SK1 one NEWS HD
www.seemakiranam.com
www.seemakiranamnews.com
epaper.seemakiranam.com
ప్రచురణ : కర్నూలు & శ్రీ పొట్టి శ్రీ రాములు నెల్లూరు జిల్లా.
సమాజాభివృద్ధి కోసం మా అక్షర పోరాటం
సీమకిరణం
SEEMAKIRANAM TELUGU DAILY
ఎడిటర్ : యస్. నజీర్ అహ్మద్ బాషా
జాతీయ తెలుగు దినపత్రిక
PUBLISHED BY : KURNOOL & SRI POTTI SRIRAMULU NELLORE DISTRICT

ప్రచురణ : కర్నూలు, నెల్లూరు. | ఎడిటర్ : ఎస్. నజీర్ అహ్మద్ భాష | సంపుటి : 08 సంచిక : 138 | పేజీలు : 04, వెల రూ. 2 రూ/ | శుక్రవారం 07-08-2026

ఎన్నికలకు సిద్ధంకండి..
ప్రతి ఇంటి వద్ద కనీసం 3 నిమిషాలు ఉండండి

స్థానిక ఎన్నికలు అనుకున్న సమయానికే జరుగుతాయి

- భారీ విజయం లక్ష్యంతో క్షేత్రస్థాయికి వెళ్లాలని సూచన
- ఎల్-నినో పరిస్థితులపై అసెంబ్లీ వేదికగా ప్రజలకు స్పష్టత ఇవ్వాలన్న లోకేశ్‌
- రాబోయే స్థానిక సంస్థల ఎన్నికలు, అసెంబ్లీ సమావేశాల్లో లేవనెత్తాల్సిన ప్రజా సమస్యలపై తన సహచర మంత్రులకు నారా లోకేశ్ దిశానిర్దేశం చేశారు.

రాబోయే స్థానిక సంస్థల ఎన్నికలు, అసెంబ్లీ సమావేశాల్లో లేవనెత్తాల్సిన ప్రజా సమస్యలపై తన సహచర మంత్రులకు నారా లోకేశ్ దిశానిర్దేశం చేశారు. స్థానిక పోరు అనుకున్న సమయానికే జరుగుతుందని స్పష్టం చేసిన లోకేశ్, కూటమి అభ్యర్థుల భారీ విజయానికి పక్కా ప్రణాళికతో క్షేత్రస్థాయికి వెళ్లాలని పిలుపునిచ్చారు. ప్రచారంలో భాగంగా నాయకులు ప్రతి ఇంటి వద్ద మిగతా 2లో

జక్కంపూడి సేవలు చిరస్మరణీయం: వైఎస్ జగన్

మాజీ మంత్రి, సీనియర్ నేత జక్కంపూడి రామ్మోహన్‌రావుకు వైఎస్సార్సీపీ అధినేత, మాజీ సీఎం వైఎస్ జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి నివాళులర్పించారు.

గురువారం తాడేపల్లిలోని పార్టీ కేంద్ర కార్యాలయంలో జక్కంపూడి చిత్రపటానికి పూలమాల వేసి ఆయన స్మరించుకున్నారు.

మాజీ మంత్రి, సీనియర్ నేత జక్కంపూడి రామ్మోహన్‌రావుకు వైఎస్సార్సీపీ మిగతా 2లో

జయశంకర్ సార్ ఆశయాలు కొనసాగిద్దాం..
'సార్' ఆలోచనా విధానం స్ఫూర్తిదాయకం

'సార్' ఆలోచనా విధానం స్ఫూర్తిదాయకం

- తమ పాలనలో ఆయనకు సముచిత గౌరవం
- బీఆర్ఎస్ అధినేత, తెలంగాణ తొలి సీఎం కేసీఆర్
- ప్రొఫెసర్ జయంతిని పురస్కరించుకొని ఘన నివాళులు
- సమాజాన్ని నిత్యం చైతన్యం చేయ డం ద్వారా తెలంగాణ సిద్ధాంతకర్త ప్రొఫెసర్ జయశంకర్ సార్ ఆశయాలను కొనసాగిద్దామని తెలంగాణ యువతకు తెలంగాణ తొలి సీఎం, బీఆర్ఎస్ అధినేత కేసీఆర్ పిలుపునిచ్చారు.

హైదరాబాద్ : సమాజాన్ని నిత్యం చైతన్యం చేయ డం ద్వారా తెలంగాణ సిద్ధాంతకర్త ప్రొఫెసర్ జయశంకర్ సార్ ఆశయాలను కొనసాగిద్దామని తెలంగాణ యువతకు తెలంగాణ తొలి సీఎం, బీఆర్ఎస్ అధినేత కేసీఆర్ పిలుపునిచ్చారు. సార్ అస్తిత్వ ఆలోచనా విధానం తెలంగాణకు మిగతా 2లో

152 మీటర్ల ఎత్తుకు ఒప్పించండి

వీసా నిబంధనలపై సీఎం రేవంత్ విజ్ఞప్తి..

- ★ తుమ్మిడిహెట్టిపై కేంద్రమంత్రి పాటిల్‌కు సీఎం రేవంత్‌రెడ్డి విజ్ఞప్తి
- ★ తెలంగాణ, మహారాష్ట్ర మధ్య భేటీ ఏర్పాటు చేయండి
- ★ సానుకూలంగా స్పందించిన పాటిల్
- ★ కేంద్ర పర్యావరణ మంత్రి భూపేందర్‌తోనూ సీఎం భేటీ
- ★ అమెరికా రాయబారితో సీఎం రేవంత్ రెడ్డి కీలక భేటీ
- ★ హెచ్-1బీ వీసా నిబంధనలు సరళం చేయాలని వినతి
- ★ తెలంగాణ విద్యార్థులకు వీసా స్లాట్లు పెంచాలన్న సీఎం
- ★ రాష్ట్రంలో పెట్టుబడులకు అమెరికా కంపెనీలకు ఆహ్వానం
- ★ సీఎం విజ్ఞప్తులపై సానుకూలంగా స్పందించిన అమెరికా రాయబారి

ప్రాణహిత నదిపై తుమ్మిడిహెట్టి బరాజ్ నిర్మాణం ఎత్తు పెంచడానికి అనుమతించేలా మహారాష్ట్ర ప్రభుత్వాన్ని ఒప్పించాలని కేంద్ర జలవనరుల శాఖ మంత్రి సీఆర్ పాటిల్‌కు ముఖ్యమంత్రి ఎ.రేవంత్‌రెడ్డి విజ్ఞప్తి చేశారు. బరాజ్ ఎత్తు పెంపుతో మహారాష్ట్రలో ముంపు ప్రభావం పెద్దగా ఉండదని పేర్కొన్నారు. కాబట్టి కనీసం 150 నుంచి 152 మీటర్ల ఎత్తులో ప్రాజెక్టు నిర్మాణానికి మహారాష్ట్రను ఒప్పించాలని కోరారు. ఢిల్లీ పర్యటనకు వచ్చిన సీఎం.. బుధవారం ఉదయం కేంద్రమంత్రిని ఆయన కార్యాలయంలో కలిశారు. రాష్ట్ర నీటిపారుదల శాఖ మంత్రి ఉత్తమ్‌కుమార్‌రెడ్డి కూడా ఈ భేటీలో పాల్గొన్నారు. తుమ్మిడిహెట్టి ప్రాజెక్టు ప్రాధాన్యత, ఈ ప్రాజెక్టుకు అనుమతుల మంజూరు కోరుతూ ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీకి తాను రాసిన లేఖ, దానికి పీఎంఓ స్పందించి జలవనరుల శాఖకు మిగతా 2లో

మన పక్కనే ఉన్న వివక్షను తుడిచివేయొద్దా

- ❋ అగ్రవర్ణాలకు కవిత విజ్ఞప్తి.. రిజర్వేషన్లపై సంచలన వ్యాఖ్యలు
- ❋ నాకేం సంబంధం అని మాట్లాడుతున్నారు
- ❋ సమాజంలో వనరులు అందరికీ సమానంగా అందాలనేదే మనందరి ఆలోచన కావాలని తెలంగాణ రక్షణ సేకన అధ్యక్షురాలు కల్వకుంట్ల కవిత అన్నారు.

సమాజంలో వనరులు అందరికీ సమానంగా అందాలనేదే మనందరి ఆలోచన కావాలని మిగతా 2లో

నైనీ గని నుంచి ఎస్‌టీపీపీకి చేరిన తొలి బొగ్గు రైలు.

- మంచిర్యాల, ఆగస్టు 6: మంచిర్యాల జిల్లా జైపూర్‌లోని సింగరేణి థర్మల్ పవర్ ప్రాజెక్ట్ కి ఒడిశాలోని నైనీ బ్లాక్ నుంచి బొగ్గు రావడం పట్ల తెలంగాణ డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్క హర్షం వ్యక్తం చేశారు.
- ఇది చారిత్రాత్మక ఘట్టమని అభివర్ణించారు.
- గురువారం ఈ థర్మల్ పవర్ ప్రాజెక్ట్‌కు నైనీ బ్లాక్ నుంచి బొగ్గు లోడ్‌తో రైల్వే వ్యాగన్ వచ్చింది.

మంచిర్యాల, ఆగస్టు 6: మంచిర్యాల జిల్లా జైపూర్‌లోని సింగరేణి థర్మల్ పవర్ ప్రాజెక్ట్ కి ఒడిశాలోని నైనీ బ్లాక్ నుంచి బొగ్గు రావడం పట్ల తెలంగాణ డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్క హర్షం వ్యక్తం చేశారు. ఇది చారిత్రాత్మక ఘట్టమని అభివర్ణించారు. మిగతా 2లో

సుప్రీం లీడర్‌తో మాట్లాడటం కష్టమే

- ఇరాన్-అమెరికా యుద్ధం నేపథ్యంలో ఇరాన్ అధ్యక్షుడు మసౌద్ పెజెష్కియాన్‌కు ఆ దేశ సైన్యానికి మధ్య విభేదాలు ఉన్నాయనే వార్తల నేపథ్యంలో పెజెష్కియాన్ కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు.

ఇరాన్-అమెరికా యుద్ధం నేపథ్యంలో ఇరాన్ అధ్యక్షుడు మసౌద్ పెజెష్కియాన్‌కు ఆ దేశ సైన్యానికి మధ్య విభేదాలు ఉన్నాయనే వార్తల నేపథ్యంలో పెజెష్కియాన్ కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు.దేశ సుప్రీం లీడర్ మొజ్తబా ఖమేనీతో ప్రస్తుతం నేరుగా మిగతా 2లో

ఎవరి ప్రాణాలూ తీయాలనుకోవడం లేదు.. ఇరాన్‌ను ఒప్పించడమే నా మొదటి ప్రాధాన్యం

- ఇరాన్‌తో యుద్ధం కన్నా ఒప్పందానికే మొగ్గు చూపుతానన్న ట్రంప్
- అణ్వాయుధాలను అభివృద్ధి చేయనివ్వబోమని హెచ్చరిక

పశ్చిమాసియా దేశమైన ఇరాన్‌పై సైనిక చర్యకు బదులుగా ఆ దేశంతో ఒక ఒప్పందం కుదుర్చుకోవడానికే తాను ప్రాధాన్యం ఇస్తానని అమెరికా అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్ స్పష్టం చేశారు. అయితే, టెహ్రాన్ అణ్వాయుధాలను అభివృద్ధి చేయడాన్ని ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ అంగీకరించబోమని, దీనిని నిరోధించేందుకు మిగతా 2లో

టీడీపీ అంటే తెలుగు దుశ్శాసన పార్టీ

- ❖ టీడీపీ అంటే తెలుగు దుశ్శాసన పార్టీ అని మండిపడ్డారు వైఎస్సార్‌సీపీ ఎమ్మెల్సీ వరుదు కళ్యాణి.
- ❖ ఒక మహిళను టీడీపీ మంత్రి వేధించడం దారుణం. కూటమిది మంత్రి వర్గమా లేక వేధింపుల వర్గమా అనే అనుమానం కలుగుతోంది అంటూ ఘాటు విమర్శలు చేశారు.

టీడీపీ అంటే తెలుగు దుశ్శాసన పార్టీ అని మండిపడ్డారు వైఎస్సార్‌సీపీ ఎమ్మెల్సీ వరుదు కళ్యాణి. ఒక మహిళను టీడీపీ మంత్రి వేధించడం దారుణం. కూటమిది మంత్రి వర్గమా లేక వేధింపుల వర్గమా అనే అనుమానం కలుగుతోంది మిగతా 2లో

జగన్ అండ్ కోను కంట్రోల్ చేయడానికి
నాకు రెండు నిమిషాలు చాలు

ఈ నెలాఖరుకు వెలుగొండ ప్రాజెక్ట్‌ను ప్రారంభిస్తాం

- ➤ ఆంధ్రప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు అధ్యక్షతన గురువారం రాష్ట్ర సచివాలయంలో మంత్రి మండలి సమావేశం జరిగింది.
- ➤ ఈ కేబినెట్ సమావేశంలో పలు కీలక అంశాలపై మంత్రులకు సీఎం దిశానిర్దేశం చేశారు.
- ➤ మూడున్నర గంటల పాటు ఆయా అంశాలపై ముఖ్యమంత్రి చర్చించారు.
- ➤ స్థానిక ఎన్నికలకు మంత్రులు, కూటమి నేతలు సిద్ధంగా ఉండాలని దిశానిర్దేశం చేశారు.
- ➤ జగన్ అండ్ కో చేస్తున్న అరాచకాలను కంట్రోల్ చేయడానికి తనకు రెండు నిమిషాలు చాలని సీఎం చంద్రబాబు అన్నారు. కానీ అంత రాజకీయ ముసుగులో వారు నేరాలు చేస్తున్నారని ఆగ్రహించారు.
- ➤ డీఎస్సీపై చేస్తున్న రాద్ధాంతాన్ని కూడా అందరు గమనిస్తున్నారని తెలిపారు. అన్ని విషయాలు డీఎస్సీపై మనం ప్రజలకు వివరించామని అన్నారు.

ఆంధ్రప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు అధ్యక్షతన గురువారం రాష్ట్ర సచివాలయం లో మంత్రి మండలి సమావేశం జరిగింది. ఈ కేబినెట్ సమావేశంలో పలు కీలక అంశాలపై మంత్రులకు సీఎం దిశానిర్దేశం చేశారు. మూడున్నర గంటల పాటు ఆయా అంశాలపై ముఖ్యమంత్రి చర్చించారు. స్థానిక ఎన్నికలకు మంత్రులు, కూటమి నేతలు సిద్ధంగా ఉండాలని దిశానిర్దేశం చేశారు. జగన్ అండ్ కో చేస్తున్న అరాచకాలను కంట్రోల్ చేయడానికి తనకు రెండు నిమిషాలు చాలని సీఎం చంద్రబాబు అన్నారు. మిగతా 2లో

తోలు తీస్తాం.. కట్టేస్తాం

- ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబుపై ఏది పడితే అది మాట్లాడితే ఊరుకునేది లేదని టీడీపీ ఎమ్మెల్యే బోండా ఉమా హెచ్చరించారు.
- విజయవాడ సెంట్రల్ నియోజకవర్గంలో వైసీపీ నేతలు చేపట్టిన రిలే నిరాహార దీక్ష వద్ద నెలకొన్న పరిస్థితులపై ఆయన ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు.
- డీఎస్సీలో అక్రమాలు జరిగాయంటూ రిలే నిరాహార దీక్షలు చేపట్టిన వైసీపీ నేతలపై మండిపడ్డారు.

ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబుపై ఏది పడితే అది మాట్లాడితే ఊరుకునేది లేదని టీడీపీ ఎమ్మెల్యే బోండా ఉమా హెచ్చరించారు. విజయవాడ సెంట్రల్ నియోజకవర్గంలో మిగతా 2లో

సుప్రీం లీడర్‌తో మాట్లాడటం కష్టమే

సంప్రదింపులు జరపడం చాలా కష్టంగా మారిందని అన్నారు. అయితే, దేశానికి ఆయన నాయకత్వం ఇప్పటికీ గొప్ప బలమని కొనియాడారు.ఫిబ్రవరి 28న అమెరికా-ఇజ్రాయెల్ సంయుక్తంగా జరిపిన దాడిలో అప్పటి ఇరాన్ సుప్రీంలీడర్ అయతొల్లా అలీ ఖమేనీ మరణించారు. అదే సమయంలో మొజ్తబా తీవ్రంగా గాయపడినట్లు తెలుస్తోంది. అప్పటి నుంచి ఆయన బహిరంగంగా కనిపించలేదు. ఆయనకు తీవ్ర గాయాలు కావడం వల్ల చికిత్స పొందుతున్నట్లు సమాచారం. ఆయన తండ్రి అలీ ఖమేనీ అంత్యక్రియలకు కూడా హాజరుకాలేదు.అధ్యక్షుడు పెజెష్కియాన్ మాట్లాడుతూ.. ప్రస్తుత పరిస్థితుల్లో మొజ్తబా ఖమేనీతో నేరుగా మాట్లాడటం కష్టమని, అయినప్పటికీ ఆయన ఉనికి తమకు గొప్ప బలాన్ని ఇస్తోందని, అదే మాకు ముందుకు సాగేందుకు ధైర్యాన్ని ఇస్తోందని అన్నారు. ఆయన బహిరంగంగా కనిపించకపోయినా, లిఖితపూర్వక ప్రకటనల ద్వారా ప్రభుత్వాన్ని దిశానిర్దేశం చేస్తున్నారని ఇరాన్ అధ్యక్షుడు అన్నారు. గతంలో తనకు మొజ్తబా ఖమేనీకి మధ్య సమావేశాలు ఎంతో సానుకూలంగా జరిగాయని చెప్పారు. ప్రస్తుతం కొందరు కావాలనే భిన్నమైన అభిప్రాయాలు సృష్టించే ప్రయత్నం చేస్తున్నారని ఆరోపించారు.మరోవైపు, ఇరాన్ అత్యున్నత అధికారంలో విభేదాలు ఉన్నాయని పలు వార్తా నివేదికలు వెలువడుతున్నాయి. ఇరాన్ అధ్యక్షుడు పెజెష్కియాన్, సుప్రీం లీడర్ మధ్య విభేదాలు తీవ్రస్థాయికి చేరుకున్నాయని నివేదించాయి. భద్రతా వ్యవహారాలు, అణు చర్చల వంటి కీలక నిర్ణయాల్లో సుప్రీంలీడర్ మొజ్తబా ఖమేనీ, ఇస్లామిక్ రివల్యూషనరీ గార్డ్ కార్ప్స్ కమాండర్ అహ్మద్ వహీదీకి మద్దతు ఇస్తున్నట్లు ప్రచారం జరిగింది. పెజెష్కియాన్ పలు సందర్భాల్లో రాజీనామా చేస్తానని హెచ్చరించినట్లు, ఈసారి అలాంటి ప్రయత్నాలను అడ్డుకోబోమనే సంకేతాలను సుప్రీంలీడర్ ఇచ్చినట్లు ఇజ్రాయెల్ మీడియా నివేదించింది.

ఎవరి ప్రాణాలూ తీయాలనుకోవడం లేదు..
ఇరాన్‌ను ఒప్పించడమే నా మొదటి ప్రాధాన్యం

అన్ని ప్రత్యామ్నాయ మార్గాలు తెరిచే ఉన్నాయని చెప్పారు.బుధవారం లాస్‌వేగాస్‌లో జరిగిన ఓ కార్యక్రమంలో ట్రంప్ మాట్లాడుతూ ఈ వ్యాఖ్యలు చేశారు. ఇటీవలి కాలంలో అమెరికా జరిపిన దాడుల వల్ల ఇరాన్ బలహీనపడిందని, అందుకే దౌత్య మార్గంలో ముందుకు వెళ్లేందుకు సిద్ధంగా ఉన్నామని తెలిపారు. "మేము వారిపై తీవ్రస్థాయిలో దాడులు చేశాం. కానీ, ఎవరి ప్రాణాలను బలి తీసుకోవడం నాకు ఇష్టం లేదు. అందుకే ఇరాన్‌తో ఒక ఒప్పందానికి రావడానికే మొగ్గు చూపుతున్నాను" అని ట్రంప్ వివరించారు.ఈ సందర్భంగా ట్రంప్ ఒక సంచలన విషయాన్ని వెల్లడించారు. రెండో ప్రపంచ యుద్ధం తర్వాత ఇరాన్‌పై అత్యంత భారీ దాడికి తాము సిద్ధమయ్యామని, అయితే తమపై దాడి చేయవద్దని, చర్చలు జరుపుదామని ఇరాన్ నుంచే విజ్ఞప్తి రావడంతో ఆ దాడిని తాత్కాలికంగా ఆపినట్లు తెలిపారు. "దయచేసి దాడి చేయవద్దు, చర్చలు జరుపుదాం" అని వారు నన్ను కోరారు. ప్రస్తుతం చర్చలు జరుగుతున్నాయి, ముమ్ముందు ఏం జరుగుతుందో చూద్దాం" అని ఆయన పేర్కొన్నారు. ఇరాన్‌కు అణ్వాయుధం ఉండటానికి వీల్లేదని, ఈ విషయంలో తమ ప్రభుత్వం చాలా కఠినంగా వ్యవహరిస్తోందని ట్రంప్ తేల్చిచెప్పారు.ఇదిలా ఉండగా, ఇరాన్ కూడా దౌత్యపరమైన ప్రయత్నాలను ముమ్మరం చేసింది. ప్రపంచంలోనే అత్యంత కీలకమైన చమురు రవాణా మార్గమైన హర్మూజ్ జలసంధి విషయంలో ఒమన్‌తో ఒక ఒప్పందం కుదుర్చుకునేందుకు ప్రయత్నిస్తున్నట్లు ప్రకటించింది. ఈ చర్చలు తుది దశలో ఉన్నాయని ఇరాన్ విదేశాంగ శాఖ తెలిపింది. అయితే, ఈ చర్చలు కేవలం ఒమన్‌తో మాత్రమేనని, అమెరికాతో తాము ఎలాంటి ప్రత్యక్ష చర్చలు జరపడం లేదని స్పష్టం చేసింది.

మన పక్కనే ఉన్న వివక్షను తుడిచివేయొద్దా

తెలంగాణ రక్షణ సేకన అధ్యక్షురాలు కల్వకుంట్ల కవిత అన్నారు. సామాజిక న్యాయం అనగానే అగ్రవర్ణాలకు వ్యతిరేకం అనుకుంటారు..కానీ నరులు సమానంగా పంచుకోవాలన్నదే సామాజిక న్యాయం అన్నారు. అగ్రవర్ణ మిత్రులు ఒక్కసారి పునరాలోచించాలని చేతులు జోడించి విజ్ఞప్తి చేస్తున్నానన్నారు. వంద మందికి వంద రొట్టెలు ఉంటే తలా ఒక్కటి తినటం న్యాయం, ధర్మం. కానీ పది మంది బలవంతులు 90 రొట్టెలు తింటుంటే, 90 మంది బలహీనులు పది రొట్టెలు తింటున్నారని ఇది న్యాయమా? ధర్మమా అని ప్రశ్నించారు. భారత దేశంలో ఎప్పుడు ఏ పరివర్తన వచ్చినా అగ్రవర్ణాల్లోని ప్రజాస్వామ్యవాదులు కలిసి వచ్చి ఆ మార్పులు తీసుకువచ్చారని చెప్పారు. ఇవాళ సరూర్‌నగర్ ఇండోర్ స్టేడియంలో నిర్వహిస్తున్న సామాజిక న్యాయ తెలంగాణ సంకల్ప సభలో కవిత మాట్లాడారు.అందుకే తెలంగాణలో కుల వివక్ష:క్షత్రియుడైన గౌతమ బుద్ధుడు, సామూమహారాజు స్ఫూర్తితో అగ్రవర్ణ మిత్రులు సామాజిక న్యాయం కోసం కృషి చేయాలన్నారు. గౌతమబుద్ధుడు, సాహూమహరాజు ఆదర్శంతో సామాజిక న్యాయం కోసం టీఆర్ఎస్ పాటుపడుతుందన్నారు. దున్నేవాడిదే భూమి అన్న నినాదంతో దొరలనందరినీ గడీల నుంచి తరిమికట్టడంతో ఆర్థికంగా ఉన్న అసమానతలను తొలగించే ఒక అడుగు పడిందన్నారు. కానీ సామాజికంగా, కుల వివక్షపై జరగాల్సిన పోరాటాలు అనుకున్నంత స్థాయిలో జరగలేదన్నారు. అందుకే తెలంగాణలో ఇప్పటికీ కుల వివక్ష, సామాజిక అన్యాయం జరుగుతోందన్నారు. ఈ న్యాయం చేసేందుకు టీఆర్ఎస్ సంకల్పం తీసుకుంటోందన్నారు.సామాజిక న్యాయం పై కవితకు ఏం సంబంధమని కొంత మంది మాట్లాడుతారు. అలాంటి వారికి చెబుతున్నా చెవురు విప్పి వినాలన్నారు. నేను ఓ అగ్రవర్ణంలో పుట్టాను ఇది నా చేతుల్లో లేని పని కానీ నేను ఎలా జీవించాలి ఎవరికి కోసం పని చేయాలో మాత్రం నా చేతులో ఉందన్నారు. అందుకే అణగారిన వర్గాల కోసం, కనీసం వార్డు మెంబర్ కూడా కాలేకపోయిన కులాలతో కలిసి పని చేస్తూ వారికి సాధికారత తెచ్చే వరకు నా జీవితం అంకితం చేస్తున్నానని చెప్పారు. విదేశాలకు వెళ్తున్న మన వారిని అక్కడి వారు వివక్ష చూపుతుంటే అది రేసిజం అంటున్నాం. మరి మన పక్కనే ఉన్న వివక్షను వివక్షను తుడిచివేయొద్దా అని అన్నారు. స్వతంత్ర్యం వచ్చిన నాడే ఎస్సీ, ఎస్టీలకు రిజర్వేషన్లు ఇచ్చారో ఆనాడే బీసీలకు రిజర్వేషన్లు ఇచ్చి ఉంటే ఇప్పుడు మన దేశం అమెరికాతో పోటీపడేవారిమన్నారు. మనలో పరివర్తన రావాలన్నారు. బ్యాకులాగ్ ఉన్నా ప్రతి ఎస్సీ, ఎస్టీ ఉద్యోగాలను భర్తీ చేయాలన్నారు. రాష్ట్రంలో 56 శాతం బీసీ జనాభా ఉంటే కాంగ్రెస్ పార్టీ 42 శాతం బిల్లు పెట్టిందని విమర్శించారు. ఈ బిల్లును రాష్ట్ర పతి వద్ద పెండింగ్ పెట్టి రేవంత్ రెడ్డి, కిషన్ రెడ్డి మాత్రం ప్రేమలేఖలు రాసుకుంటున్నారని విమర్శించారు.

నైనీ గని నుంచి ఎస్‌టీపీపీకి చేరిన తొలి బొగ్గు రైలు.

గురువారం ఈ థర్మల్ పవర్ ప్రాజెక్ట్‌కు నైనీ బ్లాక్ నుంచి బొగ్గు లోడ్‌తో రైల్వే వ్యాగన్ వచ్చింది. ఈ నేపథ్యంలో డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్క స్పందించారు. రాష్ట్రంలో విద్యుత్ లోటు లేకుండా చర్యలు తీసుకుంటున్నామని పేర్కొన్నారు. సింగరేణి థర్మల్ పవర్ ప్రాజెక్ట్‌కు తమ ప్రభుత్వం పూర్తి సహకారం అందిస్తుందని స్పష్టం చేశారు.దేశ అవసరాలకూ సింగరేణి బొగ్గు కీలకమని గుర్తు చేశారు. కొత్త కోల్ బ్లాకుల కోసం ప్రయత్నాలు కొనసాగుతాయని తెలిపారు. సింగరేణిని కాపాడుకుంటామని ఈ సందర్భంగా డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్క చెప్పారు. నైనీ గనుల నుంచి బొగ్గు రాకతో సింగరేణి థర్మల్ పవర్ ప్రాజెక్ట్‌కు ఆ కొరత తీరిందని వివరించారు. సింగరేణి థర్మల్ పవర్ ప్రాజెక్ట్ కి రైలు వ్యాగిన్ చేరుకోగానే.. ఉన్నతాధికారులు స్వాగతం పలికారు.59 బాక్స్ వ్యాగన్లలో మొత్తం 4,000 టన్నుల జీ-10 రకం బొగ్గు ఒడిశాలోని నైనీ గని నుంచి గురువారం ఉదయం జైపూర్‌కు చేరుకుంది. సింగరేణి కాలరీస్ నుంచి 136 ఏళ్ల చరిత్రలో తొలిసారిగా రాష్ట్రం వెలుపల ఉన్న గని నుంచి బొగ్గు ఉత్పత్తిని సాధించి సొంత థర్మల్ ప్లాంట్‌కు రవాణా చేయడం ఇదే తొలిసారి.

టీడీపీ అంటేనే తెలుగు దుశ్శాసన పార్టీ

అంటూ ఘాటు విమర్శలు చేశారు. చంద్రబాబుకు చిత్తశుద్ధి ఉంటే ఆ మంత్రిని వెంటనే భర్తరఫ్ చెయ్యాలని డిమాండ్ చేశారు.ఎమ్మెల్సీ వరుదు కళ్యాణి విశాఖలో మీడియాతో మాట్లాడుతూ.. మంత్రి స్థానంలో ఉన్న ఓ వ్యక్తి.. ఎన్‌ఆర్‌ఐ మహిళను వేధించడమేంటి?. తన సేవల కోసం వివరించడానికి ఒక మహిళ తన టీమ్‌తో వస్తానంటే ఆమెను మాత్రమే సదరు ఒంటరిగా రమ్మని చెప్పారంట. వెంటనే ఆ మంత్రిని బర్తరఫ్ చేయాలి. టీడీపీ అంటే తెలుగు దుశ్శాసన పార్టీ. ఆ మంత్రిపై కేసు పెట్టి విచారణ చేయాలని డిమాండ్ చేస్తున్నాం. కూటమి నేతలు మన రాష్ట్ర పరువును విదేశాల్లో కూడా తీస్తున్నారు. మహిళల గౌరవం విషయంలో ఇంత జరిగినా ప్రభుత్వం ఎందుకు స్పందించడం లేదు?.చంద్రబాబుకి చిత్తశుద్ధి ఉంటే ఆ మంత్రిని వెంటనే భర్తరఫ్ చేయాలి. ఇంత పెద్ద తప్పు చేసిన మంత్రిని రోడ్డుపై నడిపిస్తారా?. మేక, కోడిని కోస్తే మా పార్టీ కార్యకర్తలపై కేసులు పెట్టి రోడ్డుపై నడిపించారు. ఇప్పుడు ఈ మంత్రి విషయంలో ఏం చేస్తారు?. కేబినెట్‌లో ఉన్న ముగ్గురు మహిళా మంత్రులు ఆ వేధింపుల మంత్రిని మెడ పట్టుకొని బయటకు గెంటేసే దమ్ముందా?. మహిళలపై ఈగ వాలితే నేనుంటా అన్న పవన్ కళ్యాణ్ ఏమయ్యారు?. ఈ విషయంలో ఎందుకు స్పందించలేదు

తోలు తీస్తాం.. కట్టేస్తాం

వైసీపీ నేతలు చేపట్టిన రిలే నిరాహార దీక్ష వద్ద నెలకొన్న పరిస్థితులపై ఆయన ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. డీఎస్సీలో అక్రమాలు జరిగాయంటూ రిలే నిరాహార దీక్షలు చేపట్టిన వైసీపీ నేతలపై మండిపడ్డారు. మంత్రి లోకేశ్, సీఎం నారా చంద్రబాబుపై తీవ్ర విమర్శలు చేయడాన్ని ఆయన ఖండించారు.

తోలుతీస్తాం..

ఈ సందర్భంగా బోండా ఉమా మాట్లాడుతూ మంత్రి నారా లోకేశ్‌ను విమర్శిస్తూ ఉంటే ఊరుకుంటామా అని మండిపడ్డారు. 'మెగా డీఎస్సీలో అక్రమాలు జరిగి ఉంటే చర్చకు రమ్మంటే రాలేదు. వైసీపీ నిరాహార రిలే దీక్షకు అనుమతి లేదు. శాంతియుతంగా జగన్‌ను బండ బూతులు తిడితే ఊరుకుంటారా. మా నాయకుడు చంద్రబాబు, లోకేశ్‌పై దూషణలు చేశారు. రాబోయే మూడు సంవత్సరాల్లో ఇష్టమొచ్చిన వేషాలు వేస్తే చూస్తూ ఊరుకోం. రోడ్డుపై కూర్చుని చంద్రబాబును, లోకేశ్‌ను తిడితే తోలుతీస్తాం. ఇప్పుదాకా ఊరుకున్నాం.. ఇక నుంచి ఒప్పుకోం. వెల్లంపల్లి శ్రీనివాస్ ఎక్కడ కనిపిస్తే అక్కడ కట్టేస్తాం. చంద్రబాబు, లోకేశ్ జోలికి వస్తే ఊరుకునే ప్రసక్తే లేదు. వైసీపీ నిరాహార దీక్ష చేసుకోవాలంటే ధర్నా చౌక్‌లో చేసుకోవాలి. రోడ్డుపై చేస్తూ చంద్రబాబునూ, లోకేశ్‌ను బూతులు తిడతామంటే ఊరుకోం. " అని బోండా ఉమా హెచ్చరించారు.

152 మీటర్ల ఎత్తుకు ఒప్పించండి

లేఖ పంపడం తదితర విషయాల గురించి పాటిల్‌కు ముఖ్యమంత్రి వివరించారు. తుమ్మిడిహెట్టి వద్ద 148 మీటర్ల ఎత్తులో బరాజ్ నిర్మాణానికి గతంలోనే ఉభయ రాష్ట్రాల మధ్య ఒప్పందం కుదిరిన విషయాన్ని గుర్తు చేశారు. అయితే 152 మీటర్ల వరకు ఎత్తుతో బరాజ్ నిర్మించే అంశంపై పుణెలోని సెంట్రల్ వాటర్ అండ్ పవర్ రీసెర్చ్ సెంటర్ అధ్యయనం చేసిందని, ఆ అధ్యయనం ప్రకారం152 మీటర్ల ఎత్తులో బరాజ్ నిర్మించినా ముంపులో పెద్దగా తేడా లేదని స్పష్టమైందని చెప్పారు. ఆ ముంపులోనూ 50 శాతం నదీ గర్భంలోనే ఉంటుందని వివరించారు. ఒకవేళ 148 మీటర్ల ఎత్తులో నిర్మిస్తే గ్రావిటీ ద్వారా కావల్సినంత నీరు సరఫరా చేయలేమని అన్నారు. ఈ అంశంపై సాధ్యమైనంత త్వరగా తెలంగాణ, మహారాష్ట్రల మధ్య సమావేశం ఏర్పాటు చేయాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. పీఎంఓ నుంచి లేఖ అందిందని ముఖ్యమంత్రికి పాటిల్ చెప్పారు. దీనిపై తొలుత కేంద్ర జల సంఘం (సీడబ్ల్యూసీ) ఆధ్వర్యంలో సమావేశం ఏర్పాటు చేసి, రాష్ట్రస్థాయి అధికారులతో చర్చల ప్రక్రియ ప్రారంభిస్తామని హామీ ఇచ్చారు. ఆ తర్వాత ఇరు రాష్ట్రాల నీటి పారుదల శాఖ మంత్రుల సమావేశం ఏర్పాటు చేస్తానని చెప్పారు. ఈ సమావేశంలో ఎంపీలు మల్లు రవి, వేం నరేందర్‌రెడ్డి, రామసహాయం రఘురాంరెడ్డి, పోరిక బలరాం నాయక్, గడ్డం వంశీకృష్ణ, ఎం.అనిల్‌కుమార్ యాదవ్, కడియం కావ్య, ఢిల్లీలో రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ప్రత్యేక ప్రతినిధి ఏపీ జితేందర్ రెడ్డి, రాష్ట్ర నీటి పారుదల శాఖ సలహాదారు ఆదిత్యనాథ్ దాస్, ముఖ్య కార్యదర్శి శ్రీధర్ పాల్గొన్నారు. పాలమూరు--రంగారెడ్డి, గౌరవెల్లి, సీతమ్మ సాగర్, డిండి ప్రాజెక్టులకు సత్వరమే పర్యావరణ అనుమతులు మంజూరు చేయాలని కేంద్ర అటవీ, పర్యావరణ శాఖ మంత్రి భూపేందర్ యాదవ్‌ను ముఖ్యమంత్రి కోరారు. బుధవారం పార్లమెంట్ భవన్‌లో మంత్రి ఉత్తమ్‌కుమార్ రెడ్డితో పాటు కేంద్రమంత్రిని కలిశారు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఇప్పటికే పాలమూరు ప్రాజెక్టుపై రూ.36,437 కోట్లు, డిండి ఎత్తిపోతలపై రూ.3,187 కోట్లు, సీతమ్మ సాగర్‌పై రూ.1,835 కోట్లు, గౌరవెల్లి ప్రాజెక్టుపై రూ.1,350 కోట్ల నిధులను వ్యయం చేసిందని చెప్పారు. అనుమతులు ఇవ్వకపోవడంతో పనులు నిలిచిపోయి, ప్రాజెక్టుల వ్యయం పెరుగుతోందని వివరించారు. ప్రదానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ, ఆయన దివంగత మాతృమూర్తి హీరాబెన్ మోదీలను సోషల్ మీడియా వేదికగా దూషించిన ఘటనలపై బీజేపీ పాలిత రాష్ట్రాల్లో కనీసం ఒక్క కేసైనా నమోదు చేశారా? అని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్‌రెడ్డి ప్రశ్నించారు. తెలంగాణలో తమ ప్రభుత్వం పూర్తిగా చట్ట ప్రకారమే ముందుకు వెళ్తోందన్నారు. సోషల్ మీడియాలో ప్రధానిని, ఆయన తల్లిని దూషిస్తున్నారంటూ హైదరాబాద్‌కు చెందిన బీజేపీ కార్యకర్త చేసిన ఫిర్యాదు నేపథ్యంలో పోలీసులు కేసు నమోదు చేసిన సంగతి తెలిసిందే. కాగా కేసు నమోదు చేసిన సైబరాబాద్ పోలీసు అధికారిని బదిలీ చేశారని కేంద్రమంత్రి కిషన్‌రెడ్డి ఆరోపించారు. ఈ నేపథ్యంలో బుధవారం ఢిల్లీలో కేంద్ర మంత్రి భూపేందర్ యాదవ్‌తో భేటీ తర్వాత సీఎం మీడియాతో పిచ్చాపాటీగా మాట్లాడారు. వచ్చిన ఫిర్యాదు ఆధారంగానే పోలీసులు కేసు నమోదు చేశారని రేవంత్ చెప్పారు. 'ప్రధానిపై, ఆయన తల్లిపై అభ్యంతకరమైన వ్యాఖ్యలు చేసిన కేసుకు సంబంధించి డీఎస్పీ బదిలీ వ్యవహారంపై ఢిల్లీలో పనీపాటా లేని కొందరు విమర్శలు చేస్తున్నారు..'అని పరోక్షంగా కిషన్‌రెడ్డిని ఉద్దేశించి వ్యాఖ్యానించారు. అధికారుల బదిలీ అనేది ముఖ్యమంత్రికి రాజ్యాంగం కల్పించిన విచక్షణాధికారమని, తన బాధ్యతల్లో అది కూడా ఒకటని పేర్కొన్నారు. బీజేపీ నేతలే వేరేవాళ్లను దారుణంగా తిడుతున్నారని, కాంగ్రెస్ నేతలను, ప్రతిపక్ష పార?టల నాయకులను, విద్యార్థులను అభ్యంతరకరమైన పదాలతో దూషిస్తున్నారని మండిపడ్డారు. హెచ్-1బీ వీసా నిబంధనలను సులభతరం చేయాలని, అమెరికాలో ఉన్నత విద్యను అభ్యసించాలనుకునే తెలంగాణ విద్యార్థుల కోసం వీసా స్లాట్ల సంఖ్యను పెంచాలని ముఖ్యమంత్రి ఎ. రేవంత్ రెడ్డి అమెరికా ప్రభుత్వాన్ని కోరారు. బుధవారం న్యూఢిల్లీలో అమెరికా రాయబారి సెర్గియో గోర్‌తో ఆయన ప్రత్యేకంగా సమావేశమయ్యారు. ఈ సందర్భంగా తెలంగాణకు సంబంధించిన పలు కీలక అంశాలపై వారు సుదీర్ఘంగా చర్చించారు.ప్రతి ఏటా అమెరికాలో ఉన్నత విద్య కోసం వెళ్లే తెలంగాణ విద్యార్థుల సంఖ్య గణనీయంగా పెరుగుతున్నందున, వారికి సకాలంలో వీసా అపాయింట్‌మెంట్లు లభించేలా దరఖాస్తు ప్రక్రియను వేగవంతం చేయాలని సీఎం విజ్ఞప్తి చేశారు. అక్కడ చదువుకుంటున్న విద్యార్థుల భద్రత, సంక్షేమంపై ప్రత్యేక దృష్టి సారించాలని కోరారు.

జగన్ అండ్ కోను కంట్రోల్ చేయడానికి నాకు రెండు నిమిషాలు చాలు

కానీ అంత రాజకీయ ముసుగులో వారు నేరాలు చేస్తున్నారని ఆగ్రహి ంచారు. డీఎస్సీపై చేస్తున్న రాద్ధాంతాన్ని కూడా అందరు గమనిస్తున్నారని తెలిపారు. అన్ని విషయాలు డీఎస్సీపై మనం ప్రజలకు వివరించామని అన్నారు. వైసీపీ నేతలు కోర్టులతో కూడా చీవాట్లు పడ్డారని విమర్శించారు. అయినా వైసీపీ నేతలు యాగీ చేస్తున్నారని ఆగ్రహించారు. డీఎస్సీపై వైసీపీ నేతలు ఇప్పుడు ధర్నాలు చేయడం ఏంటి? అని సీఎం చంద్రబాబు ప్రశ్నించారు. వైసీపీ నేతలకు అసలు రిజర్వేషన్ల గురించి తెలియదని విమర్శించారు. డీఎస్సీలో హారిజాంటల్, వర్టికల్ రిజర్వేషన్లపై.. అందరికీ తెలపాల్సిన బాధ్యత మంత్రులదేనని ఆదేశించారు.ఈ నెలాఖరుకు వెలుగొండ ప్రాజెక్ట్‌ను ప్రారంభిస్తామని సీఎం చంద్రబాబు తెలిపారు. ప్రకాశం జిల్లా ప్రజలకు తాగునీటి కోసం నీళ్లు ఇస్తామని వెల్లడించారు. ఎల్‌నినో గురించి మంత్రులు ప్రజలకు తెలపాలని సూచించారు. ఇంత వర్షాభావం ఉన్న కూడా మంచినీటికి కూడా మనం నీళ్లు ఇస్తున్నామనేది ప్రజలకు వివరించాలని అన్నారు. భోగాపురం విమానాశ్రయం ప్రారంభం సందర్భంగా తొలిసారి థింసా గిరిజన నృత్యానికి గిన్నిస్ రికార్డు వచ్చిందని ప్రస్తావించారు. ఈ ఎయిర్‌పోర్ట్ ప్రారంభోత్సవం ఉత్తరాంధ్ర ప్రజల్లో ఓ సెంటిమెంట్‌ను తీసుకువచ్చిందని తెలిపారు. తమ ప్రభుత్వంలో ప్రజలు సంతోషంగా ఉన్నారని అన్నారు. అక్కడ ల్యాండింగ్ కూడా సముద్రం మీద నుంచి వచ్చే విధంగా ఏర్పాటు చేశామని వివరించారు. స్వర్ణాంధ్ర, వికసిత భారత్ ఈ రెండు స్వాతంత్య దినోత్సవ సందర్భంగా మంత్రుల ప్రసంగాల్లో ఉండేలా చూసుకోవాలని ఆదేశించారు. క్వాంటం వ్యాలీ జనవరిలో ప్రారంభమవుతుందని ప్రకటించారు.'దిశా' అనేది అసలు చట్టం రూపం నోచుకోలేదని సీఎం తెలిపారు. అయినా 'దిశా' పోలీస్ స్టేషన్లు, వాహనాలని చెప్పి హడావుడి చేశారని దుయ్యబట్టారు. 'దిశా' చట్టం అని పంపితే కేంద్రప్రభుత్వం తిరస్కరించి వెనక్కు పంపిందని ప్రస్తావించారు.వైసీపీ అధినేత వైఎస్ జగన్ మోహన్ రెడ్డి నిన్న దేవరపల్లిలో పర్యటించారని సీఎం చంద్రబాబు తెలిపారు. ఆయన పర్యటన సందర్భంగా రైతన్నల పొలాలను గొడ్డలి పార్టీ శ్రేణులు నాశనం చేశాయని ధ్వజమెత్తారు. ఓ మహిళ చిరు వ్యాపారి పొట్టగొట్టడంతో పాటు హిందూ దేవుళ్ల చిత్ర పటాలు పగలకొట్టడం ఆక్షేపణీయమని అన్నారు. పొగాకు బేళ్లను తొక్కి నాశనం చేసి పరామర్శ ముసుగు తగిలించుకున్నారని ఆగ్రహించారు. అనేకమంది రైతులు తనకు మెసేజ్‌లు పంపారని తెలిపారు. తమ పంట దెబ్బతిందని అన్నదాతలు తనకు వివరించారని అన్నారు. చివరకు జగన్ పరామర్శలు అంటే జనం భయపడే పరిస్థితి వచ్చిందని విమర్శించారు.రాజకీయ పార్టీల ముసుగులో క్రిమినల్స్ తయారవుతున్నారని మండిపడ్డారు. ప్రశాంతంగా ఉండే జిల్లాల్లో శాంతిభద్రతల సమస్యను సృష్టిస్తున్నారని దుయ్యబట్టారు. జగన్ మీటింగ్ అంటే లైసెన్స్ ఇచ్చినట్లుగా మందు తాగించి ప్రజలను తరలిస్తున్నారని ధ్వజమెత్తారు. గంజాయి బ్యాచ్‌ను జెన్ జీ అని చెప్పుకోవడం గొడ్డలి పార్టీకే చెల్లిందని ఎద్దేవా చేశారు. పొగాకు రైతులకు కూటమి ప్రభుత్వం చేస్తున్న లబ్ధిని ప్రజల్లోకి తీసుకెళ్లే బాధ్యతను మంత్రులే తీసుకోవాలని ఆదేశించారు. ఆక్వా రైతులకు ఆక్వాజోన్, నాన్ ఆక్వాజోన్ అనే తేడా లేకుండా రూ.1100కోట్లు విద్యుత్ రాయితీలు ఇచ్చామని ప్రస్తావించారు. ఆక్వా ఫీడ్ ఎక్స్‌పోర్ట్ 50శాతం తగ్గించేందుకు కేంద్ర ప్రభుత్వం సానుకూలత వ్యక్తం చేసిందని తెలిపారు.ఈ నెల 13వ తేదీన సీడ్ యాక్సెస్ రోడ్డును ప్రారంభిస్తామని మంత్రి నారాయణ తెలిపారు. సీడ్ యాక్సెస్ రోడ్డులో సీఎం కాన్వాయ్ ప్రయాణించి నేరుగా ఎమ్మెల్యే క్వార్టర్స్ వద్దకు వస్తుందని వెల్లడించారు. అక్కడ వాటి తాళాలను ముఖ్యమంత్రికి అందజేస్తారని చెప్పారు. విజయదశమి నాటికి మంత్రుల క్వార్టర్స్‌ను సిద్ధం చేస్తామని మంత్రి నారాయణ పేర్కొన్నా రు.ప్రజల ఆకాంక్షలను నెరవేర్చేలా విశాఖపట్నం ఎకనమిక్ రీజియన్ (వీఈఆర్) సమగ్రాభివృద్ధికి చర్యలు చేపట్టాలని సీఎం చంద్రబాబు ఆదేశించారు. దీని పరిధిలోని అన్ని ప్రాంతాలను, అన్ని రంగాలను పరిగణనలోకి తీసుకుంటూ పూర్తిస్థాయి అభివృద్ధికి సూక్ష్మ ప్రణాళికలు రూపొందించాలన్నారు. ఈ ప్రణాళికల్లో విద్యాసంస్థలను, విశ్వవిద్యాలయాలను కూడా కలుపుకొని ముందుకెళ్లాలని.. ఆంధ్ర యూనివర్సిటీ సేవలను వినియోగించుకోవాలని సూచించారు. విశాఖ రీజియన్ పరిధిలో కొత్త ప్రాజెక్టులు.. సీఆర్‌జడ్ రీ-క్లాసిఫికేషన్, వైజాగ్ బే సిటీ, బే-సిటీ అథారిటీ ఏర్పాటు తదితర అభివృద్ధి ప్రణాళికలపై బుధవారం ఆయన ఉండవల్లి క్యాంపు కార్యాలయంలో సమీక్షించారు. వీఈఆర్ పరిధిలో రూ.9.50 లక్షల కోట్ల పెట్టుబడులు రావడానికి అవకాశం ఉందని అధికారులు తెలిపారు. ప్రైవేటు రంగం నుంచి 5.3 లక్షల కోట్ల పెట్టుబడులు రానున్నట్లు చెప్పారు. అయితే రూ.3.50 నుంచి రూ.4 లక్షల కోట్ల వరకు ప్రభుత్వ ప్రాజెక్టుల కోసం ఖర్చుచేయాల్సి వస్తుందని ఆయన దృష్టికి తీసుకెళ్లారు. ఇప్పటికే గూగుల్ ఏఐ డేటా సెంటర్, ఆర్సెలార్ మిత్తల్-నిప్పన్ స్టీల్ ప్లాంట్ తదితర భారీ పరిశ్రమలు విశాఖ వచ్చాయని ప్రస్తావించారు. విశాఖలో ఐటీ, డేటా సెంటర్లు సహా వివిధ రంగాలకు చెందిన ఎకో సిస్టం ఏర్పాటైందని, దీనికనుగుణంగా వీఈఆర్ డెవల్‌పమెంట్ ప్లాన్‌ను సిద్ధం చేస్తున్నామని తెలిపారు.వీఈఆర్ ప్రాజెక్టులో వైజాగ్ బే సిటీది కీలక పాత్ర అని ముఖ్యమంత్రి చెప్పారు. దీని ద్వారా పెద్దఎత్తున పట్టణాభివృద్ధి పనులు జరగాలని, ఇందుకోసం వివిధ పథకాల నిధులను కన్వెర్జన్స్ చేసి ఈ ప్రాజెక్టు కోసం వినియోగించాలని దిశా నిర్దేశం చేశారు. కేంద్ర నిధులను మరింతగా రాబట్టడంపైనా దృష్టి సారించాలన్నారు. వీఈఆర్ పరిధిలో ఉన్న 6 అర్బన్ డెవల్‌పమెంట్ అథారిటీల్లో అద్భుతమైన అభివృద్ధి జరగాలని సీఎం సూచించారు. 'శ్రీకాకుళం జిల్లాలోని మూలపేట పోర్టు మొదలుకుని రాజమహేంద్రవరంలోని అఖండ గోదావరి ప్రాజెక్టు వరకు ప్రతి టూరిజం స్పాట్‌తో సహా ప్రతి రంగాన్నీ అభివృద్ధి చేసేలా.. పెట్టుబడులు వచ్చేలా చేయడంతోపాటు అవసరమైన మేరకు ఎక్స్‌పీరియన్స్ జోన్ల ఏర్పాటుకు చర్యలు తీసుకోవాలి.

బాబూ.. రైతుల ఆత్మహత్యలు కనిపించడం లేదా?

'చంద్రబాబు పాలనలో అన్ని వర్గాలు నష్టపోతున్నాయి. విద్య, వైద్య, పారిశ్రామిక రంగాల్లో విధ్వంసం కనిపిస్తోంది. ప్రభుత్వాన్ని ప్రశ్నిస్తే అక్రమ కేసులు, అరెస్టులు. చంద్రబాబుది వెన్నుపోటు పార్టీ. చంద్రబాబు వల్ల ప్రజలకు బాధే మిగిలింది. 27 నెలల బాబు పాలనలో రైతులకు గిట్టుబాటు ధర లేదు. రాష్ట్రంలో రైతులు రోడ్డునపడ్డారు. రైతుల ఆత్మహత్యలు ప్రభుత్వానికి కనబడటం లేదా?. బాధిత రైతు కుటుంబాలను కనీసం పరామర్శించలేదు.చంద్రబాబు పాలనలో రైతులు నష్టపోయారు. పొగాకుతో పాటు ఏ పంటకు గిట్టుబాటు ధర లేదు. పొగాకు రైతులు ఆందోళనలో ఉన్నారు. గిట్టుబాటు ధర రాక వెంకటేశ్వరరావు అనే రైతు ఆత్మహత్య చేసుకున్నాడు. ఆ కుటుంబాన్ని ప్రభుత్వ పెద్దలు పరామర్శించలేదు. వైఎస్సార్‌సీపీ హయాంలో పొగాకు ధర రూ.289గా ఉంది. కానీ, ఇప్పుడు కేజీ పొగాకు ధర రూ.236 మాత్రమే పలుకుతోంది. కూటమి ఉత్తరాది ప్రాంతంలో టొబాకో బోర్డు 49.70 మిలియన్ కేజీల పొగాకును కొనుగోలు చేస్తామని లిఖితపూర్వకంగా హామీ ఇచ్చినప్పటికీ 10 మిలియన్ కేజీలు (20% కంటే తక్కువ) మాత్రమే కొనుగోలు చేశారు. ?రాష్ట్రంలో ఈ సంవత్సరం 232 మిలియన్ కేజీల పొగాకు ఉత్పత్తి కాగా. ఇప్పటివరకు కేవలం 47.3 మిలియన్ కేజీలు (సుమారు 21%) మాత్రమే కొనుగోలు జరిగింది. ?వేలం కేంద్రాలలో 30% నుండి 40% వరకు పొగాకును రిజెక్ట్ చేస్తున్నారు. వైఎస్సార్‌సీపీ ప్రభుత్వ హయాంలో మార్క్‌ఫెడ్‌ను రంగంలోకి దించి ప్రతి గ్రేడ్‌కు ప్రారంభ ధరను నిర్ణయించడం వల్ల కంపెనీల మధ్య పోటీ పెరిగి రైతులకు మంచి ధర లభించింది. రూ. 3,000 కోట్లతో ధరల స్థిరీకరణ నిధి ఏర్పాటు చేసి ఐదేళ్లలో రూ. 7,800 కోట్ల మేర కొనుగోళ్లు చేపట్టాం. వైఎస్సార్‌సీపీ ప్రభుత్వంలో సకాలంలో రుణాలు చెల్లించిన రైతులకు రూ. 1 లక్ష వరకు సున్నా వడ్డీ రుణాలు ఇచ్చాం. 84.66 లక్షల మంది రైతులకు రూ. 2,050 కోట్లు అందించాం. చంద్రబాబు వచ్చాక సున్నా వడ్డీ పథకం రద్దు చేశారు. రైతు భరోసా సాయంలో కూడా కోతలు పెట్టారు. చంద్రబాబు పాలన రైతులకు హానికరం. కూటమి ప్రభుత్వం దళారీతో రాజీ పడింది. దళారులు సిండికేటుగా మారి రైతుల పొట్టగొడుతున్నారు. వైఎస్సార్‌సీపీ అధికారంలోకి వచ్చిన తర్వాత రైతులను ఆదుకుంటాం' అని హామీ ఇచ్చారు. అంతకుముందు.. వైఎస్ జగన్‌తో దేవరపల్లి పొగాకు రైతులు తమ ఆవేదనను చెప్పుకున్నారు. గిట్టుబాటు ధర లేదని వాపోయిన పొగాకు రైతులు. కూటమి ప్రభుత్వం వచ్చాక నష్టపోయామని రైతుల ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. ఒక్క ఎమ్మెల్యే, ఎంపీగానీ ఇక్కడికి రాలేదన్న రైతులు. 98 శాతం పొగాకును రూ.170కే కొంటున్నారు. మీరు వస్తున్నారని రూ.10 పెంచారు.వైఎస్సార్‌సీపీ హయాంలో లక్ష వరకు వడ్డీ లేని రుణాలు ఇచ్చారు. ఈ ప్రభుత్వంలో రుణానికి వడ్డీ వసూలు చేస్తున్నారు. కూటమి ప్రభుత్వంలో ఆత్మహత్య చేసుకునే పరిస్థితి ఉందన్నారు. కేజీ పొగాకుకు రూ.70 నష్టపోతున్నాం.

జయశంకర్ సార్ ఆశయాలు కొనసాగిద్దాం.. 'సార్' ఆలోచనా విధానం స్ఫూర్తిదాయకం

ఎల్లకాలం స్ఫూర్తిదాయకమని కొనియాడారు. తెలంగాణ భావజాల వ్యాప్తికి జీవితాంతం కృషి చేసిన సిద్ధాంతకర్త, స్వయంపాలన స్వాప్నికుడు 'సర్' జయంతిని పురస్కరించుకొని 'ప్రత్యేక పోరు'లో ఆయనతో ఉన్న అనుబంధాన్ని కేసీఆర్ నెమరేసుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా రాష్ట్ర ప్రజలకు శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. తెలంగాణ ఉద్యమంలో సిద్ధాంతకర్త చేసిన కృషిని ప్రస్తావిస్తూ ఆయనకు ఘనం గా నివాళులర్పించారు. తెలంగాణ సాధన, నాలుగుకోట్ల ప్రజల ఆకాంక్షలకు అనుగుణంగా తాను రాజకీయ పార్టీని ఏర్పాటు చేసి ఒంటరిగా బయల్దేరిన సమయంలో జయశంకర్ సార్ సూచనలు, సలహాలిస్తూ అడుగడుగునా అండగా నిలిచారని గుర్తుచేసు కున్నారు. తెలంగాణ సాధన కోసం వ్యక్తిగత జీవితాన్ని త్యాగం చేసిన ఘ నుడని కీర్తించారు. సైద్ధాంతిక నిబద్ధతతో 'ప్రత్యేక' భావజాల వ్యాప్తి చేశారని శ్లాఘించారు.పదేండ్ల స్వయంపాలన తర్వాత ప్రస్తు తం తెలంగాణ అస్తిత్వం ప్రమాదంలో ప డిందని కేసీఆర్ ఆందోళన వ్యక్తంచేశారు. ఈ తరుణంలో తెలంగాణ మేధావులు, బుద్ధిజీవులు స్వీయ మానసిక సంఘర్షణకు గురికాకుండా సామాజిక, సాంస్కృతిక అస్తిత్వ పరిరక్షణకు గస్తీ కాసే సైనికుల్లా పనిచేయాల్సిన అవసరం ఉన్నదని ఉద్ఘాటించారు. స్వరాష్ట్రం కోసం జీవితాన్ని ధారబోసిన జయశంకర్ సార్‌ను బీఆర్ఎస్ ప్రభుత్వ హయాంలో సముచితంగా గౌరవించినట్టు పేర్కొన్నారు. భూపాలపల్లి జిల్లాకు, వ్యవసాయ విశ్వవిద్యాలయానికి ఆయన పేరు పెట్టి చిరస్థాయిగా నిలిపామని తెలిపారు. ఆయన మార్గదర్శనంలో అనేక నిర్ణయాలు తీసుకొని అమలు చేశామని తెలిపారు.

ఎన్నికలకు సిద్ధంకండి.. ప్రతి ఇంటి వద్ద కనీసం 3 నిమిషాలు ఉండండి

కనీసం 3 నిమిషాలైనా గడిపి, వైసీపీ ప్రభుత్వ విధ్వంసాన్ని, కూటమి ప్రభుత్వం తెచ్చిన సంక్షేమాన్ని క్షుణ్ణంగా వివరించాలని స్పష్టం చేశారు. ఈ ఉదయం మంత్రులతో నిర్వహించిన బ్రేక్ ఫాస్ట్ సమావేశంలో మాట్లాడుతూ ఆయన ఈ మేరకు సూచించారు.ఇదే సమావేశంలో అసెంబ్లీ వ్యూహంపైనా చర్చించారు. రాష్ట్రంలో ఉన్న ఎల్-నినో పరిస్థితులపై అసెంబ్లీ వేదికగా ప్రజలకు స్పష్టత ఇవ్వాలని సూచించారు. జలాశయాల్లోకి నీరు చేరుతుండటం కొంత ఊరటని చ్చినప్పటికీ... ప్రభుత్వం వైపు నుంచి తొలి ప్రాధాన్యత తాగునీటి సరఫరాకే ఇవ్వాలని, ఆ తర్వాత పశుగ్రాస కొరత రాకుండా చర్యలు తీసుకోవాలని స్పష్టం చేశారు. ప్రజా సమస్యల పరిష్కారానికి శాసనసభను సరైన వేదికగా మలుచుకోవాలని మంత్రులకు పిలుపునిచ్చారు.రాష్ట్ర కేబినెట్ సమావేశానికి ముందు విద్యుత్, ఐటీ, సమాచార శాఖల మంత్రి నారా లోకేశ్ (ఛీుఛీు ాశీఎవంప్ర) మంత్రులతో ప్రత్యేకంగా బ్రేక్ ఫాస్ట్ సమావేశాన్ని నిర్వహించారు. ఈ భేటీల ప్రధానంగా రాబోయే స్థానిక సంస్థల ఎన్నికలు, అసెంబ్లీ సమావేశాల్లో చర్చించాల్సిన ప్రజా సమస్యలపై మంత్రులకు ఆయన కీలక దిశానిర్దేశం చేశారు. ఈ సందర్భంగా నారా లోకేశ్ మాట్లాడుతూ.. ఎన్నికలు అనుకున్న సమయానికే జరుగుతాయని స్పష్టం చేశారు. ఇప్పటి నుంచే అంతా సమాయత్తం కావాలని మంత్రులకు పిలుపునిచ్చారు.ఇక స్థానిక పోరులో మెజారిటీ స్థానాలను కూటమి అభ్యర్థులే కైవసం చేసుకునేలా పక్కా స్కెచ్‌తో ముందుకెళ్లానని సాగాలని నారా లోకేశ్ సూచించారు. ఈ సందర్భంగా క్షేత్రస్థాయి ప్రచారంపై ప్రత్యేక మార్గదర్శకాలను విడుదల చేశారు. గత ప్రభుత్వంలో జరిగిన విధ్వంసం, అధికారంలోకి వచ్చాక కూటమి ప్రభుత్వం రాష్ట్రాన్ని తిరిగి ఏ విధంగా గాడిలో పెట్టిందనే విషయాలను ప్రజల్లోకి తీసుకెళ్లాలని కోరారు. ప్రచారంలో భాగంగా నాయకులు, కార్యకర్తలు ప్రతి ఇంటి వద్ద కనీసం 3 నిమిషాలైనా ఉండి ప్రభుత్వ సంక్షేమ, అభివృద్ధి కార్యక్రమాలను క్షుణ్ణంగా వివరించాలని దిశానిర్దేశం చేశారు.కాగా, ఇదే సమావేశంలో అసెంబ్లీ సమావేశాల్లో చర్చించాల్సిన ముఖ్యమైన అంశాలపై కూడా ఈ భేటీలో సుదీర్ఘ చర్చ జరిగింది. రాష్ట్రంలో నెలకొన్న ఎల్-నినో పరిస్థితులను సభ వేదికగా ప్రజలకు వివరిద్దా మని తెలిపారు.

జక్కంపూడి సేవలు చిరస్మరణీయం: వైఎస్ జగన్

అధినేత, మాజీ సీఎం వైఎస్ జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి నివాళులర్పించారు. గురువారం తాడేపల్లిలోని పార్టీ కేంద్ర కార్యాల యంలో జక్కంపూడి చిత్రపటానికి పూల మాల వేసి ఆయన స్మరించుకున్నారు.ఈ సందర్భ ంగా వైఎస్ జగన్ మాట్లాడుతూ.. జక్కంపూడి రామ్మోహన్‌రావు ప్రజల కోసం ఎన్నో సేవలు అందించిన నాయకు డని కొనియాడారు. ప్రజా సమస్యల పరిష్కారానికి ఆయన ఎంతో చొరవ చూపారని గుర్తు చేశారు. వైఎస్సార్ కుటుంబంతో జక్కంపూడి రామ్మోహన్‌రావుకు సుదీర్ఘ అనుబంధం ఉందని జగన్ పేర్కొన్నారు.ప్రజలతో మమేకమై పనిచేసిన నేతగా, ప్రజా సమస్యలపై నిరంతరం స్పందించిన నాయకుడిగా ఆయనకు ప్రత్యేక గుర్తింపు ఉందన్నారు. ప్రజల పట్ల జక్కంపూడి చూపిన అంకితభావం, చేసిన సేవలు ఎప్పటికీ గుర్తుండిపోతాయని వైఎస్ జగన్ అన్నారు.మాజీ మంత్రి జక్కంపూడి రామ్మోహన్‌రావు జయంతి సందర్భంగా వైఎస్సార్‌సీపీ కేంద్ర కార్యాలయంలో గురువారం నివాళులు అర్పించారు. ఈ సందర్భంగా మాజీ ముఖ్యమంత్రి, వైఎస్సార్‌సీపీ అధినేత శ్రీ వైయస్ జగన్ జక్కంపూడి రామ్మోహన్‌రావు చిత్రపటానికి పూలమాల వేసి నివాళు లర్పించారు.జక్కంపూడి రామ్మోహన్‌రావు ప్రజా జీవితంలో చేసిన సేవలను, ముఖ్యంగా ప్రజల సమస్యల పరిష్కారానికి ఆయన చూపిన చొరవను ఈ సందర్భంగా శ్రీ వైయస్ జగన్ స్మరించుకున్నారు. వైయస్ఆర్ కుటుంబంతో జక్కంపూడి రామ్మోహన్‌రావుకు ఉన్న సుదీర్ఘ అనుబంధాన్ని గుర్తుచేసుకున్నారు.ప్రజలతో మమేకమై పనిచేసిన నాయకుడిగా, ప్రజా సమస్యలపై నిరంతరం స్పందించిన నేతగా జక్కంపూడి రామ్మోహన్‌రావు ప్రత్యేక గుర్తింపు పొందారని పేర్కొన్నారు. ఆయన సేవలు, ప్రజల పట్ల చూపిన అంకితభావం ఎప్పటికీ గుర్తుండిపోతాయని తెలిపారు.ఈ కార్యక్రమంలో వైఎస్సార్‌సీపీ ప్రధాన కార్యదర్శి, ఎమ్మెల్సీ లేళ్ళ అప్పిరెడ్డి, వైఎస్సార్‌సీపీ ఎస్సీ సెల్ అధ్యక్షుడు టీజేఆర్ సుధాకర్‌బాబు, పార్టీకి చెందిన పలువురు ముఖ్య నేతలు, నాయకులు పాల్గొని జక్కంపూడి రామ్మోహన్‌రావు చిత్రపటానికి పూలమాలలు వేసి నివాళులర్పించారు.

ఎస్బీఎం కార్యక్రమంపై శిక్షణ

పంచాయతీ కార్యదర్శి నాగేశ్వరావు

ప్యాపిలి, ఆగస్టు 6 (సీమ కిరణం న్యూస్): స్వచ్ఛ భారత్ మిషన్ కార్యక్రమాన్ని గ్రామస్థాయిలో మరింత సమర్థవంతంగా అమలు చేయడానికి పంచాయతీ కార్యదర్శులకు ఎంపీడీవో కార్యాలయంలోని సమావేశ భవనం లో గురువారం శిక్షణ కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా పంచాయతీ కార్యదర్శి నాగేశ్వరావు మాట్లాడుతూ, గ్రామాల్లో పారిశుధ్యం నిర్వహణ, ఘన వ్యర్థాల సేకరణ--నిర్వహణ, పరిశుభ్రమైన పరిసరాల కల్పన, ప్రజల్లో పారిశుద్ధ్యంపై అవగాహన పెంపు వంటి అంశాలపై కార్యదర్శులు ప్రత్యేక దృష్టి సారించాలని తెలిపారు. స్వచ్ఛ భారత్ మిషన్ లక్ష్యాలను ప్రతి గ్రామంలో సమర్థవంతంగా అమలు చేయడంతో పాటు, ప్రజల భాగస్వామ్యంతో గ్రామాలను పరిశుభ్రంగా ఉంచేందుకు కృషి చేయాలని సూచించారు. ప్రభుత్వం నిర్దేశించిన మార్గదర్శకాలను పాటిస్తూ గ్రామపంచాయతీల్లో చేపట్టాల్సిన కార్యక్రమాలపై శిక్షణలో వివరించారు. ఈ శిక్షణలో మండలంలోని పంచాయతీ కార్యదర్శులు పాల్గొని, స్వచ్ఛ భారత్ మిషన్ అమలుకు సంబంధించిన పలు అంశాలపై అవగాహన పెంపొందించుకున్నారు. కార్యక్రమంలో పంచాయతీ కార్యదర్శులు, ఇంజనీరింగ్ అసిస్టెంట్లు పాల్గొన్నారు.

పర్యావరణ పరిరక్షణ ప్రతి ఒక్కరి బాధ్యత

సీఐ వెంకట రమిరెడ్డి

ప్యాపిలి, ఆగస్టు 6 (సీమ కిరణం న్యూస్): పర్యావరణ పరిరక్షణలో భాగంగా ప్యాపిలి పోలీస్ స్టేషన్ ఆవరణలో గురువారం మొక్కలు నాటే కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో సీఐ వెంకట్రామిరెడ్డి పోలీస్ సిబ్బందితో కలిసి మొక్కలు నాటి పర్యావరణ పరిరక్షణకు తమ వంతు బాధ్యతను చాటిచెప్పారు. ఈ సందర్భంగా సీఐ వెంకట్రామిరెడ్డి మాట్లాడుతూ, వాతావరణ సమతుల్యతను కాపాడడంలో మొక్కల పాత్ర ఎంతో కీలకమని అన్నారు. ప్రతి ఒక్కరూ తమ జీవితంలో కనీసం ఒక మొక్కను నాటి, దానిని సంరక్షించే బాధ్యత తీసుకోవాలని సూచించారు. చెట్ల పెంపకం ద్వారా భవిష్యత్ తరాలకు స్వచ్ఛమైన గాలి, ఆరోగ్యకరమైన వాతావరణాన్ని అందించవచ్చని తెలిపారు. అనంతరం పోలీస్ అధికారులు, సిబ్బంది స్టేషన్ ఆవరణలో పలు రకాల మొక్కలను నాటి వాటి సంరక్షణకు కృషి చేయాలని సంకల్పించారు. ఈ కార్యక్రమంలో పోలీస్ స్టేషన్ సిబ్బంది పాల్గొని పర్యావరణ పరిరక్షణకు తమ మద్దతు తెలిపారు.

ప్రపంచ తల్లి పాల వారోత్సవాల్లో నవజాత, శిశుసంరక్షణ,బాలింతల పోషణపై అవగాహన

వెల్దుర్తి, ఆగస్టు 06, (సీమకిరణం న్యూస్): కర్నూలు జిల్లా వెల్దుర్తి మండల కేంద్రంలో ప్రపంచ తల్లి పాల వారోత్సవాల సందర్భంగా ఆరవ రోజు వెల్దుర్తి ప్రాజెక్టు, వెల్దుర్తి సెక్టార్--1, సచివాలయం--2 పరిధిలోని 3వ అంగన్వాడీ కేంద్రం ఆధ్వర్యంలో నవజాత శిశు సంరక్షణ మరియు బాలింతల పోషణపై అవగాహన కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా వెల్దుర్తి కమ్యూనిటీ హెల్త్ సెంటర్ (సీహెచ్సీ) హాస్పిటల్ సూపరింటెండెంట్ డాక్టర్ బాలచంద్రారెడ్డి, డాక్టర్ సాహిత్య, సెక్టార్ 1 అంగన్వాడి సూపర్వైజర్ పద్మావతి,కలిసి జనరల్ హాస్పిటల్లో బాలింతలకు పలు సూచనలు చేశారు. ప్రసవం అనంతరం నవజాత శిశువును శుభ్రంగా తుడిచి వెచ్చటి వస్త్రంతో కప్పి తల్లి వద్ద ఉంచాలని, శిశువు గదిని పరిశుభ్రంగా ఉంచడంతో పాటు వెల్తురాలి తగులకుండా జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని వివరించారు. తల్లి తీసుకునే పౌష్టికాహారం ద్వారా తల్లిపాల నాణ్యత పెరుగుతుందని, ప్రసవానంతరం ఆరోగ్య సిబ్బంది అందించే ఐరన్ మాత్రలు, కాల్షియం మాత్రలను తప్పనిసరిగా వాడాలని సూచించారు. అలాగే అంగన్వాడీ కేంద్రాల ద్వారా అందించే బాలామృతం, గుడ్లు తదితర పౌష్టికాహారాన్ని క్రమం తప్పకుండా వినియోగించాలని తెలిపారు. ఐక్యసాగరం--చిట్టెల గ్రామ సూపర్వైజర్ సుగుణమ్మ మాట్లాడుతూ గర్భిణీలు, బాలింతలు ప్రపంచ తల్లి పాల వారోత్సవాల ప్రాముఖ్యతను తెలుసుకోవాలని, పుట్టిన గంటలోపే శిశువుకు తల్లి పాలు పట్టించడం ద్వారా రోగనిరోధక శక్తి పెరిగి శిశువు ఆరోగ్యంగా ఎదుగుతుందని వివరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో అంగన్వాడీ కార్యకర్తలు రేణుక, రేణుక, వరలక్ష్మి, విజయకుమారి, ఎల్లమ్మ, షబానా, రామలక్ష్మి, మహబూబ్ బీ, ఏఎన్ఎంలు, ఆశా కార్యకర్తలు, గర్భిణీలు, బాలింతలు, తల్లులు మరియు గ్రామస్తులు పాల్గొన్నారు.

తల్లిపాలతోనే పిల్లలకు ఆరోగ్యం

డోన్ టౌన్, ఆగస్టు 06,(సీమ కిరణం న్యూస్): ప్రపంచ తల్లి పాల వారోత్సవాల సందర్భంగా డోన్ ఏరియా ఆసుపత్రిలో ఐసిడిఎస్ సిడిపిఓ ప్రసాద్ బేగం ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథులుగా హాజరైన సూపరింటెండెంట్ హనీఫ్, గ్రౌమ్ రమ్య శిల్పా, గైనకాలజిస్ట్ లు రహేలా, జయలక్ష్మి లు బాలింతలకు తల్లి పాల విశిష్టత గురించి మరియు పిల్లలకు కలిగే ప్రయోజనాల గురించి అవగాహన కల్పించారు. ఐసిడిఎస్ సిబ్బంది మరియు బాలింతలు పాల్గొన్నారు.

ఆర్డిఓ ను కలిసిన మున్సిపల్ కమిషనర్

డోన్ టౌన్, ఆగస్టు 06,(సీమ కిరణం న్యూస్): నూతనంగా బాధ్యతలు చేపట్టిన మున్సిపల్ కమిషనర్ నరేష్ రెడ్డి ఆర్డీవో కార్యాలయం నందు ఆర్డిఓ కె. పి. నరసింహులు ని మర్యాదపూర్వకంగా కలిసి పుష్పగుచ్చం అందజేసి శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు. అనంతరం డోన్ పట్టణ అభివృద్ధి, మునిసిపల్ పరిపాలన, ప్రజలకు మెరుగైన సేవల అందజేత, కొనసాగుతున్న అభివృద్ధి కార్యక్రమాలు మరియు భవిష్యత్ కార్యాచరణకు సంబంధించిన పలు అంశాలపై చర్చించుకున్నారు.

“మెగా డీఎస్సీ కాదు.. దగా డీఎస్సీ”

-వైసిపి నెల్లూరు రూరల్ నియోజకవర్గం ఇంచార్జ్ ఆనం విజయకుమార్ రెడ్డి

నెల్లూరు,ఆగస్టు 06,(సీమకిరణం న్యూస్): కూటమి ప్రభుత్వం చేపట్టిన డీఎస్సీ నిరుద్యోగుల పట్ల దగా డిఎస్సీగా మారిందని, స్పోర్ట్స్ కోటా పేరుతో పెద్ద ఎత్తున అవినీతికి పాల్పడుతూ అర్హత ఉన్న వారికి కాకుండా లేని వారికి ఉద్యోగ అవకాశాలు కల్పిస్తూ డీఎస్సీ కుంభకోణంపై సిబిఐతో విచారణ చేపట్టాలి నెల్లూరు రూరల్ వైఎస్ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ ఇంచార్జ్ ఆనం విజయ కుమార్ రెడ్డి డిమాండ్ చేశారు.మాజీ ముఖ్యమంత్రి వై.యస్.ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ అధినేత వై.యస్. జగన్ మోహన్ రెడ్డి ఆదేశాల మేరకు,మాజీ మంత్రి ఉమ్మడి నెల్లూరు జిల్లా వై.యస్.ఆర్. కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షులు డాక్టర్ కాకాణి గోవర్ధన్ రెడ్డి సూచన మేరకు నెల్లూరు రూరల్ నియోజకవర్గం పరిధిలోని కరెంట్ ఆఫీస్ సెంటర్లో ఉన్న దివంగత వైయస్ రాజశేఖర్ రెడ్డి విగ్రహం దగ్గర వైఎస్ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ నెల్లూరు రూరల్ నియోజకవర్గం ఇంచార్జ్ ఆనం విజయ కుమార్ రెడ్డి ఆధ్వర్యంలో డీఎస్సీలో జరిగిన అక్రమాలపై సిబిఐ ఎంక్వైరీ జరపాలని, కారకుడైన విద్యాశాఖ మంత్రి నారా లోకేష్ రాజీనామా చేయాలని, ఫీజు రీయింబర్స్మెంట్ బకాయిలను విడుదల చేయాలని,నిరుద్యోగ భృతి రూ.3వేలు వెంటనే ఇవ్వాలని కోరుతూ రిలే నిరాహార దీక్షల ప్రారంభానికి ముఖ్యఅతిథిగా నెల్లూరు జడ్పీ చైర్పర్సన్ ఆనం అరుణమ్మ పాల్గొని.. ఆనం విజయకుమార్ రెడ్డి స్థానిక నాయకులతో కలిసి రిలే నిరాహార దీక్షను ప్రారంభించారు.రిలే నిరాహార దీక్ష ప్రారంభించక ముందు దివంగత నేత వైయస్ రాజశేఖర్ రెడ్డి విగ్రహానికి పూలమాలలు వేసి ఘన నివాళులు అర్పించారు.అనంతరం రిలే నిరాహార దీక్ష వేదిక వద్దకు చేరుకొని.. రిలే నిరాహార దీక్ష ప్రారంభించారు. రిలే నిరాహార దీక్ష ప్రారంభించిన పది నిమిషాలకే దర్గా మిట్ట పోలీసులు దీక్ష ప్రాంతానికి చేరుకొని.. మైకి పర్మిషన్ లేదని హుకుం జారీ చేశారు. వెంటనే స్పందించిన ఆనం విజయకుమార్ రెడ్డి స్థానిక డిఎస్పీకి ఫోన్ చేసి.. నిరాహార దీక్షకు పరిమిషన్ తీసుకున్నానని.. పరిమిషన్ లేదంటూ దర్గామిట్ట పోలీసులు దీక్ష వద్దకు చేరుకొని భగ్నం కలిగించడం సరైన పద్ధతి కాదన్నారు. అనంతరం పోలీసులు మైకులను తొలగించడంతో కొద్దిసేపు ఉద్రిక్త వాతావరణం నెలకొంది. ఆనం విజయ కుమార్ రెడ్డి సొంత మైక్ తో కార్యక్రమాన్ని యధావిధిగా కొనసాగించారు.పోలీసులు ఎన్ని అడ్డంకులు చేసిన నాలుగు రోజుల పాటు రిలే నిరాహార దీక్ష కొనసాగుతుందని ఆనం విజయ్ కుమార్ రెడ్డి స్పష్టం చేశారు.రిలే నిరాహార దీక్ష కార్యక్రమాన్ని చేపట్టిన ఆనం విజయకుమార్ రెడ్డి నాయకులు,కార్యకర్తలు పూలమాలలు వేసి.. దీక్షకు సంఘీభావం తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా ఆనం విజయ కుమార్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ డీఎస్సీ కుంభకోణంపై సిబిఐతో విచారణ చేపట్టాలని, విద్యాశాఖ మంత్రిగా ఉన్న నారా లోకేష్ ను వెంటనే రాజీనామా చేయాలని డిమాండ్ చేశారు.ప్రజలకు ఇచ్చిన హామీలు నెరవేర్చడంలో కూటమి ప్రభుత్వం పూర్తిగా విఫలమైందని మండిపడ్డారు.ప్రజలకు ఇచ్చిన హామీలలో నెరవేర్చడంలో ఏకైక ప్రజానేత వైఎస్ జగన్మోహన్ రెడ్డి అని కొనియాడారు. ఎన్నికల సమయంలో మోసపూరిత వాగ్దానాలు చేసి గద్దెనెక్కిన తర్వాత ప్రజలను మోసం చేయడం వారికి వెన్నతో పెట్టిన విద్యగా మారిందని ఆరోపించారు.నీట్ ప్రశ్నపత్రం లీకేజీ, ఫీజు రియంబర్స్మెంట్ బకాయిలు,నిరుద్యోగ భృతి చెల్లింపుల్లో ప్రభుత్వం పూర్తిగా విఫలమైంది ఇలా చెప్పుకుంటూ పోతే రాష్ట్రంలో అంతా శూన్యంగానే కనిపిస్తోంది అని కూటమి ప్రభుత్వంపై మండిపడ్డారు.ఈ కార్యక్రమంలో వైఎస్ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ రూరల్ నియోజకవర్గం పరిశీలకులు చిల్లకూరు సుధీర్ రెడ్డి, మాజీ సేవాదళ్ అధ్యక్షులు మాలెం సుధీర్ రెడ్డి,జిల్లా ఉపాధ్యక్షులు చెవిరెడ్డి ప్రభాకర్ రెడ్డి,29 డివిజన్ కార్పొరేటర్ సత్తార్,21వ డివిజన్ కార్పొరేటర్ మొయిళ్ళా గౌరీ,రూరల్ మండల అధ్యక్షులు పుచ్చలపల్లి రాంప్రసాద్ రెడ్డి,మాజీ ఏఎంసీ చైర్మన్ యేసు నాయుడు,మాజీ కార్పొరేటర్ మదన్మోహన్ రెడ్డి, డివిజన్ ఇన్చార్జులు, క్లస్టర్ ఇన్చార్జులు, నాయకులు,కార్యకర్తలు అభిమానులు,తదితరులు పాల్గొన్నారు.

జలదుర్గం పోలీస్ స్టేషన్లో మొక్కలు నాటిన ఎస్సై అనిల్ కుమార్

ప్యాపిలి ఆగస్టు 6 (సీమ కిరణం న్యూస్): ప్యాపిలి మండలం జలదుర్గం పోలీస్ స్టేషన్ ఆవరణలో గురువారం ఎస్సై అనిల్ కుమార్ ఆధ్వర్యంలో మొక్కలు నాటే కార్యక్రమం నిర్వహించారు. పర్యావరణ పరిరక్షణలో భాగంగా పోలీస్ స్టేషన్ ప్రాంగణంలో పలు రకాల మొక్కలను నాటి వాటి సంరక్షణకు ప్రత్యేక చర్యలు తీసుకోవాలని సిబ్బందికి సూచించారు. ఈ సందర్భంగా ఎస్సై అనిల్ కుమార్ మాట్లాడుతూ, పర్యావరణ సమతుల్యతను కాపాడేందుకు ప్రతి ఒక్కరూ మొక్కలు నాటడంతో పాటు వాటిని సంరక్షించే బాధ్యత కూడా తీసుకోవాలని అన్నారు. ప్రతి వ్యక్తి కనీసం ఒక మొక్కను నాటి పెంచితే భవిష్యత్ తరాలకు స్వచ్ఛమైన వాతావరణాన్ని అందించవచ్చని పేర్కొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో పోలీస్ స్టేషన్ సిబ్బంది పాల్గొని మొక్కలు నాటి, పర్యావరణ పరిరక్షణకు తమ వంతు కృషి చేస్తామని ప్రతిజ్ఞ చేశారు.

డోన్ వైయస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ ఆధ్వర్యంలో రిలే దీక్షలు

డోన్ టౌన్, ఆగస్టు 06,(సీమ కిరణం న్యూస్): మెగా 2025 డీఎస్సీ లీక్ పై కూటమి ప్రభుత్వం అక్రమాల పై రాష్ట్రంలో వైయస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ ఏ పి జి ఈ ఎన్ -ఎన్ డబ్ల్యూ ఏ ఆర్ నెల మొదటి తేదీన నుంచి యాంకర్ రవీంద్ర నియోజకవర్గం లో చేరిన వారి కార్యక్రమం రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర మాజీ ముఖ్యమంత్రి వైయస్ జగన్మోహన్ రెడ్డి ఆదేశాల మేరకు ఆంధ్ర ప్రదేశ్ రాష్ట్ర ఆర్థిక శాఖ మంత్రివర్యులు బుగ్గన రాజేంద్రనాథ్ రెడ్డి సారథ్యంలో డోన్ నియోజకవర్గం లోని పట్టణం నడిబొడ్డున సమైక్యాంధ్ర కట్ట వేదికగా బేతంచెర్ల మండలం నుండి నేడు పెద్ద ఎత్తున చేపట్టిన రిలే నిరాహార దీక్ష కార్యక్రమం రేపు యధావిధిగా ప్యాపిలి మండలం వారి ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించబడును ఈ కార్యక్రమాన్ని డోన్ వైఎస్ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ ఆఫీస్ ఇంచార్జి వారి చేత రిలే నిరాహార దీక్షలో పాల్గొన్న వాళ్లను నిమ్మరసం ఇచ్చి రిలే నిరాహార దీక్ష విరమింప చేయడం జరిగింది కార్యక్రమంలో ఆఫీస్ ఇంచార్జ్ ఎద్దుల రాజేంద్రనాథ్ రెడ్డి ,ఆధ్వర్యంలో డోన్ ఎంపీపీ రేగటి రాజశేఖర్ రెడ్డి ,జడ్పిటిసి రాజకుమార్ , మున్సిపల్ వైస్ చైర్మన్ జాకీర్ హుస్సేన్, డోన్ మండల అధ్యక్షులు సోమేశ్ యాదవ్ మాజీ మార్కెట్ యార్డ్ చైర్మన్ రామచంద్రుడు మెట్ట రవి , సోమశేఖర్ ,పాలుట్ల రఘురామ్ డోన్ పట్టణ యువజన అధ్యక్షులు చలం వంశీ జనరల్ సెక్రెటరీ చంద్ర మేడా రఘు పెయింటర్ వెంకటేష్ దారా ప్రతాపరెడ్డి ఆర్ట్ రమణ ఎరుకలి రఘు యూత్ లీడర్ వలి యూత్ లీడర్ శేక్ష మాజీ కౌన్సిలర్లు వైయస్సార్ కాంగ్రెస్ పార్టీ కార్యకర్తలు ప్రజా ప్రతినిధులు మద్దతుదారులు పాల్గొనడం జరిగింది

రాజా విజయకుమార్ జన్మదినం సందర్భంగా ప్రభుత్వ పాఠశాలకు రూ.24 వేల విలువైన సౌండ్ సిస్టమ్ విరాళం

డోన్ టౌన్, ఆగస్టు 06,(సీమ కిరణం న్యూస్): డోన్ భారత్ గ్యాస్ అధినేత, రోటరీ క్లబ్ ఆఫ్ డోన్ వ్యవస్థాపక అధ్యక్షులు రాజా విజయకుమార్ 68వ జన్మదినాన్ని పురస్కరించుకుని నెహ్రూ నగర్ జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాలకు రూ.24,000 విలువైన సౌండ్ సిస్టమ్‌ను పాఠశాల ఉపయోగార్థం విరాళంగా అందజేశారు. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథితులుగా డోన్ మున్సిపల్ కమిషనర్ కాసిరెడ్డి నరేష్ రెడ్డి, మండల విద్యాధికారి రఘునాయక్ పాల్గొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయులు సురేష్ బాబు ఉపాధ్యాయ బృందం, రోటరీ క్లబ్ సభ్యులు హాజరయ్యారు. ఈ సందర్భంగా వక్తలు మాట్లాడుతూ, రాజా విజయకుమార్ విద్యా, సామాజిక అభివృద్ధి కోసం నిరంతరం సేవా కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తూ సమాజానికి ఆదర్శంగా నిలుస్తున్నారని కొనియాడారు. రోటరీ క్లబ్ అధ్యక్షులు బైరెడ్డి గంగిరెడ్డి మాట్లాడుతూ, విద్యార్థులు చిన్న వయస్సులోనే తమ జీవిత లక్ష్యాన్ని నిర్దేశించుకుని దానిని సాధించేందుకు పట్టుదలతో కృషి చేయాలని, విద్యతో పాటు క్రమశిక్షణ, సేవాభావాన్ని అలవర్చుకుని ఉత్తమ పౌరులుగా ఎదగాలని సూచించారు. అనంతరం రాజా విజయకుమార్ ని రోటరీ క్లబ్ సభ్యులు, పాఠశాల యాజమాన్యం ఘనంగా సత్కరించారు. అలాగే మున్సిపల్ కమిషనర్ కాసిరెడ్డి నరేష్ రెడ్డి ని కూడా పాఠశాల యాజమాన్యం మరియు రోటరీ క్లబ్ సభ్యులు ఘనంగా సన్మానించారు.

సర్పరాజపురం సమీపంలో రోడ్డుపైకి వచ్చిన ముళ్లకంపలు..

ఎదురుగా వచ్చే వాహనాలు కనిపించని పరిస్థితి.. అధికారుల నిర్లక్ష్యం

వెల్దుర్తి, ఆగస్టు 6 (సీమకిరణం న్యూస్): కర్నూలు జిల్లా వెల్దుర్తి మండలం లో సర్పరాజపురం గ్రామ సమీపంలోని వెల్దుర్తి--బేతంచెర్ల ప్రధాన రహదారిపై రోడ్డుకు ఇరువైపులా ఉన్న చెట్లు, ముళ్లకంపలు విస్తరించి నడిరోడ్డుపైకి రావడంతో వాహనదారులు తీవ్ర ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్నారు. ఈ రహదారిపై నిత్యం భారీ సంఖ్యలో వాహనాలు రాకపోకలు సాగుతాయి, రోడ్డుకు అడ్డంగా పెరిగిన ముళ్లకంపల కారణంగా ఎదురుగా వచ్చే వాహనాలు కనిపించక ప్రమాదాలు జరిగే అవకాశం ఉందని స్థానికులు ఆందోళన వ్యక్తం చేస్తున్నారు.రహదారిపై పెరిగిన చెట్ల కొమ్మలు, ముళ్లకంపలను వెంటనే తొలగించి వాహనదారులకు ఇబ్బందులు లేకుండా చూడాలని సర్పరాజపురం గ్రామ ప్రజలు అధికారులను కోరుతున్నారు. ఏదైనా ప్రమాదం జరిగిన తర్వాత కాకుండా ముందస్తు చర్యలు తీసుకుని రహదారిని పూర్తిగా శుభ్రం చేయాలని, ప్రయాణికుల ప్రాణాలను కాపాడేలా ఆర్అండ్బీ అధికారులు తక్షణమే స్పందించాలని స్థానికులు విజ్ఞప్తి చేశారు.

అంతర్జాతీయస్థాయి కరాటేలో గోల్డ్ మెడల్స్ సాధించిన విద్యార్థులను అభినందించిన కమిషనర్, మేయర్

నెల్లూరు,ఆగస్టు 06, (సీమకిరణం న్యూస్): అంతర్జాతీయస్థాయి కరాటేలో గోల్డ్ మెడల్స్ సాధించిన విద్యార్థులను ప్రత్యేకంగా నెల్లూరు నగరపాలక సంస్థ గౌరవ మేయర్ దేవరకొండ సుజాత అశోక్,కమిషనర్ వైఓ నందన్ అభినందించారు. నగరపాలక సంస్థ కార్యాలయం మేయర్ చాంబర్, కమిషనర్ చాంబర్లల్లో విద్యార్థులు ఝాన్సీ రెడ్డి, చరణ్ రెడ్డి లు మేయర్, కమిషనర్ లను గురువారం గౌరవప్రదంగా కలుసుకొని, కరాటే పోటీలలో తాము సాధించిన పతకాలు, అవార్డులను ప్రదర్శించారు. ఈ సందర్భంగా మేయర్ విద్యార్థులను ప్రత్యేకంగా అభినందించి శుభాశీస్సులను తెలియజేశారు. భవిష్యత్తులో క్రీడలలో ఉన్నత స్థాయికి చేరేందుకు నగరపాలక సంస్థ నుంచి అవసరమైన ప్రోత్సాహాన్ని తప్పకుండా అందిస్తామని మేయర్ వారికి తెలిపారు. అనంతరం కమిషనర్ విద్యార్థులను శాలువాలతో సత్కరించి క్రీడలలో అంతర్జాతీయ స్థాయికి చేరుకొని దేశ గౌరవాన్ని పెంపొందించాలని ఆకాంక్షించారు.ఈ సందర్భంగా మాస్టర్లు మాట్లాడుతూ ఈనెల ఆగస్టు 2వ తేదీ ఆదివారం ఊటీలో జరిగిన 4త్ ఇంటర్నేషనల్ గోజూరియు కరాటె ఓపెన్ టోర్నమెంట్ లో నెల్లూరు డీకే మహిళా కళాశాల ఇంటర్మీడియట్ ద్వితీయ సంవత్సరం విద్యార్థిని ఝాన్సీ రెడ్డి 55 కేజీ ల విభాగంలో గోల్డ్ మెడల్ సాధించారని తెలిపారు.అదేవిధంగా శ్రీ చైతన్య కళాశాల ఇంటర్మీడియట్ విద్యార్థి చరణ్ రెడ్డి 65 కేజీ ఫైటింగ్ కేటగిరిలో గోల్డ్ మెడల్ సాధించారని వెల్లడించారు. ఈ టోర్నమెంట్ కి మలేషియా,కతర్,శ్రీలంక, ఇండియా క్రీడాకారులు పాల్గొన్నారని,ఈ టోర్నమెంట్ కి మహా గురు అనంతన్ నాయకత్వం వహించారని తెలిపారు.ఈ కార్యక్రమంలో కరాటే మాస్టర్లు షిహాన్ రవికాంత్, రాష్ట్ర కార్యదర్శి రన్ని భరద్వాజ్ పాల్గొన్నారు.

డోన్ ఆర్టీసీ బస్ స్టాండ్‌లో మహిళల భద్రతపై అవగాహన కార్యక్రమం

డోన్ టౌన్, ఆగస్టు 06,(సీమ కిరణం న్యూస్): గురువారం డోన్ పట్టణంలోని ఆర్టీసీ బస్ స్టాండ్‌లో పట్టణ పోలీస్ ఇన్‌స్పెక్టర్ ఇంతియాజ్ భాష ఆధ్వర్యంలో మహిళల భద్రత, హక్కులు మరియు అత్యవసర పోలీస్ సేవలపై ప్రత్యేక అవగాహన కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా సీఐ మాట్లాడుతూ, మహిళలపై జరిగే వేధింపులు, ఈవ్‌టీజింగ్, గృహహింస, సైబర్ వేధింపులు లేదా ఇతర నేరాలను ఏమాత్రం సహించవద్దని సూచించారు. ఎలాంటి ఇబ్బందులు ఎదురైనా వెంటనే పోలీసులను ఆశ్రయించాలని, ఫిర్యాదు చేసిన వారి వివరాలను పూర్తిగా గోప్యంగా ఉంచి చట్టపరమైన చర్యలు తీసుకుంటామని తెలిపారు. అలాగే అత్యవసర పరిస్థితుల్లో ప్రజలు 100 మరియు 112 టోల్ ఫ్రీ నంబర్లకు కాల్ చేసి తక్షణ పోలీసు సహాయం పొందవచ్చని వివరించారు. చిన్నారుల భద్రతకు సంబంధించిన సమస్యల కోసం 1098 చైల్డ్ హెల్ప్‌లైన్ సేవలను వినియోగించుకోవాలని సూచించారు. మహిళల భద్రతను మరింత బలోపేతం చేసేందుకు ఆంధ్రప్రదేశ్ పోలీసులు అందుబాటులోకి తీసుకొచ్చిన శక్తి యాప్ గురించి అవగాహన కల్పించారు. ప్రతి మహిళ తమ మొబైల్ ఫోన్‌లో శక్తి యాప్‌ను డౌన్‌లోడ్ చేసుకోవాలని, అత్యవసర పరిస్థితుల్లో యాప్‌లోని ఎస్‌ఓఎస్ సదుపాయం ద్వారా వెంటనే పోలీసులకు సమాచారం చేరి తక్షణ సహాయం అందేలా రూపొందించబడిందని వివరించారు. ప్రజలు తమ పరిసరాల్లో జరిగే నేరాలు, అనుమానాస్పద వ్యక్తులు లేదా చట్టవిరుద్ధ కార్యకలాపాల గురించి వెంటనే పోలీసులకు సమాచారం అందించి, నేరరహిత సమాజ నిర్మాణంలో భాగస్వాములు కావాలని పిలుపునిచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఆర్టీసీ బస్ స్టాండ్‌లోని ప్రయాణికులు, మహిళలు, విద్యార్థులు , స్థానిక వ్యాపారులు మరియు పోలీసు సిబ్బంది పాల్గొని మహిళల భద్రత, అత్యవసర సేవలు మరియు శక్తి యాప్ వినియోగంపై అవగాహన పొందారు.

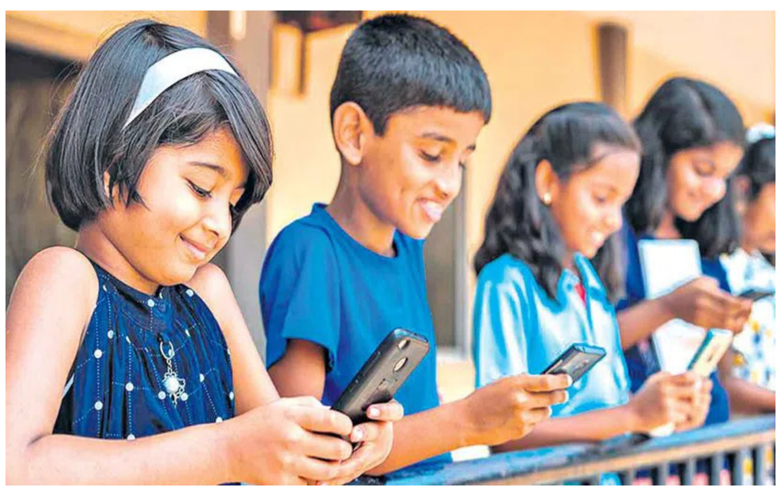
క్రెడిట్ కార్డు తీసుకున్న వ్యక్తి మరణిస్తే.. అతడి బిల్లు ఎవరు చెల్లించాలి.. బ్యాంకింగ్ రూల్స్ ఏం చెబుతున్నాయంటే..

క్రెడిట్ కార్డు తీసుకున్న వ్యక్తి మరణిస్తే అతడి బిల్లును ఎవరు చెల్లించాలి.. కుటుంబసభ్యులపై ఆ భారం పడుతుందా.. అసలు నిబంధనలు ఏం చెబుతున్నాయి అనే ప్రశ్నలు చాలామందిలో ఉంటాయి. చాలామందికి ఈ విషయాలు తెలియవు. బ్యాంకింగ్ నిబంధనలు ఏం చెబుతున్నాయనేది చూద్దాం. ప్రస్తుత ఆర్థిక పరిస్థితుల కారణంగా చాలామంది క్రెడిట్ కార్డులను ఉపయోగిస్న్?న్నారు. వ్యాపారులు, ఉద్యోగులు అనే తేడా లేకుండా అందరూ క్రెడిట్ కార్డులను యూజ్ చేస్తున్నారు. కొంతమంది సకాలంలో బిల్లు చెల్లిస్తే.. మరికొంతమంది బిల్లులు కట్టలేక సతమతమవుతుంటారు. అయితే క్రెడిట్ కార్డ్ హోల్డర్ మరణిస్తే.. బిల్లు ఎవరు చెల్లిస్తారు? అనే అనుమానం చాలామందికి ఉంటుంది. కార్డుదారుడు చనిపోతే అతడి కుటుంబం బిల్లును చెల్లించాల్సి ఉంటుందా..? బ్యాంకింగ్ నిబంధనలు ఏం చెబుతున్నాయి..? అనే విషయాలు ఇప్పుడు చూద్దాం. నిబంధనల ప్రకారం.. కార్డుదారుడు చనిపోతే.. ఆ బిల్లు నేరుగా హోల్డర్ కుటుంబంపై పడదు. ఆ మొత్తాన్ని మొదట కార్డుదారుడి ఆస్తి నుండి చెల్లిస్తారు. బ్యాంక్ ఖాతాలు, ఫిక్స్డ్ డిపాజిట్లు, పెట్టుబడులు, ఇళ్లు, కార్లు, నామినీ లేని బీమా వంటి వాటి నుంచి తీసుకుంటారు. క్రెడిట్ కార్డ్ కేవలం మరణించిన వ్యక్తి పేరు మీద మాత్రమే ఉన్నట్లయితే.. ఆ అప్పు వారి ఆస్తి నుండి మాత్రమే వసూలు చేయస్తారు. అయితే ఉమ్మడి క్రెడిట్ కార్డ్ అయితే.. జీవించి ఉన్న ఉమ్మడి వినియోగదారుడు చెల్లించాల్సిన మొత్తం బకాయిని చెల్లించాల్సి ఉంటుంది. కేవలం అధీకృత వినియోగదారుడిగా ఉన్నంత మాత్రాన ఒక వ్యక్తి అప్పుకు వ్యక్తిగతంగా బాధ్యుడు కారు.

ఎఫ్‌బీలో ఇక లోకల్

ప్రపంచంలో ఏం జరుగుతున్నది? అనే ఆసక్తి కంటే.. మన చుట్టూ ఏం అవుతున్నదో తెలుసుకోవడానికే ఎక్కువ ఆసక్తి చూపిస్తాం. అందుకే 'లోకల్' ఈవెంట్స్‌కి అంత ప్రాధాన్యం ఇస్తున్నాయి ఆన్‌లైన్ ప్లాట్‌ఫామ్స్. ప్రాంతీయ వార్తలతో కొన్ని యాప్‌లే అందుబాటులోకి వచ్చాయంటే లోకల్ పవర్ ఏంటో అర్థం చేసుకోవచ్చు. అందుకే ఫేస్‌బుక్ కూడా మరో అడుగు ముందుకేసి ప్రత్యేకంగా 'లోకల్ ట్యాబ్'ని పరిచయం చేసేందుకు సిద్ధం అవుతున్నది. ట్యాబ్‌లో మనం ఉన్న ప్రాంతంలో చోటు చేసుకునే ఈవెంట్స్, ఇతర ముఖ్యమైన అప్‌డేట్స్ అన్నిటినీ చూపిస్తుంది. ప్రముఖమైన గ్రూప్స్, ముఖ్యమైన నాయకులు, బిజినెస్ అప్‌డేట్స్, అమ్మకాలకు సంబంధించిన వివరాల్ని చూడొచ్చు. రాబోయే వారంలో ఏవైనా ఈవెంట్స్ ఉంటే అలెర్ట్స్ కూడా వస్తాయి. దీంతో ఈ 'లోకల్ ట్యాబ్'తో మీరున్న ప్రాంతంలో ఏం జరుగుతుందో ఇట్టే తెలుసుకోవచ్చు. మరో విషయం ఏంటంటే.. ఫేస్‌బుక్ 'ఎక్స్‌ప్లోర్ ట్యాబ్' పేరుతో మరోటి రానుంది. దాంట్లో మీ ఆసక్తుల మేరకే కంటెంట్ కనిపించేలా ఏర్పాటు చేస్తున్నారు. అంతే.. మీరు ఫేస్‌బుక్‌లో ఎలాంటి కంటెంట్ చూస్తున్నారు అనే ట్రాకింగ్ ఆధారంగా ఈ ఎక్స్‌ప్లోర్ ట్యాబ్ పనిచేస్తుంది. యూజర్ సెంట్రిక్‌గా కావాల్సిన కంటెంట్ మాత్రమే అందించేలా ఏఐతో ముందుకొస్తున్నది ఫేస్‌బుక్. అలాగే, వీడియోలను కూడా నచ్చినట్టుగా చూసేందుకు 'వీడియో ట్యాబ్' రానుంది. వీడియో నిడివి ఆధారంగా ఒకే ట్యాబ్‌లో అన్నిటినీ ఆర్గనైజ్ చేసుకోవచ్చు.

రోజంతా స్మార్ట్‌ఫోన్‌తోనే సావాసం చేస్తున్నారా జర జాగ్రత్త



నేటితరం 'సెల్'లో చిక్కుకు పోతున్నది. రోజంతా స్మార్ట్‌ఫోన్‌తోనే సావాసం చేస్తున్నది. పగలూరాత్రీ తెరకే అంకితమైపోతున్నది. ఇలా అతిగా ఫోన్‌ను వాడటం.. పిల్లల కమ్యూనికేషన్ సామర్థ్యాలను దెబ్బతీస్తుందనీ, వారిలో మాట్లాడే నైపుణ్యంతోపాటు వినికిడి శక్తికి ఆటంకం కలిగిస్తుందని ఓ పరిశోధనలో తేలింది. పిల్లల్లో స్మార్ట్‌ఫోన్ వినియోగం వల్ల కలిగే అనర్థాలపై ఇంగ్లండ్‌లోని కమిషన్ ఫర్ ఒరాసీ ఎడ్యుకేషన్ ఇటీవల ఓ సర్వే చేసింది. 1,007 మందితో పోల్ నిర్వహించి.. పలు విస్తుగొలిపే విషయాలను వెల్లడించింది. స్మార్ట్‌ఫోన్‌ను ఎక్కువగా వాడే పిల్లల్లో జ్ఞాపకశక్తి తగ్గడం గుర్తించినట్లు సర్వేలో తేలింది. బాల్యంలో పిల్లల మెదడు ఎక్కువ అభివృద్ధి చెందుతుందనీ, ఈ సమయంలో మొబైల్ వాడటం వారి మెదడు పనితీరుపై ప్రభావం చూపుతుందని పరిశోధకులు చెబుతున్నారు. కొత్తగా మాటలు నేర్చుకునేవారితోపాటు ఇప్పటికే సమర్థంగా కమ్యూనికేట్ చేసే పిల్లల సామర్థ్యాన్ని కూడా స్మార్ట్‌ఫోన్‌లు దెబ్బతీస్తున్నాయని వారు వెల్లడించారు. ఈ పరిణామాలు భవిష్యత్ యువతలో నైపుణ్యాలను దెబ్బతీసే ప్రమాదం ఉన్నదని ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. అందుకే, పిల్లలు స్మార్ట్‌ఫోన్‌లకు బానిసలుగా కాకుండా, ప్రారంభ దశలోనే అడ్డుకోవాలనీ, చదువు ప్రాధాన్యాన్ని వారికి తెలియజేయాలని తల్లిదండ్రులకు సూచిస్తున్నారు. పిల్లలు తమ ఆలోచనలను వ్యక్తీకరించడం, అర్థవంతమైన చర్చలలో పాల్గొనడాన్ని ప్రోత్సహించాలని చెబుతున్నారు.

'డిమెన్షియా'ను ఢీ కొడదాం

మారుతున్న జీవనశైలి.. మహిళలను డిమెన్షియా బారిన పడదోస్తున్నది. ప్రపంచవ్యాప్తంగా డిమెన్షియా బాధితుల సంఖ్య పెరగడం.. ఆందోళన కలిగిస్తున్నది. ఇటీవల నిర్వహించిన ఓ సర్వేలో.. 60 ఏండ్లు, అంతకంటే ఎక్కువ వయసు ఉన్నవారిలో 5 నుంచి 8శాతం మంది డిమెన్షియాతో బాధపడుతున్నారని తేలింది. 85 ఏండ్లు పైబడిన వారిలో ఈ సమస్య 30 నుంచి 50 శాతం వరకూ కనిపిస్తున్నది. ఆసక్తికరంగా.. అల్జీమర్స్‌తో బాధపడుతున్న వారిలో దాదాపు మూడింట రెండొంతుల మంది మహిళలు.. డిమెన్షియా వల్ల ప్రభావితం అవుతున్నారని సర్వే వెల్లడించింది. హార్మోన్ మార్పులు: మెనోపాజ్ దశకు చేరుకున్న మహిళల్లో ఈస్ట్రోజెన్, న్యూరోప్రొటెక్టివ్ లాంటి హార్మోన్‌లు క్షీణించడం ప్రారంభమవుతుంది. ఇది మహిళల్లో జ్ఞాపకశక్తి తగ్గడానికి కారణం అవుతున్నది. ఈస్ట్రోజెన్ హార్మోన్.. మెదడు కణాలను రక్షించడంలో సాయపడుతుందనీ, కణాల మధ్య కమ్యూనికేషన్‌కు ఉపయోగపడుతుందనీ పలు అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి. కాబట్టి, ఈస్ట్రోజెన్ స్థాయిలు తగ్గే మహిళల్లో చిత్తవైకల్యం పెరిగే అవకాశం ఉన్నది. ఆరోగ్య పరిస్థితులు: ఆటో ఇమ్యూన్ వ్యాధులు, మానసిక సమస్యలు కూడా చిత్తవైకల్యానికి దారితీసేవే! డిప్రెషన్ కూడా డిమెన్షియా ప్రమాదాన్ని పెంచుతాయి. మార్పులతోనే సాధ్యం.. మెదడు ఆరోగ్యాన్ని పెంచడంతోపాటు డిమెన్షియా ప్రమాదాన్ని తగ్గించడానికి జీవనశైలిలో కొన్ని మార్పులు చేసుకోవడం అనివార్యం అంటున్నారు నిపుణులు.

ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం: ఆహారంలో ఆకు కూరలు, పండ్లు, డ్రై ఫ్రూట్స్‌తోపాటు తృణధాన్యాలు ఉండేలా చూసుకోవాలి. జంక్‌ఫుడ్‌కు వీలైనంత దూరంగా ఉండాలి. ప్రాసెస్ చేసిన ఆహార పదార్థాలను తరచుగా తీసుకుంటే.. మెదడు ఆరోగ్యంపై ప్రతికూల ప్రభావం పడుతుంది.

సరైన నిద్ర: పడుకున్న సమయంలోనే మెదడుకు కాస్తంత విశ్రాంతి దొరుకుతుంది. నిద్ర లేకపోవడం జ్ఞాపకశక్తిని కోల్పోయేలా చేస్తుందని నేషనల్ ఇన్‌స్టిట్యూట్ ఆఫ్ హెల్త్ నిర్వహించిన ఓ పరిశోధనలో తేలింది. కాబట్టి.. మెదడు చురుగ్గా ఉండాలంటే.. కంటినిండా నిద్ర పోవాల్సిందే!

వ్యాయామం: రోజూ వ్యాయామం.. మెదడును నిత్యనూతనంగా ఉంచుతుంది. వ్యాయామంతో మెదడుకు రక్త ప్రవాహం పెరుగుతుంది. తగిన స్థాయిలో ఆక్సిజన్, పోషకాలు అందుతాయి. కొన్ని రకాల వ్యాయామాల వల్ల ఏకాగ్రత, జ్ఞాపకశక్తి కూడా పెరుగుతుంది. అందుకే, వారంలో కనీసం 150 నిమిషాలైనా వ్యాయామం చేయాలి.

ఒత్తిడికి చెక్: పని భారం, కుటుంబ సమస్యలతో ఒత్తిడికి గురవడం కూడా డిమెన్షియాకు కారణమే! ఒత్తిడి వల్ల మెదడులో 'కార్టిసాల్' అనే హార్మోన్ స్థాయిలు పెరిగి.. మెదడు ఆరోగ్యానికి చేటుచేస్తాయి. దీర్ఘకాలంలో మెదడు కణాలను కూడా దెబ్బతీస్తాయి. కాబట్టి, ఒత్తిడిని తగ్గించుకోవడానికి నిత్యం యోగా, ధ్యానం వంటివి అలవాటు చేసుకోవాలి.

మనం జీవితంలో సక్సెస్ సాధించాలంటే ఈ ప్రత్యేక లక్షణాలను అలవర్చుకోవాలట

ప్రతి ఒక్కరూ జీవితంలో సక్సెస్ కావాలని భావిస్తారు. కానీ అందరూ సక్సెస్ కాలేకపోతారు. ఎందుకంటే విజయం కోరుకున్నంత సులువుగా రాదు. అందుకోసం ఎంతో కృషి చేయాలి. ఎన్నో అలవాట్లు మార్చుకోవాలి. జీవితంలో విజయం సాధించిన చాలా మంది ఎన్నో కష్టాలు దాటి వచ్చిన వారే ఉంటారు. కష్టాలను ఇష్టాలుగా స్వీకరించి ముందుకుసాగే వారే విజయాన్ని సొంతం చేసుకుంటారు. జీవితంలో సక్సెస్ రావాలంటే కష్టమైనా సరే కొన్ని మంచి లక్షణాలు అలవర్చుకోవాలి. అవేంటో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం..

ఉదయం నిద్ర లేవడం

అందరికీ రోజులో ఉండేది 24 గంటలు మాత్రమే. అయితే ఆ సమయాన్ని ఎవరు ఎక్కువగా ఉపయోగించుకుంటే వాళ్లే విజయం సాధిస్తారు. అందుకోసం మొదట చేయాల్సింది ఉదయాన్నే నిద్ర లేవడం. ఉదయం 5 గంటలకే నిద్రలేవడం అలవాటు చేసుకుంటే రోజులో ఎంతో సమయం మిగులుతుంది.

పుస్తకాలు చదవడం

విజయం సాధించే వారిలో ఉండే మరో మంచి లక్షణం పుసక్త పఠనం. ఇప్పుడు జీవితంలో గొప్ప స్థానంలో ఉన్న వాళ్లు అందరికీ కచ్చితంగా పుస్తకం చదివే అలవాటు ఉంటుంది. ముఖ్యంగా మోటివేషనల్‌కు సంబంధించిన పుస్తకాలు చదవడంవల్ల మనలో ప్రేరణ కలుగుతుంది. ఒక్కసారి పుస్తకం చదవడం అలవాటు చేసుకుంటే ఆ తర్వాత మీలో వచ్చే మార్పును మీరే స్పష్టంగా గమనిస్తారు.

ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడం

జీవితంలో అనుకున్నది సాధించాలంటే ముందుగా మన ఆరోగ్యం బాగుండాలి. కాబట్టి ఆరోగ్యం విషయంలో అన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. కచ్చితంగా ఉదయం లేవగానే వ్యాయామం చేయాలి. ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం మాత్రమే తీసుకోవాలి. రాత్రిళ్లు త్వరగా నిద్రపోవాలి. తక్కువ జబ్బులు పడేవారే ఎక్కువ పనిచేస్తారనే విషయాన్ని గుర్తించాలి.

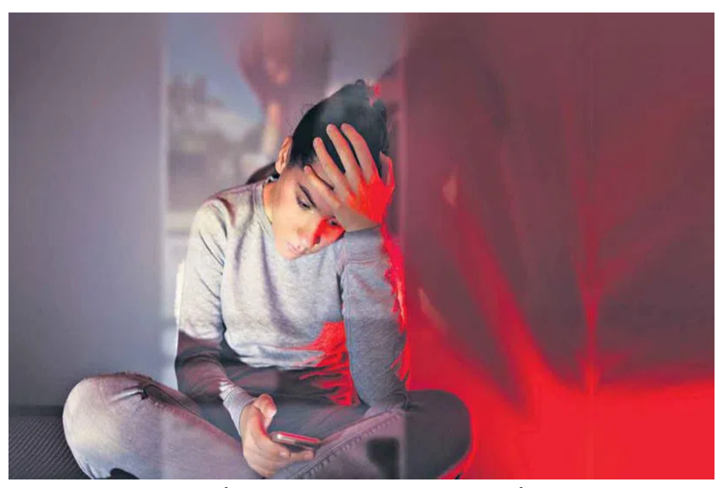
పాజిటివ్ థింకింగ్

మీరు ఏం సాధించదల్చుకున్నా ముందుగా దాని గురించి పాజిటివ్‌గా ఆలోచించడం అలవాటు చేసుకోవాలి. పాజిటివ్ ఆలోచనలతో ఉండే వారితో మాత్రమే స్నేహం చేయాలి. కొందరు నిత్యం నెగెటివ్ కామెంట్స్‌తో విసిగిస్తుంటారు. అలాంటి వారితో స్నేహం చేస్తే మీరు కూడా నెగిటివ్‌గానే ఆలోచిస్తారు. కాబట్టి విజయానికి అడ్డంకిగా మారుతుంది.

వాదనలకు దూరంగా

అనవసరపు వాదనలకు దిగడంవల్ల మనుసులో చికాకు కలుగుతుంది. అక్కరకురాని ఆలోచనలతో సమయం వృథా అవుతుంది. కాబట్టి జీవితంలో విజయం సాధించాలంటే ఇతరులతో వాదనలకు దూరంగా ఉండటం ఉత్తమం. విజయం కోసం తపించేవాళ్లు వీలైనంత తక్కువగా వాదిస్తుంటారు. ఎదుటివాళ్ల మాటలు వాదించే పరిస్థితి తెచ్చినా వాదనలకు దూరంగా ఉంటారు.

సోషల్ లైఫ్‌లో డాక్టరేట్ పొందాలంటే



డ్యూయల్ సిమ్ ఫోన్లే కాదు.. డబుల్.. ట్రిబుల్ సోషల్ మీడియా అకౌంట్‌లు.. వాడేస్తున్నారు. టైమ్ దొరికితే చాలు%ౌ% స్వైప్ చేస్తూనే ఉంటారు.. లైక్‌లు కొడుతూనే ఉంటారు.. కామెంట్‌ల కంపోజింగ్ చూస్తే కళ్లు తిరగాల్సిందే.. అట్లుంటది మనోళ్ల సోషల్ మీడియా వాడకం. కానీ, ఎప్పుడో.. ఎక్కడినుంచో.. సింపుల్‌గా '%ంఱ%..' అంటూ ఓ మెసేజ్ వస్తుంది. దానికి మీరు రిట్కప్లై ఇస్తారు. అది మొదలు.. వర్చువల్ వరల్డ్‌లో ఓ యూటర్న్ వస్తుంది. అక్కడ ఆగిపోకుండా.. ముందుకు వెళ్లారంటే ఊహించని ట్విస్టులు ఎదురవుతాయి. వాటి పర్యవసానాలు ఎలా ఉంటాయంటే..

తెలియని వ్యక్తి నుంచి వచ్చిన సందేశాన్ని.. సందేహించకుండా, స్పందిస్తే

అప్పటి వరకూ కష్టపడి కూడబెట్టుకున్న సంపాదన హరించుకుపోవచ్చు.

సిన్సియర్‌గా నిలబెట్టుకున్న మీ క్యారెక్టర్‌పై మచ్చ పడొచ్చు.

రాత్రి పగలు చదివి తెచ్చుకున్న ఉద్యోగం ఊడిపోవచ్చు.

ప్రాణంగా ప్రేమించే భార్య మిమ్మల్ని వదిలిపెట్టొచ్చు.

బెస్ట్ ఫ్రెండ్ శత్రువుగా మారొచ్చు.

ఏంటి? ఇంతలా భయపెట్టేస్తున్నారు!!' అని సందేహించొద్దు. ఇవే కాదు.. ఎంతో క్లిష్టమైన సమస్యలు సోషల్ లైఫ్‌లో చాలామందికి ఎదురవుతున్నాయి. తెలిసీ, తెలియక చేసిన చిన్నచిన్న తప్పిదాలు.. ఎన్నో సమస్యల్ని మోసుకొస్తున్నాయి. అందుకే సోషల్ మీడియాలో ఠీవిగా, స్మార్ట్‌గా ముందుకు సాగాలంటే? ఇవిగో ఈ చిట్కాల్ని ఫాలో అయిపోండి. అప్పుడు మీరు సోషల్ లైఫ్‌లో డాక్టరేట్ సాధించినట్టే! ఆన్‌లైన్ ఎఫైర్స్‌ని మేనేజ్ చేయడానికి కొన్ని పరిధుల్ని నిర్ణయించుకోవాలి. ఎన్ని సమస్యలు వచ్చినా.. అయినవారితో పంచుకోవాలే తప్ప ఆన్‌లైన్ పరిచయస్తులతో షేర్ చేయొద్దు. రియల్ లైఫ్‌లో ఫ్రెండ్ చెప్పే హాయ్.. వర్చువల్‌గా వచ్చిన ఫ్రెండ్ రిక్వెస్ట్ ఒకటి కాదని గుర్తుంచుకోండి.

ట్రోల్స్ పొంచి ఉన్నాయ్..

రియల్ కాదుగా.. వర్చువల్ లైఫే కదా అని ఏది కనిపిస్తే దానికి వెంటనే స్పందించొద్దు. వెనకా ముందు ఆలోచించాలి. కనిపించిన కంటెంట్‌కి సంబంధించిన పూర్వాపరాల్ని పరిశీలించాలి. ఒకవేళ ఏదైనా సున్నితమైన అంశంగా అనిపిస్తే.. అంతే సెన్సిటివ్‌గా స్పందించాలి. సోషల్ మీడియాలో అభిప్రాయాల్ని చెప్పడం ఓ ఆర్ట్‌గా భావించాలి. అంతేకాదు.. ఎవరైనా ఏదైనా పోస్ట్ పెడితే దానిపై స్పందించడం వరకూ ఒకేగానీ.. చర్చ జరపడం మానుకోవాలి. నలుగురూ నాలుగు రకాలుగా మాట్లాడేందుకు మీరు ఊతంగా మారొద్దు. సోషల్ మీడియాలో పోస్ట్ చేసిన కంటెంట్‌ని వ్యక్తిగతంగా స్వీకరించడం మానుకోవాలి. అప్పుడే నెగెటివ్ ఆలోచనలు రాకుండా ఉంటాయి. కంటెంట్ ఏదైనా మంచి తీసుకుని చెడును పక్కకు పెట్టాలి. నోరు జారితే ఎలా వెనక్కి తీసుకోలేమో.. సోషల్ మీడియాలో పోస్ట్ చేసిన కంటెంట్ కూడా అంతే! ఒక్కసారి పోస్ట్ చేశాక.. మన చేయి దాటి వెళ్లిపోతుంది. అందుకే రాసే భాషపైనే కాదు.. ఫొటోలు.. వీడియోలనూ నిశితంగా పరిశీలించి పోస్ట్ చేయండి. అప్పుడే మీరు ట్రోలర్స్ బారిన పడకుండా ఉంటారు.

ఎక్కడ తగ్గాలో తెలియాలి

అభిప్రాయాల్ని పంచుకోవడానికే సోషల్ వీడియా వేదికల్ని ఎంచుకుంటాం. పలు అంశాలపై అభిప్రాయాలను పంచుకుంటాం. ఈ క్రమంలో కొన్నిసార్లు అర్థవంతమైన చర్చలు జరగొచ్చు. ఇంకొన్నిసార్లు గాలివాటంగా మారొచ్చు. అలాంటి సందర్భాల్లో చర్చ నుంచి తెలివిగా పక్కకు జరగడం మంచిది. మన వ్యూ పాయింట్స్‌ని బలం చెప్పాలి. మరో విషయం ఏంటంటే.. ఏదైనా అంశంపై అందరూ రెస్పాండ్ అవుతున్నారని మీరూ స్పందించొద్దు. మీకు తెలిస్తేనే దానిపై మాట్లాడండి. గుర్తుంచుకోండి.. మీ స్పందన మరో నలుగురిని ఆలోచింపజేసేలా ఉండాలి. అప్పుడే మీ ప్రొఫైల్‌కి ఫాలోవర్స్, ఫ్యాన్స్ పెరుగుతారు. ఇంకో విషయం ఏంటంటే.. మూడ్ బాగోకపోతే సోషల్ మీడియా వైపు వెళ్లకండి. డిప్రెషన్‌లో ఉన్నప్పుడు మీరు చేసే పోస్టులు భవిష్యత్తులో చిక్కులు తేవచ్చు.

ఆన్‌లైన్ ఎఫైర్స్‌తో జాగ్రత్త

ఇంట్లో ఫ్యామిలీ సభ్యుల్ని దాటుకుని సోషల్ మీడియా సభ్యుల్ని కూడగట్టుకుంటున్నాం. పేరు, ఫొటో, ప్రొఫైల్ తప్ప మరే ఇతర ప్రూఫ్‌లు లేకుండానే ఫ్రెండ్స్‌ను నెట్‌వర్క్‌గా పెట్టుకుంటున్నాం. రోజంతా ఎన్నో విషయాల్ని పోస్ట్ చేస్తూ పంచుకుంటున్నాం. ఈ క్రమంలోనే కొన్నిసార్లు వ్యక్తిగతమైనవి కూడా షేర్ చేసుకుంటుంటారు. వాటిని ఆసరాగా చేసుకుని జరుగుతున్న మోసాలు ఎన్నో. అందుకే ఈ ఆన్‌లైన్ ఎఫైర్స్‌ని మేనేజ్ చేయడానికి కొన్ని పరిధుల్ని నిర్ణయించుకోవాలి. ఎన్ని సమస్యలు వచ్చినా.. అయినవారితో పంచుకోవాలే తప్ప ఆన్‌లైన్ పరిచయస్తులతో షేర్ చేసుకోవద్దు. రియల్ లైఫ్‌లో ఫ్రెండ్ చెప్పే హాయ్.. వర్చువల్‌గా వచ్చిన ఫ్రెండ్ రిక్వెస్ట్ ఒకటి కాదని గుర్తుంచుకోండి. ఒంటరిగా అనిపిస్తే సోషల్ మీడియా వైపు చూడొద్దు.. ఫ్యామిలీ, ఫ్రెండ్స్ దగ్గరికి వెళ్లండి. ఎందుకంటే.. ఒంటరిగా ఉన్నప్పుడు తప్పులు దొర్లే అవకాశం ఉంటుంది. ఈ పరిస్థితుల్లో చేసే వీడియో చాట్‌లు, పోస్టు చేసే ఫొటోలు, మాట్లాడే కాల్స్.. మీతోపాటు మీ కుటుంబానికీ ఇబ్బందులు తెచ్చిపెట్టొచ్చు.

కుటుంబమే కరెక్ట్

మనకు ఏ కష్టం వచ్చినా.. కళ్లు కుటుంబం వైపే చూడాలి. వారి నుంచే బలం పొందాలి. ఒకవేళ ఇప్పటికే ఆన్‌లైన్ ఎఫైర్స్‌తో సతమతం అవుతున్నట్లయితే.. ఫ్యామిలీ సపోర్ట్ తీసుకోండి. నిపుణుల్ని సంప్రదించి సలహాలు, సూచనల్ని పాటించండి. సోషల్ మీడియా అనేది మనలోని కళాత్మక ఆలోచనలు పంచుకునే వేదిక మాత్రమే! అంతేకానీ కంట్రోల్ లేని లైఫ్‌ని లీడ్ చేయడానికి అవకాశంగా దాన్ని ఎంచుకోవద్దు. ప్రొఫైల్‌ని క్రియేట్ చేసుకున్నప్పుడే పరిధుల్ని రాసుకోవాలి. జీవిత లక్ష్యాన్ని చేరుకునే క్రమంలో సోషల్ మీడియాని ఓ సోర్స్‌గా వాడుకోవాలి. విలువైన కంటెంట్‌ని క్రియేట్ చేయాలి. 'పవర్ ఆఫ్ డేటా' అనే ఫార్ములా మర్చిపోకుండా సోషల్ లైఫ్‌లో సక్సెస్‌ఫుల్‌గా ముందుకు సాగిపోవాలి.

కడుపుబ్బరం కలవరపెడుతోందా
ఈ చిన్న టిప్స్‌తో చక్కటి పరిష్కారం

ఉరుకులు పరుగుల జీవితంలో సమయానికి భోజనం చేయకపోవడం.. ఫాస్ట్‌ఫుడ్స్, బిర్యానీలు లాంటి మసాలా ఫుడ్స్ తరచూ తీసుకోవడం.. లాంటి కారణాలవల్ల అజీర్తి, గ్యాస్ ట్రబుల్, కడుపుబ్బరం వంటి సమస్యలు తలెత్తుతాయి. ఈ సమస్యలతో ప్రాణాపాయం లేకున్నా తీవ్రంగా ఇబ్బంది పెడుతాయి. ఎంత ఇబ్బందిగా ఉంటుందో అనుభవించే వాళ్లకే తెలుస్తుంది. అయితే ఈ గ్యాస్ సమస్యను ఎలాంటి మందులు వాడకుండా వంటింట్లో ఉండే ఒక పదార్థంతో ఈజీగా తగ్గించుకోవచ్చు. మరి ఆ వంటింటి పదార్థం ఏదో.. దాంతో కలిగే ప్రయోజనాలేమిటో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం. వంటింట్లో ఉండే పదార్థాల్లో ఒకటైన వాము జీర్ణ సమస్యలను తగ్గించడంలో బాగా పనిచేస్తుంది. వాములో ఫైబర్, మినరల్స్, విటమిన్‌లు, యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్ సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ఇవి జీర్ణక్రియను మెరుగుపరిచే గ్యాస్ట్రిక్ జ్యూస్‌ల స్రావానికి తోడ్పడుతాయి. అజీర్ణం కారణంగా వచ్చే అన్ని సమస్యలకు వాము చక్కటి పరిష్కారం చూపుతుంది. ఎసిడిటీ నుంచి తక్షణ ఉపశమనాన్ని అందిస్తుంది. అర స్పూన్ వాములో చిటికెడు ఉప్పు కలిపి నమిలి మింగాలి. ఆ తర్వాత ఒక గ్లాసు గోరువెచ్చని నీళ్లు తాగాలి. లేదంటే పొయ్యి మీద గిన్నె పెట్టి దానిలో ఒక గ్లాసు నీళ్లు పోసి అర స్పూన్ వాము వేసి మరిగించాలి. ఇలా మరిగించిన ఈ నీటిని ఉదయం ఒకసారి, సాయంత్రం ఒకసారి గోరువెచ్చగా తాగాలి. ఇలా చేయడంవల్ల పొట్టలో ఉన్న గ్యాస్ మొత్తం బయటకు వెళ్లి పొట్ట క్లీన్ చేస్తుంది. అదేవిధంగా వాములో ఉండే యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్, విటమిన్ సి శరీరంలో రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతాయి. దాంతో సీజనల్‌గా వచ్చే దగ్గు, జలుబు, గొంతు నొప్పి లాంటివి రాకుండా ఉంటాయి. శరీరంలో రక్త సరఫరా బాగా సాగి రక్తపోటు నియంత్రణలో ఉంటుంది. అంతేగాక వాము కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను నియంత్రణలో ఉంచి గుండె ఆరోగ్యంగా ఉండేలా చేస్తుంది. కాబట్టి తరచూ వామును ఏదో ఒక రూపంలో తీసుకునే ప్రయత్నం చేయాలి.

కర్మాచరణే ఉత్తమోత్తమం

నియతం కురు కర్మ త్వం కర్మజ్యాయో హ్యా కర్మణః
శరీర యాత్రా2పి చ తే న ప్రసిద్ధ్యే ద కర్మణః!

'అర్జునా! శాస్త్రం విధించిన కర్మలను విధిగా ఆచరించు. కర్మలను ఆచరించకుండుట జడత్వం. జడతకన్నా కర్మాచరణ ఉత్తమం. శరీర పోషణకైనా కర్మాచరణ అవసరం' అని చెబుతున్నాడు శ్రీకృష్ణ పరమాత్మ.అభిప్రాయాలేవీ లేకుండా జనించిన మనం, వయసుతోపాటు అభిప్రాయాలను, ఊహలను పెంచుకుంటూ అపరిమిత జీవితాన్ని పరిమితం చేసుకుంటాం. ప్రతి వ్యక్తి జీవితానికీ ఒక ప్రయోజనం ఉంటుంది. ప్రయోజన భరితమైన ఆలోచనలు ఉన్నతస్థితికి చేరేందుకు సహకరిస్తాయి. క్షత్రియుడిగా అర్జునుడి జీవన ప్రయోజనం ధర్మాన్ని నిలపడం. కానీ, వ్యామోహాత్ముడైన అర్జునుడు, వ్యవస్థ ప్రయోజనాన్ని పణంగా పెట్టి ప్రయోజన భంగకరమైన ఆలోచనలను చేస్తూ ట్క్లైబ్యత్వాన్ని ఆశ్రయించాడు. మనసును, శరీరాన్ని ఏకోన్ముఖం చేసి పరిశ్రమించాల్సిన సమయంలో చాపల్యంతో నిర్దేశిత కర్మను చేయననడాన్ని మలినమైన భావనలకు ప్రతీకలుగా చెప్పుకోవాలి.

శరీరం, మనసు, ఉపకరణం, ప్రక్రియ, అదృష్టం..

ఈ అయిదు వ్యక్తి చేసే కర్మల ఫలితాలకు కారణాలు అవుతాయి. మనమంతా 'నేను చేస్తున్నాను' అనే భావనతో, కర్మఫలితాలకు బాధ్యులం అవుతున్నాం. భౌతిక జీవితంలో గృహస్థుగా భార్యాపిల్లల పోషణ, కార్యాలయాలలో అప్పగించిన బాధ్యతలు శ్రద్ధగా నిర్వహించడం శాస్త్ర విహిత కర్మలు. సమాజం వ్యక్తికి జీవనాధారమై నిలుస్తుంది. కాబట్టి సామాజిక బాధ్యతను నిర్వహించడం కర్తవ్యం. అందుకే చేయవలసిన కర్మలను బంధాలుగా భావించడం తప్పవుతుంది. ఇతరుల శ్రమపై ఆధారపడి బతుకుతూ, తాము ఆధ్యాత్మిక జీవన సాధనకై, భౌతిక జీవితాన్ని సన్యసించామని చెప్పుకొంటూ కర్మలను ఆచరించక సోమరిగా బతుకులీడ్చే కర్మసన్యాసులకు భౌతిక జీవితమూ, ఆధ్యాత్మిక జీవితమూ రెండూ ఫలించవు. 'నేను చేస్తున్నాను' అనే భావన అహంకారంగా పరిణామం చెంది, మనలోని అభిప్రాయాలకు, ఇష్టాయిష్టాలకు ప్రతినిధిగా, జీవితం ఇలా ఉండాలని నిర్వచిస్తుంది. మలినమైన అభిప్రాయాల బంధనాలలో చిక్కుకున్న వ్యక్తిలోని సామర్థ్యం తగ్గిపోతుంది. అలాంటి బంధనాలు పిరికితనాన్ని ప్రసాదిస్తాయి. ధైర్యం జీవితాన్ని రసమయం చేస్తుంది. ధైర్యంలేని వ్యక్తి సత్యాన్ని ఆదరించలేడు. విజ్ఞతతో ఆలోచించే వ్యక్తి పరిమితులను దాటి దర్శించగలడు. 'నేను కార్య నిర్వహణలో ఉపకారణాన్ని' మాత్రమే అనే భావనతో నిర్దేశిత కర్మలను శ్రద్ధతో, అంతఃకరణ శుద్ధితో, ఫలితాపేక్ష లేకుండా ఆచరిస్తే అది బంధనాల నుంచి నెమ్మదిగా విముక్తులను చేస్తుంది. శరీరం, మనసు, ఆత్మల సమ్మేళనమే జీవితం. శరీరానికి భయం, ఆకలి, భోగాలపై ఆసక్తి ఉంటుంది. మృత్యుభయం వల్ల ఆకలి కలుగుతుంది. ఆకలిని శాంతింపజేసుకునే ప్రయత్నంలో శరీరం భోగాలను కోరుకుంటుంది. కామాదులకు భోగేచ్ఛ కారణమవుతుంది. మనసుకు నిర్దిష్టమైన పనులు లేకపోయినా.

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