



02

6.11.2025

గురువారం Thursday

సంపుటి (Volume): 10

సంచిక (Issue): 197

పేజీలు: 8

Pages: 8

వెల : 2

Published from : Karimnagar

సమస్త విదేనా
జనం కోసం జనతా..
ఇదే మా లక్ష్యం
ప్రజలు, ప్రభుత్వానికి మధ్య వారధి మీడియా
ప్రజా సమస్యలను వెలికితీసి..
వారి పరిష్కారానికి పునాది వేసి మీడియా
మీ సమస్త విదేనా మీ తరువున నిలబడి
అటు అధికారులను గానీ, ఇటు రాజకీయ నాయకులను గానీ
నిలదీస్తూ, విజ్ఞాన దిగ్గజాలైన తెలుగుదేశం జనతా..
రండి..మీ కలాన్ని కదపండి..
మీ గళాన్ని వినిపించండి.
అందరం కలిసికట్టుగా..
"జనతా"తో కలిసి ప్రజా సమస్యలపై పోరాడుదాం..!!
మొత్తాని దిక్కుతో విని చేద్దాం.. శగ్ధులే..!
జనం కోసం "జనతా"..
బెత్తాపాకులు..
సంప్రదించాల్సిన మొబైల్ నంబర్.. 7989867251
- ఎడిటర్



బీహార్ లో నేడు తొలి దశ పోలింగ్

భారీగా ఏర్పాట్లు చేసిన ఎన్నికల సంఘం 18 జిల్లాల్లోని 121 నియోజకవర్గాల్లో తొలిదశ ఓటింగ్ ఉదయం 7 నుంచి సాయంత్రం 6 వరకు పోలింగ్

.. వివరాలు 3లో



గతేడాది హర్యానా అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో ఓట్ల చోరీ

25 లక్షల ఓట్లు నకిలీవేసిన గుర్తించాం: రాహుల్ గాంధీ

రాహుల్ వ్యాఖ్యలను తోసిపుచ్చిన ఎన్నికల సంఘం

.. వివరాలు 3లో

ఆ పార్టీలు ఒక్కటే!

త్వరలోనే బీజేపీలో బీఆర్ఎస్ విలీనం.. ఈ రెండు పార్టీలు ఒక్కటే అని రుజువయ్యింది



గత పార్లమెంట్ ఎన్నికల్లో వీరి బంధం బట్టబయలు

మైనార్టీలకు కాంగ్రెస్ అండ ఉంటుందన్న సీఎం రేవంత్ రెడ్డి

రేవంత్తో భేటీ అయిన కైస్తవ సంఘాల నేతలు

కారు గుర్తుకు ఓటేస్తే కమలానికి వేసినట్లేనని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి అన్నారు. ఇవాళ జూబ్లీహిల్స్ క్రైస్తవ సంఘాల ప్రతినిధులు సీఎం రేవంత్ రెడ్డిని ఆయన నివాసంలో కలిశారు. కాంగ్రెస్ కు సంపూర్ణ మద్దతు ప్రకటించారు. కాంగ్రెస్ అభ్యర్థి నవీన్ యాదవ్ గెలుపు కోసం కృషి చేస్తామని చెప్పారు. సీఎం మాట్లాడుతూ.. జూబ్లీహిల్స్ లో మైనార్టీలను మద్దతుపట్టేందుకు కుట్రలు జరుగుతున్నాయని చెప్పారు.

జనతా స్టూన్స్, హైదరాబాద్ : బీఆర్ఎస్ పార్టీని బీజేపీకి మాజీ సీఎం కేసీఆర్ తాకట్టు పెట్టారని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి పాకింగ్ కామెంట్స్ చేశారు. పార్లమెంటు ఎన్నికల్లో బీఆర్ఎస్ అభ్యర్థులకు ఎనిమిది ఛోట్ల డిపాజిట్ కూడా రాకపోవడానికి కుమ్మక్క రాజకీయాల్లో కారణమని విమర్శించారు. బీజేపీలో బీఆర్ఎస్ విలీనం ఎంతోదూరం లేదన్నారు. ఈ మేరకు ఈ రెండు పార్టీలు ఒక్కటే అంటూ బీఆర్ఎస్, బీజేపీపై రేవంత్ రెడ్డి సంచలన వ్యాఖ్యలు చేశారు. ప్రధానమంత్రి నరేంద్రమోదీకి మద్దతు ఇస్తున్న కేసీఆర్ తెలంగాణకి అత్యంత ప్రమాదకరమని అక్షేపించారు. జూబ్లీహిల్స్ ఉప ఎన్నికలో కారు గుర్తుకు ఓటేస్తే కమలం గుర్తుకు వేసినట్లేనని ఆరోపించారు. జూబ్లీహిల్స్ క్రైస్తవ సంఘాల ప్రతినిధులు, పార్సీస్ సీఎం రేవంత్ రెడ్డిని బుద్ధవారం కలిశారు. ఈ క్రమంలో సీఎంత్ క్రైస్తవ సంఘాల ప్రతినిధులు సమావేశం అయ్యారు. ఈ సేవధ్యంలో జూబ్లీహిల్స్ ఉప ఎన్నిక కాంగ్రెస్ అభ్యర్థి నవీన్ యాదవ్ కు క్రైస్తవ సంఘాల ప్రతినిధులు, పార్సీస్ సంపూర్ణ మద్దతు ప్రకటించారు.

మిగతా 2 లో

కాంగ్రెస్ అభ్యర్థిని గెలిపిస్తే మరింతగా అభివృద్ధి

అజారుద్దీన్ కు మంత్రి పదవి ఇస్తే ఎందుకు నోషా కాంగ్రెస్ అంటే ముస్లింలు.. ముస్లింలు అంటే కాంగ్రెస్ మైనార్టీల మద్దతుతోనే తాను కొడంగల్లో గెలిచా జూబ్లీహిల్స్ లో మరోమారు సీఎం రేవంత్ ప్రచారం



మిగతా 2 లో



బీహార్ లో ఎన్డీయే కూటమిదే విజయం

మరోమారు ప్రజలు పట్టం కట్టబోతున్నారు ప్రజల్లో మార్పు గమనించానన్న మోదీ

జనతా స్టూన్స్, న్యూఢిల్లీ : బీహార్ లో గత ఇరవై ఏళ్లలో కనిపిస్తున్న ఎరగని విజయాన్ని ఎన్డీయే కూటమి ఈసారి సాధించడంతోందని, ఓటర్లు ఆ మేరకు ఇప్పటికే ఒక నిర్ణయానికి వచ్చారని ప్రధాని నరేంద్రమోదీ తెలిపారు. మరోమారు ఎన్డీఎడే బీహార్ అని అన్నారు. ప్రజల్లో కనిపిస్తున్న మార్పునకు ఇది సంతోషం అన్నారు. 'ఆటవిక రాజ్య' నేతలు చిత్తుచిత్తుగా ఓడిపోవడం ఖాయమని జోస్యం చెప్పారు. బీహార్లో తాను ఎన్నికల ప్రచారం

మిగతా 2 లో

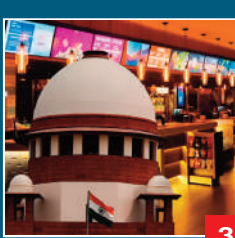
మహిళా క్రికెట్ జట్టుకు మోడీ ఆతిథ్యం

వారిని మనసారా అభినందించిన ప్రధాని



మల్టీప్లెక్సుల్లో మండుతున్న ధరలు

ఇలా అయితే థియేటర్ల మూత తప్పదు హెచ్చరించిన సుప్రీంకోర్టు



3

నువ్వు మగాడివైతే.. మగ పుట్టుక పుడితే..

దమ్ముంటే అభివృద్ధిపై చర్చిద్దాం రా!



ఎవరి హయాంలో ఏం చేశామో వివరిద్దాం సీఎం రేవంత్ కు కేటీఆర్ సవాల్

రేవంత్ రెడ్డి నువ్వు మగాడివి అయితే.. మగ పుట్టుక పుడితే.. రా అభివృద్ధిపై చర్చిద్దాం.. ఎవరి నిజాయితీ పరుడో.. ఎవరు దొంగనో దేశం మొత్తం తెలుస్తోంది అని సీఎం రేవంత్ ను ఉద్దేశించి, బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ ఘాటుగా విమర్శించారు. హైదరాబాద్ అభివృద్ధిపై తనతో చర్చకు రావాలని సీఎం రేవంత్ రెడ్డికి కేటీఆర్ సవాల్ విసిరారు. హైదరాబాద్ అభివృద్ధి ఎవరి హయాంలో ఏం జరిగిందో వివరిస్తానని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డికి బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కల్యాణకుంట్ల తారక రామారావు కౌంటర్ ఇచ్చారు.



కూతురి కులాంతర వివాహం

సమ్మించి కిడ్నాప్ చేయబోయిన తల్లిదండ్రులు

.. వివరాలు 2లో

కర్ణాటకలో రోడ్డు ప్రమాదం

సబుగురు సంగారెడ్డి జిల్లా వాసుల మృతి

.. వివరాలు 2లో



దారుణం

రెండేళ్ల కూతురితో సహా హుస్సేన్ సాగర్ లో దూకి తల్లి ఆత్మహత్య!

కుటుంబ కలహాలతో రెండున్నరేళ్ల కుమార్తెతో కలిసి ఓ తల్లి హుస్సేన్ సాగర్లో దూకి ఆత్మహత్య చేసుకుంది.

.. వివరాలు 2లో



3

కాంగ్రెస్ ను ప్రజలు నమ్మడం లేదు

ఇంటింటి ప్రచారంలో కిషన్ రెడ్డి

జూబ్లీహిల్స్ నియోజకవర్గానికి కాంగ్రెస్ ఏం చేస్తుందో చెప్పకుండా ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి ప్రజలను తప్పుదోవ పట్టిస్తున్నారని కేంద్ర మంత్రి కిషన్ రెడ్డి విమర్శించారు. రెండేళ్లలో ఏం చెప్పారో.. ఏం జరిగిందో ప్రజలకు తెలిసిపోయిందని, కాంగ్రెస్ పార్టీని ప్రజలు నమ్మే పరిస్థితి లేదన్నారు.

ఛత్తీస్ గఢ్ లో మరో ఎన్కౌంటర్ ముగ్గురు మావోల హతం

ఛత్తీస్ గఢ్ - తెలంగాణ సరిహద్దు బీజాపూర్ జిల్లాలో భారీ ఎన్కౌంటర్ పోటుచేసుకుంది. భద్రతా దళాలు, మావోయిస్టుల మధ్య జరిగిన ఎదురు కాల్పుల్లో ముగ్గురు మావోయిస్టులు చనిపోయినట్లు తెలుస్తోంది.



2



2

కార్తీక పౌర్ణమి సందడి

● నదీతీరాల్లో పుణ్యస్నానాలు

● ఆలయాల్లో శైవరాధన..

తెలుగు రాష్ట్రాల్లో కార్తీకపౌర్ణమిని ఘనంగా జరుపుకున్నారు. ఉసిరి చెట్టు కింద దీపారాధన చేసి, అరటి దొప్పలలో దీపాలను నదిలో వదిలారు.



కేసీఆర్ ప్రభుత్వ హయాంలో జూబ్లీహిల్స్ నియోజకవర్గ అభివృద్ధికి రూ.5,328 కోట్లు ఖర్చు చేశామని.. మెట్రోపాలిటన్ రూ.1,722 కోట్లు ఖర్చు చేసినట్లు తెలిపారు. నోఆర్డీఏపీ కింద రూ.333కోట్లతో షేక్స్ పిట్స్ పై ఓవర్ను నిర్మించామని గుర్తు చేశారు. కేసీఆర్ హయాంలో ప్రజారోగ్యశిక్షికి పెద్దపీట వేశామన్నారు. అగ్రగణ్యత రూ.900 కోట్లతో టీవీఎస్ ఆసుపత్రిని నిర్మించామన్నారు. వెయ్యి పడకలతో టీవీఎస్ ఆసుపత్రిని నిర్మించింది వాస్తవం కాదా? అంటూ ప్రతినిధులూ, జీహెచ్ఎంసీ పరిధిలో లక్ష డబుల్ బెడ్రూంలు కట్టామని, హవేలిలోనే కట్టిన కన్స్ట్రక్షన్ 3600 డబుల్ బెడ్రూంలను పంచుకోలే చేశామన్నారు. ప్రైవేట్ వాళ్ళు కడితే ఒక్కో డబుల్ బెడ్రూంకు రూ.కోటి ఛార్జీ వసూలు చేసేవారన్నారు. ఆనూరా పెన్షన్, కల్యాణశక్తి కింద దాదాపు రూ.600 కోట్లు అందించామన్నారు. 106 మందికి దళితబంధు అందించామన్నారు. పండుగల కోసం 14కోట్లు అందించామని, అన్నపూర్ణ భోజనాల కోసం రూ.2కోట్లు చెల్లించినట్లు వివరించారు. మైనారిటీల కోసం 204 గురుకులాలను ఏర్పాటు చేశామని, రూ.51కోట్లతో గురుకులాలను ఏర్పాటు చేసినట్లు చెప్పారు. భోరబండలో నెంబల్ ఫర్ దళిత్ స్టడీస్ సెంటర్ను ఏర్పాటు చేసినట్లు గుర్తు చేశారు. పానశాలల్లో మౌలిక సౌకర్య సదుపాయాల కల్పన కోసం రూ.87కోట్లు ఖర్చు చేశామని, రూ.17కోట్లతో ఫంక్షన్ హాలు నిర్మించినట్లు తెలిపారు. రూ.455 కోట్లతో ఓ నవోద్భవ్ను కట్టామని, జూబ్లీహిల్స్లో విద్యుత్ నిర్వహణ కోసం రూ.505కోట్లు ఖర్చు చేసినట్లు చెప్పారు. పేర్లూనూ, ఇంటింటికీ తాగునీరు ఇవ్వండియ్ రూ.30కోట్లు ఖర్చు చేశామన్న కేటీఆర్.. రూ.180కోట్లు మంచినిటి కోసం ఖర్చు చేసినట్లు చెప్పుకొన్నారు. పార్కులు నిర్వహణకు రూ.205కోట్లు, డిఆర్ఎఫ్ పెట్టి ప్రజలకు సహాయక చర్యలు అందించామన్నారు. బీఆర్ఎస్ హయాంలో రూ.5328 కోట్లు ఖర్చు చేస్తే.. రెండేళ్ల రేవంత్ పాలనలో ఎంత ఖర్చు చేశారో చెప్పాలని కేటీఆర్ డిమాండ్ చేశారు. రెండేళ్లతో చేసిన అభివృద్ధిని చూపించి రేవంత్ ఓట్లు అడగాలని, గోపీనాథ్ చేసిన శిలాఫలకం జూబ్లీహిల్స్లో ఎక్కడికి పోయినా కనిపిస్తుందన్నారు. బీఆర్ఎస్ పాలనలో స్వస్థనైన రెవెన్యూతో 34 ఆవారాలు వచ్చాయని.. రేవంత్ పాలనలో ఎన్ని వచ్చాయని ప్రశ్నించారు. ప్రజలే న్యాయనిరేఖలని.. జూబ్లీహిల్స్లో సరైన జవాబిస్తారన్నారు.



ఆదిలాబాద్, నవంబర్ 5: పత్తి కాసుగోళ్లలో కేంద్ర ప్రభుత్వ రంగ సంస్థ కాలనీ కార్పొరేషన్ ఆఫ్ ఇండియా సీనియర్ వైసిఆర్ నిరసనస్థుడు బుద్ధవారం బీఆర్ఎస్ ఆధ్వర్యంలో చేపట్టిన బీజేపీ ఎంపీ నగేష్ ఇంటి ముట్టడి కార్యక్రమం ఉద్రిక్తతలకు దారితీసింది. మాజీ మంత్రి జోగ్ రామన్నతో పాటు బీఆర్ఎస్ నాయకులు, కార్యకర్తలు పెద్ద సంఖ్యలో ఎంపీ నగేష్ ఇంటి ముందు బ్రెగాయిచారు. పోలీసులు బీఆర్ఎస్ నాయకులను ఆశ్రయి సంచిత తోలగిం చేసి ప్రయత్నం చేయడంతో ఇరు పార్టీల మధ్య తోపులాట జరిగింది. ఆందోళనకు దిగిన మాజీ మంత్రి తోపాటు బీఆర్ఎస్ నాయకులు పోలీసులు అరెస్టు చేశారు. ఈ సందర్భంగా మాజీ మంత్రి జోగ్ రామన్న ముట్టాడుతూ.. సీనియర్ పీఠీల పత్తి కాసుగోళ్లను నిరాకరించు రైతులకు అన్యాయం చేస్తుందని మండిపడ్డారు. తమకు సరిబరిదం లేకుండా సీనియర్ పంటను కాసుగోళ్ల చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. ఇప్పటికే పర్కాలకు కారణంగా రైతులు పత్తి పంటను నష్టపోగా సీనియర్ పరిమితులు విధించడం సరికాదని అన్నారు. ఏకంగా 7 క్వింటాళ్ళ కాకుండా 12 క్వింటాళ్ళు కాసుగోళ్ల చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. ఏకశాల నుంచి దిగుమతి చేసుకున్న పత్తికి నుంకం తగిలి కేంద్ర ప్రభుత్వం రైతులకు అన్యాయం చేస్తుందని మండిపడ్డారు. కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాల వైసిఆర్ నితీషంగా ఖండించారు. ల్ల+తుల సమస్యలు పరిష్కారం అయ్యేంతవరకు ఆందోళన కొనసాగిస్తామని తెలిపారు.



హైదరాబాద్, నవంబర్ 5: జూబ్లీహిల్స్ నియోజకవర్గానికి కాంగ్రెస్ ఏం చేస్తుందో చెప్పకుండా ముఖ్యమంత్రి రేచంటెర్ల ప్రజలను తప్పుదోవ పట్టిస్తున్నారని కేంద్ర మంత్రి కిషన్ రెడ్డి విమర్శించారు. రెండేళ్లలో ఏం చెప్పారో.. ఏం జరిగిందో ప్రజలకు తెలిసిపోయిందని, కాంగ్రెస్ పార్టీని ప్రజలు నమ్మే పరిస్థితి లేదన్నారు. జూబ్లీహిల్స్ ఉపఎన్నిక ప్రచారంలో భాగంగా యూనస్ఫగూడ దీపిబేజ్ వెంకటగిరిలో ఆయన పాదయాత్ర నిర్వహించారు. ఇంటింటికీ వెళ్లి ఓటర్లు ఆభ్యర్థులను, కేంద్ర ప్రభుత్వ సంక్షేమ పథకాలు, చేస్తున్న అభివృద్ధి కార్యక్రమాలను వివరిస్తూ భాజపా అభ్యర్థి లంకల దీప్తి రెడ్డిని గెలిపించాలని కోరారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ.. తమకు, భారత రాష్ట్ర సమితికి మధ్య ఎలాంటి అవగాహనా ఒప్పందం జరగలేదని తేల్చిచెప్పారు. కేసీఆర్ గతంలో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వంలో కేంద్ర మంత్రిగా పనిచేశారని.. కాంగ్రెస్, భారత్ సమితి మధ్యనే అవగాహన కుదిరిందని వ్యాఖ్యానించారు. రాష్ట్రంతో మారు జూబ్లీహిల్స్ నూ ప్రజలు మారు కోరుకుంటున్నారని చెప్పారు.

ప్రమాదం నుంచి బయటపడ్డ ప్రయాణికులు

సంగారెడ్డి, నవంబర్ 5: రంగారెడ్డి జిల్లా చేపల్లె బస్సు ప్రమాదం ఘటన ఎంతటి తెలివైనది. బస్సును డిప్యూటీ లారీ డ్రీక్రాట్టర్లతో అందులోని కంకర బస్సులో పడి దాదాపు 19 మంది ప్రయాణికులు ప్రాణాలు కోల్పోయారు. ఈ ఘటన మరచక ముందే మరో ప్రమాదం చోటా చేసుకుంది. సంగారెడ్డి జిల్లాలో ఆర్టీసీ బస్సు ప్రమాదానికి గురైంది. అయితే ప్రాణాపాయం తప్పిందంతో అంతా ఊపిరి పీల్చుకున్నారు. ప్రమాదం జరిగిన వెంటనే బస్సులోని ప్రయాణికులు తీవ్ర భయందోళనకు గురయ్యారు. జాతీయ రహదారి 65 సమాఖంరో పటాన్చెరు మండలం ముత్తగి వద్ద ఆర్టీసీ బస్సుకు ప్రమాదం జరిగింది. ముందు ఉన్న కారును తప్పించుకోయి బ్రేక్ ఫెయిల్ కావడంతో బస్సు డివైడర్ పైకి దూసుకుపోయిత్తే స్తంభానికి ఢీకొట్టింది. ప్రమాద సమయంలో బస్సులో 20 మంది ప్రయాణికులు ఉన్నారు. అయితే ప్రయాణికులు ఎవరూ కూడా గాయంకావడంతో అంతా ఊపిరి పీల్చుకున్నారు. ప్రమాదానికి గురైన బస్సు మేడ్చల్ డిపోకు చెందింది. మేడ్చల్ నుంచి ఇస్కాన్పూర్ వెళ్తుండగా ప్రమాదం జరిగింది. సమాచారం అందిన వెంటనే పటాన్చెరు పోలీసులు సంఘటనా స్థలికి చేరుకున్నారు. అయితే స్పాటికేజి లోపం కారణంగా ప్రమాదం జరిగిందని పోలీసులు నిర్ధారించారు. బస్సులో ఆర్టీసీ బస్సులకు చదునగా జరుగుతున్న ప్రమాదాలతో ప్రయాణికులు భయందోళనకు గురవుతున్న పరిస్థితి.



పారిపోతుంటే పట్టుకున్నానని తెలిపారు. నాపై సోషల్ వీడియోలు వేస్తూ ప్రచారాలు చేస్తున్నారు అని ఆవేదన వ్యక్తం చేస్తూ నోట్స్ కేసు, వాహనాల దొంగతనానికి కేసులు ఉన్నాయని ప్రచారం చేస్తున్నారున్నారు. నా పేరుపై ఒక్క వాహనం పోలీస్ కేసు లేదు అని ఆసిఫ్ వెల్లడించారు. తాను కాదని.. తనది వెల్లడిం గో షాఫీ, వెల్లడిం గో మనుజుడు జమిన్ నన్నని తెలిపారు. రియల్ ఎస్టేట్ ఓకౌంటర్లపై ఫ్యాక్ట్ కమిటీ నాపై దుప్రచారం చేస్తుంది అని ఆసిఫ్ మండిపడ్డారు.



నదీతీరాల్లో పుణ్యస్నానాలు • ఆలయాల్లో శైవరాధన..కార్తీక దీపాల వెలిగింపు

హైదరాబాద్/ఆంధ్రప్రదేశ్, నవంబర్ 5: తెలుగు రాష్ట్రాల్లో కార్తీకపౌర్ణమిని ఘనంగా జరుపుకున్నారు. వేకువ జామునే సముద్ర, నదీస్నానాలు ఆచరించారు. దగ్గరలోని ఆలయాలకు వెళ్లి అభిషేకాలు, ప్రత్యేక పూజలు చేపట్టారు. గోదావరి, కృష్ణానదీల్లో స్నానం చేయడంతో పాటు, తీరప్రాంతాల్లో ఆలయాల్లో సందర్శన నిలకొంది. ఇకపోతే శివాలయాలలో ప్రత్యేక పూజలు, అభిషేకాలు, దీపారాధనలు జరిగాయి. ముఖ్యంగా ఊసిరి చెట్టు కింద దీపారాధన చేసి, అరటి దొప్పలలో దీపాలు వెలిగించి సందోలే వదిలారు. భక్తులు దానధర్మాలు, నదీ స్నానాలు చేసారు. వరంగల్ వేయిసంజాల రై ఆలయం, రామప్ప దేవాలయం, కురవి వేలిభద్రస్వామి, పాలకుర్తి ఆలయాల్లో భక్తుల రద్దీ కొనసాగింది. ఉమ్మడి నల్లగొండ జిల్లా వేడుకలు జరిగాయి. యాదాద్రి లక్ష్మీనరసింహుడి క్షేత్రంలో భక్త దర్శనానికి భక్తులు పోటెత్తారు. కార్తీక పౌర్ణమి పురస్కరించు కిటికీటలదాయం, శివనామస్మరణంతో శివాలయాలు మారుమోగా. కార్తీక పౌర్ణమి వేడుకలు వైభవంగా జరుగుతున్నాయి. నల్లగొండలో నిలకొంది. కార్తీక పౌర్ణమి సందర్భంగా భద్రాచలం వద్ద గోదావరి ఆనందించారు. కార్తీక దీపాలు వెలిగించి పూజలు చేసారు. ధర్మపురి, బస్సాలకు భక్తుల రద్దీ పెరిగింది. అనంతరం ఆలయాల్లో దీపారా



పాఠశాల, కాశీశ్వర ముక్తిశ్వర సోమేశ్వర లక్ష్మీనరసింహస్వామి ప్రస్తంగా ఘనంగా కార్తీక పౌర్ణమి కుల రథీ కనిపించింది. స్వామి కుని భక్తులతో శైవ క్షేత్రాలు యు. మెదక్, సంగారెడ్డి జిల్లాలో మేశ్వర ఆలయాల్లో భక్తుల రథీ సందర్శించు భక్తుల పుష్కల స్నానాల సందర్, కాశీశ్వరం వద్ద గోదావరి ధాన చేపట్టారు.

న్యూయార్క్, నవంబర్ 5: అమెరికాలో అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్ పార్టీకి గట్టి షాక్ తగిలింది. అగ్రరాజ్యం అమెరికాలో పలు పదవులకు జరిగిన ఎన్నికల్లో భారతదేశ సంతతికి చెందిన వ్యక్తులు, దేశాధికారులు తమ మూహా కోసం సాగించారు. యూ.ఎస్ అధికార బాధ్యుని న్యూయార్క్, వర్జీనియాలో జరిగిన తాజా ఎన్నికల్లో డెమాక్రటిక్ పార్టీ అభ్యర్థులు, భారత సంతతికి చెందిన వ్యక్తులు విజయం సాధించారు. న్యూయార్క్, మేయర్ ఎన్నికల్లో భారత సంతతికి చెందిన జోసేఫ్ మహ్మ్మద్ విజయం సాధించారు. ఈ ఘనత సాధించిన తొలి ముస్లిం, భారత సంతతి, అఫ్రికన్ సంతతికి చెందిన తొలి మేయర్గా ఆయన రికార్డు సృష్టించారు. 34 ఏండ్ల మహ్మ్మద్ జూనీల్ జరిగిన డెమాక్రాటిక్ ప్రైమరీ ఎన్నికల్లో ముం విజయం సాధించి మేయర్ అభ్యర్థిగా నిలిచారు. తాజాగా జరిగిన

మేయర్ ఎన్నికల్లో స్వతంత్ర అభ్యర్థిగా పోటీ చేసిన మాజీ గవర్నర్ ఆంధ్రా క్యూమెన్టాపై మవహ్దానీ విజయం సాధించారు. ఒక ఉన్నత కుటుంబం నుంచి స్వయం ప్రకటిత ప్రజాస్వామ్య సోపాన్స్ అయిన మవహ్దానీ భారత సంఘటికి చెందిన తల్లిదండ్రులకు ఉగాండాలో జన్మించారు. ఏదేళ్ల నుంచి అమెరికాలో ఉంటున్నారు. 2018లో సహజ పౌరసత్వం పొందారు. మరోవైపు వహ్దీనియా రెస్టోరెన్స్ గవర్నర్ రేనులో భారత సంఘటికి చెందిన దెమోక్రటిక్ అభ్యర్థిని గజాలా హోప్స్ విజయం సాధించారు. రిపబ్లికన్ పార్టీ అభ్యర్థి జాన్ రిడ్స్ పై భారీ మెజారిటీతో గెలుపొందారు. హోప్స్ 15వ సెనెటోరియల్ జిల్లాకు ప్రాతినిధ్యం వహిస్తున్నారు. వహ్దీనియా సెనెట్లో సహచీన సేమెద్రీ మున్సి, తొలి దక్షిణాయా అమెరికన్ గజాలా. ఇలా న్యూయార్క్ నగర మేయర్ పదవికి జరిగిన ఎన్నికల్లో దెమోక్రటిక్ పార్టీకి చెందిన జోహ్న్ మమదానీ గెలిచి చరిత్ర సృష్టించారు. అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్ ఎత్తులను చిత్తు చేస్తూ 34 ఏళ్ల జోహ్న్ సేమెద్రీ గా విజయం సాధించారు. ఈ పదవి దక్కించుకున్న తొలి భారత-అమెరికన్ ముస్లిం ఈయనే. భారత్లో మూలాలయి మమదానీ మరెవరో కాదు.. బాలీవుడ్ ప్రముఖ దర్శకురాలు మీరా నాయర్ కుమారుడే. జోహ్న్

మమేదాని 1991 అక్టోబరులో ఉగాండాలోని కంపాలాలో జన్మించారు. ఆయన తల్లిదండ్రులిద్దరూ భారత మూలాలన్న వ్యక్తులే కావడం విశేషం. తల్లి మీరా నాయర్ పంజాబీ హిందూ మహిళ. భారత దిగ్గజ దర్శకుల్లో ఆమె ఒకరు. 'సలామ్ బాంబే', 'మమేదాని వైడింగ్' వంటి ప్రముఖ చిత్రాలతో అంతర్జాతీయంగా గుర్తింపు పొందారు. తండ్రి మహ్మద్ మమేదాని గజాజాతీ ముస్లిం. బాంబేలో జన్మించిన మహ్మద్ మమేదాని ఆ తర్వాత ఉగాండాకు వెళ్లి అక్కడే స్థిరపడ్డారు. ఈయన విద్యావేత్త. ఈ ఎన్నికల్లో ఆయనను అడ్డుకునేందుకు రిపబ్లికన్ నేతలు ఎన్ని ప్రయత్నాలు చేసినా ఫలించ లేదు. రిపబ్లికన్ విధానాలను తీవ్రంగా వ్యతిరేకించే మమేదాని.. తన ప్రచారంలో యెన్నైన విమర్శలతో ఓటర్లను ఆకట్టుకున్నారు. ఢిల్లీలో బ్రుమ్ స్వయంగా రంగంలోకి దిగాల్సి వచ్చింది. మమేదాని ఎన్నికల్లో గెలిస్తే న్యూయార్క్ లోని నీటీ ఫెడరల్ సాయం అందదని ఓ దశలో అభ్యక్షుడు హెచ్చరించారు కూడా..! యూదు వ్యతిరేకి అంటూ రిపబ్లికన్లు ఆయనపై తీవ్రస్థాయిలో ఆరోపణలు చేశారు. వాటన్నింటికీ ఎదురొడ్డి నిలిచిన మమేదాని.. ఓటర్ల దృష్టిని ఆకట్టుకుందాం పైనే ప్రధానంగా దృష్టిపెట్టారు. ఉచితాలు, హామీలతో ప్రచారం చేశారు.

బీహార్‌లో ఎన్డీయే కూటమిదే విజయం

మొదటి పేజీ తరువాయి

నిర్వహిస్తున్నప్పుడు ప్రతిచోటా మునుపటి సభ కంటే భారీగా ప్రజలు వస్తున్నారని, ముఖ్యంగా మహిళలు పెద్దఎత్తున పాల్గొంటున్నారని చెప్పారు. బీహార్‌లో భాజపా-ఎన్డీయే మహిళా కార్యక్రమల్ని ఉద్దేశించి మంగళవారం ఆయన సమో యాప్ ద్వారా ప్రసంగించారు. 'మేరే బూత్.. సబ్‌సే మజేబూత్' అనే సంకల్పంతో భాజపా మహిళా కార్యకర్తలు అమోఘమైన కృషి చేస్తున్నారని ప్రధాని ప్రశంసించారు. బీహార్‌ ఎన్నికలను నేనెంతో క్షుణ్ణంగా పరిశీలిస్తున్నాను. అందువల్ల ఎన్డీయేదే గెలుపు అని ఖాయంగా చెప్పగలను. విజయంపై నాకెలాంటి సందేహం లేదు. పోలింగ్ మాత్రం ఇంకా పెరగాలని కోరుకుంటున్నాను. మహిళల సులభతర జీవనాన్ని మెరుగుపరచడానికి, వారికి సాధికారత కల్పించడానికి ఎన్డీయే సర్కారు కట్టుబడి ఉంటుందని ఆయన చెప్పారు. ఎన్డీయే విజయం కోసం బీహార్ ప్రజలు ఉత్సాహంగా ఎదురుచూస్తున్నారని చెప్పిన ఓ మహిళతో మోదీ మాట్లాడుతూ- 'పేదలు, దళితులు, మహా దళితులు, బీసీలు, అత్యంత వెనుకబడిన వర్గాల్లోనూ ఇదే భావన ఉందని అన్నారు.

మహిళా క్రికెట్ జట్టుకు మోడీ ఆతిథ్యం

వారిని మనసారా అభినందించిన ప్రధాని

న్యూఢిల్లీ: మహిళల వన్డే ప్రపంచ కప్ విజేతగా నిలిచిన భారత క్రికెట్ జట్టును ప్రధాని మోడీ అభినందించారు. మీరు భారత పతాకను ఎగరేసారని ప్రశంసలు కురిపించారు. అసమాన ప్రతిభను పరదర్శించారని ప్రశంసించారు. బుద్ధవారం ప్రధాని నరేంద్ర మోదీని మహిళా క్రికెట్ జట్టు కలిసింది. దిల్లీలోని ప్రధాని నివాసంలో టీమ్ ఇండియాకు మోడీ ఆతిథ్యం ఇచ్చారు. కెప్టెన్ హర్మన్‌ప్రీత్ కోర్‌తో జట్టు సభ్యులు సాయంత్రం ప్రధాని నివాసానికి చేరుకున్నారు. వరల్డ్ కప్ విజేపాలను టీమ్ ఇండియా క్రీడాకారిణులు మోడీతో పంచుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా వరల్డ్ కప్ ఛాంపియన్లకు ప్రధాని అభినందనలు తెలిపారు. వరుసగా మూడు ఓటములు, సోఫల్ మోడీయాలో ఎదురైన ట్రోలింగ్‌ను సైతం ఎదుర్కొని గొప్ప విజేతగా నిలిచారంటూ ప్రశంసించారు. 2017 వరల్డ్ కప్స్ +నైట్‌లో భారత్ చివరి వరకు పోరాడినా విజయం సాధించకలేక రన్‌సరప్‌తో సరిపెట్టుకుంది. అప్పుడు మిథాలీ రాజ్ నేతృత్వంలోని జట్టు నరేంద్ర మోదీని కలిసింది. తాజాగా ఆ విషయాన్ని ప్రధాని గుర్తు చేసుకున్నారు. అనంతరం భారత ఫ్లేయర్లు ప్రధానికి వరల్డ్ కప్ ట్రోఫీతోపాటు 'సమో 1' జెర్సీని అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా వారితో ప్రధాని గ్రూప్ ఫోటో దిగారు. మరిన్ని విజయాలు సాధించాలని ఆకాంక్షించారు.

గతేదాది హర్యానా అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో ఓట్ల చోర్

25 లక్షల ఓట్లు నకిలీవేసని గుర్తించాం: రాహుల్

న్యూఢిల్లీ: బీహార్ ఎన్నికల వేళ కాంగ్రెస్ నేత రాహుల్ గాంధీ మరోసారి అధికార బీజేపీ, ఎలక్షన్ కమిషన్‌లపై విరుచుకుపడ్డారు. గతేదాది హర్యానా అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో భారీ స్థాయిలో ఓట్ల చోర్ జరిగిందని ఆరోపించారు. 100 శాతం పక్కా ఆధారాలతో ఈ ఆరోపణలు చేస్తున్నానని అన్నారు. కాంగ్రెస్ గెలుపును ఓటమిగా మార్చేందుకు వ్యవస్థాగత స్థాయిలో అవకతవచకులు చోటుచేసుకున్నాయని అన్నారు. హర్యానాలో రెండు కోట్ల మంది ఓటర్లు ఉన్నారు. వారిలో 25 లక్షల ఓట్లు నకిలీవే అంటూ ఢిల్లీలో తాజాగా నిర్వహించిన పత్రికా సమావేశంలో సంచలన ఆరోపణలు చేశారు. తన బృందం 5.21 లక్షల డూప్లికేట్ ఓటర్లు గుర్తించిందని అన్నారు. హర్యానాలోని ప్రతి ఎనిమిది ఓట్లలో ఒకటి నకిలీవేసిన స్వప్నం చేశారు. తన ఆరోపణలపై ఓ పరదేహాయింట్ ప్రెజెంటేషన్ కూడా ఇచ్చారు. ఒక బ్రెజిల్ నటి ఫోటోతో, సీమా, స్వీటీ, సరస్వతి వంటి పలు పేర్లతో ఏకంగా 22 సార్లు నకిలీ ఓట్లు వేశారని అన్నారు. జాతీయ మీడియా కథనాల ప్రకారం, ఎలక్షన్ కమిషన్ వర్గాలు రాహుల్ గాంధీ ఆరోపణల్ని కొట్టిపారేశాయి. ఎన్నికల సమయంలో ఓటర్ జాబితాపై ఒక్క అప్పీల్ కూడా రాలేదని గుర్తు చేశాయి. హర్యానాలో 90 అసెంబ్లీ సీట్లు ఉన్నాయి. అయితే, పంజాబ్ హర్యానా హైకోర్టులో మాత్రం కేవలం 22 ఎన్నికలకు సంబంధించిన పిటిషన్లు పెండింగ్‌లో ఉన్నాయని తెలిపారు. అంటే, ఎన్నికల ఫలితాలకు న్యాయపరమైన సవాళ్లు పరిమితమనేందుకు ఇది సూచన అని ఈసీ వర్గాలు కామెంట్ చేస్తున్నాయి.

రాహుల్ వ్యాఖ్యలను తోసిపుచ్చిన ఎన్నికల సంఘం

సరీకు లునుకూలమో.. వ్యతిరేకమో చెప్పాలని వ్యాఖ్య

న్యూఢిల్లీ: హర్యానా అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో తీర్పును బీజేపీ తారుమారు చేసిందని, 25 లక్షల ఓట్ల చోర్ జరిగిందని కాంగ్రెస్ ఎంపీ, లోక్‌సభలో ప్రతిపక్ష నేత రాహుల్ గాంధీ చేసిన ఆరోపణలను ఎన్నికల కమిషన్ తోసిపుచ్చింది ఆయన ఆరోపణలు పూర్తిగా నిరాధారమని పేర్కొంది. హర్యానాలో ఓటర్ జాబితాపై ఒక్క అప్పీల్ కూడా రాలేదని వివరించింది. హర్యానా ఎన్నికల ఫలితాన్ని బీజేపీ చోర్ చేసిందని, గెలుపు కోసం ఎన్నికల కమిషన్‌తో ఆ పార్టీ కుమ్మక్కయిందని రాహుల్ చేసిన ఆరోపణల నేపథ్యంలో ఈసీ తాజా వివరణ ఇచ్చింది. హర్యానాలో కాంగ్రెస్‌కు దక్కాల్సిన అడ్డుతల్లి విజయాన్ని తమకు అనుకూలంగా మార్చుకోవడం ద్వారా 'అవరేషన్ సర్కార్ చోర్' జరిగిందని రాహుల్ ఆరోపించారు. ఎన్నికల కమిషన్‌కు బీజేపీతో కుమ్మక్కయ్యారని అన్నారు. దీనిపై ఈసీ స్పందిస్తూ, 90 అసెంబ్లీ స్థానాలకు గాను కేవలం 22 ఎలక్షన్ పిటిషన్లు మాత్రమే హైకోర్టులో పెండింగ్‌లో ఉన్నట్లు తెలిపింది. బూత్‌లలో ఉన్న కాంగ్రెస్ పోలింగ్ ఏజెంట్ల పాత్రను ఈసీ నిలదీసింది. ఆ పార్టీ పోలింగ్ ఏజెంట్లు ఏం చేస్తున్నట్లు? ఓటరు ఎవరైనా అప్పీల్‌తో ఓటు వేసినట్లు అనుమానం వచ్చినా, ఓటరు ఐడెంటిటీపై అనుమానం వచ్చినా అప్పుడే అభ్యంతరం వ్యక్తి చేసి ఉండొచ్చని పేర్కొంది. పౌరసత్వ వెరిఫికేషన్‌తో పాటు డూప్లికేట్లను, చనిపోయిన వారిని, చిరునామా మార్చుకున్న ఓటర్లను తొలగించేందుకు చేపట్టిన ఎన్‌ఐఆర్‌ను రాహుల్ గాంధీ సపోర్ట్ చేస్తున్నారా? వ్యతిరేకిస్తున్నారా? అని ఈసీ ప్రశ్నించింది. కాంగ్రెస్ బూత్ లెవెల్ ఏజెంట్లు ఎందుకు అభ్యంతరాలు లేవనెత్తలేదని ప్రశ్నించింది. ఒకే పేరు పడేపడే రాకుండా నిరోధించేందుకు రివిజన్ జరిగినప్పుడు కాంగ్రెస్ బూత్ లెవెల్ ఏజెంట్లు అభ్యంతరం చెప్పి ఉండవచ్చని పేర్కొంది. అక్టోబర్ 1 నుంచి అక్టోబర్ 15 వరకూ బీహార్‌లో ఎన్‌ఐఆర్ సమయంలో కూడా కాంగ్రెస్ ఎందుకు అప్పీల్ చేయలేకపోయిందో చెప్పాలని పేర్కొంది. యూపీ, హర్యానాలో వేల సంఖ్యల్లో డూప్లికేట్ ఓటర్లున్నారుని, యూపీలో ఓటు వేసే వ్యక్తికి హర్యానాలో కూడా ఓటు ఉందని తెలిపారు. బీహార్‌లోనూ ఓట్ల చోర్ జరుగుతుందని, అక్కడ ఎన్నికల తరువాత ఓట్ల చోర్ అంశాన్ని బయటపెడతామని అన్నారు.

కెనడాలోనూ తిరోగమన చర్యలు

- భారతీయులకు తాత్కాలిక వీసాల రద్దు
- విద్యార్థులకు కూడా భారీగా కోత విధింపు

న్యూఢిల్లీ, నవంబర్ 5: భారతీయులకు జారీచేసిన తాత్కాలిక వీసాలను మూకుమ్మడిగా రద్దు చేయాలని కెనడా ప్రభుత్వం భావిస్తున్నట్లు ప్రచారం జరుగుతున్నది. అమెరికా తరవాత అంతో ఇంతో ఆశగా ఉన్న కెనడాలో సైతం ఈ మధ్యజాత్యహంకారం పెరగింది. దీంతో పార్లమెంట్ ఆమోదం కోసం ఎదురుచూస్తున్న ఓ బిల్లు ప్రకారం కొవిడ్-19 వంటి మహమ్మారి లేదా యుద్ధ సమయాలలో విదేశీయులకు మంజూరు చేసే తాత్కాలిక వీసాలను రద్దు చేసే అధికారం ప్రభుత్వానికి ఉంటుంది. అయితే కెనడా ప్రభుత్వం మాత్రం ప్రత్యేకించి కొన్ని దేశాలను లక్ష్యంగా చేసుకుని ఈ అధికారాలను ప్రయోగించాలని భావిస్తున్నట్లు సీబీసీ న్యూస్ వెల్లడించింది. విధానంలోని లోపాలను ఉపయోగించుకుని మోసపూరితంగా తాత్కాలిక వీసాలు పొందకుండా అడ్డుకునే అధికారాలను కూడా ఈ బిల్లులో పొందుపరచాలని కెనడా ప్రభుత్వం యోచిస్తున్నట్లు ఇమిగ్రేషన్, రిఫ్యూజీస్ అండ్ సిటిజెన్‌షిప్ కెనడా (ఐఆర్‌సీసీ), కెనడియన్ బార్డర్ సర్వీసెస్ ఏజెన్సీస్ (సీబీఎస్) నివేదికలను ఉటంకిస్తూ సీబీసీ తెలిపింది. కెనడా ప్రభుత్వం ప్రత్యేకంగా భారత్, బంగ్లాదేశ్‌లను లక్ష్యంగా చేసుకుని ఈ ప్రతిపాదనలు సిద్ధం చేసినట్లు పేర్కొంది. తాత్కాలిక నివాసులలో ఉద్భోగులు, అంతర్జాతీయ విద్యార్థులతోపాటు సందర్శకులు కూడా ఉంటారు. కెనడా సరిహద్దులను బలోపేతం చేయాలన్న లక్ష్యంతో ప్రభుత్వం ఈ బిల్లును పార్లమెంట్‌కు సమర్పించింది. సంబంధిత మంత్రికి అపారమైన అధికారాలను కట్టబెట్టే స్టాంప్-రగ్ బార్డర్ బిల్లుకు లిబరల్ ప్రభుత్వం ఆమోదించిన వ్యక్తంలో వీసా దరఖాస్తులు భారీ స్థాయిలో రద్దయ్యే అవకాశం ఉందని ఇమిగ్రేషన్ న్యాయవాది సుమిత్ సేన్ గతంలోనే ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. శాశ్వత, తాత్కాలిక వలసలకు అడ్డుకట్ట వేయాలని కెనడా ప్రభుత్వం భావిస్తున్న తరుణంలో ఈ బిల్లు పార్లమెంట్ ఆమోదం కోసం వేచి ఉంది. కెనడా కళాశాలల్లో చదువుకునేందుకు పర్మిట్ కోసం వచ్చిన



భారతీయ దరఖాస్తులలో దాదాపు 74 శాతం దరఖాస్తులు ఈ ఏడాది ఆగస్టులో తిరస్కరణకు గురైనట్లు రాయటర్న్ వెల్లడించింది. దశాబ్ద కాలంగా కెనడాలో చదివే అంతర్జాతీయ విద్యార్థులలో అత్యధికులు భారతీయులే ఉంటున్నారు. అయితే ఈ ఏడాది ఆగస్టులో వీసా దరఖాస్తుల తిరస్కరణకు గురైన విద్యార్థులలో కూడా భారతీయులే అత్యధికుంగా ఉండడం గమనార్వం. 2023 ఆగస్టులో సుమారు 32 శాతం దరఖాస్తులు మాత్రమే తిరస్కరణకు గురయ్యాయి. కెనడా ప్రభుత్వం ఈ నెలలోనే తన ఇమిగ్రేషన్ ప్రణాళికను వెల్లడించనున్నది. దేశంలోకి విదేశీయుల ప్రవేశాన్ని తగ్గించాలని ప్రభుత్వంపై దేశీయంగా ఒత్తిడి పెరుగుతున్నది. జారీ అయిన తాత్కాలిక వీసాలను మూకుమ్మడిగా రద్దు చేసేందుకు ప్రభుత్వానికి అధికారాలు కట్టబెట్టే బిల్లుపై 300కి పైగా పౌర సంఘాలు తీవ్ర నిరసన తెలియచేశాయి. మూకుమ్మడిగా వీసాలను రద్దు చేయడం ద్వారా కెనడా ప్రభుత్వానికి దేశంలో ఉంటున్న విదేశీయులందరినీ ఇక్కడి నుంచి తరలించే అధికారాలు లభిస్తాయని ఆ సంఘాలు ఆందోళన వ్యక్తం చేశాయి.

మూకుమ్మడిగా వీసాలను రద్దు చేసే అధికారాన్ని పొందడం ద్వారా ప్రభుత్వం పెరిగి పోతున్న పెండింగ్ వీసా దరఖాస్తుల సంఖ్యను తగ్గించాలని భావిస్తోందని ఇమిగ్రేషన్ న్యాయవాదులను ఉటంకిస్తూ సీబీసీ తెలిపింది. ఆశ్రయం కోరుతూ భారతీయులు సమర్పిస్తున్న దరఖాస్తులు భారీగా పెరిగిపోవడమే భారతీయులను ప్రభుత్వం లక్ష్యంగా చేసుకోవడానికి ప్రధాన కారణమని తెలుస్తోంది. 2023 మేలో కేవలం నెలకు 500 లోపలే ఈ దరఖాస్తుల సంఖ్య ఉండగా 2024 జూలైలో ఇది దాదాపు 2,000కి పెరిగిపోయింది. భారత్ నుంచి వచ్చే తాత్కాలిక వీసా దరఖాస్తులను తనిఖీ చేయడం వల్లే దరఖాస్తుల ప్రాసెసింగ్ కుంటుపడుతున్నట్లు ప్రభుత్వం భావిస్తోంది. 2023 జూలై చివరి నాటికి వీసా దరఖాస్తుల ప్రాసెసింగ్ సగటు సమయం 30 రోజులు ఉండగా మరుసటి సంవత్సరానికి అది 54 రోజులకు పెరిగింది. ఈ కారణంగా వీసా ఆమోదాలు 2024లోనే బాగా తగ్గిపోయాయి. జనవరిలో 63 వేల దరఖాస్తులను ఆమోదించగా జూన్‌లో అది 48 వేలకు పడిపోయింది.

బీహార్‌లో నేడు తొలిదశ పోలింగ్

భారీగా ఏర్పాట్లు చేసిన ఎన్నికల సంఘం 18 జిల్లాల్లోని 121 నియోజకవర్గాల్లో తొలిదశ ఓటింగ్ ఉదయం 7నుంచి సాయంత్రం 6 వరకు పోలింగ్

పాట్నా: బీహార్ అసెంబ్లీ ఎన్నికల సమరం కీలక ఘట్టానికి చేరుకుంది. నేటి తొలిదశ పోలింగ్‌కు ఇసి పక్కాగా ఏర్పాట్లు చేసింది. ఎన్నికల సిబ్బంది తమ సరంజామాతో కేటాయించిన పోలింగ్ కేంద్రాకు ప్రత్యేక వాహనాల్లో చేరుకున్నారు. రెండు విడతల పోలింగ్‌లో భాగంగా తొలి విడత పోలింగ్ 18 జిల్లాల్లోని 121 నియోజకవర్గాల్లో గురువారం జరుగుతుంది. ఉదయం 7 గంటలకు పోలింగ్ ప్రారంభమై సాయంత్రం 6 గంటలతో ముగుస్తుంది. కొన్ని సక్సల్ ప్రభావిత ప్రాంతాల్లో మాత్రం ముందస్తు జాగ్రత్తగా సాయంత్రం 5 గంటలకే పోలింగ్ ముగుస్తుంది. తొలి విడత పోలింగ్ జరుగనున్న నియోజకవర్గాల్లో అందరి దృష్టి ప్రధానంగా వైశాలి జిల్లాలోని రఘోపూర్ అసెంబ్లీ నియోజకవర్గంపై ఉంది. ఇక్కడి నుంచి అర్జేడీ నుంచి 'మహాగర్బిందర్' ముఖ్యమంత్రి అభ్యర్థి తేజస్వి యాదవ్ పోటీ చేస్తున్నారు. రెండు సార్లు వరుసగా రఘోపూర్ నియోజకవర్గానికి ప్రాతినిధ్యం వహించిన ఆయన హ్యూటీక్ విజయం కోసం బరిలో ఉన్నారు. గతంలో ఆ నియోజకవర్గానికి తేజస్వి తండ్రి లూలాప్రసాద్ యాదవ్ రెండుసార్లు, తల్లి రత్నదేవి మూడుసార్లు ప్రాతినిధ్యం వహించారు. ఇద్దరూ రఘోపూర్ నుంచి గెలిచే ముఖ్యమంత్రులు అయ్యారు. మహిళా నియోజకవర్గం కూడా అందరి దృష్టిని ఆకర్షిస్తోంది. లాలూ పెద్ద కుమారుడు తేజ్ ప్రతాప్ యాదవ్ కొత్తగా ఏర్పాటు చేసిన 'జనశక్తి జనతా దళ్' నుంచి పోటీ చేస్తున్నారు. ఈ ఏడాది మొదట్లో అర్జేడీ నుంచి తేజ్ ప్రతాప్ బహిష్కరణకు గురయ్యారు. ఇటీవల జన్‌సురాజ్ కార్యక్రమ దులారా చంద్



యాదవ్ హత్యకు గురైన మొకామా నియోజకవర్గంలోనూ ఓటర్ల ఎవరికి పట్టం కడతారనే ఆసక్తి నెలకొంది. ఈ హత్య కేసులో అరెస్టయిన అనంత సింగ్ మొకామా నుంచి జైడీయూ టిక్కెట్‌పై పోటీలో ఉన్నారు. ఆయన తరఫున కేంద్ర మంత్రి లలన్ సింగ్ ప్రచారం చేశారు. కాగా, గురువారంనాడు పోలింగ్ జరుగనున్న తారాపూర్ నియోజకవర్గంపైనూ ఆసక్తి నెలకొంది. ఇక్కడి నుంచి ఉప ముఖ్యమంత్రి, రాష్ట్ర బీజేపీ మాజీ అధ్యక్షుడు సామూల్ చౌదరి పోటీలో ఉన్నారు. గురువారంనాడు పోలింగ్ జరుగనున్న తొలి విడత ఎన్నికల్లో 1,314 మంది అభ్యర్థులు తమ అదృష్టం పరీక్షించుకోనున్నారు. 3.75 కోట్ల మంది ఓటర్లు తమ ఓటు హక్కును వినియోగించుకోనున్నారు. 50,000కు పైగా పోలింగ్ స్టేషన్లను ఎన్నికల సంఘం ఏర్పాటు చేసింది. మహిళల కోసం 1,000కు పైగా ప్రత్యేక బూత్లు

ఏర్పాటు చేసింది. ఓటర్ ఐడీ కార్డు లేకపోతే ఆధార్, పాన్, పెన్షన్ కార్డు, డ్రైవర్ లైసెన్స్ వంటి 11 పత్రాలు ఉపయోగించుకునే అవకాశాన్ని కేంద్ర ఎన్నికల సంఘం కల్పించింది. భద్రత కోసం పోలీసులు, కేంద్ర బలగాలతో కలిపి 50,000 వేల మందిని మోహరించింది. డ్రోస్టు, సీసీటీవీల పర్యవేక్షణలో పోలింగ్ నిర్వహణకు ఏర్పాట్లు జరిగాయి. అసెంబ్లీ ఎన్నికల పోరు ప్రధానంగా ఎన్డీయే, ఇండియా కూటమి మధ్యనే ఉంటుందనే అంచనా ఉండగా, ప్రశాంత్ కిషోర్ జన్‌సురాజ్ పార్టీ కూడా అన్ని స్థానాల్లోనూ పోటీకి దిగింది. ఎన్నికల ప్రచారంలో భాగంగా ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ 8 సభల్లో పాల్గొనగా, రాహుల్ 14 సభల్లో, నితీష్ 41 సభల్లో, తేజస్వి అత్యధికుంగా 96 సభల్లో పాల్గొన్నారు. కాగా, రెండో విడత పోలింగ్ 122 నియోజకవర్గాల్లో నవంబర్ 11న జరుగుతుంది. నవంబర్ 14న ఫలితాలు వెలువడతాయి.

యూపీలో పటాలు దాటుతుండగా ఘోరం

రైలు ఢీకొని నలుగురు యాత్రికుల దుర్మరణం

లక్నో, నవంబర్ 5: ఉత్తరప్రదేశ్‌లో రైలు ప్రమాదంలో నలుగురు దుర్మరణం చెందారు. మిర్జాపూర్‌లో బుద్ధవారం రైల్వే పట్టాలు దాటుతున్న యాత్రికులను ఓ రైలు ఢీకొంది. ఈ ప్రమాదంలో నలుగురు మృతిచెందినట్లు తెలుస్తోంది. కార్తిక పౌర్ణమి నేపథ్యంలో యాత్రికులు గంగానదిలో పవిత్ర స్నానాలు ఆచరించడానికి చోపాన్ ప్రాంతం నుంచి వారణాసికి వెళ్తుండగా ఈ ప్రమాదం చోటుచేసుకున్నట్లు అధికారులు పేర్కొన్నారు. అధికారులు తెలిపిన వివరాల ప్రకారం.. యాత్రికులు చోపాన్-ప్రయోగరాజ్ ఎక్స్‌ప్రెస్ రైలులో చునార్ రైల్వే స్టేషన్‌కు చేరుకున్నారు. అనంతరం వారు ప్లాట్‌ఫాం వైపు దిగకుండా మరోవైపు ఉన్న పట్టాలపై దిగారు. అక్కడి నుంచి ఎదురుగా ఉన్న ప్లాట్‌ఫాం పైకి వెళ్తూనికి ప్రయత్నిస్తున్న సమయంలో ట్రాక్ పైకి వచ్చిన హౌరా-కల్కా నేతాజీ ఎక్స్‌ప్రెస్ వారిని ఢీకొట్టింది. క్షతగాత్రులను ఆస్పత్రికి తరలించినట్లు అధికారులు పేర్కొన్నారు. ఈ ఘటనపై ఉత్తరప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి యోగి ఆదిత్యనాథ్ దిగ్భ్రాంతి వ్యక్తం చేశారు. ఘటనా స్థలంలో సహాయక చర్యలు కొనసాగుతున్నాయన్నారు.



రాత్రి పూట త్వరగా భోజనం చేయాలని చెబుతున్న సైంటిస్టులు..

పూర్వం ప్రజలు రోజూ శారీరక శ్రమ చేసే వారు. ఆరోగ్యకరమైన ఆహారపు అలవాట్లను కలిగి ఉండేవారు. రోజూ బలవర్ధకమైన ఆహారం తినేవారు. అంతేకాదు రాత్రి పూట త్వరగా భోజనం చేసేవారు. త్వరగా నిద్రించేవారు. ఉదయం త్వరగా నిద్రలేచేవారు. ఇలా అన్ని రకాలుగా వారు ఆరోగ్యకరమైన అలవాట్లను పాటించేవారు. కనుకనే ఎన్నో ఏళ్ల పాటు వారు ఆరోగ్యంగా జీవించగలిగారు. అయితే అప్పట్లో ప్రజలు అంత ఆరోగ్యంగా ఉండడానికి కారణం పౌష్టికాహారం తీసుకోవడం మాత్రమే కాకుండా రాత్రి పూట త్వరగా భోజనం చేయడమే అని చెప్పవచ్చు. సైంటిస్టులు ఈ విషయంపై అధ్యయనాలు కూడా చేపట్టి వాస్తవమే అని తేల్చారు. ఈ క్రమంలోనే రాత్రి పూట త్వరగా భోజనం చేయాలని, దీని వల్ల అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు కలుగుతాయని సూచిస్తున్నారు.

బరువు తగ్గేందుకు..

రాత్రి పూట త్వరగా భోజనం చేయడం వల్ల అనేక వ్యాధులు, అనారోగ్య సమస్యలు రాకుండా చూసుకోవచ్చు. భోజనాన్ని కనీసం రాత్రి 7.30 గంటల లోపు ముగించాల్సి ఉంటుంది. రాత్రి పూట త్వరగా భోజనం చేయడం వల్ల శరీర మెటబాలిజం మెరుగు పడుతుంది. దీంతో క్యాలరీలు సులభంగా ఖర్చవుతాయి. కొవ్వు కరుగుతుంది. అధిక బరువు తగ్గుతారు. బరువు తగ్గాలనుకునే వారు కచ్చితంగా రాత్రి పూట త్వరగా భోజనం చేయాలి. దీని వల్ల మనం తిన్న ఆహారం నుంచి వచ్చే శక్తిని ఖర్చు పెట్టేందుకు శరీరానికి తగిన సమయం లభిస్తుంది. దీంతో క్యాలరీలు సులభంగా ఖర్చవుతాయి. కొవ్వు కరిగి అధిక బరువు తగ్గుతారు. బరువు తగ్గాలని చూస్తున్నవారు తప్పనిసరిగా ఈ సూచనను పాటించాల్సి ఉంటుంది. రాత్రి పూట త్వరగా భోజనం చేయడం



వల్ల శరీరంలో కొవ్వు అధికంగా చేరకుండా చూసుకోవచ్చని సైంటిస్టులు అధ్యయనాల్లో తేలింది. దీని వల్ల ఊబికాయం బారిన పడకుండా ఉంటారు.

క్యాన్సర్ రాకుండా..

రాత్రి పూట త్వరగా భోజనం చేయడం వల్ల క్యాన్సర్ రాకుండా చూసుకోవచ్చని సైంటిస్టులు చెబుతున్నారు. రాత్రి పూట త్వరగా భోజనం చేస్తే క్యాన్సర్లు వచ్చే అవకాశాలు గణనీయంగా తగ్గుతాయని అంటున్నారు. త్వరగా భోజనం ముగించే పురుషులకు

ఎందుకో తెలిస్తే మీరు కూడా అలాగే చేస్తారు..

26 శాతం వరకు క్యాన్సర్ ముప్పు తగ్గుతుంది. అదే స్త్రీలకు అయితే 16 శాతం వరకు క్యాన్సర్ వచ్చే ముప్పు తగ్గుతుంది. రాత్రి త్వరగా భోజనం చేసి త్వరగా నిద్రించడం వల్ల ఉదయం త్వరగా నిద్రలేస్తారు. దీని వల్ల నిద్రలేమి ఉండదు. పైగా ఉదయం నిద్ర లేచిన వెంటనే యాక్టివ్గా ఉన్నట్లు ఫీలవుతారు. శరీరానికి శక్తి లభించినట్లు ఉత్సాహం వస్తుంది. రోజంతా శక్తి స్థాయిలు అధికంగా ఉంటాయి. యాక్టివ్గా పనిచేస్తారు. ఉత్సాహంగా ఉంటారు. బద్దకం పోతుంది.

జీర్ణ వ్యవస్థ ఆరోగ్యవశి..

రాత్రి పూట త్వరగా భోజనం చేస్తే జీర్ణ వ్యవస్థకు కావల్సినంత విశ్రాంతి లభిస్తుంది. దీని వల్ల జీర్ణ వ్యవస్థ పనితీరు మెరుగు పడుతుంది. ఆహారాన్ని సులభంగా జీర్ణం చేయగలుగుతుంది. జీర్ణ వ్యవస్థలో ఉండే అవయవాలు సులభంగా మరమ్మత్తులకు గురవుతాయి. దీని వల్ల జీర్ణ సమస్యలు తగ్గిపోతాయి. ముఖ్యంగా గ్యాస్, అసిడిటీ, మలబద్దకం, అజీర్తి తగ్గుతాయి. అలాగే రాత్రి త్వరగా భోజనం చేస్తే నిద్రించే సమయానికి ఆహారం సులభంగా జీర్ణం అవుతుంది. దీంతో నిద్ర చక్కగా పడుతుంది. రాత్రి పూట భోజనానికి, నిద్రకు మధ్య కనీసం 3 గంటల వ్యవధి ఉండాలని వైద్యులు చెబుతుంటారు. కనుక త్వరగా భోజనం చేయడం వల్ల నిద్రకు భంగం కలగదు. పైగా మరుసటి రోజు ఉదయం కూడా త్వరగా నిద్రలేస్తారు. ఇలా ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలి అలవడుతుంది. ఇక రాత్రి పూట త్వరగా భోజనం చేసేవారికి గుండె జబ్బులు వచ్చే అవకాశాలు సైతం చాలా తక్కువగా ఉంటాయని సైంటిస్టులు చేపట్టిన అధ్యయనాల్లో తేలింది. కనుక రాత్రి పూట త్వరగా భోజనం చేస్తుంటే ఎన్నో లాభాలను పొందవచ్చు.



గాయాలు త్వరగా మానిపోవాలన్నా, నొప్పుల నుంచి ఉపశమనం లభించాలన్నా.. ఈ చిట్కాలను పాటించండి..

క్రీడల్లో పాల్గొన్నప్పుడు, వ్యాయామం లేదా శారీరక శ్రమ చేసినప్పుడు, పలు ఇతర సందర్భాల్లో మనకు అనుకోకుండా గాయాలు అవుతుంటాయి. అవి పుండ్లుగా కూడా మారుతుంటాయి. ఈ క్రమంలోనే ఆ ప్రాంతంలో తీవ్రమైన నొప్పి కూడా ఉంటుంది. గాయాలు అయినప్పుడు రక్తస్రావం కూడా ఒక్కోసారి అధికంగా అవుతుంది. అయితే గాయాలు మరి తీవ్రంగా ఉంటే డాక్టర్ను కలిసి చికిత్స తీసుకోవాల్సి ఉంటుంది. కానీ సాధారణ గాయాలు అయినప్పుడు, పుండ్లుగా మారినప్పుడు, నొప్పి ఉన్నప్పుడు పలు ఇంటి చిట్కాలను పాటిస్తే ఎంతగానో ఉపశమనం లభిస్తుంది. మన ఇండ్లలో లభించే సహజసిద్ధమైన పదార్థాలను ఉపయోగించి గాయాలను, పుండ్లను, నొప్పిని సులభంగా తగ్గించుకోవచ్చు. అందుకు గాను ఆయా చిట్కాలు చాలా అద్భుతంగా పనిచేస్తాయి.

ఆముదం, పసుపు..

గాయాలు, పుండ్లు, నొప్పిని తగ్గించేందుకు ఆముదం అద్భుతంగా పనిచేస్తుంది. ఒక టీస్పూన్ ఆముదాన్ని తీసుకుని కొద్దిగా వేడి చేసి గాయంపై మర్చన చేయాలి. తరువాత గాయం అయిన భాగాన్ని వస్త్రంతో చుట్టి కట్టులా కట్టాలి. 20 నుంచి 30 నిమిషాల పాటు అలాగే ఉంచి తరువాత తీసేయాలి. రాత్రి పూట కట్టు కడితే రాత్రంతా దాన్ని అలాగే ఉంచి మరుసటి రోజు ఉదయం తీసేయాలి. దీని వల్ల నూనె లోపలికి శోషించుకోబడుతుంది. దీంతో గాయం త్వరగా మానుతుంది. నొప్పి నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. అలాగే గాయాలు, పుండ్లు, నొప్పులను తగ్గించేందుకు పసుపును కూడా ఉపయోగించవచ్చు. ఇందులో యాంటీ ఇన్ ఫ్లామేటరీ, యాంటీ మైక్రోబియల్ గుణాలు ఉంటాయి. కనుక నొప్పుల నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. పుండ్లు త్వరగా మానిపోతాయి. అన్ని రకాల గాయాలు, నొప్పులు, వాపులు తగ్గిపోతాయి. పావు టీస్పూన్ పసుపును ఒక గ్లాస్ గోరు వెచ్చని పాలలో కలిపి తాగాలి. ఉదయం, సాయంత్రం ఇలా చేయాల్సి ఉంటుంది. దీని వల్ల ఎంతగానో ఉపయోగం ఉంటుంది.

అల్లం..

గాయాలు, పుండ్లను తగ్గించేందుకు పసుపు, నెయ్యి

మిశ్రమం కూడా అద్భుతంగా పనిచేస్తుంది. ఇందుకు గాను కొద్దిగా పసుపు, నెయ్యిని తీసుకుని బాగా కలిపి పేస్ట్లా మార్చాలి. అనంతరం గాయాన్ని లేదా పుండును శుభ్రం చేసి దానిపై ముందు సిద్ధం చేసుకున్న మిశ్రమాన్ని రాసి అపై కట్టు కట్టాలి. ఇలా రోజుకు 2 సార్లు చేయాల్సి ఉంటుంది. దీని వల్ల గాయాలు, పుండ్లను త్వరగా మానేలా చేయవచ్చు. అలాగే అల్లంను తీసుకున్నా కూడా ఎంతగానో ఉపయోగం ఉంటుంది. అల్లంలో యాంటీ ఇన్ ఫ్లామేటరీ గుణాలు. ఇవి నొప్పులను తగ్గించి గాయాలు త్వరగా మానేలా చేస్తాయి. రోజువారీ ఆహారంలో అల్లంను చేర్చుకుంటే ఫలితం ఉంటుంది. అల్లం ముక్కును నీటిలో వేసి మరిగించి ఆ నీళ్లను తాగవచ్చు. లేదా అల్లం ముక్కును నోట్లో వేసుకుని నమిలి మింగవచ్చు. లేదా అల్లం రసం తాగవచ్చు. అలాగే అల్లం రసం కలిపిన గోరు వెచ్చని నీటితో స్నానం చేయాలి. దీని వల్ల కూడా నొప్పుల నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. గాయాలు త్వరగా మానుతాయి.

ఆపనూనె..

ఇక నొప్పులను తగ్గించి గాయాలు మానేలా చేయడంలో ఆపనూనె కూడా బాగానే పనిచేస్తుంది. ఇందులోనూ యాంటీ ఇన్ ఫ్లామేటరీ, యాంటీ మైక్రోబియల్ గుణాలు ఉంటాయి. ఇవి మనకు ఎంతో మేలు చేస్తాయి. ఆపనూనెను కొద్దిగా తీసుకుని వేడి చేయాలి. అనంతరం దాన్ని నొప్పి ఉన్న ప్రదేశంలో రాసి సున్నితంగా మర్చన చేయాలి. 15 నిమిషాల పాటు ఇలా చేయాల్సి ఉంటుంది. దీని వల్ల వాపు, నొప్పి తగ్గిపోతాయి. అలాగే గాయాలపై రాసి కట్టు కడితే అవి త్వరగా మానిపోతాయి. అలాగే గాయాలు అయినవారు, నొప్పులు ఉన్నవారు పలు ఆహారాలను తీసుకుంటున్నా కూడా ఉపయోగం ఉంటుంది. పైనాచిల్ పండ్లను రోజూ తింటుండాలి. దానిమ్మ పండ్లను తింటున్నా ఉపయోగం ఉంటుంది. వీటి జ్యూస్ను అయినా తాగవచ్చు. అలాగే ఒక గ్లాస్ గోరు వెచ్చని నీటిలో కొద్దిగా అల్లం రసం, పసుపు వేసి కలిపి తాగుతున్నా కూడా ఉపయోగం ఉంటుంది. ఈ విధంగా ఆయా చిట్కాలను పాటించడం వల్ల గాయాలు త్వరగా నయం అయ్యేలా చూసుకోవచ్చు. నొప్పుల నుంచి సైతం ఉపశమనం లభిస్తుంది.

తరచూ ఫుట్ మసాజ్ చేయడం వల్ల ఎన్ని అద్భుతమైన లాభాలు కలుగుతాయో తెలుసా..?

ఆయుర్వేదంలో బాడీ మసాజ్కు ఎంతో ప్రాధాన్యతను కల్పించారన్న విషయం అందరికీ తెలిసిందే. ఆయుర్వేదంలో పలు రకాల చికిత్సా పద్ధతుల్లో భాగంగా బాడీ మసాజ్ కూడా చేస్తారు. ఇందుకు గాను పలు రకాల నూనెలను పలు ఔషధాలతో కలిపి ఉపయోగిస్తారు. తరువాత స్క్రీమ్ బాత్ లేదా స్నానం చేయాల్సి ఉంటుంది. ఇలా ఆయుర్వేదంలో కొన్ని రకాల చికిత్సల్లో పద్ధతులను అనుసరిస్తారు. దీని వల్ల ఎన్నో లాభాలు కలుగుతాయి. వారంలో కనీసం ఒకసారి అయినా సరే ఇలా బాడీ మసాజ్ చేసుకుని స్నానం చేయాలని ఆయుర్వేదం చెబుతోంది. అందుకనే చాలా మంది సెలబ్రిటీలు కూడా ఇలా తరచూ పాటిస్తుంటారు. అయితే బాడీ మసాజ్ మాత్రమే కాకుండా ఆయుర్వేదంలో ఫుట్ మసాజ్.. అంటే పాదాల మసాజ్కు కూడా అధిక ప్రాధాన్యతను కల్పించారు. దీని వల్ల కూడా అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు కలుగుతాయని ఆయుర్వేదం చెబుతోంది.

మానసిక సమస్యలకు..

మన శరీరంలో భిన్న అవయవాలకు మసాజ్ చేస్తే భిన్న రకాల లాభాలు కలుగుతాయి. అయితే దాదాపు అన్ని అవయవాలకు కలిపి నాడులు మాత్రం పాదాలకు అనుసంధానమై ఉంటాయి. అందువల్ల పాదాలకు మసాజ్ చేస్తే అనేక అవయవాల, కణాల ఉత్తేజితం చెందుతాయి. దీంతో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను పొందవచ్చు. కనుకనే ఫుట్ మసాజ్కు అంతటి ప్రాధాన్యత ఏర్పడింది. ఫుట్ మసాజ్ చేయడం వల్ల ఒత్తిడి, ఆందోళన తగ్గుతాయి. డిప్రెషన్ నుంచి బయట పడవచ్చు. మానసిక ప్రశాంతత లభిస్తుంది. మైండ్ రిలాక్స్ అవుతుంది. దీంతో రాత్రి పూట నిద్ర చక్కగా పడుతుంది. పడుకున్న వెంటనే గాఢ నిద్రలోకి జారుకుంటారు. నిద్రలేమి నుంచి బయట పడవచ్చు. మానసిక సమస్యలు ఉన్నవారికి, మానసిక ఆరోగ్యం సరిగ్గా లేని వారికి



ఫుట్ మసాజ్ ఎంతో దోహదం చేస్తుంది. దీని వల్ల ఆయా సమస్యల నుంచి సులభంగా బయట పడవచ్చు.

స్త్రీల ఆరోగ్యవశి..

ఫుట్ మసాజ్ వల్ల శరీరంలోని అనేక నాడులు యాక్టివేట్ అవుతాయి. దీంతో శరీరానికి ఉత్తేజం లభిస్తుంది. ఉత్సాహంగా ఉంటారు. యాక్టివ్గా పనిచేస్తారు. శరీరంలో శక్తి స్థాయిలు పెరుగుతాయి. నీరసం, అలసట తగ్గుతాయి. బద్దకం పోతుంది. ఇక ఫుట్ మసాజ్ వల్ల మహిళలకు ఎంతో మేలు జరుగుతుంది. నాడులు రిలాక్స్ అవుతాయి. హార్మోన్ల పనితీరు మెరుగు పడుతుంది. దీని వల్ల నెలసరి సక్రమంగా

వస్తుంది. రుతు సమస్యలు తొలగిపోతాయి. అధిక రక్తస్రావం ఉండదు. మెనేపాజ్ దశలో ఉండే మహిళలు చికాకు, ఆందోళనను తగ్గించుకోవచ్చు. శరీరం అసౌకర్యంగా ఉండన్న భావన తొలగిపోతుంది. గర్భిణీలకు ఫుట్ మసాజ్ వల్ల ఎంతో మేలు జరుగుతుంది. పాదాల వాపులను తగ్గించుకోవచ్చు. ఒత్తిడి, ఆందోళన తగ్గుతాయి. సుఖ ప్రసవం అయ్యేందుకు వీలు కలుగుతుంది. పాదాల్లో నీరు తగ్గి వ్యాధులు రాకుండా ఉంటాయి.

మెదడు ఆరోగ్యవశి..

ఫుట్ మసాజ్ వల్ల కళ్లకు సంబంధించిన అనేక నాడులు ఉత్తేజితం చెందుతాయి. దీని వల్ల కంటి చూపు మెరుగు పడుతుంది. కంటి సమస్యలు తగ్గుతాయి. కండరాలకు కూడా ఈ మసాజ్ ఎంతో మేలు చేస్తుంది. దీని వల్ల కండరాల బలహీనత తొలగిపోతుంది. కండరాల నొప్పులు తగ్గుతాయి. అలాగే మెదడు పనితీరు మెరుగు పడి యాక్టివ్గా మారుతారు. ఏకాగ్రత, జ్ఞాపకశక్తి పెరుగుతాయి. మతిమరుపు తగ్గుతుంది. పుద్గావ్యంలో అల్బిమర్స్ వంటి వ్యాధులు రాకుండా చూసుకోవచ్చు. ఫుట్ మసాజ్ వల్ల తలకు అనుసంధానం అయి ఉండే నాడులు సైతం ఉత్తేజితం చెందుతాయి. దీని వల్ల తలకు రక్త సరఫరా మెరుగు పడుతుంది. తలనొప్పి తగ్గుతుంది. పాదాలకు, వెన్నెముకకు కలిపే నాడులు పాదాలలో ఉంటాయి. కనుక ఫుట్ మసాజ్ చేస్తే ఆయా నాడులు సైతం యాక్టివేట్ అవుతాయి. దీని వల్ల వెన్నెముకకు శక్తి లభించి వెన్నెముక బలంగా మారుతుంది. ఇలా ఫుట్ మసాజ్ చేయడం వల్ల అనేక లాభాలను పొందవచ్చు.



తరిగి బేంబోకి రిషబ్ పంత్

దక్షిణాఫ్రికాతో టెస్ట్ జట్టు ప్రకటన

దక్షిణాఫ్రికాతో జరిగే టెస్ట్ సిరీస్ కోసం టీమ్ ఇండియాను ప్రకటించింది. రిషబ్ పంత్ తిరిగి జట్టుకు వైస్ కెప్టెన్ గా వచ్చాడు. 2025-27 ప్రపంచ టెస్ట్ ఛాంపియన్ షిప్ సైకిల్ లో భారత్ అడుతున్న మూడో టెస్ట్ సిరీస్ ఇది. బుధవారం నాడు ప్రెస్ రిలీజ్ విడుదల చేస్తూ బీసీసీఐ జట్టును ప్రకటించింది. నేషనల్ టీమ్ తో పాటు, బోర్డు దక్షిణాఫ్రికా 'ఎ' తో 3 వన్డే మ్యాచ్ సిరీస్ కోసం ఇండియా 'ఎ' జట్టును కూడా ప్రకటించింది. దీనికి తిలక్ వర్మ కెప్టెన్ గా ఎంపికయ్యాడు. ఇంగ్లండ్ వర్మటన్ లో నాల్గో టెస్ట్ లో పంత్ కు గాయమైంది, ఇందులో అతని కాలి వేలికి ప్రాక్చర్ అయింది. ఆ తర్వాత అతను ఆసియా కప్, వెస్టిండీస్ తో జరిగిన టెస్ట్ సిరీస్ ఆస్ట్రేలియా వర్మటన్ లకు దూరమయ్యాడు. 100 రోజులకు పైగా తర్వాత అతను తిరిగి వచ్చాడు. ఆకాష్ దీప్ కూడా జట్టులోకి తిరిగి వచ్చాడు. పంత్ రాకతో ఎన్ జగదీశన్ జట్టు నుంచి బయటకు వెళ్లవలసి వచ్చింది. ఫాస్ట్ బౌలర్ ప్రసిద్ధ్ కృష్ణ స్థానంలో ఆకాష్ దీప్ వచ్చాడు.

దక్షిణాఫ్రికాతో జరిగే టెస్ట్ కోసం భారత్ జట్టు
శుభమ్ గిల్ (కెప్టెన్), రిషబ్ పంత్ (వికెట్ కీపర్, వైస్ కెప్టెన్), యశస్వి జైస్వాల్, కెఎల్ రాహుల్, సాయి సుదర్శన్, దేవదత్ పడిక్వల్, ధ్రువ్ జురెల్, రవీంద్ర జడేజా, వాషింగ్టన్ సుందర్, జస్మిత్ బువ్రా, అక్షర్ పటేల్, నిఖిల్ కుమార్ రెడ్డి, మహ్మద్ సిరాజ్, కుల్దీప్ యాదవ్, ఆకాష్ దీప్.



ట్రోఫీని టాటూ వేయించుకున్న హర్షన్

ఇండియా ఉమెన్స్ టీమ్ మొదటిసారి వన్డే ప్రపంచకప్ ను ముద్దాడింది. నవంబర్ 2న నవీ ముంబై వేదికగా జరిగిన మహిళల వన్డే ప్రపంచకప్ 2025 ఫైనల్ మ్యాచ్ లో.. దక్షిణాఫ్రికాను ఓడించి హర్షన్ ప్రీత్ కార్ నాయకత్వంలోని టీమిండియా విశ్వ విజేతగా నిలిచింది. దీంతో సర్వత్రా భారత్ పై ప్రశంసల వర్షం కురుస్తోంది. అయితే ఈ గెలుపును ఎప్పటికీ గుర్తుంచుకునేలా.. టీమిండియా కెప్టెన్ హర్షన్ ప్రీత్ కార్ ఓ నిర్ణయం తీసుకుంది. ప్రపంచకప్ ట్రోఫీని టాటూగా తన చేయిపై వేయించుకున్న విషయాన్ని.. సోషల్ మీడియా వేదికగా తన ఫ్యాన్స్ తో పంచుకుంది. వరల్డ్ కప్ ట్రోఫీతో పాటు గెలిచిన సంవత్సరం (2025), ఎన్ని పరుగుల తేడాతో (52 పరుగులు) గెలిచిందనే విషయాల తెలియజేసేలా నెంబర్స్ టాటూలో ఉన్నాయి. నా చర్మంలో, నా మనసులో ఎప్పటికీ చెక్కు చెదరదు. ఫస్ట్ డే నుంచి నీ కోసం వేచి చూస్తున్నాను. ఇక ఇప్పుడు ప్రతి రోజు లేగానే మార్నింగ్ నిన్ను చూస్తూ ఉంటానంటూ.. టాటూను పంచుకుంటూ హర్షన్ క్యాప్షన్ పెట్టింది. ప్రస్తుతం ఈ కెప్టెన్ షేర్ చేసిన ఫోటో సోషల్ మీడియాలో వైరల్ అవుతోంది. ఈ మెగాటోర్నిలో హర్షన్ అటు బ్యాటర్ గా, ఇటు కెప్టెన్ గా అద్భుతంగా రాణించింది. ముఖ్యంగా ఫైనల్ మ్యాచ్ లో కీలకమైన సమయంలో ప్రత్యర్థి జట్టును ఆశ్చర్యానికి గురిచేస్తూ.. ఓపెనర్ షెఫాలీ వర్మకు బంతిని ఇచ్చింది. హర్షన్ తీసుకున్న ఈ నిర్ణయం భారత్ కు బాగా కలిసి వచ్చింది. ఇక కెప్టెన్ తనపై పెట్టుకున్న సమ్మకాన్ని వమ్ము చేయకుండా.. షెఫాలీ వర్మ కూడా పరుస ఓవర్ లో రెండు వికెట్లు తీసి మ్యాచ్ లో భారత్ పుంజుకునేలా చేసింది. హర్షన్ ఈ టోర్నిలో 8 ఇన్నింగ్స్ లో 32.50 సగటు 89.4 స్ట్రైక్ రేట్ తో 260 పరుగులు చేసింది.

సమష్టి ప్రదర్శనతోనే చిరస్మరణీయ విజయం

మహిళల విజయంపై ఐసీసీ ఛైర్మన్ జై పా

మహిళల వన్డే ప్రపంచకప్ 2025లో టీమిండియా విజేతగా నిలిచింది. అద్వితీయమైన ప్రదర్శనతో అర్ధశతాబ్దపు కలను సాకారం చేసుకుంది. 2005, 2017 ఫైనల్ లో తృటిలో టైటిల్ చేజారగా.. ఈసారి మాత్రం భారత మహిళల జట్టు ఏ తప్పు చేయలేదు. ఒత్తిడిని చిరునవ్వుతో ఛేదిస్తూ తొలిసారి ఫైనల్ చేరిన సౌత్ ఆఫ్రికాను మట్టికరిపించింది. 1983 ప్రపంచకప్ లో కపిల్ సేన్ సాధించిన విజయం భారత క్రికెట్ గతని మార్చినట్లే.. హర్షన్ సేన్ సాధించిన తాజా విజయం మహిళల క్రికెట్ ను మరో మెట్టికించినందుకు, ఫైనల్ లో షెఫాలీ వర్మ, డిప్టీ శర్మ ఆల్ రౌండ్ పోతో పాటు అమన్ జోత్ కార్ మ్యాచ్ విన్నింగ్ క్యాచ్ టీమిండియాకు చిరస్మరణీయ విజయాన్నిచ్చినందుకు, తెలుగు తేజం శ్రీచరణ్ టోర్ని ఆసాంతం అద్భుత ప్రదర్శన కనబర్చగా.. ఓపెనర్లు సృష్టి మంధాన, ప్రతీకా రావల్ తో బ్యాట్ తో సత్తా చాటారు. ఈ విజయం నేపథ్యంలో భారత మహిళా క్రికెటర్లపై సర్వత్రా ప్రశంసల జల్లు కురుస్తోంది. తాజాగా భారత మహిళల విజయంపై స్పందించిన ఐసీసీ ఛైర్మన్ జై పా.. సమష్టి ప్రదర్శనతోనే ఈ చిరస్మరణీయ విజయం దక్కిందని చెప్పారు. 'నాకు మహిళల క్రికెట్ అంటే చాలా ఇష్టం. భారత మహిళల జట్టు ఐసీసీ ట్రోఫీని నెగ్గడం సంతోషంగా ఉంది. ఇలాంటి విజయం, మహిళల క్రికెట్ అభివృద్ధి కావడం వంటి పరిణామాలన్నీ మన కళ్ల ముందే కార్యరూపం దాల్చాయి. అందుకోసం ప్రత్యక్షంగా, తెర వెనుక వనిచేస్తోన్న కష్టానికి ఇదే నిదర్శనం.' అని జై పా పేర్కొన్నారు.



హరిస్ రౌఫ్ మూల్యాన్ని చెల్లించుకున్నాడు

సెప్టెంబర్ లో జరిగిన ఆసియా కప్ సమయంలో క్రికెట్ ప్రతిష్టకు భంగం కలిగించినందుకు ఐసీసీ చర్యలు చేపట్టింది. భారత టీ20 కెప్టెన్ సూర్యకుమార్ యాదవ్, పాకిస్తాన్ ఫాస్ట్ బౌలర్ హరిస్ రౌఫ్ లపై ఐసీసీ చర్యలు తీసుకుంది. ఆసియా కప్ టోర్నమెంట్ సమయంలో 4 డిమెరిట్ పాయింట్లు రావడంతో హరిస్ రౌఫ్ ను 2 వన్డే మ్యాచ్ ల నుండి సస్పెండ్ చేసినట్లు ప్రకటించింది. పాక్ పేసర్ రౌఫ్ కు భారత్ తో జరిగిన 2 వేర్వేరు ఫుటనలకు గాను నాలుగు డిమెరిట్ పాయింట్లు వచ్చాయి. వీటిని ఐసీసీ నిబంధనల ప్రకారం 2 సస్పెన్షన్ పాయింట్లుగా మార్చింది. భారత టీ20 కెప్టెన్ సూర్యకుమార్ పై మ్యాచ్ ఫీజులో 30 శాతం జరిమానా విధించింది ఐసీసీ. సూర్య సైతం క్రిడల ప్రతిష్టకు భంగం కలిగించినట్లు భావించింది. భారత కెప్టెన్ పహలామ్ ఉ గ్రదాడి బాధితులకు సంఘీభావం తెలుపుతూ భారత సాయుధ దళాలకు మద్దతు ఇచ్చాడు. జస్మిత్ బువ్రాపై కూడా ఒక డిమెరిట్ పాయింట్ విధించారు. ఎందుకంటే పాక్ తో జరిగిన ఫైనల్ రౌఫ్ ను ఔట్ చేసిన తర్వాత అతను 'విమానం కూలిపోయింది' అని సైగ చేశాడు. సూర్యకుమార్ చేసిన వ్యాఖ్యలపై 30 శాతం జరిమానా విధించింది. ఈ వార్తను మొదట సెప్టెంబర్ 26న పిటిఐ రిపోర్ట్ చేసింది. సెప్టెంబర్ 14న జరిగిన మ్యాచ్ లో విమానం కూలిపోవడాన్ని సూచించే అభ్యంతరకరమైన సంజ్ఞలు చేసినందుకు హరిస్ రౌఫ్ తప్పు చేసినట్లు ఐసీసీ తేల్చింది. రౌఫ్ అపరేషన్ సింధూర్ లో భారత సైనిక చర్యను ఎగతాళి చేశాడు. ఈ ఘర్షణలో 6 భారత యుద్ధ విమానాలను కూల్చివేసినట్లు పాకిస్తాన్ చేసిన వాదనకు మద్దతు తెలిపాడు.



సెప్టెంబర్ 28న బొంబే లైన్ వద్ద ఫీల్డింగ్ చేస్తున్నప్పుడు భారత అభిమానులను రెచ్చగొట్టడానికి ప్రయత్నిస్తూ, రౌఫ్ అదే సంజ్ఞను మరోసారి చేశాడు. పాకిస్తాన్ బ్యాటర్ సాహిబ్ ఘాదా ఫర్మాన్ కు కూడా ఒక డిమెరిట్ పాయింట్ ఇచ్చారు. భారత ఫాస్ట్ బౌలర్ అర్షద్ సింగ్ ను ఎలాంటి జరిమానా లేదా డిమెరిట్ పాయింట్ విధించలేదు. ఫర్మాన్ భారత్ పై హాఫ్ సెంచరీ చేసిన తర్వాత బ్యాట్ తో తుపాకిని కాల్చినట్లు సంజ్ఞ చేస్తూ సంబరాలు చేసుకున్నాడు. సెప్టెంబర్

14, 2025న 'సూర్యకుమార్ యాదవ్ (భారత్) ఐసీసీ ప్రవర్తనా నియమావళిలోని నిబంధన 2.21 ను ఉల్లంఘించాడు. ఇది క్రిడల ప్రతిష్టకు భంగం కలిగించే ప్రవర్తనకు సంబంధించినది. సూర్య మ్యాచ్ ఫీజులో 30 శాతం జరిమానా విధిస్తున్నాం. 2 డిమెరిట్ పాయింట్లు ఇస్తున్నామని' ఐసీసీ ఒక ప్రకటనలో పేర్కొంది. దీని ప్రకారం 'సాహిబ్ ఘాదా ఫర్మాన్ (పాకిస్తాన్) కూడా ఇదే తప్పిదానికి పాల్పడినట్లు తేలింది. అతనికి ఒక డిమెరిట్ పాయింట్ విధించాం' అని పేర్కొంది. 'హరిస్ రౌఫ్ (పాకిస్తాన్) కూడా ఇదే తప్పిదానికి పాల్పడినట్లు తేలింది. రౌఫ్ మ్యాచ్ ఫీజులో 30 శాతం జరిమానా విధించాం. ఫలితంగా అతనికి 2 డిమెరిట్ పాయింట్లు వచ్చాయని' ఐసీసీ పేర్కొంది. అర్షద్ సింగ్ విషయం సోషల్ మీడియా క్లిప్ నకు సంబంధించినది. అతను పాకిస్తాన్ అభిమానులను ఎగతాళి చేస్తూ కనిపించాడు. అయితే ఐసీసీ మ్యాచ్ రిఫరీకి ఇది అభ్యంతరకరంగా అనిపించలేదు. సెప్టెంబర్ 21న భారత్, పాకిస్తాన్ సూపర్ 4 మ్యాచ్ కు సంబంధించినది. సెప్టెంబర్ 28న జరిగిన ఫైనల్ లో చేసిన చర్యలకు విధించిన ఆంక్షలపై ఐసీసీ ఇలా స్పందించింది. 'జస్మిత్ బువ్రా (భారత్) క్రిడల ప్రతిష్టకు భంగం కలిగించే ప్రవర్తనకు సంబంధించిన నిబంధన 2.21 కింద మోపబడిన ఆరోపణను, ఫలితంగా అతనికి ఒక డిమెరిట్ పాయింట్ విధించాం' అని తెలిపింది. మునుపటి విచారణ సమయంలో తనను తాను నిర్దోషిగా చెప్పుకున్న రౌఫ్, భారత ప్రేక్షకులకు మళ్ళీ అభ్యంతరకరమైన సంజ్ఞలు చేస్తూ కనిపించాడు. 'ఐసీసీ మ్యాచ్ రిఫరీ రిచీ రిచర్డ్ సన్ నిర్ణయానికి విచారణ తర్వాత హరిస్ రౌఫ్ (పాకిస్తాన్) మళ్ళీ నిబంధన 2.21 ను ఉల్లంఘించిన తేలింది. అతనికి మ్యాచ్ ఫీజులో 30 శాతం జరిమానా విధించగంతో పాటు 2 అదనపు డిమెరిట్ పాయింట్లు వచ్చాయని' తెలిపింది.

ఉత్కంఠ భరితంగా తెలంగాణ ఇండియా ఇంటర్నేషనల్ బ్యాడ్మింటన్ పోటీలు



హైదరాబాద్, క్రీడా ప్రతినిధి, నవంబర్ 5: గవ్విపాలి ఇండోర్ స్టేడియంలో జరుగుతున్న "తెలంగాణ ఇండియా ఇంటర్నేషనల్ చాలెంజ్-2025" బ్యాడ్మింటన్ పోటీలు ఉత్కంఠభరితంగా సాగుతున్నాయి. వివిధ దేశాల నుండి అగ్రశ్రేణి షట్లర్లు పాల్గొంటున్న ఈ టోర్నీలో మొయిన్ డ్రా మ్యాచ్ లు బుధవారం క్రీడాభిమానులను ఆకట్టుకుంటున్నాయి. రాజకీయ నేతలు, క్రీడా ప్రముఖులు, అభిమానులు పెద్ద సంఖ్యలో హాజరై అటగాళ్లను ఉత్సాహపరుస్తున్నారు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వ క్రీడా ప్రోత్సాహక విధానాల ఫలితంగా హైదరాబాద్ అంతర్జాతీయ క్రీడా కేంద్రంగా అవతరిస్తోందని బ్యాడ్మింటన్ అసోసియేషన్ ఆఫ్ తెలంగాణ ప్రముఖులు పేర్కొన్నారు. పురుషుల, మహిళల సింగిల్స్, డబుల్స్ విభాగాల్లో భారత్ తో పాటు ఇతర దేశాల క్రీడాకారుల మధ్య పోటీలు హోదా హోదాగా కొనసాగుతున్నాయి.

రాజోపాధ్యక్షులపై: పాకిస్తాన్ అధ్యక్షుడు అసీఫ్ అలీ జర్నల్ ప్రసంగంపై ఫర్రుఖ్ ఖాన్ తన కొత్త పుస్తకంలో 26/11 ముంబై దాడుల గురించి సంచలన వ్యాఖ్యలు చేశారు. భారత్ దేశంలో కాంటిగా ఉండేందుకు జర్నల్ అంగీకరించడం, అణ్ణామూడలపై 'సే' ఫస్ట్ యూజ్ అనే విధానాన్ని ప్రతిపాదించే సందర్భం దాడుల జరిగినట్లు చెప్పారు. 'ది జర్నల్' డైరెక్టర్, నౌ ఇల్ షర్మీ బి టోల్లో అయిన ఈ వివరాలు వెల్లడించారు. సీనియర్ జర్నలిస్ట్ కరోజ్ థావెర్ట్ జరిగిన ఇంటర్వ్యూలో బాబర్ ఈ విషయాలు తెలిపారు. జర్నల్లో కాంటి ప్రతిపాదన పాకిస్తాన్ లోని యుద్ధానాడులను రెచ్చగొట్టేదని చెప్పారు. భారత్ కాంటిగా అణ్ణామూడల విషయంలో 'సే' ఫస్ట్ యూజ్ విధానానికి కట్టుబడి ఉంది, పాకిస్తాన్ కూడా అణ్ణామూడలను మొదట ఉడుతూనే ఉన్నందున జర్నల్ విజారంగ ప్రతిపాదన చేయడం పాకిస్తాన్ లోని సైనిక వ్యవస్థను రెచ్చగొట్టేదని పుస్తకంలో పేర్కొన్నారు. జర్నల్ ఈ ప్రకటన ఇచ్చిన నాలుగు రోజుల తర్వాత నవంబర్ 26, 2008న ముంబైలో పాకిస్తాన్ ఉగ్రవాదుల దాడులు చేసి 166 మందిని చంపినట్లు బాబర్ రాశారు. ఈ దాడులపై భారత్లో కాంటి ప్రయత్నాలు దెబ్బతినేందుకు చేసినట్లు అని అన్నారు. తన పుస్తకంలో పాకిస్తాన్ ప్రభుత్వం, సైన్యం మధ్య విభేదాలను కూడా బాబర్ పేర్కొన్నాడు. ముహమ్మద్ దేసాధినేతగా దిగిపోయిన తర్వాత, 2008లో జర్నల్ అధ్యక్ష పదవిలోకి రావడం పాకిస్తాన్లోని ఇష్టం లేదని, అర్మీ చీఫ్ జనరల్ అష్వాక్ పర్యోక్ష కయూని అధ్యక్ష పదవిలో జర్నల్ ని ఉంచడం సచ్చలీనం అని చెప్పారు. ఆ సమయంలో జర్నల్ కి బదులుగా కయూని సింగ్ మహ్మద్ సీఎం, రక్షణ మంత్రి ఫాహాన్ పాఖాన్ విరానిని అధ్యక్షుడిగా చూడాలనుకున్నారని వెల్లడించారు. పాకిస్తాన్ సామెతి అరేబియా సముద్ర మార్గాన ముంబైకి వచ్చిన 10 మంది లవ్వరే తోయిబా టెర్రరిస్టులు ముంబైలో భారీ దాడులు చేశారు. పాకిస్తాన్ ఐఎస్ ఐ 2005 నుంచే లవ్వరే ద్వారా ఈ దాడులకు ప్లాన్ చేసింది. 26/11 దాడుల్లో తాజ్ హోటల్, ట్రైడెంట్ హోటల్, సీన్స్ స్టేషన్, చాబార్ హోజ్ వంటి వాటిని ఉగ్రవాదులు టార్గెట్ చేశారు. 60 గంటల పాటు ఈ మారణహోమం జరిగింది.

