ప్రజా దీవెన

సమ సమాజ సంక్షేమం మా సంకల్పం...

నల్లగొండ |సంపుటి : 10| సంచిక : 202| సోమవారం |19 మే 2025 | పేజీలు : 04 వెల ₹5

శారీరక సోమరితనం, మేధో పరమైన మూలాన్ని లేదా మాన సిక నిరాశను వదులుకోండి, మీరు విషాన్ని విడిచిపెట్టినట్లే. కానీ సమ స్య ఏమిటంటే మనం విషాన్ని తీ పిగా తింటాము, పాత వైఫల్యాల ను కౌగిలించుకుంటాము, ఆత్మ గౌ రవాన్ని పొందుతాము మరియు భ యానికి భద్రత ఇస్తాము.గతం ఒక మొండి పొరుగువాడి లాంటిది, అ తను మధ్యలో తలుపు తడతా డు. కానీ గుర్తుంచుకోండి, భవిష్య త్తు అతని అద్దెదారు కాదు అతను కొత్తవాడు, తాజావాడు, మీ అవ కాశాలతో నిండి ఉన్నాడు. మీరు గత పుస్తకాన్ని ఎన్నిసార్లు తెరిచి నా, భవిష్యత్తు ప్రతిరోజూ కొత్త పే జీని జోడిస్తుంది. కాబట్టి లేవండి, లేవండి మరియు మీ జీవిత పుస్త కాన్ని గర్వంతో నింపండి.

- గురు దేవ్ శ్రీ శ్రీ రవి శంకర్

మరణ మృదంగం

చార్మినార్ గుల్జార్‌హౌజ్ వద్ద అగ్ని ప్రమాదం.. 17 మంది మృతి

మృతుల్లో 8 మంది చిన్నారులు, ఐదుగురు మహిళలు, నలుగురు వృద్ధులు

- ఐదుగురు చిన్నారులను పట్టుకొని కూర్చున్న మహిళ అందరూ ఊపిరాడక మృతి
- స్థానిక వ్యాపారి ఇంట్లో ఉదయాన్నే చెలరేగిన మంటలు
- భయంతో ఒకే గదిలోకి వెళ్లి తలుపులు మూసేసుకున్న పది మంది..
- పొగ, వేడి కారణంగా అపస్మారకస్థితిలోకి
- ఆస్పత్రికి తీసుకెళ్లేసరికే వారిలో చాలా మంది మృతి
- పక్క భవనం గోడలకు రంధ్రాలు చేసి.. ప్రమాదం జరిగిన భవనం లోపలికెళ్లిన అగ్నిమాపక సిబ్బంది
- ఫైరింజన్‌లో నీళ్లు లేవు.. అంబులెన్స్‌లో ఆక్సిజన్ లేదు
- ఉస్మానియాలో మంత్రులపై మృతుల బంధువుల ఆగ్రహం
- షార్ట్ సర్క్యూట్ వల్లే ప్రమాదం: ఫైర్ డీజీ నాగిరెడ్డి
- షార్ట్ సర్క్యూట్ జరిగిన ఆనవాళ్లేవీ లేవు: సీఈ చక్రపాణి

ప్రజా దీవెన, హైదరాబాద్ : రాజధాని హైదరాబాద్‌లో ఆదివారం ఉదయాన్నే ఘోర విషాదం చోటుచేసుకుంది. చార్మినార్ సమీపంలోని గుల్జార్‌హౌజ్ వద్ద ఓ భవనం మొదటి అంతస్తులో భారీ అగ్ని ప్రమాదం సంభవించింది. ఈ ఘటనలో 17 మంది దుర్మరణం చెందారు. మృతుల్లో ఎనిమిది మంది చిన్నారులు, ఐదుగురు మహిళలు ఉన్నారు. 60 ఏళ్లు దాటిన వారు నలుగురు ఉన్నారు.

సీఎం తీవ్ర దిగ్భ్రాంతి

- మృతుల కుటుంబాలకు 5 లక్షల ఎక్స్‌గ్రేషియా
- బాధిత కుటుంబాలకు ఫోన్‌లో రేవంత్ పరామర్శ
- ఘటనపై సమగ్ర విచారణకు ఆదేశం
- సంఘటనా స్థలానికి భట్టి, పొన్నం, దామోదర

మృతుల కుటుంబాలకు రూ.2 లక్షల సాయం

- క్షతగాత్రులకు రూ.50 వేల పరిహారం: మోదీ
- ప్రమాదంపై ప్రధాని, రాష్ట్రపతి, గవర్నర్ దిగ్భ్రాంతి
- ఘటన అత్యంత బాధాకరం: రాహుల్, ఖర్గే

- సహాయ చర్యల్లో ఆలస్యం: కిషన్‌రెడ్డి
- కేసీఆర్, కేటీఆర్, హరీశ్, అసద్ విచారం

తెలంగాణలో పెట్టుబడులు పెట్టండి

రష్యా కాన్సుల్ జనరల్ ఖోడ్జాయేవ్‌ను కోరిన భట్టి

.. వివరాలు 3లో

సర్కారు సహకరించడం లేదు

రాష్ట్ర అభివృద్ధికి రూ.వేల కోట్లు ఇస్తున్నాం: బండి సంజయ్

.. వివరాలు 3లో

03

భావితరాలకు సంస్కరణలు అవసరం

- ప్రభుత్వ విధానమే కాదు.. ప్రజలందరి అంశం
- దేశాభివృద్ధికే వన్ నేషన్ వన్ ఎలక్షన్
- కేంద్ర మంత్రి, బీజేపీ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు కిషన్ రెడ్డి

మందుబాబులకు మతిపోయే 'కిక్'

- మద్యం ధరలు పెంచిన ప్రభుత్వం.. క్వార్టర్‌కు రూ.10, ఫుల్‌బాటిల్‌కు రూ.40 పెంపు
- ఆదివారం అర్ధరాత్రి నుంచే అమల్లోకి.. సర్కారుకు నెలకు రూ.160 కోట్ల అదనపు ఆదాయం
- చీప్‌లిక్కర్, బ్రీజర్‌కు పెంపు నుంచి మినహాయింపు..
- ఫిబ్రవరిలో బీర్ల ధరలు పెంచిన సర్కారు

ప్రజా దీవెన, హైదరాబాద్ : మందుబాబులకు ప్రభుత్వం షాకిచ్చింది. రాష్ట్రంలో మద్యం ధరలను పెంచింది. క్వార్టర్‌కు రూ.10, హాఫ్‌కు రూ.20, ఫుల్‌బాటిల్‌కు రూ.40 చొప్పున ధరలు పెంచుతూ ఎక్సైజ్ శాఖ ఉత్తర్వులు జారీ చేసింది. ఈ ధరల పెంపు వల్ల ప్రభుత్వానికి నెలకు రూ.160 కోట్ల

మిగతా 3 లో

04

సచివాలయంలో సుందరీమణులు

తెలంగాణ తల్లి విగ్రహానికి అందాలభామల నివాళి

- తెలంగాణ పిండి వంటకాలతో ప్రభుత్వం తేనీటి విందు
- వెయ్యికిపైగా డ్రోన్లతో ఆకట్టుకునేలా 'డ్రోన్ షో'
- పోలీస్ కమాండ్ కంట్రోల్ సెంటర్ సందర్శన

పేలుళ్ల కుట్ర భగ్నం

- హైదరాబాద్‌లో పేలుళ్లకు కుట్ర!
- ఇద్దర్ని అరెస్టు చేసిన రాష్ట్ర, ఏపీ పోలీసులు
- నిందితులకు ఐఎస్‌తో సంబంధాలు

03

కఠినంగా జేఈఈ అడ్వాన్స్‌డ్ పేపర్-2

- అని సబ్జెక్టుల్లోనూ అధికంగా న్యూమరికల్ బేస్డ్ క్వశ్చన్స్
- సాధనకు అధిక సమయం

03

సీఎం తీవ్ర దిగ్భ్రాంతి

మృతుల కుటుంబాలకు 5 లక్షల ఎక్స్‌గ్రేషియా

బాధిత కుటుంబాలకు ఫోన్‌లో రేవంత్ పరామర్శ

ఘటనపై సమగ్ర విచారణకు ఆదేశం

సంఘటనా స్థలానికి భట్టి, పొన్నం, దామోదర

ప్రజా దీవెన, హైదరాబాద్ : గుల్జార్‌హౌస్ అగ్ని ప్రమాదంపై సీఎం రేవంత్‌రెడ్డి తీవ్ర దిగ్భ్రాంతి వ్యక్తం చేశారు. ప్రమాదానికి దారితీసిన అసలైన కారణాలను లోతుగా దర్యాప్తు చేయాలంటూ సమగ్ర విచారణకు ఆదేశించారు. భవిష్యత్తులో ఇలాంటి దుర్ఘటనలు జరగకుండా నివారణ చర్యలు చేపట్టాలని, ప్రజలను అప్రమత్తం చేయాల్సిన అవసరం ఉందన్నారు. ప్రమాదం గురించి తెలిసిన వెంటనే.. మంటల్లో చిక్కుకున్న కుటుంబాలను ఆదుకోవడానికి అవసరమైన అన్ని చర్యలు చేపట్టాలని అధికారులను సీఎం ఆదేశించారు. పోలీసులు, ఫైర్ విభాగం చేపడుతున్న చర్యలను ఎప్పటికప్పుడు అడిగి తెలుసుకున్నారు. గాయపడిన వారికి మెరుగైన వైద్య సౌకర్యం అందించేలా చర్యలు చేపట్టాలన్నారు. సంఘటన స్థలానికి వెళ్లి సహాయక చర్యలను స్వయంగా సమీక్షించాలని జిల్లా ఇన్‌చార్జి మంత్రి పొన్నం ప్రభాకర్‌ను ఆదేశించారు. ప్రమాదంలో 17 మంది మృతి చెందడం బాధాకరమని సీఎం అన్నారు. మరణించిన వారి కుటుంబాలకు రూ.5 లక్షల చొప్పున ఎక్స్‌గ్రేషియా ఇవ్వనున్నట్లు ప్రకటించారు. బాధిత కుటుంబాలకు చెందిన వారితో ఫోన్‌లో మాట్లాడి ఓదార్చారు. కాగా, అగ్నిప్రమాదం జరిగిన ఘటనా స్థలానికి ఉప ముఖ్యమంత్రి భట్టి విక్రమార్క.. ఆదివారం మధ్యాహ్నం మంత్రులు పొన్నం ప్రభాకర్, దామోదర్ రాజనర్సింహతో కలిసి వెళ్లారు. సంఘటన స్థలాన్ని పరిశీలించారు. అనంతరం మీడియాతో మాట్లాడుతూ.. మృతుల కుటుంబాలకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం తరపున ప్రగాఢ సానుభూతి తెలిపారు.

మృతుల కుటుంబాలకు రూ.2 లక్షల సాయం

క్షతగాత్రులకు రూ.50 వేల పరిహారం: మోదీ

ప్రమాదంపై ప్రధాని, రాష్ట్రపతి, గవర్నర్ దిగ్భ్రాంతి

ఘటన అత్యంత బాధాకరం: రాహుల్, ఖర్గే

ప్రజా దీవెన, న్యూఢిల్లీ : గుల్జార్ హౌజ్ అగ్ని ప్రమాదంపై ప్రధాని మోదీ దిగ్భ్రాంతి వ్యక్తం చేశారు. ఘటనలో చనిపోయిన వారి కుటుంబాలకు రూ.2 లక్షల చొప్పున పరిహారాన్ని ప్రకటించారు. క్షతగాత్రులకు రూ.50 వేల చొప్పున సాయం అందిస్తామని తెలిపారు. ప్రమాదంలో ఎక్కువ మంది మృతి చెందడం తనను ఎంతో కలచివేసిందని పేర్కొన్నారు. మృతుల కుటుంబాలకు ప్రగాఢ సానుభూతి తెలిపారు. క్షతగాత్రులు త్వరగా కోలుకోవాలని మోదీ ఆకాంక్షించారు. హైదరాబాద్‌లో జరిగిన అగ్ని ప్రమాదంలో మహిళలు, పిల్లలు సహా అనేక మంది మరణించడం బాధాకరమని రాష్ట్రపతి ద్రౌపది ముర్ము అన్నారు. ఆత్మీయులను కోల్పోయిన వారి బాధ వర్ణనాతీతమని, క్షతగాత్రులు త్వరగా కోలుకోవాలని ఆకాంక్షించారు. అగ్ని ప్రమాదంలో 17 మంది మరణించడం తీవ్రంగా కలచివేసిందని రాష్ట్ర గవర్నర్ జిష్ణుదేవ్‌వర్మ అన్నారు. బాధిత కుటుంబాలకు సానుభూతి తెలిపారు. గుల్జార్‌హౌజ్ ప్రమాదంలో పలువురు మృతి చెందడం, అనేక మంది గాయపడటం అత్యంత బాధాకరమని కాంగ్రెస్ అగ్రనేత రాహుల్ గాంధీ అన్నారు. మృతుల కుటుంబాలకు ప్రగాఢ సానుభూతి తెలిపారు. క్షతగాత్రులు త్వరగా కోలుకోవాలని ఆకాంక్షించారు. ప్రమాదం గురించి తెలియగానే సీఎం రేవంత్ రెడ్డికి ఏఐసీసీ అధ్యక్షుడు ఖర్గే ఫోన్ చేశారు. కాంగ్రెస్ కార్యకర్తలు సహాయ చర్యల్లో పాల్గొనాలని ఎక్స్ వేదికగా పిలుపునిచ్చారు. ఎంపీ ప్రియాంక గాంధీ సైతం మృతుల కుటుంబాలకు ప్రగాఢ సానుభూతి వ్యక్తం చేశారు.

సహాయ చర్యల్లో ఆలస్యం: కిషన్‌రెడ్డి

ప్రజా దీవెన, హైదరాబాద్ : గుల్జార్‌హౌజ్ ప్రమాద స్థలాన్ని కేంద్ర మంత్రి కిషన్‌రెడ్డి ఆదివారం పరిశీలించారు. అధికారులతో మాట్లాడి పరిస్థితిని తెలుసుకున్నారు. సహాయ చర్యల్లో అగ్ని మాపక సిబ్బంది ఆలస్యం చేశారని బాధితులు ఆరోపిస్తున్నారని ఆయన పేర్కొన్నారు. చిన్న ప్రమాదమే అయినా, ప్రాణనష్టం ఎక్కువగా ఉందన్నారు. అగ్నిమాపక సిబ్బందికి ప్రభుత్వం సరైన పరికరాలు, శిక్షణ అందించాల్సి ఉందని చెప్పారు. అగ్నిమాపక శాఖ సాంకేతికతను మెరుగుపరుచుకోవాలని సూచించారు. అగ్ని ప్రమాదంలో 17 మంది మరణించడం బాధాకరమని కేంద్ర మంత్రి బండి సంజయ్ అన్నారు. బాధితులకు కేంద్రం పరిహారం ప్రకటిస్తే.. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం సంతాపంతోనే సరిపెట్టుకుందని విమర్శించారు. గుల్జార్ హౌజ్ ప్రమాదం తీవ్రంగా కలచివేసిందని బీజేఎల్పీ నేత ఏలేటి మహేశ్వర్ రెడ్డి అన్నారు. ప్రమాదం జరిగిన వెంటనే అగ్నిమాపక సిబ్బంది వేగంగా స్పందించి ఉంటే ఇంత దారుణం జరిగేది కాదని అభిప్రాయపడ్డారు. అగ్ని ప్రమాదం పట్ల మాజీ ఉప రాష్ట్రపతి వెంకయ్య నాయుడు దిగ్భ్రాంతి వ్యక్తం చేశారు.

కేసీఆర్, కేటీఆర్, హరీశ్, అసద్ విచారం

గుల్జార్ హౌజ్ అగ్ని ప్రమాదంలో 17 మంది మృతి చెందడం పట్ల మాజీ సీఎం కేసీఆర్ దిగ్భ్రాంతి వ్యక్తం చేశారు. క్షతగాత్రులకు మెరుగైన వైద్యం అందించాలని ప్రభుత్వాన్ని కోరారు. అగ్ని ప్రమాదం చాలా బాధాకరమని, బాధితులకు బీఆర్ఎస్ అండగా ఉంటుందని ఆ పార్టీ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ భరోసా ఇచ్చారు. మృతుల కుటుంబాలకు ప్రగాఢ సానుభూతి ప్రకటించారు. వేసవిలో అగ్ని ప్రమాదాల నివారణకు ముందస్తు వ్యూహం అనుసరించకపోవడం ప్రభుత్వ నిర్లక్ష్యమేనని మాజీ మంత్రి హరీశ్‌రావు విమర్శించారు. అగ్ని ప్రమాదంలో 17 మంది మృతి చెందడం దిగ్భ్రాంతి కలిగించిందని మజ్లిస్ అధ్యక్షుడు, ఎంపీ అసదుద్దీన్ ఒవైసీ అన్నారు. ఘటనా స్థలాన్ని ఆదివారం ఆయన పరిశీలించారు. అనంతరం ఉస్మానియా ఆస్పత్రి వద్ద మృతుల కుటుంబ సభ్యులను పరామర్శించారు.

మరణ మృదంగం

చార్మినార్ గుల్జార్‌హౌజ్ వద్ద ఘోర అగ్నిప్రమాదం.. 17 మంది మృతి

ప్రజా దీవెన, హైదరాబాద్ : రాజధాని హైదరాబాద్‌లో ఆదివారం ఉదయాన్నే ఘోర విషాదం చోటుచేసుకుంది. చార్మినార్ సమీపంలోని గుల్జార్‌హౌజ్ వద్ద ఓ భవనం మొదటి అంతస్తులో భారీ అగ్ని ప్రమాదం సంభవించింది. ఈ ఘటనలో 17 మంది దుర్మరణం చెందారు. మృతుల్లో ఎనిమిది మంది చిన్నారులు, ఐదుగురు మహిళలు ఉన్నారు. 60 ఏళ్లు దాటిన వారు నలుగురు ఉన్నారు. పిల్లలను, వయోధికులను వదిలి వెళ్లలేక.. వారిని కాపాడే ప్రయత్నంలో మిగతా ఐదుగురూ చనిపోయారు. గుల్జార్‌హౌజ్ ప్రాంతంలో నివాసం ఉంటున్న ప్రహ్లాద్‌రాయ్ మోదీ (73) కొంతకాలంగా అక్కడ నగల దుకాణాన్ని నడుపుతున్నారు. ఆయన భార్య మున్నీ (73). వారికి నలుగురు కూతుళ్లు, ఇద్దరు కుమారులు ఉన్నారు. ప్రహ్లాద్‌రాయ్ తమ్ముడు రాజేందర్ (67), ఆయన భార్య సుమిత్ర మోదీ (65). వారంతా ఒకే భవనంలో (జీ౦2) నివాసం ఉంటున్నారు. వేసవి సెలవుల సందర్భంగా.. ప్రహ్లాద్‌రాయ్ కుమారుడైన పంకజ్ (36), అతడి భార్య వర్ష (32), వారి ముగ్గురు పిల్లలు అనన్య (11), ఇధిక (8), ఇరాజ్ (2)తో ఆ ఇంటికి వచ్చారు. అలాగే, ప్రహ్లాద్ కుమార్తె శీతల్ (35) తన ఇద్దరు కుమార్తెలు, ఒక కుమారుడితో, ప్రహ్లాద్ మరో కుమార్తె రజని తన కుమారుడితో, ఇంకో కుమార్తె సంతోషి.. పుట్టింటికి వచ్చారు. రాజేందర్ మోదీ పిల్లల్లో కూడా కొందరు ఆ ఇంటికి వచ్చారు. అంతా కలిసి రెండ్రోజులు సరదాగా గడిపారు. ఆదివారం ఉదయం 6.16 గంటల సమయంలో ఆ ఇంటి గ్రౌండ్‌ఫ్లోర్‌లో అగ్ని ప్రమాదం జరిగింది. మంటలు చుట్టుముట్టి, పొగ కమ్ముకోవడంతో.. లోపలున్నవారంతా తమను కాపాడాలంటూ హాహాకారాలు చేశారు. ఆ కుటుంబానికి చెందిన ఒక మహిళ.. బయటకు వచ్చి తమవారిని కాపాడాలంటూ కేకలు వేయడం గమనించిన స్థానిక యువకులు.. లోపలున్నవారిని బయటకు తేవడానికి ప్రయత్నించారు. కానీ.. పొగ ఎక్కువగా ఉండడంతో వారికి శ్వాస తీసుకోవడమే కష్టమైంది. దీంతో పక్క భవనానికి ఉన్న షట్టర్ పగలగొట్టి లోపలికి వెళ్లి సహాయకచర్యల్లో పాల్గొన్నారు. తాము లోపలికి వెళ్లేసరికే అక్కడ ఏడుగురు మృతిచెందారని జహేద్, అజ్మత్ అనే ఇద్దరు యువకులు తెలిపారు. మరోవైపు.. సమాచారం తెల్సుకున్న అగ్నిమాపక అధికారులు ఫైరింజన్లతో అక్కడికి చేరుకొని సహాయక చర్యలు ప్రారంభించారు.

ఒకటే మార్గం..

భవనంలోకి వెళ్లేందుకు ఒకటే మెట్ల మార్గం ఉండడం.. అక్కడే అగ్ని ప్రమాదం జరిగి మంటలు, పొగ వ్యాపించడంతో సహాయక చర్యలు ముందుకు సాగలేదు. పై అంతస్తుకు వెళ్లేందుకు ప్రత్యామ్నాయ మార్గాలు లేకపోవడంతో.. అగ్నిమాపకశాఖ అధికారులు పక్క భవనం గోడలకు రంధ్రాలు చేసి ఆ భవనంలోకి వెళ్లారు. మంటలు, పొగలో చిక్కుకున్న వారిని కిందకు తీసుకువచ్చారు. ఒక గదిలో ఒక మహిళ.. ఐదుగురు చిన్నారులను పట్టుకుని ఉందని, కానీ వారంతా అప్పటికే స్పృహతప్పి ఉన్నారని అగ్నిమాపక సిబ్బంది తెలిపారు. బయటకు తీసుకొచ్చాక వారందరిని సమీప ఆస్పత్రులకు తరలించారు. కానీ.. వారిలో చాలామంది ఆస్పత్రులకు తరలించే లోపే తుది శ్వాస విడిచారు. కొందరు ఆస్పత్రికి వెళ్లాక చనిపోయారు. కాగా.. మంటలు ఆర్పడానికి 11 అగ్నిమాపక శకటాలను వినియోగించారు. మొత్తం 87 మంది అధికారులు, సిబ్బంది సహాయక చర్యల్లో పాల్గొన్నారు. గదిలోకి వెళ్లి తలుపులు మూసేసుకుంటే ప్రాణాలు కాపాడుకోవచ్చని భావించడం వల్ల పొగ కమ్మేసి పదిమంది చనిపోయారని.. వారంతా ఇంట్లోంచి భవనం పైభాగానికి వెళ్లి ఉంటే బతికేవారని కావని రెస్క్యూ అధికారులు ఆవేదన వెలిబుచ్చారు. ఇక.. ఉస్మానియాలో మృతదేహాలకు పోస్టుమార్టం నిర్వహించిన అనంతరం.. అంత్యక్రియల ఏర్పాట్లను మంత్రి దుద్దిళ్ల శ్రీధర్‌బాబు పర్యవేక్షించారు. మృతుల కుటుంబసభ్యులను ఆయన పరామర్శించారు.

ఘటనాస్థలికి మంత్రి పొన్నం..

ప్రమాదం గురించి తెలియగానే. సీఎం రేవంత్ ఆదేశాల మేరక్కు మంత్రి పొన్నం ప్రభాకర్ ఘటనాస్థలికి చేరుకుని పరిస్థితిని సమీక్షించారు. బాధితులను ఆస్పత్రులకు తరలించారు. కాగా.. ఉస్మానియా ఆస్పత్రి వద్దకు వచ్చిన మంత్రి పొన్నం ప్రభాకర్, ఎంపీ అనిల్‌కుమార్ యాదవ్ తదితరులపై మృతుల బంధువులు తీవ్రస్థాయిలో మండిపడ్డారు. ప్రమాదం జరిగిన వెంటనే అగ్నిమాపక శకటాలు, అంబులెన్సులు రాలేదని.. వచ్చిన ఫైరింజన్‌లో సరిపడా నీళ్లు లేకపోవడంతో వెనక్కి వెళ్లిపోయిందని.. అంబులెన్సులో ఆక్సిజన్ లేదని, అందుకే ఇంతమంది చిన్నారుల ప్రాణాలు కోల్పోయారంటూ వారిని చుట్టుముట్టి ఆందోళనకు దిగారు. విషయం తెలుసుకున్న వైద్య ఆరోగ్య శాఖ మంత్రి దామోదర రాజ నర్సింహ మార్చురీ వద్దకు చేరుకుని వారిని ఓదార్చడంతో పాటు అధికారులతో మాట్లాడారు. ఇక.. ఘటనాస్థలిని పరిశీలించిన ఫైర్ సేఫ్టీ డీజీ నాగిరెడ్డి ఈ ప్రమాదానికి కారణం షార్ట్ సర్క్యూటేనని ప్రాథమికంగా నిర్ధారించారు. కాగా.. హైదరాబాద్‌లో ఒక అగ్ని ప్రమాదంలో ఇంతమంది దుర్మరణంపాలవడం ఇదే ప్రథమమని అధికారులు చెబుతున్నారు.

పొద్దున్నే వస్తానని చెప్పి..

వేసవి సెలవులు కావడంతో భర్త, చిన్న కుమారుడితో కలిసి పుట్టింటికి వెళ్లారామె. రెండు రోజులు సరదాగా గడిపారు. ఇక ఇంటికి తిరిగి వెళ్దామని భర్త అనగా.. "ఈ ఒక్క రాత్రి ఉండి ఆదివారం పొద్దున్నే ఉదయం వస్తా" అన్నారు. దీంతో వారిద్దరూ శనివారం రాత్రే వెళ్లిపోయారు. ఆమె మాత్రం ఇచ్చినమాట నిలబెట్టుకోలేదు. ఈ అగ్నిప్రమాదంలో ప్రాణాలు కోల్పోయిన రజనీ విషాద గాథ ఇది. "పొద్దున్నే అమ్మ ఇంటికి వస్తుందని ఎదురుచూశాం. కానీ.. చనిపోయింది" అంటూ ఆమె పెద్ద కుమారుడు కుషాల్ కన్నీటి పర్యంతమయ్యాడు. ఆమె రాత్రి తమతో వచ్చి ఉంటే ప్రాణాలతో ఉండేదని రజనీ భర్త రోదించారు. ఇక.. ఈ ప్రమాదంలో.. తమ ఇద్దరు పిల్లలు ప్రాన్షి, ప్రథమ్ అగర్వాల్‌ను కోల్పోయిన రోహిత్ అగర్వాల్ దంపతులు కంటికీ మంటికీ ఏకధారగా విలపిస్తున్నారు.

పిల్లల కోసం లోపలికెళ్లి..

ఈ ప్రమాదంలో మృతి చెందిన పంకజ్ నిజానికి మంటలు చెలరేగగానే బయటకు వచ్చేసినట్టు స్థానికులు చెబుతున్నారు. అయితే.. రెండేళ్లు, ఐదేళ్ల వయసున్న తన పిల్లలు లోపల ఉండిపోవడంతో వారిని కాపాడుకునేందుకు మళ్లీ లోపలికి వెళ్లి ప్రాణాలు కోల్పోయాడని వెల్లడించారు.

ఆ నలుగురూ క్షేమంగా..

అగ్ని ప్రమాదం జరిగిన సమయంలో.. ప్రహ్లాద్‌రాయ్ మోదీ కుటుంబసభ్యుల్లో నలుగురు రెండో అంతస్తులో ఉన్నారు. మంటలు చెలరేగగానే వారు భవనం పై భాగానికి వెళ్లి పక్కనున్న భవనంలోకి దూకేశారు. అగ్నిమాపక శాఖ సిబ్బంది వారిని కాపాడారు. మొదటి అంతస్తులో ఉన్న వారు కూడా ఇలాగే భవనం పైకి వెళ్లి ఉంటే ప్రాణాలతో బయటపడేవారని ఒక అధికారి అభిప్రాయపడ్డారు.

ప్రమాదంపై కేసు నమోదు

అగ్ని ప్రమాద ఘటనపై మృతుల బంధువు ఉత్కర్ష్ మోడీ ఇచ్చిన ఫిర్యాదు మేరకు కేసు నమోదు చేసినట్లు చార్మినార్ పోలీసులు తెలిపారు. ప్రమాదం జరగకముందు అక్కడి పరిస్థితులు, ఘటన జరగడానికి గల కారణాలు, ప్రమాద తీవ్రతకు దారి తీసిన అంశాలపై లోతుగా దర్యాప్తు చేస్తున్నట్లు పేర్కొన్నారు. ఫైర్, విద్యుత్తు, పోలీస్ విభాగాల అధికారులతో విచారణ జరిపి, ఆధారాలను సేకరించి, నివేదిక రూపొందించి ఉన్నతాధికారులకు ఇవ్వనున్నట్లు పోలీసులు తెలిపారు. ప్రాథమికంగా సేకరించిన వివరాల ప్రకారం.. బయటకు వెళ్లే దారిలేకపోవడం, దట్టమైన పొగ పీల్చడం వల్లనే మృతుల సంఖ్య పెరిగినట్లు తేలిందన్నారు. ఘటనా స్థలంలో ముగ్గురు చనిపోగా.. మిగిలిన 14 మంది ఆస్పత్రులకు తరలించే క్రమంలో మృతి చెందినట్లు గుర్తించామని పోలీసులు వివరించారు.

టెర్రస్‌కు తాళం.. ప్రాణాలు ఆగం..?

గుల్జార్ హౌజ్‌లోని మొదటి, రెండో అంతస్తుల్లో మంటలు, దట్టమైన పొగలు వ్యాపించిన క్రమంలో బాధితులు భవనం పైకి వెళ్లడానికి ప్రయత్నించినట్లు తెలిసిందని అగ్నిమాపక శాఖ ఒక ప్రకటనలో తెలిపింది. అయితే టెర్రస్ పైన ఉన్న కార్మికులు మెట్ల ద్వారానికి తాళం వేయడంతో పైకి వెళ్లే మార్గం లేక, తప్పించుకునే అవకాశం లేక బాధితులు మృత్యువాత పడినట్లు అనుమానాలు వ్యక్తమవుతున్నాయని పేర్కొంది. అయితే.. "టెర్రస్ పైన నిజంగానే కార్మికులు ఉన్నారా..? ఇంత పెద్ద అగ్ని ప్రమాదం జరిగితే పైన ఉన్న కార్మికులు ఏమయ్యారు..? ఎందుకు బాధితులను కాపాడే ప్రయత్నం చేయలేదు..? అగ్ని ప్రమాదంలో ఏదైనా కుట్ర ఉందా..?" అనే కోణంలో పోలీసులు దర్యాప్తు చేస్తున్నారని అగ్నిమాపక శాఖ వెల్లడించింది.

ఘటన హృదయ విదారకం: మంత్రి జూపల్లి

గుల్జార్ హౌజ్ ప్రమాదంపై మంత్రి జూపల్లి కృష్ణారావు దిగ్భ్రాంతి వ్యక్తం చేశారు. ప్రమాదంలో గాయపడిన వారు త్వరగా కోలుకోవాలని ఆకాంక్షించారు. మృతుల కుటుంబాలకు సానుభూతి తెలిపారు. గుల్జార్ హౌజ్ ప్రమాదం పట్ల టీపీసీసీ చీఫ్ మహేశ్ కుమార్‌గౌడ్, మండలి చైర్మన్ గుత్తా సుఖేందర్‌రెడ్డి దిగ్భ్రాంతి వ్యక్తం చేశారు. ప్రమాదంలో గాయపడిన వారికి మెరుగైన చికిత్స అందించాలని ప్రభుత్వాన్ని కోరారు. అగ్ని ప్రమాదంలో 17 మంది చనిపోవడం దురదృష్టకరమని తెలంగాణ బీసీ కమిషన్ చైర్మన్ నిరంజన్ అన్నారు. విషయం తెలిసిన వెంటనే ఆయన ఘటనా స్థలాన్ని సందర్శించారు.

ఇంటి నిర్మాణ శైలి..మరణ శాసనమైందా?

గుల్జార్‌హౌజ్ అగ్నిప్రమాదం కేసులో ఇంటి నిర్మాణ శైలి 17 మంది పాలిట మరణశాసనమైందని పోలీసులు, అగ్నిమాపక శాఖ అధికారులు చెబుతున్నారు. 175 గజాల విస్తీర్ణంలో బయటకు జీ౦1గా భవన నిర్మాణం కనిపిస్తున్నా.. లోపలి నుంచి మాత్రం జీ౦2గా ఉంది. మంటలు ఆర్పేందుకు వెళ్లిన అగ్నిమాపక సిబ్బంది ఈ విషయాన్ని గుర్తించారు. ఈ భవనంలో ప్రధాన రహదారి వైపు మూడు షెట్టర్లను నిర్మించారు. వాటిల్లో కృష్ణ పెరల్స్, మోదీ పెరల్స్ దుకాణాలను ఇంటి యజమాని నిర్వహిస్తుండగా.. ఇక్రం జ్యువెల్లర్స్ ఉన్న మడిగెను అద్దెకు ఇచ్చారు. ఇంటి యజమాని కుటుంబం పై అంతస్తుల్లో నివసిస్తుండగా.. మెట్లకు మార్గం కృష్ణ పెరల్స్ లోపలి నుంచే ఉంది. అది తప్ప.. పైన ఉండేవారు బయటకు వచ్చేందుకు మరో దారి లేదు. ఈ కారణంగా.. మొదటి అంతస్తులో అగ్నిప్రమాదం జరగ్గానే.. లోపలివైపు మొత్తం పొగలు వ్యాపించాయి. బటయకు వచ్చే మార్గం లేక.. లోపలే చిక్కుకుపోయిన 17 మంది మృత్యువాత పడ్డారు. వీరిలో ఎక్కువ మంది దట్టమైన పొగను పీల్చడం వల్లే చనిపోయారని పోస్టుమార్టం నిర్వహించిన వైద్యులు చెబుతున్నారు.

భావితరాలకు సంస్కరణలు అవసరం

ప్రభుత్వ విధానమే కాదు..
ప్రజలందరి అంశం
భావి తరాల కోసం
సంస్కరణలు అవసరం
కేంద్ర మంత్రి, బీజేపీ రాష్ట్ర
అధ్యక్షుడు కిషన్ రెడ్డి

ప్రజా దీవెన, హైదరాబాద్ : దేశాభివృద్ధికి ఒకే దేశం ఒకే ఎన్నిక (వన్ నేషన్ వన్ ఎలక్షన్) కీలకమని కేంద్ర మంత్రి, బీజేపీ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు జి.కిషన్ రెడ్డి పేర్కొన్నారు. దీనిపై మేధావులు, రాజకీయ పార్టీలు, ప్రజలంతా చర్చించి చైతన్యవంతులు కావాలని పిలుపునిచ్చారు. హైదరాబాద్‌లోని హోటల్ కత్రియాలో ఆదివారం.. ఒకే దేశం ఒకే ఎన్నిక - దేశవ్యాప్త అవగాహన' అనే కార్యక్రమంలో ఆయన ముఖ్య అతిథిగా మాట్లాడుతూ.. దేశానికి స్వాతం త్ర్యం వచ్చి 76 ఏళ్లయినా, మనం ఇంకా బ్రిటిష్ విధానాలనే అనుసరిస్తున్నామని చెప్పారు. భవిష్యత్ తరాల కోసం సంస్కరణలు తేవాల్సి ఉందన్న కిషన్ రెడ్డి.. ప్రధాని మోదీ ఆధ్వర్యంలో దేశానికి అనుగుణంగా చట్టాల్లో మార్పులు చేయాల్సిన అవసరం ఉందని తెలిపారు. ఇప్పటికే కొన్ని చట్టాలను మార్చామని, కానీ కొందరు చట్టాల మార్పిడికి నిరంతరం అడ్డంకులు సృష్టిస్తున్నారని చెప్పారు. విభిన్న సమయాల్లో ఎన్నికల నిర్వహణ వల్ల దేశమంతా నిరంతర రాజకీయ చర్చలతో అనేక పని గంటలు వృధా అవుతున్నాయని ఆయన ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు.

ఒకేసారి ఎన్నికలతో పాలనపై మరింత దృష్టి సారించే అవకాశం ఉంటుందని పేర్కొన్న కేంద్ర మంత్రి.. ఇది ప్రజా ఉద్యమంగా మారాలని ఆకాంక్షించారు. భావి తరాలకు మంచి దేశాన్నందించాలంటే వన్ నేషన్ వన్ ఎలక్షన్ అవసరమని, దీనికి ప్రజలంతా సహకరించాలని కోరారు. ఇది కేవలం ప్రభుత్వ విధానం మాత్రమే కాదని, దేశ ప్రజలందరి అంశమని కిషన్ రెడ్డి పేర్కొన్నారు. సభలూ సమావేశాల్లో కూర్చుని మాట్లాడటానికి పరిమితం కాకుండా ప్రజల్లోకి చైతన్యం కలిగించాలన్నారు. జీఎస్టీ, ఆర్టికల్ 370, ట్రిపుల్ తలాక్, సీఏఏ వంటి పలు సంస్కరణలను ప్రధాని మోదీ పట్టుదలతో సాధించరని కిషన్ రెడ్డి చెప్పారు. కేవలం పదవుల కోసం ఆలోచించే వారికి సంస్కరణలు తేవడం సాధ్యం కాదని, దేశం గురించి మాట్లాడే మోదీకే సాధ్యమని పేర్కొన్నారు. ఉగ్రవాదంపై మోదీ సర్కారు తీసుకున్న కఠిన నిర్ణయాలను వివరించిన కేంద్ర మంత్రి కిషన్ రెడ్డి.. పహల్గాం ఉగ్రదాడి తర్వాత కేవలం సంతాపం ప్రకటించి ఊరుకోలేదని, ఆపరేషన్ సిందూర్‌తో ప్రతీకారం తీర్చుకుందని వెల్లడించారు. రాఫెల్ యుద్ధ విమానాల కొనుగోలుపై విపక్షాలు రాద్ధాంతం చేశాయని ఆరోపించారు. కానీ, యావత్ ప్రపంచం భారత్ వైపు చూసేలా మోదీ సర్కారు పలు కీలక నిర్ణయాలు తీసుకుందని వెల్లడించారు.

మందుబాబులకు మతిబోయే'కిక్'

మొదటి పేజీ తరువాయి

మేర అదనపు ఆదాయం లభించనుంది. కాగా, క్వార్టర్ రూ.110కి అమ్ముతున్న చీప్‌లిక్కర్ ధరను మాత్రం పెంచలేదు. ఎక్కువ మంది పేదలు తాగే మద్యంగా దీనికి గుర్తింపు ఉంది. అదే సమయంలో తక్కువ ఆల్కహాల్ శాతం ఉండే బ్రీజర్ ధరలను కూడా పెంచలేదు. ఈ రెండు మినహా మిగతా అన్ని బ్రాండ్ల మద్యం ధరలనూ పెంచారు.

పెరిగిన ధరలు ఆదివారం అర్ధరాత్రి నుంచి అమల్లోకి వస్తాయని అధికారులు తెలిపారు. వాస్తవానికి 2023 మే నెలలో మద్యం ధరలను క్వార్టర్‌కు రూ.20 పెంచారు. అయితే మళ్లీ రెండు రోజుల్లోపే ఆ పెంపును రూ.10కి పరిమితం చేశారు. మద్యం ధరలు పెంచితే అమ్మకాలు పడిపోతాయంటూ డిస్టిలరీలు చేసిన విజ్ఞప్తి మేరకు ధర తగ్గిస్తున్నట్లు అప్పట్లో అధికారులు చెప్పారు. అప్పుడు తగ్గించిన రూ.10నే ఇప్పుడు పెంచామని ఎక్సైజ్ శాఖ తెలిపింది. ఈ పెంపు ద్వారా వచ్చే మొత్తం ప్రభుత్వానికి మాత్రమే వస్తుంది. తయారీదారులకు దీంతో ఏమాత్రం సంబంధం లేదు. కాగా, బీర్ల ధరలను ఈ ఫిబ్రవరిలోనే ప్రభుత్వం పెంచిన విషయం తెలిసిందే. బీర్ల ధరల పెంపు సమయంలో మాత్రం అటు తయారీదారులకు కొంత ధర పెంచి, దానిపై మళ్లీ ప్రభుత్వం కూడా పన్నులు విధించి ధరలు పెంచింది.

తెలంగాణలో పెట్టుబడులు పెట్టండి

రష్యా కాన్సుల్ జనరల్ ఖోడ్జాయేవ్‌ను కోరిన భట్టి

ప్రజా దీవెన, హైదరాబాద్ : అభివృద్ధిలో దూసుకుపోతున్న తెలంగాణలో పెట్టుబడులు పెట్టాలని రష్యా కాన్సుల్ జనరల్ వాలెరి ఖోడ్జాయేవ్‌ను ఉప ముఖ్యమంత్రి భట్టి విక్రమార్క కోరారు. ప్రజాభవన్‌లో ఆయన్ను రష్యా కాన్సుల్ జనరల్ మర్యాద పూర్వకంగా కలిశారు. ఈ సందర్భంగా రాష్ట్రంలో జరుగుతున్న అభివృద్ధి కార్యక్రమాలను భట్టి ఆయనకు వివరించారు. హైదరాబాద్ నగరంలో 30 వేల ఎకరాల్లో ఫ్యూచర్ సిటీ నిర్మాణం చేస్తున్నామని, ఫార్మా ఇండస్ట్రీతో పాటు ఇతర పరిశ్రమల విస్తరణకు కావలసిన సహకారాన్ని ప్రభుత్వం అందించి ప్రోత్సహిస్తోందని తెలిపారు. టెక్స్ టైల్, కోల్ ఇండస్ట్రీ, బయోటెక్నాలజీ, టీ హబ్, ఐటీ ఇండస్ట్రీ అభివృద్ధి గురించి వివరించారు. పెట్టుబడులు పెట్టడానికి అన్ని రకాలుగా తెలంగాణ అనువుగా ఉంటుందని వివరించారు. ఈ సందర్భంగా వాలేరి ఖోడ్జాయేవ్ మాట్లాడుతూ తెలంగాణ రాష్ట్రంలో అడ్వాన్స్ టెక్నాలజీ, పురోగమిస్తున్న పరిశ్రమల అభివృద్ధిని గమనించామని చెప్పారు. కలిసి పనిచేద్దామని, రష్యా పారిశ్రామికవేత్తలు తెలంగాణలో పెట్టుబడులు పెట్టడానికి సిద్ధంగా ఉన్నారని ఖోడ్జాయేవ్ చెప్పారు.

సర్కారు సహకరించడం లేదు

రాష్ట్ర అభివృద్ధికి రూ.వేల కోట్లు ఇస్తున్నాం : బండి సంజయ్

ప్రజా దీవెన, కరీంనగర్ : తెలంగాణ అభివృద్ధికి రూ.వేల కోట్లు వెచ్చిస్తున్నా. రాష్ట్ర ప్రభు త్వం పూర్తి స్థాయిలో సహకరించడం లేదని కేంద్ర హెూం శాఖ సహాయ మంత్రి బండి సంజయ్ విమర్శించారు. కేంద్రం ఏం చేసిందని పదే పదే ఆరోపణలు చేస్తున్న కాంగ్రెస్, బీఆర్ఎస్ నేతలకు రైల్వే స్టేషన్లు, జాతీయ రహదారుల అభివృద్ధి పనులు కనిపించడం లేదా..? అని ప్రశ్నించారు. ఆదివారం కరీంనగర్ రైల్వే స్టేషన్ పనులను ఆయన పరిశీలించారు. అనంతరం సం జయ్ మీడియాతో మాట్లాడుతూ. ఒక్క జాతీయ రహదారులకే కేంద్రం ఇప్పటి వరకు రూ.1.5 లక్షల కోట్లు ఖర్చు చేసిందని చెప్పారు.

తెలంగాణకు కేటాయించిన నిధులు, చేసిన అభివృద్ధిపై శ్వేత పత్రం విడుదలకు సిద్ధమన్నారు. రాష్ట్రంలో రైల్వేల అభివృద్ధికి రూ.33 వేల కోట్లు వెచ్చించగా, ఈ ఒక్క ఏడాదే రూ.5 వేల కోట్లు కేటాయించామని చెప్పా రు. కరీంనగర్ రైల్వేస్టేషన్ ఆధునీకరణకు 33.3 కోట్లు ఖర్చు చేశామని తెలిపారు. ఈ నెల 22న ప్రధాని మోదీ దేశవ్యాప్తంగా 102 రైల్వే స్టేషన్లను వర్చువల్‌గా ప్రారంభించనున్నారని, వాటిలో రా ష్ట్రంలోని బేగంపేట, వరంగల్, కరీంనగర్ రైల్వే స్టే షన్లు ఉన్నాయన్నారు. కరీంనగర్ నుంచి జగిత్యా ల వరకు జాతీయ రహదారి విస్తరణ పనుల టెం డర్లు 3 నెలల్లో పూర్తవుతాయని, దీనిపై కేంద్ర మంత్రి గడ్కరీతో ఇటీవల మాట్లాడానని చెప్పారు.

పేలుళ్ల కుట్ర భగ్నం

హైదరాబాద్‌లో పేలుళ్లకు కుట్ర!

ఇద్దర్ని అరెస్టు చేసిన రాష్ట్ర, ఏపీ పోలీసులు

నిందితులకు ఐఎస్‌తో సంబంధాలు

ప్రజా దీవెన, హైదరాబాద్ : పహల్గాం ఉగ్రదాడి, ఆపరేషన్ సిందూర్ తర్వాత ఇస్లామిక్ స్టేట్(ఐఎస్), ఇతర ఉగ్రవాద సంస్థల నిద్రాణ దళాల(స్లీపర్‌సెల్స్)పై దృష్టి సారించిన పోలీసులు.. హైదరాబాద్‌లో పేలుళ్ల కుట్రను భగ్నం చేశారు. ఆంధ్రప్రదేశ్, తెలంగాణ పోలీసులు సంయుక్తంగా చేపట్టిన ఆపరేషన్‌లో.. హైదరాబాద్, విజయనగరం నుంచి ఇద్దరిని అరెస్టు చేశారు. వీరిలో హైదరాబాద్ వారాసిగూడకు చెందిన సయ్యద్ సమీర్, విజయనగరానికి చెందిన సిరాజ్-ఉర్-రెహ్మాన్ ఉన్నారు. సౌదీ అరేబియాలోని ఐఎస్ ఉగ్రవాదుల(హ్యాండర్లు) నుంచి వీరికి ఆదేశాలు వచ్చినట్లు ఇరురాష్ట్రాల నిఘావర్గాలు గుర్తించాయి. హైదరాబాద్‌లో పేలుళ్ల కోసం వీరు విజయనగరంలో అమ్మోనియం సల్ఫేట్, అల్యూమినియం పౌడర్‌ను కొనుగోలు చేసి, హైదరాబాద్‌లో బాంబులను తయారు చేశారని నిర్ధారించాయి. ఇలా తయారు చేసిన బాంబులను పరీక్షించేందుకు కొన్ని ప్రదేశాలను వీరు ఎంపిక చేసుకున్నట్లు సమాచారం. హైదరాబాద్‌లో వీరి టార్గెట్ ఏమిటి? ఎక్కడ పేలుళ్లకు కుట్రలు పన్నారు? ప్రత్యక్షంగా.. పరోక్షంగా ఎవరెవరు సహకరిస్తున్నారు? అనే కోణాల్లో వీరిని విచారించనున్నట్లు పోలీసు ఉన్నతాధికారులు తెలిపారు.

పోలీసు శాఖలో కుటుంబం

సిరాజ్-ఉర్-రెహ్మాన్ తండ్రి, సోదరుడు పోలీసు శాఖలో విధులు నిర్వర్తిస్తున్నట్లు విజయనగరం పోలీసులు చెప్పారు. శనివారం తెల్లవారుజామున జిల్లా కేంద్రంలోని అంబటి సత్రం వద్ద వీరి ఇంట్లో పోలీసులు సోదాలు నిర్వహించి, పేలుడు పదార్థాలను స్వాధీనం చేసుకున్నారు. సిరాజ్ బీటెక్ పూర్తిచేసి, హైదరాబాద్‌లోని పలుచోట్ల ఉద్యోగాలు చేశాడు. ఆ సమయంలోనే ఇతనికి ఉగ్రవాద మాడ్యూల్స్‌తో పరిచయం ఏర్పడి ఉంటుందని పోలీసులు భావిస్తున్నారు. ఈ క్రమంలోనే ఐఎస్ సూచనలతో పేలుళ్లతో విధ్వంసం సృష్టించేందుకు కుట్ర పన్నాడని అనుమానిస్తున్నారు. ఇతను ఆన్‌లైన్‌లో అమ్మోనియా, సల్ఫర్, అల్యూమినియం పౌడర్‌ను కొనుగోలు చేసినట్లు గుర్తించారు. ఆ తర్వాతే నిఘా విభాగాలు ఇతని కార్యకలాపాలపై ఆర్నెల్లుగా కన్నేసి ఉంచినట్లు తెలుస్తోంది. కొంతకాలంగా ఇతను సోషల్ మీడియాలో పాకిస్థాన్‌కు అనుకూల పోస్టులు పెడుతున్నట్లు పోలీసులు నిర్ధారించారు. ఇతణ్ని విచారించాకే.. హైదరాబాద్‌కు చెందిన సయ్యద్ సమీర్ పాత్ర వెలుగులోకి వచ్చినట్లు సమాచారం. ఆ వెంటనే హైదరాబాద్ పోలీసులు సమీర్‌ను అరెస్టు చేశారు. వీరిద్దరినీ జ్యుడీషియల్ రిమాండ్‌కు తరలించారు. ఈ ఉదంతంతో విజయనగరం జిల్లాలోని భోగాపురం అంతర్జాతీయ విమానాశ్రయం, పర్యాటక ప్రాంతాలు, ఆధ్యాత్మిక ప్రదేశాలను వీరు టార్గెట్‌గా చేసుకున్నారా? అనే చర్చ జరుగుతోంది.

బీర్లను, బార్లను నమ్ముకొని పాలన సాగిస్తారా?

రేవంత్‌రెడ్డీ.. మీరు చెప్పిన మార్పు ఇదేనా?: హరీష్‌రావు

ప్రజా దీవెన, హైదరాబాద్ : ఇష్టం వచ్చినట్లు మద్యం ధరలు పెంచి, తాగుబోతుల ద్వారా రాష్ట్ర ఖజానా నింపాలని చూస్తారా? బీర్లను, బార్లను నమ్ముకొని రాష్ట్రంలో పాలన కొనసాగిస్తారా అని సీఎం రేవంత్‌రెడ్డిని మాజీమంత్రి హరీష్‌రావు ఎక్స్ వేదికగా ప్రశ్నించారు. బెల్ట్‌షాపులు మూస్తామని చెప్పి, గల్లీకో బెల్ట్‌షాపు తెరిచి తాగుబోతుల తెలంగాణగా మార్చే కుట్ర చేస్తున్నారని, కాంగ్రెస్ తెస్తామన్న మార్పు ఇదేనా అని ప్రశ్నించారు. ఓ వైపు మద్యం ధరలు పెంచి, మరోవైపు విక్రయాలను రెండింతలు చేయాలని అధికారులను ఆదేశించడంలోనే ప్రభుత్వం అంతర్యం స్పష్టమవుతోందన్నారు. ఉన్న మద్యం దుకాణాలు చాలక.. సర్కారు గల్లాపెట్టె నింపేందుకు గ్రామీణ జిల్లాలు, పట్టణ ప్రాంతాల్లో ప్రతి 30కిలోమీటర్లకు ఒకటి చొప్పున 100కుపైగా మైక్రో బ్రూవరీల ఏర్పాటు చేయాలని చూస్తున్నారని ఆరోపించారు. రాష్ట్రాన్ని ఏం చేయదలుచుకున్నారో చెప్పాలని హరీషరావు డిమాండ్ చేశారు.

కఠినంగా జేఈఈ అడ్వాన్స్‌డ్ పేపర్-2

అని సబ్జెక్టుల్లోనూ అధికంగా న్యూమరికల్ బేస్డ్ క్వశ్చన్స్

సాధనకు అధిక సమయం

ప్రజా దీవెన, హైదరాబాద్ : దేశవ్యాప్తంగా ఆదివారం నిర్వహించిన జేఈఈ అడ్వాన్స్‌డ్ పేపర్-2 కఠినంగా ఉన్నదని విద్యారంగ నిపుణులు విశ్లేషిస్తున్నారు. పేపర్-1తో పోల్చితే పేపర్-2లో ప్రశ్నలు కఠినంగా ఉన్నాయని పేర్కొంటున్నారు. మ్యాథమెటిక్స్, ఫిజిక్స్, కెమిస్ట్రీ మూడు సబ్జెక్టులకు సంబంధించిన ప్రశ్నలు కఠినంగా ఉన్నాయని చెబుతున్నారు.

ఒక్కో సబ్జెక్ట్‌లో 16 ప్రశ్నలే ఇచ్చినప్పటికీ న్యూమరికల్ బేస్డ్‌గా అడగడంతో సాధనకు ఎక్కువ సమయం తీసుకునే అవకాశం ఉన్నదని విశ్లేషించారు. ప్రతిభావంతులైన విద్యార్థులు అన్ని ప్రశ్నలకు సమాధానం ఇచ్చినప్పటికీ అవి తప్పా? ఒప్పా? అనే విషయంలో సందిగ్ధత నెలకొన్నదని తెలిపారు. సుమారు 42 ప్రశ్నలు గణితాధారితంగా ఇచ్చారని చెబుతున్నారు. మొత్తంగా 300 మార్కుల వరకు సాధించిన విద్యార్థులు జాతీయస్థాయిలో టాప్ టెన్ ర్యాంకు పొందే అవకాశం ఉంటుందని వెల్లడిస్తున్నారు.

పుష్కరాలకు పోటెత్తిన భక్తులు

నాలుగో రోజు 1.30 లక్షల మంది పుణ్య స్నానాలు

కాళేశ్వరంలో భక్తజనంతో కిక్కిరిసిన వీధులు

భూపాలపల్లి, మే18 : సరస్వతీ పుష్కరాల సందర్భంగా కాళేశ్వర క్షేత్రం భక్తులతో కిక్కిరిసిపోతోంది. రోజురోజుకూ భక్తుల సంఖ్య పెరిగిపోతుండడంతో కాళేశ్వరం క్షేత్రంలో వీధులన్నీ సందడిగా మారాయి. పుష్కరాల్లో మొదటి రెండు రోజులు జనం పెద్దగా కనిపించకపోయినా శని, ఆదివారాల్లోనే దాదాపు రెండున్నర లక్షల మంది భక్తులు వివిధ ప్రాంతాల నుంచి తరలివచ్చి పుష్కర స్నానాలు ఆచరించారు. ఆదివారం ఒక్కరోజే దాదాపు 1.30 లక్షల మందికి పైగా భక్తులు సరస్వతి పుష్కరాల్లో పుణ్యస్నానాలు చేశారు. ముక్తేశ్వర స్వామిని దర్శించుకున్నారు. పుణ్యస్నాలు ఆచరించిన ప్రముఖుల్లో పుష్పగిరి పీఠాధిపతి అభినవోద్ధండ విద్యాశంకర భారతి మహాస్వామి, హైకోర్టు న్యాయమూర్తి సుధా, ప్రముఖ సినీ నటుడు రాజేంద్రప్రసాద్ తదితరులు ఉన్నారు. భక్తుల రద్దీ పెరగడంతో మహాదేవపూర్ నుంచి కాళేశ్వరం దాకా ట్రాఫిక్ సుమారు 10 గంటల పాటు స్తంభించిపోయింది. దాదాపు 16 కిలోమీటర్ల మేర ఆర్టీసీ బస్సులు, ప్రైవేట్ వాహనాలు రోడ్డుపైనే నిలిచిపోవడంతో పుష్కరాలకు వచ్చిన భక్తులు నానా ఇబ్బందులు పడ్డారు.

అన్నారం క్రాస్ వద్ద ఆర్టీసీ బస్సు నడిరోడ్డుపై పంచర్ కావడంతో ట్రాఫిక్ సమస్యలు మొదలైనట్లు భక్తులు చెప్పారు. ట్రాఫిక్‌ను సరి చేసేందుకు అధికారులు నానా తంటాలు పడాల్సి వచ్చింది. వేలాదిమంది సరస్వతి ఘాట్ల వరకు మండుటెండలో కాలినడకన వెళ్లి పుణ్య స్థానాలు ఆచరించారు. ఆదివారం భక్తుల సంఖ్య పెరిగే అవకాశం ఉందని తెలిసినా అధికారులు ప్రత్యామ్నాయ చర్యలు చేపట్టకుండా ఉదాసీనంగా వ్యవహరించడం పట్ల విమర్శలు వ్యక్తమవుతున్నాయి. భక్తులకు తాగునీటి సమస్యలు ఉత్పన్నం కాకుండా చలివేంద్రాలు ఏర్పాటుచేసి ట్యాంకర్ల ద్వారా నీటిని సరఫరా చేస్తున్నారు. అలాగే భక్తులకు ఉచితంగా మజ్జిగ ప్యాకెట్లను కూడా పంపిణీ చేస్తున్నారు. సోషల్ మీడియా ద్వారా పుష్కరాలకు సంబంధించి విస్తృత ప్రచారం జరుగుతుండడంతో భక్తుల సంఖ్య మరింత పెరిగే అవకాశం ఉందని అధికారులు అంచనా వేస్తున్నారు. జిల్లా కలెక్టర్ రాహుల్ శర్మ స్వయంగా కాళేశ్వరంలోనే విడిది చేసి వసతులు, ఏర్పాట్లను ఎప్పటికప్పుడు సమీక్షిస్తూ చర్యలు చేపడుతున్నారు. సరస్వతీ పుష్కరాలకు తరలివచ్చే భక్తులకు కాళేశ్వర క్షేత్రం మొత్తాన్ని ఏరియల్ వ్యూ ద్వారా వీక్షించడం కోసం అధికారులు హెలీకాప్టర్ జాయ్ రైడ్‌ను యాత్రాదాం.ఓఆర్‌జి ద్వారా అందుబాటులోకి తెచ్చారు. హెలీకాప్టర్ ద్వారా పుష్కరాలను వీక్షించడం కోసం ఒక్కో వ్యక్తికి రూ.4,500లను రుసుముగా నిర్ణయించారు.

అరటి గెలల కింద గోవుల అక్రమ రవాణా

భువనగిరి జిల్లా పంతంగి వద్ద పట్టివేత.. పోలీసుల అదుపులో నిందితులు

చౌటుప్పల్ రూరల్, మే 18 : వాహనంలో పైన అరటి గెలలు.. కింద గోవులను ఉంచి అక్రమంగా తరలిస్తుండగా పోలీసులు అడ్డుకున్నారు. ఆంధ్రప్రదేశ్ పిఠాపురం నుంచి హైదరాబాద్‌కు అక్రమంగా 28 గోవులను తరలిస్తున్న డీసీఎం వాహనాన్ని యాదాద్రి భువనగిరి జిల్లా చౌటుప్పల్ మండలం పంతంగి టోల్ ప్లాజా వద్ద పట్టుకున్నారు. నిందితులు రంగారెడ్డి జిల్లా మంతాల మండలం చెన్నారెడ్డి గూడేనికి చెందిన డీసీఎం డ్రైవర్ రమావత్ షరత్ కుమార్, క్లీనర్ దాసరి భగవాన్‌ను అరెస్టు చేసినట్లు చౌటుప్పల్ సీఐ మన్మథకుమార్ తెలిపారు. పట్టుకున్న ఆవులను హైదరాబాద్ గోశాలకు తరలించామని పేర్కొన్నారు.

గాజాపై ఇజ్రాయెల్ దాడుల్లో 103 మంది మృతి

గాజా, మే 18: పాలస్తీనాపై ఇజ్రాయెల్ దాడులను తీవ్రతరం చేసింది. గాజా స్ట్రిప్ వ్యాప్తంగా శనివారం రాత్రి నుంచి ఆదివారం ఉదయం వరకు జరిపిన వైమానిక దాడుల్లో 103 మంది మరణించారు. ఉత్తర గాజాలోని ప్రధాన ఆస్పత్రిని సైతం మూసివేశారు. ఇజ్రాయెల్ సూచించిన షరతుల మేరకు తాత్కాలిక కాల్పుల విరమణ ఒప్పందానికి హమాస్ ఒప్పుకొనేలా ఒత్తిడి పెంచే ప్రణాళికలో భాగమే తాజా భీకర దాడులు. ఖాన్‌యూనిస్ నగరంలోనూ, దాని చుట్టుపక్కల జరిపిన దాడుల్లో ఇళ్లు, పునరావాస టెంట్‌లు ధ్వంసమవడంతో 48 మందికిపైగా మరణించారు. మృతుల్లో 18 మంది చిన్నారులు, 13 మంది మహిళలు ఉన్నారని నస్సెర్ ఆస్పత్రి అధికార ప్రతినిధి వీం ఫేర్స్ చెప్పారు. ఉత్తర గాజాలోని ఇండోనేసియన్ ఆస్పత్రి చుట్టూ దాడులు జరగడంతో ఆస్పత్రిని మూసివేసినట్టు వైద్యాధికారులు తెలిపారు. ప్రస్తుతం ఉత్తర గాజాలో క్షతగాత్రులకు వైద్యసేవలు అందిస్తున్న ప్రధాన ఆస్పత్రి ఇదే. తాజాగా హౌతీ రెబెల్స్ ఇజ్రాయెల్‌పై దాడులు ప్రారంభించారు. దీంతో ఆదివారం ఇజ్రాయెల్‌లోని అనేక ప్రాంతాల్లో సైరన్‌ల మోత మోగింది.

సచివాలయంలో సుందరీమణులు

తెలంగాణ తల్లి విగ్రహానికి అందాలభామల నివాళి

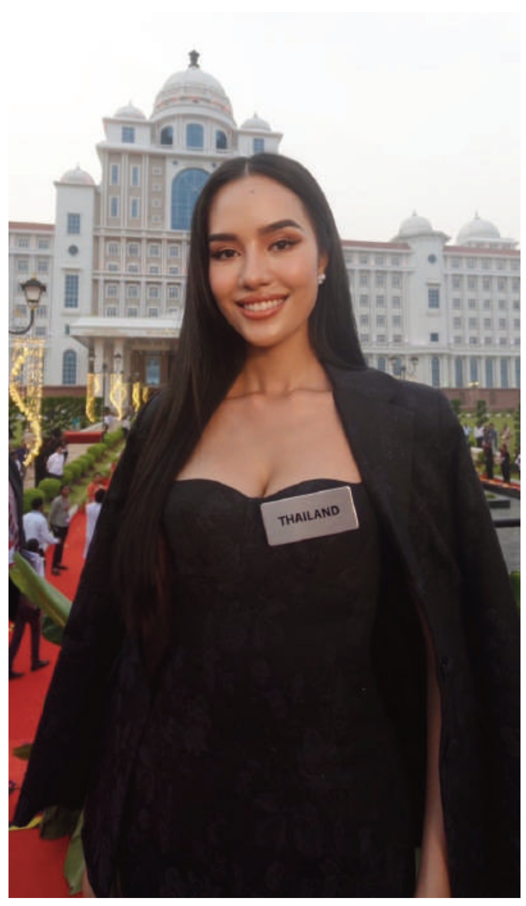
తెలంగాణ పిండి వంటకాలతో ప్రభుత్వం తేనీటి విందు

వెయ్యికిపైగా డ్రోన్లతో ఆకట్టుకునేలా 'డ్రోన్ షో'

పోలీస్ కమాండ్ కంట్రోల్ సెంటర్ సందర్శన

హైదరాబాద్, మే 18 : సాయం సంధ్యవేళ.. హుస్సేన్‌సాగర తీరాన.. విద్యుత్ కాంతుల వెలుగుల్లో.. రాష్ట్ర సచివాలయంలో అందాల భామలు సందడి చేశారు. పరిపాలనకు గుండెకాయ.. ప్రజల సంక్షేమం కోసం విధానాల రూపకల్పన జరిగే తెలంగాణ సచివాలయాన్ని ప్రపంచ సుందరి పోటీదారులు ఆదివారం సాయంత్రం సందర్శించారు. తొలుత సచివాలయం ప్రధాన ద్వారం వద్ద ఉన్న తెలంగాణ తల్లి విగ్రహాన్ని సందర్శించి నివాళు లర్పించారు. అనంతరం విగ్రహం ముందు నిలబడి ఫొటో దిగారు. ఆ తరువాత కొద్దిసేపు అక్కడ కలియదిరిగారు. అనంతరం సచివాలయం మధ్యలో పచ్చికబయళ్లపై ఏర్పాటుచేసిన తేనీటి విందు కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు. సుందరీమణులకు పసందైన తెలంగాణ పిండి వంటకాలతోపాటు మిర్చి బజ్జీ, పునుగులు, ఇరానీ చాయ్ సహా పలురకాల చిరు తిళ్లు, ప్రత్యేకమైన ఐస్‌క్రీమ్‌లను అందించారు.

మిస్‌వరల్డ్ పోటీదారులు సచివాలయానికి వచ్చిన సందర్భంగా తెలంగాణ చరిత్ర, అభివృద్ధి, పారిశ్రామిక విధానాలు సహా పలు అంశాలతో కూడిన ప్రత్యేక వీడియోను ప్రదర్శించారు. వందల ఏళ్ల క్రితం తెలంగాణ ప్రాంతం ఎలా ఉండేది, ప్రత్యేకించి హైదరాబాద్ ప్రాంతం ఎలా ఉన్నది, ఏయే రంగాల్లో ప్రాముఖ్యత కలిగి ఉందనే విషయాలతోపాటు చార్మినార్ నిర్మాణం, దాని చరిత్రకు సంబంధించిన విషయాలన్నింటినీ ఆ వీడియోలో చూపించారు. రాష్ట్రంలో ఉన్న ప్రముఖ ఆలయాలు, జాతరలకు సంబంధించి కూడా వివరించారు. ఇక సాగునీటి రంగం, పంటల అంశాలకు సంబంధించి పాలమూరు-రంగారెడ్డి ప్రాజెక్టుతో పాటు పలు అంశాలను ప్రత్యేకంగా వివరించారు. అనంతరం



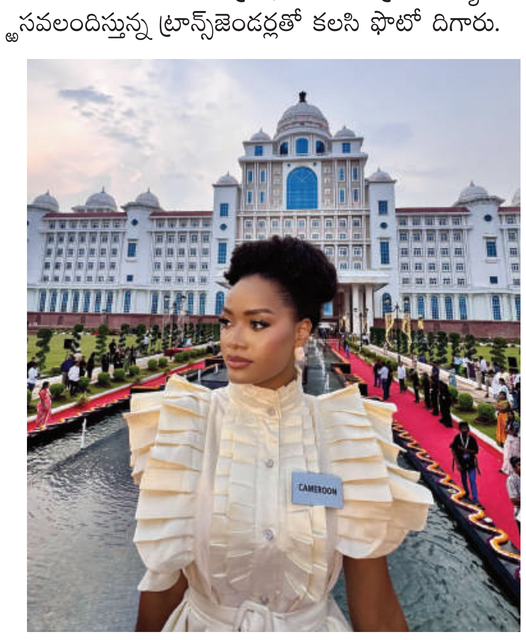
తెలంగాణ ప్రభుత్వం రాష్ట్ర అభివృద్ధికి తీసుకుంటున్న నిర్ణయాలు, పలు రంగాల వృద్ధి కోసం రూపొందించిన పాలసీలు, విదేశీ పెట్టుబడులు, ఇక్కడ కంపెనీల ఏర్పాటుకు ఉన్న అవకాశాల గురించి సవివరంగా ఆ వీడియోలో చూపించారు. మిస్‌వరల్డ్ పోటీదారులకు సచివాలయంలో స్వా గతం పలికేందుకు, రాష్ట్ర అభివృద్ధి కార్యక్రమాలను వివరించేందుకు ఆర్అండ్‌బీ ప్రత్యేక కార్యదర్శి దాస రి హరిచందన, ఉపముఖ్యమంత్రి ప్రత్యేక కార్యదర్శి కృష్ణభాస్కర్ వ్యాఖ్యాతలుగా వ్యవహరించారు.

పోటీదారులు కాదు.. రాయబారులు..

మిస్‌వరల్డ్ పోటీదారులను ఉద్దేశించి మంత్రి జూపల్లి కృష్ణారావు మాట్లాడారు. 'మీరు కేవలం పోటీదారులు మాత్రమే కాదు.. మీ దేశాల రాయబారులుగా మేం గుర్తుంచుకుంటాం. మీతోపాటు తెలంగాణ ఆత్మను మీ దేశాలకు తీసుకెళ్లి అక్కడి ప్రజలకు మా రాష్ట్రం గురించి తెలియజేయండి" అని అన్నారు. ఈ రోజు చార్మినార్ సమీపంలో జరిగిన అగ్నిప్రమాదంలో 17 మంది చనిపోవడం బాధాకరమని, వారికి నివాళిగా ఒక్క నిమిషం మౌనం పాటిద్దామని అన్నారు. సచివాలయానికి ప్రస్తుత మిస్ వరల్డ్ క్రిస్టినా కూడా హాజరయ్యారు. ఆమెతో మంత్రి జూపల్లి, సీఎస్ రామకృష్ణారావు, డీజీపీ జితేందర్ సహా పలువురు ముచ్చటించారు.

కమాండ్ సెంటర్‌లో ముద్దుగుమ్మలు

సచివాలయం సందర్శనకు ముందు ఆదివారం మధ్యాహ్నం ప్రపంచ సుందరి పోటీదారులు బంజారాహిల్స్‌లోని తెలంగాణ ఇంటిగ్రేటెడ్ పోలీస్ కమాండ్ కంట్రోల్ సెంటర్‌ను సందర్శించారు. రాష్ట్రంలో శాంతిభద్రతల పరిరక్షణకు ప్రభుత్వం అమలు చేస్తున్న విధానాలను పరిశీలించారు. తొలుత బస్సుల్లో అక్కడికి చేరుకున్న ముద్దుగుమ్మలకు పోలీస్ అశ్వికదళం, పైపు బ్యాండ్, మోటర్ సైకిల్ రైడర్స్, స్నిప్పర్ డాగ్ స్క్వాడ్‌లతో పోలీస్ శాఖ ఘనంగా స్వాగతం పలికింది. పోలీస్ కమాండ్ కంట్రోల్ ఆడిటోరియంలో పోలీస్ శాఖ పనితీరు విధానంపై ప్రజెంటేషన్ ద్వారా వివరించారు. మాదక ద్రవ్యాల నివారణ కోసం తెలంగాణ పోలీస్ చేపట్టిన చర్యలకు అందాలభామలు తమ సంపూర్ణ మద్దతు తెలియజేస్తూ పోస్టర్లపై సంతకాలు చేసి.. సందేశాలు రాసారు. ట్రాఫిక్ నియంత్రణ చర్యలకు సేవలందిస్తున్న ట్రాన్స్‌జెండర్లతో కలసి ఫొటో దిగారు.



ప్రజా దీవెన
సమ సమాజ సంక్షేమం మా సంకల్పం...

బడిబాట.. భవితకు పూదోట

సర్కార్ బడుల్లో చేరికలపై దృష్టి..

జూన్ 6వ తేదీ నుండి బడిబాట ప్రారంభం

తలనెక్కిన మట్టితట్ట తలదించుకోవాలి.. భుజానికెత్తుకున్న బతుకుదెరువు నిజాన్ని తెలుసుకోవాలి.. పారపట్టిన చేతులు కలం పట్టుకోవాలి.. గొర్రెల కాపరిగా మారిన నువ్వు పాఠాలు చదవాలి.. పాచిపనులు చేసిన చేతులు రాతలు నేర్వాలి.. బడికి దూరమవుతున్న నీ బాల్యం.. భవితను బలంగా మార్చుకోవాలి. ఆటంకాలు దాటుకోవాలి.. విజయబావుటా ఎగరేయాలి.

- ప్రజాదీవెన నల్గొండ బ్యూరో

- 13 రోజులపాటు కార్యక్రమాలు
- గ్రామ సభ తో ప్రారంభమై క్రీడ పోటీలతో ముగింపు
- ఈసారైనా ఎక్కువ మంది సర్కరు బడుల్లో చేరేనా.?
- శివారు ప్రాంతాలలో ప్రవేటు వైపే మొగ్గు

ప్రతి సంవత్సరం జూన్ మాసంలో రాష్ట్ర ప్రభుత్వం బడిబాట కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించి సర్కారు బడుల్లో ఎక్కువమంది విద్యార్థులు చేరేలా ప్రయత్నాలు చేస్తున్నారు. కరోనా సమయంలో కాస్త ఆశించిన మేర సర్కార్ బడుల్లో చేరికలు జరిగినా తరువాత మాత్రం అంతంత మాత్రంగానే చేరికలు జరిగాయి. ప్రస్తుత విద్యా సంవత్సరంలో ఎంతమేర విద్యార్థులు సర్కార్ బడుల్లో చేరతారనేది వేచి చూడాలి.. విద్యా సంవత్సరం 2025 – 26 కు సంబంధించి జూన్ 6వ తేదీ నుండి 19వ తేదీవరకు బడిబాట కార్యక్రమం నిర్వహించనున్నారు. గ్రామ సభలతో బడిబాట కార్యక్రమం ప్రారంభమై విద్యార్థులకు క్రీడాపోటీలతో ముగుస్తుంది.. రోజుకో కార్యక్రమం నిర్వహించి ఎక్కువ మంది విద్యార్థులు సర్కారు బడుల్లో చేరేలా తమవంతు ప్రయత్నాలు చేయాల్సి ఉంటుంది. జూన్ 6వ తేదీన గ్రామసభలు నిర్వహించి విద్యార్థులకు అవగాహన కల్పిస్తారు. 7వ తేదీన ఇంటింటికి వెళ్లి బడీడు పిల్లలను గుర్తించాలి. ఎంతమంది బడికి వెళ్తున్నారు.? ఎంత మంది బడి మధ్యలో మానేశారు అనే విషయమై ఆరా తీయాల్సి ఉంటుంది. 8వ తేదీనుండి 10వ తేదీవరకు ప్రభుత్వం ముద్రించే కరపత్రాలతో ఇంటింటికి వెళ్లి ప్రచారం చేస్తారు. అంగన్వాడీ కేంద్రాల్లో ఐదేళ్లు నిండిన పిల్లలను గుర్తించాలి. మధ్యలో బడి మానేసిన విద్యార్థులను గుర్తించి వాళ్లు తిరిగి బడిలో చేరేలా ఉపాధ్యాయులు చర్యలు తీసుకోవాల్సి ఉంటుంది. 11వ తేదీన ఐదురోజుల్లో చేపట్టిన కార్యక్రమాలపై సమీక్ష చేయాలి. 12వ తేదీన అమ్మ ఆదర్శ పాఠశాలల కమిటీల ఆధ్వర్యంలో చేపట్టే పనులను ప్రజాప్రతినిధులతో ప్రారంభించాలి. అదేరోజు బడులు తిరిగి ప్రారంభం కానున్న నేపథ్యంలో విద్యార్థులకు పాఠ్యపుస్తకాలు, నోటు పుస్తకాలు, యూనిఫాంలు అందించాలి.

13వ సామూహిక అక్షరాభ్యాసం...

జూన్ 13వ తేదీన సామూహిక అక్షరాభ్యాస కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించనున్నారు. కొత్తగా బడుల్లో చేరే విద్యార్థులకు

అక్షరాభ్యాసం చేయించనున్నారు. ఇందులో విద్యార్థుల తల్లిదండ్రులను కూడా భాగస్వాములను చేస్తారు. తొలిరోజు కావడంతో పండగ వాతావరణం కనిపించేలా ఏర్పాట్లు చేయాలని ప్రభుత్వం విద్యాశాఖ అధికారులకు ఆదేశాలు జారీ చేసింది. 16వ తేదీన ఎఫ్ ఎల్ ఎన్, లీఫ్ దినోత్సవం నిర్వహించాలని ఆదేశించింది. 18వ తేదీన తరగతి గదుల డిజిటలీకరణపై అవగాహన, మొక్కల పెంపకం వాటి ప్రాధాన్యంపై విద్యార్థులకు అవగాహన కల్పించాల్సి ఉంది. 19వ తేదీన బడిబాట కార్యక్రమం చివరిరోజు విద్యార్థులకు క్రీడాపోటీలు నిర్వహించనున్నారు. గ్రామ సభతో ప్రారంభమై.. క్రీడాపోటీలతో బడిబాట కార్యక్రమం ముగియనుంది.

ఆ ప్రాంతాలపై ఫోకస్ అవసరం ...

నల్గొండ జిల్లా పరిధిలోని పలు మండలాల పరిధిలోని శివార్లలో ఎక్కువమంది ప్రైవేట్ స్కూళ్లకు వెళ్లేందుకు ఆసక్తి చూపిస్తున్నారు. ఎక్కడ చూసినా పుట్టగొడుగుల్లా పుట్టుకొస్తున్న ప్రైవేట్ పాఠశాలలు దర్శనమిస్తున్నాయి. దీంతో

కూలీ పనులు చేసేవాళ్లు కూడా తమ పిల్లలను ప్రైవేట్ బడుల్లో చేర్పించేందు కే మొగ్గు చూపుతున్నారు. అలాంటి ప్రాంతాలపై విద్యాశాఖ ప్రత్యేక పోకస్ పెట్టాల్సిన అవసరం ఎంతైనా ఉంది. నల్గొండ జిల్లా చుట్టూరా కార్పొరేట్ స్కూళ్లతో పాటు గల్లీగల్లీలో ప్రైవేట్ స్కూళ్లు ఉన్నాయి. గత ఏడాది జిల్లా పరిధిలో ఆశించినమేర సర్కార్ బడుల్లో చేరికలు జరగలేదు. ఉపాధ్యాయులు బడిబాట కార్యక్రమంలో భాగంగా ప్రభుత్వం జారీ చేసిన షెడ్యూల్ ప్రకారం పని చేసినా అశించినమేర మాత్రం చేరికలు జరగలేదు. ఈసారైనా ఆశించినమేర సర్కార్ బడుల్లో చేరికలు జరిగేలా ప్రభుత్వం అదేశాలు జారీ చేసింది. ఇందులో ఎంతమేర విజయం సాధిస్తారనేది వేచి చూడాలి.

ఆగస్టు మాసంతానికి బెట్టే తండా ఎత్తి పోతల పథకం పూర్తి

మంత్రి ఉత్తమ్ కీలక ప్రకటన

ప్రజా దీవెన, హుజూర్ నగర్: వచ్చే ఆగస్ట్ మాసంతానికి హుజుర్ నగర్ నియోజకవర్గం పాలకీడు మండలంలోని బెట్టే తండా ఎత్తిపోతల పథకాన్ని పూర్తి చేయనున్నట్లు రాష్ట్ర నీటిపారుదల, పౌర సరఫరాల శాఖామంత్రి కెప్టెన్ ఎన్.ఉత్తమ్ కు మార్ రెడ్డి పేర్కొన్నారు. ఇది పూర్తి అయితే బెట్టే తండా,పాడే తండా, సజ్జాపురం తదితర గ్రామాలకు చెం దిన 2,041ఎకరాలు సస్యశ్యామ లంగా మారుతాయని ఆయన చెప్పారు. ఆదివారం సాయంత్రం ఆయన పాలకీడు మండలంలోని బెట్టే తండా వద్ద నిర్మిస్తున్న ఎత్తి పోతల పథకంతో పాటు అదే మండలంలోని జాన్ పహాడ్ ఎత్తిపోత ల పథక నిర్మాణాలను ఆయన పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా మంత్రి ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ నీటి లభ్యత ఉన్న ప్రతీ చోట ఎత్తిపోత ల పథకాన్ని నిర్మించి కొత్త ఆయక ట్టును సాగిలోకి తేవాలి అన్నది ప్ర భుత్వ సంకల్పంగా పెట్టుకుని ముందుకు పోతున్నామన్నారు. అందులో భాగంగానే మూసి నీటి తో బెట్టే తండా వద్ద ఎత్తిపోతల ప థకాన్ని నిర్మిస్తున్నామన్నారు. 2,1 76 మంది రైతాంగానికి లబ్ధి చేకూ ర్చనున్న ఈ ఎత్తిపోతల పథకం మీ ద ప్రభుత్వం 33.83 కోట్లు ఖర్చు పెడుతుందన్నారు. అంటే ఒక్కో ఎ కరాకు లక్షా 66 వేలు ఖర్చు పెట్టి కొత్త ఆయకట్టును సేద్యం లోకి తెస్తున్నట్లు ఆయన వివరించారు. పైగా ఈ ఎత్తిపోతల పథకం పూర్తి అయితే లబ్ధిపొందేది పెద్ద సంఖ్య లో గిరిజన రైతులని ఆయన చె ప్పుకొచ్చారు. ఈ ఎత్తిపోతల పథ కాన్ని యుద్ధ ప్రాతిపదికన పూర్తి చేసేందుకు గాను ఇప్పటికే భూసే కరణ పూర్తి చేసి భూ నిర్వాసితు లకు నగదు చెల్లించినట్లు ఆయన తెలిపారు. పనులు వేగవంతంగా పూర్తి చేసి ఆగస్టు మాసంతానికి నీరు అందిస్తామని మంత్రి ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి స్పష్టం చేశారు.

జానపహాడ్ ఎత్తిపోతల పథ కాన్ని వేగవంతంగా పూర్తి...

రూ. 270 కోట్ల వ్యయంతో నిర్మి స్తున్న జానపహాడ్ ఎత్తిపోతల పథ కాన్ని వేగవంతంగా పూర్తి చేయాల ని రాష్ట్ర నీటిపారుదల, పౌర సరఫ రాల శాఖామంత్రి కెప్టెన్ ఎన్.ఉత్త మ్ కుమార్ రెడ్డి అధికారులను ఆ దేశించారు. అక్కడ పనులు నత్తన డకన నడుస్తుండడంపై ఆయన ఏ జెన్సీ నిర్వాహకులపై మండి పడ్డా రు. గతంలో తాను వచ్చినప్పటికీ ఇప్పటికీ పెద్దగా మార్పు లేదని పనులు ఇలాగా కొనసాగితే ఊ రుకునేది లేదంటూ ఆయన హెచ్చ రించారు. ఆదివారం సాయంత్రం ఆయన జానపహాడ్ ఎత్తిపోతల పథకం నిర్మాణపు పురోగతి పనులను ఆయన పరిశీలించారు. ఈ ప్రాజెక్టు పూర్తి కోసం త్వరిత గ తిన పూర్తి చేయడం కోసం ఇప్పటి కే భూసేకరణ పూర్తి చేశామని ఇది పూర్తి అయితే పాలకీడు, జానపహాడ్,బొత్తలపాలెం,కోమటికుంటా,గుండెబోయిన గూడెం, ఆలింగాపు రం,బొత్తలపాలెం,మేఘనా పహాడ్ తండా,చెరువు తండా,రాఘ వపు రం,ఎల్లాపురం, సజ్జాపురం,నాగిరెడ్డి గూడెం, హనుమంతగూడెం తది తర గ్రామాలకు లబ్ది చేకూరనుం దని మంత్రి ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి తెలిపారు.

జిల్లా ప్రెస్ క్లబ్ అధ్యక్షునికి సన్మానం

టి యు డబ్ల్యూ జే -143 మండల నూతన కమిటీ ఎన్నిక

ప్రజా దీవెన నాంపల్లి : నల్లగొండ జిల్లా ప్రెస్ క్లబ్ అధ్యక్షునిగా ఏకగ్రీవంగా ఎన్నికైన నాంపల్లి ప్రెస్ క్లబ్ అధ్యక్షులు, టి యు డబ్ల్యూ జే - 143 జిల్లా కార్యదర్శి గాలెంక గురుపాదంను నాంపల్లి ప్రెస్ క్లబ్ కార్యాలయంలో స్థానిక పాత్రికేయులు శాలువాలు కప్పి ఘనంగా సత్కరించారు. టీయూడ బ్ల్యూజే - 143 నాంపల్లి మండల కమిటీ ఏకగ్రీవ ఎన్నిక టీయూడబ్ల్యూజే - 143 నల్లగొండ జిల్లా అధ్యక్షులు గుండగోని జయశంకర్ గౌడ్ ఆదేశాల మేరకు మునుగోడు నియోజకవర్గం లోని నాంపల్లి మండల టీయూడబ్ల్యూజే - 143 కమిటీని జిల్లా యూనియన్ కార్యదర్శి, నల్లగొండ జిల్లా ప్రెస్ క్లబ్ అధ్యక్షుడు గాలెంక గురుపాదం, టీయూడబ్ల్యూజే -143 మునుగోడు నియోజకవర్గ ఉపాధ్యక్షులు కామిశెట్టి యాదయ్య సారధ్యంలో మండల కమిటీకి గౌరవ అధ్యక్షునిగా కోట అయోధ్య, అధ్యక్షునిగా గడ్డం వెంకటేశ్వర్లు, ఉపాధ్యక్షులుగా గాలెంక విజయ్ కుమార్, ప్రధాన కార్యదర్శిగా కర్నాటి భక్తతుకారం, సంయుక్త కార్యదర్శిగా నేరెళ్ల సైదయ్య, కార్యదర్శిగా జి లింగస్వామి, ప్రచార కార్యదర్శిగా సైదన్న, కోశాధికారిగా కోరే వెంకటేష్, మరో ఆరుగురు కార్యవర్గ సభ్యులుగా ఎన్నికైనట్లు టి యు డబ్ల్యూ జే -143 జిల్లా కార్యదర్శి గాలెంక గురుపాదం ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. మండల నూతన కార్యవర్గాన్నిఆయన అభినందించారు. నాంపల్లి మండల నూతన కార్యవర్గం, అధ్యక్ష కార్యదర్శులు గడ్డం వెంకటేశ్వర్లు, విజయ్ కుమార్, భక్తతుకారం, కోట అయోధ్య, జిల్లా కార్యదర్శి గాలెంక గురుపాదం జిల్లా అధ్యక్షులు గుండ గోని జయశంకర్ కు వారు కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.

మండల మహిళా సమైక్య అటెండర్స్‌కు వేతనాలు పెంచాలి

సిఐటియు జిల్లా అధ్యక్షులు లక్ష్మీనారాయణ

ప్రజాదీవెన నల్గొండ : మండల మహిళా సమైక్య లో అటెండర్స్ గా 20 సంవత్సరాల నుండి పనిచేస్తున్న వారందరికీ కనీస వేతనం 18వేలు వెంటనే అమలు చేయాలని సిఐటియు జిల్లా అధ్యక్షులు చినపాక లక్ష్మీనారాయణ ప్రభుత్వాన్ని డిమాండ్ చేశారు. ఆదివారం మండల మహిళా సమైక్య అటెండర్స్ జిల్లా స్థాయి సమావేశం జిల్లా అధ్యక్షులు పులకరం నారాయణ అధ్యక్షతన దొడ్డి కొమరయ్య భవన్ లో జరిగింది. ఈ సందర్భంగా లక్ష్మీనారాయణ మాట్లాడుతూ మండల మహిళ సమైక్యలు ఏర్పడిన నాటి నుండి 20 సంవత్సరాలుగా తక్కువ వేతనాలతో పనిచేస్తున్నారు. ఉదయం 9 గంటల నుండి సాయంత్రం 5 గంటల వరకు అనేక రకాల పనులు చేస్తున్నారు. జిల్లాలో అటెండర్స్ కి 2వేలు నుండి 6వేలు వరకు మాత్రమే వేతనాలు ఇస్తున్నారని పెరిగిన నిత్యవసర వస్తువుల ధరలతో ఈ వేతనాలు సరిపోక వారి కుటుంబాలు తీవ్రమైన ఆర్థిక ఇబ్బందులతో కొట్టుమిట్టాడుతున్నాయని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో యూనియన్ జిల్లా కార్యదర్శి కూరెళ్ల యాదగిరి, జిల్లా నాయకులు ఉల్లెందుల సైదులు, గుండు సైదమ్మ, బి. మణమ్మ, పి. మణమ్మ, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సభ్యత్వ నమోదు విస్తృతంగా చేయాలి

ప్రజాదీవెన, సూర్యాపేట గౌడ అఫీషియల్స్ అండ్ ప్రొఫెషనల్ అసోసియేషన్ సభ్యత్వ నమోదు విస్తృతంగా చేయాలని సంఘం రాష్ట్ర ఉపాధ్యక్షులు చీకూరి సత్యం గౌడ్ అన్నారు. ఆదివారం జిల్లా కమిటీ సమావేశం జిల్లా అధ్యక్షులు బూర రాములు గౌడ్ అధ్యక్షతన సాయి గౌతమి జూనియర్ కాలేజీలో నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ సంఘం బలోపేతానికి ప్రతి ఒక్కరూ కృషి చేయాలన్నారు. త్వరలో నియోజకవర్గాల వారీగా కమిటీలు వేయాలని జిల్లా కమిటీకి సూచించారు. ఈ సమావేశంలో జిల్లా గౌరవ అధ్యక్షులు నాతి సవీందర్, ,జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి ఎరగాని లక్ష్మయ్య, ఉపాధ్యక్షులు నామాల గురుమూర్తి,, కోశాధికారి అయితబోయిన రాంబాబు, జాయింట్ సెక్రటరీలు రాపర్తి మహేష్ కుమార్,భూపతి నారాయణ, అంతటి వెంకన్న, దొరేపల్లి రమేష్, ఈసీ సభ్యులు కొత్త పుల్లయ్య, బూర సుధాకర్,, భూపతి వెంకటయ్య, ఉయ్యాల సోమయ్య తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఘనంగా పూర్వ విద్యార్థుల ఆత్మీయ సమ్మేళనం

ప్రజాదీవెన, శాలిగౌరారం : శాలిగౌరారం మండలం గురజాల గ్రామం లోని జిల్లా పరిషత్తు హైస్కూల్ లో 2008-09 సంవత్సరం లో పదవ తరగతి చదువుకున్న విద్యార్థులు 18 సంవత్సరాల కలుసు కొని ఆత్మీయ సమ్మేళనం జరుపుకున్నారు. ఆదివారం పాఠశాల ఆవరణలో ఎంతో ఉత్సాహంగా గురువులను ఆహ్వానించి అపూర్వంగా ఆత్మీయ సమ్మేళనం జరుపుకున్నారు. వివిధ ప్రాంతాల్లో స్థిరపడి చాలా రోజుల తరువాత వారు కలుసుకోవడంతో వారి ఆనందానికి అవధులు లేవు.. ఒకరనినొకరు ఆప్యాయతగా పలకరించుకొని చిన్న నాటి మనోభావాలను,జ్ఞాపకాలను నెమరువేసుకున్నారు. ఆత్మీయ సమ్మేళన సమావేశం గురువులను ఘనంగా శాలువాల తో సన్మానించి జ్ఞాపికలు అందజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఉపాధ్యాయులు కరుణాకర్ రెడ్డి, నర్సిరెడ్డి, వాసు, రామ్మోహన్, ఖాజా లను ఘనంగా సన్మానించారు. పూర్వ విద్యార్థులు నరేష్ యాదవ్, కట్లం సైదులు, నజీర్, మహేష్, పరమేష్, పార్వతమ్మ, కవిత, రేణుక పాల్గొన్నారు.

ఆమెరికా అగమాగం

టోర్నడోల విలయంతో 21 మంది దుర్మరణం

కెంటకీ, మిస్సోరీ రాష్ట్రాల్లో బీభ త్సం సృష్టించిన టోర్నడోలు
విద్యుత్ సరఫరాలో తీవ్ర అంత రాయం

ప్రజా దీవెన, అమెరికా: అమెరికాలో పెను తుపాన్ బీభ త్సం సృష్టించడంతో 21 మంది దు ర్మరణం పాలయ్యారు. ముఖ్యంగా కెంటకీ, మిస్సోరీ రాష్ట్రాల్లో టోర్న డోలు తీవ్ర నష్టాన్ని కలిగించాయి. కెంటకీ రాష్ట్రంలో 14 మంది, మి స్సోరీ రాష్ట్రంలో ఏడుగురు మృతి చెందారు. కెంటకీలో మృతుల సం ఖ్య మరింత పెరిగే అవకాశం ఉందని ఆ రాష్ట్ర గవర్నర్ ఆండీ బేషియ ర్ వెల్లడించారు. కెంటకీలోని లారెల్ కౌంటీలో టోర్న డో కారణంగా తొమ్మిది మంది మర ణించారని అధికారులు వెల్లడించా రు. అనేక మంది గాయపడ్డారని, ఆస్తినష్టం కూడా భారీగా సంభవిం చిందని తెలిపారు. మిస్సోరీలో ఐ దు వేల భవనాలు ధ్వంసమయ్యా యి. ఇక్కడి సెయింట్ లూయిలో ఐదుగురు మృతి చెందగా, దాదా పు లక్ష నివాసాలకు విద్యుత్ సర ఫరా నిలిచిపోయింది. ఇల్లినోయిలో కూడా టోర్నడోలు బీ భత్సం సృష్టించినట్లు యూఎస్ నే షనల్ వెదర్ సర్వీస్ ప్రకటించింది. తుపాన్ ప్రభావిత ప్రాంతాల్లో అధి కార యంత్రాంగం సహాయక చర్య లు ముమ్మరం చేసింది.

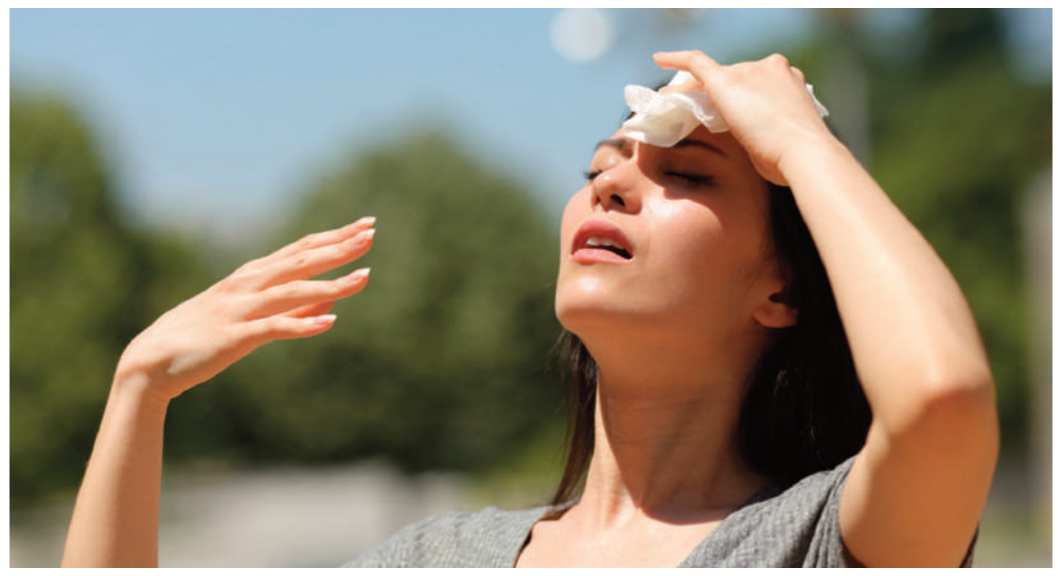
రాత్రిళ్లు 9 గంటలకు మించి నిద్రపోయే వాళ్లకో హెచ్చరిక

ఇంటర్నెట్ డెస్క్: కొందరు రాత్రిళ్లు ఎన్ని గంటలైన హ్యాపీగా నిద్రపోగలరు. తెల్లారాక ఎప్పుడో గానీ లెవరు. తమ తీరే అంత అని అనుకుంటూ ఉంటారు. ఎటువంటి చింత లేకుండా రోజుకు సుమారు 9 గంటలకు పైబడి నిద్రలో గడిపేస్తుంటారు. ఇలా చేస్తే ఆరోగ్యకరమనే భ్రమలో కూడా ఉంటారు. అయితే, అతి నిద్ర ప్రమాదకరమని శాస్త్రవేత్తలు తాజాగా గుర్తించారు. అతి నిద్రతో వచ్చే ప్రమాదాలపై యూనివర్సిటీ ఆఫ్ టెక్సాస్ హెల్త్ సైన్స్ సెంటర్‌కు చెందిన శాస్త్రవేత్తలు అధ్యయనం నిర్వహించారు. మొత్తం డిమెన్షియా నుంచి బయటపడ్డ 2 వేల మందిని పరిశీలించారు. ముఖ్యంగా వారు ఎంత సేపు రాత్రిళ్లు నిద్రపోతున్నారో, మెదడు పనితీరు ఎలా ఉందో అనే అంశాలను పరిశీలించారు. ఈ క్రమంలో పలు ఆసక్తికర విషయాలు వెలుగులోకి వచ్చాయి. రాత్రిళ్లు 9 గంటలకు మించి నిద్రపోయిన వాళ్లల్లో జ్ఞాపకశక్తి తగ్గుదల కనిపించింది. ఇతర మానసిక సామర్థ్యాలు కూడా తగ్గాయి. ముఖ్యంగా డిప్రెషన్ వంటి సమస్యలతో బాధపడుతున్న వాళ్లల్లో అతి నిద్ర మరిన్ని సమస్యలకు దారి తీస్తున్నట్టు గుర్తించారు. ఔషధాలు వాడుతున్నారా లేదా అనే దానితో నిమిత్తం లేకుండా అప్పటికే సమస్యలను అతి నిద్ర తీవ్రతరం చేసినట్టు గుర్తించారు. ఇలాంటి వాళ్లకు అతి నిద్ర చేటుచేసే అవకాశం ఉందని అంచనాకు వచ్చారు. మానసిక సమస్యలతో బాధ పడుతున్న వారు తమ నిద్రపై దృష్టి పెట్టాలని శాస్త్రవేత్తలు సూచించారు. ఈ విషయంలో వైద్యులను సంప్రదించాలని అన్నారు. మెదడు ఆరోగ్యానికి నిద్ర అవసరమే కానీ, అతి నిద్రతో కూడా సమస్యలు తప్పవని అన్నారు.

గ్లోబల్ కౌన్సిల్ ఆన్ బ్రెయిన్ హెల్త్ ప్రకారం మనిషికి రోజుకు కనీసం 7 నుంచి 8 గంటల నిద్ర అవసరం. తద్వారా మెదడు సామర్థ్యాలను కలకాలం రక్షించుకోవచ్చు. అయితే, ఎంత సేపు నిద్రపోతున్నామనే దానిపై దృష్టి పెట్టి ఉంచాలి. డిప్రెషన్ వంటి సమస్యలు ఉన్న వారు మరింత జాగ్రత్తగా ఉండాలి. ఇక రాత్రి షిఫ్టుల్లో పనిచేసే వారు కూడా తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. నిద్రలో సమతౌల్యం పాటిస్తే ఆశించిన ప్రయోజనాలు దక్కుతాయనేది నిపుణులు చెప్పే మాట.

ఎండకు అలసిపోతున్నారా..

ఈ సరదా వర్కవుట్లతో బైబై చెప్పండి..



సమ్మర్‌లో అధిక ఉష్ణోగ్రతలు, వేడి గాలుల వల్ల త్వరగా నీరసించిపోతారు. అన్ని కాలాల్లో లాగా వర్కవుట్లు చేసేందుకు ఓపిక ఉండదు. రోజంతా అలసటగా ఉంటుంది. దీంతో చిరాగ్గా ఉండి ఏ పనిపైనా దృష్టి సారించలేకపోతారు. వేసవి తాపం భరించలేక పదే పదే ఐస్ క్రీంలు, కూల్ డ్రింక్స్, జ్యూస్ లు వంటి చల్లటి వాటినే అధికంగా సేవిస్తారు. ఈ అలవాటు వల్ల శరీరంలో అనవసర కేలరీలు పేరుకుపోవడం స్టార్ట్ అవుతుంది. అయితే, హీట్ స్ట్రోక్, డీహైడ్రేషన్ బారిన పడకుండానే సరదాగా ఈ కింది వ్యాయామాలు చేసేయండి. మండే ఎండల్లోనూ రోజంతా ఉల్లాసంగా, ఉత్సాహంగా ఉంటారు.

ఈత కొట్టడం

వేసవిలో ఈత కొట్టడం అనేది ఒక ప్రశాంతమైన, బాగా ఆనందించదగిన వ్యాయామం. దీనివల్ల శారీరకంగా, మానసికంగా రిలాక్స్ అయిపోతారు. ఈత వల్ల మనసులోని ఆందోళనలు తగ్గి హృదయ స్పందన రేటు పెరుగుతుంది. తద్వారా ఊపిరితిత్తుల ఆరోగ్యం, కండరాల బలం కూడా మెరుగుపడతాయి. అలాగే, మీకు స్విమ్మింగ్ రాకపోతే ఈ ఎండాకాలం సెలవుల్లో అయినా నేర్చుకోండి. ఎందుకంటే ఈత వేగంగా బరువు తగ్గించే ఒక చక్కటి వ్యాయామం.

పరుగు :

పరుగు ఫిట్‌నెస్ ప్రియులకు ప్రయోజనకరంగా ఉంటుంది. ఎందుకంటే ఇది ఇతర సీజన్ల కంటే వేసవిలో ఎక్కువ కేలరీల బర్న్ చేసుకోవచ్చు. రన్నింగ్ వల్ల చెమట ఎక్కువగా పట్టి శరీరం చల్లబడుతుంది. మరో ప్రయోనం ఏంటంటే, ఉదయాన్నే రన్నింగ్ చేయడం సూర్యరశ్మి తాకి విటమిన్ డి ఉత్పత్తి కూడా పెరుగుతుంది. గుండె ఆరోగ్యం మెరుగుపడి ఆరోగ్యంగా ఉంటారు.

స్కిప్పింగ్ :

జంపింగ్ రోప్ అనేది మీ ఫిట్‌నెస్ కే కాదు మొత్తం ఆరోగ్యానికి అనేక ప్రయోజనాలు చేకూర్చుతుంది. అంతేగాక స్కిప్పింగ్ ఒక ఆహ్లాదకరమైన వర్కవుట్. శరీరంలోని పై భాగం, దిగువ భాగం రెండింటికీ చక్కటి వ్యాయామం. గజిబిజి జీవనశైలి, బిజీ షెడ్యూల్ ఉన్న వ్యక్తులకు ఫిట్‌నెస్ కోసం స్కిప్పింగ్ బెస్ట్ ఆప్షన్. దీనికోసం కాస్త స్థలం, స్కిప్పింగ్ రోప్ ఉంటే చాలు.

డాన్స్ :

మీరు సాధారణ జిమ్, ఫిట్‌నెస్ వర్కవుట్లతో విసుగు చెంది ఉంటే ఇంట్లోనే సరదాగా డాన్స్ చేయండి. హార్ట్ బీట్ రేట్ పెరగడంతో పాటు శరీరంలోని ఫ్యాట్ కూడా ఈజీగా కరిగిపోతుంది. డాన్స్ చేసే సమయంలో చెమట పట్టి శరీరం డీటాక్సిఫై అవుతుంది. బాడీ ఉష్ణోగ్రత కూడా బయటకు వెళ్లిపోతుంది.

సైక్లింగ్:

కేలరీలను బర్న్ అయ్యేందుకు సైక్లింగ్ ఒక అద్భుతమైన వ్యాయామం. ఈ వేసవిలో మీరు సరదా వర్కవుట్లతో బరువు తగ్గాలనుకుంటే స్నేహితులతో సైక్లింగ్ చేయడం ఉత్తమం. మీ ఫిట్‌నెస్‌ను మెరుగుపరుచుకునేందుకు ఇదో గొప్ప మార్గం. సైక్లింగ్ వల్ల రక్క ప్రసరణ మెరుగుపడి గుండె జబ్బులు, స్ట్రోక్ వచ్చే ప్రమాదం తగ్గుతుంది. క్రమం తప్పకుండా సైక్లింగ్ చేయడం వల్ల స్టామినా, ఓర్పు, కండరాల బలం పెరుగుతాయి.

పై కార్యకలాపాలతో పాటు ఎండల్లో మిమ్మల్ని మీరు హైడ్రేటెడ్ గా ఉంచుకోండి. ప్రతిరోజూ తప్పకుండా 7-9 గంటలు నిద్రపోండి. అలాగే ఒత్తిడి నిర్వహణకు ధ్యానం, బ్రీతింగ్ ఎక్సర్‌సైజులు చేస్తే చాలా మంచిది.

భోజనం తర్వాత నిద్రమత్తుగా ఉంటుందా..

భోజనం తర్వాత నిద్ర రావడం సాధారణం. ఇది శరీర జీవ ప్రక్రియలో ఒక భాగం. భోజనం తర్వాత చాలా మందికి నిద్ర ఎక్కువగా, సోమరితనంగా అనిపిస్తుందని ఆరోగ్య నిపుణులు అంటున్నారు. దీని వెనుక చాలా కారణాలు ఉండవచ్చు. సాధారణంగా జీర్ణక్రియ, నిద్ర విధానం సరిగ్గా లేని వారిలో తిన్న తర్వాత నిద్ర రావడం అనే సమస్య ఎక్కువగా కనిపిస్తుంది.

నిద్ర లేకపోవడం

నిద్ర లేకపోవడం లేదా నిద్ర సంబంధిత రుగ్మతలు కూడా తిన్న తర్వాత నిద్ర, అలసటగా అనిపించడానికి ఒక ప్రధాన కారణం కావచ్చు. అంతేకాకుండా, మీరు ఆహారం తిన్నప్పుడు, జీర్ణ అవయవాలకు రక్త ప్రవాహం పెరిగి మెదడుకు తగ్గుతుంది. ఇది మగత లేదా నిద్రలేమికి దారితీస్తుంది. ఆహారం జీర్ణవ్యవస్థకు చేరిన వెంటనే అది శక్తిగా, అంటే గ్లూకోజ్‌గా మారుతుంది. ఈ ప్రక్రియలో అనేక హార్మోన్లు విడుదలవుతాయి. ఇవి మెదడుకు నిద్రపోవాలని సూచించడానికి పనిచేస్తాయి. ప్రోటీన్, కార్బోహైడ్రేట్లు అధికంగా ఉన్న ఆహారాన్ని తినడం వల్ల శరీరంలో సెరోటోనిన్ హార్మోన్ పెరుగుతుంది. ఇది నిద్రను నియంత్రిస్తుంది.

కార్బోహైడ్రేట్లు అధికంగా ఉండే ఆహారం

మీరు శారీరక శ్రమపై తక్కువ శ్రద్ధ వహిస్తే, అది మీ నిద్రను కూడా ప్రభావితం చేస్తుంది. భోజనం తర్వాత మీకు నిద్ర లేదా సోమరితనం అనిపించవచ్చు. భోజనం తర్వాత నిద్ర రావడానికి ఒక కారణం కార్బోహైడ్రేట్లు అధికంగా ఉండే ఆహారం తినడం. మనం మధ్యాహ్నం భోజనంలో బియ్యం, రోటీ, బంగాళాదుంపలు లేదా స్వీట్లు వంటి కార్బోహైడ్రేట్లను ఎక్కువగా తిన్నప్పుడు, శరీరంలో ఇన్సులిన్ స్థాయి పెరుగుతుంది. ఇన్సులిన్ మెదడుకు కొన్ని అమైనో ఆమ్లాలను, ముఖ్యంగా ట్రిప్టోఫాన్‌ను పంపడంలో సహాయపడుతుంది. దీని అర్థం మీ ఆహారంలో చాలా కార్బోహైడ్రేట్లు ఉంటే, అది మీకు నిద్ర వచ్చేలా చేస్తుంది.

ఈ సమస్యలను ఎలా నివారించాలి?

మధ్యాహ్న భోజనం సమతుల్యంగా తీసుకోండి. భోజనం తర్వాత కొద్దిసేపు నడవండి, ఇది నిద్రలేమి, సోమరితనం సమస్యను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది.

రోజూ ఎన్ని గుడ్లు తినాలి..

అతిగా తినడం వల్ల ఈ సమస్యలు వస్తాయా..

గుడ్డు అనేది పోషకాలతో సమృద్ధిగా ఉండే ఆహారం. ఇది ప్రోటీన్లు, విటమిన్లు, ఖనిజాలు వంటి పోషకాలతో సమృద్ధిగా ఉంటుంది. శరీరాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచడంలో ఎంతగానో సహాయపడుతుంది. కొంతమంది తరచుగా గుడ్లను తినడానికి ఇష్టపడతారు. అయితే, గుడ్లు అధికంగా తీసుకోవడం కూడా ఆరోగ్యానికి హానికరం అని నిపుణులు చెబుతున్నారు. కాబట్టి, ఒక రోజులో ఎన్ని గుడ్లు తింటే మన ఆరోగ్యానికి మంచిది? పెద్ద పరిమాణంలో గుడ్లు తినడం వల్ల కలిగే హాని ఏమిటి? అనే విషయాలను ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం..

గుడ్డు ప్రయోజనాలు

సగటు పరిమాణంలో ఉన్న గుడ్డు 6-7 గ్రాముల ప్రోటీన్, విటమిన్ డి, విటమిన్ బి12 , కోలిన్ వంటి ముఖ్యమైన పోషకాలను అందిస్తుంది. ప్రోటీన్ కండరాలను నిర్మించడానికి, మరమ్మత్తు చేయడానికి సహాయపడుతుంది. అయితే కోలిన్ మెదడు ఆరోగ్యానికి చాలా అవసరం.

ఒకరు రోజుకు ఎన్ని గుడ్లు తినాలి?

ఆరోగ్య నిపుణుల అభిప్రాయం ప్రకారం, ఆరోగ్యకరమైన వ్యక్తి రోజుకు 1-2 గుడ్లు తినడం సురక్షితం. అయితే, వ్యక్తి వయస్సు, శారీరక శ్రమ, ఆరోగ్య స్థితిపై ఆధారపడి ఉంటుంది. ఉదాహరణకు, ఎక్కువ ప్రోటీన్ అవసరమయ్యే అథ్లెట్లు లేదా బాడీబిల్డర్లు, డైటీషియన్ సలహా మేరకు 3-4 గుడ్లు తినవచ్చు.

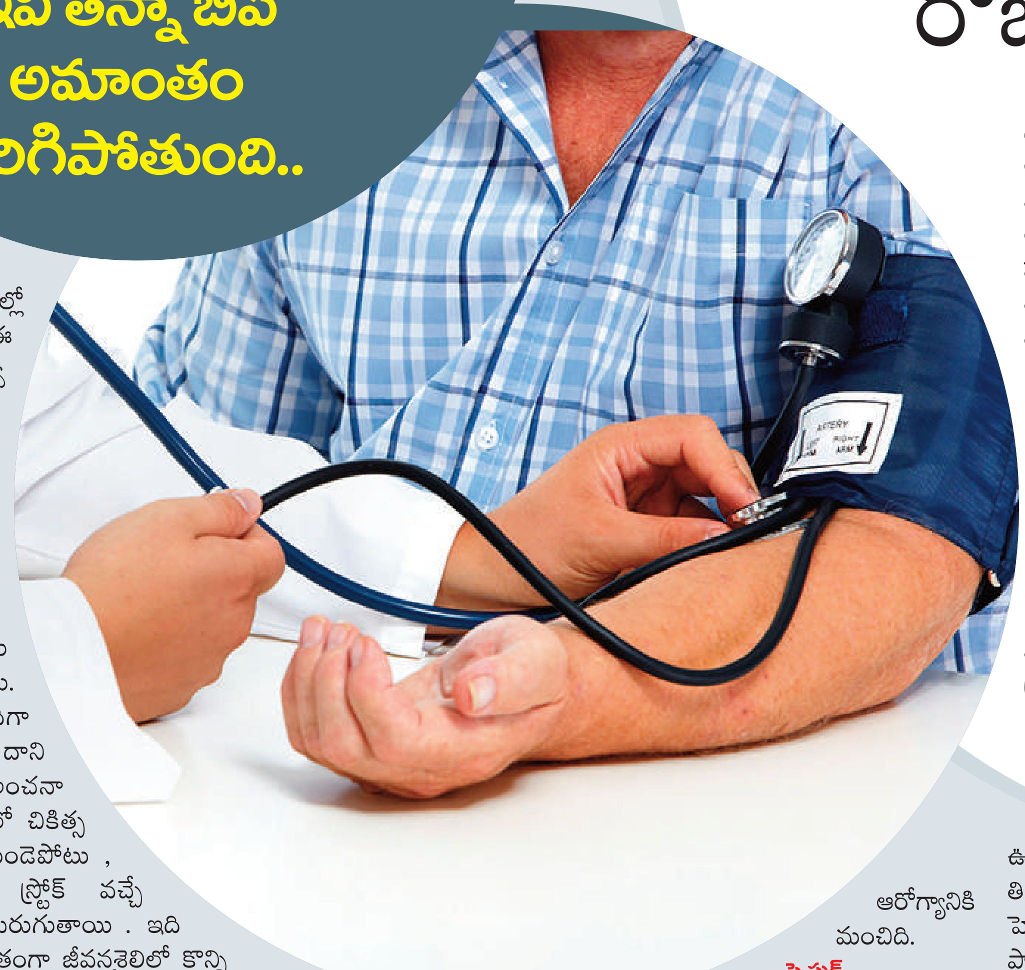
గుడ్లు ఎక్కువగా తినడం వల్ల కలిగే నష్టాలు:

గుడ్లు పోషకమైనవి అయినప్పటికీ, వాటిని అధికంగా తినడం వల్ల కొన్ని ఆరోగ్య సమస్యలు వస్తాయి. గుడ్డు పచ్చసొనలో కొలెస్ట్రాల్ అధికంగా ఉంటుంది (ఒక్కో గుడ్డుకు దాదాపు 186 మి.గ్రా). ఇది కొంతమందిలో అధికంగా తీసుకుంటే కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలు పెరుగుతాయి. ఇది గుండె జబ్బుల ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది. ముఖ్యంగా ఇప్పటికే గుండె సంబంధిత సమస్యలతో బాధపడుతున్న వారికి ప్రమాదం.

ఇది కాకుండా, ఎక్కువ గుడ్లు తినడం వల్ల గ్యాస్ లేదా అజీర్ణం వంటి జీర్ణ సమస్యలు వస్తాయి. కొంతమందికి గుడ్లు అంటే అలెర్జీ కూడా ఉండవచ్చు. వారు వైద్యుడిని సంప్రదించిన తర్వాతే గుడ్లు తినాలి. గుడ్లు తినడానికి అనేక ఆరోగ్యకరమైన మార్గాలు ఉన్నాయి.

ఉప్పు వల్లే కాదు..

ఇవి తిన్నా బీపీ అమాంతం పెరిగిపోతుంది..



జీవనశైలి సంబంధిత వ్యాధుల్లో రక్తపోటు సమస్య కూడా ఒకటి. ఒకప్పుడు వందల్లో ఒకరిలో మాత్రమే కనిపించే ఈ సమస్య ఇప్పుడు సర్వ సాధారణమైపోయింది. తప్పుడు ఆహారపు అలవాట్లు, శారీరక శ్రమ లేకపోవడం, ఒత్తిడితో కూడిన జీవితం ఇలా లో బీపీ లేదా హై బీపీ రావడానికి కొన్ని కారణాలు. నేటి కాలంలో చిన్న వయసులోనే అధిక రక్తపోటు సమస్యను ఎదుర్కొంటున్నారు. ఇది ఒక సాధారణ వ్యాధిగా మారిపోయింది. కానీ దాని తీవ్రతను తక్కువ అంచనా వేయలేము. దీనికి సకాలంలో చికిత్స చేయకపోతే భవిష్యత్తులో గుండెపోటు , మూత్రపిండాల వైఫల్యం, స్ట్రోక్ వచ్చే అవకాశాలు గణనీయంగా పెరుగుతాయి . ఇది జీవనశైలి వ్యాధి కాబట్టి కచ్చితంగా జీవనశైలిలో కొన్ని మార్పులు చేసుకున్నప్పుడు మాత్రమే ఎక్కువ సంవత్సరాలు జీవించగలరు. ఇక ఉప్పు కాకుండా హై బీపీకి కారణమయ్యే కొన్ని ఆహారాల గురించి ఓ లుక్కేద్దాం..

ప్రాసెస్ ఫుడ్

ప్రాసెస్ చేసిన ఆహారం ఎక్కువగా తినడం వల్లే ఊబకాయం నుంచి అధిక రక్తపోటు వరకు అనేక ప్రమాదకర వ్యాధుల బారిన పడుతున్నారు నేటితరం. నోటికి రుచిగా ఉంటాయని, తేలికగా కడుపు నింపుకోవచ్చని ప్యాకేజ్డ్ నూడుల్స్, చిప్స్, నమ్కీన్, బిస్కెట్లు, పాస్తా లేదా స్నాక్స్ తినడానికి ఆసక్తి చూపుతున్నారు. ఇవన్నీ సోడియం, ట్రాన్స్ ఫ్యాట్స్, ప్రిజర్వేటివ్‌లతో నిండి ఉంటాయి. ఇవి హై బీపీకి ప్రత్యక్షంగా కారణమవుతాయి. మీకు అధిక రక్తపోటు సమస్య ఉన్నా లేకపోయినా కూడా వీటిని అధికంగా తీసుకోవడం మానేస్తేనే ఆరోగ్యానికి మంచిది.

ఫ్రై ఫుడ్స్

అధిక రక్తపోటుతో బాధపడేవారు వేయించిన ఆహారానికి ఎంత దూరంగా ఉంటే అంత మేలు. పకోడీలు, సమోసాలు, పిజ్జాలు, బర్గర్లు తినడానికి ఎంత రుచిగా ఉన్నా ఆరోగ్యానికి అస్సలు మంచివి కాదు. వీటిలో అధిక మొత్తంలో ట్రాన్స్ ఫ్యాట్ ఉండటం వల్ల తిన్న వెంటనే రక్తపోటు పెరుగుతుంది. వీటిలో ఉప్పు, పిండి, నూనె, సుగంధ ద్రవ్యాలు వంటి పదార్థాలు పెద్ద మొత్తంలో ఉంటాయి. ఇవన్నీ బీపీని పెంచేవే.

ఊరగాయలు, పాపడ్

ఊరగాయలను ఇంట్లో తయారు చేసినా లేదా మార్కెట్లో కొన్నా వీటిలో నూనె, ఉప్పు లేదా పులుపు కచ్చితంగా ఎక్కువే ఉంటుంది. ఇవన్నీ రక్తపోటుకు దారితీసేవే. ముఖ్యంగా మీరు ప్రతిరోజూ ఊరగాయలు తింటుంటే శరీరంలో బీపీ హెచ్చుతగ్గులు ఏర్పడవచ్చు. ఇక పాపడ్‌లో సోడియం స్థాయి చాలా ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఏం కాదని కొద్దికొద్దిగా పాపడ్ తిన్నప్పటికీ క్రమంగా రక్తపోటు పెరిగే అవకాశముంది.

తీపి పదార్థాలు

ఉప్పు ఎక్కువగా తినడం వల్లే రక్తపోటు పెరుగుతుందని ప్రజలు తరచుగా అనుకుంటారు. కానీ నిపుణుల అభిప్రాయం ప్రకారం, ఎక్కువగా స్వీట్లు తినడం వల్ల కూడా బీపీ పెరుగుతుంది. నిజానికి మీరు చాక్లెట్, స్వీట్లు లేదా ఏదైనా ఇతర బేకరీ వస్తువులు వంటి తీపి పదార్థాలను ఎక్కువగా తిన్నప్పుడు ఇన్సులిన్ స్థాయి వేగంగా పెరుగుతుంది. దీని వల్ల సిరలు బిగుసుకుపోయి బీపీ పెరగడం ప్రారంభమవుతుంది. నిపుణుల అభిప్రాయం ప్రకారం ప్రజలు ఎక్కువ స్వీట్లు తింటే వారికి అధిక రక్తపోటు వచ్చే అవకాశాలు రెట్టింపు అవుతాయి.

పదేళ్ల తర్వాత ప్లేఆఫ్స్‌కు పంజాబ్

10 పరుగులతో ఓడిన రాజస్థాన్

తిప్పేసిన హర్‌ప్రీత్

వధేరా, శశాంక్ మెరుపులు

జైపూర్: లెఫ్టామ్ స్పిన్నర్ హర్‌ప్రీత్ బ్రార్ (3/22) కీలక వికెట్లతో మ్యాచ్‌ను మలుపు తిప్పడంతో ఆదివారం జరిగిన మ్యాచ్‌లో పంజాబ్ కింగ్స్ 10 పరుగుల తేడాతో రాజస్థాన్ రాయల్స్‌ను ఓడించింది. నేహాల్ వధేరా (37 బంతుల్లో 5 ఫోర్లు, 5 సిక్స్‌లతో 70), శశాంక్ సింగ్ (30 బంతుల్లో 5 ఫోర్లు, 3 సిక్స్‌లతో 59 నాటౌట్) ధనాధన్ అర్ధ శతకాలతో చెలరేగారు. మరో మ్యాచ్‌లో గుజరాత్ జట్టు ఢిల్లీని ఓడించడంతో పంజాబ్.. పదేళ్ల సుదీర్ఘ విరామానంతరం ప్లే ఆఫ్స్ బెర్త్‌ను ఖరారు చేసుకుంది. చివరిసారిగా 2014లో పేఆఫ్స్ చేరిన పంజాబ్.. ఆ సీజన్‌లో రన్నరప్‌గా నిలిచింది. తొలుత పంజాబ్ 20 ఓవర్లలో 5 వికెట్లకు 219 పరుగులు చేసింది. శ్రేయాస్ అయ్యర్ (30) రాణించాడు. తుషార్ దేశ్‌పాండే రెండు వికెట్లు పడగొట్టాడు. ఛేదనలో రాజస్థాన్ ఓవర్లన్నీ ఆడి 209/7 స్కోరు మాత్రమే చేసింది. ధ్రువ్ జురెల్ (53), యశస్వి జైస్వాల్ (50) హాఫ్ సెంచరీలు వృథా అయ్యాయి. జెన్సన్, ఒమర్జాయ్ చెరో రెండు వికెట్లు దక్కించుకొన్నారు. హర్‌ప్రీత్ బ్రార్‌కు 'ప్లేయర్ ఆఫ్ ద మ్యాచ్' దక్కింది.

ఆరంభం అదిరినా..:

రాయల్స్ ఓపెనర్లు జైస్వాల్, వైభవ్ సూర్యవంశీ (40) తొలి వికెట్‌కు 29 బంతుల్లోనే 79 పరుగులతో ఛేదనను ధాటిగా ఆరంభించారు. అయితే, ఐదో ఓవర్‌లో హర్‌ప్రీత్ బౌలింగ్‌కు దిగడంతో సీన్ మారింది. వైభవ్‌ను అవుట్ చేసిన హర్‌ప్రీత్ బ్రేక్‌ను అందించాడు. ఆ తర్వాత 9వ ఓవర్‌లో జైస్వాల్‌ను పెవిలియన్ చేర్చిన బ్రార్.. రాజస్థాన్ జోరుకు కళ్లెం వేశాడు. శాంసన్ (20)ను ఒమర్జాయ్ అవుట్ చేయగా.. పరాగ్ (13)ను కూడా హర్‌ప్రీత్ బౌల్డ్ చేయడంతో 14 ఓవర్లకు రాజస్థాన్ 146/4తో నిలిచింది. డెత్ ఓవర్లలో జురెల్ ధాటిగా ఆడుతూ ఆశలు రేపాడు. కానీ, ఆఖరి ఓవర్‌లో విజయానికి 22 రన్స్ కావల్సి ఉండగా.. జురెల్, హసరంగ (0)ను అవుట్ చేసిన జెన్సన్ జట్టును గెలిపించాడు.

తడబడి నిలబడి..:

టాస్ గెలిచి బ్యాటింగ్ ఎంచుకొన్న పంజాబ్ పవర్‌ప్లేలోనే 34/3తో కష్టాల్లో పడినా.. వధేరా, శశాంక్ సింగ్ అర్ధ శతకాలతో ఆదుకోవడంతో భారీ స్కోరు చేసింది. ఓపెనర్లు ఆర్య (9), ప్రభ్‌సిమ్రన్ (21)ను దేశ్‌పాండే వెనక్కిపంపగా.. ఓవెన్ (0)ను మఫాక డకౌట్ చేశాడు. ఈ దశలో వధేరాకు జతకలిసిన కెప్టెన్ అయ్యర్ నాలుగో వికెట్‌కు 67 పరుగుల భాగస్వామ్యంతో ఆదుకొనే ప్రయత్నం చేశాడు. అయితే, అయ్యర్‌ను పరాగ్ క్యాచవుట్ చేయడంతో క్రీజులోకి వచ్చిన శశాంక్ స్కోరు బోర్డును పరుగులు పెట్టించాడు. కానీ, అర్ధ శతకం పూర్తి చేసుకొన్న వధేరాను ఆకాశ్ అవుట్ చేయడంతో.. ఐదో వికెట్‌కు 58 పరుగుల భాగస్వామ్యం ముగిసింది. ఇక, డెత్ ఓవర్లలో శశాంక్, అజ్మతుల్లా ఒమర్జాయ్ (21 నాటౌట్) 24 బంతుల్లో 60 పరుగులు జోడించడంతో.. పంజాబ్ స్కోరు 220 మార్క్‌కు చేరువైంది.

స్కోరుబోర్డు

పంజాబ్: ప్రియాన్ష్ (సి) హెట్‌మయర్ (బి) దేశ్‌పాండే 9, ప్రభ్‌సిమ్రన్ (సి) శాంసన్ (బి) దేశ్‌పాండే 21, ఓవెన్ (సి) శాంసన్ (బి) మఫాక 0, వధేరా (సి)హెట్‌మయర్ (బి) మధ్వాల్ 70, శ్రేయాస్ (సి) జైస్వాల్ (బి) పరాగ్ 30, శశాంక్ (నాటౌట్) 59, అజ్మతుల్లా ఒమర్జాయ్ (నాటౌట్) 21బీ ఎక్స్‌ట్రాలు: 9బీ మొత్తం: 20 ఓవర్లలో 219/5బీ వికెట్ల పతనం: 1-19, 2-34, 3-34, 4-101, 5-159బీ బౌలింగ్: ఫజల్ ఫరూకీ 3-0-39-0, దేశ్‌పాండే 4-0-37-2, మఫాక 3-0-32-1, పరాగ్ 3-0-26-1, హసరంగ 3-0-33-0, మధ్వాల్ 4-0-48-1.

రాజస్థాన్: జైస్వాల్ (సి) ఓవెన్ (బి) బ్రార్ 50, వైభవ్ (సి) బ్రాట్‌లెట్ (బి) బ్రార్ 40, శాంసన్ (సి) జెన్సన్ (బి) ఒమర్జాయ్ 20, పరాగ్ (బి) బ్రార్ 13, జురెల్ (సి) ఓవెన్ (బి) జెన్సన్ 53, హెట్‌మయర్ (సి) బ్రాట్‌లెట్ (బి) ఒమర్జాయ్ 11, దూబె (నాటౌట్) 7, హసరంగ (సి) ప్రభ్‌సిమ్రన్ (బి) జెన్సన్ 0, మఫాక (నాటౌట్) 8బీ ఎక్స్‌ట్రాలు: 7బీ మొత్తం: 20 ఓవర్లలో 209/7బీ వికెట్ల పతనం: 1-76, 2-109, 3-114, 4-144, 5-181, 6-200, 7-200బీ బౌలింగ్: అర్ష్‌దీప్ 4-0-60-0, జెన్సన్ 3-0-41-2, బ్రాట్‌లెట్ 1-0-12-0, హర్‌ప్రీత్ బ్రార్ 4-0-22-3, చాహల్ 4-0-30-0, ఒమర్జాయ్ 4-0-44-2.

ప్లేఆఫ్స్‌కు గుజరాత్

భారీ విజయంతో

టైటాన్స్‌దే ఫస్ట్ బెర్త్

సాయి సూపర్ సెంచరీ

రాహుల్ శతకం వృథా

ఢిల్లీ : ఐపీఎల్-18లో మాజీ చాంపియన్ గుజరాత్ టైటాన్స్ దుమ్మురేపింది. ఆదివారం ఢిల్లీ క్యాపిటల్స్‌తో జరిగిన మ్యాచ్‌లో ఆ జట్టు 10 వికెట్ల తేడాతో భారీ విజయం సాధించి ఈ సీజన్‌లో ప్లేఆఫ్స్ చేరిన తొలి జట్టుగా నిలిచింది. క్యాపిటల్స్ నిర్దేశించిన 200 పరుగుల ఛేదనను టైటాన్స్ 19 ఓవర్లలోనే దంచేసింది. సాయి సుదర్శన్ (61 బంతుల్లో 108 నాటౌట్, 12 ఫోర్లు, 4 సిక్సర్లు), శుభ్‌మన్ గిల్ (53 బంతుల్లో 93 నాటౌట్, 3 ఫోర్లు, 7 సిక్సర్లు) మెరుపులతో ఆ జట్టు ఘనవిజయం సాధించింది. ఢిల్లీ బౌలర్లు ఒక్క వికెట్ కూడా తీయలేకపోయారు. మొదట బ్యాటింగ్ చేసిన క్యాపిటల్స్.. స్టార్ బ్యాటర్ కేఎల్ రాహుల్ (65 బంతుల్లో 112 నాటౌట్, 14 ఫోర్లు, 4 సిక్సర్లు) ఐపీఎల్‌లో ఐదో శతకంతో రాణించడంతో 20 ఓవర్లలో 3 వికెట్ల నష్టానికి 199 పరుగులు చేసింది.

రాహుల్ క్లాస్ ఇన్నింగ్స్

ఈ మ్యాచ్‌లో ఓపెనర్‌గా వచ్చిన రాహుల్.. టీ20లలో పరిస్థితులకు తగ్గట్టు ఇన్నింగ్స్‌ను ఎలా ఆడాలో చేతల్లో చూపించాడు. ఆరంభంలో రాహుల్ ఆట చూస్తే.. తొలి 18 బంతుల్లో అతడు చేసినవి 17 పరుగులే. ఆ తర్వాత కాస్త గేర్ మార్చినా.. పూర్తిస్థాయిలో జూలు విదిల్చలేదు. మూడో ఓవర్‌లోనే డుప్లెసిస్ (5) నిష్క్రమించడంతో రాహుల్ ఆచితూచి ఆడాడు. సిరాజ్ 5వ ఓవర్లో రెండు బౌండరీలు బాదిన అతడు.. రబాడా 6వ ఓవర్లో 6, 4, 6తో పంథా మార్చాడు. పొరెల్ క్రీజులో నిలిచినా అతడు స్వేచ్ఛగా బ్యాట్ ఝుళిపించలేకపోయాడు. 35 బంతుల్లో అర్ధ శతకం పూర్తయ్యాక రాహుల్ పూర్తిస్థాయిలో జోరు పెంచాడు. ఫిఫ్టీ నుంచి 90లలోకి రావడానికి రాహుల్ తీసుకున్న బంతులు 16 మాత్రమే. ప్రసిద్ధ్ 19వ ఓవర్లో 6, 4తో 60 బంతుల్లో ఈ ఢిల్లీ ఓపెనర్ శతకం పూర్తయింది. ఐపీఎల్‌లో అతడికి ఇది ఐదో సెంచరీ కాగా మూడు ఫ్రాంచైజీల (పంజాబ్, లక్నో, ఢిల్లీ) తరఫున ఆడుతూ శతకం సాధించిన తొలి ఆటగాడిగా చరిత్ర సృష్టించాడు.

అజేయ టైటాన్స్

ఛేదనలో గుజరాత్ టైటాన్స్ ఆరంభం నుంచే లక్ష్యం దిశగా సాగింది. అక్షర్ తొలి ఓవర్లోనే పది పరుగులు రాగా నటరాజన్ రెండో ఓవర్లో సుదర్శన్ నాలుగు బౌండరీలు దంచడంతో ఆ ఓవర్లో 20 రన్స్ వచ్చాయి. మరో ఎండ్‌లో గిల్.. కుదురుకునేదాకా కాస్త నెమ్మదిగా ఆడాడు. సుదర్శన్ కూడా జోరు తగ్గించినా రన్ రేట్ మాత్రం 7కు తగ్గకుండా చూసుకున్నాడు. అక్షర్ 9వ ఓవర్లో బౌండరీతో సుదర్శన్ అర్ధ శతకం పూర్తయింది. అదే ఓవర్లో సిక్సర్ బాదిన గిల్.. ఓవర్‌కు సిక్స్‌కు తగ్గకుండా బాదాడు. చమీర ఓవర్లో బౌండరీతో గిల్ కూడా ఫిఫ్టీ సాధించాడు. ఇద్దరూ అర్ధ శతకాల తర్వాత బౌండరీలు, సిక్సర్ల మోత మోగించడంతో టైటాన్స్ లక్ష్యాన్ని వికెట్ నష్టపోకుండా దంచేసింది. కుల్‌దీప్ 18వ ఓవర్లో సిక్సర్‌తో సాయి.. ఐపీఎల్‌లో రెండో శతకాన్ని నమోదుచేశాడు.

సంక్షిప్త స్కోర్లు

ఢిల్లీ: 20 ఓవర్లలో 199/3 (రాహుల్ 112బి, పొరెల్ 30, అర్షద్ 1/7, ప్రసిద్ధ్ 1/40)బీ

గుజరాత్: 19 ఓవర్లలో 205/0 (సాయి 108బి, గిల్ 93బి)

సాఫ్ విజేత భారత్..

ఫైనల్‌లో బంగ్లాదేశ్‌పై విజయం

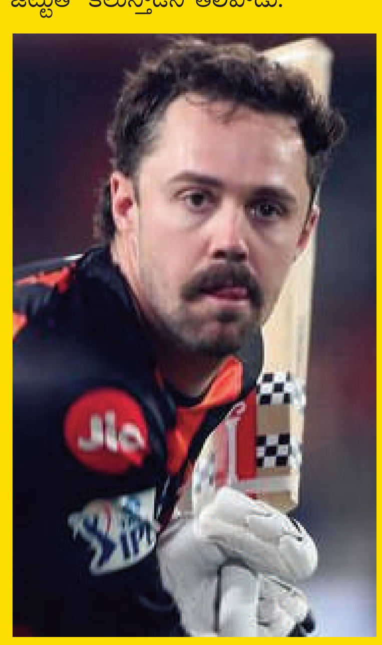
యుపియా : సాఫ్ అండర్-19 చాంపియన్‌షిప్ టైటిల్‌ను యువ భారత జట్టు సొంతం చేసుకుంది. ఆదివారం యుపియా (అరుణాచల్‌ప్రదేశ్)లో జరిగిన ఫైనల్‌లో భారత్ 1-1 (4-3)తో బంగ్లాదేశ్‌పై ఉత్కంఠ విజయం సాధించింది. నిర్దేశిత సమయానికి ఇరు జట్ల స్కోర్లు సమం కాగా.. పెనాల్టీ షూటౌట్ ద్వారా తేలిన ఫలితంలో యువ భారత్ అదరగొట్టింది. మొదట 2వ నిమిషంలోనే గోల్ కొట్టిన భారత్.. ఆ తర్వాత ఆ జోరు చూపించలేకపోయింది. 61వ నిమిషంలో జాయ్ అహ్మద్ గోల్ చేయడంతో బంగ్లా స్కోరును సమం చేసింది. షూటౌట్‌లో భారత్ వరుసగా హ్యాట్రిక్ గోల్స్ చేసి విజేతగా నిలిచింది.

క్రికెటర్లకు పెయిడ్ ఫ్యాన్స్ ఉన్నారు

న్యూఢిల్లీ: కొందరు క్రికెటర్లకు పెయిడ్ ఫ్యాన్స్ ఉన్నారని భారత జట్టు మాజీ స్పిన్నర్ హర్భజన్ సింగ్ సంచలన వ్యాఖ్యలు చేశాడు. అయితే ఆ క్రికెటర్లు ఎవరో అతడు వెల్లడించలేదు. ఓ క్రీడా చానెల్ చర్చలో హర్భజన్ మాట్లాడుతూ 'ఆడినంత కాలం ధోనీ ఐపీఎల్‌లో కొనసాగాలి. మహీ ఇంకా ఐపీఎల్ ఆడాలని అతడి ఫ్యాన్స్ బలంగా కోరుకుంటున్నారు. వారంతా ధోనీకి నిజమైన అభిమానులు. అయితే సోషల్ మీడియాలో కొందరు ఫ్యాన్స్ ఉంటారు. వారు మాత్రం డబ్బులు తీసుకొనే అభిమానులు. వారిని వదిలేయండి. వారిపై చర్చ సాగిస్తే దానికి అంతూ..దరీ ఉండదు' అని వ్యాఖ్యానించాడు. అదే చర్చలో పాల్గొన్న మరో భారత ఆటగాడు ఆకాశ్ చోప్రా కల్పించుకొని 'భజ్జీ భాయ్..మరీ అలా నిజాలు చెప్పకు' అని నవ్వుతూ అన్నాడు.

హెడ్‌కు కొవిడ్

న్యూఢిల్లీ: సన్‌రైజర్స్ హైదరాబాద్ ఓపెనర్ ట్రావిస్ హెడ్ కొవిడ్ బారిన పడ్డాడు. దీంతో అతను సోమవారం లఖ్‌నవూ జట్టుతో జరిగే మ్యాచ్‌కు అందుబాటులో ఉండడం లేదని సన్‌రైజర్స్ చీఫ్ కోచ్ వెటోరి ఆదివారం ప్రకటించాడు. అయితే.. హెడ్‌కు ఎప్పుడు, ఎక్కడ వైరస్ సోకిందన్న విషయాన్ని మాత్రం వెల్లడించలేదు. పూర్తిగా కోలుకున్న తర్వాత హెడ్ జట్టుతో కలుస్తాడని తెలిపాడు.



ప్రభాస్ తో చేసినా లక్ కలిసి రాలేదు..!

మోడల్ గా రాణించి ఆ తర్వాత హీరోయిన్ గా ఎంట్రీ ఇచ్చి కెరీర్ మొదట్లో అవమానాలు ఎదుర్కొని ఆ తర్వాత వరుస విజయాలతో అదరగొట్టింది అందాల భామ కృతి సనన్. మోడలింగ్ లో ఆమె రేంజ్ వేరు అనిపించుకున్న తర్వాత తెలుగులో సూపర్ స్టార్ మహేష్ తో 1 నేనొక్కడినే సినిమాతో ఆమె సిల్వర్ స్క్రీన్ ఎంట్రీ ఇచ్చింది. ఐతే ఆ సినిమా కమర్షియల్ గా పెద్దగా వర్క్ అవుట్ కాలేదు ఆ తర్వాత తెలుగులోనే నాగ చైతన్యతో దోచెయ్ సినిమా చేసింది కృతి సనన్. ఐతే అలా చిన్నగా బాలీవుడ్ షిఫ్ట్ అయ్యి అక్కడ వరుస ఛాన్స్ లు అందుకుంది. సినిమాలు వెబ్ సీరీస్ లు ఇలా హిందీ ఆడియన్స్ ని మెప్పిస్తూ వచ్చింది. ఐతే ఏమైందో ఏమో కానీ సడెన్ గా అమ్మడి కెరీర్ గ్రాఫ్ పడిపోయింది. బాలీవుడ్ లో ఆమెకు ఉన్న క్రేజ్ ని చూసే రెబల్ స్టార్ చేసిన ఆదిపురుష్ సినిమాలో ఛాన్స్ ఇచ్చారు. అందులో సీత పాత్రలో కృతి సనన్ ఇంప్రెస్ చేసింది. ఐతే ఆ సినిమా కూడా డిజాస్టర్ అవ్వడం వల్ల కృతి సనన్ మరింత ఇబ్బందుల్లో పడింది. ఆదిపురుష్ తర్వాత మరో రెండు సినిమాలు చేసినా లాభం లేకుండా పోయింది ఐతే లాస్ట్ ఇయర్ వచ్చిన క్రూ సినిమాతో కాస్త బెటర్ అనిపించుకుంది కృతి సనన్. ప్రస్తుతం అమ్మడు తెరె ఇష్క్ మైన్ సినిమాలో నటిస్తుంది. ధనుష్ హీరోగా తెరకెక్కుతున్న ఈ సినిమాతో మరోసారి బాలీవుడ్ లో తన స్టామినా ప్రూవ్ చేసుకోవాలని చూస్తుంది కృతి సనన్. ఈ సినిమా టీజర్ తోనే ఆడియన్స్ కి షాక్ ఇచ్చేలా చేశారు మేకర్స్. కృతి సనన్ తో పాటు ఈ సినిమా ధనుష్ కి కూడా సంథింగ్ స్పెషల్ గా ఉంటుందని అనిపిస్తుంది. కృతి సనన్ మాత్రం ఈ సినిమా మీద చాలా హోప్స్ పెట్టుకుంది. తప్పకుండా అమ్మడు తన మార్క్ నటనతో ఆకట్టుకుంటుందని ఫ్యాన్స్ ఆశిస్తున్నారు. ఐతే ప్రభాస్ కృతి సనన్ జోడీ బాగుంది వాళ్లు చేసిన ఆదిపురుష్ ని పక్కన పెట్టి మళ్లీ ప్రభాస్ తో ఒక యాక్షన్ సినిమాలో కృతి సనన్ ని హీరోయిన్ గా ఫిక్స్ చేస్తే బాగుంటుందని ఆడియన్స్ అంటున్నారు. అలా జరిగితే మళ్లీ సౌత్ లో అదే ముఖ్యంగా తెలుగులో కృతి సనన్ కి మళ్లీ మంచి క్రేజ్ కొనసాగే ఛాన్స్ ఉ ంటుందని చెప్పొచ్చు.

2025 లో ఒకే ఒక్కడులా అమ్మడు విధ్వంసం!

విరూపాక్ష-తర్వాత సంయుక్తా మీనన్ అలజడే కనిపించలేదు. చెప్పుకోవడానికి రెండు సినిమాలు చేసింది గానీ అవి ఎప్పుడు రిలీజ్ అయ్యాయో కూడా తెలియదు. ఫ్లాప్ చిత్రాలు కావడంతో వాటి గురించి ప్రచారంలోకి రాలేదు. అయితే విరూపాక్ష లాంటి 100 కోట్ల వసూళ్ల సినిమా ఉన్నా తదుపరి అవకాశాలు అందుకోవడంలో మాత్రం విఫలమైంది. అందుకు అమ్మడి స్వయంకృపరాధం కూడా కొంత ఉంది. విరూపాక్ష సక్సెస్ తర్వాత సంయుక్తా మీనన్ లేడీ ఓరియేంటెడ్ కథలపై ఆసక్తి మళ్లించింది. సీరియస్ గా ప్రయత్నాలు చేసింది. కానీ ఛాన్సులివ్వలేదు. ఈ క్రమంలో వచ్చిన కొన్ని హీరోయిన్ అవకాశాలు వదులుకుంది. అలా కొంత గ్యాప్ ఏర్పడింది. దీంతో సంయుక్తా మీనన్ ఏమైపోయిందంటూ చర్చకు దారి తీసింది. మరో భాషలో బిజీగా ఉంటే ? టాలీవుడ్ ని లైట్ తీసుకుందనుకోవచ్చు. కానీ అక్కడా ఎలాంటి ఛాన్సులు రాలేదు. గత ఏడాది లవ్ మీ చిత్రంతో ప్రేక్షకుల ముందుకొచ్చింది. ఆ సినిమా గురించి చాలా మందికి తెలియ దు. ఈ ఏడాది మాత్రం ఒక్క చిత్రంతోనే అలరించే అవకాశం ఉంది. మిగిలిన చిత్రాలన్నీ వచ్చే ఏడాది మాత్రమే రిలీజ్ అవుతున్నాయి. సినిమాల సంఖ్య మాత్రం ఎక్కువగానే ఉంది. బాలీవుడ్ లో మహారాణీ క్వీన్ ఆఫ్ క్వీన్స్‌లో నటిస్తోంది. ఇదే బాలీవుడ్ లో డెబ్యూ చిత్రం. అలాగే నిఖిల్ సరసన పాన్ ఇండియా చిత్రం స్వయంభులో నటిస్తోంది. -నారీ నారీ నడుమ మురారీ, హైందవ చిత్రాలతో పాటు మాలీవుడ్ లో రామ్‌లో నటిస్తోంది. ఇవన్నీ కూడా వచ్చే ఏడాది రిలీజ్ అవుతున్నాయి. ఈ ఏడాది మాత్రం అఖండ 2 తో ప్రేక్షకుల ముందుకు రానుంది. ఇందులో నటసింహ బాలకృష్ణకు జోడీగా నటిస్తోంది. బోయపాటి శ్రీను దర్శకత్వం వహిస్తోన్న సినిమాపై పాన్ ఇండియాలో భారీ అంచనాలున్నాయి.

గోల్డెన్ ఛాన్స్ కొట్టేసిన ప్రేమలు పాప!

మలయాళ బ్యూటీ మమిత బైజు ప్రస్తుతం సౌత్ ఇండియన్ సినిమాల్లో హాట్ టాపిక్‌గా మారింది. 'ప్రేమలు' సినిమాతో ఒక్కసారిగా స్టార్‌డమ్ సంపాదించిన ఈ అమ్మడు, తెలుగు, తమిళ, మలయాళ సినిమాల్లో వరుస అవకాశాలతో దూసుకెళ్తోంది. ఆమె అందం, నటన, స్క్రీన్ ప్రెజెన్స్ అందరినీ ఆకర్షిస్తున్నాయి. తాజాగా ఆమె తమిళ స్టార్ హీరోతో సినిమా చేయడానికి సిద్ధమవుతుండటం అభిమానుల్లో ఆసక్తిని రేకెత్తిస్తోంది. మమిత బైజు కెరీర్ గ్రాఫ్ గత రెండేళ్లలో రాకెట్ స్పీడ్‌లో ఎగబాకింది. 'ప్రేమలు' సినిమాతో యూత్‌లో భారీ ఫాలోయింగ్ సంపాదించిన ఆమె, ఆ తర్వాత విష్ణు విశాల్ సరసన 'ఇరందు వానం' లో అందుకుంది. లేటెస్ట్‌గా తమిళ స్టార్ జీవీ ప్రకాష్‌తో 'రెబెల్' సినిమాలతో కోలీవుడ్‌లో సత్తా చాటింది. ఇటీవల విజయ్ సరసన 'జననాయకన్' సినిమాలో నటిస్తున్నట్లు వార్తలు వచ్చాయి, ఇప్పుడు సూర్యతో సినిమాతో మరో మెట్టు ఎక్కుతుందని అంటున్నారు. సూర్య ప్రస్తుతం 'రెట్రో' సినిమా విజయంతో ఫుల్ జోష్‌లో ఉన్నాడు. కార్తీక్ సుబ్బరాజ్ డైరెక్షన్‌లో వచ్చిన ఈ సినిమా తమిళంలో మంచి కలెక్షన్స్ అందుకుంటోంది. అలాగే సూర్య ఇప్పుడు వరుస సినిమాలతో బిజీగా ఉన్నాడు. %=జీ% బాలాజీ డైరెక్షన్‌లో 'సూర్య 45' షూటింగ్‌లో ఉండగా, తాజాగా టాలీవుడ్ డైరెక్టర్ వెంకీ అట్లూరితో కొత్త సినిమాకు గ్రీన్ సిగ్నల్ ఇచ్చాడు. ఈ సినిమాలో సూర్య సరసన హీరోయిన్‌గా మమిత బైజు ఎంపికైందని తెలుస్తోంది. సితార ఎంటర్‌టైన్‌మెంట్స్ నిర్మిస్తున్న ఈ చిత్రం మే 19 రామానాయుడు స్టూడియోస్‌లో గ్రాండ్‌గా పూజా కార్యక్రమాలతో ప్రారంభం కానుంది. మమిత బైజు ఈ అవకాశాన్ని అందుకోవడం ఆమె కెరీర్‌లో మరో రికార్డ్ గా నిలుస్తుందని చెప్పవచ్చు. వెంకీ అట్లూరి సార్, లక్కీ భాస్కర్ లాంటి సినిమాలతో యూత్‌లో మంచి ఫాలోయింగ్ సంపాదించాడు. ఆయన స్టైలిష్ డైరెక్షన్, ఎమోషనల్ డ్రామాతో సూర్య, మమితలను ఎలా చూపిస్తాడో అని అందరూ ఆసక్తిగా ఎదురుచూస్తున్నారు. ఈ సినిమాకు జీవీ ప్రకాష్ కుమార్ సంగీతం అందిస్తుండగా, షూటింగ్ మొదలయ్యేలోపే పాటల కంపోజిషన్ పూర్తి చేయాలని డైరెక్టర్ ప్లాన్ చేస్తున్నాడు. ఈ సినిమా సూర్య 46గా సినిమాగా రూపొందుతోంది.

Printed, Published and Owned by : GUNDAGONI LINGAIAH and Printed at MANASA PRINTERS, H.No. 7-848/3,Srinagar Colony,Panagal Road,Nalgonda-508001 . and Published at Manasa Publication H.No. 7-848/3,Srinagar Colony,Panagal Road,Nalgonda-508001. Editor: GUNDAGONI LINGAIAH RNI.No. TELTEL/2013/58044. Cell : 9848457689. gundagoni@gmail.com CEO: KANDHULA VENKATARAMANA