

సంపుటి :04    సంచిక : 67    పేజీలు 8    వెల : 5    శుక్రవారం 29 ఆగష్టు 2025

పీసీలో వర్షాలు.. ఆధికారులు  
క్షేత్రస్థాయిలో అంశబాటులో  
శుంధాలి: మంత్రి ఆసిత



అమరావతి: బంగళాకాభాతంలో అల్పవీధనంతో వీధి వ్యాప్తంగా అవచోద్యమం మల్లాలు కరుగున్నాయి. ఈ నేపథ్యంలో అధికారులతో సౌహార్దంతో అనిత సముక్త నిర్వహించారు. వివిధ జిల్లాల కలెక్టరత్ ఆమె ఫోన్లో మాట్లాడారు. జిల్లాలో ఉండే అధికారులను పూర్తిగా చేరువలో మంత్రి ఆదేశించారు. కృష్ణా పరివాహకంలో పాటు లోతట్టు ప్రాంత ప్రజలను సువీధికికమ్మరు అప్రమం చేయాలన్నారు. అధికారులను క్షేత్రస్థాయిలో అందుబాటులో ఉండాలన్నారు. సహాయక సర్దుకలను సన్నివేశంలో, సన్నివేశంలో బృందాలను నిర్దంగా ఉంచాలని మంత్రి ఆదేశించారు. ప్రపంచకర హార్డింగులు, కూలిన చెట్లను వెంటనే తొలగించాలన్నారు. విద్యుత్ సబ్సిడీ అప్రమత్తంగా ఉండాలి: మంత్రి గణితిపాటిమరేపై విద్యుత్ అధికారులతో ఆ కాఖా మంత్రి గణితిపాటి రవికుమార్ టెలికన్రెన్స్ నిర్వహించారు.

పాల్వేలో దివ్యుల్లే సమస్యలు ఇష్టానుకూల తరత్రాయని ఆయన అంటా ఉతకా. ప్రజలకు ఇష్టంలేదే లేకుండా అన్నీ ముందున్న చర్యలు చేపట్టాలని మంత్రి ఆదేశించాడు. ఒకటిద్దం వోట్ల మినహా పెద్ద ఇబ్బందులు తరత్రలేదని అధికారులు ఆయనకు తెలిపారు. ఉత్తరాంధ్రలో నీటి ప్రవాహం అధికంగా ఉన్న ప్రాంతాల్లో దివ్యుల్లే సరఫరా నిలిపివేసి తగిన జాగ్రత్త చర్యలు తీసుకుంటున్నట్లు వెల్లడించారు. దివ్యుల్లే ప్రమాదాన్ని తరత్రకుండా ప్రజల్ని అప్రమత్తం చేయాలని అధికారులకు గొడ్డిపాటి సూచించారు. వినాయక విగ్రహాల తరలింపు సమయంలోనూ నిబ్బంది అప్రమత్తంగా ఉండేలా చర్యలు తీసుకోవాలని మంత్రి ఆదేశించారు.



# ఆధార్ తరహాలో ఫ్యామిలీ కార్డు

అమరావతి: రాష్ట్రంలో ప్రతి కుటుంబానికీ ఆధార్ తరహలో 'ఫ్యామిలీ కార్డు' జూరాలని నీఎం పరంబ్రాబు నిర్ణయించారు. ఈ కార్డులో ప్రభుత్వ పథకాలు నడపే అన్ని వివరాలు పొందుపరచాలి. ఎప్పుడీకప్పుడూ వివరాలను అప్డేట్ చేయాలని అధికారులను ఆదేశించారు. కుటుంబ అమరావతిపై క్షేత్రస్థాయి సహకారం తీసుకుంటే, ప్రభుత్వం సంక్షేమం అవసరమైతే వెంటనే అందేలా ప్లస్ పస్ ను సిద్ధం చేయాలి. ప్రభుత్వ పథకాల కొరకేం కుటుంబాలు విడిపోయా వరస్థితి రాకూడదు. అందరికీ లబ్ధి కలిగేలా పథకాల రీడిజైన్ అంతో పరిశీలిద్దాం. త్వరలోనే పాపులేషన్ పాలసీ తీసుకురావాలని నీఎం పరంబ్రాబు అన్నారు. ఫ్యామిలీ బెనిఫిట్ మానిటరింగ్ పుష్పస్థై పవీ నీఎం పరంబ్రాబు గురవారు నవీలాయురలో సమీక్ష

కుబుంబ వివరాలు..పథకాల నమోదు

# అందరికీ లబ్ధి కలిగేలా

## పథకాల లీ డిజైన్

## అధికారులతో ఉన్నతస్థాయి

## సమీక్షలో సిఎం చంద్రబాబు

నిర్వహించారు. ఈ సమాక్షకు ఉన్నతాధికారులు క్షేత్రస్థాయి నుంచి హాజరయ్యారు. ఫ్యామిలీ కార్డ్ జారీ చేయాలని సూచించారు. ప్రభుత్వ సమాక్షంలో నిర్ణయం తీసుకున్నారు. రాష్ట్రంలోని ప్రతి కుటుంబానికి ఫ్యామిలీ కార్డు ఇవాలని సీఎం మారినరేకర చేశారు.

నంద్రబాబు సూచించారు..  
ప్రభుత్వం అందిస్తున్న  
వధికాలతో నహా అన్ని  
వివరాలను స్పష్టమీ కార్డులో  
ఏపీ ప్రభుత్వం  
హిందువులననుంది. త్వరలోనే  
పొరుగుదేశం పాలిపీ  
తీసుకుకాలాని నీం  
అదేశాల జరి చేశారు. ఏయే  
కుటుంబానిని ఏమేం  
అవసరాలన్నాయనే అంశాల  
నమాచారం తీసుకోవాలని  
త్వ నక్షేపం అవసరమైన వారికి  
వ్యవస్థను సిద్ధం చేయాలని  
ప్రతి కుటుంబానికి ఇవ్వే

స్వామిలి కార్డులో ప్రభుత్వం ఇచ్చే పథకాల వివరాలను పొందుపరచాలని ముఖ్యమంత్రి సూచించారు. అధోగత తరహాలో స్వామిలి కార్డును ఉపయోగించుకోవాలని దిశానిర్దేశం చేశారు. అందుకోరి లబ్ధి కలిగేలా అవసరమైతే పథకాలను రీ-డైజైన్ చేసి అంకాన్సీ పరిశీలిద్దామని సీఎం చేస్తున్నట్లన్నారు. గతంలో తప్పకుండా కుటుంబ సంక్షేమ పథకాల వాటిని ప్రోత్సహించేలా చర్యలు చేపట్టాలని సూచించామని అన్నారు. ప్రభుత్వ పథకాల కోసం కార్డులో స్వామిలిలిని విభజించుకుంటున్నారంటూ సీఎం వ్యాఖ్యానించారు. కుటుంబం ఉమ్మడిగా ఉన్న సంక్షేమం అంటేలా చర్యలు తీసుకుంటామని తెలిపారు. ఇందులో భాగంగానే స్వామిలి కార్డులకు రూపకల్పన చేస్తున్నామని సీఎం చంద్రబాబు పేర్కొన్నారు.

కొనసాగుతున్న అల్పపీడనం.. ఉత్తర కోస్తాకు భారీవర్ష సూచన

యాయప్ప దంకాకాఖాతు-ఒడిశా  
మధ్య అల్లుప్పీడం కౌనసాగితోంది.  
ఉప్పిందల అవడం ప్రభావంతో  
కొన్నాంధ్రకు ఆరోజ్ అల్లర్ల జారీ  
చేశారు. రాయలసీమ జిల్లాలకు ఎల్లో  
అల్లర్ల జారీ చేశారు. అల్లుప్పీడంను  
వచ్చిమె యాయప్ప దిశగా కదిలి  
అంచనా పోవడమవుతుంది అంచనా  
చేస్తున్నారు. ఉత్తర కోస్తాకు భారీ  
వర్షాలు వస్తూ ఉన్నట్లు వాతావరణ శాఖ  
అధికారులు తెలిపారు. దక్షిణ కోస్తాలో  
ఉత్తరం వోట్ల భారీ వర్ష సూచన  
ఉంది. తీరం వెంట 35-45  
సెంటీమీటర్ల వేగంతో ఉదురు గాలులు  
చివ్ అవకాశం ఉంది.



# ఉల్లి కొరత రాకుండా ముందే జాగ్రత్తలు

**రైతుల నుంచి కొనుగోలు చేసి నిల్వ**

**అధికారులను ఆదేశించిన సిఎం చంద్రబాబు**



# ಜಜಿವಿಲ್ ಜಗ್ನ್ ಲಕ್ಷ್ಮ ಪಾತ್ಯ

**మైనార్టీలను మానం చెస్తున్న బిజెపి, వైసపి**

**ಪನನ ಬಳಿ ಪನನ ಬಿಟ್ಟು ಉಳಿದು ಬಿಟ್ಟು**



# వరద బాధితులను ఆదుకుంటాం

మదకే: వరదల్లో చిక్కుకొని మృతిచెందిన బాధితుల కుటుంబాలకు, పంట నష్టపోయిన రైతులకు సహాయం చేసేందుకు కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం నిర్దంగా ఉపయోగి తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి హామీనిచ్చారు. పరివారాలకు నష్టంబందిన వ్యూహి నివేదికలను నిర్దం చేయూని ఫోన్లో చీఫ్ సెక్రటరీ ఆడికాలు ఇచ్చారు. వరూలు- వరదలపై మెక్రీ అనే క్యూబులుంలో జరిగిన సమక్షా సమావేశంలో ముఖ్యమంత్రి పాల్గొన్నారు. ఈ సేవర్ధ్యంలో అధికారులకు పలు శీకర సూచనలు చేశారు. కేంద్రం నుంచి అత్యవసరాలు నిధులు కేరేలా రిహ్నీ తయూ చేయూని జిల్లా అధికారులను సీంం రేవంత్ ఆడిశీంచారు. వరద తగ్గనే వంట నష్టంపై క్షేత్రస్థాయిలో పర్వరీంచి నివేదిక తయూ చేయూని ఆజ్ఞాసించారు. ప్రమాదరకు పరిస్థితుల్లో ఉన్న ప్రభుత్వ హాతాలకు భనానూ గుర్తించి, వాడిలో ఉన్న వీధ్యులను వేరే చోటకు మరూలని సూచించారు. రామాయంపేట ఎన్సీ మహిళా డ్రిగ్ కళాశాలకు పక్కా భననం కోసం ప్రతిపాదనలు నిర్దం చేయూని అధికారులను ఆడిశీంచారు. వరూలు,

పరదల నేపథ్యంలో  
నిరంతరం అప్రమత్తంగా  
ఉండాలని హుచించారు.  
పరదల్లో నష్టపోయిన  
వారిని ప్రభుత్వం  
తప్పకుండా  
ఆదుకుంటుంది దని  
జేపీఎస్‌నిచ్చారు. జిడే  
కాపులకుతోటి పోల్స్‌నూ  
పరదలపై నమోదైందారు.  
ప్రకృతి విపత్తుని, వర్షాల  
అంచనా చేసి అందరినీ  
అన్యాయం నష్టం సీఎంక  
కేంద్రం కూడా సహకరించి  
మెంట్, ముద్రోజోజో రవా  
యలపై సీతకృతితిపారు.  
కురుపున్న భారీ వర్షాల  
రెడ్డి బృందం పెద్దదై, మే  
సర్వే నిర్వహించారు. కాపా  
పర్యటింపారు ఉండగా..  
పర్యటన రద్దీ అయ్యింది.

పంతు వ్యవహారిక  
రైతులకు అండగా  
ఉంటాం

కేరెండ్రు నుంచి తక్కువ  
సాయం పొందేలా  
చర్యలు

వరద నష్టంపై వెంటనే  
నివేదికలు  
రూపొందించాలి

ఏరియల్ సర్వే  
అంతరంగం మొదలైతే  
సమన్వయించి నిలం  
రేపంట్





ఎమ్మిగనూరు పట్టణంలో రోడ్డు, వైద్య సమస్యలపై మున్సిపల్ కమిషనర్, డి.ఓ, పబ్లికవర్క్స్ ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ బిపి జయనాగేశ్వర్ రెడ్డి సమీక్షా సమావేశం నిర్వహించారు.

కర్నూలు జిల్లా ఉత్తేజ ప్రతినిధి

ఎమ్మిగనూరు ఆగస్టు 28 గురువారం ఎమ్మెల్యే బిపి జయ నాగేశ్వర్ రెడ్డిచిరువ్వాపాఠుల మున్సిపల్ షాపులపై చర్చించి, వారి వ్యాపారాలు సజావుగా సాగేందుకు అవసరమైన సూచనలు ఇచ్చారు. చిరువ్వాపాఠుల సమస్యలకు శాశ్వత పరిష్కారం లభించేలా చర్యలు తీసుకుంటామని తెలిపారు.

## వైస్ ఫాప్ ను వేరే చోటికి మార్చండి. PDSU,TUCI (ట్రేడ్ యూనియన్ సెంటర్ ఆఫ్ ఇండియా).

కర్నూలు జిల్లా ఉత్తేజ ప్రతినిధి

ఎమ్మిగనూరు ఆగస్టు 28 గురువారం పట్టణంలో కూరగాయలు మార్కెట్ దగ్గర నిత్యం రద్దీ ప్రాంతం లో వైస్ ఫాప్ ఏర్పాటు చేస్తున్నారు అక్కడ మార్కెట్ కు మహిళలు,అక్కడ విద్యార్థిని కుడా ఉన్నాయి నిరంతరం ప్రజలు తిరుగుతుంటారు అక్కడ వైస్ ఫాప్ పెడితే నిత్యం మహిళలకు,మరియు విద్యార్థినులకు, వాహన దారులకు ,చిన్న వ్యాపారులను ముందు బాబులు బెడద ఏర్పడుతుంది అని ప్రజల ఇబ్బందులను అర్థం చేసుకొని మరోచోటికి తరలించాలని %అణాఖ% రాష్ట్ర కార్యదర్శి రాజేష్ %అణాఖ% జిల్లా నాయకులు మాణిక్యం, ఎక్సేంట్ సీని గారికి వినతిపత్రం ద్వారా తెలియజేయడం జరిగింది . ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ పట్టణంలో కూరగాయల మార్కెట్ ఇరుకు రోడ్డు నిత్యం రద్దీ ప్రాంతం అందులో మహిళలు మార్కెట్ కు మరియు విద్యార్థులను పాఠశాలకు వెళ్ళే ప్రాంతం అక్కడ వైస్ ఫాప్ ఏర్పాటు చేయడం వలన మందుబాబులు అక్కడే మద్దం పేచిచి మహిళల పట్ల అసభ్యకరం ప్రవర్తించారు అందులో వాహనదారులకు కూడా ఇబ్బందులు పడుతారు ట్రాఫిక్ కు అంతరాయం కలుగుతుంది అన్నారు ఇప్పటికీ పట్టణంలో చాలా వరకు జననివాసాల మధ్యలో వైస్ షాపులు ఉన్నాయి అని అన్నారు ప్రజలకు ఇబ్బందులు కలగకుండా ప్రజాభిప్రాయం మేరకు వైస్ ఫాప్ ను మరొకచోటికి మార్చే ప్రయత్నం చేయాలని కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో పీడిఎస్ యూ పట్టణ నాయకులు స్వామి,ఈశ్వర్, అభి, బియూసీబి నాయకులు అబ్దుల్ ఖాన్,వెంకటేశ్, విజయ తదితరులు పాల్గొన్నారు.



## విద్యుత్ సంస్కరణలు పేరుతో అమలు

2000 ఆగస్టు 28 హైదరాబాద్ బస్స్టాండ్ లో పోలీస్ కాల్పులలో మరణించిన కామ్రేడ్ విష్ణువర్ధన్ రెడ్డి ,రామకృష్ణ, బాలస్వామి లకు నివాళులర్పిస్తూ,నేడు కూటమి ప్రభుత్వం

కర్నూలు జిల్లా ఉత్తేజ ప్రతినిధి

ఎమ్మిగనూరు ఆగస్టు 28 గురువారం పట్టణంలో విద్యుత్ సంస్కరణలు పేరుతో అమలు చేస్తున్న ట్రూ ఆఫ్ చార్జీలు,స్టాండ్ మీటర్ లకు వ్యతిరేకంగా పోరాటం చేస్తామని ఎమ్మిగనూరు పట్టణంలో వామపక్ష పార్టీల(CPI ,CPM,CPI ML న్యూ డెమోక్రసీ)అధ్యక్షులతో నిరసన తెలిపి ప్రతిజ్ఞ చేయడం జరిగింది



## ఎమ్మిగనూరు నియోజకవర్గంలో వినాయక చవితి వేడుకలు అట్టహాసం

కర్నూలు జిల్లా ఉత్తేజ ప్రతినిధి

ప్రారంభమయ్యాయి. ఎమ్మిగనూరు ఆగస్టు 28 ఊ పట్టణంలోని వార్డుల్లో ప్రతిష్ఠించిన విగ్రహాల వద్ద వైఎస్ ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ బిపి. జయనాగేశ్వర్ రెడ్డి ప్రత్యేక పూజలు చేశారు. ప్రజలు వినాయక చవితి పండుగను భక్తిశ్రద్ధలతో జరుపుకోవాలని ఆకాంక్షించారు. ప్రజల తలపెట్టిన ప్రతి కార్యం ఆ గణనాథుని ఆశీస్సులతో విజయం చేకూరాలని ప్రార్థించారు.



## లేబర్ కోడ్కు వ్యతిరేకంగా పోరాడుదాం

సి. బెళగల్ ఉత్తేజ న్యూస్

ఆగస్టు 28 కేంద్ర ప్రభుత్వం ట్రిటిడ్ కాలంలో కార్మికులు తమ హక్కుల కోసం పోరాటం చేసి 44 రకాల కార్మిక హక్కులను,చట్టాలను సాధించుకున్నారని, ప్రస్తుతం కేంద్ర ప్రభుత్వం వాటిని రద్దుచేసి కేవలం నాలుగు లేబర్ కోడ్ను అమలు చేసి కార్మికులను కట్టు బానిసలుగా చేయడానికి చూస్తుందని, లేబర్ కోడ్ వలన కార్మికులు తమ హక్కులను కోల్పోతారని, కేంద్ర ప్రభుత్వం తీసుకొచ్చిన లేబర్ కోడ్ను వెంటనే రద్దు చేయాలని సిబిడియూ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి అంజిబాబు, మోహన్ అన్నారు. గురువారం సి.బెళగల్ మండల కేంద్రంలోని ఎన్టీఆర్ పార్కు నందు సిబిడియూ మండల సభ నిర్వహించారు. ఈ సమావేశానికి సిబిడియూ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి అంజిబాబు, సిబిడియూ డివిజన్ కార్యదర్శి జె.మోహన్ ముఖ్యఅధిగా హాజరయ్యారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ కేంద్రంలో టిడీపీ అధికారం వచ్చినప్పుడు నుండి దేశంలోని అన్ని ప్రభుత్వ రంగాలను, అదాని, అంబానీ లాంటి బడా కార్పొరేట్ పెట్టెబిడిదారులకు ప్రైవేట్లరం చేయడానికి కార్మిక చట్టాలు అడ్డుగా ఉన్నాయని, కేంద్రం వాటిని రద్దు చేయడానికి ప్రయత్నిస్తుందని, అందులో భాగంగానే 44 రకాల కార్మిక చట్టాలను రద్దుచేసి, కేవలం నాలుగు లేబర్ కోడ్లను అమలు చేసి కార్మికులను కట్టు బానిసలుగా చేయడానికి కేంద్ర ప్రభుత్వం చూస్తుందని వారు తెలిపారు. ఇప్పటికైనా కేంద్ర రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు కార్మికుల సమస్యలను పరిష్కరించకపోతే కార్మికులు పెద్ద పత్తున ఉద్యమిస్తారని తెలిపారు. సిబిడియూ మండల సూతన కమిటీ ఎన్నిక: సి.బెళగల్ మండల కేంద్రంలో సూతన కమిటీలను ఎన్నుకోవడం జరిగిందని సిబిడియూ డివిజన్ కార్యదర్శి జె.మోహన్ అన్నారు. సి.బెళగల్ సిబిడియూ మండల కమిటీ కన్వీనర్ గా ఎస్. ఇబ్రహీం, ఓ. కన్వీనర్లుగా మంగమ్మ, అనంతమ్మ, సుంకన్న, సుందరాజు, వెంకట రాముడు తదితరులు ఎన్నికయ్యారు.ఈ కార్యక్రమంలో సిబిడియూ నాయకులు, ఆశా కార్యకర్తలు, హమాబి సంఘం నాయకులు, అబ్బో యూనియన్ నాయకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.



## బాబు షూరిటీ మోసం గ్యారెంటీ” నినాదంతో టీడీపీ కూటమి మోసాలపై “ఇంటింటికి రికార్ టీడీపీ మ్యానిఫెస్టో” కార్యక్రమం

కర్నూలు జిల్లా ఉత్తేజ ప్రతినిధి

ఎమ్మిగనూరు ఆగస్టు 28 గురువారం నందవరం, ఆగస్టు 28: రాష్ట్ర ప్రజలకు ఎన్నో హామీలు ఇస్తూ అధికారంలోకి వచ్చిన టీడీపీ కూటమి ప్రభుత్వం వాటిని అమలు చేయకపోవడం వల్ల ప్రజల్లో నిరాశ మరియు ఆగ్రహం నెలకొంది. ఈ నేపథ్యంలో వైయస్ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ ప్రజల్లో అవగాహన కల్పించడానికి “ఇంటింటికి రికార్ టీడీపీ మ్యానిఫెస్టో” అనే ప్రత్యేక నిరసన కార్యక్రమాన్ని చేపట్టింది. ఈ కార్యక్రమం ఎమ్మిగనూరు నియోజకవర్గ ఇంగ్లాడ్ శ్రీమతి బుట్టా రేణుక గారి ఆదేశాల మేరకు, నందవరం మండలంలోని గురుజాల,రాయిచోటి గ్రామాలలో మండల పార్టీ అధ్యక్షులు జే. శివారెడ్డి గారి అధ్యక్షతన గురుజాల,రాయిచోటి గ్రామ పంచాయతీ నాయకుల,కార్యకర్తల ఆధ్వర్యంలో జరిగింది. టీడీపీ కూటమి పాలనలో ఎన్నికైన సమయంలో ఇచ్చిన 140 పైగా హామీలు, సూపర్ సిక్స్ వాగానాలు అమలు కాలేదని వైసీపీ నాయకులు ప్రజలకు వివరించారు. రైతుల అప్పు మాఫీ, నిరుద్యోగ భృతి, విద్యార్థుల కోసం సరైన సదుపాయాలు వంటి అనేక హామీలు మాటలకే పరిమితమయ్యాయని విమర్శించారు. అభివృద్ధి పేరుతో కేవలం పాలనలో పాలన కొనసాగిందని, పేదలు, రైతులు, మధ్యతరగతి ప్రజలు ఇబ్బందులు పడే పరిస్థితి నెలకొందని వారు స్పష్టం చేశారు.మండల పార్టీ అధ్యక్షుడు జే. శివారెడ్డి గారు, రాష్ట్ర మేధావుల ఫోరం సంయుక్త కార్యదర్శి కె.ఆర్. లక్ష్మీకాంత్ రెడ్డి, రాష్ట్ర బిసి సెల్ సంయుక్త కార్యదర్శి వీరుపాక్షి రెడ్డి ప్రభుత్వాన్ని ఉదాహరణగా చూపించారు. 2019లో అధికారంలోకి వచ్చిన వెంటనే వైసీపీ ప్రభుత్వం “నవరత్నాలు” అనే సంక్షేమ పథకాల ద్వారా పేదల జీవితాలను మెరుగుపరిచిందని వివరించారు. అమ్మ ఒడి, ఆసరా,



రైత్యభరోసా, పెన్షన్ కానుకలు, విద్యా డివైస్,వాలంటీర్ వ్యవస్థ,నిరుపేదలకు ఇళ్ల పట్టలు మంజూరు చేసి పక్కా గృహాలను మంజూరు, అర్హత ఉంటే చాలా ప్రభుత్వ పథకాలు కోట్లాది ప్రజలకు నేరుగా ఆర్థిక సహాయం అందించబడింది. గ్రామ సచివాలయ వ్యవస్థను ఏర్పాటు చేసి పౌరధర్మక పాలనను తీసుకువచ్చారు. అలోగ్యరంగంలో అలోగ్యశ్రీ, కుటుంబ వైద్యుడు వంటి పథకాలతో వైద్యం అందరికీ చేరువైంది. టీడీపీ కూటమి పాలన మరియు వైసీపీ పాలన మధ్య తేడా చాలా స్పష్టమని వైసీపీ నాయకులు ప్రజలకు వివరించారు. టీడీపీ కూటమి పాలనలో మోసపూరిత వాగానాలు మాత్రమే ఉండగా, వైసీపీ పాలనలో హామీలను నిజాయితీగా అమలు చేశారని వారు తెలిపారు. పేదల కోసం పని చేసే ప్రభుత్వం వైసీపీదేనని, రాష్ట్ర ప్రజల సంక్షేమం కోసం మళ్ళీ వైసీపీని అధికారంలోకి తీసుకురావాలని పిలుపునిచ్చారు.గత వైసీపీ ప్రభుత్వంలో వికలాంగులకు వారి అర్హత ఆధారంగా ప్రభుత్వ డాక్టర్లు వైద్య పరీక్షలు నిర్వహించి వికలాంగులకు ప్రభుత్వం డ్రువికరణ పత్రాలు మంజూరు చేసింది.వాటి ఆధారంగా వారికి పింఛన్లు మంజూరు చేసింది.కాని ఇప్పటి టీడీపీ కూటమి ప్రభుత్వం వికలాంగులకు పింఛన్లు రద్దు చేసి గత డ్రువికరణ పత్రాలు నకిలీ పత్రాలు అని మరల వైద్య పరీక్షలు నిర్వహించి ఇప్పుడు డ్రువికరణ పత్రాలు పొందాలని అప్పటి వరకు పింఛన్లు నిలుపుదల చేస్తున్నట్లు ప్రభుత్వం నోటీసులు జారీచేయడం జరిగింది ఇలా వికలాంగుల జీవితాలతో చెలగాటం

మరియు కార్యకర్తలతో సహసభూతి వ్యక్తం చేసే ప్రజలు, తమ హక్కుల రక్షణ కోసం అధికారులను ఎదుర్కోవలసి వస్తుందని, అలాగే తదుపరి ఎన్నికల్లో కచ్చితమైన మెసేజ్ ఇవ్వాలని అవసరం ఉందని భావిస్తున్నారు.బివైసీపీ ప్రభుత్వం వసతి భత్తం, ల్యాండ్ హిల్లు, విద్యా డివైస్, బిడి కిట్లు వంటి పథకాల ద్వారా విద్యార్థుల భవిష్యత్తుపై ప్రత్యేకమైన ప్రభుత్వ పాఠశాలలు విద్యా పరంగా మైసేల్ పాఠశాలలకు పోటీగా మారాయి. ప్రతి గ్రామానికి ఆరోగ్యశ్రీ, ఆరోగ్య సచివాలయాలు, మెట్రైల్ వైద్య కేంద్రాలు ఏర్పాటు చేయడం ద్వారా వైద్య సేవలు ప్రతి పేద కుటుంబానికి చేరువ అయ్యాయి. ప్రస్తుత టీడీపీ ప్రభుత్వం అమరావతి రాజధాని పునర్నిర్మాణం, %భీఅవతి చీఫ్% పునరుద్ధరణ, నగరంలో మలిన పదార్థాల శుభ్రత,ఆదాయాల పెంపు వంటి ప్రాజెక్టులు చేపడుతూ అభివృద్ధిని ముందుకు నడిపిస్తోంది. అయితే, ఈ ప్రాజెక్టులలో కొంతమంది వర్గాలే లాభం, పేదలకు తగ్గిన ప్రయోజనాలు కావసాగుతున్నాయి.బిఈ కార్యక్రమంలో జెడ్పీటీసీ నిఖిల్ చక్రవర్తి, వైయస్ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ డాక్టర్ విభాగ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి బాపురం హరిరెడ్డి, నియోజకవర్గ ఆర్.టి.బి అధ్యక్షులు రాజ శరత్,మండల బిసి సెల్ అధ్యక్షులు చిన్న రాముడు,మండల యువజన అధ్యక్షులు సూర్య ప్రకాష్ రెడ్డి,సర్పంచ్ వీరాస్వామి,ఉప సర్పంచ్ రామలింగం,నరసింహ రెడ్డి,ఈశ్వర్ రెడ్డి,నరసింహ రెడ్డి,చిన్న నరసింహాదు,జాన్,రాజరెడ్డి,కరువ బీరప్ప,తెలుగు లక్ష్మన్న ,ప్రభాకర్, శేఖర్,యల్లారెడ్డి,సక్రపర్వ,శివన్న,దోలు రాముడు,నీలకంఠ రెడ్డి,రంగారెడ్డి,నంజీవ రెడ్డి,బాలారెడ్డి,నరసింహాలు,శంకర్ రెడ్డి,రాముడు,నర్ససింహాలు,సోమన్న,వెంకటేశ్,హనుమంతం,మల్లయ్య,బి,ప్రభాకర్,అత్తాపుల్ల,రమేష్,నరసింహాలు,నాగపన్,నాగరాజు నియోజకవర్గ సోషల్ వర్క్ మహిళా అధ్యక్షులు ఎన్.యండి షరీఫ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

## బయో స్టిములెంట్స్ “O” ఫామ్ ఇంక్వార్డ్ చేసుకున్న తర్వాతనే విక్రయాలు జరుపుకోవాలి- రైతులకు విక్రయించకూడదు - డిలర్లు అందరు సహకరించాలి

కర్నూలు జిల్లా ఉత్తేజ ప్రతినిధి

ఎమ్మిగనూరు ఆగస్టు 28 గురువారం మండల పరిధిలోని వినుగుబాల్ మరియు వైపండిన్ గ్రామాలలో -పాలం పిలుస్తోందిఈరోజు 28-8-2025 వ తేదీన వినుగుబాల్ మరియు వైపండిన్ గ్రామాలలో పాలం పిలుస్తోంది నిర్వహించడమైనది.ఇందులో భాగంగా రైతులకు వ్యవసాయ సలహాలు సూచనలు ఈ కార్యక్రమంలో సహాయ వ్యవసాయ సలహాకులు శ్రీ మహమ్మద్ ఖాద్రి గారు పాల్గొని రైతులకు వ్యవసాయ సలహాలు మరియు సూచనలు అందజేశారు. ప్రతి ఒక్కరూ పంట సమోదు చేసుకోవాలి, పంట సమోదు చేసుకుంటేనే ప్రభుత్వం నుంచి ఇన్సూరెన్స్ , పంట నష్ట పరిహారం కానీ ఎరువులు కానీ యూరియా కానీ ఇతరత్రా వధకాలు అయితే వర్షిస్తాయి పంట సమోదు చేసుకోకపోతే ఏమి వర్షించవు,మరియు ప్రభుత్వం నుండి డ్రోప్స్ ద్వారా స్ప్రే మందులు గురించి రైతులకు వివరించడం జరిగినది ఇందులో భాగంగా 8 లక్షల వరకు సబ్సిడీ అందజేస్తారని విషయాన్ని రైతులు తెలియజేయడం జరిగింది.మరియు ఈరోజు శ్రీ హనుమాన్ ట్రేడర్స్ నందు ఇన్సూర్స్ లో భాగంగా బయో స్టిములెంట్స్ గురించడం జరిగింది, దీనిలో భాగంగా జీ1, జీ 2 మరియు “O” ఫారం ఇంక్వార్డ్ చేయకుండా బిజినెస్ చేస్తున్నారు, దీనిలో భాగంగా దాదాపుగా రూ 406158/- అమ్మకాలు నిలుపుదల చేయడం జరిగింది.ఇందు వెంట ఏఈఓ, నరసింహా రసూల్, వినోద్ పాల్గొన్నారుమదిరేపల్లి శివశంకర్,మండల వ్యవసాయ అధికారి.ఎమ్మిగనూరు.

## బయో స్టిములెంట్స్ “O” ఫామ్ ఇంక్వార్డ్ చేసుకున్న తర్వాతనే విక్రయాలు జరుపుకోవాలి- రైతులకు విక్రయించకూడదు - డిలర్లు అందరు సహకరించాలి

ఎమ్మిగనూరు ఆగస్టు 28 గురువారం మండల పరిధిలోని వినుగుబాల్ మరియు వైపండిన్ గ్రామాలలో -పాలం పిలుస్తోందిఈరోజు 28-8-2025 వ తేదీన వినుగుబాల్ మరియు వైపండిన్ గ్రామాలలో పాలం పిలుస్తోంది నిర్వహించడమైనది.ఇందులో భాగంగా రైతులకు వ్యవసాయ సలహాలు సూచనలు ఈ కార్యక్రమంలో సహాయ వ్యవసాయ సలహాకులు శ్రీ మహమ్మద్ ఖాద్రి గారు పాల్గొని రైతులకు వ్యవసాయ సలహాలు మరియు సూచనలు అందజేశారు. ప్రతి ఒక్కరూ పంట సమోదు చేసుకోవాలి, పంట సమోదు చేసుకుంటేనే ప్రభుత్వం నుంచి ఇన్సూరెన్స్ , పంట నష్ట పరిహారం కానీ ఎరువులు కానీ యూరియా కానీ ఇతరత్రా వధకాలు అయితే వర్షిస్తాయి పంట సమోదు చేసుకోకపోతే ఏమి వర్షించవు,మరియు ప్రభుత్వం నుండి డ్రోప్స్ ద్వారా స్ప్రే మందులు గురించి రైతులకు వివరించడం జరిగినది ఇందులో భాగంగా 8 లక్షల వరకు సబ్సిడీ అందజేస్తారని విషయాన్ని రైతులు తెలియజేయడం జరిగింది.మరియు ఈరోజు శ్రీ హనుమాన్ ట్రేడర్స్ నందు ఇన్సూర్స్ లో భాగంగా బయో స్టిములెంట్స్ గురించడం జరిగింది, దీనిలో భాగంగా జీ1, జీ 2 మరియు “O” ఫారం ఇంక్వార్డ్ చేయకుండా బిజినెస్ చేస్తున్నారు, దీనిలో భాగంగా దాదాపుగా రూ 406158/- అమ్మకాలు నిలుపుదల చేయడం జరిగింది.ఇందు వెంట ఏఈఓ, నరసింహా రసూల్, వినోద్ పాల్గొన్నారుమదిరేపల్లి శివశంకర్,మండల వ్యవసాయ అధికారి.ఎమ్మిగనూరు.



## సబ్ కలెక్టర్ కు గోడు విన్నవించుకున్న కల్లుకుంట గోవిందమ్మ.

కర్నూలు జిల్లా ఉత్తేజ ప్రతినిధి

ఎమ్మిగనూరు ఆగస్టు 28 గురువారం కుమారుడు కుంతార వివాహం చేసుకుంటే తల్లిని సంతకర్త కిందట బట్టలుడదీసి స్వభాసి కిట్టిన ఘటన సభ్య సమాజం సిగ్గుతో తందించుకునే ఘటన పెద్ద కడుబారు మండలం కల్లుకుంట గ్రామంలో జరిగింది. ఇది జరిగి నేటికీ సర్గా సంతకర్త అయింది. ఆమె ఎమ్మిగనూరులో కొట్టం బాడుగకు తీసుకుని చాలా ఇబ్బందులు పడుతున్నానని సబ్ కలెక్టర్ ముందు కన్స్టేబిల్ పర్యంతమైంది. ఊరికి వెళితే ఎక్కడ తనను కుమారుణ్ణి కూతురిని చంపేస్తారోనని అందరం ఇక్కడే బాడుగ ఉంటున్నామని తన బాధను వెళ్ళబోసుకుంది. అట్రాసిటీ బాధితులమైన మాకు ప్రభుత్వం నుండి లభించే సహాయం కింద మూడు గంటలు ఆ స్థలాన్ని కేటాయించాలని అలాగే తన కుమారునికి ఒక ఉద్యోగం కల్పించాలని ఈ సందర్భంగా సబ్ కలెక్టర్ ను ఆమె వేడుకొన్నారు ఆమెకు మద్దతుగా POW స్త్రీ విముక్తి మోర్చా రాష్ట్ర మహిళా అధ్యక్షురాలు సుజ్ఞానమ్మమరియు మండల అధ్యక్షురాలు ఎం. కళావతి అలాగే నవ్యాంధ్ర ఎమ్మార్సీఎస్ నాయకులు సుమాల చార్లెస్ సబ్ కలెక్టర్ ను కలవడం జరిగింది



# నేత్రదానం ద్వారా మరొకరికి కొత్త జీవితం”

ఎస్సీ అరవింద్ కంటి  
ఆసుపత్రిలో నేత్రదానం కేంద్రాన్ని  
ప్రారంభించిన టీటీడి ఈఓ శ్రీ జె.  
శ్యామలారావు

తిరుపతి, ఉత్తేజిత ప్రతినది, ఆగస్టు 28.

శ్రీవారి భక్తులు, ప్రజలు స్వచ్ఛందంగా నేత్రదానం చేసి ఎంతో మందికి కొత్త జీవితాన్ని అందించాలని టీటీడి ఈఓ శ్రీ జె. శ్యామలారావు పిలుపునిచ్చారు. తిరుపతి అలిపిరి సమీపంలోని శ్రీ వేంకటేశ్వర ఆరవింద్ కంటి ఆసుపత్రిలో గురువారం నేత్రదానం కేంద్రాన్ని ప్రారంభించి, ఈ సందర్భంగా ప్రత్యేక హెల్త్‌లైన్ నంబర్ 9398358828ను విడుదల చేశారు. జాతీయ అంధత్వ నివారణ కార్యక్రమంలో భాగంగా ఆగస్టు 25 % - % సెప్టెంబరు 8 వరకు 40వ జాతీయ నేత్రదానం వక్రోత్సవాలు శ్రీ వేంకటేశ్వర ఆరవింద్ కంటి ఆసుపత్రిలో జరుగుతున్నవి. ఈ సందర్భంగా ఈ సందర్భంగా ప్రారంభించిన నేత్రదాన



కేంద్రం కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా విచ్చేసిన ఈఓ మాట్లాడుతూ, “సర్వేంద్రియాణాం నయనం ప్రధానమ్” అనే సంస్కృత వాక్యాన్ని ఉదహరిస్తూ, శరీరంలోని అన్ని ఇంద్రియాలలో కంటికి ఉన్న ప్రాధాన్యత అత్యంత ఉత్పన్నమైనది అన్నారు. 2019లో ఆంధ్రప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి శ్రీ నారా చంద్రబాబు నాయుడు దూరదృష్టితో, శ్రీ వేంకటేశ్వర స్వామి పాదాల చింత ఆరు ఎకరాల విస్తీర్ణంలో తిరుపతి నగరంలో ఈ సుప్రసిద్ధ కంటి ఆసుపత్రి స్థాపించబడిందని గుర్తు చేశారు. ప్రతి సంవత్సరం మన దేశంలో కార్మియల్ ట్రాన్స్‌ప్లాంటేషన్ (కంటి మార్పిడి) కోసం

కనీసం ఒక లక్ష కళ్ళు అవసరం ఉంటే, కేవలం 25 వేల కళ్ళే అందుబాటులో ఉన్నాయని తెలిపారు. ప్రస్తుతం 11 లక్షలకు పైగా రోగులు కార్మియల్ ట్రాన్స్‌ప్లాంటే కోసం ఎదురుచూస్తున్నారని, ఒక్కరి నేత్రదానం ద్వారానే ఇద్దరికి దృష్టి లభిస్తుందని చెప్పారు. అరవింద్ కంటి ఆసుపత్రిలో 80 శాతం కంటి సమస్యలకు అత్యల్ప ఖర్చుతో ఆధునిక వైద్యసేవలు అందిస్తున్నారని, ఆసుపత్రి వైద్యులు, సిబ్బంది కృషిని అభినందించారు. హార్వర్డ్ బిజినెస్ స్కూల్ (%నడిదా%) అధ్యయనాలు కూడా అరవింద్ నేత్రానుపత్రిని సామాజిక ఆరోగ్య సేవల్లో

ఆదర్శంగా గుర్తించినవారు. “డయల్ యువర్ ఈఓ” కార్యక్రమంలో ఒక భక్తుడు చేసిన సూచన మేరకు ఈ నేత్రదాన కేంద్రం ఇవాళ తిరుపతిలో ప్రారంభించడం జరిగిందని చెప్పారు. కంటి దానం ద్వారా 80% వరకు అంధత్వ సమస్యలను అధిగమించవచ్చని, అందుకోరకు విస్తృతంగా అవగాహన కల్పించాలని సూచించారు. ప్రపంచ ప్రసిద్ధ హైందవ ధార్మిక సంస్థ అయిన టీటీడి అనేక సేవా కార్యక్రమాలు చేపడుతోందని, నేత్రదానం వంటి సేవా కార్యక్రమాల్లో భక్తులు ముందుకు రావాలని ఈఓ ఈ సందర్భంగా పిలుపునిచ్చారు.

## స్వచ్ఛందంగా నేత్రదానం చేయడానికి ముందుకు రండి



నేత్రదాన ప్రతిజ్ఞపత్రం పై సంతకం  
చేసిన జిల్లా కలెక్టర్

జిల్లా కలెక్టర్ డా.ఎన్ వెంకటేశ్వర్.

తిరుపతి, ఉత్తేజిత ప్రతినది, ఆగస్టు 28 :

స్వచ్ఛందంగా నేత్రదానం చేయడానికి ముందుకు రావాలని జిల్లా కలెక్టర్ డాక్టర్ ఎన్. వెంకటేశ్వర్ ప్రజలకు పిలుపునిచ్చారు. జాతీయ నేత్రదాన

వక్రోత్సవాల్లో భాగంగా గురువారం మధ్యాహ్నం స్థానిక కలెక్టరేట్ లోని జిల్లా కలెక్టర్ వారి ఛాంబర్లో జాయింట్ కలెక్టర్ శుభం బస్సల్ తో కలిసి జాతీయ నేత్ర దాన వక్రోత్సవాల పోస్టర్లను అవిష్కరించారు. ఈ సందర్భంగా నేత్రదానానికి సంబంధించిన ప్రతిజ్ఞ పత్రం పై నేత్రదానానికి స్వచ్ఛందంగా అంగీకారం తెలుపుతూ సంతకం చేసి ఎస్సీ మెడికల్ కాలేజీ మరియు రుయా ఆసుపత్రి నేత్ర విభాగపు అధిపతికి అందించారు. జిల్లా

కలెక్టర్ తో పాటు వారి తండ్రి గారి నేత్రాలను సైతం వారి మరణాంతరం అందించేలా ప్రతిజ్ఞ పత్రం పై సంతకం చేశారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ డాక్టర్ ఎన్. వెంకటేశ్వర్ మాట్లాడుతూ.. నేత్రదానం చేయడం ద్వారా మరో ఇద్దరికి కంటిచూపు లభిస్తుందన్నారు. అందుకనే తాను, తన తండ్రి గారి నేత్రాలను సైతం తమ మరణాంతరం ఐ బ్యాంకుకు అందించేందుకు స్వచ్ఛందంగా

ముందుకు రావడం జరిగిందన్నారు. పోగొట్టుకున్న కంటి చూపును చికిత్స చేయడం ద్వారా తిరిగి పొందవచ్చునని, ఇందుకుగాను దానం చేయబడిన నేత్రం ద్వారా కార్మియా మార్పిడి చేయబడుతుందన్నారు. కావున నేత్రదానానికి సంబంధించి ప్రతి ఒక్కరూ మద్దతు ఇవ్వవచ్చునన్నారు. అలాగే నేత్రదానాన్ని కుటుంబం సంప్రదాయంగా చేసుకోవాలని తద్వారా మరో ఇద్దరికి కంటి చూపును అందించే అవకాశాన్ని కల్పించినట్లు అవుతుందని కలెక్టర్ తెలిపారు. ఈనెల 25 వ తేదీ నుండి సెప్టెంబర్ 8వ తేదీ వరకు నిర్వహిస్తున్న జాతీయ నేత్ర దాన వక్రోత్సవాల్లో ప్రజలు స్వచ్ఛందంగా పాల్గొని నేత్రదాన విశిష్టతను తెలుసుకుని, తాము నేత్ర దానం చేయడమే కాకుండా తమ తోటి వారిని సైతం మరణాంతరం వారి నేత్రాలను దానం చేసేలా ప్రోత్సహించాలన్నారు.

## నందికొట్కూరును కర్నూలు జిల్లాలో కలపాలని సిపిఐ ఎంఎల్ లిబరేషన్ డిమాండ్



నంద్యాల వద్దు... కర్నూలు ముద్దు: ఐసా

నందికొట్కూరు ప్రజల

అభిప్రాయాలకు కూటమి ప్రభుత్వం తగిన స్పాయం చేయాలి!

నందికొట్కూర్, ఆగస్టు 28 : (ఉత్తేజిత ప్రతినది)

నందికొట్కూరు నియోజకవర్గాన్ని కర్నూలు జిల్లాలో కలపాలని డిమాండ్ చేస్తూ నంద్యాల వద్దు... కర్నూలు ముద్దు అంటూ ..సిపిఐ(ఎం ఎల్) లిబరేషన్ తాలూకా కమిటీ ఆధ్వర్యంలో స్థానిక పార్టీ కార్యాలయం నుండి పటేల్ సెంటర్ వద్ద ధర్నా నిర్వహించారు.

ఈ సందర్భంగా సిపిఐ(ఎం ఎల్) లిబరేషన్ జిల్లా కార్యదర్శి పిక్కిలి వెంకటేశ్వర్లు, ఎఐఎన్ఎం జిల్లా కార్యదర్శి ఎన్. నాగార్జున మాట్లాడుతూ % -%గత వైసిపి ప్రభుత్వం నందికొట్కూరు ప్రజల అభిప్రాయాలను పక్కన పెట్టి, కేవలం 30 కి.మీ దూరంలో ఉన్న కర్నూలు జిల్లాకు కాకుండా, 60 కి.మీ దూరంలో ఉన్న నంద్యాల జిల్లాకు కలపడం వల్ల రైతులు,



విద్యార్థులు, సామాన్య ప్రజలు తీవ్రమైన ఇబ్బందులు పడుతున్నారని అన్నారు. ప్రస్తుతం పరిపాలనా సౌలభ్యం కోసం, విద్యా % -% ఉపాధి అవకాశాల కోసం,

నందికొట్కూరును కర్నూలు జిల్లాలో అనుసంధానం చేయాల్సిన ఉందని వారు పేర్కొన్నారు. కర్నూలు పట్టణంతో నందికొట్కూరు ప్రాంత ప్రజలకు

సాంస్కృతిక, ఆర్థిక, విద్యా, వైద్య సంబంధాలు గాఢంగా ఉన్నాయని, కర్నూలులోని ప్రభుత్వ ఆసుపత్రులు, విశ్వవిద్యాలయాలు, ఉద్యోగ అవకాశాలు నందికొట్కూరు ప్రజలకు సులభంగా అందుబాటులో ఉంటాయని వారు గుర్తుచేశారు. నందికొట్కూరును కర్నూలు జిల్లాలో కలపాలని ప్రభుత్వాన్ని తక్షణం డిమాండ్ చేస్తూ, ఈ అంశంపై ప్రజలను, ప్రజా సంఘాలను కలుపుకొని ఆందోళనలు కొనసాగిస్తామని నేతలు స్పష్టం చేశారు. అనంతరం ఎమ్మార్వో కార్యాలయం వద్ద తహసీల్దార్ శ్రీనివాసులు కు వినతిపత్రం అందజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో రైతు సంఘం తాలూకా అధ్యక్షుడు చేరుకున్న గాట్రియేలు, ఎస్.ఎస్. సుధాకర్, సీలన్న, సామన్న, సోమప్ప మహిళా సంఘం నాయకురాలు లక్ష్మిదేవి, మూర్తిజాబి, మల్లమ్మ, కార్మిక సంఘం నాయకులు రామకృష్ణ, నరసింహులు, కాటేపాగు సామన్న, లింగాల శ్రీనివాసులు, ఐసా కిరణ్, సాయి నాయకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు..

## అనారోగ్యాలకు సీఎంఆర్ఎఫ్ వరం.



ఉత్తేజిత ప్రతినది నందికొట్కూరు ఆగస్టు 28

అనారోగ్యంతో ఇబ్బంది పడుతున్న పేదలకు ముఖ్యమంత్రి సహాయ నిధి వరమని నందికొట్కూరు ఎమ్మెల్యే గిత్త జయసూర్య అన్నారు. గురువారం మండలం లోని బ్రాహ్మణ కొట్కూరు గ్రామంలో టీడీపీ నాయకులు నందికొట్కూరు ఇంచార్జి గారు వెంకట రెడ్డి తో కలిసి లబ్ధిదారులకు చెక్కులను అందజేశారు. నందికొట్కూరు మండలం బ్రాహ్మణకొట్కూరులో ముక్తియార్ రహమతుల్లా కు రూ. 1,22,500 లు, కాటేపోగు మేఘన కు రూ. 1,95,145 లు బూరంగిప్రెక్షకు రూ. 50,250లు నందికొట్కూరు పట్టణానికి చెందిన గువ్వల మద్దిలేటి కి రూ. 56,441లు మంజూరైనా సీఎం సహాయ నిధి చెక్కులను అందజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో, మార్కెట్ యార్డ్ చైర్మన్ వీరశిఖి ప్రసాద్ రెడ్డి, సింగల్ విండ్ చైర్మన్ మద్దూరు హరి సర్వోత్తమ్ రెడ్డి, టీడీపీ నాయకులు ఖాతా రమేష్ రెడ్డి, రాష్ట్ర యాదవ కార్మిరేషన్ డైరెక్టర్ కడియం వెంకటేశ్వర్లు యాదవ, మాజీ సర్పంచ్ కలిలెల్లా బేగ్, నందికొట్కూరు సింగల్ విండ్ చైర్మన్ మూర్తి జావలి, సత్తార్ మియ్య, జాకీర్, తదితరులు పాల్గొన్నారు.



ఉత్తేజిత ప్రతినది నందికొట్కూరు ఆగస్టు 28

# ఆర్థిక దివాళా పై ఎన్నాళ్ళ మౌనం !

ఉద్యోగులకు ఒకటో తారీఖున జీతాలు ఇవ్వమే ప్రభుత్వ సత్కర్మగా భావిస్తున్నారు. పెన్షన్లు ఇవ్వడం, ఇంటింటికి తిరి రేషన్ కార్డులు, రేషన్ ఇవ్వడం కూడా మనతగా భావిస్తున్నారు. గ్రామాల్లో స్థానిక సంస్థలు, అధికారులు, సర్పంచ్, వార్డుమెంటర్లు చేయాల్సిన పనులను మంత్రులు, ముఖ్యమంత్రులు చేపట్టడం సిగ్గుచేటు. అడ్డోగోలుగా కిలో కూపాయికి నన్నబియ్యం, పెన్నన్న, ఇందిరమ్మ ఇళ్లు, తల్లికి వందనం, ఆరోగ్యశ్రీలు వంటివన్నీ పెట్టి సమాజాన్ని భ్రష్టు పట్టిస్తున్నారు. ప్రజలను చేతగాని వాళ్ళుగా తయారుచేసి, కేవలం ఓట్లు వేసి యంత్రాలుగా మారుస్తున్నారు.దీంతో ఆస్పత్రాలు, స్కూళ్ళ అభివృద్ధి లేకుండా పోయింది. రోడ్లు వేయడం లేదు. అభివృద్ధి పనులకు ఖర్చు చేయాల్సిన ప్రజల డబ్బును పాలకులు దుబారాచేసిస్తున్నారు. మోడీ మొదలుకుని చంద్రబాబు,రేవంత్ వరకు ఇదే చేస్తున్నారు. ఇలా ఉచిత పథకాలు రాష్ట్రాల ఆర్థిక పరిస్థితిని దివాలా తీస్తున్నా..ఎవరు కూడా ప్రశ్నించడం లేదు. ఎందుకీలా అని నిలదీయడం లేదు. లబ్ధి పొందుతున్న వారు ఎలాగూ ప్రశ్నించరు. ఉచిత పథకాల అమలును ఎంతవరకు విచారించ వచ్చన్న చర్చ జరగాలి. అభివృద్ధి పనులు, మౌలిక వసతులను పక్కనపెట్టి కేవలం ఉచిత పథకాల కోసం డబ్బు ఖర్చుపెట్టడాన్ని మెజార్టీ ప్రజలు తప్పుపడుతున్నారు. ఏది ఉచితం? ఏది ప్రజల అభ్యున్నతి కోసం అమలుచేస్తున్న పథకం అని చెప్పడం నిజంగానే కష్టం. పృథ్విచేసుకునే వారికి అవసరమైతే వారు వ్యాపారులు చేసుకోవడానికి, పనులు చేసుకోవడానికి బ్యాంకుల ద్వారా ఆర్థిక సేవయాతను అందించారు. గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో పేదరికంలో మగ్గేవారి జీవనోపాధులు ఆ చిన్న పరికరాలపైనే ఆధారపడి ఉంటాయి. అలాంటివి ఇవ్వడంవల్ల వారి జీవితంలో పెద్ద మార్పు ఉపిస్తుంది. అయితే ఆర్థిక పరిస్థితులను తెలుసుకోకుండా అమలు చేసే వాగ్ధానాలను అనుమతించకూడదని రాజకీయ పార్టీలు గుర్తించాలి. అలాగే ఉచిత పథకాలు అన్నవి పూర్తిగా ప్రభుత్వాల వివక్షభాధికార పరిధిలోని అంతఃమని చెప్పడానికి వీలేదు. ఏ రాష్ట్రమైనా ఉచిత పథకం అమలు చేస్తుంటే ప్రజలు కూడా వదలి అనలేరు. ఉచిత పథకాలు అమలు చేయకూడదని కేంద్రం చట్టం చేస్తే..అది



చట్టబద్ధత కు లోబడి ఉండాలి వస్తుంది కనుక జాతీయస్థాయిలో దీనిపై చర్చించాలి. అధికారంలోకి వచ్చిన పార్టీ అమలుచేసే ఉచిత పథకాల గురించి ఆర్థిక సమర్థత కూడా ముఖ్యం. అదేపనిగా అప్పులు చేస్తూ పథకాలు అమలు సమంజ సమా కాదా అప్పులు విషయాన్ని దృష్టిలో పెట్టుకుని పథకాలను సమీక్షించాలి. చర్చించాలి. అప్పుడే అభివృద్ధికి నిధుల కనుక ఆ దిశగా అభివృద్ధి, సంక్షేమ పథకాలు అమలు చేసే సందర్భాల్లో ముందుకు సాగాలి. విపక్షాలకు కూడా ఓట్లు కావాలి గనక ప్రశ్నించడం లేదు. ఇక పన్నులు కట్టేవారు కూడా ప్రశ్నించడం లేదు. మేధావులు కూడా నిలదీయడం లేదు. ఇలా అయితే రాజకీయ పార్టీలు ఓట్ల వేటలో చేస్తున్న పథకాలు, పందేరాలతో రాష్ట్రాలు అప్పులో ఉబిలితే కూరుకుపోతున్నాయి. వడ్డీలకే వేలకోట్లు తగలేస్తున్నారు. ఇప్పటికీ తెలంగాణ, ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రాలు దివాళా అందుచ స ఉన్నాయి. రాజకీయ పార్టీల ఉచిత పథకాల హామీలపై సుప్రీంకోర్టు గతంలోనే కీలక వ్యాఖ్యలు చేసింది. అయినా రాజకీయ పార్టీలు దేశ ఆర్థిక వ్యవస్థను, అభివృద్ధిని దృష్టిలో

పెట్టుకుని ముందుకు సాగడం లేదు. సరికదా ఇబ్బడిముబ్బడిగా అప్పులు చేసే పథకాలను అమలు చేస్తున్నారు. పందేరం పథకాలు అన్నీ కూడా ఆర్థిక దివాళాకు హేతువు కాగలదు. ఎవీలో అయితే దానకర్చుడిలా గత సిఎం జగన్ పథకాలను ప్రకటించడం, నగదు బదిలీలు చేపట్టడం నిత్యకృత్యంగా మార్చుకున్నారు. దీంతో ఎపి అప్పులకప్పుగా మారింది. ఇలాంటి పథకాలకు ఎక్కడో ఒకచోట చెక్ పడాల్సింది. డబ్బులు వంటే పథకాల బదులు అభివృద్ధి పథకాలపై దృష్టి సారించాలి. ఇబ్బడి ముబ్బడిగా డబ్బులను నేరు గా ఓటర్లకు బదిలీ చేసే ప్రక్రియను అవకుంట్ దేశం ఆర్థికంగా దివాళా తీస్తుంది. అభివృద్ధి కుంటుపడుతుందని గుర్తించాలి. డబ్బులు వంచడమే అభివృద్ధి అంటూ చేస్తున్న ప్రకటనలకు ఇకనైనా చెట్టు చీటి చెప్పాలి. ఉచిత పథకాలు, నగదు బదిలీలు, పేదలపేరుతో చేసే పందేరాల విషయంలో సమతుల్యం పాటించాల్సిన అవసరం ఉందని సుప్రీంకోర్టు గతంలోనే అభిప్రాయపడింది. మనమంతా అత్యున్నత న్యాయస్థానానికి గౌరవం ఇవ్వాలి. ప్రజాస్వామ్య దేశంలో ఒక అంతంపై చర్చించి చివరకు నిర్ణయం తీసుకోవాల్సింది పాపమంటేనని సుప్రీంకోర్టు ప్రధాన

న్యాయమూర్తిగా ఆనాటి చీఫ్ జస్టిస్ ఎన్.వి. రమణ వునరుద్ధరించిన నేపథ్యంలో దీనిపై పార్లమెంట్ విస్తృతంగా చర్చించాలి. ఏది ఉచితమో ఏది అనుచితమో చర్చించేందుకు విస్తృత ప్రజాభిప్రాయం సేకరించాలి. గ్రామస్థాయి వరకు వివిధ రాజకీయ పార్టీలు చేస్తున్న పందేరాలపై చర్చ చేయాలి. ప్రజలు కూడా నిర్ణయంగా చర్చించాలి. రాజకీయ పార్టీలు, మేధావులు, ప్రజలు, ఆర్థిక నిపుణులు ఎవరికీ వారు తమ స్థాయిలో చర్చించి ఏది ఉచితమో..ఏది అనుచితమో..ఏది అవసరమో అన్నది చర్చచేయాలి. విపక్షాలు కూడా ఉచితాలను ప్రకటించి ఓట్లు పొందాల్సిన కక్కుర్తిలో పడి ఏదీపడితే అదే అన్నట్లుగా హామీలు గుప్పిస్తున్నారు. ఉచితాలు ఎంతవకు అవసరమో అన్నది ప్రజలే సరైన నిర్ణయం తీసుకోవాలి. ఉచితంగా డబ్బులు అందుతున్నాయి గదా అనుకుంటే..పన్నుల రూపంలో మన జేబులు దోచేస్తున్న తీరును గుర్తించడం లేదు. తాము కష్టపడి పన్నులు రూపంలో కడుతున్న డబ్బులను ఉచితం పేరుతో ఇష్టానుసారంగా వంచిపెడుతూ రాజకీయ లబ్ధి పొందుతున్న పార్టీలను దూరం పెడితే అసలు సమస్యే రారు.

ఆర్థిక పరిస్థితులను దృష్టిలో పెట్టుకోకుండా రాజకీయ పార్టీలు అమలు చేసే ఉచిత పథకాలను నియంత్రించేలా కేంద్ర ఎన్నికల సంఘం కూడా ఏదో నిర్ణయం తీసుకోవాలి. చట్టబద్ధంగా ఇలాంటి ఉచిత పథకాలపై నియంత్రణకు దిగాలి. లేకుంటే పాలన అంటే పంచడం అన్నదే పనిగా పెట్టుకో గలరు. పార్లమెంటులో చర్చ చేసి ఉచిత పంపకాలపై అంక్షలు విధించాలి. దేశ ఆర్థిక పరిస్థితులు, ప్రజల సక్షేపం దేరించి ఆసక్తి ఉన్నవారు వీటిని దృష్టిలో ఉంచుకొని సూచనలు చేయాల్సిన సమయం అన్నవి మైంది. ఉచిత పథకాలపై దేశవ్యాప్తంగా చర్చ మొదలు పెట్టాల్సి ఉంది. ఈ విషయాల గురించి ప్రస్తావించడం ద్వారా దేశంలో ఓ అవసరమైన చర్చకు ఇప్పుడు నాంది పలకాలి. అయితే చర్చలకు దూరంగా ఉంటున్న మోడీ ప్రభుత్వం ఈ విషయంలోనూ చర్చకు ముందుకు వస్తున్నప్పుడు అవకాశం లేదు. కానీ ఇప్పటికీ నిజాయితీగా ఉన్న నేతలు దీనిపై చర్చ చేసే మంచిది. పార్లమెంట్ అని చూడకుండా చట్టసభల్లో రాష్ట్రాలు చర్చించాలి. ప్రజల్లో నేతలు చర్చించాలి.

## బిజెపిలో కొత్తతరానికి ప్రాధాన్యం రాంమాధవ్ కు అవకాశ దక్కేనా?

న్యూఢిల్లీ: భారతీయ జనతాపార్టీ ఇప్పుడు కొత్త రూపు సంతరించుకుంటోంది. నవతరం ముందుకు రావడంతో సిద్ధాంతపరమైన నిబద్ధతలకు అవకాశం లేని కొత్త తరం దూసుకు వస్తోంది. అధికారమే పరమాపధిగా ఇందులోని నేతలు అరాటపడుతున్నారు. అధికారం చేపట్టిన గత పదకొండేళ్ళుగా మోడీ ద్వయం ఇక పార్టీలో తమకు తిరుగులేని విధంగా చేసుకున్నారు. విధాన నిర్ణయాల్ని ఇప్పుడు కేవలం మోడీ ద్వయం కనుసన్నల్లోనే సాగుతున్నాయి. ఈ క్రమంలో ఉపరాష్ట్రపతి పదవికి అనుహ్యంగా రాధాకృష్ణన్ ఎంపిక చేశారు. ఇదే రకంగా ఆర్ఎన్ఎస్ కనుసన్నల్లో జరిగిన వ్యవహారంగా చూడాలి. అలాగే ఇప్పుడు బిజెపి అధ్యక్ష బాధ్యతలు ఎవరికి కట్టబెడతారన్నది చూడాలి. మోడీ అనుయాయులకా లేక, పార్టీని సమ్ముకున్న వారికా అన్నది తెలియాలి. ఇప్పటికే అధ్యక్ష పదవిని పూర్తి చేసుకున్న నడ్డా స్థానంలో ఎవరన్నది తెలడం లేదు. మొన్నటి పార్లమెంట్ ఎన్నికల కారణంగా నడ్డాను కొనసాగించారు. రాధాకృష్ణన్ లాగా ఇప్పుడు కొత్త తరం ఏదైనా అవకాశాన్ని చర్చ సాగుతోంది. తెరవెనుక్కి పోయిన రాంమాధవ్ లాంటి వారిని మళ్ళీ ముందుకు తీసుకుని వస్తారా అన్న చర్చ కూడా సాగుతోంది. ఆయన సమకాలీన వ్యవస్థల్ని బాగా పట్టు ఉండడంతో పాటు, ఆర్ఎన్ఎస్ మనస్థి, అయితే ఏదైనా మోడీ ద్వయంను కాదని ఏ ఒక్క నిర్ణయం కూడా జరగడం లేదు. అంతేగాకుండా పాతతరం నేతలకు మెల్లగా ఉద్యానసన పలికారు. ఈ క్రమంలో ఇప్పటికే అన్నింటి ఇంటికీ పరిమితం అయ్యారు. ఆయనకు కనీసం రాష్ట్రపతి పదవి కూడా కట్టబెట్టుకుండ కక్ష తీర్చుకున్నారు. అలాగే ముఖరీషన్ హార్ జోషి, సుమిత్రా మహాజన్ లాంటి వారు దూరంగా ఉన్నారు. సుష్మాస్వరాజ్, అరుణ్ జైట్లీ లాంటి వారు గతించారు. ఉపరాష్ట్రపతిగా పదవీ విరమణ చేయడంతో వెంకయ్య నాయుడు ఇక పార్టీ కార్యకలాపాల్లో పాల్గొన లేకుండా అయ్యారు. ఇక మిగిలినదల్లా..రాజీనాథ్ సింగ్, నితిన్ గడ్కరీలు మాత్రమే. ఇప్పటికే శతృష్టు నిన్నూ యశ్వంతి సిన్హలు బయటకు పోయారు. అరుణ్ శౌరి లాంటి వారు అడ్రస్ లేదు. మధ్యప్రదేశ్ సిఎం శివరాజ్ సింగ్ చౌహాన్ కు కూడా కేంద్ర పార్టీలో ప్రమోదం లేకుండా పోయింది. ఈ క్రమంలో రాజీనాథ్ సింగ్, నితిన్ గడ్కరీలు ఈ ఢపా వరకు మంత్రులుగా కొనసాగుతారు. తరవాత వీరు కూడా పార్టీకి దూరం కావడం ఖాయమని గుర్తించాలి. ఇప్పటికీ పార్టీలో వీరికి పెద్దగా ప్రాధాన్యం లేదు. ఈ క్రమంలో పార్టీ పునర్వ్యవస్థీకరణ తీరు మనస్థి వరకు వారి పూర్వం అర్థం కాగలదు. దేవేంద్ర ఫర్కవీస్ స్థానం కల్పించడం మహారాష్ట్ర ప్రాధాన్యత తెలియజెబుతోంది. రాష్ట్రస్థాయిని దాటి వేగంగా జాతీయ స్థాయికి ఎదిగిపోతున్న యోగి అధిష్టానంకా అధ్యక్షట్టవేయాలంటే మరో కాకూర్ నాయకుడు ఉండాలిందే కదా అని కొందరు అంటున్నారు. పార్టీలోని మిగతావారంతా మోడీ, అమిత్ షా తరువాతేనని ఈ మార్పు చేర్పులతో స్పష్టం చేయదబ్బుకున్నారు. ఆయన రాష్ట్రాల్లో పార్టీ రాజకీయ ప్రయోజనాలను నిలబెట్టు కుంటూనే పార్టీలో తమ పట్టును మోడీ, అమిత్ షాలు నిలుపుకున్నారు. సుప్రీం కోర్టులో యాదవ్ న్యాయస్థానం కేంద్ర కమిటీలోకి తీసుకున్నారు. అలాగే, మధ్యప్రదేశ్ చౌహాన్ ను తప్పించే క్రమంలో కేంద్రప్రయంత్రి మంత్రి మండలిలోకి తీసుకున్నారు. పార్టీకి కొత్తరకం అవసరం కంటే, పాతతరాన్ని పదిలంచుకొనే లక్ష్యం కనిపిస్తోంది. యూపీలో యోగి అధిష్టానాథ్ విజయంతో, రేపు మోడీ వారసడుఉ అంటూ ప్రచారం సాగింది. ఈశాన్యం నుంచి శర్మనంద్ సోనోవార్ ఎంపిక వెనుక కూడా రాజకీయాల ఉన్నాయి. సోనోవార్ కు స్థానం కల్పించడంమంటే అసోం సిఎం శర్మను హద్దుల్లో ఉంచడం కోసమే అని అర్థం చేసుకోవాలి. ప్రతి ఎన్నికనూ ఓ మహాయుద్ధంగా భావించే మోడీ ద్వయం ఇప్పుడు బిజెపి అధ్యక్షుడిని ఎన్నుకోవడంలో ఎవరిని తెరపైకి తెస్తారన్నది చూడాలి.

## ఓటరుతో ఆధార్ నమోదు చేయాలి పోగన్ ఓట్ల ఫలిత పక్కాగా సాగాలి

న్యూఢిల్లీ: ఓటర్ ను ఆధార్ తో నమోదు చేయించే ప్రక్రియ జరకుపోవడం, దానిని తప్పనిసరి చేయక పోవడంతో ఓటర్ జాబితా ఎప్పుడూ గందరగోళానికి, విమర్శలకు గురవుతోంది. బీహార్ వ్యవహారంలో ఇది విమర్శలకు దారితీసింది. ఓట్ల నమోదు, తొలగింపు ప్రక్రియ అభిను పాలయ్యింది. చివరకు సుప్రీం కోర్టు చేసుకునే పరిస్థితి వచ్చింది. విచక్షణ అంధోళనతో పార్లమెంటు సైద్ధాంతం చేశారు. ఈ క్రమంలో పక్కా ఓటరు నమోదు ప్రక్రియ అన్నది సవాల్ గా తీసుకోవాలి. గతంలో ప్రతి ఒక్కరి ఫోటోలకు ఆధార్ నమోదు కోసం మెసేజ్ లు వచ్చాయి. దీంతో ఓటరు కాద్యతో ఆధార్ నమోదు ద్వారా బోగన్ ఓట్లను అరికట్టాలని అధికారులు నిర్ణయించారు. ఒక వ్యక్తి ఒకే ఓటు హక్కు ఉండాలనేది ఎన్నికల కమిషన్ నిబంధన మేరకు ఆధార్ నమోదుకు చర్యలు జాబితాను పక్కాగా రూపొందించేందుకు అన్ని ఏర్పాట్లు చేస్తున్నట్లు అధికారులు తెలిపినా, బీహార్ లో విమర్శల పాలయ్యింది. ఫోటో సిమిలర్ ఎండ్రిస్ సాఫ్ట్వేర్ ద్వారా డబుల్ ఓట్లు కలిగిన వారిని గుర్తించి జాబితాను రూపొందించవచ్చు. జాబితా నిర్ధారణ కాగితం జిల్లా కలెక్టర్ కు సమాచారం ఇచ్చి వాటిని తొలగించేయాలి. ఇలా ప్రతి జిల్లాలో చర్యలు చేపట్టడం ముఖ్యం. దేశం యావత్తూ ఓట్ల నమోదు,ఆధార్ అనుసంధాన ప్రక్రియ కొనసాగితే పంచాయితీ ఉండదు. చాలామంది నివాసాలు ఉంటున్నచోట రెండు, అంతకుమించి చోట్ల ఓటుహక్కు ఉంటోంది. కొంతమంది పిల్లల చదువు, ఉద్యోగరీత్యా వట్టుబాల్లో నివాసం ఉంటున్నారు. సొంత గ్రామాల్లో ఓటు హక్కుతో పాటు నివాసం ఉంటున్నచోట సైతం వీరు ఓటు హక్కు వినియోగంను కుంటున్నారు. దీంతో గ్రామ పంచాయితీ ఎన్నికలతో పాటు మున్సిపాలిటీ ఎన్నికల్లో సైతం ఓటు హక్కు వినియోగించుకుంటున్నారు. ఇలాంటి వాటిని నివారించడానికి ఎన్నికల సంఘం శ్రీకారం చుట్టాలి. ఫోటో సిమిలర్ ఎండ్రిస్ సాఫ్ట్వేర్తో ఇటువంటి వాటికి చెక్ పెట్టే అవకాశం ఉంది. రెండు చోట్ల ఒకే ముఖ కవచాలు ఉంటే కొత్తగా వచ్చిన సాంకేతిక పరిజ్ఞానంతో అధికారులు వీరిని గుర్తించవచ్చున్నారు. ఇలా రెండుచోట్ల ఓటుహక్కు ఉన్న వారందరినీ గ్రామాలు, వార్డుల వారీగా గుర్తించవచ్చు. ఇలా రెండేసి ఓటరు జాబితాలో ఉన్న వారిని ఒక చోట ఓటు హక్కు తొలగించేందుకు ఏర్పాట్లు చేయాలి. అలాగే ఇతరరాష్ట్రాల్లోకూడా ఓటుహక్కు వినియోగించుకునేందుకు ఎలాంటి అవకాశం లేకుండా అధికారులు పక్కాగా చర్యలు తీసుకోవాలి. ఓటరుకాద్య ఉన్న వారు ఫారం-6లో పూర్తి వివరాలు నింపి సంబంధిత బీఎల్వేలకు అందజేస్తే వాటిని క్రోడీకరించి ఆన్లైన్ లో నమోదు చేస్తారు. సమోదు చేసిన వెంటనే ఓటరు ఫోటోకు మెసేజ్ వస్తుంది. వీటితో పాటు డబుల్ ఓటరు కార్డులున్న వారికి ఇప్పటికే సమాచారం అందించి తొలగించేందుకు ఏర్పాట్లు చేస్తారు.

## మేలుకోరే వారే నిస్వార్థులు

తిరుమల:మంచి చెప్పేవారే మనవారు. మన మేలుకోరేవారు నిస్వార్థపరులు. మనం చెడిపోతే సంతోషించేవారు స్వార్థపరులు. ఇలాంటివారిలోనే అహంకారం నిండి ఉంటుంది. ఫల్గుణుడు, శ్రీకృష్ణుడు ఎంతోకాలం సన్నిహితులుగా మెలిగారు. రణరంగం మధ్యలో రథాన్ని నిలిపి గీతను బోధిస్తున్నప్పుడు పార్థసారథి తన చెలికాడే కదా... ఈయన చెప్పిందే తానేందుకు విశాలని విశాలం చేసేంతయిదు భావించి ఏకే బహుశా మహాభారత -యుద్ధం సంభవించేదే కాదేమో! ధీరులు అంటే కండబలం ఉన్నవారు కానేకారు. నమర్చులై, వికేతం కలిగినవారే ధీరులు. నమర్చల ఉంటే కార్యపాధకులవుతారు. అశోకుడి జీవిత చరిత్ర గమనిస్తే చక్రితుల అవుతాం. కండ బలంకన్నా అతడి మనస్థిమం గన్నది. అందువల్ల అతడెన్నో యుద్ధాలను జయించగలిగాడు. అతడి బలహీనత రాజ్యకాంక్ష అలోచనలు మాత్రం గొప్పవి. జయవాజ్ యాలు ఇహానికి సంబంధించినవని శాంతిలోనే ధర్మం ఉందని గ్రహించాలి. అందుకే కలిగే యుద్ధంలో విజయం సాధించిన అనంతరం వికేతం మేలుకొని గౌతమ బుద్ధుడు చెప్పిన పథంలో నడిచాడు.

# భారత్ అమెరికా రాయబారిగా సిల్వీయో గోర్

భారత్ లో గిర్వి కజ్జాలు కోరుకుంటున్నట్లంటే న్యూఢిల్లీ: భారత్ లో గిర్వి కజ్జాలనే అమెరికా అధ్యక్షుడు బ్రంప్ కోరుకుంటున్నారు. సుంకాల పెంపు, వీసాలపై కఠిన నిబంధనలు ఇలా ఒక్కో చర్య బ్రంప్ భారత వ్యతిరేకతను చాటాయి. తాజాగా మరో దుందుడుకు చర్యకు పూనుకున్నారు. ఈ క్రమంలో అమెరికా అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ బ్రంప్ నిర్ణయాలు భారత్-అమెరికా సంబంధాలను తీవ్రస్థాయిలో దెబ్బతీస్తున్నాయి. తాజాగా అత్యంత వివాదాస్పదమైన వ్యక్తుల్లో ఒకరైన సిల్వీయో గోర్ ను భారత్ అమెరికా రాయబారిగా, దక్షిణ, మధ్య ఆసియాలో పర్యవేక్షకుడిగా నియమించడం దౌత్యపథాలను పాక్ కు గురిచేసింది. ఒకప్పుడు భారత్ తీవ్రంగా వ్యతిరేకించిన పనినే బ్రంప్ బలవంతంగా చేశారు. 38 ఏళ్ల గోర్ పై బ్రంప్ నకు విపరీతమైన నమ్మకం ఉంది. ఇతరు చెప్పిన మీదటే నానా చీఫ్ నియమావళాన్ని చివరి నిమిషంలో మార్చేశారు. 2009లో బరాక్ ఒబామా అధ్యక్షుడిగా ఉన్న సమయంలో కూడా భారత-పాక్-అఫ్ఘానిస్తాన్ ను ఒకే పాలనీ కిందకు తెచ్చేందుకు యత్నించారు. నాడు రిచర్డ్ హోల్ బ్రాక్ ను ఈ ప్రాంతం మొత్తానికి ప్రత్యేక రాయబారిగా నియమించారు. అయితే.. నాటి భారత్ విదేశాంగ మంత్రి ప్రణబ్ ముఖర్జీ దీనిపై అమెరికా రాయబారి డేవిడ్ మలేఫోర్డుకు తమ అభ్యంతరం వ్యక్తంచేశారు. ఈ చర్య భారత్ కు అమెరికాగ్నం కావడంలేదు. దీంతో నాడు బ్రాక్ ను పా-అఫ్ఘానిస్తాన్ కు మాత్రమే పరిమితం చేసినట్లు- వికీలీక్స్ లో బహిష్కరమైన పత్రాల్లో తెలింది. ఇప్పుడు బ్రంప్ భారత్ కు నచ్చని అటువంటి చర్య



తీసుకొన్నారు. శ్వేతస్థానంలో బ్రంప్ వ్యక్తిగత కార్యదర్శి హోదాలో అమెరికా ప్రభుత్వంలో ఏకంగా 4,000 నియామకాలు చేశారంటే.. గోర్ పరపతిని అర్థం చేసుకోవచ్చు. మన్నో దోస్ట్ జర్రో ఇస్లాక్ మన్ నానా చీఫ్ గా తొలుత ప్రకటించారు. ఆయన నామినేషన్ ఆమోదం కోసం నేలకేకు పంపే సమయంలో మన్నో-బ్రంప్ మధ్య విభేదాలు తీవ్రస్థాయిలో ఉన్నాయి. అదే సమయంలో ఇస్లాక్ మన్ డెమోక్రాట్లకు ఎన్నికల్లో నిధులు సమకూర్చినట్లు- గోర్ నుంచి అధ్యక్షుడికి సమాచారం

వెళ్లింది. దీంతో డోజ్ అధిపతిగా మన్నో చివరి రోజున.. నానా చీఫ్ పదవి నుంచి ఇస్లాక్ మన్ పేరును బ్రంప్ తొలగించారు. ఈ నేపథ్యంలో గోర్ ను 'పాము'గా అభివర్ణిస్తూ మన్నో ఎక్స్ ప్రెస్ పేటారు. ఇక సెనెట్ లో ఆమోదముద్ర పడితే గోర్ భారత్ కు రావడం ఖాయమవుతుంది. ఇది కూడా అంత ఈజీ ఏమీ కాదు. బైడెన్ ప్రభుత్వం నియమించిన ఎరిక్ గార్బుర్గ్ కి సెనెట్ ఆమోద ముద్ర చేయడంలో తీవ్ర జాప్యం చేసింది. దీంతో ఆయన చివరి రెండేళ్లు మాత్రమే భారత్ లో పనిచేశారు. గోర్ నియామకంపై భారత్ లో

## రేపటి నుంచే అదనపు సుంకాలు.. భారత్ కు నోటీసులిచ్చిన అమెరికా

దిల్లీ: రష్యా చమురు కొనుగోలు చేస్తోందన్న కారణంతో అమెరికా అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ బ్రంప్ విధించిన అదనపు సుంకాలు మరొకటి గంటల్లో అమల్లోకి రానున్నాయి. దీనిపై అమెరికా తాజాగా న్యూఢిల్లీకి అధికారికంగా నోటీసులు పంపించింది. అగ్రరాజ్య కాలమానం ప్రకారం ఆగస్టు 27వ తేదీ ప్రారంభమయ్యే అర్ధరాత్రి 12.01 గంటల నుంచి (అంటే భారత కాలమానం ప్రకారం ఆగస్టు 27 ఉదయం 10 గంటల ప్రాంతంలో) ఈ అదనపు సుంకాలు అమల్లోకి వస్తాయని స్పష్టంచేసింది. ఆ సమయం తర్వాత నుంచి అమెరికాలోకి ప్రవేశించే భారత ఉత్పత్తులకు ఈ టారిఫ్ లు వర్తిస్తాయని వెల్లడించింది. ఈమేరకు డిపార్ట్ మెంట్ ఆఫ్ హెండ్ల్యాండ్ సెక్యూరిటీ తమ నోటీసుల్లో పేర్కొంది.భారత్ లో గతంలో అమెరికా 25 శాతం సుంకాలు విధించిన సంగతి తెలిసిందే. అవి ఆగస్టు 7 నుంచే అమల్లోకి వచ్చాయి. అయితే, రష్యా చమురు కొనుగోలు చేస్తోందన్న కారణంతో మరో 25శాతం అదనపు టారిఫ్ లను విధిస్తున్నట్లు ఇటీవల అగ్రరాజ్య అధ్యక్షుడు బ్రంప్ ప్రకటించారు. దీంతో న్యూఢిల్లీపై మొత్తం సుంకాలు 50శాతానికి



పెరిగాయి. ఈ టారిఫ్ లతో భారతీయ వస్త్ర పరిశ్రమ, ఆక్సారం, తోలు ఉత్పత్తులపై వెంటనే ప్రభావం పడనుంది. భారత్ నుంచి ఎగుమతయ్యే అతికొద్ది వస్తువులకే ఈ అధిక సుంకాలు నుంచి మినహాయంపు ఉంది. 'ఒట్టిడి పెరగగ'చు.. అన్నింటినీ భరిస్తాం.. సుంకాల డెడిన్ల వేళ ప్రధాని మోడీ ఈ అదనపు సుంకాలపై ఇప్పటికే భారత్ అభ్యంతరం వ్యక్తంచేసింది. ఇది అనుచితం, అన్యాయం, అహేతుకం' అని స్పష్టంచేసింది. ఈ విషయంలో దేశ ప్రయోజనాలను కాపాడుకు నేందుకు అన్ని చర్యలు తీసుకుంటామని వెల్లడించింది. మరోవైపు, సోమవారం ప్రధాని మోడీ కూడా దీనిపై స్పందించారు. రైతులు, పశుపక్షికులు, చిన్నతరహా పరిశ్రమల ప్రయోజనాల విషయంలో రాజీపడే ప్రసక్తే లేదన్నారు. ఈవిషయంలో తమపై ఒట్టిడి పెరగచ్చని.. కానీ దానిని భరిస్తామని స్పష్టంచేశారు.



# మీ లివర్ ఆరోగ్యాన్ని కాపాడతాయి..!

మనం గుండె, కిడ్నీ ఆరోగ్యంపై పెట్టిన శ్రద్ధ. లివర్ ఆరోగ్యంపై అంతగా పెట్టం. లివర్ మన శరీరంలో ఎంతో ముఖ్యమైన అవయవం. లివర్.. మన శరీరంలో రెస్ట్ లేకుండా పనిచేస్తూనే ఉంటుంది. ఒకే సమయంలో ఎన్నెన్నో పనులను నిర్వహిస్తుంటుంది. కణజాలాలు, కండరాలు పనిచేయటానికి అవసరమైన శక్తిని అందించే గ్లూకోజు మోతాదులను నియంత్రణలో ఉండటంలో లివర్ కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. రక్తంలో గ్లూకోజు ఎక్కువగా ఉన్నప్పుడు దాన్ని గ్రహించి, తనలో స్టోర్ చేసుకుంటుంది. ఎప్పుడైనా గ్లూకోజు మోతాదులు పడిపోయినప్పుడు వెంటనే విడుదల చేస్తుంది. విటమిన్ ఎ, విటమిన్ డి, విటమిన్ బి12 వంటి పోషకాలను పెద్దమొత్తంలో నిల్వ చేసుకుంటుంది. తినే ఆహారం, వేసుకునే మందుల వాటిల్లో ఉండే విషతుల్యాలనూ కాలేయం ఎప్పుడీకప్పుడు ఫిల్టర్ చేస్తుంది. మనదేశంలో ఏటా 3 లక్షల మంది లివర్ సమస్యల కారణంగా మరణిస్తున్నారని నివేదికలు చెబుతున్నాయి. ఈ నేపథ్యంలో లివర్ను ఆరోగ్యంగా ఉంచుకోవడం చాలా ముఖ్యం. మీ లివర్ను ఆరోగ్యాన్ని రక్షించుకోవడానికి.. ఎలాంటి పండ్లు తీసుకోవాలో ఈ స్టోరీలో చూద్దాం.



గ్రేప్ ఫ్రూట్.. నేపల్ లైబ్రల్ ఆఫ్ మెడిసిన్లో ప్రచురించిన ఒక అధ్యయనం ప్రకారం, గ్రేప్ ఫ్రూట్లో నాటింగెన్, నరింగెనిన్ వంటి యాంటీఆక్సిడెంట్లు ఉంటాయి. ఇవి శరీరంలో ఫ్రీరాడికల్స్ నుంచి లివర్ కణాలను రక్షిస్తాయి, బ్యాక్టీరియా నుంచి



లివర్ను రక్షిస్తాయి. ఫ్యాటీ లివర్ కారణంగా.. లివర్కు కలిగే నష్టాన్ని సరిచేయడానికి గ్రేప్ ఫ్రూట్ తోడ్పడుతుంది. యాపిల్.. రోజుకొక ఒక యాపిల్ తింటే.. లివర్ సమస్యలను దూరం చేసుకోవచ్చు. యాపిల్లో కలిగే ఫైబర్ పుష్కలంగా ఉంటుంది. ఇది లివర్ను డిటాక్స్ చేస్తుంది, తద్వారా లివర్ పనితీరును మెరుగుపరుస్తుంది. యాపిల్లోని ఫైబర్.. లివర్ ఫ్యాట్ ను కూడా తగ్గించడానికి తోడ్పడుతుంది. యాపిల్ జీర్ణక్రియ, మొత్తం ఆరోగ్యాన్ని ప్రోత్సహిస్తాయి. అవకాడో.. అవకాడోలో ఆరోగ్యరక్షణను కొవ్వలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఈ కొవ్వలు ఒక కవచంగా పనిచేసి, సంభావ్య నష్టం నుంచి లివర్ను రక్షిస్తాయి. మీ డైట్లో అవకాడోలో చేర్చుకుంటే.. గుండె ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తుంది. ఆస్ట్రొనాటోరోసిన్ ముప్పును నివారిస్తుంది. బెర్రీస్.. ప్రాబెరీలు, రాస్బెర్రీస్, బ్లూబెర్రీలు యాంటీఆక్సిడెంట్లు

నిండి ఉంటాయి. ఇవి ఆక్సీకరణ ఒత్తిడిని తగ్గిస్తాయి. హైపర్టెన్షన్, కొలెస్ట్రాల్ నుండ్లలో ఉంటాయి. బొప్పాయి.. బొప్పాయిలో విటమిన్లు, ఎంజైమ్లు సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ఇవి గుండె, జీర్ణక్రియ, రోగనిరోధక వ్యవస్థకు మేలు చేస్తాయి. జీర్ణక్రియకు సహాయం చేయడం ద్వారా, బొప్పాయి లివర్పై పనిభారాన్ని తగ్గిస్తుంది. లివర్ మరింత సమర్థవంతంగా పనిచేయడానికి సహాయపడుతుంది. బ్లూబెర్రీస్.. బ్లూబెర్రీస్.. యాంటీఆక్సిడెంట్ల పవర్ హౌస్. ఈ యాంటీఆక్సిడెంట్లు.. లివర్ మంట, ఆక్సీకరణ ఒత్తిడిని తగ్గించడానికి కీలక పాత్ర పోషిస్తాయి. బ్లూబెర్రీస్ లివర్ ఫైబ్రోసిస్, ఫ్యాటీ లివర్ ను కంట్రోల్లో ఉంచుతుంది పబ్లిష్డ్ సెంట్రల్లో ప్రచురించిన 2019 అధ్యయనంలో స్పష్టమైంది. ఇది లివర్ ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తుంది. కివీ.. కివీ రోగనిరోధక శక్తిని మెరుగుపరచడమే కాదు.. లివర్ ఆరోగ్యానికి మద్దతు ఇస్తుంది. దీనిలో అధికంగా ఉండే.. మినర్వల్స్, విటమిన్లు.. లివర్ ఆరోగ్యాన్ని కాపాడతాయి. ఇందులో ఫ్యాటీ లివర్ వ్యాధులను ఎఫెక్టివ్ గా నిరోధించే శక్తివంతమైన యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు కూడా ఉన్నాయి. సిట్రస్ పండ్లు.. నారింజ, నిమ్మకాయలు, బత్తాయి వంటి సిట్రస్ పండ్లలో విటమిన్ సి సమృద్ధిగా ఉంటుంది. ఇది ఇమ్యూనిటీని బలోపేతం చేస్తుంది. సిట్రస్ పండ్లలోని పోషకాలు లివర్ ఆరోగ్యాన్ని రక్షిస్తాయి, లివర్ను డిటాక్స్ చేస్తుంది. ఆరోగ్య నిపుణులు, అధ్యయనాల ప్రకారం ఈ వివరాలను అందించాం.

## పిల్లలకు గాయాలైతే.. ఇంట్లోనే ట్రీట్మెంట్...



పిల్లలు ఆడుతున్నప్పుడు, గెంతుతున్నప్పుడు పడిపోతూ ఉంటారు, దీంతో వాళ్ళకు గాయాలు అవుతూ ఉంటాయి. ఇంట్లోనే పిల్లల గాయాలకు ఎలా ట్రీట్మెంట్ చేయాలో ఈ స్టోరీలో చూద్దాం. పిల్లలన్నాళ్ళ అల్లరి చేయడం కావనీ.. ఆ అల్లరిలో దెబ్బలు తగిలించుకోవడమూ మామూలే. అంతేకాదు, సైకిల్ తోక్కప్పుడు, పరిగెడుతున్నప్పుడు, గెంతుతున్నప్పుడు కిందపడి దెబ్బలు తగిలించుకుంటూనే ఉంటారు. దీంతో దెబ్బలు తగిలి రక్తకారదం, చర్మం కొట్టుకోవడం, కందిపోవటం, చర్మం గీసుకుపోవటం చూస్తునే ఉంటాం. మరి పెద్ద గాయాలైతే.. డాక్టర్ దగ్గరకు కచ్చితంగా తీసుకువెళ్ళాలి. చిన్నగాయాలకు ఇంట్లోనే ట్రీట్మెంట్ చేయవచ్చు. పిల్లలకు గాయాలైనప్పుడు ఎలాంటి జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి, ఎలాంటి చికిత్స అందించాలో ఈ స్టోరీలో చూద్దాం. పిల్లలకు తగిలిన గాయం తగిలే ముందు.. చేతులను శుభ్రంగా కడుక్కోవాలి. లేకపోతే చేతులకు ఉన్న సూక్ష్మజీవులు గాయానికి అంటుకుని..



ఇన్నెక్షన్ అయ్యే ప్రమాదం ఉంది. గాయం నుంచి రక్తం కారటం ఆగకపోతే.. కాటన్ తో అదిమి పట్టాలి. నెమ్మదిగా రక్తం కారటం ఆగుతుంది. చాలామంది గాయాన్ని శుభ్రం చేయకుండానే,

కట్టాలి. బ్యాండ్జిని రోజు మార్చి, కొత్తది కట్టాలి. ప్రతిసారీ

దానిపై హైడ్రోజన్ పెరాక్సైడ్ గానీ స్పిరిట్ గానీ వేస్తూ ఉంటారు. ఇలా చేస్తే.. గాయం త్వరగా మాను. గాయం నుంచి రక్తం కారటం ఆగిన తర్వాత.. శుభ్రమైన నీటితో కడగాలి. ఆ తర్వాత.. హైడ్రోజన్ పెరాక్సైడ్ గానీ స్పిరిట్ వేసి, యాంటీబయోటిక్ క్రీమ్ రాయాలి. ఆ తర్వాత.. గాయాన్ని శుభ్రమైన నీటితో కడగాలి. ఆ తర్వాత.. ఇన్ ఫెక్షన్ తలెత్తకుండా చేస్తుంది. గాయం మీద బ్యాండ్జి గుడ్డతో కట్టు



యాంటీఆక్సిడెంట్లు అధికంగా ఉంటాయి. అవి శరీరంలో ఆక్సీకరణ ఒత్తిడితో పోరాడటానికి సహాయపడతాయి, కందిని ఫ్రీరాడికల్స్ నుంచి రక్షిస్తాయి. వయస్సుతో, కందిలోని అనేక భాగాలు క్షీణిస్తాయి. కానీ బెర్రీలు ఈ ప్రక్రియను నెమ్మదిస్తాయి, కంది ఆరోగ్యాన్ని కాపాడతాయి. రక్తకాల బెర్రీలతో సూత్ర తయారు చేసుకుని ఎంజాయ్ చేయండి. ఆరెంజ్ జ్యూస్.. ఆరెంజ్ జ్యూస్లో విటమిన్ సి అధికంగా ఉంటుంది. ఇది కందిలోని రక్తనాళాలను బలంగా, స్థిరంగా ఉంచుతుంది. విటమిన్ సి కందిపక్కం ఏర్పడే ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తుంది. ఆరెంజ్లో ఫోలేట్ ఉంటుంది.. ఇది కడుపులో బిడ్డ దృష్టి అభివృద్ధి సమయంలో తోడ్పడుతుంది. గర్భిణులు రోజు ఉదయం పూట ఆరెంజ్ జ్యూస్ తాగాలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. కొబ్బరి నీళ్లు.. కొబ్బరి నీళ్లలో విటమిన్ సి, మినర్వల్స్ పాటు అమైనా యాసిడ్స్ పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇవి కంది రక్తీకరణ కణజాలాలను మెరుగుపరచడానికి సహాయపడతాయి. కొబ్బరి నీళ్లు రోజు తాగితే.. రక్తనాళాలు, ఆస్టిక్ సరాలకు మంచి జరుగుతుంది. నిమ్మరసం నీళ్లు.. లెమన్ జ్యూస్ లోని ల్యూటిన్, జియోత్యూంథిన్ ఎక్కువ ప్యాల్లో ఉంటాయి. ఇవి కంది ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తాయి. మీ కంది ఆరోగ్యాన్ని రక్షించుకోవడానికి రోజు నిమ్మరసం నీళ్లు తాగండి.

కొన్నిసార్లు పిల్లలు మాట విన్నారు. అలాంటప్పుడు వారిని తిట్టడం కొట్టడం లాంటివి చేయకుండా కొన్ని డిప్స్ ఫాలో అవ్వాలి. అవేంటో తెలుసుకోండి. ఇలాంటి వాటి వల్ల పిల్లలు చాలా వరకూ మీ మాట వింటారు. పిల్లలు మన మాట విన్నారంటే మనకి కొద్దిగా ఓపిక అవసరం. వారు మాట వినకపోతే కోపం రావడం సహజం. అయితే, దానిని పిల్లలపై రుద్దకూడదు. దీంతో వారు ఇంకా మొండిగా మారే అవకాశం ఉంది. కళ్ళు చూస్తూ.. పిల్లలకి ఏదైనా చెబుతున్నప్పుడు వారి కళ్ళు చూస్తూ మాట్లాడాలి. అలా చేస్తేనే వారికి అది ఇంపార్టెన్స్ అని అర్థమవుతుంది. వారిని చక్కగా విలపిస్తే, ఎంత ప్రేమగా విలిస్తే వారు మీ దగ్గరకి వస్తారు. అంతేకానీ, కోపంగా విలపకూడదు. అలా చేయొద్దు. ఇలా చేయొద్దు అని అంక్షలు పెట్టే బదులు.. వారికి అలా చేస్తే ఏమవుతుందో స్పష్టం చెప్పాలి. అప్పుడు వారు మీ మాట వింటారు. ఏదైనా ఎంచుకునేటప్పుడు వారికి అవకాశం ఇవ్వాలి. వారికి ఛాన్స్ ఇవ్వండి. ఏది కావాలో అది తీసుకోమని చెప్పండి. దీంతో వారికి కూడా ఛాన్స్ ఇచ్చారని అర్థమవుతుంది. మెచ్చుకోవడం.. అదే విధంగా వారు ఏదైనా పనిచేసినప్పుడు వారిని మెచ్చుకోండి. దీని వల్ల వారికి ఓ రకమైన ఎంకరేజింగ్ ఉంది వారు మరిన్ని మంచి పనులు చేసేందుకు హెల్ప్ చేస్తాయి. అప్పుడప్పుడు కోపం.. అదే విధంగా వారు మరి మొండిగా ఉన్నప్పుడు వీన్ని వీన్ని శిక్షలు చేయాలి. దీంతో వారికి శారీరకంగా, మానసికంగా ఉండొద్దు. అవి కూడా వారికి ఏదో యక్షిమిదీగా ఉండాలి. బొమ్మలు గీయడం లాంటివి చెప్పాలి.

మీరు కూడా అలానే.. వారు సరిగ్గా ఉండాలంటే ముందుగా మీ ప్రవర్తన సరిగ్గా ఉండాలి. ఎందుకంటే వారే మీకు రోల్ మోడల్స్ కాబట్టి. అందుకే వారికి మీరు ఏమైనా చెప్పినప్పుడు వాటిని మీరు ఫాలో అవ్వడం నేర్చుకోండి. కచ్చితంగా వారు కూడా మిమ్మల్ని చూసి నేర్చుకుంటారు. కారణాలు తెలుసుకోవడం.. వారు మాట వినకపోతే కారణం ఏంటో కనుక్కుని వాటిని పరిష్కరించే ప్రయత్నం చేయాలి. ఈ డిప్స్ ఫాలో అయితే వారు కచ్చితంగా మీ మాట వింటారు. ఇలా మెల్లిగా ఒక్కొక్కటి చెప్పి వారు మీ మాట వినేలా చేయండి. అంతేకానీ, కోప్పడి, విరాకు పడితే వారు ఇంకా మొండిగా మారతారు. కోప్పడొద్దు. నెమ్మదిగా వారికి అర్థమయ్యేలా చెప్పండి. ఏదైనా బాగా చేస్తే మెచ్చుకోవడం, గిట్టి ఇవ్వడం వంటివి చేయండి. ఇతరుల ముందు అస్సులు వారిని తక్కువగా చేసి మాట్లాడడం వేరేవారితో పోల్చడం చేయొద్దు.

## పిల్లలు మలబద్ధకంతో బాధపడుతుంటే..

పెద్దవాళ్ళలోనే కాదు.. పిల్లల్లోనూ మలబద్ధకం సమస్య ఇబ్బంది పెడుతుంది. ఈ జనరేషన్ పిల్లల్లో డిజిటల్ స్ట్రీమ్లు వాడకం ఎక్కువ అవుతూ, శారీరక శ్రమ తగ్గిపోవడం, జంక్ ఫుడ్ ఎక్కువగా తినడం వంటి కారణాల వల్ల చిన్నారలలోనూ మలబద్ధకం సమస్య ఎక్కువగా కనిపిస్తుంది. మీ చిన్నార.. టాయిలెట్లో ఎక్కువసేపు కూర్చుంటే, మలం విసర్జించడంలో ఇబ్బంది పడుతుంటే.. వారు మలబద్ధకంతో బాధపడుతున్నట్లు అర్థం. పిల్లలలో వాదానికి మూడు లేదా అంతకంటే తక్కువ ప్రేగు కదలికలు ఉంటే మలబద్ధకంతో బాధపడుతున్నారని గుర్తించాలి. కొన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకుంటే.. చిన్నారలలో మలబద్ధకం సమస్యను సులభంగా పరిష్కరించవచ్చని నిపుణులు చెబుతున్నారు. డైటరీ ఫైబర్ పెంచండి.. మలబద్ధకం సమస్యకు చెక్ పెట్టడానికి డైటరీ ఫైబర్ ప్రభావవంతంగా పనిచేస్తాయి. మీ చిన్నారి డైట్లో డైటరీ ఫైబర్ పుష్కలంగా ఉండే.. తృణదాన్యాలు, పండ్లు, కూరగాయలు ఎక్కువగా ఉండే ఆహార పదార్థాలు చేర్చండి. ఫైబర్ పేగు కదలికలను మెరుగుపరుస్తుంది, స్టూల్ మూవ్మెంట్ ను సులభతరం చేస్తుంది. యాపిల్స్, బేరీ, జామకాయ వంటి ఫైబర్-రిచ్ స్నాక్స్ ఇవ్వండి. పిల్లలు స్కూలీలను చాలా ఇష్టంగా తాగుతుంటారు. మీ చిన్నారికి ఫైబర్ రిచ్ స్కూలీలను ఇవ్వచ్చు. అరటిపండ్లు, ప్రాబెరీలు, పెరుగు, వియో నీడ్స్ వేసి టీస్ట్.. టీస్ట్ స్కూలీ రేడి చేసి వారికి ఇవ్వండి.

హైడ్రేట్ అవుకోండి.. సరిపడా నీళ్లు తాగకపోయినా.. మలబద్ధకం సమస్య ఎదురయ్యే అవకాశం ఉంది. మీ చిన్నారి సరిపడా నీళ్లు తాగుతున్నారో లేదో చూసుకోండి. రోజుకు కనీసం 6 కప్పుల నీళ్లు తాగేలా చూసుకోండి. శరీరం హైడ్రేట్ అవుతో ఉంటే.. స్టూల్ మృదువుగా అవుతుంది, దీంతో స్టూల్ మూవ్మెంట్ సులభంగా జరుగుతుంది. వారిని హైడ్రేట్ అవుకోవడానికి.. ఫ్రెష్ ఫ్రూట్ జ్యూస్లు, కొబ్బరి నీరు, నిమ్మరసం వంటి ద్రవ పదార్థాలు ఇవ్వచ్చు.

ప్రోబయోటిక్స్ చేర్చండి.. ప్రోబయోటిక్స్ జీర్ణవ్యవస్థను మెరుగుపరుస్తాయి, గట్టిని ఆరోగ్యంగా ఉంచుతాయి. మీ పిల్లలు మలబద్ధకంతో బాధపడుతుంటే.. ఆహారంలో

ప్రోబయోటిక్స్ ఎక్కువగా ఉండే పెరుగు, మజ్జిగ, యోగర్ట్ ఎక్కువగా ఇవ్వండి. ప్రోబయోటిక్స్ పేగులలో మంచి బాక్టీరియాను పెంచుతాయి, ఇవి జీర్ణవ్యవస్థను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతాయి. రెగ్యులర్ టాయిలెట్ రౌటీన్ ను అలవాటు చేయండి. మీ చిన్నారికి.. రెగ్యులర్ టాయిలెట్ రౌటీన్ ను అలవాటు చేయండి. ప్రతి రోజు ఒకే సమయంలో టాయిలెట్ ను ఉపయోగించేలా చేయండి. మీ బిడ్డను రోజుకు కనీసం రెండుసార్లు 10 నిమిషాల పాటు టాయిలెట్లో కూర్చోబెట్టండి. వారు టాయిలెట్ నీలు వర్షకు ఫోన్లు, ఇతర ఆట బొమ్మలు తీసుకువెళ్లకుండా చూసుకోండి. ఈ రౌటీన్ ఆరోగ్యరక్షణను పేగు కదలికలను ప్రోత్సహిస్తుంది, మలబద్ధకాన్ని నివారిస్తుంది.

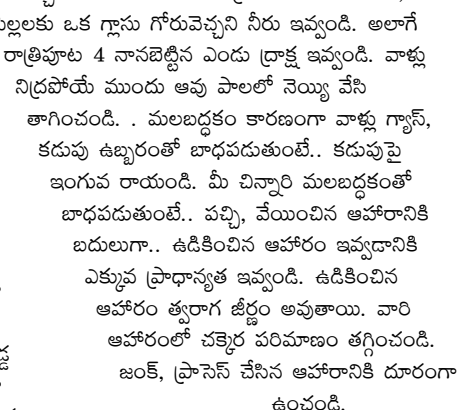
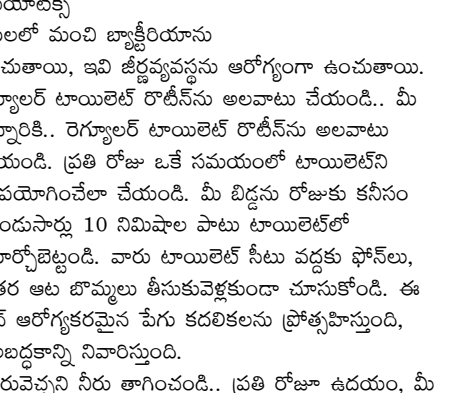
గోరువెచ్చని నీరు తాగించండి.. ప్రతి రోజు ఉదయం, మీ పిల్లలకు ఒక గ్లాసు గోరువెచ్చని నీరు ఇవ్వండి. అలాగే రాత్రిపూట 4 నానబెట్టిన ఎండు ద్రాక్ష ఇవ్వండి. వాళ్లు నిద్రపోయే ముందు అప్పు పాలతో నెయ్యి వేసి తాగించండి. మలబద్ధకం కారణంగా వాళ్లు గ్యాస్, కడుపు ఉబ్బరంతో బాధపడుతుంటే.. కడుపుపై ఇంగువ రాయండి. మీ చిన్నారి మలబద్ధకంతో బాధపడుతుంటే.. పచ్చి, చేయించిన ఆహారానికి బదులుగా.. ఉడికించిన ఆహారం ఇవ్వడానికి ఎక్కువ ప్రాధాన్యత ఇవ్వండి. ఉడికించిన ఆహారం త్వరగా జీర్ణం అవుతాయి. వారి ఆహారంలో చక్కెర పరిమాణం తగ్గించండి. జంక్, ప్రాసెస్ చేసిన ఆహారానికి దూరంగా ఉండండి.

కొన్నిసార్లు పిల్లలు మాట విన్నారు. అలాంటప్పుడు వారిని తిట్టడం కొట్టడం లాంటివి చేయకుండా కొన్ని డిప్స్ ఫాలో అవ్వాలి. అవేంటో తెలుసుకోండి. ఇలాంటి వాటి వల్ల పిల్లలు చాలా వరకూ మీ మాట వింటారు. పిల్లలు మన మాట విన్నారంటే మనకి కొద్దిగా ఓపిక అవసరం. వారు మాట వినకపోతే కోపం రావడం సహజం. అయితే, దానిని పిల్లలపై రుద్దకూడదు. దీంతో వారు ఇంకా మొండిగా మారే అవకాశం ఉంది. కళ్ళు చూస్తూ.. పిల్లలకి ఏదైనా చెబుతున్నప్పుడు వారి కళ్ళు చూస్తూ మాట్లాడాలి. అలా చేస్తేనే వారికి అది ఇంపార్టెన్స్ అని అర్థమవుతుంది. వారిని చక్కగా విలపిస్తే, ఎంత ప్రేమగా విలిస్తే వారు మీ దగ్గరకి వస్తారు. అంతేకానీ, కోపంగా విలపకూడదు. అలా చేయొద్దు. ఇలా చేయొద్దు అని అంక్షలు పెట్టే బదులు.. వారికి అలా చేస్తే ఏమవుతుందో స్పష్టం చెప్పాలి. అప్పుడు వారు మీ మాట వింటారు. ఏదైనా ఎంచుకునేటప్పుడు వారికి అవకాశం ఇవ్వాలి. వారికి ఛాన్స్ ఇవ్వండి. ఏది కావాలో అది తీసుకోమని చెప్పండి. దీంతో వారికి కూడా ఛాన్స్ ఇచ్చారని అర్థమవుతుంది. మెచ్చుకోవడం.. అదే విధంగా వారు ఏదైనా పనిచేసినప్పుడు వారిని మెచ్చుకోండి. దీని వల్ల వారికి ఓ రకమైన ఎంకరేజింగ్ ఉంది వారు మరిన్ని మంచి పనులు చేసేందుకు హెల్ప్ చేస్తాయి. అప్పుడప్పుడు కోపం.. అదే విధంగా వారు మరి మొండిగా ఉన్నప్పుడు వీన్ని వీన్ని శిక్షలు చేయాలి. దీంతో వారికి శారీరకంగా, మానసికంగా ఉండొద్దు. అవి కూడా వారికి ఏదో యక్షిమిదీగా ఉండాలి. బొమ్మలు గీయడం లాంటివి చెప్పాలి.

మీరు కూడా అలానే.. వారు సరిగ్గా ఉండాలంటే ముందుగా మీ ప్రవర్తన సరిగ్గా ఉండాలి. ఎందుకంటే వారే మీకు రోల్ మోడల్స్ కాబట్టి. అందుకే వారికి మీరు ఏమైనా చెప్పినప్పుడు వాటిని మీరు ఫాలో అవ్వడం నేర్చుకోండి. కచ్చితంగా వారు కూడా మిమ్మల్ని చూసి నేర్చుకుంటారు. కారణాలు తెలుసుకోవడం.. వారు మాట వినకపోతే కారణం ఏంటో కనుక్కుని వాటిని పరిష్కరించే ప్రయత్నం చేయాలి. ఈ డిప్స్ ఫాలో అయితే వారు కచ్చితంగా మీ మాట వింటారు. ఇలా మెల్లిగా ఒక్కొక్కటి చెప్పి వారు మీ మాట వినేలా చేయండి. అంతేకానీ, కోప్పడి, విరాకు పడితే వారు ఇంకా మొండిగా మారతారు. కోప్పడొద్దు. నెమ్మదిగా వారికి అర్థమయ్యేలా చెప్పండి. ఏదైనా బాగా చేస్తే మెచ్చుకోవడం, గిట్టి ఇవ్వడం వంటివి చేయండి. ఇతరుల ముందు అస్సులు వారిని తక్కువగా చేసి మాట్లాడడం వేరేవారితో పోల్చడం చేయొద్దు.

కొన్నిసార్లు పిల్లలు మాట విన్నారు. అలాంటప్పుడు వారిని తిట్టడం కొట్టడం లాంటివి చేయకుండా కొన్ని డిప్స్ ఫాలో అవ్వాలి. అవేంటో తెలుసుకోండి. ఇలాంటి వాటి వల్ల పిల్లలు చాలా వరకూ మీ మాట వింటారు. పిల్లలు మన మాట విన్నారంటే మనకి కొద్దిగా ఓపిక అవసరం. వారు మాట వినకపోతే కోపం రావడం సహజం. అయితే, దానిని పిల్లలపై రుద్దకూడదు. దీంతో వారు ఇంకా మొండిగా మారే అవకాశం ఉంది. కళ్ళు చూస్తూ.. పిల్లలకి ఏదైనా చెబుతున్నప్పుడు వారి కళ్ళు చూస్తూ మాట్లాడాలి. అలా చేస్తేనే వారికి అది ఇంపార్టెన్స్ అని అర్థమవుతుంది. వారిని చక్కగా విలపిస్తే, ఎంత ప్రేమగా విలిస్తే వారు మీ దగ్గరకి వస్తారు. అంతేకానీ, కోపంగా విలపకూడదు. అలా చేయొద్దు. ఇలా చేయొద్దు అని అంక్షలు పెట్టే బదులు.. వారికి అలా చేస్తే ఏమవుతుందో స్పష్టం చెప్పాలి. అప్పుడు వారు మీ మాట వింటారు. ఏదైనా ఎంచుకునేటప్పుడు వారికి అవకాశం ఇవ్వాలి. వారికి ఛాన్స్ ఇవ్వండి. ఏది కావాలో అది తీసుకోమని చెప్పండి. దీంతో వారికి కూడా ఛాన్స్ ఇచ్చారని అర్థమవుతుంది. మెచ్చుకోవడం.. అదే విధంగా వారు ఏదైనా పనిచేసినప్పుడు వారిని మెచ్చుకోండి. దీని వల్ల వారికి ఓ రకమైన ఎంకరేజింగ్ ఉంది వారు మరిన్ని మంచి పనులు చేసేందుకు హెల్ప్ చేస్తాయి. అప్పుడప్పుడు కోపం.. అదే విధంగా వారు మరి మొండిగా ఉన్నప్పుడు వీన్ని వీన్ని శిక్షలు చేయాలి. దీంతో వారికి శారీరకంగా, మానసికంగా ఉండొద్దు. అవి కూడా వారికి ఏదో యక్షిమిదీగా ఉండాలి. బొమ్మలు గీయడం లాంటివి చెప్పాలి.

మీరు కూడా అలానే.. వారు సరిగ్గా ఉండాలంటే ముందుగా మీ ప్రవర్తన సరిగ్గా ఉండాలి. ఎందుకంటే వారే మీకు రోల్ మోడల్స్ కాబట్టి. అందుకే వారికి మీరు ఏమైనా చెప్పినప్పుడు వాటిని మీరు ఫాలో అవ్వడం నేర్చుకోండి. కచ్చితంగా వారు కూడా మిమ్మల్ని చూసి నేర్చుకుంటారు. కారణాలు తెలుసుకోవడం.. వారు మాట వినకపోతే కారణం ఏంటో కనుక్కుని వాటిని పరిష్కరించే ప్రయత్నం చేయాలి. ఈ డిప్స్ ఫాలో అయితే వారు కచ్చితంగా మీ మాట వింటారు. ఇలా మెల్లిగా ఒక్కొక్కటి చెప్పి వారు మీ మాట వినేలా చేయండి. అంతేకానీ, కోప్పడి, విరాకు పడితే వారు ఇంకా మొండిగా మారతారు. కోప్పడొద్దు. నెమ్మదిగా వారికి అర్థమయ్యేలా చెప్పండి. ఏదైనా బాగా చేస్తే మెచ్చుకోవడం, గిట్టి ఇవ్వడం వంటివి చేయండి. ఇతరుల ముందు అస్సులు వారిని తక్కువగా చేసి మాట్లాడడం వేరేవారితో పోల్చడం చేయొద్దు.



## పిల్లలు మాట వినకపోతే..

