APTEL/26/A0542

స్ఫూర్తి పత్రిక

Voice of Truth

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.

ప్రచురణ : కర్నూలు | సంపాదకుడు : నరసనాయుడు బోయ | సంపుటి : 01 సంచిక : 107 | పేజీలు : 04 వెల రూ. 2/- | శుక్రవారం 12-06-2026

PUBLICATION : KURNOOL | EDITOR : NARASANAIDU BOYA | VOLUME : 01 ISSUE : 107 | PAGES : 04 PRICE : 2 | FRIDAY 12 JUNE 2026

Kurnool Edition | Covering Andhra Pradesh & Telangana |

భారత నౌకపై అమెరికా దాడి.. ముగ్గురు సెయిలర్లు బలి!

- ఒమన్ తీరంలో మీ Settebello అనే నౌకపై అమెరికా జరిపిన దాడిలో ముగ్గురు భారతీయ సిబ్బంది ప్రాణాలు కోల్పోయారు.
- కేంద్ర ప్రభుత్వం ఈ విషయాన్ని అధికారికంగా నిర్ధారించింది.

ఒమన్ తీరంలో మీ Settebello అనే నౌకపై అమెరికా జరిపిన దాడిలో ముగ్గురు భారతీయ సిబ్బంది ప్రాణాలు కోల్పోయారు. కేంద్ర ప్రభుత్వం మిగతా 2లో

100 మిలియన్ బ్యారెళ్ల చమురు తరలించాం

- 200కు పైగా వాణిజ్య నౌకలకు భద్రత కల్పించినట్టు ప్రకటన
- ఇరాన్‌కు ఈ విషయం ఇప్పుడే తెలిసిందన్న అమెరికా అధ్యక్షుడు
- చమురు ధరలు పెరగకుండా ఈ ఆపరేషన్ దోహదపడిందని వెల్లడి

అమెరికా అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్ ఒక సంచలన విషయాన్ని వెల్లడించారు. ఇరాన్‌తో తీవ్ర ఉద్రిక్తతలు కొనసాగుతున్న వేళ, వ్యూహాత్మకంగా కీలకమైన మిగతా 2లో

రాజ్యసభ సీటు అంశంపె బీజేపీ అనవసరంగా స్పందిస్తోంది

దమ్ముంటే 12 వైఫల్యాలపై జవాబివ్వండి
కేంద్ర ప్రభుత్వ 12 వైఫల్యాలపై సమాధానం చెప్పే దమ్ము బీజేపీకి ఉందా అని ప్రశ్న
ధరల పెరుగుదల, నిరుద్యోగం, మహిళల భద్రతపై కేంద్రాన్ని నిలదీత
లక్షల కోట్ల అప్పులపై శ్వేతపత్రం విడుదల చేయాలని డిమాండ్
విభజన రాజకీయాలు చేసే బీజేపీకి ప్రజాభిమానం ఉండదని వ్యాఖ్య

కేంద్రంలో అధికారంలో ఉన్న బీజేపీపై ఆంధ్రప్రదేశ్ కాంగ్రెస్ కమిటీ అధ్యక్షురాలు వైఎస్ షర్మిల తీవ్రస్థాయిలో విరుచుకుపడ్డారు. రాజ్యసభ సీటు గురించి బీజేపీ నేతలు చేస్తున్న విమర్శలను తిప్పికొడుతూ, కేంద్ర ప్రభుత్వ 12 ఏళ్ల వైఫల్యాలపై సమాధానం చెప్పే దమ్ముందా అని సవాల్ విసిరారు. ఈ మేరకు ఆమె గురువారం ఒక ప్రకటన విడుదల చేశారు.రాజ్యసభ సీటు అనేది మాట ఇచ్చిన వారికి, తీసుకున్న వారికి సంబంధించిన వ్యక్తిగత విషయమని, మధ్యలో బీజేపీ నేతల అసహనం, మిగతా 2లో

- ★ఏపీలో కొత్త పాపులేషన్ మేనేజ్‌మెంట్ పాలసీ తీసుకువస్తామని ఆంధ్రప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు వ్యాఖ్యానించారు
- ★విద్యార్థుల కోసం ఏఐ లెర్నింగ్, క్వాంటం టెక్నాలజీస్, అడ్వాన్స్‌డ్ ప్రోగ్రామ్స్ తీసుకువస్తామని పేర్కొన్నారు.
- ★ఢిల్లీలో గురువారం జరుగుతున్ననీతి ఆయోగ్ 11వ గవర్నింగ్ కౌన్సిల్ సమావేశానికి సీఎం చంద్రబాబు హాజరయ్యారు.
- ★'వికసిత్ భారత్ ఏ2047' లక్ష్యానికి అనుగుణంగా 'స్వర్ణాంధ్ర ఏ2047' ప్రతిష్ఠాత్మక విజన్ ప్లాన్‌ను సమర్పించారు.
- ★పేదరిక నిర్మూళన, భారీస్థాయిలో ఉపాధి కల్పన, నైపుణ్యాభివృద్ధి లక్ష్యాలుగా స్వర్ణాంధ్ర రోడ్‌మ్యాప్ ప్రకటించారు.
- ★గడిచిన రెండేళ్లలో ఏపీ పారదర్శక విధానాల వల్ల రూ. 23 లక్షల కోట్లకు పైగా పెట్టుబడులని ఆకర్షించామని వెల్లడించారు

ఏఐ లెర్నింగ్, క్వాంటం టెక్నాలజీతో విద్యార్థులకు

భవిష్యత్తు నైపుణ్యాలు

రాష్ట్రాల మధ్య అనారోగ్యకర పోటీ వద్దు..
'ప్రాజెక్ట్ సంజీవని' అమలు..
సంతానోత్పత్తి రేటు తగ్గడంపై ఆందోళన..

ఏపీలో కొత్త పాపులేషన్ మేనేజ్‌మెంట్ పాలసీ తీసుకువస్తామని ఆంధ్రప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు వ్యాఖ్యానించారు. విద్యార్థుల కోసం ఏఐ లెర్నింగ్, క్వాంటం టెక్నాలజీస్, అడ్వాన్స్‌డ్ ప్రోగ్రామ్స్ తీసుకువస్తామని పేర్కొన్నారు. ఢిల్లీలో ఈరోజు (గురువారం) జరుగుతున్ననీతి ఆయోగ్ 11వ గవర్నింగ్ కౌన్సిల్ సమావేశానికి సీఎం చంద్రబాబు హాజరయ్యారు. 'వికసిత్ భారత్ ఏ2047' లక్ష్యానికి అనుగుణంగా 'స్వర్ణాంధ్ర ఏ2047' ప్రతిష్ఠాత్మక విజన్ ప్లాన్‌ను సమర్పించారు. పేదరిక నిర్మూళన, భారీస్థాయిలో ఉపాధి కల్పన, నైపుణ్యాభివృద్ధి లక్ష్యాలుగా స్వర్ణాంధ్ర మిగతా 2లో

విదేశీ విద్యా పథకం ఈ ఏడాది నుంచే అమలు,

అన్ని వర్గాలకూ వర్తింపు

- ❄ఎస్సీలతో పాటు బీపీఎల్ పరిధిలోని అన్ని వర్గాలకు అవకాశం
- ❄గత ప్రభుత్వం కంటే ఎక్కువ మందికి లబ్ధి చేకూరుస్తామన్న మంత్రి డోలా
- ❄ఎస్సీ కాలనీల్లో సీసీ రోడ్లు, హాస్టళ్లలో ఏఐ కెమెరాల ఏర్పాటు
- ❄అంబేడ్కర్ ఓవర్సీస్ విద్యానిధి తరహాలో పథకం రూపకల్పన

ఆంధ్రప్రదేశ్‌కు చెందిన పేద విద్యార్థులు విదేశాల్లో ఉన్నత విద్యను అభ్యసించేందుకు వీలుగా రాష్ట్ర ప్రభుత్వం కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది. ప్రస్తుత విద్యా సంవత్సరం నుంచే 'విదేశీ విద్యా పథకాన్ని' అమలు చేయనున్నట్లు సాంఘిక సంక్షేమ శాఖ మంత్రి డోలా శ్రీ బాల వీరాంజనేయ స్వామి ప్రకటించారు. మిగతా 2లో

అరెస్ట్ వార్తలు ఎల్లో మీడియా ప్రచారం మాత్రమే: కారుమూరి

- ⌘మాజీ మంత్రి కారుమూరి నాగేశ్వర రావు అరెస్ట్ అంటూ వస్తున్న వార్తలను ఆయన ఖండించారు.
- ⌘నేను అరెస్ట్ అంటూ ఎల్లో మీడియాలో వస్తున్న వార్తలు కేవలం తప్పుడు ప్రచారం మాత్రమే. మిగతా 2లో

ప్రజలపై కక్షకట్టినట్టుగా

చంద్రబాబు రెండేళ్ల పాలన

వైయస్సార్సీపీ పోరాటాలు చూసి చంద్రబాబులో వణుకు

- కూటమి నీచ నిక్రృష్ట పాలనపై ప్రజల్లో తీవ్రమైన వ్యతిరేకత
- స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల్లో వైయస్సార్సీపీ సత్తా చాటాలి
- చంద్రబాబు రెండేళ్ల పాలన చూస్తే రాష్ట్ర ప్రజల మీద కక్ష కట్టినట్టుగానే ఉందని, రాష్ట్రం ఆటవిక రాజ్యంగా మారిందని వైయస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ స్టేట్ కోఆర్డినేటర్ సజ్జల రామకృష్ణారెడ్డి అన్నారు.

చంద్రబాబు రెండేళ్ల పాలన చూస్తే రాష్ట్ర ప్రజల మీద కక్ష కట్టినట్టుగానే ఉందని, రాష్ట్రం ఆటవిక రాజ్యంగా మారిందని వైయస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ మిగతా 2లో

పవన్ అనే పేరును

మార్షల్ ఆర్ట్స్ గురువు పెట్టారు

నా అసలు పేరు ఇది కాదు: పవన్ కల్యాణ్

- తన అసలు పేరు శ్రీ కల్యాణ్ కుమార్ అని తెలిపిన పవన్ కల్యాణ్
- స్కూల్ రికార్డుల్లో శ్రీ అనే పదాన్ని తొలగించి కె.కల్యాణ్ కుమార్ అని పెట్టారని వెల్లడి
- తెలుగు చలనచిత్ర పరిశ్రమలో 'పవర్ స్టార్' అనే పేరు ఒక బ్రాండ్. ఆయన నడక, నడిచే స్టైల్, మాట్లాడే తీరు.. ఇలా ప్రతి ఒక్కటి అభిమానులకు పూనకాలు తెప్పిస్తాయి.

తెలుగు చలనచిత్ర పరిశ్రమలో 'పవర్ స్టార్' అనే పేరు ఒక బ్రాండ్. ఆయన నడక, నడిచే స్టైల్, మాట్లాడే తీరు.. ఇలా ప్రతి ఒక్కటి అభిమానులకు పూనకాలు తెప్పిస్తాయి. ఆయనే ఆంధ్రప్రదేశ్ ఉపముఖ్యమంత్రి మిగతా 2లో

విధ్వంసం నుంచి వికాసం దిశగా రాష్ట్రం పరుగులు

- ▸▸రెండేళ్లలో అభివృద్ధి, సంక్షేమంలో కూటమి
- ▸▸ప్రభుత్వం కొత్త అధ్యాయం
- ▸▸చంద్రబాబు విజన్, పవన్ కళ్యాణ్ సహకారం, లోకేష్ పరుగులతో రాష్ట్రం అభివృద్ధి
- ▸▸పాయకరావుపేట నియోజకవర్గంలో సుమారు 1,150 కోట్లతో సంక్షేమం, అభివృద్ధి పనులు

గత ఐదేళ్ల విధ్వంసకర పాలనలో రాష్ట్రంలోని అన్ని వ్యవస్థలు నిర్వీర్యం అయ్యాయని, అయితే సీఎం చంద్రబాబు మిగతా 2లో

- ➤'మెగా' డీఎస్సీ. పేరులోనే మోసం
- ➤దగా, మోసం, అబద్ధాలు, స్కామ్, ఇవే కనిపిస్తాయి
- ➤డీఎస్సీ--2025లో అంతులేని అక్రమాలు
- ➤దిగ్భ్రాంతికర రీతిలో తండ్రీ కొడుకుల స్కామ్
- ➤లక్షల మంది నమ్మకాన్ని వమ్ము చేశారు
- ➤లోతుగా దర్యాప్తు చేస్తే అనేక విషయాలు
- ➤గతంలో ఎప్పుడూ జరగని రీతిలో డీఎస్సీ స్కామ్
- ➤స్పోర్ట్స్ కోటాలో ఉద్యోగాల భర్తీలో అంతా ఇష్టారాజ్యం
- ➤నియమావళి మారుస్తూ కొత్తగా రెండు జీఓలు
- ➤పరీక్ష లేకుండానే స్పోర్ట్స్ కోటా ఉద్యోగాల భర్తీ
- ➤పతకాలు సాధించకున్నా క్రీడా పోటీలో పాల్గొంటే చాలు!
- ➤లక్షలాది అభ్యర్థులు, నిరుద్యోగుల నమ్మకాన్ని వమ్ము చేసి, ఇష్టారాజ్యంగా నిర్వహించిన పరీక్ష, అభ్యర్థుల ఎంపికపై సీబీఐతో దర్యాప్తు జరపాలని ఆయన డిమాండ్ చేశారు.

డీఎస్సీ-2025లో

సీబీఐ దర్యాప్తు జరపాలి

లక్షలాది మంది జీవితాలతో ఆడుకున్నారు..
మెగా డీఎస్సీ స్కామ్. ఎందరికో రోదన
రికార్డు అంటే ఏమిటో నేను చెబుతా

తొలి సంతకం అంటూ నానా హడావిడి చేసి టీచర్ పోస్టుల భర్తీ కోసం నిర్వహించిన డీఎస్సీ--2025లో గతంలో ఎన్నడూ లేని, వినని విధంగా సీఎం చంద్రబాబు, ఆయన కుమారుడు అక్రమాలకు పాల్పడ్డారని మాజీ ముఖ్యమంత్రి, వైయస్సార్ సీపీ అధ్యక్షుడు శ్రీ వైయస్ జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి ఆక్షేపించారు. లక్షలాది అభ్యర్థులు, నిరుద్యోగుల నమ్మకాన్ని వమ్ము చేసి, ఇష్టారాజ్యంగా నిర్వహించిన పరీక్ష, అభ్యర్థుల ఎంపికపై సీబీఐతో దర్యాప్తు జరపాలని ఆయన డిమాండ్ చేశారు. అప్పుడు ఇంకా అనేక విషయాలు మిగతా 2లో

ఏపీ లిక్కర్ స్కాం కేసులో సంచలనం.. రాజ్ కసిరెడ్డి అరెస్ట్

- ❖వైసీపీ ప్రభుత్వం హయాంలో చోటు చేసుకున్న లిక్కర్ స్కాం కేసు లో సంచలన పరిణామం చోటు చేసుకుంది.
- ❖ఉదయం ఈ కేసులో నిందితులుగా ఉన్న రాజ్ కసిరెడ్డి సహా ఆరుగురు నివాసాల్లోనే 10 ప్రాంతాల్లో ఈడీ అధికారులు సోదాలు నిర్వహించారు.

వైసీపీ ప్రభుత్వం హయాంలో చోటు చేసుకున్న లిక్కర్ స్కాం కేసు లో సంచలన పరిణామం చోటు చేసుకుంది. ఉదయం ఈ కేసులో నిందితులుగా ఉన్న రాజ్ కసిరెడ్డి సహా ఆరుగురు నివాసాల్లోనే 10 ప్రాంతాల్లో ఈడీ అధికారులు సోదాలు నిర్వహించారు. మిగతా 2లో

భారత నౌకపై అమెరికా దాడి.. ముగ్గురు సెయిలర్లు బలి!

ఈ విషయాన్ని అధికారికంగా నిర్ధారించింది. ఈ ఘటన భారతీయ సముద్ర బలగాలు, ముఖ్యంగా విదేశీ నౌకలపై పనిచేసే సెయిలర్ల భద్రతపై తీవ్ర ఆందోళన కలిగించింది.అమెరికా దాడి చేసిన సమయంలో మీ ׳ావ౭ఎవశ్రీశ్రీశీ నౌకలో 24 మంది భారతీయ సిబ్బంది ఉన్నారు. వీరిలో 21 మందిని రక్షించగా, ముగ్గురు మృతి చెందారు. ఈ దాడి ఒమన్ తీరంలో జరిగిందని, అమెరికా నౌకాదళం ద్వారా నిర్వహించబడిందని కేంద్రం ప్రకటించింది. ఘటన తర్వాత రక్షణ కార్యకలాపాలు వేగంగా నడిచి, మిగిలిన సిబ్బందిని సురక్షితంగా తరలించారు.మృతులు డెక్ క్యాడెట్ ఆదిత్య శర్మ, ఇంజిన్ ఫిట్టర్ శివానంద్, చీఫ్ ఇంజినీర్ పట్నాల సురేశ్‌గా గుర్తించారు. ఈ ముగ్గురు యువ సెయిలర్లు విదేశీ నౌకలపై పనిచేస్తూ, కుటుంబాలను ఆదుకునేవారు.తాజాగా ఒమన్ తీరంలోనే మీ ఝశ్రీజవవతీ అనే మరో నౌకపై కూడా దాడి జరిగింది. ఈ షిప్‌లో కూడా భారతీయ సెయిలర్లు ఉన్నట్లు సమాచారం. వరుసగా జరుగుతున్న ఘటనలు ఆందోళన కలిగిస్తున్నాయి. ఈ ప్రాంతంలో సముద్ర మార్గాలు ఎంతో సున్నితంగా మారాయని, భారతీయ సిబ్బంది భద్రతకు ప్రమాదం ఏర్పడుతోందని స్పష్టం అవుతోంది.భారతదేశం ప్రపంచంలో అత్యధిక సంఖ్యలో సముద్ర సిబ్బందిని అందించే దేశాల్లో ఒకటి. వేలాది మంది భారతీయులు విదేశీ నౌకలపై పనిచేసి, దేశానికి విదేశీ మారక ద్రవ్యాన్ని సంపాదిస్తున్నారు.

100 మిలియన్ బ్యారెళ్ల చమురు తరలించాం

హర్మూజ్ జలసంధిలో తమ సైన్యం ఓ రహస్య ఆపరేషన్ నిర్వహించిందని ప్రకటించారు. గత నెలలో జరిగిన ఈ ఆపరేషన్‌లో భాగంగా 100 మిలియన్ బ్యారెళ్లకు పైగా చమురును సురక్షితంగా తరలించామని, ఈ విషయం ఇరాన్‌కు ఇప్పుడే తెలిసిందని ఆయన పేర్కొన్నారు. ఈ చర్యతో అంతర్జాతీయ మార్కెట్లో చమురు సరఫరాకు అంతరాయం కలగకుండా చూశామని తెలిపారు.బుధవారం ఓవల్ ఆఫీసులో మాట్లాడిన ట్రంప్, ఆ తర్వాత తన 'ట్రూత్ సోషల్' ప్లాట్‌ఫామ్‌లో మరిన్ని వివరాలు పంచుకున్నారు. "గత నెలలో హర్మూజ్ జలసంధి గుండా ఆయిల్ ట్యాంకర్లు, ఇతర వాణిజ్య నౌకలు ప్రయాణించేందుకు సహకరించాలని మన గొప్ప యూఎస్ సైన్యాన్ని నేను ఆదేశించాను. ఈ ప్రయత్నం ఫలితంగా 100 మిలియన్ బ్యారెళ్లకు పైగా చమురు జలసంధిని దాటి బహిరంగ మార్కెట్‌లోకి చేరిందని ప్రకటించడానికి నేను సంతోషిస్తున్నాను. 200కు పైగా వాణిజ్య నౌకలు సురక్షితంగా ప్రయాణించాయి" అని ట్రంప్ తన పోస్టులో పేర్కొన్నారు.ఈ ఆపరేషన్ కారణంగానే అంతర్జాతీయ మార్కెట్లో చమురు ధరలు (ప్రస్తుతం బ్యారెల్‌కు 85-90 డాలర్లు) భారీగా పెరగకుండా నిలకడగా ఉన్నాయని ట్రంప్ తెలిపారు. ఇరాన్ ఆంక్షల కారణంగా చమురు సరఫరాకు ఆటంకం కలగకుండా ఈ చర్యలు తీసుకున్నామని, మిషన్‌కు ప్రమాదం కలగకూడదనే ఉద్దేశంతోనే ఈ విషయాన్ని ఇప్పటివరకు గోప్యంగా ఉంచామని ఆయన వివరించారు. ఇరాన్, ఒమన్ మధ్య ఉన్న హర్మూజ్ జలసంధి ప్రపంచ ఇంధన సరఫరాకు అత్యంత కీలకమైనది. ప్రపంచవ్యాప్తంగా సముద్ర మార్గంలో రవాణా అయ్యే చమురు, గ్యాస్‌లో దాదాపు 20 శాతం ఈ జలసంధి గుండానే వెళ్తుంది.

విదేశీ విద్యా పథకం ఈ ఏడాది నుంచే అమలు, అన్ని వర్గాలకూ వర్తింపు

ఈ పథకం ద్వారా కేవలం ఎస్సీ సామాజిక వర్గానికే కాకుండా, దారిద్ర్య రేఖకు దిగువన (బీపీఎల్) ఉన్న అన్ని వర్గాల విద్యార్థులకు లబ్ధి చేకూరుస్తామని ఆయన స్పష్టం చేశారు.అమరావతిలోని సచివాలయంలో నిన్న మంత్రి డోలా శ్రీ బాల వీరాంజనేయ స్వామి మీడియాతో మాట్లాడారు. గత ప్రభుత్వ హయాంలో జరిగిన లోపాలను సరిదిద్ది, గరిష్ఠ సంఖ్యలో విద్యార్థులకు మేలు జరిగేలా ఈ పథకాన్ని అత్యంత పారదర్శకంగా రూపొందిస్తున్నట్లు ఆయన వెల్లడించారు. టీడీపీ నేతృత్వంలోని కూటమి ప్రభుత్వ సంక్షేమ, విద్యా విధానాలకు అనుగుణంగా ఈ నిర్ణయం తీసుకున్నట్లు తెలిపారు. గతంలో అమలులో ఉన్న 'అంబేడ్కర్ ఓవర్సీస్ విద్యానిధి' తరహాలోనే ఈ పథకాన్ని పునరుద్ధరించి, మరింత విస్తృతంగా అమలు చేయాలని ప్రభుత్వం భావిస్తోంది.ఈ సందర్భంగా సాంఘిక సంక్షేమ శాఖ ఆధ్వర్యంలో చేపట్టనున్న పలు అభివృద్ధి, సంక్షేమ కార్యక్రమాలను కూడా మంత్రి వివరించారు. ఎస్సీ సబ్-ప్లాన్ నిధులతో ఎస్సీ కాలనీలలో సిమెంట్ రోడ్ల నిర్మాణం, విద్యార్థుల భద్రత దృష్ట్యా 989 హాస్టళ్లలో ఏఐ (ూ×) ఆధారిత సీసీటీవీ కెమెరాల ఏర్పాటు, నూతన వృద్ధాశ్రమాల నిర్మాణం వంటి చర్యలు చేపడతామన్నారు. అలాగే, ఎస్సీ అభ్యర్థులకు ఉచితంగా డీఎస్సీ కోచింగ్ అందిస్తామని, గత ప్రభుత్వం నిలిపివేసిన అన్ని సంక్షేమ పథకాలను తిరిగి ప్రారంభిస్తామని హామీ ఇచ్చారు. విదేశీ విద్యా పథకానికి సంబంధించిన నిధుల కేటాయింపు, అర్హత ప్రమాణాలు, దరఖాస్తు ప్రక్రియ తదితర పూర్తి వివరాలను ప్రభుత్వం త్వరలోనే అధికారికంగా ప్రకటించనుంది.

అరెస్ట్ వార్తలు ఎల్లో మీడియా ప్రచారం మాత్రమే: కారుమూరి

మాజీ మంత్రి కారుమూరి నాగేశ్వర రావు అరెస్ట్ అంటూ వస్తున్న వార్తలను ఆయన ఖండించారు. ఈ వార్తలపై తాజాగా కారుమూరి స్పందిస్తూ.. నేను అరెస్ట్ అంటూ ఎల్లో మీడియాలో వస్తున్న వార్తలు కేవలం తప్పుడు ప్రచారం మాత్రమే. ఇదంతా ఫేక్. నేను ప్రస్తుతం తణుకులో ఉన్నాను' అని స్పష్టం చేశారు

ఏపీ లిక్కర్ స్కాం కేసులో సంచలనం.. రాజ్ కసిరెడ్డి అరెస్ట్

అనంతరం లిక్కర్ స్కాం కేసుకు సంబంధించి నిధుల మళ్లింపు, ఇతర అంశాలకు సంబంధించిన కీలక ఆధారాలు లభించాయి. దీంతో ఈ కేసులో ప్రధాన నిందితుడిగా ఉన్న రాజ్ కసిరెడ్డిని ఈడీ అధికారులు అదుపులోకి తీసుకున్నారు. హవాలా, మనీలాండరింగ్ ద్వారా నిధులు తరలించినట్లు ఆధారాలు లభించడంతో కసిరెడ్డిని అరెస్ట్ చేసినట్లు తెలుస్తుంది. హైదరాబాద్ సహా ఇతర ప్రాంతాల్లో జరిగిన ఈడీ సోదాలకు సంబంధించిన పూర్తి వివరాలు తెలియాల్సి ఉంది.

విధ్వంసం నుంచి వికాసం దిశగా రాష్ట్రం పరుగులు

సారథ్యంలో కూటమి ప్రభుత్వం ఏర్పడిన తర్వాత రాష్ట్రం విధ్వంసం నుంచి వికాసం దిశగా పరుగులు పెడుతోందని హోంమంత్రి వంగలపూడి అనిత అన్నారు. చంద్రబాబు విజన్, ఉప ముఖ్యమంత్రి పవన్ కళ్యాణ్ సహకారం, మంత్రి నారా లోకేష్ చురుకైన కృషితో రాష్ట్రం అభివృద్ధి మార్గంలో దూసుకుపోతోందని పేర్కొన్నారు. కూటమి ప్రభుత్వం ఏర్పడి రెండేళ్లు పూర్తి చేసుకున్న సందర్భంగా పాయకరావుపేట నియోజకవర్గం అభివృద్ధి కార్యక్రమాల ఫోటోలు ముద్రించి వివరించారు.మీడియా సమావేశంలో మాట్లాడిన ఆమె, రాష్ట్రవ్యాప్తంగా అమలవుతున్న సంక్షేమ, అభివృద్ధి కార్యక్రమాలతో పాటు పాయకరావుపేట నియోజకవర్గంలో చేపట్టిన కార్యక్రమాల వివరాలను వెల్లడించారు.పాయకరావుపేట నియోజకవర్గంలో "తల్లికి వందనం" పథకం ద్వారా రూ.49 కోట్లు తల్లుల ఖాతాల్లో జమ చేసినట్లు తెలిపారు. "ఎన్టీఆర్ భరోసా పింఛన్లు" కింద అవ్వలు, తాతలు, వితంతువులు, మత్స్యకారులు, దివ్యాంగుల కోసం మొత్తం రూ.501 కోట్లు ఖర్చు చేసినట్లు పేర్కొన్నారు. "అన్నదాత సుఖీభవ" పథకం కింద రైతులకు రూ.73 కోట్లు అందించామని తెలిపారు. మత్స్యకారుల సంక్షేమానికి ప్రభుత్వం అత్యంత ప్రాధాన్యత ఇస్తోందని పేర్కొంటూ, సముద్రంపై ఆధారపడి జీవనం సాగించే మత్స్యకార కుటుంబాల కోసం రూ.32 కోట్లు కేటాయించినట్లు చెప్పారు. అలాగే ఆటో కార్మికుల సంక్షేమం కోసం "ఆటో డ్రైవర్ సేవలో" పథకం కింద రూ.2.55 కోట్లు, ఉత్తమమైన వైద్య సహాయం కోసం సీఎంఆర్ఎఫ్ ద్వారా రూ.2.81 కోట్లు అందించినట్లు వివరించారు.పంచాయతీరాజ్ శాఖ ద్వారా నియోజకవర్గంలోని నాలుగు మండలాల్లో 871 పనులకు రూ.118 కోట్లు మంజూరు చేసినట్లు తెలిపారు. గ్రామీణాభివృద్ధిలో భాగంగా 172 కిలోమీటర్ల మేర రహదారులు నిర్మించినట్లు చెప్పారు. రోడ్లు, భవనాల శాఖ ఆధ్వర్యంలో 36 పనులకు గాను 137 కిలోమీటర్ల రోడ్ల అభివృద్ధి కోసం రూ.130 కోట్లు ఖర్చు చేసినట్లు వెల్లడించారు. ప్రతి ఇంటికీ సురక్షిత తాగునీరు అందించాలనే లక్ష్యంతో జల్ జీవన్ మిషన్ కింద రూ.66 కోట్ల వ్యయంతో 244 పనులు చేపట్టినట్లు తెలిపారు. సాగునీటి రంగంలో 92 పనుల కోసం రూ.16 కోట్లు ఖర్చు చేసినట్లు చెప్పారు. పీఎం సూర్యఘర్ పథకం కింద నియోజకవర్గంలోని 2,513 పేద, మధ్యతరగతి కుటుంబాలకు ఉచిత సౌర విద్యుత్ అందించే లక్ష్యంతో రూ.18 కోట్లు వ్యయం చేసినట్లు పేర్కొన్నారు.పెట్టుబడులు, ఉపాధి కల్పనలో కూడా ప్రభుత్వం ముందంజలో ఉందని హోంమంత్రి తెలిపారు. ఏఎన్ఎంఎస్ స్టీల్ ప్లాంట్‌కు రూ.1.35 లక్షల కోట్ల పెట్టుబడితో శంకుస్థాపన జరిగిందని, దీని ద్వారా 55 వేల మందికి ఉపాధి అవకాశాలు లభించనున్నాయని పేర్కొన్నారు. అలాగే 4,500 ఎకరాల్లో రూ.11 వేల కోట్ల పెట్టుబడితో 70కి పైగా ఫార్మా కంపెనీల స్థాపనకు బల్క్ డ్రగ్ పార్క్‌కు శంకుస్థాపన చేసినట్లు వివరించారు. పాయకరావుపేట నియోజకవర్గ ప్రజల కోసం ప్రత్యేకంగా చేపట్టిన అభివృద్ధి కార్యక్రమాలను వివరిస్తూ, నక్కపల్లి మండలం రాజయ్యపేటలో రూ.24.77 కోట్లతో, దొండవాకలో రూ.23.90 కోట్లతో రెండు ప్రధాన మత్స్యకార జెట్టీల నిర్మాణం జరుగుతోందన్నారు. రాయవరం మండలం సోముదేవుపల్లి వద్ద వరహానది ఉధృతి నుంచి గ్రామాలు, పంట పొలాలను రక్షించేందుకు రూ.9.95 కోట్లతో రక్షణ గోడ నిర్మిస్తున్నట్లు తెలిపారు. దశాబ్దాలుగా రవాణా సమస్యలు ఎదుర్కొంటున్న ప్రజల కోసం పందూరు వంతెనను రూ.5.75 కోట్లతో, జల్లూరి వంతెనను రూ.4.25 కోట్లతో నిర్మిస్తున్నట్లు వెల్లడించారు. ఆధ్యాత్మిక పర్యాటకాభివృద్ధిలో భాగంగా ఉపమాక శ్రీ వేంకటేశ్వరస్వామి ఆలయ అభివృద్ధికి రూ.5.46 కోట్లు కేటాయించి పనులు చేపట్టినట్లు తెలిపారు. పాయకరావుపేట పట్టణ ప్రధాన రహదారి అభివృద్ధి కోసం రూ.3.5 కోట్లు మంజూరు చేసినట్లు, అలాగే రూ.61 లక్షల వ్యయంతో అన్నా క్యాంటీన్ ఏర్పాటు చేసి ఐదు రూపాయలకే నాణ్యమైన భోజనం అందిస్తున్నట్లు చెప్పారు. ఎస్.రాయవరం మండలం పెనుగొల్లులో రూ.54.70 లక్షలతో ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రాన్ని ఆధునీకరిస్తున్నట్లు తెలిపారు.యువతకు ఉపాధి అవకాశాలు కల్పించేందుకు నక్కపల్లిలో స్కిల్ డెవలప్‌మెంట్ సెంటర్ ఏర్పాటు చేస్తున్నామని, దీనివల్ల స్థానిక యువతకు నైపుణ్యాభివృద్ధి శిక్షణ అందుబాటులోకి వస్తుందని పేర్కొన్నారు. రెవెన్యూ సేవలను ప్రజలకు మరింత చేరువ చేయాలనే ఉద్దేశంతో పాయకరావుపేట నియోజకవర్గంలోని నాలుగు మండలాలు, ఎలమంచిలి నియోజకవర్గంలోని మూడు మండలాలను కలిపి అడ్డురోడ్డులో కొత్త రెవెన్యూ డివిజన్ ఏర్పాటు చేసినట్లు తెలిపారు.న్యాయ సేవల విస్తరణలో భాగంగా నక్కపల్లిలో సివిల్ జడ్జి కోర్టు (జూనియర్ డివిజన్) ఏర్పాటు కోసం ప్రభుత్వం వేగంగా చర్యలు తీసుకుంటోందని, ఇందుకు సంబంధించిన అధికారిక ఉత్తర్వులు ఇప్పటికే జారీ అయినట్లు చెప్పారు. విద్యారంగంలో మెగా డీఎస్సీ ద్వారా పాయకరావుపేట నియోజకవర్గానికి చెందిన 147 మంది ఉపాధ్యాయులుగా ఎంపిక కావడం ప్రభుత్వ నిబద్ధతకు నిదర్శనమని హోంమంత్రి వంగలపూడి అనిత పేర్కొన్నారు.రాష్ట్రవ్యాప్తంగా సంక్షేమం, అభివృద్ధి రెండింటినీ సమానంగా ముందుకు తీసుకెళ్తూ కూటమి ప్రభుత్వం ప్రజల విశ్వాసాన్ని నిలబెట్టుకుంటోందని,పాయకరావుపేట నియోజకవర్గం కూడా అభివృద్ధి ఫలాలను వేగంగా అందుకుంటోందని ఆమె స్పష్టం చేశారు.

ఏఐ లెర్నింగ్, క్వాంటం టెక్నాలజీతో విద్యార్థులకు భవిష్యత్తు నైపుణ్యాలు

రోడ్‌మ్యాప్ ప్రకటించారు. గడిచిన రెండేళ్లలో ఏపీ పారదర్శక విధానాల వల్ల రూ. 23 లక్షల కోట్లకు పైగా పెట్టుబడులని ఆకర్షించామని వెల్లడించారు.ఆర్టీజీఎస్ (, ఆర్టిఫిషియల్ ఇంటెలిజెన్స్, 'అవేర్' వంటి ప్రిడిక్టివ్ టూల్స్‌తో ఏపీలో సాంకేతిక పాలన కొనసాగిస్తున్నామని సీఎం చంద్రబాబు వివరించారు. పెట్టుబడుల కోసం రాష్ట్రాల మధ్య అనారోగ్యకర పోటీ వద్దని సూచించారు. మౌలిక వసతులు, స్థిరమైన విధానాలపై దృష్టి పెట్టాలని ఆయా రాష్ట్రాలకు చంద్రబాబు పిలుపునిచ్చారు. ప్రతి కుటుంబానికి ఇళ్లు, తాగునీరు, విద్యుత్, డిజిటల్ కనెక్టివిటీ సహా 7 ప్రాథమిక అవసరాలు కల్పించడమే ఏపీ ప్రభుత్వ లక్ష్యమని ఉద్ఘాటించారు.సమాజంలో ఉన్నత స్థానంలో ఉన్న 10శాతం మంది.. వెనుకబడిన 20శాతం మందిని ఆదుకునేలా వినూత్న **P4-MBK** 10-20' కార్యక్రమం తీసుకువచ్చినట్లు సీఎం చంద్రబాబు ప్రకటించారు. ఏపీలో నివారణ ఆరోగ్య సంరక్షణ, డిజిటల్ హెల్త్ రికార్డుల కోసం 'ప్రాజెక్ట్ సంజీవని' అమలు చేస్తున్నట్లు వెల్లడించారు. విద్యార్థులను భవిష్యత్తుకు సిద్ధం చేసేలా ఏఐ లెర్నింగ్, క్వాంటం టెక్నాలజీస్, అడ్వాన్స్‌డ్ స్కిల్లింగ్ ప్రోగ్రామ్స్ తీసుకువస్తున్నట్లు వివరించారు.ఏపీలో సంతానోత్పత్తి రేటు 1.5శాతం కంటే తగ్గడంపై సీఎం చంద్రబాబు ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. భవిష్యత్తులో మానవ వనరుల కొరత, వృద్ధాప్య సమస్యలను అధిగమించేందుకు ఏపీలో కొత్త 'పాపులేషన్ మేనేజ్‌మెంట్ పాలసీ' తీసుకువస్తామని వివరించారు. వికసిత్ భారత్ 2047 సాధన కోసం కేంద్ర ప్రభుత్వం, నీతి ఆయోగ్‌తో కలిసి పనిచేస్తామని సీఎం చంద్రబాబు స్పష్టం చేశారు.రాష్ట్రంలో మరో కొత్త పాలసీని తీసుకురాబోతున్నట్లు సీఎం చంద్రబాబు స్పష్టం చేశారు. ఢిల్లీలో జరిగిన నీతి ఆయోగ్ 11వ గవర్నింగ్ కౌన్సిల్ సమావేశంలో ఆయన పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా చంద్రబాబు మాట్లాడుతూ పాపులేషన్ మేనేజ్ మెంట్‌పై కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. రాష్ట్రంలో సంతానోత్పత్తి తగ్గిందని, అందుకే కొత్త పాలసీని తీసుకురాబోతున్నామని చెప్పారు. ప్రస్తుతం రాష్ట్రంలో సంతానోత్పత్తి రేటు 1.5 కంటే తక్కువగా ఉందన్నారు. భవిష్యత్తులో మానవవనరుల కొరత, వృద్ధాప్య సమస్యలు అధిగమించాలంటే కొత్త పాపులేషన్ మేనేజ్‌మెంట్ పాలసీ తప్పనిసరి సీఎం చంద్రబాబు తెలిపారు. రాష్ట్రాభివృద్ధిపైనా సీఎం చంద్రబాబు ప్రస్తావించారు. తాము అధికారంలోకి వచ్చిన తర్వాత రాష్ట్రానికి రూ. 23 లక్షల కోట్ల వరకూ పెట్టుడులను ఆకర్షించామని సీఎం చంద్రబాబు వెల్లడించారు. ప్రజల ఆరోగ్య సంరక్షణ కోసం ప్రాజెక్టు సంజీవని అమలు చేస్తున్నామని తెలిపారు. విద్యార్థుల కోసం ఏఐ లెర్నింగ్, క్వాంటం టెక్నాలజీస్, అడ్వాన్స్‌డ్ స్కిల్లింగ్ ప్రోగ్రామ్స్‌ను అందుబాటులోకి తీసుకురాబోతున్నామని సీఎం చంద్రబాబు స్పష్టం చేశారు.

ప్రభావితం చేస్తోందని తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా కులసర్వే వివరాలను ప్రస్తావించారు. దేశంలో ఏ రాష్ట్ర సీఎం, అధికారులైనా వచ్చి తెలంగాణలో తాము కడుతున్న 'యంగ్ ఇండియా స్కూల్స్' చూడాలని సూచించారు. సంతోషంగా తాము దగ్గరుండి చూపిస్తామని పేర్కొన్నారు.దేశ ఆర్థికాభివృద్ధికి ఇంజిన్లుగా ఉన్న టాప్-6 నగరాల కోసం రూ.6 లక్షల కోట్లతో 'ఎం-6 టాస్క్‌ఫోర్స్' ఏర్పాటు చేయాలని పీఎంవోకు సీఎం రేవంత్‌రెడ్డి ప్రతిపాదించారు. దేశ అభివృద్ధి అంటే ప్రజల అభివృద్ధే.. విద్య, ఆరోగ్యమే దానికి బలమైన పునాది అని వ్యాఖ్యానించారు. వికసిత్ భారత్-2047 లక్ష్యం నెరవేరాలంటే ప్రతి పౌరుడికి నాణ్యమైన విద్య, మెరుగైన వైద్యం అందాలని సూచించారు. తెలంగాణ కులసర్వేలో భూమి, డబ్బు కంటే విద్యే సామాజిక వెనుకబాటుకు కారణమని తేలిందని అన్నారు. కులాల మధ్య గోడలు కూల్చేందుకే ప్రతి నియోజకవర్గంలో 'యంగ్ ఇండియా ఇంటిగ్రేటెడ్ రెసిడెన్షియల్ స్కూల్స్' ఏర్పాటు చేస్తున్నామని వివరించారు. యువతకు ప్రపంచ స్థాయి నైపుణ్యాలు అందించేందుకే 'యంగ్ ఇండియా స్కిల్స్ యూనివర్సిటీ' ఏర్పాటు చేశామని ప్రస్తావించారు. స్కిల్స్ యూనివర్సిటీ నిర్వహణలో ఆనంద్ మహీంద్రా, శ్రీనిరాజు వంటి కార్పొరేట్ దిగ్గజాలు భాగస్వామ్యంగా ఉన్నాయని వెల్లడించారు.

ఐటీఐలను ఆధునిక శిక్షణ కేంద్రాలుగా మారుస్తున్నాం..

టాటా గ్రూప్ సహకారంతో రూ.2,100 కోట్ల పెట్టుబడితో రాష్ట్రంలోని ఐటీఐలను ఆధునిక శిక్షణ కేంద్రాలుగా మారుస్తున్నామని సీఎం రేవంత్‌రెడ్డి స్పష్టం చేశారు. 'తెలంగాణ రైజింగ్' విజన్- 2034 నాటికి వన్ ట్రిలియన్ డాలర్లు.. 2047 నాటికి మూడు ట్రిలియన్ డాలర్ల ఆర్థిక వ్యవస్థే తమ లక్ష్యమని ఉద్ఘాటించారు. హైదరాబాద్‌కు ఐఐఎం (××వీ) రావాల్సిన అవసరం ఎంతైనా ఉందని తెలిపారు. తెలంగాణకు అంతర్జాతీయ వర్సిటీలు.. హైదరాబాద్‌లో 'యూనివర్సిటీ ఆఫ్ లండన్' ఆఫ్ షోర్ క్యాంపస్ ఏర్పాటు చేయడం తొలి విజయమని చెప్పుకొచ్చారు. ఢిల్లీ, ముంబై, కోల్‌కతా, చెన్నై, హైదరాబాద్, బెంగళూరు నగరాల అభివృద్ధికి 'ఎం-6 టాస్క్‌ఫోర్స్' ఏర్పాటు చేయాలని సూచించారు. ఈ 6 ప్రధాన నగరాల మౌలిక వసతుల కోసం ఒక్కో నగరానికి రూ.6 లక్షల కోట్ల ప్రత్యేక నిధిని కేంద్రం ఇవ్వాలని కోరారు. రీజినల్ రింగ్ రోడ్, మెట్రోఫేజ్-2, మూసీ పునరుజ్జీవనం, ఫ్యూచర్ సిటీకి కేంద్ర ప్రభుత్వం సహకరించాలని సూచించారు. పాలమూరు - రంగారెడ్డి ఎత్తిపోతల పథకం అనుమతులు, సెమీ కండక్టర్ పరిశ్రమల ఏర్పాటుకు కేంద్రం మద్దతు ఇవ్వాలని సీఎం రేవంత్‌రెడ్డి విజ్ఞప్తి చేశారు.అవినీతికి పాల్పడుతున్న ప్రభుత్వ అధికారులపై సీఎం రేవంత్ రెడ్డి కఠినంగా వ్యవహరించేందుకు సిద్ధమైనట్టు కనిపిస్తున్నది. హోదాతో సంబంధం లేకుండా అవినీతి ఆరోపణలు వచ్చిన అధికారులను ఏరివేసేందుకు నిర్ణయం తీసుకున్నట్టు సమాచారం. సదరు అధికారులకు సొంత పార్టీ నేతల అండదండలున్నా పట్టించుకోవద్దని, రూల్స్ ప్రకారం చర్యలు తీసుకోవాలని గ్రీన్ సిగ్నల్ ఇచ్చినట్టు తెలిసింది. అందులో భాగంగానే ఇటీవల రోడ్డు భవనాల శాఖ ఈఎన్సీ(ఇంజినీరింగ్ ఇన్ చీఫ్) మోహన్ నాయక్ ఇంటిపై అవినీతి నిరోధకశాఖ సోదాలు నిర్వహించినట్టు స్పష్టమవుతున్నది.కాంగ్రెస్ అధికారంలోకి వచ్చిన తర్వాత మోహన్ నాయక్ ను ఆర్అండ్ బీ ఈఎన్సీగా నియమించింది. కీలకమైన బాధ్యతలు అప్పగించినందుకు జాగ్రత్తగా పనిచేసుకోవాల్సిన ఆయన అధికారాన్ని అడ్డుపెట్టుకుని పెద్దఎత్తున అక్రమాలకు పాల్పడినట్లు ఆరోపణలు వచ్చాయి. ప్రధానంగా ఉమ్మడి మహబూబ్ నగర్ జిల్లాలో నిర్మించిన పలు రోడ్ల నిర్మాణాల విషయంలో అక్రమాలకు పాల్పడినట్టు ఫిర్యాదులు ఉన్నాయి. కొందరు కాంట్రాక్టర్ల వద్ద పెద్దఎత్తున డబ్బులు డిమాండ్ చేసినట్లు తెలిసింది. మరోవైపు ఆయన తన వద్దకు వచ్చే ప్రతి ఫైల్ కు ఓ రేటు ఫిక్స్ చేసి డబ్బులు ఇచ్చిన తర్వాతే ఫైల్ పై సంతకం చేస్తారనే ఆరోపణలు ఉన్నాయి. దీంతో విసిగివేసారిన బాధితులు ప్రభుత్వానికి ఫిర్యాదు చేసినట్లు తెలిసింది.

డీఎస్సీ-2025లో సీబీఐ దర్యాప్తు జరపాలి

బయటకొస్తాయని ఆయన చెప్పారు.డీఎస్సీలో స్పోర్ట్స్ కోటా ఉద్యోగాల భర్తీలో ఇష్టారాజ్యంగా వ్యవహరించారని, అందుకోసం కొత్తగా జీఓలు తెచ్చారని శ్రీ వైయస్ జగన్ తెలిపారు. తమ పని పూర్తి చేసుకోగానే, మరో మూడు జీఓలు జారీ చేసి, ఆ రెండు కొత్త జీఓలు రద్దు చేశారని వెల్లడించారు. పరీక్ష లేకుండానే, పతకాలు సాధించకున్నా.. కేవలం క్రీడా పోటీలో పాల్గొంటే చాలు అంటూ కొత్త నియమావళిలో ఉద్యోగాలు భర్తీ చేశారన్న ఆయన, సర్టిఫికెట్స్ ఇచ్చిందీ వారే, ధృవీకరించింది వారే అని గుర్తు చేశారు. ఒక్కో టీచర్ పోస్టు రూ.15 లక్షల నుంచి రూ.20 లక్షల వరకు అమ్ముకున్నారన్న ఆయన, దానికి సంబ్యంధించి.. ఒక ఆడియో, వీడియో క్లిప్ ప్రదర్శించారు. అందుకే డీఎస్సీ--2025పై సీబీఐ దర్యాప్తు డిమాండ్ చేస్తున్నట్లు పార్టీ కేంద్ర కార్యాలయంలో మీడియాతో మాట్లాడిన శ్రీ వైయస్ జగన్ వెల్లడించారు.డీఎస్సీ పరీక్ష నిర్వహణ విధానం షాకింగ్:చంద్రబాబు కూటమి ప్రభుత్వం ఆర్భాటంగా ప్రచారం చేసుకుని నిర్వహించిన డీఎస్సీ (డిస్ట్రిక్ట్ సెలక్షన్ కమిటీ) పరీక్ష విధానం చూస్తే నిజంగా షాకింగ్. అంత అలార్మింగ్ లెవల్స్‌లోకి షాక్ అనేది పోతుంది. లక్షల మంది అభ్యర్థులు పెట్టుకున్న నమ్మకాన్ని చంద్రబాబుగారు వమ్ము చేస్తూ, స్కాములు చేస్తూ, ప్రతిభావంతుల జీవితాలను దారుణంగా దెబ్బ తీసిన పరిస్థితులు ఈరోజు రాష్ట్రంలో చూస్తున్నాం. ఇంత ఘోరంగా రిక్రూట్‌మెంట్ జరగడం అనేది బహుశా ఆంధ్ర చరిత్రలో ఎప్పుడైనా జరిగిందో లేదో నాకైతే తెలియదు. చంద్రబాబు, ఆయన సుపుత్రుడు లోకేష్ విద్యా శాఖ మంత్రిగా ఉంటూ ఇద్దరూ కలిసి చాలా దారుణంగా వ్యవహరించిన పరిస్థితులు రాష్ట్రంలో చోటు చేసుకున్నాయి. నిజంగా చంద్రబాబునాయుడుగారిని ఒకసారి గమనిస్తే ఒక అబద్ధానికి, మోసానికి, ఓ వెన్నుపోటుకు, ఓ దగాకు, ఓస్కాముకు.. వీటికి చొక్కా, ప్యాంటు తగిలిస్తే కనిపించేది చంద్రబాబే. చంద్రబాబునాయుడు గారి రాజకీయ జీవితం చూసినా, ఈ రెండేళ్లలో ఆయన సూపర్ సిక్సులు, సూపర్ సెవెన్లు చూసినా, తానిచ్చిన మేనిఫెస్టో హామీలు ఇంకా లోతుగా చూసినా, ఇవాళ టీచర్ల రిక్రూట్‌మెంట్ చూసినా మనకు కనిపించేవి ఇవే. దగా, మోసం, అబద్ధాలు, స్కామ్.చంద్రబాబునాయుడుగారు రాగానే తొలి సంతకాలు అంటూ 5 సంతకాలు చేశారు. వాటికి నానా హంగామా, ఆర్భాటం కూడా చేశారు. అందులో మెగా డీఎస్సీ కూడా ఒకటి. మెగా అనేది ఏమిటో నాకైతే అర్థం కాదు. ఎందుకంటే అందులో 6,100 ఉద్యోగాలకు మా ప్రభుత్వ హయాంలో నోటిఫికేషన్ ఇచ్చాం. ఆ నోటిఫికేషన్‌ను చంద్రబాబుగారు రద్దు చేసి, ఆ తర్వాత ఆలస్యం కూడా చేసి, అంతకు ముందు మేం ఇచ్చిన ఆ 6,100 పోస్టులు కూడా కలిపి మొత్తంగా ఒక 16 వేల టీచర్ పోస్టులకు నోటిఫికేషన్ ఇచ్చారు. ఆ నోటిఫికేషన్‌లో చివరకు లీకులు చూస్తున్నాం. అక్రమాలు చూస్తున్నాం. స్కాములు చూస్తున్నాం. అవకతవకలు చూస్తున్నాం. మరోవైపు తనంతట తానే సెల్ఫ్ సర్టిఫికెట్లు చాలా ఇచ్చుకుంటుంటాడు. రికార్డు అంటాడు. మెగా అంటాడు. రకరకాల పద్ధతులు, రకరకాల మాటలు మాట్లాడతాడు.అయ్యా చంద్రబాబుగారూ రికార్డు అంటే ఏమిటో నేను ఒకసారి చెబుతా తెలుసుకోండి. వైయస్సార్‌సీపీ ప్రభుత్వంలో రాష్ట్ర చరిత్రలో కానీ, దేశ చరిత్రలో కానీ కనీవినీ ఎరుగని రీతిలో ఒకే నోటిఫికేషన్‌తో ఒకే టైమ్‌లో 1.30 లక్షల ఉద్యోగాలు భర్తీ చేసిన చరిత్ర. అలా ఈ రాష్ట్రంలో కానీ, దేశంలో కానీ ఎక్కడైనా జరిగిందా? ఒక్క వైయస్సార్‌సీపీ ప్రభుత్వంలో మాత్రమే జరిగిందని గర్వంగా చెప్పగలుగుతాను. రికార్డు అంటే ఇదీ అని కూడా చెప్పగలుగుతాను.గ్రామ స్వరాజ్య సాధన. సుపరిపాలన. ఈ రెండూ లక్ష్య సాధనగా ఉద్యోగాల చరిత్రలో ఓ సువర్ణ అధ్యాయం రాశాం మేం. ఎవరూ బద్ధలు కొట్టలేని ఓ రికార్డును సృష్టించాం. 2019, మే 30న నేను సీఎంగా ప్రమాణ స్వీకారం చేస్తే.. ఆ తర్వాత 50 రోజుల్లోనే అంటే జూలై 19న జీవో ఇచ్చాం. జూలై 25 నుంచి 27 మధ్య నోటిఫికేషన్ ఇచ్చాం. జూలై 27 నుంచి ఆగస్టు 10 వరకు అప్లికేషన్లు తీసుకున్నాం. సెప్టెంబర్ 1 నుంచి 8 వరకు పరీక్షలు నిర్వహించాం. 2,800 సెంటర్లలో 19 లక్షల మంది పరీక్షలు రాశారు. ఎక్కడా కూడా ఒక్క తప్పు జరగలేదు. ఎలాంటి లోపాలు లేకుండా అందరి విశ్వాసాలను పొందుతూ ఏకంగా 1.30 లక్షల శాశ్వత ఉద్యోగాలు మా ప్రభుత్వంలో ఇవ్వడం జరిగింది. అప్పుడు ఉద్యోగం పొందిన వారంతా ఇప్పుడు మనకళ్ల ఎదుటే కనిపిస్తున్నారు. మన గ్రామాల్లోనే మన ఇళ్లకు సేవలందిస్తూ సచివాలయాల్లో కనిపిస్తున్నారు. అక్టోబర్ 2 గాంధీ జయంతి నాటికల్లా మొత్తం ప్రక్రియ పూర్తి చేశాం.నాలుగు నెలల్లోనే అత్యంత పారదర్శకంగా, ఒక్క తప్పు కూడా జరగకుండా ఎలాంటి లోపాలూ లేకుండా ఓ చరిత్ర సృష్టించాం.

ప్రజలపై కక్షకట్టినట్టుగా చంద్రబాబు రెండేళ్ల పాలన

స్టేట్ కోఆర్డినేటర్ సజ్జల రామకృష్ణారెడ్డి అన్నారు. వైయస్సార్‌సీపీ శ్రేణులే లక్ష్యంగా మొదలైన అణచివేత, దాడులు ఇప్పుడు అన్ని వర్గాల మీద తమ ప్రతాపం చూపించే వరకు వెళ్లాయని ఆరోపించారు. తాడేపల్లి పార్టీ కేంద్ర కార్యాలయంలో పొన్నూరు నియోజకవర్గ వైయస్సార్‌సీపీ సమన్వయకర్త అంబటి మురళి నేతృత్వంలో భారీ సంఖ్యలతో యువత, టీడీపీ నాయకులు, కార్యకర్తలు వైయస్సార్‌సీపీలో చేరారు. పార్టీ స్టేట్ కోఆర్డినేటర్ సజ్జల రామకృష్ణారెడ్డి వారికి కండువాలు కప్పి పార్టీలోకి ఆహ్వానించారు. ఈ సందర్భంగా సజ్జల రామకృష్ణారెడ్డి మాట్లాడుతూ రెండేళ్ల చంద్రబాబు కూటమి పాలనపై రాష్ట్రమంతా తీవ్ర వ్యతిరేకత వ్యక్తమవుతోందని, నీచ నికృష్ట పాలనతో ప్రజల్లో చెడ్డపేరు తెచ్చుకున్నాడని ఆరోపించారు. చంద్రబాబు నియంత పాలనకు గట్టిగా బదులు చెప్పే ధైర్యం రాష్ట్రంలో వైయస్ జగన్ గారికి మాత్రమే ఉందని స్పష్టం చేశారు. ఐదేళ్ల పాలనతో వైయస్ జగన్ గారు రాష్ట్రాన్ని పదిహేనేళ్లు ముందుకు తీసుకెళితే, 40 ఏళ్ల అనుభవం ఉందని చెప్పుకునే చంద్రబాబు రెండేళ్లలోనే రాష్ట్రాన్ని 20 ఏళ్లు వెనక్కి తీసుకెళ్లాడని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. పొన్నూరులో టీడీపీ ఎమ్మెల్యే ధూళిపాళ్ల నరేంద్ర అరాచకాలు తారాస్థాయికి చేరాయని, ఆయన వ్యవహారశైలి నచ్చకపోవడం వల్లే ఈరోజు వైయస్సార్‌సీపీ లోకి చేరుతున్నారని చెప్పారు. ఎమ్మెల్యే అణచివేతకు దీటుగా వైయస్సార్‌సీపీ నాయకుడు అంబటి మురళి చేస్తున్న పోరాటాలను సజ్జల రామకృష్ణారెడ్డి అభినందించారు. నీచ నికృష్ట పాలనతో ప్రజల్లో చెడ్డపేరు తెచ్చుకున్నాడు. దేశంలో ఎక్కడా లేని అరాచకం, హింసాకాండ ఏపీలో జరుగుతోంది. నిజాయితీ, నిబద్ధత కలిగిన పోలీసు అధికారులను పక్కన పెట్టారు. తమకు అనుకూలమైన పోలీసులతో ప్రత్యర్థులను వేధిస్తున్నారు. అక్రమ కేసులు నిత్యకృత్యంగా మారాయి. వైయస్ జగన్ అమలు చేస్తున్న సంక్షేమ పథకాలే కాకుండా మరిన్ని పథకాలు అమలు చేస్తామని ఎన్నికల్లో గొప్పగా ప్రచారం చేసుకున్న కూటమి నాయకులు, ఏ ఒక్క హామీని అమలు చేయలేకుండా ప్రజలకు వెన్నుపోటు పొడిచారు. అమలు చేసి తీరాల్సిన ఆరోగ్యశ్రీ పథకాన్ని కూడా పూర్తిగా నిర్వీర్యం చేశారు. ఐదేళ్ల పాలనతో వైయస్ జగన్ గారు రాష్ట్రాన్ని పదిహేనేళు ముందుకు తీసుకెళితే, 40 ఏళ్ల అనుభవం ఉందని చెప్పుకునే చంద్రబాబు రెండేళ్లలోనే రాష్ట్రాన్ని 20 ఏళ్లు వెనక్కి తీసుకెళ్లాడు. రెండేళ్ల కరోనా విలయతాండవం చేసినా వైయస్ జగన్ గారు విద్య, వైద్యం, వ్యవసాయం, సంక్షేమ రంగాల్లో రాష్ట్రాన్ని దేశంలోనే అగ్రగామిగా నిలబెట్టారు. కానీ రెండేళ్ల చంద్రబాబు పాలన చూస్తే రాష్ట్ర ప్రజల మీద కక్ష కట్టినట్టుగానే ఉంది.

పవన్ అనే పేరును మార్షల్ ఆర్ట్స్ గురువు పెట్టారు

పవన్ అనే పేరును తన మార్షల్ ఆర్ట్స్ గురువు పెట్టారు

పవన్ కల్యాణ్. అయితే, ఆయన అసలు పేరు పవన్ కల్యాణ్ కాదు అనే విషయం మనలో చాలా మందికి తెలుసు. కానీ, ఆ పేరు ఆయనకు ఎలా వచ్చింది? దాని వెనుక ఉన్న అసలు కథ ఏంటి? అనే ఆసక్తికరమైన విషయాలను పవన్ కల్యాణ్ ఇటీవల ఒక ఇంటర్వ్యూలో స్వయంగా పంచుకున్నారు. ఆ విశేషాలు ఇప్పుడు సోషల్ మీడియాలో విపరీతంగా ట్రెండ్ అవుతున్నాయి.పవన్ కల్యాణ్ తన చిన్ననాటి జ్ఞాపకాలను గుర్తుచేసుకుంటూ.. "నేను పుట్టినప్పుడు మా ఇంట్లో బారసాల రోజు నాకు పెట్టిన అసలు పేరు 'శ్రీ కల్యాణ్ కుమార్'. కానీ, ఆ తర్వాత స్కూల్ రికార్డుల్లో చేర్చే సమయానికి ఆ 'శ్రీ' అనే పదాన్ని తొలగించి, కేవలం 'కె. కల్యాణ్ కుమార్' అని రిజిస్టర్ చేశారు" అని వెల్లడించారు. గతంలో ఆయన తల్లి అంజనా దేవి కూడా ఒక ఇంటర్వ్యూలో తన కొడుకు అసలు పేరు కల్యాణ్ కుమార్ అని స్పష్టం చేశారు.మరి కల్యాణ్ కుమార్ కాస్తా 'పవన్ కల్యాణ్' ఎలా అయ్యారనే దానికి ఆయన ఒక పవర్‌ఫుల్ ఫ్లాష్‌బ్యాక్ చెప్పారు. "నాకు చిన్నప్పటి నుంచి మార్షల్ ఆర్ట్స్ అంటే విపరీతమైన పిచ్చి, ఆసక్తి ఉండేది. ట్రైనింగ్ తీసుకునే రోజుల్లో నేను నమ్మశక్యం కాని కఠినమైన విన్యాసాలు చేసేవాడిని. నా ఛాతీపై వందల కిలోల బరువున్న బండరాళ్లను పెట్టుకుని, వాటిని సుత్తితో పగలగొట్టించేవాడిని. నా శారీరక దృఢత్వాన్ని, నాకున్న అంకితభావాన్ని చూసి.. నా మార్షల్ ఆర్ట్స్ గురువు నా పేరుకు ముందు 'పవన్' అనే పదాన్ని చేర్చారు" అని తెలిపారు. అలా గురువు ఇచ్చిన 'పవన్' అనే పేరును ఆయన స్క్రీన్ నేమ్‌గా మార్చుకున్నారు. అదే పేరు కాలక్రమేణా టాలీవుడ్‌లో ఒక పెను తుపాను సృష్టించింది. ఆ తర్వాత అభిమానులు ఆయనకు ఇచ్చిన 'పవర్ స్టార్' అనే బిరుదు ఆయన పర్సనాలిటీకి కేరాఫ్ అడ్రస్‌గా మారిపోయింది.మెగాస్టార్ చిరంజీవి తమ్ముడిగా ఇండస్ట్రీలోకి అడుగుపెట్టినప్పటికీ.. కేవలం నటుడిగానే కాకుండా రైటర్, సింగర్, స్టంట్ డిజైనర్, డైరెక్టర్.. ఇలా మల్టీ టాలెంటెడ్‌గా తనకంటూ ఒక ప్రత్యేకమైన సామ్రాజ్యాన్ని క్రియేట్ చేసుకున్నారు. ప్రస్తుతం ఆయన ఆంధ్రప్రదేశ్ డిప్యూటీ సీఎంగా ప్రజాసేవలో బిజీగా ఉన్నారు. తన పేరు వెనుక ఉన్న ఈ రియల్ స్టోరీని పవన్ బయటపెట్టడంతో మెగా ఫ్యాన్స్ ఫుల్ ఖుషీ అవుతున్నారు.ప్రముఖ దర్శకుడు భారతీరాజా మృతి పట్ల ప్రధాని మోదీ సంతాపం వ్యక్తం చేశారు. ఆయన మరణం చాలా బాధాకరమని పేర్కొన్నారు. భారతీయ సినీ రంగంలో ఓ మహోన్నత వ్యక్తిగా భారతీరాజాను అభివర్ణించారు.సినీ రంగానికి భారతీరాజా చేసిన సేవలను మోదీ గుర్తుచేసుకున్నారు. ఆయన సినిమాలు తమిళ సినీ రంగాన్ని కొత్త దిశగా నడిపించాయని అన్నారు.

దమ్ముంటే 12 వైఫల్యాలపై జవాబివ్వండి

అతి స్పందన ఎందుకని షర్మిల ప్రశ్నించారు. తాము ప్రజా సమస్యలపై, ప్రభుత్వ వైఫల్యాలపై నిలదీస్తుంటే, సమాధానం చెప్పలేక అర్థం పర్థం లేని అంశాలను తెరపైకి తెచ్చి బీజేపీ తన సంస్కారాన్ని బయటపెట్టుకుంటోందని విమర్శించారు. నిజంగా చిత్తశుద్ధి ఉంటే, కాంగ్రెస్ పార్టీ లేవనెత్తిన 12 వైఫల్యాలపై చర్చకు రావాలని, పుండు మీద కారం చల్లే చేష్టలు మానుకోవాలని హితవు పలికారు.కేంద్ర ప్రభుత్వ పాలనపై షర్మిల ప్రశ్నల వర్షం కురిపించారు. "రైళ్లు, రహదారులు అని గొప్పలు చెప్పడం కాదు, నిత్యావసరాల ధరలు 300 శాతం ఎందుకు పెరిగాయో చెప్పాలి. అతిపెద్ద స్టార్టప్ దేశమని చెప్పుకోవడం కాదు, ఏటా 2 కోట్ల ఉద్యోగాలు ఎందుకు ఇవ్వలేకపోయారో సమాధానం చెప్పాలి. డీబీటీల గురించి కాదు, దేశవ్యాప్తంగా 28 సార్లు జరిగిన పేపర్ లీకుల గురించి మాట్లాడాలి. మహిళా సాధికారిత అని సమర్థించుకోవడం కాదు, ఏటా జరుగుతున్న 5 లక్షల అఘాయిత్యాలపై జవాబివ్వాలి" అని ఆమె నిలదీశారు.అంతేకాకుండా, దేశ ఆర్థిక పరిస్థితిపైనా షర్మిల తీవ్ర విమర్శలు చేశారు. "తెచ్చిన లక్షల కోట్ల అప్పులు ఎక్కడ ఖర్చు చేశారో శ్వేతపత్రం ఇవ్వాలి. దేశీయ ఆర్థిక వృద్ధి మెరుగ్గా ఉంటే, డాలర్‌తో రూపాయి విలువ రెండింతలు ఎందుకు పతనమైంది? పీఎం కిసాన్ నిధులతో రైతులను ఆదుకుంటే, ఏటా 12 వేల మంది రైతులు ఎందుకు ఆత్మహత్యలు చేసుకుంటున్నారు?" అని ఆమె ప్రశ్నించారు.విభజన రాజకీయాల గురించి బీజేపీ మాట్లాడటం 'దెయ్యాలు వేదాలు వల్లించినట్టు' ఉందని షర్మిల ఎద్దేవా చేశారు. మతాల మధ్య చిచ్చు పెట్టి, ఓటు బ్యాంకు రాజకీయాలు చేసేది ఎవరో దేశ ప్రజలందరికీ తెలుసన్నారు. ఎన్నికల కమిషన్ వంటి రాజ్యాంగ సంస్థలను కీలుబొమ్మలుగా మార్చుకుని, ఓట్లు, సీట్ల చోరీకి పాల్పడుతున్నంత కాలం బీజేపీకి ప్రజాభిమానం లభించదని, వారికి దక్కేవి దొంగ సర్టిఫికెట్లు మాత్రమేనని ఆమె తీవ్ర వ్యాఖ్యలు చేశారు. రాష్ట్ర అభివృద్ధికి కాంగ్రెస్ అంకితభావంతో ఉందని, ప్రజా ఉద్యమ గొంతుక తమదేనని షర్మిల స్పష్టం చేశారు.రాజ్యసభ సీటు మాట ఇచ్చిన వాళ్లకు, మాట తీసుకున్న వాళ్లకు మాత్రమే సంబంధించిన విషయం. మధ్యలో మీ అసహనం ఏంటి ? ఈ అతి స్పందన ఎందుకు ? 12 ఏళ్ల వైఫల్యాలను ప్రజల ముందు పెడితే, సమాధానం చెప్పే దమ్ములేక, అర్థం పర్థం లేని అంశాలను మాట్లాడే మీ సంస్కారం ఏపాటిదో అర్థమైంది. ప్రజా ఉద్యమ గొంతుకగా ఎవరిది ఆరాటమో, ఎవరిది అసహనమో రాష్ట్ర ప్రజలకు అంతా తెలుసు. రాష్ట్ర అభివృద్ధికి అంకితభావం మాది. సహనాన్ని కోల్పోయి పిచ్చిప్రేలాపనలు మీవి. నిజంగా బీజేపీకి చిత్తశుద్ధి ఉంటే పుండుమీద కారం చల్లే చేష్టలు బంద్ పెట్టి, ఆంధ్రప్రదేశ్ కాంగ్రెస్ పార్టీ పక్షాన లేవనెత్తిన 12 వైఫల్యాల మీద సమాధానం చెప్పాలి. మీద మెరుగులు చూపించడం ఆపి లోపల పురుగుల సంగతి తేల్చాలి. రైళ్లు,రహదారులు అని చెప్పడం కాదు. నిత్యావసర ధరలు 300 శాతం ఎందుకు పెరిగాయో చర్చకు రావాలి. జి 20 తో ఉద్ధరించారని కాదు ..ూ× సమ్మిట్ల ద్వారా చైనా కుక్కబొమ్మతో దేశ పరువు ప్రపంచ వేదికగా ఎందుకు తీశారో చెప్పాలి.

30 ఏళ్లు దాటిన పురుషులు తప్పకుండా వీటిని రోజూ తీసుకోవాలి

పురుషుల్లో 30 ఏళ్లు దాటిన తరువాత నుంచి శరీరంలో అనేక మార్పులు సంభవిస్తుంటాయి. ముఖ్యంగా కండరాల పనితీరు మందగిస్తుంది. కండరాలు కుచించుకుపోతుంటాయి. ప్రతి 10 ఏళ్లకు ఒకసారి 3 నుంచి 5 శాతం మేర కండరాల మోతాదు తగ్గుతుంది. దీంతో శక్తి నశించిపోతుంది. అయితే పురుషుల్లో కండర పుష్టికి టెస్టోస్టిరాన్ అనే హార్మోన్ దోహదపడుతుంది. కానీ 40 ఏళ్లు దాటిన అనంతరం ఇది కూడా తగ్గుతుంటుంది. కనుక 40 ఏళ్లు దాటిన తరువాత నుంచి పురుషుల్లో గణనీయమైన మార్పులు వస్తుంటాయి. ముఖ్యంగా బరువు ఎత్తడం వంటి పనులు చేయలేకపోతుంటారు. కానీ ముందు నుంచే వ్యాయామం చేస్తే కండరాల క్షీణతను కాస్త నెమ్మదింపజేయవచ్చు.

కండరాల క్షీణత ఎక్కువగానే..

రోజూ వ్యాయామం చేసే వారిలో కండరాల క్షీణత తక్కువగా ఉంటుంది. కనుక రోజూ కనీసం 30 నిమిషాల పాటు అయినా సరే వ్యాయామం చేయాల్సి ఉంటుంది. వ్యాయామం చేయడం వల్ల కండరాల క్షీణతను తగ్గించవచ్చు. అలాగే ప్రోటీన్లు ఉండే ఆహారాలను కూడా తీసుకుంటుండాలి. దీంతో కూడా మంచి ఫలితం ఉంటుంది. ఇక జిమ్‌లలో వ్యాయామాలు చేసేవారు ప్రోటీన్ పొడులను తీసుకుంటూ ఉంటారు. ఇది ఈ మధ్య కాలంలో ఎక్కువైందని చెప్పవచ్చు. కానీ ఈ పొడులను డాక్టర్ సలహా మేరకు తీసుకోవాల్సి ఉంటుంది.

ఎంత మోతాదులో..?

ఇక శారీరక శ్రమ, వ్యాయామం చేయకపోతే అలాంటి వారు రోజుకు తమ శరీర బరువులో ఒక కిలోకు 0.8 గ్రాముల ప్రోటీన్‌ను తీసుకుంటే చాలు. అయితే కండరాల నిర్మాణం కోరుకునే వారు మాత్రం 1.2 గ్రాముల వరకు ప్రోటీన్‌లను తీసుకోవాల్సి ఉంటుంది. ఉదాహరణకు 80 కిలోల బరువు ఉన్న వ్యక్తి రోజూ వ్యాయామం చేస్తుంటే రోజుకు సుమారుగా 95 గ్రాముల మేర ప్రోటీన్‌లను తీసుకోవాల్సి ఉంటుంది. రోజుకు అవసరమైన దాంట్లో 20 నుంచి 40 శాతం ప్రోటీన్లను వ్యాయామం చేసిన గంటలోపు తీసుకోవాలి. దీంతో కండరాలు త్వరగా మరమ్మత్తులకు గురవుతాయి. దీంతో కండరాల నిర్మాణం జరుగుతుంది.

ప్రోటీన్లు ఉండే ఆహారాలు..

అయితే ఎంత ప్రోటీన్‌ను తీసుకుంటున్నాం అనేది తినే పదార్థాన్ని బట్టి ఉంటుంది. సాధారణంగా 85 గ్రాముల చికెన్ తీసుకుంటే అందులో 24 గ్రాముల ప్రోటీన్ లభిస్తుంది. 225 గ్రాముల పెరుగు తింటే 23 గ్రాములు, ఉడికించిన పప్పులను ఒక కప్పు తింటే 18 గ్రాములు, 85 గ్రాముల చేపలతో 17 గ్రాములు, ఒక గుడ్డుతో 6.5 గ్రాములు, ఒక కప్పు పల్లీలతో 7 గ్రాముల ప్రోటీన్ లభిస్తాయి. కనుక ఈ మోతాదు ప్రకారం ప్రోటీన్లను లెక్కవేసుకోవాల్సి ఉంటుంది. ప్రోటీన్లు మనకు కోడిగుడ్లు, చీజ్, పనీర్, పిస్తా, పప్పు దినుసులు వంటి వాటి ద్వారా లభిస్తాయి. అన్ని రకాల ఆహారాలను రోజూ తీసుకోవడం వల్ల ప్రోటీన్లు సరిగ్గా అందేలా చూసుకోవచ్చు. ప్రోటీన్ల వల్ల కండరాలు నిర్మాణం అవుతాయి. శక్తి లభిస్తుంది. వయస్సు మీద పడిన తరువాత కండరాల క్షీణత వేగంగా ఉంటుంది కనుక ప్రోటీన్లను తింటే కండరాల క్షీణతను నెమ్మదింపజేయవచ్చు. ఈ విధంగా ప్రోటీన్లు మనకు మేలు చేస్తాయి.

అప్పులలో రికార్డు

సూదిమొనంత పనిచెయ్యనోళ్లు ఏనుగంత అప్పు తెచ్చి రాష్ట్ర ప్రజల నెత్తిమీద రుద్దారు. అప్పు చేయడమే తప్పన్నట్టుగా ఇల్లెక్కి కూసినోళ్లు అప్పుల కుప్పలుగా తయారయ్యారు. పాత సర్కారు చేసిన అప్పుల మీద రోతమాటలు మాట్లాడినోళ్లు చేసిన అప్పుల లెక్క చూస్తే గుండె గుబేలనిపించక మానదు. అప్పు చేయడమే తప్పన్నోళ్లు అధికారంలోకి వచ్చి పది నెలలైనా పూర్తికాకముందే చేసిన అప్పు అక్షరాలా రూ.75,118 కోట్లు. ఉమ్మడి రాష్ట్రంలో అన్ని సర్కార్లు కలిసి చేసిన మొత్తం అప్పు రూ.72,658 కోట్లే. అది 60 ఏండ్ల అప్పు. ఆ సంగతి కాంగ్రెస్ శ్వేతపత్రంలోనే రాసుకున్నది. మరి ఏడాదికి రెండు నెలలు తక్కువ ఉండగానే అంతకుమించి అప్పు చేయాల్సిన అవసరం ఏమొచ్చింది? ఎక్కడెక్కడో, ఏవేవో జామీనులిచ్చి తెచ్చిన అంతలావు సొమ్ము ఏం చేశారు? ఎక్కడ పోశారు? ఒక్క ఇటుక పెట్టలేదు. మీటరు గోడ లేపలేదు. ఉద్యోగులకు పీఆర్సీ ఇవ్వలేదు. డీఏ కూడా ఇవ్వలేదు. ఒక్క కొత్త ఉద్యోగం ఇవ్వలేదు. మరి ఏమయ్యాయి అప్పు తెచ్చిన వేల కోట్లు? రైతుబంధు వేశారా? అంటే వేయలేదు. అన్నమాట ప్రకారం రైతులందరికీ రుణమాఫీ చేశారా? అంటే చేయలేదు. మహిళలకు, వృద్ధులకు పింఛన్లు పెంచలేదు. ఆడబిడ్డలకు తులం బంగారం పంచలేదు. కనీసం పుట్టిన పాపకు కేసీఆర్ కిట్ ఇవ్వలేదు. నిరుద్యోగ భృతి అతీగతీ లేదు. దళితబంధు జాడే లేదు. ప్రాజెక్టు కట్టడం మాట దేవుడెరుగు, కనీసం కిలోమీటరు రోడ్డు కూడా వేయలేదు. బాండ్లు రాసిచ్చి మరీ తెస్తున్న అప్పునంతా ఎక్కడ ఖర్చు చేశారో చెప్పే నాథుడే కరువయ్యాడు. రూ.80 వేల కోట్ల కాళేశ్వరంలో లక్ష కోట్లు చేతులు మారాయని వితండవాదం చేసినవాళ్లు దాదాపుగా అంతే మొత్తాన్ని తెచ్చి ఏ గొయ్యిలో పోశారో చెప్పలేకపోతున్నారు. కేసీఆర్ అప్పు తేలేదని ఎవరన్నారు? అప్పుచేసి తెచ్చిన సొమ్మును ఏం చేశారనేది అసలు సంగతి. ఆ సొమ్మును కేసీఆర్ సంపదను పెంచేందుకు వినియోగించడం వల్లే రాష్ట్రం అభివృద్ధిలో అంగలు వేసిందనేది ప్రత్యక్షర సత్యం. మిషన్ భగీరథతో ఇంటింటికీ నల్లా నీళ్లు అందించారు. మిషన్ కాకతీయతో వేల చెరువుల పూడిక తీశారు. కాంగ్రెస్ సర్కారు కనీసం తట్టెడు మట్టి ఎత్తలేదు. చెంబెడు నీళ్లు ఇవ్వలేదు. కాంగ్రెస్ సర్కారు అధికారంలోకి వచ్చి ఏడాదైనా కొత్త పని ఒక్కటీ మొదలుపెట్టలేదు. అభివృద్ధి ఆగమైంది. సంక్షేమం సడుగులు ఇరిగినై. అప్పులు మాత్రం తుప్పల్లా పెరిగినై. ఏమయ్యాయి అప్పు చేసి తెచ్చిన నిధులు? అని ప్రజలు అడుగుతున్నారు. ఎవరి జేబుల్లోకి వెళ్లాయని నిలదీస్తున్నరు. కేసీఆర్ కట్టిన కాళేశ్వరంతో కోటి రతనాల వీణ కోటి ఎకరాల మాగాణంగా రూపు సవరించుకుంది. రాష్ట్రం పచ్చగా కళకళలాడింది. ప్రజల బతుకులు మారాయి. మరి మూటల కొద్దీ పైసలు తెచ్చి కాంగ్రెస్ ఏం కట్టింది? అంటే సమాధానం సున్నా. తెచ్చిన అప్పులపై ప్రజలకు పైసా పైసా లెక్క చెప్పాల్సి ఉంటుందని కాంగ్రెస్ సర్కారు పెద్దలు గుర్తుంచుకుంటే మంచిది. సంపద పెంచి అందరికి పంచిన చరిత్ర కేసీఆర్‌ది. అధికారమే సోపానంగా, అడ్డగోలు హామీలతో ప్రజలను వంచించిన కాంగ్రెస్‌కు కూలగొట్టుడు తప్ప కట్టుడు తెలువదని ప్రజలకు మరోసారి తెలిసివచ్చింది.

ఈస్టర్న్ లడాఖ్‌లో ఇండో-చైనా బలగాల కోఆర్డినేటెడ్ పెట్రోలింగ్

ఈస్టర్న్ లడాక్‌లోని డెమ్‌చోక్‌లో రెండు దేశాల బలగాలు.. సహకార పద్ధతిలో పెట్రోలింగ్ నిర్వహిస్తున్నాయి. భారతీయ ఆర్మీ వర్గాలు ఈ విషయాన్ని శుక్రవారం పేర్కొన్నాయి. త్వరలో దేప్‌సాంగ్ వద్ద కూడా కోఆర్డినేటెడ్ పెట్రోలింగ్ నిర్వహించనున్నట్లు ఆర్మీ వర్గాలు వెల్లడించాయి. ఈస్టర్న్ లడాక్‌లోని రెండు ప్రాంతాల నుంచి బలగాల ఉపసంహరణ బుధవారం ప్రారంభమైంది. 2020 మే నెల నుంచి రెండు దేశాల మధ్య ఉద్రిక్తంగా ఉన్న అన్ని ప్రదేశాల నుంచి ప్రస్తుతం బలగాల ఉపసంహరణ జరిగినట్లు పేర్కొన్నారు.

వీఆర్వో మహమ్మద్ హుస్సేన్ కుటుంబానికి ఊరటనిచ్చిన జిల్లా పరిపాలన

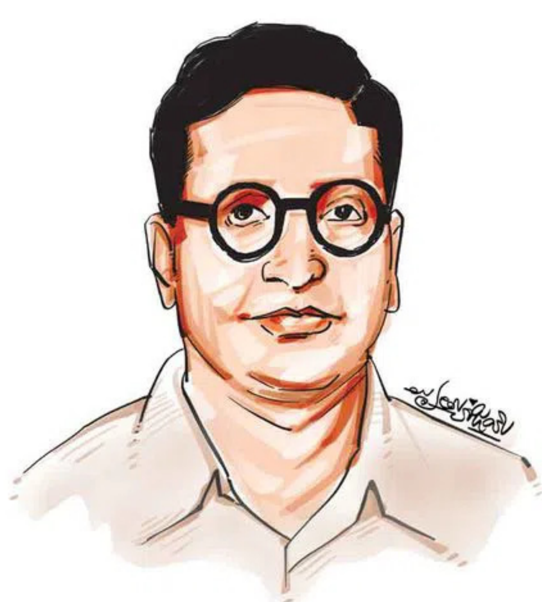
- కుమారుడికి ఉద్యోగ నియామక పత్రం..
- కలెక్టర్ డాక్టర్ ఎ. సిరి ప్రత్యేక చొరవపై ఉద్యోగ సంఘాల అభినందనలు.
- బాధిత కుటుంబానికి అండగా నిలిచిన రెవెన్యూ, సచివాలయ ఉద్యోగ సంఘాలు.

కర్నూలు, జూన్ 11 (స్ఫూర్తి పత్రిక): కర్నూలు అర్బన్ మండలంలో గ్రామ రెవెన్యూ అధికారిగా విధులు నిర్వహిస్తున్న కే.శే.టి. మహమ్మద్ హుస్సేన్ ఇటీవల మృతి చెందడం తీవ్ర విషాదాన్ని మిగిల్చింది. ఈ నేపథ్యంలో ఆయన కుటుంబానికి తక్షణ సహాయం అందించేందుకు జిల్లా పరిపాలన యంత్రాంగం, రెవెన్యూ శాఖ అధికారులు, ఉద్యోగ సంఘాల నాయకులు సమన్వయంతో చర్యలు చేపట్టారు. మృతుని కుటుంబానికి జీవనాధారం కల్పించే ఉద్దేశంతో అర్హత కలిగిన కుటుంబ సభ్యుడు లిషేక్ మౌలాలి భాషకు రెవెన్యూ శాఖలో జూనియర్ అసిస్టెంట్‌గా నియామకం కల్పించినట్లు ఉద్యోగ సంఘాల నాయకులు తెలిపారు. జిల్లా కలెక్టర్ డాక్టర్ ఎ. సిరి చేతుల మీదుగా నియామక పత్రం అందజేయడం జరిగిందన్నారు. అదేవిధంగా జోహరాపురం గ్రామ పరిధిలో రెండు సెంట్ల ఇంటి స్థలాన్ని కూడా కేటాయించినట్లు పేర్కొన్నారు. మహమ్మద్ హుస్సేన్ మృతి చెందిన రోజునే జిల్లా యంత్రాంగం స్పందించి కుటుంబానికి తక్షణ ఆర్థిక సహాయంగా రూ.50 వేల నగదు అందజేసినట్లు తెలిపారు. అంత్యక్రియల నిర్వహణ కోసం రెవెన్యూ శాఖ తరపున అదనపు సహాయం అందించడంతో పాటు వీఆర్వో గ్రేడ్-2 సంఘం కూడా ఆర్థిక సహకారం అందించినట్లు వెల్లడించారు. ఈ మొత్తం ప్రక్రియలో వీఆర్వో గ్రేడ్-2 సంఘం రాష్ట్ర వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ రమణ, ఉమ్మడి జిల్లా అధ్యక్షుడు ఆనంద్ కుమార్, జిల్లా కార్యదర్శి దర్గా కుమార్, గ్రామ, వార్డు సచివాలయ ఉద్యోగ సంఘ నాయకులు శివప్రసాద్, చక్రి, మద్దిలేటి తదితరులు ప్రత్యేక చొరవ తీసుకున్నట్లు తెలిపారు. బాధిత కుటుంబానికి ఉద్యోగం, ఆర్థిక సహాయం, ఇంటి స్థలం వంటి అంశాలను తక్కువ సమయంలో అందించేందుకు సహకరించిన జిల్లా కలెక్టర్ డాక్టర్ ఎ. సిరి, జిల్లా రెవెన్యూ అధికారి వెంకటనారాయణమ్మ, జిల్లా కలెక్టరేట్ పరిపాలన అధికారి రవికుమార్ తో పాటు సంబంధిత శాఖ అధికారులకు వీఆర్వో గ్రేడ్-2 సంఘం, గ్రామ వార్డు సచివాలయ ఉద్యోగ సంఘాల నాయకులు కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. భవిష్యత్తులో కూడా ఉద్యోగుల కుటుంబాలకు ఎలాంటి ఆపద వచ్చినా అండగా నిలుస్తామని ఉద్యోగ సంఘాల ప్రతినిధులు పేర్కొన్నారు. మృత ఉద్యోగికి సంబంధించిన ప్రభుత్వ పరమైన ప్రయోజనాలు, ఇతర బకాయిలు నిబంధనల ప్రకారం త్వరితగతిన అందేలా చర్యలు కొనసాగుతున్నాయని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో వీఆర్వో గ్రేడ్-2 సంఘం జిల్లా కోశాధికారి మద్దిలేటి, వెంకటేష్, సీతారాముడు, మహిళా విభాగం జిల్లా అధ్యక్షురాలు భాగ్యమ్మతో పాటు ఉద్యోగ సంఘాల ప్రతినిధులు పాల్గొన్నారు.

ఫిరాయింపులేనా ప్రజలను పట్టించుకోరా

'ఇంకేముంది బీఆర్ఎస్ పనైపోయింది. అందరూ మా వైపు వచ్చేస్తున్నారు. ఖేల్ ఖతం దుకనం బంద్' అంటూ అధికారంలోకి వచ్చిన కొత్తలో కాంగ్రెస్ నేతలు ఊదరగొట్టారు. వారన్నట్టే ఓ పదిమంది బీఆర్ఎస్ ఎమ్మెల్యేలు జారుకున్నారు. ఆ వలస అంతటితో ఆగిపోయింది. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వ నిర్వాకం చూశాక తెలిసి తెలిసి ఆ పార్టీలో చేరడానికి ఎవరూ సాహసించడం లేదు. ఆశల రెక్కలొచ్చి ఎగిరిపోయిన ఎమ్మెల్యేలు సైతం స్థానిక కాంగ్రెస్ కుంపట్ల వేడి ఉక్కపోత భరించలేక సతమతమవుతున్నారు. కాంగ్రెస్ కండువాలు కప్పుకొన్న ఎమ్మెల్యేల్లో ఒకరిద్దరు తామింకా బీఆర్ఎస్సే అని బుకాయిస్తున్నారే కానీ, ధైర్యంగా 'మేం కాంగ్రెస్' అని చెప్పలేకపోతున్నారు. కొందరు తిరిగి సొంతింటికి రావడానికి ముహూర్తాలు చూసుకుంటున్నారు. విద్యార్థులు, యువత తమ సమస్య ల పరిష్కారం కోసం, ఎన్నికల హామీల అమలు కోసం ఉద్యమిస్తున్నారు. తులం బంగారం ఏద ని తల్లులు ప్రశ్నిస్తున్నారు. ఉద్యోగులు పెదవి విరుస్తున్నారు. ఏకంగా పోలీసులే వీధుల్లోకి వచ్చి ప్రభుత్వాన్ని నిలదీస్తున్నారు. మత వైషమ్యాల ప్రమాదం మళ్లీ పొంచి చూస్తున్నది. ఫిరాయింపు ఎమ్మెల్యేలు పదవిలో కొనసాగుతారా? లేక అనర్హత వేటుకు గురవుతారా? అన్న డోలాయమాన పరిస్థితి సద్దుమణిగిన తర్వాత కొత్త పీసీసీ అధ్యక్షుడు మళ్లీ పాత రాగాన్ని అందుకున్నారు. చీలికలు, ఫిరాయింపులు అంటూ పదే పదే గొంతు చించుకుంటున్న కాంగ్రెస్ వ్యవహారశైలి చూస్తుంటే గురివింద సామెత గుర్తుకొస్తున్నది. వాస్తవానికి, కాంగ్రెస్ పార్టీలో వచ్చినన్ని చీలికలు, జరిగినన్ని ఫిరాయింపులు ఇతర ఏ పార్టీల్లో చోటుచేసుకోలేదు.

ప్రజల మనిషి వట్టికోట



ప్రజల కోసమే పుట్టి, ప్రజల కోసమే బతికి, ప్రజల కోసమే మరణించినవారిని ప్రజలు మరిచిపోతారేమో కానీ, చరిత్రలో వారు సృష్టించుకున్న పేజీలు మాత్రం మరిచిపోలేవు. నిరంతరం వారి త్యాగా లను గుర్తుచేస్తూనే ఉంటాయి. వారు సృష్టించుకున్న చైతన్యదీప్తి ఈ సమాజాన్ని ఎప్పుడూ ముందుకు నడిపిస్తూనే ఉంటుంది. అందుకే చరిత్ర ఈ మహనీయులను ప్రజల మనుషులుగా అభివర్ణిస్తుంది. ఆ విధంగా గుర్తించినవారిలో వట్టికోట ఆళ్వారుస్వామి ముందువరుసలో ఉంటారు. 'విశ్రాంతి తెలియనివాడు-స్వసుఖం కోరనివాడు వారం వారం మారనివాడు-రంగులద్దుకోలేనివాడు' అని వట్టికోట ఆళ్వారుస్వామిని కీర్తిస్తూ తన అద్భుతరచన 'అగ్నిధార'ను వట్టికోటకు అంకితమిచ్చారు మహాకవి దాశరథి. అంతేకాదు, కేతవరపు రామకోటి శాస్త్రి తన 'పీహెచ్‌డీ సిద్ధాంత' గ్రంథాన్ని, దాశరథి రంగాచార్య తన 'జనపదం' నవలను అంకితమిచ్చారు. తెలంగాణ తొలితరం నవలా సాహిత్యకారుడు వట్టికోట ఆళ్వారుస్వామి స్ఫూర్తి, రాష్ట్ర సాధన కోసం సాగిన సాహిత్య, సాంస్కృతిక ఉద్యమంలో కీలక భూమికను పోషించిందని తెలంగాణ తొలి ముఖ్యమంత్రి కేసీఆర్ 'వట్టికోట'ను ప్రశంసించారు. ఎందరో మహనీయుల ప్రశంసలందుకున్న వట్టికోట 1915 నవంబర్ 1న నల్గొండ జిల్లాలోని చెరువు మాదారం గ్రామంలోని నిరుపేద (సింహాద్రమ్మ- రామచంద్రాచార్య) దంపతులకు జన్మించారు. చిన్నతనంలోనే తండ్రి చనిపోయారు. ఆయన కుటుంబం ఆర్థికంగా ఎన్నో ఇబ్బందులను ఎదుర్కోవలసి వచ్చింది. కాంచనపల్లి సీతారామారావు అనే ఉపాధ్యాయునికి వండిపెడుతూ వట్టికోట తన చదువును కొనసాగించారు. ఆ తర్వాత గ్రంథాలయాలనే పవిత్ర ఆలయాలుగా భావించిన వట్టికోట నిరంతరం గ్రంథాలయాల్లోనే గ్రంథ పఠనం చేస్తూ సాహిత్య సౌరభాలను ఆఘ్రాణించారు. విజయవాడలో ఒక హోటల్‌లో సర్వర్‌గా పనిచేసినప్పుడు అక్కడి సాహిత్యకారులతో పరిచయం ఏర్పరుచుకున్నారు. ఆ తర్వాత హైదరాబాద్‌కు వచ్చిన వట్టికోట 1936-37లో గోలకొండ పత్రికలో ప్రూఫ్ రీడర్‌గా, ఆ తర్వాత మీజాన్ పత్రికలో ఫ్రీలాన్స్ జర్నలిస్ట్‌గా పనిచేశారు. నిరంతరం ప్రజల శ్రేయస్సు కోసం పరితపించే ఆయనకు ఆంధ్ర మహాసభతో సాన్నిహిత్యం ఏర్పడింది. దాంతో ఆంధ్ర మహాసభ, నల్గొండ శాఖకు అధ్యక్షుడయ్యారు. కమ్యూనిస్టు పార్టీ నాయకుడిగా, స్టేట్ కాంగ్రెస్, ఆర్యసమాజ్ కార్యకర్తగా, అభ్యుదయ రచయితల సం ఘం, తెలంగాణ రచయితల సంఘం సభ్యుడిగా నిరంతరం ప్రజల కోసమే జీవించారు. ఇక నిజాం వ్యతిరేక పోరాటాల్లో పాల్గొనడంతో ప్రభుత్వ ఆగ్రహానికి గురై జైలు పాలయ్యారు. జైలు లోపల గడిపిన రోజుల్లో అప్పటికే జైల్లో ఉన్న దాశరథితో సాన్నిహిత్యం ఏర్పడింది. జైలు గోడలపై బొగ్గుతో రాసిన దాశరథి కవితలను కంఠస్థం చేసేవారు. జైలు నుంచి విడుదలైన వట్టికోట సమాజ చైతన్యానికి విజ్ఞాన ప్రచారమే సాధనమని భావించారు. అందుకే సికింద్రాబాద్‌లో దేశోద్ధారక గ్రంథమాలను స్థాపించి పలువురు ప్రముఖుల గ్రంథాలను ప్రచురించారు. ఈ గ్రంథమాల సురవరం ప్రతాపరెడ్డి రాసిన 'హైందవ ధర్మవీరులు', 'ప్రాథమిక స్వత్వములు' గ్రంథాలతో సహా 35 గ్రంథాలను ప్రచురించింది. అంతేకాదు ఊరూరా తిరుగుతూ ఈ గ్రంథాలను తక్కువ ధరకే విక్రయించిన వట్టికోట సమాజంలో చైతన్యదీప్తిని ప్రజ్వరిల్లజేశారు. సాహిత్య ప్రచార సారథిగా మాత్రమే కాదు, ఆయన తొలితరం నవలా రచయిత, కథకుడు, సంపాదకుడు, ప్రచురణకర్త కూడా. వట్టికోట కొంతకాలం 'తెలుగు తల్లి' అనే మాసపత్రికను నిర్వహించారు. 'తెలంగాణ' అనే వార్తాపత్రికను కూడా నడిపారు. ఆయన రాసిన 'ప్రజల మనిషి' 1938కి ముందు నిజాం పాలన కింద ఉన్న తెలంగాణ పరిస్థితులకు దర్పణం పడుతుంది. 'జైలు లోపల' అనే కథా సంపుటి తాను జైలులో స్వయంగా దర్శించిన ఖైదీల విభిన్న మనస్తత్వాలను విపులంగా విశదీకరిస్తుంది. ఇక 'గంగు' అసంపూర్ణ నవల 1940-45 మధ్య నిజాంకు వ్యతిరేకంగా జరిగిన సాయుధ పోరాటానికి అద్దం పడుతుంది. 'రామప్ప రభస' వ్యాసాలు సామాజిక సమస్యలను కండ్లెదుట వ్యంగ్యంగా నిలుపుతాయి. అంతేకాదు వట్టికోట 'ధర్మరాజు' అనే కలం పేరుతో కూడా కొన్ని రచనలు చేశారు. తన జీవితాన్ని ప్రజలకే అంకితం చేసిన ప్రజల మనిషి వట్టికోట ఆళ్వారుస్వామి. 1961, ఫిబ్రవరి 5న దివంగతులయ్యారు. తెలంగాణ రాష్ట్ర ఏర్పాటు అనంతరం అప్పటి ప్రభుత్వం 2014, నవంబర్ 1న ఆయన శతజయంతి ఉత్సవాలను ఘనంగా నిర్వహించింది. అంతేకాదు, హైదరాబాద్‌లోని సిటీ సెంట్రల్ గ్రంథాలయానికి వట్టికోట ఆళ్వారుస్వామి పేరు పెట్టాలని గత ప్రభుత్వం నిర్ణయించడం అభినందనీయం.

యవ్వనంగా కనిపించాలా అయితే పుట్టగొడుగులను తినండి

గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో అయితే మనకు పుట్టగొడుగులు ఈ సీజన్‌లో ఎక్కువగా లభిస్తుంటాయి. అయితే పుట్టగొడుగులను ఇప్పుడు చాలా మంది పండిస్తున్నారు. కనుక మనకు ఇవి ఎప్పుడంటే అప్పుడు అందుబాటులో ఉంటున్నాయి. పుట్టగొడుగులు ఫంగస్ జాతికి చెందినవి. వీటిని శాకాహారంగా చెప్పవచ్చు. పుట్టగొడుగులతో చేసే ఏ వంటకం అయినా సరే ఎంతో రుచిగా ఉంటుంది. అందుకనే రెస్టారెంట్లలో చాలా మంది వెజిటేరియన్లు పుట్టగొడుగులను తినేందుకు ఇష్టపడుతుంటారు. అయితే పుట్టగొడుగులు మన ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తాయి. వీటిని తినడం వల్ల పలు అద్భుతమైన ప్రయోజనాలను పొందవచ్చు.

సూర్య కిరణాల నుంచి రక్షణ..

పుట్టగొడుగుల్లో బీటా గ్లూకన్స్ ఎక్కువగా ఉంటాయి. ఇవి సాల్యుబుల్ ఫైబర్ జాతికి చెందినవి. హానికర బాక్టీరియాను ఇవి నిర్మూలిస్తాయి. దీంతో చర్మ ఇన్‌ఫెక్షన్లు తగ్గుతాయి. అలాగే మొటిమలు, మచ్చల నుంచి విముక్తి లభిస్తుంది. కనుక పుట్టగొడుగులను తరచూ తింటుండాలి. వీటిలో ఎర్గోథియోనెయిన్ అనే సమ్మేళనం ఉంటుంది. ఇది ఒక అమైనో ఆమ్లం. ఇది యాంటీ ఆక్సిడెంట్ గుణాలను కలిగి ఉంటుంది. ఇది డీఎన్‌ఏకు మరమ్మత్తులు చేస్తుంది. సూర్యకాంతి వల్ల డ్యామేజ్ అయిన కణాలను తిరిగి పునరుద్ధరిస్తుంది. సూర్యుని నుంచి వచ్చే అల్ట్రా వయోలెట్ కిరణాల నుంచి, కాలుష్య కారకాల నుంచి రక్షణను అందిస్తుంది. దీని వల్ల చర్మం సురక్షితంగా ఉంటుంది. పలు రకాల పుట్టగొడుగుల్లో పాలీ అన్‌శాచురేటెడ్ ఫ్యాటీ యాసిడ్లు ఉంటాయి. ఇవి ఒమెగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్ల జాబితాకు చెందుతాయి. వీటిల్లో పాలిశాకరైడ్స్ ఉంటాయి. ఇవి చర్మాన్ని మృదువుగా మార్చుతాయి. తేమగా ఉండేలా చూస్తాయి. పుట్టగొడుగులలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు ఉంటాయి. ఇవి ఆక్సీకరణ ఒత్తిడిని తగ్గిస్తాయి. దీంతో కణాల నిర్మాణం సరిగ్గా ఉంటుంది. అలాగే వృద్ధాప్య ఛాయలు తగ్గుతాయి. దీంతో వయస్సు మీద పడుతున్నప్పటికీ యవ్వనంగా కనిపిస్తారు.

స్కిన్ టోన్ మెరుగు పడుతుంది..

పుట్టగొడుగులలో మెలనిన్ అధికంగా ఉంటుంది. ఇది చర్మాన్ని హానికర కిరణాల నుంచి రక్షిస్తుంది. వీటిలో కోజిక్ యాసిడ్ ఉంటుంది. ఇది సహజసిద్ధమైన సమ్మేళనం. ఇది చర్మానికి కాంతినిస్తుంది. డార్క్ స్పాట్స్‌ను తొలగిస్తుంది. దీంతో స్కిన్ టోన్ మెరుగు పడుతుంది. పుట్టగొడుగులు అన్నీ కూడా తినేవి కావు, వీటిల్లో తినే పుట్టగొడుగులు వేరే ఉంటాయి. అయితే మార్కెట్‌లో మాత్రం తినే పుట్టగొడుగులనే విక్రయిస్తుంటారు. ఇక ప్రపంచవ్యాప్తంగా చాలా పుట్టగొడుగు వెరైటీలు ఉన్నప్పటికీ మనం తినే పుట్టగొడుగులు మాత్రం 13 రకాలు మాత్రమే ఉన్నాయి. ఇవి చర్మాన్ని సంరక్షించడంతోపాటు అందాన్ని కూడా ఇస్తాయి. అందువల్ల పుట్టగొడుగులను తరచూ ఆహారంలో భాగం చేసుకోవాలి.

మేడ్ ఇన్ ఇండియా 'ప్రచండ' హెలికాప్టర్ల కొనుగోలుకు విదేశాల నుంచి ఆర్డర్లు..!

మేకిన్ ఇండియా.. కేంద్ర ప్రభుత్వం ప్రతిష్టాత్మకంగా తీసుకున్న కార్యక్రమమిది. పదేళ్ల క్రితం ప్రారంభమైన ఈ ఎక్స్‌క్లూసివ్ ప్రోగ్రామ్‌తో భారత్ వండర్స్ సృష్టిస్తోంది. క్రమంగా దేశంలో తయారీ రంగం పైచేయి సాధిస్తూ.. ఉత్పత్తి భారీగా పెరుగుతోంది. దీంతో ప్రపంచవ్యాప్తంగా మేడిన్ ఇండియా వస్తువులకు డిమాండ్ పెరుగుతోంది. ఈ క్రమంలోనే రక్షణ రంగంలో భారతదేశం దృష్టి స్వయం సమృద్ధిగా ఉండటమే. గత కొన్నేళ్లుగా భారత్‌లో అనేక రక్షణ పరికరాలు, ఆయుధాలు, హెలికాప్టర్లు తయారవడానికి ఇదే కారణం.తాజాగా హిందుస్థాన్ ఏరోనాటిక్స్ లిమిటెడ్ (%ఎజూ%) నుంచి నాలుగు తేలికపాటి యుద్ధ హెలికాప్టర్లు 'ప్రచండ' కొనుగోలు చేసేందుకు నైజీరియా సిద్ధమవుతోంది. వీటిని కొనుగోలు చేసేందుకు సాఫ్ట్ క్రెడిట్ కోసం నైజీరియా ఏర్పాట్లు చేస్తోంది. నైజీరియా ఆర్మీ అధికారులు ధృవ్ హెలికాప్టర్‌ను నడపడంలో ప్రాక్టీస్ చేసిన సంగతి తెలిసిందే..! మేకిన ఇండియాలో భాగంగా స్వదేశీ పరిజ్ఞానంతో ప్రచండను ఈ హెలికాప్టర్‌పై నిర్మించారు.వాస్తవానికి నిజానికి, ప్రచండ బరువు పరంగా చాలా తేలికైన హెలికాప్టర్. ఇది సీమ్‌పై శత్రువుల కార్యకలాపాలపై నిఘా ఉంచడంలో సహాయపడుతుంది. ప్రచండకు ఇద్దరు కూర్చునే సామర్థ్యం ఉంది. దీని పొడవు 51.10 అడుగులు, ఎత్తు 15.5 అడుగులు. దాని బరువు 5800 కిలోలు. ఈ హెలికాప్టర్ గంటకు 268 కి.మీ వేగంతో ప్రయాణించగలదు. దీని పోరాట పరిధి 550 కిలోమీటర్లు.ఈ హెలికాప్టర్‌లోని మరో ప్రత్యేకత ఏమిటంటే ఎగరగల సామర్థ్యం. ఇది ఏకంగా మూడున్నర గంటలపాటు నిరంతరంగా ఎగరగలదు. ధృవ్ హెలికాప్టర్ల నుంచి ఈ హెలికాప్టర్‌ను రూపొందించారు. 1999లో కార్గిల్ యుద్ధ సమయంలో ఈ హెలికాప్టర్ అవసరమని భారత సైన్యం భావించింది. ఆ తర్వాతే దానికి సంబంధించిన పనులు ప్రారంభమయ్యాయి.ఇప్పుడు ఆయుధాల పరంగా చూస్తే, ఈ హెలికాప్టర్‌లో 20 %ఎఎ వీ%621 ఫిరంగి లేదా నెక్స్టర్ %ఎనూ%-20 టరెట్ గన్‌ని అమర్చవచ్చు. రాకెట్లు, క్షిపణులు, బాంబులను కూడా నాలుగు హార్డ్ పాయింట్లలో అమర్చవచ్చు. ఈ హెలికాప్టర్‌లో అత్యాధునిక ఏవియానిక్స్ వ్యవస్థను ఏర్పాటు చేయడంతో శత్రువులను కనుగొనడం చాలా సులభం. ఇది రాడార్, లేజర్ హెచ్చరిక వ్యవస్థతో అనుసంధానం చేయబడి ఉంటుంది, దీని కారణంగా శత్రువులు దాడి చేయలేరు.భారత్ మారుతోంది. ఒప్పుడు ఎన్నో దిగుమతులు.. ఇప్పుడు అన్నీ ఉత్పత్తులే. మేకిన్ ఇండియా నినాదం క్రమంగా ప్రతిఫలాలను ఇస్తోంది. ప్రధాని మోదీ కలలు సాకారమవుతుండడంతో పాటు.. దేశం అన్ని రంగాల్లో పురోగమిస్తోంది. 2014లో ప్రతిష్టాత్మకంగా మేకిన్ ఇండియాను లాంచ్ చేశారు మోదీ. భారత్‌ను ప్రపంచంలో టాప్ ఉత్పత్తి దేశంగా మార్చేందుకు కలలు కన్నారు. దీనికోసం పక్కా ప్రణాళికలతో ముందుకు సాగారు. పదేళ్ల తర్వాత ఇప్పుడు దాని ప్రతిఫలాలను దేశం చూస్తోంది. 2014లో దేశంలో 80శాతం మొబైల్ ఫోన్లను దిగుమతి చేసుకునే పరిస్థితుల్లో ఉంటే.. ఇప్పుడు 99.9శాతం మొబైల్స్ ఇక్కడే ఉత్పత్తి అవుతున్నాయి. అంతేకాదు.. యూకే, నెదర్లాండ్స్, ఆస్ట్రియా, ఇటలీ, సౌతాఫ్రికా వంటి దేశాలకు ఎగుమతులు కూడా సాగుతున్నాయి. డిఫెన్స్ ప్రొడక్షన్‌తోపాటు.. అంతరిక్షం, ఎలక్ట్రిక్ వాహనాలు, సెమీకండక్టర్ల తయారీ, నిర్మాణ రంగం, రైల్వే ఇన్‌ఫ్రాలోనూ అద్భుత ఫలితాలను సాధిస్తోంది.బ్రహ్మోస్ శక్తి సౌత్ చైనా సముద్రంలో కనిపిస్తోంది. ఫిలిప్పీన్స్ మన బ్రహ్మోస్‌ను కొనుగోలు చేసి.. చైనా సముద్రంలో మోహరించింది. ఇక ప్రపంచవ్యాప్తంగా జరిగే బ్లాక్‌ఫ్రైడే సేల్స్, సైబర్ మండే సేల్స్‌లో మేడిన్ ఇండియా ఉత్పత్తులనే భారీగా కొంటున్నారంటే ఈ కామర్స్ మార్కెట్‌లో మన డామినేషన్ ఎలా ఉందో అర్థం చేసుకోవచ్చు. ప్రపంచానికి ఫ్యూచర్ మ్యానుఫాక్చరింగ్ హబ్ మనదే.

రూ.3కే సైబర్ దాడుల నుంచి రక్షణ.. కొత్త ఇన్సూరెన్స్ స్కీమ్..

జీవితంలో అనుకోని ఆపద, నష్టాలు సంభవించినప్పుడు మనల్ని ఆదుకోవడానికి బీమా పథకాలు (ఇన్సూరెన్స్) చాలా ఉపయోగపడతాయి. ఆ సమయంలో ఆర్థిక నష్టాలు కలగకుండా చేదోడుగా ఉంటాయి. సాధారణంగా జీవిత బీమాతో పాటు వాహనాలు, ఆరోగ్యం తదితర వాటికి ఇన్స్యూరెన్స్ తీసుకుంటూ ఉంటాం. యజమాని మరణించినా, అంగవైకల్యం సంభవించినా జీవిత బీమా ఆ కుటుంబాన్ని ఆదుకుంటుంది. వాహనాలు చోరీకి గురైనా, ప్రమాదం జరిగిన వెహికల్ ఇన్స్యూరెన్స్ ఉపయోగపడుతుంది. అయితే ఇప్పుడు బీమా కంపెనీలో కొత్త రకం ఇన్స్యూరెన్స్ ను తీసుకువచ్చాయి. సైబర్ మోసాల బారిన పడే వ్యక్తులు, కంపెనీలకు బీమా అందజేస్తున్నాయి. ఈ రోజుల్లో ఒక్క టీ ధర కనీసం పది రూపాయలు ఉంటుంది. ఆ డబ్బులతో మూడు రోజుల పాటు బీమా కవరేజీ లభిస్తుంది.

రోజుకు కేవలం మూడు రూపాయలే..

ఐడెంటిటీ చోరీ, సైబర్ దోపిడీ, ఆన్ లైన్ బెదిరింపుల నుంచి భద్రతకు బీమా కంపెనీలు ఇన్స్యూరెన్స్ అందజేస్తున్నాయి. వీటికి రోజుకు కేవలం రూ.3 చెల్లిస్తే సరిపోతుంది. ఇందుకోసం సాచెట్ కవర్లు అని పిలిచే చిన్న సైబర్ సెక్యూరిటీ కవర్లను రూపొందించాయి. ఆయా కంపెనీలు, వ్యక్తులు వీటిని కొనుగోలు చేయడం ద్వారా సైబర్ నేరాలకు నుంచి రక్షణ పొందవచ్చు. ఈ బీమా కవర్ల కోసం రోజుకు మూడు రూపాయాలు చెల్లిస్తే సరిపోతుంది.

పెరిగిన మోసాలు..

ఆధునిక కాలంలో ప్రతి పనిని టెక్నాలజీ సాయంతో చాలా సులువుగా చేయవచ్చు. ఇంటర్నెట్ ను ఉపయోగించి ఇంటి నుంచే నిర్వహించుకోవచ్చు. షాపింగ్, బ్యాంకు లావాదేవీలు, ఇంట్లోకి కిరాణా సరకులు, టిక్కెట్ల బుక్కింగ్. ఇలా ప్రతిదీ చిటికెలో జరిగిపోతోంది. ఇదే సమయంలో సైబర్ నేరగాళ్ల కూడా రెచ్చిపోతున్నారు. నకిలీ వెబ్ సైట్లతో మోసాలకు పాల్పడుతున్నారు. వివిధ రకాల ఆఫర్ల పేరుతో డబ్బులు గుంజుతున్నారు. మన బ్యాంకు ఖాతాల వివరాలను చోరీ చేసి, డబ్బులు లాగేస్తున్నారు. ఇలాంటి మోసాల నుంచి కొత్తగా వచ్చిన బీమా సాచెట్ల ద్వారా రక్షణ లభిస్తుంది.

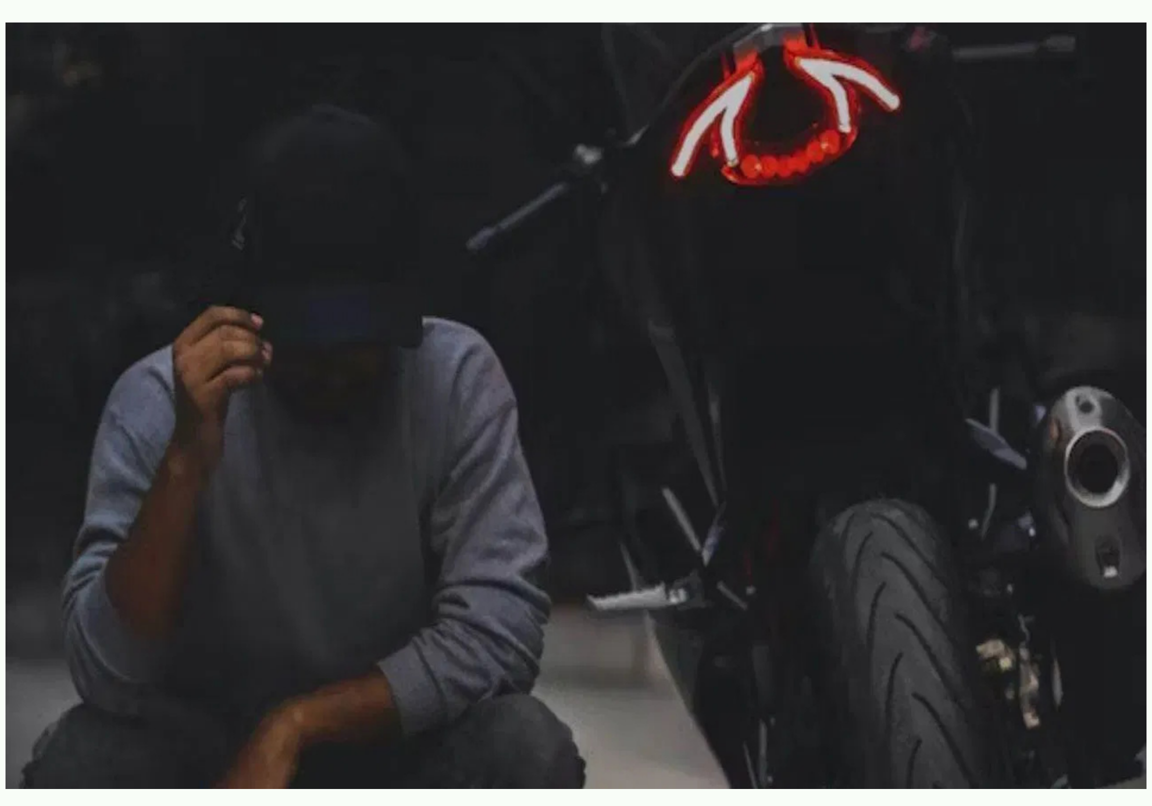
సైబర్ మోసం అంటే..

ప్రముఖ కంపెనీల ప్రతినిధుల మాదిరిగా సైబర్ నేరగాళ్లు నటిస్తారు. లేకపోతే బ్యాంకు అధికారులమని చెబుతారు. మన బ్యాంకు, ఆధార్ కార్డుల వివరాలు అడుగుతారు. అలాగే నకిలీ వీడియోలు, వాయిస్ క్లోన్‌లు, టెక్ట్స్ మెసేజ్‌ల ద్వారా సంభాషణ సాగిస్తారు. సైబర్ నేరగాళ్లు ఏఐ సహాయంతో చిత్రాలు, వీడియోలను రూపొందించి చట్టవిరుద్ధమైన కార్యకలాపాలకు పాల్పడుతున్నారు. అనేక మంది వీరి బారిన పడి ఆర్థికంగా తీవ్రంగా నష్టపోతున్నారు. ఈ నేపథ్యంలో బీమా కంపెనీలు తీసుకువచ్చిన సాచెట్ లపై అందరికీ ఆసక్తి పెరిగింది. వచ్చే ఐదేళ్లలో దేశంలో సైబర్ ఇన్సూరెన్స్ మార్కెట్ 27 నుంచి 30 శాతం వృద్ధిని సాధిస్తుందని అంచనా, ఏఐ ఆధారిత మోసానికి బీమా కవరేజీని కంపెనీలు పరిగణనలోకి తీసుకుంటాయి.

లేటెస్ట్ టెక్నాలజీ..

గతంలో సైబర్ నేరాలు తక్కువ స్థాయిలోనే ఉండేవి. ఎస్ఎంఎస్ ఫిషింగ్, మోసపూరిత కాల్స్, ఓటీపీ దొంగతనాలు మాత్రమే జరిగేవి. వీటిపై ప్రజలకు అవగాహన పెరగడంతో అప్రమత్తంగా వ్యవహరించేవారు. అలాంటి మోసాలకు గురికాకుండా జాగ్రత్తగా ఉండేవారు. దీంతో సైబర్ నేరగాళ్లు లేటెస్ట్ టెక్నాలజీని మోసాల కోసం ఉపయోగిస్తున్నారు. ముఖ్యంగా జెన్ ఏఐతో ఆర్థిక నష్టాల తీవ్రత బాగా పెరిగింది.

మామూలోడు కాదు ఎస్ఐని తీసుకొస్తానని బైక్ తీసుకెళ్లాడు చివరకు ఏం జరిగిందో తెలుసా..



అది ఎప్పుడూ వాహనాల రాకపోకలతో రద్దీగా ఉండే ప్రాంతం.. అక్కడో మనిషి నిలబడి ఉన్నాడు.. అటు ఇటు వాహనాల రాకపోకలు కొనసాగుతున్నాయి. అటుగా వస్తున్న ఓ బుల్లెట్ వాలాను ఆయన ఇటు రావాలంటూ సైగ చేశాడు. అతను రహదారిపైనే తన బైక్ ను ఆపాడు.. అక్కడకు వెళ్లిన ఆ అగంతకుడు వారికి ఓ మాట చెప్పగానే బైక్ వాలా రోడ్డు పక్కకు వచ్చాడు. అగంతకుడు చెప్పిన మాటలు విన్న బైక్ వాలా.. అతనికి తన వాహనాన్ని అప్పగించాడు. తన ద్విచక్ర వాహనం పట్టుకెళ్లిన వ్యక్తి కోసం ఎదురు చూస్తూనే ఉన్నాడు. చివరకు అనుమానం వచ్చి పోలీసుల దగ్గరకు వెళ్లగా.. అసలు విషయం తెలిసి లబోదిబోమన్నాడు.. చివరకు చేసేదేం లేక ఫిర్యాదు చేశాడు. ఈ షాకింగ్ ఘటన కరీంనగర్ నడి బొడ్డున జరిగింది.. ఈ ఘటన దొంగల అతి తెలివికి పరాకాష్టగా నిలిస్తే.. ఎస్సై పేరు చెప్పగానే వెనకా ముందు ఆలోచించకుండా తన వాహానాన్ని అప్పగించిన బైక్ వాలా తీరు విస్మయానికి గురిచేసింది.

శాస్త్రీ రోడ్‌లో..

కరీంనగర్ శాస్త్రీ రోడ్‌లోని మెడికల్ ఏజెన్సీలు ఉన్న ఓ వీధిలో రాత్రి 8 గంటల ప్రాంతంలో జరిగిన విచిత్ర దొంగతనం అందరిని ఆశ్చర్యపర్చింది. రద్దీగా ఉన్న ప్రాంతంలో రోడ్డు పక్కన నిలబడిన అగంతకుడు ప్రత్యేకంగా బుల్లెట్ వాహనంపై వెల్తున్న అతన్ని ఆపి రోడ్డు పక్కకు తీసుకెళ్లి ఎస్సైని తీసుకువచ్చేందుకు బైక్ ఇవ్వాలని అడిగి మరీ తీసుకెళ్లాడు. ట్రాఫిక్ కానిస్టేబుల్ ముసుగులో రాయల్ ఇన్ ఫీల్డ్ నంబర్ %యూ02జుశ%7852 బైక్ ను తీసుకెళ్లిన అగంతకుడు ఎంతకీ తిరిగి రాకపోయే సరికి అనుమానం వచ్చిన బాధితుడు.. బొజ్జ శివం వన్ టౌన్ పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేశాడు. పోలీసులు రంగలోకి దిగి సీసీ ఫుటేజీ ఆధారంగా నిందితుని కోసం ఆరా తీసే పనిలో నిమగ్నం అయ్యారు.

ఎన్నోవాహనాల రాకపోకలు..

అయితే శివం వెల్తున్న క్రమంలో అతన్ని మాత్రమే ఆపి మరీ బైక్ అడిగి అగంతకుడు ఎత్తుకెళ్లిన తీరు విస్మయం కల్గిస్తోంది. బాధితుని నుండి బైక్ అడిగినప్పుడు ఆదే రోడ్డు మీదుగా ఇతర వాహనాలు చాలా వెళ్తున్నాయి. ప్రత్యేకండా అతన్నే ఎందుకు ఆపాల్సి వచ్చిందోనన్న అనుమానం వస్తే.. దొంగ చేతికి వాహనం ఇచ్చే అవకాశమే ఉండకపోయేదని పేర్కొంటున్నారు. అంతేకాకుండా పోలీసు యంత్రాంగానికి సరిపడా వాహనాలను ప్రభుత్వం సమకూర్చిన సంగతి తెలిసిందే. ఎస్సై ఆ ప్రాంతానికి చేరుకోవాలంటే పెట్రోలింగ్ కార్ కూడా ఉంటుంది.. అంతకి కావాలంటే.. బండి కోసం కానిస్టేబుళ్లను పిలిపించుకునే అవకాశం కూడా ఉంటుంది. ఇలాంటి చిన్న లాజిక్ అర్థం చేసుకోకుండా బైక్ ఇవ్వాలని అడగగానే అతనికి అప్పగించడం విచిత్రంగా ఉందంటూ పేర్కొంటున్నారు. మొత్తానికి బుల్లెట్ విలువ రూ. 90 వేల నుంచి లక్ష వరకు ఉంటుందని పేర్కొంటున్నారు. ఈ ఘటనపై కేసు నమోదు చేసుకున్న పోలీసులు దర్యాప్తు చేస్తున్నారు.

మరో దారుణం కదులుతున్న కారులో బాలికపై సామూహిక అత్యాచారం

బిహార్‌లోని సహర్షా జిల్లాలో దారుణ ఘటన చోటు చేసుకుంది. ఓ టీనేజీ బాలికపై ముగ్గురు వ్యక్తులు సామూహిక అత్యాచారానికి పాల్పడ్డారు. కదులుతున్న కారులో బాలికపై ముగ్గురు వ్యక్తులు తుపాకీతో బెదిరించి సామూహిక అత్యాచారానికి పాల్పడ్డారని బాధిత బాలిక పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేసింది. ఈ ఘటనపై పోలీసులు సీరియస్‌గా స్పందించారు. బాధిత బాలిక మేకలు మేపుకుని ఇంటికి తిరిగి వస్తుండగా.. ముగ్గురు యువకులు బలవంతంగా ఆమెను కారులోకి ఎక్కించారు. ముగ్గురిలో ఒకరు కారు నడుపుతుండగా.. మరో ఇద్దరు కదులుతున్న కారులోనే బాలికపై అత్యాచారానికి పాల్పడ్డారని బాధితులు విలపిస్తూ పోలీసులకు చెప్పుకుంది. ఈ ఘటనపై పోలీసులు దర్యాప్తు చేపట్టి ఒకరిని అరెస్ట్ చేశారు. మిగతా ఇద్దరి కోసం గాలింపు చర్యలు చేపట్టారు.బీహార్ లోని సహర్షా జిల్లాలో సెప్టెంబరు 14న ఈ దారుణ ఘటన జరిగింది. ఈ మేరకు బాలిక సదర్ పోలీస్ స్టేషన్‌లో ఫిర్యాదు చేసింది. ఈ ఘటనపై పోలీసులు కేసు నమోదు చేసి, ప్రత్యేక దర్యాప్తు బృందాన్ని ఏర్పాటు చేశామని ఎస్పీ హిమాన్షు చెప్పారు. బాధితురాలిని వైద్య పరీక్షల కోసం ఆస్పత్రికి తరలించామని చెప్పారు. ప్రస్తుతం ఈ ఘటనపై ఒక నిందితుడిని అరెస్టు చేశామని, మిగతా ఇద్దరి కోసం గాలిస్తున్నామని చెప్పారు. మరోవైపు నిందితులు ఉపయోగించిన కారును సీజ్ చేశామన్నారు.

క్రెడిట్ కార్డులకు సూపర్ ప్రత్యామ్నాయం దీనితో డబ్బుల్లేకుండా షాపింగ్ చేయొచ్చు..

ప్రతి ఒక్కరికీ తమ జీవన ప్రయాణంలో వివిధ రకాల వస్తువులు అవసరమవుతాయి. వాటిని కొనుగోలు చేసే అవకాశం అందరికీ లేకపోవచ్చు. సామాన్య, దిగువ మధ్యతరగతి కుటుంబాలకు చెందిన ప్రజలు ఆర్థిక ఇబ్బందుల నేపథ్యంలో తమ అవసరాలను వాయిదా వేసుకుంటారు. పేదరికం, తక్కువ ఆదాయం తదితర అంశాలు దీనికి కారణమవుతాయి. ఇలాంటి వారందరి కోసం బైనౌ పేమెంట్ లేటర్ (బీఎన్‌పీఎల్) అనే ఆప్షన్ అందుబాటులోకి వచ్చింది. వివిధ యాప్, బ్యాంకులు, ఫైనాన్స్ సంస్థలు ఈ సదుపాయం కల్పిస్తున్నాయి. దీని ద్వారా ప్రజలు తమకు అవసరమైన వస్తువులను కొనుగోలు చేసుకోవచ్చు. డబ్బులను తర్వాత కట్టవచ్చు. ఈ పేమెంట్ విధానం చాలా సులభంగా ఉంటుంది. దీని ఈఎంఐలకు ఎలాంటి అదనపు చార్జీలు ఉండవు, ఈ నేపథ్యంలో క్రెడిట్ కార్డులు, లోన్లకు ప్రత్యామ్నాయంగా బీఎన్ పీఎల్ విధానం బాగా పాపులర్ అయ్యింది. అంటే డబ్బులు లేకపోయినా షాపింగ్ చేసుకునే అవకాశం ఉంటుంది. దీని వల్ల కలిగే లాభ, నష్టాలు ఇలా ఉన్నాయి.అనుకూల అంశాలు..కొనుగోలు శక్తి పెరుగుదల.. బీఎన్ పీఎల్ విధానంలో ఖాతాదారులు తక్షణమే ఉత్పత్తులు, సేవలను కొనుగోలు చేయడానికి అవకాశం ఉంటుంది. వాటికి డబ్బులను కాలక్రమీణా చెల్లిస్తారు. దీని వల్ల కొనుగోలు శక్తి పెరిగి, మార్కెట్ పుంజుకుంటుంది. తక్కువ ఆదాయం ఉన్నవారు కూడా తమ అవసరాలకు అనుగుణంగా వస్తువులను కొనుగోలు చేసుకుంటారు. వారి అవసరాలు తీరడంతో పాటు మార్కెట్ లో అమ్మకాలు పెరుగుతాయి.సౌలభ్యం.. బీఎన్ పీఎల్ విధానానికి దరఖాస్తు ప్రక్రియ సులువుగా ఉంటుంది. కనీస డాక్యుమెంటేషన్ సరిపోతుంది. తక్షణమే ఆమోదం లభిస్తుంది. అవసరమైనప్పుడు క్రెడిట్ పొందడం సులభం అవుతుంది.వడ్డీ.. బీఎన్ పీఎల్ సేవలు ఖాతాదారులకు చాలా అనుకూలంగా ఉంటాయి. సకాలంలో చెల్లింపులు చేసిన వారికి వడ్డీ రహిత కొనుగోళ్లు అందిస్తాయి. సాంప్రదాయ క్రెడిట్ కార్డులతో పోల్చితే ఈ విధానం చాలా ఉపయోగంగా ఉంటుంది.ఫ్లెక్సిబుల్ రీపేమెంట్ ఆప్షన్లు.. వీటిలో సౌకర్యవంతమైన రీపేమెంట్ ప్లాన్లు ఉంటాయి. వినియోగదారులు తమ ఆర్థిక పరిస్థితికి బాగా సరిపోయే నిబంధనలను ఎంచుకోవడానికి వీలుంటుంది.మెరుగైన ఆర్థిక నిర్వహణ.. వస్తువులను కొనుగోలు చేసినప్పుడు ఏక మొత్తంలో కాకుండా కాలక్రమీణా డబ్బులు చెల్లించే అవకాశం ఉండడంతో ఆర్థిక ప్రణాళికకు ఇబ్బంది ఉండదు.ప్రతికూలతలు..ఖర్చు పెరిగే అవకాశం.. బీఎన్ పీఎల్ విధానం ఉండడం వల్ల అవసరం లేని వస్తువులను కూడా కొనుగోలు చేసే ప్రమాదం ఉంది. దీనివల్ల ఖర్చులు పెరిగిపోతాయి. అది మీ ఆర్థిక ప్రణాళికను దెబ్బతీస్తుంది. ఈ విధానంలో అవసరమైన మేరకే కొనుగోళ్లు జరుపుకోవాలి.జరిమానాలు.. వాయిదాలను సకాలంలో చెల్లించకపోతే ఆలస్య రుసుములు, భారీ ఫీజులు పడే అవకాశం ఉంది.క్రెడిట్ స్కోర్‌పై ప్రభావం.. బీఎన్ పీఎల్ ను తరచూ ఉపయోగించడం, లేదా తప్పుగా నిర్వహించడం వల్ల క్రెడిట్ స్కోర్ పై ప్రతికూల ప్రభావం పడుతుంది. చెల్లింపులు తప్పిపోయినా, ఆలస్యమైనా ఇబ్బందులు కలుగుతాయి.నియంత్రణ.. బీఎన్ పీఎల్ పథకాలు కొత్తవి కావడంతో వాటిపై నియంత్రణ తక్కువగా ఉంటుంది. వీటి వల్ల వినియోగదారులు దోపిడీకి గురయ్యే అవకాశం కూడా ఉంది.నిబంధనలు.. కొన్ని సార్లు బీఎన్ పీఎల్ సేవలకు సంబంధించి సంక్లిష్ట నిబంధనలు, షరతులు ఉంటాయి. వినియోగదారులు వాటిని పూర్తి చదివి, అవగాహన చేసుకోవడం చాలా అవసరం.

టోల్ గేట్లకు ఇక స్వస్తి శాటిలైట్ ఆధారిత కొత్త వ్యవస్థకు శ్రీకారంఎప్పటి నుంచి అమలంటే..

జాతీయ రహదారులపై పలుచోట్ల మనకు టోల్ ప్లాజాలు కనిపిస్తాయి. మనం అక్కడ ఆగి వాహనానికి పన్ను (టోల్) చెల్లించాలి. ద్విచక్ర, త్రిచక్ర వాహన చోదకులు మినహాయించి మిగిలిన వారందరూ పన్ను కట్టాల్సిందే. గతంలో టోల్ చెల్లించడానికి ఆగే వాహనాలతో జాతీయ రహదారులపై ట్రాఫిక్ జాములు ఏర్పడేవి. ప్రతి వాహన దారుడు ఆగి, డబ్బు కట్టడానికి సమయం పట్టేది. ఈ నేపథ్యంలో కేంద్ర ప్రభుత్వం ఫాస్టాగ్ విధానాన్ని తీసుకువచ్చింది. ఫాస్టాగ్ స్టిక్కర్ ఉన్న వాహనం టోల్ ప్లాజా మీదుగా వెళ్లినప్పుడు స్కానర్లు స్పందిస్తాయి. దాని ద్వారా టోల్ చార్జీ ఆ వాహన యాజమాని బ్యాంకు ఖాతా నుంచి ఆటోమేటిక్ గా కట్ అవుతుంది. దీని ద్వారా ట్రాఫిక్ జామ్‌లు, వెయిటింగ్ బాధలు తప్పాయి. కాగా.. వాహనాల నుంచి పన్ను వసూలు చేయడానికి మరో కొత్త విధానానికి ?ప్రభుత్వం శ్రీకారం చుట్టనుంది. ఏకంగా శాటిలైట్ ఆధారిత టోల్ కనెక్షన్ ప్రారంభించనుంది. ఈ పద్ధతి పూర్తిగా అమలైతే ఇప్పుడు కొనసాగుతున్న ఫాస్టాగ్ విధానం కూడా రద్దువుతుంది.శాటిలైట్ ఆధారిత విధానం..శాటిలైట్ ఆధారిత టోల్ కలెక్షన్ విధానంతో పన్ను వసూలు కొత్త మార్పులు రానున్నాయి. దీని ద్వారా ప్రయాణించిన దూరం ఆధారంగా కచ్చితమైన టోల్, లేదా చార్జీని వసూలు చేసే అవకాశం ఉంటుంది. ఈ ఉపగ్రహ ఆధారిత టోల్ విధానానికి భారత ప్రభుత్వం ఆమోదముద్ర వేసింది. ఈ విధానం పూర్తిగా అమల్లోకి వస్తే టోల్ ప్లాజా వద్ద ఆగాల్సిన అవసరం ఉండదు. మీరు ఉపగ్రహ పరిధిలోకి వచ్చినప్పుడు టోల్ ఆటోమేటిక్‌గా చెల్లిస్తారు. కొత్త టోల్ విధానాన్ని పరీక్షించేందుకు వచ్చే వారం ఆన్-బోర్డ్ యూనిట్లు (ఓబీయూ) ఉన్న కొన్ని వాహనాలను ప్రవేశపెట్టనున్నారు. వాహనం సిగ్నల్‌ను శాటిలైట్‌కు పంపడానికి ఓబీయూ ఒక ట్రాకర్‌లా పనిచేస్తుంది. ఈ విధానం పూర్తిగా అమలైతే ప్రస్తుతం కొనసాగుతున్న ఆర్ఎఫ్ఐడీ ఆధారిత ఫాస్టాగ్ వ్యవస్థ పూర్తిగా రద్దవుతుంది.ఆన్‌బోర్డు యూనిట్లు..శాటిలైట్ ఆధారిత టోల్ వ్యవస్థ పనిచేయాలంటే వాహనాల్లో ఆన్ బోర్డ్ యూనిట్లను తప్పనిసరిగా ఉండాలి. దీనికోసం ఆన్ బోర్డ్ యూనిట్లు కలిగిన కొత్త వాహనాలను ఉత్పత్తి చేస్తారు. ఇప్పటికే ఉన్న వాహనాల్లో బయటి నుంచి ఆన్ బోర్డ్ యూనిట్లను ఏర్పాటు చేసుకోవచ్చు. ట్రక్కులు, బస్సులు ప్రమాదకర వస్తువులను తీసుకువెళ్లే వాహనాలలో ఆన్ బోర్డ్ యూనిట్లు ఏర్పాటు చేయాలని భావిస్తున్నారు. ఆ తర్వాత అన్ని వాహనాలను విస్తరింపజేస్తారు.2025లో ప్రారంభందేశంలోని 2 వేల కిలోమీటర్ల జాతీయ రహదారుల పరిధిలో 2025 జూన్ నాటికి శాటిలైట్ ఆధారిత టోల్ విధానం తీసుకురానున్నారు. ఆ తర్వాత తొమ్మిది నెలల్లో 10 వేలు, 15 నెలల్లో 25 వేలు, రెండేళ్లలో 50 వేల కిలోమీటర్లకు పెంచాలని భావిస్తున్నారు. దీనిలో భాగంగా జాతీయ రహదారులపై జియో ఫెన్సింగ్‌ను కేంద్ర ప్రభుత్వానికి చెందిన హైవే యాజమాన్య సంస్థలు పూర్తి చేశాయి. టోల్ లెక్కింపు ప్రయోజనం కోసం కచ్చితమైన ఎంట్రీ,

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