



శుక్రవారం తెల్లవారుజాము సుమారు 2-3 గంటల సమయం, పైవేట్ ట్రావెల్స్ బస్సు హైదరాబాద్ నుంచి బెంగళూరు వెళ్ళింది. తాము వెళ్ళాల్సిన చోటుకి సురక్షితంగా చేరుకుంటామనే నమ్మకంతో ప్రయాణికులు అంతా గాఢ నిద్రలో మునిగిపోయారు. ఒక్కసారిగా అనుకోని ప్రమాదం.. బైక్ను ఢీకొనడంతో బస్సులో మంటలు చెలరేగాయి. ప్రయాణికులు తేరుకునేలోపే మంటలు వ్యాపించి పొగ కమ్మింది. ఏం చేయాలో పాలుపోని స్థితిలో బస్సులోని అడ్డాలు పగలగొట్టి కొందరు కిందకు దూకేశారు. మరికొందరు బస్సులోనే అగ్నికి ఆహుతైపోయారు. కర్నూలు శివారు చిన్నట్లకూరులో శుక్రవారం తెల్లవారుజామున జరిగిన ఈ దారుణమైన ఘటన ఎన్నో కుటుంబాల్లో విషాదం నింపింది.

మాటకందని విషాదం.. తెల్లవారు జామున ఏం జరిగిందో తెలుసుకునే లోపే 19 నిండుప్రాణాలు బుగ్గిగా మారాయి. నిద్రలోనే ప్రాణాలు హరిమన్నాయి. మంట లో బస్సు తగలుబడుతోందన్న విషయం తెలిసే లోపు ప్రాణాలు అనంతవాయువుల్లో కలిశాయి. ఎన్నో కుటుంబాల్లో తీరని విషాదం నింపింది. మరెందరో ఆశలను బుగ్గి చేసింది. కర్నూలు జిల్లాలో జరిగిన ట్రావెల్ బస్సు దుర్ఘటన కనీవినీ ఎరుగని విషాదాన్ని నింపింది. బస్సుకు మంటలు అంటుకుని బూడిదయ్యింది. బస్సులోనే ఈ 19మంది సజీవ దహనం అయ్యారు. తాము ఎక్కోన బస్సు శ్మశానవాటికి అవుతుందని... అందు లో తాము సజీవ దహనం అవుతామని ఊహించని ఘటన ఇది.



19 మంది సజీవ దహనం

కర్నూల్ జిల్లాలో ఘోర ప్రమాదం.. ఏపీ, తెలంగాణలో విషాదం

- బైక్ను ఢీకొనడంతో చెలరేగిన మంటలు
- తెల్లవారుజాము 3.30గంటల ప్రాంతంలో ప్రమాదం
- కర్నూలు శివారు చిన్నట్లకూరు వద్ద ఘటన
- ప్రమాద సమయంలో బస్సులో 41మంది ప్రయాణికులు
- వేమూరి కావేరి ట్రావెల్స్ బస్సుగా గుర్తింపు
- ప్రమాదంపై ప్రధాని, రాష్ట్రపతి, తెలుగు రాష్ట్రాల సీఎంల దిగ్బాంధి
- మృతులకు రూ.5లక్షల ఎక్స్గ్రేషియా ప్రకటన



02





టెక్నీల్ మృతి

ఒకరు ఎపివాసి కాగా.. మరొకరు తెలంగాణ వాసి

ఇద్దరు అమ్మాయిలూ బెంగళూరులో పని






సెక్యూరిటీ లేకుండా చిక్కడపల్లికి రాగలవా?

నిరుద్యోగుల ప్రశ్నలకు సమాధానం చెప్పగలవా రేవంత్!

జూబ్లీహిల్స్ ఉప ఎన్నికలో గట్టిగా బుద్ధి చెప్పాలి

బాకీ కార్డు విడుదల సందర్భంగా హరీష్ విమర్శలు

హైదరాబాద్, అక్టోబర్ 24: సీఎం రేవంత్ రెడ్డికి దమ్ముంటే పోలీసులు లేకుండా ఒక్కసారి అశోక్ నగర్, చిక్కడపల్లి లైబ్రరీకి రావాలని సిద్ధిపేట బిఆర్ఎస్ ఎమ్మెల్యే హరీశ్ రావు సవాల్ విసిరారు. బట్టలూడదీసి ఊదగాదుతారని అంటే ఘాటుగా హరీశ్ రావు హెచ్చరించారు. కాంగ్రెస్ నిరుద్యోగ బాకీ కార్డు ఆవిష్కరణ కార్యక్రమంలో మాజీ మంత్రి హరీశ్ రావు మాట్లాడారు. ఇచ్చిన మాట నిలుపుకో అని బాకీ కార్డులు రేవంత్ రెడ్డిని ప్రశ్నిస్తున్నాయి. ఎన్నికల ముందు వేడుకున్నదే, వాడుకున్నదే. అధికారంలోకి వచ్చాక వదిలేసారు. రాహుల్

మిగతా 3 లో

అంగన్వాడీ కేంద్రాలకు సక్రమంగా సరకులు సరఫరా అవుతున్నాయా?

సంక్షేమశాఖ అధికారులకు మంత్రి సీతక్క ఆదేశాలు

అంగన్వాడీ కేంద్రాలకు సరకుల సరఫరా నిర్వహణలో ఎలాంటి లోపాలు లేకుండా చూడాలని అధికారులకు మంత్రి సీతక్క ఆదేశించారు.

3

58 మంది బరిలో నిలిచింది

23 నామినేషన్లు ఉపసంహరణ

తేలిన జూబ్లీహిల్స్ అభ్యర్థుల లెక్క

నియోజకవర్గంలో 4,01,365 ఓటర్లు

వివరాలు వెల్లడించిన లిటర్నింగ్ అధికారి



గురుపురబ్ ఉత్సవానికి ఆహ్వానం

హైదరాబాద్, అక్టోబర్ 24 : ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డిని పంజాబ్ మంత్రులు సంజీవ్ అరోరా, గుర్మీత్ సింగ్ ఖుడియన్ కలిసి పంజాబ్ లో జరిగే 350వ గురుపురబ్ ఉత్సవానికి ప్రభుత్వం తరపున ఆహ్వానం పలికారు. ఈ కార్యక్రమంలో మంత్రి శ్రీమతి నాగేశ్వర్ రావు తదితరులు ఉన్నారు. మంత్రుల బృందానికి సీఎం స్వాగతించి, శాలువా కప్పి సన్మానించారు.

ఫారెస్ట్ సెటిల్మెంట్ ఆఫీసర్లుగా అదనపు కలెక్టర్లు

ప్రభుత్వం మరో కీలక నిర్ణయం

అన్ని జిల్లాల్లో అదనపు కలెక్టర్లను ఫారెస్ట్ సెటిల్మెంట్ ఆఫీసర్లుగా నియమిస్తూ సర్కార్ ఉత్తర్వులు జారీ చేసింది.





ఆ పోలీసు 4 సార్లు రేవ్ చేశాడు

అరచేతిపై సూపైడ్ నోట్ రాసిన మహిళా డాక్టర్

4

బస్సు బుగ్గి!

19మంది సజీవ దహనం.. కర్నూల్ జిల్లాలో ఘోర ప్రమాదం

బైక్ ను ఢీకొనడంతో చెలరేగిన మంటలు
తెల్లవారుజాము 3.30గంటల ప్రాంతంలో ప్రమాదం
కర్నూలు శివారు చిన్నటేకూరు వద్ద ఘటన
ప్రమాద సమయంలో బస్సులో 41మంది ప్రయాణికులు
వేమూరి కావేరి ట్రావెల్స్ బస్సుగా గుర్తింపు
ప్రమాదంపై ప్రధాని, రాష్ట్రపతి, తెలుగు రాష్ట్రాల సీఎంల దిగ్బాంతి
మృతులకు రూ.5లక్షల ఎక్స్ గ్రేషియా ప్రకటన



కర్నూలు : మాటకందని విషాదం..తెల్లవారు జామున ఏం జరిగిందో తెలుసుకునే లోపే 19 నిందప్రాణాలు బుగ్గిగా మారాయి. నిద్రలోనే ప్రాణాలు హాళిమన్నాయి. మంటల్లో బస్సు తగలుబడుతోందన్న విషయం తెలిసి లోపు ప్రాణాలు అనంతవాయువుల్లో కలిశాయి. ఎన్నో కుటుంబాల్లో తీరని విషాదం నింపింది. మరెందరో ఆశలను బుగ్గి చేసింది. కర్నూలు జిల్లాలో జరగిన ట్రావెల్ బస్సు దుర్ఘటన కనీవినీ ఎరుగని విషాదాన్ని నింపింది. బస్సుకు మంటలు అంటుకుని బూడిదయ్యింది. బస్సులోనే ఈ 19మంది సజీవ దహనం అయ్యారు. తాము ఎక్కిన బస్సు శ్మశానవాటికి అవుతుందని...అందులో తాము సజీవ దహనం అవుతామని ఊహించని ఘటన ఇది. శుక్రవారం తెల్లవారుజాము సుమారు 2-3 గంటల సమయం. ప్రైవేట్ ట్రావెల్స్ బస్సు హైదరాబాద్ నుంచి బెంగళూరు వెళ్తోంది. తాము వెళ్లాల్సిన చోటుకి సురక్షితంగా చేరుకుంటామనే నమ్మకంతో ప్రయాణికులు అంతా గాడ్ నిద్రలో మునిగిపోయారు. ఒక్కసారిగా అనుకోని ప్రమాదం.. బైక్ ను ఢీకొనడంతో బస్సులో మంటలు చెలరేగాయి. ప్రయాణికుల తేరుకునేలోపే మంటలు వ్యాపించి పొగ కమ్మేసింది. ఏం చేయాలి పాలుపోని స్థితిలో బస్సులోని అడ్డూలు పగలగొట్టి కొందరు కిందకు దూకేశారు. మరికొందరు బస్సులోనే అగ్నికి ఆహుతైపోయారు. కర్నూలు శివారు చిన్నటేకూరులో శుక్రవారం తెల్లవారుజామున జరిగిన ఈ దారు-ణమైన ఘటన ఎన్నో కుటుంబాల్లో విషాదం నింపింది. భయానకమైన ఘటన స్థలి దృశ్యాలు ప్రమాద స్థానం కళ్లకు కదుతున్నాయి. కర్నూలు జిల్లాలో ఘోర ప్రమాదం తెలుగు రాష్ట్రాలను ఉలిక్కిపెడలా చేసింది. హైదరాబాద్ నుంచి బెంగళూరు వెళ్తున్న వేమూరి కావేరి ట్రావెల్స్ బస్సులో మంటలు చెలరేగాయి.

కర్నూలు శివారు చిన్నటేకూరులో జాతీయ రహదారి 44పై శుక్రవారం తెల్లవారుజామున ఈ ఘటన జరిగింది. ప్రమాద సమయంలో బస్సులో ఇద్దరు డ్రైవర్లు, 41 మంది ప్రయాణికులు కలిపి మొత్తం 43 మంది ఉన్నారు. వీరిలో 19 మంది సజీవ దహనం కాగా.. 22 మంది స్వల్పగాయాలతో బయటపడ్డారు. డ్రైవర్లలో ఒకరు పరారవగా.. మరొకరు పోలీసుల అదుపులో ఉన్నారు. బస్సు బైక్ ను బలంగా ఢీకొట్టడంతో ఈ ప్రమాదం చోటుచేసుకుంది. బస్సు ఢీకొన్న తర్వాత ద్విచక్రవాహనదారుడు కిందపడిపోయాడు. బైక్ మాత్రం బస్సు కిందకు చొచ్చుకుపోయింది. ఆ సమయంలో బైక్ లోని పెట్రోల్ లీక్ అవడంతో ఒక్కసారిగా మంటలు చెలరేగాయి. ప్రమాద సమయంలో గాడ్ నిద్రలో ఉన్న ప్రయాణికులు తేరుకొని హాహాకారాలు చేస్తూ కొందరు బయటపడగా, పలువురు మంటల్లోనే చిక్కుకున్నారు.. పోలీసులకు సమాచారం రావడంతో హటాహటిన అక్కడికి వెళ్లి సహాయక చర్యలు చేపట్టారు. గాయపడిన వారిని కర్నూలు సర్దుజన ఆసుపత్రికి తరలించారు. బస్సు మొత్తం పూర్తిగా కాలిపోయింది. ప్రయాణికుల్లో ఎక్కువ మంది హైదరాబాద్ నగరానికి చెందిన వారు ఉన్నట్లు సమాచారం. ప్రమాదం నుంచి రామిరెడ్డి, వేణుగోపాల్ రెడ్డి, సత్యనారాయణ, శ్రీలక్ష్మి, నవీన్ కుమార్, అఖిల్, జ్యోతి, అశీష్, రమేష్, జయసూర్య, సుబ్రహ్మణ్యం బయటపడ్డారు. హిందూపూర్ కు చెందిన నవీన్ అనే యువకుడు బస్సు ప్రమాదంలో గాయాలైన వారిని ఆరుగురిని తన కారులో కర్నూలు ఆసుపత్రికి తరలించారు. పుట్టపర్తి నుంచి హైదరాబాద్ కు వస్తున్న హైదరాబాద్ బస్సులో మంటలు చెలరేగాయని చూసి ఆగారు. పోలీసులకు ఆమె సమాచారం అందించడంతో వెంటనే వారు ఘటనాస్థలికి చేరుకొని సహాయక చర్యలు చేపట్టారు.

దుర్ఘటనపై చంద్రబాబు సీరియస్

ప్రమాదానికి నిర్లక్ష్యం కారణమైతే చర్యలు తప్పవు
అధికారులు, మంత్రులతో వీడియో కాన్ఫరెన్స్
బస్సుల ఫిట్ నెస్, సేఫ్టీ పై చర్యలకు ఆదేశం

అమరావతి : కర్నూలు బస్సు ప్రమాద ఘటన నేపథ్యంలో.. ఇతర రాష్ట్రాల రవాణా శాఖ మంత్రులు, అధికారులతో సమగ్ర విచారణకు ఏపీ సీఎం చంద్రబాబు ఆదేశించారు. మంత్రి మండిపల్లి రాంప్రసాద్ రెడ్డి, అధికారులతో అయిన వీడియో కాన్ఫరెన్స్ నిర్వహించారు. మృతుల వివరాలు గుర్తించి కుటుంబాలకు తక్షణ సాయం అందించాలని ఆదేశించారు. గాయపడిన వారికి మెరుగైన వైద్యం అందేలా చూడాలన్నారు. ప్రైవేటు బస్సుల ఫిట్ నెస్, సేఫ్టీ, పర్మిట్ తనిఖీలకు సీఎం ఆదేశాలు జారీ చేశారు. అన్ని జిల్లాల్లో బస్సుల సాంకేతిక తనిఖీలు చేపట్టాలన్నారు. ప్రమాదానికి నిర్లక్ష్యమే కారణమని తేలితే బాధ్యులపై కఠిన చర్యలు తప్పవని హెచ్చరించారు. ప్రమాదానికి గురైన ప్రైవేటు బస్సు రిజిస్ట్రేషన్, ఫిట్ నెస్, పర్మిట్ వివరాలపై పూర్తి నివేదికను కోరారు.అన్ని జిల్లాల్లో బస్సుల్లో సాంకేతిక తనిఖీలు చేపట్టాలని రవాణా శాఖకు ఆదేశాలు జారీచేశారు. ప్రమాదానికి కారణం.. నిర్లక్ష్యమని తేలితే కఠిన చర్యలు తప్పవని ట్రావెల్స్ బస్సు యాజమాన్యానికి సీఎం హెచ్చరికలు జారీ చేశారు. ప్రజల భద్రతే ప్రభుత్వానికి ప్రాధాన్యత, మృతుల కుటుంబాలకు ఆర్థిక సహాయం త్వరితగతిన అందిస్తామని మంత్రి రాంప్రసాద్ రెడ్డి స్పష్టం చేశారు. అధికారులు ఘటనా స్థలానికి వెళ్లి పరిస్థితి సమీక్షిస్తున్నారని సీఎంకు తెలియజేశారు మంత్రి. అలాగే ప్రమాదానికి గురైన ప్రైవేట్ బస్సు రిజిస్ట్రేషన్, ఫిట్ నెస్, పర్మిట్ వివరాలపై పూర్తి నివేదిక ఇవ్వాలని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు ఆదేశించారు. రాష్ట్ర ప్రజల భద్రతపై ఎలాంటి రాజీ ఉండదని సీఎం చంద్రబాబు, మంత్రి రాంప్రసాద్ రెడ్డి స్పష్టం చేశారు.

బస్సు ప్రమాద ఘటనపై
రాష్ట్రపతి, ప్రధాని దిగ్బాంతి
మృతుల కుటుంబాలకు 2లక్షలు,
క్షతగాతులకు 50వేల పరిహారం

న్యూఢిల్లీ, అక్టోబర్ 24: కర్నూల్ జిల్లాలో ఘోర బస్సు ప్రమాదం ఘటనపై రాష్ట్రపతి ముర్రు, ప్రధాని మోదీ తీవ్ర దిగ్బాంతి వ్యక్తం చేశారు. హైదరాబాద్ బూ బెంగళూరుకు వెళ్తోన్న కావేరి ట్రావెల్స్ బస్సు చిన్నటేకూరులో బైక్ ను ఢీకొనడంతో మంటలు చెలరేగాయి. ప్రమాదం సమయంలో బస్సులో 40 మంది ప్రయాణికులు ఉండగా, అందులో బైక్ రితో పాటు 20మంది చనిపోయినట్లు సమాచారం. ఘటనలో బస్సు పూర్తిగా దగ్ధమైంది.అయితే, బస్సు ప్రమాదంపై ప్రధాని మోదీ దిగ్బాంతి వ్యక్తం చేశారు. మృతులకు కుటుంబాలకు ప్రగాఢ సాన-భూతి తెలిపారు. మృతుల కుటుంబాలకు రూ. 2 లక్షల చొప్పున ఎక్స్ గ్రేషియా, క్షతగాతులకు రూ. 50వేల చొప్పున పరిహారం ప్రకటించారు. బస్సు ప్రమాదంపై రాష్ట్రపతి డ్రోపిడి ముర్రు కూడా స్పందించారు. ఈ మేరకు ఎక్స్ ప్రెస్ చేస్తూ ఘటనపై విచారం వ్యక్తం చేశారు. మృతులకు సంతాపం తెలిపారు. క్షతగాతులు వేగంగా కోలుకోవాలని ప్రార్థిస్తున్నట్లు వెల్లడించారు.

ఘటనపై డిప్యూటీ సీఎం
పవన్ కల్యాణ్ దిగ్బాంతి

అమరావతి : కర్నూలు జిల్లాలో జరిగిన ఘోర బస్సు ప్రమాదంపై ఏపీ డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్ తీవ్ర దిగ్బాంతి వ్యక్తం చేశారు. ఈ ఘటన తీవ్రంగా కలచివేసిందని చెప్పారు. క్షతగాతులు త్వరగా కోలుకోవాలని ఆకాంక్షించారు. భవిష్యత్తులో ఇలాంటి ప్రమాదాలు జరగకుండా చర్యలు చేపట్టాలని అధికారులను ఆదేశించారు. హైదరాబాద్ నుంచి బెంగళూరు వెళ్తున్న వేమూరి కావేరి ట్రావెల్స్ బస్సులో శుక్రవారం వేకువజామున మంటలు చెలరేగాయి. బస్సు బైక్ ను ఢీకొట్టడంతో అగ్నిప్రమాదం జరిగి 19 మంది సజీవ దహనమయ్యారు. మృతుల కుటుంబాలకు ఆయన ప్రగాఢ సానుభూతిని తెలిపారు.

బస్సు దుర్ఘటనపై గవర్నర్
జిష్టుదేవ్ వర్మ దగ్బాంతి

హైదరాబాద్ : కర్నూలు బస్సు ప్రమాదంలో 19 మంది ప్రాణాలు కోల్పోయిన దుర్ఘటనపై తెలంగాణ గవర్నర్ జిష్టుదేవ్ వర్మ విచారం వ్యక్తం చేశారు. మృతుల కుటుంబ సభ్యులకు ప్రగాఢ సానుభూతిని వ్యక్తం చేశారు. ఈ ప్రమాదం.. రహదారులపై భద్రతా చర్యలను మరింత బలోపేతం చేయాల్సిన అవసరాన్ని తెలియజేస్తోందన్నారు. ఇలాంటి విషాద ఘటనలు పునరావృతం కాకుండా తక్షణ చర్యలు తీసుకోవాలన్నారు. హైదరాబాద్ నుంచి బెంగళూరు వెళ్తున్న వేమూరి కావేరి ట్రావెల్స్ బస్సులో శుక్రవారం వేమూరి కావేరి మంటలు చెలరేగాయి. బైక్ ను బస్సు ఢీకొట్టడంతో అగ్నిప్రమాదం జరిగి 19 మంది సజీవ దహనమయ్యారు.



ట్రావెల్స్ అక్రమాలు

డయ్యూ డమన్లో రిజిస్ట్రేషన్..ఆల్టరేషన్

సీటింగ్ బస్సును స్లీపర్ బస్సుగా మార్చు

తెలుగు రాష్ట్రాల్లో తిప్పతూ దండా

హైదరాబాద్ :కర్నూలు బస్సు ప్రమాద ఘటనలో 19 మందిని విగత జీవులుగా చేసిన వేమూరి కావేరి ట్రావెల్స్ అక్రమ బాగోతం తేటతెల్లం అయ్యింది. ఆ సంస్థ నిర్వహించిన ఈ బస్సు సీటింగ్ బస్సుగా కానీ స్లీపర్ సర్వీస్ కాదని తేలింది. వేమూరి కావేరి ట్రావెల్స్ పేరిట హైదరాబాద్, చెన్నై, బెంగళూరు విశాఖపట్నం రూట్ లలో టూరిస్టు పర్యవసృతో పర్యాటక ప్రాంతాలకు బస్సులను తీవ్ర సంస్థగా నమోదైంది. తెలంగాణకు చెందిన హెబ్రాన్ ఇన్సూరెన్స్ ప్రైవేట్ లిమిటెడ్ సంస్థ ఈ బస్సును 2018లో కొనుగోలు చేసి 2023 వరకు నిర్వహించింది. ఆ తర్వాత వేమూరి చివోడ్ కమర్స్ ఈ బస్సును కొనుగోలు చేసి తీసుకుని కేంద్ర పాలిత ప్రాంతమైన డయ్యూ డామన్ లో తిరిగి రిజిస్ట్రేషన్ చేశారు. ఇక్కడే వేమూరి కావేరి సంస్థ అక్రమానికి తెరలేపింది. తెలుగు రాష్ట్రాల్లో రిజిస్ట్రేషన్ చేస్తే అధికారులు కొంత కఠినంగా ఉంటారన్న అంచనాతో డయ్యూ డామన్ లో చేశారు. వాస్తవానికి ఈ సంస్థ ప్రధాన కార్యాలయం ప్రకాశం జిల్లా ఒంగోలులో ఉంది. డయ్యూ డామన్ లో ఆల్ ఇండియా పర్మిట్ తీసుకున్న కావేరి ట్రావెల్స్ .. ఒడిశాలోని రాయగడలో ఆల్ట్రేషన్, ఫిట్ నెస్ చేయించుకున్నారు. రాయగడ అధికారులు ఆల్ట్రేషన్, ఫిట్ నెస్ మంజూరు చేసేటప్పుడు బస్సు సామర్థ్యం, సీటింగ్ వివరాలను స్పష్టంగా పొందుపరిచారు. కేవలం ప్రమాదానికి గురైన బస్సుకు 43 సీట్లు సీటుకు రూ.4500 పర్మిట్ చెల్లించాలి. ఆర్డీ స్లీపర్ సీటుకు అయితే రూ.12వేల చొప్పున ప్రభుత్వానికి ట్యాక్స్ చెల్లించాలి. ఇలా ట్యాక్స్ లను ఎగవేసేందుకే వేమూరి కావేరి ట్రావెల్స్ సంస్థ అక్రమ రిజిస్ట్రేషన్, ఆల్ట్రేషన్ చేయించింది.

కర్నూలు బస్సు ప్రమాదంలో ఇద్దరు బెక్ కీల మృతి

ఒకరు ఎపివాసి కాగా..మరొకరు తెలంగాణ వాసి

ఇద్దరు అమ్మాయిలూ బెంగుళూరులో పని

హైదరాబాద్ :కర్నూలులో జరిగిన బస్సు ప్రమాదం తీవ్ర విషాదం నింపింది. ప్రమాదంలో ఇద్దరు సాఫ్ట్ వేర్ ఇంజనీర్లు మృతిచెందారు. ఏపీలోని బాపట్ల జిల్లా ఇంకొల్లు మండలం పూనపాడుకు చెందిన గన్నమనేని ధాత్రి (27), తెలంగాణలోని యాదాద్రి జిల్లా గుండాల మండలం వస్తకొండూరుకు చెందిన అనూష రెడ్డి చనిపోయారు. వీరిద్దరూ బెంగళూరులో సాఫ్ట్ వేర్ ఇంజనీర్లుగా పనిచేస్తున్నారు.ధాత్రి ఇటీవల హైదరాబాద్ లోని పెదనాన్న ఇంటికి వచ్చారు. అక్కడి నుంచి

కావేరి బస్సుపై
తెలంగాణలో 16 చలాన్లు
పెండింగ్ లో రూ.23,120 ఫైన్లు
అనేక ఉల్లంఘన కేసులు ఉన్నట్లు గుర్తింపు

హైదరాబాద్ : కర్నూలు జిల్లాలో జరిగిన బస్సు ప్రమాద ఘటన అనేక కుటుంబాల్లో తీరని విషాదాన్ని నింపింది. హైదరాబాద్ నుంచి బెంగళూరు వెళ్తున్న వేమూరి కావేరి ట్రావెల్స్ బస్సు బైక్ ను ఢీకొట్టడంతో ప్రమాదం జరిగిన సంగతి తెలిసిందే. ఈ ప్రమాదానికి గురైన బస్సుపై తెలంగాణలో 16 చలాన్లు ఉన్నాయి. రూ.23,120 ఫైన్లు పెండింగ్ లో ఉన్నాయి. 2024 జనవరి 27 నుంచి 2025 అక్టోబరు 9 వరకు ఈ బస్సు 16 సార్లు ట్రాఫిక్ నిబంధనలను ఉల్లంఘించినట్లు తెలిసింది. 9 సార్లు నో ఎంట్రి జోన్ లోకి ప్రవేశించడంతో జరిమానాలు పడ్డాయి. హైస్పీడ్, డేంజరస్ డ్రైవింగ్ ఉల్లంఘనల పైనా చలాన్లు వదిలెట్టు తెలిసింది. ప్రమాదానికి గురైన బస్సు 9490 నంబరుతో రిజిస్టర్ అయినట్లు ఏపీ రవాణా శాఖ వెల్లడించింది. ఈ బస్సు ఫిట్ నెస్ ఉందని, బైక్ ను బలంగా ఢీకొట్టడం వల్లే బస్సులో మంటలు వచ్చాయని తెలిపింది. 'కావేరి ట్రావెల్స్ పేరిట రిజిస్ట్రేషన్ చేసి బస్సు నడుపుతున్నారు. 2018 మే 2న బస్సును డామన్ డయ్యూలో రిజిస్ట్రేషన్ చేశారు. ఈ బస్సుకు 2030 ఏప్రిల్ 30 వరకు టూరిస్ట్ పర్మిట్ జారీ అయ్యింది. ప్రమాదానికి గురైన బస్సు ఫిట్ నెస్ ఉంది. 2027 మార్చి 31 వరకు ఫిట్ నెస్ ఉంది. 2026 ఏప్రిల్ 20 వరకు బస్సుకు ఇన్సూరెన్స్ ఉంది. బైక్ ను బలంగా ఢీకొట్టడం వల్లే బస్సులో మంటలు వచ్చాయి. అన్ని కోణాల్లో పూర్తిస్థాయిలో దర్యాప్తు చేస్తున్నాం. దర్యాప్తు నివేదిక మేరకు భవిష్యత్తులో ప్రమాదాల నివారణకు చర్యలు తీసుకుంటాం అని రవాణా శాఖ పేర్కొంది.2024 జనవరి 27 నుంచి 2025 అక్టోబరు 9 వరకు ఈ బస్సు 16 సార్లు ట్రాఫిక్ నిబంధనలను ఉల్లంఘించినట్లు తెలిసింది. 9 సార్లు నో ఎంట్రి జోన్ లోకి ప్రవేశించడంతో జరిమానాలు పడ్డాయి. హైస్పీడ్, డేంజరస్ డ్రైవింగ్ ఉల్లంఘనల పైనా చలాన్లు వదిలెట్టు తెలిసింది. అయితే ఇప్పటి వరకు వేమూరి కావేరి ట్రావెల్స్ బస్సు యజమాన్యం ఇంక స్పందించి పోవడం అనేక అనుమానాలకు దారీ తీసిందే.

బస్సు ప్రమాదంలో ఆచూకీలేని తల్లీకొడుకు

పటాన్ చెరు : కర్నూలు జిల్లాలోని చిన్నటేకూరు వద్ద జరిగిన బస్సు ప్రమాదంలో సంగారెడ్డి జిల్లా పటాన్ చెరు నుంచి బయలుదేరిన వారు ఇద్దరు ఉన్నారు. బెంగళూరుకు చెందిన తల్లి కుమారులు పిల్ గోపి నాన్ బేబీ(64), కిషోర్ కుమార్(41) ఇటీవల డీపావళి పండుగకు సంగారెడ్డి జిల్లా పటాన్ చెరులోని కృష్ణ డిఫెన్స్ కాలనీలోని బంధువు, సాఫ్ట్ వేర్ ఉద్యోగి రాము ఇంటికి వచ్చారు. గురువారం సాయంత్రం పటాన్ చెరు అంబేద్కర్ కూడలి వద్ద వేమూరి కావేరి ట్రావెల్స్ బస్సు ఎక్కి బెంగళూరు బయలుదేరారు. అయితే ఈ లోపే చిన్నటేకూరు వద్ద బస్సు ప్రమాదానికి గురవడంతో వీరు క్షేమంగా ఉన్నారా లేదా? అనేది తెలియడం లేదు. వారి ఆహూతి కనుక్కునేందుకు రాము దంపతులు కర్నూలుకు బయలుదేరి వెళ్లారు.

కాలిన బస్సును తొలగించే
క్రమంలో అపశృతి

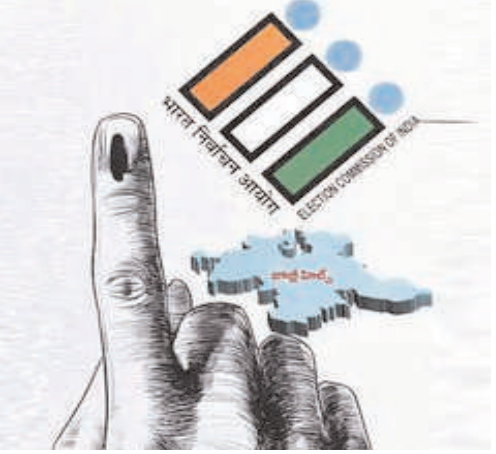
క్రేన్ పక్కకు ఒరగడంతో డ్రైవర్ కు గాయాలు

కర్నూలు : కర్నూలు శివారులోని చిన్నటేకూరు సమీపంలో బస్సు ప్రమాదం జరిగిన స్థలంలో మరో దుర్ఘటన చోటు చేసుకుంది. ప్రమాదానికి గురైన వేమూరి కావేరి ట్రావెల్స్ బస్సును పక్కకు తీస్తుండగా క్రేన్ బోల్డా పడింది. ఈ ఘటనలో క్రేన్ డ్రైవర్ కు గాయలయ్యాయి. అతడిని ఆస్పత్రికి తరలించి చికిత్స అందిస్తున్నారు. కాలిన బస్ ను తప్పించేందుకు క్రేన్ ను రప్పించారు. అయితే బస్సును తీసి క్రమంలో ఒక్కసారిగా క్రేన్ పక్కకు ఒరిగింది. దీంతో డ్రైవర్ కు గాయాలు అయ్యాయి. హైదరాబాద్ నుంచి బెంగళూరు వెళ్తున్న వేమూరి కావేరి ట్రావెల్స్ బస్సు శుక్రవారం తెల్లవారు జామున ప్రమాదానికి గురైన సంగతి తెలిసిందే. బైక్ ను ఢీ కొని మంటలు చెలరేగాయి. ఈ దుర్ఘటనలో 19 మంది ప్రాణాలు కోల్పోయారు.

జూబ్లీహిల్స్ బరిలో 58 మంది అభ్యర్థులు

- తుది జాబితా ప్రకటన
- నియోజకవర్గంలో మొత్తం 4,01,365 మంది ఓటర్లు

హైదరాబాద్, అక్టోబర్ 24: జూబ్లీహిల్స్ అసెంబ్లీ ఉప ఎన్నిక బరిలో అభ్యర్థుల తుది జాబితా ఖరారైంది. నవంబర్ 11న పోలింగ్ జరిగే ఉప ఎన్నికలో 58 మంది అభ్యర్థులు పోటీపడుతున్నట్లు రిటర్నింగ్ అధికారి సాయిరాం ప్రకటించారు. మొత్తం 211 మంది అభ్యర్థులు నామినేషన్లు చేయగా 81 మంది అభ్యర్థులు అర్హత పొందారు. వారిలో వివిధ పార్టీలకు చెందిన అభ్యర్థులు, పలువురు స్వతంత్రులు మొత్తం 23 మంది నామినేషన్లు ఉపసంహరించుకోగా.. 58 మంది పోటీలో ఉన్నట్లు ఆర్డీ వెల్లడించారు. ఇంత మంది పోటీ చేయడం జూబ్లీహిల్స్ అసెంబ్లీ నియోజకవర్గ చరిత్రలో ఇదే తొలిసారి. 2009 ఎన్నికల్లో 13 మంది, 2014 ఎన్నికల్లో 21 మంది, 2018 ఎన్నికల్లో 18 మంది పోటీపడగా.. 2023లో జరిగిన ఎన్నికల్లో 19 మంది అభ్యర్థులు పోటీపడ్డారు. వారిలో భారత రాష్ట్ర సమితి అభ్యర్థి మాగంటి గోపినాథ్ విజయం సాధించారు. అయితే, ఆయన మరణంతో ఉప ఎన్నిక రావడంతో ఈసారి పోటీలో ప్రధాన పాత్రోత్పాటు పెద్ద సంఖ్యలో స్వతంత్రులు, విద్యార్థి సంఘాల నాయకులు, రైతులు బరిలోకి దిగారు. పెద్ద సంఖ్యలో నామినేషన్లు దాఖలవ్వడం



చర్చనీయాంతంగా మారింది. నామినేషన్ల పరిశీలనతోపాటు ఉపసంహరణ వరకు క్షణక్షణం ఉత్సాహం రేకెత్తిస్తున్న ఈ ఉపఎన్నికలో వివరకు 58 మంది అభ్యర్థులు బరిలో నిలిచారు. పలువురు అభ్యర్థులు జూబ్లీహిల్స్ ఉప ఎన్నికను తమ ఉద్యమానికి వేదికగా మలచుకునేందుకు, తమ సమస్యలను ఫోకస్ చేసేందుకు ప్రయత్నిస్తున్నారు. వివిధ కారణాలు పేర్కొంటూ నామినేషన్లు దాఖలు చేశారు. దాఖలుకు ఎస్సీ, ఎస్టీ అభ్యర్థులు రూ.5 వేలు, ఇతరులు రూ.10 వేలు చెల్లించిమరీ నామినేషన్లు చేశారు. ప్రధానంగా ప్రాంతీయ రంగ రోడ్ల భూసేకరణ నిర్మాణాలు ప్రభుత్వ తీరును నిరసిస్తూ.. తమకు న్యాయం చేయాలని డిమాండ్

చేస్తూ వేశారు. 12 మంది ప్రస్తుతం రంగంలో ఉన్నారు. యాచారం ఫార్మాసిటీ భూ నిర్మాణాలు 10 మంది దాఖలు చేశారు. తగిన పరిహారం ఇవ్వలేదని, భూములు తిరిగి అప్పగించాలనేది వారి డిమాండ్. ఎస్సీ వర్గీకరణను వ్యతిరేకిస్తూ ఒక సామాజిక వర్గం తరపున 10 మంది నామినేషన్ వేశారు. ఉద్యోగ నియామక ప్రకటనలు లేవని నిరసిస్తూ నిరుద్యోగ జేఏసీ తరపున 13 మంది నామినేషన్లు సమర్పించారు. పింఛన్లు సక్రమంగా రావడం లేదని పెన్షన్దారుల తరపున 9 మంది సీనియర్ సిటిజన్లు నామినేషన్లు వేశారు. తెలంగాణ ఉద్యమకారుల తరపున ఒకరు సమర్పించారు. ఇదిలావుంటే జూబ్లీహిల్స్ నియోజకవర్గ ఓటర్ల తుది జాబితాను జిల్లా ఎన్నికల అధికారి ఆర్.వి.కర్ణేష్ ప్రకటించారు. ఉపఎన్నికపై శుక్రవారం ఆయన మీడియా సమావేశం నిర్వహించారు. నియోజకవర్గంలో మొత్తం 4,01,365 మంది ఓటర్లు ఉన్నారు. వీరిలో 2,08,561 మంది పురుషులు, 1,92,779 మంది మహిళలు. ఎన్నికల నోటిఫికేషన్ తర్వాత జూబ్లీహిల్స్లో 2,383 మంది ఓటర్లు పెరిగారు. తనిఖీల్లో భాగంగా ఇప్పటి వరకు రూ.2.84 కోట్లు స్వాధీనం చేసుకున్నారు. రూ.3.69 లక్షల విలువ చేసే 512 లీటర్ల మద్యం పట్టుబడింది. ఉప ఎన్నిక బరిలో 58 మంది అభ్యర్థులు ఉన్నందున ఒక్కో పోలింగ్ బూత్లో.. నాలుగు బ్యాలెట్ యూనిట్స్, ఒక వీవీ ప్యాట్ వినియోగిస్తాం అని జిల్లా ఎన్నికల అధికారి తెలిపారు.

అంగన్వాడీ కేంద్రాలకు సక్రమంగా సరకులు

- సంక్షేమశాఖ అధికారులకు మంత్రి సీతక్క ఆదేశాలు

హైదరాబాద్, అక్టోబర్ 24 : అంగన్వాడీ కేంద్రాలకు సరకుల సరఫరా నిర్వహణలో ఎలాంటి లోపాలు లేకుండా చూడాలని మంత్రి సీతక్క ఆదేశించారు. జిల్లా మహిళా శిశు సంక్షేమ శాఖ అధికారులతో తెలంగాణ రాష్ట్ర సచివాలయంలో మంత్రి సీతక్క శుక్రవారం వీడియో కాన్ఫరెన్స్ ద్వారా సమీక్షా సమావేశం నిర్వహించారు. పాలు, గుడ్లు, పప్పు, మంచి నూనె, బాలామృతం, మురుకులు, బియ్యం సరఫరాపై జిల్లాల వారిగా మంత్రి సీతక్క సమీక్ష చేశారు. మహిళా శిశు సంక్షేమ శాఖ పరిధిలో అమలవుతున్న పథకాల ప్రగతిని మంత్రి సీతక్క సమీక్షించారు. పలు జిల్లాల్లో సరకుల సరఫరా ఆశించిన మేర లేకపోవడంపై కాంట్రాక్టర్లపై మంత్రి సీతక్క ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. గత కేసీఆర్ ప్రభుత్వంలో మాదిరిగా సరకుల సప్లైయర్స్ వ్యవహారాన్ని సహించేది లేదని హెచ్చరించారు. సరకుల సరఫరాలో అలసత్వం వహిస్తున్న కాంట్రాక్టర్లకు నోటీసులు ఇచ్చి బ్లాక్ లిస్టులో పెట్టాలని ఆజ్ఞాపించారు. చిన్నారులు, గర్భిణులు, బాలితలకు



పోషకారం అందించడంలో రాజీ వదేది లేదని మందలించారు. లబ్ధిదారులకు అసౌకర్యం కలిగిస్తే కఠిన చర్యలు తీసుకుంటామని హుకుం జారీ చేశారు. చిన్నారుల సంరక్షణ విషయంలో అంగన్వాడీ కేంద్రాల్లో అన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని మంత్రి సీతక్క దిశానిర్దేశించేశారు. చిన్నారులు అంగన్వాడీ కేంద్రానికి వచ్చిన సమయం నుంచి వారు వెళ్లే వరకు సిబ్బంది బాధ్యత వహించాలని సూచించారు. అంగన్వాడీ కేంద్రాల్లో ఏర్పాట్ కనెక్టర్స్, తాగు నీటి సదుపాయం, టాయిలెట్ సౌకర్యాల కల్పన పనులను డిసెంబర్ నాటికి పూర్తి చేయాలని మార్గనిర్దేశం చేశారు. అంగన్వాడీ కేంద్రాల్లో చిన్నారుల సంఖ్య, హాజరు శాతాన్ని పెంచాలని సూచించారు. అన్ని అంగన్వాడీ

కేంద్రాల్లో ప్రతి నెల కనీసం ఒక చిన్నారు చేరేలా చర్యలు చేపట్టాలని ఆదేశించారు మంత్రి సీతక్క. ప్లే స్టూక్లకు ధీటుగా అంగన్వాడీ సెంటర్లు ఉన్నాయనే భరోసాను తల్లిదండ్రులకు కల్పించాలని మంత్రి సూచించారు. జిల్లా అధికారులు ప్రతి నెలా ప్రోగ్రెస్ రిపోర్టులు పంపించాలని ఆజ్ఞాపించారు. అంగన్వాడీ సిబ్బందికి ఇచ్చిన హోమీలను వెంటనే అమలు చేస్తున్నామని ఉద్ఘాటించారు. బాల్య వివాహాలు లేని రాష్ట్రంగా తెలంగాణ ఉండాలని సూచించారు. ప్రత్యేక డ్రైవ్స్ నిర్వహించి బాల్య వివాహాలు జరుగకుండా చూడాలని దిశానిర్దేశం చేశారు. ఈ సమీక్షలో మంత్రి సీతక్కతోపాటు ఆ శాఖ కార్యదర్శి అనితా రామచంద్రన్, డైరెక్టర్ శృతి ఓజా, తదితరులు పాల్గొన్నారు.



సీఎం రేవంత్తో నారా రోహిత్ భేటీ

పెళ్లికి ఆహ్వానిస్తూ పత్రిక అందచేత

హైదరాబాద్,అక్టోబర్ 24: టాలీవుడ్ యంగ్ హీరో నారా రోహిత్ శుక్రవారం ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డిని మర్యాదపూర్వకంగా కలిశారు. తన వివాహానికి రావాలని సీఎంస అప్రసాదించారు. ఈ భేటీకి సంబంధించిన ఫోటోలు ప్రస్తుతం సోషల్ మీడియాలో వైరల్ అవుతున్నాయి. నారా రోహిత్ - శిరీషల వివాహం ఈ నెల అక్టోబర్ 30న హైదరాబాద్లో అంగరంగ వైభవంగా జరగనుంది. ఈ వివాహ వేడుకలను ఏకంగా నాలుగు రోజుల పాటు అత్యంత ఘనంగా నిర్వహించేందుకు నారా కుటుంబం ఏర్పాట్లు చేస్తోంది.

పోచారంలో ప్రహరీ తొలగింపు

హైదరాబాద్,అక్టోబర్ 24: ప్రభుత్వ భూముల ఆక్రమణదారులపై రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఉక్కుపాదం మోపుతున్నది. ఈ ఏడాది కాలంలో ఇప్పటి వరకు హైదరాబాద్, రంగారెడ్డి, మేడ్చల్ జిల్లాల పరిధిలో సుమారు రూ.60 వేల కోట్ల విలువైన వెయ్యి ఎకరాల ప్రభుత్వ భూములను స్వాధీనం చేసుకుంది. చెరువులు, కుంటలకు కట్టాదారుల నుంచి విముక్తి కల్పించి పునరుద్ధరిస్తున్నది. గ్రేటర్ హైదరాబాద్ పోచారంలో ఆక్రమంగా నిర్మించిన ప్రహరీ గోడను శుక్రవారం హైద్రా తొలగించి 8 ఏళ్ల సమస్యకు పరిష్కారం చూపించింది. 1978లో 27 ఎకరాల ఎకరాల్లో 400 ప్లాట్లతో జీపీ లే అవుట్ ఏర్పాటు చేయగా.. అందులో ఓ వ్యక్తి 6.18 ఎకరాల భూమిని తమదే అంటూ ఆక్రమంగా ప్రహరీ నిర్మించాడు. ఆక్రమ ప్రహరీపై సుమారు 8 ఏళ్లుగా పోరాడిన లే అవుట్ సాఫైటీ.. చివరకు ప్రజావాణీలో హైద్రాకు ఫిర్యాదు చేసింది. సాఫైటీ సభ్యుల ఫిర్యాదుపై క్షేత్ర స్థాయిలో విచారణ చేపట్టిన హైద్రా కమిషన్ రంగనాథ్.. ఆక్రమంగా నిర్మించినట్లు గుర్తించారు.దీంతో ప్రహరీ గోడను తొలగించారు హైద్రా సిబ్బంది. 8 ఏళ్లుగా ఉన్న సమస్యకు హైద్రాతో పరిష్కారం లభించడంతో హైద్రా చర్యల పట్ల వార్షం వ్యక్తం చేస్తున్నారని స్థానికులు.

సెక్యూరిటీ లేకుండా చిక్కడపల్లికి రాగలవా?

నిరుద్యోగుల ప్రశ్నలకు సమాధానం చెప్పగలవా రేవంత్!

జూబ్లీహిల్స్ ఉప ఎన్నికలో గట్టిగా బుద్ధి చెప్పాలి

బాకీ కార్డు విడుదల సందర్భంగా హరీష్ విమర్శలు

హైదరాబాద్, అక్టోబర్ 24: సీఎం రేవంత్ రెడ్డికి దమ్ముంటే పోలీసులు లేకుండా ఒక్కసారి అశోక్ నగర్, చిక్కడపల్లి లైబ్రరీకి రావాలని సిద్ధిపేట బిఆర్ఎస్ ఎమ్మెల్యే హరీశ్ రావు సవాల్ విసిరారు. బట్టలూడదీసి ఊడగొడుతారని అలాంటి ఘాటుగా హరీశ్ రావు హెచ్చరించారు. కాంగ్రెస్ నిరుద్యోగ బాకీ కార్డు ఆవిష్కరణ కార్యక్రమంలో మాజీ మంత్రి హరీశ్ రావు మాట్లాడారు. ఇచ్చిన మాట నిలుపుకో అని బాకీ కార్డులు రేవంత్ రెడ్డిని ప్రశ్నిస్తున్నాయి. ఎన్నికల ముందు వేడుకున్నాడు, వాడుకున్నాడు. అధికారంలోకి వచ్చాక వదిలేసారు. రాహుల్ గాంధీ, ప్రియాంక గాంధీతో అశోక్ నగర్, సరూర్ నగర్ స్టేడియంలో మీటింగులు పెట్టించారు. ఉద్యోగాలు, నిరుద్యోగ భృతి అని మాయ మాటలు చెప్పారు. మోసం చేసారు అని హరీశ్ రావు ధ్వజమెత్తారు. రేవంత్ రెడ్డి కళ్లు తెరిపించేందుకు మీ చేతిలో అవకాశం ఉంది. కొంతమంది నిరుద్యోగులు కూడా నామినేషన్లు చేసారు. కాంగ్రెస్ పార్టీని చిత్తుగా జూబ్లీహిల్స్లో ఓడించాలి. ఆనాడు కాంగ్రెస్ ను గెలిపించేందుకు బన్ను యాత్ర చేసారు. కాంగ్రెస్ కు సురకు పుట్టాలంటే జూబ్లీహిల్స్లో కాంగ్రెస్ పార్టీని ఓడించేందుకు నిరుద్యోగులు దండు కట్టాలి. తనతప్పు తాను తెలుసుకునేందుకు మనం కాంగ్రెస్ ను ఓడించాలి అని హరీశ్ రావు పిలుపునిచ్చారు. విద్యా శాఖ మంత్రిగా, మున్సిపల్ మంత్రిగా, హోం మంత్రిగా, ముఖ్యమంత్రిగా సీఎం రేవంత్ రెడ్డి ఫయల్ అయ్యాడని హరీశ్ రావు తీవ్రంగా విమర్శించారు. వెంటనే 2 లక్షల ఉద్యోగాలు భర్తీ చేయాలని డిమాండ్ చేస్తున్నాం. మేం హామీ ఇస్తున్నాం. అసెంబ్లీ వేదికగా మోకోసం పోరాటం చేస్తాం. మొన్న అడిగితే ఒక్కటే నాడు అసెంబ్లీ పెట్టి పారిపోయింది. అసెంబ్లీ పెట్టడానికి కూడా భయమే. జెన్మో, జీపీవో, పోలీసు, డిప్యూటీ సర్ప్రయర్, ఇతర గ్రూప్స్ నోటిఫికేషన్ల కోసం బిఆర్ఎస్ పోరాటం చేస్తుంది. అన్ని జిల్లా కేంద్రంలో బాకీ కార్డులు పెట్టి యువతను ఏకం చేస్తాం. ప్రత్యక్ష పోరాటం బిఆర్ఎస్ చేస్తుంది. మోకు అందగా ఉంటది అని హరీశ్ రావు స్పష్టం చేశారు.



ఫారెస్ట్ సెటిల్మెంట్ ఆఫీసర్లుగా అదనపు కలెక్టర్లు

తెలంగాణ ప్రభుత్వం మరో కీలక నిర్ణయం

హైదరాబాద్, అక్టోబర్ 24: తెలంగాణ ప్రభుత్వం మరో కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది. అన్ని జిల్లాల్లో అదనపు కలెక్టర్లని ఫారెస్ట్ సెటిల్మెంట్ ఆఫీసర్లుగా నియమిస్తూ రేవంత్ రెడ్డి సర్కార్ ఉత్తర్వులు జారీ చేసింది. జాయింట్ కలెక్టర్ పదవి రద్దు చేసి.. కొత్త బాధ్యతలని అదనపు కలెక్టర్లకు అప్పగించింది. ఈ క్రమంలో అదవి భూసర్వే, హక్కులు నిర్ధారణ, సెటిల్మెంట్ పనులు వీరి పరిధిలోకి రానున్నాయి. 1967 ఫారెస్ట్ యాక్ట్ కింద ఉత్తర్వులు జారీ చేసింది రేవంత్ రెడ్డి ప్రభుత్వం. ప్రిన్సిపల్ చీఫ్ కన్సర్వేటర్ ఆఫ్ ఫారెస్ట్స్ పర్యవేక్షణలో అమలు చేయనుంది. అన్ని జిల్లాల కలెక్టర్లు, రెవెన్యూ అధికారులు తగిన చర్యలు చేపట్టాలని కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ఆదేశించింది.

చిన్న కాంట్రాక్టర్లకు పెండింగ్ బిల్లులు

హైదరాబాద్, అక్టోబర్ 24: చిన్న కాంట్రాక్టర్లకు పెండింగ్ బిల్లులను తెలంగాణ ప్రభుత్వం విడుదల చేసింది. మంత్రి కోమటిరెడ్డి వెంకటరెడ్డి చొరవతో రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా 3,610 మంది చిన్న కాంట్రాక్టర్లకు రూ.94.77 కోట్ల బిల్లులు చెల్లించింది. సీఎం రేవంత్ రెడ్డి, డిప్యూటీ సీఎం భట్టికి ఈ సందర్భంగా చిన్న కాంట్రాక్టర్లంతా ధన్యవాదాలు తెలిపారు. మిగిలిన పెండింగ్ బిల్లులు కూడా చెల్లించాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. బిల్లుల చెల్లింపుతో ఉపశమనం కలిగిందని కాంట్రాక్టర్లు తెలిపారు.

ఆస్ట్రేలియాలో శ్రీధర్ బాబు పర్యటన



హైదరాబాద్,అక్టోబర్ 24: ఆస్ట్రేలియాలో తెలంగాణ ఐటీ పరిశ్రమల శాఖా మంత్రి శ్రీధర్ బాబు పర్యటన కొనసాగుతోంది. ఇందులో భాగంగా విక్టోరియా పార్లమెంట్ ను మంత్రి సందర్శించారు. ఈ సందర్భంగా శ్రీధర్ బాబుకు రెజిస్ట్రేషన్ కోన్ఫిరమ్ గవర్నమెంట్ విప్ లీ తారూపిన్, పార్లమెంటరీ సెక్రటరీ పీనా వాల్ ఫున స్వాగతం పలికారు. శాసన పత్రికలు, పార్లమెంటరీ గవర్నెన్స్, పబ్లిక్ అకౌంటబిలిటీపై సుదీర్ఘంగా చర్చించారు. పారదర్శకత, జవాబుదారీతనం పెరగాలంటే పౌరుల భాగస్వామ్యం కీలకమని అన్నారు మంత్రి శ్రీధర్ బాబు. టెక్నాలజీ ఆధారిత, పౌర కేంద్రిత పాలన వైపు తెలంగాణ ప్రభుత్వం కట్టుబడి ఉందని స్పష్టం చేశారు. తెలంగాణ ? విక్టోరియా ఇన్స్టిట్యూషన్ల కోలాబరేషన్ పెంచేందుకు చొరవ చూపుతామని మంత్రి తెలిపారు. అలాగే తెలంగాణలో అమలవుతున్న ప్రోగ్రెసివ్ రెజిస్ట్రేషన్ ప్రాక్టీసిస్, గవర్నెన్స్ రిఫార్మ్స్, డిజిటల్ ఇనిషియేటివ్స్ ను విక్టోరియా ప్రతినిధులకు మంత్రి వివరించారు.ఇక... రాష్ట్రపతి విక్టోరియా నేతలు ప్రశంసల వర్షం కురిపించారు. తెలంగాణ రోల్ మోడల్ రాష్ట్రం అంటూ కొనియాడారు. ద్వైపాక్షిక సహకారం పెంపొందించేందుకు కృషి చేస్తామని విక్టోరియా ప్రతినిధులు హామీ ఇచ్చారు.

సాహితీ ఇన్ ఫ్రా ఆస్తులు అటాచ్ చేసిన ఈడీ

హైదరాబాద్, అక్టోబర్ 24: హైదరాబాద్ లోని సాహితీ ఇన్ ఫ్రా ఆస్తులను ఎన్ ఫోర్స్ మెంట్ డైరెక్టరేట్ ఈడీ జప్తు చేసింది. రూ.12.65 కోట్ల విలువైన ఆస్తులను అటాచ్ చేసిన చేసింది. ఫ్రీలాన్స్ ఆఫర్ పేరుతో సాహితీ ఇన్ ఫ్రా మోసం చేసినట్లు గుర్తించిన అధికారులు.. కంపెనీ డైరెక్టర్ పూర్ణచంద్రరావుతో పాటు కుటుంబ సభ్యులపై మనీ లాండరింగ్ చట్టం కింద కేసు నమోదు చేశారు. ఈ సంస్థ ఫ్రీ లాన్స్ ఆఫర్ పేరుతో బాధితుల నుంచి రూ.842 కోట్ల మూలు చేసినట్లు అధికారుల దర్యాప్తులో తేలింది. రెరా, హెచ్ఎంఏ వీ నుంచి ఎలాంటి పర్మిషన్ లేకుండా ప్రాజెక్టుల నిర్మాణం చేపట్టినట్లు వెల్లడయింది. రూ.216.91 కోట్లు నగదు లెక్కల్లో చూపలేదని అధికారులు తెలిపారు. కస్టమర్ల నుంచి వసూలు చేసిన డబ్బుతో.. కంపెనీ డైరెక్టర్లు స్థిరాస్తులు కొనుగోలు చేసినట్లు ఈడీ గుర్తించింది. ఇప్పటివరకు ఈడీ161.50 కోట్ల ఆస్తులు సీజ్ చేసింది. ఈ కేసు దర్యాప్తు కొనసాగుతుందని.. లక్షీనారాయణ, పూర్ణచంద్రరావు జైలులో ఉన్నారని అధికారులు వివరించారు.

ఔటర్ లింగ్ రోడ్డుపై అగ్నిప్రమాదం

కారులో మంటలు చెలరేగి దగ్ధం

హైదరాబాద్, అక్టోబర్ 24: హైదరాబాద్ ఔటర్ లింగ్ రోడ్డుపై అగ్నిప్రమాదం జరిగింది. రన్వేగ్ లో ఉన్న కారులో ఒక్కసారిగా మంటలు చెలరేగాయి. మంటలు గుర్తించిన కారులో ప్రయాణిస్తున్న ప్రయాణికులు అప్రమత్తమై కిందకు దిగడంతో పెద్ద ప్రమాదం తప్పింది. వివరాల్లోకి వెళితే.. శుక్రవారం హైదరాబాద్ ఔటర్ లింగ్ రోడ్డుపై అగ్నిప్రమాదం జరిగింది. సిద్దిపేట నుంచి హైదరాబాద్ కు కొందరు వ్యక్తులు వెళ్తుండగా ఈ ప్రమాదం జరిగింది. హైదరాబాద్ ఓఆర్ఆర్ కి రాగానే ఒక్కసారిగా మంటలు చెలరేగాయి. గమనించిన అందులో ప్రయాణిస్తున్న వ్యక్తులు వెంటనే కారు దిగడంతో పెద్ద ప్రమాదం తప్పింది. చూస్తూండగానే కారు మంటల్లో పూర్తిగా కాలిపోయింది. విషయం తెలుసుకున్న పోలీసులు ప్రమాద స్థలానికి చేరుకుని మంటలార్పారు.



నేడే నాగుల చవితి పర్వదినం

పుట్టలో పాలు పోయడం ఆచారం

హిందూ సంప్రదాయంలో పండగలకు, ఆచారాలకు విశేష ప్రాధాన్యం ఉంది. కార్తీక మాసంలో వచ్చే అనేక పర్వదినాలు, పూజలు ఇందుకు నిదర్శనం. ఇందులో భాగంగా శనివారం వచ్చే నాగులచవితికి గాను పాములకు పాలు పోయడం అన్నదానికి విశేషమైన ప్రాధాన్యత ఉంది. పాములను పూజించడం హిందూ ఆచారంలో ఓ భాగం. అయితే.. దీపావళి అమావాస్య తర్వాత వచ్చే కార్తీక శుద్ధ చతుర్థి నాడు నాగుల చవితి పండుగను జరుపుకుంటారు. కొన్ని ప్రాంతాల్లో శ్రావణ శుద్ధ పంచమి రోజు కూడా జరపుకుంటారు. కానీ తెలుగు రాష్ట్రాల్లో కార్తీక మాసంలో నాగుల చవితి పండుగ ఆచరిస్తారు. ఈ ఏడాది ఈ నాగుల చవితి ఈ నెల 25న అంటే శనివారం జరుపుకోనున్నారు. వ్యవసాయానికి దన్నుగా పాములు సహాయకారికగా ఉంటాయని ప్రతీతి. ముఖ్యంగా పంటలు నాశనం చేసే ఎలుకలను పాములు పట్టుకుని తింటాయి. ఇలా పాములకు కృతజ్ఞతగా చవితి రోజు పుట్టలో ఆలు పోయడమనే ఆచారం పుట్టిందని అంటారు. ప్రకృతి, జంతువుల పట్ల గౌరవ సూచికంగా కూడా వేడుకను చేసుకుంటారు. నాగ దేవతల పూజకు శుభ ముహూర్తం అంటూ ఏదీ ఉండదు. వేకువ జామున లేచి పుట్టలో పాలు పోయడమే ఆచారంగా వస్తోంది. నాగుల చవితి పండుగ రోజు భక్తులు పుట్టలో ఆవు పాలతో పాటు గుడ్డు వేస్తారు. చలిమిడి, చిమ్మిరి నైవేద్యంగా చేసి నాగదేవతకు సమర్పిస్తారు. అలాగే జంట నాగుల విగ్రహాలకు పాలు, పసుపు, కుంకుమతో అభిషేకం చేస్తారు. మహిళలు సాభాగ్యం కోసం, సంతానప్రాప్తి కోసం సర్పపూజ



చేస్తారు. నాగుల చవితి రోజు నాగదేవతను పూజించడం వల్ల రాహువు గ్రహం యొక్క దుష్పక్షావాలను తగ్గించుకోవచ్చన్న ప్రచారం కూడా ఉంది. అలాగే కుజ దోషం, కాల సర్ప దోషాలు తొలగిపోతాయని నమ్మకం. ఇక పురాణాల ప్రకారం నాగుల చవితి పండుగ గురించి అనేక కథలు ప్రాచుర్యంలో ఉన్నాయి. దాదాపు ప్రతి దేవాలయం లో నాగేంద్రుని విగ్రహాలు కనిపిస్తూ ఉంటాయి. అయితే నాగుల చవితి రోజున నాగేంద్రుడు పరమేశ్వరుడికి వాసుకిగా, శ్రీమహావిష్ణువుకి ఆదిశేషుగా

మారి తోడుగా ఉంటాడట. అందుకే ఈ పవిత్రమైన నాగుల చవితి రోజున భక్తులందరూ నాగదేవతను పూజిస్తే సర్వరోగాలు తొలగిపోతాయని నమ్మకం. అంతే కాకుండా ఈ రోజున సంతానం లేని దంపతులు నాగారాధన చేస్తే సంతాన ప్రాప్తి కలుగుతుందని కూడా భక్తులు ప్రగాఢంగా నమ్ముతారు. నాగదోషం, రాహు కేతు దోషాలు ఉన్న వారు కూడా నాగుల చవితి రోజున నాగేంద్రుడిని పూజిస్తే దోషాలన్నీ తొలగిపోతాయని విశ్వసిస్తారు.

పార్క్ స్థలానికి వీడిన చెర కబ్బా నుంచి కాపాడిన హైద్రా

హైదరాబాద్ : అక్రమ నిర్మాణాల కూల్చితేలే ధ్యేయంగా హైద్రా చర్మలు కొనసాగుతున్నాయి. పార్కును కబ్బా చేసి.. బై నంబర్లు సృష్టించి సొంతం చేసుకునే ప్రయత్నాలకు హైద్రా అడ్డుకట్ట వేసింది. కొండాపూర్ లాంటి ఖరీదైన ప్రాంతంలో ఏకంగా 2000 గజాల పార్కు స్థలాన్ని హైద్రా శుక్రవారం కాపాడింది. రంగారెడ్డి జిల్లా శేరిలింగంపల్లి మండలం కొండాపూర్ గ్రామంలోని రాఘవేంద్ర కాలనీలో పార్కుతో పాటు.. కమ్యూనిటీ హాలు నిర్మాణానికి 2 వేల గజాలను లే జైట్ లో చూపించారు. పార్కు స్థలం ఖాళీగా ఉండటంతో ఆక్రమారులు ఆ స్థలాన్ని కబ్బా చేయడంపై దృష్టి పెట్టారు. బై నంబర్లు సృష్టించి 10 ప్లాట్లు చేసేవారు. ప్రతి ఎ+లాట్ లో ఒక పెద్ద వేశారు. దీనిపై రాఘవేంద్ర కాలనీ సీ బ్లాక్ వెల్దేర్ అండ్ కల్చరల్ అసోసియేషన్ ప్రతినిధుల నుంచి ప్రజావాణికి ఫిర్యాదు అందింది. హైద్రా కమిషనర్ ఏవీ రంగనాథ్ ఆదేశాలతో హైద్రా అధికారులు రంగంలోకి దిగారు. క్షేత్ర స్థాయిలో సంబంధిత శాలలతో కలిసి పరిశీలించారు. పార్కుతో పాటు.. కమ్యూనిటీ హాల్ కోసం కేటాయించిన స్థలంగా నిర్ధారించారు. రంగనాథ్ ఆదేశాల మేరకు ఆక్రమణలను



శుక్రవారం తొలగించారు. ఆ వెంటనే ఫెన్సింగ్ వేసి పార్కు స్థలాన్ని హైద్రా కాపాడినట్లు పేర్కొంటూ బోర్డులు

ఏర్పాటుచేశారు. ఈ పార్కు స్థలం విలువ దాదాపు రూ. 30 కోట్ల వరకు ఉంటుందని పేర్కొన్నారు.

రాజన్న హుండ్ల ఆదాయం రూ.2 కోట్ల 19 లక్షలు

వేములవాడ : రాజరాజేశ్వర స్వామి ఆలయ హుండ్ల ఆదాయం భారీగా వచ్చింది. 36 రోజుల హుండ్ల ఆదాయం రూ. 2 కోట్ల 19 లక్షల 35 వేల 165రూపాయలు వచ్చినట్లు ఆలయ అధికారులు వెల్లడించారు. 124 గ్రాముల బంగారం, 10 కిలోల 500 గ్రాముల వెండి వచ్చినట్లు వెల్లడించారు.ఆలయ ఓపెన్ స్లాట్ లో పోలీసు భద్రత నడుమ అధికారులు, సిబ్బంది హుండ్ల ఆదాయం లెక్కించారు. వేములవాడ రాజన్న ఆలయాన్ని దర్శించుకునేందుకు తెలంగాణతో పాటు ఆంధ్రప్రదేశ్, మహారాష్ట్ర, ఛత్తీస్ గడ్ రాష్ట్రాల నుంచి వేలాది మంది తరలివస్తారు. ఆలయంలో స్వామి వార్లను దర్శించుకుని మొక్కులు తీర్చుకుంటారు. కోడె మొక్కులు చెల్లిస్తారు. వేములవాడ రాజన్న ఆలయ అభివృద్ధి పనులకు సీఎం రేవంత్ రెడ్డి 2024 నవంబర్? 20న శంకుస్థాపన చేశారు. తొలి విడతలో రూ.76 కోట్ల నిధులు మంజూరు చేయగా పనులు జరుగుతున్నాయి. అలాగే మూలవారు బ్రిడ్జి నుంచి రాజన్న ఆలయం వరకు రూ.42 కోట్ల నిధులతో 80 ఫీట్ల రోడ్డు వెడల్పు పనులు చేపడుతున్నారు. వేములవాడ పట్టణాన్ని టెంపుల్ సిటీగా డెవలప్? చేయనున్నట్లు ప్రభుత్వం ప్రకటించింది.



పాముకాటుకు గురై డిగ్రీ విద్యార్థి మృతి

కేసు నమోదు చేసిన పోలీసులు

పెద్దపల్లి: దీపావళి సెలవులకు ఇంటికి వచ్చిన డిగ్రీ విద్యార్థిని పాముకాటుకు గురై మృతి చెందింది. ఈ విషాద ఘటన పెద్దపల్లి జిల్లా ఓడెల మండలంలోరావు నారాయణపేట గ్రామంలో శుక్రవారం జరిగింది. స్థానికులు తెలిపిన వివరాలు ఇలా ఉన్నాయి. గుర్రం అక్షిత(18) అనే డిగ్రీ విద్యార్థినికి శుక్రవారం పాముకాటుకు గురై మృత్యువాత వడింది. అక్షిత సుల్తానాబాద్ లోని మహాత్మ జ్యోతిరావు పూలే గురుకుల డిగ్రీ కాలేజీలో చదువుతోంది. దీపావళి పండుగ సందర్భంగా సెలవులు కావడంతో ఇంటికి వచ్చింది. శుక్రవారం కాలేజీకి పోతా అంటే తల్లి శుక్రవారం రోజు ఎందుకు వద్దు అనడంతో ఇంటి వద్దనే ఉండిపోయింది. తండ్రి శ్రీనివాస్ దివ్యాంగుడు. వీరిది నిరుపేద కుటుంబం కావడంతో తల్లి కోమల కూలీ చేస్తేనే కుటుంబ పోషణ సాగుతుంది. దీంతో బిడ్డను ఇంటి వద్ద ఉంచి తల్లి పత్తి పంటను ఏరెందుకు కూలికి వెళ్ళింది. ఇంటి వద్ద అక్షిత కుర్చీలో కూర్చొని హాంపర్స్ చేసుకుంటుండగా పాము కాలుకు కాటు వేసింది. దీంతో వెంటనే తేరుకుని తనను ఏదో కుట్టొందని అరవడంతో ఇంటి పరిసర ప్రాంత ప్రజలు పరిగెత్తుకు వచ్చి చూడగా కుర్చీ కింద పాము ఉన్నట్లు గుర్తించారు. పామును కొడడామని లోపే అక్కడి నుంచి పారిపోయింది. విషయం తల్లికి ఫోన్ ద్వారా తెలుసుకోవడంతో ఇంటికి వచ్చి అక్షితను మొదటగా తీసుకువెళ్లి అక్కడి నుంచి 108 ఆంబులెన్స్ లో కరీంనగర్ కు తరలించగా, అప్పటికే మృతి చెందినట్లు డాక్టర్ తెలిపారు. డిగ్రీ విద్యార్థి పాముకాటుతో మృతి చెందిన ఘటన గ్రామంలో విషాదం నింపింది. తల్లి, కుటుంబ సభ్యులు రోదీస్తున్న తీరు గ్రామస్తులను కంటతడి పెట్టించింది. శ్రీనివాస్ గౌడ్, కోమల దంపతులకు ఇద్దరు కూతుళ్ళు కాగా అక్షిత పెద్దది. ఈ మేరకు పోతుపల్లి పోలీసులు కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేస్తున్నట్లు తెలిపారు.

యాదగిరిగుట్టలో ఉత్సవంలా 'ఊంజల్ సేవ'



యాదగిరిగుట్ట, రోమింగ్ స్టాఫ్: పవిత్ర పుణ్యక్షేత్రం యాదగిరిగుట్ట శ్రీలక్ష్మీనరసింహస్వామి దేవస్థానంలో శుక్రవారం ఆంధాళ్ అమ్మవారికి 'ఊంజల్ సేవ'ను అర్చకులు ఉత్సవంలా నిర్వహించారు. ఆలయంలో నిత్య పూజలు ముగిసిన అనంతరం.. సాయంత్రం ప్రధానాలయ మండపంలో అమ్మవారికి ఊంజల్ సేవను చేపట్టారు. అద్దాల మండపంలో అమ్మవారికి ఊంజల్ సేవ చేపట్టి ఆలయ మాడవీధుల్లో ఊరేగించాల్సి ఉండగా.. వర్షం కారణంగా ప్రధానాలయ మంటపంలో నిర్వహించారు. రకరకాల పూలు, వజ్ర వైదూర్యాలు, బంగారు ఆభరణాలతో ఆంధాళ్ అమ్మవారిని సర్వాంగ సుందరంగా ముస్తాబు చేసి ప్రత్యేక పూజలతో ఊంజల్ సేవను నిర్వహించి శయనింపజేశారు. వేదపండితుల మంత్రోచ్ఛారణలు, పారాయణీకుల వేదపారాయణాల నడుమ అమ్మవారికి ఊంజల్ సేవ వైభవంగా నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో భక్తులు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొని మొక్కులు తీర్చుకున్నారు. మరోవైపు ఆలయంలో నిత్య పూజలు శాస్త్రోక్తంగా జరిగాయి. భక్తులు జరిపించిన పలు రకాల పూజలు, నిత్య కైంకర్యాల ద్వారా శుక్రవారం ఆలయానికి రూ.13,76,469 ఆదాయం వచ్చినట్లు ఆలయ అధికారులు వెల్లడించారు.

యాదగిరిగుట్టలో భక్తులకు అందుబాటులోకి 'కేఎం గ్రాండ్'

'కేఎం గ్రాండ్' ను ప్రారంభించిన ప్రభుత్వ విప్, ఆలేరు ఎమ్మెల్యే బీర్ల అయిలయ్య



యాదగిరిగుట్ట, రోమింగ్ స్టాఫ్: యాదగిరిగుట్ట శ్రీలక్ష్మీనరసింహస్వామి దర్శనానికి వచ్చే భక్తులతో పాటు స్థానిక ప్రజల కోసం.. యాదగిరిగుట్టలో అత్యాధునిక హంగులు, నకల నదుపాయలతో నూతనంగా ఏర్పాటు చేసిన 'కేఎం గ్రాండ్' శుక్రవారం అందుబాటులోకి వచ్చింది. బ్యాంకెట్ హాల్, ఏసీ, నాన్ ఏసీ రూమ్స్, రెస్టారెంట్ తో కూడిన 'కేఎం గ్రాండ్' ను ప్రభుత్వ విప్, ఆలేరు ఎమ్మెల్యే బీర్ల అయిలయ్య శుక్రవారం రిబ్బన్ కట్ చేసి ప్రారంభించారు. అనంతరం దేవుళ్ల ఫోటోలకు ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ.. కేఎం గ్రాండ్ లో వెజ్, నాన్ వెజ్ వంటకాల కోసం ప్రత్యేకమైన రెండు వేర్వేరు కిచెన్ లు ఏర్పాటు చేయడం అభినందనీయమన్నారు. దీంతో నాన్ వెజ్ భోజనంతో పాటు నారసించుుడి దర్శనానికి వచ్చే భక్తులకు స్వచ్ఛమైన వెజ్ బేరియర్ భోజనం లేని కొరత తీరిందని పేర్కొన్నారు. ప్రస్తుతం యాదగిరిగుట్టలో హెూటళ్ళు ఉన్నా వేర్వేరు కిచెన్ లు లేకపోవడం కారణంగా.. భక్తులకు రుచికరమైన ఫుట్ దొరికేది కాదని, కేఎం గ్రాండ్ తో భక్తులకు ఆ కొరత తీరిందన్నారు. ఖర్చుకు వెనుకాడకుండా భక్తులకు సరసమైన ధరలో క్యాలిటీ ఫుడ్ అందివ్వాలని కేఎం గ్రాండ్ యాజమాన్యానికి సూచించారు. అదేవిధంగా కేఎం గ్రాండ్ పేరుతో ఒకేవేల ఏసీ బ్యాంకెట్ హాల్, ఏసీ, నాన్ ఏసీ గదులు, రెస్టారెంట్ ను ప్రజలకు అందుబాటులో తెచ్చిన మేనేజింగ్ డైరెక్టర్లు గడ్డమిది మాధవులు గౌడ్, ఆరో వెంకటేష్ గౌడ్ ను ఎమ్మెల్యే అభినందించారు.

నేరాల రేటులో ముందున్న డబుల్ ఇంజన్ సర్కార్లు

బజెపి పాలిత రాష్ట్రాల్లో అవినీతిపై ప్రశ్నించని మోడీ మేము అధికారంలోకి వస్తే అవినీతిరహిత పాలన ఇస్తాం మోడీ జంగల్ రాజ్ వ్యాఖ్యలకు ఘాటుగా సమాధానం

పాట్నా,అక్టోబర్ 24: నేరాల రేటులో భాజపా పాలిత రాష్ట్రాలే ముందువరుసలో ఉన్నాయని, అక్కడ వారు ఏం చేస్తున్నారని తేజస్వి యాదవ్ ప్రశ్నించారు. మహాగర్హంధన్ ఈ నిరుపయోగమైన డబుల్ ఇంజన్ ప్రభుత్వాన్ని కూలదోస్తుందన్నారు. ఒక ఇంజన్ అవినీతిమయమైందని, మరో ఇంజన్ నేరపూరితమైందని దుయ్యబట్టారు. బిహార్ లో ఆర్థిక్ 'జంగల్ రాజ్' పై మరో వందేళ్లయినా చర్చ జరుగుతూనే ఉంటుందని ప్రధాని నరేంద్రమోదీ విమర్శించిన సంగతి తెలిసిందే. దానిపై తాజాగా మహాగర్హంధన్ సీఎం అభ్యుక్తి తేజస్వి యాదవ్ స్పందించారు. తమ కూటమి అధికారంలోకి వస్తే.. అవినీతి రహిత పాలన అందిస్తామని హామీ ఇచ్చారు. ఈ మేరకు బిహార్ రాజధాని పట్నాలో మాట్లాడారు. సీతీత్ కుమార్ ప్రభుత్వం పాలైన 55 కుంభకోణాల గురించి ప్రధాని మోదీనే వెల్లడించారు. ఆ అవినీతిపై ఇప్పటివరకు ఏం చర్యలు తీసుకున్నారు..? మోసాలు జరుగుతున్నప్పుడు, ఎలాంటి చర్యలు లేనప్పుడు దానిని జంగల్ రాజ్ అంటారని ఎద్దేవి చేశారు. ఆర్థిక్ తేజస్వి వ్యాఖ్యల వేళ్.. భాజపా స్పందించింది. ఆయన్ను అవినీతిపరుల కేంద్ర పంత్రి నిత్యానంద్ రాయ్ అభివర్ణించారు. అవినీతికి పర్యాయపదంగా మారిన వ్యక్తి దాని గురించి మాట్లాడుతుంటే షాకింగ్ గా ఉంది. అపారమైన సంపదను కూడబెట్టుకున్న ఈ కుటుంబం వల్ల బిహార్ వెనక్కి వెళ్లిపోయిందని వ్యాఖ్యలు చేశారు. యాదవ్ కుటుంబసభ్యులు వలు కేసులు ఎదుర్కొంటున్న సేపథ్యంలో ఈ విమర్శలు చేశారు.దీనికిముందు బిహార్ ప్రజలనుద్దేశించి మోడీ మాట్లాడుతూ.. ప్రతిపక్ష నేతలకు తమలో తాము ఎలా పోట్లాడాలో, స్వప్రయోజనాలను ఎలా కాపాడుకోవాలో పాత్రమే తెలుసు. బిహార్ ను ఆటవిక రాజ్యం నుంచి బయటకు తీసుకొచ్చేందుకు, అంతభద్రతలను నెలకొల్పేందుకు సీఎం నీతీశ్ కుమార్, ఎన్డీయే నేతలు ఎంతో కృషి చేశారని ధ్వజమెత్తారు.

మహిళలకు విటమిన్ సి చేసే మేలు అంతా ఇంతా కాదు..

ఈ ఆహారాలను రోజూ తినాల్సిందే..!

మన శరీరానికి అవసరం అయిన అనేక పోషకాల్లో విటమిన్ సి కూడా ఒకటి. ఇది విటమిన్ జాబితాకు చెందుతుంది. విటమిన్ సి ఉన్న ఆహారాలను తీసుకోవడం వల్ల అనేక లాభాలు కలుగుతాయి. విటమిన్ సి మన శరీరానికి ఎంతో మేలు చేస్తుంది. అయితే విటమిన్ సి స్త్రీలు, పురుషులకు వేర్వేరు లాభాలను అందిస్తుంది. ముఖ్యంగా స్త్రీలకు విటమిన్ సి ఎంతగానో దోహదం చేస్తుంది. స్త్రీలు కచ్చితంగా విటమిన్ సి ఉన్న ఆహారాలను రోజూ తినాల్సి ఉంటుంది. దీని వల్ల అనేక లాభాలను పొందవచ్చు. విటమిన్ సి నీటిలో కరిగే పోషక పదార్థం. దీన్ని శరీరం నిల్వ చేసుకోలేదు. కనుక రోజూ విటమిన్ సి అందేలా చూసుకోవాల్సి ఉంటుంది. ముఖ్యంగా మహిళలు విటమిన్ సి లభించేలా జాగ్రత్త పడాలి. దీని వల్ల ఆరోగ్యం సురక్షితంగా ఉంటుంది. మహిళలు రోజూ తగినంత విటమిన్ సి లభించేలా చూసుకుంటే అనేక లాభాలను పొందవచ్చు.

చర్మ సంరక్షణకు..

విటమిన్ సి వల్ల శరీర రోగ నిరోధక వ్యవస్థ పటిష్టంగా మారుతుంది. రోగ నిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. మహిళలకు రోగ నిరోధక శక్తి కాస్త తక్కువగా ఉంటుంది. కనుక వారు రోజూ విటమిన్ సి ఉన్న ఆహారాలను తీసుకోవాల్సి ఉంటుంది. విటమిన్ సి సరిగ్గా లభించకపోతే స్త్రీలకు డయాబెటిస్ వచ్చే అవకాశాలు ఉంటాయి. విటమిన్ సి ఉన్న ఆహారాలను రోజూ తింటుంటే కొల్లాజెన్ ఉత్పత్తి పెరుగుతుంది. దీని వల్ల మహిళల చర్మం సురక్షితంగా మారి ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. ముఖంపై ఉండే ముడతలు, మచ్చలు తగ్గిపోతాయి. పుద్గావ్య ఛాయలను తగ్గించుకోవచ్చు. దీని వల్ల చర్మం కాంతివంతంగా మారి మెరుస్తుంది. గర్భిణీలు విటమిన్ సి ఉండే ఆహారాలను తింటుంటే శిశువు ఎదుగుదల సరిగ్గా ఉంటుంది. పుట్టుక లోపాలు రాకుండా జాగ్రత్త పడవచ్చు.

రక్తహీనతకు..

మహిళలు సహజంగానే నిత్యం అనేక సందర్భాల్లో ఒత్తిడిని ఎదుర్కొంటుంటారు. దీని వల్ల నెలసరి సమస్యలు వస్తుంటాయి. రుతుక్రమం సరిగ్గా అవదు. దీని వల్ల సంతానం కలిగే అవకాశాలు



తగ్గిపోతాయి. అలాగే జీర్ణ సమస్యలు ఏర్పడుతాయి. రోగ నిరోధక శక్తి తగ్గుతుంది. కానీ విటమిన్ సి ఉండే ఆహారాలను రోజూ తింటుంటే ఈ సమస్యలు అన్నింటికీ చెక్ పెట్టవచ్చు. అలాగే హైబీపీ తగ్గుతుంది. బీపీ నియంత్రణలో ఉంటుంది. గుండె జబ్బులు రాకుండా చూసుకోవచ్చు. గుండె ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. ఇక పురుషుల కన్నా స్త్రీలలోనే రక్తహీనత సమస్య ఎక్కువగా వస్తుంది. కనుక వారు విటమిన్ సి ఉండే ఆహారాలను రోజూ తింటుంటే ఫలితం ఉంటుంది. విటమిన్ సి వల్ల ఆహారంలో ఉండే ఐరన్ ను శరీరం సరిగ్గా శోషించుకుంటుంది. దీంతో ఐరన్ లభిస్తుంది. రక్తం పుద్ది చెందుతుంది. రక్తహీనత తగ్గుతుంది.

హార్ట్, గర్భాశయ సమస్యలకు..

విటమిన్ సి ఉండే ఆహారాలను తింటే కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలు తగ్గుతాయి. రక్త నాళాల్లో ఉండే అడ్డంకులు తొలగిపోతాయి. దీంతో హార్ట్ ఎటాక్ రాకుండా నివారించవచ్చు. విటమిన్ సి వల్ల స్త్రీలలో

ఈస్ట్రోజెన్ స్థాయిలు పెరుగుతాయి. దీని వల్ల హార్మోన్ సమస్యలు, గర్భాశయ సమస్యలు ఉండవు. రుతుక్రమం సరిగ్గా ఉంటుంది. సంతానం కలిగే అవకాశాలు మెరుగు పడతాయి. ఇలా స్త్రీలకు విటమిన్ సి ఎంతో మేలు చేస్తుంది. కనుక వారు విటమిన్ సి ఉండే ఆహారాలను రోజూ తినాల్సి ఉంటుంది. ఇక 13 నుంచి 15 ఏళ్ల మధ్య వయస్సు ఉన్న బాలికలకు రోజూ 66 మిల్లీగ్రాముల మోతాదులో విటమిన్ సి అవసరం అవుతుంది. అదే 16 నుంచి 18 ఏళ్ల యువతులకు అయితే 68 మిల్లీగ్రాములు, 18 ఏళ్ల వయస్సు మించిన వారికి రోజుకు 65 మిల్లీగ్రాముల మోతాదులో విటమిన్ సి అవసరం అవుతుంది. టమాటాలు, కివీలు, క్యాబేజీ, నారింజ, నిమ్మ, ఉసిరికాయలు, క్యాప్సికం, అరటి పండ్లు, అన్ని రకాల బెర్రీలు, పైనాపిల్, జామ కాయలు, బొప్పాయి, డ్రాక్ష, దానిమ్మ, పచ్చి బఠానీలు, మామిడి కాయలు వంటి ఆహారాల ద్వారా విటమిన్ సి ని అధికంగా పొందవచ్చు.

రాగి జావ తాగితే షుగర్ లెవెల్స్ పెరుగుతాయా?..

దయాబెటిక్ ఉన్నవాళ్లు ఎంత మోతాదులో తీసుకోవాలి?

మధుమేహంతో బాధపడేవారికి ఆహార నియమాలు చాలా కీలకం. చిరుధాన్యాలలో ముఖ్యమైన రాగులు Finger Millet పోషకాలకు, ఆరోగ్య ప్రయోజనాలకు ప్రసిద్ధి. వీటితో తయారుచేసే రాగి జావ ఆరోగ్యానికి ఎంతో మంచిది అని వైద్య నిపుణులు చెబుతారు. అయితే.. షుగర్ ఉన్నవాళ్లు రాగి జావను తాగొచ్చా



ఒకవేళ తాగితే ఎంత మోతాదులో తీసుకోవాలి?.. రాగి జావతో ఇంకా ఎలాంటి ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి వంటి విషయాలు తెలుసుకుందాం

రాగి జావ తాగితే షుగర్ లెవెల్ పెరుగుతూ ?

సాధారణంగా, రాగి జావ రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను వేగంగా పెంచదు. నిజానికి, ఇతర శుద్ధి చేసిన ధాన్యాలతో పోలిస్తే దయాబెటిస్ ఉన్నవారికి ఇది చాలా మంచి పానీయం.

తక్కువ లేక మధ్యస్థ గ్లైసెమిక్ ఇండెక్స్ కలిగి ఉంటుంది : రాగుల గ్లైసెమిక్ ఇండెక్స్ విలువ 54 నుండి 68 మధ్య ఉంటుంది, ఇది మధ్యస్థ పరిధిలోకి వస్తుంది. అయితే, వండిన తరువాత జావ లేక రాగి ముద్ద రూపంలో ఇది సుమారు 55 వరకు తగ్గి, తక్కువ %+x% పరిధికి దగ్గరగా ఉంటుంది. దీని అర్థం, రాగి జావలోని గ్లూకోజ్ రక్తంలోకి చాలా నెమ్మదిగా, క్రమంగా విడుదలవుతుంది.

అధిక ఫైబర్ కంటెంట్ కలిగి ఉంటుంది

రాగులలో పీచు పదార్థం అధికంగా ఉంటుంది. ఈ ఫైబర్ ఆహారం జీర్ణం అయ్యే ప్రక్రియను నెమ్మదిస్తుంది. దీనివల్ల గ్లూకోజ్ శోషణ కూడా నెమ్మదిగా జరిగి, రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు ఆకస్మికంగా పెరగకుండా నియంత్రణలో ఉంటాయి.

పాలిఫినాల్స్ : రాగులలో ఉండే పాలిఫినాల్స్ వంటి యాంటీఆక్సిడెంట్లు జీర్ణ క్రియను మెరుగుపరచడంలో సహాయపడతాయి.

దయాబెటిక్ ఉన్నవాళ్లు రాగి జావను ఇలా తీసుకోండి ?

చక్కెర, స్వీటెనర్లు వేసుకోవద్దు. జావ తయారీలో చక్కెర, బెల్లం, తేనె లేదా ఇతర కృత్రిమ స్వీటెనర్లను అన్నలు వాడకూడదు. ఇవి జావ యొక్క తక్కువ %+x% ప్రయోజనాన్ని పూర్తిగా నాశనం చేసి, రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను పెంచుతాయి. రాగి జావలో ఉప్పు, మజ్జిగ లేదా పెరుగు కలిపి తీసుకోవడం ఉత్తమం. పెరుగు లేక మజ్జిగలో ఉండే ప్రోటీన్ మరియు కొవ్వు జావ యొక్క గ్లైసెమిక్ ప్రభావాన్ని మరింత తగ్గిస్తుంది. ఉదయం అల్పాహారంలో ఒక కప్పు అంటే సుమారు 150-200 మి.లీ మాత్రమే తీసుకోవాలి. ఎక్కువ మోతాదులో తీసుకుంటే కార్బోహైడ్రేట్ శాతం ఎక్కువై షుగర్ లెవెల్స్ పెరిగే ప్రమాదం ఉంది.

రాగి జావతో పాటు లేదా దానిలో సన్నగా తరిగిన ఉల్లిపాయలు, కొత్తిమీర, వంటివి కలపడం మంచిది. ఇది పోషకాల సమతుల్యతను పెంచి, సంతృప్తిని ఇస్తుంది మరియు గ్లూకోజ్ శోషణను మరింత నెమ్మదిస్తుంది.

సూచన : రాగుల్లో కూడా కార్బోహైడ్రేట్లు ఉంటాయి కాబట్టి, అతిగా తీసుకుంటే రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు పెరిగే అవకాశం ఉంటుంది. కాబట్టి రోజుకు ఒక గ్లాసు చొప్పున తీసుకుంటే సరిపోతుంది. రాగి జావ దయాబెటిస్ ఉన్నవారికి దివ్య ఔషధం వలె పనిచేస్తుంది. దానిలోని తక్కువ లేక మధ్యస్థ GI మరియు అధిక ఫైబర్ కారణంగా ఇది రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను స్థిరంగా ఉంచడానికి సహాయపడుతుంది. అయితే, చక్కెర కలపకుండా, సరైన మోతాదులో, మజ్జిగ లేదా పెరుగు వంటి ప్రోటీన్-రిచ్ ఆహారాలతో కలిపి తీసుకోవడం ద్వారా దీని పూర్తి ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను పొందవచ్చు.

శరీరంలో రక్త సరఫరా సరిగ్గా లేకపోతే కనిపించే లక్షణాలు ఇవే.. ఈ ఆహారాలను తినాలి..!

మన శరీరంలో అన్ని భాగాలకు, కణాలకు ఆక్సిజన్, పోషకాలు సరిగ్గా రవాణా అయ్యేందుకు గాను రక్త సరఫరా వ్యవస్థ నిరంతరాయంగా పనిచేస్తూనే ఉంటుంది. రక్త సరఫరా సరిగ్గా ఉంటేనే అన్ని భాగాలకు పోషకాలు, ఆక్సిజన్ లభిస్తాయి. దీంతో మనం ఆరోగ్యంగా ఉంటాం. అయితే కొన్ని రకాల కారణాల వల్ల కొందరిలో రక్త సరఫరా సరిగ్గా ఉండదు. దీంతో పలు వ్యాధులు వస్తుంటాయి. పెరిఫెరల్ అర్టరీ డిసీజీ అనే వ్యాధి ఉన్నవారిలో, దయాబెటిస్ ఉన్నా, అధికంగా బరువు ఉన్నవారిలో, పాగ్ టాగ్ వారిలో, డీపి వీన్ ట్రాంబోసిస్ (డీపీటీ) అనే సమస్య ఉన్నవారిలో, క్రానిక్ వీన్స్ ఇన్ సఫిషియెన్సీ (సీవీఐ) అనే సమస్య ఉన్నవారిలో రక్త సరఫరా సరిగ్గా ఉండదు. అలాగే నిత్యం గంటల తరబడి ఒకే చోట కూర్చుని పనిచేసేవారు, బీపీ, కొలెస్ట్రాల్ అధికంగా ఉన్నవారిలో కూడా రక్త సరఫరా సక్రమంగా ఉండదు.

రక్త సరిగ్గా లేకపోతే కనిపించే లక్షణాలు..

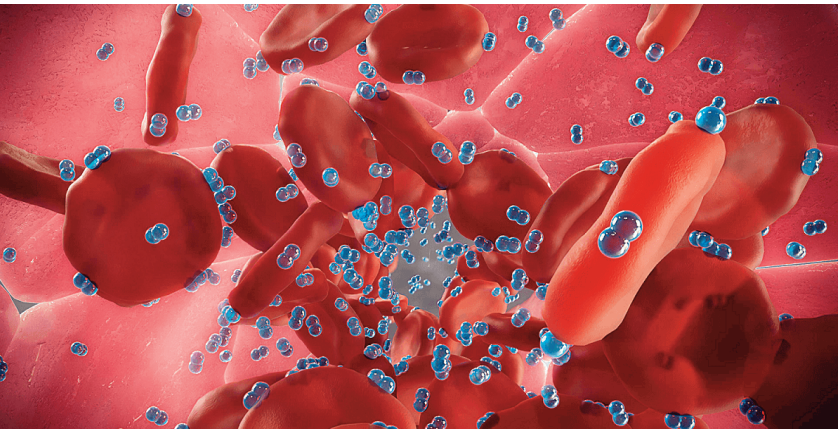
రక్త సరఫరా సరిగ్గా లేకపోతే మన శరీరం పలు లక్షణాలను, సంకేతాలను తెలియజేస్తుంది. చేతులు, పాదాల్లో స్పర్శ లేనట్లు అనిపిస్తుంది. కొన్ని సార్లు ఆయా భాగాల్లో సూదులతో గుచ్చినట్లు కూడా అనిపిస్తుంది. పాదాలు, మడమలు వాపులకు గురవుతాయి. వేలితో నొక్కితే సొట్ట పడుతుంది. తరచూ కండరాల నొప్పులు ఉంటాయి. ముఖ్యంగా రాత్రి పూట చాలా పిక్కలు తరచూ పట్టుకుపోతుంటాయి. రక్త సరఫరా సక్రమంగా లేనివారి శరీరం మొత్తం పాలిపోయినట్లు కనిపిస్తుంది. కళ ఉండదు. గాయాలు, పుండ్లు నెమ్మదిగా మానుతాయి. తీవ్రమైన అలసట, నీనసం ఉంటాయి. జుట్టు రాలిపోతుంది. కాళ్లు, చేతులపై ఉండే వెంట్రుకలు కూడా బాగా రాలిపోతుంటాయి. ఇవన్నీ శరీరంలో రక్త సరఫరా సక్రమంగా జరగడం లేదని తెలియజేసే లక్షణాలు.

ప్రాణాంతకం కావచ్చు..

శరీరంలో రక్త సరఫరా సక్రమంగా సరిగ్గా ఉండకపోతే దీర్ఘకాలంలో పలు అనారోగ్య సమస్యలు వస్తాయి. ముఖ్యంగా రక్త నాళాల్లో బ్లడ్ క్లాట్స్ ఏర్పడే ప్రమాదం ఉంటుంది. దీని వల్ల హార్ట్ ఎటాక్ వస్తుంది. సాధారణంగా దీన్ని కనిపెట్టలేరు. కానీ పైన తెలిపిన లక్షణాలు కనిపిస్తే మాత్రం అలస్యం చేయకుండా వెంటనే డాక్టర్ ను కలిసి పరీక్షలు చేయించుకోవాలి. ఏదైనా సమస్య ఉన్నట్లు తేలితే వెంటనే చికిత్స తీసుకోవాలి. రక్త సరఫరా సక్రమంగా లేని వారికి డాక్టర్లు మందులను సూచిస్తారు. వాటిని క్రమం తప్పకుండా వాడాల్సి ఉంటుంది. అలాగే రోజూ తప్పనిసరిగా 30 నిమిషాల పాటు వ్యాయామం చేయాలి. వేళకు భోజనం చేయాలి. నిద్రపోవాలి. రోజుకు తగినంత మోతాదులో నీళ్లను కూడా తాగాల్సి ఉంటుంది. అలాగే ఆహారం విషయంలోనూ పలు మార్పులు చేసుకోవాలి. దీని వల్ల ఈ సమస్య నుంచి బయట పడవచ్చు.

ఈ ఆహారాలను తినాలి..

రక్త సరఫరా సక్రమంగా లేని వారు కచ్చితమైన డైట్ ను పాటించాల్సి ఉంటుంది. దీంతో ప్రాణాంతక పరిస్థితులు రాకుండా నివారించవచ్చు. ముఖ్యంగా బీట్ రూట్, పాలకూర, చేపలు, వాల్ నట్స్, అవిసె గింజలు వంటి ఆహారాలను తింటుండాలి. వీటిల్లో అనేక సమృద్ధిగా ఉన్న పోషకాలు ఒకటే 3 ఫ్లావోల్ యూనిట్లు ఉంటాయి. ఇవి రక్త నాళాలను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతాయి. రక్త సరఫరా మెరుగు పడేలా చేస్తాయి. అలాగే ఫ్లేవనాయిడ్స్ అధికంగా ఉండే స్ట్రాబెర్రీలు, క్రాన్ బెర్రీలు, రాస్స్ బెర్రీలను తింటున్నా కూడా ఉపయోగం ఉంటుంది. సిట్రస్ జాతికి చెందిన నిమ్మ, నారింజ వంటి పండ్లు కూడా మేలు చేస్తాయి. డార్క్ చాక్లెట్, వెల్లుల్లి, క్యాప్సికం, పసుపు వంటి ఆహారాలను తింటున్నా కూడా సమస్య తగ్గుతుంది. ఇలా రక్త సరఫరాను మెరుగు పరుచుకుని గుండెను ఆరోగ్యంగా ఉంచుకోవచ్చు.



అసలు ఎలక్ట్రోలైట్స్ అంటే ఏమిటి..?

వీటి వల్ల మనకు ఎలాంటి లాభాలు కలుగుతాయి..? ఎలా తీసుకోవాలి..?

మనం ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే పోషకాలు కలిగిన ఆహారాలను రోజూ తీసుకోవాలన్న విషయం అందరికీ తెలిసిందే. పోషకాలు అంటే విటమిన్లు, మినరల్స్, ప్రోటీన్లు, కొవ్వులు, పిండి పదార్థాలు, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, ఇతర సమృద్ధులు ఈ కోవకు చెందుతాయి. అయితే వీటిల్లో మినరల్స్ నే ఎలక్ట్రోలైట్స్ అని కూడా పిలుస్తారు. ఇవి మన శరీరంలో అనేక జీవక్రియలను సరిగ్గా నిర్వహించేందుకు సహాయం చేస్తాయి. ఎలక్ట్రోలైట్స్ మనకు ఆహారాలు, ద్రవాల ద్వారా లభిస్తాయి. ఇవి మనం విన్డించే చెమట, మాత్రం ద్వారా బయటకు పోతుంటాయి. కనుక ఎప్పుడీకప్పుడు మన శరీరంలో ఎలక్ట్రోలైట్స్ సమతుల్యంగా ఉండాలి. అప్పుడే మన శరీరం అన్ని క్రియలను సక్రమంగా నిర్వహిస్తుంది.

ఎలక్ట్రోలైట్స్ వల్ల కలిగే లాభాలు..

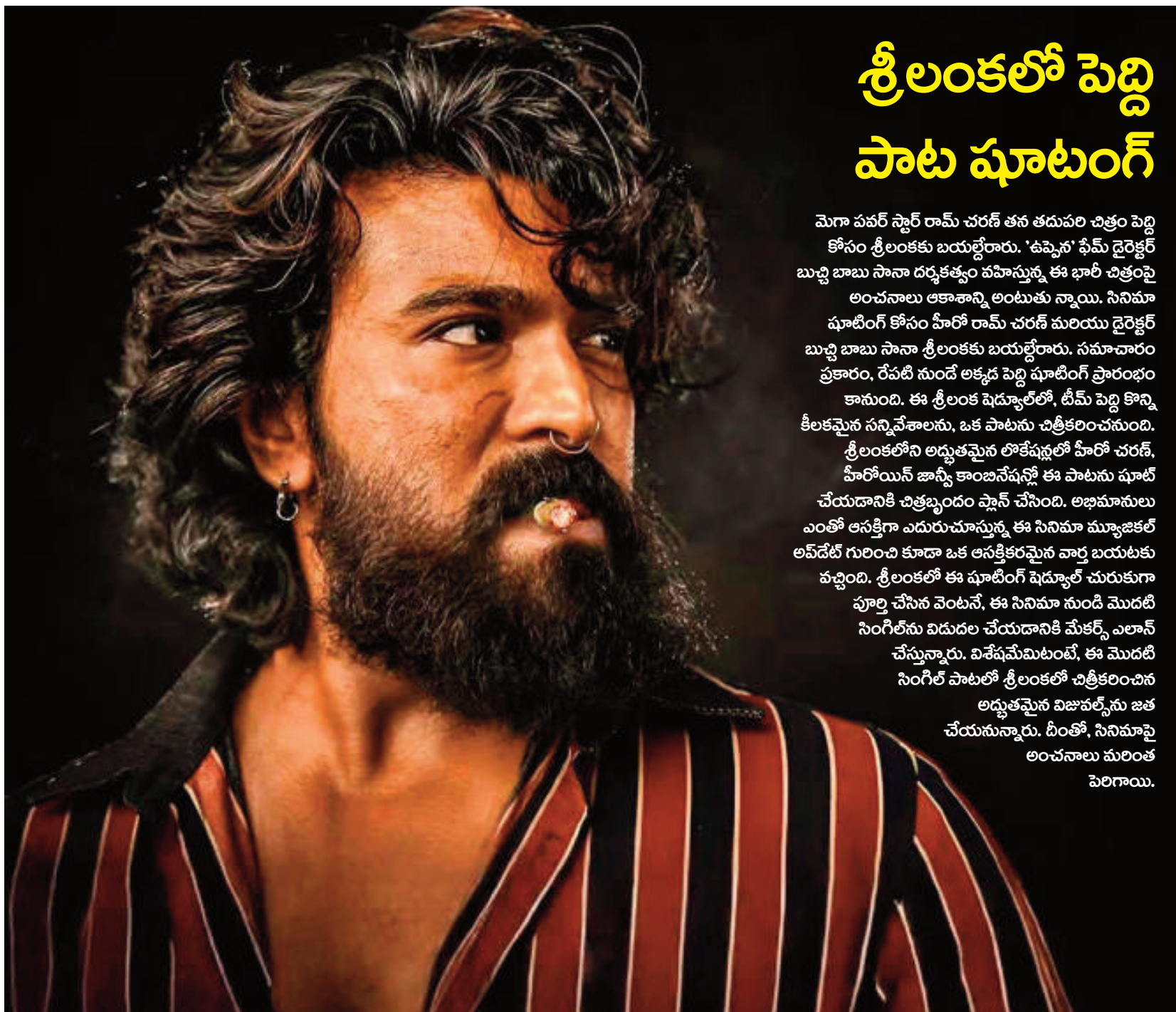
ఎలక్ట్రోలైట్స్ మన శరీరంలో అనేక విధులను నిర్వహిస్తాయి. ద్రవాలను సమతుల్యంలో ఉంచేందుకు సహాయం చేస్తాయి. శరీరం డీహైడ్రేషన్ బారిన పడకుండా రక్షిస్తాయి. దీని వల్ల కణాలకు ఎప్పుడీకప్పుడు శక్తి లభిస్తుంది. నాడీ మండల వ్యవస్థ చురుగ్గా పనిచేస్తుంది. మెదడు యాక్టివ్ గా ఉంటుంది. కండరాలు సక్రమంగా పనిచేస్తాయి. గుండె సరైన రీతిలో కొట్టుకుంటుంది. ఎలక్ట్రోలైట్స్ వల్ల శరీరంలో పీహెచ్ స్థాయిలు సక్రమంగా ఉంటాయి. అలాగే బీపీ నియంత్రణలో ఉంటుంది. దీని వల్ల గుండె ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. కణాలకు పోషకాలను అందించేందుకు కూడా ఎలక్ట్రోలైట్స్ సహాయం చేస్తాయి. శరీరంలో ఎప్పుడీకప్పుడు ఉత్పత్తి అయ్యే వ్యర్థాలను బయటకు పంపించడంలో ఎలక్ట్రోలైట్స్ కీలకపాత్ర పోషిస్తాయి. దీంతో శరీరం అంతర్గతంగా శుభ్రంగా ఉంటుంది. దెబ్బ తిన్న కణజాలాలకు మరమ్మత్తులను నిర్వహించడంలోనూ ఎలక్ట్రోలైట్స్ కీలకంగా పనిచేస్తాయి. ఇలా ఎలక్ట్రోలైట్స్ మన శరీరంలో అనేక విధులను నిర్వహిస్తాయి.

ఎలక్ట్రోలైట్స్ జాబితాలో ఉన్నవి ఇవే..

సోడియం, పొటాషియం, కోల్డైర్, క్యాల్షియం, మెగ్నీషియం, బ్రెకార్బోనేట్ వంటి మినరల్స్, సమృద్ధులను ఎలక్ట్రోలైట్స్ గా పిలుస్తారు. ఇవి మనకు ఘనాహారాలు, ద్రవాహారాల ద్వారా లభిస్తాయి. సాధారణంగా శారీరక శ్రమ లేదా వ్యాయామం ఎక్కువగా చేసేవారు, క్రీడాకారులకు చెమట అధికంగా వస్తుంటుంది. వారి శరీరం ఎలక్ట్రోలైట్స్ ను త్వరగా కోల్పోతుంది. కనుక వారు నీళ్లతోపాటు ఎలక్ట్రోలైట్స్ ఉండే పానీయాలను ఎక్కువగా తాగుతుంటారు. క్రీడాకారులు వివిధ రకాల రంగుల్లో ఉండే పానీయాలను తాగడం మీరు చూసే ఉంటారు. అవి చక్కెర, ఎలక్ట్రోలైట్స్ నిండి ఉండే పానీయాలు. వాటిని తాగడం వల్ల శరీరానికి తక్షణ శక్తి లభించి మళ్లీ క్రీడల్లో చురుగ్గా పాల్గొంటారు. అలాగే శరీరం కోల్పోయిన ఎలక్ట్రోలైట్స్ ను తిరిగి పొందుతుంది. దీని వల్ల నీరసం, అలసట రాకుండా ఉంటాయి. ఇలా ఎలక్ట్రోలైట్స్ పనిచేస్తాయి.

ఎలక్ట్రోలైట్స్ వాటర్ తయారీ ఇలా..

అయితే ఎలక్ట్రోలైట్స్ వాటర్ ను మనం ఇంట్లోనూ తయారు చేసుకోవచ్చు. అందుకు గాను 250 ఎంఎల్ మోతాదులో నీటిని తీసుకోవాల్సి ఉంటుంది. అందులో పావు టీస్పూన్ ఉప్పు, పావు కప్పు నిమ్మరసం, ఒకటిన్నర కప్పుల కొబ్బరి నీళ్లు, 2 కప్పుల చల్లని నీరు కలపాలి. అన్నింటినీ బాగా కలిపి అనంతరం ఆ నీళ్లను థర్మల్ ఫ్రూజ్ బాటిల్ లో పోసి నిల్వ చేసుకోవాలి. దీంతో బయటకు వెళ్లినప్పుడు ఆ బాటిల్ ను వెంట తీసుకెళ్లాలి. మీకు బాగా దాహంగా ఉన్నా లేదా శారీరక శ్రమ లేదా వ్యాయామం చేసినా ఆ నీళ్లను తాగవచ్చు. దీంతో శరీరానికి ఎప్పుడూ ఎలక్ట్రోలైట్స్ ను అందించేందుకు వీలుంటుంది. అలాగే తరచూ డీహైడ్రేషన్ బారిన పడేవారు కూడా ఈ నీళ్లను తరచుగా చేసుకుని ఎప్పుడంటే అప్పుడు తాగవచ్చు. ఈ విధంగా ఎలక్ట్రోలైట్స్ ను మనం సులభంగా పొందవచ్చు. అయితే ఇలా తయారు చేయడం వీలు కానప్పుడు తక్షణమే శక్తిని, ఎలక్ట్రోలైట్స్ ను పొందాలంటే ఏదైనా పండ్ల రసం సేవించవచ్చు. లేదా కొబ్బరినీళ్లను తాగవచ్చు. దీంతో శరీరానికి తక్షణమే శక్తి, ఎలక్ట్రోలైట్స్ లభిస్తాయి. దీని వల్ల ఉత్సాహంగా ఉంటారు. డీహైడ్రేషన్ బారిన పడకుండా సురక్షితంగా ఉండవచ్చు.



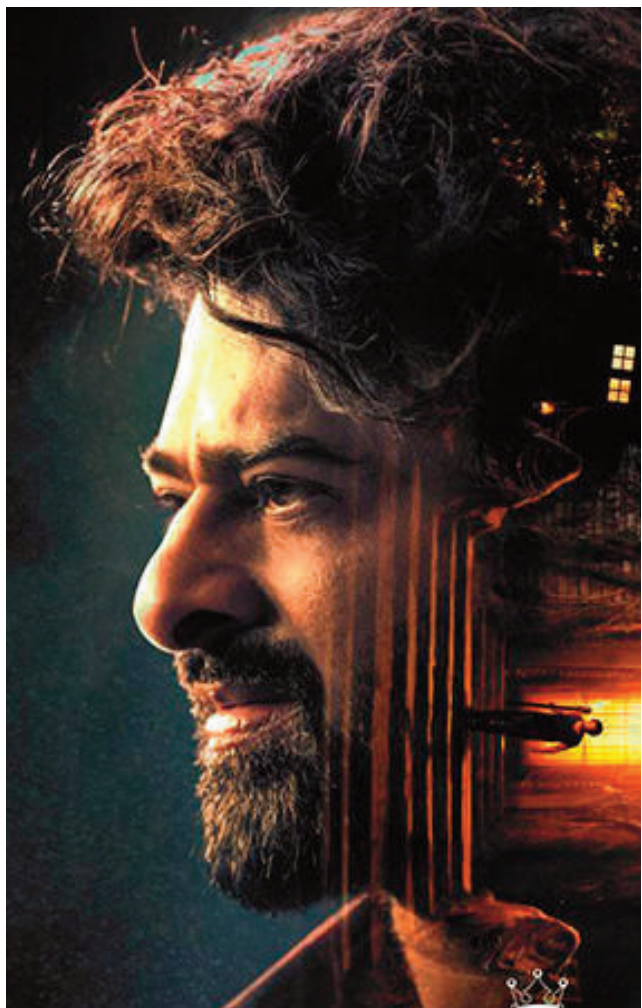
శ్రీలంకలో పెద్ది పాట షూటింగ్

మెగా పవర్ స్టార్ రామ్ చరణ్ తన తదుపరి చిత్రం పెద్ది కోసం శ్రీలంకకు బయల్దేరారు. 'ఉప్పెన' ఫేమ్ డైరెక్టర్ బుచ్చి బాబు సానా దర్శకత్వం వహిస్తున్న ఈ భారీ చిత్రంపై అంచనాలు ఆకాశాన్ని అంటుతున్నాయి. సినిమా షూటింగ్ కోసం హీరో రామ్ చరణ్ మరియు డైరెక్టర్ బుచ్చి బాబు సానా శ్రీలంకకు బయల్దేరారు. సమాచారం ప్రకారం, రేపటి నుండే అక్కడ పెద్ది షూటింగ్ ప్రారంభం కానుంది. ఈ శ్రీలంక షెడ్యూల్లో, టీమ్ పెద్ది కొన్ని కీలకమైన సన్నివేశాలను, ఒక పాటను చిత్రీకరించనుంది. శ్రీలంకలోని అద్భుతమైన లొకేషన్లలో హీరో చరణ్, హీరోయిన్ జాన్వీ కాంబినేషన్లో ఈ పాటను షూట్ చేయడానికి చిత్రబృందం ప్లాన్ చేసింది. అభిమానులు ఎంతో ఆసక్తిగా ఎదురుచూస్తున్న ఈ సినిమా మ్యూజికల్ అవ్డేట్ గురించి కూడా ఒక ఆసక్తికరమైన వార్త బయటకు వచ్చింది. శ్రీలంకలో ఈ షూటింగ్ షెడ్యూల్ చురుకుగా పూర్తి చేసిన వెంటనే, ఈ సినిమా నుండి మొదటి సింగిల్ను విడుదల చేయడానికి మేకర్స్ ఎలాన్ చేస్తున్నారు. విశేషమేమిటంటే, ఈ మొదటి సింగిల్ పాటలో శ్రీలంకలో చిత్రీకరించిన అద్భుతమైన విజువల్స్ ను జత చేయనున్నారు. దీంతో, సినిమాపై అంచనాలు మరింత పెరిగాయి.

రాజమౌళి-మహేశ్ బాబుల మూవీ

మ్యూజిక్ సిఫన్ మొదలయ్యిందన్న కాలబైరవ

ఎస్ఎస్ఎంబి 29 ప్రస్తుతం భారతీయ సినీ ఇండస్ట్రీలో శ్రేణి ప్రాజెక్ట్. మహేశ్బాబు కథానాయకుడిగా అగ్ర దర్శకుడు ఎస్.ఎస్.రాజమౌళి దర్శకత్వంలో రూపొందుతున్న యాక్షన్ అడ్వెంచర్ మూవీ ఇది. ప్రస్తుతం చిత్రీకరణ దశలో ఉన్న మూవీకి సంబంధించి ఎప్పుడెప్పుడు అవ్డేట్లు వస్తాయో? అని అందరూ ఆసక్తిగా ఎదురు చూస్తున్నారు. ఈ క్రమంలో సంగీత దర్శకుడు కీరవాణి తనయుడు కాల బైరవ ఆసక్తికర విషయాన్ని పంచుకున్నారు. ఆయన స్వరాలు సమకూర్చిన 'మోగ్లీ' మూవీ ప్రమోషన్లో భాగంగా మహేశ్-రాజమౌళి ప్రాజెక్ట్కు సంబంధించి అవ్డేట్ను ఇచ్చారు. ఇటీవల ఈ సినిమాకు సంబంధించి సంగీత కార్యక్రమాలు మొదలైన్నట్లు తెలిపారు. నాన్నగారి సినిమాల్లో వర్క్ ఉంటే, కచ్చితంగా చెబుతారు. ముఖ్యంగా రికార్డింగ్ సెషన్స్ కు వెళ్తా. ఎస్ఎస్ఎంబి 29కు సంబంధించి కూడా మ్యూజిక్ పనులు ఇటీవల మొదలయ్యాయి. నేను కూడా అందులో భాగమయ్యా అని అన్నారు. దీంతో మహేశ్ అభిమానులు సామాజిక మాధ్యమాల వేదికగా ఆనందం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. ఇక ఈ మూవీకి సంబంధించి అసలైన అవ్డేట్ నవంబరులో రానుంది. ఈ విషయాన్ని చిత్ర బృందం అధికారికంగా ప్రకటించింది. టైటిల్ను వెల్లడించడంతో పాటు, ఓ వీడియోను కూడా విడుదల చేసే అవకాశం ఉందని సమాచారం. ఇప్పటికే ఇందుకు సంబంధించిన పనులను కూడా పూర్తి చేశారట. హైదరాబాద్ వేదికగా ప్రెస్మీట్ లేదా ఈవెంట్ను నిర్వహించి వీడియోను విడుదల చేయనున్నారు. అప్పుడే సినిమాకు సంబంధించిన మరిన్ని వివరాలు వెల్లడయ్యే అవకాశం ఉంది. ప్రస్తుతం అనువైన వేదిక కోసం చిత్ర బృందం శోధన మొదలు పెట్టింది. నెలాఖరులోగా దీనిపై ఒక స్పష్టత వచ్చే అవకాశం ఉందని సమాచారం. ట్రియాంక చోప్రా, పృథ్వీరాజ్ సుకుమార్ తదితరులు ఇందులో కీలక పాత్రలు పోషిస్తున్నారు. వారణాశి నేపథ్యంగా సాగే కథతో రాజమౌళి దీన్ని తీర్చిదిద్దుతున్నారు.



నవంబర్ 5న రాజాసాహెబ్ ఫస్ట్ సింగిల్

రెబల్ స్టార్ ప్రభాస్ హీరోగా మారుతి దర్శకత్వంలో తెరకెక్కుతున్న సినిమా 'ది రాజా సాహెబ్'. హారర్, కామెడీ, రొమాంటిక్ కథాంశంతో రానున్న ఈ సినిమాలో నిధి అగర్వాల్, మాళవిక మోహనన్, రిద్దిలు హీరోయిన్లుగా నటిస్తున్నారు. ఈ చిత్రంలో బాలీవుడ్ నటుడు సంజయ్ దత్ విలన్ గా నటిస్తున్నారు. తమన్ సంగీతం అందిస్తున్న ఈ సినిమాను పీపుల్స్ మీడియా ఫ్యాక్టరీ బ్యానర్ పై టీజీ విశ్వప్రసాద్ నిర్మిస్తున్నారు. ఇటీవల రిలీజ్ చేసిన రాజాసాహెబ్ ఫస్ట్ డ్రిమ్స్, ట్రైలర్ కు భారీ స్పందన వచ్చింది. రెబల్ స్టార్ బర్త్ డే సందర్భంగా ఫస్ట్ సింగిల్ రిలీజ్ చేస్తారని సంగీత దర్శకుడు తమన్ ఆ మధ్య హింటి ఇచ్చాడు కానీ ఎటువంటి అప్డేట్ ఇవ్వకుండా జస్ట్ పోస్టర్ తో సరిపెట్టారు మేకర్స్. దాంతో ఫ్యాన్స్ కాస్త డిజప్పాయింట్ అయ్యారు. కనీసం ఫస్ట్ సింగిల్ రిలీజ్ ఎప్పుడు ఉంటుందని డేట్ కూడా చెప్పలేదని సాఫల్ మీడియాలో కామెంట్స్ చేసారు. తాజాగా పీపుల్స్ మీడియా నిర్మించిన మరో సినిమా మోగ్లీ ఫస్ట్ సింగిల్ లాంచ్ లో నిర్మాత విశ్వప్రసాద్ మీడియాతో ముచ్చటించారు. ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ రాజాసాహెబ్ ఫస్ట్ సింగిల్ ను నవంబరు 5న రిలీజ్ చేస్తాము. అలాగే జనవరి 9న వరల్డ్ వైడ్ గా సినిమా రిలీజ్ అవుతుంది. రిలీజ్ కు ముందు రాజాసాహెబ్ సెకండ్ ట్రైలర్ ను రిలీజ్ చేస్తాం' అని అన్నారు. రెబల్ స్టార్ ఫ్యాన్స్ ఎప్పుడెప్పుడా అని ఎదురుచూసిన ఫస్ట్ సింగిల్ అప్డేట్ రావడంతో ఫ్యాన్స్ ఫుల్ ఖుషి అవుతున్నారు.

బాలయ్యతో గోపీచంద్ మలినేని మూవీ

నవంబర్ 7న పూజా కార్యక్రమాలతో మొదలు

బాలయ్యకు వీరసింహ రెడ్డి వంటి సూపర్ హిట్ సినిమాను అందించిన గోపీచంద్ మలినేనితో మరో సినిమా చేయబోతున్న సంగతి తెలిసిందే. రాయలసీమ నేపథ్యంలో వీరసింహ రెడ్డితో సూపర్ హిట్ ఇచ్చిన గోపీచంద్ మలినేని ఈ సారి సరికొత్త ప్రయోగానికి రెడీ అవుతున్నాడు. ఈ సినిమాపై ఇప్పటి నుండి అభిమానుల్లో అంచనాలు ఓ రేంజ్ లో ఉన్నాయి. ఈ పవర్ఫుల్ కాంబోను అత్యంత భారీ బ్లడ్ బే పై వృద్ధి సినిమాస్ బ్యానర్ లో సతీష్ కిలారు నిర్మించనున్నారు. ఎన్టీఆర్ 111 టైటిల్ తో తెరకెక్కుస్తున్న ఈ సినిమా సెట్స్ పైకి వెళ్లేందుకు ముహూర్తం ఫిక్స్ అయింది. నవంబరు 7 తారీఖున ఈ సినిమాను పూజా కార్యక్రమాలతో షూటింగ్ స్టార్ట్ చేయబోతున్నారు. మాస్ యాక్షన్ అంశాలతో పాటు సినిమా రెండు వేరు వేరు కాలాలకు చెందిన హిస్టారికల్ స్టోరీ అని చరిత్రను.. వర్తమానాన్ని ముడిపెడుతూ ఎపిక్ స్టోరీని రెడీ చేసినట్లు తెలుస్తోంది. ఒకరకంగా బైమ్ ట్రావెల్ లాంటి కథలా ఉంటుందని బాలయ్యను మునుపెన్ను చూడని విధంగా పవర్ఫుల్ గా ఉండబోతుందట అందుకు తగ్గట్టే దర్శకుడు కొన్ని రోజుల క్రితం మొరాకోలో అనౌన్స్మెంట్ షూటింగ్ కూడా ఫినిష్ చేసాడు దర్శకుడు గోపీచంద్. టెక్నికల్ టీమ్ విషయంలోను ఈ సారి ఎక్కడ కంప్రమైజ్ కావడం లేదు మేకర్స్. ఈ సినిమాకు సీనిమాటోగ్రాఫర్ గా కాంతార కు పని చేసిన అర్వింద్ కత్తప్ ను తీసుకున్నారు. ఇక సంగీత దర్శకుడిగా బాలయ్య ఆస్థాన వాయిద్యుడు తమన్ వర్క్ చేయబోతున్నారు. బాలయ్య కెరీర్ లో ఈ సినిమా బెస్ట్ వర్క్ ఫిల్మ్ అవుతుందని ఈ చిత్ర కథ తెలిసిన కొందరు టాలీవుడ్ సినిర్మల్స్ లో చెప్పుకుంటున్నారు.



ఓటిటిలోకి వచ్చేస్తున్న ఇడ్లీకొట్టు

ధనుష్ , నిత్యా మేనన్ జంటగా నటించిన చిత్రం 'ఇడ్లీ కొట్టు'. ధనుష్ స్వీయ దర్శకత్వంలో తెరకెక్కిన ఈ సినిమా అక్టోబరు 1న ప్రేక్షకుల ముందుకు వచ్చింది. తన వ్యక్తిత్వం కోసం ఉద్యోగాన్ని వదిలి.. తండ్రి వారసత్వంగా ఇడ్లీ కొట్టు నడిపే సాధారణ వ్యక్తి పాత్రలో ధనుష్ కనిపించారు. గ్రామీణ నేపథ్యంలో రూపొందడం, విజయవంతమైన 'తిరు' తర్వాత ధనుష్ నిత్యామేనన్ కలిసి నటించడంతో సినిమాపై మంచి అంచనాలు ఏర్పడ్డాయి. అయితే, ఆ స్థాయి వినోదాన్ని మాత్రం అందించలేకపోయింది. ఇప్పుడు ఈ మూవీ ఓటిటీ ప్రేక్షకులను అలరించడానికి సిద్ధమైంది. అక్టోబరు 29వ తేదీ నుంచి నెట్ఫ్లిక్స్ వేదికగా స్ట్రీమింగ్ కానుంది. ఈ విషయాన్ని తెలియజేస్తూ నందరు ఓటిటీ నంబర్ పోస్టర్ ను పంచుకుంది. శివ కేశవులు (రాజ్ కిరన్) ఇడ్లీ కొట్టు అంటే ఆ ఊళ్లో ఫేమస్. ఎంతో ఇష్టంగా, మనసు పెట్టి చేసే ఆ కొట్లో ఇడ్లీలు ఎంతో రుచికరం. శివ కేశవులు కొడుకే మురళి (ధనుష్). కొత్తతరం కుర్రాడు కదా, తన తండ్రి నడుపుతున్న కొట్టుని కాస్త ప్రాంక్షైలా మార్చేసి, అదే పేరుతో ఇతర చోట్ల కూడా హోటల్స్ ని ఏర్పాటు చేసి డబ్బు సంపాదించాలని ఆశపడతాడు. కానీ, తన చేతులతో చేయని ఇడ్లీలను తన పేరుతో అమ్మడానికి ససేమిరా ఇష్టపడదు శివకేశవులు. దాంతో మురళి ఉన్నతమైన జీవితం అంటూ కన్నవాళ్లని, ఉన్న ఊరుని వదిలి పట్టు బాట పడతాడు. అలా మొదలైన అతని పరుగు బ్యాంకాకేకి చేరుతుంది. పనుల్లో పడి కన్నవాళ్లని కూడా పట్టించుకోడు. బ్యాంకాకేకిలోనే తన బిజినెస్ లో పార్ట్ నర్ అయిన విష్ణువర్ధన్ (సత్యరాజ్) కూతురు మీరా (షాలిని పాండే)తో పెళ్లి నిశ్చయమవుతుంది. మరికొన్ని రోజుల్లో పెళ్లి అనగా మురళి తండ్రి శివ కేశవులు చనిపోతాడు. తండ్రి వివరి చూపు కోసం వచ్చిన మురళి తిరిగి బ్యాంకాకే వెళ్లాడా లేదా? శివకేశవులు చనిపోయాక ఆయన ఇడ్లీ కొట్టు ఏమైంది? మురళికి, కల్యాణి (నిశ్చ మేనన్)కి మధ్య సంబంధం ఏమిటి? మీరాతో అతని పెళ్లి జరిగిందా? అన్నది చిత్ర కథ.



ఓటిటిలోకి 31న వస్తాన్న కొత్తలోక

విన్న చిత్రంగా విడుదలై రికార్డులు తిరగరాసింది 'కొత్తలోక': చాప్టర్ 1' కేవలం మాత్ టాక్ తోనే బాక్సాఫీస్ వద్ద కాసుల వర్షం కురిపించింది సినిమా. ఈ మూవీ ఎప్పుడెప్పుడు ఓటిటీలోకి వస్తుందా? అని అభిమానులు ఎదురుచూశారు. తాజాగా వారి ఎదురుచూపులకు ఫుల్ స్టాప్ పెడుతూ జియో హాట్ స్టార్ అధికారిక ప్రకటన విడుదల చేసింది. అక్టోబర్ 31 నుంచి స్ట్రీమింగ్ కానున్నట్లు తెలిపింది. తెలుగు, మలయాళం, తమిళ, హిందీతో పాటు బెంగాలీ, మరాఠీలోనూ ఇది స్ట్రీమింగ్ కానున్నట్లు తెలుపుతూ ఓ పోస్టర్ విడుదల చేసింది. చంద్ర అలియాస్ నీలి (కల్యాణి ప్రియదర్శన్) అతీంద్రియ శక్తులు కలిగి ఉంటుంది. ఒక మిషన్ లో ఆమె శ్రుతిలో శత్రువుల నుంచి తప్పించుకుంటుంది. దీంతో చంద్ర స్వీడన్ నుంచి బెంగళూరుకు షిప్ట్ అయ్యి తన గురించి ఎవరికీ తెలియకుండా ఒక కేస్ లో పనిచేస్తూ ఉంటుంది. ఆమె పక్కింట్లో ఉండే సన్నీ (సన్నీ) ఆమెతో స్నేహం పెంచుకుంటాడు. మరోవైపు ఇన్ స్పెక్టర్ నాచియప్ప గౌడ (శాండ్ మాస్టర్), అతడి బాస్ మానవ అవయవాల అక్రమ రవాణా చేస్తుంటారు. అనుకోకుండా తారసపడిన చంద్రపై నాచియప్పకు అనుమానం కలుగుతుంది. మరి ఆ తర్వాత అతడు ఏం చేశాడు? అనులు చంద్ర ఎవరు.? ఆమెను చూసి సన్నీ ఎందుకు అంతగా భయపడ్డాడు? అనేది చిత్ర కథ. ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఈ మూవీ రూ.300 కోట్లకు పైగా వసూలు చేసింది. అంతేకాదు, అత్యధిక వసూళ్లు రాబట్టిన తొలి మలయాళీ చిత్రంగానూ రికార్డు సృష్టించింది.

