సంచలన దినపత్రిక

హంస కలం వార్త

PRGI :T/TG/2026/0126/4786/1242

రిపోర్టర్లు కావలెను

హైదరాబాద్ కేంద్రంగా తెలంగాణ, ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రాలలో దిగ్విజయంగా నడుపబడుచున్న హంస కలం వార్త పత్రికకు జిల్లాల వారిగా స్టాపర్లు, మండలాల వారిగా రిపోర్టర్లు కావలెను (అనుభవం గల వారికి ప్రాధాన్యత) సంప్రదించవలసిన సెల్ నెంబర్

9346255044

9966555449

హంస కలం వార్త

తెలంగాణ - ఆంధ్రప్రదేశ్,సంపుటి :01,సంచిక :౨౦,చీఫ్ ఎడిటర్ : వడ్ల మధుసూదన్ చారి,వెల రూ. 4/-, శనివారం 18 - 04 - 2026

తిరుమల శ్రీవారి దర్శనానికి 8 గంటల సమయం

- తిరుమల కొండపై ఓ మోస్తరు రద్దీ
- భక్తులతో నిండిన 18 కంపార్ట్‌మెంట్లు
- నిన్న శ్రీవారిని దర్శించుకున్న 77,077 మంది భక్తులు
- హుండీ ద్వారా రూ.3.47 కోట్ల ఆదాయం

తిరుమల శ్రీవారి సన్నిధిలో భక్తుల రద్దీ ఓ మోస్తరుగా కొనసాగుతోంది. టైమ్ స్లాట్ సర్వదర్శనం (ఎస్ఎస్ డీ) టోకెన్లు లేని భక్తులకు శ్రీవారి సర్వదర్శనం కోసం సుమారు 8 గంటల సమయం పడుతోందని అధికారులు తెలిపారు. గురువారం ఉదయం నాటికి, తిరుమలలోని వైకుంఠం క్యూ - మిగతా 2 లో

అశోకచక్రం ప్రదర్శనకు సంబంధించిన పిటిషన్ పై సుప్రీంకోర్టు వ్యాఖ్యలు

- వారణాసిలోని ఒక కూడలిలో ఏర్పాటు చేసిన అశోకచక్రంను ఉదహరించిన పిటిషనర్
- సమాజానికి ఉపయోగపడే అంశాలను కోర్టు ముందుకు తీసుకురావాలన్న ధర్మాసనం
- ఇలాంటి అంశాలపై భావోద్వేగాలకు లోను కావాల్సిన అవసరం లేదని వ్యాఖ్య

జాతీయ పతాకంపై ఉండే అశోక చక్రంను ఎలా ప్రదర్శించాలనే దానిపై దాఖలైన ఒక ప్రజాప్రయోజన వ్యాజ్యాన్ని విచారించేందుకు సుప్రీంకోర్టు నిరాకరించింది. ఇలాంటి అంశాలపై భావోద్వేగాలకు లోనుకావాల్సిన అవసరం లేదని స్పష్టం చేస్తూ, పిటిషన్‌ను ధర్మాసనం కొట్టేసింది. - మిగతా 2 లో

తెలంగాణలో పలు జిల్లాలకు ఆరెంజ్ అలర్ట్

రానున్న రెండు రోజుల్లో పలు జిల్లాల్లో మరింత పెరగనున్న ఎండలు మేడ్చల్, హైదరాబాద్ సహా పలు జిల్లాలకు ఆరెంజ్ అలర్ట్ మధ్యాహ్నం 12 గంటల నుంచి సాయంత్రం 4 వరకు బయటకు వెళ్లొద్దంటున్న వైద్య నిపుణులు తెలంగాణలో భానుడు భగభగలాడుతున్నాడు. రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ఎండల తీవ్రత పెరుగుతుండటంతో ప్రజలు అల్లాడిపోతున్నారు. పలు జిల్లాల్లో గరిష్ఠ ఉష్ణోగ్రతలు రికార్డు స్థాయిలో నమోదవుతుండటంతో వాతావరణ శాఖ అత్యంత కీలకమైన హెచ్చరికలను జారీ చేసింది. ముఖ్యంగా నేడు, రేపు - మిగతా 2 లో

రేవంత్ రెడ్డి వాదన విని తెలంగాణ ప్రజలు నవ్వుతున్నారు

లోక్ సభలో తేజస్వీ సూర్య

డీలిమిటేషన్‌కు జీఎస్‌డీపీని ముడిపెట్టడం మూర్ఖత్వమన్న తేజస్వీ సూర్య నియోజకవర్గాల పునర్విభజనతో దక్షిణాది రాష్ట్రాలకు అన్యాయం జరగదని హామీ ఏపీ, తెలంగాణలను కాంగ్రెస్ విభజించిన తీరు బ్రిటిష్ కంటే దారుణంగా ఉందని వ్యాఖ్య కాంగ్రెస్ చేసిన విభజన కారణంగా ఏపీ, తెలంగాణ మధ్య నేటికీ ఘర్షణ వాతావరణం ఉందన్న ఎంపీ డీలిమిటేషన్‌పై తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి వితండవాదం చేస్తున్నారని, ఆయన చెబుతున్నది విని తెలంగాణ ప్రజలు కూడా నవ్వుతున్నారని బీజేపీ ఎంపీ తేజస్వీ - మిగతా 2 లో

రాజ్యసభ సభ్యుడిగా వేం నరేందర్ రెడ్డి ప్రమాణ స్వీకారం

- తనపై నమ్మకంతో కాంగ్రెస్ అవకాశం ఇచ్చిందన్న నరేందర్ రెడ్డి
- తెలంగాణ హక్కులపై సభలో పోరాటం చేస్తానని వెల్లడి
- ప్రమాణ స్వీకారం చేసిన కొత్తగా ఎన్నికైన సభ్యులు

తెలంగాణ కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకుడు వేం నరేందర్ రెడ్డి ఈరోజు రాజ్యసభ సభ్యుడిగా ప్రమాణ స్వీకారం చేశారు. - మిగతా 2 లో

డీ లిమిటేషన్ వల్ల దక్షిణాదికి వచ్చే నష్టమేంటి..?

- ఈ బిల్లుకు ఎవరు అనుకూలం..ఎవరు వ్యతిరేకం..
- లోక్ సభ నియోజకవర్గాల పునర్విభజనతో తలెత్తే రాజకీయ పరిణామాలు...
- దక్షిణాది రాష్ట్రాలకు సవాలు విసురుతున్నాయి.
- దేశవ్యాప్తంగా నియోజవర్గాల పునర్విభజన చేయాలని కేంద్ర ప్రభుత్వం నిర్ణయం తీసుకుంది.
- దీంతో 543 లోక్ సభ స్థానాలను 850 లోక్ సభస్థానాలుకు పెరగనున్నాయి.

లోక్ సభ నియోజకవర్గాల పునర్విభజనతో దక్షిణాది రాష్ట్రాలకు ప్రమాదం పొంచి ఉందని రాజకీయ పక్షాల్లో ఆందోళన వ్యక్తమవుతోంది. కేంద్ర ప్రభుత్వం మహిళా రిజర్వేషన్స్ తో పాటు చేపట్టదలచుకున్న డీ లిమిటేషన్ వల్ల దక్షిణాది రాష్ట్రాలకు వచ్చే నష్టమేంటి? ఏయే రాష్ట్రాలు కేంద్ర ప్రభుత్వ నిర్ణయాన్ని స్వాగతిస్తున్నాయి? డీ లిమిటేషన్ ను ఎవరు

కర్నూలు ప్రమాద బాధితులకు పరిహారం ప్రకటించిన ప్రధాని మోదీ

- మంత్రాలయం సమీపంలో ఘోర రోడ్డు ప్రమాదం, 8 మంది మృతి
- మృతులంతా కర్ణాటకకు చెందిన యాత్రికులుగా గుర్తింపు
- ప్రమాదంపై ప్రధాని మోదీ దిగ్భ్రాంతి, పరిహారం ప్రకటన
- మృతుల కుటుంబాలకు రూ. 2 లక్షలు, క్షతగాత్రులకు రూ. 50 వేల సాయం

కర్నూలు జిల్లాలోని మంత్రాలయం సమీపంలో జరిగిన ఘోర రోడ్డు ప్రమాద ఘటనపై ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ తీవ్ర దిగ్భ్రాంతి వ్యక్తం చేశారు. ఈ దుర్ఘటనలో మరణించిన వారి కుటుంబాలకు,

40ఏళ్లుగా ఇజ్రాయెల్ యుద్ధం కోసం ప్రయత్నిస్తోంది

- ఇప్పుడు అమెరికాను ఒప్పించగలిగింది: ఇరాన్
- నెతన్యాహూ దశాబ్దాలుగా ఇరాన్‌పై యుద్ధానికి ప్రయత్నించారని ఆరోపణ
- అమెరికా-ఇజ్రాయెల్ చర్యలపై ఇరాన్ ప్రతినిధి తీవ్ర విమర్శలు
- చర్చలు సీరియస్‌గా జరగలేదని వ్యాఖ్య

పశ్చిమాసియాలో కొనసాగుతున్న ఉద్రిక్తతలపై ఇరాన్ సుప్రీం లీడర్ భారత ప్రతినిధి డా. అబ్దుల్ మజీద్ - మిగతా 2 లో

కీలక బిల్లులపై సుదీర్ఘ చర్చ

రేపు సాయంత్రం 4 గంటలకు ఓటింగ్

మహిళా రిజర్వేషన్, డీలిమిటేషన్ బిల్లులు లోక్‌సభలో ప్రవేశం బిల్లులపై 18 గంటల పాటు చర్చ జరిపేందుకు స్పీకర్ అంగీకారం రేపు సాయంత్రం 4 గంటలకు ఓటింగ్ నిర్వహించనున్నట్లు ప్రకటన బిల్లు ప్రవేశపెట్టే దశలోనే డివిజన్

అండమాన్‌లో మునిగిన పడవ

250 మంది గల్లంతు

అండమాన్ సముద్రంలో ఘటన

అండమాన్ సముద్రంలో విషాదం చోటుచేసుకుంది. రోహింగ్యా శరణార్థులు, బంగ్లాదేశ్ పౌరులను తీసుకుని వస్తున్న పడవ బోల్తాపడిన ఘటనలో 250 మంది గల్లంతయ్యారు. రెఫ్యూజీస్ అండ్ ఇంటర్నేషనల్ ఆర్గనైజేషన్ ఫర్ మైగ్రేషన్ యూఎన్ హై కమిషనర్ మంగళవారం తెలిపిన వివరాల ప్రకారం.. దక్షిణ బంగ్లాదేశ్‌లోని టెక్నాఫ్ నుంచి మలేషియాకు 250 మంది పురుషులు, మహిళలు, పిల్లలతో కిక్కిరిసి వస్తున్న ఒక పడవ ప్రతికూల వాతావరణం, ఓవర్‌లోడ్ కారణంగా - మిగతా 2 లో

పిఠాపురానికి 'సెలక్షన్ గ్రేడ్' హోదా

పవన్ చొరవతో కీలక నిర్ణయం

- సెకండ్ గ్రేడ్ నుంచి అప్‌గ్రేడ్ చేస్తూ అధికారికంగా ఉత్తర్వుల జారీ
- డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్ చొరవతో వేగంగా పూర్తయిన ప్రక్రియ
- హోదా పెంపుతో పెరగనున్న నిధులు.. మెరుగవనున్న మౌలిక వసతులు
- త్వరలో కమిషనర్‌గా గ్రూప్-1 స్థాయి అధికారి నియామకం

డిప్యూటీ సీఎం, జనసేన అధినేత పవన్ కల్యాణ్ ప్రాతినిధ్యం వహిస్తున్న పిఠాపురం నియోజకవర్గ అభివృద్ధికి - మిగతా 2 లో

ఇదేం రాక్షస మనస్తత్వం?

జగన్‌పై మంత్రి లోకేశ్ ఫైర్

- వైసీపీ, జగన్‌పై మంత్రి నారా లోకేశ్ తీవ్రస్థాయిలో విమర్శలు
- రాష్ట్రానికి కంపెనీలు వస్తుంటే తరిమేస్తామనడం రాక్షస మనస్తత్వం అంటూ చురక
- మత్స్యకారుల పిల్లలకు వెయ్యికి పైగా ఉద్యోగాలు వస్తుంటే అడ్డుకుంటారా అని ప్రశ్న
- తల్లిని, చెల్లిని గెంటేశారంటూ పరోక్షంగా ఘాటు వ్యాఖ్యలు

రాష్ట్ర ఐటీ, విద్యాశాఖ మంత్రి నారా లోకేశ్, ప్రతిపక్ష వైసీపీ అధినేత జగన్ మోహన్ రెడ్డిని ఉద్దేశిస్తూ తీవ్రస్థాయిలో విమర్శలు చేశారు. రాష్ట్రానికి మంచి చేసే కంపెనీలు వస్తుంటే - మిగతా 2 లో

ఏపీ ప్రజలకు కూటమి ప్రభుత్వం

బంపర్ గిఫ్ట్

- త్వరలో వారి బ్యాంక్ అకౌంట్‌ల్లోకి రూ. 20 వేలు!
- ఏపీలోని కూటమి ప్రభుత్వం పలు కీలక నిర్ణయాలు తీసుకుంటుంది.
- అన్నివర్గాల ప్రజల ఆర్థికాభివృద్ధి కోసం అనేక పథకాలు అమలు చేస్తోంది.

ఇందులో భాగంగా రాష్ట్రంలోని మత్స్యకారుల ఆర్థికాభివృద్ధికి కూడా ప్రభుత్వం ప్రత్యేక చర్యలు చేపట్టింది. అర్హత కలిగిన ప్రతి మత్స్యకార కుటుంబానికి ప్రతీయేటా

పిఠాపురానికి 'సెలక్షన్ గ్రేడ్' హోదా

మొదటిపేజీ తరువాయి - రాష్ట్ర ప్రభుత్వం మరో కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది. పిఠాపురం మున్సిపాలిటీని సెకండ్ గ్రేడ్ నుంచి సెలక్షన్ గ్రేడ్‌కు పెంచుతూ అధికారికంగా ఉత్తర్వులు జారీ చేసింది. ఈ హోదా పెంపుతో పట్టణ అభివృద్ధి, మౌలిక సదుపాయాల కల్పన మరింత వేగవంతం కానుంది. డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్ ఈ విషయంలో ప్రత్యేక చొరవ చూపినట్లు తెలుస్తోంది. పిఠాపురం మున్సిపల్ కౌన్సిల్, ప్రత్యేక అధికారి పంపిన ప్రతిపాదనలను ప్రభుత్వం పరిశీలించింది. 2021 నుంచి 2025 వరకు మున్సిపాలిటీ ఆదాయ, వ్యయాల రికార్డులను సమీక్షించిన అనంతరం, సెలక్షన్ గ్రేడ్‌కు అర్హత ఉందని నిర్ధారించి ఈ నిర్ణయం తీసుకుంది. సాధారణంగా రూ.8 కోట్లకు పైగా వార్షిక ఆదాయం ఉన్న మున్సిపాలిటీలకు సెలక్షన్ గ్రేడ్ హోదా కల్పిస్తారు. ఈ హోదా పెంపుతో పిఠాపురం అభివృద్ధికి మరిన్ని అవకాశాలు లభించనున్నాయి. ఇకపై గ్రూప్-1 స్థాయి అధికారి కమిషనర్‌గా బాధ్యతలు చేపడతారు. మున్సిపాలిటీలో ఉద్యోగుల సంఖ్య పెరగడంతో పాటు కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాల నుంచి ప్రత్యేక నిధులు భారీగా అందనున్నాయి. తద్వారా పట్టణంలో మౌలిక సదుపాయాల కల్పన, అభివృద్ధి పనులు వేగవంతం కానున్నాయి. 1957లో మున్సిపాలిటీగా ఏర్పడిన పిఠాపురం, ఆధ్యాత్మికంగా ఎంతో ప్రసిద్ధి చెందింది. ఇక్కడి పాదగయ క్షేత్రం, కుక్కుటేశ్వరస్వామి, పురుహూతికా దేవి శక్తిపీఠం, శ్రీపాద వల్లభుల ఆలయాలకు దేశవ్యాప్తంగా భక్తులు వస్తుంటారు. పెరిగిన జనాభా, భక్తుల రద్దీతో మున్సిపాలిటీ ఆదాయం కూడా గణనీయంగా పెరిగింది. ఇటీవల కాలంలో పిఠాపురం అభివృద్ధిపై ప్రభుత్వం ప్రత్యేకంగా దృష్టి సారించింది. ఇప్పటికే 'పిఠాపురం ఏరియా డెవలప్‌మెంట్ అథారిటీ' (పీఏడీఏ)ని ఏర్పాటు చేసింది. అలాగే కేంద్ర ప్రభుత్వం 'అమృత్ భారత్' పథకం కింద పిఠాపురం రైల్వే స్టేషన్ ఆధునికీకరణకు రూ.37.25 కోట్లు మంజూరు చేయడం గమనార్హం. ఇప్పుడు మున్సిపాలిటీ హోదా పెంపుతో అభివృద్ధి మరింత ఊపందుకోనుంది.

తెలంగాణలో పలు జిల్లాలకు ఆరెంజ్ అలర్ట్

మొదటిపేజీ తరువాయి - ఉమ్మడి ఆదిలాబాద్, ఖమ్మం, మహబూబ్‌నగర్, నిజామాబాద్, జగిత్యాల, రాజన్న సిరిసిల్ల, మేడ్చల్ మల్కాజిగిరి, హైదరాబాద్ జిల్లాలకు ఆరెంజ్ అలర్ట్ ప్రకటించారు. రాష్ట్రంలో రెండు రోజుల్లో ఎండల తీవ్రత మరింత పెరిగే అవకాశం ఉంది. ఉష్ణోగ్రతలు క్రమేపీ 1 నుంచి 2 డిగ్రీల వరకు పెరగొచ్చని అధికారులు అంచనా వేస్తున్నారు. నేటి నుంచి మూడు రోజుల పాటు రాష్ట్రంలోని పలు జిల్లాల్లో వడగాలులు వీచే ప్రమాదం ఉంది. ఆరెంజ్ హెచ్చరికలు ఉన్న జిల్లాల్లో ఉష్ణోగ్రతలు 41 నుంచి 44 డిగ్రీల వరకు నమోదయ్యే అవకాశం ఉంది. ఉమ్మడి ఆదిలాబాద్‌తో పాటు నాగర్‌కర్నూల్, వనపర్తి, నారాయణపేట, జోగులాంబ గద్వాల జిల్లాల్లో వడగాలులు తీవ్రంగా ఉంటాయని వాతావరణ శాఖ స్పష్టం చేసింది. పెరుగుతున్న ఉష్ణోగ్రతల దృష్ట్యా ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని వైద్య నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. మధ్యాహ్నం 12 గంటల నుంచి సాయంత్రం 4 గంటల వరకు అత్యవసరమైతే తప్ప బయటకు రాకపోవడమే మంచిది. ఒకవేళ బయటకు వెళ్లాల్సి వస్తే తలపాగా, గొడుగు వంటివి వినియోగించాలని, డీహైడ్రేషన్ కాకుండా తగినంత నీరు, మజ్జిగ, కొబ్బరి నీళ్లు వంటి ద్రవ పదార్థాలను తీసుకోవాలని హితవు పలుకుతున్నారు. ముఖ్యంగా వృద్ధులు, చిన్నపిల్లలు ఎండల పట్ల మరింత జాగ్రత్తగా ఉండాలని అధికారులు సూచిస్తున్నారు.

రేవంత్ రెడ్డి వాదన విని తెలంగాణ ప్రజలు నవ్వుతున్నారు

మొదటిపేజీ తరువాయి - సూర్య అన్నారు. రాష్ట్రం జీఎస్‌డీపీ ఆధారంగా లోక్ సభ సీట్ల సంఖ్యను పెంచాలన్న రేవంత్ రెడ్డి ప్రతిపాదనపై ఆయన మండిపడ్డారు. సీట్ల పెంపునకు, జీఎస్‌డీపీ ముడిపెట్టాలన్న తెలంగాణ సీఎం సలహా అత్యంత మూర్ఖంగా ఉందని అన్నారు. అసలు ఆయనకు ఆ సలహా ఎవరిచ్చారో కానీ అందరూ నవ్వుకుంటున్నారని చురక అంటించారు. లోక్ సభలో 131వ రాజ్యాంగ సవరణ బిల్లుపై చర్చ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ, డీలిమిటేషన్‌తో దక్షిణాది రాష్ట్రాలకు అన్యాయం జరుగుతుందన్న విపక్ష పార్టీలు, దక్షిణాది పార్టీల వ్యాఖ్యలను సూర్య తప్పుబట్టారు. డీలిమిటేషన్‌పై విపక్షాల వాదన అర్థరహితంగా ఉందని అన్నారు. నియోజకవర్గాల పునర్విభజన వల్ల దక్షిణాది రాష్ట్రాలకు ఎలాంటి అన్యాయం జరగదని హామీ ఇచ్చారు. డీలిమిటేషన్‌పై ప్రతిపక్షాలు దక్షిణాది రాష్ట్రాల ప్రజలను తప్పుదారి పట్టిస్తున్నాయని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. రాష్ట్రాల ఆదాయం అనేది ప్రతి సంవత్సరం మారుతుంటుందని తెలిపారు. దానిని డీలిమిటేషన్‌కు ప్రాతిపదికగా తీసుకోవాలని చెప్పడం హాస్యాస్పదమని అన్నారు. ఆదాయం ప్రకారం ఓట్లు లేదా ప్రాతినిధ్యం ఇవ్వాలనుకుంటే దేశంలో అత్యధిక ఆదాయం ఉన్న అంబానీకి లక్ష ఓట్లు ఇవ్వవలసి వస్తుందని ఎద్దేవా చేశారు. గత ప్రభుత్వాలు మహిళా రిజర్వేషన్ బిల్లును పట్టించుకోలేదని ఆరోపించారు. ఇప్పుడు కూడా మహిళా రిజర్వేషన్ బిల్లును అడ్డుకోవడానికి చూస్తున్నాయని అన్నారు. డీలిమిటేషన్‌ను సాకుగా చూపి మహిళా రిజర్వేషన్ బిల్లును అడ్డుకునే ప్రయత్నాలు చేస్తున్నారని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. మహిళా రిజర్వేషన్ బిల్లును వేగంగా అమలు చేద్దామంటే విపక్షాలు యూటర్న్ తీసుకుంటున్నాయని అన్నారు. కాంగ్రెస్ నాడు అత్యంత దారుణంగా ఆంధ్రప్రదేశ్, తెలంగాణలను విభజించిందని మండిపడ్డారు. కాంగ్రెస్ చేసిన విభజన బ్రిటిష్ వారి కంటే దారుణంగా ఉందని అన్నారు. ఏపీ, తెలంగాణ విభజనను కాంగ్రెస్ పాకిస్తాన్, భారత్ విభజనతో పోల్చారు. విభజన సమయంలో కాంగ్రెస్ అనుసరించిన విధానం వల్ల రెండు రాష్ట్రాల మధ్య నేటికీ ఘర్షణ వాతావరణం నెలకొందని అన్నారు.

తిరుమల శ్రీవారి దర్శనానికి 8 గంటల సమయం

మొదటిపేజీ తరువాయి - కంపార్ట్‌మెంట్లలోని 18 కంపార్ట్‌మెంట్లు భక్తులతో నిండి ఉన్నాయి. భక్తుల రద్దీకి అనుగుణంగా టీటీడీ అన్ని ఏర్పాట్లు చేస్తోంది. నిన్న (ఏప్రిల్ 15) ఒక్కరోజే 77,077 మంది భక్తులు స్వామివారిని దర్శించుకున్నట్లు తిరుమల తిరుపతి దేవస్థానం (టీటీడీ) వెల్లడించింది. 27,241 మంది భక్తులు తలనీలాలు సమర్పించి మొక్కులు చెల్లించుకున్నారు. భక్తులు సమర్పించిన కానుకల ద్వారా శ్రీవారి హుండీకి రూ.3.47 కోట్ల ఆదాయం లభించింది.

రాజ్యసభ సభ్యుడిగా వేం నరేందర్ రెడ్డి ప్రమాణ స్వీకారం

మొదటిపేజీ తరువాయి - ఇటీవల పలువురు నేతలు రాజ్యసభకు ఎన్నికైన విషయం తెలిసిందే. కొత్తగా ఎన్నికైన సభ్యులు ఈరోజు ప్రమాణ స్వీకారం చేశారు. అనంతరం, వేం నరేందర్ రెడ్డి మీడియాతో మాట్లాడుతూ, తన మీద నమ్మకంతో రాజ్యసభ ఎంపీగా అవకాశం ఇచ్చినందుకు కాంగ్రెస్ పార్టీ అధిష్టానానికి ధన్యవాదాలు తెలిపారు. తెలంగాణ ప్రజల, సమస్యలు, రాష్ట్ర హక్కులు, రాష్ట్రానికి రావాల్సిన నిధుల గురించి పార్లమెంటులో పోరాటం చేస్తానని అన్నారు. తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రజల వికాసం, అభివృద్ధి కోసం శాయశక్తులా కృషి చేస్తానని ఆయన పేర్కొన్నారు. బీజేపీ జాతీయ అధ్యక్షుడు నితిన్ నబీన్, తెలంగాణ నుంచి ఎన్నికైన మరో కాంగ్రెస్ నాయకుడు అభిషేక్ మను సింఘ్వీ తదితరులు కూడా ఇవాళ ప్రమాణ స్వీకారం చేశారు.

అశోకచక్రం ప్రదర్శనకు సంబంధించిన పిటిషన్ పై సుప్రీంకోర్టు వ్యాఖ్యలు

మొదటిపేజీ తరువాయి - వారణాసిలోని ఒక కూడలిలో ఏర్పాటు చేసిన అశోక చక్రాన్ని ఉదాహరణగా చూపుతూ సచిన్ గుప్తా అనే న్యాయవాది ఈ వ్యాజ్యాన్ని దాఖలు చేశారు. దీనిపై ప్రధాన న్యాయమూర్తి జస్టిస్ సూర్యకాంత్ నేతృత్వంలోని ధర్మాసనం విచారణ చేపట్టింది. ఈ సందర్భంగా పిటిషనర్ తీరుపై ధర్మాసనం కొంత అసహనం వ్యక్తం చేస్తూ.. "సమాజానికి ఉపయోగపడే, నిర్మాణాత్మకమైన అంశాలను కోర్టు ముందుకు తీసుకురావడం లేదా" అని సూచించింది. మీ ఆలోచన మంచిదే అయినప్పటికీ, ఇలాంటి సాంకేతిక అంశాలపై తొలుత సంబంధిత అధికారులతో చర్చించాలని, వారు ఎలాంటి చర్యలు తీసుకుంటారో చూడాలని హితవు పలికింది. ఇదే సందర్భంలో న్యాయవాది సచిన్ గుప్తా దాఖలు చేసిన మరికొన్ని పిటిషన్ల అంశం కూడా చర్చకు వచ్చింది. గతంలో ఆయన దాఖలు చేసిన 25 పిటిషన్లు ఆధారరహితంగా ఉన్నాయని కోర్టు భావించిందనే వాదన ఆయన ఉపసంహరించుకున్నారు. తాజాగా ఆయన మరో 47 పిటిషన్లను దాఖలు చేయగా, వాటిలో అర్థరహితంగా ఉన్నవాటిని విత్‌డ్రా చేసుకోవాలని ధర్మాసనం సూచించింది. దీనికి అంగీకరించిన సచిన్ గుప్తా, కోర్టు అనుమతితో ఆ పిటిషన్లను వెనక్కి తీసుకుంటానని ధర్మాసనానికి తెలిపారు. "తల్లులు, సోదరీమణులకు ఇచ్చే గౌరవమే దేశానికి ఇచ్చే గౌరవం" అంటూ కోర్టు చేసిన వ్యాఖ్యలు ఈ సందర్భంగా ప్రాధాన్యత సంతరించుకున్నాయి.c

కర్నూలు ప్రమాద బాధితులకు పరిహారం ప్రకటించిన ప్రధాని మోదీ

మొదటిపేజీ తరువాయి - గాయపడిన వారికి ప్రధానమంత్రి జాతీయ సహాయ నిధి (పీఎంఎన్‌ఆర్‌ఎఫ్) నుంచి నష్టపరిహారం ప్రకటించారు. మృతుల కుటుంబాలకు రూ. 2 లక్షలు, గాయపడిన వారికి రూ.50 వేలు చొప్పున ఆర్థిక సాయం అందించనున్నట్లు ప్రధాని కార్యాలయం వెల్లడించింది. గురువారం తెల్లవారుజామున మంత్రాలయం మండలం చిలకలడోన సమీపంలో ఈ ప్రమాదం జరిగింది. శ్రీ రాఘవేంద్ర స్వామి వారిని దర్శించుకునేందుకు కర్ణాటకలోని చిక్‌మంగళూరు నుంచి యాత్రికులతో వస్తున్న బొలెరో వాహనం, ఎదురుగా వస్తున్న ట్యాంకర్‌ను ఢీకొట్టింది. ఈ ఘటనలో ఐదుగురు అక్కడికక్కడే మరణించగా, మరో ముగ్గురు ఆసుపత్రిలో చికిత్స పొందుతూ ప్రాణాలు విడిచారు. దీంతో మృతుల సంఖ్య 8కి చేరింది. మృతుల్లో ఐదుగురు మహిళలు, ఒక బాలిక ఉన్నారు. ప్రమాద సమాచారం అందిన వెంటనే క్షతగాత్రులను ఎమ్మిగనూరు ప్రభుత్వ ఆసుపత్రికి తరలించి చికిత్స అందిస్తున్నారు. ప్రమాద స్థలాన్ని పరిశీలించిన జిల్లా ఎస్పీ విక్రాంత్ పాటిల్, బొలెరో డ్రైవర్ నిద్రమత్తులో ఉండటమే ప్రమాదానికి ప్రాథమిక కారణమని భావిస్తున్నట్లు తెలిపారు. ఈ దుర్ఘటన అత్యంత బాధాకరమని, మృతుల కుటుంబాలకు తన ప్రగాఢ సానుభూతి తెలియజేస్తున్నానని ప్రధాని మోదీ తన ఎక్స్ ఖాతాలో పేర్కొన్నారు. ఘటనపై పోలీసులు కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేస్తున్నారు.

ఇదేం రాక్షస మనస్తత్వం?

మొదటిపేజీ తరువాయి - అడ్డుకోవడం దుర్మార్గమని, ఇది సైకోయిజం తప్ప మరొకటి కాదని ఆయన ఘాటుగా వ్యాఖ్యానించారు. ఈ మేరకు లోకేశ్ తన సోషల్ మీడియా ఖాతాలో ఓ పోస్ట్ పెట్టారు. దేశ రక్షణకు ఉపయోగపడే అధునాతన బోట్లు తయారు చేసే కంపెనీ రాష్ట్రానికి వస్తుంటే స్వాగతించాల్సింది పోయి, తరిమేస్తామనడం ఎలాంటి మనస్తత్వమని లోకేశ్ ప్రశ్నించారు. ఈ కంపెనీ ద్వారా మత్స్యకారుల పిల్లలకు వెయ్యికి పైగా ఉద్యోగాలు వస్తాయంటే ఆనందించకుండా అడ్డుకుంటాననడం రాక్షస మనస్తత్వమే అవుతుందని అన్నారు. ఇదే క్రమంలో ఆయన జగన్‌పై పరోక్షంగా వ్యక్తిగత విమర్శలు కూడా చేశారు. "తల్లిని తరిమేశారు, చెల్లిని గెంటేశారు. దైవం అంటే భక్తి లేదు. దేశం అంటే ద్వేషం. నిలువెల్లా స్వార్థం, మనసంతా విధ్వంసంతో రప్పా రప్పా నరుకుతాం, అమరావతిని మార్చేస్తాం, కట్టినవన్నీ కూల్చేస్తాం, కంపెనీలన్నీ వెళ్లగొడతాం.. ఏమిటీ దుర్మార్గ పనులు జగన్ మోహన్ రెడ్డి గారూ!" అని తన పోస్టులో లోకేశ్ నిలదీశారు. ప్రతిపక్షం తీరును ఆయన 'సైకోయిజం'గా అభివర్ణించారు.

అండమాన్‌లో మునిగిన పడవ.. 250 మంది గల్లంతు

మొదటిపేజీ తరువాయి -అండమాన్ సముద్రంలో మునిగిపోయింది. దీంతో అందులోని వారందరూ గల్లంతయ్యారు. ప్రతి ఏడాది వేలాది మంది రోహింగ్యాలు, మయన్మార్‌కు చెంది న ముస్లిం మైనారిటీలు హింసకు గురవుతూ, అణచివేత నుంచి తప్పించుకోవడానికి ప్రమాదకరమైన సముద్ర ప్రయాణాలు చేసి వేరే ప్రాంతాలకు తరలిపోతుంటారు. చాలామంది కాక్స్ బజార్‌లోని రద్దీగా ఉండే శరణార్థి శిబిరాల నుంచి పారిపోతారు. ఇక్కడ మయన్మార్‌లోని రఖైన్ రాష్ట్రం నుంచి తప్పించుకున్న 10 లక్షల మంది కంటే ఎక్కువ మంది ప్రజలు దుర్భర పరిస్థితుల్లో నివసిస్తున్నారు.

40ఏళ్లుగా ఇజ్రాయెల్ యుద్ధం కోసం ప్రయత్నిస్తోంది

మొదటిపేజీ తరువాయి - హకీమ్ ఇలాహీ కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. ప్రస్తుత పరిస్థితిని వ్యక్తిగత యుద్ధంగా అభివర్ణిస్తూ, ఇజ్రాయెల్ నాయకత్వం చాలా కాలంగా ఇరాన్‌పై సైనిక చర్యలకు ప్రయత్నిస్తోందని ఆరోపించారు. బుధవారం జైపూర్‌లో మీడియాతో మాట్లాడిన ఆయన, ఇజ్రాయెల్ ప్రధాని బెంజమిన్ నెతన్యాహూ దశాబ్దాలుగా ఇరాన్‌పై యుద్ధాన్ని ప్రారంభించాలని కోరుకున్నారని తెలిపారు.

వ్యక్తిగత యుద్ధంగా భావిస్తున్నాం!

'ఇజ్రాయెల్ ప్రధాని గత 40 ఏళ్లుగా ఇరాన్‌పై యుద్ధాన్ని ప్రారంభించాలనే ఆలోచనతో ఉన్నారు. అయితే గతంలో అమెరికా అధ్యక్షులను ఒప్పించలేకపోయారు. ఈసారి మాత్రం అమెరికా అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్‌ను ఒప్పించగలిగారు. అందుకే ఈ యుద్ధాన్ని వ్యక్తిగత యుద్ధంగా మేము భావిస్తున్నాం' అని ఇలాహీ వ్యాఖ్యానించారు.

40 రోజుల్లో వారు ఏ లక్ష్యాన్నీ సాధించలేకపోయారు!

ప్రస్తుత ఘర్షణలో అమెరికా--ఇజ్రాయెల్ కూటమి వ్యవహారశైలిపై కూడా ఆయన తీవ్ర అసంతృప్తి వ్యక్తం చేశారు. ప్రారంభం నుంచే చర్చలపై వారు నిజాయితీగా లేరని ఇరాన్ భావించిందని చెప్పారు. "వారు చర్చలకు సీరియస్‌గా లేరని మేము మొదటి నుంచే చెప్పాము. మా దేశంపై దాడులు చేశారు. పౌరులను చంపారు. ఇళ్లు, ఆస్పత్రులు, విశ్వవిద్యాలయాలు వంటి ప్రజా వనరులను ధ్వంసం చేశారు. కానీ 40 రోజుల్లో వారు ఏ లక్ష్యాన్నీ సాధించలేకపోయారు" అని అన్నారు. యుద్ధం ద్వారా సాధించలేని లక్ష్యాలను చర్చల ద్వారా సాధించాలనే ప్రయత్నం జరుగుతోందని కూడా ఇలాహీ పేర్కొన్నారు. 'యుద్ధంతో సాధించలేనిదాన్ని చర్చల ద్వారా సాధించాలని వారు ప్రయత్నించారు. కానీ అది కూడా సాధ్యం కాదని వారికి అర్థమైంది. వారు ప్రతి విషయాన్ని వ్యాపారంలా చూస్తున్నారు' అని విమర్శించారు.

భారత్-- ఇరాన్ సంబంధాలు మరింత లోతుగా!

ఇక భారత్- ఇరాన్ సంబంధాలపై కూడా ఆయన సానుకూల వ్యాఖ్యలు చేశారు. రెండు దేశాల మధ్య వేల ఏళ్ల చరిత్ర, సాంస్కృతిక అనుబంధం ఉందని గుర్తుచేశారు. 'భారత్‌తో మా సంబంధాలు 5,000 సంవత్సరాల సాంస్కృతిక, విద్యా, తత్వశాస్త్ర సంబంధాలపై ఆధారపడి ఉన్నాయి. ఇది సాధారణ దౌత్య సంబంధం కాదు, నాగరికతల మధ్య బంధం. ఈ యుద్ధం తర్వాత భారత్-- ఇరాన్ సంబంధాలు మరింత బలపడతాయి, మరింత లోతుగా మారతాయి' అని విశ్వాసం వ్యక్తం చేశారు. ఇదిలా ఉండగా, పశ్చిమాసియాలో ఉద్రిక్త పరిస్థితులు కొనసాగుతూనే ఉన్నాయి. ఒకవైపు సైనిక చర్యలు జరుగుతుండగా, మరోవైపు గోప్య చర్చలు కూడా సాగుతున్నట్లు సమాచారం. అంతర్జాతీయ వర్గాలు పరిస్థితిని శాంతియుతంగా పరిష్కరించాలని పిలుపునిస్తున్నాయి. ఇరాన్ పార్లమెంట్ స్పీకర్ మొహమ్మద్ బాఘర్ ఖలీబాఫ్ కూడా ఈ పరిణామాలపై స్పందించారు. లెబనాన్‌లో పూర్తి కాల్పుల విరమణ సాధ్యమవుతుందని ఆయన అభిప్రాయపడ్డారు. హిజ్బుల్లా పోరాటం, ప్రతిఘటన శక్తుల ఐక్యత కారణంగా ఈ పరిస్థితి సాధ్యమవుతుందని పేర్కొన్నారు.

ఇది ఒక తప్పు నిర్ణయం!

'లెబనాన్‌లో సమగ్ర కాల్పుల విరమణ స్థిరపడటానికి ప్రతిఘటన శక్తుల పట్టుదల కీలకం. యుద్ధంలో కానీ, కాల్పుల విరమణలో కానీ ఇరాన్ మరియు ప్రతిఘటన శక్తులు ఒకటే' అని ఖలీబాఫ్ వ్యాఖ్యానించారు. అమెరికాపై కూడా ఆయన విమర్శలు గుప్పించారు. 'ఇజ్రాయెల్‌కు ప్రాధాన్యం ఇచ్చే విధానాన్ని అమెరికా విడిచిపెట్టాలి. ఇది ఒక తప్పు నిర్ణయం' అని హెచ్చరించారు. మొత్తంగా, పశ్చిమాసియాలో ఉద్రిక్త పరిస్థితులు తగ్గే సూచనలు కనిపించకపోయినా, దౌత్యపరమైన ప్రయత్నాలు కొనసాగుతున్నాయి. ఈ నేపథ్యంలో ఇరాన్ ప్రతినిధుల వ్యాఖ్యలు అంతర్జాతీయంగా చర్చనీయాంశంగా మారాయి.

డీ లిమిటేషన్ వల్ల దక్షిణాదికి వచ్చే నష్టమేంటి..?

వ్యతిరేకిస్తున్నారనేది ప్రస్తుతం చర్చనీయాంశంగా మారింది. దేశ వ్యాప్తంగా లోక్ సభ నియోజకవర్గాల పునర్విభజనకు శ్రీకారం చుట్టబోతున్నారు. పార్లమెంటు సమావేశాల్లో బిల్లు ప్రవేశపెట్టడంతో మహిళా రిజర్వేషన్ బిల్లు, నియోజకవర్గాల పునర్విభజనకు సభ్యులు ఆమోదించడంతో అన్ని రాష్ట్రాల్లోనూ నియోజకవర్గాలు పెరగనున్నాయి. జనాభా ప్రాతిపదికన చట్టసభలకు సంబంధించిన సీట్ల పెంపుదల, రిజర్వేషన్ల విధానంలో విప్లవాత్మక మార్పులు చోటుచేసుకోనున్నాయి. పార్లమెంటు ఆమోదంతో దేశంలోఉన్న 543 లోక్ సభ స్థానాల సంఖ్య 850కి పెరిగే అవకాశాలున్నాయి. కేంద్రపాలిత ప్రాంతాల్లో 35 స్థానాలు, 28 రాష్ట్రాల్లో 815 లోక్ సభ స్థానాలు ఏర్పాటు కాబోతున్నాయి. కేంద్ర ప్రభుత్వ నిర్ణయంతో లోక్ సభ నియోజకవర్గాల పెంపుదలకోసం చేపట్టనున్న డీ లిమిటేషన్ ను దక్షిణాది రాష్ట్రాల్లో ఆంధ్రప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు స్వాగతించారు. డీ లిమిటేషన్ జాతీయ ప్రజాస్వామ్య కూటమి (చీణూ) నిర్ణయం దేశ ప్రయోజనాలకు వరమన్నారు. మహిళా రిజర్వేషన్ తో చట్టసభల్లో మహిళల ప్రాధాన్యత పెరుగుతుందన్నారు. అలాగే రాజకీయంగా ఎదగాలనే ఉద్దేశంతో ఉన్న వారికి అవకాశాలు అపారంగా ఉన్నాయనే అభిప్రాయం వ్యక్తంచేశారు. లోక్‌సభ నియోజకవర్గాల పునర్విభజన వల్ల దక్షిణాది రాష్ట్రాలకు నష్టం జరుగుతోందని తెలంగాణ సీఎం రేవంత్ రెడ్డి వ్యతిరేకిస్తున్నారు. జనాభా ప్రాతిపదికన సీట్ల పెంపుదల ఉత్తర, దక్షిణ భారత దేశాల మధ్య తేడా వచ్చే అవకాశం ఉందని తొలినుంచి దక్షిణాది రాష్ట్రాల్లోని రాజకీయ పార్టీలు వ్యతిరేకిస్తున్నాయి. లోక్ సభ స్థానాలను ప్రతి రాష్ట్రంలోనూ 50 శాతంమేర పెరగబోతున్నాయి. జనాభా నియంత్రణ పాటించిన ఆంధ్రప్రదేశ్, తెలంగాణ, కర్ణాటక, తమిళనాడు, కేరళ రాష్ట్రాల్లో జనాభా తక్కువగా ఉండటం వల్ల దక్షిణాది రాష్ట్రాల్లో లోక్ సభ స్థానాలను కోల్పోయే అవకాశాలున్నాయిన మదనపడుతున్నాయి. ఎక్కువ జనాభా ఉన్న ఉత్తరాది రాష్ట్రాల రాజకీయ ప్రాతినిధ్యం, కేంద్ర నిధులు పెరుగుతాయని రాజకీయ పార్టీల ప్రతినిధులు, ముఖ్యమంత్రులు ఆందోళన చెందుతున్నారు. అయితే జనాభా ప్రాతిపదికన కాకుండా అన్ని రాష్ట్రాలకు ఇపుడున్న స్థానాలకు అదనంగా 50 శాతం పెంచనున్నారు. గతంలో మాదిరే రాజకీయ ప్రాధాన్యత ఉండబోతుంది. ఒక రేవంత్ చెప్పినట్టు జీడీపీ అధారంగా అంటే మహారాష్ట్ర, గుజరాత్ వంటి రాష్ట్రాలకే ఎక్కువ సీట్లు లభిస్తాయి. కానీ కేంద్రం ఇపుడు సీట్లకు 50 శాతం వల్ల ఎవరికీ పెద్దగా నష్టం లేదనే వాదన చెబుతుంది. ఒక వేళ జనాభా ప్రాతిపదికన అయితే దక్షిణాది రాష్ట్రాలకు ఉన్న సీట్లు తగ్గే అవకాశాలున్నాయి. డీలిమిటేషన్ వల్ల జనాభా ఎక్కువగా ఉన్న ఉత్తరాది రాష్ట్రాలకు రాజకీయ అధికారం, కేంద్ర నిధుల పరంగా ప్రయోజనం చేకూరే అవకాశాలు కన్పిస్తున్నాయి. జనాభా లెక్కల ఆధారంగా కేంద్ర నిధుల కేటాయింపు జరిగితే, ఉత్తరాది రాష్ట్రాలకు ఎక్కువ నిధులు వెళ్తాయని ఆలోచనలో పడ్డారు. దక్షిణాది రాష్ట్రాలకు ఆర్థిక ఇబ్బందులు తప్పవనే సంకేతాలు రాజకీయ పార్టీల ప్రతినిధులు అభిప్రాయపడుతున్నారు. జనాభా నియంత్రణ పాటించినందుకు దక్షిణాది రాష్ట్రాలకు అన్యాయం జరుగుతుందని, ఇది దేశ సమగ్రతకు మంచిది కాదని తెలంగాణ సీఎం రేవంత్ రెడ్డి, తమిళనాడు ముఖ్యమంత్రి స్టాలిన్, రాజకీయ నాయకులు ఆందోళన వ్యక్తం చేస్తున్నారు.కానీ ఇందులో ఎలాంటి నిజాలు లేవని రాజకీయ విశ్లేషకులకు చెబుతున్న మాట. ఉత్తర భారత రాష్ట్రాలతో పోలిస్తే ఆంధ్రప్రదేశ్, తెలంగాణ, తమిళనాడు, కర్ణాటక, కేరళల జనాభా తక్కువగా ఉంది. జనాభా పెరుగుదల శాతమూ తక్కువగా ఉంది. డీలిమిటేషన్ తో తెలుగు రాష్ట్రాలకు లోక్‌సభలో రాజకీయ ప్రాతినిధ్యం తగ్గే సూచనలు కనిపిస్తున్నాయి. కర్ణాటక, కేరళ, తమిళనాడు రాష్ట్రాలకు అదే పరిస్థితి తలెత్తబోతోంది. జనాభా నియంత్రణ పాటించడంతో ఇపుడు ఈ పరిస్థితి దాపురించిందని రాజకీయ నాయకులు విచారం వ్యక్తంచేస్తున్నారు. దక్షిణభారత దేశంలో 129 లోక్ సభ స్థానాలున్నాయి. దేశవ్యాప్తంగా ఉన్న లోక్ సభ స్థానాల్లో దక్షిణ భారత దేశం 23.75 శాతం సీట్లను కలిగి ఉన్నాయి. తమిళనాడులో 39, కర్ణాటకలో 28, కేరళలో 20, ఆంధ్రప్రదేశ్ లో 25, తెలంగాణలో 17 లోక్ సభ స్థానాలున్నాయి. డీ లిమిటేషన్ తర్వాత 65 లోక్ సభ స్థానాలు పెరిగే అవకాశాలున్నాయి. దేశంలో లోక్ సభ స్థానాలు పెరిగితే... కేంద్ర ప్రభుత్వ ఏర్పాటుకోసం దక్షిణాది రాష్ట్రాల అవసరం పెద్దగా ఉండబోదని, దీంతో నిధుల సాధన ఇబ్బందికరంగా మారే అవకాశాలుంటాయని రాజకీయ పార్టీలు అభిప్రాయం వ్యక్తంచేస్తున్నాయి. అఖిలపక్ష సమావేశాన్ని ఏర్పాటుచేసి నియోజకవర్గాల పునర్విభజనపై మాట్లాడి నిర్ణయం తీసుకోకుండా... పునర్విభజనపై ముందుకు వెళ్లొద్దని తెలంగాణ సీఎం రేవంత్ రెడ్డి దక్షిణాది రాష్ట్రాల తరఫున కేంద్ర ప్రభుత్వానికి లేఖ రాశారు. దక్షిణాది రాష్ట్రాల మాదిరిగా కుటుంబ నియంత్రణకు ఉత్తర భారత రాష్ట్రాలకు ప్రాధాన్యం ఇవ్వలేదు. అధిక జనాభా కలిగిన ఉత్తర్‌ప్రదేశ్, బిహార్‌లు లోక్‌సభలో తమ సీట్ల సంఖ్యను ఇప్పటికన్నా ఎక్కువగా పెంచుకోనున్నాయి. ఈ లెక్కన చూస్తే- పరిపాలన, అభివృద్ధి, జనాభా నియంత్రణ వంటి అంశాల్లో సామర్థ్యం కనబరచిన దక్షిణాది రాష్ట్రాలకు శాపంగా మారిందని చెబుతున్నారు. డీలిమిటేషన్ తో లోక్‌సభలో ప్రాతినిధ్యానికీ, రాజకీయ ప్రాధాన్యానికీ కోతపడబోతోందని రాజకీయ పార్టీ ప్రతినిధులు ఆవేదన వ్యక్తంచేశారు.కేంద్రం నుంచి తమకు రావాల్సిన నిధుల కోసం డిమాండ్ చేసే సత్తా దక్షిణాది రాష్ట్రాలకు తగ్గిపోతుందని చెబుతున్నారు. అభివృద్ధికి అనుకూలమైన విధానాలు రూపొందించే విధంగా కేంద్రంపై ఒత్తిడి చేయగల స్థితిలోనూ దక్షిణాది రాష్ట్రాలకు అవకాశం ఉండదని అభిప్రాయం వ్యక్తంచేశారు. రాజకీయ పార్టీలతో సంప్రదింపులు లేకుండా చేపట్టే డీలిమిటేషన్ ద్వారా ఉత్తర-దక్షిణ విభేదాలు, ప్రాంతీయ ఉద్రిక్తతలు పెచ్చరిల్లే ప్రమాదముందని అనుమానం వ్యక్తంచేశారు. డీలిమిటేషన్ తో అధిక జనాభా గల ఉత్తరాది రాష్ట్రాలకు లోక్‌సభలో సంఖ్యా బలం పెరిగితే, కేంద్రం నుంచి అవి పెద్దయెత్తున నిధులు సాధించుకోగలుగుతాయి. దీంతో దక్షిణ రాష్ట్రాల వాటాలో కోతపడుతుంది. రాజకీయాధికారంతోపాటు ఆర్థికాధికారమూ ఉత్తరాది రాష్ట్రాలకు వరంగా మారుతుంది. అధిక జనాభా గల ఉత్తర రాష్ట్రాలది పైచేయి అయినప్పుడు... సమర్థ పాలనకు, సమగ్ర అభివృద్ధికి పట్టం కట్టిన దక్షిణాది రాష్ట్రాలు వెనకబడిపోతాయనే ఆవేదన వ్యక్తమవుతోంది. నియోజకవర్గా పునర్విభజనలో జనాభాకే ప్రాముఖ్యం ఇవ్వడం సరికాదనీ... దేశ ఆర్థికాభివృద్ధిలో దక్షిణాది వాటాను, పరిపాలనా సామర్థ్యాన్ని, అభివృద్ధిలో నాణ్యతకు ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలని కేంద్ర ప్రభుత్వ ప్రతినిధులు గుర్తించాల్సిన అవసరం ఉంది. అసమానతలకు తావులేని విధంగా లోక్‌సభా నియోజకవర్గాల పునర్విభజన జరిగేలా కేంద్ర ప్రభుత్వ చర్యలు తీసుకోవాలని రాజకీయ పక్షాలు కోరుతున్నాయి. దేశ వ్యాప్తంగా లోక్ సభ నియోజకవర్గా పునర్విభజనతో దక్షిణాది రాష్ట్రాలకు నష్టం జరగదని కేంద్ర ప్రభుత్వం భరోసా ఇవ్వాలి. జనాభా నియంత్రణ, పరిపాలన, అభివృద్ధి వంటి విషయాల్లో ముందంజలో ఉన్న రాష్ట్రాల ప్రయోజనాలు కాపాడేందుకు రాజకీయ ప్రతినిధులు చొరవతీసుకోవాలి. రాజకీయ ప్రాతినిధ్యంలో, ఆర్థికాధికారాల బదిలీలో అన్యాయం జరగదనే విధంగా కేంద్ర ప్రభుత్వంనుంచి భరోసా తీసుకోవాలని రాజకీయ పార్టీల ప్రతినిధులు ప్రయత్నిస్తున్నారు. దక్షిణాది రాష్ట్రాలు ఆశిస్తున్నట్లుగా కేంద్ర ప్రభుత్వం సహకరిస్తుందా? పార్లమెంటులో బలం ఉందని ఏకపక్షనిర్ణయాలతో ముందడుగు వేస్తుందా? నియోజకవర్గ పునర్విభజన ఎలాంటి పరిణామాలు తలెత్తుతాయో ననే చర్చ సర్వత్రా సాగుతోంది.

ఏపీ ప్రజలకు కూటమి ప్రభుత్వం బంపర్ గిఫ్ట్..

మొదటిపేజీ తరువాయి -రూ. 20 వేల చొప్పున ప్రభుత్వం ఆర్థిక సాయాన్ని అందజేస్తోంది. రాష్ట్రంలోని మత్స్యకార కుటుంబాల సంక్షేమం కోసం ఏపీ ప్రభుత్వం అత్యంత ప్రతిష్టాత్మకంగా మత్స్యకార భరోసా పథకాన్ని అమలు చేస్తోన్న విషయం తెలిసిందే. సముద్రంపైనే ఆధారపడి జీవించే వేలాది మంది మత్స్యకారుల ఆర్థిక భద్రతను దృష్టిలో ఉంచుకొని ఏటా చేపల వేట నిషేధ సమయంలో వారికి ప్రభుత్వం అండగా నిలుస్తోంది. గతంలో ఉన్న సహాయాన్ని పెంచుతూ ప్రతి అర్హత కలిగిన మత్స్యకార కుటుంబానికి రూ. 20 వేలు అందించాలని కూటమి ప్రభుత్వం నిర్ణయించింది. చేపల పునరుత్పత్తి ప్రక్రియకు ఆటంకం కలగకుండా ఉండేందుకు.. సముద్ర సంపదను పరిరక్షించడానికి ప్రతి ఏడాది వేసవిలో 61రోజుల పాటు సముద్రంలో చేపల వేటను ప్రభుత్వం నిషేధించింది. ఏప్రిల్ 15వ తేదీ నుంచి జూన్ 14వ తేదీ వరకు ఈ నిషేధం అమల్లో ఉండనుంది. ఈ 61 రోజుల కాలంలో మత్స్యకారుల జీవనోపాధికి ఇబ్బంది కాకుండా ప్రభుత్వం అర్హులైన మత్స్యకార కుటుంబాలకు రూ. 20 వేల చొప్పున అందజేస్తుంది. 2026 సంవత్సరానికి సంబంధించి ఇవాళ్టి నుంచి అనగా ఏప్రిల్ 15వ తేదీ నుంచి జూన్ 14వ తేదీ వరకు సముద్రంలో చేపల వేటపై నిషేధం అమల్లో ఉంటుంది. దీంతో మత్స్యకారుల బ్యాంక్ ఖాతాల్లో ప్రభుత్వం త్వరలో రూ. 20 వేలు జమ చేయనుంది. ప్రస్తుతం తీర ప్రాంత గ్రామాల్లో లబ్ధిదారుల ఎంపిక ప్రక్రియ జరుగుతోంది. అనంతరం మత్స్యశాఖ అధికారులు క్షేత్ర స్థాయిలో దరఖాస్తులను పరిశీలించి, అర్హులను గుర్తిస్తారు. ఎంపికైన వారి జాబితాను అందరికీ తెలిసేలా సచివాలయాల్లో ప్రదర్శిస్తారు. తుది జాబితా ఖరారైన తరువాత ప్రభుత్వం మత్స్యకారుల కోసం నిధులను విడుదల చేస్తుంది. ఇక ఈ పథకానికి దరఖాస్తు చేసుకోవాలనుకునే అర్హులైన మత్స్యకారులు మత్స్యకార గుర్తింపు కార్డు, ఆధార్ కార్డు, బ్యాంక్ పాస్ బుక్, బోటుకు సంబంధించిన రిజిస్ట్రేషన్ లేదా లైసెన్స్ పత్రాలను సిద్ధం చేసుకోవాలి. 18 నుంచి 60 ఏళ్ల వయస్సు వారు ఈ పథకానికి అర్హులు. మత్స్యశాఖలో నమోదైన యాంత్రీకరణ, మోటరైజ్డ్ లేదా సంప్రదాయ పడవల్లో పనిచేసే కార్మికులు మరియు ఆ పడవ ఓనర్స్ అందరూ ఈ పథకానికి అర్హులు. కాగా గత ఏడాది దాదాపు 1.30 లక్షల కుటుంబాలకు ప్రభుత్వం ఆర్థిక సహాయం అందజేసింది.

కీలక బిల్లులపై సుదీర్ఘ చర్చ..

మొదటిపేజీ తరువాయి - ఓటింగ్‌కు పట్టుబట్టిన విపక్షాలు తొలి విడత ఓటింగ్‌లో బిల్లుకు అనుకూలంగా 251, వ్యతిరేకంగా 185 ఓట్లు దేశవ్యాప్తంగా ఎంతోకాలంగా ఎదురుచూస్తున్న మహిళా రిజర్వేషన్ బిల్లు సహా మూడు కీలక బిల్లులను కేంద్ర ప్రభుత్వం నేడు లోక్‌సభలో ప్రవేశపెట్టింది. ఈ బిల్లులపై సుదీర్ఘంగా చర్చించిన తర్వాత, రేపు ఓటింగ్ నిర్వహించనున్నట్టు పార్లమెంటరీ వ్యవహారాల మంత్రి కిరణ్ రిజిజు సభకు తెలియజేశారు. లోక్‌సభ ముందుకు వచ్చిన ఈ బిల్లుల ప్రాధాన్యత దృష్ట్యా, వాటిపై విస్తృత స్థాయి చర్చ జరగాలని సభ్యులు కోరడంతో చర్చా సమయాన్ని పెంచుతున్నట్టు స్పీకర్ ఓం బిర్లా ప్రకటించారు. కేంద్ర న్యాయశాఖ మంత్రి అర్జున్ రామ్ మేఘ్వాల్ రాజ్యాంగ (131వ సవరణ) బిల్లు-2026 (మహిళా రిజర్వేషన్), డీలిమిటేషన్ బిల్లు-2026, కేంద్ర పాలిత ప్రాంతాల చట్టాల (సవరణ) బిల్లు-2026ను సభలో ప్రవేశపెట్టారు. ఈ సందర్భంగా పార్లమెంటరీ వ్యవహారాల మంత్రి కిరణ్ రిజిజు మాట్లాడుతూ.. ఈ బిల్లులపై 12 గంటల పాటు చర్చ జరపాలని ప్రాథమికంగా నిర్ణయించినట్టు తెలిపారు. అయితే, దీనిపై స్పందించిన స్పీకర్ ఓం బిర్లా, చర్చను అవసరమైతే 15 నుంచి 18 గంటల వరకు పొడిగిస్తామని, సభ్యులందరికీ మాట్లాడేందుకు తగిన సమయం ఇస్తామని హామీ ఇచ్చారు. రేపు సాయంత్రం 4 గంటలకు ఓటింగ్ నిర్వహిస్తామని ఆయన స్పష్టం చేశారు. అంతకుముందు మహిళా రిజర్వేషన్ బిల్లును ప్రవేశపెట్టే దశలోనే సభలో ఆసక్తికర పరిణామాలు చోటుచేసుకున్నాయి. ప్రతిపక్షాలు మూజువాణి ఓటింగ్‌ను వ్యతిరేకించి, డివిజన్ (రికార్డెడ్ ఓటింగ్) పద్ధతిలో ఓటింగ్ జరపాలని పట్టుబట్టాయి. సాధారణంగా సభలో మూజువాణి ఓటుతో తీర్మానాలు ఆమోదిస్తుంటారు. కానీ, ఫలితంపై వివాదం తలెత్తినప్పుడు డివిజన్ ఓటింగ్ నిర్వహిస్తారు. ప్రతిపక్షాల డిమాండ్ మేరకు స్పీకర్ డివిజన్ ఓటింగ్‌కు ఆదేశించారు. ఓటు స్లిప్పుల ద్వారా జరిగిన ఈ ఓటింగ్‌లో బిల్లు ప్రవేశపెట్టడానికి అనుకూలంగా 251 ఓట్లు, వ్యతిరేకంగా 185 ఓట్లు పోలైనట్టు స్పీకర్ ప్రకటించారు. ఈ సంఖ్యలో మార్పులు ఉండొచ్చని కూడా ఆయన సూచించారు. అనంతరం జరిగిన మరో రౌండ్ ఓటింగ్‌లో మొత్తం 333 మంది సభ్యులు ఓటు వేయగా, ఎవరూ తటస్థంగా లేకపోవడం గమనార్హం. ఈ ప్రక్రియతో బిల్లుల పరిచయం పూర్తవగా రేపు జరగనున్న ఓటింగ్‌పై సర్వత్రా ఉత్కంఠ నెలకొంది.

ప్రభుత్వ ఆసుపత్రుల్లో పనిచేసే కాంట్రాక్ట్ కార్మికుల వేతనాలు 26000 కు పెంచాలి

ఏఐటీయూసీ జిల్లా నాయకులు శ్రీనివాస్ గౌడ్

సంగారెడ్డి **హంస కలం వార్త, తెలుగు దినపత్రిక ఏప్రిల్ 17-26:** ప్రభుత్వ జనరల్ ఆస్పత్రులు మెడికల్ కళాశాలలో జిల్లా ఏరియా ఆసుపత్రులు పి హెచ్ సి లు కాంట్రాక్టు పద్ధతుల్లో ఏజెన్సీల కింద పనిచేస్తున్న పారిశుద్ధ్య సెక్యూరిటీ పేషంట్ కేర్ సూపర్వైజర్ కార్మికులకు 26వేల కనీస వేతనం ఇవ్వాలని హైదరాబాద్ ఈనెల 21న చలో డిఎంఇ తెలంగాణ వైద్య విధాన పరిషత్ కమిషనర్ కార్యాలయం ను జయప్రదం చేయండి ప్రభుత్వ ఆసుపత్రుల్లో థర్డ్ పార్టీ ఏజెన్సీల కింద కాంట్రాక్టు పద్ధతుల్లో పనిచేస్తున్న పారిశుద్ధ్య సెక్యూరిటీ పేషంట్ కేర్ సూపర్వైజర్ కార్మికులకు జీవో నెంబర్ 60 ప్రకారం రూపాయలు 13600/- చెల్లించాల్సి ఉన్న గత అధికారుల తప్పిదాల కారణంగా రూపాయలు 12093/-చెల్లించాలని అప్పటి డిఎంఇ సర్కులర్ ఇవ్వడం చేత కార్మికులకు తీరని అన్యాయం జరిగింది కాంట్రాక్టర్లు,అధికారులు కార్మికుల కష్టార్జితం నీ దండుకుంటున్నారు తెలంగాణ రాష్ట్రమంతా సానిటేషన్ సెక్యూరిటీ పేషంట్ కేర్ కార్మికులకు 12093/- రూపాయలు వేతనం ఇస్తే దానికి భిన్నంగా సంగారెడ్డి జిల్లాలో కేవలం 11 వేల రూపాయలు కార్మికులకు ఇస్తూ కాంట్రాక్టర్ 1000 రూపాయలు నిలువు దోపిడీ చేస్తున్నారు దీన్ని ప్రశ్నించాల్సిన బడ కార్మిక నాయకులు ప్రశ్నించకుండా కాంట్రాక్టర్లు వత్తాసు పలుకుతూ బతికే భారమవుతున్న కార్మికుల నుండి వారిని భయభ్రాంతులకు గురి చేసి వారిని విధుల్లో నుండి తొలిగిస్తాము అని కార్మికుల కు బెదురించి వారి నుండి 1000/-నుండి 3000/- రూపాయల వరకు అక్రమంగా వసూలు చేస్తున్నారు.

డిమాండ్స్ ఔట్సోర్సింగ్

ఉద్యోగులకు ప్రభుత్వ ఉద్యోగుల బేసిక్ వేతనాన్ని అమలు చేసి కార్పొరేషన్ ద్వారా వేతనాలు చెల్లించాలి. ప్రభుత్వ ఆసుపత్రులు పనిచేయుచున్న కాంట్రాక్టు సానిటేషన్ పేషంట్ కేర్ సెక్యూరిటీ ఉద్యోగుల వేతనాలు 26 వేలకు పెంపుదలపై చర్యలు తీసుకోవాలి. పిఎఫ్ ఈఎస్ఐ సక్రమంగాచెల్లించాలి.కార్మికులందరికీ జాబ్ కార్డు రెండు జతల యూనిఫామ్ రెండు జతల బూట్లు ప్రభుత్వమే ఇవ్వాలి.సూపర్వైజర్లకు స్కిల్డ్ ఉద్యోగుల ప్రకారం వేతనాన్ని ఇవ్వాలి.సంవత్సరానికి ఒక నెల పూర్తి వేతనం బోనస్ గా చెల్లించాలి.కార్మికులందరికీ ఔట్సోర్సింగ్ కార్పొరేషన్ ను ఏర్పాటు చేసే కార్పొరేషన్ ద్వారా నేరుగా వారి బ్యాంకు ఖాతాల్లో వేతనాన్ని వేయాలి. కాంట్రాక్ట్ లేబర్ చట్టం 1970 ప్రకారం 4 పండగ 4 జాతీయ ప్రతి 20 రోజుల హాజరుకు వేతనం తో కూడిన ఒకరోజు అర్జిత సెలువు కార్మికులకు ఇవ్వాలి.ఎన్ హే ఛ్ ఎం స్కీం లో పనిచేయుచున్న ఉద్యోగులందర్నీ కేడర్ ఫిక్సేషన్ చేసి బేసిక్ వేతనం అమలు చేయాలి.ప్రభుత్వ ఆసుపత్రులలో, స్కీం లో పనిచేయుచున్న కార్మికులందరికీ పర్మనెంట్ చేయాలి.

ఎన్ఎస్ కేకే స్కూల్‌లో 'అరైవ్ అలైవ్ రోడ్డు భద్రత డ్రగ్స్' అవగాహన కార్యక్రమం

హంస కలం వార్త, తెలుగు దినపత్రిక ఏప్రిల్ 17-26: రోడ్డు ప్రమాదాల నివారణే లక్ష్యంగా సైబరాబాద్ పోలీస్ కమిషనరేట్ పరధిలోని బాలానగర్ పోలీసులు ఎన్ఎస్ కేకే హై స్కూల్, ఫిరోజ్ గూడా నందు 'అరైవ్ అలైవ్' కార్యక్రమాన్ని బాలానగర్ సిఐ నర్సింహా రాజు ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించారు. విద్యార్థులకు చిన్నతనం నుంచే ట్రాఫిక్ నియమాలపై, డ్రగ్ల దుష్ప్రభావాలపై జాగ్రత్తలు అవగాహన కల్పించి, భవిష్యత్తులో బాధ్యతాయుతమైన పౌరులుగా మార్చడం ఈ కార్యక్రమం యొక్క ముఖ్య ఉద్దేశమని సిఐ నరసింహారావు పేర్కొన్నారు. స్కూల్ ప్రిన్సిపాల్ ఎమ్. సునీత అతిథులను స్వాగతించి, విద్యార్థుల్లో సామాజిక బాధ్యతపై అవగాహన కల్పిస్తున్నందుకు పోలీసు అధికారులను అభినందించి ధన్యవాదాలు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమం ద్వారా హెల్మెట్ వినియోగం, ట్రాఫిక్ నియమాల పాటింపు, బాధ్యతాయుత ప్రవర్తన అవసరాన్ని అధికారులు విద్యార్థులకు వివరించారు. ఈ సందర్భంగా విద్యార్థులను ఉద్దేశించి అదనపు డీసీపీ సుదర్శన్ మాట్లాడుతూ.. ప్రాణాల విలువను గుర్తించి రోడ్లపై బాధ్యతాయుతంగా ప్రవర్తించాలని సూచించారు. వ్యక్తిగత అనుభవాలపై ఆలోచించాలంటూ విద్యార్థులను ప్రోత్సహించారు. రోడ్డు ప్రమాదాల వల్ల కలిగే భావోద్వేగ, సామాజిక ప్రభావాలను వివరించారు. ట్రాఫిక్ భద్రత కోసం తెలంగాణ ట్రాఫిక్ పోలీసులు చేపడుతున్న చర్యలను వెల్లడించారు. డ్రైవింగ్ సమయంలో మొబైల్ వినియోగం ప్రమాదాలకు ప్రధాన కారణమని హెచ్చరించారు. ఇటీవల రోడ్డు ప్రమాదాలు పెరుగుతున్నాయన్న ఏడీసీపీ ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. ముఖ్యంగా యువతే ఎక్కువగా ప్రాణాలు కోల్పోతున్నారని తెలిపారు. దీర్ఘ ప్రయాణాల్లో అలసట ప్రమాదాలకు కారణమవుతుందని, ప్రతి రెండు గంటలకు విరామం తీసుకోవాలని సూచించారు. వాహనాలను సక్రమంగా నిర్వహించడం, సీటు బెల్ట్ ధరించడం, ట్రాఫిక్ నిబంధనలు పాటించడం తప్పనిసరి అన్నారు.

అనంతరం సిఐ నర్సింహా రాజు ఇలా అన్నారు.. విద్య అనేది తరగతి గదులకు మాత్రమే పరిమితం కాదని.. రోడ్డు భద్రత, బాధ్యతాయుత ప్రవర్తనపై అవగాహన పెంపు ద్వారా సమాజానికి బాధ్యతగల పౌరులను తీర్చిదిద్దటం అని అన్నారు. రోడ్లపై తీసుకునే ప్రతి నిర్ణయం వ్యక్తిగతంగా మాత్రమే కాక సమాజానికి కూడా ప్రభావం చూపుతుందని. ఇటువంటి కార్యక్రమాలు భద్రత, క్రమశిక్షణ, ప్రాణాల పట్ల గౌరవం పెంపుకు దోహదపడతాయని అయన అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఆర్ఎన్ఎస్ హాస్పిటల్ వైద్య నిపుణులు డా. హరినాథ్, బాలానగర్ ట్రాఫిక్ సిఐ శ్రీనివాస్, డిఐ సక్రమ్, అడ్మిన్ ఎస్ఐ సరిత రెడ్డి, సెక్టార్ ఎస్ఐ హాజీ మియా, స్కూల్ ప్రైనిసిపల్ సునీత, టీచర్స్, విద్యార్థులు, పోలీస్ సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

ఉద్యోగస్తుల సమస్యల పరిష్కారం కోసం నిరసన

సంగారెడ్డి **హంస కలం వార్త, తెలుగు దినపత్రిక ఏప్రిల్ 17-26:** తెలంగాణ రాష్ట్ర ఉద్యోగుల ఐక్య వేదిక కార్యాచరణ కమిటీ చైర్మన్ మరియు టి ఎన్జీవోస్ అధ్యక్షులు గౌరవనీయులైన మారం జగదీశ్వర్ మరియు జనరల్ సెక్రటరీ గౌరవనీయులైన ఏలూరి శ్రీనివాస్ పిలుపు మేరకు మధ్యాహ్న భోజన విరామం సమయంలో సంగారెడ్డి జిల్లా కలెక్టరేట్ దగ్గర నిర్వహించిన నిరసన కార్యక్రమములో అన్ని ఉద్యోగ సంఘాల నాయకులు, ఉద్యోగులు, గెజిటెడ్ ఉద్యోగులు, నాన్ గెజిటెడ్ ఉద్యోగులు,ఉపాధ్యాయులు, పెన్షనర్లు, కాంట్రాక్టు మరియు అవుట్ సోర్సింగ్ ఉద్యోగులు అందరు సంగారెడ్డి జిల్లా టీ ఎన్ జి వో అధ్యక్షులు మరియు టీజీఈ జె ఏ సి చైర్మన్ ఎండీ జావీద్ అలీ మరియు జెనరల్ సెక్రటరీ డాక్టర్ డి . వైద్యనాథ్ గార్ల ఆధ్వర్యంలో పెద్ద ఎత్తున పాల్గొని ఉద్యోగుల సమస్యల వివరాలు మరియు పరిస్కార విన్నపమును జిల్లా అడిషనల్ కలెక్టర్లు.ఆర్ . డి . మాధురి మేడం కి మరియు ఆర్ .పాండు కు సమర్పించడం జరిగింది.జావీద్ అలీ గారు మాట్లాడుతు ప్రభుత్వం వెంటనే ఉద్యోగుల మరియు పెన్షనర్ల సమస్యలకు సానుకూలంగా

స్పందించి సమస్యలకు ముగింపు పలకాలని, నిరసన కార్యక్రమాలు ఉద్యమములా ఉధృతం కాకుండా చూడాలని కోరారు. ప్రతి ఒక్క ఉద్యోగికి పి ఆర్ సి జాప్యంతో, కాలయాపనతో ఆలస్యం చేస్తున్నందుకు ఆవేదనతో, అగ్రహాముతో రగిలిపోతున్నారు అన్నారు. పెండింగ్ బిల్లులు, జీపీఫ్ బిల్లులు, పెన్షనర్ల పెండింగ్ బిల్లులు, సీపీస్ రద్దు, ఆరోగ్య భద్రత కార్డు విషయం లో జాప్యత విషయములో కావచ్చు గెలికితే ఏడ్చినంత మనోవేదన తో బాధపడుతున్నారు అన్నారు.ఉవ్వేత్తున కదిలి వచ్చిన ఉద్యోగులు ఏక స్వరముతో

నినాదాలతో కలెక్టరేట్ ప్రాంగణం హోరెత్తింది. ప్రభుత్వం వెంటనే ఉద్యోగుల సమస్యకు పరిస్కారంగా కార్యాచరణను అమలుపరచి ఉద్యోగుల మన్ననలు పొందగలరని కోరారు.ఈకార్యక్రమంలో టీజీ జె ఏ సి చైర్మన్ ఎండీ . జావీద్ అలీ, సెక్రటరీ డాక్టర్. డి.. వైద్యనాథ్ , టి ఎన్ జి వో కేంద్ర సంఘం మహిళ ఉపాధ్యక్షులు నిర్మల రాజ కుమారి, జిల్లా టి ఎన్ జి వో కార్యదర్శి రవి, కోశాధికారి శ్రీనివాస్, అసోసియేట్ అధ్యక్షులు వెంకట్ రెడ్డి, శ్రీకాంత్, గెజిటెడ్ అధికారులు, నాన్ గెజిటెడ్ అధికారులు,ఉపాధ్యాయులు, పెన్షనర్లు, కాంట్రాక్టు, అవుట్ సోర్సింగ్ ఉద్యోగులు మరియు అన్ని ఉద్యోగుల వారి కార్యవర్గం వారు పాల్గొనడం జరిగింది

ట్రాఫిక్ నిబంధనలు పాటిస్తేనే ఇంటికి సురక్షితంగా చేరవచ్చు: మంచిర్యాల డీసీపీ భాస్కర్

హంస కలం వార్త, తెలుగు దినపత్రిక ఏప్రిల్ 17-26: మందమరి టోల్ ప్లాజా వద్ద రోడ్డు భద్రత, ప్రాణాలను కాపాడే గోల్డెన్ అవర్ ప్రాముఖ్యతపై అవగాహన 'అరైవ్ అలైవ్' కార్యక్రమ షెడ్యూల్‌లో భాగంగా, మందమర్రి టోల్ ప్లాజా వద్ద రోడ్డు భద్రత, గోల్డెన్ అవర్ మరియు సీపీఆర్‌పై ప్రత్యేక శిక్షణ, అవగాహన కార్యక్రమం నిర్వహించబడింది. ఈ కార్యక్రమానికి మంచిర్యాల డీసీపీ ఏ. భాస్కర్ మరియు వైద్య నిపుణులు ముఖ్య అతిథులుగా హాజరై, రోడ్డు ప్రమాదాల నివారణలో ప్రజల బాధ్యతపై ముఖ్యమైన సూచనలు చేశారు. వైద్య నిపుణులు సీపీఆర్ చేసే విధానాన్ని

ప్రాక్టికల్‌గా చూపించి, ప్రజలకు మరియు డ్రైవర్లకు శిక్షణ అందించారు. ప్రమాదాల సమయంలో తీసుకోవాల్సిన అత్యవసర చర్యలపై సమగ్ర అవగాహన కల్పించారు. డీసీపీ మాట్లాడుతూ, రోడ్డు ప్రమాదాల్లో గాయపడిన వారికి "గోల్డెన్ అవర్" ఎంతో కీలకమని తెలిపారు. ప్రమాదం జరిగిన వెంటనే మొదటి గంటలో సరైన వైద్య సహాయం అందితే ప్రాణాలను కాపాడే అవకాశాలు గణనీయంగా పెరుగుతాయని వివరించారు. డ్రైవర్లు, ప్రయాణికులు ట్రాఫిక్ నిబంధనలు తప్పనిసరిగా పాటించాలని,

హెల్మెట్ మరియు సీట్‌బెల్ట్ వినియోగాన్ని అలవాటు చేసుకోవాలని సూచించారు. అదేవిధంగా, ప్రమాదం జరిగినప్పుడు బాధితులను వెంటనే సమీప ఆసుపత్రికి తరలించడం ప్రతి ఒక్కరి బాధ్యతగా భావించాలని పిలుపునిచ్చారు. రోడ్డు ప్రమాదాల సమయంలో ప్రాణాలను కాపాడటంలో సీపీఆర్ ప్రాముఖ్యతను వివరించారు. గుండె ఆగిపోయినప్పుడు లేదా శ్వాస ఆగినప్పుడు వెంటనే సీపీఆర్ చేయడం ద్వారా బాధితుడి ప్రాణాలను కాపాడే అవకాశాలు పెరుగుతాయని తెలిపారు. రోడ్డు భద్రత, ట్రాఫిక్ నియమాలు మరియు ప్రాణ విలువపై ప్రజల్లో చైతన్యం కల్పించేందుకు వినూత్నంగా యమధర్మరాజు మరియు చిత్రగుప్తుడి వేషధారణలో ట్రాఫిక్ నిబంధనలు పాటించకపోతే ఎదురయ్యే ప్రమాదాలు, ప్రాణనష్టం గురించి స్పష్టంగా వివరించారు. డీసీపీ చేతులమీదుగా రోడ్ సైడ్ షాప్ కీపర్స్, డ్రైవర్ కి ఫస్ట్ ఎయిడ్ కిట్స్ అందజేయడం జరిగింది ఈ కార్యక్రమంలో మందమర్రి సర్కిల్ ఇన్స్పెక్టర్ పర్స రమేష్, సర్కిల్ ఎస్ఐలు ఆంజనేయులు, గంగారం శ్రీధర్ నరేష్ , డాక్టర్ సిద్ధార్థ, శైలేష్ పాల్గొన్నారు.

12వ వార్డులో తాగునీటి సమస్యకు పరిష్కారం రెండు బోరుబావులను ఏర్పాటు చేసిన కౌన్సిలర్ పులిమామిడి మమత రాజు

సదాశివపేట **హంస కలం వార్త, తెలుగు దినపత్రిక ఏప్రిల్ 17-26:** సదాశివపేట పట్టణంలోని 12వ వార్డులో రానున్న ఎండాకాలాన్ని దృష్టిలో ఉంచుకొని తాగునీటి ఎద్దడి తలెత్తకుండా ఉండడానికి కాంగ్రెస్ పార్టీకి చెందిన 12 వ వార్డు కౌన్సిలర్ పులిమామిడి మమత రాజు మున్సిపల్ (జనరల్)ఫండ్ నిధులతో స్థానిక ప్రజల ఇబ్బందులను తెలుసుకున్న ఆమె, వెంటనే స్పందించి 12 వ వార్డు నందు నూతనంగా రెండు కొత్త బోరుబావులను వేయించారు.ఈ బోరుబావి ఏర్పాటు ద్వారా వార్డు ప్రజలకు శుద్ధమైన తాగునీరు అందుబాటులోకి రావడం జరుగుతుందని దీనితో వార్డు ప్రజలు ఆనందం వ్యక్తం చేశారు. గత కొన్ని రోజులుగా నీటి కొరతతో ఇబ్బందులు పడుతున్న ప్రజలకు ఇది ఒక పెద్ద ఉపశమనంగా మారింది. ఇట్టి కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథులుగా సదా శివపేట మున్సిపల్ చైర్మన్ మునిపల్లి అంజమ్మ కాంగ్రెస్ పార్టీ పట్టణ అధ్యక్షులు సత్యనారాయణ మరియు రాష్ట్ర కాంగ్రెస్ నాయకులు పులిమామిడి రాజు పాల్గొని బోరుమోటారుకు భూమి పూజా కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించి బోరుమోటారును స్విచ్ ఆన్ చేసి ప్రారంభించారు.ఈ కార్యక్రమంలో మున్సిపల్ వర్క్ ఇన్స్పెక్టర్లు ప్రసాద్, గణేష్, వార్డు ప్రజలు కర్ణం నరసింహాచారి, మన్నె విజయ్ యాదవ్, మన్నె మనోహర్, నల్ల అంజమ్మ, నీలి మల్లమ్మ, మాదాసు నరేష్, మడుపతి కిరణ్, పి. ఎం. ఆర్ యువసేన నాయకులు రాగం అనిల్, గుణాకర్, అంజి గౌడ్, తాలెల్మ రాము, అఖిల్, సోమ శంకర్, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

జిల్లాలో..వైద్యాధికారులకు కలెక్టర్ షోకాజ్ నోటీసులు

డీఎంహెచ్ఓ ,జనరల్ ఆస్పత్రి సూపరింటెండెంట్ కు నోటీసులు

సంగారెడ్డి జిల్లాలో పలువురు వైద్యాధికారులకు జిల్లా కలెక్టర్ ప్రావీణ్య గురువారం షోకాజ్ నోటీసులు జారీ చేశారు. జిల్లా ఉన్నతాధికారుల ముందస్తు అనుమతి లేకుండా సెలవుపై వెళ్లి, విధులకు గైర్హాజరైనందుకు సంగారెడ్డి డిఎంహెచ్ ఓ డా.వసంతరావుకు షోకాజ్ నోటీసులు జారీ చేశారు. ఇక డిజిటల్ హెల్త్ ప్రొఫైల్ అమలులో నిర్లక్ష్యం, పర్యవేక్షణ లోపం కారణంగా సంగారెడ్డి ప్రభుత్వ జనరల్ ఆసుపత్రి సూపరింటెండెంట్ డాక్టర్ మురళీకృష్ణతో పాటు ముగ్గురు విభాగాధిపతులకు కలెక్టర్ షోకాజ్ నోటీసులు జారీ చేశారు. విధుల పట్ల నిర్లక్ష్యంగా వ్యవహరిస్తే ఎంతటి వారైనా ఉపేక్షించేది లేదని కలెక్టర్ హెచ్చరించారు. జిల్లాలో పలువురు వైద్యాధికారులకు కలెక్టర్ షోకాజ్ నోటీసులు జారీ చేయడం పట్ల వైద్య వర్గాల్లో కలకలం సృష్టిస్తున్నది.

బాలనగర్ లో ఘోర రోడ్డు ప్రమాదం.. ఒకరు మృతి

హంస కలం వార్త, తెలుగు దినపత్రిక ఏప్రిల్ 17-26: బాలానగర్ పోలీస్ స్టేషన్ పరిధిలో జరిగిన రోడ్డు ప్రమాదం తీవ్ర విషాదాన్ని నింపాయి. అతివేగం, అజాగ్రత్త కారణంగా ఓ యువకుడు ప్రాణాలు కోల్పోగా, మరొకరు ఆసుపత్రిలో మృత్యువుతో పోరాడుతున్నారు. చార్మినార్, ట్యాంక్ బండ్ చూసి సంతోషంగా ఇంటికి తిరిగి వస్తున్న ముగ్గురు స్నేహితుల ప్రయాణం అర్థాంతరంగా ముగిసింది. శుక్రవారం తెల్లవారుజామున 3:50 గంటల సమయంలో బోయిన్‌పల్లి - కూకట్‌పల్లి ప్రధాన రహదారిపై ఈ ఘోర ప్రమాదం జరిగింది. సంగారెడ్డి జిల్లా అరుట్ల గ్రామానికి చెందిన చకలి భరత్ (18) చికిత్స పొందుతూ మృతి చెందాడు. మరో స్నేహితుడు సుభాష్ (19) పరిస్థితి విషమంగా ఉంది. వినీత్ అనే యువకుడు కేటీఎం (ఖువీ - ౧+15 5928) బైక్‌పై భరత్, సుభాష్‌లను ఎక్కించుకుని అతివేగంగా వస్తుండగా, బీబీఆర్ (దీదీ=) హాస్పిటల్ ఎదురుగా ఉన్న మలుపు వద్ద నియంత్రణ కోల్పోయాడు. బైక్ బలంగా డివైడర్‌ను ఢీకొట్టడంతో ముగ్గురూ రోడ్డుపై చెల్లాచెదురుగా పడిపోయారు. తలకు, ఛాతీకి తీవ్ర గాయాలవ్వడంతో భరత్ గాంధీ ఆసుపత్రిలో తుదిశ్వాస విడిచాడు. మృతుని తండ్రి చాకలి దుర్గేష్ ఫిర్యాదు మేరకు బాలానగర్ పోలీసులు కేసు నమోదు చేసుకున్నారు. సిఐ నరసింహ రాజు "అతివేగమే ఈ ప్రమాదానికి ప్రధాన కారణమని ప్రాథమికంగా నిర్ధారించాం. కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేస్తున్నామన్నారు."

గోల్డెన్ అవర్‌లో మీ సహాయం ఒక ప్రాణానికి, వారి కుటుంబానికి అండ: గోదావరిఖని వన్ టౌన్ ఇన్‌స్పెక్టర్ ఇంద్రసేనారెడ్డి

హంస కలం వార్త, తెలుగు దినపత్రిక ఏప్రిల్ 17-26: రోడ్డు ప్రమాదాల నివారణ, రోడ్డు భద్రత, ట్రాఫిక్ నియమాలపై 'అరైవ్ అలైవ్' కార్యక్రమంలో భాగంగా, ప్రజల ప్రాణరక్షణలో అత్యంత కీలకమైన "గోల్డెన్ అవర్" ప్రాముఖ్యతను దృష్టిలో ఉంచుకొని, గోదావరిఖని వన్ టౌన్ ఇన్‌స్పెక్టర్ ఇంద్రసేనారెడ్డి ఆధ్వర్యంలో గోల్డెన్ అవర్ స్పందన, ప్రమాదాలు మరియు అత్యవసర పరిస్థితుల్లో మొదటి గంటలో తీసుకోవాల్సిన చర్యలపై సమగ్ర అవగాహన కల్పించారు. ముఖ్యంగా ఫస్ట్ ఎయిడ్, గాయపడిన వారికి తక్షణ సహాయం, సురక్షిత రవాణా విధానాలపై వివరించారు. సీఐ మాట్లాడుతూ, ప్రమాదం జరిగిన వెంటనే స్పందించే "గోల్డెన్ అవర్"లో సరైన చర్యలు తీసుకుంటే అనేక ప్రాణాలను కాపాడవచ్చని తెలిపారు. ప్రజలు ట్రాఫిక్ నిబంధనలు పాటించడం మాత్రమే కాకుండా, అత్యవసర పరిస్థితుల్లో సహాయం చేయడానికి ముందుకు రావాలని సూచించారు. ముఖ్యంగా ప్రమాద స్థలంలో వేగవంతంగా స్పందించడం, గాయపడిన వారికి ప్రాథమిక చికిత్స అందించడం, అంబులెన్స్ సేవలను సమన్వయం చేయడం వంటి అంశాలపై సిబ్బందికి సూచనలు ఇచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో గోదావరిఖని వన్ టౌన్ ఎస్ఐ రమేష్, పోలీస్ సిబ్బంది, అంబులెన్స్ డ్రైవర్‌లు మరియు వీ లవ్ ఫౌండేషన్ వాలంటీర్లు పాల్గొన్నారు.

పి ఆర్ సి నివేదిక ఇవ్వాలి, పెండింగ్ బిల్స్ విడుదల చేయాలి,సీపీస్ రద్దు చేయాలి

టి జి ఈ జే ఏ సి తహసిల్దార్ కి వినతి పత్రం

సదాశివపేట **హంస కలం వార్త, తెలుగు దినపత్రిక ఏప్రిల్ 17-26:** తెలంగాణ ఎంప్లాయిస్ జేఏసీ ఆధ్వర్యంలో ఈరోజు సదాశివపేట పట్టణంలోని తహసిల్దార్ కార్యాలయం వద్ద నిరసన నిర్వహించడం జరిగింది. పిఆర్సి నివేదిక ఇవ్వాలి, సిపిఎస్ విధానం రద్దు చేయాలి, పెండింగ్ బిల్స్ విడుదల చేయాలి, హెల్త్ కార్డ్స్ అమలు చేయాలి తదితర డిమాండ్ల సాధన కోసం ఈ నిరసన నిర్వహించడం జరిగింది. ఈ సందర్భంగా టీజీజేఏసీ సంగారెడ్డి జిల్లా కో చైర్మన్లు బి. సాయిలు, సాబేర్ అలీ మాట్లాడుతూ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఉద్యోగులకు ఇచ్చిన హామీలు నిలబెట్టుకొని పిఆర్సి నివేదికను బహిర్గతపరిచి సంఘాలతో చర్చలు జరిపి అందరికీ ఆమోదయోగ్యమైన ఫిట్మెంట్తో పిఆర్సి వెంటనే అమలు చేయాలని, పెండింగ్లో ఉన్న బిల్స్ కోసం నిధులు వెంటనే విడుదల చేయాలని, సిపిఎస్ విధానం రద్దుచేసి ఓపిఎస్ పథకం ను పునరుద్ధరించాలని, ఉద్యోగులకు హెల్త్ కార్డ్స్ వెంటనే జారీ చేసి ఉచిత వైద్యం కనిపించాలని రాష్ట్ర ప్రభుత్వాన్ని డిమాండ్ చేస్తున్నామన్నారు. అనంతరం సదాశివపేట మండల తహసిల్దార్ కి మెమొరండం సమర్పించడం జరిగింది.ఈ కార్యక్రమంలో జేఏసీ నాయకులు లక్ష్మయ్య యాదవ్, కే శంకర్, దత్తాత్రి, మధుసూదన్ రావు, బసవరాజ్, శ్రీశైలం తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఆసుపత్రిలో అగ్ని ప్రమాదాల నివారణ పరికరాలు తప్పనిసరి

ఫైర్ స్టేషన్ ఆఫీసర్ బిక్షపతి

సదాశివపేట **హంస కలం వార్త, తెలుగు దినపత్రిక ఏప్రిల్ 17-26:** అగ్నిమాపక వారోత్సవాలలో భాగంగా శుక్రవారం నాడు అగ్నిమాపక ఫైర్ స్టేషన్ ఆఫీసర్ బిక్షపతి ఆధ్వర్యంలోసదాశివపేటలోని ప్రవేట్ ఆసుపత్రి సాయిరాం హాస్పిటల్ లో అగ్ని ప్రమాదాలపై అవగాహన కార్యక్రమం చేపట్టడం జరిగింది. హాస్పటల్లో అగ్ని ప్రమాదాల నివారణ పరికరాలు తప్పనిసరిగా ఉండాలని ఆస్పత్రిలోని డాక్టర్లకు, సిబ్బందికి వివరించడం జరిగింది.ఈ కార్యక్రమంలో నరేష్ రెడ్డి మున్నాఫ్, తయాబ్, నవీన్ కుమార్, హైమద్, రవీందర్, చైతన్యకుమార్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

వేసవిలో చేతులపై టాన్ పేరుకుండా.. రంగుని మెరుగుపరిచేందుకు ఈ సింపుల్ టిప్స్ ట్రై చేయండి..

వేసవిలో ముఖాన్ని జాగ్రత్తగా చూసుకోవడం ఎంత ముఖ్యమో, చేతులను జాగ్రత్తగా చూసుకోవడం కూడా అంతే ముఖ్యం. అటువంటి పరిస్థితిలో చేతులపై టాన్ ను తొలగించడానికి ఇంట్లో ఉన్న కొన్ని వస్తువులను ఉపయోగించవచ్చు. ఇది చేతుల రంగును పెంచడమే కాదు వాటికి సహజమైన మెరుపును కూడా ఇస్తుంది. కనుక ఇంట్లోనే ఏ వస్తువులతో టాన్ రిమూవల్ మాస్క్ తయారు చేసుకోవచ్చో ఈ రోజు తెలుసుకుందాం.. వేసవి కాలం చాలా సమస్యలను తెస్తుంది. ముఖ్యంగా చర్మ సంరక్షణ విషయానికి వస్తే తీవ్రమైన సూర్యకాంతి, వేడి గాలుల కారణంగా చర్మం టాన్ అవ్వడం సర్వసాధారణం. దీంతో ముఖ సంరక్షణపై ఎక్కువ శ్రద్ధ చూపించే మనం.. చేతుల విషయంలో కేరింగ్ ను విస్మరిస్తాము. అయితే చేతులకు కూడా జాగ్రత్త అవసరం. ప్రత్యక్షంగా సూర్య కిరణాలు తాకడం వలన చేతుల రంగును మారుస్తాయి. అవి పొడిగా, ముదురు రంగులో కనిపిస్తాయి. టానింగ్ తొలగించడానికి మార్కెట్లో అనేక ఉత్పత్తులు అందుబాటులో ఉన్నాయి. అయితే కొన్నిసార్లు అవి ఖరీదైనవి, కొన్నిసార్లు రసాయనాల కారణంగా ప్రజలు వాటిని ఉపయోగించడానికి ఇష్టపడరు. అటువంటి పరిస్థితిలో సురక్షితమైన, సులభమైన పరిష్కారం వంటింటి చిట్కాలు. ఇంట్లో దొరికే పదార్థాలతో తయారుచేసిన మాస్క్‌లు టానింగ్‌ను తగ్గించడమే కాదు చర్మానికి పోషణనిచ్చి, స్కిన్ కు సహజ మెరుపును తిరిగి ఇస్తాయి. కనుక వేసవిలో టానింగ్ వల్ల ప్రభావితమైన చేతుల రంగును మెరుగుపరచడంలో సహాయపడే కొన్ని సులభమైన, ప్రభావవంతమైన ఇంట్లో తయారుచేసే మాస్క్‌ల గురించి ఈ రోజు తెలుసుకుందాం.. శనగపిండి, పసుపు, పెరుగు మాస్క్ వేసవిలో చేతులపై వచ్చే టానింగ్‌ను తొలగించడానికి శనగపిండి మాస్క్ ఒక అద్భుతమైన నివారణ. దీని కోసం 2 చెంచాల శనగపిండి, 1 చిటికెడు పసుపు , 1 చెంచా పెరుగు కలిపి పేస్ట్ తయారు చేసుకోవాలి. దీని తర్వాత దానికి కొన్ని చుక్కల నిమ్మరసం కలపండి. ఈ మిశ్రమాన్ని చేతులకు రాసుకుని 20 నిమిషాల తర్వాత చేతులు కడుక్కోవాలి. ఈ మాస్క్ ట్యానింగ్‌ను తొలగించడమే కాదు చర్మాన్ని తేమగా కూడా ఉంచుతుంది.

కంటి నిండా నిద్ర పట్టట్లేదా..? ఇలా ఎందుకు జరుగుతుందో తెలుసా..?

నిద్రలేమి సమస్య ఈ రోజుల్లో చాలా మందిని వేధిస్తోంది. సరిపడా నిద్ర లేకపోతే ఆరోగ్యంపై చాలా చెడు ప్రభావాలు పడతాయి. ఈ నిద్రలేమికి ప్రధాన కారణాలు ఏంటో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం. ప్రతిరోజూ ఒకే సమయానికి పడుకుని, ఒకే సమయానికి లేవడం శరీరానికి చాలా మంచిది. కానీ ఈ సమయాలను తరచూ మార్చడం వల్ల శరీరం గందరగోళానికి గురై నిద్ర పట్టకపోవచ్చు. అందుకే ఒకే సమయానికి నిద్రపోవడం అలవాటు చేసుకోవాలి. చాలా మంది పడుకునే ముందు ఫోన్ ను ఎక్కువగా చూస్తుంటారు. ఇది మెదడును నిద్ర మోడ్ లోకి వెళ్లనివ్వదు. మొబైల్ స్క్రీన్ నుండి వచ్చే నీలి రంగు కాంతి నిద్రకు సహాయపడే హార్మోన్ల ఉత్పత్తిని తగ్గిస్తుంది. కాబట్టి పడుకునే ముందు కనీసం ఒక గంట పాటు మొబైల్ కు దూరంగా ఉండటం మంచిది. రాత్రిపూట కాఫీ, టీ వంటి కెఫిన్ ఉన్న డ్రింక్ లు తాగడం వల్ల నిద్రకు ఆటంకం కలుగుతుంది. కెఫిన్ మెదడును చురుకుగా ఉంచి నిద్రను దూరం చేస్తుంది. అందుకే సాయంత్రం తర్వాత ఈ డ్రింక్ లను తగ్గించుకోవడం మంచిది. రాత్రి సమయంలో ఎక్కువగా తింటే అజీర్తి సమస్యలు వస్తాయి. ఇది నిద్రకు భంగం కలిగిస్తుంది. నిద్రపోవడానికి కనీసం రెండు గంటల ముందు తేలికపాటి భోజనం చేయడం ఉత్తమం. రోజూ కొంత సమయం వ్యాయామానికి కేటాయించడం వల్ల శరీరం ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. వ్యాయామం ఒత్తిడిని తగ్గించి మంచి నిద్ర పట్టడానికి సహాయపడుతుంది. వాకింగ్, యోగా, స్విమ్మింగ్ వంటివి మనసుకు, శరీరానికి విశ్రాంతినిస్తాయి. పగటిపూట ఎక్కువ గంటలు నిద్రపోతే రాత్రిపూట నిద్ర పట్టదు. మధ్యాహ్నం కాసేపు విశ్రాంతి తీసుకోవాలనుకుంటే, 15 నుండి 20 నిమిషాలకు మించి నిద్రపోవద్దు. సాయంత్రం 3 గంటల తర్వాత పడుకోవడం మంచిది కాదు. ప్రస్తుత బిజీ లైఫ్‌లో పని ఒత్తిడి, వ్యక్తిగత ఒత్తిడి నిద్రను దెబ్బతీస్తున్నాయి. ఒత్తిడిని తగ్గించుకోవడానికి మెదడుకు విశ్రాంతినిచ్చే పనులు చేయాలి. ధ్యానం, యోగా, పాటలు వినడం, పుస్తకాలు చదవడం వంటివి మనసుకు ప్రశాంతతను ఇస్తాయి. నిద్రపోయే గది చాలా చల్లగా గానీ, చాలా వేడిగా గానీ ఉండకూడదు. గాలి బాగా వచ్చేలా చూసుకోవాలి. అలాగే పడుకునే మంచం కూడా సౌకర్యవంతంగా ఉండాలి. ఇవి నిద్రకు ఆటంకం లేకుండా చేస్తాయి. మద్యం సేవించడం, పొగ త్రాగడం, జంక్ ఫుడ్ తినడం వంటి అలవాట్లు నిద్రను దెబ్బతీస్తాయి. వీటిని తగ్గించి తాజా పండ్లు, కూరగాయలు, తేలికపాటి రాత్రి భోజనం వంటి ఆరోగ్యకరమైన ఆహారపు అలవాట్లను పాటించడం వల్ల నిద్ర మెరుగుపడుతుంది. నిద్రలేమిని చిన్న సమస్యగా తీసిపారేయకూడదు. ఇది ఇతర ఆరోగ్య సమస్యలకు దారితీయవచ్చు. ఈ చిన్న చిన్న కారణాలను గుర్తించి వాటిని సరిచేసుకుంటే మళ్లీ చక్కటి నిద్రను పొందవచ్చు.

బస్ డ్రైవర్ బీభత్సం.. ఒకరు మృతి, ఇద్దరికి గాయాలు

హంస కలం వార్త, తెలుగు దినపత్రిక ఏప్రిల్ 17-26: బాలానగర్ ఐడిపిఎల్ (×ఖూూ) కాలనీ సమీపంలో బీభత్సం సృష్టించిన హెటెరో డ్రగ్స్ బస్సు. బైక్‌లను వెనుక నుండి బలంగా ఢీకొట్టిన బస్సు; అక్కడికక్కడే క్యాటరింగ్ ఉద్యోగి మృతి. డ్రైవర్ అతివేగం, మద్యం మత్తులో ఉన్నాడని స్థానికుల ఆగ్రహం.. సైబరాబాద్ పరిధిలోని బాలానగర్ లో ఈ మధ్యాహ్నం ఒక ఘోర రోడ్డు ప్రమాదం చోటుచేసుకుంది. అతివేగంగా వచ్చిన ఒక ప్రైవేట్ కంపెనీ బస్సు బీభత్సం సృష్టించడంతో ఒకరు ప్రాణాలు కోల్పోగా, మరికొందరు తీవ్రంగా గాయపడ్డారు. కుత్బుల్లాపూర్‌కు చెందిన మురళీ కృష్ణ (46) అనే క్యాటరింగ్ ఉద్యోగి, ఈరోజు మధ్యాహ్నం తన ద్విచక్ర వాహనంపై బాలానగర్ నుండి చింతల్ వైపు వెళ్తుండగా ఈ ప్రమాదం జరిగింది. ఐడిపిఎల్ కాలనీలోని దీూ లిక్కర్స్ సమీపంలో వెనుక నుండి అతివేగంగా దూసుకొచ్చిన హెటెరో డ్రగ్స్ సంస్థకు చెందిన బస్సు (౧+ 08 ఎ 2444) మురళీ కృష్ణ బైక్‌తో పాటు మరో రెండు వాహనాలను బలంగా ఢీకొట్టింది. ఈ ప్రమాదం ఎంత తీవ్రంగా జరిగిందంటే.. మురళీ కృష్ణ అక్కడికక్కడే మృతి చెందారు. కాగా, ఈ ఘటనలో గాయపడిన మరో ఇద్దరు వాహనదారుల పరిస్థితి విషమంగా ఉండటంతో వారిని చికిత్స నిమిత్తం వెంటనే స్థానిక ఆసుపత్రికి తరలించారు. ప్రమాద సమయంలో బస్సు డ్రైవర్ అత్యంత నిర్లక్ష్యంగా, అతివేగంతో వాహనాన్ని నడిపాడని ప్రత్యక్ష సాక్షులు ఆరోపిస్తున్నారు. అంతేకాకుండా, డ్రైవర్ మద్యం మత్తులో ఉన్నట్లు అనుమానిస్తున్నామని స్థానికులు ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. సమాచారం అందుకున్న బాలానగర్ పోలీసులు ఘటనా స్థలానికి చేరుకుని కేసు నమోదు చేశారు. డ్రైవర్ మద్యం తాగి వాహనం నడిపాడన్న ఆరోపణలపై పోలీసులు విచారణ జరుపుతున్నారు.

కాలేయాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచడానికి ఉత్తమ వ్యాయామాల గురించి మీకు తెలుసా..?

వేయించిన ఆహారాలు, ఒత్తిడి క్రమంగా కాలేయాన్ని బలహీనపరుస్తాయని చెబుతున్నారు నిపుణులు. మందుల సహాయం తీసుకునే ముందు కాలేయాన్ని లోపలి నుండి బలోపేతం చేసే కొన్ని వ్యాయామాల గురించి తెలుసుకుందాం. మీ కాలేయం సంవత్సరాల తరబడి ఫిట్‌గా, చురుగ్గా ఉండాలని మీరు కోరుకుంటే, ఉత్తమ.. శరీరంలోని ప్రతి భాగం చాలా ముఖ్యమైనది. కానీ ఈ యంత్రం ఇంజిన్ బలహీనంగా మారితే ఏం జరుగుతుంది? మన శరీరంలో కాలేయం ఎంతో ముఖ్యమైది. ఇది శరీరంలోని అతి ముఖ్యమైన, కష్టపడి పనిచేసే అవయవాలలో ఒకటి. కాలేయం ఆహారాన్ని జీర్ణం చేయడంలో సహాయపడటమే కాకుండా శరీరం నుండి విషపూరిత అంశాలను తొలగించడానికి కూడా పనిచేస్తుంది.

కపాలభాతి ప్రాణాయామం

ఇది కాలేయానికి అత్యంత ప్రభావవంతమైన యోగా ఆసనం అని భావిస్తారు. ఈ ప్రాణాయామంలో వేగంగా గాలి వదులుతూ కడుపు లోపలికి, బయటకు కదిలిస్తూ ఉంటుంది. ఇది కాలేయాన్ని శుభ్రపరుస్తుంది. కొవ్వు పేరుకుపోకుండా నిరోధిస్తుంది. రోజూ 5-10 నిమిషాలు కపలాభతి చేయడం వల్ల కాలేయ పనితీరు మెరుగుపడుతుంది. కపలాభతి అనేది ఒక శక్తివంతమైన ప్రాణాయామం, దీనిలో శ్వాసను వదులుతున్నప్పుడు ఉదర కండరాలు వేగంగా సంకోచిస్తూ సడలిస్తుంటాయి. ఇది కేవలం శ్వాస ప్రక్రియ మాత్రమే కాదు, ఒక రకమైన డీటాక్స్ కూడా.

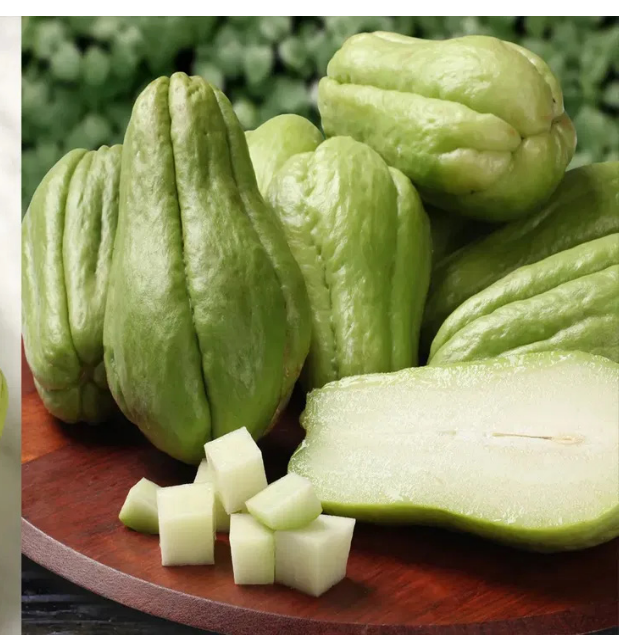
కాలేయానికి ఎలా ఉపయోగపడుతుంది?

కొవ్వు పేరుకుపోకుండా నిరోధిస్తుంది: కపలాభతి కడుపులోని అంతర్గత అవయవాలను సక్రియం చేస్తుంది. ఇది కాలేయంపై పేరుకుపోయిన కొవ్వును తగ్గిస్తుంది. రక్త ప్రసరణను మెరుగుపరుస్తుంది: ఈ ప్రాణాయామం కాలేయం వైపు రక్త ప్రవాహాన్ని పెంచుతుంది. కణాలు ఎక్కువ ఆక్సిజన్‌ను అందించడానికి, మెరుగ్గా పనిచేయడానికి వీలు కల్పిస్తుంది. డీటాక్స్‌లో సహాయపడుతుంది: కపలాభతి శరీరం నుండి విషపూరిత అంశాలను తొలగిస్తుంది. కాలేయం పనిని సులభతరం చేస్తుంది. ఒత్తిడిని తగ్గిస్తుంది: మానసిక ఒత్తిడి కాలేయ ఆరోగ్యంపై చెడు ప్రభావాన్ని చూపుతుంది. కపలాభతి మనస్సును ప్రశాంతపరుస్తుంది. మరియు హార్మోన్లను సమతుల్యంగా ఉంచుతుంది. మీ కాలేయం ఆరోగ్యంగా ఉండాలని, జీవితాంతం వ్యాధులకు దూరంగా ఉండాలని మీరు కోరుకుంటే, ప్రతి ఉదయం కేవలం 10 నిమిషాలు కపలాభతి ప్రాణాయామం చేయడం అలవాటు చేసుకోండి. యోగ ఒక బహమతి లాంటిది. ఇది ఎటువంటి ఖర్చు లేకుండా మిమ్మల్ని అంతర్గతంగా ఆరోగ్యంగా చేస్తుంది.

రాత్రి పూట వెల్లుల్లి తింటే ఆరోగ్యానికి ఎన్ని లాభాలో తెలుసా..?

వెల్లుల్లి ఒక అద్భుతమైన ఔషధ గుణాలు కలిగిన పదార్థం. రాత్రి పడుకునే ముందు పచ్చి వెల్లుల్లిని తినడం వల్ల ఎన్నో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు లభిస్తాయి. ఇది ఒత్తిడిని తగ్గించడంతో పాటు నిద్రను మెరుగుపరుస్తుంది. గుండె ఆరోగ్యం, షుగర్, కొలెస్ట్రాల్, బరువు నియంత్రణలోనూ సహాయపడుతుంది. వెల్లుల్లిని రాత్రి పడుకునే ముందు తింటే మన శరీరానికి ఎన్నో లాభాలు కలుగుతాయి. వెల్లుల్లిలో ఉండే సహజ గుణాలు శరీరాన్ని శుభ్రం చేసి ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తాయి. పచ్చి వెల్లుల్లి మన శరీరాన్ని, మనసును రిలాక్స్ చేస్తుంది. ఒత్తిడిని తగ్గించి నిద్ర సమస్యలను దూరం చేస్తుంది. మెదడు నాడీ వ్యవస్థపై మంచి ప్రభావం చూపి గాఢమైన నిద్ర పట్టేలా చేస్తుంది. నిద్రలేమితో బాధపడే వారికి ఇది చాలా ఉపయోగపడుతుంది. వెల్లుల్లి శరీరంలోని గ్లూకోజ్ స్థాయిలను బ్యాలెన్స్ చేస్తుంది. ఇన్సులిన్ పనితీరును మెరుగుపరుస్తుంది. షుగర్ ఉన్నవారికి ఇది సహజ ఔషధంలా పని చేస్తుంది. రోజూ తగిన మోతాదులో తీసుకుంటే రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు అదుపులో ఉంటాయి. పచ్చి వెల్లుల్లి తినడం వల్ల అధిక కొలెస్ట్రాల్ సమస్య తగ్గుతుంది. ఇది చెడు కొలెస్ట్రాల్ ను తగ్గించి శరీరానికి అవసరమైన మంచి కొలెస్ట్రాల్ ను పెంచుతుంది. దీనివల్ల గుండె జబ్బుల నుంచి రక్షణ లభిస్తుంది. వెల్లుల్లిలో యాంటీబాక్టీరియల్, యాంటీవైరల్, యాంటీఫంగల్ గుణాలు ఉంటాయి. ఇవి శరీరాన్ని రోగాల నుంచి కాపాడతాయి. తరచుగా జలుబు, దగ్గు, జ్వరం వచ్చే వారికి ఇది ఒక రక్షణ కవచంలా పని చేస్తుంది. పచ్చి వెల్లుల్లి శరీరంలోని కొవ్వును వేగంగా కరిగించడానికి సహాయపడుతుంది. ఇది మెటబాలిజంను పెంచి బరువు తగ్గాలనుకునే వారికి ఉపయోగపడుతుంది. ఆకలిని నియంత్రించడం వల్ల ఎక్కువగా తినే అలవాటు తగ్గుతుంది. ప్రతిరోజూ రాత్రి పడుకునే ముందు ఒకటి లేదా రెండు వెల్లుల్లి రెబ్బలు తినడం వల్ల మన ఆరోగ్యానికి ఎన్నో లాభాలు కలుగుతాయి. ఇది పూర్తిగా సహజమైన పద్ధతి. అయితే ఏవైనా అనూహ్య లక్షణాలు కనిపిస్తే వెంటనే నిపుణుల సలహా తీసుకోవాలి.

జామకాయ అనుకునేరు.. కానేకాదు! ఇదోక ప్రకృతి వరం.. క్యాన్సర్, ఊబకాయంకి దివ్యౌషధం..



ఆరోగ్యానికి మేలు చేసే కూరగాయలలో చయోటే అదేనండీ సీమ వంకాయ ఒకటి. దీనిని ఆహారంలో చేర్చుకోవడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నాయంటున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు. బాటిల్ గోర్డ్ లేదా సోరకాయ జాతికి చెందిన ఈ కూరగాయ.. పోషకాలకు మూలం. ఇది ఊబకాయం, ప్రాణాంతక క్యాన్సర్‌లను నివారించడంలో బలేగా సహాయపడుతుంది.. ప్రతిరోజూ మనం వంట కోసం వివిధ రకాల కూరగాయలను ఉపయోగిస్తుంటాం.. అవి నాలుకకు రుచికరంగా ఉండటమే కాకుండా, ఆరోగ్యానికి కూడా చాలా మేలు చేస్తుంటాయి. అలాంటి కూరగాయలలో చయోటే అదేనండీ సీమ వంకాయ ఒకటి. దీనిని ఆహారంలో చేర్చుకోవడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నాయంటున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు. బాటిల్ గోర్డ్ లేదా సోరకాయ జాతికి చెందిన ఈ కూరగాయ.. పోషకాలకు మూలం. ఇది ఊబకాయం, ప్రాణాంతక క్యాన్సర్‌లను నివారించడంలో బలేగా సహాయపడుతుంది. మరి వీటిని తినడం వల్ల కలిగే ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఏమిటో ఇక్కడ తెలుసుకుందాం..

గుండె ఆరోగ్యానికి సప్లిమెంట్

సీమ వంకాయలలో ఫైటోకెమికల్స్ అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి రక్త ప్రవాహాన్ని మెరుగుపరచడంలో, రక్తపోటును నియంత్రించడంలో సహాయపడతాయి. అలాగే ఇందులో ఉండే మైరిసెటిన్ కొలెస్ట్రాల్, వాపు, గుండె జబ్బులు, క్యాన్సర్ వంటి ప్రాణాంతక వ్యాధులను నివారించడంలో సహాయపడుతుంది.

చర్మ క్యాన్సర్ నివారణకు దివ్యౌషధం

సీమ వంకాయ లోప, బయటి తొక్కలో క్యాన్సర్‌ను నివారించగల యాంటీఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇది చర్మ క్యాన్సర్‌ను నివారించడంలో ప్రభావవంతంగా పనిచేస్తుంది.

హిందీ సప్లిమెంటరీ పరీక్షకు ఒకేఒక్కడు.. ఇన్విజిలేటర్లేమో ముగ్గురు!

శరీరంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రించడం శరీరంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రించడానికి సీమ వంకాయ ఒక గొప్ప ఆహారం. ఇందులో ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది. ఇది టైప్ 2 డయాబెటిస్ రోగులు తినడానికి ఉత్తమమైన కూడా.

లివర్ ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుతుంది

సీమ వంకాయకు కాలేయంలో అనవసరమైన కొవ్వు పేరుకుపోకుండా నిరోధించే సామర్థ్యం ఉంది. గర్భిణీ స్త్రీల ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచడానికి ఇది మంచి ఆహారం. ఎందుకంటే దీనిలోని %దీ%9 ప్రోటీన్ పిండం అభివృద్ధికి, ముఖ్యంగా మెదడు, వెన్నుపాము అభివృద్ధికి సహాయపడుతుంది. ఇది అకాల జనన అవకాశాలను తగ్గిస్తుంది. అధ్యయనాల ప్రకారం సీమ వంకాయలో లుకేమియా, గర్భాశయ క్యాన్సర్ వంటి కొన్ని క్యాన్సర్ కణాల పెరుగుదలను నెమ్మదింపజేసే ముఖ్యమైన పోషకాలు ఉన్నాయి. వంకాయలోని యాంటీఆక్సిడెంట్లు మరియు పోషకాలు కణాల నష్టాన్ని నివారించడంలో సహాయపడతాయి. ఇది శరీరం యొక్క వృద్ధాప్య ప్రక్రియను నెమ్మదిస్తుందని అనేక అధ్యయనాలు చూపించాయి. అలాగే, ఈ వంకాయ వాపుకు దివ్యౌషధం. విటమిన్ సి సమృద్ధిగా ఉండే ఈ కూరగాయ వర్షాకాలం, శీతాకాలంలో సాధారణంగా కనిపించే వివిధ బాక్టీరియల్, వైరల్ ఇన్ఫెక్షన్లతో పోరాడటానికి భలేగా సహాయపడుతుంది.

నియోజకవర్గాల పునర్విభజన బిల్లు, మహిళా బిల్లులో ఉన్న లోపాలను సరి చేయాలని కాంగ్రెస్ పార్టీ ఆధ్వర్యంలో ర్యాలీ

ర్యాలీలో పాల్గొన్న ౹౹ాజజ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ జగ్గారెడ్డి

౹౹ాజజ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ జగ్గారెడ్డి కామెంట్స్

హంస కలం వార్త, తెలుగు దినపత్రిక ఏప్రిల్ 17-26: హిస్సా చోరిపై రాహుల్ గాంధీ పార్లమెంట్ లో పోరాడుతున్నారు రాహుల్ గాంధీకి మద్దతుగా పోరాటానికి ఇందిరా గాంధీ ఎంపీగా ప్రాతినిధ్యం వహించిన సంగారెడ్డి నుంచి మద్దతుగా ర్యాలీ నియోజకవర్గాల పునర్విభజన బిల్లు, మహిళా బిల్లుపై రాజకీయ కుట్ర జరుగుతోందని ప్రతిపక్ష నేత రాహుల్ గాంధీ కొన్ని ప్రశ్నలు లేవనెత్తారు బీజేపీ కేంద్ర ప్రభుత్వం దేశ ప్రజల హక్కులను అంచెలంచెలుగా కాల రాస్తుంది వచ్చే ఎన్నికల్లో ఓటు బ్యాంకుని కంట్రోల్ లో ఉంచుకునేందుకు నియోజకవర్గాల పునర్విభజనకి ప్లాన్ చేసింది ఎవరికి ఓటు వేసినా బిజెపికి ఓటు పడేటట్టు జుఎవీ లని డిజైన్ చేస్తున్నారు 4 సారి అధికారంలోకి వచ్చేందుకు ఎలక్షన్ కమిషన్ ని తన గుప్పిట్లో పెట్టుకుంది మహిళా బిల్లుని ఖ్రూూ హయాంలోనే సోనియాగాంధీ ప్రవేశపెట్టారు మహిళా బిల్లుని మొదట తీసుకువచ్చింది కాంగ్రెస్ పార్టీనేమహిళా బిల్లులో ఉన్న లోపాలను సరి చేయాలని రాహుల్ గాంధీ డిమాండ్ చేశారుఈ బిల్లులో రాజకీయ కుట్ర కోణం ఉన్నట్టు రాహుల్ గాంధీ చెప్పారు ఆ లోపాలను సరి చేసిన తర్వాతే మహిళా బిల్లుని ప్రవేశపెట్టాలన్నది కాంగ్రెస్ పార్టీ, ప్రతిపక్ష నేత రాహుల్ గాంధీ డిమాండ్ బీజేపీ చేస్తున్న హిస్సా చోరీకి వ్యతిరేకంగా రాహుల్ గాంధీ పార్లమెంట్లో పోరాడుతున్నారు ప్రజలంతా అప్రమత్తమై ఆయనకు మద్దతుగా నిలవండి ఇష్టానుసారంగా డీలిమిటేషన్ చేస్తూ నాలుగో సారి అధికారంలోకి రావడానికి బీజేపీ ప్రభుత్వం కుట్రలు చేస్తోంది మహిళా బిల్లుకు కాంగ్రెస్ వ్యతిరేకం కాదు. ఇందులో లోపాలు ఉన్నాయి, సరిదిద్దాలని రాహుల్ గాంధీ పార్లమెంట్ లో పోరాడుతున్నారు దేశప్రజల స్వేచ్ఛా, స్వాతంత్రాలను అంచెలంచెలుగా లాగేసుకునే ప్రయత్నం బిజెపి చేస్తోంది. దీనికి వ్యతిరేకంగా రాహుల్ గాంధీ పోరాడుతున్నారు సంగారెడ్డిలో టీపీసీసీ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ జగ్గారెడ్డి