మెట్రో ఉదయం

జాతీయ తెలుగు దిన పత్రిక

సంపుటి : 12 సంచిక :124 వెల: 3/-

బుధవారం 11 మార్చి 2026 | SIMULTANEOUSLY PUBLISHED FROM KURNOOL AP & TS, BENGALURU, MUMBAI, CHENNAI, KERALA, PATNA, KOLKATA & DELHI | www.metroudayam.com | పేజీలు 12

ఎపిలో పెరుగుతున్న ఎండల తీవ్రత

- ముందస్తు చర్యలపై ప్రభుత్వం అప్రమత్తం
- అధికారులతో సమీక్షించిన హోంమంత్రి అనిత

అమరావతి,మార్చి10 (మెట్రో ఉదయం) రాష్ట్రంలో ఎండల తీవ్రత క్రమంగా పెరుగుతోంది. దీంతో ప్రభుత్వం అప్రమత్తం అయ్యింది. ముందస్తు చర్యలపై సమీక్షించింది. ఎండల తీవ్రత, వడగాల్పుల పరిస్థితులపై హోం,

➢ మిగతా 2వ పేజిలో..

దేశీయంగా 10శాతం ఎల్పిజి ఉత్పత్తి పెంపు

- గ్యాస్ కంపెనీలకు కేంద్రం ఆదేశం
- పెట్రో కంపెనీలతో కమిటీ ఏర్పాటు
- కృత్రిమ కొరత సృష్టిస్తే అత్యవసర చట్టం ప్రయోగం
- కేంద్రమంత్రులతో ప్రధాని మోడీ అత్యవసర భేటీ
- పెట్రో, గ్యాస్ నిల్వలు, సరఫరాలపై సమీక్ష

న్యూఢిల్లీ,మార్చి10(మెట్రో ఉదయం): దేశవ్యాప్తంగా ఎల్పీజీ గ్యాస్ కొరత పెరుగుతున్న నేపథ్యంలో, కేంద్ర పెట్రోలియం శాఖ రంగంలోకి దిగింది. గ్యాస్ ఉత్పత్తిని తక్షణమే పెంచాలని ప్రభుత్వ, ప్రైవేట్ రంగ ఇంధన కంపెనీలకు స్పష్టమైన ఆదేశాలు జారీ చేసింది. కనీసం 10శాతం గ్యాస్ ఉ త్పత్తిని పెంచాలని కేంద్రం ఆదేశించింది. ముఖ్యంగా

➢ మిగతా 2వ పేజిలో..

ఇంధన ధరలు దిగి వస్తాయి

- త్వరలోనే ఇరాన్ యుద్ధం ముగుస్తుంది
- ట్రంప్ సంచలన ప్రకటన

వాషింగ్టన్,మార్చి10 (మెట్రో ఉదయం): ఇరాన్‌పై యుద్ధం కొనసాగుతుందని,వెనక్కి తగ్గేది లేదన్న ట్రంప్ కొంత మెత్త బడ్డారు. వెనక్కి తగ్గుతున్నట్లుగా కనిపిస్తున్నారు. ఇరాన్ కూడా గట్టి హెచ్చరికలు చేయడంతోనో

ఏమో యుద్దానికి త్వరలోనే ముగింపు దొరుకుతుందని అన్నారు. ఇరాన్ యుద్ధం త్వరలోనే ముగుస్తుందని, చమురు ధరలు కిందకు దిగి వస్తాయని అమెరికా అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్ పేర్కొన్నారు. ఇరాన్ విషయంలో తాము నిర్దేశించుకున్న లక్ష్యాలను

➢ మిగతా 2వ పేజిలో..

పిఠాపురంలో జనసేన ఆవిర్భావ వేడుకలు రద్దు

6

తెలుగు వైభవం ఉట్టిపడేలా అమరావతి

- క్రీడలు, పర్యాటకానికి పెద్దపీట వేసేలా ప్రణాళికలు
- వివిధ సంస్థలకు భూ కేటాయింపులు
- సీఆర్‌డీఏ అథారిటీ 59వ సమావేశంలో చంద్రబాబు

అమరావతి,మార్చి10 (మెట్రో ఉదయంతెలుగు వైభవం చాటేలా అమరావతి అభివృద్ధి జరగాలని సీఎం చంద్రబాబు అన్నారు. సెల్ఫ్ ఫైనాన్స్ ప్రాజెక్టులపై దృష్టి సారించాలన్నారు. క్రీడలు, పర్యాటకానికి పెద్దపీట వేసేలా ప్రణాళికలు సిద్ధం చేయాలని అధికారులకు సూచించారు. సీఎం చంద్రబాబు అధ్యక్షతన సచివాలయంలో సీఆర్‌డీఏ అథారిటీ 59వ సమావేశం జరిగింది. భూ కేటాయింపులు సహా వివిధ ప్రతిపాదనలకు సీఆర్‌డీఏ ఆమోదం తెలిపింది. ఈ సందర్భంగా అధికారులకు సీఎం పలు సూచనలు చేశారు. పెట్టుబడులు పెట్టేందుకు

➢ మిగతా 2వ పేజిలో..

దేశవ్యాప్తంగా మౌలిక సదుపాయాలకు పెద్దపీట

- ఏకంగా రూ. 8.8 లక్షల కోట్లతో ఆరు భారీ ప్రాజెక్టులు
- జల్ జీవన్ మిషన్ పొడింపునకు మరో రూ.8.7 లక్షల కోట్ల
- అంతర్జాతీయ విమానాశ్రయంగా మధురై ఎయిర్‌పోర్టు
- రూ.2,905 కోట్లతో సంత్రాగచ్చి-ఖరగ్‌పూర్ ఫోర్‌లేన్ రోడ్డు
- రూ.3,839 కోట్లతో బద్నావర్-ధాండియా-తిమర్వానీ మధ్య 5 లైన్ల రహదారి
- రూ.3,631 కోట్లతో జెవార్ విమానాశ్రయం-ఫరీదాబాద్ మధ్య 6 లైన్ల ఎలివేటెడ్ రోడ్డు
- కేంద్ర కేబినేట్ వివరాలు వెల్లడించిన కేంద్రమంత్రి అశ్వినీ వైష్ణవ్

న్యూఢిల్లీ,మార్చి10(మెట్రో ఉదయం): ప్రధాని మోడీ అధ్యక్షతన మంగళవారం జరిగిన కేంద్ర కేబినెట్ పలు కీలక నిర్ణయాలు తీసుకుంది. దేశవ్యాప్తంగా మౌలిక సదుపాయాల కల్పనకు పెద్దపీట వేస్తూ ఏకంగా రూ. 8.8 లక్షల కోట్ల విలువైన ఆరు భారీ ప్రాజెక్టులకు ఆమోదం తెలిపింది. ఇక జల్ జీవన్ మిషన్ పొడింపు కోసం మరో రూ. 8.7 లక్షల కోట్లను కేటాయించింది. ముధురై ఎయిర్‌పోర్టును అంతర్జాతీయ విమానాశ్రయంగా ప్రకటించేందుకు కేంద్ర కేబినెట్ గ్రీన్ సిగ్నల్ ఇచ్చింది. ఇక సంత్రాగచ్చి-ఖరగ్‌పూర్ మధ్య రూ.2,905 కోట్లతో నాలుగు లైన్ల రహదారి, రూ.3,839 కోట్లతో బద్నావర్-ధాండియా-తిమర్వానీ మధ్య 5 లైన్ల రహదారి నిర్మాణానికి కేంద్రం ఆమోదం తెలిపింది. రూ.3,631 కోట్లతో జెవార్ విమానాశ్రయం -ఫరీదాబాద్ సెక్షన్‌ను కలిపే 6 లైన్ల ఎలివేటెడ్ రోడ్డు నిర్మాణానికి కేంద్ర కేబినెట్ ఆమోదం తెలిపింది. కేంద్ర ప్రభుత్వం ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ నేతృత్వంలో జరిగిన కేంద్ర మంత్రివర్గ సమావేశంలో తీసుకున్న ఈ నిర్ణయాలు దేశ ఆర్థిక వ్యవస్థను పరుగులు పెట్టించడమే కాకుండా, సామాన్యుల జీవన ప్రమాణాలను గణనీయంగా పెంచనున్నాయి. కేంద్ర మంత్రి అశ్విని వైష్ణవ్ ఈ వివరాలను మీడియాకు వెల్లడిస్తూ, ప్రభుత్వం చేపడుతున్న ఈ సంస్కరణలు భవిష్యత్ భారత్ నిర్మాణంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తాయని ధీమా వ్యక్తం చేశారు. కేబినెట్ భేటీలో అత్యంత కీలకమైన నిర్ణయం 'జల జీవన్ మిషన్ 2.0' ప్రారంభం. దీని కోసం ప్రభుత్వం సుమారు రూ. 8.7 లక్షల కోట్లను

➢ మిగతా 2వ పేజిలో..

ఎపిలో పర్యాటక అభివృద్ధికి అవకాశాలు

- విస్తారమైన సముద్రతీరం, సహజ వనరులు ఉన్నాయి
- పెట్టుబడులు పెట్టడానికి రండి
- ముంబైలో జరిగిన ఎక్స్‌పోలో మంత్రి కందుల దుర్గేశ్ పిలుపు

ముంబై,మార్చి10(మెట్రో ఉదయం): ఏపీ పర్యాటక రంగానికి పారిశ్రామిక హోదా ఉందని, 2024-29 నూతన పర్యాటక పాలసీ ద్వారా ఇన్వెస్టర్లకు రాయితీలు కల్పిస్తున్నామని మంత్రి వెల్లడించారు. అంతర్జాతీయ స్థాయి థీమ్ పార్క్‌లు, వాటర్ ఫ్రంట్ అట్రాక్షన్స్, అడ్వెంచర్ జోన్‌ల ఏర్పాటుకు రాష్ట్రంలో అపార అవకాశాలు ఉన్నాయని ఆయన పేర్కొన్నారు. సుదీర్ఘ తీరప్రాంతం, గొప్ప సాంస్కృతిక వారసత్వం కలిగిన ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రం.. పర్యాటక ఆర్థిక

➢ మిగతా 2వ పేజిలో..

ఇరిగేషన్ రంగానికి ప్రభుత్వం పెద్దపీట

- ప్రధాన సాగునీటి ప్రాజెక్టులు సత్వరం పూర్తి
- ప్రణాళికా బద్ధంగా పనులు సాగుతున్నాయి
- పోలవరం పనులు పరిశీలించిన మంత్రి నిమ్మల

పోలవరం,మార్చి10 : పోలవరం సహా రాయలసీమ, ఉత్తరాంధ్ర ప్రాంతాల్లోని ప్రధాన సాగునీటి ప్రాజెక్టులను క్రమపద్ధతిలో పూర్తి చేసేలా ప్రభుత్వం యాక్షన్ ప్లాన్ సిద్ధం చేసిందని రాష్ట్ర జలవనరుల శాఖ మంత్రి నిమ్మల రామానాయుడు తెలిపారు. మంగళవారం పోలవరం ప్రాజెక్టు పనులను మంత్రి రామానాయుడు పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ... ఇరిగేషన్ రంగానికి గతంలోనూ, ప్రస్తుతం కూడా కూటమి ప్రభుత్వం పెద్దపీట వేసి ప్రాజెక్టులు పూర్తి చేసే దిశగా చర్యలు తీసుకుంటోందని చెప్పారు. ప్రాజెక్టుల నిర్మాణ నాణ్యత విషయంలో ఎక్కడా రాజీపడకూడదని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు సూచించారని ఆయన వెల్లడించారు. గత ప్రభుత్వంలో కీలకమైన డయాఫ్రం వాల్ ధ్వంసం కావడంతో, నాణ్యత, ప్రజా భద్రత దఅష్ట్యా కొత్త డయాఫ్రం వాల్ నిర్మాణాన్ని చేపట్టామన్నారు. సెంట్రల్ వాటర్ కమిషన్ (సిడబ్ల్యుసి) డిజైన్స్ ప్రకారం పోలవరం పనులు

➢ మిగతా 2వ పేజిలో..

లోక్‌సభ స్పీకర్ ఓంబిర్లపై అవిశ్వాసం

- జగదంబికా పాల్ ప్రత్యేక స్పీకర్‌గా విధులు
- చర్చను ప్రారంభించిన కాంగ్రెస్ ఎంపి జావెద్
- విపక్ష నేతను అవమానిస్తూ మాట్లాడేందుకు నిరాకరించారని ఆరోపణ
- కాంగ్రెస్ సంప్రదాయాలు పాటించడం లేదన్న కిరణ్ రిజిజు
- నెహ్రూను తిట్టేవారు ఆయనను జపిస్తున్నారంటూ ప్రియాంక ఎదురుదాడి

న్యూఢిల్లీ,మార్చి10 (మెట్రో ఉదయం): లోక్‌సభ స్పీకర్ ఓం బిర్లాపై అవిశ్వాస తీర్మానం గురించి లోక్‌సభలో చర్చ ప్రారంభమైంది. ఓం బిర్లాపై అవిశ్వాస తీర్మానాన్ని కాంగ్రెస్ ఎంపీ మహమ్మద్ జావెద్ లోక్‌సభలో మంగళవారం ప్రవేశపెట్టారు. అనంతరం దీనిపై చర్చ ప్రారంభమైంది. ఈ చర్చ కోసం పది గంటల సమయం కేటాయించారు. అనంతరం తీర్మానంపై ఓటింగ్ నిర్వహించనున్నారు. స్పీకర్ ఓం బిర్లా నిష్పక్షపాతంగా వ్యవహరించడం లేదని, ఆయన అధికార పార్టీ భాష మాట్లాడుతున్నారని తీర్మానాన్ని ప్రవేశపెట్టిన కాంగ్రెస్ ఎంపీ మహమ్మద్ జావెద్ ఆరోపించారు. అనంతరం అవిశ్వాస తీర్మానంపై

➢ మిగతా 2వ పేజిలో..

దేశీయంగా 10శాతం ఎల్పిజి ఉత్పత్తి పెంపు

➢ మొదటి పేజి తరువాయి

అంతర్జాతీయ పరిణామాల వల్ల సరఫరాలో ఏర్పడిన ఆటంకాలను అధిగమించి, దేశీయ అవసరాలకు తగినంత స్టాక్ అందుబాటులో ఉంచాలని ప్రభుత్వం సూచించింది. సామాన్య ప్రజలకు వంట గ్యాస్ ఇబ్బందులు కలగకుండా చూడటమే ఈ నిర్ణయం వెనుక ఉన్న ప్రధాన ఉద్దేశ్యం. ఇరాన్ యుద్ధం భారత్‌లో చమురు ఆందోళనలు రేకెత్తిస్తోంది. దేశ ప్రజలకు ఇంధన, గ్యాస్ కొరత ఏర్పడకుండా కేంద్రం చర్యలు తీసుకుంటుంది. ఈ క్రమంలోనే మంగళవారం ప్రధాని నరేంద్రమోదీ కీలక భేటీ నిర్వహించారు. విదేశాంగ మంత్రి ఎస్. జైశంకర్, పెట్రోలియం శాఖ మంత్రి హర్దీప్ సింగ్ పురితో చర్చలు జరిపారు. ఎల్‌పీజీ ఉత్పత్తులు, సరఫరాపై సమీక్ష జరిపారు. ఇరాన్ యుద్ధం సామాన్యులపై ప్రభావం చూపకూడదని ప్రధాని మోదీ మంత్రులకు తెలిపారు. అలాగే యుద్ధంతో ఉత్పన్నమయ్యే అంతరాయాల గురించి చర్చించారని జాతీయ మీడియా కథనాలు వెల్లడించాయి. మరోవైపు పరిశ్రమల నుంచి గ్యాస్‌ను మళ్లించడం ద్వారా ప్రజలకు గ్యాస్ కొరత ఏర్పడకుండా చర్యలు తీసుకుంటున్నారు. గతంలో ఇరవై ఒక్క రోజుల తర్వాత బుకింగ్‌లు జరిగేవి, ఇప్పుడు25 రోజులకు పొడిగిస్తూ కేంద్రం నిర్ణయం తీసుకుంది. అలానే ఎల్పీజీ ఉత్పత్తిని 10 శాతం పెరిగిందని కేంద్ర వర్గాలు తెలిపాయి. ఇజ్రాయెల్–అమెరికా, ఇరాన్ యుద్ధంతో హర్మూజ్ జలసంధి నుంచి నౌకల రాకపోకలకు తీవ్ర అంతరాయం ఏర్పడింది. దీంతో పెట్రోల్, డీజిల్, గ్యాస్‌కు కృత్రిమ కొరత కలగకుండా కేంద్రం ఎసెన్షియల్ కమోడిటీస్ యాక్ట్ ప్రయోగించింది. బ్లాక్ మార్కెటింగ్, నిల్వలను నియంత్రించే ఉద్దేశంతో పెట్రోలియం శాఖ ఈ నిర్ణయం తీసుకుంది. గతంలో దాదాపు రెండున్నర లేదా మూడు రోజుల్లో వినియోగదారులకు గ్యాస్ సరఫరా జరిగేది, ప్రస్తుత పరిస్థితుల్లో కూడా అదే సమయం పడుతుందని వర్గాలు తెలిపాయి. అన్ని శుద్ధి కర్మాగారాలు పూర్తి సామర్థ్యంతో పనిచేస్తున్నాయి, దేశవ్యాప్తంగా ప్రతిరోజూ దాదాపు 60 లక్షల సిలిండర్లు సరఫరా అవుతున్నాయని కేంద్ర వర్గాలు చెబుతున్నాయి. దేశంలో ఎల్‌పీజీ కొరత లేదని, సరఫరాను స్థిరీకరించామని కేంద్ర ప్రభుత్వవర్గాలు వెల్లడించాయి. వాణిజ్య సిలిండర్ల కొరత కారణంగా దేశంలో పలు హోటళ్లు, రెస్టారంట్లు మూతపడినట్లు వార్తలు వచ్చిన సంగతి తెలిసిందే. ఈ ఆందోళనల నేపథ్యంలో కేంద్రం నుంచి స్పందన వచ్చింది. ప్రభుత్వ ఆదేశాలను అనుసరించి రిఫైనరీలు ఎల్‌పీజీ ఉత్పత్తిని 10శాతం మేర పెంచాయని పేర్కొన్నాయి. కృత్రిమ కొరతను నిరోధించేందుకు పలు చర్యలు తీసుకుంటున్నట్లు తెలిపాయి. ఎల్‌పీజీ సరఫరా విషయంలో సమస్యలను అర్థం చేసుకునేందుకు చమురు మార్కెటింగ్ కంపెనీలు వివిధ రెస్టారంట్ అసోసియేషన్లతో మాట్లాడుతాయి. ఇందుకోసం ఐఓసీ, హెచ్‌పీసీఎల్, బీపీసీఎల్‌కు చెందిన ఎగ్జిక్యూటివ్ డైరెక్టర్లతో ఓ కమిటీ ఇప్పటికే ఏర్పాటైంది. హోటళ్లు, రెస్టారంట్ల అవసరాలకు తగ్గట్టుగా కమిటీ సరఫరాకు ప్రాధాన్యత ఇస్తుంది. అలాగే కొన్నిరోజుల వ్యవధిలోనే దేశీయ ఎల్‌పీజీ ఉత్పత్తి 10 శాతం మేర పెరిగింది. ఎల్‌పీజీ, ఎల్ఎన్‌జీ కన్‌సైన్‌మెంట్ వివిధ వనరుల నుంచి వస్తోంది. కొత్త కన్‌సైన్‌మెంట్ కూడా వచ్చే అవకాశం ఉంది. పెట్రోలియం ఉత్పత్తుల విషయంలో మనం గతంలో సంక్షోభ పరిస్థితులు ఎదుర్కొన్నాం కానీ.. ఇప్పుడు అలాంటివి ఏమీ లేవు. ఇరాన్–ఇజ్రాయెల్ ఘర్షణకు ముందువలే భారత రిఫనరీలు పూర్తి సామర్థ్యంతో నడుస్తున్నాయి. మన ముడిచమురు దిగుమతుల్లో 70 శాతం హర్మూజ్ జలసంధి నుంచి కాకుండా ఇతర వనరుల నుంచి సమకూరుతున్నాయి. ఇక సంక్షోభం తర్వాత ఇతర దేశాల కంటే మనమే మెరుగ్గా మనం కోలుకుంటాం. అంతేగాకుండా శుద్ధిచేసిన చమురు ఎగుమతులను నియంత్రించడంపై ఎలాంటి నిర్ణయం తీసుకోలేదని కేంద్ర ప్రభుత్వ వర్గాలు వెల్లడించాయి.

ఎపిలో పర్యాటక అభివృద్ధికి అవకాశాలు

➢ మొదటి పేజి తరువాయి

వ్యవస్థను బలోపేతం చేయడానికి కట్టుబడి ఉందని మంత్రి తెలిపారు.ముంబైలో 24వ ఇండియన్ అసోసియేషన్ ఆఫ్ అమ్యూజ్ మెంట్ పార్క్స్ అండ్ ఇండస్ట్రీస్(ఐఏఏపీఐ) ఎక్స్‌పోలో పర్యటకశాఖ మంత్రి కందుల దుర్గేశ్ ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన ఏపీలో అమ్యూజ్‌మెంట్, థీమ్ పార్క్‌లు, వాటర్ పార్క్‌లు, అడ్వెంచర్ జోన్‌ల ఏర్పాటుకు ఇన్వెస్టర్లను ఆహ్వానించారు. ఏపీలో వినోద రంగాన్ని అభివృద్ధి చేయడానికి అనువైన వాతావరణం ఉందన్నారు. విమానాశ్రయాల విస్తరణ, మెరుగైన రవాణా సౌకర్యాలు, పెరుగుతున్న పట్టణీకరణ వంటివి రాష్ట్రాన్ని పెట్టుబడులకు అత్యంత అనువైన ప్రాంతంగా మార్చాయని ఆయన వివరించారు. ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు, డిప్యూటి సీఎం పవన్ కళ్యాణ్ దార్శనికతతో 'స్వర్ణాంధ్ర పర్యాటక విజన్ 2047'ను రూపొందించామని మంత్రి దుర్గేశ్ చెప్పారు. హోటళ్లు, థీమ్ పార్క్‌లు, రిసార్టుల కోసం భూమి కేటాయింపు పక్రియను సరళతరం చేస్తూ.. దేశంలోనే మొదటిసారిగా ఈ విధానాన్ని తీసుకొచ్చామని ఆయన ప్రకటించారు. రూ.50 కోట్ల కంటే ఎక్కువ పెట్టుబడి పెట్టే వారికి ఎస్ఐపీబీ ద్వారా భూమి కేటాయింపులు జరుగుతాయని మంత్రి దుర్గేశ్ తెలిపారు. గత ఏడాది 102 ఒప్పందాల ద్వారా రూ.18,448 కోట్ల పర్యాటక పెట్టుబడులను ఆకర్షించామని వెల్లడించారు. అమరావతి, విశాఖపట్నం, తిరుపతి నగరాల్లో భారీ మెగా

అమ్యూజ్‌మెంట్ పార్క్‌ల పెట్టుబడులకు ఆహ్వానిస్తున్నామని ఆయన తెలిపారు. అమరావతి గ్రీన్‌ఫీల్డ్ రాజధానిగా అద్భుత అవకాశాలను కలిగి ఉందన్నారు. విశాఖపట్నం ప్రీమియర్ కోస్టల్ టూరిజం హబ్‌గా అభివృద్ధి చెందుతోందని చెప్పారు. తిరుపతిలో భక్తుల సంఖ్య ఎక్కువగా ఉండటంతో ఫ్యామిలీ ఎంటర్‌టైన్‌మెంట్‌కు అనువైన ప్రాంతమని మంత్రి వివరించారు. టైర్–2, టైర్–3 నగరాల్లో చిన్న తరహా అమ్యూజ్‌మెంట్ పార్క్‌లు తక్కువ పెట్టుబడితో త్వరగా పూర్తయ్యే అవకాశం ఉందని, త్వరితగతిన రాబడిని అందిస్తాయని ఆయన విశ్వాసం వ్యక్తం చేశారు. ఏపీ పర్యాటక రంగం కొత్త శకంలోకి ప్రవేశిస్తోందని అన్నారు. కూటమి ప్రభుత్వ సంస్కరణలు, మౌలిక సదుపాయాలు, పెట్టుబడిదారుల అనుకూల విధానాలు విజయానికి బాటలు వేస్తాయని ఇన్వెస్టర్లకు మంత్రి దుర్గేశ్ పిలుపునిచ్చారు. వినోద రంగంలో నూతన ఆవిష్కరణలు, వేలాది ఉద్యోగాల సృష్టికి రాష్ట్రం అండగా ఉంటుందన్నారు. రేపటి ఉజ్వల పర్యాటక భవిష్యత్తును నిర్మించడంలో భాగస్వాములు కావాలని ఇన్వెస్టర్లను ఆహ్వానించారు. సృజనాత్మకతకు, ఇంజనీరింగ్ నైపుణ్యానికి నిదర్శనమైన ఈ ప్రతిష్టాత్మక సదస్సులో పాల్గొనడం తన అదృష్టమన్నారు మంత్రి. వినోద రంగాన్ని అంతర్జాతీయ స్థాయికి తీసుకెళ్తున్న దార్శనికులకు ఇది ఒక అద్భుతమైన వేదిక అని చెప్పుకొచ్చారు. ఏపీలో అంతర్జాతీయ స్థాయి థీమ్ పార్క్‌ల ఏర్పాటుకు కూటమి ప్రభుత్వం సిద్ధంగా ఉందని వెల్లడించారు. ఏపీలో పర్యాటక ప్రాంతాల్లో అంతర్జాతీయ స్థాయి మౌలిక వసతుల ఏర్పాటుకు చర్యలు తీసుకుంటున్నామన్నారు. ఏపీని పర్యాటకుల గమ్యస్థానంగా తీర్చిదిద్దేందుకు కృషి చేస్తున్నామని చెప్పారు. ఆధునిక పర్యాటక రంగంలో అమ్యూజ్‌మెంట్, థీమ్ పార్క్‌లు కీలక స్తంభాలుగా ఎదిగాయన్నారు. నేటి కాలంలో కుటుంబాలు వినూత్న అనుభూతుల కోసం, యువత సాహస క్రీడల కోసం ఎదురు చూస్తున్నారని అన్నారు. ఐఏఏపీఐ గత కొన్ని దశాబ్దాలుగా భద్రతా ప్రమాణాలు, వృత్తిపరమైన శిక్షణ, ఆవిష్కరణలలో అగ్రగామిగా ఉంటూ.. ఈ రంగాన్ని ముందుకు నడిపిస్తోందని మంత్రి పేర్కొన్నారు.

÷ారతదేశంలో అమ్యూజ్‌మెంట్ రంగం ఏటా 15శాతం వృద్ధి సాధిస్తోందని మంత్రి తెలిపారు. 2030 నాటికి రూ.25,000 కోట్లకు చేరుకుంటుందని అంచనా వేశారు. ప్రస్తుతం దేశంలో సుమారు 300 అమ్యూజ్‌మెంట్ పార్క్‌లు, 2,500 ఇండోర్ సెంటర్లు ఉన్నాయని తెలిపారు. 'ఏపీ పర్యాటకంలో పెట్టుబడులు పెట్టండి, భరోసా కల్పించే బాధ్యత మాది' అని ముందై వేదికగా ఇన్వెస్టర్లను మంత్రి కందుల దుర్గేశ్ ఆహ్వానించారు.

ఇంధన ధరలు దిగి వస్తాయి

➢ మొదటి పేజి తరువాయి

సాధించడానికి చేరువలో ఉన్నామని, ఇరాన్‌పై దాడిని, మధ్యప్రాచ్యంలోని చెడును వదిలించడానికి అమెరికా చేసిన విహారయాత్రగా ట్రంప్ అభివర్ణించారు. ఆ విహారయాత్ర స్వల్పకాలికంగానే ఉంటుందని తెలిపారు. మియామి గోల్ఫ్ క్లబ్‌లో రిపబ్లికన్ చట్ట సభ్యులతో జరిగిన సమావేశంలో ట్రంప్ ప్రసంగించారు. 'ఇరాన్ యుద్ధం ఈ వారంలోనే ముగుస్తుందా' అనే ప్రశ్నకు ట్రంప్ స్పందిస్తూ.. 'లేదు. కానీ త్వరలోనే ముగుస్తుంది' అని జవాబిచ్చారు. 'మా సైనిక లక్ష్యాన్ని పూర్తి చేసే దిశగా పెద్ద అడుగులు వేస్తున్నాం. ఇరాన్‌లోని బలగాలను పూర్తిగా తుడిచిపెట్టేశాం. అంతర్జాతీయ చమురు సరఫరాకు అంతరాయం కలిగిస్తే ఉపేక్షించేది లేదు. అలా చేస్తే ఇరాన్‌ను పూర్తిగా ధ్వంసం చేస్తాం' అని ట్రంప్ హెచ్చరించారు. మెరికా, ఇజ్రాయెల్‌పై దాడిని పొడిగించేందుకు ఇరాన్‌కు తగినంత సామర్థ్యం లేదు కాబట్టి, యుద్ధం త్వరలోనే ముగిసిపోతుందని ట్రంప్ పేర్కొన్నారు. అమెరికా–ఇజ్రాయెల్ దాడిలో ఇరాన్ సుప్రీం లీడర్ అయతొల్లా అలీ ఖమేనీ మరణించడంతో ఆయన వారసుడిగా మొజ్తాబా ఖమేనీ ఎంపికైనట్టు వార్తలు వస్తున్నాయి. ఇరాన్ నూతన సుప్రీం లీడర్‌గా మొజ్తాబాను ఎంపిక చేయడం పట్ల తాను చాలా నిరాశ చెందానని, అయితే కొత్త సుప్రీం లీడర్‌పై దాడి చేసే ఉద్దేశం తనకు లేదని ట్రంప్ తెలిపారు.

లోక్‌సభ స్పీకర్ ఓంబిర్లపై అవిశ్వాసం

➢ మొదటి పేజి తరువాయి

కేంద్రమంత్రి కిరణ్ రిజిజు చర్చను ప్రారంభించారు. స్పీకర్‌పై అవిశ్వాస తీర్మానం గురించి చర్చ జరుగుతున్న సమయంలో సభను నడిపేందుకు ప్రత్యేక సభాపతిని నియమించాలని విపక్షాలు డిమాండ్ చేశాయి. ఈ డిమాండ్‌కు కేంద్రం అంగీకరించింది. సీనియర్ ఎంపీ, చైర్ పర్సన్స్ ప్యానెల్ సభ్యుడు జగదాంబికా పాల్‌ను నియమించింది. ఆయన నేతృత్వంలో ప్రస్తుతం స్పీకర్ ఓం బిర్లా అవిశ్వాస తీర్మానంపై చర్చ చేపట్టారు. ప్రతిపక్షాల తరపున కాంగ్రెస్ ఎంపి గౌరవ్ గొగోయ్ మాట్లాడుతూ.. భారత్–అమెరికా వాణిజ్య ఒప్పందం సహా పలు అంశాలపై లోక్‌సభ ప్రతిపక్ష నేత రాహుల్‌గాంధీకి

మాట్లాడేందుకు యత్నించారని, కానీ స్పీకర్ అనుమతినివ్వలేదని అన్నారు. ప్రతిపక్ష ఇండియా కూటమికి లోక్‌సభలో సుమారు 200మంది సభ్యులున్నప్పటికీ.. డిప్యూటీ స్పీకర్ లేరని అన్నారు. డిప్యూటీ స్పీకర్ లేకుండా సభ ఎలా నడుస్తుందో దేశ ప్రజలు చూడాలని అన్నారు. మైక్‌ని కూడా ఆయుధంగా వినియోగి స్తున్నారని అన్నారు. ఎన్‌డిఎ సభ్యులకు మాట్లాడేందుకు అనుమతినిస్తున్నారని, కానీ ప్రతిపక్షాలకు మాట్లాడేందుకు మైక్‌ని ఇచ్చేందుకు నిరాకరిస్తున్నారని అన్నారు. అయితే కాంగ్రెస్ అగ్రనేత రాహుల్ గాంధీ సభలో హుందాగా మెలగడం లేదని పార్లమెంటరీ వ్యవహారాల శాఖ మంత్రి కిరణ్ రిజిజు

ఆరోపించారు. ఈ క్రమంలో గతంలో ప్రధాని మోదీని రాహుల్ ఆలింగనం చేసుకున్న ఘటనను ప్రస్తావించారు. ప్రధాని మోదీ దగ్గరకు వచ్చిన రాహుల్.. ఆలింగనం చేసుకొని వెళ్లి తన సీట్లో కూర్చున్నారు. అనంతరం తోటి ఎంపీలను చూసుకుంటూ కళ్లు ఎగరవేశారు. అటువంటి నేతను ఎప్పుడూ చూడలేదు' అని కిరణ్ రిజిజు పేర్కొన్నారు. ఈ సందర్భంగా గతంలో నెహ్రూ చెప్పిన నాటి స్పీకర్ జీవీ మావలాంకర్‌ను సమర్థిస్తూ మాటలను గుర్తుంచుకోవాలని కాంగ్రెస్ నేతలకు సూచించారు. దీనిపై దీటుగా స్పందించిన ప్రియాంకా గాంధీ.. ప్రభుత్వ తీరుపై మండిపడ్డారు.రిజిజు విమర్శలను ఎంపీ ప్రియాంకా గాంధీ తిప్పికొట్టారు. విపక్ష నేత రాహుల్ గాంధీ చెప్పే విషయాలను అధికార పక్షం జీర్ణించుకోలేక పోతోందన్నారు. గడిచిన 12 ఏళ్లలో ప్రభుత్వానికి దీటుగా నిలిచిన వ్యక్తి రాహుల్ ఒక్కరేనని అన్నారు. నెహ్రూను ఎప్పుడూ విమర్శించే వాళ్లు అకస్మాత్తుగా ఆయన్ను ప్రశంసించడం హాస్యాస్పదంగా ఉందన్నారు. అందుకే తనకు నవ్వు వస్తోందన్నారు. నిరంతరం నెహ్రూను ఆడిపోసుకుంటున్న వారు ఆయన గురించి మాట్లాడంతో నవ్వు ఆపుకోలేక పోయానని అన్నారు. అయితే, ప్రధాని మోదీ, రాహుల్ గాంధీ సభలో లేని సమయంలో ఈ చర్చ జరిగింది. ఆ సమయంలో స్పీకర్ స్థానంలో టిడిపికి చెందిన తెన్నేటి కృష్ణప్రసాద్ ఉన్నారు.

ఇరిగేషన్ రంగానికి ప్రభుత్వం పెద్దపీట

➢ మొదటి పేజి తరువాయి

జరుగుతున్నాయని, అంతర్జాతీయ నిపుణుల ప్యానల్ సూచనలు పాటిస్తూ నిర్మాణం కొనసాగుతోందన్నారు. పోలవరం ప్రాజెక్ట్ అథారిటీ ప్రతిరోజూ డిజైన్ల ప్రకారం జరుగుతున్న పనులను పర్యవేక్షిస్తోందని, పనుల పురోగతిని కేంద్ర ప్రభుత్వానికి ఎప్పటికప్పుడు తెలియజేస్తున్నామని చెప్పారు. కొత్త డయాఫ్రం వాల్ మొత్తం 1372 మీటర్లకు గానూ ఇప్పటికే 1300 మీటర్లు పూర్తయ్యాయని, ఈ నెలాఖరుకల్లా పూర్తి అవుతుందని పేర్కొన్నారు. అదే విధంగా ఈసిఆర్ఎఫ్ డ్యాం నిర్మాణ ప్రాంతంలో నేలను గట్టిపరచే వైబ్రో కాంప్యాక్షన్ పనులు పూర్తి చేశామని, ఈ ఏడాది జూన్ నాటికి కుడి, ఎడమ కాలువల అనుసంధాన పనులు కూడా పూర్తి చేస్తామని తెలిపారు. నిర్వాసితులకు పరిహారం చెల్లింపుల విషయమై 2016లో చంద్రబాబు ప్రభుత్వం రూ.700 కోట్లు పంపిణీ చేయగా, కూటమి ప్రభుత్వం తిరిగి అధికారంలోకి వచ్చిన తరువాత రెండు దఫాలుగా రూ.1900 కోట్లు అందించిందన్నారు. ప్రాజెక్టు నిర్మాణంపై వస్తున్న సూచనలు, సలహాలు, విమర్శలను ప్రభుత్వం స్వాగతిస్తుందని మంత్రి చెప్పారు. అయితే ప్రాజెక్టు నిర్మాణ నాణ్యత, భద్రతా ప్రమాణాల విషయంలో ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ రాజీ పడే ప్రసక్తే లేదని మంత్రి నిమ్మల రామానాయుడు స్పష్టం చేశారు.

దేశవ్యాప్తంగా మౌలిక సదుపాయాలకు పెద్దపీట

➢ మొదటి పేజి తరువాయి

కేటాయించింది. 2019లో ప్రారంభమైన మొదటి దశలో ఇప్పటికే 81 శాతం గ్రామీణ గృహాలకు కుళాయి కనెక్షన్లు అందగా, ఇప్పుడు రెండో దశ ద్వారా మిగిలిన ప్రతి ఇంటికీ స్వచ్ఛమైన తాగునీరు అందించడమే కాకుండా, మౌలిక సదుపాయాల బలోపేతంపై దృష్టి సారించనున్నారు. అదనంగా లక్షల కోట్ల రూపాయల కేంద్ర సాయాన్ని పెంచడం ద్వారా గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో నీటి ఎద్దడిని శాశ్వతంగా పరిష్కరించాలని కేంద్రం లక్ష్యంగా పెట్టుకుంది. తమిళనాడులోని ఆధ్యాత్మిక, చారిత్రక నగరమైన మధురైకి కేంద్రం అంతర్జాతీయ స్థాయి గుర్తింపునిచ్చింది. మధురై విమానాశ్రయాన్ని అంతర్జాతీయ విమానాశ్రయంగా ప్రకటిస్తూ తీసుకున్న నిర్ణయం దక్షిణ తమిళనాడు అభివృద్ధికి సరికొత్త రెక్కలు తొడిగింది. దీనివల్ల మీనాక్షి అమ్మన్ ఆలయం, రామేశ్వరం వంటి పుణ్యక్షేత్రాలకు వచ్చే విదేశీ పర్యాటకుల సంఖ్య పెరుగుతుంది. అంతేకాకుండా, మధురై చుట్టుపక్కల ఉన్న పారిశ్రామిక, విద్యా , వైద్య హబ్‌లకు అంతర్జాతీయ స్థాయి అనుసంధానం లభించి, స్థానిక యువతకు ఉపాధి అవకాశాలు మెరుగుపడనున్నాయి. ÷ళిశవ్యాప్తంగా రైళ్ల రద్దీని తగ్గించి, రవాణా సామర్థ్యాన్ని పెంచేందుకు రూ. 4,474 కోట్ల వ్యయంతో రెండు ప్రధాన రైల్వే ప్రాజెక్టులను ప్రభుత్వం ఆమోదించింది. పశ్చిమ బెంగాల్, జార్ఖండ్ రాష్ట్రాల్లోని సాయింతియా–పాకూర్ , సంత్రాగచి–ఖరగ్‌పూర్ విభాగాల్లో నాలుగో రైల్వే లైన్ల నిర్మాణానికి గ్రీన్ సిగ్నల్ లభించింది. ఈ అదనపు లైన్ల వల్ల కేవలం ప్రయాణికులకు మాత్రమే కాకుండా, బొగ్గు , ఇతర సరుకు రవాణా కూడా వేగవంతం కానుంది. ఇది భారతీయ రైల్వేల నిర్వహణ సామర్థ్యాన్ని పెంచడంలో ఒక మైలురాయిగా నిలవనుంది. రవాణా రంగాన్ని బలోపేతం చేసే క్రమంలో మధ్యప్రదేశ్‌లో కొత్తగా ఫోర్ లేన్ కారిడార్ నిర్మాణానికి కేబినెట్ ఆమోదం తెలిపింది. ఎన్‌హెచ్–752డి పరిధిలో బద్నావర్ నుండి తిమర్వానీ వరకు 80 కిలోమీటర్ల మేర నిర్మించబోయే ఈ రహదారి ఉజ్జయిని నగరాన్ని ఢిల్లీ–ముంబై ఎక్స్‌ప్రెస్‌వేతో నేరుగా అనుసంధానిస్తుంది. దీనితో పాటు, ఉత్తరప్రదేశ్‌లోని జేవార్ విమానాశ్రయాన్ని ఫరీదాబాద్‌తో కలిపే ఎలివేటెడ్ రోడ్డు ప్రాజెక్టును కూడా ఆమోదించారు. ఈ నిర్ణయాలన్నీ కలిపి దేశంలోని వివిధ ప్రాంతాల మధ్య ప్రయాణ సమయాన్ని తగ్గించడమే కాకుండా ఆర్థిక కార్యకలాపాలను వేగవంతం చేస్తాయని అశ్వినీ వైష్ణవ్ అన్నారు.

కన్నబిట్టను అమ్ముకున్న దంపతులు

కామారెడ్డికి చెందిన దంపతుల కొనుగోలు

ఆరా తీయడంతో వెలుగులోకి అమ్మకం వ్యవహారం

మెదక్,మార్చి10 జిల్లాలో దారుణం జరిగింది. డబ్బుల కోసం పుట్టిన వారం రోజులకే కన్న కొడుకును తల్లిదండ్రులు అమ్ముకున్నారు. హవేలీఘనాపూర్ మండలం లింగసానిపల్లి తండాకు చెందిన ఓ గిరిజన మహిళ గత నెల 10వ తేదీన పండంటి మగబిడ్డకు జన్మనిచ్చింది. అయితే డబ్బులు అవసరం కావడంతో వారం రోజులకే ఆ బిడ్డను కామారెడ్డి జిల్లాక చెందిన దంపతులకు అమ్మేశారు. అయితే, అంగన్‌వాడీ కేంద్రం నుంచి గుడ్లు, ఆహారం తీసుకోవడానికి గిరిజన మహిళ వెళ్లకపోవడంతో ఆరా తీసేందుకు అంగన్‌వాడీ ఉపాధ్యాయురాలు వారింటికి వెళ్లింది. అయితే ఇంటికి తాళం వేసి ఉండటంతో అనుమానం వచ్చి ఐసీడీఎస్ అధికారులకు ఫిర్యాదు చేసింది. ఈ క్రమంలో విచారణ చేపట్టిన ఐసీడీఎస్ అధికారులు.. సదరు గిరిజన దంపతులను వేరే గ్రామంలో గుర్తించారు. వారిని పట్టుకుని బిడ్డ ఏదని ప్రశ్నించగా.. కామారెడ్డికి చెందిన దంపతులకు బిడ్డను రూ.1.7 లక్షలకు అమ్మేసినట్లు వెల్లడించారు. దీంతో వారిని తీసుకెళ్లి హవేలీఘనాపూర్ పోలీసులకు అప్పగించారు.

వచ్చే సంస్థలతో నిరంతరం సంప్రదింపులు జరపాలన్నారు. మరోవైపు సీబీఎస్ఈ కార్యాలయ నిర్మాణానికి 80 సెంట్ల భూమి కేటాయింపునకు సీఆర్‌డీఏ ఆమోదం తెలిపింది. తుళ్లూరు ఎడ్యుకేషనల్ సొసైటీకి 3 ఎకరాలు, పంచాయతీరాజ్ విభాగంలోని ఏపీఎస్ఐఆర్‌డీకి 5 ఎకరాల భూ కేటాయింపునకు అనుమతిచ్చింది. సచివాలయం, హెచ్‌వోడీ టవర్ల పనులకు రూ.2,316 కోట్లకు పాలనా అనుమతులిచ్చింది. రూ.119 కోట్లతో తెలుగు కల్చరల్ సెంటర్ నిర్మాణానికి సీఆర్‌డీఏ ఆమోదం తెలిపింది.

తెలుగు వైభవం ఉట్టిపడేలా అమరావతి

➢ మొదటి పేజి తరువాయి

ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు అధ్యక్షతన జరిగిన ఈ సమావేశంలో వివిధ సంస్థలకు భూ కేటాయింపులు, జీవోఎంల నిర్ణయాలు, సచివాలయం, హెచ్ఓడీ భవనాల్లో మౌలిక సదుపాయాల కల్పన వంటి ముఖ్య అంశాలపై విస్తృతంగా చర్చ జరిగింది. ఈ సమావేశంలో ఈపీసీ పద్ధతిలో తెలుగు కల్చరల్ సెంటర్ ఏర్పాటు చేయడంపై సమీక్ష జరిగింది. అలాగే రాజధాని పరిధిలో కన్వెన్షన్ సెంటర్ నిర్మాణంపై కూడా వివరంగా చర్చించారు. వివిధ సమావేశాలు, కార్యక్రమాలు నిర్వహించుకునేలా కన్వెన్షన్ సెంటర్‌ను ఏర్పాటు చేయాలని ప్రభుత్వం ఆలోచిస్తోంది. ఈ సమావేశంలో పురపాలక శాఖ మంత్రి పి.నారాయణ, ఆర్థిక మంత్రి పయ్యావుల కేశవ్, సీఎస్ సాయి ప్రసాద్‌తో పాటు పట్టణాభివృద్ధి, సీఆర్డీఏ, ఏపీడీసీఎల్ విభాగాల అధికారులు పాల్గొన్నారు.

ఎపిలో పెరుగుతున్న ఎండల తీవ్రత

➢ మొదటి పేజి తరువాయి

విపత్తుల నిర్వహణ శాఖ మంత్రి వంగలపూడి అనిత మంగళవారం సమీక్ష సమావేశం నిర్వహించారు. ఏపీఎస్‌డీఎంఏ కార్యాలయంలో జరిగిన ఈ సమావేశంలో కలెక్టర్లు, లైన్ డిపార్ట్‌మెంట్ల అధికారులు, విపత్తుల నిర్వహణ సంస్థ అధికారులు పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా 'హీట్ వేవ్ యాక్షన్ ఎ÷–లాన్–2026'ను హోంమంత్రి ఆవిష్కరించారు. అధికారులందరూ ఈ ఎ÷–లాన్‌ను అనుసరించి ముందుకు సాగాలని ఆదేశించారు. సెంట్రల్ ఆంధ్ర, రాయలసీమ ప్రాంతాల్లో సాధారణం కంటే ఎక్కువ ఉష్ణోగ్రతలు నమోదయ్యే అవకాశం ఉందని ఏపీఎస్‌డీఎంఏ ఎండీ ప్రఖర్ జైన్ తెలిపారు. రాబోయే రోజుల్లో ఉష్ణోగ్రతలు మరింత పెరిగి వడగాల్పులు ఎక్కువగా వీచే అవకాశం ఉందని మంత్రి అనిత హెచ్చరించారు. అధికారులు నిరంతరం అప్రమత్తంగా పనిచేయాలని.. వడదెబ్బ కారణంగా ఎలాంటి ప్రాణనష్టం జరగకుండా చూడాలని హోంమంత్రి ఆదేశాలు జారీ చేశారు. పశువుల రక్షణకు సంబంధించి సూచనలు జారీ చేయాలని సూచించారు. వడదెబ్బ బారిన పడిన వారి చికిత్స కోసం బెడ్లు, మందులు, అంబులెన్సులు సిద్ధం చేయాలని వైద్యశాఖను ఆదేశించారు. విద్యుత్ అంతరాయం కలగకుండా చర్యలు తీసుకోవాలన్నారు. కలెక్టర్లు.. ఎండ తీవ్రత జాగ్రత్తలపై విస్తృతంగా ప్రచారం చేయాలని సూచించారు. వృద్ధులు, పిల్లలు, బహిరంగ ప్రాంతాల్లో పనిచేసే కార్మికులపై ప్రత్యేక దృష్టి సారించాలని హోంమంత్రి తెలిపారు. నిరంతరాయంగా తాగునీటి సరఫరా ఉండేలా చర్యలు చేపట్టాలని అధికారులను హోంమంత్రి ఆదేశించారు. తాత్కాలిక చలువ కేంద్రాలను ఏర్పాటు చేయాలన్నారు. మార్కెట్లు, బస్టాండ్లు, కూడళ్లు వంటి జనసమూహ ప్రాంతాల్లో తప్పనిసరిగా చలివేంద్రాలను ఏర్పాటు చేయాలని ఆదేశించారు. ఎన్జీవోలు, కమ్యూనిటీ గ్రూపుల ద్వారా మంచినీరు, మజ్జిగ వంటి పంపిణీ కార్యక్రమాలు చేపట్టాలని హోం, విపత్తుల నిర్వహణ శాఖ మంత్రి అనిత సూచించారు.

గిరిజనుల రాజుల పండుగలో పాల్గొన్న మాజీ ఎమ్మెల్యే

రంపచోడవరం, మార్చి 10: మెట్రో ఉదయం న్యూస్ ప్రతినిధి
గ్రామంలో గిరిజనులు సంప్రదాయంగా ఆచరించే రాజుల పండుగను గ్రామ పంచాయతీ మాజీ వార్డ్ మెంబర్ సంకురు చిరంజీవి రెడ్డి ఆధ్వర్యంలో ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమానికి మాజీ ఎమ్మెల్యే శీతంశెట్టి వెంకటేశ్వరరావు హాజరై గిరిజనుల సంప్రదాయాలను అభినందించారు. పండుగ సందర్భంగా గ్రామస్థులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొని ఆనందంగా వేడుకలు జరుపుకున్నారు.అనంతరం రంపచోడవరం గ్రామంలోని ఆర్‌పి ఫంక్షన్ హాల్లో నిర్వహించిన ఉలవల మణికంఠ కుమారుని జన్మదిన వేడుకలకు కూడా మాజీ ఎమ్మెల్యే శీతంశెట్టి వెంకటేశ్వరరావు హాజరై చిన్నారిని ఆశీర్వదించారు. ఈ కార్యక్రమంలో శ్రీమతి కారం శేషాయమ్మ, సాదల సత్య తదితర కుటుంబ సభ్యులు మరియు గ్రామస్తులు పాల్గొన్నారు.

తెలుగుదేశం పార్టీ సీనియర్ నాయకులు పాటి చలపతిరావు కుటుంబాని పరామర్శించిన ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర షెడ్యూల్ ట్రైబల్ కమిషన్ నెంబర్ గొర్లె సునీత

ఎటపాక రంపచోడవరం మార్చి 10 :- (మెట్రో ఉదయం న్యూస్ ప్రతినిధి బాబా గౌడు)
పోలవరం జిల్లా ఎటపాక మండలం ఎటపాక గ్రామానికి చెందిన తెలుగుదేశం పార్టీ సీనియర్ నాయకులు పాటి .చలపతిరావు అమ్మ ఇటీవల కాలంలో అనారోగ్యంతో మృతి చెందినారు. ఈ సందర్భంగా తెలుగుదేశం పార్టీ సీనియర్ నాయకులు పాటి చలపతిరావు కుటుంబానీ ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర షెడ్యూల్ ట్రైబల్ కమిషన్ నెంబర్ గొర్లె సునీత పరామర్శించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎటపాక మండలం తెలుగుదేశం పార్టీ నాయకులు పాల్గొన్నారు.

సకాలంలో ఇంటి పన్నులు చెల్లించండిగ్రామాభివృద్ధికి సహకరించండి

మెట్రో ఉదయం ప్రతినిధి -- ఆగిరిపల్లి, మార్చి 10:
గ్రామాల అభివృద్ధికి ప్రతి ఒక్కరూ సకాలంలో ఇంటి పన్నులు చెల్లించాలని డివిజన్ లెవెల్ డెవలప్మెంట్ ఆఫీసర్ (డీఎల్‌డీఓ) వెంకటేశ్వరావు పిలుపునిచ్చారు. మంగళవారం ఆగిరిపల్లి పంచాయతీ పరిధిలో ఆయన ప్రత్యేకంగా ఇంటింటికీ వెళ్లి ప్రజలకు పన్నుల ప్రాముఖ్యతను వివరించారు. గ్రామాల అభివృద్ధికి పంచాయతీలకు వచ్చే ఆదాయం కీలకమని, అందులో ఇంటి పన్నులు ప్రధాన వనరుగా ఉంటాయని ఆయన తెలిపారు. అందువల్ల ప్రతి కుటుంబం బాధ్యతగా పన్నులు చెల్లించి గ్రామాభివృద్ధికి సహకరించాలని కోరారు.గ్రామాల్లో మౌలిక వసతుల అభివృద్ధి, పారిశుధ్యం, తాగునీటి సరఫరా వంటి సేవలు సమర్థంగా కొనసాగాలంటే ప్రజల సహకారం అవసరమని ఆయన అన్నారు. పన్నులు సకాలంలో చెల్లించడం ద్వారా పంచాయతీ ఆర్థికంగా బలపడుతుందని పేర్కొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎంపీడీవో అబ్దుల్ సలాం,డిప్యూటీ ఎంపీడీఓ ఆనంద్ బాబు, గ్రామ సర్పంచ్ విక్టర్ బాబు, పంచాయతీ కార్యదర్శి వరలక్ష్మి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

బోయలను ఎస్టీ జాబితాలో చేర్చాలంటూ చేపట్టిన దీక్షను విజయవంతం చేసిన ప్రతి ఒక్కరికి కృతజ్ఞతలు : వాల్మీకి సంఘం జిల్లా అధ్యక్షుడు బి. సుంకప్ప

అనంతపురం జిల్లా, గుంతకల్లు (ఉదయం) న్యూస్ బోయ సామాజిక వర్గాన్ని ఎస్టీ జాబితాలో చేర్చాలని చేసిన 36 గంటల దీక్ష చేసిన వాల్మీకి సోదరి, సోదరులకు వాల్మీకి సంఘం జిల్లా అధ్యక్షుడు బి. సుంకప్ప మంగళవారం కృతజ్ఞతాభివందనాలు తెలిపారు. దీక్షలకు సంఘీభావం తెలపడనికి పెద్దా ఎత్తున తరలి వచ్చిన వాల్మీకి కుల పెద్దలు మరియు కేంద్ర మరియు రాష్ట్ర ప్రభుత్వ అన్ని శాఖలలో పనీ చేస్తున్న ఉద్యోగస్తులందరు కూడ పెద్దా ఎత్తున తరలి వచ్చి ఈ యట్నక్క దీక్షకు సంఘీభావం తెలియజేసిన వాల్మీకి సోదరి సోదరులందరుకు అంతేకాకుండా రాజకీయాలకు మరియు రాజకీయ పార్టీలకు అతీతంగా అన్ని రాజకీయ పార్టీలు స్వచ్ఛందంగా వచ్చి వాల్మికుల 36 గంటల పాటు ఆ యట్నక్క దీక్షకు మద్దతుగా సంఘీభావం తెలియజేసిన అన్నీ రాజకీయ పార్టీలకు, ఈ యట్నక్క దీక్షకు మద్దతుగా నిలిచిన ముస్లిం మైనారిటీ సోదరులతో పాటు బీసీ సామాజిక వర్గానికి చెందిన కురుబ మరియు బారిక,వడ్డేరులు, రజక, నాయి బ్రాహ్మణ, ఉప్పర విరందరితో పాటు బీసీలకు సంబంధించి అనేక ఉప కులాలు వాల్మికులకు దీక్షకు మద్దతు తెలిపినందుకు వారందరికీ కూడ పెరు పేరున హృదయపూర్వక ధన్యవాదాలు తెలిపారు. అంతేకాకుండా బోయ సామాజిక వర్గాన్ని ఎస్టీ జాబితాలో చేర్చే అంతవరకు భవిష్యత్తులో చేయబోయే కార్యక్రమాలను కుల పెద్దలతో చర్చించి దశలవారీగా ఉద్యమాలు చేపడతామన్నారు.

ముప్పాళ్ళమ్మ - అంకమ్మ తల్లి తిరుణాల మహోత్సవంలో పాల్గొన్న ఎమ్మెల్యే సౌమ్య

నందిగామ మార్చి 10(మెట్రో ఉదయం)
చందర్లపాడు మండలం ముప్పాళ్ళ గ్రామంలో సోమవారం నాడు ముప్పాళ్ళమ్మ మరియు అంకమ్మ తల్లి తిరుణాల మహోత్సవం భక్తిశ్రద్ధలతో ఘనంగా నిర్వహించబడింది. ఈ కార్యక్రమంలో ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వ విప్,ఎమ్మెల్యే శ్రీమతి తంగిరాల సౌమ్య గారు కూటమి నేతలతో కలిసి పాల్గొన్నారు.ఈ సందర్భంగా ఆలయంలో ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించి అమ్మవారిని దర్శించుకున్నారు. గ్రామ ప్రజలతో కలిసి తిరుణాల కార్యక్రమాల్లో పాల్గొని వారి ఆనందాన్ని పంచుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే తంగిరాల సౌమ్య గారు మాట్లాడుతూ గ్రామాల్లో పాడిపంటలు సుభిక్షంగా ఉండాలని, ప్రతి కుటుంబం ఆయురారోగ్యాలతో సుఖసంతోషాలతో జీవించాలని అమ్మవారిని ప్రార్థించినట్లు తెలిపారు. గ్రామ ప్రజల ఐక్యత, సంప్రదాయాలను కాపాడుతూ ఈ తరహా ఆధ్యాత్మిక కార్యక్రమాలు జరగడం ఆనందకరమని ఆమె పేర్కొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో గ్రామ సర్పంచ్, ప్రాథమిక వ్యవసాయ సహకార పరపతి సంఘం చైర్మన్లు, స్థానిక ప్రజాప్రతినిధులు, కూటమి నాయకులు, గ్రామ పెద్దలు మరియు భక్తులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

పులి ఈ ప్రాంతంలోనే ఉంది ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలి

సబ్ డీఎఫ్ఓ సుబ్బారెడ్డి

రాజవొమ్మంగి ఉదయం ప్రతినిధి మార్చ్ 11 : రాజవొమ్మంగి మండలంలోని జి శరభవరం గ్రామ పరిసర ప్రాంతాల్లో పెద్దపులి ఉందని ఆయా గ్రామ ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని సబ్ డి ఎఫ్వో సుబ్బారెడ్డి అన్నారు. మంగళవారం దూడపై పులి దాడి చేసిన సంఘటనలో పరిశీలించడానికి వచ్చిన ఆయన స్థానిక విలేకరులతో మాట్లాడుతూ ఈ ప్రాంత ప్రజలు పశువులను అడవుల్లోకి వదల వద్దని సురక్షిత ప్రాంతాల్లో ఉంచుకోవాలన్నారు. ఇప్పటివరకు జన వాసాల్లోకి వచ్చి మనుషులపై దాడి చేసిన సంఘటనలు లేవని జి శరభవరం గ్రామ శివారులో ఆవు దూడ పై పులి దాడి చేయడం వాస్తవమే అన్నారు. త్వరలోనే నష్టపరిహారం చెల్లిస్తామని ఎక్కడైనా ఇలాంటి సంఘటన జరిగితే ఫారెస్ట్ అధికారులు దృష్టికి తీసుకెళ్తే క్రైమ్ చేసి నష్ట పరిహారం చెల్లించడం జరుగుతుందని సుబ్బారెడ్డి తెలిపారు. పెద్దపులి కదలికలు రేడియో కాలర్ ద్వారా ఎప్పటికప్పుడు పరిశీలిస్తున్నామని తమ సిబ్బంది ఎప్పటికప్పుడు ప్రజలను అప్రమత్తం చేసేలా ఆదేశాలు ఇచ్చామన్నారు. ఈ కార్యక్రమం లొ స్థానిక రేంజ్ అధికారి ఉషారాణి వారి సిబ్బంది ఉన్నారు.

మద్యం షాపులపై దాడులు ముగ్గురు వ్యక్తుల అరెస్టు- ఎస్ఐ శివకుమార్

రాజవొమ్మంగి ఉదయం ప్రతినిధి 10 : మండలంలోని వట్టిగడ్డ గ్రామంలో రెండు బెల్ట్ షాపుల పై దాడులు నిర్వహించి ఇరువురు వ్యక్తులను అరెస్ట్ చేసి 35 మద్యం బాటిల్స్ సీజ్ చేసినట్లు ఎస్ ఐ శివకుమార్ తెలిపారు. అలానే సారాయి అమ్ముతున్న వ్యక్తిని అరెస్ట్ చేసి అతని వద్ద నుండి పది లీటర్ల సారా సీజ్ చేసినట్లు ఎస్సైతెలిపారు.పోలవరం జిల్లా ఎస్పీ అమిత్ బర్దర్ రంపచోడవరం ఇంచార్జ్ ఏఎస్పీ బొద్దు హేమంత్ ల ఆదేశాల మేరకు మంగళవారం రాజవొమ్మంగి సీఐ గౌరీ శంకర్,ఎస్సై శివకుమార్ ఆధ్వర్యలో వట్టిగడ్డ గ్రామంలో బెల్ట్ షాపులు మరియు సారాయి దుకాణాల్లో దాడులు నిర్వహించామన్నారు. ఈ దాడుల్లో రెడ్డి కన్నబాబు(నానాజీ)దగ్గర పది లీటర్లు సారా సీజ్ చేశారు, అప్పలనాయుడు దగ్గర 13 డిపిఎల్ బాటిల్స్, గంపు విజయ లక్ష్మీ దగ్గర 22 డిపిఎల్ బాటిల్స్ సీజ్ చేసి వారిపై విడివిడిగా ఒక్కొక్కరిపై ఒక్కో కేసు నమోదు చేసి, ఎస్సై శివకుమార్ దర్యాప్తు చేస్తున్నామన్నారు. స్టేషన్ పరిధిలో ఎవరైనా. సారాయి, బెల్ట్ షాపులు నిర్వహిస్తే కఠిన చర్యలు తీసుకుంటామని సీఐ, ఎస్సై లు హెచ్చరించారు.

సేవా స్వచ్ఛందసంస్థఆధ్వర్యంలో విద్యార్థులకు పరీక్షా సామాగ్రిని అందజేసిన సంస్థడైరెక్టర్,కెఅనిల్ కుమార్

మెట్రో ఉదయం.తర్లుపాడు. మార్చి 10 .ఈ ఏడాది మార్చిలో జరగబోయే పబ్లిక్ పరీక్షలకుహాజరుకాబోతున్న 10వతరగతి విద్యార్థిని విద్యార్థుల నుదృష్టిలోపెట్టుకొని మండలంలోనిసుమారు120మందివిద్యార్థులకుపరీక్షసామాగ్రినిస్వచ్ఛందంగాసేవస్వచ్ఛందసంస్థడైరెక్టర్ కందుల అనిల్. మార్,ఆధ్వర్యంలోపంపిణీచేయడంజరిగింది. మండలం లోనిమీర్జపేట,నాగేళ్ళముడుపు, తాడివారిపల్లి, మరియు ఎస్సీ , బీసీ హాస్టల్ నందు సుమారు 120 మంది పదవ తరగతి విద్యార్థుల కు పరీక్ష అట్టలు, పెన్నులు,పెన్సిల్స్,అరైజర్,చెప్పర్లు , స్కెల్స్, హాల్ టికెట్ పౌచ్లు, మొదలగు పరీక్ష సమగ్రీ నిసొసైటీఫర్, ఎన్విరాన్మెంటల్, విలేజ్ ,ఆక్టివిటీ స్సేవస్వచ్ఛంద సంస్థవారు ఉచితంగాపంపిణిచేయడంజరిగిందన్నారు

వైద్య ఖర్చులకు మానవత సహకారం

- కూలి కుటుంబానికి తోటి ఉద్యోగ,కూలీలు సాయం
- మానవత్వం బతికే ఉందని చెయ్యందించారు
- వైద్య ఖర్చులకు సేకరించి ఆసరాగా నిలిచారు

ఎమ్మిగనూరు మెట్రో ఉదయం (మార్చి 10)
పట్టణంలోని మున్సిపల్ కార్యాలయంలో పబ్లిక్ హెల్త్ (పి.హెచ్) వర్కర్‌గా పనిచేస్తున్న సరోజమ్మ కుమారుడు బసవరాజు గుండె సంబంధిత వ్యాధితో (గుండెలో రంధ్రం) బాధపడుతున్న విషయం తెలుసుకున్న తమ తోటి మున్సిపల్ సిబ్బంది మేమున్నామంటూ బాలుని వైద్య ఖర్చులకోసం రూ.80,000 సేకరించి బాధితురాలు సరోజమ్మకు మున్సిపల్ కమిషనర్ ఎన్.గంగారెడ్డి ఆధ్వర్యంలో అందజేశారు.ఈ సందర్భంగా కమిషనర్ మాట్లాడుతూ తోటి సిబ్బంది ఆపదలో ఉన్నప్పుడు మానవతా దృక్పథంతో స్పందించిన ప్రతి ఒక్కరికి కృతజ్ఞతలు తెలియజేశారు.బాలుడు త్వరగా కోలుకోవాలని ఆకాంక్షించారు.తమ కుటుంబానికి అండగా నిలిచిన మున్సిపల్ అధికారులకు మరియు తోటి సిబ్బందికి సరోజమ్మ కుటుంబ సభ్యులు కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.ఈ కార్యక్రమంలో మున్సిపల్ డిఈఈలు నీరజ,రాజు నాయక్,రెవెన్యూ ఆఫీసర్ (ఆర్వో)అస్లాం బాషా,శానిటేషన్ ఇన్స్పెక్టర్ శ్రీనివాసులు,మేస్త్రి ఈరేష్,స్వర్ణ వార్డు అసోసియేషన్ ప్రతినిధులు గోవిందరాజులు, రవికిరణ్,లక్ష్మన్న,హంపిరెడ్డి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఆలయ ధ్వజస్తంభానికి (రూ)రెండు లక్షలు విరాళం అందజేత

ఎమ్మిగనూరు మెట్రో ఉదయం (మార్చి 10)
నియోజకవర్గ పరిధిలోని సిరాల దొడ్డి గ్రామంలో వెలిసిన శ్రీ ఆంజనేయ స్వామి ఆలయంకు 25 అడుగుల నూతన ధ్వజస్తంభ స్థాపన కోసం రూ.2,00,000 (రెండు లక్షల రూపాయలు)లను కీర్తిశేషులు అడ్డాల రామన్న జ్ఞాపకార్థంగా మనవడు బుదరపు నందకిశోర్ ఆలయ కమిటీ సభ్యులకు అందజేశారు.ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ దేవాలయా అభివృద్ధికి తన వంతు కృషి చేయడంలో సంతోషంగా ఉందన్నారు.దేవాలయ నిర్మాణాల వల్ల ఆధ్యాత్మికతతో గ్రామాల్లో ప్రశాంత వాతావరణ ఉంటుందన్నారు.కావున నూతన ఆలయ నిర్మాణానికి ప్రజలు,భక్తులు తమ వంతు సహాయ సహకారాలు అందించి ఆలయ నిర్మాణంలో పాత్రులు కావాలని కోరారు.అనంతరం ధనరూపే సహకరించిన దాతలకు ఆలయ నిర్మాణానికి మరియు అభివృద్ధికి సహకరించిన దాత కుటుంబానికి గ్రామస్తులు దేవాలయ నిర్మాణ కమిటీ తరపున ప్రత్యేక ధన్యవాదములు తెలియజేశారు.

నందిగామ గ్రంథాలయంలో ఘనంగా పూలే వర్ధంతి

నందిగామ మార్చి 10 (మెట్రో ఉదయం)
నందిగామ గ్రంథాలయము నందు భారతీయ తొలి మహిళా ఉపాధ్యాయురాలు సావిత్రిబాయి పూలే 129 వర్ధంతి కార్యక్రమాన్ని ఈరోజు ఘనంగా నిర్వహించడం అయినది, ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్యఅతిథిగా జాతీయ బీసీ సంక్షేమ సంఘం ప్రధాన కార్యదర్శి వేరంకి వీరాస్వామి విచ్చేసి సావిత్రిబాయి పూలే చిత్రపటానికి పూలమాలవేసి నివాళులు అర్పించారు, ఈ కార్యక్రమంలో గ్రంథాలయ అధికారి అల్లూరు రామచంద్రుడు, విశ్రాంతి ఉపాధ్యాయుడు కెవిఎస్ ప్రసాదరావు, గ్రంథాలయ పాఠకులు, విద్యార్థులు పెద్ద ఎత్తున పాల్గొని సావిత్రిబాయి పూలే చిత్రపాటికి పుష్పాలు అర్పించి నివాళులు అర్పించినారు, వీరంకి వీరాస్వామి మాట్లాడుతూ సావిత్రిబాయి పూలే గారు 18 31జనవరి 3న మహారాష్ట్రలోని సతార్ జిల్లాలో జన్మించారని, ఆమె 9 సంవత్సరాల వయసులోనే జ్యోతిరావు పూలే తో వివాహం అయిందని, జ్యోతిరావు పూలే దగ్గర విద్యాభ్యాసం సావిత్రిబాయి పూలే గారు చేసినారు, మహిళ విద్యాభివృద్ధి కోసం ఈ దంపతులు ఇద్దరూ కృషి చేసినారు, 20 స్కూల్ వరకు ఏర్పాటు చేసి మహిళల విద్యాభివృద్ధికి కృషి చేసినారు, బడుగు బలహీన వర్గాల మహిళల అభ్యున్నతి కోసం విద్యాభివృద్ధి ద్వారానే సాధ్యమని నమ్మి కృషి చేయడం జరిగినది. సావిత్రిబాయి పూలే 1897 మార్చి 10న పేగు వ్యాధిగాస్తులకు సహాయం చేసుకుంటూనే ఆ పేగు వ్యాధితో ఆవిడ మరణించినారు అని ఈ సందర్భంగా వీరాస్వామి తెలియజేసినారు.

జరిగే పదవ తరగతి పరీక్షలు ప్రశాంతమైన వాతావరణంలో జరగాలి

పోలవరం జిల్లా విద్యాశాఖ అధికారి రామకృష్ణారావు.

(రంపచోడవరం, మార్చి,10 : మెట్రో ఉదయం న్యూస్ ప్రతినిధి)

పోలవరం జిల్లాలోని ఈనెల మార్చి నుండి జరగబోవు పదవ తరగతి పరీక్షలు ప్రశాంతమైన వాతావరణంలో మాస్ కాపీంగుకు పాల్పడకుండా నిర్వహించడం జరుగుతుందని పోలవరం జిల్లా విద్యాశాఖ అధికారి రామకృష్ణారావు పేర్కొన్నారు. మంగళవారం స్థానిక ఐటీడీఏ కార్యాలయ సమావేశపహాలులో ూాజ ఢ ూూూూ (ూాజ) పరీక్షలకు సంబంధించి పోలవరం జిల్లా కలెక్టర్ ఏఎస్ దినేష్ కుమార్ వారి ఆదేశాల మేరకు మండల విద్యాశాఖ అధికారులతో, ప్రధానోపాధ్యాయులతో, సీఎస్డీఓ లతో, పరీక్షలకు సంబంధించిన అధికారులతో శిక్షణ కార్యక్రమాన్ని జిల్లా విద్యాశాఖ అధికారి రామకృష్ణారావు, అసిస్టెంట్ కమిషనర్ ఆర్. శశి కుమార్ , గిరిజన సంక్షేమ శాఖ డిప్యూటీ డైరెక్టర్ రుక్మండగయ్య, ఏజెన్సీ డీఈవో మల్లేశ్వరరావు, ఇన్స్పక్టర్ రత్న కుమార్,డిఎల్ఓ సి.విజయేంద్ర రావు, లు నిర్వహించారు.ఈ సందర్భంగా జిల్లా విద్యాశాఖ అధికారి రామకృష్ణారావు మాట్లాడుతూ పోలవరం జిల్లాలో ఈనెల మార్చి 16 నుండి ఏప్రిల్ 1 తారీఖు వరకు జరగబోవు పదవ తరగతి, అలాగే మార్చి 16 తారీకు నుండి 28వ తారీకు వరకు ఓపెన్ ఇంటర్, ఓపెన్ పదవ తరగతి పరీక్షలకు ఎటువంటి మాస్ కాపింగ్ కు తావు లేకుండా ఎక్కడికి అక్కడ పకడ్బందీ ఏర్పాట్లు చేయడం జరిగిందని ఆయన అన్నారు. పోలవరం జిల్లాలో పదవ తరగతి పరీక్షలకు 72 సెంటర్లు ఏర్పాటు చేయడం జరిగిందని ఈ పరీక్షలకు 4184 మంది పరీక్షలు హాజరవుతారని ఆయన అన్నారు. అదేవిధంగా పోలవరం జిల్లాలోని ఓపెన్ ఇంటర్ పరీక్షలకు 608 మంది పరీక్షలకు హాజరవుతారని అదేవిధంగా జిల్లాలోని 5 సెంటర్లు ఏర్పాటు చేయడం జరిగిందని ఆయన అన్నారు. ఓపెన్ పదవ తరగతి పరీక్షలకు 414 మంది పరీక్షలకు హాజరవుతారని 3 సెంటర్లు ఏర్పాటు చేయడం జరిగిందని ఆయన అన్నారు. అదేవిధంగా ఈ పరీక్షల కేంద్రాలలో సీసీ కెమెరాలు ఏర్పాటు చేయడం జరిగిందని ఆయన తెలిపారు. అదేవిధంగా ఈ పరీక్షా కేంద్రాలలో సిట్టింగ్, ఫర్నిచర్లు, త్రాగునీరు, టాయిలెట్స్, మెడికల్,అన్ని సదుపాయాలు ఉన్నాయా లేవా అని ఇన్విజిరేటర్లు, చీఫ్ సూపర్డెంట్లు ఏర్పాటు చేసుకునే విధంగా సంబంధిత అధికారులకు తెలియజేయాలని ఆయన అన్నారు. మన జిల్లా కలెక్టర్ వారి ఆధ్వర్యంలో గత సంవత్సరం కంటే ఈ సంవత్సరం మాస్కాపింగుకు తావు లేకుండా పకడ్బందీ గా పరీక్షలు నిర్వహించేందుకు ప్రతి సెంటర్కు ఒక స్పెషల్ ఆఫీసర్ ను అదనంగా ఏర్పాటు చేయడం జరిగిందని ఆయన అన్నారు. పరీక్ష కేంద్రాలకు ఉదయం 8.50 గంటలకు అనుమతించడం జరుగుతుందని ఉదయం 10:00 గంటల తర్వాత పరీక్ష కేంద్రాలకు అనుమతించడం జరగదని ఆయన అన్నారు. అలాగే పరీక్ష పేపర్లు స్టోరేజ్ పాయింట్ నుండి పరీక్ష కేంద్రాలకు కట్టుదిడ్డమైన భద్రతతో తీసుకురావడం జరుగుతుందని ఆయన అన్నారు. ఈ శిక్షణ కార్యక్రమంలో పరీక్షలు ఏ విధంగా పూర్తి స్థాయి లొ నిర్వహించాలని ఎటువంటి ఇబ్బందులు లేకుండా అందరూ కలిసికట్టుగా ఈ పరీక్షలు సజావుగా నిర్వహించే లాగా అందరి సహకారం కావాలని ఆయన కోరారు. పోలవరం జిల్లాలోని పదవ తరగతి పరీక్షలు గత సంవత్సరం ఈ సంవత్సరం అధిక శాతం ఉత్తీర్ణత సాధించే విధంగా అందరూ తోడ్పాటును అందించాలని ఆయన అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో మండల విద్యాశాఖ అధికారులు ఏ.ఎల్. నరసింహారావు, ఆర్. ఎల్. శ్రీనివాసరావు, జి. సుబ్రహ్మణ్యం, ముత్యాలరావు, చీఫ్ సూపర్డెంట్లు,సి ఎస్ డి వో లు, ప్రధానోపాధ్యాయులు, విద్యాశాఖ అధికారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

విద్యార్థినులకు పరీక్ష కిట్లు పంపిణీ చేసిన ఏ.టి.ఏ,ఏపీ ఆదివాసీ జేఏసీ నాయకులు

విద్యార్థినులు ఏకాగ్రతతో పరీక్షలు వ్రాస్తే విజయం మనదే ఏ.టి.ఏ,ఏపీ ఆదివాసీ జేఏసీ నాయకులు పిలుపు,

(దేవీపట్నం,మార్చి 10. మెట్రో ఉదయం న్యూస్ ప్రతినిధి)

ఆదివాసీ టీచర్స్ అసోసియేషన్ (ఏ.టి.ఏ) మండల నాయకులు చిచ్చడి శేషారావు,సోడే కన్నం రాజు,ఏపీ ఆదివాసీ జేఏసీ రాష్ట్ర వైస్ చైర్మన్ తెల్లం శేఖర్,రాష్ట్ర కార్యదర్శి కారం రామన్న దొర మొదలైన పెద్దలు ఆధ్వర్యంలో విద్యార్థినులకు పరీక్ష కిట్లు అందజేశారు.ఈ సందర్భంగా తెల్లం శేఖర్ మాట్లాడుతూ...పోలవరం జిల్లా,రంపచోడవరం నియోజకవర్గం,దేవీపట్నం మండలం,దేవారం గ్రామ పంచాయతీ పరిధిలోని దామనపల్లి (ముసిని గుంట) బాలికలు ఆంధ్రప్రదేశ్ గిరిజన సంక్షేమ ఆశ్రమ ఉన్నత పాఠశాల పదో తరగతి చదువుతున్న 51 మంది విద్యార్థినులకు పరీక్ష కిట్లు అందజేశామన్నారు.ఈ సందర్భంగా పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయురాలు బి. చంద్రకళ మాట్లాడుతూ...పదో తరగతి విద్యార్థులు దేవీపట్నం మండలాన్ని రాష్ట్రస్థాయిలో మంచి ఉత్తీర్ణత సాధించాలని ఆకాంక్షించారు.ఆదివాసి టీచర్స్ అసోసియేషన్ (ఏ.టి.ఏ) మండల నాయకులు చిచ్చడి శేషరావు,సోడే కన్నం రాజు మాట్లాడుతూ...విద్యార్థినులు కష్టంతో కాకుండా ఇష్టపడి చదివి మీ యొక్క విలువైన సమయాన్ని సద్వినియోగం చేసుకొని పాఠశాలకు,మీ యొక్క తల్లిదండ్రులకు,మండలానికి మంచి పేరు తీసుకురావాలని విజ్ఞప్తి చేశారు.ఈ కార్యక్రమంలో ఆదివాసీ పెద్దలు విద్యార్థినులకు ఉద్దేశించి మోటివేషనల్ స్పీచ్ఇచ్చారన్నారు.. ఈకార్యక్రమంలో ప్రధానో పాధ్యాయురాలుబి.చంద్రకళ,ఏ. వెంకటే శ్వరరావ (శ్రీనివాస్),కె.రణదీప్,పి.బుల్లియ,టి. సాంబ శివరావు, శివరా మకృష్ణ, ఆది వాసీ మహాసభ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి మడకం బంగారు బాబు, సొసైటీ మాజీ చైర్మన్ తుర్రం రామకృష్ణ దొర,కారం రంగారావు దొర (రిటైర్డ్ ఉద్యోగి జల వనరుల శాఖ),చవలం విద్యాసాగర్ భారత్ ఆదివాసీ పార్టీ డివిజన్ ప్రసార కార్యదర్శి, ఉపాధ్యాయులు మరియు విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

సీఎం సహాయనిధి ద్వారా 58 మంది లబ్ధిదారులకు రూ 33.54 లక్షల చెక్కుల పంపిణీ

కూటమి ప్రభుత్వం పేదలకు తక్షణ వైద్య సహాయం

: ప్రభుత్వ విప్, ఎమ్మెల్యే తంగిరాల సౌమ్య

నందిగామ మార్చి 10 (మెట్రో ఉదయం) ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వ విప్, ఎమ్మెల్యే తంగిరాల సౌమ్య కూటమి నేతలతో కలిసి నందిగామ పట్టణంలోని కాకాని నగర్ వారి కార్యాలయంలో ముఖ్యమంత్రి సహాయనిధి (సీఎం రిలీఫ్ ఫండ్) ద్వారా ఆర్థిక సహాయం పొందిన 58 మంది లబ్ధిదారులకు మొత్తం ?33,54,459 రూపాయల విలువైన చెక్కులను నేరుగా అందజేశారు.ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే తంగిరాల సౌమ్య మాట్లాడుతూ, రాష్ట్ర బడ్జెట్ ఆర్థిక సవాళ్ల మధ్య కూడా కూటమి ప్రభుత్వం పేదలు, బడుగు, బలహీన, సామాన్య వర్గాల పట్ల తన బాధ్యతను విస్మరించకుండా, వారికి కార్పొరేట్ స్థాయి వైద్య సేవలను అందించేందుకు చర్యలు తీసుకుంటోందని తెలిపారు. ఆసుపత్రుల్లో చికిత్స పొందిన వారి మెడికల్ బిల్లులకు సంబంధించి తక్షణమే సీఎం సహాయనిధి నుంచి నిధులు మంజూరు చేస్తున్నట్లు ఆమె వివరించారు.

లబ్ధిదారులు ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొని, కూటమి ప్రభుత్వానికి, ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు కి, ఉప ముఖ్యమంత్రి శ్రీ పవన్ కళ్యాణ్ గారికి మరియు ఎమ్మెల్యే తంగిరాల సౌమ్య హృదయపూర్వక కృతజ్ఞతలు తెలియజేశారు. వైద్య ఆపదల్లో ఉన్న కుటుంబాలకు సకాలంలో ఆర్థిక సహాయం అందడం వల్ల వారి బాధలు తగ్గాయని, జీవితంలో కొత్త ఆశాకిరణం కలిగిందని లబ్ధిదారులు భావోద్వేగంతో తెలిపారు.ఈ కార్యక్రమంలో మున్సిపల్ చైర్మన్ శ్రీమతి మండవ కృష్ణకుమారి, మార్కెట్ కమిటీల రాష్ట్ర ఉపాధ్యక్షులు కోగంటి వెంకట సత్యనారాయణ బాబు, ప్రాథమిక వ్యవసాయ సహకార పరపతి సంఘం చైర్మన్లు, వార్డు కౌన్సిలర్లు, కూటమి నాయకులు, స్థానిక ప్రజాప్రతినిధులు, పార్టీ కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు. కూటమి ప్రభుత్వం ప్రజాసంక్షేమానికి ప్రాధాన్యత ఇస్తూ నిరంతరం పనిచేస్తోందని, ఇలాంటి కార్యక్రమాలు మరిన్ని నిర్వహిస్తామని ఎమ్మెల్యే సౌమ్య హామీ ఇచ్చారు.

జల జీవన్ మిషన్‌తో గ్రామాలకు జీవనాడి

.34.30 లక్షలతో మంచినీరు వాటర్ ట్యాంక్ నిర్మాణానికి శంకుస్థాపన చేసిన కూటమి పార్టీ సీనియర్ నాయకులు వాసంశెట్టి సత్యం

మెట్రో ఉదయం రామచంద్రపురం కె గంగవరం

రామచంద్రపురం నియోజకవర్గం కె .గంగవరం మండలం శివల గ్రామంలో జల జీవన్ మిషన్ పథకం కింద రూ. 34.30 లక్షలతో 40 వేల లీటర్ల నీటి సామర్థ్యంతో నిర్మించనున్న వాటర్ ట్యాంక్‌కు కూటమి పార్టీ సీనియర్ నాయకులు వాసంశెట్టి సత్యం మంగళవారం శంకుస్థాపన చేశారు. మండల ప్రజా పరిషత్ అధికారి ఎం. శ్రీనివాస్, ఆర్‌డబ్ల్యూఎస్ డీఈ రామారావు, స్వచ్ఛ ఆంధ్ర డైరెక్టర్ సలాది రమేష్, కూటమి పార్టీ నాయకుల సమక్షంలో ఈ కార్యక్రమం ఘనంగా జరిగింది. ఈ సందర్భంగా వాసంశెట్టి సత్యం మాట్లాడుతూ ప్రతి గ్రామానికి సురక్షిత తాగునీరు అందించడమే కూటమి ప్రభుత్వ ప్రధాన లక్ష్యమని తెలిపారు. జల జీవన్ మిషన్ పథకం గ్రామీణ ప్రజల జీవన ప్రమాణాలను మెరుగుపరిచే మహత్తర కార్యక్రమమని అన్నారు. శివల గ్రామంలో నిర్మించబోయే ఈ వాటర్ ట్యాంక్ పూర్తయిన తర్వాత గ్రామ ప్రజలకు శుద్ధమైన, సురక్షితమైన తాగునీరు అందుబాటులోకి వచ్చి ఆరోగ్య పరిరక్షణకు తోడ్పడుతుందని పేర్కొన్నారు.గ్రామాభివృద్ధి కోసం మౌలిక వసతుల కల్పనలో రాష్ట్ర కార్మిక శాఖ మంత్రి వాసంశెట్టి సుభాష్ ప్రత్యేక దృష్టి సారి స్తున్నారని , ప్రజల అవసరాలకు అనుగుణంగా అభివృద్ధి పనులు వేగవంతంగా కొనసాగుతున్నాయని తెలిపారు. ఈ వాటర్ ట్యాంక్ నిర్మాణాన్ని నాణ్యతతో, వేగంగా పూర్తి చేసి త్వరితగతిన ప్రజల వినియోగానికి అందుబాటులోకి తీసుకురావాలని సంబంధిత అధికారులకు సూచించారు.ఈ కార్యక్రమంలో సర్పంచ్, పంచాయతీ అధికారులు, డీసీ నిడదవోలు సుబ్రహ్మణ్యం, నియోజకవర్గ రైతు అధ్యక్షులు బలుసు శివప్రసాద్, బీసీ సెల్ మండల అధ్యక్షులు వాసంశెట్టి నాగేంద్ర, ఎంపీటీసీ వాసంశెట్టి నాగమణి, నిడదవోలు రవి, కాకి అప్పారావు, కూటమి పార్టీ నాయకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు

మహిళా విద్యకు మార్గదర్శి సావిత్రిబాయి పూలే

మహిళల జీవితాల్లో కాంతి జ్యోతి నింపిన ప్రేమ స్వరూపిణి

వర్ధంతి సందర్భంగా ఘన నివాళులు అర్పించిన సత్యం వాసంశెట్టి ఫౌండేషన్ చైర్మన్

మెట్రో ఉదయం రామచంద్రపురం. విద్య ద్వారానే స్త్రీకి విముక్తి సాధ్యమని, మహిళల హక్కుల కోసం పోరాడిన భారతీయ తొలి ఉపాధ్యాయిని, కవయిత్రి, సామాజిక ఉద్యమకారిణి సావిత్రిబాయి పూలే నేటితనానికి ఆదర్శమని సత్యం వాసంశెట్టి ఫౌండేషన్ అధినేత వాసంశెట్టి సత్యం పేరుకొన్నారు.డాక్టర్ బి.ఆర్ అంబేద్కర్ కోనసీమ జిల్లా ద్రాక్షారామంలో సావిత్రిబాయి పూలే వర్ధంతి సందర్భంగా జ్యోతిరావు పూలే, సావిత్రిబాయి పూలే విగ్రహాలకు వాసంశెట్టి సత్యం ఆధ్వర్యంలో ఘనంగా నివాళులు అర్పించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ దేశంలో తొలి మహిళా ఉపాధ్యాయురాలిగా సావిత్రిబాయి పూలే మహిళా విద్య అభివృద్ధికి చేసిన సేవలు అపారమని కొనియాడారు. సమాజంలో మహిళలకు విద్య అందేలా ఎన్నో అవరోధాలను ఎదుర్కొని పోరాడిన మహానుభావురాలు సావిత్రిబాయి పూలే అని అన్నారు. మహిళల సాధికారతకు, సమాన హక్కులకు ఆమె చేసిన కృషి భారత చరిత్రలో చిరస్థాయిగా నిలిచిపోతుందని పేర్కొన్నారు.అలాంటి మహోన్నత మహిళను స్మరించుకోవడం ప్రతి ఒక్కరికీ గౌరవకరమని, ఆమె చూపిన మార్గంలో నడుస్తూ సమాజ అభివృద్ధికి కృషి చేయాలని అన్నారు. అనంతరం జ్యోతిరావు పూలే, సావిత్రిబాయి పూలే విగ్రహాలకు పూలమాలలు వేసి ఘనంగా నివాళులు అర్పించారు.ఈ కార్యక్రమంలో ఎస్‌కేపీపీ ట్రస్ట్ చైర్మన్ సలాది నాయుడు, తెలుగుదేశం పార్టీ రామచంద్రపురం పట్టణ ఉపాధ్యక్షులు చందమామ వాసు, ద్రాక్షారామం సొసైటీ అధ్యక్షులు ముప్పనపల్లి గణేష్, రాష్ట్ర బీసీ సెల్ నాయకులు పెంకె సాంబశివరావు, మాజీ మున్సిపల్ చైర్మన్ మేడిశెట్టి సూర్యనారాయణ, క్లస్టర్ ఇంచార్జ్ కంచుమర్తి బాబురావు, మాజీ కౌన్సిలర్ దంగేటి గౌరీశంకర్, యువ నాయకులు కుడుపూడి ఫణి తేజ, ప్రకాష్ కూటమి పార్టీ నాయకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

జగ్గంపేట సీఐని మర్యాదపూర్వకంగా కలిసి శుభాకాంక్షలు తెలియజేసిన ముసిరెడ్డి నాగేశ్వరరావు

కాకినాడ జిల్లా జగ్గంపేట మార్చి 10: మెట్రో ఉదయం ప్రతినిధి

జగ్గంపేట సర్కిల్ ఇన్స్పెక్టర్ గా నూతనంగా బాధ్యతలు స్వీకరించిన బి తిరుపతి రావును సోమవారం మర్యాదపూర్వకంగా కలిసి శు భాకాంక్షలు తెలియజేసిన కాట్రావులపల్లి గ్రామ తెలుగుదేశం పార్టీ అధ్యక్షులు ముసిరెడ్డి నాగేశ్వరరావు ఈ సందర్భంగా నాగేశ్వరరావు మాట్లాడుతూ గండేపల్లి, కిర్లంపూడి పోలీస్ స్టేషన్ లకు సబ్ ఇన్స్పెక్టర్ గా సమర్థవంతంగా పనిచేసి మళ్లీ సర్కిల్ ఇన్స్పెక్టర్ శాంతి భద్రతలను పరిరక్షిస్తూ లా అండ్ ఆర్డర్ ను కాపాడుతూ సర్కిల్ పరిధిలో సమర్థవంతంగా పనిచేయగల సత్తా ఉన్న పోలీస్ అధికారిగా తిరుపతిరావు మరింత పేరు తెచ్చుకోవాలని, అసాంఘిక కార్యక్రమాల పైన, జూదాల పైన, మాదకద్రవ్యాల పైన ఉక్కు పాదం మోపి ప్రజలలో మరింత పేరు తెచ్చుకోవాలని ఆయన కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో జగ్గంపేట సబ్ ఇన్స్పెక్టర్ టీ. రఘునాథరావు పాల్గొన్నారు.

గుండె ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే ఈ ఆహారాలను ఎక్కువగా తీసుకోవాల్సిందే

నేటి తరుణంలో గుండె జబ్బుల బారిన పడే వారి సంఖ్య రోజురోజుకూ ఎక్కువవుతుందని చెప్పవచ్చు. మారిన జీవన విధానం, ఆహారపు అలవాట్లు, ఒత్తిడి, ధూమపానం, మద్యపానం, జంక్ ఫుడ్ ను ఎక్కువగా తీసుకోవడం వంటి వివిధ కారణాల వల్ల గుండె జబ్బుల బారిన పడే వారు ఎక్కువవుతున్నారు. దీంతో గుండెపోటు, స్ట్రోక్ వంటి సమస్యల బారిన పడడంతో పాటు ప్రాణాలను కూడా కోల్పోయే పరిస్థితి నెలకొంది. కనుక గుండె ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడం చాలా అవసరం. గుండె ఆరోగ్యాన్ని కాపాడడంలో చాలా మంది తీసుకునే ఆహారం ముఖ్య పాత్ర పోషిస్తుంది. సరైన ఆహారాన్ని తీసుకోవడం ద్వారా గుండె ఆరోగ్యం మెరుగుపడడంతో పాటు గుండె జబ్బులు వచ్చే అవకాశం కూడా తక్కువగా ఉంటుంది. గుండె ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరిచే కొన్ని ఆహారాల గురించి ఇప్పుడు మనం తెలుసుకుందాం.

చేపలు, ఆకుకూరలు..

సాల్మన్, మాకేరెల్, సార్డిన్ వంటి చేపల్లో ఒమెగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇవి మంటను తగ్గించి ట్రైగ్లిజరాయిడ్ స్థాయిలను తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి. అలాగే ఆరోగ్యకరమైన గుండె లయకు కూడా ఇవి తోడ్పడతాయి. ఓట్స్ కూడా గుండె ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తాయి. వీటిలో కరిగే ఫైబర్ ఉంటుంది. ఇవి చెడు కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి. వీటిని క్రమం తప్పకుండా తీసుకోవడం వల్ల గుండె ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుంది. పాలకూర, కాలే వంటి వాటితో పాటు ఇతర ఆకుకూరలను తీసుకోవడం వల్ల గుండె పనితీరు మెరుగుపడుతుంది. వీటిలో విటమిన్లు, ఖనిజాలు, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇవి రక్తపోటును తగ్గించి ధమనుల ఆరోగ్యాన్ని కాపాడడంలో సహాయపడతాయి. అదే విధంగా బాదం, వాల్‌నట్స్, అవిసె గింజలు, చియా విత్తనాలు వంటి వాటిని తీసుకోవడం వల్ల కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలు అదుపులో ఉంటాయి. వీటిలో ఉండే ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు వాపును తగ్గించడంతో పాటు గుండె ఆరోగ్యాన్ని కాపాడడంలో తోడ్పడతాయి.

బెర్రీలు..

స్ట్రాబెర్రీ, బ్లూబెర్రీ, రాస్పబెర్రీ వంటి వాటిల్లో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇవి గుండెను ఆక్సీకరణ ఒత్తిడిని నుండి కాపాడడంలో, రక్తనాళాల పనితీరును మెరుగుపరచడంలో దోహదపడతాయి. ఆలివ్ ఆయిల్ లో ఆరోగ్యకరమైన మోనోశాచురేటెడ్ కొవ్వులు ఉంటాయి. చెడు కొలెస్ట్రాల్ ను తగ్గించి గుండె జబ్బుల ప్రమాదాన్ని తగ్గించడంలో ఇవి సహాయపడతాయి. ఈ విధంగా తగిన ఆహారాలను తీసుకుంటూ రోజూ వ్యాయామం చేయడం, ఒత్తిడి, ఆందోళనను తగ్గించుకోవడం, శరీర బరువును అదుపులో ఉంచుకోవడం, జంక్ ఫుడ్ కు దూరంగా ఉండడం, ధూమపానం, మద్యపానానికి దూరంగా ఉండడం వంటివి చేయడం వల్ల గుండె ఆరోగ్యం మెరుగుపడడంతో పాటు గుండె జబ్బుల బారిన పడే అవకాశాలు కూడా తక్కువగా ఉంటాయని వైద్యులు సూచిస్తున్నారు.

మహిళల్లో పెరుగుతున్న గుండె జబ్బులు జాగ్రత్తలు తీసుకోవాల్సిందేనని నిపుణుల హెచ్చరిక

సాధారణంగా గుండె జబ్బులు పురుషులకే ఎక్కువగా వస్తాయని చాలా మంది భావిస్తారు. కానీ ఈ మధ్య కాలంలో మహిళల్లో కూడా గుండె జబ్బులు ఎక్కువగా వస్తున్నాయని అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి. కోవిడ్ 19 తరువాత మహిళల్లో మరణాలకు ప్రధాన కారణం ఇస్కీమిక్ హార్ట్ డిసీజ్ అని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఈ వ్యాధిని కరోనరీ హార్ట్ డిసీజ్ అని కూడా అంటారు. కరోనరీ ఆర్టరీల్లో ప్లాక్ అనే కొవ్వు పదార్థం పేరుకుపోవడం వల్ల ఆర్టరీలు సన్నగా మారి గుండెకు సరిగ్గా రక్తాన్ని సరఫరా చేయలేవు. ఈ ప్లాక్ లో ఒక భాగం విడిపోయి గడ్డగా ఏర్పడితే, అది ఆర్టరీని పూర్తిగా బ్లాక్ చేస్తుంది. దీంతో గుండె కండరాలకు రక్తం, ఆక్సిజన్ సరఫరా ఆగిపోయి హార్ట్ ఎటాక్ వస్తుంది. మహిళలు ఎక్కువగా ఆరోగ్యాన్ని నిర్లక్ష్యం చేయడం వల్ల వ్యాధి మరింత తీవ్రమై మరణాలు సంభవిస్తున్నాయని వైద్యులు చెబుతున్నారు.

ఈస్ట్రోజెన్ ముఖ్యపాత్ర

అలాగే పురుషుల మాదిరి మహిళల్లో ఈ వ్యాధి లక్షణాలు స్పష్టంగా కనిపించవు. అధిక అలసట, శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బంది, వాంతులు, మెడ, వెన్నెముకలో అసౌకర్యం వంటి లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. అయితే ఈ లక్షణాలను చాలా మంది తప్పుగా అర్థం చేసుకుంటారు. ఒత్తిడి, హార్మోన్ల మార్పులు, జీర్ణ సమస్యల కారణంగా ఈ లక్షణాలు కనిపిస్తున్నాయని భావించి నిర్లక్ష్యం చేస్తున్నారు. అలాగే మహిళల్లో ఇస్కీమిక్ హార్ట్ డిసీజ్ రావడానికి గల ప్రధాన కారణాల గురించి ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం. మహిళల్లో గుండె ఆరోగ్యాన్ని కాపాడడంలో ఈస్ట్రోజెన్ హార్మోన్ కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. ఆర్టరీలు సులభంగా విస్తరించడానికి, రక్తనాళాల్లో ప్లాక్ పేరుకుపోకుండా చేయడంలో, రక్తప్రసరణను మెరుగుపరచడంలో ఈస్ట్రోజన్ ముఖ్య పాత్ర పోషిస్తుంది. కానీ మోనోపాజ్ దశ తరువాత ఈస్ట్రోజన్ స్థాయి తగ్గిపోతుంది. దీంతో పొట్ట చుట్టూ కొవ్వు పేరుకుపోవడం, రక్తపోటు పెరగడం, చెడు కొలెస్ట్రాల్ పెరగడం, ట్రైగ్లిజరాయిడ్ స్థాయిలు పెరగడం జరుగుతుంది. దీంతో గుండె జబ్బులు వంటి ప్రమాదాలు ఎక్కువవుతాయి.

చెడు కొలెస్ట్రాల్ ఎక్కువైతే

హైబీపీ వల్ల రక్తనాళాల గోడలపై నిరంతరం ఒత్తిడి పడుతుంది. దీంతో ఆర్టరీలు క్రమంగా దెబ్బతింటాయి. మెనోపాజ్ తరువాత ఈ ప్రమాదం మరింత పెరుగుతుంది. హైబీపీ కారణంగా హార్ట్ ఎటాక్, స్ట్రోక్ వంటి ప్రమాదాలు మరింతగా పెరుగుతాయి. రక్తంలో చెడు కొలెస్ట్రాల్ ఎక్కువవడం వల్ల ఆర్టరీలలో ప్లాక్ పేరుకుపోతుంది. దీంతో రక్తప్రసరణ తగ్గి హార్ట్ ఎటాక్ వచ్చే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుంది. అదే విధంగా అధిక బరువు, శారీరక చలనం లేకపోవడం వల్ల హైబీపీ, డయాబెటిస్, అధిక కొలెస్ట్రాల్ వంటి సమస్యలు తలెత్తుతాయి. ఈ సమస్యలన్నీ కూడా గుండె ప్రమాదాలను పెంచుతాయి. ధూమపానం వల్ల రక్తనాళాల గోడలు బలహీనంగా తయారవుతాయి. వాపు పెరగడంతో పాటు రక్తనాళాల్లో ప్లాక్ త్వరగా పేరుకుపోతుంది. దీంతో గుండె సమస్యల ప్రమాదం మరింత ఎక్కువవుతుంది. ఇలా అనేక కారణాల వల్ల మహిళల్లో గుండె జబ్బులు ఎక్కువగా వస్తున్నాయని వైద్యులు తెలియజేస్తున్నారు.

ఈ సూచనలు తప్పనిసరి

అయితే ఇస్కీమిక్ హార్ట్ డిసీజ్ చికిత్స వ్యాధి తీవ్రత, ఆర్టరీల్లో ఉన్న బ్లాకేజ్ పై ఆధారపడి ఉంటుంది. కనుక వ్యాధి ప్రారంభ దశలో ఉన్నప్పుడే గుండె ఆరోగ్యానికి మేలు చేసే ఆహారాన్ని తీసుకోవడం, వ్యాయామం చేయడం, శరీర బరువును అదుపులో ఉంచుకోవడం, ధూమపానానికి దూరంగా ఉండడం వంటివి చేయాలి. వ్యాధిని సరైన సమయంలో గుర్తించి వెంటనే చికిత్స తీసుకోవడం ద్వారా దీర్ఘకాలిక ఆరోగ్యంతో పాటు జీవన నాణ్యతను కూడా గణనీయంగా మెరుగుపరుచుకోవచ్చని వైద్యులు సూచిస్తున్నారు.

మందులతో ముప్పు

బీపీ, షుగర్, క్యాన్సర్, హెచ్ఐవీ, టీబీ, కాలేయ జబ్బులు, గుండె జబ్బులు, థైరాయిడ్, ఆర్థరైటిస్ రోగుల్లో కిడ్నీలకు అధిక ప్రమాదం ఉంటుంది. వీళ్లు దీర్ఘకాలం మందులు వాడాలి. ఆ మందుల దుష్ప్రభావంతో కిడ్నీలు దెబ్బతింటాయి. అందుకని దీర్ఘకాల రోగాలతో బాధపడేవాళ్లు సంవత్సరానికి ఒకసారి కిడ్నీ ఫంక్షనింగ్ టెస్ట్‌ని తప్పకుండా చేయించుకోవాలి.

కిడ్నీలపై దుష్ప్రభావం చూపే మందులివే

నొప్పి మాత్రలు (పెయిన్ కిల్లర్స్)

యాంటిబయాటిక్స్

అసిడిటీ తగ్గించేందుకు వాడే పీపీఐఎస్ (ప్రొటాన్ పంప్ ఇన్‌హిబిటాస్)

నాటు వైద్యం (కషాయాలు, పసర్లు)

హెచ్ఐవీ, క్యాన్సర్ నివారణ మందులు

తాత్కాలిక ప్రభావం

రోగాల నివారణ కోసం వాడే మందులు కిడ్నీలపై రెండు రకాల ప్రభావం చూపిస్తాయి. సాధారణంగా ఏవైనా మందులు వాడినప్పుడు కిడ్నీ పనితీరు మందగిస్తుంది. కిడ్నీ పనితీరు తగ్గిన మొదటి ఏడు రోజుల వరకు అక్యూట్ కిడ్నీ ఇంజురీగా పరిగణిస్తారు. ఏడు రోజుల తర్వాత కూడా ఆ సమస్య ఉండి, తొంబై రోజుల లోపు వరకు కిడ్నీల పనితీరు తక్కువగా ఉంటే అక్యూట్ కిడ్నీ డిసీజ్ (ఏకేడీ) అంటారు.

ఆ సమస్యకు కారణమైన మందులను మానేస్తే కిడ్నీ పనితీరు మళ్లీ మెరుగుపడుతుంది. ఏకేడీ తగ్గుతుంది. తొంబై రోజుల కంటే ఎక్కువ కాలం కిడ్నీ సమస్యలతో బాధపడితే క్రానిక్ కిడ్నీ డిసీజ్ (సీకేడీ)గా పరిగణిస్తారు. ఈ దశలో డయాలసిస్ చేయాల్సిన అవసరం వస్తుంది. తరచూ ఏకేడీకి గురయ్యే వారు సీకేడీ దశకు చేరుకునే ప్రమాదం ఉంది.

దీర్ఘకాల ప్రభావం

క్రానిక్ కిడ్నీ డిసీజ్(సీకేడీ) బాధితుల్లో కిడ్నీల పనితీరు క్రమంగా క్షీణిస్తుంది. కిడ్నీలు రక్తంలోని వ్యర్థాలను వేరు చేయలేకపోవడం వల్ల రోగి ఆరోగ్యం క్షీణించడం మొదలవుతుంది. చివరకు డయాలిసస్ అనివార్యమవుతుంది. అంటే కిడ్నీ ఫెయిల్యూర్‌కి దగ్గరవుతున్నట్టు.మన దేశంలో ప్రతి సంవత్సరం 2 నుంచి 5 లక్షల మంది కిడ్నీ రోగులు కొత్తగా డయాలసిస్ దశకు చేరుకుంటున్నారు. ఈ రోగుల్లో సంవత్సరానికి 10 వేల మందికి మాత్రమే కిడ్నీ ట్రాన్స్‌ప్లాంట్ చేయగలుగుతున్నాం. మిగిలిన 4.9 లక్షలమంది డయాలసిస్‌పైనే ఆధారపడుతున్నారు.

రోజూ ఉదయం ఈ జ్యూస్‌ను తాగితే ఎన్నో లాభాలు అనేక పోషకాలు పొందవచ్చు

చాలా మంది ఆహారంగా తీసుకునే కూరగాయల్లో సొరకాయ కూడా ఒకటి. దీన్నే ఆనపకాయ అని కూడా పిలుస్తారు. సొరకాయతో పచ్చడి, కూర, పప్పు, స్వీట్స్ వంటి రకరకాల వంటకాలను తయారు చేస్తూ ఉంటారు. సొరకాయతో వివిధ రకాల వంటకాలు తయారు చేసి తీసుకోవడంతో పాటు దీనితో జ్యూస్ ను కూడా తయారు చేసి తీసుకోవచ్చు. సొరకాయ జ్యూస్ ను ఆయుర్వేదంలో అనేక అనారోగ్య సమస్యలకు ఔషధంగా ఉపయోగిస్తున్నారు. సొరకాయలో సుమారు 96 శాతం నీరు ఉంటుంది. ఇది శరీరాన్ని చల్లబరిచే, హైడ్రేట్ చేసే గుణాలను కలిగి ఉంటుంది. ఖాళీ కడుపుతో తీసుకుంటే మరింత మంచిదని ఆయుర్వేద వైద్యులు చెబుతున్నారు. నీటితో పాటు సొరకాయలో తక్కువ మొత్తంలో ప్రోటీన్, క్యాల్షియం, మెగ్నీషియం, ఐరన్ తో పాటు ఫైబర్, పొటాషియం, విటమిన్ సి వంటి పోషకాలు కూడా ఉంటాయి.

జీర్ణసమస్యలకు చెక్

సొరకాయలో తక్కువ కొవ్వుతో పాటు తక్కువ సోడియం ఉంటుంది కనుక ఇది త్వరగా జీర్ణమవుతుంది. ఇక పరగడుపున సొరకాయ జ్యూస్ ను తీసుకోవడం వల్ల కలిగే ప్రయోజనాల గురించి ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం. సొరకాయలో నీటితో పాటు కరిగే ఫైబర్ కూడా ఎక్కువగా ఉంటుంది. సొరకాయ జ్యూస్ ను తీసుకోవడం వల్ల మలబద్ధకం సమస్య తగ్గుతుంది. గ్యాస్, ఆమ్లత్వం వంటి సమస్యలు తగ్గుతాయి. జీర్ణ ఎంజైమ్స్ ఉత్తేజితం అవుతాయి. కడుపులో మంట వంటి సమస్యలు కూడా తగ్గుతాయి. సొరకాయ జ్యూస్ తాగడం వల్ల సులభంగా బరువు తగ్గవచ్చు. 100 ఎంఎల్ సొరకాయ జ్యూస్ లో 12 నుండి 15 క్యాలరీలు మాత్రమే ఉంటాయి. దీనిని తీసుకోవడం వల్ల ఎక్కువ సమయం ఆకలి అవ్వకుండా ఉంటుంది. దీంతో తక్కువ ఆహారాన్ని తీసుకోగలుగుతారు. సొరకాయలో పొటాషియం కూడా ఉంటుంది. కనుక ఈ జ్యూస్ ను తీసుకోవడం వల్ల సోడియం ప్రభావం తగ్గుతుంది. శరీరంలో అదనంగా ఉండే ద్రవాలు బయటకు పోతాయి. అధిక రక్తపోటు సమస్య అదుపులో ఉంటుంది.

గుండె ఆరోగ్యానికి

ఈ జ్యూస్ ను తీసుకోవడం వల్ల హృదయ ఆరోగ్యం కూడా మెరుగుపడుతుంది. శరీరాన్ని డిటాక్స్ చేయడంలో కూడా సొరకాయ జ్యూస్ సహాయపడుతుంది. ఈ జ్యూస్ ను తీసుకోవడం వల్ల కాలేయం, మూత్రపిండాల్లో డిటాక్సిఫికేషన్ ప్రక్రియ మెరుగుపడుతుంది. ఉదయం పూట ఖాళీ కడుపుతో ఈ జ్యూస్ ను తాగడం వల్ల శరీరం నుండి మలినాలు, విష పదార్థాలు బయటకు వెళ్తాయి. సొరకాయలో విటమిన్ సి, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు కూడా ఉంటాయి. కనుక ఈ జ్యూస్ ను తీసుకోవడం వల్ల చర్మం హైడ్రేట్ గా ఉండడంతో పాటు వృద్ధాప్య లక్షణాలు తగ్గుతాయి. ఈ విధంగా సొరకాయ జ్యూస్ ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తుందని దీనిని తీసుకోవడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను పొందవచ్చని ఆయుర్వేద నిపుణులు చెబుతున్నారు.

పరగడుపున మంచిది

ఇక సొరకాయ జ్యూస్ ను ఉదయం పరగడుపున తీసుకోవడం మంచిది. పరగడుపున తీసుకోవడం వల్ల శరీరం హైడ్రేటెడ్ గా ఉంటుంది. అలాగే పోషకాలు చక్కగా అందుతాయి. అలాగే మధ్యాహ్నం భోజనానికి 20 నుండి 30 నిమిషాల ముందు కూడా తీసుకోవచ్చు. అయితే సాయంత్రం సమయంలో దీనిని తీసుకోకూడదని, సాయంత్రం సమయంలో తీసుకోవడం వల్ల ఇది కొందరిలో జీర్ణ సమస్యలు కలిగించవచ్చని వైద్యులు తెలియజేస్తున్నారు.

కిడ్నీ కిల్లర్స్

రోగం వస్తే మందు వాడాలి. కొన్ని మందులకు రోగాలు తగ్గకపోగా కొత్త రోగాలు చుట్టుకుంటున్నాయ్. పెయిన్ కిల్లర్స్ నొప్పినే కాదు కిడ్నీలనూ చంపేస్తాయ్. చీటికీ మాటికీ వేసుకునే యాంటి బయాటిక్స్ లాంగ్‌లైఫ్‌ని చిటికెలో చీకట్లో కలిపేస్తున్నాయ్. కాబట్టి రోగాల నుంచి కాపాడే మందులతో కాస్త జాగ్రత్తగా ఉంటే కిడ్నీలు ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి. రోగాల నుంచి ఆరోగ్యాన్ని, మందుల నుంచి కిడ్నీలను ఎలా కాపాడుకోవాలో నేటి ఊపిరిలో తెలుసుకుందాం.శరీరంలో జరిగే జీవక్రియల వల్ల అనేక వ్యర్థాలు ఏర్పడతాయి. అన్ని అవయవాల్లోని వ్యర్థాలు రక్తంలోకి చేరతాయి. రక్తంలోని వ్యర్థాలను వేరు చేసి, రక్తాన్ని శుద్ధి చేస్తూ దేహాన్ని కిడ్నీలు ఆరోగ్యంగా ఉంచుతాయి. మలిన రక్తాన్ని శుద్ధి చేస్తూనే దేహంలో రక్తపోటును నియంత్రిస్తాయి. రక్తపోటు (బీపీ), రక్తంలో షుగర్ నియంత్రణలో లేకపోతే కిడ్నీలు విఫలమయ్యే ప్రమాదం ఉంది. అప్పుడు రక్త శుద్ధి తగ్గుతుంది. సమస్య తీవ్రమైతే ప్రాణానికే ప్రమాదం. కిడ్నీలు విఫలమవడానికి బీపీ, షుగర్ (డయాబెటిస్) రోగాలతోపాటు రోగాల నివారణకు వాడే మందులు కూడా కారణమే. నొప్పుల నివారణకు తీసుకొనే (పెయిన్ కిల్లర్స్) మందులు, యాంటిబయాటిక్స్ కిడ్నీలపై తీవ్రమైన దుష్ప్రభావం చూపిస్తాయి. మన దేశంలో 17శాతం మందికి కిడ్నీ జబ్బులు ఉన్నాయని సీక్ స్టడీలో గుర్తించారు. దీర్ఘకాలిక రోగులలో మూత్ర పిండాల రోగులూ ఎక్కువ సంఖ్యలోనే ఉన్నారు. కిడ్నీ రోగుల సంఖ్య రోజురోజుకూ పెరుగుతోంది. అలాగే మూత్రపిండాలు విఫలమవడం వల్ల డయాలసిస్ అవసరమయ్యే రోగుల సంఖ్య కూడా పెరుగుతోంది.

యువ క్రికెటర్లకు ప్రేరణ

హైదరాబాద్, మార్చి 10(మెట్రో ఉదయం)

తొలిసారిగా కపిల్ దేవ్ సార్థ్యంలోని క్రికెట్ టీమ్ ప్రపంచ కప్ గెలిచిన 1983 నుంచి ఇప్పటి వరకు అనేక మార్పులు వచ్చాయి. క్రికెట్‌లో రూల్స్ మారాయి. అనేక నిబంధనలు వచ్చి పడ్డాయి. ట్వంటీ ట్వంటీ వచ్చింది. కొత్తగా ఐపిఎల్ మ్యాచ్‌లు వచ్చాయి. ఇవన్నీ కూడా యువ క్రెటర్లను ఆకర్షిస్తున్నాయి. ఇలా ఎన్ని మార్పులు వస్తున్నా..భారత్ క్రికెట్ వన్నె తగ్గకుండా పోరాడుతున్న స్ఫూర్తి అభినందనీయం. అంతేకాదు.. భారత్ క్రికెట్‌లో కొత్త నీరు నిరంతరంగా ప్రవహిస్తూనే ఉంది. సచిన్ టెండూల్కర్, గంగూలీ, యువరాజ్ సింగ్, జడేజా, వీరేంద్ర సెహ్వాగ్ ఇలా ఎందరో క్రికెటర్లు మన టీమ్ పనితనాన్ని మెరుగు పర్చారు. ధోనీ, విరట్ కోహ్లీ, రోహిత్ శర్మ లాంటి వారు క్రికెట్ స్వరూపాన్నే మార్చేశారు. ఇక మొన్న జరిగిన టీ ట్వంటీ వరల్డ్ కప్ పోటీల్లో భారత్ మరోమారు సత్తా చాటింది. ఇందులో గమనించాల్సిన విషయం ఏమంటే సంజూ శంసన్ విశ్వరూపం. అతడి ఆటతీరు చూడగానే సమయాను కూలంగా ధోనీలా, విరాట్‌లా, రోహిత్ శర్మలా విజృంభించగల నైపుణ్యం కనిపించింది. అన్నింటికి మించి అతను చేసిన ఓ చిన్న పని భారత ఔన్నత్యాన్ని, క్రికెట్ గొప్పతనాన్ని చాటింది. ఇంగ్లడ్తో జరిగిన సెమీస్‌లో సెంచరీ మిస్ అయిన సంజూ శాంసన్ మ్యాన్ ఆఫ్‌ది మ్యా,÷-÷-గా ఎన్నికయ్యాడు. కానీ భారత్ విసిరిన 250 పైన పరుగుల ఛాలెంజ్‌లో ఇంగ్లడ్ యువ కిశోరం బెథెల్ అద్భుతంగా రాణించాడు. ఒంటరి పోరుతో సెంచరీతో భారత్‌కు వణుకు పుట్టించాడు. అతను ఔట్ కాకుండా ఉంటే...భారత్ వెనుదిరుగేదే. సంజూ శాంసన్ తనకు దక్కిన మ్యాన్ ఆఫ్ ది మ్యాచ్ అవార్డును బెథెల్‌కు అందించారు. అతనే నిజమైన హీరో అని పొగిడారు. సంజూ చేసిన ఈ ఒక్క పనితో భారత్ గొప్పతనాన్ని ప్రపంచానికి చాటింది. అయితే అదే సంజూను మనం గుర్తించి, జట్టులోకి తీసుకోవడం లో రాజకీయాలు ఆడామని ఒప్పుకోవాల్సిందే. ప్రతిభకు ఏదీ అడ్డం కాదని, క్రీడల్లో రాజకీయాలు ఉండరాదని మనం గుర్తించాలి. అందులే ఇలాంటి వారందరినీ స్ఫూర్తిగా యువతలో కొత్త ఆశలు చిగురింప చేశారు. క్రికెట్‌లోచోటు దక్కేది 11 మందికే అని తెలిసినా భారత యువరక్తం ఇప్పుడు లక్షల్లో శిక్షణ తీసుకుంటున్నారు. తామూ క్రికెటర్లుగా ఎదగాలనుకుంటున్నారు. ఇలాంటి వారు జాతీయ జట్టులో చోటు దక్కించుకోకున్నా, క్రికెట్‌ను నిలబడెతున్నారని తెలుసుకోవాలి. అందుకే ఇప్పుడు ఎక్కడ చూసినా క్రికెట్ కోచింగ్ సెటర్లు వెలిశాయి. ప్రతి ఇంట్లో ఒకరు క్రికెట్ బ్యాట్ పట్టుకుని మైదానంలోకి పరుగెడుతున్నాడు. ఇది ఓ రకంగా ప్రేరణ. యువతకు స్ఫూర్తి. అటు విమెన్ క్రికెట్ అయినా, ఇటు మెన్ క్రికెట్ అయినా ప్రతి ఒక్కరూ శిక్షణకు దిగుతున్నారు. మొత్తంగా టీమిండియా వరుసగా రెండోసారి, మొత్తంగా మూడో పర్యాయం టీ20 ప్రపంచకప్‌లో చాంపియన్‌గా నిలిచింది. అభిషేక్ శర్మ, సంజూ శాంసన్, ఇషాన్ కిషన్, తిలక్ వర్మ వంటి యోధులు ఇప్పుడున్న జట్టుకు వెన్నముక గా నిలిచారు. జస్‌ప్రీత్ బుమ్రా బౌలింగ్‌ను ముందుండి నడిపించాడు. అవసరమనుకున్న ప్రతిసారీ వికెట్ పడగొట్టి ప్రస్తుత తరంలో ప్రపంచ అత్యుత్తమ బౌలర్‌గా తనపేరును సార్థకం చేసుకున్నాడు. హార్దిక్ పాండ్యా, శివమ్ దూబే, అక్షర్ పటేల్ ఆల్‌రౌండ్ మెరుపులతో టీమిండియా ఆధిపత్యానికి ఎదురులేక పోయింది.

జట్టులోని ఆటగాళ్లంతా కలిసికట్టుగా కదంతొక్కి ప్రపంచకప్ సంగ్రామంలో భారత్ మరోమారు విశ్వవిజేతగా ఆవిర్భవించడంలో విశేషంగా దోహదపడ్డారు. సమర్థ నాయకుడిగా ముందుండి నడిపించిన సూర్యకుమార్ జట్టు విజయంలో కీలకపాత్ర పోషించాడు. ఈ విజయంతో భారత్‌కు ఐసీసీ ట్రోఫీలు అందించిన దిగ్గజాలు కపిల్ దేవ్, ఎంఎస్ ధోనీ, రోహిత్ శర్మ సరసన నిలిచాడు. ప్రపంచ క్రికెట్‌లో ఆధిపత్యాన్ని చాటుకుంటున్న భారత జట్టు సరికొత్త అధ్యాయాన్ని లిఖించింది. కపిల్ డెవిల్స్, ధోనీ సేన, రోహిత్ బృందం అద్భుత విజయాలను మరిపిస్తూ.. మరో విశ్వకప్పును ఒడిసి పట్టుకుంది. న్యూజిలాండ్‌ను ఏకపక్షంగా నిలువరించిన సూర్యకుమార్ సేన యావద్భారతావని గర్వించే ప్రదర్శన కనబరచింది. రెండేళ్ల క్రితం జరిగిన టోర్నీలో టైటిల్ గెలిచిన భారత జట్టు ఈసారి ట్రోఫీ నిలబెట్టుకొని సరికొత్త చరిత్ర సృష్టించింది. మొత్తంగా మూడోసారి ఈ కప్పును దక్కించుకొని మరే జట్టుకూ సాధ్యమవని అరుదైన ఘనతను అందుకొంది. ఈ అద్భుతానికి సాక్షిగా నిలిచిన అహ్మదాబాద్ స్టేడియంలో మూడేళ్లక్రితం వన్డే ప్రపంచకప్ ఫైల్లో ఎదురైన పరాజయ భారాన్ని దించేసుకుంది. ఆతిథ్య జట్టుకు కప్పు దక్కదన్న సెంటిమెంట్‌ను పటాపంచలు చేసింది. ఇలా ఎన్నో రికార్డుల పరంపరలు, మధురస్మృతులను క్రికెట్ అభిమానులకు అందించిన భారత జట్టు విజయం చిరస్మరణీయం.

అహ్మదాబాద్ స్టేడియంలో పరుగులను రాబట్టడం కష్టమే అయినా, 255 పరుగుఉల కొట్టి, పటిష్టమైన న్యూజిలాండ్ జట్టును ధీకొటటిన తీరు యువ క్రికెటర్లకు స్ఫూర్తాదాయకం. క్రికెట్ అభిమానలకు విమెన్స్ డే ఆదివారం పండ గనింపింది. రెండేళ్ల క్రితం టీ20 ప్రపంచకప్ గెలిచిన టీమిండియాలోని రోహిత్ శర్మ, విరాట్ కోహ్లీ, రవీంద్ర జడేజాలాంటి కీలక ఆటగాళ్లు ఇప్పుడు జట్టులో లేరు. అయినా, ఆ సీనియర్లు లేరన్న లోటు లేకుండా యువ క్రికెటర్లు అద్భుతంగా రాణించారు. ఇదే టీమిండియా బలం అని నిరూపించారు. కొత్త రక్తం వస్తూనే ఉంటుందని నిఊపించారు. టీమిండియా ఈసారి టోర్నీ ఆసాంతం అద్భుమైన ప్రదర్శనతో ఆకట్టుకుంది. టోర్నమెంట్ మొత్తంగా సూపర్-8 దశలో దక్షిణాఫ్రికాతో పరాజయం మినహా అన్ని మ్యాచుల్లోనూ విజయదుందుభి మోగించి సత్తా చాటుకుంది. మూడుసార్లు 250కి పైగా స్కోర్లు నమోదు చేయడం మన జట్టు యువ బ్యాటర్ల సత్తాకు నిదర్శనం. ఛేదన అయినా, లక్ష్యాన్ని నిర్దేశించడంలో అయినా జట్టు రాటుదేలిందనే చెప్పాలి. ఇలాగే కొనసాగితే రేపు జరిగే అనేక పోటీల్లో విజయం మనదే అవుతుంది. ఈ చిరస్మరణీయ గెలుపులో ఆటగాళ్ల పట్టుదల, ప్రతిభకు తోడు కోచ్ గౌతమ్ గంభీర్ పాత్ర ఎనలేనిది.

హామీ మేరకు అంగన్‌వాడీలను ఆదుకోవాలి

- **జీతాలు పెంచి వెంటనే అమలు చేయాలి**
- **అంగన్‌వాడీ ప్రతినిధుల డిమాండ్**

విజయవాడ, మార్చి10(మెట్రో ఉదయం): ఇటీవల అంగన్‌వాడీ ఉద్యోగులు మరోమారు కదం తొక్కారు. వేతనాలు పెంచాలని డిమాండ్ చేశారు. అయితే వారి సమస్యలు పరిష్కరిస్తామని మంత్రి గుమ్మడి సంధ్యారాణి ప్రకటించారు. నిజానికి వేతనాలు పెంచుతామని, వారి సమస్యలు పరిష్కరిస్తామని ప్రతిపక్షంలో ఉండగా టిడిపి హామీలు గుప్పించింది. కానీ కూటమి అధికారంలోకి వచ్చాక నిర్బంధం విధించడం దారుణం. శాంతియుతంగా మహా ధర్నా నిర్వహించి, శిబిరంలోనే నిద్రిస్తున్న వెయ్యిమందికిపైగా మహిళల పట్ల అమానుషంగా వ్యవహరించింది. పిన్నులతో గుచ్చడం, తాళ్లు వేసి, ముసుగుగుడ్డ కప్పి బలవంతంగా వ్యానుల్లో కుక్కడం, బ్యాగులు, సెల్‌ఫోన్లు సైతం తీసుకోనీయకపోవడం, అరెస్టు చేసి వంద కిలోమీటర్లకు పైగా దూరంలోని ప్రాంతాలకు తరలించడం చూశాం. దీనిపై సిఎం చంద్రబాబు ఎక్కడా కనీసం విచారం ప్రకటించలేదు. అంగన్‌వాడీ ఉద్యోగుల నియామకంలో కాంట్రాక్టర్లు, ఏజెంట్లు వంటి మధ్యవర్తులెవరూ ఉండరు. సుప్రీంకోర్టు తీర్పు ప్రకారం రెగ్యులర్ ఉద్యోగుల్లో చిట్టచివర ఉన్న వారికి చెల్లించే కనీస వేతనం, డిఎ, ఇతర అలవెన్సులు కలిపి రూ.26 వేలు ఇవ్వాలి. కార్మికులకు పిఎఫ్, ఇఎస్ఐ, పెన్షన్ అమలు చేయడం ప్రభుత్వ బాధ్యత. ఇవేవీ వారికి అమలు చేయడం లేదు. తెలంగాణ ప్రభుత్వం ఇచ్చే వేతనం కంటే వెయ్యి రూపాయలు అదనంగా ఇస్తామని నాటి జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి ప్రభుత్వం మాటమార్చి, అంగన్‌వాడీ ఉద్యమంపై ఎస్మా ప్రయోగించి అప్రతిష్ట పాలైంది. 42 రోజుల సమ్మె అనంతరం సమస్యలపై ఒప్పందం చేసుకుంది. నాటి ఉద్యమానికి మద్దతు ప్రకటించి, మెరుగైన వేతనాలిస్తామని ఊరూవాడా శిబిరాల్లో ప్రకటించిన టిడిపి కూటమి నేతలు ఇప్పటికైనా మాట నిలబెట్టుకోవాలి. చట్టసభా వేదికగా మంత్రి ఇచ్చిన హామీలను అమలు చేయాలని కోరుతున్నారు. 2024 జూన్ నుంచి వేతనం పెంచుతామని గత ప్రభుత్వం చేసుకున్న ఒప్పందాన్ని సైతం కూటమి ప్రభుత్వం అమలు చేయలేదు. తెలంగాణలో రూ.2,150 అధిక వేతనం ఇస్తున్నారు. మరో రూ.5 వేలు పెంచుతామని ఆ రాష్ట్ర మంత్రి ప్రకటించారు. చాలా రాష్ట్రాల్లో్ర ప్రభుత్వ ఉద్యోగులుగా గుర్తించారు. ఏడేళ్లుగా వేతనాలు పెరగకపోవడం, ధరలు విపరీతంగా పెరగడంతో జీవనం దుర్భరంగా మారడం, అధికారంలోకి వచ్చి 22 నెలలైన తరువాత కూడా సర్కారులో చలనం లేకపోవడం వల్లే మహాధర్నాకు దిగామరి అంగన్‌వాడీలు అన్నారు. పిల్లలకు, బాలింతలకు, గర్భిణులకు పౌష్టికాహారాన్ని అందించడం, చిన్నారులకు ప్రీప్రైమరీ విద్యను అందించడం, ప్రభుత్వ పథకాలన్నీ క్షేత్రస్థాయిలో అమలు చేస్తున్న అంగన్‌వాడీలను నిర్లక్ష్యం చేయడం తగదు. ఉమ్మడి ఎపిలో గుర్రాలతో తొక్కించి అప్రతిష్టను మూటగట్టుకున్న గత అనుభవాన్ని టిడిపి కూటమి ప్రభుత్వం మరచిపోరాదు. కార్మికులను, కష్టజీవులను అణచివేయాలని చూస్తే ఉద్యమాలు ఎగసిపడతాయన్నది గుర్తించాలని అంగన్‌వాడీ ప్రతినిధులు అన్నారు.

తిరుపతిలో భారీగా గంజాయి పట్టివేత

20 కిలో గంజాయితో ..నలుగురు వ్యక్తుల అరెస్ట్

తిరుపతి,మార్చి10(ఆర్ఎన్ఎ): తిరుపతిలో భారీగా గంజాయి పట్టుబడింది. కృష్ణా జిల్లా నుంచి నగరి నియోజకవర్గంలోని ఓజి కుప్పంకు అక్రమంగా తరలిస్తున్న గంజాయిని పోలీసులు స్వాధీనం చేసుకున్నారు. గంజాయిని తరలిస్తున్నట్లు పక్కా సమాచారంతో వడమాలపేట పోలీసులు తనిఖీలు నిర్వహించి దాదాపు 20 కేజీల గంజాయిని పట్టుకున్నారు. ఈ కేసులో నలుగురు నిందితులను పోలీసులు అదుపులోకి తీసుకున్నారు. వీరిలో కృష్ణా జిల్లాకు చెందిన కృష్ణారావు, భవాని.. నగరిలోని ఓజికుప్పం ప్రాంతానికి చెందిన శాంసన్, ఊర్విల్ ఉన్నారు. పోలీసులు వీరిపై కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేపట్టారు. ఇటీవలి కాలంలో తిరుపతి, అన్నమయ్య జిల్లాల్లో తరచుగా గంజాయి పట్టుబడటం కలకలం రేపుతోంది. మదనపల్లి ప్రాంతంలో 179 కేజీలు పట్టుబడగా.. మరికొన్ని ప్రాంతాల్లో చిన్న, పెద్ద మొత్తాల్లో గంజాయిని పోలీసులు స్వాధీనం చేసుకున్నారు. గంజాయి రవాణా, విక్రయాలపై పోలీసులు హెచ్చరికలు జారీ చేస్తున్నారు. ఇలాంటి అక్రమ కార్యకలాపాలకు పాల్పడితే కఠిన చర్యలు తప్పవని పోలీసులు హెచ్చరించారు.

న్యాయవ్యవస్థ అవినీతి పాఠ్యాంశం తొలగించాం

- **పుస్తకాన్ని అందుబాటులో లేకుండా చేశాం**
- **సుప్రీం కోర్టుకు ఎన్‌సిఇఆర్‌టి బహిరంగ క్షమాపణలు**

న్యూఢిల్లీ, మార్చి10(మెట్రో ఉదయం): 8వ తరగతి సోషల్ పాఠ్యపుస్తకంలో వివాదాస్పద అధ్యాయంపై 'నేషనల్ కౌన్సిల్ ఆఫ్ ఎడ్యుకేషనల్ రీసెర్చ్ అండ్ ట్రైనింగ్ ఎన్‌సిఇఆర్‌టి మంగళవారం సుప్రీంకోర్టుకి బహిరంగ క్షమాపణలు తెలిపింది. న్యాయవ్యవస్థలో 'అవినీతి'గురించి పాఠ్యపుస్తకంలో ప్రస్తావించడంపై సుప్రీంకోర్టు రెండు వారాల క్రితం ఎన్‌సిఇఆర్‌టిని మందలించిన సంగతి తెలిసిందే. ఈ అధ్యాయంపై సుమోటోగా కేసు నమోదు చేసిన సుప్రీంకోర్టు.. పాఠ్యపుస్తకాన్ని ఉపసంహరించుకోవాలని ఆదేశించింది. దీంతో ఎన్‌సిఇఆర్‌టి మంగళవారం ఒక ప్రకటన విడుదల చేసింది. ఎన్‌సిఇఆర్‌టి డైరెక్టర్ , సభ్యులు పుస్తకంలో ప్రకటించిన అద్యాయానికి బేషరతుగా, తగిన అర్హతతో కూడిన క్షమాపణలు చెబుతున్నాం. మొత్తం పుస్తకం ఉపసంహ రించబడింది. అందుబాటులో లేదని పేర్కొంది. ఈ కారణంగా కలిగిన అసౌకర్యానికి చింతిస్తున్నాం. సభ్యుల అవగాహనకు అభినందిస్తున్నాం అని పేర్కొంది. విద్యా సమాచారంలో ఖచ్చితత్వం, సున్నితత్వం మరియు బాధ్యతతో కూడిన అత్యున్నత ప్రమాణాలను నిర్వహించడానికి ఎన్‌సిఇఆర్‌టి కట్టుబడి ఉందని పేర్కొంది. వివరాల్లోకి వెళితే.. జాతీయ విద్యా పరిశోధన శిక్షణ మండలి ఎన్‌సీఈఆర్‌టీ 8వ తరగతి సాంఘిక శాస్త్రం పాఠ్యపుస్తకంలో 'న్యాయవ్యవస్థలో అవినీతి'ని పాఠ్యాంశంగా చేర్చటం దేశ వ్యాప్తంగా తీవ్ర చర్చకు దారి తీసిన సంగతి తెలిసిందే. ఆ పుస్తకంపై దేశ అత్యున్నత న్యాయ స్థానం సుప్రీంకోర్టు బ్లాంకెట్ బ్యాన్ విధించిన రెండు వారాల తర్వాత ఈ వివాదంపై ఎన్‌సీఈఆర్‌టీ స్పందించింది. సోమవారం బహిరంగ క్షమాపణలు చెప్పింది. పుస్తకం మొత్తాన్ని ఉపసంహరించుకున్నామని వెల్లడించింది. ఈ మేరకు ఓ ప్రకటన విడుదల చేసింది. ప్రస్తుతం ఆ పుస్తకాన్ని పూర్తిగా ఉపసంహరించుకోవడం జరిగింది. అది ఇప్పుడు అందుబాటులో లేదు' అని స్పష్టం చేసింది. పాఠ్యాంశంపై సుప్రీంకోర్టు తీవ్ర ఆగ్రహం వ్యక్తంచేసింది. ఆ పాఠ్యాంశాన్ని న్యాయ వ్యవస్థపై ప్రణాళికాబద్ధమైన, లోతైన దాడిగా ప్రధాన న్యాయమూర్తి జస్టిస్ సూర్యకాంత్ అభివర్ణించారు. న్యాయవ్యవస్థ ప్రతిష్ఠను దెబ్బతీసేందుకు ఈ భూమ్మీద ఎవరినీ అనుమతించ నని తేల్చి చెప్పారు. బుక్‌పై నిషేధం విధించారు. అన్ని కాపీలను సీజ్ చేయాలని అధికారులను ఆదేశించారు. అంతేకాదు.. ఆన్‌లైన్ ద్వారా పుస్తకం మొత్తం లేదా దాని భాగాలను షేర్ చేయటంపై కూడా చీఫ్ జస్టిస్ నిషేధం విధించారు. ఈ మేరకు కేంద్ర ప్రభుత్వానికి, ఎన్‌సీఈఆర్‌టీ ఛైర్మన్‌కు నోటీసులు జారీ చేశారు.

ఇరాన్ యుద్ధ ప్రభావంతో ధరల మోత

- **గ్యాస్ ధరలు పెరగడంతో పెట్రో ధరలపై ఆందోళన**
- **ఇప్పటికిప్పుడు ప్రమాదం లేదని వెల్లడించిన కేంద్రం**

న్యూఢిల్లీ,మార్చి10(మెట్రో ఉదయం): పశ్చిమాసియాలో ఉద్రిక్తతలు మనదేశ నిత్యావసరాలపై తీవ్ర ప్రభావం చూపించబోతున్నట్టు వార్తలు వస్తున్నాయి. ముఖ్యంగా పెట్రోల్, గ్యాస్, ఎరువుల దిగుమతులకు ఆటంకం ఏర్పడడంతో, అతి త్వరలోనే వీటి నిల్వలు నిండుకుంటాయని భయాందోళనలు వ్యక్తమవుతు న్నాయి. ఇదే సంర్భంలో గ్యాస్ ధరలు పెరిగాయి. అలాగే పెట్రో ధరలు పెరుగాయని అంటున్నారు. వీటి ప్రభావంతో నిత్యాసవరాలు కూడా పెరగక తప్పేలా లేదు. ఈ నేపథ్యంలో కేంద్రం స్పందించింది. ముఖ్యంగా పెట్రోల్ ధరలు పెరుగుతాయనే వార్తలను ఖండించింది. కొంతపాలం పాటు నష్టాలను చమురు కంపెనీలు భరిస్తాయని వెల్లడించింది. రాబోయే 6 నుంచి 8 వారాల వరకు ముడి చమురు, శుద్ధి చేసిన పెట్రోల్ నిల్వలు ఉన్నాయని కేంద్రం వెల్లడించింది. అలాగే ఎల్పీజీ సిలిండర్ల నిల్వలు కూడా ప్రస్తుతానికి సరిపోతాయని పేర్కొంది. అయితే గ్యాస్ సిలిండర్ల బుకింగ్ వ్యవధిని 25 రోజులకు పెంచుతూ నిర్ణయం తీసుకుంది. ఇంతకు ముందు ఈ వ్యవధి 21 రోజులు ఉండేది. మనదేశంలో సగటున ఒక కుటుంబం ఏడాదికి 7 నుంచి 8 సిలిండర్లను మాత్రమే వినియోగిస్తున్నట్టు కేంద్రం పేర్కొంది. లాగే రాబోయే ఖరీఫ్ సీజన్‌కు సరిపడా ఎరువులు కూడా అందుబాటులో ఉన్నాయని ఫెర్టిలైజర్ అసోసియేషన్ ఆఫ్ ఇండియా వెల్లడించింది (ఈ।సబిత్తి÷తిళ।స ÷ఔసతిఇ।బ ఎనిటతిజీ). అయితే ప్రస్తుత భౌగోళిక ఉద్రిక్తతలు, గ్యాస్ సరఫరాలో కోత యూరియా ఉత్పత్తులపై ప్రభావం చూపించే ప్రమాదం ఉందని ఆందోళన వ్యక్తం చేసింది. ప్రస్తుతం 177.31 లక్షల టన్నుల ఎరువులు నిల్వలున్నట్టు తెలిపింది. వాటిల్లో 59.30 లక్షల టన్నుల యూరియా, 25.13 లక్షల టన్నుల డీఏపీ, 55.87 లక్షల టన్నుల ఎన్‌పీకేఎస్ నిల్వలున్నాయని పేర్కొంది.

పిఠాపురంలో జనసేన ఆవిర్భావ వేడుకలు రద్దు

- **ఉమ్మడి జిల్లా, నగరం, మండల, పంచాయితీల్లోనే నిర్వహణ**
- **మార్పులను ప్రకటించిన జనసేనాని పవన్ కళ్యాణ్**

అమరావతి,మార్చి10 జనసేన పార్టీ ఆవిర్భావ దినోత్సవ వేడుకల్లో మార్పులు చేపట్టినట్లు పార్టీ అధినేత, ఏపీ డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కళ్యాణ్ ప్రకటించారు. ఈ నెల 14వ తేదీన పిఠాపురంలో జరగప తలపెట్టిన రాష్ట్రస్థాయి కార్యక్రమాన్ని రద్దు చేస్తున్నట్లు ప్రకటించారు. ఎండల తీవ్రత కారణంగా పిఠాపురం ఆవిర్భావ సభను రద్దు చేస్తూ నిర్ణయం తీసుకున్నట్లు పవన్ కళ్యాణ్ వివరించారు. ఈసారి ఆవిర్భావ దినోత్సవ వేడుకలను ఉమ్మడి జిల్లా, నగరం, మండల కేంద్రం, పంచాయతీల్లో ఘనంగా నిర్వహించాలని పవన్ కళ్యాణ్ పిలుపునిచ్చారు. మార్చి 14 జనసైనికులకు, వీర మహిళలకు, పార్టీ నాయకులకు పండగ లాంటి రోజని ఈ సందర్భంగా డిప్యూటీ సీఎం అన్నారు. పార్టీ పతాక ఆవిష్కరణ కార్యక్రమాన్ని జనసైనికులు, వీర మహిళలు, నాయకులు, ఉద్యమ సభ్యత్వం పొందినవారి సమక్షంలో ఎగురవేయాలని సూచించారు. పార్టీ సైద్ధాంతిక బలం, రాష్ట్ర అభివృద్ధికి కట్టుబడి ఏ విధంగా ముందుకు వెళ్తుందో పార్టీ శ్రేణులకు, ప్రజలకు వివరించాలన్నారు. ఆవిర్భావ దినోత్సవం సందర్భంగా సేవా కార్యక్రమాలు చేపట్టాలని జనసేన అధినేత పిలుపునిచ్చారు. రక్తదాన శిబిరాలు, ఆహార వితరణ, పర్యావరణ సంబంధిత కార్యక్రమాలు నిర్వహించాలని పవన్ సూచించారు. ఎండల తీవ్రత నేపథ్యంలో రాష్ట్ర స్థాయి కార్యక్రమాన్ని మార్చినట్లు జనసేన అధినేత తెలిపారు. ఈ దఫా జనసేన పార్టీ ఆవిర్భావ వేడుకలను రాష్ట్ర స్థాయిలో పిఠాపురంలో నిర్వహించాలని తొలుత నిర్ణయించామని.. వాతావరణ పరిస్థితులు ప్రతికూలంగా ఉంటాయనే రిపోర్టులను పరిగణనలోకి తీసుకుని.. అందుకు అనుగుణంగా వేడుకల నిర్వహణ స్వరూపాన్ని మార్చామని వివరించారు.

రాత్రిపూట సరిగ్గా నిద్ర పట్టడం లేదా.. వీటిని తింటే మేలు చేస్తాయి..

ప్రస్తుత కాలంలో సహజంగా నిద్రపోవడం చాలా కష్టతరంగా మారిందని చెప్పవచ్చు. ఒత్తిడి, ఫోన్ లను ఎక్కువగా ఉపయోగించడం, శరీరానికి తగినంత శ్రమ లేకపోవడం వంటి కారణాల వల్ల నిద్రలేమి సమస్యతో బాధపడుతున్నారని చెప్పవచ్చు. అయితే వీటితో పాటు మధ్యాహ్నం తీసుకునే ఆహారం కూడా రాత్రిపూట నిద్రపై ప్రభావాన్ని చూపిస్తుందని వైద్యులు చెబుతున్నారు. మధ్యాహ్నం సమయంలో కొన్ని ఆహారాలను సరైన పద్ధతిలో తీసుకోవడం వల్ల శరీరం సహజ నిద్రా విధానాలకు ఇవి మద్దతు ఇస్తాయని వైద్యులు చెబుతున్నారు. వీటిని తీసుకోవడం వల్ల నిద్ర నాణ్యత కూడా పెరుగుతుందని వారు తెలియజేస్తున్నారు. రాత్రి నిద్రకు సహాయం చేసే కొన్ని రకాల సూపర్ ఫుడ్స్ గురించి ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.

బాదంపప్పు, అరటి పండ్లు..

గాఢ నిద్ర కోసం తీసుకోదగిన వాటిల్లో బాదంపప్పు ఒకటి. దీనిలో మెగ్నీషియం పుష్కలంగా ఉంటుంది. ఇది మెరుగైన నిద్రకు, విశ్రాంతికి తోడ్పడే ఖనిజం. సాయంత్రం 5 నుండి 7 గంటల సమయంలో నానబెట్టి తొక్క తీసిన బాదంపప్పును తీసుకోవాలి. ఇలా తీసుకోవడం వల్ల రాత్రి సమయంలో మేల్కొనడం తగ్గడంతో పాటు నాణ్యమైన నిద్రను సొంతం చేసుకోవచ్చు. అరటిపండ్లు కూడా నిద్రపోవడానికి సహాయం చేస్తాయని చెప్పవచ్చు. అరటిపండ్లల్లో పొటాషియం, మెగ్నీషియం, ట్రిప్టోఫాన్ వంటి పోషకాలు కలిసి ఉంటాయి. అరటిపండును తీసుకోవడం వల్ల నిద్ర చక్రాలను నియంత్రించే మెలటోనిన్ హార్మోన్ ఎక్కువగా ఉత్పత్తి అవుతుంది. భోజనం తరువాత లేదా రాత్రి భోజనం తరువాత అరటిపండును తీసుకోవడం వల్ల తగినంత విశ్రాంతిని పొందవచ్చు. ఇక నిద్రపోయే ముందు గోరు వెచ్చని పాలల్లో పసుపు కలిపి తీసుకోవడం వల్ల సహజంగా ప్రశాంతమైన నిద్రను సొంతం చేసుకోవచ్చు. ఇందులో చిటికెడు జాజికాయ పొడిని కలిపి తీసుకోవడం వల్ల తక్కువ నిద్ర ఉన్న వారికి ప్రయోజనకరంగా ఉంటుంది.

చెర్రీలు..

అదే విధంగా నిద్రకు ఉపయోగపడే మరో ఆహారం చెర్రీలు. ఇవి శరీరాన్ని చల్లబరిచే శక్తిని కలిగి ఉంటాయి. నిద్రకు భంగం కలిగించే అసమతుల్యతలను తగ్గించడంలో ఇవి సహాయపడతాయి. వీటిని తీసుకోవడం వల్ల మెలటోనిన్ ఉత్పత్తి పెరుగుతుంది. సాయంత్రం సమయంలో తాజా చెర్రీపండ్లను తీసుకోవడం వల్ల రాత్రి సమయంలో సహజంగా నిద్ర వస్తుందని వైద్యులు తెలియజేస్తున్నారు. ఇటువంటి ఆహారాలను తీసుకుంటూనే జీవనశైలిలో మార్పులు కూడా చేసుకోవాలి. రాత్రిపూట స్క్రీన్ వాడకాన్ని తగ్గించడం, కెఫిన్ ను తక్కువగా తీసుకోవడం, రాత్రి సమయంలో ఆలస్యంగా భారీ భోజనాలు చేయడాన్ని తగ్గించడం, ఒత్తిడిని అదుపులో ఉంచుకోవడం వంటి వాటిని పాటించడం వల్ల సహజంగా నిద్రను సొంతం చేసుకోవచ్చు. అలాగే ఒకే సమయానికి నిద్రించడం, మేల్కొవడం వంటి వాటిని అలవాటు చేసుకోవాలి. ఇలా తగిన ఆహారాన్ని తీసుకుంటూ, చక్కటి జీవనశైలిని పాటించడం వల్ల నిద్ర సమస్యల నుండి సహజంగా బయటపడవచ్చని వైద్యులు సూచిస్తున్నారు.

ఎండా కాలంలో ఈ తప్పులు చేస్తే.. ముప్పు తప్పదు

వేసవి కాలం వచ్చేసింది.. రోజు రోజుకీ ఉష్ణోగ్రతలు పెరిగి పోతున్నాయి. ఉదయం 7 గంటల నుంచే సూర్యుడి ప్రతాపం మొదలవుతోంది. ఉదయం 9 గంటలు దాటిన తర్వాత బయట కొద్ది దూరం నడిస్తే చాలు.. చెమటతో తడిసి ముద్దవుతున్నారు. వేసవి కాలంలో ఆరోగ్యం విషయంలో ఏమాత్రం అజాగ్రత్తగా వ్యవహరించినా తీవ్ర ప్రభావం పడుతుందని వైద్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. చాలా మంది తెలియకుండా చేసే చిన్న చిన్న తప్పులే ముప్పవుతాయి. అందుకే వేసవి కాలంలో తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తల గురించి తెలుసుకుందాం.

1. మంచినీరు:

ఎండా కాలంలో నీళ్లకు మించిన ఔషధం ఏదీ లేదని అంటారు. వీలైనంత వరకు బాడీ హైడ్రేటెడ్‌గా ఉంచుకోవాలంటే ఎక్కువ నీరు తాగాలి. కనీసం రోజుకు 4 లీటర్లు మంచినీరు తాగాలని వైద్యులు సూచిస్తున్నారు. వేసవి కాలంలో దాహం వేసినా వేయకపోయినా గంటకోసారి గ్లాసు నీళ్లు తాగడం అలవాటు చేసుకోవాలి. బయటకు వెళ్లినప్పుడు తప్పకుండా వాటర్ బాటిల్ వెంట తీసుకెళ్లాలి.

2. చలువ పదార్థాలు:

వేసవి కాలంలో సబ్జా, బార్లీ గింజలు నీటిలో కలుపుకుని తాగితే శరీరానికి చల్లదనాన్ని అందిస్తాయి. రాగి అంబలి, నిమ్మ రసం, మజ్జిగ, కొబ్బరి నీళ్లు, చెరకు రసం వంటివి రోజుకు కనీసం 2-3 సార్లు తీసుకోవాలి. ఇవి శరీరానికి అవసరమైన ఎలక్ట్రోలైట్లను అందిస్తాయి. బయట ఎండలో తిరిగి రాగానే ఐస్ కోల్డ్ వాటర్ లేదా ఫ్రిజ్ నీళ్లు తాగకూడదు. దీనివల్ల శరీర ఉష్ణోగ్రతలో మార్పు వస్తుంది.

3. ఆహారపు అలవాట్లు:

ఎండలో మసాలాలు ఎక్కువగా ఉండే ఆహారం, వేపుళ్లు, కెఫిన్(కాఫీ, టీ) ఎక్కువగా తీసుకోవడం మానుకుంటే చాలా మంచిది. సొరకాయ, బీరకాయ, పొట్లకాయ, దోసకాయ, కీరా వంటి నీటి శాతం అధికంగా ఉండే కూరగాయలు భోజనంలో చేర్చుకోవాలి. మధ్యాహ్నం భోజనంలో సాధ్యమైనంత వరకు పెరుగు లేదా మజ్జిగ తీసుకోవడం వల్ల జీర్ణక్రియ మెరుగుపడుతుంది. కడుపులో చల్లగా ఉంటుంది.

4. కళ్ల రక్షణ:

బయటకు వెళ్లేటప్పుడు తప్పనిసరిగా సన్‌గ్లాసెస్ ధరించాలి. కళ్లు అలసిపోయినట్లు అనిపిస్తే, చల్లటి నీటితో కళ్లను కడుక్కోవాలి. కీరా ముక్కలు కళ్లపై కొద్దిసేపు ఉంచుకుంటే రిలీఫ్‌గా ఉంటుంది. శరీరానికి వదులుగా ఉండే దుస్తులు ధరించాలి.

5. ఎండలో వ్యాయామం వద్దు:

ఎండ తీవ్రత ఎక్కువగా ఉన్నప్పుడు(ఉదయం 8 గంటల తర్వాత) ఆరుబయట వ్యాయామం చేయకూడదు. సాధ్యమైనంత వరకు తెల్లవారుజామున లేదా సాయంత్రం వేళల్లోనే వాకింగ్ లేదా వ్యాయామం చేయాలి. వేడి ఎక్కువగా ఉన్నప్పుడు బయట వ్యాయామం చేస్తే ఆరోగ్యం దెబ్బతింటుంది.

ఈ చిన్న టెస్టు చేస్తే మీరు కొన్న బెల్లంలో కల్తీ జరిగిందా, లేదా సులభంగా తెలుసుకోవచ్చు..!

చాలా మంది ఇండ్లల్లో ఎక్కువగా ఉపయోగించే పదార్థాల్లో బెల్లం కూడా ఒకటి. తీపి పదార్థాల తయారీలో, ఆయుర్వేద పానీయాల తయారీలో దీనిని ఎక్కువగా ఉపయోగిస్తూ ఉంటారు. బెల్లాన్ని తీసుకోవడం వల్ల జీర్ణక్రియ మెరుగుపడుతుంది. శరీరానికి కావల్సిన శక్తి లభిస్తుంది. శరీరంలో రోగనిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. చాలా మంది చక్కెరకు బదులుగా బెల్లాన్ని ఉపయోగిస్తూ ఉంటారు. దీంతో దీని వాడకం ఎక్కువయ్యిందని చెప్పవచ్చు. బెల్లం వాడకం ఎక్కువవడం వల్ల బెల్లం కల్తీ సమస్య కూడా పెరుగుతోంది. బెల్లం తయారీలో చక్కెర పొడి, చాక్ పొడి, బేకింగ్ సోడా వంటి వాటిని ఉపయోగిస్తున్నారు. దీని వల్ల బెల్లం మంచి రంగులో కనిపించడంతో పాటు మృదువుగా, బరువుగా ఉంటుంది.

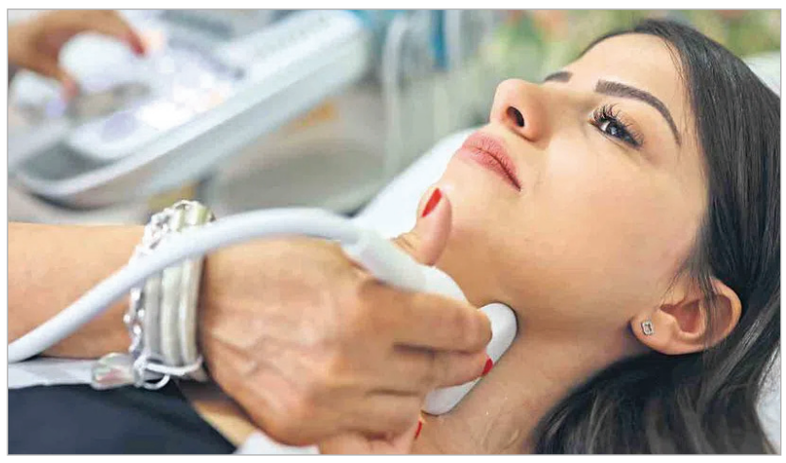
టెస్టు ఇలా చేయాలి..

బేకింగ్ సోడా వంటి పదార్థాలు వెంటనే బయటకు కనిపించకపోయినా బెల్లం నాణ్యత, సహజ గుణాలు తగ్గిపోతాయి. ఇటువంటి కల్తీ బెల్లాన్ని వాడడం వల్ల జీర్ణక్రియపై చెడు ప్రభావం ఉంటుంది. పోషక విలువలు తగ్గుతాయి. బెల్లం వల్ల కలిగే ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు తగ్గుతాయి. అయితే ఒక చిన్న ఇంటి పరీక్షను ఉపయోగించి బెల్లం నాణ్యతను, బెల్లంలో బేకింగ్ సోడా ఉందా లేదా అనే విషయాన్ని సులభంగా తెలుసుకోవచ్చు. ఈ పరీక్ష చేయడానికి గాను ముందుగా కొద్దిగా బెల్లాన్ని తీసుకుని మెత్తగా చేయాలి. దాదాపు పావు టీ స్పూన్ బెల్లాన్ని ఒక చిన్న గ్లాస్ లో తీసుకోవాలి. తరువాత ఇందులో 3 ఎమ్ఎల్ హైడ్రోక్లోరిక్ యాసిడ్ వేయాలి. తరువాత జరిగే ప్రతిచర్యను గమనించాలి. బుడగలు రాకపోతే బెల్లం స్వచ్ఛమైనది అని అర్థం. ఒకవేళ బుడగలు వస్తే బెల్లం కల్తీది అని అర్థం.

FSSAI లైసెన్స్ నంబర్ ముఖ్యం..

బెల్లంలో సోడియం బైకార్బోనేట్(బేకింగ్ సోడా) ఉంటే అది హైడ్రోక్లోరిక్ యాసిడ్ తో కలిసి ప్రతిచర్యగా కార్బన్ డై యాక్సైడ్ ను విడుదల చేస్తుంది. ఈ గ్యాస్ కారణంగా బుడగలు ఏర్పడతాయి. ఇది బెల్లం కల్తీని తెలియజేస్తుంది. ఈ చిన్న పరీక్ష ద్వారా బెల్లం నాణ్యతను తెలుసుకోవచ్చు. కల్తీ బెల్లాన్ని వాడడం వల్ల ఆరోగ్యానికి హాని కలుగుతుంది. కనుక బెల్లం కొనే ముందు కొన్ని సూచనలను పాటించాలి. బెల్లం ప్యాకెట్ పై FSSAI లైసెన్స్ నంబర్ ఉందో లేదో చూసుకోవాలి. చాలా ప్రకాశవంతంగా, మెరిసే బెల్లాన్ని కొనకూడదు. నమ్మకమైన బ్రాండ్స్ లేదా విక్రేతల ద్వారా వద్ద మాత్రమే కొనుగోలు చేయాలి. కొద్దిగా గోధుమరంగు లేదా గాఢ రంగు బెల్లం తీసుకోవడం మంచిది. అలాగే తక్కువ ధరకు లభిస్తుంది కదా అని బెల్లాన్ని కొనకూడదు. తక్కువ ధరకు లభించే బెల్లాన్ని జాగ్రత్తగా చూసి కొనాలి. ఇక బెల్లంలో కల్తీ ఉందని అనిపిస్తే FSSAI ఆన్‌లైన్ కంప్లైంట్ పోర్టల్ ద్వారా, FSSAIమొబైల్ యాప్ ద్వారా లేదా స్థానిక ఫుడ్ సేఫ్టీ విభాగానికి ఫిర్యాదు చేయవచ్చు. కల్తీ ఉన్న బెల్లాన్ని కొనుగోలు చేసి తీసుకోవడం వల్ల ఆరోగ్యానికి బదులుగా అనారోగ్యానికి గురి కావాల్సి వస్తుంది. కనుక బెల్లం కొనుగోలు చేసేటప్పుడు జాగ్రత్త వహించడం చాలా అవసరం.

థైరాయిడ్ చిక్కులకు.. రోబోటిక్ పరిష్కరం



జీవక్రియలు, హృదయ స్పందనను థైరాయిడ్ హార్మోన్ నియంత్రిస్తుంది. థైరాయిడ్ గ్రంథికి జబ్బు చేస్తే.. మనిషి మనిషిలా ఉండడు. ఆహారం, అలవాట్లు, జీవనశైలి వల్ల థైరాయిడ్ సమస్యలు పెరుగుతున్నాయి. ఆ థైరాయిడ్‌ని కణితులు కప్పేస్తున్నాయి. వాటి తొలగింపు ఒకప్పుడు ప్రహసనం మాత్రమే కాదు ప్రమాదంగానూ ఉండేది. థైరాయిడ్ గ్రంథిలో కణితుల తొలగింపు చికిత్సలో రోబోటిక్ సర్జరీలు మెరుగైన ఫలితాలు ఇస్తున్నాయి. రోబోటిక్ సర్జరీలో థైరాయిడ్ కణితులను ఎలా తొలగిస్తారు? ఓపెన్ సర్జరీతో పోలిస్తే రోబోటిక్ సర్జరీ వల్ల కలిగే ప్రయోజనాలేమిటో నేటి ఊపిరిలో తెలుసుకుందాం. ఒకప్పుడు ఓపెన్ సర్జరీ కోసం రోగి శరీరంపై పెద్ద పరిమాణంలో కోత పెట్టాల్సి వచ్చేది. అందువల్ల రక్తస్రావం అధికంగా జరిగేది. శరీరంపై పెద్ద గాయం చేయాల్సి వచ్చేది. అంతర అవయవాల్లోనూ గాయం అయ్యేది. ఈ విధానంలో నొప్పి కూడా ఎక్కువే. గాటు పెట్టిన చోట కుట్లు వేసి మూసివేయాల్సి ఉంటుంది. ఆ కుట్లు ఆరడానికి కొంత కాలం పట్టేది. రోగి కోలుకునేదాక దవాఖానలో ఉండాల్సి వచ్చేది. సర్జరీ కోసం చేసిన గాయం కొందరిలో ఇన్‌ఫెక్షన్‌కు దారితీసేది. ఇది కూడా ప్రమాదకరమైనదే. రోగం నయమైనా గాయం మానడానికి కొంతకాలం పట్టేది. సుదీర్ఘమైన విధానం కావడం వల్ల రోగి కోలుకోవడానికి చాలాకాలం పడుతుంది. వైద్యరంగంలో ఆధునిక సాంకేతికత వేగంగా అభివృద్ధి చెందడం వల్ల శస్త్రచికిత్సా పద్ధతుల్లోనూ పెను మార్పులు వచ్చాయి. ఓపెన్ సర్జరీకి ప్రత్యామ్నాయంగా ల్యాపరోస్కోపిక్ సర్జరీ వచ్చింది. ల్యాపరోస్కోపిక్ పద్ధతిలో శరీరంపై పెద్ద పరిమాణంలో కోత పెట్టాల్సిన అవసరం తప్పింది. చిన్న రంధ్రాలు చేసి, వాటి ద్వారా శరీరంలోపల రోగం బారినపడిన అవయవానికి సర్జరీ చేస్తారు. ఈ ల్యాపరోస్కోపిక్ పద్ధతిలో ఓపెన్ సర్జరీలో చేసినట్టుగా చేతివేళ్లతో సులభంగా సర్జరీ చేయలేరు. ల్యాపరోస్కోపి పరికరాలకు చేతివేళ్లకు ఉన్న సౌలభ్యం ఉండదు. కాబట్టి అన్ని రకాల శస్త్రచికిత్సలను ల్యాపరోస్కోపిక్ పద్ధతిలో చేయడం సాధ్యం కావట్లేదు. ఇరుకుగా, సున్నితమైన అవయవాలు, శరీర భాగాల్లో (గొంతు, ఛాతీలోపల, ఊపిరితిత్తులు, గుండె పక్కన) సమస్య ఉంటే ల్యాపరోస్కోపిక్ సర్జరీ చేయడం కష్టం. కాబట్టి ఆ అవయవాలకు సులభంగా చికిత్స చేయడానికి రోబోటిక్ సర్జరీ అందుబాటులోకి వచ్చింది.

రోబోటిక్ సర్జరీ అంటే ఏమిటి ?

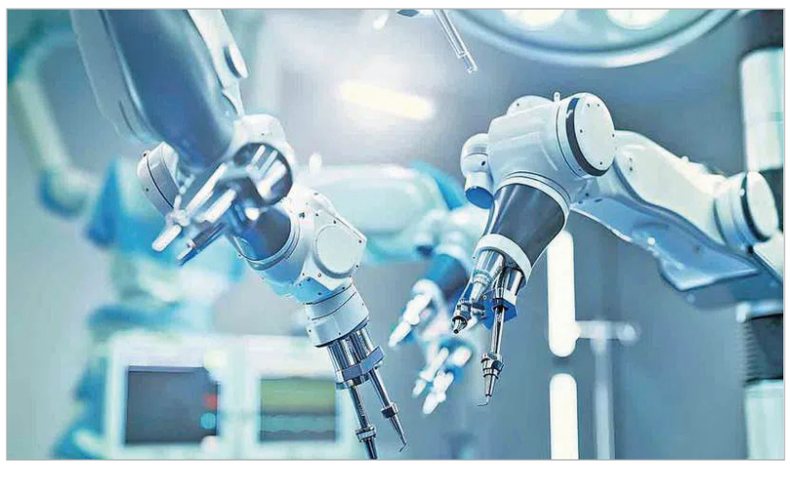
రోబోటిక్ సర్జరీలు అందుబాటులోకి వచ్చి దశాబ్దానికిపైగానే అయింది. మొదట్లో ఖరీదు ఎక్కువగా ఉండేది. మల్టిపుల్ రోబోలు అందుబాటులోకి వచ్చాక రోబోటిక్ సర్జరీల ఖర్చు తగ్గి, మెరుగైన ఫలితాలు పొందే అవకాశం వచ్చింది. రోబోటిక్ టెక్నాలజీ సహాయంతో శస్త్రచికిత్స నిర్వహించడం ఈ విధానం ప్రత్యేకత. ఇందులో సాధారణంగా మనదేశంలో తయారైన మంత్ర-3.0 వంటి ఆధునిక యంత్ర ాలను ఉపయోగిస్తారు. శస్త్రచికిత్స చేసే వైద్యనిపుణులు ఒక కన్సోల్ వద్ద కూర్చొని, యంత్రా నికి అనుసంధానించిన సూక్ష్మ పరికరాల ద్వారా అత్యంత కచ్చితత్వంతో ఆపరేషన్ చేస్తారు. ఇరుకైన, సున్నితమైన భాగాలైన గొంతు, ఛాతీ, ఊపిరితిత్తులలో, గుండె పక్కన సర్జరీ చేయాల్సివస్తే వైద్యులు రోబోటిక్ సర్జరీనే ఎంచుకుంటున్నారు.

థైరాయిడ్ ట్యూమర్స్‌ని తొలగించడానికి రోబోటిక్ సర్జరీ ఎలా ఉపయోగపడుతుంది?

థైరాయిడ్ ఒక ముఖ్యమైన గ్రంథి. ఇది మెడ భాగంలో ఉంటుంది. ఈ గ్రంథిలో గడ్డలు (నోడ్యుల్స్), క్యాన్సర్, లేదా హార్మోన్ అసమతుల్యత ఉన్నప్పుడు సర్జరీ అవసరం ఏర్పడుతుంది. ఈ సమస్యలు మహిళల్లో ఎక్కువగా వస్తాయి. వీటికి సాధారణ పద్ధతిలో ఓపెన్ సర్జరీ చేస్తే గొంతుపైన పెద్ద గాటు పెట్టాల్సి వస్తుంది. సర్జరీ తర్వాత అక్కడ ఒక మచ్చ ఏర్పడుతుంది. తర్వాత కాలంలో ఆ మచ్చ ఇబ్బందికరంగా కనిపిస్తుంది. గొంతు భాగంలో స్వరపేటికకు సంబంధించిన అతి సున్నితమైన నరాలు ఉంటాయి. ఓపెన్ సర్జరీ చేసేటప్పుడు వాటిని స్పష్టంగా చూడలేం. కాబట్టి ఒక్కోసారి ఆ నరాలు దెబ్బతింటే మాటపడిపోవచ్చు. స్వరం మారిపోయే ప్రమాదమూ ఉంది. ఈ సమస్యలు తప్పించేందుకు రోబోటిక్ సర్జరీ ఉపయోగపడుతుంది.

రోబోటిక్ సర్జరీలో థైరాయిడ్ గడ్డలను ఎలా తొలగిస్తారు?

రోబోటిక్ అసిస్టెడ్ సర్జరీలో రోబోటిక్ పోర్ట్స్ టైటానియం (సన్నటి పైప్)ను నోరు లేదా చంకలో నుంచి లోపలికి పంపిస్తారు. ఈ పైపులు రోబోటిక్ పరికరాలు థైరాయిడ్ గడ్డలు ఉన్న ప్రదేశానికి నేరుగా దారులేస్తాయి. ఈ విధంగా చేయడాన్ని వైద్య పరిభాషలో ర్యాబిట్ పద్ధతి అంటారు. రోబోటిక్ పోర్ట్స్‌లోకి అతిచిన్న కెమెరా, రోబోటిక్ పరికరాలను ప్రవేశపెడతారు. కెమెరా సహాయంతో అంతర అవయవాలను కంప్యూటర్ మానిటర్‌లో చూస్తూ రోబోటిక్ పరికరాలతో థైరాయిడ్ గడ్డలను తొలగిస్తారు. ఈ చికిత్సా పద్ధతిని 'స్కార్ ఫ్రీ థైరాయిడ్ ఎక్టమీ' అంటారు. ఈ స్కార్ ఫ్రీ థైరాయిడ్ ఎక్టమీ పద్ధతిన థైరాయిడ్ గడ్డలు (నోడ్యుల్స్), గయటర్‌ను తొలగించవచ్చు. రోబోటిక్ సర్జరీలో 8 సెం.మీ. నుంచి 10 సెం.మీ. లోపు ఉండే గడ్డలు తొలగించడానికి మాత్రమే సాధ్యమవుతుంది. గడ్డల పరిమాణం 10 సెం.మీ. దాటితే ఓపెన్ సర్జరీతోనే తొలగించాల్సి ఉంటుంది. థైరాయిడ్ గడ్డలే కాకుండా మెడలో, గొంతులో ఏర్పడిన ఇతర గడ్డలను సైతం ఈ పద్ధతిలో తొలగించవచ్చు. థైరాయిడ్ క్యాన్సర్ గడ్డలను రోబోటిక్ సర్జరీ ద్వారా తొలగించే అంశం ఇంకా పరిశోధన దశలోనే ఉంది.



స్కార్ ఫ్రీ థైరాయిడ్ ఎక్టమీ వల్ల కలిగే ప్రయోజనాలు

రోబోటిక్ సర్జరీ 'స్కార్ ఫ్రీ థైరాయిడ్ ఎక్టమీ' చికిత్సలో రక్తస్రావం తక్కువ

ఓపెన్ సర్జరీతో పోలిస్తే నొప్పి తీవ్రత కూడా తక్కువే

సర్జరీ చేసిన ఒక రోజు తర్వాత డిశ్చార్జ్ అవ్వొచ్చు

మెడపై గాటు పెట్టరు. కాబట్టి మచ్చ ఏర్పడదు

మెడపై గాటు ఉండదు కాబట్టి వివాహం కాని యువతుల సౌందర్యానికి స్కార్ ఫ్రీ థైరాయిడ్ ఎక్టమీ మేలైన ఎంపిక

రోగి తొందరగా కోలుకుంటాడు.

ఓపెన్ సర్జరీలో మెడపై గాయం మానడానికి ఎక్కువ సమయం పడుతుంది. కాబట్టి రోగి కోలుకోవడానికి ఎక్కువ కాలం పడుతుంది.

రోబోటిక్ సర్జరీతో లాభాలు

రోబోటిక్‌లో డిగ్రీ ఆఫ్ మూవ్‌మెంట్ ఎక్కువగా ఉంటుంది. అందువల్ల చేతి వేళ్ల వంటి రోబో ఆర్మ్‌ని 360 డిగ్రీల్లో తిప్పుతూ సులభంగా సర్జరీ చేయవచ్చు.

ఎక్కువ సమయం పట్టే క్లిష్టమైన సర్జరీలో రోబోటిక్ పద్ధతి ఎంతో ఉపయోగపడుతుంది.

సర్జరీని ఎలాంటి అవరోధాలు లేకుండా కచ్చితత్వంతో చేయవచ్చు.

ఇతర అవయవాలు లేదా కణాలు దెబ్బతినకుండా వ్యాధినే లక్ష్యంగా చేసుకుని సర్జరీ చేయవచ్చు.

ల్యాపరోస్కోపిక్ సర్జరీలో అంతర అవయవాలు స్క్రీన్‌పై టూ డైమెన్షన్ (టూడీ)లో కనిపిస్తాయి. రోబో పద్ధతిలో శరీరంలోని అవయవ భాగాలు త్రీ డైమెన్షన్ (త్రీడీ)లో కనిపిస్తాయి. సర్జరీ చేయాల్సిన భాగం టూడీ కంటే త్రీడీలో స్పష్టంగా కనిపిస్తుంది. కాబట్టి పార్‌లాక్స్ ఎర్రర్స్‌ని తేలికగా అధిగమించవచ్చు.

కొన్ని సందర్భాలలో ల్యాపరోస్కోపి ద్వారా సర్జరీ సఫలం కాకపోతే వెంటనే ఓపెన్ సర్జరీ చేస్తారు. రోబోటిక్ పద్ధతిలో ఆ విధంగా మార్చాల్సిన అవసరం చాలా తక్కువగా ఉంటుంది.

5-8 చదరపు మిల్లీ మీటర్ల పరిమాణంలో రంధ్రం చేయడం వల్ల రోగి త్వరగా కోలుకుంటాడు

రోబోటిక్ సర్జరీలు చేయదగ్గ సమస్యలు

థైరాయిడ్ గడ్డలను తొలగించేందుకు

కడుపులో ఉండే గడ్డలు, కణితులు నిర్మూలించడానికి

కాలేయంలో ఉండే ట్యూమర్స్‌ను, కాలేయంపై ఏర్పడిన క్యాన్సర్లను తొలగించడానికి

పాంక్రియాస్ జబ్బులకు

పెద్ద పేగుకు వచ్చే ట్యూమర్లు, గడ్డలకు

గర్భాశయ శస్త్ర చికిత్సలకు

కిడ్నీ సర్జరీలకు

కామ్రేడ్ రామాంజనేయులు మరణం బాధాకరం

- సిపిఐ జిల్లా కార్యదర్శి ఉమామహేష్..
- భౌతిక కాయం వద్ద నివాళులర్పించిన సిపిఐ శ్రేణులు..

కుత్బుల్లాపూర్ మార్చి 10 (ఉదయం ప్రతినిధి):
జగద్గిరిగుట్ట శాఖ సిపిఐ నాయకులు కామ్రేడ్ రామాంజనేయులు గుండెపోటుతో మరణించడం బాధాకరమని సిపిఐ జిల్లా కార్యదర్శి ఈ.ఉమామహేష్ విచారం వ్యక్తం చేశారు. మంగళవారం ఆయన నివాసం వద్ద మృతదేహానికి సిపిఐ శ్రేణులతో కలిసి పూలమాలలు వేసి నివాళులు అర్పించి,అయన కుటుంబానికి ప్రాఘూడ సానుభూతి ని తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ రామాంజనేయులు సిపిఐ పార్టీ ఇచ్చే అన్ని పిలుపులో స్వచ్ఛందంగా పాల్గొని జయప్రదం కొరకు పనిచేసాడని గుర్తు చేసుకున్నారు.ఇటీవలే సిపిఐ మండల సహాయ కార్యదర్శి కత్తుల దుర్గయ్య మరణం రోజున చాలా బాధపడి ఇలాంటివి భవిష్యత్తులో జరుగోద్దని అభిప్రాయం వ్యక్తం చేసిన కొద్దిరోజుల్లోనే తమ నుండి దూరం కావడం ఎంతో కలిచివేస్తుందన్నారు.రామాంజనేయులు కుటుంబానికి అండగా ఉంటామని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో సిపిఐ మండల కార్యదర్శి కే.స్వామి,సహాయ కార్యదర్శులు డి.రాములు, వి.హరినాథ్ రావ్, ఏఐటీయూసీ జిల్లా కార్యదర్శి వంగాల శ్రీనివాస్,ప్రజానాట్యమండలి అధ్యక్షులు బాబు,సిపిఐ నాయకులు బక్కరి మల్లేష్, ఇమామ్, నర్సింహా, చారి, సత్యనారాయణ పాల్గొన్నారు.

సీఎం సహాయ నిధి 2 లక్షల యాభైవేల రూపాయల ఎల్ఓసిని అందజేసిన మాజీ ఎమ్మెల్యే కూన శ్రీశైలం గౌడ్..

కుత్బుల్లాపూర్ మార్చి 10 (ఉదయం ప్రతినిధి):
దమ్ము భవాని అనారోగ్యంతో పంజాగుట్ట నిమ్స్ ఆసుపత్రిలో చికిత్స పొందుతున్నారు.రెండు రోజుల క్రితం మాజీ ఎమ్మెల్యే, కాంగ్రెస్ పార్టీ రాష్ట్ర నాయకులు కూన శ్రీశైలం గౌడ్ ని కలిసి వైద్యాపరీక్షల నిమిత్తము ప్రభుత్వం తరుపున ఆర్థిక సహాయం చెయ్యాలని కోరారు.మాజీ ఎమ్మెల్యే వెంటనే స్పందించి ఇంచార్జ్ మంత్రి దుద్దిళ్ళ శ్రీధర్ బాబు దృష్టికి తీసుకెళ్ళి 2.50 వేల ఎల్ ఓ సి ని మంజూరు చేపించారు.అనంతరం కూన శ్రీశైలం గౌడ్ మాట్లాడుతూ.. అనారోగ్య పరిస్థితులతో ఆసుపత్రిలలో చికిత్స పొందినవారు,చికిత్స నిమిత్తము వైద్య సేవలకు ప్రభుత్వం ఆర్థిక సహాయం అందిస్తుంది కావున ప్రజలు సద్వినియోగపర్చుకోవాలని కోరారు.ఈ కార్యక్రమంలో కొంపల్లి మాజీ సర్పంచ్ జిమ్మీ దేవేందర్, అరుణ్, లక్ష్మణ్, రంగా, సాయి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

శ్రీశ్రీశ్రీ రేణుక ఎల్లమ్మ తల్లి 12వ వార్షిక మహోత్సవంలో పాల్గొన్న నర్సారెడ్డి భూపతి రెడ్డి..

కుత్బుల్లాపూర్ మార్చి 10 (ఉదయం ప్రతినిధి):
మంగళవారం మెదక్ జిల్లా మనోహరాబాద్ శ్రీశ్రీశ్రీ రేణుక ఎల్లమ్మ తల్లి ఆలయ కమిటీ మరియు బైరి ప్రశాంత్ గౌడ్ ఆహ్వానం మేరకు రేణుక ఎల్లమ్మ కళ్యాణ మహోత్సవంలో పాల్గొన్న మాజీ టీపీసీసీ రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి,కుత్బుల్లాపూర్ కాంగ్రెస్ నాయకులు నర్సారెడ్డి భూపతి రెడ్డి. ఈ సందర్భంగా భూపతి రెడ్డి మాట్లాడుతూ మనోహరాబాద్ గ్రామ ప్రజలకు రేణుక ఎల్లమ్మ తల్లి అనుగ్రహం, కృపాకటాక్షాలు ఎల్లవేళలా ఉండాలని మనస్ఫూర్తిగా కోరుకుంటున్నారు.ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా గ్రంథాలయ సంస్థ చైర్మన్ బొంగునూరు శ్రీనివాస్ రెడ్డి, కొంపల్లి కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షులు బైరి ప్రశాంత్ గౌడ్, సీనియర్ నాయకులు గోపాల్ రెడ్డి, పూర్ణచంద్రరావు, అంజి ముదిరాజ్, ఆలయ కమిటీ సభ్యులు, గ్రామ ప్రజలు పాల్గొన్నారు.

ఘనంగా అంతర్జాతీయ మహిళా దినోత్సవ వేడుకలు

- మహిళలు ఆత్మవిశ్వాసంతో ముందడుగు వేయాలి. జిల్లా కలెక్టర్ ప్రావీణ్య.

సంగారెడ్డి జిల్లా (ఉదయం ప్రతినిధి మార్చి 10)
మహిళలు ఆత్మవిశ్వాసంతో ముందడుగు వేస్తే ఏ లక్ష్యాన్నైనా సాధించగలరని జిల్లా కలెక్టర్ పి. ప్రావీణ్య పేర్కొన్నారు. మంగళవారం కలెక్టరేట్ ఆడిటోరియంలో మహిళా, శిశు మరియు వయోవృద్ధుల సంక్షేమ శాఖ ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన అంతర్జాతీయ మహిళా దినోత్సవ వేడుకలు ఘనంగా జరిగాయి. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథులుగా హాజరైన జిల్లా కలెక్టర్ పి. ప్రావీణ్య మరియు టి.జి.ఐ.ఐ.సి చైర్‌పర్సన్ నిర్మల జయప్రకాశ్ రెడ్డి జ్యోతి ప్రజ్వలన చేసి కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ ప్రావీణ్య మాట్లాడుతూ మహిళలు ఆత్మవిశ్వాసంతో ముందుకు సాగితే అనుకున్న లక్ష్యాలను సులభంగా సాధించగలరన్నారు. ఒకప్పుడు కంటే ఇప్పుడు పబ్లిక్ సర్వీసుల్లో మహిళా ఉద్యోగులు, ప్రజాసేవలో మహిళా ప్రజాప్రతినిధులు పెద్ద ఎత్తున ముందుకు వస్తున్నారని తెలిపారు. అన్ని రంగాల్లో మహిళలు తమ ప్రత్యేకతను చాటుకుంటూ సమాజ అభివృద్ధికి తోడ్పడుతున్నారని పేర్కొన్నారు.
మహిళలకు దూరదృష్టి ఎక్కువగా ఉంటుందని, పనులను క్రమబద్ధంగా నిర్వహించే సామర్థ్యం మహిళలలో ఎక్కువగా ఉంటుందని అన్నారు. మహిళలకు ప్రోత్సాహం కల్పించి వారి ఆత్మవిశ్వాసాన్ని పెంపొందిస్తే అన్ని రంగాల్లో ఉన్నతంగా రాణించ గలరన్నారు. ఇందిరా మహిళా శక్తి కార్యక్రమం ద్వారా మహిళలను అన్ని విధాల ఆర్థికంగా బలోపేతం చేయడానికి ప్రభుత్వం చర్యలు తీసుకుంటోందన్నారు. అన్ని కార్యక్రమాల్లో మహిళలను భాగస్వామ్యులను చేస్తున్నామని, స్వయం సహాయక సంఘాల మహిళలందరికీ పూర్తి ఆరోగ్య ప్రొఫైల్ రూపొందించే కార్యక్రమాన్ని ప్రభుత్వం చేపట్టిందన్నారు. కుటుంబ సభ్యుల ఆరోగ్యం పట్ల శ్రద్ధ చూపే మహిళలు తమ ఆరోగ్యం పట్ల కూడా ప్రత్యేక శ్రద్ధ వహించాలని సూచించారు. మహిళల ఉన్నతి సమాజాభివృద్ధికి దోహదపడుతుందని తెలిపారు. టి.జి.ఐ.ఐ.సి చైర్‌పర్సన్ నిర్మల జయప్రకాశ్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ సమాజంలో మహిళలు, పురుషులు సమానులని అన్నారు. పిల్లలకు మొదటి గురువు తల్లేనని, ఆడ మగ అన్న తేడా లేకుండా పిల్లలను క్రమశిక్షణతో పెంచి మంచి పౌరులుగా తీర్చిదిద్దాల్సిన బాధ్యత తల్లిపైనే ఉంటుందని పేర్కొన్నారు.

సమాజంలో మార్పు రావాలంటే ముందుగా మహిళల్లోనే మార్పు రావాలని చెప్పారు. ప్రభుత్వం అమలు చేస్తున్న అనేక సంక్షేమ పథకాలు మహిళల పేరిట అందుతున్నాయని తెలిపారు. మహిళలు వచ్చిన అవకాశాలను సద్వినియోగం చేసుకొని ఉన్నత స్థాయికి ఎదగాలని ఆకాంక్షించారు.
జిల్లా లీగల్ సర్వీసెస్ అథారిటీ కార్యదర్శి సౌజన్య మాట్లాడుతూ మహిళలు తమ హక్కులు, చట్టాలపై అవగాహన కలిగి ఉండడం ఎంతో అవసరమని చెప్పారు. ఈ సందర్భంగా మహిళల రక్షణకు సంబంధించిన పలు చట్టాల గురించి ఆమె వివరించారు. అనంతరం వివిధ శాఖల్లో ఉత్తమ సేవలు అందించిన మహిళా ఉద్యోగులకు మేమెంటో, సర్టిఫికెట్ అందజేసి సన్మానించారు. కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న మహిళలకు న్యూట్రిషన్ కిట్స్ అందజేశారు. అంతకుముందు పలువురు వక్తలు మహిళా దినోత్సవం ప్రాముఖ్యతపై ప్రసంగించగా, బాలసదనం విద్యార్థులు, అంగన్వాడి టీచర్లు పలు సాంస్కృతిక కార్యక్రమాలు నిర్వహించి ఆకట్టుకున్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో మున్సిపల్ చైర్‌పర్సన్ కూన వనిత సంతోష్ కుమార్, డిడబ్ల్యూఓ లలిత కుమారి, డిఆర్డీవో జ్యోతి, జిల్లా అధికారులు, డిఎంఅండ్‌హెచ్ఓ, సీడీపీవోలు, వివిధ శాఖల మహిళా ఉద్యోగులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఇఫ్తార్ విందులో పాల్గొన్న ఎమ్మెల్యే గూడెం మైపాల్ రెడ్డి

పటాన్ చెరు మార్చ్ 10 (మెట్రో ఉదయం)
పవిత్ర రంజాన్ మాసంలో నిర్వహించే ఇఫ్తార్ విందులు ఐక్యతకు ప్రతీకలని పటాన్చెరు శాసన సభ్యులు గూడెం మహిపాల్ రెడ్డి అన్నారు. జేపీ కాలనీ డివిజన్ పరిధిలోని బండల్‌గూడ నేతాజీనగర్ ఖాజా గారిబే నవాజ్ మసీద్ నందు మంగళవారం సాయంత్రం మాజీ ఎంపీపీ నాలకంటి యాదగిరి యాదవ్ ఆధ్వర్యంలో ఏర్పాటు చేసిన ఇఫ్తార్ విందుకు ఎమ్మెల్యే జిఎంఆర్ ముఖ్య అతిథిగా హాజరయ్యారు. ఈ సందర్భంగా ప్రత్యేక ప్రార్థనలు నిర్వహించారు. ఈనెల 13వ తేదీన పటాన్చెరు డివిజన్ పరిధిలోని జిఎంఆర్ కన్వెన్షన్ సెంటర్లో ఏర్పాటు చేసిన నియోజకవర్గ స్థాయి ఇఫ్తార్ విందును విజయవంతం చేయాలని ఆయన విజ్ఞప్తి చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో సీనియర్ నాయకులు గూడెం మధుసూదన్ రెడ్డి, నాగ మల్లేష్ యాదవ్, చంద్రశేఖర్, జబ్బార్, షాబుద్దీన్ , అక్రమ్, యాసిన్, సోహియల్, గోరి, పద్మ, మేరీ, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

అందరి భాగస్వామ్యంతో ప్రజా పాలన - ప్రగతి ప్రణాళిక

- జిల్లా కలెక్టర్ దివాకర టి.ఎస్.
- "ప్రజా పాలన- ప్రగతి ప్రణాళిక"లో భాగంగా 2కే రన్ ఏర్పాటు...
- 2 కే రన్ లో పాల్గొన్న జిల్లా కలెక్టర్, మున్సిపల్ చైర్మన్.

ములుగు ప్రతినిధి, మెట్రో ఉదయం మార్చి 10:
అందరి భాగస్వామ్యంతో జిల్లాలో ప్రజా పాలన – ప్రగతి ప్రణాళిక కార్యక్రమాన్ని పూర్తి స్థాయిలో విజయవంతం చేస్తామని జిల్లా కలెక్టర్ దివాకర టి.ఎస్. అన్నారు. ఈ కార్యక్రమాన్ని పురస్కరించుకుని ములుగు పురపాలక సంఘం ఆధ్వర్యంలో మంగళవారం ఉదయం నగరంలో 2 కే రన్ నిర్వహించారు. ప్రభుత్వ ఆసుపత్రి జంక్షన్ బండారుపల్లి రోడ్డు నుంచి చేపట్టిన ఈ పరుగును జిల్లా కలెక్టర్ దివాకర టి.ఎస్., మున్సిపల్ చైర్మన్ చింతనిప్పుల చంద్ర కళ జెండా ఊపి లాంఛనంగా ప్రారంభించారు. ప్రభుత్వ ఆసుపత్రి జంక్షన్ బండారుపల్లి రోడ్డు ప్రధాన మార్గం మీదుగా జీవాంతరావు పల్లి ఎక్స్ రోడ్డు నుండి తిరిగి ప్రభుత్వ ఆసుపత్రి జంక్షన్ వరకు 2 కే రన్ కొనసాగింది. ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ, ఆరోగ్య పరిరక్షణకు ఇలాంటి 2కే రన్ కార్యక్రమాలు ఎంతో ఉపయోగకరమని, ప్రజల్లో ఆరోగ్యంపై చైతన్యం పెంచేందుకు ఇవి దోహదపడతాయని పేర్కొన్నారు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రతిష్టాత్మకంగా చేపట్టిన ప్రజా పాలన – ప్రగతి ప్రణాళికలో సరికొత్త ఆలోచనలతో సృజనాత్మకతను చాటేలా కార్యక్రమాలు అమలు చేయాలని అధికారులకు సూచించారు. వివిధ వర్గాల ప్రజలకు పెద్ద ఎత్తున మేలు చేకూరేలా సమర్ధవంతంగా కార్యక్రమాలు అమలు చేయాలని, అందరినీ భాగస్వాములు చేయాలని సూచించారు. నగరాన్ని పరిశుభ్రంగా తీర్చిదిద్ది ములుగు మున్సిపల్ కు మంచి పేరు తేవాలన్నారు. వైద్య శాఖతో సమన్వయం చేసుకుని మహిళలు అందరికీ ఆరోగ్య పరీక్షలు నిర్వహించేలా, 14 సంవత్సరాలు నిండి 15 సంవత్సరాల లోపు వయస్సు కలిగిన బాలికలకు సర్వైకల్ క్యాన్సర్ నిరోధం కోసం హెచ్.పీ.వీ వ్యాక్సిన్ తప్పక ఇప్పించాలని కలెక్టర్ అధికారులకు సూచించారు. అధికారులు ఈ అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకొని ప్రజలకు మెరుగైన సేవలు అందించి చక్కటి పేరు పొందాలని సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఆయా వార్డుల కౌన్సిలర్లు, ఇతర ప్రజా ప్రతినిధులు, సంబంధిత అధికారులు, మున్సిపల్ సిబ్బంది, యువత, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

రంజాన్ మాసం సహనం, దానం, సహోదర భావానికి ప్రతీక: ఎమ్మెల్యే శ్రీగణేష్

కంటోన్మెంట్, మార్చ్ 10 (మెట్రోఉదయం)
పవిత్ర రంజాన్ మాసం సహనం, దానం మరియు సహోదర భావానికి ప్రతీక అని కంటోన్మెంట్ ఎమ్మెల్యే శ్రీగణేష్ పేర్కొన్నారు. నియోజకవర్గంలోని బోయిన్‌పల్లి కడక్‌పూర్ ప్రాంతం నేతాజీ నగర్‌లో సయ్యద్ అమీర్ ఆధ్వర్యంలో గత 14 ఏళ్లుగా నిర్వహిస్తున్న ఇఫ్తార్ విందుకు మంగళవారం ఆయన ముఖ్య అతిథిగా హాజరయ్యారు. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే ముస్లిం సోదరులకు ముందస్తు రంజాన్ శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. అనంతరం ఆయన మాట్లాడుతూ పవిత్ర రంజాన్ మాసంలో ముస్లిం సోదరులు నిష్ఠగా ఉపవాస దీక్ష పాటిస్తారని అన్నారు. భారతదేశంలో అన్ని మతాలకు సమాన గౌరవం ఉందని తెలిపారు. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ముస్లిం సోదర సోదరీమణుల కోసం ప్రత్యేక సంక్షేమ కార్యక్రమాలను అమలు చేస్తోందని పేర్కొన్నారు. ఈ పవిత్ర దినాల ప్రధాన ఉద్దేశం ప్రజలు దానం, సహనం, సహోదర భావం వంటి గుణాలతో జీవించాలని చెప్పారు. ఇన్నేళ్లుగా ఇఫ్తార్ విందులను ఏర్పాటు చేస్తున్న అమీర్ భాయ్‌ను ఎమ్మెల్యే ప్రత్యేకంగా అభినందించారు. ఈ కార్యక్రమంలో కంటోన్మెంట్ బోర్డు మాజీ వైస్ ప్రెసిడెంట్ జంపన ప్రతాప్, ముప్పిడి మధుకర్, మారుతి గౌడ్, బల్వంత్ రెడ్డి, అరుణ్ యాదవ్, ప్రభు గుప్త, హైదర్, రియాజుద్దీన్, సదానంద్ తదితరులు మరియు ముస్లిం మత పెద్దలు పాల్గొన్నారు.

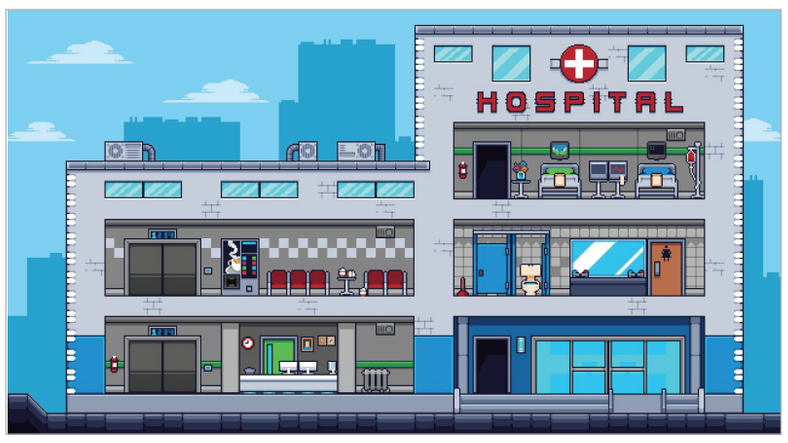
ఐ.డి.ఎచ్ కాలనీలో పర్యటించిన జిల్లా కలెక్టర్, జీహెచ్ఎంసి కమిషనర్

సికింద్రాబాద్, మార్చ్ 10 (మెట్రోఉదయం)
99రోజుల యాక్షన్ ప్లాన్ ప్రజా పాలన, ప్రగతి ప్రణాళికలో భాగంగా సనత్ నగర్ నియోజక వర్గం బన్సీలాల్ పేట్ ను సందర్శించిన కలెక్టర్ దాసరి హరి చందన, జీహెచ్ఎంసీ కమిషనర్ కర్ణన్, ఇతర ఉన్నతాధికారులతో కలసి శిథిలావస్థకు చేరిన వాంబే పథకంలోని భవనాలను కలెక్టర్ పరిశీలించారు. పాత వాంబే పథకంలో నిర్మించిన నాలుగు బ్లాకుల ఇళ్లను వారు పరిశీలించి గోడలు బీటలు వారడం, స్లాబుల నుండి పెచ్చులు ఊడిపడుతుండడం గమనించారు. అనంతరం అంగన్ వాడి, ఆరోగ్య కేంద్రాలను సందర్శించారు. కేంద్రంలో చిన్నారులకు అందిస్తున్న పోషకాహారం గురించి టీచర్ ను అడిగి తెలుసుకున్నారు. కాసేపు చిన్నారులతో ప్రేమగా ముచ్చటించారు. గాంధీ పట్టణ ఆరోగ్య కేంద్రంలోకి వెళ్ళి, అక్కడ రోజువారీ బయోవేస్ట్ ను వేరుగా చేయాలని మెడికల్ ఆఫీసర్ కు సూచించారు. రెండు చోట్ల ఉన్న ఖాళీ స్థలంలో పిల్లల పార్కులను అభివృద్ధి చేయాలని జోనల్ అధికారులను ఆదేశించారు. ఇంజనీరింగ్ అధికారులను పంపించి సమగ్ర రిపోర్ట్ తీసుకొని చర్యలు తీసుకుంటామని కలెక్టర్ తెలిపారు నిపుణులు రిపోర్టుల ఆధారంగా వీటిని కూల్చి వేసి నూతన భవనాలు నిర్మించడమా లేక మరమ్మతులు సరిపోతాయనే అంశం తెలుస్తామన్నారు కలెక్టర్ తో పాటు జీహెచ్ఎంసి సికింద్రాబాద్ జోనల్ కమిషనర్ కే అలివేలు మంగతాయారు, కవాడిగూడ సర్కిల్ డిప్యూటీ కమిషనర్ ఆర్ పుష్పలత, సికింద్రాబాద్ ఆర్డీవో సాయిరాం, తాసిల్దార్ పాండు నాయక్, తోపాటు జిహెచ్ఎంసి శానిటేషన్ సిబ్బంది అధికారులు ఉన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో బన్సీలాల్ పేట్ డివిజన్ బిఆర్ఎస్ పార్టీ డివిజన్ అధ్యక్షుడు ఎల్. వెంకటేశం (రాజు), ఐడియచ్ కాలనీ వెల్ఫేర్ అసోసియేషన్ అధ్యక్షుడు అంగముత్తు శ్రీనివాస్, ఉపాధ్యక్షుడు గజ్జల శ్రీనివాస్, మాజీ అధ్యక్షుడు దక్షిణామూర్తి, కే. శివకుమార్, జే. వినోద్ కుమార్, ఎల్. సురేష్, నరేందర్, అంబులెన్స్ సురేష్, శ్రీకాంత్, బాలరాజు, తో పాటు పెద్ద సంఖ్యలో ఐడి కాలనీ మహిళలు స్థానికులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కరకగూడెంలో 11న మిషన్ హెల్త్ 100 డేస్ స్పెషలిస్ట్ హెల్త్ క్యాంప్...

- **పిహెచ్‌సి ఆధ్వర్యంలో నిపుణుల వైద్య శిబిరం**
- **మహిళలు, పిల్లలు, కంటి, ఎముకల వైద్యుల సేవలు అందుబాటులో...**
- **ఉదయం 9:30 నుంచి సాయంత్రం 4 వరకు వైద్య పరీక్షలు...**
- **మండల ప్రజలు హెల్త్ క్యాంప్‌ను వినియోగించుకోవాలి - డాక్టర్ రవి తేజ...**

కరకగూడెం, మార్చి 10 (ఉదయం)
కరకగూడెం మండల కేంద్రంలోని ప్రభుత్వ ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రం (పి హెచ్ సి) ఆధ్వర్యంలో తెలంగాణ రైసింగ్ నెంబర్ వన్ కార్యక్రమంలో భాగంగా "మిషన్ హెల్త్ 100 డేస్" స్పెషలిస్ట్ హెల్త్ క్యాంప్ ఈ నెల 11వ తేదీన బుధవారం, నిర్వహించనున్నట్లు పి హెచ్ సి డాక్టర్ పి. రవి తేజ తెలిపారు. ఈ ఆరోగ్య శిబిరం కరకగూడెం పి హెచ్ సి ప్రాంగణంలో ఉదయం 9 గంటల 30 నిమిషాల నుంచి సాయంత్రం 4 గంటల వరకు కొనసాగుతుందన్నారు... ఈ స్పెషలిస్ట్ హెల్త్ క్యాంపులో ప్రజలకు వివిధ రంగాలకు చెందిన వైద్య నిపుణులు ప్రత్యేక వైద్య సేవలు అందించనున్నారు. ఇందులో గైనకాలజిస్టులు మహిళలకు సంబంధించిన ఆరోగ్య సమస్యలపై పరీక్షలు చేసి అవసరమైన చికిత్సలు సూచించ నున్నారు. చిన్నపిల్లల ఆరోగ్య సమస్యల కోసం "పీడియాట్రిషన్‌లు" సేవలు అందించనున్నారు. కంటి సమస్యలతో బాధపడుతున్న వారికి "ఆప్తమాలజీ " నిపుణులు పరీక్షలు నిర్వహించి అవసరమైన సలహాలు ఇస్తారు. అలాగే ఎముకలు, కీళ్ల నొప్పులతో బాధపడుతున్న వారికి" ఆర్థోపెడిక్" వైద్యులు పరీక్షలు చేసి చికిత్స సూచనలు చేస్తారు. సాధారణ ఆరోగ్య సమస్యల కోసం "జనరల్ మెడిసిన్" వైద్యులు అందుబాటులో ఉంటారు. పంటి సంబంధిత సమస్యల కోసం "డెంటల్ స్పెషలిస్ట్" కూడా సేవలు అందించనున్నారు. ఈ వైద్య శిబిరంలో రోగులకు అవసరమైన ప్రాథమిక పరీక్షలు నిర్వహించి, అవసరమైన మందులు కూడా అందించనున్నట్లు వైద్య అధికారులు తెలిపారు. గ్రామీణ ప్రాంత ప్రజలకు నిపుణుల వైద్య సేవలు అందించాలనే ఉద్దేశంతో ఈ ప్రత్యేక ఆరోగ్య శిబిరం నిర్వహిస్తున్నామని తెలిపారు. కావున మండల పరిధిలోని గ్రామాల ప్రజలు ఈ అవకాశాన్ని వినియోగించుకొని తమ ఆరోగ్య సమస్యలకు నిపుణుల వైద్యుల వద్ద పరీక్షలు చేయించుకోవాలని పి హెచ్ సి డాక్టర్ పి. రవి తేజ సూచించారు. గ్రామస్తులు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొని ఆరోగ్య సేవలను పొందాలని వైద్య సిబ్బంది కోరారు....



ఈఎస్ఐ హాస్పిటల్‌లో ఘనంగా అంతర్జాతీయ మహిళా దినోత్సవ వేడుకలు

నాచారం, మార్చి 10 (మెట్రో ఉదయం):
నాచారం ఈఎస్ఐ హాస్పిటల్ లో తెలంగాణ మెడికల్ ఎంప్లాయిస్ యూనియన్ (ఏఐటీయూసీ) ఆధ్వర్యంలో అంతర్జాతీయ మహిళా దినోత్సవ వేడుకలకు ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా మహిళ మణులను శాలువలతో ఘనంగా సన్మానించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ముఖ్య అతిథిలుగా ఏఐటియూసి నేషనల్ సెక్రటరీ డాక్టర్ సురవరం విజయలక్ష్మి, మెడికల్ సూపరింటెండెంట్ డాక్టర్ రమేష్ బాబు పాల్గొన్నారు. జ్యోతి ప్రజ్వలన చేసి కార్యక్రమం ప్రారంభించిన అతిథులు ఉమెన్స్ డే ప్రాముఖ్యతను తెలిపారు. ఉమెన్స్ డే స్థాపకురాలైన క్లారా జెట్కిన్ చిత్రపటానికి నివాళులు అర్పించారు. అనంతరం అకాల మరణం చెందిన నర్సింగ్ ఆఫీసర్ బి.జ్యోతి చిత్రపటానికి నివాళులు అర్పించి వారి ఆత్మకు శాంతి చేకూరాలని రెండు నిమిషాల పాటు మౌనం పాటించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఆర్ ఎం ఓ -1 డాక్టర్ వీణరాణి, టీజీడిఏ జనరల్ సెక్రెటరీ డాక్టర్ సతీష్, చీఫ్ నర్సింగ్ ఆఫీసర్స్ ప్రీతి, గ్రేస్ కార్బెట్, టీఎన్జీవో ఐ.ఎం.ఎస్ ఫోరం ప్రెసిడెంట్ సీనయ్య, సెంట్రల్ యూనియన్ మెంబర్ ఎస్.ప్రేమ లత, హైదరాబాద్ డిస్ట్రిక్ట్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్, ఈఎస్ఐ నాచారం బ్రాంచ్ ప్రెసిడెంట్ బి. ప్రేమలత, సెక్రటరీ విక్టోరియా, వి.వేణు కుమార్, అరుణ, భాగ్య, చంద్రకళ, భాగ్య, సౌందర్య, అంజని, చాముండేశ్వరి తో పాటు మహిళా సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.
హాజరయ్యారు.

కార్యకర్తలకు సైద్ధాంతిక శిక్షణ అవసరం

జనగామ-కొడకండ్ల, మార్చి 10(మెట్రో ఉదయం జిల్లా ప్రతినిధి)
కొడకండ్ల మండల కేంద్రంలోని బిజెపి కార్యకర్తలకు సైద్ధాంతిక శిక్షణ అవసరమని బిజెపి జిల్లా నాయకులు దుబ్బరాజశేఖర్ అన్నారు. మంగళ వారం మండల కేంద్రంలోని భారతీయ జనతా పార్టీ బిజెపి కార్యాలయంలో నిర్వహించిన పండిట్ దీన్ దయాళ్ ఉపాధ్యాయ ప్రశిక్షణ అభియాన్ జరిగిన కార్యక్రమానికి కొడకండ్ల మండల అధ్యక్షులు పులిగిల్ల ఉపేందర్ సభ్యత్వక్షత వహించగా బీజేపీ జనగామ జిల్లా నాయకులు దుబ్బ రాజశేఖర్ గౌడ్ ముఖ్యఅతిథిగా హాజరయ్యారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ ప్రపంచంలో అతిపెద్ద పార్టీగా అవతరించిన బిజెపి నీతి నిజాయితీ నిబద్ధత కలిగి అనేకమంది కార్యకర్త త్యాగా ఫలితంగా నేడు కొనసాగుతూ 22 రాష్ట్రాలు రెండు కేంద్రక ఫలితాలు ప్రాంతాల్లో అధికారంలో కొనసాగుతూ ఉంది. అని తెలిపారు కార్యకర్తలకు సైద్ధాంతిక శిక్షణ ఇచ్చి ప్రతి ఒక్కరికి బిజెపి ఆశయాలు క్రమశిక్షణ గురించి అవగాహన కల్పించి ప్రజాక్షేత్రంలో బిజెపి శ్రేణులు అనుసరించాల్సిన విధానం పై రాబోయే ఎన్నికల్లో బిజెపి విజయం కోసం వ్యూహ రచన ఈ శిక్షణ తరగతుల ద్వారా బోధించడం జరుగుతుంది అని తెలిపారు. ఈ శిక్షణ శిబిరంలో ఆరు సెషన్స్ లో శిక్షకుల ద్వారా శిక్షణ ఇప్పించడం జరుగుతుందని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో అసెంబ్లీ కో కన్వీనర్ కోటేశ్వర్ మండల ప్రధాన కార్యదర్శులు దామెర ఆంజనేయులు, ధారావత్ పరమేష్ జిల్లా ఎస్టీ మోర్చా నాయకులు శ్రీను నాయక్, వనిత నాయక్, మండల నాయకులు రమేష్, ఉపేందర్, కమలాకర్, ఉమేష్, అర్జున్, అజయ్ నాయక్ సుధాకర్ నాయక్ తదితరులు పాల్గొన్నారు

ప్రజాపాలన- ప్రగతి ప్రణాళిక 99 రోజుల కార్యక్రమంపై అధికారులతో ఎమ్మెల్యే గణేష్ సమీక్ష

కంటోన్మెంట్, మార్చ్ 10 (మెట్రోఉదయం)
ప్రజాపాలన--ప్రగతి ప్రణాళిక 99 రోజుల కార్యక్రమాన్ని విజయవంతంగా అమలు చేయాలని కంటోన్మెంట్ ఎమ్మెల్యే శ్రీ గణేష్ అధికారులకు సూచించారు. మంగళవారం తన క్యాంపు కార్యాలయంలో మల్కాజ్‌గిరి మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ అధికారులతో నిర్వహించిన సమీక్ష సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడారు. ప్రభుత్వం ప్రతిష్టాత్మకంగా చేపట్టిన ఈ కార్యక్రమం ద్వారా మోండా డివిజన్‌లో ప్రజల సమస్యలను త్వరితగతిన పరిష్కరించాలని ఎమ్మెల్యే తెలిపారు. 99 రోజుల కార్యక్రమంలో భాగంగా డివిజన్‌లోని అన్ని వీధి దీపాలు శాతం వందకు వెలిగేలా చూడాలని, నాలాలు, డ్రైనేజీలు పూర్తిగా శుభ్రం చేయాలని అధికారులకు ఆదేశించారు. అదేవిధంగా పార్కులను అభివృద్ధి చేసి, ప్రతి పార్కులో ఓపెన్ జిమ్‌లను ఏర్పాటు చేయాలని సూచించారు. అధికారులు అవసరమైన అంచనాలను సిద్ధం చేసి సమర్పిస్తే ప్రభుత్వం నుంచి అవసరమైన నిధులను తీసుకురావడానికి తాను సిద్ధంగా ఉన్నానని ఎమ్మెల్యే గణేష్ పేర్కొన్నారు. అధికారులు లక్ష్యాలను నిర్దేశించుకుని ప్రణాళికాబద్ధంగా పనిచేసి ప్రజల మన్ననలు పొందేలా కృషి చేయాలని సూచించారు. మోండా డివిజన్‌ను అభివృద్ధిలో అగ్రగామిగా నిలపడానికి అందరూ కలిసికట్టుగా పనిచేయాలని ఆయన పిలుపునిచ్చారు.
ఈ సమీక్ష సమావేశంలో బోయిన్‌పల్లి డిప్యూటీ కమిషనర్ ఢాకు నాయక్, ఎగ్జిక్యూటివ్ ఇంజనీర్ వెంకటేశ్వర్లు, డిప్యూటీ ఇంజనీర్ దీపిక, అసిస్టెంట్ ఇంజనీర్ వరుణ్ దేవ్, శానిటేషన్ విభాగం సందీప్, మేనేజర్ హరిత తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మహంకాళి పీఎస్‌లో ఘనంగా మహిళా దినోత్సవ వేడుకలు

సికింద్రాబాద్, మార్చి 10 (మెట్రో ఉదయం):
అంతర్జాతీయ మహిళా దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని సోమవారం మహంకాళి పోలీస్ స్టేషన్‌లో వేడుకలు ఘనంగా నిర్వహించారు. మహంకాళి డివిజన్ ఏసీపీ శ్రీధర్ ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన ఈ కార్యక్రమంలో పోలీస్ స్టేషన్‌లో విధులు నిర్వహిస్తున్న మహిళా పోలీస్ సిబ్బందితో కేక్ కట్ చేయించి వారిని అనంతరం మహిళా సిబ్బందికి శాలువాలు కప్పి పూలమాలలు వేసి బహుమతులు అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా ఏసీపీ శ్రీధర్ మాట్లాడుతూ.... సమాజ రక్షణలో మహిళా పోలీసుల పాత్ర ఎంతో ముఖ్యమని అన్నారు. కుటుంబ బాధ్యతలతో పాటు విధుల్లోనూ సమర్థవంతంగా పని చేస్తూ మహిళలు పోలీస్ శాఖకు గౌరవం తీసుకొస్తున్నారని కొనియాడారు. మహిళలు అన్ని రంగాల్లో ముందంజలో ఉన్నారని, పోలీస్ శాఖలో కూడా వారి సేవలు ప్రశంసనీయమని తెలిపారు. మహిళా సిబ్బందికి మహిళా దినోత్సవ శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో సీఐ ఎస్. రవికుమార్, డీఐ కే. రంగారెడ్డి, ఎస్సైలు శ్రీధర్, సందీప్ రెడ్డి, లిఖిత, ఏఎస్సై అనిల్ తదితర సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

పినపాక ఇందిరా క్రాంతి, (వెలుగు)

పథకంలో " ఆ " అధికారినీ రూటే వేరు..!

- తన తోటి సిబ్బంది, మహిళా సమైక్యాలతో నిత్యం గొడవలే..!!
- ఈ అధికారిన మాకొద్దు అంటున్న డ్వాక్రా మహిళా సంఘాలు...
- అమే విధులు నిర్వహించిన ప్రతి చోట ఇంతేనంటా....
- ఎమ్మెల్యే, అధికారులకు ఫిర్యాదు చేసిన పట్టించుకున్న దాఖలు లేవు ...
- చచ్చి బ్రతుకుతున్న డ్వాక్రా సంఘాల ఉద్యోగులు..
- రుణాల మంజూరులో జాప్యం చేస్తున్న అధికారి...
- తన కింద పని చేస్తున్న ఉద్యోగులను, డ్వాక్రా సంఘాల సమాఖ్యలను వేధిస్తూ.. నోటికి వచ్చిన తిట్లు..
- కలెక్టర్కు ఫిర్యాదు చేయనున్న పినపాక డ్వాక్రా మహిళా సంఘాలు..

కరకగూడెం, మార్చి (ఉదయం)
పినపాకలో ఇందిరా క్రాంతి (వెలుగు) పథకంలో అధికారి వ్యవహారశైలి వివాదాస్పదంగా మారింది... భద్రాద్రి కొత్తగూడెం జిల్లా, పినపాక మండలంలో ఇందిరా క్రాంతి పథకం (వెలుగు)లో ఒక అధికారిణి వ్యవహారశైలి తీవ్ర వివాదాస్పదంగా మారినట్లు డ్వాక్రా మహిళా సంఘాలు ఆరోపిస్తున్నాయి. మండలంలోని అనేక డ్వాక్రా సంఘాల సభ్యులు ఆ అధికారిణి తీరుపై తీవ్ర ఆవేదన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. తనతో పాటు పనిచేస్తున్న సిబ్బందితో మరియు మహిళా సమైక్యాల ప్రతినిధులతో ఆమె తరచూ ఘర్షణలకు దిగుతున్నారని ఆరోపణలు వినిపిస్తున్నాయి. చిన్న విషయానికే ఆగ్రహం వ్యక్తం చేస్తూ సిబ్బందిపై ఒత్తిడి తెస్తున్నారని ఉద్యోగులు చెబుతున్నారు. డ్వాక్రా సంఘాల సమాఖ్యలైన వివో (ఎూ)లతో కూడా ఆమె తరచూ తగాదాలు పడుతున్నారని మహిళలు అంటున్నారు. సమావేశాల్లో మహిళలతో గౌరవంగా మాట్లాడకుండా నోటికి వచ్చినట్లు తిట్లు కూడా మాట్లాడుతున్నారని వారు ఆరోపిస్తున్నారు. దీంతో అనేక మంది మహిళా సంఘాల సభ్యులు మానసికంగా బాధ పడుతున్నట్లు చెబుతున్నారు. మహిళా సంఘాల కార్యకలాపాలకు సంబంధించిన రుణాల మంజూరులో కూడా అనవసర జాప్యం జరుగుతోందని సంఘాల సభ్యులు పేర్కొంటున్నారు. రుణాలు ఆలస్యం కావడం వల్ల సంఘాల పనులు నిలిచిపోతున్నాయని వారు అంటున్నారు. ఈ పరిస్థితుల వల్ల డ్వాక్రా సంఘాల ఉద్యోగులు కూడా తీవ్ర ఇబ్బందులు పడుతున్నారని సమాచారం. విధులు నిర్వహించడంలో ఒత్తిడి ఎక్కువగా ఉండడంతో వారు "చచ్చి బ్రతుకుతున్న పరిస్థితి"లో ఉన్నామని వాపోతున్నారు. ఆ అధికారిణి పనిచేసిన ప్రతి చోట కూడా ఇదే విధమైన సమస్యలు ఎదురయ్యాయని మహిళా సంఘాల సభ్యులు చెబుతున్నారు. అందువల్ల ఇలాంటి అధికారిని తమ మండలంలో కొనసాగించకూడదని వారు అభిప్రాయం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. ఇప్పటికే ఈ విషయంపై స్థానిక ఎమ్మెల్యేకు మరియు సంబంధిత ఉన్నతాధికారులకు ఫిర్యాదు చేసినప్పటికీ ఇప్పటివరకు ఎలాంటి స్పందన లేదని మహిళలు ఆవేదన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. తమ సమస్యలను అధికారులు పట్టించుకోకపోవడంతో ఇప్పుడు జిల్లా కలెక్టర్‌ను ఆశ్రయించాలని మహిళా సంఘాలు నిర్ణయించుకున్నాయి. మండలంలోని డ్వాక్రా మహిళా సంఘాలు కలిసి కలెక్టర్‌కు సమగ్ర ఫిర్యాదు చేయడానికి సిద్ధమవుతున్నట్లు తెలుస్తోంది. ఈ విషయంపై అధికారులు విచారణ జరిపి తగిన చర్యలు తీసుకోవాలని డ్వాక్రా మహిళా సంఘాల సభ్యులు కోరుతున్నారు. అలాగే తమపై జరుగుతున్న వేధింపులను ఆపాలని, రుణాల మంజూరులో జాప్యం లేకుండా చూడాలని వారు డిమాండ్ చేస్తున్నారు...

మిలియన్ మార్చ్‌లో పాల్గొన్న జగిత్యాల జిల్లా నాయకులు

జగిత్యాల,మార్చి 19, ఉదయం జిల్లా ప్రతినిధి:
హైదరాబాదులోని గన్ పార్క్ అమర వీరుల స్థూపం వద్ద మంగళవారం ఉద్యమ కారుల త్యాగాలను అమరవీరులను స్మరించుకుంటూ తెలంగాణ ఉద్యమకారుల ఫోరం రాష్ట్ర అధ్యక్షులు చీమ శ్రీనివాస్ పిలుపు మేరకు జగిత్యాల జిల్లా ఫోరమ్ చైర్మన్ జవ్వాజి శంకర్ రాష్ట్ర ఉపాధ్యక్షులు తన్నీర్ సత్యం రావు, సదా చారీ నగర ప్రధాన కార్యదర్శి జగిత్యాల జిల్లా వైస్ చైర్మన్ రాగుల రాజు ప్రధాన కార్యదర్శి భారతపు లింగారెడ్డి నియోజకవర్గ ప్రధాన కార్యదర్శి కొంద్ర రాజేష్, టఫ్ 33 జిల్లాల అధ్యక్షులు, నియోజకవర్గ ఇన్చార్జిలు మండల అధ్యక్షులు, రాష్ట్ర నాయకులు, గ్రామ గ్రామాల నుండి కదిలి వచ్చిన ఉద్యమకారులు అమరవీరులను తలుచుకుంటూ ఘనంగా నివాళు లర్పించారు.ఈ సందర్భంగా జగిత్యాల జిల్లా చైర్మన్ జవ్వాజి శంకర్ మాట్లాడుతూ రాష్ట్రంలో తెలంగాణ ఉద్యమకారుల హక్కుల కొరకు గత తొమ్మిది సంవత్సరాలుగా ప్రభుత్వం పై ఒత్తిడి తెస్తూ కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం మేనిఫెస్టో లో ఉద్యమకారుల హక్కుల గురించి పెట్టించడం జరిగింది . మరి మూడు సంవత్సరాలు గడుస్తున్న తరుణంలో ప్రభుత్వం కమిటీ వేస్తామని చెప్పడం జరిగింది కానీ ఇప్పటికీ కమిటీ వేయకపోవడం ఉద్యమకారులను కలిసి వేస్తున్న అంశం ప్రభుత్వం ఇప్పటికైనా తక్షణ కర్తవ్యం గా హామీలు అమలు పరిచే విధంగా కార్యచరణ ప్రారంభించవలసిన అవసరం ఉందని అన్నారు ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లాల చైర్మన్లు నియోజకవర్గ అధ్యక్షులు మండలాల అధ్యక్షులు తెలంగాణ ఉద్యమకారులు పెద్ద ఎత్తున పాల్గొన్నారు.

బిజెపి గోపాల్ పూర్ మండల కార్యదర్శిగా బొద్దిరెడ్డి సురేందర్ రెడ్డి

హనుమకొండ, మార్చి 10 (మెట్రో ఉదయం):
హనుమకొండ 56 వ డివిజన్ పరిమళా కాలనీ ప్రాంతానికి చెందిన బొద్దిరెడ్డి సురేందర్ రెడ్డి భారతీయ జనతా పార్టీ గోపాల్ పూర్ మండల కార్యదర్శిగా నియమితులయ్యారు. భారతీయ జనతా పార్టీ జిల్లా కౌన్సిల్ మెంబర్ తక్కల్లపల్లి అమృత రావు ఆదేశం మేరకు బిజెపి గోపాల్పూర్ జోనల్ కమిటీ అధ్యక్షుడు బండి హరీష్ ముదిరాజ్, ప్రధాన కార్యదర్శి పప్పుల రమేష్ మంగళవారం నియామక ఉత్తర్వులు జారీ చేశారు. నియామక పత్రాన్ని బొద్దిరెడ్డి సురేందర్ రెడ్డి కి అందజేశారు. బిజెపి సీనియర్ నాయకులు నాతి రమేష్, వల్లాల శ్రీధర్, బండారి కుమార్, అలుగునూరి కృష్ణంరాజు తదితరులకు సురేందర్ రెడ్డి కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.

పసికందు అమ్మకం..ఆర్థిక ఇబ్బందులే కారణం..!

మెదక్ అర్బన్ , మార్చి 10:
మెదక్ జిల్లాలో పసికందు అమ్మకం ఘటన వెలుగులోకి వచ్చిందని మెదక్ డిఎస్పి ప్రసన్నకుమార్ తెలిపారు. మంగళవారం మెదక్ డిఎస్పి కార్యాలయంలో ఏర్పాటు చేసిన మీడియా సమావేశంలో వివరాలు వెల్లడించారు. మెదక్ జిల్లా పరిధిలోని రింగనాయకులపల్లి తండాలో సుమారు 25 రోజుల పసికందును అమ్మినట్టు సమాచారం రావడంతో అధికారులు అప్రమత్తమయ్యారు. విషయం తెలుసుకున్న వెంటనే ఐసీడీఎస్ అధికారులు, పోలీసులతో కలిసి విచారణ చేపట్టారు. అధికారుల వివరాల ప్రకారం ఈ ఘటన ఈ నెల 4వ తేదీన జరిగినట్లు గుర్తించారు. కుటుంబం ఆర్థిక ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటుండటంతో తల్లి పసికందును మరో కుటుంబానికి అప్పగించినట్లు ప్రాథమిక విచారణలో తెలిసింది. విషయం వెలుగులోకి రావడంతో పోలీసులు కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు ప్రారంభించారు. మార్చి 9న పసికందును గుర్తించి అధికారుల ఆధీనంలోకి తీసుకున్నారు. అనంతరం ఐసీడీఎస్ అధికారుల ఆధ్వర్యంలో శిశువుకు వైద్య పరీక్షలు నిర్వహించి సంరక్షణలో ఉంచారు. ఈ ఘటనకు సంబంధించి శిశువు తల్లి, శిశువును తీసుకున్న వ్యక్తులపై కేసు నమోదు చేసి విచారణ కొనసాగిస్తున్నట్లు పోలీసులు తెలిపారు.

ఈఎస్ఐ హాస్పిటల్‌లో అంతర్జాతీయ మహిళా దినోత్సవ

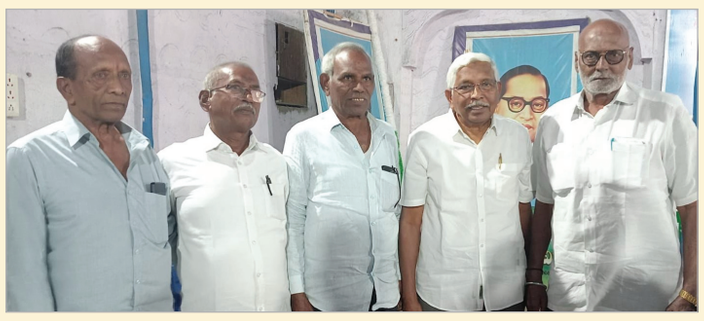
సికింద్రాబాద్ మార్చ్ 10 (మెట్రోఉదయం)
అంతర్జాతీయ మహిళా దినోత్సవ నాచారం ఈ ఎస్ ఐ హాస్పిటల్ లో ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా సూరారం విజయలక్ష్మి ఐఐటియుసి జాతీయ కార్యదర్శి డాక్టర్ రమేష్ బాబు మెడికల్ సూపర్డెంట్ డాక్టర్ వీణరాణి ఆర్ఎంఓ డాక్టర్ సతీష్ టిజిడిఏ ప్రధాన కార్యదర్శి గ్రేస్ క్రాఫ్ట్ చీఫ్ నర్సింగ్ ఆఫీసర్ ప్రెసిడెంట్ యూనియన్ సభ్యురాలు ఎస్ ప్రేమలత హైదరాబాద్ జిల్లా వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ బి హేమలత ఈఎస్ఐ నాచారం శాఖ అధ్యక్షురాలు జి విక్టోరియా కార్యదర్శి వేణు కుమార్ అరుణ భాగ్య చంద్రకళ భాగ్య సౌందర్య అంజని చాముండేశ్వరి మహిళా సిబ్బంది పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా మహిళ యొక్క ప్రాముఖ్యత గురించి భక్తులు వివరించారు మరియు సమాజంలో ఎదుర్కొంటున్న సమస్యలను గురించి వివరించారు. మంగళవారం రోజున అకాల మరణం చెందిన నర్సింగ్ ఆఫీసర్ బి జ్యోతి ఆత్మకు శాంతి చేకూరాలని మౌనం పాటించాలరు.

శ్రీ రేణుక ఎల్లమ్మ- జమదగ్ని మహాముని కళ్యాణ మహోత్సవం ఘనంగా నిర్వహణ

కాప్రా, మార్చి 10 (మెట్రో ఉదయం)
కుషాయిగూడ గౌడ సంఘం ఆధ్వర్యంలో ఉన్న శ్రీ శ్రీ శ్రీ సురమాంబా దేవి సమేత కటమహేశ్వర స్వామి దేవాలయం మరియు శ్రీ శ్రీ శ్రీ రేణుక ఎల్లమ్మ దేవి, శ్రీ శ్రీ శ్రీ వనదుర్గ దేవి దేవాలయాలలో నిర్వహించిన శ్రీ రేణుక ఎల్లమ్మ--జమదగ్ని మహాముని వారి కళ్యాణ మహోత్సవం భక్తుల సమక్షంలో ఘనంగా జరిగింది. ఈ సందర్భంగా దేవాలయంలో ప్రత్యేక పూజలు, హోమాలు, కళ్యాణోత్సవ కార్యక్రమాలు నిర్వహించగా భక్తులు భారీగా తరలి వచ్చి భక్తిశ్రద్ధలతో పాల్గొన్నారు. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథులుగా బీసీ కమిషన్ సభ్యురాలు బాలలక్ష్మి, మాజీ మేయర్ బొంతు రామ్మోహన్, మాజీ ఎమ్మెల్యే కూన శ్రీశైలం, ఉప్పల్ కాంగ్రెస్ ఇంచార్జీ మందుముల పరమేశ్వర్ రెడ్డి, కుషాయిగూడ డిటెక్టివ్ ఇన్స్పెక్టర్ వెంకటేశ్వర్లు, మాజీ కార్పొరేటర్ బొంతు శ్రీదేవి, గౌడ హాస్టల్ ప్రెసిడెంట్ మోతె చక్రవర్తి గౌడ్, అదిలాబాద్ డిప్యూటీ ట్రాన్స్పోర్ట్ కమిషనర్ పుల్లెంల రవీందర్ గౌడ్, గోపా రాష్ట్ర అధ్యక్షులు బండి సాయన్న గౌడ్ తదితరులు హాజరై దేవతలకు ప్రత్యేక పూజలు చేసి ఆశీస్సులు పొందారు. ఈ సందర్భంగా గౌడ సంఘం నాయకులు మాట్లాడుతూ, ఇలాంటి ఆధ్యాత్మిక కార్యక్రమాలు సమాజంలో ఐక్యతను పెంపొందిస్తాయని తెలిపారు. కార్యక్రమంలో గౌడ సంఘం సభ్యులు, భక్తులు, స్థానిక ప్రజలు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు

ఉద్యమకారులను ఆదుకోవాలి

- హైదరాబాదుకు కదం తొక్కిన తెలంగాణ ఉద్యమకారులు



హుజూర్నగర్ సూర్యపేట జిల్లా మెట్రో ఉదయం ప్రతినిధి
తెలంగాణ రాష్ట్రం కోసం పోరాడిన మొదటి తెలంగాణ ఉద్యమకారులను రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఆదుకోవాలని కోరుతూ రాష్ట్ర కమిటీ ఇచ్చిన పిలుపుమేరకు మంగళవారం హైదరాబాదులోని తెలంగాణ అమరవీరుల స్థూపం వద్ద తలపెట్టిన మిలియన్ మార్చ్ నిరసన కార్యక్రమానికి సూర్యాపేట జిల్లా హుజూర్ నగర్ కోదాడకు చెందిన తెలంగాణ ఉద్యమకారులు మంగళవారం బయలుదేరి నిరసన జయప్రదం చేశారు ఈ సందర్భంగా ప్రొఫెసర్ కోదండరాం అద్దంకి దయాకర్ మాట్లాడుతూ తెలంగాణలో ఉన్న ఉద్యమకారులందరినీ గుర్తించి వారికి ప్రభుత్వం నుంచి ఇంటి స్థలం పెన్షన్ రవాణా హెల్త్ సౌకర్యం కల్పించాలని డిమాండ్ చేశారు ఉద్యమకారులను మరిచిపోతే ప్రభుత్వాలకు తగిన గుణపాఠం చెబుతామని ఆయన హెచ్చరించారు ఈ కార్యక్రమంలో హుజూర్ నగర్ నియోజకవర్గ ఉద్యమకారుల అధ్యక్షులు ముత్తినేని వెంకటేశ్వరరావు గోపుచెలీనమ్మ మేకల సైదయ్య షేక్ హుస్సేన్ కే సీతారాం రెడ్డి పోతుగంటి సత్యం విశ్వేశ్వరరావు చంద్రమౌళి పాల్గొన్నారు

ఉదయం కవితోదయం

సాహితీ కదనం

పాఠశాల విద్య జీవితంలో ఎంతో ముఖ్యమైనది

9581419999
ఉదయం జాతీయ తెలుగు దిన పత్రిక
WWW.METROUDYAM.COM

జీవితంలో పదవతరగతి పాఠశాల విద్య దశలో చివరిదని ప్రభుత్వ బాలికోన్నత పాఠశాల శాలిబండ పూర్వ ప్రధానోపాధ్యాయులు హరి నారాయణ సార్ అన్నారు.మంగళవారం నాడు పాఠశాల ప్రాంగణంలో పదవతరగతి విద్యార్థులకు విడ్కోలు సమావేశాల సందర్భంగా ఏర్పాటు చేసిన కార్యక్రమంలో ఆయన ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొని ప్రసంగించారు.
పదవ తరగతి విద్యార్థులకు సమాజం లో అనేక అవకాశాలు ఉన్నాయని ఆయన అన్నారు.ఇంచార్జి ప్రధానోపాధ్యాయులు అంజలి మాట్లాడుతూ పదవ తరగతి పరిక్షలకు సిద్ధమయ్యే విద్యార్థులు ప్రశాంతంగా ఉండాలని ఒత్తిడికి మానసిక సంఘర్షణకు గురికావోద్దని అన్నారు.ఈ కార్యక్రమంలో ఎస్.అనిరుద్దరావు, మధుసూదనరావు, డాక్టర్.ఎస్.విజయ భాస్కర్, సంధ్య, మంజుల, ప్రమీల,నవనీత, సుధేష్ణ తదితర ఉపాధ్యాయులు పాల్గొన్నారు.పదవ తరగతి విద్యార్థులు పాఠశాల లో తమ అనుభవాలను పంచుకున్నారు.

సావిత్రిబాయి పూలే వర్ధంతి సందర్భంగా

9581419999
ఉదయం జాతీయ తెలుగు దిన పత్రిక
WWW.METROUDYAM.COM

విద్యావంతురాలు

మొట్టమొదటి మహిళా ఉపాధ్యాయురాలు
మహిళలకు విద్యనందించిన విద్యావంతురాలు
గృహంలోని విద్య నేర్చుకున్న జ్ఞానవంతురాలు
భౌతికదాడులను ఎదుర్కొన్న ధీరురాలు
నిమ్నజాతులకు చదువు నేర్పిన సహాయకురాలు
అవమానాలు భరించిన ఆదర్శవంతురాలు
సామాజసమస్యలను తీర్చిన చైతన్యవంతురాలు
మూఢనమ్మకాలను రూపుమాపిన గుణవంతురాలు
అనాధ బాలలను ఆదుకున్న ఆదర్శవంతురాలు
రాళ్ల దెబ్బలు తిన్న ఆశయం మారని ఘటికురాలు
ప్రతిభనంతా అందించిన ప్రతిభావంతురాలు
విదవలకు శిరోమండనాన్ని ఆపిన ధైర్యవంతురాలు
మానవ హక్కుల పోరాటాన్ని నడిపిన సామాన్యురాలు
పేదల కోసం జోల పట్టిన దయాగుణరాలు
దళితులందరినీ అక్కున చేర్చుకున్న దయార్తురాలు
మహిళలందరికీ మార్గదర్శకురాల

ఈడిగ హరినాథ్ గౌడు, పాఠశాల సహాయకులు తెలుగు.బనగానపల్లె. జిల్లా: నంద్యాల

శ్రవణ భక్తి చాలును, ధన్యము.

దేవుని కథలు, నామాలు, మహిమలను వినవలెను శ్రద్ధగా.
నవవిధ భక్తులలో మొదటి స్థానములో ఉన్నది శ్రవణ భక్తి.
దైవ లీలలు ,మహత్వము వినితరించుదామని ఆరాటపడేవారు,
పురాణ కథలు విని తరించినవారు ఎందరో , మరెందరో.
ఇది భగవంతునిపై పెంచుతుంది, ప్రేమను, విశ్వాసాన్ని మరియు శ్రద్ధను .
మనస్సును ప్రశాంతపరుస్తుంది. భక్తి చైతన్యముతో నింపుతుంది.
భగవంతుని లీలలు, పురాణాలు మరియు భజనలను వినడం.
మనస్సులో భక్తి భావాన్ని పెంపొందిస్తుంది. మదిని శుద్ధి చేస్తుంది.
సుభద్ర గర్భమున ఉండి, పద్మవ్యూహం గురించి నేర్చాడు అభిమన్యుడు.
లీలావతీ గర్భాన నారదుని నోట నారాయణ మహిమలు విని తరించె, భక్త ప్రహ్లాద.
దైవిక జ్ఞానాన్ని అందిస్తుంది. తాత్వికతను పెంచుతుంది.
రామనామము వినగనే మైమరచిపోయి హనుమాన్ నృత్యం చేస్తారు .
మరణానికి ముందు హరుని భజనలు విని మోక్షం పొందెను గుణశర్మ.
ఇప్పటికీ నవరాత్రి ఉత్సవాలలో హరికథా శ్రవణం, ముక్తిదాయకం.
భజన పాటలు పాడుతూ భక్త జనులు ఆహ్లాదం పొందుతారు.
చెక్కభజనలకు పదం కలిపి ఆడిపాడుతూ, భక్తితో మైమరచిపోతారు.
భక్తి భావనతో పాడిన పాటకు మూగ మాట్లాడుతుంది.
డప్పుమోతలు, వీరతాళ్ళు అమ్మ వంటిపై పూనుతుంది.
శ్రవణ భక్తి గొప్పదనం గ్రామాలలో చూస్తే తెలుస్తుంది.

రచన: ముక్కా సత్యనారాయణ పెనుగంచిప్రోలు, ఎన్టీఆర్ జిల్లా

శివోహం (శివుడు లయకారుడు)

9581419999
ఉదయం జాతీయ తెలుగు దిన పత్రిక
WWW.METROUDYAM.COM

హిందూ మతంలోని
ప్రధాన దేవతలలో
శివుడు ఒకదేవత....

శివ అనగా సంస్కృతంలో
శుభం, సౌమ్యం
అని అర్థాలు...

శివుడు
హిందువులు పూజించే
దేవుళ్లలో ప్రథముడు....

శివుడు హిందూ దేవతలైన
త్రిమూర్తులలో చివరివాడైన
లయకారుడు...

శివ అంటే మంగళము,
పరమ మంగళకరమైనది
శివస్వరూపం...

శివుడు పశుపతిగాను,
లింగం రూపంలలోను అనాదినుండే
పూజలందుకునే దైవం...

వేదాలలో రుద్రునిగా పేర్కొనబడే
శివుని అలయాలే
దేశమంతటా ఎక్కువ...

శివ అనగా
కల్మషము లేని వాడని
ఆది శంకరాచార్యుల కథనం...

ప్రకృతి యొక్క
సత్వ, తమో, రజో గుణాలేవీ
అంటని వాడని అర్థం...

స్వామి చిన్మయానందుల
వారి ప్రకారం
శివుడు అనగా అనంత పరిశుద్ధుడు...

ప్రకృతి యొక్క ఏ గుణములు
అతడిని కళంకితుడిని
చేయలేవని అర్థము....

అందుచేత శివనామస్మరణంతోనే
సకలజనులని పరిశుద్ధం చేయువాడని
శివుని పూజ హైందవుల కర్తవ్యం...

-డా. మొహమ్మద్‌షకీల్ తాజ్‌మొహమ్మద్ జాఫరీ, మంచర్ (పూణే) మహారాష్ట్ర, భారత్

22న నర్మెట్ట ఆయిల్ పామ్ యూనిట్ ప్రారంభోత్సవం

- 20 నుంచి 22 వరకు రైతు మేళా నిర్వహణ
- ప్రారంభోత్సవ కార్యక్రమ వేడుకలపై మంత్రి తుమ్మల సమీక్ష

హైదరాబాద్,మార్చి10 రాష్ట్రంలో ఆయిల్ పామ్ సాగు అభివృద్ధి దిశగా మరో కీలక అడుగు పడుతోందని రాష్ట్ర వ్యవసాయశాఖ మంత్రి తుమ్మల నాగేశ్వరరావు తెలిపారు. సిద్ధిపేట జిల్లాలోని నంగునూరు మండలం నర్మెట్ట గ్రామంలో నిర్మించిన ఆధునిక ఆయిల్ పామ్ ప్రాసెసింగ్ యూనిట్‌ను ఈ నెల 22వ తేదీన గౌరవ ముఖ్యమంత్రి గారి చేతుల మీదుగా ఘనంగా ప్రారంభించనున్నట్లు మంత్రి పేర్కొన్నారు. ప్రస్తుతం రాష్ట్రంలో భద్రాద్రి కొత్తగూడెం జిల్లాలో తెలంగాణ ఆయిల్ ఫెడ్ ఆధ్వర్యంలో స్థాపించబడిన రెండు ఆయిల్ పామ్ ప్రాసెసింగ్ మిల్లులు నిర్వహణలో ఉన్నాయని మంత్రి తెలిపారు. ఈ మిల్లుల సమిష్టి సామర్థ్యం గంటకు 120 మెట్రిక్ టన్నులు గా ఉందని చెప్పారు. ఈ ప్రాసెసింగ్ యూనిట్లు ఆయిల్ పామ్ రైతులు పండించే పండ్లను త్వరితగతిన ప్రాసెస్ చేసి వారికి సరైన మార్కెట్ అవకాశాలు కల్పిస్తూ కీలక పాత్ర పోషిస్తున్నాయని వివరించారు. ఈ నేపథ్యంలో తెలంగాణ ఆయిల్ ఫెడ్ సిద్ధిపేట జిల్లాలోని నంగునూరు మండలం నర్మెట్ట గ్రామంలో సుమారు రూ.300 కోట్ల అంచనా వ్యయంతో ఆధునిక ఆయిల్ పామ్ ప్రాసెసింగ్ ఫ్యాక్టరీని నిర్మించిందని మంత్రి తెలిపారు. ప్రారంభ దశలో ఈ యూనిట్ గంటకు 30 టన్నుల (30 ÷ఖఊ) సామర్థ్యంతో పనిచేయనుండగా, భవిష్యత్తులో దీనిని గంటకు 120 టన్నుల (120 ÷ఖఊ) వరకు విస్తరించే విధంగా రూపకల్పన చేసినట్లు చెప్పారు. సుమారు రూ.300 కోట్ల వ్యయంతో నిర్మించిన ఈ ఆధునిక ప్రాసెసింగ్ యూనిట్ ఆయిల్ పామ్ రైతులకు ఎంతో మద్దతుగా నిలవనుందని మంత్రి పేర్కొన్నారు. ఈ యూనిట్ ప్రారంభంతో ఆయిల్ పామ్ సాగు చేస్తున్న రైతులకు ప్రాసెసింగ్, నిల్వ మరియు మార్కెటింగ్ సౌకర్యాలు మరింత సులభంగా అందుబాటులోకి రానున్నాయని మంత్రి తెలిపారు. రైతులు తమ పంటలను నేరుగా ఈ ప్రాసెసింగ్ యూనిట్‌కు తీసుకువచ్చి ప్రాసెస్ చేయించుకునే అవకాశం ఉంటుందని చెప్పారు. ఆధునిక సాంకేతికతతో నూనె తయారీ జరగడం వల్ల నాణ్యత మెరుగుపడటంతో పాటు రైతులకు మెరుగైన ధరలు లభించే అవకాశం ఉంటుందని మంత్రి వివరించారు. ఈ ప్రారంభోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని వ్యవసాయ మరియు అనుబంధ శాఖల ఆధ్వర్యంలో ఈ నెల 20 నుంచి 22 వరకు మూడు రోజుల పాటు రైతు మేళా నిర్వహించనున్నట్లు మంత్రి తెలిపారు.

వైద్య ఖర్చులకు మానవత సహకారం..!

- కూలి కుటుంబానికి తోటి ఉద్యోగ,కూలీలు సాయం
- మానవత్వం బతికే ఉందని చెయ్యందించారు
- వైద్య ఖర్చులకు సేకరించి ఆసరాగా నిలిచారు

ఎమ్మిగనూరు మెట్రో ఉదయం (మార్చి 10) పట్టణంలోని మున్సిపల్ కార్యాలయంలో పబ్లిక్ హెల్త్ (పి.హెచ్) వర్కర్‌గా పనిచేస్తున్న సరోజమ్మ కుమారుడు బసవరాజు గుండె సంబంధిత వ్యాధితో (గుండెలో రంధ్రం) బాధపడుతున్న విషయం తెలుసుకున్న తమ తోటి మున్సిపల్ సిబ్బంది మేమున్నామంటూ బాలుని వైద్య ఖర్చులకోసం రూ.80,000 సేకరించి బాధితురాలు సరోజమ్మకు మున్సిపల్ కమిషనర్ ఎన్.గంగారెడ్డి ఆధ్వర్యంలో అందజేశారు.ఈ సందర్భంగా కమిషనర్ మాట్లాడుతూ తోటి సిబ్బంది ఆపదలో ఉన్నప్పుడు మానవతా దృక్పథంతో స్పందించిన ప్రతి ఒక్కరికి కృతజ్ఞతలు తెలియజేశారు.బాలుడు త్వరగా కోలుకోవాలని ఆకాంక్షించారు.తమ కుటుంబానికి అండగా నిలిచిన మున్సిపల్ అధికారులకు మరియు తోటి సిబ్బందికి సరోజమ్మ కుటుంబ సభ్యులు కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.ఈ కార్యక్రమంలో మున్సిపల్ డిఈఈలు నీరజ,రాజు నాయక్,రెవెన్యూ ఆఫీసర్ (ఆర్వో)అస్లాం బాషా,శానిటేషన్ ఇన్స్పెక్టర్ శ్రీనివాసులు,మేస్త్రి ఈరేష్,స్వర్ణ వార్డు అసోసియేషన్ ప్రతినిధులు గోవిందరాజులు, రవికిరణ్,లక్ష్మన్న,హంపిరెడ్డి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

బాసర నుంచి భద్రాచలం వరకు అభివృద్ధికి ప్రణాళికలు

గోదావరి పుష్కరాల కేబినెట్ సబ్ కమిటీ సమావేశంలో మంత్రి పొంగులేటి

హైదరాబాద్,మార్చి10 వచ్చే ఏడాది జరుగనున్న గోదావరి పుష్కరాల నేపథ్యంలో బాసర నుంచి భద్రాచలం వరకు గోదావరి పరివాహక ప్రాంతంలో ఉన్న అన్ని ప్రధాన ఆలయాలు, పురాతన ఆలయాలను అభివృద్ధి చేసేలా ప్రణాళికలు తయారు చేయాలని రాష్ట్ర రెవెన్యూ హౌసింగ్, సమాచార పౌరసంబంధాల శాఖ మంత్రి పొంగులేటి శ్రీనివాస రెడ్డి అధికారులను ఆదేశించారు. మంత్రి శ్రీధర్ బాబు అధ్యక్షతన మంగళవారం సచివాలయంలో జరిగిన గోదావరి పుష్కరాల కేబినెట్ సబ్ కమిటీ సమావేశంలో మంత్రి పొంగులేటి మాట్లాడుతూ రాష్ట్రంలోని ప్రముఖ దేవాలయాల అభివృద్ధికి సమగ్ర రోడ్ల అనుసంధానం కల్పించే విధంగా ప్రత్యేక ప్రణాళిక రూపొందించాలని అధికారులకు సూచించారు. రాష్ట్రంలో ఉన్న ప్రముఖ దేవాలయాలను ప్రధాన రహదారులతో అనుసంధానం చేసే విధంగా ఒక సమగ్ర మాస్టర్ ఎ÷-లాన్ రూపొందించాలని మంత్రి పేర్కొన్నారు. అవసరమైన చోట రోడ్ల

నిర్మాణం, అభివృద్ధి కోసం ఎంత మేర నిధులు అవసరమో ఆర్థిక పరమైన అంశాలను కూడా పరిగణనలోకి తీసుకొని ప్రతిపాదనలు సిద్ధం చేయాలని అధికారులకు సూచించారు. బాసర, భద్రాచలం, కొండగట్టు ఆంజనేయ స్వామి దేవాలయం వంటి ప్రసిద్ధ క్షేత్రాలే కాకుండా మధ్యలో ఉన్న ఇతర ప్రముఖ దేవాలయాలకు కూడా సౌకర్యవంతమైన రోడ్ల కనెక్టివిటీ కల్పించాలనే ఉద్దేశంతో ఈ ప్రణాళిక రూపొందించాలని మంత్రి తెలిపారు. ప్రధాన రహదారులతో దేవాలయాలను అనుసంధానం చేస్తూ ఒకేసారి సమగ్ర ప్రణాళిక అమలు చేసేలా చర్యలు తీసుకోవాలని అన్నారు.బాసర దేవాలయానికి ఇప్పటికే మాస్టర్ ఎ÷-లాన్ ఆమోదం ఉన్నందున, భద్రాచలం దేవస్థానం మాస్టర్ ఎ÷-లాన్ ను కూడా ఈ కమిటీలో చర్చించి ముఖ్యమంత్రి గారి ఆమోదం తీసుకోవాలని అన్నారు.

మంత్రి పొంగులేటితో వేం నరేందర్ భేటీ

హైదరాబాద్,మార్చి10 రాజ్యసభ సభ్యునిగా ఎన్నికైన వేం నరేందర్ రెడ్డి మంగళవారం రాష్ట్ర రెవెన్యూ, హౌసింగ్, సమాచార, పౌరసంబంధాల శాఖ మంత్రి పొంగులేటి శ్రీనివాస్ రెడ్డిని ఆయన నివాసంలో మర్యాదపూర్వకంగా కలిశారు. సందర్భంగా మంత్రి పొంగులేటి శ్రీనివాస్ రెడ్డి, రాజ్యసభ సభ్యునిగా ఎన్నికైన వేం నరేందర్ రెడ్డికి హృదయపూర్వక శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. ప్రజాసేవలో ఆయనకు ఉన్న అనుభవం, నిబద్ధత మరియు అంకితభావం తెలంగాణ గళాన్ని దేశ రాజధానిలో బలంగా వినిపించడానికి ఎంతో దోహదపడతాయని మంత్రి ఆకాంక్షించారు.÷రాజ్యసభలో ఆయన పార్లమెంటరీ ప్రస్థానం విజయవంతంగా సాగుతూ, ప్రజలకు మరింత సేవ చేసే అవకాశం కలగాలని మంత్రి పొంగులేటి శ్రీనివాస్ రెడ్డి మనస్ఫూర్తిగా ఆకాంక్షించారు.

చిత్రోదయం

నెట్టింట రామాయణం ఫోటోలు

అవి నకిలీవంటూ చిత్రబృందం కామెంట్

భారీ బడ్జెట్‌తో బాలీవుడ్ నుంచి రాబోతున్న ప్రతిష్టాత్మక చిత్రం 'రామాయణం'కు సంబంధించి సోషల్ మీడియాలో ఒక ఫొటో తెగ వైరలవుతున్నాయి. ఈ సినిమా షూటింగ్ సెట్స్ నుంచి రాముడిగా నటిస్తున్న రణబీర్‌తో పాటు సీతగా నటిస్తున్న సాయి పల్లవిల ఫొటోలు లీక్ అయ్యాయంటూ సోషల్ మీడియాలో ప్రచారం జరుగుతుంది. అయితే ఈ ప్రచారంపై చిత్రబృందం స్పందిస్తూ.. ఆ ఫొటోలు నకిలివని.. అవి ఆర్టిఫిషియల్ ఇంటెలిజెన్స్ సాంకేతికతతో సృష్టించిన ఫేస్-స్వాప్ చిత్రాలని చిత్రబృందం తెలిపింది. 2015లో ప్రసారమైన 'సియా కే రామ్' సీరియల్‌లోని స్టిల్స్‌ను తీసుకుని, అందులోని నటీనటుల ముఖాలకు బదులుగా రణబీర్, సాయి పల్లవి ముఖాలను ఆకతాయిలు ఎడిట్ చేసినట్లు చిత్రబృందం తెలిపింది.నితీష్ తివారీ దర్శకత్వంలో రాబోతున్న ఈ చిత్రంలో రణబీర్ కపూర్, సాయి పల్లవితో పాటు రావణుడిగా యశ్, హనుమంతుడిగా సన్నీ డియోల్ నటిస్తున్నారు. ఈ భారీ చిత్రం రెండు భాగాలుగా విడుదల కానుంది. ఇందులో మొదటి భాగం 2026 దీపావళికి ప్రేక్షకుల ముందుకు వచ్చే అవకాశం ఉండగా అధికారిక పోస్టర్లు త్వరలోనే విడుదల కానున్నాయి.

రామ్‌చరణ్ కోసం రెండు వర్షన్లలో కథ

దర్శకుడు సుకుమార్ స్పష్టీకరణ

రామ్‌చరణ్ హీరోగా సుకుమార్ దర్శకత్వంలో ఓ సినిమా రానున్న విషయం తెలిసిందే. 'ఆర్సీ 17'గా ఇది ప్రచారంలో ఉంది. ఇటీవల ఈ సినిమా గురించి సుకుమార్ అసిస్టెంట్, దర్శకుడు హుస్సేన్ షా కిరణ్ ఓ కార్యక్రమంలో మాట్లాడుతూ చేసిన కామెంట్స్ అభిమానుల ను గందరగోళానికి గురిచేశాయి. తాజాగా ఆయన తన కామెంట్స్‌పై క్లారిటీ ఇచ్చారు. రామ్ చరణ్ సినిమా కోసం రెండు కథలు రాస్తున్నట్లు హుస్సేన్ షా చెప్పారు. దీంతో కథ ఇంకా ÷నైల్ కాలేదని, సినిమా సెట్స్ పైకి వెళ్లడానికి చాలా సమయం పడుతుందేమోనని మెగా అభిమానులు ఆందోళన చెందారు. తాజాగా ఆ కామెంట్స్‌పై ఆయన క్లారిటీ ఇచ్చారు. రెండు కథలు కాదని.. ఒకే కథ రెండు వెర్షన్‌లు సిద్ధం చేస్తున్నట్లు వివరించారు. వాటిలో అత్యుత్తమమైన దాన్ని ఎంపిక చేసుకుంటారని ఆయన స్పష్టం చేశారు. ఆర్సీ17 చిత్రానికి సంబంధించిన కథ ఇప్పటికే పూర్తిగా లాక్ అయిందని, సినిమా ఆలస్యం అవుతుందన్న వార్తల్లో వాస్తవం లేదని అన్నారు. 'రంగస్థలం' వంటి బ్లాక్ బస్టర్ తర్వాత సుకుమార్ - రామ్‌చరణ్ కాంబినేషన్‌లో రానుండడంతో దీనిపై అంచనాలు నెలకొన్నాయి. ప్రస్తుతం చరణ్ 'పెద్ది'తో బిజీగా ఉన్నారు. బుచ్చిబాబు దర్శకత్వంలో రూపొందుతోన్న ఈ చిత్రం ఏప్రిల్ 30న విడుదల కానుంది.

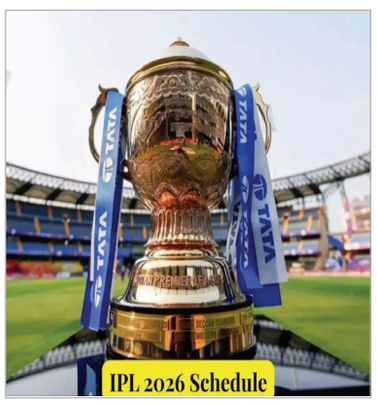
ప్రభాస్ స్పిరిట్ కోసం అభిమానుల ఎదురుచూపు

యాక్షన్ డ్రామాతో..పోటీ సెంటిమెంట్స్

రాజాసాబ్ డిజాస్టర్‌తో ఇప్పుడు ప్రభాస్ అభిమానులు ఆయన తదుపరి సినిమా స్పిరిట్ కోసం తెగ ఎదురు చూస్తున్నారు. ప్రభాస్ నటిస్తున్న భారీ ప్రాజెక్ట్‌లలో ప్రేక్షకులు అత్యంత ఆసక్తిగా ఎదురుచూస్తున్న సినిమా స్పిరిట్ అభిమానుల అంచనాలకు తగ్గట్లుగా రూపొందిం చడంలో దర్శకుడు సందీప్ రెడ్డి వంగా ప్రయత్నిస్తు న్నారు. ఈ చిత్రం ఒక పవర్‌ఫుల్ కాప్ యాక్షన్ డ్రామాగా రూపొందుతోంది. ఇప్పటికే ఈ ప్రాజెక్ట్ ప్రకటించినప్పటి నుంచే సినిమాపై భారీ అంచనాలు నెలకొన్నాయి. ఈ సినిమాలో హీరోయిన్‌గా బాలీవుడ్ నటి తృప్తి దిమ్రి నటిస్తున్న విషయం తెలిసిందే. ప్రస్తుతం సినిమా షూటింగ్ శరవేగంగా కొనసాగుతోంది. ప్రస్తుత షెడ్యూల్‌లో భారీ యాక్షన్ సీక్వెన్స్ చిత్రీకరణ జరుగుతుండగా, అది పూర్తయ్యిన వెంటనే ఒక గ్రాండ్ సాంగ్‌ను షూట్ చేయాలని చిత్రబృందం ఎ÷-లాన్ చేస్తున్నట్లు సమాచారం. ఈ పాట సినిమాలో ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలవనుందని టాక్ వినిపిస్తోంది. ముఖ్యంగా ఈ సాంగ్‌లో ప్రభాస్ మాస్ స్టెప్స్‌తో పాటు తృప్తి దిమ్రి గ్లామర్ కూడా హైలైట్‌గా ఉండనుందని చెబుతున్నారు. భారీ సెట్స్, గ్రాండ్ విజువల్స్‌తో ఈ పాటను తెరకెక్కించేందుకు మేకర్స్ ఎ÷-లాన్ చేస్తున్నారని సినీ వర్గాల్లో ప్రచారం జరుగుతోంది. ఇక 'స్పిరిట్' సినిమా మొత్తంగా మాస్ యాక్షన్ ఎంటర్‌టైనర్‌గా రూపొందుతోంది. ఇందులో ప్రభాస్ ఒక పవర్‌ఫుల్ పోలీస్ ఆఫీసర్ పాత్రలో కనిపించనున్నారు. ఇప్పటికే విడుదలైన పోస్టర్ ప్రేక్షకుల్లో మంచి ఆసక్తిని రేకెత్తించింది. ముఖ్యంగా ప్రభాస్ లుక్ పూర్తిగా వైల్డ్ అండ్ మాస్ అవతార్‌లో ఉండటంతో అభిమానుల్లో ఈ సినిమాపై హైప్ మరింత పెరిగింది. కథలోని ఎమోషన్, యాక్షన్‌కు తగ్గట్టుగా బ్యాక్‌గ్రౌండ్ స్కోర్ కూడా ప్రత్యేకంగా ఉండబోతుందని సమాచారం. భారీ బ్జడెట్‌తో తెరకెక్కుతున్న ఈ సినిమాను టి-సిరీస్‌తో పాటు భద్రకాళి పిక్చర్స్ బ్యానర్‌లు సంయుక్తంగా నిర్మిస్తున్నాయి. సాంకేతికంగా కూడా ఈ సినిమా అత్యున్నత ప్రమాణాలతో రూపొందించేందుకు మేకర్స్ ప్రత్యేకంగా ప్లాన్ చేస్తున్నట్లు తెలుస్తోంది. ఇక కథ విషయానికి వస్తే, 'స్పిరిట్' మెయిన్ కాన్సెప్ట్ పూర్తిగా కొత్తగా ఉండబోతుందని సినీ వర్గాలు చెబుతున్నాయి. దర్శకుడు సందీప్ రెడ్డి వంగా తన స్టైల్‌కు తగ్గట్టుగా రియలిస్టిక్ యాక్షన్‌తో పాటు గట్టి ఎమోషనల్ ఎలిమెంట్స్ కూడా ఈ సినిమాలో చూపించనున్నారని టాక్ వినిపిస్తోంది.

క్రీడోదయం

ఐపీఎల్ 2026పై యుద్ధ నీడలు..



ప్రపంచ రాజకీయాల్లో జరుగుతున్న యుద్ధ సెగలు ఇప్పుడు క్రికెట్ మైదానాన్ని కూడా తాకాయి. ఇరాన్, ఇజ్రాయెల్, అమెరికా మధ్య నెలకొన్న ఉద్రిక్త పరిస్థితులు భారతీయ క్రీడాభిమానుల గుండెల్లో గుబులు రేపుతున్నాయి. ముఖ్యంగా దేశవ్యాప్తంగా పండుగలా జరుపుకునే ఐపీఎల్ 2026 నిర్వహణపై ఈ యుద్ధ మేఘాలు కమ్ముకున్నాయి. పెట్రోలియం ఉత్పత్తులు, ఎల్‌పీజీ సరఫరాలో ఏర్పడిన అంతరాయం కారణంగా ఈ మెగా టోర్నీకి ఆటంకాలు కలిగేలా కనిపిస్తున్నాయి. ఇప్పటికే కేంద్ర ప్రభుత్వం గృహ అవసరాలకే గ్యాస్ సరఫరాకు ప్రాధాన్యత ఇస్తామని ప్రకటించడంతో, కమర్షియల్ రంగాలపై దాని ప్రభావం తీవ్రంగా పడింది. ఐపీఎల్ గవర్నింగ్ కౌన్సిల్ చైర్మన్ అరుణ్ ధుమాల్ ఈ పరిణామాలపై స్పందించారు. పరిస్థితులు క్షణక్షణానికి మారుతున్నాయని, తాము ప్రతి అడుగును జాగ్రత్తగా గమనిస్తున్నామని ఆయన తెలిపారు. యుద్ధం కారణంగా రోజుకో కొత్త సమస్య పుట్టుకొస్తోందని, ఐపీఎల్ ప్రారంభమయ్యే సమయానికి పరిస్థితుల తీవ్రతను బట్టి తుది నిర్ణయం తీసుకుంటామని ఆయన ది న్యూ ఇండియన్ ఎక్స్‌ప్రెస్?తో పేర్కొన్నారు. మార్చి 28 నుంచి ఐపీఎల్ ప్రారంభం కావాల్సి ఉండగా, ఈ గందరగోళం వల్ల షెడ్యూల్ ప్రకటనలో జాప్యం జరుగుతోంది. యుద్ధం వల్ల చమురు సరఫరా దెబ్బతినడంతో బెంగళూరు, చెన్నై వంటి నగరాల్లోని హోటళ్లు గ్యాస్ కొరతను ఎదుర్కొంటున్నాయి. హోటల్ యజమానుల సంఘాలు తమ వద్ద కేవలం ఒకటి లేదా రెండు రోజులకు సరిపడా గ్యాస్ మాత్రమే ఉందని ఆందోళన వ్యక్తం చేస్తున్నాయి. కొన్ని హోటళ్లు ఇప్పటికే గ్యాస్ వినియోగాన్ని తగ్గించేందుకు తమ మెనూను కుదించేశాయి. ఐపీఎల్ మ్యాచులు జరిగినప్పుడు వేలాది మంది అభిమానులు, క్రీడాకారులు హోటళ్లలోనే ఉంటారు కాబట్టి, ఈ కొరత టోర్నీ నిర్వహణకు పెద్ద సవాలుగా మారింది. కేవలం గ్యాస్ సరఫరా మాత్రమే కాదు, విమాన ప్రయాణాలపై కూడా ఈ యుద్ధం తీవ్ర ప్రభావం చూపుతోంది. టీ20 వరల్డ్ కప్ ముగిసిన తర్వాత కూడా జింబాబ్వే, వెస్టిండీస్, సౌతాఫ్రికా వంటి జట్లు విమాన మార్గాల్లో అంతరాయం కలగడంతో భారత్ నుంచి వెళ్లలేక ఇక్కడే చిక్కుకుపోయాయి. ఐపీఎల్ ప్రారంభమైతే విదేశీ ఆటగాళ్లు భారత్ కు రావడం, దేశంలోని వివిధ నగరాలకు ప్రయాణించడం క్లిష్టంగా మారే అవకాశం ఉంది. మరోవైపు కొన్ని రాష్ట్రాల్లో అసెంబ్లీ ఎన్నికలు కూడా ఉండటంతో బీసీసీఐపై ఒత్తిడి పెరుగుతోంది. ఇంత గందరగోళం ఉన్నప్పటికీ, ఐపీఎల్ ఫ్రాంచైజీలు మాత్రం తమ పనిలో తాము ఉన్నాయి. చెన్నై సూపర్ కింగ్స్ , రాజస్థాన్ రాయల్స్ ఇప్పటికే ట్రైనింగ్ క్యాంప్స్ మొదలుపెట్టగా, పంజాబ్ కింగ్స్ ఆటగాళ్లు ధర్మశాలలో ప్రాక్టీస్ చేస్తున్నారు. టోర్నీ నిర్ణీత సమయానికే ప్రారంభం కావాలని ఫ్యాన్స్ కోరుకుంటున్నప్పటికీ, అంతర్జాతీయ పరిస్థితులు, ఇంధన కొరత ఐపీఎల్ 2026 భవితవ్యాన్ని తేల్చాల్సి ఉంది.

ప్రమాదంలో కోచ్ దిలీప్ భవితవ్యం?

టీ20 ప్రపంచకప్ 2026లో భారత జట్టు తిరుగులేని విజయాన్ని సాధించి ముచ్చటగా మూడోసారి విశ్వవిజేతగా నిలిచింది. ఈ చారిత్రాత్మక విజయం తర్వాత ఆటగాళ్లపై కాసుల వర్షం కురుస్తోంది. అజేయంగా టోర్నీని ముగించిన సూర్యకుమార్ యాదవ్ సేనకు బీసీసీఐ ఇప్పటికే రూ.131 కోట్ల భారీ నజరానా ప్రకటించింది. అయితే, ఒకవైపు ఈ సంబరాలు జరుగుతుం డగానే.. మరోవైపు జట్టులోని ఒక కీలక వ్యక్తి భవితవ్యంపై నీలినీడలు కమ్ముకున్నాయి. ఆయనే టీమిండియా ఫీల్డింగ్ కోచ్ టి.దిలీప్.భారత జట్టు ప్రపంచకప్ గెలిచినప్పటికీ, టోర్నీ పొడవునా టీమిండియా ఫీల్డింగ్ తీరు విమర్శలకు గురైంది. ఈ టోర్నీలో అత్యధిక క్యాచ్‌లు చేజార్చిన జట్టుగా భారత్ నిలవడం ఆందోళన కలిగిస్తోంది. ఫైనల్‌లో కూడా ఫీల్డింగ్ తప్పిదాలు స్పష్టంగా కనిపించాయి. 2021 నుంచి జట్టుతో ఉన్న టి. దిలీప్ కాంట్రాక్ట్ జూన్ 2026తో ముగియనుంది. ఈ నేపథ్యంలో, అతనిని కొనసాగిస్తారా లేక కొత్త ముఖాన్ని వెతుక్కుంటారా అన్నది ఇప్పుడు బీసీసీఐ ముందున్న పెద్ద ప్రశ్న. వాస్తవానికి, టి.దిలీప్ ప్రస్థానం ఎన్నో మలుపులతో సాగింది. రాహుల్ ద్రవిడ్ హయాంలో ఎంట్రీ ఇచ్చిన ఆయన, 2024 టీ20 వరల్డ్ కప్ తర్వాత తప్పుకోవాల్సి ఉంది. అయితే అప్పుడు ఆయన పదవీకాలాన్ని మార్చి 2025 వరకు పొడిగించారు. ఆస్ట్రేలియా పర్యటనలో ఫీల్డింగ్ వైఫల్యాల వల్ల మధ్యలోనే ఆయనను తొలగించినప్ప టికీ, కెప్టెన్ రోహిత్ శర్మ జోక్యం చేసుకుని గౌతమ్ గంభీర్, బోర్డుని రిక్వెస్ట్ చేయడంతో దిలీప్‌కు మరో ఏడాది ఎక్స్‌టెన్షన్ లభించింది. ఇంగ్లాండ్ పర్యటన నుంచి ఆయన మళ్లీ బాధ్యతలు చేపట్టారు. కానీ ఇప్పుడు వరల్డ్ కప్ ముగియడం, ఫీల్డింగ్ ప్రమాణాలు ఆశించిన స్థాయిలో లేకపోవడంతో బోర్డు పునరాలోచనలో పడింది.గతంలోనే టి.దిలీప్‌కు ప్రత్యామ్నాయంగా విదేశీ ఫీల్డింగ్ కోచ్ కోసం బీసీసీఐ వేట సాగించింది. కానీ సరైన అభ్యర్థి దొరకకపోవడంతో మళ్లీ దిలీప్‌కే అవకాశం ఇచ్చారు. హైదరాబాద్‌కు చెందిన దిలీప్, 2007 నుంచి 2019 వరకు హైదరాబాద్ క్రికెట్ అసోసియేషన్‌లో, ఆపై ఎన్ సీఏలో పనిచేసిన అనుభవం ఉన్నప్పటికీ.. ప్రస్తుతం అంతర్జాతీయ స్థాయిలో ఇతర జట్లతో పోటీ పడాలంటే మరింత అధునాతన ఫీల్డింగ్ మెళకువలు అవసరమని బోర్డు భావిస్తోంది. బెంగళూరులోని సెంటర్ ఆఫ్ ఎక్సలెన్స్ కోసం కూడా కొత్త కోచ్‌ల కోసం దరఖాస్తులు ఆహ్వానించడం చూస్తుంటే, టీమిండియా ప్రధాన జట్టులోకి కూడా కొత్త ఫీల్డింగ్ కోచ్ వచ్చే అవకాశాలు మెండుగా ఉన్నాయి.

Edited, Published and Owned by Lakshmi Narayana.B and printed at Dohil Publications. #B 28/07, R.G.K. Apartments, All India Radio Station Lane, Bellary Road, Kurnool - 518003.A.P.And Published from # B 28/07, R.G.K. Apartments. All India Radio Station Line Bellary Road, Kurnool - 518 003. A.P. Editor Lakshmi Narayana. B Reg. No. APTEL/2013/51636. Email.telugudailyudayam.gmail.com, dohilpublications@gmail.com, Web:www.metroudayam.com, Cell: +91-916-000-3999, +91-916-000-4999, +91-916-000-5999.