TG/TEL/25/A3731
నిజం
దృష్టి తెలుగు న్యూస్

WANTED
రిపోర్టర్లు కావలెను
నిజం దృష్టి తెలుగు న్యూస్
దినపత్రికలో పనిచేయుటకు తెలంగాణ,ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రం లోని అన్ని జిల్లా కేంద్రాలకు రిపోర్టర్లు కావలెను
ఆయా జిల్లాల్లోని రాజకీయాలు, ఇతర అంశాలపై లోతైన విశ్లేషణలు రాయగల సామర్థ్యం ఉండాలి, అనుభవం గల వారికి ప్రాధాన్యత ఇవ్వబడును.
సెల్: 9247842354

హైదరాబాద్ | ఎడిటర్: వరుదు సుజాత | సంపుటి:-1 | సంచిక:-162 | పేజీలు:-4 | ఆదివారం 24-05-2026

SIMULTANEOUSLY PRINTED AT ADHILABAD I HYDERABAD |NALGONDA | KHAMMAM | KARIMNAGAR | KURNOOL | MAHABOOBNAGAR | WARANGAL | MANGALAGIRI | NELLORE | NIZAMABAD | ANANTAPUR | GUNTUR| KADAPA | ONGOLE | RAJAHMUNDRY | SRIKAKULAM | TADEPALLI GUDEM | TIRUPATHI | VIJAYAWADA | VISAKHAPATNAM

గోదావరి పుష్కరాలకు రూ.1000 కోట్లు

- తెలంగాణ కేబినెట్ ఆమోదం
- కేబినెట్ సమావేశంలో పలు కీలక నిర్ణయాలు
- రేవంత్ రెడ్డి అధ్యక్షతన మంత్రివర్గం భేటీ
- తొలి విడతగా రూ.300 కోట్ల మంజూరుకు కేబినెట్ పచ్చజెండా
- జూనియర్ కళాశాలల్లోనూ మధ్యాహ్న భోజనం పథకం అమలు చేసేందుకు క్యాబినెట్ ఆమోదం
- రాష్ట్ర ఆవిర్భావ వేడుకల్లో ప్రారంభించనున్న అంశాలపై చర్చ

గోదావరి పుష్కరాల కోసం రూ.1,000 కోట్లు కేటాయించాలని తెలంగాణ ప్రభుత్వం నిర్ణయించింది. ఈ మేరకు ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి అధ్యక్షతన సమావేశమైన మంత్రివర్గం సంబంధిత పనుల కోసం నిధుల కేటాయింపునకు ఆమోదం తెలిపింది. తొలి విడతగా రూ.300 కోట్ల మంజూరుకు పచ్చజెండా ఊపింది.కేబినెట్ సమావేశంలో పలు కీలక నిర్ణయాలు తీసుకున్నారు. జూనియర్ కళాశాలల్లోనూ మధ్యాహ్న భోజన పథకం అమలుకు మంత్రివర్గం ఆమోదం తెలిపింది. పాఠశాలలు, జూనియర్ కళాశాలల్లో అల్పాహారం, పాలు అందించాలని కేబినెట్ నిర్ణయించింది. అసోం రైఫిల్స్, బీఎస్ఎఫ్,

- మిగతా 2 లో

తెలంగాణలో భానుడి ఉగ్రరూపం
వడదెబ్బతో 34 మంది మృతి

- తెలంగాణలో కొనసాగుతున్న తీవ్రమైన ఎండలు, వడగాలులు
- వడదెబ్బ కారణంగా రాష్ట్రవ్యాప్తంగా 34 మంది మృతి
- కుమ్రం భీం జిల్లాలో రికార్డు స్థాయిలో 46.5 డిగ్రీల ఉష్ణోగ్రత నమోదు
- 18 జిల్లాలకు వాతావరణ శాఖ రెడ్ అలర్ట్ జారీ
- రానున్న నాలుగు రోజులు అప్రమత్తంగా ఉండాలని హెచ్చరిక

తెలంగాణ రాష్ట్రం భానుడి భగభగలతో అగ్నిగుండంలా మారుతోంది. ముఖ్యంగా ఉత్తర తెలంగాణ జిల్లాల్లో నిప్పుల వర్షం కురుస్తుండగా, రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ఎండల తీవ్రత, వడగాలులతో ప్రజలు అల్లాడిపోతున్నారు. పరిస్థితి తీవ్రతకు అద్దం పడుతూ, రాష్ట్రంలో ఇప్పటివరకు వడదెబ్బ కారణంగా 34 మంది ప్రాణాలు

- మిగతా 2 లో

భవిష్యత్తులో వ్యాపార అవకాశాల్లో సీఏల పాత్ర కీలకం

- బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్
- ఐసీఏఐ స్నాతకోత్సవ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న కేటీఆర్
- చార్టర్డ్ అకౌంటెంట్లు కేవలం పన్నుల లెక్కలకే పరిమితం కాకూడదని సూచన
- సీఏలు వ్యాపారాలను వృద్ధి చేసే సలహాదారులుగా ఎదగాలని ఆకాంక్ష

భవిష్యత్తులో వ్యాపార అవకాశాల్లో చార్టర్డ్ అకౌంటెంట్ల (సీఏ) పాత్ర అత్యంత కీలకంగా మారుతుందని బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ అన్నారు. గచ్చిబౌలిలోని ఇనిస్టిట్యూట్ ఆఫ్ చార్టర్డ్ అకౌంటెంట్స్ ఆఫ్ ఇండియా (ఐసీఏఐ) స్నాతకోత్సవ కార్యక్రమంలో

- మిగతా 2 లో

ప్రపంచ శ్రేయస్సు కోసం భారత్-అమెరికా కలిసి పనిచేస్తాయి

- మోదీతో మార్కో రూబియో కీలక చర్చలు
- అమెరికా రావాలని ఆహ్వానం
- నాలుగు రోజుల పర్యటన నిమిత్తం భారత్‌కు చేరుకున్న అమెరికా విదేశాంగ మంత్రి మార్కో రూబియో
- భద్రత, వాణిజ్యం సహా కీలక రంగాలపై చర్చ
- యుద్ధం నేపథ్యంలో భేటీకి ప్రాధాన్యం

నాలుగు రోజుల భారత పర్యటనకు వచ్చిన అమెరికా విదేశాంగ మంత్రి మార్కో రూబియో శనివారం ప్రధాని మోదీతో భేటీ అయ్యారు. వాణిజ్య, భద్రత సహా కీలక రంగాలపై చర్చలు జరిపారు. ఈ సందర్భంగా అధ్యక్షుడు ట్రంప్ తరపున మోదీని వైట్‌హౌస్‌కు ఆహ్వానించారు. ట్రంప్ రెండోసారి అధికారంలోకి వచ్చాక భారత్-అమెరికా మధ్య వాణిజ్యం విషయంలో విభేదాలు తలెత్తిన విషయం తెలిసిందే.

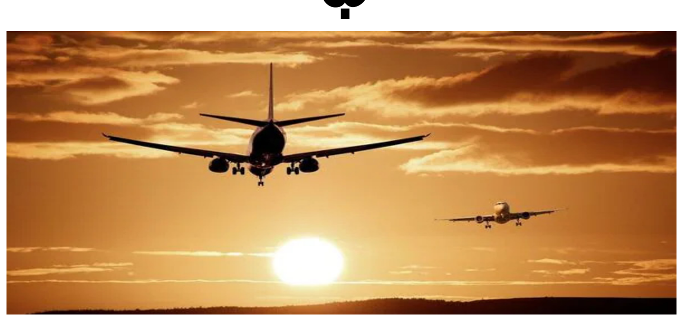
- మిగతా 2 లో

హైదరాబాద్‌లో టెస్లా షోరూం

- తెలంగాణ ఆటోమొబైల్ రంగానికి కొత్త ఊపు
- హైదరాబాద్‌లో సేల్స్, సర్వీస్ సెంటర్ ఏర్పాటు చేయనున్న టెస్లా
- మంత్రి శ్రీధర్‌బాబుతో టెస్లా ఉన్నతాధికారుల ఉన్నత స్థాయి భేటీ
- తెలంగాణను గ్లోబల్ మొబిలిటీ హబ్‌గా తీర్చిదిద్దుతామన్న ప్రభుత్వం
- అనుబంధ పరిశ్రమలపైనా దృష్టి సారించాలని టెస్లాకు మంత్రి సూచన
- పెట్టుబడులకు పూర్తిస్థాయి సహకారం అందిస్తామని ప్రభుత్వ హామీ

2 లో

గగనతలం మూసివేసిన ఇరాన్..
మళ్లీ యుద్ధ భయం?



- ఇరాన్‌పై కొత్తగా సైనిక దాడులు చేసేందుకు అమెరికా యోచిస్తోందని కథనాలు
- అమెరికా హెచ్చరికల నేపథ్యంలో గగనతలాన్ని పూర్తిగా మూసివేసిన ఇరాన్
- ఇరు దేశాల మధ్య శాంతి చర్చలు నిలిచిపోవడంతో తీవ్రమవుతున్న ఉద్రిక్తతలు
- ప్రభుత్వ బాధ్యతల కారణంగా సొంత కుమారుడి వివాహానికి దూరంగా ఉంటున్నట్టు తెలిపిన ట్రంప్

అమెరికా, ఇరాన్ మధ్య ఉద్రిక్తతలు మరోసారి తీవ్ర స్థాయికి చేరాయి. ఇరాన్‌పై 'కొత్త దాడులు' చేసేందుకు అమెరికా సన్నద్ధమవుతోందన్న వార్తల నేపథ్యంలో ఇరు దేశాల మధ్య యుద్ధ వాతావరణం నెలకొంది. ఈ పరిణామాల నేపథ్యంలో ముందుజాగ్రత్త చర్యగా ఇరాన్ తమ గగనతలాన్ని పూర్తిగా మూసివేస్తున్నట్లు ప్రకటించింది. ఇరు దేశాల మధ్య శాంతి చర్చలు నిలిచిపోవడంతో పరిస్థితి మరింత సంక్లిష్టంగా మారింది.సీబీఎస్ న్యూస్ కథనం ప్రకారం రాబోయే 24 గంటల్లో దౌత్యపరంగా కీలక పురోగతి లేకపోతే ఇరాన్‌పై భారీ సైనిక చర్యలకు ఆమోదం తెలిపేందుకు అమెరికా అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్ మొగ్గు చూపుతున్నారు. అయితే, దాడులపై ఇంకా తుది నిర్ణయం తీసుకోలేదని కూడా ఆ కథనం పేర్కొంది.

- మిగతా 2 లో

2 లో

దేశంలో 40 శాతం ఫేక్ న్యాయవాదులే!

- నకిలీ సర్టిఫికెట్లతో కోర్టుల్లో ప్రాక్టీస్ చేస్తున్నట్లు గుర్తింపు
- డిగ్రీల వెరిఫికేషన్‌కు లాయర్లు దూరంగా ఉన్నట్లు బీసీఐ వెల్లడి
- ఈ ఉదంతాన్ని సీజేఐ దృష్టికి తీసుకెళ్లిన బీసీఐ
- లాయర్ల డిగ్రీలపై సీబీఐ విచారణకు సీజేఐ యోచన

నింద నుంచి తప్పించుకునేందుకే శాంతిదూత ముసుగు ధరించాడు

- బీజేపీ ఎంపీ సీఎం రమేష్
- పయ్యావుల కేశవ్ తో కలిసి సీఎం రమేష్ ప్రెస్ మీట్
- మాజీ సీఎం జగన్ పై తీవ్రస్థాయిలో విమర్శలు
- శాంతిదూత ముసుగు వేసుకుని జగన్ కొత్త నాటకానికి తెరలేపారని వ్యాఖ్యలు
- జగన్ తాత రాజారెడ్డిపై అధికారికంగా రౌడీ షీట్ ఉందని వెల్లడి
- వివేకా హత్యపై ఓపెన్ పోల్ పెడితే రాజకీయాల నుంచి తప్పుకుంటానని సవాల్

వైసీపీ అధినేత జగన్ ఒక నటుడు, క్రిమినల్ అని, ఇప్పుడు హఠాత్తుగా శాంతిదూత ముసుగు వేసుకుని ప్రజలను పక్కదారి పట్టించే ప్రయత్నం చేస్తున్నారని అనకాపల్లి బీజేపీ ఎంపీ సీఎం రమేష్ తీవ్రస్థాయిలో ధ్వజమెత్తారు. శనివారం విజయవాడలోని ఆర్ అండ్ బీ అతిథి గృహంలో రాష్ట్ర ఆర్థిక మంత్రి పయ్యావుల కేశవ్‌తో కలిసి ఆయన విలేకరుల సమావేశంలో మాట్లాడారు. జగన్ ఒక

- మిగతా 2 లో

ఆగస్టు 15లోపు రాష్ట్రవ్యాప్తంగా సంజీవని

- ఆంధ్రప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు
- ఇంటినుంచే 74 రకాల వైద్య పరీక్షలు
- అధికారంలో ఉన్నా, ప్రతిపక్షంలో ఉన్నా గొడ్డలి పార్టీ బుద్ధి మారట్లేదు
- సీబీఎన్ దగ్గర తోక తిప్పితే, ప్రజాహితం కోసం తోక కట్ చేస్తా
- 'సంజీవని' కార్యక్రమం వైఎస్సార్సీపీ తీరును తీవ్రంగా తప్పుబట్టిన సీఎం

ప్రపంచస్థాయి వైద్య సేవలను ప్రజలకు అందించడమే తమ ప్రభుత్వ లక్ష్యమని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు అన్నారు. ఆగస్టు 15 లోపే రాష్ట్రవ్యాప్తంగా సంజీవని పథకం పూర్తిస్థాయిలో అమలు చేసేందుకు చర్యలు తీసుకుంటున్నామన్నారు. రాబోయే రోజుల్లో ప్రతి ఒక్కరికి ఒక ఏఐ డాక్టర్ ఉంటారని తెలిపారు. చిత్తూరు జిల్లా యాదమర్రి మండలం కంద్రిక గ్రామంలో ఏర్పాటు చేసిన కార్యక్రమంలో ఆయన పాల్గొన్నారు.'సంజీవని' కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న ఆయన వైఎస్సార్సీపీ తీరును తీవ్రంగా తప్పుబట్టారు. అధికారంలో ఉన్నా, ప్రతిపక్షంలో ఉన్నా గొడ్డలి పార్టీ బుద్ధి మారట్లేదన్నారు. "సమాజానికి గొడ్డలి పార్టీ హానికరం. గొడ్డలి పార్టీ నెవర్ అగైన్' అని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు అన్నారు. రప్పారప్పా రంకెలు, జంతు రక్తంతో కటౌట్లకు అభిషేకాలా సీబీఎన్ దగ్గర తోక జాడిస్తే, ప్రజాహితం కోసం తోక కట్ చేస్తానని హెచ్చరించారు. గొడ్డలి పార్టీ పట్ల ప్రజలు జాగ్రత్తగా ఉండాలి, ప్రజాస్వామ్యంలో ఆ పార్టీకి చోటు లేదని సీఎం అన్నారు."అభివృద్ధి సంక్షేమంతోపాటు ప్రజల ప్రాణాలు, ఆస్తులకు రక్షణ ఇవ్వాలి. కులాలు, మతాల

- మిగతా 2 లో

2 లో

జనసేన విప్ పదవికి ఎమ్మెల్యే అరవ శ్రీధర్ రాజీనామా

- జనసేన విప్ పదవికి రైల్వే కోడూరు ఎమ్మెల్యే అరవ శ్రీధర్ రాజీనామా
- అధినేత పవన్ కల్యాణ్‌ను కలిసి రాజీనామా లేఖ అందజేత
- వ్యక్తిగత కారణాలతోనే తప్పుకుంటున్నట్లు ప్రకటన
- మహిళా ఉద్యోగి ఆరోపణల వివాదం నేపథ్యంలో ఈ పరిణామం

సంపాదకీయం

‘తమిళ విజయం’ మనకు ఆదర్శం

ప్రజలు ఆలోచిస్తున్నారు కాబట్టి మార్పు మొదలవుతుంది. ఈ మాట తమిళనాడు రాజకీయాలలో నిజమైంది. అలాగే తెలుగు రాష్ట్రాల రాజకీయ పరిస్థితులకు అక్షరాలా సరిపోతుంది. ఎన్నికలయిన దాదాపుగా ప్రతిసారి అధికార మార్పిడి జరుగుతున్నది, కానీ పాలన మారడం లేదు. పార్టీలు మారుతున్నాయి, కానీ రాజకీయ సంస్కృతి మారడం లేదు. టీడీపీ, వైఎస్ఆర్‌సీపీ, కాంగ్రెస్, బీఆర్ఎస్-- పేర్లు వేరయినా ప్రజల్లో పెరుగుతున్న భావన ఒక్కటే... అవినీతి, కుటుంబాధిపత్యం, కాంట్రాక్టర్ రాజకీయం, డబ్బు పంపిణీ, అధికార దుర్వినియోగం.ఒకప్పుడు సిద్ధాంతాల కోసం నడిచిన రాజకీయాలు ఇప్పుడు ఎన్నికల మేనేజ్‌మెంట్‌కు పరిమితమయ్యాయి. ప్రజా సమస్యల కంటే మీడియా మేనేజ్‌మెంట్, సోషల్ ఇంజనీరింగ్, డబ్బు సమీకరణ, ఓటర్లకు పంపిణీ ప్రధాన అజెండాలుగా మారాయి. ఎన్నికలప్పుడు ప్రజలను గుర్తుచేసుకునే నాయకత్వం, తర్వాత కార్పొరేట్ వర్గాలకు దగ్గరవుతోందన్న అసంతృప్తి సామాన్యుల్లో ఉంది. బీజేపీ దక్షిణాదిలో స్థిరపడేందుకు ప్రయత్నిస్తోంది. కానీ ఉత్తర భారతంలో పనిచేసిన మత రాజకీయాలు ఇక్కడ పనిచేయడం లేదు. దక్షిణ భారత సమాజం సామాజిక న్యాయం, ఆత్మగౌరవం, భాషాభిమానం, సెక్యులర్ విలువలపై నిర్మితమైంది. ఇక్కడ ప్రజలు మత విద్వేషాల కంటే ఉద్యోగాలు, విద్య, వ్యవసాయం, ధరలు, జీవనోపాధి గురించి ఎక్కువగా ఆలోచిస్తారు. అయినా బీజేపీ ఒకవైపు ప్రాంతీయ పార్టీలతో రాజీ రాజకీయాలు చేస్తూనే, మరోవైపు మత ఉద్రిక్తతలను రెచ్చగొట్టే ప్రయత్నాలు చేస్తోందన్న విమర్శలు ఉన్నాయి.ఈ పరిస్థితుల్లో తెలుగు రాష్ట్రాల్లో ఒక ప్రత్యామ్నాయ రాజకీయ శక్తికి విస్తృత అవకాశం ఏర్పడుతోంది. అదే బీసీ, దళిత, ఆదివాసీ, ముస్లిం, బహుజన రాజకీయాలు. సంఖ్యలో మెజారిటీ అయిన బీసీలు, ఎస్సీలు, ఎస్టీలు, మైనారిటీలు రాజకీయ అధికారంలో మాత్రం ఎందుకు మైనారిటీగా మిగిలిపోతున్నారు అనే ప్రశ్న ఇప్పుడు బలంగా వినిపిస్తోంది. తమిళనాడులో విజయ్ రాజకీయ ప్రవేశం ఈ ప్రశ్నకు ఒక కొత్త దిశ చూపించింది. రాజకీయ వారసత్వం లేకుండా, సంప్రదాయ మీడియా మద్దతు లేకుండా, డబ్బు పంచకుండా, కేవలం యువత నమ్మకంతో, క్లీన్ ఇమేజ్‌తో, సోషల్ మీడియా శక్తితో ఒక ప్రత్యామ్నాయ రాజకీయ వేదికను నిర్మించగలిగాడు. ఆయన గెలిచింది కేవలం ఓట్లు కాదు... ప్రజల నమ్మకం, అభిమానంతో పాటు మార్పు కోసం ఎదురుచూస్తున్న యువత ఆత్మగౌరవాన్ని. ఇది తెలుగు రాష్ట్రాల బహుజన యువతకు ఒక గొప్ప సంకేతం. “మనం కూడా చేయగలం... మనం కూడా గెలవగలం” అనే నమ్మకం కలిగించే ఉదాహరణ.బహుజన ఉద్యమం కేవలం కుల సంఘాల స్థాయిలో ఆగిపోకూడదు. అది ఆత్మగౌరవ ఉద్యమంగా మారాలి. బీసీలతో మొదలైన చైతన్యం ఎస్సీలు, ఎస్టీలు, మైనారిటీలు, యువత, మహిళలు, అట్టడుగు వర్గాలందరినీ కలుపుకుంటూ విస్తరించాలి. “ఓటు మాది... సీటు మీదా?” అనే ప్రశ్న ప్రతి గ్రామంలో వినిపించాలి. ప్రజల హృదయాలను గెలుచుకోకుండా రాజకీయాలు గెలవలేమని అనడానికి తమిళనాడు ఉదాహరణ. డబ్బుతో కొన్ని ఓట్లు కొనవచ్చు. కానీ నమ్మకాన్ని కొనలేరు. నిజంగా డబ్బే ఎన్నికలను నిర్ణయిస్తే డబ్బున్నవాళ్లే శాశ్వతంగా అధికారంలో ఉండాలి. కానీ ప్రజాస్వామ్యంలో మార్పు జరుగుతూనే ఉంది. అంటే ప్రజలు ఇంకా ఆలోచిస్తున్నారు... ప్రత్యామ్నాయం కోసం ఎదురుచూస్తున్నారు. ఈ ఉద్యమానికి కేవలం ఆగ్రహం సరిపోదు. సిద్ధాంతం కావాలి. సామాజిక న్యాయం, సమానత్వం, సెక్యులరిజం, ఆత్మగౌరవం-- ఇవే పునాదులు కావాలి. అంబేద్కర్, ఫూలే, పెరియార్, కాన్షీరాం వంటి మహానుభావుల ఆలోచనలు ఉద్యమానికి దిశానిర్దేశం చేయాలి. తెలంగాణలో సర్వాయి పాపన్న, చాకలి ఐలమ్మ, సమ్మక్క--సారలక్క, దొడ్డి కొమరయ్య వంటి పోరాట యోధుల వారసత్వం ఉద్యమానికి బలం కావాలి.ఇప్పుడు ప్రింట్, ఎలక్ట్రానిక్ మీడియా పూర్తిగా కార్పొరేట్ రాజకీయాల ప్రభావంలో ఉన్న కాలం. అందుకే సోషల్ మీడియానే కొత్త తరహా ఉద్యమాల ప్రధాన ఆయుధంగా మారింది. ప్రతి గ్రామంలో ప్రతి యువకుడు ఒక ప్రచారకర్త కావాలి. ఆలోచనలను ప్రజల్లోకి తీసుకెళ్లగలిగితేనే మార్పు సాధ్యమవుతుంది. ముఖ్యంగా, బహుజన రాజకీయాలు ద్వేష రాజకీయాలు కాకూడదు. ఆగ్రహం ఉండాలి కానీ, అసభ్యత కాదు. పోరాటం ఉండాలి కానీ, విద్వేషం కాదు. గౌరవంతో కూడిన రాజకీయ భాష ప్రజలను మరింత దగ్గర చేస్తుంది.తెలుగు రాష్ట్రాల్లో ప్రజలు మార్పు కోరుకుంటున్నారు. పాత రాజకీయాలపై విసుగు వచ్చింది. ఇదే సరైన సమయం. బహుజన శక్తులు గ్రామగ్రామాన తిరగాలి. ప్రతి స్థానంలో పోటీ చేయాలి. ప్రజల్లో నమ్మకం నింపాలి. అధికారాన్ని అడుక్కోవడం కాదు, సాధించాలనే సంకల్పంతో ముందుకు సాగాలి. ఎందుకంటే బహుజన భావజాలం కేవలం ఒక రాజకీయ ప్రత్యామ్నాయం కాదు, అది సామాజిక న్యాయ భారత నిర్మాణానికి మార్గం.

గగనతలం మూసివేసిన ఇరాన్.. మళ్లీ యుద్ధ భయం?

మొదటిపేజీ తరువాయి - ఈ ఉద్రిక్తతల కారణంగా అమెరికా సైనిక, నిఘా వర్గాలకు చెందిన పలువురు అధికారులు తమ మెమోరియల్ డే వారాంతపు ప్రణాళికలను రద్దు చేసుకున్నట్లు తెలిసింది. శనివారం పరిస్థితులు తీవ్రరూపం దాల్చడంతో న్యూజెర్సీలో తన వారాంతపు పర్యటనను రద్దు చేసుకున్న ట్రంప్ హుటాహుటిన వాషింగ్టన్‌కు తిరిగి వచ్చారు.ఈ సంక్షోభం తీవ్రతకు అద్దం పట్టేలా తన కుమారుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్ జూనియర్ వివాహానికి కూడా తాను హాజరుకాలేనని ట్రంప్ స్వయంగా ప్రకటించారు. “ప్రభుత్వానికి సంబంధించిన పరిస్థితుల దృష్ట్యా నేను వాషింగ్టన్‌లోనే ఉండటం ముఖ్యం” అని ఆయన తన ట్రూత్ సోషల్ ఖాతాలో పోస్ట్ చేశారు. ఇది ప్రస్తుతం నెలకొన్న గంభీరతను తెలియజేస్తోంది.గత ఏప్రిల్‌లో ట్రంప్ ప్రకటించిన తాత్కాలిక కాల్పుల విరమణ ఒప్పందం ఇప్పటివరకు కొనసాగినప్పటికీ, ఇరు దేశాల మధ్య చర్చలు ముందుకు సాగడం లేదు. ఇరాన్ శుద్ధి చేసిన యురేనియం నిల్వలపై నెలకొన్న ప్రతిష్టంభనే దీనికి ప్రధాన కారణంగా కనిపిస్తోంది. ఇరాన్‌ను అణ్వాయుధం కలిగి ఉండటానికి అనుమతించబోమని, శుద్ధి చేసిన యురేనియం నిల్వలను దేశం విడిచి తరలించాలని అమెరికా పట్టుబడుతోంది. మరోవైపు తమ యురేనియం నిల్వలను విదేశాలకు తరలించే ప్రసక్తే లేదని ఇరాన్ స్పష్టం చేస్తోంది. ఈ నేపథ్యంలో పశ్చిమాసియాలో మరోసారి యుద్ధ మేఘాలు కమ్ముకుంటున్నాయి.

ప్రపంచ శ్రేయస్సు కోసం భారత్-అమెరికా కలిసి పనిచేస్తాయి

మొదటిపేజీ తరువాయి - మరోవైపు ఇరాన్ ఉద్రిక్తతలు కొనసాగుతున్న తరుణంలో ఈ భేటీ జరగడం ప్రాధాన్యం సంతరించుకుంది.ఈ చర్చల్లో పాల్గొన్న అమెరికా రాయబారి సెర్గియో గోర్ భేటీ అనంతరం ‘ఎక్స్’ వేదికగా స్పందించారు. “ప్రధాని మోదీతో సమావేశం అద్భుతంగా సాగింది. భద్రత, వాణిజ్యం, కీలక సాంకేతిక రంగాల్లో అమెరికా-భారత్ సహకారాన్ని మరింత బలోపేతం చేసే మార్గాలపై ఫలప్రదమైన చర్చలు జరిగాయి. ఈ రంగాలు ఇరు దేశాలను పటిష్ఠం చేయడమే కాకుండా.. స్వేచ్ఛా, బహిరంగ ఇండో-పసిఫిక్ రీజియన్‌ను ముందుకు తీసుకెళతాయి. అమెరికాకు భారత్ అత్యంత కీలకమైన భాగస్వామి” అని పోస్ట్ చేశారు.ప్రపంచ శాంతి భద్రతలపై చర్చించినట్లు ప్రధాని మోదీ ఎక్స్ వేదికగా వెల్లడించారు. పాకిస్థాన్ మధ్యవర్తిత్వం వహించిన శాంతి చర్చలు విఫలం కావడంతో ఇరాన్‌పై మళ్లీ దాడులు చేయడానికి ట్రంప్ యోచిస్తున్నారనే వార్తల నడుమ ఈ భేటీ జరిగింది. చర్చల్లో భాగంగా ఇరాన్ సంక్షోభం కూడా ప్రస్తావనకు వచ్చినట్లు తెలుస్తోంది. ప్రపంచ శ్రేయస్సు కోసం భారత్, అమెరికా కలిసి పనిచేస్తాయని మోదీ పేర్కొన్నారు.

దేశంలో 40 శాతం ఫేక్ న్యాయవాదులే!

మొదటిపేజీ తరువాయి - దేశంలో నల్ల కోట్లు వేసుకుని కోర్టుల్లో తిరుగుతున్న న్యాయవాదుల్లో దాదాపు 35 నుంచి 40 శాతం మంది నకిలీవారేనని బార్ కౌన్సిల్ ఆఫ్ ఇండియా (బీసీఐ) ఛైర్మన్, సీనియర్ అడ్వకేట్ మనన్ కుమార్ మిశ్రా సంచలన నివేదిక ఇచ్చారు. వీరంతా నకిలీ సర్టిఫికెట్లు కొనుగోలు చేసి లేదా సృష్టించి కోర్టుల్లో ప్రాక్టీస్ చేస్తున్నారని పేర్కొన్నారు. ఈ వ్యవహారం తమ దృష్టికి వచ్చిందని, దీనిపై చర్యలు తీసుకుంటున్నామని వెల్లడించారు.ఈ నకిలీ డిగ్రీల వ్యవహారాన్ని అడ్డుకోవడానికి బీసీఐ కసరత్తు ప్రారంభించింది. అడ్వొకేట్ల డిగ్రీ సర్టిఫికెట్లను పరిశీలించే ప్రక్రియను బీసీఐ మొదలుపెట్టగా.. దాదాపు 40 శాతం మంది తమ వెరిఫికేషన్ ఫారాలను పూరించలేదు. ఫారాలు నింపని వీరంతా నకిలీ న్యాయవాదులేనని బీసీఐ అనుమానిస్తోంది. ఈ విషయాన్ని ఇప్పటికే భారత ప్రధాన న్యాయమూర్తి (సీజేఐ) దృష్టికి తీసుకెళ్లినట్లు మనన్ మిశ్రా వెల్లడించారు.సోషల్ మీడియాలో సంచలనంగా మారిన ‘కాక్రోచ్ జనతా పార్టీ’ ఉద్యమం వెనుక ఉన్న నేపథ్యాన్ని కూడా బీసీఐ మనన్ కుమార్ వివరించారు. గత వారం ఒక పిటిషన్‌ను విచారిస్తున్న సమయంలో సీజేఐ జస్టిస్ సూర్యకాంత్ లాయర్ల డిగ్రీలపై అనుమానం వ్యక్తం చేశారు. నకిలీ డిగ్రీలతో కోర్టుల్లోకి వస్తున్న యువతను ఉద్దేశించే ఆయన ‘కాక్రోచ్’ వ్యాఖ్యలు చేశారని, దీనిపై సీబీఐ విచారణ కోరాలని భావిస్తున్నట్లు సీజేఐ చెప్పారని మిశ్రా స్పష్టం చేశారు.

భవిష్యత్తులో వ్యాపార అవకాశాల్లో సీఏల పాత్ర కీలకం

మొదటిపేజీ తరువాయి - ఆయన పాల్గొని ప్రసంగించారు. కేటీఆర్ మాట్లాడుతూ, చార్టర్డ్ అకౌంటెంట్లు కేవలం పన్నుల లెక్కలకే పరిమితం కాకూడదని సూచించారు.సీఏలు వ్యాపారాలను వృద్ధి చేసే సలహాదారులుగా ఎదగాలని వ్యాఖ్యానించారు. ప్రస్తుత కాలానుగుణంగా కృత్రిమ మేధ (ఏఐ)ని వృత్తిలో భాగంగా చేసుకోవాలని ఆయన అన్నారు. ముమ్మందు పన్నులు, జీఎస్టీ, వ్యాపారాల విస్తరణలో సీఏల అవసరం చాలా ఉంటుందని పేర్కొన్నారు. విద్యార్థులు తమ తల్లిదండ్రుల త్యాగాలను, కష్టాన్ని మరవకూడదని సూచించారు.

గోదావరి పుష్కరాలకు రూ.1000 కోట్లు

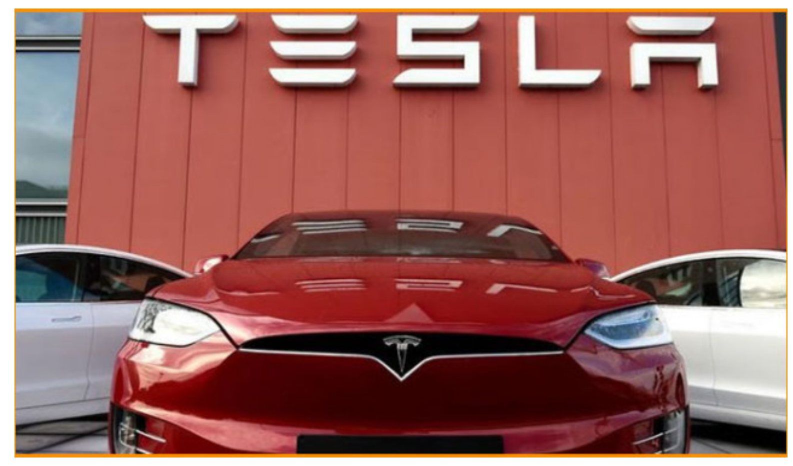
మొదటిపేజీ తరువాయి - సీఐఎస్ఎఫ్ సెంటర్ల ఏర్పాటుకు కరీంనగర్ జిల్లాను ఎంపిక చేసింది. కేసముద్రం ఫైర్ స్టేషన్‌కు 18 పోస్టుల మంజూరుకు అంగీకారం తెలిపింది.

ఆగస్టు 15లోపు రాష్ట్రవ్యాప్తంగా సంజీవని

మొదటిపేజీ తరువాయి - మద్య చిచ్చుపెట్టి రోజుకొక నాటకమాడుతున్నారు. అసత్య ప్రచారాలతో రాజకీయ లబ్ధి పొందాలని చూస్తున్నారు. కోడి కత్తి, గులకరాయి నాటకాలు గుర్తున్నాయి కదా దళిత యువకుడు సుబ్రమణ్యాన్ని హత్య చేసి డోర్ డెలివరీ చేసిన వారికి సన్మానాలా కుటుంబ బంధాలపై గొడ్డలి వేటు, తల్లి, చెల్లికి ఆస్తులివ్వకుండా వేధించారు.తల్లి, చెల్లికి న్యాయం చేయలేని వారు ప్రజలను ఏం చూస్తారు. కూటమి ప్రభుత్వం వచ్చాక ప్రజలు స్వేచ్ఛగా బతుకుతున్నారు. నేను ప్రజల సేవకుణ్ణి, పెత్తందారు కాదు. నిరంతరం పనిచేసి పేదల రుణం తీర్చుకుంటా. ప్రజల ఆస్తులు, ప్రాణాలకు రక్షణ కల్పించింది ఎన్డీయే కూటమి. 2047 నాటికి స్వర్ణాంధ్రప్రదేశ్ తెలుగుజాతి ప్రపంచంలోనే నెంబర్‌వన్‌గా ఎదుగుతుంది” అని సీఎం చంద్రబాబు అన్నారు. “ప్రజల సంక్షేమ ంతోపాటు ఆరోగ్యం కూడా చాలా ముఖ్యం. హోదా,

కార్లు, డబ్బు ఎన్ని ఉన్నా, అన్నింటికి మించింది ఆరోగ్యం. సంజీవని పథకం కింద ఇంటినుంచే 74 రకాల వైద్య పరీక్షలు. రాబోయే రోజుల్లో ప్రతి ఒక్కరికి ఒక ఏఐ డాక్టర్ ఉంటారు. ఏదైనా జబ్బు చేస్తే, ఏఐ డాక్టర్‌ను సంప్రదించి ఇంటి నుంచే చికిత్స. ప్రపంచస్థాయి వైద్య సేవలను ప్రజలకు అందించడమే మా లక్ష్యం. ఎన్టీఆర్ ఆరోగ్య పథకం కింద రూ.25 లక్షల వరకు ఉచితవైద్యం. ప్రజల గురించి తప్ప, నాకు మరో ఆలోచన లేదు. ప్రకృతి బాగుంటేనే మనం బాగుంటాం, ప్రకృతిని కాపాడుకోవాలి. రాయలసీమలో ప్రతి జిల్లాకు సాగునీరు ఇచ్చాం. హంద్రీనీవా నీరును చిత్తూరు జిల్లా వరకు తీసుకెళ్లాం. శ్రీశైలం జలాశయం నీటిని వెంకన్న సన్నిధి వరకు తీసుకెళ్తాం. 32 ప్రాజెక్టులను ఏరోజు ప్రారంభిస్తామో ముందే తేదీలు చెప్పాం. ఈ ఏడాది ఎల్‌నినో వల్ల వర్షాలు తక్కువగా పడతాయంటున్నారు. వర్షపు నీటిని ఒడిసిపట్టుకుని జాగ్రత్తగా వినియోగించుకోవాలి. పుట్టపర్తికి జెట్ విమానాలు తయారయ్యే పరిశ్రమలు తీసుకొచ్చాం. విశాఖకు గూగుల్ డేటా సెంటర్ వచ్చింది. రాయలసీమలో త్వరలోనే బంగారుగని ప్రారంభం కానుంది. దేశంలోనే అత్యధిక బంగారం ఉత్పత్తి కర్నూలులో జరగనుంది”.

హైదరాబాద్‌లో టెస్లా షోరూం



మొదటిపేజీ తరువాయి - ప్రపంచ ప్రఖ్యాత ఎలక్ట్రిక్ వాహనాల తయారీ సంస్థ టెస్లా.. హైదరాబాద్‌లో అడుగుపెట్టనుంది. నగరంలో తమ సేల్స్, సర్వీస్ సెంటర్‌ను త్వరలోనే ఏర్పాటు చేయనున్నట్లు అధికారికంగా ప్రకటించింది. ఈ మేరకు శుక్రవారం సచివాలయంలో రాష్ట్ర ఐటీ, పరిశ్రమల శాఖ మంత్రి దుద్దిళ్ల శ్రీధర్‌బాబుతో టెస్లా ఉన్నతాధికారులు సమావేశమయ్యారు.టెస్లా బిజినెస్ డెవలప్‌మెంట్ డైరెక్టర్ రజత్, ఇండియా జనరల్ మేనేజర్ శరద్ అగర్వాల్.. మంత్రి శ్రీధర్‌బాబుతో సుదీర్ఘంగా చర్చించారు. తెలంగాణలో తమ వ్యాపార కార్యకలాపాలను విస్తరించేందుకు, వీలైనంత త్వరగా విక్రయాలు ప్రారంభించేందుకు ఆసక్తిగా ఉన్నట్లు వారు స్పష్టం చేశారు. ఇప్పటికే దేశవ్యాప్తంగా నాలుగు షోరూమ్‌లను విజయవంతంగా ఏర్పాటు చేసిన టెస్లా, తమ తదుపరి ప్రతిష్ఠాత్మక కేంద్రంగా హైదరాబాద్‌ను ఎంచుకోవడం ప్రాధాన్యం సంతరించుకుంది.ఈ సందర్భంగా మంత్రి శ్రీధర్‌బాబు మాట్లాడుతూ.. టెస్లా నిర్ణయం పట్ల హర్షం వ్యక్తం చేశారు. తెలంగాణలో ఇప్పటికే విద్యుత్ వాహనాలు, ఇంటెలిజెంట్ మొబిలిటీకి అవసరమైన అత్యాధునిక సాంకేతికతలతో కూడిన బలమైన ఎకోసిస్టం ఉందని వివరించారు. సెమీకండక్టర్ డిజైన్, ఆటోమొబైల్ సాఫ్ట్‌వేర్, ఎలక్ట్రానిక్స్, డీప్ టెక్నాలజీ వంటి రంగాల్లో తెలంగాణ అంతర్జాతీయ కేంద్రంగా ఎదుగుతోందని ఆయన అన్నారు. కేవలం కార్ల తయారీకే పరిమితం కాకుండా సాఫ్ట్‌వేర్, ఆర్టిఫిషియల్ ఇంటెలిజెన్స్, రోబోటిక్స్, బ్యాటరీ టెక్నాలజీ వంటి అనేక రంగాల్లో టెస్లా అగ్రగామిగా ఉందని మంత్రి కొనియాడారు.భవిష్యత్ తరాల అవసరాలను దృష్టిలో ఉంచుకుని, పర్యావరణహిత రవాణాను తమ ప్రభుత్వం పెద్దఎత్తున ప్రోత్సహిస్తోందని శ్రీధర్‌బాబు తెలిపారు. హైదరాబాద్‌ను క్లీన్ టెక్నాలజీ, గ్లోబల్ మొబిలిటీకి ప్రపంచస్థాయి హబ్‌గా తీర్చిదిద్దడమే తమ లక్ష్యమని స్పష్టం చేశారు. కేవలం షోరూమ్‌లకే పరిమితం కాకుండా తెలంగాణలో టెస్లా అనుబంధ పరిశ్రమల ఏర్పాటు అవకాశాలను కూడా పరిశీలించాలని కంపెనీ ప్రతినిధులను మంత్రి కోరారు. రాష్ట్రంలో పెట్టుబడులు పెట్టేవారికి ప్రభుత్వం అన్ని రకాల రాయితీలు, పరిపాలనా సహకారం అందిస్తుందని హామీ ఇచ్చారు. దేశంలో ప్రస్తుతం కార్ల మార్కెట్‌లో ఎలక్ట్రిక్ వాహనాల వాటా కేవలం 4 శాతమేనని, ఈ రంగంలో వృద్ధికి అపార అవకాశాలున్నాయని ఆయన పేర్కొన్నారు.ఈ ఉన్నత స్థాయి సమావేశంలో ప్రభుత్వ ఉన్నతాధికారులు శశాంక, నిఖిల్ చక్రవర్తి, రఘురామశర్మ, సాయికృష్ణ తదితరులు పాల్గొని టెస్లా విస్తరణ ప్రణాళికలపై చర్చించారు. టెస్లా రాకతో తెలంగాణ ఆటోమొబైల్ రంగం అంతర్జాతీయ స్థాయిలో మరింతగా రాణిస్తుందని నిపుణులు అభిప్రాయపడుతున్నారు.

నింద నుంచి తప్పించుకునేందుకే శాంతిదూత ముసుగు ధరించాడు

మొదటిపేజీ తరువాయి - నేరస్తుడు అనే నింద జనాల్లోకి బలంగా వెళ్లిందని, ఇప్పుడా నింద నుంచి తప్పించుకునేందుకే జగన్ ప్రెస్ మీట్లు పెడుతున్నారని విమర్శించారు. రాష్ట్రానికి మంచి పనులు చేస్తే క్రిమినల్ ముద్ర పోతుంది కానీ, ప్రెస్ మీట్లలో పచ్చి అబద్ధాలు చెబితే పోదని హితవు పలికారు.ఈ సందర్భంగా సీఎం రమేష్

మాట్లాడుతూ.. “కరడుగట్టిన నేరస్థులకు కూడా తట్టని కుట్రలు, కుతంత్రాలతో వైఎస్ కుటుంబం పులివెందులలో ఒక అరాచక సామ్రాజ్యాన్ని నిర్మించింది. జగన్ తాత రాజారెడ్డిపై నాటి కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వ హయాంలోనే పోలీస్ రికార్డుల్లో అధికారికంగా రౌడీ షీట్ నమోదైంది. ఒక కులాన్ని అడ్డం పెట్టుకుని దొంగతనాలు చేయించడం, ఒక మైనింగ్ యజమానిని దారుణంగా హత్య చేసి ఆ గనులను అక్రమంగా చేజిక్కించుకోవడం వంటి చర్యలతో రాజారెడ్డి డబ్బు కూడగట్టారు. పులివెందుల సమీపంలోని పార్నపల్లి గ్రామంలో ఆయన అరాచకాలకు నేటికీ సజీవ సాక్ష్యాలు ఉన్నాయి” అని ఆరోపించారు.తన రాజకీయ లబ్ధి కోసం వైఎస్ రాజశేఖర్ రెడ్డి, వైఎస్ వివేకానందరెడ్డిల మరణాలను జగన్ వేర్వేరుగా వాడుకుంటూ సెల్ఫ్ గోల్ వేసుకున్నారని సీఎం రమేష్ విమర్శించారు. “వివేకా హత్య కేసులో సీబీఐ లోతుగా దర్యాప్తు చేసి వైఎస్ భాస్కర్ రెడ్డిని అరెస్ట్ చేసింది. ఈ హత్య వెనుక జగన్ హస్తం ఉందా లేదా అనే అంశంపై రాష్ట్రంలో ఓపెన్ పోల్ నిర్వహించాలి. ఒకవేళ ఆ పోల్‌లో జగన్‌కు ఎలాంటి సంబంధం లేదని తేలితే నేను రాజకీయాల నుంచే శాశ్వతంగా తప్పుకుంటా” అని సవాల్ విసిరారు.ప్రజలకు జగన్ హత్యా రాజకీయాలపై పూర్తి అవగాహన వచ్చిందని, అందుకే ఎన్నికల్లో ఓటమి తర్వాత ఇప్పుడు తాను చాలా మంచివాడినని చెప్పుకుంటూ జగన్ నాటకాలు ఆడుతున్నారని ఎద్దేవా చేశారు. ప్రొఫెసర్ నాగేశ్వర్ వంటి మేధావులు కూడా పొంతన లేని వ్యాఖ్యలు చేస్తూ సమాజంలో తమకున్న విశ్వసనీయతను పూర్తిగా కోల్పోతున్నారని సీఎం రమేష్ విమర్శించారు.

జనసేన విప్ పదవికి ఎమ్మెల్యే అరవ శ్రీధర్ రాజీనామా

మొదటిపేజీ తరువాయి - రైల్వే కోడూరు జనసేన ఎమ్మెల్యే అరవ శ్రీధర్ తన శాసన సభ విప్ పదవికి రాజీనామా చేశారు. శనివారం పార్టీ అధినేత పవన్ కల్యాణ్‌తో భేటీ అయిన ఆయన, తన రాజీనామా పత్రాన్ని అందజేశారు. వ్యక్తిగత కారణాలతోనే శ్రీధర్ ఈ నిర్ణయం తీసుకున్నారని జనసేన పార్టీ ఓ అధికారిక ప్రకటనలో వెల్లడించింది.ఇటీవల అరవ శ్రీధర్‌పై రైల్వే కోడూరుకు చెందిన ఓ మహిళా ఉద్యోగి తీవ్ర ఆరోపణలు చేసిన సంగతి తెలిసిందే. ఈ వివాదం కారణంగా పార్టీ కార్యక్రమాలకు ఆయన కొంతకాలంగా దూరంగా ఉంటున్నారు. ఈ వ్యవహారంపై విచారణ జరిపేందుకు పవన్ కల్యాణ్ త్రిసభ్య కమిటీని కూడా నియమించారు. కమిటీ ముందు హాజరైన శ్రీధర్, ఈ వివాదంతో తనకు ఎలాంటి సంబంధం లేదని వివరణ ఇచ్చారు.అయితే, ఆరోపణలు చేసిన మహిళ ఇప్పటికీ సోషల్ మీడియా ద్వారా వీడియోలు విడుదల చేస్తూ తన వాదన వినిపిస్తున్నారు. ఈ వివాదం కొనసాగుతున్న తరుణంలోనే శ్రీధర్ రాజీనామా చేయడం రాజకీయ వర్గాల్లో చర్చనీయాంశంగా మారింది. తనపై వస్తున్న ఆరోపణలు, నెలకొన్న వివాదంపై పవన్ కల్యాణ్‌కు శ్రీధర్ వివరణ ఇచ్చినట్లు పార్టీ వర్గాలు తెలిపాయి. అయితే, ఈ రాజీనామా ఆయన స్వయంగా చేశారా? లేక పార్టీ అధిష్ఠానం సూచన మేరకు జరిగిందా? అనే దానిపై స్పష్టత రావాల్సి ఉంది.

తెలంగాణలో భానుడి ఉగ్రరూపం

మొదటిపేజీ తరువాయి - కోల్పోయారు. వాతావరణ శాఖ రాష్ట్రంలోని 18 జిల్లాలకు రెడ్ అలర్ట్ జారీ చేయడంతో ఆందోళన వ్యక్తమవుతోంది. పగటిపూట బయటకు రావాలంటేనే ప్రజలు భయపడి ఇళ్లకే పరిమితమవు తున్నారు.నిన్న రాష్ట్రంలోనే అత్యధికంగా కుమ్రం భీం ఆసిఫాబాద్ జిల్లా సిర్పూర్ (టి)లో 46.5 డిగ్రీల రికార్డు స్థాయి ఉష్ణోగ్రత నమోదైంది. జగిత్యాల, కరీంనగర్, మంచిర్యాల, నిజామాబాద్, సూర్యాపేట సహా పలు జిల్లాల్లో ఉష్ణోగ్రతలు 46.4 డిగ్రీలుగా రికార్డయ్యాయి. మొత్తంగా రాష్ట్రంలోని 16 జిల్లాల్లో పగటి ఉష్ణోగ్రతలు 46.2 నుంచి 46.5 డిగ్రీల మధ్య నమోదయ్యాయి. నిన్న ఒక్కరోజే 244 మండలాల్లో తీవ్రమైన ఎండల ప్రభావం కనిపించింది. సూర్యాపేట జిల్లాలోని 22 మండలాల్లో, మంచిర్యాల, ఖమ్మం, నిజామాబాద్ జిల్లాల్లో 18 చొప్పున మండలాల్లో వడగాలులు వీచాయి.సాధారణంగా సూర్యాస్తమయం

తర్వాత వాతావరణం చల్లబడుతుంది. కానీ, గాలిలో తేమ శాతం పూర్తిగా పడిపోవడంతో రాత్రిపూట కూడా వేడి సెగలు, ఉక్కపోత తగ్గడం లేదు. గురువారం రాత్రి హైదరాబాద్, హకీంపేట, ఆదిలాబాద్, నిజామాబాద్ వంటి ప్రధాన నగరాల్లో సాధారణం కంటే 2.7 నుంచి 4.7 డిగ్రీల అధిక ఉష్ణోగ్రతలు నమోదయ్యాయి. దీంతో ప్రజలు రాత్రుళ్లు కూడా తీవ్ర ఇబ్బందులు పడుతున్నారు.రానున్న నాలుగు రోజుల పాటు ఎండల తీవ్రత ఇలాగే కొనసాగుతుందని భారత వాతావరణ శాఖ (ఐఎండీ), విపత్తు నిర్వహణ సంస్థ హెచ్చరించాయి. ఈనెల 26 వరకు పలు జిల్లాల్లో వడగాలులు వీస్తాయని పేర్కొన్నాయి. ముఖ్యంగా ఆదిలాబాద్, నిజామాబాద్, కరీంనగర్, ఖమ్మం, వరంగల్ జిల్లాల ప్రజలు ఉదయం 11 గంటల నుంచి సాయంత్రం 4 గంటల వరకు బయటకు రావద్దని వైద్య ఆరోగ్య శాఖ సూచించింది. వృద్ధులు, గర్భిణీలు, చిన్న పిల్లల విషయంలో అత్యంత జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని, నిర్లక్ష్యం చేస్తే ప్రాణాలకే ప్రమాదమని వైద్య నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు.

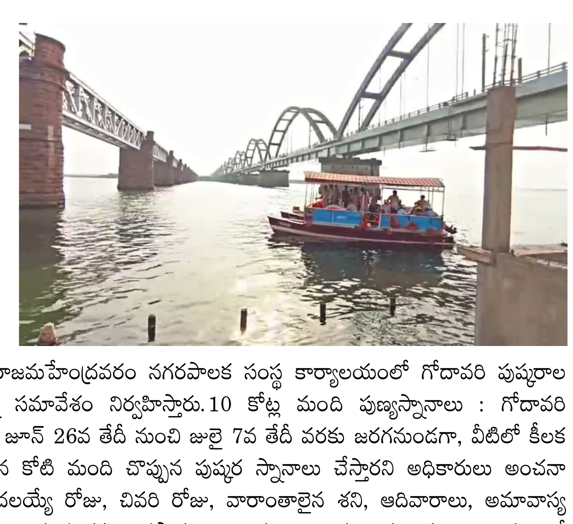
ఏపీలో కాలుష్యరహితంగా గోదావరి పుష్కరాలు

కుంభమేళా తరహాలో విస్తృత ఏర్పాట్లు

రాజమహేంద్రవరంలో ఉప ముఖ్యమంత్రి పవన్‌కల్యాణ్ పర్యటన ఖరారు

గోదావరి పుష్కరాల కోసం ఏర్పాట్లను క్షేత్రస్థాయిలో పవన్ పరిశీలిస్తారన్న మంత్రి కందుల దుర్గేష్

రాష్ట్రంలో గోదావరి పుష్కరాలను కుంభమేళాను తలపించేలా నిర్వహించేందుకు కూటమి ప్రభుత్వం సన్నద్ధం అవుతోంది. అందులో భాగంగా వచ్చే ఏడాది అత్యంత వైభవంగా నిర్వహించనున్న గోదావరి పుష్కరాలకు రాజమహేంద్రవరం నగరపాలక సంస్థ వినూత్న ఏర్పాట్లు చేస్తోంది. ఉత్తరప్రదేశ్‌లోని ప్రయాగరాజ్ కుంభమేళాలో అనుసరించిన విధానాన్ని ఇక్కడ అమలు చేయాలని నిర్ణయించారు.తాజాగా గోదావరి పుష్కరాలను కాలుష్య రహితంగా నిర్వహించడమే రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ప్రధాన లక్ష్యమని పర్యాటకశాఖ మంత్రి కందుల దుర్గేష్ తెలిపారు. సోమవారం డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్ పర్యటన సందర్భంగా నేడు(శనివారం) ఏర్పాట్లను మంత్రి పర్యవేక్షించారు. జిల్లా కలెక్టర్ కీర్తి చేకూరి, ఎస్పీ డి.నరసింహ కిషోర్, నగరపాలక సంస్థ కమిషనర్ రాహుల్ మీనాతో కలిసి ఆయన ఏర్పాట్లు పరిశీలించారు.గోదావరి పుష్కరాల నిర్వహణపై సమగ్ర సమీక్ష : గోదావరి పరీవాహక ప్రాంతంలో కాలుష్య నిర్మూలన, పుష్కరాల నిర్వహణకు అవసరమైన చర్యలపై డిప్యూటీ సీఎం ప్రత్యేక దృష్టి సారించనున్నట్లు మంత్రి కందుల దుర్గేష్ వెల్లడించారు. రేపు(ఆదివారం) రాత్రి ఉపముఖ్యమంత్రి రాజమహేంద్రవరానికి చేరుకోనున్నారని, సోమవారం ఉదయం పుష్కర ఘాట్ నుంచి కోటిలింగాల రేవు వరకు బోటు ద్వారా వివిధ ఘాట్లను పరిశీలించనున్నట్లు మంత్రి తెలిపారు.అలాగే నల్లా ఛానల్‌ను కాలుష్య రహితంగా మార్చేందుకు తీసుకోవాల్సిన చర్యలను కూడా పరిశీలించనున్నారని చెప్పారు. అనంతరం రాజమహేంద్రవరం నగరపాలక సంస్థ కార్యాలయంలో జిల్లా కలెక్టర్ నేతృత్వంలో గోదావరి పుష్కరాల నిర్వహణపై సమగ్ర సమీక్ష సమావేశం నిర్వహించనున్నట్లు మంత్రి కందుల దుర్గేష్ వెల్లడించారు.“రాష్ట్ర ఉపముఖ్యమంత్రి పవన్ కల్యాణ్ సోమవారం నాడు గోదావరి పరివాహక ప్రాంతంలో పర్యటిస్తారు. ఇక్కడ పుష్కరాలకు సంబంధించిన ఏర్పాట్లు, అలాగే కాలుష్య రహితంగా నిర్వహించడం ఎలాగో అనే అంశాలను పరిశీలిస్తారు. రేపు రాత్రి పవన్ కల్యాణ్ రాజమహేంద్రవరానికి చేరుకుంటారు. సోమవారం ఉదయం పుష్కర ఘాట్ నుంచి కోటిలింగాల రేవు వరకు బోటు ద్వారా వివిధ ఘాట్లను పరిశీలిస్తారు. అనంతరం



జిల్లా కలెక్టర్ నేతృత్వంలో రాజమహేంద్రవరం నగరపాలక సంస్థ కార్యాలయంలో గోదావరి పుష్కరాల నిర్వహణపై సమగ్ర సమీక్ష సమావేశం నిర్వహిస్తారు.10 కోట్ల మంది పుణ్యస్నానాలు : గోదావరి పుష్కరాలు వచ్చే సంవత్సరం జూన్ 26వ తేదీ నుంచి జులై 7వ తేదీ వరకు జరగనుండగా, వీటిలో కీలక రోజుల్లో (పీక్ డేస్) సగటున కోటి మంది చొప్పున పుష్కర స్నానాలు చేస్తారని అధికారులు అంచనా వేస్తున్నారు. పుష్కరాలు మొదలయ్యే రోజు, చివరి రోజు, వారాంతాలైన శని, ఆదివారాలు, అమావాస్య రోజున సుమారు కోటి మంది చొప్పున భక్తులు వస్తారని అధికారులు భావిస్తున్నారు.ఆరు జిల్లాల పరిధిలో మొత్తంగా ఏర్పాటుచేసే ఘాట్లలో సుమారు 8 నుంచి 10 కోట్ల మంది పుణ్యస్నానాలు చేస్తారని అధికారులు లెక్కలు వేశారు. 2015వ సంవత్సరంలో జరిగిన పుష్కరాల్లో దాదాపు 4.86 కోట్ల మంది పుణ్యస్నానాలు చేశారు. అత్యధికంగా 2015వ సంవత్సరం జులై 18న 58.26 లక్షలు, 19వ తేదీన 56.23 లక్షల మంది భక్తులు వచ్చారు. వీటన్నింటినీ దృష్టిలో పెట్టుకొని అధికారులు ప్రత్యేక ఏర్పాట్ల కోసం ప్రణాళికలు సిద్ధం చేస్తున్నారు.

త్వరలో జోగులాంబ గద్వాల జిల్లాల్లో, అన్ని మండలాల్లో జెండా ఆవిష్కరణ పండుగ

ముఖ్య అతిథిగా హాజరు కానున్న,టీఆర్ఎస్ పార్టీ రాష్ట్ర పరిశీలకుడు వి.ఆర్.ప్రసాద్.

మే 23 నిజం న్యూస్: జోగులాంబ గద్వాల జిల్లా: సబ్బండ వర్గాల ప్రజలకు మరియు సర్వోదయ తెలంగాణ కోసం తెలంగాణ రక్షణ సేన(టిఆర్ఎస్) పార్టీ,అండగా ఉంటూ కృషి చేస్తుందని గద్వాల జిల్లా కేంద్రంలోని,నడిగడ్డ హక్కుల పోరాట సమితి కార్యాలయంలో ఏర్పాటు చేసిన విలేకరుల సమావేశంలో,(తెలంగాణ రక్షణ సేన) టిఆర్ఎస్ పార్టీ రాష్ట్ర నాయకులు,గొంగళ్ళ రంజిత్ కుమార్ తెలిపారు.

ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ....

తెలంగాణ రక్షణ సేన రాష్ట్ర వ్యవస్థాపకురాలు శ్రీమతి కల్వకుంట్ల కవిత గారి ఆదేశాల మేరకు తెలంగాణ రాష్ట్రంలో మొత్తం 119 నియోజకవర్గాల్లోని అన్ని మండల కేంద్రాలలో తెలంగాణ రక్షణ సేన టిఆర్ఎస్ పార్టీ జెండా పండుగను ఘనంగా నిర్వహిస్తున్నట్లు ఈ సందర్భంగా ఆయన తెలిపారు. తెలంగాణ రక్షణ సేన (౦=హా) పార్టీ జెండాలోని మూడు రంగులు నిర్దిష్టమైన అర్థాలను మరియు ప్రాతినిధ్యాన్ని కలిగి ఉన్నాయని పసుపు రంగు శు భసూచకానికి సర్వోదయనికి మరియు,నీలి రంగు సామాజిక న్యాయాన్ని, దళిత, బహుజన పేద వర్గాల అభ్యున్నతిని మరియు సమసమాజ స్థాపనను ప్రతిబింబిస్తుందని,ఆకు పచ్చ రంగు రాష్ట్రంలో పచ్చదనం, సస్యశ్యామలమైన వ్యవసాయ భూములు మరియు రైతులకు అండగా సుసంపన్నమైన తెలంగాణ అభివృద్ధిని సూచిస్తుందని వారు పేర్కొన్నారు. జూన్ 20 వరకు నిర్వహించే టిఆర్ఎస్ పార్టీ జెండా పండుగ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా తెలంగాణ రక్షణ సేన రాష్ట్ర పరిశీలకులు వి.ఆర్. ప్రసాద్ గారు ముఖ్యఅతిథిగా హాజరై, జోగులాంబ గద్వాల జిల్లా మరియు నియోజకవర్గాలతో పాటు అన్ని మండల కేంద్రాల్లో నిర్వహించే,తెలంగాణ రక్షణ సేన పార్టీ జెండా పండుగ కార్యక్రమానికి సంబంధించి తేదీలను ఖరారు చేసి టిఆర్ఎస్ పార్టీ జెండా పండుగ కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభిస్తారని ఈ సందర్భంగా వారు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో తెలంగాణ రక్షణ సేన పార్టీ నాయకులు నడిగడ్డ హక్కుల పోరాట సమితి జిల్లా కన్వీనర్, జిల్లా నాయకులు,మండల నాయకులు, కార్యకర్తలు,తదితరులు పాల్గొన్నారు.

వరల్డ్ రికార్డుకు చేరువలో తెలుగు రాష్ట్రాల ఉష్ణోగ్రతలు.. అత్యధికం ఎక్కడ, ఎంతో తెలుసా?

నిజం న్యూస్ హైదరాబాద్, మే 23: తెలుగు రాష్ట్రాలపై సూరీడు నిప్పులు కురిపిస్తున్నాడా అన్నట్లుగా ఎండలు మండిపోతున్నాయి. వరల్డ్ రికార్డులు బద్దలయ్యే స్థాయిలో ఉష్ణోగ్రతలు నమోదవుతున్నాయి.బి ఈ భూమిపై ఇప్పటివరకు నమోదయిన అత్యధిక ఉష్ణోగ్రతలు 56.7 డిగ్రీ సెల్సియస్.. అమెరికాలోని కాలిఫోర్నియా స్టేట్ డెత్ వ్యాలీ ప్రాంతంలో ఈ ఉష్ణోగ్రతలు నమోదయ్యాయి. ఇక ఇండియాలో అయితే రాజస్థాన్ లోని పలోడి ప్రాంతంలో నమోదైన 51 డిగ్రీ సెల్సియస్ ఉష్ణోగ్రతలే అత్యధికం. అయితే ఈ రికార్డులను బద్దలుగొట్టేలా తెలుగు రాష్ట్రాల్లో టెంపరేచర్స్ నమోదవుతున్నాయి... భానుడి భగభగలకు అనేక ప్రాంతాలు అగ్నిగుండాల్లా మారాయి.బి ఇప్పటికే ఎండలు మాడు పగలగొట్టేలా కాస్తున్నాయి... అయితే రాబోయే రోజుల్లో మరింత పెరుగుతాయన్న వాతావరణ శాఖ హెచ్చరికలు మరింత కంగారు పెడుతున్నాయి. ఉష్ణోగ్రతలు పెరగడంతో ఉక్కపోత, వడగాలులు తెలుగు ప్రజలను సతమతం చేస్తున్నాయి. పరిస్థితి ఎంత దారుణంగా ఉందంటే కేవలం మే 21 (గురువారం) ఒక్కరోజే తెలంగాణవ్యాప్తంగా 22 మంది వడదెబ్బతో ప్రాణాలు వదిలారు. దీంతో రాబోయే వారం పదిరోజులు పగటిపూట ప్రజలెవ్వరూ రోడ్లపైకి రావద్దని వాతావరణ శాఖ హెచ్చరిస్తోంది.బి ఆంధ్ర ప్రదేశ్ లో ఎండలు తారాస్థాయికి చేరాయి... మిట్టమధ్యాహ్నం స్యూర్యుడు నడినెత్తిపైకి వచ్చి నిప్పులు కురిపిస్తున్నాడు. అత్యధికంగా పల్నాడు జిల్లాలో 48 డిగ్రీలకు పైగా ఉష్ణోగ్రతలు నమోదయ్యాయని వాతావరణ శాఖ ప్రకటించింది. అంటే ఇండియాలో ఇప్పటివరకు నమోదైన అత్యధిక ఉష్ణోగ్రతలకంటే కేవలం 3 డిగ్రీలే తక్కువ.బి పల్నాడు జిల్లా పిడుగురాళ్లలో 48.1, మార్కాపురం జిల్లా నందనమారెల్లులో 48 డిగ్రీల అత్యధిక ఉష్ణోగ్రతలు నమోదయ్యాయి. ఇక బాపట్లలో జిల్లా వేటపాలెంలో 47.6, కృష్ణా జిల్లా నందివాడలో 47.6, ఎన్టీఆర్ జిల్లా తొర్రగుడిపాడులో 47.4, ప్రకాశం జిల్లా అద్దంకిలో 47.4, ఏలూరు జిల్లా అల్లిపల్లిలో 47.3, మార్కాపురం జిల్లా నందనమారెల్లులో 46.6 డిగ్రీల ఉష్ణోగ్రతలు నమోదయ్యాయి. మొత్తంగా రాష్ట్రంలోని 200 మండలాల్లో 44 డిగ్రీలకు పైగా, 150 మండలాల్లో 40 డిగ్రీలకు పైగా ఉష్ణోగ్రతలు నమోదయ్యాయని ఏపీ విపత్తు నిర్వహణ సంస్థ వెల్లడించింది.బితెలంగాణలో కూడా ఎండలు మండిపోతున్నాయి... రోహిణి కార్తె కంటే ముందే రోకళ్లు పగిలే స్థాయిలో ఉష్ణోగ్రతలు నమోదవుతున్నాయి. ఇవాళ (మే 22, శుక్రవారం) అత్యధికంగా ఖమ్మం జిల్లాలో 46.4 డిగ్రీల ఉష్ణోగ్రత నమోదయ్యింది... ఉదయంపూట అత్యల్పంగా నల్గొండ జిల్లాలో 26 డిగ్రీలు నమోదయ్యాయి.బి జిల్లావారిగా చూసుకుంటే నిజామాబాద్ లో 44.9, ఆదిలాబాద్ లో 44.8, హన్మకొండ 44.5, రామగుండంలో 44.3, భద్రాచలంలో 44.2 డిగ్రీల హయ్యెస్ట్ టెంపరేచర్స్ నమోదయ్యాయి. కేవలం ఈ జిల్లాల్లోనే కాదు రాష్ట్రవ్యాప్తంగా మిగతా జిల్లాల్లోనూ 40 డిగ్రీలకు పైగానే ఉష్ణోగ్రతలు ఉన్నాయి.బి తెలంగాణ రాజధాని హైదరాబాద్ మహానగరంలో కూడా మామూలు ఎండలు కాయడం లేదు... దీంతో వడగాలులు, ఉక్కపోతతో నగరవాసులు ఉక్కిరిబిక్కిరి అవుతున్నారు. రాజేంద్ర నగర్ లో అత్యధికంగా 43.3 డిగ్రీల ఉష్ణోగ్రతలు నమోదయ్యాయి. ఇక బేగంపేటలో 43, హయత్ నగర్ లో 42, హకీంపేటలో 42.6, పటాన్ చెరులో 41.1 డిగ్రీల ఉష్ణోగ్రతలున్నాయి.

అమీన్‌పూర్ పోలీస్ స్టేషన్ పరిధిలో వరుస దొంగతనాలకు పాల్పడిన నిందితుడు అరెస్ట్

రూ. విలువైన సుమారు 45 తులాల బంగారు ఆభరణాలు బాధితులకు అప్పగింత

నిజం న్యూస్ అమీన్‌పూర్, మే 23: అమీన్‌పూర్ పోలీస్ స్టేషన్ పోలీసులు వరుస దొంగతనాలకు పాల్పడుతున్న నిందితుడు మండల్లా శివ అలియాస్ ఎర్ర శివను అరెస్ట్ చేసి రిమాండ్‌కు తరలించారు. నిందితుడు మండల్లా శివ ఏ ఎర్ర శివ, తండ్రి చిన్నయ్య, వయస్సు 32 సంవత్సరాలు, వృత్తి కూలీ. ప్రస్తుతం పోచమ్మ గుడి సమీపంలోని భూపేష్ గుప్తా కాలనీ, జిల్లగూడ, మీర్‌పేట్, హైదరాబాద్‌లో నివసిస్తున్నాడు. ఇతని స్వస్థలం నాగర్‌కర్నూల్ జిల్లా, కొల్లాపూర్ మండలం, రామ్ నాయక్ తండా. సుమారు 18 సంవత్సరాల క్రితం జీవనోపాధి కోసం హైదరాబాద్‌కు వచ్చిన నిందితుడు తాపీ మేస్త్రి వద్ద పనులు చేసేవాడు. భార్య మల్లేశ్వరి, ముగ్గురు పిల్లలతో కలిసి అద్దె ఇంటిలో నివసిస్తున్నాడు. జల్సాలకు అలవాటు పడి, కూలీ పనితో వచ్చిన ఆదాయం సరిపోకపోవడంతో దొంగతనాలకు అలవాటు పడ్డాడు.మల్కాజిగిరి, సైబరాబాద్ , నాగర్‌కర్నూల్ జిల్లాల పరిధిలోని పలు పోలీస్ స్టేషన్లలో దొంగతనాలకు పాల్పడి పలుమార్లు జైలుకు వెళ్లి వచ్చినాడు. గతంలో హయత్‌నగర్ పోలీస్ స్టేషన్ పరిధిలో నమోదైన దొంగతనం కేసులో చర్లపల్లి జైలులో రెండు నెలలు శిక్ష అనుభవించి, అనంతరం బెయిల్‌పై విడుదలయ్యాడు. నిందితుడిపై మొత్తం 24 కేసులు నమోదయ్యాయి. వాటిలో మల్కాజిగిరి కమిషనరేట్ పరిధిలో 12 కేసులు, సైబరాబాద్ కమిషనరేట్ పరిధిలో 3 కేసులు, నాగర్‌కర్నూల్ జిల్లాలో 9 కేసులు ఉన్నాయి. ఈ ఏడాది ఏప్రిల్ నెల రెండో వారంలో అమీన్‌పూర్, బందం కొమ్ము ప్రాంతాల్లో అర్ధరాత్రి సమయంలో తాళం వేసి ఉన్న ఇళ్లలోకి రాడ్ సహాయంతో చొరబడి, బీరువాల తాళాలు పగులగొట్టి డైమండ్, బంగారు ఆభరణాలను దొంగతనం చేశాడు. అమీన్‌పూర్ పోలీస్ స్టేషన్ పరిధిలో మొత్తం మూడు దొంగతనాలకు పాల్పడినట్లు విచారణలో తేలింది. ఈ కేసుల్లో నిందితుడిని 16-05-2026న అరెస్ట్ చేసి రిమాండ్‌కు తరలించారు. కేసు దర్యాప్తులో భాగంగా స్వాధీనం చేసుకున్న సుమారు 45 తులాల బంగారు ఆభరణాలను కోర్టు అనుమతితో శనివారం (23-05-2026) మీడియా సమక్షంలో రామచంద్రపురం ఏసీపీ శ్రీ జష్త. ె. శ్రీనివాస్ కుమార్ బాధితులు వెంకటరమణ, భవానీ దంపతులకు అప్పగించారు. ఈ కార్యక్రమంలో అమీన్‌పూర్ ఇన్‌స్పెక్టర్ పి. నరేష్, క్రైమ్ ఇన్‌స్పెక్టర్ జి. సత్యనారాయణ మరియు పోలీస్ సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

భూదాన్ భూముల సమస్యపై ఎంపీ ఈటెల రాజేందర్ కి స్థానికుల వినతి

నిజం న్యూస్ కూకట్పల్లి ప్రతినిధి, మే 23: కూకట్‌పల్లి నియోజకవర్గ పరిధిలోని ఆచార్య వినోబాభావే పురం (ఏవీబీపురం)తో పాటు భూదాన్ బోర్డుకు సంబంధించిన స్థలాలను మల్కాజ్‌గిరి పార్లమెంట్ సభ్యులు ఈటెల రాజేందర్ సందర్శించారు. ఈ సందర్భంగా కూకట్‌పల్లి నియోజకవర్గ బీజేపీ సీనియర్ నాయకులు వడ్డేపల్లి రాజేశ్వరరావు స్థానిక ప్రజలతో కలిసి ఎంపీ కి భూదాన్ భూముల సమస్యలను వివరించారు.స్థానిక ప్రజలు మాట్లాడుతూ భూదాన్ బోర్డుకు సంబంధించిన భూములను పేద, మధ్యతరగతి ప్రజలకు అమ్మి డబ్బులు వసూలు చేశారని, ఇప్పుడు ఆ స్థలాల్లో ఇళ్లు నిర్మించుకునే సమయంలో అవి ఐడిపిఎల్‌కు చెందిన భూములని చెబుతూ ఐడిపిఎల్ సిబ్బంది, సీఐఎస్ఎఫ్ సిబ్బంది అడ్డుకుంటున్నారని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. డబ్బులు చెల్లించి మోసపోయామని తమ గోడును ఎంపీ కి వివరించారు. ఈ సందర్భంగా ఎంపీ ఈటెల రాజేందర్ మాట్లాడుతూ కూకట్‌పల్లిలో సుమారు 26.6 ఎకరాల భూదాన్ భూమి ఉందని, పేద , మధ్యతరగతి ప్రజలకు ఇస్తామని చెప్పి తప్పుడు హామీలు ఇచ్చారని ఆరోపించారు. ఈ సమస్యపై కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు స్పందించి డబ్బులు తీసుకుని ప్రజలను మోసం చేసిన వారిపై చర్యలు తీసుకోవాలని కోరారు.అదేవిధంగా స్థానిక దళితులు, పేద మధ్యతరగతి ప్రజలకు ఇళ్ల స్థలాలు కేటాయించాలని ప్రభుత్వాలను డిమాండ్ చేశారు.ఈ సమస్యను సంబంధిత అధికారుల దృష్టికి తీసుకెళ్లి పరిష్కారానికి కృషి చేస్తానని ఎంపీ హామీ ఇచ్చారు. ఎలాంటి న్యాయపరమైన సమస్యలు ఉన్నా ప్రభుత్వాలు జోక్యం చేసుకుని పేదలకు న్యాయం జరిగేలా చూడాలని కోరారు. అనంతరం వడ్డేపల్లి రాజేశ్వరరావు స్థానిక దళితులు, ప్రజలకు న్యాయం జరిగేలా చర్యలు తీసుకోవాలని ఎంపీ కి వినతిపత్రం అందించారు. ఈ కార్యక్రమంలో కూకట్‌పల్లి నియోజకవర్గ బీజేపీ నాయకులు, కార్యకర్తలు, దళిత సంఘాల నాయకులు మరియు స్థానిక ప్రజలు పెద్ద ఎత్తున పాల్గొన్నారు.

హైదరాబాద్ నడిబొడ్డున 'అన్న' నిలువెత్తు విగ్రహంలి

మే 28న ఆవిష్కరించనున్న సీఎం రేవంత్ రెడ్డి

అమీర్‌పేట మైత్రీవనం కూడలికి 'ఎన్టీఆర్ సర్కిల్' నామకరణం

కొత్తపేటలో రూపుదిద్దుకున్న 13 అడుగుల కాంస్య విగ్రహం

నిజం న్యూస్ హైదరాబాద్, మే 23: తెలుగుజాతి ఖ్యాతిని దశదిశలా చాటిన విశ్వవిఖ్యాత నటసార్వభౌముడు, యుగపురుషుడు నందమూరి తారకరామారావు జయంతిని పురస్కరించుకుని తెలంగాణ ప్రభుత్వం అపూర్వ నివాళి అర్పిస్తోంది. హైదరాబాద్ నడిబొడ్డున అన్న నిలువెత్తు కాంస్య విగ్రహాన్ని ప్రతిష్టించేందుకు సర్వాంగ సుందరంగా ఏర్పాట్లు చేస్తోంది. ఈ నెల 28న (ఎన్టీఆర్ జయంతి) అమీర్‌పేటలోని మైత్రీవనం కూడలిలో తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి చేతుల మీదుగా ఈ విగ్రహాన్ని లాంఛనంగా ఆవిష్కరించనున్నారు. రాష్ట్ర విభజన జరిగి 12 ఏళ్లు గడిచిన తర్వాత హైదరాబాద్‌లో ఏర్పాటవుతున్న తొలి ఎన్టీఆర్ విగ్రహం ఇదే కావడం విశేషం.

23 అడుగుల ఎత్తులో సజీవ రూపం..

డాక్టర్ బీఆర్ అంబేద్కర్ కోనసీమ జిల్లా కొత్తపేటకు చెందిన ప్రముఖ శిల్పి, కళారత్న డి. రాజ్‌కుమార్ ఉడయార్ రెండు నెలల పాటు శ్రమించి ఈ అద్భుత కాంస్య విగ్రహానికి ప

రెవిన్యూ మంత్రి పొంగులేటి శ్రీనివాస్ రెడ్డిని కలిసిన కమ్మ కార్పొరేషన్ చైర్మన్: బండి రమేష్

నిజం న్యూస్ కూకట్పల్లి ప్రతినిధి, మే 23: కూకట్పల్లి నియోజకవర్గానికి సంబంధించి సమస్యల పరిష్కారం కోసం టి పి సి సి ఉపాధ్యక్షుడు కమ్మ కార్పొరేషన్ చైర్మన్ కాంగ్రెస్ పార్టీ ఇన్చార్జి బండి రమేష్ రెవిన్యూ మంత్రి పొంగులేటి శ్రీనివాసరెడ్డి ని సచివాలయంలో శనివారం కలిశారు. ముందుగా మంత్రికి పూల మొక్క ఇచ్చి శాలువాతో సన్మానించారు. నియోజకవర్గశీ వసంత నగర్ పరిధి (సర్వే నెంబర్లు 145, 163) ఐడిపిఎల్ వర్కర్స్ కోపరేటివ్ హౌసింగ్ సొసైటీ ఎన్ ఆర్ ఎస్ ఏ కాలనీలోని ఇళ్లు గత కొంతకాలంగా రిజిస్ట్రేషన్ చేయడం లేదని దీంతోపాటు గత సంవత్సర కాలంగా రిజిస్ట్రేషన్ అయిన ఇళ్ల నిర్మాణానికి అనుమతులు సైతం అధికారులు ఇవ్వడం లేదని పేర్కొన్నారు .ఈ కారణంగా స్థానికులు గత 40 ఏళ్లుగా ఇక్కడ నివాసం ఉంటున్న ప్రస్తుతం పర్మిషన్లు ఇవ్వకపోవడంతో స్థానికులు చాలా ఇబ్బందులు పడుతున్నారని మంత్రి దృష్టికి తీసుకొచ్చారు .దీనిపై సానుకూలంగా స్పందించిన మంత్రి తాను స్వయంగా అధికారులతో మాట్లాడి సమస్య ఎక్కడ ఉందో తెలుసుకొని పరిష్కారానికి కృషి చేస్తానని మంత్రి హామీ ఇచ్చినట్లు రమేష్, పేర్కొన్నారు.

డిప్యూటీ కలెక్టర్ వంశీ మోహన్ 'కుబేర' లీలలు.. ఏసీబీ సోదాల్లో బయటపడ్డ వందల కోట్ల అక్రమాస్తులు!

నిజం న్యూస్ మేడ్చల్ మల్కాజిగిరి, మే 23: మేడ్చల్-మల్కాజిగిరి జిల్లా డిప్యూటీ కలెక్టర్ (=ఱా) కె. వంశీమోహన్ లక్ష్యంగా ఏసీబీ అధికారులు గురువారం భారీ సోదాలు నిర్వహించారువంశీ మోహన్ అబ్దుల్లాపూర్ మెట్, పిగ్లీపురం పరిధిలో సుమారు 8 ఎకరాల ప్రభుత్వ భూమిని అక్రమంగా కాజేసినట్లు ఏసీబీ ప్రాథమిక విచారణలో తేలింది. సదరు భూమిని తన మామ పేరు మీద రిజిస్ట్రేషన్ చేయించి, ఆ తర్వాత దాన్ని ఓ ప్రముఖ రియల్టర్‌కు దారాదత్తం చేసినట్లు అధికారులు గుర్తించారు

బిఆర్ఎస్ నాయకుడి దారుణ హత్య?

నిజం న్యూస్ నల్లగొండ జిల్లా:మే 23: నల్లగొండ జిల్లా సూర్యాపేట మండలం యార్కారం,బిఆర్ఎస్ మాజీ సర్పంచ్ భర్త చింతలపాటి మధు, దారుణ హత్యకు గురయ్యాడు.. ఆయనను శుక్రవారం రాత్రి గుర్తు తెలియని దుండగులు వేట కొడవళ్ళతో నరికి చంపారు. అనంతరం రెండు ముక్కలుగా చేసి మూడు గోనె సంచుల్లో కట్టి గ్రామ సమీపంలోని ఎస్సా రెసీ, కాలువలో పడేశారు. దీంతో ఈ ఘటన స్థానికంగా తీవ్ర చర్చనీయాంశంగా మారింది. పోలీసులు మృత దేహాన్ని స్వాధీనం చేసుకుని పోస్టుమార్టం నిమిత్తం సూర్యాపేట జిల్లా జనరల్ ఆస్పత్రికి తరలించారు. హత్య కు గల కారణాలపై పోలీసులు దర్యాప్తు చేపట్టారు. గ్రామంలో కొనసాగుతున్న పాత రాజకీయ విభేదాలే ఈ హత్యకు కారణమై ఉండొచ్చని అనుమా నాలు వ్యక్తమవుతు న్నాయి. చింతలపాటి మధు భార్య మౌనిక బీఆర్ఎస్ తరపున గ్రామ సర్పంచ్‌గా గతంలో పనిచేశారు. గ్రామ రాజకీయాల్లో వారి కుటుంబానికి ప్రత్యేక ప్రాధాన్యం ఉండేది. అయితే కొంతకాలంగా గ్రామంలో రాజకీయ ఆధిపత్య పోరుకొన సాగుతున్నట్లు స్థాని కులు చెబుతున్నారు. ఈ నేపథ్యంలోనే మధు,హత్య చోటు చేసుకోవడం అనేక అనుమానాలకు తావిస్తోంది. ఇదే గ్రామంలో కొన్నాళ్ల క్రితం అప్పటి సర్పంచ్ మిద్దె రవీందర్, హత్య కేసులో చింతలపాటి మధు, ప్రధాన నిందితుడిగా ఉన్నట్లు తెలుస్తుంది, పాత కక్షల నేపథ్యంలోనే ఈ హత్య జరిగి ఉండ వచ్చునని పోలీసులు అనుమానిస్తున్నారు. ఈ కేసును దృష్టిలో ఉంచుకొని పోలీసులు అన్నీ కోనల్లో దర్యాప్తు చేపట్టారు. ఈ ఘటనపై గ్రామ ప్రజలు తీవ్ర ఆగ్రహం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. వరుస రాజకీయ హత్యలతో గ్రామంలో శాంతిభద్రతలు క్షీణిస్తు న్నాయని ఆందోళన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. పోలీసులు గ్రామంలో బందోబస్తు ఏర్పాటు చేసి పరిస్థితిని అదు పులోకి తీసుకురావ డానికి చర్యలు చేపట్టారు. అనుమానితుల కోసం ప్రత్యేక బృందాలు గాలింపు చర్యలు చేపట్టినట్లు సమా చారం. నిందితులను వెంటనే అరెస్ట్ చేసి కఠినంగా శిక్షించాలని మృతుడి కుటుంబ సభ్యులు కోరుతున్నారు.

పిల్లల మిస్సింగ్ కేసులు పెరుగటంపై సుప్రీంకోర్టు తీవ్ర ఆందోళన

నిజం న్యూస్ హైదరాబాద్, మే 23: దేశంలో చిన్న పిల్లల మిస్సింగ్ కేసులు పెరుగటంపై సుప్రీంకోర్టు తీవ్ర ఆందోళన వ్యక్తం చేసింది. ఏటా తప్పిపోతున్న పిల్లల సంఖ్య పెరగడంపై తీవ్ర అసంతృప్తి వ్యక్తం చేసింది. మిస్సింగ్ కేసులను కిడ్నాప్ కేసులుగా నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేయాలని రాష్ట్రాలను ఆదేశించింది. తమిళనాడులోని ఘటనపై దాఖలైన పిటిషన్ విచారణలో శుక్రవారం సుప్రీంకోర్టు కీలక ఆదేశాలు జారీచేసింది.

TG/TEL/25/A3731
నిజం
దృష్టి తెలుగు న్యూస్
ఆదివారం 24-05-2026

ఆడవాళ్లు కాళ్లకు మెట్టెలు ఎందుకు ధరిస్తారు..?

వీటి వెనుక ఉన్న ఆరోగ్య రహస్యాల గురించి మీకు తెలుసా..?

మన పూర్వీకులు చెప్పిన మాటలు ఊరికే చెప్పినవి కావని.. వాటి వెనుక పెద్ద శాస్త్రీయ కారణాలు ఉన్నాయని ఆయుర్వేద పరిశోధనలు నిరూపిస్తున్నాయి. వీటిలో ముఖ్యమైంది ఆడవాళ్లు కాళ్లకు పెట్టుకునే వెండి మెట్టెల రహస్యం. భారతీయ సంస్కృతిలో ఆడవాళ్లు తమ కాళ్లకు వెండితో చేసిన మెట్టెలు పెట్టుకునే ఆచారం ఉంటుంది. ఇది కేవలం అందం కోసమే కాదు.. ఆరోగ్యానికి చాలా ముఖ్యమైనవి.

గర్భాశయం, పాదాల్లోని నరాల మధ్య ఉన్న సహజ సంబంధాన్ని బట్టి.. కాళ్లకు పెట్టుకునే మెట్టెలు కొన్ని ఆరోగ్య సమస్యలను రాకుండా చేస్తాయని నమ్మకం. ముఖ్యంగా గర్భం దాల్చిన సమయంలో వచ్చే తలనొప్పులు, వాంతులు, అలసట, ఆకలి లేకపోవడం వంటి సమస్యలను తగ్గించడానికి ఇది సహాయపడుతుందట.

వెండిలో ఉండే సహజమైన మాగ్నెటిక్ శక్తి, శరీరంలోని ముఖ్యమైన నరాలపై ప్రభావం చూపి శక్తిని సమతుల్యంగా పంచుతుందని ఆయుర్వేద నిపుణులు చెబుతున్నారు. వెండిని తాకినప్పుడు మన శరీరంలోని వేడి తగ్గిపోతుంది. రక్తప్రసరణ కూడా మెరుగుపడుతుంది. ఇది నరాల పనితీరును సమతుల్యం చేస్తుంది.

గర్భిణీ స్త్రీలు రోజూ సరైన సమయంలో ఆ నరాలను చేత్తో నొక్కడం సాధ్యం కాదు. అలాంటి సమయంలో కాళ్లకు ధరించే వెండి మెట్టెల వల్ల కలిగే తక్కువ ఒత్తిడి తరచూ తగిలే స్వభావం ద్వారా.. సహజంగా రిఫ్లెక్స్ మసాజ్ లాగా పని చేస్తుంది. దీని వల్ల శరీరంలోని నాడీమండలం ఉత్సాహంగా మారి ఆరోగ్యం బాగుపడుతుంది.

నడవడం లాంటి రోజువారీ పనుల్లో ఈ మెట్టెలు పాదంలోని కొన్ని ముఖ్యమైన పాయింట్లను తాకి అక్కడ కొద్దిగా ఒత్తిడిని కలిగిస్తాయి. దీని వల్ల నాడీ వ్యవస్థ చురుకుగా మారి హార్మోన్ల సమతుల్యతతో పాటు శరీరంలోని చాలా అవయవాలకు శక్తి అందుతుంది. ఇది గర్భాశయం ఆరోగ్యంగా ఉండటానికి సహాయపడుతుంది.

కాళ్లకు పెట్టుకునే వెండి మెట్టెలలో దాగి ఉన్న రహస్యాలు.. శాస్త్రీయంగా చూసినప్పుడు ఆశ్చర్యంగా అనిపిస్తాయి. ఇది కేవలం ఒక ఆచారమే కాదు.. ఆరోగ్యాన్ని కాపాడే తెలివికి, తరతరాల సంప్రదాయానికి నిదర్శనం.

ఈ ఆకులు చిన్నగా ఉన్నా.. చేసే మేలు ఎంతో తెలుసా..? ఒకసారి మీరు తిని చూడండి..!

మనం తినే ఆహారంలో సరైన మార్పులు చేసుకుంటే ఆరోగ్యం బాగు చేసుకోవడం పెద్ద కష్టం కాదు. అలాంటి మార్గాల్లో మెంతి ఆకులు ఒకటి. ఇవి పూర్తిగా సహజంగా దొరుకుతాయి. మన శరీరానికి కావాల్సిన పోషకాలను ఇవి అందిస్తాయి. అది ఎలాగో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం. మన పెద్దలు.. ముఖ్యంగా పల్లెల్లో ఉండేవాళ్ళు మెంతి ఆకుల గొప్పదనాన్ని చాలా ముందుగానే గుర్తించారు. అయితే ఈ రోజుల్లో నగరాల్లో ఉంటున్న వాళ్ళు ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం కావాలని అనుకుంటున్నా.. ఈ చిన్న ఆకుల్లో ఉన్న ఆరోగ్య రహస్యాలను మర్చిపోతున్నారు.

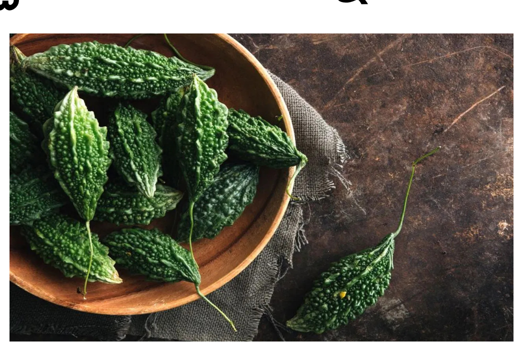
మెంతి ఆకులను పరోటాలు, కూరలు, పచ్చడి లాంటి వాటిలో వాడడం ద్వారా మనం వాటిని సులభంగా మన ఆహారంలో చేర్చుకోవచ్చు. ఈ ఆకుల్లో జీర్ణక్రియకు సహాయపడే గుణాలు పుష్కలంగా ఉన్నాయి. ఫైబర్, ప్రొటీన్లు ఎక్కువగా ఉండడం వల్ల శరీరంలో కొవ్వు పేరుకుపోకుండా జీర్ణక్రియలు సరిగా జరిగేలా చేస్తాయి.

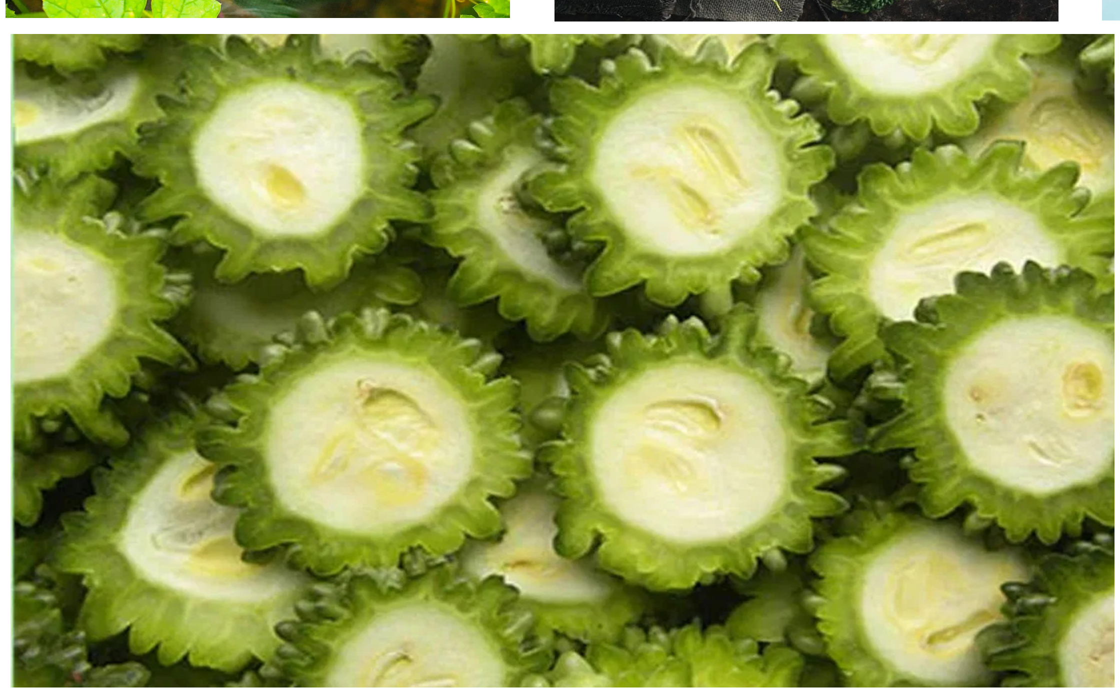
మధుమేహం ఉన్నవారికి మెంతి ఆకులు చాలా మంచి చేస్తాయి. వీటిలో ఉండే సహజ పదార్థాలు రక్తంలో చక్కెర స్థాయిని నియంత్రించడంలో సహాయపడతాయి. ఇన్సులిన్ ఉత్పత్తిని పెంచి షుగర్ స్థాయిలను సమతుల్యం చేస్తాయి. ఇవి శరీరంలోని అనవసరపు కొవ్వును తగ్గించడంలో ముఖ్య పాత్ర పోషిస్తాయి. చెడు కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను తగ్గించి మంచి కొలెస్ట్రాల్ ను పెంచడానికి తోడ్పడతాయి. దీని వల్ల గుండె సమస్యల నుంచి దూరంగా ఉండడానికి అవకాశం ఉంటుంది.

మెంతులు ఆడవాళ్లకు ఎంతో మేలు చేస్తాయి. బిడ్డ పుట్టాక తల్లి పాలు ఎక్కువ రావడానికి ఇవి సహాయపడుతాయి. అలాగే అరుగుదల సమస్యలు, మలబద్ధకం, గ్యాస్ లాంటి సమస్యలను తగ్గించడంలో ఇది సహజమైన మందులా పనిచేస్తుంది. మగవాళ్ళ విషయంలో చూస్తే మెంతులు శరీర శక్తిని పెంచడంలో..

సహజ హార్మోన్ల సమతుల్యతను మెరుగుపరచడంలో తోడ్పడతాయి. మనసు ఉల్లాసంగా ఉండడమే కాక.. శరీరం దృఢంగా మారడానికి కూడా ఇవి సహాయపడతాయి. మెంతులు రోజువారీ ఆహారంలో భాగంగా తీసుకుంటే గుండె జబ్బుల నుంచి రక్షణ లభిస్తుంది. సరైన మోతాదులో రోజూ మెంతులను తీసుకోవడం వల్ల శరీరం ఆరోగ్యాన్ని పూర్తిగా బాగు చేసుకోవచ్చు. మెంతి ఆకులను వాడడం ద్వారా మనం మన ఆరోగ్య ప్రయాణంలో సహజ మార్గాన్ని ఎంచుకున్నట్లే.

వామ్మో..ఇంత చేదు మాకొద్దని పారిపోతున్నారా..? కాకరకాయ లాభాలు తెలిస్తే..





కూరగాయలన్నింటిలో కాకరకాయ అంటే చాలా మంది దూరం పెడుతుంటారు. అంత చేదు మాకొద్దు బాబోయ్ అంటూ పారిపోతుంటారు. కానీ, ఇందులోని చేదు ఆరోగ్యానికి ఎంత మంచిదో తెలిస్తే మాత్రం ఇకపై తినకుండా ఉండలేరు. ఈ చేదు కూరగాయలో అనేక పోషకాలు నిండివున్నాయి. కాకరకాయలోని గుణాలు అనేక ఆరోగ్య సమస్యలను నివారించడంలో సహాయపడుతాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. చేదు కాకరకాయ తినటం వల్ల కలిగే కొన్ని ముఖ్యమైన ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఇక్కడ తెలుసుకుందాం...

షుగర్ కంట్రోల్ అవ్వాలనుకునే డయాబెటిస్ బాధితులకు కాకరకాయ వరం లాంటిది అంటున్నార ఆరోగ్య నిపుణులు. కాకరకాయలోని గుణాలు రక్తంలో చక్కెర స్థాయిని నియంత్రించడంలో సహాయపడతాయి. డయాబెటిస్ ఉన్నవారికి ఇది చాలా ఉపయోగకరంగా ఉంటుంది. అంతేకాదు..కాకరకాయలో ఫైబర్ పుష్కలంగా ఉంటుంది. ఇది జీర్ణక్రియను మెరుగుపరుస్తుంది. మలబద్ధకాన్ని నివారిస్తుంది.

కాకరకాయ కూరతో పాటుగా జ్యూస్‌లా కూడా తీసుకోవచ్చు అంటున్నారు నిపుణులు. ఇందులో కేలరీలు తక్కువగా ఉండి, ఫైబర్ ఎక్కువగా ఉంటుంది. దాంతో కాకరకాయ జ్యూస్ తీసుకోవటం వల్ల త్వరగా కడుపు నిండిన అనుభూతిని కలిగిస్తుంది. ఎక్కువ ఆహారం తీసుకోకుండా చేస్తుంది. తద్వారా బరువు తగ్గడానికి దోహదం చేస్తుంది.

కాకరకాయలో విటమిన్ సి యాంటీఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇవి రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడానికి శరీరాన్ని ఇన్ఫెక్షన్ల నుండి రక్షించడానికి సహాయపడతాయి. అలాగే, కాకరకాయ జ్యూస్‌లోని విటమిన్ ఎ, సి వంటి యాంటీఆక్సిడెంట్లు చర్మాన్ని ఫ్రీ రాడికల్స్ నుంచి రక్షిస్తాయి. మొటిమలను తగ్గించడంలో చర్మం ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచడంలో సహాయపడతాయి.

తరచూ కాకరకాయ జ్యూస్ తీసుకోవటం వల్ల కాలేయాన్ని శుభ్రపరచడానికి, కాలేయ పనితీరును మెరుగుపరచడానికి సహాయపడుతుంది. ఇది శరీరంలోని విష వ్యర్థాలను తొలగించడంలో కూడా సహాయపడుతుంది. శరీరంలోని చెడు కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిని తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది.

కాకరకాయలో క్యాన్సర్ కణాల పెరుగుదలను నిరోధించే సమ్మేళనాలు ఉన్నాయి. ఇది ముఖ్యంగా రొమ్ము, ప్రోస్టేట్ పెద్దప్రేగు కాన్సర్ల నివారణలో సహాయపడుతుంది. కాకరకాయలో విటమిన్ ఎ కూడా అధికంగా ఉంటుంది. ఇది కంటి చూపును మెరుగుపరచడానికి కంటి సమస్యలను నివారించడానికి తోడ్పడుతుంది. ఎముకల ఆరోగ్యానికి సహాయపడుతుంది. దంతాలను బలంగా ఉంచుతుంది.

చాక్లెట్ తినడం వల్ల ఎన్ని లాభాలో తెలిస్తే..

ఎగిరి గంతేస్తారు..!

అయితే, మనం తినే సాధారణ చాక్లెట్స్ కంటే కూడా డార్క్ చాక్లెట్స్ చాలా మంచిదని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఈ డార్క్ చాక్లెట్లలో చక్కెర తక్కువగా ఉంటుంది. డార్క్ చాక్లెట్ తినటం వల్ల ఆరోగ్యానికి మేలు జరుగుతుందని పలు పరిశోధనలు కూడా వెల్లడించాయి. ఎప్పుడూ ఏదో ఒక చిరుతిండి తినాలని ఉన్న ఒక చిన్న చాక్లెట్ నోట్లో వేసుకోండి. ఇక అలాంటి పదార్థాల పైకి మనసు మళ్లదు. తద్వారా అధిక బరువు పెరగకుండా ఉంటారు. చాక్లెట్ అంటే ఇష్టపడని వారుండరు. చిన్నా పెద్దా తేడా లేకుండా అందరూ చాక్లెట్ తినేందుకు ఇష్టపడతారు. ముఖ్యంగా అమ్మాయిలైతే చెవి కోసుకుంటారు. చాక్లెట్స్‌లో చాలా రకాలు ఉన్నాయి. ఎన్నో బ్రాండ్స్ చాక్లెట్‌లు మార్కెట్లో అమ్ముతుంటారు. అయితే, చాక్లెట్ తినడం వల్ల నోటికి రుచి మాత్రమే కాదు.. ఎన్నో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు కూడా ఉన్నాయంటున్నారు నిపుణులు. మానసిక ఒత్తిడిని తగ్గించే అద్భుత గుణాలు చాక్లెట్‌లో ఉన్నాయని చెబుతున్నారు. మన మెదడులో సెరటోనిన్ హార్మోన్ స్థాయిలను పెంచి ఆందోళనలను తగ్గిస్తుంది. మనసుకు ప్రశాంతాన్నిస్తుంది.

చాక్లెట్‌లో 'ఎల్-ఆర్జినైన్' అనే అమైనో ఆమ్లం ఉంటుంది. చాక్లెట్‌లోని ఫ్లేవనాయిడ్స్ అతినీలలోహిత కిరణాల నుంచి చర్మాన్ని రక్షిస్తాయి. అలాగే చర్మానికి రక్తప్రసరణను మెరుగుపరిచి చర్మ ఆరోగ్యానికి దోహదం చేస్తాయి. గర్భిణిగా ఉన్నప్పుడు రోజూ 30 గ్రాముల చాక్లెట్ తీసుకోవడం వల్ల పిండం ఆరోగ్యంగా ఎదుగుతుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. అందుకే గర్భిణులు చాక్లెట్ తినాలని నిపుణులు చెబుతున్నారు. అయితే, మనం తినే సాధారణ చాక్లెట్స్ కంటే కూడా డార్క్ చాక్లెట్స్ చాలా మంచిదని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఈ డార్క్ చాక్లెట్లలో చక్కెర తక్కువగా ఉంటుంది. డార్క్ చాక్లెట్ తినటం వల్ల ఆరోగ్యానికి మేలు జరుగుతుందని పలు పరిశోధనలు కూడా వెల్లడించాయి. ఎప్పుడూ ఏదో ఒక చిరుతిండి తినాలని ఉన్న ఒక చిన్న చాక్లెట్ నోట్లో వేసుకోండి. ఇక అలాంటి పదార్థాల పైకి మనసు మళ్లదు. తద్వారా అధిక బరువు పెరగకుండా ఉంటారు.

వామ్మో.. సడెన్‌గా మందులు మానేస్తున్నారా..?

ఎంత డేంజరో తెలుసా..

మారుతున్న జీవనశైలి కారణంగా, అధిక రక్తపోటు గురించి ఫిర్యాదులు ప్రజలలో సర్వసాధారణంగా మారుతున్నాయి. అటువంటి పరిస్థితిలో, వైద్యులు నిరంతరం మందులు తీసుకోవాలని సిఫార్సు చేస్తారు. కానీ చాలా సార్లు ప్రజలు వైద్యుడిని సంప్రదించకుండా మందులు తీసుకోవడం మానేస్తారు.. ఇది చాలా ప్రమాదకరమంటున్నారు వైద్యనిపుణులు.. ఒకప్పుడు వృద్ధాప్యంలో వచ్చే అధిక రక్తపోటు సమస్య ఇప్పుడు యువకులు, మధ్య వయస్కులలో కూడా కనిపిస్తోంది. అటువంటి పరిస్థితిలో, బిపిని నియంత్రణలో ఉంచడానికి వైద్యులు నిరంతరం మందులు తీసుకోవాలని సిఫార్సు చేస్తున్నారు. ఈ మందులను నిరంతరం తీసుకోవడం చాలా ముఖ్యం. కానీ చాలా సార్లు రోగులు వైద్యుడిని సంప్రదించకుండా మందులు తీసుకోవడం మానేస్తారు.. ఇది అనేక సమస్యలకు దారితీస్తుంది. అటువంటి పరిస్థితిలో, గుండె, మెదడు, మూత్రపిండాలు, కళ్ళు తీవ్రంగా ప్రభావితమవుతాయి. దీని వల్ల ఎలాంటి నష్టం జరుగుతుంది.. వైద్య నిపుణులు ఏం చెబుతున్నారు..? ఈ వివరాలను ఈ కథనంలో తెలుసుకోండి.. అధిక రక్తపోటు కారణంగా, రక్త నాళాలలో ఒత్తిడి చాలా ఎక్కువగా ఉంటుంది. అందువల్ల, మీరు అధిక రక్తపోటుకు మందు తీసుకోవడం ఆపివేస్తే, అది గుండె, మెదడు, మూత్రపిండాలపై ప్రత్యక్ష ప్రభావాన్ని చూపుతుంది.. నిరంతర అధిక రక్తపోటు కారణంగా అవి దెబ్బతింటాయి. ఇది జీవితాంతం సమస్యలకు కారణం కావచ్చు. అకస్మాత్తుగా మందులు ఆపివేసిన తర్వాత, రోగికి తలనొప్పి, తలతిరగడం, భయము, ఛాతీ నొప్పి, వేగవంతమైన హృదయ స్పందన, కాళ్ళలో వాపు, శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బంది ఉండవచ్చు.. ఇలాంటి పరిస్థితుల్లో పరిస్థితి మరింత దిగజారిపోయే అవకాశం ఉంది. రోగిని వెంటనే ఆసుపత్రిలో చేర్చాల్సి రావచ్చు..

మెదడు రక్తస్రావం లేదా పక్షవాతం వచ్చే ప్రమాదం

ఢిల్లీలోని ఆర్ఎంఎల్ హాస్పిటల్‌లోని మెడిసిన్ విభాగానికి చెందిన ప్రొఫెసర్ డాక్టర్ సుభాష్ గిరి మాట్లాడుతూ.. అధిక రక్తపోటు మందులను ఆపడం ద్వారా మెదడు రక్తస్రావం లేదా పక్షవాతం వచ్చే ప్రమాదం గణనీయంగా పెరుగుతుందని చెప్పారు. కొన్నిసార్లు రోగి అకస్మాత్తుగా మూర్ఛపోవడం, శరీరంలోని ఏదో ఒక భాగంలో బలహీనత లేదా మాట్లాడటంలో ఇబ్బంది గురించి ఫిర్యాదు చేయడం ప్రారంభిస్తాడు. అధిక రక్తపోటు మందులను అకస్మాత్తుగా ఆపడం వల్ల గుండెపై ఒత్తిడి పెరుగుతుంది.. ఇది గుండెపోటు ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది. కిడ్నీ వైఫల్యం కూడా సంభవించవచ్చు. అకస్మాత్తుగా మందులను ఆపడం వల్ల రక్తపోటును నియంత్రించడం కష్టమవుతుంది.. మందుల ప్రభావం కూడా తగ్గుతుంది.

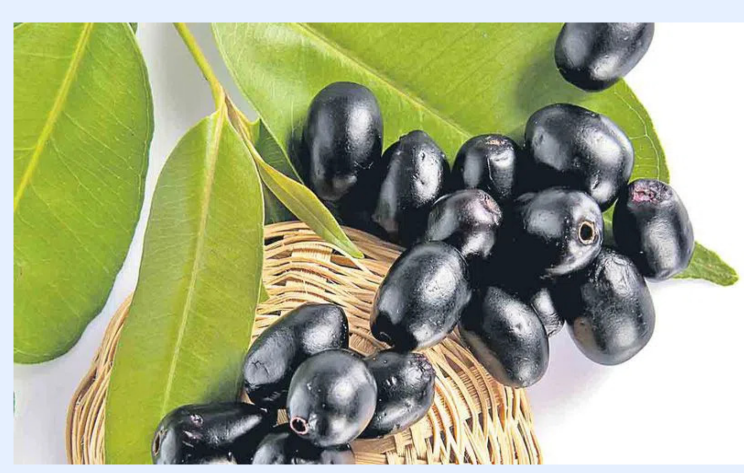
ప్రజలు మందులను ఎందుకు మానేస్తారు..

చాలా సార్లు రోగులు తమ రక్తపోటు ఇప్పుడు సాధారణమైందని భావిస్తారని, కాబట్టి వారికి మందులు అవసరం లేదని సొంతంగా నిర్ణయం తీసుకుంటారని డాక్టర్ సుభాష్ వివరించారు. కొంతమంది మందుల దుష్ప్రభావాలకు భయపడి మందులు తీసుకోవడం మానేస్తారు. కొంతమంది మతిమరుపు లేదా నిర్లక్ష్యం కారణంగా అధిక బిపి మందులు తీసుకోవడం మానేస్తారు. కొన్ని సందర్భాల్లో, ప్రజలు ఇంటి లేదా ఇతర పద్ధతులపై ఆధారపడటం ద్వారా మందులు తీసుకోవడం మానేస్తారు. చాలా సార్లు ప్రజలు సోషల్ మీడియా లేదా వారి పరిచయస్తుల నుండి సమాచారాన్ని సేకరించడం ద్వారా మందులను ఆపాలని లేదా మోతాదును తగ్గించాలని నిర్ణయించుకుంటారని.. పేర్కొన్నారు.

వైద్యుడిని సంప్రదించండి

అధిక రక్తపోటు ఉన్న రోగులు ఎప్పుడూ స్వయంగా మందులు తీసుకోవడం ఆపకూడదు. మందులు ఆపాలనే నిర్ణయం ఎల్లప్పుడూ వైద్యుడి సలహా మేరకే తీసుకోవాలి. మందుల దుష్ప్రభావాల గురించి వైద్యుడితో మాట్లాడండి. ఏదైనా ఔషధం దుష్ప్రభావాలను కలిగి ఉంటే, ఆ మందును తీసుకోవడం ఆపండి లేదా వైద్యుడి సలహా మేరకే మోతాదును తగ్గించండి. బరువు తగ్గడం, క్రమం తప్పకుండా వ్యాయామం చేయడం, యోగా చేయడం, ఆహారపు అలవాట్లను నియంత్రించడం వంటి మార్పులు ఉంటే, మందులను ఆపవచ్చు లేదా తగ్గించవచ్చు.. కానీ ఈ పనులు కూడా వైద్యుడి పర్యవేక్షణలో చేయాలి.. కావున.. సైలెంట్ కిల్లర్ హైపర్‌టెన్షన్ (అధిక రక్తపోటు) గురించి బాధపడుతుంటే వెంటనే వైద్య నిపుణులను సంప్రదించండి..

ఆకులతో ఆరోగ్యం!



ఆయుర్వేదంలో 'నేరేడు'ది ప్రత్యేక స్థానం. దీని పండ్లు మాత్రమే కాదు.. ఆకులు కూడా ఎన్నో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు కలిగిస్తాయని ఆయుర్వేద నిపుణులు అంటున్నారు. అనేక ఔషధ గుణాలతో నిండిన నేరేడు ఆకులు.. వివిధ వ్యాధులను నివారించడంలో సమర్థంగా పనిచేస్తాయని చెబుతున్నారు. నేరేడు ఆకులను నమలడం వల్ల నోటి ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుంది. నోట్లో ఉండే బ్యాక్టీరియా నశిస్తుంది. నోటి దుర్వాసన తగ్గుతుంది. దంతాలు, చిగుళ్లు ఆరోగ్యంగా మారుతాయి. వీటిలోని ఆయుర్వేద సమ్మేళనాలు.. జీర్ణవ్యవస్థ ఆరోగ్యానికి భరోసా ఇస్తాయి. నేరేడు ఆకుల కషాయం తాగితే.. విరేచనాలు ఇట్టే తగ్గిపోతాయి. కాలేయం పనితీరు కూడా మెరుగుపడుతుంది. కడుపు ఉబ్బరం, గ్యాస్, అజీర్తి వంటి సమస్యలూ తగ్గిపోతాయి. నేరేడు ఆకుల్లో యాంటి బ్యాక్టీరియల్, యాంటి ఇన్‌ఫ్లమేటరీ గుణాలు పుష్కలం. ఇవి రక్తంలో చక్కెర విడుదలను నియంత్రిస్తాయి. దాంతో, షుగర్ లెవల్స్ తగ్గుతాయి. అలా.. మధుమేహాన్ని నియంత్రణలో ఉంచుతాయి. భోజనానికి ముందు.. ఓ టీస్పూన్ నేరేడు ఆకుల రసాన్ని తీసుకుంటే మంచి ఫలితం కనిపిస్తుంది. నేరేడు ఆకుల రసంలో కొద్దిగా ధనియాలు వేసి తాగితే.. జ్వరం తగ్గిపోతుంది.