క్రైం కౌంటర్

ప్రజా సంక్షేమమే అంతిమ లక్ష్యం   తెలుగు దిన పత్రిక

సంపుటి : 01   సంచిక : 52   క్రిష్ణా,   ఆదివారం   16- 11 - 2025   పేజిలు : 4   వెల. 2 /-

ఘనంగా సీతారామాంజనేయ స్వామి దేవాలయ పాలకవర్గ ప్రమాణస్వీకార మహోత్సవం..

ముఖ్య అతిథిగా పాల్గున్న నందిగామ ఎమ్మెల్యే సౌమ్య..

ఎన్టీఆర్ జిల్లా,నందిగామ,నవంబర్ 15(క్రైం కౌంటర్ డెస్క్): పట్టణంలోని పాత కూరగాయల మార్కెట్ ప్రాంగణంలో శనివారం నాడు ఆధ్యాత్మిక శ్రీ సీతారామాంజనేయ స్వామి దేవాలయ పాలకవర్గ ప్రమాణస్వీకార మహోత్సవం ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వ విప్,ఎమ్మెల్యే తంగిరాల సౌమ్య పాల్గున్నారు.

ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే తంగిరాల సౌమ్యదేవాలయ కమిటీ చైర్మన్ మహంకాళి వెంకటేశ్వరరావు (వెంకన్న గురుస్వామి)ని శాలువాతో సత్కరించారు. కొత్తగా బాధ్యతలు స్వీకరించిన పాలకవర్గ సభ్యులందరికి శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు. దేవాలయ అభివృద్ధి, భక్తులకు మెరుగైన సౌకర్యాల కల్పన దిశగా కొత్త కమిటీ సమగ్ర ప్రణాళికతో పనిచేయాలని సూచించారు. దేవాలయ చారిత్రక ప్రాధాన్యతని ప్రత్యేకంగా ప్రస్తావించారు. 1890%-%91 సంవత్సరాలలో నిర్మించబడిన ఈ పురాతన ఆలయం అప్పటినుంచి భక్తి పరవశంతో, విశేష పూజలతో, అపారమైన భక్తుల సందోహంతో గ్రామ హృదయంలో ఆధ్యాత్మిక కాంతిని విరజిమ్ముతుందని గుర్తుచేశారు. సీతారామాంజనేయ స్వామి అనుగ్రహంతో ఈ ఆలయం ప్రాంత ప్రజలకు శాంతి, సమృద్ధి, సాత్వికతకు నిలయంగా నిలుస్తోందని ఆమె పేర్కొన్నారు. నూతనంగా ప్రమాణ స్వీకారం చేసిన కమిటీ సభ్యులు సమిష్టిగా పనిచేసి దేవాలయ అభివృద్ధికి కట్టుబడి ఉంటామని హామీ ఇచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో పాలకవర్గ సభ్యులు,కూటమి నేతలు,అధికారులు, ప్రజా ప్రతినిధులు,స్థానిక ప్రజాలు పెద్ద ఎత్తున పాల్గొన్నారు.

కొండపల్లి బాలికోన్నత పాఠశాల అభివృద్ధికి కృషి చేస్తా..!

-మైలవరం ఎమ్మెల్యే వసంత కృష్ణప్రసాద్.

ఎన్టీఆర్ జిల్లా, కొండపల్లి, నవంబర్ 15(క్రైం కౌంటర్ డెస్క్): కొండపల్లి మున్సిపాలిటీ పరిధిలోని బాలికోన్నత పాఠశాల అభివృద్ధికి కృషి చేస్తానని మైలవరం ఎమ్మెల్యే వసంత వెంకట కృష్ణప్రసాద్ అన్నారు.ఆయన శనివారం కొండపల్లి లోని బాలికల పాఠశాలను ఆకస్మికంగా పరిశీలించారు. విద్యార్థినులు, ఉపాధ్యాయులతో మాట్లాడి అక్కడి సమస్యలను స్వయంగా తెలుసుకున్నారు. పలు సమస్యలు వెంటనే పరిష్కరించాలని మున్సిపల్ అధికారులను ఆదేశించారు. బాలికల విద్యకు ప్రభుత్వం అధిక ప్రాధాన్యత ఇస్తోందని అన్నారు. బాగా చదువుకోవాలని విద్యార్థినులకు సూచించారు. అనంతరం హైస్కూలులో క్రీడా మైదానాన్ని పరిశీలించారు. మానసిక ఉల్లాసానికి క్రీడలు దోహదం చేస్తాయని పేర్కొన్నారు. మైలవరం నియోజకవర్గ జనసేన పార్టీ ఇంఛార్జి అక్కల రామ్మోహనరావు (గాంధీ), కూటమి నేతలు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

తనతో ఇదే నా చివరి ప్రయాణం'.. సతీవియోగంతో జనసేన నేత సత్య భావోద్వేగం

జనసేన పార్టీ సీనియర్ నేత ఇంట విషాదం.. విశాఖపట్నానికి చెందిన నేత బొలిశెట్టి సత్యనారాయణ సతీమణి నాగమణి కన్నమూశారు. ఈ విషయాన్ని బొలిశెట్టి సత్యనారాయణ ఎక్స్ (ట్విట్టర్) ద్వారా తెలియజేశారు. ఆమె కొంతకాలంగా అనారోగ్య సమస్యలతో బాధపడుతున్నట్లు తెలుస్తోంది. ఇవాళ ఉదయం 3 గంటల సమయంలో తుదిశ్వాస విడిచారని సత్యనారక్ష్ణ ట్వీట్ చేశారు. నాగమణి మృతిపై జనసేన పార్టీ నేతలు, కార్యకర్తలు సంతాపాన్ని తెలియజేశారు. ఆ విషాద సమయంలో ధైర్యంగా ఉండాలంటూ జనసైనికులు ట్వీట్‌లు చేస్తున్నారు.

'ఇది నా జీవితంలో అత్యంత దుఃఖభరితమైన సమయాలలో ఒకటి.. నా జీవితంలో 4 మే 1983న అడుగుపెట్టిన నా ప్రియమైన భార్య నాగమణి, నా ప్రతి సంతోషం-సంక్షోభంలో నాతో నిలిచిన ఆమె, ఈరోజు ఉదయం 3:00 గంటలకు ఈ లోకాన్ని విడిచిపెట్టింది. నా ప్రతి సాధన వెనుక ఉన్న మౌనమైన బలం ఆమె. ఆమెతో కలిసి నా హృదయంలోని ఒక భాగం కూడా వెళ్లిపోయింది. ఆమె ఆత్మకు శాంతి చేకూరాలని ప్రార్థిస్తున్నాను.. ఓం శాంతి' అంటూ బొలిశెట్టి సత్యనారాయణ ట్వీట్ చేశారు.

"మీ శ్రీమతి బొలిశెట్టి నాగమణి గారు పుణ్యాత్మురాలు. పవిత్రమైన కార్తిక మాసంలో అందునా ఏకాదశి నాడు బ్రహ్మముహూర్త కాలంలో సువాసినిగా మరణయాతన తెలియకుండా ఆమె సద్గతి పొందారు. విశ్వావసు సంవత్సర కార్తిక బహుళ ఏకాదశి

శుక్రవారం రాత్రి ఉత్తరా ఫల్గుణి నక్షత్రంలో చనిపోయారు. నవంబరు 17న కార్తీక సోమవారం నాడు దహన సంస్కారాలు జరిపించి.. మరుసటి రోజు అస్థి సంచయనం చేసి అస్థికలు, చితాభస్మం గోదావరిలో నిమజ్జనం చేయవచ్చు. మీ కులాచారం ప్రకారం పెద్దలను సంప్రదించి ఉత్తర క్రియలు జరిపించగలరు. వీలును బట్టి ప్రయాగ త్రివేణి సంగమంలో చితా భస్మం కలపితే మంచిది" అని తన మిత్రుడు ఎంవీఆర్ శాస్త్రి.. తన భార్య క్రియా కర్మల కోసం అవసరమైన సమయంలో అడగకుండానే ఈ సందేశాన్ని పంపించారని.. ఆమెకు సద్గతి దక్కిందన్న విషయం నా మనస్సుకు కాస్త ఊరట కల్పించిందని బొలిశెట్టి సత్య తెలిపారు. తన మిత్రుడి సూచనల ప్రకారం సోమవారం ఉదయం తన సతీమణి భౌతిక కాయానికి దహన సంస్కారాలు నిర్వహించి, ఆదివారం పెద కర్మ జరుపుతామని తెలిపారు.

బొలిశెట్టి సత్యనారాయణ గతంలో కాంగ్రెస్ పార్టీలో ఉన్నారు.. ఆయన 2014 ఎన్నికల్లో విశాఖపట్నం నుంచి కాంగ్రెస్ పార్టీ తరఫున ఎంపీగా పోటీచేసి ఓడిపోయారు. ఆ తర్వాత ఆయన జనసేన పార్టీలో చేరారు.. పార్టీ తరఫున బలమైన వాయిస్ వినిపిస్తున్నారు. న్యూస్ ఛానల్స్ డిబేట్లలో కూడా ఆయన జనసేన పార్టీ తరఫున మాట్లాడేవారు. అంతేకాదు ఆయన సోషల్ మీడియాలో కూడా యాక్టివ్‌గా ఉంటారు. రాజకీయ పరిణామాలతో పాటుగా సామాజిక అంశాలపై ఎప్పటికప్పుడు స్పందిస్తుంటారు. జనసేన పార్టీ అధినేత, డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కళ్యాణ్ ట్వీట్‌లపై విశ్లేషణలు చేస్తుంటారు.

స్వర్ణ ఆంధ్ర-స్వచ్ఛ ఆంధ్ర కార్యక్రమం..

"మన పరిశుభ్రత -మన ఆరోగ్యం" అనే శ్లోగన్‌తో రాష్ట్రవ్యాప్తంగా జరుగుతున్న అవగాహన సదస్సు..

ఎన్టీఆర్ జిల్లా,జగ్గయ్యపేట,నవంబర్ 15(క్రైం కౌంటర్ డెస్క్): స్వచ్ఛంద కార్పొరేషన్ చైర్మన్ కొమ్మారెడ్డి పట్టాభిరాం సేనివారం నాడు జగ్గయ్యపేట పట్టణాన్ని సందర్శించారు. పరిశుభ్రతలో నవీన మార్పులు, ఆధునిక వేస్ట్ -మానేజ్మెంట్ పద్ధతుల అమలు, సామాజిక భాగస్వామ్యం వంటి అంశాలను ప్రత్యక్షంగా పరిశీలించేందుకు ఆయన ఈ పర్యటన చేపట్టారు.జగ్గయ్యపేట మున్సిపల్ కార్యాలయంలో ఏర్పాటు చేసిన ప్రత్యేక సమీక్షా సమావేశంలో పట్టాభిరాం తో పాటు మాజీ మంత్రి మరియు కడీసీసీ బ్యాంక్ చైర్మన్ నెట్టెం రఘురాం కూడా ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొన్నారు. స్థానిక సమస్యలు, మున్సిపాలిటీ పనితీరు, పరిశుభ్రత చర్యలు, కాలుష్య నిర్మూలన పథకాలు, డ్రెయినేజ్ నిర్వహణ వంటి అంశాలపై ఇద్దరు నేతలు సమగ్రంగా చర్చించారు.

జగ్గయ్యపేట పట్టణం పరిశుభ్రతలో ఇతర పట్టణాలకు ఆదర్శంగా నిలవాలంటే మున్సిపల్ యంత్రాంగం మరింత చురుకుదనంతో పనిచేయాలని, స్వచ్ఛంద కార్పొరేషన్ తరఫున అవసరమైన సాంకేతిక సహాయం, నిధులు, పరికరాలు అందించడానికి సిద్ధంగా ఉన్నామని తెలిపారు. ప్రజల్లో పరిశుభ్రతపై శాశ్వత అవగాహన పెంపు కోసం పాఠశాలలు, సంఘాలు, సాయుధ దళాలు, డ్వాక్రా సమూహాలతో కలిసి ప్రచార కార్యక్రమాలు నిర్వహించాలన్నారు.

ఈ సందర్భంగా నెట్టెం రఘురాం మాట్లాడుతూ..పట్టణ అభివృద్ధి, పరిశుభ్రత అనేవి ప్రజా ఆరోగ్యానికి అత్యంత ప్రాధాన్యమైన అంశాలని, ప్రభుత్వం మున్సిపాలిటీప్రజా ప్రతినిధులుప్రజలు కలిసి పనిచేస్తేనే పట్టణాన్ని పూర్తిగా శుభ్రమైన మోడల్ టౌన్‌గా మార్చగలమని పేర్కొన్నారు. జగ్గయ్యపేటలో దీర్ఘకాలిక శానిటేషన్ ప్రణాళిక రూపొందించేందుకు ప్రత్యేక బృందం అవసరమని సూచించారు. పట్టాభిరాం సందర్శన పట్టణ అభివృద్ధికి దోహదం చేస్తుందని అన్నారు. ఈ సమావేశంలో మున్సిపల్ చైర్మన్, రెవెన్యూ అధికారులు మున్సిపల్ కమిషనర్, కౌన్సిలర్లు, స్థానిక నాయకులు, సామాజిక కార్యకర్తలు పాల్గొని తమ అభిప్రాయాలను వ్యక్తం చేశారు.

శ్రీసిటీ విప్లవం.. 6 వేల ఎకరాల విస్తరణతో ఉద్యోగాల వర్షం

ఆంధ్రప్రదేశ్‌లోని శ్రీసిటీ ఇకపై కేవలం పారిశ్రామిక కేంద్రం మాత్రమే కాదు, అది ఒక ఆర్థిక విప్లవానికి నాంది! ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు 6 వేల ఎకరాల విస్తరణ ప్రణాళికను ప్రకటించారు, దీనితో మరో 50 కంపెనీల ఏర్పాటుకు మార్గం సుగమం కానుంది. ఈ ప్రాజెక్ట్ 1.5 లక్షల ఉద్యోగ అవకాశాలను సృష్టించి, శ్రీసిటీని దేశంలోనే ఒక మోడల్ సిటీగా నిలుపనుంది. ఈ విస్తరణ రాష్ట్ర ఆర్థిక వృద్ధికి బలమైన ఊతమిస్తుందని నిపుణులు అభిప్రాయపడుతున్నారు.బెల్జియం, జపాన్, యూకే, జర్మనీ, ఆస్ట్రేలియా వంటి దేశాల నుంచి హెల్త్‌కేర్, ఎలక్ట్రానిక్స్, ఆటోమొబైల్, ఇంజినీరింగ్ రంగాలకు చెందిన ప్రముఖ కంపెనీలు శ్రీసిటీలో స్థాపనకు అనుమతులు పొందాయి. ఈ అంతర్జాతీయ భాగస్వామ్యం ద్వారా సాంకేతిక ఆవిష్కరణలు, నాణ్యమైన ఉత్పత్తులు స్థానికంగా అందుబాటులోకి రానున్నాయి. ఈ కంపెనీలు స్థానిక యువతకు నైపుణ్య శిక్షణ అవకాశాలను కూడా కల్పించనున్నాయి. దీంతో శ్రీసిటీ ఒక గ్లోబల్ హబ్‌గా రూపొందనుంది.శ్రీసిటీ ఆధునిక సౌకర్యాలతో మరింత ఆకర్షణీయంగా మారనుంది. త్వరలో ఇక్కడ ఒక ఎయిర్‌స్ట్రిప్ నిర్మాణం జరగనుందని సీఎం ప్రకటించారు, ఇది లాజిస్టిక్స్, రవాణా సౌలభ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది. అంతేకాక, ఈ ప్రాంతంలో మౌలిక సదుపాయాల అభివృద్ధికి ప్రభుత్వం పెద్ద ఎత్తున నిధులు కేటాయించింది. ఈ చర్యలు పారిశ్రామికవేత్తలకు శ్రీసిటీని ఒక ఆదర్శవంతమైన గమ్యస్థానంగా మార్చనున్నాయి. సదస్సులో సీఎం చంద్రబాబు నాయుడు వర్చువల్‌గా ఐదు కొత్త యూనిట్లను ప్రారంభించారు, ఇది శ్రీసిటీ పురోగతికి ఒక మైలురాయి. ఈ యూనిట్లు వివిధ రంగాల్లో ఉత్పత్తిని పెంచడమే కాక, వేలాది ఉద్యోగాలను కల్పించనున్నాయి. శ్రీసిటీ ఇప్పటికే దేశంలోని అత్యంత వేగంగా అభివృద్ధి చెందుతున్న పారిశ్రామిక కేంద్రాల్లో ఒకటిగా గుర్తింపు పొందింది. ఈ కొత్త ప్రాజెక్టులతో ఆంధ్రప్రదేశ్ ఆర్థిక రాజధానిగా మరింత బలపడనుంది.

ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రానికి రూ.1,201 కోట్ల బంపర్ పెట్టుబడి..

రేమండ్‌తో కొత్త ఒడంబడిక!

సీఐఐ వేదికగా ఆంధ్రప్రదేశ్‌కు భారీ పెట్టుబడుల జాతర జరిగింది. ప్రముఖ సంస్థ రేమండ్ రూ.1,201 కోట్లతో మూడు కొత్త ప్రాజెక్టులను రాష్ట్రంలో ఏర్పాటు చేయనుంది. ఈ ప్రాజెక్టులకు ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు, రేమండ్ ఎండీ గౌతమ్ మైనీ సంయుక్తంగా శంకుస్థాపన చేశారు. ఈ సందర్భంగా రాష్ట్ర ఆర్థికాభివృద్ధికి ఇది కీలకమైన అడుగని సీఎం వ్యాఖ్యానించారు.

రేమండ్ సంస్థ ఈ ప్రాజెక్టుల ద్వారా ఏరోస్పేస్, రక్షణ రంగాలకు అవసరమైన అత్యాధునిక పరికరాలను తయారు చేయనుంది. ఈ పరికరాలు దేశ అవసరాలను తీర్చడమే కాక, రాష్ట్రంలో ఉపాధి అవకాశాలను కూడా పెంచనున్నాయి. ఈ చొరవను ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు అభినందించారు. రాష్ట్ర పారిశ్రామిక వృద్ధికి ఇలాంటి పెట్టుబడులు ఊతమిస్తాయని ఆయన ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు.

ఈ ప్రాజెక్టులు రాష్ట్రంలో అత్యాధునిక సాంకేతికతను అందుబాటులోకి తీసుకొస్తాయని నిపుణులు అంచనా వేస్తున్నారు. రేమండ్ సంస్థ ఈ మూడు ప్రాజెక్టుల ద్వారా స్థానిక యువతకు నైపుణ్య శిక్షణ కూడా అందించనుంది. ఇది రాష్ట్రంలో యువత ఉపాధికి గొప్ప అవకాశంగా నిలుస్తుందని అధికారులు చెబుతున్నారు. ఈ పెట్టుబడులతో రాష్ట్రం ఆర్థికంగా, సాంకేతికంగా మరింత బలోపేతం కానుంది. సీఐఐ వేదిక ద్వారా రాష్ట్ర ప్రభుత్వం మరిన్ని పెట్టుబడులను ఆకర్షించేందుకు కృషి చేస్తోంది. రేమండ్‌తో ఈ ఒప్పందం రాష్ట్ర పారిశ్రామిక రంగంలో కొత్త ఒరవడిని సృష్టించనుంది. ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు ఈ సందర్భంగా రాష్ట్రాన్ని పెట్టుబడుల హబ్‌గా మార్చే లక్ష్యాన్ని పునరుద్ఘాటించారు. ఈ ప్రాజెక్టులతో ఆంధ్రప్రదేశ్ దేశంలోనే అగ్రగామిగా నిలవనుందని ఆయన విశ్వాసం వ్యక్తం చేశారు.

హిందూపురంలో వైసీపీ ఆఫీసుపై దాడి

సినీ నటుడు, ఎమ్మెల్యే నందమూరి బాలకృష్ణ ప్రాతినిధ్యం వహిస్తున్న హిందూపురం నియోజకవర్గంలో ఉద్రిక్త పరిస్థితులు తలెత్తాయి. హిందూపురంలోని వైఎస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ కార్యాలయంపై టీడీపీ కార్యకర్తలు దాడికి పాల్పడ్డారు. హిందూపురం వైసీపీ ఇంఛార్జి దీపిక రెడ్డి భర్త వేణు రెడ్డి ఆఫీసు మీద టీడీపీ కార్యకర్తలు దాడి చేశారు. కార్యాలయం అద్దాలు, ఫర్నీచర్ ధ్వంసం చేశారని వైసీపీ శ్రేణులు ఆరోపిస్తున్నాయి. దేవాలయం లాంటి తమ పార్టీ ఆఫీసుపై దాడి చేశారంటూ వైసీపీ కార్యకర్తలు ఆవేదన వ్యక్తం చేస్తున్నారు.

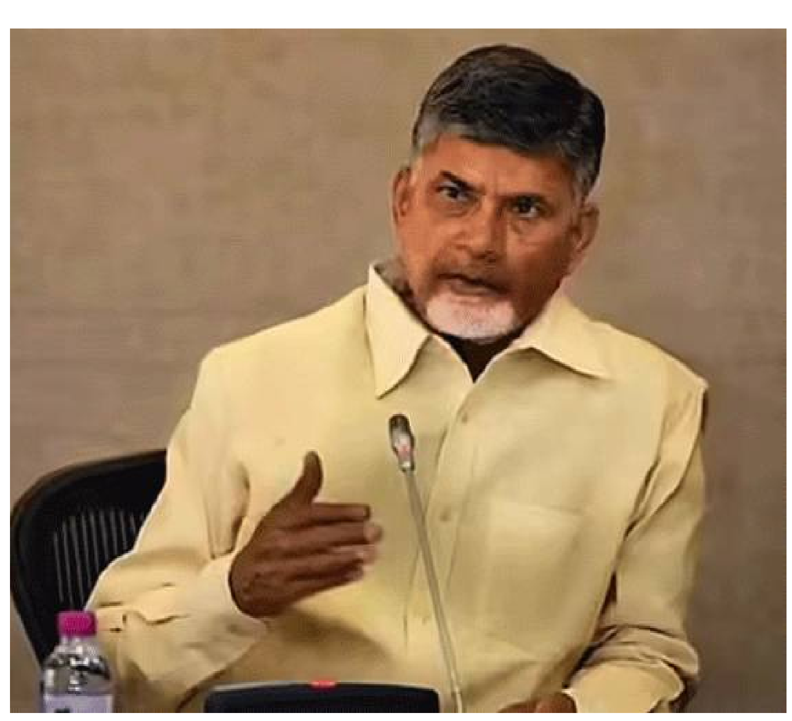
300 మంది టీడీపీ కార్యకర్తలు ఒక్కసారిగా వచ్చి తమ పార్టీ కార్యాలయంపై దాడి చేశారని.. ఇంత జరుగుతున్నప్పటికీ పోలీసులు అరగంట పాటు రాలేదని ఆరోపించారు. రాజకీయంగా ఏవైనా విమర్శలు చేస్తే, రాజకీయంగానే సమాధానం చెప్పాలి గానీ, ఇలా భౌతిక దాడులు చేస్తారా అని ప్రశ్నించారు. హిందూపురంలోని వైసీపీ ఆఫీసు మీద టీడీపీ నేతలు, బాలకృష్ణ అభిమానులు చేసిన దాడి.. ప్రజాస్వామ్యంపై జరిగిన ప్రత్యక్ష దాడిగా వైఎస్ జగన్ పేర్కొన్నారు. ఇలాంటి అనాగరిక చర్యను తాము తీవ్రంగా ఖండిస్తున్నామని ట్వీట్ చేశారు. ఆఫీసులపై దాడులు చేయటం, ఫర్నీచర్ ధ్వంసం చేయడం, అద్దాలు పగలగొట్టడం, కార్యకర్తలపై భౌతిక దాడులను రాజకీయ పార్టీలు మొదలుపెడితే.. అది ప్రజాస్వామ్యం పతనానికి నిదర్శనమన్నారు.

పోలీసులు ఎలాంటి చర్యలు తీసుకోకపోవటం మరింత ఆందోళన కలిగిస్తోందన్నారు. పోలీసుల మౌనం నిర్లక్ష్యం కాదన్న వైఎస్ జగన్.. చంద్రబాబు రాజకీయ ఎజెండా కోసం ఆంధ్రప్రదేశ్ శాంతిభద్రతల యంత్రాంగాన్ని బహిరంగంగా దుర్వినియోగం చేస్తున్నారనే హెచ్చరిక అంటూ ట్వీట్ చేశారు. ఈ దాడిని వైసీపీతో పాటుగా.. ప్రజాస్వామ్యాన్ని, రాజకీయ స్వేచ్ఛను నమ్మే ప్రతి ఒక్కరూ ఖండించాల్సిన అవసరం ఉందన్నారు.

2024 ఏపీ అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో హిందూపురం అసెంబ్లీ నియోజకవర్గం నుంచి వైసీపీ తరుపున దీపిక బరిలో నిలిచారు. అయితే టీడీపీ అభ్యర్థి నందమూరి బాలకృష్ణ చేతిలో ఓటమి పాలయ్యారు. హిందూపురం నుంచి బాలయ్య మూడోసారి విజయం సాధించి హ్యాట్రిక్ కొట్టారు. అయితే నందమూరి కుటుంబం హిందూపురం నియోజకవర్గం నుంచి ప్రాతినిధ్యం వహించడం ఇదే తొలిసారి కాదు. గతంలో ఎన్టీఆర్. ఆయన తనయుడు నందమూరి హరికృష్ణ కూడా ఇక్కడి నుంచి పోటీ చేసి ఎమ్మెల్యేలుగా గెలుపొందారు. 1985 నుంచి అంటే తెలుగుదేశం పార్టీ ఏర్పాటైన నాటి నుంచి హిందూపురం నియోజకవర్గ ప్రజలు ఆ పార్టీనే గెలిపిస్తూ వస్తున్నారు. చివరకు వైఎస్ జగన్ సునామీలోనూ 2019లో బాలయ్య ఇక్కడి నుంచి ఎమ్మెల్యేగా గెలుపొందారు. రాయలసీమలో టీడీపీకి మూడు సీట్లు వస్తే.. అందులో హిందూపురం ఒకటి కావటం విశేషం.

అయితే ఈ విషయాలను దృష్టిలో పెట్టుకునే వైసీపీ ఇంఛార్జి దీపిక భర్త వేణు రెడ్డి ఇటీవల హాట్ కామెంట్స్ చేశారు. లేపాక్షిలో జరిగిన వైసీపీ సమావేశంలో మాట్లాడుతూ.. బాలకృష్ణపై కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. హిందూపురం ప్రజలు 40 ఏళ్ల నుంచి బానిస బతుకులు బతుకుతున్నారంటూ వేణు రెడ్డి ఘాటు వ్యాఖ్యలు చేశారు. ఎక్కడో హైదరాబాద్‌లో కూర్చున్న వాడి కాళ్ల కింద బానిసలుగా బతుకుతున్నామంటూ పరోక్షంగా బాలకృష్ణను ఉద్దేశించి హాట్ కామెంట్స్ చేశారు. వారికి ఓట్లేస్తాం.. వారు హైదరాబాద్‌లో ఉంటారు.. మనమిక్కడ బానిస బతుకులు బతుకుతున్నామంటూ తీవ్ర వ్యాఖ్యలు చేశారు. ఈ నేపథ్యంలో బాలయ్యపై వేణు రెడ్డి వ్యాఖ్యలకు నిరసనగానే ఈ దాడి జరిగి ఉండొచ్చని భావిస్తున్నారు.

ఎమ్మెల్యేలకూ టైమ్ టేబుల్.. చంద్రబాబు స్ట్రాటజీ!



ఆంధ్రప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు.. తెలుగుదేశం పార్టీపై దృష్టి సారించినట్లు తెలుస్తోంది. కొంతమంది తెలుగుదేశం పార్టీ ఎమ్మెల్యేల వ్యవహార శైలి చర్చనీయాంశమైన నేపథ్యంలో చంద్రబాబు పాలనతో పాటుగా పార్టీపైనా ఫోకస్ పెట్టినట్లు సమాచారం. ఏపీలో టీడీపీ కూటమి అధికారంలోకి వచ్చి సుమారుగా 16 నెలలు దాటిపోయింది. అయితే ఇన్ని రోజులైనా కొంతమంది ఎమ్మెల్యేలు తీరు మార్చుకోలేదని చంద్రబాబు భావిస్తున్నట్లు సమాచారం. ముఖ్యంగా ప్రజల్లో ఉండాలంటూ తాను చేసిన సూచనలు పాటించడం లేదని భావిస్తున్నట్లు తెలిసింది. ఇటీవలే 48 మంది ఎమ్మెల్యేలకు నోటీసులు ఇవ్వాలని చంద్రబాబు ఆదేశించిన సంగతి తెలిసిందే.

ప్రభుత్వ కార్యక్రమాల్లో కొంతమంది ఎమ్మెల్యేలు చురుగ్గా పాల్గొనడం లేదని చంద్రబాబు దృష్టికి వచ్చినట్లు సమాచారం. ఎన్టీఆర్ భరోసా పింఛన్ల పంపిణీ, ముఖ్యమంత్రి సహాయ నిధి చెక్కుల పంపిణీ కార్యక్రమాల్లో పాల్గొనకుండా కొంతమంది ఎమ్మెల్యేలు అలసత్వం ప్రదర్శిస్తున్నట్లు చంద్రబాబు దృష్టికి వచ్చింది. ఈ నేపథ్యంలోనే 48 మంది ఎమ్మెల్యేలకు నోటీసులు ఇవ్వాలని ఇటీవల ఆదేశించారు. వారి నుంచి వివరణ కూడా తీసుకోనుంది టీడీపీ అధిష్టానం.

మరోవైపు తన చుట్టూ తిరగకుండా ప్రజల్లో నిత్యం తిరుగుతూ ఉండాలని ఎమ్మెల్యేలకు చంద్రబాబు పలు సార్లు సూచించారు. అలాగే కొత్తగా ఎమ్మెల్యేలుగా గెలుపొందిన వారికి కూడా చంద్రబాబు పలు సూచనలు చేశారు. ప్రభుత్వం చేస్తున్న మంచిని ప్రజలకు వివరించాలని.. విపక్షం చేసే దుష్ప్రచారం తిప్పికొట్టాలని ఎప్పటికప్పుడు మార్గ నిర్దేశం చేస్తూ వస్తున్నారు. ఈ క్రమంలోనే చంద్రబాబు మరో ముఖ్యమైన నిర్ణయం తీసుకున్నట్లు తెలిసింది. పార్టీ ఎమ్మెల్యేలు, ప్రజా ప్రతినిధులకు టీడీపీ అధిష్టానం కొత్తగా టైమ్ టేబుల్ రూపొందించినట్లు సమాచారం.

కొత్త టైమ్ టేబుల్ ప్రకారం.. టీడీపీ ఎమ్మెల్యేలు ప్రతి నెలా ఒకటో తేదీ క్రమం తప్పకుండా ఎన్టీఆర్ భరోసా సామాజిక భద్రతా పింఛన్ల పంపిణీ కార్యక్రమంలో పాల్గొనాలి.అలాగే ప్రతి నెలా 5వ తేదీన తమ నియోజకవర్గంలోని ప్రభుత్వ పాఠశాలను ఎమ్మెల్యేలు సందర్శించారు. ఆ పాఠశాలలో విద్యార్థులకు అందుతున్న భోజనం, వసతులను పరిశీలించాలి. అలాగే ప్రతి నెలా10వ తేదీన తమ నియోజకవర్గం పరిధిలోని అన్న క్యాంటిన్‌లో ఎమ్మెల్యేలు భోజనం చేయాల్సి ఉంటుంది. అన్న క్యాంటీన్ల ద్వారా ప్రభుత్వం అందిస్తున్న భోజనం ఎలా ఉందనేది తెలుసుకోవటంతో పాటుగా ప్రజలకు వివరించాలి.

వీటితో పాటుగా ప్రతి నెలా 15వ తేదీన తమ నియోజకవర్గ పరిధిలోని ప్రభుత్వ ఆసుపత్రిని ఎమ్మెల్యేలు తనిఖీ చేయాలి. ఆస్పత్రిలోని రోగుల సమస్యలపై వివరాలు అడిగి తెలుసుకోవాలి. డాక్టర్లు, వైద్య సిబ్బంది సమస్యలపైనా దృష్టి పెట్టాలి. అలాగే 20వ తేదీన ముఖ్యమంత్రి సహాయ నిధి చెక్కుల పంపిణీ, టీడీపీ కార్యకర్తల బీమాకు సంబంధించిన చెక్కులను పంపిణీ కార్యక్రమంలో పాల్గొనాల్సి ఉంటుంది. ప్రతి నెలా 25వ తేదీన తమ నియోజకవర్గంలోని ఎమ్మార్వో కార్యాలయం లేదా ఇతర ప్రభుత్వ కార్యాలయాలను తనిఖీ చేయాలని టీడీపీ అధిష్టానం స్పష్టం చేసినట్లు సమాచారం. అలాగే నెలలో ఒకరోజు తప్పనిసరిగా ఏదో ఒక గ్రామంలో పాదయాత్ర చేసి.. ప్రజలతో మమేకం కావాలని పార్టీ అధిష్టానం స్పష్టం చేసినట్లు సమాచారం.

రెండు అల్పపీడనాలు రూపం..

పలు జిల్లాల్లో భారీ వర్షాల అలెర్ట్!

రాష్ట్ర వాతావరణంపై ప్రస్తుతం రెండు అల్పపీడనాల ప్రభావం కనిపిస్తోందని ఏపీ వాతావరణ శాఖ తెలిపింది. వీటి ప్రభావంతో పలు జిల్లాల్లో భారీ నుండి అతిభారీ వర్షాలు కురిసే అవకాశం ఉన్నట్లు సూచించింది.నైరుతి బంగాళాఖాతం%-%శ్రీలంక తీర ప్రాంతంలో కొత్తగా అల్పపీడనం ఏర్పడినట్టు విపత్తుల నిర్వహణ సంస్థ ఎండీ ప్రఖర్ జైన్ తెలిపారు. ఈ వ్యవస్థకు అనుబంధంగా ఉన్న ఉపరితల ఆవర్తనం సముద్ర మట్టానికి 5.8 కిలోమీటర్ల ఎత్తు వరకు విస్తరించి ఉందని చెప్పారు. రాబోయే 24 గంటల్లో ఇది పశ్చిమ%-%వాయువ్య దిశగా క్రమంగా కదిలే అవకాశం ఉందని వెల్లడించారు. దీని కారణంగా దక్షిణ కోస్తా ప్రాంతాల్లో గంటకు 35%-%55 కిమీ వేగంతో ఈదురుగాలులు వీచవచ్చని పేర్కొన్నారు. ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని, సోమవారం వరకు మత్స్యకారులు సముద్రంలోకి వెళ్లకూడదని ఆయన హెచ్చరించారు.

లిమూడు రోజుల పాటు ఏపీలో వర్షాలు సోమవారం (17%-11-%2025) న నెల్లూరు, అన్నమయ్య, చిత్తూరు, తిరుపతి జిల్లాల్లో పిడుగులతో కూడిన మోస్తరు నుంచి భారీ వర్షాలు పడే అవకాశం ఉందని విపత్తుల నిర్వహణ సంస్థ తెలిపింది. అలాగే ప్రకాశం, కడప జిల్లాల్లో తేలికపాటి నుండి మోస్తరు వర్షాలు నమోదయ్యే సూచనలు ఉన్నాయి.

-పిడుగులతో కూడిన వర్షాల హెచ్చరిక మంగళవారం (18%-11-%2025) రోజున నెల్లూరు, తిరుపతి జిల్లాల్లో పిడుగులతో వచ్చే భారీ వర్షాలు కురిసే అవకాశం ఉందని అంచనా వేశారు. ప్రకాశం, సత్యసాయి, కడప, అన్నమయ్య, చిత్తూరు జిల్లాల్లో కూడా తేలికపాటి నుండి మోస్తరు వర్షాలు కురిసే అవకాశం ఉందని తెలిపారు.నవంబర్ 21న మరో అల్పపీడనం ఇప్పటికే ఏర్పడిన అల్పపీడనం ప్రభావం కొనసాగుతుండగానవంబర్ 21 నాటికి ఆగ్నేయ బంగాళాఖాతంలో మరో కొత్త అల్పపీడనం పుట్టే అవకాశం ఉందని ఎండీ ప్రఖర్ జైన్ పేర్కొన్నారు. ప్రస్తుత వాతావరణ సూచనలు పరిశీలిస్తే, ఈ రెండవ వ్యవస్థ ప్రభావంతో నవంబర్ 24 నుండి 27 వరకు కోస్తాంధ్ర, రాయలసీమ జిల్లాల్లో మోస్తరు నుంచి భారీ వర్షాలు కురిసే అవకాశం ఉంది. ఈ నేపథ్యంలో రైతులు తమ వ్యవసాయ పనుల్లో ముందస్తు జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని అధికారులు సూచిస్తున్నారు.

32 చోట్ల కెమెరాలు..

స్పీడ్ 100 కి.మీ. దాటితే క్షణాల్లో ఫైన్

మీ చేతిలో బైక్ ఉంది.. దారిలో విశాలంగా.. కొత్తగా వేసిన హైవే కనిపించిందనుకోండి.. మేఘాలలో తేలిపొమ్మనంది అంటూ దూసుకెళ్లాలనే కోరిక కలుగుతుంది. బ్రేకులు వదిలేసి బైక్‌ను పరుగులు తీయించమని మనసు పరుగులు తీస్తుంది. అయితే అలాంటి వారికి అధికారులు షాకిస్తున్నారు. హైవేల మీద సీసీ కెమెరాలు ఏర్పాటు చేస్తూ.. అలాంటి వారి వేగానికి బ్రేకులేస్తున్నారు. ప్రమాదాలను నియంత్రించేందుకు ఈ తరహా చర్యలు చేపడుతున్నారు. ఉమ్మడి కర్నూలు జిల్లాలో కొత్తగా జాతీయ రహదారి 340సీ నిర్మించారు. నాలుగు వరుసలుగా ఈ జాతీయ రహదారి నిర్మాణం జరిగింది. కొత్త జాతీయ రహదారి కావటంతో వాహనదారులు హైవే మీద దూసుకెళ్తున్నారు. అయితే అలాంటి వారికి కళ్లెం వేసేందుకు అధికారులు 32 సీసీ కెమెరాలను హైవే మీద ఏర్పాటు చేయించారు. డిజిటల్ తెరలు కూడా అమర్చారు. వీటి సాయంతో వాహనాల వేగాన్ని నియంత్రిస్తున్నారు.

హైవే మీద వాహనం ఎంత వేగంతో వెళ్తోందనేదీ ఈ డిజిటల్ తెరలు చూపిస్తాయి. అలాగే ఏదైనా వాహనం 100 కిలోమీటర్లకు మించి వేగంతో వెళ్లినట్లయితే.. ఇవి బీప్ సౌండ్ ఇచ్చి అప్రమత్తం చేస్తాయి. ఇక వీటిని సోలార్ ఎనర్జీ సాయంతో పనిచేసేలా రూపొందించారు. అర కిలోమీటర్ దూరంలో జరిగిన ఘటనలను కూడా గుర్తించి.. రికార్డు చేసే సామర్థ్యం ఈ సీసీ కెమెరాలకు ఉంది. మరోవైపు 587 కోట్ల రూపాయలు ఖర్చుచేసి వీటిని ఏర్పాటు చేయించారు. నన్నూరు టోల్ ప్లాజా నుంచి మండ్లెమ్ వరకూ 34 కిలోమీటర్ల మేరకు 32 సీసీ కెమెరాలు ఏర్పాటు చేశారు. ఈ మార్గంలో ప్రతి రోజూ 5 వేలకుపైగా వాహనాలు రాకపోకలు సాగిస్తుంటాయి. అయితే వాహనదారులు అతివేగంతో వెళ్తున్నారనే కారణంగా అధికారులు ఈ ఏర్పాటు చేయించారు.మరోవైపు ఈ సీసీ కెమెరాలను కంట్రోల్ రూమ్‌తో అనుసంధానం చేశారు. కంట్రోల్ రూమ్ సిబ్బంది నిరంతరం ఈ సీసీ కెమెరాల ద్వారా వాహనాల రాకపోకలను పర్యవేక్షిస్తుంటారు. జాతీయ రహదారిపై ఏదైనా అనుకోని ఘటన జరిగితే కంట్రోల్ రూమ్ నుంచే కెమెరాల ద్వారా వాటిని రికార్డు చేసుకునే వీలుంది.మరోవైపు త్వరలోనే వీటిని పోలీస్ శాఖతో అనుసంధానం చేసే ఆలోచనలో అధికారులు ఉన్నారు. అతివేగంతో ఎవరైనా రూల్స్ ఉల్లంఘిస్తే కంట్రోల్ రూమ్ నుంచి అలాంటి వారిని గుర్తించి జరిమానా విధిస్తారు. ఈ జరిమానా విషయం సదరు వాహనదారుడికి మెసేజు రూపంలో వెళ్తుంది.

ఏపీని గ్లోబల్ గ్రీన్ ఎనర్జీ హబ్‌గా మార్చేందుకు ప్రణాళికలు సిద్ధం

ఆంధ్రప్రదేశ్‌ను గ్రీన్ ఎనర్జీ, సైబర్‌సెక్యూరిటీ రంగాల్లో గ్లోబల్ హబ్‌గా తీర్చిదిద్దేందుకు ప్రణాళికాబద్ధంగా ముందుకు వెళుతున్నామని, ఈ లక్ష్య సాధనలో ప్రపంచ ఆర్థిక వేదిక సహకారం అందించాలని రాష్ట్ర ఐటీ, ఎలక్ట్రానిక్స్, విద్యాశాఖల మంత్రి నారా లోకేశ్ కోరారు. విశాఖపట్నంలో వరల్డ్ ఎకనమిక్ ఫోరం సెంటర్ ఫర్ ఫ్రాంటియర్ టెక్నాలజీస్ మేనేజింగ్ డైరెక్టర్ జెరెమీ జుర్గెన్స్‌తో ఆయన సమావేశమయ్యారు. ఈ సందర్భంగా రాష్ట్ర ప్రభుత్వం నిర్దేశించుకున్న లక్ష్యాలను, భవిష్యత్ ప్రణాళికలను ఆయన వివరించారు.మంత్రి లోకేశ్ మాట్లాడుతూ, “2070 నాటికి కర్బన ఉద్గార రహిత దేశంగా మారాలన్న భారత ప్రభుత్వ లక్ష్యానికి అనుగుణంగా ఆంధ్రప్రదేశ్ చిత్తశుద్ధితో పనిచేస్తోంది. 2040 నాటికి దేశంలో విద్యుత్ అవసరాలు రెట్టింపు కానున్న నేపథ్యంలో, పునరుత్పాదక ఇంధన వనరులపై ఆధారపడటం అత్యవసరం. మేము మార్పు కోసం వేచి చూడటం లేదు, మార్పును ముందుండి నడిపిస్తున్నాం. రాష్ట్రాన్ని ప్రపంచ గ్రీన్ ఎనర్జీ హబ్‌గా మార్చాలన్నదే మా సంకల్పం అని స్పష్టం చేశారు. ఈ క్రమంలో పునరుత్పాదక ఇంధన రంగంలో 115 బిలియన్ డాలర్ల పెట్టుబడులను ఆకర్షించాలని లక్ష్యంగా పెట్టుకున్నామని, దేశ గ్రీన్ హైడ్రోజన్ లక్ష్యంలో 30 శాతం వాటాను ఏపీ నుంచే అందించాలని ధ్యేయంగా పెట్టుకున్నామని తెలిపారు. ఇవి కేవలం గణాంకాలు కావని, రాష్ట్ర విద్యుత్ భద్రతకు, ఆర్థిక ప్రగతికి, పర్యావరణ పరిరక్షణకు కట్టుబడి ఉన్నామని ఆయన వివరించారు.ప్రస్తుత డిజిటల్ యుగంలో సైబర్‌సెక్యూరిటీ జాతీయ భద్రతలో కీలక పాత్ర పోషిస్తుందని మంత్రి లోకేశ్ అన్నారు. “అక్టోబర్ 2023 నుంచి సెప్టెంబర్ 2024 మధ్య కాలంలోనే భారతదేశంలో 369 మిలియన్లకు పైగా సైబర్ దాడులు నమోదయ్యాయి. 2033 నాటికి ప్రపంచవ్యాప్తంగా సైబర్ దాడుల వల్ల కలిగే నష్టం 1 ట్రిలియన్ డాలర్లకు చేరుతుందని అంచనా. ఇది అత్యంత ఆందోళనకరమైన విషయం. ఈ దాడులు కీలక మౌలిక సదుపాయాలకు, ఆర్థిక వ్యవస్థకు పెను ముప్పుగా మారతాయి అని ఆయన ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు.ఆంధ్రప్రదేశ్ వేగంగా ఐటీ హబ్‌గా అభివృద్ధి చెందుతున్న తరుణంలో పరిశ్రమలు, రవాణా, విద్యుత్ వంటి కీలక రంగాలకు పటిష్టమైన సైబర్ భద్రత కల్పించడం అత్యంత ప్రాధాన్యతాంశమని లోకేశ్ పేర్కొన్నారు.ఈ సవాలును అధిగమించడానికి మాకు ఒక గొప్ప అవకాశం ఉంది. రాష్ట్రంలోని విద్యార్థుల్లో 70 శాతం మంది సైన్స్, టెక్నాలజీ, ఇంజినీరింగ్, మ్యాథమెటిక్స్ కోర్సుల్లోనే ఉన్నారు. ఈ మానవ వనరులను సద్వినియోగం చేసుకొని, స్వదేశీ సైబర్‌సెక్యూరిటీ నిపుణులను తయారుచేస్తాం. తద్వారా ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఉన్న 40 లక్షల సైబర్ నిపుణుల కొరతను తీర్చడంలో మా వంతు పాత్ర పోషిస్తాం” అని ఆయన ధీమా వ్యక్తం చేశారు.చమురు, విద్యుత్, సప్లయ్ చెయిన్ వంటి కీలక రంగాల్లో సైబర్‌సెక్యూరిటీ మూల్యాంకన నమూనాలను అమలు చేయడంలో సహకరించాలని, ముఖ్యంగా డబ్ల్యూఈఎఫ్ అభివృద్ధి చేసిన ‘స్ట్రాటజిక్ సైబర్‌సెక్యూరిటీ టాలెంట్ ఫ్రేమ్‌వర్క్’ను ప్రయోగాత్మకంగా అమలు చేసి, నిపుణులైన మానవ వనరులను ప్రోత్సహించాలని కోరారు. సెంటర్ ఫర్ ఫోర్త్ ఇండస్ట్రియల్ రెవల్యూషన్ ఏర్పాటులో ఆంధ్రప్రదేశ్ కీలక పాత్ర పోషిస్తోందని, దీని విజయానికి భాగస్వాముల సహకారం అత్యంత కీలకమని లోకేశ్ అన్నారు. ఈ ప్రయాణంలో కేవలం ఆర్థికంగానే కాకుండా, మేధోపరంగా, కార్యనిర్వహణ పరంగా కూడా సంస్థాపక భాగస్వాములుగా చేరాలని జెరెమీని ఆహ్వానించారు.మంత్రి లోకేశ్ విజ్ఞప్తిపై జెరెమీ జుర్గెన్స్ సానుకూలంగా స్పందించారు. అభివృద్ధి చెందుతున్న దేశాల్లో క్లీన్ ఎనర్జీ పెట్టుబడులను ప్రోత్సహించేందుకు తమ ‘మొబిలైజింగ్ ఇన్వెస్ట్‌మెంట్ ఫర్ క్లిన్ ఎనర్జీ ఇన్ ఇమర్జింగ్ ఎకానమీస్ కార్యక్రమం ద్వారా తోడ్పాటు అందిస్తామని హామీ ఇచ్చారు. అలాగే, ‘ఎనర్జీ లెర్నింగ్ ప్రోగ్రాం’ ద్వారా యువతలో నైపుణ్యాలను పెంచుతామని తెలిపారు. సైబర్‌సెక్యూరిటీపై తమ సెంటర్ ప్రత్యేకంగా దృష్టి సారిస్తుందని, ఏపీ ప్రభుత్వానికి అవసరమైన సహకారం అందిస్తామని ఆయన భరోసా ఇచ్చారు.

పౌరులకు బలమైన ఈసీ అవసరం’: బీహార్ ఎన్నికలపై ఎంకే స్టాలిన్

బీహార్ అసెంబ్లీ ఎన్నికల ఫలితాలు దేశ రాజకీయాల్లో కొత్త చర్చకు తెరలేపాయి. ముఖ్యంగా 202 సీట్లతో ఎన్డీఏ ఘన విజయాన్ని దక్కించుకోగా.. మహాగఠ్‌బంధన్ ఘోర పరాభవం పాలైంది. ఈ నేపథ్యంలో.. తమిళనాడు ముఖ్యమంత్రి, డీఎంకే అధినేత ఎం.కె.స్టాలిన్ తన ప్రత్యేక విశ్లేషణను ట్విట్టర్ ద్వారా పంచుకున్నారు. ఈ ప్రకటనలో ఆయన విజయం సాధించిన నితీష్ కుమార్‌కు అభినందనలు తెలుపుతూనే.. ఎన్నికల్లో గెలిచేందుకు తీవ్రంగా కష్టపడిన తేజస్వీ యాదవ్‌పై ప్రశంసలు కురిపించారు. మరోవైపు భారత ఎన్నికల సంఘం పని తీరుపై తీవ్రస్థాయిలో విమర్శలు గుప్పించారు. దీంతో ఈ విషయం కాస్తా జాతీయ స్థాయిలో చర్చనీయాంశంగా మారింది.

“బీహార్ ఎన్నికల్లో నిర్ణయాత్మక విజయం సాధించిన సీనియర్ నాయకులు నితీష్ కుమార్ గారికి నా అభినందనలు. బీహార్ ప్రజల ఆకాంక్షలను నెరవేర్చాలని ఆకాంక్షిస్తున్నాను. అదే విధంగా అలసిపోకుండా ప్రచారం చేసిన యువ నాయకులు తేజస్వి యాదవ్‌ను కూడా అభినందిస్తున్నాను” అని స్టాలిన్ మొదట పేర్కొన్నారు. ఆ తర్వాత ఫలితాలు ఈసీఐ దుశ్చర్యలను కడిగిపారేయవని చెప్పారు. ఈసీఐ ప్రతిష్ట ప్రస్తుతం పాతాళానికి చేరిందని చెప్పారు. ఈ దేశ పౌరులు ఒక బలమైన, నిష్పక్షపాతమైన ఎన్నికల సంఘాన్ని కోరుకుంటున్నారని వివరించారు. ఓడిపోయిన వారిలో కూడా విశ్వాసాన్ని నింపే విధంగా ఎన్నికల నిర్వహణ ఉండాలని స్టాలిన్ తీవ్రస్థాయిలో విమర్శించారు.

ఫలితాల వెనుక నాలుగు ప్రధాన అంశాలు

బీహార్ ఎన్నికల ఫలితాల ద్వారా అందరూ నేర్చుకోవాల్సిన కొన్ని ముఖ్యమైన పాఠాలు ఉన్నాయని చెప్పిన సీఎం స్టాలిన్.. వాటిని విశ్లేషించారు. ఎన్నికల ఫలితాలు నాలుగు ప్రధాన అంశాలను ప్రతిబింబిస్తాయని ఆయన అభిప్రాయపడ్డారు. అందులో ఒకటి సంక్షేమ పథకాల అమలని, రెండోది సామాజిక, సైద్ధాంతిక కూటములని తెలిపారు. ఇక మూడోది స్పష్టమైన రాజకీయ సందేశమని, నాలుగోది చివరి ఓటు పడే వరకు అంకిత భావంతో కూడిన నిర్వహణ ఉండాలని అభిప్రాయం వ్యక్తం చేశారు. ఈ ఫలితాల నుంచి నేర్చుకోవాల్సిన పాఠాలను ఇండియా కూటమి నాయకులు అర్థం చేసుకోగల సమర్థులు అని.. రాబోయే సవాళ్లను ఎదుర్కోవడానికి వ్యూహాత్మకంగా ప్రణాళికలు రూపొందించగలరని స్టాలిన్ విశ్వాసం వ్యక్తం చేశారు.

పార్టీ నుంచి కేంద్ర మాజీమంత్రి సహా ముగ్గురు సస్పెండ్,,,

బిహార్ బీజేపీలో తీవ్ర కలకలం

బిహార్ అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో ఎన్డీఏ కూటమి ఘన విజయం సాధించిన తర్వాతి రోజే.. బీజేపీ సంచలన నిర్ణయం తీసుకుంది. బిహార్ ఎన్నికల సమయంలో.. బీజేపీ పార్టీ వ్యతిరేక కార్యకలాపాలకు పాల్పడిన ముగ్గురు సీనియర్ నేతలను సస్పెండ్ చేయడం ఆ రాష్ట్ర రాజకీయాల్లో తీవ్ర అలజడి రేపింది. ఇక సస్పెన్షన్ వేటు పడిన ముగ్గురిలో కేంద్ర మాజీ మంత్రి, సీనియర్ నేత ఆర్‌కే సింగ్ కూడా ఉండటం గమనార్హం. ఆర్‌కే సింగ్‌తోపాటు.. ఎమ్మెల్సీ అశోక్ అగర్వాల్, కతిహార్ మేయర్ ఉషా అగర్వాల్‌లపై వేటు పడింది.

ఇక బిహార్ బీజేపీ రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యాలయ ఇంఛార్జ్ అరవింద్ శర్మ ఈ ముగ్గురు నేతలకు షోకాజ్ నోటీసులు జారీ చేశారు. పార్టీకి నష్టం కలిగించినందుకు గాను.. వారిని ఎందుకు బహిష్కరించకూడదో వారం రోజుల్లోగా వివరణ ఇవ్వాలని నోటీసుల్లో ఆదేశాలు జారీ చేశారు. ఆరా నియోజకవర్గం నుంచి గెలిచిన మాజీ ఎంపీ, కేంద్ర మాజీ మంత్రి ఆర్‌కే సింగ్ .. 2024 లోక్‌సభ ఎన్నికల్లో ఓటమి పాలైనప్పటి నుంచి బీజేపీ నాయకత్వంపై, బిహార్ ప్రభుత్వ తీరుపై తీవ్ర విమర్శలు చేస్తూనే ఉన్నారు.

ఇక మరీ ముఖ్యంగా బిహార్ బీజేపీలో కీలక నేత, బిహార్ ఉప ముఖ్యమంత్రిగా ఉన్న సామ్రాట్ చౌదరి టార్గెట్‌గా విమర్శలు గుప్పించారు. ఎన్నికల వ్యూహకర్త, జన సురాజ్ పార్టీ అధినేత ప్రశాంత్ కిషోర్ చేసిన అవినీతి ఆరోపణలకు తోడు.. ఆర్‌కే సింగ్ కూడా సామ్రాట్ చౌదరిపై తీవ్ర విమర్శలు చేయడంతో ఈ చర్యలు తీసుకున్నారు. సామ్రాట్ చౌదరి, బిహార్ బీజేపీ చీఫ్ దిలీప్ జైస్వాల్‌ను.. హత్య నిందితులు అంటూ ఆర్‌కే సింగ్ అభివర్ణించడం తీవ్ర దుమారానికి కారణం అయింది. ఇలాంటి నాయకులకు ఓటు వేయడం కంటే.. నీళ్లలో మునిగి చావడం మంచిదని బిహార్ ఎన్నికలకు ముందు ఆయన చేసిన వ్యాఖ్యలు తీవ్ర చర్చనీయాంశంగా మారాయి.

ఈ సందర్భంగా సామ్రాట్ చౌదరి.. చదువుకున్న చదువుపై వచ్చిన అనుమానాలను ఆయన నిరూపించుకోవాలని డిమాండ్ చేశారు. అంతేకాకుండా.. జేడీయూకు చెందిన గ్యాంగ్‌స్టర్, రాజకీయ నాయకుడు అనంత్ సింగ్‌ను టార్గెట్ చేస్తూ కూడా తీవ్ర వ్యాఖ్యలు చేశారు. అయితే ఆర్‌కే సింగ్ తీవ్ర విమర్శలు చేసిన.. సామ్రాట్ చౌదరి, ఆర్‌కే సింగ్ కూడా తమ నియోజకవర్గాల్లో ఈ ఎన్నికల్లో విజయం సాధించారు.

బిహార్ కేడర్‌కు చెందిన రిటైర్డ్ ఐఏఎస్ అధికారి అయిన ఆర్‌కే సింగ్.. మన్మోహన్ సింగ్ నేతృత్వంలోని యూపీఏ ప్రభుత్వంలో కేంద్ర హోం శాఖ కార్యదర్శిగా పనిచేశారు. 2013లో బీజేపీలో చేరిన ఆర్‌కే సింగ్.. 2014, 2019లో ఆరా నియోజకవర్గం నుంచి రెండుసార్లు ఎంపీగా గెలిచారు. 2014 నరేంద్ర మోదీ కేబినెట్‌లో.. కేంద్ర విద్యుత్ శాఖ మంత్రిగా పనిచేశారు. ఆ తర్వాత 2024 లోక్‌సభ ఎన్నికల్లో ఓటమి పాలయ్యారు. బీజేపీ తీసుకున్న ఈ సస్పెన్షన్ నిర్ణయం కేవలం తాత్కాలిక ప్రక్రియ మాత్రమేనని.. త్వరలోనే ఈ ముగ్గురినీ పార్టీ నుంచి బహిష్కరించనున్నట్లు బిహార్ రాజకీయ వర్గాల్లో తీవ్ర చర్చ జరుగుతోంది.

పద్మావతి అమ్మవారి బ్రహ్మోత్సవాలకు నేడు అంకురార్పణ

తిరుచానూరు, నవంబరు 15: శ్రీవారి దేవేరి పద్మావతి అమ్మవారి కార్తీక బ్రహ్మోత్సవాలకు ఆదివారం సాయంత్రం అంకురార్పణ జరగనుంది. సోమవారం నుంచి జరిగే ఉత్సవాలకు తిరుచానూరు సిద్ధమైంది. అంకురార్పణ రోజు ఉదయం లక్ష కుంకుమార్చన నిర్వహించడం ఆనవాయితీ. ఉదయం 8 నుంచి మధ్యాహ్నం 12 గంటల వరకు పాంచరాత్ర ఆగమోక్తంగా అర్చకులు అమ్మవారి అష్టోత్తర శతనామావళిని లక్ష సార్లు జపిస్తూ కుంకుమార్చన చేస్తారు. ఈ సేవలో పాల్గొనదలచిన దంపతులు రూ.1116 టిక్కెట్ కొనాలి. కుంకుమార్చనను భక్తులు కూర్చొని తిలకించేందుకు వీలుగా మండపాన్ని సర్వాంగ సుందరంగా తీర్చిదిద్దారు. ఇక, తొమ్మిది రోజుల పాటు ఎటువంటి అవరోధాలు, ఆటంకాలు కలగకుండా బ్రహ్మోత్సవాలు జరగాలని సకల దేవతలను, అష్టదిక్పాలకులను ఆహ్వానిస్తూ సాయంత్రం అంకురార్పణ గావిస్తారు. ఇందులో భాగంగా అమ్మవారికి, విష్వక్సేనుడికి ఆలయంలో పూజలుచేస్తారు. అమ్మవారిని తిరుచ్చిపై కొలువుదీర్చి ఉద్యానవనానికి వేంచేపు చేస్తారు. వెంట సర్వసేనాధిపతి విష్వక్సేనుడూ చేరుకుంటారు. అక్కడి పుట్టమట్టి సేకరించి ఆలయంలోని యాగశాలకు చేరుకుని పాలికల్లో పుట్టమట్టి, నవధాన్యాలు నింపి అంకురార్పణ చేస్తారు.రేపటి నుంచి బ్రహ్మోత్సవాలు

సోమవారం ఉదయం 8-9 గంటల మధ్య ధనుర్లగ్నంలో నిర్వహించే ధ్వజారోహణంతో అమ్మవారి బ్రహ్మోత్సవాలు మొదలు కానున్నాయి. గజపటాన్ని ధ్వజస్తంభానికి ఆరోహణం చేస్తారు. దీంతో ఉత్సవాలకు సకలదేవతలను ఆహ్వానిస్తారు. ఇక, రాష్ట్ర ప్రభుత్వం తరపున మంత్రి ఆనం రామనారాయణరెడ్డి అమ్మవారికి పట్టువస్త్రాలు సమర్పించనున్నారు. రాత్రి ఏడు గంటలకు చిన్నశేషవాహనంతో అమ్మవారి వాహన సేవలు ప్రారంభమవుతాయి. రోజూ ఉదయం 8 గంటలకు, రాత్రి 7 గంటలకు అమ్మవారు వాహనాల్లో మాడవీధుల్లో ఊరేగుతున్నారు. ఆయావాహనాలను సిద్ధం చేశారు. విద్యుద్దీపాలంకరణలతో తిరుచానూరు దేదీప్యమానంగా వెలుగులీనుతోంది.

వాహన సేవలిలా..

తొలిరోజైన 17వ తేది సాయంత్రం చిన్నశేషవాహనం, 18న పెద్దశేష హంస.. 19న ముత్యపుపందిరి, సింహ.. 20న కల్పవృక్ష, హనుమంత.. 21న పల్లకీ ఉత్సవం, సాయంత్రం 4 గంటలకు వసంతోత్సవం, రాత్రి గజవాహనం.. 22న సర్వభూపాల, సాయంత్రం స్వర్ణరథోత్సవం రాత్రి గరుడ వాహనం.. 23న సూర్యప్రభ, చంద్రప్రభ.. 24న రథోత్సవం, అశ్వవాహనంపై అమ్మవారు ఊరేగనున్నారు. దీంతో వాహన సేవలు ముగుస్తాయి. 25న మధ్యాహ్నం 12.10 గంటలకు పంచమితీర్థం(చక్రస్నానం), సాయంత్రం ధ్వజావరోహణం, 26న పుష్పయాగం జరగనుంది.

పది రోజుల పాటు ఆర్జిత సేవలు రద్దు

బ్రహ్మోత్సవాల నేపథ్యంలో పది రోజులపాటు ఆలయంలో జరిగే అన్ని ఆర్జిత సేవలను రద్దు చేసినట్లు డిప్యూటీ ఈవో హరీందర్‌నాథ్ తెలిపారు. కుంకుమార్చన, వీఐపీ బ్రేక్, కల్యాణోత్సవంతో పాటు వారపు, మాసపు ఆర్జిత సేవలు ఉండవన్నారు. ఈనెల 27 నుంచి ఆర్జిత సేవలు పునఃప్రారంభమవుతాయని వివరించారు.

బీహార్ ఎన్నికల ఫలితాలు నమ్మశక్యంగా లేవన్న వేణుగోపాల్

బీహార్ అసెంబ్లీ ఎన్నికల ఫలితం నమ్మశక్యంగా లేదని ఏఐసీసీ ప్రధాన కార్యదర్శి కేసీ వేణుగోపాల్ పేర్కొన్నారు. బీహార్ ఎన్నికల్లో అవకతవకలు జరిగాయని ఆయన ఆరోపించారు. ఏఐసీసీ అధ్యక్షుడు మల్లికార్జున ఖర్గే నివాసంలో సమావేశం అనంతరం ఆయన మీడియాతో మాట్లాడుతూ, ఫలితాలను విశ్లేషించి, సమీక్షిస్తామని తెలిపారు. అనంతరం చట్టపరంగా ముందుకు వెళతామని ఆయన స్పష్టం చేశారు.బీహార్ ఎన్నికల ఫలితాలపై ఇండియా కూటమి కలిసికట్టుగా చర్యలకు ఉపక్రమిస్తుందని ఆయన అన్నారు. కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకత్వం ఈ విషయమై ఇప్పటికే ఆర్జేడీ నాయకుడు తేజస్వి యాదవ్‌ను సంప్రదించినట్లు తెలిపారు. బీహార్‌లో ఓటమి నేపథ్యంలో మల్లికార్జున ఖర్గే, రాహుల్ గాంధీ ఖర్గే నివాసంలో సమావేశం నిర్వహించారు.గత అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో 19 స్థానాలు గెలిచిన కాంగ్రెస్ పార్టీ ఈసారి 6 సీట్లకు పరిమితమైంది. ఆర్జేడీ, కాంగ్రెస్, వామపక్షాలతో కూడిన మహాఘట్‌బంధన్ కేవలం 35 స్థానాలతో సరిపెట్టుకుంది. బీజేపీ-జేడీయూ నేతృత్వంలోని ఎన్డీయే 200కు పైగా స్థానాలు గెలుచుకుంది.

సినిమా

అంతా ఫాలో కావాల్సిందే!

చిన్న సినిమాతో టాలీవుడ్‌లో అడుగుపెట్టి నేషనల్ క్రష్‌గా ఎదిగింది రష్మిక. పుష్ప సినిమాతో శ్రీవల్లిగా అభిమానులను అలరించిన ఈ క్రేజీ భామ ఇటీవల గర్ల్‌ఫ్రెండ్ అంటూ ప్రేక్షకులను పలకరించింది. అన్ని వర్గాల ప్రేక్షకులను అలరిస్తూ, యూత్ ను ఆకట్టుకుంటున్న రష్మిక.. బాలీవుడ్ లో కూడా సత్తాచాటి బడా స్టార్ల సరసన చాన్స్ కొట్టేస్తున్నారు.దీపం ఉండగానే ఇల్లు చక్కబెట్టుకోవాలి' అనే సామెత సినీ పరిశ్రమకు చక్కగా సరిపోతుంది. ఒక్క హిట్? పడితే చాలు హీరోహీరోయిన్లు భారీగా రెమ్యునరేషన్? పెంచేస్తున్నారు. ముఖ్యంగా హీరోయిన్లు ఈ టెక్నిక్?ను ఫాలో అవుతూ ప్రొడ్యూసర్లకు షాక్? ఇస్తున్నారు. ఒకప్పుడు హీరోయిన్ల దృష్టంతా వరుస సినిమాలు, స్టార్? హీరోల పక్కన ఛాన్సులపైనే ఉండేది. కానీ ఈతరం హీరోయిన్లు మాత్రం రెమ్యునరేషనే లక్ష్యంగా కెరీర్?ని ప్లాన్? చేసుకుంటున్నారు.

ఇదే ఇప్పుడు ఇండస్ట్రీలో ట్రెండ్?గా మారింది. సాధారణంగా హీరోలు, హీరోయిన్లు స్క్రిప్ట్ ఆమోదించిన తర్వాతే రెమ్యునరేషన్ ఫిక్స్ చేసుకుంటారు. కానీ గత కొన్నేళ్లుగా కొందరు స్టార్లు ముందు షూటింగ్ పూర్తి చేసి, రిలీజ్ తర్వాత కలెక్షన్ల ఆధారంగా పారితోషికం తీసుకుంటున్నారు. పాన్-ఇండియా స్టార్ రష్మిక మందన్నా తన లేటెస్ట్ ఫిల్మ్ 'ద గర్ల్‌ఫ్రెండ్' తో ఈ జాబితాలో చేరిపోయింది. నిర్మాత ధీరజ్ మొగ్రే ప్రమో ఈవెంట్‌లో స్వయంగా ఈ విషయాన్ని బయటపెట్టారు.

నిర్మాత ఏం చెప్పారంటే..

నిర్మాత ధీరజ్ మాట్లాడుతూ.. 'రష్మిక మా సినిమాకు పూర్తి కమిట్‌మెంట్ ఇచ్చింది. షూటింగ్‌లో ఎలాంటి డిమాండ్లు లేకుండా స్క్రిప్ట్‌కు ప్రాధాన్యత ఇవ్వడం మా ప్రాజెక్ట్‌కు బూస్ట్ అయింది. రిలీజ్ తర్వాత కలెక్షన్ల బట్టి రెమ్యునరేషన్ ఫైనల్ చేద్దాం అని ఆమెనే ప్రతిపాదించింది' అంటూ చెప్పుకొచ్చారు. ఇది రష్మిక ధైర్యానికి, సినిమాపై విశ్వాసానికి నిదర్శనం. ఎందుకంటే, ఫ్లాప్ అయితే ఆర్టిస్ట్‌కు రిస్క్ ఎక్కువ. అయినా రష్మిక లాంటి స్టార్లు ఇలా చేయడం ప్రొడ్యూసర్లకు ఎంకరేజ్‌మెంట్.

రెమ్యునరేషన్? తగ్గించుకుని..

నవంబర్ 7న రిలీజ్ అయిన 'ద గర్ల్‌ఫ్రెండ్'లో రష్మిక సోలో లీడ్‌గా అద్భుతంగా నటించింది. రాహుల్ రవీంద్రన్ డైరెక్షన్‌లో వచ్చిన ఈ ఎమోషనల్ లవ్ స్టోరీ యంగ్ గర్ల్ పాత్రలో ఆమె అదరగొట్టింది. రిలీజ్ నుంచే పాజిటివ్ రివ్యూలు వరుసలు. సోషల్ మీడియాలో ఫ్యాన్స్ హైప్ క్రియేట్ చేస్తున్నారు. మొదటి వీకెండ్‌లో తెలుగు, హిందీ వెర్షన్లు కలిపి రూ. 25 కోట్లు దాటింది. ట్రేడ్ అనాలిస్టుల ప్రకారం, వీక్‌డేస్‌లోనూ కలెక్షన్లు స్టెడీగా ఉన్నాయి.

ఇవి తెలుసుకోకపోతే ఆ సమస్యలు పక్కా..

పెరుగు మన ఆహారంలో ఒక ముఖ్యమైన భాగం. ఇది రుచికరమైనది, జీర్ణక్రియకు సహాయపడడంతో పాటు రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది. ఎముకలను బలోపేతం చేస్తుంది. అయితే పెరుగును సరైన సమయంలో, సరైన విధానంలో తినడం చాలా ముఖ్యం. లేదంటే అది మేలుకు బదులు హాని కలిగిస్తుంది. చాలా మంది పెరుగు తినేటప్పుడు కొన్ని సాధారణమైన, కానీ తీవ్రమైన తప్పులు చేస్తారు. పెరుగు తినేటప్పుడు చేయకూడని ముఖ్యమైన తప్పులు:

రాత్రిపూట తినకూడదు

రాత్రిపూట పెరుగు తినడం వల్ల శరీరంలో కఫం పెరిగి, జలుబు, దగ్గు, గొంతు నొప్పి వంటి సమస్యలు వస్తాయి. అలాగే ఖాళీ కడుపుతో పెరుగు తినడం అస్సలు మంచిది కాదు. దీని వల్ల అసిడిటీ లేదా గ్యాస్ సమస్యలు రావచ్చు. అందుకే దీన్ని ఎప్పుడూ భోజనంలో భాగంగా తీసుకోవాలి.

వీటితో కలిపి తినకూడదు

పెరుగును మాంసాహారంతో కలిపి తినకూడదు. ఈ రెండింటి స్వభావాలు వేరుగా ఉ ఒడటం వల్ల జీర్ణవ్యవస్థలో సమస్యలు లేదా అలెర్జీలు రావచ్చు. అలాగే, పెరుగులో ఎక్కువ చక్కెర కలపడం వల్ల దాని ప్రోబయోటిక్ ప్రయోజనాలు తగ్గిపోయి. బరువు పెరగడానికి కారణమవుతుంది. పెరుగులో ఉప్పు కలపడం కూడా జీర్ణవ్యవస్థకు హాని కలిగిస్తుంది.

వాడకం - నిల్వ

పెరుగును ఎప్పుడూ వేడి చేయకూడదు. వేడి చేస్తే అందులో ఉండే ఆరోగ్యకరమైన బ్యాక్టీరియా నశించిపోతుంది. పాత లేదా బాగా పుల్లగా ఉండే పెరుగును తినడం వల్ల గ్యాస్, అజీర్ణం వంటి కడుపు సమస్యలు వస్తాయి. ఫ్రిజ్ నుండి తీసిన వెంటనే చల్లని పెరుగు తినడం కూడా మంచిది కాదు. ఇది గొంతు నొప్పిని పెంచుతుంది.

పాత్రలు - ఆరోగ్యం

అల్యూమినియం లేదా రాగి వంటి లోహపు పాత్రలలో పెరుగు తినడం మానుకోవాలి. ఎందుకంటే పెరుగులోని ఆమ్ల స్వభావం వల్ల హానికరమైన రసాయన ప్రతిచర్య ఏర్పడవచ్చు. అలాగే మీకు విరేచనాలు, వాంతులు లేదా కడుపులో చికాకు ఉన్నప్పుడు పెరుగు తినడం పూర్తిగా మానుకోవాలి. ఎందుకంటే ఇది పరిస్థితిని మరింత దిగజార్చే అవకాశం ఉంది.

ఉదయాన్నే బ్రెడ్ లాగిస్తున్నారా?

ఎంత సంపాదించినా.. ఎంత బంగారం ఉన్నా.. ఎన్ని బంగళాలు ఉన్నా.. ఎంత మంది మన చుట్టూ ఉన్నా.. ఉండాల్సింది ఆరోగ్యం. అందుకే పెద్దలు ఎప్పుడూ చెబుతుంటారు.. ఆరోగ్యమే మహాభాగ్యం అని. కరోనా కోరల్లో నుంచి బయటపడిన నాటి నుంచి 90 శాతం మందికి ఆరోగ్యంపై శ్రద్ధ పెరిగిందనే చెప్పాలి. కరోనా అంటే ఏంటో తెలియక ముందు ఎప్పుడు పడితే అప్పుడు ఏది పడితే అది తినేవాళ్లు కూడా కరోనా తర్వాత ఆహార పరిమితుల్ని తు.చ. తప్పకుండా పాటిస్తున్నారు.

బిజీ లైఫ్‌లో ఉదయం టిఫిన్ అంటే చాలామందికి వైట్ బ్రెడ్?తో శాండ్‌విచ్ లేదా టోస్ట్. ఇది తిని బ్రేక్ ఫాస్ట్ త్వరగా పూర్తి చేసేస్తారు. రుచికరంగా ఉన్నా, ఈ తెల్ల బ్రెడ్ ఆరోగ్యానికి పెద్ద శత్రువు అని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. మైదా (రిఫైండ్ ఫ్లోర్)తో తయారయ్యే వైట్ బ్రెడ్‌లో ఫైబర్ శూన్యం, పోషకాలు దాదాపు ఉండవు. ఈ బ్రెడ్ తినగానే శరీరంలో చక్కెర స్థాయిలు ఆకాశానికి ఎగిరిపడతాయి. తాత్కాలికంగా శక్తి వచ్చినట్టు అనిపించినా, ఇన్సులిన్ త్వరగా స్పందించి షుగర్ లెవెల్ పడిపోతుంది. ఫలితంగా రెండే గంటల్లో అలసట, ఏకాగ్రత లోపం వచ్చేస్తాయి. రెగ్యులర్‌గా తినడం వల్ల టైప్-2 డయాబెటిస్ వచ్చే ప్రమాదం కూడా ఉంటుంది. వీటిలో ఫైబర్ లేకపోవడంతో జీర్ణవ్యవస్థ వేగంగా పనిచేస్తుంది. దీంతో మళ్లీ త్వరగా ఆకలి వేస్తుంది. ఉదయం తిన్నా మధ్యాహ్నం లంచ్‌కు ముందుగానే స్నాక్స్ మీద పడతారు. ఇది బరువు పెరగడానికి, ముఖ్యంగా పొట్ట చుట్టూ కొవ్వు పేరుకుపోవడానికి కారణమవుతుంది. డయాబెటిస్‌తో పాటు చెడు కొలెస్ట్రాల్ , ట్రైగ్లిజరైడ్స్ పెరిగి గుండె జబ్బులు, మంట సంబంధిత వ్యాధులు వచ్చే అవకాశం ఎక్కువవుతుంది.

అంతేకాదు, ఈ బ్రెడ్‌లో ఫైబర్ లేకపోవడంతో మలబద్ధకం, ఉబ్బరం, గ్యాస్, అజీర్తి వంటి జీర్ణ సమస్యలు మొదలవుతాయి. వ్యాయామం చేయని వారికి ఈ హాని మరింత ఎక్కువ. వైట్ బ్రెడ్‌ను పూర్తిగా మానేయడం కష్టమైతే, బ్రౌన్ బ్రెడ్, మల్టీ గ్రెయిన్ బ్రెడ్ తినడానికి మొగ్గు చూపాలి. పండ్లు, కూరగాయలు, పప్పు ధాన్యాలతో కలిపి తింటే మంచిది. రోజూ ఎక్కువ నీరు తాగండి. మన ఆరోగ్యాన్ని మనమే కదా కాపాడుకోవాలి.

పైన పేర్కొన్న అంశాలు కేవలం అవగాహన కోసం మాత్రమే జారీ చేయబడినవి.. వీటిని మేం ధృవీకరించలేదు.. వీటిపై మీకు సందేహాలు ఉంటే వైద్యులను సంప్రదించండి.

ఫోకస్ అంతా ఆ బుడ్డోడిపైనే..

రాజస్థాన్ రాయల్స్ తమ టైటిల్ సంఖ్యను రెట్టింపు చేసుకోవడానికి 2025లో కూడా వేచి ఉంది. సంజు సామ్సన్ నేతృత్వంలోని రాజస్థాన్ రాయల్స్ జట్టు నిరాశపరిచే సీజన్‌తో 2025ను ముగించింది. చెత్త నికర రన్ రేట్‌తో దిగువ నుంచి రెండవ స్థానంలో నిలిచింది. అయితే, ఈ ఏడాది సంజూ శాంసన్ చెన్నై సూపర్ కింగ్స్ జట్టులోకి వెళ్లడంతో కొత్త కెప్టెన్‌తో బరిలోకి దిగనుంది.గత సంవత్సరం రాజస్థాన్ ప్రధాన ఆందోళన ఏమిటంటే బ్యాటర్ల ఫాం. ధ్రువ్ జురెల్, షిమ్రాన్ హెట్మెయర్ %==%కి అనుకూలంగా ఉండాల్సిన మ్యాచ్‌లను ముగించడంలో నిరంతరం విఫలమయ్యారు. జోఫ్రా ఆర్చర్ మినహా మొత్తం బౌలింగ్ యూనిట్ కూడా బలహీనంగా కనిపించింది. శ్రీలంక స్పిన్ ద్వయం వనిందు హసరంగా, మహీష్ తీక్షణ ప్రభావం చూపలేకపోయారు.

గత సంవత్సరం ఐపీఎల్ కు ఆర్‌ఆర్ గొప్ప ఆవిష్కరణను అందించింది: వైభవ్ సూర్యవంశీ. ఈ 14 ఏళ్ల బాలుడు ఇప్పుడు ఈ సీజన్ లో ఆర్‌ఆర్ బ్యాటింగ్ లైనప్ లో కీలక పాత్ర పోషించనున్నాడు.నిలుపుకున్న ఆటగాళ్ల జాబితా: యశస్వి జైస్వాల్, వైభవ్ సూర్యవంశీ, ధ్రువ్ జురెల్, రియాన్ పరాగ్, షిమ్రోన్ హెట్మెయర్, శుభమ్ దూబే, యుధ్వీర్ సింగ్ చరక్, జోఫ్రా ఆర్చర్, తుషార్ దేశ్‌పాండే, సందీప్ శర్మ, క్వేనా మఫాకా, నాంద్రే బర్గర్, లువాన్ ప్రీటోరియస్‌డ్రే.

రాజస్థాన్ రాయల్స్ ఆటగాళ్ల ట్రేడింగ్: రవీంద్ర జడేజా (రూ. 14 కోట్లు), సామ్ కుర్రాన్ (రూ. 2.4 కోట్లు), డోనోవన్ ఫెర్రీరా (రూ. 1 కోటి) వరుసగా చెన్నై సూపర్ కింగ్స్, ఢిల్లీ క్యాపిటల్స్ నుంచి ట్రేడ్ అయ్యారు. సంజు సామ్సన్ (రూ. 18 కోట్లు), నితీష్ రాణా (రూ. 4.2 కోట్లు) వరుసగా కి ట్రేడ్ అయ్యారు.

రాజస్థాన్ రాయల్స్ విడుదల చేసిన ఆటగాళ్లు:వనిందు హసరంగా, మహేశ్ తీక్షణ, ఫజల్‌హక్ ఫరూకీ, ఆకాష్ మధ్వల్, కుమార్ కార్తికేయ, కునాల్ రాథోడ్, అశోక్ శర్మ.

కప్పు ముఖ్యం బిగిలే' అంటున్న హర్మన్‌ప్రీత్ కౌర్

భారత మహిళా క్రికెట్ జట్టు కెప్టెన్ హర్మన్‌ప్రీత్ కౌర్, తమిళ స్టార్ హీరో విజయ్ డైలాగ్‌తో అభిమానులను అలరించారు. చెన్నైలో జరిగిన ఓ కార్యక్రమంలో ఆమె చెప్పిన 'కప్పు ముఖ్యం బిగిలే' అనే డైలాగ్ సోషల్ మీడియాలో తెగ వైరల్ అవుతోంది.ఇటీవల భారత మహిళల జట్టు ప్రపంచకప్‌ను కైవసం చేసుకున్న విషయం తెలిసిందే. ఈ విజయాన్ని పురస్కరించుకుని చెన్నైలో ఓ ప్రత్యేక కార్యక్రమం నిర్వహించారు. దీనికి ముఖ్య అతిథిగా హాజరైన హర్మన్‌ప్రీత్ కౌర్ ప్రసంగిస్తూ, విజయ్-అట్లీ కాంబినేషన్‌లో వచ్చిన బ్లాక్‌బస్టర్ చిత్రం 'బిగిల్'లోని ఫేమస్ డైలాగ్‌ను ప్రస్తావించారు.'కప్పు ముఖ్యం బిగిలే' అని ఆమె అనగానే సభ మొత్తం చప్పట్లు, కేరింతలతో మారుమోగింది. రాబోయే టోర్నమెంట్లలో విజయం సాధించడం తమకు ఎంత ముఖ్యమో సరదాగా చెప్పేందుకే ఈ డైలాగ్ వాడినట్లు ఆమె తెలిపారు. ఈ సరదా సంఘటనతో ఆమె స్థానిక అభిమానులకు మరింత దగ్గరయ్యారు. ప్రస్తుతం ఈ వీడియో క్లిప్ నెట్టింట చక్కర్లు కొడుతోంది.

Published by katikala Vara Prasad. Owned by katikala Vara Prasad. Printed at Sunday printing press 3_4297 Saraswati complex SVN colony. guntur.ap 522006.published at D.no465 Le out no2 .H NO : 21-119, WEST IBRAHIMPATNAM, KRISHNA, ANDHRA PRADESH - 521456.. Editor. Katikala Vara Prasad.RNI APTEL/25/A2844. Ph:9849707349 . email:kvp6858@gmail.com.