www.sphoortipatrika.com APTEL/26/A0542

స్ఫూర్తి పత్రిక

Voice of Truth

ప్రచురణ : కర్నూలు | సంపాదకుడు : నరసనాయుడు బోయ | సంపుటి : 01 సంచిక :13 | పేజీలు : 04 వెల రూ. 2/- | గురువారం 12-03-2026

PUBLICATION : KURNOOL | EDITOR : NARASANAIDU BOYA | VOLUME : 01 ISSUE : 13 | PAGES : 04 PRICE : 2 | THURSDAY, 12 MARCH 2026

Kurnool Edition | Covering Andhra Pradesh & Telangana |

విలేకరులు కావలెను

స్ఫూర్తి పత్రిక డైలీ పేపర్ నందు

కర్నూలు,నంద్యాల,అనంతపురం, శ్రీ సత్యసాయి, వైయస్సార్ ,తిరుపతి, అన్నమయ్య ,చిత్తూరు ,జిల్లాలలో పనిచేసేందుకు జిల్లా స్టాఫ్ రిపోర్టర్ నియోజకవర్గ ఇన్చార్జీలు మండల రిపోర్టర్స్ కావలెను.

స్ఫూర్తి పత్రిక Voice of Truth

గతంలో పత్రికా రంగంలో పనిచేసిన అనుభవం వార్తలు చక్కగా రాయగలిగే నైపుణ్యం గల వారికి అవకాశం కలదు.

ఎటువంటి యాడ్స్ టార్గెట్లు లేదు. కొత్త వారికి అవకాశం కలదు.

ఆసక్తి గలవారు సంప్రదించండి : 8179446036,7794947413.

నా పార్టీకి నేనేంటో తెలుసు.. అన్నీ అబద్ధపు ప్రచారాలే

- తిరుమల పరకామణి చోరీ కేసుపై బీజేపీ అధికార ప్రతినిధి భాను ప్రకాశ్ రెడ్డి కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు.
- టీటీడీపై జరుగుతున్న ఆరోపణలు, హుండీ కానుకలపై కుట్రలను ఆయన తీవ్రంగా ఖండించారు.
- పరకామణిలో 2025 జనవరిలో జరిగిన చోరీ చేసిన కాంట్రాక్ట్ ఉద్యోగిని అప్పుడే అరెస్టు చేసి, కేసులు నమోదు చేసి, బంగారం రికవరీ కూడా చేశారని భాను ప్రకాశ్ రెడ్డి స్పష్టం చేశారు.

తిరుమల పరకామణి చోరీ కేసుపై బీజేపీ అధికార ప్రతినిధి భాను ప్రకాశ్ రెడ్డి కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. బుధవారం మీడియాతో మాట్లాడుతూ..టీటీడీపై జరుగుతున్న ఆరోపణలు, మిగతా 2లో

వైసీపీ మాజీ ఎంపీ నందిగం సురేశ్‌పై చీటింగ్ కేసు: చర్చి ట్రస్ట్ పేరుతో రూ. 25 లక్షల మోసం

- చర్చి ట్రస్ట్ రెన్యువల్ కోసం రూ. 25 లక్షలు తీసుకున్న నందిగం సురేశ్
- డబ్బులు తిరిగి ఇవ్వాలని అడిగితే బెదిరించారంటూ ట్రస్ట్ సభ్యుడి ఫిర్యాదు
- కేసు నమోదు చేసిన విజయవాడ, సూర్యారావుపేట పోలీసులు

వైసీపీ మాజీ ఎంపీ నందిగం సురేశ్ మరోసారి చట్టపరమైన చిక్కుల్లో చిక్కుకున్నారు. చర్చి ట్రస్ట్ పునరుద్ధరణ పేరుతో భారీ మొత్తంలో డబ్బు తీసుకుని మోసం చేశారనే ఆరోపణలపై విజయవాడలోని సూర్యారావుపేట పోలీసులు ఆయనపై చీటింగ్ కేసు నమోదు చేశారు. బాధితుడు ఇచ్చిన ఫిర్యాదుతో ఈ వ్యవహారం వెలుగులోకి వచ్చింది.కేసు వివరాల్లోకి వెళితే, కాకినాడకు మిగతా 2లో

రైతులు, లబ్ధిదారులకు ప్రభుత్వం

ఉగాది కానుకలు

విద్యుత్ రంగంలో విప్లవాత్మక మార్పులు

పారిశ్రామికాభివృద్ధి - ఇన్నోవేషన్

- ప్రభుత్వం పని చేసేది బిలియనీర్ల కోసం కాదు
- అధికారులు, ప్రభుత్వం, ప్రజల మధ్య స్పష్టత సమన్వయం లేకుంటే అనుకున్న ఫలితాలు రావని సీఎం చంద్రబాబు నాయుడు అన్నారు.
- సచివాలయంలో నిర్వహించిన కలెక్టర్ల కాన్ఫరెన్స్ లో ఆయన ఈ వ్యాఖ్యలు చేశారు.
- ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రంలో గత 20 నెలల కాలంలో సమష్టి కృషితో ఒక నూతన రాజకీయ, పాలనా సంస్కృతికి శ్రీకారం చుట్టామని పేర్కొన్నారు.
- అభివృద్ధి-సంక్షేమమే ధ్యేయంగా తమ ప్రభుత్వం ముందుకు సాగుతోందని స్పష్టం చేశారు. మార్చి 13న అన్నదాత సుఖీభవ నిధులను విడుదల చేస్తామని తెలిపారు.
- అమరావతి చెట్లు, పూలతో రమణీయంగా ఉందన్న ముఖ్యమంత్రి
- పాలనలో సాంకేతికతను మరింత తీసుకువచ్చేలా కార్యాచరణ ఉండాలన్న ముఖ్యమంత్రి
- ప్రభుత్వం పేదల అభ్యున్నతి కోసం పని చేస్తుందన్న చంద్రబాబునాయుడు

ఆంధ్రప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబునాయుడు అన్నారు. 6వ జిల్లా కలెక్టర్ల కాన్ఫరెన్సులో ముఖ్యమంత్రి కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. అమరావతి ప్రాంతంలో రోడ్లకు ఇరువైపులా చెట్లు, పూలతో రహదారులు అత్యంత రమణీయంగా ఉన్నాయని, ఇతర ప్రాంతాల్లో కూడా అందంగా మార్చేలా చర్యలు తీసుకోవాలని అన్నారు. మన ప్రభుత్వం పనిచేసేది బిలియనీర్లు, ట్రిలియనీర్ల కోసం కాదనే విషయం అందరూ గుర్తుంచుకోవాలని మిగతా 2లో

పాడి ఉత్పత్తులు ఇతర

రాష్ట్రాల్లో విక్రయించవచ్చు

అది ఫేక్ ప్రచారం... వాటిని నమ్మొద్దు

- దేవాలయాల విధ్వంసంపై వైసీపీ ఫేక్ ప్రచారం చేస్తోందన్న మంత్రి లోకేశ్
- కసాపురం ఆలయ పునర్నిర్మాణ వీడియోలతో తప్పుడు ని ప్రచారం చేస్తున్నారని ఫైర్
- ఆగమ సలహాదారుల ప్రకారమే పాత ఆలయాన్ని తొలగించామని వెల్లడి
- వైసీపీ పేటియం బ్యాచ్ మూల్యం చెల్లించుకుంటుందని హెచ్చరిక

పాడి ఉత్పత్తులను ఇతర రాష్ట్రాల్లోనూ విక్రయించుకోవచ్చని మంత్రి నారా లోకేశ్ తెలిపారు. మిగతా 2లో

నిరుపయోగంగా పర్యాటక శాఖ బస్సులను ఉంచొద్దు

ఆయా రాష్ట్రాల విధానాల అధ్యయనం

టూరిజం బస్సుల వివరాలపై మంత్రి ఫైర్

రాష్ట్ర పర్యాటక రంగాన్ని దేశంలోనే మేటిగా తీర్చిదిద్దేందుకు ప్రభుత్వం కట్టుబడి ఉందని రాష్ట్ర పర్యాటక, సాంస్కృతిక శాఖ మంత్రి జూపల్లి కృష్ణారావు స్పష్టం చేశారు.

రాష్ట్ర పర్యాటక రంగాన్ని దేశంలోనే మేటిగా తీర్చిదిద్దేందుకు ప్రభుత్వం కట్టుబడి ఉందని రాష్ట్ర పర్యాటక, సాంస్కృతిక శాఖ మంత్రి జూపల్లి కృష్ణారావు స్పష్టం చేశారు. హిమాయత్ నగర్ లోని మిగతా 2లో

ఏపీ పర్యాటక రంగంలో సరికొత్త శకం..

ఏఐ హబ్‌గా ఆంధ్రప్రదేశ్

అద్భుతమైన డిజిటల్ పర్యాటక అనుభూతులు

- యువతకు ఉపాధి ని - 'క్రియేటర్ ఎకానమీ'కి ఊతం
- గ్లోబల్ లీడర్‌గా ఆంధ్రప్రదేశ్..ప్రపంచ వేదికపై ఆంధ్రప్రదేశ్ వారసత్వం
- సాంస్కృతిక పర్యాటకానికి సరికొత్త రూపు..ఏరోస్ ఇన్నోవేషన్‌తో 'కల్చరల్ ఏఐ' భాగస్వామ్యం
- ఆంధ్రప్రదేశ్‌ను గ్లోబల్ టెక్నాలజీ హబ్‌గా నిలపడమే సీఎం చంద్రబాబు నాయుడు లక్ష్యమన్న మంత్రి కందుల దుర్గేష్

2లో

ప్రపంచంలోనే మొట్టమొదటి 'లార్జ్ కల్చరల్ మోడల్స్' ఎకోసిస్టమ్ ఏర్పాటుపై ముంబయి లో జరుగుతున్న 24వ ఇండియన్ అసోసియేషన్ ఆఫ్ అమ్యూజ్‌మెంట్ పార్క్స్ అండ్ ఇండస్ట్రీస్ ఎక్స్‌పోలో రెండో రోజు మిగతా 2లో

నియామకంలో తన ప్రమేయం ఉండాల్సిందే

- ఇరాన్ కొత్త సుప్రీం లీడర్‌గా మొజ్తబా ఖమేనీ నియామకం
- ఈ నిర్ణయంపై తీవ్రంగా స్పందించిన డొనాల్డ్ ట్రంప్
- "అతను ప్రశాంతంగా జీవించలేడు" అంటూ ఘాటు హెచ్చరిక

అమెరికా, ఇరాన్ మధ్య ఉద్రిక్తతలు మరోసారి తారస్థాయికి చేరాయి. ఇరాన్ కొత్త సుప్రీం లీడర్‌గా ఎంపికైన మొజ్తబా ఖమేనీని లక్ష్యంగా చేసుకుని అమెరికా అధ్యక్షుడు మిగతా 2లో

ఇరాన్‌పై అమెరికా యుద్ధంతో ప్రయోజనం పొందుతున్న దేశం రష్యా

- పశ్చిమాసియా ఉద్రిక్తతల వల్ల ప్రపంచంలో ఇంధన ధరలు భారీగా పెరుగుతున్నాయన్న అధ్యక్షుడు
- ఈ యుద్ధం వల్ల గెలిచిన వారెవరైనా ఉన్నారా అంటే అది రష్యా మాత్రమేనని వ్యాఖ్య
- బ్రస్సెల్స్‌లో ఈయూ రాయబారుల సమావేశంలో ఈయూ అధ్యక్షుడు

ఇరాన్‌పై అమెరికా, ఇజ్రాయెల్ యుద్ధం వల్ల ప్రయోజనం పొందుతున్న ఏకైక దేశం రష్యా అని యూరోపియన్ కౌన్సిల్ అధ్యక్షుడు ఆంటోనియా కోస్టా అన్నారు. పశ్చిమాసియా మిగతా 2లో

గల్ఫ్ ఫ్యూచర్ డిసైడ్ చేసేది మీరు కాదు.. మేమే: ఇరాన్

- యుద్ధానికి సంబంధించి ఇరాన్ ఎక్కడా తగ్గడం లేదు. ఇరాన్ ప్రధానమైన నేవీ, ఆర్మీ, ఎయిర్‌ఫోర్స్‌లతో పాటు కీలకమైన స్థావరాలను నాశనం చేశామని, యుద్ధం ముగింపు ఒక్కటే మిగిలి ఉందని అమెరికా అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్ ఒకవైపు ప్రకటనలపై ప్రకటనలు చేస్తుంటే.. ఇరాన్ మాత్రం అందుకు ధీటుగా బదులిస్తోంది.

యుద్ధానికి సంబంధించి ఇరాన్ ఎక్కడా తగ్గడం లేదు. ఇరాన్ ప్రధానమైన నేవీ, ఆర్మీ, ఎయిర్‌ఫోర్స్‌లతో పాటు కీలకమైన స్థావరాలను నాశనం చేశామని, మిగతా 2లో

ఏపీ ప్రజలు ఆందోళన చెందొద్దు... మన వద్ద గ్యాస్ కొరత లేదు

- భారత్ పై పశ్చిమాసియా ఉద్రిక్తతల ప్రభావం
- రాష్ట్రంలో ఎల్పీజీ గ్యాస్ కొరత లేదన్న మంత్రి నాదెండ్ల
- బ్లాక్ మార్కెట్‌ను అరికట్టాలని అధికారులకు ఆదేశం
- కృత్రిమ కొరత సృష్టిస్తే కఠిన చర్యలని హెచ్చరిక
- గృహ అవసరాలకే తొలి ప్రాధాన్యత ఇస్తామని స్పష్టీకరణ

రాష్ట్రంలో ఎల్పీజీ గ్యాస్ సిలిండర్ల కొరత లేదని, ప్రజలు అనవసరంగా ఆందోళన చెందవద్దని పౌర సరఫరాల శాఖ మంత్రి నాదెండ్ల మనోహర్ స్పష్టం చేశారు. గృహ, వాణిజ్య అవసరాలకు సరిపడా గ్యాస్ నిల్వలు అందుబాటులో ఉన్నాయని, మిగతా 2లో

చంద్రబాబు పాలనలో రాష్ట్రంలో

ఆర్థిక విధ్వంసం

ఆర్థిక గణాంకాలతో విరుచుకుపడ్డ జగన్

రూ. 20 వేల కోట్ల అప్పుల మాయాజాలం

- విచ్చలవిడి దోపిడీ – విశాఖ భూదోపిడీయే నిదర్శనం
- రాష్ట్రాన్ని చంద్రబాబు అప్పుల ఊబిలోకి నెట్టారు: జగన్
- బడ్జెట్‌లో అన్నీ మోసపూరిత అంకెలే ఉన్నాయన్న జగన్
- తాము ఐదేళ్లలో చేసిన అప్పుల కంటే రెండేళ్లలో చంద్రబాబు ఎక్కువ చేశారని ఆరోపణ
- ట్రెజరీలో మినిమం బ్యాలెన్స్ కూడా ఉండటం లేదని విమర్శ
- ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రంలో చంద్రబాబు నాయుడు అధికారంలోకి వచ్చాక ఆర్థిక వ్యవస్థ పూర్తిగా చిన్నాభిన్నమైందని వైఎస్సార్‌సీపీ అధినేత వైఎస్ జగన్ మోహన్ రెడ్డి విమర్శించారు.
- రాష్ట్రంలో ఆదాయం తగ్గి, అప్పులు అమాంతం పెరిగాయని, దీనికి కాగ్ నివేదికే సాక్ష్యమని పేర్కొన్నారు.

ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రంలో చంద్రబాబు నాయుడు అధికారంలోకి వచ్చాక ఆర్థిక వ్యవస్థ పూర్తిగా చిన్నాభిన్నమైందని వైఎస్సార్‌సీపీ అధినేత వైఎస్ జగన్ మోహన్ రెడ్డి విమర్శించారు.బుధవారం తాడేపల్లి వైసీపీ కేంద్ర కార్యాలయంలో నిర్వహించిన మీడియా సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడుతూ.. రాష్ట్రంలో ఆదాయం తగ్గి, అప్పులు అమాంతం పెరిగాయని, దీనికి కాగ్ నివేదికే సాక్ష్యమని పేర్కొన్నారు. మిగతా 2లో

పానిక్ హార్వెస్టింగ్ చేయొద్దు.. రొయ్యల రైతులకు మంత్రి సూచన

- వైసీపీది తప్పుడు ప్రచారం: అచ్చెన్న
- మధ్యప్రాచ్యం దేశాల్లో ఉద్రిక్తతలు, గల్ఫ్ ప్రాంతంలో ఏర్పడిన పరిస్థితులపై ఆక్వా రైతులు ఆందోళన చెందాల్సిన అవసరం లేదని మంత్రి కింజరాపు అచ్చెన్నాయుడు స్పష్టం చేశారు.
- ఆంధ్రప్రదేశ్ స్టేట్ ఆక్వాకల్చర్ డెవలప్‌మెంట్ ఏజెన్సీ సభ్యులతో మంత్రి వీడియో కాన్ఫరెన్స్ నిర్వహించారు.

మధ్యప్రాచ్యం దేశాల్లో ఉద్రిక్తతలు, గల్ఫ్ ప్రాంతంలో ఏర్పడిన పరిస్థితులపై ఆక్వా రైతులు ఆందోళన మిగతా 2లో

నియామకంలో తన ప్రమేయం ఉండాల్సిందె

డొనాల్డ్ ట్రంప్ తీవ్రస్థాయిలో హెచ్చరికలు జారీ చేశారు. "అతను ప్రశాంతంగా జీవించగలడని నేను అనుకోవడం లేదు" అని ట్రంప్ వ్యాఖ్యానించారు.ఇరాన్ సుప్రీం లీడర్ అలీ ఖమేనీ మృతి తర్వాత ఆయన కుమారుడైన 56 ఏళ్ల మొజ్తబా ఖమేనీని కొత్త అధినేతగా ఎన్నుకున్నారు. ఈ నిర్ణయంపై ట్రంప్ తీవ్ర అసంతృప్తి వ్యక్తం చేశారు. "ఇరాన్ ఈ నాయకుడిని ఎన్నుకోవడంపై నేను సంతోషంగా లేను. అతను ప్రశాంతంగా బతకలేడు" అని స్పష్టం చేశారు. ఇరాన్ సుప్రీం లీడర్ నియామక ప్రక్రియలో వెనెజువెలా తరహాలోనే తన ప్రమేయం కలిగి ఉండాల్సిందని ఆయన అభిప్రాయపడ్డారు.అంతేకాదు, ఖమేనీ విధానాలు గత పాలకుల మాదిరే కొనసాగితే ఐదేళ్లలో మరో యుద్ధం తప్పదని ట్రంప్ హెచ్చరించారు. "ఆ పదవిలో కొనసాగాలంటే అతను మా అనుమతి తీసుకోవాలి. లేకపోతే ఎక్కువ కాలం ఉండలేడు" అని ఓ ఇంటర్వ్యూలో ట్రంప్ వ్యాఖ్యానించారు.

ఇరాన్‌పై అమెరికా యుద్ధంతో ప్రయోజనం పొందుతున్న దేశం రష్యా

ఉద్రిక్తతల వల్ల ప్రపంచంలో ఇంధన ధరలు భారీగా పెరుగుతున్నాయని అన్నారు. దీని వల్ల ఈ యుద్ధం వల్ల గెలిచిన వారెవరైనా ఉన్నారా అంటే రష్యా మాత్రమే అన్నారు. బ్రస్సెల్స్‌లో ఈయూ రాయబారుల సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడారు.ఉక్రెయిన్‌పై రష్యా నాలుగేళ్లుగా యుద్ధం చేస్తోందని, ఈ యుద్ధాన్ని కొనసాగించడానికి తాజా ఇంధన ధరల పెరుగుదల మంచి ఆర్థిక వనరుగా మారిందని అన్నారు. పశ్చిమాసియా ఉద్రిక్తతల పైనే ప్రధాన దృష్టి ఉండటంతో ఉక్రెయిన్‌పై కొంత శ్రద్ధ తగ్గిందని అన్నారు. తద్వారా రష్యా ప్రయోజనం పొందుతోందని అన్నారు. అంతర్జాతీయ చట్టాలను అమెరికా సవాల్ చేస్తోందని, వీటిని పరిరక్షించాల్సిన బాధ్యత ఈయూపై ఉందని ఆంటోనియా కోస్టా పేర్కొన్నారు.ఈ అంశంపై చర్చించేందుకు పశ్చిమాసియాలో భాగస్వామ్య పక్షాలన్నీ ఒకే తాటిపైకి రావాల్సి ఉందని అన్నారు. బాంబుల ద్వారా స్వేచ్ఛా, మానవ హక్కులు సాధించలేమని అన్నారు. అంతర్జాతీయ చట్టాల ద్వారానే ఇది సాధ్యమని అన్నారు. ఈ పరిస్థితులు మరింత తీవ్రరూపం కాకుండా చూడాలని లేదంటే పశ్చిమాసియా, యూరప్‌తో పాటు ఇతర ప్రాంతాలకు కూడా ముప్పేనని అన్నారు.

గల్ఫ్ ఫ్యూచర్ డిసైడ్ చేసేది మీరు కాదు.. మేమే: ఇరాన్

యుద్ధం ముగింపు ఒక్కటే మిగిలి ఉందని అమెరికా అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్ ఒకవైపు ప్రకటనలపై ప్రకటనలు చేస్తుంటే.. ఇరాన్ మాత్రం అందుకు ధీటుగా బదులిస్తోంది. తమకు ఏమీ కాలేదని, ఇక నుంచి తమ నుంచి ఎదుర్కోబోయే పరిణామాలను ప్రపంచం చూడబోతుందనే అర్థం వచ్చేలా ఇరాన్ కౌంటర్ల మీద కౌంటర్ల ఇస్తోంది. తమను తక్కువగా అంచనా వేయొద్దని ట్రంప్‌కు నేరుగా వార్నింగ్ కూడా ఇచ్చింది. తమతో యుద్ధాన్ని ముగించేది మీరు కాదని, ఆ యుద్ధానికి ముగింపు తామిస్తామంటూ స్పష్టం చేసింది. ' యుద్ధం ముగించేది మీరు కాదు. మేం. గల్ఫ్? ఫ్యూచర్ డిసైడ్ చేసేది కూడా మేమే. మీపై(అమెరికా-ఇజ్రాయెల్) దాడులు చేస్తూనే ఉంటాం' అని ఇరాన్ హెచ్చరించింది. కాగా, ఇరాన్‌తో జరుగుతున్న యుద్ధంపై అమెరికా అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్ సంచలన ప్రకటన చేశారు. ఇరాన్‌తో జరుగుతున్న యుద్ధానికి త్వరలోనే ముగింపు దొరుకుతుందన్నారు. ఇరాన్‌పై తాము నిర్దేశించుకున్న లక్ష్యాలను సాధిండానికి చాలా చేరువలో ఉన్నామన్నారు. మరోవైపు అంతర్జాతీయంగా చమురు సరఫరాకు సంబంధించి ఇరాన్‌ను హెచ్చరించారు. అంతర్జాతీయంగా చమురు సరఫరాలో అంతరాయం కలిగిస్తే ఇరాన్‌ను ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ ఉపేక్షించబోమని వార్నింగ్ ఇచ్చారు. అమెరికా, ఇజ్రాయెల్‌లు సంయుక్తంగా ఇరాన్‌పై చేస్తున్న యుద్ధంపై రష్యా అధ్యక్షుడు పుతిన్ ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. ఇరాన్ యుద్ధంతో ప్రపంచ చమురు సరఫరాపై ప్రభావం ఉంటుందన్నారు. యుద్ధం ఇలాగే కొనసాగితే మాత్రం 30 రోజుల్లో హర్మూజ్ జలసంధి పూర్తిగా మూతబడిపోతుందని, అదే గనుక జరిగితే ప్రపంచ వ్యాప్తంగా సంక్షోభం తప్పదని వార్నింగ్ ఇచ్చారు

నా పార్టీకి నేనేంటో తెలుసు.. అన్నీ అబద్ధపు ప్రచారాలే

హుండీ కానుకలపై కుట్రలను ఆయన తీవ్రంగా ఖండించారు. పరకామణిలో 2025 జనవరిలో జరిగిన చోరీ చేసిన కాంట్రాక్ట్ ఉద్యోగిని అప్పుడే అరెస్టు చేసి, కేసులు నమోదు చేసి, బంగారం రికవరీ కూడా చేశారని భాను ప్రకాశ్ రెడ్డి స్పష్టం చేశారు. ఆ రోజు సాక్షి పత్రికలోనూ ఈ వార్త ప్రచురితమైందని తెలిపారు. అయితే ఇప్పుడు దాన్ని కొత్తగా జరిగినట్టు పెద్ద అక్షరాల్లో వార్తలు రాయడం వెనుక తిరుమల హుండీకి కానుకలు రాకుండా చేసే కుట్ర ఉందని ఆయన ఆరోపించారు. 2023, జూన్ 13న భూమన కరుణాకర్ రెడ్డి టీటీడీ బోర్డు ఛైర్మన్‌గా ఉన్నప్పుడు శివశంకర్ అనే విజిలెన్స్ అధికారి.. భక్తుల నుంచి దొంగతనం చేసిన దొంగను ఆలయంలో పట్టుకున్నారని తెలిపారు. ఆ దొంగ నుంచి శివశంకర్ డబ్బులు కొట్టేశారని భాను ప్రకాశ్ రెడ్డి ఆరోపించారు. అతన్ని ప్యారెంట్ డిపార్ట్‌మెంట్‌కు పంపి కరుణాకర్ రెడ్డి చేతులు దులుపుకున్నారని విమర్శించారు. రవికుమార్ ఇష్యూలో సాక్ష్యాలను తారుమారు చేయడంలో శివశంకర్ కీలక పాత్ర పోషించారని తెలిపారు. హుండీలో దొంగతనం చేసిన రవికుమార్‌తో చెట్టుకింద పంచాయితీ చేసి భాగాలు పంచుకున్నారని వ్యాఖ్యలు చేశారు.టీటీడీలో అవినీతి జరగలేదని తడిబట్టలతో తాను ప్రమాణం చేస్తానని.. కమీషన్లు తీసుకోలేదని ప్రమాణం చేస్తావా? అని భూమన కరుణాకర్‌రెడ్డికి సవాల్ విసిరారు. తన పార్టీకి తాను ఏమిటో తెలుసన్నారు. నెయ్యి కొరత లేదని, తిరుమలను టార్గెట్ చేసి అబద్ధపు ప్రచారాలు చేస్తున్నారని మండిపడ్డారు. వారు ప్రింట్ చేసిన భగవద్గీత ముందు మాటలో 'మాట తప్పని.. మడమ తిప్పని' అని రాసుకున్నారని.. కానీ కంటెంట్ లేని లక్షల పుస్తకాలు గోదాముల్లో పడి ఉన్నాయని సెటైర్ విసిరారు. టీటీడీపై చేసే రాజకీయ ఆరోపణలకు టీటీడీ ఈవో సమాధానం చెప్పాల్సిన పని లేదన్నారు. టీటీడీకి ఉన్న క్రెడిబిలిటీని దెబ్బతీయడానికి తాడేపల్లి ప్యాలెస్ అనకొండలను వదులుతోందని ఆరోపించారు. అవినీతిశేషుడు ఉన్నారని.. వారి ముందు ఈ అనకొండలు ఏమీ చేయలేవని భాను ప్రకాశ్ రెడ్డి వ్యాఖ్యానించారు.

వైసీపీ మాజీ ఎంపీ నందిగం సురేష్‌పై చీటింగ్ కేసు: చర్చి ట్రస్ట్ పేరుతో రూ. 25 లక్షల మోసం

చెందిన సీబీఎస్ఐ చర్చి ట్రస్ట్ సభ్యులు, దాని రెన్యువల్ కోసం 2021లో అప్పటి ఎంపీ నందిగం సురేష్‌ను ఆశ్రయించారు. ఈ పని పూర్తి చేయడానికి సురేష్ రూ. 25 లక్షలు డిమాండ్ చేశారని, ఆ మేరకు ఉద్దండరాయునిపాలెంలోని ఆయన నివాసంలో నగదు అందజేసినట్లు బాధితులు ఫిర్యాదులో పేర్కొన్నారు. అయితే, ఏళ్లు గడుస్తున్నా పని పూర్తి కాకపోవడంతో పాటు, ఇచ్చిన డబ్బులు తిరిగి ఇవ్వాలని అడిగితే ఆయన తమను బెదిరింపులకు గురిచేశారని ట్రస్ట్ సభ్యులు ఆరోపించారు. బాధితుడి ఫిర్యాదును స్వీకరించిన సూర్యారావుపేట పోలీసులు, మాజీ ఎంపీపై సెక్షన్ 318(4) (చీటింగ్), 351(2) (నేరపూరిత బెదిరింపు) కింద కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు ప్రారంభించారు. ఇప్పటికే అమరావతి భూముల వ్యవహారం, గతంలో జరిగిన దాడుల కేసుల్లో పలు ఆరోపణలు ఎదుర్కొని, జైలు నుంచి విడుదలైన నందిగం సురేష్‌కు, ఈ తాజా చీటింగ్ కేసు రూపంలో కొత్త తలనొప్పి మొదలైంది.వైసీపీ ఎంపీ నందిగం సురేశ్‌పై [illegible] పోలీసు స్టేషన్‌లో కేసు నమోదు అయింది. రూ. 25 లక్షలు మోసం చేశారని అందిన ఫిర్యాదుపై పోలీసులు చర్యలు చేపట్టారు.నందిగం సురేశ్ ఎంపీ ఉన్న సమయంలో ట్రస్ట్ రెన్యువల్ చేయిస్తానని రూ. 25 లక్షలు తీసుకుని మోసం చేశారని సీబీసీఎన్‌సీ ట్రస్ట్ సభ్యుడు సూర్యారావు పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేశారు. ఈ మేరకు నందిగం సురేశ్‌పై పోలీసులు చీటింగ్ కేసు నమోదు చేశారు. త్వరలో నోటీసులు జారీ చేసి విచారించనున్నారు. విచారణలో నందిగం సురేశ్ ఇచ్చిన వివరణతో పోలీసులు తదుపరి చర్యలు తీసుకునే అవకాశం ఉందని పోలీసులు తెలిపారు. మరోవైపు పోలీసులు తమకు న్యాయం చేయాలని బాధితులు కోరారు.

ఏపీ ప్రజలు ఆందోళన చెందొద్దు... మన వద్ద గ్యాస్ కొరత లేదు

సరఫరాలో ప్రస్తుతం ఎలాంటి ఇబ్బందులు లేవని ఆయన భరోసా ఇచ్చారు.అంతర్జాతీయంగా నెలకొన్న పరిస్థితుల నేపథ్యంలో, రాష్ట్రంలో ఎల్పీజీ నిల్వలు, సరఫరాపై మంత్రి మంగళవారం ఉన్నతాధికారులతో టెలి కాన్ఫరెన్స్ ద్వారా సమీక్షించారు. ఈ కీలక సమావేశంలో గ్యాస్‌ను అక్రమంగా బ్లాక్ మార్కెట్‌కు తరలించకుండా జిల్లా జాయింట్ కలెక్టర్లు ప్రత్యేక దృష్టి సారించాలని ఆదేశించారు. కృత్రిమ కొరత సృష్టించడం, ఇష్టానుసారం ధరలు పెంచడం వంటి చర్యలకు పాల్పడితే కఠిన చర్యలు తప్పవని హెచ్చరించారు.గృహ అవసరాలకు గ్యాస్ సరఫరాలో ఎలాంటి ఇబ్బంది రాకుండా చూడటమే ప్రభుత్వ తొలి ప్రాధాన్యత అని మంత్రి తెలిపారు. అవసరమైతే, వాణిజ్య అవసరాలకు ప్రాధాన్యత క్రమంలో సరఫరా చేస్తామన్నారు. రోజువారీ నిల్వలపై ఏమాత్రం తేడా వచ్చినా ప్రత్యామ్నాయ ఏర్పాట్లు సిద్ధంగా ఉన్నాయని, సరఫరా వ్యవస్థను పూర్తి అప్రమత్తంగా ఉంచాలని అధికారులను సూచించారు.

పానిక్ హార్వెస్టింగ్ చేయొద్దు.. రొయ్యల రైతులకు మంత్రి సూచన

చెందాల్సిన అవసరం లేదని మంత్రి కింజరాపు అచ్చెన్నాయుడు స్పష్టం చేశారు. ఆంధ్రప్రదేశ్ స్టేట్ ఆక్వాకల్చర్ డెవలప్‌మెంట్ ఏజెన్సీ సభ్యులతో మంత్రి వీడియో కాన్ఫరెన్స్ నిర్వహించారు. రొయ్యల రైతులు పానిక్ హార్వెస్టింగ్ చేయవద్దని మంత్రి సూచించారు. మధ్యప్రాచ్య దేశాలకు భారత సముద్ర ఆహార ఎగుమతులు కేవలం 3 -- 4 శాతం మాత్రమే అని మంత్రి వెల్లడించారు.ఇతర దేశాలకు సముద్ర ఆహార ఎగుమతులు యథావిధిగా కొనసాగుతున్నాయని వివరించారు. అమెరికా మార్కెట్‌లో త్వరలో రొయ్యల డిమాండ్ పెరిగే అవకాశం ఉంటున్నారు. ముఖ్యంగా 50, 60 కౌంట్ రొయ్యలకు అక్కడ మంచి డిమాండ్ ఉందని తెలిపారు. కంటైనర్ల కొరత ఉందన్న వార్తలు అవాస్తవమని చెప్పారు మంత్రి. అలాంటి వదంతులు రాకుండా ఎగుమతుల పరిస్థితిని ప్రభుత్వం నిరంతరం పర్యవేక్షిస్తోందని మంత్రి స్పష్టం చేశారు. రైతులు వదంతులను నమ్మకుండా ఆక్వాకల్చర్ కార్యకలాపాలను కొనసాగించాలని మంత్రి అచ్చెన్నాయుడు సూచించారు. రాష్ట్రంలో పండించిన పంటలకు మద్దతు ధర దక్కడం లేదంటూ వైసీపీ నేతలు మొసలి కన్నీరు కారుస్తున్నారని వ్యవసాయ శాఖ మంత్రి అచ్చెన్నాయుడు మండిపడ్డారు. సొంత పత్రికలో తప్పుడు కథనాలతో ప్రజలను తప్పుదోవ పట్టించే ప్రయత్నాలు మానుకోవాలని మంగళవారం హెచ్చరించారు. 'వైసీపీ హయాంలో రైతులు అప్పులపాలై నష్టాల ఊబిలో కూరుకుపోయారు. కూటమి ప్రభుత్వం రైతు సమస్యల పరిష్కారానికి చిత్తశుద్ధితో పనిచేస్తోంది. అర్హులైన రైతులందరికీ అన్నదాత సుఖీభవ, పీఎం కిసాన్ నిధులు అందిస్తున్నాం. ఇన్‌పుట్ సబ్సిడీ, పంటల బీమా అందిస్తున్నాం. పంటలకు కనీస మద్దతు ధర పథకాన్ని అమలు చేస్తున్నాం' అని అచ్చెన్న వివరించారు.

రైతులు, లబ్ధిదారులకు ప్రభుత్వం ఉగాది కానుకలు

పాలనలో సాంకేతికతను మరింత తీసుకువచ్చేలా కార్యాచరణ ఉండాలని సూచించారు. డేటా డ్రైవెన్ గవర్నెన్స్, ఆర్టిఫిషియల్ ఇంటెలిజెన్స్ వినియోగం కూడా గణనీయంగా పెరగాలని అన్నారు. డిజిటల్ లిటరసీని పెంచాలని ఈ సంవత్సరం లక్ష్యంగా పెట్టుకుందామని సూచించారు. మనమిత్ర వాట్సాప్ గవర్నెన్స్‌ను కూడా ప్రజల్లోకి తీసుకువెళ్లేలా చర్యలు తీసుకోవాలని కలెక్టర్లకు సూచించారు.సెప్టెంబర్‌లో ప్రాజెక్టులు పూర్తి చేసి యాక్షన్ టేకెన్ రిపోర్టు అందరిముందు పెడతామని ముఖ్యమంత్రి అన్నారు. అందుకు అనుగుణంగానే కలెక్టర్లు పెట్టుబడుల ప్రతిపాదనలకు సంబంధించిన ప్రాజెక్టులపై వేగంగా నిర్ణయాలు తీసుకోవాలని సూచించారు. ప్రాజెక్టులన్నీ వచ్చే బాధ్యతను జిల్లా కలెక్టర్లు తీసుకోవాలని పేర్కొన్నారు. మార్చి 23వ తేదీన ఆర్సెలార్మిట్టల్ ప్రాజెక్టుకు శంకుస్థాపన చేయబోతున్నట్లు తెలిపారు.రాయలసీమ స్టీల్ ప్లాంట్ పనులు కూడా త్వరలో ప్రారంభమవుతాయని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబునాయుడు అన్నారు. 2028 మార్చిలోగా పూర్తి చేసేలా లక్ష్యం నిర్దేశించుకున్నట్లు తెలిపారు. కొప్పర్తి, ఓర్వకల్లు లాంటి ప్రాంతాలు పారిశ్రామిక క్లస్టర్లుగా తయారు కావాలని ముఖ్యమంత్రి అన్నారు. 175 నియోజకవర్గాల్లో 175 ఎంఎస్ఎంఈలు ఏర్పాటు చేస్తున్నామని అన్నారు. ప్రజల్లోకి ప్రభుత్వ విధానాలు సమర్థంగా వెళ్లాలని కలెక్టర్లకు సూచించారు.పాపులేషన్ మేనేజ్‌మెంట్ పాలసీపై చర్చ జరగాలని చంద్రబాబునాయుడు అన్నారు. పీ4 కూడా ఒక గేమ్ ఛేంజర్ అని, కానీ రావడానికి కొంత సమయంపడుతుందని అన్నారు. దీని వల్ల ఎన్నో ప్రయోజనాలు ఉంటాయని తెలిపారు. కలెక్టర్లు పీ4ను మానిటర్ చేయాలని ముఖ్యమంత్రి కోరారు. 2047 నాటికి రూ.55 లక్షల తలసరి ఆదాయం మన లక్ష్యమని అన్నారు.ప్రభుత్వం పని చేసేది మిలియనీర్లు లేదా బిలియనీర్ల కోసం కాదని పేదల అభ్యున్నతి కోసమని ముఖ్యమంత్రి అన్నారు. మహిళా సంఘాలు తయారు చేసే ఉత్పత్తులు స్వయం బ్రాండ్‌తో మార్కెటింగ్ చేసేలా దృష్టి పెట్టాలని అన్నారు. ఇరాన్ సహా ఇతర ప్రాంతాల్లో జరుగుతున్న యుద్ధ ప్రభావాలు మనపై కూడా పరోక్షంగా పడుతోందని ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. ప్రవాసాంధ్రులు వేర్వేరు దేశాల్లో విస్తరించి ఉన్నారని అన్నారు. కొన్ని ఉత్పత్తుల ధరలు పెరుగుతుంటే, గుడ్లు, అరటి పండు లాంటి ఉత్పత్తుల ధరలు పడిపోతున్నాయని అన్నారు. ప్రత్యామ్నాయ మార్కెట్లకు మన ఉత్పత్తులు చేరుకోవాలని అన్నారు.అధికారులు, ప్రభుత్వం, ప్రజల మధ్య స్పష్టత సమన్వయం లేకుంటే అనుకున్న ఫలితాలు రావని సీఎం చంద్రబాబు నాయుడు అన్నారు. సచివాలయంలో నిర్వహించిన కలెక్టర్ల కాన్ఫరెన్స్ లో ఆయన ఈ వ్యాఖ్యలు చేశారు.ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రంలో గత 20 నెలల కాలంలో సమష్టి కృషితో ఒక నూతన రాజకీయ, పాలనా సంస్కృతికి శ్రీకారం చుట్టామని పేర్కొన్నారు. అభివృద్ధి-సంక్షేమమే ధ్యేయంగా తమ ప్రభుత్వం ముందుకు సాగుతోందని స్పష్టం చేశారు. మార్చి 13న అన్నదాత సుఖీభవ నిధులను విడుదల చేస్తామని తెలిపారు. ప్రతినెలా సంక్షేమ పథకాలపై సంక్షేమ క్యాలెండర్ ను విడుదల చేస్తామన్నారు. జులైలో వెలిగొండ ప్రాజెక్టును ప్రారంభిస్తామని, 2027లో పోలవరాన్ని జాతికి అంకితమిస్తామని చంద్రబాబు ప్రకటించారు. అలాగే వచ్చే ఏడాది మార్చినాటికి రాష్ట్రంలో ఎక్కడా భూ వివాదాలు లేకుండా చేస్తామన్నారు. ఏ కారణం చేతనైనా ప్రజల ప్రాణాలకు ఇబ్బందులు కలిగితే సహించబోమని స్పష్టం చేశారు.ఇటీవల రాష్ట్రంలో కలకలం రేపిన శ్రీకాకుళం డయేరియా, రాజమండ్రి కల్తీపాలు, వేట్లపాలెం బాణసంచా ఘటనలు తనను తీవ్రంగా కలచివేశాయన్నారు. అధికారుల ఉదాసీనత, పర్యవేక్షణ లోపంతోనే ఈ ఘటనలు జరిగాయన్న సీఎం.. ఇకపై ఇలాంటి ఘటనలు పునరావృతం కాకుండా అధికారులు క్షేత్రస్థాయిలో పర్యటించాలని సూచించారు. 4 నెలల్లో 4 రోజులు సీనియర్ ఐఏఎస్ అధికారులంతా గ్రామాలకు వెళ్లి పర్యటించాలని ఆదేశించారు.

విజన్ 2047 దిశగా అడుగులు

ఒకప్పుడు తాను 'విజన్ 2020'ని ప్రకటించినప్పుడు విమర్శించిన వారు సైతం, నేడు ఆ లక్ష్యాలు సాధ్యమవడాన్ని చూసి 'విజన్ 2047' వైపు అడుగులు వేస్తున్నారని ముఖ్యమంత్రి గుర్తు చేశారు. మనం తీసుకునే కొన్ని నిర్ణయాలు దీర్ఘకాలంలో అద్భుతమైన ఫలితాలను ఇస్తాయని, అందుకే అభివృద్ధి సాధించడానికి ఉన్న అన్ని అవకాశాలను అందిపుచ్చుకోవాలని ఆయన పిలుపునిచ్చారు. ఉదాసీనతకు తావులేకుండా, ఎప్పటికప్పుడు సమీక్షించుకుంటూ ముందుకు వెళ్లాలని అధికారులను ఆదేశించారు.

సూపర్ సిక్స్ – సూపర్ హిట్

గత 20 నెలల్లో తమ ప్రభుత్వం ప్రకటించిన సూపర్ సిక్స్ హామీలను అత్యంత పారదర్శకతతో అమలు చేసి, వాటిని సూపర్ హిట్ చేశామని సీఎం ప్రకటించారు. వీటితో పాటు మరిన్ని సంక్షేమ కార్యక్రమాలను సమర్థవంతంగా ప్రజల్లోకి తీసుకెళ్తున్నామని తెలిపారు. ఈ ఏడాది లక్ష్యాలను చేరుకోవడానికి 15 పాయింట్లతో కూడిన కొత్త ప్రణాళికను ముఖ్యమంత్రి ఈ సందర్భంగా ఆవిష్కరించారు.ముఖ్యమంత్రి తన ప్రసంగంలో వ్యవసాయ, గృహ నిర్మాణ రంగాలపై కీలక ప్రకటనలు చేశారు. రైతుల సంక్షేమం కోసం ఉద్దేశించిన 'అన్నదాత సుఖీభవ' పథకాన్ని ఉగాది కానుకగా ప్రారంభించబోతున్నట్లు ప్రకటించారు. ఉగాది పర్వదినం నాడే రాష్ట్రవ్యాప్తంగా 2 లక్షల 50 వేల ఇళ్ల గృహప్రవేశాల కార్యక్రమాన్ని భారీ ఎత్తున నిర్వహించనున్నట్లు తెలిపారు. రైతు సమస్యల పరిష్కారం కోసం ప్రారంభించిన ఈ కార్యక్రమాన్ని మరింత ఉధృతంగా ముందుకు తీసుకెళ్లాలని సూచించారు.గతంలో భారంగా మారిన విద్యుత్ రంగాన్ని సంస్కరించామని, ట్రూఅప్ నుంచి ట్రూడౌన్ దిశగా మార్పులు తీసుకువచ్చి విజయం సాధించామని చంద్రబాబు తెలిపారు. మైక్రో గ్రిడ్లను బలోపేతం చేయడం ద్వారా ప్రజలపై విద్యుత్ భారాన్ని మరింత తగ్గించడమే తమ లక్ష్యమని పేర్కొన్నారు."ప్రతి కుటుంబం నుంచి ఒక పారిశ్రామికవేత్త రావాలి" అనే సరికొత్త లక్ష్యంతో ప్రభుత్వం పనిచేస్తోందని సీఎం అన్నారు. ఇందులో భాగంగానే 'రతన్ టాటా ఇన్నోవేషన్ హబ్' ఏర్పాటు చేశామని, కొత్త ఆలోచనలతో వచ్చే యువతను ప్రోత్సహిస్తామని తెలిపారు. ఆర్థిక అసమానతలు తొలగిపోయి, సామాన్యుడి జీవన ప్రమాణాలు పెరిగే వరకు సంక్షేమ పథకాలు కొనసాగుతాయని ఆయన స్పష్టం చేశారు.

చంద్రబాబు పాలనలో రాష్ట్రంలో ఆర్థిక విధ్వంసం

రాష్ట్ర ఆదాయం, ఖర్చుల మధ్య వ్యత్యాసాన్ని జగన్ లెక్కలతో సహా వివరించారు. వైసీపీ హయాంలో 2023-24లో రాబడులు రూ. 1,70,767 కోట్లు ఉండగా, చంద్రబాబు వచ్చాక తొలి ఏడాది అది రూ.1,68,024 కోట్లకు పడిపోయిందన్నారు. చంద్రబాబు హయాంలో రెవిన్యూ లోటు 56 శాతం, ద్రవ్య లోటు 30 శాతం పెరిగిందని పేర్కొన్నారు. రెవిన్యూ లోటు ఏకంగా రూ. 60,285 కోట్లకు చేరిందన్నారు. చంద్రబాబు రెండేళ్లలోనే రూ.3.2 లక్షల కోట్లు అప్పులు తెచ్చారని దుయ్యబట్టారు. వైఎస్సార్‌సీపీ ఐదేళ్ల పాలనలో చేసిన మొత్తం అప్పు రూ.3.31 లక్షలతో పోలిస్తే, వీరు కేవలం రెండేళ్లలోనే దాదాపు అంతే అప్పు చేశారని మండిపడ్డారు.ప్రభుత్వం అసెంబ్లీలో చెప్పే అప్పుల లెక్కలకు, కాగ్ రిపోర్టుకు మధ్య రూ. 20 వేల కోట్ల వ్యత్యాసం ఉందని జగన్ ఆరోపించారు. బడ్జెట్ అప్పులు రూ. 60,485 కోట్లు అని ప్రభుత్వం చెబితే, కాగ్ మాత్రం రూ. 81,071 కోట్లు అని తేల్చిందని, వాస్తవాలను దాచిపెడుతున్నారని విమర్శించారు. బడ్జెట్ వెలుపల చేసిన అప్పుల వివరాలను అడిగినా ప్రభుత్వం సమాధానం చెప్పలేదన్నారు. సభను తప్పుదోవ పట్టించిన అధికారులపై డీవోపీటీకి ఫిర్యాదు చేస్తామని హెచ్చరించారు.'ఇసుక, మట్టి, భూములు, లిక్కర్.. దేన్నీ వదలడం లేదు. అన్నింటా దోపిడీయే" అని జగన్ కూటమి పాలనపై ధ్వజమెత్తారు. విశాఖపట్నంలో రూ.5 వేల కోట్ల విలువైన 54 ఎకరాల ప్రభుత్వ భూమిని చంద్రబాబు బంధువు ఆక్రమించుకుంటున్నా ప్రభుత్వం చోద్యం చూస్తోందని ఆరోపించారు. ఈ దోపిడీ వల్లనే ప్రభుత్వానికి రావాల్సిన రాబడులు రావడం లేదన్నారు.ప్రజలకు ఇచ్చిన హామీలను నెరవేర్చడంలో కూడా ప్రభుత్వం విఫలమైందని జగన్ దుయ్యబట్టారు. తమ హయాంలో 66.34 లక్షల మందికి పెన్షన్లు ఇస్తే, ప్రస్తుతం ఆ సంఖ్యను 60.69 లక్షలకు తగ్గించారని, కేవలం ఒక్క నెలలోనే 25 వేల పెన్షన్లు కట్ చేశారని ఆరోపించారు. అమ్మ ఒడి స్థానంలో తెచ్చిన ఈ పథకంలో 20 లక్షల మంది పిల్లల పేర్లను తొలగించారని మండిపడ్డారు. ప్రతి నిరుద్యోగికి రూ.1.08 లక్షల బకాయి పడ్డారని, దీనిపై అసెంబ్లీలో ప్రస్తావన లేదని విమర్శించారు. ఆడబిడ్డ నిధి (రూ. 1500), ఉచిత బస్సు ప్రయాణం, రైతు భరోసా వంటి హామీలకు బడ్జెట్‌లో సరైన కేటాయింపులు లేవన్నారు. రైతు సంక్షేమాన్ని ఈ ప్రభుత్వం గాలికొదిలేసిందని జగన్ విమర్శించారు. మొదటి ఏడాది ఇవ్వాల్సిన అన్నదాత సుఖీభవ డబ్బులను ఎగ్గొట్టారని, కౌలు రైతులకు ఒక్క రూపాయి ఇవ్వడం లేదని తెలిపారు. మిర్చి, శనగ, మొక్కజొన్న, అరటి పంటల ధరలు దారుణంగా పడిపోయినా ప్రభుత్వం పట్టించుకోవడం లేదన్నారు. మొక్కజొన్న రైతులు రూ.3,500 కోట్లు నష్టపోతున్నారని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. మొంథా తుపాను ఇన్‌పుట్ సబ్సిడీ కానీ, ఆత్మహత్య చేసుకున్న రైతు కుటుంబాలకు పరిహారం కానీ ఇప్పటివరకు అందలేదన్నారు. 16 రోజుల అసెంబ్లీ సమావేశాల వల్ల ప్రజలకు ఒరిగింది శూన్యమని ఆయన స్పష్టం చేశారు.ఏపీలో ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నేతృత్వంలోని కూటమి ప్రభుత్వం ఆర్థిక వ్యవస్థను కుప్పకూల్చిందని వైసీపీ అధినేత జగన్ మండిపడ్డారు. తాడేపల్లిలోని పార్టీ కేంద్ర కార్యాలయంలో ఈరోజు నిర్వహించిన మీడియా సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడుతూ, బడ్జెట్ గణాంకాల నుంచి అవినీతి వరకు పలు అంశాలపై గణంకాలతో సహా విమర్శలు గుప్పించారు. పరిపాలనాదక్షుడిగా బిల్డప్ ఇస్తున్న చంద్రబాబు, వాస్తవానికి రాష్ట్రాన్ని అప్పుల ఊబిలోకి నెట్టారని దుయ్యబట్టారు. కూటమి ప్రభుత్వం ప్రవేశపెట్టిన బడ్జెట్‌లో అన్నీ మోసపూరిత అంకెలే ఉన్నాయని జగన్ ఆరోపించారు. కాగ్ నివేదికను ఉదహరిస్తూ.. ప్రభుత్వం చూపిస్తున్న లెక్కలకు, వాస్తవాలకు పొంతన లేదని విమర్శించారు. "మేము ఐదేళ్లలో చేసిన అప్పుల కంటే చంద్రబాబు రెండేళ్లలోనే ఎక్కువ అప్పులు చేశారు" అని జగన్ ఫైర్ అయ్యారు. వైసీపీ హయాంలో కోవిడ్ కష్టాల్లో కూడా ఎన్బీసీ (నెట్ బారోయింగ్ సీలింగ్) పరిమితిని దాటలేదని, కానీ చంద్రబాబు అధికారంలోకి రాగానే నెట్ బారోయింగ్ సీలింగ్ దాటి విచ్చలవిడిగా అప్పులు చేస్తున్నారని ఆరోపించారు. కూటమి ప్రభుత్వం ఇప్పటికే రూ. 3.31 లక్షల కోట్ల అప్పులు దాటేసిందని, జీఎస్‌డీపీ లో అప్పుల శాతం 5.089కి పెరిగిందని గణాంకాలు వివరించారు.రాష్ట్రానికి రావాల్సిన ఆదాయం పడిపోవడానికి 'దోచుకో.. పంచుకో.. తినుకో..' అనే విధానమే కారణమని జగన్ విమర్శించారు. లిక్కర్ మాఫియా నుంచి భూములు కట్టబెట్టడం వరకు అన్నింటా అవినీతి జరుగుతోందని ఆరోపించారు.

పాడి ఉత్పత్తులు ఇతర రాష్ట్రాల్లో విక్రయించవచ్చు

విజయ డెయిరీ వివాదంపై ఆయన స్పందించారు. ఈ మేరకు ట్వీట్ చేశారు.తెలంగాణ విజయ డెయిరీ చైర్మన్ గుత్తా అమిత్ రెడ్డి చేసిన ఆరోపణలపై లోకేశ్ మాట్లాడారు. తమరు చేసిన ఆరోపణలపై తాము సమీక్షిస్తున్నామని తెలిపారు. విజయ డెయిరీ పాలు శ్యాంపిల్స్‌ను తీసుకుని ఏపీడీడీసీఎఫ్ నాణ్యత పరీక్షలను నిర్వహిస్తోందని తెలిపారు. సీఏఎల్ఎఫ్-ఎన్డీడీబీ పరీక్ష నివేదికలనూ పరిశీలిస్తామని చెప్పారు. ప్రస్తుతం మార్కెట్‌లో ర్యాండమ్‌గా శాంపిల్స్ సేకరిస్తున్నారని పేర్కొన్నారు. వన్ నేషన్, వన్ మార్కెట్ అనేది మోదీ నినాదమని, పాడి ఉత్పత్తులు ఇతర రాష్ట్రాల్లో కూడా విక్రయించవచ్చని తెలిపారు. నాణ్యత, వినియోగదారుల ఆరోగ్యానికి తమ ప్రభుత్వం అత్యంత ప్రాధాన్యత ఇస్తుందని మంత్రి నారా లోకేశ్ వెల్లడించారు.ఏపీ విజయ డెయిరీ పేరుతో మేఘన అనే సంస్థ కల్తీ పాలు అమ్ముతోందని గుత్తా అమిత్ రెడ్డి అన్నారు. రాష్ట్ర విభజన తర్వాత ఏపీ, తెలంగాణ విజయ డెయిరీ పేరుతో పాడి ఉత్పత్తులు విక్రయాలు జరుగుతున్నాయని తెలిపారు. అయితే తెలంగాణ విజయ డెయిరీ పాల ప్యాకెట్‌ను కొద్ది మార్పు చేసి ఏపీలో విక్రయిస్తున్నారు. తద్వారా తెలంగాణ విజయ డెయిరీకి పేరు చెడిపోతోందని గుత్తా అమిత్ రెడ్డి తెలిపారు. అలాగే ఈ విషయంలో ఏపీ ప్రభుత్వానికి కూడా తాను విజ్ఞప్తి చేసింది. వైఎస్ జగన్ హయాంలో ఏపీ విజయ డెయిరీ అనుతులు తీసుకుని గుజరాత్‌లో పాడి ఉత్పత్తులు తయారు చేసి ఏపీలో అమ్ముతున్నారని అమిత్ రెడ్డి తెలిపారు. అయితే అమిత్ రెడ్డి చేసిన ఈ వ్యాఖ్యలపై మంత్రి లోకేశ్ స్పందించి సమాధానం ఇచ్చారు.వైసీపీ నాయకత్వంపై ఏపీ మంత్రి నారా లోకేశ్ తీవ్రస్థాయిలో ధ్వజమెత్తారు. ఆలయాలపై దాడులు అంటూ అసత్య ప్రచారం చేస్తున్నారని మండిపడ్డారు. ఈ మేరకు ఏపీ ప్రభుత్వ ఫ్యాక్ట్ చెక్ ను సోషల్ మీడియాలో పంచుకున్నారు. రాష్ట్రంలో హిందూ దేవాలయాల విధ్వంసం జరుగుతున్నట్లు వైసీపీ ఫేక్ ముఠా ప్రచారం చేస్తోంది... ఇందులో ఎలాంటి వాస్తవం లేదు... వీటిని నమ్మొద్దు... ప్రజల మధ్య కులం, మతం, ప్రాంతం పేరుతో అలజడి రేపేందుకు యత్నిస్తున్నారు అంటూ ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు."అనంతపురం జిల్లా గుంతకల్లు మండలం కసాపురంలోని శ్రీ నెట్టికంటి ఆంజనేయస్వామి దేవాలయ పునర్నిర్మాణం సందర్భంగా తీసిన వీడియోలతో ఫేక్ ప్రచారం చేస్తున్నారు. దేవాలయ గర్భాలయం, విమానగోపురం, అర్థ మండపం రాతి నిర్మాణపు పనులు 60 శాతం పూర్తయ్యాయి. దేవస్థానం వైదిక కమిటీ సభ్యుల తీర్మానం ప్రకారం, ఆగమ సలహాదారుల సూచనల మేరకు ఫిబ్రవరి 28న శాస్త్రోక్తంగా పాత ఆలయాన్ని తొలగించారు. ఫేక్ ప్రచారం చేస్తున్న వైసీపీ పేటియం బ్యాచ్ తగిన మూల్యం చెల్లించుకోవాల్సి ఉంటుంది. ఈ విషయంలో రాష్ట్ర ప్రజలు నిజానిజాలు తెలుసుకోవాలని విజ్ఞప్తి చేస్తున్నాను" అంటూ నారా లోకేశ్ ట్వీట్ చేశారు. ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు.

ఏపీ పర్యాటక రంగంలో సరికొత్త శకం..ఏఐ హబ్‌గా ఆంధ్రప్రదేశ్

కీలక చర్చులుఏపీ వారసత్వ సంపదకు డిజిటల్ సొబగులు..పర్యాటక రంగంలో సాంకేతిక విప్లవం తెస్తూ దేవాలయాలు, వారసత్వ కట్టడాల వద్ద పర్యాటకులకు అద్భుతమైన 'డిజిటల్ ఇమ్మర్సివ్' అనుభూతులు కల్పిస్తామని వెల్లడి'క్రియేటర్ ఎకానమీ'లో ఏపీ యువతకు గ్లోబల్ ప్లాట్‌ఫామ్..కళాకారులు, క్రియేటర్లకు బంపర్ ఆఫర్..పర్యాటక రంగంలో సరికొత్త ఉపాధి మార్గాలు కల్పిస్తామని పేర్కొన్న మంత్రి దుర్గేష్‌ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబునాయుడు విజన్, పర్యాటక మంత్రి కందుల దుర్గేష్ కార్యాచరణ వెరసి గ్లోబల్ లీడర్‌గా ఏపీ టూరిజం ఎదిగేందుకు క్రమక్రమంగా అడుగులు పడుతున్నాయి.. ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రాన్ని ఆర్టిఫిషియల్ ఇంటెలిజెన్స్ వంటి అత్యాధునిక సాంకేతిక పరిజ్ఞానాలకు అంతర్జాతీయ కేంద్రంగా తీర్చిదిద్దాలన్న ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు ఆశయాలకు అనుగుణంగా పర్యాటక శాఖ అడుగులు వేస్తోంది. ముంబయి పర్యటనలో ఉన్న రాష్ట్ర పర్యాటక, సాంస్కృతిక, సినిమాటోగ్రఫీ శాఖ మంత్రి కందుల దుర్గేష్ రెండో రోజు బాంబే ఎగ్జిబిషన్ సెంటర్ లో జరుగుతున్న 24వ ఇండియన్ అసోసియేషన్ ఆఫ్ అమ్యూజ్‌మెంట్ పార్క్స్ అండ్ ఇండస్ట్రీస్ ఎక్స్‌పోలో'ఏరోస్ ఇన్నోవేషన్' ఉన్నత స్థాయి ప్రతినిధుల బృందంతో ఫలప్రదమైన సమావేశాన్ని నిర్వహించారు. భారతీయ సంస్కృతి, పురాణాలు, భాషలు, కథా సంప్రదాయాలను లోతుగా అర్థం చేసుకునేలా రూపొందించిన ఏరోస్ ఇన్నోవేషన్ యొక్క 'లార్జ్ కల్చరల్ మోడల్స్' ద్వారా ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో ప్రపంచంలోనే మొదటి 'కల్చరల్ ఏఐ' పర్యాటక వ్యవస్థను అభివృద్ధి చేసే అంశంపై మంత్రి కందుల దుర్గేష్ సుదీర్ఘంగా చర్చించారు. ఈ అత్యాధునిక సాంకేతికత ద్వారా మన రాష్ట్ర సంస్కృతిని ప్రపంచవ్యాప్తం చేయవచ్చని ఆయన ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు.ఈ సందర్భంగా మంత్రి కందుల దుర్గేష్ మాట్లాడుతూ.. "ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు, ఉప ముఖ్యమంత్రి పవన్ కళ్యాణ్ ల మార్గదర్శకత్వంలో రాష్ట్రంలోని పురాతన దేవాలయాలు, చారిత్రక వారసత్వ కట్టడాలు, గొప్ప సాంస్కృతిక గాథల చుట్టూ పర్యాటకులకు అద్భుతమైన 'ఇమ్మర్సివ్ డిజిటల్ జర్నీ' అనుభూతులను అందిం చడమే ఈ చొరవ ప్రధాన ఉద్దేశ్యం. తద్వారా అభివృద్ధి చెందుతున్న 'క్రియేటర్ ఎకానమీ' (సృజనాత్మక ఆర్థిక వ్యవస్థ), విస్తృతమైన 'ఆరెంజ్ ఎకానమీ'లో ఆంధ్రప్రదేశ్ యువత కీలక పాత్ర పోషించి ఆర్థికంగా ఎదిగే అవకాశం ఉంటుందని స్పష్టం చేశారు. సాంకేతికత, సంస్కృతి, పర్యాటక రంగాలను అనుసంధానం చేస్తూ కొత్త ఆర్థిక అవకాశాలను సృష్టించే దిశగా ఏరోస్ ఇన్నోవేషన్ మరియు ఏపీ పర్యాటక శాఖ కలిసి పనిచేయాలని ఈ సమావేశంలో నిర్ణయించారు.

నిరుపయోగంగా పర్యాటక శాఖ బస్సులను ఉంచొద్దు

తెలంగాణ పర్యాటక అభివృద్ధి సంస్థ (టీజీటీడీసీ) కార్యాలయంలో సంస్థ చైర్మన్ పటేల్ రమేష్ రెడ్డి, మేనేజింగ్ డైరెక్టర్ క్రాంతి వల్లూరి, ఇతర ఉన్నతాధికారులతో ఆయన సుదీర్ఘ సమీక్ష నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా పర్యాటక ప్రాంతాల అభివృద్ధి, మౌలిక సదుపాయాల మెరుగుదల, పర్యాటక ఆస్తుల వినియోగం, ప్రాచుర్యం, ప్రచారం, ఆదాయ మార్గాలు, హరిత హోటళ్ల నిర్వహణ, పెండింగ్ పనులపై అధికారులకు దిశానిర్దేశం చేశారు. ప్రధాన పర్యాటక ప్రాంతాల్లో సూచిక బోర్డులు, ఫుడ్ కోర్టులు, టూరిజం సమాచార కేంద్రాలు వంటి ప్రాథమిక సౌకర్యాల స్థితిగతులపై మంత్రి సమీక్షించారు. బోటింగ్ సౌకర్యాలు, కాటేజీలు, వ్యూ పాయింట్లు, హరితహోటళ్ల నిర్వహణను మరింత మెరుగుపరచాలని అధికారులకు సూచించారు. పర్యాటక రంగ అభివృద్ధి, బ్రాండింగ్, ప్రమోషన్, ప్రచారం వంటి అంశాలపై ప్రత్యేక దృష్టి పెట్టాలని సూచించారు.పర్యాటక ప్రచారంపై ఆయా రాష్ట్రాలు అవలంభిస్తున్న విధానాలను అధ్యయనం చేసి వాటికి ధీటుగా మన పర్యాటక ప్రాంతాలకు ప్రచారం కల్పించాలని అన్నారు. రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా ఉన్న ప్రముఖ పర్యాటక ప్రదేశాలకు పర్యాటకులు సులభంగా చేరుకునేలా సూచిక బోర్డులను ఏర్పాటు చేయాలని, సాధ్యమైనంత త్వరగా వీటిని పూర్తి చేయాలన్నారు. కేవలం దారి చూపడమే కాకుండా, ఆయా ప్రాంతాల చరిత్ర, ప్రాధాన్యతను బోర్డులపై క్లుప్తంగా వివరించాలని తెలిపారు. రాష్ట్ర సంస్కృతి, సంప్రదాయాలను కాపాడటంతో పాటు, కళాకారులను ప్రోత్సహించేందుకు పర్యాటక కేంద్రాల్లో ప్రత్యేక కార్యక్రమాలు చేపట్టాలి. కళాకారులకు తగిన గుర్తింపు, ఆర్థిక చేయూత అందించే దిశగా చర్యలు ఉండాలని, ప్రసిద్ధ ప్రదేశాల్లో హంపి థియేటర్లు నిర్మించాలని మంత్రి జూపల్లి పేర్కొన్నారు.పర్యాటక శాఖ ఆధ్వర్యంలో ఆయా రూట్లలో నడుస్తున్న బస్సుల వివరాలను, ఆదాయంపై మంత్రి ఆరా తీశారు. తిరుమల శ్రీవారి దర్శనం కోసం పర్యాటక ప్యాకేజీలను ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం రద్దు చేయడంతో గణనీయంగా ఆదాయం తగ్గిందని మంత్రికి అధికారులు సర్ది చెప్పే ప్రయత్నం చెప్పగా మంత్రి అధికారులపై ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. కోట్లాది రూపాయలు ఖర్చు పెట్టి బస్సులను కొనుగోలు చేశామని, వాటిని నిరుపయోగంగా ఉంచడం వల్ల ఆదాయం కోల్పోవాల్సి వస్తుందని, స్పెషల్ ప్యాకేజీలు, ఇతర ప్రత్యామ్నాయ మార్గాలను అన్వేషించి, ఆదాయాన్ని పెంచుకోవాలని సూచించారు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం, కేంద్ర ప్రాయోజిత పథకాల ద్వారా చేపట్టిన సుమారు 84 పనుల పురోగతిపై ప్రాజెక్ట్ ల వారీగా సమీక్ష నిర్వహించారు. ఆధునిక పర్యాటక రంగంలో అమ్యూజ్‌మెంట్, థీమ్ పార్కులు కీలకమైన స్తంభాలుగా ఎదిగిన నేపథ్యంలో కుటుంబాలు వినూత్న అనుభూతుల కోసం, యువత సాహస క్రీడల కోసం , సామాన్య పర్యాటకులు కొత్తదనం కోసం ఎదురుచూస్తున్నారని పేర్కొంటూ అమ్యూజ్‌మెంట్ రంగంలోని జాతీ య, అంతర్జాతీయ ఇన్వెస్టర్లను ఉద్దేశించి ప్రసంగించారు. స్థాని క ఆర్థిక వ్యవస్థను బలోపేతం చేయడం, వేలాది ఉద్యోగాలను సృష్టిం చడం తద్వారా సమాజ జీవన ప్రమాణాలను పెంపొందించడమే లక్ష్యంగా కూటమి ప్రభుత్వం పర్యాటక రంగంలో ఇన్వెస్టర్లకు అందిస్తున్న రాయితీలను తెలుపుతూ ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో పెట్టుబడులకు ఉన్న అపారమైన అవకాశాలను వివరించారు.

హెచ్‌పీవీ వ్యాక్సినేషన్ వేగవంతం చేయాలి

- హోళగుంద మండలంలో డీఎంహెచ్‌ఓ పర్యవేక్షణ

- బాలికలకు ఉచితంగా హెచ్‌పీవీ టీకా అందిస్తున్న ప్రభుత్వం

హోళగుంద, మార్చి 11 (స్ఫూర్తి పత్రిక): మహిళల్లో గర్భాశయ ముఖద్వారా క్యాన్సర్‌ను నివారించేందుకు ప్రభుత్వం చేపట్టిన హెచ్‌పీవీ (హ్యూమన్ పాపిలోమా వైరస్) వ్యాక్సినేషన్ కార్యక్రమాన్ని వేగవంతం చేయాలని జిల్లా వైద్య ఆరోగ్య శాఖాధికారి ఎల్. భాస్కర్, డిప్యూటీ డీఎంహెచ్‌ఓ సత్యవతి మండల వైద్యాధికారులను ఆదేశించారు.బుధవారం హోళగుంద ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రంతో పాటు మండల పరిధిలోని గజ్జహళ్లి ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రాన్ని వారు సందర్శించి వ్యాక్సినేషన్ కార్యక్రమాన్ని పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా వైద్య సిబ్బందితో సమావేశమై వ్యాక్సిన్ పంపిణీ విధానం, నమోదు ప్రక్రియ మరియు అవగాహన కార్యక్రమాలపై వివరాలు తెలుసుకున్నారు.ఈ సందర్భంగా అధికారులు మాట్లాడుతూ మహిళల్లో గర్భాశయ క్యాన్సర్‌ను నివారించేందుకు దేశవ్యాప్తంగా ప్రభుత్వం హెచ్‌పీవీ వ్యాక్సినేషన్ కార్యక్రమాన్ని అమలు చేస్తున్నట్లు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో భాగంగా 14 సంవత్సరాలు పూర్తి చేసిన బాలికలకు హెచ్‌పీవీ టీకాను ప్రభుత్వం ఉచితంగా అందిస్తున్నట్లు పేర్కొన్నారు.ఈ టీకా గర్భాశయ క్యాన్సర్‌కు కారణమయ్యే ప్రధాన వైరస్‌ల నుంచి రక్షణ కల్పిస్తుందని తెలిపారు. ఒక్క డోసు వ్యాక్సిన్ అందించడం ద్వారా బాలికలకు దీర్ఘకాలిక రక్షణ లభిస్తుందని వివరించారు. ఈ నేపథ్యంలో అర్హులైన ప్రతి బాలికకు తప్పకుండా టీకా అందేలా చర్యలు తీసుకోవాలని వైద్య సిబ్బందికి సూచించారు.అనంతరం హెచ్‌పీవీ వ్యాక్సినేషన్ ప్రాముఖ్యతపై బాలికలకు, తల్లిదండ్రులకు అవగాహన కల్పించారు. వ్యాక్సిన్‌పై ఉన్న అపోహలను తొలగిస్తూ ఆరోగ్య పరిరక్షణలో టీకా ఎంత ముఖ్యమో వివరించారు.హోళగుంద, గజ్జహళ్లి ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రాల పరిధిలో ఇప్పటివరకు 32 మంది బాలికలకు హెచ్‌పీవీ వ్యాక్సిన్ అందించినట్లు వైద్యాధికారులు తెలిపారు. అర్హులైన మరిన్ని బాలికలకు టీకాలు అందించేందుకు ప్రత్యేక చర్యలు తీసుకుంటున్నట్లు పేర్కొన్నారు.ఈ కార్యక్రమంలో హోళగుంద పీహెచ్సీ వైద్యురాలు బిందు మాధవి, గజ్జహళ్లి పీహెచ్సీ వైద్యుడు న్యూటన్, స్టాఫ్ నర్స్ రత్నమ్మ మరియు వైద్య సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

శీర్షిక: ప్రకృతి గర్భగుడి

మన హృదయం ప్రకృతి గర్భగుడిగా మారిన వేళ,
వర్షపు చినుకులు అభిషేకాలై జలజలా కురిశాయి.
గాలుల సున్నిత నాదం మంత్రోచ్ఛారణై పలికిన వేళ,
పక్షుల గానధారలు ఘంటానాదాలై మార్మోగాయి.
భూమి ఒడిలో మొలిచిన ప్రతి పచ్చ మొగ్గ,
దైవసాన్నిధ్యపు మౌన ప్రతిమగా నిలిచింది.
సూర్యకిరణాలు హారతులై వెలుగులు చిందించగా,
చంద్రకాంతి కరుణా ప్రసాదంలా జాలువారింది.
కానీ మనిషి మనసులో మొలిచిన స్వార్థపు ముళ్లు
ఆ ప్రకృతి గర్భగుడిని గాయపరిచాయి.
అసూయ అనే అగ్నికణం ఎగసి పడిన వేళ
హృదయ పవిత్రత బూడిదగా మారింది.
అహంకారం అనే అంధకారం కమ్ముకున్నప్పుడు
ఆత్మదీపం మసకబారింది.
ద్వేషం అనే విషగాలి వీచిన క్షణంలో
జీవన వనమే వాడిపోయింది.
అడవులను నరికిన కత్తుల ధ్వని
మనిషి ఊపిరినే మూలం నుంచి కోసేసింది.
పక్షుల గానాలు నిశ్శబ్దంలో కలిసిపోతూ
ప్రకృతి ఆలయం శూన్యంగా మారింది.
మన హృదయం మళ్లీ పవిత్రమైతేనే
ప్రకృతి గర్భగుడి తిరిగి వెలుగుతుంది.
మన ప్రేమే హారతి, మన కరుణే పూజగా మారితే
ఈ భూమి మళ్లీ దైవాలయంగా వికసిస్తుంది.
పకృతిని కాపాడాలని కోరుకుంటూ...

శ్రీమతి మంజుల పత్తిపాటి (కవయిత్రి).
మాజీ ఆలేరు వ్యవసాయ మార్కెట్ కమిటీ డైరెక్టర్
యాదాద్రి భువనగిరి జిల్లా
తెలంగాణ రాష్ట్రం
చరవాణి 9347042218

బాల్య వివాహాలు చట్టరీత్యా నేరం

ఎస్సై దిలీప్ కుమార్ గురజాల

- ఆడపిల్లల భద్రత మనందరి బాధ్యత అని పిలుపు

- బాల్య వివాహాల దుష్పరిణామాలపై వివరణ

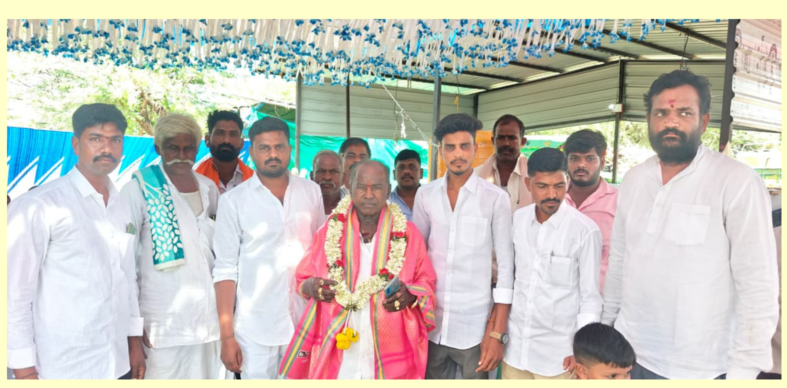
హోళగుంద, మార్చి 11 (స్ఫూర్తి పత్రిక): బాల్య వివాహాలు చేయడం చట్టరీత్యా నేరమని, అలాంటి ఘటనలను సమాజం మొత్తం కలిసి అరికట్టాల్సిన అవసరం ఉందని హోళగుంద ఎస్సై దిలీప్ కుమార్ గురజాల అన్నారు. హోళగుంద మండల పరిధిలోని ఎల్లార్తి గ్రామంలో ఎంవీ ఫౌండేషన్ ఆధ్వర్యంలో బాల్య వివాహాల నియంత్రణపై అవగాహన ర్యాలీ నిర్వహించారు.ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా హోళగుంద ఎస్సై దిలీప్ కుమార్ గురజాల హాజరయ్యారు. ర్యాలీ ద్వారా గ్రామ ప్రజలకు బాల్య వివాహాల వల్ల కలిగే సమస్యలపై అవగాహన కల్పించారు.ఈ సందర్భంగా ఎస్సై మాట్లాడుతూ బాల్య వివాహ నిషేధ చట్టం--2006 ప్రకారం అమ్మాయిలకు 18 సంవత్సరాలు, అబ్బాయిలకు 21 సంవత్సరాల వయస్సు పూర్తి కాకుండా వివాహం జరిపించడం నేరమని తెలిపారు. చట్టాన్ని అతిక్రమించి బాల్య వివాహాలను నిర్వహించిన తల్లిదండ్రులు, నిర్వాహకులు మరియు ప్రోత్సహించినవారు కూడా శిక్షార్హులవుతారని హెచ్చరించారు.బాల్య వివాహాల వల్ల చిన్న వయస్సులోనే కుటుంబ బాధ్యతలు మోసే పరిస్థితి ఏర్పడుతుందని, దాని వల్ల అనేక సామాజిక సమస్యలు తలెత్తే అవకాశముందని చెప్పారు. చిన్న వయసులో గర్భధారణలు ఎక్కువగా జరగడం, మాతృ మరణాలు మరియు శిశు మరణాలు పెరగడం వంటి సమస్యలు కూడా తలెత్తవచ్చని తెలిపారు.అదేవిధంగా బాల్య వివాహాలు బాలికల శారీరక, మానసిక ఆరోగ్యంపై ప్రతికూల ప్రభావం చూపుతాయని వివరించారు. ఆడపిల్లల భద్రత, విద్య మరియు భవిష్యత్తు కోసం బాల్య వివాహాలను పూర్తిగా అరికట్టాలని పిలుపునిచ్చారు.ఈ కార్యక్రమంలో ఎంవీ ఫౌండేషన్ మండల కోఆర్డినేటర్ సేవా నాయక్, క్లస్టర్ ఆర్గనైజర్లు భారతి, శేఖన్న, మల్లేశ్వరి, విజయ్, ఎల్లార్తి ఉన్నత పాఠశాల హెచ్ఎం మధుసూధన్, ఉపాధ్యాయులు వెంకటేష్, ధనుంజయ, కానిస్టేబుల్ సంజీవ్, నాయకులు ఎస్.కె. గిరి, అంగన్వాడీ టీచర్లు లేపాక్షి, ఇందిరమ్మ, ఆశా వర్కర్ మహేశ్వరి మరియు గ్రామ పెద్దలు పాల్గొన్నారు.

గ్రామాన్ని పరిశుభ్రంగా ఉంచడం ప్రతి ఒక్కరి బాధ్యత

- పెద్దహ్యాట గ్రామంలో చెత్త బుట్టల పంపిణీ
- తడి చెత్త, పొడి చెత్త వేర్వేరుగా వేయాలని సూచనలు
- పంచాయతీ కార్యదర్శి నాగరాజు, యువ నాయకుడు బి.కే. వీరేష్ పిలుపు
- గ్రామ పరిశుభ్రతకు ప్రజల సహకారం అవసరం

హోళగుంద, మార్చి 11 (స్ఫూర్తి పత్రిక): గ్రామంలోని ప్రతి ఒక్కరూ తమ పరిసరాలను పరిశుభ్రంగా ఉంచుకోవాలని, పరిశుభ్రమైన వాతావరణం ఆరోగ్యానికి ఎంతో అవసరమని పెద్దహ్యాట గ్రామ పంచాయతీ కార్యదర్శి నాగరాజు, టిడిపి యువ నాయకుడు బి.కే. వీరేష్ పేర్కొన్నారు.గ్రామంలో పరిశుభ్రతను ప్రోత్సహించేందుకు చెత్త సేకరణ బుట్టలను పంపిణీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా గ్రామస్తులకు తడి చెత్త, పొడి చెత్తలను వేర్వేరుగా వేయాలని సూచించారు. గ్రామంలో అందించిన చెత్త బుట్టల్లో చెత్తను వేసి, పంచాయతీ చెత్త సేకరణ వాహనానికి అప్పగించాలని తెలిపారు.పరిసరాలను పరిశుభ్రంగా ఉంచుకుంటే అనేక రకాల వ్యాధులను నివారించవచ్చని, గ్రామ పరిశుభ్రతలో ప్రతి ఒక్కరూ బాధ్యతగా పాల్గొనాలని సూచించారు. గ్రామపంచాయతీ చేపడుతున్న పరిశుభ్రత కార్యక్రమాలకు ప్రజలు సహకరించాలని కోరారు.ఈ సందర్భంగా దాదాపు 200 చెత్త బుట్టలను గ్రామ ప్రజలకు పంపిణీ చేసినట్లు తెలిపారు. పరిశుభ్రమైన గ్రామం నిర్మాణంలో ప్రజల భాగస్వామ్యం కీలకమని పేర్కొన్నారు.ఈ కార్యక్రమంలో గ్రామస్తులు రాము, కురువ అడివప్ప, కృష్ణ, ఎల్లప్ప, టిడిపి నాయకులు, కార్యకర్తలు మరియు గ్రామస్తులు పాల్గొన్నారు.

మాచానూరులో భక్తి శ్రద్ధల మధ్య ఊరి దేవర మహోత్సవ వేడుకలు



భక్తుల కోలాహలంతో ఆధ్యాత్మిక వేడుక

ముఖ్య అతిథులుగా హాజరైన వైకుంటం జ్యోతి గోవింద్ గౌడ్

(స్ఫూర్తి పత్రిక): మార్చి 11 : హొళగుంద : హాలహర్వి మండల పరిధిలోని మాచనూరు గ్రామంలో గ్రామ దేవత ఊరి దేవర మహోత్సవం భక్తి శ్రద్ధల మధ్య అత్యంత వైభవంగా జరిగింది. గ్రామ ప్రజల ఆహ్వానం మేరకు ఆలూరు నియోజకవర్గ తెలుగుదేశం పార్టీ ఇంచార్జి వైకుంతంజ్యోతి మరియు టీడీపీ మండల ప్రధాన కార్యదర్శి ఈబీజీ గోవింద్ గౌడ్ ముఖ్య అతిథులుగా హాజరై కార్యక్రమానికి ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలిచారు.ఈ సందర్భంగా ఆలయానికి విచ్చేసిన అతిథులకు గ్రామస్తులు ఘన స్వాగతం పలికారు. అనంతరం వైకుంతంజ్యోతి, గోవింద్ గౌడ్‌లు గ్రామ దేవతకు ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించి, గ్రామ ప్రజల శ్రేయస్సు కోసం ప్రార్థనలు చేశారు. ఆలయం ప్రాంగణంలో భక్తుల సందడి నెలకొని, సంప్రదాయ కార్యక్రమాలతో ఉత్సవం భక్తి పరవశంగా కొనసాగింది.ఈ సందర్భంగా వైకుంతంజ్యోతి మాట్లాడుతూ గ్రామ దేవత ఆశీస్సులతో ఆలూరు నియోజకవర్గ ప్రజలందరూ ఆయురారోగ్యాలతో, సుఖసంతోషాలతో జీవించాలని కోరుకున్నారు. గ్రామీణ సంప్రదాయాలను, ఆచారాలను కాపాడుకుంటూ ఇలాంటి ఉత్సవాలను నిర్వహించడం అభినందనీయమని తెలిపారు.ఉత్సవాల అనంతరం ఆమె గ్రామస్తులతో ఆప్యాయంగా మాట్లాడి వారి యోగక్షేమాలు అడిగి తెలుసుకున్నారు. గ్రామ సమస్యలను కూడా తెలుసుకుని పరిష్కారానికి కృషి చేస్తామని హామీ ఇచ్చారు.ఈ కార్యక్రమంలో టీడీపీ, బీజేపీ, జనసేన పార్టీల నాయకులు, కార్యకర్తలు మరియు గ్రామ ప్రజలు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు. గ్రామమంతా భక్తుల రద్దీతో కళకళలాడుతూ ఎటు చూసినా ఆధ్యాత్మిక శోభతో పండుగ వాతావరణం నెలకొంది.

చెర్లోపల్లి గ్రామంలో జరిగే ఆలయ ప్రతిష్ట కార్యక్రమానికి ఆహ్వానం

(స్ఫూర్తి పత్రిక):మార్చి 11 : క్రైమ్ నంద్యాల. : నంద్యాల జిల్లా బనగానపల్లె నియోజకవర్గం అవుకు మండలం చెర్లోపల్లి గ్రామంలో శ్రీ గణపతి ఉమా భోగ మల్లేశ్వర స్వామి శ్రీ లక్ష్మీ చెన్నకేశవ స్వామి శ్రీ సీతారామ లక్ష్మణ హనుమంత స్వామి నవగ్రహాలు మరియు ధ్వజస్తంభాల ప్రతిష్ట మహోత్సవం ఘనంగా నిర్వహించనున్నట్లు ఆలయ కమిటీ సభ్యులు తెలిపారు ఈ ప్రతిష్ట మహోత్సవ కార్యక్రమాలు మార్చి 31 నుండి ఏప్రిల్ రెండవ తేదీ వరకు మూడు రోజుల పాటు వైభవంగా జరగనున్నాయి ఈ సందర్భంగా టిడిపి సీనియర్ నాయకులు హైవే పక్కన రెడ్డి మరియు అవుకు మండలం తెలుగుదేశం పార్టీ మండల అధ్యక్షులు రుద్రశనారెడ్డి గారి ఆధ్వర్యంలో చెర్లోపల్లె గ్రామ పెద్దలు కలిసి డోంట్ డి.ఎస్.పి శ్రీనివాసులు గారిని మర్యాదపూర్వకంగా ఆహ్వానించారు. వీరి ఆహ్వానం మేరకు డోన్. డి.ఎస్.పి గారు ఈ కార్యక్రమానికి కచ్చితంగా వస్తామని తెలియజేశారని అవుట్ మండల టిడిపి మండల అధ్యక్షులు ఉగ్రసేనారెడ్డి గారు తెలియజేశారు ఈ కార్యక్రమంలో చెర్లోపల్లి గ్రామ తెలుగుదేశం పార్టీ నాయకులు మరియు కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు

హెచ్‌పీవీ వ్యాక్సిన్ కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభించిన ఎమ్మెల్యే కృష్ణారెడ్డి

కావలి(స్ఫూర్తి పత్రిక): మార్చి 11:క్యాన్సర్ మహమ్మారి నుంచి భవిష్యత్ తరాలను రక్షించడం ప్రతి ఒక్కరి బాధ్యత అని కావలి ఎమ్మెల్యే కావ్య క్రిష్ణారెడ్డి పేర్కొన్నారు.కావలి పట్టణంలోని రాజీవ్ నగర్ అర్బన్ హెల్త్ సెంటర్‌లో సర్వైకల్ క్యాన్సర్ నివారణకు సంబంధించిన హెచ్‌పీవీ వ్యాక్సిన్ కార్యక్రమాన్ని బుధవారం ఆయన ప్రారంభించారు.ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే కృష్ణారెడ్డి మాట్లాడుతూ 14 సంవత్సరాలు పూర్తి చేసి 15 సంవత్సరాలలోపు ఉన్న బాలికలకు మాత్రమే ఈ వ్యాక్సిన్ ఉచితంగా అందజేయబడుతుందని తెలిపారు.సర్వైకల్ క్యాన్సర్ నివారణ కోసం ఒక్కొక్క వ్యాక్సిన్‌పై రాష్ట్ర ప్రభుత్వం సుమారు రూ.4,000 వరకు ఖర్చు చేస్తోందని వెల్లడించారు.ప్రతి ఆడబిడ్డ భవిష్యత్తు సురక్షితంగా ఉండాలనే ఉద్దేశంతో ప్రభుత్వం ఈ కార్యక్రమాన్ని చేపట్టిందని పేర్కొన్నారు.ఇటీవలి కాలంలో జీవనశైలిలో మార్పులు కలుషిత ఆహారం,గాలి,నీరు,శరీర రోగనిరోధక శక్తి తగ్గుదల వంటి కారణాలతో కొత్త కొత్త వ్యాధులు పెరుగుతున్నాయని ఎమ్మెల్యే ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. ఒకప్పుడు అరుదుగా కనిపించిన హార్ట్ స్ట్రోక్‌లు,బ్రెయిన్ స్ట్రోక్‌లు, వైరల్ వ్యాధులు ఇప్పుడు సాధారణమయ్యాయని పేర్కొన్నారు.కరోనా వంటి మహమ్మారి ప్రపంచాన్ని అతలాకుతలం చేసిందని గుర్తు చేశారు.ప్రస్తుతం క్యాన్సర్ కేసులు కూడా పెరుగుతున్నాయని, ముఖ్యంగా మహిళల్లో సర్వైకల్ క్యాన్సర్ అధికంగా కనిపిస్తోందని అన్నారు.నోటి క్యాన్సర్,గొంతు క్యాన్సర్,రొమ్ము క్యాన్సర్,ప్రోస్టేట్ క్యాన్సర్ వంటి అనేక రకాల క్యాన్సర్లు వైద్యరంగంలో నమోదవుతున్నాయని వివరించారు.దాదాపు 500 రకాల క్యాన్సర్లు ఉన్నాయని వైద్యులు చెబుతున్నారని పేర్కొన్నారు. సర్వైకల్ క్యాన్సర్ ప్రధానంగా మహిళల గర్భాశయాన్ని ప్రభావితం చేస్తుందని, భవిష్యత్తులో తల్లితనానికి ఇబ్బందులు కలిగించే ప్రమాదం ఉందని తెలిపారు.ఆడబిడ్డల ఆరోగ్యం కాపాడడం సమాజ బాధ్యత అని చెప్పారు.ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ సూచనల మేరకు కేంద్ర,రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు ఈ వ్యాక్సిన్ కార్యక్రమాన్ని అమలు చేస్తున్నాయని వివరించారు. కావలి పట్టణంలోని అన్ని అర్బన్ హెల్త్ సెంటర్ లలో గ్రామీణ ప్రాంతాల ఆరోగ్య కేంద్రాలు, ఏరియా హాస్పిటల్స్,సీహెచ్సీల లో ఈ వ్యాక్సిన్ అందుబాటులో ఉందని తెలిపారు.అర్హత ఉన్న ప్రతి బాలిక తప్పనిసరిగా ఈ వ్యాక్సిన్ వేయించుకోవాలని పిలుపునిచ్చారు .తల్లిదండ్రులు మాత్రమే కాకుండా విద్యార్థులు కూడా ఆరోగ్యంపై అవగాహన పెంచుకోవాలని ఎమ్మెల్యే సూచించారు.పాఠ్యపుస్తకాలతో పాటు జీవన నైపుణ్యాలపై కూడా అవగాహన అవసరమని చెప్పారు.ఈ కార్యక్రమాన్ని యజ్ఞంలా తీసుకుని ప్రతి ఆడబిడ్డ భవిష్యత్తు రక్షణగా ఉండేలా చేయాలని కోరారు.ఈ సందర్భంగా రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ముఖ్యంగా ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడుకి ఎమ్మెల్యే ధన్యవాదాలు తెలిపారు.ఈ కార్యక్రమాన్ని కావలి నియోజకవర్గంలో విస్తృతంగా ప్రచారం చేసి ప్రతి అర్హత కలిగిన బాలిక వ్యాక్సిన్ పొందేలా తాను కృషి చేస్తానని హామీ ఇచ్చారు.ఈ కార్యక్రమంలో డిప్యూటీ డిఎంహెచ్‌ఓ బ్రిజిత,అర్బన్ సెంటర్ వైద్యులు డాక్టర్ వివి మేఘనాథ్ చౌదరి,టీడీపీ కావలి పట్టణ అధ్యక్షులు గుత్తికొండ కిషోర్ బాబు,పలువురు వైద్యాధికారులు ,ప్రజాప్రతినిధులు, స్థానిక టీడీపీ,జనసేన నాయకులు, బాలికలు,తల్లిదండ్రులు పాల్గొన్నారు.

క్యాన్సర్ మహమ్మారి నుంచి భవిష్యత్ తరాలను రక్షించడం ప్రతి ఒక్కరి బాధ్యత

నేడు వైయస్సార్సీపి పార్టీ ఆవిర్భావ దినోత్సవం

నాయకులు కార్యకర్తలు పాల్గొని విజయవంతం చేయాలి

వైఎస్ఆర్సీపీ మండల అధ్యక్షులు : అట్లా గోపాల్ రెడ్డి.

తుగ్గలి (స్ఫూర్తి పత్రిక): మార్చి 11 : ఉమ్మడి ఆంధ్ర ప్రదేశ్ రాష్ట్ర మాజీ ముఖ్యమంత్రివర్యులు స్వర్గీయ వైయస్ రాజశేఖర్ రెడ్డి తనయుడు, ఆంధ్ర ప్రదేశ్ రాష్ట్ర మాజీ ముఖ్యమంత్రి వైయస్ జగన్మోహన్ రెడ్డి వైయస్సార్సీపి పార్టీని స్థాపించి మార్చి 12 తేదీ నాటికి 15 సంవత్సరాలు పూర్తిచేసుకుని,16వ సంవత్సరంలోకి అడుగుపెడుతున్న సంద ర్భంగా గురువారం (తేదీ 12.03.2026) ఉదయం 9.30 గంటలకు తుగ్గలి లో మాజీ ఎమ్మెల్యే స్వర్గీయ తమ్మారెడ్డి నివాస గృహంలో పార్టీ ఆవిర్భావం దినోత్సవ వేడుకలను వైఎస్ఆర్సీపీ నాయకులు కార్యకర్తలు సమక్షంలో నిర్వహించడం జరుగుతున్న తరుణంలో వైఎస్ఆర్సీపీ పార్టీ ఆవిర్భావ దినోత్సవ వేడుకలకు మండలంలోని వైఎస్ఆర్సిపి పార్టీ నాయకులు,కార్యకర్తలు, సర్పంచులు,ఎంపీటీసీలు, ప్రజాప్రతినిధులు పాల్గొని కార్యక్రమాన్ని విజయవంతం చేయాలని తుగ్గలి మండల వైఎస్ఆర్సీపీ అధ్యక్షులు అట్లా గోపాల్ రెడ్డి తెలియజేశారు.

రక్తంలో షుగర్ వేగంగా పెరుగుతుందా అయితే వీటిని తినండి

రక్తంలో చక్కెర పెరుగుదల అనేది ఒక తీవ్రమైన ఆరోగ్య సమస్య. ఇది మధుమేహం వంటి అనేక తీవ్రమైన వ్యాధులకు కారణమవుతుంది. మీ రక్తంలో చక్కెర వేగంగా పెరుగుతుంటే సరైన ఆహారపు అలవాట్లు (Foods For Diabetics), ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలి ద్వారా దీనిని చాలా వరకు నియంత్రించవచ్చు.కొన్ని ఆహారాలు రక్తంలో చక్కెరను నియంత్రించడంలో సహాయపడతాయి. మీరు మీ బ్లడ్ షుగర్‌ని నియంత్రించుకోవాలనుకుంటే ఈ ఆర్టికల్ చదవాల్సిందే.పప్పులు- బీన్స్ పప్పులు- బీన్స్ లో ప్రోటీన్, ఫైబర్ పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఈ రెండు పోషకాలు రక్తంలో చక్కెరను నెమ్మదిగా పెంచడానికి అనుమతిస్తాయి. ఇది కాకుండా పప్పులు, బీన్స్ తక్కువ గ్లైసెమిక్ సూచికను కలిగి ఉంటాయి. అంటే అవి మీ రక్తంలో చక్కెర స్థాయిని అకస్మాత్తుగా పెరగనివ్వవు.పచ్చని ఆకు కూరలు పచ్చని ఆకు కూరల్లో విటమిన్లు, ఖనిజాలు, పీచు సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ఈ కూరగాయలు రక్తంలో చక్కెరను నియంత్రించడంలో సహాయపడతాయి. మీ శరీరానికి అవసరమైన పోషకాలను అందిస్తాయి.విదేశీయులకు పిల్లల దత్తతపై చైనా సంచలన నిర్ణయంఒమేగా-3 ఫ్యాటీ యాసిడ్‌లు అధికంగా ఉండే ఆహారం చేపలు, వాల్‌నట్‌లు, చియా గింజలు వంటి ఆహారాలలో ఒమేగా-3 ఫ్యాటీ యాసిడ్‌లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఈ కొవ్వు ఆమ్లాలు ఇన్సులిన్ నిరోధకతను తగ్గించడంలో, రక్తంలో చక్కెరను నియంత్రించడంలో సహాయపడతాయి.ఫైబర్ అధికంగా ఉండే పండ్లు ఆపిల్, పియర్, బెర్రీస్ వంటి పండ్లలో ఫైబర్ పుష్కలంగా ఉంటుంది. రక్తంలో చక్కెరను నియంత్రించడంలో ఈ పండ్లు ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తాయి. ఫైబర్ మీ శరీరం చక్కెరను నెమ్మదిగా గ్రహించడంలో సహాయపడుతుంది. తద్వారా రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు అకస్మాత్తుగా పెరగవు.పెరుగుజి పెరుగులో ప్రోటీన్లు, కాల్షియం పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఈ రెండు పోషకాలు రక్తంలో చక్కెరను నియంత్రించడంలో సహాయపడతాయి. అంతేకాకుండా పెరుగులో ఉండే ప్రోబయోటిక్స్ మీ జీర్ణవ్యవస్థను ఆరోగ్యంగా ఉంచడంలో కూడా సహాయపడతాయి.

ఎలక్ట్రిక్ సన్‌రూఫ్‌తో అదిరిపోతున్న కొత్త వేరియంట్

హ్యుందాయ్ మోటార్ ఇండియా తమ అప్‌డేట్ చేసిన 'వెన్యూ ఈప్లస్' వేరియంట్‌ను భారత మార్కెట్‌లో విడుదల చేసింది. దీని ధర రూ.8.23 ??లక్షలతో ప్రారంభమవుతుంది. కొత్త వేరియంట్ జోడింపుతో ఈ లైనప్‌లోమొత్తం వెన్యూ వేరియంట్‌ల సంఖ్య పదికి చేరింది.'వెన్యూ ఈప్లస్' మోడల్‌ను ఎలక్ట్రిక్ సన్‌రూఫ్, డిజిటల్ ఇన్‌స్ట్రుమెంట్ ప్యానెల్, అడ్జస్టబుల్ ఫ్రంట్, రియర్ హెడ్‌రెస్ట్ వంటి సరికొత్త ఫీచర్లతో అప్‌డేట్ చేశారు. ఇక కార్ ఇంటీరియర్ విషయానికి వస్తే 60:40 స్ప్లిట్ వెనుక సీట్లు, వీటికి టూస్టెప్ రిక్లైన్ ఫంక్షన్ ఇచ్చారు. ఆరు ఎయిర్‌బ్యాగ్‌లు ప్రయాణికులకు భద్రత కల్పిస్తాయి. డే అండ్ నైట్ అడ్జస్టబుల్ ఇన్‌సైడ్ రియర్ వ్యూ మిర్రర్, ప్యాసింజర్లు అందరికీ త్రీ-పాయింట్ సీట్ బెల్ట్, ఈఎస్‌సీ, హిల్ స్టార్ట్ అసిస్ట్ కంట్రోల్ వంటి ఫీచర్లు కూడా ఉన్నాయి.ఇక ఇంజిన్ గురించి చెప్పుకోవాలంటే 'వెన్యూ ఈప్లస్' 1.2-లీటర్ ఎన్ఏ పెట్రోల్ ఇంజన్‌తో ఐదు-స్పీడ్ మాన్యువల్ గేర్‌బాక్స్‌తో వస్తుంది. ఇంజిన్ కాన్ఫిగరేషన్ విషయానికి వస్తే.. 82 బీహెచ్‌పీ, 114 ఎన్ఎం గరిష్ఠ టార్క్‌ను ఉత్పత్తి చేస్తుంది. హ్యుందాయ్ వెన్యూలో ఇప్పటికే ఈ, ఎస్, ఎస్ ప్లస్, ఎస్ ఎగ్జిక్యూటివ్, ఎస్ ప్లస్, ఎస్ఎక్స్, నైట్ ఎడిషన్, ఎస్ఎక్స్ వేరియంట్లు ఉన్నాయి. కొత్త ఈప్లస్ మోడల్ కావాలంటే 'వెన్యూ ఈ' వేరియంట్‌పై రూ. 29,000 అదనంగా ఖర్చవుతుంది.

ఇదెక్కడి అరాచకం బ్రో సామ్‌సంగ్ నుంచి
బడ్జెట్ కిల్లర్ మార్కెట్ షేక్ అవ్వడం పక్కా

టెక్ దిగ్గజ కంపెనీ సామ్‌సంగ్ మార్కెట్‌లో ప్రకంపనలు సృష్టిస్తోంది. వరుసగా గ్యాడ్జెట్లను తీసుకొస్తూ హాట్ టాపిక్‌గా మారుతుంది.కంపెనీ తాజాగా బడ్జెట్ ఫ్లాగ్‌షిప్ ఫోన్ త్వరలో మార్కెట్లో విడుదల చేయబోతోంది. ఫోన్ లాంచ్ చేయడానికి ముందు దాని రెండర్‌లు లీక్ అయ్యాయి. ఇవి ఫోన్ హై క్వాలిటీ గల రెండర్‌లు అని క్లెయిమ్ చేయబడుతోంది. దీని కారణంగా ఫోన్ కలర్ వేరియంట్‌లు కూడా అందుబాటులోకి వచ్చాయి. ఫోన్ నాలుగు కలర్ వేరియంట్‌లలో కనిపించింది. దీని పూర్తి వివరాలు తెలుసుకుందాం.లాంచ్‌కు ఎక్కువ సమయం మిగిలి ఉన్నట్లు కనిపించడం లేదు. ఫోన్‌పై పుకార్లు జోరందుకున్నాయి. ఫోన్ రెండర్‌లు లీక్ అయినట్లు ఆండ్రాయిడ్ హెడ్‌లైన్స్ పేర్కొంది. ఫోన్ డిజైన్, దాని కలర్ వేరియంట్‌లు కూడా వీటిలో స్పష్టంగా కనిపిస్తాయి. నివేదిక ప్రకారం ఫోన్ బ్లూ, గ్రాఫైట్, గ్రీన్, ఎల్లో కలర్స్‌లో లాంచ్ కానుంది.ఫోన్‌కు సంబంధించిన లీక్ అయిన రెండర్‌లను చూస్తే.. ఇది వలె అదే డిజైన్‌ను కలిగి ఉందని చెప్పవచ్చు. అది ఫోన్ వెనుక ప్యానెల్ డిజైన్ కావచ్చు, కెమెరా మాడ్యూల్ కావచ్చు లేదా పంచ్ హోల్ డిస్‌ప్లే కావచ్చు. అయితే, ఫ్రేమ్‌లో కొన్ని మార్పులు కనిపిస్తాయి. కొత్త ఫోన్‌లో ఫ్లాట్ డిజైన్ చూడవచ్చు.స్పెసిఫికేషన్ల గురించి మాట్లాడితే ఫోన్ 6.7 అంగుళాల ప్లస్ డిస్‌ప్లేతో రావచ్చు. ఇది 120 రిఫ్రెష్ రేట్, 1900 %అంం% పీక్ బ్రైట్నెస్ కలిగి ఉంటుంది. దానిపై గొరిల్లా గ్లాస్ విక్టస్ం ప్రొటెక్షన్ చూడవచ్చు. ఈ ఫోన్ కంపెనీ తాజా ప్రాసెసర్ 2400 తేలికపాటి వెర్షన్‌తో రావచ్చు. ఇది వెనుకవైపు 50 మెగాపిక్సెల్ మెయిన్ కెమెరాను కలిగి ఉండవచ్చు. దానితో పాటు 12-మెగాపిక్సెల్ అల్ట్రావైడ్ లెన్స్, 8 మెగాపిక్సెల్ టెలిఫోటో లెన్స్ ఉంటాయి. 3%శ% జూమ్ సామర్థ్యాన్ని టెలిఫోటో లెన్స్‌లో చూడవచ్చు. అలానే ఇందులో 25 వాట్ల వైర్డు ఫాస్ట్ ఛార్జింగ్, 15 వాట్ల వైర్‌లెస్ ఛార్జింగ్ ఫోన్‌లో చూడవచ్చు.

మురళి మోహన్ కు షాక్
జయభేరికి నోటీసులు ఇచ్చిన హైడ్రా

హైదరాబాద్ లోని ప్రభుత్వ భూములు, పార్కులు, చెరువులు కబ్జాకు గురికాకుండా ఉండడానికి తెలంగాణ ప్రభుత్వం హైడ్రా ఏర్పాటు చేసింది. అనుకున్నట్లుగానే హైడ్రా హైదరాబాద్ లోని అక్రమార్కుల గుండెల్లో రైళ్లు పరుగెత్తిస్తోంది.చెరువులను అక్రమించి కట్టిన కట్టడాలను కూల్చేస్తోంది. ఆక్రమణదారులు ఎవరైనా డొంట్ కేర్ అంటూ.. ముందుకెళ్తోంది. ఇప్పటికే 18 ఎకరాల భూమిని అక్రమార్కుల చెర నుంచి విడిపించింది.మాదాపూర్ లో తుమ్మిడికుంట చెరువు అక్రమించి కట్టిన ఎన్ కన్వెషన్ కొద్ది రోజుల క్రితం హైడ్రో కూల్చివేసింది. అలాగే దుర్గంచెరువు బఫర్ జోన్, ఎఫ్ టీఎల్ లో ఉన్న నిర్మాణాలకు నోటీసులు ఇచ్చింది. దీంతో హైడ్రాపై ప్రశంసలు కురుస్తున్నాయి. హైడ్రా ఇలానే ముందుకెళ్తే హైదరాబాద్ ను వరదల నుంచి కాపాడుకొవచ్చని నెటిజన్లు సోషల్ మీడియాలో కామెంట్లు చేస్తున్నారు.తాజాగా హైడ్రా సిని నటుడు, నిర్మాత, మురళి మోహన్ కు చెందిన జయభేరి షాకిచ్చింది. ఫైనాన్షియల్ డిస్ట్రిక్ట్ లోని రంగళాల్ కుంట చెరువు ఎఫ్ టి ఎల్ మరియు బఫర్ లో నిర్మించిన నిర్మాణాలను తొలగించాలని నోటీసులు జారీ చేసింది. హైడ్రా కమిషనర్ రంగనాథ్ భాగీరథమ్మ చెరువును పరిశీలించారు. నోటీసులపై జయభేరీ సంస్థ ఇంకా స్పందించలేదు. అయితే చాలా మంది అక్రమార్కులు చెరువులు కుంటలు కబ్జా చేశారు.ఆ తర్వాత జీహెచ్ఎంసీ, ఇరిగేషన్ అధికారులుక లంచాలు ఇచ్చి నిర్మాణాలకు అనుమతి తీసుకున్నారు. నిర్మాలు చేపట్టారు. ఇప్పుడు వారికి నోటీసులు ఇస్తే కోర్టు వెళ్తున్నారు. తమకు అధికారులే ఇళ్లు కట్టుకోవడానికి పర్మిషన్.

పాకిస్తాన్ పంట పండింది..
భారీగా పెట్రోలియం నిక్షేపాలు గుర్తింపు..

ఆర్థిక సంక్షోభంతో బాధపడుతున్న దాయాది దేశం పాకిస్తాన్ భారీ జాక్‌పాట్ కొట్టింది. పాక్ పంట పండింది. పాకిస్తాన్ ప్రాదేశిక జలాల్లో భారీగా పెట్రోలియం, సహజవాయువు నిక్షేపాలను గుర్తించారు.వీటి ద్వారా పాక్ తన తలరాతను మార్చుకునే అవకాశం ఏర్పడింది. చమురు, గ్యాస్ నిల్వలను కనుగొనేందుకు స్నేహపూర్వక దేశం సహకారంతో మూడేళ్లు సర్వే చేశామని డాన్ న్యూస్ టీవీకి శు క్రవారం సీనియర్ భద్రతా అధికారి చెప్పారు. నివేదికల ప్రకారం.. ప్రపంచంలోనే నాలుగో అతిపెద్ద చమురు, సహజవాయువు నిక్షేపాలు ఉన్నట్లు తెలుస్తోంది.పెట్రోలియం, సమజవాయు నిక్షేపాలను గుర్తించేందుకు జియోగ్రాఫిక్ సర్వేకి పాకిస్తాన్ అనుమతించింది, పాక్ జలాల్లో విస్తారంగా ఉన్న నిల్వల గురించి సంబంధిత అధికారులు పాక్ ప్రభుత్వానికి తెలిపారు. "బ్లూ వాటర్ ఎకానమీ"గా పిలిచే ఈ నిక్షేపాల ద్వారా ప్రయోజనం పొందేందుకు అణ్వేషణ, బిడ్డింగ్ ప్రతిపాదన కోసం సమీక్ష నిర్వహిస్తున్నామని, వీటిని వెలికితీయడానికి చాలా ఏళ్లు పట్టొచ్చని, బావులు తవ్వడం, చమురు, సహజవాయువుని వెలికి తీసే ప్రక్రియ దీర్ఘకాలి ప్రయత్నం కావచ్చని, దీనికి మరిన్ని పెట్టుబడులు, మౌలిక సదుపాయాల అభివృద్ధి అవసరమని సదరు అధికారి వెల్లడించారు.తెలుగు ఇండియన్ ఐడల్ 3 కంటెస్టెంట్స్ కు పవన్ కల్యాణ్ ప్రశంసలు ఆయిల్ అండ్ గ్యాస్

రెగ్యులేటరీ అథారిటీ(ఓగ్రా) మాజీ అధికారి మహ్మద్ ఆరిఫ్ మాట్లాడుతూ.. నిల్వలు ఆశాజనకంగా ఉన్నప్పటికీ, అంచనాలను అందుకుంటాయనే గ్యారెంటీ ఇప్పుడు లేదని చెప్పారు. అణ్వేషణకి 5 బిలియన్ డాలర్ల గణనీయమైన పెట్టుబడి అవసమరి, నిల్వలను వెలికి తీసేందుకు ఐదేళ్లు పట్టొచ్చని వివరించారు. నిల్వల పరిణామం, ఉత్పత్తి యొక్క పునరుద్ధరణ రేటు పాకిస్తాన్ ఇంధన అవసరాలను తీర్చగలవో లేదో నిర్ణయిస్తాయని చెప్పారు. గ్యాస్ నిల్వలు కనుగొనబడితే, ఎల్ఎన్‌పీ దిగుమతుల్ని భర్తీ చేయవచ్చు. చమురు నిల్వలు పాక్ ఇతర దేశాలపై ఆధారపడటాన్ని తగ్గించొచ్చని చెప్పారు. అయితే, నిల్వలను సరిగా విశ్లేషించి, అన్వేషన ప్రారంభించే వరకు ప్రస్తుత ఉత్సాహం చాలా వరకు ఊహాజనితమే అని ఆరిఫ్ హెచ్చరించారు.పాకిస్తాన్ తీవ్ర ఆర్థిక సంక్షోభంలో ఉన్న క్రమంలో ఈ ఆవిష్కరణ వెలుగులోకి వచ్చింది. 2022 భారీ వరదలు, వర్షాల తర్వాత పాకిస్తాన్ క్రమక్రమంగా ఆర్థిక సంక్షోభంలో చిక్కుకుంది. 2024లో కేవలం 1.7 శాతం వృద్ధి కలిగి ఉంటుందని ఆర్థిక సంస్థలు అంచనా వేశాయి. 2023 నాటికి మొత్తం విదేశీ రుణాలు 126 బిలియన్ డాలర్లకు పైగా ఉండటంతో దేశం అప్పుల పాలైంది. అధిక ద్రవ్యోల్బణం, క్షీణిస్తున్న విదేశీ నిల్వలు, పెరుగుతున్న ఆర్థిక ఒత్తిళ్లు పాకిస్తాన్ ఆర్థిక వ్యవస్థను బలహీనపరిచాయి.

చరిత్ర సృష్టించిన ఓలీపోప్ 147 ఏళ్ల
టెస్టు క్రికెట్ చరిత్రలో ఒకే ఒక్కడు సచిన్ వల్ల కాలేదు

ఇంగ్లాండ్ స్టార్ ఆటగాడు ఓలీపోప్ అరుదైన ఘనత సాధించాడు. శ్రీలంకతో ఓవల్ వేదికగా జరుగుతున్న మూడో టెస్టు మ్యాచ్ తొలి ఇన్నింగ్స్‌లో ఈ ఘనత అందుకున్నాడు.ఇంగ్లాండ్ రెగ్యులర్ టెస్టు కెప్టెన్ బెన్‌స్టోక్స్ గాయపడడంతో ఈ మ్యాచ్‌కు అతడి స్థానంలో ఓలీపోప్ నాయకత్వ బాధ్యతలను అందుకున్నాడు. శతకంతో చెలరేగాడు. దీంతో ఇంగ్లాండ్ తొలి రోజు ఆట ముగిసే సమయానికి 3 వికెట్ల నష్టానికి 221 పరుగులు చేసింది. ఓలీపోప్ (103), హ్యారీ బ్రూక్ (8) క్రీజులో ఉన్నారు.ఈ మ్యాచ్‌లో టాస్ గెలిచిన శ్రీలంక ఫీల్డింగ్ ఎంచుకుంది. దీంతో ఇంగ్లాండ్ తొలుత బ్యాటింగ్‌కు దిగింది. ఓపెనర్ డేనియల్ లారెన్స్ (5) తక్కువ స్కోరుకే పెవిలియన్‌కు చేరుకున్నాడు. వన్‌డౌన్‌లో వచ్చిన ఓలీపోప్ మరో ఓపెనర్ బెన్ డకెట్ (79 బంతుల్లో 86 పరుగులు)తో కలిసి ఇన్నింగ్స్‌ను చక్కదిద్దాడు. వీరిద్దరు పోటాపోటీగా బౌండరీలు బాదుతూ లంక బౌలర్లపై విరుచుకుపడ్డారు. ముఖ్యంగా బెన్‌డకెట్ చూడముచ్చటి షాట్లు ఆడుతూ హాఫ్ సెంచరీ పూర్తి చేసుకున్నాడు.మీ క్రియేటివిటీకి హ్యాట్సాఫ్.. రోహిత్ శర్మకు టీ20 ప్రపంచకప్ అందజేస్తున్న గణపతి.శతకం దిశగా దూసుకువెలుతున్న బెన్‌డకెట్‌ను మిలన్ రత్నాయక్ ఔట్ చేయడంతో 140 పరుగల వద్ద ఇంగ్లాండ్ రెండో వికెట్ కోల్పోయింది. బెన్‌డకెట్-ఓలీపోప్ జోడీ 95 పరుగుల భాగస్వామ్యాన్ని నెలకొల్పాడు. రూట్ (13) విఫలమైనా కూడా హ్యారీ బ్రూక్‌తో కలిసి పోప్ మరో వికెట్ పడకుండా రోజును ముగించాడు. ఈ క్రమంలో పోప్ 102 బంతుల్లో శతకాన్ని అందుకున్నాడు. టెస్టుల్లో ఇది అతడికి ఇది ఏడో సెంచరీ.ఈ క్రమంలో పోప్ ఓ

అరుదైన రికార్డును అందుకున్నాడు. పోప్ సాధించిన ఈ ఏడు శతకాలు కూడా వేర్వేరు జట్లపై సాధించడం విశేషం. రోహిత్ శర్మకు టీ20 ప్రపంచకప్ అందజేస్తున్న గణపతి.శ్రీలంకతో ఓవల్ వేదికగా జరుగుతున్న మూడో టెస్టు మ్యాచ్ తొలి ఇన్నింగ్స్‌లో ఈ ఘనత అందుకున్నాడు.శతకం దిశగా దూసుకువెలుతున్న 147 టెస్టు క్రికెట్ చరిత్రలో ఇలా ఓ ఆటగాడు తన మొదటి ఏడు సెంచరీలను ఏడు వేరువేరు ప్రత్యర్థులపై సాధించడం ఇదే తొలిసారి.బంగ్లాదేశ్‌తో సిరీస్‌కు ముందు.. జిమ్‌లో రోహిత్ శర్మ.. ఫోటోలు వైరల్.దక్షిణాఫ్రికా పై తొలి టెస్టు సెంచరీ చేసిన పోప్.. ఆ తరువాత న్యూజిలాండ్, పాకిస్తాన్, ఐర్లాండ్, భారత్, వెస్టిండీస్.

మరోసారి గొప్పమనసు చాటుకున్న రియల్ హీరో
సోనూసూద్.. తెలుగు రాష్ట్రాలకు భారీ విరాళం

తెలుగు రాష్ట్రాలు వరదలతో అతలాకుతలం అవుతుంది. భారీ వర్షాలతో జనజీవనం స్తంభించిపోయింది. వరదల ప్రభావంతో ప్రజలు తినడానికి తిండి లేక..తాగేందుకు గుక్కెడు నీళ్లు లేక నానా ఇబ్బందులు పడుతున్నారు.ఇలాంటి తరుణంలో తాము ఉన్నామంటూ సినీ సెలబ్రిటీలు వరద బాధితులకు అండగా ఉంటున్నారు. ఇప్పటికే సినీ పరిశ్రమకు చెందిన ప్రముఖులు భారీగా విరాళాలు ప్రకటించారు. తాజాగా సినీ నటుడు సోనూ సూద్ తెలుగు రాష్ట్రాలకు రూ.5కోట్లు విరాళం ప్రకటించారు.తెలుగు రాష్ట్రాలకు సోనూసూద్ భారీ విరాళం కష్టంలో ఉన్నవారికి నేనున్నా అంటూ భరోసా ఇచ్చే వ్యక్తులలో సినీనటుడు సోనూసూద్ ఒకరు. కరోనా సమయంలో సోనూసూద్ చేసిన సేవలు ఎందరికో స్ఫూర్తిదాయకంగా నిలిచాయి. అంతేకాదు సోనూసూద్ సేవలు ఎంతోమంది జీవితాలను తారుమారు చేసిన సంగతి తెలిసిందే. సోనూసూద్ చేసిన సేవా కార్యక్రమాలకు యావత్ భారతదేశం అంతా శభాష్ అంటూ పొగడ్తలతో ముంచెత్తింది. కోట్లాది రూపాయలు ప్రజలకు విరాళంగా ఇచ్చిన సంగతి తెలిసిందే. తాజాగా తెలుగు రాష్ట్రాల్లో వరద బీభత్సంపై స్పందించారు. తెలుగు రాష్ట్రాలకు భారీ విరాళం ప్రకటించారు. తెలంగాణ రాష్ట్రానికి రూ.2.5 కోట్లు, ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రానికి రూ.2.5కోట్లు మొత్తం రూ.5కోట్లు విరాళంగా ప్రకటించారు.తాత్కాలిక షెల్టర్లను ఏర్పాటు చేసిన సోనూసూద్ వరదలతో తెలుగు రాష్ట్రాల ప్రజలు పడుతున్న ఇబ్బందులను చూసి సోనూసూద్ చలించిపోయారు. ఈ క్రమంలో వరద బాధితులకు ఆహారం, తాగు నీరు, మెడికల్ కిట్స్ అందించిన సంగతి తెలిసిందే. అంతేకాదు నివాసం కోల్పోయిన వారికి తాత్కాలిక షెల్టర్లు సైతం ఏర్పాటు చేశారు. ఈ మేరకు సోనూసూద్ ఛారిటీ ఫౌండేషన్‌కు సంబంధించిన బృందం వరద ప్రభావిత ప్రాంతాలకు చేరుకుని సేవలు అందిస్తున్నాయి. సాయం కావాలంటే తనను సంప్రదించాలని సోనూసూద్ ఒక వీడియోను సైతం విడుదల చేసిన సంగతి తెలిసిదే. ఈ వరద ప్రభావిత ప్రాంతాల్లో తమ బృందం అవిశ్రాంతంగా పని చేస్తోందని చెప్పుకొచ్చారు. ఈ విపత్కర సమయంలో ఇరు రాష్ట్రాల సీఎంలు, ఎన్డీఆర్ఎఫ్ సిబ్బంది అద్భుతంగా పనిచేస్తోందని సోనూ సూద్ కొనియాడారు. వరదల కారణంగా చాలామంది జీవనోపాధి కోల్పోయారని... ఈ క్లిష్ట సమయంలో తమ వంతుగా ఆపదలో ఉన్నవారికి అండగా నిలుస్తామని హామీ ఇచ్చారు. సాయం కోసం supportus@soodcharityfoundation.orgను సంప్రదించాలని సోనూసూద్ కోరిన సంగతితెలిసిందే. సూచించారు.సోనూసూద్‌కు థ్యాంక్స్ చెప్పిన పవన్ కల్యాణ్ ఇదిలా ఉంటే ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో వరద బాధితులను ఆదుకునేందుకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వానికి అండగా, తన స్వచ్ఛంద సంస్థ ద్వారా బృందాలను పంపించి ఆహారం, మెడిసిన్ అందించేందుకు ముందుకొచ్చిన సోనూసూద్‌ను డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్ కొనియాడారు. ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం పక్షాన హృదయపూర్వక ధన్యవాదాలు తెలియజేశారు. కష్టకాలంలో ప్రజలకు అండగా, రాష్ట్ర ప్రభుత్వం చేస్తున్న సహాయ కార్యక్రమాలకు మీ తోడ్పాటు బలాన్నిస్తుంది అని కొనియాడారు. డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్ పోస్టుకు నటుడు సోనూసూద్ స్పందించారు. ఆంధ్ర, తెలంగాణ ప్రజలు తన కుటుంబ సభ్యులని.. రెండు తెలుగు రాష్ట్రాలు తనకో రెండో ఇల్లని సోనూసూద్ వెల్లడించారు. వరద బాధితుల జీవితాలను సాధారణ స్థితికి తీసుకురావడం కోసం పవన్ కల్యాణ్ సారథ్యంలో పనిచేసేందుకు తాను సంసిద్ధమని చెప్పుకొచ్చారు. ఈ సందర్భంగా రాష్ట్ర ప్రభుత్వం తరపున చేస్తున్న సాయానికి సోనూసూద్ కృతజ్ఞతలు తెలియజేసిన సంగతి తెలిసిందే.

వీటిని రోజూ తింటే.. మార్పు మీ ఊహకు కూడా అందదు..

ఈ ఫొటోలో కనిపిస్తున్న బొబ్బర్లు అంటారు. మనలో చాలా మందికి వీటి గురించి తెలిసే ఉంటుంది. సాయంత్రం పూట స్నాక్స్‌లాగా వీటిని తీసుకుంటుంటారు. బొబ్బర్లను ప్రతీ రోజూ క్రమం తప్పకుండా తీసుకోవడం వల్ల ఎన్నో లాభాలు ఉన్నాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు.ఇందులోని ఎన్నో మంచి గుణాలు ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తాయి. ఇంతకీ బొబ్బర్లు తింటే ఎలాంటి ప్రయోజనాలు కలుగుతాయో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.బొబ్బర్లలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్ పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇవి ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తాయి. శరీరంలో వైరస్ వ్యాప్తి చెందకుండా హానికర ట్యాక్సిన్లను నివారించడంలో బొబ్బర్లు ఉపయోగపడతాయి. పోషకాహార లోపం సమస్యను దూరం చేయడంలో బొబ్బర్లు కీలక పాత్ర పోషిస్తాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ప్రతీరోజూ కొన్ని బొబ్బర్లను తీసుకోవాలని సూచిస్తున్నారు.బరువు తగ్గాలనుకుంటున్నారా.? అయితే సాయంత్రం ఆయిల్‌తో చేసిన స్నాక్స్ బదులుగా బొబ్బర్లు తీసుకోవాలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. ఇందులో క్యాలరీలతోపాటు కొవ్వులు కూడా తక్కువగా ఉంటాయి. అలాగే ఫైబర్ కంటెంట్ ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఇది బరువు తగ్గడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది.ఇక బొబ్బర్లలో ఉండే ఫైబర్ కంటెంట్ కారణంగా జీర్ణ సంబంధిత సమస్యలు దరిచేరవు. ముఖ్యంగా మలబద్ధకంతో బాధపడేవారికి ఇవి ఎంతగానో ఉపయోగపడుతాయి.మధుమేహంతో బాధపడేవారికి కూడా ఇవి బెస్ట్ ఆప్షన్‌గా చెప్పొచ్చు. ఇందులోని లో-గ్లైసిమిక్ ఇండెక్స్ చాలా

ఆరోగ్యకరం. ఇవి బ్లడ్ షుగర్ స్థాయిలను అదుపులో ఉంచడంలో సహాయపడుతాయి.రక్తంలో కొలెస్ట్రాల్ లెవల్స్‌ను తగ్గించడంలో బొబ్బర్లు కీలకపాత్ర పోషిస్తాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. అలాగే ఇందులోని మెగ్నీషియం, పొటాషియం గుండె సంబంధిత సమస్యలను దూరం చేయడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది.బొబ్బర్లను క్రమం తప్పకుండా తీసుకోవడం వల్ల చర్మ ఆరోగ్యం కూడా మెరుగవుతుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఇందులోని ప్రోటీన్ కంటెంట్ చర్మ రంధ్రాలు తెరుచుకొనేలా చేస్తుంది.

SPHOORTI PATRIKA (Telugu Daily) | PRGI Reg. No. APTEL/26/A0542 | Publisher, Printer & Editor: NarasaNaidu Boya | Printed at: Rajeswari Printers, Kurnool |
Place of Publication: Kurnool, Andhra Pradesh | Cell: 8179446036, 7794947413 | Email: sphoortipatrika@gmail.com | Website: www.sphoortipatrika.com