

ప్రేమతో మాట్లాడు
ఆలోచించి మాట్లాడు
అర్థం చేసుకొని మాట్లాడు
మంచి మాట్లాడు
తెలివిగా మాట్లాడు
నవ్వుతూ మాట్లాడు
మనస్సు విప్పి మాట్లాడు
పూర్తిగా విన్న తరువాత మాట్లాడు
మనస్సు నొప్పించకుండా మాట్లాడు
తక్కువ మాట్లాడు

మానవాళికి

జనం వార్త

ప్రతి అక్షరం.. జనం కోసం..

TGTEL/25/A1132

'జనం వార్త'
మీ వ్యాపార, ఉద్యోగ,
రాజకీయ, వివాహ,
జన్మదిన తదితర ప్రకటనల
కోసం సంప్రదించండి...

సెల్ : 8522 055 889

మేడ్చల్ | సోమవారం | 08.06.2026 | సంపుటి : 1 | సంచిక : 340 | పేజీలు : 8 | వెల : 2/- | ఎడిటర్: దూసరి రవీందర్ గౌడ్



ఒప్పందం కుదరకపోతే ఇరాన్ నాశనమే

అమెరికా అధ్యక్షుడు ట్రంప్

వాషింగ్టన్ : అణ్వాయుధం తయారు చేయకుండా ఇరాన్ ను అడ్డుకుంటున్నట్లు అమెరికా అధ్యక్షుడు ట్రంప్ పేర్కొన్నారు. అది ప్రమాదకరమైన దేశమని.. ఒకవేళ అణ్వాయుధం ఉంటే వాళ్లు ప్రపంచాన్ని నాశనం చేస్తారన్నారు. వాళ్లు వెర్రిపాక్షిని వ్యాఖ్యానించారు. చర్చలతో ఈ సమస్యను పరిష్కరించాలని అనుకుంటున్నట్లు చెప్పారు. ఓ అంతర్జాతీయ వార్తా ఛానల్ కు ఇంటర్వ్యూ ఇచ్చిన ట్రంప్.. ఒకవేళ చర్చలు కొలిక్కి రాకపోతే ఆ దేశాన్ని నాశనం చేస్తానని హెచ్చరించారు. ఇరాన్ వద్ద అణ్వాయుధం లేకుండా చేయడం ద్వారా ప్రపంచానికి, అమెరికాకు సేవ చేస్తున్నానని ట్రంప్ పేర్కొన్నారు. తనకు సుదీర్ఘ యుద్ధాలు ఇష్టమండవని.. ఇది కూడా అంతటేని యుద్ధం కాదన్నారు. మూడు నెలలుగా యుద్ధం చేస్తున్నామని, ఇందులో ఎక్కువ భాగం కాల్పుల విరమణ కిందే ఉందన్నారు. చాలా విషయాల్లో ఏకాభిప్రాయం కుదిరిందన్నారు. ఇక ఇరాన్ నుండి నేత మోజ్తబా అలీ ఖమేనీ గురించి మాట్లాడుతూ.. దాడుల్లో ఆయన తీవ్రంగా గాయపడినట్లు తెలిపిందన్నారు.

రాజకీయాలకతీతంగా అభివృద్ధికి కలసిరండి

మెట్రో విస్తరణ, ఆర్ఆర్ఆర్ కావాల్సిందే..
70 లక్షల టన్నుల ధాన్యంలో 50 లక్షలే కొంటామంటే ఎలా?
వీటన్నిటిపైనా 15 తర్వాత కార్యాచరణ చేపడతాం
ఉప్పల్ సభలో సీఎం రేవంత్ రెడ్డి వెల్లడి

“మల్కాజ్ గిరి ఎంపీగా గెలిపించినప్పుడు వేరే ప్రభుత్వం ఉన్నందున మీరు ఆశించిన అభివృద్ధి చేయలేకపోయాను. కానీ ఇప్పుడు సీఎంగా ఉన్నా రాజకీయాలకతీతంగా ఎన్ని నిధులైనా, ఎన్ని అనుమతులైనా ఇచ్చే బాధ్యత నాది. రోడ్లు, తాగునీరు, చెరువుల పునరుద్ధరణ, సుందరీకరణ, మెట్రో విస్తరణ తదితరమైనవి ఏ ఏ కావాలన్నా చేసేందుకు సిద్ధంగా ఉన్నా. అన్ని రాజకీయపార్టీల ప్రతినిధులకు సూచిస్తున్నా. ఎన్నికలప్పుడే రాజకీయాలు చేద్దాం. కావాల్సినవి అడిగి సాధించుకోండి” అని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి అన్నారు. కొండగల్లో ఓడిపోయాక, రాజకీయంగా ఎదురుదెబ్బ తగిలిన సమయంలో మల్కాజ్ గిరిలో ఆశీర్వాదించి ఎంపీగా గెలిపించారన్నారు. అక్కడి నుంచే సీఎం పరకు రాగినిగారన్నారు. హైదరాబాద్ ను అంతర్జాతీయ నగరంగా అభివృద్ధి చేసేందుకు రాజకీయాల కతీతంగా సహకరించాలని కోరారు.

హైదరాబాద్, జూన్ 8: ఉప్పల్ భగయత్ లేబర్ ఫేజ్-3లో మల్కాజ్ గిరి మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ భవనం, టీకేఆర్ జంక్షన్ ఫ్లైఓవర్, ఏఓసీ సెంటర్ చుట్టూ ప్రత్యామ్నాయ రహదారులు, వంద పడకల ఆస్పత్రి పనులకు శంకుస్థాపనల శిలాఫలకాలను శనివారం రేవంత్ ఆవిష్కరించారు. ఈ సందర్భంగా ఉప్పల్ భగయత్ లో నిర్వహించిన బహిరంగసభలో ఆయన మాట్లాడారు. రాజకీయ స్వార్థం, ఎన్నికల లబ్ధి కోసం మూడు కార్పొరేషన్లు చేశానని

-మిగతా 2 లో..



తుమ్మిడిహెట్టి, మెట్రోను
కిషన్ రెడ్డి అడ్డుకుంటున్నారు



అసమర్థ పాలనతో నమ్మకద్రోహం

నమ్మ పాలిమేరలకు రాకుండా ఆపేవారు ఇంకా పుట్టలేదు
కేసీఆర్ భాషలోనే రేవంత్ రెడ్డి మాట్లాడుతున్నారు

కేంద్ర మంత్రి కిషన్ రెడ్డి

హైదరాబాద్, జూన్ 8: ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి తనను పాలిమేరలకు రాకుండా ఆపుతామంటున్నారని.. తెలంగాణలో తనను ఆపేవారు ఇంకా పుట్టలేదని కేంద్ర మంత్రి కిషన్ రెడ్డి మండిపడ్డారు. తన ఇంటి ముందుకు వచ్చి ధర్నా చేస్తామంటున్నారని.. తాను దేనికైనా సిద్ధమని సీఎంకు సవాల్ విసిరారు. అదివారం భాజపా రాష్ట్ర కార్యాలయంలో ఆయన మీడియాతో మాట్లాడారు. అనంతరం ఓ ప్రకటన విడుదల చేశారు. “తెలంగాణ రాజకీయ ప్రస్థానంలో అధికారం మారినా, ప్రజల ఆకాంక్షలు మాత్రం నెరవేరడం లేదు. నాటి ముఖ్యమంత్రి కేసీఆర్ వాడిన భాషే నేటి సీఎం రేవంత్ రెడ్డి వాడుతున్నారు. ఇలాగే మాట్లాడి ప్రజాగ్రహాన్ని చవిచూసిన కేసీఆర్ ను ప్రజలు ఫామహౌస్ కు పరిమితం చేశారు. ఇప్పుడు ఆ సీట్ కుార్చున్న రేవంత్ రెడ్డి కూడా తీవ్ర ప్రజావ్యతిరేకతను చూపగట్టుకుంటున్నారు. ప్రస్తుతం రాజకీయ పరమైన నిరాశ, నిస్పృహలో ముఖ్యమంత్రి ఉన్నారు. అబద్ధపు హామీలిచ్చి అసమర్థ పాలనతో అడుగడుగునా నమ్మకద్రోహం

-మిగతా 2 లో..

గోదావరి-కావేరి లింక్ పై రేవంత్ సర్కార్ జలద్రోహం

పాలమూరు ప్రాజెక్టుకు
ఎన్ ఓసీ పేరుతో రాష్ట్ర జల
హక్కులను తాకట్టు
పెడుతున్నారు
ఇప్పటికైనా రాష్ట్ర ప్రభుత్వం
మేల్కొనాలి
రాష్ట్ర ప్రయోజనాల కోసం
కేంద్రంతో కొట్లాడాలి
అవసరమైతే ఢిల్లీలో
ధర్నాలు, అఖిలపక్ష
పోరాటానికి బీఆర్ఎస్ సిద్ధం
మాజీ మంత్రి హరీశ్ రావు



హైదరాబాద్, జూన్ 8: “గోదావరి-బసవకర్ష, గోదావరి-నల్లమలసాగర్ ప్రయత్నాలు విఫలం కావడంతో.. ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం ఇప్పుడు గోదావరి-కావేరి నదీ జలాల అనుసంధానం ప్రాజెక్టును ముందుకు తెచ్చింది. ఈ ప్రాజెక్టు వల్ల ఇటు కృష్ణా నదీలో.. అటు గోదావరిలో తెలంగాణకు శాశ్వత అన్యాయం జరుగుతుంది. మనకు జాతీయ ప్రాజెక్టు రాకుండా పోతోంది. ఇది ఆంధ్రప్రదేశ్ కు సుజలాం.. తెలంగాణకు నిష్పలం. చంద్రబాబు కళ్ళలో ఆనందం కోసం.. రాష్ట్రానికి రేవంత్ జలద్రోహానికి పాల్పడుతున్నారు.

-మిగతా 2 లో..



యాదగిరిగుట్టలో భక్తులతో కిటకిట

యాదగిరిగుట్ట: యాదగిరి శ్రీలక్ష్మీనరసింహస్వామి వారి దేవాలయం ఆది వారం భక్తులతో కిటకిట లాడింది. హైదరాబాద్-సికింద్రాబాద్ జంబు నగరా లు, రాష్ట్రంలోని అన్ని జిల్లా లతో పాటు ఇతర రాష్ట్రాలకు చెందిన భక్తులు సైతం శ్రీస్వసింహస్వామిని దర్శించుకొని, మొక్కులు తీర్చు కునేందుకు కర్మాకట్టారు. దీంతో శ్రీస్వామి వారి ఆలయ పరిసరాలు, కర్నూలు, మద్యపేట, కొండపైన, కొండ కింద

-మిగతా 2 లో..

హిట్లర్ ఆదర్శం కాబట్టే అరాచకాలు

రేవంత్ రెడ్డి ఏర్పాటు చేసిన
'హైద్రా' ఒక హంతక ముఠా లాంటిది..
ఎక్స్ పోజిట్ బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్

ప్రపంచంలోనే అత్యంత
క్రూరుడైన నియంత హిట్లర్
ఆదర్శం కాబట్టే రాష్ట్రంలో
సీఎం రేవంత్ రెడ్డి
అరాచకాలు చేస్తున్నారని
బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్
కేటీఆర్ అన్నారు. బెంగళూరు
వేదికగా జరిగిన 'ది హిందూ'
సదస్సులో (ది హిందూ
కాన్ఫ్లెక్ట్) సీఎం రేవంత్ రెడ్డి
చేసిన వివాదాస్పద
వ్యాఖ్యలపై కేటీఆర్
తీవ్రస్థాయిలో ధ్వజమెత్తారు.



హైదరాబాద్, జూన్ 8: రాష్ట్రంలో అక్రమ నిర్మాణాల కూల్చివేతల కోసం ఏర్పాటు చేసిన 'హైద్రా', దాని పనితీరుకు జర్మనీ నియంత ఆడోల్ఫ్ హిట్లర్ చర్చల్లో స్ఫూర్తి అని ముఖ్యమంత్రి బహిరంగంగా ఒప్పుకోవడంపై కేటీఆర్ తీవ్ర ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. సీఎం వ్యాఖ్యలపై ఎక్స్ వేదికగా కేటీఆర్ ఆదివారం స్పందించారు. రేవంత్ రెడ్డి నిరంకుశ, ఫాసిస్ట్ మనస్తత్వం ఇప్పుడు దేశం మొత్తానికి అర్థమైందని ఎద్దేవా చేశారు. ‘మీకు

-మిగతా 2 లో..

నేటి చికెన్ ధరలు

పాకం ధర	128 (కిలో)
లైన్ బర్డ్	155 (కిలో)
లైన్ బర్డ్	240 (కిలో)
ట్రెస్ స్కింకో	271 (కిలో)

12 గుడ్ల
లైన్ ధర **₹80**

పరిహారం ఇస్తేనే.. పనులు సాగనిస్తాం

రైతుల నుంచి భూములు లాక్కిని కోహెడ మార్కెట్ నిల్వస్తున్నారు
పాలమూరులో కేంద్ర మంత్రులపై సీఎం అహంకారపూరితంగా మాట్లాడారు
మీడియా సమావేశంలో బీజేపీ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు ఎన్.రాంచందర్ రావు

హైదరాబాద్: భూములు కోల్పోయిన రైతులకు పూర్తిస్థాయి-లో పరిహారం ఇచ్చే వరకు కోహెడలో ఫ్రూట్ మార్కెట్ నిర్మాణ పనులు జరగనివ్వమని బీజేపీ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు ఎన్.రాంచందర్ రావు స్పష్టం చేశారు. ఆదివారం బీజేపీ రాష్ట్ర కార్యాలయంలో మీడియాతో మాట్లాడారు. కోహెడలో 239 ఎకరాల్లో ప్రతిపాదించిన ఫ్రూట్ మార్కెట్ ప్రాజెక్టు భూములు రైతులవని, వారి నుంచి భూములను సేకరించి,



-మిగతా 2 లో..



మానవ తార్కికతకు
సహాయకంగానే
సాంకేతికత
సీజేబి జస్టిస్
సూర్యకాంత్ స్పష్టికరణ

సెల్ ఫోన్ కొనివ్వలేదని యువతి ఆత్మహత్య

మహబూబాబాద్ : సెల్ ఫోన్ కొనివ్వలేదని క్షణికా వేళంలో ఓ యువతి వ్యవసాయ బావిలో దూకి ఆత్మహత్యకు పాల్పడిన సంఘటన మహబూబాబాద్ జిల్లా గూడూరు మండలంలోని మట్టివాడలో ఆదివారం జరిగింది. గ్రామానికి చెందిన బొడ్డు రాములు--కరుణశ్రీ దంపతులకు కూతురు బిందు (22), ఇద్దరు కుమారులు న్నారు. కూతురు పీజీ చదివి ఇంటి వద్దనే ఉంటోంది. శనివారం రాత్రి సెల్ ఫోన్ కొనివ్వాలని బిందు తండ్రిని అడగడంతో దబ్బలు లేవన్నారు. దీంతో క్షణికావేశానికి గురైన ఆమె రాత్రి బయటికి వెళ్లింది. రాత్రి నుంచి కుటుంబ సభ్యులు, బంధువులు గాలించారు.



అసమర్థ పాలనతో నమ్మకద్రోహం

(మొదటిపేజీ తరువాయి)

చేస్తున్నారు. సమస్యలను వదిలి గాల్లో మేడలు కడుతున్నారు. భారాన, కాంగ్రెస్ పార్టీలకు విమర్శించడం తప్ప పనిచేసే అలవాటు లేదు. నేను తెలంగాణకు ఏం చేశానో రేపంత్ రెడ్డి సర్టిఫికేట్ ఇవ్వాల్సిన అవసరం లేదు. ఈ ఒక్క నెలలోనే కేంద్ర ప్రభుత్వం రాష్ట్రానికి రూ.28వేల కోట్లు ఇచ్చింది. మీ తాటాకు చప్పుళ్లకు భయపడం. రావోల్ గాంధీని ప్రధానమంత్రిని చేస్తామని రేపంత్ రెడ్డి అంటున్నారు. కానీ అది జరగదు. కావాలంటే రాసిపెట్టుకోండి. రేపంత్ రెడ్డి ముఖ్యమంత్రిగా బాధ్యతలు స్వీకరించి రెండున్నరేళ్లు అయినా.. ఇచ్చిన గ్యారంటీలు అమలు చేసే పరిస్థితి లేదు. రైతులకు రూ.500 బోనస్ ఇస్తామని మాట తప్పారు. రైతు కూలీలకు రూ.12వేలు, కౌలు రైతులకు రూ.15వేలు ఇస్తామని ఇవ్వలేదు. రుణమాఫీ అరకొరగా చేసి వదిలేశారు. మహిళలకు ఇచ్చిన హామీలు, నిరుద్యోగ భృతి ఏమైంది?” అని కిషన్ రెడ్డి ప్రశ్నించారు. ఈ నెల 21న అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవం సందర్భంగా 20వ తేదీ ఉదయం 5 గంటలకు హైదరాబాద్ లోని ఎల్వీ స్టేడియంలో ‘కొంట్ డాన్’ పేరుతో కార్యక్రమం నిర్వహిస్తున్నామని తెలిపారు. నగరవాసులు పెద్దఎత్తున పాలు పంచుకోవాలని కిషన్ రెడ్డి కోరారు.

గోదావరి-కావేరి లింక్ పై రేపంత్ సర్కార్ జలద్రోహం

(మొదటిపేజీ తరువాయి)

ఉమ్మడి రాష్ట్రంలో కూడా ఏ ముఖ్యమంత్రి ఇంత అన్యాయం చేయలేదు” అని భారాన శాసనసభ పక్ష ఉపనేత, మాజీ మంత్రి హరిశ్చంద్రావు ధ్వజమెత్తారు. తెలంగాణ భవన్ లో ఆయన ఆదివారం విలేజరుల సమావేశంలో మాట్లాడారు. “ఉమ్మడి రాష్ట్రంలోనే కృష్ణా జలాల్లో తెలంగాణకు ద్రోహం చేశారు. ఇప్పుడు గోదావరి జలాల్ విషయంలోనూ అదే చేస్తున్నారు. గోదావరి-బసవకర్ల ప్రాజెక్టుపై భారాన ఎంతో పోరాటం చేసింది. దీంతో పేరుమార్పు నల్లమలసాగర్ కు తరలించుకుపోయే కుట్రచేశారు. నదుల అనుసంధానంపై జరిగిన అనేక సమావేశాల్లో నేను స్వయంగా పాల్గొన్నా. గోదావరిలో ట్రైబ్యునల్ మాకు కేటాయించిన 968 టీఎంసీల ప్రాజెక్టుల క్షియరెస్స్ పూర్తయిన తర్వాత.. నదుల అనుసంధానం ప్రక్రియపై ఆలోచించాలని ఆనాడే స్పష్టంచేశాం. నదుల అనుసంధానంలో 50శాతం నీళ్లు తెలంగాణకు ఇవ్వాలని డిమాండ్ చేశాం. తెలంగాణలోని ఇన్పుంపుల్ల లేదా సమృద్ధిసాగర్ నుంచి నాగార్జునసాగర్ కు ఇంటర్ లింకింగ్ చేయాలని పోరాటం చేశాం. సాగర్ నుంచి సోమశిల... అక్కడ్నించి కావేరికి కలపావునది అప్పటి ప్రణాళిక. దీనివల్ల తెలంగాణ పరివాహకానికి నీళ్లందూతాయి. ఇప్పుడు రాష్ట్ర భూభాగానికి నీళ్లు రాకుండా చేసి.. నేరుగా పోలవరం నుంచి కావేరికి తరలించుకుపోయేలా ఏపీ కుట్ర చేస్తోంది. దీనికి రేపంత్ ప్రభుత్వం మద్దతిస్తోంది. గోదావరి-కావేరి అనుసంధానానికి బసవకర్ల మీదుగా అనుమతిస్తే..తెలంగాణలోని పాలమూరుకు ఎన్ఎస్ఐ ఇవ్వండి అని కేంద్రాన్ని మన ముఖ్యమంత్రి కోరుతున్నారు. నిజానికి పాలమూరుకు కేటాయించిన 90 టీఎంసీలు మనవే. కేసీఆర్ పోరాటం వల్ల ఏర్పడిన ట్రైబ్యునల్ త్వరలో వెలువరించనున్న తీర్పు ద్వారా..రాష్ట్రానికి తక్కువలో తక్కువగా 700 టీఎంసీల నీళ్లు రాబోతున్నాయి. మరి సీఎం కోరినట్లుగా 90 టీఎంసీలకు ఎన్ఎస్ఐ సీనుకుంటే.. రాబోతున్న జలాల్ పై హక్కులు తెలంగాణ కోల్పోయే ప్రమాదముంది. పోలవరం ద్వారా బసవకర్ల మీదుగా కావేరికి జలాలు తరలిస్తే రూ.82 వేల కోట్లు ఖర్చవుతుంది. మన రాష్ట్రం గుండా తరలిస్తే.. రూ.48వేల కోట్లు మాత్రమే ఖర్చవుతాయి. ప్రముఖ ఇంజనీరు డాక్టర్ కేఎల్ రావు వంటి వారే.. తమ ప్రతిపాదనల్లో గోదావరి-కావేరి అనుసంధానంలో..ఇన్పుంపు నుంచి నాగార్జునసాగర్ కలపాలని చెప్పారు. అంత గొప్ప ఇంజనీరు చేసిన ప్రతిపాదనను కూడా పక్కనబెట్టి.. తెలంగాణకు అన్యాయం చేయాలని కేంద్రం ఆలోచిస్తోంది. ఈ అనుసంధానంపై పలు సమావేశాలు జరిగినప్పటికీ మినిట్స్ ఎందుకు బయటకు రాలేదు. కేంద్రానికి కేవలం ఏపీ ప్రయోజనాలే ముఖ్యమో? తెలంగాణ ఈ దేశంలో భాగం కాదా? రాష్ట్రం నుంచి 8 మంది భాజపా ఎంపీలు..వీరిలో ఇద్దరు కేంద్ర మంత్రులున్నారు. వీరు రాష్ట్ర ప్రయోజనాలను పట్టించుకోరా? తెలంగాణ ద్రోహులుగా మిగులుతారా? ఇప్పటికైనా రాష్ట్ర ప్రభుత్వం మేల్కొనాలి. కేంద్రంతో కొట్లాడాలి” అని హరిశ్చంద్రావు డిమాండ్ చేశారు.

హిట్లర్ ఆదర్శం కాబట్టే అరాచకాలు

(మొదటిపేజీ తరువాయి)

స్వార్సి హిట్లర్ ముమ్మాటికీ నిజమేం రేపంత్ రెడ్డి ఏర్పాటు చేసిన హైదా ఒక అస్సానినేషన్ ఏజెన్సీ (హంతక మూర్త) లాంటిది! మీరు నియంతలను పూజిస్తారు, పేదల ఇళ్ల కూల్చివేతలను గొప్పగా చెప్పుకుంటూ మురిసిపోతారు, తెలంగాణ ప్రజలకు మీ నియంత వైజం ముందే తెలుసు.. ఇప్పుడు మీ నోటితోనే మీ ఫాసిస్ట్ ఆలోచనలను దేశం మొత్తానికి స్పష్టం చేసినందుకు ధన్యవాదాలు రేపంత్ రెడ్డి‘అని కేటీఆర్ తన ట్వీట్ లో విమర్శించారు. ‘రేపంత్ రెడ్డి.. మీలాంటి హిట్లర్ ఆలోచనలు చేసినంత మేధావులం మేము కాదు. అందుకే, మా పదేళ్ల పరిపాలనను మేము డాక్టర్ బీఆర్ అంబేద్కర్ అందించిన రాజ్యాంగ స్ఫూర్తితో, మహాత్మాగాంధీ చూపిన అహింసామార్గంలో, తెలంగాణ నిర్ధాతకర్త ప్రొఫెసర్ జయశంకర్ సార్ కన్న కలల ఆశయాల ప్రాతిపదికన నడిపించాం‘అని కేటీఆర్ పేర్కొన్నారు.

మానవ తార్కికతకు సహాయకంగానే సాంకేతికత సీజేబి జస్టిస్ సూర్యకాంత్ స్పష్టీకరణ

న్యూఢిల్లీ: స్వదేశీ న్యాయశాస్త్రం అభివృద్ధికి మనం గణనీయమైన ప్రాధాన్యత ఇచ్చినట్లు సుప్రీంకోర్టు ప్రధాన న్యాయమూర్తి జస్టిస్ సూర్యకాంత్ చెప్పారు. న్యాయపరమైన అంశాల్లో న్యంత్ర అలోచనకు ప్రత్యామ్నాయంగా కాకుండా, మానవ తార్కికతకు సహాయకంగానే సాంకేతిక పరిజ్ఞానాన్ని అందిపుచ్చుకుంటు న్నట్లు తెలిపారు. ఆక్స్ ఫర్డ్ యూనియన్, ఆక్స్ ఫర్డ్ లా సొసైటీలో ‘డిజిటల్ వాస్తవికతకు రాజ్యాంగ వ్యాసం: ఏబి, సాంకేతిక పురోగతి యుగంలో న్యాయాన్ని పరిరక్షించడం’ అనే అంశంపై జస్టిస్ సూర్యకాంత్ ప్రసంగించారు. ప్రస్తుతం కొనసాగుతున్న సాంకేతిక కార్యక్రమాలకు అదనంగా న్యాయవ్యవస్థ కోసం స్వదేశీ కృత్రిమ మేధ(ఏబి) వ్యవస్థను ఏర్పాటు చేసేందుకు ప్రయత్నాలు జరుగుతున్నాయని వెల్లడించారు. కేవలం దిగుమతి చేసుకున్న సాంకేతిక సమానాలు లేదా అంచనాలపై ఆధారపడకుండా, మన సొంత రాజ్యాంగ విలువలు, సాంసృతిక వాస్తవాలను, భాషా వైవిధ్యం, సామాజిక పరిస్థితుల పట్ల శ్రద్ధ వహించాలని ఆయన సూచించారు. న్యాయ వ్యవస్థలో నేడు సాంకేతికత కీలక పాత్ర పోషిస్తోందని గుర్తుచేశారు. ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఉన్న న్యాయ వ్యవస్థలను ఒకదానితో ఒకటి మరింత సన్నిహితంగా సంభాషించుకునేలా చేసిందన్నారు. ప్రపంచ న్యాయ సమాజం టెక్నాలజీతో పరస్పరం అనుసంధానం అవుతోందని వెల్లడించారు. న్యాయవ్యవస్థ సాంకేతిక పరివర్తనకు యువ న్యాయవాదులు, న్యాయాధికారులు, న్యాయ నిపుణులు దోహదపడుతున్నారని పేర్కొన్నారు. సాంకేతికత అనేది మానవ విచక్షణను ఎన్నటికీ భర్తీ చేయలేదని తేల్చిచెప్పారు.



న్యూఢిల్లీ: పెరుగుతున్న విద్యుత్తు అవసరాలకు అనుగుణంగా మౌలిక వసతులను నిరంతరం విస్తరిస్తూ రాష్ట్రాన్ని అభివృద్ధిపథంలో నడిపిస్తున్నామని ఉప ముఖ్యమంత్రి భట్టి విక్రమార్క అన్నారు. ప్రభుత్వం గ్రీన్ ఎనర్జీపై దృష్టి సారించిందని, 2030 నాటికి 20 వేల మెగావాట్ల పునరుత్పాదక విద్యుత్తు ఉత్పత్తి లక్ష్యంగా పనిచేస్తోందని పేర్కొన్నారు. వ్యవసాయశాఖ మంత్రి తమ్మల నాగేశ్వరరావు, కలెక్టర్ దివాకరతో కలిసి భయం సగరంలోని పాకబండలో నూతనంగా నిర్మించిన 33/11కేబి విద్యుత్తు ఉపకేంద్రాన్ని ఆదివారం ఆయన ప్రారంభించారు. అనంతరం ఏర్పాటు చేసిన సభలో భట్టి మాట్లాడుతూ.. కంట్లో రూం నుంచి నిర్మించిన విధంగా ఆధునిక సాంకేతిక పరిజ్ఞానంతో ఈ ఉపకేంద్రాన్ని నిర్మించామన్నారు. మూసీ పునరుజ్జీవనం, పూచర్

రాజకీయాల కతీతంగా అభివృద్ధికి కలసిరండి



(మొదటిపేజీ తరువాయి)

కొందరుంటున్నారు కానీ, పరిపాలన సౌలభ్యం, అన్ని ప్రభుత్వ శాఖల మధ్య సమన్వయం కోసం చేశానని తెలిపారు. క్యూర్ పరిధిలోని 2,100 చదరపు కిలోమీటర్ల పరిధిలో నివసిస్తున్న 1.34 కోట్లమంది ప్రజల సదుపాయాల కోసం జీహెచ్ఎంసీ, ఎంఎంసీ, సీఎంసీ కార్పొరేషన్లుగా, అదే మాదిరిగా పోలీసు వ్యవస్థను వికేంద్రీకరించినట్లు చెప్పారు. మల్టాజిగిరి మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ ను పదెకరాల్లో అంతర్జాతీయ ప్రమాణాలతో నిర్మించుకుంటున్నామని, రూ. 1,511 కోట్లతో అభివృద్ధి పనులు చేస్తున్నట్లు చెప్పారు. ‘గుజరాత్ అహ్మదాబాద్ లో సబర్బాని రివర్ ప్రంట్, ఢిల్లీలో యమునానది, యూపీలో గంగానది రివర్ ప్రంట్ ను మీరు అభివృద్ధి చేసుకోవచ్చు కానీ.. మనం మూసీనది ప్రక్షాళన చేయద్దా? అని అడ్డంపడుతున్న వారిని అడుగుతున్నా’ అని రేపంత్ రెడ్డి పేర్కొన్నారు. గండిపేట నుంచి గొర్రెల వరకు, 55 కి.మీ. ప్రక్షాళన చేసి మూసీని అంతర్జాతీయస్థాయి-ం లో అభివృద్ధి చేసి తీరనానన్నారు. ‘స్వయార్క్, స్వూజెన్స్ మధ్యనున్న రివర్ ప్రంట్ దగ్గర ఒక్కో అపార్ట్ మెంట్ వందల కోట్ల విలువ ఉంది. ఇక్కడ మురికి వల్లే ఈ భూములకు విలువ లేదు. ఇక్కడ ప్రజలు నివసించడం లేదు. నల్లగొండ ప్రజలను కాలుష్యం కాటేస్తుంటే కనికరం చూపాల్సిన బాధ్యత ప్రభుత్వానికి లేదా’ అని చెప్పారు. ఆలేరు, భువనగిరి, ప్రాంతాల్లోని ప్రజలు కొత్తగా పెళ్లయిన వారికి గర్భధారణ సమస్యలోస్థాయని, కలుషిత నీరు, ఆహారంతో కడుపుకోతకు గురవుతారని పట్టణానికి పంపిస్తున్నారన్నారు. ఛార్జెడ్, మూసీ కాలుష్యం, చచ్చిన శవాల కళేబరాలు కొట్టుకువస్తుంటే, అక్కడి ప్రజలు ప్రక్షాళన చేయాలని కోరారని చెప్పారు.

సింగపూర్, న్యూయార్క్ తో పోటీ

నాగోల్ నుంచి నేరుగా శంషాబాద్ విమానాశ్రయం వెళ్లేందుకు నాగోల్ జంక్షన్-- ఎల్బీనగర్ --ఒవైసీ హాస్పిటల్--చాంద్రాయణగుట్ట--రాజేంద్రనగర్--ఎయిర్ పోర్ట్ వరకు మెట్రో వీసరణ చేయాల్సిందేనన్నారు. అంతేకాదు, ఎల్బీనగర్ -- హయత్ నగర్ వరకు కూడా చేయాలన్నారు. మెట్రోను 122 కి.మీ.వరకు పొడిగించాల్సి ఉందన్నారు. అంతర్జాతీయనగరం చేయాలని తాను ప్రయత్నిస్తుంటే, అన్ని అనుమతులొచ్చాక , ఇక్కడి నుంచి మంత్రిగా చేస్తున్నాయన పోయి పుల్లలు పెట్టి అడ్డంతరంగా ఆపారని ఆరోపించారు. ఓఆర్ఆర్ వచ్చినందుకు అంతర్జాతీయ నగరంగా మారందని.. రిజనల్ రింగ్రోడ్ వస్తే 360 కిలోమీటర్ల అభివృద్ధి జరిగితే, ప్రపంచంలోనే పోటీపడే సింగపూర్, టోక్యో, న్యూయార్క్ లాంటి నగరాలతో హైదరాబాద్ పోటీ పడుతుందన్నారు. అంతర్జాతీయ నగరమని చెప్పుకుంటే సరిపోదని, ఆమేరకు అభివృద్ధి జరగాలన్నారు. జెడ్పీటీసీ నుంచి తాను ఈ స్థాయికి ఎదగడానికి ఆదర్శిత కారణమని, తన ప్రతినిధిలో వారికి ముందు కూర్చునే అవకాశం ఇవ్వాలని ఆధికారులను ఆదేశించారు. కార్యక్రమంలో మంత్రులు దుద్దిళ్ల శ్రీధర్ బాబు, దామోదర రాజనర్సింహ, పలువురు ప్రజాప్రతినిధులు

పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా క్యూర్--1 యావేను సీఎం ప్రారంభించారు. ఉప్పల్ ఎలివేటెడ్ కారిడార్ కు బందారి రాజరెడ్డిపేరు పెట్టామని, చౌరస్తాలో విగ్రహం కూడా ఏర్పాటు చేస్తామన్నారు.

కిషన్ రెడ్డి గారూ ఉపన్యాసాలు ఆపండి..

‘హైదరాబాద్ కు రెండో దశ మెట్రో రావాల్సిందే. ట్రిపుల్ ఆర్ కు అనుమతులివ్వాల్సిందే. మూసీ ప్రక్షాళన జరగాల్సిందే. రాష్ట్రంలో పండించిన పంటలను మొత్తం కొనాల్సిందే. వీటన్నింటికీ సువ్యవసాయకరించకపోతే బరాబర్ నీ సంగతి చూస్తా’ అని కేంద్ర మంత్రి కిషన్ రెడ్డిని ఉద్దేశించి సీఎం రేపంత్ రెడ్డి వ్యాఖ్యానించారు. ‘నీ పార్టీకి సువ్యవస్థ ఏర్పడూ పనిచేయలేదని మీ కార్యకర్తలే అంటున్నారు. మా సార్ బీజేపీలో ఉంటూ బీఆర్ఎస్ చెప్పింది వింటారని చెబుతున్నారు. ఇక సువ్యవస్థ పార్టీ మారాల్సిన అవసరం ఏముంది? ఉపన్యాసాలు ఆపండి కిషన్ రెడ్డి గారు..’ అని రేపంత్ వ్యాఖ్యానించారు. రెండున్నరేళ్లుగా తాను కాలికి బలపం కట్టుకొని 50 సార్లు ఢిల్లీ వెళ్లినా, ఐదుసార్లు మోదీని కలిసినా ఏ అనుమతులూ రాకపోవడానికి కారణం కిషన్ రెడ్డి అని తెలిపిందన్నారు. వీటికి అనుమతులు తీసుకురా.. లక్ష మంది సమక్షంలో ఎల్బీ స్టేడియంలో శాలువా కప్పి గండపెండేరం తొడుగుతామన్నారు. ప్రజలు అమాయకులు కాదని, ఓసారి అంబర్ పేటలో వారెంతో చూపించారన్నారు. ఇప్పటికైనా సహకరించాలని, లేని పక్షంలో 15 తర్వాత కార్యచరణ ఉంటుందని హెచ్చరించారు.

పరిహారం ఇస్తేనే.. పనులు సాగనిస్తాం

(మొదటిపేజీ తరువాయి)

ఇప్పటివరకు ఒక్క రూపాయి కూడా నష్టపరిహారం చెల్లించకుండా ప్రభుత్వం బలవంతంగా స్వాధీనం చేసుకుందన్నారు. ఇప్పటికే అక్కడ ప్రాట్ మార్కెట్ అందుబాటులో ఉందని, అయినా, రైతుల భూములను సేకరించి, వాటిని ఇతర ప్రయోజనాల కోసం వినియోగించే ప్రయత్నం జరుగుతోందని, ఈ భూసేకరణను రైతులు మొదటి నుంచే వ్యతిరేకిస్తున్నారని చెప్పారు. రైతులకు నష్టపరిహారం చెల్లించకుండా, వారి భూములను స్వాధీనం చేసుకోవడం కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వ రైతు వ్యతిరేక వైఖరికి నిదర్శనమన్నారు. శంకుస్థాపన కార్యక్రమం సందర్భంగా ఆయా రైతులను ఆరెస్టు చేశారని, సాయంత్రం వారిని విడుదల చేశారని తెలిపారు. పాలమూరు జిల్లాలో కేంద్ర మంత్రులపై సీఎం రేపంత్ రెడ్డి చేసిన వ్యాఖ్యలు స్థాయికి తగినవి కాదన్నారు. సీఎంపీతోపాటు కాంగ్రెస్ నాయకులు తమ భాషను అదుపులో పెట్టుకోవాలని సూచించారు. బీజేపీ తలచుకుంటే కాంగ్రెస్ పార్టీ ఎమ్మెల్యేలు, ఎంపీలు, మంత్రుల గ్రామాల్లో తిరగలేని పరిస్థితి వస్తుందని హెచ్చరించారు. సీఎం రేపంత్ రెడ్డి పదేపదే కేంద్ర ప్రభుత్వం తెలంగాణకు ఏమిచ్చిందని ప్రశ్నిస్తున్నారని, కేంద్ర ప్రభుత్వం తెలంగాణకు

అందించిన నిధులు, ప్రాజెక్టులు, జాతీయ సంస్థలపై బహిరంగ చర్యకు మేము సిద్ధంగా ఉన్నామన్నారు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం జిల్లాలకు ఏమిచ్చిందో చెప్పే ధైర్యం ఉంటే తేదీ, సమయం ప్రకటించాలని డిమాండ్ చేశారు. సెక్టేరియంలో గేట్ వద్ద అయినా చర్చకు సిద్ధమన్నారు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం వైట్ పేపర్ విడుదల చేస్తే, తాము కూడా వివరాలను ప్రజల ముందుంచేందుకు సిద్ధంగా ఉన్నామని చెప్పారు.

2030 నాటికి 20 వేల మెగావాట్ల గ్రీన్ ఎనర్జీ ఉత్పత్తే లక్ష్యం



ఉప ముఖ్యమంత్రి భట్టి విక్రమార్క

న్దీ, పరిశ్రమలు, ఫార్మాసీటీ, డేటా సెంటర్లు, వ్యవసాయ రంగం విస్తరణ వంటి వాటితో భవిష్యత్తులో విద్యుత్తు అవసరాలు మరింత పెరుగుతాయని వివరించారు. దీన్ని దృష్టిలో పెట్టుకుని ప్రభుత్వం గ్రీన్ ఎనర్జీపై ప్రత్యేక దృష్టి సారించిందని చెప్పారు. మంత్రి తమ్మల మాట్లాడుతూ.. అవసరాలకు అనుగుణంగా మరిన్ని ఉపకేంద్రాలు, ట్రాన్స్మిషన్ లైన్లు, డిస్ట్రిబ్యూషన్ వ్యవస్థలను బలోపేతం చేయాలని ఆధికారులకు సూచించారు. ప్రభుత్వ అధీనంలో ఖాళీగా ఉన్న భూముల్లో సోలార్ విద్యుత్తు ఫ్యాట్ల ఏర్పాటుపై కార్యచరణ రూపొందించాలన్నారు. అదనపు కలెక్టర్ పి.శ్రీనివాసరెడ్డి, నగర కమిషనర్ అభిషేక్ అగస్త్య, సుదా చైర్మన్ దుర్భాసారెడ్డి, గిడ్డంగుల సంస్థ చైర్మన్ రాయల నాగేశ్వరరావు, జిల్లా గ్రంథాలయ సంస్థ చైర్మన్ ఖాదర్ బాబు, డిజీఎస్సీడిసీఎల్ సీఎంఐ వరుణ్ రెడ్డి, డైరెక్టర్ల మోహన్ రావు, ఈఈ సురేందర్, ఎస్ఈ శ్రీనివాసాచారి, మాజీ మేయర్ నీరజ పాల్గొన్నారు.



యాదగిరిగుట్టలో భక్తులతో కిటకిట

(మొదటిపేజీ తరువాయి)

బస్టాండ్లు, మెట్ల మార్గం, ఫూట్ రోడ్లు, కళ్యాణకట్ట, లక్ష్మీ పుష్కరిణి, శ్రీసత్యనారాయణస్వామి వ్రత మండపం, క్యూకాం ఫెక్స్, శివాలయం, ప్రసాద నిర్మాణాల వంటి ప్రాంతాలు భక్తుల రాకతో సందడిగా మారాయి. ధర్మ దర్శనానికి 4 గంటలకు పైగా, వీఐపీ రూ.150 టికెట్ దర్శనానికి గంటన్నరకు పైగా సమయం పట్టింది. ఇక ట్రైక్ దర్శనానికి 30 నిమిషాలకు పైగానే సమయం పట్టింది. శ్రీస్వామి వారిని 90 వేల మంది భక్తులు దర్శించుకొని తమ మొక్కులు తీర్చుకున్నట్లు అలయ అధికారులు వెల్లడించారు. వివిధ పూజలతో యాదగిరికుడికి నిత్యాధారయం రూ.73,75,642 వచ్చినట్లు అలయధికారులు తెలిపారు.



యాసంగి వరి సాగులో తెలంగాణ అగ్రస్థానం

హైదరాబాద్: దేశంలో 2025-26 యాసంగి(రబీ) సీజన్ లో వరి సాగుతోపాటు ధాన్యం కొనుగోళ్లలో తెలంగాణ అగ్రస్థానంలో నిలిచింది. రాష్ట్రవ్యాప్తంగా 59.90 లక్షల ఎకరాల్లో వరి సాగు చేసినట్లు ప్రణాళికాశాఖ నివేదికలో తెలిసింది. తమిళనాడులో 30.76, ఏపీలో 17.29 లక్షల ఎకరాల్లో సాగింది. దేశంలో మొత్తం యాసంగి వరి సాగు విస్తీర్ణంలో నగానికిపైగా తెలంగాణలోనే ఉంది. రబీ, ఖరీఫ్ రెండు సీజన్లను కలిపి చూస్తే మాత్రం అత్యధిక సాగు విస్తీర్ణంలో ఉత్తరప్రదేశ్ తొలి స్థానంలో, తెలంగాణ రెండో స్థానంలో ఉంది. రాష్ట్రంలో ధాన్యం కొనుగోళ్లు శనివారం నాటికి 72.30 లక్షల టన్నులకు చేరాయి. మరో వారంపాటు కొనుగోళ్లు జరగనుండటంతో ఈ సంఖ్య 75 లక్షల టన్నులు బాట అవకాశాలున్నాయి. తమిళనాడు, ఏపీ కలిపి ధాన్యం కొనుగోళ్లు 40 లక్షల టన్నులలోపే ఉన్నాయి. వానాకాలం(ఖరీఫ్)తో పోలిస్తే చాలా రాష్ట్రాల్లో యాసంగిలో వరి సాగు తక్కువగా ఉంటుంది. నీటి కొరత దీనికి ప్రధాన కారణం. తెలంగాణలో ప్రాజెక్టుల ద్వారా నీటి లభ్యత, వ్యవసాయానికి ఉచిత విద్యుత్తు, సన్నాళకు బోనస్, రైతుభరోసా పథకాలు అమలు చేస్తుండటంతోపాటు ధాన్యం కొనుగోళ్లు చేపడుతుండటంతో మిగతా రాష్ట్రాల కంటే వరి సాగు, దిగుబడి అధికంగా ఉంటోంది. ఖరీఫ్ లో 69.90 లక్షల ఎకరాల్లో, 59.90 లక్షల ఎకరాల్లో కలిపి మొత్తం 129.80 లక్షల ఎకరాల్లో వరి సాగు జరిగినట్లు గణాంకాలు వెల్లడిస్తున్నాయి. రెండు సీజన్లు కలిపి సుమారు 282 లక్షల టన్నుల దిగుబడి వచ్చినట్లు పౌరసరఫరాల సంస్థ వర్గాలు చెబుతున్నాయి.



ఉప్పల్కు తరలివెళ్లిన కాంగ్రెస్ నేతలు

ముప్పు శ్రీనివాస్ రెడ్డి ఆధ్వర్యంలో..

నాగారం, జూన్ 7 (జనం వార్త) : ఉప్పల్ బాగాయత్ లో మల్లజిగిరి కార్పొరేషన్ భవన శంకుస్థాపన కార్యక్రమానికి కాంగ్రెస్ పార్టీ నాగారం డివిజన్ అధ్యక్షులు ముప్పు శ్రీనివాస్ రెడ్డి ఆధ్వర్యంలో పార్టీ శ్రేణులు పెద్ద సంఖ్యలో తరలి వెళ్లారు.



ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి సభను విజయవంతం చేసిన కాంగ్రెస్ శ్రేణులు

ఉప్పల్ : ఉప్పల్ బాగాయత్ లో నిర్వహించిన ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి కార్యక్రమానికి 19వ డివిజన్ అధ్యక్షులు పోలేపాక అంజయ్య ఆధ్వర్యంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ సీనియర్ నాయకులు, యువ నాయకులు, మహిళా నాయకులు, యువజన కాంగ్రెస్ నాయకులు, పార్టీ శ్రేణులు, కార్యకర్తలు భారీ సంఖ్యలో హాజరై కార్యక్రమాన్ని విజయవంతం చేశారు. ఈ సందర్భంగా ఉప్పల్ నియోజకవర్గ అభివృద్ధి కోసం రాష్ట్ర ప్రభుత్వం చేపడుతున్న అభివృద్ధి కార్యక్రమాలకు మద్దతు తెలుపుతూ నాయకులు, కార్యకర్తలు ఉత్సాహంగా పాల్గొన్నారు. ప్రజలకు మెరుగైన మౌలిక సదుపాయాలు, అభివృద్ధి వసతులు అందించాలనే ప్రభుత్వ సంకల్పానికి తమ పూర్తి సహకారం ఉంటుందని తెలిపారు. ఉప్పల్ ప్రాంత అభివృద్ధికి సంబంధించి ప్రకటించిన పలు అభివృద్ధి కార్యక్రమాలను ప్రజలకు ఎంతో ప్రయోజనకరంగా ఉంటాయని నాయకులు పేర్కొన్నారు. కార్యక్రమం విజయవంతం కావడంపై పార్టీ శ్రేణులు హర్షం వ్యక్తం చేశారు.

ఎమ్మెల్యే ప్రసంగాన్ని అడ్డుకోవడం ప్రజాస్వామ్యానికి విరుద్ధం

ఉప్పల్ : ముఖ్యమంత్రి అధికారిక కార్యక్రమంలో గౌరవ ఎమ్మెల్యే ప్రజలను ఉద్దేశించి మాట్లాడుతున్న సమయంలో ఆయన స్వరం ప్రజలకు వినిపించకుండా చేసే ప్రయత్నం జరగడం బాధాకరం. ప్రజల కోసం నిర్వహించే అభివృద్ధి కార్యక్రమాల వేదికపై ఇటువంటి సంఘటనలు చోటుచేసుకోవడం ఆంధ్రాజన కలిగించే విషయం. ప్రజాస్వామ్యంలో ప్రతి ప్రజాప్రతినిధికి ప్రజల అభిప్రాయాలను, సమస్యలను, అభివృద్ధి అంశాలను ప్రజల ముందుకు తీసుకువచ్చే హక్కు ఉంది. అలాంటి హక్కులను కాలరాస్తూ ప్రసంగాలను అడ్డుకోవడం ప్రజాస్వామ్య స్ఫూర్తికి విరుద్ధం. అభివృద్ధి కార్యక్రమాలను, ప్రజా సంక్షేమ అంశాలను ప్రధానంగా ఉండాలన్న సందర్భంలో రాజకీయ విభేదాలు, వ్యక్తిగత కక్షలను ప్రదర్శించడం సముచితం కాదు. ప్రజల ఆకాంక్షలకు అనుగుణంగా ప్రజాప్రతినిధులు మాట్లాడే అవకాశాన్ని కల్పించడం ప్రతి ఒక్కరి బాధ్యత. భవిష్యత్తులో ఇలాంటి ఘటనలు పునరావృతం కాకుండా సంబంధిత పక్షాలు బాధ్యతాయుతంగా వ్యవహరించి, ప్రజాస్వామ్య విలువలను పరీక్షించాలని ప్రజలు కోరుతున్నారు.



విజయవంతంగా ముగిసిన అథ్లెటిక్స్ సమ్మర్ కోచింగ్ శిబిరం

45 రోజుల శిక్షణతో యువ క్రీడాకారుల్లో నూతన ఉత్సాహం

ఉప్పల్:తెలంగాణ ప్రభుత్వం, సెన్సిట్వ్ అథ్లెటిక్స్ అసోసియేషన్ ఆధ్వర్యంలో మేడ్చల్ జిల్లా యువజన క్రీడా శాఖ అధికారి (డివైఎస్ఎస్) దామోదర్ రెడ్డి పర్యవేక్షణలో నిర్వహించిన అథ్లెటిక్స్ సమ్మర్ కోచింగ్ శిబిరం విజయవంతంగా ముగిసింది. ఈ ముగింపు కార్యక్రమానికి చర్యపల్లి పోలీస్ స్టేషన్ ఎస్ఎస్ సరసింహులు ముఖ్య అతిథిగా హాజరై క్రీడాకారులను, వారి తల్లిదండ్రులను అభినందించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ యువత క్రీడల్లో రాణించడంతో పాటు రోడ్డు భద్రతా నియమాలు పాటించాలని సూచించారు. ద్వితీయ వాహనాల నడిపేటప్పుడు హెల్మెట్, కార్డర్ ప్రయాణించేటప్పుడు సీట్ బెల్ట్ తప్పనిసరిగా ధరించాలని తెలిపారు. అలాగే మద్యం, మాదకద్రవ్యాలకు దూరంగా ఉండి ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలిని అలవర్చుకోవాలని పిలుపునిచ్చారు. ఏప్రిల్ 24 నుంచి జూన్ 7 వరకు 45 రోజుల పాటు ప్రతిరోజూ ఉదయం 6 గంటల నుంచి 9 గంటల వరకు చర్యపల్లి సరస్సు వద్ద నిర్వహించిన ఈ శిబిరంలో 38 మంది బాలబాలికలు పాల్గొన్నారు. శిబిరంలో స్ప్రింట్స్, మధ్య మరియు దీర్ఘదూర పరుగు పందాలు, లాంగ్ జంప్, హైజంప్, ట్రైపుల్ జంప్, పోల్ వుట్, జావెలిన్ థ్రో, డిస్కుస్ థ్రో, హార్జిల్స్, రేస్ వాక్ తదితర విభాగాల్లో ప్రత్యేక శిక్షణ అందించినట్లు కోచ్ తిరుమలరావు తెలిపారు. కార్యక్రమంలో ఓ. గౌరం, వెంకీ, రాజేష్, క్షిప్రే కుమార్ తదితరులు పాల్గొని క్రీడాకారులను ప్రోత్సహించారు.

కార్యకర్తలే పార్టీకి పట్టుకొమ్మలు

బిఆర్ఎస్ పార్టీ మేడ్చల్ ఇంచార్జ్ చామకూర మహేందర్ రెడ్డి బూత్ కమిటీ సమావేశం దిగ్విజయం



నాగారం, జూన్ 7 (జనం వార్త) : పార్టీకి కార్యకర్తలే పట్టుకొమ్మలుని బిఆర్ఎస్ పార్టీ మేడ్చల్ ఇంచార్జ్ చామకూర మహేందర్ రెడ్డి అన్నారు. అదివారం నాగారం డివిజన్ పరిధిలో ల్యాండ్ మార్క్ కన్వెన్షన్ హాల్లో డివిజన్ అధ్యక్షులు తేజ్ శ్రీధర్ ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన పార్టీ బూత్ కమిటీ సమావేశానికి మల్లాజిగిరి,మేడ్చల్ ఇంచార్జ్ లు రాగడి లక్ష్మారెడ్డి,చామకూర మహేందర్ రెడ్డి ముఖ్యఅతిథులుగా హాజరైనారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ రాష్ట్ర ప్రజలందరూ బిఆర్ఎస్ పార్టీ వైపు మొగ్గు చూపుతున్నారని, పార్టీ అధికారంలోకి రావడం ఖాయం అని ధీమా వ్యక్తం చేశారు. కార్యకర్తలను పార్టీ కంటికి రెప్పలా కాపాడుకుంటుందన్నారు.పార్టీ

కొరకు క్రమశిక్షణతో పని చేస్తూ సభ్యత్వ నమోదును అత్యధికంగా చేపట్టాలని కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో మాజీ చైర్ పర్సన్ ప్రతీత శ్రీకాంత్ గౌడ్, నాగారం మాజీ కౌన్సిలర్లు,మాజీ వార్డు సభ్యులు, డివిజన్ పార్టీ అధ్యక్షులు, కార్యదర్శులు, డివిజన్ పర్సన్ గ్ ప్రెసిడెంట్, పలు గ్రామాల మాజీ సర్పంచులు, మాజీ ఉపసర్పంచులు, ఉద్యమకారులు,మాజీ కో-ఆప్షన్ సభ్యులు, సీనియర్ నాయకులు గూడూరు అంజనేయులు గౌడ్, అన్నంరాజు శ్రీనివాస్, జగన్మోహన్ రెడ్డి,కొమ్మ రెల్లి సుధాకర్ రెడ్డి, కౌతుట్ల కృష్ణారెడ్డి, గూడూరు మహేష్ గౌడ్,శ్రీనివాస్ గౌడ్, కార్యకర్తలు, పార్టీ కుటుంబ సభ్యులు అందరూ పెద్ద పాల్గొన్నారు.

చలివేంద్రాన్ని ప్రారంభించిన మాజీ కౌన్సిలర్

బెత్తెస్థ గాస్పల్ చర్చ్ ఆధ్వర్యంలో.

నాగారం, జూన్ 7 (జనం వార్త) : వేసవికాలంలో బాటసారుల దాహార్తిని తీర్చేందుకు చలివేంద్రాలు ఎంతగానో ఉపయోగపడతాయని మాజీ కౌన్సిలర్ బిజ్జు శ్రీనివాస్ గౌడ్ అన్నారు.



నాగారం డివిజన్ పరిధిలోని వెస్ట్ గాంధీనగర్ బేత్తెస్థ గాస్పల్ చర్చ్ సంఘ కాపరి పాస్టర్ విశాల్ ఓబిడ్డ ఆధ్వర్యంలో రాంపల్లి చౌరస్తాలో చలివేంద్రాన్ని అదివారం ప్రారంభించారు.ఈ కార్యక్రమానికి మాజీ కౌన్సిలర్ బిజ్జు శ్రీనివాస్ గౌడ్ ముఖ్యఅతిథిగా హాజరై సుమారు వెయ్యి త్రాగునీరు బాటిల్స్,వెయ్యి మజ్జిగ్ ప్యాకెట్లు పంపిణీ చేశారు.ఈ కార్యక్రమంలో స్థానిక సంఘ కాపరి పాస్టర్ విశాల్ ఓబిడ్డ,సంఘ పెద్దలు యవ-నస్తులు, కాలనీ అధ్యక్షులు కిరణ్ కుమార్ రెడ్డి, ప్రధాన కార్యదర్శి రాంరెడ్డి, వైస్ ప్రెసిడెంట్ చంద్రశేఖర్ గుప్తా, వంటిరు మధుసూదన్ రెడ్డి, ఎండి ఖాసీమ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.



సర్పంచ్ భూక్య రంజిత్ కుమార్ సమక్షంలో ప్రత్యేక ఓటరు జాబితా సవరణ

కారేపల్లి : ప్రత్యేక ఓటరు జాబితా సవరణ (ఎన్ఐఆర్) కార్యక్రమంలో భాగంగా సింగరేణి మండల డిప్యూటీ తహసీల్దార్ కృష్ణ యాదవ్, జీపీఓ శ్రీనివాస్ రావు కారెపాడు గ్రామపంచాయతీ పరిధిలో క్షేత్రస్థాయి పరిశీలన నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఓటరు జాబితాలో కుటుంబ సభ్యుల పేర్లు, వివరాలు సక్రమంగా ఉన్నాయా లేదా అనే అంశాలను పరిశీలించారు. పేర్లు, ఇతర వివరాలలో పొరపాట్లు ఉన్నట్లయితే వాటిని సరిచేసేందుకు చర్యలు చేపట్టారు. కార్యక్రమంలో సర్పంచ్ భూక్య రంజిత్ కుమార్, ఉప సర్పంచ్ నన్నేబోయిన ఉపేందర్, బీఎల్ఓలు, బీఎల్పిలు పాల్గొన్నారు.



చలివేంద్రాన్ని ప్రారంభించిన మాజీ కౌన్సిలర్

బెత్తెస్థ గాస్పల్ చర్చ్ ఆధ్వర్యంలో చలివేంద్రం ఏర్పాటు

నాగారం : వేసవికాలంలో బాటసారుల దాహార్తిని తీర్చేందుకు చలివేంద్రాలు ఎంతగానో ఉపయోగపడతాయని మాజీ కౌన్సిలర్ బిజ్జు శ్రీనివాస్ గౌడ్ అన్నారు. నాగారం డివిజన్ పరిధిలోని వెస్ట్ గాంధీనగర్ బేత్తెస్థ గాస్పల్ చర్చ్ సంఘ కాపరి పాస్టర్ విశాల్ ఓబిడ్డ ఆధ్వర్యంలో రాంపల్లి చౌరస్తాలో చలివేంద్రాన్ని అదివారం ప్రారంభించారు. ఈ కార్యక్రమానికి మాజీ కౌన్సిలర్ బిజ్జు శ్రీనివాస్ గౌడ్ ముఖ్యఅతిథిగా హాజరై సుమారు వెయ్యి త్రాగునీరు బాటిల్స్, వెయ్యి మజ్జిగ్ ప్యాకెట్లు పంపిణీ చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో స్థానిక సంఘ కాపరి పాస్టర్ విశాల్ ఓబిడ్డ, సంఘ పెద్దలు యవనస్తులు, కాలనీ అధ్యక్షులు కిరణ్ కుమార్ రెడ్డి, ప్రధాన కార్యదర్శి రాంరెడ్డి, వైస్ ప్రెసిడెంట్ చంద్రశేఖర్ గుప్తా, వంటిరు మధుసూదన్ రెడ్డి, ఎం.డి. ఖాసీమ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.



సిల్వర్ ఓక్ బంగ్లాస్ సమ్మర్ ఫెస్ట్లో పాల్గొన్న బొంతు శ్రీదేవి యాదవ్

ఉప్పల్:సిల్వర్ ఓక్ బంగ్లాస్లో నిర్వహించిన సమ్మర్ ఫెస్ట్ వేడుకలు ఉత్సాహభరిత వాతావరణంలో జరిగాయి. ఈ కార్యక్రమానికి ప్రముఖ సామాజిక కార్యకర్త బొంతు శ్రీదేవి యాదవ్ ముఖ్య అతిథిగా హాజరయ్యారు. ఈ సందర్భంగా బొంతు శ్రీదేవి యాదవ్ మాట్లాడుతూ, కాలనీలో నివసించే కుటుంబాల మధ్య స్నేహభావం, పరస్పర అనుబంధాలను పెంపొందించే ఇలాంటి కార్యక్రమాలు ఎంతో అవసరమని అన్నారు. పిల్లలు, యువత, పెద్దలు అందరూ ఒకే వేదికపై కలిసి ఆనందంగా గడపడం సమాజంలో ఐక్యతను పెంచుతుందని పేర్కొన్నారు. ఈ వేడుక కాలనీవాసులకు నిర్వహించే విలసంతలను అనుభూతినీ అందించినదని ఆమె అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో సిల్వర్ ఓక్ బంగ్లాస్ ప్రెసిడెంట్ గోపీ చెన్నం, సెక్రటరీ హరికృష్ణ, ట్రెజరర్ శ్రీనివాస్, కేటీవీ ప్రసాద్, సునీల్ కుమార్, రమేష్ చందా, రమణ రెడ్డి, శ్రీనివాస్ తో పాటు కాలనీవాసులు, చిన్నారులు పాల్గొన్నారు.

అర్వా స్కూల్ ఆఫ్ లెర్నింగ్లో ఘనంగా “రన్ ఫర్ పీస్”

శాంతి, సామరస్యం కోసం 5 కిలోమీటర్ల శాంతి పరుగు విజయవంతం

ఉప్పల్ : ప్రపంచవ్యాప్తంగా పెరుగుతున్న యుద్ధాలు, హింసాత్మక ఘటనలు, ఉగ్రవాదానికి వ్యతిరేకంగా శాంతి, ఐక్యత, సామాజిక సామరస్యాన్ని ప్రోత్సహించాలనే లక్ష్యంతో అర్వా స్కూల్ ఆఫ్ లెర్నింగ్ ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన “రన్ ఫర్ పీస్” కార్యక్రమం విజయవంతంగా జరిగింది. ‘యుద్ధం వద్దు -- ధ్వేషం వద్దు -- ఉగ్రవాదం వద్దు’ అనే నినాదంతో నిర్వహించిన ఈ శాంతి పరుగు కార్యక్రమంలో సైనికవృత్తి, కాపా పరిసర ప్రాంతాల కాలనీల నివాసితులు, విద్యార్థులు, యువత, ప్రజలు పెద్ద సంఖ్యలో ప్రాంతీయంగా నుంచి ప్రారంభమైన ఐదు కిలోమీటర్ల పరుగు పరిసర కాలనీల గుండా సాగి తిరిగి పాఠశాల వద్ద ముగిసింది. పాల్గొన్న వారంతా ఉత్సాహంగా పరిగెత్తుతూ



“భవిష్యత్తు సైరస్ తో కాదు... పిల్లల నవ్వులతో మారేగాలి” అనే సందేశాన్ని సమాజానికి చాటిచెప్పారు. ఈ సందర్భంగా అతిథులు మాట్లాడుతూ యువతలో శాంతి భావన, క్రమశిక్షణ, బాధ్యతాయుత పౌరసత్వం వంటి విలువలు పెంపొందించడం సమాజ అభివృద్ధికి ఎంతో అవసరమని పేర్కొన్నారు. అర్వా స్కూల్ చేపట్టిన ఈ విినాత్తు కార్యక్రమాన్ని అభినందిస్తూ, శాంతియుత అలాగే సామరస్యపూరిత సమాజ నిర్మాణానికి ప్రతి ఒక్కరూ తమ వంతు పాత్ర పోషించాలని పిలుపునిచ్చారు. కార్యక్రమం అనంతరం పాల్గొన్న వారికి అల్పాహారం ఏర్పాటు చేశారు. శాంతి, ఆరోగ్యం, సామాజిక ఐక్యత కోసం అందరూ కలిసి కృషి చేయాలని ప్రతిజ్ఞ చేశారు.

ప్రస్తుతం

నిశ్శబ్దం కరవైంది. ఇంటా బయటా

ఎక్కడ చూసినా శబ్ద ప్రపంచమే రాజ్యమేలుతోంది.

ఒక్కసారి కళ్లు మూసుకొని చుట్టుపక్కల శబ్దాలను విని

చూడండి. ఏదో ఒక చప్పుడు వినిపిస్తూనే ఉంటుంది. సోఫల్ మీడియా

రాకతో ఇది మరింత ఎక్కువైంది కూడా. ఏమాత్రం సమయం దొరికినా మె-

ఎబైల్ ఫోన్లలో తల దూర్చటమే. వీడియోలు చూడటమో, పాటలు వినటమో

ఏదో ఒకటి చేస్తూనే ఉంటాం. కొన్నిసార్లు ఇది రోజువారీ పనులకూ విఘాతం

కలిగిస్తుంది. నిరంతరం రకరకాల చప్పుళ్లకు గురవుతూ వస్తుంటే ఒత్తిడి, మానసిక

అలసట, ఇతరులతో కలవక పోవటం వంటి విపరీత పరిణామాలకూ

దారితీస్తుంది. ఇక్కడే నిశ్శబ్దం ప్రాధాన్యం సంతరించుకుంటోంది. దీంతో

మనసును ప్రభావితం చేసే బాహ్య ప్రేరకాల నుంచి తప్పించుకోవచ్చు.

కోల్పోయిన ఏకాగ్రతను తిరిగి పొందొచ్చు. లోతైన ఆలోచనలతో

మమేకం కావచ్చు. ఇది మానసిక ప్రశాంతత

కాకుండా వ్యక్తిగతంగా ఎదగటానికీ

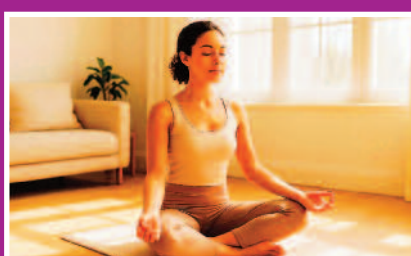
తోడ్పడుతుంది.

నిశ్శబ్దం..

ప్రశాంతం

మనసుంటే మార్గముంది

- ఉదయం లేవగానే కొద్దిసేపు ప్రశాంతంగా కూర్చోని గాఢంగా శ్వాస తీసుకోవాలి. ఆరోజు ఉద్దేశాన్ని నిర్ణయించుకోవాలి.
- నిశ్శబ్దంగా గడపటాన్నీ ముఖ్యమైన పనిగా భావించాలి. దీన్ని క్యాలెండర్లో సెల్ చేసుకోవచ్చు కూడా. కొద్ది నిమిషాలు నిశ్శబ్దంగా ఉన్నా పెద్ద మార్పు కనిపిస్తుంది. ఉదయం కాఫీ తాగేటప్పుడో, రాత్రి పడుకోబోయే ముందో.. వీలైన సమయాన్ని ఎంచుకొని కచ్చితంగా అప్పుడు నిశ్శబ్దంగా గడపటానికి ప్రయత్నించాలి.
- ఇంట్లో ఒక ప్రత్యేక స్థలాన్ని ఎంచుకోవటమూ మేలే. కిటికీ పక్కనో లేదా ఏదో ఒక మూలనో కుర్చీ వేసుకొని నిశ్శబ్దాన్ని పొందించాలి. ఈ స్థలం ప్రశాంతంగా ఉండటానికే ప్రత్యేకమని మనసులో నిర్ణయించుకోవాలి.
- ఇంట్లో వాళ్లకు తాము ఆయా సమయాల్లో మౌనాన్ని పాటిస్తున్నామనే సంగతిని తెలియజేయాలి. ఇది ఒంటరిగా ఉండటం కాదని, నిశ్శబ్దంగా ఉండటానికి విలువైన సమయాన్ని కేటాయించటమేనని స్పష్టంగా చెప్పాలి. దీంతో అనవసరంగా జోక్యం చేసుకోవటం తగ్గుతుంది. ప్రశాంతత అవసరాన్ని అర్థం చేసుకోవటానికి, గౌరవించటానికి తోడ్పడుతుంది.
- ధ్యానం చేస్తున్నప్పుడు, యోగాసనాలు వేస్తున్నప్పుడు చుట్టుపక్కల చప్పుళ్లేవీ లేకుండా చూసుకోవాలి. శ్వాస మీద ధ్యానం పెట్టటం, శరీర అవయవాలను గమనించటం ధ్యారా అప్పటి క్షణాలను ఆస్వాదించాలి.
- ప్రశాంతంగా గడిపే సమయాన్ని వాస్తవిక దృష్టితో నిర్ణయించుకోవాలి. ఉరుకుల పరుగుల వ్యవహారాలతో గడిపేవారు తక్కువ సమయంతో ఆరంభించాలి. రోజును మొదలు పెట్టటానికి ముందు లేదా పని పూర్తయ్యాక ఒక్క నిమిషం ప్రశాంతంగా గడిపినా సానుకూల ప్రభావం



ఆరోగ్య వారధి

- నిశ్శబ్ద, ప్రశాంత వాతావరణాలు రకరకాల మార్గాల్లో ఆరోగ్యంగా ఉండటానికి తోడ్పడతాయి.
- రక్తపోటు తగ్గుతుంది.
- ఏకాగ్రత, తదిక దృష్టి పెంపొందుతాయి.
- గజబిజి ఆలోచనలకు కళ్లెం పడుతుంది.
- మెదడు వృద్ధిని ప్రేరేపిస్తుంది.
- ఒత్తిడిని కలగజేసే కాల్డిజోల్ హార్మోన్ తగ్గుతుంది.
- సృజనాత్మక శక్తి ఇనుమడిస్తుంది.
- నిద్రలేమి దూరమవుతుంది.

తరచూ బీర్ తాగుతున్నారా..?

కలిగే అనర్గాలు తెలుసా..?

వీకెండ్ వచ్చిందంటే చాలు యువత ఎక్కువగా బీర్ తాగుతూ వీకెండ్ వైట్స్ ను ఎంజాయ్ చేస్తూ ఉంటారు. బీర్ తాగడం సరదగా ఉన్నప్పటికీ ఇది మన ఆరోగ్యానికి గణనీయమైన హానిని కలిగిస్తుందని పోషకాహార నిపుణులు చెబుతున్నారు. చాలా మంది బీర్ కదా అని తేలికగా తీసుకుంటూ ఉంటారు. కానీ బీర్ లో కూడా ఆల్కహాల్ ఉంటుంది. ఇది మన ఆరోగ్యానికి హాని కలిగిస్తుంది. బీర్ తాగడం వల్ల పొట్ట చుట్టూ కొవ్వు పేరుకుపోతుంది. ఎముకలు బలహీనంగా తయారవుతాయి. 35 సంవత్సరాలు దాటిన తరువాత ఎముకల సమస్యలు వచ్చే అవకాశం ఎక్కువగా ఉంటుంది. మహిళలు బీర్ తాగడం వల్ల హార్మోన్ల అసమతుల్యత వంటి సమస్యలు తలెత్తుతాయి. నెలసరి సమస్యలు రావడం, మానసికపరమైన సమస్యలు రావడం జరుగుతుంది. పురుషులు బీర్ తాగడం వల్ల వారిలో ఛాతి పెరుగుతుంది. టెస్టోస్టెరాన్ స్థాయిలు తగ్గి క్రాస్సెజన్ స్థాయిలు పెరుగుతాయి. అంతేకాకుండా శరీరం శక్తి, పనితీరుతో పాటు ఆత్మవిశ్వాసం కూడా తగ్గుతుంది. బీర్ తాగడం వల్ల ఫ్యాటీ లివర్ సమస్య కూడా తలెత్తుతుంది.

లివర్పై తీవ్ర ప్రభావం..

చాలా మంది బీర్ తాగుతూ ఎంజాయ్ చేస్తున్నామని భావిస్తూ ఉంటారు. కానీ బీర్ వల్ల మన ఆరోగ్యానికి కలిగే హాని గురించి ఎవరూ ఆలోచించరు అని వైద్యులు చెబుతున్నారు. అంతేకాకుండా బీర్ తాగడం వల్ల మూత్రవిసర్జన పెరుగుతుంది. దీంతో శరీరం డిహైడ్రేషన్ బారిన పడుతుంది. తలతిరగడం, తలనొప్పి, అలసట వంటి సమస్యలను ఎదుర్కోవాల్సి వస్తుంది. బీర్ లో ఉండే ఆల్కహాల్ పేగులో ఉండే పొరలను చికాకుకు గురి చేస్తుంది. గ్యాస్, ఉబ్బరం వంటి సమస్యలు అధికం అవుతాయి. ఆవుతనం పెరగడంతో పాటు పొట్టలో పుండ్లు కూడా ఏర్పడతాయి. బీర్ ను అధికంగా తీసుకోవడం వల్ల కాలేయంపై తీవ్ర ఒత్తిడి పడుతుంది. దీర్ఘకాలం పాటు బీర్ తాగడం వల్ల సిర్రోసిస్, ఫ్యాటీ లివర్, ఆల్కహాలిక్ హెపటైటిస్ వంటి కాలేయ సంబంధిత సమస్యలు తలెత్తుతాయి. కాలక్రమేణా మెదడు పనితీరు కూడా దెబ్బతింటుంది. అభిజ్ఞా పనితీరు క్షీణించడం, జ్ఞాపకశక్తి తగ్గడం వంటి సమస్యలను ఎదుర్కోవాల్సి వస్తుంది.

గుండె ఆరోగ్యంపై కూడా..

బీర్ తాగడం వల్ల గుండె ఆరోగ్యంపై కూడా ప్రభావం పడుతుంది. గుండెపోటు, స్ట్రోక్ వంటి సమస్యలు వస్తాయి. కనుక బీర్ ను తీసుకోకపోవడమే మంచిదని వైద్యులు చెబుతున్నారు. బీర్ తాగే అలవాటును ఒక్కసారిగా మానేయలేని వారు ఈ అలవాటును క్రమంగా తగ్గించుకునే ప్రయత్నం చేయాలని వైద్యులు సలహా ఇస్తున్నారు. బీర్ వంటి ఆల్కహాల్ కలిగిన పానీయాలను ఆరు నెలల పాటు తీసుకోకపోవడం వల్ల శారీరక, మానసిక ఆరోగ్యంలో పెద్ద మార్పులను చూడవచ్చని వైద్యులు తెలియజేస్తున్నారు. బీర్ ను మానేయడం వల్ల మనం అనేక ఆరోగ్యప్రయోజనాలను పొందవచ్చని మొత్తం శరీర ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుందని వారు చెబుతున్నారు.



చూపుతుంది.

- పార్కులోనో, తోటలోనో సహజ నిశ్శబ్దాన్ని సాధన చేయాలి. ఆ క్షణం మీద దృష్టి సారించాలి.
- కుర్చీలో కూర్చోని కాలానిక కథలు చదవాలి. దీంతో సానుభూతి, భావోద్వేగ వివేచన పెంపొందుతుందని అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి.
- రాత్రి పడుకునే ముందు ప్రశాంతంగా ఎంత సేపు గడిపామో పరిశీలించుకోవాలి. ఆ సమయంలో కలిగిన అనుభూతులను నెమరు వేసుకోవాలి. వీలైతే డైరీలోనూ రాసుకోవాలి.
- పెండలాడే నిద్రకు ఉపక్రమించాలి. హాయిని చేకూర్చే సాగదీత వ్యాయామాలు లేదా మంచం మీద వేసే ఆసనాలు సాధన చేయాలి.
- సార్వభౌమ, ట్యాబ్లెట్లు, ల్యాప్టాప్ వంటి వాటికి

- వీలైనప్పుడల్లా విరామం ఇవ్వాలి. వీటికి బదులు పుస్తకం చదవటం, చెట్ల మధ్య నడవటం, ప్రశాంతంగా కూర్చోవటం, చుట్టుపక్కలను గమనించటం వంటి పనులు చేయాలి. నిరంతరం వచ్చి పడే నోటిఫికేషన్లు, ఇబ్బడి ముబ్బడి సమాచారాన్ని కాస్త పక్కన పెడితే మానసిక ప్రశాంతత చేకూరుతుంది.
- కష్టంగా అనిపించినప్పటికీ కారును నిశ్శబ్ద ప్రాంతంగా పరిగణించటమూ మేలు చేస్తుంది. శబ్ద, నిశ్శబ్ద ప్రపంచాలను వేరు చేసుకోవటానికిది తోడ్పడుతుంది.
- అన్ని అలవాట్ల మాదిరిగానే నిశ్శబ్దంగా ఉండటాన్నీ నెమ్మదిగానే ఆరంభించాలి. ఆచరణకు వీలైన చిన్న మార్పులతోనే మొదలెట్టాలి.

పరిశోధనలేం చెబుతున్నాయి?

- 2021లో జరిగిన ఒక అధ్యయనంలో - నిశ్శబ్ద వాతావరణంలో లేదా మాట్లాడుతూ లేదా చుట్టుపక్కల రణగోణ ధ్వనుల మధ్య ఏకాగ్రతతో చేయాల్సిన పనులను 59 మందికి పరిశోధకులు అప్పగించారు. నిశ్శబ్ద వాతావరణంలో పనిచేసినవారిలో మెదడు మీద మరి ఎక్కువగా భారం పడటం లేదని, ఒత్తిడి స్థాయిలూ తక్కువగా ఉంటున్నాయని తేల్చారు.
- 2013లో ఎలుకల మీద నిర్వహించిన పరిశోధనలో - రెండు గంటల నిశ్శబ్దం మూలంగా మెదడులో జ్ఞాపకశక్తి, భావోద్వేగాలతో ముడిపడిన హిస్టాక్యాంపస్ లో కొత్త కణాల వృద్ధి ప్రేరేపితమవుతున్నట్లు గుర్తించారు.
- 2006లో చేపట్టిన అధ్యయనంలో - సంగీతాన్ని విన్న తర్వాత 2 నిమిషాల సేపు నిశ్శబ్దాన్ని పాటిస్తే గుండె వేగం, రక్తపోటు గణనీయంగా తగ్గుతున్నట్లు తేలింది. వీటి విషయంలో మంద్ర, ప్రశాంతతను కలిగించే సంగీతాన్ని వినటం కన్నా నిశ్శబ్దమే మరింత ఎక్కువ ఫలితం చూపిస్తున్నట్లు బయటపడింది.
- 2003లో చేసిన పాత అధ్యయనంలో - చాలాకాలంగా రణగోణ ధ్వనుల ప్రభావానికి గురైతే గుండె వేగం, రక్తపోటు పెరుగుతున్నట్లు వెల్లడైంది.

నేటి కాలంలో మన ఆహారపు అలవాట్లలో, జీవన విధానంలో అనేక మార్పులు చోటు చేసుకున్నాయి. దీంతో మనలో చాలా మంది ఊబకాయం, అధిక బరువు ముఖ్యంగా పొట్ట చుట్టూ కొవ్వు పేరుకుపోయి అనేక ఇబ్బందులు పడుతున్నారు. కొందరిలో శరీరం సన్నగా ఉన్నప్పటికీ పొట్ట చుట్టూ కొవ్వు పేరుకుపోతుంది. సమతుల్య ఆహారాన్ని తీసుకోకపోవడం, వ్యాయామం చేయకపోవడం, ఉప్పు, నూనె కలిగిన ఆహారాలను ఎక్కువగా తీసుకోవడం, ఒత్తిడి, నిద్రలేమి వంటి వివిధ కారణాల వల్ల పొట్ట చుట్టూ కొవ్వు ఎక్కువగా పేరుకుపోతుంది. పొట్ట చుట్టూ కొవ్వు పేరుకుపోవడం వల్ల అధిక రక్తపోటు, షుగర్, గుండె సంబంధిత వ్యాధులు వచ్చే అవకాశం కూడా ఉంది. అయితే కొన్ని రకాల ఇంటి చిట్కాలను ఉపయోగించి మనం చాలా సులభంగా పొట్ట చుట్టూ చేరిన కొవ్వును తొలగించుకోవచ్చు. ఈ చిట్కాలను పాటించడం కూడా చాలా సులభం.



పొట్ట చుట్టూ చేరిన కొవ్వును కరిగించుకోవడం ఎలా..?

ఆహారాలు..

ప్రతిరోజూ 30 నిమిషాల పాటు వ్యాయామం చేయడం వల్ల పొట్ట చుట్టూ చేరిన కొవ్వు తొలగిపోతుంది. శారీరక వ్యాయామం చేయడం వల్ల కొవ్వు కరగడంతోపాటు శరీర బరువు కూడా అదుపులో ఉంటుంది. బరువులు ఎత్తడం, సిట్ అప్స్, క్రంచెస్ వంటివి చేయడం వల్ల పొట్ట చుట్టూ చేరిన కొవ్వు కరిగిపోతుంది. సమతుల్య ఆహారం కూడా

కొవ్వును కరిగించడంలో మనకు ఎంతో సహాయపడుతుంది. పండ్లు, కూరగాయలు, ఆకుకూరలు, తృణధాన్యాలు వంటి వాటిని ఎక్కువగా తీసుకోవాలి. ఉప్పు, చక్కెర, నూనె లో వేయించిన పదార్థాలు, కార్బోహైడ్రేట్స్ ఎక్కువగా ఉన్న పదార్థాలను తక్కువగా తీసుకోవాలి. కొవ్వును తగ్గించడంలో మిరపకాయలు ఎంతో తోడ్పడతాయి. ప్రతిరోజూ ఆహారంలో భాగంగా తగిన మోతాదులో మిరపకాయలను తీసుకోవడం వల్ల మంచి ఫలితం ఉంటుంది.

అల్లం, పసుపు..

అల్లాన్ని ఆహారంలో భాగంగా తీసుకోవడం వల్ల శరీరంలో జీవక్రియల వేగం పెరుగుతుంది. దీంతో శరీరంలో పేరుకుపోయిన కొవ్వు నిల్వలు తగ్గుతాయి. తద్వారా పొట్ట చుట్టూ చేరిన కొవ్వు కూడా తగ్గుతుంది. శరీర బరువు కూడా అదుపులో ఉంటుంది. పసుపులో అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నాయన్న సంగతి మనకు తెలిసిందే. శరీర బరువును తగ్గించడంలో, కొవ్వును కరిగించడంలో ఇది ఎంతో సహాయపడుతుంది. రోజూ ఒక గ్లాస్ గోరు వెచ్చని నీటిలో పసుపు కలిపి తీసుకోవడం వల్ల పొట్ట చుట్టూ కొవ్వు వేగంగా కరుగుతుంది. మన వంటగదిలో ఉండే దినుసులలో జీలకర్ర కూడా ఒకటి. జీలకర్ర అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను అందిస్తుంది. ఆహారంలో జీలకర్రను భాగంగా చేసుకోవడంతోపాటు జీలకర్ర కషాయాన్ని తాగడం వల్ల అధిక బరువుతో బాధపడే వారు మంచి ఫలితాలను చూడవచ్చు.

నిమ్మరసం..

శరీరంలో జీవక్రియ వేగాన్ని పెంచడంలో నిమ్మకాయ మనకు ఎంతో ఉపయోగపడుతుంది. రోజూ ఒక గ్లాస్ గోరువెచ్చని నీటిలో నిమ్మరసాన్ని కలిపి తీసుకోవాలి. ఇలా చేయడం వల్ల పొట్ట చుట్టూ పేరుకుపోయిన కొవ్వు కరుగుతుంది. పొట్ట చుట్టూ చేరిన కొవ్వును కరిగించడంలో గ్రీన్ టీ ఎంతో సహాయపడుతుంది. టీ, కాఫీలకు బదులుగా రోజూ ఒక కప్పు గ్రీన్ టీ తాగడం వల్ల శరీర బరువు అదుపులో ఉండడంతో పాటు ఆరోగ్యానికి కూడా మేలు కలుగుతుంది. అలాగే ప్రతిరోజూ యోగా చేయడం వల్ల ఒత్తిడి తగ్గుతుంది. ఒత్తిడి కారణంగా కూడా శరీర బరువు పెరుగుతుందన్న సంగతి మనకు తెలిసిందే. యోగా చేయడం వల్ల ఒత్తిడి తగ్గి మానసిక ప్రశాంతత పెరుగుతుంది. తద్వారా బరువు అదుపులో ఉంటుంది. ఈవిధంగా ప్రతిరోజూ వ్యాయామం చేస్తూ చక్కటి ఆహారాన్ని తీసుకోవడం వల్ల పొట్ట చుట్టూ చేరిన కొవ్వును చాలా సులభంగా తగ్గించుకోవచ్చు. ఇలా చేయడం వల్ల శరీర ఆరోగ్యం కూడా మెరుగుపడుతుంది.





కౌమార, యవ్వన దశలో
మెదడులో చాలా మార్పులు
జరుగుతుంటాయి. ఇది 25 ఏళ్ల
వరకూ వృద్ధి చెందుతూనే వస్తుంది
మరి, యువతీ యువకులుగా
మారుతున్న క్రమంలో విద్య, ఉ
ద్యోగ, సమాజ పరంగా సవాళ్లను
ఎదుర్కోవాల్సిన తరుణంలో
తప్పటడుగు వేస్తే జీవితం గాడి
తప్పుతుంది. ఇలాంటి
సమయంలో మెదడును
లోబరచుకునే గంజాయి వలలో
చిక్కితే ఇంకేమైనా ఉందా? చిన్న
వయసులో దీని ప్రభావం మరింత
ఎక్కువగా పడుతుంది. కొద్దిగా
వాడినా దీర్ఘకాలం దుష్ప్రభావాలు
వెంటాడుతూ వస్తాయి. అయితే
మనదగ్గర సగటున 18.4
ఏళ్లలోనే గంజాయికి
అలవాటుండటం దురదృష్టకరం.

బయట పడేయొచ్చు

గంజాయి వ్యసనం నుంచి బయటపడేసే మార్గం లేకపోలేదు. అనుమానం వచ్చిన వెంటనే మానసిక నిపుణులను సంప్రదించాలి. ఇది చాలా ముఖ్యం. ఆయా లక్షణాలను బట్టి వ్యసనానికి లోనయ్యారో, లేదో గుర్తిస్తారు. ఏ వయసులో ఆరంభించారు? ఎంత మొత్తం తీసుకుంటున్నారు? ప్రవర్తనలో వచ్చిన మార్పులేంటి? దుష్ప్రభావాలు, మానసిక సమస్యలు ఎప్పుడు మొదలయ్యాయి? అనేవి నిశితంగా విశ్లేషిస్తారు. ప్రస్తుత మానసిక స్థితిని బట్టి మెదడు ఎంతవరకు ప్రభావితమైందో అంచనా వేస్తారు. వీటన్నింటి ఆధారంగా చికిత్సను నిర్ణయిస్తారు.

- ముందుగా అవగాహన కలిగించేలా, మూడ్ మెరుగుపడేలా కొన్ని రోజుల కొద్దిగా ఇస్తారు. ప్రతికూల భావనల నుంచి మనసును మళ్లించి, భావోద్వేగాలను నియంత్రించేటా ఉంచుకోవటానికి తోడ్పడే పద్ధతులను, వ్యూహాలను నేర్పిస్తారు.
- ఏడీహెచ్డీ, సాహసాలకు ఒడిగట్టే స్వభావం వంటి ఇతరత్రా ప్రవర్తన సమస్యలేవైనా ఉన్నట్లయితే వాటికి చికిత్స చేస్తారు.
- గంజాయిని మానేసినప్పుడు మొదట్లో కొన్ని వారాల పాటు విశ్రాంతి లక్షణాలు కనిపిస్తుంటాయి. ఇవి రెండు వారాల వరకూ తీవ్రంగా ఉంటాయి. అందువల్ల వీటిని తగ్గించటానికి సంతోషాన్ని కలిగించే మందులు అవసరమవుతాయి. తాము చేసే పనులతోనే ఆనందాన్ని పొందే గుణం అలవాడే వరకూ వీటిని వేసుకోవాల్సి ఉంటుంది.
- కొన్ని రోజుల, మందులతోనే చాలావరకూ బాగుపడే అవకాశముంది. అయితే దీన్ని ఏదో ఒకరోజు సమస్యగా భావించరాదు. దీర్ఘకాలిక జబ్బు మాదిరిగా ఎక్కువకాలం చికిత్స అవసరమని గుర్తించాలి. సమస్య మరి తీవ్రంగా ఉన్నవారిని కొద్దికాలం ఆసుపత్రిలో చేర్చి, చికిత్స చేయాల్సి వస్తుంది.

గంజాయి మత్తు..

యువత చిత్తు



గంజాయి మూలంగా మెదడులో భావోద్వేగాలను అదుపులో ఉంచే అమిగ్లల్.. పనులను చేయటానికి, నిర్ణయాలు తీసుకోవటానికి తోడ్పడే ప్రిఫ్రాంటల్ కార్టెక్స్ భాగాల ఎదుగుదల బాగా కుంటుపడుతుంది. ఇది రకరకాల సమస్యలకు దారితీస్తుంది. గంజాయి మత్తులో ఉన్నప్పుడు ఆలోచనలు కోటలు దాటుతుంటాయి. ఏవేవో గొప్ప గొప్ప కార్యాలు చేస్తామని కోతలు కోస్తుంటారు. కానీ వాస్తవం వేరు. ఏకాగ్రత కొరవడటం వల్ల చదువులు దెబ్బతింటూ వస్తుంటాయి. మిగతావారి కన్నా తక్కువ మార్కులతోనే సరిపెట్టుకోవాల్సి వస్తుంది. లక్ష్యం కోసం పోరాడే, పాటుపడే గుణం కోల్పోవచ్చు. ఫలితంగా ఉద్యోగ, వ్యాపారాల్లో రాణించలేక దిగువ స్థాయిలోనే ఉండిపోతారు.

అనుచిత సాహసాలు, ప్రమాదాలు:

మెదడులో కార్యనిర్వాహక, కదలికలను నియంత్రించే వ్యవస్థలు ప్రభావితం కావటం వల్ల నిర్ణయాలు తీసుకునే శక్తి సన్నగిల్లుతుంది. దీంతో అనుచిత పనులకు, సాహసాలకు ఒడిగడుతుంటారు. ప్రమాదాల భారినపడుతుంటారు. గంజాయి వాడేవారికి రోడ్డు ప్రమాదాల ముప్పు 8-9 రెట్లు ఎక్కువ. అనుచిత లైంగిక కార్యకలాపాలకు పాల్పడ్డారు. ఫలితంగా ఇన్ ఫెక్షన్లు, అవాంఛిత గర్భాలు రావచ్చు.

మానసిక సమస్యలు:

గంజాయి వ్యసనం ఆందోళన, కుంగుబాటు, ఆత్మహత్య ఆలోచనలనూ ప్రేరేపిస్తుంది. మానసిక బలహీనతకూ దారితీస్తుంది.

తీవ్ర జబ్బులు: గంజాయిని పొగ రూపంలో తీసుకుంటే సిగరెట్ల మాదిరిగానే గుండెజబ్బు, పక్షవాతం, క్యాన్సర్ల ముప్పు పెరుగుతుంది. ఆకు, పువ్వు భాగాల్లో ఉండే ఫంగస్,

రసాయనాలు గాలి గుడుల లోపలి పైపొర మీద నేరుగా ప్రభావం చూపుతాయి. ఇది బ్రాంకైటిస్, ఆస్థమా వంటి జబ్బులకూ దారితీస్తుంది. గంజాయితో ఊపిరితిత్తి క్యాన్సర్ ముప్పు 1.5 రెట్లు ఎక్కువగా ఉంటుందటం గమనార్హం. గంజాయి మూలంగా ఇతర మాదకద్రవ్యాల అలవాటూ కావచ్చు. ఇది మరింత ప్రమాదకరం.

నమిలి తీసుకుంటే మరింత ప్రమాదం

ఇప్పుడు చాక్లెట్లు, బ్రౌవీస్, కేక్స్, పకోడీల రూపంలోనూ గంజాయిని తీసుకుంటున్నారు. ఇదికా ప్రమాదకరం. నమిలి తిన్నట్లయితే ఒంట్లో ఎక్కువసేపు ఉంటుంది. అతిగానూ తీసుకునే ప్రమాదముంది. పొగ రూపంలోని గంజాయి నిమిషాల్లోనే మెదడు మీద ప్రభావం చూపుతుంది. అదే చాక్లెట్ల రూపం లోనైతే అరగంట్ల నుంచి గంట వరకూ పట్టొచ్చు. దీంతో ప్రభావమేమీ చూపటం లేదని ఎక్కువెక్కువగా తీసుకుంటారు.

లోబరచుకుంటుంది జాగ్రత్త

పొగ, మద్యం మాదిరిగానే గంజాయి కూడా వ్యవసానానికి దారితీస్తుంది. దీనికి కారణం మెదడును ఉత్తేజితం చేసే డెల్టా-9-టెట్రాహైడ్రోకెన్వలనల్ రసాయనం. ఇది డోపమిన్ వంటి రసాయనాల విడుదలను ప్రేరేపించి, కృత్రిమ ఆనందాన్ని కలిగిస్తుంది. దాని కోసం తహతహలాడేలా చేస్తుంది. ఏం చేసినా దాన్ని పొందాలనే కోరిక కలగజేస్తుంది. ఇదే వ్యసనం. చిన్న వయసులో గంజాయి రుచికి అలవాడితే వ్యసనంగా మారే అవకాశం రెండు రెట్లు ఎక్కువ!

అలవాటును అనుమానించేదెలా?

- హఠాత్తుగా కొత్త కొత్త పరిచయాలు ఏర్పడటం
- ఫోన్లో రహస్యంగా, అర్థరాత్రుల్లో చాటింగ్
- శుభ్రతను పట్టించుకోకపోవటం, మురికి దుస్తులను ధరించటం
- ఎక్కువగా చిరాకు పడటం, కోపం తెచ్చుకోవటం
- గతంలో ఇష్టమైన పనుల మీద ధ్యానం పెట్టకపోవటం
- రాత్రునకా పగలకనకా ఎక్కువసేపు స్నేహితులతోనే ఉండిపోవటం
- తరచూ ఎర్రబడిన కళ్లతో కనిపించటం
- కళ్లు మగతగా, మాతపడినట్లుగా అనిపించటం
- దుస్తులు కుళ్లిపోయినట్లుగా ఒకమాదిరి వాసన వేయటం
- చర్మం మీద నూనె, టింక్చర్ రాసుకున్నట్లుగా మరకలు
- చాటింగ్లో పాటర్, డంట్ వంటి సంకేత పదాలు వాడటం
- అసాధారణ మతిమరుపు.
- జేబుల్లో బ్యాగుల్లో పైపులు, లైటర్లు, రోలింగ్ పేపర్ల వంటివి ఉండటం
- వేళకాని వేళ ఇంటికి రావటం



- మామూలుగా కన్నా అతిగా తినటం
- చేతికిచ్చిన డబ్బుకు లెక్క చెప్ప లేకపోవటం, డబ్బులు దొంగిలించటం
- కొన్నిసార్లు పెద్దమొత్తంలో డబ్బు ఖర్చుపెట్టటం.
- బ్యాంకు ఖాతా లేదా కార్డుల ద్వారా ఎక్కువగా లావాదేవీలు జరగటం.

ఇలాంటివి గమనిస్తే తల్లిదండ్రులు వెంటనే అనుమానించాలి. వారితో మనసు విప్పి మాట్లాడాలి. అలాగని తగాదా పెట్టుకోవద్దు. అన్నింటికన్నా ఇల్లే సురక్షితమైందనే వాతావరణం సృష్టించాలి. తప్పుడు పనులు చేస్తే జైలు ఊపలు లెక్కపెట్టాల్సి వస్తుందని అవగతమయ్యేలా చూడాలి. వారు ఎదుర్కొంటున్న సమస్యలేంటో తెలుసుకోవాలి. వాటిని పరిష్కరించటానికి

గంజాయి మార్గం కాదని నచ్చజెప్పాలి. నలుగురితో కలవటానికి, ధైర్యంగా మెలగటానికి అది అవసరం లేదని అర్థమయ్యేలా చెప్పాలి. పార్టీల్లో, వేడుకల్లో సంగీతం వింటూ, డ్యాన్స్ చేస్తూ, రుచికరమైన వంటకాలు తింటూ కూడా ఆనందాన్ని పొందొచ్చు. ఇందుకు మాదక ద్రవ్యాలు మార్గం కాదనే సంగతిని బలంగా, మనసుకు హత్తుకునేలా తెలియజేయాలి. దీంతోనే కొందరు మారొచ్చు.



విద్యా సంస్థలూ... వసూళ్ల అడాలూ...?

- విద్య పేరుతో నడ్డి విరుస్తున్న ప్రైవేట్ పాఠశాలలు
- ఆటస్థలాలు లేకున్నా ఆకాశాన్నంటుతున్న ఫీజులు
- డ్రెస్సులు, పుస్తకాల పేరుతో తల్లిదండ్రుల జేబులకు చిల్లులు
- పిల్లల గొప్ప భవిష్యత్తు ఇస్తామంటూ తల్లిదండ్రులకు ఎర వేస్తున్న ప్రైవేట్ స్కూల్స్
- ప్రకటనల్లో అంతర్జాతీయ ప్రమాణాలు, వాస్తవంలో ఇరుకు ప్రాంగణాలు
- పలు పాఠశాలల్లో కనిపించని ఫైర్ ఎన్ ఓ సీలు, మెడికల్ ఎమర్జెన్సీలు
- విద్యాశాఖ నిబంధనలను ప్రక్కన పెట్టిన కొన్ని ప్రైవేటు పాఠశాలలు

మేడ్చల్ పట్టణంలోని కొన్ని ప్రైవేట్ పాఠశాలల వ్యవహారశైలి ప్రస్తుతం తల్లిదండ్రుల్లో తీవ్ర ఆందోళనకు కారణమవుతోంది. నాణ్యమైన విద్య, అంతర్జాతీయ ప్రమాణాలు, అత్యాధునిక సౌకర్యాల పేరుతో అడ్మిషన్ల సమయంలో భారీ ప్రచారం నిర్వహిస్తున్న కొన్ని విద్యాసంస్థలు, విద్యార్థులు చేరిన తర్వాత ఫీజుల రూపంలో తల్లిదండ్రులపై భారీ ఆర్థిక భారం మోపుతున్నాయన్న ఆరోపణలు వినిపిస్తున్నాయి. ట్యూషన్ ఫీజులతో పాటు అడ్మిషన్ ఫీజులు, పుస్తకాలు, యూనిఫాంలు, స్కూల్ మెటీరియల్, రవాణా, ప్రత్యేక కార్యక్రమాల పేరిట అదనపు వసూళ్లు చేస్తున్నారని పేరెంట్స్ వాపోతున్నారు.

మేడ్చల్: కొన్ని పాఠశాలల్లో విద్యార్థుల సంఖ్యకు తగిన క్రిడా ప్రాంగణాలు లేకపోవడం, ఇండోర్ లేదా అవుట్ డోర్ ఆటల కోసం సరైన సౌకర్యాలు కనిపించకపోవడం, ఇరుకు ప్రాంగణాల్లో వందలాది మంది విద్యార్థులకు బోధన కొనసాగుతుండటంపై ప్రశ్నలు వ్యక్తమవుతున్నాయి. ప్రకటనల్లో ప్రపంచస్థాయి వసతుల గురించి గొప్పగా ప్రచారం చేస్తున్నప్పటికీ, వాస్తవ పరిస్థితులు అందుకు భిన్నంగా ఉన్నాయన్న విమర్శలు వినిపిస్తున్నాయి. విద్యార్థుల భద్రతకు సంబంధించి కూడా పలు సందేహాలు తలెత్తుతున్నాయి. కొన్ని విద్యాసంస్థల్లో ఫైర్ సేఫ్టీ ప్రమాణాలు, అత్యవసర నిష్క్రమణ మార్గాలు, మెడికల్ ఎమర్జెన్సీలకు అవసరమైన ఏర్పాట్లపై స్పష్టత లేదని తల్లిదండ్రులు చెబుతున్నారు. రోజూ వందలాది మంది విద్యార్థులు హాజరయ్యే విద్యాసంస్థల్లో భద్రతా ప్రమాణాల అమలుపై

సంబంధిత శాఖలు ఎంతవరకు పర్యవేక్షణ చేస్తున్నాయన్న ప్రశ్నలు వ్యక్తమవుతున్నాయి. పిల్లల భవిష్యత్తుపై తల్లిదండ్రులకున్న ఆందోళనను ఆసరాగా చేసుకుని కొందరు విద్యాసంస్థలు ప్రచార ఆర్థికతలతో ఆకర్షిస్తున్నాయని, ఒకసారి అడ్మిషన్ తీసుకున్న తర్వాత ఫీజులు, అదనపు చార్జీల రూపంలో ఆర్థికంగా ఇబ్బందులకు గురిచేస్తున్నాయని పేరెంట్స్ ఆరోపిస్తున్నారు. మరోవైపు విద్యాశాఖ నిర్దేశించిన నిబంధనల అమలు, మౌలిక వసతులు, భద్రతా ప్రమాణాలపై క్రమం తప్పకుండా తనిఖీలు జరుగుతున్నాయా లేదా అన్న అంశంపై కూడా సందేహాలు వ్యక్తమవుతున్నాయి. విద్యను సేవగా కాకుండా వ్యాపారంగా మార్చేస్తున్నారన్న విమర్శల మధ్య, ప్రైవేట్ విద్యాసంస్థల ఫీజుల నిర్మాణం, మౌలిక వసతులు, భద్రతా ప్రమాణాలపై సమగ్ర విచారణ జరపవలసిన అవసరం ఉంది.



ఆకర్షణీయ ప్రచారాలతో చేరికల వేట...

విద్యా నాణ్యత, ప్రత్యేక బోధన, విదేశీ ప్రమాణాల పేరుతో నిర్వహిస్తున్న ప్రచార కార్యక్రమాలు తల్లిదండ్రులను ఆకర్షిస్తున్నాయి. అయితే చేరికల అనంతరం అదనపు ఖర్చులు వరుసగా ముందుకు రావడంతో కుటుంబాలపై ఆర్థిక ఒత్తిడి పెరుగుతోందన్న అభిప్రాయాలు వ్యక్తమవుతున్నాయి.

మౌలిక వసతులపై సందేహాలు :

విద్యార్థుల సంఖ్యకు అనుగుణంగా విశాలమైన ప్రాంగణాలు, క్రిడా సౌకర్యాలు, ప్రయోగశాలలు, ఇతర అవసరమైన సదుపాయాలు ఉన్నాయా అనే అంశంపై పలుచోట్ల ప్రశ్నలు వినిపిస్తున్నాయి. అందుబాటులో ఉన్న స్థలాలతోనే అధిక సంఖ్యలో విద్యార్థులను చేర్చుకుంటున్నారన్న విమర్శలు ఉన్నాయి.

భద్రత ఏర్పాట్లపై ఆందోళన :

అగ్నిప్రమాదాలు, ఆరోగ్య అత్యవసర పరిస్థితులు వంటి సందర్భాల్లో తక్షణ స్పందనకు అవసరమైన వ్యవస్థలు, శిక్షణ పొందిన సిబ్బంది, అత్యవసర మార్గాలు, భద్రతా తనిఖీల స్థితిగతులపై తల్లిదండ్రులు స్పష్టత కోరుతున్నారు.

నియంత్రణ వ్యవస్థ పనితీరుపై ప్రశ్నలు :

ఫీజుల నిర్మాణం, సౌకర్యాల ప్రమాణాలు, విద్యార్థుల సంక్షేమానికి సంబంధించిన నిబంధనల అమలును పర్యవేక్షించాల్సిన సంబంధిత శాఖలు ఎంతవరకు క్షేత్రస్థాయిలో తనిఖీలు నిర్వహిస్తున్నాయన్న అంశం చర్చనీయాంశంగా మారింది. ప్రజల నుంచి వస్తున్న అభ్యంతరాలపై సమగ్ర పరిశీలన అవసరమనే అభిప్రాయాలు వ్యక్తమవుతున్నాయి.



టీజీ20 లీగ్.. 'హైదరాబాద్ ఈ ఛాంపియన్స్'

దక్కించుకున్న ఆటగాళ్లు వీరే

హైదరాబాద్: తెలంగాణలోని యువ క్రికెటర్ల ప్రతిభను వెలుగులోకి తేవడమే లక్ష్యంగా హైదరాబాద్ క్రికెట్ సంఘం (హెచ్ఎస్ఎం) ఆరంభించిన టీజీ20 క్రికెట్ లీగ్లో కీలకమైన ఆటగాళ్ల వేలం ప్రక్రియ ముగిసింది. రామోజీ ఫిలిం సిటీలో అక్షన్ నిర్వహించగా.. లీగ్లో భాగమైన ఎనిమిది ప్రాంతీయ ఆటగాళ్లను కొనుగోలు చేశాయి. ఉషోదయ ఎంటర్ప్రైజెస్ (ప్రైవేట్ లిమిటెడ్ (రామోజీ గ్రూప్) జట్టు 'హైదరాబాద్ ఈ ఛాంపియన్స్' ఇప్పటివరకూ రూ.58.95లక్షలు వెచ్చించి 20మంది ఆటగాళ్లను కొనుగోలు చేసింది. ఆల్ రౌండ్ అజయ్ దేవ్ గౌడ్ (రూ.11 లక్షలు), బ్యాట్లర్ అఖిలేష్ రెడ్డి (రూ.11 లక్షలు)లకు అత్యధిక ధర వెచ్చించి జట్టులోకి తీసుకుంది.

హైదరాబాద్ ఈ ఛాంపియన్స్ పూర్తి సభ్యుల జట్టు ఇదే: అజయ్ దేవ్ గౌడ్ (రూ.11 లక్షలు), అఖిలేష్ రెడ్డి ముందాడి (రూ.11 లక్షలు), ప్రణవ్ వర్మ (రూ.8.5 లక్షలు), సాయి వికాస్ రెడ్డి (రూ.4.25 లక్షలు), అన్విత్ రెడ్డి (రూ.3.5 లక్షలు), గణేష్ గడుగు (రూ.3.25 లక్షలు), యశ్వీర్ గౌడ్ (రూ.3 లక్షలు), శ్రీనికేత్ (రూ.2.3 లక్షలు), అఖిల్ రాథోడ్ (రూ.1.6 లక్షలు), తరుణ్ రాజన్ (రూ.1.6 లక్షలు), షణ్ముఖ అశ్వినీ (రూ.1.5 లక్షలు), పి.అరవింద్ (రూ.లక్ష), సి అభినవ్ తేజ్ (రూ.లక్ష), ప్రేమ్ చరణ్ (రూ.95 వేలు), గుడెల్లి జశ్వంత్ (రూ.75 వేలు), వైష్ణవ్ రెడ్డి (రూ.75 వేలు), నితిన్ నాయక్ (రూ.75 వేలు), ఎంఎం చరణ్ (రూ.75 వేలు), దేవ్ మేహతా (రూ.75 వేలు), మిర్యాల ప్రత్యూష్ కుమార్ (రూ.75వేలు)

భారత్ భారీ సార్కర్..

అఫ్ఘానిస్తాన్ విలవిల..

ముల్లాన్ పూర్ వేదికగా అఫ్ఘానిస్తాన్తో జరుగుతున్న ఏకైక టెస్ట్లో భారత్ సార్కర్ చేసింది. 368/3 ఓవర్లలో సార్కర్తో రెండో రోజు ఇన్ఫింగ్స్ ప్రారంభించిన భారత్ 564/8 వద్ద డిక్లేర్ చేసింది. అనంతరం బ్యాటింగ్కు దిగిన అఫ్ఘానిస్తాన్ బ్యాటర్లు భారత బౌలర్లను ఎదుర్కోలేక విలవిలలాడారు. రెండో రోజు ఆట ముగిసే సమయానికి 5 వికెట్ల సవ్యనికీ 113 పరుగులు చేసింది. రహమాత్ షా 43లి పరుగులతో క్రీజులో ఉన్నాడు. అఫ్ఘానిస్తాన్ ఇన్ఫింగ్స్లో అతడే టాప్ స్కోరర్. మిగతా బ్యాటర్లైనరూ పెద్దగా రన్స్ చేయలేకపోయారు. అబ్దుల్ మాలిక్ (16), సెదిఖుల్లా షాబాజ్ (17), రహ్మానుల్లా గుర్బాజ్ (12), హసన్తుల్లా షాహిద్ (20), అఫ్ఘర్ జజాయ్ (3) పరుగులకే వెనుదిరిగారు. భారత బౌలర్లలో ప్రసిద్ధి కృష్ణ, మానవ్ సుతార్ తలో రెండు వికెట్లు తీసుకున్నారు. అఫ్ఘానిస్తాన్ ఇంకా 451 పరుగుల వెనకంజలో ఉంది. అంతకు ముందు భారత్ ఇన్ఫింగ్స్లో 103 పరుగులతో బరిలోకి దిగిన శుభ్షన్ గిల్ 126 రన్స్కు వెనుదిరిగాడు. 50 పరుగులతో క్రీజులోకి వచ్చిన రిషభ్ పంత్ 81 పరుగులు చేశాడు. వాషింగ్టన్ సుందర్ 52 పరుగులతో నాటోగ్గా నిలిచాడు. ధ్రువ్ జార్జల్ (19), మానవ్ సుతార్ (28), మహ్మద్ సిరాజ్ (22), కుల్దీప్ యాదవ్ (9) పరుగులు చేశాడు. అఫ్ఘాన్ బౌలర్లలో మహ్మద్ సలీమ్ సఫీ 6 వికెట్లు తన ఖాతాలో వేసుకున్నాడు. రెహమాన్ షరీఫ్, హసన్తుల్లా షాహిద్ తలో వికెట్ తీసుకున్నారు.





ఇది ముగింపు మాత్రమే కాదు

బీటౌన్ యంగ్ బ్యూటీ దిశా పటాని, ఇహ్రాన్ హమ్మీ ప్రధాన పాత్రల్లో నటిస్తున్న తాజా చిత్రం 'ఆవారావన్ 2'. 2007లో విడుదలై కల్ట్ క్లాసిక్ హిట్‌గా నిలిచిన 'ఆవారావన్' చిత్రానికి సీక్వెల్‌గా వస్తున్న ఈ ప్రాజెక్టుపై బాలీవుడ్ ప్రేక్షకుల్లో భారీ అంచనాలు ఉన్నాయి. ఇప్పటికే షూటింగ్ పూర్తి చేసుకున్న ఈ మూవీ.. ఆగస్టు 14న ప్రేక్షకుల ముందుకు రాబోతున్నట్లు చిత్ర ప్రకటించారు. ఈ మేరకు తాజాగా ఈ సినిమా నుంచి మరో అప్డేట్ వచ్చింది. 'ఆవారావన్ 2' ఫస్ట్ లుక్ టీజర్ జూలై 1న విడుదల కానున్నట్లు బాలీవుడ్ ఫిలిమ్ వర్గాల నుంచి టాక్. ఈ టీజర్ దిశ, ఇహ్రాన్ మధ్య ఉండబోతుందని తెలుస్తుంది. ఇదిలా ఉంటే.. ఈ సినిమా ప్రమోషన్స్ అప్పుడే స్టార్ట్ చేసిన దిశ.. సోషల్ మీడియాలో అదిరిపోయే పోస్టులతో కుర్రకారుని ఆకట్టుకునే ప్రయత్నం చేస్తుంది. కాగా.. 'అభిమానులకు తెలుసు ఇది కేవలం ముగింపు మాత్రమే కాదని.. అతను మీ కోసమే మళ్లీ తిరిగి వచ్చాడు' అంటూ మేకర్స్ ఇటీవల రిలీజ్ చేసిన 'ఆవారావన్ 2' ఫస్ట్ లుక్ పోస్టర్‌తో సినిమాపై మరిన్ని ఎక్స్‌పెక్టేషన్స్ పెరిగాయి. నితిన్ కక్కర్ దర్శకత్వం వహిస్తున్న ఈ క్రిమే యాక్షన్ థ్రిల్లర్‌ను విశేష్ ఫిలిమ్స్ నిర్మిస్తుంది.

పాత్ర సరిగ్గా రాయబడకపోతే ఆ బాధ్యత మహిళది కాదు

రామ్ చరణ్, జాన్వీ కపూర్ జంటగా నటించిన చిత్రం 'పెద్ది'. బుచ్చిబాబు సానా దర్శకత్వం వహించిన ఈ మూవీ రీసెంట్‌గా ప్రేక్షకుల ముందుకు వచ్చి పాజిటివ్ టాక్ సొంతం చేసుకుంది. అయితే.. ఇందులో జాన్వీ పాత్రపై మాత్రం విమర్శలు ఎదురవుతున్నాయి. ఆమెను గ్లామర్ బొమ్మలా, రొమాంటిక్‌గా మాత్రమే చూపించారని, పాత్రలో ప్రాధాన్యత లేదని నెట్టింట్ ట్రోల్స్ వస్తున్నాయి. దీనిపై రీసెంట్‌గా డైరెక్టర్ బుచ్చిబాబు స్పందించి ఇప్పటికే క్లమాపణలు చెప్పిన విషయం తెలిసిందే. కానీ, కొందరు మాత్రం అలాంటి పాత్ర కేవలం డబ్బుల కోసం మాత్రమే ఒప్పుకుందంటూ జాన్వీపై సైతం నెగిటివ్ కామెంట్స్ చేస్తున్నారు. ఈ క్రమంలోనే తాజాగా డింపుల్ హయాతి కూడా తన అభిప్రాయాన్ని వ్యక్తం చేసింది. 'నటీమణుల పాత్రలను రాస్తూనే విధానంపై కాకుండా.. వారికి ఇచ్చిన పాత్రలను చేసినందుకు హీరోయిన్స్‌ను మాత్రమే తప్పుబట్టే విధానంపై చర్చ జరగడం నిజంగా సంతోషకరం. ఇక్కడ హీరోయిన్స్‌ను ఇలా మాత్రమే చూపిస్తే అవ్వుదుపోతాయి అని భావించే మేకర్స్ (నిర్మాతలు, దర్శకులు), అండ్ ఈ సినిమా వ్యవస్థను నిందించాలి. మాలాంటి నటీనటులు లభించే అవకాశాలను వనియోగించుకుంటూ, పెద్ద సినిమాల్లో నటిస్తూ మరింత మంది ప్రేక్షకులకు చేరువవ్వాలని ఆశపడుతుంటాము. అయితే.. ఒక పాత్ర సరిగ్గా రాయబడకపోతే ఆ బాధ్యత ఆ పాత్రను పోషించిన మహిళది కాదు, అది పూర్తిగా రైటింగ్ అండ్ మేకింగ్ ఛాయిస్‌లదే అవుతుంది. దురదృష్టవశాత్తూ మేము చేసే పాత్రల ఆధారంగా మా మీద ఒక ముద్ర పడిపోతుంది. దీనివల్ల పూర్తి నటనా సామర్థ్యాన్ని నిరూపించుకునే అవకాశం కూడా దక్కదు అంటూ ఆవేదన వ్యక్తం చేసింది డింపుల్ హయాతి.



కర్తపై నాకు చాలా నమ్మకం ఉంది..

సేవ చేయడంలో ఉన్న ఆనందమే వేరు అంటుంది బాలీవుడ్ క్యూటీ బ్యూటీ మృణాల్ రాకూర్. సీతా రామం, హోయ్ నాన్న వంటి చిత్రాలతో తెలుగు ప్రేక్షకుల్లో సైతం పుల్ లేజ్ తెచ్చుకున్న ఈ హీరోయిన్.. ప్రస్తుతం తెలుగు, హిందీ భాషల్లో అవకాశాలు అందుకుంటూ వరుస సినిమాలు చేస్తుంది. అలాగే త్వరలో కోలీవుడ్ ఎంట్రీ ఇచ్చేందుకు సిద్ధం అవుతున్నది. ఈ మేరకు కోలీవుడ్ స్టార్ ధనుష్ సినిమాలో చాన్స్ అందుకున్న విషయం తెలిసిందే. ఇలా సినిమాలతో బజ్‌గా ఉన్న ఈ బ్యూటీ.. సేవా చేయడంలో కూడా ఒక తప్పి ఉంటుంది అంటూ రీసెంట్ ఇంటర్వ్యూలో చెప్పుకొచ్చింది. 'ఇప్పటివరకు ఏదో ఆనందాన్ని ఇస్తుందని నేను అనుకున్నా, కానీ అది నిజం కాదు.. జీవితంలో మనకు నిజమైన ఆనందం ఉన్నదానిలో ఇతరులకు ఇవ్వంలోనే ఉంటుంది. పెద్ద మొత్తంలో కాకపోయినా మనకు ఉన్నదానిలో కొంత లేనివారికి సాయం చేయాలి. ముఖ్యంగా నాకు కర్తపై చాలా నమ్మకం ఉంది. అయితే చేసిన సాయానికి ప్రతిఫలం ఉంటుందా? లేదా? అనేది మాత్రం ఆలోచించను. నాకు తోచిన సాయం చేస్తుంటాను. దాని వల్ల ఎవరైనా సంతోష పడితే అంతే చాలు' అంటూ చెప్పుకొచ్చింది. ప్రస్తుతం మృణాల్ కామెంట్స్ వైరల్ అవుతుండగా.. ప్రశంసలు కురిపిస్తున్నారు నెటిజన్లు.

