న్యాయమిత్ర న్యూస్ దినపత్రిక

TGBIL/25/A0887

NYAYAMITHRA NEWS

సంపుటి : 1 | సంచిక : 14 | హైదరాబాద్ | ఎడిటర్ : కందాడి మహేందర్ రెడ్డి | బుధవారం, జూన్ 18, 2025 | వెల : 5/- | పేజీలు : 8

VOLUME : 1 | ISSUE NO : 14 | HYDERABAD | EDITOR : KANDADI MAHENDER REDDY | Wednesday,june,18,2025 | Rs.5/- | PAGES : 8

న్యాయమిత్ర న్యూస్ దినపత్రిక

నమస్తే భారత్ తెలుగు దినపత్రిక

NAMASTHE BHARAT TELUGU DAILY

మన సమాజంలో జరుగుతున్న న్యాయపరమైన, చట్టపరమైన మరియు సామాజిక సమస్యలపై సందేహాలు మరియు పరిష్కారం కొరకు ఒక నిబద్ధతతో కూడిన సంబంధిత సమస్యలకు అనుభవజ్ఞులైన న్యాయనిపుణుల సహకారంతో పరిష్కార వేధికగా నమస్తే భారత్ మరియు న్యాయమిత్ర వేదికగా నిలుస్తుంది. అలాగే ప్రభుత్వ విభాగంలో నేలకొనియున్న అన్ని సమస్యలకు పరిష్కార మార్గం చూపుతుంది. మీకు మరియు మీ చుట్టు పక్కల వారి హక్కుల ఉల్లంఘనను, మీకు జరిగిన అన్యాయం గురించి ఫిర్యాదులను మరియు వాటికీ సంబందిచిన సమాచారని, సాక్షాలతో మాకు తెలియపరచగలరు

– ఎడిటర్ డెస్క్ – 9490617666

బనకచర్ల ప్రాజెక్టు

పై సీఎం ప్రత్యేక సమావేశం.. కేంద్ర మంత్రులు, ఎంపీలకు ఆహ్వానం

హైదరాబాద్, జూన్ 17 : ఏపీ ప్రభుత్వం అక్రమంగా పోలవరం నుంచి చేపడుతున్న గోదావరి బనకచర్ల లింక్ ప్రాజెక్టుపై ఎట్టకేలకు సీఎం రేవంత్ రెడ్డి స్పందించారు. రేపు 18వ తేదీన బుధవారం నాడు సాయంత్రం 4 గంటలకు సచివాలయంలోని నీటి పారుదల శాఖ మంత్రి ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి కార్యాలయంలో ఆల్ పార్టీ పార్లమెంట్ సభ్యులకు ప్రాజెక్టుపై పవర్ పాయింట్ ప్రెజెంటేషన్ ఇవ్వనున్నారు. ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొననున్న ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి, అఖిలపక్ష ఎంపీలను అన్ని పార్టీల లోక్‌సభ, రాజ్యసభ సభ్యులను ఆహ్వానించారు. ఈ మేరకు మంత్రి ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి కేంద్ర మంత్రులు కిషన్ రెడ్డి, బండి సంజయ్‌లతోపాటు బీజేపీ, బీఆర్ఎస్, ఎంఐఎం లోక్‌సభ, రాజ్యసభ సభ్యులకు లేఖలు పంపడంతో పాటుగా స్వయంగా ఫోన్ చేశారు. ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం భారత ప్రభుత్వానికి ప్రతిపాదించిన గోదావరి బంకచర్ల ప్రాజెక్టుపై ప్రదర్శన, చర్చించనున్నట్లు, అందులో పాల్గొని అభిప్రా యాలు, సూచనలు ఇవ్వాలని కోరారు.ప్రాజెక్టు ప్రతిపాదనలను భారత ప్రభుత్వ జలశక్తి మంత్రిత్వ శాఖలు, ఆర్థిక మంత్రిత్వ శాఖలకు

ఏపీ ఇప్పటికే సమర్పించి ందని తెలిపారు. ప్రాథమిక అధ్యయనంలోఈ ప్రాజెక్ట్ 1980 నాటి గోదావరి జల వివాద ట్రిబ్యునల్ అవార్డు, ఆంధ్రప్రదేశ్ పునర్వ్యవస్థీ కరణ చట్టం 2014ను ఉల్లంఘించినట్లు కనిపిస్తోందని, ఊహించిన విధంగా ఈ ప్రాజెక్ట్ తెలంగాణ ప్రజల నీటి హక్కులను ప్రతికూ లంగా ప్రభావితం చేస్తుందని వెల్లడించారు. గోదావరి బనకచర్ల లింక్ ప్రాజెక్టుపై తెలంగాణ ప్రభుత్వం అభ్యంతరాలు వ్యక్తం చేస్తున్నట్లు పేర్కొంటూ, తాను ఇప్పటికే కేంద్ర ఆర్థిక జలశక్తి మంత్రులకు భారత ప్రభుత్వానికి లేఖలు రాశానని వివరించారు. గోదావరి బంకచర్ల ప్రాజెక్టుపై మా అభ్యంతరాలను తెలియజేశామని తెలిపారు. ప్రస్తుతం జల్ శక్తి మంత్రిత్వ శాఖ సీడబ్ల్యూసీ సమీక్షలో ఉన్న గోదావరి బనకచర్ల పథకం ప్రీ-ఫీజిబిలిటీ నివేదికను తిరస్కరించాలని సైతం కోరినట్లు మంత్రి తన లేఖలో వెల్లడించారు. ఆయా అంశాలను దృష్టిలో ఉంచుకుని, తదుపరి చర్యలు తీసుకోవడానికి బుధవారం సాయంత్రం 4:00 గంటలకు తెలంగాణ సచివాలయంలోని నీటి పారుదల శాఖ జరిగే సమావేశంలో పార్లమెంటు సభ్యులందరి అభిప్రాయాలు/ సూచనలను తీసుకోవాలని నిర్ణయించిట్లు వెల్లడించారు. ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి ఈ సమావేశానికి ముఖ్య అతిథిగా హాజరవుతారని, కేంద్ర మంత్రులు బండి సంజయ్ కుమార్, కిషన్ రెడ్డిలను గౌరవ అతిథిగా ఆహ్వానిస్తున్నామని, వారి విలువైన సూచనలను కోరుతున్నామని తెలిపారు.

ఒకేరోజు 600 మంది

ఫోన్ల ట్యాప్

నక్సల్స్ సానుభూతిపరుల పేరుతో ట్యాప్

జుజాబితాలో రేవంత్, ఈటెల, అరవింద్ , రఘునందన్ రావు

హైదరాబాద్,జూన్ 17: ఫోన్ ట్యాపింగ్ కేసులో సంచలన విషయాలు వెలుగులోకి వస్తున్న తరుణంలో ప్రధాన నిందితుడు, స్పెషల్ ఇంటెలిజెన్స్ బ్రాంచి(ఎస్ఐబీ) మాజీ ఓఎస్డీ ప్రభాకర్‌రావు మరోసారి సిట్ విచారణకు హాజరయ్యారు. నాలుగో సారి సిట్ ముందు హాజరైన ఆయనను మరింత లోతుగా విచారించేందుకు సిట్ ప్రణాళికలు రూపొందించింది. ఇప్పటికే 600 మంది ఫోన్ ట్యాపింగ్ బాధితుల జాబితాను అధికారులు సిద్ధం చేశారు. ఫోన్ ట్యాపింగ్‌తో వారు ఇబ్బందులకు గురైన తీరును వివరించి.. దానిపై ప్రభాకర్‌రావు ఏం చెబుతారనే విషయాన్ని నమోదు చేయనున్నట్లు సమాచారం. ఈ క్రమంలో తెలంగాణ ఫోన్ ట్యాపింగ్ కేసులో కీలక పరిణామం చోటు చేసుకుంది. సాధారణ ఎన్నికల సమయంలో నవంబర్ 15న పెద్ద ఎత్తున ట్యాపింగ్ జరిగినట్లు పోలీసులు గుర్తించారు. నవంబర్ 15న 600 మంది ఫోన్లను ప్రభాకర్ రావు టీమ్ ట్యాప్ చేసినట్లు గుర్తించారు. సాధారణ ఎన్నికల సమయంలో ప్రణీత అండ్ టీమ్ పెద్ద ఎత్తున ట్యాపింగ్‌కు పాల్పడినట్లు బయటపడింది. ఒకే రోజు 600 ఫోన్‌లను ప్రభాకర్ రావు ట్యాప్ చేశారు. మావోయిస్టుల పేరు చెప్పి ట్యాపింగ్‌కు పాల్పడినట్లు పోలీసులు గుర్తించారు. మావోయిస్టులకు సహకారం అందిస్తున్నారని మావోయిస్టుల సానుభూతిపరుల పేర్లతో ట్యాపింగ్ చేసినట్లు గుర్తించారు. రివ్యూ కమిటీకి మావోయిస్టుల పేర్ల మీద నెంబర్లను ప్రభాకర్ రావు ఇచ్చినట్లు తేలింది. సాధారణ ఎన్నికల్లో మావోయిస్టులు యాక్టివ్ అయ్యారని కమిటీకి ప్రభాకర్ రావు చెప్పినట్లు సమాచారం.

33/11కేవీ సబ్ స్టేషన్

ప్రారంభించిన డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్క

-మరో మూడు సబ్ స్టేషన్లకు శంకుస్థాపన

-పాల్గొన్న మంత్రి శ్రీధర్ బాబు, ఎంపీ కావ్య

భూపాలపల్లి : 33/11కేవీ సబ్ స్టేషన్ ప్రారంభించిన డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్క డిప్యూటీ సీఎంకు ఘన స్వాగతం..పర్యటనలో భాగంగా జయశంకర్ జిల్లాకు చేరుకున్న డిప్యూటీ సీఎం మల్లు భట్టి విక్రమార్క, మంత్రి శ్రీధర్ బాబుకు చెన్నాపూర్ గ్రామంలో భూపాలపల్లి ఎమ్మెల్యే గండ్ర సత్యనారాయణ రావు జిల్లా కలెక్టర్ రాహుల్ శర్మ, ఎస్పీ కిరణ్ ఖరే, జిల్లా అధికారులు పుష్ప గుచ్ఛం ఇచ్చి ఘన స్వాగతం పలికారు.2వేల వాహనాలతో భారీ బైక్ ర్యాలీ..చెన్నాపూర్ సబ్ స్టేషన్ ప్రారంభం అనంతరం డిప్యూటీ సీఎం రోడ్డు మార్గం ద్వారా భూపాలపల్లికి బయలుదేరారు.

భూపాలపల్లి మండలం మోరాంచపల్లికి చేరుకోగానే కాంగ్రెస్ శ్రేణులు ఘనస్వాగతం పలికారు. సుమారు 2వేల ద్విచక్ర వాహనాలతో భారీ ర్యాలీతో భూపాలపల్లి మంజూర్ నగర్ సభా స్థలానికి చేరుకున్నారు.మూడు సబ్ స్టేషన్లకు శంకుస్థా పనరూ.2కోట్ల వ్యయంతో భూపాలపల్లి) మండలం మంజూర్ నగర్, చిట్యాల మండలం నవాబుపేట, గణపురం మండలం ధర్మారావుపేటలో నిర్మించే మూడు సబ్ స్టేషన్ లకు మంజూర్ నగర్ వద్ద డిప్యూటీ సీఎం శంకుస్థాపన చేశారు. అనంతరం ఏర్పాటు చేసిన బహిరంగ సభలో వారు ప్రసంగించారు. ఈ కార్యక్రమంలో విద్యుత్ శాఖ చైర్మన్ కర్నాటి వరుణ్ రెడ్డి సింగరేణి అధికారులు, ట్రేడ్ ప్రమోషన్ కార్పొరేషన్ చైర్మన్ ఐత ప్రకాష్ రెడ్డి, విద్యుత్ శాఖ ఎస్ఈ మల్సూర్ నాయక్, సింగరేణి జీఎం రాజేశ్వర్ రెడ్డి, కాంగ్రెస్ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి బుర్ర కొమురయ్య, జిల్లా నాయకులు, పిప్పాల రాజేందర్, అప్పం కిషన్, దేవన్, దాట్ల శ్రీను, తోట సంతోష్, తోట రంజిత్, చరణ్, చుంచు మహేష్, కాంగ్రెస్, ఐఎన్టీ యూసీ నాయకులు, పాల్గొన్నారు.

పీఈసెట్ ఫలితాలు విడుదల

హైదరాబాద్, జూన్ 17 : బీపీఈడీ, డీపీఈడీ కోర్సుల్లో ప్రవేశాలకు నిర్వహించిన ఫిజికల్ ఎడ్యుకేషన్ ఎంట్రెన్స్ (టీజీపీఈసెట్) ఫలితాలు మంగళవారం విడుదలయ్యాయి. హైదరాబాద్ మాసబ్ ట్యాంక్‌లోని ఉన్నత విద్యామండలి కార్యాలయంలో నిర్వహించిన సమావేశంలో చైర్మన్ వీ బాలకృష్ణారెడ్డి ఈ ఫలితాలను విడుదల చేశారు.బీపీఈడీలో 95.79 శాతం, డీపీఈడీలో 92.61 శాతం చొప్పున అభ్యర్థులు అర్హత సాధించారు. బీపీఈడీలో 1307 మందికి 1257 మంది.. డీపీఈడీలో 460 మందికి 426 మంది క్వాలిఫై అయ్యారు.

ఢిల్లీ టు పారిస్

మరో ఎయిర్ ఇండియా విమానంలో సాంకేతిక సమస్య

న్యూఢిల్లీ, దేశీయ విమానయాన సంస్థ ఎయిర్ ఇండియా కు చెందిన విమానాల్లో సాంకేతిక సమస్యలు ఆందోళన కలిగిస్తున్నాయి. ఈ సంస్థకు చెందిన డ్రీమ్‌లైనర్ ఫ్లైట్ ఇటీవలే అహ్మదాబాద్‌లో కుప్పకూలిన విషయం తెలిసిందే. ఈ దుర్ఘటనలో 270 మందికిపైగా ప్రాణాలు కోల్పోయారు. ఈ ఘటన మరవకముందే మరిన్ని విమానాల్లో సాంకేతిక సమస్యలు బయ టపడుతున్నాయి.సాంకేతిక లోపాల కారణంగా ఇప్పటికే పలు విమానాలు రద్దైన విషయం తెలిసిందే. తాజాగా ఢిల్లీ నుంచి పారిస్ వెళ్లే ఎయిర్ ఇండియా ఫ్లైట్‌లోనూ అదే పరిస్థితి తలెత్తింది . ఈ విషయాన్ని ఎయిర్‌లైన్స్ ఓ ప్రకటనలో తెలిపింది. ఢిల్లీ నుంచి పారిస్ వెళ్లాల్సిన ఎయిర్ ఇండియా విమానం143 రద్దు చేసినట్లు తెలిపింది. ముందస్తు విమాన

తనిఖీల్లో సమస్యను గుర్తించినట్లు పేర్కొంది. ఫలితంగా బుధవారం పారిస్ నుంచి ఢిల్లీకి రావాల్సిన ఎయిర్ ఇండియా 142ను కూడా తాత్కాలికంగా రద్దు చేసినట్లు వెల్లడించింది. ప్రయాణికులకు ప్రత్యామ్నాయ ఏర్పాట్లు చేస్తున్నట్లు పేర్కొంది. హోటల్ వసతి సదుపాయాన్నికూడాకల్పించనున్నట్లు తెలిపింది.

మూడు సర్క్యులర్

ఎకానమీ పార్కులు

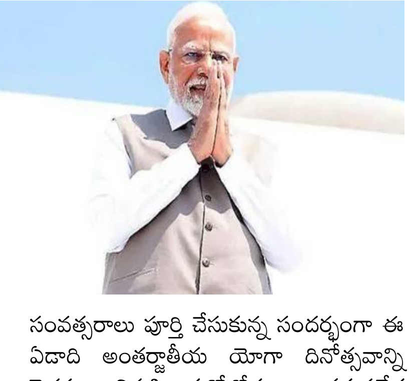
అమరావతి ఎవివిధ ప్రాంతాలలో ఒక సంవ త్సరం లోపు మూడు సర్క్యులర్ ఎకానమీ పార్కులనుఏర్పాటు చేయాలని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబుఆదేశించారు. సర్క్యులర్ ఎకాన మీపై సచివాలయంలో అధికారులతో సీఎం చంద్రబాబు సమీక్ష నిర్వహించారు. వ్యర్థాల నుంచి సంపద సృష్టి, వనరుల పునర్వి నియోగంపై సమీక్షలో చర్చించారు. కాగా రాష్ట్రంలో సర్క్యులర్ ఎకానమీ పార్కులు ఏర్పాటుకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం యోచిస్తోంది. ఈ నేపథ్యంలో మెటీరియల్ రీసైక్లింగ్ అసోసియేషన్ ఆఫ్ ఇండియా ప్రతిపాదనలను సిద్ధం చేసింది. ఈ క్రమంలో సర్క్యులర్ ఎకానమీ కింద కేంద్ర ప్రభుత్వం గుర్తించిన 11 రంగాలపై రాష్ట్ర ప్రభుత్వం దృష్టి పెట్టింది .వ్యర్థాల నుండి విద్యుత్ ప్లాంట్లలో ప్లాంట్లలో ఆధునిక యంత్రాలను మోహరించాలని సీఎం చంద్రబాబు పిలుపునిచ్చారు.వారసత్వ వ్యర్థాలను వెంటనే తొలగించాలని, వ్యర్థాల విభజన, రీసైక్లింగ్‌పై కార్యాచరణ ప్రణాళికను 90 రోజుల్లోపు సమర్పించాలని ఆయన

ఆదేశించారు. మొదటి దశలో, అంతర్జాతీయ ప్రమాణాలకు అనుగుణంగా విశాఖపట్నంలో 400 ఎకరాల్లో ఒక పార్కును ఏర్పాటు చేయనున్నారు. మున్సిపల్, వాహనాలు, లిథియం బ్యాటరీలు, జిప్సం, టైర్లు, రబ్బర్, ఎలక్ట్రానిక్, వ్యవసాయం, పారిశ్రామిక, ఆక్వా వ్యర్థాల నుంచి సర్క్యులర్ ఎకానమీ సృష్టించేలా కేంద్రం కార్యాచరణ చేసింది. వీటికి అదనంగా గనులు, చేనేత, పశుసంవర్ధక శాఖలను రాష్ట్ర ప్రభుత్వం గుర్తించింది. కాగా నగర పాలక సంస్థలు, పంచాయతీల్లో జీరో వేస్ట్ లక్ష్యంగా రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రణాళికలు చేస్తోంది.

యోగా ప్రపంచ ఐక్యతా

స్ఫూర్తిని ప్రతిబింబిస్తుంది: ప్రధాని మోదీ

న్యూఢిల్లీ, యోగా అనేది కేవలం వ్యక్తిగత ఆరోగ్యం గురించి మాత్రమే కాకుండా, మానవత్వం, పర్యావరణ పరిరక్షణ, ప్రపంచ ఐక్యతా స్ఫూర్తిని నెలకొల్పడానికి కూడా తోడ్పడుతుందని ప్రధాని మోదీ పేర్కొన్నారు. జూన్ 21వ తేదీన విశాఖపట్నంలో జరిగే అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవ కార్యక్రమంలో ప్రజలు పెద్ద ఎత్తున పాల్గొనాలని ప్రధాని పిలుపునిచ్చారు. ఈ మేరకు యోగా దినోత్సవ సందేశంతో కూడిన లేఖను ప్రధాని విడుదల చేశారు. గ్రామీణ ప్రాంత ప్రజలు యోగా కార్యక్రమాల్లో పాల్గొనాలని పిలుపునిచ్చారు.చారిత్రాత్మక యోగా ప్రస్థానం విజయవంతంగా 10



సంవత్సరాలు పూర్తి చేసుకున్న సందర్భంగా ఈ ఏడాది అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవాన్ని వైభవంగా నిర్వహించుకోబోతున్నాం. గత పదేళ్లగా యోగా కేవలం భారతదేశంలోనే కాదు..

మరో ఐదురోజులు వర్షాలు

హెచ్చరించిన ఐఎండీ..

హైదరాబాద్, తెలంగాణలో మరో ఐదురోజులు వర్షాలు కొనసాగుతాయని హైదరాబాద్ వాతావరణ కేంద్రం తెలిపింది. నైరుతి బంగ్లాదేశ్, దాన్ని ఆనుకొని ఉన్న పశ్చిమ బెంగాల్‌లోని గంగా తీరప్రాంతంలో ఉదయం 8.30 గంటలకు అల్పపీడనం కొనసాగుతు ందని పేర్కొంది. అనుబంధంగా ఉపరితల ఆవర్తనం సగటు సముద్రమట్టానికి 7.6 కిలోమీటర్ల ఎత్తులో విస్తరించి ఎత్తుకు వెళ్లేకొలది దక్షిణం దిశగా వంగి ఉందని పేర్కొంది.మంగళవారం భూపాలపల్లి, ములుగు, కొత్తగూడెం, ఖమ్మం, నల్గొండ, సూర్యాపేట జిల్లాల్లో ఉరుములు, మెరుపులు, గంటకు 30 నుంచి 40 కిలోమీటర్ల వేగంతో ఈదురుగాలులు వీచే అవకాశాలున్నాయని చెప్పింది. బుధవారం భూపాలపల్లి, ములుగు, కొత్తగూడెం, ఖమ్మం, నల్గొండ, సూర్యాపేట, మహబూబాబాద్ జిల్లాల్లో.. గురువారం ఆదిలాబాద్, ఆసిఫాబాద్, మంచిర్యాల,

నిర్మల్, నిజామాబాద్, జగిత్యాల, రాజన్న సిరిసిల్ల, కరీంనగర్, పెద్దపల్లి, భూపాలపల్లి జిల్లాల్లో.. శుక్రవారం ఆదిలాబాద్, ఆసిఫాబాద్, మంచిర్యాల, నిర్మల్, నిజామాబాద్, జగిత్యాల, రాజన్న సిరిసిల్ల, కరీంనగర్, పెద్దపల్లి, భూపాలపల్లి, ములుగు, కొత్తగూడెం, ఖమ్మం, నల్గొండ, సూర్యాపేట, మహబూబాబాద్, వరంగల్, హన్మకొండ, జనగాం, సిద్దిపేట, యాదాద్రి భువనగిరి, రంగారెడ్డి, హైదరాబాద్, మల్కాజ్‌గిరి, సంగారెడ్డి, వికారాబాద్, మెదక్, కామారెడ్డి జిల్లాల్లో వర్షాలు కొనసాగుతాయని పేర్కొంది.

మానవతా సాయం కోసం ఎదురుచూస్తున్న వారిపై ఇజ్రాయెల్ దాడులు

45 మంది పాలస్తీనియన్లు మృతి

ఇజ్రాయెల్ గాజా లో ఇజ్రాయెల్ మారణహో మాన్ని సృష్టిస్తోంది. గాజాలోని పలు ప్రాంతాలపై భీకర దాడులకు పాల్పడుతోంది. గాజాలోని నివాస ప్రాంతాలు, ఆసుపత్రులపై విరుచుకుపడుతోంది. తాజాగా సహాయ ట్రక్కుల కోసం ఎదురుచూస్తున్న వారిపై ఇజ్రాయెల్ దాడులు జరిపింది. ఈ దాడుల్లో పదుల సంఖ్యలో పాలస్తీనియన్లు మరణించారు. దక్షిణ గాజా ప్రాంతంలోని ఖాన్ యూనిస్ లో మానవతా సాయం తీసుకొచ్చే ట్రక్కుల కోసం ఎదురుచూస్తున్న పాలస్తీనియన్లపై ఇజ్రాయెల్ దళాలు దాడులు చేశాయి ఈ దాడిలో 45 మంది పాలస్తీనియన్లు ప్రాణాలు కోల్పోయినట్లు గాజా ఆరోగ్య మంత్రిత్వ శాఖ తెలిపింది. అనేక మంది గాయపడినట్లు పేర్కొంది. క్షతగాత్రులను నాజర్ ఆసుపత్రికి తరలించినట్లు తెలిపింది. వరుసగా ఐదో రోజు కూడా ప్రతిదాడులతో ఇరు దేశాలూ విరుచుకుపడుతున్నాయి. ఇక ఈ దాడుల్లో ఇరాన్‌కు గట్టి ఎదురుదెబ్బ తగులుతోంది .ఇజ్రాయెల్ జరుపుతున్న దాడుల్లో ఇప్పటికే పలువురు కీలక నేతలను ఇరాన్ కోల్పోయిన విషయం తెలిసిందే. తాజాగా మరో ఇరాన్ అత్యున్నత సైనిక కమాండర్, ఇరాన్ సుప్రీం లీడర్ అయతుల్లా అలీ ఖమేనీ అత్యంత సన్నిహితుడు అలీ షాద్మానీ హతమయ్యారు. ఈ విషయాన్ని ఇజ్రాయెల్ సైన్యం తాజాగా ప్రకటించింది. సోమవారం రాత్రి మంగళవారం తెల్లవారుజామున మధ్య టెహ్రాన్ నడిబొడ్డున ఉన్న కమాండ్ సెంటర్‌పై తాము జరిపిన దాడుల్లో అలీ షాద్మానీ ప్రాణాలు కోల్పోయినట్లు తెలిపింది. షాద్మానీ ఇస్లామిక్ రివల్యూషనరీ గార్డ్ కార్ప్స్, ఇరాన్ సాయుధ దళాలు..వీరిలో చాలా మంది పరిస్థితి విషమంగా ఉందని,

మృతుల సంఖ్య పెరిగే అవకాశం ఉందని మంత్రిత్వ శాఖ ఓ ప్రకటనలో పేర్కొంది.కాగా, గతేడాది అక్టోబర్ 7న ఇజ్రాయెల్-హమాస్ మధ్య యుద్ధం మొదలైన విషయం తెలిసిందే.ఈ దాడుల్లో ఇరాన్ సాయుధ దళాల ప్రధాన అధికారి జనరల్ మొహమ్మద్ బాఘేరి, రెవెల్యూషనరీ గార్డ్స్ జనరల్ హొస్సేన్ సలామీ, ఖండాంతర క్షిపణి కార్యక్రమం అధికారి జనరల్ అమీర్ అలీ హాజీజాదే, పలువురు శాస్త్రవేత్తలు, ఇరాన్ సాయుధ దళాల జనరల్ స్టాఫ్ డిప్యూటీ హెడ్ ఆఫ్ ఇంటెలిజెన్స్ జనరల్ ఘోలంరేజా మెహ్రాబీ, డిప్యూటీ హెడ్ ఆఫ్ ఆపరేషన్స్ జనరల్ మెహదీ రబ్బానీ మరణించిన విషయం తెలిసిందే.బంకర్‌లో దాక్కొన్న ఖమేనీఇజ్రాయెల్ దాడుల నేపథ్యంలో ఇరాన్ సుప్రీం లీడర్ అలీ ఖమేనీ, ఆయన కుటుంబం టెహ్రాన్ ఈశాన్య ప్రాంతంలోని ఒక బంకర్‌లో దాక్కొన్నారని తెలిసింది. 20 నెలల నుంచి జరుగుతున్న ఈ గాజా పోరులో ప్రాణాలు కోల్పోయిన పాలస్తీనియన్ల సంఖ్య 50 వేలు దాటింది. ఈ యుద్ధంలో 55,104 మంది మరణించినట్లు గాజా ఆరోగ్య మంత్రిత్వ శాఖ తెలిపింది. మృతుల్లో సగానికిపైగా మహిళలు, బాలలు ఉన్నట్లు తెలిపింది. సుమారు 1,24,901 మంది గాయపడినట్లు పేర్కొంది.

పాఠశాలకు బాంబు బెదిరింపులు

న్యూఢిల్లీ,దేశంలో బాంబు బెదిరింపులుఆందోళన కలిగిస్తున్నాయి. పలు కార్యాలయాలకు, ముఖ్య మంత్రులకు, విమానాలకు, పాఠశాలలకు వరుస బాంబు బెదిరింపులు వస్తున్నాయి. తాజాగా కర్ణాటక రాష్ట్రంలోని ఉడిపి లో గల ఓ ప్రైవేట్ పాఠశాలకు ఇలాంటి బెదిరింపులే వచ్చాయి.పోలీసులు తెలిపిన వివరాల ప్రకారం.. ఉడిపి జిల్లాలోని విద్యోదయ పబ్లిక్ స్కూల్ కు ఈమెయిల్ ద్వారా బాంబు

బెదిరింపులు వచ్చాయి.

Helpline set up at Telangana Bhavan in New Delhi amid escalating Iran-Israel tensions

Hyderabad: In response to the escalating geopolitical tensions and military developments between Iran and Israel, the Telangana government has established a dedicated helpline at Telangana Bhavan in New Delhi to assist residents from the State who may be living or traveling in the affected region.According to the latest updates from the Ministry of External Affairs and Indian Embassies abroad, no citizens from Telangana have been reportNew Delhi, are in continued as directly impacted. Nevertheless, the helpline has been launched to provide guidance, gather information, and extend support to individuals or families, if needed.Senior officials stationed at Telangana Bhavan, New Delhi, are in continuous coordination with the Ministry of External Affairs, embassy staff, and other concerned central authorities to monitor the evolving situation.Citizens are advised to follow official government advisories and avoid circulating unverified or sensitive information through social media or messaging platforms.

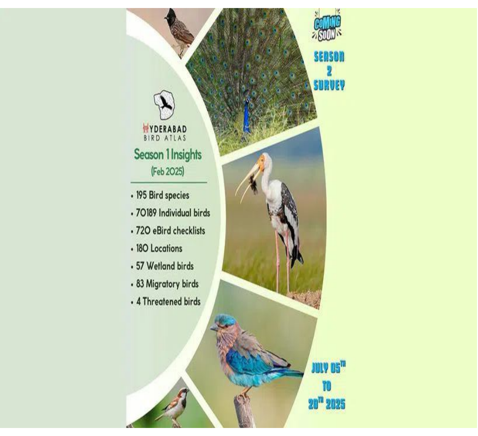
Two intermediate students die by suicide after failing supplementary exams in Telangana

Sangareddy/Siddipet: Two intermediate students died by suicide after failing to clear their subjects in the recently announced advanced supplementary examination results on Monday.In Sangareddy, a second-year intermediate student, Venkataramana (19), ended his life by hanging after he failed to clear one of the subjects. He was the son of Raipally Krishna.In a separate incident in Siddipet, a first-year intermediate student Gugulothu Harika (16), died by suicide at her residence in Katkur village of Akkannapet mandal on Monday. She had reportedly failed in one of her subsubjects. He was the son of jects.Cases have been registered and further investigations are underway.

Duped by realtors, BRS activist attempts suicide in Telangana's Sircilla

Rajanna-Sircilla: A BRS activist and former MPTC, Karkaboina Kuntaiah, attempted suicide by consuming pesticides after being allegedly cheated by local realtors and receiving no response from the police despite repeated complaint According to family members, Kuntaiah, a native of Ankushapur village in Thangallapalli mandal, had accompanied other BRS workers to Hyderabad on Monday.While the others returned to the village by night, Kuntaiah did not come back. Concerned about his whereabouts, his family lodged a complaint with the police, who traced his location using mobile signals.Kuntaiah was found unconscious on the outskirts of the village on Tuesday morning. Upon learning that he had consumed pesticides; police rushed him to hospital for treatment.In a suicide note purportedly written by him, Kuntaiah stated that realtor Ganga Krishna Reddy had occupied his land worth Rs 10 lakh, while another person, Nagaraju, had sold him fake land. Despite complaints, he claimed, police had failed to can I perform my daughter's marriage when I have nothing left?" he wrote.

Hyderabad Bird Atlas Season 2 survey to kick off on July 5



Sangareddy: The much-awaited second season of the Hyderabad Bird Atlas (HBA) survey will begin on July 5 across the State capital and continue till July 20. The fortnight-long initiative aims to document the presence and abundance of various bird species in 180 randomly selected regions across Hyderabad.In the first season held in February 2025, over 200 bird watchers participated voluntarily and recorded the presence of 195 different bird species within the Outer Ring Road limits. This year's survey will expand to cover new areas of the city as part of the ongoing effort to track bird diversity in the face of rapid urbanisation.Speaking to 'Telangana Today', Sriram Reddy, a core member of the HBA team, said it was vital to document avian life in Hyderabad, especially at a time when the city and its surroundings were experiencing swift urban growth. He described the preparation of the Hyderabad Bird Atlas as the first step towards understanding bird distribution and guiding conservation efforts.During the first phase, volunteers covered 180 locations and identified 70,189 individual birds representing 195 species. Of these, 83 were migratory species and four were classified as threatened.Sriram appealed to nature enthusiasts to participate in large numbers

GHMC Commissioner RV Karnan inspects Shilpa Layout flyover, directs officials to expedite beautification works

Hyderabad: Greater Hyderabad Municipal Corporation (GHMC) Commissioner RV Karnan has directed officials to expedite the beautification works of the Shilpa Layout Phase-2 flyover, which is nearing completion and will soon be opened to traffic.The Commissioner inspected the flyover on Tuesday, which has been constructed from the Outer Ring Road (ORR) to Gachibowli at a cost of Rs. 178 crore. With civil works completed, he instructed officials to finish the remaining beautification and greenery tasks immediately.Karnan also directed engineering officials to install transfer bars (rumble strips) as per Indian Roads Congress (IRC) guidelines.Further, he asked officials to inspect the completed, he instructed Gachibowli and Hafizpet flyovers and prepare proposals for additional development works.Accompanied by Project Chief Engineer Bhaskar Reddy, Deputy Executive Engineer Harish, Zonal Superintending Engineer Shankar Nayak, and others, Karnan also inspected several areas in Hafizpet. He instructed officials to clear waste accumulated under the Hafizpet flyover and make the space suitable for sporting activities. He also reviewed the Eerla Cheruvu drainage diversion project and directed officials to complete pending works.

Biogas plant in OU Women's hostels changes campus environment, reduces LPG, firewood consumption

Hyderabad: The installation of a biogas plant in the women's hostels at Osmania University (OU) has resulted in a noticeable reduction in LPG usage and firewood consumption, contributing to a more sustainable and eco-friendly campus.In December 2024, the Mahalakshmi Biogas Plant was inaugurated on the premises of the Women's Hostel in OU. The plant was set up by Saahas under the ReSET CSR initiative funded by KPMG India.Operator of Ahuja Engineering Company, which installed the plant, Sandeep, explaining the process of generating biogas from food waste, said, "We have arranged designated bins in the mess at all the hostels. The plant processes 2 tons of wet (food) waste, which is collected daily from the mess of the hostels and is transported to the site through an electric vehicle."At the site, the bins are weighed and the food waste reaches the sorting table, where it is crushed in the crusher and mixed with slurry, fed to the digester tank. Here, anaerobic digestion takes place in the digester to form biogas, said the operator.The biogas is generated in a tank and then passes through the H2S and water trap scrubber to absorb H2S and moisture. In this process, the biogas is purified to around 60% methane content. This purified gas is stored in the biogas storage balloons from where it is supplied to the kitchen through a pipeline system, Sandeep said."We have provided biogas stoves to the kitchens for preparing food for hostel inmates. Through this biogas, food preparation can be done for 300 to 400 members," he said."It was a challenging task for us to handle the food waste generated from the hostels, which used to be sent to those rearing cattle," Director, Campus Hostels for Women, Osmania University, Y Kalyana Lakshmi, told Telangana Today. This situation often led to unsanitary conditions and unpleasant odours in the area, she said."After the biogas plant, we are saving on firewood and LPG gas for which every month, we used to spend Rs 40,000 to 50,000," the Director explained.

Air India San Francisco–Mumbai flight delayed at Kolkata after engine snag; passengers deplaned

Kolkata: An Air India flight from San Francisco to Mumbai faced a technical snag in one of its engines, forcing all passengers to deplane during a scheduled halt at Kolkata airport early on Tuesday.Flight AI180 landed on time at 12:45 am, but a problem in the left engine caused a delay in its onward journey.At around 5:20 am, an announcement was made onboard instructing all passengers to disembark.The captain informed passengers that the decision was taken in the interest of flight safety.

Sangareddy man jailed for life for killing cousin over petty row

Sangareddy: A man who killed his cousin over a petty issue was sentenced to life imprisonment by Principal District and Sessions Judge G Bhavani Chandra.According to police, the convict, Mangali Bhaskar, a resident of Madaram in Jinnaram mandal, had an argument with his cousin Mangali Babu (26) over a trivial matter on November 19, 2021. In a fit of rage, Bhaskar stabbed Babu with a broken beer bottle, resulting in his death.After examining the evidence and hearing arguments from both sides, the judge pronounced the verdict on Tuesday.

Singareni's growth top priority for Telangana government: Bhatti Vikramarka

Jayashankar-Bhupalpally: Deputy Chief Minister Mallu Bhatti Vikramarka stated that strengthening the Singareni Collieries Company Limited (SCCL), a public sector enterprise employing over 45,000 people, was a top priority for the State government to safeguard livelihood opportunities for future generations.The Deputy CM conducted a review meeting with senior officials at the Singareni General Manager's office in Bhupalpally on Tuesday.He said the government's primary objective was to ensure that Singareni remained profitable for the benefit of its employees, local communities, and the State exchequer.

He noted that while SCCL and Coal India once held monopoly in the coal sector, global shifts in the coal industry have now necessitated Singareni's preparedness to withstand market competition. He advised officials and staff to consistently compare coal production costs and market prices, both of private players and SCCL, to ensure competitiveness. To enhance transparency, he instructed officials to install display boards at mining sites showing production costs and market prices of coal to raise awareness among workers and officers.Drawing attention to Singareni's 136-year history in mining, the Deputy CM urged the company to explore other mineral opportunities beyond coal. He suggested appointing consultants to assess global demand for critical minerals and study their availability. Failing to plan ahead, he warned, would risk harming future generations.Responding to complaints from locals, the Deputy CM directed officials to investigate and submit a report on the impact of mining operations on two villages in Bhupalpally constituency.The review meeting was attended by Minister Duddilla Sridhar Babu and others.

Phone-tapping case: TPCC president appears before SIT

Hyderabad: TPCC president Mahesh Kumar Goud on Tuesday appeared before the Special Investigation Team (SIT) of the State Police probing the phone-tapping case.Speaking to media persons later, the TPCC president alleged that the previous government had tapped phones of political leaders, including those from Telugu Desam and BJP. This was also one of the reasons for Congress losing the 2018 elections, he claimed.al notice to TPCC chief over phone-tapping allegationA complaint was lodged with the then Chief Secretary over the issue. Stern action should be initiated against all those involved in the scandal, the TPCC president demanded.

Neglect leaves Palamuru-Rangareddy Lift Irrigation Scheme tunnels clogged

Hyderabad: Nearly two years of neglect have pushed the Palamuru-Rangareddy Lift Irrigation Scheme (PRLIS) into a precarious state, with clogged tunnels and submerged structures and equipment. Experts warn that leaking passages and poor maintenance could destabilise local hydrology and endanger fragile ecosystems. Without urgent intervention, this flagship project risks becoming another unfulfilled promise in Telangana's troubled irrigation history Just two days ago, Deputy Chief Minister Mallu Bhatti Vikramarka had assured that the Congress-led government would expedite PRLIS completion, stressing timely fund releases to fast-track progress. The aim is to transform the drought-hit lands of Mahabubnagar into fertile zones, turning Palamuru into the "rice bowl" of India. Irrigation Minister N Uttam Kumar Reddy too echoed this commitment, setting an ambitious deadline of December be fast-tracked over the next six months.However, engineers, speaking on condition of anonymity, expressed concern that PRLIS has lost the special focus it received under the previous BRS regime. They warned that continued neglect of maintenance could have catastrophic consequences. Cracks could form in concrete linings or unlined tunnel walls due to soil shifts, weathering or minor seismic tremors common in the region. Seepage from these fissures could weaken surrounding soil, risking subsidence or landslides.Inside the tunnels, sediment, including silt, rocks and organic debris like roots, has begun to accumulate, clogging water flow. Stagnant water fosters bacterial growth and algae, while corrosion threatens steel components, weakening the entire structure. Prolonged lack of upkeep could drastically escalate revival costs.PRLIS is a critical project designed to irrigate 12.3 lakh acres and supply drinking water to 1,226 villages across the six districts Mahabubnagar, Vikarabad, Narayanpet, Rangareddy and Nalgonda.The scheme's tunnels, some several kilometres long and up to 10 metres in diametre, are meant to lift and transport massive volumes of water across five stages through rugged terrain. With Rs.31,000 crore already spent and 85 per cent of the work completed under the BRS government, the project held the promise of transforming parched farmlands. But since 2023, work has largely stalled. Pumping units have already been submerged once, and continued neglect threatens further structural damage.

Engineers fear PRLIS may go the way of the Parambikulam Aliyar Project (PAP) in Tamil Nadu and Kerala. Launched in the 1950s, PAP faced decades of neglect and delay, and by the 1980s, unmaintained tunnels were clogged with debris, and seepage damaged the infrastructure, inflating costs. Andhra Pradesh's Polavaram project also saw tunnel and canal works stall due to funding issues and political uncertainty, resulting in sedimentation and structural decayThe PRLIS now stands at a crossroads. The estimated cost has ballooned to Rs.65,506 crore, with Rs.33,201 crore still required. Despite assurances, experts worry that the project has been placed on the back burner by the Congress government.

Elephant from Andhra Pradesh to grace Bonalu, Moharram processions in Hyderabad

Hyderabad: This year, the annual Bonalu festivities and Moharram processions in the city will feature an elephant from Andhra Pradesh, unlike last year when the animal was brought from Karnataka.The decision was taken after the Mutt at Davanagere in Karnataka declined the Telangana Endowments Department's request to permit an elephant for religious processions. The reasons for the refusal remain unclear.Following this, an appeal was made to a Mutt in Anantapur, Andhra Pradesh, which responded positively. A No Objection Certificate (NOC) for the formal appeal from the Endowments Department has already been approved, according to a Forest Department official Once the Andhra Pradesh Forest Department grants its NOC, other formalities will be completed. The elephant from Anantapur has reportedly been trained to participate in various religious processions, the official addedThe arrangements were initiated after the Akkanna Madanna Mahankali temple formally approached the Endowments Department requesting an elephant for the Bonalu festivities.Although Bonalu is celebrated as a State festival, the temple made a formal request to the department only last month, said Mahankali temple general Dattatreya.Apart from this temple, others including the Sri Ujjaini Mahankali temple in Secunderabad and the Nalla Pochamma temple in Sabzi Mandi also organise processionsAfter the Bonalu festivities, the same elephant will be used in the Bibi-Ka-Alam procession held during Moharram.Arranging an elephant a cumbersome processEvery year, the Endowments Department faces a challenge in arranging an elephant for various religious processions. Temple committees and other religious organisations seeking to conduct processions submit formal appeals to the department, paying requisite charges.The arrangements include transportation of the elephant, deployment of veterinary doctors, and the presence of trainers. The department must then obtain a NOC from the Forest department. After securing approval from the other State, the elephant is brought to Telangana.To avoid this cumbersome process, both the Forest and Endowments departments have urged major temples such as those in Yadagirigutta and Vemulawada to adopt elephants.However, temple managements are still evaluating the pros and cons of adoption, including the cost of maintenance Arrang ingand other logistical factors, the official added.

Six arrested in Jalpally arson incident that sparked mild communal tension

Hyderabad: The Mailardevpally police on Monday arrested six people for a DCM arson incident at Jalpally on Sunday evening that caused mild communal tension.Tense moments were witnessed at Jalpally, Pahadishareef, after some persons stopped a vehicle allegedly carrying animal waste, attacked two people grievously, and burnt their vehicle.The development forced members of the butchers' community and cattle traders to gather in large numbers on the Jalpally road. The Mailardevpally police reached the spot and brought the situation under control and barricaded the area to prevent any untoward incident.Meanwhile, the situation remained peaceful at Musheerabad, where a group protested in front of the police station over a derogatory social media post targeting a particular community on Sunday night.Some local youngsters from Musheerabad had noticed a post on social media with distasteful content and assembled in front of the local police station, demanding action against the person who had posted the content. On assurances from higher officials, the crowd dispersed from the spot after giving a representation to the police.On the other hand, the local police said the situation was under control in Attapur, where mild tension prevailed after some persons stopped a vehicle carrying cattle and attacked the driver resulting in clash between two groups on Sunday.

Hyderabad: Traffic restrictions on Lakdikapul Road for one month due to drain work

Hyderabad: The Hyderabad Traffic Police have imposed nighttime traffic restrictions on Lakdikapul Road between 11 pm and 5 am due to the construction of a stormwater drain at Lakdikapul junction. The restrictions will take effect from Wednesday night and remain in force for one will span a total distance of 180 metres, starting from the Intelligence Office to Dwaraka Hotel, passing by Lucky Restaurant and Venkateshwara Hotel (Old PS Saifabad Junction). Traffic from Nirankari towards Iqbal Minar will be diverted via Ravindra Bharathi. Vehicles moving from Ravindra Bharathi to Old PS Saifabad will be diverted at Iqbal Minar towards Secretariat Juncti on. Similarly, traffic from Secretariat Junction to Old PS Saifabad will be redirected at Iqbal Minar towa rds Ravindra Bhar athi.The traffic police have advised commuters to use alternative routes during the restricted hours and reque sted public cooperation in following the advisory.

అప్పులు...కేసులు...దబాయింపులు !

ఉమ్మడి ఎపి రాష్ట్రాన్ని విడదీసిన తరవాత రెండు తెలుగు రాష్ట్రాల ఏర్పాటు లక్ష్యం నెరవేరిందా అంటే లేదనే చెప్పాలి. ఉమ్మడి ఎపికన్నా దారుణ పరిస్థితులు నెలకొన్నాయి. రాష్ట్రం ఏర్పడ్డదే తమ అధికారం కోసం అన్నరీతిలో తెలంగాణలో దాదాపు పదేళ్ల పాటు టిఆర్ఎస్ లేదా బిఆర్ఎస్ రాజ్యమేలింది. ఐదేళ్లపాటు జగన్ కూడా ఎపిని సర్వనాశనం చేసి, అన్నింటా అవినీతిని జొప్పించారు. ఇలా దోపిడీ రాజ్యం నడిచింది. తెలుగు రాష్ట్రాల్లో దోపిడీని ప్రజలు పట్టించుకోకుండా పందేరాలకోసం పడిగాపులు కాస్తున్నారు. ఇక తెలంగాణలో అయితే ధనిక రాష్ట్రమంటూ అప్పులకుప్పను చేసింది. పథకాల పేరుతో డబ్బులు పందేరం చేసింది. కాళేశ్వరం పేరుతో లక్షకోట్లు గోదాట్లో పోసారు. ఇది పనికిరాని ప్రాజెక్ట్ అంటూ తాజాగా కేంద్రమంత్రి కిషన్ రెడ్డి కూడా వ్యాఖ్యానించారు. ఇది వయబుల్ కాదని అన్నారు. కాళేశ్వరం ప్రాజెక్ట్ రాష్ట్రానికి ఉపయోగం కన్నా నష్టం ఎక్కువగా కలిగించిందని కేంద్ర మంత్రి కిషన్ రెడ్డి అభిప్రాయపడ్డారు. దీనిపై నేషనల్ డ్యామ్ సేఫ్టీ అథారిటీ ఈ మేరకు నివేదిక ఇచ్చిందని వెల్లడించారు. ఈ ప్రాజెక్ట్ ఫీజిబిలిటీ లేనిదిగా బీజేపీ గతంలోనే చెప్పిందని, ఇప్పుడు కూడా సీబీఐ విచారణ కోరుతున్నామని తెలిపారు. గత బిఆర్ఎస్ పదేళ్ల కాలాన్ని పరిశీలిస్తే అనేక అక్రమాలు చోటుచేసుకున్నాయి. కాళేశ్వరం, మిషన్ భగీరథ, మిషన్ కాకతీయ, గొర్రెల పంపెంకం,చేపల పెంకం, రైతుబంధు, ఈ కార్ రేసు వంటివన్నీ అవినీతికి ఆలవాలంగా ఉన్నాయి. ఇందులో పెట్టిన డబ్బులన్నీ స్వార్థానికి వాడుకున్నారు. కోట్లల్లో అవినీతి జరిగింది. దీనిపై విచారణ కూడా సీరియస్‌గా సాగడం లేదు. ఏడాదిన్నరయినా ఫోన్ ట్యాపింగ్ సహా ఏ కూసూ తేలడం లేదు. ఇవన్నీ మరచిపోయి కెటిఆర్ సవాళ్లు విసురుతున్నారు. హరీష్ రావు విమర్శలు చేస్తున్నారు. కవిత ఒంటికాలు మీద లేస్తున్నారు. మా నాయనకు నోటీసులు ఇస్తారా అని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. తాము తప్ప ఇతరులు పాలనకు పనికిరారన్న రీతిలో వ్యాఖ్యలు చేస్తున్నారు. నిజానికి కేసులు పెడితే ధైర్యంగా ఎదుర్కోవాలి. నిజాయితీ నిరూపించుకోవాలి. కానీ నిగగ్గదీస్తున్నారు. ఫార్ములా ఈ కార్ రేస్ వ్యవహారానికి సంబంధించి బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్, మాజీ మంత్రి కేటీఆర్ సవాళ్లు విసరుతూ చట్టాన్ని అపహాస్యం చేస్తున్నారు. దమ్ముంటే లై డిటెక్టర్ పరీక్షలకు రావాలని సవాల్ చేస్తున్నారు. సిఎం రేవంత్‌ను లై డిటెక్టర్ పరీక్షకు రావాలని సవాల్ చేయడం ఆయన అసహనాన్ని తెలియచేస్తోంది. కుంభకోణం లేదు..లంబకోసం లేదు..లొట్టపీసు కేసు అంటూ అహంకారాన్ని ప్రదర్శిస్తున్నారు. పదేళ్లపాటు దర్జాగా పాలన సాగించి, దగా చేసిన నేతలు ఇవాళ సవాళ్లు విసరుతున్నారు. సవాళ్లు విసిరితే ఇక చట్టాలు ఎందుకు.. కోర్టులు ఎందుకో చెప్పాలి. ఫార్ములా కార్ రేసులో తప్పు చేయలేదని అంటున్నారు. తప్పు చేయకపోతే...నేరుగా 55 కోట్లు ఎందుకు తరలించారన్నదానికి సమాధానం చెప్పాలి. నీ ఇష్టం వచ్చినట్లుగా డబ్బులు విడుదల చేసే అధికారం ఎవరిచ్చారన్నది చెప్పాలి. విచారణకు హాజరు కావడానికి మందీ మార్బలాన్ని వెనకేసుకుని రావడం ఎక్కడి ప్రజాస్వామ్యమో చెప్పాలి. కెటిఆర్ విచారణకు వెళుతున్నారా లేక ..ఏదైనా విజయయాత్రకు వెళుతున్నారా చెప్పాలి. చేసిన తప్పులకు ప్రజాకోర్టులో ప్రజలు ఇప్పటికే శిక్షించారు. కెటిఆర్ విచారణకు వస్తుంటే దాదాపు 200 మంది పోలీసులు అక్కడ మోహరించాల్సి వచ్చింది. అటు, ఈడీ కార్యాలయం వద్ద అధిక సంఖ్యలో బీఆర్ఎస్ కార్యకర్తలు చేరుకోగా పోలీసులు అడ్డుకున్నారు. ఈ క్రమంలో వారి మధ్య వాగ్వాదం జరిగి తోపులాట చోటు చేసుకుంది. దీంతో అక్కడి పరిస్థితి ఉద్రిక్తంగా మారింది. ఫార్ములా ఈ రేస్‌లో వ్యవహారానికి సంబంధించి ఏసీబీ దర్యాప్తు చేస్తుండగా.. ఇందులో ఆర్బీఐ అనుమతి లేకుండా విదేశీ సంస్థకు నిదుల చెల్లింపుపై ఈడీ మరో కేసు నమోదు చేసింది. ఇదే కేసులో ఇప్పటికే అప్పటి పురపాలక పట్టణాభివృద్ధి శాఖ ప్రత్యేక ప్రధాన కార్యదర్శి అర్వింద్ కుమార్, హెచ్ఎండీఏ మాజీ చీఫ్ ఇంజినీర్ బీఎల్ఎన్ రెడ్డిలను ఈడీ విచారించింది. కాగా.. ఏసీబీ తనపై నమోదు చేసిన ఎఫ్ఐఆర్ ను కొట్టేయాలని కేటీఆర్ దాఖలు చేసిన క్వాష్ పిటిషన్‌ను హైకోర్టు తిరస్కరించగా.. ఈ నిర్ణయాన్ని ఆయన సుప్రీంకోర్టులో సవాల్ చేశారు. అయితే, ఈ పిటిషన్‌ను సైతం సుప్రీంకోర్టు తోసిపుచ్చింది. ఇంత జరిగినా కెటిఆర్‌కు తాను చేసిన తప్పేంటో తెలియడం లేదని అనుకుంటే ఎలా. తప్పు చేయలేదని నటించినంత మాత్రాన తప్పులు ఒప్పులు కావు. హెచ్ఎండీఏ ఖాతా నుంచి విదేశీ సంస్థకు నిధుల బదిలీపై ఈడీ అధికారులు ఆరా తీస్తున్నారు. విదేశీ సంస్థకు రూ.45.7 కోట్ల బదిలీ వ్యవహారంపై కేటీఆర్‌ను ప్రశ్నిస్తున్నారు. ఇది కళ్లకు కనిపిస్తున్న నిజం. కానీ కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం పెడుతున్న కేసులు ఘనతను తుడిచేయలేవని అంటున్నారు. 'హైదరాబాద్‌లో ఫార్ములా ఈ రేస్ నిర్వహణ అనేది మంత్రిగా తాను తీసుకున్న నిర్ణయాల్లో మంచిదని చెబుతున్నారు. ఆనాడు రేసర్లు అంతా హైదరాబాద్ వచ్చి నగరాన్ని కీర్తించారట. హైదరాబాద్ నగర బ్రాండ్ నాకు ముఖ్యం. పారదర్శకంగా రూ.46 కోట్లు బ్యాంక్ టు బ్యాంక్ విధానంలో చెల్లించిన తర్వాత అవినీతి ఎక్కడిది.. మనీ లాండరింగ్ ఎక్కడిది... ఒక్క రూపాయి కూడా వృథా కాలేదు. ప్రతి పైసాకి లెక్క ఉంది. ఫార్ములా ఈ రేస్ రద్దు వల్ల ప్రభుత్వ ఖజానాకు నష్టం జరిగింది అంటూ వితండవదం చేస్తున్నారు. ఎలాంటి అవినీతి జరగకున్నా కేసులు, కోర్టులంటూ రాజకీయ వేధింపులకు గురి చేస్తున్నారని చేస్తున్న వాదన ఆయన అమాయకత్వాన్ని చాటుతోంది. ఆయన ఇన్నాళ్లూ ఎలాంటి జ్ఞానం లేకుండా మంత్రిగా వెలగబెట్టారని అర్థం అవుతోంది. జగన్ కూడా ఎపిలో కూటమి విఫలం అయ్యిందని విమర్శలు మొదలు పెట్టారు. అప్పులు చేసి ఏం చేశారో చెబితే బాగుండేది. కానీ అలాకాకుండా అధికారం కోసం ఇప్పటి నుంచే తనవంతుగా ఎదురుదాడి యత్నాలకు శ్రీకారం చుట్టారు. రాజకీయ అవినీతిని విచారించేందుకు లోక్‌పాల్ లాంటి సంస్థలే శరణ్యం.

పశ్చిమాసియాలో మరింత ఉద్రిక్తత

● జి7 సదస్సును వీడిన అమెరికా అధ్యక్షుడు

● హుటాహుటిన స్వదేశం యూఎస్‌కు ట్రంప్

వాషింగ్టన్,జూన్17: అమెరికా అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్ హడావుడిగా స్వేదశం బయలుదేరి వెళ్లారు. కెనడా వేదికగా జరుగుతున్న జీ7 వేదికను వీడి అమెరికాకు తిరుగు ప్రయాణం కావడంతో.. సర్వత్రా ఉత్కంఠ నెలకొంది. టెహ్రాన్ గగనతలాన్ని పూర్తిగా అధీనంలోకి తీసుకొన్నామని ఇజ్రాయెల్ ప్రకటించిన వేళ.. ఈ పరిణామాలు చోటుచేసుకొన్నాయి. ఆ నగరవాసులు నివాసాలు ఖాళీ చేసి వెళ్లిపోవాలని ట్రంప్ స్వయంగా హెచ్చరికలు జారీ చేయడం దీనికి ఆజ్యం పోసినట్లైంది. ట్రంప్ హడావుడిగా సిట్యుయేషన్ రూమ్‌ను సిద్ధం చేయించి.. వాషింగ్టన్‌కు తిరిగిరావడంతో.. అమెరికా కూడా ఇరాన్ అణుకేంద్రాలను ధ్వంసం చేయడంలో ఇజ్రాయెల్‌తో చేతులు కలపనుందనే ప్రచారం జోరందుకుంది. ఇందుకోసం దాదాపు 20 అడుగుల పొడవుండే జీబీయూ-57 అనే భారీ బంకర్ బస్టర్ బాంబును వాడాల్సి ఉంటుంది. ఇది సుమారు 13,600 కిలోల బరువు ఉంటుంది. దీనిని కేవలం అమెరికాకు తురుపు ముక్క అయిన బి-2 స్పిరిట్ బాంబర్లు మాత్రమే ప్రయోగించగలవు. కొన్ని నెలల క్రితమే ఈ రకానికి చెందిన దాదాపు 5 యుద్ధ విమానాలను పశ్చిమాసియా సమీపంలోని డియాగో గార్సియా బేస్‌కు చేర్చింది. దీనికితోడు రీఫ్యూయలింగ్ ట్యాంకర్లు, ఇతర యుద్ధ విమానాలు, ఆయుధాలను అమెరికా పశ్చిమాసియాకు తరలిస్తోంది. అమెరికా విమాన వాహక నౌక యూఎస్ఎస్ నిమిట్జ్ కూడా ఇప్పటికే ఈ దిశగా బయల్దేరింది. ఓ పోర్టు విజిట్‌ను కూడా రద్దు చేసుకొని ఇది పశ్చిమాసియాకు ప్రయాణం కట్టడం గమనార్హం. దీంతోపాటు డెస్ట్రాయర్లు ఇతర సహాయక నౌకలు కూడా వస్తున్నాయి. బ్రిటన్ కూడా తన ÷టైర్‌జెట్లను మోహరిస్తోంది. అమెరికా కూడా ఇజ్రాయెల్‌తో కలిసి యుద్ధం చేస్తుందన్న ప్రచారంపై ప్రముఖ వ్యాఖ్యాత టకర్ కార్ల్‌సన్ ట్రంప్‌ను విమర్శించారు. దీనికి అమెరికా అధ్యక్షుడు తనదైనశైలిలో స్పందిస్తూ 'ఇరాన్ వద్ద అణ్వాయుధం ఉండకూడదు అన్న విషయాన్ని ఎవరైనా ఆ టకర్ కార్ల్‌సన్‌కు వివరించండి' అని వెటకారంగా చెప్పడం గమనార్హం. దీంతోపాటు సోషల్ మీడియా పోస్టులో కూడా ఇరాన్‌కు అణ్వాయుధం అందదు అని ట్రంప్ తేల్చిచెప్పారు. దీంతో ఆ దేశ అణు కేంద్రాలపై అమెరికా దాడి జరపొచ్చనే ప్రచారానికి బలం చేకూరుతోంది. మరోవైపు, ఇజ్రాయెల్- ఇరాన్ మధ్య కాల్పుల విరమణ ఒప్పందం గురించి ఫ్రాన్స్ అధ్యక్షుడు మేక్రాన్ చేసిన వ్యాఖ్యలను ట్రంప్ ఖండించారు. 'నేను జీ7 సదస్సును ఎందుకు వీడుతున్నానో మేక్రాన్ తప్పుగా అర్థం చేసుకున్నారు. నేను వాషింగ్టన్ ఎందుకు వెళ్తున్నానో ఆయనకు తెలియదు. కాల్పుల విరమణ ఒప్పందం గురించి కాదు.. అంతకంటే పెద్దదే జరగబోతోంది' అని ట్రంప్ తన ట్రూత్ సోషల్‌లో పోస్ట్ పెట్టారు. ఇకపోతే ఇరాన్‌లోని అణుకేంద్రాలు పెద్దగా దెబ్బతినలేదని అంతర్జాతీయ అణుశక్తి సంస్థ అధిపతి రఫాలే గ్రూసీ వెల్లడించారు. శుక్రవారం చేసిన దాడులు మినహా మిగిలినవి పెద్దగా వీటిపై ప్రభావం చూపలేదనే అభిప్రాయం వ్యక్తంచేశారు. నతాంజ్‌లోని భూగర్భ అణుశుద్ధి కేంద్రంపై పెద్దగా వీటి ప్రభావం లేదని పేర్కొన్నారు. విద్యుత్తు సరఫరా అంతరాయాలు వంటివి చోటుచేసుకొని మొత్తం 15,000 సెంట్రిఫ్యూజ్‌లు దెబ్బతిని ఉండొచ్చన్నారు. అంతేకానీ ఇవి ధ్వంసమై ఉంటాయని తాము అనుకోవటం లేదని వెల్లడించారు. నతాంజ్, ఫార్డో అణు కేంద్రాలు భూగర్భం లో లోతుగా నిర్మించారు. వీటిని పేల్చేయాలంటే అత్యంత భారీ శ్రేణికి చెందిన జీబీయూ-57 బంకర్ బస్టర్ బాంబులు అవసరం. అవి అమెరికా వద్ద మాత్రమే ఉన్నాయి. ఇరాన్‌లోని ఫార్డో అణుకేంద్రంలో యురేనియంను 60 శాతం శుద్ధి చేయగలరు. ఇది అణుబాంబులు తయారీ చేయడానికి అవసరమైన దానికి చాలా సమీపంలో ఉన్నట్లే లెక్క. 2023లో అంతర్జాతీయ అణుశక్తి సంస్థ ఈ కేంద్రంలో 83.7శాతం శుద్ధి చేసిన యురేనియంను గుర్తించింది. అణుబాంబుకు అవసరమైన 90 శాతానికి ఇది చాలా దగ్గరగా ఉంది. ఫార్డో కేంద్రాన్ని ఓ పర్వతం లోపల సొరంగాలు చేసి నిర్మించారు. ఇక్కడ 3,000 సెంట్రిఫ్యూజులు ఉన్నట్లు అంచనా. దీనిని సాధారణ బాంబులు ధ్వంసం చేయలేవు. ఇరాన్ నుంచి అణుబాంబు తయారీని దూరం చేయాలంటే దీనిని ధ్వంసం చేయడం అమెరికా, ఇజ్రాయెల్‌కు చాలా ముఖ్యం.

విమానయానం గాలిలో దీపం

ఈ ఏడాది కేదార్‌నాథ్ యాత్ర సీజన్‌లో వరసగా చోటు చేసుకొంటున్న హెలికాప్టర్ ప్రమాదాలు ప్రయాణికుల భద్రతపై తీవ్ర ఆందోళనను రేకెత్తిస్తున్నాయి. ఆదివారం కేదార్‌నాథ్‌నుంచి గౌరీకుండ్‌కు వస్తున్న హెలికాప్టర్ గుప్తకాశి వద్ద కూలిపోవడంతో పైలట్, రెండేళ్ల చిన్నారి సహా హెలికాప్టర్‌లోని మొత్తం ఏడుగురూ చనిపోయారు. చార్‌ధామ్ యాత్ర ప్రారంభమైన నెలన్నర రోజుల్లోనే ఇది అయిదో హెలికాప్టర్ ప్రమాదం కావడం గమనార్హం. ఇంతకు ముందు కూడా గత మే 8న ఉత్తర కాశీలో గంగోత్రికి యాత్రికులను తీసుకు వెళ్తున్న హెలికాప్టర్ లోయలో పడిపోవడంతో ఆరుగురు ప్రయాణికులు చనిపోగా, ఒకరు తీవ్రంగా గాయపడ్డారు. మరో మూడు హెలికాప్టర్ ప్రమాదాలు సంభవించినప్పటికీ అదృష్టవశాత్తు ప్రాణనష్టం జరగలేదు. అయితే నెలన్నర వ్యవధిలోనే ఇన్ని హెలికాప్టర్ ప్రమాదాలు ఎందుకు జరిగాయి దీనికి కారణాలేమిటి అన్న ప్రశ్నలు ప్రతిఒక్కరిలో తలెత్తుతున్నాయి.ఆదివారం జరిగిన ప్రమాదానికి వాతావరణం హటాత్తుగా ప్రతికూలంగా మారడమే కారణమని తెలుస్తోంది. పైలట్ దట్టమైన పొగమంచు మధ్యలోకి వెళ్లి ఉండవచ్చని, ఎదురుగా ఏముందో కూడా కనిపించని స్థితిలో హెలికాప్టర్ కొండను ఢీకొని కూలిపోయి ఉంటుందని నిపుణులు అంటున్నారు. అయితే ప్రమాదం జరిగిన తీరు గమనిస్తే నిర్వాహకుల నిర్లక్ష్యం కూడా కొట్టొచ్చినట్లు కనిపిస్తుంది. ఈ ప్రమాదం తెల్లవారు జామున 5.17 గంటల సమయంలో జరిగింది. వాస్తవానికి కేదార్‌నాథ్‌లో వాతావరణ పరిస్థితుల దృష్ట్యా ఉదయం 6 గంటలతర్వాతినుంచి సాయంత్రం వరకు మాత్రమే హెలికాప్టర్ సేవలకు అనుమతి ఉంది. దీనికి భిన్నంగా ఆర్యన్ ఏవియేషన్ లిమిటెడ్‌కు చెందిన హెలికాప్టర్ తెల్లవారుజామునే బయలుదేరడాన్ని గమనిస్తే నిర్వాహకుల నిర్లక్ష్యం ఎంత ఉందో అర్థం అవుతుంది.

స్థానిక ఎన్నికలపై ఫీవర్

● పలకరింపులతో హల్‌చల్

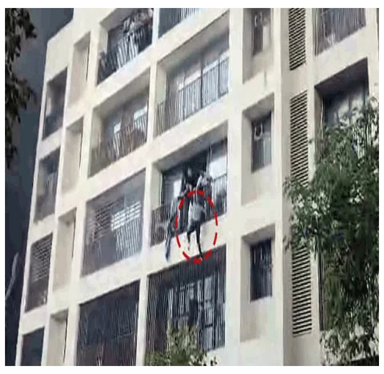
నిజామాబాద్,జూన్17: బీసీ గణనకు సంబంధించి కమిషన్ల రిపోర్టులు ఆధారంగానే రిజర్వేషన్లు పెంచి లోకల్ బాడీ ఎన్నికలు నిర్వహించేందుకు ప్రభుత్వం సిద్ధంగా ఉంది. బహుశా జూలైలో స్థానిక ఎన్నికలు జరిగే ఛాన్స్ ఉందంటూ వార్తలు వస్తున్నాయి. 42శాతం బిసి రిజర్వేషన్లు ప్రకటించాలని బిఆర్ఎస్ డిమాండ్ చేస్తోంది. ఇవిప్రకటించి చిత్తుశుద్ధి చాటుకోవాలని మాజీమంత్రి వేముల ప్రశాంత్ రెడ్డి అన్నారు. రిజర్వేషన్లు ప్రకటించకుండా స్థానిక ఎన్నికలకు వెళితే ఊరుకోమని ఎమ్మెల్సీ కవిత హెచ్చరించారు. ఇకపోతే ఈ ఎన్నికలను ప్రతిష్టాత్మకంగా తీసుకోవాలని బిఆర్ఎస్ భావిస్తోంది. స్థానిక ఎన్నికల్లో ఫుట్‌బాల్ ఆడుతామని కెటిఆర్ ప్రకటించారు. తుది ఓటర్ల జాబితాను అధికారులు ఇటీవల ప్రకటించారు. తాజాగా జిల్లాలో 14,35,214 మంది ఓటర్లుండగా పురుషులకన్నా 80,875 మంది మహిళా ఓటర్లు ఎక్కువ ఉన్నట్టు లెక్క తేలింది. మహిళల తర్వాత యువ ఓటర్లే కీలకం కానున్నారు. కొత్తగా ఓటు హక్కు పొందినవారు 26 వేల వరకు ఉన్నారు. మొత్తం ఓటర్లలో యువతీయువకులే దాదాపు సగం వరకు ఉన్నారు. కొత్త జాబితా ప్రకారం 18 నుంచి 39 ఏండ్ల మధ్య వయస్సున్న ఓటర్ల సంఖ్య 6, 96,014. దీంతో రానున్న లోకల్ బాడీ ఎన్నికల్లో మహిళలు, యువతే కీలకం కానున్నారు. దీంతో యువతలో కూడా సర్పంచ్ పదవులపై ఆశ కనిపిస్తోంది. పంచాయితీలతో పాటు వాటి పరిధిలోని 5,022 వార్డులకు ఎన్నికలు నిర్వహించేందుకు అధికారులు ఇప్పటికే ఏర్పాట్లు చేశారు. బ్యాలెట్ బాక్స్ లతో పాటు పేపర్ బ్యాలెట్ రెడీ చేశారు. జిల్లాలో 31 మండలాలున్నాయి. పంచాయతీ ఎన్నికల తర్వాత ఈ మండలాల్లో ఎంపీటీసీ, జడ్పీటీసీ స్థానాలకు ఎన్నికలు జరగనున్నాయి. ఈ ఎన్నికలన్నింటి లోనూ యువత, మహిళలే నిర్ణేతలు కానున్నారు. వారు ఎవరివైపు మొగ్గు చూపితే వాళ్లే అందలమెక్కే చాన్స్ఉందని అంటున్నారు. గత ఏడాది ఫిబ్రవరిలోనే సర్పంచ్‌ల పదవీ కాలం ముగిసింది. జులైలో ఎంపీటీసీ, జడ్పీటీసీలు కూడా మాజీలయ్యారు. మున్సిపల్ కార్పొరేషన్లు, కౌన్సిళ్ల టర్మ్ పూర్తికానుంది. దీంతో రూరల్, అర్బన్ లోకల్ బాడీలకు వరుసగా ఎన్నికలు జరగనున్నాయి. కొత్తగా 15 గ్రామ పంచాయ తీలు ఏర్పడడంతో జిల్లాలో పంచాయితీల సంఖ్య 545 పెరిగింది. ఈ క్రమంలో జిల్లాలో అప్పుడే స్థానిక హడావిడి మొదలయ్యింది. ముఖ్యంగా పంచాయితీ సర్పంచ్ పదవులకు పోటీ చేసే వారంతా ఇప్పటి నుంచే గ్రామాల్లో కరచాల నాలు మొదలు పెట్టారు. పలకరింపులు చేస్తు న్నారు. బాగున్నావా అని ఆత్మీయంగా చూస్తు న్నారు. పెళ్లిళ్లు, పేరంటాల సందర్భంగా గ్రామాల్లో ఇదే సందడి కనిపించింది.

న్యాయమిత్ర న్యూస్ దినపత్రిక

తెలంగాణలో ఘోర ప్రమాదం.. లారీని ఢీకొట్టిన బస్సు

వికారాబాద్ జిల్లా: రోడ్డు ప్రమాదాలపై పోలీసులు, రవాణా శాఖ అధికారులు ఎంతగా అవగాహన కల్పిస్తున్నప్పటికీ ఏదోక ప్రాంతంలో రోడ్డు ప్రమాదాలు జరుగుతునే ఉన్నాయి. ఆయా ఘటనల్లో కుటుంబ సభ్యులు మరణిస్తుండటంతో బాధిత కుటుంబాలు తీవ్ర శోకంలో మునిగిపోతున్నాయి. తాజాగా వికారాబాద్ జిల్లాలోని పరిగి మండలం రంగాపూర్ సమీపంలో ఇవాళ (మంగళవారం) తెల్లవారుజామున ఘోర రోడ్డు ప్రమాదం జరిగింది. ఆగి ఉన్న లారీని ట్రావెల్స్ బస్సు ఢీ కొట్టింది. ఈ ప్రమాదం ధాటికి బస్సులో ఉన్న వారిలో నలుగురు మృతిచెందగా.. 20మందికి పైగా తీవ్ర గాయాలయ్యాయి. క్షతగాత్రులను చికిత్స నిమిత్తం పరిగి ప్రభుత్వ ఆస్పత్రికి తరలించారు.పోలీసులు తెలిసిన వివరాల ప్రకారం.. రంగారెడ్డి జిల్లాషాబాద్ మండలం చందనవెల్లి గ్రామానికి చెందిన పలువురు పరిగిలో జరిగిన ఓ శుభకార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు. కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న అనంతరం వారు స్వగ్రామానికి ట్రావెల్స్ బస్సులో బయలుదేరారు. హైవేపై వెళ్తున్న సమయంలో ట్రావెల్ బస్సు డ్రైవర్ ముందున్న లారీని ఓవర్‌టెక్ చేయబోయాడు. ఈక్రమంలో లారీని బస్సు బలంగా ఢీకొట్టింది. దీంతో బస్సు ప్రమాదానికి గురైంది. బస్సుల్లో ప్రయాణిస్తున్న వారిలో ఒకరు అక్కడికక్కడే మృతిచెందగా.. మరో ముగ్గురు పరిగి ఆస్పత్రికి తరలించే సమయంలో ప్రాణాలు వదిలారు. ఈ ప్రమాదంలో 20మందికి పైగా తీవ్ర గాయాలవ్వగా.. వారిలో ఆరుగురి పరిస్థితి విషమంగా ఉంది.క్షతగాత్రులకు మెరుగైన చికిత్స నిమిత్తం హైదరాబాద్‌లోని ఉస్మానియా ఆస్పత్రికి తరలించారు. ప్రమాద సమయంలో బస్సులో మొత్తం 60 మంది ప్రయాణికులు ఉన్నారు. అతివేగంతోనే ఈ ప్రమాదం జరిగినట్లుగా పోలీసులు తెలిపారు. బస్సులో ఇరుక్కుపోయిన నలుగురి మృతదేహాలను అతి కష్టం మీద పోలీసులు బయటకు తీశారు. రోడ్డు ప్రమాదంతో హైవేపై కిలోమీటర్ల మేర వాహనాలు స్థంభించిపోయాయి. ట్రాఫిక్ జాం అవడంతో వాహనదారులు తీవ్ర ఇబ్బందులు పడుతున్నారు. పోలీసులు కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు జరుపుతున్నారు.

బాల్కనీల నుంచి దూకిన విద్యార్థులు



అహ్మదాబాద్‌లో గత గురువారం ఎయిర్ ఇండియా విమానం కుప్పకూలిన విషయం తెలిసిందే. అహ్మదాబాద్ ఎయిర్‌పోర్ట్ నుంచి లండన్ బయల్దేరిన డ్రీమ్‌లైనర్ రకానికి చెందిన విమానం టేకాఫ్ అయిన నిమిషాల వ్యవధిలోనే బీజే మెడికల్ కాలేజీ బిల్డింగ్‌పై కుప్పకూలిపోయింది. ఈ ప్రమాదానికి సంబంధించి తాజాగా మరో వీడియో వెలుగులోకి వచ్చింది.విమానం కూలిన వెంటనే అక్కడ భారీ శబ్దం వచ్చింది. పెద్ద ఎత్తున మంటలు చెలరేగాయి. ఆ ప్రాంతాని నల్లటి పొగ కమ్ముకుంది. దీంతో స్థానికులు తీవ్ర భయాందోళనకు గురయ్యారు. సమీపంలోని వసతి గృహాల్లో ఉన్న విద్యార్థులు ఊపిరాడక.. బాల్కనీల నుంచి దుస్తుల సాయంతో కిందకు దిగుతున్న వీడియో వెలుగులోకి వచ్చింది. ఆ వీడియోలో వైద్య విద్యార్థులు దుస్తులను జాయింట్ చేసి కిటీకీలు, బాల్కనీల నుంచి కిందకు దిగేందుకు ప్రయత్నిస్తూ కనిపించారు. ప్రస్తుతం ఈ వీడియో వైరల్ అవుతోంది

పొలాల్లో చేతికి అందె ఎత్తులో కరెంట్ తీగలు పొంచి ఉన్న ప్రమాదం

సంస్థాన్ నారాయణపురం, జూన్ 17 : సంస్థాన్ నారాయణపురం మండలం మల్లారెడ్డిగూడెం గ్రామంలోని రైతుల పొలాల్లో నుండి వెళ్లిన విద్యుత్ తీగలు ప్రమాదభరితంగా ఉన్నాయి. చేతికి అందే ఎత్తులో కరెంట్ తీగలు వేలాడుతున్నా విద్యుత్ శాఖ అధికారులు పట్టనట్లు వ్యవహరిస్తున్నారు. విద్యుత్ స్తంభాల మధ్య దూరం ఎక్కువగా ఉండడంతో వైర్లు చేతికి అంది ఎత్తులో వేలాడుతూ ప్రమాదకరంగా ఉన్నాయి. పొలంలో పని చేసేటప్పుడు ఏమరపాటుగా ఉంటే ఇక అంతే సంగతులు అంటున్నారు. గాలులు వీచినప్పుడు వైర్లు ఒకదానికి ఒకటి తగులుకుని షార్ట్ సర్క్యూట్ అవుతుండడంతో రైతులు భయాందోళన గురవుతున్నారు.పొలాల్లో వేలాడుతున్న విద్యుత్ వైర్లను సరిచేయాలని, అవసరమైన చోట కొత్త విద్యుత్ స్తంభాలు ఏర్పాటు చేయాలని గత రెండు సంవత రాలుగా అధికారులు చుట్టూ తిరుగుతున్న ఎవరూ పట్టించుకోవడం లేదని రైతులు ఆవేదన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. ఇటీవలే వ్యవసాయం పొలంలో ఉన్న బర్రెకు విద్యుత్ తీగలు తగిలడంతో షాక్‌కు గురై అక్కడికక్కడే మృతి చెందింది. వేలాడుతున్న విద్యుత్ తీగలను సరిచేసి సమస్యను పరిష్కరించాలని మల్లారెడ్డిగూడెం గ్రామ రైతులు కోరుతున్నారు.

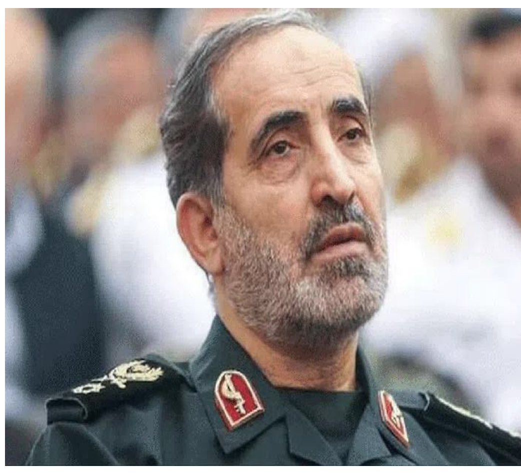
రైతు నేస్తం కార్యక్రమానికి స్పందన కరువు.. హాజరుకాని అన్నదాతలు

రాయపోల్, జూన్17: రైతుల కోసం ప్రభుత్వం, సంస్థలు ప్రతిష్ఠాత్మకంగా నిర్వహించిన రైతు నేస్తం కార్యక్రమం సోమవారం నిరాశ కలిగించింది. అధికారులు, వ్యవసాయ శాఖ విభాగం ఉద్యోగులు ఈ కార్యక్రమానికి హాజరైనప్పటికీ అసలు లక్ష్యం గా ఉన్న రైతులు మాత్రం గైరాజరయ్యారు. రైతు వేదికల వద్ద ఏర్పాటు చేసిన కుర్చీలు ఖాళీగా దర్శనమిచ్చాయి.రైతుల కోసం రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రతిష్టాత్మకంగా రైతు నేస్తం కార్యక్రమం నిర్వహించింది. రైతుల కోసం ప్రభుత్వం అమలు చేస్తున్న సంక్షేమ పథకాలను వివరించడం, సాంకేతిక పరిజ్ఞానం అందించడం, వ్యవసాయ రంగాన్ని బలోపేతం చేయడమే ఈ కార్యక్రమ ముఖ్య ఉద్దేశం. కానీ రాయపోల్ రైతు వేదికలో నిర్వహించిన రైతు నేస్తం కార్యక్రమానికి రైతులు మాత్రం హాజరుకాలేదు. ఈ కార్యక్రమంలో చాలావరకు కుర్చీలు ఖాళీగానే కనిపించాయి. దీంతో రైతులు వస్తారేమోనని అధికారులు చాలాసేపటి వరకు ఎదురుచూశారు. అయినప్పటికీ ఎవరూ రాకపోవడంతో తూతూ మంత్రంగానే కార్యక్రమాన్ని ముగించారు.

మత్తు పదార్థాలకు యువత దూరం ఉండాలి

కోటగిరి : మత్తు పదార్థాలకు యువత దూరంగా ఉండాలని కోటగిరి ఎస్సై సునీల్ అన్నారు. జిల్లా పోలీస్ శాఖ ఆదేశాల మేరకు కోటగిరి మండలం కొత్తపల్లి గ్రామంలో మత్తు పదార్థాల నిర్మూలన పై మంగళవారం అవగాహన సదస్సు నిర్వహించారు. అలవాటు పడిన యువత తన జీవితాన్ని నాశనం చేసుకుంటున్నారన్నారు.కావున చెడు అలవాట్లకు దూరంగా ఉండాలని, తల్లిదండ్రులు తమ పిల్లలను ఎప్పటికప్పుడు పర్యవేక్షించాలని సూచించారు. సైబర్ నేరాల పట్ల అవగాహన కల్పించారు. గుర్తుతెలియని వ్యక్తులు ఫోన్ చేసి ఓటీపీ అడిగితే చెప్పకూడదని సూచించారు. ద్విచక్ర వాహనాలు నడిపే ప్రతీ ఒక్కరూ హెల్మెట్ ధరించాలని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో గ్రామస్తులు పాల్గొన్నారు.

ఇజ్రాయెల్ దాడులు.. ఇరాన్ సుప్రీంలీడర్ ఖమేనీ సన్నిహితుడు మృతి



ఇరాన్ పశ్చిమాసియా మళ్లీ భగ్గుమంది. ఇజ్రాయెల్ , హమాస్ యుద్ధంతో ఇప్పటికే ఈ ప్రాంతంలో తీవ్ర ఉద్రిక్త పరిస్థితులు కొనసాగుతుండగా.. తాజాగా ఇజ్రాయెల్, ఇరాన్ మధ్య భీకర యుద్ధం మొదలైంది. గతవారం ఇరాన్ అణు కేంద్రాలపై ఇజ్రాయెల్ 'ఆపరేషన్ రైజింగ్ లయన్' పేరిట దాడులు ప్రారంభించినప్పటి నుంచి ఇరు దేశాల మధ్య తీవ్ర ఉద్రిక్తతలు నెలకొన్నాయి. వరుసగా ఐదో రోజు కూడా ప్రతిదాడులతో ఇరు దేశాలూ విరుచుకుపడుతున్నాయి. ఇక ఈ దాడుల్లో ఇరాన్‌కు గట్టి ఎదురుదెబ్బ తగులుతోంది.ఇజ్రాయెల్ జరుపుతున్న దాడుల్లో ఇప్పటికే పలువురు కీలక నేతలను ఇరాన్ కోల్పోయిన విషయం తెలిసిందే. తాజాగా మరో ఇరాన్ అత్యున్నత సైనిక కమాండర్, ఇరాన్ సుప్రీం లీడర్ అయతుల్లా అలీ ఖమేనీ అత్యంత సన్నిహితుడు అలీ షాద్మానీ హతమయ్యారు. ఈ విషయాన్ని ఇజ్రాయెల్ సైన్యం తాజాగా ప్రకటించింది. సోమవారం రాత్రి మంగళవారం తెల్లవారుజామున మధ్య టెహ్రాన్ నడిబొడ్డున ఉన్న కమాండ్ సెంటర్‌పై తాము జరిపిన దాడుల్లో అలీ షాద్మానీ ప్రాణాలు కోల్పోయినట్లు తెలిపింది. షాద్మానీ ఇస్లామిక్ రివల్యూషనరీ గార్డ్ కార్ప్స్, ఇరాన్ సాయుధ దళాలు.. ఈ రెండింటికీ నాయకత్వం వహిస్తున్నట్లు ఇజ్రాయెల్ సైన్యం ఓ ప్రకటనలో తెలిపింది.ఇరాన్‌పై శుక్రవారం ఉదయం ఇజ్రాయెల్ భీకర దాడులకు పాల్పడిన విషయం తెలిసిందే. ఆపరేషన్ 'రైజింగ్ లయన్' పేరుతో అణు కర్మాగారాలు, సైనిక స్థావరాలే లక్ష్యంగా టెహ్రాన్‌పై బాంబుల వర్షం కురిపించింది. ఇరాక్‌తో 1980లో జరిగిన భీకర యుద్ధం తరువాత తిరిగి ఆ స్థాయిలో దాడులను ఎదుర్కోవడం ఇరాన్‌కు ఇదే మొదటిసారి. ఈ దాడుల్లో ఇరాన్ సాయుధ దళాల ప్రధాన అధికారి జనరల్ మొహమ్మద్ బాఘేరి, రెవెల్యూషనరీ గార్డ్స్ జనరల్ హెుస్సేన్ సలామీ, ఖండాంతర క్షిపణి కార్యక్రమం అధికారి జనరల్ అమీర్ అలీ హాజీజాదే, పలువురు శాస్త్రవేత్తలు, ఇరాన్ సాయుధ దళాల జనరల్ స్టాఫ్ డిప్యూటీ హెడ్ ఆఫ్ ఇంటెలిజెన్స్ జనరల్ ఘోలంరేజా మెహ్రాబీ, డిప్యూటీ హెడ్ ఆఫ్ ఆపరేషన్స్ జనరల్ మెహదీ రబ్బానీ మరణించిన విషయం తెలిసిందే.బంకర్‌లో దాక్కొన్న ఖమేనీఇజ్రాయెల్ దాడుల నేపథ్యంలో ఇరాన్ సుప్రీం లీడర్ అలీ ఖమేనీ, ఆయన కుటుంబం టెహ్రాన్ ఈశాన్య ప్రాంతంలోని ఒక బంకర్‌లో దాక్కొన్నారని తెలిసింది. యురేనియాన్ని శుద్ధి చేసుకొనే కార్యక్రమాన్ని పూర్తిగా వదిలేసేందుకు ఖమేనీకి ఇజ్రాయెల్ చివరి అవకాశమిచ్చిందని.. అందువల్లే దాడులు జరిగిన మొదటి రోజైన శుక్రవారం రాత్రి ఆయనను హత్య చేయకుండా వదిలేసిందని ది టైమ్స్ ఆఫ్ ఇజ్రాయెల్ పేర్కొంది.

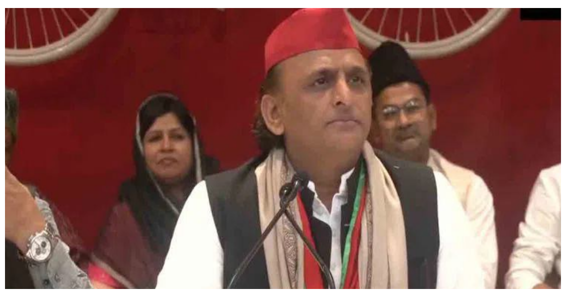
పాపం ర్యాపిడో డ్రైవర్.. అడ్డంగా బుక్కయ్యాడు

బెంగళూరు నాణేనికి రెండు వైపులు ఉన్నట్లే.. ప్రతీ సంఘటనకు రెండు వర్షన్లు ఉంటాయి. నూటికి తొంభై శాతం మంది మనుషులు.. ఓ వర్షన్‌ను మాత్రమే చూసి అవతలి వ్యక్తిని జడ్జ్ చేస్తూ ఉంటారు. బెంగళూరుకు చెందిన ఓ ర్యాపిడో బైక్ డ్రైవర్ విషయంలోనూ అదే జరిగింది. సోమవారం మధ్యాహ్నం ఆ ర్యాపిడో డ్రైవర్‌కు సంబంధించిన ఓ వీడియో తెగ వైరల్ అయింది. ఆ వీడియోలో ఆ డ్రైవర్ ఓ యువతిని లాగి పెట్టి కొట్టాడు. దీంతో ఆ యువతి దూరంగా పోయి పడింది. ఈ వీడియో చూసిన అందరూ ఆ ర్యాపిడో బైక్ డ్రైవర్‌పై ఫైర్ అయ్యారు.ఆ యువతిపై సానుభూతి చూపించారు. సాయంత్రానికంతా కథ మొత్తం మారిపోయింది. సంఘటనకు సంబంధించిన మరో వీడియో వెలుగులోకి వచ్చింది. ఆ వీడియో ద్వారా.. ర్యాపిడో బైక్ డ్రైవర్ యువతిపై చెయ్యి చేసుకోవాల్సిన పరిస్థితి ఎందుకు వచ్చిందో క్లియర్‌గా ఉంది. ఆ వీడియో ప్రకారం.. ఆ యువతి అతడిపై దాడికి దిగింది. మూడు, నాలుగు సార్లు చెయ్యి చేసుకుంది. తిడుతూ రెచ్చిపోయింది. టిఫిన్ బాక్సుతో కూడా కొట్టింది. ఈ నేపథ్యంలోనే ఆ యువకుడు ఆమెపై చెయ్యి చేసుకున్నాడు.ఇంతకీ ఏం జరిగిందంటే. .బెంగళూరుకు చెందిన ఓ యువతి రాపిడో బుక్ చేసుకుంది. ఓ 15 నిమిషాల తర్వాత ర్యాపిడో బైకు ఆమె ఉండే చోటుకు వచ్చింది. యువతి ఓటీపీ చెప్పి బైకు ఎక్కి కూర్చోగానే అక్కడినుంచి కదిలింది. యువతి వెళ్లాల్సిన గమ్యస్థానం వెట్కపు వెళుతూ ఉంది. కొన్ని కిలోమీటర్లు వెళ్లిన తర్వాత యువతి బైకు ఆపమంది. డ్రైవర్ బైకు ఆపాడు. 'నువ్వు చాలా ర్యాష్‌గా బైకు డ్రైవ్ చేస్తూ.. అసలు సిగ్నల్స్ కూడా పట్టించుకోకుండా వెళుతున్నావ్..' అంటూ గొడవపెట్టుకుంది. చిన్న గొడవ కాస్తా కొద్దిసేపటి తర్వాత దాడి చేసుకునే వరకు వెళ్లింది.

ఉప ముఖ్యమంత్రి సోదరుడికి ఈడీ సమను

మనీలాండరింగ్ కేసులో ఎన్‌ఫోర్స్‌మెంట్ డైరెక్టరేట్ కాంగ్రెస్ నేత, కర్ణాటక ఉప ముఖ్యమంత్రి సోదరుడు శివకుమార్ సోదరుడు డీకే సురేశ్‌కు సమన్లు జారీ చేసినట్లు అధికార వర్గాలు మంగళవారం తెలిపాయి. మాజీ ఎంపీ సురేశ్‌ను జూన్ 19న విచారణకు హాజరు కావాలని.. మనీలాండరింగ్ నిరోధక చట్టం (%ామీూా%) కింద వాంగ్మూలం నమోదు చేయాలని కోరినట్లు సంబంధిత వర్గాలు పేర్కొన్నాయి. ఏప్రిల్‌లో ఐశ్వర్య గౌడ అనే మహిళను ఈడీ అరెస్టు చేసింది. అనేక మంది హై ప్రొఫైల్ రాజకీయ నాయకులతో ఆమెకు సాన్నిహిత్యం ఉందని తేలింది. ఆ మహిళ అనేక మంది హై ప్రొఫైల్ రాజకీయ నాయకులతో సన్నిహితంగా ఉందని చెప్పుకుందని ఈడీ ఓ ప్రకటనలో పేర్కొంది.బంగారం, నగదు, బ్యాంకు డిపాజిట్లపై అధిక మొత్తంలో రాబడిని ఎరవేసి మోసం చేసినట్లు ఆరోపణలున్నాయి. డీకే సురేశ్ పేరును ఉపయోగించుకుందని.. అతని సోదరిని అని చెప్పుకున్నట్లు ఆమెపై ఆరోపణలు వచ్చాయి. మాజీ ఎంపీ సైతం బెంగళూరు పోలీసులకు కూడా ఫిర్యాదు చేశారు. పోలీసులకు కూడా తన పేరు దుర్వినియోగం చేస్తున్నారని పోలీసులకు ఇచ్చిన ఫిర్యాదులో పేర్కొన్నారు. దర్యాప్తులో భాగంగా కులకర్ణి వాంగ్మూలాన్ని సైతం ఈడీ నమోదు చేసింది. ఐశ్వర్య గౌడ, ఆమె భర్త హరీశ్ కేవన్‌తో పాటు పలువురిపై వివిధ పోలీస్‌స్టేషన్లలో నమోదైన ఈడీ మనీలాండరింగ్ కేసు దర్యాప్తు చేస్తున్నది.

ఇండియా కూటమి చెక్కుచెదరదు.. పోయేవాళ్లు పోవచ్చు : అఖిలేష్ యాదవ్



ఉత్తరప్రదేశ్ ప్రతిపక్ష ఇండియా కూటమి పని అయిపోయిందని, ఆ కూటమిలోని పార్టీల మధ్య సఖ్యత లేదని జరుగుతున్న ప్రచారంపై ఉత్తరప్రదేశ్‌మాజీ ముఖ్యమంత్రి సమాజ్‌వాది పార్టీ చీఫ్ అఖిలేష్ యాదవ్ స్పందించారు. ఇండియా కూటమి చెక్కుచెదరదని, బలంగా ఉన్నదని ఆయన వ్యాఖ్యానించారు. 'ఇండియా కూటమి బలంగా ఉంది. అది చెక్కుచెదరదు. ఎవరైనా కూటమి నుంచి వెళ్లిపోవాలనుకుంటే స్వేచ్ఛగా వెళ్లిపోవచ్చు. ఎవరూ ఆపరు. అంతేగానీ కూటమిలో ఉంటూ కూటమిని పలుచన చేసే వ్యాఖ్యలు చేయొద్దు' అని అఖిలేష్ మండిపడ్డారు. ఉత్తరప్రదేశ్‌లో 2027లో జరిగే అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో ఇండియా కూటమి సత్తాచాటుతుందని అన్నారు.మంగళవారం మధ్యాహ్నం లక్నోలో ఏర్పాటు చేసిన విలేకరుల సమావేశంలో అఖిలేష్ యాదవ్ మాట్లాడారు. ఈ సందర్భంగా ఉత్తరప్రదేశ్ ప్రభుత్వ తీరుపై ఆయన విమర్శలు గుప్పించారు. మహాకుంభమేళా మృతుల కుటుంబాలకు రూ.5 లక్షల చొప్పున పరిహారం చెల్లించనున్నట్లు ప్రభుత్వం చెబుతోందని, అందుకు సంబంధించిన పేర్లను ఎందుకు వెల్లడించడంలేదని ప్రశ్నించారు.

బాలికల విద్య దేశానికి వెలుగు: కొడంగల్ ఎంఈవో

కొడంగల్, జూన్ 17: బాలికల విద్య దేశానికి ఎంతో వెలుగును అందిస్తుందని కొడంగల్ మండల విద్యాధికారి రాంరెడ్డి తెలిపారు. మంగళవారం బడిబాట కార్యక్రమంలో భాగంగా స్థానిక జిల్లా పరిషత్ బాలికల ఉన్నత పాఠశాలలో బాలిక విద్యపై అవగాహన కార్యక్రమం ఏర్పాటు చేశారు. ఈ సందర్భంగా పాల్గొన్న ఎంఈవో రాంరెడ్డి మాట్లాడుతూ.. బాలికలు చదువుకోవడం వల్ల ఇంటితో పాటు దేశాన్ని అభివృద్ధి పథంలో ముందుకు సాగే ఆస్కారం ఉంటుందని పేర్కొన్నారు.ప్రభుత్వ పాఠశాలలోనే విద్యార్థులకు అన్ని సౌకర్యాలు, నాణ్యమైన విద్యతోపాటు సామాజిక విలువలతో కూడిన విద్యాబోధన కొనసాగుతుందని ఎంఈవో తెలిపారు. కావున విద్యార్థుల తల్లిదండ్రులు ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లోనే తమ చిన్నారులను చేర్పించి వారి ఉజ్వల భవిష్యత్తుకు బంగారు బాటలు వేయాలని కోరారు. ప్రైవేట్ పాఠశాలల్లోని పైపై మెరుగులను చూసి మోసపోవద్దని చెప్పారు. ప్రభుత్వ పాఠశాలలో అన్నింట శిక్షణ పొందిన ఉపాధ్యాయులు నియమించడం వల్ల ఉత్తమ విద్య బోధన కొనసాగుతుందని పేర్కొన్నారు. అదేవిధంగా ప్రభుత్వ పాఠశాలలో ఉచిత పాఠ్యపుస్తకాలతో పాటు అల్పాహారం, మధ్యాహ్న భోజనం, స్కూల్ యూనిఫామ్ వంటి ఎన్నో సౌకర్యాలు అందుబాటులో ఉండి విశాలమైన తరగతి గదులతో పాటు క్రీడా మైదానం ఉంటుందని సూచించారు. హంగులు ఆర్భాటాల ప్రకటనలు చూసి మోసపోవద్దన్నారు. సామాజిక విలువలతో కూడిన విద్యను అభ్యసించే విధంగా విద్యార్థులను ప్రభుత్వ పాఠశాలలో చేర్పించాలని సూచించారు. ఇందులో భాగంగా 6 నుంచి 8వ తరగతి వరకు జిల్లా పరిశోధన పాఠశాలలో మొత్తం 22 మంది విద్యార్థినులు చేరడం జరిగిందని తెలిపారు. ప్రభుత్వ పాఠశాలల బలోపేతానికి ఉపాధ్యాయులు కృషి చేయాలని విస్తృత ప్రచారంతోపాటు ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో అందుకునే సౌకర్యాలు విద్యార్థులకు అవగాహన కల్పించి పాఠశాలలో చేర్చి విధంగా కృషి చేయాలని పేర్కొన్నారు.

విద్యా వ్యాపారాన్ని అరికట్టాలి : పేరబోయిన మహేందర్

యాదగిరిగుట్ట, జూన్ 17 : విద్యా వ్యాపారాన్ని అరికట్టాలని, యాదగిరిగుట్ట మండలంలోని ప్రైవేట్ విద్యా సంస్థల్లో ఫీజలను తగ్గించడంతో పాటు గుర్తింపు లేని పాఠశాలలపై చర్యలు తీసుకోవాలని అఖిల భారత యువజన సమైక్య జిల్లా కార్యదర్శి పేరబోయిన మహేందర్ డిమాండ్ చేశారు. మంగళవారం పట్టణంలో మండల విద్యాధికారి శరత్ యామినిని కలిసి వినతి పత్రం అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ.. ప్రైవేట్ విద్యాసంస్థలు, నర్సరీ, ఎల్‌కేజీ, యూకేజీ విద్యార్థులకు రూ.20 వేల ఫీజులు వసూళ్లు చేయడం దారుణమన్నారు. విద్యా సంస్థల్లో పాఠ్య పుస్తకాలు విక్రయించకూడదని నిబంధన ఉన్నా, పట్టించుకోకుండా పాఠ్య పుస్తకాలు, యూనిఫాం, ఐడీ కార్డులు ఇతర సామగ్రిని అధిక ధరలకు విక్రయిస్తున్నట్లు తెలిపారుపట్టణంలో మండల విద్యాధికారి శరత్ యామినిని కలిసి వినతి . ఈ కార్యక్రమంలో అఖిల భారత యువజన సమైక్య మండల కార్యదర్శి కంబాల వెంకటేశ్, నాయకులు అనంతుల నరసింహ, పాకలపాటి రాజు, రావుల శ్రీను, సంగి అరవింద్, కంబాల రాజు పాల్గొన్నారు.

ఆహారం.. మారుద్దాం.. ఆరోగ్యం కోసం జొన్న రొట్టెకు పెరుగుతున్న ఆదరణ

మారుతున్న కాలానికి అనుగుణంగా జీవన శైలిలో మార్పులు రావడం సహజం. ప్రస్తుత పరిస్థితుల్లో ఆహారపు అలవాట్లు కూడా ఆశావహ దృక్పథం దిశగా పయనిస్తున్నాయి.ఆలుమగలు ఇద్దరూ ఉద్యోగస్తులైనప్పుడు ఇంటిభోజనం అన్ని వేళలా కుదరదు.

ఆశావహ జీవనశైలికి నిదర్శనమంటున్న నిపుణులు

మారుతున్న కాలానికి అనుగుణంగా జీవన శైలిలో మార్పులు రావడం సహజం.ప్రస్తుత పరిస్థితుల్లో ఆహారపు అలవాట్లు కూడా ఆశావహ దృక్పథం దిశగా పయనిస్తున్నాయి.ఆలుమగలు ఇద్దరూ ఉద్యోగస్తులైనప్పుడు ఇంటిభోజనం అన్ని వేళలా కుదరదు. ఏదో ఒకపూట బయట నుంచి తెచ్చుకుని తిని.పూట గడపాల్సిన పరిస్థితులు నెలకొన్నాయి.ఇది ఇలాఉండగా,పెద్ద వయస్కులు,షుగర్ పేషంట్లు ఇలా వివిధ కారణాలతో చిరుధాన్యాలు,జొన్న రొట్టెలు వంటి వంటలపై ఆధారపడుతున్నారు.ఇప్పటి గృహిణులు చాలామందికి అవిచేసే విధానం తెలీదు మైదా పిండితో తయారయ్యే పరోటా,నాన్, తందూరి రోటీలలో పిండి పదార్థం తప్పితే అంతగా ప్రయోజనం ఉండదని,అదే జొన్నరొట్టెల్లో పీచు పదార్థం (ఎడిబుల్ ఫైబర్), మంచి పోషకాలతో పాటు సరళంగా జీర్ణమయ్యే గుణం ఉంటుందని న్యూట్రీషన్ రంగ నిపుణులంటున్నారు.

రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతాయి

జొన్న రొట్టెలు జీర్ణ వ్యవస్థను మెరుగుపరచడమే కాక రోగనిరోధక శక్తిని కూడా పెంచుతాయి. జొన్నలు గ్లూటెన్-ఫ్రీ, తక్కువ కార్బోహైడ్రేట్స్ కల్గి ఉంటాయి. వీటివలన హృదయ, ఎముకల పటుత్వం మెరుగుపడుతుంది. ఐరన్ అధికంగా ఉండటం కారణంగా రక్త హీనతకు మేలు చేస్తుంది. మరీ అధికంగా తీసుకుంటే గ్యాస్, కడుపు ఉబ్బరం సమస్యలు తలెత్తవచ్చు

నాన్‌లు, తందూరి రోటీలు తినొద్దు

ప్రకృతి ఎవరికి ఏం అవసరమో అవే అందించింది.మనవి ఊష్ణ ప్రాంతాలు, జొన్న సరైన ఆహారం.జొన్న రొట్టెల్లోని పీచు పదార్థాల కారణంగా అన్ని వయసుల వారికి ఇది బాగా జీర్ణం అవుతుంది,కాన్‌స్టిపేషన్ సమస్య ఉంటే తగుతుంది.డయాబెటిస్ ఉన్న వారికి కూడా ఉపయోగకరం.రెస్టారెంట్లలో దొరికే నాన్‌లు, తందూరి రోటీలు మైదాతో చేసిన దానికన్నా ఇలా జొన్నరొట్టెలను తినటం ఎంతో మేలు చేస్తుంది.

నిత్యం తలస్నానం.. నెత్తికి మేలా? కీడా?

ఉదయం లేవగానే వేడి వేడి కాఫీ.. ఆ తర్వాత దినచర్యలో భాగంగా తలస్నానం! చాలామందికి ఇది నిత్యం జరిగే ప్రక్రియ.రోజూ తలస్నానం చేస్తేనే రోజు మొదలవుతుంది, హాయిగా అనిపిస్తుంది. కానీ, నిజంగా రోజూ తలస్నానం చేయడం ఆరోగ్యానికి మంచిదేనా? అందరికీ ఇది వర్తిస్తుందా? లేక ఇది నెత్తికి చేసే నష్టమా? ఈ ప్రశ్నలు మీ మదిలో మెదులుతున్నాయా? అయితే ఈ కథనం మీకోసమే!

రోజూ తలస్నానం.. లాభాలు లేకపోలేదు!

నిజం చెప్పాలంటే, రోజూ తలస్నానం చేయడం వల్ల కొన్ని లాభాలు కూడా ఉన్నాయి. ముఖ్యంగా జిడ్డు చర్మం కలిగిన వారికి ఇది కొంతవరకు ఉపశమనం కలిగిస్తుంది. జిడ్డు చర్మం ఉన్నవారి నెత్తిపై సహజంగానే ఎక్కువ నూనె ఊరుతుంది. దీనివల్ల దుమ్ము,ధూళి త్వరగా అంటుకుని వెంట్రుకలు జిడ్డుగా,నిర్జీవంగా కనిపిస్తాయి. రోజూ తలస్నానం చేయడం వల్ల ఈ జిడ్డు తొలగిపోయి,వెంట్రుకలుతాజాగా,శుభ్రంగా అనిపిస్తాయి.అంతేకాదు, వ్యాయామం చేసేవారు, శారీరక శ్రమ ఎక్కువ ఉన్న పనులు చేసేవారు, కాలుష్యం ఎక్కువగా ఉండే ప్రదేశాల్లో తిరిగేవారు రోజూ తలస్నానం చేస్తే చెమట, దుమ్ము, ధూళి వంటివి తొలగిపోతాయి. దీంతో నెత్తి దురద, చుండ్రు వంటి సమస్యలు కొంతవరకు తగ్గుతాయి. రోజూ తలస్నానం చేయడం వల్ల మానసికంగా కూడా హాయిగా, తాజాగా అనిపిస్తుంది. ఇది చాలామందికి ఒక అలవాటుగా మారిపోతుంది.

కానీ.. ప్రతిరోజూ తలస్నానం.. నష్టాలే ఎక్కువ!

లాభాలు కొన్ని ఉన్నప్పటికీ, రోజూ తలస్నానం చేయడం వల్ల నష్టాలే ఎక్కువ అని నిపుణులు హెచ్చరిస్తు న్నారు. మన చర్మం, వెంట్రుకలు సహజంగానే కొంత నూనెను ఉత్పత్తి చేస్తాయి. ఈ నూనె వెంట్రుకలను తేమగా ఉంచడానికి, చర్మం పొడిబారకుండా కాపాడటానికి, ఇన్ఫెక్షన్ల నుంచి రక్షించడానికి చాలా అవసరం.రోజూ తల స్నానం చేయడం వల్ల ఈ సహజ నూనెలు పూర్తిగా తొలగిపోతాయి.ఫలితంగా నెత్తి పొడి బారిపోతుంది, చర్మం దురద పెట్టడం, చుండ్రు రావడం వంటి సమస్యలు మొదలవుతాయి. వెంట్రుకలు కూడా పొడిబారి నిర్జీవంగా మాంతాయి.వాటి సహజమైన మెరుపు తగ్గిపోయి చిట్లడం,విరిగిపోవడం వంటి సమస్యలు వస్తాయి.ముఖ్యంగా పొడి చర్మం కలిగినవారు, డ్రై హెయిర్ ఉన్నవారు రోజూ తలస్నానం చేస్తే సమస్య మరింత తీవ్రమవుతుంది.షాంపులు, కండీషనర్లు వంటివి కూడా రసాయనాలతో నిండి ఉంటాయి. వీటిని రోజూ వాడటం వల్ల వెంట్రుకలు బలహీనపడి, రంగు మారే అవకాశం కూడా ఉంది. అంతేకాదు, రోజూ తలస్నానం చేయడం వల్ల సమయం వృథా అవ్వడంతోపాటు, నీరు కూడా ఎక్కువగా వృథా అవుతుంది.

ఎవరికి రోజు తలస్నానం మంచిది? ఎవరికి కాదు?

రోజూ తలస్నానం చేయాలా వద్దా అనేది వ్యక్తిగతమైన విషయం. ఇది మీ చర్మం రకం, వెంట్రుకల రకం, జీవనశైలి వంటి అనేక అంశాలపై ఆధారపడి ఉంటుంది. జిడ్డు చర్మం, జిడ్డు వెంట్రుకలు ఉన్నవారు రోజు విడిచి రోజు లేదా ప్రతిరోజూ తలస్నానం చేయవచ్చు. కానీ, మరీ ఎక్కువగా షాంపూ వాడకుండా, తేలిక పాటి షాంపూలను ఉపయోగించడం మంచిది. పొడి చర్మం,పొడి వెంట్రుకలు ఉన్నవారు వారానికి రెండు లేదా మూడుసార్లు మాత్రమే తలస్నానం చేయాలి.మాయిశ్చరైజింగ్ షాంపూలు, కండీషనర్లు వాడాలి. సాధారణ చర్మం, సాధారణ వెంట్రుకలు ఉన్నవారు రోజు విడిచి రోజు లేదా రెండు రోజులకు ఒకసారి తలస్నానం చేయవచ్చు. వ్యాయామం చేసేవారు, శారీరక శ్రమ ఎక్కువ ఉన్నవారు: వీరు చెమట ఎక్కువగా పడుతుంటే రోజూ తలస్నానం చేయాల్సి రావచ్చు. కానీ, షాంపూ వాడకాన్ని తగ్గించి, నీటితో శుభ్రం చేసుకుంటే సరిపోతుంది. కాలుష్య ప్రాంతాల్లో ఉండేవారు: వీరు కూడా దుమ్ము, ధూళి ఎక్కువగా అంటుకునే అవకాశం ఉంది కాబట్టి, రోజూ తలస్నానం చేయాల్సి రావచ్చు. కానీ, మైల్డ్ షాంపూలు వాడాలి.

నిపుణులు ఏమంటున్నారు?

చర్మవ్యాధి నిపుణులు, హెయిర్ స్టైలిస్టులు చెప్పేది ఏమిటంటే రోజూ తలస్నానం చేయాల్సిన అవసరం లేదు. వారానికి 2-3 సార్లు తలస్నానం చేస్తే సరిపోతుంది. మీ నెత్తిని, వెంట్రుకలను పరిశీలించుకుని,వాటి అవసరాలకు అనుగుణంగా తలస్నానం చేయాలి. మరీ వేడి నీటితో కాకుండా, గోరువెచ్చని నీటితో తలస్నానం చేయడం మంచిది. వేడి నీరు చర్మాన్ని పొడిబారేలా చేస్తుంది. షాంపూను నెత్తికి మాత్రమే పట్టించాలి, వెంట్రుకలకు అవసరం లేదు. షాంపూను మరీ ఎక్కువగా వాడకుండా, తక్కువ పరిమాణంలో వాడాలి. కండీషనర్‌ను వెంట్రుకల చివర్లకు మాత్రమే పట్టించాలి, నెత్తికి పట్టించకూడదు. హెయిర్ డ్రయర్‌ను ఎక్కువగా వాడకుండా, సహజంగా ఆరబెట్టుకోవడానికి ప్రయత్నించాలి. ఒకవేళ డ్రయర్ వాడితే, తక్కువ వేడి మీద వాడాలి. కుంకుడుకాయ, శీకాయ వంటి సహజమైన పదార్థాలను షాంపూకు బదులుగా ఉపయోగించవచ్చు.రోజూ తలస్నానం చేయడం మంచిదా? కాదా? అనే ప్రశ్నకు కచ్చితమైన సమాధానం లేదు. ఇది మీ వ్యక్తిగత అవసరాలు, వెంట్రుకల రకం, జీవనశైలిపై ఆధారపడి ఉంటుంది.మీ నెత్తిని, వెంట్రుకలను గమనిస్తూ, వాటికి తగిన విధంగా తలస్నానం చేయాలి. అతిగా ఏది చేసినా అనర్థమే! కాబట్టి, రోజూ తలస్నానం చేయాలనే నియమం పెట్టుకోకుండా, మీ నెత్తి ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకునేలా సరైన పద్ధతిని ఎంచుకోండి. మీ వెంట్రుకలు ఆరోగ్యంగా, అందంగా ఉండాలంటే, సరైన సంరక్షణ చాలా ముఖ్యం!

సర్పాల దీవి.. భూమిపై ప్రాణాంతక ప్రదేశం అదేనా?

ఈ ప్రపంచంలో మీరు ఎన్నో పర్యాటక ప్రదేశాలకు వెళ్లి ఉంటారు. వాటిలో సముద్ర తీరాలు, దీవులూ, గుళ్లు గోపురాలూ, మిస్టరీ భవనాలూ, దెయ్యాల బంగ్లాలు ఇలా ఎన్నో. కానీ మీకు వెళ్లాలని ఉన్నా వెళ్లలేని దీవి ఒకటుంది. అదే స్నేక్ ఐలాండ్. ఈ సర్పాల దీవికి హైప్ ఎక్కువగానే ఉంది. దీన్ని అధికారికంగా ఇల్హా డా క్వీమాడా గ్రాండే అంటారు. బ్రెజిల్ పక్కన అట్లాంటిక్ మహా సముద్రంలో ఇది ఉంది. ఇది సావోపాలో రాష్ట్రంలోని ఇటాన్‌హేమ్ మున్సిపాలిటీలో భాగంగా ఉంది. అంతాకలిపి 106 ఎకరాల దీవి. అక్కడికి మీరు వెళ్తే కొన్నిసార్లు ఎండగా కొన్నిసార్లు చల్లగా, అప్పుడప్పుడూ వర్షాలు పడుతూ మన దేశ వాతావరణం లాగానే ఉంటుంది. అలాగని వెళ్లి చూద్దామంటే బ్రెజిల్ ప్రభుత్వం పర్మిషన్ ఇవ్వదు. రహస్యంగా వెళ్లేందుకు కూడా వీలు లేదు.ఎవరైనా పర్యాటకులు ఇలాంటి పనులు చేస్తారని ఊహించి అన్ని జాగ్రత్తలూ తీసుకున్నారు. కాబట్టి ఆ దీవి గురించి చెప్పుకోవడే తప్ప.. చేయగలిగేది ఏమీ లేదు. కానీ.. ఎంతో ఆసక్తికరమైన విషయాలు చాలా ఉన్నాయి. మచ్చుక్కి.. అత్యంత అరుదైన, అంతరించే జాతులకు చెందిన బోత్‌రాప్స్ ఇన్సులారిస్ అనే బంగారు తల ఉన్న విషపూరిత పాములు ఆ దీవిలో ఉన్నాయి. పక్షుల్ని తింటూ అక్కడే బతుకుతున్నాయి. మరిన్ని విశేషాలు చెప్పుకుందాం.ఈ సర్పాల దీవి నిజానికి చాలా అందంగా ఉంటుంది. దట్టమైన అడవితో నిండి ఉంటుంది. దాని చుట్టూ ఉన్న సముద్ర తీరం ఏమాత్రం కాలుష్యం లేకుండా ఉంది. దీవి తీరాల వెంట నీరు బ్లూ కలర్‌లో మెరుస్తూ ఆకట్టుకుంటుంది. కానీ వెళ్లలేం.

పర్మిషన్ ఇస్తే గనుక.. ప్రపంచంలో ఎక్కువ మంది టూరిస్టులు అక్కడికే వెళ్లాలి అనుకుంటారు. అంత అందమైన దీవి అది. కానీ దీవి మొత్తం పాముల మయం. చిన్న దీవే అయినా వేల కొద్దీ సర్పాలున్నాయి. వాటిలో చాలా వరకూ విషపూరితమైనవే. అందువల్ల అక్కడికి వెళ్లిన వారు ప్రాణాలతో తిరిగి వస్తారనే గ్యారెంటీ లేదు. ఆ దీవిలోకి వెళ్లాక.. పాము కాటేస్తే... అక్కడి నుంచి బ్రెజిల్‌కి వచ్చేలోపే చనిపోయే అవకాశాలు చాలా ఎక్కువ.ఈ దీవి గురించి తెలుసుకోగానే.. అక్కడే అన్ని పాములు ఎందుకున్నాయి? అనే ప్రశ్న మనకు వస్తుంది. దానికి నిపుణులు ఆన్సర్ ఇచ్చారు. కొన్ని వేల సంవత్సరాల కిందట.. ఈ భూమిపై మంచు యుగం ఉండేది. సముద్రాలు కూడా మంచుతో ఉండేవి. అలాంటి సమయంలో ఆహారం కోసం పాములు.ఈ దీవిలోకి వెళ్లాయి.ఆ తర్వాత మంచు కరిగి మామూలు పరిస్థితులు వచ్చాయి. సముద్రమట్టాలు పెరిగాయి. కానీ దీవికి వెళ్లిన పాములు... సముద్రంలోకి వచ్చేందుకు ఇష్టపడలేదు.దాంతో మిగతా ప్రపంచంతో వాటికి సంబంధాలు తెగిపోయాయి.అలా తరాలుగా ఆ పాములు అక్కడే జీవిస్తున్నాయి.మన మనుషుల సంగతి మీకు తెలిసిందే. మనుషులు ఉన్నచోట పాములు బతకలేవు. మనల్ని కాటు వేస్తాయేమో అనే భయంతో మనలో కొంత మంది పాముల్ని చంపేస్తూ ఉంటారు. అందువల్ల కనీసం ఆ దీవిలోనైనా పాములకు రక్షణ ఉండాలని బ్రెజిల్ ప్రభుత్వం భావించింది. అందువల్ల అక్కడికి ఎవరూ వెళ్లకూడదని డిసైడ్ చేసింది.అంటే మనుషులకు ఏదో అవుతుందని కాదు... పాములకు హాని జరుగుతుందని ఈ నిర్ణయం తీసుకుంది. అఫ్‌కోర్స్ మనుషులకూ ప్రమాదమే. ప్రపంచంలో ఎలాంటి టూరిస్టులకైనా ఆ దీవిపై అడుగుపెట్టే ఛాన్సే లేదు. బ్రెజిల్‌కి చెందిన నౌకాదళ అధికారులు, కొంతమంది ఎంపిక చేసిన పరిశోధకులకు మాత్రం ఆ దీవికి వెళ్లేందుకు అనుమతి ఉందని తెలిసింది. ఐతే.. 1909 నుంచి 1920 మధ్య కొంతమంది ఆ దీవిలో జీవించేవారు. వాళ్లు అక్కడి లైట్‌హౌస్ పనిచేసేలా చేసేవారు. అక్కడికి ఏ నౌకలూ రాకుండా ఉండేందుకే ఆ లైట్‌హౌస్ ఏర్పాటు చేశారు. కాలక్రమంలో లైట్‌హౌస్‌తో పనిలేకుండా కూడా నౌకలు వెళ్లేందుకు అవకాశాలు రావడంతో లైట్‌హౌస్‌ని పూర్తిగా మూసేశారు. ఇప్పుడైతే పర్మిషన్ తీసుకొని ఆ దీవికి వెళ్లాలన్నా.. వెంట కచ్చితంగా డాక్టర్ ఉండాల్సిందే.

రంగులతో చర్మానికి హాని కలగకూడదంటే.. ముందే ఇలా చేయండి..

రంగుల పండుగ హోలీకి సమయం దగ్గం పడుతోంది. వేడుకల్లో ఉత్సాహంగా రంగులు చల్లుకోవాలని అందరూ ఆతృతగా ఎదురు చూస్తుంటారు.అయితే,హోలీ వేడుకల్లో ఉపయోగించే రంగులలో చర్మానికి హాని కలిగించే రసాయనాలు ఉంటాయి. కాబట్టి, మీరు ముందుగానే మీ చర్మ సంరక్షణకు జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం ఎంతో అవసరం. అందుకే, కొన్ని ప్రీ-హోలీ చర్మ సంరక్షణ చిట్కాలు మీకోసం..

మాయిశ్చరైజర్..

హోలీ రంగుల్లో చాలావరకూ సింథటిక్ రంగులే ఉంటాయి. ఇవి మీ చర్మాన్ని పొడి బారేలా చేసి చికాకు కలిగిస్తాయి.ఈ రసాయనాల ప్రభావం మీ చర్మంపై నేరుగా పడకుండా వేడుకలకు ముందే చర్మంపై మాయిశ్చరైజర్‌ను మందపాటి పొరలా పూయండి. ఎమోలియెంట్ మాయిశ్చరైజర్ లేదా నూనె (కొబ్బరి లేదా బాదం నూనె వంటివి) ఉపయోగించడం వల్ల మీ చర్మం డీహైడ్రేట్ అవదు.వీటిని మందపాటి పొరలా వేసుకుంటేరంగులు మీ చర్మంలోకి చొరబడవు.

సన్‌స్క్రీన్

హోలీ సాధారణంగా పగటిపూట ఇంటి వెలుపలి ప్రదేశాల్లోనే జరుపుకుంటారు.కాబట్టి, సూర్యరశ్మి మీ చర్మానికి హాని కలిగిస్తుంది.మీరు ఎండలో హోలీ ఆడేటప్పుడుకిరణాలు చర్మానికి హాని కలిగించకుండా నిరోధించడానికి సన్‌స్క్రీన్ ఒక కవచంగా పనిచేస్తుంది.కనీసం 30 ఉన్న సన్‌స్క్రీన్‌ను ఎంచుకోండి.

లిప్ బామ్

హోలీకి సిద్ధమవుతున్నప్పుడు ప్రజలు తరచుగా తమ పెదాలను జాగ్రత్త చేసుకోవడం మరచిపోతారు.తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోకపోతే రంగులు మీ పెదాలు పొడిబారేలా చేసి చికాకు పెడతాయి. మీ పెదవులు ఎండిపోకుండా, రంగు మరకలు పడకుండా ఉండటానికి హైడ్రేటింగ్ లిప్ బామ్ లేదా లిప్ మాస్క్‌ను పూయండి.

జుట్టుకు నూనె

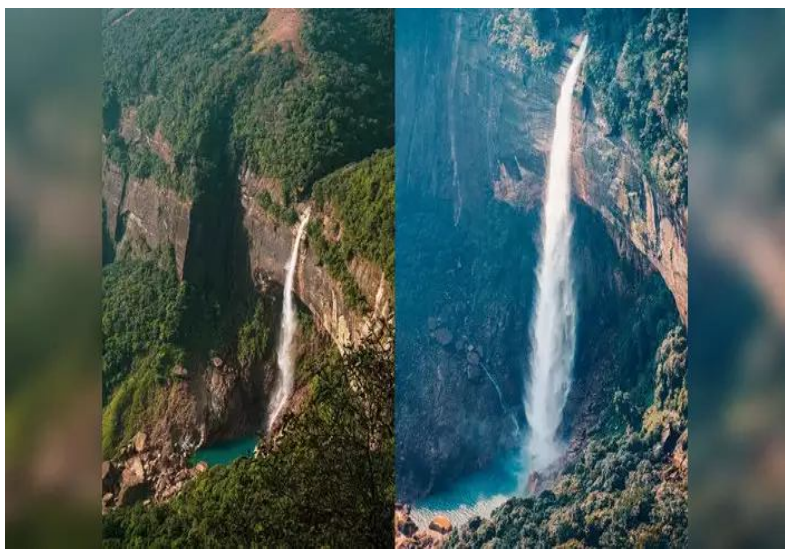
హోలీ రంగులు మీ జుట్టును తీవ్రంగా దెబ్బతీస్తాయి. పొడిబారేలా చేసి తలపై చికాకు కలిగిస్తాయి. అందుకే ముందు నూనెను పూయడం వల్ల రక్షణ పొర ఏర్పడుతుంది. తద్వారా రంగులు కడుక్కోవడం సులభం అవుతుంది. మీ జుట్టును మృదువుగా ఉండాలంటే.. హోలీ ఆడే ముందు కొబ్బరి లేదా ఆలివ్ నూనె వంటి నూనెను మీ తలపై దట్టంగా రాసుకోండి.

ఎక్స్‌ఫోలియేటింగ్

ఎక్స్‌ఫోలియేటింగ్ అంటే చర్మాన్ని స్క్రబ్బింగ్ చేయడం వల్ల రక్షణ పొర పూర్తిగా తొలగిపోతుంది. అప్పుడు రంగులలోని కఠినమైన రసాయనాల నేరుగా చర్మం లోతుల్లోకి ప్రవేశించి చికాకుకు గురి చేస్తాయి. మెరుగైన రక్షణ కోసం మీ చర్మానికి సహజ అవరోధం కావాలంటే.. హోలీకి ముందు రోజుల్లో మీ చర్మాన్ని ఎక్స్‌ఫోలియేట్ చేయవద్దు.

అందమైన జలపాతం.. దాని వెనక నమ్మలేని విషాద గాథ

పర్యాటకులు వివిధ రకాల ప్రాంతాల్ని సందర్శించడానికి వెళ్తుంటారు. అలానే ప్రతి సంవత్సరం ఎక్కువ మంది టూరిస్టులు మేఘాలయకి వెళ్తారు. వారిలో 90 శాతం మంది మేఘాలయలోని నోహ్కాలికై వాటర్ ఫాల్స్‌ని చూడడానికి వెళ్తూ ఉంటారు. అందుకు ప్రత్యేక కారణాలు ఉన్నాయి. ఇది ఇండియాలో అతి ఎత్తైన ప్లంజ్ జలపాతంగా గుర్తింపు పొందింది. డిసెంబర్ నుంచి ఫిబ్రవరి మధ్య దీని పరిసర ప్రాంతాలు చూడటానికి బాగుంటాయి. ఆ సమయంలో ఇక్కడికి వెళ్లేందుకు పర్యాటకులు ఆసక్తి చూపిస్తారు.చక్కటి ప్రకృతి మధ్య కాసేపు సమయాన్ని గడిపితే ఎంతో అద్భుతంగా ఉంటుంది అందులోనూ పచ్చని ప్రకృతి నడుమ మనం ఉంటే సమయం తెలియదు. స్టేట్ టూరిజంని పెంపొందించడానికి ఈ వాటర్ ఫాల్ సరి పోతుంది అన్నట్లుగా చాలా అందంగా ఉంటుం ది ఈ ఫాల్స్. అందుకే ఎక్కువ మంది ఈ ప్రదేశాన్ని చూడడానికి వెళ్తుంటారు.ఈ ప్రదేశాన్ని చూసేందుకు ఎక్కువ మంది ఉదయం, మధ్యాహ్నం పూట్ల వెళ్తూ ఉంటారు ఫోటోలు వీడియోలు కూడా తీసుకుంటూ ఉంటారు. ఈ జలపాతం వద్ద ఓ ఘోర సంఘటన జరిగింది. మరి ఆ భయంకర కథను తెలుసుకుందాం.'ఖాసీ భాషలో 'కా' అనేది స్త్రీ లింగాన్ని సూచిస్తుంది. లికై అనేది ఒక స్త్రీ పేరు. అయితే స్థానిక పురాణాల ప్రకారం నోహ్కాలికై జలపాతానికి పైన ఓ గ్రామం వుంది. అదే రంగ్జిర్తెహ్ గ్రామం. అక్కడ లికై అనే మహిళ ఉండేది. ఆమె భర్త



చనిపోయాడు. ఆమె తన బిడ్డతో పాటు ఉండేది తన బిడ్డను చూసుకోవ డానికి ఆమెకు కష్టంగా ఉండేది. దాంతో ఆమె మరో వివాహం చేసుకుంది. ఆమె రెండో భర్త దుర్మార్గుడు. అతనికి మొదటి భర్త కూతురు అంటే అస్సలు ఇష్టం ఉండేది కాదు. ఓ రోజు భార్యకి వంట చేసి పెట్టాడు. ఆ సమయంలో బిడ్డ కనిపించ లేదు.ఆ బిడ్డని చంపేసి భార్యకు వండి పెట్టాడు ఆ రాక్షసుడు. మాంసం కూర తినేసి తమలపాకులు, వక్క వేసుకునేటప్పుడు ఆమెకి ఇదంతా తెలిసిందట. లికై.. తమలపాకు లు వేసుకునే చోటికి వెళ్ళాక అక్కడ ఒక చిన్న వేలు వుంది. ఇది చూసి.. ఆశ్చర్యపోయిన ఆమెకు అసలు విషయం అర్థమైంది. ఆ తర్వాత ఆమె.. ఓ చేతిలో గొడ్డలితో.. ఊర్లో పరుగులు పెడుతూ.. చివరకు జలపాతంలో పడిపోయినట్లు చెబుతారు. దాంతో ఆమె పేరు మీదనే నోహ్కాలికై అనే పేరు వచ్చింది.ఇదంతా నిజంగా జరిగింది అనేందుకు ఆధారాలు లేవు. స్థానికులు మాత్రం ఇదే కథను చిన్న చిన్న మార్పులతో ఇలాగే చెబుతుంటారు. చాలా మంది ఈ కథను తెలుసుకొని.. స్థానికులు చెప్పే విషయాలు రికార్డ్ చేసుకుంటారు. కానీ ఎవరూ దీన్ని నిరూపించేందుకు వీలుగా ఆధారాలు లేవు.

గుండె బలంగా ఉండాలంటే ఇలా చేయండి..! ఈ చిన్న మార్పులు చేసి చూడండి..!

నేటి ఆధునిక జీవనశైలి కారణంగా గుండె సంబంధిత సమస్యలు పెరుగుతున్నాయి. ఆరోగ్యకరమైన అలవాట్లు పాటించడం ద్వారా గుండె ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచుకోవచ్చు. క్రమం తప్పకుండా వ్యాయామం,సరైనఆహారం, తగినంత నిద్ర, మద్యపానాన్ని తగ్గించడం వంటి మార్పులు గుండె సంబంధిత సమస్యల ముప్పును తగ్గిస్తాయి. ఈ మార్పులను మీరు కూడా పాటించి ఆరోగ్యంగా ఉండండి.ప్రస్తుత రోజుల్లో గుండె సంబంధిత సమస్యలు వేగంగా పెరుగుతున్నాయి. అనారోగ్యకరమైన ఆహారం, ఒత్తిడి,శారీరక వ్యాయామం లేకపోవడం, మద్యం,ధూమపానం వంటి కారకాల వల్ల గుండె ఆరోగ్యంపై ప్రతికూల ప్రభావం పడుతోంది.కానీ సరైన ఆహారం,క్రమమైన వ్యాయామం, మంచి నిద్ర, స్ట్రెస్ కంట్రోల్ ద్వారా గుండెను ఆరోగ్యంగా ఉంచుకోవచ్చు.

వ్యాయామం

గుండెను ఆరోగ్యంగా ఉంచేందుకు రోజూ క్రమం తప్పకుండా వ్యాయామం చేయడం అవసరం. రోజుకు కనీసం 30 నిమిషాల చురుకైన నడక, సైక్లింగ్ లేదా ఈత వంటివి చేస్తే రక్తపోటు నియంత్రణలోకి వస్తుంది. దీంతో గుండె కండరాలు బలపడి రక్త ప్రసరణ మెరుగవుతుంది.

హెల్తీ ఫుడ్ డైట్

పండ్లు, కూరగాయలు, లీన్ ప్రోటీన్లు, ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు ఉన్న ఆహారం తీసుకోవడం గుండె ఆరోగ్యానికి ఎంతో ముఖ్యం. అలాగే ఫాస్ట్ ఫుడ్ తినడం గుండెకు ప్రమాదకరం. ఎందుకంటే దీర్ఘకాలిక మంట, ధమనుల దెబ్బతిన్నట్టు అవుతుంది.

మద్యపానం

మద్యం ఎక్కువగా తాగడం వల్ల రక్తపోటు పెరిగే ప్రమాదం ఉంది. ఇది గుండె కండరాల బలహీనతకు దారితీస్తుంది. క్రమరహిత హృదయ స్పందనలు కలుగుతాయి. మద్యం పరిమితంగా తీసుకోవడం గుండె ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుతుంది.

ధూమపానం

ధూమపానం వలన రక్తంలో ఆక్సిజన్ స్థాయిలు తగ్గిపోతాయి. గుండెపోటు, స్ట్రోక్‌లు వచ్చే ప్రమాదం పెరుగుతుంది. దీని వల్ల రక్తం గడ్డకట్టడం కూడా ఎక్కువగా జరుగుతుంది. కాబట్టి దూరంగా ఉండడం మంచిది.

సరైన హైడ్రేషన్

రోజంతా తగినంత నీటిని తాగడం ద్వారా రక్తం గడ్డకట్టకుండా, రక్త ప్రసరణ సరిగా ఉండేలా చేస్తుంది. నీరు తక్కువగా తాగడం వల్ల రక్తం చిక్కబడిపోవచ్చు. ఇది అధిక రక్తపోటు, గుండె సమస్యలకు కారణం అవుతుంది.

సరైన నిద్ర

ప్రతి రాత్రి కనీసం 7 నుండి 9 గంటల నిద్రపోవడం గుండె పనితీరును మెరుగుపరుస్తుంది. సరైన నిద్ర లేకపోతే ఊబకాయం, క్రమరహిత హృదయ స్పందనలు కలుగుతాయి. మంచి నిద్ర జీవక్రియను, ఒత్తిడి హార్మోన్లను నియంత్రిస్తుంది.

వైద్య పరీక్షలు

గుండె సమస్యలను ముందుగానే గుర్తించడానికి క్రమం తప్పకుండా వైద్య పరీక్షలు చేయించుకోవాలి. రక్తపోటు, కొలెస్ట్రాల్, మధుమేహం వంటి సమస్యలు గుర్తించి వాటిని నియంత్రించడం గుండె ఆరోగ్యాన్ని గణనీయంగా మెరుగుపరుస్తుంది.

Printed by SREE SESHA SAI ENTERPRISES Published by KANDADI MAHENDER REDDY on behalf of KANDADI MAHENDER REDDY, printed at MEDCHAL MALKAJGIRI and published at Flat no.101, Ushodaya Towers, IDA Jeedimetla, Quthbullapur editor KANDADI MAHENDER REDDY RNI NO ; TGBIL/25/A0887, CONTACT : 94906 17666