సంచలన దినపత్రిక
హంస కలం వార్త
PRGI :T/TG/2026/0126/4786/1242

తెలంగాణ - ఆంధ్రప్రదేశ్,సంపుటి :01,సంచిక : 88 ,చీఫ్ ఎడిటర్ : వడ్ల మధుసూదన్ చారి,వెల రూ. 4/-,
గురువారం 16 - 04 - 2026

అడ్డంగా నరుకుతామన్న ఎమ్మెల్యే వ్యాఖ్యలపై శ్రీధర్ బాబు వివరణ

- కార్యకర్తలను బెదిరిస్తే అడ్డంగా నరుకుతామన్న ఎమ్మెల్యే రాజ్ ఠాకూర్
- కార్యకర్తలకు ధైర్యం చెప్పేందుకే అలా మాట్లాడారన్న శ్రీధర్ బాబు
- చట్టాన్ని అతిక్రమించే ఉద్దేశం ఎవరికీ లేదని వ్యాఖ్య

రామగుండం ఎమ్మెల్యే మక్కన్ సింగ్ రాజ్ - మిగతా 2 లో

నియోజకవర్గాల పునర్విభజన విషయంలో

బీజేపీ కుట్రలు చేస్తోంది

- అంబేద్కర్ జయంతి వేడుకల్లో పాల్గొన్న సీఎం రేవంత్ రెడ్డి
- అంబేద్కర్ విగ్రహానికి పూలమాల వేసి నివాళులర్పించిన సీఎం
- నియోజకవర్గాల పునర్విభజన విషయంలో బీజేపీ కుట్రలు చేస్తోందని విమర్శ
- దక్షిణాది రాష్ట్రాలకు అన్యాయం చేసే కుట్ర చేస్తున్నారని ఆగ్రహం

రాజ్యాంగ నిర్మాత అంబేద్కర్ ఆశయాలకు అనుగుణంగా ప్రజాపాలన సాగిస్తున్నామని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి తెలిపారు. లోయర్ ట్యాంక్ బండ్ వద్ద ఉన్న అంబేద్కర్ విగ్రహానికి

తెలంగాణలో మండుతున్న ఎండలు

- పలు జిల్లాలకు ఆరెంజ్ అలర్ట్ జారీ
- పలు ప్రాంతాల్లో 42 డిగ్రీలుగా నమోదవుతున్న ఉష్ణోగ్రతలు
- ఉదయం 9 నుంచి భానుడి భగభగ
- గురువారం నుంచి మరింత పెరగనున్న ఎండల తీవ్రత

తెలంగాణ రాష్ట్రం నిప్పుల కొలిమిలా మారింది. రోజురోజుకూ ఉష్ణోగ్రతలు పెరుగుతున్నాయి. తెలంగాణలోని పలు ప్రాంతాల్లో

నన్ను కూడా ఇరికించాలని చాలా ట్రై చేశారు

వాళ్ల వల్ల కాలేదు: జగ్గారెడ్డి

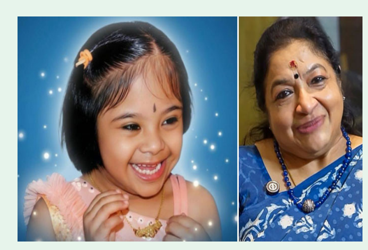
రేవంత్ రెడ్డిపై బీజేపీ నేతల వ్యాఖ్యలపై జగ్గారెడ్డి ఫైర్ బీజేపీ నేతల వ్యాఖ్యలకు విలువ లేదని మండిపాటు అన్యాయాన్ని ప్రశ్నిస్తున్న సీఎంను టార్గెట్ చేస్తున్నారని ఆగ్రహం ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డిపై బీజేపీ

టీటీడీ లో ఖాళీ గోనె సంచుల సేకరణకు ఈ టెండర్ల ఆహ్వానం..!

తిరుమల తిరుపతి దేవస్థానం ఆధ్వర్యంలో మరో కీలక టెండర్ ప్రక్రియకు శ్రీకారం చుట్టారు. శ్రీవారి ఆలయం మరియు అనుబంధ దేవాలయాలలో వినియోగించిన ఖాళీ గోనె సంచుల సేకరణకు సంబంధించి ఆసక్తి గల వ్యక్తులు, సంస్థల నుండి ఈ-టెండర్లను ఆహ్వానిస్తున్నట్లు అధికారులు వెల్లడించారు. ఇది వ్యాపార అవకాశాల కోసం ఎదురుచూస్తున్న వారికి మంచి అవకాశం కావడం విశేషం. ఈ టెండర్ 2026 ఏప్రిల్ 1 నుండి 2027 మార్చి 31 వరకు అమల్లో ఉండగా, ఈ కాలంలో ఆలయాల్లో వినియోగించిన గోనె సంచుల సేకరణ బాధ్యత టెండర్ ద్వారా ఎంపికైన వారికి అప్పగించబడుతుంది. పెద్ద ఎత్తున వినియోగం ఉండే తిరుమల ఆలయాల్లో ఈ టెండర్‌కు మంచి ప్రాధాన్యం ఉంది. టెండర్ ప్రక్రియ పూర్తిగా ఆన్‌లైన్‌లో జరుగుతుంది. పాల్గొనదలచిన వారు తప్పనిసరిగా ఈ-ప్రొక్యూర్‌మెంట్ పోర్టల్ ద్వారా తమ దరఖాస్తులను సమర్పించాలి. ఇందుకోసం రూ.75,000/- మొత్తాన్ని ఎర్నెస్ట్ మనీ డిపాజిట్ (జువీణ)గా చెల్లించాల్సి ఉంటుంది. దరఖాస్తుల సమర్పణకు - మిగతా 2 లో

కూతురిని గుర్తుచేసుకుని సింగర్ చిత్ర భావోద్వేగం

- ⌘ గుండెను పిండేసేలా పోస్ట్
- ⌘ దివంగత కుమార్తెను గుర్తుచేసుకుని సింగర్ చిత్ర భావోద్వేగ పోస్ట్
- ⌘ 'మళ్లీ కలిసే వరకు నా గుండెల్లోనే ఉంటావు' అంటూ కుమార్తె ఫొటో షేర్ చేసిన గాయని
- ⌘ చిత్ర ఏకైక కుమార్తె నందన 2011లో దుబాయ్‌లో ప్రమాదవశాత్తు మరణం
- ⌘ సంగీతం, ఆధ్యాత్మికతతో ఆ బాధ నుంచి కోలుకున్నానని వెల్లడి
- ⌘ వ్యక్తిగత విషాదం ఉన్నా సంగీత ప్రస్థానాన్ని కొనసాగించిన చిత్ర



ప్రముఖ నేపథ్య గాయని కె.ఎస్. చిత్ర తన దివంగత కుమార్తెను గుర్తుచేసుకుంటూ సోషల్ మీడియాలో పంచుకున్న ఒక పోస్ట్ అందరినీ కదిలిస్తోంది. కుమార్తె నందన అందమైన ఫొటోను షేర్ చేస్తూ ఆమె పెట్టిన భావోద్వేగ సందేశం అభిమానుల హృదయాలను బరువెక్కిస్తోంది. "నువ్వు ఇప్పుడు - మిగతా 2 లో

ఆర్టికల్ 370 రద్దు తర్వాత

పూర్తిగా అమల్లోకి రాజ్యాంగం

- డెహ్రాడూన్? పర్యటనలో ప్రధాని మోదీ
- ఢిల్లీ, డెహ్రాడూన్ ఎకనామిక్ కారిడార్ ప్రారంభం
- హరిద్వార్‌లో జరగనున్న కుంభమేళా సందర్భంగా ఉత్తరాఖండ్‌ను శుభ్రంగా ఉంచాలని పిలుపు

డాక్టర్ బీఆర్అంబేద్కర్ ఆశయాల మేరకు రాజ్యాంగ గౌరవాన్ని పునరుద్ధరించేందుకు ప్రభుత్వం కృషి చేస్తోందని ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ పేర్కొన్నారు. ఆర్టికల్ 370 రద్దు తర్వాత దేశవ్యాప్తంగా రాజ్యాంగం పూర్తిగా అమల్లోకి వచ్చిందని తెలిపారు. ఉమ్మడి పౌరస్మృతిని అమలు చేసిన తొలి రాష్ట్రంగా ఉత్తరాఖండ్ నిలించిందని కొనియాడారు.

ఇరాన్ అమెరికా యుద్ధం ఎఫెక్ట్, భారత్ సహా వివిధ దేశాల్లో పేదరికంలోకి 88 లక్షలమంది

- పశ్చిమాసియా యుద్ధం ప్రభావం భారత్‌పై ఉంటుందని ఐక్యరాజ్యసమితి నివేదిక
- భారత్‌లో 25 లక్షల మంది పేదరికంలో కూరుకుపోయే ప్రమాదం ఉందని హెచ్చరిక
- ఈ యుద్ధం ప్రభావం చైనాపై కూడా ఉంటుందని వెల్లడి

పశ్చిమాసియాలో కొనసాగుతున్న ఉద్రిక్తతల ప్రభావం భారతదేశంపై పడుతోంది. ఈ యుద్ధం కారణంగా దేశంలోని 25 లక్షల మంది ప్రజలు పేదరికంలో - మిగతా 2 లో

షారుఖ్ ఖాన్ డైలాగ్ తో అమెరికాకు ఇరాన్ వార్నింగ్

వీడియో ఇదిగో!

- ★ ఇరాన్ నౌకా దళాన్ని నాశనం చేశామని ట్రంప్ ప్రకటన
- ★ జస్ట్ ట్రైలర్ మాత్రమే చూశారు.. సినిమా ముందుందన్న ఇరాన్
- ★ పిక్చర్ అభి బాకీ హై అంటూ తమ యుద్ధ నౌకల వీడియో రిలీజ్

అమెరికా అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్‌కు ఇరాన్ సినిమా స్టైల్‌లో గట్టి కౌంటర్ ఇచ్చింది. తమ దాడుల్లో ఇరాన్ నౌకాదళం దాదాపు అంతమైపోయిందన్న ట్రంప్ వ్యాఖ్యలపై తీవ్రంగా స్పందించింది. బాలీవుడ్ నటుడు షారుఖ్ ఖాన్ సినిమాలోని 'పిక్చర్ అభీ బాకీ హై' (అసలు సినిమా ముందుంది) అనే డైలాగ్‌తో హెచ్చరికలు జారీ చేసింది. సోమవారం డొనాల్డ్ ట్రంప్ సోషల్ - మిగతా 2 లో

క్వాంటం రంగంలో ఏపీ సరికొత్త అధ్యాయం

- దేశంలోనే తొలి రిఫరెన్స్ ఫెసిలిటీ ప్రారంభించిన సీఎం చంద్రబాబు
- అమరావతిలో క్వాంటం నవశకం
- తొలి టెస్ట్ బెడ్స్‌ను ప్రారంభించిన చంద్రబాబు
- ఎస్ఆర్ఎం వర్సిటీ, మేధా టవర్స్‌లో రెండు టెస్ట్ బెడ్స్ ఏర్పాటు
- క్వాంటం హార్డ్‌వేర్‌ను పరీక్షించి, సర్టిఫై చేసే సామర్థ్యం సాధించిన ఏపీ
- ఈ సదుపాయం కలిగిన తొలి రాష్ట్రంగా నిలిచిన ఆంధ్రప్రదేశ్

క్వాంటం టెక్నాలజీ రంగంలో ఆంధ్రప్రదేశ్ సరికొత్త చరిత్ర సృష్టించింది. దేశంలోనే తొలిసారిగా - మిగతా 2 లో

దివ్యాంగ విద్యార్థుల ఎవరెస్ట్ సాహసయాత్ర

- జెండా ఊపి ప్రారంభించిన మంత్రి నారా లోకేశ్
- ప్రత్యేక అవసరాలు గల 21 మంది విద్యార్థుల ఎవరెస్ట్ బేస్ క్యాంప్ యాత్ర ప్రారంభం
- దేశంలోనే తొలిసారిగా ప్రభుత్వ ఆధ్వర్యంలో ఈ వినూత్న కార్యక్రమం
- ఉండవల్లిలో యాత్రను జెండా ఊపి ప్రారంభించిన మంత్రి నారా లోకేశ్
- కసి, పట్టుదలే మనల్ని ఉన్నత శిఖరాలకు చేర్చుతాయని విద్యార్థులకు ఉద్బోధ
- సమాజంలో మార్పు కోసం ఇలాంటి ప్రతిభావంతులను ప్రోత్సహిస్తామన్న మంత్రి

కసి, పట్టుదల ఉంటే సాధించలేనిది ఎదురయ్యే సవాళ్లను అధిగమించి ప్రపంచాన్ని జయించాలని - మిగతా 2 లో

ఏపీలో డీలిమిటేషన్ పై

విస్తృత చర్చ..

- పెరిగే స్థానాలతో ఏ రాజకీయపార్టీకి లాభిస్తాయి?
- ఆంధ్రప్రదేశ్ లో రాజకీయంగా భౌగోళిక మార్పులు చోటుచేసుకోబోతున్నాయి.
- కేంద్ర ప్రభుత్వ నిర్ణయంతో చట్టసభల్లో సీట్ల సంఖ్యపెరగబోతున్నాయి.
- దీంతో ఎవరు లాభపడబోతున్నారే విషయా.నికొస్తే..
- అలాగే లోక్ సభ నియోజకవర్గాలు 25 నుంచి 38కి పెరిగనున్నాయి

2026లో తలపెట్టబోతున్న జనగణన, మహిళా రిజర్వేషన్లతోపాటు అసెంబ్లీ నియోజకవర్గాలు, లోక్ సభ నియోజకవర్గాలు గణనీయంగా పెరగబోతున్నాయి. ఏపీలో డీలిమిటేషన్ పై విస్తృత చర్చ.. పెరిగే స్థానాలతో ఏ

రాజకీయపార్టీకి లాభిస్తాయి? కేంద్ర ప్రభుత్వం ఈనెల 16 నుంచి పార్లమెంట్ ప్రత్యేక సమావేశాలు నిర్వహించడానికి రెడీ అవుతుంది. ఈ సమావేశాల్లోనే నియోజకవర్గాల పునర్విభజనతో పాటు మహిళలకు 33 శాతం రిజర్వేషన్లు కల్పించే బిల్లుకు ఆమోదం తెలపనుంది. డీలిమిటేషన్ తర్వాత

డైలీ న్యూస్ పేపర్ హంస కలం

గురువారం 16 - 04 - 2026

అడ్డంగా నరుకుతామన్న ఎమ్మెల్యే

మొదటిపేజీ తరువాయి – ఠాకూర్ చేసిన వ్యాఖ్యలు రాజకీయంగా పెద్ద దుమారం రేపాయి. మంథనిలో జరిగిన ఒక కార్యక్రమంలో ఆయన మాట్లాడుతూ, కాంగ్రెస్ కార్యకర్తలను ఎవరైనా బెదిరిస్తే "అడ్డంగా నరుకుతాం" అంటూ చేసిన వ్యాఖ్యలపై సోషల్ మీడియాలో తీవ్ర విమర్శలు వచ్చాయి. ఈ నేపథ్యంలో, రాష్ట్ర మంత్రి శ్రీధర్ బాబు ఈ వివాదంపై స్పందిస్తూ వివరణ ఇచ్చారు. రాజ్ ఠాకూర్ శాంతిని కోరుకునే వ్యక్తి అని, ప్రస్తుతం కాంగ్రెస్ కార్యకర్తలను చాలా మంది బెదిరిస్తుండటంతో వారికి ధైర్యం చెప్పే క్రమంలోనే ఆయన ఆవేశంగా మాట్లాడారని మంత్రి సమర్థించారు. జిల్లా కాంగ్రెస్ అధ్యక్షుడిగా కార్యకర్తలు తమ బాధలు చెప్పుకున్నప్పుడు వారిలో భరోసా నింపేందుకు అలా స్పందించాల్సి వచ్చిందని తెలిపారు. శాంతికి విఘాతం కలిగించే ఆలోచనలు ఎవరు చేసినా తమ ప్రభుత్వం ఖండిస్తుందని, చట్టాన్ని అతిక్రమించే ఉద్దేశం ఎవరికీ లేదని మంత్రి స్పష్టం చేశారు.

అసలేం జరిగిందంటే?..

మంథనిలో జరిగిన ఒక సమావేశంలో రాజ్ ఠాకూర్ మాట్లాడుతూ.. "మంథనిలో ప్రతిరోజూ శ్రీధర్ బాబు ఉండకపోవచ్చు. కానీ కార్యకర్తలను ఎవరైనా బెదిరిస్తే మేము 2 గంటల్లో ఇక్కడికి వస్తాం. ఎవరైనా అడ్డంగా మాట్లాడితే వారిని అడ్డంగా నరుకుతాం" అని వ్యాఖ్యానించారు. ఒక బాధ్యతాయుతమైన పదవిలో ఉన్న వ్యక్తి ఇలాంటి హింసాత్మక వ్యాఖ్యలు చేయడం సరికాదంటూ విపక్షాలు మండిపడుతున్నాయి.

తెలంగాణలో మండుతున్న ఎండలు

మొదటిపేజీ తరువాయి – ఉష్ణోగ్రతలు 42 డిగ్రీలకు పైగా నమోదవుతున్నాయి. ఉదయం తొమ్మిది గంటల నుంచే భానుడి భగభగతో ప్రజలు తీవ్ర ఇబ్బందులు పడుతున్నారు. ఆదిలాబాద్, మహబూబ్ నగర్, నిజామాబాద్, జగిత్యాల, రాజన్న సిరిసిల్ల, హైదరాబాద్, నిర్మల్, కరీంనగర్, వనపర్తి, కొమురంభీమ్ తదితర జిల్లాలకు వాతావరణ శాఖ ఆరెంజ్ అలర్ట్ జారీ చేసింది. ఆదిలాబాద్, నిర్మల్, నిజామాబాద్, ఉమ్మడి ఆదిలాబాద్‌తో పాటు నిజామాబాద్, ఖమ్మం జిల్లాల్లో బుధవారం వడగాలులు వీచే అవకాశం ఉంది. రేపు, ఎల్లుండి ఉత్తర, దక్షిణ తెలంగాణలోని అన్ని జిల్లాల్లో ఎండ తీవ్రత 41 నుంచి 44 డిగ్రీల వరకు ఉండే అవకాశం ఉందని వాతావరణ శాఖ తెలిపింది. ఈరోజు ఆదిలాబాద్, నిర్మల్, నిజామాబాద్, రేపు ఉమ్మడి ఆదిలాబాద్, నిజామాబాద్, ఖమ్మం జిల్లాల్లో వడగాలులు వీచే అవకాశం ఉందని తెలిపింది. గురువారం నుంచి ఎండల తీవ్రత మరింత ఎక్కువ కానున్నట్లు వాతావరణ శాఖ వెల్లడించింది.

నన్ను కూడా ఇరికించాలని చాలా ట్రై చేశారు

మొదటిపేజీ తరువాయి – నేతలు చేస్తున్న విమర్శలపై కాంగ్రెస్ సీనియర్ నేత జగ్గారెడ్డి ఘాటుగా స్పందించారు. గాంధీ భవన్‌లో జరిగిన మీడియా సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడుతూ, బీజేపీ నేతల ఆరోపణలకు ఎలాంటి విలువ లేదని కొట్టిపారేశారు. నియోజకవర్గాల పునర్విభజన (డీలిమిటేషన్) వల్ల దక్షిణాది రాష్ట్రాలకు, ముఖ్యంగా తెలంగాణకు జరిగే అన్యాయాన్ని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి ప్రశ్నిస్తున్నారని, అది జీర్ణించుకోలేకనే బీజేపీ నేతలు ఆయన్ని వ్యక్తిగతంగా టార్గెట్ చేస్తున్నారని జగ్గారెడ్డి విమర్శించారు. మంత్రి పొంగులేటి శ్రీనివాస్ రెడ్డిపై వస్తున్న భూ దందాల ఆరోపణల్లో వాస్తవం లేదని అన్నారు. గతంలో తనపై కూడా ఇలాంటి ఆరోపణలు చేశారని, అయితే ఎలాంటి ఆధారాలు చూపించేకపోయారని ఎద్దేవా చేశారు. ఆ తర్వాత కూడా తనను ఎక్కడో ఒకచోట ఇరికించాలని తెగ ట్రై చేశారని... కానీ, సాధ్యం కాకపోవడంతో చాలా నిరాశ చెందారని అన్నారు. సమస్యల ప్రాతిపదికన చర్చించకుండా కేవలం బురదజల్లడమే లక్ష్యంగా బీజేపీ నేతలు వ్యవహరిస్తున్నారని, ఇది సరికాదని ఆయన హితవు పలికారు. రేవంత్ రెడ్డి చేస్తున్న పోరాటం రాష్ట్ర ప్రయోజనాల కోసమని, కాంగ్రెస్ పార్టీ శ్రేణులు ఆయనకు అండగా ఉంటాయని జగ్గారెడ్డి పునరుద్ఘాటించారు.

టీటీడీ లో ఖాళీ గోనె సంచుల సేకరణకు ఈ-టెండర్ల ఆహ్వానం..!

చివరి తేదీ ఏప్రిల్ 22 సాయంత్రం 5 గంటలుగా నిర్ణయించారు. ఆసక్తి గల అభ్యర్థులు ఈ గడువును తప్పకుండా గమనించి ముందుగానే దరఖాస్తు చేసుకోవాలని అధికారులు సూచిస్తున్నారు. ఈ టెండర్‌కు సంబంధించిన పూర్తి వివరాలు తెలుసుకోవాలనుకునే వారు టీటీడీ అధికారిక వెబ్‌సైట్ లేదా ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వ ఈ-కొనుగోలు పోర్టల్‌ను సందర్శించవచ్చు. అదనంగా, తిరుపతిలోని మార్కెటింగ్ విభాగం జనరల్ మేనేజర్ (వేలం) కార్యాలయాన్ని కార్యాలయ సమయాల్లో సంప్రదించే అవకాశం కూడా ఉంది. మరిన్ని వివరాల కోసం 0877-2264429 ఫోన్ నంబర్‌ను సంప్రదించాలని సూచించారు. తిరుమల వంటి ప్రముఖ ధార్మిక క్షేత్రంలో వచ్చే ఈ టెండర్.. చిన్న వ్యాపారాల నుంచి పెద్ద సంస్థల వరకు అందరికీ ఒక మంచి అవకాశంగా మారే అవకాశం ఉంది. సమయాన్ని వృథా చేయకుండా దరఖాస్తు చేసి ఈ అవకాశాన్ని అందిపుచ్చుకోవాలని అధికారులు పిలుపునిస్తున్నారు.

క్వాంటం రంగంలో ఏపీ సరికొత్త అధ్యాయం

మొదటిపేజీ తరువాయి – క్వాంటం టెస్ట్ రిఫరెన్స్ ఫెసిలిటీని ఏర్పాటు చేసిన రాష్ట్రంగా ఏపీ ఘనత సాధించింది. ప్రపంచ క్వాంటం దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు ఈ సదుపాయాలను మంగళవారం ప్రారంభించారు. ఈ ఆవిష్కరణతో క్వాంటం రంగంలో రాష్ట్రం కీలక ముందడుగు వేసినట్లయింది. ఈ కార్యక్రమంలో భాగంగా ఎస్ఆర్ఎం యూనివర్సిటీలో ఏర్పాటు చేసిన '1ఎస్ ఓపెన్ యాక్సెస్ క్వాంటం ఫెసిలిటీ'తో పాటు, గన్నవరంలోని మేధా టవర్స్‌లో ఉన్న '1క్యూ క్వాంటం ఫెసిలిటీ'ని సీఎం ప్రారంభించారు. ఈ రెండు కేంద్రాలు క్వాంటం కంప్యూటింగ్ ఉపకరణాలను పరీక్షించే టెస్ట్ బెడ్స్‌గా పనిచేస్తాయి. మైనస్ 273 డిగ్రీల సెల్సియస్ అత్యంత శీతల ఉష్ణోగ్రత వద్ద పనిచేసేలా వీటిని రూపొందించారు. ఈ కొత్త సదుపాయాలతో అమరావతి క్వాంటం వ్యాలీకి ఇప్పుడు క్వాంటం కంప్యూటర్ హార్డ్‌వేర్‌ను పరీక్షించి, సర్టిఫై చేసే సామర్థ్యం లభించింది. క్వాంటం కంప్యూటర్ పరికరాలు తయారుచేసే కంపెనీలకు, పరిశోధకులకు, విద్యార్థులకు, నిపుణులకు ఈ టెస్ట్ బెడ్స్ ఎంతగానో ఉపయోగపడనున్నాయి. ఈ ప్రారంభోత్సవ కార్యక్రమానికి నేషనల్ క్వాంటం మిషన్, డీఎస్టీ ప్రతినిధులు, వివిధ క్వాంటం కంపెనీల అధిపతులు, ఐఐటీ ప్రొఫెసర్లు, శాస్త్రవేత్తలు హాజరయ్యారు.

కూతురిని గుర్తుచేసుకుని సింగర్ చిత్ర భావోద్వేగం..

మొదటిపేజీ తరువాయి – మాతో లేవన్న వాస్తవం ఎప్పటికీ బాధ కలిగిస్తూనే ఉంటుంది. కానీ, మనం మళ్లీ కలిసేంత వరకు నువ్వు ఎప్పటికీ నా గుండెల్లోనే ఉంటావు" అని చిత్ర తన పోస్ట్‌లో పేర్కొన్నారు. కుమార్తె మరణించి ఏళ్లు గడుస్తున్నా, ఆ వేదన తనను ఇంకా వెంటాడుతూనే ఉందని ఈ పోస్ట్ ద్వారా ఆమె పంచుకున్నారు. విజయ్ శంకర్‌తో వివాహమైన చాలా సంవత్సరాల తర్వాత 2002లో చిత్రకు నందన జన్మించింది. ఈ తీవ్ర విషాదం నుంచి కోలుకోవడానికి తనకు సంగీతం, ఆధ్యాత్మికత ఎంతగానో సహాయపడ్డాయని చిత్ర గతంలో చాలాసార్లు చెప్పారు. వ్యక్తిగత జీవితంలో ఇంతటి వేదన ఉన్నప్పటికీ, ఆమె తన వృత్తిని ఏనాడూ నిర్లక్ష్యం చేయలేదు. నాలుగు దశాబ్దాల కెరీర్‌లో తెలుగు, తమిళం సహా పలు భాషల్లో 25,000కు పైగా పాటలు పాడి 'దక్షిణ భారత నైటింగేల్'గా పేరుపొందారు. పద్మభూషణ్‌తో పాటు ఎన్నో జాతీయ అవార్డులను ఆమె అందుకున్నారు.

ఇరాన్ అమెరికా యుద్ధం ఎఫెక్ట్, భారత్ సహా వివిధ దేశాల్లో పేదరికంలోకి 88 లక్షలమంది

మొదటిపేజీ తరువాయి – కూరుకుపోయే ప్రమాదం ఉందని ఐక్యరాజ్యసమితి పేర్కొంది. పశ్చిమాసియాలో సంక్షోభం నేపథ్యంలో ఇప్పటికే చమురు ధరలు భారీగా పెరిగాయి. పలు దేశాల్లో నిత్యావసర వస్తువుల ధరలు మండిపోతున్నాయి. ఈ సంక్షోభం భారత్ పైనా తీవ్ర ప్రభావం చూపనుందని ఐక్యరాజ్యసమితి తాజాగా తెలిపింది. 'పశ్చిమాసియాలో సైనిక ఉద్రిక్తతలు.. ఆసియా, పసిఫిక్‌లో మానవ అభివృద్ధిపై ప్రభావాలు' పేరుతో ఐక్యరాజ్యసమితి డెవలప్‌మెంట్ ప్రోగ్రామ్ ఓ నివేదికను రూపొందించింది. ఈ నివేదిక ప్రకారం యుద్ధ ప్రభావం ఆసియా, పసిఫిక్ ప్రాంతంలో అభివృద్ధిని తగ్గిస్తుంది. ప్రజల జీవనోపాధిపై ప్రభావం ఉంటుందని పేర్కొంది. ఈ యుద్ధం ప్రభావం భారత్, పాకిస్థాన్, బంగ్లాదేశ్, నేపాల్, ఫిలిప్పీన్స్‌తో సహా అనేక దేశాల్లో ఆహార భద్రత ఒత్తిళ్లు తీవ్రమవుతాయని హెచ్చరించింది. యుద్ధం దీర్ఘకాలం కొనసాగితే భారతదేశంలో యూరియా నిల్వలు తగ్గిపోతాయని తెలిపింది. హర్మూజ్ జలసంధి పరిసరాల్లో నెలకొన్న ఉద్రిక్తతల కారణంగా భారత్‌లో వైద్య పరికరాలకు సంబంధించిన ముడి పదార్థాల ధరలు యాభై శాతం పెరిగే అవకాశం ఉందని అంచనా వేసింది. మెడిసిన్స్ ధరలు ఇప్పటికే పది నుంచి పదిహేను శాతం పెరిగిన విషయాన్ని గుర్తు చేసింది.

షారుఖ్ ఖాన్ డైలాగ్ తో అమెరికాకు ఇరాన్ వార్నింగ్..

మొదటిపేజీ తరువాయి – మీడియాలో స్పందిస్తూ, ఇరాన్ నౌకాదళం పూర్తిగా కనుమరుగైపోయిందని ప్రకటించారు. అమెరికా దళాలు ఇప్పటికే 158 ఇరాన్ నౌకలను సముద్రంలో ముంచివేశాయని పేర్కొన్నారు. కేవలం కొన్ని ఫాస్ట్ అటాక్ షిప్స్ మాత్రమే మిగిలి ఉన్నాయని, వాటిని తాము పెద్ద ముప్పుగా పరిగణించడం లేదని ట్రంప్ వ్యాఖ్యానించారు. ట్రంప్ ఆరోపణలను తిప్పికొడుతూ ముంబైలోని ఇరాన్ కాన్సులేట్ ఒక వీడియోను విడుదల చేసింది. తమ వేగవంతమైన క్షిపణి బోట్లను 'పర్షియన్ గల్ఫ్ ఎర్ర తేనెటీగలు'గా అభివర్ణిస్తూ, అవి ఇప్పుడే వార్మప్ అవుతున్నాయని తెలిపింది. హర్మూజ్ జలసంధిపై తమకే పూర్తి పట్టు ఉందని ఇరాన్ స్పష్టం చేస్తోంది. ప్రస్తుతం పర్షియన్ గల్ఫ్ ప్రాంతంలో అమెరికా యుద్ధ నౌకలు, ఇరాన్ మిస్సైల్ బోట్ల మధ్య మాటల యుద్ధం, సైనిక ఉద్రిక్తతలు తార స్థాయికి చేరాయి.

ఆర్టికల్ 370 రద్దు తర్వాత పూర్తిగా అమల్లోకి రాజ్యాంగం

మొదటిపేజీ తరువాయి – మంగళవారం దిల్లీ-డెహ్రాదూన్ ఎకనామిక్ కారిడార్‌ను ప్రధాని మోదీ ప్రారంభించారు. అనంతరం ఏర్పాటు చేసిన బహిరంగ సభలో మాట్లాడుతూ ఈ మేరకు వ్యాఖ్యలు చేశారు. చట్టసభల్లో మహిళలకు 33 శాతం రిజర్వేషన్లు అమల్లో జాప్యం జరగడానికి వీల్లేదని ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ స్పష్టం చేశారు. 'ఈ రోజు అంబేడ్కర్ జయంతి. ఆయనకు నేను హృదయపూర్వక నివాళులు అర్పిస్తున్నా. అంబేడ్కర్ సామాజిక న్యాయానికి జీవితాంతం పోరాడారు. అదే దిశగా ప్రభుత్వం పనిచేస్తోంది. మౌలిక వసతులు, పరిశ్రమల అభివృద్ధి ద్వారా సమగ్ర ప్రగతి సాధ్యం అవుతుంది. ఆర్టికల్370 రద్దు తర్వాత రాజ్యాంగం పూర్తిగా అమల్లోకి వచ్చింది. మావోయిస్టు ప్రభావిత జిల్లాలు కూడా ఇప్పుడు రాజ్యాంగబద్ధంగా పనిచేస్తున్నాయి. ఉమ్మడి పౌర స్మృతిని అమలు చేయాలని మన రాజ్యాంగం మన నుంచి ఆశిస్తోంది. ఉత్తరాఖండ్ దీనిని ముందుకు తీసుకువెళ్లి దేశానికి ఒక మార్గాన్ని చూపింది' అని ప్రధాని మోదీ తెలిపారు.

'2029 నుంచే అమలు కావాలి'

నాలుగు దశాబ్దాల నిరీక్షణ తర్వాత పార్లమెంట్? నారీశక్తి వందన్ అధినియం ఆమోదించిందని ప్రధాని మోదీ తెలిపారు. 'మన సోదరీమణులు, అడబిడ్డల సంక్షేమం, రక్షణ, ప్రజాస్వామ్యంలో భాగస్వామ్యం అనేది డబుల్ సర్కార్ అత్యధిక ప్రాధాన్యాల్లో ఒకటి. శాసనసభలు, లోక్‌సభలో మహిళలకు 33 శాతం రిజర్వేషన్లు ఖరారయ్యాయి. అన్ని పార్టీలు ముందుకొచ్చి ఈ గొప్ప బిల్లుకు మద్దతు ఇచ్చాయి. మహిళలకు లభించిన ఈ హక్కు అమల్లో జాప్యం జరగడానికి వీల్లేదు. 2029లో లోక్‌సభ ఎన్నికలు జరుగుతాయి. ఆ తర్వాత అసెంబ్లీ ఎన్నికలు కూడా జరుగుతూ ఉంటాయి. 2029 నుంచే ఈ రిజర్వేషన్లు అమలు కావాలి. ఇది దేశంలో ప్రతీ సోదరి, ఆడవిడ్డ కోరిక. మాతృశక్తి ఆకాంక్షను గౌరవిస్తూ ఏప్రిల్ 16 నుంచి పార్లమెంటులో చర్చలు జరుగుతాయి. మహిళలకు సంబంధించిన ఈ పనిని అన్ని పార్టీలు కలిసి ఏకాభిప్రాయంతో పూర్తి చేయాలి' అని ప్రధాని మోదీ తెలిపారు.

దేవభూమిని శుభ్రంగా ఉంచండి : ప్రధాని మోదీ

హరిద్వార్‌లో జరగబోయే కుంభమేళాను వైభవోపేతంగా, దివ్యంగా, పరిశుభ్రంగా నిర్వహించాలని కూడా ప్రధాని మోదీ పిలుపునిచ్చారు. 'ప్లాస్టిక్ సీసాల కుప్పలు, చెత్తా చెదారం దేవభూమి పవిత్రతకు హాని కలిగిస్తున్నాయి. అందువల్ల, మన పుణ్యక్షేత్రాలైన దేవభూమి ప్రదేశాలను పరిశుభ్రంగా, అందంగా ఉంచుకోవడం చాలా ముఖ్యం. వచ్చే ఏడాది హరిద్వార్‌లో కుంభమేళా కూడా జరగనుంది. ఈ విశ్వాస సంగమాన్ని దివ్యంగా, వైభవంగా, పరిశుభ్రంగా తీర్చిదిద్దేందుకు మనం అన్ని విధాలా కృషి చేయాలి' అని ప్రధాని మోదీ తెలిపారు.

'ఏడాది పొడవునా టూరిజం అవసరం'

ఉత్తరాఖండ్?లో 12 నెలల పర్యటకం రాష్ట్ర ఆర్థికాభివృద్ధికి ఎంతో కీలకమని ప్రధాని తెలిపారు. ముఖ్యంగా శీతాకాలంలో కూడా పర్యటకులను ఆకర్షించేలా రాష్ట్రం ముందుకు వస్తోందని చెప్పారు. వింటర్ టూరిజం, వింటర్ స్పోర్ట్స్, డెస్టినేషన్ వెడ్డింగ్స్‌కు ఉత్తరాఖండ్ ప్రముఖ కేంద్రంగా మారుతోందని పేర్కొన్నారు. ప్రధాని తన 2023 పర్యటనలో కైలాస్, ఓం పర్వత్ సందర్శించిన విషయాన్ని గుర్తుచేశారు. అప్పటి నుంచి యాత్రికుల సంఖ్య గణనీయంగా పెరిగిందని చెప్పారు. స్థానికులకు ఉపాధి అవకాశాలను పెంచిందని తెలిపారు. ఉత్తరాఖండ్ సహజ అందాలను, పవిత్రతను కాపాడితేనే పర్యటకం దీర్ఘకాలంగా అభివృద్ధి చెందుతుందని ప్రధాని పేర్కొన్నారు. దిల్లీ-డెహ్రాదూన్ ఎకనామిక్ కారిడార్ వల్ల ఈ రెండు నగరాల మధ్య ప్రయాణ సమయం ఆరు గంటల నుంచి సుమారు 3 గంటలకు తగ్గనుంది. 213 కిలోమీటర్ల పొడవైన 6 వరుసల ఎకనామిక్ కారిడార్‌ను 12వేల కోట్లతో నిర్మించారు. మొదట సహారన్‌పూర్‌లో ఎకనామిక్ కారిడార్‌లో భాగంగా నిర్మించిన ఎలివేటెడ్ సెక్షన్‌లో వన్యప్రాణుల కారిడార్‌ను ప్రధాని పరిశీలించారు. సహారన్‌పూర్, డెహ్రాదూన్ వీధుల్లో రోడ్ షో నిర్వహించారు.డెహ్రాదూన్ సమీపంలోని మా దత్ కాళీ ఆలయంలో ప్రధాని ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు.

నియోజకవర్గాల పునర్విభజన విషయంలో బీజేపీ కుట్రలు చేస్తోంది

మొదటిపేజీ తరువాయి – రేవంత్ రెడ్డి పూలమాల వేసి నివాళులర్పించారు. ముఖ్యమంత్రితో పాటు మంత్రులు పొన్నం ప్రభాకర్, అడ్లూరి లక్ష్మణ్, సీతక్క, తదితర నేతలు పాల్గొన్నారు. అనంతరం ప్రభుత్వాధ్వర్యంలో నిర్వహించిన అంబేడ్కర్ జయంతి వేడుకల్లో పాల్గొన్నారు. ప్రభుత్వ ఆధ్వర్యంలో అంబేడ్కర్ జయంతి ఉత్సవాలు నిర్వహించారు. అనంతరం ప్రసంగించారు.

దక్షిణాది రాష్ట్రాలకు అన్యాయం : పదేళ్ల విధ్వంసం వందేళ్ల నష్టానికి దారి తీసిందని విమర్శించారు. గతంలో చేసిన అప్పులు చెల్లిస్తూ తప్పులు సరిదిద్దుతూ పాలన సాగిస్తున్నామని అన్నారు. గత సర్కారు పాలనతో పోలిస్తే ఈ ప్రజా ప్రభుత్వంలో దళితులకి అత్యంత ప్రాధాన్యత ఇచ్చామని తెలిపారు. నియోజకవర్గాల పునర్విభజన విషయంలో బీజేపీ కుట్రలు చేస్తోందని విమర్శించారు. దక్షిణాది రాష్ట్రాలకు అన్యాయం చేసే కుట్ర చేస్తున్నారని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు.

పేదలకు నాణ్యమైన విద్య కోసం : సమాన అవకాశాలతో దేశాన్ని అభివృద్ధి పథంలో నడపవచ్చని అంబేడ్కర్ మార్గదర్శనం చేశారని రేవంత్ రెడ్డి అన్నారు. గాంధీ, అంబేడ్కర్ దేశానికి రెండు కళ్ల లాంటివారని కొనియాడారు. రక్తం చిందకుండా యుద్ధం గెలవచ్చని గాంధీ నిరూపించారని, బలమైన దేశంగా భారత్ ఎదగడానికి అంబేడ్కర్ కృషి చేశారని పేర్కొన్నారు. ప్రజల కలలు సాకారం చేసేందుకు తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం కృషి చేస్తోందని తెలిపారు. పేదలకు నాణ్యమైన విద్య కోసం గతంలో లేని విధంగా చర్యలు చేపట్టామని, తెలంగాణ పబ్లిక్ స్కూల్ విధానంతో పిల్లల భవిష్యత్ మారుతుందని ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు. తెలంగాణ ఇంటిగ్రేటెడ్, పబ్లిక్ స్కూళ్ల ఏర్పాటుకు కృషి చేస్తున్నామని, గతంలో చేసిన అప్పులు, తప్పులను సరిదిద్దుకుంటూ ముందుకెళ్తున్నామని, పదేళ్ల విధ్వంసం వందేళ్ల నష్టానికి దారి తీసిందని వెల్లడించారు.

తెలంగాణ రాష్ట్రానికి తీరని నష్టం : కాంగ్రెస్ పార్టీ ప్రభుత్వ హయాంలోనే మహిళా రిజర్వేషన్ బిల్లు రాజ్యసభలో ఆమోదం పొందిందని రేవంత్ రెడ్డి అన్నారు. ఈ బిల్లును లోక్‌సభలో కొన్ని పార్టీలు అడ్డుకున్నాయని ఆరోపించారు. ప్రస్తుతం దక్షిణాది రాష్ట్రాలకు అన్యాయం చేసే ప్రయత్నం చేస్తున్నారని, దక్షిణాదిన కుటుంబ నియంత్రణ వల్ల జనాభా తగ్గి సీట్లు కోల్పోయే పరిస్థితి ఉందని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. రాష్ట్రాల్లో దామాషా ప్రకారం 50 శాతం సీట్లు పెంచుతామన్నారని తెలిపారు. కేంద్రం ఆదేశాలు పాటించి జనాభా నియంత్రణ పాటిస్తే నష్టం చేస్తున్నారని, తెలంగాణ రాష్ట్రానికి తీరని నష్టంపై అభ్యంతరం లేవనెత్తామని స్పష్టం చేశారు. దక్షిణాది రాష్ట్రాలపై రాజకీయ కుట్ర : కేంద్ర నిబంధనలు పాటిస్తే దక్షిణాది రాష్ట్రాలకు అన్యాయం చేస్తారా సీఎం ప్రశ్నించారు. దక్షిణాది రాష్ట్రాల్లో సీట్లు పెంచుకోవడంపై పోరాడాలని పిలుపునిచ్చారు. రాజ్యాధికారమే అంతిమ లక్ష్యమని అంబేడ్కర్ చెప్పారని, రాజ్యాధికారం సాధించాలంటే సీట్ల సంఖ్య పెరగాలని డిమాండ్ చేశారు. దక్షిణాది రాష్ట్రాలపై రాజకీయ కుట్ర జరుగుతోందని విమర్శించారు. ఎస్సీ వర్గీకరణ చేసి చూపిన రాష్ట్రం తెలంగాణ అని, జనగణనతో పాటు కులగణన చేసిన ఏకైక రాష్ట్రం తెలంగాణ అని వివరించారు. "గతంలో చేసిన అప్పులు, తప్పులను సరిదిద్దుకుంటూ ముందుకెళ్తున్నాం. అన్ని వర్గాలకు అభివృద్ధి, సంక్షేమం అందించేందుకు ప్రభుత్వం కృషిచేస్తోంది. పదేళ్ల విధ్వంసం వందేళ్ల నష్టానికి దారి తీసింది. గతంలో చేసిన అప్పులు చెల్లిస్తూ తప్పులు సరిదిద్దుతూ పాలన సాగిస్తున్నాం. వెనుక నుంచి గోతులు తవ్వేవారిని మీరే ఏదో ఒకటి చేయకపోతే నష్టం జరుగుతుంది. మహిళా రిజర్వేషన్లు, సీట్ల పెంపుపై కేంద్రం గందరగోళం సృష్టిస్తోంది"– రేవంత్ రెడ్డి, సీఎం

ఏపీలో డీలిమిటేషన్ పై విస్తృత చర్చ..

మొదటిపేజీ తరువాయి – ఆంధ్రప్రదేశ్ లో ఎన్ని అసెంబ్లీ నియోజకవర్గాలు పెరుగుతాయి? లోక్ సభ సీట్లు ఎన్ని పెరగవచ్చు? నియోజకవర్గాల పునర్విభజనలో ఎలాంటి మార్పులు చోటుచేసుకోబోతున్నాయనేది ఆసక్తిరకంగా మారింది. కేంద్ర ప్రభుత్వం తీసుకున్న నిర్ణయంతో ఆంధ్రప్రదేశ్ స్వరూపంలో విప్లవాత్మక మార్పులు చోటుచేసుకోబోతున్నాయి. 175 అసెంబ్లీ స్థానాలు 269కి పెరగబోతున్నాయి. అలాగే లోక్ సభ నియోజకవర్గాలు 25 నుంచి 38కి పెరిగనున్నాయి. . పునర్విభజన వల్ల రాష్ట్రంలో ఏకంగా 88 అసెంబ్లీ స్థానాలు పెరగడం వల్ల యువత, మహిళలు, ఎస్సీ, ఎస్టీ, బీసీలకు, మహిళలకు చట్టసభల్లో మరింత ప్రాతినిధ్యం పెరుగుతుంది. కొత్త నాయకత్వం అభివృద్ధి చెందుతుంది. చదువుకున్న యువత రాజకీయాల్లోకి వచ్చేందుకు ఈ పరిణామం దోహదం చేస్తుందనే అభిప్రాయాలు వ్యక్తమవుతున్నాయి. ఉమ్మడి ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో రాజకీయ ప్రయోజనాల కోసం ఇష్టారాజ్యంగా నియోజకవర్గాలను పునర్విభజించారని ఆరోపణలున్నాయి. వాటిని చక్కదిద్దేందుకు, ఓటర్ల సంఖ్య పరంగా రాష్ట్రంలో ప్రస్తుతం కొన్ని నియోజకవర్గాల మధ్య ఉన్న వ్యత్యాసాల్ని సరిదిద్దేందుకు, కొత్త నాయకత్వాన్ని ప్రోత్సహించేందుకు, చట్టసభల్లో మహిళలు, యువత, ఎస్సీ, ఎస్టీ, బీసీల ప్రాతినిధ్యం పెరిగేందుకు పునర్విభజన దోహదం చేస్తుంది. నియోజకవర్గాల పరిధి తగ్గడం వల్ల పాలనాపరంగా సౌలభ్యం ఉంటుంది. మంత్రివర్గం సంఖ్య కూడా పెరుగుతుంది. వివిధ వర్గాల రాజకీయ ఆకాంక్షల్ని నెరవేర్చేందుకు పార్టీలకు వెసులుబాటు లభిస్తుంది. అందుకే రాజకీయాలకు అతీతంగా పార్టీలన్నీ పునర్విభజన నిర్ణయాన్ని స్వాగతిస్తున్నాయి. నియోజకవర్గాల పునర్విభజనతో మహిళా రిజర్వేషన్ చట్టం అమలు వల్ల మహిళలకు చట్టసభల్లో విశేష ప్రాతినిధ్యం లభిస్తుంది. ప్రస్తుతం శాసనసభలో 175 మందిలో 22 మంది మాత్రమే మహిళా ఎమ్మెల్యేలు ఉన్నారు. నియోజకవర్గాల పునర్విభజన, మహిళా రిజర్వేషన్ చట్టం అమలుతో మహిళలకు అధికారికంగా 33 శాతం రిజర్వేషన్ లభిస్తుంది. అంటే 88 మంది మహిళా ప్రతినిధులు దేశవ్యాప్తంగా నియోజకవర్గాల పునర్విభజన జరుగుతుందనే విషయాన్ని కేంద్ర హోంశాఖ మంత్రి అమిత్ షా కూటమి పక్షాల సమావేశంలో వెల్లడించారు. దీంతో దేశంలో ఉత్తరాదిన స్థానాలను పెంచుకుని, దక్షిణాది రాష్ట్రాల్లో తగ్గిస్తారనే అపోహలతో విపక్షాలు పోరాటానికి సిద్ధమవుతున్నాయని సమాచారం. 2011 నాటి జనాభా లెక్కల ప్రకారం రాష్ట్రాల వారీగా అసెంబ్లీ నియోజకవర్గాల పునర్విభజన జరుగుతుందని సంకేతాలిచ్చారు. దీంతో ఉన్న అసెంబ్లీ, లోక్ సభ స్థానాల్లో 50శాతం మేర అదనంగా పెరుగుతాయని రాజకీయ పక్షాలు భావిస్తున్నాయి. నియోజకవర్గాల సంఖ్య పెంపు కంటే ముందే మహిళా రిజర్వేషన్ చట్టం, డీలిమిటేషన్ చట్టాలకు సవరణలు ప్రతిపాదిస్తూ ఈ పార్లమెంట్ సమావేశాల్లో బిల్లు తీసుకురాబోతున్నట్లు తెలుస్తోంది. లోక్‌సభలో ఇందుకు సంబంధించిన బిల్లు ఆమోదం పొందిన తర్వాత కేంద్ర ప్రభుత్వం డీలిమిటేషన్ కమిషన్ ఏర్పాటుచేసి చకచకా సీట్ల పెంపు కార్యక్రమం పూర్తిచేసి 2029 ఎన్నికల్లో అమలు చేయనుంది. ఆంధ్రప్రదేశ్ లో నియోజకవర్గాల పునర్విభజనతో విశేష ప్రయోజనాలున్నాయిన డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కళ్యాణ్ అభిప్రాయం వ్యక్తం చేశారు. జనసేన ముఖ్యనేతలతో సమావేశమైన ఆయన నియోజకవర్గాల పునర్విభజన నిర్ణయాన్ని స్వాగతించారు. పార్టీ నాయకులు నిత్యం ప్రజలతో ఉండాలని సూచించారు. క్షేత్రస్థాయిలో పార్టీని పటిష్టం చేసేందుకు నాయకులు ప్రత్యేక దృష్టి సారించాలన్నారు. భవిష్యత్తులో జరిగే నియోజకవర్గాల పునర్విభజనతో జనసేన పార్టీనాయకులు అనుకూలంగా మలచుకునే ప్రయత్నం చేయాలన్నారు. డీ లిమిటేషన్ ప్రక్రియతో పెరిగే అసెంబ్లీ నియోజకవర్గాల్లో జనసేన బలపడాలనే సంకేతాలిచ్చారు. ఏపీలో పెరగబోతున్న కొత్త అసెంబ్లీ నియోజకవర్గాల్లో రాజకీయపార్టీలకు, కొత్తగా రాజకీయాల్లోకి వచ్చేవారికి ప్రయోజనకరంగా ఉండబోతున్నాయి. మహిళా రిజర్వేషన్లతో పెరిగే స్థానాల్లోనూ మహిళలకు అత్యంత ప్రాధాన్యత ఉండబోతోంది. దీంతో రాజకీయాల్లోకి మహిళాలోకం కీలక పాత్ర పోషించే అవకాశాలు వెతుక్కొస్తున్నాయి. ప్రజలతో సన్నిహిత సంబంధాలతో ఉన్న మహిళా నేతలకు మంచి రాజకీయ భవిష్యత్తు ఉంటుందనే భరోసా లభిస్తోంది. ఆంధ్రప్రదేశ్ లో పెరగనున్న అసెంబ్లీ నియోజకవర్గాలు, లోక్ సభ నియోజవర్గాలు ఏరాజకీయ పార్టీకి వరంగా మారుతుందోననే చర్చ విస్తృతంగా సాగుతోంది.

దివ్యాంగ విద్యార్థుల ఎవరెస్ట్ సాహసయాత్ర

మొదటిపేజీ తరువాయి – రాష్ట్ర విద్య, ఐటీ శాఖల మంత్రి నారా లోకేశ్ పిలుపునిచ్చారు. ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం, సమగ్రశిక్ష ఆధ్వర్యంలో దేశ చరిత్రలోనే ఒక వినూత్న కార్యక్రమానికి శ్రీకారం చుట్టింది. ప్రత్యేక అవసరాలు గల 21 మంది దివ్యాంగ విద్యార్థుల బృందం చేపట్టనున్న నేపాల్ ఎవరెస్ట్ బేస్ క్యాంప్ అధిరోహణ యాత్రను మంత్రి లోకేశ్ మంగళవారం ఉండవల్లిలోని తన నివాసంలో జెండా ఊపి ప్రారంభించారు. ప్రభుత్వ ఆధ్వర్యంలో ప్రత్యేక ప్రతిభావంతులైన విద్యార్థులతో ఇలాంటి సాహసయాత్ర నిర్వహించడం దేశంలో ఇదే తొలిసారి కావడం విశేషం. ఈ నెల ఏప్రిల్ 15 నుంచి 30వ తేదీ వరకు 16 రోజుల పాటు ఈ సాహసయాత్ర కొనసాగనుంది. ప్రభుత్వ విద్యాసంస్థల్లో 9వ తరగతి నుంచి ఇంటర్మీడియట్ వరకు చదువుతున్న 21 మంది విద్యార్థులు (8 మంది బాలికలతో సహా) ఈ బృందంలో ఉన్నారు. వీరంతా సముద్ర మట్టానికి 5,364 మీటర్ల ఎత్తులో ఉన్న ఎవరెస్ట్ బేస్ క్యాంప్‌ను అధిరోహించనున్నారు. ఏప్రిల్ 15న మధ్యాహ్నం ఈ బృందం నేపాల్ రాజధాని ఖాట్మండూకు చేరుకొని, అక్కడి నుంచి తమ యాత్రను ప్రారంభిస్తుంది. ఈ సందర్భంగా మంత్రి లోకేశ్ విద్యార్థులతో ప్రత్యేకంగా సమావేశమై ముఖాముఖి నిర్వహించారు. వారిలో స్ఫూర్తి నింపుతూ, "ప్రత్యేక అవసరాలు గల విద్యార్థులుగా మీరు ఎవరెస్ట్ బేస్ క్యాంప్‌కు వెళ్లడం చాలా ఆసక్తిగా, గర్వంగా ఉంది. సాధారణ వ్యక్తులలో లేని కృషి, పట్టుదల మీలో ఉన్నాయి. జీవితంలో మీరు ఎన్నో అవమానాలు, మాటలు ఎదుర్కొని ఉంటారు. వాటన్నింటినీ అధిగమించి ఈ స్థాయికి రావడం అభినందనీయం. మనలో ఉన్న కసి, పట్టుదలే మనల్ని ఉన్నతంగా తీర్చిదిద్దుతాయి" అని అన్నారు. "మీలాంటి వారిని ప్రోత్సహిస్తే సమాజంలో కూడా గొప్ప మార్పు వస్తుంది. ఈ కార్యక్రమాన్ని నేను వ్యక్తిగతంగా పర్యవేక్షిస్తాను. మా కుటుంబంలో కూడా ఒకరు మాట తడబాటుతో ఇబ్బంది పడ్డారు. ఎంతోమంది ఎగతాళి చేశారు. దేవుడు ప్రతి కుటుంబానికి ఒక పరీక్ష పెడతాడు, దానిని జయించే శక్తిని కూడా ఇస్తాడు. ఆ శక్తి మీ అందరిలో ఉంది. ప్రభుత్వం మీకు

అండగా ఉంటుంది. సవాళ్లను అధిగమించి ప్రపంచాన్ని జయించండి. సమాజం మిమ్మల్ని గౌరవించేలా, సొంత పిల్లల్లా చూసుకునేలా మీరు ఎదగాలి" అని లోకేశ్ పేర్కొన్నారు. ప్రతి ఏడాది ఇలాంటి ప్రతిభావంతులను గుర్తించి ప్రోత్సహించడం ప్రభుత్వ లక్ష్యమని మంత్రి స్పష్టం చేశారు. "ప్రముఖ ప్రవచనకర్త చాగంటి కోటేశ్వరరావు గారు చెప్పినట్టు 'అమ్మకు

చెప్పలేని పని చేయవద్దు' అనే మాటను జీవితాంతం గుర్తుంచుకోండి. నా జీవితంలో కూడా ఉపాధ్యాయులు, ప్రొఫెసర్లు ఎంతో సాయం చేశారు. అదేవిధంగా మీరు కూడా సమాజానికి తిరిగి సేవ చేయాలి. కనీసం 10 మందికి సాయపడాలి. మిమ్మల్ని చిన్నచూపు చూడాలంటే భయపడేలా మీ కృషితో, పట్టుదలతో సమాజానికి ఆదర్శంగా నిలవాలి" అని మంత్రి ఉద్బోధించారు.ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో వ్యాయామ విద్య, దివ్యాంగుల ప్రోత్సాహం, అభ్యసన ఫలితాలపై ప్రత్యేక దృష్టి సారించామని తెలిపారు. యాత్ర విజయవంతం కావాలని ఆకాంక్షిస్తూ విద్యార్థులను అభినందించి, వారితో కలిసి గ్రూప్ ఫోటో దిగారు.

బిఆర్ఎస్ ఎల్పి విప్, ఎమ్మెల్యే కేపీ. వివేకానంద్ చేతుల మీదుగా అంగన్ వాడి టీచర్లకు నూతన "సెల్ ఫోన్లు" అందజేత

హంస కలం వార్త, తెలుగు దినపత్రిక ఏప్రిల్ 15-26: పేట్ బషీరాబాద్ లోని ఎమ్మెల్యే క్యాంప్ కార్యాలయంలో సీడీపీవో అధికారిణి రేణుక ఆధ్వర్యంలో బిఆర్ఎస్ ఎల్పి విప్, ఎమ్మెల్యే కేపీ.వివేకానంద్ చేతుల మీదుగా కుత్బుల్లాపూర్ లోని దాదాపు 190 మంది అంగన్ వాడి టీచర్లకు నూతన సెల్ ఫోన్ లను అందజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో సూపర్ వైజర్లు కృష్ణప్రియ, భాగ్య, జ్యోతి, వరలక్ష్మి, కార్యాలయ సిబ్బంది తదితరులు పాల్గొన్నారు.

జనగణన సర్వే రెమ్యూనరేషన్ డ్యూటీలలో మార్పులు చేయాలి: టి ఎస్ యూ టీ ఎఫ్

సదాశివపేట **హంస కలం వార్త, తెలుగు దినపత్రిక ఏప్రిల్ 15-26:** సదాశివపేట జనగణన సర్వే నిర్వహించడానికి ఎన్యూమరేషన్ డ్యూటీలు వచ్చిన ఉపాధ్యాయుల్లో కొంతమందికి రెండు చోట్ల డ్యూటీ రావడం జరిగింది. మరి కొంతమందికి అనారోగ్య కారణాల వల్ల డ్యూటీ చేయలేని పరిస్థితి ఉంది. అదేవిధంగా ఇంకా కొంతమందికి డ్యూటీ పడి క్యాన్సల్ అయింది, మరి కొంతమందికి డ్యూటీ రాలేదు. పై పరిస్థితి దృష్ట్యా డ్యూటీ రాకుండా, పడి క్యాన్సిల్ అయినటువంటి వారికి డ్యూటీస్ ఇవ్వాలని అదేవిధంగా రెండు చోట్ల డ్యూటీ పడ్డ వారికి మరియు అనారోగ్య కారణాలతో డ్యూటీ చేయలేని వారికి మినహాయింపు ఇవ్వాలని కోరుతూ బుధవారం సదాశివపేట మున్సిపల్ కమిషనర్ శివాజీ ని టీఎస్ యుటిఎఫ్ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి బి. సాయిలు, సదాశివపేట మండల అధ్యక్షులు కే. శంకర్ కలిసి మెమోరండం ఇవ్వడం జరిగింది. ఈ కరెక్షన్స్ చేయడానికి వారు అంగీకరిస్తూ వ్యక్తిగత లెటర్స్ ఇవ్వమని కోరారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి బి సాయిలు మాట్లాడుతూ అనారోగ్య పరిస్థితులతో డ్యూటీ చేయలేని వారికి మినహాయింపు ఇవ్వాలని, వారి ఆరోగ్యం సహకరించకపోతే జన గణన సరిగ్గా జరపలేక ఇబ్బంది ఎదుర్కోవాల్సి వస్తుందని తెలిపారు .అదేవిధంగా రెండు చోట్ల డ్యూటీ పడ్డ వారినీ వారికి అనుకూలంగా ఉన్న మిగతా చోట చేయడానికి ఇష్టపడుతున్నందున సదాశివపేటలో మినహాయింపు ఇవ్వాలని కోరుతున్నామన్నారు. అదేవిధంగా డ్యూటీ వచ్చి తర్వాత డి ఆక్టివేట్ అయిన టీచర్లకు డ్యూటీ కేటాయించాలని, డ్యూటీ చేయడానికి సిద్ధంగా ఉన్నవారికి కూడా డ్యూటీలు కేటాయించాలని కమిషనర్ తో కోరుతున్నామన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో నాయకులు బషీర్, ఎండి. హర్షద్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

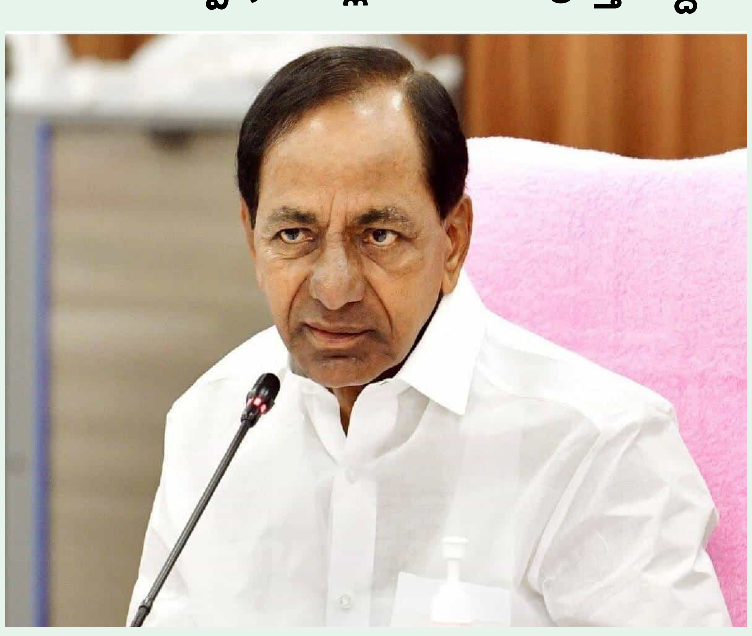
పేటపట్టణం లో టైలర్ షాప్ ప్రారంభోత్సవ వేడుకల్లో నరేన్ దేశ్ పాండే

సదాశివపేట **హంస కలం వార్త, తెలుగు దినపత్రిక ఏప్రిల్ 15-26:** సదాశివాపేటపట్టణవాస్తవ్యులు అభిలాష్ పాటిల్ నూతన టైలర్ షాపు ప్రారంభోత్సవం వేడుకల్లో పాల్గొన్న బీజేవైఎం రాష్ట్ర కార్యవర్గ సభ్యులు శ్రీ నరేన్ దేశ్ పాండే హాజరై టైలర్ షాప్ ను ప్రారంభించారు కార్యక్రమం లో విద్యాసాగర్ యాదగిరి రాజేష్ రాజు కిష్టయ్య భాస్వరాజ్ ప్రవీణ్ నాగరాజు మరియు అభిలాష్ పాటిల్ కుటుంబ సభ్యులు తదితరులు పాల్గొన్నారు

డాక్టర్ అంబేద్కర్ జయంతి వేడుకల్ని ఘనంగా నిర్వహించిన ఎర్రబెల్లి సతీష్ రావు

హంస కలం వార్త, తెలుగు దినపత్రిక ఏప్రిల్ 15-26: రాజ్యాంగ నిర్మాత డాక్టర్ బీ.ఆర్ అంబేద్కర్ జయంతి సందర్భంగా ఎల్లమ్మ బండ పి జె ఆర్ నగర్ లోని బాబాసాహెబ్ అంబేద్కర్ విగ్రహానికి మరియు మహంకాళి నగర్ లోని అంబేద్కర్ విగ్రహానికి పూలమాలలు వేసి ఘన నివాళులర్పించి అనంతరం వాంబే కాలనీ వాసులు మరియు సభ్యులు డాక్టర్ బాబాసాహెబ్ అంబేద్కర్ విగ్రహ స్థాపనకు శ్రీకారం చుట్టారు. ఈ సందర్భంగా విగ్రహ నిర్మాణం కోసం కేటాయించిన స్థలంలో భూమిపూజ నిర్వహించి, కొబ్బరికాయలు కొట్టి కార్యక్రమాన్ని ఘనంగా ప్రారంభించిన బిఆర్ఎస్ పార్టీ సీనియర్ నాయకులు ఎర్రబెల్లి సతీష్ రావు . ఈ కార్యక్రమాలలో బి.ఆర్.ఎస్ నాయకులు, కార్యకర్తలు, రాములు గౌడ్, సురభి రమేష్ రావు, నాగేశ్వర్ రావు, నాగభూషణం, శంకర్ గౌడ్, శ్రీధర్ రావు, ప్రదీప్ రెడ్డి, నాయక్, కళ్యాణ్, వెంకటేష్, రాజు, నర్సింహా, రవి, శ్రీనివాస్ రావు, నాయుడు, కుమార స్వామి, సురేష్, వీరేష్, బస్వారాజ్, రమేష్, నరేష్, కృష్ణ, గణేష్, లక్ష్మి, శ్యామల, గణిత, సావిత్రి, ప్రీతి మరియు సభ్యులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మహిళా రిజర్వేషన్ బిల్లుకు కెసిఆర్ పూర్తి మద్దతు



హంస కలం వార్త, తెలుగు దినపత్రిక ఏప్రిల్ 15-26: డీలిమిటేషన్ బిల్లు వల్ల దక్షిణాదికి అన్యాయం జరిగేలా ఉంటే ఒప్పుకునే ప్రసక్తే లేదు కేటీఆర్, హరీష్ రావులతో భేటీలో బీఆర్ఎస్ అధినేత కేసీఆర్ వెల్లడి తొలిసారి అధికారంలో ఉన్నప్పుడే అసెంబ్లీలో తీర్మానించామని గుర్తుచేసిన కేసీఆర్, ఆ బిల్లుకు రాజ్యసభలో బీఆర్ఎస్ ఎంపీలు మద్దతు తెలపనున్నట్లు వెల్లడి డీలిమిటేషన్ బిల్లులో పొందుపరిచిన అంశాలను క్షుణ్ణంగా పరిశీలించాకే పార్టీ ఒక నిర్ణయానికి వస్తుందన్న కేసీఆర్ ప్రస్తుతం లోక్‌సభలో దక్షిణాదికి 24% ఎంపీ సీట్లు ఉన్నాయని, అంతకంటే తగ్గకుండా 50% పెంచాలని, 2011 జనాభా లెక్కల ప్రకారం డీలిమిటేషన్ జరిగితే దక్షిణాదికి తీవ్ర అన్యాయం జరుగుతుందని కేసీఆర్ అభిప్రాయం డీలిమిటేషన్ బిల్లు సమగ్రంగా పరిశీలించే వరకు ఎలాంటి నిర్ణయం తీసుకోవద్దని ఆదేశాలు ఇదే క్రమంలో 20న జగిత్యాల సభ, 27న పార్టీ ఆవిర్భావ దినోత్సవం గురించి చర్చించిన కేసీఆర్

జడ్పీహెచ్ఎస్ స్థలానికి పూర్తి రక్షణ కల్పించాలి

సి ఎస్ ఆర్ నిధులతో హై స్కూల్ భవనం నిర్మించాలి

అన్యాక్రాంతమైన 9 గుంటల పాఠశాల స్థలాన్ని స్వాధీన పరుచుకోవాలి

తెలంగాణ విద్యా పరిరక్షణ కమిటీ టి ఎస్ ఈ సి మరియు పూర్వ విద్యార్థులు

పటాన్ చెరువు **హంస కలం వార్త, తెలుగు దినపత్రిక ఏప్రిల్ 15-26:** పటాన్ చెరువు జడ్పిహెచ్ఎస్ పాఠశాల స్థలాన్ని రక్షించాలని ఈ మధ్య కాలంలో పాఠశాల కాంపౌండ్ వాల్ తో పాటు పాత భవనాన్ని కూల్చి వేయడాన్ని తీవ్రంగా వ్యతిరేకిస్తూ తెలంగాణ విద్యా పరిరక్షణ కమిటీ మరియు పటాన్ చేరు పాఠశాల పూర్వ విద్యార్థుల ఐక్య వేదిక ఆధ్వర్యంలో ఈరోజు పటాన్ చెరు లోని ఫ్రీడం పార్కు నుండి తహసీల్దార్ కార్యాలయం వరకు భారీ ర్యాలీ నిర్వహించి తహసిల్దార్ కార్యాలయం ముందు ధర్నా నిర్వహించారు అనంతరం తహసిల్దార్ కి మెమొరాండం సమర్పించారు.ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్సీ అంజిరెడ్డి, తెలంగాణ విద్యా పరిరక్షణ కమిటీ రాష్ట్ర సహ అధ్యక్షులు వై.అశోక్ కుమార్ జిల్లా అధ్యక్షులు ఎం సోమ శేఖర్, మాజీ శాసన సభ్యులు సత్యనారాయణ గారు, బీజేపి జిల్లా అధ్యక్షురాలు గోదావరి, కాంగ్రెస్ నగర అధ్యక్షులు నరసింహ రెడ్డి, పూర్వ విద్యార్థులు బైండ్ల కుమార్, శ్రీనివాస్ గుప్తా మాట్లాడుతూ సుమారు 50 సంవత్సరాల పాటు ఉన్నత పాఠశాలగా వెలుగొంది వేలాది మంది విద్యార్థులను తీర్చి దిద్దిన ప్రభుత్వ పాఠశాల స్థలానికి ఇలాంటి దుస్థితి రావడం శోచనీయమని అన్నారు. 13 ఏళ్ల క్రితం పాఠశాల భవనం శిధిలావస్థలో ఉందని విద్యార్థులను తాత్కాలికంగా ప్రాథమిక పాఠశాల భవనానికి తరలించి ఇన్నేళ్ళయినా నూతన భవనం నిర్మించకుండా ఇరుకైన ఆటస్థలం లేని ప్రాథమిక పాఠశాల ప్రాంగణంలోనే ఉన్నత పాఠశాలను కొనసాగించడం వల్ల విద్యార్థులు తీవ్రంగా నష్టపోతున్నారని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు.అవకాశం దొరికినప్పుడల్లా ఆ స్థలాన్ని ఆక్రమించుకోవాలని కొందరు ప్రయత్నించడం పట్ల విచారం వ్యక్తం చేస్తున్నామన్నారు. సుప్రీమ్ కోర్టు అనుమతితో నిర్మించిన ప్రహారీ గోడను రాత్రికి రాత్రి కూల్చివేయడం చాలా దారుణమని అన్నారు. కాంపౌండ్ వాల్ కూలుస్తుంటే పాత భవనం నేలమట్టమైందని తప్పుడు నివేదిక ఇవ్వడం అక్షేపనీయమని అన్నారు. ఇప్పటికైనా ప్రభుత్వం బాధ్యత తీసుకుని సుప్రీం కోర్టులో సమర్థుడైన లాయర్ ను నియమించి ఆ స్థలాన్ని పూర్తిగా స్వాధీనం చేసుకోవాలని కోర్టు అనుమతితో కాంపౌండ్ వాల్ నిర్మించినట్టే అదే స్థలంలో సి

ఎస్ ఆర్ నిధులతో హై స్కూల్ భవనాన్ని నిర్మించి విద్యార్థుల భవిష్యత్తుకు మార్గం సుగమం చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. ఇప్పటికే ఆక్రమించి గుడారాలు ఏర్పాటు చేసుకున్న 9 గుంటల పాఠశాల స్థలాన్ని తిరిగి స్వాధీనం చేసుకోవాలని జిల్లా అధికారులను డిమాండ్ చేస్తున్నామని అన్నారు ఈ కార్యక్రమంలో విద్యా పరిరక్షణ కమిటీ మరియు టీపీటీఫ్ జిల్లా అధ్యక్షులు ఎం .సోమ శేఖర్, ప్రధాన కార్యదర్శి అనుముల రాంచందర్ టీపీటీఫ్ రాష్ట్ర ఉపాధ్యక్షులు లక్ష్మయ్య యాదవ్, టీపీటీఫ్ జిల్లా నాయకులు రాజారెడ్డి, సంజీవయ్య, అశోక్, నాసర్ పటేల్, శ్రీనివాస్ చారి, ప్రకాష్ రావు, మల్లికార్జున్, జనార్దన్, రాజు సంతోష్ గోవింద్ రెడ్డి, విద్యాసాగర్, పోచయ్య, జయరామ్ రెడ్డి టీఎస్ ఈ సి నాయకులు లక్ష్మి, మానస, శ్రీధర్ మహేంద్ర టీ ఎస్ ఈ సి మెదక్ జిల్లా ఉపాధ్యక్షులు బి .ముత్యాలు పటాన్ చేరు నియోజక వర్గ స్థాయి నాయకులు ఆశిష్ గౌడ్, బి . విజయ్ కుమార్, ఆర్ వి ఎస్ రవి, ఎం .రామ్మోహన్ బిట్టు నరహరి అంగడి బాలరాజు, సరస్వతి, పద్మ , నరేష్, రాజశేఖర్ రెడ్డి, సీనియర్ జర్నలిస్టు రమేష్ , నర్సింలు, నాగభూషణం, పూర్వ విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు టి ఎస్ ఈ సి పూర్వ విద్యార్థుల ఐక్య వేదిక తదితరులు పాల్గొన్నారు

డాక్టర్ భీమ్ రావు అంబేద్కర్ 135వ జయంతి

ఘనంగా శోభయాత్ర ర్యాలీ

సదాశివపేట **హంస కలం వార్త, తెలుగు దినపత్రిక ఏప్రిల్ 15-26:** సదాశివపేట పట్టణంలో మున్సిపల్ వైస్ చైర్ పర్సన్ హెచ్. రేణుక చిరు ఆధ్వర్యంలో శోభయాత్రర్యాలీ నిర్వహించడం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా టీజీఐఐసీ చైర్మన్ నిర్మల జగ్గారెడ్డి పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా నిర్మల జగ్గారెడ్డి మాట్లాడుతూ డాక్టర్ బి.ఆర్ అంబేద్కర్ దేశానికి ఎన్నో సేవలు చేశాడని, దూరదృష్టి వల్లే భారతదేశం ప్రజాస్వామ్య దేశంగా అభివృద్ధి చెందిందని పేర్కొన్నారు. సమాజంలో ప్రతి ఒక్కరికి సమాన హక్కులు కల్పించేందుకు ఆయన చేసిన కృషి చిరస్మరణీయమని, విద్య ద్వారానే ఉన్నత స్థాయికి చేరుకోవచ్చని విద్యార్థులకు కృషిచేసి జీవితంలో ఉన్నత స్థానాలకు ఎదగాలని సూచించారు. భారత రాజ్యాంగం గొప్పదని యువత చదువుపై దృష్టి సారిస్తూ సమాజంలో మంచి పౌరులుగా ఎదగాలని సూచించారు. అనంతరం వైస్ చైర్పర్సన్ హెచ్.రేణుక చిరు మాట్లాడుతూ యువత అంబేద్కర్ చూపిన మార్గంలో నడుచుకొని రాజ్యాంగ విలువలను ఆచరణాలు పెట్టాలని, సమసమాజ నిర్మాణంలో భాగస్వాములుకావాలన్నారు. ప్రతి ఒక్కరూ అంబేద్కర్ ఆశయాలను ఆచరణలో పెట్టి సమాజాభివృద్ధికి కృషి చేయాలని సూచించారు. ఈ శోభయాత్ర హరిజన వాడలోని అంబేద్కర్ విగ్రహం నుండి

మొదలుకొని గొల్ల కేరి , శాస్త్రి రోడ్డు, బస్టాండు, సుభాష్ రోడ్డు గాంధీ చౌక్ మీదుగా శోభయాత్ర లో యువకులు, నాయకులు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొని శోభయాత్రను విజయవంతం చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఈ కార్యక్రమంలో అరుణ్, మనీ, లాజర్, నితిన్, దిలీప్, నరేష్, శశి, సాయి, వినోద్, అర్జున్, మోహిస్, జీవన్, నరసింహ, సుధాకర్, సిద్ధు, జమీర్, ఉస్మాన్, సాజన్, కదిరి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఐక్యంగా పోరాడుదాం- రాజ్యాంగాన్ని కాపాడుకుందాం

కేంద్ర బిజెపి ప్రభుత్వ మతోన్మాదా విధానాలను తరిమికొడదాం.

కార్మిక చట్టాలు రక్షణకై ఐక్యంగా పోరాడుదాం..

సీఐటీయూ జిల్లా కార్యదర్శి జి, సాయిలు

సంగారెడ్డి **హంస కలం వార్త, తెలుగు దినపత్రిక ఏప్రిల్ 15-26:** భారత రాజ్యాంగ నిర్మాత డాక్టర్ బి.ఆర్ అంబేద్కర్ జయంతి సందర్భంగా జిల్లా కేంద్రమైన ప్రభుత్వ హాస్పిటల్లో మెడికల్ అండ్ హెల్త్ ఎంప్లాయిస్ యూనియన్ సీఐటీయూ ఆధ్వర్యంలో స్థానిక ప్రభుత్వ ఆసుపత్రిలో డాక్టర్ బి.ఆర్ అంబేద్కర్ చిత్రపటానికి పూలమాలవేసి అనంతరం సహాపక్తి భోజనాల స్థానిక బాబా నగర్ బస్తీ లో నిర్వహించారు ఈ సందర్భంగా సీఐటీయూ జిల్లా కార్యదర్శి జి సాయిలు మాట్లాడుతూ అంబేద్కర్ రాజ్యాంగాన్ని రచించడంతో పాటు మహిళలందరికీ సమాన హక్కులు విద్య ఉండాలని, కార్మికులకు ఉద్యోగ భద్రత కనీస వేతనాలు ఉండాలని, అంటరానితనం పోవాలని అందరికీ సమాన హక్కులు ఉండాలని పోరాడిన వ్యక్తి, ఆయన ఆశయ సాధన కోసం మనువాదం

,మతోన్మాదానికి వ్యతిరేకంగా పోరాడుదాం. కార్మిక చట్టాలను రక్షించుకుందాం.అంబేద్కర్ ఆశయాలను ముందుకు తీసుకెళ్లాలంటే అంబేద్కర్ తను జీవితాంతం పోరాటం చేసిన మనువాద భావజాలానికి వ్యతిరేకంగా పోరాటం చేయడమే ఆయనకు ఇచ్చే నిజమైన నివాళి అని అన్నారు. కేంద్రంలో బిజెపి అధికారంలోకి వచ్చిన తర్వాత భారత రాజ్యాంగం మాదంలో పడిందని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. సీఐటీయూ జిల్లా సహాయ కార్యదర్శి ఎం,యాదగిరి మాట్లాడుతూలిదేశంలో అన్ని వర్గాల ప్రజలకు సమాన హక్కులు ఉండాలని రాజ్యాంగంలోపొందుపరిచారని అన్నారు. అటువంటి రాజ్యాంగాన్ని రద్దుచేసి మనువాదంతో కూడిన రాజ్యాంగాన్ని ప్రవేశపెట్టాలని కుట్రలు చేస్తోందనిఅన్నారు.అంబేద్కర్ జీవితాంతం అంటరానితనం, అణిచివేతలకు వ్యతిరేకంగా పోరాడారని గుర్తు చేశారు. దేశాన్ని పట్టిపీడిస్తున్న కుల అసమానతలపై సామాజిక, ప్రజా సంఘాలు ఐక్యంగా పోరాడాలని పిలుపునిచ్చారు.అంబేద్కర్ స్ఫూర్తితో రాజ్యాంగాన్ని రక్షించుకోవడానికి మరో పోరాటం చేయాలని పిలుపునిచ్చారు.ఈ కార్యక్రమంలో మెడికల్ అండ్ హెల్త్ ఎంప్లాయిస్ యూనియన్ నాయకులు యాదగిరి, శోభ, రమాదేవి మంజుల, వెంకటమ్మ నర్సింలు, సదానందం సునీత, లక్ష్మి ప్రియ, లక్ష్మణ్ వీరేశం, మల్లేశం, యాదగిరి, లక్ష్మీనారాయణ నర్సింలు, రాజేష్ నరసమ్మ నర్సింలు, రాజు , తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సోషల్ మీడియా ట్రెండ్స్ వెంట పడకండి.. ట్రాఫిక్ రూల్స్ పాటించండి: సైబరాబాద్ సీపీ డా. ఎం. రమేష్

హంస కలం వార్త, తెలుగు దినపత్రిక ఏప్రిల్ 15-26: సైబరాబాద్ ట్రాఫిక్ పోలీస్ ఆధ్వర్యంలో నిర్వహిస్తున్న "అరైవ్ అలైవ్" రోడ్డు భద్రత అవగాహన కార్యక్రమంలో భాగంగా, మాదాపూర్ ట్రాఫిక్ పోలీస్ స్టేషన్ పరిధిలోని కె ఎల్ హెచ్ యూనివర్సిటీ, విద్యార్థులతో అవగాహన సదస్సు నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా విచ్చేసిన సైబరాబాద్ సీపీ డా. ఎం. రమేష్ విద్యార్థులను ఉద్దేశించి ప్రసంగిస్తూ రోడ్డు భద్రత మరియు సామాజిక బాధ్యతపై దిశానిర్దేశం చేశారు. ప్రస్తుత సోషల్ మీడియా ట్రెండ్స్ గురించి విద్యార్థులతో జరిగిన ఇంటరాక్టివ్ సెషన్‌లో, ఐపీఎల్ జట్లు మరియు సినిమా హీరోల గురించి యువతలో విపరీతమైన చర్చ జరుగుతోందని సీపీ గుర్తించారు. మనం అభిమానించే సెలబ్రిటీలు లేదా క్రీడా బృందాలు ఎప్పుడైనా మన వ్యక్తిగత క్షేమం గురించి అడిగారా అని ప్రశ్నించారు. కేవలం మన కుటుంబ సభ్యులు, స్నేహితులు మరియు సమాజం మాత్రమే మన క్షేమాన్ని కోరుకుంటారన్నారు. కాబట్టి వారి కోసం మనం బాధ్యతాయుతంగా ప్రవర్తించాల్సిన అవసరం ఉందన్నారు. విద్యార్థులకు సీపీ పలు సూచనలు చేస్తూ.. మొబైల్ ఫోన్ మన నియంత్రణలో ఉండాలని, మనం దానికి బానిసలం కాకూడదని హితవు పలికారు. ముఖ్యంగా వాహనాలు నడిపేటప్పుడు లేదా రోడ్లపై నడిచేటప్పుడు మొబైల్ వినియోగాన్ని పూర్తిగా తగ్గించాలన్నారు . విద్యార్థులు తమ విలువైన సమయాన్ని కెరీర్ మరియు భవిష్యత్తుపై దృష్టి పెట్టాలన్నారు. ఇది రోడ్డు భద్రత యొక్క ఆవశ్యకతను సభలో ఉన్న వారందరికీ స్పష్టం చేసింది. రోడ్డు ప్రమాదాల తీవ్రతను విద్యార్థులకు వివరిస్తూ, గతంలో తమ కుటుంబాల్లో ఎవరికైనా ప్రమాదాలు జరిగాయా అని సీపీ అడగగా, పలువురు విద్యార్థులు తమ వ్యక్తిగత అనుభవాలను పంచుకున్నారు. ఈ సందర్భం గా దీక్షిత మాట్లాడుతూ,, 2001 సమయంలో మా నాన్నగారు ఒక భయంకరమైన రోడ్డు ప్రమాదానికి గురయ్యారు. ఆ ప్రమాదంలో ఆయన తన రెండు కాళ్లను కోల్పోయారు. ఆ అనుకోని సంఘటన వలన మా కుటుంబానికి కోలుకోలేని దెబ్బ తగిలించింది. అంతే కాకుండా మా జీవితాలను ఆర్థికంగా, సామాజికంగా, మానసికంగా పూర్తిగా మార్చివేసింది. అదే సమయంలో నేను కూడా రోడ్డు ప్రమాదాన్ని ఎదుర్కొన్నాను. ఒక చిన్న అజాగ్రత్త ఎంతటి పెద్ద విషాదానికి దారి తీస్తుందో మేము అనుభవించాం. ఆ ఘటనలు నా జీవితంలో ఎప్పటికీ మర్చిపోలేని చేదు జ్ఞాపకాలుగా మిగిలిపోయాయి. అందుకే పోలీసులు మరియు అధికారులు చెబుతున్నట్లుగా, ప్రతి ఒక్కరూ ట్రాఫిక్ నియమాలను కచ్చితంగా పాటించాలి. ప్రమాదం జరిగిన తర్వాత బాధపడటం కంటే, అది జరగకముందే జాగ్రత్తపడటం ఎంతో ముఖ్యము. రోడ్డుపై మనం తీసుకునే చిన్నపాటి జాగ్రత్తలు మన ప్రాణాలను మాత్రమే కాదు, మనపై ఆధారపడిన కుటుంబాన్ని కూడా కాపాడుతాయి. కాబట్టి బాధ్యతగా వాహనాలు నడుపుతూ, ట్రాఫిక్ నిబంధనలు పాటిస్తూ, సురక్షితంగా జీవిద్దాం. మరో రోడ్డు ప్రమాద బాధితుడు, విద్యార్థి ఆల్బర్ట్ మాట్లాడుతూ "నేను ఒక ప్రమాదానికి గురయ్యాను, నాకు తీవ్ర గాయాలయ్యాయి. అది నాకు ఎంతో గుణపాఠాన్ని నేర్పింది. రోడ్డుపై వెళ్లేటప్పుడు ఎడమ, కుడి వైపుల గమనిస్తూ ఉండటం మరియు ట్రాఫిక్ నిబంధనలను పాటించడం చాలా ముఖ్యం. నాకు ఎదురైన ఆ అనుభవం ద్వారా నేను తెలుసుకున్నది ఏమిటంటే, ప్రయాణంలో వేగం కంటే ప్రాణం ముఖ్యం. వాహనం నడిపేటప్పుడు తప్పనిసరిగా హెల్మెట్ ధరించాలి మరియు చిన్ స్ట్రాప్(హెల్మెట్ బెల్ట్) ను సరిగ్గా పెట్టుకోవాలి. ప్రతి ఒక్కరూ క్రమశిక్షణతో రూల్స్ పాటిస్తూ సురక్షితంగా ప్రయాణించాలని కోరుకుంటున్నాను." ఈ సందర్భం గా రియా మాట్లాడుతూ,, తాను టీవీల్లో మరియు రోడ్లపై జరిగే ప్రమాదాలను చూసినప్పుడు, సురక్షితంగా వాహనాలు నడపడం ఎంత ముఖ్యమో అర్థం చేసుకున్నానని తెలిపారు. తన వ్యక్తిగత అనుభవాల వల్ల ఈ అవగాహన మరింతగా పెరిగిందని అన్నారు. మనం బయటకు వెళ్లిన ప్రతిసారి ఇంట్లో మన కోసం ఎదురు చూస్తున్న కుటుంబ సభ్యులను గుర్తు పెట్టుకోవాలని ఆమె సూచించారు. చిన్నపాటి నిర్లక్ష్యం కూడా పెద్ద ప్రమాదాలకు దారితీస్తుందని, అందుకే ప్రతి ఒక్కరూ ట్రాఫిక్ నియమాలను తప్పకుండా పాటించాలని పేర్కొన్నారు. సురక్షితంగా వెళ్లి సురక్షితంగా తిరిగి రావడం మన బాధ్యత అని, కుటుంబం కోసం జాగ్రత్తగా డ్రైవ్ చేయాలని ఆమె కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో చురుగ్గా పాల్గొని, రోడ్డు భద్రతపై తమ అభిప్రాయాలను పంచుకున్న విద్యార్థులు దీక్షిత, ఆల్బర్ట్ మరియు రియాను సీపీ ప్రత్యేకంగా అభినందించి సత్కరించారు. విద్యార్థుల్లో ట్రాఫిక్ నియమాల పట్ల అవగాహన పెంపొందించడం, బాధ్యతాయుతమైన పౌరులుగా తీర్చిదిద్దడమే ఈ అరైవ్ అలైవ్ కార్యక్రమ ప్రధాన లక్ష్యమని అధికారులు తెలిపారు. ఈ సదస్సులో ట్రాఫిక్ డీసీపీ-× జే. రంజన్ రతన్ కుమార్, ఏడీసీపీ-× జి. హనుమంతరావు, మాదాపూర్ ట్రాఫిక్ ఏసీపీలు కె. చంద్రశేఖర్ రెడ్డి, మాదాపూర్ లా అండ్ ఆర్డర్ సిహెచ్. శ్రీధర్, కె ఎల్ హెచ్ యూనివర్సిటీ డీన్ బి. ఆనంద్, కొండాపూర్ ఎంవీఐ నవీన్, మాదాపూర్ ట్రాఫిక్ ఎస్‌హెచ్ఓ ఎ. శ్రీధర్ కుమార్, ఆర్ఐ శ్రీకాంత్, డీఐ విజయ్ మరియు ఇతర సిబ్బంది పాల్గొన్నారు. విద్యార్థులు ట్రాఫిక్ నియమాలను కచ్చితంగా పాటిస్తామని ప్రతిజ్ఞ చేయడంతో ఈ కార్యక్రమం ముగిసింది.

అర్థ రహితం దోష భరితం

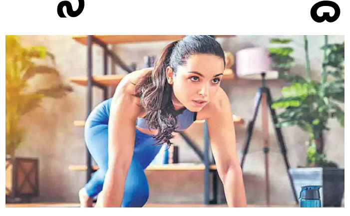
సోషల్ మీడియాలో పూటకో కొత్త రూపు సంతరించుకుంటున్నా, ఓటీటీ సంచనాలు సృష్టిస్తున్నా.. స్మార్ట్ దునియాలో ఇప్పటికైతే యూట్యూబ్‌దే హవా! గిగాబైట్ల కొద్దీ ఎంటర్‌టైన్మెంట్ పంచుతున్న యూట్యూబ్ అడ్డాగా బాగుపడ్డవాళ్లు ఎందరో! కానీ, ఇదే యూట్యూబ్ వేదికగా విశృంఖల, విపరీత పైత్యాన్ని ప్రదర్శిస్తున్నారు కొందరు. ఘనాపాఠిని ఇంటర్వ్యూ చేసినా, మేటి నటిని పలకరించినా, గాన కోకిలతో ముచ్చటించినా.. వాళ్లు చెప్పే సంగతుల్లోని అసలు విషయాన్ని పక్కదారి పట్టించే మాయదారి థంబ్‌నెయిల్స్ పెడుతూ పబ్బం గడుపుకొంటున్నారు. అదేమిటంటే.. నెగెటివ్ థంబ్ నెయిల్స్ పెడితే హిట్లు ఎక్కువగా వస్తాయని వ్యాఖ్యానిస్తున్నారు. దశాబ్దాలపాటు తెలుగువారిని అలరించిన ఓ ప్రముఖ గాయనిని మరో విశిష్ఠ యాంకర్ ఇంటర్వ్యూ చేసింది. అందులో చాలా విషయాలు చర్చకు వచ్చాయి. ఆ ఇంటర్వ్యూను ముక్కలు ముక్కలుగా యూట్యూబ్‌లో అప్‌లోడ్ చేశారు. ఇంతవరకు బాగానే ఉంది. ఒక్కోదానికీ ఒక్కో చెత్త థంబ్ నెయిల్ పెట్టారు. వీటిలో జాతిరత్నం 'అసహ్యమైన పాటలు పాడించేవాడు' అన్నది. తీరా వీడియోలోకి వెళ్తే అన్నీ మంచి విషయాలే! యాంకర్ అడిగే ప్రతి ప్రశ్నకూ.. ఆ గాయని హుందాగా, సహేతుకంగా సమాధానం చెప్పింది. 'పిల్లలకు పాడాను, అబ్బాయి గొంతులా పాడాను, కొన్నిసార్లు చాలా అసహ్యంగా పాడాల్సిన పాటలూ ఉంటాయి. ఇళయరాజాకు ఎన్ని రకరాల వెరైటీలు పాడాను నేను' అని చెప్పుకొచ్చింది. ఈ వీడియోకు 'అసహ్యమైన పాటలు పాడించేవాడు' అని థంబ్ నెయిల్ తగిలించి, ఇళయరాజా చిత్తరువును ఇన్‌సర్ట్ చేశారు. అక్కడ ఆమె అన్నదేంటి? వీళ్లు పెట్టిదేంటి? పాట ఉన్నంత కాలం చెరగని కీర్తి మూటగట్టుకున్న ఆ మహాగాయని ప్రతిష్ఠకు భంగం వాటిల్లుతుందన్న ఇంగితం కూడా లేకుండా నీచమైన థంబ్‌నెయిల్ పెట్టి పైశాచిక ఆనందం పొందడం ఎందుకో అర్థం కాదు! మరో థంబ్‌నెయిల్ 'ఇళయరాజాకి నేను పాడాను అంటే వచ్చి గొడవ చేసేవారు' అని ఉంది. ఆ యూట్యూబర్ భావన 'పాడను' అంటే.. కానీ, తప్పును కూడా పద్ధతిగా చేయలేని దుస్థితిలో ఉండటం గర్హనీయం. ప్రముఖ గాయని ఇంటర్వ్యూలోనే ఇన్ని అర్థరహితాలు, దోషభరితాలు ఉంటే%ొ% ఓ మోస్తరు కళాకారుల విషయంలో ఇంకెంతటి వైపరీత్యాలు ప్రదర్శిస్తున్నారో ఊహించుకోవచ్చు.

కరెంట్ మీటర్

మనుషులను శుభ్రం చేసే వాషింగ్ మెషీన్ ఇటీవల వార్తల్లో నిలిచింది. దీనిని రూపొందించిన సంస్థ ఏది? ప్రపంచంలోనే అరుదుగా కనిపించే ఓ పక్షి.. మహబూబాబాద్ జిల్లాలోని భీమునిపాదం జలపాతం దగ్గర ఓ వైల్డ్‌లైఫ్ ఫొటోగ్రాఫర్ కెమెరాకు చిక్కింది. ఆ పక్షి పేరేంటి? శ్రీనగర్‌లోని దాల్ సరస్సులో విహరించే 'షికారా' చెక్క పడవలను తమ యాప్ ద్వారా బుక్ చేసుకునే సదుపాయాన్ని కల్పించిన సంస్థ ఏది? హైదరాబాద్ చరిత్రలో అంతర్భాగమైన ఓ భవనం.. జాతీయ స్థాయి మేధో సంపత్తి హక్కుల పరిరక్షణ విభాగంలో 'ట్రేడ్‌మార్క్' పొందనున్నది. దక్షిణ భారతదేశంలో తొలిసారిగా ఈ ఘనత సాధించనున్న ఆ భవనం ఏది? రాష్ట్రంలోని ట్రాన్స్‌జెండర్ల కోసం ప్రభుత్వం ఏర్పాటు చేసిన ప్రత్యేక క్లినిక్‌ల పేరేంటి? సూర్యుడి వెలుపలి వలయమైన 'కరోనా'పై లోతైన పరిశోధనలు చేయడానికి ఐరోపా అంతరిక్ష సంస్థ ఇటీవల ఓ వినూత్న ప్రయోగం చేపట్టింది. ఆ ప్రయోగాన్ని ఏమని పిలుస్తున్నారు? సైబర్ నేరగాళ్లు తెరుస్తున్న 'మ్యూల్ అకౌంట్స్'ను ఏరివేయడమే లక్ష్యంగా ఆర్బీఐ ఆవిష్కరించిన ఏఐ మోడల్ ఏది? భోపాల్ నగరాన్ని మృత్యుదిబ్బగా మార్చిన 'గ్యాస్ దుర్ఘటన'కు ఇటీవలే 40 ఏళ్లు పూర్తయాయి. ఏ కర్మాగారం నుంచి గ్యాస్ లీకై.. వేల మంది మరణాలకు కారణమైంది? టీ20ల్లో 40 బంతుల్లోపు రెండు శతకాలు సాధించిన తొలి ఆటగాడిగా తాజాగా రికార్డు సృష్టించిన యువ క్రికెటర్ ఎవరు? భారత అమ్ముల పొదిలోకి ఓ సరికొత్త అస్త్రం వచ్చి చేరింది. స్వదేశీ పరిజ్ఞానంతో తయారైన ఆ అధునాతన సెల్ఫ్ డిస్ట్రాయ్ డ్రోన్ ఏది?

బరువు తగ్గాలని అనుకుంటున్నారా

అయితే ఈ తప్పులు అస్సలు చేయొద్దు



నేటితరం మహిళల్ని వేధిస్తున్న అతిపెద్ద సమస్య.. అధిక బరువు. దీనివెంటే.. కీళ్లనొప్పులు, గుండె జబ్బులు, రక్తపోటు, మధుమేహం వంటి సమస్యలూ పలకరిస్తాయి. కాబట్టి, ఎలాగైనా బరువు తగ్గాల్సిందేనని కంకణం కట్టుకుంటారు. ఇక యువతులైతే నాజూగ్గా కనిపించేందుకు ప్రయత్నిస్తుంటారు. అలా.. 'బరువు'ను కంట్రోల్ చేసేందుకు 'స్ట్రిక్ట్ డైట్' పాటిస్తుంటారు. ప్రతిరోజూ రకరకాల వ్యాయామాలు చేస్తుంటారు. అయినా.. కొందరుమాత్రం బొద్దుగానే కనిపిస్తుంటారు. ఒళ్లు హూనమయ్యేలా వర్కవుట్స్ చేస్తున్నా.. నోరు కట్టేసుకుని హెల్తీ డైట్ పాటిస్తున్నా.. బరువెందుకు తగ్గడం లేదని బాధ పడుతుంటారు. అయితే, వారికి తెలియకుండానే చేసే కొన్ని తప్పులు.. బరువు తగ్గకుండా చేస్తాయని వ్యాయామ నిపుణులు చెబుతున్నారు. వాటిని గుర్తించి, పునరావృతం కాకుండా చూసుకుంటే.. 'బరువు'ను నియంత్రణలో ఉంచుకోవచ్చని సూచిస్తున్నారు. బరువు తగ్గేందుకు భారీ వ్యాయామాలు చేయవద్దనీ, అలా చేయడం వల్ల కండరాలు మరింత బలాన్ని పొందుతాయని చెబుతున్నారు. ఎక్కువ ఒత్తిడికి గురైనా బరువు పెరిగే అవకాశం ఎక్కువగా ఉంటుందని అంటున్నారు. ఇక రాత్రిపూట ఆలస్యంగా భోజనం చేయడం, అందులోనూ కార్బోహైడ్రేట్లు ఎక్కువగా ఉండే ఆహారాన్ని తీసుకోవడం కూడా బరువు పెరగడానికి కారణం అవుతాయి. ఇక మహిళల్లో అంతర్లీనంగా ఉండే కొన్ని ఆరోగ్య సమస్యలు కూడా వారి బరువును ప్రభావితం చేస్తాయని నిపుణుల మాట. ముఖ్యంగా.. ఆడవాళ్లలో హార్మోన్ల అసమతుల్యత వల్ల జీవక్రియలు నెమ్మదించి, బరువు పెరిగే అవకాశం ఉంటుంది. ఇక పీసీఓడీ, పీసీఓఎస్ సమస్యలు కూడా బరువును పెంచేవే! మెనోపాజ్ సమయంలోనూ కొందరు బరువు పెరుగుతుంటారు. ఇలాంటి సమస్యలు ఎదుర్కొనేవారు.. బరువును నియంత్రణలో ఉంచుకోవడం కొంచెం కష్టమే! నిద్రలేమి కూడా బరువు పెరగడానికి ఓ కారణం! రాత్రిపూట ఆరుగంటల కన్నా తక్కువ నిద్రపోయే వారి శరీరంలో.. కొవ్వు ఎక్కువగా పెరిగిపోతుందట. నిద్రలేమి వల్ల శరీరంలో కార్టిసోల్, ఇన్సులిన్ హార్మోన్లు ఎక్కువగా ఉత్పత్తి అవుతాయనీ, ఇవి శరీర బరువు పెరిగేలా చేస్తాయని వైద్యులు చెబుతున్నారు. ఈ సమస్యలను గుర్తించి, పరిష్కార మార్గాలను ఫాలో అయితే.. బరువు తగ్గేందుకు అవకాశం ఉంటుందని సూచిస్తున్నారు.

ధర్మం గెలిచింది అక్రమార్కుల పాపం పండింది

హంస కలం వార్త, తెలుగు దినపత్రిక ఏప్రిల్ 15-26: బరంపేట సర్వే నెం.166/1లో సుమారు 5 ఎకరాల విలువైన ప్రభుత్వ భూమిని అక్రమంగా ఆక్రమించి, తప్పుడు ఉత్తర్వులతో సక్రమం చేసుకునే ప్రయత్నంపై మా ఫిర్యాదు మేరకు కలెక్టర్ చర్యలు తీసుకున్నారు. గత ప్రొసీడింగ్స్‌ను రద్దు చేసి, భూమిని ప్రభుత్వ స్వాధీనంలోకి తీసుకోవాలని ఆదేశాలు జారీ చేయడంతో దుండిగల్ ఎంఆర్ఓ రాజేశ్వర్ రెడ్డి తక్షణమే భూమిని స్వాధీనంలోకి తీసుకుని బోర్డు ఏర్పాటు చేశారు. ప్రభుత్వ భూములను కాపాడటంలో భాగంగా స్పందించిన కలెక్టర్ మను చౌదరి, అడిషనల్ కలెక్టర్ విజేందర్ రెడ్డి మరియు రెవెన్యూ అధికారులకు ధన్యవాదాలు తెలియజేస్తున్నాము. ఆకుల సతీష్

ప్రతీకారమే కాంగ్రెస్ రాజకీయం

కక్ష, కార్పణ్యాలు చొరబడితే పగ, ప్రతీకారాలతో రాజకీయాలు రగిలిపోతాయని నడుస్తున్న చరిత్ర చెప్తున్నది. అధికారమిచ్చిన ప్రజల కోసం కాకుండా పాలనా కాలమంతా కేసులు, జైళ్లు, ప్రతీకారంపైనే దృష్టిసారించిన రాజ్యాలేవీ నాటి నుంచి నేటి వరకూ మనుగడ సాగించిన దాఖలాలు చరిత్రలో లేవు. రాజ్యాలు మారినా, రాజులు పోయినా నాటి రాజకీయాలే నడుస్తుండటం ప్రజాస్వామ్యానికి మాయని మచ్చలా పరిణమిస్తున్నది. ఇవాళ రాజకీయ పార్టీలు చట్టాలను దుర్వినియోగం చేస్తూ తమ రాజకీయ శత్రువులపై వాటిని ప్రయోగించడం దేశ రాజకీయాల్లో సాధారణ విషయంగా మారడం రాజ్యాంగానికి ప్రమాదకరం. ఉద్యోగాల కోసం నిరుద్యోగులు, ఏక్ పోలీస్ విధానం అమలు చేయాలని పోలీసులు, పెండింగ్ బిల్లుల కోసం మాజీ సర్పంచ్‌లు, మంచి బువ్వ కోసం హాస్టళ్ల విద్యార్థులు, రైతుబంధు, రుణమాఫీ కోసం రైతన్నలు, వేతనాల కోసం ఆశావర్కర్లు, ఆటోడ్రైవర్లు, హైడ్రా, మూసీ బాధితులు, లగచర్ల, దిలావర్‌పూర్ రైతాంగం.. ఇలా చెప్పుకొంటూపోతే కాంగ్రెస్ ఏడాది పాలనలో రోడ్డెక్కని వర్గమే లేదు. నిరసన తెలపని బాధితులూ లేరు. తెలంగాణలో ప్రజాపాలన కాస్త ప్రతీకార పాలనగా మారిందన్నది సుస్పష్టం. అధికారమే శాశ్వతమని, సింహాసనం తమ సొంతమని భావిస్తూ కాంగ్రెస్ సర్కారు, ముఖ్యంగా సీఎం రేవంత్‌రెడ్డి తీసుకుంటున్న ఆవేశపూరిత, ప్రతీకారేచ్ఛ నిర్ణయాలపై తెలంగాణ సమాజం లోతుగా అధ్యయనం చేస్తున్నది. అసాధ్యమనుకున్న స్వరాష్ట్రం కలను సుసాధ్యం చేసిన తెలంగాణ జాతిపిత, ఉద్యమ కెరటం కేసీఆర్‌పై, బీఆర్ఎస్ పార్టీపై, నాయకత్వంపై సాగుతున్న కుట్ర కోణం అంతా ఇంతా కాదు. బీఆర్ఎస్ అనే మొక్కనే మొలవనివ్వనని బహిరంగంగా తన కసిని, కోపాన్ని వెళ్లగక్కిన ముఖ్యమంత్రి రేవంత్‌రెడ్డి ప్రతీకారేచ్ఛతో రగిలిపోతూ పాలన కంటే కేసులపైనే ప్రధానంగా దృష్టి కేంద్రీకరించారు. 14 ఏండ్ల పాటు తెలంగాణ ఉద్యమానికి నాయకత్వం వహించి, పదేండ్లు ముఖ్యమంత్రిగా రాష్ట్రానికి సేవలందించిన కేసీఆర్‌ను కేసుల్లో ఇరికించి జైల్లో పెట్టాలన్నది ముఖ్యమంత్రి ఉవాచ అని స్పష్టమవుతున్నది. అంతెందుకు తన పేరు ఉచ్చరించలేదనే కారణంతో ఐకాన్ స్టార్ అల్లు అర్జున్‌ను జైల్లో పెట్టి వికృతానందం పొందిన రేవంత్ ఆటిట్యూడ్‌ను ఇవాళ తెలంగాణ సమాజం నిశితంగా గమనిస్తున్నది. కేసీఆర్‌పై రేవంత్ ప్రతీకారం వెనుక ఓటుకు నోటు కేసు ఉన్నదనే విషయం స్పష్టంగా తెలుస్తున్నది. కొత్తగా తెచ్చుకున్న రాష్ట్రాన్ని, ప్రజలెన్నుకున్న ప్రభుత్వాన్ని అస్థిరపరిచే కుట్రల్లో భాగంగా చంద్రబాబుతో చేతులు కలిపి అడ్డంగా దొరకడంతో నాటి ప్రభుత్వం చట్టప్రకారం చర్యలు తీసుకున్నది. ఆ కారణంగానే ఇప్పుడు కేసీఆర్‌ను జైల్లో వేయాలని రేవంత్ ఉబలాటపడుతున్నారు. అందులో భాగంగానే కాళేశ్వరం కమిషన్, విద్యుత్ కొనుగోళ్ల నివేదిక తదితర అంశాల ఆధారంగా చర్యలుంటాయని లీకులిస్తున్నారు. కాళేశ్వరంతో తెలంగాణ ఎలా సస్యశ్యామలమైనదో ప్రపంచానికి తెలుసు. కారుచీకట్లో ఉన్న తెలంగాణను కరెంట్ వెలుగులతో దేశంలోనే నంబర్ వన్ రాష్ట్రంగా మార్చిన ఘనత కూడా కేసీఆర్‌దే. ఈ రాష్ట్ర రైతాంగానికి పొలం నిండా నీళ్లు.. కల్లం నిండా కరెంట్ ఇచ్చిన పాపానికి కేసీఆర్‌ను జైల్లో వేయాలని రేవంత్ ఆరాటపడుతున్నట్టు తాజా క్యాబినెట్ భేటీతో రూఢీ అయింది. ఇక బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్, మాజీ మంత్రి కేటీఆర్ ఇంటిపై డ్రోన్లు ఎగురవేసి, ఆయన ప్రైవసీకి భంగం కలిగించి, కుట్రకు పాల్పడిన రేవంత్‌పై నాటి సర్కారు చర్యలు తీసుకుంది. దాన్ని మనసులో పెట్టుకున్న ఆయన ప్రతీకారంతో అధికారంలోకి రాకముందే కేసీఆర్ కుటుంబాన్ని జైల్లో వేస్తానని, జైలులో డబుల్ బెడ్రూం కట్టిస్తానని పదే పదే చెప్పారు. రేవంత్ మాటలను బట్టి ఆయన గమనం ఎటుపోతున్నదో అవగతమవుతున్నది. అందుకోసమే ఈ- కార్ రేసింగ్, ఇతరత్రా అంశాలను కేటీఆర్ చుట్టూ తిప్పుతున్నారు. ఏడాదిలోనే కేటీఆర్‌పై 10 కేసులను నమోదు చేశారు. ఈ నేపథ్యంలో సంబంధం లేని కేసుల్లో ఇరికించి జైలుకు పంపించాలన్నది రేవంత్ కుట్రగా అందరికీ తెలుస్తున్నది. ఇక ఎలాంటి ఆధారాలు లేని ఫోన్ ట్యాపింగ్ కేసులో హరీశ్‌రావును ఇరికించి, జైలుపాలు చేయాలని రేవంత్ ఉవ్విళ్లూరుతున్నారు. బీఆర్ఎస్, కేసీఆర్‌ను రాజకీయంగా ఖతం చేసేందుకు రెండు జాతీయ పార్టీలైన బీజేపీ, కాంగ్రెస్ చేయని ప్రయత్నమే లేదు. కేసీఆర్‌ను, బీఆర్ఎస్‌ను కూకటివేళ్లతో పెకిలించే వ్యూహంతోనే రేవంత్ పాలన సాగుతున్నది. కేసీఆర్, కేటీఆర్‌ను అరెస్ట్ చేసి కట్టడి చేయడం ఎట్లనో ఇటీవల క్యాబినెట్‌లో భేటీలో మంత్రివర్గ సభ్యులకు సీఎం రేవంత్ హితబోధ చేసిన తీరు, త్వరలో పొలిటికల్ బాంబులు పేలుతాయని మంత్రి పొంగులేటి శ్రీనివాస్‌రెడ్డి పదేపదే పునరుద్ఘాటిస్తున్న వైనం, కోమటిరెడ్డి సహా మిగతా మంత్రులు వంతపాడుతుండటం మనం చూస్తూనే ఉన్నాం. ప్రజల్లోంచి పుట్టిన ఉద్యమ పార్టీని కేసులతో, జైళ్లతో బెదిరించగలరా? జన బాహుళ్యం నుంచి వచ్చే నిరసనలను చవిచూడగలరా? ఏడాదిలోనే నూరు శాతం వ్యతిరేకతను మూటగట్టుకున్న రేవంత్ సర్కారు ప్రతీ వర్గం నుంచి ఆందోళనలను ఎదుర్కొంటున్నది. ప్రజల కోసం, ప్రజలచేత ఎన్నుకోబడిన ప్రభుత్వం ప్రజల గురించి ఆలోచించాల్సింది పోయి ఇవాళ ప్రతిపక్ష పార్టీని ఖతం చేయాలన్న దురుద్దేశంతో ముందుకు పోతున్నది. ఈ వైఖరి రేవంత్ సర్కార్‌కు పెనుశాపంలా మారుతుంది. అరచేతిని అడ్డుపెట్టుకొని సూర్యకాంతిని ఎవరూ ఆపలేరనే నగ్నసత్యాన్ని పాలకులు గ్రహించాలి. అలాగే ఉద్యమ దివిటీలను ముట్టుకుంటే మరో ఉప్పెన వస్తుందని తెలుసుకుని మసులుకుంటే మంచిది.

భోజనం చేసిన వెంటనే సోంపు తింటే ఇన్ని ప్రయోజనాలా తెలిస్తే వెంటనే మొదలు పెడతారు

భోజనం చేసిన అనంతరం చాలా మంది రకరకాల ఆహారాలను తింటుంటారు. లేదా జ్యూస్‌లు, ఇతర డ్రింక్స్‌ను సేవిస్తుంటారు. భోజనం చేశాక కొందరు టీ, కాఫీ తాగుతారు. అయితే వాస్తవానికి భోజనం చేసిన అనంతరం సోంపు గింజలను తింటుండాలి. మన పెద్దలు భోజనం చేసిన వెంటనే సోంపు గింజలను నోట్లో వేసుకుని నమిలే వారు. అందుకనే వారు ఎంతో ఆరోగ్యంగా ఉండేవారు. కానీ మనం అలా చేయడం లేదు. దీంతో అనారోగ్యాల బారిన పడుతున్నాం. భోజనం చేసిన అనంతరం సోంపు గింజలను నమలడం వల్ల ఎన్నో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను పొందవచ్చని వైద్యులు సైతం చెబుతున్నారు. మనకు కలిగే అనారోగ్య సమస్యలను నయం చేయడంలో సోంపు గింజలు ఎంతగానో పనిచేస్తాయి. భోజనం చేసిన వెంటనే సోంపు గింజలను గుప్పెడు తీసుకుని నమిలితే ఎన్నో లాభాలను పొందవచ్చు.

జీర్ణ వ్యవస్థ పనితీరుకు..

సోంపు గింజల్లో అనేక పోషకాలు ఉంటాయి. పోషకాలకు వీటిని గనిగా చెప్పవచ్చు. ఈ గింజల్లో ఫైబర్, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, విటమిన్ సి, పొటాషియం, మెగ్నిషియం సమృద్ధిగా ఉంటాయి. అందువల్ల ఈ గింజలను తింటే మనకు పోషణ లభిస్తుంది. ఈ పోషకాలు మనల్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచుతాయి. రోగాల నుంచి రక్షిస్తాయి. భోజనం చేసిన వెంటనే సోంపు గింజలను తినడం వల్ల జీర్ణ వ్యవస్థ పనితీరు మెరుగు పడుతుంది. ఈ గింజల్లో అనెథోల్ ఉంటుంది. ఇది జీర్ణాశయ ఎంజైమ్‌లను ఉత్పత్తి అయ్యేలా చేస్తుంది. దీంతో జీర్ణక్రియ మెరుగు పడుతుంది. అలాగే కడుపు ఉబ్బరం, అసిడిటీ సమస్యల నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. జీర్ణవ్యవస్థ ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది.

నోటి దుర్వాసన తగ్గుతుంది..

సోంపు గింజల్లో యాంటీ మైక్రోబియల్ గుణాలు ఉంటాయి. కనుక ఈ గింజలను నోట్లో వేసుకుని నమిలితే నోట్లో ఉండే బ్యాక్టీరియా నశిస్తుంది. దీంతో నోరు శుభ్రమవుతుంది. నోటి దుర్వాసన నుంచి విముక్తి లభిస్తుంది. కనుకనే భోజనం చేసిన అనంతరం నోరు శుభ్రంగా ఉండేదుకు మన పెద్దలు అప్పట్లో సోంపు గింజలను నమిలే వారు. అలాగే ఈ గింజలను నమిలితే ఫైబర్, మినరల్స్ సమృద్ధిగా లభిస్తాయి. ఇవి శరీర మెటబాలిజంను పెంచుతాయి. దీంతో క్యాలరీలు వేగంగా ఖర్చువుతాయి. ఫలితంగా శరీరంలో ఉండు కొవ్వు కరుగుతుంది. దీని వల్ల అధిక బరువు తగ్గుతారు. బరువు తగ్గాలని చూస్తున్న వారు భోజనం చేసిన అనంతరం రోజూ సోంపును తింటుంటే ఎంతగానో ప్రయోజనం ఉంటుంది.

బీపీ కంట్రోల్ అవుతుంది..

సోంపు గింజల్లో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ముఖ్యంగా ఫ్లేవనాయిడ్స్, క్వర్సెటిన్ అనే యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు ఈ గింజల్లో సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ఇవి ఆక్సీకరణ ఒత్తిడిని తగ్గిస్తాయి. దీంతో కణాలు డ్యామేజ్ అవకుండా ఉంటాయి. అలాగే క్యాన్సర్ వంటి ప్రాణాంతక వ్యాధుల నుంచి రక్షణ లభిస్తుంది. కాబట్టి భోజనం చేసిన వెంటనే సోంపు గింజలను తినడం అలవాటు చేసుకోవాలి. అలాగే ఈ గింజల్లో ఉండే పొటాషియం శరీరంలో రక్త సరఫరాను మెరుగు పరుస్తుంది. దీంతో హైబీపీ తగ్గుతుంది. బీపీ ఉన్నవారికి సోంపు గింజలు ఒక వరమనే చెప్పవచ్చు. వీటిని రోజూ తింటుంటే బీపీని కంట్రోల్ చేయవచ్చు. ఇలా భోజనం చేసిన వెంటనే సోంపు గింజలను నమలడం వల్ల అనేక ప్రయోజనాలను పొందవచ్చు.

వర్చువల్ భ్రాంతి

వాస్తవానికి అశాంతి

లైక్‌లే నిజాలు అనుకుంటున్నారా? కామెంట్లే కొలమానాలుగా భావిస్తున్నారా? రోజుకో డీపీ మార్చుకుంటూ%ొ% వర్చువల్ ఇమేజ్‌ను పెంచుకుంటూ పోతున్నారా? ఇలాంటి లక్షణాలు ఉన్నాయంటే.. మీరు బిల్డప్ బుల్లెమ్మలే! డిజిటల్ చట్రంలో ఇరుక్కుపోతే ఎప్పుడో ఫేక్ అయిపోతారు జాగ్రత్త!! ఈ తరం యువతీయువకుల్లో ఈ ఫేక్ ఐడెంటిటీ భావన వారికి తెలియకుండానే ముదిరిపోతున్నదట! లేనివి ఉన్నట్టుగా ఊహించుకుంటూ, తమ వాస్తవ పరిస్థితిని అసహ్యించుకునే స్థాయికి వెళ్లిపోతున్నారట. వర్చువల్ లైఫ్, రియల్ లైఫ్‌ను బ్యాలెన్స్ చేయలేక మనోవ్యథకు గురవుతున్నారట!! శ్రావ్య కాస్త బొద్దుగా ఉంటుంది. ముద్దుగానే ఉంటుంది. కానీ, ఇన్‌స్టాగ్రామ్, ఫేస్‌బుక్, వాట్సాప్‌లో మాత్రం స్లిమ్‌గా, హాట్‌గా కనిపించే పిక్‌లు పెడుతుంది. వాటికొచ్చే లైక్‌లు, కామెంట్లు చూసుకొని మురిసిపోతుంది. వర్చువల్ ఇమేజ్ కోసం సోషల్ మీడియాలో తెగ యాక్టివ్‌గా ఉంటుంది. కానీ, నిజమేంటో ఆమెకు తెలుసు. ఆ నిజం ఆమెను ఒత్తిడికి గురిచేస్తున్నది!! విశాల్ మధ్యతరగతి అబ్బాయి. ఒకరోజు ఫ్రెండ్ బైక్ మీద ట్కస్టైల్‌గా రేబాన్ కళ్లజోడు పెట్టుకుని తీసుకున్న సెల్ఫీ ప్రొఫైల్ పిక్‌గా పెట్టాడు. ఏఐ ఎడిటింగ్స్‌తో సాదాసీదా బాడీకి ఫిట్‌నెస్ కూడా అద్దాడు. హీరోలా కనిపించేసరికి విపరీతంగా లైక్‌లు వచ్చిపడ్డాయి. అమాంతంగా వచ్చిన స్టార్‌డమ్‌ను ఎంజాయ్ చేయాలనుకున్నాడు. ఫ్రెండ్స్‌తో షాపింగ్ మాల్స్ చుట్టేస్తూ, కారులో విహరిస్తూ.. దిగిన ఫొటోలు అప్‌లోడ్ చేస్తూ పోయాడు. ఫాలోవర్లూ పెరిగారు. కానీ, అతను పెట్టుకున్న కళ్లజోడు, తిరుగుతున్న కారు.. ఇవేవీ తనవి కావు. కానీ, సోషల్ మీడియాలో చూసేవారంతా విశాల్ రేంజ్ వేరని ఫిక్సయ్యారు. అంతేకాదు, తనని కూడా అలా ఫిక్సయ్యేలా భ్రమ కల్పించారు. కానీ, విశాల్ మనసులో ఏదో ఒక మూల తెలియని అశాంతి. దీంతో తను ఇష్టంగా తొక్కే సైకిల్‌తో సెల్ఫీ తీసుకోలేని పరిస్థితికి వచ్చేశాడు. వర్చువల్ ప్రపంచంలో విహరిస్తున్న యువతీయువకులు కూడా అచ్చం శ్రావ్య, విశాల్ లాగానే ప్రవర్తిస్తున్నారు. ఫేక్ ఐడెంటిటీని మాస్క్‌లా తగిలించుకొని సోషల్ దునియాను దున్నేస్తున్నామని భావిస్తున్నారు. ముఖ్యంగా యువతులు ఈ డిజిటల్ అట్రాక్షన్స్‌కు ఎక్కువగా గురవుతున్నారని పలు సర్వేలు హెచ్చరిస్తున్నాయి. తమను తాము ఓ బ్రాండ్‌గా ప్రొజెక్ట్ చేసుకోవాలనే తపనే.. చాలామంది అమ్మాయిలను సోషల్ లైఫ్‌కు దగ్గర చేస్తున్నదని మానసిక నిపుణులు అభిప్రాయపడుతున్నారు. వాస్తవ ప్రపంచంలో ఒకలా, సోషల్ మీడియాలో మరొకలా వ్యవహరిస్తూ.. ఒక్కరిలోనే ఇద్దరు ఉంటున్నారు. మీలోనూ ఆ ఇద్దరు ఉన్నారా? సోషల్ మీడియాలో ఇన్‌ఫ్లుయెన్సర్‌గా మారాలని చాలామంది ఆరాటం. బయట ఎలా ఉన్నా.. ఎఫ్‌బీ, ఇన్‌స్టాల్లో ఆదర్శభావాలను వల్లిస్తుంటారు. ఎక్కడో బ్రౌజింగ్‌లో కనిపించిన కొటేషన్లను స్టేటస్‌గా పెట్టేసి గొప్పగా ఫీలవుతారు. దాన్ని ఎంతమంది చూశారు, ఎవరెలా రెస్పాండ్ అయ్యారు అని తరచూ చెక్ చేసుకుంటూ ఉంటారు. నాలుగు లైక్‌లు రాగానే నెట్టింట్లో అందరూ తమనే ఫాలో అవుతున్నారని ఊహించుకుంటారు. కానీ నిజ జీవితానికి వచ్చేసరికి ఆ కొటేషన్‌లో చెప్పిన ఆదర్శభావాలు పాటిస్తున్నామా అన్న ప్రశ్న ఉదయించగానే మానసిక సంఘర్షణకు గురవుతున్నారు. ఈ క్రమంలో డిజిటల్ ప్రపంచంలో సంపాదించుకున్న డమ్మీ ఇమేజ్‌ను కాపాడుకోవడానికి ప్రయత్నిస్తుంటారు కానీ, తమ రియల్ లైఫ్‌ను అంగీకరించలేరు.

పరిధి దాటొద్దు

వాస్తవ ప్రపంచంలో అయినా.. సోషల్ వరల్డ్ లో అయినా.. స్థిమితంగా ఉండటం అవసరం. పదే పదే డీపీ మార్చేయడం, అదేపనిగా స్టేటస్ చెక్ చేయడం.. లాంటి వైఖరులు సోషల్‌లైఫ్‌లో మీరు స్థిరంగా లేరన్న దానికి సంకేతంగా భావించాలి. ఎవరిదో బెంజి కారు పార్క్ చేసి ఉంటే సెల్ఫీ తీసుకుని సోషల్ మీడియాలో పోస్టు చేస్తుంటారు కొందరు. దానికొచ్చే లైక్‌లు, కామెంట్లతో ఎంజాయ్ చేస్తారు. ఈ ఆర్భాటం మీ జీవితాన్ని అగాథంలోకి నెట్టే ప్రమాదం ఉంది. లేనిది ఉన్నట్టుగా చూపించాలనుకోవడం ప్రమాదకరం. వర్చువల్ లైఫ్‌ను ఆస్వాదించడం మొదలైతే.. వాస్తవ జీవితంలోకి రావడానికి ధైర్యం సరిపోదు. ఎందుకంటే.. రకరకరాల ఫిల్టర్లు, కెమెరా ఆప్షన్లు వాడి మీ అసలు ముఖాన్ని చెరిపేశారు. మీ ఫాలోవర్లు మీ వాస్తవ రూపం చూడాలనుకుంటే మీరెలా స్పందిస్తారు? ఆ పరిస్థితే వస్తే ఫేస్ చేయగలరా? ఆ ఒత్తిడిని తట్టుకోగలరా? మీరో బ్రాండ్ అవ్వడం అంటే.. మీదైన ప్రత్యేకతను చాటుకోవాలి. అంతేకానీ, అరువు తెచ్చుకున్న అందాలను అద్దుకొని మురిసిపోవడం కాదు! మీకున్న టాలెంట్‌తో సోషల్ వేదికల్లో పరిచయమవ్వండి. నిజాయతీగా ప్రయత్నిస్తే ఎప్పటికైనా మీరు ఆశించిన సెలెబ్రిటీ హోదా దక్కుతుంది. మరో మాట పనివేళల్లో, ఆఫీస్ కంప్యూటర్స్‌లో సోషల్ మీడియా సర్వీసులను యాక్సెస్ చేయొద్దు. సామాజిక మాధ్యమాల్లో లైక్‌లే పరమావధిగా ఏది పడితే అది షేర్ చేయొద్దు. ఓ పరిధి మేరకే విషయాలను పంచుకోవాలన్న విషయాన్ని గ్రహించాలి. వర్చువల్‌లో ధరించిన ఫేక్ ముసుగు.. రియల్ వరల్డ్‌లో మీ ఇమేజ్‌ని అమాంతం నేలకు దించేస్తుందని మర్చిపోవద్దు.

ఎడిటింగ్ మాయ కొంత

సోషల్ మీడియా మయసభను మించిన మాయా ప్రపంచం! కృత్రిమ మేధకు దత్త సంతతిలా పుట్టుకొచ్చిన ఎడిటింగ్ ఫీచర్లు అస్త్రాలుగా చాలామంది రకరకాల గిమ్మిక్కులు చేస్తున్నారు. ఫేక్ పోస్టింగులు పెడుతున్నారు. లావుగా ఉన్నవాళ్లు మెరుపుతీగలా కనిపించేలా మాయ చేస్తున్నారు. బానపొట్టతో ఉన్న పురుషుడి ఫొటో ఏఐ సాయంతో సిక్స్‌ప్యాక్‌లోకి మారిపోతున్నది. వీటిని ఫాలో అయ్యేవారు ఆ క్షణం మురిసిపోయి లైక్ కొట్టి ఊరుకుంటారు. అక్కడితో వాళ్ల పాత్ర ముగిసిపోతుంది. ఆ లైక్‌ల ప్రభావంతో ఇమేజ్ చట్రంలో ఇరుక్కుపోతున్నారు కొందరు. అయితే ఈ ఫేక్ ఎన్నోరోజులు నిలబడదు. సోషల్ మీడియా అకౌంట్‌లో ఉన్న మీరు.. అసలైన మీరు కాదని ప్రపంచానికి తెలియకపోవచ్చు. కానీ, ఏదో ఒకరోజు.. 'అది నేను కాదు!' అన్న నిజాన్ని మీరు అంగీకరించక తప్పని పరిస్థితి ఏర్పడుతుంది. అప్పుడు మనసు, మెదడూ రెండూ ప్రశ్నిస్తాయి. మీరు 'ఒక్కరా? ఇద్దరా?', 'నీ నిజ స్వరూపం ఏది?' అని. అప్పటికైనా వాస్తవం గుర్తించగలిగితే ఫర్వాలేదు. ఇంకా భ్రమల్లోనే ఉంటామంటే మిమ్మల్ని మీరు మోసం చేసుకున్నట్టే!