున్న బంగ్లాదేశ్ రైల్వే, ఈ కొత్త కోచ్ లతో తమ సేవలను మెరుగుపరచుకోవాలని, ప్రయాణీకులకు మెరుగైన సౌకర్యాలు కల్పించాలని లక్ష్యంగా పెట్టుకుంది.

# తెలంగాణ రైజింగ్ గ్లోబల్ సమ్మిట్ 2.0 నిర్వహణకు కేబినెట్ నిర్ణయం

**మొదటిపేజీ తరువాయి** - తెలంగాణ రైజింగ్ 2.0 సమ్మిట్, స్మార్ట్ రేషన్ రేషన్ కార్డుల పంపిణీ, సన్నపడ్డకు పట్టిడి సహా పలు కీలక నిర్ణయాల తీసుకున్నాయి. కేబినెట్ సమావేశం అనంతరం మంత్రి పొంగులేటి మంత్రివర్గ సమావేశ నిర్ణయాలను వెల్లడించారు.తెలంగాణ రైజి



## పర్యావరణ పరిరక్షణలో ప్రతి ఒక్కరూ భాగస్వాములు కావాలి

స్వాతంత్ర్య దినోత్సవం సందర్భంగా జిల్లాలో మోగా ఫ్లాంటేషన్ డ్రైన్

అటవీ విస్తీర్ణాన్ని 1 శాతం ఎంపే లక్ష్యంలో 40--45 లక్షల

మొక్కలు నాటేందుకు కార్యాచరణ

యువత సమాజానికి తమ వంతు సేవ అందించేందుకు

ముందుకు రావాలి: జిల్లా కలెక్టర్ డా. ఏ. సిరి

**కర్నూలు :** పర్యావరణ పరిరక్షణ ప్రతి ఒక్కరి సామాజిక బాధ్యత అని, పచ్చదనం పెంపొందించేందుకు ప్రతి ఒక్కరూ మొక్కలు నాటి వాటి సంరక్షణలో భాగస్వాములు కావాలని జిల్లా కలెక్టర్ దాక్టర్ ఏ. సిరి పేర్కొన్నారు. శుక్రవారం ఎమ్మిగనూరు తహసీల్దార్ కార్యాలయ అవరణంలో 80వ స్వాతంత్ర్య దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని, ప్రభుత్వ ఆదేశాల మేరకు నేడు జిల్లాలో నిర్వహించిన మోగా ఫ్లాంటేషన్ దేశ కార్యక్రమంలో జిల్లా కలెక్టర్ పాల్గొని మొక్కలు నాటారు. అనంతరం పర్యావరణ పరిరక్షణ, పచ్చదనం పెంపొందించడం కోసం ప్రతి ఒక్కరూ మొక్కలు నాటి వాటిని సంరక్షించాలని ప్రతిజ్ఞ చేశారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ...ప్రజల్లో దేశభక్తి, సామాజిక బాధ్యత, పర్యావరణ పరిరక్షణపై అవగాహన పెంపొందించే లక్ష్యంతో 'అనే నేనూ'



క్యాంపెయిన్, 'హర్ ఫుర్ తిరంగా', త్రివర్ణ ఇల్యూమినేషన్, సైకిల్ ర్యాలీ తదితర కార్యక్రమాలను చేపట్టినట్లు తెలిపారు. 'అనే నేనూ' క్యాంపెయిన్ ద్వారా సమాజం, దేశ అభివృద్ధికి ప్రతి ఒక్కరూ తమ వంతు ఏమి చేయగలరనే అంశంపై యువతలో చైతన్యం కల్పిస్తున్నట్లు చెప్పారు. 'హర్ ఫుర్ తిరంగా'లో భాగంగా ప్రతి ఇంటిపై జాతీయ పతాకాన్ని ఎగురవేసేలా ప్రజలను ప్రోత్సహిస్తున్నామని, ప్రభుత్వ భవనాలను త్రివర్ణ విద్యుద్దీపాలతో అలంకరిస్తున్నామని తెలిపారు. ఆగస్టు 14న నేడు నిర్వహిస్తున్న మోగా ఫ్లాంటేషన్

డ్రైన్స్ కు జిల్లాలో ప్రత్యేక ప్రాధాన్యం ఇస్తున్నట్లు కలెక్టర్ తెలిపారు. జిల్లాలో పచ్చదనాన్ని పెంచేందుకు ఈ ఏడాది 40 నుంచి 45 లక్షల మొక్కలు నాటే లక్ష్యంతో కార్యాచరణ చేపట్టినట్లు వివరించారు. తద్వారా అటవీ, పచ్చదనం విస్తీర్ణాన్ని కనీసం 1 శాతం ఎంపే లక్ష్యంతో వివిధ శాఖల సమన్వయంతో కార్యక్రమాలను నిర్వహిస్తున్నట్లు తెలిపారు. నాటిన ప్రతి మొక్కను సంరక్షించి, వాటి పెరుగుదలను వర్షవేక్షించాలని, పర్యావరణ పరిరక్షణలో ప్రజలందరూ భాగస్వాములు కావాలని జిల్లా కలెక్టర్ పిలుపునిచ్చారు. స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ స్ఫూర్తితో యువత దేశం, సమాజం కోసం తాము ఏమి చేయగలమనే దానిపై ఆలోచించాలని సూచించారు. వ్యక్తిగత అభివృద్ధితో పాటు సమాజ శ్రేయస్సు, దేశ ప్రగతికి ప్రతి ఒక్కరూ తమ వంతు సహకారం అందించాలని కోరారు. స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ స్ఫూర్తిని కేవలం చేదుకలకే పరిమితం చేయకుండా దేశాభివృద్ధి, పర్యావరణ పరిరక్షణ, సామాజిక సేవలో ప్రతి ఒక్కరూ భాగస్వాములు కావాలని జిల్లా కలెక్టర్ పిలుపునిచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో జూయిల్ కలెక్టర్ సూరత్ ఖుర్ర్, ఆదోని అశ్రీవో ఆరుణ దేవి, అటవీ శాఖ అధికారి తేజస్వి, తహసీల్దార్ శ్రీనివాసులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

## జిల్లా న్యాయ సేవాధికార సంస్థ ఆధ్వర్యంలో న్యాయ అవగాహన

ప్రత్యేక ఆధార్ క్యాంపు

**కర్నూలు :** కర్నూలు జిల్లా న్యాయ సేవాధికార సంస్థ వారి ఆధ్వర్యంలో, తహసీల్దార్ కార్యాలయంలో కర్నూలులోని న్యాయ సేవా సదన్ లో న్యాయ అవగాహన కార్యక్రమంలో పాటు ప్రత్యేక ఆధార్ క్యాంపును నిర్వహించబడింది. గౌరవనీయులైన జి. కబర్, కర్నూలు ప్రధాన జిల్లా న్యాయమూర్తి-మరియు-చైర్మన్, జిల్లా న్యాయ సేవాధికార సంస్థ వారి ఆదేశాల మేరకు నిర్వహించిన ఈ కార్యక్రమంలో తహసీల్దార్ కార్యాలయ ప్రజలకు అందుబాటులో ఉన్న వివిధ పౌర సేవలపై అవగాహన కల్పించారు. ముఖ్యంగా ఆధార్ సమాధి సమీకరణ సేవలను ప్రత్యేక ఆధార్ క్యాంపు ద్వారా అందించారు. అదేవిధంగా, తహసీల్దార్ కార్యాలయ సేవలపై సాఫ్ట్వేర్ దిశీక్షింపజేయ కియోస్క్ నడుపాయం గురించి వివరించారు. కర్నూలు హెచ్ షోన్ షోన్ షోన్ అందుబాటులో ఉన్న ఈ కియోస్క్ ద్వారా ప్రజలు క్యూలో వేచి ఉండకుండా నేరుగా తమ తహసీల్దార్ వస్తువులను బుక్ చేసుకోవచ్చని తెలిపారు. అలాగే, అప్లైడ్ సెల్ఫ్ బుకింగ్ మాడ్యూల్ (సాఫ్ట్వేర్ సేవలపై దిశీక్షింపజేయ వీలౌతుంది) ద్వారా ఇంటి నుండి లేదా కార్యాలయం నుండి తహసీల్దార్ వస్తువులను ఆన్లైన్లో బుక్ చేసుకుని, సమీప పోస్టాఫీసులో సమర్పించి పంపించుకునే సౌకర్యం ఉందని, దీనిపై పోస్టాఫీసుల్లో ఎక్కువసేపు క్యూలో వేచి ఉండాల్సిన అవసరం ఉండదని వివరించారు. ఈ అవకాశాన్ని సుమారు 40 మంది న్యాయ శాఖ ఉద్యోగులు మరియు



న్యాయవాదులు వినియోగించుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా కర్నూలు జిల్లా న్యాయ సేవాధికార సంస్థ అధికారులు, పాల్గొన్న ప్రజలకు పీఠాసూయ పథకాల మరియు ఉచిత న్యాయ సేవలపై అవగాహన కల్పించారు. ముఖ్యంగా పీఠాసూయ హెల్ప్లైన్ నంబర్ 15100 రాయితీ ప్రాముఖ్యతను వివరించి, ప్రజలు న్యాయ సహాయం, సలహా మరియు ఇతర న్యాయ సేవలకు ఈ హెల్ప్లైన్ ను 24 గంటలు, వారంలో 7 రోజులు వినియోగించుకోవచ్చని తెలిపారు. స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ వేడుకల సందర్భంగా కర్నూలు జిల్లా న్యాయ సేవాధికార సంస్థ కార్యాలయ ప్రాంగణంలో మొక్కలు నాటి కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. కర్నూలు జిల్లా న్యాయ సేవాధికార సంస్థ కార్యదర్శి బి. లీలా వెంకట శేషాద్రి ఆధ్వర్యంలో మొక్కలు నాటారు. పర్యావరణ



పరిరక్షణ, పచ్చదనం పెంపొందించడం ప్రతి ఒక్కరి బాధ్యత అని ఈ సందర్భంగా పేర్కొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో గౌరవనీయులైన ప్రధాన జిల్లా న్యాయమూర్తి-మరియు-చైర్మన్, కర్నూలు జిల్లా న్యాయ సేవాధికార సంస్థ, జి. కబర్, కర్నూలు జిల్లా న్యాయ సేవాధికార సంస్థ కార్యదర్శి బి. లీలా వెంకట శేషాద్రి, కర్నూలు శాశ్వత లోక్ అలాంట్ చైర్మన్ ఎం. వెంకట హరినాథ్, కర్నూలు బార్ అసోసియేషన్ అధ్యక్షుడు బి. చంద్రశేఖర్, కర్నూలు సూపరింటెండెంట్ ఆఫ్ పోస్ట్ జి. జనార్దన్ రెడ్డి, కర్నూలు హెచ్ క్యూర్లర్లోని న్యాయాధికారులు, న్యాయవాదులు, పాఠా లీగల్ వాలంటీర్స్ మరియు ప్రజలు పాల్గొన్నారు. ప్రజలకు న్యాయ సేవలు, ప్రభుత్వ పౌర సేవలు సులభంగా అందుబాటులోకి తీసుకురావడమే కర్నూలు జిల్లా న్యాయ సేవాధికార సంస్థ లక్ష్యమని అధికారులు తెలిపారు.

## నగరంలో సమస్యలన్నీ పరిష్కరిస్తున్నాం - మంత్రి టీజీ భరత్

జోహరాపురం నట్టల్ రెండేళ్ల నమ్మకం.. లభిస్తుంది.

సంక్షేమం కార్యక్రమంలో మంత్రి టీజీ భరత్

**కర్నూలు :** జోహరాపురం నట్టల్ రాష్ట్ర పరిశ్రమలు, వాణిజ్యం, పుడే ప్రాసెసింగ్ శాఖ మంత్రి టీజీ భరత్ పర్యటించారు. ఇంటింటికీ వెళ్లి గత రెండేళ్లలో ప్రభుత్వం చేపట్టిన అభివృద్ధి, సంక్షేమ కార్యక్రమాలను ప్రజలకు వివరించారు. ఈ సందర్భంగా ప్రజల సమస్యలను అడిగి తెలుసుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా మంత్రి టీజీ భరత్ మాట్లాడుతూ.. రెండేళ్లలో తమ ప్రభుత్వం ఎన్నో మంచి కార్యక్రమాలను చేపట్టిందన్నారు. సంక్షేమ పథకాలను అమలు చేస్తూనే అభివృద్ధి పనులకు పెద్దపీట వేశామని తెలిపారు. కర్నూలులో ప్రజలకు ఎలాంటి సమస్యలు లేకుండా చేయడానికి నిరంతరం కృషి చేస్తున్నామని చెప్పారు. జోహరాపురం రోడ్డు నిర్మాణానికి త్వరలో



పనులు ప్రారంభించనున్నట్లు మంత్రి తెలిపారు. ఇందుకోసం ఇప్పటికే రూ.2.5 కోట్ల నిధులు మంజూరయ్యాయని చెప్పారు.

అవసరమైన మన్నిని నిధులు సమకూర్చి రోడ్డు నిర్మాణాన్ని పూర్తి చేస్తామని హామీ ఇచ్చారు. ఇళ్ల పట్టాల సమస్యను కూడా పరిష్కరిస్తామని మంత్రి తెలిపారు. జోహరాపురం నట్టకు కొత్తగా రేషన్ షాపు మంజూరైనట్లు వెల్లడించారు. ప్రజల సమస్యలను ఒక్కొక్కటిగా పరిష్కరిస్తూ ముందుకు సాగుతున్నామని చెప్పారు. ప్రజల వద్దకు వెళ్లి ప్రభుత్వ పనితీరును వివరిస్తున్న సమయంలో తమ ప్రభుత్వంపై ప్రజల నుంచి మంచి స్పందన లభిస్తుందని మంత్రి టీజీ భరత్ తెలిపారు. అభివృద్ధి, సంక్షేమ కార్యక్రమాలను మరింత ముందుకు తీసుకెళ్లి కర్నూలును అభివృద్ధి పథంలో నడిపించడమే లక్ష్యమని పేర్కొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో బొందిలి కార్పొరేషన్ చైర్మన్ విక్రమ్ సింగ్, టీడీపీ నగర అధ్యక్షుడు రవి, వార్డు కేంద్రంలో నీటి సరఫరా తీసుకురావడమే లక్ష్యమని తెలిపారు. అలాగే మున్సిపల్ సిబ్బందికి సహకరించాలని కమిషనర్ కోరారు.

## 17న తాగునీటి సరఫరాకు అంతరాయం



కర్నూలు : 17న సోమవారం వెంకటరమణ కాలనీ, బాలాజీ

నగర్, మమత నగర్, ఏ.కాంపు, జోహరాపురం, గణేష్ నగర్, నాలుగో తరగతి ఉద్యోగుల కాలనీ, జంపాల అపార్ట్మెంట్ లైన్, పార్కు అపార్ట్మెంట్ లైన్, దీప్త కాలనీ, మధర్ ల్యాండ్ లైన్, సాయి వైభవ్ కాలనీ, లక్ష్మి టౌన్షిప్, సోమశెట్టి నగర్, హోస్నూ మండి లైన్, రామ్ నగర్, చంద్రశేఖర్ నగర్, ఆంజనేయస్వామి టెంపుల్ లైన్, వెంకటాద్రి నగర్, జయరాం నగర్, శేషాద్రి నగర్, ధనలక్ష్మి నగర్, బృందావన్ నగర్, సనత్ నగర్, పోస్టల్ కాలనీ, నాచి నగర్, బి.టి.ఆర్, టెలికాం నగర్, సిండికేట్ బ్యాంక్ కాలనీ, విజయపురి కాలనీ, ఎస్.జి కాలనీ, మౌలాలి మోగా సిటీ, అరవింద నగర్, కళావతి నగర్, శారద నగర్, చిన్న సుంకన్న కాలనీ, రామకృష్ణ నగర్, ఉద్యోగ నగర్, రామచంద్ర నగర్, వివేక్ నగర్, గీతా నగర్, గోపీ నగర్, ఎల్. వెంకయ్య నగర్, గురుద్వారా నగర్, సంపత్ నగర్, డివ్యాట్ బ్యాక్ సైడ్ లైన్, గోపవర్ధన్ నగర్,

గంగావతి నగర్, పోలీస్ కాలనీ, ముజఫర్ నగర్, ఎంపంత్ మున్సిపల్ నగర్, మోదినాథ నగర్, భరత్ నగర్, ఉమా శంకర్ నగర్, ఉమా మహేశ్వర్ నగర్, శశిర నగర్, సూర లోన్, మంగళగిరి, గట్టయ్య నగర్, పద్మావతి నగర్, వెంకటేశ్వర్ నగర్ ప్రాంతాల్లో తాగునీటి సరఫరాకు అంతరాయం కలగనుందని నగరపాలక సంస్థ కమిషనర్ చల్లా ఓబలేను తెలిపారు. ఈ మేరకు శుక్రవారం ఒక ప్రకటన విడుదల చేశారు. నగరంలోని అతీక్ నగర్ వద్దనున్న 42.70 ఎంపిఎల్ నీటి శుద్ధి కేంద్రంలో నీటి సరఫరా తీసుకురావడం పనులు చేపట్టనున్నందున ఆయా ప్రాంతాలకు తాగునీటి సరఫరాకు అంతరాయం కలగనుందని తెలిపారు. కావున ప్రజలు ముందుగానే తగినంత నీటిని నిల్వ చేసుకోవాలని, నీటి వినియోగంలో సహకరించాలని, అలాగే మున్సిపల్ సిబ్బందికి సహకరించాలని కమిషనర్ కోరారు.

## స్వాతంత్ర్య సమరయోధుల త్యాగాల ఫలితమే మన బంగారు భవిష్యత్తు - మంత్రి టీజీ భరత్

**కర్నూలు :** స్వాతంత్ర్యం కోసం మహనీయులు ఎన్నో త్యాగాలు చేశారని, వారి త్యాగాల ఫలితంగానే నేడు మనం స్వేచ్ఛా వాయువులు పాలిస్తూ బంగారు భవిష్యత్తును అనుభవిస్తున్నామని రాష్ట్ర పరిశ్రమలు, వాణిజ్యం, పుడే ప్రాసెసింగ్ శాఖ మంత్రి టీజీ భరత్ అన్నారు. 80వ స్వాతంత్ర్య దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని కర్నూలు నగరంలోని రాజ్ విహార్ నుంచి ఏ.క్యాంప్ లోని ఉద్యోగవాద సరసింహారెడ్డి స్మారక పరకు నిర్వహించిన తిరంగా లైక్ ర్యాలీని మంత్రి టీజీ భరత్ ప్రారంభించారు. అనంతరం ఆయన స్వయంగా ర్యాలీలో పాల్గొన్నారు. తెలుగుదేశం పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తలు పెద్ద సంఖ్యలో ఉత్సాహంగా పాల్గొని జాతీయ జెండాలో ర్యాలీ నిర్వహించారు. ర్యాలీ అనంతరం ఉద్యోగవాద సరసింహారెడ్డి విగ్రహానికి మంత్రి టీజీ భరత్ పూలమాల వేసి నివాళు లర్పించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ.. దేశ స్వాతంత్ర్యం కోసం ప్రాణాలను సైతం లెక్కచేయకుండా పోరాడిన మహనీయుల త్యాగాలను ప్రతి ఒక్కరూ స్మరించుకోవాలని



పిలుపునిచ్చారు. దేశ సరిహద్దుల్లో సైనికులు తమ ప్రాణాలను సైతం లెక్కచేయకుండా విధులు నిర్వహిస్తూ దేశ ప్రజలకు రక్షణగా నిలుస్తున్నారని మంత్రి అన్నారు. కుల, మత, ప్రాంత భేదాలు లేకుండా ప్రతి ఒక్కరికీ జవాబు రక్షణ కల్పిస్తున్నారని పేర్కొన్నారు. వారి సేవలు, త్యాగాలు దేశ ప్రజలందరికీ



స్ఫూర్తిదాయకమవుతూ. ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ నాయకత్వంలో దేశం ఐక్యంగా ముందుకు సాగుతోందని మంత్రి టీజీ భరత్ అన్నారు. దేశ సమగ్రత, ఐక్యతను కాపాడుకుంటూ అభివృద్ధి పథంలో ముందుకు సాగేందుకు ప్రతి ఒక్కరూ తమ వంతు బాధ్యతను నిర్వహించాలని ఆయన పిలుపునిచ్చారు.

## కర్నూలు లో నూతనంగా ఏర్పాటు చేసిన మాడుగుల హాల్స్



**కర్నూలు :** కర్నూలు లో మొట్టమొదటిగా మాడుగుల హాల్స్ ను ప్రారంభించారు. నగరంలోని వెంకటరమణ కాలనీలో మాడుగుల హాల్స్ ప్రాంతాల్లోని సాయి శంకర్ ఆధ్వర్యంలో ఏర్పాటు చేశారు. శుక్రవారం ఉదయం మాడుగుల హాల్స్ షాపును సాయి శంకర్ ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా సాయి శంకర్ మాట్లాడుతూ మాడుగుల హాల్స్ సంప్రదాయమైన హాల్స్ అన్నారు. మాడుగుల హాల్స్ రాయలసీమ లోనే మొదటి సారి కర్నూలు లో

ఏర్పాటు చేయడం సంతోషంగా ఉందన్నారు. విశాఖపట్నం నుంచి వంద కిలోమీటర్ల దూరంలో మాడుగుల గ్రామం ఉందని అక్కడి నుంచి హాల్స్ తయారీ కి అవసరమైన వదార్లూ వస్తాయని తెలిపారు. మాడుగుల హాల్స్ ను గోదామల పాలు, నెయ్యి, బెల్లం, బెదం, డ్రై ఫ్రూట్స్, గొడబిల లతో తయారు చేస్తారన్నారు. హాల్స్ ను గ్లాస్ స్టాప్ మీద కాకుండా కట్టెల పోయ్యి మీద చేస్తామని తెలిపారు. ఇతర స్వచ్ఛ మైన హాల్స్ కర్నూలు వాసులకు అందుబాటులోకి తీసుకుని రావడం సంతోషంగా ఉందని కర్నూలు వాసులు ఆదరించాలని సాయి శంకర్ కోరారు.

## స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ వేడుకలకు పకడ్బందీ ఏర్పాట్లు

జిల్లా స్థాయి వేడుకలకు అన్ని ఏర్పాట్లు పూర్తి

నగరపాలక సంస్థ కమిషనర్ చల్లా ఓబలేను



**కర్నూలు :** జిల్లా కేంద్రంలోని పోలీసు వరేడ్ మైదానంలో నిర్వహించనున్న 80వ స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ జిల్లా స్థాయి వేడుకలకు పకడ్బందీ ఏర్పాట్లు చేయాలని నగరపాలక సంస్థ కమిషనర్ చల్లా ఓబలేను అధికారులను ఆదేశించారు. శుక్రవారం పోలీసు వరేడ్ మైదానాన్ని సందర్శించిన కమిషనర్ వేడుకల ఏర్పాట్లను పరిశీలించారు. మైదానంలో పౌరశుద్ధ్య పనులను సమర్థవంతంగా చేపట్టాలని, పరిసరాలను పరిశుభ్రంగా ఉంచాలని సూచించారు. వేడుకలకు హాజరయ్యే ప్రజలు, అధికారులు, అతిథులకు ఎలాంటి ఇబ్బందులు కలగకుండా తాగునీరు, ముద్దెల్ల మరుగుదొడ్లు తదితర మౌలిక వసతులను సమర్థిగా ఏర్పాటు చేయాలని ఆదేశించారు. స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ వేడుకలు విజయవంతంగా జరిగేలా అన్ని విభాగాల అధికారులు సమన్వయంతో పనిచేసి, అవసరమైన ఏర్పాట్లను పూర్తి చేయాలని కమిషనర్ సూచించారు. కాగా ఆంధ్రకన్యామండల, వై.జంక్షన్, వానవి నగర్, రామచంద్ర నగర్ తదితర ప్రాంతాలు పౌరశుద్ధ్య పనులను పరిశీలించారు. అలాగే కొండ రెడ్డి బురుజు అన్న క్యాంటీన్ ను తనిఖీ చేశారు. కార్యక్రమంలో సానిటరీ సూపర్వైజర్ రమేష్ బాబు, ఇంస్పెక్టర్ మల్లికార్జున, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

## ఎస్సిసి క్యాడెట్స్ క్షయ వ్యాధి పట్ల అప్రమత్తంగా ఉండాలి

విశ్వభారతి హాస్పిటల్స్ వైద్యురాలు డాక్టర్ హర్షిత రీనా రాయ్



**కర్నూలు :** స్థానిక బిశాక్రాంపు ప్రభుత్వ బాలుర ఉన్నత పాఠశాలలో శుక్రవారం పాఠశాల ఎస్సిసి క్యాడెట్స్ టీచీ ముక్త అభియాన్ కార్యక్రమంలో భాగంగా ఎస్సిసి అధికారి వలేటి విజయకుమార్ ఆధ్వర్యంలో పాఠశాల పరిసర ప్రాంతంలో ర్యాలీ నిర్వహించారు. అనంతరం పాఠశాలలో ఎస్సిసి విద్యార్థులకు డాక్టర్ హర్షిత రీనా రాయ్ క్షయవాదిపట్ల తగు జాగ్రత్తలు సూచనలు నివారణ ఉపాయాలను వెల్లడించారు. అలాగే క్షయ వ్యాధిగ్రస్తల పట్ల ఎలా మెలగాలి వ్యక్తిగత పరిశుభ్రత అవశ్యతను గురించి వివరించారు. విద్యార్థులు జంక్ ఫుడ్స్ కు దూరంగా ఉంటూ సమీకృత ఆహారాన్ని వ్యాధి నిరోధక శక్తిని పెంపొందించే ఆహార పదార్థాలను తీసుకోవాలని సూచించారు. అంతకుముందు సైన్ షోలో భాగంగా హ్యాండ్ వాషింగ్ రుచికరమైన ఆరోగ్యవంతమైన ఆహార పదార్థాల వినియోగం గురించి వివరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయులు జి శంకర్ ఎస్సిసి అధికారి వలేటి విజయకుమార్ ఉపాధ్యాయులు ఎస్సిసి విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

## తల్లిబిడ్డల ఆరోగ్య భద్రతకు తల్లి--బిడ్డ ఎక్స్ ప్రెస్

అంబులెన్స్ సేవలు ప్రారంభించిన ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ బి.పి. జయ నాగేశ్వర్ రెడ్డి



**ఎమ్మిగనూరు :** ఎమ్మిగనూరు ప్రభుత్వ ఆసుపత్రిలో తల్లి--బిడ్డ ఎక్స్ ప్రెస్ అంబులెన్స్ సేవలను ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ బి.పి. జయ నాగేశ్వర్ రెడ్డి ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ బి.పి. జయనాగేశ్వర్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ గర్భిణీలు, బాలింతలు మరియు సహజ శిశువులకు ఆత్మవసర సమయాల్లో సురక్షితమైన, వేగవంతమైన రవాణా సౌకర్యం అందించడంలో తల్లి--బిడ్డ ఎక్స్ ప్రెస్ అంబులెన్స్ సేవలు ఎంతో ఉపయోగకరంగా ఉంటాయని తెలిపారు. ప్రత్యేకంగా గ్రామీణ ప్రాంతాల నుంచి ప్రభుత్వ ఆసుపత్రులకు వచ్చే గర్భిణీలు, ప్రసవ అనంతరం తల్లులు, శిశువులు ఎలాంటి ఇబ్బందులు లేకుండా ఆసుపత్రికి చేరుకునేందుకు ఈ సేవలు ఆరోగ్య సంరక్షణ వ్యవస్థలో కీలకమైన మద్దతుగా నిలుస్తాయని పేర్కొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఆసుపత్రి సూపరింటెండెంట్, వైద్యులు, నాజబ్ సభ్యులు, టీడీపీ పట్టణ కమిటీ సభ్యులు, పార్టీ నాయకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

## షాదీఖానాకు స్థలం మంజూరు

పాణ్యం ఎమ్మెల్యే గౌరు చరిత రెడ్డి, ఎమ్మెల్యే విద్యా సాగర్, పట్టా అందజేశారు



**ఓర్వట్ల :** ఓర్వట్ల మండల కేంద్రంలో షాదీఖానా నిర్మాణానికి అవసరమైన స్థలానికి తహసీల్దార్ విద్యాసాగర్ పట్టా మంజూరు చేశారు. మంజూరైన పట్టాను శుక్రవారం పాణ్యం నియోజకవర్గం ఎమ్మెల్యే గౌరు చరితారెడ్డి, గౌరు వెంకట రెడ్డి కర్నూలు మాధవి నగర్ ఎమ్మెల్యే క్యాంపు కార్యాలయంలో మున్సిపల్ పెద్దలకు అందజేశారు. షాదీఖానా నిర్మాణానికి స్థలం కేటాయించేందుకు కృషి చేసిన ఎమ్మెల్యేకు మున్సిపల్ మైనార్టీ నాయకులు కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో మండల అధ్యక్షుడు డి నాగిరెడ్డి, టీడీపీ సంద్యాల జిల్లా ఉపాధ్యక్షుడు గోవిందరెడ్డి, మున్సిపల్ మైనారిటీ అధ్యక్షుడు ఎస్ ఫిరోజ్, నాయకులు రాంభూపాల్ రెడ్డి, అన్నర్, ఆయాజీ, అబ్దుల్లా, మస్తాన్ మున్సిపల్ పెద్దలు, నాయకులు పెద్ద ఎత్తున పాల్గొన్నారు.

## మొక్కలు నాటండి పర్యావరణాన్ని కాపాడండి



**నందవరం :** నందవరం మండలం, మాచాపురం గ్రామం నందు కూలమి ప్రభుత్వం ఈరోజు చేపట్టిన టువంటి మొక్కలు నాటి కార్యక్రమంలో భాగంగా ముఖ్య అతిథిగా విప్లవసేనలుంటి టీడీపీ పార్టీ నందవరం మండల కన్వీనర్ యస్. ఖాసీవంటి, మాచాపురం హైస్కూల్ అవరణం నందు మరియు గ్రామంలో మొక్కలు నాటి కార్యక్రమం చేపట్టడం జరిగినది అదేవిధంగా మాచాపురం హైస్కూల్లో విద్యార్థిని విద్యార్థులకు శ్రీ సర్వపల్లి రాధాకృష్ణ స్కూల్ బ్యాగులను పంపిణీ చేయడం జరిగినది, ఈ కార్యక్రమంలో హైస్కూల్ ఉపాధ్యాయ బృందం మరియు టీడీపీ పార్టీ కార్యకర్తలు, గ్రామస్థులు పాల్గొన్నారు.





## ఎముకల నుంచి టక్ టక్ మని శబ్దం వస్తుందా.. ఇదే కారణం.. ఈ ఫుడ్స్ మానేయకుంటే డేంజర్!



కూర్చున్నా, లేచినా కాస్త కదిలినా ఒంటిలోని ఎముకల నుంచి టక్ టక్ మనే క్రాక్ అవుతున్న శబ్దం వస్తుంటుంది. చాలా మంది దీన్ని లైట్ తీసుకుంటుంటారు. కానీ ఇది త్వరలోనే మీరు అనారోగ్యం బారిన పడబోతున్నారని తెలిపే సంకేతం. ఒంటిలో వాతం ఎక్కువైతే ఎముకల నుంచి ఇలాంటి శబ్దం వస్తుంటుంది. అంతేకాదు అధిక వాతం వల్ల కలిగే సమస్యలు, అవి కీళ్ళ నొప్పులు, ఎముకల రాబిడి వంటివి, రోజువారీ జీవితాన్ని ఇబ్బందికరం చేస్తాయి. ఇలాంటి సమస్యలున్న వారు రాత్రి భోజనాన్ని త్వరగా పూర్తి చేయడం జీర్ణవ్యవస్థ ఆరోగ్యానికి ఎంతగానో దోహదపడుతుంది. ఈ అలవాటు శరీరానికి ఆహారాన్ని సరిగా జీర్ణం చేసుకునేందుకు తగిన సమయాన్ని ఇస్తుంది. వాతం ఉన్నవారు రాత్రి భోజనాన్ని ముందుగానే చేయడం మంచిది. ఇది జీర్ణవ్యవస్థకు ఆహారాన్ని సమర్థవంతంగా జీర్ణం చేసేందుకు తగిన సమయాన్ని ఇస్తుంది. కడుపులో ఆహారం చేరడం, జీర్ణం కావడం, పోషకాలను శోషించడం వంటి ప్రక్రియలను సులభతరం చేస్తుంది. అలాగే, రాత్రి భోజనం తర్వాత మరుసటి రోజు ఉదయం అల్పాహారం వరకు ఎక్కువ సమయం లభించడం వల్ల జీర్ణవ్యవస్థ స్వీయ-మరమ్మత్తు చేసుకోవడానికి అవకాశం ఉంటుంది. దీనివల్ల జీర్ణ సమస్యలు తగ్గి, శరీరం ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది.

### నిద్ర నాణ్యతలో మెరుగుదల

రాత్రి త్వరగా భోజనం చేయడం నిద్ర నాణ్యతను మెరుగుపరుస్తుంది. భోజనం, నిద్ర మధ్య కనీసం మూడు గంటల

వ్యవధి ఉండటం వల్ల శరీరం ఆహారాన్ని జీర్ణం చేసుకుని విశ్రాంతి స్థితిలోకి వెళ్తుంది. అలస్యంగా భోజనం చేస్తే, జీర్ణ ప్రక్రియ నిద్రను భంగం చేసి, నిద్రలేమి సమస్యను తెచ్చిపెడుతుంది. కాబట్టి, గాఢ నిద్ర కోసం రాత్రి భోజనాన్ని సాయంత్రం 7 లేదా 8 గంటలలోపు పూర్తి చేయడం మంచిది.

### వాత సమస్యలు

శరీరంలో వాతం అధికంగా ఉన్నప్పుడు కీళ్ళ నొప్పులు, ఎముకల నుండి శబ్దాలు, మోకాళ్ళలో జిగురు తగ్గడం వంటి సమస్యలు తలెత్తుతాయి. ఈ సమస్యలు ఎముకల రాబిడికి దారితీసి తీవ్ర నొప్పిని కలిగిస్తాయి. అధిక వాతం వల్ల కలిగే అసౌకర్యాన్ని తగ్గించడానికి సహజమైన చిట్టా ఒకటి ఉంది, దీనిని 15 రోజుల పాటు క్రమం తప్పకుండా అనుసరిస్తే గణనీయమైన ఉపశమనం లభిస్తుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు.

### కడుపు ఉబ్బరం

వాతం జీర్ణవ్యవస్థలో చిక్కుకోవడం వల్ల కడుపు ఉబ్బరం ఏర్పడుతుంది. ఇది కడుపులో బరువుగా, ఉబ్బిన భావనను కలిగిస్తుంది. కొన్ని సందర్భాల్లో, కడుపు పరిమాణం పెరిగినట్లు కనిపిస్తుంది, దీనిని డిస్టెన్షన్ అంటారు. ఇది ఇరిటబుల్ బౌల్ సిండ్రోమ్ (IRBS) వంటి జీర్ణ సమస్యల వల్ల తీవ్రమవుతుంది.

### వాత నొప్పులకు సహజ చిట్టా

సాంఘిక 50 గ్రాములు, మెంతులు 50 గ్రాములు, చామ 50 గ్రాములు తీసుకుని, వీటిని కలిపి మెత్తని పాడిగా చేయాలి. ఈ పాడిని రోజూ ఒక గ్లాసు గోరువెచ్చని నీటిలో ఒక టీస్పూన్ కలిపి తాగాలి. రుచి కోసం కొద్దిగా తేనె లేదా బెల్లం పొడి జోడించవచ్చు. దయాబెటీస్ ఉన్నవారు బెల్లం జోడించకుండా, తేనెను మిఠంగా ఉపయోగించడం లేదా సాదా పొడిని తీసుకోవడం మంచిది. ఈ చిట్టా కీళ్ళ నొప్పులు, వాత సమస్యలను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది.

### వాతం పెంచే ఆహారాలు

### అధిక ఫైబర్ ఆహారాలు

బీన్స్, బ్రోకలీ, క్యాబేజీ, కాలీఫ్లవర్, ఆస్పరాగస్, బ్రెస్సెల్స్ ప్రొట్టేస్ వంటి అధిక ఫైబర్ ఆహారాలు వాతాన్ని పెంచుతాయి. ఇవి రాఫినోస్ అనే కాంపైక్స్ పుగరీను కలిగి ఉంటాయి, ఇది చిన్న ప్రేగులలో జీర్ణం కాకుండా పెద్ద ప్రేగులలో బ్యాక్టీరియా ద్వారా విచ్ఛిన్నమవుతుంది, ఫలితంగా హైడ్రోజన్, కార్బన్ డయాక్సైడ్, మీథేన్ వాయువులు ఏర్పడతాయి.

### లాక్టోస్ కలిగిన ఆహారాలు

పాలు, జున్ను, ఐస్క్రీమ్ వంటి డైరీ ఉత్పత్తులలో లాక్టోస్ ఉంటుంది. లాక్టోస్ ఎంజైమ్ లోపం ఉన్నవారిలో (లాక్టోస్ అసహనం) ఈ ఆహారాలు వాతాన్ని పెంచుతాయి. లాక్టోస్ జీర్ణం కాకుండా పెద్ద ప్రేగులలో బ్యాక్టీరియా ద్వారా ఫెర్మెంట్ అవుతుంది, దీనివల్ల వాతం ఏర్పడుతుంది.

### ప్రొక్టోస్, సార్విటాల్ కలిగిన ఆహారాలు

అపిల్, పీస్, బనానా, రైసిన్స్ వంటి పండ్లలో ప్రొక్టోస్, సార్విటాల్ అనే సహజ చక్కెరలు ఉంటాయి, ఇవి కొందరిలో జీర్ణం కాక వాతాన్ని పెంచుతాయి. సార్విటాల్ చక్కెర రహిత గేమ్, క్యాండ్లీలో కూడా ఉంటుంది, ఇది పెద్ద ప్రేగులలో ఫెర్మెంట్ అవుతుంది.

### కార్బోనేటెడ్ పానీయాలు

సోడా, బీర్, స్పార్టింగ్ వాటర్ వంటి కార్బోనేటెడ్ పానీయాలు గాలిని జీర్ణవ్యవస్థలో పంపుతాయి, దీనివల్ల త్రేస్సులు, ఉబ్బరం పెరుగుతాయి. ఈ పానీయాలు అధిక గాలిని మింగడానికి కూడా కారణమవుతాయి.

### గ్లూటెన్ కలిగిన ఆహారాలు

గోధుమలు, బార్లీ, రై వంటి గ్లూటెన్ కలిగిన ధాన్యాలు సెలియాక్ వ్యాధి లేదా గ్లూటెన్ సెన్సిటివిటీ ఉన్నవారిలో వాతాన్ని పెంచుతాయి. ఈ ఆహారాలు జీర్ణం కాకుండా పెద్ద ప్రేగులలో ఫెర్మెంట్ అవుతాయి.

# కంటి ఆరోగ్యం కోసం ఖచ్చితంగా ఈ పండ్లు తినాల్సిందే

కంటి ఆరోగ్యాన్ని పరిరక్షించడంలో ఆహారం కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. కొన్ని ప్రత్యేకమైన పండ్లు జుట్టు, చర్మం వంటి వాటి ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచడానికి అవసరమైన పోషకాలను అందించడంతో పాటు కంటి చూపును కూడా మెరుగుపరుస్తాయి. కంటి సమస్యలను తగ్గించుకోవడానికి సహాయపడే పండ్లను తీసుకోవడం ద్వారా మీరు మీ కంటి ఆరోగ్యాన్ని పెంపొందించవచ్చు. అలాంటి కొన్ని పండ్ల గురించి ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం. మామిడి పండ్లలో ఉండే బీటా కెరోటిన్ వల్ల అది శరీరంలో విటమిన్ ఏగా మారుతుంది. విటమిన్ ఏ కంటి ఆరోగ్యానికి ఎంతో అవసరం. దీని వల్ల కంటి వెలుగు మెరుగుపడుతుంది. మామిడి పండ్లు తింటే రేచీకడి సమస్యలు, కంటి కురులు తగ్గిపోతాయి. ఇవి కంటి ఆరోగ్యాన్ని పెంచేందుకు సహాయపడతాయి. బొప్పాయిలో పుష్కలంగా ఉండే విటమిన్ సి, విటమిన్ ఇ, బీటా కెరోటిన్ కంటి ఆరోగ్యానికి బాగా ఉపయోగపడతాయి. ఈ పండ్లు కంటి కీళ్లను కాపాడే ప్రక్రియలను ప్రోత్సహిస్తాయి. బొప్పాయి తినడం వల్ల కంటి సంబంధిత వ్యాధులు తగ్గుతాయి. అలాగే కంటి వెలుగును పెంచడంలో కూడా సహాయపడతాయి. కివీలో విటమిన్ సి ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఈ విటమిన్ కంటిలోని రక్తనాళాలను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. కివీ పండ్లు కంటిలోని రక్త ప్రసరణను పెంచే.. కంటి సమస్యలు దూరం చేయడంలో సహాయపడతాయి. కివీ తినడం ద్వారా కంటి ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుంది. నేరేడు

పండ్లలో బీటా కెరోటిన్ అధికంగా ఉంటుంది. ఇది శరీరంలో విటమిన్ ఏగా మారి కంటి ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది. ఈ పండ్లు కంటి సంబంధిత సమస్యలను తగ్గించడంలో, దృష్టి సమస్యలను నివారించడంలో సహాయపడతాయి. పుచ్చకాయలు అధికంగా నీటిని కలిగి ఉంటాయి. ఈ పండ్లు కంటిని హైడ్రేటెడ్గా ఉంచటంలో కీలకమైనవి. పుచ్చకాయలు తింటే కంటి సమస్యలు తగ్గిపోతాయి. ఇవి పొడి కన్నుల సమస్యను తగ్గించడంలో కూడా సహాయపడతాయి. అరటి పండ్లలో విటమిన్ ఏ, పొటాషియం పుష్కలంగా ఉంటాయి. వీటి వల్ల కంటి ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుంది. అరటి పండ్లు కంటి స్కూటియంట్స్ ని పునరుద్ధరించడంలో సహాయపడతాయి. ఇవి కంటి సంబంధిత సమస్యలను కూడా తగ్గిస్తాయి. డ్రాగన్ ఫ్రూట్ రుచికరమైన పండు.. ఇది విటమిన్ సి పుష్కలంగా కలిగి ఉంటుంది. ఈ పండులోని పోషకాలు కంటి ఆరోగ్యాన్ని పటిష్ఠం చేస్తాయి. డ్రాగన్ ఫ్రూట్ తినడం వల్ల కంటి వెలుగు పెరిగి కంటి సమస్యలు తగ్గిపోతాయి. సీతాఫలం ఎంతో రుచికరమైన పండు. ఇందులో విటమిన్ బి, విటమిన్ సి పుష్కలంగా ఉంటాయి. వీటి వల్ల కంటి ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుంది. సీతాఫలం కంటి ఆరోగ్యాన్ని పరిరక్షించే పోషకాలను అందిస్తుంది. సిట్రస్ పండ్లు కూడా కంటి ఆరోగ్యానికి ఎంతో ఉపయోగకరమైనవి.



నారింజ, నిమ్మ, జామ, డ్రాక్స్ వంటి పండ్లలో విటమిన్ సి అధికంగా ఉంటుంది. ఈ పండ్లు కంటి కీళ్లను కాపాడటంలో, దృష్టి సమస్యలు తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి. సిట్రస్ పండ్లలోని యాంటీఆక్సిడెంట్లు కంటిని ఆరోగ్యంగా ఉంచుతాయి. కంటి ఆరోగ్యం నిరంతరం కాపాడుకోవాలి. అందుకు సరైన ఆహారం, ముఖ్యంగా పండ్లు తీసుకోవడం చాలా అవసరం. మామిడి, బొప్పాయి, కివీ, నేరేడు, పుచ్చకాయలు వంటి పండ్లను ఆహారంలో చేర్చుకుంటే కంటి ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచుకోవచ్చు. ఈ పండ్లను ప్రతిరోజూ తీసుకోవడం ద్వారా కంటి సంబంధిత సమస్యలు తగ్గిపోతాయి.

## జుట్టు సమస్యలతో ఇబ్బంది పడుతున్నారా..? ఇలా చేయండి.. మంచి రిజల్ట్ ఉంటుంది..!



ప్రతి ఒక్కరికీ మంచిగా, అత్యుత్తమ జుట్టు ఉండాలని ఉంటుంది. కానీ ఇప్పుడున్న లైఫ్ స్టైల్, సరైన తిండి తినకపోవడం, బెస్ట్ వల్ల చాలా మందికి జుట్టు సమస్యలు వస్తున్నాయి. కొందరికెై చిన్న వయసులోనే జుట్టు ఉడిగడం, తెల్లబడటం జరుగుతోంది. దీనికి మంచి పరిష్కారం మందార పువ్వు ఇది జుట్టు ఆరోగ్యాన్ని పెంచుతుంది. చిన్న వయసులోనే జుట్టు నెరిసిపోవడం, తెల్లగా

మారడం, బలహీనంగా ఉండటం వంటి సమస్యలు వస్తాయి. మందార పువ్వులో ఉండే విటమిన్లు, అమైనో ఆమ్లాలు, పోషకాలు జుట్టును బలంగా చేయడానికి, పెరగడానికి సహాయపడతాయి. మందార పువ్వు జుట్టు మొదట్లను గట్టిగా చేసి వాటికి రక్తజ్వ ఇస్తుంది. దీనిలో ఉండే పోషకాలు జుట్టుకు కావలసిన ప్రోటీన్ ను అందించి ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తాయి. మందార పువ్వు చుండ్రును తగ్గించడంలో కూడా బాగా పని చేస్తుంది. చుండ్రు వల్ల తల దురదగా ఉండటం, జుట్టు పాడవడం జరుగుతుంది. మందార పువ్వు ఈ సమస్యను తగ్గించి తలని శుభ్రంగా ఉంచుతుంది. ఇది జుట్టుకు చాలా మంచిది. కొన్ని మందార పువ్వులు

తీసుకొని మెత్తగా రుబ్బి రసం తీయాలి. ఈ రసంలో కొంచెం పెరుగు, కొద్దిగా కాఫీ పొడి వేసి లాగా కలపాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని జుట్టుకు పట్టించి 45 నిమిషాల తర్వాత తలస్నానం చేయాలి. ఇలా చేస్తే జుట్టు బలంగా మారుతుంది.. తెల్ల జుట్టు కూడా నల్లగా మారే అవకాశం ఉంది. మందార పువ్వులు, ఆకులు నీటిలో వేసి మరిగించాలి. ఆ నీరు చల్లారిన తర్వాత జుట్టు కడగడానికి

ఉపయోగించాలి. ఇలా చేస్తే జుట్టు శుభ్రంగా ఉంటుంది, చుండ్రు సమస్యలు తగ్గుతాయి. మందార పువ్వులో ఉండే పోషకాలు, ముఖ్యంగా విటమిన్ సి, అమైనో ఆమ్లాలు జుట్టు బాగా పెరగడానికి సహాయపడతాయి. ఇవి జుట్టును బలంగా చేసి దాని కురుళ్లను గట్టిపరుస్తాయి. జుట్టు లోపలి నుండి ఆరోగ్యంగా ఉండటానికి మందార పువ్వులోని పోషకాలు చాలా ముఖ్యం. జుట్టు సమస్యలు పచ్చినప్పుడు మందార పువ్వు ఒక మంచి, సహజమైన పరిష్కారం. ఇది జుట్టును బలంగా చేయడమే కాకుండా చుండ్రును కూడా తగ్గిస్తుంది. జుట్టు పెరగడానికి, ఆరోగ్యంగా ఉండటానికి మందార పువ్వు ఒక అద్భుతమైన సహజ చిట్టా. మందార పువ్వు జుట్టు ఆరోగ్యానికి చాలా ఉపయోగకరమైన సహజమైన మందు. మంచి ఆహారం తీసుకుంటూ మందార పువ్వును వాడతే జుట్టు బలంగా, ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. ఇది జుట్టు పెరగడానికి, చుండ్రు తగ్గడానికి, జుట్టు శుభ్రంగా ఉండటానికి బాగా సహాయపడుతుంది. మందార పువ్వు జుట్టుకు చాలా మంచిదైనా.. మొదటిసారి వాడటప్పుడు కొంచెం జాగ్రత్తగా ఉండాలి. కొందరికి ఇది పడకపోవచ్చు. దురదలు వస్తే అవకాశం ఉంది. కాబట్టి జుట్టు మొత్తానికి పెట్టే ముందు కొంచెం చర్మం మీద రాసి చూడాలి. ఏ ఇబ్బంది లేకపోతేనే వాడాలి.

## పాలబువ్వ మీకూ ఇష్టమా..? ఇకపై తినే ముందు ఈ విషయం గుర్తుంచుకోండి..

మిల్క్ రైస్ మీరెప్పుడైనా తిన్నారా? దీన్ని తయారు చేయడం కూడా చాలా సులభం. అందువల్ల రోజుకు కనీసం ఒక్కసార్లైనా పాలు తీసుకోవడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు పొందొచ్చు. చిన్న పిల్లల నుంచి పెద్దల వరకు అందరూ పాలు, అన్నం మిక్స్ చేసి తినవచ్చు. కాబట్టి దీని ప్రయోజనాలు ఏమిటో? దీనిని ఎందుకు తినాలో? ఇది ఎలాంటి ఆరోగ్య సమస్యలకు మంచిదో ఇక్కడ తెలుసుకుందాం.. ఆరోగ్యం బాగోలేనప్పుడు మాత్రమే చాలా మందికి పాలు తాగే అలవాటు ఉంటుంది. కానీ మీరు తెలుసుకోవాల్సిన ముఖ్య విషయం ఏమంటే.. ముడిదోహా లభించనంత పోషకాలు పాలల్లో మాత్రమే లభిస్తాయి. మిల్క్ రైస్ మీరెప్పుడైనా తిన్నారా? దీన్ని తయారు చేయడం కూడా చాలా సులభం. అందువల్ల రోజుకు కనీసం ఒక్కసార్లైనా పాలు తీసుకోవడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు పొందొచ్చు. చిన్న పిల్లల నుంచి పెద్దల వరకు అందరూ పాలు, అన్నం మిక్స్ చేసి తినవచ్చు. కాబట్టి దీని ప్రయోజనాలు ఏమిటో? దీనిని ఎందుకు తినాలో? ఇది ఎలాంటి ఆరోగ్య సమస్యలకు మంచిదో ఇక్కడ తెలుసుకుందాం.. పాలు, అన్నం మిక్స్ చేసిన ఆహారం పోషకాలతో సమృద్ధిగా ఉంటుంది. శరీరానికి వివిధ ప్రయోజనాలను అందిస్తుంది. ఎందుకంటే పాలలో కాల్షియం, ప్రోటీన్, విటమిన్ డి, విటమిన్ బి12 ఉంటాయి. ఇవి ఎముకలు, దంశాలు, కండరాలు, నరాలను బలపరుస్తాయి. ఇది ఎర్ర రక్త కణాల ఉత్పత్తికి కూడా సహాయపడుతుంది. దీనియందు కార్బోహైడ్రేట్లు కూడా ఉన్నాయి. ఇవి శక్తికి మూలం. ఈ రెండింటిని కలిపి తింటే, అవి మన శరీరానికి అవసరమైన అన్ని పోషకాలను అందిస్తాయి.

### పాలు, అన్నం కలిగి తినడం వల్ల కలిగే ప్రయోజనాలు ఇవే..

సాధారణంగా పాలు, అన్నం శరీరానికి త్వరిత శక్తిని అందిస్తాయి. ముఖ్యంగా ఉదయం పూట వీటిని తీసుకోవడం వల్ల



రోజంతటికీ అవసరమైన శక్తి లభిస్తుంది. అదనంగా పాలు, అన్నం సుఖంగా జీర్ణమవుతాయి. పాలు తీసుకోవడం వల్ల ఎలాంటి సమస్యలు లేకపోతే రోజూ తీసుకోవచ్చు. పాలు, అన్నం కలిపి తీసుకోవడం వల్ల ఎక్కువసేపు కడుపు నిండినట్లు అనిపిస్తుంది. ఇది అతిగా తినే భోగిదీని కూడా తగ్గిస్తుంది.

### క్రాత్ బాన్ ఎవరో తెలుసా..?

### ఎవరికి మంచిది కాదు?

పాలు తాగటప్పుడు జీర్ణ సమస్యలు ఎదుర్కొనే వారు భోజనంలో పాలు, అన్నం కలిపి తినకూడదు. ఒకవేళ తినాల్సి వస్తే ముందుగా

వైద్యుడిని సంప్రదించడం మంచిది. పాలు, అన్నం.. అధిక కేలరీలు కలిగిన ఆహారాలు. ఇవి బరువు పెరగడానికి కారణమవుతాయి. క్రమం తప్పకుండా తీసుకుంటే బరువు పెరిగే అవకాశం ఉంది. కాబట్టి దీన్ని తినటప్పుడు జాగ్రత్తగా ఉండాలి. అన్నింటికంటే ముఖ్యంగా పోల్ కలిపిన అన్నం తీసుకునే ముందు మీ శారీరక స్థితి, ఆరోగ్యాన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం మంచిది. అవసరమైతే వైద్య సలహా తీసుకోవాలి.

**గమనిక:** ఈ కంటెంట్ సాధారణ సమాచారాన్ని మాత్రమే అందిస్తుంది. మరింత సమాచారం కోసం వైద్యుడిని సంప్రదించడం మంచిది.

## ఉదయం పరగడుపున ఈ నీళ్లు తాగితే బరువు

### తొందరగా తగ్గుతారు..!



నిమ్మరసంలో విటమిన్ సి, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, ఇతర పోషకాలు చాలా ఉన్నాయి. ఇవి శరీరంలో ఉన్న కొవ్వు విష పదార్థాలను త్వరగా కరిగించడంలో సహాయపడతాయి. మరోవైపు తేనె తాగితే శరీరం వెంటనే శక్తివంతం అవుతుంది. ఈ రెండు పదార్థాలు కలిపి తాగడం వల్ల జీవక్రియలు వేగంగా జరిగి శరీరంలోని వాడిన కేలరీలను తగ్గిస్తాయి. బరువు తగ్గులనుకునే వారు ప్రతి రోజు ఉదయం ఖాళీ కడుపుతో నిమ్మరసం, తేనె కలిపి తాగడం ప్రారంభిస్తే.. వారు త్వరగా ఫలితాలు గమనిస్తారు. ఇది రక్తంలో ఉండే కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను తగ్గించడంలో, శరీరంలో సెడు కొవ్వును తొలగించడంలో సహాయపడుతుంది. ఉదయం ఈ నీరు తీసుకుంటే.. శరీరంలో ఉన్న అన్ని విష పదార్థాలు బయటకు వెళ్లిపోతాయి. దీని వల్ల శరీరం శుభ్రంగా ఉంటూ.. ఆరోగ్యాన్ని కూడా మెరుగుపరుస్తుంది. బరువు తగ్గడానికి వేడి నీటిలో నిమ్మరసం, తేనె కలిపి తాగడం కూడా చాలా ప్రయోజనకరమైనది. వేడి నీటిలో ఈ రెండు పదార్థాలను కలిపి తాగడం వల్ల జీవక్రియ వేగంగా పెరుగుతుంది. ఇది శరీరంలో శక్తిని పెంచుతుంది. అలాగే వేడి నీటిలో కలిపి తాగడం వల్ల డిటాక్స్ విధానం మరింత బాగా పనిచేస్తుంది. ఇది శరీరంలోని విష పదార్థాలను తొలగించి.. శరీరాన్ని శుభ్రంగా ఉంచుతుంది. నిమ్మ తేనె నీటిని ఏ సమయమైనా తాగవచ్చు. అయితే ఉదయం ఖాళీ కడుపుతో తాగడం మంచిది. ఉదయం తీసుకున్నప్పుడు శరీరంలో డిటాక్స్ విధానం మరింత ప్రభావవంతంగా పనిచేస్తుంది. అలాగే ఈ నీరు మధ్యాహ్నం లేదా రాత్రి కూడా తాగవచ్చు. ఇది శరీరానికి శక్తినిస్తుంది.. రాత్రిపూట ఎలాంటి ఇబ్బంది లేకుండా మంచి నిద్ర పట్టేలా చేస్తుంది. నిమ్మ తేనె నీరు ఆరోగ్యానికి చాలా ఉపయోగకరమైనది అయినప్పటికీ.. దాన్ని ఎక్కువగా తీసుకోవడం వల్ల కడుపులో యాసిడ్ సమస్యలు ఏర్పడవచ్చు. కాబట్టి దీనిని తక్కువ మోతాదులో తీసుకోవడం మంచిది. రోజులో ఒకటి లేదా రెండు సార్లు మాత్రమే ఈ నీరు తాగడం సరిపోతుంది.

## ఫ్రజ్జ్ లో నిల్వ చేసిన మాంసాన్ని తింటున్నారా అయితే ఇది మీ కోసమే



ఫ్రజ్జ్ నుండి తీసిన మాంసాన్ని సరైన ఉష్ణోగ్రతలో ఉంచకపోతే.. అందులోని బ్యాక్టీరియా అనుకూల పరిస్థితుల్లో వేగంగా పెరుగుతుంది. చూడటానికి మాంసం తాజాగా అనిపించినప్పటికీ అది విషపూరితమయ్యే అవకాశం ఉంది. దీనిని నివారించడానికి మాంసాన్ని తరచుగా వేడిగా లేదా చల్లగా ఉంచడం చాలా ముఖ్యం. ఫ్రజ్జ్ నుండి మాంసాన్ని బయటకు తీసినప్పుడు, దాని పైభాగం త్వరగా చల్లదాన్ని కోల్పోతుంది.. అయితే లోపలి భాగం ఎక్కువసేపు చల్లగా ఉంటుంది. ఇది పండే సమయంలో రుచితో మాట్టులకు దారితీయవచ్చు. దీనివల్ల కొన్ని భాగాలు బాగా ఉడికి మరికొన్ని భాగాలు సరిగా ఉడకకపోవచ్చు. ఫ్రజ్జ్ లో ఉంచిన మాంసాన్ని వండటప్పుడు ఒకేసారి అధిక వేడితో కాకుండా.. అన్ని భాగాలు పూర్తిగా ఉడికేలా చూడాలి. మాంసం సరిగ్గా ఉడకడానికి ముందుగా ఉష్ణోగ్రతను క్రమంగా పెంచాలి. ఫ్రజ్జ్ లో మాంసం నిర్దిష్ట ఉష్ణోగ్రత వద్ద ఉండాలి. సాధారణంగా 4 డిగ్రీల సెల్సియస్ కంటే తక్కువ ఉష్ణోగ్రతలో ఉంచడం ఉత్తమం. ఈ ఉష్ణోగ్రత బ్యాక్టీరియా వృద్ధిని నిరోధిస్తుంది. ఫ్రజ్జ్ లో మాంసాన్ని కింద ఉండే అరలో ఉంచడం వల్ల అది ఎక్కువసేపు చల్లగా ఉంటుంది. ఫ్రజ్జ్ నుండి మాంసాన్ని తీసిన తర్వాత కాసేపు చల్లటి నీటిలో ఉంచడం మంచిది. ఈ ప్రక్రియ మాంసం చల్లగా ఉండటానికి, బ్యాక్టీరియా పెరిగే అవకాశాలను తగ్గించడానికి సహాయపడుతుంది. నీటిలో ఉంచిన తర్వాత దానిని వేడి లేదా చల్లగా ఉంచే పండ్లటానికి ఉపయోగించవచ్చు. ఫ్రజ్జ్ లో పెట్టిన మాంసాన్ని ఎక్కువ రోజులు ఉంచితే పాడైపోతుంది. కాబట్టి వాడే ముందు అది మంచిగా ఉండో లేదో బాగా చూసుకోవాలి. ఏమైనా తేడా అనిపిస్తే తినకూడదు. ఫ్రజ్జ్ లో పెట్టిన మాంసాన్ని వండటప్పుడు కొన్ని విషయాలు గుర్తుపెట్టుకుంటే ఆరోగ్యం పాడవకుండా ఉంటుంది. మాంసంలో బ్యాక్టీరియా తొందరగా పెరుగుతుంది, దానివల్ల ఫుడ్ పాయిజన్ అయ్యే దాన్స్ ఉంది, రుచి కూడా మారిపోతుంది. అందుకే మాంసాన్ని సరైన చల్లదనంలో ఉంచాలి, బాగా ఉడికించాలి. ఇలా చేస్తేనే మంచిగా, రుచిగా ఉంటుంది.

## పాడవైన జుట్టు సీక్రెట్ రోజ్ వాటర్ ఇలా రాస్తే ఒక్క

### వెంట్రుక కూడా రాలదు జుట్టు పెరుగుతూనే ఉంటుంది



ఇప్పటి వరకు మీరు రోజ్ వాటర్ ని చర్మ సౌందర్యం కోసం మాత్రమే వాడి ఉంటారు. కానీ.. రోజ్ వాటర్ ని కేక సౌందర్యం కోసం వాడుకోవచ్చునని మీకు తెలుసా..? రోజ్ వాటర్ లో కొన్ని పదార్థాలను కలిపి రాస్తే కచ్చితంగా జుట్టు ఒత్తుగా, పాడవుగా పెరుగుతుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. రోజ్ వాటర్ వాడితే జుట్టు రాలడం సమస్యకు కూడా పరిష్కారం దొరుకుతుందని చెబుతున్నారు. అయితే, జుట్టు సంరక్షణ కోసం రోజ్ వాటర్ ని ఎలా వాడాలో ఇక్కడ తెలుసుకుందాం.. రోజ్ వాటర్ లో విటమిన్ ఎ, బి3, సి, విటమిన్ ఇ వంటి ముఖ్యమైన పోషకాలు సమృద్ధిగా ఉంటాయి. జుట్టుకు రోజ్ వాటర్ అప్లై చేయటం వల్ల సహజ మెరుపును అందిస్తుంది. వెంట్రుకలను మృదువుగా చేస్తుంది. జుట్టు రాలడాన్ని అరికట్టి, జుట్టు పెరుగుదలను వేగవంతం చేస్తుంది. రోజ్ వాటర్ కురుళ్ల ఆరోగ్యానికి సహాయపడుతుంది. ఇది చర్మాన్ని బ్రేట్ గా మారుస్తుంది. అధిక సూనెను గ్రహించేస్తుంది. అంతేకాదు రోజ్ వాటర్ లో యాంటీ ఇన్ ఫ్లమేటరీ గుణాలు ఉంటాయి. ఇది కురుళ్ల దురదను తగ్గించేస్తుంది. చుండ్రుని తొలకు కూడా ఉండదు. రోజ్ వాటర్ జుట్టుకు ఉపయోగించడం వల్ల సోరియాసిస్, ఎగ్జిమా వంటి సమస్య కూడా తగ్గుతుంది. జుట్టు రాత సమస్యను కూడా రోజ్ వాటర్ తగ్గిస్తుంది. ఇందులో కురుళ్ల ఆరోగ్యానికి తోడ్పడే గుణాలు ఉంటాయి. రోజ్ వాటర్ ని తలకు అప్లై చేయటం వల్ల ఇది తల చర్మాన్ని శుభ్రపరిస్తుంది. జుట్టుకు తగిన తేమను అందిస్తుంది. తలవెంట్రీకి రోజ్ వాటర్ అప్లై చేసిన తరువాత రెండు, మూడు నిమిషాల పాటు వెచ్చనిగా మసాజ్ చేయాలి. ఇలా చేయటం వల్ల తలలో రక్త ప్రసరణను మెరుగుపరచి జుట్టు వృద్ధిని ప్రోత్సహిస్తుంది. తలను కిందికి వంచి రోజ్ వాటర్ తో తలచర్మాన్ని మృదువుగా మసాజ్ చేయాలి. ఇలా చేయటం వల్ల రక్తప్రసరణను వేగంగా పెంచుతుంది. ఇందుకోసం మీ తలకు సరిపడా రోజ్ వాటర్, అలివ్ అయిల్ లేదంటే కొబ్బరినూనె కలిపి హెయిర్ మాస్కా అప్లై చేసుకోవాలి. స్వూత్ గా మసాజ్ చేసుకుని 30 నిమిషాల పాటు అలా పదిలేయండి. ఆ తరువాత తేలిక పొడి స్పాంజ్ తో తలస్నానం చేసుకోవాలి. తరువా ఇలా చేస్తూ ఉంటే మీ జుట్టు మృదువుగా మెరిసేలా చేస్తుంది.



## లంకలో టీమిండియా పేసర్లకు కఠిన పరీక్ష రాణించాలంటే ఇవి తప్పవన్న మోర్లేల్

**శ్రీలంకతో టెస్ట్ సిరీస్‌కు ముందు భారత పేసర్లకు బౌలింగ్ కోచ్ మోర్లే మోర్లేల్ సూచనలు**

**వేడి, ఉక్కుపోతకు త్వరగా అలవాటుపడాలని హితవు**

**కూకబుర్రా బంతి త్వరగా మెత్తబడుతుందని, అందుకు సిద్ధంగా ఉండాలని హెచ్చరిక**

**గాయంతో బుమ్రా దూరం కావడంతో సిరాజ్‌పై పెరిగిన భారం**

**బంతి పాతబడ్డాక స్ట్రైక్‌గా బౌలింగ్ చేసి ఒత్తిడి పెంచాలని విలుపుం**

**ఆగస్టు 15 నుంచి తొలి టెస్టు**

శ్రీలంక పర్యటనలో భారత ఫాస్ట్ బౌలర్లకు కఠిన సవాళ్లు ఎదురుకానున్నాయని, వాటిని అధిగమించాలంటే త్వరగా పరిస్థితులకు అలవాటుపడాలని టీమిండియా బౌలింగ్ కోచ్ మోర్లే మోర్లేల్ సూచించారు. లంకలోని తీవ్రమైన వేడి, ఉక్కుపోతతో పాటు కుకబుర్రా బంతి స్వరూపం మారదాన్ని ఆర్థం చేసుకుని, ఒత్తిడిని స్వస్థంచేందుకు సృజనాత్మకంగా ఆలోచించడం చాలా కీలకమని ఆయన స్పష్టం చేశారు. శనివారం నుంచి ప్రారంభం కానున్న రెండు టెస్టుల సిరీస్‌లో భారత పేసర్లు తీవ్రతను కొనసాగించడం అత్యవసరమని మోర్లేల్ పేర్కొన్నారు. కీలక పేసర్ జస్ప్రీత్ బుమ్రా మోకాలి గాయంతో ఈ సిరీస్‌కు దూరం కావడంతో భారత పేస్ దళానికి గట్టి ఎదురుదెబ్బ తగిలింది. దీంతో ప్రస్తుతం జట్టులో మహమ్మద్ సిరాజ్ అత్యంత అనుభవజ్ఞుడైన పేసర్‌గా మారాడు. ప్రసిద్ధ్ కృష్ణ, గుర్రాద్ బ్రాత్, కొత్తగా జట్టులోకి వచ్చిన ఆకిష్ నవీల్‌తో భారత పేస్ దళం బరిలోకి దిగనుంది.శ్రీలంక పరిస్థితులపై మోర్లేల్ మాట్లాడుతూ, “ఇక్కడికి రావడంతో అతిపెద్ద సవాలు వేడి, ఉక్కుపోత. అలాగే, కుకబుర్రా బంతి 25-30 ఓవర్ల తర్వాత మెత్తబడిపోతుంది. ఈ వాస్తవాన్ని మనం అంగీకరించాలి. ఇలాంటి పరిస్థితుల్లో అంతా మన మైండ్‌సెట్‌పై ఆధారపడి ఉంటుంది. ఫాస్ట్ బౌలర్‌గా చిన్న స్పెల్స్ వేసినా, బంతిపై పూర్తి శక్తిని ప్రయోగించి సరైన ప్రాజెక్ట్‌లో సందస్థి అవకాశాలు వాటంతట అవే వస్తాయి” అని వివరించారు.బంతి కొత్తగా ఉన్నప్పుడు దాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోవాలని, ఆ తర్వాత అవకాశాలు సృష్టించుకోవడానికి ప్రత్యామ్నాయ



మార్గాలు చెతకాలని మోర్లేల్ సూచించారు. “టెస్ట్ మ్యాచ్ సాగేకొద్దీ పిచ్‌పై బౌన్స్ హెచ్చుతగ్గులుగా మారే అవకాశం ఉంది. మేం గత కొన్ని నెలలుగా రెడ్-బాల్ క్రికెట్ ఎక్కువగా ఆడలేదు. కాబట్టి తిరిగి ఆ ఫార్మాట్‌లోకి రావడం కూడా ఒక సవాలే. నిలకడగా ఓవర్లు వేస్తూ తీవ్రతను కొనసాగిస్తే బ్యాటర్లపై ఒత్తిడి పెంచవచ్చు.” అని ఆయన అన్నారు.ంబంతి పాతబడిన తర్వాత శ్రీజును ఉపయోగించుకోవడం, షార్ట్ బంతులను వ్యూహాత్మకంగా ప్రయోగించడం వంటి విషయాల్లో “ఫ్లోట్ స్ట్రైక్స్”గా ఆలోచించాలని మోర్లేల్ తన బౌలర్లకు పిలుపునిచ్చారు. ఆగస్టు 15 నుంచి గాలేలో తొలి టెస్టు, ఆగస్టు 23 నుంచి కొలంబోలో రెండో టెస్టు జరగనున్నాయి.

## ఆస్ట్రేలియా గడ్డపై చరిత్ర.. టెస్టు సెంచరీ చేసిన తొలి బంగ్లా బ్యాటర్‌గా తన్వీద్!

**ఆస్ట్రేలియా గడ్డపై టెస్టు సెంచరీ చేసిన తొలి**

**బంగ్లాదేశ్ బ్యాటర్‌గా తన్వీద్ హసన్**

**23 షట్ల క్రితం హన్మన్ సర్కార్ నెలకొల్పిన**

**రికార్డును అధిగమించిన యువ ఓపెనర్**

**తన్వీద్ (101) శతకంతో తొలి టెస్టులో పటిష్ట**

**స్థితిలో బంగ్లాదేశ్**

**అంతకుముందు ఆస్ట్రేలియాను 198**

**పరుగులకే కట్టడి చేసిన బంగ్లా బౌలర్లు**

**ప్రపంచ స్థాయి బౌలింగ్‌ను ఎదుర్కొని కీలక**

**భాగస్వామ్యాలు నెలకొల్పిన తన్వీద్**

ఆస్ట్రేలియా గడ్డపై బంగ్లాదేశ్ క్రికెట్‌లో సరికొత్త అధ్యాయం లిఖించబడింది. యువ ఓపెనర్ తన్వీద్ హసన్ తమిష్ చారిత్రక సెంచరీతో ఆరుదైన ఘనత సాధించాడు. ఆస్ట్రేలియాతో జరుగుతున్న తొలి టెస్టు రెండో రోజు అద్భుతమైన శతకం జరిగిన తన్వీద్.. కంగారూల గడ్డపై టెస్టుల్లో సెంచరీ చేసిన తొలి బంగ్లాదేశ్ బ్యాటర్‌గా చరిత్ర సృష్టించాడు. తాను ఆడుతున్న రెండో టెస్టులోనే ఈ 25 షట్ల ఎడమచేతి వాటం బ్యాటర్ ఈ రికార్డును తన ఖాతాలో వేసుకున్నాడు. ఈ క్రమంలో 23 షట్ల నాటి రికార్డును తన్వీద్ బద్దలు కొట్టాడు. 2003లో మాజీ ఓపెనర్ హన్మన్ సర్కార్ చేసిన 76 పరుగులే ఇప్పటివరకు ఆస్ట్రేలియాలో ఒక బంగ్లా బ్యాటర్ చేసిన అత్యధిక స్కోరు. దానిని అధిగమిస్తూ తన్వీద్ 190 పరుగుల్లో 101 పరుగులు చేశాడు. అతని ఇన్నింగ్స్‌లో 8 బౌండరీలు, ఒక భారీ సిక్సర్ ఉన్నాయి.అంతకుముందు తొలి రోజు బంగ్లా పేసర్ హసన్



మహమూద్ (6/55) అద్భుత ప్రదర్శనతో ఆస్ట్రేలియాను కేవలం 198 పరుగులకే ఆలోచి చేసిన సంగతి తెలిసిందే. దీనికి సమాధానంగా బరిలోకి దిగిన బంగ్లాదేశ్ ఇన్నింగ్స్‌కు తన్వీద్ వెన్నెముకగా నిలిచాడు. కమిస్సన్, స్ట్రైక్, హేజిల్‌వుడ్, లియాన్‌లతో కూడిన ప్రపంచ స్థాయి ఆస్ట్రేలియా బౌలింగ్‌ను సమర్థంగా ఎదుర్కొన్నాడు. ఇన్నింగ్స్ ఆరంభంలోనే రెండో ఓవర్లో లియాన్ బౌలింగ్‌లో జేల్ పరుగుల వద్ద క్యాచ్ ఇచ్చి బతికిపోయిన తన్వీద్, ఆ తర్వాత వెనుదిరిగి చూడలేదు. మొమినల్ హాక్ (49/8) కలిసి రెండో వికెటకు 102 పరుగుల కీలక భాగస్వామ్యం

నెలకొల్పాడు.188 బంతుల్లో తన తొలి టెస్టు సెంచరీ పూర్తి చేసుకున్నాడు. అయితే, శతకం తర్వాత నాథన్ లియాన్ బౌలింగ్‌లోనే లాంగ్-ఆఫ్ క్యాచ్ ఇచ్చి పెవిలియన్ చేరాడు. “ఇక్కడికి రావడం ఇదే మొదటిసారి. ఇది నాకు చాలా ప్రత్యేకం. నేను ప్రకాంతంగా ఉంటూ, సాధారణ క్రికెట్ షాట్లు ఆడేందుకు ప్రయత్నించాను” అని తన్వీద్ తెలిపాడు. మొత్తం మీద తన్వీద్ చారిత్రక ఇన్నింగ్స్‌తో బంగ్లాదేశ్ ఈ టెస్టులో పట్టు బిగించింది. ఆస్ట్రేలియాపై చిరస్మరణీయ విజయం సాధించే దిశగా ఆ జట్టు అడుగులు వేస్తోంది.

## హైదరాబాద్ లోని యూనివర్సిటీకి రూ.300 కోట్ల విరాళం ఇచ్చిన ఆనంద్ మహేంద్ర దంపతులు

ఆనంద్ మహేంద్రా దంపతులు గొప్ప మనసు చాటుకున్నారు. ఆనంద్ మహేంద్రా, అనురాధ దాదాపు రూ.300 కోట్ల విలువైన మహేంద్రా మహేంద్రా షేర్లను మహేంద్రా యూనివర్సిటీకి ఎండ్‌మెంట్ (సిద్ధి) రూపంలో అందించినట్లు యూనివర్సిటీ తెలిపింది. ఈ తాజా విరాళంతో వారు గతంలో ఇచ్చిన మూలను నిలబెట్టుకున్నారు. 2024 మార్చిలో ఆనంద్ మహేంద్రా, వారి కుటుంబం మహేంద్రా యూనివర్సిటీకి రూ.500 కోట్లు ఇస్తామని హామీ ఇచ్చారు. ఇప్పుడు హామీని పూర్తి చేశారు. ఈ నిధి యూనివర్సిటీ యొక్క విద్య, సేవా కార్యక్రమాలకు ఉపయోగిస్తామని యూనివర్సిటీ తెలిపింది. ఇందులో వౌలిక సదుపాయాల కల్పన, స్పోర్ట్స్‌మెంట్, పరిశోధన గ్రాంట్లు, విద్యార్థులకు ఆర్థిక సహాయం, విద్యాసరఫైన కార్యకలాపాలు వంటివి ఉంటాయని పేర్కొంది. మహేంద్రా యూనివర్సిటీ కు మహేంద్రా మహేంద్రా కు చెందిన 6,50,270 ఈక్విటీ షేర్లు అందాయి. అలాగే, మహేంద్రా ఎక్స్‌క్లెషన్‌లతో ఇన్‌వెస్ట్‌మెంట్స్ కు అవసరం 2,16,757 వీఎం షేర్లు లభించాయి. మొత్తంగా చూస్తే ఈ విరాళంతో 8,67,027 వీఎం ఈక్విటీ షేర్లు ఉన్నాయి. ఇవి కంపెనీ మొత్తం ఓటింగ్ షేర్ క్యాపిటల్‌లో 0.07%కి సమానం. ఈ విరాళం ఎటువంటి ప్రతిఫలం ఆలించకుండా ఎండ్‌మెంట్‌గా ఇచ్చారు. గుడ్ న్యూస్.. తెలుగు రాష్ట్రాల్లో తగ్గిన బంగారం ధర్.. దీనికి సంబంధించి అనురాధ మహేంద్రా లేదా ఆనంద్ మహేంద్రాకు ఎటువంటి ఆర్థిక ప్రయోజనం చేకూరదని యూనివర్సిటీ పేర్కొంది. ఈ సందర్భంగా అనురాధ, ఆనంద్ మహేంద్రా ట్వీట్ చేశారు. “విద్యకు మా కుటుంబంలో ఎప్పుడూ ఒక ముఖ్యమైన విలువగా ఉంటూ వచ్చింది. సమాజానికి మనం తిరిగి ఏమి ఇస్తామనే దానిలోనే, అలాగే తదుపరి తరానికి మనం కల్పించే అవకాశాలలోనే నిజమైన వారసత్వం దాగి ఉంటుందని మేము ఎప్పుడీ సుంపే సమ్మతించాము. ఆ నమ్మకమే మార్చి 2024లో మహేంద్రా యూనివర్సిటీకి ఈ వ్యాసం చేసేలా మమ్మల్ని ప్రేరేపించింది” అని పేర్కొన్నారు. అప్పటి నుంచి యూనివర్సిటీ ఎంతో పురోగతి సాధించిందని వారు తెలిపారు. “ఇది కొత్త విద్యా విభాగాలను ప్రారంభించింది, భారతదేశం, విదేశాల నుంచి విద్యార్థులు, అధ్యాపకులను ఒకచోట చేర్చింది. అలాగే ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఉన్న ప్రముఖ యూనివర్సిటీలతో భాగస్వామ్యాలను ఏర్పరచుకుంది. సుదీర్ఘకాలం నిలిచిపోయే ఒక సంవత్సరం అవసరమైన పూనుదలను ఇది స్థిరంగా నిర్మిస్తోంది” అని చెప్పారు. మహేంద్రా యూనివర్సిటీ మే 2020లో హైదరాబాద్‌లో స్థాపించారు.



ఈ యూనివర్సిటీ ఆందర్ గ్రాడ్యుయేట్, పోస్ట్ గ్రాడ్యుయేట్, డాక్టోరల్ స్థాయిలలో ఏడు స్కూల్లు, ఎనిమిది కేంద్రాల ద్వారా 50కి పైగా ప్రోగ్రామ్‌లను అందిస్తోంది. డిప్యూటీ: ఈ వెబ్‌సైట్‌లోని అభిప్రాయాలు, సూచనలు పూర్తిగా వ్యక్తిగత విశ్లేషకులు లేదా ఇతర సంస్థలవి మాత్రమే. అధికారిక అభిప్రాయాలు కాదని గమనించగలరు.మేము ఈ విషయం యొక్క ఖచ్చితత్వం, సమగ్రత లేదా విశ్వసనీయతపై ఎటువంటి హామీ ఇవ్వడం కాని, అనుమతించడం కాని బాధ్యత వహించడం జరగదు. మేము ఎలాంటి పెట్టుబడి సలహా ఇవ్వము. అలాగే ఎటువంటి సెక్యూరిటీ కొనుగోలు లేదా అమ్మకాలు ప్రోత్సహించవను. ఈ వెబ్‌సైట్‌లోని కథనం పూర్తిగా సమాచారం, విద్యా ప్రయోజనాల కోసమే అందించబడుతుంది. మీరు ఏదైనా పెట్టుబడి నిర్ణయం తీసుకునే ముందు, లైసెన్స్ పొందిన ఆర్థిక సలహాదారుల సహాయం తీసుకోండి. ఈ కథనాన్ని కేవలం సమాచారంగా మాత్రమే పరిగణించండి.లంకంంంం

## భారీగా పెరుగుతోన్న ఉల్లి, వెల్లుల్లి ధర వంట నూనె ధరలు కూడా భారీగానే

మనం భారీగా వినియోగించే ఉల్లి ధర క్రమంగా పెరుగుతోంది. రెండు నెలల కిందటి వరకు కిలో ఉల్లి రూ.20 నుంచి రూ.25 ఉండేది. కాని ప్రస్తుతం ఉల్లి ధర కిలోకు రూ.50 లకు చేరింది. ఉల్లి ధరలు ఇంకా పెరిగే అవకాశం ఉందని చెబుతున్నారు. ఉల్లి సాగు తగ్గడంతో డిమాండ్ సరిపడా ఉల్లి రావడం లేదని వ్యాపారులు చెబుతున్నారు. అందుకే ఉల్లి ధర పెరుగుతున్నట్లు చెబుతున్నారు. వచ్చే రోజుల్లో కిలో ఉల్లి రూ.60 నుంచి రూ.70 వలకు అవకాశం ఉందని చెబుతున్నారు. మార్కెట్ లోకి కొత్త ఉల్లి రావాలంటే రెండు నుంచి మూడు నెలల సమయం పడుతుందని వ్యాపారులు చెబుతున్నారు. అప్పటి వరకు ఉల్లి ధర ఇదే విధంగా ఉండే అవకాశం ఉందని భావిస్తున్నారు. ఉల్లి ధర పెరగడంతో చాలా మంది ఉల్లి వాడకాన్ని తగ్గించారు. ఇక పానీ పూరి బండీ వద్ద ఉల్లి చాలా తక్కువగా వేస్తున్నారు. మిర్చి బండీ వద్ద ఉల్లిపాయలు వేయడం లేదు. అయినా దోతకు పలు పోట్ల ధరలు పెంచారు. అయితే రెండు, మూడు నెలల తర్వాత ఉల్లి ధర దిగిస్తే అవకాశం ఉందని భావిస్తున్నారు. అటు వెల్లుల్లి ధరలు కూడా భారీగానే పెరిగాయి. రైతు బజార్ లో కిలో వెల్లుల్లి రూ. 245 - రూ. 260 వరకు విక్రయిస్తున్నారు. ఆన్‌లైన్, సూపర్‌మార్కెట్స్ కిలో రూ. 278 వరకు ఉంది. అల్లం ధర కూడా పెరిగింది. అల్లం కిలో రూ.150 నుంచి రూ.200 వలకుతోంది. తెలుగు రాష్ట్రాల్లో బంగారం ధరలు ఎలా ఉన్నాయంటే. కోడి గుడ్ల ధరలు కూడా భారీగానే ఉన్నాయి. మొన్నటి వరకు రైల్వే ఒక్కో కోడి గుడ్డు రూ.8 ఉండగా.. ఇప్పుడు రూ.6.50 చేరింది. హెల్ నీల్ లో ఒక్కో గుడ్డు రూ.6 వలకుతుంది. ఇక చికెన్ ధర కూడా ఎక్కువగానే ఉంది. మొన్నటి వరకు కిలో రూ.360 వలికిన చికెన్ ఇప్పుడు కిలో రూ.250 నుంచి రూ.300 వద్ద ఉంది. అయినప్పటికీ కోడి గుడ్డు, చికెన్ ధర ఎక్కువగానే ఉన్నాయి. అయితే కూరగాయల ధరలు నెల కంటేచిత్ పోలిస్తే కాస్త తగ్గాయి. అయితే వంట నూనె ధరలు మాత్రం భారీగానే ఉన్నాయి. పామాయిల్ లీటర్ రూ. 120 నుంచి రూ.130 వలకుతోంది. ఇక



సస్ షవర్ అయితే లీటరు రూ.170 నుంచి రూ.180 ఉంది. దీనికి తోడు ఎల్లీజ్ గ్లాస్ సిలిండర్ల ధరలు కూడా పెరిగాయి. ముఖ్యంగా కమ్మియల్ సిలిండర్ల ధర ఎక్కువగా ఉంది. సిలిండర్ షార్జ్ తో అప్పట్లోనే అన్ని హోటల్లు, రెస్టారెంట్లు, ఫుడ్ కోర్టులు, టీటీవీ సినిమార్లు టీటీవీ ధరలు పెంచాయి. ఇప్పుడు వంట నూనె పెరుగుదలతో ధరలు మరింత పెంచుతున్నారు. శుక్రవారం విడుదలైన ఒక నివేదిక ప్రకారం ఏడాది క్రితంతో పోలిస్తే శాకాహార ధాబీ ధర 4 శాతం పెరగ్గా, మాంసాహార ధాబీ ధర 9 శాతం పెరిగింది. ఉల్లిపాయలు, వంట నూనె, ఎల్రీపిజి చికెన్ ధరలు పెరగడం ఈ పెరుగుదలకు ప్రధాన కారణమని నివేదికతో పేర్కొన్నారు.ఏ డాది క్రితంతో పోలిస్తే ఉల్లిపాయల ధరలు 20 శాతం ఎక్కువగా ఉండగా, వంట నూనె ధర 11 శాతం మరియ ఎల్రీపిజి సిలిండర్ ధర 10 శాతం పెరిగాయి.

డిప్యూటీ: ఈ వెబ్‌సైట్‌లోని అభిప్రాయాలు, సూచనలు పూర్తిగా వ్యక్తిగత విశ్లేషకులు లేదా ఇతర సంస్థలవి మాత్రమే. ఇవి అధికారిక అభిప్రాయాలు కాదని గమనించగలరు.మేము ఈ విషయం యొక్క ఖచ్చితత్వం, సమగ్రత లేదా విశ్వసనీయతపై ఎటువంటి హామీ ఇవ్వడం కాని, అనుమతించడం కాని బాధ్యత వహించడం జరగదు. మేము ఎలాంటి పెట్టుబడి సలహా ఇవ్వము. అలాగే ఎటువంటి సెక్యూరిటీ కొనుగోలు లేదా అమ్మకాలు ప్రోత్సహించవను. ఈ వెబ్‌సైట్‌లోని కథనం పూర్తిగా సమాచారం, విద్యా ప్రయోజనాల కోసమే అందించబడుతుంది. మీరు ఏదైనా పెట్టుబడి నిర్ణయం తీసుకునే ముందు, లైసెన్స్ పొందిన ఆర్థిక సలహాదారుల సహాయం తీసుకోండి. ఈ కథనాన్ని కేవలం సమాచారంగా మాత్రమే పరిగణించండి.

### భారత్ ఆఫ్ఘన్ టీ 20 సిరీస్ సోనీకి టీవీ ప్రసార హక్కులు

**భారత్-ఆఫ్ఘన్ జట్లు మధ్య టీ20 సిరీస్ . డిజిటల్ ప్రసార హక్కులు ఫ్యాన్‌కోడ్ వద్దే యథాతథం**

**సిస్టంబర్‌లో డిల్లీ వేదికగా జరగనున్న మూడు మ్యాచ్‌లు . వినాయక చవితి రోజున మ్యాచ్ కోసం**

**షెడ్యూల్ మార్పులని వివరి . భారత లభిమానుల సెంటిమెంట్‌ను గౌరవిస్తూ ప్రతిపాదన**



భారత అభిమానులకు ఒక ముఖ్యమైన అవేదేశ్. టీమిండియా, ఆఫ్ఘనిస్థాన్ మధ్య జరగనున్న మూడు మ్యాచ్‌ల టీ20 సిరీస్ టెలివిజన్ ప్రసార హక్కులను సోనీ స్పోర్ట్స్ నెట్‌వర్క్ కైవసం చేసు

కుంది. ఈ సిరీస్ గ్లోబల్ హక్కులను కలిగి ఉన్న బరీడబ్బాస్ యూనివర్స్ సంస్థ, పలు ట్రాడ్‌కాన్ట్రాక్ట్లతో చర్చలు అనంతరం టీవీ హక్కులను సోనీకి కేటాయించింది. అయితే, డిజిటల్ ప్రసార హక్కులు మాత్రం ఫ్యాన్‌కోడ్ వద్దే ఉంటాయని స్పష్టం చేసింది.ఓసీసీబి ఆమోదం పొందిన షెడ్యూల్ ప్రకారం, ఈ సిరీస్‌ను 2026 సెప్టెంబర్ 13, 15, 17 తేదీల్లో న్యూఢిల్లీలోని ఆరంజ్ జైన్ స్టేడియంలో నిర్వహించాల్సి ఉంది. ఆఫ్ఘనిస్థాన్ క్రికెట్ బోర్డు (ఏసీబీ) ఈ సిరీస్‌కు అతిథ్యం ఇస్తోంది.ఇదిలా ఉండగా, ఈ సిరీస్ షెడ్యూల్‌లో స్వల్ప మార్పులు చేయాలని బరీడబ్బాస్ యూనివర్స్ వ్యవస్థాపకుడు బైరన్ శాంట్, ఏసీబీ సీఈఓ, సనీల్ ఖాన్‌కు లేఖ రాశారు. సెప్టెంబర్ 14న వినాయక చవితి పండుగ ఉన్నందున, ఆ రోజు ఒక మ్యాచ్‌ను నిర్వహించేలా షెడ్యూల్ సవరించాలని కోరారు. ఇందుకుగానూ సెప్టెంబర్ 13, 14, 16 (లేదా 17) తేదీల్లో మ్యాచ్‌లు జరపాలని ఒక ప్రత్యామ్నాయాన్ని సూచించారు.భారత్‌లో వినాయక చవితికి ఉన్న ప్రాముఖ్యతను దృష్టిలో ఉంచుకుని ఈ మార్పు చేయాలని, ఇది భారత అభిమానుల పట్ల సద్భావనకు, ఓసీసీబి-ఏసీబీ సంబంధాల బలోపేతానికి దోహదపడుతుందని శాంట్ తన లేఖలో పేర్కొన్నారు. ఈ విజ్ఞప్తిపై ఏసీబీ ఇంకా ఎలాంటి నిర్ణయం తీసుకోలేదు.

### 3,718 మొబైల్ యాప్స్ బ్లాక్ చేసిన కేంద్రం ఎందుకంటే



సైబర్ నేరాలపై కేంద్రం ఉక్కుపాదం మోపింది. తాజాగా సైబర్ నేరాలు, ఆన్‌లైన్ ఆర్థిక మోసాలను తగ్గించడానికి కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది. ఇప్పటికే పలు మోసాపూరిత యాప్స్ ను రద్దు చేసినట్లు ప్రకటించింది. జూన్ 30 నాటికి చట్టపై రుద్దమైన, మోసపూరిత రుణ యాపిలతో సహా 3,718 మొబైల్ అప్లికేషన్లను బ్లాక్ చేసినట్లు కేంద్ర హోం వ్యవహారాల మంత్రిత్వ శాఖ లోక్‌సభలో ప్రకటించింది. సిటిజన్ ఫైనాన్షియల్ సైబర్ ప్రాడ్ రిపోర్టింగ్ అండ్ మేనేజ్‌మెంట్ సిస్టమ్ ద్వారా అందిన ఫిర్యాదుల ఆధారంగా ఈ చర్యలు తీసుకున్నట్లు వెల్లడించింది. 2021లో ప్రారంభమైన సీఎఫ్‌సీఎఫ్‌ఆర్‌ఎంఎస్ ద్వారా ఇప్పటివరకు 32.80 లక్షలకు పైగా సైబర్ మోసాని ఫిర్యాదులను పచ్చాయని తెలిపింది.వీటి ఆధారంగా తీసుకున్న చర్యలతో రూ.11,158 కోట్లకు పైగా మోసపూరిత సమ్మాన్లు నివారించగలిగినట్లు లోక సభలో ప్రకటించింది. ఓసీబీ ఎంపీ పీసీ మోహన్ ఆడిగిన ప్రశ్నకు కేంద్ర హోం శాఖ సహాయ మంత్రి బండి సంజయ్ కుమార్ లోక్‌సభలో ఇచ్చిన లిఖితపూర్వక సమాధానం ఇచ్చారు. ఇన్‌సైర్‌ఫెస్ట్ టెక్నాలజీ చట్టం, 2000లోని సెక్షన్ 69-ఎ, 79(3)(బి) లోని ఇండియన్ సైబర్ క్రిమి కోఆర్డినేషన్ సెంటర్ చర్యలు చేపట్టినట్లు లిఖితపూర్వక సమాధానంలో బండి సంజయ్ పేర్కొన్నారు. పోలీసు అధికారుల నుంచి వచ్చిన నివేదికల ఆధారంగా 15.75 లక్షలకు పైగా సీమ్ కార్డులు, 5.77 లక్షల ఐఎంఈబి సంబద్ధను బ్లాక్ చేసినట్లు కేంద్రం పేర్కొంది. తెలుగు రాష్ట్రాల్లో బంగారం ధరలు ఎలా ఉన్నాయంటే.ఓ సైబర్ మోసాలపై ప్రజలకు అవగాహన కల్పించేందుకు ఎన్‌ఎంఎన్‌లు, కాలర్ ట్యూన్లు, సోషల్ మీడియా, టెలివిజన్, రేడియోతో పాటు పాఠశాలలు, సినిమాలు, నెలెబ్రిటీ ఎండార్లమెంట్లు, ఐటీఎల్ ప్రచార కార్యక్రమాలను నిర్వహిస్తున్నట్లు వివరించింది. పలు బ్యాంకులు, ఆర్థిక సంస్థల సహకారంతో 2024 సెప్టెంబర్‌లో ‘సస్టెస్ట్ రిజిస్ట్రీని కూడా ప్రారంభించినట్లు గుర్తు చేసింది. ఇందులో భాగంగా బ్యాంకుల నుంచి 30.48 లక్షలకు పైగా అనుమానిత ఐడెంటిఫైయర్లు, 32.08 లక్షలకు పైగా లేయర్-1 మ్యూల్డ్ ఖాతాల వివరాలను సంబంధిత సంస్థలతో ఇచ్చిపుచ్చుకున్నట్లు పేర్కొంది. ఈ వ్యవస్థ ద్వారా జూన్ 30, 2026 నాటికి రూ.25,698 కోట్ల విలువైన అనుమానాస్పద లావాదేవీలను నిలిపివేయగలిగినట్లు ప్రభుత్వం ప్రకటించింది. సైబర్ క్రిమి ఫిర్యాదులను ఏకరితీగా నిర్వహించేందుకు నేషనల్ సైబర్ క్రిమి రిపోర్టింగ్ పోర్టల్-సీఎఫ్‌సీఎఫ్‌ఆర్‌ఎంఎస్ కోసం కేంద్ర హోం వ్యవహారాల మంత్రిత్వ శాఖ సమగ్ర స్టాండ్‌ర్డ్ ఆవరేటింగ్ ప్రొసీజర్ ను జారీ చేసినట్లు గుర్తు చేసింది. డిప్యూటీ: ఈ వెబ్‌సైట్‌లోని అభిప్రాయాలు, సూచనలు పూర్తిగా వ్యక్తిగత విశ్లేషకులు లేదా ఇతర సంస్థలవి మాత్రమే. ఇవి అధికారిక అభిప్రాయాలు కాదని గమనించగలరు.మేము ఈ విషయం యొక్క ఖచ్చితత్వం, సమగ్రత లేదా విశ్వసనీయతపై ఎటువంటి హామీ ఇవ్వడం కాని, అనుమతించడం కాని బాధ్యత వహించడం జరగదు. మేము ఎలాంటి పెట్టుబడి సలహా ఇవ్వము. అలాగే ఎటువంటి సెక్యూరిటీ కొనుగోలు లేదా అమ్మకాలు ప్రోత్సహించవను. ఈ వెబ్‌సైట్‌లోని కథనం పూర్తిగా సమాచారం, విద్యా ప్రయోజనాల కోసమే అందించబడుతుంది. మీరు ఏదైనా పెట్టుబడి నిర్ణయం తీసుకునే ముందు, లైసెన్స్ పొందిన ఆర్థిక సలహాదారుల సహాయం తీసుకోండి. ఈ కథనాన్ని కేవలం సమాచారంగా మాత్రమే పరిగణించండి.

## క్రీడాలోకంలో తీవ్ర విషాదం ఆటగాళ్లతో గొడవ లంక దిగ్గజ క్రికెట్ కోచ్ దుర్మరణం

**తానుగిటి గొడవలో సీనియర్ కోచ్ సుమిత్ ఫెర్నాండో మృతి . గొడవను ఆపేందుకు యత్నించగా**

**17 షట్ల విద్యాల్లో దాడి . ఆసుపత్రిలో చికిత్స పొందుతూ కన్నుమూసిన లంక కెప్టెన్ మెండిస్ గురువు**

**దాడికి పాల్పడిన మైసన్ లెస్సె, బాలల సంరక్షణ గృహానికి తరలింపు**



శ్రీలంక క్రికెట్ ప్రపంచంలో తీవ్ర విషాదం చోటుచేసుకుంది. వన్డే జట్టు కెప్టెన్ కుశాల్ మెండిస్ వంటి ఎండర్ యువ క్రికెటర్లతో ఓనమాలు డిద్దించిన సీనియర్ కోచ్ సుమిత్ ఫెర్నాండో (62) దారుణ హత్యకు గురయ్యారు. ఓ క్రికెట్ మ్యాచ్ సందర్భంగా ఆటగాళ్లు తాగునీటి కోసం వెళ్తూ, కుశాయుల్ నీళ్లు రాలేదు. దీంతో స్టేడియం సిబ్బందికి, ఆటగాళ్లకు మధ్య మాటమట పెరిగి తీవ్ర వాగ్వివాదం చోటుచేసుకుంది. అక్కడే ఉన్న సుమిత్ ఫెర్నాండో కలుగజేసుకుని, గొడవను ఆపేందుకు ప్రయత్నించారు. ఈ క్రమంలో ఓ 17 షట్ల సూట్ల క్రికెటర్ ఆయనపై దాడి చేయడంతో సుమిత్ తీవ్రంగా గాయపడ్డారు. వెంటనే కొలంబో నేషనల్ ఆసుపత్రికి తరలించగా, అక్కడ చికిత్స పొందుతూ ఆగస్టు 11న ఆయన తుదిశ్వాస విడిచారు.మైనర్ ఆరెస్ట్, కచ్చడికి తరలించు. ఈ ఘటనపై కేసు నమోదు చేసిన పోలీసులు, దాడికి పాల్పడిన 17 షట్ల విద్యార్థిని ఆగస్టు 10న ఆరెస్ట్ చేశారు. నిందితుడు మైనర్ కావడంతో కోర్టు అతడిని బాలల సంరక్షణ గృహానికి తరలించింది. విచారణలో భాగంగా అతడి కచ్చడిని ఆగస్టు 17 వరకు పొడిగిస్తూ న్యాయస్థానం ఆదేశాలు జారీ చేసింది.సుమిత్ ఫెర్నాండో మెరటులలోని ‘ఫ్రీన్స్ అఫ్ వేర్స్ కాలేజీలో కోకోగా పనిచేస్తూ ఎండర్ జాతీయ స్థాయి క్రీడాకారులను తీర్చిదిద్దారు. ఆయన మృతి పట్ల శ్రీలంక క్రికెట్ బోర్డు, పలువురు దిగ్గజ క్రీడాకారులు తీవ్ర దిగ్భ్రాంతి వ్యక్తం చేశారు.



## బాక్సాఫీస్ వద్ద బిగ్ ఫైట్

ఇండిపెండెన్స్ డే కాసుకగా ఒకే రోజు థియేటర్లలోకి ఏడు చిత్రాలు!

ఇండిపెండెన్స్ డే లాంగ్ వీకెండ్ సెంటిమెంట్స్ క్యాష్ చేసుకునేందుకు టాలీవుడ్లో ఎన్నడూ లేని విధంగా భారీ పోటీ నెలకొంది. బాక్సాఫీస్ రేసులో నిలిచేందుకు పెద్ద సినిమాల నుంచి చిన్న చిత్రాల వరకు ఏకంగా 7 సినిమాలు ఒకే రోజు ప్రేక్షకుల ముందుకు రాబోతున్నాయి. ఒకే తేదీని టాగ్గెట్ చేస్తూ ఇన్ని సినిమాలు బరిలోకి దిగుతుండటంతో థియేటర్ల కేటాయింపు, అడ్వాన్స్ బుకింగ్స్ మరియు కలెక్షన్ల పరంగా తీవ్రమైన పోటీ తలెత్తింది. ఇక ఇందులో తెలుగులోనే 5 సినిమాలు రాబోతుండగా హిందీ నుంచి రెండు సినిమాలు విడుదల కాబోతున్నాయి.

**విశ్వనాథ్ అండ్ సన్స్ :** తమిళ స్టార్ హీరో సూర్య ప్రధాన పాత్రలో, సక్సెస్ఫుల్ డైరెక్టర్ వెంకీ అట్లూరి దర్శకత్వంలో తెరకెక్కిన తాజా చిత్రం విశ్వనాథ్ అండ్ సన్స్. రొమాంటిక్ ఫ్యామిలీ ఎంటర్టైన్మెంట్ రాబోతున్న ఈ సినిమాలో మమిత జైజు కథనాయికగా నటిస్తుండగా రాధిక శరత్ కుమార్ కీలక పాత్రలో కనిపించబోతుంది. ఈ చిత్రంపై అటు తమిళంలో పాటు ఇటు తెలుగులో భారీ అంచనాలు నెలకొన్నాయి. ఇటీవలే కరువు సినిమాతో భాక్ ఇస్టర్ అందుకున్న సూర్య ఈ సినిమాతో మరో హిట్టు కొడతాడని అభిమానులు అంచనాలు వేస్తున్నారు.

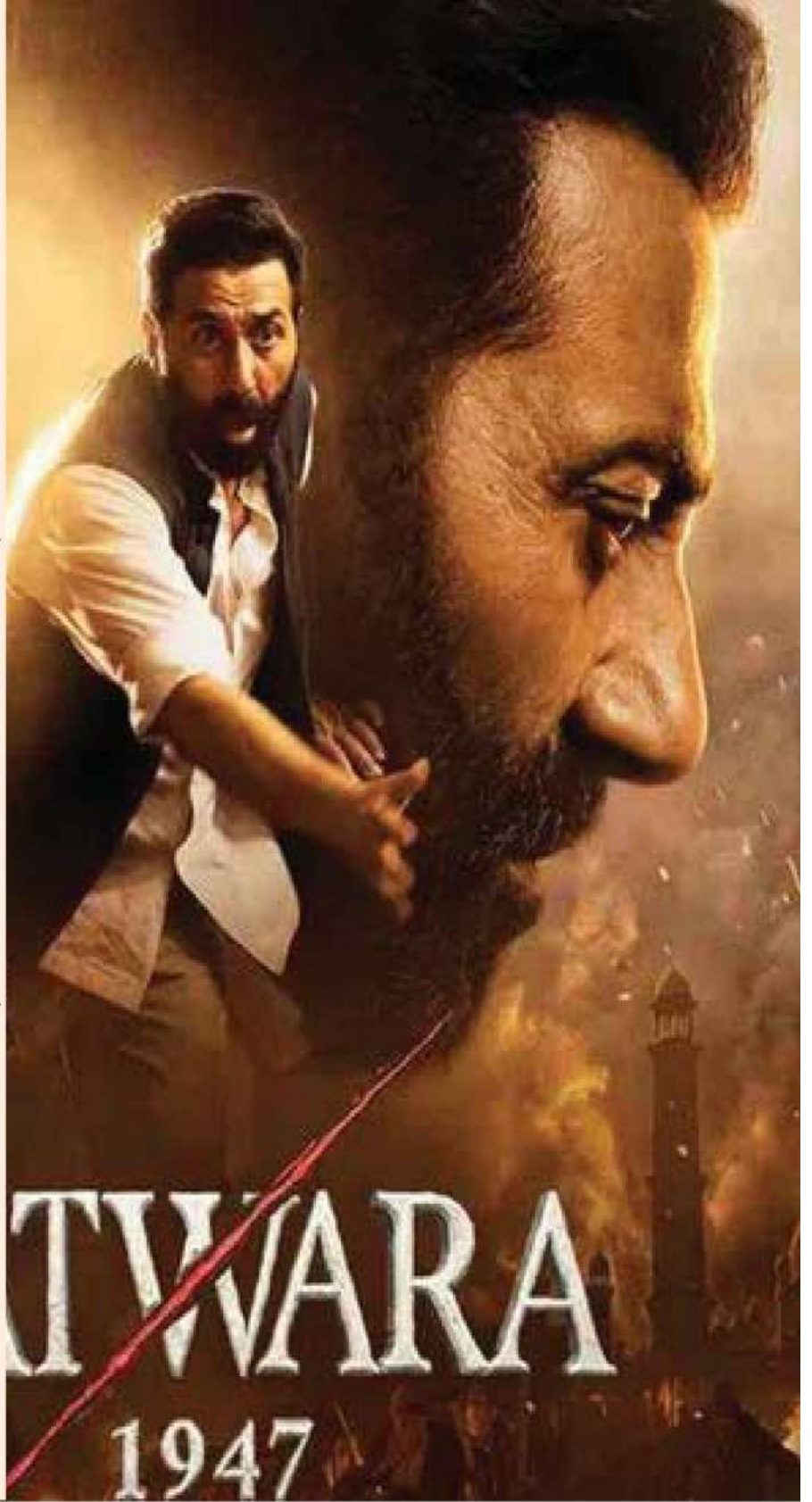
**అగధ :** టాలీవుడ్ ప్రముఖ నిర్మాత, దర్శకుడు ఎం.ఎన్. రాజు దర్శకత్వంలో రాబోతున్న చిత్రం ఇది. మిస్టిక్ హీరో, సస్పెన్స్ థ్రిల్లర్ అంటూ రాబోతున్న ఈ చిత్రంలో కామాక్షి భాగ్యలక్ష్మి ప్రధాన పాత్రలో నటిస్తుంది. ఈ సినిమాపై కూడా టాలీవుడ్లో భారీ అంచనాలు నెలకొన్నాయి.

**మకుటం :** కోలీవుడ్ స్టార్ హీరో విశాల్ తొలిసారిగా మోగాఫోన్ పట్టి తెరకెక్కిస్తున్న అత్యంత ప్రతిష్టాత్మక చిత్రం 'మకుటం'. ప్రముఖ నిర్మాణ సంస్థ సూపర్ గుడ్ ఫిల్మ్స్ బ్యానర్ పై 99వ ప్రాజెక్ట్ గా ఇది వస్తోంది. ఇందులో విశాల్ ఖిన్నమైన మూడు పాత్రల్లో విశ్వరూపం చూపించనున్నారు. విశాల్, అంజలి కాంబినేషన్ కు ఉండే క్రేజ్ ఈ సినిమాపై అంచనాలను తారాస్థాయికి చేర్చింది. జి.వి. ప్రకాష్ కుమార్ అందించిన సంగీతం ఈ సినిమాకు ప్రధాన ఆకర్షణగా నిలవనుంది.

**పల్లాబురుసు :** గ్రామీణ తెలంగాణ నేపథ్యంలో సాగే ఒక సరికొత్త ఫ్యామిలీ కామెడీ-ద్రామా చిత్రం ఇది. సాధారణమైన ఒక వృద్ధ తండ్రి తన కొడుకుపై పోలీస్ స్టేషన్ లో చిన్న కారణం (టూత్ బ్రష్ కొనివ్వలేదని) నిమిత్తం కంప్లెయింట్ ఇవ్వడం వంటి విభిన్నమైన పాయింట్ తో ఈ కథ నడుస్తుంది. తండ్రికొడుకుల మధ్య ఉండే సున్నితమైన భావోద్వేగాలు, అహం, మారుతున్న సామాజిక విలువలను కళ్లకు కట్టలా ఈ చిత్రాన్ని దర్శకుడు ఎమోషనల్ అండ్ ఎంటర్టైన్మెంట్ వేల్ తెరకెక్కించారు. సుధాకర్ రెడ్డి, మురళీధర్ గౌడ్, ప్రజ్ఞల్ యార్ల కీలక పాత్రల్లో నటించిన ఈ సినిమాకు ఉదయ్ చౌహాన్ దర్శకత్వం వహించాడు. అన్నపూర్ణ స్టూడియోస్ ఓ ఎపిక్ స్టూడియోస్ నిర్మించాయి.

**హుషార్ పిట్టలు :** వాసవి గజేషన్, అన్నే సునితా మనోహర్, అంజి వల్లభుని ప్రధాన పాత్రల్లో నటించిన ఈ సినిమాకు భిక్షు దర్శకత్వం వహించాడు. పూర్తిగా యూత్ ఫుల్, లవ్ మరియు ఫ్రెండ్ షిప్ ఎంటర్టైన్మెంట్ జోన్ లో రూపొందిన చిత్రం ఇది. నేటి యువత ఆలోచనలు, వారి జీవితంలోని సరదా క్షణాలు, ప్రేమ మరియు అనుబంధాల చుట్టూ ఈ కథ తిరుగుతుంది. బాక్సాఫీస్ వద్ద కాలేజ్ గోయర్స్ మరియు యూత్ ఆడియన్స్ ను టార్గెట్ చేస్తూ ఈ సినిమా రూపొందింది.

**అవారాహ్ 2 :** ఇమాన్ హాఫీ, దిశా పటాని, షబానా ఆజ్మీ తదితరులు కీలక పాత్రల్లో నటించారు. సంవలన విజయం సాధించిన 'అవారాహ్' చిత్రానికి సీక్వెల్ గా వస్తున్న క్రేజ్ యాక్షన్ ఎమోషనల్ ద్రామా ఇది. 'శివమ్' పాత్ర మరోసారి క్రైమ్ ప్రపంచంలోకి అడుగుపెట్టి, ప్రేమ, ప్రతీకారం, త్యాగం మరియు విముక్తి కోసం సాగించే అన్?షణ దీని ప్రధాన కథాంశం.



## మహాదేవిగా మారడానికి చాలా కష్టపడ్డాను

'ఇందులో నా పాత్ర పేరు మహాదేవి. దేవుని అనుగ్రహంతో పుట్టి పాత్ర అది. నా ప్రిన్సిపల్స్ వకసం పెట్టి మహాదేవిగా మారడానికి చాలా కష్టపడ్డాను. బుద్ధిజం పుస్తకాల్ని చదివాను' అన్నారు నటి కామాక్షి భాగ్యలక్ష్మి. ఆమె ప్రధానపాత్ర పోషించిన చిత్రం 'అగధ'. శ్రవణ్ రెడ్డి, ఉల్కా గుప్తా, జోవికా విజయకుమార్ కీలక పాత్రధారులు. ఎమ్మెస్ రాజు దర్శకుడు. ఈ నెల 14న విడుదల కానున్నది. గురువారం హైదరాబాద్ లో కామాక్షి భాగ్యలక్ష్మి విలేజరులతో ముచ్చటించింది. 'ఎమ్మెస్ రాజుగారి సినిమా అనగానే కథ కూడా వినకుండా ఓకే చెప్పాను. కానీ ఎమ్మెస్ రాజుగారు కూర్చోబట్టి కథ చెప్పి, నాపాత్రను వివరించారు. నిజంగా కథ, నా పాత్ర మనస్ఫూర్తిగా నచ్చాయి. ఇది కేవలం హీరో థ్రిల్లర్ మాత్రమే కాదు. డివైన్ మూమెంట్స్ కూడా ఇందులో బలంగా ఉంటాయి. టెక్నికల్ గా కూడా సినిమా అద్భుతంగా ఉంటుంది' అని తెలిపింది కామాక్షి భాగ్యలక్ష్మి.

## యువతలో మార్పు తెస్తుంది

అన్నే, వాసవి గజేషన్ జంటగా నటించిన యూత్ ఫుల్ ఎంటర్టైన్మెంట్ 'హుషార్ పిట్టలు'. భిక్షు దర్శకత్వం వహించిన ఈ చిత్రాన్ని రుద్రకాంతి పిక్చర్స్ పతాకంపై వెంకట్ యాదవ్ నిర్మించారు. ఈ నెల 15న ప్రేక్షకుల ముందుకురానుంది. గురువారం ప్రీరిలిజ్ వేడుకను నిర్వహించారు. నిర్మాత వెంకట్ యాదవ్ మాట్లాడుతూ 'ప్రచార చిత్రాలకు అద్భుతమైన స్పందన లభించింది ప్రీమియర్ షోస్ కి కూడా మంచి రెస్పాన్స్ వస్తున్నది. వినోదంతో పాటు హృదయాన్ని కదిలించే భావోద్వేగాలున్న కథ ఇది. చరణ్ అర్జున్ మ్యూజిక్ ప్రత్యేకాకర్షణగా నిలుస్తుంది' అన్నారు. నేటి యువతకు చక్కటి సందేశాన్ని అందించే చిత్రమిదని, హిట్ పక్కా అని హీరో అన్నే నమ్మకం వ్యక్తం చేశారు. ఒక జనరేషన్ లో మార్పు తెచ్చే సినిమా ఇదని కథానాయిక వాసవి గజేషన్ చెప్పింది. ఈ చిత్రానికి కెమెరా: రుద్రసాయి, సంగీతం: చరణ్ అర్జున్, దర్శకత్వం: భిక్షు.



## విషపూరిత బంధాన్ని తెంచుకున్నా

వ్యక్తిగత విషయాలను ఎక్కువశాతం చాలామంది గోప్యంగానే ఉంచుతారు. బహిష్కరణం చేసుకోరు. కానీ అందుకు భిన్నమైన వ్యక్తిత్వం నటి అనుపమ పరమేశ్వర్ నది. తన అనుభవాలు ఇతరులకు హెచ్చరికలా ఉండాలనే ఉద్దేశ్యంతో ఇటీవల ఓ ఇంటర్వ్యూలో నిర్మహమాటంగా మనసును ఆవిష్కరించారామె. 'ప్రేమ పేరుతో ఓ వ్యక్తి కొన్నేళ్ల క్రితం నా జీవితంలోకి వచ్చాడు. పరిచయమైన మూడు నెలలకే నిశ్చితార్థం, వివాహం అంటూ బలవంతపెట్టడం మొదలుపెట్టాడు. ఆ తొందరపాటులో ప్రేమకంటే నన్ను నియంత్రించాలనే ఆశ్రయం ఎక్కువ కనిపించేది. నేను ధరించే దుస్తులు, సోఫల్ మీడియాలో నేను పెట్టే పోస్టులు, చివరికి నేను ఎంచుకునే సినిమాల విషయంలో కూడా ఆంక్షలు విధించడం మొదలుపెట్టాడు. అసలు నటనకే నన్ను దూరం చేయాలని చూశాడు. దాంతో స్నేహితు దూరమై మానసికంగా సరిగిపోయాను. కేరవాన్ లో ఒంటరిగా కూర్చోని ఏడ్చేదాన్ని ఒక్కోసారి అతని ప్రవర్తన భయం కలిగించేది. ఈ అందోళన వల్ల బరువు తగ్గిపోయాను. నా కెరీర్ లోనే అతి పెద్ద విజయమైన 'ద్రాగన్' సినిమా ప్రమోషన్స్ కి నేను హాజరు కాకపోవడానికి కారణం కూడా అతనే. అందుకే ఆ విషపూరిత బంధాన్ని అతికష్టం మీద తెంచుకున్నా. ప్రస్తుతం ఆ మానసిక గాయం నుంచి కోలుకునే పనిలో ఉన్నా' అంటూ ఆవేదన వ్యక్తం చేసింది అనుపమ. అయితే ఆ వ్యక్తి ఎవరో మాత్రం ఆమె వెల్లడించలేదు. అగ్రహారో విక్రమ్ తనయుడు ధృవ్ తో ఆమె కొన్నాళ్లుగా ప్రేమలో ఉన్నట్టు వార్తలాచ్చిన విషయం తెలిసిందే. ఈ ఇంటర్వ్యూలో అనుపమ వ్యాఖ్యలు ప్రస్తుతం వైరల్ గా మారాయి.

