

ONLINE E- PAPER



నల్లూరు: వైకాపా నేత, మాజీ మంత్రి కాకాణి గోవర్ధన్ రెడ్డిపై పోలీసులు లుకౌట్ నోటీసులు జారీ చేశారు. ఆయన దేశం విడిచి వెళ్లకుండా ఈ చర్యలు తీసుకున్నారు. అన్ని ఎయిర్ పోర్టులు, సీపీఓలకు పోలీసులు సమాచారం ఇచ్చారు. ఇప్పటికీ కాకాణి ముందస్తు ఔట్ పిటిషన్స్ హైకోర్టు తిరస్కరించింది. మరోపై పోలీసులు మూడు సార్లు నోటీసులు ఇచ్చినా ఆయన విచారణకు హాజరు కాలేదు. 12 రోజులుగా కాకాణి, మరో నలుగురు నిందితులు పరారీలో ఉన్నారు. వీరి ఆచూకీ కోసం ఎస్పీ కృష్ణకాంత్ నేతృత్వంలో 6 పోలీసు బృందాలు రంగంలోకి దిగాయి. హైదరాబాద్, బెంగళూరు, చెన్నై ప్రాంతాల్లో ముమ్మరంగా

గానిస్తున్నాయి. క్వార్ట్స్ అక్రమ తవ్వకాలు, భారీ ఎత్తున పేలుడు పదార్థాల వినియోగంపై పోలీసులు ఆరా తీస్తున్నారు. కాకాణి గోవర్ధనరెడ్డిపై ఇప్పటికే క్వార్ట్స్ అక్రమ తరలింపు, అట్రాసిటీ, పోలీసులను దూషించిన కేసులను నమోదు చేశారు. తన అనుచరులతో కలిసి విదేశాలకు కలిసి రూ.250 కోట్లకుపైగా విలువ చేసే క్వార్ట్స్ ఎగుమతి చేసినట్లు ఆరోపణలున్నాయి. ఈక్రమంలో విదేశాల నుంచి పెద్దమొత్తాల్లో నగదు బదిలీపై పూర్తిస్థాయిలో పోలీసులు ఆరా తీస్తున్నారు. పేలుడు పదార్థాలు సరఫరా చేసిన కంపెనీలు, కొన్ని వ్యక్తులు, వినియోగంపైనా దర్యాప్తు చేస్తున్నారు.

ಭಾರತ್‌ಕು ಚೆರುಕುನ್ನು ತಪಾವ್ವಾರ್ ರಾಣಾ



- యెస్ ఐ ఏ కస్టోడియల్ రిమాండ్రో!
- తహవూర్ రాణాను భారత్ కు తీసుకొచ్చిన అధికారులు
- కస్టోడియల్ రిమాండ్ర్ కోరనున్న ఎన్ఐఏ

మంజులు ఉగ్రాడే నిందితుడు తహవ్వర్ రాణాను అమెరికా నుంచి దీర్ఘకాలం తీసుకొచ్చారు. ఆయనను తీసుకొచ్చిన భారత్ పంపిన ప్రత్యేక విమానం పాలం విమానాశ్రయంలో ల్యాండ్ అయింది. ఈ మేరకు జాతీయ రహస్య సంస్థ అధికారికంగా ప్రకటించారు. 2008 అల్లకల్లోలం వెనుక కీలక కుట్రదారుడిని న్యాయం ముందు నిలబెట్టడానికి ఏళ్ల తరబడి చేసిన నిరంతర ప్రయత్నాల తర్వాత తహవ్వర్ హుస్సేన్ రాణాను అప్పగించడంలో విజయం సాధించినట్లు యెన్ ఐ ఏ తెలిపింది. అప్పగించిన అధ్యక్షనేయడు రాణాని పరీక్షించి యెన్ ఐ ఏ తెలిపింది. అప్పగించిన అధ్యక్షనేయడు రాణాని పరీక్షించి యెన్ ఐ ఏ తెలిపింది. అప్పగించిన అధ్యక్షనేయడు రాణాని పరీక్షించి యెన్ ఐ ఏ తెలిపింది.

భద్రత కట్టుదిట్టం

ఈ మేరకు అంతకుముందే యెన్ ఐ ఏ అధికారులు పాలం ఎయిర్ ఫోర్స్ బేస్లో సిద్ధంగా ఉన్నారు. భారత్‌కు రాగానే రాజాను ఎన్‌ఐఐ అధికారులు అరెస్ట్ చేసి దీర్ఘ పదీయాలా హాన్స్ కాంప్లెక్స్‌లోని ఎన్‌ఐఐ ప్రత్యేక కోర్టులో పాజురుపరిచేందుకు ఎర్వాట్టు చేశారు. కోర్టు రిమాండ్ విధించిన వెంటనే అరెస్ట్ జైలుకు తరలిచేటా ఎర్వాట్టు చేశారు. పాలం ఏమినాట్రలం, పదీయాలా హాన్స్ కోర్టు, తిహ్దా జైలు వద్ద భారీగా భద్రతా బలగాలను మోపారించారు. తిహ్దా జైలులో అత్యంత భద్రత కలిగిన బ్యూర్క్ లో రాజాను ఉంచేందుకు సర్వం సిద్ధం చేశారు. జైలు నంబర్ 2లో అతడిని ఉంచనున్నట్లు తెలుస్తోంది. ముందు జాగ్రత్త చర్యల్లో భాగంగా యెన్ ఐ ఏ ప్రధాన కార్యాలయం ఎదురుగా ఉన్న జవహర్‌లాల్ నెహ్రూ స్టేడియం పోలీస్ స్టేషన్ రెండో గేటును మూసివేశారు. అక్కడ భద్రత కట్టుదిట్టం చేశారు.

ప్రత్యేక పబ్లిక్ ప్రాసిక్యూటర్

తహవ్వర్ రాణా అప్పగింత నేపథ్యంలో ముంబయి దాడుల కేసులో పటిష్టమైన వాదనలు వినిపించేందుకు కేంద్ర హోంశాఖ పటిష్టమైన

స్వాయువాద బృందాన్ని నిర్బంధం చేసింది. రాజా అప్పగించిన కోసం అమెరికా కోర్టులో వాదనలు వినిపించిన బృందానికి నాయకత్వం వహించిన సీనియర్ స్వాయువాది దయూన్ కృష్ణన్, ఎన్ఐఎ తరపున వాదనలకు నేతృత్వం వహించనున్నారు. మరో సీనియర్ క్రిమినల్ లాయర్ “నరేందర్ మాన్”ను ప్రత్యేక పబ్లిక్ ప్రాసిక్యూటర్గా కేంద్ర హోంశాఖ నియమించింది. దయూన్ కృష్ణణ్ను నరేందర్ మాన్ సహాయ సహకారాలు అందించనున్నారు. యున్ ఐ ఏ స్వాయువాద బృందంలో సంచలితేషాధి, శ్రీధర్ కాటే కూడా ఉన్నారు.

విచారణ వేగవంతం!

ముంబయి దాడులపై 2009 నవంబరు 1న దిల్లీలోని యెన్ ఐ ఏ పోలీస్ స్టేషన్ లో వివిధ సెక్షన్ల కింద కేసు నమోదైంది. డేవిడ్ క్యాల్యూ హెడ్జీ, తహప్పూర్ హుస్సేన్ రాణా, ఇతరులను నిందితులుగా చేర్చారు. రాణా, హెడ్జీలను అప్పగించాలని గతంలోనే అమెరికాను కోరింది. దర్యాప్తులో సాయం చేయాలని పాకిస్తాన్ ప్రభుత్వానికి లేఖ రాసింది. కేసు దర్యాప్తు పూర్తైనందున యెన్ ఐ ఏ మొత్తం 9 మంది నిందితులపై 2011 డిసెంబర్ 24న పాటియాలా హౌస్ కోర్టులో యెన్ ఐ ఏ న్యాయస్థానంలో చార్జిషీట్ వేసింది. రాణా రాకతో ఆ కేసు విచారణలో వేగం పుంజుకొనుంది.

రాణాను అమెరికా భారత్ కు అప్పగించకముందే ముంబయి దాడుల కేసుకు సంబంధించిన విచారణ పైకే దిల్లీ కోర్టుకు చేరాయి. నవంబరు 26 దాడులపై ముంబయిలోనూ అనేక కేసులు ఉన్న సేఫ్ట్ వేర్ లో దిల్లీ నుంచి విచారణ దర్రాసలు అక్కడి నుండి పంపారు. ఇదేమయినా ఐ పి డీసే న విజ్ఞప్తి చేరకు ముంబయి కోర్టు నుండి దిల్లీ న్యాయస్థానానికి పైకే చేరాయి. జిల్లా కోర్టు న్యాయమూర్తి విమల్ కుమార్ యాదవ్ వాదించి భానుచందారు, రాణాను యానా ఐ పి డీసే క్లౌడ్ కి న్యాయస్థానం అనుమతి ఇచ్చే ముంబయి దాడుల మెకం పాకిస్థాన్ ప్రభుత్వ వ్యూహ బిహిగ్గకుమయ్యే అవకాశం ఉందని భానుచందారు. 2008 నవంబర్ 26న 10 మంది పాకిస్థానీ ఉగ్రవాదుల నుముర్రు మార్గంలో ముంబయికి చేరుకుని సీఎంఎంఐ, జె.ఐ.ఎం డ్రైవింగ్, థాన్డ్ హెల్మెట్ తదితర ప్రాంతాల్ దాడులకు పాల్పడ్డారు. నవంబర్ 29 వరకు జరిగిన దాడి ముంబయి హామల్ లో 18 మంది భద్రతా సిబ్బంది న సహా 166 మంది ప్రాణాలు కోల్పోయారు. అనేక మంది గాయపడ్డారు.

అమిత్ షాతో భేటీ కానున్న 35

మంచి బిజెపి నిర్వాహకులు

విల్లివాకం న్యూస్:

పచ్చె ఏడాది తమిళనాడు అసెంబ్లీ ఎన్నికలు జరగనున్న నేపథ్యంలో గత నెలలో అన్నాదీఎంత్ ప్రధాన కార్యదర్శి ఎవప్పాడి పజనిస్వామి ఢిల్లీలో అమిత్ షాతో భేటీ అయ్యారు. ఆ తర్వాత తమిళనాడు బీజేపీ అధ్యక్షుడు అన్నామలై, అమిత్ షా, బీజేపీ జాతీయ అధ్యక్షుడు జేపీ నడ్డాతో సమావేశమై పొత్తుపై చర్చించినట్లు సమాచారం. ఇదిలా ఉంటే రాష్ట్ర అధ్యక్ష పదవి నుంచి అన్నామలైని బదిలీ చేయబోతున్నట్లు వార్తలు వచ్చాయి. ఈ నేపథ్యంలో తమిళనాడు బీజేపీ కొత్త అధ్యక్ష పదవి రేనులో లేనని మీడియా సమావేశంలో అన్నామలై ప్రకటించారు. దీని తర్వాత కొత్త నాయకుడు ఎవరన్నదానిపై చాలా మంది పేర్లు వినిపిస్తున్నాయి. దీనిపై త్వరలో నిర్ణయం తీసుకోనున్నారు. ఈ నేపథ్యంలో కేంద్ర హోంమంత్రి అమిత్ షా గురువారం రాత్రి చెన్నైకి రానున్నారు. అంతో కొత్త రాష్ట్ర నేత ఎవరనే అంచనా రాష్ట్రవ్యాప్తంగా వాలంటీర్లలో నెలకొంది. ఈ స్థితిలో గురువారం రాత్రి చెన్నైకి రానున్న కేంద్ర మంత్రి అమిత్ షాకు తమిళనాడు బీజేపీకి చెందిన 35 మంది నిర్వాహకులు స్వాగతం పలుకుతారని సమాచారం. అల్.మురగన్, అన్నామలై, సయూరన్ నాగేంద్రన్ సహా 35 మంది



కార్యనిర్వాహకులు అమిత్ షాకు స్వాగతం పంపకున్నట్లు సమాచారం. ఇదిలా ఉంటే మూడేళ్లకు ఒకసారి జరిగే బీజేపీ అంతర్గత ఎన్నికలు గతేడాది నవంబర్ నుంచి జరుగుతున్నాయి. తమిళనాడు సహా జాతీయ అధ్యక్ష కౌన్సిల్స్ అధ్యక్షుల ఎన్నికలు జరగనున్నాయి. తమిళనాడు బీజేపీ అధ్యక్ష పదవికి జరిగే ఎన్నికల్లో పోటీ చేయాలనుకునే వారు శుక్రవారం (ఫిబ్రవరి 11) మధ్యాహ్నం 2 గంటల నుంచి సాయంత్రం 4 గంటల వరకు రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యాలయంలో తమ నామినేషన్లను సమర్పించవచ్చని ప్రకటించారు.

ఏలూరు జిల్లాలో పే4 కార్మిక్రమం

- వారిని నేరుగా కలవునున్న సీఎం చంద్రబాబు
-ఏలూరు జిల్లాలోని ఆగిరిపల్లిలో శుక్రవారం పీ4
కార్యక్రమం

- సభా ప్రాంతాన్ని పరిశీలించిన మంత్రి పార్థసారథి
రాష్ట్రంలో ఏ ఒక్కరూ పేదరికంలో ఉండకూడదనే కృతనిశ్చయంతో పనిచేస్తున్న ప్రభుత్వం ఇందులో భాగంగానే వీ4 అనే కార్యక్రమాన్ని ప్రయోగాత్మకంగా అమలుచేస్తోంది. రాష్ట్రంలో బంగారు కుటుంబాలను ఎంపిక చేసి పేదరికంలో ఉన్న వీరందరినీ ఆర్థికంగా ముందుకు తీసుకువెళ్లే బాధ్యతను మార్గదర్శకులకు అప్పగిస్తోంది. వీ4 పట్ల ప్రజలకు అవగాహన కల్పించడంతో పాటు బంగారు కుటుంబాల ఎంపిక, వారిని మార్గదర్శకులతో అనుసంధానం చేయడం కోసం రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా ప్రతి జిల్లాలో కార్యక్రమాలను నిర్వహిస్తోంది. ఈ క్రమంలో శుక్రవారం ఏలూరు జిల్లాలోని ఆగిరిపల్లిలో ప్రభుత్వం ఈ కార్యక్రమం చేపట్టనుంది.

కులవృత్తుల వారిని కలుసుకోనున్న సీఎం: ఏ కార్యక్రమం నిర్వహించినా పేదలను నేరుగా కలుసుకుని వారి సాధక బాధకాలను తెలుసుకుంటున్న సీఎం చంద్రబాబు ఆగిరిపల్లి వేదికగా నిర్వహించే సీ4 కార్యక్రమంలో పలువురు కులవృత్తుల వారిని కలుసుకోనున్నారు. వారిని నేరుగా వారి పని ప్రదేశాల్లోనే కలుసుకుని వారి సమస్యలు తెలుసుకోనున్నారు. ఇందుకోసం అధికారులు ఏర్పాట్లు చేస్తున్నారు. నాయా బ్రాహ్మణ, చాకలి, గౌరెల కాపరులు, కట్టగీత వీరిలో ఇద్దరు లేదా ముగ్గురు కులవృత్తుల వారిని కలిసే అవకాశం ఉన్నట్లు మంత్రి కుటుంబ సంక్షేమ శాఖ వెల్లడించింది. సీఎం పర్యటన సందర్భంగా కఫి డ్రాంతాన్ని జిల్లా జేసీ డ్రాటింగ్స్ ఎస్సీ ప్రతాప్ ఐడికెఆర్/కో కఫి మంత్రి పరిశీలించారు. భద్రతా పరంగా ఎలాంటి సమస్యలు లేకుండా



జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని అధికారులను మంత్రి ఆదేశించారు.

వచ్చిస్తూ భద్రతా ఏర్పాట్లు: ముందుగా ఆగిరిపల్లి మండలం వడ్డమాను ప్రాంతంలో ఏర్పాటు చేసిన హెలిప్యాడ్ చేరుకోనున్న సీఎం అత్యధి రోడ్డు మార్గం ద్వారా ఆగిరిపల్లి వ్యవసాయ మార్కెట్ కమిటీ ప్రాంగణంలో ఏర్పాటు చేసిన ప్రజావేదిక వద్దకు చేరుకుంటారు. అక్కడ పలువరు కులవ్యుత్తల వారిని కలిసి, వారికి మేలు చేశారే కార్యక్రమాలను తెలియజేసిన అనంతరం ప్రజావేదికలో పాల్గొని ప్రజల సమస్యలను తెలుసుకోనున్నారు. అనంతరం పార్టీ కార్యకర్తలు, ముఖ్యనాయకులతో ఏర్పాటు చేసిన కార్యక్ర మంలో పాల్గొనున్నారు. ముఖ్యమంత్రి పర్యటన దృష్ట్యా పోలీసులు అధికారులు పటిష్ఠ భద్రతా ఏర్పాటు చేశారు.

పెట్టుబడుల సాధన పథికాలు క్షేత్రస్థాయిలో

કોનિપિંચાલિ: સંવત્ત ચેંદ્રબાબુ

అమరావతి: రాష్ట్ర ప్రభుత్వంతో ఒప్పందం చేసుకున్న సంస్థలు ఉత్పత్తి మొదలుపెడితేనే లక్షల చేదినట్లు అని ఏపీ సీఎం చంద్రబాబు అన్నారు. పెట్టుబడుల సాధన ఫలితాలు క్షేత్రస్థాయిలో కనిపించాలన్నారు. సచివాలయంలో గురువారం సీఎం చంద్రబాబు అధ్యక్షతన ఎన్ఎస్ఐ సమావేశం జరిగింది. మంత్రులు లోకేశ్, టీజీ భరత్, అనగాని సత్యప్రసాద్, సుభాష్ ఈ సమావేశంలో పాల్గొన్నారు. రాష్ట్రంలో వివిధ కేంద్రముల ఏర్పాటు ప్రతిబాధనలపై చర్చించిన సీఎం.. వాటికి ఆమోదం తెలిపారు. “సంస్థల ఏర్పాటు అసంతోషం ఉద్యోగాలు పొందిన వారి వివరాలతో త్వరలో హోర్లో ఏర్పాటు చేస్తాం. ఐటీ కంపెనీలకు నామమాత్రపు ధరకే భూకల్యాణంపులు ఉంటాయి. కొత్తగా రాష్ట్రానికి రూ.31,167 కోట్లు పెట్టుబడులు, 32,633 ఉద్యోగాలు వచ్చాయి. గత ప్రభుత్వ హయాంలో ఐదేళ్ల కాలంలో 5 ఎన్ఎస్ఐ సమావేశాలు జరిగాయి. కూటమి ప్రభుత్వంలో 11 నెలల్లోనే 5 సమావేశాలు నిర్వహించాం”అని అన్నారు.

HOMOEOPATHIC CLINIC

Dr. Kolli Raju Consultant
MBS(H), M.D. (Hom)
(35 Years Experienced)

Dr. Parasa Radhamma
DHMS, M.B.S.(Homoeo)

Plot No. 137/33, 3rd Lane,
Kamaraj Nagar, 5th East Street,
Tiruvanmiyur, Near Bus Depot,
Chennai - 600 041.

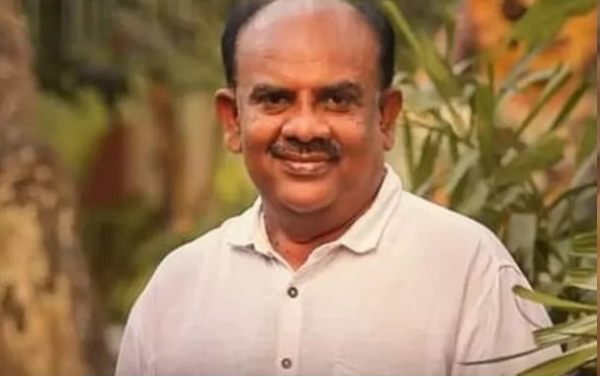
Consultation Offline and Online also available

WhatsApp Number :
94443 46846

రేపు 'ఉగాది పురస్కార గ్రహీతలకు అభినందన సభ'

విభివాకం న్యూస్: చెన్నై, మైలాపూర్ లో గల అమరజీవి పొట్టి శ్రీరాములు స్మారక భవన నిర్వాహక కమిటీ అధ్యక్షులలో 'ఉగాది పురస్కార గ్రహీతలకు అభినందన సభ' ఈనెల 12వ తేదీ శనివారం సాయంత్రం 5:00 గంటలకు జరగనుంది. ఇందులో పురస్కార గ్రహీతలు గుడిమెట్ల చెన్నయ్య, డాక్టర్ మాదభూషి సంపత్ కుమార్ నత్తారాలను అందుకోనున్నారు. ఈ కార్యక్రమానికి చైర్మన్ కాకుటూరు అనిల్ కుమార్ రెడ్డి అధ్యక్షత వహించనున్నారు. ముఖ్య అతిథిగా ప్రముఖ సినీ గేయ రచయిత భువనచంద్ర విచ్చేయనున్నారు. కమిటీ సభ్యులు నారాయణ గుప్తా స్వాగతోపన్యాసం చేస్తారు. కమిటీ సభ్యులు డాక్టర్ విసావి శంకరరావు సభా నిర్వహణ చేపడతారు. ఇందులో బి. తిరుమల స్వాతి రచించిన 'మాదభూషి కవిత్యానుశీలన' పుస్తకావిష్కరణ, ఎం.ఆర్ సుబ్రహ్మణ్యం బృందంచే 'గానలహరి' సాంస్కృతిక కార్యక్రమం ఉంటుంది. ఈ కార్యక్రమానికి అందరూ ఆహ్వానితులేనని నిర్వాహకులు ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు.

ఎస్.రామకృష్ణన్ కు అవార్డు



విభివాకం న్యూస్: పందకు పైగా పుస్తకాలు రాసిన ఎస్.రామకృష్ణన్ 'సంచారం' అనే నవలకు గాను 2018 సంవత్సరానికి గాను సాహిత్య అకాడమీ అవార్డును అందుకున్నారు. భారతదేశంలోని ఉత్తమ సాహితీచేత్తలను ఎంపిక చేసి అవార్డులు ఇచ్చే కోల్ కతాకు చెందిన భారతీయ భాషా పరిషత్ అనే సాహిత్య సంస్థ భారతదేశం గర్వింపదగ్గ అవార్డులలో ఒకటైన భారతీయ భాషా పరిషత్ అవార్డును ఎస్. రామకృష్ణన్ కు ప్రకటించింది. భారతీయ భాషా అవార్డు రూ.లక్ష ప్రైజ్ మనీ మరియు ప్రశంసా పత్రాన్ని కలిగి ఉంటుంది. 1న కోల్ కతాలో జరిగే కార్యక్రమంలో భారతీయ భాషా పరిషత్ ఎస్.రామకృష్ణకు అవార్డును ప్రధానం చేయనున్నట్లు తెలియజేసింది. పందకు పైగా పుస్తకాలు రాసిన ఎస్.రామకృష్ణన్ సంచారం అనే నవలకు గాను 2018 సంవత్సరానికి గాను సాహిత్య అకాడమీ అవార్డును అందుకున్నారు. అతను రాగూర్ లిలరరీ అవార్డు, ఇయల్ అవార్డు, మాగ్నిమ్ కర్మ అవార్డు, జ్ఞానవాణి అవార్డు, లిలరరీ థాల్ అవార్డు, కలైంజర్ గోల్డెన్ అవార్డు, కోడిసియా లైఫ్ టైమ్ అచీవ్మెంట్ అవార్డు, లిలరరీ వెల్ అవార్డు, తమిళనాడు ప్రభుత్వ అవార్డుతో సహా పలు అవార్డులను అందుకున్నాడు. అతని రచనలు ఇంగ్లీష్, ఫ్రెంచ్, జర్మన్, మలయాళం, హిందీ, బెంగాలీ, తెలుగు, కన్నడ, అరబిక్, స్పానిష్ మరియు ఇతర భాషలలో ప్రచురించబడ్డాయి.

తమిళనాడు బిజెపి అధ్యక్ష పీఠవికి ఎగ్జిక్:

నేడు నామినేషన్లు స్వీకరిస్తామని ప్రకటన



అన్నానగర్ న్యూస్: తమిళనాడు బిజెపి ఉపాధ్యక్షుడు మరియు రాష్ట్ర అధికారి చక్రవర్తి ఒక ప్రకటనలో మన పార్టీ సంస్థాగత ఎన్నికల చివరి దశకు చేరుకున్నామని, శాఖ, జిల్లా అధ్యక్షుడు మరియు రాష్ట్ర జనరల్ కమిటీ సభ్యుల ఎన్నికలు పూర్తయినందున, ఇప్పుడు రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు మరియు జాతీయ జనరల్ కమిటీ సభ్యులకు నామినేషన్ల స్వీకరించబడుతున్నాయి. పై ఎన్నికలకు నామినేషన్ పత్రాలను పార్టీ వెబ్సైట్ www.bjptn.com నుండి డౌన్లోడ్ చేసుకోవచ్చు. నేడు శుక్రవారం, 11.04.2025, మధ్యాహ్నం 2.00 గంటల నుండి సాయంత్రం 4 గంటల వరకు పోటీ చేయడానికి ఆసక్తి ఉన్నవారు తమ నామినేషన్ పత్రాలను రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యాలయానికి నమర్పించాలని నేను దయతో అభ్యర్థిస్తున్నాను. రాష్ట్ర అధ్యక్ష పదవికి పోటీ చేయాలనుకునే వారు ఫారం ఎఫ్ నింపాలి. మూడు పర్యాయాలు క్రియాశీల సభ్యుడిగా మరియు కనీసం పదేళ్లపాటు ప్రాథమిక సభ్యుడిగా ఉన్న వ్యక్తి రాష్ట్ర అధ్యక్ష పదవికి పోటీ చేయడానికి అర్హులు. పార్టీ రాష్ట్ర జనరల్ కమిటీలోని ఎన్నికైన 10 మంది సభ్యులు, వారి వ్రాతపూర్వక ఆమోదంతో ఆయనను నామినేట్ చేయాలి. జాతీయ జనరల్ కమిటీ సభ్యుని పదవికి పోటీ చేయాలనుకునే వారు ఫారం %బా% ని పూర్తి చేయాలి. రాష్ట్ర సర్వసభ్య సమావేశంలో ఒక సభ్యుడు చేసిన ప్రతిపాదనను రాష్ట్ర సర్వసభ్య సమావేశంలోని మరొక సభ్యుడు బలపరచాలన్న విషయాన్ని పేర్కొన్నారు.

తూత్తుకుడిరా కాత్త ప్రయాణీకుల ఆశ్రయం ప్రారంభించిన ఎంపీ కనిమొళి



టీ నగర్ న్యూస్: డీఎంకే డిప్యూటీ జనరల్ సెక్రటరీ మరియు పార్లమెంటరీ గ్రూప్ లీడర్ కనిమొళి కరుణానిధి రూ. 1,000 కోట్ల అంచనా వ్యయంతో నిర్మించబడ్డ కొత్త ప్రయాణీకుల ఆశ్రయాన్ని ప్రారంభించారు. తూత్తుకుడి జిల్లా అవంకుళం పంచాయతీ యూనియన్ పరిధిలోని మీనాక్షి నగర్లో ఈ పెల్లెర్ను ప్రజల వినియోగం కోసం పార్లమెంట్ సభ్యుల నియోజకవర్గ అభివృద్ధి నిధి కింద రూ. 6.50 లక్షలతో నిర్మించారు. ఈ కార్యక్రమంలో తూత్తుకుడి ఉత్తర జిల్లా డీఎంకే కార్యదర్శి మరియు సాంఘిక సంక్షేమం, మహిళా హక్కుల శాఖ మంత్రి గీతా జీవన్, తూత్తుకుడి జిల్లా కలెక్టర్ కె. ఇలంబాగవత్, తూత్తుకుడి కార్పొరేషన్ మేయర్ జగన్ పెరియసామి, అదనపు కలెక్టర్ మరియు ప్రాజెక్ట్ డైరెక్టర్ ఆర్. ఐశ్వర్యతో పాటు పలువురు ప్రభుత్వ అధికారులు పాల్గొన్నారు.

అచాలో హాస్పిటల్లో అరుదైన మోకాలి శస్త్రచికిత్స

విభివాకం న్యూస్: రోడ్డు ప్రమాదంలో పాటెల్లా (మోకాలి చిప్ప)లో తీవ్రమైన ప్రాక్చర్కు గురైన 16 ఏళ్ల బాలుని అచాలో హాస్పిటల్లో, ఓఎంఆర్, అత్యంత సంక్లిష్టమైన మోకాలి పునర్నిర్మాణ శస్త్రచికిత్సను విజయ వంతంగా నిర్వహించింది. చెన్నైలో గురువారం జరిగిన నమావేశంలో అచాలో హాస్పిటల్లో ఓఎంఆర్, మెడికల్ అడ్మినిస్ట్రేటర్, డాక్టర్ శ్రీమను మెడిపల్లి, అచాలో హాస్పిటల్లో ఓఎంఆర్, సీనియర్ జీఎం, యూనిట్ హెడ్ డాక్టర్ నిఖిల్ తివారీ, సీనియర్ కన్సల్టెంట్ ఆర్థోపెడిక్ సర్జన్ డాక్టర్ వెంకటరమణన్ స్వామినాథన్, సైక్లిస్ట్ సంజయ్, అచాలో హాస్పిటల్లో ఓఎంఆర్, కన్సల్టెంట్ మరియు ఇంజనీర్, ఎమర్జెన్సీ డిపార్ట్మెంట్, డాక్టర్ మధుమిత పాల్గొన్నారు. రోడ్డు ప్రమాదంలో తీవ్రంగా గాయపడిన సైక్లిస్ట్ సంజయ్ ను అచాలో ఓఎంఆర్ ఆనవత్రికి తీసుకువచ్చారు, పాటెల్లా తీవ్రంగా దెబ్బతిన్న సంక్లిష్ట మరియు ఇన్జక్షన్ ప్రమాదం దృష్ట్యా, కీళ్ల పనితీరును కాపాడటానికి మరియు దీర్ఘకాలిక వైకల్యాన్ని నివారించడానికి అత్యవసర శస్త్రచికిత్స జోక్యం అవసరమని వైద్యులు భావించారు. అచాలో హాస్పిటల్లో,



ఓఎంఆర్, ఆర్థోపెడిక్ సర్జరీ విభాగానికి చెందిన డాక్టర్ వెంకటరమణన్ స్వామినాథన్ నేతృత్వంలో మరియు ఫ్లాస్టిక్ సర్జన్ డాక్టర్ కుమరేస్వన్ బృందం ఈ శస్త్ర చికిత్సను విజయవంతంగా నిర్వహించింది. డాక్టర్ వెంకటరమణన్ స్వామినాథన్ మాట్లాడుతూ, సైక్లిస్టులకు పాటెల్లా చాలా ముఖ్యమైనది,

మరియు ఎముక విరిగిపోయి కలుషితమైనప్పుడు, శరీర నిర్మాణ తగ్గింపు మరియు పునరుద్ధరణ పనితీరును సాధించడం చాలా నవాలుగా ఉంది. మా శస్త్రచికిత్స ఖచ్చితత్వంతో కలిపి బాలుడి సంకల్పం ఈ కోలుకోవడం సాధ్యం చేసిందన్నారు. డాక్టర్ మధుమిత మాట్లాడుతూ, గాయం యొక్క తీవ్రత దృష్ట్యా, ఇన్జక్షన్, కణజాల నష్టం, సరాల మరియు రక్తనాళాల గాయం మరియు బలహీనమైన ఎముక వైద్యం వంటి సమస్యలను నివారించడానికి అత్యవసర శస్త్రచికిత్స అవసరం అయిందని, అచాలో నాణ్యమైన సేవల ద్వారా ఈ సంక్లిష్ట పరిస్థితిని అధిగమించామని అన్నారు. కార్యక్రమంలో సైక్లిస్ట్ సంజయ్ వైద్య బృందానికి కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.

రెండు బస్సులు ఢీకాగడంతో 30 మందికి గాయాలు



విభివాకం న్యూస్: కడలూరు సమీపంలో రెండు బస్సులు ఢీకాసడంతో 30 మంది ప్రయాణీకులు గాయపడ్డారు. కడలూరు సమీపంలోని అలపాక్కంలో ప్రభుత్వ ప్రైవేట్ బస్సులు ఢీకొనడంతో 30 మంది ప్రయాణీకులు గాయపడ్డారు. ప్రభుత్వ ఎన్ఎస్ డ్రైవ్ రవాణా సంస్థ బస్సు చెన్నై నుండి నాగై వైపు విల్లుపురం - నాగై 4 మార్గంలో వెళ్తోంది. ఈ స్థితిలో కడలూరు జిల్లా అలపాక్కం సమీపంలో ప్రయాణిస్తుండగా కడలూరు నుంచి చిదంబరం వెళ్తున్న ప్రైవేట్ బస్సు ప్రభుత్వ బస్సును ఢీకాట్టింది. ఈ ప్రమాదంలో రెండు బస్సుల్లోని 30 మంది ప్రయాణీకులు గాయపడ్డారు. ప్రస్తుతం వారిని రక్షించి చికిత్స నిమిత్తం కడలూరు ప్రభుత్వాసుపత్రికి తరలించారు. ఈ ఘటనకు సంబంధించి పోలీసులు కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేపట్టారు. ప్రభుత్వ బస్సు, ప్రైవేట్ బస్సు ఢీకొన్న ఘటన ఆ ప్రాంతంలో కలకలం రేపింది.

టీఎన్సీసీ మాజీ అధ్యక్షుడు కుమరి అనంతన్ కన్నుమూత

తెలంగాణ మాజీ గవర్నర్ తమిళిస్సై సౌందరరాజన్కు పితృవియోగం కలిగింది. ఆమె తండ్రి, తమిళనాడు కాంగ్రెస్ కమిటీ మాజీ అధ్యక్షుడైన కుమరి అనంతన్(92) అనారోగ్యంతో కన్నుమూశారు. వయోధిక ఆరోగ్య సమస్యలు, మూత్రపిండాల సమస్యలతో బాధపడుతున్న ఆయన గుడియాత్తంలోని నేమరోపతి, యోగా ఆస్పత్రి, పరిశోధనా కేంద్రంలో కొద్ది రోజులుగా వైద్యుల పర్యవేక్షణలో ఉన్నారు. నాలుగు రోజుల కిందట ఆరోగ్య పరిస్థితి విషమించడంతో చెన్నై వశసరపాక్కంలోని ఓ ప్రైవేటు ఆస్పత్రిలో చేర్పించారు. అక్కడ చికిత్స పొందుతూ మంగళవారం అర్ధరాత్రి తుదిశ్వాస విడిచారు. భౌతికకాయాన్ని సాత్వికామంలోని తమిళిస్సై సౌందరరాజన్ నివాసానికి తరలించగా బుధవారం గవర్నర్ ఆర్.ఎన్.రవి, ముఖ్యమంత్రి స్థాలిన్, రాజకీయ పార్టీల ప్రముఖులు పలువురు నివాళులర్పించారు. ఆయన భౌతికకాయానికి బుధవారం సాయంత్రం ప్రభుత్వ లాంఛనాలతో వడపళనిలోని విద్యుత్తు దహనవాటిలో అంత్యక్రియలు నిర్వహించారు.

తమిళనాడులోని 9 చోట్ల 100 డిగ్రీలకు పైగా ఉష్ణోగ్రతలు నమోదు



అన్నానగర్ న్యూస్: గత కొన్ని రోజులుగా తమిళనాడులో వేడి గాలులు పెరుగుతున్నాయి. కొన్ని జిల్లాల్లో వర్షం కురిసినప్పటికీ, చాలా జిల్లాల్లో ఉష్ణోగ్రతలు ఇంకా తీవ్రమైనవే ఉన్నాయి. ఈ పరిస్థితిలో, ఈరోజు తమిళనాడులోని 9 ప్రాంతాల్లో ఉష్ణోగ్రత 100 డిగ్రీల ఫారెన్ హీట్ ను (దాదాపు 37.8% బా) అధిగమించిందని వాతావరణ శాఖ నివేదించింది. వెల్లూరులో అత్యధికంగా 105.08 డిగ్రీల ఫారెన్ హీట్ ఉష్ణోగ్రత నమోదైంది. దీని తర్వాత ఈరోడులో 104 డిగ్రీలు, తిరుచ్చిలో 102.38 డిగ్రీలు, తిరుత్తణిలో 102.2 డిగ్రీలు, చెన్నై మీనంబాక్కంలో 100.58 డిగ్రీల ఫారెన్ హీట్ ఉష్ణోగ్రతలు నమోదయ్యాయి.

హెమాసూరు సమీపంలోని పెట్టరాయ్ స్వామి ఆలయ రథం

- లక్ష్మలాది మంది భక్తులు గుమిగూడారు.



గిండి న్యూస్: ఇందులో భక్తులు భక్తి నివాదాలు చేస్తూ రథాన్ని తాడుతో లాగారు. ఈ ఉత్సవంలో తమిళనాడు, ఆంధ్రప్రదేశ్, కర్ణాటక రాష్ట్రాల నుండి లక్షలాది మంది భక్తులు పాల్గొన్నారు. సెందై మేళాతో పాటు సంగీత ప్రదర్శనలు కొనసాగాయి. నిన్న రథోత్సవం సందర్భంగా అన్నదానం మరియు నీరు మరిగించే కార్యక్రమం జరిగింది. రాత్రి 9 గంటలకు పూర్తి రామాయణ కార్యక్రమం జరిగింది. శుక్రవారం సంగీత కచేరీ మరియు బాణసంచా ప్రదర్శన జరుగుతాయి. పండుగ సందర్భంగా, కృష్ణగిరి జిల్లా పోలీసు సూపరింటెండెంట్ తంగదురై, తెంకనికొట్టై డిప్యూటీ సూపరింటెండెంట్ ఆనందరాజ్, ఇన్స్పెక్టర్ గణేష్ కుమార్ మరియు ఇతరుల నేతృత్వంలో తెంకనికొట్టై, అంచెట్టి, థాలి, కెలమంగళం, రాయకోట్టై మరియు ఉత్తనపల్లి పోలీస్ స్టేషన్ల నుండి వంద మందికి పైగా పోలీసులను భద్రత కోసం మోహరించారు. పోలీసులు నిఘా కెమెరాలు ఏర్పాటు చేయడం ద్వారా నిరంతరం పర్యవేక్షిస్తున్నారు. ఈ ఉత్సవానికి సంబంధించిన ఏర్పాట్లను హిందూ మత దేవాదాయ శాఖ కార్యనిర్వాహక అధికారి మరియు ఆలయ నిర్వాహకులు చేశారు. రథోత్సవం సందర్భంగా తెంకనికొట్టై పట్టణం పండుగ వాతావరణం నెలకొంది.

అమితే షా పీర్వటనకు వ్యతిరేకంగా కాంగ్రెస్ నిరసన

- సెల్సు పెరుంధర్ ప్రకటన



అన్నానగర్ న్యూస్: తమిళనాడు కాంగ్రెస్ నాయకుడు సెల్సు పెరుంధర్గై ఒక ప్రకటనలో భారత రాజ్యాంగాన్ని అందించిన గొప్ప వేదావి డాక్టర్ అంబేద్కర్ ను పార్లమెంటులో అవమానించిన హోంమంత్రి అమితే షా, రెండు రోజుల పర్యటన కోసం గురువారం చెన్నైకి వచ్చారు. చెన్నై జిల్లా కాంగ్రెస్ కమిటీల తరపున నా ఖండనను తెలియజేస్తూ, నా నాయకత్వంలో శుక్రవారం ఉదయం 10 గంటలకు చెన్నైలోని డాక్టర్ అంబేద్కర్ వంతెన (సిటీ సెంటర్ సమీపంలో) దగ్గర నల్ల జెండాలు చేతబట్టుకుని భారీ నిరసన కార్యక్రమం జరుగుతుందని మీకు తెలియజేస్తున్నాను. కాంగ్రెస్ పార్టీ సభ్యులు పెద్ద సంఖ్యలో ఇందులో పాల్గొని, ఫాసిస్ట్ కార్యకలాపాలు నిర్వహిస్తూ, తమిళనాడుకు వ్యతిరేకంగా పనిచేస్తున్న “హోంమంత్రి అమితే షా, గో బ్యాక్” అనే ఖండన స్వరాన్ని లేవనెత్తుతూ నిరసనను విజయవంతం చేయాలి అని అన్నారు.



వేలూరు న్యూస్: వేలూరు కార్పొరేషన్ పరిధిలోని సేనబాకం వద్ద ఉన్న జాతీయ రహదారి వక్కువ ఐరన్ ఫిట్టింగ్ చచ్చిన కేంద్రాన్ని మేయర్ సుజాత ఆనంద్ కుమార్ ప్రారంభించారు. ఇందులో 32వ వార్డ్ కార్పొరేటర్ నజీతా ఇంతియాజ్, పోలీసు ఇన్స్పెక్టర్ శ్రీనివాసన్, అబ్దుల్ రజాక్ అక్బర్ ములిక్ కాజా, అబ్దుల్ మాలిక్ మునిర్, అబ్దుల్ రజాక్ అక్బర్ మునిర్, తదితరులు పాల్గొన్నారు.





బెల్లం వర్సెస్ పంచదార ఏది ఆరోగ్యానికి మంచిది..?

బెల్లం మన సంప్రదాయ ఆహారంలో చాలా ముఖ్యమైనది. ఇది సహజంగా తీయగా ఉండి ఆరోగ్యానికి కూడా మంచిదని చాలా మంది నమ్ముతారు. అయితే ఇటీవల బెల్లం తింటే కిడ్నీలు దెబ్బతింటాయి అనే మాట ప్రచారం అవుతోంది. ఇది నిజమేనా..? లేక ఇది కేవలం అపోహ మాత్రమేనా..? బెల్లం చెరకకు రసం లేదా తాటి రసం నుండి తయారవుతుంది. ఇది శుద్ధి చేయని సహజ తీపి పదార్థం కాబట్టి ఇందులో ఖనిజాలు, విటమిన్లు సహజంగా ఉంటాయి. బెల్లంలో ఐరన్, కాల్షియం, మెగ్నీషియం, పొటాషియం వంటి అనేక ముఖ్యమైన పోషకాలు ఉంటాయి. శరీరానికి తక్షణ శక్తిని అందించడంలో పాట, జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచడంలో ఇది సహాయపడుతుంది. జీర్ణ వ్యవస్థకు మేలు.. బెల్లం తినడం వల్ల జీర్ణక్రియ మెరుగవుతుంది. ఇది జీర్ణ ఎంజైమ్లను ఉత్తేజపరచి మలబద్దరాన్ని తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. శక్తిని అందించే సహజమైన మూలం.. దీంట్లో గ్లూకోజ్, సుక్రోజ్ ఉంటాయి. ఇవి శరీరానికి తక్షణ శక్తిని అందిస్తాయి. అలసటగా ఉన్నప్పుడు కొద్దిగా బెల్లం తింటే శరీరానికి ఉత్సాహం వస్తుంది. రక్తహీనత నివారణ.. బెల్లంలో ఐరన్ ఎక్కువగా ఉండటం వల్ల ఇది మీహెమోగ్లిన్ స్థాయిని పెంచి రక్తహీనత సమస్యను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది.

రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది.. దీంట్లో యాంటీఆక్సిడెంట్లు అధికంగా ఉండటం వల్ల శరీరాన్ని హానికరమైన టాక్సిన్స్ నుంచి రక్షిస్తుంది. కాలేయాన్ని శుభ్రపరుస్తుంది.. బెల్లం నేచురల్ డిటాక్సిఫైయింగ్ ఏజెంట్గా పని చేస్తుంది. ఇది కాలేయాన్ని శుభ్రపరచి ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది.

బెల్లం అధికంగా తీసుకోవడం వల్ల సమస్యలు ఏర్పడే అవకాశం ఉంది. బెల్లంలో సహజంగా చక్కెర ఉండటంతో దీన్ని అధికంగా తీసుకుంటే రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిలు పెరిగే అవకాశం ఉంటుంది. డయాబెటీస్ ఉన్నవారు బెల్లం ఎక్కువగా తింటే అది కిడ్నీలపై ఒత్తిడిని పెంచి దీర్ఘకాలికంగా సమస్యలను పెంచొచ్చు. బెల్లంలో పొటాషియం ఉంటుంది. కిడ్నీ సమస్యలతో బాధపడుతున్న వారిలో పొటాషియం స్థాయిలు పెరిగితే అది హానికరం కావచ్చు. లిమిటెడ్ గా తీసుకోవడం ఏ ఆహారమైనా మితంగా తీసుకుంటే మంచిది. రోజుకు 1-2 టేబుల్ స్పూన్ల బెల్లం తీసుకోవడం సాధారణంగా సురక్షితం. అయితే డయాబెటీస్ ఉన్నవారు లేదా కిడ్నీ సమస్యలు ఉన్నవారు డాక్టర్‌ను సంప్రదించాకే దీన్ని తీసుకోవడం మంచిది.

పొద్దుతిరుగుడు విత్తనాలు తింటే ఏం జరుగుతుంది?

పొద్దుతిరుగుడు విత్తనాలు ఆరోగ్యానికి ఎన్నో లాభాలను అందిస్తాయి. వీటిలో ప్రోటీన్, కాల్షియం, ఐరన్, జింక్ వంటి పోషకాలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. రోజూ కొంతమేర తింటే శరీరానికి అవసరమైన ఎన్నో పోషకాలు అందుతాయి. వీటిని కాల్చి తింటే మరింత ప్రయోజనం పొందొచ్చు. పొద్దుతిరుగుడు విత్తనాల్లో మెగ్నీషియం, ఫాస్ఫరస్, కాల్షియం సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ఇవి ఎముకల బలాన్ని పెంచి ర్భంగా మారేలా చేస్తాయి. ముఖ్యంగా వయసు పెరిగే కొద్దీ ఎముకల బలహీనత సమస్యలు రావచ్చు. అలాంటి సమయంలో ఈ విత్తనాలను ఆహారంలో చేర్చుకోవడం చాలా మంచిది. ఫోలేట్ ఎక్కువగా ఉండే పొద్దుతిరుగుడు విత్తనాలు పురుషులు, మహిళలకు పునరుత్పత్తి ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరిచేందుకు సహాయపడతాయి. ఫోలేట్ శిశువులలో నాడీ గొట్టపు లోపాలను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. వీటిలో ఉన్న జింక్ పురుషులలో



స్పెర్మ్ నాణ్యతను మెరుగుపరిచే లక్షణాలను కలిగి ఉంది. విటమిన్ E సమృద్ధిగా ఉండటంతో పొద్దుతిరుగుడు విత్తనాలు చర్మ ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తాయి. ఇవి చర్మాన్ని కాంతివంతంగా తేమతో నిండినట్లు ఉంచుతాయి. జుట్టు ఆరోగ్యంగా దృఢంగా మారేందుకు ఈ విత్తనాలు ఉపయోగపడతాయి. కాలుష్యం, వయసు పెరిగే కొద్దీ వచ్చే చర్మ సమస్యలను తగ్గించేందుకు సహాయపడతాయి. పొద్దుతిరుగుడు విత్తనాల్లో మోనోఅసేకాచరేటెడ్, పాలీఅసేకాచరేటెడ్ కొవ్వులు ఉంటాయి. ఇవి గుండె ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరిచి, హృదయ సంబంధిత వ్యాధుల రిస్కును తగ్గిస్తాయి. రక్తంలో కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను నియంత్రించడంలో కూడా ఇవి సహాయపడతాయి. పొద్దుతిరుగుడు విత్తనాల్లో మెగ్నీషియం, ఫైబర్, పాలీఫెనాల్స్ ఉంటాయి. ఇవి శరీరంలో ఇన్సులిన్ లెవల్స్‌ను క్రమబద్ధీకరించడానికి సహాయపడతాయి. మధుమేహం ఉన్నవారు ఇవి తింటే రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు నియంత్రిణలో ఉంటాయి. విటమిన్ E, ఫ్లేవనాయిడ్లు వంటి యాంటీఆక్సిడెంట్లు

డయాబెటీస్ ఉన్న వారు బ్లూక్ బెర్రీస్ తింటే...

అలాంటి ఆరోగ్యకరమైన పండ్లలో బ్లూక్ బెర్రీస్ ఒకటి. వీటిని క్రమం తప్పకుండా తీసుకోవడం వల్ల ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు అనేకం ఉన్నాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. బ్లూక్ బెర్రీస్ తినడం వల్ల ఎలాంటి ప్రయోజనాలు ఇక్కడ తెలుసుకుందాం.. బ్లూక్ బెర్రీస్ లో యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్ పుష్కలంగా ఉంటాయి. మనం



రోజూ తీసుకునే ఆహారంలో కొన్ని మార్పులు చేసుకున్నట్లుంటే ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవచ్చు అంటున్నారు వైద్య నిపుణులు. మన రోజు వారి డైట్‌లో కొన్ని రకాల పండ్లను చేర్చుకుంటే చాలా వరకు అనారోగ్య సమస్యల బారిన పడకుండా కాపాడుకోవచ్చునని సూచిస్తున్నారు. అలాంటి ఆరోగ్యకరమైన పండ్లలో బ్లూక్ బెర్రీస్ ఒకటి. వీటిని క్రమం తప్పకుండా తీసుకోవడం వల్ల ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు అనేకం ఉన్నాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. బ్లూక్ బెర్రీస్ లో యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్ పుష్కలంగా ఉంటాయి. విటమిన్ సి, ఫ్లేవనాయిడ్స్, పాలీఫీనాల్స్ అధికంగా ఉండటం వల్ల ఒత్తిడిని తట్టుకునే శక్తి ఉంటుంది. వీటిని ప్రతిరోజూ తింటే రోగనిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. బ్లూక్ బెర్రీలో వైద్య పరంగా ఎన్నో ఔషధ గుణాలు ఉన్నాయి.

వీటిలో విటమిన్ సి అధికం. ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిది. ఎముకల ఆరోగ్యానికి, చర్మ సౌందర్యానికి సహాయపడుతుంది. బ్లూక్ బెర్రీలో తక్కువ కార్బోహైడ్రేట్స్, యాంటీఆక్సిడెంట్లు అధికం. ఈ పండ్లు డయాబెటీస్ వ్యాధి గ్రస్తులకు అద్భుతంగా పనిచేస్తాయి. బ్లూక్ బెర్రీస్‌లో ఫైబర్ తగిన మోతాదులో ఉంటుంది. బ్లూక్ బెర్రీస్‌లో ఫైబర్ తగిన మోతాదులో ఉంటుంది. ఇది జీర్ణవ్యవస్థను మెరుగుపరుస్తుంది. ఒత్తిడి తగ్గించడంతో పాటు వ్యాధి నిరోధక శక్తిని పెంచుతాయి. గుండె జబ్బుల ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తాయి. బ్లూక్ బెర్రీస్ ను తరచూ తీసుకోవడం వల్ల మతిమరుపు సమస్యను తగ్గిస్తుంది. బ్లూక్ బెర్రీస్ తింటే చర్మ సంరక్షణకు తోడ్పడుతుంది. మెదడు ఆరోగ్యం పనితీరును మెరుగుపరుస్తుంది. ఎముకల ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిది.

పుదీనా తింటే ఇన్ని లాభాలా..?

పుదీనా వాసన చూస్తేనే మూడ్ రిఫ్రెష్ అవుతుంది. వంటల్లో మంచి రుచి, వాసన కోసం చాలా మంది పుదీనాను ఎక్కువగా వాడుతుంటారు. పుదీనా వంటల రుచిని పెంచడానికే కాదు.. పుష్కలమైన ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను కూడా అందిస్తుందని పోషకాహార నిపుణులు చెబుతున్నారు. రోజూ కొన్ని పుదీనా ఆకులు తినటం వల్ల పుట్టెడు లాభాలు ఉన్నాయని చెబుతున్నారు. అందుకే పుదీనాను ఆయుర్వేదంలో ఔషధ మూలికగా పిలుస్తారు. ఉబ్బనం, తలనొప్పి, నోటికి సంబంధించిన సమస్యలకు పుదీనా బెస్ట్ హోం రెమెడీగా పనిచేస్తుంది. పుదీనా ఆకులు కొవ్వు కరిగించేందుకు ఉపయోగపడతాయి, ఐరుపు తగ్గడానికి సహాయపడతాయి. రోజూ పుదీనా తినడం వల్ల నోటి దుర్వాసన తగ్గుతుంది, నోటిని తాజాగా ఉంచుతుంది. పుదీనా వాసన మెదడుకు శాంతిని కలిగించి ఒత్తిడిని తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. ప్రతిరోజూ పుదీనా ఆకులు తినడం శరీరానికి ఎన్నో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను అందిస్తుంది. కాబట్టి ఏదో ఒక విధంగా దీన్ని



చర్మ సమస్యలను తగ్గించేందుకు సహాయపడతాయి. పుదీనా ఆకులు కొవ్వు కరిగించేందుకు ఉపయోగపడతాయి, ఐరుపు తగ్గడానికి సహాయపడతాయి. రోజూ పుదీనా తినడం వల్ల నోటి దుర్వాసన తగ్గుతుంది, నోటిని తాజాగా ఉంచుతుంది. పుదీనా వాసన మెదడుకు శాంతిని కలిగించి ఒత్తిడిని తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. ప్రతిరోజూ పుదీనా ఆకులు తినడం శరీరానికి ఎన్నో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను అందిస్తుంది. కాబట్టి ఏదో ఒక విధంగా దీన్ని

ఆహారంలో చేర్చుకోవడం మంచిది. పుదీనాలో యాంటీఆక్సిడెంట్లు, మెంథాల్, ఫులేన్స్‌మ్యూట్రియెంట్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఎంజైమ్‌లు ఆహారాన్ని జీర్ణం చేయడంలో ఇవి సహాయపడతాయి. పుదీనా ఆకులను నమలడం వల్ల నోరు శుభ్రపడుతుంది. దంతాలు ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి. పుదీనాలో ఉన్న నూనెలు యాంటీ బాక్టీరియల్, క్రిమినాశక ప్రభావాలను కలిగి ఉండటం వల్ల జీర్ణశయాన్ని శాంతపరుస్తూ ఆమ్లత్వం, అపానవాయువులను తగ్గించడంలో

సహాయపడతాయి. ఇది ఊపిరితిత్తులలో ఉన్న శ్లేష్మాన్ని బయటకు పంపి సులభంగా ఊపిరి పీల్చుకోవటానికి దోహదం చేస్తుంది. అయితే పుదీనాను అధిక మోతాదులో తీసుకుంటే ఊపిరితిత్తుల వాయు మార్గాల్లో మంట పుట్టవచ్చు. పుదీనాను తరచూ తీసుకోవడం వల్ల ఏకాగ్రత పెరుగుతుంది. పుదీనాలో ఉండే బ్యాక్టీరియాను సంహరించి, శోధను తగ్గించే పదార్థాలు చర్మంపై ఉన్న మొటిమలను నివారించడంలో సహాయపడతాయి. దీనితో పాటు అధిక మొత్తంలో ఉన్న సెలీనిలిక్ ఆమ్లం చర్మాన్ని లోపలి నుంచి శుభ్రపరుస్తుంది. అలాగే, ఇందులో ఉన్న యాంటీఆక్సిడెంట్లు మలిన పదార్థాలను తొలగిస్తాయి. పుదీనా చర్మంలోని తేమను సంరక్షించి, వృత కణాలను తొలగించి, స్పైడర్ రంధ్రాల నుంచి మలినాలను బయటకు వంపడం వల్ల చర్మం ప్రకాశవంతంగా, బిగుతుగా మారుతుంది.

తమలపాకులో దాగివున్న హెల్త్ సీక్రెట్స్..!



ఈ ఆకు వల్ల కడుపులో అజీర్ణి, గ్యాస్ సమస్య రాదు. తమలపాకు వల్ల రొంప సమస్యలు త్వరగా తగ్గిపోతాయి. శ్వాసనాళాలు క్లియర్ అవుతాయి. తమలపాకులో యాంటీ ఇన్‌ఫ్లమేటరీ గుణాలు ఉంటాయి. ఇది ఇన్‌ఫ్లమేషన్ తగ్గిస్తుంది. అంతేకాదు తమలపాకు షుగర్ కూడా నియంత్రిస్తుంది. ఇన్సులిన్ సెన్సిటివ్ మెరుగు చేస్తుంది. తమలపాకుల్ని మనం జ్యూస్‌లా చేసుకుని తాగొచ్చు. దీని వల్ల మనకి శ్వాస సమస్యలు దూరమవుతాయి. తమలపాకులో దాగివున్న ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు దాదాపు చాలా మందికి తెలియదు.. ఇందులో ఉండే విటమిన్ అన్నీ ఇన్నీ కావు. తమలపాకులో విటమిన్ ఎ, బి కాంప్లెక్స్, విటమిన్ ఈలు ఉంటాయి. వీటితో పాటు పొటాషియం, కాల్షియం, అమిడాన్, ఫాస్ఫరస్, ఐరన్, అమైనోయాసిడ్స్, ఎంజైమ్స్, ఫైబర్, కార్బోహైడ్రేట్స్ అన్నీ ఉంటాయి. ఇవన్నీ కూడా మన ఆరోగ్యాన్ని కాపాడడంలో కీలకంగా పనిచేస్తాయని ఆయుర్వేద ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. అయితే, ఈ ఆకుల్ని మనం సరైన విధంగా తీసుకుంటే షుగర్ దగ్గర్నుంచి చాలా సమస్యలకి చెక్ పెట్టొచ్చు అంటున్నారు నిపుణులు. తమలపాకు తీసుకోవడం

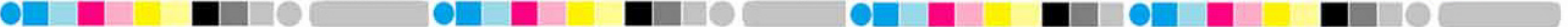
వల్ల మలబద్ధక సమస్య తగ్గిపోతుంది. ఈ ఆకు వల్ల కడుపులో అజీర్ణి, గ్యాస్ సమస్య రాదు. తమలపాకు వల్ల రొంప సమస్యలు త్వరగా తగ్గిపోతాయి. శ్వాసనాళాలు క్లియర్ అవుతాయి. తమలపాకులో యాంటీ ఇన్‌ఫ్లమేటరీ గుణాలు ఉంటాయి. ఇది ఇన్‌ఫ్లమేషన్ తగ్గిస్తుంది. అంతేకాదు తమలపాకు షుగర్ కూడా నియంత్రిస్తుంది. ఇన్సులిన్ సెన్సిటివ్ మెరుగు చేస్తుంది. తమలపాకుల్ని మనం జ్యూస్‌లా చేసుకుని తాగొచ్చు. దీని వల్ల మనకి శ్వాస సమస్యలు దూరమవుతాయి. పంటి సమస్యతో బాధపడుతున్న వారు

తమలపాకు తీసుకోవాలి. ఇందులో యాంటీ మైక్రోబియల్ గుణాలు ఉంటాయి. ఇది పళ్లలో బ్యాక్టీరియా పెరగకుండా చిగుళ్లను పంటిని కాపాడుతుంది.

అంతేకాదు తమలపాకు తీసుకోవడం వల్ల జీర్ణ ఆరోగ్యానికి ప్రేరేపిస్తుంది. ఇది డైజెస్టివ్ ఎంజైమ్‌లను వేరు చేయడంలో సహాయపడుతుంది. తమలపాకులో గాయాల నయం చేసే గుణాలు కూడా ఉంటాయి. తమలపాకు తీసుకోవడం వల్ల నిద్రలేమి సమస్యకు చెక్ పెట్టొచ్చు.

పచ్చి ఉల్లి తినే అలవాటు ఉందా?

సాధారణంగా ఉల్లిపాయలను వంటల్లో ఉడికించి తింటుంటారు. ఇవి వంటలకు రుచిని జోడించడమే కాకుండా ఆరోగ్యానికి కూడా ఎంతో మేలు చేస్తాయి. అయితే కొంత మందికి పచ్చి ఉల్లి తినే అలవాటు ఉంటుంది. చాలా మంది రోజూ వంటల్లో ఉల్లిపాయలను ఉపయోగిస్తుంటారు. ఇవి వంటలకు రుచిని జోడించడమే కాకుండా ఆరోగ్యానికి కూడా ఎంతో మేలు చేస్తాయి. సాధారణంగా వంటలలో వీటిని ఉపయోగించేముందు ఉల్లిపాయలను ఉడికించి లేదా చేయించి వంటలో ఉపయోగిస్తారు. కానీ పచ్చి ఉల్లిపాయలు తినడం వల్ల కలిగే ప్రయోజనాలు గురించి మీకు తెలుసా? పచ్చి ఉల్లిపాయలు రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రిస్తాయి. ఉల్లిపాయలను రోజూ తీసుకోవడం వల్ల డయాబెటీస్ లేదా ప్రీ-డయాబెటీస్‌ను తగ్గించవచ్చు. ఉల్లిపాయల్లో ఉండే యాంటీఆక్సిడెంట్లు ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిది. పచ్చి ఉల్లిపాయల్లోని శక్తివంతమైన యాంటీఆక్సిడెంట్లు చెద కొలెస్ట్రాల్‌ను తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి. అంతేకాకుండా ఇందులో ఫ్లేవనాయిడ్ అనే యాంటీఆక్సిడెంట్ కూడా ఉంటాయి. ఇవి చెద కొలెస్ట్రాల్‌ను తగ్గించడంలో కూడా చాలా ప్రయోజనకరంగా ఉంటాయి. పచ్చి ఉల్లిపాయల్లో ఫైబర్, ఇతర పోషకాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఉల్లిపాయల్లో ఫైబర్, ప్రీబయోటిక్స్ అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి పెగుల ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిది. పచ్చి ఉల్లిపాయలు ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిది. జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచడంలో చాలా సహాయపడతాయి. పచ్చి ఉల్లిపాయలు తినడం వల్ల శరీరంలో జీర్ణక్రియ మెరుగుపడి మలబద్ధకం తగ్గుతుంది.



హైదరాబాద్ మంచి రేవులలో ఏర్పాటు చేసిన పోలీస్ స్కూల్ ప్రారంభం

- ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో ప్రీ స్కూల్ విధానం ప్రవేశపెట్టాలన్న ఆలోచన
- ప్రభుత్వ విద్యా విధానంలో ప్రాథమిక స్థాయిలోనే అన్వేషణ
- యంగ్ ఇండియా పోలీస్ స్కూల్ (వై ఐ పిఎస్) ను ప్రారంభించిన ముఖ్యమంత్రి ఎ.రేవంత్ రెడ్డి
- విద్య, ఉద్యోగం,ఆరోగ్యం ప్రజా ప్రభుత్వ ప్రథమ ప్రాధాన్యతలు.
- దేశ భవిష్యత్తు తరగతి గదుల్లో ఉందని సంపూర్ణంగా విశ్వసిస్తున్నా
- తరగతి గదులను బలంగా నిర్మించినప్పుడే ఈ దేశ భవిష్యత్తు ఉజ్జ్వలంగా ఉంటుంది
- ప్రజలు మాకిచ్చిన అధికారం ప్రజలకు ఉపయోగపడాలి.
- ప్రైవేటు స్కూళ్లలో ఎలాగైతే పిల్లలకు రవాణా సౌకర్యం ఉంటుందో అదే తరహాలో నిరుపేద కుటుంబాల పిల్లలకు ఉచితంగా రవాణా
- ముఖ్య అతిథులుగా రాష్ట్ర సీఎం ఎనుముల రేవంత్ రెడ్డి సహచర మంత్రులు అధికారులు

హైదరాబాద్: ఏప్రిల్ 10 (నేటి విశ్ణం)
హైదరాబాద్ పట్టణ కేంద్రంలో ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో ప్రీ స్కూల్ విధానం ప్రవేశపెట్టాలన్న ఆలోచన చేస్తున్నామని ముఖ్యమంత్రి ఎ.రేవంత్ రెడ్డి చెప్పారు. ప్రభుత్వ విద్యా విధానంలో ప్రాథమిక స్థాయిలోనే అన్వేషణ ఉన్నదని గమనించి, ఆలోచన చేసి ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో నర్సరీ,ఎల్కేజీ, యూకేజీ విధానం ప్రవేశపెట్టాలన్న ఆలోచన చేసినట్లు వివరించారు. అత్యంత ప్రతిష్టాత్మకంగా గతేడాది శంకుస్థాపన చేసిన యంగ్ ఇండియా పోలీస్ స్కూల్ (వై ఐ పిఎస్) ను ముఖ్యమంత్రి ప్రారంభించారు. హైదరాబాద్ మంచిరేవులలో ఏర్పాటు చేసిన పోలీస్ స్కూల్ను ప్రారంభించిన అనంతరం ముఖ్యమంత్రి మాట్లాడారు. విద్య, ఉద్యోగం,ఆరోగ్యం ప్రజా ప్రభుత్వ ప్రథమ ప్రాధాన్యతలు. దేశ భవిష్యత్తు తరగతి గదుల్లో ఉందని సంపూర్ణంగా విశ్వసిస్తున్నా తరగతి గదులను బలంగా నిర్మించినప్పుడే ఈ దేశ భవిష్యత్తు ఉజ్జ్వలంగా ఉంటుంది. ప్రజలు మాకిచ్చిన అధికారం ప్రజలకు ఉపయోగపడాలి. భవిష్యత్తు తరాలకు ఉపయోగపడాలి.యంగ్ ఇండియా మా బ్రాండ్. అందుకోసం ప్రభుత్వం అన్ని విధాలుగా పనిచేస్తుంది. ప్రభుత్వ టేసిక్ ఎడ్యుకేషన్లో విధానంలోనే చిన్న అన్వేషణ ఉన్నదని నిపుణులతో ఎడ్యుకేషన్ కమిషన్ వేశాం. నిపుణులతో చర్చించాం. ప్రభుత్వ బడుల్లో ప్రీస్కూల్ విధానం ప్రవేశపెట్టాలని ఆలోచన చేశాం. ప్రైవేటు స్కూళ్లలో ఎలాగైతే పిల్లలకు రవాణా సౌకర్యం ఉంటుందో అదే తరహాలో నిరుపేద కుటుంబాల పిల్లలకు ఉచితంగా రవాణా సదుపాయాలు కల్పించి వారికి ఉత్తమమైన ప్లే స్కూల్ విద్యను అందించాలని

నిర్ణయించాం. రాష్ట్రంలో 29 వేల ప్రభుత్వ స్కూళ్లు ఉంటే, వాటిల్లో 18.50 లక్షల మంది పిల్లలు చదువుతున్నారు. ప్రైవేటులో 11,500 స్కూళ్లు ఉంటే వాటిల్లో 30 లక్షల మంది విద్యార్థులున్నారు. ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో అత్యుత్తమ క్వాలిఫికేషన్స్ ఉన్న వారు పని చేస్తున్నప్పటికీ విద్యార్థులు చేరడం లేదంటే మన విధానంలోనే లోపం ఎక్కడుందో ఆలోచన చేశాం. 5 సంవత్సరాల వయసు ఉంటేనే ప్రభుత్వ స్కూళ్లకు పంపాలన్న నిబంధన ఉంది.అదే ప్రైవేటు స్కూళ్లలో నర్సరీ, ఎల్కేజీ,యూకేజీ అంటూ విధానం ఉండటంతో తల్లిదండ్రులు ప్రైవేటు స్కూళ్లలో చేర్చిస్తున్నారు. మూడేళ్లు ప్రైవేటు స్కూళ్లలో చదివించి ఒకటవ తరగతికి ప్రభుత్వ స్కూళ్లకు ఎవరూ మార్చడం లేదు. విధి నిర్వహణలో కాలం గడుపుతూ కుటుంబాలకు సమయం ఇవ్వలేక, పిల్లల చదువులపై సరైన దృష్టిని సారించలేక వారు ఎలా చదువుకుంటున్నారో తెలియక ఆందోళన పడుతున్న పోలీసు సిబ్బందికి యంగ్ ఇండియా పోలీస్ స్కూల్ ఒక మంచి అవకాశం. హెంగార్లు నుంచి డీజీపీ స్థాయి అధికారి వరకు కాకీ డ్రెస్ వేసుకునే ప్రతి పోలీసుకు ఈ స్కూల్ అత్యంత ప్రాముఖ్యమైనది. పోలీసు సిబ్బంది ఆలోచన, వారిలోని ఆవేదనపై నాకు ఒక స్పష్టమైన అవగాహన ఉంది. గతంలో పాలించిన ముఖ్యమంత్రులకు ఒక్కో అంశంపై ఒక్కొక్కరు ప్రాధాన్యతగా ఒక బ్రాండ్ను క్రియేట్ చేసినట్లే యంగ్ ఇండియా అన్నది మా బ్రాండ్. పెద్ద పెద్ద సంస్థల భాగస్వామ్యంతో స్కూల్ యూనివర్సిటీని ఏర్పాటు చేశాం.వై ఐ పిఎస్ యు తో పాటు,యంగ్



ఇండియా స్కూల్స్ యూనివర్సిటీ,యంగ్ ఇండియా స్కూల్స్ అకాడమీ మొదలుపెట్టుకున్నాం. మాస్టర్స్ చేయడానికి వీలు కల్పించాలన్న ఉద్దేశంతో స్కూల్స్ యూనివర్సిటీలో డిగ్రీని కూడా ప్రవేశపెట్టాం. ఆ వర్సిటీలో మొదటి బ్యాచ్కు నూటికి నూరు శాతం ఉద్యోగాలు వచ్చాయి.ఇదే కాకుండా ఎస్సీ, ఎస్టీ, బీసీ, మైనారిటీ రెసిడెన్షియల్ స్కూల్స్ విషయంలో కూడా 58 నియోజకవర్గాల్లో యంగ్ ఇండియా ఇంటిగ్రేటెడ్ రెసిడెన్షియల్ స్కూళ్లను చేపట్టాం.ఆర్మీ స్కూల్, సైనిక్ స్కూల్, డిఫెన్స్ అకాడమీ అంటూ రకరకాల బ్రాండింగ్తో గొప్ప గొప్ప స్కూళ్లు ఉన్నట్టుగానే సమాజంలో నిత్యం సేవలు అందిస్తున్న పోలీసు కుటుంబాల పిల్లల భవిష్యత్తు తీర్చిదిద్దాలన్న ఉద్దేశంతో పోలీసు స్కూలును ప్రారంభించాం. పోలీసు స్కూల్లో చదివామన్న ఒక బ్రాండ్ను క్రియేట్ చేసుకోవడానికి ఈ స్కూల్ ను తీర్చిదిద్దాలి. అందుకు ప్రభుత్వం పూర్తిగా సహకరిస్తుంది.ముఖ్యమంత్రిగా నేను మీతో ఉంటూ నిధులు,అనుమతులు ఏం కావాలన్నా ఇబ్బంది రాదని మాట ఇస్తున్నా. కేజీ నుంచి పీజీ వరకు మీ స్కూల్ను మీరు తీర్చిదిద్దుకోండి. హైదరాబాద్ చుట్టుపక్కల

ఉన్న ఎన్నో కంపెనీలకు పోలీసులు రక్షణ కల్పిస్తూనే ఉన్నారు.కార్పొరేట్ సోషల్ రెస్పాన్సిబిలిటీ కింద ఆ సంస్థలు కొన్ని నిధులను అందించాల్సిన బాధ్యత ఉంది. పోలీస్ స్కూల్కు వంద కోట్లతో కార్పస్ ఫండ్ ఉండే విధంగా ఆలోచనలు చేయండి. అందుకు అవసరమైన సహకాన్ని ప్రభుత్వం అందిస్తుంది.తక్కువ సమయంలో మంచి క్యాంపస్ను తయారు. చేసినందుకు అభినందనలు. పోలీసు కుటుంబాల పిల్లలు వీలైనంత మందిని ఇక్కడ చదివించుకోండి. వారికి ఇంకా మెరుగైన వసతులు ఏర్పాటు చేయడంపై ఆలోచన చేద్దాం. విద్య విషయంలో ఏమాత్రం రాజీ పడొద్దు. మీ పిల్లల్లో స్ఫూర్తిని నింపండి” అని ముఖ్యమంత్రి చెప్పారు.ఈ కార్యక్రమంలో మంత్రి దుద్దిళ్ల శ్రీధర్ బాబు, లోక్సభ సభ్యులు కొండా విశ్వేశ్వర్ రెడ్డి ,ఎమ్మెల్యేలు, ఎమ్మెల్యేలు, తెలంగాణ డీజీపీ జితేందర్, హైదరాబాద్ సిటీ పోలీస్ కమిషనర్,యంగ్ ఇండియా పోలీస్ అకాడమీ, స్కూల్ ఇంచార్జ్ సీవీ ఆనంద్, గ్రేహౌండ్స్ అదనపు డీజీ స్టీఫెన్ రవీంద్ర,ఇతర పోలీసు ఉన్నతాధికారులు, పోలీసు కుటుంబ సభ్యులు హాజరయ్యారు.

సైబర్, డ్రగ్స్ దండాలతో పావులుగా మహిళలు



- నేరవలయంలో చిక్కి ఆగమవుతున్న జీవితాలు
- మత్తు ముఠాలకు చిక్కి జీవితాలను నాశనం చేసుకుంటున్న మహిళలు
- ఇటీవల వేర్వేరు నేరాల్లో 10 మంది మహిళలు అరెస్ట్
- ఉద్యోగ ఉపాధి అవకాశాలంటూ అమాయకులను మోసగిస్తున్న డ్రగ్స్ ముఠాలు
- నైజీరియా నుంచి ఉపాధి కోసమని దిల్లీ చేరిన మహిళ మత్తు ముఠాల పరిచయంతో కొరియర్గా మారిన వైనం
- నైజీరియన్ల మత్తు దండాలో కీలుబొమ్మలుగా మారి నలిగిపోతున్న మహిళలు
- డిజిటల్ అరెస్టులు, బ్యాంకు ఓటీపీ, ఇన్స్టామెంట్ మోసాలకు పాల్పడేందుకు వారినే టెలి కాలర్స్గా మార్చుకొని దండా

ఇచ్చిన పార్సెల్ను నిర్దేశించిన గమ్యానికి చేర్చే కమిషన్ ఇస్తామని ఆశ కల్పిస్తారు. ఆ పార్సెల్స్లో కాన్సోబిడ్జీ ఉత్పత్తులున్నాయంటూ వారిని నమ్మిస్తారు. తీరా వ్యాపం తెలిసి బయటపడేందుకు ప్రయత్నిస్తే, అంతఃచూస్తామని బయోమెట్రిక్లకు గురిచేస్తారు. దిల్లీ చేరినటువంటి పార్సెల్ను ముంబయి, బెంగళూరు, గోవా, హైదరాబాద్ చేరవేసేందుకు ప్రతినెల ఒక్కో యువతని ఎంపిక చేస్తారు. నైజీరియా డ్రగ్స్ దండాల అయినటువంటి ఎటుకా ఏజెంట్లుగా సుమారు 50-60 మంది యువతులు ఉన్నట్లుగా టీజీఎస్ఎల్ అధికారులు గుర్తించారు. సైబర్ ఉచ్చలో ఇలా:దుబాయ్ కేంద్రంగా సైబర్ కేటుగాళ్లు ఆమెరికన్ పౌరులను బ్యాంకు సేవల పేరిట బుర్రీ కొట్టించి సొమ్మును కాజేస్తున్నారు. ఇందుకోసం మాదాపూర్లోని పత్రికా నగర్లో ఓ కాలనీంటర్?ను ఏర్పాటుచేశారు. కాలనీంటర్ ఏర్పాటు చేసిన నష్టపోయిన మహిళను ఎంచుకొని,పెద్ద ఎత్తున కమిషన్?ను ఆశ చూపించి ఆమెతో దండా మొదలు పెట్టించారు. ఇటీవల విషయం బయటపడటంతో ఆమె అరెస్టుకు కలకటాల పాడైంది. పార్ట్ టైమ్ జాబ్?, టూస్లు, బహుమతుల పేరిట సైబర్ మాయగాళ్ల బారినపడి మోసపోయిన యువతులకు తిరిగి డబ్బు ఇస్తామంటూ మభ్యపెడుతున్నారు. తమకు అవసరమైన బ్యాంకు ఖాతాలు సమకూర్చితే అదనంగా కమిషన్ ఇస్తామంటూ ఏజెంట్లుగా మలచుకుంటున్నారు. డిజిటల్ అరెస్టులు, బ్యాంకు ఓటీపీ, ఇన్స్టామెంట్ మోసాలకు పాల్పడేందుకు వారినే టెలి కాలర్స్గా మార్చుకొని దండా సాగిస్తున్నారు.

అభివృద్ధి అంటే భూములను చెరబట్టడం..బుల్డోజర్లను ఉసిగొల్పడం కాదు:కెటిఆర్

ఎస్ఆర్డిపి పథకం కింద హైదరాబాద్లో చేపట్టిన పనులు 16 నెలల కాంగ్రెస్ పాలనలో సత్తనడకన సాగుతున్నాయని బిఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కెటిఆర్ ఎక్స్ వేదికగా విమర్శించారు. ఫలక్ నుమా ఆర్.బి.బి.ని వట్టించుకునే పరిస్థితి లేదు అని ఆరోపించారు. ప్రతిపక్షాల మీద అక్రమ కేసులు పెట్టి చంచల్ గూడా జైలుకు పంపే శ్రద్ధ దాని ముందున్న పై ఓవర్ పూర్తి చేయడంపై లేదని,శిల్పా లే అవుట్ పద్ధ అంతర్జాతీయ విమానాశ్రయానికి కలిపే రెండో లెవెల్ వంతెనది అదే దుస్థితి అని విమర్శించారు. శాస్త్రిపురం ఆర్.బి.బి పనులు ఎక్కడికక్కడ నిలిచిపోయాయని అన్నారు. మార్తాయినవాటికి నున్నాల్లేని రిబ్బన్ కటింగ్ చేశారు..కానీ నిర్మాణంలో ఉన్నవాటి వురోగతిని సమీక్షించకుండా గాలికి వదిలేశాని మండిపడ్డారు. కాంగ్రెస్ అంటే కమిషన్ల దండుకోవడం, కబ్బాలు చేసుకోవడం, కళ్ల తీర్చుకోవడమేనా..? అని ప్రశ్నించారు. హైద్రా, మూసీ పేరుతో పేదల ఇండ్ల కూల్చివేతల మీద ఉన్న శ్రద్ధ నిర్మాణాల మీద లేదా..? అని నిలదీశారు. అభివృద్ధి అంటే భూములను చెరబట్టడం, బుల్డోజర్లను ఉసిగొల్పడం కాదని దుయ్యబట్టారు.



ఓ గిరిజన వృద్ధురాలు.. మాజీ ముఖ్యమంత్రి కెసిఆర్ పట్ల తనకున్న అభిమానాన్ని చాటుకోవడం పట్ల కెటిఆర్ భావోద్వేగానికి లోనయ్యారు. తనకు వచ్చిన రూ. 2 వేల పెన్షన్లో నుంచి రూ. వెయ్యి తన పెద్ద కొడుకు కెసిఆర్కు ఇవ్వాలని మాజీ ఎంపీ మాలోత్ కవితకు అందజేశారని చేశారని..ఇంత ఆవ్యయత, ప్రేమ తెలంగాణల కేవలం కెసిఆర్కే సొంతం అని ఎక్స్ వేదికగా వ్యాఖ్యానించారు. కెసిఆర్ ఒక రాజకీయ నాయకుడు కాదు 90%ఎంతో మందికి పెద్ద కొడుకు అని, తమ పార్టీని నడిపించే నాయకుడు అని పేర్కొన్నారు. తెలంగాణ కోసం తన జీవితాన్ని ధారపోసిన దార్శనీకుడు అని వ్యాఖ్యానించారు. ఎన్ని ఢిల్లీ పార్టీలు ఉన్నా 90%తెలంగాణ ఇంటి పార్టీ బిఆర్ఎస్ అని చెప్పారు. మాది పేగు బంధం 90%బోడ బాజీ అమ్మకి నా వందనం అంటూ కెటిఆర్ టీవీట్ చేశారు.

బోడ బాజీ అమ్మకి నా వందనం : కెటిఆర్ బావోద్వేగం

ప్రతి ఇంటికి స్మార్ట్ టీవీ, ఫైబర్ కనెక్టివిటీ అందిస్తాం: శ్రీధర్ బాబు

హైదరాబాద్: లోకల్ కేబుల్ ఆపరేటర్లను టీ నెక్స్ లో భాగస్వామ్యం చేస్తున్నామని మంత్రి శ్రీధర్ బాబు తెలిపారు. టీ - ఫైబర్ నూతన కార్యాలయాన్ని శ్రీధర్ బాబు ప్రారంభించారు. ఫైబర్ గ్రిడ్ కార్పొరేషన్ చైర్మన్ గా శ్రీధర్ బాబు బాధ్యతలు స్వీకరించారు. టీ-ఫైబర్, టీ-నెక్స్ లోగోను ఆవిష్కరించారు. ఆయన సంగారెడ్డి శ్రీరాంపూర్ వాసులతో మాట్లాడారు. 6 నెలల్లో ప్రతి ఇంటికి స్మార్ట్ టీవీ, ఫైబర్ కనెక్టివిటీ అందిస్తామన్నారు. టీ- నెక్స్ ద్వారా స్మార్ట్ టెలివిజన్ పరిచయం చేయబోతున్నామని చెప్పారు. సమన్వయ పరిష్కారానికి 'టెరా' అనే చాట్ బాట్ ను ఆవిష్కరించినామని తెలియజేశారు. టీ ఫైబర్, టీ నెక్స్



సేవలు ప్రజలకు తక్కువ ధరల్లో అందిస్తున్నామని శ్రీధర్ బాబు స్పష్టం చేశారు.

