సమాజాభివృద్ధి కోసం మా అక్షర పోరాటం

SK1 one NEWS HD

సీమకిరణం

SEEMAKIRANAM TELUGU DAILY

జాతీయ తెలుగు దినపత్రిక

ఎడిటర్ : యస్. నజీర్ అహ్మద్ బాషా

www.seemakiranam.com
www.seemakiranamnews.com
epaper.seemakiranam.com

ప్రచురణ : కర్నూలు & శ్రీ పొట్టి శ్రీ రాములు నెల్లూరు జిల్లా.

PUBLISHED BY : KURNOOL & SRI POTTI SRIRAMULU NELLORE DISTRICT

ప్రచురణ : కర్నూలు, నెల్లూరు. | ఎడిటర్ : ఎస్. నజీర్ అహ్మద్ భాష | సంపుటి : 08 సంచిక : 859 | పేజిలు : 04, వెల రూ. 2 రూ/ | ఆదివారం 19-07-2026

- ★మీ ఊరిని పరిశుభ్రంగా ఉంచే బాధ్యత మీదే
- ★2024లో రాజకీయ చెత్తను ప్రజలే శుభ్రం చేశారు
- ★బూతులు తిట్టిన వారి నోళ్లను ఓట్లతో కడిగారు
- ★భావ ప్రకటనా స్వేచ్ఛ పేరుతో అసభ్య పోస్టులు సహించేది లేదు
- ★గుడివాడ స్వచ్ఛాంధ్ర-- స్వర్ణాంధ్ర కార్యక్రమంలో ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు
- ★రూ.15,274 కోట్లతో పట్టణాభివృద్ధి పనులకు సీఎం శ్రీకారం
- ★2027 నాటికి పోలవరం పూర్తి
- ★తల్లికి వందనం పిల్లలందరికీ వర్తింప చేస్తామని స్పష్టీకరణ
- ★టీడీపీ నేతపై వేటు.. చట్టం ముందు ఎవరైనా సమానమే
- ★గుంటూరులో మహిళపై దాడి ఘటనపై తీవ్రంగా స్పందించిన ప్రభుత్వం
- ★నిందితుడైన టీడీపీ నాయకుడిని పార్టీ నుంచి సస్పెండ్ చేస్తూ నిర్ణయం
- ★చట్టం ముందు అందరూ సమానమేనని స్పష్టం చేసిన సీఎం చంద్రబాబు
- ★నిందితుడిని అరెస్ట్ చేసి క్రిమినల్ కేసు నమోదు చేసిన పోలీసులు
- ★మహిళల భద్రతపై రాజీ లేదని ప్రభుత్వ స్పష్టమైన హెచ్చరిక

ప్రజా ప్రభుత్వానికి పేదల పక్షాన

ఆలోచించే మనసు ఉంది

కాలుష్య రహిత రాష్ట్రంగా ఏపీ

పట్టిసీమను 12 నెలల రికార్డు కాలంలో పూర్తి చేశాం

గుడివాడ, జూలై 18 :- స్వచ్ఛాంధ్ర-స్వర్ణాంధ్రతో పరిశుభ్రమైన, సంపన్నమైన ఆంధ్రప్రదేశ్ నిర్మాణమే లక్ష్యమని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు నాయుడు అన్నారు. ఇంటి నుంచే చెత్త రాకుండా నెట్ జీరో విధానాన్ని అలవాటు చేసుకోవాలని సీఎం పిలుప ునిచ్చారు. కార్బన్ న్యూట్రల్ జీవన విధానం అవలంబించాలని, ఇంటిపై పడే వర్షపు నీటిని భూగర్భజలాలుగా మార్చుకునే చర్యలు తీసుకోవాలని సూచించారు. కృష్ణాజిల్లా గుడివాడలో నిర్వహించిన 18వ స్వర్ణాంధ్ర--స్వచ్ఛాంధ్ర కార్యక్రమంలో ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు పాల్గొన్నారు. రాష్ట్రంలోని 120 పట్టణ స్థానిక సంస్థల పరిధిలో రూ.15,274 కోట్ల విలువైన ప్రజారోగ్య, మున్సిపల్ ఇంజినీరింగ్ పనులకు సీఎం శంకుస్థాపనలు చేశారు. మిగతా 2లో

కరోనా కేసులపై ఆందోళన వద్దు

- ❄ఏపీలో మళ్లీ కరోనా కేసులు.. ఆందోళన వద్దన్న ఆరోగ్యమంత్రి
- ❄జూన్ 26 నుంచి 12 కేసులు నమోదు, నలుగురు మృతి
- ❄కడప జిల్లాలో అత్యధికంగా 8 కేసులు.. ప్రభుత్వం అప్రమత్తం
- ❄ఇతర రాష్ట్రాలతో పోలిస్తే ఏపీలో కేసుల సంఖ్య చాలా తక్కువ
- ❄ఆసుపత్రుల్లో ఐసోలేషన్ వార్డులు ఏర్పాటు, పరిస్థితిపై నిరంతర పర్యవేక్షణ

ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో ఇటీవల నమోదైన కరోనా కేసుల పట్ల ప్రజలు ఆందోళన చెందాల్సిన అవసరం లేదని రాష్ట్ర ఆరోగ్య శాఖ మంత్రి సత్యకుమార్ యాదవ్ స్పష్టం చేశారు. మిగతా 2లో

మహిళను వివస్త్రను చేసి కొట్టడం సిగ్గుచేటు

- ⌘గుంటూరు సిటీ ఘటన అత్యంత హేయం
- ⌘కూటమి పాలనలో వరుసగా దారుణాలు
- ⌘సభ్య సమాజం తలదించుకునే ఘటనలు
- ⌘హోంమంత్రి అనిత తక్షణం రాజీనామా చేయాలి

గుంటూరు నగరంలో టీడీపీ నాయకుడు ఒక మహిళను వివస్త్రను చేసి వేధించిన ఘటన సభ్యసమాజం తలదించుకునేలా ఉందని, దీనికి బాధ్యత వహిస్తూ హోంమంత్రి అనిత తన పదవికి రాజీనామా చేయాలని, సీఎం చంద్రబాబు మహిళా లోకానికి క్షమాపణలు చెప్పాలని వైఎస్సార్సీపీ మహిళా విభాగం రాష్ట్ర అధ్యక్షురాలు, ఎమ్మెల్సీ వరుదు కల్యాణి డిమాండ్ చేశారు. విశాఖపట్నంలోని వైయస్సార్‌సీపీ సిటీ కార్యాలయంలో ఆమె మీడియాతో మాట్లాడుతూ 15వ తేదీ దారుణం జరిగితే బాధితురాలి ఫిర్యాదును పోలీసులు పట్టించుకోలేదని, సాక్షి మీడియా ద్వారా బయటి ప్రపంచానికి తెలియబట్టే సీఎం చంద్రబాబు ట్విట్టర్‌లో స్పందించారని గుర్తు చేశారు. ఈ మూడు రోజులు స్థానిక ఎమ్మెల్యే మిగతా 2లో

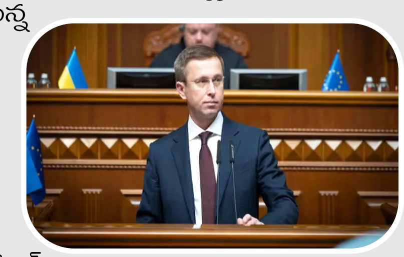
యూకే తదుపరి ప్రధాని బర్న్‌హామ్

- ●లేబర్ పార్టీ నేతగా ఏకగ్రీవంగా ఎన్నిక
- ●వచ్చే వారం బాధ్యతలు చేపట్టే అవకాశం
- ●యూకే ప్రధానమంత్రి కీర్ స్టార్మర్ వారసుడిగా ముందుగా ఊహించినట్టే ఆండీ బర్న్‌హమ్(56) ఖరారయ్యారు.

లండన్: యూకే ప్రధానమంత్రి కీర్ స్టార్మర్ వారసుడిగా ముందుగా ఊహించినట్టే ఆండీ బర్న్‌హమ్(56) ఖరారయ్యారు. అధికార లేబర్ పార్టీ నేతగా బర్న్‌హమ్ ఎన్నికయ్యారు. మిగతా 2లో

ఉక్రెయిన్ నూతన ప్రధానిగా సెర్హీ కోరెట్స్కీ

- ●రష్యాతో యుద్ధం తీవ్రతరమవుతున్న వేళ ఉక్రెయిన్ ప్రభుత్వం కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది.
- ●దేశ నూతన ప్రధానమంత్రిగా ఇంధన రంగ నిపుణుడు సెర్హీ కోరెట్స్కీని నియమించింది.



రష్యాతో యుద్ధం తీవ్రతరమవుతున్న వేళ ఉక్రెయిన్ ప్రభుత్వం కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది. దేశ నూతన ప్రధానమంత్రిగా ఇంధన రంగ నిపుణుడు సెర్హీ కోరెట్స్కీని నియమించింది. ఆయన నియామకానికి ఉక్రెయిన్ పార్లమెంట్ మిగతా 2లో

81 అడుగుల రాముడి విగ్రహ నిర్మాణం..

హిందూ వ్యక్తి అరెస్టుతో ఢాకాలో మైనార్టీల నిరసన

- ●బంగ్లాదేశ్ రాజధాని ఢాకాలో ఇవాళ హిందూ మైనార్టీలు భారీ నిరసన ప్రదర్శన చేపట్టారు.
- ●హరిదాస్ చంద్ర తరణి దాస్‌ను రిలీజ్ చేయాలని డిమాండ్ చేశారు.

ఢాకా: బంగ్లాదేశ్ రాజధాని ఢాకాలో ఇవాళ హిందూ మైనార్టీలు భారీ నిరసన ప్రదర్శన చేపట్టారు. హరిదాస్ చంద్ర తరణి దాస్‌ను మిగతా 2లో

ప్రైవేట్ అంతరిక్ష సంస్థల సామర్థ్యాన్ని

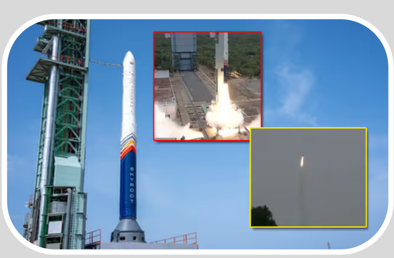
ప్రపంచానికి మరోసారి చాటిచెప్పింది

విక్రమ్-1 సక్సెస్.. స్కైరూట్‌కు వైఎస్ జగన్ అభినందనలు

- ●గోదావరిలో ఐదుగురు గిరిజనుల మృతిపై శ్రీ వైయస్ జగన్ తీవ్ర దిగ్భ్రాంతి
- ●ఉరవకొండ గవిమఠం పీఠాధిపతి చెన్న బసవ రాజేంద్ర మహాస్వామి శివైక్యంపై శ్రీ వైయస్ జగన్ సంతాపం
- ●భారత ప్రైవేట్ అంతరిక్ష రంగంలో మరో చారిత్రాత్మక ఘట్టంగా నిలిచిన విక్రమ్-1 రాకెట్ ప్రయోగ సక్సెస్‌పై వైఎస్సార్‌సీపీ అధ్యక్షుడు, మాజీ ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి హర్షం వ్యక్తం చేశారు.

భారత ప్రైవేట్ అంతరిక్ష రంగంలో మరో చారిత్రాత్మక ఘట్టంగా నిలిచిన విక్రమ్-1 రాకెట్ ప్రయోగ సక్సెస్‌పై వైఎస్సార్‌సీపీ అధ్యక్షుడు, మాజీ ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి హర్షం వ్యక్తం చేశారు. ఈ సందర్భంగా స్కైరూట్ ఏరోస్పేస్ శాస్త్రవేత్తలు, ఇంజినీర్లు, సంస్థ యాజమాన్యానికి ఆయన హృదయపూర్వక అభినందనలు తెలిపారు. మిగతా 2లో

భారత అంతరిక్ష చరిత్రలో నవశకం..



- తొలి ప్రైవేట్ రాకెట్ 'విక్రమ్-1' ప్రయోగం సక్సెస్
- స్కైరూట్ ఏరోస్పేస్ 'విక్రమ్-1' రాకెట్ ప్రయోగం విజయవంతం
- భారత్ తొలి ప్రైవేట్ ఆర్బిటాల్ రాకెట్‌గా రికార్డు సృష్టి
- శ్రీహరికోట నుంచి నింగిలోకి దూసుకెళ్లిన రాకెట్

భారత అంతరిక్ష రంగంలో ఒక చారిత్రక ఘట్టం ఆవిష్కృతమైంది. దేశీయ ప్రైవేట్ స్పేస్ సంస్థ స్కైరూట్ ఏరోస్పేస్, మిగతా 2లో

గుంటూరు ఘటనపై సర్కార్ ఉక్కుపాదం..

చట్టం ఎవరినీ కాపాడదు

పవనన్న త్వరగా కోలుకోవాలి

- ●మహిళలను అవమానిస్తే సహించేది లేదు: నారా లోకేశ్
- ●గతంలో పవన్ భుజానికి గాయం
- ●ఇటీవల ముంబైలో విజయవంతంగా శస్త్రచికిత్స
- ●కొన్ని రోజుల కిందటే ఆసుపత్రి నుంచి డిశ్చార్జి
- ●హైదరాబాదులోని నివాసంలో విశ్రాంతి తీసుకుంటున్న వైనం

గుంటూరు ఘటనపై ఆంధ్రప్రదేశ్ విద్య, ఐటీ శాఖల మంత్రి నారా లోకేశ్ తీవ్ర ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. ఈ ఘటన తనను దిగ్భ్రాంతికి గురిచేసిందని తెలిపారు. రాజకీయ పలుకుబడి ఎవరినీ కాపాడదని చెప్పుకొచ్చారు. మిగతా 2లో

గోదావరి పడవ ప్రమాదం అత్యంత విషాదకరం

- ❖పోలవరం జిల్లా ఎటపాక మండలం గొల్లగూడెం సమీపంలోని గోదావరి నదిలో చేపల వేటకు వెళ్లిన ఐదుగురు మృతి చెందిన ఘటన అత్యంత విషాదకరమని ఏపీ బీజేపీ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు పీవీఎన్ మాధవ్ తీవ్ర దిగ్భ్రాంతి వ్యక్తం చేశారు.
- ❖ఈ దుర్ఘటనలో ప్రాణాలు కోల్పోయిన తుర్రం భారతి, ఊకే సుశీల, ఊకే లక్ష్మి, బాసిబోయిన బాలరాజు, ఊకే రమేష్ కుటుంబాలకు తన ప్రగాఢ సానుభూతిని తెలియజేశారు. మిగతా 2లో

సరికొత్త ఆవిష్కరణల్లో ప్రపంచ దేశాల సరసన

భారత్ నిలుస్తుంది

మోదీ దార్శనికతకు, భారతీయ ప్రతిభకు ప్రతీక

విక్రమ్-1 రాకెట్ విజయంపై పవన్ కల్యాణ్

సమర్థ పాలనకు బలమైన వ్యవస్థలే పునాది

- ➤తొలి ప్రయత్నంలోనే ఘన విజయం సాధించిన స్కైరూట్
- ➤విజయవంతంగా నింగిలోకి దూసుకెళ్లిన రాకెట్
- ➤భారత అంతరిక్ష పరిశోధన రంగంలో సరికొత్త అధ్యాయాన్ని లిఖిస్తూ.. దేశంలోనే తొలిసారిగా ఒక ప్రైవేట్ ఏరోస్పేస్ సంస్థ 'స్కైరూట్' రూపొందించిన 'విక్రమ్-1' రాకెట్ నింగిలోకి దూసుకెళ్లింది.
- ➤శ్రీహరికోటలోని సతీశ్ ధావన్ అంతరిక్ష కేంద్రం నుంచి 'మిషన్ ఆగమన్' పేరుతో చేపట్టిన ఈ చరిత్రాత్మక ప్రయోగం విజయవంతం కావడం పట్ల ఆంధ్రప్రదేశ్ ఉపముఖ్యమంత్రి పవన్ కల్యాణ్ హర్షం వ్యక్తం చేశారు.
- ➤ఈ అద్భుత విజయాన్ని సాధించిన శాస్త్రవేత్తలకు, స్టార్టప్ బృందానికి ఆయన ప్రత్యేక అభినందనలు తెలిపారు.
- ➤అంతరిక్ష సాంకేతికత, సరికొత్త ఆవిష్కరణల్లో ప్రపంచ దేశాల సరసన భారతదేశాన్ని అగ్రగామిగా నిలపడానికి ఈ ప్రయోగం ఒక చక్కటి నిదర్శనమని పవన్ కల్యాణ్ కొనియాడారు.

భారత అంతరిక్ష పరిశో ధన రంగంలో సరికొత్త అధ్యాయాన్ని లిఖిస్తూ.. దేశంలో నే తొలిసారిగా ఒక ప్రైవేట్ ఏరోస్పేస్ సంస్థ 'స్కైరూట్' రూపొందించిన 'విక్రమ్-1' రాకెట్ నింగిలోకి దూసుకెళ్లింది. శ్రీహరికోటలోని సతీశ్ ధావన్ అంతరిక్ష కేంద్రం నుంచి 'మిషన్ ఆగమన్' పేరుతో చేపట్టిన ఈ చరిత్రాత్మక ప్రయోగం విజయవంతం కావడం పట్ల ఆంధ్రప్రదేశ్ ఉపముఖ్యమంత్రి పవన్ కల్యాణ్ హర్షం వ్యక్తం చేశారు. మిగతా 2లో

'పంచదార్ల కొండను మింగేస్తున్నారు.. పవన్ కల్యాణ్ ఏం ప్రాయశ్చిత్తం చేస్తారు?

- ▶▶పంచదార్ల కొండపై అక్రమ మైనింగ్ చేస్తున్నారన్న గుడివాడ అమర్నాథ్
- ▶▶వందల లారీల గ్రావెల్ తరలిస్తూ కొండను పిండి చేస్తున్నారని మండిపాటు
- ▶▶సొంత కంపెనీల పేరుతో పర్మిట్లు తెచ్చుకుని కొండలను మాయం చేస్తున్నారన్న కన్నబాబు

అనకాపల్లి జిల్లా ఎలమంచిలి నియోజకవర్గ పరిధిలోని చారిత్రాత్మక పంచదార్ల కొండపై జరుగుతున్న అక్రమ మైనింగ్‌కు వ్యతిరేకంగా స్థానిక గ్రామస్తులు చేపట్టిన రిలే నిరాహార దీక్ష మిగతా 2లో

కర్నూలు సీమకిరణం నంద్యాల
తెలుగు దినపత్రిక
www.seemakiranam.com, www.seemakiranamnews.com

యూకే తదుపరి ప్రధాని బర్న్‌హమ్

వచ్చే వారం ప్రధాని అధికార నివాసం లండన్‌లోని 10 డౌనింగ్ స్ట్రీట్‌లో ఆయన బాధ్యతలు చేపట్టనున్నారు. ప్రస్తుత ప్రధాని కీర్ స్టార్మర్ అధికారికంగా కింగ్ చార్లెస్‌కు రాజీనామా సమర్పించిన అనంతరం సోమవారం నూతన ప్రభుత్వం ఏర్పాటు చేయాలంటూ ఆండీ బర్న్‌హమ్‌ను ఆహ్వానించే అవకాశముంది. బర్న్‌హమ్ ఇటీవలే ఉత్తర ఇంగ్లండ్‌లోని మేకర్‌ఫీల్డ్ ఎంపీగా ఎన్నికయ్యారు. కీర్ స్టార్మర్‌కు ప్రధాన పోటీ దారుగా నిలిచారు. బర్న్‌హమ్..యూకేకు పదేళ్ల కాలంలో ఏడో ప్రధాని కానున్నారు. గత నెలలో కీర్ స్టార్మర్ రాజీనామా చేసిన అనంతరం లేబర్ పార్టీ అధ్యక్ష రేసులో బర్న్‌హమ్ మాత్రమే నిలిచారు. శుక్రవారం లండన్‌లో రక్షణ మంత్రి షబానా మహ్మూద్ అధ్యక్షతన లేబర్ పార్టీ జాతీయ ఎగ్జిక్యూటివ్ కమిటీ ప్రత్యేకంగా సమావేశమైంది. ఈ భేటీలో ఆండీ బర్న్‌హమ్‌ను నూతన నేతగా ఎన్నుకున్నట్లు షబానా ప్రకటించారు. ఈ పదవికి ఆయనొక్కరే నామినేషన్ వేశారన్నారు. అనంతరం బర్న్‌హమ్ మాట్లాడుతూ..'ప్రజల ఆశలను తిరిగి నిలబెట్టబోతున్నాం'అంటూ ప్రకటించారు. '2024 జూలైలో జరిగిన ఎన్నికల్లో ప్రజలకిచ్చిన వాగ్దానాలను అమలు చేసేందుకు లేబర్ పార్టీకి ఉన్న చిట్టచివరి అవకాశం ఇదే. కీర్ స్టార్మర్ నిర్మించిన పునాదులపై నాయకత్వం వహించడానికి సిద్ధంగా ఉన్నా. బాధ్యతల నుంచి తప్పుకోనున్న కీర్ స్టార్మర్‌కు ధన్యవాదాలు'అని ఆయన తెలిపారు.

ఉక్రెయిన్ నూతన ప్రధానిగా సెర్హీ కోరెట్స్కీ

ఆమోదం తెలిపింది. రష్యా దాడుల వల్ల దెబ్బతిన్న దేశ ఇంధన రంగాన్ని, ఆర్థిక వ్యవస్థను బలోపేతం చేసే బాధ్యతను సెర్హీకి ఉక్రెయిన్ అధ్యక్షుడు జెలెన్స్కీ అప్పగించారు.కాగా 48 ఏళ్ల సెర్హీ కోరెట్స్కీకి ఎలాంటి రాజకీయ నేపథ్యం లేదు. ఇంధన రంగంలో మాత్రం అపార అనుభవం ఉంది. ఆయన గతంలో ఉక్రెయిన్ అతిపెద్ద ప్రభుత్వ రంగ చమురు, గ్యాస్ సంస్థలైన 'ఉకర్‌నాఫ్తా', 'నాఫ్తోగాజ్' సంస్థలకు సీఈఓగా వ్యవహరించారు.జెలెన్స్కీ ఇటీవల మంత్రివర్గ పునర్వ్యవస్థీకరణ చేపట్టిన విషయం తెలిసిందే. ఇందులో భాగంగా ప్రధాని యూలియా స్విరిడెంకో తన పదవికి రాజీనామా చేశారు. ఆమె స్థానంలోనే సెర్హీ కోరెట్స్కీ ఎంపికయ్యారు. 2022లో రష్యా పూర్తిస్థాయి దండయాత్ర ప్రారంభించిన తర్వాత ఉక్రెయిన్ ప్రధానిగా బాధ్యతలు చేపట్టిన మూడో వ్యక్తిగా కోరెట్స్కీ నిలిచారు.

81 అడుగుల రాముడి విగ్రహ నిర్మాణం..

హిందూ వ్యక్తి అరెస్టుతో ఢాకాలో మైనార్టీల నిరసన

రిలీజ్ చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. ఢాకాలోని నేషనల్ ప్రెస్ క్లబ్ వద్ద ఇవాళ ఈ ఆందోళన జరిగింది. గైబందా జిల్లాలో 81 అడుగుల రాముడి విగ్రహాన్ని నిర్మించేందుకు హరిదాస్ చంద్ర పూనుకున్నారు. అయితే ఆయనపై బంగ్లా సర్కారు మనీ ల్యాండరింగ్ అభియోగాలు నమోదు చేసి అరెస్టు చేసింది. రాముడి విగ్రహ నిర్మాణాన్ని ఆపేందుకే బంగ్లాదేశ్ సర్కారు హరిదాస్‌ను అరెస్టు చేసినట్లు హిందూ-బౌద్ధ-క్రైస్తవ ఐక్యతా సంఘం ఆరోపించింది. మైనార్టీలను టార్గెట్ చేసి వేధిస్తున్నారని, దాస్‌ను తక్షణమే రిలీజ్ చేయాలని మైనార్టీలు డిమాండ్ చేశారు.పలాస్‌బారిలో రామచంద్రుడి విగ్రహాన్ని దాస్ నిర్మిస్తున్నట్లు ఆరోపణలు ఉన్నాయి. కానీ అక్రమ రీతిలో తరణిదాస్‌ను అరెస్టు చేసినట్లు మనీంద్ర కుమార్ నాథ్ పేర్కొన్నారు. బంగ్లాదేశ్‌లో గత రెండేళ్ల నుంచి మూడు వేల దాడి ఘటనలు జరిగాయని, దీంట్లో 66 మంది మర్డర్ అయ్యారని, అనేక ఆలయాలను ధ్వంసం చేశారని తెలిపారు. సుమారు 10 కోట్ల మేరకు అక్రమలావాదేవీలు నిర్వహించినట్లు హరిదాస్‌పై కేసు ఉన్నది. 2010లో ఆయన ఇండియాకు వెళ్లారని, 2019లో ముస్లింగా మారినట్లు ఆరోపణలు ఉన్నాయి.

కరోనా కేసులపై ఆందోళన వద్దు

రాష్ట్రంలో జూన్ 26 నుంచి జూలై 16 మధ్య 12 కోవిడ్ కేసులు నమోదు కాగా, నలుగురు మరణించినట్లు అధికారులు వెల్లడించిన నేపథ్యంలో ఆయన ఈ ప్రకటన చేశారు.ఎన్టీఆర్ జిల్లా రాయనపాడులో శుక్రవారం ఆయన మీడియాతో మాట్లాడుతూ.. ప్రభుత్వం పరిస్థితిని నిరంతరం పర్యవేక్షిస్తోందని తెలిపారు. ప్రస్తుతం నమోదవుతున్నవి కేవలం అక్కడక్కడా కనిపిస్తున్న చెదురుమదురు కేసులేనని, వైరస్ తీవ్రస్థాయిలో వ్యాప్తి చెందడం లేదని ఆయన వివరించారు. కేరళ (115), కర్ణాటక (64), తమిళనాడు (39) వంటి పొరుగు రాష్ట్రాలతో పోలిస్తే ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో కేసుల సంఖ్య చాలా తక్కువగా ఉందని మంత్రి పేర్కొన్నారు.ఇప్పటివరకు గుర్తించిన వేరియంట్లు ప్రమాదకరమైనవి కావని, ఇతర ఆరోగ్య సమస్యలు ఉన్నవారిలోనే ఈ ప్రభావం కనిపిస్తోందని అధికారులు తెలిపారన్నారు. నమూనాలను తదుపరి విశ్లేషణ కోసం పుణెలోని నేషనల్ ఇన్స్టిట్యూట్ ఆఫ్ వైరాలజీకి పంపినట్లు వెల్లడించారు. ప్రభుత్వం ముందుజాగ్రత్త చర్యగా ఆసుపత్రుల్లో ఐసోలేషన్ వార్డులను, శానిటైజర్లను అందుబాటులో ఉంచిందని, కడప వంటి ప్రాంతాల్లో రాపిడ్ రెస్పాన్స్ బృందాలను రంగంలోకి దింపిందని మంత్రి సత్యకుమార్ తెలిపారు. కేంద్రం నుంచి ప్రత్యేక మార్గదర్శకాలు ఏవీ రాలేదని, వర్షాకాలం దృష్ట్యా ప్రజలు పరిశుభ్రత పాటించడం మంచిదని ఆయన సూచించారు.

మహిళను వివస్త్రను చేసి కొట్టడం సిగ్గుచేటు

గల్లా మాధవి సెటిల్మెంట్ చేయడానికి ప్రయత్నించారని ఆరోపించారు. ఒక మహిళకు అన్యాయం జరిగితే సాటి మహిళలుగా హోంమంత్రి, ఎమ్మెల్యే, మహిళా కమిషన్ ఛైర్‌పర్సన్ పట్టించుకోకపోవడం దారుణమన్నారు. మొన్ననే కావలిలో గిరిజన మహిళలను టీడీపీ కౌన్సిలర్ వివస్త్రను చేసి వేధించిన ఘటన మరువకముందే ఇలాంటిదే మరో ఘటన గుంటూరు నగరంలో జరగడం ప్రభుత్వ పతనానికి అద్దం పడుతోందన్నారు.రాష్ట్రంలో మహిళలపై ఏ దారుణం జరిగినా నిందితులు టీడీపీ నాయకులు, కార్యకర్తలే ఉంటున్నారు.. వారి తప్పులను చూసీచూడనట్లు ప్రభుత్వం వదిలేయడం వల్లనే దారుణాలు అంతులేకుండా పోతున్నాయని వరుదు కళ్యాణి ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. చంద్రబాబు కూటమి పాలనలో మహిళలకు న్యాయం జరుగుతుందన్న నమ్మకం రోజురోజుకీ సన్నగిల్లిపోతోందని అసహనం వ్యక్తం చేశారు. ఈ దారుణానికి తెగించిన నిందితులతోపాటు పట్టించుకోని పోలీసులను కఠినంగా శిక్షించాలని డిమాండ్ చేశారు. గుంటూరు నగరంలో సీటీ బోర్, మోటార్ పంప్ విషయంలో రూ.10 వేలు ఇవ్వలేదన్న కారణంతో, టీడీపీ వార్డు సెక్రెటరీ మల్లెల మూర్తి అతని కుటుంబ సభ్యులు కలిసి ఒక మహిళను వివస్త్రను చేసి నడిరోడ్డుపై 10 నిమిషాల పాటు అమానుషంగా దాడి చేయడం సభ్య సమాజం తలదించుకునే సంఘటన. బాధితురాలు ఫిర్యాదుతో మాత్రం పోసుకున్నారు విచక్షణారహితంగా కాళ్లతో తన్ని దాడి చేశారు. మొన్న కావలిలో గిరిజన మహిళపై జరిగిన దాడి మరువకముందే ఈ ఘోరం జరిగిందంటే, కూటమి పాలనలో మహిళలకు ఇక స్వేచ్ఛ లేకుండా పోయింది. ఈ దాడులకు కారణం నిందితులపై ప్రభుత్వం, పోలీసులు ఎలాంటి చర్యలు తీసుకోకపోవడమే. ఈ నెల 13న ఈ దారుణం జరిగితే, 16న బాధితురాలు ఫిర్యాదు చేసినా పోలీసులు పట్టించుకోలేదు.స్థానిక ఎమ్మెల్యే గల్లా మాధవి, ఆమె అనుచరులు కేసును సెటిల్ చేయడానికి ప్రయత్నించడం వల్లే మూడు రోజులు జాప్యం జరిగింది. నిన్న 'సాక్షి' మీడియా ఈ అరాచకాన్ని వెలుగులోకి తెచ్చి వీడియోలు వైరల్ అవ్వడం, ప్రజల నుండి వ్యతిరేకత వస్తుందని గ్రహించి ఈరోజు ఉదయం చంద్రబాబు ట్వీట్ చేశారు, ఆ తర్వాతే పోలీసులు నిందితుడిని అరెస్ట్ చేశారు.

గోదావరి పడవ ప్రమాదం అత్యంత విషాదకరం

పోలవరం జిల్లా ఎటపాక మండలం గొల్లగూడెం సమీపంలోని గోదావరి నదిలో చేపల వేటకు వెళ్లిన ఐదుగురు మృతి చెందిన ఘటన అత్యంత విషాదకరమని ఏపీ బీజేపీ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు పీవీఎన్ మాధవ్ తీవ్ర దిగ్భ్రాంతి వ్యక్తం చేశారు.ఈ దుర్ఘటనలో ప్రాణాలు కోల్పోయిన తుర్రం భారతి, ఊకే సుశీల, ఊకే లక్ష్మి, బాసిబోయిన బాలరాజు, ఊకే రమేష్ కుటుంబాలకు తన ప్రగాఢ సానుభూతిని తెలియజేశారు. మృతుల ఆత్మలకు శాంతి చేకూరాలని భగవంతుడిని ప్రార్థిస్తూ, ఈ తీరని విషాదాన్ని భరించే మనోధైర్యాన్ని వారి కుటుంబ సభ్యులకు ప్రసాదించాలని ఆకాంక్షించారు. ఈ ఘటనపై రాష్ట్ర ప్రభుత్వం, స్థానిక అధికారులు మృతుల కుటుంబాలకు తక్షణ సహాయం అందించి, వారికి అన్ని విధాలుగా అండగా నిలవాలని పీవీఎన్ మాధవ్ కోరారు. అలాగే గోదావరి నదిలో చేపల వేటకు వెళ్లే మత్స్యకారుల భద్రత కోసం అవసరమైన జాగ్రత్తలు, రక్షణ చర్యలను మరింత పటిష్ఠంగా అమలు చేయాలని ప్రభుత్వాన్ని విజ్ఞప్తి చేశారు.భవిష్యత్తులో ఇలాంటి విషాద ఘటనలు పునరావృతం కాకుండా నదీ ప్రాంతాల్లో భద్రతా ప్రమాణాలను కట్టుదిట్టం చేసి, మత్స్యకారుల్లో అవగాహన కార్యక్రమాలు నిర్వహించాలని పీవీఎన్ మాధవ్ సూచించారు

'పంచదార్ల కొండను మింగేస్తున్నారు..

పవన్ కల్యాణ్ ఏం ప్రాయశ్చిత్తం చేస్తారు?

శిబిరాన్ని వైసీపీ మాజీ మంత్రులు గుడివాడ అమర్నాథ్, కురసాల కన్నబాబు, దాడిశెట్టి రాజా, మాజీ ఎమ్మెల్యే కరణం ధర్మశ్రీ, బొడ్డేడ ప్రసాద్ తదితరులు సందర్శించి తమ సంఘీభావాన్ని ప్రకటించారు. ఈ సందర్భంగా కూటమి నేతల తీరుపై వైసీపీ నేతలు తీవ్రస్థాయిలో విరుచుకుపడ్డారు.కూటమి ప్రభుత్వ హయాంలో దోపిడీకి హద్దు అదుపు లేకుండా పోతోందని గుడివాడ అమర్నాథ్ మండిపడ్డారు. స్థానిక ఎంపీ సీఎం రమేష్ అనకాపల్లి జిల్లాలో పంచభూతాలను దోచేస్తున్నారని సంచలన ఆరోపణలు చేశారు. వందల లారీల గ్రావెల్ తరలిస్తూ కొండలను పిండి చేస్తున్నారని, 1200 ఏళ్ల సుదీర్ఘ చరిత్ర కలిగిన పవిత్రమైన పంచదార్ల కొండను సైతం మింగేస్తూ మహా పాపానికి ఒడిగడుతున్నారని ధ్వజమెత్తారు. నిత్యం సనాతన ధర్మం గురించి మాట్లాడే డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్ ఇక్కడ జరుగుతున్న విధ్వంసంపై ఎందుకు నోరు విప్పడం లేదని, ఈ పాపానికి ఆయన ఏం ప్రాయశ్చిత్తం చేసుకుంటారని నిలదీశారు.'దొంగలు దొంగలు ఊళ్లు పంచుకున్నట్లు' కూటమి నేతలు దోపిడీకి పాల్పడుతున్నారని మాజీ మంత్రి కన్నబాబు ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. కడప నుంచి వచ్చిన సీఎం రమేష్ ఇక్కడ ప్రజాసేవ చేస్తారనుకుంటే... తన సొంత కంపెనీల కోసం కొండలను తవ్వుకుని మాయం చేస్తూ పర్యావరణాన్ని దారుణంగా దెబ్బతీస్తున్నారని విమర్శించారు. తెల్లవారితే సనాతన ధర్మం అని చాటే వారు ఉమా ధర్మలింగేశ్వర స్వామి ఆలయానికే గుండు కొడుతున్నారని ఆరోపించారు. ఇక్కడ జరుగుతున్న అన్యాయాన్ని తమ అధినేత జగన్ దృష్టికి తీసుకెళ్తామని, ఈ నెల 21న 'ఛలో పంచదార్ల' కార్యక్రమాన్ని నిర్వహిస్తామని ప్రకటించారు. రాబోయే సోమవారంలోపు మైనింగ్ లీజులను రద్దు చేసి, 30 కిలోమీటర్ల పరిధిలోని ఈ కొండలను 'నో మైనింగ్ జోన్'గా ప్రకటించాలని డిమాండ్ చేశారు.

ప్రజా ప్రభుత్వానికి పేదల పక్షాన ఆలోచించే మనసు ఉంది

ప్రజా వేదిక సమీపంలో ఆన్‌లైన్ వర్క్స్ మానిటరింగ్ సిస్టమ్‌ను పరిశీలించారు. మెప్మా మహిళా సంఘాలు తయారు చేసి ప్రదర్శించిన ఉత్పత్తులను తిలకించారు. నెల్లూరు, కొండపల్లి, బేతంచర్ల, కమలాపురం, బద్వేల్, ఏలేశ్వరం, నర్సీపట్నం, పెద్దాపురంలో వేస్ట్ టూ ఎనర్జీ ప్లాంట్లు ప్రారంభించారు. ఉయ్యూరు, కుప్పం, నిడుదవోలు, బాపిరాజు, మదనపల్లి, విజయనగరం, మంగళగిరి-తాడేపల్లి కార్పొరేషన్, గ్రేటర్ విశాఖ, నెల్లూరు కార్పొరేషన్లకు ఆపరేషన్ క్లీన్ స్వీప్ అవార్డులు అందించిన సీఎం...ఆపరేషన్ క్లీన్ స్వీప్‌పై కాఫీ టేబుల్ బుక్‌ను ఆవిష్కరించారు. ఆంధ్రప్రదేశ్ జీవనాడి అయిన పోలవరం ప్రాజెక్టును 2027 నాటికి వంద శాతం పూర్తి చేసి తీరుతామని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు స్పష్టం చేశారు. కృష్ణా జిల్లా గుడివాడలో పర్యటించిన ఆయన, అక్కడ జరిగిన 'స్వర్ణాంధ్ర-స్వచ్ఛాంధ్ర' బహిరంగ సభలో మాట్లాడుతూ పోలవరం నిర్మాణ పనులను కూటమి ప్రభుత్వం అత్యంత శరవేగంగా ముందుకు తీసుకెళుతోందని ప్రకటించారు. గతంలో తాము కేవలం 12 నెలల రికార్డు కాలంలోనే పట్టిసీమ ప్రాజెక్టును పూర్తి చేసి కృష్ణా డెల్టాకు నీళ్లిచ్చిన విషయాన్ని ఈ సందర్భంగా గుర్తు చేశారు. రాష్ట్రంలోని నదులన్నింటినీ అనుసంధానం చేయడం ద్వారా ఏపీలో కరవు అనే మాటే లేకుండా చేస్తామని భరోసా ఇచ్చారు.ఎన్నికల మేనిఫెస్టోలో ఇచ్చిన హామీల అమలుపై స్పందిస్తూ.. ఈ నెల నుంచే రాష్ట్రంలో 'తల్లికి వందనం' పథకాన్ని ప్రారంభించబోతున్నట్లు చంద్రబాబు వెల్లడించారు. కృష్ణా జిల్లాకు ఎంతో ఘనమైన చారిత్రాత్మక నేపథ్యం ఉందని కొనియాడిన ముఖ్యమంత్రి, అభివృద్ధిలోనూ ఈ ప్రాంతాన్ని ముందంజలో ఉంచుతామన్నారు. కేవలం ప్రాజెక్టులే కాకుండా నగరాలు, గ్రామాల్లో పర్యావరణ పరిరక్షణతో పాటు 'చెత్త నుంచి సంపద సృష్టి' చేయడమే తమ కూటమి ప్రభుత్వ ప్రధాన లక్ష్యమని చంద్రబాబు స్పష్టం చేశారు.గుంటూరులోని కృష్ణబాబు కాలనీలో ఓ మహిళపై జరిగిన దాడి ఘటనపై రాష్ట్ర ప్రభుత్వం తీవ్రంగా స్పందించింది. నిందితుడు అధికార తెలుగుదేశం పార్టీకి చెందిన నాయకుడని తేలినప్పటికీ, చట్టం ముందు అందరూ సమానమేనని స్పష్టం చేస్తూ కఠిన చర్యలకు ఉపక్రమించింది. ఈ ఘటనలో ప్రమేయమున్న టీడీపీ నాయకుడిని తక్షణమే పార్టీ నుంచి సస్పెండ్ చేయడంతో పాటు అతనిపై క్రిమినల్ కేసు నమోదు చేసి అరెస్ట్ చేయించింది. మహిళల భద్రత విషయంలో తమ ప్రభుత్వం ఎంత కఠినంగా వ్యవహరిస్తుందో ఈ చర్యల ద్వారా స్పష్టమైన సంకేతాలు పంపింది.ఈ సంఘటన తనను తీవ్రంగా కలచివేసిందని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు పేర్కొన్నారు. 'ఎక్స్' వేదికగా ఆయన స్పందిస్తూ.. "ఏ మహిళనైనా అవమానించే చర్యలను ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ సహించబోం. ఇలాంటి ఘటనలకు మన సమాజంలో తావు లేదు" అని హెచ్చరించారు. ఘటనపై వెంటనే కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలని అధికారులను ఆదేశించినట్లు తెలిపారు. చట్టం ముందు అందరూ సమానమేనని, రాజకీయ పార్టీల పేరు చెప్పుకుని అరాచకాలకు పాల్పడాలనుకునే వారికి ఎలాంటి రక్షణ ఉండబోదని ఆయన తేల్చిచెప్పారు. ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో ప్రతి మహిళకు గౌరవం, భద్రత కల్పించే విషయంలో ప్రభుత్వం పూర్తి అండగా నిలుస్తుందని చంద్రబాబు భరోసా ఇచ్చారు.మరోవైపు ఈ ఘటనపై రాష్ట్ర ఐటీ, మానవ వనరుల శాఖ మంత్రి నారా లోకేశ్ తీవ్ర ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు ఆదేశాల మేరకు నిందితుడిపై వెంటనే క్రిమినల్ కేసు నమోదు చేసి అరెస్టు చేసినట్లు ఆయన వెల్లడించారు. దాడికి పాల్పడిన వ్యక్తిని పార్టీ పదవుల నుంచి సస్పెండ్ చేసినట్లు తెలిపారు. "రాజకీయ అండ లేదా పార్టీ అనుబంధం చట్టం నుంచి ఎవరినీ కాపాడదు. మహిళలపై దాడులను ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ ఉపేక్షించబోం. నిందితులు ఎవరైనా చట్టం ముందు సమానమే" అని లోకేశ్ ఘాటుగా స్పందించారు.ఈ వ్యవహారంపై రాష్ట్ర హోం మంత్రి వంగలపూడి అనిత కూడా తక్షణమే స్పందించారు. నిందితులపై కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలని పోలీసు ఉన్నతాధికారులను ఆమె ఆదేశించారు. అంతేకాకుండా ఈ కేసు దర్యాప్తులో ఏమాత్రం నిర్లక్ష్యం ప్రదర్శించినా సంబంధిత అధికారులపైనా చర్యలు తప్పవని ఆమె హెచ్చరించడం గమనార్హం.మొత్తం మీద గుంటూరు ఘటనలో నిందితుడు సొంత పార్టీకి చెందిన వ్యక్తి అయినప్పటికీ, ప్రభుత్వం ఏమాత్రం ఉపేక్షించకుండా వేగంగా చర్యలు తీసుకోవడంపై సర్వత్రా హర్షం వ్యక్తమవుతోంది. ముఖ్యమంత్రి మొదలుకొని మంత్రుల వరకు ఒకే స్వరంతో స్పందించడం, తప్పు చేసిన వారికి రాజకీయ రక్షణ ఉండదనే బలమైన సందేశాన్ని ప్రజల్లోకి పంపడం ద్వారా మహిళల భద్రత పట్ల తమ ప్రభుత్వ చిత్తశుద్ధిని చాటుకున్నారు.రాష్ట్రంలో ప్రతి మూడో శనివారం స్వర్ణాంధ్ర--స్వచ్ఛాంధ్ర కార్యక్రమంలో పాల్గొంటున్నానని, ఈసారి 18వ కార్యక్రమాన్ని గుడివాడలో నిర్వహిస్తున్నామని తెలిపారు. గుడివాడ దివంగత ఎన్టీఆర్ తొలిసారి ప్రజాక్షేత్రంలో నిలబడిన ప్రాంతమని గుర్తు చేశారు. స్వచ్ఛమైన రాజకీయాలు, స్వచ్ఛమైన ప్రజాప్రతినిధులు, స్వాభిమానం అనే లక్ష్యాలతో ఎన్టీఆర్ పార్టీని స్థాపించారని చెప్పారు. గతంలో స్వార్థ రాజకీయాలే ఉన్న పరిస్థితిని మార్చి అభివృద్ధి, సంక్షేమానికి శ్రీకారం చుట్టారని పేర్కొన్నారు. ప్రస్తుతం తమ ప్రభుత్వం అర్హులందరికీ సంక్షేమం, రాష్ట్ర అభివృద్ధి, ఉపాధి, ఉద్యోగాల కల్పన, సంపద సృష్టే లక్ష్యంగా పాలన అందిస్తోందన్నారు. ప్రజల జీవన ప్రమాణాలు మెరుగుపడేలా శాంతిభద్రతలు, సంక్షేమం, ఆదాయ వృద్ధికి కట్టుబడి ఉన్నామని చెప్పారు.'పరిశుభ్రత అంటే కేవలం రోడ్లు ఊడ్చడం మాత్రమే కాదని, పర్యావరణం, ప్రజారోగ్యం మెరుగు పడటమే అసలు లక్ష్యం. గత పాలనలో చెత్తతో నిండిపోయిన ప్రాంతాలను ఇప్పుడు పరిశుభ్రంగా తీర్చిదిద్దుతున్నాం. ప్రతి ఒక్కరూ తమ జన్మస్థలాన్ని చెత్త రహితంగా ఉంచే బాధ్యత తీసుకోవాలని పిలుపునిస్తున్నా. ప్రభుత్వానికి ప్రజలు సహకరిస్తేనే స్వచ్ఛత లక్ష్యం సాధ్యం. పచ్చదనం, పరిశుభ్రతతోనే స్వర్ణాంధ్ర నిర్మాణం పూర్తి అవుతంది. తెలుగు జాతి భవిష్యత్తును రక్షించే బాధ్యత తాను తీసుకున్నానని, పూర్తి పారదర్శకంగా సుపరిపాలన అందిస్తున్నాం. ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ అవినీతిని సహించబోం. ప్రజా రాజధాని అమరావతిని కాపాడేందుకు ప్రతి ఒక్కరూ బాధ్యత తీసుకోవాలి. గతంలో జన్మభూమి కార్యక్రమానికి ప్రపంచవ్యాప్తంగా తెలుగు వారు స్పందించిన స్ఫూర్తి కొనసాగాలని ఆకాంక్షిస్తున్నా. సీవరేజ్ ట్రీట్‌మెంట్ ప్లాంట్లు, ఓవర్‌హెడ్ ట్యాంకులు, చెరువుల పునరుద్ధరణ, డ్రైనేజీ వ్యవస్థల అభివృద్ధి ద్వారా సురక్షితమైన తాగునీరు, మెరుగైన పారిశుధ్య వ్యవస్థను తీసుకురావడమే ప్రభుత్వ లక్ష్యం' అని సీఎం అన్నారు. ఇంటింటికీ చెత్త సేకరణ కోసం 126 ఎలక్ట్రిక్ ఆటోలను ప్రారంభించామని, త్వరలో మరో 1104 ఇ-ఆటోలు అందుబాటులోకి వస్తాయని తెలిపారు. రూ.528 కోట్లతో వ్యర్థాల నిర్వహణ ప్లాంట్లు ఏర్పాటు చేయనున్నామని, చెత్త నుంచి విద్యుత్ ఉత్పత్తి కోసం రాష్ట్రంలో 8 ప్లాంట్లు ఏర్పాటు చేస్తున్నామని వెల్లడించారు.

సరికొత్త ఆవిష్కరణల్లో ప్రపంచ దేశాల సరసన భారత్ నిలుస్తుంది

ఈ అద్భుత విజయాన్ని సాధించిన శాస్త్రవేత్తలకు, స్టార్టప్ బృందానికి ఆయన ప్రత్యేక అభినందనలు తెలిపారు.అంతరిక్ష సాంకేతికత, సరికొత్త ఆవిష్కరణల్లో ప్రపంచ దేశాల సరసన భారతదేశాన్ని అగ్రగామిగా నిలపడానికి ఈ ప్రయోగం ఒక చక్కటి నిదర్శనమని పవన్ కల్యాణ్ కొనియాడారు. ఈ విజయం ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ స్పష్టమైన దార్శనికతకు, ఆయన అందిస్తున్న ప్రోత్సాహానికి దక్కిన ప్రతిఫలమని అభిప్రాయపడ్డారు. స్పేస్ రీసెర్చ్ రంగంలో ప్రైవేట్ భాగస్వామ్యాన్ని ఆహ్వానించడం ద్వారా దేశంలో సరికొత్త స్టార్టప్‌ల అభివృద్ధికి, యువతలో వ్యవస్థాపక స్ఫూర్తిని రగిలించడానికి కొత్త అవకాశాలు వచ్చాయన్నారు. పట్టుదల, వినూత్న ఆలోచనలు ఉంటే ప్రైవేట్ రంగంలోనూ అద్భుతాలు సృష్టించవచ్చని ఈ ప్రయోగం నిరూపించిందని, ఇది ప్రతి యువ భారతీయుడికి ఒక బలమైన సందేశాన్ని ఇస్తుందని పేర్కొన్నారు.ఈ ప్రయోగాన్ని విజయవంతం చేయడంలో ప్రైవేట్ రంగానికి వెన్నుదన్నుగా నిలిచిన భారత అంతరిక్ష పరిశోధనా సంస్థ (ఇస్రో) పాత్రను పవన్ కల్యాణ్ ప్రత్యేకంగా ప్రశంసించారు. శాస్త్రీయ నైపుణ్యాన్ని అందిస్తూ యువతను ప్రోత్సహించడంలో ఇస్రో ఎల్లప్పుడూ ముందుంటుందని చెప్పారు. ఈ అద్భుత రాకెట్‌ను తయారు చేసిన 'స్కైరూట్ ఏరోస్పేస్' బృందంతో పాటు ఇస్రో, ఇన్-స్పేస్ సంస్థల శాస్త్రవేత్తలకు ఆయన హృదయపూర్వక అభినందనలు తెలిపారు. ఈ విజయగాథ రాబోయే తరాలకు స్ఫూర్తిగా నిలిచి, అంతరిక్ష రంగంలో భారతదేశాన్ని మరిన్ని ఉన్నత శిఖరాలకు తీసుకెళుతుందని ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు.పోలవరం జిల్లా ఎటపాక మండలం గొల్లగూడెం వద్ద గోదావరి నదిలో చేపల వేటకు వెళ్లి ఐదుగురు స్థానికులు ప్రాణాలు కోల్పోయిన విషాద ఘటనపై ఆంధ్రప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు, ఉపముఖ్యమంత్రి పవన్ కల్యాణ్ తీవ్ర విచారం వ్యక్తం చేశారు. ఒకే గ్రామానికి చెందిన ఐదుగురు ఇలా మృత్యువాత పడటం అత్యంత విచారకరమని, బాధిత కుటుంబాలకు కూటమి ప్రభుత్వం అన్ని విధాలా అండగా ఉంటుందని భరోసా ఇచ్చారు.ఈ ప్రమాదం గురించి సమాచారం అందిన వెంటనే చంద్రబాబు అధికారులతో మాట్లాడి వివరాలు అడిగి తెలుసుకున్నారు. గొమ్ముకొత్తగూడెం గ్రామానికి చెందిన తుర్రం భారతి, ఊకే సుశీల, ఊకే లక్ష్మి, బాసిబోయిన బాలరాజు, ఊకే రమేశ్ అనే ఐదుగురు ఈ దుర్ఘటనలో మరణించినట్లు అధికారులు సీఎంకు తెలిపారు. బాధిత కుటుంబాలకు తక్షణమే అవసరమైన ఆర్థిక, నిత్యావసర సహాయ సహకారాలు అందించాలని జిల్లా యంత్రాంగాన్ని ముఖ్యమంత్రి ఆదేశించారు.ఈ దారుణ ఉదంతం తనను తీవ్రంగా కలిచివేసిందనిపవన్ కల్యాణ్ పేర్కొన్నారు. ఆయన పోలవరం జిల్లా కలెక్టర్‌కు ఫోన్ చేసి, ఘటనకు దారితీసిన పరిస్థితులపై ఆరా తీశారు. ప్రాణాలు కోల్పోయిన వారి కుటుంబ సభ్యులకు తన ప్రగాఢ సానుభూతిని తెలియజేస్తూ.. ప్రభుత్వం తరపున వారికి ఎలాంటి లోటు రాకుండా సహాయ చర్యలు ముమ్మరం చేయాలని అధికారులకు దిశానిర్దేశం చేశారు.ఈ ప్రమాదంపై రాష్ట్ర హోంమంత్రి వంగలపూడి అనిత కూడా తీవ్ర దిగ్భ్రాంతి వ్యక్తం చేశారు. జిల్లా కలెక్టర్, ఎస్పీలతో ఆమె ఫోన్‌లో మాట్లాడి సహాయక చర్యలను పర్యవేక్షించారు. సాధారణంగా చేపల వేటకు వెళ్లే ప్రాంతంలో ఈ ప్రమాదం ఎలా జరిగిందనే కోణంలో సమగ్ర దర్యాప్తు జరపాలని పోలీసు అధికారులను ఆదేశించారు. బాధిత కుటుంబాలకు తక్షణ ప్రభుత్వ సాయం అందేలా చూడాలని జిల్లా యంత్రాంగానికి స్పష్టం చేస్తూ... మృతుల కుటుంబ సభ్యులకు ఈ కష్ట సమయంలో భగవంతుడు మనోధైర్యాన్ని ప్రసాదించాలని ఆమె ఆకాంక్షించారు.సమర్థవంతమైన పాలనకు బలమైన వ్యవస్థలే పునాదిగా నిలుస్తాయని ఆంధ్రప్రదేశ్ ఉప ముఖ్యమంత్రి పవన్ కల్యాణ్ వ్యాఖ్యానించారు. కూటమి ప్రభుత్వం గ్రామీణ పాలనలో అమలు చేస్తున్న సుపరిపాలన విధానాలకు నిదర్శనంగా రాష్ట్రంలోని 23 గ్రామ పంచాయతీలు ప్రతిష్ఠాత్మక 9001:2015 సర్టిఫికేషన్ సాధించడం గర్వకారణమని పేర్కొన్నారు. ఈ విశిష్ట ఘనత సాధించిన గ్రామ పంచాయతీలను అభినందించారు. ఇందుకోసం అంకితభావంతో పనిచేసిన పంచాయతీరాజ్, గ్రామీణాభివృద్ధి శాఖ అధికారులు, క్షేత్రస్థాయి సిబ్బందిని ప్రత్యేకంగా ప్రశంసించారు . సిటిజన్ చార్టర్ అమలు, సమర్థవంతమైన ఫిర్యాదుల పరిష్కార వ్యవస్థ, తాగునీటి సదుపాయాల మెరుగుదల, దివ్యాంగులకు అనుకూల వసతులు, సమాచార బోర్డుల ఏర్పాటు, రికార్డుల డిజిటలైజేషన్, శాస్త్రీయ డాక్యుమెంట్ నిర్వహణ, కార్యాలయ పరిశుభ్రత, ఆస్తుల సమర్థ నిర్వహణ, అగ్నిమాపక భద్రతా ప్రమాణాలు, అంతర్గత ఆడిట్లు, సిబ్బందికి నిరంతర శిక్షణ, క్రమం తప్పని సమీక్షలు వంటి ఉత్తమ పాలనా విధానాలను ప్రభుత్వం సమర్థంగా అమలు చేస్తోందని వివరించారు.

ప్రైవేట్ అంతరిక్ష సంస్థల సామర్థ్యాన్ని ప్రపంచానికి మరోసారి చాటిచెప్పింది

విక్రమ్-1 ప్రయోగం విజయవంతం కావడం భారత అంతరిక్ష పరిశోధన రంగంలో చారిత్రాత్మక విజయమని జగన్ పేర్కొన్నారు. ఈ విజయం దేశంలో ప్రైవేట్ అంతరిక్ష సంస్థల సామర్థ్యాన్ని ప్రపంచానికి మరోసారి చాటిచెప్పిందని అన్నారు. భారత అంతరిక్ష పరిశోధన వ్యవస్థ అభివృద్ధిలో స్కైరూట్ కీలక పాత్ర పోషిస్తోందని ఆయన అభిప్రాయపడ్డారు. స్వదేశీ సాంకేతికతతో రూపొందించిన రాకెట్ విజయవంతం కావడం యువ శాస్త్రవేత్తలకు స్ఫూర్తిదాయకమని పేర్కొన్నారు.భవిష్యత్తులో స్కైరూట్ మరిన్ని విజయాలు సాధించాలని, భారత అంతరిక్ష రంగాన్ని మరింత ఉన్నత స్థాయికి తీసుకెళ్లాలని జగన్ ఆకాంక్షించారు. దేశ సాంకేతిక ప్రగతిలో ప్రైవేట్ రంగం భాగస్వామ్యం మరింత బలోపేతం కావాలని ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు. విక్రమ్-1 సక్సెస్ జూలై 18, 2026 ఆంధ్రప్రదేశ్‌లోని శ్రీహరికోటలో ఉన్న సతీష్ ధావన్ అంతరిక్ష కేంద్రం నుంచి స్కైరూట్ ఏరోస్పేస్ తన తొలి కక్ష్య (ఆర్బిటల్) రాకెట్ విక్రమ్-1ను విజయవంతంగా ప్రయోగించింది. 'మిషన్ ఆగమన్' పేరుతో చేపట్టిన ఈ ప్రయోగం ద్వారా భారత ప్రైవేట్ అంతరిక్ష రంగం కొత్త చరిత్ర సృష్టించింది. విక్రమ్-1 అనేది హైదరాబాద్‌కు చెందిన స్కైరూట్ ఏరోస్పేస్ అభివృద్ధి చేసిన ఉపగ్రహ ప్రయోగ వాహకం (లాంచ్ వెహికల్). తక్కువ బరువున్న ఉపగ్రహాలను భూమికి దిగువ కక్ష్య లోకి పంపేలా దీనిని రూపొందించారు. 22 మీటర్ల ఎత్తు కలిగిన ఈ రాకెట్ గరిష్టంగా 350 కిలోల పేలోడ్‌ను లో ఎర్త్ ఆర్బిట్‌లోకి తీసుకెళ్లగలదు. పూర్తిగా కార్బన్ కాంపోజిట్ నిర్మాణం, 3డీ ప్రింటెడ్ లిక్విడ్ ఇంజిన్, స్వదేశీ సాంకేతికత దీని ప్రత్యేకతలు. ఈ విజయంతో భారత అంతరిక్ష రంగంలో ప్రైవేట్ కంపెనీల పాత్ర మరింత బలోపేతం కావడంతో పాటు, ప్రపంచ వాణిజ్య ఉపగ్రహ ప్రయోగాల మార్కెట్‌లో భారత్‌కు కొత్త అవకాశాలు ఏర్పడనున్నాయని నిపుణులు అభిప్రాయ పడుతున్నారు. ఎటపాక మండలం గొల్లగూడెం వద్ద గోదావరి నదిలో చేపల వేటకు వెళ్లి ఐదుగురు గిరిజనులు మృత్యువాత పడిన ఘటనపై మాజీ ముఖ్యమంత్రి, వైఎస్సార్‌సీపీ అధ్యక్షుడు శ్రీ వైయస్ జగన్ తీవ్ర దిగ్భ్రాంతి వ్యక్తం చేశారు.గొమ్ముకొత్తగూడెం గ్రామానికి చెందిన ఎనిమిది మంది బృందం గేలాలతో చేపలు పట్టేందుకు గోదావరిలోకి వెళ్లగా, వరదనీరు ఒక్కసారిగా పెరగడంతో ఐదుగురు ప్రవాహంలో కొట్టుకుపోయి ప్రాణాలు కోల్పోవడం అత్యంత విషాదకరమని పేర్కొన్నారు. మృతుల్లో ముగ్గురు మహిళలు, ఇద్దరు పురుషులు ఉండటం హృదయవిదారకమన్నారు.మృతుల కుటుంబా లకు ప్రభుత్వం తక్షణమే అండగా నిలిచి, తగిన ఆర్థిక సహాయం అందించాలని శ్రీ వైయస్ జగన్ కోరారు. మృతుల ఆత్మలకు శాంతి చేకూరాలని భగవంతుణ్ణి ప్రార్థిస్తూ, వారి కుటుంబ సభ్యులకు తన ప్రగాఢ సానుభూతిని తెలియజేశారు.సుదీర్ఘకాలం పాటు ఆధ్యాత్మిక, ధార్మిక సేవలతో భక్తులకు మార్గదర్శనం చేసిన మహాస్వామి గవిమఠం అభివృద్ధికి, సనాతన ధర్మ పరిరక్షణకు విశేషంగా కృషి చేశారని కొనియాడారు. సమాజంలో ఆధ్యాత్మిక చైతన్యాన్ని పెంపొందించడంతో పాటు భక్తులకు అందించిన సందేశాలు చిరస్మరణీయమని పేర్కొన్నారు.

గుంటూరు ఘటనపై సర్కార్ ఉక్కుపాదం..చట్టం ఎవరినీ కాపాడదు

సీఎం చంద్రబాబు ఆదేశాలతో వెంటనే కఠిన చర్యలు చేపట్టాలని ఆదేశించారు. నిందితుడిపై క్రిమినల్ కేసు నమోదు చేయాలని అన్నారు. ఈ మేరకు ఎక్స్ వేదికగా మంత్రి లోకేశ్ పోస్టు పెట్టారు.నిందితుడిని పోలీసులు అరెస్ట్ చేశారని మంత్రి లోకేశ్ పేర్కొన్నారు. ఈ ఘటనలో ప్రమేయం ఉన్న నాయకుడిపై సస్పెన్షన్ వేటు వేసినట్లు తెలిపారు. పార్టీ పదవులన్నింటి నుంచి వెంటనే సస్పెండ్ చేయాలని ఆదేశించారు. మహిళలను అవమానిస్తే సహించేది లేదని హెచ్చరించారు. ఇలాంటి ఘటనలకు తమ ప్రభుత్వం జీరో టాలరెన్స్ విధానం అమలు చేస్తుందని స్పష్టం చేశారు. మహిళలను అవమానించిన వారికి చట్టప్రకారం కఠిన శిక్ష తప్పదని హెచ్చరించారు. ఎవరైనా సరే చట్టం ముందు సమానమేనని మంత్రి నారా లోకేశ్ పేర్కొన్నారు.గుంటూరులో మహిళపై జరిగిన దాడి ఘటనపై ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం అత్యంత తీవ్రంగా స్పందించింది. బాధితురాలికి న్యాయం చేసే క్రమంలో అధికార యంత్రాంగం ఉక్కుపాదం మోపింది. ఈ ఘటనలో ప్రమేయం ఉన్న వ్యక్తి అధికార తెలుగుదేశం పార్టీకి (ఆఖా) చెందిన నాయకుడని తేలిన వెంటనే.. ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు ఆదేశాల మేరకు పార్టీ అతడిని పదవుల నుంచి తక్షణమే సస్పెండ్ చేసింది. పోలీసులు నిందితుడిపై క్రిమినల్ కేసు నమోదు చేసి అరెస్ట్ చేశారు.సోషల్ మీడియాలో వైరల్ అయిన తర్వాత వెలుగులోకి వచ్చిన ఈ భయంకర ఉదంతంపై మంత్రి నారా లోకేష్ తీవ్ర దిగ్భ్రాంతి, ఆగ్రహం వ్యక్తం చేస్తూ.. "రాజకీయ అండ-పార్టీ అనుబంధం చట్టం నుంచి ఎవరినీ కాపాడలేదని స్పష్టం చేశారు. మహిళలపై దాడులను ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ ఉపేక్షించబోమని, నిందితులు ఎవరైనా సరే చట్టం ముందు సమానమే" అని మంత్రి నారా లోకేష్ హెచ్చరించారు. మరోవైపు రాష్ట్ర హోం మంత్రి వంగలపూడి అనిత కూడా ఈ వ్యవహారంపై అత్యంత వేగంగా స్పందించారు. నిందితులపై కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలని ఆదేశిస్తూనే.. దర్యాప్తు ప్రక్రియలో ఎలాంటి నిర్లక్ష్యం జరిగినా సంబంధిత పోలీసు అధికారులపై కూడా కఠిన చర్యలు ఉంటాయని హోం మంత్రి స్పష్టం చేశారు.ఆంధ్రప్రదేశ్ డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్‌ను రాష్ట్ర ఐటీ, విద్యాశాఖ మంత్రి నారా లోకేశ్ శనివారం పరామర్శించారు. ఇటీవల ముంబయిలో భుజానికి శస్త్రచికిత్స చేయించుకుని హైదరాబాద్‌లోని తన నివాసంలో విశ్రాంతి తీసుకుంటున్న పవన్ కల్యాణ్‌ను లోకేశ్ మర్యాదపూర్వకంగా కలిశారు. ఈ సందర్భంగా "పవనన్న త్వరగా కోలుకోవాలి" అని ఆయన ఆకాంక్షించారు.పవన్ కల్యాణ్ ఆరోగ్య పరిస్థితిని లోకేశ్ అడిగి తెలుసుకున్నారు. భుజానికి అయిన గాయం, జరిగిన శస్త్రచికిత్స వివరాలను అడిగారు. వైద్యుల సూచనల మేరకు పూర్తి విశ్రాంతి తీసుకోవాలని సూచించారు. తన పరామర్శ అనంతరం లోకేశ్ మాట్లాడుతూ.. "డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్ గారిని పరామర్శించాను.

భారత అంతరిక్ష చరిత్రలో నవశకం..

పూర్తిగా స్వదేశీ పరిజ్ఞానంతో అభివృద్ధి చేసిన 'విక్రమ్-1' ఆర్బిటాల్ రాకెట్‌ను విజయవంతంగా ప్రయోగించింది. శ్రీహరికోటలోని సతీశ్ ధావన్ స్పేస్ సెంటర్ (షార్) నుంచి ఈ రాకెట్ నింగిలోకి దూసుకెళ్లింది. ఈ ప్రయోగం విజయవంతం కావడంతో వాణిజ్యపరంగా సొంతంగా ఆర్బిటాల్ రాకెట్లను అభివృద్ధి చేసి, ప్రయోగించిన అతికొన్ని దేశాల సరసన భారత్ నిలిచింది.'మిషన్ ఆగమన్' పేరుతో చేపట్టిన ఈ ప్రయోగం భారత ప్రైవేట్ అంతరిక్ష పరిశ్రమ రాకను సూచిస్తుంది. తొలుత ఒక అంతర్గత సాంకేతిక సమస్య కారణంగా కొద్దిసేపు నిలిపివేసినా, ఆ తర్వాత రాకెట్ ప్రణాళిక ప్రకారమే నిప్పులు చిమ్ముతూ ఆకాశంలోకి దూసుకెళ్లింది. రాకెట్‌కు సంబంధించిన నాలుగు దశలు అనుకున్నట్టుగానే పనిచేయడమే కాకుండా ఉపగ్రహాలను కక్ష్యలో ప్రవేశపెట్టే ప్రక్రియ కూడా తొలి ప్రయత్నంలోనే విజయవంతమైంది. ఈ చారిత్రక విజయం స్కైరూట్ బృందంలో కొత్త ఉత్సాహాన్ని నింపింది.దాదాపు ఏడు అంతస్తుల ఎత్తు ఉండే విక్రమ్-1 రాకెట్‌ను పూర్తిగా కార్బన్ కాంపోజిట్ మెటీరియల్‌తో నిర్మించారు. ఇది 350 కిలోల బరువున్న పేలోడ్లను భూమికి సమీపంలోని కక్ష్య (లో ఎర్త్ ఆర్బిట్)లోకి మోసుకెళ్లగలదు. ఈ రాకెట్‌లో ఉపయోగించిన ప్రొపల్షన్ సిస్టమ్స్, అధునాతన 3డి-ప్రింటెడ్ ఇంజన్లు, హై-పెర్ఫార్మెన్స్ సాలిడ్ రాకెట్ మోటార్లు వంటి కీలక భాగాలన్నింటినీ స్కైరూట్ సంస్థే స్వయంగా అభివృద్ధి చేసింది.ఈ తొలి ప్రయోగంలో గ్రాహ స్పేస్, కాస్మోసర్వ్, డీక్యూబ్డ్ వంటి సంస్థలకు చెందిన టెక్నాలజీ డెమాన్‌స్ట్రేషన్ పేలోడ్లతో పాటు, స్కైరూట్‌కు చెందిన 'స్కోప్' ప్రయోగాన్ని కూడా పంపించారు. వీటితో పాటు కొన్ని ప్రత్యేకమైన వస్తువులను కూడా అంతరిక్షంలోకి పంపారు. వాటిలో ప్రధాన మంత్రి నరేంద్ర మోదీ స్వదస్తూరితో రాసిన 'వందేమాతరం' పోస్ట్‌కార్డ్, ఇస్రో ప్రస్తుత, మాజీ చైర్మన్లు, భారత వ్యోమగాములు, స్కైరూట్ ఉద్యోగులు, పెట్టుబడిదారులు రాసిన సందేశాలు ఉన్నాయి.ఈ విజయం కేవలం రాకెట్ పనితీరును నిర్ధారించడానికే పరిమితం కాదు. అంతరిక్ష రంగంలో ఇస్రోతో పాటు ప్రైవేట్ సంస్థలకు కూడా తలుపులు తెరుస్తూ కేంద్ర ప్రభుత్వం చేపట్టిన సంస్కరణలకు ఇది ఒక పెద్ద విజయంగా నిపుణులు అభివర్ణిస్తున్నారు. ఈ ప్రయోగం ద్వారా లభించిన కీలకమైన ఇంజినీరింగ్ డేటా, భవిష్యత్తులో విక్రమ్ సిరీస్ రాకెట్లను మరింత మెరుగుపరచడానికి, క్రమం తప్పకుండా వాణిజ్య ప్రయోగాలు చేపట్టడానికి స్కైరూట్‌కు సహాయపడుతుంది.ఇస్రో మాజీ శాస్త్రవేత్తలైన పవన్ కుమార్ చందన, నాగ భరత్ డాకా 2018లో స్కైరూట్ ఏరోస్పేస్‌ను స్థాపించారు. వేగంగా అభివృద్ధి చెందుతున్న చిన్న ఉపగ్రహాల మార్కెట్‌కు తక్కువ ఖర్చుతో, నమ్మకమైన సేవలు అందించడమే లక్ష్యంగా వారు ఈ సంస్థను ప్రారంభించారు. 2022లో 'విక్రమ్-ఎస్' అనే సబ్-ఆర్బిటాల్ రాకెట్‌ను ప్రయోగించి, అంతరిక్షంలోకి రాకెట్‌ను పంపిన తొలి భారతీయ ప్రైవేట్ సంస్థగా స్కైరూట్ ఇప్పటికే చరిత్ర సృష్టించిన విషయం తెలిసిందే. తాజా విజయంతో భారత అంతరిక్ష యానంలో ఇస్రోతో పాటు ప్రైవేట్ రంగం కూడా ఒక కీలక శక్తిగా నిలిచింది.

కర్నూలులో ఘోర రోడ్డు ప్రమాదం

ఆర్టీసీ బస్సు ఢీకొని ఐదు నెలల గర్భిణి మృతి తండ్రికి తీవ్ర గాయాలు

పుట్టింటికి వెళ్తుండగా ఘోర విషాదం

బస్సు కిందపడి ప్రాణాలు కోల్పోయింది

కర్నూలు క్రైమ్, జూలై 18, (సీమకిరణం న్యూస్): కర్నూలు జిల్లా ఎన్‌హెచ్-44 జాతీయ రహదారిపై శనివారం మధ్యాహ్నం విషాదకర రోడ్డు ప్రమాదం చోటుచేసుకుంది. తుంగభద్ర వంతెన దాటిన అనంతరం పంచలింగాల చెక్‌పోస్ట్ సమీపంలో ఏపీఎస్‌ఆర్‌టీసీ సూపర్ లగ్జరీ బస్సు ద్విచక్ర వాహనాన్ని ఢీకొనడంతో ఐదు నెలల గర్భిణి అక్కడికక్కడే మృతి చెందగా, ఆమె తండ్రికి తీవ్ర గాయాలయ్యాయి. ప్రాథమిక సమాచారం ప్రకారం, ఓర్వకల్లు మండలం మీదివేముల గ్రామానికి చెందిన చాకలి రాముడు తన టీవీఎస్ ఎక్సెల్ (ఏపీ 39 డీ 5600) వాహనంపై కుమార్తె చాకలి ప్రియాంక (25), ఐదు నెలల గర్భిణిని వెనుక కూర్చోబెట్టుకుని మద్దూరు గ్రామానికి వెళ్తుండగా, వెనుక నుంచి వచ్చిన ఏపీఎస్‌ఆర్‌టీసీ సూపర్ లగ్జరీ బస్సు (ఏపీ39 0710) ద్విచక్ర వాహనాన్ని ఢీకొట్టింది. ఈ ప్రమాదంలో ప్రియాంక బస్సు వెనుక చక్రం కింద పడి తీవ్ర గాయాలతో సంఘటనా స్థలంలోనే మృతి చెందింది. రాముడికి తలకు, శరీరంపై గాయాలు కావడంతో 108 అంబులెన్స్ ద్వారా కర్నూలు ప్రభుత్వ సర్వజన వైద్యశాలకు తరలించి చికిత్స అందిస్తున్నారు. మృతదేహాన్ని పోస్టుమార్టం నిమిత్తం కర్నూలు ప్రభుత్వ ఆసుపత్రికి తరలించారు. మృతురాలి భర్త చాకలి చిన్న బజారు ఇచ్చిన ఫిర్యాదు మేరకు బస్సు డ్రైవర్ వెంకట నాయక్‌పై కర్నూలు తాలూకా పోలీస్ స్టేషన్‌లో కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేపట్టారు. సంఘటనా స్థలాన్ని పరిశీలించిన పోలీసులు వాహనాల వివరాలు, ప్రత్యక్ష సాక్షుల వాంగ్మూలాలను సేకరిస్తున్నారు. జాతీయ రహదారులపై ప్రయాణించే వాహనదారులు వేగ పరిమితులను తప్పనిసరిగా పాటించాలని, ద్విచక్ర వాహనాలకు తగిన భద్రతా దూరం పాటించాలని పోలీసులు సూచించారు. అలాగే ద్విచక్ర వాహనదారుడితో పాటు వెనుక కూర్చునే వ్యక్తి కూడా నాణ్యమైన హెల్మెట్ ధరించి, హెల్మెట్ పట్టీని సరిగా బిగించుకోవాలని, రోడ్డు భద్రతా నియమాలను పాటించడం ద్వారా ప్రమాదాలను నివారించి ప్రాణాలను కాపాడుకోవచ్చని కర్నూలు తాలూకా పోలీసులు విజ్ఞప్తి చేశారు.

ప్లాస్టిక్ నివారణ మన అందరి బాధ్యత

అధికారులు పిలుపు

ప్యాపిలి, జూలై 18 (సీమ కిరణం న్యూస్) : ప్లాస్టిక్ వినియోగాన్ని తగ్గించి పర్యావరణ పరిరక్షణకు ప్రతి ఒక్కరూ బాధ్యతగా వ్యవహరించాలని అధికారులు పిలుపునిచ్చారు. స్వర్ణాంధ్ర--స్వచ్ఛ ఆంధ్ర కార్యక్రమంలో భాగంగా శనివారం అవగాహన కార్యక్రమం నిర్వహించారు. పంచాయతీ కార్యదర్శి నాగేశ్వరరావు ఆధ్వర్యంలో జరిగిన ఈ కార్యక్రమంలో ఏపీడీ నరేంద్ర, ఎంపీడీవో శ్రీనివాసరావు, తహసీల్దార్ భారతి, టీడీపీ మైనారిటీ నాయకులు ఖాజా పీర్ పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ ప్లాస్టిక్ వ్యర్థాల వల్ల పర్యావరణానికి తీవ్ర నష్టం జరుగుతోందని, ప్రజలు ప్లాస్టిక్ సంచులకు బదులుగా గుడ్డ సంచులను వినియోగించాలని సూచించారు. గ్రామాలను పరిశుభ్రంగా ఉంచడం, తడి--పొడి చెత్తను వేరు చేయడం, ప్లాస్టిక్ రహిత సమాజ నిర్మాణానికి ప్రతి ఒక్కరూ సహకరించాలని అధికారులు కోరారు. స్వచ్ఛత కార్యక్రమాలు నిరంతరం కొనసాగిస్తామని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఏపీఓ రవీంద్ర,, మాజీ వార్డు మెంబర్ వెంకటేశ్,స్వర్ణ వార్డు కార్యాలయం సిబ్బంది, అంగన్వాడీ టీచర్లు, పంచాయతీ సిబ్బంది, విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

డోన్ లో జగన్ 2.0 సూపర్ యాప్ ఆవిష్కరణ

డోన్ టౌన్, జూలై 17,(సీమ కిరణం న్యూస్): వైఎస్ఆర్సిపి కార్యకర్తను పార్టీ నాయకత్వంతో నేరుగా అనుసంధానిస్తూ పార్టీ అధినేత మాజీ ముఖ్యమంత్రి వైయస్ జగన్మోహన్ రెడ్డి జగన్ 2.0 సూపర్ యాప్ ను ఘనంగా ఆవిష్కరణ చేశారు, వైసీపీ నాయకులు పేర్కొన్నారు. మాజీ మంత్రి బుగ్గన రాజేంద్రనాథ్ రెడ్డి ఆదేశాల మేరకు శనివారం డోన్ పట్టణంలోని వైఎస్ఆర్సిపి పార్టీ కార్యాలయం లో జగన్ 2.0 సూపర్ యాప్ ను పార్టీ నేతలతో కలిసి ఆవిష్కరించి వైసీపీ నాయకులు మాట్లాడుతూ తమ పార్టీ ఈ కొత్త యాప్ ద్వారా డిజిటల్ రంగంలో సరికొత్త విప్లవానికి నాంది పలికిందని అన్నారు. వైఎస్ఆర్సిపి నాయకులు, కార్యకర్తలు అభిమానులను ఒకే తాటిపైకి తెచ్చేందుకు. అధినేతతో నేరుగా అనుసంధానం చేసేందుకు ఈ యాప్ ఎంతో ఉపయోగపడుతుందన్నారు. కార్యకర్తలు తమ అభిప్రాయాలను నిర్భయంగా వెల్లడించవచ్చున్నారు నియోజకవర్గంలో ప్రతి కార్యకర్త జగన్ 2. 0 సూపర్ యాప్ ను డౌన్లోడ్ చేసుకోవాలని కోరారు క్షేత్రస్థాయి కార్యకర్తల నుంచి రాష్ట్రస్థాయి నాయకత్వం వరకు అందరూ ఒకే డిజిటల్ వేదిక పైకి వచ్చేలా ఈ యాప్ అత్యంత అధునాతన సాంకేతికలతో రూపొందించారన్నారు. కార్యకర్తలు ఎదుర్కొంటున్న ఇబ్బందులు రాజకీయ వేధింపులపై నేరుగా పార్టీ ఆదిష్టానికి ఫిర్యాదు చేసేందుకు ఇందు లో డిజిటల్ డైరీ సదుపాయం కల్పించారన్నారు. పార్టీ అధికారిక ప్రకటనలు, ప్రెస్ మీట్లు, పర్యటనలు, లైవ్ అప్డేట్స్, అన్ని ఈ యాప్ ద్వారా ప్రతి ఒక్కరికి తక్షణమే అందుబాటులోకి వస్తాయన్నారు. సోషల్ మీడియాలో పార్టీపై జరుగుతున్న దుష్ప్రచారాన్ని తిప్పికొట్టేందుకు, వైఎస్ఆర్సిపి డిజిటల్ సైనికులుగా మారెందుకు ఈ యాప్ ఒక అద్భుతమైన ఆయుధమన్నారు. వైఎస్ఆర్సిపి కుటుంబ సభ్యులు నాయకులు కార్యకర్తలు అభిమానులు ప్రతి ఒక్కరూ గూగుల్ ప్లే స్టోర్ ఈ యాప్ నుంచి జగన్ 2.0 యాప్ ను వెంటనే డౌన్లోడ్ చేసుకోవాలన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా బూత్ కమిటీ అధ్యక్షులు ఎద్దుల రాజేంద్రనాథ్ రెడ్డి రాష్ట్ర మాజీ మీట్ కార్పొరేషన్ మాజీ చైర్మన్ శ్రీరాములు, ఎంపీపీ రాజశేఖర్ రెడ్డి, మద్దిలేటి స్వామి మాజీ చైర్మన్ సి హెచ్ లక్ష్మి రెడ్డి,జిల్లా వాలంటరీ విభాగం అధ్యక్షులు పోస్ట్ ప్రసాద్, బేతంచర్ల మండల కన్వీనర్ కుంచా తిరుమలేశ్వర్ రెడ్డి, టౌన్ కన్వీనర్ పిట్టల జాకీర్ హుస్సేన్, డోన్ పట్టణ అధ్యక్షులు మల్లికార్జున్ రెడ్డి , మండల అధ్యక్షులు సోమేశ్ యాదవ్, మున్సిపల్ మాజీ వైస్ చైర్మన్ జాకీర్ హుస్సేన్, మాజీ మార్కెట్ యార్డ్ చైర్మన్ రామచంద్రుడు, మల్యాల శ్రీనివాస్ రెడ్డి, వంశీ, చిరంజీవి మాజీ కౌన్సిలర్లు మహేష్ రెడ్డి, ఆర్ట్ రమణ, వైసిపి నాయకులు అడపాల తిరుమలేష్, గూని నాగేశ్వరరావు, సురేంద్ర నాయుడు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఆగస్టు 5, 6న "ఛలో ఢిల్లీ" కార్యక్రమం కరపత్రాల విడుదల

కర్నూలు ప్రతినిధి, జూలై 18, (సీమకిరణం న్యూస్) : దేశవ్యాప్తంగా విద్యారంగంలో నెలకొన్న సమస్యలు, అవసరమైన సంస్కరణలపై కేంద్ర ప్రభుత్వ దృష్టి ఆకర్షించేందుకు ఆగస్టు 5, 6 తేదీల్లో "ఛలో ఢిల్లీ" కార్యక్రమాన్ని నిర్వహిస్తున్నట్లు విశ్వ విద్యార్థి సేన వ్యవస్థాపక రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు పగడాల ఆనంద్ బాబు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమానికి సంబంధించిన కరపత్రాలను బిర్లా కాంపౌండ్‌లోని కార్యాలయంలో బీసీ, ఎస్సీ, ఎస్టీ, మైనార్టీ విద్యార్థి సమాఖ్య రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు భరత్ కుమార్ అధ్యక్షతన విడుదల చేశారు. ఈ సందర్భంగా ఆనంద్ బాబు, భరత్ కుమార్ మాట్లాడుతూ, విద్యారంగ సమస్యలు, విద్యా సంస్కరణలకు సంబంధించిన వినతిపత్రాలను కేంద్ర మంత్రులకు అందజేసేందుకు "ఛలో ఢిల్లీ" కార్యక్రమాన్ని చేపడుతున్నామని తెలిపారు. కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు ప్రభుత్వ విద్యను మరింత బలోపేతం చేయాలని, సంక్షేమ హాస్టళ్లలో మౌలిక వసతులు కల్పించేందుకు తక్షణ చర్యలు తీసుకోవాలని డిమాండ్ చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో బీసీ రిజర్వేషన్ల పోరాట సమితి రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు బత్తుల లక్ష్మీకాంతయ్య, నవ్యాంధ్ర విద్యార్థి ఫెడరేషన్ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు మల్లెపోగు రాజన్న, రాయలసీమ విద్యార్థి పోరాట సమితి అధ్యక్షుడు రవి కుమార్, రాయలసీమ యువజన పోరాట సమితి అధ్యక్షుడు వి.వి. నాయుడు, రాయలసీమ విద్యార్థి జేఏసీ చైర్మన్ కోనేటి వెంకటేశ్వర్లు, ఇ్రాఖీ జిల్లా అధ్యక్షుడు ఎద్దుపెంట అంజి, బీసీ విద్యార్థి సంఘం అధ్యక్షుడు బాలకృష్ణ, వడ్డెర సంఘం జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి చల్లా వెంకటేశ్వర్లు, విద్యార్థి నాయకులు రాము యాదవ్, గోవిందు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కర్నూలులో అసాంఘిక కార్యకలాపాల నిర్వాహకురాలు పూల లక్ష్మి అరెస్ట్!

కర్నూలు క్రైమ్, జూలై 18, (సీమకిరణం న్యూస్) : నగరంలోని ముజఫర్ నగర్ ప్రాంతంలో కలకలం రేపిన అసాంఘిక కార్యకలాపాల కేసులో పోలీసులు కీలక పురోగతి సాధించారు. ఈ వ్యవహారంలో ప్రధాన నిర్వాహకురాలిగా వ్యవహరిస్తున్న పూల లక్ష్మిని పోలీసులు శనివారం అరెస్ట్ చేశారు. పోలీసుల కథనం ప్రకారం... గత వారం ముజఫర్ నగర్ పరిధిలోని ఒక ఇంట్లో అసాంఘిక కార్యకలాపాలు సాగుతున్నాయన్న నమ్మదగిన సమాచారంతో పోలీసులు దాడులు నిర్వహించారు. ఆ సమయంలో వ్యభిచార గృహంలో పట్టుబడిన ఆరుగురు వ్యక్తులను అదుపులోకి తీసుకుని, ఇప్పటికే రిమాండ్‌కు తరలించారు.

అద్దె ఇంట్లో గుట్టుచప్పుడు కాకుండా...

ఈ కేసుపై పోలీసులు జరిపిన లోతైన దర్యాప్తులో పూల లక్ష్మి ప్రధాన సూత్రధారి అని తేలింది. ఆమె ఒక ఇల్లు అద్దెకు తీసుకుని, గుట్టుచప్పుడు కాకుండా ఈ అసాంఘిక కార్యకలాపాలను నిర్వహిస్తున్నట్లు పోలీసులు తగిన ఆధారాలు సేకరించారు. ఈ క్రమంలోనే ఆమెను అరెస్ట్ చేసి న్యాయస్థానంలో హాజరుపరచగా, కోర్టు ఆమెకు రిమాండ్ విధించింది.

వాట్సాప్ చాటింగులపై పోలీసుల కన్ను:

నిందితురాలి మొబైల్ ఫోన్‌ను స్వాధీనం చేసుకున్న పోలీసులు, ఆమె వాట్సాప్ చాటింగులపై ప్రత్యేక దృష్టి సారించారు. పూల లక్ష్మితో నిరంతరం చాటింగ్ చేస్తూ, ఈ వ్యభిచార కూపంతో సంబంధాలు కలిగి ఉన్న విటులు, ఇతర మధ్యవర్తుల వివరాలను పోలీసులు పరిశీలిస్తున్నారు. ఈ వ్యవహారంలో త్వరలోనే మరికొందరిని విచారించే అవకాశం ఉన్నట్లు తెలుస్తోంది. నగరంలో ఇటువంటి అసాంఘిక, చట్టవ్యతిరేక కార్యకలాపాలకు పాల్పడే వారిపై కఠినంగా వ్యవహరిస్తామని, చట్టపరమైన చర్యలు తప్పవని పోలీసులు ఈ సందర్భంగా గట్టిగా హెచ్చరించారు.

బైక్‌ను ఎన్ని కి.మీ తర్వాత సర్వీస్ చేయాలి? సరైన సమయం ఏది?

మీరు బైక్ సర్వీసింగ్ కోసం వెళ్ళినప్పుడల్లా సర్వీసింగ్ సమయంలో ఆయిల్ ఫిల్టర్, ఇంజిన్ ఆయిల్ మారుస్తారు. ఎయిర్ ఫిల్టర్ కూడా మారుస్తారు. ఆయిల్ వేయడమే కాకుండా చైన్ కూడా తనిఖీ చేస్తారు. ఎలక్ట్రికల్ సిస్టమ్, వైరింగ్ కూడా తనిఖీ.. బైక్ నడుపుతున్నప్పుడు మీరు చాలా విషయాలను గుర్తుంచుకోవాలి. మీరు బైక్ నడుపుతుంటే మీ బైక్‌ను ఎప్పుడు సర్వీస్ చేయించుకోవాలో మీరు తెలుసుకోవాలి. దీనికి సరైన సమాధానం మీకు తెలియకపోతే ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం. సర్వీసింగ్‌లో ఆలస్యం చేస్తే ఎలాంటి సమస్యలు వస్తాయో కూడా తెలుసుకుందాం.

బైక్ సర్వీసింగ్ కి ఇది సరైన సమయమా?

ప్రతి 2000 కి.మీ. కి బైక్ సర్వీస్ చేయాలి. సకాలంలో సర్వీస్ చేస్తే బైక్ పనితీరు, ఇంజిన్ లైఫ్, మైలేజ్ అన్నీ బాగా, బలంగా ఉంటాయి. కొత్త బైక్ మొదటి సర్వీస్ 500-750 కి.మీ. వద్ద చేయాలి. అలాగే ఏదైనా కారణం చేత మీరు 2000 కి.మీలకు సర్వీస్ చేయలేకపోతే ఖచ్చితంగా 2500 కిలోమీటర్ల వద్ద చేయండి. కానీ 2500 కి.మీ. కంటే తరువాత సర్వీస్ చేయవద్దు. మీరు ఇలా చేస్తే క్లచ్ ప్లేట్, పిస్టన్, బైక్ చైన్ కూడా దెబ్బతింటుంది.

ఆలస్యంగా సర్వీసింగ్ చేయడం వల్ల కలిగే నష్టాలు ఇవే:

మీరు బైక్‌ను సకాలంలో సర్వీస్ చేయకపోతే పిస్టన్ దెబ్బతిన్నట్లయితే. దానిని మరమ్మతు చేయడానికి మీకు దాదాపు 3 వేల రూపాయలు, క్లచ్-పిస్టన్ మరమ్మతు చేయడానికి 4500 రూపాయల వరకు ఖర్చవుతుంది. ఇంజిన్ దెబ్బతిన్నట్లయితే మీరు 6 నుండి 7 వేల రూపాయల వరకు ఖర్చు చేయాల్సి ఉంటుంది.

సర్వీసింగ్‌లో ఏమి జరుగుతుంది?

మీరు బైక్ సర్వీసింగ్ కోసం వెళ్ళినప్పుడల్లా సర్వీసింగ్ సమయంలో ఆయిల్ ఫిల్టర్, ఇంజిన్ ఆయిల్ మారుస్తారు. ఎయిర్ ఫిల్టర్ కూడా మారుస్తారు. ఆయిల్ వేయడమే కాకుండా చైన్ కూడా తనిఖీ చేస్తారు. ఎలక్ట్రికల్ సిస్టమ్, వైరింగ్ కూడా తనిఖీ చేస్తారు. మీ బైక్ ఇంజిన్ చాలా శబ్దం చేస్తుంటే మీరు దానిని సర్వీస్ చేయించుకోవచ్చు. లేదా మైలేజ్ తక్కువగా ఉంటే, అలాగే బైక్ నుండి పొగ వస్తుంటే మీరు వెంటనే బైక్‌ను సర్వీస్ చేయించుకోవాలి. ఎదుర్కోవలసి ఉంటుందని వైరల్ అవుతోంది.

కస్టమర్లకు అలర్ట్.. ఆగస్ట్‌లో 15 రోజులు బ్యాంకులు బంద్.. ఏయే రోజుల్లో అంటే..

రిజర్వ్ బ్యాంక్ ఆఫ్ ఇండియా ప్రతి నెల బ్యాంకుల సెలవుల జాబితాను విడుదల చేస్తుంటుంది. ఆగస్ట్ నెలలో బ్యాంకులకు 15 రోజుల పాటు సెలవులు రానున్నాయి. ఆగస్ట్ నెల ముగిసే వరకు ఏయే రోజుల్లో బ్యాంకులకు సెలవులు ఉన్నాయో తెలుసుకుందాం.. చాలా మందికి ప్రతి రోజు బ్యాంకు నిమిత్తం పనులు ఉంటాయి. అలాంటి వారు నెలలో ఏయే రోజుల్లో బ్యాంకులు మూసి ఉంటాయోనన్న విషయాన్ని ముందస్తుగా తెలుసుకోవడం చాలా ముఖ్యం. లేకుంటే ఇబ్బందులు పడాల్సి ఉంటుంది. ఆగస్టు నెలలో బ్యాంకులకు చాలా రోజుల పాటు సెలవులు రానున్నాయి. ఏకంగా నెలలో సగం రోజులు బ్యాంకులు మూసి ఉంటాయి. రిజర్వ్ బ్యాంక్ ఆఫ్ ఇండియా ప్రతి నెల బ్యాంకుల సెలవుల జాబితాను విడుదల చేస్తుంటుంది. ఆగస్ట్ నెలలో బ్యాంకులకు 15 రోజుల పాటు సెలవులు రానున్నాయి. ఆగస్ట్ నెల ముగిసే వరకు ఏయే రోజుల్లో బ్యాంకులకు సెలవులు ఉన్నాయో తెలుసుకుందాం.

ఆగస్టు 3, ఆదివారం: దేశ వ్యాప్తంగా సాధారణ సెలవు ఉంటుంది.

ఆగస్టు 8, శుక్రవారం: సిక్కిం, ఒడిశా ప్రాంతాల్లో సెలవు (గిరిజన పండుగ.. టెండాంగ్‌లో రమ్ ఫండ్)

ఆగస్టు 9, శనివారం: రెండో శనివారం సాధారణ సెలవు, అలాగే రక్షా బంధన్ పండుగ

ఆగస్టు 10, ఆదివారం: దేశ వ్యాప్తంగా బ్యాంకులకు సెలవు

ఆగస్టు 13, బుధవారం: మణిపూర్‌లో రాష్ట్ర స్థాయి పండుగ (దేశ భక్తి దివస్)

ఆగస్టు 15, శుక్రవారం: స్వాతంత్ర్య దినోత్సవం సందర్భంగా బ్యాంకులకు సెలవు

ఆగస్టు 16, శనివారం: జన్మాష్టమి, ఇంకా పార్సీ నూతన సంవత్సర సెలవు

ఆగస్టు 17, ఆదివారం: సాధారణ సెలవు

ఆగస్టు 19, మంగళవారం: త్రిపురలో సెలవు (మహారాజా బీర్ బిక్రమ్ కిషోర్ మాణిక్య బహదూర్ జన్మదినం)

ఆగస్టు 23, శనివారం: నాలుగో శనివారం కారణంగా దేశవ్యాప్తంగా బ్యాంకులకు సెలవు

ఆగస్టు 24, ఆదివారం: దేశ వ్యాప్తంగా అన్ని బ్యాంకులకు సెలవు

ఆగస్టు 25, సోమవారం: అసోంలో బ్యాంకులకు సెలవు (శ్రీమంత శంకరదేవుని తిరుభావ తిథి)

ఆగస్టు 27, బుధవారం: గణేష్ చతుర్థి సందర్భంగా ఏపీ, తెలంగాణ, కర్ణాటక, ఒడిశా, గుజరాత్, గోవా, తమిళనాడు, మహారాష్ట్రలో బ్యాంకులకు సెలవు

ఆగస్టు 28, గురువారం: నువాఖై, గణేష్ చతుర్థి సందర్భంగా గోవా, ఒడిశా ప్రాంతాల్లో సెలవు

ఆగస్టు 31, ఆదివారం: సాధారణంగా దేశ వ్యాప్తంగా బ్యాంకులకు సెలవు.

అయితే ఈ బ్యాంకు సెలవులు అన్ని రాష్ట్రాలకు వర్తించకపోవచ్చు. ఆయా రాష్ట్రాల పండగలు, ఇతర కార్యక్రమాలను బట్టి ఉంటాయి. బ్యాంకులకు సెలవు ఉన్న రోజుల్లో ఆన్‌లైన్ సేవలు యధావిధిగా కొనసాగుతాయి. ఇందులో ఎలాంటి ఆటంకం ఉండదు. ఏటీఎంలు, నెట్ బ్యాంకింగ్, యూపీఐ, ఇతర ఆన్‌లైన్ లావాదేవీలు కొనసాగుతాయి.

రక్తంలో షుగర్ వేగంగా పెరుగుతుందా అయితే వీటిని తినండి

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

ఎలక్ట్రిక్ సన్‌రూఫ్‌తో అదిరిపోతున్న కొత్త వేరియంట్

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

ఇదెక్కడి అరాచకం బ్రో సామ్‌సంగ్ నుంచి

బడ్జెట్ కిల్లర్ మార్కెట్ షేక్ అవ్వడం పక్కా

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

మురళి మోహన్ కు షాక్ జయభేరికి నోటీసులు ఇచ్చిన హైడ్రా

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

పాకిస్తాన్ పంట పండింది.. భారీగా పెట్రోలియం నిక్షేపాలు గుర్తింపు..

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

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

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

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

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

మరోసారి గొప్పమనసు చాటుకున్న రియల్ హీరో

సోనూసూద్.. తెలుగు రాష్ట్రాలకు భారీ విరాళం

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

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

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

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

Editor, Printed, Published and Owned by Shaik Nazeer Ahmed Basha , H.NO. 3-104- 2 , Balajinagar, Kurnool - 518006, (A.P) , Printed at GK PUBLICATIONS , D.NO. 27/66, CHINNA MARKET, DIST. KURNOOL- 518001, ANDHRA PRADESH. E-mail : seemakiranamknl@gmail.com. RNI : APTEL / 2O18/ 76380, Cell : 9133399830, 8919971019. website : - www.seemaakiranam.com , www.seemakiranamnews.com , epaper.seemakiranamnews.com