TELUGU NEWS TIMES
తెలుగు న్యూస్ టైమ్స్
జాతీయ దిన పత్రిక
9043514736, 9840467131

చెన్నై | సంపుటి : 03 | సంచిక : 350 | గురువారం 17 - 04 - 2025 | ఎడిటర్ : సిహెచ్. ముకుందరావు | పేజీలు : 04 | వెల : 03 | ONLINE E- PAPER

J.M.Nayudu
Cell: 91 9840066999
SCCI
Sai Charan Comfort Inn
(Luxury Service Apartments)
Plot No. 1286 & 1345, 5th Street, Golden Colony, Anna Nagar West Extn., Mugappair, Chennai-50.
Mobile : +91 9840089859, E-mail : saicomfortinn@gmail.com

కేంద్ర పన్నుల్లో రాష్ట్రాలకు సగమివ్వాలి

- ఏపీ రెవెన్యూ లోటు అగాధాన్నిపూడ్చండి: చంద్రబాబు
- అధిక నిధులకు సిఫారసు చేయండి
- అమరావతికి రూ.47,000 కోట్లు కావాలి
- బెంగళూరు, చెన్నై, హైదరాబాద్‌లను కలుపుతూ ప్రణాళికలు రూపొందించాలి
- అప్పుడు వికసిత్ భారత్‌లో దక్షిణాదీ కీలకం
- 'స్థానిక సంస్థల' వెయిటేజీలు మార్చండి
- రాష్ట్ర విభజనతో హైదరాబాద్‌ను కోల్పోయాం
- తెలంగాణ ఆదాయంలో 75% ఆ నగరం నుంచే
- గత పాలకుల నిర్లక్ష్యంతో రాష్ట్రానికి ఆర్థికంగా కోలుకోలేని దెబ్బ
- 10 సూత్రాలతో స్వర్ణాంధ్ర విజన్-2047
- పోలవరం-బనకచర్లకు సాయం చేయండి
- 16వ ఆర్థిక సంఘాన్ని కోరిన సీఎం
- పనగారియా బృందానికి సవివర ప్రజంటేషన్

వికసిత్ భారత్ సాధనలో రాష్ట్రాలదే కీలక పాత్ర గనుక కేంద్ర పన్నుల్లో వాటి వాటా పెంచాలని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు 16వ ఆర్థిక సంఘాన్ని కోరారు. ప్రస్తుతం కేంద్ర పన్నుల్లో 41 శాతంగా ఉన్న రాష్ట్రాల వాటాను 50 శాతానికి పెంచాలని ముఖ్యమంత్రి కోరారు. అలాగే జనాభా, విస్తీర్ణం, అడవుల విస్తీర్ణం, తలసరి ఆదాయం తదితర అంశాల ఆధారంగా నిర్ణయించే క్షితిజ సమాంతర పన్నుల పంపకం(హారిజాంటల్ డివల్యూషన్)లో దక్షిణాది రాష్ట్రాల వాటా తగ్గిపోతోందని, 10వ ఆర్థిక సంఘం సమయంలో వాటికి 24.3 శాతం దక్కేదని.. 15వ ఆర్థిక సంఘానికి వచ్చేసరికి 15.8 శాతానికి తగ్గిందని చెప్పారు. ఆంధ్ర వాటా దేశ జీడీపీ, జాతీయ జనాభా వాటా కంటే తక్కువగా ఉందని.. ఇది ఆర్థికంగా తమకు నష్టం కలిగిస్తోంది కనుక ఈ విభాగంలో ఏపీకి న్యాయం చేయాలని కోరారు. చైర్మన్ అరవింద్ పనగారియా నేతృత్వంలోని 16వ ఆర్థిక సంఘం బృందం నాలుగు రోజుల పర్యటన కోసం బుధవారం రాష్ట్రానికి వచ్చింది. మొదటి రోజు సచివాలయానికి వచ్చిన ఈ బృందానికి సీఎం స్వయంగా మొదటి బ్లాక్ వద్ద స్వాగతం పలికారు. తర్వాత అమరావతి నిర్మాణం, పోలవరం ప్రాజెక్టు, పోలవరం-బనకచర్ల అనుసంధాన పథకం మొదలైనవాటిపై ఏర్పాటు చేసిన ఫొటో ఎగ్జిబిషన్‌ను చూపించారు. రాజధాని విషయంలో రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ఆలోచనలు, విభజన ప్రభావం, ఆర్థిక సవాళ్లు, 2014 తర్వాత వృద్ధిరేటులో రాష్ట్రం సాధించిన ప్రగతి, అభివృద్ధి, సంక్షేమ కార్యక్రమాలు, 2019-24 నడుమ నాటి ప్రభుత్వ విధానాల కారణంగా రాష్ట్ర ప్రజలకు, ఆర్థిక వ్యవస్థకు జరిగిన నష్టం, గత 10 నెలల్లో తమ ప్రభుత్వం చేపట్టిన కార్యక్రమాలు, స్వర్ణాంధ్ర విజన్-2047, మౌలిక వసతుల ప్రాజెక్టులు, పెట్టుబడులకు ఉన్న అనుకూలతలు, ప్రభుత్వ పాలసీలను ప్రజెంటేషన్ ద్వారా విశదీకరించారు. 2019-24 మధ్య జరిగిన విధ్వంసం కారణంగా ప్రస్తుతం రాష్ట్రం ఎదుర్కొంటున్న సవాళ్లను అధిగమించేందుకు అదనపు సాయం అందించాలని ఆర్థిక సంఘాన్ని సీఎం కోరారు. రాష్ట్ర విభజన కారణంగా హైదరాబాద్ నగరాన్ని కోల్పోవడంతో రాష్ట్రం రెవెన్యూ లోటు కోరల్లో చిక్కుకుందన్నారు. 2025-26లో రెవెన్యూ లోటు రూ.1,28,146 కోట్లు ఉంటుందనేది అంచనాగా పేర్కొన్నారు. 2026-27లో రూ.1,29,725 కోట్లు, 2027-28లో రూ.1,33,345 కోట్లు, 2028-29లో రూ.1,37,005 కోట్లు, 2029-30లో రూ.1,42,073 కోట్ల లోటు ఉంటుందన్నారు. ఇంత భారీ లోటును తట్టుకునే సామర్థ్యం రాష్ట్రానికి లేదని, ఈ అగాధాన్ని పూడ్చేలా అధిక నిధులు సిఫారసు చేయాలని అభ్యర్థించారు. పోలవరం-బనకచర్ల అనుసంధాన పథకానికి సాయం అందించాలని విజ్ఞప్తిచేశారు. ఇంకా ఏం కోరారంటే..

స్థానిక సంస్థలకు ఊతం..

గ్రామీణ స్థానిక సంస్థలకు గ్రాంట్లు కేటాయించేటప్పుడు 70 శాతం వెయిటేజీ జనాభాకు.. 20 శాతం వ్యవసాయం, అనుబంధ రంగాలకు.. 10 శాతం వెయిటేజీ ప్రాంతానికి ఇవ్వాలి. గ్రామ పంచాయతీలు, మండల పరిషత్‌లు, జిల్లా పరిషత్‌లకు రూ.69,897 కోట్ల నిధులు అవసరం కాగా, రూ.7,381 కోట్లు మాత్రమే అందుబాటులో ఉన్నాయి. మరో రూ.62,516 కోట్లు అవసరం. పట్టణ స్థానిక సంస్థల్లో తాగునీటి సరఫరా, పారిశుధ్యం, రహదారుల నిర్మాణం, పట్టణ రవాణా, వీధి లైట్లు, మురుగునీటి పారుదల వ్యవస్థల కోసం రూ.19,871 కోట్ల గ్రాంట్లు అవసరం. 2026-31 మధ్య ప్రకృతి విపత్తులను ఎదుర్కొనేందుకు రూ.16,181 కోట్లు కావాలి. రాజధాని అమరావతిలో మౌలిక సదుపాయాలు, అభివృద్ధి కార్యక్రమాలు చేపట్టేందుకు రూ.77,249 కోట్లు అవసరం కాగా.. ప్రపంచబ్యాంకు, హడ్కో, ఏఐఐబీ, కేఎఫ్‌డబ్ల్యూ ద్వారా రూ.31,000 కోట్ల రుణాలు సమకూరాయి. ఇంకా రూ.47,000 కోట్లు అవసరం.

ఆంధ్రప్రదేశ్ అవసరాలివీ..

పోలవరం-బనకచర్ల అనుసంధానం, తాగునీటి ప్రాజెక్టులు, 5 పర్యాటక హబ్‌లు(అమరావతి, విశాఖ, అరకు, తిరుపతి, రాజమహేంద్రవరం), ఐఐటీ-తిరుపతిలో ఇంక్యుబేషన్ సెంటర్, బౌద్ధపర్యాటకం, అమరావతిలో జాతీయ మ్యూజియం, విశాఖలో ప్రపంచస్థాయి కన్వెన్షన్ సెంటర్, నాలెడ్జ్ ఎకానమీలో భాగమైన క్వాంటమ్ వ్యాలీ ప్రాజెక్టు, స్కిల్ డెవలప్‌మెంట్, రతన్ టాటా ఇన్నొవేషన్ హబ్, 100 శాతం అక్షరాస్యత, పోర్టులు, ఫిషింగ్ హార్బర్లు, మల్టీ మోడల్ లాజిస్టిక్ పార్కులు, గ్రీన్‌ఫీల్డ్ విమానాశ్రయాలు, అంతర్గత జలరవాణా, రహదారులు.. అమరావతి, విశాఖపట్నం, తిరుపతి రీజినల్ గ్రోత్ సెంటర్లు.. తదితర ప్రాజెక్టులు చేపట్టేందుకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వానికి గ్రాంట్లు ఇచ్చేలా ఆర్థిక సంఘం సిఫారసులు చేయాలి.

రాష్ట్ర అనుకూలతలు ఇవే..

అతి పెద్ద తీరప్రాంతం కలిగిన ఆంధ్రప్రదేశ్.. తూర్పు దేశాలకు గేట్‌వే. 3 పారిశ్రామిక కారిడార్లు.. 6 పోర్టులు, 7 విమానాశ్రయాలు ఉన్నాయి. దేశ ఎగుమతుల్లో 5.8% రాష్ట్రం నుంచే జరుగుతున్నాయి. బ్లూ ఎకానమీ, ఐటీ, నాలెడ్జ్ ఎకానమీ, క్వాంటమ్ వ్యాలీ, డ్రోన్, ఐవోటీ, బ్లాక్‌చెయిన్ వంటి నూతన సాంకేతికతలను అందిపుచ్చుకోవడంలో ముందున్నాం. ఆంధ్రను గ్రీన్ హైడ్రోజన్ హబ్‌గా తీర్చిదిద్దాలనే ప్రణాళికతో ఉన్నాం. రూ.10 లక్షల కోట్ల పెట్టుబడులతో 2030 నాటికి 160 గిగావాట్ల పునరుత్పాదక ఇంధన ఉత్పత్తి మా లక్ష్యం. 7.5 లక్షల ఉద్యోగావకాశాలు లభిస్తాయి.

నిలబడేందుకు సాయం చేయండి

అప్పుల కోసం గత ప్రభుత్వం తహశీల్దార్ కార్యాలయాలను కూడా తనఖా పెట్టింది. 25 ఏళ్ల పాటు మద్యంపై వచ్చే రాబడినీ తాకట్టు పెట్టింది. ఇన్ని కష్టాల నడుమ రాష్ట్రం నిలబడేందుకు, ముందుకు వెళ్లేందుకు ఆర్థిక సంఘం సాయం చేస్తే దేశ నిర్మాణంలో ముఖ్యమైన రాష్ట్రంగా నిలుస్తాం. సాగునీటి ప్రాజెక్టుల పూర్తి, ఉద్యోగ కల్పనకు అవసరమైన పెట్టుబడులు సాధించేందుకు అధిక ప్రాధాన్యమిస్తున్నాం. జాబ్ ఫస్ట్, స్పీడ్ ఆఫ్ డూయింగ్ బిజినెస్ అనే విధానంతో పనిచేస్తున్నాం. 2047 నాటికి వికసిత్ భారత్‌గా తీర్చిదిద్దాలన్న లక్ష్యంలో భాగంగా ఆంధ్రప్రదేశ్‌కు స్వర్ణాంధ్ర-2047 విజన్ రూపొందించుకున్నాం. 10 సూత్రాలతో ప్రణాళిక అమలు చేస్తున్నాం.

ఏడాదికి 15% వృద్ధిరేటు

ఏడాదికి 15% వృద్ధిరేటు సాధించి 2047 నాటికి 2.4 ట్రిలియన్ డాలర్ల ఆర్థిక వ్యవస్థగా ఆంధ్ర అవతరించేలా కృషి చేస్తున్నాం. తలసరి ఆదాయం 42,000 డాలర్లు, ఎగుమతులు 450 బిలియన్ డాలర్లు, సగటు జీవిత కాలం 85 ఏళ్లు, అక్షరాస్యత 100 శాతం, నిరుద్యోగ రేటు 2 శాతానికి మించకుండా అభివృద్ధి చెందాలన్న లక్ష్యాలతో పనిచేస్తున్నాం.

ఇది ద్రావిడ నమూనా పాలన : స్టాలిన్

విల్లివాకం న్యూస్: స్థానిక సంస్థల్లో దివ్యాంగులకు కౌన్సిలర్ల పదవిని కల్పించేందుకు ఉద్దేశించిన బిల్లును ముఖ్యమంత్రి ఎం.కె.స్టాలిన్ ఈరోజు తమిళనాడు అసెంబ్లీలో ప్రవేశపెట్టారు. దీనికి సంబంధించి, తమిళనాడు ముఖ్యమంత్రి ఎం.కె. స్టాలిన్ తన ఎక్స్ సైట్ పేజీలో ఇలా తెలిపారు. తమిళనాడులోని అన్ని కార్పొరేషన్లు, మున్సిపాలిటీలు, పంచాయతీ యూనియన్లు మరియు గ్రామ పంచాయతీలలో 12 వేల మందికి పైగా వికలాంగుల గొంతు స్థానిక కౌన్సిల్‌లలో వినిపిస్తుంది! ఇది ద్రావిడ నమూనా పాలన అని పేర్కొన్నారు.

హక్కులను కాపాడడంలో ఛాంపియన్ స్టాలిన్ : కమలహాసన్

విల్లివాకం న్యూస్: హక్కులను కాపాడడంలో దేశంలోనే ఛాంపియన్ లాంటి వ్యక్తి స్టాలిన్ అని కమలహాసన్ కితాబునిచ్చారు. మక్కల్ నీది మయ్యం ప్రెసిడెంట్ కమల్ హాసన్ తన ఎక్స్ పేజీ పోస్ట్‌లో ఇలా అన్నారు. తమిళనాడు ముఖ్యమంత్రి, నా ప్రియ మిత్రుడు ఎం.కె. స్టాలిన్ తమిళనాడు ఉపముఖ్యమంత్రి ప్రియ సోదరుడు ఉదయనిధి స్టాలిన్‌ని బుధవారం సచివాలయంలో వ్యక్తిగతంగా కలిశాను. ఏకపక్షంగా వ్యవహరించే అధికారం గవర్నర్‌కు లేదని సుప్రీంకోర్టులో న్యాయపోరాటం చేసి చారిత్రాత్మకమైన తీర్పునిచ్చినందుకు నా హృదయపూర్వక అభినందనలు అని తెలిపారు.

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

Sri Muneswara
Mob : 90032 12627 / 90032 33359
ஸ்ரீ ஸ்ரீநிவாசா ரியல் எஸ்டேட்
SRI SRINIVASA REAL ESTATE
Land Buying & Selling
No.98, Thiruneelaganda Nagar, Kavangarai, Chennai - 600 066. Email : mukeshnaveen.mg@gmail.com

అసెంబ్లీ ఎన్నికలలో బిజెపికి డిపాజిట్ దక్కదు : ఆర్ఎస్ భారతి

విల్లివాకం న్యూస్: నాయనార్ నాగేంద్రన్ ప్రసంగానికి డీఎంకే ఆర్గనైజింగ్ సెక్రటరీ ఆర్ఎస్ భారతి ఖండన తెలిపారు. ఆయన విడుదల చేసిన ఓ ప్రకటనలో ఇలా పేర్కొన్నారు. మంగళవారం తమిళనాడు అసెంబ్లీలో ఆర్టికల్ 110 ప్రకారం రాష్ట్ర స్వయంప్రతిపత్తికి సంబంధించి ముఖ్యమంత్రి ఎం.కె.స్టాలిన్ కీలక ప్రకటన చేశారు. రాష్ట్ర సంక్షేమాన్ని పట్టించుకోకుండా ఏఐఏడీఎంకే, దాని మిత్రపక్షమైన బీజేపీ వాకౌట్ చేశాయి. దీని ద్వారా ఏఐఏడీఎంకే, బీజేపీ సభ్యులు తమను తాము ఢిల్లీ నియంతృత్వానికి బానిసలుగా చాటుకున్నారు. రాష్ట్ర సంక్షేమం, రాష్ట్ర స్వయంప్రతిపత్తి కోసం డీఎంకే పోరాడినప్పుడల్లా అన్నా కాలం నుంచి డీఎంకే వేర్పాటువాదం గురించి మాట్లాడుతోందని దుష్ప్రచారం చేసేవారు. ఇప్పుడు మోడీ అమిత్ షా తమిళనాడు కొత్త ఏజెంట్ నయనార్ నాగేంద్రన్ కూడా అదే దుష్ప్రచారం చేశారు. రాష్ట్రాలు విభజించాలి అంటూ ప్రధాని వేర్పాటువాదాన్ని ఉసిగొల్పుతున్నారు' అని నయనార్ నాగేంద్రన్ అన్నప్పటి నుంచి ఆయన అన్నాడీఎంకేలో ఉండి అన్నా ప్రాథమిక సిద్ధాంతం కూడా తెలియక మతోన్మాద మనస్తత్వంలో ఉన్నారని తేలింది. రాష్ట్రాలకు అన్ని అధికారాలు ఉంటేనే రాష్ట్రాలు అభివృద్ధి చెందుతాయిబీ భారతదేశం కూడా బలపడుతుందని ముఖ్యమంత్రి ఎం.కె.స్టాలిన్ మంగళవారం అసెంబ్లీలో చెప్పారంటే ఆయన చిత్తశుద్ధి అర్థమవుతోంది. 2026 అసెంబ్లీ ఎన్నికలలో బిజెపికి డిపాజిట్ దక్కదని తెలిపారు.

పుచ్చకాయలలో ఎలాంటి రసాయనాలు లేవు

విల్లివాకం న్యూస్: పుచ్చకాయలలో ఎలాంటి రసాయనాలు ఇంజెక్ట్ చేయలేదని తేలిందని తమిళనాడు ప్రభుత్వం తెలిపింది. పుచ్చకాయల రంగు, రుచిని మెరుగుపరిచేందుకు రసాయనాలు ఇంజెక్ట్ చేశారంటూ ఆహార భద్రత శాఖ అధికారిపై చర్యలు తీసుకోవాలని చెంగల్పట్టు రైతు సంక్షేమ సంఘం అధ్యక్షుడు వెంకటేశన్ చెన్నై హైకోర్టులో పిటిషన్ దాఖలు చేశారు. అధికారుల తప్పుడు ప్రచారాల వల్ల పుచ్చకాయల విక్రయాలు దెబ్బతిన్నాయని, రైతులు చాలా నష్టపోయారని, తప్పుడు సమాచారం అందజేస్తున్న ఆహార భద్రత శాఖ అధికారి సతీష్‌కుమార్‌తోపాటు ఇతర అధికారులపై చర్యలు తీసుకోవాలని వినతిపత్రంలో కోరారు. ఈ కేసు హైకోర్టులో జస్టిస్ భరత చక్రవర్తి ఎదుట విచారణకు వచ్చింది. ఆ సమయంలో తమిళనాడు ప్రభుత్వం తరఫు న్యాయవాది వివరణ ఇస్తూ.. 'తమిళనాడులో పుచ్చకాయ పండ్లలో ఎలాంటి రసాయనాలు ఇంజెక్ట్ చేయలేదని తేలిందని.. దాని ఆధారంగా ప్రజల్లో అవగాహన కల్పిస్తున్నామని' వివరించారు. దీనిని రికార్డు చేసిన న్యాయమూర్తి.. పిటిషనర్ చేసిన ఆరోపణలపై వివరణ ఇవ్వాలని ఫుడ్ సేఫ్టీ అధికారి సతీష్ కుమార్ ను ఆదేశిస్తూ.. కేసు విచారణను జూన్ 9కి వాయిదా వేశారు.

టి.నగర్ కేసరి పాఠశాల విద్యార్థుల ప్రతిభ

విల్లివాకం న్యూస్: నేషనల్ మీన్స్ కమ్ – మెరిట్ స్కాలర్ షిప్ (ఎన్ఎంఎంఎస్) పరీక్షా ఫలితాలలో టి.నగర్ కేసరి పాఠశాల విద్యార్థులు ప్రతిభ సాధించారు. గత ఫిబ్రవరి మాసంలో నిర్వహించిన జాతీయ ప్రతిభ ఆధారిత ఉపకార వేతనాల కొరకు నిర్వహించిన పరీక్షలలో కేసరి మహోన్నత పాఠశాల, టి.నగర్ కు చెందిన విద్యార్థులు ఆరుగురు అర్హత సాధించారు. చెన్నై నగరంలో మొత్తం మీద సుమారు 200 ప్రభుత్వ, కార్పొరేషన్, ఎయిడెడ్ పాఠశాలలకు చెందిన విద్యార్థిని విద్యార్థులు హాజరు అయినప్పటికి కేవలం చెన్నై జిల్లాలో 164 మంది మాత్రమే అర్హత సాధించారు. అందులో తమ పాఠశాల నుంచి ఆరుగురు విద్యార్థిని విద్యార్థులు అర్హత సాధించడం పాఠశాలకు ఎంతో గర్వకారణమని పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయులు నాగుల గోపాలయ్య పేర్కొన్నారు. ఇందుకు ప్రత్యేకంగా ఒక ప్రణాళిక బద్ధంగా తర్ఫీదు నిచ్చిన ఉపాధ్యాయులు శారద, చందుమతి, లక్ష్మి మరియు శక్తిధర్ లను ప్రధానోపాధ్యాయులు, పాఠశాల కార్యదర్శి కెవిస్వి ప్రసాద్ ప్రత్యేకంగా అభినందించారు. వారి కృషి పట్టుదలే ఈ విజయానికి తార్కాణమని పేర్కొన్నారు. అదేవిధంగా జానకి ఉచితంగా విద్యార్థులకు 'మెంటల్ యాటిట్యూడ్ న్యూమరాజికల్ ఎబిలిటీ' ఇత్యాది అంశాలపై చక్కగా ఉచితంగా బోధించడం ఒక నిదర్శనమని వారిను ప్రత్యేకంగా అభినందించారు. ఇందులో అర్హత సాధించిన విద్యార్థులకు ప్రతి సంవత్సరం నెలకి సాలీన రూ. 1,000 ప్రభుత్వం వారి ఉపకార వేతనాలను అందుకోనున్నారు. పరీక్షలలో ప్రతిభ కనబరిచిన విద్యార్థులను పాఠశాల ఉపాధ్యాయ బృందము ప్రత్యేకంగా అభినందించారు.

వైభవంగా గంగమ్మ ఆలయ మహా కుంభాభిషేకం

వేలూరు న్యూస్: వేలూరు జిల్లా ఆనకట్ట నియోజకవర్గం పరిధిలోని పోయిగై మోటూరు గ్రామంలో శ్రీ గంగమ్మ ఆలయ అష్ట బంధన మహా కుంభాభిషేకం బుధవారం ఉదయం అతి వైభవంగా జరిగింది ఏ సందర్భంగా ఆలయ నిర్వహకులు అమ్మవారికి ప్రత్యేక పూజలు దీపారాధన పుష్పాలంకరణ చేసి అమ్మవారి శిరస్సును విగ్రహంపై ఉంచి ప్రార్ధనలు చేశారు జడ్పీ చైర్మన్ బాబు ఆలయ ధర్మకర్త మనోహర్ గ్రామస్తులు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొని ప్రత్యేక పూజలు చేశారు మధ్యాహ్నం చేశారు

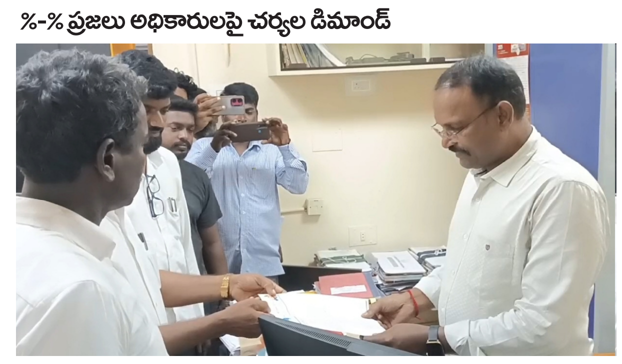
తిరువళ్లూరు జిల్లా పొన్నేరి ప్రాంతంలో భారీ వర్షం

%-% పోలీసులు విధి నిర్వహణలో అప్రమత్తం

పొన్నేరి న్యూస్ : తిరువళ్లూరు జిల్లా పొన్నేరి పట్టణంలో గంటకు పైగా ఉరుములు, మెరుపులతో కూడిన భారీ వర్షం కురిసింది. ఎండ వేడికి ఇబ్బంది పడుతున్న ప్రజలకు ఈ వర్షం ఊరటను ఇచ్చింది. వర్షం సమయంలో కూడ రోడ్లపైకి వచ్చి నావులను ఆనందంగా ఆస్వాదించారు. వర్షం తీవ్రంగా పడుతున్నప్పటికీ, పోలీసులు తమ విధులను నిర్వర్తించడంలో ఎలాంటి వెనుకడుగు వేయలేదు. ట్రాఫిక్ నియంత్రణతో పాటు ప్రజల భద్రతకు సంబంధించి అన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకున్నారు. వారి సేవా మనోభావం స్థానిక ప్రజల్లో మెప్పు పొందింది.

తారు రోడ్డుపేరు చెప్పి 18.79 లక్షల మోసం

%-% ప్రజలు అధికారులపై చర్యల డిమాండ్



పొన్నేరి న్యూస్ : తిరువళ్లూరు జిల్లా పొన్నేరి సమీపంలోని అనుపంపట్టు పంచాయతీలో తారు రోడ్డు నిర్మించలేదని తెలిసినా, 18.79 లక్షల రూపాయలు ఖర్చుపెట్టినట్లు తప్పుడు నివేదిక ఇవ్వడం సంచలనం రేపుతోంది. 2019లో నిర్మించిన మట్టి రోడ్డే ఇప్పటికీ వినియోగంలో ఉండగా, అధికారులపై ప్రజలు ఫిర్యాదులు చేస్తున్నారు. ఈ నేపథ్యంలో ప్రజలు డివిజనల్ కమిషనర్ కనిమొళికి ఫిర్యాదు చేశారు. ఎటువంటి చర్యలు తీసుకోకపోతే, ఏప్రిల్ 18న తమిళనాడు ముఖ్యమంత్రి స్టాలిన్ పర్యటన సమయంలో బహిరంగంగా ఫిర్యాదు చేస్తామని హెచ్చరించారు.

గిన్నిస్ రికార్డు సాధించిన చెన్నై విద్యార్థి

విల్లివాకం న్యూస్: చెన్నై అన్ననూర్ కి చెందిన పసుమర్తి రవీంద్రబాబు, సుప్రియ దంపతుల ప్రథమ కుమారుడు పి.అస్విన్ రితేష్, ఏడవ తరగతి సెంట్ వేరీన్ పాఠశాల, అత్తిపట్టులో విద్యనభ్యసిస్తున్నాడు. ఈ విద్యార్థి గత సంవత్సరం 1డిసెంబర్, 2024న కీబోర్డ్ ద్వారా గంటలో 1,046 వీడియోలను ఇన్స్టాగ్రామ్ లో అప్లోడ్ చేయడం ద్వారా ఈ ఘనత సాధించారు. ఏప్రిల్ 14న హైదరాబాదులో జరిగిన గిన్నిస్ బుక్ ఆఫ్ వరల్డ్ రికార్డ్స్ ప్రతినిధుల సమక్షంలో జోషువా బేతేల్ మ్యూజిక్ స్కూల్ వ్యవస్థాపకులు పాస్టర్ ఆగస్టీన్ దండింగి చేతుల మీదుగా గిన్నిస్ మెడల్, ధ్రువపత్రాన్ని అందుకున్నారు

ఆరోగ్య రక్షకంగా మారుతున్న సీమ చింతకాయ

- డయాబెటిస్ నుంచి రక్తహీనత వరకూ అద్భుత ప్రయోజనాలు!

అన్నా నగర్ న్యూస్: ఇప్పటికీ గ్రామాలకే పరిమితమైనట్లుగా భావించే సీమ చింతకాయ, ఇప్పుడు నగరాల్లోనూ అందుబాటులోకి వచ్చింది. ప్రత్యేకంగా వేసవి కాలంలో మాత్రమే లభించే ఈ చింతకాయలు ఆరోగ్యానికి అమూల్యమైన ఫలంగా నిలుస్తున్నాయి. సీమ చింతకాయలో మెగ్నీషియం, ఐరన్, విటమిన్ %జ%, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, పొటాషియం, ప్రోటీన్లు, కార్బోహైడ్రేట్స్ పుష్కలంగా ఉన్నాయి. వీటిలోని యాంటీ డయాబెటిక్ గుణాలు రక్తంలో చక్కెర స్థాయిని నియంత్రించడంలో సహాయపడతాయి. మధుమేహం ఉన్నవారికి ఇది మంచిది. పైగా, చెడు కొలెస్ట్రాల్‌ను తగ్గించడంతో గుండె ఆరోగ్యాన్ని కూడా కాపాడుతుంది. ఇంతేకాదు, రక్తహీనతతో బాధపడేవారికి ఇది ఎంతో ఉపయోగకరంగా నిలుస్తుంది, ఎందుకంటే ఇందులో ఐరన్ మోతాదులు అధికంగా ఉంటాయి. రోజువారీ డైట్‌లో సీమ చింతకాయను చేర్చడం వల్ల ఇమ్యూనిటీ మెరుగవుతుంది, సీజనల్ జబ్బుల నుంచి రక్షణ లభిస్తుంది. తియ్యటి %-% పుల్లపుల్లగా ఉండే రుచి ఈ చింతకాయ ప్రత్యేకత. ఇది ఆరోగ్యానికి మాత్రమె కాదు, రుచికీ గుర్తుగా నిలుస్తోంది.

"తమిళనాడులో సంకీర్ణ ప్రభుత్వం లేదు"

- నైనార్ నాగేంద్రన్ స్పష్టం

గిండీ న్యూస్ : తమిళనాడు బీజేపీ కొత్త అధ్యక్షుడిగా బాధ్యతలు చేపట్టిన నైనార్ నాగేంద్రన్, మీడియాతో మాట్లాడుతూ రాష్ట్రంలో బీజేపీ–అన్నాడీఎంకే సంకీర్ణ ప్రభుత్వం లేదని తెలిపారు. కేంద్ర నాయకత్వం నిర్ణయాల మేరకే పొత్తులపై చర్చ జరుగుతుందని చెప్పారు. అన్నామలై తుఫాను అయితే, తాను గాలివాననని వ్యాఖ్యానించిన నాగేంద్రన్, కాంగ్రెస్‌పై భారీ అవినీతి ఆరోపణలు చేశారు. అలాగే, మంత్రి పొన్ముడిపై బీజేపీ మహిళా విభాగం నిరసనకు సిద్ధమవుతుందన్నారు. రాబోయే అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో డీఎంకే డిపాజిట్ కోల్పోతుందని కూడా వ్యాఖ్యానించారు. ఇక ఎడప్పాడి పళనిస్వామి మాత్రం, "బీజేపీతో పొత్తు ఉందని మాత్రమే చెప్పాం, సంకీర్ణం అన్న మాట చెప్పలేదు" అని స్పష్టం చేశారు.

డీఎంకేను ఓడించేందుకు కూటమి

- తిరుప్పూర్‌లో ఏఐఏడీఎంకే-బీజేపీ నేతల సంయుక్త ప్రకటన

గిండీ న్యూస్ : తిరుప్పూర్‌లో అన్నాడీఎంకే, బీజేపీ నేతలు సంయుక్తంగా మీడియాతో మాట్లాడుతూ, డీఎంకే ప్రభుత్వాన్ని ఓడించేందుకు కూటమి ఏర్పడిందని ప్రకటించారు. మాజీ ఎమ్మెల్యే గుణశేఖరన్, బీజేపీ జిల్లా అధ్యక్షుడు శ్రీనివాసన్‌లు మీడియాతో మాట్లాడుతూ, ముస్లింలను భయపెట్టే ప్రయత్నాలు అర్థంలేని దుష్ప్రచారం అని ఖండించారు. గుణశేఖరన్ మాట్లాడుతూ, వీడియోలను తప్పుగా ఉపయోగించి కుట్రలు చేస్తున్నారని విమర్శించారు. ఎడప్పాడి పళనిస్వామిపై నమ్మకాన్ని వ్యక్తం చేస్తూ, ఈసారి కూటమి 200కి పైగా స్థానాలు గెలుస్తుందని ధీమా వ్యక్తం చేశారు.

గుడ్ ఫ్రైడే రోజున టాస్మాక్ దుకాణాలు మూసివేయాలి: ఎడప్పాడి పళనిస్వామి డిమాండ్

గిండీ న్యూస్: ఎఐఎడిఎంకె జనరల్ సెక్రటరీ ఎడప్పాడి పళనిస్వామి విడుదల చేసిన ప్రకటనలో ఇలా పేర్కొన్నారు:"గుడ్ ఫ్రైడే అనేది యేసు క్రీస్తు శిలువపై అనుభవించిన బాధలు మరియు మరణాన్ని జ్ఞాపకం చేసుకునే దినంగా ప్రపంచవ్యాప్తంగా క్రైస్తవులు ప్రతి సంవత్సరం ఈ రోజును సంతాప దినంగా పాటిస్తారు. ఈ సందర్భంగా క్రైస్తవులు చర్చిలలో ఉపవాసం ఉంటూ, ప్రార్థనలు చేస్తూ, యేసు అనుభవించిన బాధలను, సిలువపై ఆయన చేసిన త్యాగాన్ని స్మరిస్తారు. ఈ పవిత్ర రోజున రాష్ట్రంలోని మద్యం దుకాణాలను మూసివేయాలని క్రైస్తవ నాయకులు ప్రభుత్వాన్ని కోరారు. ఈ ప్రభుత్వం వారి అభ్యర్థనను అంగీకరించి, ఏప్రిల్ 18న (శుక్రవారం) గుడ్ ఫ్రైడే సందర్భంగా రాష్ట్రవ్యాప్తంగా టాస్మాక్ (%ూూహీూజ%) దుకాణాలకు సెలవు ప్రకటించాలని నేను ప్రభుత్వాన్ని అభ్యర్థిస్తున్నాను."

ఎడప్పాడి పళనిస్వామి, టీటీవీ దినకరన్‌పై వేసిన కేసు ఉపసంహారణ

అన్నా నగర్ న్యూస్: అన్నాడీఎంకే మాజీ నేత టీటీవీ దినకరన్‌పై 2019లో వేసిన కేసును, పార్టీ ప్రధాన కార్యదర్శి ఎడప్పాడి పళనిస్వామి అధికారికంగా వెనక్కి తీసుకున్నారు. 2017లో పార్టీ నుంచి బహిష్కరించబడిన దినకరన్, 2018లో 'అమ్మ మక్కల్ మున్నేట్ర కజగం' అనే కొత్త రాజకీయ పార్టీని స్థాపించారు. ఈ పార్టీ జెండాం నలుపు, తెలుపు, ఎరుపు రంగులతో ఉండి, జయలలిత చిత్రాన్ని ఉపయోగించడం అన్నాడీఎంకే గుర్తులకు సమానంగా ఉందని అభిప్రాయపడిన అప్పటి నాయకులు ఓ.పన్నీర్‌సెల్వం మరియు పళనిస్వామి, దీనిపై కేసు వేయించారు. అన్నాడీఎంకే గుర్తులను, జయలలిత చిత్రాన్ని అనుమతి లేకుండా వినియోగించడాన్ని నిలిపివేయాలని కోరుతూ, రూ. 25 లక్షల నష్టపరిహారం డిమాండ్ చేస్తూ చెన్నై 3వ అదనపు జిల్లా కోర్టులో పిటిషన్ దాఖలైంది. ఈ కేసు ఏడేళ్లుగా న్యాయపరంగా కొనసాగుతున్నప్పటికీ, తాజాగా ఎడప్పాడి పళనిస్వామి తరఫున న్యాయవాది గౌతమ్ కుమార్ ద్వారా కేసు ఉపసంహరణ పత్రాలు దాఖలు చేయడం జరిగింది. దినకరన్ తరఫున న్యాయవాది రాజా సెంతుర్ పాండియన్ హాజరయ్యారు. న్యాయమూర్తి ఆర్.కె.పి. తమిళరసి ఈ అభ్యర్థనను విచారించగా, కేసు అద్భుతంగా పరిష్కార దశకు చేరుకుంది

మార్ధానీ స్పోర్ట్స్ అసోసియేషన్ యొక్క సాధారణ కమిటీ సమావేశం

వేలూరు న్యూస్ : మాజీ శాసనసభ్యుడు టికె రాజా మార్టానీ స్పోర్ట్స్ అసోసియేషన్ తిరుపత్తూర్ జిల్లా స్థాయి జనరల్ కమిటీ సమావేశం. నాయకత్వంలో. మరియు %ఙ.ఖ.=%. కృష్ణన్ సమక్షంలో జరిగింది. తిరుప్పతుర్ జిల్లా మార్టాని స్పోర్ట్స్ అసోసియేషన్ జిల్లా అసోసియేషన్ అధిపతిగా %ఙ. =%. జిమ్. మోహన్. సలహాదారు. ఆగస్టు కన్నన్. రాధాకృష్ణన్ జిల్లా కార్యదర్శిగా. జిల్లా కోశాధికారిగా బాలాసుబ్రమణి. మణి జిల్లా ఉపాధ్యక్షుడిగా. జిల్లా డిప్యూటీ సెక్రటరీగా దినేష్. సి. సి. ఎ. పురుషోథమన్. ఆర్సి చైర్మన్‌గా అరుణ్ కుమార్. జిల్లా సాంకేతిక డైరెక్టర్‌గా మానికందన్. పూవెండన్ మరియు వీరపత్రన్లను జిల్లా చీఫ్గా నియమించారు మహిళల విభాగంలో మార్టాని జిల్లా వైస్ –ఛాన్సలర్‌గా హేమవతి. రుద్ర. ప్రియదార్శిని. దివ్య భారతి. బాధ్యత వహిస్తారు. ఎగ్జిక్యూటివ్ కమిటీ సభ్యుడు అబిరామి, అరవిందాన్, శరాత్కుమార్ తిరుపత్తూర్ జిల్లాలో మార్ధానీ ఆటలకు కోచింగ్ క్యాంప్ వచ్చే నెలలో షెడ్యూల్ చేయబడింది. తీర్మానాలను అందించడానికి మరియు విద్యార్థులకు శిక్షణ ఇవ్వడానికి ఏర్పాట్లు జరిగాయి

బొప్పాయిని పరగడుపున ఒక్కసారి తిని చూడండి..!

బొప్పాయి పండు మన ఆరోగ్యానికి చాలా లాభాలు అందించే ఒక అద్భుతమైన పండు. ఇది జీర్ణవ్యవస్థను మెరుగుపరచడం, చర్మ ఆరోగ్యం పెంచడం, బరువు తగ్గించడం, గుండె ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడం వంటి అనేక ప్రయోజనాలను కలిగి ఉంటుంది. ప్రతి రోజు ఖాళీ కడుపుతో బొప్పాయి తినడం ద్వారా ఎన్నో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను పొందవచ్చు. బొప్పాయి పండు అన్ని సీజన్లలో దొరుకుతుంది. దీని రుచి అద్భుతంగా ఉండటమే కాకుండా.. ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు కూడా చాలా ఉంటాయి. బొప్పాయి తినడం వల్ల కలిగే ప్రయోజనాల గురించి అందరికీ తెలిసిందే. కానీ ముఖ్యంగా ఖాళీ కడుపుతో బొప్పాయి తినడం అనేది ఎంతో ప్రయోజనకరం. ఇందులో ఉన్న పోషకాలు శరీరాన్ని శక్తివంతం చేయడంలో జీర్ణక్రియను మెరుగుపరచడంలో ఇంకా ఇతర అనేక సమస్యలను తొలగించడంలో సహాయపడతాయి. బొప్పాయిలో పాపైన్ అనే ఎంజైమ్ ఉండడం వల్ల అది జీర్ణక్రియను సజావుగా చేయడానికి సహాయపడుతుంది. ఉదయం ఖాళీ కడుపుతో బొప్పాయి తినడం వలన అజీర్తి, గ్యాస్, కడుపు ఉబ్బరం వంటి సమస్యలు తొలగిపోతాయి. దీనిలో ఉన్న ఫైబర్ కూడా జీర్ణవ్యవస్థను సమర్ధవంతంగా పనిచేయించడంలో బాగా సహాయపడుతుంది. బొప్పాయి తినడం వల్ల శరీరంలోని మలినాలు తొలగిపోతాయి. ఇది కాలేయం పనితీరును మెరుగుపరచడంలో సహాయపడుతుంది. దీనిలోని ముఖ్యమైన పోషకాలు లివర్ డిటాక్సిఫికేషన్‌ను ప్రోత్సహిస్తాయి. కాలేయం శుభ్రంగా ఉండటం ద్వారా జీర్ణ వ్యవస్థ కూడా క్రమబద్ధంగా పనిచేస్తుంది. ఈ విధంగా బొప్పాయి తినడం ద్వారా ఆరోగ్యకరమైన జీవక్రియను పెంపొందించవచ్చు. బొప్పాయిలో విటమిన్ S చాలా అధికంగా ఉంటుంది. ఇది చర్మానికి చాలా లాభకరమైనది. ప్రతిరోజు బొప్పాయి తినడం వలన ముఖం ప్రకాశవంతంగా మారుతుంది. యాంటీ ఆక్సిడెంట్లతో కూడిన ఈ పండు చర్మంలోని నలుపును, ముడతలను తగ్గించడంలో, చర్మం పదిలంగా ఉండటంలో సహాయపడుతుంది. దీనిని తినడం వలన చర్మం మరింత కాంతివంతంగా మారుతుంది. బొప్పాయి తినడం వల్ల బరువు తగ్గడం చాలా సులభం. ఇందులో క్యాలరీలు తక్కువగా ఉంటాయి. కానీ ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది. ఈ కారణంగా బొప్పాయి తినడం వలన మీకు ఎక్కువసేపు ఆకలి వేయదు. దీనితో బరువు నియంత్రణ సాధించడం చాలా సులభం అవుతుంది. మరొక ముఖ్యమైన అంశం బొప్పాయిలో నీటి శాతం కూడా ఎక్కువగా ఉండడం వల్ల జీర్ణవ్యవస్థ మెరుగ్గా పనిచేస్తుంది. బొప్పాయిలో నీటి శాతం, ఫైబర్ అధికంగా ఉండటం వల్ల మలబద్ధకం సమస్యను తగ్గించడంలో ముఖ్యపాత్ర పోషిస్తుంది.

మలబద్ధకంతో బాధపడే వారు ఈ పండును నిత్యం తినడం వల్ల శరీరంలోని అవశేషాలు సులభంగా బయటకు వెళ్లిపోతాయి. దీనివల్ల జీర్ణక్రియ సజావుగా కొనసాగుతుంది. బొప్పాయిలో ఉండే యాంటీ ఇంఫ్లమేటరీ గుణాలు కీళ్ల నొప్పులు తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి. ప్రత్యేకంగా ఆర్థరైటిస్ బాధితులకు ఇది ఎంతో ఉపయోగకరమైనది. బొప్పాయి గుండెకు, కీళ్ల ఆరోగ్యానికి కూడా అనుకూలంగా ఉంటుంది. బొప్పాయిలో ఉండే యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు హృదయ ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచడంలో ముఖ్యమైనవి. ఇది రక్త ప్రసరణను బాగా మెరుగుపరుస్తుంది. గుండె సంబంధిత సమస్యలు నివారించడంలో, రక్తపోటును నియంత్రించడంలో బొప్పాయి చాలా కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. ఖాళీ కడుపుతో బొప్పాయి తినడం వల్ల అనేక ప్రయోజనాలను అందిస్తుంది.

కొలెస్ట్రాల్ ఉన్న వారు నెయ్యి తినవచ్చా..?

నెయ్యి ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తుంది. నెయ్యిలో పోషకాలతో పాటు ఔషధ గుణాలు పుష్కలంగా దాగున్నాయి.. నెయ్యి తీసుకోవడం వల్ల శరీరానికి అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు చేకూరుతాయని ఆయుర్వేద నిపుణులు చెబుతున్నారు. నెయ్యిలో అనేక విటమిన్లు, కాల్షియం, పొటాషియం ఉన్నాయి. ఇది కాకుండా, నెయ్యిలో ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు కూడా ఉన్నాయి. నెయ్యి ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తుంది. నెయ్యిలో పోషకాలతో పాటు ఔషధ గుణాలు పుష్కలంగా దాగున్నాయి.. నెయ్యి తీసుకోవడం వల్ల శరీరానికి అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు చేకూరుతాయని ఆయుర్వేద నిపుణులు చెబుతున్నారు. నెయ్యిలో అనేక విటమిన్లు, కాల్షియం, పొటాషియం ఉన్నాయి. ఇది కాకుండా, నెయ్యిలో ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు కూడా ఉన్నాయి. శరీరానికి శక్తి రావాలంటే నెయ్యి తినాలని నిపుణులు చెబుతున్నారు. నెయ్యి జీర్ణక్రియను మెరుగుపరుస్తుంది.. చర్మం, జుట్టు సమస్యలను కూడా నయం చేస్తుంది. నెయ్యి పోషకాలకు పవర్ హౌస్‌గా పేర్కొంటారు. శరీరానికి ఎంతో అవసరమైన విటమిన్-ఎ, విటమిన్-ఇ, విటమిన్-బి విటమిన్ కే తోపాటు విటమిన్ డి పుష్కలంగా ఉంటాయి.. అంతేకాకుండా.. ఒమేగా -3, ఒమేగా-6 వంటి ఫ్యాటీ యాసిడ్స్, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, లినోలిక్, బ్యుటిరిక్ యాసిడ్స్ వంటి పోషకాలు ఉన్నాయి. నెయ్యిలో ఉండే ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు గుండె ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. అయితే, ప్రస్తుత కాలంలో కొలెస్ట్రాల్‌తోపాటు ఎన్నో అనారోగ్య సమస్యలు వెంటాడుతున్నాయి.. ఇలాంటి పరిస్థితుల్లో కొలెస్ట్రాల్ సమస్యలు ఉన్నవారు నెయ్యిని తినవచ్చా.. లేదా..? తింటే ఏమవుతుంది..? ఒకవేళ తింటే ఎంత తినాలి.. అనే ప్రశ్నలు సాధారణంగా ప్రతి ఒక్కరినీ వెంటాడుతున్నాయి. ఆయుర్వేదంలో ఔషధ వినియోగం: నెయ్యిలోని పోషకాలు, విశిష్ట లక్షణాల కారణంగా ఆయుర్వేదంలో ఔషధంగా ఉపయోగిస్తారు. నెయ్యి శరీరంలో మంచి కొలెస్ట్రాల్‌ను పెంచుతూ చెడు కొలెస్ట్రాల్‌ను తగ్గిస్తుందని పేర్కొంటున్నారు ఆయుర్వేద నిపుణులు..

కొలెస్ట్రాల్ సమస్య ఉన్నవారు కూడా నెయ్యి తినవచ్చని వైద్య నిపుణులు చెబుతున్నారు.. అయితే.. రోజుకు కేవలం 2 నుంచి 3 స్పూన్లు నెయ్యి మాత్రమే తీసుకోవడం మంచిది.. అంతకు మించి నెయ్యి తీ స ు కో క ూ డ ద ని పేర్కొంటున్నారు. కాబట్టి శరీరంలో చెడు కొలెస్ట్రాల్ పెరగకుండా జాగ్రత్తపడాలి. చెడు కొలెస్ట్రాల్ పెరగడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య సమస్యలు వస్తాయని పేర్కొంటున్నారు.. కొలెస్ట్రాల్ ఉన్నవారు ముందుగా వైద్యులను సంప్రదించి వరీక్షలు చేయించుకుని.. వారి సూచనల ప్రకారం.. నెయ్యిని తీసుకోవాలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

ఉదయాన్నే గుప్పెడు తింటే ఇక తిరుగుండదు..

కిస్‌మిస్.. ఎండుద్రాక్షలో ఎన్నో పోషయాలతోపాటు.. ఔషధ గుణాలు దాగున్నాయి.. వీటిని తినడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు పొందవచ్చు.. ఎండుద్రాక్షలో విటమిన్ సి, ఐరన్, ఫైబర్, యాంటీ-ఆక్సిడెంట్లు వంటి అనేక పోషకాలు కనిపిస్తాయి.. ఇవి శరీర ఆరోగ్యానికి చాలా మేలు చేస్తాయి. కిస్‌మిస్.. ఎండుద్రాక్షలో ఎన్నో పోషయాలతోపాటు.. ఔషధ గుణాలు దాగున్నాయి.. వీటిని తినడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు పొందవచ్చు.. ఎండుద్రాక్షలో విటమిన్ సి, ఐరన్, ఫైబర్, యాంటీ-ఆక్సిడెంట్లు వంటి అనేక పోషకాలు కనిపిస్తాయి.. ఇవి ఆరోగ్యానికి చాలా మేలు చేస్తాయి. అందుకే.. వీటిని తినాలని వైద్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. వీటిలోని పోషకాలు శరీరాన్ని దృఢంగా ఆరోగ్యవంతంగా మారుస్తాయి. అంతేకాకుండా తక్షణ శక్తిని అందిస్తాయి. అయితే.. నానబెట్టిన ఎండుద్రాక్ష తినడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు లభిస్తాయని.. పేర్కొంటున్నారు వైద్య నిపుణులు.. డైలీ పరగడుపున నానబెట్టిన ఎండుద్రాక్ష తినడం వల్ల కలిగే ప్రయోజనాలేంటో ఈ కథనంలో తెలుసుకోండి. అలసట తగ్గుతుంది: రోజంతా పనిచేసిన తర్వాత, శరీరం తరచుగా అలసిపోయి బలహీనంగా మారుతుంది. ఎండుద్రాక్ష తినడం వల్ల శరీర అలసట, బలహీనత తొలగిపోతాయి. ఎండుద్రాక్ష తీసుకోవడం వల్ల శరీరానికి శక్తి లభిస్తుంది. ఉదయం ఖాళీ కడుపుతో ఎండుద్రాక్ష తినడం వల్ల మీ శరీరం అలసట నుండి ఉపశమనం పొందుతుంది. రక్తహీనత నుంచి బయటపడొచ్చు: రక్తహీనతతో బాధపడేవారు ఎండుద్రాక్ష తినడం ప్రయోజనకరంగా ఉంటుంది. శరీరంలో రక్తం లేకపోవడం వల్ల కలిగే ఒక పరిస్థితిని రక్తహీనత అంటారు. ఎండుద్రాక్ష తీసుకోవడం వల్ల రక్తహీనత సమస్య తొలగిపోతుంది. ఎండుద్రాక్షలను రాత్రిపూట నీటిలో నానబెట్టండి. ఉదయం ఖాళీ కడుపుతో అల్పాహారంగా ఎండుద్రాక్ష తినండి. రోగనిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది: నానబెట్టిన ఎండుద్రాక్షలో అధిక మొత్తంలో విటమిన్ సి ఉంటుంది. ఇది రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడంలో సహాయపడుతుంది. రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడం ద్వారా, శరీరాన్ని జలుబు, దగ్గు, వైరల్ వంటి వ్యాధుల నుండి రక్షించుకోవచ్చు. వేసవి కాలంలో రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడానికి.. మీరు ప్రతి ఉదయం ఖాళీ కడుపుతో నానబెట్టిన ఎండుద్రాక్షలను తినవచ్చు. చర్మం మెరిసేలా చేస్తుంది: ఎండుద్రాక్ష నీరు తాగడం వల్ల శరీరం విషాన్ని తొలగిస్తుంది. ఎండుద్రాక్ష నీరు త్రాగడం ద్వారా, శరీరంలోని విషపూరిత అంశాలు తొలగిపోతాయి. . దీనివల్ల రక్త ప్రసరణ మెరుగుపడుతుంది. అంతేకాకుండా చర్మంపై మెరుపు కనిపిస్తుంది. ఎండుద్రాక్షలో యాంటీఆక్సిడెంట్లు ఉంటాయి.. ఇవి ముఖంపై మచ్చలను తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి.

పరగడుపున తింటే ఆ సమస్యలన్నీ మాటూషే..

ఆరోగ్యానికి మేలు చేసే పండ్లలో.. కర్బూజ పండు ఒకటి.. దీనిలోని పోషకాలు శరీరాన్ని హైడ్రెటెడ్‌గా ఉంచడటంతోపాటు ఆరోగ్యంగా ఉండేలా చేస్తాయి. కర్బూజ పండులో నీటిశాతం ఎక్కువ.. కావున దీన్ని తినడం ద్వారా శరీరాన్ని హైడ్రేటెడ్‌గా ఉంచుతుంది. అందుకే దీనిని రెగ్యులర్‌గా తినాలని డైటీషియన్లు చెబుతున్నారు. ఉరుకులు పరుగుల జీవితంలో ఎన్నో అనారోగ్య సమస్యలు వెంటాడుతున్నాయి. అనారోగ్యకరమైన జీవనశైలి, ఆహారం కారణంగా గుండె సంబంధిత సమస్యలు పెరుగుతున్నట్లు అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి.. కావున ఇలాంటి పరిస్థితుల్లో ఆరోగ్యంపై దృష్టిపెట్టడం మంచిది.. అందుకే మంచి జీవనశైలిని అనుసరించడంతోపాటు.. ఆరోగ్యానికి మేలు చేసే ఆహారం, పండ్లను తీసుకోవాలని వైద్య నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. అయితే.. ఆరోగ్యానికి మేలు చేసే పండ్లలో.. కర్బూజ పండు ఒకటి.. దీనిలోని పోషకాలు శరీరాన్ని హైడ్రెటెడ్‌గా ఉంచడటంతోపాటు ఆరోగ్యంగా ఉండేలా చేస్తాయి. కర్బూజ పండులో నీటిశాతం ఎక్కువ.. కావున దీన్ని తినడం ద్వారా శరీరాన్ని హైడ్రేటెడ్‌గా ఉంచుతుంది. అయితే.. ప్రతి రోజూ ఉదయాన్నే కర్బూజ తినడం వల్ల పలు వ్యాధులకు చెక్ పెట్టవచ్చని చెబుతున్నారు వైద్య నిపుణులు..

ముఖ్యంగా వేసవి కాలంలో కర్బూజను తినడం వల్ల అనేక వ్యాధులను నియంత్రించవచ్చు.. అలాగే.. ఆ వ్యాధుల ప్రమాదం కూడా తగ్గుతుంది. శరీరంలో నీటి కొరతను, పోషకాల కొరతను నివారించాలంటే దీనిని తప్పనిసరిగా తినడం మంచిది. గుండె సంబంధిత వ్యాధుల నుంచి ఉపశమనం: కర్బూజను రోజూ తీసుకుంటే గుండె సంబంధిత వ్యాధుల నుంచి కూడా ఉపశమనం లభిస్తుందని వైద్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. దీనిలో ఫోలిక్ యాసిడ్ పుష్కలంగా ఉంటుంది.. ఇది మీ రక్తాన్ని శుద్ధి చేయడంలో.. అలాగే రక్త నాళాలలో రక్తం గడ్డకట్టడాన్ని నివారించడంలో ఇది మీకు చాలా సహాయపడుతుంది. కడుపు సమస్యలు దూరం: వేసవి కాలంలో ప్రజలకు కడుపు సంబంధిత సమస్యలు పెరుగుతాయి.. వేసవిలో తరచూ గ్యాస్, అజీర్తి, మలబద్దకం, కడుపులో నొప్పి, జీర్ణ సమస్యలతో ప్రజలు బాధపడుతుంటారు.. అయితే, ఈ సీజన్‌లో ఎక్కువ నూనె, మసాలాలు తీసుకోవడం చాలా ప్రమాదకరం. కావున, ఇలాంటి సమయంలో సులభంగా జీర్ణమయ్యే కర్బూజను తినడం ద్వారా.. కడుపు సమస్యలకు చెక్ పెట్టవచ్చు.. కంటి సమస్యలు దూరం: కర్బూజ తినడం వల్ల కంటి సంబంధిత సమస్యలు కూడా దూరమవుతాయి.. దీనిలో విటమిన్ ఎ బీటా కెరోటిన్ పుష్కలంగా ఉంటాయి.. ఇవి మీ కంటి చూపును మెరుగుపర్చి ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. ఇంకా కంటిశుక్లం ప్రమాదాన్ని తగ్గించడంలో కూడా సహాయపడుతుంది. లైంగిక సమస్యలు దూరం: కర్బూజలో విటమిన్ కె, ఇ కూడా పుష్కలంగా ఉంటాయి. దీని వలన ప్రత్యుత్పత్తి వ్యవస్థ బాగా పనిచేస్తుంది. దీనిని తినడం వల్ల లైంగిక సమస్యల నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుందని పేర్కొంటున్నారు ఆయుర్వేద నిపుణులు..

అరటి ఆకులో భోజనం దీని వెనుక అసలు కారణం ఇదే

మన సంస్కృతి ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలికి చిహ్నం. అరటి ఆకులో భోజనం తినడం అమృతంతో సమానమని నమ్ముతారు. ఇందులో ఉండే అనేక పోషకాలు ఆహార రుచిని పెంచుతాయట. దీని ప్రకారం, అరటి ఆకులపై భోజనం చేసేటప్పుడు కొన్ని ఆచారాలు పాటిస్తారు. దక్షిణాది రాష్ట్రాల్లో దాదాపు ప్రతి పండగ, వేడుకలో అరటి ఆకుల్లో భోజనం చేయడం కనిపిస్తుంది. పురాతన కాలం నుంచి అరటి ఆకులను వివిధ ఆచారాలు, వేడుకలు, రోజువారీ ఆహారంలో మనోళ్లు ఉపయోగిస్తున్నారు. మన సంస్కృతి ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలికి చిహ్నం. అరటి ఆకులో భోజనం తినడం అమృతంతో సమానమని నమ్ముతారు. ఇందులో ఉండే అనేక పోషకాలు ఆహార రుచిని పెంచుతాయట. దీని ప్రకారం, అరటి ఆకులపై భోజనం చేసేటప్పుడు కొన్ని ఆచారాలు పాటిస్తారు. ఆకులు కడగడం నుంచి చివరికి తినడం, ఆకులు మడతపెట్టడం వరకు కొన్ని ఆచారాలు ఉన్నాయి. తినడానికి ముందు అరటి ఆకుపై నీళ్లు చల్లడం శతాబ్దాల నాటి ఆచారం. దీనికి వివిధ కారణాలు ఉన్నాయి. అరటి ఆకులు సహజంగా కీటకాలు, సూక్ష్మజీవులను కలిగి ఉంటాయి. నీటితో చల్లడం, శుభ్రపరచడం వల్ల ఆకులపై ఉన్న కీటకాలు, సూక్ష్మజీవులు చనిపోతాయి. ఆకులపై దుమ్ము, ధూళిని తొలగించి శుభ్రంగా ఉంచడానికి కూడా ఇలా చేస్తారు. అంతేకాకుండా నీటిని చల్లడం వల్ల ఆకులు గట్టిపడతాయి. ఇలా చేయడం వల్ల తినేటప్పుడు ఆకులు చిరిగిపోవడం వంటి సమస్యలు ఉండవు. అంతేకాకుండా అరటి ఆకుపై నీరు చల్లడం చాలా పవిత్రమైన కార్యమని కూడా నమ్ముతారు. అరటి ఆకులో తిన్న తర్వాత దానిని లోపలికి మడతపెడతారు. అలా చేయడం ఆహారాన్ని తయారు చేసి వడ్డించిన వారికి గౌరవం చూపించే మార్గంగా పరిగణిస్తారు. కొన్నిసార్లు ఆహార అవశేషాలు ఆకు లోపలి భాగంలో ఉంటాయి. అందువల్ల ఆకును బయటి నుండి లోపలికి మడవటం వల్ల అవి జారి పోకుండా ఉంటాయి. అలాగే ఆకును లోపలికి మడతపెట్టడం వల్ల సూర్యరశ్మి దానిలోకి ప్రవేశించకుండా నిరోధిస్తుంది. దీనివల్ల అందులోని ఆహారం చెడిపోకుండా ఉంటుంది.

దాల్చిన చెక్క ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు

దాల్చిన చెక్క .. మసాలా దినుసుల్లో ఇది కూడా ఒకటి..ప్రతి వంటింట్లోనూ తప్పక ఉంటుంది. వంటకాల తయారీలో ఎక్కువగా ఉపయోగిస్తుంటాం. ఇది ఆహారానికి ప్రత్యేక రుచిని అందిస్తుంది. దాల్చిన చెక్క శరీరానికి చాలా మేలు చేస్తుంది. దాల్చిన చెక్కలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్ గుణాలు అధికంగా ఉంటాయి. దాల్చిన చెక్కలో యాంటీ ఇన్‌ఫ్లేమేటరీ గుణాలు అధికంగా ఉంటాయి. దీని వలన ఇన్‌ఫ్లేమేషన్ తగ్గుతుంది. పాలీఫినాల్స్ వంటి యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు దాల్చిన చెక్కలో ఉంటాయి. దీని వలన వాపు వంటి సమస్యలు తగ్గుతాయి. ఇవి కణాలను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతాయి. దాల్చిన చెక్కలో యాంటీ బాక్టీరియల్ గుణాలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. దీనిలో సిన్నమాల్డిహైడ్ నూనె బ్యాక్టీరియల్, ఫంగల్ ఇన్ఫెక్షన్లను దూరం చేయడం సహాయపడుతుంది. దాల్చిన చెక్కలో యాంటీ వైరల్ గుణాలు అధికంగా ఉంటాయి. ఇన్‌ఫ్లుయెంజా, దోమల ద్వారా వచ్చే వైరల్ జ్వరాల నుంచి రక్షణలో దాల్చినచెక్క సహాయపడుతుంది. దాల్చిన చెక్క గుండె ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపర్చడంలో సహాయపడుతుంది. క్రమం తప్పకుండా దాల్చినచెక్క తీసుకోవడం వల్ల ట్రై గ్లిజరాయిడ్స్ తగ్గుతాయి. దాల్చిన చెక్కలో ప్రీబయోటిక్ లక్షణాలు ఉంటాయి. ఇవి జీర్ణ ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపర్చడంలో సహాయపడతాయి. దాల్చిన చెక్కను తీసుకోవడం వల్ల రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు కంట్రోల్ అవుతాయి. షుగర్ రోగులు దాల్చినచెక్క తీసుకుంటే మంచిది. రక్తపోటును కంట్రోల్ చేయడంలో దాల్చిన చెక్క సహాయపడుతుంది. దాల్చినచెక్కను తీసుకుంటే రక్తపోటు తగ్గుతుంది. హైబీపీతో బాధపడేవారు దాల్చినచెక్క తీసుకుంటే మంచిది. దాల్చిన చెక్కను వివిధ రూపాల్లో తీసుకుంటే దీర్ఘకాలిక సమస్యలు తగ్గుతాయి. దంతాల నొప్పిని తగ్గించడంలో, నోటి బ్యాక్టీరియా పెరుగుదలను అదుపు చేయడంలో దాల్చినచెక్క సాయపడుతుంది. దాల్చిన చెక్క తీసుకుంటే దుర్వాసన తగ్గుతుంది. దాల్చిన చెక్కను తింటే మలబద్దకం, అజీర్తి తగ్గుతాయి.

వక్ఫ్ బిల్లు పిటిషన్లపై నేడు సుప్రీంకోర్టు విచారణ

న్యూఢిల్లీ : ఇటీవల జరిగిన పార్లమెంటు సమావేశాల్లో కేంద్ర ప్రభుత్వం వక్ఫ్ సవరణ బిల్లును ఆమోదించేసుకుంది. ఈ నేపథ్యంలో ఈ బిల్లుపై పలు రాజకీయ పార్టీలు సుప్రీంకోర్టును ఆశ్రయించాయి. ఈ బిల్లుకు వ్యతిరేకంగా పిటిషన్లు దాఖలు చేశాయి. దీంతో ఈ బిల్లుకు సంబంధించిన పిటిషన్లను నేడు సుప్రీంకోర్టు విచారణ చేపట్టింది. సుప్రీంకోర్టు ప్రధాన న్యాయమూర్తి సంజీవ్ ఖన్నా, న్యాయమూర్తులు సంజరుకుమార్, కె.వి విశ్వనాథన్‌లతో కూడిన త్రిసభ్య ధర్మాసనం విచారించనుంది. కాగా, ఎఐఎంఐఎం, ఆప్, టిఎంసి, డిఎంకె, టివికె, వైఎస్సార్‌సిపి, సిపిఐ, ఆర్‌జెడిలతోపాటు ఇతర కొన్ని రాజకీయ పార్టీలు వక్ఫ్ సవరణ బిల్లుకి వ్యతిరేకంగా పిటిషన్లు దాఖలు చేశాయి. ఏప్రిల్ 7వ తేదీన ఈ పిటిషన్లను విచారణ జాబితాలో చేర్చాలని ప్రముఖ సీనియర్ న్యాయవాది కపిల్ సిబాల్ పేర్కొన్నారు. మరోవైపు వక్ఫ్ సవరణ చట్టాన్ని కొట్టేసినా, లేదా మార్చినా పరిపాలన, చట్టపరమైన పరిణామాలను ఎత్తిచూపుతూ.. బిజెపి పాలిత ఆరు రాష్ట్రాలు హర్యానా, మహారాష్ట్ర, మధ్యప్రదేశ్, రాజస్థాన్, ఛత్తీస్‌గఢ్, అస్సాంలు వేర్వేరు పిటిషన్లు దాఖలు చేశాయి.

యోగి సర్కార్ పై అఖిలేష్ యాదవ్ ఆగ్రహం

ఉత్తరప్రదేశ్ లోని యోగి ఆధిత్యనాథ్ ప్రభుత్వంపై సమాజ్‌వాదీ పార్టీ అధ్యక్షుడు అఖిలేష్ యాదవ్ విమర్శలు గుప్పించారు. ఎటావాలోని చంబల్ లోయలలో పెద్ద ఎత్తున అక్రమ మైనింగ్, పర్యావరణ విధ్వంసం జరిగిందని ఆరోపించారు. యుపి ప్రభుత్వం నేతృత్వంలోని అధికారులు అక్కడున్న పెద్ద పెద్ద కొండలు అదృశ్యం కానున్నాయని ఆరోపించారు. ఈ మేరకు ఆయన ఎక్స్ వేదికగా పోస్టు చేశారు. యోగి అధిత్యనాథ్ ప్రభుత్వం దిగువ, ఉన్నత స్థాయి అధికారులతో కలిసి చారిత్రాత్మక సుమేర్ సింగ్ కోట సమీపంలోని చిన్న, పెద్ద కొండలను బస్తీ, గోరఖ్‌పూర్ వంటి ప్రాంతాలుగా మార్చేస్తారా అని యాదవ్ ప్రశ్నించారు. ఒకప్పుడు కొండలు ఉన్న చోట పాక్షికంగా చదును చేయబడిన ప్రకృతి దృశ్యాన్ని చూపించే వీడియో క్లిప్‌ను ఆయన ఎక్స్ లో పోస్టు చేశారు. కొత్త అధికారులు వస్తారు, వెళ్తారని, కానీ అవినీతి గొడ్డలితో నరికివేసి, కుట్ర ద్వారా ధ్వంసం చేసిన చంబల్ కొండలు తిరిగి ఎలా తెస్తారని ఘాటు విమర్శలు చేశారు. పర్యావరణ్ కహే ఆజ్ కా, నహి చాహియే బిజెపి (నేటి వాతావరణం పేరుతో, మనకు బిజెపి అవసరం లేదు) అని అఖిలేష్ యాదవ్ ఎక్స్ లో పేర్కొన్నారు.

ఛత్తీస్‌గఢ్‌లో ఎన్‌కౌంటర్ ఇద్దరు మావోయిస్టులు మృతి

రాయ్‌పూర్: ఛత్తీస్‌గఢ్‌లోని బస్తర్ ప్రాంతంలో భద్రతా దళాలతో జరిగిన ఎన్‌కౌంటర్‌లో ఇద్దరు మావోయిస్టులు మరణించారని పోలీసులు బుధవారం తెలిపారు. ఇద్దరు మావోయిస్టుల మృతదేహాలతో పాటు ఒక ఏకే-47 రైఫిల్, ఇతర ఆయుధాలు, పేలుడు పదార్థాలు సంఘటనా స్థలం నుండి స్వాధీనం చేసుకున్నామని అధికారులు తెలిపారు. ఆ ప్రాంతంలో శోధన ఆపరేషన్ కొనసాగుతుందని బస్తర్ రేంజ్ ఇన్‌స్పెక్టర్ జనరల్ ఆఫ్ పోలీస్ సుందర్‌రాజ్ చెప్పారు. కొండగావ్, నారాయణ్‌పూర్ జిల్లాల సరిహద్దులోని కిలాం-బార్గుమ్ గ్రామాల అటవీప్రాంతంలో మంగళవారం రాత్రి భద్రతా సిబ్బంది సంయుక్తంగా నక్సలైట్ వ్యతిరేక ఆపరేషన్‌కు బయలుదేరినప్పుడు ఈ కాల్పులు జరిగాయనిఆయన తెలిపారు. కొండగావ్‌కు చెందిన జిల్లా రిజర్వ్ గార్డ్, రాష్ట్ర పోలీసులలోని రెండు విభాగాలైన బస్తర్ ఫైటర్స్‌కు చెందిన సిబ్బంది ఈ ఆపరేషన్‌లో పాల్గొన్నారని ఆయన పేర్కొన్నారు.

బోయింగ్ విమానాల డెలివరీ తీసుకోవద్దు

బీజింగ్ : అమెరికా అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్‌నకు చైనా తనదైన శైలిలో ఝలక్ ఇస్తోంది. టారిఫ్‌ల పెంపుతో ఇప్పటికే ఇరు దేశాల మధ్య వాణిజ్య యుద్ధం మరింత ముదరగా.. తాజాగా యుఎస్‌కు చెందిన అతిపెద్ద విమానాల తయారీ సంస్థ బోయింగ్ నుంచి ఎటువంటి డెలివరీలను స్వీకరించవద్దని ఆదేశించింది. అదే విధంగా విమాన యాన రంగంలో ఉపయోగించే ఎలాంటి విడి భాగాలను అమెరికా నుంచి కొనుగోలు చేయవద్దని తెలిపింది. ఇందుకు ప్రత్యామ్నాయ మార్గాలను కల్పించనున్నట్లు విమాన సంస్థలకు హామీ ఇచ్చింది. ట్రంప్ ఇటీవల చైనాపై 145 శాతం సుంకాలు వేయగా.. అదే ప్రతీకారంతో చైనా కూడా 125 శాతం సుంకాలు వేసి అమెరికాకు పెను సవాల్‌ను విసిరింది. గత వారం చైనా మినహా అన్ని దేశాలపై పెంచిన సుం కాల అమలును ట్రంప్ తాత్కాలికంగా నిలిపేశారు. ఈ అంశంలోనూ చైనా ఆగ్రహంగా ఉంది. తాజాగా అమెరికా నుంచి చైనా తీసుకునే బోయింగ్ విమానాల డెలివరీలను నిలిపివేయాలని ఆ దేశ విమానయాన తయారీ సంస్థలను ఆదేశించింది. చైనా- అమెరికా వాణిజ్య యుద్ధం దెబ్బకు బోయింగ్ పరిస్థితి దారుణంగా మారిందని రిపోర్టులు వస్తోన్నాయి. ఇప్పటికే ఆ సంస్థ గత కొన్నేళ్లుగా నష్టాల్లో కొనసాగుతోంది. బోయింగ్‌కు చైనా అతిపెద్ద మార్కెట్‌గా ఉంది. వచ్చే 20 ఏళ్లలో ఈ రంగంలో చైనా వాటా 20 శాతంగా ఉండొచ్చని అంచనా.

2018లో బోయింగ్ మొత్తం ఆర్డర్లలో చైనా 25 శాతం వాటాను కలిగి ఉన్నాయి. చైనా తాజా నిర్ణయంతో బోయింగ్ పరిస్థితి అగమ్య గోచరంగా మారింది. ఇటీవల అరుదైన ఖనిజాలు, మాగెట్‌ల ఎగుమతులను చైనా నిలిపివేయడంతో అమెరికా నానా అవస్థలు పడుతోంది.

ఆఫ్ఘనిస్తాన్, ఫిలిప్పీన్స్ లలో భూకంపం

ఆఫ్ఘనిస్తాన్: ఆఫ్ఘనిస్తాన్‌లోని హిందూకుష్ ప్రాంతంలో బుధవారం 5.6 తీవ్రతతో భూకంపం సంభవించిందని యూరోపియన్-మెడిటరేనియన్ భూకంప కేంద్రం(ఈఎంఎస్సీ) తెలిపింది. దాదాపు 1,08,000 జనాభా కలిగిన బాగ్లాన్ నగరానికి తూర్పున 164 కి.మీ దూరంలో, 121 కి.మీ లోతులో భూకంప కేంద్రం ఉందని ఈఎంఎస్సీ తెలిపింది. మొదట 6.4 తీవ్రతతో భూకంపం సంభవించినట్లు ఈఎంఎస్సీ నివేదించింది. మరోవైపు దక్షిణ ఫిలిప్పీన్స్‌లో కూడా 5.6 తీవ్రతతో మరో భూకంపం సంభవించిందని యునైటెడ్ స్టేట్స్ జియోలాజికల్ సర్వే (యుఎస్జీఎస్) తెలిపింది. ఎటువంటి ప్రాణ, ఆస్తి నష్టం జరిగినట్లు ఇప్పటివరకు సమాచారం లేదని పేర్కొంది. మిండానావో ద్వీపం తీరంలో భూకంపం 30 కిలోమీటర్ల లోతులో ఉందని యుఎస్జీఎస్ తెలిపింది. ఫిలిప్పీన్ ఇన్స్టిట్యూట్ ఆఫ్ అగ్నిపర్వత శాస్త్రం, భూకంప శాస్త్రం మైతుమ్ పట్టణానికి నైరుతి దిశలో 43 కిలోమీటర్ల దూరంలో భూకంప కేంద్రాన్ని గుర్తించింది. భూకంపం వల్ల గణనీయమైన నష్టం జరగలేదని స్థానిక అధికారులు ఎఎఫ్పీకి తెలిపారు. భారత్ లోని ఢిల్లీలో కూడా భూప్రకంపనలు సంభవించాయని తెలుస్తోంది.

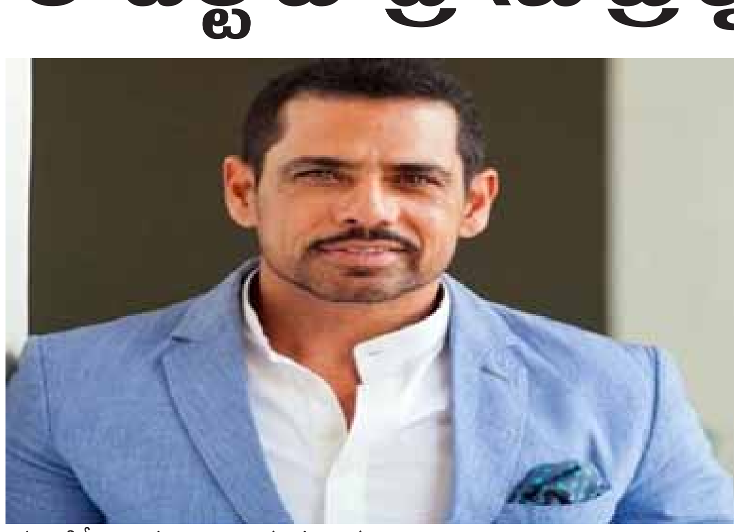
జమ్మూ కాశ్మీర్‌కు అతి త్వరలో రాష్ట్ర హోదా పునరుద్ధరణ

శ్రీనగర్ : జమ్మూ కాశ్మీర్‌కు రాష్ట్ర ప్రతిపత్తి పునరుద్ధరణ అతి త్వరలో జరుగుతుందని తాను ఆశిస్తున్నట్లు ముఖ్యమంత్రి ఒమర్ అబ్దుల్లా మంగళవారం తెలియజేశారు. పుల్వామా జిల్లాలో ఒక వంతెనను ప్రారంభించిన అనంతరం ఒమర్ అబ్దుల్లా విలేకరులతో మాట్లాడారు. 'తగిన సమయం ఆసన్నమైందని భావిస్తున్నాం, అసెంబ్లీ ఎన్నికల దరిమిలా ఆరు మాసాలు గడిచాయి. (కేంద్ర హోమ్ శాఖ మంత్రి) అమిత్ షా ఇక్కడికి వచ్చారు, ఆయనతో నేను విడిగా భేటీ అయ్యాను, సంతృప్తికరంగా సాగింది%ð% జెకెకు త్వరలో రాష్ట్ర హోదా లభిస్తుందని ఇప్పటికీ ఆశిస్తున్నాను' అని ఒమర్ చెప్పారు. వక్ఫ్ సవరణ చట్టంపై చర్చను అధికార పార్టీ అడ్డుకుందన్న ప్రతిపక్షాల ఆరోపణపై సిఎం స్పందిస్తూ, బిల్లును పార్లమెంట్ ఆమోదించినందున వాయిదా తీర్మానాన్ని అనుమతించజాలమని స్పష్టం చేశారు. 'చివరి రోజు స్పీకర్ సర్వ స్పష్టం చేశారు. సభ్యులు వాయిదా తీర్మానాన్నిన తీసుకురావడం బహుశా పొరపాటు అయి ఉంటుంది. జెకె ప్రభుత్వ పనులపై చర్చకు మాత్రమే వాయిదా తీర్మానాన్ని తీసుకురావాలి, ప్రభుత్వం స్పందించవలసి ఉంటుంది. వక్ఫ్ బిల్లును మేము తీసుకురానందున ఆ వాయిదా తీర్మానాన్ని ఆమోదించి ఉంటే మేము ఎలా స్పందించి ఉండేవారం చెప్పండి. దానిని కేంద్రం పార్లమెంట్‌లో ఆమోదించింది' అని ఒమర్ పేర్కొన్నారు. అసెంబ్లీలో వేరే నిబంధనల కింద ఒక తీర్మానాన్ని అనుమతించి ఉండవచ్చు. అయితే, అది ఇప్పటికే ఆమోదముద్ర పొందింది. నేషనల్ కాన్ఫరెన్స్ సహా అనేక పార్టీలు సుప్రీం కోర్టును ఆశ్రయించి, కోర్టుకు తమ అభిప్రాయాలు నివేదించాయి. ఇప్పుడు ఎస్‌సి ఏమి చెబుతుందో చూస్తాం' అని ఆయన తెలిపారు. వంతెన ప్రారంభంపై ఒమర్ వ్యాఖ్యానిస్తూ, 2014 వరదలకు కొట్టుకుపోయిన 11 ఏళ్ల తరువాత దక్షిణ కాశ్మీర్‌లో చరార్ ఎ షరీఫ్‌ను అనుసంధానించే వంతెనను తిరిగి నిర్మించవలసిరావడం దురదృష్టకరమని అన్నారు.

హార్వర్డ్ యూనివర్శిటీకి నిధుల నిలిపివేత

బోస్టన్ : అమెరికా అధ్యక్షుడు ట్రంప్ డిమాండ్లను ధిక్కరించినందుకు హార్వర్డ్ యూనివర్శిటీకి దాదాపు 230 కోట్ల డాలర్ల ఫెడరల్ నిధులను నిలిపివేసినట్లు అమెరికా విద్యా శాఖ ప్రకటించింది. భిన్నత్వం, సమానత్వం, అందరినీ కలుపుకుని పోవడం వంటి కార్యక్రమాలను ఆపివేయాలని అమెరికా డిమాండ్ చేసింది. అయితే ఆ డిమాండ్లను అంగీకరించని యూనివర్శిటీ యాజమాన్యం వీటిపై పోరాడాలని నిర్ణయించింది. ఇందుకు సంబంధించి కార్యక్రమాలు చేపట్టాలని పిలుపునిచ్చింది. యూదు వ్యతిరేక వాదంతో ట్రంప్ ప్రభుత్వం చేసే డిమాండ్లను అంగీకరించేది లేదని స్పష్టం చేసింది. దీనివల్ల దాదాపు 900కోట్ల డాలర్ల మేరకు వర్శిటీ నిధులు ముప్పులో పడ్డాయి. యూనివర్శిటీలో యూదు వ్యతిరేక నిరసనలను కట్టడి చేయాలని, అలాగే మెరిట్ ప్రాతిపదికన ఇచ్చే ప్రవేశాలను ఆపివేయాలని, నియామక విధానాలను కూడా సవరించుకోవాలని ఇలా పలు డిమాండ్లు చేసింది. భిన్నత్వం లేదా వైవిధ్యతపై తమ అభిప్రాయాలు పంచుకోవాలని కోరింది. పాలస్తీనా అనుకూల ఆందోళనకారులను ధరిస్తున్న ఫేస్‌మాస్క్‌లను నిషేధించాలని, నిరసనల సమయంలో యూనివర్శిటీ భవనాలను ఆక్రమించిన విద్యార్థులను సస్పెండ్ చేయాలని డిమాండ్ చేసింది. అయితే వైట్‌హౌస్ చేస్తున్న డిమాండ్లు యూనివర్శిటీకి హక్కులకు సంబంధించిన మొదటి సవరణను ఉల్లంఘిస్తున్నాయని హార్వర్డ్ అధ్యక్షుడు అలాన్ గార్బర్ విమర్శించారు. ఈ మేరకు ఆయన ఒక లేఖ విడుదల చేశారు. టైటిల్ 4 కింద ప్రభుత్వానికి గల చట్టబద్ధమైన పరిమితులను అతిక్రమిస్తున్నాయని పేర్కొన్నారు. మతం, రంగు, లేదా జాతిని బట్టి విద్యార్థుల పట్ల వివక్ష ప్రదర్శించరాదని టైటిల్ 4 పేర్కొంటోంది

రాబర్ట్ వాద్రాను ప్రశ్నించిన ఇడి



న్యూఢిల్లీ : హర్యానా భూములకు సంబంధించిన మనీ లాండరింగ్ కేసులో వాణిజ్యవేత్త, లోక్‌సభలోని ప్రతిపక్ష నాయకుడు రాహుల్ గాంధీ బావగారు రాబర్ట్ వాద్రాను ఎన్‌ఫోర్స్‌మెంట్ డైరెక్టరేట్ (ఇడి) మంగళవారం ప్రశ్నించినట్లు అధికార వర్గాలు వెల్లడించాయి. తనను ఇడి సమన్ చేయడాన్ని 'రాజకీయ కక్షపూరితం'గా వాద్రా ఆక్షేపిస్తూ, ఇంతకుముందు ఇడి ప్రశ్నించినప్పుడు తాను గంటల తరబడి సంస్థ ముందు కూర్చున్నానని, వేలాది పేజీలు పంచుకున్నానని, కానీ ఇప్పటికీ ఆ సంస్థ తనపై కేసులు రేకెత్తిస్తోందని ఆరోపించారు. 56 ఏళ్ల వాద్రా మధ్య ఢిల్లీలో సుజన్ సింగ్ పార్క్ ప్రాంతంలోని తన నివాసం నుంచి రెండు కిలోమీటర్ల దూరంలో ఎపిజె కలామ్ రోడ్‌లోని ఇడి ప్రధాన కార్యాలయానికి నడుస్తూ వెళ్లారు. ఇడి కార్యాలయానికి వెళుతూ దారిలో విలేకరులతో వాద్రా మాట్లాడుతూ, 'ఇది రాజకీయ కక్ష తప్ప వేరేమీ కాదు. వైనారిటీల కోసం నేను మాట్లాడినప్పుడల్లా వారు నన్ను నిలువరించే ప్రయత్నం చేస్తారు, మమ్మల్ని అణగదొక్కుతారు%ð% వారు పార్లమెంట్‌లో రాహుల్ (గాంధీ)ని కూడా నిలువరించే ప్రయత్నం చేశారు. ఇది సంస్థలను దుర్వినియోగం చేయడమే, ఇది రాజకీయ కక్షే' అని ఆరోపించారు. 'గతంలో వలె వారితో నేను సహకరిస్తాను' అని వాద్రా చెప్పారు. వాద్రాను మొదట ఈ కేసులో ఈ నెల 8న సమన్ చేసినట్లు, కానీ ఆయన విచారణకు రాకుండా సరికొత్త తేదీని కోరినట్లు ఆ వర్గాలు తెలిపాయి. కేరళ వయనాడ్‌కు ప్రాతినిధ్యం వహిస్తున్న కాంగ్రెస్ ఎంపి ప్రియాంక గాంధీ వాద్రా భర్త అయిన రాబర్ట్ వాద్రాపై దర్యాప్తు హర్యానా శికోహ్‌పూర్‌లోని ఒక భూముల ఒప్పందంతో ముడిపడినది. దర్యాప్తు 2008 ఫిబ్రవరిలో ఒక భూముల ఒప్పందానికి సంబంధించినది. వాద్రా ఆధ్వర్యంలోని స్కైలైట్ హాస్పిటాలిటీ ప్రైవేట్ లిమిటెడ్ రూ. 7.5 కోట్ల ధరకు ఓంకారేశ్వర్ ప్రాపర్టీస్ సంస్థ నుంచి గురుగ్రామ్‌లోని శికోహ్‌పూర్‌లో 3.5 ఎకరాల స్థలం కొనుగోలుకు సంబంధించినది ఆ ఒప్పందం. ఆ భూమి మార్పు కొన్ని గంటల్లోనే జరిగిందనే ఆరోపణ వచ్చింది. హర్యానా పోలీసులు 2018లో ఆ ఒప్పందంపై ఒక కేసు దాఖలు చేశారు. ఇడి మనీ లాండరింగ్ నిరోధక చట్టం (పిఎంఎల్ఎ) కింద ఆయన వ్యాలాన్ని నమోదు చేస్తుందని అధికార వర్గాలు తెలియజేశాయి. వేరే మనీ లాండరింగ్ కేసులో ఇడి వాద్రాను అనేక సార్లు ప్రశ్నించింది.

సోనియా, రాహుల్ పై ఇడి ఛార్జిషీట్

న్యూఢిల్లీ : నేషనల్ హెరాల్డ్ మనీలాండరింగ్ కేసులో కాంగ్రెస్ ఎంపీలు సోనియాగాంధీ, రా హుల్ గాంధీలపై ఎన్ ఫోర్స్ మెంట్ డైరెక్టరేట్ మంగళవారం చార్జీషీటు దాఖలు చేసింది. కాంగ్రెస్ ఓవర్ సీస్ యూనిట్ చీఫ్ శామ్ పి ట్రోడా, సుమన్ దూబే తో సహా మరికొందరు ముఖ్యనేతల పేర్లను కూడా చార్జిషీటులో పే ర్కొంది. సోనియా, రాహుల్, ఇతర నాయకులు, యంగ్ ఇండియన్ అనే ప్రైవేటు కంపెనీతో సహా పలువురు ప్రముఖ రాజకీయ నాయకులు మనీలాండరింగ్‌కు పాల్పడ్డారని, నేరపూరిత కుట్ర పన్నారని ఫిర్యాదులో ఆరోపించింది. కేసు తదుపరి విచారణను ఏప్రిల్ 25వ తేదీ చేపట్టనున్నట్లు స్పెషల్ కోర్టుతెలిపింది. ఈడీ చర్య పై కాంగ్రెస్ పార్టీ తీవ్రంగా స్పందించింది. కేంద్రప్రభుత్వం కక్షపూరిత రాజకీయాలకు పాల్పడుతోందని పార్టీ సీనియర్ నేత జైరాం రమేశ్ ఆరోపించారు. ప్రధాని మోదీ, హోం మంత్రి అమిత్ షా ప్రతిపక్ష నాయకులను బెదిరించడానికి ప్రభుత్వ ఏజెన్సీలను వాడుకుంటున్నారని ఆయన దుయ్యపట్టారు. ఏప్రిల్ 11న ఈడీ ఢిల్లీ, ముంబై లక్నోలోని పలు ఆస్తుల రిజిస్ట్రార్‌లకు నోటీసులు జారీ చేసింది. అసోసియే ట్ జర్నల్స్ లిమిటెడ్‌కు చెందిన ఆస్తులు ఇవి. వీటిని యంగ్ ఇండియన్ లిమిటెడ్ సంస్థ సేకరించింది. ఈ కంపెనీ ముఖ్యంగా సోనియాగాంధీ, రాహుల్ గాంధీల యాజమాన్యంలో ఉంది. అసోసియేట్ జర్నల్స్ లిమిటెడ్ కు చెందిన ఈ ఆస్తుల విలువ 988 కోట్ల రూపాయలు. మనీలాండరింగ్ పాల్పడడం ద్వారా ఈ ఆస్తులు సేకరించినట్లు దర్యాప్తులో తేలిందని ఈడీ పేర్కొంది. కాగా ఒక అడ్జుడికేటింగ్ అథారిటీ ఆస్తుల అటాచ్ మెంట్ ను ధ్రువీకరించిన తర్వాత ఈడీ ఈ చర్యలు ప్రారంభించింది.

అమెరికాలో రోడ్డు ప్రమాదం తెలుగు విద్యార్థిని పరిస్థితి విషమం

టెక్సాస్: అమెరికా టెక్సాస్‌లోని డెంటన్ నగరంలో జరిగిన రోడ్డు ప్రమాదంలో ఇద్దరు తెలుగు విద్యార్థినిలు తీవ్రంగా గాయపడగా, వారిలో ఒకరి పరిస్థితి విషమంగా ఉంది. ఈ ఘటన గత శనివారం తెల్లవారుజామున జరిగింది. ఎన్.బోనీ బ్రే స్ట్రీ డబ్ల్యు. యూనివర్శిటీ డ్రైవ్ సమీపంలో ఈ ప్రమాదం జరిగినట్టు తెలుస్తుంది. ఆంధ్రప్రదేశ్‌లోని గుంటూరు జిల్లాకు చెందిన దీప్తి వంగవోలు, ఆమె స్నేహితురాలు కలిసి గత శనివారం తెల్లవారుజామున కాలినడకన ఇంటికి చేరుకోబోతుండగా, వేగంగా వచ్చిన గుర్తు తెలియని వాహనం వారిద్దరినీ ఢీకొట్టింది. వెంటనే ఆ వాహనం డ్రైవర్ అక్కడి నుంచి పారిపోయాడు. దీప్తి తలకు లోతైన గాయం అయిందని, ఆమెకు శస్త్ర చికిత్స జరుగుతోందని స్థానిక మీడియా తెలిపింది. మరో విద్యార్థిని కూడా తీవ్రంగా గాయపడిందని అయితే ఆమెకు ప్రాణాపాయం లేదని అమెరికా మీడియా నివేదికలు తెలిపాయి. డెంటన్ పోలీసులు ఈ హిట్ అండ్ రన్ ఘటనపె దర్యాప్తు చేపటారు. పరారీలో ఉ

ఢిల్లీ, ముంబయి రెడ్ జోన్‌లో ఉన్నాయి:

కాలుష్యం విషయంలో ఢిల్లీ, ముంబయి రెడ్ జోన్‌లో ఉన్నాయని, దేశ రాజధానిలో మూడు రోజుల ఉంటే అనారోగ్యం పాలవడం ఖాయమని కేంద్ర మంత్రి నితిన్ గడ్కరీ అన్నారు. పరిస్థితి ఇదేవిధంగా కొనసాగిత